

30.00

# मरयाम

अली <sup>अ.</sup>  
जिंदा हैं...

रोज़ा  
अलग-अलग  
मुलकों में

शादी का मक़सद

शबे क़द्र

रमज़ान में  
खान-पान

इश्म का रोज़ा

Ramzan 1431  
Aug-Sep 2010



Special Thanks To

# **GULSHAN**

**MEHANDI & HERBALS**

**Mohtarma "GULSHAN"**  
44, Ganesh Niwas,  
Shamla Hills Road,  
Near; AAKASHWANI  
BHOPAL ( MP )  
0755-4224261

**IRFAN ALI PRADHAN**  
403 & 404, A Block,  
REGALIA HEIGHTS, Ahmadabad Palace Road,  
KOHE-FIZA, BHOPAL ( M.P.) 462001.  
INDIA.  
+919893030792, +917554220261



तारीफ़ उस खुदा के लिए जो हम से मुहब्बत करता है हालांकि उसे हमारी कोई ज़रूरत नहीं है। वह हमें इस तरह बर्दाश्त करता है जैसे हमने गुनाह ही न किये हों। मेरा पालने वाला सब से ज़्यादा तारीफ़ का हक़दार है।

मैं उसके अलावा किसी और को नहीं पुकारता हूँ क्योंकि दूसरे सब मेरी ज़रूरतों को पूरा ही नहीं करते।

परवरदिगारा! तूने अपनी किताब में फ़रमाया है कि हम उनको माफ़ कर दें जिन्होंने हम पर जुल्म क्या है, हमने भी अपने नफ़स और अपने ऊपर जुल्म किया है, तू हमें माफ़ करदे क्योंकि तू हम से ज़्यादा इसका हक़दार है।

और तूने हुक्म दिया है कि हम अपने दरवाज़े से किसी सवाल करने और माँगने वाले को खाली हाथ वापस न करें, आज हम तेरे दरवाज़े पर आए हैं तो हमें भी हमारी हाजतों और दुआओं को पूरा किए बिना वापस न करना!

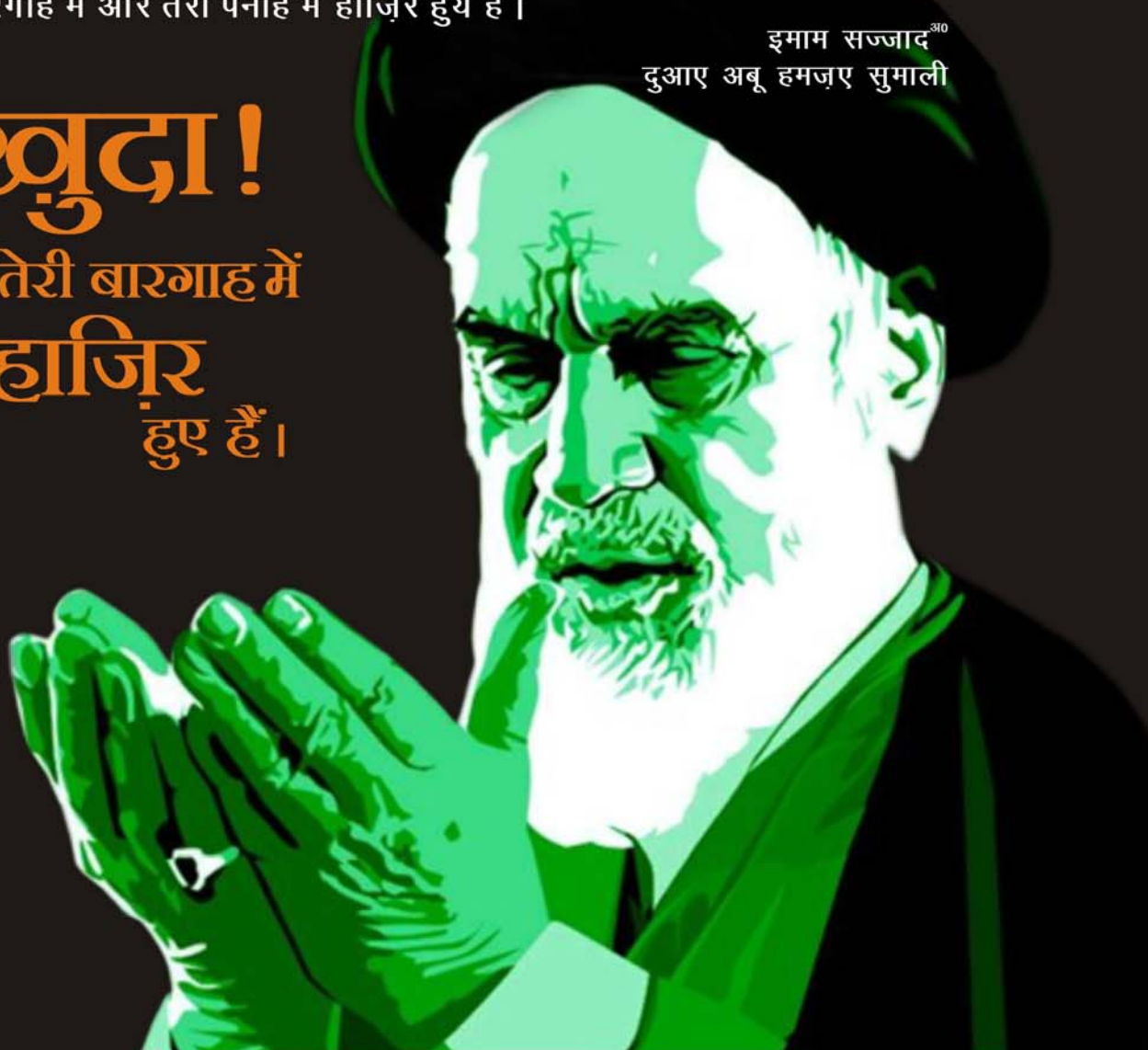
तूने हुक्म दिया है कि अपने गुलामों और नौकरों से नेक बर्ताव करें, हम भी तो तेरे बन्दे हैं। अब तू भी हमें जहन्नम से आज़ाद कर दे!

ऐ तकलीफ़ों में पनाह देने वाले और सख़्तियों में फ़रयाद को पहुचने वाले! हम तेरी बारगाह में और तेरी पनाह में हाज़िर हुये हैं।

इमाम सज्जाद<sup>अ०</sup>  
दुआए अबू हमज़ए सुमाली

# ऐ खुदा!

हम तेरी बारगाह में  
हाज़िर  
हुए हैं।



Monthly Magazine

# मरयाम

Vol-1 | Issue-1 | August-November 2010

## MARYAM

### Chief Editor

S. Mohd. Hasan Naqvi

### Editorial Board

Mohd. Fayyaz Baqir  
Akhtar Abbas Jaun  
Qamar Mehdi  
Ali Zafar Zaidi

### Managing Editor

Abbas Asghar Shabrez

### Executive Editor

Fasahat Husain

### Assist. Exec. Editor

Mohd. Aqeel Zaidi

### Contributors

Haider Abbas Rizvi  
Baqir Kazmi  
Azmi Rizvi  
Fatima

### Graphic Designer



Siraj Abidi

### Typist

Sufyan Ahmad  
Tausif Qambar

### इस महीने आप पढ़ेंगी...

ऐ खुदा! हम तेरी बारगाह...	3
रोज़ा	5
ख़दीजा <sup>अ</sup>	16
इमाम हसन <sup>अ</sup>	7
शादी का मक़सद	34
जुहर कैसे होगा ?	39
क्यों हुई मैं मुसलमान ?	12
माँ का रोल	17
रौज़ा अलग-अलग मुल्कों में	19
अली <sup>अ</sup> जिन्दा हैं ....	22
याद रखने की बातें	30
शबे क़द्र	27
आसमानी मेहमान	24
रमज़ान में हेल्थी खान-पान	28
रुह की पाकीज़गी	10
औरतें, समाज और हिजाब	13
रमज़ान में मेन्सेस	31
इरम का रोज़ा	36
बच्चों को रोज़ा रखने से मना न करें	25
अलविदा! माहे रमज़ान	43

### A Socio-Cultural & Religious Monthly Magazine

हज़रत "मरयम" सारी दुनिया में पाकीज़गी के लिये जानी जाती हैं। "मरयम" लफ़्ज़ ज़बान पर आते ही इज़्ज़त, पाकीज़गी, मासूमियत, और तक़द्दुस की एक तस्वीर ज़ेहन में उभरती है। यही पाकीज़गी और मासूमियत एक औरत को बेहतरीन बेटी, बहन, बीवी और माँ बनाती है। इसी लिए इस मैगज़ीन को "मरयम" नाम दिया गया है।

हम इस मैगज़ीन के ज़रिये हर महीने इस्लामी और दुनियावी मालूमात का ख़ज़ाना लेकर आप के पास आते रहेंगे इस उम्मीद के साथ कि आप "मरयम" को सराहेंगी और इसकी कमियों को हमें ज़रूर बतायेंगी।

"मरयम" और आपके इस मुक़द्दस रिश्ते की शुरुआत रमज़ान के मुबारक महीने से होने जा रही है हमें उम्मीद है कि यह रिश्ता मज़बूत से मज़बूत होता जाएगा और आपकी तवज्जोह और हमारी कोशिशें इसे अटूट बना देंगी।

'मरयम' में छपे सभी लेखों पर संपादक की रज़ामन्दी हो, यह ज़रूरी नहीं है।

'मरयम' में छपे किसी भी लेख पर आपत्ति होने पर उसके खिलाफ़ कार्रवाई सिर्फ़ लखनऊ कोर्ट में होगी और 'मरयम' में छपे लेख और तस्वीरें ताहा फ़ाउंडेशन की प्रॉपर्टी हैं। इसका कोई भी लेख, लेख का अंश या तस्वीरें छापने से पहले ताहा फ़ाउंडेशन से लिखित इजाज़त लेना ज़रूरी है। 'मरयम' में छपे किसी भी कॉन्टेन्ट के बारे में पूछताछ या किसी भी तरह की कार्रवाई प्रकाशन तिथि से 3 महीने को अंदर की जा सकती है। उसके बाद किसी भी तरह की पूछताछ और कार्रवाई पर हम ज़वाब देने के लिए मजबूर नहीं हैं। संपादक 'मरयम' के लिये आने वाले कॉन्टेन्ट्स में ज़रूरत के हिसाब से तबदीली कर सकता है।

Printer & publisher Nazar Abbas Rizvi printed at Printco Printers, Qaiserbagh, Lucknow and published from 234/22 Thawai Tola, Victoria Street, Chowk, Lucknow 226003 UP-India

Contact No.: +91-522-4009558, 9453826444, email: maryammonthly@gmail.com





आयतुल्लाह मकारिम शीराज़ी

क्योंकि

रोज़ा ग़लत ख़्वाहि —  
शात और इन्सानी ज़ब्बात पर  
कन्ट्रोल करता है इसलिए इसके ज़रिये  
इन्सान के दिल पर नूर की बारिश होती है।  
खुलासा ये कि रोज़ा इन्सान को जानवरों की  
कतार से निकाल के फ़रिश्तों की सफ़ में खड़ा  
कर देता है, "لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ" (शायद तुम  
परहेज़गार बन जाओ) कुरआन की इस आयत  
में रोज़े के वाजिब होने का फलसफ़ा बयान हुआ  
है। (सूरए बकरा आयत / 183)

एक मशहूर हदीस में इसी तरफ़ इशारा  
किया गया है इरशाद होता है, "रोज़ा जहन्नम

**र**ोज़े से इन्सान की रूह पाकीज़ा और  
उसकी "फैसला करने की ताक़त"  
मज़बूत होती है, साथ ही ख़्वाहिशों पर  
भी उसका कन्ट्रोल हो जाता है।

रोज़ेदार को चाहिए कि रोज़े की हालत में भूक  
और प्यास को बर्दाश्त करते हुए दूसरी  
लज़्ज़तों से भी बचे, और अमली तौर पर ये  
साबित करके दिखाए कि वह जानवरों की  
तरह किसी चरागाह और घास-फूस का  
असीर नहीं है बल्कि हवाओ-हवस और  
शहवतो-ख़्वाहिशात उसके कन्ट्रोल में हैं।

असल में रोज़े का सबसे बड़ा फलसफ़ा  
भी रूहानी असर ही है। अगर किसी इन्सान के  
पास खाने पीने की मुख़्तलिफ़ चीज़ें मौजूद हों  
और उसको भूक-प्यास लगे तो वह फ़ौरन खा  
पी लेता है, बिल्कुल उन पेड़ों की तरह जो  
किसी नहर के करीब होते हैं और हर वक़्त  
पानी से सेराब होते रहते हैं। इसीलिये यह  
बहुत कमज़ोर होते हैं, हादसों का मुकाबला  
बहुत कम कर पाते हैं, इनमें बाकी रहने की  
सलाहियत कम होती है। अगर इन्हें कुछ दिनों  
तक पानी न मिले तो निढाल होकर सूख जाते  
हैं लेकिन जंगलों, बयाबानों और पहाड़ों में  
उगने वाले पेड़ हमेशा सख़्त तूफ़ान, सूरज की  
गर्मी और कड़ाके की सर्दियों का मुकाबला  
करने के आदी होते हैं और तरह-तरह की  
मुश्किलों का सामना करते रहते हैं, इसलिए  
ऐसे पेड़ हमेशा बाकी रहते हैं।

रोज़ा भी इन्सान की रूह के साथ यही  
काम करता है, ये वक़्ती पाबन्दियों के ज़रिये  
इन्सान में सख़्तियों से लड़ने की ताक़त पैदा  
करता है और उसके इरादे को मज़बूत करता  
है, उसे सख़्त हादसों के मुकाबले में ताक़त देता



# रोज़ा

की आग से बचाने के लिए एक ढाल है।"  
रसूल<sup>ﷺ</sup> से सवाल किया गया कि हम कौन  
सा काम करें जिसकी वजह से शैतान हम से  
दूर रहे? तो हज़रत<sup>ﷺ</sup> ने फ़रमाया कि रोज़ा,  
शैतान का मुँह काला कर देता है, राहें खुदा में  
खर्च करने से उसकी कमर टूट जाती है, खुदा  
के लिए मुहब्बत और दोस्ती और नेक आमाल  
पाबन्दी के साथ अन्जाम देने से उसकी दुम  
कट जाती है और तौबा से उसके दिल की रग  
भी कट जाती है।

नहजुल बलागा में इबादत का फलसफ़ा  
बयान करते हुए हज़रत अमीरुल मोमिनीन<sup>ﷺ</sup>  
रोज़े के बारे में फ़रमाते हैं: "खुदावन्दे आलम ने  
रोज़े को शरीअत में इसलिए शामिल किया  
ताकि लोगों का अख़लाक़ और किरदार अच्छा  
हो सके।"

पैगम्बरे अकरम<sup>ﷺ</sup> ने एक और हदीस में  
फ़रमाया:

"जन्नत के एक दरवाज़े का नाम  
"रय्यान" यानी सैराब करने वाला है जिससे  
सिर्फ़ रोज़ेदार ही दाख़िल होंगे।"

शैख़ सदूक<sup>ﷺ</sup> ने "मआनिल अख़बार" में  
इस हदीस के बारे में फ़रमाया है कि जन्नत में  
दाख़िल होने के लिये इस दरवाज़े को इस  
लिए चुना गया है क्योंकि रोज़ेदार को ज़्यादा  
तकलीफ़ प्यास की वजह से होती है इसलिए  
जब रोज़ेदार इस दरवाज़े से दाख़िल होगा तो  
वह ऐसा सैराब होगा कि उसे फिर कभी प्यास  
नहीं लगेगी।

## रोज़े के समाजी फ़ायदे

रोज़े का समाजी फ़ायदा किसी से छुपा  
नहीं है। रोज़ा इन्सानी समाज के लिए  
बराबरी का एक सबक़ है क्योंकि इस मज़हबी  
फ़रीज़े को अन्जाम देने से मालदार लोग  
भूकों और समाज के महरूम लोगों की हालत  
का एहसास कर सकेंगे और दूसरी तरफ़  
सुबह शाम के खाने में कमी करके उनकी  
मदद के लिए जल्दी करेंगे। मुमकिन है कि  
भूके और महरूम लोगों की तारीफ़ करके  
खुदावन्दे आलम कुदरत और पैसा रखने  
वाले लोगों को उनकी तरफ़ मुतवज्जेह करना



चाहता हो। एक मशहूर हदीस में हज़रत इमाम सादिक<sup>30</sup> से रिवायत है कि हिशाम बिन हकम ने रोज़े के बारे में सवाल किया तो आपने फ़रमाया कि रोज़ा इसलिए वाजिब हुआ है ताकि फ़कीर और अमीर के दरमियान बराबरी पैदा हो जाए और ये इस वजह से है ताकि अमीर भी भूक का मज़ा चख ले और फ़कीर का हक़ अदा कर दे।

### रोज़े के मेडिकल फ़ायदे

डाक्टरों या हकीमों की रिसर्च की रौशनी में खाने पीने से परहेज़ बहुत सी बीमारियों के इलाज में फ़ायदेमन्द है। शायद ही कोई हकीम हो जिसने अपनी किताब में इस हकीकत की तरफ़ इशारा न किया हो क्योंकि हम जानते हैं कि बहुत सी बीमारियाँ ज़्यादा खाने से पैदा होती हैं और फ़ालतू चीज़ें बदन में न सिर्फ़ यह कि असर नहीं करती बल्कि उनसे ख़तरनाक चर्बी पैदा होती है। ये चर्बी खून में शूगर के ज़ियादा होने की वजह बनती है। यही चर्बी दिल की रगों में जम जाती है और रगें सख़्त हो जाती हैं जिससे दिल के दौरे का ख़तरा हो जाता है। मांसपेशियों का ये फ़ालतू मवाद दरहकीकत बदन में एक बदबूदार बीमारी के ज़रासीम की परवरिश के लिए गन्दगी का ढेर बन जाता है। ऐसे में इन बीमारियों का मुक़ाबला करने के लिए सब से अच्छा तरीका ये है कि गन्दगी के इन ढेरों को, रोज़े से ख़त्म किया जाए। रोज़ा इन फ़ालतू गंदगियों और बदन में ज़ब न होने वाले मवाद को जला देता है। असल में रोज़ा बदन को एक साफ़ और शफ़ाफ़ मकान बना देता है।

इसके अलावा रोज़े से मेदे को काफ़ी आराम मिलता है और हाज़मा सही हो जाता है। मेदा बदन की बहुत कमज़ोर मशीन है और साल भर काम करती रहती है इसलिए इसको आराम की ज़रूरत होती है।

इस्लाम ने रोज़दार को इफ़तार और सहेर में ज़्यादा खाने से मना किया है ताकि उसकी सेहत ठीक रहे और रोज़े का पूरा फ़ायदा ले सके।

रूसी स्कालर "एलेक्सी सोफ़रीन" लिखता है, "रोज़ा इन बीमारियों के इलाज के लिए ख़ास तौर पर मुफ़ीद है: खून की कमी, आंतों की कमज़ोरी, आंतों की बीमारियाँ, स्कलेरोज़, नक़रस (अंगूठों के जोड़ों का दर्द और सूजन), इस्तेस्का (Asitis) जलन्दर की बीमारी, अन्दरूनी और बाहरी पुराने फोड़े, टी0 बी0, जोड़ों का दर्द, अर्कुन्सिा (Sciatica) (औरतों के पैरों का दर्द), खाल का गिरना, आँख के मर्ज़, शूगर, खाल के मर्ज़, जिगर के मर्ज़ और दूसरी बीमारियाँ।

रोज़े के ज़रिये इलाज सिर्फ़ ऊपर ज़िक्र की गयी बीमारियों से ही मख़सूस नहीं है बल्कि दूसरी जानलेवा बीमारियाँ जो जिस्म के सेल्स से चिमटी हुई हैं जैसे कैंसर, सफ़लेस, सिल और ताऊन, वगैरा में भी फ़ायदेमन्द है।

एक मशहूर हदीस में पैग़म्बर अकरम<sup>30</sup> ने फ़रमाया है, "रोज़ा रखो ताकि सेहतमन्द रहो।"

पैग़म्बर अकरम<sup>30</sup> ने एक और हदीस में फ़रमाया है: "मेदा हर बीमारी का घर है और इमसाक (रोज़ा) हर मर्ज़ की दवा है।"

(तफ़सीरे नमूना)



## याद रखने की बातें

- खाना बनाते वक़्त नाएलान की साड़ी या सिंथेटिक कपड़ा न पहनें।
- बाल खोलकर कितन में काम न करें।
- गैस और स्टोव सिलेंडर से ऊंचाई पर रखें।
- कितन मे शेल्फ़ या अलमारी पर कपड़ा वगैरा न बिछायें।
- गैस, स्टोव जलाने के लिए हमेशा लाईटर का इस्तेमाल करें।
- बच्चों को खेलने के लिए कितन में न जालें दें।
- बर्तन और दाल के डिब्बे एक दम स्टोव के ऊपर वाले शेल्फ़ में न रखें ताकि सामान निकालते वक़्त कपड़े आग न पकड़ें।
- हमेशा गैस स्टोव की रबड़ की पाइप चेक कराते रहें।

राज़िया रिज़वी



# इमाम हसन<sup>अ०</sup>

इमाम हसन<sup>अ०</sup> इन्सानी फ़ज़ाएल में अपने वालिद हज़रत अली<sup>अ०</sup> और नाना हज़रत मोहम्मद मुस्तफ़ा<sup>अ०</sup> की जीती जागती तस्वीर थे। जब तक रसूले खुदा<sup>अ०</sup> ज़िन्दा थे, इमामे हसन<sup>अ०</sup> और इमामे हुसैन<sup>अ०</sup> दोनों भाई हर वक़्त रसूले खुदा<sup>अ०</sup> के साथ-साथ रहते थे और रसूले खुदा<sup>अ०</sup> भी अपने दोनों नवासों को कभी गोद में लेते थे तो कभी अपने कांधों पर बिठाते थे और कभी प्यार करते थे।

पैगम्बरे अकरम<sup>अ०</sup> ने इमामे हसन<sup>अ०</sup> और इमामे हुसैन<sup>अ०</sup> के बारे में फ़रमाया है कि यह दोनों इमाम हैं चाहे खड़े हों या बैठे हों यानी हर हाल में इमाम हैं।

इमामे हसन<sup>अ०</sup> ने अपनी पूरी ज़िन्दगी में 25 हज़ पैदल चल कर किये थे।

आप जब भी मौत और क़म्र को याद करते थे तो रोने लगते थे और जब ये ख़याल आता था कि एक दिन हिसाबोकिताब का भी आग़ा तो आप की चीख़ निकल जाती थी और आप बेहोश हो जाते थे। जब जन्नत और जहन्नम को याद करते थे तो ऐसा महसूस होता था कि जैसे आप की रूह निकल गई हो। हमेशा खुदा से जन्नत की आरजू और जहन्नम से पनाह की दुआ करते रहते थे।

इमामे हसन<sup>अ०</sup> जब भी वुजू करके नमाज़ के लिये खड़े होते थे तो आप का बदन काँपने लगता था और चेहरे का रंग ज़र्द हो जाता था।

आपने अपनी ज़िन्दगी में 3 बार अपनी जाएदाद को और 2 बार अपने सारे माल को खुदा की राह में लोगों में बाँट दिया था।

इमामे हसन<sup>अ०</sup> अपने ज़माने में सब से ज़्यादा इबादत करने वाले थे और दुनिया की लज़ज़तों से बहुत दूर रहते थे।

इमामे हसन<sup>अ०</sup> के मिज़ाज में इन्सानियत कूट कूट कर भरी हुई थी।

जो भी आप को देखता था बड़ी इज़ज़त करता था और जो भी आप से मुलाक़ात करता था आपसे मुहब्बत करने लगता था। जो भी आप की गुफ़्तुगू या तक़रीर को सुनता था चाहे दोस्त हो या दुश्मन, आख़िर तक सुन के ही आगे बढ़ता था।

मोहम्मद बिन इस्हाक़ कहते हैं कि हमने रसूले खुदा<sup>अ०</sup> के बाद अज़मत और बुर्जुगी में हसन इब्ने अली<sup>अ०</sup> के अलावा किसी को नहीं पाया। आप जब कभी अपने घर के बाहर बैठते थे तो रास्ता बन्द हो जाता था और लोग आपके एहतेराम में उधर से गुज़रना बन्द कर देते थे। जब आपको इस बात का एहसास होता था तो आप घर में चले जाते थे, तब लोग उस तरफ़ से गुज़रना शुरु करते थे।

एक बार मक्का मोकररेमा जाते हुए रास्ते में आप सवारी से

उतर कर पैदल चलने लगे। आपके साथ काफ़िले में जितने लोग थे वह सब भी उतर पड़े यहाँ तक कि साद बिन अबी वकास भी सवारी से उतर कर इमाम<sup>अ०</sup> के साथ-साथ चलने लगे जबकि वह उम्र में इमाम से काफ़ी बड़े थे।

आप की इन्केसारी का ये आलम था कि एक दिन आप एक ऐसी जगह से गुज़रे जहाँ कुछ लोग ज़मीन पर बैठे हुए खाना खा रहे थे जैसे ही उन लोगों ने आप को देखा तो कहा कि आइये हमारे साथ खाना खाईये। इमामे हसन<sup>अ०</sup> फ़ौरन सवारी से नीचे उतरे और फ़रमाया खुदा गुरुर करने वालों को पसन्द नहीं करता है और फिर उन लोगों के साथ खाना खाने लगे।

उसी वक़्त इमाम ने उन लोगों को अपने घर दावत दी और जब वह लोग आए तो आप ने उन लोगों को खाना खिलाया और लिबास भी दिये।

## इमामे हसन<sup>अ०</sup> की सखावत

एक बार इमामे हसन<sup>अ०</sup>, इमामे हुसैन<sup>अ०</sup>, और अब्दुल्लाह इब्ने जाफ़र हज़ करने जा रहे थे। रास्ते में सामान ग़ायब हो गया। आप लोग भूक और प्यास के आलम में एक ऐसे ख़ैमे के पास पहुँचे जिसमें एक बूढ़ी औरत रहती थी। इमाम ने उससे पानी माँगा। बूढ़ी औरत ने कहा कि ये भेड़ मौजूद है इस का दूध निकाल कर पी लो। उसके बाद इमाम ने उससे खाना माँगा। बूढ़ी औरत ने कहा कि इसी भेड़ को ज़िबह करके खालो।

उन लोगों ने भेड़ को ज़िबह किया और खाना खाके वहीं सो गए। जब वह लोग वहाँ से जाने लगे तो उस बूढ़ी औरत से कहा कि हम लोग कुरैशी हैं और हज़ के लिए जा रहे हैं। जब हम लोग हज़ से वापस आएँ तो हमारे पास आ जाना। इतना कहकर यह लोग चले गए।

काफ़ी वक़्त गुज़रने के बाद जब बुढ़िया के हालात खराब हुए तो वह अपना घर छोड़ कर किसी और जगह के इरादे से निकली और उसका गुज़र मदीने से हुआ। इमामे हसन<sup>अ०</sup> की नज़र उस पर पड़ गई। आपने फ़ौरन उसको पहचान लिया और उसके पास जाकर पूछा, “मुझे पहचानती हो।” उसने कहा, “नहीं।” आपने फ़रमाया, “मैं वही हूँ जो उस दिन तुम्हारा मेहमान हुआ था।” फिर उसे एक हज़ार भेड़ें और एक हज़ार दीनार दिये। उस के बाद अपने भाई इमामे हुसैन<sup>अ०</sup> के पास भेजा। उन्होंने भी एक हज़ार भेड़ें और एक हज़ार दीनार दिये। आख़िर में उसे अब्दुल्लाह इब्ने जाफ़र के पास भेजा और उन्होंने भी उतनी ही भेड़ें और दीनार दिये।

इमामे हसन<sup>अ०</sup> के हिल्म और बुर्दबारी का यह आलम था कि लोग कहते थे पहाड़ भी उसके सामने छोटे हैं। ●



# औरतों के साथ रसूल का बर्ताव

आदिल सीक वीमान (थाईलैंड)  
अजमी रिज़वी

“रसूल ख़ुदा<sup>ﷺ</sup> की सीरत और सुन्नत तुम्हारे लिए नमूना है।”  
रसूल ख़ुदा<sup>ﷺ</sup> ने फरमाया है: अगर कोई मर्द अपनी बीवी को तकलीफ पहुँचाए तो उसका कोई अमल, इबादत और नेकी उस वक़्त तक कुबूल नहीं होगी जब तक वो अपनी बीवी को राज़ी और खुश न करे।

इस्लाम ने औरत को बहुत इज्ज़त और अहमियत दी है इस्लाम ने समाज की खुशहाली, तरक्की और ज़िन्दगी को औरत से जोड़ दिया है। हज़रत रसूल ख़ुदा<sup>ﷺ</sup> बराबर मर्दों को औरतों की इज्ज़त और एहतेराम करने की नसीहत फरमाते रहते थे और खुद भी अपनी इन नसीहतों पर अमल फरमाते थे। इस मुख़्तसर मज़मून में कोशिश की गई है कि हज़रत रिसालत मआब<sup>ﷺ</sup> का औरतों के साथ सुलूक और औरतों के सिलसिले में आपकी नसीहतों पर रौशनी डाली जाए।

हज़रत रसूल ख़ुदा<sup>ﷺ</sup> ने फरमाया: “अना इब्नुल फ़ातिम” और “अना इब्नुल अवातिक” यानी मैं फ़ातिमाओं का बेटा हूँ और मैं आतिकाओं का बेटा हूँ।

आपकी माओं के सिलसिले में बारह औरतों का “आतिका” और चार औरतों का “फ़ातिमा” नाम था शिया इतिहासकार याकूबी ने लिखा है कि हज़रत<sup>ﷺ</sup> ने इन जुमलों को बार-बार दुहराया है। शायद इसकी वजह यही थी कि जाहिलियत के ज़माने में औरतों को बहुत पस्त समझा जाता था और उनके हुकूक पामाल होते थे हर शख्स खुद को अपने बाप के नाम से पहचनवाता था और माँ का नाम लेना ऐब समझा जाता था।

रसूल ख़ुदा<sup>ﷺ</sup> चाहते थे कि औरतों को भी उनकी इज्ज़त वापस मिले और ये बताना चाहते थे कि औरत का नाम मर्द की शर्मिन्दगी का सबब नहीं है या औरत इतनी गिरी हुई नहीं है कि उसको ज़िन्दा दफ़न कर दिया जाए बल्कि औरत भी मर्द के बराबर मर्तबा रखती है उसकी अपनी एक हैसियत है इसलिए फ़ख़ के साथ एलान कर रहे थे कि मैं आतिकाओं और फ़ातिमाओं का बेटा हूँ।

