© rasailojaraid.com

مولانا سید جلال الدین العمری

اسلام میں غذا کا استعمال اور اصول صحت کی پاسداری

(اسوۂ حسنہ کی روشنی میں)

جسم کے لیے غذا کی جتنی اہمیت ہے اتنی ہی اہمیت اس بات کی ہے کہ وہ اصول صحت کے مطابق ہو اس کے بغیر یہی نہیں کہ غذا سے کما حقہ فائدہ نہیں اٹھایا جا سکتا بلکہ بسا اوقات وہ صحت کے لیے مضر اور نقصان دہ بھی ہو سکتی ہے۔ غذا سے متعلق اسلام کی تعلیمات میں اصولِ صحت کی پوری رعایت موجود ہے۔ ان پر عمل سے صحت پر خوش گوار اثرات مرتب ہوتے ہیں اور آدمی امراض سے محفوظ رہ سکتا ہے۔ یہاں پہلے بعض عمومی ہدایات کا ذکر کیا جا رہا ہے۔ اس کے بعد یہ واضح کرنے کی کوشش کی جائے گی کہ شریعت نے کھانے کا کیا طریقہ بتایا ہے اور اس سلسلہ میں کن آداب کو ملحوظ رکھنے کی تعلیم دی ہے اس سے اندازہ ہوگا کہ شریعت نے جن باتوں کی رعایت کی تعلیم دی ہے ان کا ہماری صحت سے کتنا گہرا تعلق ہے؟

میٹھے پانی کا اہتمام

صحت کے لیے صاف اور میٹھے پانی کی بنیادی اہمیت ہے۔ گندے اور ناپاک پانی سے بہت سی بیماریاں پھیلتی ہیں۔ صاف اور شیریں پانی استعمال ہو تو آدمی ان بیماریوں سے محفوظ رہ سکتا ہے اور اس کی صحت برقرار رہ سکتی ہے۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اور صحابہ کرامؓ سے اس کا اہتمام ثابت ہے۔

حضرت ابوطلحہؓ کا کھجور کا ایک باغ بیرحاء نام کا تھا۔ یہ مسجدِ نبویؐ کے سامنے واقع تھا۔ اس کا پانی صاف اور میٹھا تھا۔ روایات میں آتا ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اس باغ میں تشریف لے جاتے اور اس کا پانی نوش فرماتے تھے۔ [1]

حدیث سے معلوم ہوتا ہے کہ آپ کے لیے میٹھے پانی کا خاص اہتمام بھی ہوتا تھا۔ ہجرت کے بعد مدینہ منورہ پہونچ کر آپ حضرت ابوایوب انصاریؓ کے مہمان ہوئے۔ وہ آپ کے لیے حضرت انسؓ کے والد مالک بن نضر

---

[1] بخاری، کتاب الاشربہ، باب استعذاب الماء

© rasailojaraid.com

© rasailojaraid.com

کے کنویں سے میٹھے پانی کا انتظام کرتے تھے۔[۱]

حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں کہ بیوت سقیا سے آپ کے لیے پانی لایا جاتا تھا۔ مدینہ سے اس کا کافی فاصلہ تھا۔ امام ابن قتیبہ کا بیان ہے کہ دو دن کا فاصلہ تھا۔[۲]

رباح الاسود جو آپؐ کے غلام تھے وہ ایک مرتبہ آپ کے لیے بئر عرس سے پانی لاتے تو دوسری بار بیوت سقیا سے فراہم کرتے۔

حضرات انسؓ، ہندؓ اور حارثہؓ جو حضرت اسماءؓ کی اولاد ہیں ازواج مطہرات کے گھروں میں بیوت سقیا سے پانی پہونچاتے تھے۔[۳]

ایک مرتبہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے اور حضرت ابوبکرؓ اور حضرت عمرؓ نے بھوک محسوس کی۔ آپ ایک انصاری (حضرت ابوالہیثمؓ) کے گھر کی طرف چلے تو دونوں بزرگ بھی ساتھ ہو گئے۔ جب گھر پہونچے تو ان کی اہلیہ نے خوش آمدید کہا اور بتایا ذھب یستعذب الماء کہ وہ میٹھا پانی لینے گئے ہیں۔ اتنے میں ابوالہیثمؓ بھی پہونچ گئے اور آپ حضرات کی ضیافت کی۔[۴]

اس سے معلوم ہوتا ہے کہ صحابہ کرامؓ اپنے اور گھر والوں کے لیے میٹھے پانی کا اہتمام فرماتے تھے۔ ابن بطال کہتے ہیں کہ میٹھے پانی کا اہتمام زہد کے منافی نہیں ہے۔ یہ تعیش بھی نہیں ہے جس کی مذمت کی گئی ہے۔ میٹھا پانی پینا اور اسے منگوانا مباح ہے۔ صلحاء کا اس پر عمل رہا ہے۔ کھاری پانی کے استعمال میں کوئی فضیلت نہیں ہے۔[۵]

