

ALFALAH  
MAGZINE



April 2021

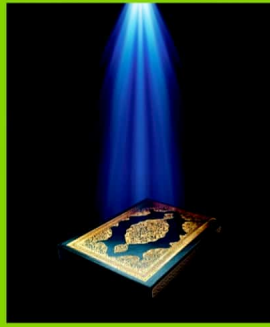
ماہنامہ  
الفلاح  
اپریل ۲۰۲۱

کتب علیکم الصیام

الحديث



القرآن



ماہ رمضان کا  
نفسیاتی اثر



ماہ رمضان نے زندگی بدل دی



شہن علی

روزوں کا نفسیاتی اثر

روزے کی بادشاہی



# فہرست

03	القرآن
03	الحديث
04	ماہ رمضان نے زندگی بدل دی
06	روزوں کی بادشاہی
07	علامہ اقبال (شاعری)
07	واصف علی واصف (اقوال)

معاون خصوصی: احسان اللہ کیانی

Ehsanullahkiyani.com

مدیر: عثمان علی

رسالہ فی سبیل اللہ حاصل کرنے  
لیے درج ذیل نمبر پر میج کریں۔

0307-0559827

join us on

Facebook:



www.facebook.com/  
Alfalahyouthforum

join us on

YouTube:



Alfalah Youth Forum

join us on

Whatsapp:



[ Name Join Alfalah ] SMS to  
0302-7396939

(for example)

[ Usman Join Alfalah ] SMS to 0302-7396939

## القرآن

رمضان المبارک

اے ایمان والو! تم پر روزے فرض کر دیے گئے ہیں، جس طرح تم سے پہلے والوں پر فرض کیے گئے تھے تاکہ تم برائیوں سے بچنے کی طاقت پیدا کر سکو۔

سورۃ البقرہ (183)

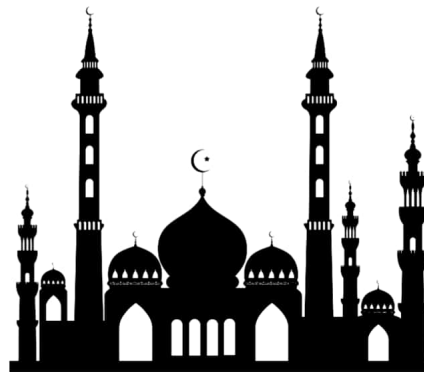


## الحديث

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا روزہ دوزخ سے بچنے کے لیے ایک ڈھال ہے اس لیے (روزہ دار) نہ فحش باتیں کرے اور نہ جہالت کی باتیں اور اگر کوئی شخص اس سے لڑے یا اسے گالی دے تو اس کا جواب صرف یہ ہونا چاہئے کہ میں روزہ دار ہوں، (یہ الفاظ) دو مرتبہ (کہہ دے) اس ذات کی قسم! جس کے ہاتھ میں میری جان ہے روزہ دار کے منہ کی بو اللہ کے نزدیک کستوری کی خوشبو سے بھی زیادہ پسندیدہ اور پاکیزہ ہے، (اللہ تعالیٰ فرماتا ہے) بندہ اپنا کھانا پینا اور اپنی شہوت میرے لیے چھوڑ دیتا ہے، روزہ میرے لیے ہے اور میں ہی اس کا بدلہ دوں گا اور (دوسری) نیکیوں کا ثواب بھی اصل نیکی کے دس گنا ہوتا ہے۔

صحیح بخاری: 1894

islam360





## ماہ رمضان نے زندگی بدل دی



عثمان علی

### روزوں کا نفسیاتی اثر

ارسلان چیمہ صاحب میرے بہت اچھے دوست ہیں۔ ماہر نفسیات ہیں۔ ان کا ماہر نفسیات بننے کا سفر بھی بڑا دلچسپ ہے۔ دراصل، ہوا کچھ یوں کہ چیمہ صاحب کا بچپن بہت عیش و آرام میں گزرا۔ جب آرام زیادہ ہو تو پھر پڑھائی بھی نہیں ہوتی۔ چونکہ چیمہ صاحب کی نظر اپنے کاروبار پر تھی اور ہمارے معاشرے کی سوچ کے مطابق تعلیم کا مقصد تو روزگار ہے اب جس کے پاس روزگار موجود ہو، اسے بھلا تعلیم کی کیا ضرورت؟ بہر کیف چیمہ صاحب بمشکل میٹرک کر سکے، اعلیٰ تعلیم کے

