

کھانے پینے کی 55 سنتیں

- کب کھانا چاہیے، کب نہیں؟ 3 سنتیں
- کھانے سے پہلے کن چیزوں سے بچنا چاہیے؟ 2 سنتیں
- کھانے سے پہلے کن چیزوں کا اہتمام کرنا چاہیے؟ 4 سنتیں
- کیا کھانا چاہیے؟ 7 سنتیں
- کیوں اور کس نیت سے کھانا چاہیے؟ 2 سنتیں
- کھاتے وقت کیسے بیٹھنا چاہیے؟ 3 سنتیں
- کتنا کھانا چاہیے؟ 1 سنت
- کیسے کھانا چاہیے کیسے نہیں کھانا چاہیے؟ 33 سنتیں
- کھانے کے بعد کیا کرنا چاہیے، کیا نہیں کرنا چاہیے؟ 1 سنت



مرتب: مفتی سید امجد رضا صاحب

استاذ: جامعہ معرکۃ الخوارج (الاسلامیہ) (مدرسہ)
فاضل: جامعۃ العلوم الاسلامیہ بنوری ناؤن، کراچی

کھانے پینے کی 55 سنتیں

□ کب کھانا چاہیے، کب نہیں؟ 3 سنتیں

سنت 1: ہر وقت نہیں کھانا چاہیے

حضرت انسؓ نے یہ آیت ”وَلَهُمْ رِزْقُهُمْ فِيهَا بُكْرَةً وَعَشِيًّا“ (اور وہاں ان کا رزق انہیں صبح و شام ملا کرے گا) تلاوت فرما کر کہا کہ اس سے معلوم ہوتا ہے کہ مومنین کا کھانا دن میں دو مرتبہ ہوتا ہے صبح اور شام۔ (1)

سنت 2: رات کا کھانا معمولی ہی سہی ضرور کھانا چاہیے ورنہ جلد بڑھاپا آئے گا۔ (2)

سنت 3: مسنون روزوں (عاشورہ کا روزہ مع نویں یا گیارہویں)۔ (3) عرفہ یعنی ذوالحجہ کی نویں تاریخ کا روزہ۔ (4) ہر قمری ماہ میں ایام بیض (15-14-13 تاریخ) کے روزے۔ (5) مستحب روزوں (شوال میں عید الفطر کے بعد چھ روزے)۔ (6) پیر اور جمعرات کے دن کا روزہ۔ (7) یوم عرفہ (9 ذی الحجہ) کا روزہ۔ (8) نفلی روزوں (صوم داؤدی) (ایک دن بیچ میں ناغہ کرے سوائے ایام ممنوعہ کے ہمیشہ روزہ) رکھنا۔ (9) سردیوں میں کثرت سے نفلی روزے کا اہتمام کرنا چاہیے۔

□ کھانے سے پہلے کن چیزوں سے بچنا چاہیے؟ 2 سنتیں

سنت 1: کھانے پینے میں بہت زیادہ تکلفات و لوازمات ہر وقت کی فرمائش سے بچنا چاہیے بلا تکلف جب جو میسر ہو جائے کھا لینا چاہیے، کھانے کے لیے نہیں جینا

کھانے پینے کی 55 سنتیں {2} کھانے سے پہلے کن چیزوں سے بچنا چاہیے؟

چاہیے بلکہ جینے کے لیے کھانا چاہیے۔

حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے تو سرکہ کو بھی سالن قرار دیا۔ (10) فتح مکہ کے موقع پر سوکھی روٹی کے ٹکڑے کر کے پانی میں بھگو کر نمک اور سرکہ ملا کر کھایا۔ (11) ایک مرتبہ روٹی کے ٹکڑے پر کھجور رکھ کر فرمایا یہ اس کا سالن ہے۔ (12) بغیر چھنا جو کھا لیتے، ساری زندگی چھانی اور میدہ نہیں دیکھا۔ (13) کبھی صرف ستوہی گھول کر پی لیتے۔ (14)

سنت 2: کبھی کبھی اپنی پسند کے کھانے کی فرمائش بھی کی جاسکتی ہے۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک بار گھی اور دودھ ملی گئیوں کی روٹی کی تمنا کی۔ (15) ایک مرتبہ گوشت کی تمنا کی۔ (16)