اہتمام تقویٰ اور دین داری کے خلاف نہیں ہے۔ حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے میرا نکاح ہو چکا تھا۔ میں بہت دبلی پتلی تھی۔ میری والدہ چاہتی تھیں کہ میں تندرست اور موٹی ہو جاؤں تاکہ رخصتی ہو سکے۔ اس کے لیے وہ بطور علاج بہت سی چیزیں کھلایا کرتی تھیں لیکن ان کی طرف میری بالکل رغبت نہیں ہوتی تھی۔ پھر انہوں نے مجھے کھجور اور ککڑی کا استعمال کرایا تو میں خوب موٹی ہو گئی۔[۶]

اچھی اور عمدہ غذاؤں کا جواز

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے اللہ کے دین کی خاطر فقر و فاقہ بھی کیا ہے لیکن جب اللہ تعالیٰ نے اچھا کھلایا تو اچھا کھایا بھی ہے۔ حضرت

---

۱ فتح الباری: ۱۰/۷۴
۲ ابوداؤد، کتاب الاشربہ، باب فی ایکاء الآنیۃ۔
۳ فتح الباری: ۱۰/۷۴
۴ اس واقعہ کی تفصیل کے لیے ملاحظہ ہو۔ مسلم، کتاب الاشربہ، باب جواز استتباعہ غیرہ الی دار من یثق برضاہ
۵ فتح الباری: ۱۰/۷۴، ۷۵
۶ ابوداؤد، کتاب الطب، باب فی السمنۃ۔ ابن ماجہ، کتاب الاطعمہ، باب القثاء والرطب یجمعان۔

© rasailojaraid.com

© rasailojaraid.com

عائشہ رضؓ فرماتی ہیں۔

کان النبی صلی اللہ علیہ وسلم یحب الحلواء والعسل[۱] — رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم حلوا اور شہد کو پسند فرماتے تھے۔

امام نووی علماء کی رائے نقل فرماتے ہیں کہ حلوہ سے مراد کوئی خاص قسم کا حلوہ نہیں ہے بلکہ ہر میٹھی چیز ہے۔ شہد کا الگ سے ذکر اس کی اہمیت کی وجہ سے ہے۔ اس حدیث میں ہر طرح کی لذیذ غذائیں اور پاکیزہ چیزیں کھانے کا جواز موجود ہے۔ یہ چیز زہد و مراقبہ (توجہ الی اللہ) کے منافی نہیں ہے، خاص طور پر اگر وہ اتفاق سے مل جائے[۲]

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے خادم خاص حضرت انسؓ ایک پیالہ کی طرف اشارہ کر کے فرماتے ہیں

لقد سقیت رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم بقدحی ھذا الشراب کلہ العسل و النبیذ والماء[۳] — میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو اپنے اس پیالہ سے شہد، نبیذ، پانی اور دودھ سب ہی مشروبات پلائے ہیں۔

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے یہ اور اس طرح کی بعض دوسری عمدہ غذائیں استعمال فرمائی ہیں۔ ان سے عمدہ غذاؤں کا جواز نکلتا ہے۔ امام نووی فرماتے ہیں

علماء کے درمیان اس میں کوئی اختلاف نہیں ہے کہ کھانے پینے میں تنوع اور وسعت اختیار کرنا جائز ہے۔ سلف میں سے بعض نے اس کے خلاف رائے دی ہے لیکن اسے اس بات پر محمول کرنا چاہیے کہ کسی دینی مصلحت کے بغیر خوب کھانے پینے اور عیش و عشرت کی زندگی گزارنے کا عادی ہو جانا مکروہ ہے[۴]

ابوالحسن علی بن المفضل المقدسی فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے متعلق کہیں یہ منقول نہیں ہے کہ آپ نے کسی کھانے سے محض اس لیے اجتناب کیا ہو کہ وہ عمدہ اور نفیس ہے بلکہ آپ حلوہ، شہد

---

[۱] بخاری، کتاب الاطعمہ، باب الحلواء والعسل، مسلم، کتاب الطلاق، باب وجوب الکفارۃ علی من حرم امرأتہ ولم ینو الطلاق۔

[۲] نووی: شرح مسلم ج ۴ جزء ۱۰ ص۷۷

[۳] مسلم، کتاب الاشربہ، باب اباحۃ النبیذ۔ نسائی کی روایت میں حضرت انسؓ کا بیان ہے کہ حضرت ام سلیم کے پاس ایک لکڑی کا پیالہ تھا اس کے بارے میں انہوں نے کہا کہ میں نے اس پیالہ سے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو پانی، شہد، دودھ اور نبیذ ہر طرح کا مشروب پلایا ہے (کتاب الاشربہ، باب ذکر الاشربۃ المباحۃ۔

[۴] نووی شرح مسلم ج ۵ جزء ۱۳ ص۲۲۷

© rasailojaraid.com

© rasailojaraid.com

ککڑی اور کھجور (جیسی لذیذ چیزیں بھی) کھاتے رہے ہیں۔ البتہ آپ اس میں تکلف کو ناپسند فرماتے تھے کیونکہ اس سے آدمی آخرت کے اعلیٰ مقاصد سے ہٹ کر دنیا کی خواہشات میں لگ جاتا ہے۔ علامہ قرطبی اسے نقل کرنے کے بعد فرماتے ہیں اللہ نے چاہا تو اس مسئلہ میں یہ صحیح نقطہ نظر ہے۔ [1]

