گوشت خوری ؟

جائز یا ناجائز

ڈاکٹر ذاکر نائیک

گوشت خوری

جائز یا ناجائز؟

ڈاکٹر ذاکر نائیک اور رشمی بھائی زاویری
کے مابین ایک دلچسپ مناظرہ

مترجم

سید امتیاز احمد

دار النوادر
الحمد مارکیٹ، اُردو بازار، لاہور

دار الاحسن
دکان نمبر 3 سلمان شیخ سینٹر
بلاک 6 گلشن اقبال، کراچی
0333-3738795

اس کتاب کے ترجمہ کے حقوق بحق دار النوادر لاہور محفوظ ہیں۔ اس ترجمے کا استعمال کسی بھی ذریعے سے غیر قانونی ہوگا۔ خلاف ورزی کی صورت میں پبلشر قانونی کارروائی کا حق محفوظ رکھتا ہے۔

جملہ حقوق محفوظ

۲۰۰۶ء

کتاب: گوشت خوری جائز یا ناجائز؟
ڈاکٹر ذاکر نائیک اور رشی بھائی زاویری
کے مابین ایک دلچسپ مناظرہ

مترجم: سید امتیاز احمد

اہتمام: دار النوادر، لاہور

مطبع: موٹر وے پریس، لاہور

قیمت: ۵۰ روپے

ڈسٹری بیوٹرز

فضلی بک سپر مارکیٹ
اُردو بازار، نزد ریڈیو پاکستان، کراچی۔
فون: 2212991-2629724

کتاب سرائے
پبلشرز، ڈسٹری بیوٹرز، مشیران کتب خانہ جات
فرسٹ فلور، الحمد مارکیٹ، غزنی سٹریٹ
اُردو بازار، لاہور فون: 7320318 فیکس: 7239884
ای میل: hikmat100@hotmail.com

ترتیب

- ڈاکٹر ذاکر نائیک کا تعارف .... اشرف محمدی ۴
- حرفِ آغاز .... ڈاکٹر محمد نائیک ۷

حصہ اوّل

- افتتاحی کلمات .... وائی پی تریویدی ۸
- رشمی بھائی زاویری کا تعارف .... چمن بھائی وہرا ۱۴
- مناظرے کا طریقۂ کار .... ڈاکٹر محمد نائیک ۱۵
- پہلا خطاب .... رشمی بھائی زاویری ۱۷
- دوسرا خطاب .... ڈاکٹر ذاکر نائیک ۳۸
- جوابی خطاب .... رشمی بھائی زاویری ۶۳
- جوابی خطاب .... ڈاکٹر ذاکر نائیک ۶۷

حصہ دوم

- سوالات و جوابات ۷۹

☆......☆......☆

ڈاکٹر ذاکر نائک کا تعارف

اشرف محمدی

ڈاکٹر ذاکر عبدالکریم نائک کی عمر ۳۴ سال ہے۔ وہ اسلامک ریسرچ فاؤنڈیشن کے صدر ہیں۔ پیشہ ورانہ لحاظ سے وہ ایک ڈاکٹر ہیں لیکن انھیں بین الاقوامی شہرت ایک زوردار خطیب اور مقرر کے طور پر حاصل ہے۔ ان کے موضوعات اسلام اور تقابل ادیان ہیں۔ وہ قرآن، حدیث اور دیگر مذاہب کے متون مقدسہ کی روشنی میں، اسلام کے بارے میں پائی جانے والی غلط فہمیاں دور کرتے ہیں۔ وہ اس حوالے سے منطق استدلال اور جدید سائنسی حقائق کو بھی استعمال کرتے ہیں۔ وہ اپنے تنقیدی تجزیوں اور متاثر کن جوابات کے لیے شہرت رکھتے ہیں۔ ان کے عوامی خطبات کے بعد حاضرین ان سے سوالات کرتے ہیں جن کے وہ تشفی بخش جوابات دیتے ہیں۔ صرف گزشتہ تین سال کے عرصے میں وہ دنیا کے مختلف ممالک میں تین صد سے زاید عوامی اجتماعات سے خطاب کر چکے ہیں۔ وہ متعدد بین الاقوامی ٹی وی چینلز کے ذریعے بھی دنیا بھر میں سنے جاتے ہیں۔ وہ دنیا کے مختلف مذاہب کی اہم شخصیات کے ساتھ اس قسم کے مناظروں اور مباحثوں میں بھی شریک ہو چکے ہیں۔

☆......☆......☆

حصہ اوّل

گوشت خوری!...... جائز یا ناجائز؟

حرفِ آغاز

ڈاکٹر محمد نائیک

اللہ کے نام سے جونہایت رحم کرنے والا بڑا مہربان ہے۔

آج کی تقریب کے مہمانِ خصوصی جناب وائی پی تریویدی صاحب، جناب رشمی بھائی زاویری، ڈاکٹر ذاکر نائیک صاحب، چمن بھائی وُہرا صاحب، دھن راج سلیچا صاحب اور محترم مہمان خواتین وحضرات، السلام علیکم!

اس تقریب کے منتظمین، انڈین ویجی ٹیرین کانفرنس، اسلامک ریسرچ فاؤنڈیشن اور رشبھ فاؤنڈیشن کی جانب سے میں آپ سب کو آج کی اس منفرد تقریب میں خوش آمدید کہتا ہوں۔ یہ تقریب ایک عوامی مباحثے پر مشتمل ہے جس کا موضوع ہے:

''انسان کے لیے گوشت خوری جائز ہے یا ممنوع؟''

یہ مباحثہ ایک دوستانہ فضا میں ہو رہا ہے جس کا مقصد ایک دوسرے کے نقطہ ہائے نظر کی تفہیم ہے۔ میں اس تقریب کی نظامت کروں گا اور میری اس ذمہ داری کا تقاضا ہے کہ میں اس دوران قطعی غیر جانب دار رہوں۔ میرا یہ بھی فرض ہوگا کہ میں تقریب کے ماحول کو منصفانہ اور خوشگوار رکھنے کی کوشش کروں، لہٰذا میں اپنے جملہ حاضرین سے بھی یہ درخواست کروں گا کہ وہ آدابِ محفل کو ملحوظِ خاطر رکھیں تاکہ یہ مباحثہ خوشگوار اور صحت مند ماحول میں جاری رہ سکے۔

☆......☆......☆

افتتاحی کلمات

وائی پی تریویدی

ڈاکٹر ذاکر نائیک صاحب، جناب رشمی زاویری صاحب، ڈاکٹر محمد نائیک صاحب، ڈاکٹر دھن راج سلیچا صاحب، چمن لال ڈہرا صاحب اور محترم احباب!

اپنی تعارفی گفتگو کا آغاز کرنے سے قبل ایک گزارش کرنا چاہوں گا۔ میں زور دے کر یہ بات آپ کے گوش گذار کرنا چاہتا ہوں کہ ہماری تہذیب کے لیے آج بہترین دوست اور بہترین دشمن ایک ہی چیز ہے اور وہ ہے موبائل فون۔ جس وقت آپ کسی مصیبت میں ہوں تو یہ آپ کا بہترین دوست ثابت ہوسکتا ہے لیکن جس وقت آپ کسی محفل میں ہوں، اس وقت یہ آپ کا بدترین دشمن بھی ہوسکتا ہے۔

لہٰذا جن حاضرین کے پاس موبائل فون موجود ہیں، میں ان سے گذارش کرنا چاہوں گا کہ ازارہِ کرم اپنے فون بند کردیں تاکہ مقررین اور سامعین ڈسٹرب نہ ہوں۔ یہ ایک طرف مقرر کے خیالات کی پریشانی کا باعث بنتا ہے تو دوسری طرف سامعین کی توجہ کو بٹانے کا سبب بھی بنتا ہے۔

دوستو! میں مقررین کو اور آپ کو آج منعقد ہونے والے انتہائی اچھے مباحثے میں خوش آمدید کہتا ہوں۔ میں یہ بھی امید رکھتا ہوں کہ یہ مباحثہ ایک نقطۂ آغاز ثابت ہوگا اور مستقبل میں بھی اسی قسم کے مباحثے اور مناظرے ہوتے رہیں گے۔

یہ مباحثہ یا مکالمہ دراصل ہندومت اور اسلامی تہذیب کی بہترین روایات کا تسلسل ہے۔ ہماری دیومالا اور تاریخ میں بھی ایسے مناظروں کا ذکر ملتا ہے۔ یہ مناظرے مختلف

بادشاہوں، مثال کے طور پر جَنَکؔ کے دربار میں منعقد ہوئے۔ ان مناظروں میں مختلف نقطہ ہائے نظر کے علما آپس میں مباحثے کرتے تھے۔ جیسا کہ آپ جانتے ہیں ہندومت کبھی بھی کسی واحد فکر کا پیرو نہیں رہا۔ مختلف مکاتب فکر مثلاً بھگتی مارگ، ادوایت مارگ وغیرہ اور پھر چاروک تھے جو خدا پر یقین ہی نہیں رکھتے تھے۔

راجا جَنَکؔ اکثر ان تمام مکاتب فکر کے علما کو جمع کرتا اور پھر انھیں موقع فراہم کرتا کہ وہ اپنے نقطۂ نظر کے حق میں دلائل دیں، دوسروں سے مباحثہ کریں۔ راجا خود ان پر اثرانداز نہیں ہوتا تھا۔ صرف انھیں گفتگو کی تحریک دیتا تھا۔ یوں مباحثے ہوتے تھے اور حاضرین سب کی گفتگو سن کر خود نتائج اخذ کرتے تھے۔ سو کہنے کا مقصد یہ ہے کہ ہمارے ہندوستان میں ہندو مذہب کی یہ روایت رہی ہے۔ اسی طرح کی روایت اسلام میں بھی موجود ہے۔ حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کے فوراً بعد کا جو دور تھا، اس دور میں عربوں نے علم منطق، ریاضی اور علم فلکیات پر توجہ دی اور عرب علاقہ ان علوم کا مرکز بن گیا۔ ان علوم کے حوالے سے مباحثے ہوتے تھے، نظریات قائم ہوتے تھے جو بعد ازاں مغرب تک منتقل ہوئے۔

میرے خیال میں، مغرب میں نشاۃِ ثانیہ کی تحریک انہی عرب علما کے افکار کی مرہونِ منت ہے۔ یہ علما اپنے وقت کی عظیم شخصیات تھے۔ ہم لوگ بالعموم جب عرب فکر کے بارے میں سوچتے ہیں تو ہمارا خیال زیادہ سے زیادہ الف لیلیٰ کی طرف جاتا ہے۔ بلاشبہ عربوں نے داستان گوئی میں بھی کمال حاصل کیا تھا لیکن ان کے علوم محض داستان گوئی تک محدود نہیں تھے۔ انھوں نے سائنس، ٹیکنالوجی، فلسفہ، منطق اور ریاضی جیسے علوم کو بھی بیش بہا ترقی دی۔ یہی وجہ ہے کہ اپنی بے انتہا ترقی کے باوجود مغرب ہندسوں کو آج بھی ''عرب ہندسے'' ہی کہتا ہے۔ یوں اسلام میں آزادئ فکر کی روایت ہمارے سامنے آتی ہے اور میرا خیال یہ ہے کہ یہ روایت مسلسل جاری رہی ہے کیونکہ ہندوستان میں بھی ایسا ہوتا رہا ہے۔ شہنشاہ اکبر کے دور میں بھی تمام مذاہب کے علما کو دعوت دی جاتی تھی کہ وہ

آئیں اور اپنے مذہبی عقاید کی وضاحت کریں۔ عیسائی جو اس دور میں نئے نئے ہندوستان میں وارد ہوئے تھے، انھیں بھی یہ دعوت دی گئی کہ وہ شاہی دربار میں آئیں اور اپنے مذہبی اصولوں کا تعارف پیش کریں۔

گویا یہ کہنا غلط نہ ہوگا کہ اس قسم کے مباحث جیسی صحت مندانہ فکری سرگرمیاں کسی بھی روشن خیال، مہذب اور اختلاف رائے برداشت کرنے والے معاشرے کے ارتقا کے لیے شرطِ لازم کی حیثیت رکھتی ہیں۔

ڈاکٹر ڈ ہرا کی طرح میں بھی یہاں یہ کہنا چاہوں گا کہ میں یہاں قطعی غیر جانبدار ہوں۔ اگر میں غیر جانب دار نہ ہوتا تو ظاہر ہے مجھے مہمانِ خصوصی بھی نہ بنایا جاتا۔ لہٰذا میں زیرِ بحث موضوع کے بارے میں کوئی فیصلہ کن رائے بھی نہیں دینا چاہوں گا۔ لیکن یہاں میں ایک مکتب فکر کا ذکر ضرور کروں گا۔ یہ رائے میں نے کسی جگہ پڑھی تھی۔ وہ یہ کہ قدرتی طور پر جتنے سبزی خور جانور ہیں یعنی وہ جانور جو صرف نباتات کو بطورِ غذا استعمال کرتے ہیں، ان کے دانت چپٹے ہوتے ہیں جب کہ وہ جانور جو سبزی خور نہیں ہیں بلکہ گوشت خور ہیں، ان کے دانت نوکیلے ہوتے ہیں۔ چپٹے نہیں ہوتے۔

انسان ایک ایسی نوع ہے جو دونوں طرح کے دانت رکھتا ہے۔ یعنی انسانی جبڑے میں چپٹے دانت بھی ہوتے ہیں اور نوکیلے بھی۔ بظاہر یہ محسوس ہوتا ہے کہ قدرت چاہتی تھی کہ یہ نوع باقی رہے۔ قدرت کو یہ منظور تھا کہ اہم ترین نوع ہونے کے ناطے انسان کی بقا کو اس زمین پر یقینی بنایا جائے تاکہ یہ نوع پیغام الٰہی کی مخاطب اور مبلغ بنے۔ اسی لیے غالباً اس نوع کو اس طرح تشکیل دیا گیا کہ یہ ہر طرح کے حالات کا مقابلہ کر سکے۔

اس بات سے انکار نہیں کیا جا سکتا کہ ابتدائی دور کے انسان یعنی Homosapien اور Homoeructus وغیرہ تمام تر گوشت خور تھے۔ کیونکہ اس دور میں زراعت کا آغاز نہیں ہوا تھا۔ اگر آپ موجودہ سائنسی معلومات کی روشنی میں ارتقائے انسانی کا جائزہ لیں تو آپ کو معلوم ہوگا کہ تہذیبی ترقی کے نتیجے میں انسان نے زراعت کا آغاز کیا اور فصلیں

کاشت کرنا شروع کیں، اس کے بعد یہ ہوا کہ انسانوں میں سے کچھ سبزی خور بن گئے، کچھ گوشت خور ہی رہے اور کچھ دونوں طرح کی غذائیں استعمال کرتے رہے۔ یعنی ان کی غذا میں لحمیاتی اور نباتاتی ہر دو طرح کی خوراک شامل تھی۔ آج کل ہم دیکھتے ہیں کہ بیش تر گوشت خور نباتاتی غذائیں بھی شوق سے کھاتے ہیں۔

لہٰذا میرا خیال یہ ہے کہ جب آپ اس حوالے سے بحث کرتے ہیں کہ ''گوشت خوری انسان کے لیے جائز ہے یا ناجائز؟'' تو آپ درحقیقت مذہبی لحاظ سے گوشت خوری کے جواز اور عدم جواز کے حوالے سے بات کر رہے ہوتے ہیں۔ اور یہاں میں ڈاکٹر ذاکر صاحب سے اختلاف کرتے ہوئے یہ کہنا چاہوں گا کہ یہ مذہب کا کام نہیں ہے کہ وہ ہمیں بتائے کہ ''ہمیں کیا کھانا چاہیے اور کیا نہیں کھانا چاہیے۔''

مذہب کا کام یہ ہے کہ وہ ہماری روح کا تزکیہ کرے۔ اسے ہمارے ضمیر کی اصلاح کرنی چاہیے۔ اچھے اخلاق کی تعلیم دینی چاہیے اور خدا کے راستے کی جانب ہماری رہنمائی کرنی چاہیے۔

یہ بتانا ڈاکٹروں کا کام ہے کہ ہمیں کیا کھانا چاہیے اور کیا نہیں کھانا چاہیے۔ غذائی ماہرین کو اس سلسلے میں ہماری رہنمائی کرنی چاہیے۔ مذہب کا کام یہ نہیں ہے کہ وہ ہمیں حکم دے۔

اورک مت کھاؤ.................لہسن مت کھاؤ................ پیاز مت کھاؤ

کیونکہ جب آپ اس بارے میں غذائی ماہرین سے پوچھیں گے تو وہ آپ کو بتائیں گے کہ یہ چیزیں آپ کے لیے انتہائی مفید ہیں۔ یہ آپ کی بقا کے لیے لازم ہیں اور بیماریوں کے خلاف مدافعت کے لیے بھی ضروری ہیں۔ لہٰذا ان چیزوں کو بطورِ غذا ضرور استعمال کرنا چاہیے۔

یہ جدید سائنس کے موضوعات ہیں۔ ہمیں آگے بڑھنا چاہیے اور مستقبل کے حوالے سے سوچنا چاہیے۔ نئے ہزاریے اور اکیسویں صدی کے حوالے سے بے بہا توقعات ہیں۔

میں آج ہی کسی رسالے میں نوسٹراڈیم کی پیش گوئیوں کے بارے میں پڑھ رہا تھا۔ اور نوسٹراڈیم نے یہ پیش گوئی کی تھی کہ یہ ملک جو تین طرف سے سمندر میں گھرا ہوا ہے، یہی ملک دنیا کا ترقی یافتہ ترین ملک بنے گا۔ لیکن اگر ہم فرسودہ باتوں سے چمٹے رہے تو کیا ہم ترقی کر پائیں گے؟ کیا ہم سپر پاور بن سکیں گے؟

ابھی چند روز پہلے کی بات ہے کہ بے شمار لوگ یہ علاقہ چھوڑ گئے۔ میں اپنے دل میں سوچ رہا تھا کہ یہ سب کیا ہے؟ اس سارے عمل کی کوئی سائنسی توجیہہ نہیں تھی۔ ہر وہ شخص جو ذرا سا بھی منطقی مزاج رکھتا ہے، جسے تھوڑا بہت بھی سائنس کا ادراک ہے، یہی کہہ رہا تھا کہ کچھ نہیں ہوگا۔ چاہے آٹھ سیارے خطِ مستقیم میں ہوں یا خط منحنی میں، اس سے قطعاً کوئی فرق نہیں پڑتا۔ لیکن اس کے باوجود طرح طرح کی قیاس آرائیاں کی جاتی رہیں۔ مجھے بتایا گیا کہ ہماری سب سے بڑی بندرگاہ مکمل طور پر ویران ہوگئی تھی کیوں کہ لوگ راجھستان کی طرف دوڑے جارہے تھے۔

مجھے قطعاً سمجھ نہیں آتی کہ راجھستانی لوگ اس قدر جلد بدحواس کیوں ہو جاتے ہیں۔ یہ مارواڑی سب کچھ چھوڑ کر یہاں آئے۔ یہاں انھوں نے بے بہا دولت کمائی اور اب محض یہ سن کر کہ آٹھ سیارے کسی خاص ترتیب میں آرہے ہیں، انھی مارواڑیوں نے دوڑ لگادی ہے۔ میں نے سنا ہے کہ راجھستان جانے کے لیے بس کی ٹکٹ ڈھائی ہزار روپے تک دی گئی ہے۔ لیکن ہوا کیا؟ کچھ بھی نہیں۔

لہٰذا ہمارے لیے سب سے اہم بات یہ ہے کہ، اگر ہم چاہتے ہیں کہ یہ ملک ترقی کرے، اگر ہم من حیث القوم کامیابی حاصل کرنا چاہتے ہیں تو ہماری منزل ہمارے سامنے ہے اور اس منزل کو بہت جلد حاصل کر سکتے ہیں۔

میں ہمیشہ کہا کرتا ہوں کہ اکیسویں صدی ہندوستان اور پاکستان کی صدی ہے۔ دونوں کی۔ جیسے جیسے یہ ایک دوسرے کے قریب آئیں گے، یہ اکیسویں صدی کے لیڈر بنیں گے۔ لیکن اگر ایسا ہونا ہے تو میں آپ کو بتا دینا چاہتا ہوں کہ اس کے لیے آپ کو فرسودہ عقاید سے

نجات حاصل کرنا ہوگی۔ کیا کھانا ہے اور کیا نہیں کھانا، یہ بات ہمیں ڈاکٹر بتائیں گے۔

اگر کوئی نئی تحقیق سامنے آتی ہے جس میں بتایا جاتا ہے کہ ٹماٹر کینسر کے خلاف مدافعت میں مدد دیتے ہیں، تو مجھے لازماً ٹماٹر کھانے چاہئیں اس سے قطع نظر کہ میرا مذہب اس بارے میں مجھے کیا بتاتا ہے۔

لہٰذا میری رائے یہ ہے کہ ہمیں سائنس سے رجوع کرنا چاہیے۔ ہمیں اپنے ذہن کو جدید خطوط پر ترقی دینی چاہیے۔ ہمیں سائنسی زاویہ نظر اپنانا چاہیے۔

میں مقررین کی حدود میں داخل نہیں ہونا چاہتا، لہٰذا ان تعارفی کلمات کے ساتھ میں ایک دفعہ دوبارہ یہ وضاحت کرنا چاہوں گا کہ میں اس مباحثے کے دوران قطعی غیر جانب دار رہوں گا۔ اور اس موضوع کے حوالے سے تحقیق کرنے والے علما کے خیالات سننا چاہوں گا۔

☆......☆......☆

رشمی بھائی زاویری کا تعارف

چمن بھائی وُہرا

مجھے آج اپنی تنظیم انڈین ویجی ٹیرین کانفرنس کے صدر جناب رشمی بھائی زاویری کا تعارف کراتے ہوئے انتہائی مسرت محسوس ہورہی ہے۔ محترم مہمانِ خصوصی تریویدی صاحب کی تعارفی تقریر کو دیکھتے ہوئے یہ کہا جاسکتا ہے کہ آج کا یہ مباحثہ نہایت دلچسپ رہے گا اور ہمیں ایک اچھے مکالمے کی توقع رکھنی چاہیے۔

رشمی بھائی زاویری پیشے کے لحاظ سے چارٹرڈ اکاؤنٹنٹ ہیں۔ ''رشمی زاویری اینڈ کمپنی'' کے نام سے ان کی اپنی کمپنی ہے جس کی کارپوریٹ سیکٹر میں ایک ساکھ ہے۔ وہ ایک بہت اچھے مقرر بھی ہیں۔ جہاں تک مذہبی تقریروں کا تعلق ہے، انھیں متعدد مذہبی فلسفوں پر عبور حاصل ہے۔ ایک طرف وہ چارٹرڈ اکاؤنٹنٹ سوسائٹی کے ایک سرگرم رکن ہیں تو دوسری طرف وہ ''بھارت جین مہا منڈل'' کے بھی رکن ہیں۔ وہ Forum of Jain Intellectuals کے بانی صدر ہیں جو کہ جین لوگوں کے حوالے سے ایک انتہائی اہم ادارہ ہے۔

۶۳ برس کی عمر میں بھی وہ خود کو بوڑھا نہیں سمجھتے۔ ان میں بے حد توانائی ہے اور اس قسم کے مباحثوں کے لیے وہ ہمیشہ تیار رہتے ہیں۔ آج کا مکالمہ یقیناً ایک بہت اچھا مکالمہ ہے۔ اور رشمی بھائی زاویری کا تعارف پیش کرتے ہوئے میں مہمانِ خصوصی، دھن راج صاحب اور ذاکر نائیک صاحب کا شکریہ بھی ادا کرنا چاہوں گا کہ انھوں نے اس موضوع پر مناظرے کا اہتمام کیا کہ:

''کیا اصولی طور پر انسان کو غیر سبزیاتی غذا استعمال کرنی چاہیے یا نہیں؟''

مناظرے کا طریقۂ کار

ڈاکٹر محمد نائیک

متعدد لوگوں نے مجھ سے پوچھا ہے کہ یہ مناظرہ کیوں کیا جارہا ہے؟ اور انھی مقررین کے درمیان کیوں کیا جارہا ہے؟ میں یہاں اس بات کی وضاحت کردینا چاہتا ہوں۔ آج سے تقریباً ڈیڑھ ماہ قبل رشبھ فاؤنڈیشن کے صدر جناب دھن راج سلیچا اسلامک ریسرچ فاؤنڈیشن کے دفتر تشریف لائے اور ازراہِ مہربانی سبزی خوری کے حق میں لکھی گئی کتابوں کا ایک سیٹ ادارے کو دیا۔

ان کتابوں میں دنیا کے اہم مذاہب سے منسوب بیانات پیش کیے گئے تھے۔ ان کتابوں میں قرآن اور احادیث رسول صلی اللہ علیہ وسلم سے بھی یہ تاثر دینے کی کوشش کی گئی تھی کہ انسان کے لیے لحمیاتی غذا ممنوع ہے۔

اس حوالے سے کچھ گفتگو کے بعد سلیچا صاحب نے تجویز پیش کی کہ اس موضوع کے حوالے سے پاٹکر ہال میں ایک اجتماع کا اہتمام ہونا چاہیے جس میں انڈین ویجی ٹیرین کانگرس کے صدر جناب رشمی بھائی زاویری اور اسلامک ریسرچ فاؤنڈیشن کے صدر جناب ذاکر نائیک کے درمیان اس موضوع پر مناظرہ ہو کہ:

''انسان کے لیے گوشت خوری جائز ہے یا ناجائز؟''

اس طرح لوگ وسیع پیمانے پر دونوں حضرات کے نقطۂ ہائے نظر سن کر اپنی رائے قایم کرسکیں گے۔ دونوں مقررین نے بھی اس تجویز سے اتفاق کیا۔ تقریباً پانچ روز قبل میں مسٹر زاویری سے ملا۔ انھوں نے کہا کہ اس مناظرے کے دوران دونوں مقرر صرف اپنے مذہب تک محدود رہیں اور دوسرے فریق کے مذہب پر رائے زنی نہ کریں۔ ڈاکٹر ذاکر نائیک کو،

جنھیں تقابل ادیان پر عبور حاصل ہے، یہ شرط تسلیم کرنے میں تامل تھا لیکن بہرحال انھوں نے یہ شرط تسلیم کرلی۔

لہٰذا اب جہاں تک مذہبی نقطہ ہائے نظر کا تعلق ہے، مسٹر زاویری آج صرف جین مت کے نقطۂ نظر سے زیر بحث موضوع پر گفتگو کریں گے، جب تک انھیں مجبور نہ کیا جائے اور اسی طرح ڈاکٹر ذاکر نائیک بھی جہاں تک ممکن ہوگا اپنی گفتگو کو اسلامی نقطۂ نظر تک محدود رکھیں گے۔

یہ تو اس مناظرے کا پس منظر تھا، جو مختصراً آپ کے سامنے پیش کر دیا گیا۔ باقی جہاں تک طریقہ کار کا تعلق ہے، دونوں مقررین کی رضا مندی سے فیصلہ کیا گیا ہے کہ؛

☆ سب سے پہلے رشمی بھائی زاویری ''گوشت خوری کے جواز یا عدم جواز'' کے بارے میں ۵۰ منٹ تک گفتگو کریں گے۔

☆ بعدازاں ڈاکٹر ذاکر نائیک بھی اسی موضوع پر پچاس منٹ تک گفتگو کریں گے۔

☆ اس کے بعد جوابات کا مرحلہ آئے گا۔ ذاکر نائیک کی گفتگو کا جواب زاویری صاحب پندرہ منٹ تک دیں گے۔

☆ ڈاکٹر ذاکر بھی زاویری صاحب کی گفتگو پر اپنا ردِّعمل پندرہ منٹ تک بیان کریں گے۔ اس دوران جب مقرر کے پاس پانچ منٹ رہ جائیں گے تو میں یاد دہانی کرواؤں گا تاکہ وہ وقت مقررہ میں اپنی گفتگو مکمل کرلیں۔

آخر میں سوالات و جوابات کا مرحلہ ہوگا جس کے دوران میں حاضرین باری باری دونوں مقررین سے سوالات کرسکیں گے۔ سوالات کرنے کے لیے ہال میں مائک فراہم کیے گئے ہیں۔ تحریری سوالات کو ثانوی ترجیح دی جائے گی۔ یعنی اگر وقت بچا تو ان سوالات کے جوابات دیے جاسکیں گے بصورتِ دیگر نہیں۔

اب میں تقریب کے پہلے مقرر جناب رشمی بھائی زاویری سے ملتمس ہوں کہ وہ آپ کے سامنے اپنا خطاب پیش کریں۔

پہلا خطاب

رشمی بھائی زاویری

آج کے مہمانِ خصوصی جناب تریویدی صاحب، صدر رشبھ فاؤنڈیشن، شری دھن راج سلیچا صاحب، فاضل مقرر جناب ذاکر نائیک صاحب، ماہر میزبان جناب محمد نائیک صاحب، انڈین ویجی ٹیرین کانفرنس کے نائب صدر جناب چمن بھائی ڈہرا صاحب، دیگر معزز مہمانانِ گرامی، میرے عزیز دوستو، بھائیو اور بہنو!

