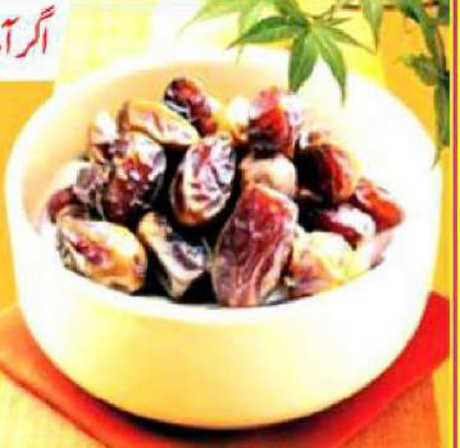
افطار

اگر آپ چاہتے ہیں کہ ساری دنیا کے روزہ داروں جتنا ثواب آپ کو ملے تو افطار کے وقت اِس دعا کو پڑھیں:



اَللّٰهُمَّ لَكَ صُمْتُ، وَعَلٰى رِزْقِكَ اَفْطَرْتُ،

اے اللہ! تیرے لئے روزہ رکھتا ہوں   تیرے رزق سے افطار کرتا ہوں

وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ اور تجھی پر میرا بھروسہ ہے

افطار کی دعائیں

امیرالمومنین امام علیؑ افطار کے وقت یہ دعا پڑھتے تھے:

بِسْمِ اللّٰهِ اَللّٰهُمَّ لَكَ صُمْنَا، وَعَلٰى رِزْقِكَ اَفْطَرْنَا، فَتَقَبَّلْ مِنَّا اِنَّكَ اَنْتَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ

خدا کے نام سے اے اللہ! ہم نے تیرے لئے روزہ رکھا، تیرے رزق سے افطار کیا پس اسے ہماری طرف سے قبول فرما بے شک تو سننے والا جاننے والا ہے

افطار کا پہلا لقمہ اٹھاتے ہوئے یہ دعا پڑھیں تاکہ آپ کے گناہ بخشے جائیں

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ يَا وَاسِعَ الْمَغْفِرَةِ اِغْفِرْ لِيْ

خدا کے نام سے شروع جو رحمٰن ورحیم ہے اے وسیع مغفرت والے مجھے بخش دے

افطار کے وقت سورۃ القدر کی تلاوت کی بہت تاکید آئی ہے۔

افطار کا وقت قبولیتِ دعا کا وقت ہے، اپنی دعاؤں میں امام زمانہؑ کے ظہور کی دعا کو بھی شامل کیجئے۔

www.facebook.com/madrasatulqaaim

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

وقتِ افطار
تمام گناہوں سے معافی کی دعا

رسول ﷺ اللہ فرماتے ہیں کہ جو شخص اِس دعا کو افطار کے وقت پڑھے گا وہ گناہوں سے اِس طرح باہر آجائے گا جس طرح پیدائش کے دن گناہوں سے پاک آیا تھا :

يَا عَظِيمُ يَا عَظِيمُ أَنْتَ إِلٰهِي لَاإِلَهَ لِي غَيْرُكَ اِغْفِرْلِي الذَّنْبَ الْعَظِيمَ إِنَّهُ لَايَغْفِرُ الذَّنْبَ الْعَظِيمَ إِلاَّ الْعَظِيمُ

کتاب الاقبال
ابنِ طاؤس

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)

مدرسة القائم

افطار کے وقت ایک جلیل القدر دعا

یہ دعا رسولﷺ اللہ نے حضرت امیر المومنینؑ کو تعلیم کی تھی جس کو پڑھنے والے کے نماز و روزہ اور دعائیں قبول ہوجاتی ہیں، تمام گناہ بخش دئے جاتے ہیں، اسکی تمام مشکلات دور ہوجاتی ہیں اور اسکے اعمال انبیاءؑ اور صدیقین کے اعمال کے ہمراہ بارگاہ خداوندی میں بلند کئے جاتے ہیں اور قیامت میں اسکا چہرہ چودھویں کے چاند کی طرح روشن ہوگا۔۔

