

राइट बियॉन्ड बॉर्डर्स

— एक बहुभाषी साहित्यिक एवं बौद्धिक पत्रिका —

रमज़ान मुबारक

रमज़ान विशेषांक

सरवत परवेज़

प्रधान संपादक

खंड 1 | अंक 2 | फरवरी 2026

WriteBeyondBorders.com

रमज़ान अल-मुबारक – विशेष अंक

उर्दू संस्करण

ज्ञान • आध्यात्मिकता • साहित्य • विचार

सरवत परवेज़

प्रधान संपादक

खंड 1 | अंक 2 | रमज़ान 2026

WriteBeyondBorders.com

विषय-सूची – रमज़ान विशेषांक

संपादकीय – रमज़ान: आत्मा की जागृति का मौसम

लेख 1: रमज़ान की श्रेष्ठता और उसका आध्यात्मिक संदेश

लेख 2: कुरआन और रमज़ान का संबंध

लेख 3: रोज़ा – इबादत, सब्र और आत्म-जवाबदेही

लेख 4: स्वास्थ्य और रोज़ा – चिकित्सीय मार्गदर्शन

लेख 5: इफ्तार और सहरी की सुन्नतें

लेख 6: लैलतुल-कद्र – महानता और महत्व

लेख 7: महिलाएँ और रमज़ान

लेख 8: युवा पीढ़ी और रमज़ान

लेख 9: सामाजिक सद्भाव और मानवसेवा

लेख 10: विश्व के मुसलमानों में रमज़ान के रंग

लेख 11: उर्दू साहित्य में रमज़ान

लेख 12: चुनिंदा उद्धरण एवं शेर

विशेष लेख: उर्दू पत्रिकाओं का वैश्विक महत्त्व

दुआएँ और ज़िक्र

समापन संदेश

संपादकीय

रमज़ान: आत्मा की जागृति का मौसम

रमज़ान अल-मुबारक केवल एक महीना नहीं बल्कि एक सम्पूर्ण आध्यात्मिक प्रशिक्षण प्रणाली है जो इंसान को उसकी वास्तविक सत्ता से परिचित कराती है। यह महीना हमें याद दिलाता है कि इंसान केवल शरीर का नाम नहीं बल्कि आत्मा का भी धारक है, और इस आत्मा का भोजन ईश्वर की याद, इबादत और नैतिक पवित्रता है।

साल भर इंसान सांसारिक व्यस्तताओं, इच्छाओं और प्रतिस्पर्धा में इतना उलझ जाता है कि अपने अंतर्मन की आवाज़ सुनना भूल जाता है। रमज़ान इस शोर में शांति का एक ऐसा वातावरण प्रदान करता है जहाँ इंसान अपने आप से मिलता है। वह सोचता है: मैं कौन हूँ, कहाँ से आया हूँ और कहाँ जाना है।

रोज़ा इंसान को उसकी बुनियादी ज़रूरतों – खाने, पीने, इच्छाओं – से अस्थायी रूप से दूर करके यह एहसास दिलाता है कि असली ताकत अपने नफ़स को काबू में रखने में है, न कि इच्छाओं की पूर्ति में। इसीलिए रोज़ा महज़ एक शारीरिक इबादत नहीं बल्कि एक नैतिक और मनोवैज्ञानिक प्रशिक्षण भी है।

रमज़ान हमें सब्र सिखाता है। जब प्यास और भूख के बावजूद इंसान अल्लाह की रज़ा के लिए सहन करता है तो उसके भीतर इच्छाशक्ति पैदा होती है। यही शक्ति बाद में जीवन के हर क्षेत्र में सफलता का कारण बनती है।

यह महीना हमें दूसरों के दर्द को महसूस करना भी सिखाता है। जब हम भूख सहते हैं तो हमें उन लोगों की हालत का अंदाज़ा होता है जो साल भर भुखमरी के शिकार रहते हैं। इसी एहसास से उदारता, ज़कात और सदके का जज़बा जागता है।

रमज़ान दरअसल व्यक्ति और समाज दोनों की सुधार का ज़रिया है। अगर इस महीने के प्रभाव साल भर बरकरार रहें तो दुनिया में अत्याचार, अन्याय और नफ़रत की जगह मुहब्बत, हमदर्दी और अमन ले सकते हैं।

Write Beyond Borders का यह विशेष अंक इसी संदेश को आम करने की एक विनम्र कोशिश है – कि रमज़ान को केवल एक धार्मिक रस्म नहीं बल्कि एक वैश्विक नैतिक और मानवीय प्रशिक्षण प्रणाली के रूप में समझा जाए।

लेख 1

रमज़ान की श्रेष्ठता और उसका आध्यात्मिक संदेश

इस्लामी शिक्षाओं में रमज़ान अल-मुबारक को बेहद अहमियत हासिल है। कुरआन और हदीसों में इस महीने को रहमत, मग़फ़िरत और नजात का महीना करार दिया गया है। यह वह समय है जब बंदे और रब के बीच रिश्ता सबसे ज़्यादा मज़बूत हो जाता है।

रमज़ान की सबसे बड़ी फ़ज़ीलत यह है कि इसमें नेकियों का अज़्र कई गुना बढ़ा दिया जाता है। एक साधारण नेकी भी असाधारण सवाब का कारण बन सकती है। यही वजह है कि मुसलमान इस महीने में इबादत, ख़ैरात और खिदमत-ए-खल्क में बढ़-चढ़कर हिस्सा लेते हैं।

आध्यात्मिक दृष्टि से रमज़ान नवीनीकरण की एक प्रक्रिया है। जैसे ज़मीन बारिश के बाद हरी-भरी हो जाती है, वैसे ही इंसान का दिल इबादत के ज़रिये पाक और रोशन हो जाता है। इस महीने में शैतानी वसवसों की शिद्दत कम हो जाती है और इंसान को अपने नफ़स पर काबू पाने का बेहतरीन मौक़ा मिलता है।

रमज़ान हमें अल्लाह की नेमतों का एहसास भी दिलाता है। जब इंसान भूख और प्यास का तजुर्बा करता है तो उसे मामूली से मामूली नेमत की कद्र का अंदाज़ा होता है। पानी का एक घूँट भी उस वक़्त जन्नत की नेमत महसूस होता है।