سب سے پہلے تو میں اس خلوص اور جذبے کی داد دینا چاہوں گا جس سے کام لیتے ہوئے تینوں متعلقہ تنظیموں، خصوصاً اسلامک ریسرچ فاؤنڈیشن نے آج کی تقریب کا اہتمام کیا۔ میں یہ کہنے میں کوئی جھجک محسوس نہیں کرتا کہ اس تقریب کے انعقاد کا سہرا اسلامک ریسرچ فاؤنڈیشن کے سر ہے۔

دوستو! آج ہمارا موضوع ہے:

''گوشت خوری انسان کے لیے جائز ہے یا ناجائز؟''

پہلی بات تو یہ ہے کہ اس قسم کے موضوعات کے حوالے سے کوئی بھی بیان یا کوئی بھی دلیل اضافی نوعیت کی ہوتی ہے۔ اس حوالے سے کوئی مطلق حقیقت پیش نہیں کی جاسکتی، کوئی مطلق نوعیت کا بیان نہیں دیا جاسکتا یعنی یوں کہنا ممکن نہیں کہ فلاں کام سو فی صد جائز ہے یا سو فی صد ناجائز ہے۔

لٰہذا میرے دوستو! جیسا کہ تریویدی صاحب نے بجا طور پر فرمایا ہمیں اس موضوع پر مذہب کے علاوہ دیگر پہلوؤں سے بھی غور وفکر کرنا چاہیے۔ اگرچہ یہ موضوع ایسا ہے کہ

مذہب کو کلی طور پر نظر انداز بھی نہیں کیا جاسکتا لہٰذا مذہب کا حوالہ بھی ضرور آئے گا۔ میں اس موضوع پر کہ ''گوشت خوری انسان کے لیے ممنوع ہے'' متعدد پہلوؤں سے گفتگو کرنا چاہوں گا۔ اس کے لیے مختلف وجوہات بیان کرنا چاہوں گا۔ مثال کے طور پر جغرافیائی وجوہات، تاریخی وجوہات، اخلاقی وجوہات، مذہبی وجوہات، معاشی وجوہات، ماحولیاتی وجوہات، فطری وجوہات، قدرتی وجوہات، نفسیاتی وجوہات اور سب سے بڑھ کر طبی وجوہات۔

یہ ایک ثابت شدہ حقیقت ہے کہ ہمارے افکار و خیالات ہمارے افعال و اعمال پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ ہم جو کچھ سوچتے ہیں وہی کچھ کرتے ہیں اور ہماری غذا ہمارے خیالات کا تعین کرتی ہے یعنی ہماری غذا ہی ہماری رویے متعین کرتی ہے اور یہی وجہ ہے کہ ہمارا آج کا موضوع نہایت اہم ہے۔ ہمیں اپنی غذا کا انتخاب اس طرح کرنا چاہیے کہ ہمارے خیالات و افکار مثبت نوعیت کے ہوں۔ لفظ مثبت میں یہاں سب کچھ شامل ہے۔

عزیزانِ من، یقین کیجیے کہ نہ صرف مذہب بلکہ جدید سائنس بھی یہ بات ثابت کر چکی ہے کہ ہماری غذا ہمارے خیالات پر اثر انداز ہوتی ہے اور نتیجتاً ہمارے رویوں کو بھی متاثر کرتی ہے۔

دوستو! ایک وقت تھا جب انسان کے پاس کوئی متبادل موجود نہیں تھا۔ جیسا کہ تریویدی صاحب نے بجا طور پر فرمایا کہ زمین پر ایسے علاقے تھے اور اب بھی ہیں جہاں انسان کو نباتاتی غذا میسر ہی نہیں تھی۔ شدید ترین حالات کی بنا پر وہاں نباتات کا دستیاب ہونا ممکن ہی نہیں۔ لیکن اب دنیا ترقی کر چکی ہے۔ جدید ترین ذرائع نقل و حمل موجود ہیں اور کوئی بھی چیز، خوراک سمیت، دنیا کے کسی بھی حصے سے کسی بھی حصے تک بڑی آسانی سے منتقل کی جاسکتی ہے۔ لہٰذا آج، جب کہ ہمارے پاس متبادل موجود ہیں، ہمیں اس مسئلے پر غور و فکر کرنا چاہیے۔ ہمیں اُن تمام پہلوؤں سے جو بیان کیے گئے، غور و فکر کرکے یہ فیصلہ کرنا چاہیے کہ کون سا متبادل ہمارے حق میں بہتر ہوسکتا ہے؟

دوستو! اب میں اپنے اصل موضوع کی طرف آتا ہوں اور وہ یہ کہ ''لحمیاتی غذا جائز نہیں ہے'' اور موجودہ حالات میں نہ صرف ہندوستان کے لیے بلکہ پوری دنیا کے انسانوں کے لیے جائز نہیں ہے۔

سب سے پہلی بات تو یہ کہ تمام ہندوستانی فلسفے یہی تعلیم دیتے ہیں کہ کسی جاندار کی جان نہ لی جائے۔ نہ صرف وہ جاندار جو ہمیں نظر آتے ہیں بلکہ وہ جاندار بھی جو ہوا، پانی وغیرہ میں موجود ہوتے ہیں اور ہمیں نظر نہیں آتے۔

بہرحال ہر چیز کی ایک حد ہوتی ہے اور کسی بھی انسان کے لیے یہ ممکن نہیں ہوتا کہ وہ مکمل طور پر ''ہنسا'' یا تشدد سے دور رہ سکے۔ یہی وجہ ہے کہ مہاویر نے فرمایا تھا:

''تم کم از کم حد تک جان لینے سے بچو اور خصوصاً اپنے خودغرضانہ مقاصد کے لیے یا اپنی بھوک مٹانے کے لیے قطعاً کسی کو قتل نہ کرو۔''

اور یہی وجہ ہے کہ جین مت اور دیگر ہندوستانی فلسفے، غیر نباتاتی غذا کو بالکل ممنوع قرار دیتے ہیں۔ اب یہ تو مذہبی پہلو ہے۔ میں زیادہ تفصیل میں نہیں جاؤں گا۔ نفسیاتی پہلو یعنی وہ اثرات جو لحمیاتی غذا ہمارے فکر و عمل پر مرتب کرتی ہے، بہت زیادہ اہمیت کے حامل ہیں۔ متعدد مصنّفین کا یہی خیال ہے۔ میں وقت کی کمی کے پیش نظر یہاں کتابوں اور مصنّفین کے نام پیش نہیں کروں گا لیکن میرے پاس تمام حوالے محفوظ ہیں۔

یہ کہا گیا ہے کہ نباتاتی غذا دنیا میں غیر ضروری مصائب کو کم کرنے اور ہمارے نظام فطرت کے توازن کو قائم رکھنے کا باعث بنتی ہے۔ جب میں متبادل کی بات کرتا ہوں تو آپ یہ بات ذہن میں رکھیں کہ جتنے جانور ہیں، وہ اگر گوشت خور ہیں تو گوشت خوری ہی پر اکتفا کرتے ہیں۔ اسی طرح جتنے سبزی خور جانور ہیں وہ کبھی گوشت خوری نہ کریں گے بلکہ نباتات تک ہی محدود رہیں گے، صرف انسان ایک ایسا جانور ہے جو بعض غلط نظریات کی وجہ سے سبزی خور بھی ہے اور گوشت خور بھی۔ جی ہاں، میں یہی کہوں گا کہ ایسا اسی وجہ سے ہے۔ لہٰذا اگر ہمیں متبادل دستیاب ہے تو پھر ہم غیر ضروری قتل کیوں کریں؟ اس نظریے کے

پیچھے اصل اصول عدم تشدد، جانوروں، مچھلیوں اور پرندوں کے ساتھ ہمدردی اور محبت ہے۔

لحمیاتی غذا ''لازمی غذاؤں'' کے درجے میں نہیں آتی جب کہ نباتاتی غذا ''لازمی غذاؤں'' میں شمار ہوتی ہے۔ نفسیاتی لحاظ سے دیکھا جائے تو بے رحمی، جلد بازی، بے صبری اور دیگر حیوانی خصائص لحمیاتی غذا کھانے کا لازمی نتیجہ ہوتے ہیں۔ جانوروں کا گوشت کھانے سے جانوروں جیسی خصوصیات پیدا ہوتی ہیں۔

چار بنیادی حیوانی خصلتیں بھوک، خوف، قابض ہونے کی خواہش اور افزائش نسل ہیں۔ یہ چاروں بنیادی خصوصیات انسان میں بھی موجود ہیں۔ مجھے اس سے قطعاً انکار نہیں، لیکن یوں ہے کہ انسان کو ایک سوچنے سمجھنے والا ذہن بھی دیا گیا ہے۔ ہم ان بنیادی خصائص سے اوپر بھی اٹھ سکتے ہیں۔ ہم اپنے فطری تقاضوں کو کنٹرول کر سکتے ہیں اور اسی صورت میں ہم حیوانات کی سطح سے اوپر اٹھ سکتے ہیں اور Super Animal یا Super Being کی سطح پر پہنچ سکتے ہیں۔ بصورتِ دیگر ہم میں اور جانوروں میں کوئی فرق نہیں ہے۔ دونوں بالکل یکساں ہیں، فرق صرف اسی سوچنے سمجھنے والے ذہن کا ہے۔ اور گوشت خوری کے نتیجے میں یہ صلاحیت کند ہو جاتی ہے اور انسان حیوان نما ہوتا چلا جاتا ہے۔ اس کی سائنسی وجہ یہ ہے کہ گوشت جانور کے جسم کا جزو لاینفک ہونے کی وجہ سے ''تماسک'' خصوصیات رکھتا ہے۔ تین قسم کی خصوصیات ہوتی ہیں۔ تماسک، راجیاسک اور شارتک۔ ''تماسک'' خصوصیات سے مراد وحشیانہ حیوانی صفات ہیں۔ اس خصوصیت کے سبب انسان میں حیوانیت آجاتی ہے۔ وہ ظالم ہو جاتا ہے، بے رحم ہو جاتا ہے اور اگر وہ اسی طرح مردہ جانوروں کا گوشت کھاتا رہے تو اس پر جہالت غالب آجاتی ہے۔ جرائم کی شرح میں اضافہ ہو جاتا ہے کیوں کہ گوشت خوری کا لازمی نتیجہ تشدد کی صورت میں نکلتا ہے۔ آپ کا سوچنے سمجھنے کا عمل مسخ ہو جاتا ہے۔ گوشت خوری نہ صرف یہ کہ خود ایک مسئلہ ہے بلکہ بہت سے دیگر مسائل کا سبب بھی ہے، مثال کے طور پر جرائم میں اضافہ اور تشدد وغیرہ۔ رحم، ہمدردی اور قوت برداشت جیسی خوبیاں لحمیاتی غذا کھانے کے نتیجے میں ختم ہو جاتی ہیں۔ اگر ہم

جانوروں پر ظلم کرتے رہے تو ہمارا رویہ بھی انسانی نہیں بلکہ ظالمانہ ہوتا چلا جائے گا۔ اگر حیوانی جبلت اسی طرح ہمارے اندر پختہ ہوتی چلی جائے گی تو آدمی کا کیا بنے گا؟ وہی جو ایک شاعر کہتا ہے:

آدمی کی شکل سے
اب ڈر رہا ہے آدمی
آدمی کو لوٹ کر
گھر بھر رہا ہے آدمی
کچھ سمجھ آتا نہیں
کیا کر رہا ہے آدمی؟

دوستو! ایسا اسی لیے ہوتا ہے کہ آدمی حیوان بنتا چلا جارہا ہے۔ اسے یہ احساس بھی نہیں رہتا کہ کہ وہ انسان ہے یا حیوان؟ اور اس کی وجہ یہی ہے کہ وہ گوشت خوری کرتا ہے۔ یہ تمام تر غذا کے اثرات ہیں۔ گوشت خوری پی ایم ایس سنڈروم کا باعث بنتی ہے۔ (Pre Postures Mood Swings.) اور اسی طرح متعدد دیگر نفسیاتی پیچیدگیوں کا امکان بھی ہوتا ہے۔ یہ ایک طے شدہ بات ہے کہ گوشت خوری نفسیاتی اور روحانی زوال کا بنیادی سبب ہے۔

ہم لوگ انڈین ویجی ٹیرین کانفرنس کے ذریعے ایک بہت اہم کام کر رہے ہیں کیوں کہ ہم ایک انسان دوست دنیا کی تشکیل چاہتے ہیں جس میں انسان حیوانات کے ساتھ اور خود دیگر انسانوں کے ساتھ پرامن طریقے سے رہ سکے۔

ہم انڈین ''ویجی ٹیرین کانفرنس'' میں ایک سبزی خور کی تعریف یہ کرتے ہیں کہ ''سبزی خور وہ شخص ہوتا ہے جو کبھی بھی، کسی بھی صورتِ حال میں گوشت، مچھلی، پرندوں کا گوشت، انڈا یا کوئی بھی لحمیاتی غذا استعمال نہ کرے۔ ''ویجی ٹیرین'' کا لفظ ویجی ٹیبل یعنی سبزیوں سے مشتق نہیں ہے۔ یہ بات اہم ہے کہ Vegitarion کا لفظ Vagitable سے نہیں نکلا، یہ دراصل لفظ Vegetus سے نکلا ہے۔ جس کے معنی ہیں مکمل، مضبوط، تازہ اور زندگی سے بھرپور

نارمن کانسن نے کہا تھا:

''اس شخص سے زیادہ مضبوط کون ہے جو اپنے ضمیر کے مطابق عمل کرتا ہے اور یوں معاشرے کے اجتماعی ضمیر کو زندہ کرتا ہے۔''

اسی طرح البرٹ سویٹزر کا کہنا ہے:

''جب تک انسان اپنی ہمدردی کا دائرہ تمام جانداروں تک وسیع نہیں کرے گا اس وقت تک وہ خود بھی سکونِ قلب نہیں پا سکے گا۔ یہ تمام جانداروں کے لیے انسان کی ہمدردی ہی تو ہے جو اسے حقیقی معنوں میں انسان بناتی ہے۔''

دوستو! اب میں گفتگو کے ایک نہایت اہم حصے کی طرف بڑھتا ہوں اور وہ ہے ''طبی نقطۂ نظر''۔ سب سے پہلی بات تو یہ ہے کہ یہ کہنا بالکل غلط ہے کہ نباتاتی غذاؤں سے ہمیں مکمل پروٹین نہیں ملتی۔ یہ سراسر غلط فہمی ہے اور اس کے سوا اس کی کچھ بھی حقیقت نہیں کہ انسان کو لازماً لحمیاتی غذا استعمال کرنی چاہیے تاکہ اس کی پروٹین کی ضروریات پوری ہوسکیں۔

ان غلط فہمیوں کو میں دور کروں گا۔ سب سے پہلے تو میں آپ کے سامنے کچھ طاقتور جانوروں کی مثالیں پیش کرنا چاہوں گا۔ مثال کے طور پر ہاتھی اور گینڈا۔ یہ دنیا کے طاقتور ترین جانور ہیں لیکن کیا یہ جانور گوشت خور ہیں؟ نہیں، بلکہ یہ جانور خالص سبزی خور ہیں۔ یہ جانور بھوک سے مر ہی کیوں نہ جائیں لیکن گوشت نہیں کھائیں گے۔ اور پھر بھی یہ طاقت ور ترین حیوان ہیں۔ اسی طرح گھوڑے کی مثال دیکھیے۔ ہم ''ہارس پاور'' کی بات کرتے ہیں۔ گھوڑا ایک انتہائی طاقت ور جانور ہے۔ اور انسان کے لیے نہایت مفید بھی۔ لیکن گھوڑا بھی ایک خالص سبزی خور جانور ہے۔ اسی طرح مویشیوں کی مثال دیکھیں۔ گائے، بیل، اور دیگر مویشی ہمارے لیے مفید ہیں لیکن یہ جانور خالص سبزی خور ہیں۔ میں بتانا یہ چاہتا ہوں کہ یہ تمام جانور انتہائی طاوقت ور ہیں اور اس کے باوجود انھیں کسی قسم کی لحمیاتی غذا کی ضرورت نہیں ہوتی۔

اور اگر بالفرض ان جانوروں کولحمیاتی غذا استعمال کروانے کی بے وقوفی کی جائے تو کیا ہوگا؟ آپ جانتے ہیں کہ چند سال پہلے برطانیہ میں میڈ کاؤ'' کی بیماری پھیل گئی تھی۔ یہ بیماری BSE کہلاتی ہے۔یعنی (Bovine Spongephome Encypholopathy) کیا آپ جانتے ہیں کہ BSE کا آغاز کس طرح ہوا تھا؟ یہ دراصل بھیڑوں کی باقیات مویشیوں کو کھلانے کا نتیجہ تھا۔ مقصد تھا پروٹین کی اضافی مقدار فراہم کرنا۔ یہ بھیڑیں بیمار تھیں۔ اب اگر بھیڑ کا گوشت گائے کو پاگل کرنے کا سبب بن سکتا ہے تو آپ کا کیا خیال ہے انسان پر اس گوشت کے اثرات کیا ہوں گے؟ لاکھوں بے قصور گائیں محض اس وجہ سے بے رحمی کے ساتھ قتل کردی گئیں کہ ان کے بارے میں یہ شک تھا کہ انھیں BSE ہے۔اور اس میں ظاہر ہے کہ اُن کا ذرا سا بھی قصور نہ تھا۔ قصور تو سارا ان بے وقوفوں کا تھا جنھوں نے انھیں بھیڑوں سے حاصل کردہ پروٹین کھلانے کی کوشش کی، جو کہ گائے کے لیے ایک قطعاً غیر فطری غذا ہے۔

یہی معاملہ انسانوں کا بھی ہے۔ حیوانی پروٹین ہماری فطری غذا نہیں ہے۔ اسی طرح ہم نے دیکھا کہ مشرقی ایشیا کے ممالک میں لاکھوں کی تعداد میں مرغیوں کو تلف کردیا گیا کیوں کہ ان کو بھی کوئی بیماری لاحق ہوگئی تھی۔

واپس غذائیت کی طرف آتے ہوئے میں ڈاکٹر ڈین آرنش کا حوالہ دوں گا۔ ڈاکٹر صاحب نے ایک نہایت فاضلانہ کتاب تحریر کی ہے جس کا عنوان ہے:

''سرجری اور ادویات کے بغیر امراض قلب کا علاج۔''

یہ کتاب امریکہ میں سب سے زیادہ بکنے والی کتابوں میں شامل ہے۔ اس کتاب میں نہ صرف امریکہ بلکہ دنیا بھر میں دلچسپی لی جارہی ہے۔ اس کتاب میں بتایا گیا ہے کہ اس حوالے سے نباتاتی غذائیں، حیوانی غذاؤں کے مقابلے میں واقعی بہتر ہیں۔ اس نے دو طرح کی غذاؤں کے بارے میں بتایا ہے۔

ایک تو وہ غذائیں جن کی مدد سے امراضِ قلب سے بچا جاسکتا ہے، دوسرے وہ

غذائیں جن کی مدد سے علاج معالجہ ممکن ہے۔

اور دونوں طرح کی غذائیں مکمل طور پر نباتاتی ہیں کیونکہ ڈاکٹر صاحب نے یہ ثابت کیا ہے کہ نباتاتی غذائیں نہ صرف امراضِ قلب کے لیے مفید ہیں بلکہ متعدد دیگر مہلک امراض سے بچاؤ میں بھی مددگار ہیں۔ جب کہ لحمیاتی غذائیں ان بیماریوں کا باعث بنتی ہیں مثال کے طور پر مختلف قسم کے کینسر، موٹاپا، بلند فشارِ خون، ذیابیطس اور پتھری وغیرہ۔

اس بات کی تائید غذائیت اور صحت کے حوالے سے ایک رپورٹ میں سرجن جنرل امریکہ نے بھی کی ہے۔ دوستو! یہاں ہمیں تھوڑی سی تفصیل میں جانا ہوگا۔ پروٹین جن اجزا سے تشکیل پاتے ہیں وہ اجزا امینوایسڈز کہلاتے ہیں، یہ امینوایسڈز لاکھوں اقسام کے ہوتے ہیں جن میں سے صرف تین ایسے ہیں جو ہمارے لیے لازمی ہیں یعنی Lysine, Tryptophan, Mythiounine. اور تینوں امینوایسڈز، لحمیاتی اور نباتاتی دونوں طرح کی غذاؤں میں موجود ہوتے ہیں لیکن ہوتا یہ ہے کہ جب یہ تین ضروری اجزا حاصل کرنے کے لیے ہم لحمیاتی غذا استعمال کرتے ہیں تو متعدد غیر ضروری اجزا بھی ہمارے جسم میں پہنچ جاتے ہیں۔ مثال کے طور پر کولسٹرول اور Saturated Fats اور میرے دوستو! یہ دونوں چیزیں انسانی زندگی کے لیے سب سے زیادہ مضر ہیں۔

اب ہم ایک ایسے نکتے کی طرف آتے ہیں جو پوری دنیا میں اٹھایا جاتا ہے اور وہ یہ کہ نباتاتی غذاؤں سے پروٹین کی درکار مقدار فراہم نہیں ہوتی۔ لہٰذا لحمیاتی غذاؤں کا استعمال ضروری ہے تا کہ مکمل مقدار میں پروٹین کی تیاری کے لیے درکار امینوایسڈز فراہم ہوسکیں۔

یہ ایک غلط فہمی ہے۔ اجناس اور دالوں پر مشتمل غذا مکمل پروٹین فراہم کرنے کے لیے کافی ہے۔ دالوں اور اجناس مثلاً گندم، چاول وغیرہ سے ملنے والی پروٹین گوشت اور انڈے سے ملنے والی پروٹین سے مختلف نہیں ہوتی۔ مزید یہ کولسٹرول وغیرہ سے پاک ہوتی ہے۔ ایک غذائی تنظیم کا کہنا ہے کہ سبزی خوری پر مبنی طرزِ زندگی اور متعدد خطرناک، مہلک

بیماریوں سے نجات میں ایک مثبت رشتہ موجود ہے۔ جیسا کہ میں نے پہلے کہا کہ یہ بات ثابت ہوچکی ہے کہ نباتاتی غذا زیادہ صحت بخش اور غذائیت سے بھرپور ہوتی ہے۔ نباتاتی غذائیں کولسٹرول سے مکمل طور پر پاک ہوتی ہیں۔ کولسٹرول صرف حیوانی غذاؤں مثلاً گوشت، مرغی، مچھلی اور دودھ سے بننے والی غذاؤں میں پایا جاتا ہے۔ لحمیاتی غذاؤں میں Saturated Fat کی مقدار بھی بہت زیادہ ہوتی ہے۔ جنھیں ہمارا جگر کولسٹرول میں تبدیل کردیتا ہے۔ آپ کو یہ بات سمجھنی چاہیے کہ ہمارے جسم کو کولسٹرول کی ضرورت تو ہوتی ہے لیکن اس کے لیے ہمیں کولسٹرول سے بھرپور غذائیں کھانے کی کوئی ضرورت نہیں۔ ہمارے جسم کا نظام حیرت انگیز ہے۔ یہ ایک ایسا کیمیائی کارخانہ ہے جو خود اپنی ضرورت کے مطابق پروٹین اور کولسٹرول تیار کرسکتا ہے۔ ہمارے خون میں موجود تین چوتھائی کولسٹرول ہمارے جسم کا تیار کردہ ہوتا ہے۔ کولسٹرول کی ضرورت سے زیادہ مقدار امراض قلب کا باعث بنتی ہے۔ اور اس کے علاوہ بھی متعدد بیماریاں پیدا ہوتی ہیں۔ مختلف طبی جرائد سے میں نے یہ فہرست تیار کی ہے:

(A) epilepsy (B) infected flesh (C) Kidney Disease.

(D) excessive proteins (E) Uric Acid.

مندرجہ بالا بیماریوں کا بنیادی سبب لحمیاتی غذا ہوتی ہے۔ یورک ایسڈ کی زیادتی متعدد امراض کا باعث ہوتی ہے۔ اور یورک ایسڈ کی زیادتی کا باعث لحمیاتی غذا ہوتی ہے۔ اسی طرح نظام مدافعت بھی کمزور پڑجاتا ہے۔

امریکہ کے ڈاکٹر دیپک چوپڑا کا کہنا ہے کہ اگر ہم اپنی غذا کا خیال رکھیں تو بآسانی سوسال تک زندہ رہ سکتے ہیں۔ لیکن دوسری طرف آپ دیکھیں کہ برفانی علاقوں میں جہاں نباتاتی غذا دستیاب نہیں ہے۔ وہاں اوسط عمر کیا ہے؟ مثال کے طور پر اسکیموز، جو برفانی علاقوں میں رہتے ہیں اور نباتاتی غذاؤں کی عدم دستیابی کے سبب انھیں مجبوراً لحمیاتی غذائیں ہی استعمال کرنی پڑتی ہیں، ان کی اوسط عمر صرف ۳۰ سال ہے۔ تمام لحمیاتی غذائیں حیاتین

C اور A سے خالی ہوتی ہیں کیوں کہ قدرتی طور پر یہ وٹامن صرف نباتاتی غذاؤں میں پائے جاتے ہیں۔ انڈوں میں پائے جانے والے جراثیم بھی متعدد بیماریوں کا باعث بن سکتے ہیں۔ مثال کے طور پر:

(A) Exhema. ....(B) Scabies. ....(C) Leprosy.

اب میں آپ کے سامنے چند سائنسی حقائق پیش کرنا چاہوں گا۔ سب سے پہلی بات تو یہ ہے کہ طبی تحقیقات کے نتیجے میں یہ بات ثابت ہوئی ہے کہ گوشت خوروں کے مقابلے میں، سبزی خور لوگوں میں امراض قلب کی شرح بہت کم ہے۔

دوسری بات یہ کہ نہ صرف ہندوستان میں بلکہ ترقی یافتہ ممالک میں بھی کوئی ایسا ''فول پروف'' نظام موجود نہیں ہے جس کے ذریعے ذبح کیے جانے سے قبل ہر جانور کا مکمل طبی معائنہ کیا جا سکے۔ یوں ان جانوروں کو لاحق بیماریاں، ان کے ذریعے گوشت کھانے والوں تک پہنچ جاتی ہیں۔

دوستو! آپ جانتے ہیں کہ انسانوں کی طرح جانور بھی بیمار ہوتے ہیں اور ان کے اجسام میں خطرناک جراثیم موجود ہوتے ہیں۔ ان جانوروں کو مارنے کے بعد جب ان کا گوشت بطور خوراک استعمال کیا جاتا ہے تو یہ جراثیم انسانی جسم میں پہنچ جاتے ہیں۔ اور ان کے ذریعے وہ بیماری بھی جو اِن مردہ اجسام میں موجود ہوتی ہے، انسانی جسم میں منتقل ہو جاتی ہے۔ کیا آپ کے علم میں ہے کہ زہر خورانی یعنی Food Poisoning کے نوے فی صد واقعات گوشت خوروں میں ہوتے ہیں۔

اگر آپ کو کبھی کسی سلاٹر ہاؤس میں جانے کا اتفاق ہوا ہو تو آپ کے علم میں ہوگا کہ جب جانوروں یا پرندوں کو ذبح کرنے کے لیے مذبح خانے یعنی سلاٹر ہاؤس میں لایا جاتا ہے تو یہ جانور انتہائی خوفزدہ ہوتے ہیں۔ خوف، ڈر، دکھ اور تکلیف کی یہ شدت ان کے جسمانی نظام پر بھی اثر انداز ہوتی ہے۔ ان جانوروں کو جب علم ہوتا ہے کہ وہ مرنے والے ہیں تو ان کے جسم میں Adreline ہارمون خارج ہو کر خون اور گوشت کا حصہ بن

جاتا ہے۔ اور پھر یہ ہوتا ہے کہ خوف، مایوسی، غصہ اور دکھ جیسے تمام منفی جذبات بھی اس گوشت میں شامل ہو جاتے ہیں۔ اور جب کوئی شخص یہ گوشت کھاتا ہے تو اس میں بھی منتقل ہو جاتے ہیں۔

اسی وجہ سے میں یہ کہتا ہوں کہ گوشت کھانے والا، جانوروں سے زیادہ مشابہ ہو جاتا ہے اور انسانوں سے کم۔ اب میں اس غلط فہمی کی طرف آتا ہوں کہ: بڑھتے ہوئے بچوں کے لیے انڈے ضروری ہیں کیونکہ ان میں پروٹین ہوتی ہے۔'' جیسا کہ میں نے پہلے کہا، ضرورت سے زیادہ پروٹین فائدہ مند نہیں بلکہ الٹا نقصان دہ ہوتی ہے۔ اور دوسری بات یہ کہ دالوں وغیرہ میں پائی جانے والی پروٹین نسبتاً زیادہ اور بہتر ہوتی ہے بہ نسبت اس پروٹین کے جو حیوانی ذرائع سے حاصل کی جائے۔

مثال کے طور پر انڈے کو دیکھیے۔ عام طور پر ایک انڈے کا وزن تقریباً سو گرام ہوتا ہے اور اس میں ایک سو ستر (۱۷۰) کیلوریز پائی جاتی ہیں۔ انڈے میں تقریباً ۱۳٫۱۶ فی صد پروٹین ہوتی ہے جب کہ دال میں تقریباً ۲۴ فی صد پروٹین ہوتی ہے۔ یعنی انڈے کے مقابلے میں کہیں زیادہ۔ اسی طرح انڈے میں تقریباً ۱۳٫۳ فی صد Saturated Fats ہوتے ہیں جب کہ دالوں میں اس کے مقابلے میں، نہ ہونے کے برابر یعنی زیادہ سے زیادہ ایک فی صد ہوتے ہیں۔

انڈے میں ساڑھے چار سو سے لے کر پانچ سو ملی گرام تک کولسٹرول ہوتا ہے۔ انڈے میں Milionine نام کا ایک امینو ایسڈ ہوتا ہے جو کہ وٹامن بی کو تلف کر دیتا ہے۔ اسی طرح بڑی مقدار میں نمک بھی ہوتا ہے۔ یہ تمام اشیا ایک انڈے میں موجود ہوتی ہیں۔ اور جب کوئی انڈا کھاتا ہے تو یہ سب چیزیں اس کے جسم پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ Saturated Fats اور کولسٹرول اور ضرورت سے زیادہ پروٹین اس کے جسم کو متاثر کرتے ہیں، انڈے میں نہ تو کاربوہائیڈریٹ ہوتے ہیں اور نہ ہی ریشے دار اجزا۔

دوستو! طب جدید ہمیں بتاتی ہے کہ غذا کے ہضم ہونے کے لیے ہماری خوراک میں

ریشے دار اجزا یعنی Fibre کا ہونا بہت ضروری ہے اور فائبر صرف نباتاتی غذاؤں میں ہی پائے جاتے ہیں۔لحمیاتی غذا میں یہ موجود نہیں ہوتے۔

اب ہم ان کے معاشی پہلو کی جانب آتے ہیں۔اس وقت ہم صرف انڈے کا تقابل کر رہے ہیں۔انڈے سے حاصل کردہ ایک گرام پروٹین دال، گندم یا سویابین سے حاصل کردہ ایک گرام پروٹین کے مقابلے میں چار پانچ گنا مہنگی پڑتی ہے۔اسی طرح انڈے سے حاصل ہونے والی ۱۰۰ کیلوریز کی بہ نسبت دالوں سے حاصل ہونے والی سو کیلوریز تقریباً دس گنا سستی ہوں گی۔اس طرح دالیں اور اجناس وغیرہ ایک طرف تو سستے پڑتے ہیں اور دوسری طرف ان کے ذریعے ہمیں متعدد دیگر ضروری غذائی اجزا بھی حاصل ہوتے ہیں۔ مثال کے طور پر حیاتین، نمکیات اور نباتاتی ریشے وغیرہ۔

اب ہم آتے ہیں ''پولٹری فارمنگ'' کی جانب۔اسے کہا تو مرغیوں کی فارمنگ جاتا ہے لیکن میں آپ سب کو بتا دینا چاہتا ہوں کہ یہ مکمل طور پر مرغیوں کی فیکٹری ہوتی ہے۔ جس طریقے سے ان مرغیوں کو رکھا جاتا ہے، انھیں کھانے پینے کے لیے ایک دوسرے کے اوپر چڑھنا پڑتا ہے کیونکہ جگہ ہی اتنی تنگ ہوتی ہے۔

خود مرغی خانے کے کاروبار سے وابستہ لوگ بھی یہی کہتے ہیں کہ یہ ہماری پیداوار'' ہے اور یہ ہماری فیکٹری ہے۔مرغیاں ہماری پراڈکٹ ہیں اور بس۔اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ یہ زندہ ہیں یا بے جان۔ان لوگوں میں کسی قسم کی ہمدردی یا رحم دلی نہیں پائی جاتی۔ اسی وجہ سے پرندوں سے ان کا سلوک اس طرح کا ہوتا ہے۔پرندوں کو سامان کی طرح رکھا جاتا ہے۔انھیں غیر فطری قسم کی غذا دی جاتی ہے اور ایسی ادویات دی جاتی ہیں جو انسانی صحت کے لیے مضر ہیں۔اس کا مقصد ان پرندوں میں میٹابولزم کے عمل کو تیز کرنا ہوتا ہے تاکہ وہ زیادہ سے زیادہ انڈے دیں۔مرغی خانے والوں کا واحد مقصد اپنے منافع میں اضافہ کرنا ہوتا ہے۔ اور اُن کی اِن حرکتوں کا نتیجہ یہی نکلتا ہے کہ یہ مرغیاں قبل از وقت مرجاتی ہیں۔

اس قسم کے انڈے ذہنی اور جسمانی صحت کے لیے مضر ہوتے ہیں۔ بچوں کے لیے تو انڈا زہر ہوتا ہے۔ انڈا ایک ایسی چیز ہے جو بہت جلد خراب ہو جاتی ہے۔ خراب ہونے سے بچانے کے لیے اسے ڈیپ فریزر میں رکھنا ضروری ہے لیکن انڈوں کی مارکیٹنگ کے دوران اس طرح نہیں ہوتا، لہٰذا ظاہر ہے کہ کچھ نہ کچھ خرابی تو ضرور ہوتی ہوگی۔ اسی طرح انڈے کو لحمیاتی غذا نہ قرار دینا بھی ایک غلط فہمی ہے۔ انڈا نباتاتی غذا نہیں ہوسکتا بلکہ یہ صرف اور صرف لحمیاتی غذا ہے۔ کیونکہ یہ حیوانی ذرائع سے حاصل کردہ غذا ہے لہٰذا اس کو سبزیوں میں شامل کرنا صریحاً دھوکا ہے۔

دوستو! اب ہم آتے ہیں اقتصادی پہلو کی جانب۔ اس سلسلے میں نے مختلف رسائل و جراید کا مطالعہ کیا ہے۔ طبی جراید بھی دیکھے ہیں اور سب سے بڑھ کر حکومت ہندوستان کے شعبۂ شماریات کی رپورٹوں اور اسی طرح حکومت امریکہ اور حکومت برطانیہ کی رپورٹوں کا بھی مطالعہ کیا ہے۔ لیکن میں ان رپورٹوں سے اقتباسات اپنی گفتگو میں شامل نہیں کروں گا، بلکہ آپ کے سامنے صرف خلاصہ پیش کروں گا۔

ایک برطانوی سروے سے پتہ چلتا ہے کہ گوشت حاصل کرنے کے لیے پالے جانے والے جانوروں کا چارہ فراہم کرنے کے لیے جس قدر زمین کاشت کرنی پڑتی ہے اس سے چودہ گنا کم زمین میں سبزیاں کاشت کر کے اتنے ہی افراد کو براہِ راست غذا فراہم کی جاسکتی ہے۔ کیونکہ ہوتا یہ ہے کہ آپ پہلے چارہ کاشت کرتے ہیں، وہ چارہ جانور کو کھلا کھلا کر اسے بڑا کرتے ہیں اور پھر گوشت حاصل کرنے کے لیے اس جانور کو مار دیتے ہیں۔ اور اس طرح آپ کو لحمیاتی خوراک حاصل ہوتی ہے۔

اگر اسی رقبے پر براہِ راست سبزیاں اور دالیں کاشت کی جائیں تو اتنی ہی زمین کئی گنا زیادہ خاندانوں کی غذائی ضروریات کے لیے کافی ہو جائے گی۔ جب کہ بطورِ چراگاہ اس کی افادیت کہیں کم ہوگی۔

مجھے اعداد و شمار فراہم کیے گئے ہیں جن سے پتہ چلتا ہے کہ دس ایکڑ زمین دس انسانوں

یا دس جانوروں کی سال بھر کی خوراک کے لیے کافی ہے لیکن دس جانور، دس انسانوں کی سال بھر کی خوراک کے لیے قطعاً ناکافی ہیں بلکہ دس بھیڑوں یا بکریوں کا گوشت ایک انسان کی سال بھر کی ضروریات کے لیے بھی کافی نہیں۔

آپ سب جانتے ہیں کہ زیادہ چارہ پیدا کرنے کے لیے کیمیائی کھادیں استعمال کرنی پڑتی ہیں اور کروڑوں روپے سالانہ ان کھادوں کی درآمد پر خرچ ہو جاتے ہیں۔ اس کے مقابلے میں جانوروں کے فضلے سے حاصل ہونے والی کھاد انتہائی سستی بھی پڑتی ہے اور انسانوں کے لیے خطرناک بھی نہیں ہوتی۔ ہم بیوقوفوں کی طرح ان جانوروں کو اپنی غذا کے لیے ختم کر رہے ہیں۔ بجائے اس کے کہ ان کا فضلہ کھاد کے طور پر استعمال کیا جائے اور اس طرح سبزیاں اگائی جائیں۔

یہ ایک ثابت شدہ حقیقت ہے کہ ایک کلو گوشت حاصل کرنے کے لیے آپ کو ایک جانور کو سولہ کلو چارہ کھلانا پڑتا ہے۔ اس طرح گوشت حاصل کرنے کے لیے پالے جانے والے جانوروں کی خوراک پوری کرنے کے لیے اتنا غلہ اور چارہ لگ جاتا ہے جو بصورتِ دیگر زیادہ لوگوں کی غذائی ضروریات پوری کر سکتا تھا۔

غذائی اجناس کی پیداوار کے لیے ہی بلکہ چراگاہوں کے طور پر بھی ہمیں قابل کاشت زمین کی ضرورت ہوتی ہے۔ میسا چوسٹس کے پروفیسر ول بینگ اپنی کتاب The Human Onkogene میں بتاتے ہیں کہ لحمیاتی غذا سے ایک کیلوری حاصل کرنے کے لیے آپ کو نباتاتی غذا کی سات کیلوریز خرچ کرنا پڑتی ہیں۔ اسی طرح پروفیسر صاحب کے مطالعات سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ ایک جانور کے چرنے کے لیے جتنی جگہ درکار ہوتی ہے، وہاں پانچ خاندانوں کے لیے کافی خوراک کاشت کی جا سکتی ہے۔

