

اسلام میں غذا کا استعمال و اصول صحت کی پاسداری

(اسوۃ 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 ہی نہیں کہ غذا سے کما حقہ فائدہ نہیں اٹھایا جاسکتا بلکہ بسا اوقات وہ صحت کے لیے مضر اور نقصان دہ بھی ہو سکتی ہے۔ غذا سے متعلق اسلام کی تعلیمات میں اصول 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 سے کھانے کا کیا طریقہ بنایا 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؟

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 ہونا 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 ابو طلحہؓ کا کھجور کا ایک باغ بیرحارہ نام کا تھا۔ یہ مسجد 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۔ لے

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

کے کنویں سے میٹھے پانی کا انتظام کرتے تھے۔

حضرت عائشہ رضی فرماتی ہیں کہ نبوت سقیاء سے آپ کے لیے پانی لایا جاتا تھا۔ مدینہ سے اس کا کافی فاصلہ تھا۔ امام ابن قتیبہ، کلابیان ہے کہ دو دن کا فاصلہ تھا۔

رباع الاسود جو آپ کے غلام تھے وہ ایک مرتبہ آپ کے لیے بس عرس سے پانی لانے تو دوسری باریوت سقیاء سے فراہم کرتے۔

حضرت انس رضی، ہند اور حارثہ رضی جو حضرت اسماء رضی کی اولاد میں ازواج مطہرات کے گھروں میں بروت سقیاء سے پانی پونچھتے تھے۔

ایک مرتبہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے اور حضرت ابو بکر رضی اور حضرت عمر رضی نے بھوک محسوس کی۔ آپ ایک انصاری رضی حضرت ابوالہیثم رضی کے گھر کی طرف چلے تو دونوں بزرگ بھی ساتھ ہو گئے۔ جب گھر پہنچے تو ان کی اہلیہ نے خوش آمدید کہا اور بتایا کہ بھوک سے سب کو کھانا لینے کے لیے گئے ہیں۔ اس نے میں ابوالہیثم رضی بھی پونچھ گئے اور آپ حضرت کی ضیانت کی۔

اس سے معلوم ہوتا ہے کہ صحابہ کرام رضی اپنے اور گھر والوں کے لیے میٹھے پانی کا انتظام فرماتے تھے۔ ابن بطال کہتے ہیں کہ میٹھے پانی کا انتظام زہد کے منافی نہیں ہے۔ یہ تعیش بھی نہیں ہے جس کی مذمت کی گئی ہے۔ میٹھا پانی بیٹا اور اسے ملگوانا مباح ہے۔ صحابہ کا اس پر عمل رہا ہے۔ کھاری پانی کے استعمال میں کوئی فضیلت نہیں ہے۔ انتہام تقویٰ اور دین داری کے خلاف نہیں ہے۔ حضرت عائشہ رضی فرماتی ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے میرا نکاح ہو چکا تھا۔ میں بہت دلی بیٹی تھی۔ میری والدہ چاہتی تھیں کہ میں نندرست اور موٹی ہو جاؤں تاکہ رضعتی 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۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے اللہ کے دین کی خاطر فقر و فاقہ بھی کیا ہے۔

اچھی اور عمدہ غذاؤں کا جواز

لیکن جب اللہ تعالیٰ نے اچھا کھلایا تو اچھا کھایا بھی ہے۔ حضرت

۱۰/۲۰ : فتح الباری : ۱۰۰/۲۰ : کتاب الاشریہ ، باب فی ایلاہ آیاتہ -

۱۰/۲۰ : فتح الباری : ۱۰۰/۲۰ : کتاب الاشریہ ، باب

بجواز استنباط غیرہ الی دارن شوق رضیہ ۱۰۰/۲۰ : ۵۰

۱۰۰/۲۰ : کتاب الطب ، باب فی المسنتہ - ابن ماجہ ، کتاب الاطعمہ ، باب الاضداد و الربط بمجان -

عائشہؓ فرماتی ہیں۔

كان النبي صلى الله عليه وسلم يحب العلاء والعسل
رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم حلوا اور شہد
کو پسند فرماتے تھے۔