मक्के की जंग में इस्लामी फौज की जीत के बाद जब मुशिरकों ने आप<sup>ﷺ</sup> के हाथ पर बैअत कर ली तो आपने औरतों से भी बैअत करने को कहा। मक्के के कुछ बड़े बूढ़े जिनके दिमागों में अभी तक जाहिलियत की सोच बाकी थी इस पर बोल पड़े कि औरतों को बैअत की क्या ज़रूरत है हम उनकी तरफ़ से आपके हाथों पर बैअत कर लेंगे मगर हज़रत<sup>ﷺ</sup> ने इसे नहीं माना और औरत को उसकी अपनी शख़्सियत और हैसियत दिलाने के लिए अलग से बैअत करने का हुक्म दिया।

एक हब्शी औरत हमेशा मस्जिद में इबादत किया करती थी एक दिन रसूल<sup>ﷺ</sup> ने उसको मस्जिद में नहीं देखा। मालूम हुआ कि उसका इन्तेकाल हो गया, आपने फरमाया कि मुझे क्यों नहीं बताया गया मुझे उसकी क़ब्र पर ले चलो। आप उसकी क़ब्र पर गए और उस पर तक्बीर कही फिर फरमाया ये क़ब्र अंधेरे और तारीकी से भरी हुई थी ख़ुदा हमारे दुरुद और सलाम की वजह से क़ब्र को रौशन कर देगा और तारीकी को दूर कर देगा और ये औरत जन्मती है।

حبيبُ الله  
رسولُ الله  
البشير  
النفير  
السراج  
المنير  
الاحمد  
المصطفى  
الامجد  
ابى القاسم  
خاتم الانبيا



## माँ का एहतेराम

रसूल ख़ुदा<sup>™</sup> की एक सिफ़त ये भी थी कि अपनी माँ का बहुत एहतेराम करते थे और हमेशा अपनी माँ का नेकी के साथ ज़िक्र फ़रमाते थे। हुनैन की जंग में इस्लामी फौज रसूल अकरम<sup>™</sup> की रिज़ाई (दूध शरीक) बहन दायी हलीमा की बेटी “शीमा” को उसके कबीले के साथ कैदी बनाकर लाई। आपने जब कैदियों के बीच “शीमा” को देखा तो आपको उसकी और उसकी माँ की वह मुहब्बत याद आ गई जो उन्होंने आपसे उस वक़्त की थी जब आपको दूध पिलाया करती थीं। रसूल ख़ुदा<sup>™</sup> खड़े हो गए अपनी अबा को ज़मीन पर बिछाया और शीमा को उस पर बिठाया, हाल-चाल पूछा और फिर फ़रमाया: तुमने मेरे बचपन में मुझे बहुत मुहब्बत दी है। (हालांकि उस वक़्त से अब तक साठ साल गुज़र चुके थे)

शीमा ने रसूल ख़ुदा<sup>™</sup> से अपने कबीले वालों को आज़ाद करने की दरख़्वास्त की तो आपने फ़रमाया, “मैं अपना हिस्सा माफ़ करता हूँ और दूसरे मुसलमानों के हिस्से के बारे में मेरी राय ये है कि तुम जोहर की नमाज़ के बाद खड़ी होना और मुसलमानों के सामने मेरी माफ़ी को वसीला बनाना ताकि वो भी अपना हिस्सा माफ़ कर दें।” शीमा ने यही किया और मुसलमानों ने रसूल<sup>™</sup> की इताअत करते हुए अपना हिस्सा भी माफ़ कर दिया।

इब्ने हिशाम ने लिखा है कि रसूल ख़ुदा<sup>™</sup> ने शीमा से कहा कि अगर यहाँ रहना चाहती हो तो सुकून और एहतेराम से रह सकती हो और अगर अपनी कौम के पास वापस जाना चाहो तो जा सकती हो।

“आपने अपनी हर बीवी का मेहर चार सौ दिरहम रखा था। जवान और बेवा, कुरैशी और गैर कुरैशी सब का मेहर एक ही था। जिसका असर यह था कि बीवियाँ अपनी शख़्सियत को बराबर समझती थीं और उनके ज़ेहन में एहसास कमतरी नहीं पैदा होता था। सुबह सवेरे नमाज़ के बाद हर बीवी के कमरे में जाते थे और ख़ैरियत मालूम करते थे।”

“शीमा” ने कहा कि मैं अपनी कौम के पास वापस जाना चाहती हूँ। रसूल ख़ुदा<sup>™</sup> ने एक गुलाम और एक कनीज़ उसको दिये और उसकी कौम के पास वापस कर दिया।

रसूल ख़ुदा<sup>™</sup> मुसलमान माँ और गैर मुसलिम माँ के बीच भी फ़र्क़ नहीं करते थे और दोनों को बराबर का दर्जा देते थे हज़रत अबुबकर की बेटी असमा ने बयान किया है कि मेरी माँ मुझसे मिलने आई तो मैंने रसूल ख़ुदा<sup>™</sup> से पूछा कि मेरी मुश्रिक (बुतपरस्त) माँ मेरे घर आई हुई

हैं क्या उनके साथ अच्छा बर्ताव करना मेरे लिए ज़रूरी है? आपने फ़रमाया, “हाँ।”

जब हज़रत फ़ातिमा बन्ते असद की वफ़ात हो गई तो रसूल<sup>™</sup> आपके सिरहाने बैठ गए और फ़रमाया, “मादरे गिरामी! खुदा आप पर रहमत करे मेरी माँ की वफ़ात के बाद आप मेरी माँ जैसी थीं। खुद भूखी रहकर मेरा पेट भरती थीं और इस काम में खुदा की खुशी के अलावा आपका और कोई मक़सद नहीं होता था।”

आपकी कब्र खुद हज़रत<sup>™</sup> ने खोदी और फिर खुद थोड़ी देर कब्र में लेट गये और अपने कपड़ों में आपको कफ़न दिया। जब आप से किसी ने पूछा कि आपने कभी किसी और के साथ ऐसा सुलूक नहीं किया? तो हज़रत ने फ़रमाया, “अबूतालिब के बाद फ़ातिमा बन्ते असद जैसी मुहब्बत मुझसे किसी ने नहीं की।”

एक रोज़ रसूल ख़ुदा<sup>™</sup> अपनी माँ की कब्र पर गए और खूब रोए। आपके साथ आपके साथी भी रोए। फिर आपने फ़रमाया: “मैंने अपने परवरदिगार से अपनी माँ की कब्र की ज़ियारत के लिए इजाज़त माँगी थी खुदा ने मुझे इजाज़त दे दी तुम भी कब्रों की ज़ियारत किया करो इस काम से मौत हमेशा याद रहती है।”

## बीवियों के साथ एक जैसा बर्ताव

रसूल अकरम<sup>™</sup> अपनी बीवियों के साथ हमेशा बराबरी का बर्ताव फ़रमाते थे जिनमें से कुछ को ज़िक्र किया जा रहा है:

1—आपने अपनी हर बीवी का मेहर चार सौ दिरहम रखा था। जवान और बेवा, कुरैशी और गैर कुरैशी सब का मेहर एक ही था। जिसका असर यह था कि बीवियाँ अपनी शख़्सियत को बराबर समझती थीं और उनके ज़ेहन में एहसास कमतरी नहीं पैदा होता था।

2— सुबह सवेरे नमाज़ के बाद हर बीवी के कमरे में जाते थे और ख़ैरियत मालूम करते थे।

3—आप हर रात एक बीवी के कमरे में गुज़ारते थे। यहाँ तक कि अपनी बीमारी की हालत में भी इस बराबरी का खयाल रखते थे यहाँ तक कि अपनी ज़िन्दगी के आखिरी हिस्से में जब बीमारी बहुत बढ़ गई तो दूसरी बीवियों से इजाज़त लेकर एक जगह रहना ग़वारा किया।

4—सफ़र और जंग के मौक़ों पर भी बराबरी का खयाल रखते थे और हमेशा कुरा निकालते थे और कुरे में जिसका नाम आता उसे ही साथ ले जाते थे।

## घर के कामकाज में मदद

रसूल ख़ुदा<sup>™</sup> ने फ़रमाया है: “तुम में सबसे अच्छा शख्स वह है जो अपनी बीवी के साथ अच्छा सुलूक करता हो और तुम में सबसे ज़्यादा अपनी बीवियों के साथ अच्छा

सुलूक करने वाला मैं हूँ।

आप घर में भी अपनी बीवियों का हाथ बटाते थे और कभी नहीं कहते थे कि बाहर के काम मर्द के ज़िम्मे और घर के काम औरत की ज़िम्मेदारी हैं बल्कि आप हमेशा घर के काम काज में अपनी बीवियों की मदद करते थे। रिसालत की ज़िम्मेदारियाँ और समाज सेवाएं जिनमें रसूल घिरे रहते थे आपको अपने घर

“रसूल ख़ुदा<sup>™</sup> चाहते थे कि औरतों को भी उनकी इज़्ज़त वापस मिले और ये बताना चाहते थे कि औरत का नाम मर्द की शर्मिन्दगी का सबब नहीं है या औरत इतनी गिरी हुई नहीं है कि उसको ज़िन्दा दफ़न कर दिया जाए बल्कि औरत भी मर्द के बराबर मर्तवा रखती है।”

के कामकाज की ज़िम्मेदारी से गाफ़िल नहीं कर देती थीं। यहाँ आपके घरेलू कामों में मदद के कुछ नमूने ज़िक्र किए जा रहे हैं:—

1—रसूल अकरम<sup>™</sup> अपने घर में खुद काम करते थे। गोश्त काटते थे, दस्तरख़ान पर बहुत सादगी से बैठते थे, खाना खाते में अपनी उँगलियाँ चाटते थे, बकरी का दूध दूहते थे, अपने कपड़े सीते थे।

2—आप घर के नौकरों के साथ गेहूँ पीसा करते थे, आटा गूँधते थे, घर की सफ़ाई करते थे और झाड़ू देते थे। हज़रत<sup>™</sup> अकसर फ़रमाते थे: “घर के काम—काज और बीवी की मदद करना खुदा के लिए सदक़ा देने और किसी पर एहसान करने जैसा (सवाब) रखता है।

3—हज़रत आयशा से रिवायत है कि रसूल ख़ुदा<sup>™</sup> का पसन्दीदा काम सिलाई था।

## मुसलमान औरतों के बारे में पैग़म्बर<sup>™</sup> की नसीहतें

रसूल अकरम<sup>™</sup> ने औरतों के साथ अच्छे सुलूक की नसीहत की है और फ़रमाया है: “सारे लोगों में अच्छी और बुरी आदतें पाई जाती हैं मर्द को सिर्फ़ बुरी आदतों को देख कर औरत को छोड़ नहीं देना चाहिए। हो सकता है कि औरत की एक आदत मर्द को नापसन्द हो मगर दूसरी आदत उसको खुशी देने वाली हो। इसलिए दोनों आदतों को मिला कर देखना चाहिए।

रसूल ख़ुदा हज़रत मुहम्मद मुस्तफ़ा<sup>™</sup> ने उस शख्स को लानत का हक़दार बताया है जो अपनी फ़ैमिली के ज़िन्दगी गुज़ारने का सामान मुहय्या करने में कोताही करे। आपने फ़रमाया है कि खुदा की रहमत से दूर हो जाए वह शख्स जो अपनी फ़ैमिली को खो दे और उनको उनके हाल पर छोड़ दे। ●



अच्छी-अच्छी बातें

# रूह की पाकीजगी



आयतुल्लाह इब्राहीम अमीनी

**स**ारे नबियों और सारे पैगम्बरों का सबसे बड़ा मक़सद और सबसे खास काम इन्सानों की रूहानी परवरिश करना और उनके नफ़सों को पाक करना और पाकीज़ा बनाना था।

खुदावन्दे आलम क़ुरआने मजीद में फ़रमाता है, “यकीनन खुदा ने मोमेनीन पर एहसान किया है कि उनके बीच उन्हीं में से एक रसूल भेजा है जो उनके लिए खुदा की आयतों की तिलावत करता है, उन्हें पाकीज़ा बनाता है और किताबो-हिक्मत की तालीम देता है। अगरचे यह लोग पहले से बड़ी खुली गुमराही में घिरे हुए थे।” (आले इमरान-164)

तालीम और तरबियत इतनी अहम चीज़ थी कि पैगम्बरों के इस दुनिया में आने का मक़सद ही इसी को बना दिया गया जिसको खुदा ने अपने बन्दों पर एहसान बताया है। इन्सान के ज़ाती और समाजी कैरेक्टर की कामयाबी या दुनियावी-उख़रवी नाकामी इस बात पर टिकी होती है कि उसने अपने आपको कैसा बनाया है और कैसा बनाएगा। इसीलिए इन्सान का अपने आप को बनाना उसकी ज़िन्दगी में सबसे अहम काम होता है और इसी से उसका आज और कल तय होता है। पैगम्बर इसलिए आए हैं ताकि इन्सान को बुराईयों से बचने के तरीक़े सिखाएं, उसकी रूह की परवरिश करें और उसको बुलन्दी का रास्ता दिखाएं। पैगम्बर इसलिए आए हैं ताकि इन्सानों को सेल्फ़-प्योरिफ़िकेशन की तालीम दें, हमें बताएं कि बुरा अख़लाक़ क्या होता है और इससे कैसे बचा जा सकता है, यह लोग इसलिए आए हैं ताकि बुरे कामों के अन्जाम से डरा कर हमें बुराईयों और नापाकियों से पाक-साफ़ करें। यह लोग इसलिए आए हैं ताकि अच्छी बातों और अच्छे अख़लाक़ के

पौधे को इन्सानी रूह में लगाएं और फिर उसे एक घना पेड़ बना दें।

रसूले इस्लाम<sup>ﷺ</sup> ने फ़रमाया है, “मैं तुम्हें अच्छे अख़लाक़ की वसियत करता हूँ, क्योंकि खुदा ने मुझे इसी मक़सद के लिए भेजा है।” (बिहार, 69/375)

इसके अलावा आप<sup>ﷺ</sup> ही फ़रमाते हैं “मैं इसलिए भेजा गया हूँ ताकि लोगों के अन्दर अच्छे अख़लाक़ को पूरा करूँ।”

(मुस्तदरक, 2/282)

इमाम सादिक<sup>ﷺ</sup> फ़रमाते हैं, “खुदा ने पैगम्बरों को अच्छे अख़लाक़ के लिए चुना है। जो शख्स भी अपने अन्दर अच्छा अख़लाक़ मौजूद पाये उसे इस पर खुदा का शुक्र अदा करना चाहिए और जो अपने आपको अच्छे अख़लाक़ से महरूम पाये उसे खुदा की बारगाह में गिड़गिड़ा-गिड़गिड़ा कर अच्छे अख़लाक़ की दुआ करना चाहिए।” (मुस्तदरक, 2/283)

हज़रत अली<sup>ﷺ</sup> फ़रमाते हैं, “अगर मुझे जन्नत की उम्मीद न होती और जहन्नम का डर न होता और सवाब-अज़ाब पर भी ईमान न होता तब भी मैं अच्छे अख़लाक़ को तलाश करता क्योंकि अच्छा अख़लाक़ कामयाबी की चाबी है।” (मुस्तदरक, 2/283)

इमाम बाकिर<sup>ﷺ</sup> ने फ़रमाया है, “ईमान के लिहाज़ से सबसे ज़्यादा मोमिन वह लोग हैं जिनका अख़लाक़ अच्छा हो।” (काफी, 2/99)

एक दिन एक शख्स रसूले इस्लाम<sup>ﷺ</sup> की ख़िदमत में आया और सवाल किया, “दीन क्या है?” रसूल<sup>ﷺ</sup> ने फ़रमाया, “अच्छा अख़लाक़”। वह आदमी उठा और उसने आपकी दायीं तरफ़ आके फिर पूछा, “दीन क्या है?” आपने फ़रमाया, “अच्छा अख़लाक़”। अब वह बायीं तरफ़ आ गया और फिर वही सवाल किया। आपने उसे देखा और फ़रमाया कि



तुम्हारी समझ में नहीं आ रहा है? दीन ये है कि तुम गुस्सा न करो। (मुहज्जतुल बैजा, 5/99)

इस्लाम ने अख़लाक़ पर बहुत ख़ास तवज्जोह दी है। इसीलिए कुरआन में जितनी आयतें एहकाम के बारे में नाज़िल हुई हैं उससे कहीं ज़्यादा अख़लाक़ के बारे में हैं, यहाँ तक कि जो किसी कुरआन में बयान हुए हैं उनमें भी अख़लाक़ी पहलू पाये जाते हैं।

अगर हदीसों पर भी नज़र डाली जाए तो अख़लाक़ के बारे में हमें हजारों हदीसों मिल जाएंगी। अगर अख़लाक़ के बारे में दूसरे मौजूआत से ज़्यादा हदीसों न भी हों तो कम भी नहीं हैं। साथ ही अख़लाक़ के बारे में जो सवाब और खुशख़बरियाँ दी गई

“तालीम और तरबियत इतनी अहम चीज़ थी कि पैग़म्बरों के इस दुनिया में आने का मक़सद ही इसी को बना दिया गया जिसको खुदा ने अपने बन्दों पर एहसान बताया है। इन्सान के ज़ाती और समाजी कैरेक्टर की कामयाबी या दुनियावी-उख़री बदबख़्ती इस बात पर टिकी होती है कि उसने अपने आपको कैसा बनाया है और कैसा बनाएगा। इसीलिए इन्सान का अपने आपको बनाना उसकी ज़िन्दगी में सबसे अहम काम होता है और इसी से उसका आज और कल तय होता है।”

हैं वह भी दूसरे आमाल के सवाब से कम नहीं है और बुरे अख़लाक़ के बारे में जितना डराया गया है और जो सज़ाएं बताई गई हैं वह भी दूसरे आमाल से कम नहीं हैं। इससे यह साबित हो जाता है कि इस्लाम की बुनियाद अख़लाक़ पर रखी गई है।

इसलिए हम यह नहीं कह सकते कि इस्लाम में अख़लाक़ दूसरे दर्जे पर है। इस पर इतना ज़्यादा जोर इसलिए दिया गया है ताकि दीनदारों को अख़लाक़ी एतेबार से सजाया और संवारा जा सके। अगर एहकाम में “करने और न करने” को कहा गया है तो अख़लाक़ में भी “करने और न करने” को कहा गया है। अगर एहकाम में सवाब-अज़ाब है तो अख़लाक़ में भी सवाब-अज़ाब है।

फिर आख़िर अख़लाक़ और एहकाम में फ़र्क़ क्या है? अगर हम कामयाबी चाहते हैं तो अख़लाक़ से मुँह नहीं फेर सकते। हम

अख़लाक़ी वाजिबात को सिर्फ़ यह कहकर नहीं छोड़ सकते कि यह तो अख़लाक़ी वाजिबात हैं। इसी तरह जिन ग़ैर अख़लाक़ी बातों से सख़्ती के साथ रोका गया है उन्हें यह कहकर अन्जाम नहीं दे सकते कि क्या हुआ, यह तो अख़लाक़ी तौर पर हराम हैं, कोई बात नहीं। नहीं ऐसा बिल्कुल नहीं है। अगर नमाज़ वाजिब है और इसका छोड़ना हराम है जिस पर अज़ाब भी है तो वादे को पूरा करना भी वाजिब है और वादाख़िलाफ़ी हराम है और इस पर अज़ाब भी है जबकि यह अख़लाक़ी वाजिब है।

दीनदार और कामयाब वह है जो शरई एहकाम और उन बातों पर अमल करता है जिनका खुदा ने हुक्म दिया है। साथ ही उसका अख़लाक़ भी अच्छा होता है बल्कि यूँ कहा जाए कि रूहानी और नफ़्सानी पाकीज़गी और कामयाबी के लिए अख़लाक़ बहुत अहम है। ●

ये कैसी

ईद है ?

एक बार ईद के दिन हज़रत अली<sup>30</sup> ने फ़रमाया

“यह ईद सिर्फ़ उन लोगों के लिए है जिनके रोज़े अल्लाह की बारगाह में कुबूल हो जाएं और जिनकी नमाज़ें काबिले क़द्र हो जाएं। वैसे जिस दिन भी गुनाह न किया जाए, मुसलमान के लिए वही दिन ईद का है।”

(नेहजुल बलागा)

ईद रोज़ों और इबादतों के महीने के ख़त्म होने पर सिर्फ़ किसी त्यौहार का नाम नहीं है बल्कि ईद तो इस खुशी और इस युक्तराने के तौर पर मनाई जाती है कि खुदा ने हमें यह मौक़ा दिया कि इस महीने में हम खुद को सुधार सकें, अपनी रूह को पाकीज़ा बना सकें। खुलासा यह कि इस एक महीने में तैयारी और प्रैक्टिस करके साल के दूसरे ग्यारह महीनों में भी इसी तरह खुदा के बताए हुए रास्ते पर चल सकें।





# क्यों हुई मैं मुसलमान ?



मासूमा बीटी

मेरी परवरिश अमेरिका के एक स्टेट कोलोरेडो में मज़हबी तौर पर एक आम ईसाई घराने में हुई थी। मेरे घर में मज़हब को कभी बहुत ज़्यादा अहमियत नहीं दी गई। मेरे वालिद साहब "मारमन" और मां "प्रोटेस्टेन्ट" फिरके को मानने वाली थीं। मुझे आज तक वह ज़माना याद है जब मेरे पैरेंट्स मेरे भाई को संडे स्कूल में छोड़ने जाते थे लेकिन हमें उन मज़हबी क्लासेज़ में छोड़ने के बाद वह चर्च के बजाए सीधे घर चले जाया करते थे। जब मैं ज़रा कुछ बड़ी हुई तो मुझे खुदा के बारे में जानने का शौक हुआ कि क्या वह वाकई है भी या नहीं और अगर वह है तो हम इन्सानों से क्या चाहता है? जिसके बाद मैंने बाइबिल और दूसरे ईसाई लिटरेचर को बहुत सन्जीदगी के साथ पढ़ना शुरू कर दिया। हाईस्कूल तक आते-आते मेरे अन्दर इतनी सूझ-बूझ आ गई थी कि मैं ये समझ सकूँ कि बाइबिल में ऐसी बातें लिखी हुई हैं जो साफ़-साफ़ एक दूसरे से टकराती हैं ख़ास कर जनाबे ईसा के बारे में कुछ जगहों पर तो ऐसा लगता था कि जैसे बाइबिल जनाबे ईसा को खुदा का बेटा बताना चाहती हो और कुछ दूसरी जगहों पर एक आम आदमी लेकिन उस वक़्त मैंने ये कभी नहीं सोचा था कि बाइबिल के अन्दर कोई ग़लती है। बल्कि मेरा ख़्याल था कि ये मेरी नादानी और जिहालत है जिसकी वजह से मैं बाइबिल को समझ नहीं पा रही हूँ। वैसे हम ईसाईयों को ये बात पहले ही समझा दी जाती है कि मज़हब एक रूहानी चीज़ का नाम है जिसको अक्ल या लॉजिक पर नहीं परखना चाहिए क्योंकि खुदा जो चाहे और जैसा चाहे कर सकता है। इसलिए जब कोई बात समझ में न आए और अक्ल से परे लगे तो ऐसा सिर्फ़ इसलिए होगा क्योंकि हम इन्सान खुदा को नहीं समझ सकते हैं।

यही नहीं बल्कि मुझे ईसाईयों का अपने

मज़हब पर अमल करना भी समझ में नहीं आता था क्योंकि ये मुझे सिर्फ़ वक़्त गुज़ारी और टाइम-पास लगता था। आगे चल कर मैंने ईसाईयों के एक फिरके "चर्च ऑफ़ गॉड" को पढ़ा और उस फिरके की कुछ बातें मुझे बहुत पसन्द आईं। जैसे ये लोग सुअर का गोشت नहीं खाते क्योंकि बाइबिल में मना किया गया है या ये लोग क्रिसमस भी नहीं मनाते क्योंकि बाइबिल में इसका कोई ज़िक्र नहीं है।

जब मेरा दाखिला कोलोरेडो स्टेट युनिवर्सिटी में हुआ तो वहाँ मेरी मुलाकात एक लड़की से हुई जो उसी चर्च में जाया करती थी। मैं एक बार उसके साथ वहाँ गई लेकिन जल्दी ही वहाँ से भाग आई क्योंकि वहाँ मुझे बिल्कुल भी अच्छा नहीं लगा। चर्च के लीडर्स में आपस ही में खीचम तानी हो गई थी और अब चर्च में आने वाले सारे लोग इस बात के लिए परेशान थे कि किसको इस चर्च का लीडर चुना जाए। मैं ऐसी किसी भी चीज़ में शामिल नहीं होना चाहती थी। अब मैं एक बार फिर वही पहले वाली एक आम ईसाई हो गई थी। अब मैं अपने हास्टल में "कैम्पस क्रूसेड्स फॉर क्राइस्ट" की "बाइबिल स्टडीज़" में शामिल हो गई थी। यहाँ मेरा पर्सनल मिशन ये था कि मैं ये पता लगाऊँ कि आखिर हमारी मुक़द़दस किताब बाइबिल कहना क्या चाहती है। वैसे उस वक़्त मैं उसको ठीक से समझ नहीं पा रही थी।

इसी बीच मेरी मुलाकात एक मुसलमान से हो गई, मेरी ज़िन्दगी का पहला मुसलमान। मुझे हमेशा दूसरे कल्चर के लोगों के साथ उठना बैठना बहुत पसन्द था इसलिए बहुत जल्दी हम दोनों अच्छे दोस्त बन गए। आहिस्ता-आहिस्ता मेरे अन्दर इस्लाम को जानने का शौक भी पैदा होने लगा। मैं सोचती थी कि ये मेरा दोस्त नमाज़ की शकल में इस

ख़ास तरीक़े से क्यों इबादत करता है? मैं ये भी जानना चाहती थी कि वह जिन अक़ीदों को मानता है उन्हें क्यों मानता है? उधर ईसाई मज़हब वाले किसी ख़ास तरीक़े पर अपनी इबादत नहीं करते हैं। एक ईसाई होने के नाते मैंने यही सीखा था कि जनाबे ईसा का वास्ता देकर खुदा से जिस चीज़ की भी ज़रूरत हो और जो भी माँगना हो वह माँग लो। हमारे मज़हब में इबादत के अस्ल कॉन्सेप्ट की कमी पाई जाती है क्योंकि हम अपनी इबादतों में खुदा से सिर्फ़ अपनी ज़रूरत की चीज़ें माँगते हैं और इबादत इसके अलावा कुछ नहीं होती। हाँ, इतना ज़रूर है कि हम जनाबे ईसा का इस बात के लिए शुक्रिया हमेशा अदा करते हैं कि उन्होंने हमारे गुनाहों के लिए खुदा की राह में अपनी जान भी दे दी। मैं खुदा से अपना रिश्ता इस से कहीं ज़्यादा बढ़ा और गहरा बनाना चाहती थी कि जिसमें उस से सिर्फ़ माँगा जाए और दुआ की जाए। इसलिए अपनी इस तलाश और रिसर्च के दौरान मैंने पिकथॉल का तर्जुमा किया हुआ कुरआन पढ़ना शुरू कर दिया। जब मैंने पहली बार कुरआन पढ़ना शुरू किया तो इसके बारे में मेरा मिलाजुला नज़रिया था। एक तरफ़ तो मुझे इस बात पर ताज्जुब था कि ईसाई और यहूदी मज़हब के बहुत से नबियों के वाक़ेआत हूबहू कुरआन में भी थे। इससे पहले मैंने कभी सोचा भी नहीं था कि ईसाई और यहूदी मज़हब और इस्लाम में कोई रिश्ता भी होगा। मैं हमेशा यही समझती थी कि इस्लाम, हिन्दुइज़्म और बौद्धिज़्म की तरह ऐशिया का ही कोई मज़हब है।

दूसरी तरफ़ जब भी मैं जनाबे ईसा के बारे में कुरआन की आयतों को पढ़ती थी कि वह "खुदा के बेटे" नहीं हैं तो फ़ौरन ही कुरआन को बन्द कर दिया करती थी क्योंकि ये एक ऐसी बात थी जो मेरे सारे अक़ीदों का

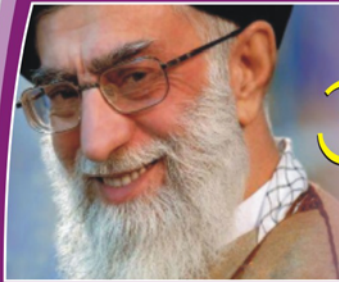


तानाबाना तोड़े दे रही थी। मजे की बात ये थी कि इस एक चीज के अलावा अब तक जो कुछ मैंने सीखा था उससे कुरआन की हर बात पूरा-पूरा मेल खा रही थी। अब मैंने खुद अपने आप से पहली बार ये सवाल करना शुरू कर दिया था कि मैं हर उस बात पर क्यों आँख बन्द करके ईमान ले आई हूँ जो मुझे मेरे मजहब के बारे में बताई गई है?

मैंने अपनी “बाइबिल स्टडीज़” के लीडर और ग्रुप के दूसरे लोगों से कहा कि वह मेहरबानी करके मुझे बाइबिल की वह सारी आयतें बता दें जिनमें ये कहा गया है कि जनाबे ईसा इन्सान के रूप में खुदा थे जो इस ज़मीन पर हमारे गुनाहों से हमें बचाने के लिए आए थे और ये कि ईसा खुदा के बेटे थे। उन लोगों के पास मेरे हर सवाल का जवाब था लेकिन उनके हर जवाब के मुकाबले में मुझे बाइबिल के अन्दर एक ऐसी आयत मिल जाती थी जो उनके जवाबों को फुस कर देती थी। उनका कहना था कि मुझे ये सब कुछ अकीदा समझ कर मान लेना चाहिए लेकिन मैं अब सोच रही थी कि अगर खुदा ने हमारे लिए कोई दीन भेजा है तो उसको अक्ली और लॉजिकल ज़रूर होना चाहिए ताकि हम उसको समझ सकें और समझ कर वह सब कुछ कर सकें जो खुदा हम से चाहता है। मेरी “बाइबिल स्टडीज़ ग्रुप” का ये लीडर अलजेरिया में मुसलमानों के लिए मिशनरी वर्क कर चुका था। इसलिए मैंने सोचा कि इस बारे में उस से बात की जाए क्योंकि मेरा ख्याल था कि उसको इस्लाम के बारे में मालूमात होंगी और वह मुझे बता पायेगा कि इस्लाम में क्या-क्या ख़राबियाँ हैं और ईसाई मजहब क्यों सही है। सबसे पहले मैंने उस से पूछा कि मुझे ये बताईए कि जो मेरा मुसलमान दोस्त है आख़िरत में उसका अन्जाम क्या होगा? उसने एक ठंडी सांस ली और कहा, “उसका तो जहन्नम में जाना पक्का है। हाँ अगर वह ईसा मसीह को दिल से मान ले तो बच सकता है लेकिन मुसलमान ऐसा कम ही करते हैं।”

उसकी ये बात मानने में मुझे बहुत परेशानी हो रही थी क्योंकि मुझे अपना वह मुसलमान दोस्त अपने ईसाई मजहब मानने वालों से ज़्यादा परहेज़गार और मोमिन लगता था। मैं ये बात नहीं समझ पा रही थी कि उसके जैसा इन्सान जहन्नम में कैसे जा सकता है!