دوستو! میں آپ کے ذہنوں پر اعداد و شمار کا بوجھ نہیں ڈالنا چاہتا۔ خلاصہ اس ساری گفتگو کا یہ ہے کہ گوشت خوری کے مقابلے میں سبزی خوری حصول غذا کا انتہائی ارزاں ذریعہ ہے۔ اب ہم اس معاملے کو ایک اور پہلو سے دیکھتے ہیں یعنی ماحولیات کے نقطۂ نظر

سے۔ جیسا کہ ہم نے دیکھا کہ گوشت کے لیے نسبتاً زیادہ رقبے، زیادہ پانی اور زیادہ اجناس کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس طرح یہ عمل ہمارے ماحولیاتی توازن کے لیے بھی نقصان دہ ثابت ہوتا ہے۔ کیونکہ وسائل ہمیشہ محدود ہوتے ہیں۔ اور ہمارا کام درحقیقت یہ ہے کہ ان وسائل کا بہترین استعمال کریں۔ یا تو ہم غذائی اجناس اگائیں اور یا گوشت حاصل کرنے کے لیے مویشی پالیں۔

اسی طرح اگر آپ مذبح خانوں کا جائزہ لیں اور دیکھیں کہ یہ کس طرح کام کرتے ہیں تو آپ کو پتہ چلے گا کہ صفائی ستھرائی کا معاملہ ناقابل بیان حد تک خراب ہوتا ہے۔ مذبح خانوں کے حالات خوف ناک حد تک غیر معیاری ہوتے ہیں اور ایسا پوری دنیا میں ہے۔ ابھی کل ہی میں نے انٹرنیٹ پر امریکہ اور فرانس جیسے ترقی یافتہ ممالک کے بارے میں ایک رپورٹ پڑھی ہے اور اس رپورٹ میں بتایا گیا ہے کہ وہاں بھی مذبح خانوں کی صورتِ حال مکمل طور پر حفظانِ صحت کے اصولوں کے منافی ہے۔

میرے پاس حکومت امریکہ کے Accountability Project کا شایع کردہ قرطاسِ ابیض موجود ہے۔ جس میں بتایا گیا ہے کہ مذبح خانوں سے آنے والا گوشت امریکی خاندانوں کے لیے زندگی اور موت کا مسئلہ بن چکا ہے۔ ذبح کرنے کا عمل، گوشت کو پروسیس کرنے کے پلانٹ، گوشت کو منتقل کرنے کا طریقۂ کار اور فروخت کرنے کا عمل حفظانِ صحت کے اصولوں کے منافی ہونے کی وجہ سے یہ گوشت انسانی استعمال کے قابل نہیں ہے۔ ایک لمحے کے لیے بھی یہ خیال نہ کیجیے گا کہ خوبصورت ڈبوں میں بند درآمد شدہ گوشت حفظانِ صحت کے اُصولوں کے مطابق ہوگا۔ نہیں، میرے عزیز دوستو! یہ گوشت بھی انھی مذبح خانوں سے حاصل ہوتا ہے جہاں طبی حوالے سے وہی صورتِ حال ہے جو میں آپ کے سامنے پیش کر چکا ہوں۔ اور صرف یہی نہیں بلکہ یہ لوگ تو گوشت کو خراب ہونے سے بچانے کے لیے اس میں کچھ کیمیائی اجزا بھی شامل کر دیتے ہیں۔

ماحولیات کے بارے آگاہی نے بھی ہندوستان میں اور ہندوستان سے باہر بہت

سے لوگوں کو سبزی خوری کی طرف راغب کیا ہے۔ اب یہاں ''ماحول دوست نباتاتی غذائیں'' دستیاب ہیں۔ پوری دنیا میں اس قسم کی خوراک کا زور ہے کیونکہ یہ غذائیں صحت بخش بھی ہیں اور ماحول دوست بھی۔ ''گرین فیکٹریوں'' یا ''گلاس ہاؤسز'' میں کاشت کی جانے والی سبزیاں اور پھل اب ان ممالک کو برآمد کیے جارہے ہیں جہاں موسمی حالات کے باعث یہ چیزیں کاشت کرنا ممکن نہیں۔ اس طرح ذرائع نقل وحمل کی ترقی نے بھی غذا کے معاملے میں متبادل اشیا فراہم کرنے میں اہم کردار ادا کیا ہے۔

درحقیقت ہندوستان جیسے ترقی پذیر ممالک میں تو حکومت اور غیر سرکاری تنظیموں کو چاہیے کہ نباتاتی غذاؤں کی پیداوار کو زیادہ سے زیادہ بڑھانے کی کوشش کریں تاکہ انھیں درآمد کر کے ملکی معیشت کو ترقی دی جاسکے۔

اب ذرا آلودگی کی طرف آئیں۔ قانونی اور غیر قانونی مذبح خانے بہت زیادہ آلودگی پھیلانے کا باعث بنتے ہیں۔ جدید مذبح خانے بھی جانوروں کی باقیات سرعام پھینک دیتے ہیں۔ جانوروں کے ڈھانچے، خون اور ناقابل بیان بدبو، ظاہر ہے کہ، آلودگی میں اضافے ہی کا باعث بنے گی، جو کہ ماحولیاتی توازن کو خراب کرے گی۔ انسانی فلاح کے لیے حیوانات کے کردار کو نظر انداز نہیں کیا جاسکتا۔ دونوں ایک دوسرے کے لیے لازم وملزوم ہیں۔ گائیں، بھیڑیں، مچھلیاں، مینڈک، زندہ حالت میں ہمارے لیے زیادہ مفید ہیں بہ نسبت مردہ حالت کے۔ تو پھر ہم اپنے ان دوستوں اور مددگاروں کو قتل کیوں کریں؟ محض اپنی حس ذائقہ کو تسکین دینے کے لیے ہمیں اپنے اِن دوستوں کے ساتھ اس قدر ناانصافی نہیں کرنی چاہیے۔ اور یہ بچارے تو ہم سے کم تر مخلوق ہیں جنھیں ہم جانور اور پرندے کہتے ہیں۔

اس معاملے کو ایک اور پہلو سے دیکھیں، جانور ہمیں سستی اور محفوظ کھاد فراہم کرتے ہیں۔ یہ کھاد کیمیائی کھادوں کے مقابلے میں قدرتی بھی ہوتی ہے اور صحت کے لیے نقصان دہ بھی نہیں ہوتی۔ کیمیائی کھادیں ہمیں بہت مہنگی بھی پڑتی ہیں۔ میں نے پہلے بھی اس بات کا ذکر کیا تھا، میں دوبارہ اسی معاشی پہلو کی طرف آرہا ہوں۔ ہم کھادوں کے لیے

انتہائی گراں قیمت کیمیکل درآمد کر رہے ہیں جو کہ ہمارے قومی خزانے پر بوجھ ہے۔

دوستو! اب میں آپ کے سامنے مختصراً، جغرافیائی اور تاریخی پہلوؤں کا ذکر کروں گا۔ جیسا کہ میں نے پہلے بھی ذکر کیا کہ مثال کے طور پر اسکیموز کے پاس پہلے گوشت کا کوئی متبادل موجود نہیں تھا۔ وہ ایسے خشک اور لق و دق علاقے میں موجود ہیں جہاں میلوں تک صحرا پھیلا ہوا ہے اور نباتات موجود نہیں ہیں۔ ان علاقوں میں رہنے والوں کے لیے گوشت خوری ایک جغرافیائی مجبوری تھی۔

لیکن اب جب ہمارے پاس ایک بہتر متبادل موجود ہے جو زیادہ صحت بخش ہے، جو زیادہ ارزاں ہے، جو ماحول کے لیے بہتر ہے تو پھر اس قسم کی غذا کیوں نہ استعمال کی جائے۔

اور دوستو! اب میں اپنی گفتگو کے سب سے اہم نکتے کی طرف آتا ہوں جس سے میرا موقف بلاشک وشبہ ثابت ہو جائے گا۔ اور وہ نکتہ یہ ہے کہ انسان فطری طور پر ہی سبزی خور ہے۔ میں اس حوالے سے ۱۴ نکات پیش کر سکتا ہوں، جن کے ذریعے ہمارے جسمانی نظام کا تقابل کیا جا سکتا ہے۔

مسٹر تریویدی نے نوک دار دانتوں اور چپٹے دانتوں کے حوالے سے اس موضوع پر گفتگو کا آغاز کر دیا تھا۔ سب سے پہلے ہم سبزی خور جانوروں کے دانتوں کا جائزہ لیتے ہیں۔ ان جانوروں کے دانت چھوٹے، چپٹے اور ایک دوسرے کے قریب ہوتے ہیں۔ جب کہ گوشت خور جانوروں کے دانت نوک دار، لمبے اور تکونی شکل کے ہوتے ہیں۔ دو یا چار نوکیلے دانت جن کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ وہ کتے کے دانتوں کی طرح ہیں وہ گوشت کے لیے نہیں ہیں۔ اس قسم کے دانت بندروں اور لنگوروں کے بھی ہوتے ہیں۔ یہ دانت پھل توڑنے کے لیے ہی ہوتے ہیں۔

اسی طرح نوک دار پنجوں کا معاملہ ہے۔ سبزی خور جانوروں کے پنجے میں نوک دار ناخن ہوتے ہیں۔ یہ پنجے صرف پھل کھانے کے ہی کام آسکتے ہیں جب کہ گوشت خور جانوروں کے پنجوں میں تیز نوکیلے ناخن ہوتے ہیں جو شکار کی چیر پھاڑ میں مدد دیتے ہیں۔

جبڑے کی ساخت اور چبانے کا طریقہ کار بھی گوشت خور اور سبزی خور جانوروں میں مختلف ہوتا ہے۔ سبزی خور جانوروں کے جبڑے اوپر نیچے، دائیں بائیں ہر طرف حرکت کرسکتے ہیں۔ یہ جانور اپنی غذا کو چبانے کے بعد نگلتے ہیں جب کہ گوشت خور جانوروں کا معاملہ مختلف ہوتا ہے۔ ان کا صرف نچلا جبڑا اوپر نیچے حرکت کرتا ہے۔ یہ جانور اپنی غذا کو چبائے بغیر ہی نگل لیتے ہیں۔

دوستو! اسی طرح سبزی خور جانوروں اور گوشت خور جانوروں کا تقابل کرتے چلے جائیں۔ میرے پڑھے، لکھے دوست خود دیکھ سکتے ہیں کہ انسان کا جسم اور جسمانی اعضا، کس کے ساتھ زیادہ مشابہت رکھتے ہیں؟

زبان کا معاملہ یہ ہے کہ سبزی خور جانوروں کی زبان ہموار جب گوشت خوروں کی زبان کھردری ہوتی ہے۔ ایک نہایت اہم چیز پانی پینے کا طریقہ ہے۔ ڈاکٹر پارس دلال نے مجھے بتایا کہ سبزی خور جانور اپنے ہونٹوں کی مدد سے پانی پیتے ہیں جب کہ گوشت خور جانور زبان کی مدد سے پانی منہ میں لے کر جاتے ہیں۔ ہم انسان کبھی بھی زبان کی مدد سے پانی منہ میں نہیں لے کر جاتے۔

اب ہم آنتوں کی لمبائی کی جانب آتے ہیں۔ سبزی خور جانوروں کی آنتوں کی لمبائی ان کے جسم کی لمبائی سے تقریباً چار گنا زیادہ ہوتی ہے۔ اسی وجہ سے یہ آنتیں لحمیاتی غذا کو جلد جسم میں سے نہیں نکال سکتیں۔ جب کہ گوشت خور جانوروں کی آنتیں نسبتاً چھوٹی ہوتی ہیں جن کی طوالت تقریباً جسم کی لمبائی کے برابر ہوتی ہے۔ اسی لیے وہ لحمیاتی غذا کو جلد از جلد، یعنی خراب ہونے سے پیش تر ہی جسم سے باہر نکال دیتی ہیں۔

سبزی خور جانوروں میں جگر اور گردے بھی نسبتاً چھوٹے ہوتے ہیں لہٰذا یہ ضرورت سے زیادہ فاضل مادوں کی بروقت صفائی نہیں کرسکتے۔ جب کہ گوشت خور حیوانات میں جگر اور گردوں کا سائز نسبتاً زیادہ بڑا ہوتا ہے۔ چنانچہ یہ زیادہ فاضل مادوں کو بروقت خارج کرسکتے ہیں۔

نظامِ ہضم بھی گوشت خور اور سبزی خور جانوروں میں یکساں نہیں ہوتا۔ سبزی خور جانوروں کے نظامِ ہضم میں تیزاب کم ہوتا ہے لہٰذا لحمیاتی غذا آسانی سے ہضم نہیں ہوسکتی۔ جب کہ گوشت خور جانوروں کے نظامِ ہضم میں تیزابیت بہت زیادہ ہوتی ہے لہٰذا وہ آسانی سے گوشت کو ہضم کرسکتے ہیں۔ انسانی نظامِ ہضم کے لیے یہ ممکن نہیں ہوتا۔

سبزی خور جانوروں کا لعابِ دہن ہمیشہ Alkaline ہوتا ہے اور اس میں Vitaline نامی ایک جزو پایا جاتا ہے جو کاربوہائیڈریٹ کو ہضم کرنے میں مدد دیتا ہے۔ جب کہ تمام گوشت خور جانوروں کا لعابِ دہن تیزابی ہوتا ہے۔

خون کی نوعیت میں بھی فرق موجود ہے۔ انسان اور دیگر تمام سبزی خور جانوروں کے خون کا PH ہمیشہ Alkaline ہوتا ہے جب کہ گوشت خور جانوروں کا PH ہمیشہ Acidic ہوتا ہے۔ اسی طرح انسانی خون میں پائے جانے والے Lipoproteins کی ساخت بھی سبزی خور حیوانات کے خون میں پائے جانے والے Lipoproteins کے مشابہ ہوتی ہے، گوشت خور جانوروں کے خون میں پائے جانے والے Lipoproteins کی ساخت کے مشابہ نہیں ہوتی۔

سبزی خور جانوروں کے حواس خصوصاً بصارت کی حس کمزور ہوتی ہے جب کہ گوشت خور جانوروں کی حسیات نہایت تیز ہوتی ہیں۔ سبزی خور جانوروں کے مقابلے میں گوشت خور جانوروں کی آواز نہایت خوفناک ہوتی ہے۔ انسانی آواز بھی خوفناک نہیں ہے بشرطیکہ ہم خود اسے خوفناک بنانے کی کوشش نہ کریں۔ جب کہ اس کے مقابلے میں شیر اور چیتے وغیرہ کی آواز کرخت اور ڈراونی ہوتی ہے۔

سبزی خور جانوروں کے بچے پیدائش کے وقت سے ہی دیکھنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ یعنی نوزائیدہ بچوں کی بصارت بھی صحیح کام کرتی ہے جب کہ گوشت خور جانوروں کے بچے پیدائش کے بعد تقریباً ایک ہفتے تک بصارت سے محروم رہتے ہیں۔

دوستو! اب آپ خود تقابل کرسکتے ہیں اور فیصلہ کرسکتے ہیں کہ انسان فطری طور پر

سبزی خور ہے یا گوشت خور؟

اب میں آپ کو کچھ عظیم انسانوں کے بارے میں بتاؤں گا جو گوشت خوری کے خلاف تھے یعنی لحمیاتی غذا کی مذمت کرتے تھے۔

اگر ہم تاریخ عالم کا جائزہ لیں تو ہم دیکھیں گے کہ بہت سے عظیم مفکر، فلسفی، آئین سٹائن جیسے سائنسدان، لیونارڈو ڈاونچی جیسے فنکار، ملٹن، پوپ اور شیلے جیسے شاعر، جارج برنارڈ شا جیسے ادیب اور متعدد مذہبی علما ایسے ہیں جو کہ خالص سبزی خور تھے۔ یہ کون لوگ ہیں؟ ریاضی دان فیثا غورث، پلوٹارک، نیوٹن اور آئن سٹائن جیسے سائنسدان، ڈاکٹر اینے بسنت، ڈاکٹر والٹر والش، جارج برنارڈ شا، یونانی فلسفی سقراط اور ارسطو، یہ سب روشن خیال لوگ تھے۔ اور اس کے باوجود ان لوگوں کا کہنا یہی ہے کہ:

''خوش بخت ہیں وہ لوگ جن میں رواداری، ہمدردی، محبت اور عدم تشدد جیسی خوبیاں پائی جاتی ہیں اور جو گوشت خور نہیں ہیں۔''

دوستو میں یہاں جارج برنارڈ شا کا ایک معروف مقولہ بھی دہرانا چاہوں گا۔ اس نے کہا تھا:

''ہم مقتول جانوروں کی زندہ قبریں ہیں۔''

میں یہ بات پھر دہرانا چاہتا ہوں، سنیے:

''ہم مقتول جانوروں کی زندہ قبریں ہیں۔''

وہ جانور جنھیں ہم نے اپنی بھوک مٹانے کے لیے ذبح کر ڈالا۔ کوؤں کی طرح ہم گوشت کھاتے ہیں اور جانوروں کے دکھ درد سے لاپروا رہتے ہیں۔ برنارڈ شا ایک دفعہ شدید بیمار ہوا۔ ڈاکٹروں نے اسے گوشت کی یخنی پینے کا مشورہ دیا۔ برنارڈ شا نے کہا:...... ''میں گوشت خوری پر موت کو ترجیح دوں گا۔'' ...... یقین کیجیے دوستو کہ برنارڈ شا صحت یاب ہو گیا اور وہ ڈاکٹر سبزی خور بن گیا۔

اسی طرح ایک دفعہ مہاتما گاندھی کا بیٹا شدید بیمار ہوا۔ اسے بھی یخنی پلانے کا مشورہ

دیا گیا لیکن مہاتما گاندھی نے انکار کردیا اور اس کے باوجود ان کا بیٹا صحت یاب ہوگیا۔ میں آپ کو یہ باتیں اس لیے بتارہا ہوں کہ تریویدی صاحب نے کہا تھا کہ جو کچھ ہمیں ڈاکٹر بتائیں ہمیں قبول کرلینا چاہیے۔ بالکل درست بات ہے لیکن جیسا کہ میں نے ابتدا میں عرض کیا تھا بہت سی باتیں اضافی ہوتی ہیں یعنی انھیں دوسری باتوں کی نسبت سے دیکھنا چاہیے۔ ڈاکٹر اگر کوئی بات کرے گا تو وہ صرف طبی نقطۂ نگاہ ہی کو سامنے رکھے گا۔ لیکن دوستو ہم اس دنیا میں صرف زندہ رہنے کے لیے نہیں آئے۔ اگرچہ ہماری بقا بھی اہم ہے لیکن یہ بقا دوسروں کی زندگی کی قیمت پر نہیں ہونی چاہیے۔

دوستو! آپ کا بہت شکریہ۔ اکیسویں صدی یقیناً سبزی خوروں کی صدی ہوگی۔ میرا خیال ہے کہ میں اپنا نقطہ نظر آپ کے سامنے پیش کرچکا ہوں، میں یہاں آپ کو یہ بھی بتانا چاہتا ہوں کہ وہ لوگ جو باقاعدہ گوشت خور ہیں، ان کا تعلق بالعموم کسی ایسے معاشرے، خاندان یا عقیدے سے ہوتا ہے جس میں گوشت خوری کو جائز سمجھا جاتا ہے۔ لہٰذا وہ خود کبھی اس مسئلے پر غور وفکر ہی نہیں کرتے۔ جیسا کہ تریویدی صاحب نے کہا، آیئے ہم آج اپنے دماغ سے کام لیں۔ مذہبی لحاظ سے، سماجی لحاظ سے بھی۔ میں نے تو دیکھا ہے کہ ہمارے بعض جین دوست بھی جب تقریبات میں جاتے ہیں تو سماجی تقاضے پورے کرنے کے لیے گوشت کھانے لگتے ہیں۔ میں اس بات کو قطعاً پسند نہیں کرتا لیکن ظاہر ہے کہ یہ فیصلہ ہر کسی نے خود کرنا ہے کہ وہ سبزی خور رہنا چاہتا ہے یا گوشت خور۔ لہٰذا اس معاملے پر غور وفکر کریں۔ ہر پہلو سے جائزہ لیں اور پھر فیصلہ کریں کہ گوشت خوری جائز ہے یا ناجائز؟ حفظانِ صحت کے پہلو سے، قومی پہلو سے، سماجی پہلو سے، ماحولیاتی پہلو سے اور سب سے بڑھ کر ہمدردی کے پہلو سے دیکھیں۔ دوستو! تمام جاندار فطرت کی تخلیق ہیں۔ انسان اور دیگر حیوانات برابر ہیں۔ کسی کو یہ حق حاصل نہیں کہ دوسری مخلوق کو قتل کردے، صرف اس لیے کہ اپنی اشتہا کی تسکین کرسکے۔

آپ کا بہت بہت شکریہ

دوسرا خطاب

ڈاکٹر ذاکر نائیک

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ وَالصَّلٰوةُ وَالسَّلَامُ عَلٰی رَسُوْلِ اللّٰهِ وَعَلٰی آلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ اَجْمَعِیْن. اَمَّا بَعْدُ أَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ ○ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ○

یٰاَیُّهَا الَّذِیْنَ اٰمَنُوْٓا اَوْفُوْا بِالْعُقُوْدِ اُحِلَّتْ لَکُمْ بَهِیْمَةُ الْاَنْعَامِ اِلَّا مَا یُتْلٰی عَلَیْکُمْ غَیْرَ مُحِلِّی الصَّیْدِ وَاَنْتُمْ حُرُمٌ اِنَّ اللّٰهَ یَحْکُمُ مَا یُرِیْدُ ○

[المائدہ : ۱]

محترم جناب رشمی بھائی زاوری، تریویدی صاحب، ڈاکٹر محمد نائیک ، دیگر محترم شخصیات، میرے بزرگو، بھائیو اور بہنو!

السلام علیکم ورحمتہ اللہ وبرکاتہ

اللہ تعالیٰ آپ سب پر رحم فرمائے۔ ہمارے آج کے مباحثے کا عنوان ہے:

کیا انسان کے لیے گوشت خوری جائز ہے یا نہیں؟

بحث یہ نہیں ہو رہی کہ سبزی خوری بہتر ہے یا گوشت خوری، یا کون سی خوراک صحت کے لیے زیادہ اچھی ہے۔ اگر میں یہ ثابت کردوں کہ ''سیب''، ''آم'' کے مقابلے میں بہتر ہے تو اس سے آم کھانا ممنوع یا ناجائز نہیں ہو جائے گا۔ میرے خیال میں تو اتنی بات بھی اس مباحثے کو ختم کرنے کے لیے کافی ہے لیکن مجھے جواب تو دینا ہے۔ ''نان ویجی ٹیرین'' یا ''گوشت خور'' سے مراد وہ شخص ہے جو حیوانی ذرائع سے حاصل کردہ خوراک استعمال کرتا

ہے۔ نہ کہ وہ شخص جو سبزیاں اور پھل بطور غذا استعمال نہیں کرتا۔

یہ بات آپ سب پر واضح ہو جانی چاہیے۔ ایک نسبتاً زیادہ تکنیکی اور سائنسی اصطلاح ہے Omnivorous یا ہمہ خور۔ یعنی ایسا شخص جو ہر قسم کی غذا استعمال کرتا ہے خصوصاً لحمیاتی اور نباتاتی غذائیں۔

جیسا کہ رشّی بھائی زاویری صاحب نے بجا طور پر کہا Vegitarian کا لفظ Vegitables سے نہیں بلکہ Vegitus سے نکلا ہے جس کے معنی ہوتے ہیں ''زندگی اور حیات سے بھر پور''۔ لیکن انھوں نے بہتر وضاحت نہیں کی۔ ہم اس حوالے سے مزید گفتگو کر سکتے ہیں۔ انھوں نے یہ نہیں بتایا کہ سبزی خوروں کی بھی متعدد اقسام ہیں۔ ایک تو ثمر خور (Fuitorians) ہیں جو صرف پھل اور میوہ جات ہی کھاتے ہیں۔ پھر ویدانتی ہیں جو کسی بھی حیوانی ذریعے سے حاصل ہونے والی خوراک استعمال نہیں کرتے۔ پھر لیکٹو ویجی ٹیرین ہیں، اور میرا خیال ہے زاویری صاحب بھی انھی میں شامل ہیں، جو دودھ پی لیتے ہیں۔ اسی لیے کچھ سبزی خور انڈا کھا لیتے ہیں اور کچھ انڈا اور دودھ دونوں استعمال کرتے ہیں۔ مزید برآں Pesco Vegitarians بھی ہوتے ہیں جو مچھلی سے پرہیز نہیں کرتے۔ پھر Semivegitarians ہیں جو مرغی کا گوشت کھاتے ہیں۔

یہ ساری تقسیم میری کی ہوئی نہیں ہے بلکہ خود ویجی ٹیرین سوسائٹی نے کی ہے۔ اور یہی نہیں بلکہ بیس مزید اقسام بھی بیان کی جا سکتی ہیں لیکن وقت کی کمی مجھے اجازت نہیں دیتی۔

یہاں میں امریکی کونسل برائے سائنس اور صحت (ACSH) کے مشیر ڈاکٹر ولیم ٹی جارویں کا ایک بیان پیش کرنا چاہوں گا۔ ڈاکٹر صاحب لو مالنڈا یونیورسٹی میں Public Health & Preventive Medicine کے پروفیسر ہیں۔ مزید برآں وہ National Council Against Health Frauds کے بانی اور چیئرمین بھی ہیں۔ یہی نہیں وہ ایک کتاب کے شریک مرتب بھی ہیں۔ اس کتاب کا عنوان ہے:

{The Health Robbers}

A Closer Look at Quakery in America.

ڈاکٹر ولیم کے بیانات امریکہ کے بارے میں ہیں۔ وہ سبزی خوری کی اقسام کا تعین رویے کی بنیاد پر کرتے ہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ سبزی خوروں کی دو اقسام ہیں۔

1- Pragmatic Vegitarian.

2- Ideological Vegitarian.

ایک Pragmatic یا نتائج و عواقب کو مدنظر رکھنے والا سبزی خور وہ ہوتا ہے جو معروضی حالات کو دیکھتے ہوئے اپنی صحت کے لیے بہترین غذا کا انتخاب کرتا ہے۔ اس کا رویہ جذباتی نہیں بلکہ منطقی ہوتا ہے۔

دوسری طرف Ideological یا نظریاتی سبزی خور ہے جو اپنی غذا کا انتخاب ایک اصول کی بنیاد پر کرتا ہے۔ اس اصول کی بنیاد ایک نظریے پر ہوتی ہے۔ ایسا سبزی خور منطقی کم اور جذباتی زیادہ ہوتا ہے۔ ڈاکٹر ولیم کا کہنا یہ ہے کہ آپ ایک جذباتی یا نظریاتی سبزی خور کو بڑی آسانی سے پہچان سکتے ہیں، اس طرح کہ وہ ہمیشہ سبزی خوری کے فواید بڑھا چڑھا کر بیان کرے گا۔

اور آپ نے دیکھ لیا ہوگا کہ میری گفتگو سے پہلے یہی کچھ ہوا...... سبزی خوری کے فواید کو بڑھا چڑھا کر بیان کیا گیا۔ اور اسی طرح نظریاتی سبزی خور کے ہاں شک وشبہ کی گنجائش بھی نہیں ہوتی۔ اس حقیقت کو بھی نظر انداز کیا جاتا ہے کہ انتہا پسندانہ قسم کی سبزی خوری آپ کی صحت کے لیے نقصان دہ ہوسکتی ہے۔

ڈاکٹر ولیم مزید کہتے ہیں کہ ایک نظریاتی سبزی خور سائنسدان دکھائی دینے کی کوشش کرتا ہے لیکن درحقیقت اس کا رویہ ایک وکیل کی مانند ہوتا ہے۔ وہ منتخب قسم کی معلومات جمع کرتے ہیں جو ایسی معلومات کی نفی کرتی ہیں جو ان کے نظریے سے متصادم ہیں۔ اس قسم کا رویہ ایک ایسے مباحثے میں تو مفید ثابت ہوسکتا ہے جیسا مباحثہ ہم آج کر رہے ہیں لیکن ہماری سائنسی آگاہی میں اس سے کوئی اضافہ نہیں ہوتا۔

ڈاکٹر ولیم ٹی جاروِس مزید کہتے ہیں کہ نظریاتی سبزی خوری، مفروضوں سے بھری پڑی ہے۔ اس میں اس قدر شدت پسندی پائی جاتی ہے کہ سائنسدان اور ڈاکٹر تک اس سے محفوظ نہیں رہ پاتے۔ جیسا کہ ڈاکٹر زاویری نے بھی کہا کہ گوشت خوری متعدد بیماریوں کا سبب ہے۔ میں ان کے ہر دعوے کا رڈ کروں گا اگر وقت نے اجازت دی۔ وہ سائنس کے بارے میں بات کر رہے تھے لیکن ان کا طریقہ کار سائنسی نہیں تھا۔ طب کا اصول یہ ہے کہ؛ ''پرہیز علاج سے بہتر ہے''۔ لیکن وقت محدود ہونے کی وجہ سے میں یہاں طبی تفصیلات میں نہیں جاسکتا۔ میں کوشش کروں گا کہ اپنی جوابی گفتگو میں ان تمام باتوں کا ذکر کروں۔

سب سے پہلے ہم اس بات کا تجزیہ کرتے ہیں کہ کسی شخص کی غذائی عادت کا تعین کس طرح ہوتا ہے۔ اس کی مذہبی وجوہات بھی ہوسکتی ہیں، جغرافیائی اسباب بھی ہوسکتے ہیں، محض ذاتی پسند ناپسند بھی ہوسکتی ہے، جسمانی اور طبی تقاضے بھی ہوسکتے ہیں۔ ذہنی رویے بھی ہوسکتے ہیں۔ معاشی حالات اور ماحولیاتی اسباب بھی ممکن ہیں۔ اسی طرح غذائی افادیت اور سائنسی وجوہات بھی ہوسکتی ہیں۔

سب سے پہلے ہم مذہبی اسباب کا جائزہ لیتے ہیں۔ ترویدی صاحب نے کہا تھا کہ مذہب کو اس معاملے میں دخل اندازی نہیں کرنی چاہیے کہ ہمیں کیا کھانا ہے اور کیا نہیں کھانا ہے۔ اور یہ کہ اس بات کا فیصلہ ڈاکٹر پر چھوڑ دینا چاہیے۔ میں ان کی بات سے یہاں تک اتفاق کرتا ہوں کہ بیش تر مذاہب کے معاملے میں تو ایسا ہی ہے۔ لیکن اسلام کا معاملہ یہ ہے کہ ہر معاملے میں حرف آخر اللہ تعالیٰ کی ذات ہے۔ اگر جس خدا کی آپ عبادت کرتے ہیں، وہ سب سے بڑا طبیب نہیں ہے تو پھر آپ کو اس پر ایمان ہی نہیں رکھنا چاہیے۔ ان کا کہنا ہے کہ؛ ''یہ بات ڈاکٹر پر چھوڑ دیں'' لیکن ہم مسلمانوں کا عقیدہ یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ ہمارا خالق ہے اور خالق کا علم آج تک کے تمام ڈاکٹروں کے مجموعی علم سے بھی زیادہ ہے۔

ڈاکٹر زاویری صاحب ڈاکٹروں کے حوالے دے رہے ہیں اور میرا خیال ہے کہ ان کے بیش تر حوالے ان کتابوں میں سے ہیں جو اس ہال کے باہر برائے فروخت موجود ہیں۔

میں ان کے بیان کردہ تمام نکات کا جواب دینے کی کوشش کروں گا کیوں کہ ان میں سے کچھ تو فرضی ہیں جن کی کوئی اصل نہیں کچھ غیر متعلقہ ہیں۔ بعض غیر مصدقہ ہیں اور بعض نیم پختہ حقائق پر مشتمل ہیں۔

یہاں ایک بات میں بالکل واضح کر دینا چاہتا ہوں اور وہ یہ کہ میں آج یہاں یقیناً یہ ثابت کروں گا کہ گوشت خوری انسانوں کے لیے قطعاً ممنوع نہیں ہے۔ لیکن میں سبزی خوروں کے جذبات مجروح کرنے کا ذرا بھی ارادہ نہیں رکھتا۔ میں منطقی اور سائنسی طور پر یہ ثابت کروں گا کہ انسان کے لیے گوشت کھانا جائز ہے اور اگر اس بات سے کسی سبزی خور کے جذبات مجروح ہوتے ہیں تو میں اس کے لیے پیشگی معذرت چاہتا ہوں۔ میں آپ سب کے جذبات کی قدر کرتا ہوں لیکن ظاہر ہے کہ مجھے پہلے مقرر کی گفتگو کا جواب بھی دینا ہے۔

جہاں تک اسلام کا تعلق ہے تو بات یہ ہے کہ اسلام گوشت خوری کو فرض قرار نہیں دیتا۔ ایک مسلمان سبزی خور ہوتے ہوئے بھی ایک بہترین مسلمان رہ سکتا ہے۔ لیکن جب ہمارا پروردگار ہمیں یہ اجازت دیتا ہے کہ ہم گوشت کھا سکتے ہیں تو پھر ہم گوشت کیوں نہ کھائیں؟

میں نے اپنی گفتگو کا آغاز قرآنِ مجید کی اس آیت سے کیا تھا:

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْٓا اَوْفُوْا بِالْعُقُوْدِ اُحِلَّتْ لَكُمْ بَهِيْمَةُ الْاَنْعَامِ اِلَّا مَا يُتْلٰى عَلَيْكُمْ غَيْرَ مُحِلِّي الصَّيْدِ وَاَنْتُمْ حُرُمٌ اِنَّ اللّٰهَ يَحْكُمُ مَا يُرِيْدُ ٥