اللَّهمَّ ربَّ النُّورِ العَظيم، ورَبَّ الكُرسيّ الرَّفيع، ورَبَّ البَحرِ المَسجور، ورَبَّ الشَّفعِ الكَبير، والنُّور العَزيز، ورَبَّ التَّوراهِ والأنجيلِ والزَّبورِ، والفُرقانِ العَظيمِ. أنت إلهٌ مَن فى السَّمواتِ وإلهُ مَن فى الأرضِ لا إلهَ فِيهما غَيرُكَ، وأنتَ جَبّارُ مِن فى السِّموات وجَبّار مَن فى الأرضِ لا جَبّار فيهِما غيرُكَ، أنت مَلِكُ مَن فى السَّموات، ومَلِكُ مَن فى الأرضِ، لا مَلِكَ فيهما غَيرُكَ، أسألُكَ بِاسمِكَ الكَبيرِ، ونُورِ وَجهِكَ المُنيرِ، وبمُلكِكَ القَديمِ. ياحَيُّ ياقَيّوُمُ، ياحَيُّ ياقَيُّوم ياحَيُّ ياقَيّوم، أسألُكَ بِاسمِكَ الّذى أشرَقَ بِهِ كُلِّ شَيءٍ، وبِاسمِكَ الّذى أشرَقَت بِهِ السّمواتُ والأرضُ، وبِاسمِكَ الّذى صَلُحَ بِهِ الأوَّلونَ، وبِهِ يَصلُحُ الاخِرونَ.

ياحَيّاً قَبلَ كُلِّ حَيّ، وياحَيّاً بَعدَ كُلِّ حَيّ، وياحَيُّ لا إلهَ إلا أنت صَلِّ على مُحَمّدٍ وآلِ مُحَمَّد، واغفِر لى ذُنُوبى، واجعَل لى مِن أمرِى يُسراً وفَرَجاً قَريباً، وثَبِّتنى على دينِ مُحَمَّدً وآل محمد وعلى هُدى مُحَمَّدٍ وآلِ مُحَمَّد، وعلى سُنَّةِ مُحَمَّدٍ وآلِ مُحَمَّد، عليه وعليهِم السَّلام.

واجعَل عَمَلِى فى المَرفوعِ المُتَقَبّلِ، وهَب لى كما وَهَبتَ لأوليائِكِ وأهلِ طاعَتِكَ، فانّى مُؤمِنٌ بِكَ، ومُتَوَكِّلٌ عَليك، مُنيبٌ اليكَ، مَعَ مَصيرى إليكَ، وَتَجمَع لى ولأهلِى وَلولِدَى الخَيرَ كُلَّهُ، وتَصرِف عَنّى وَعَن وَلَدى وأهلِى الشَّرَّ كُلَّهُ. أنتَ الحَنّانُ المَنّانُ بَديعُ السّمواتِ والأرضِ، تُعطِى الخَيرَ مَن تَشاءُ، وتَصرِفُهُ عَمَّن تَشاءُ، فَامنُن على بِرَحمَتِكَ يا أرحَمَ الرّاحِمِينَ.

المراقبات ۔ آیت اللہ جواد ملکی تبریزی

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
مدرسۃ القائم

حضرت امام زین العابدینؑ نے فرمایا

جو شخص **افطاری** اور **سحری** کے وقت **سورۂ قدر** کی تلاوت کرے وہ اُس شخص کی طرح ہے جو راہِ خدا میں اپنے ہی خون میں لت پت ہے۔۔

(کتاب الاقبال ۔ سیّد ابنِ طاؤسؒ)

+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

حضرت امام زین العابدینؑ کا افطار کیسا ہوتا تھا۔؟

امام جعفرِ صادق علیہ السلام نے فرمایا

امام سجاد علیہ السلام ہر روز جب روزہ رکھتے تھے حکم دیتے تھے کہ ایک گوسفند کو ذبح کیا جائے اور اسے کاٹ کر پکایا جائے اور جب عصر کا وقت ہوتا تھا دیگ پر جھک کر اس کی خوشبو سونگھتے تھے اس کے بعد حکم دیتے تھے کہ برتن لائے جائیں اور فلاں گھر والوں کیلئے، فلاں گھر والوں کیلئے نکالا جائے۔ [تمام کھانے کو لوگوں کے درمیان تقسیم کر دیا جاتا تھا] اس کے بعد خشک روٹی اور خرما لایا جاتا تھا آپ اس سے افطار فرماتے تھے اور یہی آپ کا کھانا ہوتا تھا۔ اللہ کا درود ہو آپ اور آپ کے پاک آبا و اجداد پر۔۔

الکافی:4/68/3، المحاسن:2/158/1432، من لا یحضرہ الفقیه:2/134/1955، مکارم الأخلاق:1/297/930، المناقب لابن شهر آشوب:4/155، بحار الأنوار:6/96/317.