لیے کالج تو گئے لیکن دو سال گھوم پھر کے خالی ہاتھ اور خالی دماغ واپس آگئے۔ حالات نے پلٹا کھایا کاروبار ختم ہو گیا چیمہ صاحب نوکری کی تلاش میں نکل گئے۔ آخر کار بینک میں نوکری مل گئی۔ اب اندر بیٹھنے کے تو اہل نہ تھے لہذا بطور گارڈ منتخب ہوئے۔ عیش و آرام میں پلے چیمہ صاحب کیسے گرمی کی تپش برداشت کرتے، کیسے سارا دن رانفل اٹھائے کھڑے رہتے۔ لیکن اس کے بغیر چارہ نہ تھا تو برداشت کرتے رہے۔

مجھے بدلتے حالات کی خبر پہنچی تو چیمہ صاحب کو ملنے چلا آیا۔ افسوس کا ظہار کرنے لگا تو چیمہ صاحب بولے میاں یہ سب تو زندگی کا حصہ ہے۔ کبھی وہ کبھی یہ۔ اس میں پریشانی کیسی؟ میں ایک دفعہ چونک گیا کہ یہ چیمہ ہی ہے جسے آرام دہ حالت میں بھی سکون نہیں ملتا تھا جسے کسی نہ کسی چیز سے شکایت رہتی تھی۔ ایسا شخص اتنی تکلیف میں شکر گزار کیسے بن گیا۔

کہنے لگے عثمان بھائی بات کچھ یہ ہے بدلتے حالات نے تکلیفیں تو بہت دی لیکن اللہ نے ان کا حل بھی دے دیا۔ میں نے حیرت سے چیمے کا چہرہ دیکھتے ہوا پوچھا کہ مجھے تو تمہارے حالات بہتر ہوتے دیکھائی نہیں دے رہے پھر اس حل کا کیا فائدہ ہوا؟ کہنے لگا بھائی بات یہ ہے کہ اس ماہ رمضان نے مجھے بہت اہم بات سمجھا دی، آپ کو تکلیف آپ کی غلط جگہ توقع سے ہوتی ہے اور اگر آپ کی امید صحیح جگہ ہے تو آپ اس تکلیف کو تکلیف نہیں سمجھتے اور عام زندگی گزارتے رہتے ہیں، جیسے عام دنوں میں توقع کے مطابق گھر والے دو بجے کھانا تیار نہ کریں تو بعض گھر میدان جنگ بن جاتے ہیں۔ لیکن وہی شخص رمضان میں دو بجنے پر کوئی شور نہیں کرتا کوئی ہنگامہ کھڑا نہیں کرتا۔

جس سے مجھے پتا چلا ہمارا نہ ہی حالات اور نہ ہی

لوگ کچھ بگاڑ سکتے ہیں اگر ہم اپنی امید ٹھیک کر لیں اپنے دماغ کو صحیح سمت دے دے تو مسئلہ ہی ختم ہو جاتا ہے۔ جس طرح روزہ دار جانتا ہے کہ اسے اس بھوک، پیاس کے بدلے بہت بڑا اجر ملے گا۔ (جاری ہے)





اور یہ بھوک پیاس بھی صرف کچھ وقت برداشت کرنی ہے اسی طرح میں بھی سمجھ گیا ہوں کہ ان تکالیف کے بدلے مجھے میرا رب بہت اجر دے گا اور یہ تکلیف بھی روزے کی طرح کچھ وقت کے لیے ہے جسے میرا رب جلد ختم فرما دے گا۔

چیمہ صاحب کی بات سن کہ میرے چہرے پر ایک ہلکی سی مسکراہٹ پھیل گئی۔ کیونکہ مجھے زندگی کا وہ راز سمجھ آ گیا تھا جس سے نہ صرف میری بلکہ میرے ساتھ جڑے لوگوں کی زندگی بھی خوبصورت ہو جائے گی۔