यह महीना हमें वक़्त की कद्र भी सिखाता है। सहरी, इफ़तार, नमाज़ें और तरावीह – हर चीज़ एक नियम के साथ अदा होती है। यह नियम इंसान की ज़िंदगी में व्यवस्था और संतुलन पैदा करता है।

दरअसल रमज़ान एक ऐसा आध्यात्मिक सफर है जिसमें इंसान गुनाहों के अंधेरे से निकलकर तक़वे की रोशनी की तरफ बढ़ता है।

लेख 2

कुरआन और रमज़ान का संबंध

रमज़ान अल-मुबारक का सबसे बड़ा सम्मान यह है कि इसी महीने में कुरआन मजीद का नुज़ूल शुरू हुआ। अल्लाह ने खुद कुरआन में फ़रमाया:

"शहरु रमज़ाना अल्लज़ी उन्ज़िला फ़ीहिल कुरआन" (अल-बकरह: 185) – रमज़ान वह महीना है जिसमें कुरआन नाज़िल किया गया।

यह आयत रमज़ान और कुरआन के बीच एक चिरस्थायी रिश्ता कायम करती है। गोया रमज़ान कुरआन का महीना है और कुरआन रमज़ान की आत्मा। रोज़ा जिस्म को पाक करता है और कुरआन रूह को रोशन करता है। जब दोनों एक साथ हों तो इंसान के अंदर एक व्यापक तब्दीली पैदा होती है।

कुरआन का नुज़ूल और लैलतुल-क़द्र

कुरआन मजीद का नुज़ूल लैलतुल-क़द्र में शुरू हुआ, जो रमज़ान के आखिरी अशरे की एक बाबरकत रात है। यह वह रात है जिसे कुरआन ने 'हज़ार महीनों से बेहतर' करार दिया है। इस रात में इबादत, दुआ और तिलावत का अज़्र बेहद बढ़ जाता है।

रमज़ान – कुरआन से रिश्ते की तजदीद का महीना

रमज़ान में कुरआन की तिलावत का ख़ास इंतज़ाम किया जाता है। मस्जिदों में तरावीह के दौरान पूरा कुरआन सुनाया जाता है। यह महीना हमें याद दिलाता है कि कुरआन सिर्फ पढ़ने की किताब नहीं बल्कि ज़िंदगी जीने का दस्तूर है।

तदब्बुर और फ़हम-ए-कुरआन

कुरआन की असली रूह उसके मआनी पर गौर करने में है। महज़ तिलावत भी बाइस-ए-अज़्र है, मगर तदब्बुर इंसान की सोच को बदल देता है। रमज़ान इस गौर-ओ-फ़िक्र के लिए बेहतरीन वक़्त फ़राहम करता है।

कुरआन – रहमत, शिफ़ा और हिदायत

कुरआन को 'शिफ़ा' और 'रहमत' भी कहा गया है। इसकी तिलावत दिल को सुकून देती है, खौफ को कम करती है और उम्मीद पैदा करती है। यह किताब इंसान को अल्लाह से सीधे जोड़ती है।

निष्कर्ष

रमज़ान और कुरआन एक-दूसरे के बिना अधूरे हैं। रमज़ान हमें कुरआन की तरफ लौटने का मौक़ा देता है, और कुरआन हमें ज़िंदगी जीने का सही रास्ता दिखाता है।

लेख 3

रोज़ा – इबादत, सब्र और आत्म-जवाबदेही

रोज़ा इस्लाम के पाँच बुनियादी अरकान में से एक है और रमज़ान अल-मुबारक की सबसे नुमायाँ इबादत भी। अरबी में रोज़े को 'सौम' कहा जाता है, जिसके मआनी हैं 'रुक जाना' या 'बाज़ रहना'। शरीअत की इस्तिलाह में रोज़ा सुबह-ए-सादिक़ से गुरुब-ए-आफ़ताब तक खाने-पीने और दीगर इच्छाओं से अल्लाह की रज़ा के लिए रुक जाने का नाम है।

लेकिन हकीकत में रोज़ा महज़ भूख और प्यास बर्दाश्त करने का अमल नहीं, बल्कि एक व्यापक आध्यात्मिक, नैतिक और मनोवैज्ञानिक प्रशिक्षण है जो इंसान की पूरी शख़्सियत को सँवारने के लिए मुक़रर की गई है।

इबादत का सर्वोच्च दर्जा

रोज़ा एक ऐसी इबादत है जो ख़ालिस अल्लाह के लिए होती है। नमाज़, ज़कात और हज को दूसरे लोग देख सकते हैं, मगर रोज़ा एक पोशीदा इबादत है – इंसान तनहाई में भी रोज़ा तोड़ सकता है, मगर वह अल्लाह के ख़ौफ़ और मुहब्बत की वजह से ऐसा नहीं करता।

"रोज़ा मेरे लिए है और मैं ही इसका बदला दूँगा।" – हदीस-ए-कुदसी

सब्र की व्यावहारिक तालीम

रोज़ा सब्र का दर्स देता है। प्यास, भूख, थकान और जिस्मानी कमज़ोरी के बावजूद इंसान अपनी ज़िम्मेदारियाँ अदा करता है। सब्र के तीन दर्जे बयान किए जाते हैं:

- अल्लाह की इताअत पर सब्र
- गुनाह से बचने पर सब्र
- मुश्किलों पर सब्र

रोज़ा इन तीनों का मजमूआ है। रोज़ेदार न सिर्फ़ खाने-पीने से रुकता है बल्कि झूठ, गीबत, गुस्से और दीगर बुराइयों से भी बचने की कोशिश करता है।

नफ़स पर क़ाबू पाने की मशक़

इंसान की सबसे बड़ी आज़माइश उसका नफ़स है – इच्छाएँ, अहंकार, हसद और लालच इसी से पैदा होते हैं। रोज़ा इन इच्छाओं को कमज़ोर करता है और इंसान को अपने ऊपर नियंत्रण करना सिखाता है।