[المائدہ : ۱]

”اے لوگو جو ایمان لائے ہو، بندشوں کی پوری پابندی کرو۔ تمہارے لیے مویشی کی قسم کے سب جانور حلال کیے گئے۔ سوائے ان کے جو آگے چل کر تم کو بتائے جائیں گے لیکن احرام کی حالت میں شکار کو اپنے لیے حلال نہ کرلو۔ بے شک اللہ جو چاہتا ہے حکم دیتا ہے۔“

قرآنِ کریم میں آگے چل کر مزید ارشاد ہوتا ہے:

وَالْاَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيْهَا دِفْءٌ وَّمَنَافِعُ وَمِنْهَا تَاْكُلُوْنَ ٥

[النحل: ٥]

"اور اس نے جانور پیدا کیے، جن میں تمہارے لیے پوشاک بھی ہے اور خوراک بھی۔ اور طرح طرح کے دوسرے فائدے بھی۔"

سورۂ مومنون میں دوبارہ فرمایا گیا:

وَاِنَّ لَكُمْ فِي الْاَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُسْقِيْكُمْ مِّمَّا فِيْ بُطُوْنِهَا وَلَكُمْ فِيْهَا مَنَافِعُ كَثِيْرَةٌ وَّمِنْهَا تَاْكُلُوْنَ ٥ وَعَلَيْهَا وَعَلَى الْفُلْكِ تُحْمَلُوْنَ ٥

[المؤمنون: ٢١،٢٢]

"اور حقیقت یہ ہے کہ تمہارے لیے مویشیوں میں بھی ایک سبق ہے، ان کے پیٹوں میں جو کچھ ہے، اسی میں سے ایک چیز (یعنی دودھ) ہم تمہیں پلاتے ہیں، اور تمہارے لیے ان میں بہت سے دوسرے فایدے بھی ہیں۔ ان کو تم کھاتے ہو اور ان پر اور کشتیوں پر سوار بھی کیے جاتے ہو۔"

اب ہم آتے ہیں جغرافیائی عوامل کی جانب۔ ہم سب جانتے ہیں کہ یہ عوامل غذائی عادات پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ مثال کے طور پر ساحلی علاقوں کے رہنے والے مچھلی زیادہ کھاتے ہیں۔ اسی طرح جنوبی ہندوستان کے رہنے والے چاول زیادہ کھاتے ہیں۔ اسی طرح صحرائی علاقوں کے رہنے والے لوگوں کو بھی گوشت پر انحصار کرنا پڑتا ہے کیونکہ وہاں نباتات بہت کم ہوتی ہیں۔ برفانی علاقوں میں بھی نباتات نہ ہونے کے برابر ہوتی ہیں، لہٰذا قطبین میں رہنے والے لوگوں (Eskimo) کی غذا سمندری حیات پر مشتمل ہوتی ہے۔

زاویری صاحب نے کہا: ...... "میں جانتا ہوں کہ دنیا کے بعض علاقوں میں سبزیاں دستیاب نہیں ہوتیں لیکن چونکہ اب ذرائع نقل و حمل بہت ترقی کر چکے ہیں لہٰذا ہمیں ان علاقوں میں سبزیاں فراہم کرنی چاہئیں۔" ...... میں انڈین ویجی ٹیرین کانفرنس سے

درخواست کروں گا کہ وہ صرف اسکیموز ہی کو سبزیاں فراہم کر کے دکھا دیں یا کم از کم نقل وحمل کا خرچہ ہی برداشت کرلیں۔ یا سعودی عرب کو سبزیاں فراہم کر دیں۔ سعودی عرب میں سبزیاں مل جاتی ہیں لیکن بہت گراں ہوتی ہیں۔ اس گرانی کی وجہ کیا ہے۔ یہی کہ وہاں سبزیاں بھجوانے کے اخراجات بہت زیادہ ہیں۔ لہٰذا سبزیاں بہت مہنگی پڑتی ہیں۔ یہ بات قطعاً غیر منطقی اور غیر سائنسی ہوگی، اگر ہم یہ کہیں کہ کم غذائیت والی خوراک حاصل کرنے کے لیے زیادہ قیمت ادا کی جائے۔

جہاں تک ہمدردی یا اخلاقی وجوہات کا تعلق ہے تو ان کا جائزہ بھی لے لیتے ہیں۔ خالص سبزی خور حضرات کا کہنا ہے کہ............ ''ہر قسم کی زندگی مقدس ہے'' ...... ''لہٰذا کسی بھی جاندار کو مارا نہیں جانا چاہیے۔'' .... وہ اس بات کو بالکل نظر انداز کر دیتے ہیں کہ یہ بات آج عالمی سطح پر تسلیم کی جاتی ہے کہ پودے بھی جاندار ہیں۔ ان میں بھی زندگی ہوتی ہے۔ لہٰذا ان کی بنیادی دلیل کہ جاندار کو مارا نہیں جانا چاہیے، آج کوئی وقعت نہیں رکھتی۔ آج سے ایک دو صدیاں پہلے تک شاید یہ دلیل کچھ وزن رکھتی ہوگی لیکن آج اس دلیل کی کوئی حیثیت نہیں۔ اب سبزی خور حضرات یہ بات کرتے ہیں کہ ٹھیک ہے، پودے بھی جاندار ہیں لیکن چونکہ پودے تکلیف کا احساس نہیں رکھتے اس لیے پودوں کا ''قتل'' ایک چھوٹا جرم ہے، ایک معمولی گناہ ہے۔

لیکن آج سائنس مزید ترقی کر چکی ہے۔ اور ہم یہ جانتے ہیں کہ پودے بھی تکلیف محسوس کرتے ہیں، وہ روتے بھی ہیں لیکن انسانی کان پودے کی آواز نہیں سن سکتے کیوں کہ انسانی سماعت کی ایک مخصوص حد ہے۔ اس حد سے کم یا زیادہ فریکوئنسی کی آواز انسانی کان کے لیے سننا ممکن نہیں ہوتا۔ جانور کی آواز سننا انسان کے لیے ممکن ہے اور پودے کی آواز سننا ممکن نہیں، تو کیا محض اس بنیاد پر کہ پودے کی فریاد آپ کو سنائی نہیں دیتی آپ کو یہ حق مل جاتا ہے کہ آپ پودوں کو تکلیف پہنچائیں یا ان کی جان لیں۔

ایک دفعہ اسی قسم کے ایک نظریاتی سبزی خور سے میری بحث ہوئی۔ وہ کہنے لگا کہ ذاکر

بھائی، بات یہ ہے کہ میں جانتا ہوں کہ پودے جاندار ہیں اور تکلیف بھی محسوس کرتے ہیں لیکن کیا آپ جانتے ہیں کہ پودوں میں جانوروں کے مقابلے میں دوحسیات کم ہیں؟ میں نے کہا چلو میں تمھاری بات مان لیتا ہوں لیکن میں ایک سادہ سا سوال پوچھتا ہوں۔ فرض کرو تمہارا ایک بھائی پیدائشی گونگا بہرا ہے۔ وہ سن بھی نہیں سکتا اور بول بھی نہیں سکتا۔ جب وہ بڑا ہوتا ہے تو کوئی اسے قتل کر دیتا ہے۔ کیا اس وقت بھی تم جا کر جج سے یہی کہو گے کہ:

"جج صاحب! مجرم کو تھوڑی سزا دیجیے، کیوں کہ میرے بھائی میں دوحسیات کم تھیں۔"

درحقیقت آپ کہیں گے کہ اس نے تو معصوم کو مارا ہے لہٰذا اسے نسبتاً زیادہ سزا دی جائے۔ جہاں تک اسلام کا تعلق ہے، اگر آپ تجزیہ کریں تو معلوم ہوگا کہ اسلام جانداروں کو دو طبقوں میں تقسیم کرتا ہے۔ پہلے طبقے میں انسان ہیں اور دوسرے طبقے میں دیگر تمام جاندار۔ جہاں تک انسانی جان کا تعلق ہے، اس حوالے سے قرآن میں ارشاد ہوتا ہے:

مَنْ قَتَلَ نَفْسًاۢ بِغَيْرِ نَفْسٍ اَوْ فَسَادٍ فِي الْاَرْضِ فَكَاَنَّمَا قَتَلَ النَّاسَ جَمِيْعًا وَمَنْ اَحْيَاهَا فَكَاَنَّمَآ اَحْيَا النَّاسَ جَمِيْعًا ۝ [المائدہ: ۳۲]

"جس نے کسی انسان کو خون کے بدلے یا زمین میں فساد پھیلانے کے سوا کسی اور وجہ سے قتل کیا اس نے گویا تمام انسانوں کو قتل کر دیا اور جس نے کسی کو زندگی بخشی اس نے گویا تمام انسانوں کو زندگی بخش دی۔"

اگر کوئی شخص کسی انسان کو قتل کرتا ہے، اس سے قطع نظر کہ مقتول مسلمان تھا یا غیر مسلم، بشرطیکہ مقتول زمین میں فساد پھیلانے یعنی فتنہ انگیزی کرنے یا کسی کو قتل کرنے کا مجرم نہ ہو تو قرآن کے الفاظ میں یہ ایسا ہی ہے جیسے پوری انسانیت کو قتل کر دیا جائے۔ دوسری طرف کسی ایک انسان کی جان بچانے کو قرآن پوری انسانیت کی جان بچانے کے برابر قرار دیتا ہے۔

جہاں تک انسان کے علاوہ دیگر مخلوقات کا تعلق ہے، کسی انسان کو یہ اجازت نہیں ہے کہ بلاوجہ انھیں نقصان پہنچائے یا اُن کی جان لے۔ انھیں محض اپنی تفریح کے لیے، کھیل تماشے کے طور پر، نشانہ بازی کی مشق کے لیے، نقصان پہنچانے کی اجازت نہیں ہے، البتہ

اپنے تحفظ کے لیے، اپنی جان بچانے کے لیے آپ انھیں نقصان بھی پہنچا سکتے ہیں بلکہ ان کی جان بھی لے سکتے ہیں۔ اسی طرح آپ اپنی غذا کی جائز ضرورت پوری کرنے کے لیے بھی ان کی جان لے سکتے ہیں لیکن محض تفریح طبع کی خاطر نہیں۔ لہٰذا اگر میں یہ تسلیم کرلوں کہ پودے بھی ایک جاندار مخلوق ہیں تو اس کا مطلب یہ ہوا کہ سو افراد کو کھانا کھلانے کے لیے مجھے ایک جانور کی جان لینی ہوگی یا بصورت دیگر ایک سو پودوں کو ''قتل'' کرنا پڑے گا۔ یہ بتائیں کہ کون سا جرم بڑا ہے؟ آپ خود فیصلہ کر سکتے ہیں۔

سو معذور انسانوں کا قتل بڑا گناہ ہوگا یا ایک صحت مند انسان کا قتل؟ آپ خود فیصلہ کریں۔ سبزی خوروں کی ایک تنظیم ہے جس کا نام ہے:

" World Foundation on Reverence for all life."

زاویری صاحب نے جو اقتباسات پیش کیے وہ بیش تر بلکہ تقریباً تمام ہی اس تنظیم کے شایع کردہ تین کتابچوں سے لیے گئے تھے۔ اس تنظیم کا نام رکھتے ہوئے انھیں آخر میں خطوطِ وحدانی میں (Except Plant Life) بھی لکھنا چاہیے تھا، جو شاید وہ بھول گئے ہیں۔ یہ تنظیم کہتی ہے کہ...... ''تمام مخلوق ایک ہی خاندان سے تعلق رکھتی ہے، ہر جان مقدس ہے۔'' ...... یہ کس قسم کا نظریہ ہے کہ سب ایک خاندان سے تعلق رکھتے ہیں لیکن خاندان کے بعض افراد کا قتل ممنوع ہے اور بعض ارکان کا قتل جائز؟ یہ غیر منطقی بھی ہے اور غیر سائنسی بھی۔ کیا آپ کو پتہ ہے کہ امریکہ میں سبزی خوروں کی بعض تنظیمیں بچوں کو مذبح خانوں میں لے جاتی ہیں اور وہاں جانوروں کو ذبح ہوتے ہوئے دکھا کر انھیں گوشت خوری سے متنفر کرتی ہیں۔ یہ بالکل ایسا ہی ہے جیسے کوئی ڈاکٹر چھوٹی بچیوں کو پیدائش کا کوئی مشکل اور پیچیدہ کیس دکھائے اور پھر انھیں کہے کہ...... ''تمھیں نہ تو شادی کرنی چاہیے اور نہ ہی کبھی ماں بننا چاہیے۔'' ...... یہ کسی کے ذہن پر اثر انداز ہونے کا غیر اخلاقی طریقہ ہے۔ گویا یہ بالکل ایک غیر اخلاقی رویہ ہے۔

درحقیقت ہمیں بچوں کو یہ سمجھانا چاہیے کہ جب ہم اپنی غذائی ضرورت کے لیے پودے

کاشت کر سکتے ہیں تو جانور کیوں نہیں پال سکتے؟ میں اس بات سے اتفاق کرتا ہوں کہ ہر جان قیمتی ہے اور بلا وجہ کسی کی جان لینا جائز نہیں ہے لیکن اپنی جائز غذائی ضروریات پوری کرنے میں کوئی حرج نہیں۔

اب ہم آتے ہیں جسمانی اور ذہنی اثرات کی جانب۔ زاویری صاحب نے اس حوالے سے بہت سی چیزیں گنوائیں لیکن آپ جانتے ہیں وہ کسی کاغذ سے سو میل فی گھنٹہ کی رفتار سے پڑھ رہے تھے۔ میں نے نوٹ کرنے کی کوشش بھی کی لیکن نوٹ نہیں کر سکا کہ انھوں نے کتنی بیماریوں کا نام لیا۔

میں ایک ڈاکٹر ہوں لیکن کتنی بیماریوں کی وضاحت کرنا میرے لیے ممکن ہوگا؟ دس بیماریوں کے نام لینے میں چند سیکنڈ لگتے ہیں لیکن جواب دینے کے لیے گھنٹہ چاہیے۔ لیکن بہر حال میں کوشش کروں گا۔ میں آپ کو صرف یہ بتانا چاہوں گا کہ اگر آپ مستند طبی کتابوں سے رجوع کریں، مستند کتابوں سے، نہ کہ نظریاتی سبزی خوروں کی تحقیقات سے، تو آپ کو زاویری صاحب کے اٹھائے ہوئے بیش تر سوالات کے جوابات مل جائیں گے۔

جہاں تک جسمانی ساخت کا تعلق ہے، زاویری صاحب نے بالکل ٹھیک کہا کہ سبزی خور جانوروں مثال کے طور پر گائے، بھیڑ، بکری وغیرہ کے دانت چپٹے ہوتے ہیں کیونکہ انھوں نے غذا کو چبانا ہوتا ہے، جگالی کرنی ہوتی ہے اور یہ جانور صرف سبزی کھاتے ہیں۔ دوسری طرف اگر آپ گوشت خور (Carnivorous) جانوروں یعنی شیر، چیتے اور تیندوے وغیرہ کے دانتوں کا جائزہ لیں تو آپ کو معلوم ہوگا کہ ان کے دانت نوکیلے ہوتے ہیں کیونکہ انھوں نے صرف گوشت کھانا ہوتا ہے۔ یہ گوشت خور جانور ہیں، انھیں ''غیر سبزی خور'' Non Vegitarion جانور کہنا غلط ہے۔ اگر آپ انسانی جبڑے کا جائزہ لیں تو اس میں دونوں طرح کے دانت موجود ہیں۔ نوکدار بھی اور چپٹے بھی۔ اگر اللہ تعالیٰ، ہمارا خالق یہ چاہتا کہ ہم صرف سبزیاں کھائیں تو وہ ہمیں نوکدار دانت کیوں دیتا؟ اور ڈاکٹر

کے سائنسی مفہوم ہی کا علم نہیں ہے۔ Canine کا لفظ لاطینی لفظ Cananas سے نکلا ہے جس کا مطلب ہی ''کتے سے متعلقہ'' ہوتا ہے۔ اور Canine کا مطلب ہوتا ہے ایک خاص خاندان سے تعلق رکھنے والے جانور مثلاً کتا اور بھیڑیا وغیرہ۔ ڈاکٹروں نے ان دانتوں کو یہ نام دیا ہے لیکن زاویری صاحب کہتے ہیں کہ یہ دانت بندروں کے مشابہ ہیں۔ چلیے ان کی بات مان لیتے ہیں لیکن کون کہتا ہے کہ تمام بندر سبزی خور ہوتے ہیں؟ وہ گوشت خور بھی ہوتے ہیں، انھیں جوئیں کھاتے ہوئے تو آپ نے بھی دیکھا ہوگا۔ اس کے علاوہ وہ باقاعدہ گوشت خوری بھی کرتے ہیں، درحقیقت بندر یا بن مانس ایک ہمہ خور جانور ہے، بلکہ بعض تو آدم خور بندر بھی کہلاتے ہیں۔

اسی طرح اگر آپ انسانی نظام ہضم کا جائزہ لیں تو پتہ چلتا ہے کہ یہ لحمیاتی اور نباتاتی ہر دو طرح کی غذا ہضم کرسکتا ہے۔ اگر اللہ تعالیٰ یہ چاہتا کہ ہم صرف سبزیاں اور پھل کھائیں تو وہ ہمیں گوشت کو ہضم کرنے والا نظامِ ہضم ہی کیوں عطا کرتا؟ زاویری صاحب کہیں گے کہ ہم کچا گوشت ہضم نہیں کر سکتے، بالکل درست، لیکن بہت سی نباتاتی غذائیں بھی ایسی ہیں جنہیں ہم کچا نہیں کھا سکتے۔ مثال کے طور پر گندم، چاول، دالیں وغیرہ۔ کیا آپ ان چیزوں کو کچا کھا سکتے ہیں؟ نہیں، یقیناً آپ کو بدہضمی ہو جائے گی۔

تو پھر یہ دلیل ہی کیا ہے۔ آپ دال کچی نہیں کھا سکتے۔ پہلے پکانا پڑتا ہے۔ ورنہ مسئلہ ہوگا، لہٰذا پہلے پکانا پڑتا ہے۔ اسی طرح گوشت بھی پکا کر کھانا پڑتا ہے۔ لہٰذا ہم لوگ گوشت کو پکا کر ہی کھاتے ہیں تاکہ وہ آسانی سے ہضم ہو سکے۔ لیکن ایسے انسان بھی ہیں جو کچا گوشت بھی ہضم کر سکتے ہیں۔ اسکیموز کا نام انھوں نے خود لیا تھا۔ لیکن انھوں نے اس لفظ Eskimos کا مطلب نہیں بتایا۔ اسکیموز کا لفظ جس لفظ سے مشتق ہے اس کا مطلب ہی ''کچا گوشت کھانے والے'' ہوتا ہے۔ ایسے لوگ بھی ہیں جو کچا گوشت کھا سکتے ہیں کیوں کہ انھوں نے اس کی عادت ڈال لی ہوتی ہے۔ ہوسکتا ہے کل کلاں کو آپ کچی گندم یا کچے چاول کھانے کی عادت ڈال لیں تو آپ کا معدہ ان چیزوں کو بھی ہضم کرنے لگے۔ لیکن عام طور پر بیش تر

لوگ بعض سبزیاں کچی حالت میں ہضم نہیں کر سکتے تو کیا اس کا مطلب یہ ہوگا کہ ہم گندم کھانا چھوڑ دیں؟ چاول کھانا چھوڑ دیں؟

سبزی خور جانوروں کے نظامِ ہضم میں ایک خاص قسم کے خامرے پیدا ہوتے ہیں جو سیلولوز خامرے کہلاتے ہیں۔ ہر نباتاتی غذا میں سیلولوز نامی عنصر پایا جاتا ہے لہٰذا یہ سیلولوز خامرے تمام نباتاتی غذاؤں کو ہضم کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ ہمارے یعنی انسانوں کے نظامِ ہضم میں یہ خامرے موجود نہیں ہوتے لہٰذا نباتاتی غذاؤں کا ایک حصہ غیر ہضم شدہ رہ جاتا ہے جسے ہم ریشے (Fibres) کہتے ہیں۔

دوسری طرف متعدد خامرے ایسے ہیں جو لحمیاتی غذا کو ہضم کرنے کے کام آتے ہیں مثال کے طور پر Lipase, Trapezes, Kinotrapeges وغیرہ۔ اور یہ خامرے ہمارے جسم میں پائے جاتے ہیں۔ اگر اللہ تعالیٰ یہ نہ چاہتا کہ ہم گوشت کھائیں تو وہ ہمارے نظامِ انہضام میں یہ تمام خامرے کیوں پیدا فرماتا؟

اسی طرح جیسا کہ فاضل مقرر اور مہمانِ خصوصی دونوں نے اپنی گفتگو کے دوران فرمایا کہ ابتدائی دور کا انسان گوشت خور تھا۔ یہ بات آثارِ قدیمہ کے مطالعے سے بھی ثابت ہو چکی ہے۔ ہوموسیپین، اسکیموز، آسٹریلیا کے ایب اور یجنیز وغیرہ سب گوشت خور تھے۔ تو پھر اب یہ تبدیلی کیوں؟ ہمارے دانت بھی وہی ہیں اور نظامِ انہضام بھی وہی۔

زاویری صاحب نے متعدد دیگر باتیں بھی کی ہیں جن سے پتہ چلتا ہے کہ ہمیں سبزیاں کھانی چاہئیں۔ اور میں ان کی بات سے پورا پورا اتفاق کرتا ہوں۔ ہم نے یہ کب کہا ہے کہ سبزیاں مت کھائیں؟ ”گوشت خور“ کا مطلب ایک ایسا شخص ہوتا ہے جو نباتاتی اور لحمیاتی ہر دو طرح کی غذائیں استعمال کرتا ہے یا بالفاظِ دیگر گوشت خوری سے مراد ہمہ خوری ہے۔

انھوں نے کہا کہ گوشت خور جانوروں کے جگر اور گردے بڑے ہوتے ہیں جب کہ انسان کا جگر اور گردے سبزی خور جانوروں کی طرح نسبتاً چھوٹے ہوتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ

نے گوشت کو چوں کہ پکا کر کھانا ہوتا ہے لہٰذا ہمیں بڑے جگر یا بڑے گردوں کی ضرورت نہیں ہوتی اور اسی لیے اللہ تعالیٰ نے ہمیں یہ اعضا نسبتاً چھوٹے دیے ہیں جو کہ پکائی ہوئی لحمیاتی اور نباتاتی غذاؤں کو بخوبی ہضم کرنے کے لیے کافی ہیں۔

انھوں نے کہا کہ گوشت خور جانور زبان سے چاٹتے ہیں جب کہ سبزی خور جانور گھونٹ بھرتے ہیں۔ اطلاعاً عرض ہے کہ انسان دونوں کام کرتا ہے۔ جب ہم پانی پیتے ہیں تو گھونٹ بھرتے ہیں لیکن جب آئس کریم کھانی ہو تو کیا کرتے ہیں؟ ہم زبان سے بھی چاٹتے ہیں۔

یعنی انسان دونوں کام کرسکتا ہے اور غذا کی نوعیت کے لحاظ سے فیصلہ کرتا ہے۔ اسی طرح کا معاملہ زاویری صاحب کے دیگر دلائل کا ہے۔ دانتوں کا ایک دوسرے کے قریب ہونا، اس وجہ سے ہے کہ ہمیں دونوں طرح کی غذائیں کھانی ہیں۔ اگر اللہ تعالیٰ چاہتا کہ ہم صرف گوشت کھائیں اور نباتاتی غذائیں بالکل نہ کھائیں تو پھر شاید ہمارے دانت بھی دور دور ہوتے۔ لیکن اس نے ہمیں دونوں طرح کی غذائیں کھانے کی اجازت دی ہے۔ قرآنِ مجید کی متعدد آیات میں مختلف طرح کی غذائی اشیا کا ذکر آیا ہے۔ مثال کے طور پر انار اور کھجور اور سبزیوں وغیرہ کا ذکر قرآن میں آیا ہے۔ ہمیں یہ ساری چیزیں کھانی چاہییں۔

بعض سبزی خور حضرات کا کہنا ہے کہ پودے کاٹنے کے بعد دوبارہ بڑھنے لگتے ہیں لہٰذا انھیں کاٹنے میں کوئی حرج نہیں۔ یہ بات جزوی طور پر درست ہے۔ بعض پودے ایسے ہوتے ہیں جو کاٹنے کے بعد پھر بڑے ہو جاتے ہیں۔ لیکن یہ ایک بے سروپا دلیل ہے۔ چھپکلی کی دم بھی کاٹنے کی صورت میں دوبارہ آجاتی ہے تو کیا محض اس وجہ سے آپ چھپکلی کی دم کھانا پسند کریں گے؟ اور ایسے لوگ موجود ہیں جو چھپکلی کھاتے ہیں مثال کے طور پر آسٹریلیا کے قدیم باشندے Aborigínies۔ لیکن کیا آپ یہ پسند کریں گے؟ میں جانتا ہوں کہ آپ کا جواب ہوگا ''نہیں''۔

کیا آپ جانتے ہیں اس وقت میں کیا کر رہا ہوں۔ میرا رویہ اس وقت بالکل ایک

وکیل کی طرح کا ہے۔ مجھے افسوس ہے کہ مجھے اس قسم کی باتوں کا جواب، دینا پڑ رہا ہے لیکن کیا کیا جائے، مجبوری ہے، کیوں کہ بہرحال یہ ایک مباحثہ ہے۔ اور چوں کہ میں یہاں اس لیے آیا ہوں کہ ہم دوستانہ ماحول میں ایک دوسرے کا موقف درست طور پر سمجھ سکیں، لہٰذا مجھے منطقی اور سائنسی طریقہ کار کے ساتھ وکیلانہ یا مناظرانہ انداز گفتگو بھی اپنانا پڑے گا۔ کیونکہ فریق مخالف کی طرف سے اسی نوعیت کے دلائل سامنے آئے ہیں۔ کوئی بھی شخص جس کے پاس کافی جنرل نالج ہو، زاویری صاحب کے دلائل کا جواب دے سکتا ہے لیکن مسئلہ یہ ہے کہ بیش تر لوگوں کے پاس جنرل نالج بھی نہیں ہوتا۔ لہٰذا ممکن ہے کہ یہ دلائل بہت سے لوگوں کو متاثر کرنے میں کامیاب ہو جائیں۔

یہ دلائل ان کتابوں میں سے دیے جا رہے ہیں جو انڈین ویجی ٹیرین کانگرس اور جین آرگنائزیشن تقسیم کر رہی ہے۔ ''انڈے کے بارے میں سو حقائق''، ''گوشت خوری! سو حقائق''، ''گوشت خوری یا سبزی خوری؟'' ان کتابوں میں دی گئی ایک ایک دلیل کا جواب میں دے سکتا ہوں۔ یہ کتابیں مسٹر زاویری نے مجھے بھی دی ہیں۔ یقیناً کچھ بیماریاں ایسی ہیں جو لحمیاتی غذا کے نتیجے میں لاحق ہو سکتی ہیں لیکن ان سے بچاؤ ممکن ہے۔

اب ہم آتے ہیں ''کردار یا طرزِ عمل پر مرتب ہونے والے اثرات'' کی جانب۔ زاویری صاحب نے متعدد باتیں کیں۔ مثال کے طور پر یہ کہ ہم جو کچھ کھاتے ہیں اس کا اثر ہمارے کردار اور رویوں پر ہوتا ہے۔ میں کسی حد تک ان سے اتفاق کرتا ہوں۔ جو کچھ ہم کھاتے ہیں اس کا اثر ہمارے رویے پر ہو سکتا ہے اور یہی وجہ ہے کہ ہم مسلمان صرف اور صرف سبزی خور جانوروں مثلاً بھیڑ بکری وغیرہ کا گوشت کھاتے ہیں۔ آپ جانتے ہیں یہ سب امن پسند قسم کے جانور ہیں اور ہم بھی امن پسند ہی رہنا چاہتے ہیں۔

ہم گوشت خور جانوروں مثلاً شیر، چیتے، کتے وغیرہ کا گوشت بالکل نہیں کھاتے۔ اللہ تعالیٰ کے نبی ﷺ نے ان جانوروں کو واضح طور پر حرام بتایا ہے۔ ہم امن پسند لوگ ہیں لہٰذا انھی جانوروں کا گوشت کھاتے ہیں جو امن پسند ہیں۔

اگر آپ کی دلیل اُلٹا دی جائے تو کیا ثابت ہوتا ہے؟ یہی کہ آپ صرف سبزیاں کھاتے ہیں لہٰذا آپ سبزیوں جیسے ہوجاتے ہیں۔ آپ کے حواس کمزور ہوجاتے ہیں اور آپ ایک کمتر درجے کی مخلوق بن جاتے ہیں۔ میں جانتا ہوں کہ یہ بات سائنسی طور پر غلط ہے۔ لیکن میں یہاں ایک وکیل کی طرح جواب دے رہا ہوں۔ ایک ڈاکٹر ہونے کی حیثیت سے مجھے یہ بات کرتے ہوئے شرم آ رہی ہے۔ یہ بات درست نہیں ہے کہ سبزیاں کھانے سے آپ سبزیوں جیسے ہوجاتے ہیں۔ لیکن چونکہ انھوں نے یہی دلیل دی ہے لہٰذا اس کا ردّ کرنے کے لیے مجھے اس قسم کی دلیل آپ کے سامنے پیش کرنی پڑی کہ اگر آپ سبزی کھائیں گے تو پودوں کی مانند ہوجائیں گے، کمزور اور مجبور، حرکت آپ کے لیے مشکل ہوجائے گی۔

مجھے افسوس ہے اور اگر میری بات سے کسی سبزی خور کے جذبات کو ٹھیس پہنچی ہے تو میں معذرت چاہتا ہوں لیکن مجھے زاویری صاحب کی باتوں کا جواب تو دینا ہے۔

مزید برآں انھوں نے کچھ امن پسند لوگوں کی فہرست پیش کی ہے جو کہ سبزی خور تھے، مثال کے طور پر مہاتما گاندھی۔ میں مہاتما گاندھی کی عزت کرتا ہوں کیوں کہ انھوں نے ہندوستان اور انسانیت کے لیے کچھ اچھے کام کیے ہیں۔ لیکن مہاتما گاندھی کے امن پسند ہونے سے کیا یہ ثابت ہوتا ہے کہ سبزی خوری آپ کو امن پسند بنا دیتی ہے؟

اگر آپ ان لوگوں کی فہرست کا جائزہ لیں جنھیں دورِ حاضر میں امن کا نوبل انعام دیا گیا تو آپ کو پتہ چلے گا کہ ان میں سے بیش تر بلکہ تقریباً سب ہی گوشت خور تھے۔ مثال کے طور پر یاسر عرفات، انور سادات، مدر ٹریسا وغیرہ یہ سب لوگ سبزی خور نہیں تھے۔ مدر ٹریسا بھی گوشت خور تھی۔ دوسری طرف میں آپ سے ایک سادہ سا سوال پوچھنا چاہتا ہوں کہ تاریخ عالم میں کون سا شخص سب سے زیادہ قتل و غارت کا ذمہ دار سمجھا جاتا ہے؟ جواب ہوگا ہٹلر، ایڈولف ہٹلر جسے ساٹھ لاکھ یہودیوں کے قتل کا ذمہ دار سمجھا جاتا ہے، وہ کیا

اب اس حوالے سے انٹرنیٹ پر بحثیں ہوتی ہیں۔ ایک فریق کہتا ہے کہ ہٹلر خالص سبزی خور نہیں تھا۔ وہ لحمیاتی غذا بھی استعمال کر لیتا تھا۔ دوسرا فریق کہتا ہے کہ نہیں وہ سبزی خور ہی تھا، لحمیاتی غذا اسی صورتِ حال میں استعمال کرتا تھا جب اسے گیس ہو جاتی تھی۔ بہرحال اس بات سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ وہ سبزی خور تھا یا گوشت خور۔ سائنسی طور پر تجزیہ کیا جائے تو اس کی غذا ہرگز ساٹھ لاکھ یہودیوں کے قتل کا سبب ثابت نہیں ہوگی۔

بحیثیت ایک ڈاکٹر کے، مجھے یہ جاننے میں بھی کوئی دلچسپی نہیں ہے کہ ہٹلر سبزی خور تھا یا گوشت خور۔ کیوں کہ میں جانتا ہوں کہ یہ دلیل کوئی اہمیت نہیں رکھتی۔ اسے ان ظالمانہ اقدامات پر دیگر عوامل نے مجبور کیا تھا، غذا نے نہیں۔

اس حوالے سے متعدد تحقیقات بھی ہوئی ہیں۔ امریکہ میں ''خالص سبزی خور'' اور ''گوشت خور'' طالب علموں کے دو گروہوں پر ہونے والی تحقیق سے یہ بھی ظاہر ہو چکا ہے کہ گوشت خور طلبا زیادہ پر امن اور خوش اخلاق تھے۔ لیکن اس قسم کی تحقیقات محض مطالعات ہی ہوتے ہیں۔ ضروری نہیں کہ ان کے نتائج ''سائنسی حقائق'' ہوں۔ لہٰذا میں ایسی کسی تحقیق کو دلیل کے طور پر استعمال نہیں کروں گا۔

میں ایک ڈاکٹر ہوں اور ڈاکٹر ہی رہنا چاہتا ہوں لیکن چوں کہ ہم ایک مناظرہ کر رہے ہیں لہٰذا وکیل بننا بھی ضروری ہے۔ مطالعات تو ہوتے رہتے ہیں لیکن مطالعات کو ''سائنسی حقائق'' قرار نہیں دیا جا سکتا۔ اور زاویری صاحب نے جو گفتگو کی وہ زیادہ تر مطالعات ہی کے بارے میں تھی، سائنسی حقائق کے بارے میں نہیں۔ کوئی ایک بھی ایسی مستند طبی کتاب موجود نہیں جو گوشت خوری سے عمومی طور پر منع کرتی ہو۔ کوئی ایک بھی نہیں۔ یہ تمام مطالعات ہیں، جس کی ایک مثال میں نے بھی دی، ایک امریکی تحقیق کے بارے میں۔