इसके बाद मैंने अपने ग्रुप लीडर से सवाल किया कि कुरआन और बाइबिल में इतनी समानता होने के बाद भी ऐसा क्यों है कि ईसाई कुरआन को इतनी बुरी निगाह से देखते हैं? उसने कहा कि कुरआन शैतान की एक चाल है जिसके ज़रिये वह मोमिन लोगों को बहकाता है और कुरआन-बाइबल की समानता शैतान की उसी चाल का एक हिस्सा है। उसकी ये बात सुन कर मैं तकरीबन रो पड़ी थी लेकिन मैंने खुद पर काबू पाया और अगला सवाल ये किया कि क्या आपने कभी कुरआन पढ़ा है?



## औरतें, समाज और हिजाब

मैंने कभी एक बहुत ही मशहूर इंटरनेशनल फ़ोरम में फ़ैमिली और घराने के बारे में एक तक़रीर की थी। बाद में जो रिपोर्ट मिली वह यह थी कि उस मुल्क के लोगों ने मेरी तक़रीर के फ़ैमिली और घराने वाले हिस्से ही को बहुत दिलचस्पी से सुना और बहुत पसन्द किया था। उसकी वजह यह थी कि इन मुल्कों में फ़ैमिली और घरानों की ख़लत बहुत ख़राब हो चुकी है। वहाँ के समाज में औरतें तरह-तरह के जुल्म की चक्की में पिस रही हैं लेकिन हमारे यहाँ औरत और मर्द के बीच एक हद और दूरी पाई जाती है। इस हद और दूरी का मतलब यह नहीं है कि मर्द और औरत एक जगह पढ़ाई न करें, एक जगह इबादत न करें और एक जगह कारोबार या तिजारत न करें, यह सब चीज़ें हमारे यहाँ बहुत हैं, बल्कि इसका मतलब यह है कि वह अपनी समाजी ज़िन्दगी में अपने अख़लाक़ और किरदार को महफूज़ रखने के लिए अपने बीच एक हद और दूरी बनाए रखें और यह बहुत ही अच्छी चीज़ है। हमारे समाज में औरतें मर्दों के साथ समाजी बन्धनों के बावजूद भी अपने हिजाब की हिफ़ाज़त करती हैं। हमारी औरतों ने हिजाब के लिए ‘रिदा’ को खुद ही चुना है।

हमने यह कभी नहीं कहा कि “हिजाब के लिए सिर्फ़ ‘रिदा’ ही को छेना चाहिए और ‘रिदा’ के अलावा कोई और चीज़ नहीं हो सकती।” हाँ, हमने ये ज़रूर कहा है कि ‘रिदा’ हिजाब के लिए दूसरी चीज़ों से ज़्यादा बेहतर है।

हमारी औरतें चाहती हैं कि वह अपने पर्दे की हिफ़ाज़त करें, इसीलिए वह रिदा को पसन्द करती हैं...। ‘रिदा’ हमारी औरतों का खुद चुना हुआ हिजाब है जो उनका ‘क़ौमी लिबास’ भी है।

आयतुल्लाह ख़ामेनई



क्योंकि मैं कुछ खास आयतों के बारे में सवाल करना चाहती थी। उसने जो जवाब दिया उसको सुनकर मैं हक्का-बक्का रह गई। उसने कहा कि हाँ, मैंने उसका एक बार थोड़ा सा हिस्सा कभी पढ़ा था लेकिन उसके बाद मैं नहीं पढ़ सका क्योंकि उस थोड़े से हिस्से को पढ़कर मेरा पेट खराब हो गया था। इतना सुनना था कि मैं वहाँ से भाग खड़ी हुई। सोच रही थी कि मैंने अभी कुछ ही महीनों से कुरआन पढ़ना शुरू किया है लेकिन अपने ग्रुप लीडर के मुकाबले मैं बहुत ज्यादा इस्लाम के बारे में जानती हूँ जबकि ये ग्रुप लीडर अलजेरिया में मुसलमानों के बीच मिशनरी वर्क भी कर चुका था। अब मैं समझ चुकी थी कि उसने कुरआन के बारे में जो कुछ भी कहा है वह सही नहीं हो सकता क्योंकि अभी तक उसने कुरआन को पढ़ा ही नहीं है। मुझे उस पर बहुत गुस्सा आ रहा था और न सिर्फ उस पर बल्कि उन सारे मज़हबी लीडर्स पर जिन्होंने पढ़े बिना ही हम से ये सारी बातें कह रखी थीं। यह लोग जो हमें किसी बात या अक़ीदे की तफ़सील बताते ही नहीं थे। ये सब उन लोगों के अपने बनाए नज़रियों के अलावा कुछ भी नहीं था जबकि उसको एक आसमानी कानून का रूप दे दिया गया था।

यही मेरे लिए टर्निंग प्वाइंट था क्योंकि अब मुझे पूरा-पूरा यकीन हो गया था कि मैं अपनी सच और हकीकत की इस तलाश में किसी पर भरोसा नहीं कर सकती, मुझे हकीकत खुद ही तलाश करना पड़ेगी। आहिस्ता-आहिस्ता अब मेरा ये अक़ीदा टूटता जा रहा था कि ईसा मसीह “खुदा के बेटे” हैं। वैसे ये मेरे लिए बहुत मुश्किल भी था क्योंकि मेरे ज़ेहन में कहीं न कहीं ये खयाल भी आता रहता था कि अगर मैं ग़लत हुई तो मुझे जहन्नम में जाना पड़ेगा। फिर भी मैं इस बात से इन्कार नहीं कर पा रही थी कि मुहम्मद<sup>ﷺ</sup> बहरहाल खुदा के रसूल और कुरआन खुदा की किताब है। अगर कुरआन खुदा की किताब है तो जो कुछ उस में है वह सब कुछ सही है। इस तरह अपने ग्रुप लीडर से इस बातचीत के कुछ ही महीनों बाद मैं मुसलमान हो गई। यह अब से यानी 14-02-1996 से तक्रीबन एक साल पहले की बात है।

इस्लाम के बारे में जानना, समझना, पढ़ना और सीखना मेरे लिए कभी भी बहुत आसान नहीं रहा है। वह मुसलमान जिस से मैं मिली थी और जो बाद में मेरा अच्छा दोस्त बन गया था, मैंने उस से ही शादी का फैसला किया है हालांकि हम दोनों अलग-अलग शहरों में रहते हैं। जैसे

ही हम दोनों की पढ़ाई पूरी होगी हम शादी कर लेंगे। वह शिया है और इसलिए कुछ महीनों के बाद मुझे लगा कि मुझे शिया और सुन्नी फ़िरकों के फ़र्क के बारे में भी स्टडी करना चाहिए। जिसके लिए मैंने इण्टरनेट पर वेबसाइट्स को खंगालना शुरू कर दिया। इस सिलसिले में शिया इन्साइक्लोपीडिया बहुत मददगार साबित हुआ लेकिन साथ ही इस दौरान मुझे कुछ परेशानियाँ भी हुईं। जब मैं कोई नई बात पढ़ती थी तो मुझे लगता था कि मैं उसको जानती हूँ लेकिन तभी एक सुन्नी मुसलमान मुझ से एक ऐसी बात कह देता था जिसका मेरे पास कोई जवाब नहीं होता था। अब मैं ये सोचने लगी थी कि क्या कभी वह दिन भी आयेगा जब मैं सच्चाई और हक़ तक पहुँच पाऊँगी क्योंकि मेरे सामने ऐसी बहुत सी हदीसों थीं जो आपस में टकराती थीं। साथ ही मैं ये भी नहीं चाहती थी कि सिर्फ अपने शौहर की खातिर शिया हो जाऊँ। मैं सिर्फ ये चाहती थी कि जिस अक़ीदे को भी कुबूल करूँ उसको पूरी तरह सोच समझ कर और हक़ मान कर कुबूल करूँ। शिया इन्साइक्लोपीडिया ने मेरे सारे शकों को दूर कर दिया। इस बारे में मुहम्मद तीजानी समावी की किताबों ने भी मेरी बहुत मदद की, खुदा का शुक्र! तभी “अहलुलबैत डिस्कशन ग्रुप” से मेरी जान पहचान हुई जो मेरे लिए बहुत फ़ायदेमन्द रही। इस बीच मैं बहुत से ऐसे अच्छे और नेक लोगों से भी मिली जिन्होंने मेरी बहुत मदद की। खुदावन्दे आलम उन सब को बेपनाह अज़्रो सवाब दे।

इस सिमैस्टर से मैंने इस्लामी हिजाब भी शुरू कर दिया है और ऐसा करके मुझे बहुत खुशी हो रही है। अब मुझे अपने बारे में बड़ा अच्छा एहसास होता है। अब मैं अपने अन्दर ज्यादा औरतपन महसूस करती हूँ। सबसे बड़ी बात ये है कि अब मुझे दिल की गहराईयों से ऐसा लगता है कि जब से मैंने इस्लामी हिजाब शुरू किया है तब से खुदा भी मुझ पर बहुत मेहरबान हो गया है। मेरी क्लास के मेरी नॉन मुस्लिम साथियों को मेरे इस हिजाब से कोई मुश्किल नहीं होती है बल्कि कुछ तो इसको पसन्द भी करती हैं। हाँ! मेरी फैमिली को इससे नफ़रत है। उन्हें तो मेरा मज़हब बदलना भी एक आँख नहीं भाया है। वह तो यहाँ तक कहते हैं कि मैंने अपने शौहर को खुश करने के लिए अपना मज़हब बदला है वरना इस्लाम पर मेरा कोई ईमान नहीं है। उनका कहना है कि मैं जहन्नमी हो गई हूँ। वह ये



<http://www.revertmuslims.com/revertstories18.html>

अपना अमरीकी कल्चर छोड़ रही हूँ और एक ऐसे कल्चर की तरफ़ जा रही हूँ जो मेरा अपना है ही नहीं। उनका मानना है कि मैं अपने घर वालों से कहीं बहुत दूर जा रही हूँ मेरा ये पर्दा करना उन सब के चेहरे पर थपड़ है और यह उनकी सरासर बेइज़्जती है। मेरी मम्मी मेरे बारे में सोच-सोच कर रोती हैं और मेरे पापा तो मुझ से बात ही नहीं करते। मैं मानती हूँ कि वह ये सब अपनी बेटी के लिए ही कर रहे हैं और अच्छा समझ कर कर रहे हैं। मैं उन से मुहब्बत करती हूँ और उनके साथ नेक बर्ताव करना चाहती हूँ लेकिन उनका ये तरीका मुझे बिल्कुल पसन्द नहीं है क्योंकि वह मेरी बात को समझना तो बहुत दूर सुनना भी नहीं चाहते। अक्ल और लॉजिक अपना काम ही नहीं कर पाती क्योंकि जज़्बात बहुत ज्यादा आड़े आ रहे हैं। फिर भी मुझे उम्मीद है कि उनसे मेरा रिश्ता टूटेगा नहीं और हमेशा बाकी रहेगा।

मुझे इस बात का बाकायदा एहसास और यकीन है कि इस्लाम और शीईयत को कुबूल करना मेरी ज़िन्दगी की सबसे अच्छी और सब से खास चीज़ है। ये मेरे लिए एक आसमानी तोहफ़ा है जो खुदा ने मुझे दिया है। थोड़ी बहुत मामूली परेशानियों को अगर छोड़ दिया जाए तो आज मैं अपने आपको कहीं ज्यादा बेहतर और मुकम्मल पाती हूँ, इस ज़मीन पर रहने वालों में सब से ज्यादा मुझे ज़ेहनी सुकून है। मेरी दिली तमन्ना है कि काश इस ज़मीन पर रहने वाले दूसरे और बहुत से लोग भी इस ख़ूबसूरत रास्ते पर चलते जिस पर मैं चल पड़ी हूँ।

अगर पीछे मुड़कर देखती हूँ तो अब मेरी समझ ही में नहीं आता कि लोग इस्लाम को समझना इतना मुश्किल क्यों समझते हैं। ये तो इतनी बड़ी खुली हुई हकीकत है जो चीख-चीख अपने हक़ होने का एलान कर रही है।

**अलहम्दुलिल्लाह!**



**क**भी-कभी आपको किसी ऐसे स्नेक्स की जरूरत होती है जो झटपट बन जाय और मजेदार भी हो। आज वेज कटलेट (veg cutlet) बना कर देखिये।

#### ज़रूरी सामान

- मैदा ..... १०० ग्राम (एक कटोरी)
- काली मिर्च ..... १/४ छोटी चम्मच
- आलू ..... २५० ग्राम (उबाले हुये)
- गाजर ..... २ (कटुकस की हुई)
- शिमला मिर्च .... २ (बारीक कटी हुई)
- पता गोभी ..... १ कटोरी (बारीक कटा हुआ)
- फूल गोभी ..... १ कटोरी (बारीक कटा हुआ)
- हरी मिर्च ..... ३-४ (बारीक कटी हुई)
- अदरक ..... २ इंच का टुकड़ा (कटुकस किया हुआ)
- हरा धनियाँ ..... आधा कटोरी (बारीक कटा हुआ)
- धनियाँ पाउडर .... १ छोटी चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर १/४ छोटी चम्मच
- गरम मसाला .... १/४ छोटी चम्मच
- अमचूर पाउडर ..... १/४ छोटी चम्मच
- नमक ..... टेस्ट के हिसाब से
- ब्रेड ..... ४.५
- तेल ..... तलने के लिये

#### तरीका

मैदे को एक कटोरी पानी मिला कर अच्छी तरह फेंटकर, पतला और चिकना घोल बना लीजिये, घोल में काली मिर्च और टेस्ट के साब से नमक डाल कर २० मिनट के लिये रख दीजिये,

(आप चाहे तो ५.६ ब्रेड का चूरा बनाइये और कटलेट को मैदा घोल के बजाय ब्रेड के चूरे में लपेट कर तलिये)

आलू धोकर, उबाल लीजिये, आलू उबालने के बाद उन्हें ठंडा करिये और छील लीजिये, छिले हुये आलू को हाथ से बारीक तोड़ लीजिये, ब्रेड को पानी में २ मिनट भिगोइये, हाथ से दबाकर पानी निकालिये और उन्हें भी तोड़ लीजिये, अब आलू, ब्रेड, सारी कटी हुई सब्जियाँ और मसाले डाल कर अच्छी तरह हाथ से मिला कर, पिठ्ठी बना कर तैयार करिये, इस पिठ्ठी से उंगलियों की मदद से थोड़ी सी पिठ्ठी निकालिये, और २ इंच लम्बे डेढ़ इंच चौड़े, आधा इंच मोटे कटलेट बनाकर तैयार कीजिये और प्लेट में रख लीजिये,

कढ़ाई में तेल डाल कर गरम कीजिये, तेल गरम होने पर एक कटलेट उठाइये और मैदा घोल में लपेटिये, कढ़ाई में डालिये, ३-४ कटलेट्स एक-एक करके मैदे में लपेट कर कढ़ाई में डालिये और तलिये, जब कटलेट दोनों तरफ से ब्राउन हो जाय तो, प्लेट में पेपर टावल बिछा कर, तले हुये कटलेट, कढ़ाई से निकाल कर उस पर रखिये, सारे कटलेट इसी तरह तैयार कर लीजिये,

आप ज्यादा तेल खाना नहीं चाहती हों तो इन वेज कटलेट्स को तवे पर थोड़ा सा तेल डाल कर सैलो फ्राई कर सकती हैं।

वेज कटलेट्स तैयार हैं गरमा गरम वेज कटलेट्स हरे धनिये की चटनी या टोमेटो सॉस के साथ खाइये, और मेहमानों को खिलाइये।

आप अपने टेस्ट के हिसाब से वेज कटलेट्स के लिये कोई भी सब्जी हटा सकते हैं या कोई दूसरी सब्जी आपको पसन्द है इसमें डाल कर बना सकते हैं, प्याज पसन्द है तो काट कर वह भी डाली जा सकती है।

Recipe

# वेज कटलेट







रसूल इस्लाम:

ख़दीजा के जैसा भला कौन हो सकता है!

उन्होंने उस वक़्त भी मेरी तसदीक़ की जब लोग मुझे झुठला रहे थे।

## ख़दीजा<sup>स०</sup> बेहतरीन नमूना अमल

■ अज़रा

**अ**गर जनाबे ख़दीजा<sup>स०</sup> की ज़िन्दगी पर एक नज़र डाली जाये तो साफ़ ज़ाहिर हो जाता है कि आप उस ज़माने में ज़िन्दगी गुज़ार रही थीं जब समाज में औरतों के साथ ग़ैर इन्सानी और बुरा बर्ताव होता था इसके बावजूद भी आपने ऐसी ज़िन्दगी गुज़ारी कि अरब के सारे मर्द आपकी इज़्ज़त करते थे।

जनाबे ख़दीजा का मक्के में बहुत बड़ा और मशहूर बिज़निस फैला हुआ था। अपनी दौलत से आप ग़रीबों की बहुत मदद करती थीं। आपने अपनी ज़िन्दगी इतनी पाकीज़ा और साफ़ सुथरी गुज़ारी थी कि इस्लाम लाने से पहले भी लोग आपको “ताहेरा” कहते थे जिसका मतलब होता है “पाकीज़ा”।

जनाबे ख़दीजा बहुत मालदार और दौलतमन्द थी और इसी वजह से बहुत से दौलतमन्द मर्द अपसे शादी करना चाहते थे लेकिन आपने सबको टुकराकर सिर्फ़ और सिर्फ़ हमारे आखिरी रसूल हज़रत मौहम्मद मुस्तफ़ा<sup>स०</sup> से शादी करने का फैसला किया और शादी हो भी गई। आपने शादी से पहले रसूल इस्लाम<sup>स०</sup> के किरदार और अख़लाक़ को बाक़ायदा आजमाया था जिसका आप पर बहुत पॉज़िटिव असर पड़ा था। आपको रसूल इस्लाम<sup>स०</sup> की ईमानदारी और सच्चाई बहुत पसन्द आई थी जो ऐसी सिफ़त है जो बड़ी से बड़ी दौलत पर भी भारी है।

शादी के बाद आपने अपने शौहर, रसूल इस्लाम<sup>स०</sup> का हमेशा एहतेराम और इज़्ज़त की। कभी ऐसा कोई काम या बात नहीं की जो रसूल<sup>स०</sup> के मिज़ाज के ख़िलाफ़ हो। रसूल<sup>स०</sup> भी आपसे बहुत मुहब्बत किया करते थे जब भी रसूल इस्लाम<sup>स०</sup> इबादत करने के लिये “ग़ारे हिरा” में जाया करते थे आप उनसे मिलने और उनके लिये खाना पानी लेकर जाया करती थीं क्योंकि रसूल कई कई दिन तक वहां खुदा वन्दे आलम की इबादत करते रहते थे।

औरतों में आप सबसे पहली औरत हैं जिसने इस्लाम कबूल

किया था। आपने हक़ और सच्चाई के रास्ते को चुना और हमेशा मुश्किलों और मुसीबतों में रसूल<sup>स०</sup> का साथ दिया। मक्के की औरतों ने आपका सोशल बॉयकाट कर दिया था लेकिन इसका भी आप पर कोई असर नहीं पड़ा और आप रसूल इस्लाम<sup>स०</sup> के मिशन में हमेशा दिलो जान से उनका साथ देती रहीं और खुदा भी इतना खुश हुआ कि उसने आपको “फ़ातिमा” जैसी बेटी अता की जो जन्नत की औरतों की सरदार हैं।

जब मक्के में मुसलमानों का तीन साल तक सोशल बॉयकाट कर दिया गया था उस वक़्त आपकी ही दौलत थी जो मुसलमानों के काम आ रही थी। ऐसा नहीं था कि सिर्फ़ दूसरे मुसलमान ही तरह तरह की मुश्किलें बर्दाश्त कर रहे थे बल्कि आप भी अपने शौहर के साथ इन मुसलमानों के साथ बराबर शरीक थीं। अगर वह भूके थे तो आप भी भूकी थीं और अगर वह प्यासे थे तो आप भी प्यासी थीं। सबसे बड़ी बात यह है कि इसकी आपने रसूल<sup>स०</sup> से कभी शिकायत भी नहीं की। जबकि आप अरब की बहुत इज़्ज़तदार और दौलतमन्द ख़ातून थीं और इस्लाम पर आपके बहुत से ऐहसान थे लेकिन यह आपका किरदार और अख़लाक़ ही था कि सारी दौलत इस्लाम के नाम पर ख़र्च कर देने के बाद और इतनी मुसीबतें बर्दाश्त करने के बाद भी आपके माथे पर एक शिकन तक नहीं पड़ी बल्कि आप हमेशा रसूल<sup>स०</sup> से मुहब्बत और उनकी ख़िदमत में लगी रहीं।

यही वजह है कि जैसे ही आपकी वफ़ात हुई रसूल इस्लाम<sup>स०</sup> ग़मों के समन्दर में डूब गये थे। आपको एहसास हो गया था कि मेरा एक बहुत बड़ा सहारा कम हो गया है। रसूल<sup>स०</sup> आपकी वफ़ात से इतने ग़मज़दा हुये थे कि आपने उस साल का नाम जिस साल जनाबे ख़दीजा<sup>स०</sup> की वफ़ात हुई थी “आमुल हुज़्न” रख दिया था जिसका मतलब है “ग़मों का साल”। वैसे इसी साल जनाबे अबू तालिब<sup>स०</sup> की भी वफ़ात हुई थी। ●



# माँ का रोल

■ ताहेरा कासिम अली



**ह**र समाज, बहुत सी फैमिली यूनिट्स के ब्लॉक्स से मिल कर तैयार होता है। जितनी ये फैमिली मज़बूत होगी उतना ही समाज मज़बूत होगा। इस तरह फैमिली एक ऐसा ब्लॉक है जिस पर सारे समाज की बुनियाद रखी जाती है। खुद उस फैमिली की बुनियादों को मज़बूत बनाने में एक माँ की ज़रूरत पड़ती है जो बहुत खास रोल अदा करती है।

आज की हमारी इस दुनिया में हालात बदल चुके हैं और बहुत सी औरतें और लड़कियाँ अलग-अलग मैदानों में अपने लिए अलग-अलग कैरियर और डिग्रियाँ हासिल करना चाहती हैं। इसके बावजूद ये बहरहाल सब मानते हैं कि अपनी जिन्दगी में एक माँ का सबसे बड़ा रोल और कामयाबी, एक अच्छी और नेक औलाद की परवरिश ही है क्योंकि यही औलाद आगे चलकर समाज के दूसरे ब्लॉक्स को तैयार करेगी। इसीलिए तो आम तौर पर ये कहा जाता है कि बच्चों को पालना आसान लेकिन उनकी अच्छी परवरिश करना बहुत मुश्किल और टेढ़ी खीर है। इसीलिए ये हर माँ के लिए एक बहुत बड़ा चैलेंज भी है।

## इस्लाम “माँ” की बहुत इज़ज़त करता है

एक मुसलमान माँ का रोल बहुत खास और अहम होता है और इसीलिए उसकी उन सारी ज़हमतों और परेशानियों को सराहा भी बहुत गया है।

एक माँ अपने बच्चे के लिए जो इतना सब कुछ करती है, परेशानियाँ झेलती है और इतने लाजवाब तोहफे अपनी औलाद को देती है, उनको इमाम ज़ैनुलआबेदीन<sup>२</sup> ने “रिसालतुल हुकूक” में बयान फ़रमाया है, “तुम्हारी माँ का तुम पर ये हक़ है कि तुम इस बात का इफ़रार

करो और उसके शुक़रगुज़ार रहो कि उसने तुम्हें इस तरह अपने पेट में रखा कि जिस तरह कोई किसी को नहीं रखता, उसने तुम्हारा इस तरह पेट भरा जैसे कोई किसी का नहीं भरता।

उसने प्रिगनेन्सी के दौरान अपनी आँखों, कानों, हाथों, पैरों, बालों खुलासा ये कि अपने सारे बदन और अपने सारे वुजूद से खुशी-खुशी और मुहब्बतों के साथ तुम्हारी हिफ़ाज़त की और इस सब की वजह से होने वाली परेशानियों, दर्द, दुखों और मुश्किलों को सब्र के साथ बर्दाश्त किया। यहाँ तक कि वह दिन भी आया जब खुदा ने तुम्हें उससे अलग कर दिया और तुम इस दुनिया में आ गए।

ये वह वक़्त था जब तुम्हारी माँ खुशी से फूली नहीं समा रही थी, वह इतनी खुश थी कि वह अपनी भूक को तो भूल गई लेकिन तुम्हारा पेट भरना शुरू कर दिया। अगर उसके कपड़े नहीं भी थे तो उसने तुम्हें कपड़े पहनाए, अपनी प्यास को भुलाकर कभी पानी और कभी दूध से तुम्हारी प्यास बुझाई, धूप से बचाकर तुम्हें साये में रखा चाहे खुद सूरज की गर्मी से तप रही हो। उसने तुम्हें हर तरह का आराम दिया और खुद हर तरह की मुश्किल को बर्दाश्त किया। खुद जागती रही लेकिन लोरियाँ सुना-सुना कर तुम्हें सुलाती रही।”

फैमिली की बुनियाद शादी के फ़ैसले से ही पड़ जाती है और इस्लामी तालीमात में एक माँ की हैसियत और अहमियत का अन्दाज़ा शादी, कॉन्सेप्शन और बच्चों की परवरिश में उसके रोल से ही लग जाता है।

अब यहाँ नीचे उन बातों को पेश किया जा रहा है जिनसे ये अन्दाज़ा हो जायेगा कि इस्लाम में माँ की कितनी इज़ज़त और अहमियत है।

## अच्छी बीवी के इन्तेख़ाब पर जोर

इस्लाम अख़लाकी बुनियादों पर बीवी के इन्तेख़ाब पर जोर देता है। रसूल इस्लाम<sup>३</sup> फ़रमाते हैं कि अच्छे और नेक घराने में शादी करो क्योंकि नुतफ़े का बहुत असर होता है। ये भी नक़ल हुआ है कि आप फ़रमाते हैं, “बाकिरदार लड़कियों से शादी करो ताकि बाकिरदार बच्चे पैदा हों।” रसूल<sup>३</sup> ने ऐसे लोगों को बहुत बुरा कहा है जो सिर्फ़ मालो दौलत या ख़ूबसूरती की वजह से किसी लड़की से शादी करते हैं।

## इस दुनिया में इज़ज़त

एक फैमिली में एक माँ की बहुत ज़्यादा इज़ज़त होती है। इस्लाम में माँ का हुक्म मानना वाजिब है। कुरआनी आयतों में जहाँ भी माँ-बाप के हुक्म की बात हुई है वहाँ-वहाँ उसमें माँ को भी शामिल रखा गया है। यहाँ भी खास बात यह है कि पैगम्बरे अकरम<sup>४</sup> ने बाप के मुकाबले में माँ के साथ ज़्यादा नेकियाँ करने पर जोर दिया है। एक बार एक आदमी रसूल<sup>३</sup> के पास आया और सवाल किया कि किस के साथ नेकी करना चाहिए? आप<sup>५</sup> ने फ़रमाया कि अपनी माँ के साथ नेकियाँ किया करो। उसने फिर यही सवाल दोहराया और रसूल ने फिर वही जवाब दिया। ऐसा तीन बार हुआ। चौथी बार में रसूल ने बाप के साथ भी नेकी करने को कहा। ये मशहूर वाकिआ साफ़-साफ़ इस्लाम में एक माँ की अहमियत और मरतबे को बयान कर रहा है।

## आख़िरत में इज़ज़त

ऐसा नहीं है कि सिर्फ़ इस दुनिया ही में माँ की इतनी इज़ज़त और मरतबा है। रसूल की मशहूर हदीस है कि जन्नत माओं के कदमों के नीचे है। जिससे पता चलता है कि इस दुनिया के बाद भी माँ की इज़ज़त और



मरतबा कम नहीं होता।

एक औरत रसूल<sup>ﷺ</sup> के पास आई और सवाल किया कि औरत पर जिहाद क्यों वाजिब नहीं है? उसका ख्याल था कि औरतों को इस अजीम सवाब से महरूम कर दिया गया है जो जंग में लड़ने और शहीद होने से मिलता है। रसूल<sup>ﷺ</sup> ने फरमाया कि औरत तो उसी वक्त से मुजाहिद बन जाती है और घर पर रह कर ही जिहाद का सवाब ले लेती है जब से वह प्रिगनेन्ट होती है और उसको ये सवाब उस वक्त तक मिलता रहता है जब तक डिलेवरी न हो जाए, जब से वह दूध पिलाना शुरू करती है तब से उस वक्त तक जब तक वह दूध पिलाना रोकती है और अगर वह इस बीच में मर जाए तो उसकी मौत जंग के मैदान में शहीद होने वाले इन्सान की तरह होगी यानी वह शहीद होकर इस दुनिया से जायेगी।

खुदावन्दे आलम सूरए लुकमान में फरमाता है, “और हम ने इन्सान को माँ-बाप के बारे में नसीहत की है कि उसकी माँ ने दुख पर दुख सह कर उसे पेट में रखा और उसकी दूध बढ़ाई भी दो साल में हई है कि मेरा और अपने माँ-बाप का शुक्रिया अदा करो और तुम सब को मेरी ही तरफ लौट कर आना है।”

(लुकमान / 14)

सूरए अहकाफ में इरशाद होता है, “और हमने इन्सान को उसके माँ-बाप के साथ नेक बर्ताव करने की नसीहत की है कि उसकी माँ ने बड़े दर्द के साथ उसे पेट में रखा है और फिर बड़ी तकलीफ के साथ पैदा किया है और उसके हमल और दूध बढ़ाई का कुल जमाना तीस महीने का है। (अहकाफ / 15)

इन दोनों आयतों में यूँ तो माँ-बाप दोनों का ही जिक्र हुआ है लेकिन इनमें माँ का जिक्र खुसूसियत के साथ किया गया है क्योंकि वह एक बड़ी अजीम जिम्मेदारी का बोझ अपने सर पर उठाती है और इसीलिए उसका अज्र भी बहुत ज़्यादा है।

