

رسول اللہ ﷺ کے ماکولات: تجزیاتی مطالعہ

THE FOODS OF THE MESSENGER OF ALLAH (ﷺ) AN ANALYTICAL STUDY

پروفیسر ڈاکٹر عاصم نعیم¹، پروفیسر ڈاکٹر نسیم مظہر صدیقی
ڈائریکٹر، ادارہ علوم اسلامیہ، جامعہ پنجاب، لاہور، پاکستان۔

Abstract

Food plays a fundamental role in sustaining human life by providing the energy required to maintain the vital relationship between body and soul. As long as the human body remains alive, it depends on nourishment to sustain cardiac movement, blood circulation, and respiration. These physiological processes enable the continuous supply of oxygen and ensure survival. Physical fitness is a composite state that includes strength, endurance, flexibility, agility, balance, and mental well-being; true fitness is achieved only when both physical and psychological aspects are sound. Islam, as a natural and comprehensive religion, offers clear guidance regarding the quality, quantity, and timing of food consumption, emphasizing moderation and balance. The Islamic concept of health is rooted in harmony with human nature (fitrah), as deviation from natural principles leads to physical, moral, and spiritual decline. Central to the Islamic dietary system is the distinction between halal (lawful) and haram (unlawful), which forms the foundation of both spiritual and physical well-being. Halal nourishment nurtures spiritual growth, whereas haram food is likened to a destructive poison that can cause mental distress and chronic diseases over time. Islam views human life as a sacred trust from Allah, making the preservation of health a moral responsibility. The Qur'an repeatedly commands the consumption of lawful and wholesome (tayyib) food, highlighting its significance for human welfare. This study analytically examines the dietary practices of the Messenger of Allah (ﷺ) within this Islamic framework, exploring how his food choices exemplify moderation, simplicity, and alignment with divine guidance, thereby offering timeless principles for a healthy and balanced life.

Keywords: Prophetic Diet, Islamic Health System, Halal and Haram, Tayyib Food, Physical and Spiritual Health, Fitrah, Nutrition in Islam

خوراک کا بنیادی مقصد جسم کو وہ قوت اور توانائی مہیا کرنا ہے جس سے اس کا رشتہ روح کے ساتھ برقرار رہے جسم جب تک زندہ ہے یہ توانائی سے چلنے والی ایک ایسی چیز ہے جس کو اپنی حرکت قلب جاری رکھنے اور جسم میں خون دوڑانے اور سانس کے عمل کو جاری رکھنے کے لیے بروقت قوت کی ایک خاص مقدار درکار ہے ان تین عوامل کے جاری رہنے سے خون جسم میں رواں رہتا ہے اور کسبجین حاصل کرتا رہتا ہے اور اس طرح خوراک کے ذریعے جسم و جان کا رشتہ برقرار رہتا ہے۔

صحت مندی (Fitness) کے عناصر ترکیبی میں طاقت، قوت، برداشت، چلک، پھرتی اور توازن شامل ہیں۔ ان سب کا مرکب انسان، ہی ہر طرح صحت مند (Fit) کہلا سکتا ہے۔ ذہنی اور جسمانی دونوں اعتبار سے مندرجہ بالا اوصاف کا حامل فرد ہی صحت مندی کی تعریف پر پورا اترتا ہے۔ بقائے حیات و صحت کے لیے خوراک کا کردار بہت اہم ہے۔ خوراک کے حوالے سے بنیادی سوال اس کے معیار، مقدار اور اوقات کا ہے۔ کیا، کتنا اور کیسا، کب اور کیسے کھانا چاہیے؟ اس ضمن میں کیا اسلام میں واضح ہدایات موجود ہیں؟

¹ مذکور تحریر میں بابائے سیرت ڈاکٹر نسیم مظہر صدیقی کی کتب سے خصوصی استفادہ کیا گیا ہے، اور ان کے مندرجات کا عمیق مطالعہ کر کے اس کی تلخیص اور معاصر تمدنی ترقیوں کے تناظر میں اس میں ضروری اضافے کیے گئے ہیں۔ (پروفیسر ڈاکٹر عاصم نعیم: پروفیسر سیرت: چئیر، ادارہ علوم اسلامیہ، پنجاب یونیورسٹی،

اسلام فطری دین ہے، جس کا مقصد انسان کی جسمانی اور روحانی فلاح ہے۔ اسلامی نظامِ صحت میں انسان کی اچھی صحت مند زندگی کا راز اس کی فطرت Nature، نیچر سے مفاہمت میں ہے۔ فطرت کی مخالفت میں انسان کی جسمانی اخلاقی اور روحانی صحت کا نقصان ہے۔ اسلام اپنے روحانی نظامِ صحت کی بنیاد حلال اور حرام کی تقسیم پر رکھتا ہے۔² حلال سے انسان کی روح ترقی کرتی ہے جبکہ حرام اس کے لیے مہلک زہر کی مانند ہے۔ حرام کا رزق بہت سے ذہنی امراض اور پریشانیوں کا باعث بنتا ہے جن کے اثرات آہستہ آہستہ جان لیوا بیماریوں کی شکل میں ظاہر ہوتے ہیں۔³

اسلام کے نظامِ صحت کا ایک اہم اصول یہ بھی ہے کہ زندگی، انسان کے پاس اللہ تعالیٰ کی مقدس امانت ہے۔ روحانی اور جسمانی صحت کے لیے کھانے میں حلال اور حرام کا فلسفہ اسلامی حفظانِ صحت کے نظام کی خصوصیت ہے۔ اس کے مطابق مسلمانوں پر واجب ہے کہ وہ حلال اشیاء کھائیں پیئیں اور حرام سے ہر حال میں بچتے رہیں۔ اسلام نے انسان کی روحانی اور جسمانی صحت کے لیے فائدہ مند چیزوں کو حلال کہا ہے اور نقصان دہ چیزوں کو حرام قرار دیا ہے۔ تعلیم دی گئی ہے کہ کھانے کی چیزیں خریدتے پکاتے اور کھاتے وقت اس بات کا اچھی طرح خیال رکھیں کہ کہیں ان میں کوئی حرام تو شامل نہیں۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے: **قُلْ احِلْ لَكُمْ الطَّيِّبَاتِ**⁴ (تمہارے لیے ہر وہ غذا جو طیب ہے حلال ہے) دوسری آیت میں فرمایا: **وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلالًا طَيِّبًا**⁵ (اللہ کے دیے میں سے حلال و طیب غذا کھاؤ۔) قرآن حکیم میں اس بنیادی انسانی ضرورت کا ذکر متعدد مقامات پر ہے، چند متعلقہ نکات کا ذکر حسب ذیل ہے:

کھانا بنیادی انسانی ضرورت

قرآن حکیم نے کھانے کو ایک بنیادی انسانی ضرورت قرار دیا ہے۔ سورۃ الکہف میں اپنے غار والوں کا ایک ساتھی کے ذریعہ پاک کھانا منگوانے کا ذکر ہے:

فَلْيَنْظُرْ آيَهَا أَزْكَىٰ طَعَامًا فَلْيَأْتِكُمْ بِرِزْقٍ مِّنْهُ⁶

(پس بھیجوا اپنے میں سے ایک کو شہر کی طرف یہ رقم دے کر، تو وہ اچھی طرح دیکھ لے کونسا کھانا سترہا ہے، پھر وہ اس میں سے تمہارے لیے کچھ کھانا لائے)

اس آیت کے مفہوم میں مزید کئی جہات ہیں جیسے بازار سے کھانا لانا، کھانوں میں پاکیزہ کھانے کا انتخاب کرنا وغیرہ۔ اسی طرح کھانا کھانے اور کھلانے کا دوسرا قرآنی سیاق و سباق خاص انبیاء کرام اور ان میں بھی سرخیل انبیاء کرام حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کے کھانا کھانے سے ہے کہ وہ بشریت کا تقاضا ہونے کے باوجود منصب رسالت کے خلاف ہے، نہ روحانیت کے منافی۔ سورۃ الفرقان کی دو آیات کریمہ: ۷ اور ۲۰ میں اس کے اشارات موجود ہیں۔⁷

انسان کو کھانے کی فراہمی، قدرت الہی کی ایک نشانی اور نعمت

انسان کو اس کا کھانا فراہم کرنا، قدرت الہی کی ایک نشانی ہے: **فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَىٰ طَعَامِهِ**⁸ 24۔ سورہ عبس میں آگے خاصی تفصیل ہے اور دوسری جگہوں پر بھی کہ کس طرح قدرت الہی دانہ سے غلہ پیدا کر کے انسان کو کھلاتی ہے۔ سورۃ الکہف کے واقعے میں مذکور ہے کہ بعض بڑی چیزیں مدت دراز میں تباہ کر دی گئی

² حلال سے مراد کسی چیز کا شرعی اعتبار سے انسانی صحت کے لیے مفید ہونا ہے جب کہ طیب سے مراد اس غذا کا ایسی حالت میں ہونا ہے جب کہ وہ حیاتین (Vitamins) سے بھرپور ہو، تازہ اور صحت بخش ہو۔

³ انجینئیر سلطان بشیر محمود: اسلام کا ہمہ گیر نظامِ صحت اور فطری طریقہ علاج، مسلم میڈیکل ریسرچ فورم، اسلام آباد، 2014ء، ص 31

⁴ سورۃ المائدہ ۵: ۳

⁵ سورۃ المائدہ ۵: ۸۸

⁶ سورۃ الکہف ۱۶: ۱۹

⁷ **وَقَالُوا مَالٌ هَذَا الرَّسُولِ يَأْكُلُ الطَّعَامَ وَيَمْشِي فِي الْأَسْوَاقِ ۗ نُولَا أَنْزَلَ إِلَيْهِ مَلَكٌ فَيَكُونُ مَعَهُ نَذِيرًا ۝**

(اور کہتے ہیں کہ یہ کیسا رسول ہے جو کھانا کھاتا ہے اور بازاروں میں چلتا پھرتا ہے اس کے پاس کوئی ایسا فرشتہ کیوں نہ بھیج دیا گیا جو اس کے ساتھ رہ کر نہ ماننے والوں کو ڈراتا دھمکاتا رہتا؟)

وَقَالَ الَّذِينَ لَا يَرْجُونَ لِقَاءَنَا نُولَا أَنْزَلَ عَلَيْنَا الْمَلِكَةَ أَوْ نَرْبِي رَبَّنَا ۗ لَقَدْ اسْتَكْبَرُوا فِي أَنْفُسِهِمْ وَعَتَوْا عُتُوًّا كَبِيرًا ۝²¹

(اور کہتے ہیں وہ لوگ جو ہمارے حضور پیش ہونے کا اندیشہ نہیں رکھتے کہ ہم پر فرشتے کیوں نہیں اتارے گئے یا ہم اپنے رب ہی کو دیکھتے، انھوں نے اپنے جی میں اپنے کو بہت بڑا سمجھا اور انھوں نے حد سے بڑھ کر سرکشی کی)

تھیں مگر کھانا اور مشروب جیسے نازک آگینے قدرت الہی سے محفوظ رہے اور سڑگل کر خاک نہ ہوئے: **فَانظُرْ اِلَى طَعَامِكَ وَشَرَابِكَ لَمْ يَتَسَنَّهٗ**۔⁹ یہ معجزاتی اصول و حکمت الہی کا بیان ہے کہ حفاظت و تباہی اللہ تعالیٰ کی قدرت کاملہ کی جہات ہیں۔ اعمال صالحہ کے بدلے میں جنت کے انعامات میں سے ایک عمدہ رزق اور شاندار کھانوں کا حوالہ بھی ملتا ہے۔¹⁰ حضرات آدم و حوا علیہما السلام کے قصص قرآنی میں ان کے جنتی کھانوں کا بھی ذکر ملتا ہے،¹¹ یاد و زرخ کے کھانوں کا ذکر و عید ہے کہ وہ نافرمانی کا کھانا ہے۔¹²

جنت و جہنم میں بھی انسانوں کے کھانے کا معاملہ یہ ثابت کرتا ہے کہ مخلوق ہونے کے سبب وہ کھانے کے محتاج یا حریص رہتے ہیں حتیٰ کہ آخرت یا اخروی زندگی میں بھی ان کی مخلوقیت کی یہ صفت باقی رہے گی۔ قرآنی آیات کریمہ میں کھانے کے ان کے علاوہ بھی متعدد دوسرے سیاقات ہیں۔ گویا قرآن مجید میں کھانے کو ایک فطری نعمت اور انسانی ضرورت ہی نہیں بتایا گیا ہے بلکہ اس کو انسانی زندگی کے قیام و نمو کی اساس بھی قرار دیا گیا ہے۔ عام انسانوں کے علاوہ چیدہ بندگان الہی کا کھانا بھی اسے قرار دیا گیا ہے تا کہ یہ ثابت ہو کہ وہ مادی شے ہونے کے باوجود ایک نعمت الہی ہے اور اس سے بہرہ مندی دوسری نعمت ہے۔