امام نووی عمار کی رائے نقل فرماتے ہیں کہ حلوہ سے مراد کوئی خاص قسم کا حلوہ نہیں ہے بلکہ ایسی چیز ہے۔ شہد کا الگ سے ذکر اس کی اہمیت کی وجہ سے ہے۔ اس حدیث میں ہر طرح کی لذیذ غذا میں اور پاکیزہ چیزیں کھانے کا حجاز موجود ہے۔ یہ چیز زبرد و مراقبہ رتوجہ الی اللہ کے منافی نہیں ہے، خاص طور پر اگر وہ اتفاق سے مل جائے۔

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے خادم خاص حضرت انسؓ ایک پیالہ کی طرف اشارہ کر کے فرماتے ہیں
لقد سقیت رسول الله صلى الله عليه وسلم بقدحى هذا الشراب كله
میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو اپنے
اس پیالہ سے شہد، بنیذ، 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 حجاز نکلتا ہے۔ امام نووی فرماتے ہیں

عمار 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۔ ابو الحسن 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 الخلوا، والعسل، مسلم، کتاب الطلاق، باب وجوب الكفاة على من حرم امراته ولم يوافق -

۲۔ نووی، شرح مسلم ج ۲، جز ۱۰ ص ۵۱

۳۔ مسلم، کتاب الاطعمہ، باب الباحة البنيذ۔ نسائی کی روایت میں حضرت انسؓ کا بیان ہے کہ حضرت ام سلیم کے

پاس ایک کڑی 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 بنیذ ہر طرح کا مشروب پلایا ہے۔ کتاب الاطعمہ، باب ذکر الاطعمہ الباحة۔

۴۔ نووی، شرح مسلم ج ۵، جز ۱۳ ص ۲۲۵

کلڑی 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۔

امام ابن قیمؒ کھانے کے بارے میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا اسوہ بیان کرتے ہیں کہ جو موجود ہوتا اسے رو 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 الایہ کہ طبیحت 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 کھالیا اور جی نہ چاہا چھوڑ دیا۔

جو غذائیں آپ نے استعمال فرمائیں ان کے متعلق فرماتے ہیں۔ صلوه اور شہد استعمال فرمایا انہیں آپ پسند فرماتے تھے۔ اونٹ، بھیڑ، بکری، مرغی اور جباری درمخانی 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، نمید، خزیرہ جو دودھ اور آٹے سے بنتا ہے۔ کلڑی کھجور کے ساتھ، پینیر، روٹی سے کھجور، سرکے سے روٹی، شہد، جو گوشت اور روٹی سے تیار ہوتا ہے۔ چربی گرم کر کے اس سے روٹی، کچھی، بھنی ہوئی، گوشت کے پارچے (پنڈے)، پکی ہوئی لکی رکرو) اسے پسند فرماتے تھے، ہڈی والا گوشت، شہد کھی کے ساتھ، دہی، کلڑی 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 ہینہ پر ہینہ گزرجانا آپ کے گھر کا چولہا نہ جلتا۔

۱۲۷۔ قرطبی: الجامع لاحکام القرآن ج ۴ ص ۷۷۔

۱۲۸۔ ابن قیم: زاد المعاد ۲/۱۱۸۔ 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 ابوہریرہؓ کی روایت ہے ما شیع ال محمد من طعام ثلاثۃ ایام حتی قبض۔ بخاری، کتاب الاطعمہ، باب قول اللہ صلو من طیبات ما رزقنا کسر، مسلم کتاب الزہد والزقاق۔ رحمہ صلی اللہ علیہ وسلم کے گھروالوں نے تین دن مسلسل میسر ہو کر نہیں کھایا۔ یہاں تک کہ آپ کی وفات ہوئی، حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں۔ ما شیع ال محمد منذ قدم

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 سہ تکلیف برداشت کرنے کا بھی جوصلہ 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 لٹکھڑانے لگیں۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی حیات مبارکہ اسی حقیقت کی شہادت دیتی ہے۔ آپ کو علوہ اور شہد مر خوب 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 تیم 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 اہل 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

المدینۃ من طعام مدبر ثلاث یالی نباح حتی تبص بخاری، کتاب الرقاق، باب کیف کان عیش النبی واصحابہ الخ مسلم، کتاب الزہد والرقاق۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے مہینہ آنے کے بعد سے وفات تک تین دن مسلسل گیہوں نہیں کھایا، ایک روایت میں ہے فرماتی ہیں کان یأقی علینا الشہد ما نرقد فیہ نانا انما هو السمور السماء، الادان فوقاً بالذحیحہ بخاری حوالہ سابق رہم پر ایک ایک مہینہ گزر جاتا کہ ہم چاہا نہیں جلاتے تھے۔ بس کھجور اور پانی پر بسر ہوتی تھی۔ (الایہ کہ کہیں سے کچھ گشت آ جاتا۔)