پھر وہ یہ کہتے ہیں کہ نباتاتی غذا آپ کو ذہین بناتی ہے۔ اور انھوں نے عظیم ناموں کی ایک فہرست بھی پیش کی۔ البرٹ آئن سٹائن اور اسحاق نیوٹن وغیرہ۔ لیکن اگر آپ نوبل انعام حاصل کرنے والوں کی مکمل فہرست سامنے رکھیں تو کیا نتیجہ نکلے گا؟ یہی کہ ان کی

غالب اکثریت گوشت خور تھی۔

جانوروں پر تحقیق کرنے والے محققین تو اب یہ بھی کہتے ہیں کہ گوشت خور جانور ہمیشہ زیادہ ذہین ہوتے ہیں کیوں کہ انھوں نے شکار کر کے کھانا ہوتا ہے اور اس کے لیے ضروری ہے کہ شکار کرنے والا جانور، شکار ہونے والے سے زیادہ ذہین ہو۔

بہرحال میں اس قسم کی باتوں کو دلیل کے طور پر استعمال نہیں کروں گا۔ میں یہ نہیں کہوں گا کہ گوشت خوری آپ کو ذہین بنا دیتی ہے۔ کیوں کہ یہ چیزیں انسان پر اس طرح اثر انداز نہیں ہوتی ہیں۔ غذا انسانی صحت پر اثر انداز ہوتی ہے لیکن اس طرح نہیں جس طرح زاویری صاحب نے اپنے دلائل میں کہا۔ ان دلائل میں کوئی وزن نہیں ہے۔ کچھ لوگوں کا کہنا ہے کہ اس بات میں بھی کوئی حقیقت نہیں کہ ''لحمیاتی غذا آپ کو صحت مند بناتی ہے۔'' لیکن یہ تو ایک سائنسی حقیقت ہے جو علم طب کی ہر کتاب میں موجود ہے کہ ''لحمیاتی غذا صحت کے لیے مفید ہے۔'' جہاں تک بیماریوں کا تعلق ہے، ان سے بچاؤ ممکن ہے۔ پروٹین کے بارے میں گفتگو میں بعد میں کروں گا۔

انھوں نے ایک مثال یادوناتھ سنگھ نائیک کی دی ہے۔ کیا آپ سب میں سے کسی نے کبھی یہ نام سنا ہے؟ آرمی کے یادوناتھ سنگھ کا نام؟ گوپی ناتھ اگروال کی کتاب ''گوشت خوری یا سبزی خوری! خود انتخاب کریں'' میں اس کی مثال دی گئی ہے۔ اور بتایا گیا ہے کہ آرمی کا ایک پہلوان یادوناتھ سنگھ جو کہ سبزی خور تھا، اس نے دو گوشت خور پہلوانوں کو کشتی میں شکست دی لہٰذا ثابت ہوا کہ سبزی خوری آپ کو صحت مند بناتی ہے۔ یہ ایک ایسی دلیل ہے کہ مجھے اس کا جواب دیتے ہوئے بھی شرم آرہی ہے۔ چند سبزی خور پہلوان بھی موجود ہیں لیکن اگر آپ پوری دنیا کا جائزہ لیں تو آپ کو معلوم ہوگا کہ ریسلنگ کے بیش تر بلکہ تقریباً تمام عالمی اعزازات گوشت خور پہلوانوں کے پاس ہیں۔

باڈی بلڈنگ یا تن سازی کے حوالے سے دنیا کا معروف ترین نام کون سا ہے؟ آرنلڈ شوارزنیگر، جس کے پاس ۱۳ عالمی اعزازات موجود ہیں۔ وہ سات مرتبہ مسٹر اولمپیا

بنا۔ پانچ مرتبہ مسٹر یونیورس اور ایک بار مسٹر ورلڈ۔ اور وہ کیا تھا؟ ایک گوشت خور۔ اسی طرح باکسر محمد علی کلے بھی گوشت خور تھا۔ مائک ٹائی سن بھی گوشت خور تھا۔ انھوں نے گوشت خوری کرتے ہوئے یہ اعزازات حاصل کیے تھے۔ اور ایک واضح بات ہے کہ لحمیاتی غذا آپ کی صحت کے لیے بہتر ہے۔ اسی لیے آپ نے دیکھا ہوگا کہ بیماری کے فوراً بعد عموماً لحمیاتی غذا کو ترجیح دی جاتی ہے۔ اگر چہ یہ لازمی نہیں ہے لیکن بہرحال انڈے وغیرہ کو ترجیح ضرور دی جاتی ہے۔ میں بعد میں دوبارہ اس طرف آؤں گا۔

پھر وہ ایک اور پہلوان کی مثال دیتے ہیں، پروفیسر رام مورتی۔ جس کا میں نے کبھی نام بھی نہیں سنا۔ وہ کہتے ہیں کہ دنیا کا مشہور پہلوان۔ اس مشہور پہلوان کو کون جانتا ہے؟ کیا آپ میں سے کوئی جانتا ہے؟ پتہ نہیں انھیں یہ خبر کہاں سے ملی ہے کہ رام مورتی مشہورِ عالم پہلوان ہے۔ پھر انھوں نے لندن کے پرم جیت سنگھ کی مثال دی ہے جو سبزی خور ہے اور روزانہ دو ہزار مرتبہ رسہ پھلانگتا ہے۔ لہٰذا نتیجہ یہ نکلا کہ سبزیاں کھانے سے آپ ایتھلیٹ بن جاتے ہیں۔ اگر یہ علمی دلائل ہیں تو پھر میں شرمندہ ہی ہوسکتا ہوں۔

ایتھلیٹکس کی دنیا میں جتنے بھی ریکارڈ بنے ہیں وہ گینز بک آف ورلڈ ریکارڈز میں موجود ہیں۔ آپ دیکھ سکتے ہیں، اور پڑھ سکتے ہیں۔ میں یہ اپنے ساتھ لایا ہوں اور میں نے اس کا سرسری جائزہ بھی لیا ہے۔ اس میں سب کچھ موجود ہے باڈی بلڈنگ، ایتھلیٹکس وغیرہ تمام شعبوں کے لوگوں کا ریکارڈ اس کتاب میں موجود ہے۔ اور اگر شک کی گنجائش نکال کر بھی دیکھا جائے تو تقریباً نوے فی صد ریکارڈ ہولڈر گوشت خور ہی نکلیں گے۔ لیکن میں فاتر العقل ہوں گا اگر میں یہ کہوں کہ ان لوگوں نے یہ ریکارڈ محض اس لیے بنائے ہیں کہ یہ گوشت خور تھے۔ کچھ ریکارڈ ایسے بھی ہوں گے جن میں غذا کا کردار زیادہ ہوگا لیکن سب میں نہیں۔

انھوں ایک دلیل یہ دی کہ گوشت خور جانوروں کی قوت بصارت اور قوت شامہ تیز ہوتی ہے اور انسان کی یہ حسیات کمزور ہیں لہٰذا انسان سبزی خور ہے۔ لیکن ایسے سبزی خور بھی

ہو سکتے ہیں جن کی یہ حسیات بہت تیز ہوں مثال کے طور پر شہد کی مکھی جس کی قوتِ شامہ غیر معمولی ہوتی ہے۔ اس کی حس بصارت بھی بہت اچھی ہوتی ہے۔ لیکن اصل یہ ہے کہ یہ دلائل سائنسی دلائل نہیں ہیں، ان دلائل کے ذریعے غیر منطقی طور پر لوگوں کو متاثر کیا جاسکتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ میں آج ان کا جواب دینے کے لیے یہاں آیا ہوں۔ |

ایک دلیل انھوں نے یہ بھی دی کہ گوشت خور جانوروں کی آواز کرخت اور بری ہوتی ہے جب کہ سبزی خور جانوروں کی آواز نرم اور اچھی ہوتی ہے۔ میں یہاں ایک سیدھا سا سوال پوچھنا چاہتا ہوں کہ جانوروں میں سب سے زیادہ ناگوار اور کرخت آواز کس جانور کی ہوتی ہے؟ گدھے کی۔ اور گدھا گوشت خور ہوتا ہے یا سبزی خور؟ ظاہر ہے کہ سبزی خور۔ بہر حال میں ثابت کرنے کی کوشش قطعاً نہیں کروں گا کہ گوشت خوری سے آواز خوبصورت ہو جاتی ہے۔ اگر آپ اچھے گلوکاروں کی ایک فہرست بنائیں تو اس میں دونوں طرح کے لوگ موجود ہوں گے، سبزی خور بھی اور گوشت خور بھی۔ اب ان میں سے سبزی خور گلوکاروں کے نام پیش کر کے یہ کہہ دینا کہ ''سبزی خوری کے نتیجے میں آپ کی آواز خوبصورت ہو جاتی ہے'' ایک غیر منطقی بات ہوگی۔ یقین کیجیے مجھے اس قسم کی باتوں کا جواب دیتے ہوئے بھی شرمندگی ہو رہی ہے۔

اب ہم ''معاشی وجوہات'' کی جانب آتے ہیں۔ زاویری صاحب کا کہنا یہ ہے کہ ہمیں نباتاتی غذائیں ہی کھانی چاہییں کیونکہ یہ سستی پڑتی ہیں۔ انھوں نے اس حوالے سے بہت سے اعداد و شمار بھی پیش کیے۔ اتنی کیلوریز ہوتی ہیں، اتنا یہ ہوتا ہے، اتنا وہ ہوتا ہے، اتنی پروٹین ہوتی ہے۔ اب خدا ہی جانتا ہے کہ یہ اعداد و شمار انھوں نے کہاں سے حاصل کیے ہیں۔ انھوں نے پروٹین کا ذکر کیا جو کہ ان کی شایع کردہ کتاب میں بھی موجود ہے۔ اس میں کہا گیا ہے کہ ایک کلو لحمیاتی پروٹین حاصل کرنے کے لیے آپ کو اتنے پودے کاشت کرنے پڑتے ہیں اور اتنے پودوں میں سات کلو پروٹین ہوتی ہے، لہٰذا ایک کلو لحمیاتی پروٹین حاصل کرنے کے لیے ۷ کلو نباتاتی پروٹین کی قربانی دینی پڑتی ہے لہٰذا نباتاتی پروٹین

لحمیاتی پروٹین سے سستی پڑتی ہے۔

میری سمجھ میں یہ نہیں آتا کہ یہ پروٹین کے کلوگرام سے ان کی کیا مراد ہے؟ کیا یہ پروٹین کا ایک کلو کہنا چاہتے ہیں یا خوراک کا؟ میں ایک ڈاکٹر ہونے کے باوجود یہ بات سمجھنے سے قاصر ہوں۔ لیکن اگر اس کے باوجود میں ان کی بات تسلیم کرلوں تو یہ ایسا ہی ہے جیسے دو اور دو پانچ تسلیم کرلوں۔ چلو پھر بھی گفتگو کو آگے چلانے کے لیے میں یہ مان لیتا ہوں کہ دو ہزار روپے اور دو ہزار روپے، پانچ ہزار روپے ہوتے ہیں تو پھر بھی سبزی خور حضرات کو ہمارا یعنی گوشت خوروں کا شکر گزار ہونا چاہیے۔ آپ پوچھیں گے وہ کس طرح؟ تو وہ اس طرح کہ اگر ہم لوگ جانوروں کو اپنی خوراک کے لیے ذبح نہ کرتے تو یہ جانور پانچ سات سال مزید زندہ رہتے اور اس دوران ہر جانور روزانہ چھ سات سبزی خوروں کے حصے کی غذا کھا جاتا۔ لہٰذا آپ کو ہمارا ممنون ہونا چاہیے کہ ہماری وجہ سے آپ کی غذا کی بچت ہو رہی ہے۔

مزید برآں انھوں نے یہ بھی کہا ہے کہ انسانی خوراک کی ضروریات پوری کرنے کے لیے درکار زمین کے مقابلے میں جانوروں کے چرنے کے لیے ۱۴ گنا زیادہ زمین درکار ہوتی ہے۔ مجھے نہیں معلوم کہ یہ اطلاع بھی انھیں کہاں سے فراہم ہوئی ہے۔ اسی طرح کی کچھ اور مثالیں بھی دی گئی ہیں کہ ایک ٹن گوشت کی پیداوار کے لیے جتنی زمین درکار ہوتی ہے اس پر ۲۰ ٹن سبزیاں کاشت کی جاسکتی ہیں اور اس سے اتنے خاندانوں کی غذائی ضروریات پوری ہوسکتی ہیں وغیرہ۔ یوں تو میں نے جو دلائل پہلے دیے ہیں وہ یہاں بھی کافی ہیں لیکن میں یہ بھی عرض کرنا چاہوں گا کہ ہمارے یہ نظریاتی سبزی خور ایک بات کو بالکل نظر انداز کر دیتے ہیں اور وہ یہ کہ جانور بالعموم ایسی زمینوں میں چرتے ہیں جو دیگر فصلوں کے لیے کارآمد ہی نہیں ہوتی۔ جو پودے جانور بطورِ خوراک استعمال کرتے ہیں وہ انسانی خوراک کے طور پر استعمال ہی نہیں ہوسکتے۔ جانور البتہ انسانی غذا کے طور پر استعمال ہونے والی فصلوں کو ضرور کھا سکتے ہیں لیکن جیسے ہی وہ اس مقصد کے لیے کسی کھیت میں داخل ہوتے ہیں، کسان انھیں

فوراً باہر نکال دیتا ہے۔ کیوں کہ وہ اپنا نقصان نہیں کرنا چاہتا۔ ہاں جب ضرورت سے زیادہ پیداوار ہو جائے تو بعض حکومتیں ان فصلوں کو بھی چارے کے طور پر استعمال کرنے کی ہدایت کرتی ہیں۔ اسی طرح بہت سے خانہ بدوش لوگوں کا ذریعہ معاش ہی یہ ہوتا ہے کہ وہ غیر مزروعہ زمینوں میں جانوروں کو چراتے ہیں۔ اور وہ پودے جو انسانی خوراک کے کام نہیں آ سکتے، ان مویشیوں کی خوراک کے طور پر استعمال ہوتے ہیں۔ اس طرح اِن لوگوں کی گزر بسر کا سامان فراہم ہوتا ہے۔ اقوامِ متحدہ کی ایک رپورٹ کے مطابق اس وقت قابل کاشت زمین کا تقریباً ۲۳ فی صد حصہ چراگاہوں کے طور پر استعمال ہوتا ہے، تقریباً اتنے ہی حصے پر فصلیں کاشت ہوتی ہیں، دس فی صد زمین پر جنگلات ہیں جب کہ باقی ماندہ زمین غیر آباد پڑی ہوئی ہے۔ اس غیر آباد زمین کو کیوں آباد نہ کیا جائے؟ آخر جانوروں کے حصے کی زمین پر قبضہ کرنے کی کیا ضرورت ہے؟ آپ ان معصوموں کی خوراک کیوں ختم کرنا چاہتے ہیں؟ انھیں رہنے دیں، انھیں کھانے پینے دیں۔

اور اگر بالفرض، گوشت خور لوگ جانوروں کو ذبح کرنا چھوڑ دیں تو کیا ہوگا، مویشیوں کی تعداد حد سے زیادہ بڑھ جائے گی۔ میں جانتا ہوں کہ بہت سے جانوروں کو لوگ گوشت حاصل کرنے کے لیے ہی پالتے ہیں اور مختلف طریقوں سے ان کی افزائش میں اضافہ کرنے کی کوشش کرتے ہیں لیکن اس کے باوجود فرض کریں کہ آج سے دنیا بھر کے گوشت خور یہ فیصلہ کر لیتے ہیں کہ کسی جانور کو ذبح نہیں کیا جائے گا اور مزید جانور بھی نہیں پالے جائیں گے پھر بھی جانوروں کی آبادی بہت زیادہ تیزی سے بڑھے گی۔

کیا آپ جانتے ہیں کہ کیوں؟ دیکھیے، آپ کو علم ہے کہ دنیا میں انسانی آبادی میں مسلسل اضافہ ہو رہا ہے۔ یہ اضافہ فیملی پلاننگ کی تمام تر کوششوں کے باوجود ہو رہا ہے۔ برتھ کنٹرول کے طریقوں اور ''ہم دو، ہمارے دو'' جیسے نعروں سے بھی اس اضافے میں کوئی کمی واقع نہیں ہو رہی۔ ہماری آبادی پھر بھی بڑھ رہی ہے۔ لیکن جانوروں میں تو فیملی پلاننگ بھی نہیں ہوتی۔ اسی طرح جانوروں میں حمل کا دورانیہ بھی انسانوں کے مقابلے میں کم ہوتا ہے۔ ۵ ماہ یا ۶ ماہ یا ۸

ماہ۔ اور مویشیوں کی شرح افزائش بھی انسانوں کے مقابلے میں قدرتی طور پر زیادہ ہوتی ہے۔ لہٰذا اگر ہم جانوروں کو ذبح کرنا چھوڑ دیں تو چاہے ہم انھیں نہ بھی پالیں، چند دہائیوں میں ہی ہمارے لیے آبادی کے شدید مسائل پیدا ہو جائیں گے۔ انسانی آبادی کے نہیں بلکہ مویشیوں کی کثرتِ آبادی کے مسائل۔ ان مسائل کو ہم کس طرح حل کریں گے؟

متعدد غذائی پہلو بھی ہیں۔ پروٹین کی بات تو انھوں نے خود بھی کی۔ اور اگر مجھے موقع ملا تو میں اس کی تردید بھی کروں گا لیکن میں یہاں ڈاکٹر George R.Kar کا ایک بیان پیش کرنا چاہوں گا جو میرے خیال میں صحت کے حوالے سے زاوری صاحب کے جملہ نکات کا جواب دینے کے لیے کافی ہے۔ ڈاکٹر جارج امریکہ کی یونیورسٹی آف ٹیکساس میں Nutrition یعنی غذائیت کے پروفیسر ہیں۔ میں ان کا عہدہ اس لیے بتا رہا ہوں کہ آپ کو احساس ہو جائے کہ یہی لوگ غذا اور غذائیت کے حوالے سے ہونے والے فراڈ پکڑنے میں اختصاص رکھتے ہیں۔ ڈاکٹر صاحب کا کہنا ہے کہ؛

> ''علاج بالغذا پر لکھنے والے تقریباً تمام مصنّفین ایسے مفروضے پیش کرتے ہیں جو غیر مصدقہ، نیم مصدقہ، غیر ثابت شدہ، فرضی اور دور از کار قسم کے ہوتے ہیں۔''

میں ڈاکٹر جارج کا یہ بیان دوبارہ آپ کے سامنے پیش کرنا چاہوں گا:

> ''علاج بالغذا کے حوالے سے لکھنے والے تقریباً تمام مصنّفین ایسے مفروضے پیش کرتے ہیں جو غیر مصدقہ، نیم مصدقہ، غیر ثابت شدہ، فرضی اور دُور از کار قسم کے ہوتے ہیں۔''

میرے پاس وقت تھوڑا رہ گیا ہے۔ میں امریکہ کی کونسل برائے سائنس اور صحت کا ایک بیان بھی آپ کے سامنے پیش کرنا چاہوں گا۔ یہ محض ایک بیان ہے۔ دیکھیے یہ لوگ اپنے شعبوں کے ماہرین ہیں۔ اور اس قسم کے بیانات محض بیانات ہوتے ہیں۔ جس طرح بیماریوں کے حوالے سے بات کی گئی تو بات یہ ہے کہ ان میں بیشتر تو محض مفروضے ہیں، کچھ سائنسی حقائق بھی ہیں لیکن جیسا کہ میں نے پہلے کہا، ان بیماریوں سے محفوظ رہا جا سکتا ہے۔

باقی باتیں مثلاً اِتنا رقبہ اور اُتنا رقبہ وغیرہ تو محض چند لوگوں کے ذاتی مطالعات کے نتائج ہیں اور اس قسم کے مطالعات خواہ پی ایچ ڈی کی سطح پر کیے جائیں ان نتائج پر غور تو ضرور کیا جاتا ہے لیکن انھیں حقائق کا درجہ حاصل نہیں ہو جاتا۔ ہاں تو بات ہو رہی تھی امریکی کونسل برائے سائنس وصحت کے بیان کے بارے میں، تو کونسل کا کہنا یہ ہے کہ؛

''اچھی صحت کے لیے، لحمیاتی غذا سے پرہیز کرنا ضروری نہیں ہے۔''

اور آپ جانتے ہیں کہ ہمارا موضوع یہ نہیں ہے کہ صحت کے لیے نباتاتی غذا بہتر ہے یا لحمیاتی بلکہ موضوع یہ ہے کہ؛ ''کیا گوشت خوری جائز ہے یا نہیں؟'' اب میں اپنے نکات کا خلاصہ بیان کرتا ہوں تا کہ زاویری صاحب کو جواب دینے میں آسانی ہو۔ میری گفتگو کے بنیادی نکات درج ذیل تھے:

۱) دنیا میں کوئی بھی اہم مذہب ایسا نہیں جو ہر قسم کی گوشت خوری سے کلی ممانعت کا حکم دیتا ہو۔

۲) قطبین جیسے جغرافیائی خطوں میں آباد اسکیموز جیسے لوگوں کو نباتاتی غذائیں کیوں کر فراہم کی جاسکتی تھیں۔ اور اب کس طرح فراہم کی جاسکتی ہیں، جب کہ نقل وحمل مزید مہنگی ہوتی جارہی ہے۔

۳) اگر ہر جان مقدس ہے تو پھر آپ پودوں کی جان کیوں لیتے ہیں؟ آخر وہ بھی تو جان دار ہیں۔

۴) پودے بھی تکلیف محسوس کرتے ہیں۔

۵) اگر یہ تسلیم کر لیا جائے کہ پودوں کے حواس کم ہوتے ہیں تو پھر بھی کیا کم حواس والی مخلوق کی جان لینا، منطقی طور پر درست ہے؟

۶) کیا ایک جاندار یعنی کسی مویشی کی جان لینا بہتر ہے یا پودوں کی صورت میں سو جانداروں کی جان لینا؟

۷) تھوک، خون کا PH، جگر، گردوں اور لپو پروٹین وغیرہ سے متعلق ہر دلیل کی تردید ممکن

ہے۔ ان تمام دلائل کو غلط ثابت کیا جا سکتا ہے۔

۸) انسانی جبڑے کے دانت ہمہ خور نوعیت کے ہوتے ہیں۔ یعنی ان کے ذریعے نباتاتی اور لحمیاتی دونوں طرح کی غذائیں کھائی جا سکتی ہیں۔

۹) اسی طرح انسانی نظامِ ہضم بھی اس طرح کا ہے جو کہ لحمیاتی اور نباتاتی دونوں طرح کی غذائیں ہضم کر سکتا ہے۔ اور میں نے یہ بات خامروں کے حوالے سے ثابت کی ہے۔

۱۰) ابتدائی دور کا انسان گوشت خور ہی تھا۔ لہٰذا آپ یہ نہیں کہہ سکتے کہ ''گوشت خوری انسان کے لیے ناجائز ہے''۔ کیوں کہ انسان تو وہ بھی تھے۔

۱۱) جو غذا آپ کھاتے ہیں وہ آپ کے رویوں پر اثر انداز ہوتی ہے لیکن یہ کہنا قطعی طور پر غیر سائنسی ہے کہ گوشت خوری انسان کو متشدد بنا دیتی ہے۔

۱۲) اس قسم کی باتیں کہ سبزی خوری آپ کو طاقتور بناتی ہے یا امن پسند بنا دیتی ہے یا ذہین بنا دیتی ہے یا یہ کہ آپ ایتھلیٹک ہو جاتے ہیں، محض مفروضے ہیں۔

۱۳) سبزی خور جانوروں کے مقابلے میں گوشت خور جانوروں کی حس بصارت یا قوتِ شامہ کا تیز ہونا یا گوشت خور جانوروں کی آواز کا برا ہونا سب غیر منطقی دلائل ہیں۔

۱۴) یہ دلیل ''کہ نباتاتی غذا سستی ہوتی ہے'' بھی غلط ثابت کر دی گئی ہے۔ ایسا نہیں ہے۔ بعض ممالک مثلاً ہندوستان وغیرہ کی حد تک یہ بات درست ہو سکتی ہے لیکن اگر آپ باہر جائیں تو تازہ سبزیاں انتہائی مہنگی ہیں۔

۱۵) یہ بات کہ جانوروں کی چراگاہوں کی وجہ سے فصلوں کے لیے زمین کی کمی ہو جاتی ہے، بالکل غلط ہے۔

۱۶) اگر گوشت خور حضرات گوشت کھانا چھوڑ دیں تو جانوروں کی آبادی میں ضرورت سے زیادہ اضافہ ہو جائے گا۔

۱۷) ڈاکٹر کار کے بیان کے مطابق ماہرینِ غذائیت کی لکھی ہوئی کتابیں بالعموم ناقابل اعتبار ہوتی ہیں۔ اور آپ کے فراہم کردہ بیش تر اعداد و شمار اسی قسم کی کتابوں سے

لیے گئے ہیں۔

۱۸) کسی بھی مستند طبی کتاب میں ایسی کوئی بات موجود نہیں ہے کہ گوشت خوری عمومی طور پر نقصان دہ ہے یا اس پر پابندی ہونی چاہیے۔

۱۹) امریکی کونسل برائے سائنس اور صحت کا بھی یہی کہنا ہے کہ؛

''اچھی صحت کے لیے خالص نباتاتی غذائیں استعمال کرنا ضروری نہیں۔''

۲۰) دنیا کی کسی بھی حکومت نے آج تک گوشت خوری پر پابندی عاید نہیں کی۔

میرا خیال ہے کہ گوشت خوری کو جائز ثابت کرنے کے لیے یہ سائنسی اور منطقی دلائل کافی ہیں۔ اگر زاویری صاحب کو ان سے اتفاق نہیں ہے تو میں انھیں دعوت دوں گا کہ وہ سائنسی طور پر مجھے غلط ثابت کریں، محض تقابل یا مطالعات کی روشنی میں نہیں۔ اور اگر رشمی بھائی ژاویری صاحب ان بیس نکات کا جواب نہ دے سکیں تو پھر بھی میں انھیں یہ نہیں کہوں گا کہ وہ گوشت خوری شروع کر دیں۔ کیوں کہ میں قطعاً ایک متعصب گوشت خور نہیں ہوں، اگر وہ سبزی خور ہی رہنا چاہتے ہیں تو مجھے کوئی اعتراض نہیں۔ یہ ان کا اپنا انتخاب ہوگا۔ لوگوں کا اپنا اپنا ذوق ہوتا ہے۔ ہر کسی کو انتخاب کا حق حاصل ہے لیکن میں یہ ضرور کہوں گا کہ سبزی خور حضرات جو یہ پراپیگنڈا کرتے رہتے ہیں کہ فلاں چیز بہتر ہے وغیرہ، وہ یہ چھوڑ دیں اور اس قسم کی گمراہ کن کتابیں تقسیم کرنا بھی بند کر دیں۔ میں اپنی گفتگو کا اختتام قرآنِ مجید کی اس آیت کے ساتھ کرنا چاہوں گا۔

اُدْعُ اِلٰی سَبِیْلِ رَبِّکَ بِالْحِکْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِیْ هِیَ اَحْسَنُ اِنَّ رَبَّکَ هُوَ اَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِیْلِهٖ وَهُوَ اَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِیْنَ ۝ [النحل: ۱۲۵]

''اپنے رب کے راستے کی طرف دعوت دو، حکمت اور عمدہ نصیحت کے ساتھ اور لوگوں سے مباحثہ کرو ایسے طریقے پر جو بہترین ہو۔ تمھارا رب ہی زیادہ بہتر جانتا ہے کہ کون اس کی راہ سے بھٹکا ہوا ہے اور کون راہِ راست پر ہے۔''

جوابی خطاب

رشمی بھائی زاویری

سب سے پہلی بات تو یہ ہے کہ یہاں سوال یہ نہیں ہے کہ کیا منطقی ہے اور کیا غیر منطقی اور نہ ہی سوال انتخاب کا ہے۔ یہ تمام چیزیں اضافی ہیں، جیسا کہ میں نے اپنی گفتگو کے دوران میں بھی وضاحت کی تھی اور آپ کو اس موضوع کو اسی تناظر میں سمجھنا چاہیے۔

اب ڈاکٹر ذاکر نائیک کی ایک بات جس کی میں، معذرت کے ساتھ قطعی تردید کرنا چاہوں گا وہ یہ ہے کہ؛ ''دنیا کا کوئی مذہب گوشت خوری سے منع نہیں کرتا''۔ میں ایک ماہر ہوں۔ میں بات کر سکتا ہوں کیوں کہ میں اس موضوع کا طالب علم ہوں، میں نے ''جین مت'' میں ایم اے کیا ہے۔ میں اپنے مذہبی نقطہ نظر سے آپ کو بتا سکتا ہوں کہ نہ صرف مہاویر نے بلکہ ہمارے تمام چوبیس ترتھنکروں نے سختی کے ساتھ گوشت خوری سے منع کیا ہے۔ میں پہلے بھی آپ کے سامنے یہ بات بیان کر چکا ہوں۔

دیکھیے ڈاکٹر ڈین آرنش کے بیش تر بیانات اس حقیقت پر مبنی ہیں کہ گوشت میں ضرورت سے زاید پروٹین، کولسٹرول اور Saturated Fat ہوتے ہیں لہٰذا ایک صحت منداور پرسکون طرزِ زندگی کے لیے آپ کو نباتاتی غذائیں استعمال کرنی چاہییں۔

ایک بات انھوں نے یہ کی کہ پودے بھی جاندار ہیں۔ بالکل، یہ بات نہ صرف ڈاکٹر جگدیش چندر بوس ثابت کر چکے ہیں بلکہ ہمارے بھگوان مہاویر نے آج سے ڈھائی ہزار برس قبل یہ کہا تھا کہ نہ صرف پودے بلکہ ہوا، پانی، آگ اور ارضی عناصر سب جان رکھتے ہیں۔ انھوں نے یہ نہیں کہا کہ اپنی زندگی برقرار رکھنے کے لیے آپ اِن جانداروں کی جان

لے سکتے ہیں۔ لیکن یہ ہے کہ وہ ایک عملی ترتھنکر تھے لہٰذا انھوں نے کہا وہ لوگ جو ترک دنیا کر کے جین متی نہیں بن سکتے ...... آپ جانتے ہیں جین متی کون ہوتے ہیں۔ وہ پودوں کی جان بھی نہیں لیتے۔ وہ حیوانات، نباتات غرض کسی بھی چیز کی جان نہیں لیتے۔ وہ اپنی غذا مانگ کر گزارا کرتے ہیں۔ جو کچھ بھی ہمارے گھروں میں پکا ہوتا ہے۔ اب ہم اس تفصیل میں نہیں جائیں گے کہ کسی نے تو جاندار کو مارا ہوتا ہے یا یہ آپ خود ایک جاندار کی جان لینے کے بعد اُسے دے دیتے ہیں۔ یہ ایک الگ کہانی ہے۔ لیکن مہاویر کی تعلیمات بالکل واضح ہیں اور وہ یہ کہ آپ نے کسی جاندار مخلوق کو نقصان نہیں پہنچانا، چاہے وہ حیوان ہو یا نباتات۔ اب جو لوگ ترکِ دنیا نہیں کر سکتے تھے ان کے لیے مہاویر نے کہا کہ وہ کم از کم جہاں تک ممکن ہے قتل سے بچیں۔ اس نے کہا کہ اگر آپ پودے کو بھی غذا کے طور پر استعمال کرتے ہیں تو یہ بھی تشدد ہے۔ یہ بھی ''ہنسا'' ہے لیکن اس کے بغیر چارہ نہیں، لہٰذا انھوں نے صرف غیر ضروری قتل و غارت سے منع کیا۔

دوستو! یہ فرق بہت باریک سا ہے لیکن نہایت اہم بھی ہے۔ لہٰذا اسے مدنظر رکھنا ہمارے لیے ضروری ہے۔ بات یہ ہے کہ جب متبادل موجود ہو تو پھر ہمیں قطعاً اپنی ساتھی مخلوق کو قتل کر کے اپنی غذا نہیں بنانا چاہیے۔ دوسری بات پودوں کے متعلق یہ ہوئی کہ پودوں کا کوئی حصہ کاٹ لیا جائے تو وہ دوبارہ تخلیق ہو جاتا ہے۔ ڈاکٹر ذاکر نائیک نے کہا کہ چھپکلی کی دم بھی دوبارہ آ جاتی ہے۔ دیکھیے چھپکلی کی دم والا معاملہ ایک استثنائی معاملہ ہے۔ جب کہ پودوں میں ہمیشہ ایسا ہی ہوتا ہے۔ آپ پھل توڑتے ہیں اور نئے پھل آ جاتے ہیں۔ آپ شاخ تراشی کرتے ہیں اور نئی شاخیں آ جاتی ہیں۔ لہٰذا ہمیں اپنی گفتگو یہیں تک محدود کر لینی چاہیے کیوں کہ یہ بات لامحدود حد تک جا سکتی ہے۔

اب جہاں تک طبی نقطہ نظر کا تعلق ہے تو اس حوالے سے انھوں نے بھی کچھ باتیں کی ہیں اور اس سے قبل میں نے بھی کچھ باتیں عرض کی تھیں۔ اب یہ ہمارے قابل اور محترم حاضرین کا کام ہے کہ وہ فیصلہ کریں کہ ان کی کہی گئی باتیں درست ہیں یا جو باتیں میں نے