امام ابن قیمؒ کھانے کے بارے میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا اسوہ بیان کرتے ہیں کہ جو موجود ہوتا اسے رد نہیں فرماتے اور جو موجود نہ ہوتا بہ تکلف اسے حاصل کرنے کی کوشش نہ کرتے تھے۔ پاک اور حلال چیزوں میں سے جو چیز بھی پیش کی جاتی تناول فرماتے الّا یہ کہ طبیعت اسے قبول نہ کرے اور کراہت محسوس ہو۔ لیکن اسے حرام اور ممنوع نہیں قرار دیتے۔ کبھی کسی کھانے میں عیب نہ نکالتے۔ جی چاہا کھا لیا اور جی نہ چاہا چھوڑ دیا۔

جو غذائیں آپ نے استعمال فرمائیں ان کے متعلق فرماتے ہیں۔ حلوہ اور شہد استعمال فرمایا انہیں آپ پسند فرماتے تھے۔ اونٹ، بھیڑ، بکری، مرغی اور حباری (مرغابی جیسا ایک پرندہ) کا گوشت، اسی طرح جنگلی گدھے اور خرگوش کا گوشت تناول فرمایا۔ مچھلی کھائی۔ علامہ ابن قیمؒ مزید فرماتے ہیں کہ آپ نے حسب ذیل غذائی اشیاء استعمال فرمائیں۔ کھجور اور چھوہارے، خالص اور پانی ملا ہوا دودھ، (شہد پانی کے ساتھ شہد، نبیذ، خزیرہ جو دودھ اور آٹے سے بنتا ہے۔ ککڑی کھجور کے ساتھ، پنیر، روٹی سے کھجور، سرکے سے روٹی، ثرید، جو گوشت اور روٹی سے تیار ہوتا ہے۔ چربی گرم کرکے اس سے روٹی، کلیجی بھنی ہوئی، گوشت کے پارچے (پسندے)، پکی ہوئی لوکی (کدو) اسے پسند فرماتے تھے، ہڈی والا گوشت، ثرید گھی کے ساتھ، دہی، ککڑی کھجور کے ساتھ، کھجور مکھن سے، اسے پسند فرماتے ہیں آپ کا اسوہ یہ تھا کہ جو میسر آتا تناول فرماتے۔ میسر نہ ہوتا تو صبر فرماتے۔ آپ نے بھوک سے پیٹ پر پتھر بھی باندھے ہیں۔ کبھی مہینہ پر مہینہ گزر جاتا آپ کے گھر کا چولہا نہ جلتا۔ [2]

---

[1] قرطبی: الجامع لاحکام القرآن ج ۴ جز ۷ ص ۱۲۷۔

[2] ابن قیم: زاد المعاد ۱۱۸/۲۔ امام ابن قیمؒ نے جو تفصیلات بیان کی ہیں ان پر اضافہ بھی ہو سکتا ہے۔ انہوں نے رسول خدا صلی اللہ علیہ وسلم کے فقر و فاقہ کا جو ذکر کیا ہے اس سلسلہ کی بعض روایات یہاں پیش کی جا رہی ہیں۔ حضرت ابوہریرؓ کی روایت ہے ما شبع آل محمدؐ من طعام ثلاثۃ ایام حتی قبض۔ بخاری، کتاب الاطعمۃ، باب قول اللہ کلوا من طیبات ما رزقناکم، مسلم کتاب الزہد والرقاق۔ (محمد صلی اللہ علیہ وسلم کے گھر والوں) نے تین دن (مسلسل سیر ہو کر نہیں کھایا۔ یہاں تک کہ آپ کی وفات ہو گئی) حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں۔ ما شبع آل محمدؐ منذ قدم

© rasailojaraid.com

© rasailojaraid.com

اسلام جسم کے تقاضوں کو نظر انداز نہیں کرتا کہ اس سے رہبانیت اور دنیا سے بے تعلقی کا رجحان پیدا ہوتا ہے وہ تعیش اور تنعم کا بھی مخالف ہے۔ اس لیے کہ تعیش پسند آدمی کسی مقصد کے لیے معمولی سی تکلیف برداشت کرنے کا بھی حوصلہ کھو بیٹھتا ہے۔ اسلام جو اعلیٰ مقاصد سامنے رکھتا ہے اس کے ساتھ تعیش کی زندگی میل نہیں کھاتی۔ وہ اس بات کو صحیح نہیں سمجھتا کہ آدمی تکلفات کا اس قدر عادی ہو جائے کہ مشکلات حیات کو برداشت نہ کر سکے اور دشواریوں میں اس کے قدم لڑکھڑانے لگیں۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی حیاتِ مبارکہ اسی حقیقت کی شہادت دیتی ہے۔ آپ کو حلوہ اور شہد مرغوب تھا۔ یہ اس بات کی دلیل ہے کہ عمدہ غذائیں اللہ کی نعمت ہیں ان کا استعمال نہ تو تقویٰ کے منافی ہے اور نہ مادیت پرستی ہے لیکن اس کے ساتھ جیسا کہ علامہ خطابی اور ابن تین نے کہا ہے اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ آپ کے اندر اس کی غیر معمولی خواہش اور طلب پائی جاتی تھی یا اس کی تیاری میں اہلِ تعیش و تنعم کی طرح اہتمام ہوتا تھا بلکہ جب آپ کے سامنے میٹھی چیز پیش کی جاتی تو آپ اسے رغبت کے ساتھ مناسب مقدار میں تناول فرماتے جس سے معلوم ہوتا کہ آپ اسے پسند فرما رہے ہیں[1]

