



13348 - ইসলামে খাবার গ্রহণের শিষ্টাচারসমূহ

প্রশ্ন

ইসলামে খাওয়ার শিষ্টাচারসমূহ কী কী?

উত্তরে সংক্ষিপ্তসার

ইসলামে খাবার গ্রহণের শিষ্টাচারসমূহের মধ্যে রয়েছে: খাওয়ার আগে হাত ধোয়া, আপ্যায়নকারী খাবার উপস্থাপন করলে অবলম্বনে তা গ্রহণ করা, খাওয়ার আগে বসিমল্লিহ বলা, নিজের কাছের অংশ থেকে খাওয়া, খাওয়ার পরে হাত ধোয়া, তিন আঙুল দিয়ে খাওয়া, পড়ে যাওয়া লোকের তুলে নেওয়া, খাওয়ার সময় জরুরী প্রয়োজন ছাড়া থুতু এবং শ্লশ্মে না ফেলা, খাদ্যের সমালোচনা না করা, খাওয়ার ক্ষেত্রে মধ্যমপন্থা অবলম্বন করা, পটে ভর্তি না করা, স্বর্ণ-রৌপ্যের পাত্রে না খাওয়া; যহেতে তা হারাম এবং খাওয়ার পরে আলহামদুলিল্লাহ বলা।

প্রায় উত্তর

আলহামদু লিল্লাহ।

ইসলামী শরীয়তে খাবার গ্রহণের বেশে কিছু শিষ্টাচার রয়েছে। সে শিষ্টাচারগুলো কয়েকভাবে বিভক্ত:

খাওয়ার পূর্বের শিষ্টাচার

- খাওয়ার আগে হাত ধোয়া: খাওয়ার আগে দুই হাত ধোয়া আবশ্যিক; যাতে করে পরষিকার দুই হাত দিয়ে খেতে পারে এবং হাতের ময়লার কারণে নিজের ক্ষতি না করে।
- খাওয়ার আরেকটি শিষ্টাচার হচ্ছে কউে যদি কারো অতিথি হন এবং খাবারটা চনিত না পারে (খাদ্যের প্রকার না জানে) এবং উপস্থাপিত খাদ্যে তার মন সায় না দেয়, তাহলে যেন এর ব্যাপারে জিজ্ঞাসা করে। রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম কোনো খাবার সম্পর্কে জিজ্ঞাসে করা বা তাকে খাবারের নাম না বলার আগে খেতেন না। বুখারী খালদে ইবনুল ওয়ালীদে সূত্রে বর্ণনা করেন: তিনি রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের সাথে তার খালা ও ইবনে আব্বাসের খালা মাইমূনার ঘরে প্রবেশ করলেন। তিনি তাঁর কাছে একটি ভূনা সান্ডা দেখতে পেলেন, যা নজদ থেকে তার (মাইমূনাহর) বোন হুফাইদা বনিতুল হারসি নিয়ে এসে ছিলেন। মাইমূনা রাদিয়াল্লাহু আনহা সান্ডাটি রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের সামনে পেশ করলেন। তাঁর অভ্যাস ছিল, কোন খাবারের বিবরণ দেয়া বা নাম

বলার আগ পর্যন্ত তিনি খুব কমই কোনো খাবারের প্রতিহাত বাড়াতেন। তিনি সান্ডার দকি হাত বাড়াতো চাইলে উপস্থিতি মহলাদরে মধ্য থেকে একজন বলল: ‘তোমরা রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামকে অবহতি কর যে, তোমরা তাঁর সামনে যা পশে করছে সটে সান্ডা।’ এ কথা শুনে রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম তাঁর হাত তুলে ফেললেন। খালদি ইবনু ওয়ালীদ জিজ্ঞাসে করলেন: ‘হে আল্লাহর রাসূল! সান্ডা খাওয়া কি হারাম?’ তিনি বললেন: “না। কিন্তু এটি আমাদের এলাকায় নাই। তাই এটি খেতে আমার বুট হয় না।” খালদি বললেন: “আমি সটে টেনে নিয়ে খেতে থাকলাম। তখন রাসূলুল্লাহ (সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম) আমাকে দেখেছিলেন। [হাদীসটি বুখারী (৫৩৯১) ও মুসলিম (১৯৪৬) বর্ণনা করেন]