کی تھیں وہ درست ہیں۔ جو فیصلہ سامعین کرنا چاہیں۔

اچھا یہ بات وہ بھول ہی گئے کہ میں نے کہا تھا کہ جب ہم حیوانی غذا استعمال کرتے ہیں تو ہم میں کچھ حیوانی صفات بھی پیدا ہو جاتی ہیں۔ میں یہ بات اس لیے کر رہا ہوں کہ میں نے ان کی گفتگو کا جواب دینا ہے۔ میں معافی چاہتا ہوں لیکن یہ ایک نفسیاتی پہلو ہے۔ آپ اپنے جواب میں اس بات کے حوالے سے ضرور گفتگو کریں۔ اب بیشتر ڈاکٹر بھی کچی سبزیاں کھانے کا مشورہ دیتے ہیں۔ جہاں تک پکانے کا تعلق ہے بیش تر ڈاکٹر صحت بخش غذا کے طور پر سبزیاں کچی کھانے کا مشورہ دیتے ہیں، صرف وہ غذائیں اور اجناس جنھیں خام یا کچی حالت میں نہیں کھایا جا سکتا، انھی کو پکا کر کھانے کو کہا جاتا ہے۔ لیکن جہاں تک ممکن ہو کچی سبزیاں کھانا ہی بہتر ہے۔ اور ہم انڈین ویجی ٹیرین کانفرنس کی ہر میٹنگ میں صرف کچی سبزیاں ہی کھانے کے طور پر استعمال کرتے ہیں۔ کیوں کہ یہ زیادہ صحت بخش ہوتی ہیں، جہاں تک ہماری رائے ہے۔

رہا کتابوں کا سوال، تو ڈاکٹر ذاکر نائیک کو یہ کتابیں میں نے نہیں بلکہ میرے دوست سلیچا صاحب نے دی تھیں۔ جنھوں نے مجھ سے رابطہ کیا تھا۔ بہرحال یہ بات غیر اہم ہے اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔

اب میں آپ کو ایک بات بتانا چاہتا ہوں اور وہ یہ کہ آپ محض شور شرابا کر کے حقائق کو تبدیل نہیں کر سکتے۔ ٹھیک ہے اگر آپ کو میرے دلائل مضبوط محسوس ہوں تو آپ مجھے داد دیں گے، اگر آپ کو فریق مخالف کے دلائل متاثر کریں تو آپ اسے داد دیں گے لیکن مجھے یقین کامل ہے کہ محض اس بات سے حقیقت تبدیل نہیں ہوگی کہ آپ کو ایک بات بہت اچھی لگ رہی ہے اور آپ زور و شور سے اس کی داد دے رہے ہیں۔

میں نے ایک کتاب کا حوالہ دیا تھا۔ یہ کتاب ڈاکٹر دیپک چوپڑا کی لکھی ہوئی ہے ڈاکٹر صاحب ایک فزیشن ہیں اور مطب بھی کرتے ہیں۔ انھوں نے متعدد کتابیں لکھی ہیں اور ڈاکٹر ڈین آرنش کی طرح وہ بھی ایک باقاعدہ ڈاکٹر ہیں۔ انھوں نے اپنی تحقیقات کی

روشنی میں ایک نظریہ پیش کیا ہے اور وہ یہ کہ جو غذا ہم کھاتے ہیں وہ ہمارے جذبات و احساسات پر بہت زیادہ اثر انداز ہوتی ہے۔ اسی طرح یہ ہماری ذہنی، نفسیاتی اور جسمانی نشو ونما کو بھی متاثر کرتی ہے۔

آپ جانتے ہیں کہ بیش تر نفسیاتی اور ذہنی عارضوں اور پیچیدگیوں کا سبب وہ لحمیاتی غذا ہوتی ہے جو لوگ کھاتے ہیں، اسی لیے اس سے منع کیا گیا ہے۔

یہ بات بالکل غیر منطقی ہے کہ جانوروں کو ذبح کر کے آپ سبزی خوروں کی مدد کر رہے ہیں۔ ہمیں جانوروں کی آبادی کے بارے میں فکر کرنے کی ضرورت نہیں کیوں کہ اس کا انتظام فطرت خود کر سکتی ہے۔ لیکن ہم تو خود جانوروں کی تعداد میں اضافہ کر رہے ہیں تا کہ انھیں ذبح کر سکیں، اسی لیے ایسا ہو رہا ہے اگر ہم یوں نہ کریں تو پھر کیا ہوگا؟ آپ جنگل کی طرف دیکھیں، وہاں ہر چیز ایک قدرتی نظام کے تحت چل رہی ہے۔ لہٰذا ہر چیز خود ہی توازن میں آجائے گی۔ اس کے بارے میں کسی کو فکر مند ہونے کی ضرورت نہیں۔

اب جہاں تک انسانی تاریخ کا تعلق ہے، جس کا ذکر ترویدی صاحب نے بھی کیا اور ذاکر نائیک صاحب نے بھی، تو اس کے بارے میں، میں یہ کہنا چاہوں گا کہ قدیم تاریخ کے بارے میں جین مت کا ایک اپنا تناظر ہے۔ ہمارے متون مقدسہ میں واضح طور پر بتایا گیا ہے کہ زمانہ قبل از تاریخ کے لوگ ایک بہت بڑے درخت کے نیچے رہتے تھے اور انھیں کافی مقدار میں نباتاتی خوراک دستیاب ہو جاتی تھی، انھیں اپنی خوراک کے لیے شکار نہیں کرنا پڑتا تھا۔

دوستو! یقیناً میرے پاس مزید وقت موجود ہے لیکن میں ذاتی طور پر محسوس کرتا ہوں کہ ہمیں مزید اس قسم کا مباحثہ نہیں کرنا چاہیے اور حاضرین کو موقع ملنا چاہیے کہ وہ گفتگو میں شریک ہو سکیں۔ سوالات و جوابات کے لیے زیادہ وقت ہونا چاہیے۔

شکریہ

☆......☆......☆

جوابی خطاب

ڈاکٹر ذاکر نائیک

معزز مہمانانِ گرامی، بزرگو، بھائیو اور بہنو! میں آپ سب کو دوبارہ خوش آمدید کہتا ہوں۔
السلام علیکم ورحمتہ اللہ وبرکاتہ

میں کچھ بھی نہیں بھولا، اگر آپ کو یاد ہو تو میں نے اپنے مقررہ وقت سے ایک منٹ زیادہ لیا، لہٰذا آپ یہ کیسے کہہ سکتے ہیں کہ میں بھول گیا ہوں گا۔ اگر آپ مجھے پانچ گھنٹے بھی مزید دیں، اور آپ یہاں بیٹھنے کے لیے تیار ہوں تو میں بولنے کے لیے تیار ہوں، کیوں کہ وقت آپ نے ہی محدود کیا تھا۔ مجھے اپنے پچاس منٹ کے لیے انتخاب کرنا تھا۔ میں تو دو گھنٹے مزید بولنا چاہوں گا، بلکہ پورا دن بولنا چاہوں گا کیوں کہ میں ایسا کرسکتا ہوں۔ میں مسلسل تقریر کرسکتا ہوں کیوں کہ خدا کا شکر ہے کہ میں گوشت خور ہوں۔

زاویری صاحب نے کہا کہ میں نے کہا تھا...... ''کوئی مذہب گوشت خوری سے منع نہیں کرتا'' ...... حالاں کہ میں نے ہرگز یہ نہیں کہا کہ...... ''کوئی بھی مذہب گوشت خوری سے منع نہیں کرتا''، میں نے یہ کہا تھا کہ...... ''کوئی بھی اہم مذہب گوشت خوری سے منع نہیں کرتا'' ...... یہ گفتگو ریکارڈ ہو رہی ہے میں نے کہا تھا کہ:...... ''کوئی بھی اہم مذہب ......'' اور جین مت کوئی بڑا یا اہم مذہب نہیں ہے۔ جو کتابیں آپ نے خود مجھے دی ہیں ان کے مطابق جین ہندوستان کی آبادی کا ۴ء فی صد ہیں۔ اعشاریہ چار فی صد، یعنی ایک فی صد بھی نہیں۔ تو کیا آپ جین مت کو ایک اہم مذہب کہہ سکتے ہیں۔ پوری دنیا کو تو چھوڑیے کیا آپ اسے ہندوستان کی حد تک بھی ایک اہم مذہب قرار دے سکتے ہیں؟ پوری دنیا میں تو معاملہ نہ ہونے کے برابر ہے۔

میں جین مت کے حوالے سے کی گئی باتوں کا بھی جواب دے سکتا ہوں۔ لیکن اس پروگرام

کے ناظم مجھے اجازت نہیں دیں گے۔ مجھے اسلام تک محدود رکھا گیا ہے۔ حالاں کہ آپ جانتے ہیں میں تقابلِ ادیان کا طالب علم ہوں اور جین مت کے حوالے سے بات کر سکتا ہوں۔

ڈاکٹر رشمی بھائی زاویری نے یہ بھی کہا کہ میں نے ان اس بات کا جواب نہیں دیا کہ گوشت کھانے سے حیوانی جبلت پیدا ہوجاتی ہے۔ میں نے جواب دیا تھا، میرا خیال ہے آپ نے سنا نہیں۔ میں نے یہ کہا تھا کہ ہم بھیڑ، بکری جیسے پر امن جانوروں کا گوشت کھاتے ہیں کیوں کہ ہم خود بھی پر امن رہنا چاہتے ہیں اور یہی وجہ ہے کہ جب میں نے گفتگو کا آغاز کیا تو میں نے کہا کہ السلام علیکم یعنی آپ سب پر سلامتی ہو۔

مزید برآں انھوں نے کہا کہ میں نے ڈاکٹر ڈین آرنش کا ذکر نہیں کیا۔ میں انھیں چیلنج کرتا ہوں کہ کیا کسی بھی میڈیکل کالج کے نصاب میں ڈاکٹر آرنش کی کتاب شامل ہے۔ میں نے کہا تھا ''مستند کتاب'' محض غذائیت کے حوالے سے لکھی گئی کتاب نہیں۔ ایسی کتابوں کے بارے میں تو میں ڈاکٹر ولیم ٹی جارِوِس کے حوالے سے پہلے ہی عرض کر چکا ہوں کہ سائنسدان اور طب سے وابستہ حضرت بھی سبزی خوروں کے نظریات سے مکمل طور پر محفوظ نہیں ہیں۔ میرے الفاظ بالکل واضح تھے۔ یہ علم طب کی کتاب نہیں ہے۔ غالباً اس نے غذا اور غذائیت کے حوالے سے کتاب لکھی ہوگی۔ ڈاکٹر ڈین آرنش یا جو کچھ بھی موصوف کا نام ہے۔ ہوسکتا ہے وہ بہت مشہور ہوں، لیکن میں نے ان کا نام نہیں سنا۔ میں بات کو الجھا نہیں رہا، واضح بات کر رہا ہوں، میں ان کا نام پہلی دفعہ سن رہا ہوں، لہٰذا میں زاویری صاحب سے کہوں گا کہ وہ چیک کریں کہ کیا ان کی کتاب علم طب کی نصابی کتاب کے طور پر کسی کالج میں پڑھائی جارہی ہے؟ اس بات سے اُس کتاب کے مستند ہونے کا پتہ چلے گا۔

انھوں نے کہا کہ ہمیں مویشیوں کے بارے میں پریشان نہیں ہونا چاہیے لیکن ہم کہاں پریشان ہورہے ہیں؟ پریشان تو آپ لوگ ہورہے ہیں۔ ہم کیوں پریشان ہوں گے۔ قدرت نے انھیں بنایا ہی اسی طرح ہے۔ آپ جتنے جانوروں کو ماریں گے ان کی جگہ مزید مویشی لے لیں گے۔ اللہ تعالیٰ نے انھیں بنایا ہے، اللہ تعالیٰ ہی خالق ہے۔

اگر ہم شیر، چیتوں وغیرہ کو مارنا شروع کردیں تو ان کی نسل معدوم ہوجائے گی، لہٰذا ہم ان کا گوشت نہیں کھاتے۔ مویشیوں کا گوشت ہم کھاتے ہیں۔ کیوں کہ خدا نے انھیں اسی طرح بنایا ہے۔ اگر ہم اللہ تعالیٰ کی ہدایات پر نہ چلیں تو ان کی آبادی زیادہ ہوجائے گی۔ جہاں تک پودوں کو کاٹنے کا تعلق ہے، لوگ کہتے ہیں کہ...... ''اگر آپ کسی پودے کا پھل توڑ بھی لیں تو ماں تو زندہ ہے'' ...... اسی طرح مویشیوں کا معاملہ ہے کہ ہم ان کا گوشت کھاتے ہیں کیوں کہ ان کی ماں تو زندہ ہے۔ لہٰذا اگر اس منطق کو تسلیم کر بھی لیا جائے کہ پودوں کی بقا کو خطرہ نہیں ہے تو پھر مویشیوں کی بقا کو بھی کوئی خطرہ نہیں ہے۔

مزید برآں میں کہتا ہوں کہ پرہیز علاج سے بہتر ہے۔ اور میں ڈاکٹر آرنش کی اس بات سے بھی پورا اتفاق کرتا ہوں کہ بعض بیماریوں کے لیے سبزیاں مفید ہیں۔ میں بھی یہی کہتا ہوں، میں نے کب کہا کہ ایسا نہیں ہے۔ ہمارا موضوع یہ نہیں ہے کہ کون سی غذا صحت کے لیے بہتر ہے؟ بلکہ بات تو اس حوالے سے ہو رہی ہے کہ گوشت کھانا جائز ہے یا ناجائز؟

اور میں ایک ڈاکٹر ہونے کی حیثیت سے چیلنج کرتا ہوں کہ کوئی مستند طبی کتاب ایسی دکھادیں جو گوشت پر پابندی لگاتی ہو۔ وہ کتابیں نہیں جو رشبھ فاؤنڈیشن یا انڈین ویجی ٹیرین کانگریس والے بانٹ رہے ہیں۔ کیوں کہ ان کتابوں میں ایسی باتیں موجود ہیں جو کہ غیر مصدقہ، نیم مصدقہ یا غیر ثابت شدہ ہیں۔ پھر یہ کہ اسلام کا ایک طریقہ کار ہے جو کہ ''پرہیز علاج سے بہتر ہے'' کے اصول کے مطابق ہے اور بہت سے سوالوں کا جواب بھی فراہم کردیتا ہے۔ جب ہم کسی جانور کو ذبح کرنا چاہیں تو باقاعدہ ''ذبیحہ'' کرتے ہیں۔ ہم گلے کی تمام رگیں کاٹ دیتے ہیں لیکن ریڑھ کی ہڈی کو نقصان نہیں پہنچاتے۔ اب ہوتا یہ ہے کہ جب ریڑھ کی ہڈی کو نقصان نہیں پہنچتا اور تمام رگیں سانس کی نالی سمیت کاٹ دی جاتی ہیں تو دل کچھ دیر تک دھڑکتا رہتا ہے۔ اور یوں دل جسم کا تمام خون باہر نکال دیتا ہے۔

خون جراثیم وغیرہ کے لیے ایک بہت اچھا واسطہ ہوتا ہے۔ اگر جانور کو اس طریقے

سے ذبح کیا جائے تو بہت سی بیماریاں جو خون کے ذریعے منتقل ہوتی ہیں اور جن کا آپ نے نام بھی لیا، اُن سے محفوظ رہا جاسکتا ہے، گوشت نسبتاً زیادہ عرصے تک محفوظ رہتا ہے، اگر آپ جانور کو اسلامی طریقے سے ذبح کریں۔ لیکن بعض لوگ کہتے ہیں کہ یہ تو بے رحمی ہے۔ تم لوگ اتنی بے رحمی سے مارتے ہو۔ جانور تکلیف دہ موت مرتا ہے۔

حالاں کہ جب ہم اسلامی طریقے سے جانور کو ذبح کرتے ہیں تو تمام رگیں کٹ جانے کی وجہ سے تکلیف کا احساس ختم ہو جاتا ہے۔ کیوں کہ اعصاب کی وجہ سے ہم تکلیف محسوس کرتے ہیں، ان کی طرف خون کی روانی ختم ہو جاتی ہے۔ جانور کے پھڑکنے کی وجہ تکلیف نہیں ہوتی بلکہ خون تیزی سے نکلنے کی وجہ سے اس کا جسم اچھلتا ہے۔ جانور تکلیف کی شدت سے نہیں مرتا بلکہ وہ ایک غیر تکلیف دہ موت مرتا ہے۔ ایک تو اسلام ذبیحہ کے ذریعے خون سے منتقل ہونے والی بیماریوں کا سدّ باب کر دیتا ہے۔ دوسرے آپ کے علم میں ہوگا کہ بعض ممالک میں جانوروں کو کچھ ہارمون دیے جاتے ہیں تاکہ وہ موٹے تازے ہو جائیں اور جانور پالنے والے لوگوں کو ان کی زیادہ سے زیادہ قیمت مل سکے۔ اس کا ذکر زاویری صاحب نے بھی کیا لیکن اس ہارمون کا نام نہیں بتایا۔ اسے DES (Diacecerol Beseserol) کہتے ہیں۔ اسلام نے اس کام کو بھی قطعی حرام قرار دیا ہے۔ یہ ہارمون جانور کے جسم میں داخل کرنے کے بعد اگر آپ درست طریقے سے ذبیحہ کریں تو بھی یہ جانور حرام ہی رہیں گے، حلال نہیں ہوں گے۔

لہٰذا اگر مویشیوں کو یہ ہارمون دیے جاتے ہیں یا انھیں غیر نباتاتی غذا کھلائی جاتی ہے تو ان مویشیوں کا گوشت کھانا ہمارے لیے جائز نہیں۔ مزید برآں اگر حفظانِ صحت کے اصولوں کا خیال رکھا جائے اور گوشت کو صحیح طریقے سے پکایا جائے تو ڈاکٹر زاویری نے جن بیماریوں کا ذکر کیا ہے، ان میں سے بیش تر کا امکان ختم ہو جاتا ہے۔

غیر نباتاتی غذاؤں میں سے جو غذا سب سے خطرناک ہے اور عام طور پر کھائی بھی جاتی ہے وہ خنزیر کا گوشت ہے۔ یہ ۷۰ سے زاید مختلف بیماریوں کا باعث بن سکتا ہے۔ اگر آپ لحم خنزیر کھاتے ہیں تو آپ کو ۷۰ بیماریوں میں سے کوئی بھی بیماری لگ سکتی

ہے۔ ان بیماریوں میں امراضِ قلب بھی شامل ہیں جیسا کہ زاویری صاحب نے کہا؛ کیوں کہ سور کا گوشت انسانی جسم میں پٹھے نہیں بلکہ چربی بناتا ہے۔ یہ چربی شریانوں کی دیواروں پر جم جاتی ہے اور Arthersclerosis اور Hyper Tension وغیرہ کا سبب بنتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ قرآنِ مجید میں چار مقامات پر خنزیر کے گوشت کو حرام قرار دیا گیا ہے۔

فرمایا گیا ہے:

اِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنْزِيْرِ وَمَآ اُهِلَّ بِهٖ لِغَيْرِ اللّٰهِ ۚ

[البقرہ: ۱۷۳]

”اللہ کی طرف سے اگر کوئی پابندی تم پر ہے تو وہ یہ ہے کہ مردار نہ کھاؤ، خون سے اور سور کے گوشت سے پرہیز کرو اور کوئی ایسی چیز نہ کھاؤ جس پر اللہ کے سوا کسی کا نام لیا گیا ہو۔“

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنْزِيْرِ وَمَآ اُهِلَّ لِغَيْرِ اللّٰهِ بِهٖ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوْذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيْحَةُ وَمَآ اَكَلَ السَّبُعُ اِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ وَاَنْ تَسْتَقْسِمُوْا بِالْاَزْلَامِ ۝

[المائدہ: ۳]

”تم پر حرام کیا گیا مردار، خون، سور کا گوشت، وہ جانور جو خدا کے سوا کسی اور نام پر ذبح کیا گیا ہو، وہ جو گلا گھُٹ کر، یا چوٹ کھا کر، بلندی سے گر کر، یا ٹکر کھا کر مر گیا ہو، یا جسے کسی درندے نے پھاڑا ہو، سوائے اس کے جسے تم نے زندہ پا کر ذبح کر لیا اور وہ جو کسی آستانے پر ذبح کیا گیا ہو۔ نیز یہ بھی تمہارے لیے ناجائز ہے کہ پانسوں کے ذریعہ سے اپنی قسمت معلوم کرو۔“

اِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنْزِيْرِ وَمَآ اُهِلَّ لِغَيْرِ اللّٰهِ ۚ

[النحل: ۱۱۵]

”اللہ نے جو کچھ تم پر حرام کیا ہے وہ ہے مردار اور خون اور سور کا گوشت اور وہ

جانور جس پر اللہ کے سوا کسی اور کا نام لیا گیا ہو۔‘‘

چوں کہ سور کے گوشت کو حرام کیا گیا ہے، اس لیے ہم اس سے دور رہتے ہیں اور یوں اس کے گوشت کے ذریعہ پھیلنے والی بیماریوں سے محفوظ رہتے ہیں۔

قرآنِ مجید میں ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

كُلُوْا مِنْ طَيِّبٰتِ مَا رَزَقْنٰكُمْ وَلَا تَطْغَوْا فِيْهِ فَيَحِلَّ عَلَيْكُمْ غَضَبِىْ وَمَنْ يَّحْلِلْ عَلَيْهِ غَضَبِىْ فَقَدْ هَوٰى ۝ [طٰهٰ: ٨١]

’’کھاؤ ہمارا دیا ہوا پاک رزق اور اسے کھا کر سرکشی نہ کرو، ورنہ تم پر میرا غضب ٹوٹ پڑے گا اور جس پر میرا غضب ٹوٹا وہ پھر گر کر ہی رہا۔‘‘

جن بیماریوں کا ذکر زاویری صاحب نے کیا، ان میں سے بیش تر افراط اور زیادتی کا نتیجہ ہوتی ہیں۔ اگر نباتاتی غذا بھی ضرورت سے زیادہ کھائی جائے تو وہ بھی نقصان دہ ثابت ہوسکتی ہے۔ میں ایک ڈاکٹر ہوں اور میں کوئی نظریاتی یا شدت پسند گوشت خور بھی نہیں ہوں۔ لہٰذا میں آپ کو یہ بتاتا ہوں کہ اگر آپ ضرورت سے زیادہ خوراک سے پرہیز کریں گے تو بیش تر بیماریوں سے بھی محفوظ رہیں گے۔ اگر آپ اسلامی ہدایات کی پابندی کریں گے، جانور کو اسلامی طریقے سے ذبح کریں گے، جانور کا خون پوری طرح نکلنے دیں گے، مویشیوں کو ہارمون دینے سے اجتناب کریں گے، غذا کو حفظانِ صحت کے اصولوں کے مطابق اچھے طریقے سے پکائیں گے، سور کے گوشت سے دور رہیں گے اور ضرورت سے زیادہ کھانے سے پرہیز کریں گے تو بیش تر بیماریوں سے محفوظ رہیں گے۔ اس بات سے بیش تر دلائل کا جواب مل جاتا ہے۔

کچھ باتیں رہ گئیں ہیں لیکن سوالات کے وقفے کے دوران اگر وقت کافی ہوا اور آپ نے ان کے بارے میں سوالات پوچھے تو میں جواب دوں گا۔ آپ کو علم ہے یہ لوگ صحت بخش غذا کا ذکر کر رہے ہیں اور اس حوالے سے مختلف مطالعات و تجربات کا ذکر کر رہے ہیں۔ میں صرف ان چیزوں کے بارے میں بات کر رہا ہوں۔ ڈاکٹر ولیم کے مطابق، یہ بھی کوئی بہت مشہور صاحب ہوں گے، سبزی خوری سے انسان کی عمر چھ سال بڑھ جاتی ہے۔

یعنی اگر آپ لحمیاتی غذا کی بجائے سبزیاتی غذا استعمال کریں گے تو چھ سال زیادہ زندہ رہیں گے۔ یہ کیا ہے؟ مفروضے، محض مفروضے۔

اگر آپ تجزیہ کرنا چاہیں، تو اس حوالے سے کچھ اعداد و شمار اکٹھے کیے گئے تھے۔ یہ ان لوگوں کے بارے میں تھے جنھوں نے ۱۰۰ سال سے زیادہ عمر پائی۔ یہ اعداد و شمار ۱۹۳۲ء اور ۱۹۵۲ء کے درمیان جمع کیے گئے۔ اور ان اعداد و شمار کی روشنی میں Osegares نامی ایک شخص نے ایک کتاب لکھی، جس کا نام ہے "Living to be Hundered"۔ ایسے بارہ سو لوگ تھے جنھوں نے سو سال سے زیادہ عمر پائی، اور یہ کیوں کر ممکن ہوا؟ ہر بات بتائی گئی ہے۔ اس کتاب میں ہر تفصیل موجود ہے۔ ان کی غذا کے بارے میں بھی بتایا گیا ہے۔ کیا آپ جانتے ہیں کہ ان ۱۲۰۰ لوگوں میں کتنے سبزی خور تھے؟ ذرا اندازہ لگائیں۔ چار، جی ہاں، صرف چار لوگ۔ اور یہ سروے سبزی خوری یا گوشت خوری کے حوالے سے نہیں کیا گیا تھا۔ سروے کی وجوہات مختلف تھیں۔ لیکن غذا کے بارے میں معلومات موجود تھیں اور یہ محض ''مطالعات'' نہیں بلکہ ''حقائق'' ہیں۔

بیس سال کے عرصے کے دوران میں جو لوگ ایک سو برس سے زیادہ عمر تک زندہ رہے ان میں سے صرف چار لوگ سبزی خور تھے۔

کیا آپ لوگ جانتے ہیں کہ ''الکحل'' کیا ہوتی ہے؟ یہ لحمیاتی شے ہے یا نباتاتی؟ ''الکحل'' ایک نباتاتی خوراک ہے۔ کیوں کہ پھلوں کے رس سے بنائی جاتی ہے اور صرف ''الکحل'' کی وجہ سے ہونے والی بیماریاں تمام لحمیاتی غذاؤں سے ہونے والی بیماریوں کی مجموعی تعداد سے بھی بہت زیادہ ہیں۔ صرف ایک نباتاتی غذا سے۔ تو کیا الکحل کی وجہ سے مجھے یہ مطالبہ کرنا چاہیے کہ تمام نباتاتی غذاؤں پر پابندی لگادی جائے؟

آج سائنسدان اس بات پر متفق ہیں اور زاویری صاحب بھی اس بات سے اتفاق کریں گے کہ اموات کی سب سے اہم وجہ ''الکحل'' ہے۔ لہٰذا میں یہ نہیں کہتا کہ تمام نباتاتی غذاؤں پر پابندی لگادی جائے بلکہ میں وہی کہتا ہوں جو قرآنِ مجید کہتا ہے:

يَآيُّهَا الَّذِينَ اٰمَنُوْٓا اِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْاَنْصَابُ وَالْاَزْلَامُ رِجْسٌ

مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطٰنِ فَاجْتَنِبُوْهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُوْنَ ٥ [المائدہ: ۹۰]

”اے لوگو جو ایمان لائے ہو، یہ شراب اور جوا اور یہ آستانے اور پانسے، یہ سب گندے اور شیطانی کام ہیں۔ ان سے پرہیز کرو، امید ہے کہ تمہیں فلاح نصیب ہوگی۔“

الکحل یا شراب پینا ایک شیطانی عمل ہے، لہٰذا اس سے اجتناب کرنا چاہیے۔ میں صرف شراب سے منع کرتا ہوں، تمام نباتاتی غذاؤں سے نہیں۔ اسی طرح دوسرے نمبر پر تمباکو نوشی ہے۔ تمباکو، لحمیاتی شے ہے یا نباتاتی؟ کیا آپ شراب کے نقصانات سے بچ سکتے ہیں؟ کیا آپ تمباکو کے نقصان سے بچ سکتے ہیں؟ صرف ایک ہی صورت میں، یعنی ان چیزوں سے اجتناب کرکے، اگر لوگ اجتناب نہیں کرتے تو پھر پابندی کا مرحلہ آتا ہے۔ لہٰذا شراب کو حرام کردیا گیا۔

تقریباً چار سو مسلمان علمائے کرام تمباکو نوشی کے خلاف بھی فتویٰ دے چکے ہیں۔ تمباکو نوشی پر پابندی لگادی گئی کیوں کہ بچاؤ کی کوئی صورت نہیں ہے۔ آپ نے ”کیسری دال“ کے بارے میں سنا ہے؟ ہندوستان کی حکومت نے اس پر پابندی لگادی ہے۔ کیوں کہ اس کی وجہ سے Spastic Paraplegia نامی بیماری ہوجاتی ہے جو کہ موت کا سبب بھی بن سکتی ہے۔

اس طرح متعدد حکومتوں نے شراب پر پابندی لگادی ہے۔ حکومت سعودی عرب اور دیگر کئی ممالک نے پابندی لگائی ہوئی ہے۔ ہندوستان کی کئی ریاستوں میں بھی شراب نوشی پر پابندی ہے۔ سنگاپور میں عوامی مقامات، دفاتر میں اور دورانِ سفر تمباکو نوشی کرنا جرم ہے۔ ہندوستان کی حکومت نے کیسری دال پر پابندی لگادی۔ اگر کسی چیز کے نقصانات سے بچاؤ کی کوئی صورت نہ ہو تو پھر اس پر پابندی لگائی جاتی ہے۔ جہاں تک میرا علم ہے میں کسی ایک بھی ایسی حکومت کے بارے میں نہیں جانتا جس نے تمام لحمیاتی غذاؤں پر بلا استثنا پابندی لگادی ہو۔ ہاں کسی مخصوص چیز پر پابندی ہوسکتی ہے، جس طرح سعودی عرب میں سور کے گوشت پر پابندی ہے۔ جب بچاؤ کی کوئی صورت نہیں ہوتی تو

آپ پابندی لگا دیتے ہیں۔

اور ہمارے مباحثے کا موضوع یہ نہیں تھا کہ: ''سبزی خوری بہتر ہے یا گوشت خوری '' بلکہ یہ تھا کہ '' گوشت خوری جائز ہے یا ناجائز؟'' اور میں نے بیس نکات کی ایک فہرست پیش کی تھی اور میں یہ کہہ سکتا ہوں کہ رشمی بھائی زاویری نے اپنی گفتگو پانچ منٹ پہلے ہی ختم کر دی تاکہ انھیں ان نکات کا جواب نہ دینا پڑے۔ مجھے اگر آپ ایک گھنٹہ بھی مزید دیں گے تو میں گفتگو کروں گا۔ متعدد پودے ایسے ہیں جو زہریلے ہیں، دھتورا ایک پودا ہے اور زہریلا ہے۔ اس مسئلے کا حل کیا ہے، یہی کہ ان چیزوں سے دور رہا جائے۔ احتیاط کی جائے۔

پانی بے شمار بیماریوں کو پھیلانے کا ذریعہ بنتا ہے۔ ہیضہ، ٹائیفائیڈ وغیرہ۔ اس میں کئی طرح کے جراثیم اور بیکٹیریا ہو سکتے ہیں۔ میں آپ کو بہت سے نقصانات بتا سکتا ہوں جو کہ پانی کی وجہ سے ہو سکتے ہیں۔ تو آپ کیا کریں گے؟ کیا پانی پر پابندی لگا دیں گے؟ نہیں، بلکہ آپ ان نقصانات سے بچاؤ کی کوشش کریں گے۔ آپ پانی صاف کریں گے تاکہ ان بیماریوں سے بچ سکیں۔

اسی طرح کیا آپ دودھ کے بارے میں جانتے ہیں، دودھ بھی بہت سی بیماریوں کا سبب بن سکتا ہے۔ میں آپ کو ان بیماریوں کی ایک طویل فہرست سنا سکتا ہوں۔ سو آپ کیا کرتے ہیں؟ کیا آپ دودھ پر پابندی لگا دیتے ہیں؟ نہیں بلکہ آپ اسے جراثیم سے پاک کرتے ہیں، پیسچرائز کرتے ہیں، آپ دودھ کو ناجائز قرار نہیں دے دیتے۔ کیوں کہ یہ ایک طبی رویہ نہیں ہوگا۔ یہاں میں اس بحث میں نہیں پڑوں گا کہ دودھ نباتاتی غذا ہے یا لحمیاتی۔ لہٰذا نتیجہ یہ نکلا کہ اگر نقصانات سے بچاؤ ممکن نہ ہو تو آپ پابندی لگاتے ہیں، میں نے متعدد وجوہات بیان کی تھیں، جن کا کوئی جواب زاویری صاحب نے نہیں دیا، جن کی وجہ سے دنیا کی کسی حکومت نے یا دنیا کے کسی اہم مذہب نے آج تک گوشت خوری پر عام پابندی نہیں لگائی۔ یہی وجہ ہے کہ میں یہ کہہ سکتا ہوں کہ:

''گوشت خوری انسان کے لیے جائز ہے۔''

فاضل مقرر کی گفتگو کا جواب دیتے ہوئے اگر میں نے سبزی خور حضرات کے جذبات کو ٹھیس پہنچائی ہو تو اس کے لیے میں خلوصِ دل سے معذرت خواہ ہوں، میں اپنی گفتگو کا اختتام قرآنِ مجید کی اس آیت پر کرنا چاہوں گا۔

وَقُلْ جَآءَ الْحَقُّ وَزَهَقَ الْبَاطِلُ اِنَّ الْبَاطِلَ كَانَ زَهُوْقًا ۝

[بنی اسرائیل: ۱۷]

''اور اعلان کر دو کہ؛ حق آ گیا اور باطل مٹ گیا، باطل تو مٹنے ہی والا ہے۔''

☆......☆......☆

حصہ دوم

سوالات وجوابات

سوال نمبر ۱:...... محترم مہمانِ خصوصی اور زاویری صاحب، میرا سوال یہ ہے کہ آپ نے مختلف زاویوں سے اس موضوع پر گفتگو کی کہ گوشت خوری انسان کے لیے ممنوع ہے اور آپ نے مہاویر کی بات کی کہ انھوں نے جانوروں کو مارنے اور اپنی خوشی کے لیے دوسروں کی زندگی لینے سے منع کیا ہے۔ براہِ مہربانی مجھے یہ بتائیں کہ کیا آپ کے بھگوان مہاویر نے یہ کہا ہے کہ آپ سبزیاں کھا سکتے ہیں؟ میرا مطلب ہے وہ خود تو پھل اور سبزیاں توڑ کر نہیں کھاتے تھے۔ وہ ایک درخت کے نیچے بیٹھے رہتے تھے اور درخت سے ٹوٹ کر گرنے والے پھل ہی ان کی غذا تھے۔ آپ یہ وضاحت کیجیے کہ جین مت کا نقطۂ نظر کیا ہے؟