आत्म-जवाबदेही का मौक़ा

रमज़ान इंसान को अपनी ज़िंदगी का जायज़ा लेने का मौक़ा फ़राहम करता है। वह सोचता है कि इसने साल भर क्या किया, कहाँ ग़लती हुई और आगे कैसे बेहतर बन सकता है। यही आत्म-जवाबदेही असल रूहानी तरक्की का आगाज़ है।

दूसरों के दर्द का एहसास

रोज़ा हमें ग़रीबों और महरूम लोगों की हालत समझने का मौक़ा देता है। जब इंसान भूख-प्यास बर्दाश्त करता है तो उसे एहसास होता है कि दुनिया में कितने लोग ऐसे हैं जो मजबूरी से रोज़ भूखे रहते हैं। इसी एहसास से उदारता, ज़कात और सद्के का जज़्बा पैदा होता है।

निष्कर्ष

रोज़ा इबादत भी है, तालीम भी; सब्र भी है, इस्लाह भी; और आत्म-जवाबदेही का एक व्यापक निज़ाम भी। यह इंसान को ज़ाहिरी तौर पर भूखा रखकर बातिनी तौर पर मालामाल कर देता है।

लेख 4

स्वास्थ्य और रोज़ा – चिकित्सीय मार्गदर्शन

रमज़ान अल-मुबारक में रोज़ा रखना न सिर्फ़ एक अज़ीम इबादत है बल्कि इंसानी सेहत के लिए भी बेशुमार फ़ायदे रखता है। आधुनिक चिकित्सा अनुसंधान ने साबित किया है कि सही तरीके से रखा गया रोज़ा जिस्म को आराम, संतुलन और नवीनीकरण फ़राहम करता है।

जिस्म की कुदरती सफ़ाई (Detoxification)

रोज़े के दौरान जिस्म को कई घंटों तक खुराक नहीं मिलती, जिसके नतीजे में निज़ाम-ए-हज़म को आराम मिलता है। तहकीक के मुताबिक़ रोज़ा जिस्म में मौजूद फ़ाज़िल माददों और ज़हरीले अनासिर को खारिज करने में मदद देता है, जिससे जिगर, गुर्दे और निज़ाम-ए-खून बेहतर तरीके से काम करते हैं।

दिल और खून की सेहत

रोज़ा कोलेस्ट्रॉल की सतह को संतुलित करने में मददगार साबित हो सकता है। मुनासिब ग़िज़ा के साथ रोज़ा रखने से:

- खून में मुज़िर चर्बी कम हो सकती है
- ब्लड प्रेशर में बेहतरी आ सकती है
- दिल की बीमारियों का खतरा कम हो सकता है

ज़हनी सुकून और मनोवैज्ञानिक फ़ायदे

रोज़ा सिर्फ़ जिस्म नहीं बल्कि ज़हन को भी मुतास्सिर करता है। इबादत, ज़िक्र और कुरआन की तिलावत इंसान के ज़हन को सुकून फ़राहम करते हैं। भूख और प्यास के बावजूद ज़ब्त-ए-नफ़स की मशक़ इंसान में तहम्मूल और बर्दाश्त पैदा करती है।

वज़न में संतुलन

रोज़ा वज़न कम करने का कुदरती ज़रिया बन सकता है, बशर्ते कि इफ़्तार में ग़ैर-ज़रूरी चिकनाई और मीठे खानों से परहेज़ किया जाए। सेहतमंद तरीका यह है:

- इफ़्तार खजूर और पानी से किया जाए
- हल्की गिज़ा ली जाए
- वक्फ़े-वक्फ़े से खाया जाए
- रात को ज़्यादा खाने से परहेज़ किया जाए

सहरी की अहमियत

सहरी रोज़े की ताकत फ़राहम करती है और दिन भर तवानाई बरकरार रखने में मदद देती है। मुतवाज़िन सहरी में शामिल होना चाहिए: प्रोटीन (अंडे, दही, दालें), कार्बोहाइड्रेट (रोटी, दलिया), फल और सब्ज़ियाँ, और मुनासिब मात्रा में पानी।

किन लोगों को एहतियात करनी चाहिए?

अगरचे रोज़ा सेहतमंद अफ़राद के लिए फ़ायदेमंद है, मगर कुछ लोगों को डॉक्टर के मशवरे के बिना रोज़ा नहीं रखना चाहिए, जैसे:

- शदीद ज़ियाबेतीस के मरीज़
- दिल के पेचीदा अमराज़ वाले अफ़राद
- गुर्दी के मरीज़
- हामिला या दूध पिलाने वाली खवातीन (अगर कमज़ोरी हो)
- दाइमी बीमारियों के मरीज़

लेख 5

इफ़तार और सहरी की सुन्नतें

रमज़ान अल-मुबारक में सहरी और इफ़तार सिर्फ़ खाने के वक़्त नहीं बल्कि इबादत के अहम लम्हे हैं। इस्लाम ने इन दोनों वक़्तों को रुहानियत, बरकत और शुक्र के जज़्बात से जोड़ा है।

सहरी – बरकत वाली गिज़ा

सहरी रोज़े का आगाज़ है और इस्लाम में इसे इतिहाई अहमियत दी गई है।

"सहरी खाओ क्योंकि सहरी में बरकत है।" – (बुखारी, मुस्लिम)

सहरी न सिर्फ़ जिस्म को ऊर्जा फ़राहम करती है बल्कि इबादत के लिए कूव्वत भी देती है।

सहरी में ताख़ीर करना

नबी करीम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम की सुन्नत यह थी कि सहरी को आख़िरी वक़्त तक मुअख़्खर किया जाए, यानी फ़ज़ के करीब खाया जाए। इससे रोज़े का दुरानिया आसान हो जाता है।

सहरी का रुहानी पहलू

सहरी का वक़्त दुआ की क़बूलियत का वक़्त भी है क्योंकि यह रात का आख़िरी हिस्सा होता है। इस वक़्त अल्लाह बंदों के करीब होते हैं और दुआ क़बूल फ़रमाते हैं। इसलिए सहरी सिर्फ़ खाने तक महदूद नहीं बल्कि इस्तिग़फ़ार, ज़िक्र, दुआ और कुरआन की तिलावत के लिए बेहतरीन वक़्त है।