ইবনুত তীন বলেন: ‘তিনি জিজ্ঞাসা করতেন কেনো খাদ্যের অপ্ৰতুলতার কারণে আরবরা কোনো কিছুই খাওয়া অপছন্দ করত না। কিন্তু তিনি কিছু খাবার অপছন্দ করতেন। তাই তিনি জিজ্ঞাসা করতেন। অন্য একটি সম্ভাবনাও থাকতে পারে যে তিনি জিজ্ঞাসা করতেন এ কারণে যে, শরীয়তে কিছু প্রাণী খাওয়া হারাম, আর কিছু প্রাণী খাওয়া হালাল। কিন্তু, তারা কোনো পশুকে হারাম মনে করত না। হয়তো তারা ভুনা করে বা রান্না করে নিয়ে এসেছে যাতা করে জিজ্ঞাসা করা ছাড়া এটাকে চেনা সম্ভবপর নয়।’ [ফাতহুল বারী (৯/৫৩৪)]

- আপ্যায়নকারীর পক্ষ থেকে খাবার পশে করার পর অবলিম্বে খাবার গ্রহণ করা: অতিথির প্রতি সম্মান প্রদর্শন হচ্ছে অতি দ্রুত পরিবেশন করা। আর আপ্যায়নকারীর প্রতি সম্মান প্রদর্শন হচ্ছে অবলিম্বে খাবার গ্রহণ করা ও পশেকৃত খাবার খাওয়া। আরবদের প্রথা ছিল তারা যদি অতিথিকে না খেতে দেখত তখন অতিথির প্রতিম্নদ ধারণা করত। তাই অতিথির উচিত আপ্যায়নকারীকে আশ্বস্ত রাখতে অবলিম্বে খাবার গ্রহণ করা। কারণ এতে করে আপ্যায়নকারী আশ্বস্ত থাকবেন।
- খাওয়ার আগে ‘বসিমল্লাহ’ বলা: খাওয়ার আগে বসিমল্লাহ বলা ওয়াজবি। বসিমল্লাহ (بِسْمِ اللَّهِ) পড়াকে আরবী সংক্ষেপে ‘তাসমিয়া’ বলা হয়। উম্মে কুলসুম রাদিয়াল্লাহু আনহা থেকে বর্ণিত, তিনি বলেন: রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলছেন: “তোমাদের কটে যখন খেতে চাইবে তখন সে যেনে (আগে) আল্লাহর নাম স্মরণ করে। যদি সে শুরুতে আল্লাহর নাম নতি ভুলে যায় তাহলে যেনে সে বলে: **بِسْمِ اللَّهِ أَوَّلُهُ وَآخِرُهُ** “শুরুতে ও শেষে বসিমল্লাহ।” [হাদীসটি তিরমযী (১৮৫৮), আবু দাউদ (৩৭৬৭) ও ইবনে মাজাহ (৩২৬৪) বর্ণনা করেন। শাইখ আলবানী ‘সহীহ সুনান আবু দাউদ’ (৩২০২) গ্রন্থে এটিকে সহহি বলে গণ্য করেন]

দলিল হচ্ছে উমর ইবনে আবী সালামাহর বর্ণনা করেন। তিনি: আমি বাল্যকালে রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের প্রতাপিলনে ছিলাম। সে সময় আমার হাত খাবারের বাসনে ছুটছুটি করত। তখন রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম আমাকে বললেন: “খোকা! ‘বসিমল্লাহ’ বলে খাও, ডান হাতে খাও এবং তোমার কাছের পার্শ্ব থেকে খাও।” [হাদীসটি বুখারী (৫৩৭৬) ও মুসলিম (২০২২) বর্ণনা করেন]