چیمہ صاحب بات جاری رکھتے ہوئے کہنے لگے۔ عثمان بھائی روزہ ہمیں اپنی توقع اور امید درست کرنے کے ساتھ ساتھ اپنے اوپر اللہ کا قانون نافذ کرنا سکھاتا ہے، روزہ رکھ کر حلال چیزوں سے دور رہنا والا شخص، حتیٰ کہ بند کمرے میں بھی سخت پیاس کی شدت کے باوجود ایک گھونٹ نہ بھرنے والا شخص۔ کسی کا مال کیسے کھا سکتا ہے۔ اللہ کی حدود کو کیسے توڑ سکتا ہے۔ روزے کے روحانی، جسمانی، نفسیاتی بہت سارے فوائد ہیں، اگر آج میں ان سخت حالات کے باوجود پر سکون ہوں تو یہ سب مجھے اللہ نے روزے کے ذریعے سے سکھایا۔

الحمد للہ جس تعلیم کو پر سکون حالات میں حاصل نہیں کر سکا آج یہ حالات مجھے اس تعلیم کے نزدیک بھی لے گئے۔ صبح کے وقت بینک گارڈ کی ڈیوٹی کرتا ہوں اور شام کے وقت آئن لائن سٹڈی کرتا ہوں۔ میں نے حیرت سے پوچھا یہ سب کہا تک لے کے جائیں گئے۔ کہنے لگے جب تک ماہر نفسیات نہ بن جاؤں، میں نے پوچھا کچھ اور کیوں نہیں کہنے لگے میرا تجربہ ہو چکا ہے کہ واصف علی واصف ٹھیک کہتے تھے "پریشانی حالات سے نہیں خیالات سے پیدا ہوتی ہے" اور میں پر سکون حالات میں پریشان تھا اور تکلیف دہ حالات میں پر سکون ہوں۔ یہ سب خیالات ہی کی بدولت ہوا ہے۔ میں نفسیات کو سٹڈی کر کے لوگوں کی توجہ اس اہم نکتے کی طرف دلانا چاہتا ہوں جس سے لوگ بے خبر ہیں لیکن ان کی خوشی اور غمی کا انحصار اس پر ہے۔

میں چیمہ صاحب کے دکھ کا مداوا کرنے آیا تھا لیکن یہاں سے تو مجھے اپنی بہت سی پریشانیوں کا حل مل گیا۔ چیمہ صاحب کی غافل زندگی سے اللہ کی معرفت والی زندگی تک کا سفر غم کے گھوڑے پر ہوا تھا جس سے مجھے واصف علی واصف مرحوم کا جملہ یاد آیا "اس غم کا شکر ادا کرو، جس نے تمہیں اللہ سے ملا دیا۔"

غم، پریشانیاں، تکلیفیں سب انسان کی زندگی کو بہتر بنانے آتی ہیں لیکن ہم انہیں کیسے استعمال کرتے ہیں یہ سوچنے والی بات ہے۔ آنے والے ماہ رمضان سے ہم سب نے کوشش کرنی ہے کہ کم از کم اللہ کا قانون نافذ کرنے کا طریقہ اور اپنی امید اور توقعات کو صحیح سمت دینے کا طریقہ ضرور سیکھیں۔





روزہ کیا ہے، اسے ایک جملے میں بیان کیا جائے تو یہ اپنے اوپر بادشاہی کرنے کا نام ہے۔ بلاشبہ اپنے اوپر بادشاہی کرنے سے زیادہ بڑی نعمت اس دنیا میں کوئی نہیں۔

انسان اور جانور میں ایک بنیادی فرق یہ ہے کہ جانور جبلتوں میں جیتے ہیں۔ انھیں بھوک لگتی ہے تو وہ خوراک کی تلاش میں نکل کھڑے ہوتے ہیں۔ پیاس لگتی ہے تو پانی کے تالاب کا رخ کرتے ہیں۔



یہی معاملہ دیگر جبلتوں کا ہے۔ ان کی جبلتیں ان پر حکمران ہوتی ہیں۔ ان کے لیے وہ لڑتے ہیں، مرتے ہیں،

اور دوسرے جانوروں کو مار ڈالتے ہیں۔

یہی معاملہ انسان کا ہے جس کو اس دنیا میں ایک حیوانی قالب دے کر بھیجا گیا ہے۔ اس حیوانی قالب کی بنا پر انسان بھی اپنی جبلتوں کے ماتحت ہوتے ہیں۔ لیکن ساتھ ہی اللہ کی طرف سے انسانوں کو خیر و شر کا شعور اور مذہب کی رہنمائی ملی ہوتی ہے۔ یوں انسان اپنی جبلت سے لڑ کر اسے کچھ حدود و قیود میں رکھنے کی کوشش کرتا ہے لیکن اسے اکثر اس میں ناکامی کا