<u>رشمی بھائی زاویری</u>:...... میں آپ کا سوال سمجھ گیا ہوں اور جواب عرض کرتا ہوں۔ دیکھیے بات یہ ہے کہ، جیسا کہ میں نے پہلے بھی عرض کیا، بھگوان مہاویر نے کہا ہے کہ پودے بھی جاندار ہوتے ہیں۔ لہٰذا جین مت کے متونِ مقدسہ کی رُو سے ایک جین متی کے لیے سبزی خوری بھی ممنوع ہے۔ لیکن مجبوریوں کی وجہ سے ہر شخص جین متی نہیں بن سکتا۔ اسی لیے مہاویر نے کہا کہ کم از کم غیر ضروری ہلاکت تو نہ کی جائے یعنی جانوروں کی جان تو نہ لی جائے۔ ایک جین متی کو کبھی پودے کی جان لینے کی بھی اجازت نہیں دی گئی۔

سوال نمبر ۲:...... میرا سوال یہ ہے کہ ایک ویجی ٹیرین سوسائٹی کی جانب سے متعدد کتابچے تقسیم کیے گئے ہیں۔ ان میں قرآنِ مجید کی سورۂ حج سے یہ آیت پیش کی گئی ہے کہ...... ''نہ ان کے گوشت اللہ کو پہنچتے ہیں اور نہ خون، مگر اسے تمھارا تقویٰ پہنچتا ہے۔''...... اور اس آیت سے یہ ثابت کیا جارہا ہے کہ اسلام گوشت خوری کے خلاف ہے۔ ان میں قرآن و حدیث سے جانوروں کے حق میں متعدد دیگر حوالے بھی موجود ہیں، آپ کا اس بارے میں کیا خیال ہے؟

<u>ڈاکٹر ذاکر نائیک</u>:...... میں اس بہن کا شکریہ ادا کرتا ہوں کیوں کہ انھوں نے ایک بڑا بنیادی نوعیت کا سوال پوچھا ہے۔ متعدد تنظیمیں ایسا لٹریچر تقسیم کر رہی ہیں جن میں قرآن و حدیث کے حوالے سے یہ بات ثابت کرنے کی کوشش کی جاتی ہے، اسلام گوشت خوری

کے خلاف ہے اور مسلمانوں کو گوشت خوری نہیں کرنی چاہیے۔ اور اس مباحثے کی وجہ آغاز بھی یہی بات بنی تھی۔ میں نے اس حوالے سے بات نہیں کی، کیوں کہ مجھے مذہبی مباحثے سے پرہیز کرنے کو کہا گیا تھا۔ لیکن اب چوں کہ مجھ سے سوال پوچھا گیا ہے، لہٰذا مجھے جواب بھی دینا ہوگا۔

یہ کتابچہ مجھے دھن راج سلیچا صاحب نے دیا تھا۔ اس کتابچے میں قرآنِ مجید کی ایک آیت کا حوالہ دیا گیا ہے۔ کتابچے میں تو حوالہ کچھ غلط چھپا ہے، لیکن دراصل یہ قرآنِ مجید کی بائیسویں سورۃ یعنی سورۂ حج کی سینتیسویں آیت ہے۔ اس آیت میں فرمایا گیا ہے:

لَنْ يَّنَالَ اللّٰهَ لُحُوْمُهَا وَلَا دِمَآؤُهَا وَلٰكِنْ يَّنَالُهُ التَّقْوٰى مِنْكُمْ ط

[الحج : ۳۷]

''نہ ان کے گوشت اللہ کو پہنچتے ہیں نہ خون، مگر اسے تمہارا تقویٰ پہنچتا ہے۔''

میں اس بات سے پورا پورا اتفاق کرتا ہوں۔ اس آیت میں بتایا جا رہا ہے کہ اسلام میں قربانی کا تصور بعض دیگر مذاہب کی طرح نہیں ہے۔ کچھ مذاہب کا خیال ہے کہ خدا کو زندہ رہنے کے لیے گوشت اور خون کی ضرورت ہوتی ہے۔ لیکن یہ آیت بتاتی ہے کہ جب آپ قربانی کرتے ہیں تو جانور کا خون یا گوشت اللہ تعالیٰ تک نہیں پہنچتا بلکہ آپ کی نیت، آپ کا تقویٰ اور وہ تدین جس کے تحت آپ قربانی کرتے ہیں، وہی اللہ تعالیٰ تک پہنچتے ہیں۔ اور یہی وجہ ہے کہ جب ہم عیدالضحیٰ کے موقع پر قربانی کرتے ہیں تو گوشت کا کم از کم ایک تہائی حصہ غریب، ضرورت مند لوگوں کو دیتے ہیں، ایک تہائی رشتہ داروں اور دوستوں کو دیتے ہیں اور ایک تہائی اپنے ذاتی استعمال میں لاتے ہیں۔ اس میں کوئی ''اللہ کا حصہ'' نہیں رکھا جاتا۔

قرآنِ مجید میں ارشاد ہوتا ہے:

قُلْ اَغَيْرَ اللّٰهِ اَتَّخِذُ وَلِيًّا فَاطِرِ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَهُوَ يُطْعِمُ وَلَا يُطْعَمُ ط

[الانعام : ۱۴]

''کہو، اللہ کو چھوڑ کر کیا میں کسی اور کو اپنا سرپرست بنالوں؟ اس خدا کو چھوڑ کر

جو زمین و آسمان کا خالق ہے، اور جو روزی دیتا ہے، روزی لیتا نہیں ہے؟''

یہ آیت واضح طور پر بتاتی ہے کہ اللہ تعالیٰ ہر کسی کو رزق فراہم کرنے والا ہے۔ وہ خود کھانے پینے کی ضرورت سے پاک ہے۔ اس آیت کا مطلب بالکل واضح ہے کہ جب آپ قربانی کرتے ہیں تو اللہ تعالیٰ آپ کی نیت کو دیکھتا ہے، اسے قربان کیے جانے والے جانور کے گوشت اور خون کی کوئی ضرورت نہیں ہوتی۔ اسی طرح ایک حوالہ اور ہے۔ حوالے تو خیر کئی ہیں لیکن اگر میں ہر ایک کا جواب دوں تو تقریباً ایک گھنٹہ لگ جائے گا۔ لہٰذا میں صرف ایک حوالے کا ذکر کروں گا۔

سورۂ بقرہ میں ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

وَإِذَا تَوَلّٰى سَعٰى فِي الْاَرْضِ لِيُفْسِدَ فِيهَا وَيُهْلِكَ الْحَرْثَ وَالنَّسْلَ وَاللّٰهُ لَا يُحِبُّ الْفَسَادَ ٥ [البقرہ: ۲۰۵]

''جب وہ پلٹتا ہے تو زمین میں اس کی ساری دوڑ دھوپ اس لیے ہوتی ہے کہ فساد پھیلائے، کھیتوں کو غارت کرے اور نسل (انسانی) کو تباہ کرے۔ حالاں کہ اللہ فساد کو ہرگز پسند نہیں کرتا۔''

اس آیت کا حوالہ دینے کے بعد نیچے لکھا گیا ہے...... ''لہٰذا آپ کو گوشت خوری سے پرہیز کرنا چاہیے۔'' یہ ان کی اپنی تعبیر ہے۔ ترجمہ بھی درست نہیں کیا گیا، لیکن بہرحال اگر آپ آیت کو اس کے سیاق و سباق میں دیکھیں تو اس کا مطلب یہ ہے کہ وہ لوگ فسادی ہیں جو زمین میں فساد برپا کرتے ہیں اور فصلوں کو خراب کرتے ہیں۔ مویشیوں کو یا نسل انسانی کو تباہ کرتے ہیں۔ یہاں ذکر خوراک کے ذبح کرنے کا نہیں بلکہ تباہ کرنے کا ہے۔ اور اللہ ایسے فسادیوں کو پسند نہیں کرتا۔

لہٰذا اگر آپ محض فساد کی نیت سے کسی جانور کو قتل کرتے ہیں یا کوئی پودا ہی اکھاڑتے ہیں تو آپ غلط کرتے ہیں اور اللہ اسے پسند نہیں کرتا۔ اگر آپ یہ کہیں کہ نہیں جناب اس سے حصول خوراک کے لیے جانور کو مارنے کی بھی ممانعت ثابت ہوتی ہے تو میں یہ کہوں گا

کہ جناب اس آیت میں تو فصلوں کا بھی ذکر ہے۔

یہ دلیل دینے کا انتہائی غلط طریقہ ہے۔ اپنی بات کا تجزیہ تو یہ لوگ کرتے ہی نہیں۔ اس آیت میں فصلوں کا یعنی نباتات کا بھی ذکر ہے۔ اگر آپ اس آیت سے گوشت خوری کی ممانعت ثابت کرنے کی کوشش کریں گے تو سبزی خوری کی ممانعت بھی ثابت ہوگی۔ حالاں کہ اصل یہ ہے کہ اس آیت میں سبزی خوری سے منع کیا گیا اور نہ ہی گوشت خوری سے، جن چیزوں سے اللہ تعالیٰ نے منع فرمایا ہے، ان کا ذکر قرآنِ مجید میں موجود ہے۔ باقی چیزوں کے بارے میں اللہ تبارک وتعالیٰ کا ارشاد ہے:

يَآأَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلٰلًا طَيِّبًا وَّلَا تَتَّبِعُوا خُطُوٰتِ الشَّيْطٰنِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ○ [البقرہ: ۱۶۸]

''اے لوگو! زمین میں جو حلال اور پاکیزہ چیزیں ہیں انھیں کھاؤ اور شیطان کے بنائے ہوئے راستوں پر نہ چلو، وہ تمہارا کھلا دشمن ہے۔''

جہاں تک جانوروں کے ساتھ سلوک کا تعلق ہے، احادیثِ مبارکہ میں ہمیں اس حوالے سے متعدد ہدایات ملتی ہیں۔ بخاری شریف کی ایک حدیث کا مفہوم ہے:

''ایک شخص نے پیاسے کتے کو پانی پلایا۔'' رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ''اس شخص کو اس کام کا اجر ملے گا۔'' صحابہؓ نے عرض کی کہ یارسول اللہ ﷺ: ''کیا ایک پیاسے کتے کو پانی پلانے پر بھی اجر ملتا ہے۔'' رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ: ''ہاں! جانور کے ساتھ نیکی کرنا بھی موجب اجر وثواب ہے۔''

ذرا تصور کیجیے، آج سے چودہ سو برس پہلے، وہ دور جسے دورِ جاہلیت کہا جاتا ہے، جب انسانوں کے ساتھ بھی جانوروں والا سلوک ہوتا تھا۔ اس وقت ہمارے پیغمبر جناب محمد مصطفیٰ ﷺ نے جانوروں کے حقوق کی نشان دہی فرمائی۔ آپ ﷺ نے جانوروں پر ایک خاص حد سے زیادہ بوجھ لادنے سے منع فرمایا۔ آج ہندوستان میں ایک بیلوں کی جوڑی کے لیے ۵۰۰ کلوگرام کی حد مقرر ہے، لیکن ان پر ایک ٹن سے بھی زیادہ بوجھ لاد دیا جاتا

ہے۔ اسی طرح جانوروں کو ظالمانہ طریقے سے مارنے کی بھی ممانعت بخاری و مسلم کی احادیث میں وارد ہوئی ہے۔ اور یہ بھی کہا گیا ہے کہ جانور کو ذبح کرنے کے لیے ہمیشہ تیز دھار چھری استعمال کی جائے۔ مختصراً یہ کہ جانوروں کے حقوق کا خیال رکھنا چاہیے، لیکن بہر حال وہ ہماری جائز غذا ہیں۔

سوال نمبر ۳:...... ''انڈے کے بارے میں سو حقائق'' نامی کتابچے کے صفحہ ۸ اور صفحہ ۹ پر حقیقت نمبر ۱۳ کے ذیل میں تحریر ہے کہ...... ''ایتھوپیا کے رہنے والوں کا خیال ہے کہ اگر حاملہ عورت انڈا کھائے تو اس کا بچہ گنجا پیدا ہوگا اور یہ بچہ افزائش کے لحاظ سے بھی کمزور ہوگا۔'' ......اسی طرح حقیقت نمبر ۱۸ کے ذیل میں تحریر ہے کہ...... ''اگر کوئی بچہ دانت نکلنے سے قبل انڈا کھالے تو وہ ذہنی طور پر معذور ہوجائے گا۔'' ...... کیا یہ حقائق ہیں یا محض توہمات؟ اگر آپ کہتے ہیں کہ یہ سائنسی حقائق ہیں تو برائے مہربانی انھیں باقاعدہ ثابت کریں اور اگر آپ کے خیال میں یہ محض توہمات ہیں تو پھر ''انڈے کے سو حقائق'' جیسی کتابیں کیوں پھیلا رہے ہیں؟

رشمی بھائی زاویری:...... شکریہ میری بہن! پہلی بات تو یہ ہے کہ یہ کتاب میں نے نہیں لکھی۔ دوسری بات یہ کہ میں نے وہ کتاب آپ کو دی بھی نہیں اور اس کتاب میں سے کسی بات کا حوالہ بھی نہیں دیا۔ لہٰذا ضروری نہیں کہ میں خاص طور پر اس کتاب کے حوالے سے جواب دوں۔ لیکن میں یہ بات ضرور کہوں گا جو میں نے پہلے بھی کی تھی کہ انڈے میں چوں کہ ضرورت سے زیادہ پروٹین، کولسٹرول اور Saturated Fats ہوتے ہیں، اس لیے انڈا انسانی صحت کے لیے مفید نہیں ہے۔ خاص طور پر حاملہ خواتین اور بچوں کی صحت کے لیے۔

سوال نمبر ۴:...... میں ڈاکٹر ذاکر نائیک سے یہ پوچھنا چاہتا ہوں کہ کیا امراضِ قلب کی واحد وجہ لحمیاتی غذا ہی ہے؟

ڈاکٹر ذاکر نائیک:...... بھائی نے ایک بہت اچھا سوال پوچھا ہے اور وہ یہ کہ کیا امراضِ قلب کی واحد وجہ لحمیاتی غذا ہے؟ یہ بات دراصل زاویری صاحب نے کہی تھی کہ

گوشت، وہ بڑا ہو یا چھوٹا یا مرغی کا ہو، وہ دل کے امراض کا باعث بنتا ہے۔ ان کی بات ٹھیک ہے۔ انھوں نے یہ بھی کہا کہ نباتاتی غذاؤں میں کولسٹرول نہیں ہوتا۔ بات یہ ہے کہ امراضِ قلب کی وجہ غذا میں چکنائی اور کولسٹرول کی زیادتی ہے۔ اس سے قطع نظر کہ یہ نباتاتی چکنائی اور کولسٹرول ہو یا لحمیاتی۔ نباتاتی غذاؤں میں بھی زیادہ کولسٹرول ہوسکتا ہے، مثال کے طور پر مختلف میوہ جات، گھی اور مکھن وغیرہ میں۔ ایک عام خاتون خانہ کو بھی اس بات کا علم ہوتا ہے۔ کیوں کہ ذرائع ابلاغ میں اس قسم کے اشتہارات آتے رہتے ہیں کہ فلاں تیل استعمال کریں، یہ امراضِ قلب کا باعث نہیں بنتا۔ یعنی دوسرے تیل امراضِ قلب کا سبب بن سکتے ہیں۔ یہ سادہ سی بات ہے جسے سمجھنے کے لیے ڈاکٹر ہونا ضروری نہیں۔ میں ایک ڈاکٹر ہوں اور اس حیثیت سے چیلنج کرتا ہوں، میں زاویری صاحب کو چیلنج کرتا ہوں کہ وہ بتائیں کہ مکھن میں چکنائی ہوتی ہے یا نہیں۔ ڈاکٹر امراضِ قلب میں مبتلا مریضوں کو مکھن اور مختلف مغزیات کے تیل وغیرہ استعمال کرنے سے منع کرتے ہیں۔ یہ بات ان کتابوں میں لکھی ہوئی ہے جو مجھے دی گئیں، جو میرے بھائی کو دی گئیں۔ ان میں لکھا ہوا ہے کہ نباتاتی غذاؤں میں کولسٹرول نہیں ہوتا۔ یہ کتابیں زاویری صاحب نے نہیں دیں، سلیچا صاحب نے دیں، لیکن بہرحال انھیں چھاپا جین تنظیموں نے ہی ہے۔ جو کہ افسوس ناک ہے۔

دیکھیے بہت سی باتیں کی گئی ہیں۔ انھوں نے کہا کہ انڈا امراضِ قلب کا سبب ہے۔ دیکھیے، انڈے میں کولسٹرول ہوتا ہے اور زیادہ ہوتا ہے، لیکن بنیادی سبب انڈا نہیں ہے۔ جدید تحقیق اور ڈاکٹر حضرات بھی یہی رائے دیتے ہیں کہ انڈے میں موجود کولسٹرول اصل مجرم نہیں ہے بلکہ اصل مجرم وہ Saturated Fats ہیں جن میں انڈے کو فرائی کیا جاتا ہے۔ اگر آپ انڈے کو گھی، مکھن وغیرہ میں تل کر نہ کھائیں تو امراضِ قلب کے امکانات بہت کم رہ جاتے ہیں۔

دوسری بات یہ کہ انسانی آبادی کا دوتہائی حصہ تو ایسا ہے جن کا جسمانی نظام کولسٹرول سے مطابقت پیدا کرسکتا ہے۔ لہٰذا ان کے لیے کوئی مسئلہ نہیں بنتا۔ ایک تہائی لوگوں کو

کولسٹرول سے پریشانی ہوتی ہے، انھیں انڈے سے پرہیز کرنا چاہیے۔ بصورتِ دیگر ایک آدھ انڈا روزانہ کھانے میں کوئی حرج نہیں ہے۔ البتہ اگر آپ سور کے گوشت کے ساتھ انڈا کھائیں گے یا روغنیات میں تل کر انڈا کھائیں گے تو پھر ظاہر ہے کہ آپ کے لیے مسائل پیدا ہوں گے۔

جہاں تک گنجے پن کا تعلق ہے تو میں مثالیں نہیں دینا چاہتا۔ میں آپ کے سامنے مثالیں پیش نہیں کرنا چاہتا لیکن اگر آپ اس ہال میں بھی دیکھیں تو بہت سے لوگ گنجے ہوں گے۔ دنیا کے کچھ عظیم فلسفی بھی گنجے تھے۔ میں ان کے نام نہیں لینا چاہتا کہ یوں آپ کے جذبات کو ٹھیس پہنچے گی۔ لہٰذا یہ بات محض غیر منطقی مفروضوں پر مبنی ہے۔ اور تحقیق ہمیشہ عملی ہونی چاہیے۔ مزید یہ کہ امراضِ قلب کے اسباب میں شراب نوشی اور تمباکو نوشی بھی اسی قدر اہم ہیں۔ ہاں امریکہ میں گوشت خوروں میں امراضِ قلب کی شرح زیادہ ہے، کیوں کہ وہاں چکنائی کا استعمال زیادہ ہوتا ہے۔ اگر قرآنی ہدایات کی روشنی میں افراط سے پرہیز کیا جائے تو یہ مسئلہ حل ہو جائے گا۔ دوسرے امریکہ میں سبزی خوروں کی تعداد بہت زیادہ ہے، کیوں کہ وہاں سبزی خور ہونا ایک طرح سے فیشن بن گیا ہے۔ آپ جانتے ہیں وہاں نباتاتی خوراک مہنگی ہوتی ہے۔ اگر آپ کے پاس مرسڈیز کار ہے تو آپ کا ایک سماجی مقام ہے۔ اسی طرح اگر آپ سبزی خور ہیں تو آپ کا ایک سماجی مقام ہے۔ امریکہ کی کل آبادی کا دو سے تین فی صد سبزی خوروں پر مشتمل ہے۔ یہ لوگ امیر لوگ ہیں اور اپنی صحت کا بہتر خیال رکھتے ہیں، لہٰذا ان میں امراضِ قلب کی شرح کم ہے۔ اسی طرح بہت سے سبزی خور شراب اور تمباکو سے بھی پرہیز کرتے ہیں جن میں ہمارے رشمی بھائی زاویری بھی شامل ہوں گے۔

لیکن کوئی بھی شخص اگر زیادہ چکنائی اور کولسٹرول والی غذائیں استعمال کرے گا، خواہ وہ نباتاتی ہوں یا لحمیاتی تو اسے امراضِ قلب کا خطرہ درپیش رہے گا۔ اگر آپ اس سے بچاؤ چاہتے تو قرآنی ہدایات پر عمل کریں اور افراط سے پرہیز کریں۔ اس سے مجھے ایک کہانی یاد آئی کہ ایک مذہبی شخصیت (پنڈت جی) نے کسی تقریب میں حسب عادت پُرخوری کا مظاہرہ

کیا اور چونسٹھ لڈو کھالیے۔ گھر آئے تو بیوی نے کہا کہ کوئی چورن وغیرہ کیوں نہیں کھایا، انھوں نے جواب دیا:

ارے بھولی! عقل نہ آئی بن کے چھ بچوں کی ماتا
اگر چورن کی جگہ ہوتی تو میں دو لڈو اور نہ کھاتا

سوال نمبر ۵ :...... دیکھیے میرے پاس ایک کتاب ہے جسے جین پبلی کیشنز نے چھاپا ہے، اس کا نام ہے ''گوشت خوری، سو حقائق''۔ اس کتاب میں گوشت خوروں کے کارٹون بنائے گئے ہیں۔ میرے خیال میں یہ توہین آمیز ہے۔ میں آپ سے پوچھنا چاہتا ہوں کہ کیا جین لوگوں کے لیے اس طرح لوگوں کی تذلیل کرنا جائز ہے؟ کیا ایسی کتابیں چھاپنا اچھا کام ہے جس میں اس طرح لوگوں کے جذبات مجروح کیے گئے ہوں؟

<u>ڈاکٹر محمد نائیک</u> :...... مقرر اس سوال کا جواب نہیں دینا چاہتے۔ ہم نے انھیں یہ اختیار دیا ہے کہ اگر وہ چاہیں تو کسی سوال کا جواب دینے سے انکار کر سکتے ہیں۔ میں سوال پوچھنے والوں سے گزارش کرتا ہوں کہ وہ اشتعال میں نہ آئیں۔

سوال نمبر ۶ :...... سبزی خوری کی ترویج کے لیے لکھی جانے والی یہ کتاب جس کے مصنف گوپی ناتھ اگروال ہیں، اس کے صفحہ ۱۵ اور ۱۶ پر مصنف کہتے ہیں کہ ایک گائے اپنی ساری زندگی میں ۹۰ ہزار لوگوں کو غذا فراہم کر سکتی ہے لیکن جب اسے گوشت کے لیے ہلاک کیا جاتا ہے تو وہ زیادہ سے زیادہ ہزار لوگوں کو غذا فراہم کرتی ہے۔ وہ کہتے ہیں کہ سونے کا انڈا دینے والی مرغی کو ہلاک کرنا کوئی سمجھداری کی بات نہیں۔ آپ اس بارے میں کیا کہنا چاہیں گے؟

<u>ڈاکٹر ذاکر نائیک</u> :...... اب میں جواب کا آغاز کرتا ہوں۔ وقت کا آغاز بھی اب کیا جائے، میں گزارش کرنا چاہتا ہوں کہ جواب کے درمیان اگر اس طرح ڈسٹرب کیا جائے گا تو پھر مجھے زیادہ وقت دیا جائے۔

سوال پوچھنے والی بہن نے ایک دلیل کے بارے میں سوال کیا ہے۔ یہ دلیل صرف اسی کتاب میں پیش نہیں کی گئی بلکہ دیگر کتابوں میں بھی موجود ہے۔ انٹرنیٹ پر بھی موجود ہے۔آپ انٹرنیٹ پر جائیں تو بھی سبزی خوری کے حق میں یہ دلیل نظر آئے گی۔سب سے پہلا سوال تو یہ پیدا ہوتا ہے کہ کیا دودھ لحمیاتی غذا ہے یا نباتاتی؟

میں زاویری صاحب پر تنقید نہیں کرنا چاہتا لیکن یہ کتاب کہتی ہے کہ دودھ لحمیاتی غذا ہے اور دودھ سے فلاں فلاں بیماریاں پیدا ہوتی ہیں، لہٰذا ہمیں دودھ نہیں پینا چاہیے۔لیکن سبزی خوروں کی ایک دوسری تنظیم جو خود کو لیکٹو سبزی خور کہتے ہیں وہ دودھ پیتے ہیں۔لہٰذا میں پہلا سوال تو یہ پوچھنا چاہوں گا کہ دودھ لحمیاتی غذا ہے یا نباتاتی؟

آپ جانور کو تکلیف نہیں پہنچانا چاہتے۔لیکن دودھ دوہنے سے بھی اسے تکلیف تو ہوتی ہے، خصوصاً مشینوں کے ذریعے دودھ دوہنے سے تو جانور کو شدید تکلیف ہوتی ہے۔آپ کسی دودھ پلانے والی ماں سے پوچھ سکتے ہیں۔ اگر کسی وجہ سے مصنوعی طور پر دودھ نکالنا پڑے تو یہ کس قدر تکلیف دہ ہوتا ہے۔ جب آپ جانوروں کا دودھ دوہتے ہیں تو انھیں تکلیف ہوتی ہے۔اگر آپ یہ تسلیم کرنے کے لیے تیار نہیں ہیں کہ جانور ہماری غذا کا ذریعہ ہیں تو آپ ان کا دودھ کس طرح دوہ سکتے ہیں؟ یہ تو مویشیوں کو لوٹنے والی بات ہوئی۔

اگر آپ جانوروں کو اپنی غذا کا ذریعہ نہیں سمجھتے اور پھر بھی ان کا دودھ دوہتے ہیں تو آپ ان کے ساتھ زیادتی کر رہے ہیں۔آپ ان کے بچوں یعنی بچھڑوں وغیرہ کا حق مار رہے ہیں۔

جہاں تک اس مثال کا تعلق ہے کہ ایک گائے روزانہ دس کلوگرام دودھ دیتی ہے اور سالانہ تقریباً تین ہزار کلو دودھ دیتی ہے، جسے چھ ہزار لوگ پی سکتے ہیں، یوں اپنی پوری زندگی میں گائے نوے ہزار لوگوں کو ایک وقت کی خوراک فراہم کرسکتی ہے لیکن اس کا گوشت زیادہ سے زیادہ ایک ہزار لوگوں کو غذا فراہم کرتا ہے۔ پہلی بات تو یہ کہ دودھ کو کلوگرام میں کون ماپتا ہے۔ دودھ کو تو لیٹر میں ناپا جاتا ہے، خیر اس بارے میں تو میں کچھ نہیں کہہ سکتا، آپ مصنف سے پوچھیں۔ لیکن اس کے بعد وہ پوچھتے ہیں کہ ایک ہزار لوگوں کی غذا بہتر

ہے یا نوے ہزار لوگوں کی؟ اور یہ کہ سونے کا انڈا دینے والی مرغی کو کیوں مارا جائے؟

میں ان سے پورا اتفاق کرتا ہوں۔ لیکن یہاں توجہ کے قابل بات یہ ہے کہ دودھ دینے والی گائے کو کون ذبح کرتا ہے۔ کوئی گوالا کبھی کوئی دودھ دینے والی گائے قصائی کے حوالے نہیں کرے گا۔ اور کوئی قصائی بھی کبھی دودھ دینے والی گائے گوشت کے لیے نہیں خریدے گا۔ کیوں کہ دودھ دینے والی گائے کی قیمت کئی گنا زیادہ ہوتی ہے۔ بمبئی میں ایک دودھ دینے والی گائے کی قیمت بیس پچیس ہزار روپے ہے جبکہ وہ گائے جس کی دودھ دینے کی عمر گزر چکی ہو تین سے پانچ ہزار روپے میں مل جاتی ہے۔ لہٰذا ہم کیا کرتے ہیں؟ ہم گوشت خور لوگ کرتے یہ ہیں کہ جب تک مویشی دودھ دیتا ہے، اس وقت تک ہم اس کی دیکھ بھال کرتے ہیں اور اس سے دودھ حاصل کرتے ہیں لیکن جب جانور بوڑھا ہو جاتا ہے تو ہم اسے ذبح کر کے اس کا گوشت بھی کھا لیتے ہیں۔ یوں ہمیں انڈے بھی مل جاتے ہیں اور مرغی بھی یا بالفاظ دیگر سانپ بھی مرے اور لاٹھی بھی نہ ٹوٹے۔ ایک تیر سے دو شکار۔ ہم زیادہ ذہانت کا مظاہرہ کرتے ہیں۔

پھر یہ لوگ کہتے ہیں کہ دیکھیں ان جانوروں سے اور کام لیے جا سکتے ہیں، انھیں بار برداری کے لیے اور زراعت وغیرہ میں استعمال کیا جا سکتا ہے۔ سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ اگر آپ کو واقعی جانوروں سے اس قدر محبت ہے تو آپ ان پر اضافی بوجھ کیوں ڈالنا چاہتے ہیں؟ مزید برآں ہندوستانی اعداد و شمار سے پتہ چلتا ہے کہ ہندوستان میں موجود مویشیوں کی صرف ۲۵ فی صد تعداد افزائش کے قابل ہے۔ باقی ۷۵ فی صد افزائش کے قابل نہیں یا تو ان کی دودھ دینے کی عمر گزر چکی ہے اور یا وہ نر جانور ہیں۔

اب اس ۷۵ فی صد تعداد کے ساتھ آپ کیا کریں گے؟ ایک صورت یہ ہے کہ ان جانوروں کو ان کی طبعی عمر تک پالا جائے۔ لیکن اُن کے اپنے اعداد و شمار کے مطابق ایک بیل وغیرہ کی دیکھ بھال پر سالانہ اوسطاً اٹھارہ ہزار روپے کا خرچ آتا ہے۔ اچھا، گائیں بھینسیں دودھ دینے کی عمر گزرنے کے بعد چار پانچ سال تک زندہ رہتی ہیں۔ وہ کون سا کسان ہو گا جو

ان پر چار پانچ سال تک اٹھارہ ہزار روپے ہر سال خرچ کرتا رہے۔ دوسری صورت یہ ہے کہ انھیں ''جیودیا'' والوں کے حوالے کردیا جائے، وہ انھیں کھلا چھوڑ دیتے ہیں اور پھر یہ جانور لوگوں کی فصلیں خراب کرتے رہتے ہیں۔ تیسری صورت یہ کہ انھیں جنگل میں لے جا کر چھوڑ دیا جائے تاکہ یہ گوشت خور جانوروں کی خوراک بن جائیں۔ آخری صورت ہی بہترین ہے کہ جب ان کی دودھ دینے کی عمر گزر جائے تو انھیں ذبح کر کے اپنی خوراک بنالیا جائے۔ اس طرح کسان کا بھی فایدہ ہے کہ اسے کچھ رقم مل جاتی ہے اور جانور انسان کے زیادہ کام آتا ہے۔ کیوں کہ اس کا گوشت، کھال یہاں تک ہڈیاں بھی انسانی استعمال میں آجاتی ہیں۔

سوال نمبر ۷:...... کستور چند جین کے مطابق ''بائیسویں ترتھنکر نمی ناتھ کی شادی کے موقع پر جانوروں اور پرندوں کا گوشت کھایا گیا تھا اور شاستروں کے مطابق دلہا دلہن دونوں جین تھے۔ ایک اور واقعے کے مطابق ''چیپا'' جو کہ مہاویر کے ہم عصر بھیم سین کی بیوی تھی، اس نے دورانِ حمل اپنے شوہر کا دل کھانے کی خواہش ظاہر کی اور بھیم سین کے بڑے بیٹے ابھے کمار نے اسے کسی جانور کا دل کھلا دیا۔ میں نہیں جانتا کہ یہ تحریر کس قدر مستند ہے لیکن اس کے بارے میں آپ کی کیا رائے ہے؟

<u>رشمی بھائی زاویری</u>:...... سب سے پہلے تو میں تقریب کے ناظم سے گزارش کرنا چاہوں گا کہ صرف وہی سوالات پوچھے جانے کی اجازت دیں جو میری گفتگو سے متعلق ہوں، کسی دوسری کتاب یا حوالے وغیرہ کا میں ذمہ دار نہیں۔ اس کے بارے میں نہ پوچھا جائے۔ لیکن چوں کہ میں ایک سچا جین ہوں لہٰذا میں یقیناً جین تاریخ کے بارے میں بھی علم رکھتا ہوں اور نمی ناتھ ترتھنکر کے بارے میں بھی۔ یہ واقعہ درست ہے اور اسی وجہ سے وہ تارک دنیا ہو کر جین متی بن گئے تھے، کہ میری شادی کے لیے اس قدر معصوم مخلوق کیوں ہلاک کردی گئی۔ مجھے اپنے لیے کسی ایسی دعوت کی ضرورت نہیں۔ وہ جین متی اور بالآخر ترتھنکر بن گئے اس لیے میں کہہ سکتا ہوں کہ تمام جین ترتھنکروں نے گوشت خوری کی قطعی ممانعت کی ہے۔ شکریہ۔ اور برائے مہربانی اپنے سوالات میری گفتگو تک محدود رکھیے۔

کیوں کہ مجھے لگتا ہے کہ جو کتابیں اچھی نیت سے دی گئی تھیں وہ ان لوگوں میں بانٹ دی گئیں اورانھیں میں سے سوالات کیے جارہے ہیں۔