খাবার গ্রহণের সময়ের শষ্টিচাচ

- ডান হাতে খাওয়া: মুসলমিরে উপর ডান হাতে খাওয়া এবং বাম হাতে না খাওয়া ওয়াজবি। ইবনে উমর রাদিয়াল্লাহু আনহুমা বর্ণনা করেন: নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলছেন: “তোমাদের কেউ যেন বাম হাতে না খায় এবং বাম হাতে পান না করে। কারণ শয়তান বাম হাতে খায় ও বাম হাতে পান করে।”[হাদীসটি মুসলিম (২০২০) বর্ণনা করেন]

যদি ব্যক্তির কোনো ওজর না থাকে সেক্ষেত্রে এ হুকুম প্রযোজ্য। কিন্তু যদি ডান হাতে খাওয়া বা পান করার ক্ষেত্রে অসুস্থতা, অপারেশন বা অন্য কোনো ওজর থাকে সেক্ষেত্রে বাম হাতে খেতে কোনো সমস্যা নাই।

এ হাদীসটি এই ইঙ্গিত করছে যে মানুষের উচিত শয়তানের কাজকর্মের অনুরূপ কাজকর্ম পরহিার করা।

- নজিরে কাছরে অংশ থেকে খাওয়া: সুন্নত হচ্ছে (সম্মিলিতভাবে খাবার গ্রহণের ক্ষেত্রে) ব্যক্তি সরাসরি তার কাছরে অংশ থেকে খাওয়া সুন্নত। অন্যরে পাশরে অংশ থেকে কথিবা খাবাররে মাঝখানের দকি হাত বাড়াবে না। রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম আমর ইবনে আবী সালামাকে বলেন: ‘ওহে খোকা! তুমি বসিমিল্লাহ বলো, ডান হাতে খাও এবং নজিরে কাছরে অংশ থেকে খাও।’[হাদীসটি বুখারী (৩৫৭৬) ও মুসলিম (২০২২) বর্ণনা করেন]

তাছাড়া কেউ তার সাথে বসা ব্যক্তির পাশ থেকে খাওয়া অসদাচরণ ও ব্যক্তিত্বহীনতা। হতে পারে সেই ব্যক্তি এটাকে নোংরা মনে করবে। বিশেষতঃ ঝোল-জাতীয় খাবারের ক্ষেত্রে।

মাঝখান থেকে খাবার না খাওয়ার সপক্ষে দলিল হচ্ছে ইবনে আব্বাস রাদিয়াল্লাহু আনহু বর্ণনা করেন: নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলছেন: “খাবারের মাঝখানে বরকত নাযলি হয়। তাই তোমরা এর চারপাশ থেকে খাও; মাঝখান থেকে খেয়ে না।”[হাদীসটি তিরমিযী (১৮০৫) ও ইবনে মাজাহ (৩২৭৭) বর্ণনা করেন। শাইখ আলবানী ‘সহীহুল জামে’ (৮২৯) গ্রন্থে হাদীসটি বর্ণনা করেন]

তবে খাবার যদি খজের হয় কথিবা নানা জাতের হয় তাহলে খাবারের পাত্রের বিভিন্ন দকি হাত যাওয়াকে ফকীহরা বৈধ বলে গণ্য করেন।

- খাওয়ার পরে হাত ধোয়া: কেবল পানির মাধ্যমে হাত ধৌত করলে সুন্নাহ অনুযায়ী আমল করা হয়ে যায়। ইবনে রাসলান বলছেন: ‘উত্তম হলো ক্বার, সাবান বা অনুরূপ বস্তু দিয়ে হাত ধোয়া।’[দখুন: তুহফাতুল আহওয়াযী (৫/৪৮৫)]