قرآن مجید نے رسولوں اور نبیوں کے کھانا کھانے کی حقیقت عامہ بیان کر کے دو بنیادی ہدف حاصل کیے ہیں: ایک یہ کہ وہ انسانی جسم اور بشری بدن رکھنے کے سبب کھانے کے محتاج تھے اور کھانا اس لیے کھاتے تھے۔ دوسرے یہ کہ کھانا کھانا، ان کی پیغمبرانہ شان اور رسولی عظمت کے ذرا بھی خلاف نہیں تھا، بلکہ وہی ان کی بشری عظمت کو بڑھاتا تھا۔ اس میں نقشہ اور غیر ضروری تقویٰ کی تردید کے علاوہ یہ بھی حقیقت بیان کی ہے کہ انسان کی روحانیت کھانے سے کم نہیں ہوتی بلکہ اس سے اور بڑھتی ہے بشر طیکہ وہ آداب تقویٰ کے مطابق اور احکام شریعت کے موافق ہو۔

طعام (کھانے) اور کھانا کھانے (اکل) اور رزق وغیرہ کے تمام سیاقوں سے یہ بھی واضح ہوتا ہے کہ کھانا کھانے کا تصور و عمل انسانی زندگی کے ساتھ ہمیشہ وابستہ رہتا ہے خواہ اس دنیائے دنی میں آنے سے پہلے جنت میں رہائش آدم کا مرحلہ رہا ہو یا اس دنیا میں کاروبار زندگی کا معاملہ ہو یا اس دنیا سے جانے کے بعد جنت و دوزخ میں اپنے اپنے اعمال کے مطابق اچھے برے کھانے کا معاملہ ہو۔ یہ پیٹ کا تسلسل ہے اور اس سے کھانے کا تسلسل وابستہ ہے۔ اس میں یہ حقیقت بھی موجود و کار فرما ہے کہ کھانے کا تسلسل تسلسل زمان و مکان کی قیود و ابعاد کے پرے ہے۔ بلکہ وہ تو جنت سے شروع ہوتا ہے اور جنت پر ہی تمام ہوتا بلکہ جاری رہتا ہے۔ لہذا عہد نبوی میں کھانا ایک بدیہی حقیقت تھی اور اس کے کھانے انسانی تہذیب و تمدن کے ارتقا کا ایک مظہر تھے۔

کھانا بطور فدیہ اور بطور صدقہ و خیرات

روزہ رکھنے سے معذور مسلمانوں کو حکم دیا گیا کہ وہ ایک مسکین کے کھانا کا فدیہ اس کے بدلے میں دیں۔¹³ اس طعام کا حوالہ خاصا معنی آفریں ہے۔ عمرہ حج کا احرام باندھنے والا جان بوجھ کر بری شکار کرے تو بطور کفارہ مسکینوں کو کھانا کھلائے۔¹⁴ محرم (صاحب احرام) کے لیے البتہ بحری سمندری شکار بھی جائز ہے اور اس کا کھانا بھی۔¹⁵ مشکل گھری میں مسکین و یتیم کو کھانا کھلانے کا حکم، سورۃ البلد: ۱۴ میں ہے: **اَوْ اِطْعَمْ فِي يَوْمِ ذِي مَسْغَبَةٍ**¹⁶ (بھوک میں کھانا کھلانا)۔ یہ عام احوال کے علاوہ ہے۔ مسکین و فقیر اور محتاج کو قربانی کے گوشت سے کھلانے کا حکم سورۃ الحج میں ہے:

⁸ - سورۃ عیس: ۸۰: ۲۴

⁹ - سورۃ البقرہ: ۲: ۲۵۹

¹⁰ - سورۃ محمد: ۴: ۱۵ وغیرہ

¹¹ - سورۃ الاعراف: ۷: ۹، وغیرہ

¹² - جیسے سورۃ الدخان: ۲۴: ۴۳، ۴۴ وغیرہ۔

¹³ - و علی الذین یطیفونہ فدیۃ طعام مسکین - سورۃ البقرہ: ۲: ۱۸۴

¹⁴ - سورۃ المائدہ: ۵: ۹۵

¹⁵ - سورۃ المائدہ: ۵: ۹۲

¹⁶ - سورۃ البلد: ۹۰: ۱۴

لَيْسَ هَذَا مِنْ مَنَافِعِ لَهُمْ وَيَذَكَّرُوا اسْمَ اللَّهِ فِي أَيَّامٍ مَّعْلُومَةٍ عَلَىٰ مَا رَزَقَهُمْ مِنَ الْبَهِيمَةِ الْأَنْعَامِ ۖ فَكُلُوا مِنْهَا
وَاطْعَمُوا الْأَبْيَاسَ الْفَقِيرَ ۗ¹⁷

کھانا کھلانے کو فضائل اخلاق کا ایک جزو قرار دیا گیا ہے، جس میں اہل ایمان کی صفت رزاقی طعام کی تعریف کی گئی ہے یا ان کو کھانا کھلانے کا حکم
و ادب دیا گیا ہے۔ صاحبانِ ایمان کی ایک صفت یہ ہے کہ وہ کھانے کی ضرورت و محبت کے باوجود مسکین و یتیم اور قیدی کو اپنا کھانا کھلا دیتے ہیں۔
وہ صرف ان ضرورت مندوں کو کھلاتے ہی نہیں بلکہ ان کو کھلا کر خود بھوکے رہ جاتے ہیں۔¹⁸

رضائے الہی کی طلب میں دوسروں کو کھانا کھلانے کی روایت و صفت بھی بیان ہوئی ہے۔ سورۃ الدھر میں ارشادِ باری ہے: اِنَّمَا نَطْعِمُكُمْ لِرُؤْيَا اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنْكُمْ
جَزَاءً وَلَا شُكُورًا¹⁹ کھانے کھلانے کی سماجی قدر و ولایت میں دینی جہت شامل کر کے خالص ایک مادی چیز کو دینی عمل بنا دیا، جو اجر و ثواب کا مستحق بناتا ہے۔

خود ساختہ حلت و حرمتِ طعام کی ممانعت

اگرچہ قریش اور جاہلی عربوں کے کھانے کی بعض روایات اور سماجی اقدار کا معاملہ تو انین حلت و حرمت میں آتا ہے تاہم ان کا ایک الگ سیاق قرآنی معلوم ہوتا ہے۔ اس کے
مطابق عرب جاہلی بعض کھانوں کو اپنی طرف سے حرام کرتے تھے اور بعض کو حلال۔ بعض کھانوں کو مردوں کے لیے حلال بتاتے تھے اور عورتوں کے لیے حرام اور بعض
میں دونوں کا مشترکہ حق بتاتے تھے۔ ایسے تمام احکام و آداب کا ذکر متعدد آیات میں ملتا ہے اور اس میں یہ صراحت بھی ملتی ہے کہ اللہ تعالیٰ نے ایسی خود ساختہ حلت و
حرمت کی اجازت نہیں دی تھی۔²⁰ یہ تشریح جاہلی تھی اور اس کی تردید کر کے صحیح اسلامی حلت و حرمت بتائی گئی۔

آدابِ طعام

بعض آدابِ طعام کا ذکر بھی قرآنی آیات کریمہ میں طعام کے حوالے سے لایا گیا ہے: مسلمانوں کو ادب سکھایا گیا کہ جب ان کو کاشانہ نبوی میں کھانے کی دعوت دی جائے تو
کھانا ختم کر کے اٹھ جائیں اور وہاں بیٹھ کر اہل بیت اور رسول اکرم نے کو اپنی گفتگو سے ایذا نہ دیں۔ اس کے ساتھ ان کو برتنوں کو گھورنے سے بھی منع فرمایا گیا:
يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَدْخُلُوا بُيُوتَ النَّبِيِّ إِلَّا أَنْ يُؤْذَنَ لَكُمْ إِلَىٰ طَعَامٍ غَيْرٍ نَاطِرِينَ إِنَّا هُنَا وَإِنَّا لَدُعِينُمْ
فَادْخُلُوا فَإِذَا طَعِمْتُمْ فَانْتَشِرُوا وَلَا مُسْتَأْنِسِينَ لِحَدِيثٍ²¹

کھانا کھانے کے حوالے سے بعض دیگر آدابِ طعام، دوسری آیات کریمہ میں مذکور ہیں، جیسے آباء و اجداد، رشتہ داروں اور دوستوں وغیرہ کے ہاں کھانا کھانے میں کوئی حرج
نہیں ہے۔²² یہ کھانا کھانے اور کھلانے کی ایک سماجی روایت کی تصدیق بھی ہے اور صلہ رحمی کی ایک نشانی بھی۔ اس میں فطرت انسانی کی رعایت بھی ہے۔ اس ادب و
اصول کا بہت عمدہ اور محبت آگیز اظہار عہد نبوی کی دعوتوں اور باہمی زیارتوں کے دوران ضیافتوں میں نظر آتا ہے۔ ساتھ ساتھ مل کر کھانا کھانے اور الگ الگ بیٹھ کر کھانا
کھانے کی اجازت دی گئی ہے۔²³

دوستوں، مسکینوں اور گھر والوں کو اوسط کھانا کھلانے کا حکم و ادب سورۃ المائد کی آیت نمبر ۸۹ میں دیا گیا ہے۔ عرب جاہلی سماج کے بعض رذائل پر قرآنی نقد کی ایک مثال
یہ ہے کہ کہا گیا کہ مشرکوں میں بخیل، مال کے بھوکے اور کم ظرف لوگ، مسکین و غریب کو نہ تو خود کھانا کھلاتے ہیں اور نہ دوسروں کو کھلانے دیتے ہیں۔²⁴ سورۃ الکھف

¹⁷ - سورۃ الحج ۲۲: ۲۸، ۲۹، ۳۰ وغیرہ

¹⁸ - سورۃ الدھر ۷۶: ۸ نیز سورۃ الحشر ۵۹: ۹

¹⁹ - سورۃ الدھر ۷۶: ۹

²⁰ - سورۃ انعام ۶: ۱۳۸ وغیرہ

²¹ - سورۃ الاحزاب ۵-۵۳

²² - سورۃ النور ۲۴: ۶۱

²³ - سورۃ النور ۲۴: ۶۱... أَنْ تَأْكُلُوا جَمِيعًا أَوْ أَشْتَاتًا

²⁴ وَلَا يَحْضُ عَلَىٰ طَعَامِ الْمَسْكِينِ - سورۃ الحج ۲۹: ۳۴؛ وَلَا يَحْضُ عَلَىٰ طَعَامِ الْمَسْكِينِ - سورۃ الماعون ۱۰۷: ۳؛ وَلَا تَحْضُونَ

عَلَىٰ طَعَامِ الْمَسْكِينِ - سورۃ النور ۲۴: ۱۸؛ نیز سورۃ المدثر ۷۴: ۴۴

میں ایک مکروہ سماجی انحراف پر نقد کیا گیا ہے کہ حضرات خضر و موسیٰ علیہما السلام کو ایک گاؤں والوں نے طلب پر بھی کھانا نہیں کھلایا تھا۔²⁵ اس میں یہ ادب بھی شامل ہے کہ ضرورت کے وقت کھانا طلب کیا جا سکتا ہے۔²⁶

حدیث و سنت میں ذکرِ طعام

حدیث و سنت، شارح و ترجمان ہونے کے سبب ذکرِ طعام اور بیانِ اکل و نقل کو اور زیادہ وسیع جہات دیتی ہیں۔ ایک شارحِ فن کا یہ تبصرہ خاصا حقیقت آگین ہے کہ حدیث و سنت دراصل ایک تاریخی آئینہ ہے، جس میں تہذیب و تمدن انسانی کی صورت واضح تر ہو جاتی ہے۔ ان کا دینی اور تشریحی پہلو ہی ان کا اطلاقی پہلو بھی ہے۔ رسول اکرم ﷺ کے اقوال و اعمال اور تقاریر اور صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم کے آثار و افعال اس اطلاقی پہلو یا عملی صورت کو واضح طور سے سامنے لاتے ہیں، کیونکہ رسول اکرم ﷺ کا اسوہ نمونہ تمام انسانوں کے لیے لائق تقلید و پیروی ہے اور اس عظیم ترین اسوہ و نمونہ کے سب سے بڑے عالمین کرام اور شارحین عظام آپ ﷺ کے صحابہ کرام تھے۔

احادیث و آثار میں عہدِ نبوی کے کھانوں پر اور ان کے متعلق دوسرے دینی احکام و تہذیبی آداب پر ضخیم دفاتر لکھے جاسکتے ہیں اور لکھے بھی گئے ہیں۔ احادیث کے مجموعوں میں "کتاب الاطعمہ" کے ابواب ان ہی کی تفصیل فراہم کرتے ہیں۔ اگر کتب حدیث و سنت کے کھانوں کے دفاتر جمع کر لیے جائیں تو کئی جلدوں میں سما سکیں گے۔ ان کی ضخامت سے زیادہ ان کی تمدنی بازیافت کا معاملہ اہم ہے کہ وہ پوری سیرت طیبہ ہی کو نہیں، اس خیر القرون کے پورے عہد اور ان کے طبقات و افراد کی صورت گری کرتا ہے اور سامنے لاتا ہے۔ اصلاً تمدنِ اسلامی کا یہ بابِ طعام ان ہی احادیث و سنن اور کتب الاطعمہ پر مبنی ہے اور وہی بنیادی ماخذ ہے، مگر اسی کے ساتھ تاریخی اور سیرتی روایات و اخبار کو بھی شامل و شریک کیا گیا ہے کہ وہ بھی ناگزیر مواد ہے۔ ایک طرح سے دیکھا جائے تو سیرت و تاریخ کے اخبار و آثار حدیث و سنت ہی کے دوسرے مظاہر یارخ ہیں۔ اس تمہیدی باب میں صرف چند اصولی مباحثِ طعام کو مختصر طور سے پیش کیا جا رہا ہے۔

