Khanay ka Islami Tariqa

Mulana Muhammad Ilyas Attar Qadri (Damat Barkatuhumul Aaliya)

اَلحَمدُ لِلّٰہِ رَبِّ العٰلَمِینَ وَالصَّلٰوۃُ وَالسَّلَامُ عَلٰی سَیِّدِ المُرسَلِینَ

اَمَّا بَعدُ فَاَعُوذُ بِاللّٰہِ مِنَ الشَّیطٰنِ الرَّجِیمِ ؕ بِسمِ اللّٰہِ الرَّحمٰنِ الرَّحِیمِ ؕ

شیطٰن لاکھ سستی دلائے مگر یہ چند سطور پڑھ ہی لیجئے بلکہ ممکن ہو

تو دعوت وغیرہ کے موقع پر پڑھ کر سنا کو ثواب کا خزانہ لوٹئے۔

کھانے کا اسلامی طریقہ

جس کے پاس میرا ذِکر ہو اور وہ مجھ پر

دُرُودشریف نہ پڑھے تو وہ لوگوں

میں سے کنجوس ترین شَخص ھے۔

(المستدرک علی الصحیحین الحاکم ج۲ص ۲۴۷ رقم الحدیث ۲۰۶۰ دار المعرفۃ بیروت)

صلوا علی الحبیب! صلی اللہ تعالٰی علٰی محمد

مدینہ ۱ کھانے سے مقصود حُصولِ لذّت اور خواہش کی تکمیل نہ ہو بلکہ کھاتے وقت یہ نیّت کرلیجئے: "میں اللہ عزّوجلّ کی عِبادت پر قوّت حاصِل کرنے کیلئے کھا رہا ہوں" یاد رہے! کھانے میں عبادت پر قوّت حاصِل کرنے کی نیّت اُسی صورت میں سچّی ہوگی جبکہ بھوک سے کم کھانے کا بھی ارادہ ہو ورنہ سِرے سے نیّت ہی جھوٹی ہوجائے گی کیوں کہ خوب ڈٹ کر کھانے سے عبادت کیلئے قُوّت حاصل ہونے کے بجائے مزید سُستی پیدا ہوتی ہے۔ کھانے کی عظیم سُنَّت یہ ہے کہ بھوک لگی ہوئی ہو کہ بغیر بھوک کے کھانے سے طاقت تو کیا آئے گی اُلٹا صحت خراب اور دِل بھی سخت ہوجاتا ہے۔

۲ ایسا دسترخوان بچھایئے جس پر کوئی حرف لفظ، عبارت، شعر یا کمپنی وغیرہ کا نام اُردو، انگریزی کسی بھی زبان میں نہ لکھا ہوا ہو۔

۳ دونوں ہاتھ پہنچوں تک دھو کر کُلّیاں کر کے مُنہ کا اگلا حصہ دھو لیجئے مگر ہاتھ مت پُونچھئے۔ سرکارِ مدینہ صلی اللہ تعالٰی علیہ واٰلہٖ وسلّم نے فرمایا، "کھانے سے پہلے ہاتھ دھونا تنگدستی کو دُور کرتا اور بعد میں دھونا جنون (یعنی پاگل پن) کو دُفع کرتا ہے۔" (مجمع [illegible] ۱۰ ص ۲۴)

۴ سُرین زمین پر رکھ کر اُکڑوں یعنی دونوں گُھٹنے کھڑے کر کے بیٹھئے یا

۵ سیدھا گُھٹنہ کھڑا کر کے اُلٹا قدم بچھا کر اُس پر بیٹھئے۔

۶ اسلامی بھائی ہو یا اسلامی بہن ، بھی چادر یا کرتے کے دامن کے ذریعے پردے میں پردہ ضرور کریں ورنہ کپڑے تنگ ہوئے یا کرتے کا دامن اٹھا ہوگا تو دوسرے لوگ ، یا گھر کے افراد وغیرہ بدنگاہی کے گناہ میں پڑ سکتے ہیں۔