حضرت عروہ بن زبیر بیان کرتے ہیں کہ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا 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 کھجوروں میں آگ نہیں جلتی تھی۔ میں نے کہا اسے خالی جان! آپ ہزگوں کی غذا کیا ہوتی تھی؟ فرمایا کھجور اور پانی را البتہ لیض انصار رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے پڑوسی تھے ان کو دودھ والے جانور ملے ہوتے تھے وہ دودھ بھیج دیا کرتے تھے۔ یہ آپ ہمیں بلاتے۔ رخصاری و مسلم، حوالہ سابق، آیا ہے جو زمیں پر پڑھتے کس ائی جب ابتلائی دور میں عسرت و مشک اور غذائی قلت بھی ہوتی ہے اور فتوحات کے بعد ایشا رو تزیج اور عربوں کی باورناؤتوں کے ساتھ ہمدردی بھی یہ ساری تفضیلات بتاؤ ہیں کہ آپ نے مختلف اوقات میں اچھی غذائیں استعمال فرمائیں، کسی عمدہ غذا سے امترازہ 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 ہوتے نہیں دیا۔

سلف ابن حجر، فتح الباری، ۵۵۴/۹۔ یہی بات حافظ ابن حجر نے دوسری جگہ ابو سلیمان داری کے حوالے سے بھی کہی ہے، ۱۰/۱۱۸

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 سعد فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے بعثت سے لے کر وفات تک پھننے ہوئے آٹے کی سفید روٹی نہیں دیکھی۔ آپ نے پھلنی بھی نہیں دیکھی۔ حضرت سلمہؓ نے دریافت کیا کہ کیا آپ لوگ آٹا پھانے بغیر استعمال کرتے تھے؛ حضرت سہلؓ نے فرمایا کہ گیہوں پینے کے بعد اس میں پھونک مار کر بھوسی اڑا دیتے۔ اس سے جتنی بھوسی نکلنی ہوتی نکل جاتی۔ جو بیج جاتا اسے پانی میں بھگو دیتے۔ اس کی روٹی پک جاتی 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 نقطہ 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 جنسی امراض میں بھی مفید ہے۔ اس میں بعض ایسے قیمتی دوائی 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۔

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

ما اکل النبی صلی اللہ علیہ وسلم
خبزاً مرفقاً ولا مفاةً مسموطةً حتی لقی
اللہ تہ

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

۱۔ بخاری، کتاب الاطعمہ، باب النضغ فی الشیخیر۔ نیز باب ما کان النبیؐ واصحابہ یا کون۔
۲۔ جے پھننے آتے، بھوسی کی افادیت اپنی جگہ مسلم لیکن یہ بات ذہن میں رہنی چاہیے کہ چھلنی کا استعمال ناجائز نہیں ہے۔
۳۔ ام غزالی فرماتے ہیں چھلنی کا مقصد نتراکو صاف کرنا ہے۔ یہ چیز جب تک تعیش اور نعم کی حد کو نہ پہنچ جائے مباح
۴۔ ابن ماجہ، علوم ۳۲۔ سنن 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 پختا، دو طرح کے کھانے چھنے جاتے، نان بالی۔

اور یہی حدیث میں کہا گیا ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم بے چھنا اُٹا استعمال فرماتے تھے چھنے ہوئے اُٹے کی سفید روٹی آپ نے دیکھی تک نہیں یہی بات اس حدیث میں اس طرح کہی گئی ہے کہ آپ نے ”مرفق“ یعنی پتلی روٹی جو بڑی بڑی پیکائی جاتی تھی کبھی نہیں کھائی۔

حدیث سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ آپ نے بھی ہوئی بکری کبھی استعمال نہیں کی۔ اس کے لیے ”شاہ محمود“ کا لفظ آیا ہے۔ اس کا طریقہ یہ تھا کہ بکری کا چھوٹا سا بچہ ذبح کر کے کھوتے ہوئے پانی سے اس کے بال اور رمال نکال دیئے جاتے اور کھال کے ساتھ اسے بھون دیا جاتا۔ کبھی براہ راست اُگ پر اور کبھی پتھر گرم کر کے 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 دوہرا 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 اہل 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 کھا یا 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 رسیلے سے جو وضو تھا اس سے نماز پڑھی (الگ سے) وضو نہیں فرمایا۔