कुरआने पाक में दो माँओं का जिक्र आया है। जब जनाबे ईसा<sup>ﷺ</sup> की माँ हज़रत मरयम को विलादत का बहुत तेज़ दर्द हुआ तो जनाबे मरयम उस वक्त बिल्कुल अकेली थीं और आने वाले हालात के बारे में सोच-सोच कर बहुत परेशान थीं। खुदा ने आगे बढ़कर सहारा दिया और कहा कि परेशान मत हो। जनाबे मरयम को ताज़े-ताज़े खजूर मुहय्या कराए गए और इसके बाद कहा गया कि अब तीन दिन तक ख़ामोशी के रोज़े रखो और उसके बाद खुदा ने खुद मोजिज़े के ज़रिये इस बच्चे से साबित कराया कि वह अल्लाह का भेजा हुआ नबी है।

(मरयम / 23-26)

खुदावन्दे आलम जनाबे मरयम को इन हालात में भी अकेला नहीं छोड़ता है और उनसे कहता है कि उनको एक नबी की माँ होने का दर्जा दिया जा रहा है। इस सब के बावजूद ये अपनी जगह सच है कि माँ बनने में बहुत परेशानियों और मुश्किलों का सामना करना पड़ता है जिनका कुरआन ने भी इक्लरार किया है।

कुरआन में जिस दूसरी माँ का जिक्र हुआ है वह जनाबे मूसा की माँ हैं। जब उनसे कहा गया कि अपने बच्चे को एक सन्दूक में रखकर दरिया के हवाले करदो तो साथ ही ये भी यकीन दिलाया गया कि परेशान मत हो, तुम्हारा बच्चा पूरी तरह महफूज़ रहेगा और तुमको वापस मिल जायेगा।

खुदा बच्चे के बारे में एक माँ के प्यार और मुहब्बत को जानता है और उसे ये भी पता है कि एक माँ के लिए अपने बच्चे से बिछड़ना बहुत मुश्किल काम है। जब फिरऔन की बीवी, जनाबे आसिया ने बच्चे को दरिया से उठाया तो बच्चे ने दूध पीने से मुँह मोड़ लिया। जनाबे मूसा की बहन ने मशवरा दिया कि इस बच्चे की असली माँ को तलाश करके उस से दूध पिलवाया जाए तो शायद ये बच्चा दूध पी ले। इस तरह माँ और बच्चा फिर से एक साथ आ गए और खुदा का वादा पूरा हो गया।

(ताहा / 37-40, कसस / 7-13)



# रमज़ान अलग-अलग मुल्कों में

दुनिया भर के मुसलमानों के लिए माहे रमज़ान रोज़े रखने, ज़्यादा इबादत करने, ज़्यादा कुरआन पढ़ने और ज़्यादा सदाका निकालने और गरीबों को देने का सुनहरा मौका है जो हर साल आता है। हर मुल्क में उसके कल्चर के एतेबार से रोज़े से मुताल्लिक रस्में भी पाई जाती हैं जिनमें से कुछ को हम यहां पेश कर रहे हैं।

## ईरान में रमज़ान

ईरान में माहे रमज़ान देखते ही बनता है। पूरे महीने, क्या रूहानी फ़िजा होती है! वहां उलमा ने माहे रमज़ान के सिलसिले में काफी काम किया है। पूरे रमज़ान जगह जगह कुरआनी प्रोग्राम होते हैं, बड़े ही रूहानी माहौल में दुआओं के प्रोग्राम होते हैं, अख़्लाक और रूह की पाकीज़गी पर लेक्चरस और स्पेशल क्लासेज़ रखी जाती हैं। जो लड़के-लड़कियां कुरआन पढ़ना नहीं जानते वह इस मुबारक महीने में कुरआन पढ़ना सीख लेते हैं और जो कुरआन पढ़ना जानते हैं वह आगे बढ़कर सही तरह से पढ़ना यानी तज़वीद भी सीख लेते हैं।

माहे रमज़ान में लोग अपने अपने घरों

पर रोज़ेदारों को इफ़तार कराते हैं जिसका ख़ास एहतेमाम किया जाता है। सारा ईरान खजूर से ही अपना रोज़ा इफ़तार करता है, हदीसों में इसकी फ़ज़ीलत भी बहुत बयान हुई है।

दिन में होटलस और रेस्टोरेंट्स बन्द ही रहते हैं और शाम होते-होते खुल जाते हैं। सड़कों और गलियों में दिन के वक्त कोई खाता-पीता नज़र नहीं आता क्योंकि आमतौर पर सभी रोज़े से होते हैं।

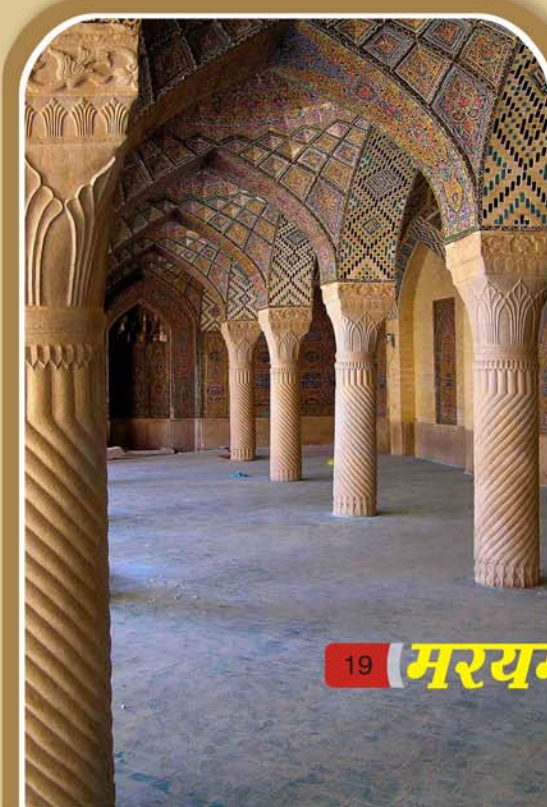
मस्जिदें नमाज़ियों से छलकती हुई नज़र आती हैं, कुछ मस्जिदों में तो पैर रखने की भी जगह नहीं होती।

सबसे ख़ास तारीखें 15, 18, 21, रमज़ान और शबे क़द्र होती हैं। 15 रमज़ान को हर जगह जश्न का समां होता है। उसके बाद 18, से 21, रमज़ान तक सारा ईरान सोग में डूब जाता है। ऐसा लगता है जैसे मौहर्म्म आ गया हो। तीनों शबे क़द्र ख़ास कर

आखिरी शबे क़द्र में तो बड़ा अजीबो-ग़रीब रूहानी और राज़ो-नियाज़ का माहौल होता है। सारी सारी रात मर्द और औरतें मस्जिदों में इबादत और दुआओं में मशगूल रहते हैं। दुआएं जोशने कबीर तीनों रातों में पढ़ी जाती हैं। इसके अलावा दूसरे सारे आमाल भी गिरयाओ-जारी और आसुओं की बारिश के साये में होते हैं। लोग अपने गुनाहों पर शर्मिंदा होते हैं और खुदा की बारगाह में इस्तिग़फ़ार करते हैं।

उसके बाद आखिरी अहम मौका जु-म-तुल विदा का होता है जिसको यौमे कुदस के तौर पर मनाया जाता है।

फिर आखिर में ईद तो है ही। ईद में लोग सबसे पहले तैयार हो कर ईद की नमाज़ पढ़ते हैं और ईद की नमाज़ से पहले पहले फ़ितरा निकाल देते हैं। नमाज़ पढ़के लोग एक दूसरे के घर पर जाते हैं जहां एक दूसरे को ईद की मुबारक बाद देते हैं।





## मोरोक्को में रमज़ान

मोरोक्को में माहे रमज़ान आपसी रिश्तों को मज़बूत करने का महीना कहा जाता है। रिश्तेदार और दोस्त एक शहर से दूसरे शहर, एक दूसरे से मिलने और साथ-साथ वक़्त गुज़ारने के लिए जाते हैं। ऐसे रिश्ते के भाई-बहन और दूसरे रिश्तेदार जिनसे महीनों-महीनों मुलाकात नहीं हो पाती उनसे भी इन दिनों में आराम से मुलाकात हो जाती है। रात में माहे रमज़ान वाली खास डिशें बनती हैं जैसे हरीरा सूप जिसको लोग बड़ा मज़ा ले लेकर खाते हैं।

माहे रमज़ान की सबसे बड़ी खास बात ये होती है कि वह लोग जो आम तौर पर मस्जिद में नमाज़ नहीं पढ़ते वह भी इस महीने में मस्जिदों में जाकर खास एहतेमाम से नमाज़ पढ़ते हैं। मस्जिदों में औरतों के लिए भी नमाज़ पढ़ने का एक हिस्सा होता है जहाँ औरतें आती हैं और आकर जमाअत से नमाज़ पढ़ती हैं। माहे रमज़ान में आम तौर पर लोग देर रात तक जागते रहते हैं।

दूसरी खास बात ये है कि वहाँ इस खास महीने में बढ़ चढ़ कर सड़क निकासने और गरीबों की बहुत ज़्यादा मदद करने का रिवाज बहुत ज़्यादा है। हर आदमी ज़रूरतमन्दों की मदद करता है और ख़ूब-ख़ूब करता है।

ईद आते-आते बहुत सी अलग-अलग तरह की मिठाइयाँ पहले ही बना ली जाती हैं जैसे “शबाकिया” और बादाम से बनी हुई “ले कोगून दो गुज़ाल” मिठाई।

मोरोक्को में ईद बहुत शानदार तरीके से मनाई जाती है। ईद के दिन सारा घर बहुत सवेरे ही बिस्तर छोड़ देता है। सबसे पहले लम्बा चौड़ा नाश्ता तैयार किया जाता है। घरों को बड़े ख़ूबसूरत अन्दाज़ से सजाया जाता है। मिठाइयों को एक बड़ी सी मेज़ पर लगा दिया जाता है। ईद के दिन वहाँ के सारे मुसलमान एक खास

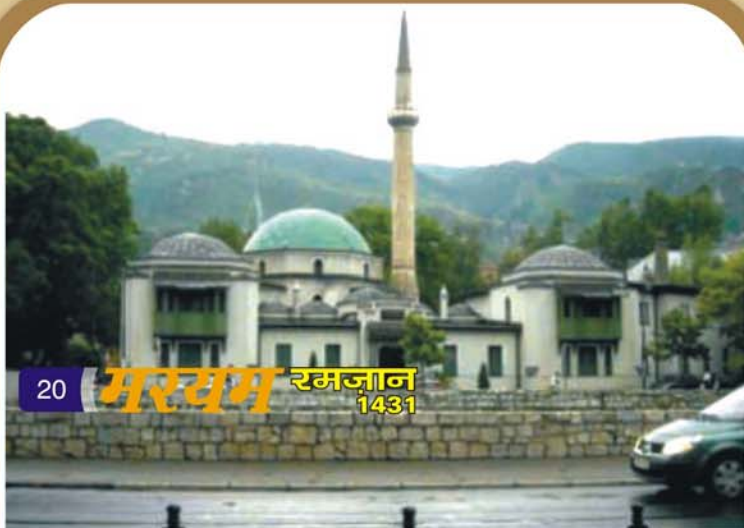
मोरोक्कन ड्रेस पहनते हैं, मर्दों के लिबास को जलाबा और औरतों के लिबास को कफ़्टन कहा जाता है। ईद की नमाज़ के बाद सब लोग एक दूसरे से गले मिलते हैं और उसके बाद खानों और मिठाइयों का दौर शुरू हो जाता है। लोग अपने पड़ोसियों के यहाँ जाते हैं। इस मौके पर रस्म ये होती है कि जो मिठाई तैयार की जाती है उसकी एक प्लेट आने वाले मेहमान को भी दी जाती है। शाम होते-होते हर घर की मेज़ मोरोक्कन और अलजेरियन मिठाइयों की अलग-अलग किस्मों से भर जाती है जो पड़ोसियों के यहाँ से आती है।

फ़्रांस में एक कहावत है कि “अच्छी चीज़ बाद के लिए”। ये कहावत मोरोक्को के माहे रमज़ान के लिए बिल्कुल सही है क्योंकि वहाँ फैमिली सिलेब्रेशन को सबसे आख़िर के लिए छोड़ दिया जाता है और वह आख़िर दिन, ईद का दिन होता है। ईद के दिन सारे रिश्तेदार, अजीज़, रिश्ते के भाई-बहन, अंकल और आटियाँ सब एक जगह जमा हो जाते हैं और ख़ूब धमाचौकड़ियाँ होती हैं। बिल्कुल शादी के घर जैसा मन्ज़र होता है।

## बोसनिया में रमज़ान

अब तो बोसनिया में हालात बिल्कुल बदल गए हैं और कम्युनिज़्म के आने के बाद वहाँ की ज़िन्दगी बहुत ज़्यादा फर्दी हो गई है यानी हर आदमी और हर फैमिली बस अपनी ज़िन्दगी जी रही है। आसपास के पड़ोसियों पर क्या गुज़र रही है किसी से कोई मतलब नहीं होता लेकिन पहले ऐसा नहीं था।

माहे रमज़ान के लिए एक खास एहतेमाम किया जाता था और ईद बड़े ज़ोर-शोर से मनाई जाती थी। इफ़तार में खास डिश “पीटा” हुआ करती थी जो सेंडविच की तरह होती थी जिसमें गोश्त, टमाटर और पनीर भरा होता था। गाँव वाले





क्योंकि मवेशी पालते थे इसलिए उनके पास डेरी प्रोडक्ट्स की कोई कमी नहीं होती थी। इसलिए मक्खन, कीम और पनीर से तय्यार होने वाली टोपा डिश खूब बनाई जाती थी। इस डिश के बारे में घर की औरतों का ख्याल ये होता था कि ये रमज़ान में सेहत के लिए बहुत फायदेमन्द है। रमज़ान भर सूप और तुर्की नाश्ते की धूम रहती थी लेकिन यहाँ ईद मूंगफ़लियों वाली मीठी पेस्ट्री के बिना कहाँ हो सकती थी इसलिए ये पेस्ट्री हर घर में बनती थी।

बैराम (ईद) की नमाज़ के बाद गाँव वाले उन लोगों को अपने घरों में दावत देते थे जो दूसरी जगहों से ईद की नमाज़ के लिए आते थे। कभी-कभी तो एक-एक आदमी अपने घर पर बीसियों आदमियों के साथ वापस आता था। इसके बाद बच्चों, जवानों और बूढ़ों के अलग-अलग ग्रुप बन जाते थे और ईद की मुबारकबाद देने अपने पड़ोसियों के यहाँ जाया करते थे।

### बदलता ज़माना

कम्युनिज़्म ने बोसनिया में अपना सीधा असर दिखाया है। माहे रमज़ान वाली ये सारी बातें अब वहाँ कहीं नज़र नहीं आती हैं खास कर शहरों में जहाँ लोग एक दूसरे के साथ मिल कर रहना ही नहीं चाहते। अब हालत ये है कि शहर की लोकल मस्जिद में लोग नमाज़ पढ़ने के लिए तो आते हैं लेकिन उनके पास इतना वक़्त नहीं होता कि कुछ देर रुक कर एक दूसरे का

हालचाल भी मालूम कर लें। अब वहाँ हर आदमी का अपना रमज़ान होता है और अपना रमज़ानी कल्चर।

### घाना में रमज़ान

माहे रमज़ान में दिन की शुरुआत बहुत तड़के हो जाती है। लोगों को जगाने के लिये ढोल बजाने वाले सुबह चार बजे से ही सारे गाँव में ढोल बजाते फिरते हैं। औरतें उठकर सहरी तैयार करने लगती हैं जिसमें सबका पसन्दीदा खाना “तू जाफ़ी” सूप होता है जो भुट्टे के आटे से तैयार किया जाता है। रोज़ा सुबह में पौने पाँच बजे शुरू होता है।

### इफ़तार में फल

सूरज के छिपने से पहले ही लोग मस्जिद में जमा हो जाते हैं और कुरआन पढ़ने लगते हैं। लोग अज़ान और नमाज़ का इन्तिज़ार करते रहते हैं। नमाज़ी अपने साथ फल और पानी लेकर आते हैं और एक दूसरे के साथ मिल बाँटकर खाते हैं। साथ ही लोग अपने-अपने घरों पर भी अपने रिश्तेदारों और दूसरों को बुलाते हैं और इफ़तार कराते हैं।

### ईद की रस्में

माहे रमज़ान ख़त्म हो जाने के बाद ईद मनाई जाती है। आम तौर पर ईद की नमाज़ एक खुली जगह पर अदा की जाती

है जहाँ आसपास के दूसरे गाँव के लोग भी एक साथ नमाज़ पढ़ने के लिए आते हैं। नमाज़ के बाद, गाँव के मुखिया घोड़ों पर सवार हो जाते हैं और लोग पीछे-पीछे चलते हैं यहाँ तक कि इमाम जमाअत का घर आ जाता है। सब लोग इमाम जमाअत के घर पर जमा हो जाते हैं जहाँ सबके लिए दुआ की जाती है और मिठाइयाँ तक्सीम की जाती हैं। अपने-अपने घरों पर पहुँचने से पहले लोग ग़रीबों और मरीज़ों के पास जाते हैं, उन्हें पैसे, खाना पानी देते हैं ताकि हर आदमी ईद की खुशियों को मना सके।

### कहानियों का वक़्त

दोपहर के आस पास बच्चे अपने बेहतरीन कपड़े पहन कर गाँव में लोगों के पास जाते हैं जहाँ उन्हें मिठाइयाँ, खाना और ईदी दी जाती है।

रात होते-होते सारे बच्चे एक जगह जमा हो जाते हैं जहाँ बड़े लोग उन्हें कहानियाँ सुनाते हैं। उन कहानियों में इस्लामी कहानियाँ भी होती हैं। रसूले इस्लाम<sup>ﷺ</sup> की कहानियाँ, उनके सहाबियों की कहानियाँ, बड़े-बड़े इस्लामी स्कॉलर्स और उलमा की कहानियाँ.....साथ ही साथ ऐसी कहानियाँ भी सुनाई जाती हैं जिनमें बताया जाता है कि घाना के मुसलमान कहाँ से आए हैं, पहले क्या थे, कैसे मुसलमान हुए वगैरह। ●

source: monthly mahjubah



### हज़रत फ़ातिमा ज़ह्रा<sup>सा</sup>

वह रोज़ेदार जिसने अपनी ज़बान, कान, आँख और जिस्म के दूसरे हिस्सों को (गुनाहों से) महफूज़ नहीं रखा है उसका रोज़ा किसी काम का नहीं है।

(बिहार, जि-93 पे-295)



**र**ात तारीक और और डरावनी थी। आसमान पर काले बादल छाए हुए थे। कभी-कभी बिजली भी चमक जाती थी जिसकी रौशनी घटाटोप अन्धेरे में उजाला फैला देती थी। उक्ताब अपने घोंसलों में सर छुपाए सो रहे थे कि कल उनके बालोपर झड़ जाने वाले थे और वह कायनात के मौला के गुम में सोगवार होने वाले थे।

अली<sup>३०</sup> जाग रहे थे, आँखों में दूर-दूर तक नींद नहीं थी क्योंकि ज़मीन पर दुख के मारे जुल्म के पन्जे में थे और उनका जीना दूभर हो रहा था। कुछ लोग अय्याशियों और सरकशी में मुब्तिला थे, दूसरी तरफ कुव्वत और ताकत वाले जुल्मी-जौर का बाज़ार गर्म किये हुए थे और कमज़ोर और ना-तवाँ ताकतवरों का लुकमा बने हुए थे। आप<sup>३०</sup> के दुश्मन फ़साद और बुराईयों में एक दूसरे का हाथ बटा रहे थे। कुछ ऐसे भी थे जो खुद को आपके मददगारों में से जानते थे मगर उन्होंने भी हक़ को छोड़ दिया था और एक दूसरे की मदद से कतरा रहे थे।

इमाम बेदार थे, आँखों से नींद कोसों दूर थी क्योंकि अदुलो-इन्साफ से मुँह मोड़ लिया गया था, नेकी को ख़ैरबाद कह दिया गया था, आम लोगों की तकदीर फ़सादियों के हाथों में खिलौना बनी हुई थी, लोगों की जान खूनी फ़सादियों के कब्जे में थी और ज़मीन पर हर तरफ़ निफ़ाक़ फैला हुआ था।

इस रात आप ने अपनी पूरी ज़िन्दगी पर एक नज़र दौड़ाई, बचपन ही से आप के हाथ में शमशीरे बुर्राँ रही, मुशिरकीने मक्का के कलेजों

को दहलाए रहे, दीने इस्लाम को खूब फेलाया और नूरे रिसालत की खिदमत में जान लड़ाते रहे। आप ने शबे हिज़रत तलवारों के साये में सोना सीखा, आप ने पिछली मुसीबतों और लड़ाइयों को याद किया जहाँ आप ने अपने ईमान और पैग़म्बरे इस्लाम<sup>३०</sup> की मुहब्बत की ताक़त से बड़े-बड़े किलों को मिट्टी में मिला दिया था और हर ख़बीस को जहन्म वासिल किया था, मोमिनीन आपकी हर ज़रबत पर सजदए शुक्र बजा लाते थे क्योंकि वह देखते थे कि ज़ालिम आपसे यूँ भाग रहे हैं जैसे तेज़ आँधी में टिड्डियाँ तितर-बितर हो जाती हैं।

आपने अल्लाह के रसूल<sup>३०</sup> को याद किया जो बेपनाह शफ़क़त और मुहब्बत से आपको कलेजे से लगाकर फ़रमा रहे थे “ये मेरा भाई है”।

पैग़म्बरे खुदा<sup>३०</sup> तशरीफ़ लाए, आप सो रहे थे, जनाबे सय्यदा<sup>३०</sup> ने आपको जगाना चाहा तो पैग़म्बर ने इरशाद फ़रमाया, “इन्हें सोने दो क्योंकि इन्हें मेरे बाद बहुत जागना है”। इस पर जनाबे सय्यदा<sup>३०</sup> रोई और रोती रहीं।

आपकी नज़रों में रसूलुल्लाह<sup>३०</sup> की रेहलत का मन्ज़र गुज़र गया। आप उस वक़्त ३३ बरस के थे, आप ने अल्लाह के रसूल<sup>३०</sup> और अपने भाई के गुस्लो कफ़न का इन्तेज़ाम खुद अपने हाथों से किया, आप गुमों में डूब गए, जनाबे सय्यदा अपने वालिदे गिरामी के गुम और उनके बाद की मुसीबतों से ७५ या ६५ दिनों बाद उनसे जा मिलीं, गुमों की शिद्दत ने आपकी नींदें उड़ा दीं।

आप ने अस्हाबे रसूल<sup>३०</sup> की सुरतें याद कीं जो ये फ़िक़रा हर वक़्त दोहराते रहते थे “पैग़म्बर के वक़्त में हम मुनाफ़िकों को इन (अली<sup>३०</sup>) की दुश्मनी से पहचाना करते थे।” रसूलुल्लाह ने एक बार नहीं बार-बार ये फ़रमाया था, “सिर्फ़ मुनाफ़िक ही तुमसे दुश्मनी कर सकता है।” इन ही लम्हों में आप ने उन साथियों और सहाबियों को याद किया जो पैग़म्बर<sup>३०</sup> की ज़िन्दगी में एक दूसरे के मददगार थे। आज उन्हीं में से कुछ लोग आपके साथ थे और कुछ लोग हुकूमत की लालच लिए बैठे थे...

अबुज़ुरे ग़फ़ारी, रसूले खुदा<sup>३०</sup> के बुजुर्ग सहाबी जो ज़िल्लत और तौहीन बर्दाश्त न कर सके और इसके खिलाफ़ उठ खड़े हुए। वह इज़ज़तदार इन्सान जिसकी हक़ परस्ती की वजह से अली<sup>३०</sup> के सिवा उसका कोई दोस्त न रहा। हाए कितना दर्दनाक अन्जाम हुआ उसका? वह जी जान से हक़ का सरगर्म हिमायती रहा यहाँ तक कि उसने हज़रत उसमान के ज़माने में मज़लूमों की खातिर सारे बनी उमय्या के खिलाफ़ महाज़ कायम किया, और बनी उमय्या ही के हाथों उसका दर्दनाक अन्जाम हुआ।

ऐसी ही एक रात में कुछ अरसे पहले अली<sup>३०</sup> के जौनिसार, मुत्तकी परहेज़गार, गुमों में शरीक, सहाबी-ए-रसूल, अम्मारे यासिर शहीद हुए। उनको बागियों ने सिफ़फ़ीन की लड़ाई में शहीद किया था (बिल्कुल उसी तरह जैसा कि रसूलुल्लाह<sup>३०</sup> ने उन्हें बशारत दी थी कि तुमको बागी गिरोह क़त्ल करेगा)।



# अली<sup>310</sup> ज़िन्दा हैं

## क़ातिल मर गया

जार्ज जुरदाक



आज जुल्मो जफा, जौरो-सितम से खूनी जंग और हौलनाक लड़ाई लड़ने वाले अली<sup>३०</sup> अकेले रह गए थे। ये ऐसी जंग थी जिसमें हक एक तरफ बिल्कुल तनहा था। ये जंग थी अली की जो दुनिया की नेमतें और आसाइशें दूसरों के लिए चाहते थे और उन लोगों के दरमियान मौजूद कुछ लोग, अवाम को सरसब्ज ज़मीनों और गुलिस्तानों से निकाल कर सूखे और बन्जर लको-दक सहाराओं और ज़ेहरीली हवाओं के थपेड़ों में धकेलना चाहते थे। कल का दिन वह दिन, जिसका अली<sup>३०</sup> अपने दिल और अपनी अक्ल से तसव्वुर कर रहे थे, इस रात के बाद कोई भी बुरा आदमी हक को इज़्ज़त देके आगे नहीं रखेगा जबकि झूट से उसे फ़ायदा पहुँचने की उम्मीद हो। इस रात के बाद कोई ऐसा हाकिम न होगा जो लोगों के लिए बाप की तरह हो, जो बातिल की लज़्ज़तों के मुकाबले में हक के मसाएबो आलाम को दोस्त रखता हो। इस रात के बाद ऐसी अक्ल और ऐसा दिल बाकी न रहेगा जो लोगों के साथ इन्साफ़ाना बर्ताव करे। हक पर ही चले, चाहे पहाड़ों में ज़लज़ला आ जाए या ज़मीन का सीना फट जाए। अमीरुलमोमिनीन<sup>३०</sup> देर तक रोते रहे।

वक़्त गुज़रता गया और रात तारीक होती गई। अबुतालिब<sup>३०</sup> के बेटे ने महसूस किया कि वह दुनिया में अकेले रह गए हैं। हाए ज़मीन कैसी वहशत की जगह है और कितनी अजनबी और फरेब की मन्ज़िल है? आप ने दुनिया पर अपनी आँख की गहराईयों से नज़र की और फरमाया, “ऐ दुनिया! मुझे थोका मत दे। जा किसी और को फरेब देना”।

हाए क्या ज़िन्दगी थी अली<sup>३०</sup> की जो या तो जिहाद करते-करते गुज़र गई या मसाएबो आलाम झेलते-झेलते कटी।

अली<sup>३०</sup> सहेन से मस्जिद की तरफ़ रवाना हुए। आसमान अश्कों के कतरे बरसा रहा था, परिन्दे गुमगीन थे। अभी आप सहेन मस्जिद तक भी नहीं पहुँचे थे कि बत्तखें आपकी तरफ़ दौड़कर चीखने चिल्लाने लगीं और उनके साथ सुबह की बरफ़ीली हवाओं ने भी फरयाद व ज़ारी की सदाएं बुलन्द की, नमाज़ी सुकूत और ख़ामोशी के साथ आपकी तरफ़ बढ़े। उन्होंने बत्तखों को इमाम के पास से हटाना चाहा मगर न तो बत्तखें आपके पास से दूर हटीं और न ही उन्होंने चिल्लाना बन्द किया, हवा भी सनसना रही थी गोया ये सब उस मुसीबत से बाख़बर थे जो जनाबे अमीर की इस दुनिया में आखिरी मुसीबत होगी।

अमीरुलमोमिनीन<sup>३०</sup> ने उन चीखती चिल्लाती बत्तखों की आवाज़ों को ग़ौर से सुना और लोगों की तरफ़ मुड़कर फरमाया, “इन्हें न

हटाओ ये नौहा करने वालियाँ हैं, आप का ये जुमला आने वाली मुसीबत की पेशीनगोई था, आप ने महसूस किया कि एक लम्बा सफ़र शुरू होने वाला है। आप थोड़ी देर तक मस्जिद के दरवाज़े पर ठहरे, उन बत्तखों की तरफ़ नज़र की और हाजेरीन की तरफ़ रुख़ करके कई बार ये फ़िकरा दोहराया, “इन्हें न हटाओ ये नौहा करने वालियाँ हैं”।

अली<sup>३०</sup> मस्जिद में आए। रब्बुल इज़्ज़त के हुज़ूर सर झुकाया। इब्ने मुलजिम ज़हर आलूद तलवार हाथ में लिए आया और हज़रत के सर पर वार किया कि जिसके बारे में उसका कहना था कि अगर ये वार सारे शहर के बाशिन्दों पर पड़े तो एक शख्स भी ज़िन्दा न बचे।

खुदा की लानत हो इब्ने मुलजिम पर और तमाम लानत करने वालों की लानत हो उस पर, उस पर दुनिया में हर आने वाले और

“इमाम वेदार थे, आँखों से नींद कोशों दूर थी क्योंकि अदुलो इन्साफ़ से गुँह मोड लिया गया था, नेकरी को ख़ैरवाद कह दिया गया था, आम लोगों की तकदीर फ़सादियों के हाथों में खिलौना बनी हुई थी, लोगों की जान खूनी फ़सादियों के कछुने में थी और ज़मीन पर हर तरफ़ निफ़क़ फैला हुआ था।”

दुनिया से हर जाने वाले की लानत हो! हर उस शख्स की लानत हो जो खुदा के हुक्म से पैदा हुआ। खुदावन्दे आलम इब्ने मुलजिम पर ऐसी लानत करे कि वह लानत दरियाओं पर पड़े तो खुश्क हो जाएं, खेतों पर पड़े तो वह नीस्तोनाबूद हो जाएं और सरसब्ज पौधों को ज़मीन के अन्दर ही जलाकर राख कर दें। जहानों का ख़ालिको मालिक जहन्नम के भड़कते शोले उस पर मुसल्लत फरमाए और उसे मुँह के बल जहन्नम में डाल दे। उस जगह जहाँ आग के शोले लपक रहे हों और इलाही अज़ाब का जोशो-ख़रोश ज़ाहिर कर रहे हों।

मुहिब्बाने अली को अज़ीम तरीन सदमा पहुँचा। ज़माने ने अली<sup>३०</sup> पर गिरया किया और आने वाली सदियाँ भी अली<sup>३०</sup> पर गिरया करेंगी। दुनिया की हर चीज़ दिल शिकस्ता और गुमगीन हुई सिवाए अली इब्ने अबी तालिब<sup>३०</sup> के जिनका चेहरा हश्शाश-बश्शाश था। आप ने न इन्तेक़ाम की ख़्वाहिश ज़ाहिर की और न ग़ैज़ो ग़ज़ब का इज़हार किया बल्कि “काबे के रब की कसम! मैं कामयाब हो गया” कह कर अपनी कामयाबी का एलान फरमा दिया लेकिन आप के चेहरे की बशाशत तमाम मसाएबो

आफ़ात से बढ़कर अन्दोहनाक थी... उस वक़्त आपका चेहरा ईसा इब्ने मरयम<sup>३०</sup> के चेहरे जैसा था जबकि कौमे यहूद आपको कोड़ों से अज़िय्यत पहुँचा रही थी, हज़रत मुहम्मद मुस्तफ़ा<sup>३०</sup> के चेहरे जैसा था जब आप पर ताएफ़ के नादान पत्थर बरसा रहे थे और ये भी नहीं समझ रहे थे कि हम किस बुजुर्ग़ तरीन हस्ती को ये पत्थर मार रहे हैं।

कूफ़े का सबसे बड़ा और मशहूर हकीम असीर बिन अम्र बानी आया और ज़ख़्म के मुआएने के बाद उसने मायूसी का इज़हार किया। आपने हसन<sup>३०</sup> और हुसैन<sup>३०</sup> को अपने पास बुलाकर वसियतें फरमाई जिनमें से कुछ ये हैं:

“मेरे क़त्ल की वजह से हंगामा या ख़ूँरेज़ी न करना, अपने पड़ोसियों का लिहाज़ करना, फ़कीरों और मिस्कीनों का खयाल रखना और उन्हें भी अपनी रोज़ी और मआश में शरीक रखना, अच्छी बात कहना, अम्र बिल मारुफ़ और नही अनिल मुन्कर को मत छोड़ना, आपस में मुहब्बत और मेहरबानी से पेश आना, बेतकल्लुफी और सादगी बरतना, एक दूसरे से न कटना, मिलजुल कर रहना...