۷ اگر ''پردے میں پردہ'' ممکن نہ ہو تو دو زانو بیٹھئے کہ سنّت بھی ادا ہو جائے گی اور خود بخود پردہ بھی ہو جائے گا۔

۸ چار زانو یعنی چوکڑی مار کر بیٹھے ہوئے کھانا سنّت نہیں ، اس سے توند نکلتی اور اپنڈکس ہونے کا خطرہ ہوتا ہے۔

۹ پہلے لقمہ پر بسم اللّٰہ دوسرے سے قبل بسم اللّٰہ الرحمٰن اور تیسرے سے قبل بسم اللّٰہ الرحمٰن الرحیم پڑھئے۔

١٠ **یا واجدُ** جو کوئی کھانا کھاتے وقت ہر نوالہ پر پڑھا کریگا ان شاءَ اللہ عزّوجلّ وہ کھانا اُس کے پیٹ میں نُور ہوگا اور بیماری دور ہوگی ۔یا

١١ ہر لقمہ سے قبل "**اللہ**" یا "**بسم اللہ**" کہتے جایئے تاکہ کھانے کی حرص **ذکرُ اللہ** عزّوجلّ سے غافل نہ کر دے۔

١٢ سیدھے ہاتھ سے کھایئے اوّل و آخر نمک یا نمکین کھائیں گے تو ان شاءَ اللہ عزّوجلّ ستّر بیماریوں سے حفاظت ہوگی۔

١٣ تین اُنگلیوں سے کھانا سنّتِ انبیاء ہے۔ عادت بنانے کیلئے اگر چاہیں تو ابتداءً چھوٹی اور برابر والی اُنگلی کو ملا کر ربڑ کی رِنگ پہن لیجئے یا روئی کا ٹکڑا ان دونوں اُنگلیوں سے ہتھیلی کی طرف دبائے رکھئے یا دونوں عمل ایک ساتھ کر لیجئے، جب عادت ہو

جائے گی تو **ان شاء اللہ** عزوجل ربڑ وغیرہ کی حاجت نہ رہے گی۔ حضرت مُلّا علی قاری علیہ رحمۃ الباری فرماتے ہیں، ''پانچ اُنگلیوں سے کھانا حریصوں کی نشانی ہے۔'' (مرقاۃ) اگر چاول کے دانے جدا جدا ہوں اور تین اُنگلیوں سے نوالہ بننا ممکن نہ ہو تو چار یا پانچ اُنگلیوں سے کھا سکتے ہیں۔

مدینہ ١٤ لقمہ چھوٹا لیجئے اور اچھی طرح چبا کر کھایئے۔

مدینہ ١٥ جب تک حلق سے نیچے نہ اُتر جائے دوسرے لقمے کی طرف ہاتھ بڑھانا یا لقمہ اٹھالینا کھانے کی حرص کی علامت ہے۔

مدینہ ١٦ جو کچھ کھا رہے ہیں اُس میں عیب مت نکالئے۔ مثلاً بہُت تیکھا، پھیکا، زیادہ کھارا، بدمزہ وغیرہ نہ کہئے۔

مدینہ ١٧ کھانے یا سالن وغیرہ کے بیچ میں سے مت لیجئے کہ بیچ

میں برکت نازل ہوتی ہے۔

مدینہ ١٨ اپنی طرف کے کنارے سے کھائیے۔

مدینہ ١٩ اگر ایک تھال میں مختلف قسم کی چیزیں ہیں تو دوسری طرف سے بھی اُٹھا سکتے ہیں۔

مدینہ ٢٠ کھانے کے دَوران اچھی اچھی باتیں کرتے جایئے مثلاً جب بھی گھر میں مل جُل کر یا مہمانوں وغیرہ کے ساتھ کھا رہے ہوں تو کھانے پینے کی سنّتیں بیان کیجئے۔ زہے نصیب! اِسی **کھانے کا اسلامی طریقہ** کی فوٹو کاپیاں فریم کروا کر یا گتے پر چسپاں کر کے کھانے کی جگہ پر آویزاں کر دی جائیں اور کھانے کے اوقات میں وقتاً فوقتاً پڑھ کر سنائی جائیں۔