المدینۃ من طعام بُرٍّ ثلاث لیال تباعاً حتی قبض بخاری، کتاب الرقاق، باب کیف کان عیش النبی واصحابہ الخ مسلم کتاب الزہد والرقاق۔ (رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے مدینہ آنے کے بعد سے وفات تک تین دن مسلسل گیہوں نہیں کھایا) ایک روایت میں ہے، فرماتی ہیں کان یأتی علینا الشھر ما نوقد فیہ ناراً انما ھو التمر والماء، الا ان نؤتیٰ باللحیم بخاری حوالہ سابق (ہم پر ایک ایک مہینہ گزر جاتا کہ ہم چولہا نہیں جلاتے تھے۔ بس کھجور اور پانی پر بسر ہوتی تھی۔ اِلّا یہ کہ کہیں سے کچھ گوشت آجاتا۔)

حضرت عروہ بن زبیر بیان کرتے ہیں کہ حضرت عائشہ رضؓ نے فرمایا، ہم لوگ (کبھی) ایک ہلال کے بعد دوسرا اور تیسرا ہلال دیکھتے (مسلسل دو ماہ گزر جاتے) اور رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے گھروں میں آگ نہیں جلتی تھی۔ میں نے کہا اے خالہ جان! آپ بزرگوں کی غذا کیا ہوتی تھی؟ فرمایا کھجور اور پانی (البتہ بعض انصار رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے پڑوسی تھے ان کو دودھ والے جانور ملے ہوئے تھے وہ دودھ بھیج دیا کرتے تھے۔ یہ آپ ہمیں پلاتے۔ (بخاری و مسلم، حوالہ سابق) آپ نے جو زحمتیں برداشت کیں اس کی وجہ ابتدائی دور میں عسرت و تنگی اور غذائی قلت بھی ہو سکتی ہے اور فتوحات کے بعد ایثار و ترجیح اور غربا اور ناداروں کے ساتھ ہمدردی بھی۔ یہ ساری تفصیلات بتاتی ہیں کہ آپ نے مختلف اوقات میں اچھی غذائیں استعمال فرمائیں، کسی عمدہ غذا سے احتراز نہیں فرمایا لیکن ساتھ ہی دین کی خاطر آخر وقت تک سخت سے سخت تکلیفیں بھی اٹھائیں۔ دنیا کی لذتوں اور راحتوں کو کبھی اس راہ میں حائل ہونے نہیں دیا۔

[1] ابن حجر، فتح الباری: ۹/۵۵۷ یہی بات حافظ ابن حجر نے دوسری جگہ ابو سلیمان داری کے حوالے سے بھی کہی ہے۔ (۱۸/۸

© rasailojaraid.com

© rasailojaraid.com

سادگی پسندیدہ ہے

اسلام ہر معاملہ میں سادگی چاہتا ہے۔ غذا کے بارے میں بھی اس کی یہی تعلیم ہے پر تکلف اور مرغن غذاؤں کا استعمال نہ صرف یہ کہ مفید نہیں بلکہ سخت مضر اور نقصان دہ ہے۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی سیرت کا مطالعہ بتاتا ہے کہ آپ کی غذا بہت سادہ تھی۔

حضرت سہل بن سعدؓ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے بعثت سے لے کر وفات تک چھنے ہوئے آٹے کی سفید روٹی نہیں دیکھی۔ آپؐ نے چھلنی بھی نہیں دیکھی۔ حضرت سلمہؓ نے دریافت کیا کہ کیا آپ لوگ آٹا چھانے بغیر استعمال کرتے تھے؟ حضرت سہلؓ نے فرمایا کہ گیہوں پیسنے کے بعد اس میں پھونک مار کر بھوسی اڑا دیتے۔ اس سے جتنی بھوسی نکلنی ہوتی نکل جاتی۔ جو بچ جاتا اسے پانی میں بھگو دیتے (اسی کی روٹی پک جاتی)[1]

