

مولانا عبدالرزاق *

سبزیوں کا گلاب بصل (پیاز)

گلشن قرآن کے سلسلے کا یہ دوسرا مضمون ہے، گلشن قرآن دراصل جامعہ حقانیہ کے خوبصورت اور سرسبز اور شاداب نباتات قرآن پر مشتمل باغچہ ہے، اس کو جناب مولانا راشد الحق سمیع صاحب نے نہایت جانفشانی اور محنت سے بنایا ہے اس کے علاوہ اس مضمون کا اکثر حصہ استاد محترم شیخ الحدیث مولانا سمیع الحق صاحب مدظلہ العالی کی شاہکار کتاب ”اسلام کا نظام اکل و شرب اور فلسفہ حلال و حرام“ سے لیا گیا ہے مزید تفصیل اور بہت سے قیمتی علمی نکات وہاں ملاحظہ فرمائیں..... (مرحب)

سبزیوں کا گلاب بصل (پیاز)

پیاز کو سبزیوں کا گلاب کہا جاتا ہے مگر گلدانوں میں سجنے کی بجائے باورچی خانے کی زینت بنتی ہے پیاز کا استعمال اس قدر عام ہے کہ شاید ہی کوئی قوم ایسی گزری ہو جو اس مسور کن بھینی بھینی خوشبو سے بچ سکی ہو، جب اہرام مصر کی تعمیر کا کام غلاموں سے لیا جا رہا تھا تو انکی قوت کار کو بحال رکھنے کیلئے ان کو پیاز اور لہسن زیادہ مقدار میں کھلائی جاتی تھی

پیاز کی تاریخ

صدیوں سے پیاز خوراک کے طور پر استعمال کی جا رہی ہے کانی کے دور یعنی ۵۰۰ ق م میں بھی پیاز کے آثار ملتے ہیں ۳۷۰۰ سال قبل اہرام مصر کے معماروں اور غلاموں کی بھی پیاز اور لہسن خوراک تھی۔ بائبل کے ”گنتی“ کے لحاظ سے پیاز ۲۰۰۰ سال قبل مصر میں باقاعدہ بوئی جانے والی ترکاری تھی۔ (۱۱:۵) قدیم مصر میں پیاز نہایت عقیدت کی چیز مانی جاتی تھی اور اس وقت پیاز کی پوجا بھی کی جاتی تھی۔ رمیس چہارم کی مٹی کی آنکھوں میں پیاز کے پرتوں کے آثار پائے گئے ہیں، ان کے خیال میں پیاز کے پرت زمین و

قرآن مجید میں بنی اسرائیل کے قصے میں پیاز کا تذکرہ ملتا ہے، فرعون کے غرقابی کے بعد جب بنی اسرائیل اطمینان سے ہو گئے تو اللہ نے ان کو حکم دیا کہ علاقہ سے جہاد کرو اور اپنی اصلی جگہ کو ان کے قبضے سے چھڑالو، بنی اسرائیل اس ارادے سے مصر سے نکلے مگر علاقہ کی شان و شوکت اور زور و قوت کو دیکھ کر ہمت ہار گئے اور جہاد سے انکار کر دیا اس سزا میں اللہ تعالیٰ نے ان کو ۴۰ سال تک ایک میدان یعنی میدان تہیہ میں سرگرداں کر دیا، حضرت موسیٰ کی دعا سے اللہ تعالیٰ نے اسی میدان میں ان کی تمام ضروریات کا انتظام فرمادیا، بنی اسرائیل نے دھوپ کی شکایت کی تو تمام دن ان پر ابر کا سایہ کرا دیا، لباس کی شکایت کی تو اللہ تعالیٰ نے ان کے کپڑوں کو میلے ہونے سے محفوظ رکھا، کھانے کی شکایت کی تو اللہ تعالیٰ نے من و سلوئی کھانے کیلئے اتارا لیکن اس پر بھی وہ خوش نہ تھے، اور حضرت موسیٰ علیہ السلام سے شکایت کی کہ ہم ایک طرح کھانا کھا کھا کر اکتا گئے ہم کو تو زمین کا اناج، ترکاری، گلکزی، گیہوں، مسور، اور پیاز چاہئے، قرآن میں اس کا تذکرہ ان الفاظ میں ملتا ہے۔