□ کھانے سے پہلے کن چیزوں کا اہتمام کرنا چاہیے؟ 4 سنتیں

سنت 1: دسترخوان بچھانا چاہیے۔ کیونکہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم میز پر نہیں دسترخوان پر کھاتے تھے۔ (17)

سنت 2: ہاتھ دھونا چاہیے۔ اس سے کھانے میں برکت آتی ہے۔ (18)

سنت 3: کھانا لگنے سے پہلے دسترخوان پر آجانا چاہیے۔

سنت 4: جوتے اتار کر کھانا چاہیے۔ یہ باعث راحت ہے۔ (19)

□ کیا کھانا چاہیے؟ 7 سنتیں

سنت 1: حلال طیب کھانا چاہیے، حرام اور مشتبہ سے بچنا چاہیے۔ (20)

سنت 2: کسی حلال غذا کو اپنی طرف سے حرام اور حرام کو حلال نہیں قرار دینا

چاہیے۔ (21) نہ کسی حلال کے ساتھ حرام جیسا معاملہ کرنا چاہیے۔ (22) ہاں بطور

پرہیز نہ کھانا درست ہے اس میں کوئی مضائقہ نہیں۔ (23)

سنت 3: اپنی پسندنا پسند پر دوسروں کو مجبور نہیں کرنا چاہیے۔ (24)

سنت 4: حرام اور مشتبہ مال سے بچنا چاہیے لیکن شکی اور وہمی نہیں بننا چاہیے جہاں

تحقیق کا حکم نہ ہو وہاں بلاوجہ تحقیق کرنے سے بھی بچنا چاہیے۔ (25)

سنت 5: ہلکی پھلکی زود ہضم معتدل (نہ بہت گرم نہ بہت سرد) اور مفید غذاؤں

کا استعمال کرنا چاہیے، غیر معتدل (تیز گرم / تاثر گرم) اور مضر صحت غذاؤں سے

بچنا چاہیے۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم تربوز کھجور کے ساتھ کھایا کرتے تھے اور فرمایا کرتے تھے کہ

کھجور کی گرمی تربوز کی سردی سے اور تربوز کی سردی کھجور کی گرمی سے ختم کر دی جاتی

ہے۔ (26)

گرم کھانا نہیں کھانا چاہیے بلکہ جب اس کا جوش ختم ہو جائے تو پھر کھانا چاہیے کیونکہ

سرد کھانے میں عظیم برکت ہے۔ (27)

سنت 6: سادہ غذائیں کھانی چاہیے کھانوں میں اسراف، فضول خرچی پیسے ضائع

کرنا، عیش و عشرت اور نام و نمود دکھلاوے سے بچنا چاہیے۔ (28)

سنت 7: حضور صلی اللہ علیہ وسلم کے پسندیدہ کھانے کھانا چاہیے۔ کیونکہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم

کی محبت فرض عین ہے، اور ان امور میں اتباع اس کی علامت ہے۔ سادگی، حیاء،

دنیا سے بے رغبتی بھی فرض ہیں جو اس اتباع سے حاصل ہوتے ہیں۔ اعلیٰ عقل کی

علامت ہے۔ صحت بدن۔ مال کی حفاظت۔ دشمنان دین کی حرام نقالی سے بچنا۔ نوافل

و مستحبات کا ثواب۔ اللہ تعالیٰ کا قرب۔ درجات کی بلندی۔ تکمیل فرائض کا ثواب

□ کیوں اور کس نیت سے کھانا چاہیے؟ 2 سنتیں

سنت 1: عبادت پر قوت حاصل کرنے کی نیت سے کھانا چاہیے۔ اس نیت سے کھانا کھانے پر بھی ثواب ملے گا۔ (29)

سنت 2: اللہ تعالیٰ کا حکم پورا کرنے کی نیت سے کھائیں، محض تلذذ و تنعم کے لیے نہیں۔ کیونکہ کھانے کے مقصد سے نظر ہٹا کر محض تلذذ و تنعم کے لیے کھانا جانوروں کی صفت ہے۔ (30)

□ کھاتے وقت کیسے بیٹھنا چاہیے؟ 3 سنتیں

سنت 1: دونوں رانوں (التحتیات کی شکل میں) یادایاں گھٹنا کھڑا اور بائیں بچھا کر یا اگڑوں بیٹھ کر کھانا چاہیے۔ متکبروں، ناشکروں ناقدروں پیٹوں کی ہیئت پر نہیں کھانا چاہیے۔ (31)

