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 باغیچہ 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 وشرب اور فلسفہ حلال و حرام'' سے لیا گیا ہے مزید تفصیل اور بہت سے قیمتی علمی نکات وہاں ملاحظہ فرمائیں...... (مرتب)

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 مسحور کن بھینی بھینی خوشبو سے بچ سکی ہو، جب اہرامِ مصر کی تعمیر کا کام غلاموں سے لیا جارہا 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 جارہی ہے کانسی 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 ۲۰۰ 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۔ رعمیس چہارم کی ممی کی آنکھوں میں پیاز کے پرتوں کے آثار پائے گئے ہیں، ان کے خیال میں پیاز کے پرت زمین و

* سابق پرنسپل تعلیم القرآن ہائی سکول و فاضل جامعہ دارالعلوم حقانیہ

آسمان کے پرتوں کے مشابہہ ہیں نیز ان کے ہاں پیاز لازوال زندگی کی علامت بھی تھی۔قدیم یونانی اور رومی نیزہ باز، ورزش کرنے والے اورتن ساز فشار خون کو معتدل رکھنے اور اعصاب کی مضبوطی کیلئے پیاز کھاتے ،قرون وسطیٰ میں لوگ تحفوں اور لین دین میں پیاز تبادلہ کرتے ،اس کے علاوہ طبیب حضرات سردرد، کھانسی ،سانپ کے کاٹے اور بال جھڑ کے مریضوں کیلئے پیاز تجویز کرتے۔

قرآن مجید میں پیاز کا تذکرہ

قرآن مجید میں بنی اسرائیل کے قصے میں پیاز کا تذکرہ ملتا ہے ،فرعون کے غرقابی کے بعد جب بنی اسرائیل اطمینان سے ہوگئے تو اللہ نے ان کو حکم دیا کہ عمالقہ سے جہاد کرو اور اپنی اصلی جگہ کو ان کے قبضے سے چھڑا لو، بنی اسرائیل اس ارادے سے مصر سے نکلے مگر عمالقہ کی شان وشوکت اور زور وقوت کو دیکھ کر ہمت ہار گئے اور جہاد سے انکار کردیا اس سزا میں اللہ تعالیٰ نے ان کو ۴۰ سال تک ایک میدان یعنی میدان تیہ میں سرگرداں کردیا ، حضرت موسیٰؑ 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 کرادیا،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 وسلویٰ 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 ، ککڑی ، گیہوں ،مسور ،اور پیاز چاہیئے ،قرآن میں اس کا تذکرہ ان الفاظ میں ملتا ہے۔

وَ اِذْ قُلْتُمْ یٰمُوْسٰی لَنْ نَّصْبِرَ عَلٰی طَعَامٍ وَّاحِدٍ فَادْعُ لَنَا رَبَّکَ یُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنْبِتُ الْاَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَ قِثَّآئِهَا وَ فُوْمِهَا وَ عَدَسِهَا وَ بَصَلِهَا قَالَ اَتَسْتَبْدِلُوْنَ الَّذِیْ هُوَ اَدْنٰی بِالَّذِیْ هُوَ خَیْرٌ اِهْبِطُوْا مِصْرًا فَاِنَّ لَکُمْ مَّا سَاَلْتُمْ وَ ضُرِبَتْ عَلَیْهِمُ الذِّلَّةُ وَ الْمَسْکَنَةُ وَ بَآءُوْ بِغَضَبٍ مِّنَ اللّٰهِ ذٰلِکَ بِاَنَّهُمْ کَانُوْا یَکْفُرُوْنَ بِاٰیٰتِ اللّٰهِ وَ یَقْتُلُوْنَ النَّبِیّٖنَ بِغَیْرِ الْحَقِّ ذٰلِکَ بِمَا عَصَوْا وَّ کَانُوْا یَعْتَدُوْنَ (۶۱:۲)

”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 ہوسکتا کہ ایک ہی طرح کے کھانے پر

قناعت کرلیں، پس اپنے پروردگار سے دعا کرو ہمارے لئے وہ تمام چیزیں پیدا کردی 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۔ (گنتی ۲،۴،۱۱)

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 آپکی 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 مضرت رساں بتایا گیا، حضرت جابر اور حضرت ابوسعید الخدری 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 اسلیئے ابو داؤد 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 وشرب" میں پیاز کے بارے میں فرماتے ہیں کہ سبزیوں میں بعض سبزیاں ایسی ہیں جب وہ کچی ہو تو اس سے بہت

بد بو آتی ہے اور جب پک جائے تو بد بو ختم ہو جاتی ہے پیاز بھی انہی سبزیوں میں سے ایک ہے شریعت کے لحاظ سے یہ سبزیاں 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،انڈیا میں بھی بعض لوگ اس کو ہیجان انگیز 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 ،للی ،نرگس ،گھیکوار بھی اسی خاندان کے اہم افراد ہیں نرگس کی وجہ سے یہ خاندان سوسنی خاندان بھی کہلاتا ہے، پیاز دوسالہ 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 دوسال 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 للی کے خاندان کا فرد ہے اور سائنسی نام"Alliunm Cepa" ہے۔