जुमे को सुबह के वक़्त आप के सर पर ज़रबत लगी थी। इसके बाद भी आप दो रोज़ तक इन्तेहाई दर्द और परेशानी के आलम में ज़िन्दा रहे मगर उफ़ तक न की। लोगों को एहसान, नेकरी और रहमोकरम की वसियत फरमाते रहे। २१ रमज़ानुल मुबारक की शब को आपने इस दुनिया से रेहलत फरमाई।

आप दुनिया से रुख़सत हो गए और अपने बाद ऐसा खानदान छोड़ गए जिसका एक-एक फ़र्द राहे हक़ में शहीद हुआ, अपने बाद दुखियारी बेटी ज़ैनब<sup>३०</sup> को दुनिया भर के मसाएबो आलाम बर्दाशत करने के लिए छोड़ गए और दुनिया ने उनके साथ इस बेरहमी का सुलूक किया जैसा किसी के साथ न किया होगा। हसन<sup>३०</sup> और हुसैन<sup>३०</sup> को अबूसुफ़यान के बेटे और दूसरे खून के प्यासे दुश्मनों में छोड़ गए।

अली<sup>३०</sup> और फरज़न्दाने अली<sup>३०</sup> के ख़िलाफ़ साज़िश का पहला दौर तमाम हुआ। इसके बाद बेशुमार दौर आए और हर दौर अपनी आग़ोश में भयानक से भयानक और सख़्त से सख़्त तर मसाएब लेके आया था।

इमाम<sup>३०</sup> अपने दुश्मनों को दुनिया में ज़िन्दा छोड़ गए लेकिन उनकी ये ज़िन्दगी खुली हुई मौत थी।

अली<sup>३०</sup> मेहराबे कूफ़ा में अपने बेपनाह अदुलो इन्साफ़ की बिना पर शहीद किये गए थे।

इन्ना लिल्लाह व इन्ना इलैहि राजिऊन



رَمَضَانَ  
رَمَضَانَ  
رَمَضَانَ

हर साल आने वाला मेहमान इस बार फिर आ रहा है। एक बार फिर शहर सजने वाला है, मोहल्लों और गलियों, यहाँ तक कि घर-घर की सफाई की जा रही है। हर तरफ़ इस मेहमान के इस्तेक़बाल की तैयारियाँ हो रही हैं। खाने-पीने के सामान की खरीदारी ज़ोरों पर है। दुकानदारों ने भी स्पेशल आफ़र दिये हैं और कन्सेशन के साथ सामान बेच रहे हैं। हालाँकि अभी इस मेहमान के पहुँचने में कई दिन बाकी हैं मगर लोगों का जोश देखते ही बनता है।

हमारा घर भी सजाया जा रहा है। सामान के अम्बार पे अम्बार लगाए जा रहे हैं। जावेद तो कई दिन से इस तैयारी में लगा हुआ है, कभी छत की सफाई तो कभी कमरों की सफाई में सुबह से शाम तक बहनों के साथ लगा रहता है। हर चीज़ को सलीके से रखवा रहा है।

जीनत! तुमने अभी तक ड्राइंगरूम को सेट नहीं किया। थोड़ी सेटिंग चेंज कर दो और रुक्य्या तो बिल्कुल निकम्मी है, दिन के 10 बजे हैं, अभी तक सो रही है। कल कहा था कि मेरा कुर्ता और पैजामा निकाल कर धो दो, पता नहीं कहाँ रखा है।

तभी दादी जान की घुड़की सुनाई देती है कि मेरी जानमाज़ पता नहीं कहाँ रख दी है इन लड़कियों ने! उधर मम्मी कुरआन को अलमारी के खाक आलूद खाने से निकाल कर झाड़ रही हैं और बड़बड़ाती भी जा रही हैं कि तुम लोगों को कुरआन पढ़ना भी नहीं आता है, कम से कम साल में एक बार एक पारा ही पढ़ लिया करो। मुझे देखो दिन भर की थकी माँदी होती हूँ फिर भी मैं रमज़ान में एक पारा तो पढ़ ही लेती हूँ। इस पर दादी जान की टिप्पणी भी सुनाई दे जाती है कि अल्लाह करवट-करवट जन्नत नसीब करे! तुम्हारे दादा पाँच वक़्त के नमाज़ी थे और रमज़ान में रोज़ एक पारा पढ़ा करते थे। मुए आज-कल के लड़के-लड़कियाँ हैं, इतने मुक़द्दस महीने में भी इनको एक आयत पढ़ने की तोफ़ीक़ नहीं होती।

मेरे चचा का घर मेरे घर से थोड़ी ही दूर है। इन सब कहा सुनी से ऊब कर मैं वहाँ चला गया। घर के दरवाज़े से ही मुझे टीवी की आवाज़ सुनाई दे गई। अन्दर पहुँचा तो देखा कि फ़ैज़ान और नेहा बैठे टीवी पर डॉस देख रहे थे। मैंने कहा, “अमाँ! हर वक़्त तुम लोग टीवी ही देखा करते हो।” इस पर नेहा ने कहा, “भय्या कुछ ही दिन तो बाकी हैं फिर कहाँ देखने को मिलेगा। पापा रमज़ान में टी वी नहीं चलने देते। जितना देखना है देख लो फिर तो एक महीना सूखा ही गुज़रना है।”

मैंने कहा तुम्हारा क्या सूखा गुज़रने वाला है, तुम कौन सा रोज़ा रखती हो? इस पर मेरी चची जो अभी-अभी शॉपिंग करके वापस हुई थीं दरवाज़े ही से बोल पड़ीं। तुम कैसी बातें करते हो?! अभी नेहा की उम्र ही कितनी है? सिर्फ़ 14 साल की है,

# आसमानी मेहमान

सै0 मुहम्मद हसन नक्वी



बेचारी रोज़ा कहाँ रख सकती है?!!

आप समझ ही गई होंगी। ये आने वाला मेहमान कौन है? जी ये वह मुबारक महीना है जिसमें हम सब खुदा के मेहमान हैं। इलाही और आसमानी दरख़्तख़ान बिछा हुआ है और रहमत और मग़फ़िरत का दरवाज़ा खुला हुआ है। बस देर है तो इस बात की कि हम शर्मिन्दा दिल और नम आँखों से उसकी बारगाह में सर झुका दें। फिर हमें अपने गुनाहों की माफ़ी की दरख़ास्त करने की भी ज़रूरत नहीं पड़ेगी, वह रहीमो करीम हमारे सारे गुनाहों को माफ़ कर देगा।

मगर हमें खुदा के इस महीने में खुदा के बताए हुए तरीकों को अपनाना होगा तभी उसकी रहमत-मग़फ़िरत का दरवाज़ा हमारे लिए खुलेगा। तभी हमारे दिल को ये तौफ़ीक़ अता होगी कि हम अपने गुनाहों पर शर्मिन्दा हो सकें, हमारी आँखों में निदामत के आँसू जगमगा सकें। सफ़ाई, सजावट और दुनिया की रौनक के इन्तेज़ाम भी इस महीने के इस्तेक़बाल के लिए ज़रूरी हैं मगर रूह की पाकीज़गी और दिल की सफ़ाई के इन्तेज़ाम की भी ज़रूरत है क्योंकि जब तक दिल साफ़ और रूह पाक नहीं होगी, खुदा की मुहब्बत और उसकी नाफ़रमानी पर निदामत नहीं होगी, जब तक हम अपने किए पर शर्मिन्दा नहीं होंगे उसकी मग़फ़िरत और रहमत के दरवाज़े हम पर नहीं खुलेंगे। अगर हमने दिल को साफ़ और रूह को पाक कर लिया तो फिर ये वह महीना है जिसमें हमारी नींद यहाँ तक कि हमारी साँसें भी इबादत हो जाएंगी।

सबसे पहले हमें ये जान लेना चाहिए कि रमज़ान वह मुबारक मौका है कि अगर हम इसकी हकीकत को समझ लें तो हमें पूरे साल इस महीने का इन्तेज़ार रहेगा। ये बिल्कुल इसी तरह है जिस तरह किसी शॉपिंग मॉल में किसी खास मौके पर स्पेशल डिस्काउंट दिया जाता है या जो सेल वगैरा लगती हैं खास कर ख़ातीन को उसका बहुत इन्तेज़ार रहता है और वह उससे पूरा फायदा उठाती हैं। बस फर्क ये है कि दुनियावी सेल या ऑफ़र, कम्पनी अपना डिफ़ेक्टिव और बचा हुआ माल निकालने के लिए देती है लेकिन खुदाई और इलाही ऑफ़र ऐसा नहीं है बल्कि ये ऑफ़र और ये मौका डिफ़ेक्टिव और रिजेक्टेड माल को कामिल और परफ़ेक्ट बनाने के लिए है। ये महीना आता है तो मायूस हो चुके दिलों को इलाही सहारा मिलता है और उनमें ज़िन्दगी की उमंग पैदा हो जाती है। इस महीने में गुनाहों के बोझ तले दबे इन्सानों को मग़फ़िरत और रहमत अता होती है और जो मोमिन, मुत्तकी और परहेज़गार हैं उनके लिए ये महीना उनके ईमान और दरजात में बुलन्दी अता करता है और उन्हें खुदा से और करीब कर देता है।

रसूल खुदा<sup>ﷺ</sup> ने फ़रमाया है कि ये वह महीना है कि जिसमें तुम्हें खुदा की मेहमानी के लिए बुलाया गया है। मगर ये कैसी मेहमानी है जिसमें

## बच्चों को रोज़ा रखने से मना न करें!

माहे रमज़ान शरू होने के साथ ही बड़ों के मुकाबले बच्चों के दिल में रोज़े रखने की ख़्वाहिश कहीं ज़्यादा होती है लेकिन हमारे यहाँ आम तौर से माँ-बाप कमजोरी के डर से बच्चों को रोज़ा नहीं रखने देते। बच्चे अगर रोज़ा रखने की ज़िद करते हैं तो उन्हें भूक-प्यास से डराकर बाज़ रखने की कोशिश करते हैं।

इस बारे में डाक्टर्स का भी यही ख़्याल है कि बच्चे अगर रोज़ा रखने की ज़िद करें तो उन्हें बिल्कुल मना न करें क्योंकि नौ-दस घंटे बच्चों के लिए रोज़ा रखना कोई बुरी बात नहीं है। इसलिए अगर वह रोज़ा रखना चाहते हैं तो उनकी हौसला अफ़ज़ाई करने के साथ-साथ खुश होकर उन्हें इजाज़त दे दीजिए।

मेडिकल साइंस कहती है कि सात-आठ साल का बच्चा भी अगर हफ़्ते में एक या दो रोज़े रख ले तो उसकी सेहत पर कोई फ़र्क नहीं पड़ता। बच्चों में रोज़े रखने की बेहतरीन आदत डालने का सबसे अच्छा वक़्त भी यही होता है। **इस दौर में पुख़्ता हो जाने वाली आदतें कब तक साथ जाती हैं। अगर इस उम्र में उन्हें भूक या प्यास से डरा दिया जाएगा तो वह बड़े होकर भी रोज़ा रखने से दूर भागेंगे।**

यूँ तो इस मौसम में प्यास ज़्यादा लगती है लेकिन सुबह सहरी और इफ़्तारी के बाद ज़्यादा पानी पी लिया जाए तो इस मसले का हल निकाला जा सकता है। इसके अलावा कोशिश करें कि बच्चे रोज़े की हालत में ज़्यादा खेलकूद से भी बचें क्योंकि इस से उन्हें प्यास ज़्यादा लगेगी। इस ख़्याल में कोई सच्चाई नहीं है कि बच्चों के रोज़े रखने से उनके जिगर या मेदे पर कोई बुरा असर पड़ता है बल्कि इस उम्र में रोज़ा रखना फ़ायदेमन्द है। कोशिश करें कि बच्चे छोटी उम्र में ज़्यादा रोज़े न रखें लेकिन बच्चे अगर एक दिन छोड़कर एक रोज़ा रखते जाएंगे तो ये उनके लिए बहुत अच्छा है। मेडिकल एक्सपर्ट्स के मुताबिक़ सेहरी के वक़्त नाश्ते में सालन वगैरा के बजाए दही का इस्तेमाल करना चाहिए। दही की वजह से जलन और घबराहट नहीं होती। सेहरी के बाद चाय पीने से बचिए क्योंकि चाय पीने के बाद प्यास की शिद्दत बढ़ जाती है। बच्चों को प्यास की शिद्दत ही ज़्यादा महसूस होती है लेकिन अगर कुछ चीज़ों का ख़्याल रख के रोज़ा रखा जाए तो रोज़ा रखना कोई बड़ा मसला है ही नहीं।

बच्चों के रोज़े रखने का शौक़ पूरा करने का एक और रास्ता भी है जो इस्लामी भी है और बच्चे और माँ-बाप दोनों को सवाब का हक़दार भी बनाता है। वह तरीका यह है कि बच्चे को सहरी के लिए उठाईए और उसकी पसन्द की चीज़ें खिलाईए। उसके बाद उसे रोज़े की नियत करने को कहिये और दिन में जब बच्चे को भूक लगने लगे तो उसका रोज़ा खुलवा दीजिए। इस तरह बच्चे का शौक़ भी पूरा हो जायेगा और रोज़े का सवाब भी मिल जायेगा।

ऐसा इसलिए है क्योंकि बच्चे पर अभी रोज़ा वाजिब नहीं है लिहाज़ा वह मुस्तहब्बी रोज़ा रखेगा और मुस्तहब रोज़ा बीच में ही खुलवाया जा सकता है।





खातिरदारी के बजाए खाने-पीने पर ही पाबन्दी लगा दी गई है। पूरे महीने हम खुदा के मेहमान हैं मगर सारा दिन हमें भूका-प्यासा रहना है। दुनिया में जब कोई किसी को मेहमान बुलाता है, तो दुनिया जहान की नेमतें उसके सामने रख देता है मगर खुदा ने हमें मेहमान बुलाकर हर चीज़ पर पाबन्दी लगा दी है, क्या यही रसमे मेहमान नवाजी है?!! लेकिन ये सवाल वही कर सकता है जो खुदा की मेहमानी की हकीकत को न जानता हो। असल में खुदा ने हमारे जिस्मों को मेहमान नहीं बुलाया है बल्कि हमारी रूह और दिल को मेहमानी की दावत दी है। इसलिए खाने-पीने पर पाबन्दी लगा दी है और दुनियावी लज़्ज़तों से मना कर दिया है ताकि पाक दिल और साफ़ रूह लेकर खुदा के इस महीने में दाखिल हुआ जाए और जब ये महीना ख़त्म हो तो खुदा के दस्तरख़ान से उसके रहमोकरम और मग़फ़िरत का मुस्तहक़ बनकर बाहर निकला जाए।

लिहाज़ा इस महीने के शुरु होने से पहले ही हमें अपनी रूह की पाकीज़गी का इन्तेज़ाम करना चाहिए ताकि पूरे महीने से फ़ायदा उठाया जा सके। रूह की पाकीज़गी के लिए सबसे ज़्यादा ज़रूरी है हराम कामों से बचना और वाजिब चीज़ों को अन्जाम देना। रमज़ानुल मुबारक शुरु होने से पहले ही हराम चीज़ों की लिस्ट बना ली जाए ताकि उनसे बचा जा सके और उधर वाजिब चीज़ों की भी एक लिस्ट बना ली जाए जिनको हर हालत में बजा लाया जाए। इसी तरह अगर कुरआन पढ़ना न भी आता हो तो रमज़ान शुरु होने से पहले ही सीखने की कोशिश करें ताकि रमज़ान में कुरआन पढ़ने के सवाब से महरूम न रहें। हम इस जगह पर कुछ वाजिब और हराम चीज़ों की फ़ेहरिस्त पेश कर रहे हैं ताकि हमारी शैडर्स उनको ज़ेहन में रख सकें। रमज़ान से पहले और खुद रमज़ान के मुबारक महीने और उसके बाद भी उनका ख़याल रखें ताकि खुदा के मुक़र्रब बन्दे बन सकें और खुदा की रहमतें और उसका करम हमारे शामिले हाल भी हो सके।

### हराम काम

जो ज़िन्दगी में इन्सान से हो जाते हैं और खुद उनकी तरफ़ मुतवज्जह भी नहीं होता।

**1-झूट बोलना**, (चाहे मज़ाक में ही क्यों न हो)।

**2-गीबत**, (किसी मोमिन की बुराई करना या उसकी ऐसी बात या ऐब जो दूसरों को न मालूम हो, बयान करना)।

**3-ना-मेहरम को देखना**, औरत का नामहरम मर्द को और मर्द का नामहरम औरत को देखना हराम है। यहाँ तक कि सगे भाई-बहन के अलावा जितने भी रिश्ते के भाई-बहन हैं, एक दूसरे को बग़ैर पर्दे के नहीं देख सकते। इसी तरह भाभी और देवर या चची-भतीजा, खालू-भांजी वगैरा भी एक दूसरे को नहीं देख

सकते, ये हराम है। घर के इन लोगों से पर्दे का सबसे आसान तरीका ये है कि लड़की या औरत अपने बालों को किसी स्कार्फ़ या दोपट्टे से छिपा ले और उसके हाथ भी गट्टों तक छिपे हुए हों। चेहरा अगर खुला भी है तो शर्ई एतेबार से एक दूसरे के सामने आया जा सकता है।

**4-चोरी** या किसी की चीज़ बग़ैर उसकी इजाज़त के इस्तेमाल करना (बिजली और दूसरे टैक्स वगैरह की चोरी भी दूसरी चोरियों की तरह हराम हैं)।

**5-जुल्म**, किसी को तकलीफ़ पहुँचाना जैसे कि रास्ता चलते में किसी को धक्का देना। यहाँ तक कि माँ-बाप या टीचर का बच्चों को इस तरह

“हमें खुदा के इस महीने में खुदा के बताए हुए तरीकों को अपनाना होगा तभी उसकी रहमतो-मग़फ़िरत का दरवाज़ा हमारे लिए खुलेगा। तभी हमारे दिल को ये तौफ़ीक़ अता होगी कि हम अपने गुनाहों पर शर्मिन्दा हो सकें, हमारी आँखों में निदामत के आँसू जगमगा सकें।”

मारना कि उनके निशान बन जाएं, जुल्म है और हराम है। इसी तरह घर में तेज़ आवाज़ में बोलना या शोर मचाना, टेप रिकार्डर वगैरा बजाना कि घर की किसी फर्द या पड़ोसी को तकलीफ़ हो रही हो चाहे वह कुरआन की तिलावत या दूसरी कोई शर्ई चीज़ ही क्यों न हो।

**6-इस्राफ़**, यानी किसी भी चीज़ को अपनी ज़रूरत से ज़्यादा इस्तेमाल करना, मसलन ज़्यादा पानी बहाना, फल या सब्ज़ी वगैरा या कोई भी चीज़ ज़रूरत से ज़्यादा ख़रीद लेना या पका लेना जिसकी वजह से ये चीज़ें ख़राब हो जाएं। यहाँ तक कि खाते वक़्त प्लेट में ज़्यादा खाना निकाल लेना जिसको न खा सकने की वजह से फेंकना पड़े, घर या कमरे में कोई न हो तो बिजली या पंखे वगैरा खुले छोड़ देना और इसी तरह की बहुत सी चीज़ें जो हमारी रोज़मर्रा की ज़िन्दगी में होती रहती हैं खुदाई नाराज़गी का सबब होती हैं।

### वाजिब चीज़ें

**1-नमाज़**, सुबह, जोहर-अस्र, मग़रिब और इशा की नमाज़ को उनके वक़्त के अन्दर पढ़ना। इसके अलावा नमाज़ आयात भी वाजिब है जो सूरज ग़हेन, चॉंद ग़हेन, ज़लज़ले वगैरा के मौक़े पर पढ़ी जाती है।

**2-रोज़ा**, लड़के के लिये 15 साल और लड़की के लिए 9 साल पूरे होने पर रोज़ा रखना वाजिब

हो जाता है। माहे रमज़ान में एक रोज़े को छोड़ने का कफ़़ारा साठ मिस्कीनों को खाना खिलाना या एक गुलाम आज़ाद करना या दो महीने रोज़े रखना है जिसमें 31 रोज़े लगातार रखे जायेंगे और उसके बाद लगातार रखना ज़रूरी नहीं है।

**3-खुम्स**, एक साल तक अपनी तमाम ज़रूरतें पूरी करने के बाद की बचत पर खुम्स वाजिब है यानी जितनी बचत हो उसका पाँचवाँ हिस्सा खुम्स की नियत से निकाल दिया जाएगा जिसके दो हिस्से होंगे, एक किसी मुस्तहक़ सय्यद को दिया जाएगा जिसके पास एक साल के खर्च का इन्तिज़ाम न हो और दूसरा इमामे ज़माना का हक़ है, ये उस मरजए तकलीद को या उसके किसी वकील को जिसके पास सहमे इमाम की इजाज़त हो, दिया जाएगा जिसकी आप तकलीद में है।

**4-हज़**, हर वह शख्स जिसके पास अपनी ज़रूरतें पूरी करने के बाद और बचत पर खुम्स अदा करने के बाद इतना पैसा हो कि वह हज़ के लिए जा सकता हो इसी तरह बीमारी या कोई भी ऐसी मुश्किल न हो जिसकी वजह से वह हज़ न कर सकता हो, तो उस पर हज़ वाजिब है।

**5-माँ-बाप और शौहर की इताअत**, (अगर माँ-बाप या शौहर ऐसा काम करने को कहें जो हराम हो तो यह हुक्म मानना वाजिब नहीं है जैसे अगर शौहर अपनी बीवी से ना-मेहरम के सामने बेपर्दा आने या हाथ मिलाने को कहे या इसी तरह अपने उन रिश्तेदारों के सामने जाने को कहे जिनको इस्लाम ने ना-मेहरम कहा है जैसे देवर, जेठ, नंदई वगैरह)।

**6-शौहर के लिए** बीवी-बच्चों के खाने-पीने और दूसरी ज़रूरतों का इन्तेज़ाम करना।

**7-अग्र-बिल मारुफ़ और नही अनिल मुन्कर**, किसी को बुरा काम करते देखकर उसको सही तरीक़े से टोकना और इसी तरह अच्छे काम और वाजिब कामों को अन्जाम देने के लिए लोगों को हिदायत करना।

**8-अपने बच्चों** की सही तरबियत और परवरिश करना।

यहाँ सिर्फ़ उन चीज़ों को बताया गया है जो ज़िन्दगी में रोज़ाना होती रहती हैं वरना वाजिब और हराम चीज़ें बहुत हैं उनकी तफ़सील के लिए दूसरी किताबों को पढ़ा जा सकता है।

अगर कोई शख्स वाजिब और हराम चीज़ों की जानकारी जुटा ले और उस पर अमल करे और रूह की बीमारियों जैसे हसद, गुरूर, बद-अख़लाकी जैसी चीज़ों से खुद को दूर कर ले तो वह यकीनन मुत्तकी और खुदा का सच्चा बन्दा बन जाएगा और रमज़ान के मुबारक मौक़े से भरपूर फ़ायदा भी उठा सकेगा। ●



# शबे क़द्र



आयतुल्लाह जवादी आमुली

**शबे क़द्र से सही फ़ायदा उठाना, कुरआन सर पर रखना और एतेकाफ़ में बैठना ही सारी मुश्किलों का हल है।**

**श**बे क़द्र माहे रमज़ान का दिल है और ये रात हज़रत सुलेमान<sup>30</sup> के मोज़िज़े से भी बड़ा मोज़िज़ा है क्योंकि हज़रत सुलेमान<sup>30</sup> का कन्ट्रोल हवा पर था जो एक महीने की दूरी एक सुबह में पूरी करती थी लेकिन शबे क़द्र में हजार रातों यानी 80 साल की दूरी तय की जा सकती है। जिस हवा पर हज़रत सुलेमान<sup>30</sup> को इस्तिथार था वह एक मकानी मोज़िज़ा था यानी इंसान के जिस्म को एक जगह से दूसरी जगह पहुंचाने में उस ज़माने के एतेबार से यह एक मोज़िज़ा था कि हज़रत सुलेमान एक महीने की दूरी एक सुबह में पूरी कर लिया करते थे लेकिन शबे क़द्र एक ऐसा मोज़िज़ा है जो इन्सान की रुह और उसके मरतबे को एक रात में इतनी बुलन्दी पर पहुंचा देता है जहां तक पहुंचने के लिए इंसान को एक हजार रातों की इबादत, दुआओं और गिरयाओ-ज़ारी की ज़रूरत होती है। हज़रत इमाम सादिक<sup>30</sup> से किसी ने पूछा कि शबे क़द्र (की पहचान) क्या है? आपने फ़रमाया कि शबे क़द्र एक बेहतरीन खुशबूदार रात है। इमाम की यह

बात सिर्फ़ मिसाल के लिए नहीं है बल्कि यह एक हकीकत है यानी इमाम<sup>30</sup> यह नहीं फ़रमा रहे हैं कि इस रात की हवा बेहतरीन और खुशबूदार है बल्कि फ़रमा रहे हैं कि खुद ये रात बेहतरीन और खुशबूदार है। हाँ, इस रात की खुशबू को सिर्फ़ दिल की गहराईयों से ही महसूस किया जा सकता है। दिल से महसूस करने की ताक़त को ऐसी ही रातों और एतेकाफ़ में बैठने से पैदा और बेदार किया जा सकता है। ये रात हज़रत अली<sup>30</sup> से मन्सूब है, आप फ़रमाया करते थे कि मैं उस परवरदिगार की इबादत करता ही नहीं जिसे देख नहीं लेता। ये बात और है कि ये देखना ज़ाहिरी आँखों से देखना नहीं है बल्कि इसका मतलब दिल की आँखों से देखना है। ये वह मक़ाम है जहाँ हज़रत अली<sup>30</sup> जैसी शख़्सियत ही पहुँच सकती है। ये बात अलग है कि हम इस मक़ाम तक नहीं पहुँच सकते हैं लेकिन इससे निचले मक़ाम पर तो बहरहाल पहुँच सकते हैं यानी अपने आपको इतना ऊँचा उठाएँ कि यह तो कह सकें कि हम उस अली<sup>30</sup> को नहीं मानते जिसे देख न लें। हम

उस इमाम<sup>30</sup> की पैरवी नहीं करते जिसे देख न लें, या हम उस कुरआन की पैरवी नहीं करते जिसे देख न लें और इस देखने का मतलब दिल से देखना है, ज़ाहिरी आँखों से देखना नहीं है। इमाम<sup>30</sup> को जानने — पहचानने और कुरआन की तफ़सीर करने वाले तो बहुत हैं लेकिन इमाम<sup>30</sup> और कुरआन को समझने वाले बहुत कम हैं।

मुश्किलों के हल, मरीज़ों के ठीक होने, कर्ज़ की अदायगी और अमनो अमान बने रहने की दुआ करना तो ज़रूरी है ही लेकिन शबे क़द्र में हमारा असल फ़रीज़ा कुछ और है जिस पर अमल करने से ये मसाएल खुद-ब-खुद हल हो जाते हैं और वह अपने आप में कुरआन और अहलेबैत को समझने के लिए दिल की गहराईयों से देखने की ताक़त पैदा करना है। अगर हमने अपने आपको यहाँ तक पहुँचा दिया कि दिल से कुरआन और अहलेबैत को देख और समझ सकें तो बाकी मसाएल खुद-ब-खुद हल हो जायेंगे।

कुरआन मुर्दा दिलों को नई ज़िन्दगी अता करता है और बुराईयों में घिरे लोगों को अच्छा और नेक बना देता है, बहरों को सुनने की और न देख पाने वालों को एहसास करने की सलाहियत बख़्शता है। क्या अबी बसीर नाबीना नहीं थे लेकिन इसके बावजूद अपने ज़माने के इमाम के भरोसेमन्द और मोतबर रावी थे, वह अपने दिल की गहराईयां से अपने इमाम<sup>30</sup> के शैदाई थे।

ये दर्जा सिर्फ़ ऐसी ही रातों में और कुरआन को सर पर रखने और एतेकाफ़ में बैठने से ही नसीब हो सकता है। ●





# रमज़ान में हेल्थी खान-पान

**र**मज़ान का मुबारक महीना एक अच्छे हेल्थी लाइफ़ स्टाइल का बेहतरीन मौक़ा लेकर आता है। अगर वज़न ज़्यादा है तो कम किया जा सकता है, डॉइट बदली जा सकती है और अगर कोई बुरी आदत है तो उसको छोड़ने की सन्जीदा कोशिश भी की जा सकती है। हमें इस बात का ख़ास ख़याल रखना चाहिए कि इस महीने में हमारी डॉइट और खाना पीना नॉरमल डॉइट से बहुत ज़्यादा न बदल जाए बल्कि डॉइट जितनी सादा हो उतना ही अच्छा है। इस तरह खाएं-पिएं कि वज़न न बढ़े और न घटे, हां अगर आपका वज़न ज़्यादा हो तो फिर माहे रमज़ान वज़न कम करने के लिए सुनहरा वक़्त है।