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
مدرسۃ القائم
+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim
+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

سوال

اگر شک ہو کہ افطار کا وقت آ چکا ہے یا نہیں
تو کیا حالتِ شک میں افطار کر سکتے ہیں؟

جواب: نہیں۔

جب تک یقین نہ ہو جائے کہ
وقتِ افطار آ چکا ہے تب تک افطار کرنا جائز نہیں ہے۔

www.facebook.com/madrasatulqaaim

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

وقتِ افطار کا یقین حاصل ہونے کے بعد افطار کریں

رمضان الکریم

اگر روزہ دار کسی شخص کے کہنے پر
کہ جس پر اعتماد بھی نہ ہو روزہ افطار کر لے
اور بعد میں اسے پتہ چلے کہ مغرب کا وقت نہیں ہوا
یا شک کرے کہ مغرب کا وقت ہوا ہے یا نہیں اور پھر روزہ افطار کر لے
تو اس پر قضا اور کفارہ دونوں واجب ہو جاتے ہیں۔

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
00923332136992 www.facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

اگر وقتِ افطار آنے کا اطمنان ہونے کے بعد افطار کرلیا جائے؟

اگرکسی کو یقین و اطمنان ہو کہ صحیح وقتِ افطار آگیا ہے
اور وہ روزہ افطار کرلے
اور بعد میں پتہ چلے کہ وقت نہیں آیا تھا
تو احتیاط کی بنا پر اس روزے کی قضا کرنا ہوگی۔

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
00923332136992 www.facebook.com/madrasatulqaaim
+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

حضرت رسولِ خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا

جو شخص حلال خرما (کھجور) سے افطار کرے

اُس کی نماز کے ثواب میں

400 نمازوں کے ثواب کا

اضافہ کر دیا جاتا ہے۔۔

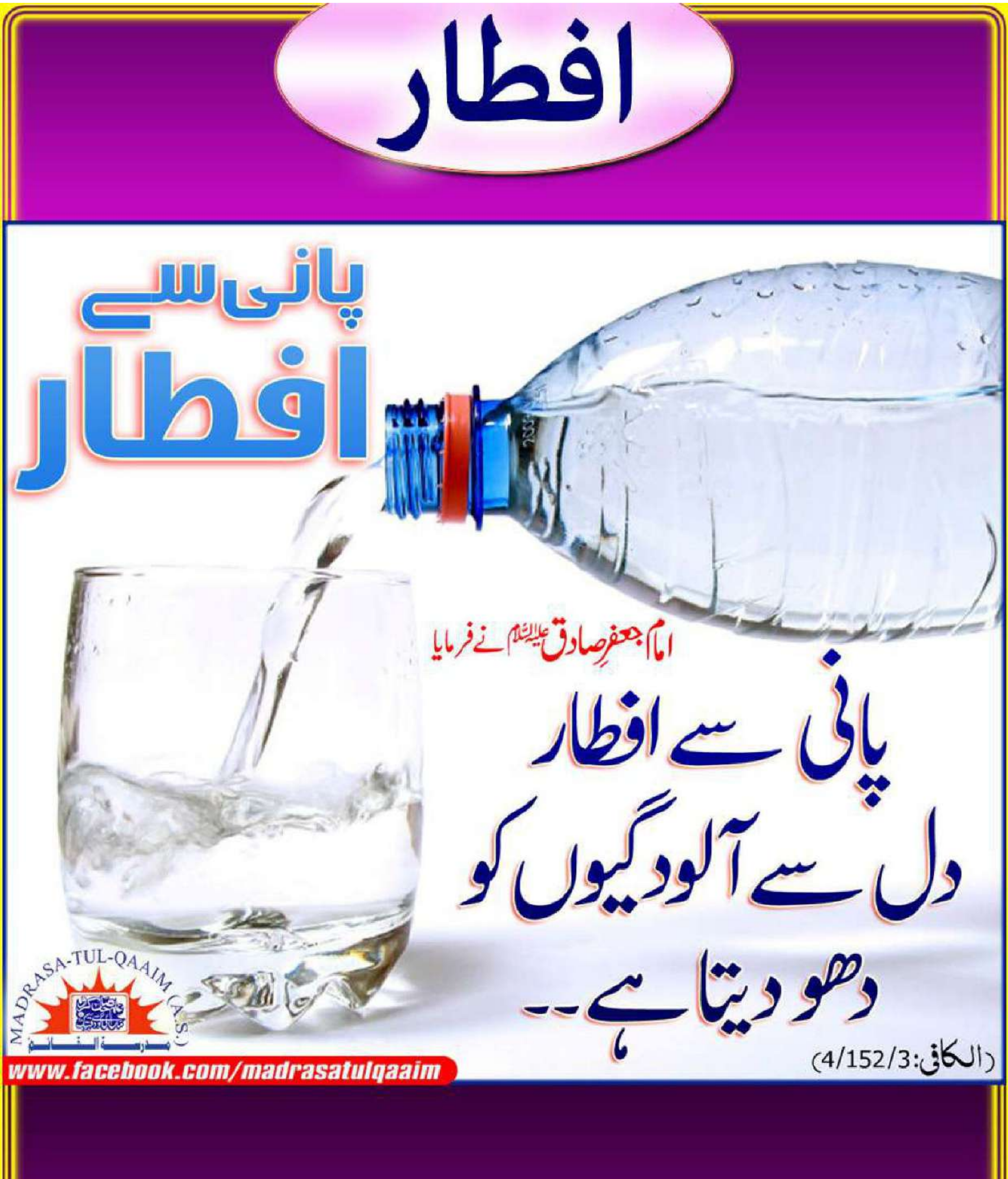
(کتاب الاقبال ۔ سیّد ابنِ طاؤسؒ ، بحارالانوار 98/12/2)