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

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 آپ کو زیادہ پسند تھی۔

۱۔ عمدہ قسم کا سفید اور حاتم آٹا گھی میں ڈنڈا کر روٹی پکاتا، وہ اجنب کو کھلاتے اور بتاتے کہ آج خوش حالی میرے لیکن مول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے انتہائی سخت اور عبرت کی زندگی گزار لی اور اسی حال میں اس دنیا سے تشریف لے گئے۔ فتح الباری ۹/۵۳۱۔
۲۔ ترمذی، کتاب الاطعمہ، باب ما یأکل من اکل الشواء، سنن، کتاب الطہارہ، باب ترک الوضوء ما حضرت انارہ کھانے کے بعد نوح و روق بتے یا نہیں اس سے متعلق مزید روایات آگے آ رہی ہیں، وہیں اس پر بحث بھی ہوئی۔ سنن ترمذی، کتاب الاطعمہ، باب ما یأکل من اکل اللحم کن، کتاب الی رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم۔ سنن ابوداؤد، کتاب الاطعمہ، باب فی اکل اللحم۔

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

ان واقعات سے جو مختلف سیاق و سباق 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 ایسی ہونی چاہیے، جو صحت کے لیے مفید ہو۔ ایسی چیزوں کے استعمال سے احتراز کرنا چاہیے 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 میر 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 ولید فرماتے ہیں۔

رکان قل ما یقدم یدہ ل طعام
حتی یحدث بہ دیسٹی لہ
چنانچہ ایک مرتبہ آپ کے سامنے بیٹھا ہوا گوشت آیا۔ جب بتایا گیا کہ یہ گوہ کا گوشت ہے تو آپ نے ہنسی کھایا، حضرت خالد بن ولید نے پوچھا کہ کیا یہ حرام ہے؟ آپ نے فرمایا حرام نہیں ہے۔ ہمارے علاقہ میں ہنسی ہوتا اس لیے کراہت ہو رہی ہے۔ لے

ذوق اور مزاج کی اہمیت ہے۔ اس پر پابندی نہیں لگائی جاسکتی۔ لیکر حلال کو حرام نہ کر لیا جائے 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 شرارت کے خلاف ہے۔ ایک شخص نے رسوا صلی اللہ علیہ وسلم سے عرض کیا۔

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

میں مجھے تکلف اور حرج محسوس ہوتا ہے۔

انحر ج منه

آپ نے فرمایا۔

لا يتخلعن في نفسك شي، مضارعت
منه المضراية له
تھارے دل میں ایسی کوئی چیز کھٹک اور تردد نہ پیدا
کرے کہ اس کی وجہ سے تم نصرا نیت سے مشابہت اختیار کرو۔

جن غذاؤں کو اللہ تعالیٰ نے حرام ٹھہرا دی ہے ان کے علاوہ سب ہی غذائیں حلال ہیں۔ ان کے
بجائز میں شک و تردد اور ان کے استعمال میں بلا وجہ تکلف اور تاثر رہنا نیت کی طرف لے جاتا ہے۔ اس معاملہ
میں شریعت کا اصول حضرت عبداللہ بن عباس اس طرح بیان فرماتے ہیں۔

اہل جاہلیت بعض چیزیں ریغیر کسی کراہت کے کھانے اور بعض چیزوں کا کھانا ان کو ناپسند تھا۔ اس
حال میں اللہ تعالیٰ نے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو بعیت 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 درگزر کیا۔ اس کے کھانے پر مواخذہ نہ ہوگا، ۱۷

غذائیں ایک دوسرے کی معاون ہوں

وہ اپنی خصوصیات کے لحاظ سے ایک دوسرے کی معاون ہوں اور ان کا ایک ساتھ استعمال نقصان دہ نہ ہو۔
حضرت عائشہ فرماتی ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کھجور کے ساتھ ککڑی کھاتے اور فرماتے کہ کھجور کی
مدت کو ہم ککڑی کی ٹھنڈک سے توڑتے ہیں۔ ۱۸