عرب میں چھلنی کا رواج نہیں تھا لیکن قریب کے علاقوں شام وغیرہ میں رواج تھا۔ آپ چاہتے تو اس کا استعمال ہو سکتا تھا لیکن آپ نے استعمال نہیں فرمایا۔ اس سے آپ کی سادگی کا اندازہ ہوتا ہے۔ اس کے ساتھ یہ طبی نقطۂ نظر سے بھی مفید ہے۔ چھلنی کے ذریعہ بھوسی الگ ہو جاتی ہے اور نرم و ملائم آٹا باقی رہ جاتا ہے۔ اس کی روٹی کھانے میں لذیذ تو ہوتی ہے لیکن معدہ کے لیے نقصان دہ ہے۔ بھوسی کے شامل ہونے کے بعد تجربہ بتاتا ہے اور طب اس کی تائید کرتی ہے کہ روٹی معدہ پر گراں نہیں ہوتی۔ اس سے ہضم میں مدد ملتی ہے اور قبض رفع ہوتا ہے۔ بھوسی کا استعمال بعض جلدی امراض میں بھی مفید ہے۔ اس میں بعض ایسے قیمتی وٹامن پائے جاتے ہیں جو صحت کے لیے بہت ضروری ہیں۔ آج کے ترقی یافتہ ممالک میں بھوسی کی اہمیت اور افادیت کے پیش نظر آٹے میں متعین مقدار میں اسے ملانے کا مشورہ دیا جاتا ہے[2]

حضرت قتادہؒ فرماتے ہیں کہ ہم حضرت انسؓ کی خدمت میں موجود تھے، ان کا نان بائی ان کے پاس تھا۔ انہوں نے ہم سے فرمایا۔

ما اکل النبی صلی اللہ علیہ وسلم خبزا مرققا ولا شاۃ مسموطۃ حتی لقی اللہ[3]

نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے بڑی بڑی پتلی روٹی کھائی اور نہ بھنی ہوئی بکری۔ یہاں تک کہ اللہ تعالیٰ کے پاس آپ پہنچ گئے۔

---

[1] بخاری، کتاب الاطعمہ، باب النفخ فی الشعیر۔ نیز باب ماکان النبیؐ واصحابہ یاکلون۔

[2] بے چھنے آٹے یا بھوسی کی افادیت اپنی جگہ مسلم لیکن یہ بات ذہن میں رہنی چاہیئے کہ چھلنی کا استعمال ناجائز نہیں ہے۔ امام غزالی فرماتے ہیں چھلنی کا مقصد غذا کو صاف کرنا ہے۔ یہ چیز جب تک تعیش اور تنعم کی حد کو نہ پہنچ جائے مباح ہے۔ احیاء العلوم ۲/۳۔ [3] بخاری، کتاب الاطعمہ، باب الخبز المرقق۔ بعض اور روایات میں اس کا پس منظر بیان ہوا ہے۔ اس سے معلوم ہوتا ہے کہ حضرت انسؓ کے لیے دسترخوان بچھا، دو طرح کے کھانے چنے جاتے، نان بائی بے

© rasailojaraid.com

© rasailojaraid.com

اوپر کی حدیث میں کہا گیا ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم بے چھنا آٹا استعمال فرماتے تھے۔ چھنے ہوئے آٹے کی سفید روٹی آپ نے دیکھی تک نہیں۔ یہی بات اس حدیث میں اس طرح کہی گئی ہے کہ آپ نے "مرقق" یعنی پتلی روٹی جو بڑی بڑی پکائی جاتی تھی کبھی نہیں کھائی۔

حدیث سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ آپ نے بھنی ہوئی بکری کبھی استعمال نہیں کی۔ اس کے لیے "شاۃ مسموطۃ" کا لفظ آیا ہے۔ اس کا طریقہ یہ تھا کہ بکری کا چھوٹا سا بچہ ذبح کرکے کھولتے ہوئے پانی سے اس کے بال اور رواں نکال دیئے جاتے اور کھال کے ساتھ اسے بھون دیا جاتا۔ کبھی براہ راست آگ پر اور کبھی پتھر گرم کرکے اس پر بھونا جاتا۔ یہ خوش حال لوگوں کا طریقہ تھا۔ وہ آسانی سے چھوٹے جانور ذبح کر سکتے تھے لیکن کسی غریب اور نادار شخص کے لیے یہ تکلف مشکل تھا۔ وہ یہ سوچتا کہ بکری بڑی ہوگی تو کام آئے گی، بچے دے گی، اس کا دودھ استعمال کرے گا۔ بعد میں ذبح بھی کرے گا تو اس کا گوشت کھائے گا اور کھال استعمال کرے گا۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا معیار زندگی غریبوں سے قریب تر تھا۔ آپ نے اس طرح بھنا ہوا بکری کا بچہ استعمال نہیں فرمایا۔ اس سے ہٹ کر گوشت اہلِ عرب کی غذا کا ضروری جزو تھا۔ آپ کی غذا میں بھی شامل تھا۔ آپ نے گوشت کے مختلف اجزاء کھائے ہیں اچھا اور ملائم گوشت پسند فرمایا ہے اور بھنا ہوا گوشت بھی کھایا ہے۔ شانہ اور دست کا گوشت عمدہ اور نفیس ہوتا ہے، جلد تیار ہوتا اور جلد ہضم ہوتا ہے۔ حضرت ام سلمہؓ فرماتی ہیں کہ انہوں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے سامنے بھنا ہوا بازو پیش کیا۔ آپ نے تناول فرمایا۔ اس کے بعد پہلے سے جو وضو تھا اس سے نماز پڑھی (الگ سے) وضو نہیں فرمایا۔[1]