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)

www.facebook.com/madrasatulqaaim

+923332136992

facebook.com/madrasatulqaaim


افطار
پانی سے افطار
امام جعفرِ صادق علیہ السلام نے فرمایا
پانی سے افطار
دل سے آلودگیوں کو
دھو دیتا ہے۔۔
(الکافی:4/152/3)
MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
مدرسۃ القائم
www.facebook.com/madrasatulqaaim
+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

پہلے نماز پھر افطار

امام محمد باقر علیہ السلام نے فرمایا

نماز کو افطار پر مقدّم کرو، مگر یہ کہ کسی گروہ کے ساتھ بیٹھے ہو جو پہلے افطار پسند کرتے ہیں۔ پس اُن کی مخالفت نہ کرو اور اُن کے ساتھ افطار کرو، اس کے علاوہ پہلے نماز پڑھو۔ اس لیے کہ نماز افطار سے برتر ہے۔ اور تمہاری نماز روزہ کی حالت میں لکھی جائے گی۔ اور یہ میرے نزدیک محبوب تر ہے۔۔

المقنعة: 318

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
www.facebook.com/madrasatulqaaim
+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

افطار کے لئے چند اچھی چیزیں

حضرت رسولِ اللہ ارشاد فرماتے ہیں کہ

بہترین چیز
جس سے روزہ دار کو
افطار کرنا چاہیے
کشمش
یا کوئی میٹھی چیز ہے۔

(بحار الانوار۔ علامہ مجلسیؒ۔ جلد 62۔ صفحہ 296)

00923332136992
www.facebook.com/madrasatulqaaim
MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
مدرسۃ القائم
+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

اُبلے ہوئے نیم گرم پانی سے افطار کرنے کے فوائد

حضرت امام جعفر صادق علیہ السلام نے فرمایا

اگر انسان اُبلے ہوئے پانی سے
افطار کرے
تو اُس کا جگر پاک اور سالم رہے گا
اور اُس کا قلب کدورتوں سے پاک ہو گا
اور اُس کی آنکھوں کا نور بڑھے گا
اور آنکھیں روشن ہوں گی۔

وسائل الشیعہ۔ شیخ حر عاملی
جلد 10۔ صفحہ 157۔ حدیث 3

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
مدرسۃ القائم
00923332136992
www.facebook.com/madrasatulqaaim
+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

نیم گرم پانی سے افطار

حضرت امام محمد باقرؑ ارشاد فرماتے ہیں کہ:

(قال الإمام الباقر علیه السلام: کانَ رَسولُ اللهِ صلی الله علیه و آله إذا صامَ فَلَم يَجِدِ الحَلواءَ أفطَرَ عَلَى الماءِ)

پیغمبرِ خدا صلّی اللہ علیہ وآلہٖ وسلّم روزہ سے ہوتے تھے

اور کوئی شیرینی
دستیاب نہیں ہوتی تھی
تو پانی سے
روزہ افطار کرتے تھے۔

(اُصول کافی۔ 4/152/1)