مدنی پھول ۲۱: کھانے میں سے اچھی بوٹیاں چھانٹ لینا یا مل کر کھا رہے ہوں تو اس لئے بڑے بڑے نوالے اٹھا کر جلدی سے نگلنا کہ کہیں میں رہ نہ جاؤں یا اپنی طرف زیادہ کھانا سمیٹ لینا اَلْغَرَض کسی بھی طریقے سے دوسروں کو محروم کر دینا دیکھنے والوں کو بدظن کرتا اور یہ بے مُرُوّت اور حریصوں کا شیوہ ہے۔ اچھی اَشیاء اپنے اسلامی بھائیوں یا اہلِ خانہ کیلئے ایثار کی نیّت سے ترک کریں گے تو ان شاءَ اللہ عزّوجلّ ثواب پائیں گے۔ جیسا کہ سلطانِ دوجہان صلی اللہ تعالٰی علیہ واٰلہٖ وسلم کا فرمانِ بخشش نشان ہے، ''جو شخص اپنی ضرورت کی چیز

دوسرے کو دیدے تو اللہ عَزَّوَجَلَّ اسے بخش دیتا ہے۔‘‘

(اتحاف السادۃ المتقین ج۹ ص۷۷۹)

مدینہ کھانے کے دَوران اگر کوئی دانہ یا لقمہ وغیرہ گر جائے تو اُٹھا کر پُونچھ کر کھا لیجئے اور شیطٰن کیلئے مت چھوڑ یئے۔

مدینہ حدیثِ پاک میں ہے، جو کھانے کے گِرے ہوئے ٹکڑے اُٹھا کر کھائے وہ فَراخی (یعنی خوش حالی) کی زندگی گزارتا ہے اور اس کی اولاد میں خیریت رہتی ہے۔ (البدایۃ والنہایۃ ج۱۰ ص۲۷۸)

مدینہ حضرت سیِّدُنا امام غزالی فرماتے ہیں، ’’گرے ہوئے ٹکڑوں کا اٹھانا جنّتی حوروں کا مہر ہے۔‘‘

(احیاء العلوم مترجم ج۲ ص۱۸)

مدینہ سرکارِ اعلیٰحضرت رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی تحقیق کے مطابق ذبیحہ میں **22 چیزیں** ایسی ہیں جن کا کھانا حرام ہے، انھیں میں سے ریڑھ کی ہڈی میں جو سفید ڈورا یعنی "حرام مغز" ہوتا ہے وہ اور غدود کھانا بھی حرام ہے۔ ذبیحہ کے گوشت کے اندر جو خون رہ گیا وہ اگرچہ پاک ہے مگر اُس خون کا کھانا حرام ہے۔ لھٰذا گوشت کے وہ حصّے جن میں عموماً خون رہ جاتا ہے اُن کو اچھی طرح دیکھ لیجئے۔ مثلاً مرغی کے پکے ہوئے گوشت میں سے گردن، پَر اور ٹانگ وغیرہ کے اندر سے کالی ڈوریاں نکال لیا کریں کہ یہ خون کی نسیں ہوتی ہیں، خون پکنے کے بعد کالا ہو جاتا ہے۔

کھانے اور چائے وغیرہ کو ٹھنڈا کرنے کیلئے پھونک مت ماریئے کہ بے بَرَکتی ہوگی۔ زیادہ گرم کھانا مت کھائیے کھانے کے قابل ہوجانے کا اِنتِظار فرمالیجئے۔

کھانے کے دَوران بھی سیدھے ہاتھ سے پانی نوش کیجئے۔ یہ نہ ہو کہ ہاتھ آلُودہ ہونے کے سبب اُلٹے ہاتھ میں گلاس تھام کر سیدھے ہاتھ کی اُنگلی مَس کرکے دل کو منالیا کہ سیدھے ہاتھ سے پی رہا ہوں!