احادیث و سنن کی نوعیت

اصلاً احادیث و سنن اور تاریخی و سیرتی روایات کی نوعیت تو ایک ہی ہے، جو اجزاء کی جامع ہے۔ مشکل یہ ہے کہ ان احادیثِ طعام اور سننِ اکل و شرب کا ان کے جامع تاریخی و اسلامی تناظر میں مطالعہ نہیں کیا جاتا۔ ہمارے بیشتر اہل علم و فن کا یہ وطیرہ بن گیا ہے کہ وہ ایک دو یا ایک قسم کی روایات و احادیث کی بنا پر پوری زندگی کی بازیافت کرنے کا دعویٰ کرتے ہیں اور اپنے جزوی نتائج و استنباطات کو کلی حقیقت اور مجموعی صورت بتاتے ہیں، حالانکہ وہ تصویر کا بھی صرف ایک رخ ہوتا ہے یا سکہ کا ایک زاویہ۔ یہ ان کی فہم و مطالعہ اور پیشکش کا نقص ہوتا ہے۔ مثلاً ہمارے اہل علم کا ایک طبقہ بالخصوص رہبانیت اور تصوف کا ماہر ہوا طبقہ فقر و فاقہ کی زندگی کو تقویٰ کا بلند ترین اور آدرش مظاہرہ مانتا ہے اور اپنے اس خیالِ خام کے مطابق قلتِ طعام یا خراب و معمولی کھانے کو ضروری قرار دیتا ہے اور اس کی سند رسول اکرم ﷺ کے اسوہ حسنہ اور صحابہ کرام کے عملِ تقویٰ سے لاتا ہے۔

بلاشبہ احادیث و سنن اور آثار و اخبار میں ایسی بہت سی روایات مل جاتی ہیں جو فقر و فاقہ کی زندگی کو پیش کرتی ہیں۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ و آلہ و سلم کے بھوک سے پریشان ہونے، فاقے کے سبب پیٹ پر پتھر باندھنے، کھانے کی طلب میں گھر سے بے تابانہ نکلنے، گھر یا کاشانہ نبوی میں مدتوں چولہا نہ جلنے، کھانا نہ ملنے کی صورت میں روزہ رکھ لینے وغیرہ کی احادیث ملتی ہیں اور وہ بلاشبہ صحیح بھی ہیں۔ اسی طرح متعدد صحابہ کرام کے قلتِ طعام کے واقعات بھی صحیح ہیں لیکن عہدِ نبوی کا یہی سارا تمدنِ طعام تھا اور نہ ہی معاشرہ خیر کی یہی کل حقیقت تھی۔ وہ صرف ایک جزوی بات ہے۔ شارحین حدیث اور سیرت نگاروں کے علاوہ محققین و مورخین نے واضح کیا ہے کہ ایسی روایات خاص احوال سے متعلق ہیں، یا ان کا تعلق غیر معمولی حالات جیسے جنگ و حرب سے ہے یا ابتدائی زندگی کی فقیرانہ یا غربانہ زندگی سے، یا رسول اللہ اور صحابہ کرام کے ایثار و قربانی اور دوسروں کو کھلا کر خود گن رہنے کی زندگی بلکہ جبلت سے ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ یہ فقر و فاقہ غربت کے سبب نہ تھا بلکہ ایثار و قربانی کی بنا پر تھا۔²⁷

25- سورۃ الکہف: ۱۶: ۷۷

26- صدیقی، بسین مظہر: عہدِ نبوی ﷺ کا تمدن، لاہور، دار النوادر، ص: ۲۹

27- صدیقی، بسین مظہر: عہدِ نبوی ﷺ کا تمدن، ص: ۳۴

دوسری طرف ان احادیث و سنن و اخبار و بیانات کی ایک کثیر تعداد ہے جو عمدہ کھانوں اور بہترین روایات اکل و شرب کا ذکر کرتی ہیں۔ ان سب کا مجموعہ فقر کی روایات کو ماند کرتا ہے۔ آیات قرآنی سے واضح ہو چکا ہے، اور احادیث و سنن سے مزید وضاحت ہوگی کہ عمدہ کھانے نعمت الہی ہیں، وجہ عقاب و سزا نہیں۔ انبیائے کرام اور سابقہ امتوں کے کھانوں اور ان کی قسموں اور ان کے آداب کا ذکر بہت سی احادیث میں ملتا ہے، اسی طرح نبی کریم ﷺ کے کھانوں اور ان کے متعلقات کا ذکر بھی کثیر تعداد میں موجود ہے۔

آدابِ طعام اور سماجی روایات اور تہذیبی اقدار کا معاملہ تو ایک لحاظ سے حدیث و سنت ہی کی روایات پر منحصر ہے۔ حدیث کی کتابوں کے مختلف ابواب میں کھانے سے قبل ہاتھ دھونے، کلی کرنے، بسم اللہ پڑھنے، دانے ہاتھ سے کھانے، برتن سے اپنے سامنے سے کھانا لینے اور پورے پیالے، برتن اور ظرف میں ادھر ادھر سے لینے یا دوسروں کے سامنے سے نہ اچکنے، ٹیک لگا کر نہ کھانے، بندگی اور تواضع سے کھانا کھانے، دوسروں کا خیال رکھنے، کھانے کے بعد انگلیاں چاٹ لینے اور برتن صاف کر لینے، کھانے کے بعد کلی کرنے اور ہاتھ صاف کرنے کے علاوہ بہت سے آداب و سنن کا ذکر اور تفصیل تو صرف حدیث و سنت میں ملتی ہے۔ اس کے علاوہ سماجی روایات اکل و شرب، دعوت و صدقہ و ہدیہ، ولیمہ و عقیقہ، مرگ و غمی اور دوسرے خاص مواقع کی روایات طعام کا ذکر بھی اسی ذخیرہ حدیث و سنت میں سب سے زیادہ ہے۔ سیرتی اور تاریخی روایات میں بھی ان کا کافی تذکرہ موجود ہے۔

کھانوں کی اقسام مکہ اور مدینہ دونوں جگہ یکساں تھیں البتہ بعض مقامی چیزوں کا فرق تھا۔ کھانوں کی پسندیدہ اقسام، ان کے پکانے کی ترکیبیں، ان کے اجزاء و ارکان اور ناپسندیدہ چیزیں، ان کے معیارات، دونوں جگہ ایک تھے۔ کھانے عام طور پر دو ہی قسم کے ہوتے ہیں: دال اور سبزی پر مشتمل کھانے جو جدید اصطلاح میں ویجیٹییرین کہلاتے ہیں اور دوسرے گوشت پر مشتمل کھانے جو گوشت خوری کی اصطلاح یعنی نان و بیجیٹیرین کہلاتے ہیں۔ علامہ شبلی نعمانی نے لکھا ہے کہ گوشت کے اقسام میں سے آپ صلی اللہ علیہ والہ وسلم نے دنبہ، مرغ، بٹیر، اونٹ، بکری، بھیڑ، گور خر، خرگوش اور مچھلی کا گوشت کھایا ہے۔²⁸

روایات حدیث میں بکری کے گوشت کے کھانے کے بہت سے حوالے ملتے ہیں۔ یہ حوالے گھروں میں اس کا گوشت کھانے کے بارے میں بھی ملتے ہیں اور صحابہ کرام کی دعوتوں کے ضمن میں بھی۔ دوران سفر و غزوہ بکری خریدنے اور اس کو ذبح کر کے اس کا گوشت کھانے کھلانے کے بھی بہت حوالے آتے ہیں۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ والہ وسلم نے ہجرت کے سفر کے دوران بکری کا گوشت رفقائے کے ساتھ تناول فرمایا تھا اور جو کچھ بچ گیا تھا، اسے سکھا کر دوسرے دن استعمال کیا۔²⁹ ان روایات سے یہ واضح ہوتا ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ والہ وسلم کے طعام کا اور صحابہ کرام کے کھانوں کا عام اور معمول کا گوشت بکری کا ہی تھا۔

رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ولیمہ و غیرہ کی دعوت و تقریب برپا کرنے کے لیے ایک بکری ذبح کرنے کا حکم دیا تھا۔ بسا اوقات صرف گوشت ہی پورے کھانے کی جگہ کھالیا جاتا تھا، جس کی متعدد روایات ملتی ہیں۔ ہجرت نبوی کے سفر کے لیے جو توشہ خاندان ابو بکر رضی اللہ عنہ نے تیار کیا تھا، اس کے لیے ایک بکری ذبح کر کے اس کا گوشت پکایا گیا تھا اور تھیلے میں رکھا گیا تھا۔³⁰

اسی سفر ہجرت کے دوران رسول اکرم صلی اللہ علیہ والہ وسلم جب حضرت ام مہجد کے گھر پہنچے تھے تو انہوں نے بھی ایک بکری ذبح کر کے آپ صلی اللہ علیہ وسلم اور آپ کے رفقائے حضرات ابو بکر و عامر بن نفیرہ کے علاوہ دلیل راہ عبداللہ بن اریظہ کو کھلائی تھی اور ان کے پاس بہت گوشت بچ رہا تھا۔³¹ حضرت جابر بن عبداللہ کے ساتھ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم ایک انصاری عورت کے گھر گئے تو انہوں نے بکری ذبح کر کے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی دعوت کی۔³² ازواج کے گھروں میں بھی بکری کا گوشت کبھی تحفے کے طور پر آتا تھا اور کبھی کبھی رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی کسی باندی کے لیے بطور صدقہ آتا تھا۔ آپ صلی اللہ علیہ والہ وسلم دونوں تناول فرماتے تھے کہ صدقہ باندی کے لیے ہوتا تھا مگر وہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے لیے ہدیہ بن جاتا تھا۔

²⁸ - شبلی نعمانی: سیرت النبی، جلد دوم صفحہ: ۲۰۴، بحوالہ: صدیقی، بسین مظہر، عہد نبوی ﷺ کا تمدن، ص ۴۴

²⁹ - ابن سعد: الطبقات الکبریٰ، ۳/۱۲، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۴۶

³⁰ - بلاذری: انساب الاشراف، ۱/۲۶۰، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۴۶

³¹ - بلاذری: انساب الاشراف، ۱/۲۶۲، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۴۶

³² - ترمذی: ابواب الطہارہ، باب فی ترک الوضوء، ۵۲/۱، صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۴۶

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے گھر میں شام کو کسی گھر سے بکری کے گوشت کا کھانا آگیا تھا۔ عید الاضحیٰ میں ایک بکری یا بکرے کی قربانی پورے گھر کی طرف سے کافی سمجھی جاتی تھی۔³³ متعدد صحیح احادیث میں آتا ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو گوشت کے پارچوں میں سب سے زیادہ پسندیدہ دست تھی۔ بکری کے گوشت کے دیگر مختلف حصوں پارچوں کے کھانے کا ذکر متعدد احادیث میں ملتا ہے۔³⁴ بعض احادیث میں رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے پسندیدہ پارچہ گوشت میں العراق کا ذکر کیا گیا ہے۔ خوراک میں سب سے محبوب و پسندیدہ بکری کی ہڈی (العراق) تھی۔ لغوی معنی تو یہ ہے کہ عراق اس ہڈی کو کہتے ہیں جس کا گوشت کھالیا گیا ہو مگر اس سے مراد ہڈی والا گوشت یا نلی معلوم ہوتی ہے۔

حدیث میں رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے پائے یا کھر کھانے کا ذکر بھی ملتا ہے۔ خاص طور پر قربانی کے موشیوں کے بارے میں۔ حدیث ابن ماجہ کے مطابق حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا، پندرہ، پندرہ دنوں تک کھر یا پائے آپ کے لیے بچا کر رکھتی تھیں اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم ان کو تناول کرتے تھے۔³⁵ بھیڑ کے گوشت کھانے کا ذکر بھی حدیث اور سیرت کی کتابوں میں موجود ہے۔ قربانی کے ضمن میں رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے مینڈھے کے قربان کرنے اور اس کے گوشت کے کھانے کھلانے کا ذکر آتا ہے۔ آپ نے حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے چھری مانگی اور وہ انہوں نے پتھر پر تیز کر کے دی اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنے دست مبارک سے اسے ذبح کیا۔

اونٹ کا گوشت

عرب میں اونٹ عربی تمدن کا سب سے بڑا نشان ہے۔ مختلف دوسرے استعمال کے علاوہ غذا کے لیے بھی اسے پالا جاتا تھا۔ اس سے دو طرح کی غذائیں حاصل کی جاتی تھیں: دودھ اور گوشت۔ یہ دونوں عربوں کے پسندیدہ کھانے تھے۔ حضرت انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا بیان ہے کہ بنو سلمہ کے ایک شخص نے ایک اونٹ ذبح کیا اور عصر کے بعد اسے پکایا اور رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے بھی ان کی دعوت پر اس کا گوشت غروب آفتاب سے قبل تناول فرمایا۔