سنت 2: اکٹھے بیٹھ کر کھانا چاہیے کیونکہ اس میں برکت ہے۔ (32)

□ کتنا کھانا چاہیے؟ 1 سنت

سنت 1: کم کھانا چاہیے، یہ مؤمن کی علامت ہے۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم کا طریقہ ہے۔ پیٹ بھر کر کھانا جائز ہے لیکن اس سے زیادہ کھانا جائز نہیں۔ (33)

□ کیسے کھانا چاہیے؟ 33 سنتیں

سنت 1: اللہ کو یاد کرتے ہوئے کھانے سے پہلے بسم اللہ پڑھنی چاہیے۔ شروع میں بسم اللہ بھول جائیں تو یاد آنے پر بسم اللہ اولہ و آخرہ پڑھنا چاہیے۔ (34)

سنت 2: کوشش ہو کہ ہر لقمہ اور ہر گھونٹ پر الحمد للہ پڑھیں۔ (35)

سنت 3: کھانے کے بعد یہ دعائیں پڑھنی چاہیے۔

(1) الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنَا وَسَقَانَا وَجَعَلَنَا مُسْلِمِينَ۔ (36)

(2) الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنَا وَسَقَانَا وَجَعَلَ لَنَا

مُخْرَجًا۔ (37)

(3) الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنِي هَذَا وَرَزَقَنِيهِ مِنْ غَيْرِ

حَوْلٍ مِثِّي وَلَا قُوَّةَ۔ (38)

سنت 4: جب دسترخوان اٹھایا جائے تو یہ دعا پڑھنی چاہیے

الْحَمْدُ لِلَّهِ حَمْدًا كَثِيرًا طَيِّبًا مُبَارَكًا كَافِيًا غَيْرَ مَكْفِيٍّ

وَلَا مُودِعَ وَلَا مُسْتَغْنَى عَنْهُ رَبَّنَا۔ (39)

سنت 5: رزق کی قدر کرتے ہوئے کھانا چاہیے۔

جب کھانے کے لیے بلا یا جائے اور کھانا تیار ہو جائے تو فوراً آجانا چاہیے تاخیر نہیں کرنی

چاہیے۔ (40)

سنت 6: ٹیک لگا کر نہیں کھانا چاہیے۔ (41)

سنت 7: دائیں ہاتھ سے کھانا چاہیے۔ بائیں ہاتھ سے رزق کی ناقدری

ہے۔ (42)

بائیں ہاتھ سے نہیں کھانا چاہیے اس لیے کہ شیطان بائیں ہاتھ سے کھاتا ہے۔ (43)

سنت 8: کھانا بڑوں سے شروع کروانا چاہیے۔

حضرات صحابہ کرام اس وقت تک کھانے میں ہاتھ نہیں ڈالتے تھے جب تک

حضور صلی اللہ علیہ وسلم ابتدا نہ فرماتے۔ (44)

کیسے کھانا چاہیے اور کیسے نہیں؟

{6}

کھانے پینے کی 55 سنتیں

سنت 9: اگر کوئی لقمہ گر جائے تو اس کو اٹھا کر کھانا چاہیے۔ (45)

سنت 10: روٹی مکمل کھانی چاہیے۔ درمیان سے کھانا اور کنارہ چھوڑ دینا رزق کی

ناقدری ہے۔ (46)

سنت 11: پلیٹ صاف کرنی چاہیے۔ (47)

سنت 12: انگلیاں چاٹ لینی چاہیے۔ (48)

طریقہ: پہلے درمیان والی انگلی (بڑی انگلی) کو چاٹتے تھے پھر اس کے ساتھ والی

شہادت کی انگلی اور دوسری انگلی اور اخیر میں انگوٹھے کو چاٹتے تھے۔ (49)

سنت 13: کھانا کھانے کے بعد گردانتوں میں کچھ لگا ہوا ہو اگر اس کو خلال کے

ذریعے نکال لیا تو پھینک دینا چاہیے اور اگر زبان کے ذریعے نکالا ہو تو اسے کھانا

چاہیے۔ (50)