ব্যক্তি যদি অযু অবস্থায়ও থাকে তবুও খাওয়ার আগে-পরে হাত ধোয়া মুস্তাহাব।

- খাওয়ার পরে কুলিকরা: খাওয়ার পরে কুলিকরা মুস্তাহাব। দলিল হলো: সুয়াইদ ইবনুন নু'মান থেকে বশীর ইবনে ইয়াসার বর্ণনা করেন যে, একবার সাহাবীরা নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের সাথে 'সাহবা' নামক স্থানে ছিলেন। -'সাহবা' জায়গাটা ছিল খাইবার থেকে এক অপরাহ্নের দূরত্বে-। তখন নামাযের সময় উপস্থিতি হলো। তিনি খাবার আনতে বললেন। কিন্তু, ছাতু ছাড়া আর কিছুই পলেনে না। ছাতু মুখে নিয়ে তিনি নাড়াচাড়া করলেন, আমরাও তাঁর সঙ্গে ছাতু মুখে নিয়ে নাড়াচাড়া করলাম। তারপর তিনি পানি আনালেন এবং কুলি করলেন। তারপর নামায আদায় করলেন এবং আমরাও তাঁর সঙ্গে নামায আদায় করলাম। কিন্তু, তিনি ওযু করলেন না। [হাদীসটি বুখারী (৫৩৯০) বর্ণনা করেন]
- আপ্যায়নকারীর জন্য দোয়া করা। আনাস রাদিয়াল্লাহু আনহু থেকে বর্ণতি, তিনি বলেন, নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম সাদ ইবনে উবাদাহর দাওয়াতে গেলেন। সাদ বুটী ও তলে হাজরি করলেন। তখন নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম খেয়ে তার জন্য দোয়া করলেন: **أَفْطَرَ عِنْدَكُمْ الصَّائِمُونَ وَأَكَلَ طَعَامَكُمْ الْأَبْرَارُ وَصَلَّتْ عَلَيْكُمْ الْمَلَائِكَةُ** “আপনাদের কাছে রোযাদারেরা ইফতার করুন, সৎ লোকেরা আপনাদের খাবার গ্রহণ করুন এবং ফরেশেতারা আপনাদের জন্য রহমতের দু'আ করুন।” [হাদীসটি আবু দাউদ (৩৮৫৪) বর্ণনা করেন। শাইখ আলবানী 'সহীহ সুনান আবু দাউদ' (৩২৬৩) গ্রন্থে এটিকে সহীহ বলে গণ্য করেন]
- তিনি আঙুলে খাওয়া: তিনি আঙুলে খাওয়া সুন্নাহ। ইয়াদ্ব বলেন: “তিনি চয়ে বশে আঙুল দিয়ে খাওয়া ভোজনলপ্সা ও অশষ্টিচার। আর যহেতে এটা করা নষিপ্রয়োজন। কারণ খাবার গ্রহণকারী তিনি আঙুল দিয়ে তিনি দকি থেকে লোকমাকে ধরতে পারে। তবে যদি খাবার হালকা হওয়ার কারণে তিনি বশে আঙুল দিয়ে খাবার ধরার প্রয়োজন হয় তাহলে চতুর্থ বা পঞ্চম আঙুলের সাহায্য নবী।” [দখুন: ফাতহুল বারী (৯/৫৭৮)]

কউে যদি হাত দিয়ে খায়, তাহলে এই বখান। তবে চামচ বা অনুরূপ বস্তু ব্যবহার করতে কোনো সমস্যা নহে।

- পড়ে যাওয়া খাবার খাওয়া: লোকমা পড়ে গেলে খাদ্যগ্রহণকারী ব্যক্তির উচিত ঐ খাবার থেকে ময়লা দূর করে তা খেয়ে নেওয়া; শয়তানরে জন্য রেখে না দেওয়া। কারণ সে জানে না তার খাবারের কোন অংশে বরকত আছে। হয়তো পড়ে যাওয়া অংশে বরকত আছে। ফলে এটি পরিত্যাগ করার কারণে ব্যক্তি খাবারের বরকত থেকে বঞ্চিত হবে। আনাস ইবনে মালকে থেকে বর্ণতি, তিনি বলেন: রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম কোনো খাবার খলে তিনি আঙুল চটেপেটে খেতেন এবং বলতেন: “তোমাদের কারো কোনো লোকমা পড়ে গেলে সে যেন এর থেকে ময়লা দূর করে এবং এটি খেয়ে নেয়। শয়তানরে জন্য যেন রেখে না দেয়।” এছাড়া তিনি আমাদেরকে বাসন মুছে খাওয়ার নরিদশে দিয়ে বলেন: “তোমরা জানো না কোন খাবারে বরকত আছে।” [হাদীসটি মুসলিম (২০৩৪) বর্ণনা করেন]
- খাবার খাওয়ার সময় ঠসে দিয়ে না বসা: কারণ নবী করীম সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলছেন: "আমি হলোন দিয়ে খাবার খাই না।" [সহীহ বুখারী, ৫৩৯৯]। 'ঠসে দেওয়া' বা 'ইততকি' বলতে কী বোঝায়, সে বিষয়ে আলমেগণ ভিন্ন ভিন্ন মত পোষণ করছেন। ইবনে হাজার (রহ.) বলেন: 'ঠসে দেওয়া'র অর্থ নিয়ে আলমেদের মধ্যে মতভেদ রয়েছে। কউে বলছেন, এর অর্থ হলো যে কোনোভাবে আসন গড়ে বসে খাবার খাওয়া। কউে বলছেন, এর অর্থ একপাশে