इफ़तार – शुक्र और रहमत का लम्हा

इफ़तार रोज़े की तकमील का ऐलान है। यह वह लम्हा है जब बंदा अल्लाह की रज़ा के लिए बर्दाश्त की गई भूख और प्यास के बाद उसकी नेमतों से फ़ैज़याब होता है।

"रोज़ेदार के लिए दो खुशियाँ हैं: एक इफ़तार के वक़्त और दूसरी अपने रब से मुलाक़ात के वक़्त।" – (बुखारी, मुस्लिम)

इफ़तार में जल्दी करना

नबी करीम सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम की सुन्नत यह थी कि सूरज गुरुब होते ही फ़ौरन इफ़तार किया जाए।

खजूर और पानी से इफ़तार

रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम उमूमन ताज़ी खजूर से इफ़तार फ़रमाते, अगर खजूर न होती तो खुश्क खजूर और अगर वह भी न हो तो पानी से इफ़तार करते। खजूर में कुदरती शक्कर होती है जो फ़ौरी ऊर्जा फ़राहम करती है।

दूसरों को इफ़तार कराना

"जिसने किसी रोज़ेदार को इफ़तार कराया, उसे भी उतना ही अज़्र मिलेगा जितना रोज़ेदार को, बिना इसके कि उसके अज़्र में कमी हो।"

लेख 6

लैलतुल-क़द्र – महानता और महत्त्व

लैलतुल-क़द्र (शब-ए-क़द्र) रमज़ान अल-मुबारक की सबसे बाबरकत और अज़ीम रात है। यह वह मुक़द्दस रात है जिसे अल्लाह ने हज़ार महीनों से बेहतर करार दिया है। इस एक रात की इबादत इंसान को ऐसी रूहानी बुलंदी अता कर सकती है जो आम हालात में दहाइयों की इबादत से भी हासिल नहीं होती।

कुरआन में लैलतुल-क़द्र

"लैलतुल क़द्रि ख़ैरुम मिन अल्फ़ि शहर" – शब-ए-क़द्र हज़ार महीनों से बेहतर है। (अल-क़द्र)

इस रात में की गई इबादत तक़रीबन 83 साल की इबादत से भी ज़्यादा अज़र रखती है। यह अल्लाह की तरफ से बंदों के लिए ग़ैर-मामूली रहमत और इनायत है।

कुरआन का नुज़ूल

"इन्ना अन्ज़ल्लनाहु फ़ी लैलतिल क़द्र" – बेशक हमने इसे (कुरआन को) शब-ए-क़द्र में नाज़िल किया।

फ़रिशतों का नुज़ूल

कुरआन के मुताबिक़ इस रात में फ़रिशते और रूह (हज़रत जिब्रईल अलैहिस्सलाम) ज़मीन पर नाज़िल होते हैं और बंदों के लिए रहमत, बरकत और सलामती के पैग़ामात लेकर आते हैं।

लैलतुल-क़द्र कब होती है?

रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम ने फ़रमाया कि शब-ए-क़द्र रमज़ान के आखिरी अशरे की ताक़ रातों में तलाश करो – 21वीं, 23वीं, 25वीं, 27वीं या 29वीं।

शब-ए-क़द्र की बेहतरीन दुआ

"अल्लाहुम्म इन्नका अफुव्वुन तुहिब्बुल अफ़वा फ़अफु अन्नी" – ऐ अल्लाह! तू माफ़ करने वाला है और माफ़ी को पसंद करता है, पस मुझे माफ़ फ़रमा।

लेख 7

महिलाएँ और रमज़ान

रमज़ान अल-मुबारक महिलाओं के लिए इबादत, ज़िम्मेदारी और रूहानी तरक्की का एक अनोखा संगम लेकर आता है। एक तरफ वे अपनी ज़ात की इस्लाह और अल्लाह से रिश्ता मज़बूत करने की कोशिश करती हैं, और दूसरी तरफ पूरे घर के निज़ाम को सँभालने की ज़िम्मेदारी भी उन्हीं के कंधों पर होती है।

घर की आत्मा – महिलाओं का किरदार

रमज़ान के बाबरकत माहौल को घर में कायम रखने में महिलाओं का बुनियादी किरदार होता है। सहरी और इफ़तार की तैयारी, घर की सफ़ाई, बच्चों की तरबियत और मेहमाँ-नवाज़ी – ये सब ज़िम्मेदारियाँ उमूमन महिलाएँ ही अदा करती हैं। अगर महिलाएँ चाहें तो पूरे घर को इबादतगाह में तब्दील कर सकती हैं।

इबादत और मसरूफ़ियात का तवाज़ुन

इस्लाम ने नियत को असल बुनियाद करार दिया है। घर के काम अल्लाह की रज़ा के लिए करना, बच्चों की तरबियत को इबादत समझना, खानदान की ख़िदमत को नेकी जानना – ये सब आमाल भी अज़्र का बाइस बनते हैं।

माहवारी के दिनों में इबादत

इस्लाम ने महिलाओं के लिए आसानी रखी है। माहवारी के दौरान नमाज़ और रोज़ा माफ़ हैं, मगर इबादत के दीगर दरवाज़े खुले रहते हैं: ज़िक्र-ओ-तस्बीह, दुरूद शरीफ, दुआ, कुरआन सुनना, इस्लामी किताबों का मुतालआ, ख़ैरात और ख़िदमत।

बच्चों की तरबियत

रमज़ान बच्चों को इस्लामी तालीमात सिखाने का बेहतरीन मौका है। महिलाएँ बच्चों को रोज़े की अहमियत, नमाज़ की आदत, ख़ैरात और हमदर्दी, और कुरआन से मुहब्बत सिखा सकती हैं।

निष्कर्ष

रमज़ान महिलाओं के लिए सिर्फ़ इबादत का महीना नहीं बल्कि ख़िदमत, सब्र और तरबियत का एक व्यापक निज़ाम है। अगर महिलाएँ इस महीने को शऊर और इख़लास के साथ गुज़ारें तो वे न सिर्फ़ खुद बल्कि अपने घर और समाज को भी बदल सकती हैं।