سنت 14: کھانے کے بعد ہاتھ دھونے چاہیے۔

مضمضہ (کلی) کرنا چاہیے۔ (51)

سنت 15: ہاتھ دھونے کے بعد جو ہلکی سے چکناہٹ ہو وہ سر پر ملنا چاہیے۔ (52)

سنت 16: کھانے میں عیب نہیں نکالنا چاہیے۔ یہ رزق کی ناقدری ہے پسند

آجائے تو کھالینا چاہیے ورنہ چھوڑ دینا چاہیے۔ (53)

سنت 17: پہلے دسترخوان اٹھانا چاہیے پھر خود اٹھنا چاہیے۔ (54)

سنت 18: حتی الامکان سنت طریقہ پر کھانا چاہیے غیروں کے طور طریقہ سے بچنا

چاہیے۔

بلا ضرورت گوشت کو چھری سے نہیں کاٹنا چاہیے۔ (55)

سنت 19: کھڑے کھڑے چلتے پھرتے نہیں کھانا چاہیے۔ (56)

سنت 20: کھانے کو سونگئیں نہیں یہ درندوں کا طریقہ ہے۔ (57)

سنت 21: کھانے میں صرف اپنا نہیں دوسروں کا بھی خیال رکھنا چاہیے۔

دوسروں کو بھی کھلانا چاہیے۔ (58) گنجائش ہونے کے باوجود اپنے کھانے میں سے

دوسروں کے لیے گنجائش نہ نکالنا بھی حرص کی نشانی ہے۔ (59)

سنت 22: اپنی طرف سے کھانا چاہیے۔ (60) ہاں مختلف قسم کی چیزیں ہوں

تو سب طرف سے کھا سکتے ہیں۔ (61)

سنت 23: کسی کا کھانا پسند آئے تو دل جوئی کے لیے اس کی تعریف کرنی

چاہیے۔ (62)

سنت 24: کھانے کے وقت ہاتھ، پیر سے ایسی کوئی حرکت نہیں کرنی چاہیے

جو دوسروں کے لیے ناگواری کا باعث بنے۔ (63)

سنت 25: کھانے کی چیزوں میں نہیں پھونکنا چاہیے۔ (64)

سنت 26: کھانا پکانے والے کو بھی اپنے ساتھ کھانے میں بھی شریک

کریں۔ (65)

سنت 27: کھانے میں حرص اور نذیرہ پن کا اظہار نہیں ہونا چاہیے۔

لہذا بہت زیادہ اور پیٹ بھر کر نہ کھائیں۔ (66)

سنت 28: کوشش کریں کہ کھانے میں تمام انگلیاں استعمال نہ ہوں، تین انگلیاں

استعمال ہوں۔ (67)

سنت 29: دوسرے کے کپڑے / رومال سے ہاتھ نہیں پونچھنا چاہیے۔ (68)

سنت 30: عددی چیز میں کھاتے وقت اکھٹی دو دو یا اس سے زائد اٹھا کر کھانا

(بڑے بڑے لقمے، بلا ضرورت جلدی جلدی کھانا، ہر طرف ہاتھ مارنا) بھی حرص کی

کیسے کھانا چاہیے اور کیسے نہیں؟

{8}

کھانے پینے کی 55 سنتیں

نشانی ہے۔ (69)

سنت 31: شروع سے ہی کھانے کے درمیانی بلند حصہ پہ ہاتھ مارنا، کناروں سے

نہ کھانا بھی حریصوں کی نشانی ہے۔ (70)

سنت 32: مشکیزہ کو منہ لگا کر نہیں پینا چاہیے۔

(1) ممکن ہے کہ کوئی زیریلی چیز پانی کے ساتھ پیٹ میں جائے

(2) اس طرح پینے سے یک لخت پانی پیٹ میں جائے گا جو کہ معدے کے لیے

نقصان دہ ہے۔

(3) اہم بات یہ ہے کہ اس طرح پینا سنت کے خلاف۔

سنت 33: جس دسترخوان/محفل میں خلاف شرع امور (ناچ، گانا، مخلوط اجتماع،

شراب) ہو رہے ہوں اس پر نہیں بیٹھنا چاہیے۔ (71)

