



روزہ اور جدید سائنس

آپ کو اس بات پر ضرور حیرت ہوگی کہ غیر مسلم سائنسدانوں کی تحقیق کے مطابق دنیا میں کینسر کے ایک صدر مریض ہوں تو ان میں صرف پانچ مسلمان ہوں گے۔ اگر دنیا میں دماغ اور آنکھ کے ایک صدر مریض ہوں تو ان میں صرف تین مسلمان ہوں گے۔ اسی طرح منہ کی بیماریوں میں مبتلا مریض تمام اقوام کی نسبت سب سے کم مسلمان ہیں۔ جدید سائنس کی تحقیق کے مطابق دنیا میں سب سے تندرست قوم مسلمان ہیں اور اس کی وجہ وہ دین اسلام ہے جو فطرت انسانی کے عین مطابق ہے اور مکمل مضابطہ حیات ہے۔

اگر زندگی میں اس کے اصولوں کی پاسداری کی جائے تو انسان کو جہنم سے بچا کر جنت کا وارث ہی نہیں بناتا بلکہ دنیا میں رہتے ہوئے انسان کی روحانی، نفسیاتی اور جسمانی نقصان کی اصلاح کرتا ہے اور بیماریوں سے تحفظ بھی فراہم کرتا ہے اور جہاں اس کے قوانین سے روگردانی کی گئی وہاں انسانیت کے لیے بے سکونی کا ہیما کی سلسلہ شروع ہو جاتا ہے۔ مغرب اس کی واضح مثال ہے۔ اسلام ایک مکمل اور جدید ترین دین ہے۔ اس کے جس پہلو پر تحقیق کی جائے وہی اس بات کی گواہی دے گا کہ اسلام قیامت تک آنے والے تمام چیلنجوں کا آخری جواب اور انسانی مسائل کا حل ہے۔ ہر وہ تحقیق جو ہمیں آج تک معلوم ہوتی ہے۔ اسلام صدیوں پہلے وہ پیش کر چکا ہے بلکہ کائنات کی ابھی گھٹیاں جو آج تک حل نہیں کی جاسکیں اسلام نے پہلے سے سلجھا رکھی ہیں۔

آج تحقیق کرنے کی نہیں اسلام کے اصولوں پر عمل کرنے کی ضرورت ہے۔ اسلام نے انسانوں کے لیے جو مضابطہ حیات قائم کیا ہے وہ انہی تحقیقات پر مشتمل ہے۔ آج سائنسدان اس بات پر حیران ہیں کہ مسواک انسان کو منہ اور معدے کے کینسر سے کس طرح بچاتی ہے۔ تہجد کی دو رکعتیں چار گھنٹوں کی ورزش سے کیونکر زیادہ مفید ہوتی ہیں۔ نماز کا محض سجدہ کیسے دماغ اور آنکھ کے امراض سے تحفظ کرتا ہے اور صرف جمائی کے وقت منہ پر ہاتھ رکھنا ہی منہ اور دانتوں کی بیماریوں سے کس طرح بچاؤ کرتا ہے۔

آج ہم اس مختصر مضمون میں اسلام کے اہم ترین روزے کے بارے میں جدید سائنس کا تجزیہ پیش کریں گے۔ روزہ انسان کو خواہشات کے شکنجے سے آزاد کر کے فواہش و منکرات سے بچاتا ہے۔ روزہ جس طرح روحانی عبادت ہے۔ اسی طرح جسمانی عبادت بھی ہے۔ حکیم انسانیت محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے روزے کو جسم کی زکوٰۃ قرار دیا ہے۔ زکوٰۃ بمعنی

ترکیہ یعنی پاک صاف کرنے والی تو روزہ جسم کو بے اعتدالیوں اور فاسد رطوبتوں کے اثرات سے پاک صاف کر کے صحت و عافیت کے خزانوں سے مالا مال کر دیتا ہے۔ طب نبویؐ کے ماہر امام ابن قیم رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں فاسد مواد کو زائل اور مائع صحت اشیاء کو خارج کرتا ہے اور زیادہ کھانے کے بے شمار نقصانات ہیں جن کا مشاہدہ آج کل عام طور پر کیا جاتا ہے۔ ڈاکٹر اور دوسرے اطباء اس بات پر متفق ہیں کہ انسانی صحت کی خرابی کا بڑا سبب یہی رسیار خوری ہے۔ طبی ماہرین نے رمضان المبارک کے مہینے کو ایک مکمل علاج قرار دیا ہے اور مختلف بیماریوں میں مبتلا افراد کے لیے ایک نعمت قرار دیا ہے کیونکہ روزہ سے جسم کے نظاموں کو اور ہال کرنے اور انہیں آرام مہیا کرنے کا موقع میسر آتا ہے۔