लेख 8

युवा पीढ़ी और रमज़ान

रमज़ान अल-मुबारक नौजवानों के लिए रूहानी बेदारी, किरदारसाज़ी और ज़िंदगी की सम्त दुरुस्त करने का बेहतरीन मौक़ा फ़राहम करता है। जवानी इंसान की ज़िंदगी का सबसे ताक़तवर और हस्सास दौर होता है – यही वह वक़्त है जब आदतें बनती हैं, शख़्सियत तशकील पाती है और मुस्तक़बिल की बुनियाद रखी जाती है।

ऊर्जा को सकारात्मक दिशा देना

नौजवान फ़ित्री तौर पर ऊर्जा, जोश और ज़ब्बे से भरपूर होते हैं। अगर यह ऊर्जा दुरुस्त सम्त में इस्तेमाल न हो तो बे-मक़सद सरगर्मियों में ज़ाया हो सकती है। रमज़ान इस ऊर्जा को इबादत, इल्म और ख़िदमत की तरफ मोड़ने का बेहतरीन ज़रिया है।

नमाज़ और रूहानी तअल्लुक़

रमज़ान में मस्जिदें नौजवानों से आबाद हो जाती हैं, ख़ुसूसन तरावीह के वक़्त। इज्तिमाई इबादत नौजवानों में दीनी शऊर, निज़ाम और भाईचारा पैदा करती है।

कुरआन से दोस्ती

रमज़ान कुरआन का महीना है, और नौजवानों के लिए कुरआन से तअल्लुक़ कायम करने का यह बेहतरीन वक़्त है। रोज़ाना थोड़ी तिलावत, तर्जुमा और मफ़हूम समझना, दीनी लेक्चर सुनना – ये सब नौजवान के ज़हन और फ़िक्र को मुसबत बनाते हैं।

आधुनिक दौर की आज़माइशें

आज के नौजवान सोशल मीडिया, वीडियो गेम्स और डिजिटल दुनिया में गहरे तौर पर मशगूल हैं। रमज़ान उन्हें मौक़ा देता है कि वे इन सरगर्मियों को महदूद करके खुद को बेहतर बनाएँ।

नौजवान – भविष्य के निर्माता

आज के नौजवान कल के रहनुमा हैं। अगर वे रूहानी और अखलाकी बुनियादों पर मज़बूत होंगे तो समाज भी मज़बूत होगा। रमज़ान उनकी शख्सियत को मुसबत सम्त देने का एक व्यापक तरबियती प्रोग्राम है।

लेख 9

सामाजिक सद्भाव और मानवसेवा

रमज़ान अल-मुबारक सिर्फ इफ़िरादी इबादत का महीना नहीं बल्कि इज्तिमाई इस्लाह और सामूहिक जागरूकता का भी ज़माना है। इस्लाम की तालीमात में इबादत और खिदमत-ए-खल्क को एक-दूसरे से जुदा नहीं समझा गया – बल्कि दोनों मिलकर एक मुकम्मल इस्लामी तर्ज-ए-ज़िंदगी तशकील देते हैं।

रमज़ान – हमदर्दी और इत्तिहाद का महीना

रोज़ा इंसान को भूख और प्यास का तजुर्बा करवाकर दूसरों के दर्द को महसूस करना सिखाता है। रमज़ान में अमीर और ग़रीब, बड़े और छोटे, सब एक ही वक़्त पर रोज़ा रखते और इफ़तार करते हैं। यह अमल समाज में मुसावात और भाईचारे का एहसास पैदा करता है।

इफ़तार की इज्तिमाई रिवायत

दुनिया भर में रमज़ान के दौरान इज्तिमाई इफ़तार का इंतज़ाम किया जाता है। किसी रोज़ेदार को इफ़तार कराना न सिर्फ़ बड़ी नेकी है बल्कि इज्तिमाई रवाबित को भी मज़बूत करता है।

ज़कात और सदक़ात – मआशी तवाज़ुन

रमज़ान में ज़कात और सदक़ात की अदायगी का रुज़ान बढ़ जाता है। इस्लाम ने ज़कात के ज़रिये दौलत की मुंसफ़ाना तक़सीम का निज़ाम कायम किया है तांकि समाज में ग़रीबी कम हो।

नफ़रत से मुहब्बत की तरफ

रमज़ान इंसान के अंदर की सख्ती को नरम करता है। रोज़ेदार को सिखाया जाता है: झगड़े से बचो, गुस्सा कंट्रोल करो, बदला न लो, माफ़ करो। अगर ये तालीमात साल भर जारी रहें तो समाज में अमन और इस्तिहकाम पैदा हो सकता है।

निष्कर्ष

रमज़ान इज्तिमाई हम-आहंगी का एक व्यापक निज़ाम है जो इंसान को खुदगर्ज़ी से निकालकर दूसरों की खिदमत की तरफ ले जाता है।

लेख 10

विश्व के मुसलमानों में रमज़ान के रंग

रमज़ान अल-मुबारक पूरी दुनिया के मुसलमानों को एक मुश्तरक रूहानी फ़ज़ा में जोड़ देता है। अगरचे मुख्तलिफ़ मुमालिक, तहज़ीबों और रिवायतों में फ़र्क पाया जाता है, मगर इबादत, रोज़ा, कुरआन और अल्लाह की रज़ा का जज़्बा हर जगह यकसाँ होता है।

अरब दुनिया – रूहानियत और रिवायती शान

सऊदी अरब, UAE, क़तर और दीगर अरब मुमालिक में रमज़ान नहायत रूहानी माहौल में गुज़रता है। मस्जिदें, ख़ुसूसन मक्का मुकर्रमा और मदीना मुनव्वरा में, लाखों अफ़राद तरावीह और क्रियाम-उल-लैल में शरीक होते हैं।

बर-ए-सगीर – अक़ीदत और सांस्कृतिक रंग

पाकिस्तान, भारत और बांग्लादेश में रमज़ान मज़हबी जोश के साथ सांस्कृतिक रंग भी लिए होता है। इफ़तार में समोसे, पकौड़े, फ़ूट चाट और शरबत जैसी रिवायती गिज़ाएँ शामिल होती हैं।