## روزے کی بادشاہی



سامنا کرنا پڑتا ہے۔ انسان حلال و حرام سے بے پروا ہو جاتا ہے۔ دوسروں کا حق مارتا اور ان پر ظلم کرتا ہے۔ یوں انسان پر حیوان غالب آجاتا ہے۔ روزہ اسی حیوانیت کو نکیل ڈالنے کا نام ہے۔ اس کا ون پوائنٹ ایجنڈا یہی ہے کہ کھانا، پانی اور بیوی تینوں سے رک جاؤ۔ یہ تینوں کام کسی پہلو سے کوئی عبادت نہیں۔ مگر یہ کرنے سے انسان کو خود پر کنٹرول کرنے کی صلاحیت کا علم ہو جاتا ہے۔ ایک دفعہ اس صلاحیت کا علم ہو جائے تو انسان پھر اس صلاحیت کو ہر جگہ استعمال کر سکتا ہے۔ اپنے کھانے کو چھوڑنے والا دوسرے کا مال کیسے کھا سکتا ہے۔ اپنے پانی کو چھوڑنے والا دوسرے کی کسی چیز کی طرف کیسے بری نظر ڈال سکتا ہے۔ اپنی بیوی سے دور رہنے والا پرانی عورت کی طرف کیسے دیکھ سکتا ہے؟

اپنے نفس پر کنٹرول کی یہ صلاحیت ہی وہ بادشاہی ہے جس کا نتیجہ جنت کی ابدی بادشاہی ہے۔ بلاشبہ اس سے بڑی کوئی نعمت خالق کائنات نے تخلیق نہیں کی ہے۔





وصف علی واصل رحمۃ اللہ علیہ

انسان پریشان اُس وقت ہوتا ہے، جب اُس کے دل میں کسی بڑے مقصد کے حصول کی خواہش ہو لیکن اُس کے مطابق صلاحیت نہ ہو۔ سکون کے لیے یہ ضروری ہے کہ یا تو خواہش کم کی جائے یا صلاحیت بڑھائی جائے۔ ہر خواہش کے حصول کے لیے ایک عمل ہے۔

عمل نہ ہو تو خواہش ایک خواب ہے۔ ہم جیسی عاقبت چاہتے ہیں، ویسا عمل کرنا چاہیے۔ کامیابی، محنت والوں کے لیے، جنت، ایمان والوں کے لیے اور عید، روزہ داروں کے لیے۔



علامہ اقبال رحمۃ اللہ علیہ

رگوں میں وہ لہو باقی نہیں ہے  
وہ دل، وہ آرزو باقی نہیں ہے  
نماز و روزہ و ترابانی و حج  
یہ سب باقی ہیں، تُو باقی نہیں ہے

تشریح:

اے مسلمان تیری رگوں میں وہ خون نہیں جس میں جذبہ، عشق، جنون، تڑپ، ولولہ اور جوش ہو نہ تیرے سینے وہ دل ہے جس میں بلند مقاصد کے حصول کی آرزوئیں ہو۔ ارکان اسلام اور تعلیمات اسلام وہی ہیں مگر تو سچا مسلمان نہیں رہا۔

## الفلاح یوتھ فورم

### قیام کے مقاصد

- ★ مقدس اوراق کے لیے محفوظ جگہ فراہم کرنا
- ★ فقہی مسائل سے آگاہی
- ★ نوجوان نسل میں تعمیری اور فلاحی کاموں کے لیے شعور کی بیداری
- ★ نوجوانوں کو صلاحیتوں کے اظہار کے مواقع کی فراہمی
- ★ معاشرتی اور اخلاقی اقدار کا تحفظ
- ★ نوجوان نسل میں اتحاد اور ہم آہنگی کا فروغ
- ★ طلباء کے لیے اکیڈمیز کا قیام
- ★ کھیلوں کے مقابلوں کا انعقاد
- ★ عطیہ خون

ہم نے صرف سوچنے کا انداز بدلنا ہے، زندگیاں خود ہی بدل جائیں گی۔