گنگ ایڈورڈ کالج کے پرنسپل پروفیسر ڈاکٹر ممتاز حسن نے کہا کہ جس طرح ہر مشین کو ان تھک کام کے بعد آرام کی ضرورت ہوتی ہے اسی طرح انسانی جسم بھی آرام کا تقاضا کرتا ہے اور اسے ایک بار اور ہال کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ رمضان المبارک میں انسانی نظام کو جسمانی اور روحانی طور پر سکون میسر آتا ہے۔ طبی ماہرین کا کہنا ہے ذیابیطیس کے مریضوں کو بھی روزہ ترک نہیں کرنا چاہیے۔ بائیرٹیشن اور دیگر چھوٹی چھوٹی بیماریوں میں مبتلا لوگوں کو بھی روزہ رکھنا چاہیے۔

ڈاکٹر جمشید بخاری نے کہا کہ رمضان المبارک کا مہینہ کئی طرح سے مسلمانوں کے لیے نعمت ہے۔ اس مہینہ میں نہ صرف روزہ اور عبادات کے ذریعے اللہ کی رحمتیں نازل ہوتی ہیں بلکہ یہ لوگوں کو جسمانی اور روحانی بیماریوں سے نجات کا بھی موقع فراہم کرتا ہے۔ (روزنامہ اسلام۔ ۹ نومبر ۲۰۰۲ء)

اب ہم دیکھتے ہیں کہ یورپ کے طبی ماہرین روزہ کے بارے میں کیا کہتے ہیں۔ روزہ روحانی امراض کا علاج ہے۔ یہ روح کو پاک کر دیتا ہے۔ (ڈاکٹر سمویل ایگزینڈر)

روزہ سے کئی جسمانی بیماریاں زائل ہو جاتی ہیں۔ خصوصاً مرطوب اور باغی امراض۔ (ڈاکٹر کلاویو)

جذباتی اور مجرد انسانوں کے لیے روزہ مفید ہے۔ روزہ اسلام کے بنیادی رکن میں سے ایک رکن ہے اور اس کا انکار اسلام سے خارج ہونے کا سبب ہے۔ اسلامی شریعت کے مطابق روزہ سماجی اقدار کا حامل ہے۔ ہلال و رمضان کے نمودار ہوتے ہی پوری اسلامی دنیا مسادات عمومی کی سطح پر آن کھڑی ہوتی ہے۔ آقا و غلام امیر و غریب اور ہر خاص و عام مسادات کی تصویر نظر آتے ہیں۔ روزہ اخلاقی تربیت کا وسیلہ بھی ہے اور روزہ انسان کو یہ سبق دیتا ہے کہ اسے برے کاموں سے دور رہ کر اپنے خالق حقیقی کی تعمیل میں زیادہ سے زیادہ مصائب و مشکلات برداشت کرنے کے لیے تیار رہنا چاہیے۔ روزہ انسان میں صبر و ضبط جیسی عمدہ صفت پیدا کرتا ہے جو کہ جہاد کے لیے اہم ہتھیار ہے۔ روزہ کے ذریعے جب انسان اپنے نفس اور خواہشات پر غالب آ جاتا ہے تو میدان جنگ میں اسے اپنے دشمنوں پر غلبہ حاصل کرنا آسان ہو جاتا ہے۔ ایک دن کی بھوک و پیاس کی مشق میدان جنگ میں کئی دن بھوکا پیاسا رہنے کا حوصلہ پیدا کرتی ہے اور مصائب و آلام کے وقت صبر و ضبط سے کام لینے کا طریقہ سکھاتی ہے۔ یعنی روزہ جہاد کی ٹریننگ ہے جو مسلمان کو پوری دنیا پر غالب اسلام جیسے عظیم مقصد کے لیے تیار کرتی ہے۔