پانی ہو یا کوئی سا مشروب ہمیشہ بسم اللّٰہ الرَّحمٰن الرَّحِیم پڑھ کر چھوٹے چھوٹے گُھونٹ پینا چاہئے مگر چوسنے میں آواز پیدا نہ ہو، پانی ہو یا کوئی اور مشروب،

بڑے بڑے گھونٹ پینے سے جگر کی بیماری پیدا ہوتی ہے۔ آخر میں **الحمدُ لِلّٰہ** کہیے۔ افسوس! چوس کر پینے والی سنّت پر اب شاید ہی کوئی عمل کرتا ہو، برائے کرم! اس کیلئے مَشق فرمائیے اور اس سنّت کو اپنائیے۔

مدینہ ۲۹ جب کچھ بھوک باقی رہ جائے کھانا ترک کر دیجئے۔

مدینہ ۳۰ ڈٹ کر کھانا سُنّت نہیں، زیادہ کھانے کو جی چاہے تو اپنے آپ کو اس طرح سمجھائیے کہ صرف زبان کی نوک سے لیکر جڑ تک لذّت رہتی ہے حلق میں پہنچتے ہی لذّت ختم ہو جاتی ہے تو لمحہ بھر کے ذائقے کی خاطر سنّت کا ثواب چھوڑنا دانشمندی نہیں۔ نیز زیادہ کھانے سے

طبیعت بوجھل ہو جاتی، عبادت میں سستی آتی، مِعدہ خراب ہوتا اور بعضوں کو موٹاپا آتا ہے۔ قبض، گیس شوگر اور دل، وغیرہ کی بیماریوں کا اِمکان بڑھتا ہے۔ نیز دنیا میں جتنی لذّتیں حاصِل کر لی جاتی ہیں، اُتنی آخرت میں کم ہو جاتی ہیں وغیرہ وغیرہ۔

مدنی ٣٥ فراغت کے بعد پہلے بیچ کی پھر شہادت کی اُنگلی اور آخر میں انگوٹھا چاٹئے۔ سرکارِ مدینہ صلی اللہ تعالیٰ علیہ واٰلہٖ وسلم کھانے کے بعد مبارک اُنگلیوں کو اس قدر چاٹتے کہ سُرخ ہو جاتیں۔

(صحیح مسلم ج ٢ ص ١٧٥ کتاب الاشربہ)

مدنی ٣٦ برتن بھی چاٹ لیجئے۔

۳۳ برتن کو دھوکر پی لیجئے اِن شاءَ اللہ عزوجل ایک غلام آزاد کرنے کا ثواب ملیگا۔

۳۴ چاٹنا اور دھونا اُسی وقت کہلائے گا جب کہ غذا کا کوئی جُز اور شوربے کا اثر وغیرہ باقی نہ رہے۔ لہٰذا تھوڑا سا پانی ڈالکر برتن کے اُوپری کَنارے سے لیکر نیچے تک ہر طرف اُنگلی وغیرہ سے اچّھی طرح دھوکر پینا چاہئے۔ دو یا تین بار اسی طرح دھوکر پی لیں تو تو اِن شاءَ اللہ عزوجلّ برتن خوب صاف ہوجائیگا۔

۳۵ پینے کے بعد رکابی یا تھال میں معمولی سا بچا ہوا پانی بھی اُنگلی سے جمع کر کے پی لینا چاہئے کہ حدیث پاک میں

یہ بھی ہے، ”تم نہیں جانتے کہ کھانے کے کس حصے میں برکت ہے۔“ (مسلم شریف ج ۲ ص ۱۷۵)

مدینہ ۳۶ سالن کے شوربے سے آلودہ کٹورے، چمچ نیز چائے، لسی، پھلوں کے رس **(JUICE)** اور دیگر مشروبات کے آلودہ، پیالے اور گلاس وغیرہ کو دھو پی کر اسی طرح صاف کر لیجئے۔