00923332136992 www.facebook.com/madrasatulqaaim

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.) مدرسة القائم

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

افطار
مومن بھائی کو افطار کروانے کی عظمت
امام موسیٰ کاظم علیہ السلام
نے فرمایا
روزہ دار بھائی کو افطار کروانا
تمہارے روزہ رکھنے سے
زیادہ افضل ہے۔۔
(الكافي، ج4، ص68)
MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
مدرسۃ القائم
+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim
+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

دودھ سے بھی افطار کیا جا سکتا ہے۔

حضرت امام محمد باقر علیہ السلام نے فرمایا

الإمام الباقر علیه السلام: إنَّ عَلِیًا علیه السلام کانَ یَستَحِبُّ أن یُفطِرَ عَلَی اللَّبَنِ۔

حضرت علی علیہ السلام باعثِ ثواب سمجھتے تھے کہ روزہ کو دودھ کے ساتھ افطار کریں۔

تهذيب الأحكام: 4/199/574، **الإقبال**: 1/242

المحاسن: 2/292/1957، **بحار الانوار**: 98/12/2

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)

00923332136992 www.facebook.com/madrasatulqaaim

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

بہتر ہے کہ نماز کے بعد افطار کیا جائے

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
مدرسۃ القائمؑ

حضرت امام جعفر صادقؑ ارشاد فرماتے ہیں کہ پہلے نماز بجالاؤ اور پھر افطار کرو۔

راوی نے دریافت کیا، ایسا کیوں ہے؟

امام جعفر صادق علیہ السّلام نے فرمایا:
چونکہ دو فریضہ تم پر ہیں، افطار اور نماز
پس ان میں سے بہترین سے شروع کرو
اور ان دو میں سے بہتر نماز ہے۔ پھر آپ نے فرمایا:
جب نماز، روزہ کی حالت میں رہ کر پڑھوگے
تو تمہاری یہ نماز روزہ کی حالت میں لکھی جائے گی
پس یہ جو روزہ سے ختم کروگے (نماز کو افطار سے پہلے بجالاؤ گے)
میری نظر میں زیادہ محبوب ہے۔

(تهذيب الاحكام ۔ج 4
باب فضل السحور و ما يستحب ان يكون عليه الافطار
ص 198 ۔ج 6

www.facebook.com/madrasatulqaaim
+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

روزہ داروں کی دُعا

امام موسیٰ کاظم علیہ السّلام نے فرمایا

روزہ دار کی دُعا اِفطار کے وقت مستجاب ہوتی ہے۔

(بحار الانوار۔ جلد ۹۲۔ صفحہ ۲۵۵)

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
مدرسة القائم

غریبوں کو بھی
افطار کی خوشی
میں شریک کیجئے

امام علی رضا علیہ السلام نے فرمایا

مَن تَصَدَّقَ وَقتَ إفطارِهِ عَلى مِسكينٍ بِرَغيفٍ، غَفَرَ اللّٰهُ لَهُ ذَنبَهُ،
وكَتَبَ لَهُ ثَوابَ عِتقِ رَقَبَةٍ مِن وُلدِ إسماعيلَ

جو شخص افطار کرنے سے پہلے ایک ٹکڑا روٹی کا کسی مسکین کو صدقہ دے گا تو خداوند عالم اس کے گناہوں کو معاف کر دے گا اور اس کے حق میں اولادِ اسماعیل میں سے ایک غلام کے آزاد کرنے کا ثواب لکھے گا۔

بحار الانوار، ج96، ص167.

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

افطاری سے متعلق
آیت اللہ صافی گلپائیگانی کی نصیحتیں

آیت اللہ صافی گلپائیگانی نے ایک بیانیہ جاری کر کے مومنین کی افطاری سے متعلق 3 باتوں کی طرف توجہ دلائی ہے کہ جن سے افطاری کا ثواب کم ہو جاتا ہے:

1. افطاری کی تقریبات کو سادہ اور کم خرچ ہونا چاہیے۔ افطاری میں اسراف و تبذیر سے پرہیز کیا جائے۔

2. افطاری کی محفلوں میں غیبت سے پرہیز کیا جائے۔

3. مراسمِ افطاری میں ناجائز مذاق سے اجتناب کیا جائے۔

http://www.abna.ir/urdu/service/grand-ayatollah/archive/2014/07/08/622433/story.html

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)

www.facebook.com/madrasatulqaaim

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

کھانا کھانے کے چند احکام

۱۔ بھرے پیٹ پر کھانا کھانا، بہت زیادہ کھانا اور گرم کھانا مکروہ یا مذموم ہے۔

۲۔ اگر مختلف کھانے دسترخوان پر ہوں تو اُن میں سے ہر ایک ڈش سے کھانے سے پہلے بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھنا مستحب ہے۔

۳۔ دسترخوان پر زیادہ دیر بیٹھنا مستحب/بہتر ہے۔

۴۔ دن اور رات کی ابتداء میں کھانا کھانا مستحب یا بہتر ہے۔

۵۔ بہتر ہے کہ دوپہر اور آدھی رات کے قریب کھانا نہ کھایا جائے۔۔

(توضیح المسائل۔آیت اللہ العظمٰی سیستانی۔مسئلہ 2599)

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

کھانا کھانے سے پہلے!!

