روزے کے ارکان:

۱۔ طلوع فجر سے لے کر غروب آفتاب تک کھانے پینے اور ہر اس چیز سے رک جانا جس سے روزہ ٹوٹ جاتا ہے۔

۲۔نیت۔ جس طرح دیگر عبادات میں نیت شرط ہے اسی طرح روزے میں بھی شرط ہے۔نیت یہ ہے کہ آدمی اللہ کے حکم کی اطاعت اور اس کی خوش نودی کے لیے روزہ کا ارادہ کرے۔ طلوع فجر سے پہلے روز یہ ارادہ کرے یا پہلی دفعہ ہی پورے مہینے کی نیت کرلے۔

روزہ کے آداب و مستحبات: روزے کے بہت سے آداب اور مستحبات ہیں۔اہم یہ ہیں:

۱۔سحری کرنا رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: «تَسَحَّرُوا فَإِنَّ فِي السَّحُورِ بَرَكَةً» سحری کیا کرو کیوں کہ اس میں برکت ہے۔(متفق علیہ) سحری میں آخری وقت تک تاخیر کرنا مستحب ہے۔ہاں اتنی تاخیر نہ کی جائے کہ خواہ مخواہ شک ہونے لگے۔رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: جس وقت میں شک کا اندیشہ ہو اسے چھوڑ کر اس وقت کا انتخاب کرو جس میں شک نہ ہو۔(بخاری) سحری ضرور کرنی چاہئے خواہ یہ مقدار میں کم ہی ہو حتی کہ وہ ایک گھونٹ پانی ہی کیوں نہ ہو۔

۲۔سورج ڈوبنے کے بعد افطار میں جلدی کرنی چاہیئے۔رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: «لاَ يَزَالُ النَّاسُ بِخَيْرٍ مَا عَجَّلُوا الفِطْرَ» لوگ اس وقت تک خیریت سے رہیں گے جب تک افطار میں جلدی کرتے رہیں گے۔(متفق علیہ) رطب(تازہ کھجور)سے افطار کرنا مستحب ہے ورنہ تمر(سوکھی کھجور)سے افطار کرے،اگر یہ بھی میسر نہ ہو تو دودھ سے افطار کرے اور اگر دودھ بھی نہ ملے تو پانی سے،ورنہ جو بھی کھانا میسر ہو اس سے افطار کر لے۔اگر خدانخواستہ کچھ بھی نہ مل سکے تو افطار(روزہ توڑنے)کی نیت کرلے۔رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: «إِذَا كَانَ أَحَدُكُمْ صَائِمًا، فَلْيُفْطِرْ عَلَى التَّمْرِ، فَإِنْ لَمْ يَجِدِ التَّمْرَ، فَعَلَى الْمَاءِ فَإِنَّ الْمَاءَ طَهُورٌ» جب تم میں سے کوئی روزہ ہو اور افطار کرنا چاہے تو کھجور سے افطار کرے اگر یہ نہ مل سکے تو پانی سے افطار کرے کیوں کہ پانی پاکیزہ چیز ہے۔ (ابوداؤد،ترمذی، ابن ماجہ)

یہ بھی مستحب ہے کہ طاق عدد کا خیال رکھے یعنی اگر کھجور سے افطار کرے تو تین، پانچ یا سات کھجوریں کھائے کیوں کہ حدیث میں ہے کہ رسول اللہ ﷺ نماز سے قبل چند رطب یا چند کھجوریں کھاتے تھے ورنہ چند گھونٹ پانی ہی پی لیتے تھے۔(ابوداؤد، احمد)

۳۔افطار کے وقت دعا۔رسول اللہ ﷺ سے مروی ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا: افطار کے وقت روزے دار کی دعا رد نہیں کی جاتی(ابن ماجہ) اس وقت کے لیے رسول اللہ ﷺ سے ماثور دعا یہ ہے: «اللَّهُمَّ لَكَ صُمْتُ، وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ» (ابوداؤد) نیز یہ بھی: «ذَهَبَ الظَّمَأُ وَابْتَلَّتِ الْعُرُوقُ، وَثَبَتَ الْأَجْرُ إِنْ شَاءَ اللَّهُ» (ابوداؤد)

۴۔لایعنی باتوں اور فضول کاموں سے خود کو روکے رکھنا جیسے غیبت، چغلی، جھوٹ، گالی گلوج، لہو و لعب، آوارہ گردی وغیرہ وغیرہ ۔ یہ سارے اعمال یوں بھی ناشائستہ اور حرام ہیں۔روزے کی حالت میں ان سے لازمی طور پر بچنا چاہیے۔

۵۔نماز تراویح اور تہجد کا اہتمام۔رسول اللہ ﷺ کا ارشاد ہے: رمضان میں جس نے ایمان کی حالت میں اور اللہ سے ثواب کی نیت سے راتوں کو قیام کیا اس کے سابقہ گناہ معاف کر دیئے جائیں گے۔(متفق علیہ) تراویح کا وقت عشاء کی نماز کے بعد سے فجر کی نماز سے پہلے تک رہتا ہے۔

۶۔گھر خاندان پر کشادگی کے ساتھ خرچ کرنا اور رشتہ داروں کے ساتھ احسان کا معاملہ کرنا نیز زیادہ سے زیادہ صدقہ خیرات کرنا۔ حدیث شریف میں ہے کہ آپ ﷺ سخی تھے اور آپ ﷺ کی سخاوت رمضان میں مزید بڑھ جاتی جب آپ ﷺ سے جبرئیل علیہ السلام ملاقات کے لیے آتے(متفق علیہ)

۷ ۔ حصول علم، تلاوت قرآن اور اس کے مطالعہ نیز سارے اچھے اور نیک اعمال میں مشغول رہنا۔

۸۔اعتکاف، خاص طور پر رمضان کے آخری عشرے میں۔رسول اللہ ﷺ جب آخری عشرہ آتا تو کمر کس لیتے اور راتوں کو خود جگنے کا اہتمام فرماتے اور اپنے گھر والوں کو بھی جگاتے۔(متفق علیہ)

روزہ کی مکروہات:

۱۔صوم وصال،یعنی دو دنوں کا روزہ درمیان میں کچھ کھائے پیئے بغیر رکھنا۔

۲۔جماع کے مقدمات و تمہیدات مثلا بوس و کنار، لپٹنا وغیرہ، خواہ یہ ذہنی طور پر ہی کیوں نہ ہو۔

۳۔زیب وزینت کی چیزوں کا مبالغہ کے ساتھ استعمال خواہ وہ مباح کیوں نہ ہوں مثلا بہت زیادہ خوش بو لگانا۔

۴۔ بغیر ضرورت کھانا چکھنا۔

روزے کی مباحات:

۱۔غسل کرنا یا حمام کا استعمال کرنا۔ایک مرتبہ رسول اللہ ﷺ نے سخت گرمی میں جب کہ آپ ﷺ شدید پیاسے تھے، اپنے سر کو پانی سے بھگویا تھا۔ (ابوداؤد، احمد)

۲ ۔سرمہ لگانا

۳ ۔فصد کھلوانا (پچھنا لگوانا) بشرطیہ کہ یہ علاج کے لیے ہو غذا کے لیے نہ ہو۔

۴۔تھوک نگلنا

۵ ۔مسواک کرنا۔