اونٹ کا گوشت کھانے اور کھلانے کا ذکر، دوران حج و عمرہ ہجرت کے ضمن میں بھی آتا ہے۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے اسے خود بھی تناول فرمایا اور اپنے اصحاب و ازواج کو بھی کھلایا اور دوسرے لوگوں میں اسے تقسیم کرنے کا حکم بھی دیا۔ ترمذی و بخاری وغیرہ کی ایک اہم روایت ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم جب مدینہ تشریف لائے تو ایک اونٹ یا ایک گائے ذبح کی۔ یہ غزوہ سے واپسی کا واقعہ ہے جس میں آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے حضرت جابر سے اس کا اونٹ خرید فرمایا تھا۔³⁶ بڑے اسفار و غزوات کے دوران بالعموم اونٹ کا گوشت ہی استعمال کیا جاتا تھا کہ کھانے والوں کی تعداد زیادہ ہوتی تھی۔ کئی غزوات و سرایا میں حضرت سعد بن عبادہ خزرجی رضی اللہ تعالیٰ عنہ اور ان کے فرزند حضرت قیس نے اونٹ ذبح کر کے کھلائے تھے۔

گائے کا گوشت

عرب لحمیات میں گائے کا تناسب کم تھا کیونکہ وہ ان کے بیشتر علاقوں میں نہیں پائی جاتی تھی۔ بہر حال عام طور سے گائے اور نیل یا چھڑے وغیرہ کا گوشت استعمال کیا جاتا تھا۔ عہد نبوی کے واقعات میں گائے کا گوشت کھانے اور کھلانے کا ذکر زیادہ تر قربانی کے ضمن میں ملتا ہے۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ایک بار حج کے موقع پر اپنی طرف سے اور اپنی ازواج کی طرف سے گائے کی قربانی کی اور سب کو اس کا گوشت کھلایا۔³⁷

حجۃ الوداع کے باب میں حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا بیان ہے کہ قربانی کے دن یعنی یوم النحر میں میرے پاس گائے کا بہت سا گوشت لایا گیا اور میرے گھر میں ڈال دیا گیا۔ میں نے پوچھا یہ کیا ہے؟ لوگوں نے کہا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنی ازواج کی طرف سے گائیں قربان کی ہیں۔³⁸

³³ - ترمذی: ابواب الاضاحی، باب ما جاء ان الشاة الواحدة، صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۷۷

³⁴ - بخاری، کتاب الاطعمه، باب قطع اللحم بالسکین، صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۸۸

³⁵ - ترمذی، کتاب الاطعمه، باب القدید، رقم الحدیث ۳۳۱۳، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۵۰

³⁶ - بخاری، کتاب الجہاد، باب الطعام عند القوم، رقم الحدیث: ۲۹۲۳، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۵۱

³⁷ - بخاری، کتاب الاضاحی، باب من ذبح اضحیہ غیرہ، رقم الحدیث: ۵۲۳۹، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۵۵

³⁸ - ابن ہشام: السیرۃ النبویہ، ۲۶۰، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۵۵

پرندوں کا گوشت

سیرت و حدیث میں بعض پرندوں کے گوشت کھانے اور کھلانے کا ذکر بھی ملتا ہے۔ حضرت طلحہ بن عبید اللہ تیمی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا بیان ہے کہ انہوں نے پرندے کا گوشت رسول اکرم صلی اللہ علیہ والہ وسلم کے ساتھ کھایا تھا۔³⁹ مرغابی یا بیٹر جیسے پرندے کے گوشت کے کھانے کا ذکر حضرت سفینہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ مولائے نبوی کی حدیث میں ملتا ہے جو انہوں نے رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ کھایا تھا۔ مرغی کے گوشت کے کھانے کا ذکر حضرت ابو موسیٰ اشعری رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی حدیث میں آتا ہے۔ انہوں نے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ کھایا تھا اور بعد میں بھی کھاتے رہے تھے۔⁴⁰

خرگوش کا گوشت

رسول اکرم صلی اللہ علیہ والہ وسلم کے خادم خاص حضرت انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا بیان ہے کہ مروہ نامی مقام پر ہم کو اچانک ایک خرگوش دکھائی دیا اور میں نے اسے دوڑ کر پکڑ لیا۔ میں اسے حضرت ابو طلحہ کے پاس لایا اور انہوں نے اسے ذبح کیا اور اس کے سرین اور رانوں کے حصے رسول اکرم صلی اللہ علیہ والہ وسلم کے لیے میرے ہاتھ بھیجے اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے قبول فرمایا۔⁴¹

ہرن کا گوشت

شکار کے گوشت میں ہرن کا گوشت بہت نرم اور عمدہ سمجھا جاتا ہے۔ اس لیے اس کا شکار عام تھا۔ عہد نبوی میں عام شکاریوں کے علاوہ صحابہ کرام بھی اس کا شکار کرنے جاتے تھے اور دوران اسفار و غزوات شکار کرتے تھے۔

بھنا ہوا گوشت اور روٹی

اس واقعے کا تعلق ایک غزوہ نبوی سے ہے۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے اس غزوہ کے موقع پر فرمایا کہ کسی شخص کے پاس طعام ہو تو وہ نکالے۔ ایک صحابی نے ایک صاع طعام نکالا یا صاع سے کچھ کم۔ اس طعام سے مراد آنا ہے جو غالباً جو کا آٹا تھا۔ اس آٹے کو گوندھا گیا۔ پھر ایک مشرک تو انا گڈریے سے ایک بکری خریدی گئی۔ اس کو ذبح کر کے اس کے پارچے بنائے گئے۔ پھر رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے حکم پر سواد بطن یعنی بکری کے پیٹ کے حصوں جیسے کلیجی وغیرہ کو بھونا گیا اور رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے اس سواد بطن سے نوج نوج کرتا ہوا فرمایا۔ گوشت بھی شاید بھونا گیا تھا۔ اس لیے کہ وہاں سالن والے گوشت پکانے کا ذکر ملتا ہے اور نہ وہ موقع تھا۔⁴²

گوشت کھانے کے آداب

ہر کھانے کے خاص آداب و احکام ہوتے ہیں۔ گوشت کھانے کے آداب و احکام اور سنن میں بعض عرب روایات کا بھی دخل تھا اور اسلامی احکام و اصول کا بھی۔ مثلاً اونٹ کا گوشت کھانے کے بعد کلی کرنے کا حکم ملتا ہے کہ اس میں چربی زیادہ ہوتی ہے اور بکری کے گوشت کے کھانے کے سلسلے میں یہ حکم نہیں ہے۔ گوشت کو یعنی کپکے ہوئے گوشت کو ہاتھوں سے نوج نوج کر کھانے کا حکم ملتا ہے اور اسی طرح چھری سے کاٹ کاٹ کر کھانے کی سنت بھی ملتی ہے۔ گرم گرم گوشت کھانے کے واقعات کا بھی حوالہ ملتا ہے۔ بعض اوقات رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے کسی سبب سے بہت گرم گوشت تناول فرمایا۔ وہ اتنا گرم تھا کہ بار بار ہاتھوں میں ادھر سے ادھر کرتے رہے تھے۔

39۔ مسلم: کتاب الحج، باب تحريم الصيد للمحرم، رقم الحدیث: ۲۹۱۷، بحوالہ صدیقی، لیسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۵۷

40۔ بخاری: کتاب الذبائح والصيد، باب لحم الدجاج، رقم الحدیث: ۵۱۹۸، بحوالہ صدیقی، لیسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۵۷

41۔ مسلم: کتاب الصيد والذبائح، باب اكل الجراد، رقم: ۵۳، بحوالہ صدیقی، لیسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۵۹

42۔ بخاری: کتاب الهبة و فضلها، باب قبول الهدیه من المشركين، رقم الحدیث: ۲۳۷۵، بحوالہ صدیقی، لیسین مظہر، (المصدر السابق)،

سو کھا گوشت کھانے کا بھی ذکر ملتا ہے اور سبزی میں سوکھے گوشت کے ٹکڑے ملا کر کھانے کا بھی۔ ہڈی چوسنے اور کھانے کا ایک واقعہ یا معمول و سنت بہت اہم اور دلچسپ ہے۔ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا بیان ہے کہ میں ایام خاص سے گزر رہی ہوتی اور اس دوران رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ گوشت کھاتی تھی اور ہڈی چوستی تھی اور رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم اسی ہڈی کو اسی جگہ سے چوستے اور کھاتے تھے، جہاں سے میں نے اسے چوسا تھا۔⁴³

معمول کا مستقل کھانا

عرب جاہلی سماج اور اسلامی عربی تمدن میں معمول کا کھانا گوشت روٹی پر مشتمل ہوتا تھا۔ یہ اصل اور مستقل کھانا تھا۔ گوشت دستیاب نہ ہوتا تو اس کی جگہ دوسری چیزیں بطور سالن استعمال کی جاتی تھیں۔ اسی طرح روٹی کھانے کا سب سے اہم جزو تھی کہ اس کے بغیر کھانا نہیں ہوتا تھا۔ جابر بن عبد اللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی دعوت شیراز میں رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم اور صحابہ کرام کو روٹی گوشت کھلایا گیا۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی روٹی گوشت کھانے کا ایک دلچسپ اور معنی خیز واقعہ حضرت بریرہ رضی اللہ عنہ کے صدقہ کے ضمن میں ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم گھر تشریف لائے تو ہانڈی گوشت سے بھری پک رہی تھی مگر آپ کے سامنے روٹی اور گھر کے سانوں میں سے کوئی ایک سالن پیش کیا گیا۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا! کیا میں ہانڈی میں گوشت نہیں دیکھ رہا؟ عرض کیا گیا کہ وہ تو صدقہ کا گوشت ہے، جو بریرہ کو دیا گیا ہے اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم صدقہ نہیں کھاتے۔ فرمایا وہ اس کے لیے صدقہ ہے، مگر ہمارے لیے بدیہ ہے۔⁴⁴

ایک دفعہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم اور حضرات شیخین حضرت ابو بکر اور عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما بھوک سے بے تاب ہو کر گھروں سے نکلے اور مشہور صحابی حضرت ابو الہیثم کے دولت کدے پر گئے۔ انہوں نے تینوں مہمانوں کی جو کی روٹی اور بکری کے گوشت سے ضیافت کی اور خوب ٹھنڈا پانی پلایا۔⁴⁵ حضرت عبد اللہ بن سرجس رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے ساتھ روٹی اور گوشت کھایا تھا۔⁴⁶ ترمذی کی ایک روایت حضرت مسروق، جو مشہور تابعی ہیں، ان سے ملتی ہے، جس کے مطابق رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے پوری زندگی ایک دن میں دو بار گوشت روٹی پیٹ بھر کر یا سیراب ہو کر نہیں کھایا۔

47

روٹی

احادیث میں روٹی یعنی خبز اور اس کی بعض اقسام کا ذکر اتنا زیادہ آتا ہے کہ اس پر ایک پوری کتاب لکھی جاسکتی ہے۔ متعدد قسم کی روٹیاں عرب بالخصوص مکہ مکرمہ میں اور اعلیٰ طبقات میں مروج تھیں لیکن عام غذائے نبوی اور طعام مدینہ جو کی روٹی تھی اور اسے بھی آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے بعض روایات کے مطابق پیٹ بھر کر نہیں کھایا تھا۔ ایک مرتبہ آپ نے جو کی روٹی کا ایک ٹکڑا لیا اور اس پر ایک کھجور رکھی اور فرمایا یہ اس کا سالن ہے۔⁴⁸

حضرت جابر بن عبد اللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا بیان ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم ایک روز میرا ہاتھ پکڑ کر اپنے کاشانہ مبارک میں لے گئے۔ آپ کی خدمت میں روٹی کا ایک مجموعہ قطعات پیش کیا گیا تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے دریافت فرمایا کیا کوئی سالن نہیں ہے؟ جواب نفی میں ملا تو سرکہ طلب فرمایا اور وہ مل گیا اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے بہترین سالن قرار دے کر روٹی اس کے ساتھ تناول فرمائی۔⁴⁹

رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم اور صحابہ کرام کے معمول کے کھانے

43- ابن ماجہ: کتاب الطہارۃ، باب فی موائلۃ الحائض و سورہا، رقم: ۶۴۳، بحوالہ صدیقی، یسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۶۲

44- موطا امام مالک، کتاب الطلاق، باب ما جاء فی الخیار، رقم: ۲۰۷۳، بحوالہ صدیقی، یسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۶۳

45- موطا امام مالک، کتاب الجامع، باب ما جاء فی الطعام والشراب، رقم: ۳۳۴۰، بحوالہ صدیقی، یسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۶۳

46- مسلم: کتاب الفضائل، رقم: ۲۳۴۶، بحوالہ صدیقی، یسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۶۴

47- ترمذی: ابواب الزبد، باب فی معیشتۃ النبی ﷺ واهله، رقم الحدیث: ۲۳۵۶، بحوالہ صدیقی، یسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۶۵

48- ابوداؤد: کتاب الاطعمۃ، باب فی التمر، رقم: ۳۸۳۰، بحوالہ صدیقی، یسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۶۷

49- مسلم: کتاب الاطعمۃ، باب فضیلۃ الخل، رقم: ۱۶۴، بحوالہ صدیقی، یسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۶۷