وَإِذْ قُلْتُمْ يَا مُوسَى لَنْ نُصِيبَ عَلَى طَعَامٍ وَاحِدٍ فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا
تَبَتُّ مِنَ الْأَرْضِ مِنْ بَقَائِهَا وَفُؤَيْهَا وَعَدْسِهَا وَبَصَلَهَا قَالَ
أَتَسْتَبْدِلُونَ الَّذِي هُوَ أَدْنَى بِالَّذِي هُوَ خَيْرٌ إِمَّا يَحْكُمُ بِغَبْرٍ لَكُم مَّا
سَأَلْتُمْ وَضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الذِّلَّةُ وَالْمَسْكَنَةُ وَبَاءَ وَ يَفْضُبُ مِنَ اللَّهِ ذَلِكَ
بِأَنَّهُمْ كَانُوا يُكْفَرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَ يَقْتُلُونَ النَّبِيَّ بِغَيْرِ الْحَقِّ ذَلِكَ بِمَا
عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ (٦١:٢)

”اور پھر (دیکھو، تمہاری تاریخ حیات کا وہ واقعہ بھی کس درجہ حیرت انگیز ہے) جب تم نے موسیٰ علیہ السلام سے کہا تھا ہم سے یہ نہیں ہو سکتا کہ ایک ہی طرح کے کھانے پر

قناعت کر لیں، پس اپنے پروردگار سے دعا کرو ہمارے لئے وہ تمام چیزیں پیدا کر دی جائیں جو زمین کی پیداوار ہیں سبزی ترکاری گیہوں، دال، پیاز، لہسن (وغیرہ جو مصر میں ہم کھایا کرتے تھے) موسیٰ نے سن کر کہا (افسوس تمہاری غفلت اور بے حسی پر) کیا تم چاہتے ہو ایک ادنیٰ سی بات کیلئے (یعنی غذا کی لذت کیلئے) اس (مقصد عظیم) سے دست بردار ہو جاؤ جس میں بڑی خیر و برکت ہے

توریت میں یہ مکالمہ کچھ ان الفاظ میں ہے

ہم کو وہ مچھلی یاد آتی ہے جو ہم مصر میں مفت کھاتے تھے اور ہائے وہ کھیرے وہ خربوزے اور وہ گندنے اور پیاز اور لہسن اب ہماری جان خشک ہو رہی ہے یہاں تو وہ چیز میسر نہیں اور من کے سوا ہم کو کچھ دکھائی نہیں دیتا۔ (کنفی ۱۱:۴، ۲)

قرآن مجید نے پیاز، لہسن کو ادنیٰ درجے کی غذا کہا ہے، پیاز کی بو کی وجہ سے نہ صرف اسلام نے بلکہ پچھلے مذاہب نے بھی ناپسندیدہ قرار دیا ہے، فرعونی دور میں پیاز کی پوجا کی جاتی مگر عبادت گاہوں میں پیاز کھا کر جانے کی ممانعت تھی، آنحضرت ﷺ نے پیاز اور لہسن کی بو کو ناپسند فرمایا اور تاکید کی کہ پیاز لہسن کھا کر لوگ آپ کی قربت حاصل کرنے سے پرہیز کریں، لیکن کسی بھی حدیث میں پیاز یا لہسن کے استعمال سے نہ تو رد کا گیا ہے اور نہ ہی ان کی معصرت رساں بتایا گیا، حضرت جابر اور حضرت ابوسعید الخدري کی روایات کا خلاصہ یہ ہے کہ پیغمبر ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جس کسی نے لہسن یا پیاز اور گندنا کھایا وہ ہماری مسجد میں نہ آئے کیونکہ فرشتوں کو بھی اس چیز سے اذیت ہوتی ہے (یعنی بدبو سے) جس سے انسانوں کو تکلیف ہوتی ہے (ترمذی شریف، بخاری شریف)

پکانے سے اس کی بدبو ختم ہو جاتی ہے اسلئے ابوداؤد کی روایت کے مطابق رسول اللہ ﷺ نے اس پیاز اور لہسن کے بارے میں حکم دیا کہ اگر ان کو کھانا ہے تو پکا کر کھایا جائے، حضرت عائشہؓ سے پیاز کے بارے میں دریافت کیا گیا تو انہوں نے فرمایا کہ رسول اللہ ﷺ نے زندگی کا آخری کھانا جو تناول فرمایا اس میں پیاز بھی شامل تھا۔

شیخ الحدیث حضرت مولانا سمیع الحق صاحب مدظلہ العالی اپنی کتاب ”اسلام کا نظام اکل و شرب“ میں پیاز کے بارے میں فرماتے ہیں کہ سنہ ۱۰۰۰ھ میں بعض سنیوں نے لہسن کی بو کی وجہ سے بہت