امام جعفر صادق علیہ السّلام سے منقول ہے

جو مسلمان کھانا کھائے
اور لقمہ اُٹھاتے وقت یہ الفاظ کہے:
بِسم اللہ وَالحَمدُ لِلّٰہِ رَبِّ العَلَمِین
تو لقمہ اُس کے منہ میں پہنچنے سے پہلے
خدائے تعالیٰ اُس کے گناہوں کو بخش دے گا۔

(تہذیب الاسلام۔ علامہ مجلسیؒ)

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
www.facebook.com/madrasatulqaaim
+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

زیادہ کھانے کے نقصانات

حضرت لقمانؑ نے اپنے بیٹے کو نصیحت کرتے ہوئے فرمایا:

اے نورِ نظر! اگر پیٹ (خوب) بھرا ہو تو قوّتِ فکر سو جاتی ہے
حکمت و دانائی کُند ہو جاتی ہے
اور اعضاء و جوارح عبادت کے لئے آمادہ نہیں رہتے۔
بیٹا! شکم سیری کی صورت میں عبرت کی نگاہ کام نہیں کرتی
زبان حکمت سے آشنا نہیں رہتی
اور عبادت میں دشواری ہوتی ہے۔

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
مدرسۃ القائم

(گفتارِ انبیاءؑ۔ آقائے محمد مہدی تاج لنگرودی)

www.facebook.com/madrasatulqaaim

+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

حضرت رسولِ خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا

زیادہ کھانے سے بچتے رہو کیونکہ زیادہ کھانا
دل کو سخت ، اعضاء و جوارح کو اطاعت کی ادائیگی میں سُست
اور کانوں کو وعظ و نصیحت سُننے سے بہرا کر دیتا ہے۔۔

(میزان الحکمۃ منتخب 251)

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)

+923332136992 facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

پُرخوری کی مذمّت

حضرت محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا

اگر کسی گھر کے رہنے والے کم خوراک ہوں تو وہ گھر نورانی ہوجاتا ہے۔۔ (المعجم الاوسط ص 229)

امیرالمومنین امام علی علیہ السلام نے فرمایا

عقلمند کیلئے ضروری ہے کہ کھانے کی لذّت و مٹھاس کے وقت دوا کی تلخی و کڑواہٹ کو یاد رکھے۔۔ (شرح نہج البلاغہ ص 272)

حضرت لقمان علیہ السلام نے فرمایا

جسکی خوراک کم ہوتی ہے اسکی عمر زیادہ ہوتی ہے۔۔

(المواعظ العددیہ ص 71)

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
مدرسۃ القائم
www.facebook.com/madrasatulqaaim
+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim

افطار

زیادہ کھانے سے پرہیز کرو۔۔

حضرت عیسیٰؑ نے فرمایا

اے جنابِ یعقوبؑ کی اولاد! زیادہ کھانا نہ کھایا کرو
کیونکہ زیادہ کھانے والا زیادہ سوتا ہے
اور جو زیادہ سوتا ہے وہ بہت کم نماز پڑھتا ہے
اور جو شخص کم نماز پڑھتا ہے (خداوندِ عالم کے نزدیک)
اُسے غافل لوگوں میں شمار کیا جاتا ہے۔

(گفتارِ انبیاءؑ۔ آقائے محمد مہدی تاج لنگرودی)

MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
www.facebook.com/madrasatulqaaim
+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim

افطار
حضرت رسولِ خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا
اِسراف کی ایک قسم یہ بھی ہے کہ انسان ہر
اُس چیز کو کھائے جسے اُس کا
دل چاہے۔۔
(نہج الفصاحہ)
MADRASA-TUL-QAAIM (A.S.)
مدرسة القائم
www.facebook.com/madrasatulqaaim
+923332136992
facebook.com/madrasatulqaaim