مدینہ ۳۷ آخر میں **الحمدُللہ** کہئے۔ (اور آخر ماثور دعائیں بھی یاد ہوں تو پڑھئے)

مدینہ ۳۸ صابون سے اچھی طرح ہاتھ دھو لیجئے تاکہ بُو اور چکناہٹ جاتی رہے۔

مدینہ ۳۹ حدیث پاک میں یہ بھی ہے، (کھانے سے فراغت کے بعد) سرکار مدینہ صلی اللہ تعالیٰ علیہ والہٖ وسلم نے ہاتھ دھوئے

اور ہاتھوں کی تَری سے منہ اور کلائیوں اور سرِ اقدس پر مَسح کرلیا اور اپنے پیارے صَحابی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے فرمایا، عِکراش! ''جس چیز کو آگ نے چھوا یعنی جو آگ سے پکائی گئی ہو اُس کے کھانے کے بعد یہ وُضو ہے۔'' (ترمذی شریف ج ۳ ص ۳۳۵)

مدینہ ایک اور حدیث پاک میں ہے، سرکار صلی اللہ تعالیٰ علیہ واٰلہٖ وسلم کا رومال پاؤں مبارک کے تلوے ہوتے یعنی ان سے ہاتھ شریف پُونچھ لیتے۔

(سنن ابن ماجہ ص ۲٤٤ ابواب الاطعمہ)

مدینہ ٤١ کھانے کے بعد دانتوں کا خِلال کرنا سُنّت ہے۔

کھانے کے بعد یہ دُعا پڑھئے:-

اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ الَّذِیْ اَطْعَمَنَا وَسَقَانَا وَجَعَلَنَا مِنَ الْمُسْلِمِیْن

ترجمہ: اللہ عزوجل کا شکر ہے جس نے ہمیں کھلایا، پلایا اور مُسلمانوں میں سے بنایا۔ (ابو داؤد شریف ج۳ ص ۳۸۱)

اگر کسی نے کھلایا تو یہ دُعا بھی پڑھئے:-

اَللّٰھُمَّ اَطْعِمْ مَنْ اَطْعَمَنِیْ وَ اسْقِ مَنْ سَقَانِیْ ۔ (مُسلم ج۲ ص ۱۸٤)

ترجمہ: اے اللہ عزوجلّ اُس کو کھلا جس نے مجھے کھلایا اور اُس کو پلا جس نے مجھے پلایا۔

کھانا کھانے کے بعد یہ دُعا بھی پڑھئے۔

اَللّٰھُمَّ بَارِكْ لَنَافِیْهِ وَاَطْعِمْنَاخَیْرًا مِّنْهُ ۔

ترجمہ: اے اللہ عــزّ وجلّ! ہمارے لئے اِس کھانے میں بَرکت عطا فرما اور اس سے بہتر کھانا ہمیں کھلا۔ (ابنِ ماجہ ج ٤ ص ۳٦)

بسم اللّٰہ الرحمٰن الرحیم ط

الصلوٰۃ والسلام علیک یا رسول اللّٰہ

کھانے کا شکر ادا ہو

بسکٹ ، پھل، کھانا، چائے ، پانی کچھ بھی کھائیں یا پئیں پہلے پڑھئے :-

بِسمِ اللّٰہِ وَ عَلیٰ بَرَکَۃِ اللّٰہِ۔

ترجمہ: اللہ عزوجل کے نام اور اسکی بَرَکت سے

کھا یا پی چکیں تو پڑھئے :-

اَلحَمدُ لِلّٰہِ الَّذِیٓ ھُوَ اَشبَعَنَا وَ اَروَانَا وَ اَنعَمَ عَلَینَا وَ اَفضَلَ۔

ترجمہ: اللہ عزوجل کا شکر ہے، جس نے ہمیں سَیر اور سیراب فرمایا اور ہم پر اِنعام اور فَضل کیا۔

یہ دونوں دعائیں اِس نعمت کا شکر اور بدلہ ہیں۔ (حاکِم لِلمُستَدرِک)