بد بو آتی ہے اور جب پک جائے تو بد بو قلم ہو جاتی ہے پیاز بھی انہی سبزیوں میں سے ایک ہے شریعت کے لحاظ سے یہ سبزیوں حلال اور مباح ہیں اس کے کھانے میں کوئی حرج نہیں البتہ اس کی کراہت اس کی ناگوار بو کی وجہ سے ہے اس کو کچا کھانے سے بد بو ہوتی ہے جو ملائکہ اور انسانوں کیلئے تکلیف دہ ہوتی ہے اور اسی مصلحت کی وجہ سے ممانعت کی گئی ہے۔

بدھ مت کے بعض سکولوں میں پیاز کھانے کی مکمل پابندی ہے، اٹلیا میں بھی بعض لوگ اس کو بھجان انگریز سمجھ کر نہیں کھاتے (Winston Craig .prof of Nutrition. Andrew Unliversity of US)

پیاز کی نباتاتی حیثیت

پیاز نباتات کے مشہور خاندان لیلیسی Liliaceae سے تعلق رکھتا ہے، جس کے 240 جنس اور 14000 انواع واقسام ہیں لہسن، تلی، بزم، گھیکوار بھی اسی خاندان کے اہم افراد ہیں بزم کی وجہ سے یہ خاندان سوسنی خاندان بھی کہلاتا ہے، پیاز دو سالہ سبزیوں میں سے ایک ہے پہلے سال اس کی گرہ سے بیج پیدا ہوتے ہیں پھر بیج بونے سے پیاز کی گرہ بنتی ہے اور گرہ زمین میں گاڑنے سے تخم پیدا ہوتا ہے یہ دونوں مرحلے دو سال میں مکمل ہوتے ہیں پیاز کی گرہ کو ایک سال تک ذخیرہ کیا جاسکتا ہے۔

پیاز کی نباتاتی حیثیت

پیاز کا قرآنی نام بصل اردو میں پیاز اور انگریزی میں Onion ہے جبکہ تلی کے خاندان کا فرد ہے

اور سائنسی نام "Allium Ceba" ہے۔

Kingdom	plantae	کنگڈم	پودے
sub kingdom	Trachebelonta	ذیلی کنگڈم	ٹریکیوبی آنتا
super division	spermatophyta	سپر کنگڈم	سپرمیٹو فائٹا
Division	Magnollphyta	ڈویژن	میکولی فائٹا
Class	Liliaes/Asparagales	کلاس	لائی لوپ سٹا
Order	Liliales/Asparagales	آرڈر	لائی لیس
Family	Liliaceae/Alliaceae	خاندان	لائی لیس

Genus	Allium	جنس	ایلیئم
Species	Allium Cepa	پودے کی قسم: پیاز	ایلیئم سیپا

USDA..United states department of Agriculture اور ویکی پیڈیا

پیاز ایک ہمہ گیر نوعیت کی سبزی ہے۔ سلاڈ کے طور پر کچی بھی کھائی جاتی ہے تو سالن کے طور پر بھی کھائی جاتی ہے۔ اچار بنا کر بھی مستعمل ہے تو ذائقے کیلئے بھی کھائی جاتی ہے۔ کہیں پر مریج مسالا لگا کر تناول کی جاتی ہے تو کہیں پر چاول، سوپ اور Stews میں خشک کر کے ڈالی جاتی ہے ایک اندازے کے مطابق دنیا میں 14 پاؤنڈ فی کس اوسط کے حساب سے پیاز کھائی جاتی ہے رگت کے لحاظ سے پیاز کی تین قسمیں ہیں۔

زرد پیاز: یہ پیاز ذائقے سے بھرپور ہوتی ہے اور ہر قسم کے سالن کیلئے استعمال کی جاتی ہے۔

سرخ پیاز: فریش چیزوں میں رگت کی وجہ سے استعمال کی جاتی ہے۔

سفید پیاز: سلاڈ وغیرہ کیلئے مستعمل ہے۔

پیاز میں غذائیت کے لحاظ سے مندرجہ ذیل اجزاء پائے جاتے ہیں:

Nutrition value per 100 g

Energy	166kj	Carbon	7.4 mg
Carbohydrate	9.34 g	Vit-E	.02 mg
Sugar	4.24 g	Vit-K	.4 kg
Dietry fiber	1.7 g	Calcium	23 mg
Fat	.1 g	Iron	.21 mg
Protein	1.1 g	Mg	.129 mg
Water	89.11 g	Phosphorus	29 mg
Water	89.11 g	Potassium	146 mg
B ₂ (Riboflavine)	.027 mg	Na	4 mg
B ₃ (Niacin)	.16 mg	Zinc	.17 mg
		Fluoride	1.1 mg