কাত হয়ে বসা। আবার কটে বলছেন, এর অর্থ হলো বাম হাত মাটিতে রেখে হাতের ওপর ভর দিয়ে বসা...। ইবনে আদী একটী যঈফ (দুর্বল) সনদে বর্ণনা করছেন যে, নবী করীম সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম এক ব্যক্তিকে খাওয়ার সময় বাম হাতের ওপর ভর দিয়ে বসা অবস্থায় দেখে তরিস্কার করছিলেন। ইমাম মালিকি (রহ.) বলেন, এটিও এক প্রকারের ‘ঠেসে দেওয়া’। আমি (ইবনে হাজার) বলব: এটি নির্দিশে করে যে ইমাম মালিকি খাওয়ার সময় এমন সবকিছুকেই ‘মাকরুহ’ মনে করতেন যেগুলোকে ‘ঠেসে দেওয়া’ হিসেবে গণ্য করা যায় এবং এটি নির্দৃষ্টি কোনোটো এক পদ্ধতির সাথে খাস নয়। (ফাতহুল বারী, ৯/৫৪১)

- খাওয়ার সময় জরুরী প্রয়োজন ছাড়া থুতু বা শ্লষ্মা না ফলো।
- খাওয়ার আরও কিছু শষিটাচার হলো: সবাই একসাথে সাথে খাওয়া। খাওয়ার সময় হারাম নয় এমন সব কথাবার্তা বলা। ছোট বাচ্চা ও স্ত্রীদ্বয়কে খাইয়ে দেয়া। অসুস্থতা জাতীয় ওজর ছাড়া কোনোটো খাবার একাকী না খাওয়া। বরং ভালো খাবারগুলো নিজের পরবর্তীতে তাদেরকে দেওয়া। যমেন: ভালো মাংসের টুকরো, নরম কথিবা উত্তম বুট। অতিথি খাবার শেষে করে হাত উঠিয়ে ফলেলেও আপ্যায়নকারী বলবেন: আরও খান। বারংবার তাকে এটি বলবেন যতক্ষণ না তিনি নিশ্চিতি হন যে অতিথি আর খাবে না। তিনি বারংবার বেশি বলবে না। (খাবারের পর) দাঁত খলিাল করবে এবং সেখান থেকে যা বের হবে তা না গলিবে বরং ফলে দেবে।