तुर्की और मध्य एशिया – तारीख और रिवायत

तुर्की में रमज़ान उस्मानी दौर की याद ताज़ा करता है। मस्जिदों को ख़ूबसूरत रोशनियों से सजाया जाता है। सहरी के वक़्त ढोल बजाकर लोगों को जगाने की रिवायत आज भी कई इलाक़ों में मौजूद है।

अफ़्रीका – सादगी और इज़्तिमाई ज़िंदगी

मिस्र, मोरक्को, नाइजीरिया और दीगर अफ़्रीकी मुमालिक में रमज़ान इज़्तिमाई अंदाज़ में मनाया जाता है। मिस्र में 'फ़ानूस-ए-रमज़ान' (रमज़ान लालटेन) एक मशहूर अलामत है।

यूरोप और उत्तरी अमेरिका – चुनौती और इस्तिक़ामत

मग़रिबी मुमालिक में मुसलमान अक़लियत में होने के बावजूद रमज़ान को भरपूर तरीके से मनाते हैं। तवील रोज़े एक बड़ी चुनौती होते हैं, मगर ईमान और अज़म के साथ मुसलमान अपनी इबादात जारी रखते हैं।

जनोब-मशरिकी एशिया – खुशी और इज्जिमाई रूह

इंडोनेशिया, मलेशिया और ब्रूनेई में रमज़ान एक तयोहार की तरह मनाया जाता है। इंडोनेशिया में रमज़ान के इख़ितताम पर 'मुदिक' नामी रिवायत के तहत लोग अपने आबाई इलाकों में वापस जाकर खानदान के साथ ईद मनाते हैं।

निष्कर्ष

रमज़ान पूरी दुनिया के मुसलमानों को एक ऐसी लड़ी में पिरो देता है जो सरहदों, ज़बानों और तहज़ीबों से बालातर है। यह महीना हमें याद दिलाता है कि हम एक उम्मत हैं – एक मक़सद, एक किताब और एक रब के मानने वाले।

लेख 11

उर्दू साहित्य में रमज़ान

रमज़ान अल-मुबारक उर्दू अदब में हमेशा से एक मुक़द्दस, रूहानी और जज़्बाती मौजू के तौर पर नुमायाँ रहा है। उर्दू शायरी और नस्र में इस महीने को महज़ इबादात के हवाले से नहीं बल्कि इंसानी एहसासात, इज्तिमाई ज़िंदगी, अखलाकी क़द्रों और रूहानी कैफ़ियत के एक जामे मंज़रनामे के तौर पर पेश किया गया है।

कलासिकी शायरी में रमज़ान

क़दीम उर्दू शायरों ने रमज़ान को तक्वा, ज़ब्त-ए-नफ़्स और रूहानियत की अलामत के तौर पर बयान किया है। मस्जिद की रौनक, सहर की खामोशी, इफ़्तार की खुशी और शब-बेदारी की कैफ़ियत – ये सब अनासिर कलासिकी शायरी में बार-बार नज़र आते हैं।

जदीद शायरी में रमज़ान

जदीद उर्दू शायरी में रमज़ान को सिर्फ़ मज़हबी रस्म के तौर पर नहीं बल्कि एक अखलाकी और समाजी तरबियत के निज़ाम के तौर पर भी देखा गया है। कुछ शुअरा ने रोज़े को ग़रीबों के दुख को महसूस करने का ज़रिया करार दिया।

नस्र में रमज़ान

उर्दू नस्र में रमज़ान की घरेलू और इज्तिमाई फ़ज़ा का ख़ूबसूरत नक़शा मिलता है। इफ़्तार की तैयारी, बच्चों की खुशी, बाज़ारों की रौनक, मस्जिदों की आबादकारी और शब-ए-क़द्र की रूहानियत – ये सब मौजू उर्दू अफ़साना-निगारों के पसंदीदा रहे हैं।

सूफ़ियाना अदब में रमज़ान

सूफ़ी शायरों ने रमज़ान को रूह की पाकीज़गी और अल्लाह से कुर्ब के सफर के तौर पर पेश किया है। सहरी को बेदारी-ए-दिल, इफ़्तार को रूह की तसकीन और शब-ए-क़द्र को विसाल-ए-इलाही की अलामत के तौर पर बयान किया गया है।

निष्कर्ष

रमज़ान उर्दू अदब में एक ज़िंदा और मुतहरिक मौजू है जो रूहानियत, अखलाकियात, मुआशरत और इंसानी जज़्बात के मुख्तलिफ़ पहलुओं को अपने अंदर समेटे हुए है।

लेख 12

चुनिंदा उद्धरण एवं शेर

बुजुर्गान-ए-दीन के अक़वाल

हज़रत अली (रज़ियल्लाहु अन्हु):

"रोज़ा सिर्फ़ खाने और पीने से रुकने का नाम नहीं, बल्कि झूठ, गुनाह और फुज़ूल बातों से बचने का भी नाम है।"

इमाम ग़ज़ाली:

"रोज़े का मक़सद नफ़्स को कमज़ोर और रूह को मज़बूत करना है, ताकि इंसान अल्लाह के करीब हो सके।"

उलमा और मुफ़क्किरीन के इक़तिबासात

अल्लामा मुहम्मद इक़बाल:

"रोज़ा इंसान को आज़ादी सिखाता है – इच्छाओं की गुलामी से आज़ादी, नफ़्स की कैद से आज़ादी और दुनिया की कशिश से आज़ादी।"

अहादीस-ए-मुबारका के इक़तिबासात

रसूलुल्लाह सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम:

"जब रमज़ान आता है तो जन्नत के दरवाज़े खोल दिए जाते हैं, जहन्नम के दरवाज़े बंद कर दिए जाते हैं और शयातीन को जकड़ दिया जाता है।" – (बुखारी, मुस्लिम)

"जिसने ईमान और एहतिसाब के साथ रोज़ा रखा उसके पिछले गुनाह माफ़ कर दिए जाते हैं।"

उर्दू शायरी में रमज़ान

भूख-प्यास की शिद्दत में भी जो सब्र कर गया वही तो कुर्ब-ए-खुदा के सफर पर
गामज़न हुआ