माहे रमज़ान में ज़्यादातर ऐसी ग़िज़ाएं खाना चाहिए जो देर में हज़म होने वाली हैं और जिनमें फाइबर भी हो। देर में पचने वाली चीज़ें 8 घण्टों

तक पेट में रुकी रहती हैं जबकी जल्दी पचने वाली चीज़ें 3-4 घण्टे में ही ख़त्म हो जाती हैं।

देर में हज़म होने वाली चीज़ें वह चीज़ें होती हैं जो अनाज, दालों और बीजों से तैय्यार होती हैं जैसे जौ, आटा, लोबिया, दालें वगैरा जिनमें काम्प्लैक्स कार्बोहाइड्रेट्स पाया जाता है।

जल्दी हज़म होने वाली चीज़ें वह हैं जो शकर और सफ़ेद आटे वगैरा से तैय्यार होती हैं जिनमें रिफ़ाइन्ड कार्बोहाइड्रेट्स पाया जाता है। माहे रमज़ान में हमें इस बात का भी ख़ास ख़याल रखना चाहिए कि अलग अलग तरह की सारी चीज़ें खाएं ताकि बदन की सारी ज़रूरतें पूरी होती रहें। हम यहाँ नीचे इस मुबारक महीने में अच्छी और हेल्थी ख़ूराक के बारे में कुछ बातें पेश कर रहे हैं:

## इफ़्तारी

इफ़्तार के वक़्त हमारे बदन को सबसे पहले

ग्लूकोज़ की शक्ल में एनर्जी की ज़रूरत होती है। रूतब और फलों के जूस लो ब्लड ग्लूकोज़ को नॉरमल करने का बेहतरीन ज़रिया हैं। जूस और सूप से बदन का फ़्लूइड और मिनेरल बैलेन्स सही रहता है। अनबैलेन्सड ख़ुराक, वह भी अलग-अलग जूस और शरबतों के साथ, बहुत नुक़सान देह होती है और इस से बदहज़मी भी हो जाती है।

माहे रमज़ान के शुरूआती दिनों में 3-4 रूतब, एक गिलास सूप और एक गिलास जूस बहुत अच्छा है क्योंकि पेट इतने लम्बे वक़्त तक भूके रहने का आदी नहीं होता है। इसलिए यह ख़ूराक सबसे अच्छी है और इससे हाज़मा भी ख़राब नहीं होता।

इसके बाद सलाद का नम्बर आता है। सब्ज़ियों में विटामिन, फाइबर और मिनेरल्स काफ़ी मिक्दार में होते हैं।







खाने की मेन डिश गोشت से भी बनाई जा सकती है लेकिन कोशिश करना चाहिए कि सफ़ेद गोشت ही इस्तेमाल हो, बड़े के गोشت से खास कर बचना चाहिए क्योंकि इससे कब्ज हो जाता है। साथ ही खाने की चीज़ों को कम से कम फ्राई करना चाहिए क्योंकि फ्राई करने में तेल और चिकनाई ज़्यादा इस्तेमाल होती है जिसमें कैलोरीज़ बहुत होती हैं जिसका नुकसान यह होता है कि वज़न बढ़ जाता है, मोटापा आ जाता है और हाज़मा भी ख़राब हो जाता है। इसके अलवा रोटी, ब्रेड, टमाटर और चावल भी ज़रूर खाना चाहिए क्योंकि इनमें गिज़ाईयत बहुत होती है लेकिन इस बात का ख़याल रहे कि ज़्यादा चिकनाई और नमक न हो। मीठी चीज़ों और मिठाईयों में बहुत ज़्यादा फ़ैट और शूगर होती है जिससे कैलोरीज़ की मिक्चर बढ़ जाती है इसलिए इस तरह की चीज़ों को लिमिट में खाना चाहिए। इनकी जगह फल बहुत फ़ायदेमन्द हैं क्योंकि इनमें फ़ाइबर और विटामिन होते हैं और मिठाईयों के मुक़ाबले में कैलोरी भी कम होती है।

## सहरी

सहरी को दिन की सबसे अहम खुराक यानी नाश्ते की जगह मानकर चलना चाहिए और सेहरी का वक़्त ख़त्म होने से जितने करीब खाया जाए उतना ही अच्छा है जिसकी शरीर अत न इजाज़त भी दी है। सहरी में भारी और हैवी खुराक से परहेज़ करना चाहिए क्योंकि आमतौर पर लोग सेहरी और नमाज़ के बाद सो जाते हैं और खाना पूरी तरह हज़म नहीं हो पाता।

एक गिलास दूध, दही, कोई एक फल और जैम के साथ थोड़ी सी ब्रेड काफ़ी है।

रोज़ों में क्योंकि दिन भर कुछ खाया पिया नहीं जा सकता इसलिए ऐसी चीज़ें खाना चाहिए जो देर में हज़म होती हों और जिनमें फ़ाइबर भी पाया जाता हो। काम्प्लैक्स कार्बोहाइड्रेट्स और हाई फ़ाइबर खाने देर में हज़म होते हैं जैसे दही, पनीर, अनाज, दालें, चना, जौ, फलियां, सब्ज़ियां, छिलके के साथ फल, ड्राई फ़्रूट्स और रूतब वगैरा, और जल्दी हज़म होने वाली चीज़ों से बचना चाहिए।

## खाना

★ सेहरी में काम्प्लैक्स कार्बोहाइड्रेट्स ताकि

खाना ज़्यादा वक़्त तक पेट में बाक़ी रहे।

★ हलीम में प्रोटीन बहुत होती है और देर में भी हज़म होता है।

★ रूतब जिसमें शूगर, फ़ाइबर, कार्बोहाइड्रेट्स, पोटेशियम और मैगनीशियम पाया जाता है।

★ बादाम जिसमें प्रोटीन और फ़ाइबर कम चिकनाई के साथ होता है।

★ केला, कैलोरीज़, पोटेशियम, मैगनीशियम और कार्बोहाइड्रेट्स का बड़ा अच्छा सोर्स है।

## पीना

इफ़्तार और सोने के वक़्त के बीच जितना ज़्यादा पानी, शर्बत या फ़्रूट जूस पिया जा सके उतना पियें ताकि आपके बदन में फ़्लूविड लेविल बराबर रहे। पानी, कम शकर के जूस, मट्ठा और कम चिकनाई वाले सूप इस सिलसिले में सबसे अच्छे और फ़ायदेमन्द हैं।

## बचिए

★ चिकनाई और फ़ाइबर चीज़ों से।

★ मसालेदार चीज़ों से जैसे अचार और साँस।

★ बहुत ज़्यादा शूगर वाली चीज़ों से।

★ पेट भरकर खाने से, खास कर सेहरी में।

★ सेहरी में बहुत ज़्यादा चाय न पियें क्योंकि चाय से पेशाब बहुत होता है जिससे मिनेरल साल्ट्स भी पेशाब के साथ बह जाते हैं जिनकी हमें दिन में रोज़े के दौरान ज़रूरत होती है।

★ सेहरी या इफ़्तार के फ़ौरन बाद सोने से।

★ जल्दी जल्दी और बगैर चबाये खाने से।

## कब्ज से बचाव

कब्ज से बवासीर और खाना हज़म न होने की शिकायत हो सकती है।

वजह: बहुत ज़्यादा रिफ़ाइन्ड डाइट, कम पानी पीना और खुराक में फ़ाइबर की कमी।

## इलाज

रिफ़ाइन्ड चीज़ों से बचिए, ज़्यादा पानी पीजिए, रोटियों में मिल के आटे के बजाए देसी आटा इस्तेमाल कीजिए। छिलकेदार चने का आटा और रूतब भी कब्ज से बचाव में मदद करता है।

## लो ब्लड प्रेशर

बहुत ज़्यादा पसीने का बहना, कमज़ोरी, थकन, पीलापन, चक्कर आना, आँखों के सामने अंधेरा छा जाना खास कर बैठने के बाद खड़े होने में, यह सब लो-ब्लड प्रेशर के खतरे की घंटी हैं और ऐसा आमतौर पर दोपहर के बाद इफ़्तार से पहले वाले वक़्त में होता है।

वजह: कार्बो हाइड्रेट, पीने वाली चीज़ों और नमक की कमी।

इलाज: पीने वाली चीज़ों की मिक्चर बढ़ा दीजिए।

नोट: अगर ऊपर बताई गई लो ब्लड प्रेशर की पहचान पैदा हो रही हो तो ब्लड प्रेशर रीडिंग के ज़रिए इस बात का पता लगाना चाहिए कि लो ब्लड प्रेशर है कि नहीं और अगर है तो कितना। दूसरी तरफ़, हाई ब्लड प्रेशर वाले लोगों को भी रमज़ान में अपना खास ख़याल रखना चाहिए। वैसे लो ब्लड प्रेशर और हाई ब्लड प्रेशर वाले दोनों तरह के मरीज़ों को ही अपने डाक्टर से मिलना चाहिए और







उससे मशविरा करके रोज़ों के एतेबार से अपनी दवाई का वक़्त तय करना चाहिए और दवाई ज़रूर लेते रहना चाहिए।

### सर दर्द

माह रमज़ान में आमतौर पर सर दर्द हो जाता है जो शाम होते होते बढ़ जाता है और अगर इस दर्द के साथ ब्लड प्रेशर भी लो हो जाये तो बर्दाश्त करना बहुत मुश्किल हो जाता है। इसकी वजह से कभी कभी इफ़्तार से पहले बुख़ार भी हो जाता है।

### इलाज

अपनी नींद पूरी कीजिए और अपनी खुराक पर पूरा ध्यान दीजिए जैसे कि ऊपर बताया गया है।

### लो ब्लड शुगर

कमज़ोरी, थकन, पसीना आना, नींद की ज़्यादाती, सर दर्द और कन्सेन्ट्रेशन का कमज़ोर होना लो ब्लड शुगर की पहचान है।

**वजह:** शुगर और दूसरे लफ़्ज़ों में रिफ़ाइन्ड कार्बोहाइड्रेट्स का ज़्यादा इस्तेमाल, खासकर सेहरी में।

**इलाज:** सहरा में ऐसी चीज़ें खाईये जिनमें शुगर की मिक्दर कम हो।

**नोट:** डायबिटीज़ वालों को अपने डाक्टर से मशविरा करके रोज़ों के मुताबिक़ अपनी दवाईयों के इस्तेमाल के वक़्त में बदलाव लाना चाहिए, खुद से नहीं।



### पेट की जलन

ख़ाली पेट पर एसिड लेवल के बढ़ जाने से यह दिक्कत आती है। इसकी वजह से पेट में जलन और एसिडिटी पैदा हो जाती है और जो बढ़कर गले तक पहुँच जाती है। मसालेदार खाने, मिर्च, कॉफी, सॉफ़्ट ड्रिंक्स वगैरा इस मुश्किल को और बढ़ा देते हैं।

इसलिए इन चीज़ों से बचाव ही इस मर्ज़ का इलाज है। वैसे इस बारे में दवाईयां भी आती हैं जिनके लिए डाक्टर से मिलकर दवाईयां लेना चाहिए।

### पथरी

पानी और तरल चीज़ें कम पीने वालों में यह मर्ज़ बढ़ी आसानी से पनप सकता है। इसलिए जितना ज़्यादा हो सके पानी और दूसरी तरल चीज़ें पीते रहना चाहिए।

रसूल इस्लाम<sup>०</sup> फ़रमाते हैं, “रोज़े रखो ताकि सेहतमन्द रहो”। और यह बात बिल्कुल सही भी है। साथ ही आज की मेडिकल साइंस ने भी इसको साबित कर दिया है।

ज़्यादा खाकर तो हम मरीज़ हो सकते हैं लेकिन कम खाकर बिल्कुल मरीज़ नहीं हो सकते। बस यह ख़याल रहे कि जो कुछ भी खाएं सोच-समझकर खाएं, हर चीज़ खाएं और बैलेन्सड डॉइट लें।

इन्शाअल्लाह माह रमज़ान के बाद हमारे रोज़े और इबादतें भी कुबूल होगी और हमारा जिस्म भी पहले से बेहतर और सेहतमन्द हो जाएगा। ●

## नीम के फ़ायदे

सदियों से नीम की दातुन दाँत साफ़ करने के लिये इस्तेमाल की जाती है क्योंकि ये दाँतों को सड़ने से बचाती है। साथ ही साथ कई बीमारियों को भी दूर करती है। दाँतों की सभी बीमारियां तक़रीबन दूर हो जाती हैं।

रसूल ख़ुदा ने भी फ़रमाया है “जो शख्स मिस्वाक और ख़िलाल करता है वह दाँतों के दर्द से बचा रहता है।”

नीम बालों से जुवें और रूसी दूर करती है। नीम खाने से जिस्म में कोलेस्ट्रॉल की मात्रा कम होती है। पेट में पथरी में भी नीम काफ़ी कारगर साबित होती है। गुनगुने पानी में नीम की पत्तियाँ डालकर नहाने से स्किन की सभी बीमारियों में आराम मिलता है।

राज़िया रिज़वी



जब रमज़ान का महीना गुज़र जाता है तो एक फ़रिश्ता पुकार कर कहता है, “ऐ ख़ुदा के बन्दों तुम्हारे लिए खुशख़बरी है तुम्हारे सारे पिछले गुनाहों को ख़ुदावन्दे आलम ने माफ़ कर दिया है अब अपने कामों पर ग़ौर करना कि क्या कर रहे हो।” इमाम सादिक<sup>०</sup> फ़रमाते हैं, “रोज़े फ़ितरा अदा करने के बाद ही पूरे होते हैं उसी तरह जिस तरह नमाज़ हज़रत रसूल अकरम<sup>०</sup> पर सलवातो सलाम भेजने के बाद पूरी होती है।”

ख़ुदा ने रमज़ान के महीने में जो तमाम मुसलमानों को अपना मेहमान बनाया है और उनकी ख़ातिरदारी की है और अपनी बेहिसाब रहमतें और नेमतें अता की हैं, हमारी ग़लतियों और गुनाहों को माफ़ किया है तो चलते-चलते इस सबके बदले एक छोटी सी चीज़ मांगी है वह भी अपने लिए नहीं बल्कि हमारे ही ग़रीब भाई-बहनों, रिश्तेदारों और आस-पास वालों के लिए कि अब आख़िरी दम जब मेरी बारगाह में ईद की नमाज़ के लिए खड़े होना तो समाज के इन पिछड़े हुए और फ़कीर लोगों को भूल न जाना जिनके पास खाने की कमी है या पहनने को कपड़े नहीं हैं या कर्ज़ में डूबे हुए हैं बल्कि आज इस खुशी के दिन उनके खाने-पीने और कपड़ों का इन्तिज़ाम करके ही आना यानी “फ़ितरा” देकर, तभी मैं तुम्हारे रोज़ों को कुबूल करूंगा और अपनी मग़फ़िरत में तुम्हें याद रखूंगा।

### फ़ितरा किस पर वाजिब है?

वह बालिग़ जो कुछ लोगों का खर्च चलाता हो और फ़कीर न हो उस पर उन सब लोगों का फ़ितरा देना वाजिब है जिनका वह खर्च चलाता है। (चाहे वह छाटे हों या बड़े, साथ में हों या अलग रहते हों, मुसलमान, हों या ग़ैर मुस्लिम, उनका खर्च देना उसपर वाजिब हो या न हो)

● अगर सूरज डूबने से पहले बच्चा पैदा हो जाए या कोई मेहमान उसकी मर्ज़ी से आ जाए जो उस रात उसके घर के खाना खाने वालों में शुमार होने लगे तो उसका फ़ितरा भी वाजिब हो जाता है।

● एक आदमी का फ़ितरा तीन किलो गेहूँ, जौ, चावल या इसी तरह की कोई भी चीज़ या उसकी कीमत है जो किसी मुस्तहक़ को दी जायेगी।

● फ़ितरा ईद की नमाज़ से पहले पहले दे देना चाहिये

● ग़ैर सय्यद का फ़ितरा सय्यद को नहीं दिया जा सकता

● मस्जिद में अफ़तारी भेजने या किसी को दावत में बुलाने से फ़ितरा वाजिब नहीं होता। ●

फ़ितरे के में तफ़सीली मसाइल तीज़ीहुल मसाइल में मौजूद हैं



# रमज़ान में मेन्सेस

इन्सिया नोश-आबादी

**म**ाहे रमज़ान में मेन्सेस (हैज़) एक ऐसा मसला है जिसके बारे में औरतें अलग-अलग तरह सोचती हैं।

ज़्यादा मज़हबी औरतें माहे रमज़ान में मेन्सेस का ख़याल आते ही परेशान हो जाती हैं। उन औरतों का ख़याल होता है कि ये मेन्सेस माहे रमज़ान में इस महीने की बरकतों और इबादतों में एक बड़ी रुकावट हैं जबकि अगर इसको खुदा के हुक्म के तौर पर तसलीम कर लिया जाए तो हो सकता है कि हमारी बाकी इबादतें ज़्यादा गहराई और तवज्जो के साथ अंजाम पायें और हम खुदा के ज़्यादा करीब हो सकें और इस बारे में पहले से ज़्यादा कोशिश करें। और क्या ख़बर इसी मेन्सेस को अगर खुदा का हुक्म मान लिया जाए तो यही हमारे रोज़े और नमाज़ से भी ज़्यादा काबिले कुबूल हो जाएं। यूँ भी अगर इस्लामी एतेबार से देखा जाए तो ऐसा बिल्कुल नहीं है कि औरतें अपने पीरियड्स के दौरान नेक आमाल और अपनी दीनदारी में पिछड़ जाती हों क्योंकि दूसरे मुस्तहब आमाल बजा लाके अपने उन आमाल का सवाब खुदा से ले सकती हैं जिन्हें वह मेन्सेस के दिनों में अन्जाम नहीं दे सकती।

आयतुल्लाह जवादी आमुली इस बारे में फरमाते हैं, “सही है कि औरतें मेन्सेस के दौरान कुछ इबादतों से महरूम हो जाती हैं लेकिन इन इबादतों से महरूम होने के बाद भी वह इनका सवाब हासिल कर सकती हैं। वह इस तरह कि जो रोज़े छूट गए हैं उनकी तो क़ज़ा बाद में होना ही है। जहाँ तक छूटी हुई नमाज़ों की बात है अगर औरतें वुजू करके और किब्ले की तरफ़ मुहं करके अपने मुसल्ले पर इतनी देर बैठी रहें जितनी देर उनको आम तौर पर नमाज़ पढ़ने में लगती है तो उनको वही सवाब मिल जाएगा जो आम हालत में नमाज़ पढ़ने का मिलता। इसकी मिसाल उस मुसाफ़िर की तरह है जो सफ़र में दो रकअत वाजिब नमाज़ पढ़ने के बाद अगर तीस बार तस्बीहाते अरबा पढ़ ले तो उसकी छूट जाने वाली दो रक़ातों का सवाब भी मिल जाएगा। इसलिए इस तरह के आमाल के छूट जाने पर भी उनकी फ़ज़ीलत का सवाब हासिल किया जा सकता है।”<sup>(1)</sup>

कुरआन के उन सूरों को छोड़कर जिनमें सज़्दा वाजिब है, शरीअत ने हमें कुरआन पढ़ने से भी नहीं रोका है। हाँ, इतना ज़रूर है कि इन दिनों में कुरआन पढ़ना मकरूह है और ये मकरूह होना इस मायने में है कि सवाब कम मिलेगा न कि कुरआन न पढ़ना बेहतर है। कुरआन पढ़ना हर हाल में बेहतर है।<sup>(2)</sup>

यूँ तो ये सब बातें ही औरतों की खुशी और इत्मिनान के लिए काफी हैं लेकिन इनके अलावा भी हमारे मेहरबान खुदा ने मेन्सेस वाली औरतों पर बहुत ज़्यादा करम किया है इसी लिए हदीसों में ऐसी बहुत सी बशारतें और खुशख़बरियाँ नज़र आती हैं जिनसे सिर्फ़ खुशी और इत्मिनान ही नहीं मिलता बल्कि ये इतनी उम्मीद दिलाने वाली हैं कि इनको पढ़ने के बाद किसी भी तरह का अफ़सोस करने की कोई गुन्जाइश बाकी नहीं रह जाती है।

इस तरह की हदीसों से ये बात सामने आती है कि इन्सान तकलीफ़ों, बीमारियों और सफ़र में अपने आमाल का वही सवाब पाता है जो वह आम हालतों में पाता। मेन्सेस भी एक तरह की तकलीफ़ और बीमारी जैसी चीज़ है जो औरतों को कुछ वाजिब आमाल को अन्जाम देने से रोक देती है। इसलिए अब अगर कोई औरत इबादत गुज़ार हो और उसके पीरियड्स शुरू हो जाएं तो उसको वही सवाब मिलेगा जो उसे आम दिनों में मिलता, वह भी किसी कमी के बग़ैर। मिसाल के तौर पर इस ख़ूबसूरत हदीस में इस तरह बयान हुआ है।

“रसूले इस्लाम” ने आसमान की तरफ़ देखा और मुस्कुराए। लोगों ने मुस्कुराने की वजह पूछी? फरमाया कि मुझे उन दो फ़रिश्तों को देखकर बहुत ताज्जुब हुआ जो आसमान से ज़मीन पर उस नेक और मोमिन बन्दे की तलाश में आए थे जो अपनी जानमाज़ पर हो ताकि उसके अमल को लिख सकें। मगर जानमाज़ ख़ाली थी। दोनों आसमान की तरफ़ वापस चले गए और अर्ज़ किया कि ऐ खुदा! हम उस मोमिन बन्दे की तलाश में उसकी जानमाज़ पर गए थे लेकिन उसे तेरे जाल (परेशानी और बीमारी) में घिरा हुआ पाया। खुदा ने फ़रमाया कि जबतक मेरा बन्दा मेरे

जाल में घिरा हुआ है तबतक उसके लिए वही सवाब लिखते रहो जो उसके आम दिनों में लिखते थे। ये मेरा फ़रीज़ा है कि अगर मैं किसी बन्दे की सेहत और सलामती को ले लूँ तो उसको वही सवाब और अज़्र दूँ जो उसको उस वक़्त देता था कि जब वह सेहतमन्द होता।”<sup>(3)</sup>

कुरआन के एतेबार से मेन्सेस (हैज़) एक तकलीफ़ और परेशानी है और हदीसों के मुताबिक़ खुदा ने अपनी मसलेहत की वजह से आदम की बेटियों के लिए इस परेशानी को मुक़र्रर कर दिया है।

सूरए बक्रा की आयत नम्बर 222 में खुदा फरमाता है:

“यस अलू-न-क अनिल महीज़, कुल हु-व अज़न”

इस आयत में एक लफ़्ज़ “अज़न” आया है जिसका तर्जुमा बहुत सी तफ़सीरों में रंज और तकलीफ़ किया गया है। इसीलिए दूसरी तकलीफ़ों और बीमारियों की तरह इस तकलीफ़ में भी औरतों के लिए सवाब रखा गया है और ये उनके गुनाहों का कफ़रा भी है।

अब इन सारी बातों और खुदा के इतने लुत्फ़ों-करम के बाद ये सोचने और कहने की ज़रा भी गुन्जाइश बाकी नहीं रह जाती कि मेन्सेस कोई बहुत बुरी बात या औरतों को परहेज़गारी में पिछाड़ने वाली चीज़ है। ज़ाहिर सी बात है कि मेन्सेस के बारे में ये ग़लत तसव्वुर औरतों के अन्दर एहसासे कमतरी पैदा कर देता है जिसका उनपर बहुत बुरा असर पड़ता है। यहाँ तक कि हो सकता है कि कोई औरत खुदा के बारे में भी कुछ ग़लत सोच बैठे और मायूसी का शिकार हो जाए। वह औरतें जिनके पीरियड्स डिस्टर्बड रहते हैं उनके सामने बस दो ही रास्ते होते हैं, या तो झुंझलाहट और मायूसी के साथ मेन्सेस को इसी तरह बर्दाश्त करती रहें या ये कि बाकायदा देखभाल के इस नेचरल चीज़ का मुकाबला करें और मेन्सेस रोकने वाली टेबलेट्स का सहारा लेकर मेन्सेस को माहे रमज़ान के बाद तक के लिए टाल दें।

ये बात बता देना भी ज़रूरी है कि कुछ मराजे केराम ने इस शर्त के साथ इन टेबलेट्स को खाने की इजाज़त दी है कि इनसे खाने वाले



को कोई नुकसान न होता हो। इन टेबलेट्स के बारे में सबसे खास बात ये है कि इनमें जो साइड इफेक्ट्स होते हैं उनके बारे में ये साबित करना मुश्किल है कि इनका असर हर औरत पर होता है या नहीं। जैसे-जैसे वक्त गुज़र रहा है वैसे-वैसे इस तरह की टेबलेट्स के नुकसान भी सामने आ रहे हैं। दूसरे ये कि खुद इन टेबलेट्स का खाना ही नेचर से लड़ाई करने जैसा है। इसके अलावा खुदा की मर्ज़ी और मसलेहत से मुँह फेरना तो है ही।

खुदा ने औरतों को हुक्म दिया है कि पीरियड्स के दौरान रोज़े न रखें और इसी तरह दूसरों को हुक्म दिया है कि रोज़े रखें। इससे साबित होता है कि खुदा इबादतों में छूट को उतना ही पसन्द करता है जितना वाजिब आमाँल के अन्जाम देने को। खुदा अपने दोनों बन्दों को अज़्र देता है, हुक्म मानने वालों को भी और इस छूट पर सर झुका देने वालों को भी। तभी तो सहरी खाने का सवाब रोज़ा रखने के बराबर है।<sup>(4)</sup>

कभी-कभी कुछ औरतें इसलिए भी इस तरह की टेबलेट्स ले लेती हैं क्योंकि वह चाहती हैं कि इसी माहे रमज़ान में अपने रोज़े रख लें ताकि दूसरे दिनों में उन्हें इनकी कज़ा न करनी पड़े। इसकी वजह तो बिल्कुल साफ़ है कि इस महीने में हर तरफ़ रोज़ेदारी का माहौल होता है, सारा घर रोज़े से होता है, सहरी में भी उठना आसान होता है।

ये भी ग़लत है क्योंकि हमारा ख़ालिक जो हमसे ज़्यादा हमारे बारे में जानता है उसने दूसरी किसी भी जात से ज़्यादा बेहतर तरीक़े से हमारी ज़िन्दगी के लिए क़ानून बनाए हैं। खुदा के इस बताए रास्ते और क़ानूनों से सिर्फ़ उसी वक़्त फ़ायदा उठाया जा सकता है कि जब नेचरल और फ़ितरी अन्दाज़ से ज़िन्दगी गुज़ारी जाए। खुदा की मर्ज़ी और क़ानून के आगे सर झुका देना हर तरह से हमारे फ़ाएदे में है। जो भी खुदा के बताए रास्ते और उसूलों से हटके ज़िन्दगी गुज़ारेगा उसे कहीं न कहीं नुक़सान उठाना ही पड़ेगा।

मेन्सेस औरतों के बदन की सेहतमन्दी के लिए एक बहुत बड़ा फ़ैक्टर है और इसलिए ये एक बड़ी नेमत है। बेकार के बहानों की वजह से हमें अपने पीरियड्स से छेड़छाड़ नहीं करना चाहिए। कुछ डाक्टरों का ख़याल है कि मर्दों के मुकाबले में औरतों की उम्र लम्बी होने की वजह यही ख़ून की सफ़ाई है। रोज़े के फ़लसफ़े में से अगर एक सेहतमन्दी है तो हमें इसी रोज़े की वजह से ऐसा कोई काम नहीं करना चाहिए जो खुद हमारे बदन के लिए मुसीबत बन जाए और पीरियड्स के साथ छेड़छाड़ ऐसा ही काम है।

साथ ही अगर आपको माहे रमज़ान के

अलावा दूसरे दिनों में अपने रोज़ों की कज़ा करना मुश्किल काम लगता है तो इसे आसान भी बनाया जा सकता है। ईद के कुछ दिन के बाद रोज़ा रखना मुस्तहब है और क्योंकि अभी माहे रमज़ान की फ़ज़ा का असर बाकी ही रहता है इसलिए उस वक़्त रोज़ा रखना किसी हद तक आसान भी है और जिस्म के लिए फ़ायदेमन्द भी।

“हदीसों से ये बात सामने आती है कि इन्सान तक़्तीफ़े, बीमारी और सफ़र में अपने आमाँल का वही सवाब पाता है जो वह आम हालतों में पाता। मेन्सेस श्री एक तरह की तक़्तीफ़ और बीमारी जैसी चीज़ है जो औरतों को कुछ वाजिब आमाँल को अन्जाम देने से रोक देती है। इसलिए अब अगर कोई औरत इबादत गुज़ार हो और उसके पीरियड्स शुरू हो जाएं तो उसको वही सवाब मिलेगा जो उसे आम दिनों में मिलता, वह भी किसी क़मी के बग़ैर।”

इसके अलावा साल में दूसरे कुछ दिन ऐसे भी हैं जिनमें रोज़ा रखने का सवाब बहुत ज़्यादा है जैसे साल के पहले चार दिन, रजब और शाबान के महीनों के रोज़े वग़ैरा। इन रोज़ों के बारे में बहुत ताकीद की गई है। इन रोज़ों का क्योंकि सवाब भी ज़्यादा है और इन की ताकीद भी बहुत की गई है इसलिए इन रोज़ों को रखना आसान भी है और मजेदार भी। सबसे बड़ी बात ये कि इन दिनों में रोज़े रखकर माहे रमज़ान के छूटे हुए रोज़ों की कज़ा भी हो जायेगी और इधर से इन मुस्तहब रोज़ों का सवाब भी मिल जायेगा।

### एंटी प्रेगनेन्सी टेबलेट्स के नुक़सान

मेडिकली यूँ तो एंटी प्रिगनेन्सी टेबलेट्स का कोई नुक़सान नहीं होता है लेकिन इन दवाइयों के भी दूसरी दवाइयों की तरह अपने साइड इफेक्ट्स होते हैं। इन टेबलेट्स के साइड इफेक्ट्स ये हैं: डिस्टर्ब्ड पीरियड्स, वज़न बढ़ना, सर दर्द, चक्कर आना, ब्रेस्ट पेन, ख़ून का ज़म जाना वग़ैरा। वैसे ये साइड इफेक्ट्स बहुत कम औरतों में देखने को मिलते हैं और यही चीज़ ऐसी है जिसकी वजह से सारी औरतें इन टेबलेट्स को इस्तेमाल नहीं कर सकतीं या उन्हें इस्तेमाल नहीं करना चाहिए। इसके अलावा कुछ बीमारियाँ या कुछ दवाइयाँ इन टेबलेट्स के ख़तरे को और बढ़ा देती हैं या अगर बढ़ाती नहीं हैं तो बेअसर कर देती हैं। जैसे वह औरतें जिन्हें हाई ब्लड प्रेशर या