খাওয়ার পরের শষিটাচার

খাওয়া শেষে করার পরে আল্লাহর প্রশংসা হিসেবে যে যিকরি বর্ণিত হয়েছে তা পড়া সুন্নত। যখন নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের দস্তরখান তুলে ন্যো হত তখন তিনি বলতেন: **الْحَمْدُ لِلَّهِ حَمْدًا كَثِيرًا طَيِّبًا مُبَارَكًا فِيهِ غَيْرَ مَكْفِيٍّ وَلَا مُوَدَّعٍ وَلَا** **مُسْتَغْنَى عَنْهُ رَبَّنَا** “পবত্রির বরকতময় অসংখ্য প্রশংসা আল্লাহর জন্য। হে আমাদের প্রভু! (আমরা) প্রশংসা করছি এমতাবস্থায় যে, অমুখাপক্ষেয়ী হয়ে নয়, আপনাকে বদায় জানিয়ে নয় ও বমুখ হয়েও নয়।” [হাদীসটি বুখারী (৫৪৫৮) বর্ণনা করেন] রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম দুধ ছাড়া অন্য খাবার খেলে বলতেন: **اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيهِ وَأَطْعِمْنَا خَيْرًا** **مِنْهُ** “হে আল্লাহ! আপনি আমাদের জন্য এতে বরকত দিন এবং আমাদেরকে এর চয়ে ভালো কিছু খাওয়ান।” আর দুধ পান করলে বলতেন: **اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيهِ وَزِدْنَا مِنْهُ** “হে আল্লাহ! আপনি আমাদের জন্য এ খাবারে বরকত দিন এবং এই খাবার আরও বাড়িয়ে দিন।” [হাদীসটি তিরমিযী (৩৩৭৭) বর্ণনা করেন। শাইখ আলবানী ‘সহীহুল জামে’ গ্রন্থে (৩৮১) হাদীসটিকে হাসান বলেন]

ইবনে আব্বাস রাদিয়াল্লাহু আনহুমা বর্ণনা করেন: রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন: “আল্লাহ যাকে কোনোটো খাবার খাওয়ায় সে যেন বলেন: হে আল্লাহ! আপনি আমাদের জন্য এ খাবারে বরকত দিন এবং আমাদেরকে এর থেকে ভালো কিছু খাওয়ান। আর আল্লাহ যাকে দুধ পান করায় সে যেন বলে: হে আল্লাহ! আপনি আমাদের জন্য এ খাবারে বরকত দিন এবং এ খাবার আরও বাড়িয়ে দিন।” [হাদীসটি তিরমিযী (৩৪৫৫) বর্ণনা করেন। শাইখ আলবানী সহীহ সুন্নানতি তিরমিযী

(২৭৪৯) গ্রন্থে এটকি হাসান বলে গণ্য করেন]

খাওয়ার কছু সাধারণ শষ্টিচার

- খাবারের নিন্দা না করা। আবু হুরাইরা রাদিয়াল্লাহু আনহু বর্ণনা করেন: “নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম কখনো কোনো খাবারের নিন্দা করেননি। তার পছন্দ হলে সেটি খিয়েছেন। আর অপছন্দ হলে তা পরিত্যাগ করেছেন।” [হাদীসটি বুখারী (৩৩৭০) ও মুসলিম (২০৪৬) বর্ণনা করেন] এর দ্বারা উদ্দেশ্য মুবাহ তথা বধৈ খাবার। বিপরীতে তিনি হারাম খাবারের ত্রুটি তুলে ধরতেন, নিন্দা করতেন এবং তা খতে নিষেধ করতেন।

ইমাম নববী বলেন: “খাওয়ার অন্যতম গুরুত্বপূর্ণ শষ্টিচার হলো ত্রুটি না ধরা। যমেন: লবণ বেশি, ততি, লবণ কম, ঘন, পাতলা, অসদ্বি ইত্যাদি না বলা। ইবনে বাতাল বলেন: এটি উত্তম শষ্টিচারের অন্তর্ভুক্ত। কারণ হয়তো কেউ এক খাবার পছন্দ করে না; কিন্তু অন্য ব্যক্তিসহে খাবার পছন্দ করে। আর শরীয়ত যা কছু খাওয়ার অনুমতি দিয়েছে তাতে কোনো ত্রুটি নেই।” [শরহে মুসলিম (১৪/২৬)]