Kingdom	plantae	کنگڈم	پودے
sub kingdom	Trachebelonta	ذیلی کنگڈم	ٹریکیوبی آنٹا
super division	spermatophyta	سپر کنگڈم	سپر میٹو فائٹا
Division	Magnoliphyta	ڈویژن	میگنولی فائٹا
Class	Liliaes/Asparagales	کلاس	لائی لوپ سڈا
Order	Liliales/Asparagales	آرڈر	لائی لیلس
Family	Liliaceae/Alliaceae	خاندان	لائی لیسی

Genus	Allium	جنیس	ایلیم
Species	Allium Cepa	پودے کی قسم: پیاز	ایلیم سیپا

USDA..United states department of Agriculture اور وکی پیڈیا

پیاز ایک ہمہ گیر نوعیت کی سبزی ہے۔سلاد کے طور پر کچی بھی کھائی جاتی ہے تو سالن کے طور پر بھی کھائی جاتی ہے۔اَچار بنا کر بھی مستعمل ہے تو ذائقے کیلئے بھی کھائی جاتی ہے۔کہیں پر مرچ 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 رنگت 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 رنگت کی وجہ سے استعمال کی جاتی ہے۔

سفید پیاز: سلاد 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	Potasium	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

اطباء 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 دافع حشرات کیلئے استعمال کرتے تھے۔

دوسری جنگ 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 جنگ 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 اکسیڈنٹ (Anti oxidant)

پیاز میں Quercitin جو ایک قوی Anti oxidant Flavonoid ہے یہ خون کو پتلا کرتا ہے۔ کولیسٹرول کو کم کرتا ہے۔ منجمد 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 سلفر والے امائینو 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 سمیع الحق صاحب اپنی کتاب ''اسلام کا نظام اکل وشرب'' 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 بیج پیس کر شہد میں ملا کر گنجے سر پر لگانا بال نکالنے کے لئے مفید ہے۔ بے ہوش آدمی یا مرگی کے مریض کو ہوش میں لانے کیلئے پیاز سونگھانا نہایت مفید اور کار آمد ہے۔ (اسلام کا نظام اکل وشرب قادر شریعت کا فلسفہ حلال و حرام)

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

(National onion 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) دردسر: دردسر کے کیلئے پیاز کو کاٹ کر سونگھنے سے اکثر آرام آجاتا ہے اگر پیاز باریک پیس کر تلوؤں پر لیپ کریں تو اس سے بھی دردسر رفع ہو جاتا ہے۔

(۲) درد دندان: پیاز اور کلونجی برابر لیکر چلم میں رکھ کر اس کے دھواں میں پکیس لے اور رال ٹپکاتے 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 مسہل (دست) لینے کے بعد اس کو سونگنے سے متلی جاتی رہتی ہے۔

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

(۶) امراض گردہ و مثانہ: پیاز مدر بول ہے۔ اس کے استعمال سے گردہ مثانہ کی پتھری ٹوٹ کر نکل جاتی ہے۔ (رہنمائے صحت، لائل پور)

(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، جڑی بوٹی نمبر پنڈت کرشن کنوردت)

(۹) پیاز کا عرق مقطر کر کے آنکھ میں ٹپکانا رتوندی میں مفید ہے (پروفیسر ڈاکٹر غلام مصطفیٰ خان)

(۱۰) پیاز کا رس بالوں کو دوبارہ اُگانے کی صلاحیت رکھتا ہے اور پاگل کتے کے کاٹے کا موثر علاج ہے (The great herbal) بحوالہ ہمدرد صحت جولائی ۲۰۰۳)

(۱۱) لو سے بچنے کیلئے پیاز کا سونگھنا یا جیب میں رکھنا مفید ہے۔

(۱۲) جھلبھلاتی ہوئی پیاز اگر پھوڑے، پھنسیوں پر باندھی جائے تو وہ ان کو پکا کر جلد پھوڑ دیتی ہے اگر کان میں پھنسی ہو تو جھلبھلاتی ہوئی پیاز کا رس ٹپکانے سے پھنسی پھوٹ جاتی ہے نزلہ اور زکام بند ہو تو پیاز کو تراش کر سونگھنے سے کھل جاتا ہے۔

پیاز کی تیز لو کی وجہ

پیاز میں گندھک سے بھرا تیل (Sulpher 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 سلفیک ایسڈ پیدا کر دیتا ہے پیاز کو کاٹتے 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 انکے ناک میں چبھن، نظر کی دھندلاہٹ، سانس کی تنگی اور پسینے آتے ہیں ایسی صورت میں معالج سے رجوع کرنی چاہیے۔

(بقیہ ص ۵۹ پر)