حضرت ابو ہریرہؓ بیان کرتے ہیں کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس گوشت لایا گیا اور دست پیش کیا گیا۔ آپؐ کو دست پسند تھا۔ دندان مبارک سے نوچ کر اسے کھایا۔[2]

ہڈی کا گوشت بہت عمدہ ہوتا ہے۔ حضرت عبداللہ بن مسعودؓ فرماتے ہیں۔ گوشت لگی ہوئی ہڈیوں میں بکری کی ہڈی جس پر گوشت ہو آپؐ کو زیادہ پسند تھی۔[3]

لہ = عمدہ قسم کا سفید اور ملائم آٹا گھی میں گوندھ کر روٹی پکاتا، وہ احباب کو کھلاتے اور بتاتے کہ آج یہ خوش حالی میسر ہے لیکن رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے انتہائی سخت اور عسرت کی زندگی گزاری اور اسی حال میں اس دنیا سے تشریف لے گئے۔ فتح الباری ۹/۵۳۱

لہ ترمذی، کتاب الاطعمہ، باب ما جاء فی اکل الشواء۔ تسائی، کتاب الطہارۃ، باب ترک الوضوء مما غیرت النار۔ کھانے کے بعد وضو ضروری ہے یا نہیں اس سے متعلق مزید روایات آگے آرہی ہیں، وہیں اس پر بحث بھی ہوگی۔ سلہ ترمذی، کتاب الاطعمہ، باب ما جاء فی ای اللحم کان احب الی رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم۔ سلہ ابو داؤد، کتاب الاطعمہ، باب فی اکل اللحم۔

© rasailojaraid.com

© rasailojaraid.com

عبداللہ بن حارث بن جزء الزبیدی رضؓ کہتے ہیں کہ ہم نے مسجد میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ بھنا ہوا گوشت کھایا۔ اتنے میں اقامت کہی گئی۔ ہم نے ہاتھ کنکریوں (ریت) پر رگڑ کر صاف کیے اور نماز پڑھی وضو نہیں کیا۔ لہ

ان واقعات سے جو مختلف سیاق وسباق میں آئے ہیں ظاہر ہوتا ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو گوشت مرغوب تھا۔ آپ نے گوشت روٹی کے ساتھ بھی کھایا اور کبھی کسی چیز کے بغیر صرف گوشت بھی تناول فرمایا ہے۔

غذا ذوق اور مزاج کے مطابق ہو

غذا ایسی ہونی چاہیئے، جو صحت کے لیے مفید ہو۔ ایسی چیزوں کے استعمال سے احتراز کرنا چاہیئے جو صحت اور تندرستی کے لیے نقصان دہ ہوں۔ اسی طرح جو چیزیں اچھی لگیں اور جن کی خواہش اور طلب طبیعت میں پائی جائے وہی غذا میں شامل ہونی چاہئیں۔ غیر مرغوب اور ناپسندیدہ غذا کو طبیعت قبول نہیں کرتی، اور اس سے پورا فائدہ نہیں ہوتا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے سامنے جب کھانا آتا تو اس کے بارے میں دریافت کرتے۔ اگر مزاج کے مناسب ہوتا تو استعمال کرتے ورنہ استعمال نہیں فرماتے تھے حضرت خالد بن ولیدؓ فرماتے ہیں۔

وکان قل مایقدم یدہ لطعام	آپؐ اپنا ہاتھ کسی کھانے کی طرف کم ہی بڑھاتے تھے جب
حتی یحدث بہ ویسمی لہ	تک کہ اس کے بارے میں گفتگو نہ کی جائے اور بتا نہ دیا جائے

چنانچہ ایک مرتبہ آپؐ کے سامنے بھنا ہوا گوشت آیا۔ جب بتایا گیا کہ یہ گوہ کا گوشت ہے تو آپؐ نے نہیں کھایا، حضرت خالد بن ولیدؓ نے پوچھا کہ کیا یہ حرام ہے؟ آپؐ نے فرمایا حرام نہیں ہے۔ ہمارے علاقہ میں نہیں ہوتا اس لیے کراہت ہو رہی ہے۔ ٢ہ

حلال کو حرام نہ کر لیا جائے

ذوق اور مزاج کی اہمیت ہے۔ اس پر پابندی نہیں لگائی جاسکتی۔ لیکن جو چیزیں حلال اور طیب ہیں ان سے خواہ مخواہ اجتناب صحیح نہیں۔ عملاً حلال کو حرام اور مباح کو ممنوع قرار دے لینا مزاج شریعت کے خلاف ہے۔ ایک شخص نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے عرض کیا۔

ان من الطعام طعاما	کھانوں میں ایک کھانا ایسا ہے کہ اس کے کھانے

لہ مسند احمد ۴/ ۱۹۰-۱۹۱

٢ہ بخاری، کتاب الاطعمہ، باب ماکان النبیؐ لایاکل حتی یسمی لہ فیعلم ما ہو۔

© rasailojaraid.com

© rasailojaraid.com

انحرج منه — میں مجھے تکلف اور حرج محسوس ہوتا ہے۔

آپؐ نے فرمایا۔

لا یتخلجن فی نفسک شیء ضارعت منه النصرانیة [1] — تمہارے دل میں ایسی کوئی چیز کھٹک اور تردد نہ پیدا کرے کہ اس کی وجہ سے تم نصرانیت سے مشابہت اختیار کرلو۔