- খাওয়ার আরও একটি শষ্টিচার হচ্ছে (খাবার গ্রহণে) মধ্যমপন্থা অবলম্বন করা এবং পটে ভরে না খাওয়া। এক্ষেত্রে সর্বোচ্চ যা বধৈ তা হলো মুসলিম তার পটেকে তিনি ভাগে ভাগ করবে: এক ভাগ খাবারের জন্য, এক ভাগ পানীয়ের জন্য এবং এক ভাগ শ্বাস-প্রশ্বাসের জন্য রাখবে। কেননা হাদীসে আছে: “কোন মানুষ পটেরে চয়ে মন্দ কোনো পাত্র পূর্ণ করেনি। মানুষের জন্য তার মরুদণ্ড সোজা (শক্ত) রাখার জন্য কয়েক গ্রাসই যথেষ্ট। যদি বিশেষি খতেই হয়, তাহলে পটেরে এক তৃতীয়াংশ খাবারের জন্য, এক তৃতীয়াংশ পানীয়ের জন্য এবং এক তৃতীয়াংশ শ্বাস-প্রশ্বাসের জন্য হওয়া উচিত।” [হাদীসটি তিরমযী (২৩৮০) ও ইবনে মাজাহ (৩৩৪৯) বর্ণনা করেন। শাইখ আলবানী সহীহুত তিরমযী (১৯৩৯)-এ হাদীসটি সহহি বলে গণ্য করেন] এছাড়াও শরীর মাঝারি ও হালকা গড়নে রাখার জন্য এমনটিকরা উচিত। কেননা পটে ভরে খলে শরীর ভারী হয়ে যায়। এতে করে ইবাদতে ও কাজে অলসতা তৈরি হয়। এক-তৃতীয়াংশ জানার উপায় হলো: যতটুকু খলে তার পটে ভরে এর তিনি ভাগের এক ভাগ। [আল-মাউসুয়া (২৫/৩৩২)]
- স্বর্ণ-রৌপ্যের পাত্র খাওয়া ও পান করা থেকে বিরত থাকা। কারণ এটি হারাম। দলিল হচ্ছে: নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেন: “তোমরা পাতলা রশেমী বস্ত্র ও মোটা রশেমী বস্ত্র পরবে না, সোনা ও রূপার বাসনে পান করবে না এবং সোনা রূপার থালায়ও খাবে না। কেননা পৃথিবীতে এগুলো তাদের (কাফরিদের) জন্য। আর আখরিতে আমাদের জন্য।” [হাদীসটি বুখারী (৫৪২৬) ও মুসলিম (২০৬৭) বর্ণনা করেন]
- খাওয়ার পরে আল্লাহর প্রশংসা করা। এটি অত্যন্ত ফযীলতপূর্ণ বিষয়। রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেন: “নিশ্চয় আল্লাহ তা’আলা ঐ বান্দার প্রতি সন্তুষ্ট হন, যে খাবার খয়ে সটোর জন্য আল্লাহর প্রশংসা করে অথবা পানীয় পান করে সটোর জন্য আল্লাহর প্রশংসা করে।” [হাদীসটি মুসলিম (২৭৩৪) বর্ণনা করেন]

খাওয়ার পরে আল্লাহর প্রশংসার বিভিন্ন শব্দরূপ:

নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম থেকে খাওয়ার পরে আল্লাহর প্রশংসার বিভিন্ন শব্দরূপ বর্ণিত হয়েছে:

- আবু উমামা (রাঃ) থেকে বর্ণিত তিনি বলেন: যখন নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের দস্তরখান তুলে ন্যে হত তখন তিনি বলতেন: **الْحَمْدُ لِلَّهِ حَمْدًا كَثِيرًا طَيِّبًا مُبَارَكًا فِيهِ غَيْرَ مَكْفِيٍّ وَلَا مُودِعٍ وَلَا مُسْتَعْنَى عَنْهُ رَبَّنَا** “পবিত্র বরকতময় অসংখ্য প্রশংসা আল্লাহর জন্য। হে আমাদের প্রভু! (আমরা) প্রশংসা করছি এমতাবস্থায় যে, অমুখাপক্ষেী হয়ে নয়, আপনাকে বদায় জানিয়ে নয় এবং আপনার থেকে বমিখ হয়েও নয়।” [হাদীসটি বুখারী (৫৪৫৮) বর্ণনা করেন]

ইবনে হাজার বলেন: “তার বাণী: **غَيْرَ مَكْفِيٍّ** এর অর্থ সম্পর্কে কটে বলছেন: **غَيْرَ مَكْفِيٍّ** (তিনি তাঁর কনো বান্দার মুখাপক্ষেী নন। বরঞ্চ তিনিই তার বান্দাদেরকে খাওয়ান এবং প্রয়াজন পূরণ করেন। তার বাণী: **غَيْرَ مَكْفِيٍّ** (বদায় জানিয়ে নয়) এর অর্থ **غَيْرَ مَكْفِيٍّ** অর্থাৎ ছড়ে দিয়ে নয়।”