□ کھانے کے بعد کیا کرنا چاہیے، کیا نہیں کرنا چاہیے؟ 1 سنت

سنت 1: کھانے کے بعد بلا وجہ مجلس نہیں جمانی چاہیے بلکہ اپنی مصروفیات اور

مشغولیات میں لگ جانا چاہیے۔ (72)

حوالہ جات

(1) (مریم: 62، معارف القرآن: 46/6)

(2) (ترمذی: 1856)

(3) (بخاری: 2000)

(4) (ترمذی: 651)

(5) (ترمذی: 761)

(6) (ترمذی: 661)

(7) (ترمذی: 507)

(8) (مسلم: 1162)

(9) (بخاری: 1978)

(10) (جامع الاصول: 5566)

(11) (جامع الاصول: 5565)

(12) (جامع الاصول: 5573)

(13) (جامع الاصول: 5434)

(14) (جامع الاصول: 4550)

(15) (جامع الاصول: 5498)

(16) (جامع الاصول: 5782)

(17) (جامع الاصول: 5433)

(18) (جامع الاصول: 5465)

(19) (مشکوٰۃ: 4239)

- (20) (داری: 4533)
- (21) (ماندة: 87)
- (22) (ماندة: 87)
- (23) (شامل ترمذی: 189)
- (24) (مشکوٰۃ: 4110)
- (25) (حجرات: 12، ابوداؤد: 3784)
- (26) (جامع الاصول: 5575)
- (27) (مشکوٰۃ: 4240)
- (28) (جامع الاصول: 2798)
- (29) (کشف الباری: 270/1 بتغییر)
- (30) (معارف القرآن، محمد: 12، کویتیہ، اکل، نفقہ: 2)
- (31) (الدر المنصور شرح ابوداؤد: 7/451، بذل الجہود: 11/497)
- (32) (جامع الاصول، رقم: 5433)
- (33) (کشف الباری: 84)
- (34) (جامع الاصول: 5437)
- (35) (جامع الاصول: 2315)
- (36) (جامع الاصول: 2307)
- (37) (جامع الاصول: 2308)
- (38) (جامع الاصول: 2310)
- (39) (جامع الاصول: 2309)
- (40) (اتزاب: 53)
- (41) (جامع الاصول: 5453)

(42) (جامع الاصول: 5442)

(43) (مسلم: 2019)

(44) (مسند احمد: 14626)

(45) (شرح النووي على مسلم: 13/ 204)

(46) (شامی: 6/ 340)

(47) (جامع الاصول: 5464)

(48) (جامع الاصول: 5466)

(49) (المعجم الاوسط: 2/ 180)

(50) (ابوداؤد: 35)

(51) (بخاری: 4195)

(52) (جامع الاصول: 5446)

(53) (جامع الاصول: 5483)

(54) (ابن ماجہ: 3295)

(55) (جامع الاصول: 5451)

(56) (ترمذی: 1879)

(57) (طبرانی فی المعجم الکبیر: 23/ 285)

(58) (جامع الاصول: 4737)

(59) (جامع الاصول: 5476)

(60) (جامع الاصول: 5445)

(61) (جامع الاصول: 5446)

(62) (جامع الاصول: 5564)

(63) (جامع الاصول: 5478)

(64) (مسند احمد: 1907)

(65) (جامع الاصول: 5889)

(66) (جامع الاصول: 5473)

(67) (جامع الاصول: 5460)

(68) (ابوداؤد: 4827)

(69) (جامع الاصول: 5445)

(70) (جامع الاصول: 5447)

(71) (ترمذی: 2810)

(72) (احزاب: 53)

{ موقع محل کی سنتوں سے متعلق مفتی منیر احمد صاحب مدظلہ کی دیگر رسائل }

نمبر شمار	تالیفات و رسائل
1	فہم سنت کورس
2	خوشگوار از دو واجی زندگی کی سنتیں (تحفہ دلہا)
3	خوشگوار از دو واجی زندگی کی سنتیں (تحفہ دلہن)
4	باحیا و پاکدامن بنانے والی 46 سنتیں
5	کمانے اور خرچ کرنے کی 53 سنتیں
6	فتنوں سے حفاظت کی 40 سنتیں
7	رشتہ داریاں نبھانے کی 12 سنتیں
8	ہدایت حاصل کرنے کی 13 سنتیں
9	لباس کی سنتیں

مفتی منیر احمد صاحب کی مطبوعہ تالیفات و رسائل