نبی ﷺ کے کھانوں میں جہاں گوشت روٹی کا ذکر آتا ہے، اس میں یہی جو کی روٹی مراد ہے۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے گہیوں کی روٹی اور اس پر مشتمل دوسرے کھانے کی اور مدنی دونوں ادوار میں تناول فرمائے تھے۔ شاید مکہ مکرمہ میں زیادہ اور مدینہ منورہ میں کم۔ اس ضمن میں ایک حدیث حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے منقول ہے، وہ بہت اہم ہے: فرماتی ہیں کہ خاندان محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے مدینہ آنے کے بعد گہیوں پر مبنی کھانا تین رات مسلسل پیٹ بھر کر نہیں کھایا۔⁵⁰ پیٹ بھرنے سے مراد فقر و فاقہ نہیں قلتِ طعام ہے کہ سنت و تعلیم یہی ہے کہ تھوڑی بھوک رکھ کر کھایا جائے اور پیٹیوں کی مانند حلق تک نہ بھر لیا جائے۔ ان روایات سے بھی اور دیگر احادیث سے ثابت ہوتا ہے کہ مکہ مکرمہ میں اشراف قریش کی مانند طعام نبوی گہیوں کی روٹی ہی پر مشتمل تھا۔⁵¹

حضرت انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ: خادم نبوی صحابی کا بیان ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے تیلی روٹی یا چپاتی اور بھنی ہوئی بکری کبھی نہیں کھائی یعنی آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے لیے کبھی چپاتی یا باریک روٹی پکائی ہی نہیں گئی۔ حضرت ام سلیم رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے بہر حال رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے لیے روٹی پکائی اور اس میں تھوڑا مکھن اور گھی بھی ملا دیا۔ یہ دعوت کا واقعہ ہے۔⁵² روٹی بالعموم خواتین پکاتی تھیں اور یہ روٹی گھریلو چھوٹوں پر بھی پکائی جاتی تھی۔ اس کے علاوہ سانچے چولہے کی روایت بھی تھی اور مشترکہ تنور کی روایات بھی وہاں تھیں، جہاں عورتیں اپنا پنا آٹا لے کر آتی تھی اور وہاں باری باری سے اپنی اپنی روٹیاں پکاتی تھیں۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا مشترکہ چولہا یا تنور ایک صحابیہ جن کا نام بنت الحارث بن نعمان آیا ہے، ان کے ساتھ تھا۔⁵³ ازواج مطہرات کے گھروں میں کھانا کھانے اور پکانے کے واقعات کا ذکر بہت سی روایات میں ملتا ہے۔ اسی کے ساتھ دوسری قسم کی روایات و احادیث بھی ہیں، جن میں فقر و فاقہ کی زندگی اور گھروں میں مدتوں چولہا نہ جلنے کا ذکر آتا ہے۔

انہی منفرد اور نادر روایات پر خاص نقطہ نظر سے زیادہ زور دیا گیا ہے۔ حالانکہ وہ اسلامی زندگی کا خصوصی پہلو ہے اور اصل پہلو وہی ہے، جس میں کھانے کو نعمت الہی سمجھنے کا مفہوم و معنی پایا جاتا ہے۔⁵⁴ حضرت زینب بنت جحش رضی اللہ تعالیٰ عنہا کو حضرت زید بن حارثہ کلبی کے طلاق دینے کے بعد جب عدت گزر گئی تو رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ان کو حضرت زینب کے پاس بھیجا تھا کہ ذکرِ نبی، ان کے سامنے کریں۔ حضرت زید رضی اللہ عنہ، حسب ارشاد حضرت زینب کے گھر گئے تو وہ اپنے گوندھے ہوئے آٹے میں خمیر اٹھا رہی تھیں۔⁵⁵

رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے مہمانوں اور وفود کے ارکان اور بھوکے اہل صفہ اور صحابہ کو کھانا کھلانے کے بیان میں بعض ازواج مطہرات کے گھروں میں روٹی پکانے کا واضح ذکر متعدد روایات میں ملتا ہے۔ بعض دوسری احادیث میں کھانا پکانے کے ساتھ اس کے قرآن ملتے ہیں۔⁵⁶ اسی طرح فتح مکہ میں رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے لیے زاوراہ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے تیار کیا تھا بلکہ دوران سفر کرتی تھیں اور اس کے لیے وہ گہیوں کا ستوبنا تھی یا آٹا اور کھجور ملا کر کھانا تیار کرتی تھیں۔⁵⁷ ایک زاوراہ کا ذکر غزوہ تبوک کے حوالے سے بھی ملتا ہے۔

گوشت اور سبزی پر مشتمل کھانے

گوشت میں شوربہ بھی ہوتا تھا جس کو روایات میں المرق کہا گیا ہے۔ یہ بیاز وغیرہ مصالحوں پر مشتمل شوربہ بھی ہوتا تھا اور ان کے علاوہ ان میں سبزی ڈال کر بھی سالن بنایا جاتا تھا۔ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے گوشت پکانے والی خاتون کو ہدایت فرمائی تھی کہ جب گوشت پکائیں تو اس میں شوربہ بڑھادیا کریں تاکہ پڑوسیوں کو ہدیہ بھیج

50 صحیح بخاری: کتاب الاطعمۃ، باب ما کان النبی و اصحابہ یاکلون، رقم: ۵۱۰۰، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۶۹

51 صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۶۹

52 ابن ماجہ: کتاب الاطعمۃ، باب الخبز الملبق بالسمن، رقم الحدیث: ۳۳۳۲، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۷۰

53 ابوداؤد: کتاب الطہارۃ، باب الرجل یخطب، رقم: ۱۱۰۰، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۷۱

54 صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۷۳

55 مسلم: کتاب النکاح، باب زواج زینب بنت جحش، رقم: ۱۴۲۸، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۷۴

56 صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۷۵

57 واقدی، کتاب المغازی، لندن، ۱۹۶۶ء، ص ۷۹، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۷۵

سکین۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ہر ایک اونٹ سے تھوڑا سا گوشت لیا اور اس کو پتیلی یا ہانڈی میں ڈال کر پکایا گیا۔ پھر رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اور حضرت علی نے اس کا گوشت کھایا اور اس کا شور بہ پیا۔⁵⁸

رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے پسندیدہ ترین کھانوں میں ایک طفیش نامی بھی تھا۔ حضرت ابو ایوب انصاری رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا بیان ہے کہ انہوں نے رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ ایک رات کھانا کھایا اور اس کھانے میں حضرت سعد بن عبادہ کا بھیجا ہوا بڑا پیالہ تھا، جس میں طفیش تھا۔ حضرت ابو ایوب رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو اسے اتنی رغبت سے کھاتے دیکھا کہ کسی اور کھانے کو اتنی رغبت سے کھاتے نہ دیکھا تھا۔ لہذا انہوں نے بھی اسے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے لیے بنانا شروع کر دیا۔⁵⁹

ثرید لحم

لفوی اعتبار سے ثرید، ثرد سے بنا ہوا لفظ ہے، جس کے معنی ہیں روٹی کو توڑ کر شور بے میں تر کرنا۔ یہ عرب کھانوں میں سب سے زیادہ مرغوب و محبوب تھا اور رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے تمام کھانوں میں افضل بتایا ہے۔ متعدد احادیث بتاتی ہیں کہ پسندیدہ ترین کھانوں میں ثرید بھی تھی، جو روٹی وغیرہ مختلف چیزوں سے بنتی تھی۔ ثرید دو قسم کی ہوتی تھی۔ ایک گوشت والی اور ایک گوشت کے بغیر۔ گوشت والی یعنی گوشت کے شور بے میں ملی ہوئی روٹی۔ گوشت اور کدو کو ملا کر ثرید نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام کے لیے بنایا گیا اور آپ علیہ الصلوٰۃ والسلام کی احادیث میں اس کا تذکرہ موجود ہے اور کئی دفعہ آپ علیہ الصلوٰۃ والسلام کو یہ کھانا پیش کیا گیا۔⁶⁰ مسلم کی ایک حدیث میں ایک واقعہ کا ذکر ملتا ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے سامنے ثرید اور گوشت کا پیالہ رکھا گیا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے دست تناول فرمائی کہ بکری کے گوشت میں وہ سب سے زیادہ محبوب تھی۔ حدیث ابن ماجہ میں ہے کہ ایک مولائے نبوی کی دعوت میں جو کھانا پیش کیا گیا، اس میں گوشت اور کدو کی ثرید تھی۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو کدو، لو کی بہت پسند تھی۔⁶¹ جب رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم مدینہ میں مہمان خانہ ابو ایوب انصاری سے اتر کر اپنے مسکنوں میں آئے تھے، اس دوران حضرت ابوامامہ سعد بن زرارہ کے گھر سے روزانہ ایک عظیم و کبیر پیالہ آتا تھا، جس میں اکثر و بیشتر ثرید لحمی ہوتی تھی۔ اسی طرح حضرت سعد بن عبادہ اور بعض دوسرے انصاری صحابہ کے گھروں سے ثرید کے پیالے آتے تھے کہ وہ آپ علیہ الصلوٰۃ والسلام کا محبوب کھانا تھا۔ ان دونوں مسلسل ہدائے طعام میں بیشتر اوقات ثرید میں گوشت کے ٹکڑے ضرور شامل ہوتے تھے۔⁶²

ابوداؤد کی حدیث میں ہے حضرت عبداللہ بن بسر مزنی کا بیان ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ایک بڑا پیالہ تھا جس کو الغر اکھا جاتا تھا، جب کبھی قربانی ہوتی تو اس کا گوشت اس بڑے پیالے میں ڈالا جاتا اور اس کی ثرید بنائی جاتی پھر وہ پیالہ لایا جاتا۔ لوگ اس پر جھپٹ پڑتے۔ جب لوگوں کی تعداد بہت زیادہ ہو جاتی تو رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نیچے جھک کر جھک جاتے اور لوگوں سے فرماتے کہ اس پیالے کے کناروں سے کھاؤ اور اس کا درمیانی مینار چھوڑ دو کہ برکت اسی میں اترتی ہے۔⁶³ ابوداؤد کی ایک اور حدیث سے واضح ہوتا ہے کہ گوشت کے بغیر ثرید بھی دو قسم کی ہوتی تھی جو رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو سب سے زیادہ محبوب تھی۔ ایک روٹی کی ثرید اور دوسری ہریس کی ثرید۔

حشیشہ، خزیرہ اور ہریسہ

کا شانہ نبوی میں اصحاب صفہ کی ایک دعوت نبوی میں حشیشہ نامی کھانا پیش کیا گیا تھا۔ حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے اس کے بعد "حیصہ" نامی کھانا بھی فرمائش نبوی پر کھلایا جو ثرید کی طرح تھا۔ اس کے بعد دودھ کے پیالوں سے تواضع کی تھی۔ ایک حدیث میں ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی ایک دعوت آپ صلی اللہ

58۔ ابن ماجہ: کتاب المناسک، باب حجة رسول الله ﷺ، رقم: ۴۰۷۳، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۸۷

59۔ بلازری: انساب الاشراف، ۱/ ۲۶۷، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۸۷

60۔ ابوداؤد: کتاب الاطعمہ، باب فی اکل الثرید، رقم: ۳۷۸۳، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۵۸

61۔ مسلم: رقم: ۳۲۸

62۔ ابن سعد: ۳/ ۶۱۴، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۸۰

63۔ ابوداؤد: کتاب الاطعمہ، باب ما جاء فی الاکل، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۸۱

علیہ وسلم کے ایک نابینا صحابی حضرت عتبان بن مالک نے کی تھی اور اس میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو خزیرہ کھلایا تھا۔ خزیرہ چونکہ بھوسا سے بنایا جاتا تھا اور بعض کے نزدیک یہ باریک اور نفیس آٹے سے بنتا تھا۔ بقول صاحب مصباح اللغات یہ ایک قسم کا کھانا تھا جو گھی اور آٹا ملا کر پکا جاتا تھا۔⁶⁴

ہریرہ کا شمار لحمی کھانوں میں ہوتا ہے۔ صاحب مصباح اللغات کے مطابق وہ ایک قسم کا کھانا تھا، جو گوشت اور کوٹے ہوئے گیبوں کو ملا کر تیار کیا جاتا ہے۔ ہریرہ اصل میں حشیشہ سے تھوڑا مختلف ہوتا تھا۔ دونوں میں گوشت کے پارچے بنیادی کھانا تھے اور حریصہ میں گیبوں کے دانے کوٹے جاتے تھے اور حشیشہ میں ان کو خوب پیسا جاتا تھا۔ حضرت ام ایوب انصاری کا بیان ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم ان کے شوہر کے گھر میں سات ماہ قیام پذیر رہے۔ ہم آپ علیہ الصلوٰۃ والسلام کے لیے بطور خاص ہریرہ تیار کرتے تھے اور ہم نے دیکھا کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم اس کو پسند فرماتے تھے۔ یہ لحمی اور غیر لحمی دونوں طرح کا ہوتا تھا۔⁶⁵

ستویا سو یک ستویا آٹے کی ایک قسم ہے یا دوسرے الفاظ میں وہ جو کہ آٹے پر بنیادی طور سے مشتمل ہوتا ہے۔ اس میں بعض دوسری چیزوں کو بھی ملا یا جاتا ہے تاکہ وہ حلق سے باآسانی نیچے اتر سکے اور لذت کام و دہن کا کام بھی کر سکے۔ اس کا رواج تمام دینی معاشروں میں رہا ہے اور غالباً وہ سب سے زیادہ مقبول عام سیدھا سادہ اور معمول کا کھانا سمجھا جاتا رہا ہے۔