सहर की खामोशी में दिल को जो सुकून मिला वह किसी दुनियावी शोर में मुमकिन न
था

शब-ए-क़द्र की रात में आँसू जो बह गए लगा कि बरसों का बोझ उतर गया दिल से

विशेष लेख

उर्दू पत्रिकाओं का वैश्विक महत्त्व

आज के तेज़ रफ़्तार और ग्लोबलाइज़्ड दौर में ज़बानें और तहज़ीबें मुसलसल तब्दीली के अमल से गुज़र रही हैं। ऐसे माहौल में उर्दू मजल्लात न सिर्फ़ अदबी इज़हार का ज़रिया हैं बल्कि तहज़ीबी शनाख्त, फ़िक्री रहनुमाई और वैश्विक स्तर पर सांस्कृतिक संपर्क का एक मुअस्सर पुल भी हैं।

ज़बान और तहज़ीब के मुहाफ़िज़

उर्दू ज़बान बर-ए-सगीर की मुश्तरक तहज़ीबी विरासत है, मगर इसके बोलने वाले दुनिया के मुख्तलिफ़ मुमालिक में आबाद हैं। उर्दू मजल्लात इस ज़बान को ज़िंदा रखने और नई नस्ल तक मुंतक़िल करने में बुनियादी किरदार अदा करते हैं।

तख़लीक़ी सलाहियतों का प्लेटफ़ॉर्म

उर्दू मजल्लात नए लिखने वालों, शायरों और दानिशवरों को अपनी सलाहियतें पेश करने का मौक़ा फ़राहम करते हैं। बहुत से मशहूर अदीबों और शायरों ने अपनी अदबी ज़िंदगी का आगाज़ इन्हीं मजल्लात से किया।

डिजिटल दौर में उर्दू मजल्लात

इंटरनेट और सोशल मीडिया के दौर में उर्दू मजल्लात ने भी खुद को जदीद तक्काज़ों के मुताबिक़ ढाल लिया है। ऑनलाइन एडीशन, मोबाइल ऐप्स और डिजिटल प्लेटफ़ॉर्मों के ज़रिये अब ये दुनिया के हर कोने में आसानी से दस्तयाब हैं।

निष्कर्ष

उर्दू मजल्लात सिर्फ़ मत्बूआत नहीं बल्कि एक ज़िंदा तहज़ीबी विरासत हैं। ये ज़बान को महफूज़ रखते हैं, तख़लीक़ी इज़हार को फ़रोग देते हैं, वैश्विक उर्दू कम्युनिटी को जोड़ते हैं और फ़िक्री रहनुमाई फ़राहम करते हैं।

दुआएँ और ज़िक्र

रमज़ान अल-मुबारक दुआ, ज़िक्र और अल्लाह से कुर्ब हासिल करने का सबसे बाबरकत ज़माना है। इस्लामी तालीमात के मुताबिक़ दुआ इबादत का मरज़ है, और रमज़ान में इसकी अहमियत कई गुना बढ़ जाती है।

दुआ की क़बूलियत के औक़ात

- सहरी का वक़्त (तहज्जुद के बाद)
- इफ़्तार से पहले के लम्हात
- हालत-ए-रोज़ा
- तरावीह और क़ियाम-उल-लैल के बाद
- लैलतुल-क़द्र

इफ़्तार की दुआ

"अल्लाहुम्म इन्नी लका सुम्तु वबिका आमन्तु व अलैका तवक्कलतु व अला रिज़्कका अफ़तरतु" – ऐ अल्लाह! मैंने तेरे लिए रोज़ा रखा, तुझ पर ईमान लाया, तुझ पर भरोसा किया और तेरे रिज़्क से इफ़्तार किया।

ज़िक्र – दिल का सुकून

मुस्तहब अज़कार:

- सुब्हान अल्लाह
- अल्हम्दुलिल्लाह
- अल्लाहु अकबर
- ला इलाह इल्लल्लाह
- इस्तिग़फ़ार (अस्तग़फ़िरुल्लाह)

- दुरूद शरीफ़

शब-ए-क़द्र की ख़ुसूसी दुआ

"अल्लाहुम्म इन्नका अफ़ुव्वुन तुहिब्बुल अफ़वा फ़अफ़ु अन्नी" – ऐ अल्लाह! तू माफ़ करने वाला है और माफ़ी को पसंद करता है, पस मुझे माफ़ फ़रमा।

इज्तिमाई दुआ और ख़ैर-ख़वाही

रमज़ान हमें दूसरों के लिए दुआ करने की भी तरगीब देता है। जब इंसान दूसरों के लिए ख़ैर माँगता है तो फ़रिश्ते उसके लिए भी वही दुआ करते हैं।

समापन संदेश

रमज़ान अल-मुबारक का महीना अपने इख़्तिताम की तरफ बढ़ते हुए हमें एक गहरा सवाल दे जाता है:

"क्या हम वही इंसान हैं जो इस महीने की शुरूआत में थे, या हम में कोई तब्दीली आई है?"

यह महीना सिर्फ चंद्र दिनों की इबादत का नाम नहीं बल्कि एक मुकम्मल तरबियती निज़ाम है – ऐसा निज़ाम जो इंसान को खुद-शनासी, सब्र, शुक्र, हमदर्दी और तक़वा सिखाता है।

रमज़ान – एक नई शुरूआत

रमज़ान हमें गुनाहों से दूर होने और अल्लाह की तरफ लौटने का मौक़ा देता है। यह एक ऐसा दरवाज़ा है जो उम्मीद, माफ़ी और नई ज़िंदगी की तरफ खुलता है।

दिल की पाकीज़गी और इंसानियत

रमज़ान हमें सिखाता है कि हकीकी कामयाबी दूसरों पर बरतरी हासिल करने में नहीं बल्कि अपने नफ़स पर काबू पाने में है।

कुरआन से तअल्लुक़ बरकरार रखें

रमज़ान कुरआन से तअल्लुक़ को मज़बूत करने का महीना है। इस तअल्लुक़ को साल भर बरकरार रखना ज़रूरी है, क्योंकि यही किताब ज़िंदगी के हर मरहले में रहनुमाई फ़राहम करती है।