किसी तरह के कोई कैंसर या माइग्रेन या डायबिटीज़ वग़ैरा की बीमारी हो तो उन्हें इन टेबलेट्स को नहीं खाना चाहिए और अगर खाना ही चाहती हैं तो कम से कम डाक्टर से मशवरा करके खाएं।

### ख़बरदार!

याद रहे कि माहे रमज़ान, खुदा का महीना है। इस महीने में हम में से जो भी खुदा के बन्दों की मदद करेगा वह खुदा से करीब हो जाएगा। अगर किसी औरत को मेन्सेस हों तो उसके अज़्र और सवाब में ज़रा सी भी कमी नहीं की जाती है बल्कि अगर वह बीमारी की हालत में और परेशानी को बर्दाश्त करते हुए दूसरों की ख़िदमत करे तो खुदा उस पर और ज़्यादा लुत्फ़ो-करम करता है। इसलिए हम औरतों को चाहिए ऐसे किसी भी ख़याल को अपने दिल में न पनपने दें जो हमें रंजीदा कर दे। शैतान भी ऐसे मौकों पर बहुत तेज़ी से हमला करता है उसके हमलों और वसवसों से भी बचना चाहिए। सही फ़िक्र और अच्छे ख़यालात का होना एक औरत के लिए बहुत ज़रूरी है। फ़ैमिली और घर का माहौल उसी वक़्त ख़ूबसूरत और प्यारा हो सकता है जब औरत खुश और तरोताज़ा हो। अगर औरत किसी भी बात को लेकर परेशान है तो उसका असर सारी फ़ैमिली पर पड़ेगा।

माहे रमज़ान में मेन्सेस की वजह से औरतों का रोज़ा न रखना या नमाज़ न पढ़ना कोई खास चीज़ नहीं है क्योंकि उसको तो पूरा किया जा सकता है। खास बात ये है कि होना ये चाहिए कि औरत घर के दूसरे सारे लोगों के लिए ऐसा माहौल बनाके रखे कि सब के सब मजेदार और अच्छी ज़िन्दगी गुज़ार सकें। यही औरतों की ज़िम्मेदारी भी है जो खुदा की तरफ़ से उन्हें दी गई है। इफ़्तारी और सहरी के वक़्त का ख़याल रखना, जायक़ेदार खाने पीने की चीज़ों को तय्यार करना, घर में एक अच्छा दीनी और रूहानी माहौल पैदा करना वग़ैरा वह चीज़ें हैं कि जिनके लिए खुदा ने बहुत ज़्यादा सवाब और अज़्र का वादा किया है। साथ ही इसका फ़ायदा ये भी होता है कि घर के दूसरे लोग भी आराम और सुकून से अपने रोज़े पूरे कर लेते हैं और माहे रमज़ान एक अच्छे और रूहानी माहौल में पूरा हो जाता है। ●

(1) औरत, ज़माल और ज़लाल के आईने में, आयतुल्लाह ज़वादह आमुली, पेज-337, (2) इस्तेप्तात, आयतुल्लाह मकारिम शीराज़ी, (3) काफ़ी, ज़ि-3 पे-113, (4) नोगरा साइट, (5) शेवए-कारगुज़ारिए ज़न, पे-15



# अली<sup>अ०</sup> खुदा की बारगाह में

- ऐ खुदा! मेरे लिए उन चीजों को माफ़ कर दे जिन्हें तू मुझ से बेहतर जानता है और अगर फिर इन चीजों को दोहराऊँ तो तू भी अपनी मग़फ़िरत की तक़रार फ़रमा!
- ऐ खुदा! मुझे इस बात के लिये माफ़ करदे कि मैंने (नेक आमाल अन्जाम देने का) जो वादा खुद से किया था उसे पूरा न कर सका।
- ऐ खुदा! उन आमाल की भी मग़फ़िरत फ़रमा जिनमें मैं जुबान के साथ तो तेरे पास आ गया लेकिन मेरे दिल ने उसकी मुख़ालिफ़त कर दी।
- ऐ खुदा! आँखों के तनज़िया इशारों, नामुनासिब और बेकार बातों, दिल की बेजा ख़्वाहिशात और जुबान की ग़लतियों को बख़्श दे!
- ऐ खुदा! तू ही बेहतरीन तारीफ़ और आख़िर तक सराहे जाने का मुस्तहक़ है। अगर तुझ से आस लगाई जाये तो तू बेहतरीन आसरा है और उम्मीद रखी जाये तो उम्मीदों का बेहतरीन मरकज़ है।
- ऐ खुदा! तूने मुझे ये ताक़त दी कि तेरे अलावा किसी और की तारीफ़ नहीं करता, और न इन नेमतों पर तेरे अलावा किसी और का क़सीदा पढ़ता हूँ---और अपनी जुबान को उनकी तारीफ़ में नहीं खोलता जो मायूस करने वाले हैं और जिन पर भरोसा नहीं किया जा सकता।
- ऐ खुदा! हर तारीफ़ करने वाले का उस पर हक़ होता है जिसकी तारीफ़ की जाती है। मैं तुझ से आस लगाये बैठा हूँ कि तू रहमत के ख़ज़ानों और मग़फ़िरत के ज़ख़ीरों की तरफ़ हिदायत करने वाला है।
- ऐ खुदा! ये तेरा बन्दा है जो तेरी तौहीद और यक़ताई का इक़रार करता है और तेरे अलावा इन सिफ़ात और कमालात का किसी को अहल नहीं पाता है।
- ऐ खुदा! मैं तेरी बारगाह में हाजत लेकर आया हूँ और तेरे फ़ज़ल के अलावा कोई चीज़ इसका बदल नहीं हो सकती और तेरे एहसानात और बख़्शिश के अलावा कोई इसका सहारा नहीं बन सकता है। अब इस वक़्त मुझे अपनी मर्ज़ी अता फ़रमा और दूसरों के सामने हाथ फैलाने से बेनियाज़ बना दे कि तू हर चीज़ पर कादिर है।

नहजुल बलागा/74-91



**श**ादी हर इन्सान की नेचरल जरूरत है जिसके बहुत से फायदे और खास असरात होते हैं जिनमें से कुछ को यहां बयान किया जा रहा है:

### 1. इधर उधर भटकते फिरने से छुटकारा मिल जाता है:

गैर शादी शुदा लड़की या लड़का उस कबूतर की तरह होता है जिसका कोई घोंसला ही नहीं होता। शादी करके लड़की अपने लिए एक आशियाना और घर तलाश कर लेती है जहां उसे एक साथी, दोस्त, चाहने वाला और एक गमखार मिल जाता है।

### 2. जिस्मानी ख्वाहिश पूरी होती है:

इन्सान के अन्दर एक बहुत गहरी और ज़बरदस्त ख्वाहिश पाई जाती है जिसको मर्द और औरत मिल कर पूरा करते हैं इस ख्वाहिश को कानूनी तौर पर पुर सुकून माहौल में पूरा होना चाहिए। इन्सान की यह ख्वाहिश क्योंकि नेचरल ख्वाहिश है इसलिए इसको पूरा होना ही चाहिए और अगर पूरा ना किया जाए तो हो सकता है कि इसका बहुत ज़्यादा जिस्मानी, ज़ेहनी या समाजी नुकसान भी उठाना पड़ जाए। वह लोग जो शादी करने से मना करते हैं या दूर भागते हैं, आमतौर पर किसी न किसी जिस्मानी या ज़ेहनी बीमारी का शिकार ज़रूर हो जाते हैं।

### 3. नस्ल बाकी रहती है:

शादी का एक और फायदा औलाद भी है। जिससे फैमिली की बुनियादें मज़बूत होती हैं और मियां-बीवी का आपसी रिश्ता

और गहरा हो जाता है। इसी वजह से कुरआन और हदीसों में शादी के बारे में बहुत जोर दिया गया है।

कुरआन फ़रमाता है, “खुदा की निशानियों में से एक यह है कि उसने तुम्हारा जोड़ा तुम्हीं में से पैदा किया है ताकि तुम्हें उससे सुकून हासिल हो...।” (सूरए रूम/21)

रसूल इस्लाम<sup>ﷺ</sup> फ़रमाते हैं, “इस्लाम में ऐसी कोई बुनियाद नहीं है जो शादी से ज़्यादा मज़बूत हो।” (वसाएल, 14/3)

हज़रत अली<sup>ؓ</sup> फ़रमाते हैं, “शादी करो क्योंकि शादी रसूल<sup>ﷺ</sup> की सुन्नत है।” (वसाएल, 14/3)

इमाम रज़ा<sup>ؒ</sup> फ़रमाते हैं, “इन्सान के लिए इससे बड़ा कोई फायदा नहीं है कि उसकी बीवी नेक हो। ऐसी बीवी जिसे देखकर उसे खुशी का एहसास हो और अगर शौहर कहीं चला जाए तो अपने आप की और उसकी चीज़ों और माल की हिफाज़त करे।” (वसाएल, 14/3)

ऊपर जो कुछ बयान हुआ है वह शादी के दुनियावी और जिस्मानी फायदे थे जिनमें से कुछ फायदे हैवान और जानवर भी उठाते हैं। इस तरह के फायदों को शादी का अस्ली मक़सद नहीं कहा जा सकता। हमें इस दुनिया में इसलिए नहीं भेजा गया है कि हम यहां आकर सिर्फ़ खाएं पिएं, सोएँ, आराम करें, ऐशो इशरत से रहें और आखिर में एक

दिन मर जाएं। इन्सान की मन्ज़िलत और मक़ाम इस तरह के कामों से कहीं ऊंचा है। हमें खुदा ने इसलिए भेजा है ताकि हम इल्म हासिल करें, नेक अमल और अच्छे अख़्लाक और किरदार से अपने नफ़्स को पाको-पाकीज़ा बनाएं और फिर सीधे सच्चे रास्ते पर चलकर कमाल की मन्ज़िलों को छू लें।

इन्सान का कमाल यह है कि खुदा से जितना करीब हो सकता हो, हो जाए चाहे मर्द हो या औरत। इन्सान एक ऐसी मख़्लूक है जो अपने नफ़्स की तहारत करके, नेक आमाल अन्जाम देके, नेक अख़्लाक के ज़रिए और बुराईयों से बचते हुए साथ ही अच्छाईयों पर चलते हुए उस अज़ीम मुक़ाम तक पहुंच सकता है जहां तक फ़रिश्ते भी नहीं पहुंच सकते।

इन्सान एक हमेशा बाकी रहने वाली मख़्लूक है और इस दुनिया में इसको इसलिए भेजा गया है ताकि रसूलों और नबियों से हिदायत की रोशनी लेकर और दीन के बताए हुए रास्ते पर चलकर अपनी दुनिया और आख़िरत की कामयाबी की राहों को तय कर सके और फिर जन्नत में एक ऐसी जिन्दगी गुज़ारे जो कभी ख़त्म न होने वाली हो, जिसमें सिर्फ़ खुशियां ही खुशियां हों। इसलिए हमें चाहिए कि शादी के अस्ली और सही मक़सद को तलाश करें और समझें।

# शादी का मक़सद







एक दीनदार लड़की का शादी करने का मकसद यह होना चाहिए कि अपने शौहर के साथ मिलकर अपने नफ्स और रूह को बुराईयों, गुनाहों और बदकिरदारी से महफूज रख सके और नेक अमल, अच्छे किरदार और अख्लाक पर चलकर इन्सानियत के सबसे ऊंचे मुक़ाम तक पहुंच सके जिसका रिज़ल्ट ज़ाहिर है कि खुदा वन्दे आलम की क़ुरबत ही होगी।

इसलिए एक अच्छे और नेक शौहर का साथ इस अहम मकसद तक पहुंचने के लिए बहुत ज़रूरी है। जब दो नेक मोमिन लड़की और लड़का आपस में शादी करते हैं तो इसका बहुत बड़ा फ़ायदा यह होता है कि इन दोनों को एक ख़ास किस्म का प्यार—मुहब्बत और आरामो सुकून मिलता है। साथ ही यह दोनों शरई तौर पर अपनी सैक्चुअल ज़रूरतों को भी पूरा कर लेते हैं जिसका रिज़ल्ट यह होता है कि वह कटी पतंग की तरह इधर उधर भटकने, यहां वहां मुंह मारने, ग़ैर इस्लामी कामों को अन्जाम देने, बुराईयों के अड़्डों पर जाने, नशे और रातों को करवट बदल बदल कर जागने से बच जाते हैं। इसीलिए रसूले इस्लाम <sup>ﷺ</sup> ने फ़रमाया है, “शादी से आधा दीन महफूज हो जाता है। (वसाएल, 14/3)

इमाम जाफ़र सादिक <sup>ﷺ</sup> भी फ़रमाते हैं, “शादी शुदा लड़की या लड़के की दो रकअत

नमाज़ ग़ैर शादी शुदा लड़की या लड़के की 70 रकअत नमाज़ों से अफ़ज़ल है।”

(वसाएल, 14/3)

एक दीनदार और नेक शौहर दीनी ज़िम्मेदारियों को पूरा करने, वाजिब और मुस्तहब पर अमल करने, हराम और मकरूह से बचने, अच्छे अख्लाक को अपनाने और बुराईयों से बचने में एक लड़की के लिए बहुत ख़ास रोल अदा करता है। अगर शौहर और बीवी दोनों दीनदार हों तो न सिर्फ़ यह कि इस रास्ते पर चलना बहुत आसान हो जाएगा बल्कि बहुत तेज़ी के साथ अपनी मन्ज़िल तक पहुंच जाएंगे। क्या ऐसा हो सकता है कि एक लड़की अपने शौहर की मर्जी के बग़ैर अपने घर के माहौल को दीनी बना सकें? क्या ऐसा हो सकता है कि एक शौहर अपनी बीवी की मर्जी के बग़ैर रोज़ी रोटी और दूसरे सारे शरई और अख्लाकी मसअलों में दीन पर अमल कर सके और फूज़ूल ख़र्ची से बचते हुए बाकी बचे हुए माल को राहे खुदा में उन लोगों तक पहुंचा सके जिनका वह हक़ है?

एक दीनदार बीवी जहां खुद भी अच्छाईयों की तरफ़ क़दम बढ़ाती है वहीं अपने शौहर का हाथ पकड़ कर उसे भी अपने साथ—साथ लेकर आगे बढ़ती है।

इसीलिए इस्लाम ने बार—बार जोर दिया है कि जो लड़की या लड़का शादी करना चाहते हैं उन्हें सबसे पहले अपने होने वाले जीवन साथी में दीनदारी और इस्लामी अख्लाक को देखना चाहिए।

हज़रत अली <sup>ﷺ</sup> और जनाबे फ़ातिमा <sup>ﷺ</sup> की शादी के बाद एक दिन रसूले इस्लाम <sup>ﷺ</sup> हाल चाल पूछने के लिए जनाबे फ़ातिमा <sup>ﷺ</sup> के घर तशरीफ़ लाए। आपने हज़रत अली <sup>ﷺ</sup> से पूछा, “तुम्हें तुम्हारी बीवी कैसी लगीं?” आपने फ़रमाया: “मैंने ज़हरा को खुदा की इताअत और इबादत में सबसे अच्छा मदद करने वाला पाया है।”

उसके बाद आपने जनाबे फ़ातिमा <sup>ﷺ</sup> से पूछा, “अपने शौहर के बारे में क्या ख़्याल है?” आपने कहा: “अली, बेहतरीन शौहर हैं।”

हज़रत अली <sup>ﷺ</sup> और जनाबे फ़ातिमा <sup>ﷺ</sup> ने एक एक जुमले में बयान कर दिया है कि खुदा की इताअत और इबादत में एक दूसरे की मदद करना ही शादी का अस्त मकसद है। ●

आयतुल्लाह इब्राहीम अमीनी

## शबे क़द्र के आमाल

### ➤ गुस्ल

➤ दो रकअत नमाज़ हर रकअत में अलहमद के बाद सात मरतबा सूर—ए—तौहीद और नमाज़ के बाद 70 मरतबा “अस्तग़फ़िरुल्लाहा व अतुबु इलैह”

➤ क़ुरआन मजीद को खोले और अपने सामने रखकर ये दुआ पढ़े

अल्लाहुम—म इन्नी अस्अलु—क बिकिताविकल मुन्जल। व मा फ़ीहि व फ़ीहिस्मुकल अकबर। व अस्माउकल हुस्ना। व मा युखाफ़ु व युरज़ा। अन्तज अ—ल—नी मिन उ—त—काइ—क भिनन नार।

फ़िर क़ुरआन सर पर रखे और कहे

अल्लाहुम—म बिहकिह हाज़ल कुआन। व बिहकिह मन अरसलतहू बिह। व बिहकिह कुल्लि मोमिनिम मदहतहू फ़ीह। व बिहकिह—क अलैहिम फ़ला अ—ह—द आरफ़ु बिहकिह—क मिन्क़।

### ➤ फिर कहे:

बि—क या अल्लाह (10 मरतबा)

बि मुहम्मदिन (10 मरतबा)

बि अलीयिन (10 मरतबा)

बि फ़ाति—म—त (10 मरतबा)

बिल ह—स—नि (10 मरतबा)

बिल हुसैनि (10 मरतबा)

बि अली यिब्निल हुसैनि (10 मरतबा)

बि मुहम्मदिनि अलीयिन (10 मरतबा)

बि जाफ़रिनि मुहम्मदिन (10 मरतबा)

बि मूसनि जाफ़रिन (10 मरतबा)

बि अली यिब्नि मूसा (10 मरतबा)

बि मुहम्मदिनि अलीयिन (10 मरतबा)

बि अली यिब्नि मुहम्मद (10 मरतबा)

बिल ह—स—निब्नि अलीयिन (10 मरतबा)

बिल हुज़्ज़तिल काइमि अलैहिस्सलाम (10 मरतबा)

फ़िर जो हाज़त रखता हो तलब करे।

➤ ज़ियारत इमाम हुसैन <sup>ﷺ</sup>:

➤ जौशन कबीर पढ़ना

➤ दुआए मकारिमुल अख़लाक पढ़ना।

➤ सूर—ए—अनकबूत, सूर—ए—रूम, सूर—ए—हामीम और दुखान पढ़ना।

➤ हज़ार मरतबा सूर—ए—क़द्र पढ़ना।

मरहूम शैख़ सद्क़ ने फ़रमाया कि इन दो रातों का बेहतरीन अमल इल्मी गुप्तगू और मसाएल पर ग़ौर करना और तबादल—ए—ख़याल करना है।

इस रात खुदा से अपने गुनाहों की माफ़ी मांगने की बहुत ताकीद की गयी है।

इमाम सादिक <sup>ﷺ</sup> फ़रमाते हैं जिसकी रमज़ानुल मुबारक में मग़फ़िरत न हो सके तो दूसरे महीने में भी नहीं हो सकती यहाँ तक कि अरफ़े का दिन आ जाए।

बदनसीब है वह जो इस महीने में खुदा की रहमत व मग़फ़िरत से महरूम रहे।



**इ**रम अब 9 साल की होने को थी। उसकी चचाज़ाद बहन समीना और वह रोज़ एक साथ ही घर से निकलती थीं। समीना का कॉलेज और इरम का स्कूल आसपास ही थे। समीना इरम को स्कूल छोड़ती हुई कॉलेज चली जाती थी। रोज़ाना वह दोनों एक साथ स्कूल जातीं और एक साथ वापस घर आतीं। इरम शाम को घर से इजाज़त लेकर मोहल्ले की दूसरी बच्चियों के साथ खेलने चली जाती थी। अब उसने भी बड़ों की तरह सोचना और समझना शुरू कर दिया था। इसलिए उसके जेहन में भी तरह-तरह के सवाल उठते थे जिनके जवाब वह अपने बड़ों से पूछा करती थी।

शाबान की 28 तारीख़ थी। आज समीना को स्कूल के बाद अपने अबू के साथ कुछ ख़रीदारी करने बाज़ार जाना था। समीना ने इरम को बताया कि आज वह अबू के साथ शॉपिंग करने जाने वाली है।

“क्यों? ईद तो अभी एक महीने बाद है।” इरम बोली।

हाँ, लेकिन परसों से रमज़ानुल मुबारक शुरू हो रहा है न। उसके लिए कुछ ख़रीदारी करनी है।

“ये रमज़ान में होता क्या है?” इरम ने पूछा।

“देखो! अभी मुझे जल्दी है। कल स्कूल जाते वक़्त रास्ते में इसके बारे में बात करेंगे।” समीना ने कहा और घर चली गयी।

दूसरे दिन जब वह दोनों स्कूल जाने लगीं तो समीना ने रास्ते में बात छेड़ दी जबकि इरम भूल चुकी थी कि उसको समीना

से कुछ पूछना था।

“तुमने क्या पूछा था कल?”

“यही कि रमज़ान में क्या होता है?”

“रोज़े रखे जाते हैं। अल्लाह की इबादत होती है। नमाज़ें पढ़ी जाती हैं और भी बहुत कुछ होता है।”

“लेकिन नमाज़ तो आप रोज़ाना पढ़ती हैं।”

हाँ, लेकिन रमज़ान में, मैं सारी नमाज़ें अव्वले वक़्त पढ़ती हूँ और अब हमेशा अव्वले वक़्त ही पढ़ा करूँगी।”

इरम! ये रोज़ा क्या होता है?

“रोज़ा? रोज़ा ये होता है कि सुबह की अज़ान से मग़रिब की अज़ान तक हम न कुछ खायें और न कुछ पियें।”

“बस?”

“नहीं, इसके अलावा झूठ न बोलें, कोई बुरी बात न कहें, किसी की तरफ़ बुरी नज़र से न देखें और कोई बुरा काम न करें।”

“क्या आप ने कभी रोज़ा रखा है?”

“हाँ, मैं तो नौ साल की थी तभी से रोज़े रखती हूँ।”

“आपको कोई प्रॉब्लम नहीं हुई?”

“पहले कुछ दिन हुई लेकिन उसके बाद बिल्कुल पता ही नहीं चलता था बल्कि बहुत मज़ा आता था ये सोच कर कि अब मैं रोज़े रखने लगी हूँ और इससे अल्लाह तआला बहुत खुश होगा। इस बार तुम भी रोज़े रखना फिर दोनों लोग साथ में नमाज़ पढ़ेंगे और फिर इफ़तार भी साथ ही किया करेंगे।”

“नहीं, बाज़ी मैं नहीं रख सकती रोज़े।”

“क्यों?” समीना ने ताज़्जुब से पूछा।

“मेरी अम्मी नहीं रखने देती। वह कहती

है

कि रोज़ा रखने से मैं

कमज़ोर हो जाऊँगी।”

“मैं भी तो रखती हूँ रोज़े। मैं तो कमज़ोर नहीं हुई और दूसरी बात ये है कि मौलाना साहब एक दिन कह रहे थे कि रोज़ा रखने से इन्सान की सेहत बनती है। उन्होंने रसूले इस्लाम<sup>™</sup> की एक हदीस भी सुनाई थी जिसमें उन्होंने कहा था, “रोज़ा रखो, सेहतमन्द बनो” इसका मतलब यही हुआ कि रोज़ा इन्सान को न कोई नुक़सान पहुँचाता है और न ही उसे कमज़ोर करता है।”

“हाँ, आप सही कहती हैं। अगर ऐसा होता तो फिर डॉक्टर अंकल अपने लड़के फ़रहान को रोज़ा न रखने देते। वह तो छोटा है।”

बात करते हुए वह स्कूल तक आ गई और इरम ने भी तय कर लिया कि इस बार वह भी रोज़े रखेगी।

आज इरम का क्लास में दिल नहीं लग रहा था बल्कि वह रोज़े के बारे में सोच रही थी। एक सवाल ने उसे परेशान करके रख दिया था कि अल्लाह तआला ने अपने बन्दों को रोज़ा रखने का हुक्म क्यों दिया है? उसने सोचा क्लास ख़त्म होने के बाद वह बाज़ी से पूछेगी।

जैसे ही क्लास ख़त्म हुआ इरम स्कूल से बाहर निकली। सामने समीना खड़ी उसका इन्तिज़ार कर रही थी। दोनों घर की तरफ़ चल पड़ीं। रास्ते में इरम ने पूछा, “बाज़ी! ये बताइये कि अल्लाह तआला ने हम सबको रोज़ा रखने को क्यों कहा है? इसका फ़ायदा क्या है?”

# इरम का रोज़ा

सज्जाद हैदर सफ़वी



समीना ने कहा कि मैंने एक बार अपने अबू से यही पूछा था कि रोज़े का क्या फ़ायदा है और खुदा ने रोज़े का हुक्म क्यों दिया है?" तो अबू ने मुझसे कुरआन लाने को कहा। अबू ने कुरआन खोला और रोज़े वाली आयत पढ़कर उसका मतलब समझाया था कि: "ऐ ईमान वालो! खुदा ने तुम सब पर रोज़ा वाजिब किया है जिस तरह तुमसे पहले वालों पर वाजिब किया था ताकि तुम मुत्तकी बनो"। इस आयत में अल्लाह तआला ने अपने बन्दों से कहा है कि वह रोज़ा रखें ताकि वह खुदा से करीब हों। इस तरह रोज़े का सबसे पहला फ़ायदा ये है कि इन्सान खुदा से करीब हो जाता है। दूसरी बात ये है कि हर इन्सान पर खुदा की इताअत करना और उसका हुक्म मानना ज़रूरी है क्योंकि वह हम सबका पैदा करने वाला और मालिक है। खुदा इस तरह के कामों का हुक्म देकर इन्सानों को आजमाता है और ये देखना चाहता है कि कौन उसका हुक्म मानता है और कौन नहीं मानता। इसलिए अगर हम रोज़ा नहीं रखेंगे तो इसका मतलब ये हुआ कि हमने खुदा की बात नहीं मानी और उससे खुदा नाराज़ होगा और हम कभी नहीं चाहेंगे कि खुदा हमसे नाराज़ हो।"

इरम, समीना की बातें सुनकर बहुत खुश हुई। आज उसकी समझ में आ गया था कि रोज़ा क्यों रखा जाता है। और उसने पक्का इरादा कर लिया कि वह इस बार रोज़े ज़रूर रखेगी।

करीब की मस्जिद में रमज़ान के मुबारक महीने में एक मदरसा लड़कियों के लिए खुल गया था। इरम ने भी इस मदरसे में एडमिशन ले लिया। आज उसका पहला दिन था। टीचर रमज़ान और रोज़े के बारे में बता रहे थे। आखिर में टीचर ने सब बच्चों से एक सवाल किया और कहा कि जो इस सवाल का सही जवाब देगा उसे इनाम दिया जायेगा। वह सवाल वही था जो इरम ने समीना से किया था यानी रोज़ा क्यों रखा जाता है और खुदा ने रोज़ा रखने का हुक्म क्यों दिया है?