ستویا سو یق، مکی اور مدنی دونوں طبقات مسلمین کا عام زاد راہ تھا اور سفر و حضر میں اس کا استعمال اسی طرح کیا جاتا تھا۔ مسلم افواج اور غزوات نبوی کے دوران بھی ستویا سو یق کا یہی استعمال تھا اور اس کی متعدد احادیث و روایات ملتی ہیں۔ امام بخاری کی ایک حدیث میں ہے کہ حضرت سوید بن نعمان کا یہ بیان ہے کہ وہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ خیبر کے اطراف میں صحبہ نامی مقام پر تھے جب نماز کے وقت کھانا طلب کیا گیا تو آپ علیہ السلام کی خدمت میں صرف ستویا پیش کیا گیا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اور ہم نے اسے ہاتھوں سے پھانک لیا اور پھر کھلی کر کے نماز ادا فرمائی اور وضو نہیں کیا۔⁶⁶ اسی غزوہ خیبر سے واپسی پر حضرت صفیہ بنت حنی سے رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے شادی کی تھی اور ان کے ولیمہ میں ستویا اور کھجور کھلائی تھی۔⁶⁷

رمضان میں سحری کے کھانے میں بھی ستویا اور کھجور کھانے کا ذکر ملتا ہے۔ نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام اور بعض صحابہ کرام جیسے حضرت زید بن ثابت خزرجی اور حضرت انس وغیرہ نے ستویا کا شربت پی لیا اور آپ علیہ السلام نے کھجور بھی کھائی تھی۔ سنن نسائی⁶⁸

دوسرے شوربے/سالن

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے حوالے سے ایسی روایات ملتی ہیں کہ جس میں آپ علیہ الصلوٰۃ والسلام نے گوشت کے شوربے کے علاوہ شوربے میں یاسالن میں گھی، مکھن تیل اور سرکہ وغیرہ بھی استعمال فرمایا ہے۔ گوشت اور سبزی کے بعد سرکہ کا اور ان چیزوں کا نمبر آتا تھا۔ سرکہ کو ایک حدیث میں بہترین شوربہ یاسالن کہا گیا ہے۔ حدیث ابن ماجہ کے مطابق سرکہ سابق انبیاء کا بھی سالن رہا تھا اور فرمان نبوی کے مطابق جس گھر میں سرکہ ہوتا ہے وہ کبھی فقر کا شکار نہیں ہوتا۔⁶⁹

روٹی، گھی، سمن اور تیل

روٹی اور تیل بھی کھانا رہا ہے۔ حضرت بریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے صدقہ کے گوشت کے ہدیہ اہل بیت بننے کے ضمن میں اس کا ذکر ہے۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے کاشانہ میں بھی مختلف قسم کے شوربے ہوتے تھے، جن میں تیل بھی شامل تھا اور دوسری چیزیں بھی۔ حضرت سعد بن عبادہ کی ایک ٹرید، زیتون کے تیل پر بھی مبنی ہوتی تھی۔ حضرت ابورافع، جو نبی علیہ السلام کے غلام تھے، وہ بیان کرتے ہیں کہ بسا اوقات مجھے رات کے کھانے پر نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام مدعو کرتے اور فرماتے ہیں

64۔ بخاری: کتاب الاطعمہ، باب الخزیرہ، رقم ۵۴۰۱، بحوالہ صدیقی، یسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۸۲

65۔ ابن ہشام: السیرۃ النبویہ، ۱/ ۳۹۹، ۳۹۸/ بحوالہ صدیقی، یسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۸۳، ۸۴

66۔ بخاری: کتاب الاطعمہ، باب السویق، رقم: ۵۳۹۰، بحوالہ صدیقی، یسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۸۸

67۔ ترمذی: ابواب النکاح، باب فی الولیمۃ، رقم: ۱۰۹۵، بحوالہ صدیقی، یسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۸۹

68۔ سنن نسائی: کتاب الصیام، باب السحور باسویق والتمر، قضاة: ۲۷۷، بحوالہ صدیقی، یسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۸۹

69۔ ابن ماجہ: کتاب الاطعمہ، باب الانتدام بالخل، رقم ۳۳۱۸، بحوالہ صدیقی، یسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۹۱

کہ کھری، امیر کے لیے چھوڑا اور تیل کی ٹرید کھلاتے۔⁷⁰ ایک دلچسپ روایت ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے حضرت ام سلمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے ساتھ شب عروسی منائی تو اس رات گھر میں جو حضرت ام سلمہ کا کبھی رہا تھا، ایک پتھر کی پیلی میں چربی یا گھی کا ایک سنتھ تھا اور وہی آپ صلی اللہ علیہ وسلم اور نبی دہن کا طعام عروسی تھا۔

عرب روغنیات میں گھی یا سمن بہت محبوب تھا اور اس کا ذکر بہت سی احادیث اور روایات میں ملتا ہے۔ اس کا استعمال کھانے: گوشت، سبزی پکانے کے تیل کے طور پر کیا جاتا تھا۔ حضرت ام سلیم رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے لیے روٹی پکائی تو اس میں تھوڑا سا گھی بھی ملا دیا تھا۔ یہ ان کے گھر کی اجتماعی دعوت صحابہ کا واقعہ ہے۔⁷¹ اسی طرح رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک دن عمدہ گیہوں کی سفید روٹی کو گھی سے تر کر کے کھانے کا خیال ظاہر فرمایا اور ایک انصاری صحابی نے ایسی ہی روٹی آپ کے لیے پکوائی۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے حضرت ام مالک کو ایک کبی بھر گھی ہدیہ کیا تھا۔ ان خاتون کے بیٹے آتے اور سالن مانگتے جو ان کے گھر میں ہوتا ہی نہیں تھا تو خاتون خانہ اس کبی سے گھی نکال کر بطور سالن کھلا دیتی۔⁷²

سبزیوں پر مشتمل کھانے

حضور اکرم صلی اللہ علیہ والہ وسلم کو کچی اور کچی سبزیاں پسند تھیں آپ مختلف قسم کی سبزیوں کا سلاد کھاتے تھے اور کچی ہوئی سبزیاں بھی مرغوب تھیں۔ آپ کے کھانے مختلف سبزیوں پر بھی مشتمل ہوتے تھے اور وہ آپ کو پسند بھی ہوتے تھے۔ آپ کے ایک میزبان پڑوسی خیاط نے اپنی دعوت میں شوربہ دار لوکی کھلائی تھی اور نبی علیہ السلام کے رفیق دعوت حضرت انس بن مالک خادم خاص تھے۔

لوکی یا لڈبا کے بارے میں سب سے اہم نکتہ یہ ہے کہ وہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ایک محبوب ترین غیر لحمی کھانا تھا۔ زرعی لحاظ سے لوکی کی کئی قسمیں ملتی ہیں۔ ان میں سے ایک لمبی موٹی ہوتی ہے اور دوسری گول کدو کی طرح ہوتی ہے۔ حدیث و سیرت کی کتابوں میں لوکی کے لیے الد باور کدو کے لیے قراع کا لفظ استعمال کیا گیا ہے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو لوکی الد با بہت پسند آئی اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم سالن میں سے ڈھونڈ ڈھونڈ کر کھاتے رہے۔ آپ اور گھریلو کھانوں میں بھی اس کا استعمال کرتے تھے اور ایک روایت میں جب آپ کے شریک طعام آپ کے خادم حضرت انس تھے، وہ اس کے ٹکڑے آپ کے سامنے کرتے رہے۔ بعض اوقات کدو یا لوکی کو کسی اور کھانے یعنی گوشت وغیرہ میں ڈال کر اس میں اضافہ کر لیا جاتا تھا اور اس طرح وہ شوربے میں اضافے کے مترادف ہو جاتی تھی۔⁷³

آپ کے فرامین سے ثابت ہوتا ہے کہ طبی طور پر کدو میں دماغ کی کمزوری حافظہ کی کمی اور دل کی پریشانی یعنی ڈپریشن کا علاج بھی ہے۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ والہ وسلم کے کھانے میں پیاز بھی شامل رہا ہے لیکن آپ علیہ الصلوٰۃ والسلام نماز سے پہلے اس کو نہیں کھاتے تھے تاکہ اس کی بو، مسجد کے نمازیوں کو نہ پہنچے۔

چکندر

ترمذی اور ابوداؤد کی حدیث میں ہے کہ نبی کریم علیہ السلام حضرت علی کے ساتھ حضرت ام منذر کے گھر تشریف لے گئے تو خاتون خانہ نے چکندر اور جو، پر مٹی کھانا تیار کیا اور نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام نے حضرت علی کو بھی اس کھانے میں شریک فرمایا۔ اس لیے کہ وہ ان کی صحت کے لیے بھی مناسب تھا۔ چکندر بطور کامل غذا کے بھی استعمال ہوتی تھی اور اس کے اضافے سے سالن یا شوربہ بھی بنا لیا جاتا تھا۔

⁷⁰ - ابن سعد، ۴/ ۳۳۶، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۹۲

⁷¹ - بخاری: کتاب الصوم، باب من زار قوماً، رقم: ۱۸۸۱، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۹۴

⁷² - مسلم: کتاب الفضائل، رقم: ۲۲۸۰، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۹۵

⁷³ - بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۹۸

تلبینہ، حیس

یہ کھانا بھی روٹی پر مشتمل ہوتا تھا یا بھوسی یا آٹے سے بنایا جاتا تھا۔ لغوی اعتبار سے تلبینہ بھوسی دودھ شہد سے بنا ہوا "حریرہ" ہوتا تھا۔ اس کی ایک خاصیت فرمان نبوی کے مطابق یہ تھی کہ وہ کھانا مریض کے دل کے لیے باعث سکون ہوتا تھا اور غم کا کچھ حصہ بھی دور کر دیتا تھا۔⁷⁴

عربوں کا ایک پسندیدہ کھانا تھا، جو کھجور، گھی اور ستوپر مشتمل ہوتا تھا۔ بعض احادیث میں یہ کہا گیا ہے کہ یہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے پسندیدہ کھانوں میں سے ایک تھا۔ حضرت فروہ بن عمر یا ضی رضی اللہ عنہما کے مولا حضرت ابو ہند نے خدمت نبوی میں غزوہ بدر کے بعد حیس بھری ایک مشک پیش کی تھی۔ ابن ہشام اور حضرت صفیہ بنت جی سے شادی کے ولیمہ نبوی میں بھی حیس کا کھانا کھلایا گیا تھا۔⁷⁵ بعض ہدایائے طعام جو نبی علیہ السلام کے گھر لائے جاتے تھے اور آپ کے اہل بیت کے پاس آتے تھے، ان میں بھی اس کے کھانے کا اس کھانے کا ذکر ملتا ہے۔

دودھ اور دہی سے بنی غذا میں

آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم مسلمانوں کو دودھ پینے کی تلقین فرماتے اور خود بھی دودھ میں پانی ملا کر پیتے تھے۔ دودھ اور دہی سے متعدد کھانے تیار کیے جاسکتے ہیں اور عرب سماج میں کیے جاتے تھے۔ ان میں سب سے خالص اور اول دہی تھا اس کے علاوہ پنیر بھی تھا۔ امام بخاری نے کتاب الاطعمہ میں حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی روایت کا ایک خلاصہ درج کیا ہے کہ حضرت صفیہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا ام المومنین کے ولیمہ میں کھجور اور گھی کے علاوہ پنیر بھی تھا۔ ایک اور حدیث میں ایک ہدیہ کا ذکر ہے حضرت ابن عباس کی ایک خالہ حفیدہ بنت الحارث نے رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو ہدایائے عام پیش کیے تھے، ان میں پنیر بھی تھا اور رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے پنیر کھلایا تھا۔⁷⁶

مکھن دودھ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو مرغوب تھا اور اس سے بنی ہوئی بہت سی اشیاء بھی مرغوب کھانوں میں آتی تھیں، ان میں مکھن یعنی زبد بہت ہی پسندیدہ تھا۔ حدیث ابن ماجہ کے مطابق رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے ایک دیہاتی دورے کے دوران مکھن اور کھجور کا کھانا پیش کیا گیا تھا اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم مکھن بہت پسند کرتے تھے۔ ایسا لگتا ہے کہ مکھن کو کھجور کے اندر گٹھلی نکال کر کھانے کا رواج عہد نبوی صلی اللہ علیہ وسلم میں اور اس سے پہلے بھی تھا اور آپ نے بھی اسے پسند کیا۔ حضرت بسر سلمی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے دو فرزندوں نے رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو اس سے قبل مکھن اور کھجور پیش کی تھی جو آپ نے تناول فرمائی تھی۔⁷⁷ روٹی کے ساتھ مکھن کھانے یا مکھن کو بطور سالن استعمال کرنے کی روایت بھی موجود ہے۔