روزہ نفس انسانی کی اصلاح کرتا ہے۔ اسے ہوا پرستی کے خیالات درست رہتے ہیں اور شیطانی دوسو سے قریب نہیں آتے۔ (ڈاکٹر ابراہیم سہری)

روزہ سے ظاہر باطن کی بیماریاں دور ہوتی ہیں یہ روحانی و جسمانی امراض کا دافع ہے۔ (ڈاکٹر جوزف)

روزہ دل میں سکون، صبر اور اطمینان پیدا کرتا ہے۔ اس سے قوت برداشت بڑھتی ہے۔ سختیاں سبے کی عادت پیدا ہوتی ہے۔ (ڈاکٹر ہنری فورڈ)

فاقہ کی بہترین صورت وہ روزہ ہے جو اہل اسلام کے طریق سے رکھا جاتا ہے میں مشورہ دوں گا کہ جب کسی کو فاقہ کی ضرورت پڑے تو وہ اسلامی طریق سے روزہ رکھے۔ (ڈاکٹر الجبرن)

ہفتہ میں ایک بار روزہ رکھنا صحت کے لیے مفید ہے۔ اس سے بدن کنی امراض سے محفوظ رہتا ہے۔ خراب اور فاسد مواد اپنے زہریلے اثرات پیدا نہیں کر سکتے۔ (ڈاکٹر ایڈورڈ نکلسن)

جس شخص کو تزکیہ نفس کی ضرورت ہو اسے لازم ہے کہ وہ کثرت سے روزہ رکھا کرے۔ میں مسیحی دوستوں سے کہوں گا کہ وہ اس بات میں مسلمانوں کی تقلید کریں کہ ان کا روزہ رکھنے کا طریقہ بہترین ہے۔ (ڈاکٹر چرڈ)

بقیہ: غلاموں کا جشن آزادی

خون تمہاری زندگی کی راہ کو متعین کیوں نہیں کرتا؟ اور پھر اس سے بڑھ کر خون مسام سے مذاق اور عزت و حرمت مسلم سے بے وفائی کیا ہو سکتی ہے کہ جن سکھوں نے یہ سب ظلم و ستم کیا، ہم آج انہی کے راستے میں بچے جاتے ہیں۔ نہ صرف انہیں گلے لگا رہے ہیں بلکہ ان کے ساتھ مل کر ڈانس اور ہنگڑے کا اہتمام کر رہے ہیں۔

عزیز، ہم وطنو! حکمران تو شرم خیا اور غیرت گروی رکھ چکے تمہیں کیا ہو گیا ہے کہ تم ان لاشوں کے ڈھیر لٹی ہوئی عصمتوں اور خوبی دریاؤں کو یاد کر کے دشمن سے بدلہ لینے، وطن عزیز کی تعمیر و ترقی کا عہد وفا کیوں نہیں باندھتے ہو۔ چلو اگر یہ نہیں کر سکتے تو اس موقع پر جشن آزادی کا نام لے کر خرافات اور بے حیائی کا ارتکاب کر کے ان لوگوں کے دل تو نہ دکھی کرو جنہوں نے قربانیاں دیں یا پھر ان مناظر کو اپنی آنکھوں سے دیکھا۔

اے نوجوان نسل! کبھی آزادی کے دنوں میں ہونے والے ظلم و ستم کو تاریخ کے اوراق سے پڑھنے کی زحمت کرو یا ٹی وی اور انڈین فلموں سے وقت نکال کر کسی بزرگ کے پاس بیٹھ کر وہ داستان سنا کرو جو ایمان افروز بھی ہے اور باعث غم بھی۔ شاید وہ آپ کی زندگی کے خدو خال سنوارنے میں معاون ثابت ہو سکے۔



سائن بورڈ
کلاتھ بینر
سکرین پرنٹر

ماضی بٹی
اور اشتہارات کی
کتابت کیلئے تشریف لائیں

حافظ شبیر احمد سجاد
0321-4205164
رانا عبدالستار
0321-4187286
ریلوے روڈ شیخوپورہ