बहुत से बच्चों ने जवाब देने के लिए हाथ उठाया। टीचर इरम से बोले, इरम! तुम बताओ। और इरम ने वही जवाब दे दिया जो समीना ने उसे बताया था। फिर टीचर ने पूछा, इसके अलावा कोई बात? सब बच्चे खामोश रहे और किसी ने कुछ न कहा। तब टीचर बोले, "बच्चो! इसके अलावा और भी बहुत सी बातें हैं जिसकी वजह से हमें रोज़ा रखने का हुक्म दिया गया है। जैसे—

1—जब इन्सान रोज़ा रखता है और सुबह से शाम तक भूका और प्यासा रहता है तो इस से उसे एहसास होता है कि हम तो रोज़ाना खाते पीते हैं, वह लोग जिनके पास

खाने—पीने को कुछ नहीं होता वह कैसे रहते होंगे? इस तरह हमारे दिल में उनके लिए हमदर्दी पैदा होती है और हम उनकी मदद करना चाहते हैं।

2— इन्सान आम दिनों में बुरी बातें करता है। कभी ग़लत सोचता है। उन चीज़ों की तरफ़ देखता है जिनकी तरफ़ देखने से खुदा ने मना किया है। दूसरों को परेशान भी करता है, दूसरों की बुराई करता भी है और सुनता भी है।

लेकिन जब इन्सान रोज़ा रखता है तो उसकी कोशिश ये होना चाहिए कि जिस ज़बान से उसने रोज़ा रखा है उससे बुरी बात न कहे, किसी की बुराई न करे। अपने कानों से किसी की बुराई और कोई बुरी बात न सुने। दिल में कोई बुरा ख़याल न लाए। इस तरह जब वह एक महीने बुराईयों से दूर रहेगा तो आहिस्ता—आहिस्ता दूसरे महीनों में भी बुराई की तरफ़ नहीं जायेगा।

क्योंकि हमारे प्यारे नबी हज़रत मुहम्मद मुस्तफ़ा<sup>ﷺ</sup> फरमाते हैं, "भूक और प्यास से बेहतर ज़बान का रोज़ा है और ज़बान से बेहतर दिल का रोज़ा।"

3— जिस तरह इन्सान का जिस्म बीमार होता है उसी तरह इन्सान की रूह भी बीमार होती है। जिस्म की बीमारियाँ, गन्दगी, ज्यादा खाने, कुछ खानों से परहेज़ न करने और इस तरह की दूसरी चीज़ों से पैदा होती हैं और रूह की बीमारियाँ बुरा सोचने, बुरे काम करने, अपनी ख़्वाहिशात की पैरवी करने से पैदा होती हैं। इन दोनों किस्मों की बीमारियों से छुटकारे का एक इलाज रोज़ा है। सुबह से शाम तक खाने—पीने से परहेज़ और एक ख़ास मिकदार में खाना पीना इन्सान को जिस्मानी बीमारियों से बचाता है और पूरे दिन गुनाहों और बुरे कामों से परहेज़ उसकी बीमार रूह को ठीक करता है।

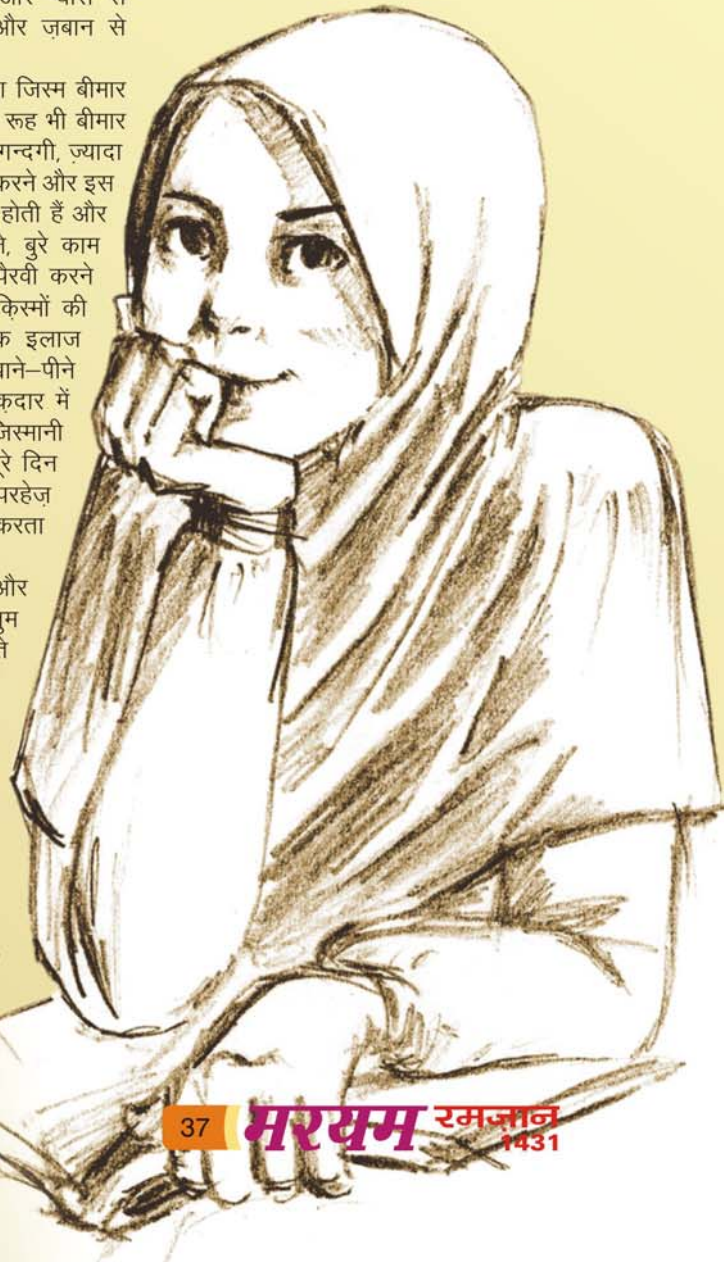
इसके अलावा रोज़े के और भी बहुत से फ़ायदे हैं जिन्हें तुम लोग किताबों में भी पढ़ सकते हो और अपने बुजुर्गों से भी मालूम कर सकते हो।

क्लास ख़त्म हुई तो अक्सर बच्चों ने फ़ैसला किया कि वह इस साल रोज़ा ज़रूर रखेंगे।

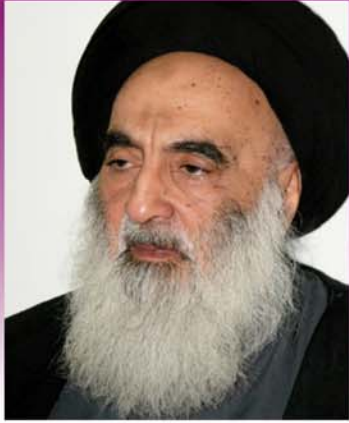
आज इरम अपनी सहेलियों के साथ खेल कर जल्दी घर आ गई थी क्योंकि कल से रमज़ानुल मुबारक शुरू होने वाला था। सूरज डूबा तो सब लोग चाँद देखने अपनी—

अपनी छतों पर चढ़ गए। इरम भी समीना के घर आयी हुई थी। जब चाँद दिखाई दिया तो समीना के अबू ने "तोहफ़तुल अवाम" निकाली और चाँद देखने के बाद की दुआ पढ़ने लगे। समीना और इरम ने भी उनके साथ दुआ पढ़ी और उसके बाद खुदा से दुआ की कि वह इस महीने को सबके लिए मुबारक करार दे और उन्हें हमेशा नेकी के रास्ते पर चलाए।

दूसरे दिन सबका रोज़ा था और सब के साथ इरम का भी। इस बार उसकी अम्मी ने उसे रोज़ा रखने से नहीं रोका था क्योंकि वह जानती थी कि अब इरम बड़ी हो चुकी है और सब कुछ समझने लगी है। इरम भी खुश थी कि आज वह भी अपनी समीना बाजी की तरह रोज़ेदार है। आज से वह भी उन लोगों की लिस्ट में शामिल हो गई है जिन्होंने खुदा के इस हुक्म की पैरवी की है। ●







# रोज़े के अहकाम



**प्र0 1:** लड़की पर किस उम्र से रोज़ा रखना ज़रूरी है।

**उ0:** लड़की चांद के महीनों के हिसाब से पूरे 9 साल की हो जाये तो उसपर रोज़ा रखना वाजिब है।

**प्र0 2:** अगर लड़की 9 साल की हो जाये मगर कमज़ोरी की वजह से रोज़ा न रख सकती हो तो उसके रोज़े का क्या हुक्म है?

**उ0:** सिर्फ कमज़ोरी की वजह से रोज़ा रखने से नहीं बच सकती है हों अगर रोज़ा रखने से उसे नुक़सान पहुचने का ख़ौफ़ हो तो रोज़ा नहीं रखेगी मगर उसकी क़ज़ा उसपर ज़रूरी है।

**प्र0 3:** अगर सेहरी के वक़्त आँख न खुले तो क्या उस दिन का रोज़ा यह सोच कर छोड़ा जा सकता कि रमज़ान के बाद क़ज़ा कर लेंगे?

**उ0:** सहर में आँख न खुलने से रोज़ा नहीं छोड़ा जा सकता और अगर कोई बग़ैर किसी ऐसी वजह के रोज़ा छोड़ दे जिसकी शरीअत ने इजाज़त दी है तो उस रोज़े की क़ज़ा और कफ़ारा दोनो वाजिब हैं।

**प्र0 4:** जान बूझ कर माहे रमज़ान के रोज़े छोड़ने का कफ़ारा क्या है?

**उ0:** माहे रमज़ान के एक रोज़े को बग़ैर किसी वजह के छोड़ने का कफ़ारा इन तीन चीज़ों में से एक है:

एक गुलाम आज़ाद करे या साठ मिसकीनों को खाना खिलाए या दो महीने रोज़े रखे जिसमें 31 रोज़े लगातार रखे जायेंगे।

**प्र0 5:** क्या रोज़े की हालत में भूले से कुछ खाने से रोज़ा बातिल हो जाता है?

**उ0:** नहीं।

**प्र0 6:** अगर रमज़ान में किसी लड़की को मेन्सेस शुरु हो जायें तो उसके रोज़े का क्या हुक्म है?

**उ0:** अगर लड़की रोज़े से हो तो उसका रोज़ा बातिल हो जायेगा और जब तक उसके पीरियड ख़त्म नहीं होंगे वह रोज़ा नहीं रखेगी मगर रमज़ान के बाद उन रोज़ों की क़ज़ा करेगी।

**प्र0 8:** प्रिग्नेंट औरत के लिये रोज़े का क्या हुक्म है जबकि रोज़े की वजह से उसके बच्चे को नुक़सान का ख़तरा हो?

**उ0:** प्रिग्नेंट औरत पर भी रोज़ा रखना वाजिब है लेकिन बच्चे को नुक़सान पहुचने का ख़तरा किसी माकूल वजह से हो तो उसके लिए रोज़ा छोड़ना वाजिब है। (बाद में क़ज़ा करना होगी)

**प्र0 9:** मैं अपने बच्चे को दूध पिलाती हूँ। अगर मैं रमज़ान में रोज़ा रखूँगी तो मेरा दूध खुश्क हो जायेगा ऐसे में क्या मैं रोज़े छोड़ सकती हूँ?

**उ0:** अगर रोज़े की वजह से दूध खुश्क हो जाये या कम हो जाये जिससे बच्चे को ख़तरा पैदा हो तो आपके लिये रोज़ा ना रखना जायज़ है लेकिन आपको हर रोज़े के बदले 750 ग्राम अनाज फ़कीर को देना होगा और छूटे हुये रोज़ों की क़ज़ा भी करनी होगी।

**प्र0 10:** अगर कोई बीमार हो और उसकी बीमारी में रोज़ा रखना उसे नुक़सान पहुँचा सकता हो तो उसके रोज़े का क्या हुक्म है?

**उ0:** अगर यह यक़ीन हो कि रोज़ा नुक़सानदेह है तो रोज़ा रखना हराम है (मगर ठीक होने के बाद क़ज़ा ज़रूरी है)।

**प्र0 11:** रोज़े की हालत में इन्जेक्शन लगवा सकते हैं?

**उ0:** रोज़े की हालत में हर तरह के इन्जेक्शन लगवाये जा सकते हैं लेकिन आयतुल्लाह ख़ामेनई के नज़दीक ताक़त वाले और रग में लगवाने वाले इन्जेक्शन (एहतियाते वाजिब की बिना पर) नहीं लगवाये जा सकते।

**प्र0 12:** क्या रोज़े में बी0पी0 कंट्रोल करने की दवा खा सकते हैं?

**उ0:** अगर बी0पी0 या किसी भी बीमारी के इलाज के लिए दवा खाना ज़रूरी हो तो खा सकते हैं मगर रोज़ा बातिल हो जायेगा और बाद में उसकी क़ज़ा करना होगी।

**प्र0 13:** अगर रोज़े में शौहर अपनी बीवी के साथ हमबिस्तरी करे तो क्या हुक्म है?

**उ0:** मियाँ-बीवी दोनों का रोज़ा बातिल हो जायेगा और दोनों को क़ज़ा और कफ़ारा अदा करना होगा।

**प्र0 14:** मैं बहुत ज़्यादा शक्की हूँ। हर चीज़ के बारे में मुझे शक रहता है, नजिस-पाक के बारे में तो बहुत ज़्यादा, रोज़े में भी शक होता है कि ख़ाक और गुबार हलक़ में तो नहीं चला गया, जो पानी वुजु करते वक़्त मुँह में डाला था वह हलक़ से नीचे उतरा था कि नहीं, इस तरह के शक के बाद मेरा रोज़ा सही है कि नहीं?

**उ0:** आपका रोज़ा सही है और इस तरह के शक की कोई हैसियत नहीं है। ●



**क** या आपको पता है कि हमारे इमाम की विलादत को 1170 साल से ज़्यादा हो चुके हैं?

इन हजार सालों में आसमान बादलों में डूबा हुआ और हमारा खुर्शीद हमारी जिहालत और बेमारेफती के पीछे छिपा हुआ है?

क्या आपको पता है कि इमामे ज़माना<sup>अ०</sup> की ग़ैबत से आज दुनिया को किन-किन मुश्किलों का सामना करना पड़ रहा है और दिल किस तरह टूटे हुए और बुझे पड़े हैं?

क्या आपको ये भी पता है कि इसी ग़ैबत के ज़माने में न जाने कितने लोगों ने अपने नफ़्स को पाक करने के बाद इन बादलों को चीरते हुए और अन्धेरो को अपने पैरों तले रौंदते हुए बहुत करीब से आले मुहम्मद<sup>अ०</sup> के इस ख़ूबसूरत खुर्शीद की ज़ियारत की है?

क्या अभी तक हमने और आपने ये सोचा है कि हम अपने रोज़ाना के इन चौबीस घंटों में अपने इमामे ज़माना के बारे में कितना सोचते हैं? जितनी हमें अपने आराम, ऐशो-इशरत, खाने पीने और खुशियों की फ़िक्र है क्या उतनी ही फ़िक्र अपने महबूब इमाम से करीब होने की भी है?

क्या आज तक कोई एक छोटा सा काम इन्सानियत को निजात देने वाले इस आखिरी आसमानी हादी के जुहूर के लिए हमने किया है?

क्या कभी ये सोचा कि हमारा इमाम हमारे ही आसपास रहता है? कभी हम इस बात पर शर्मिन्दा हुए हैं कि हमारी ये हालत देखकर उन्हें कितनी तकलीफ़ होती होगी?

क्या अभी तक हमने फैसला नहीं किया है कि आओ, चलो अब से ऐसे काम करेंगे जिनसे हमारा इमाम हम से राज़ी हो जाए और उसे हमसे कोई तकलीफ़ न हो?

क्या आपको पता है कि आज के ज़माने में चारों तरफ़ से अम्नो-अमान की हिमायत और जंगों की मुख़ालेफ़त में उठने वाली ये आवाज़ें खुद इमाम ज़माना<sup>अ०</sup> के जुहूर का एलान कर रही हैं? क्या हम सब जानते हैं कि इमाम<sup>अ०</sup> का जुहूर कैसे और कब होगा? क्या आपको पता है कि हम में से हर एक जल्द अज़ जल्द जुहूर के लिए अपनी-अपनी जगह अहम रोल अदा कर सकता है?

क्या आपको पता है कि हम में से हर एक को कम से कम एक क़दम ज़रूर उठाना होगा?

अगर हम एक साथ, मिलजुल कर गिड़गिड़ाकर और रो-रो कर आशिकों की तरह खुदा से जुहूर के लिए दुआ करें तो क्या खुदा इन दुआओं के लिए उठे हाथों को ख़ाली वापस जाने देगा? बिल्कुल नहीं! क्योंकि उसका वादा है। और अगर हम ने दुआएं न कीं तो इसी तरह ग़ैबत का यह ज़माना लम्बा होता चला जायेगा।

क्या ऐसा नहीं है कि हम में से अगर कुछ ही लोग गुनाहों से तौबा कर लें और बुराईयों से दूर हो जाएं तो यह इमामे ज़माना के जुहूर के लिए एक बड़ा क़दम होगा? और उन कुछ ही लोगों में हम और आप भी हो सकते हैं।

क्या आपको मालूम है कि अगर सिर्फ़ एक आदमी भी गुनाहों से तौबा कर ले और बुराईयों से बचा रहे तो यह हमारे इमाम के जुहूर के जल्दी होने में कितना कारगर है? और वह एक आदमी हम भी हो सकते हैं।



क्या आपको यह भी पता है कि अपने जुहूर से पहले ही इमामे ज़माना अपने साथियों को चुन लेंगे? क्या आप और हम नहीं चाहते कि इमाम<sup>अ०</sup> के साथियों में हमारा भी नाम लिखा जाए और ये कोई ऐसी बात नहीं है जो न हो सके, हाँ, ऐसा बिल्कुल हो सकता है।

जब इमामे ज़माना सारी दुनिया पर हुकूमत करेंगे तो क्या उनको बहुत ज़्यादा लोगों की ज़रूरत नहीं होगी? बिल्कुल होगी और इसके लिए अभी से हम में से एक-एक पर आपकी गहरी नज़र है।

क्या हमें ये नहीं पता कि अगर हमारे दिल इमामे ज़माना के नाम हो जाएं, उनकी ग़ैबत और उनके फ़िराक़ में हमारी आँखें थक

जाएं, हमारे आँसू खुश्क हो जाएं और हमारी सारी उम्मीदें सिर्फ़ और सिर्फ़ उन्हीं की ज़ात में सिमट कर रह जाएं तो दरहकीक़त जुहूर की एक बहुत बड़ी शर्त पूरी हो जायेगी?

क्या ये सच नहीं है कि अगर एक सेकेंड के लिए भी इमामे ज़माना इस ज़मीन से हट जाएं तो ये ज़मीन तहस नहस हो जायेगी और सारी आबादी को हड़प कर जायेगी और एक इन्सान ज़मीन पर बाकी नहीं बचेगा।

क्या इतना अज़ीम और करीम इमाम इसी लायक़ है कि हम उस से बेतवज़ोही बरतें और उसको भूल जाएं?

यकीन कीजिये आज दुनिया में इतने शियों के होने के बावजूद भी हमारा इमाम तनहा और बेयारो मददगार है... हर शबे जुमा जब हमारे आमाल उसके सामने पेश किये जाते हैं तो वह तड़प उठता है..... क्योंकि वह हम पर भरोसा करते हैं और हम हर हफ़्ते उनके भरोसे को शीशे की तरह तोड़ देते हैं।

आज हमारा महबूब इमाम हमें इस उम्मीद से देख रहा है कि वह दिन कब आयेगा जब हम उसका दामन पकड़ेंगे। हमारे इमाम ने न जाने कितनी बार हमारे लिए पैग़ाम भेजे हैं और हमारे बारे में शिकायतें की हैं...लेकिन शायद हमारी अपनी खुशियाँ, ऐशोइशरत, आराम, शौहर बच्चे और दोस्त हमें अपने इमाम से ज़्यादा अज़ीज़ और प्यारे हैं।

हमारी ज़बान तो अपने इमाम के साथ है लेकिन हमारा दिल हमारी खुशियों के साथ है। क्या हमको पता नहीं है कि जितने ज़्यादा हम गुनाह और बुराईयाँ करते जाएंगे उतना ही अपने इस महबूब इमाम से दूर होते चले जायेंगे?

ऐ काश! हमें पता होता कि हमारा इमाम ग़ायब नहीं है बल्कि हम ग़ायब हैं...

काश! हम कम से कम एक बार तो अपने अन्दर झाँक कर देखें... अभी भी देर नहीं हुई है...अगर अब भी दिल से तौबा करके और गुनाहों से मुँह फेर के हमने अपने इमाम का हाथ थाम लिया तो वह इतना करीम है कि हमें अपने सीने से लगा लेगा...

खुदाया! हमें इतनी तौफीक़ दे कि हम गुनाहों से दूर होकर तेरी अज़ीम बारगाह में तौबा और इस्तेग़फ़ार कर सकें ताकि हमारा महबूब, हमारा माशूक़ और हमारा इमाम हमें अपना कह सके और हमारा हाथ थाम सके। ●



# नक्शा तर्क सहर और इफ्तार

माहे रमज़ान 2010 (लखनऊ)

रमज़ान	अगस्त	तर्क सहर	अजाने सुबह	माहिर और हज़र	लखनऊ के वक़्त से ज़्यादा	लखनऊ के वक़्त से कमी		
1431	2010	AM	AM	PM	शहर	मिनट	शहर	मिनट
1	12	3:58	4:13	6:58	अहमदाबाद	32	इलाहाबाद	5
2	13	3:59	4:14	6:57	आगरा	12	आज़मगढ़	9
3	14	4:00	4:15	6:57	इन्दौर	21	अयोध्या	5
4	15	4:00	4:15	6:56	उन्नाव	2	बाराबंकी	2
5	16	4:01	4:16	6:55	बदायुं	8	बस्ती	8
6	17	4:02	4:17	6:54	बरेली	6	बनारस	8
7	18	4:03	4:18	6:53	मुम्बई	23	बलिया	12
8	19	4:03	4:18	6:52	बेंगलूर	17	बहराइच	4
9	20	4:04	4:19	6:51	भोपाल	14	बांदा	6
10	21	4:05	4:20	6:50	पीलीभीत	5	भागलपूर	19
11	22	4:05	4:20	6:49	झांसी	10	पटना	18
12	23	4:06	4:21	6:48	हैदराबाद	10	प्रतापगढ़	5
13	24	4:07	4:22	6:47	दिल्ली	15	पुरनीया	27
14	25	4:07	4:22	6:46	देहरादून	12	जौनपुर	8
15	26	4:08	4:23	6:45	रामपूर	8	दरभंगा	20
16	27	4:09	4:24	6:44	श्रीनगर	21	रांची	18
17	28	4:09	4:24	6:43	सहारनपुर	14	छपरा	16
18	29	4:10	4:25	6:42	सीतापुर	4	रायबरेली	4
19	30	4:11	4:26	6:41	शाहजहाँपुर	4	सीवान	14
20	31	4:11	4:26	6:40	अलीगढ़	12	परगना	30
21	1	4:12	4:27	6:39	फतेहपुर	3	गाज़ीपूर	11
22	2	4:12	4:27	6:38	कानपुर	3	फैजाबाद	5
23	3	4:13	4:28	6:37	गवालियार	12	कोलकाता	31
24	4	4:14	4:29	6:36	मद्रास	3	खीरी	1
25	5	4:14	4:29	6:35	मुरादाबाद	9	गोण्डा	4
26	6	4:15	4:30	6:34	मेरठ	13	गोरखपुर	10
27	7	4:15	4:30	6:32	मुज़फ्फरनगर	12	मऊ	11
28	8	4:16	4:31	6:31	नागपुर	16	मोनगीर	12
29	9	4:16	4:31	6:30	नैनीताल	6	मिर्ज़ापुर	7
30	10	4:17	4:32	6:29	हरदोई	4	मुज़फ्फरपुर	19

(मुरत्तबा: हुज्जतुल इस्लाम मौलाना अदीबुल हिन्दी ताब सराह)

## सहरी की

## दुआ

बिस्मिल्लाहिर्रहमानिर्रहीम

या मफज़ई इन—द कुरबती। व या गौसी  
इन—द शिद्दती। इलै—क फ़जेअतु, व  
बिकस्तगस्तु, व बि—क लुज़ु, ला—अलूज़ु बि  
सिवाक। वला अतलुबुल फ—र—ज इल्ला मिन्क।  
फ—अगिस्नी व फ़रिज अन्नी। या मंय यकबलुल यसीर व यअफू अनिल  
कसीर। इक्बल मिन्निल यसीर। वअफू अनिल कसीर। इन—न—क  
अन्तल गुफूररहीम। अल्लाहुम—म इन्नी अस्अलु—क ईमानन तुबाशिरु  
बिहि कल्बी। व यकीनन सादिका। हत्ता आलमु अन्नहू लइं युसीबनी  
इल्ला मा कतब—त—ली व रज़िनी मिनल ऐशि बिमा कसम—त—ली  
या अरहमर्राहिमीन। या उदती फी कुरबती, व या साहिबी फी शिद्दती,  
व या वलिय्यी फी नेअमती, व या गायती फी र—ग—ब—ती,  
अन्तस्सातिरु औरती, वल आमिनु रौअती, वल मुकीलु अस्रती,  
फगफिरली खतीअती, या अरहमर्राहिमीन।

**तर्जुमा:** ऐ तकलीफ के वक़्त मुझे पनाह देने वाले, ऐ कठिन घड़ी में मेरी  
फरयाद सुनने वाले, मैं तेरी ही पनाह में हूँ और तुझसे ही फरयाद की है,  
तुझसे ही लौ लगाता हूँ, तेरे अलावा किसी से लौ नहीं लगाता और न  
तेरे अलावा किसी से खुशहाली का सवाली हूँ। तो अब तू मेरी फरयाद  
को सुनले और मेरी तकलीफ को दूर करदे। ऐ वह! जो थोड़ी सी नेकी  
को भी कबूल कर लेता है और बहुत ज़्यादा गुनाह माफ़ कर देता है। मेरे  
थोड़े से आमाल को कबूल कर ले और मेरे बहुत सारे गुनाहों को माफ़  
कर दे। तू ही बड़ा बख़्शाने वाला और मेहरबानी करने वाला है। ऐ  
अल्लाह! मैं तुझसे ऐसा ईमान चाहता हूँ कि जो मेरे दिल में जगह बना  
ले और ऐसा सच्चा यकीन देदे कि मैं यह जान लूँ कि जो कुछ भी तूने  
मेरे लिए लिख दिया है उसके अलावा मुझे कुछ नहीं मिल सकता और  
मुझको ऐसी ज़िन्दगी पर राज़ी करदे जो तूने मेरे लिए मोअय्यन कर दी  
है। ऐ सबसे ज़ियादा रहम करने वाले, ऐ तकलीफ के वक़्त मेरी पूंजी,  
सख़्ती में हमदम, ऐ मुझे नेअमत देने वाले और मेरी तवज्जोह के  
मरकज़! तू ही मेरे ऐबों को छुपाने वाला है और डर व दहशत के माहौल  
में इतमीनान देने वाला है। मेरी लगज़िश व ग़लती को बख़्श दे। ऐ रहम  
करने वालों में सबसे ज़्यादा रहम करने वाले।

## इफ्तार की दुआ

अल्लाहुम—म ल—क सुम्तु  
व अला रिज़कि—क अफ़तरतु  
व अलै—क तवक्कलतु।

**तर्जुमा:** परवरदिगार मैंने तेरे लिये रोज़ा रखा और तेरी

रोज़ी से इफ़्तार किया और मैंने तुझ पर तवक्कल किया।



# मरयम

हर घर की जरूरत



हां, मैं, नीचे लिखी स्कीम के तहत **मरयम** की सब्सक्राइबर बनना चाहती/चाहता हूं।

निशान	साल	इश्यूज़	सालाना कवर कीमत	आप भरें
<input type="text"/>	1 Year	12	360	320
<input type="text"/>	2 Year	24	720	600
<input type="text"/>	3 Year	36	1080	850

Name: Mr./Miss  Date of birth:  Day  Month  Year

Address:

PIN

Mobile No:  Phone (Res)

e-mail:

मौजूदा सब्सक्राइबर्स अपनी कस्टमर ID लिखें,.....  
यह आर्डर फार्म भेजी जाने वाली रकम के साथ भेजें।

Signature.....

Date .....

सब्सक्राइबर्स सुवर्धिएं अगले अंक से उपलब्ध होंगी।  
समस्त विवाद केवल लखनऊ के सक्षम न्यायालयों  
और फोरमों के विशिष्ट अधिकार क्षेत्र के अधीन है।  
\*नियम व शर्तें लागू।

Address: 234/22, Thawai Tola  
Victoria Street, Chowk,  
Lucknow-226003 UP (India)



**15**  
**AUGUST**  
**2010**

**इस  
आज़ादी  
की कद्र  
जानिए,  
इसमें  
हमारे  
बुजुर्गों  
का  
खून  
शामिल है।**





# अलविदा! माहे रमज़ान

◆ ऐ अल्लाह! ऐ वह जो अपने एहसानों का बदला नहीं चाहता।

◆ परवरदिगार! तूने उन तय शुदा फ़रीजों और ख़ास वाजिबात में से माहे रमज़ान को क़रार दिया है जिसे तूने सारे महीनों से बेहतर और अफ़ज़ल क़रार दिया है... हमने तेरे हुक्म से इस माहे रमज़ान के दिनों में रोज़े रखे और तेरी मदद से इसकी रातें इबादत में गुज़ारीं...

◆ अब हम इसे रूख़सत करते हैं... ऐ अल्लाह के सबसे बड़े महीने, तुझपर सलाम!

◆ ऐ खुदा के दोस्तों की ईद, तुझपर सलाम! ऐ सारे वक़््तों में बहतरीन साथी और दिनों और घंटों में सबसे अच्छे महीने, तुझपर सलाम!

◆ ऐ वह मददगार जिसने शैतान के मुक़ाबले में मदद की... तुझपर सलाम!

◆ तू कितने गुनाहों को ख़त्म करने वाला और तरह तरह के ऐबों को छुपाने वाला है, तुझपर सलाम...

◆ ऐ वह महीने जिससे दूसरे दिन मुक़ाबले का दावा नहीं कर सकते, तुझपर सलाम...

◆ तू बरक़तों के साथ हमारे पास आया और गुनाहों की गंदगियों को धो दिया, तुझपर सलाम...

◆ तेरी वजह से कितनी बुराईयां हम से दूर हो गई, तुझपर सलाम...

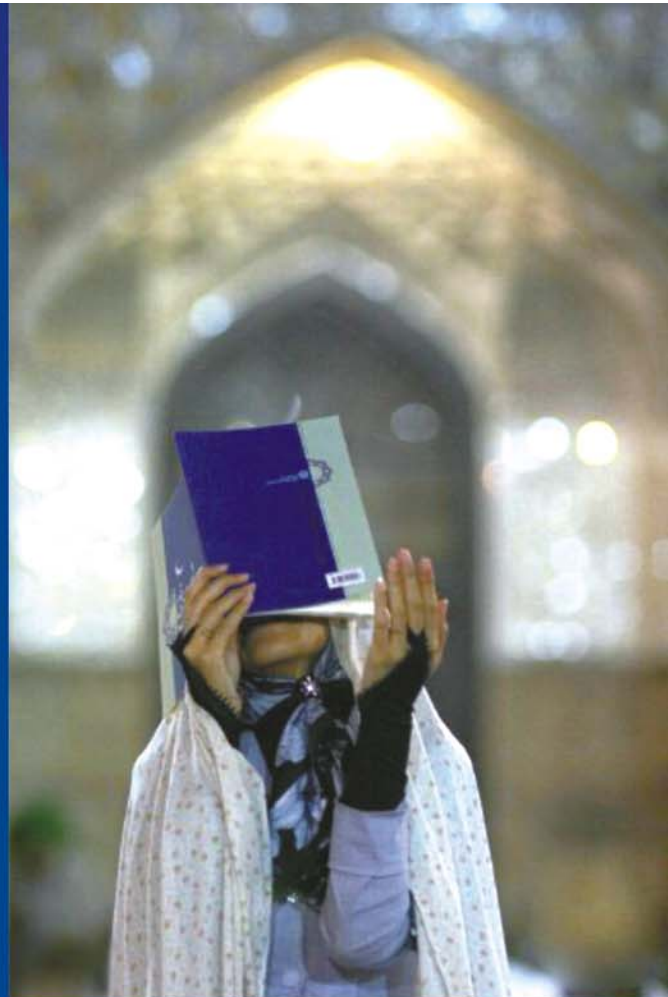
◆ बेशक तेरी तौफ़ीक़ से हमने इस महीने में रोज़े रखे, इबादत के लिये क़याम किया मगर कमी और कोताही के साथ और थोड़े से अमल के अलावा कुछ बजा नहीं ला सके।

◆ ऐ अल्लाह! हम अपनी बद आमाली का इक़रार और बेतवज्जोही को कुबूल करते हुए तेरी तारीफ़ करते हैं, इसलिए हमारी इस कमी और कोताही के बावजूद हमें ऐसा अज़्र अता कर कि हम उसके ज़रिए मनपसन्द फ़ज़ीलत और कामयाबी को पा सकें। और हमारी अगली उम्र का रिश्ता आने वाले माहे रमज़ान से जोड़ दे।

◆ ऐ अल्लाह! हमने इस महीने में जो छोटे-बड़े गुनाह किए हों... या जान बूझकर या भूले चूके कोई ग़लती कर बैठे हों, खुद अपने नफ़्स पर जुल्म किया हो या दूसरे की इज़ज़त दाग़दार की हो, तू मौहम्मद और-आले मौहम्मद<sup>अ०</sup> पर रेहमत नाज़िल फ़रमा और हमें अपने पर्दे में ढांप ले और अपनी बख़्शिश से काम लेते हुए माफ़ फ़रमा दे...

◆ ईद और रोज़े ख़त्म होने के दिन को हमारे लिए मुबारक क़रार दे...

◆ तू अब हमारी तौबा को कुबूल फ़रमा! हमसे राज़ी और खुश होजा और हमें इसपर बाक़ी रख...







# RAMZAN 2010



**TAHA TV: 9936 653 509, 9453 826 444**  
Email: [tahatv@gmail.com](mailto:tahatv@gmail.com)