حضرت ام سلیم انصاری رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اپنے شوہر نامدار حضرت ابوطحہ انصاری کی فرمائش پر جو کھانا غزوہ خندق کے موقع پر رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم اور صحابہ کرام کے لیے تیار کیا تھا وہ روٹی اور گھی کو ملا کر بنایا گیا تھا جو کہ روٹی کے ٹکڑے نکال کر اور ان کو کپڑے کے ایک کونے میں باندھ کے اور کپڑے کے نیچے ان کو خوب پیٹا اور ایک دوسرے کو مسل کر چور چور کیا اور پھر نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام کی ہدایت پر اس کو مزید باریک کیا گیا اور پھر گھی یا مکھن کی ایک کچی سے اس پر چکنائی ڈال کے سالن بنایا گیا جو سب نے بڑے شوق سے کھایا۔

اسی طرح ایک اور قسم کا کھانا تھا جو گھی کھجور اور ستوں سے تیار کیا جاتا تھا۔ اس میں بعض کھانوں یا چیزوں کو ملا کر ایک آمیزہ تیار کیا جاتا تھا کبھی کبھی پنیر کی جگہ چور یا آٹا بھی ڈالا جاتا تھا۔ یہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو بعض دفعہ پیش کیا گیا اور آپ نے اسے شوق سکھایا۔

شیریں کھانے

عرب معاشرے میں بالخصوص مدنی سماج میں کھجور کا چلن بہت تھا۔ وہ بطور شیرینی بھی کھائی جاتی تھی اور بطور طعام بھی۔ کیونکہ کھجوروں کی بہتات اور عمدہ اقسام کے سبب اس کو عام اور معمول کے کھانوں کے دستیاب نہ ہونے کی صورت میں کھانا سمجھ کر کھایا جاتا تھا جیسا کہ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کی حدیث سے اہل

74۔ بخاری: کتاب الاطعمہ، باب التلبینہ، رقم: ۵۱۰۱، بحوالہ صدیقی، لیسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۰۲

75۔ بخاری: کتاب النبوع، باب هل يسافر بالجاربة، رقم: ۲۱۲۰، بحوالہ صدیقی، لیسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۰۳

76۔ بخاری: کتاب الاطعمہ، باب الاقط، رقم: ۵۰۸۷، بحوالہ صدیقی، لیسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۰۷

77۔ سنن ابن ماجہ: کتاب الاطعمہ، باب التمر بالزبد، رقم: ۳۳۳۴، بحوالہ صدیقی، لیسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۰۸

بیت نبوی کے طعام روزمرہ کا ذکر ملتا ہے کہ دودھ مینے اسی پر گزارا ہوتا تھا۔ دوسری میٹھی چیزوں میں شہد کا مقام تھا۔ اس کی غذائی افادیت جسم و جان کے لیے شفا ہونے کی خصوصیت اور عام دستیابی کی صورت میں اس کو بقول عام شیرینی بنا دیا تھا۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اس کا استعمال فرماتے تھے۔ اس کا مشروب یا اسے خالص بھی استعمال فرماتے تھے۔ عام میٹھی چیز یعنی حلوہ کا ذکر بھی کھانے میں آتا ہے اور وہ بھی سنت عام یا قسم ثقہ معلوم ہوتی ہے، اصل کھانا نہیں۔

کھجور

کھجور مدنی سماج میں مقبول ترین اور دستیاب غذا تھی اور بسا اوقات واحد غذا بن جاتی تھی، جب دوسری غذائیں یا کھانے مہیا نہیں ہوتے تھے۔ حدیث میں اسی کھجور اور پانی پر مشتمل کھانے کو الاسودین یعنی دو سیاہ چیزوں کا نام دیا گیا ہے۔ احادیث اسودین کا پس منظر اہم ہے جو حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے مختلف بیانات پر مبنی ہے۔ ایک حدیث میں ہے کہ پورماہ گزر جاتا جس میں گھر میں چولہا نہ جلتا سوائے اس کے کہ تھوڑا سا گوشت مل جایا کرتا تھا۔ دوسری روایت میں ہے کہ دو ماہ میں ہم تین تین ہلال یعنی چاند دیکھ لیتے اور رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے گھروں میں آگ نہیں جلتی تھی، ہمارا کھانا کھجور اور پانی ہوتا تھا۔ اس کے علاوہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے انصاری پڑوسی تھے جن کے پاس دودھاری اونٹیاں تھیں اور وہ اپنے گھروں سے دودھ کے عطایا بھیجا کرتے تھے اور ہم ان کو ہم ان سے شاد کام کرتے تھے۔⁷⁸

حضرت جابر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے ساتھ ایک انصاری خاتون کے گھر تشریف لے گئے تو گوشت کھانے کے بعد تازہ کھجوروں یعنی رطب سے بھری تھالی پیش کی گئی اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اس سے تناول فرمایا۔⁷⁹ عید الفطر کے دن عید گاہ جانے سے قبل چند کھجوریں کھا کر تشریف لے جاتے تھے۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے کھانے کے ہدایہ میں کھجوروں یعنی تمر، رطب وغیرہ کے ہدایا بھی آتے تھے جیسے حضرت ام سلیم نے حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے ہاتھ ایک پیانا بھر کھجوریں بھیجی تھیں۔⁸⁰ حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے مطابق اہل بیت نے فتح خیبر تک کھجوروں کو آسودہ ہو کر نہیں کھایا۔ بخاری رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اور اہل بیت اپنے زائروں اور مہمانوں کو بسا اوقات کھجوریں کھلاتے تھے جیسا کہ حکم بن حزن کفنی کا تجربہ ملتا ہے۔⁸¹ زیارت نبوی کے دوران بھی آپ صلی اللہ علیہ وسلم اور صحابہ کو کھجوروں کا توشہ پیش کیا جاتا تھا جیسے حضرت ابو الہیثم کی دعوت میں میزبان نے "رطب و بسر" دونوں سے ان کی تواضع کی تھی۔⁸² حضرت ام سلیم نے رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو کھجور اور گھی کھلایا۔ عقیدہ کے ابواب میں ہے کہ آپ نو مولود بچوں اور بچیوں کو کھجوروں سے تحنیک فرماتے تھے۔⁸³ حضرت ابن زبیر کی تحنیک اس طرح کی گئی تھی اور متعدد دوسرے بچوں کی تحنیک میں رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کھجور وغیرہ میٹھی چیز کو اپنے دہن مبارک میں نرم کرتے تھے اور پھر اس کا گودا نو مولود کو چٹاتے تھے اور اس سے برکت حاصل کی جاتی تھی۔⁸⁴ غزوات کے دوران بالعموم کھجوریں ہی کھانے کا سب سے بڑا حصہ ہوتی تھی اور اجتماعی کھانوں میں ان کا جزو اعظم ہوتا تھا۔

حضرت عبداللہ بن جعفر بن ابی طالب نے رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو ککڑی کے ساتھ کھجوریں ملا کر کھانے کا مشاہدہ کیا تھا۔ کھانے کا طریقہ اس طرح ملتا ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے داہنی جانب ککڑی تھی اور بائیں طرف کھجوریں تھیں۔ ایک مرتبہ ادھر سے تناول فرماتے اور ایک مرتبہ دوسری دفعہ ادھر سے۔⁸⁵

⁷⁸ - بخاری: کتاب الرقاق، باب کیف کان عیش، رقم: ۶۰۸۹، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۱۱

⁷⁹ - ترمذی: ابواب الطہارۃ، باب ترک الوضوء مما غیرت النار، رقم الحدیث: ۸۰، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۱۳

⁸⁰ - ابن ماجہ: کتاب الاطعمہ، باب الدباء، رقم: ۳۳۰۳، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۱۳

⁸¹ - ابوداؤد: کتاب الصلوٰۃ، باب الرجل یخطب علی قوس، رقم: ۱۰۹۶، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۱۴

⁸² - ترمذی: ابواب الاشریہ، باب جواز استباحہ غیرہ، رقم الحدیث: ۵۴۳۴، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۱۴

⁸³ - مسلم: کتاب الآداب، باب استحباب تحنیک المولود، رقم: ۵۷۳۶، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۱۴

⁸⁴ - مسلم: کتاب الآداب، باب استحباب تحنیک المولود، رقم: ۵۷۳۶، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۱۴

⁸⁵ - بخاری: کتاب الاطعمہ، باب الرطب بالفتاء، رقم: ۵۱۲۴، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۱۶

حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کی روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم خربوزہ کھجوروں کے ساتھ کھاتے تھے۔⁸⁶ کھجور کے ساتھ خربوزہ کھانے کی متعدد روایات و احادیث کتب حدیث وغیرہ میں ملتی ہیں۔ حافظ ابو نعیم کی کتاب الطب میں حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے ایک حدیث یہ نقل کی گئی ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم دائیں ہاتھ سے کھجوریں اور بائیں جانب سے خربوزہ تناول فرماتے تھے کہ وہ دونوں اسی طرح رکھے ہوئے تھے اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو خربوزہ بہت پسند تھا۔ خربوزہ کے پسندیدہ ترین پھل ہونے کا جملہ بتاتا ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم خربوزہ کھایا کرتے تھے اور اس کی افادیت اور لذت دونوں معروف تھیں۔⁸⁷ پیٹھے کھانے یا شیرینی کے استعمال کا ایک اور زاویہ یہ ہے کہ کھجور کو دودھ کے ساتھ ملا کر کھایا جائے۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی ایک سنت طعام یہ بھی تھی اور غالباً عام عرب دستور تھا کہ کھجور کو بعض دوسری چیزوں یا کھانوں کے ساتھ ملا کر کھاتے تھے۔ پانی کے ساتھ کھجور کھانا تو خالص غذائی اہمیت کا حامل نظر آتا ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم سے دودھ کے ساتھ کھجوریں کھانے کی بعض روایات موجود ہیں۔

شہد

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کو میٹھی چیزیں مرغوب تھیں۔ ان میٹھی چیزوں میں سب سے زیادہ پسندیدہ شہد تھی، جس کا عربی نام عسل ہے۔⁸⁸ ضیافت خاص کا ایک حصہ صرف شہد پر مشتمل ہوتا تھا۔ اس کا ذکر ازواج مطہرات کے حوالے سے بھی ہے۔ حضرت ام سلمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے باغات طائف سے شہد آتا تھا اور وہ اسے خاص طور سے رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے لیے رکھ چھوڑتی تھی اور روزانہ جب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اپنے ازواج مطہرات کے پھیرے میں ان کے گھر پہنچتے تھے تو شہد سے ضیافت کی جاتی تھی۔⁸⁹

بیر

نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے بچپن میں بکریاں چرائی ہیں اور صحرائی پھل بیر کھانے کے بھی آپ کو مواقع ملتے رہے۔ حضرت جابر بیان کرتے ہیں کہ ہم صحابہ، نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام کے ساتھ مر الظہران نامی مقام پر تھے اور بیر چن رہے تھے۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا تم لوگ اس میں سے کالے توڑو کہ وہ زیادہ اور عمدہ ہوتے ہیں۔⁹⁰

کھانے کے اوقات

عام طور سے احادیث نبوی اور روایات سیرت میں صرف دو اوقات طعام : غداء اور عشاء کا حوالہ ملتا ہے۔ ہجرت کے سفر میں مدینہ سے ایک برید پہلے قیام کر کے آپ علیہ الصلوٰۃ والسلام نے اپنے رفقاء کے ساتھ بکری کا سوکھا گوشت غداء میں کھایا تھا۔ وہ راستہ میں ذبح کی ہوئی بکری کا بقیہ حصہ تھا۔⁹¹ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے حوالے سے بعض احادیث صیام میں ذکر آتا ہے کہ صبح آپ صلی اللہ علیہ وسلم گھر میں گھر میں باہر سے تشریف لاتے اور صبح کا کھانا غدا طلب فرماتے اور وہ موجود نہ ہوتا تو روزہ نفل رکھ لیا کرتے تھے اور کبھی کبھی ایسا بھی ہوا کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے غدا نہ ملنے کی صورت میں نفل روزہ رکھ لیا اور پھر کہیں سے صبح کھانا

⁸⁶ - ترمذی: کتاب الاطعمہ، باب اکل البطیخ بالرطب، رقم: ۱۸۳، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۱۷

⁸⁷ - بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۱۸

⁸⁸ - المصنف ابن ابی شیبہ: الجزء الخامس، رقم: ۵۲۴، عن عائشة قالت: كان رسول الله ﷺ يحب العسل ويجب الحلوى بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۱۹

⁸⁹ - بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۲۰

⁹⁰ - بخاری: کتاب الاطعمہ، باب لکبات، رقم: ۵۲۵۳، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۲۱

⁹¹ - ابن سعد: ۳۱۲/۴، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۲۳

آگیا تو تناول فرمایا۔⁹² حضرت ام سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہا کی روایت ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کے پاس تشریف لائے اور غذا طلب فرمایا حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے عرض کیا ہمارے پاس روٹی، کھجور اور سرکہ ہے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے سرکہ کی تعریف کی۔⁹³ بنو عبد اللہ بن کعب کے ایک شخص نے حضرت انس بن مالک سے بیان کیا کہ ہم پر اسلامی لشکر نے حملہ کیا تو میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوا اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو غداء یعنی صبح کا کھانا کھاتے ہوئے پایا۔ نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام نے ان کو بھی کھانے میں شرکت کی دعوت دی۔ حالانکہ ان کا نقلی روزہ تھا۔