جن غذاؤں کو اللہ تعالیٰ نے حرام ٹھہرا دیا ہے ان کے علاوہ سب ہی غذائیں حلال ہیں۔ ان کے جواز میں شک و تردد اور ان کے استعمال میں بلاوجہ تکلف اور تامل رہبانیت کی طرف لے جاتا ہے۔ اس معاملہ میں شریعت کا اصول حضرت عبداللہ بن عباس اس طرح بیان فرماتے ہیں۔

اہلِ جاہلیت بعض چیزوں کو بغیر کسی کراہت کے کھاتے اور بعض چیزوں کا کھانا ان کو ناپسند تھا۔ اس حال میں اللہ تعالیٰ نے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو بعثت سے نوازا، اپنی کتاب نازل کی، حلال کو حلال کیا اور حرام کو حرام ٹھہرایا۔ اس نے جس چیز کو حلال قرار دیا وہ حلال ہے اور جسے حرام کہا وہ حرام ہے اور جس چیز کا ذکر نہیں کیا اس نے اس سے درگذر کیا۔ (اس کے کھانے پر مواخذہ نہ ہوگا) [2]

غذائیں ایک دوسرے کی معاون ہوں

کھانے میں ایک سے زیادہ چیزیں ہوں تو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اس بات کا خیال فرماتے تھے کہ وہ اپنی خصوصیات کے لحاظ سے ایک دوسرے کی معاون ہوں اور ان کا ایک ساتھ استعمال نقصان دہ نہ ہو۔ حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کھجور کے ساتھ ککڑی کھاتے اور فرماتے کہ کھجور کی حدت کو ہم ککڑی کی ٹھنڈک سے توڑتے ہیں۔ [3]

اسی طرح روایت میں آتا ہے کہ آپ کھجور کے ساتھ مکھن استعمال فرماتے تھے۔ [4] یہ دونوں چیزیں بھی اپنی خصوصیات کے لحاظ سے ایک دوسرے کی معاون ہیں۔ کھجور کی خشکی مکھن سے دور ہوتی ہے۔

گندگی کھانے والے جانور نہ کھائے جائیں

اسلام کی تعلیم یہ ہے کہ غذا صاف ستھری اور گندگی اور آلائش کے اثرات سے بالکل پاک ہو۔ اس مقصد سے اس نے ان حلال جانوروں کا بھی گوشت کھانے اور دودھ پینے سے منع فرمایا ہے جو گندگی کھانے کے عادی ہیں۔ اس

---

[1] ابوداؤد، کتاب الاطعمہ، باب کراہیۃ التقذر للطعام۔ مسند احمد: ۵/۲۲۶

[2] ابوداؤد، کتاب الاطعمہ، باب ما لا یذکر تحریمہ

[3] ابوداؤد، کتاب الاطعمہ، باب الاقران فی التمر عند الاکل — [4] حوالہ سابق

© rasailojaraid.com

© rasailojaraid.com

یلیے کہ اس کے اثرات دودھ اور گوشت میں بھی منتقل ہوتے ہیں۔ حضرت عبداللہ بن عمرؓ کی روایت ہے۔

نہی رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم عن اکل جلالۃ والبانہا۔[۱]

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے گندگی کھانے والے جانور کے کھانے اور اس کا دودھ استعمال کرنے سے منع فرمایا ہے۔

اس سلسلہ کی بعض اور روایات بھی موجود ہیں۔ علامہ خطابی کہتے ہیں کہ گندگی کھانے والے جانوروں کا گوشت کھانے سے ممانعت کے پیچھے پاکی صفائی اور نظافت کا تصور ہے۔ اس لیے کہ گندگی جس جانور کی غذا ہوگی اس کے گوشت میں بھی بدبو پائی جائے گی۔ یہ اس صورت میں ہے جب کہ گندگی اس کی زیادہ تر غذا ہو۔ لیکن اگر گھاس اور دانہ کے ساتھ گندگی بھی کھائے تو اسے جلّالہ (گندگی کھانے والا جانور) نہیں کہا جائے گا اس کی مثال مرغی جیسے حیوان کی ہے کہ بسا اوقات وہ گندگی کھا لیتی ہے لیکن یہ اس کی عام غذا نہیں ہے۔ اس لیے اس کا کھانا مکروہ نہیں ہے۔