उम्मीद का पैग़ाम

अगर किसी से ग़लतियाँ हो गई हों तो मायूस न हों – अल्लाह की रहमत बहुत वसीअ है। रमज़ान हमें यही उम्मीद देकर जाता है कि तौबह का दरवाज़ा हमेशा खुला है।

Write Beyond Borders का पैग़ाम

Write Beyond Borders का यह खुसूसी रमज़ान अंक इसी मक़सद के लिए पेश किया गया है कि इल्म, रूहानियत और इंसानियत के पैग़ाम को सरहदों से मावरा होकर आम किया जाए।

हम उम्मीद करते हैं कि ये तहरीरें कारईन के दिलों में मुसबत तब्दीली, सोच की गहराई और रूहानी बेदारी पैदा करेंगी।

आखिरी दुआ

अल्लाह तआला हमें रमज़ान की बरकतों को साल भर कायम रखने की तौफ़ीक़ अता फ़रमाए, हमारे रोज़े, इबादात और दुआएँ क़बूल फ़रमाए और हमें एक बेहतर इंसान और एक बेहतर समाज बनाने की तौफ़ीक़ दे। आमीन।

दुआ में याद रखें। – सरवत परवेज़, प्रधान संपादक

विशेष परिशिष्ट

कुरआन और आधुनिक विज्ञान – तथ्यों की सामंजस्यता

लेखक: सरवत परवेज़

विषय-सूची

भाग एक: प्रस्तावना

1. भूमिका
2. कुरआन और ज्ञान का संबंध
3. वही और अक्ल की सामंजस्यता
4. वैज्ञानिक प्रगति और कुरआन की भविष्यवाणियाँ

भाग दो: खगोलशास्त्र और ब्रह्मांड

5. ब्रह्मांड की उत्पत्ति – बिग बैंग
6. ब्रह्मांड का विस्तार
7. वायुमंडल की परतें
8. पृथ्वी की गोलाकार संरचना
9. पृथ्वी की गति

भाग तीन: भूविज्ञान और प्रकृति के रहस्य

10. पहाड़ों की भूमिका – खूँटे के रूप में
11. जल चक्र – वर्षा

12. भ्रूण विज्ञान – माँ के गर्भ में सृजन
13. DNA और शुक्राणु का उल्लेख
14. मिट्टी से इंसान का बनना

भाग चार: समुद्र और पर्यावरण

15. दो समुद्रों के बीच अवरोध
16. गहरे समुद्र का अंधेरा और आंतरिक लहरें
17. पवन तंत्र और बादलों के प्रकार
18. पारिस्थितिक संतुलन
19. मधुमक्खी और वही
20. पक्षियों की उड़ान और व्यवस्था

भाग पाँच: भविष्य के संकेत और वैज्ञानिक भविष्यवाणियाँ

21. लोहा अंतरिक्ष से आया
22. इंटरनेट और तत्काल संचार
23. पृथ्वी के अंत के संकेत

भाग छह: निष्कर्ष

24. कुरआन – मार्गदर्शन और ज्ञान की किताब
25. कुरआन और आधुनिक विज्ञान – एक सामंजस्यपूर्ण रिश्ता

भाग एक: प्रस्तावना

भूमिका

इंसानियत की तारीख इल्म और जुस्तजू की तारीख है। जब से इंसान ने शऊर की आँख खोली, वह कायनात, ज़मीन, आसमान और अपनी ज़ात के असरार जानने की कोशिश करता रहा। मुख्तलिफ़ तहज़ीबों ने अपने-अपने दौर में इल्म को आगे बढ़ाया, लेकिन वक़्त के साथ यह हकीकत सामने आई कि इंसानी अक़ल अपनी महदूदियत के बाइस हकीकत-ए-मुतलक तक रसाईं हासिल नहीं कर सकती।

इसी मक़ाम पर वहई-ए-इलाही इंसान को रोशनी फ़राहम करती है। कुरआन मजीद, जो आखिरी आसमानी किताब है, न सिर्फ़ हिदायत और रुहानी रहनुमाई का सरचशमा है बल्कि इल्म-ओ-तहकीक के लिए भी एक ऐसा मनहज़ फ़राहम करता है जो अक़ल-ओ-फ़िन्नत से हम-आहंग है।

कुरआन और ज्ञान का संबंध

कुरआन करीम बारहा इंसान को ग़ौर-ओ-फ़िन्न की दावत देता है:

"क्या ये लोग ज़मीन में नहीं चलते-फिरते ताकि उनके दिल समझते और कान सुनते?"
— (अल-हज्ज: 46)

यह इस बात की दलील है कि कुरआन महज़ इबादात की किताब नहीं बल्कि एक इल्मी-ओ-वैज्ञानिक नुक्ता-ए-नज़र भी रखता है।

वह्ी और अक़ल की सामंजस्यता

अक़ल और वह्ी को बाज़ फ़लसफ़ियाना मकातिब-ए-फ़िन्न ने एक-दूसरे का मुख्तलिफ़ करार दिया, लेकिन कुरआन में दोनों एक-दूसरे के 'कम्प्लीमेंट' हैं। अक़ल, वह्ी के बताए गए हक़ाइक की तसदीक करती है। वह्ी, अक़ल की रहनुमाई करती है कि वह हदूद से तजावुज़ न करे।

वैज्ञानिक प्रगति और कुरआन की भविष्यवाणियाँ

कुरआन ने चौदह सौ साल पहले ऐसे हक़ाइक बयान किए जिन्हें उस वक़्त का इंसान नहीं जान सकता था, लेकिन आज की विज्ञान उनकी तसदीक कर रही है:

- कायनात की इब्तिदा: 'आसमान और ज़मीन जुड़े हुए थे, फिर हमने उन्हें जुदा किया' (अल-अंबिया: 30) → बिग बैंग थ्योरी

यह किताब WriteBeyondBorders.com पर या Amazon पर 'Sarwat Parvez' सर्च करके खरीदी जा सकती है। आपका सहयोग और मदद बहुत कद्र की नज़र से देखी जाएगी। शुक्रिया।