پیاز کے طبی خواص

اہلہاء نے انیسویں صدی عیسوی میں اس دوائی کے خواص کی طرف خصوصیت سے توجہ کی مگر ایک عرصے سے اس کو مختلف بیماریوں کے علاج کے لئے استعمال کیا جاتا رہا ہے۔ ابتدائی امریکن پیاز کو نزلہ زکام، کھانسی، دمہ اور دافعِ حشرات کیلئے استعمال کرتے تھے۔

دوسری جنگِ عظیم کے دوران لیکرک نے ورم گردہ سے پیدا ہونے والے استقاء کے مریض سپاہیوں میں پیاز کا غیر معمولی شافی اثر دیکھا۔ تو حیران رہ گئے۔ اسی طرح دوسری جنگِ عظیم میں جب جرمنوں نے روس پر حملہ کیا تو دواؤں کی بڑی قلت ہوئی اس موقع پر روسی سائنسدانوں نے دریافت کیا کہ پیاز قوی قاتل جراثیم ہے لیکن اس کا اثر صرف ۱۰ منٹ رہتا ہے اس کے اثر کو برقرار رکھنے کیلئے وہ اس کو پیس کر زخم کے پاس رکھتے تاکہ اس کے بخارات سے جراثیم کشی کا کام لیا جائے۔

WHO نے Atherosclerosis (یعنی شریانوں کا موٹا ہونا) کیلئے پیاز کو تجویز کیا ہے، پیاز عام

طور پر چار قسم کے کام سرانجام دیتی ہے۔

(۱) سوزش کے خلاف مزاحمت (Anti Inflammatory)

(۲) کولیسٹرول کے خلاف مزاحمت (Anti Cholestrol)

(۳) کینسر کے خلاف مزاحمت (Anti Cancer)

(۴) اینٹی آکسیڈنٹ (Anti oxidant)

پیاز میں Quercitin جو ایک قوی Anti oxidant Flavonoid ہے یہ خون کو پتلا کرتا ہے۔ کولیسٹرول کو کم کرتا ہے۔ منجھ خون (Blood clot) کو ختم کرتا ہے، دمہ کیلئے مفید ہے اور انفیکشن کے لئے مفید ہے خاص طور پر معدہ کے کینسر کیلئے۔

پیاز میں سلفروالے اماینو ایسڈ پائے جاتے ہیں مثلاً Methionine, cystine جو جسم میں موجود بھاری دھاتوں کے ذرات کو ختم کر دیتا ہے۔ Vitamin C بھی جسم سے سیسہ، آرسینک، کیڈمیم کو ختم کرتا ہے۔

پیاز کے طبی فوائد کے بارے میں ہمارے استاد محترم شیخ الحدیث مولانا مسیح الحق صاحب اپنی کتاب ”اسلام کا نظامِ اکل و شرب“ میں فرماتے ہیں۔ ”پیاز کے مزاج کے بارے میں علماء طب نے لکھا

ہے کہ پیاز تیسرے درجے میں گرم ہے اس کے استعمال سے زہریلی ہواؤں کا اثر ختم ہوتا ہے۔ معدہ قوی اور مضبوط ہوتا ہے بلغم ختم ہو جاتا ہے۔ انسان میں قوت باہ کو بیدار کرتا ہے۔ یرقان، کھانسی اور سینے کے دیگر امراض میں نہایت مفید ہے۔ کان، ناک اور آنکھوں کے امراض میں بھی سبب شفا ہے۔ پیاز کا جیج پیس کر شہد میں ملا کر گنبجے سر پر لگانا بال نکالنے کے لئے مفید ہے۔ بے ہوش آدمی یا مرگی کے مریض کو ہوش میں لانے کیلئے پیاز سوگھانا نہایت مفید اور کارآمد ہے۔ (اسلام کا نظام اکل و شرب کا دشریت کا فلسفہ جلد و حرام)

نیز پیاز میں ڈائی سلفامیٹ، ٹرائی سلفائیڈ، وینائل ڈائی تھین پائے جاتے ہیں جو کینسر اور جراثیم کے خلاف نہایت مؤثر کردار ادا کرتے ہیں۔

(National Union Association (Health Corner) US

حکماء کے چند قیمتی نسخہ جات

طب میں اکثر طلباء نے اسے تیسرے درجے میں گرم اور خشک مانا ہے بعض اسے گرم مانتے ہیں یہ مختلف اجزاء پر مختلف اثر رکھتا ہے۔

