© rasailojaraid.com

جواب: آپ نے یورپ کے جس ملک میں درپیش تکلیف دہ حالات کے بارے میں دریافت کیا ہے اس کا حال معلوم کرکے سخت دُکھ ہوا۔ اللہ تعالیٰ آپ لوگوں کو ایمان اور استقامت کی دولت عطا فرمائے۔

عرض یہ ہے کہ آپ کے اُس ملک کے مخصوص حالات میں، وہاں مسلم بچیوں اور بچوں کی تعلیم و تربیت پر عام عطیات اور صدقات نافلہ خرچ کیے جاسکتے ہیں۔ تاہم، زکوٰۃ کا الگ سے حساب رکھا جائے، تاکہ اس سے وہی بچے استفادہ کرسکیں، جو معاشی اعتبار سے کم زور اور زکوٰۃ کے مستحق ہوں۔ (مولانا عبدالمالک)

کھانے کا ایک ادب

سوال: ایک حدیث کا مفہوم یہ ہے کہ پیٹ کے تین حصّے کیے جائیں: ایک کھانے کے لیے، دوسرا پینے کے لیے، تیسرا خالی رکھا جائے۔ آج کل ڈاکٹر حضرات کھانا کھانے کے ساتھ پانی پینے کو مضر گردانتے ہیں اور اس سے منع کرتے ہیں، جب کہ اس حدیث میں اس بات کی طرف اشارہ ملتا ہے کہ کھانا کھانے کے بعد پانی کے لیے جگہ خالی رکھی جائے۔ بہ راہ کرم وضاحت فرمادیں؟

جواب: حضرت مقدام بن معدی کربؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا:

مَامَلأَ آدَمِيٌّ وِعَاءً شَرًّا مِّنْ بَطْنٍ، بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أُكَيْلَاتٌ يُقِمْنَ صُلْبَهُ، فَإِنْ كَانَ لَا مُحَالَةَ فَثُلُثٌ لِطَعَامِهِ وَثُلُثٌ لِشَرَابِهِ وَثُلُثٌ لِنَفْسِهِ (ترمذی: ۲۳۸۰، ابن ماجۃ: ۳۳۴۹، صحیح ابن حبان: ۵۲۱۳) کسی آدمی نے پیٹ سے برا برتن نہیں بھرا۔ ابن آدم کے لیے اپنی پیٹھ سیدھی رکھنے کے لیے چند لقمے کافی ہیں۔ اگر وہ لازماً زیادہ کھانا ہی چاہے تو (پیٹ کے تین حصّے کرلے) ایک تہائی کھانے کے لیے، ایک تہائی پینے کے لیے اور ایک تہائی سانس کے لیے۔

علامہ البانیؒ نے اس حدیث کی تخریج اپنی کتاب ارواء الغلیل میں کی ہے اور اسے

© rasailojaraid.com

© rasailojaraid.com

صحیح قرار دیا ہے۔

اس حدیثِ نبویؐ میں بڑی حکمت کی بات بتائی گئی ہے۔ اس میں شکم پُری سے روکا گیا ہے۔ سروے رپورٹوں سے معلوم ہوتا ہے کہ آج کل پیٹ کی جتنی بیماریاں پائی جاتی ہیں ان میں سے زیادہ تر بسیار خوری کی وجہ سے پیدا ہوتی ہیں۔ دعوتوں اور تقریبات کو جانے دیجیے، لوگ روزمرہ کے معمولات میں کھانے کا اس قدر اہتمام کرتے ہیں کہ معلوم ہوتا ہے، وہ کھانے ہی کے لیے پیدا کیے گئے ہیں۔ اس حدیث سے یہ تعلیم ملتی ہے کہ آدمی کھانے کے لیے زندہ نہ رہے، بلکہ زندہ رہنے کے لیے کھانا کھائے۔

کھانا کھانے کے دوران یا اس سے فارغ ہوتے ہی فوراً پانی پینا طبی اعتبار سے درست نہیں ہے۔ معدہ سے ایسے افرازات (secretions) خارج ہوتے ہیں جو ہضمِ غذا میں معاون ہوتے ہیں۔ کھانا معدے میں پہنچتا ہے تو وہ افرازات اس میں شامل ہو جاتے ہیں۔ اس طرح کھانا درست طریقے سے جلد ہضم ہوتا ہے۔ کھانے کے دوران یا اس کے فوراً بعد پانی پی لینے سے ان افرازات کی تاثیر کم یا ختم ہو جاتی ہے۔ اس لیے بہتر یہ ہے کہ کھانے سے فراغت کے نصف گھنٹے کے بعد پانی پیا جائے۔

مذکورہ بالا حدیث میں کھانے کے بعد فوراً پانی پینے کا حکم نہیں دیا گیا ہے، بلکہ اس میں صرف یہ بات کہی گئی ہے کہ آدمی اپنے پیٹ کو کھانے سے مکمل نہ بھر لے، بلکہ کچھ گنجایش پانی کے لیے بھی رکھے۔ اب اگر کوئی شخص کھانے سے فارغ ہونے کے کچھ دیر بعد پانی پیے تو اس سے حدیث کی مخالفت نہ ہوگی، بلکہ طبّی اعتبار سے یہ بہتر ہوگا۔ (مولانا رضی الاسلام ندوی)

ماہنامہ عالمی ترجمان القرآن کے پیغام کی اشاعت میں حصہ لیجیے

ایجنسی لیجیے اور اپنے اعزہ و احباب میں، اہل محلہ اور رفقاے دفاتر میں

بازار کے دکان داروں میں، کالجوں، اسکولوں اور مدارس میں فروخت کیجیے

5 سے زائد پرچوں پر 25 فی صد　　25 سے زائد پرچوں پر 33 فی صد

مینیجر ماہنامہ عالمی ترجمان القرآن منصورہ، لاہور-۵۴۷۹۰-فون: ۰۴۲-۳۵۲۵۲۱۲۹

© rasailojaraid.com