- মুয়ায ইবনে আনাস তার পতি বর্ণনা করেন তিনি বলেন: রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলছেন: “কটে যদি কনো খাবার খয়ে বলে: **الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنِي هَذَا وَرَزَقَنِيهِ مِنْ غَيْرِ حَوْلٍ مِنِّي وَلَا قُوَّةٍ** (সমস্ত প্রশংসা আল্লাহর জন্য, যিনি আমাকে এ খাদ্য খাওয়ালনে এবং এ রযিকি দান করলনে আমার পক্ষ হতে কনো চেষ্টা ও ক্ষমতা প্রয়োগ ছাড়া) তাহলে তার পূর্বের সকল গুনাহ মাফ করে দেওয়া হয়।” [হাদীসটি তিরমযী (৩৪৫৮) ও ইবনে মাজাহ (৩২৮৫) বর্ণনা করেন। শাইখ আলবানী ‘সহীহুত তিরমযী’ (৩৩৪৮) গ্রন্থে এটিকে হাসান বলে গণ্য করেন]
- আবু আইযুব আল-আনসারী রাদয়াল্লাহু আনহু বলেন: রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম খাওয়া কথিবা পান করার পর বলতেন: **الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَ وَسَقَى وَسَوَّغَهُ وَجَعَلَ لَهُ مَخْرَجًا** “সমস্ত প্রশংসা সেই আল্লাহর জন্য যিনি খাওয়ালনে, পান করালনে, পটে প্রবশে করা সহজ করে দলিনে এবং এগুলো বরে হওয়ারও পথ রাখলনে।” [হাদীসটি আবু দাউদ (৩৮৫১) বর্ণনা করেন এবং শাইখ আলবানী এটিকে সহহি বলে গণ্য করেন]
- আবদুর রহমান ইবনে জুবাইর বলেন: আট বছর নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের খদেমত করছেন এমন এক ব্যক্তি তাকে বলছেন: নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের কাছে খাবার এগিয়ে দেওয়া হলে তিনি তাকে বলতেন: **اللَّهُمَّ أَطْعَمْتَ وَاسْقَيْتَ وَهَدَيْتَ وَأَحْيَيْتَ، فَالْحَمْدُ عَلَى مَا أُعْطِيتَ** “হে আল্লাহ! আপনি খাবার খাইয়েছেন, পান করিয়েছেন, পথ দখেয়েছেন, জীবন দিয়েছেন। আপনি যা দিয়েছেন তার জন্য আপনার প্রশংসা।” [হাদীসটি আহমদ (১৬১৫৯) বর্ণনা করেন। শাইখ আলবানী ‘সলিসলি সহীহাহ’ (১/১১১) গ্রন্থে এটিকে সহহি বলে গণ্য করেন]

টীকা: খাবার খাওয়ার পর আল্লাহর প্রশংসাবহ সবগুলো বাণী পড়া মুস্তাহাব। কখনো এটি পড়বে, কখনো অন্যটি পড়বে; যাতো



করে সব দিক থেকে সুন্নাহ সংরক্ষিত হয় এবং এই দোয়াগুলোর বরকত পায়। অধিকন্তু কখনো এই বাক্যগুলো আবার কখনো ঐ বাক্যগুলো বলার মাধ্যমে ব্যক্তি মনরে ভেতের দোয়াগুলোর ভাব স্মরণ হওয়া অনুভব করতে পারবে। কনেনা মানুষের মন যদি একটি যিকিরি অভ্যস্ত হয়ে পড়ে তাহলে বারবার পড়ার কারণে দোয়াটির ভাব সে খুব কম সময়ই স্মরণে আনতে পারে।[শালহুবে 'আল-আদাব' (পৃ. ১৫৫) গ্রন্থ থেকে সমাপ্ত]

আল্লাহই সর্বজ্ঞ।