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

اسلام کی تعلیم یہ ہے کہ غذا صاف ستھری اور گندگی اور آتش
گندگی کھانے والے جانور نہ کھائے جائیں

ان حلال جانوروں کا بھی گوشت کھانے اور دودھ پینے سے منع فرمایا ہے جو گندگی کھانے کے عادی ہیں۔ اس

۱۷ ابوداؤد، کتاب الاطعمہ، باب کراہتہ التقدر للطعام۔ مستدرجہ: ۲۲۶/۵

۱۸ ابوداؤد، کتاب الاطعمہ، باب مالایذکر کربہ

۱۹ ابوداؤد، کتاب الاطعمہ، باب الاقران فی التمر عند الاکل لکھ حوالہ سابق

یہ کہ اس کے اثرات دودھ اور گوشت میں بھی منتقل ہوتے ہیں۔ حضرت عبداللہ بن عمرؓ کی روایت ہے۔
 نصحی رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم عن اکل جلالۃ والبانہا لہ
 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 کی
 گوشت کھانے سے ممانعت کے پیچھے پاکی صفائی اور نظافت کا تصور ہے۔ اس لیے کہ گندگی جس جانور کی غذا ہو
 گی 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 کھالے تو اسے جلا کر 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 گواری 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۔

ر بعض فقہاء کے ہاں اتنی شدت نہیں ہے، اسحاق 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 رائے
 ہے کہ اس مسئلہ میں پہلی رائے جہور کی رائے ہے اور یہ اسلام کے مزاج سے قریب تر ہے۔

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

کھانے میں صغائی کا خیال رکھا جائے

۱ ابو داؤد، کتاب الاطعمہ، باب انہی عن اکل الجلالۃ والبانہا، ترمذی، ابواب الاطعمہ۔

۲ خطابی، معالم السنن، ۴/۲۲۲، ۲۲۵۔

ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں ایک مرتبہ پرانی کھجوریں پیش کی گئیں، آپ نے انہیں کھانے سے پہلے (باریک کپڑے ان میں سے ڈھونڈ کر نکالے۔ اور صاف کیا) لے لیا
عبداللہ بن ابی طلحہ بیان کرتے ہیں کہ آپ کے سامنے پرانی کھجوریں لائی جاتیں، تو آپ ان میں جو کپڑے ہونے لگے۔ انہیں خوب اچھی طرح نکال دیتے تھے۔ لے لیا

غذا میں پاکی صفائی کا جو اہتمام مطلوب ہے اس کا ایک پہلو یہ
کھانے کے برتن کھلے نہ رکھے جائیں۔ 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
پھیل سکتی ہیں۔

حضرت ابو حمید ساعدیؓ کہتے ہیں کہ میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں دودھ کا پیالہ لے
گیا۔ پیالہ ڈھکا ہوا نہیں تھا۔ آپ نے فرمایا۔ تم نے اسے ڈھکا نہیں۔ کچھ نہیں تو لکڑی کا ایک ٹکڑا
ہی اس پر رکھ دیتے۔ لے لیا۔ (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 آپ پسند فرمائیں نو نیمیند پیش کی جائے۔ آپ نے فرمایا بہت اچھا۔
وہ دوڑا ہوا گیا اور ایک پیالہ میں نیمیند لایا۔ آپ نے فرمایا، اسے تم نے ڈھکا نہیں، ایک لکڑی کے
ٹکڑے ہی سے اسے ڈھک دیتے۔ لے لیا

حضرت جابر رضی اللہ عنہ کی روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔

اذا كان جنح الليل او كوا قلوبكم
واذ كروا اسم الله وخمروا
انيتكم واذا كروا اسم الله ولوان
تعرضوا عليها شياء واظفوا
مصايبكم لہ

جب رات ہو تو اپنے مشکیزوں کے منہ سر کر
دو اور اللہ کا نام لو، اپنے برتنوں کو ڈھک دو۔
اور اللہ کا نام لو، ڈھکنے کے لیے کوئی برتن نہ لے
تو ان کے اوپر کوئی بھی چیز رکھ دو، اور اپنے چراغ
بچھا دو۔

(بقیہ ص ۴۲ پر)

لہ ابو داؤد، کتاب الاطعمہ، باب تغیش التمر عند الاکل
لہ مسلم، کتاب الاشربہ، باب استجاب تخمیر الازاد
لہ حوالہ سابق لہ حوالہ سابق لہ حوالہ سابق