فقہاء کے درمیان گندگی کھانے والے جانور کے گوشت اور دودھ کے بارے میں اختلاف ہے۔ امام ابوحنیفہؒ، ان کے اصحاب، امام شافعیؒ اور امام احمد بن حنبلؒ فرماتے ہیں کہ ایسے جانور کا گوشت کھانا مکروہ ہے ان حضرات کے نزدیک اگر اسے کچھ دن گندگی کھانے نہ دیا جائے اور دوسرا چارہ دیا جاتا ہے اور اس کا گوشت خوش گوار ہو جائے تو اس کے کھانے میں کوئی حرج نہیں ہے۔ ایک حدیث میں آتا ہے کہ اس طرح کی گائے کو چالیس دن تک الگ سے چارہ کھلایا جائے پھر اس کا گوشت کھایا جائے۔ حضرت عبداللہ بن عمرؓ (اس طرح کی) مرغی کو تین دن تک گندگی کھانے سے بچائے رکھتے اس کے بعد ذبح کرتے۔

(بعض فقہاء کے ہاں اتنی شدت نہیں ہے) اسحٰق بن راہویہ کہتے ہیں کہ ایسے جانور کا گوشت کھایا تو جا سکتا ہے البتہ اسے اچھی طرح دھو لینا چاہیے۔

حضرت حسن بصریؒ اس گوشت کے کھانے میں کوئی حرج نہیں محسوس کرتے۔ امام مالک کی بھی یہی رائے ہے۔[۲] اس مسئلہ میں پہلی رائے جمہور کی رائے ہے اور یہ اسلام کے مزاج سے قریب تر ہے۔

کھانے میں صفائی کا خیال رکھا جائے

کھانے میں صاف ستھری چیزیں استعمال کرنی چاہیئں گندی غذا بیماریوں کو جنم دیتی ہے۔ حضرت انسؓ فرماتے

۱۔ ابوداؤد، کتاب الاطعمہ۔ باب النہی عن اکل الجلالۃ والبانہا، ترمذی، ابواب الاطعمہ۔

۲۔ خطابی، معالم السنن: ۴/۲۴۴۔ ۲۴۵

© rasailojaraid.com

© rasailojaraid.com

ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں ایک مرتبہ پرانی کھجوریں پیش کی گئیں، آپؐ نے (انہیں کھانے سے پہلے) باریک کیڑے ان میں سے ڈھونڈ کر نکالے۔ (اور صاف کیا) ۱؎

عبداللہ بن ابی طلحہؓ بیان کرتے ہیں کہ آپؐ کے سامنے پرانی کھجوریں لائی جاتیں، تو آپؐ ان میں جو کیڑے ہوتے تھے۔ انہیں خوب اچھی طرح نکال دیتے تھے۔ ۲؎

کھانے کے برتن کھلے نہ رکھے جائیں۔ غذا میں پاکی صفائی کا جو اہتمام مطلوب ہے اس کا ایک پہلو یہ بھی ہے۔ کھانے پینے کی چیزیں ڈھک کر رکھی جائیں۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے تاکید فرمائی ہے کہ کھانے پینے کے برتن کھلے نہ رکھے جائیں۔ اس لیے کہ کھلے برتنوں میں ایک تو کھانا گرد و غبار سے محفوظ نہیں رہ سکتا دوسرے یہ کہ ان پر مکھیاں اور مچھر وغیرہ آسانی سے گندگی پھیلا سکتی ہیں۔

حضرت ابوحمید ساعدیؓ کہتے ہیں کہ میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں دودھ کا پیالہ لے گیا۔ پیالہ ڈھکا ہوا نہیں تھا۔ آپؐ نے فرمایا۔ تم نے اسے ڈھکا نہیں۔ کچھ نہیں تو لکڑی کا ایک ٹکڑا ہی اس پر رکھ دیتے۔ ۳؎ (تاکہ ڈھکنے کی عادت باقی رہے)

حضرت جابر رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک مرتبہ پانی طلب فرمایا۔ تو ایک شخص نے عرض کیا کہ آپؐ پسند فرمائیں تو نبیذ پیش کی جائے۔ آپؐ نے فرمایا بہت اچھا۔ وہ دوڑا ہوا گیا اور ایک پیالہ میں نبیذ لایا۔ آپؐ نے فرمایا، اسے تم نے ڈھکا نہیں، ایک لکڑی کے ٹکڑے ہی سے اسے ڈھک دیتے۔ ۴؎

حضرت جابرؓ کی روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔

اذا کان جنح اللیل ..... اوکوا قربکم	جب رات ہو تو ..... اپنے مشکیزوں کے منہ بند کر
واذکروا اسم اللہ وخمروا	دو اور اللہ کا نام لو، اپنے برتنوں کو ڈھک دو۔
اٰنیتکم واذکروا اسم اللہ ولو ان	اور اللہ کا نام لو، ڈھکنے کے لیے کوئی برتن نہ ملے
تعرضوا علیہا شیئاً واطفئوا	تو ان کے اوپر کوئی بھی چیز رکھ دو، اور اپنے چراغ
مصابیحکم ۵؎	بجھا دو۔

(بقیہ صے ۴۳ پر)

۱؎ ابوداؤد، کتاب الاطعمہ، باب تفتیش التمر عند الاکل ۲؎ حوالہ سابق

۳؎ مسلم، کتاب الاشربہ، باب استحباب تخمیر الاناء ۴؎ حوالۂ سابق ۵؎ حوالہ سابق۔

© rasailojaraid.com