94

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ بے مال و منال شخص تھے اور طلب علم کے جوش میں ہر وقت صحبت نبوی میں رہتے تھے۔ لہذا کھانے کے لیے بھی رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم پر منحصر تھے۔ وہ بالعموم رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ دن کا کھانا کھاتے تھے اور اس کے فوت ہو جانے کے خدشے سے بسا اوقات دوسرے کام نال جاتے تھے۔⁹⁵

رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی بہت سی دعوتیں صحابہ کرام کے گھروں میں دن میں کی گئی تھی اور زیارات کی دعوتیں بالعموم دن کی ہوتی تھیں۔

رات کا کھانا: عشاء

دوسرا معمول کا کھانا رات کا تھا جو غالباً نماز عشاء کے قریب کھانے کے سبب سے اس کا نام عشاء رکھ دیا گیا تھا۔ رات کے کھانے اور کھلانے کے متعدد واقعات کا ذکر احادیث نبوی اور روایات سیرت میں ملتا ہے۔ ان میں رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے رات کے کھانے کے واقعات شامل ہیں اور صحابہ کرام کے کھانے کے معمولات بھی۔

حدیث بخاری میں ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم، حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے گھر میں رات کا کھانا کھا رہے تھے کہ حضرت سودہ بنت زمعہ: ام المؤمنین نے آکر حضرت عمر کی شکایت کی کہ وہ میرے باہر نکلنے پر معترض ہوتے ہیں۔ آپ نے ضرورت سے باہر نکلنے کی آزادی عطا فرمائی۔ اس وقت آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے ہاتھ میں کھانے کے لیے شور بہ موجود تھا۔ دیگر روایات بھی موجود ہیں کہ جس میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے رات کے وقت کھانے کا تذکرہ موجود ہے۔ مختلف وفود کی آمد پر رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم ان کے ارکان کی دعوت کرتے تھے یا صحابہ کرام کے گھروں پر ان کی ضیافت کا اہتمام فرماتے تھے۔ ان میں سے بیشتر رات کے کھانے ہوتے تھے۔ جیسے حضرت ابو بکر صدیق کی دعوت کا واقعہ۔⁹⁶

ان کے علاوہ بعض رات کے کھانوں کی ضیافتیں تھیں جیسے وفد بنی المصطلق کی روایت، جن کی رات کے کھانے پر خاص ضیافت رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے کی تھی۔⁹⁷ ایک فارسی صحابی نے رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم اور حضرت عائشہ کی دعوت رات کے کھانے پر کی تھی۔ حضرت فاطمہ نے رات کے کھانے پر نبی صلی اللہ علیہ وسلم اور بعض صحابہ کرام کو مدعو کیا تھا۔ اسی طرح کھانے کے ہدایا میں بالعموم عشاء کا ہی ذکر آتا ہے۔⁹⁸

92 - بخاری: کتاب الصوم، باب اذ انوی بالنهار، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۲۳

93 - ابن ماجہ: کتاب الاطعمہ، باب الاغتنام بالخل، رقم: ۳۳۱۸، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۲۴

94 - ترمذی: ابواب الصوم، باب ماجاء فی الصوم، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۲۴

95 - موطاء امام مالک: باب ماجاء فی قراءۃ قل هو اللہ احد، رقم الحدیث: ۷۰۹، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۲۵

96 - بخاری: کتاب الاطعمہ، باب من اکل حتی شیخ، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۲۸

97 - ابوداؤد: کتاب الطہارہ، باب فی الاستنار، رقم: ۱۲۲، بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۳۰

98 - بحوالہ صدیقی، بسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۳۰

غیر رسمی اوقاتِ طعام

دن اور شام کے دو مستقل کھانوں کے اوقات کے علاوہ بعض دوسرے اوقات میں کھانے پینے کا ذکر ملتا ہے۔ سماجی روایات اور تہذیبی اقدار بھی اسی قسم کے غیر رسمی کھانے پینے کے اوقات کا تقاضا کرتی ہیں۔ اوقاتِ زیارت میں مسافر اور مہمان کی خاطر تواضع کے لیے میزبان اور صاحب خانہ کچھ نہ کچھ سامان نقل پیش کرتے تھے۔ ان میں کھجور یا کوئی دوسری میٹھی چیز ہو سکتی تھی اور ہوتی تھی یا کھانے کی کوئی ملکی پھلکی قسم کی چیز جو باقاعدہ کھانے سے الگ ہوتی تھی۔⁹⁹

سحری افطاری کے اوقات

سحری کا وقت غروب آفتاب کے بعد سے طلوع صبح صادق تک رہتا تھا اور رہتا ہے اور مستحب و مسنون وقت صبح صادق سے قبل کا ہے جبکہ صبح کا ذب بالعموم نماز فجر کے وقت کے شروع ہونے سے ڈیڑھ گھنٹے قبل کا وقت ہوتا ہے۔ افطار کا وقت آفتاب کے غروب ہوتے ہی شروع ہو جاتا ہے۔ ایسا معلوم ہوتا ہے کہ افطار میں بالخصوص رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم اور صحابہ کرام تھیل کی خاطر صرف کھجور پر اکتفا کر لیتے تھے یا اسی طرح کے کسی اور کھانے اور مشروب پر اور پھر بعد میں رات کا کھانا عشاء معمول کے مطابق تناول کرتے تھے۔ حضرت انس کا مشاہدہ ہے کہ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نماز مغرب سے قبل چند تازہ کھجوریں رطبات کھا لیتے۔ وہ نہ ملتیں تو عام کھجوریں تھرات ان پہ گزارا کر لیتے اور وہ بھی نہ ہوتیں تو چند چلو پانی نوش فرما لیتے۔¹⁰⁰

ستویا سوتی

ستویا بالعموم جو سے بنایا جاتا تھا۔ وہ گیبوں کا بھی ہوتا تھا۔ جو یا گیبوں کے دانوں کو پہلے خوب کونا جاتا تھا، پھر پیس لیا جاتا تھا اور صرف پانی یا گیبی یا شہد ملا کر کھایا جاتا تھا۔¹⁰¹ پانی کی کافی مقدار ملا کر ستو کو شربت بنا لیا جاتا تھا اور ایک مشروب کی طرح پیا جاتا تھا۔ وہ اس صورت میں عام شربت سے زیادہ گاڑھا ہوتا تھا۔ حضرت فاطمہ بنت قیس رضی اللہ تعالیٰ عنہا اور بعض امہات المؤمنین نے اسی طرح ستو کا شربت نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو پلایا تھا۔ ستو میں تھوڑا پانی ملا کر یا دودھ یا شہد ملا کر گاڑھا آمیزہ بھی تیار کیا جاتا تھا اور اسے انگلیوں سے چاٹ لیا جاتا تھا۔ اس کا ذکر صحیح بخاری کی ایک حدیث میں موجود ہے۔

خلاصہ بحث

اسلام کے نظامِ صحت کا ایک اہم اصول یہ ہے کہ زندگی، انسان کے پاس اللہ تعالیٰ کی مقدس امانت ہے۔ انسان کو اس کا کھانا فراہم کرنا، قدرت الہی کی ایک نشانی ہے۔ قرآن مجید نے رسولوں اور نبیوں کے کھانا کھانے کی حقیقت عامہ بیان کی ہے۔ روحانی اور جسمانی صحت کے لیے کھانے میں حلال اور حرام کا فلسفہ اسلامی حفظانِ صحت کے نظام کی خصوصیت ہے۔ اس کے مطابق مسلمانوں پر واجب ہے کہ وہ حلال اشیاء کھائیں پیئیں اور حرام سے ہر حال میں بچتے رہیں۔ قرآن حکیم نے کھانے کو ایک بنیادی انسانی ضرورت قرار دیا ہے کھانے کو فدیہ اور صدقہ و خیرات کے متبادل قرار دیا ہے۔ خود ساختہ حلت و حرمتِ طعام کو ممنوع قرار دیا ہے۔ قرآن حکیم میں بعض آدابِ طعام بھی ذکر کیے گئے ہیں۔

احادیث و آثار میں عہدِ نبوی کے کھانوں پر اور ان کے متعلق دوسرے دینی احکام و تہذیبی آداب پر بہت سا مواد موجود ہے۔ عہدِ نبوی کے کھانے انسانی تہذیب و تمدن کے ارتقا کا ایک مظہر تھے۔ جن احادیث و سنن اور آثار و اخبار میں ایسی روایات ہیں جو فقر و فاقہ کی زندگی کو پیش کرتی ہیں، ان کا ایک خاص پس منظر اور مخصوص تناظر ہے۔ احادیث و سنن و اخبار و بیانات کی ایک کثیر تعداد ہے، جو عمدہ کھانوں اور بہترین روایات اکل و شرب کا ذکر کرتی ہیں۔ حدیث کی کتابوں کے مختلف ابواب میں آدابِ طعام کا تفصیلی تذکرہ کیا گیا ہے۔

کھانوں کی اقسام مکہ اور مدینہ دونوں جگہ یکساں تھیں البتہ بعض مقامی چیزوں کا فرق تھا۔ کھانے وال اور سبزی پر بھی مشتمل تھے اور گوشت پر بھی۔ عرب جاہلی ساج اور اسلامی عربی تمدن میں معمول کا کھانا گوشت روٹی پر ہی مشتمل ہوتا تھا۔ گوشت کے اقسام میں سے آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے دنبہ، مرغ، بٹیر، اونٹ، بکری، بھینڑ، گور، خرگوش اور مچھلی کا گوشت کھایا ہے۔ گوشت میں شوربہ بھی ہوتا تھا جس کو روایات میں المرق کہا گیا ہے۔ یہ پیاز وغیرہ مصالحوں پر مشتمل شوربہ بھی ہوتا

⁹⁹ - بحوالہ صدیقی، لیسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۳۱

¹⁰⁰ - سنن ابی داؤد: کتاب الصیام، باب ما یفطر علیہ، رقم الحدیث: ۲۳۵۶، بحوالہ صدیقی، لیسین مظہر، (المصدر السابق)، ص ۱۳۵

¹⁰¹ - ابن حجر عسقلانی: فتح الباری، باب باب من مضمّن من السویق و لم یؤتھا، رقم: ۲۱۰، بحوالہ صدیقی، لیسین مظہر: عہدِ نبوی کا تمدن، ص ۱۲۳

تھا اور ان کے علاوہ ان میں سبزی ڈال کر بھی سالن بنایا جاتا تھا۔ متعدد احادیث بتاتی ہیں کہ نبی کریم ﷺ کے پسندیدہ ترین کھانوں میں شرید بھی تھی، جو روٹی وغیرہ مختلف چیزوں سے بنتی تھی۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے حوالے سے ایسی روایات ملتی ہیں کہ جس میں آپ علیہ الصلوٰۃ والسلام نے گوشت کے شوربے کے علاوہ شوربے میں یا سالن میں گھی، مکھن تیل اور سرکہ وغیرہ بھی استعمال فرمایا ہے۔ روٹی اور تیل بھی آپ کا کھانا رہا ہے۔ ستویا سویق، کئی اور مدنی دونوں طبقاتِ مسلمین کا عام زادراہ تھا اور سفر و حضر میں اس کا استعمال اسی طرح کیا جاتا تھا۔ حضور اکرم صلی اللہ علیہ والہ وسلم کو کچی اور پکی سبزیاں اور پھل بھی پسند تھے۔ آپ مختلف قسم کی سبزیوں کا سلاد کھاتے تھے اور پکی ہوئی سبزیاں بھی مرغوب تھیں۔ کدو کی سبزی آپ کو محبوب تھی۔

آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم مسلمانوں کو دودھ پینے کی تلقین فرماتے اور خود بھی دودھ میں پانی ملا کر پیتے تھے۔ مکھن، پنیر کھانا بھی آپ سے ثابت ہے۔ شیریں کھانوں میں شہد، کھجور، مختلف اقسام کے حلوہ جات آپ نے شوق سے تناول فرمائے ہیں۔

عام طور پر سح اور شام، دو اوقات کھانا کھاتے تھے، لیکن دعوتوں یا زیارتوں وغیرہ کے دوران، کسی بھی وقت کھانا کھالیتے تھے۔ عموماً شہد کا شربت صبح ناشتہ پر اور بعد نماز عصر پسند فرماتے۔ کھجور اور منقہ یعنی سوکھے ہوئے انگور کے چند دانے کھانا بھی پسند فرماتے جو کہ روٹی زیتون کے تیل یا سرکہ کے ساتھ کھالیتے۔

الغرض تمام حلال اشیاء کو شوق سے کھاتے تھے اگر کوئی چیز من کو نہ بھاتی تو اس میں نقص نکالنے کی بجائے اپنا ہاتھ کھینچ لیتے تھے۔ کھانے پینے میں آپ صلی اللہ علیہ والہ وسلم کا معمول یہ تھا کہ کم کھاتے اور بھوک کے بغیر نہ کھاتے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ والہ وسلم کو روزہ رکھنا بھی مرغوب تھا اس لیے اکثر کھانے پینے سے اجتناب کرتے۔ جو کھانے حضور اکرم صلی اللہ علیہ والہ وسلم کو بہت مرغوب تھے۔ آپ کی نسبت سے ان میں صحت بھی ہے اور برکت بھی۔ اسوہ حسنہ کی اتباع میں اگر ہم اپنی غذا کو ان کے مطابق کر لیں گے تو انشاء اللہ روحانی اور جسمانی زندگی صحت مند ہو جائے گی۔

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