(۱) درد سر: درد سر کے کیلئے پیاز کو کاٹ کر سوگھنے سے اکثر آرام آ جاتا ہے اگر پیاز

باریک پیس کر تگوؤں پر لپ کریں تو اس سے بھی درد سر رفع ہو جاتا ہے۔

(۲) درد دندان: پیاز اور کلونچی برابر لیکر چلم میں رکھ کر اس کے دھواں میں پیس لے

اور رال پنکاتے رہے تو دانتوں کا درد جاتا رہتا ہے۔

(۳) امراض حلق: پیاز پیس کر دہی اور شکر ملا کر کھانے سے سوزش گلو کو فائدہ ہوتا ہے۔

(۴) امراض معدہ: پیاز مناسب مقدار میں کھانا ہاضم ہے اشتہاء پیدا کرتی ہے مقوی

معدہ ہے مسهل (دست) لینے کے بعد اس کو سوگھنے سے متلی جاتی رہتی ہے۔

(۵) امراض جگر: سرکہ میں پیاز کا اچار امراض جگر کیلئے مفید ہے یہ استقاء کو بھی فائدہ

بخشتا ہے۔

(۶) امراض گردہ و مثانہ: پیاز مدبول ہے۔ اس کے استعمال سے گردہ مثانہ کی پتھری

ٹوٹ کر نکل جاتی ہے۔

- (۷) نشان زخم: پیاز کا رس زخم کے نشان پر لگانے سے نشان ماند پڑ جاتا ہے۔
- (۸) پیاز کے پانی میں شہد ملا کر کسی قدر گرم کر کے پینے سے آواز بالکل صاف ہو جائیگی۔
(آب حیات، جزی بوئی نمبر پنڈت کرشن کوروت)
- (۹) پیاز کا عرق مقطر کر کے آنکھ میں ٹپکانا تو ندی میں مفید ہے (ہروفیروزڈاکٹر غلام مصطفیٰ خان)
- (۱۰) پیاز کا رس بالوں کو دوبارہ اُگانے کی صلاحیت رکھتا ہے اور پاگل کتے کے کانٹے کا موثر علاج ہے (The great herbal) بحوالہ ہمدرد صحت جولائی ۲۰۰۳
- (۱۱) لو سے بچنے کیلئے پیاز کا سوگھنا یا جیب میں رکھنا مفید ہے۔
- (۱۲) جھلجھلاتی ہوئی پیاز اگر پھوڑے، پھنسیوں پر باندھی جائے تو وہ ان کو پکا کر جلد پھوڑ دیتی ہے اگر کان میں پھنسی ہو تو جھلجھلاتی ہوئی پیاز کا رس ٹپکانے سے پھنسی پھوٹ جاتی ہے نزلہ اور زکام بند ہو تو پیاز کو تراش کر سوگھنے سے کھل جاتا ہے۔

پیاز کی تیز لو کی وجہ

پیاز میں گندھک سے بھرا تیل (Sulphur Volatil Oil) ہوتا ہے جو اس میں بدبو پیدا کرتا ہے۔ اور اس کا ایک حصہ آسانی سے پانی میں حل ہو جاتا ہے جو سلفیٹک ایسڈ پیدا کر دیتا ہے پیاز کو کاٹنے وقت یہی ایسڈ آنکھوں میں آنسوؤں کا سبب بنتا ہے پانی کے اندر کاٹنے یا ٹھنڈے کر کے کاٹنے سے یہ شکایت نہیں رہتی۔ (Encarta 2005)

پیاز کے مضر اثرات

- (۱) پیاز کی بدبو کی وجہ سے پیغمبر ﷺ نے اس کو ممانعت کی ہے کہ پیاز کھا کر مسجد میں نہ جایا کریں کیونکہ بدبو فرشتوں اور انسانوں دونوں کو تکلیف دیتی ہے۔
- (۲) پیاز کا زیادہ استعمال معدے کی خرابی اور معدے کی تیزابیت کو بڑھاتی ہے جو دست اور Nausea کا سبب ہے۔ (Winston Craig Andrew University US)
- (۳) کچھ لوگوں کو پیاز سے الرجی ہوتی ہے جسکی وجہ سے لنگے ناک میں چھن، نظری دھندلاہٹ، سانس کی تنگی اور پسینے آتے ہیں ایسی صحت میں معالج سے رجوع کرنی چاہیے۔

(بقیہ ص ۵۹ پر)