سوال نمبر ۸ :...... میں ذاکر صاحب سے پوچھنا چاہوں گا کہ سبزی خوروں کی جانب سے جو ڈائٹ چارٹ تقسیم کیے جاتے ہیں، ان کے مطابق سبزیوں میں پروٹین اور آئرن وغیرہ کی مقدار گوشت کے مقابلے میں زیادہ ہوتی ہے۔آپ کی کیا رائے ہے؟

ڈاکٹر ذاکر نائیک :...... بھائی نے بہت اچھا سوال پوچھا ہے، میں اس کا جواب دوں گا، لیکن اس سے قبل میں زاویری صاحب کے سوال کا جواب دون گا۔ جہاں تک کتابوں کا تعلق ہے تو یہ کتابیں ہمیں یعنی اسلامک ریسرچ فاؤنڈیشن کو رشبھ فاؤنڈیشن والوں نے دی تھیں۔ اوران کے ساتھ تحریری طور پر یہ کہا گیا تھا کہ یہ کتابیں مفت بانٹنے کے لیے بڑی مقدار میں بھی فراہم کی جاسکتی ہیں تا کہ انھیں ممبئ کے مسلمانوں میں تقسیم کیا جاسکے۔ جی ہاں ’’مفت‘‘۔

بھائی کا سوال یہ ہے کہ غذائی چارٹ تقسیم کیے جارہے ہیں۔ جی ہاں ان کی بات درست ہے۔ہمیں بھی یہ چارٹ ملے ہیں۔ ہم نے کسی ردّعمل کا اظہار نہیں کیا۔ کیوں کہ ہمارے خیال میں یہ اس قدر اہم بات نہیں تھی۔ لیکن جب رشبھ فاؤنڈیشن کی طرف سے درخواست آئی کہ کیا آپ تیار ہیں؟ تو مجھے ہاں کرنی پڑی۔ آپ جانتے ہیں یہ کوئی سائنسی موضوع تو ہے نہیں۔ یہ تو ایک طے شدہ سی بات ہے لیکن انھوں نے کہا کہ ہم مباحثہ کرنا چاہتے ہیں اور میں نے کہا کہ ٹھیک ہے۔ اور آج میں جواب دینے کے لیے یہاں موجود ہوں، لوگوں کو اشتعال کس بات پر آرہا ہے؟

مجھ سے آپ کسی بھی کتاب کے بارے میں سوال کریں۔ اگر سوال موضوع سے متعلق ہوگا تو میں ان شاء اللہ جواب دوں گا۔ اگر میں نہیں جانتا ہوں گا تو کہہ دوں گا کہ میں نہیں جانتا۔ اور اگر جانتا ہوں گا تو کہوں گا کہ جانتا ہوں۔ جی ہاں میں آپ کے سوال کا جواب دوں گا۔ یہ چارٹ میرے پاس موجود ہے جس کے مطابق سبزیوں یا نباتاتی

غذاؤں میں پروٹین کی مقدار زیادہ ہوتی ہے اور یہ بات زاویری صاحب نے اپنے خطاب کے دوران میں بھی کی تھی۔ زاویری صاحب نے کہا تھا کہ تین ضروری امینو ایسڈز ہوتے ہیں، آپ کسی ڈاکٹر سے پوچھ لیں، تین نہیں آٹھ ہوتے ہیں۔ آٹھ امینو ایسڈز ایسے ہیں جو جسم کے اندر تیار نہیں ہوتے اور بیرونی طور پر حاصل کرنا پڑتے ہیں۔ یعنی خوراک کے ذریعے فراہم کرنے ہوتے ہیں۔

لحمیاتی پروٹین حیاتیاتی لحاظ سے مکمل ہوتی ہے، اسی لیے انھیں Higher Protiens کہا جاتا ہے۔ کیوں کہ ان میں آٹھوں ضروری امینو ایسڈز موجود ہوتے ہیں۔ جب کہ نباتاتی پروٹین میں ہمیشہ ان میں سے ایک یا ایک سے زیادہ امینو ایسڈز کم ہوتے ہیں۔ یہ ایک سائنسی جواب ہے۔ لہٰذا ہوسکتا ہے مقدار زیادہ ہو، لیکن یہ پروٹین مکمل نہیں ہوتی۔ لحمیاتی پروٹین اعلیٰ معیار کی اور مکمل ہوتی ہے۔

اسی طرح اگر آپ تجزیہ کریں تو جو فولاد آپ کو غذا کے ذریعے حاصل ہوتا ہے، وہ بھی دو طرح کا ہوتا ہے۔ ایک تو ''Hem Iron'' اور دوسرا ''Non Hem Iron''۔ ہیم آئرن آسانی سے جسم کا حصہ بن جاتا ہے۔ جب کہ نان ہیم آئرن آسانی سے جسمانی نظام میں جذب نہیں ہوتا۔ لحمیاتی غذاؤں میں Hem Iron اور Non Hem Iron دونوں ہوتے ہیں، جب کہ نباتاتی غذاؤں میں Non Hem Iron ہوتا ہے جو کہ آسانی سے جذب نہیں ہوتا۔ لہٰذا میں اتفاق کرتا ہوں کہ بظاہر تو واقعی فولاد کی مقدار نباتات میں زیادہ نظر آتی ہے، پروٹین کی بھی مقدار زیادہ ہوسکتی ہے لیکن اس سے یہ نتیجہ نکالنا کہ نباتاتی خوراک زیادہ صحت بخش ہوتی ہے، غلط ہوگا۔ یہ لوگوں کو گمراہ کرنے والی بات ہے بلکہ میں سیدھی سادی انگریزی میں یہ کہوں گا کہ یہ ''فراڈ'' ہے۔ اور یہ فراڈ کر کون رہا ہے؟ چند سبزی خور تنظیمیں۔ اور فراڈ یا دھوکہ دہی ہر مذہب میں ممنوع ہے۔ وہ چھوٹا مذہب ہو یا بڑا۔ کوئی اہم مذہب ہو یا غیر اہم۔ فراڈ ہر جگہ ناجائز ہے۔ میں آپ سے ایک سوال پوچھتا ہوں آپ دس دس روپے کے بیس نوٹ لینا پسند کریں گے یا پانچ سو کا ایک نوٹ؟ قدر کس

کی زیادہ ہوگی؟

امید ہے کہ آپ کو اپنے سوال کا جواب مل چکا ہوگا۔

سوال نمبر ۹ :......زاویری صاحب، آپ نے اپنی گفتگو کے دوران میں کہا کہ گوشت کے ذریعے بیماریاں انسانوں تک منتقل ہوتی ہیں۔ لیکن پودے بھی تو مختلف بیماریوں کا شکار ہوتے ہیں، لہٰذا آپ پودوں یا نباتاتی خوراک کے ذریعے بھی تو بیماریوں کا شکار ہو سکتے ہیں۔ آپ نے ڈاکٹر دیپک چوپڑا اور ڈاکٹر ڈین آرنش وغیرہ کا حوالہ دیا۔ لیکن ڈاکٹروں کا معاملہ تو یہ ہے کہ جب میں چھوٹا تھا اور مجھے بخار ہوا تو ڈاکٹر نے نہانے سے منع کیا لیکن آج ڈاکٹر نہانے کا مشورہ دیتے ہیں۔ ڈاکٹر ذاکر نے امریکہ کے اعداد و شمار کا حوالہ دیا، تو کیا آپ کے پاس ہندوستان کے حوالے سے بھی کوئی اعداد و شمار موجود ہیں جن سے پتہ چلے کہ دل کی بیماریاں سبزی خوروں میں زیادہ ہوتی ہیں یا گوشت خوروں میں......؟

رشمی بھائی زاویری :...... دیکھیے جہاں تک امراضِ قلب کا تعلق ہے، تو یقیناً پودوں سے بھی اگر آپ گلے سڑے اور خراب پودے استعمال کریں گے تو وہ بھی جراثیم پیدا کرنے کا باعث بنیں گے۔ لیکن بات یہ ہے کہ جانوروں میں موجود جراثیم زیادہ خطرناک ہوتے ہیں اور زیادہ بیماریاں پھیلانے کا سبب بنتے ہیں۔ دوسری بات جو میں نے پہلے بھی کی یہ ہے کہ لحمیاتی غذا میں زیادہ پروٹین کولسٹرول اور Saturated Fats ہوتے ہیں۔ لہٰذا اس طرح دو چیزیں یکجا ہو جاتی ہیں جو لحمیاتی غذا کو ناقابل قبول بنا دیتی ہیں۔

جہاں تک اعداد و شمار کا تعلق ہے تو میرے پاس کتاب بھی موجود ہے اور مکمل اعداد و شمار بھی موجود ہیں لیکن یہ اعداد و شمار پیش کرنے کا موقع نہیں ہے۔ ہم یہاں اعداد و شمار پر بحث نہیں کر سکتے۔ میرے پاس جو اعداد و شمار ہیں ان سے پتہ چلتا ہے کہ گوشت خوری زیادہ امراضِ قلب کا سبب بنتی ہے لیکن یہ اعداد و شمار میں اس وقت فراہم نہیں کر سکتا۔ آپ بعد میں حاصل کر سکتے ہیں۔ شکریہ۔

سوال نمبر۱۰:...... میرا سوال یہ ہے کہ گوپی ناتھ اگروال کی کتاب ''گوشت خوری یا سبزی خوری انتخاب خود کیجیے'' میں دنیا کے بڑے بڑے مذاہب عیسائیت اور ہندومت کے ایسے حوالے دیے گئے ہیں جن سے پتہ چلتا ہے کہ گوشت خوری ممنوع ہے لیکن آپ اسے جائز قرار دیتے ہیں؟

ڈاکٹر ذاکر نائیک :...... بہن نے بہت اچھا سوال پوچھا ہے کہ اس کتاب میں جو حوالے دیے گئے ہیں ان سے پتہ چلتا ہے کہ گوشت خوری دنیا کے بڑے بڑے مذاہب یعنی ہندومت اور عیسائیت وغیرہ میں ناجائز ہے تو پھر میں یہ کس طرح کہتا ہوں کہ دنیا کا کوئی اہم مذہب گوشت خوری کو مکمل طور پر ناجائز قرار نہیں دیتا۔ میں اسلامی نقطۂ نظر کی وضاحت تو کر چکا ہوں کہ اس کتاب میں سیاق وسباق سے ہٹ کر مطلب اخذ کرنے اور غلط فہمی پیدا کرنے کی کوشش کی گئی ہے۔

میں اتنا تو تسلیم کرتا ہوں کہ بعض اوقات، مخصوص حالات میں گوشت خوری کی جزوی ممانعت موجود ہے۔ مثال کے طور پر سورۂ مائدہ میں ارشاد ہے:

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْٓا اَوْفُوْا بِالْعُقُوْدِ اُحِلَّتْ لَكُمْ بَهِيْمَةُ الْاَنْعَامِ اِلَّا مَا يُتْلٰى عَلَيْكُمْ غَيْرَ مُحِلِّي الصَّيْدِ وَاَنْتُمْ حُرُمٌ اِنَّ اللّٰهَ يَحْكُمُ مَا يُرِيْدُ ۝

[المائدہ : ۱]

''اے لوگو جو ایمان لائے ہو، بندشوں کی پوری پابندی کرو۔ تمہارے لیے مویشی کی قسم کے سب جانور حلال کیے گئے۔ سوائے ان کے جو آگے چل کر تم کو بتائے جائیں گے۔ لیکن احرام کی حالت میں شکار کو اپنے لیے حلال نہ کرلو۔ بے شک اللہ جو چاہتا ہے حکم دیتا ہے۔''

اسی طرح اگر آپ ماہِ رمضان کے روزے رکھ رہے ہیں تو آپ فجر سے مغرب تک کوئی بھی چیز نہیں کھا سکتے، نہ لحمیاتی اور نہ نباتاتی۔ اگر میں کہوں کہ روزے کے دوران گوشت خوری نہ کرو تو اس کا مطلب یہ نہیں کہ گوشت خوری ناجائز ہے۔ بلکہ صرف اس

مخصوص وقت کے لیے ممنوع ہے۔

لہٰذا اسی طرح دیگر متون مقدسہ میں ایسے بیانات موجود ہیں جن میں بعض مخصوص اوقات میں گوشت خوری سے منع کیا گیا ہے۔ جہاں تک آپ کے سوال کا تعلق ہے میں مذکورہ کتاب پڑھ چکا ہوں، اس لیے جواب دے سکتا ہوں۔ انھوں نے لکھا ہے کہ انجیل میں حکم دیا گیا ہے کہ: ''تم مردہ غذا نہیں کھا سکتے۔'' خطوط وحدانی میں ''گوشت'' کے لفظ کا اضافہ کیا گیا ہے۔ انھوں نے کوئی حوالہ نہیں دیا کہ یہ بات کہاں سے لی گئی ہے۔ لیکن میں تقابل ادیان کا طالب علم ہوں اور آپ کو بتاتا ہوں کہ یہ بات عہد نامہ قدیم کی کتاب استثنا باب ۱۴ آیت نمبر ۲۱ میں کی گئی ہے۔

''جو جانور آپ ہی مر جائے تم اسے مت کھانا۔''

یہی بات بائبل میں ایک اور مقام پر بھی کی گئی ہے۔ یہاں صرف مردار گوشت کو حرام کیا گیا ہے۔ لیکن وہ یہ کرتے ہیں کہ پہلے تو مردہ غذا لکھتے ہیں اور بریکٹ میں گوشت کا لفظ لکھتے ہیں، حالاں کہ یہاں واضح طور پر مردار جانور کے گوشت سے منع کیا جارہا ہے۔

یہ بات قرآن میں بھی متعدد مقامات پر کی گئی ہے۔ سورہ بقرہ ۱۷۳، سورۂ مائدہ ۳، سورۂ انعام ۱۴۵ اور سورۂ نحل ۱۱۵ وغیرہ میں یہ حکم موجود ہے۔

اِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنْزِيْرِ وَمَآ اُهِلَّ لِغَيْرِ اللّٰهِ بِهٖ فَمَنِ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَّلَا عَادٍ فَاِنَّ اللّٰهَ غَفُوْرٌ رَّحِيْمٌ ۝

[النحل: ۱۱۵]

''اللہ نے جو کچھ تم پر حرام کیا ہے وہ ہے مردار اور خون اور سور کا گوشت اور وہ جانور جس پر اللہ کے سوا کسی اور کا نام لیا گیا ہو۔ البتہ بھوک سے مجبور اور بے قرار ہو کر اگر کوئی چیزوں کو کھالے بغیر اس کے کہ وہ قانونِ الٰہی کی خلاف ورزی کا خواہش مند ہو یا حد ضرورت سے تجاوز کا مرتکب ہو تو یقیناً اللہ معاف کرنے اور رحم فرمانے والا ہے۔''

اگر آپ بائبل کی کتاب پیدائش باب ۹، آیت ۲ اور ۳ کا مطالعہ کریں تو ان میں کہا گیا ہے:

''اور زمین کے کل جانداروں اور ہوا کے کل پرندوں پر تمہاری دہشت اور تمہارا رعب ہوگا۔ اور یہ تمام کیڑے جن سے زمین بھری پڑی ہے اور سمندر کی کل مچھلیاں تمہارے ہاتھ میں کی گئیں، ہر چلتا پھرتا جاندار تمہارے کھانے کو ہوگا، ہری سبزی کی طرح میں نے سب کا سب تم کو دے دیا۔''

کتاب استثنا باب ۱۴، آیت ۹ اور ۱۰ میں کہا گیا:

''آبی جانوروں میں سے تم ان ہی کو کھانا جن کے چھلکے اور پر ہوں، لیکن جس کے پر اور چھلکے نہ ہوں تم اسے مت کھانا، وہ تمہارے لیے ناپاک ہے۔''

اس سے اگلی آیت میں بتایا گیا:

''پاک پرندوں میں سے تم جسے چاہو کھا سکتے ہو۔''

اسی باب کی آیت ۲۰ میں پھر بتایا گیا:

''اور پاک پرندوں میں سے تم جسے چاہو کھا سکتے ہو۔''

لوقا، باب ۲۴، آیت ۴۱، ۴۳،۴۲ میں بیان کیا گیا:

''جب مارے خوشی کے ان کو یقین نہ آیا اور تعجب کرتے تھے تو اس نے (یعنی حضرت عیسیٰ علیہ السلام نے) ان سے کہا، کیا یہاں تمہارے پاس کھانے کو کچھ ہے؟ انھوں نے اسے بھنی ہوئی مچھلی کا قتلہ دیا۔ اس نے لے کر ان کے روبرو کھایا۔''

رومیوں کے نام خط باب ۱۴، آیات ۲، ۳ میں کہا گیا:

''ایک کو اعتقاد ہے کہ ہر چیز کا کھانا روا ہے اور کمزور ایمان والا ساگ پات ہی کھاتا ہے۔ کھانے والا، اس کو جو نہیں کھاتا، حقیر نہ جانے اور جو نہیں کھاتا وہ کھانے والے پر الزام نہ لگائے کیوں کہ خدا نے اس کو قبول کرلیا ہے۔''

ہندو متون میں سے اگر آپ منو کے قانون کا مطالعہ کریں تو اس میں واضح طور پر تحریر ہے:

''کھانے والا کسی بھی زندہ مخلوق کو کھا سکتا ہے۔ بے شک وہ روزانہ کھائے۔

ہمارے خالق نے کچھ مخلوقات کو کھانے کے لیے بنایا ہے اور کچھ کو کھائے جانے کے لیے۔''   [منو، باب ۵، نمبر ۳۰]

اسی طرح منوسمرتی، باب ۵، نمبر ۳۵ میں بھی گوشت کھانے کی اجازت ہے۔ رگ وید کتاب دہم، مناجات نمبر ۱۶ میں بھی گوشت کھانے کی اجازت موجود ہے۔ مناجات نمبر ۸۶ میں بھی اجازت دی گئی ہے۔ مہا بھارت کے باب نمبر ۸۸ میں بھیشم کی گفتگو پڑھیں۔ منوسمرتی کا باب نمبر ۳ پڑھیں۔ اس میں آباؤ اجداد کی روحوں کو خوش کرنے کے ضمن میں بتایا گیا ہے کہ نباتات کی قربانی انھیں ایک ماہ تک خوش رکھے گی، مچھلی دو ماہ تک، ہرن تین ماہ تک، چھوٹا گوشت چار مہینے تک، پرندوں کا گوشت ۵ مہینے تک یہاں تک کہ گینڈے کی قربانی ہمیشہ کے لیے انھیں خوش کرنے کا باعث ہوگی۔ میں ایسی لاتمناہی مثالیں دے سکتا ہوں۔

سوال نمبر ۱۱:...... جناب زاویری صاحب، آپ نے اپنی گفتگو کے دوران کہا کہ جین متی پودوں کی جان نہیں لیتے، وہ بھیک مانگتے ہیں۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ وہ دوسروں کو پودوں کی جان لینے پر مجبور کرتے ہیں۔ اسی طرح وہ تو اپنے منہ پر نقاب ڈال کر جراثیم کو مارنے سے بچ جاتے ہیں لیکن دوسرے جراثیم کی جان لیتے رہتے ہیں۔ یہ سب کیا ہے؟

رشمی بھائی زاویری:...... میری بہن، آپ نے بہت اچھا سوال پوچھا ہے۔ مجھے بہت خوشی ہوئی۔ آج جتنے سوال پوچھے گئے، میں یقیناً اس سوال کو پہلے نمبر پر قرار دوں گا۔ جین مذہب کی تعلیمات یہ ہیں کہ آپ کسی کو قتل نہیں کریں گے، دوسرے کو قتل کی اجازت نہیں دیں گے اور اگر کوئی قتل کرتا ہے تو آپ اس کی تعریف بھی نہیں کریں گے۔ یہ تینوں باتیں جین مت میں موجود ہیں، لہٰذا اگر کسی جین متی کو پتہ چل جائے کہ کھانا اسی کے لیے تیار کیا گیا ہے تو وہ اسے قبول نہیں کرے گا۔ یہ ایک جین متی کا اصول ہے۔ جب وہ بھیک مانگنے ہمارے پاس آتے ہیں تو واضح طور پر پوچھتے ہیں کہ'' کیا آپ نے ہمارے لیے کچھ پکایا ہے؟'' ہمیں بھی علم ہوتا ہے کہ وہ یہ پوچھیں گے۔ ہمیں پوری ایمان داری سے جواب

دینا ہوتا ہے کہ ہم نے ان کے لیے کچھ نہیں پکایا۔صرف اپنے لیے کھانا پکایا ہے۔فرض کیجیے ہم نے چار چپاتیاں پکائی ہیں تو وہ صرف ایک چپاتی لے گا۔اور تین ہمارے لیے رہیں گی۔ یہ ایک جین متی کے مانگنے کا طریقہ ہے۔ وہ نہ جان لیتا ہے نہ دوسرے کو جان لینے کی اجازت یا ترغیب دیتا ہے۔اگر اسے پتہ چل جائے کہ یہ کھانا جین متی ہی کے لیے پکایا گیا ہے تو وہ کبھی نہیں کھائے گا۔

مجھے خوشی ہے کہ روشن خیال حاضرین کے مجمع میں مجھے ''جین مت'' کے تصور کی وضاحت کا موقع ملا۔بہت بہت شکریہ۔

سوال نمبر ۱۲:......ذاکر صاحب، میں نے ایک فلم دیکھی تھی ''خانۂ خدا''۔اس فلم کے مطابق حاجی حضرات جو تھے وہ گوشت خوری نہیں کررہے تھے۔بال نہیں کاٹتے تھے، وہ مکمل ''برہمچاری اور سنیاسی'' لگ رہے تھے۔ میں نے پوچھا یہ کیا؟ تین دن کے لیے پورے سنیاسی بن گئے، انھوں نے کہا یہ خانۂ خدا تھا۔ میں نے کہا'' مسلمان بھائیو، سارا سنسار خانۂ خدا ہے میرا سوال یہ ہے کہ پوری دنیا ہی خانۂ خدا ہے تو قتل و غارت ہر جگہ بند کیوں نہیں ہوسکتی، خصوصاً ہندوستان میں؟

<u>ڈاکٹر ذاکر نائیک</u>: یہ بہت اچھا سوال ہے۔کوئی مسئلہ پیدا نہیں ہوگا۔میں ضمانت دیتا ہوں کہ کوئی مسئلہ پیدا نہیں ہوگا۔ میں ایسی کوئی بات نہیں کروں گا جو جھگڑے کا باعث بنے۔ اگرچہ میں جانتا ہوں کہ سبزی خوری اور گوشت خوری کی وجہ سے احمد آباد اور گجرات وغیرہ میں فسادات ہوچکے ہیں۔لیکن یہاں میں منطقی بات کروں گا جو کسی فساد کا باعث نہیں بنے گی۔

بھائی نے بہت اچھا سوال پوچھا ہے۔انھوں نے کہا کہ حاجی تین دن تک گوشت نہیں کھاتے۔یہ محض غلط فہمی ہے۔ میں نے متعدد مرتبہ حج کیا ہے۔جس نے بھی آپ کو یہ بات بتائی ہے، غلط بتائی ہے کہ ہم حج کے دوران میں گوشت نہیں کھاتے۔ بات یہ ہے کہ وہ ایک مقدس جگہ ہے، لہٰذا ان مخصوص دنوں میں آپ وہاں شکار نہیں کرسکتے۔آپ کسی جانور کو شکار کے لیے نہیں مار سکتے اور یہ ممانعت بھی مخصوص دنوں کے لیے ہے۔

لیکن گوشت کھانے کی کوئی ممانعت نہیں ہوئی۔ میں خود وہاں گیا ہوں اور میں نے خود گوشت کھایا ہے۔کون کہتا ہے کہ آپ وہاں گوشت خوری نہیں کر سکتے۔

ہاں، ہم وہاں محض دو ان سلے کپڑوں میں ملبوس ہوتے ہیں۔ کیوں؟ کیا آپ جانتے ہیں کہ کیوں؟ کیوں کہ یہ دنیا کا سب سے بڑا اسالانہ اجتماع ہوتا ہے، جس میں لوگ امریکہ اور کینیڈا سے بھی آتے ہیں اور پاکستان، ہندوستان اور انڈونیشیا سے بھی۔ یہ تمام لوگ ایک ہی لباس میں ملبوس ہوتے ہیں، یعنی دو ان سلے کپڑوں میں۔ بالکل یکساں۔ آپ اپنے برابر کھڑے شخص کے بارے میں بھی یہ نہیں بتا سکتے کہ وہ بادشاہ ہے یا فقیر۔ عالمی بھائی چارہ قایم کرنے کے لیے اور محض زبانی نہیں بلکہ عملی طور پر بھائی چارہ قایم کرنے کے لیے ایسا کیا جاتا ہے۔ ہم نماز ادا کرتے ہیں تو کندھے سے کندھا ملا کر۔ کھانا کھاتے ہیں تو اکٹھے بیٹھ کر اور گوشت بھی کھاتے ہیں۔ میں نہیں جانتا کہ آپ کو یہ اطلاع کس سے ملی ہے۔ کسی مسلمان سے یا غیر مسلم سے۔ لیکن جس کسی نے بھی بتایا ہے اس نے جھوٹ بولا ہے۔ میں آپ کو بتا رہا ہوں، اور میں نے متعدد مرتبہ حج اور عمرے کیے ہیں۔ اور عالمی بھائی چارہ قایم کرنے کے لیے ہم وہاں جاتے ہیں۔ دنیا کے ہر ملک کے لوگ آپ کو وہاں ملیں گے۔

انسانیت کی سطح پر تمام انسانوں میں بھائی چارہ ہونا چاہیے اور عقیدے کی سطح پر تمام مسلمان ایک دوسرے کے بھائی ہیں۔

سوال نمبر ۱۳ :...... میں زاویری صاحب سے پوچھنا چاہتا ہوں کہ آپ نے گوشت خور اور سبزی خور جانوروں میں کوئی سولہ فرق بیان کر دیے۔ مجھے یہ لگتا ہے کہ آپ یہ ثابت کرنا چاہتے ہیں کہ ہم انسان بھی سبزی خور ہیں۔ لیکن دوسری طرف تمام سبزی خور جگالی کرتے ہیں لیکن میں نے آج تک کسی انسان کو جگالی کرتے ہوئے نہیں دیکھا۔ تو پھر آپ کو گوشت خور اور سبزی خور جانوروں میں فرق بیان کرنے کی کیا ضرورت ہے؟

<u>رشمی بھائی زاویری</u> :..... جی ہاں، میں یہی بتانا چاہتا تھا کہ انسان کے اعضا کی مشابہت سبزی خور جانوروں سے ہے۔ اب یہ تو صائب الفکر حاضرین کا کام ہے کہ وہ میری

باتیں سن کر فیصلہ کریں کہ وہ مجھ سے اتفاق کرتے ہیں یا نہیں؟ اگر آپ اتفاق کرتے ہیں تو بہت اچھا اور اگر آپ اتفاق نہیں کرتے تو بھی بہت اچھا۔ میں یہ کہنے والا کون ہوتا ہوں کہ آپ لازماً کسی نکتے پر مجھ سے اتفاق ہی کریں۔ جو کچھ میں نے بیان کیا وہ سائنسی حقائق تھے جن کے لیے دلائل اور ثبوت میرے پاس موجود ہیں۔ لیکن یہ تو حاضرین نے خود دیکھنا ہے کہ وہ ان باتوں سے متفق ہیں یا نہیں۔

میں یہ ثابت کرنا چاہتا تھا کہ انسان قدرتی طور پر زیادہ بلکہ سو فی صد سبزی خور واقع ہوا ہے۔ اور بعض مخصوص حالات یا دیگر عوامل کی وجہ سے وہ گوشت خور بن گیا ہے۔

دوستو، اب میں یہ کہنا چاہوں گا کہ مجھے آج یہاں آ کر انتہائی خوشی ہوئی ہے۔ ہمیں تبادلہ خیال کا موقع ملا ہے۔ اور فاضل مقرر ڈاکٹر ذاکر نائیک کے ذریعے اسلام کے بارے میں بہت سی غلط فہمیاں دور ہوئی ہیں۔ ہمیں قطعی علم نہیں تھا کہ اسلام میں یہ سب باتیں موجود ہیں۔ اور اس کے لیے میں اسلامک ریسرچ فاؤنڈیشن کا شکر گزار ہوں۔ میں اپنے دوست رشبھ فاؤنڈیشن کے سلیچا صاحب کا بھی شکر گزار ہوں۔

وقت کی کمی کی وجہ سے میں اور ترویدی صاحب اب اجازت چاہیں گے۔ ہماری کچھ دیگر مصروفیات ہیں جن کی وجہ سے ہمارے لیے مزید ٹھہرنا ممکن نہیں، میں ایک بار پھر آپ حضرات کا شکریہ ادا کرتا ہوں۔

سوال نمبر ۱۴:...... میری پہلی درخواست تو یہ ہے کہ میں آپ کے بیس کے بیس سوالوں کے جواب دے سکتا ہوں۔ مجھے کسی بھی وقت موقع دیجیے۔ میں آپ کے بیس سوالات کے منطقی جوابات دوں گا۔ دوسرے یہ کہ ہم سب کو خدا نے بنایا ہے اور سیدھی سی بات ہے کہ اگر بھگوان نے ہمیں جنم دیا ہے تو اس نے ہمارے لیے زندہ رہنے کا بندوبست بھی کیا ہے۔ کچھ اصول بھی بنائے ہیں۔ ہمیں ہوا کی ضرورت ہے تو وافر ہوا موجود ہے۔ ہمیں پانی کی ضرورت ہے تو پانی دستیاب ہے۔ ہمیں غذا کی ضرورت ہے تو بھگوان نے ہمیں غذا بھی دی ہے اور علاقے کے مطابق دی ہے۔ کشمیر میں بادام، کاجو، پستہ دیا ہے جو وہاں

ضروری ہے۔ راجھستان میں تربوز اور خربوزہ ملے گا۔ یہاں ہمیں کیلے کی صورت میں حلوہ بنا کر دے دیا ہے۔ جو کچھ اس نے ہمیں دے دیا ہے وافر اور سستا ہے۔ اور جس سے ہمیں وہ روکنا چاہتا ہے وہ چیز کم ہے اور مہنگی ہے۔ تو کیا ہم خدائی ہدایات کی پابندی کر رہے ہیں؟

ڈاکٹر ذاکر نائیک:...... میں سوال سمجھ گیا ہوں۔ یہ اگرچہ ایک بہت لمبا سوال ہے لیکن اچھا سوال ہے۔ جہاں تک سوال کے پہلے حصے کا تعلق ہے کہ آپ میرے بیس نکات کا جواب دے سکتے ہیں، تو میرے متعدد شاگرد ہیں۔ میں اپنے شاگردوں میں سے کسی کو کہہ دوں گا اور وہ اسلامک ریسرچ فاؤنڈیشن میں آپ سے گفتگو کرے گا۔ کسی بھی وقت۔ کسی بھی دن۔ میرا خیال ہے اگلا اتوار ٹھیک رہے گا۔ ٹھیک ہے اگلے اتوار کو ساڑے دس بجے صبح آپ اسلامک ریسرچ فاؤنڈیشن تشریف لائیں اور میں نہیں لیکن میرا کوئی شاگرد آپ سے وہاں گفتگو کرے گا۔

جہاں تک آپ کے اس سوال کا تعلق ہے کہ خدا نے ہمیں ہوا، روشنی، پانی وغیرہ دیے ہیں اور ہر چیز آسانی سے دستیاب ہے تو پھر ہم ان چیزوں کے پیچھے کیوں جائیں جو مشکل سے دستیاب ہوتی ہیں اور مہنگی ہیں۔ بہت اچھا سوال ہے، لیکن یہ سوال زاوری صاحب سے ہونا چاہیے کیوں کہ وہی یہ کہہ رہے ہیں کہ سبزیاں قطبین پر بھجوائی جانی چاہییں اور صحراؤں میں بھجوائی جانی چاہییں۔ آپ انھیں بتائیں۔ میں تو یہ کہہ رہا ہوں کہ اگر سبزیاں دستیاب ہیں تو سبزیاں کھائیں، اگر گوشت دستیاب ہے تو گوشت کھائیں۔ لہٰذا آپ کو چاہیے کہ زاوری صاحب سے یہ سوال پوچھیں۔

دوسری بات یہ کہ آپ مجھے کہہ رہے ہیں کہ جب سستی چیز دستیاب ہو تو مہنگی نہیں کھانی چاہیے۔ یہ ایسی ہی بات ہے جیسے آپ کسی امیر آدمی سے کہیں کہ وہ ایک ایسی اچھی جگہ پر کیوں رہتا ہے جہاں زمین ۲۵۰۰۰ روپے مربع فٹ ہے۔ وہ ایسی جگہ کیوں نہیں رہتا جہاں ہزار روپے مربع فٹ جگہ مل جاتی ہے۔ اگر ایک امیر آدمی اچھی چیز خریدنا افورڈ کرتا ہے تو اسے اچھی چیز استعمال کرنے دیں۔

اسی طرح اگر کوئی لحمیاتی غذا افورڈ کرتا ہے جو کہ پروٹین کے حوالے سے اور متعدد

دیگر حوالوں سے اعلیٰ معیار کی ہے تو آپ اسے کیوں کر روکتے ہیں۔ ہاں اگر آپ افورڈ نہیں کرتے تو پھر سبزیاں ہی استعمال کریں۔

امید ہے آپ کو اپنے سوال کا جواب مل چکا ہوگا۔

سوال نمبر ۱۵:...... میرا سوال یہ ہے کہ کیا لحمیاتی غذا، غذائیت کے لحاظ سے کم تر ہوتی ہے؟

ڈاکٹر ذاکر نائیک :...... بھائی نے بہت اچھا سوال پوچھا ہے کہ کیا لحمیاتی غذا غذائیت کے لحاظ سے کم تر درجے کی ہوتی ہے۔ جی ہاں۔ ایسا ہوسکتا ہے۔ میں کوئی متعصب گوشت خور نہیں ہوں لہٰذا یہ نہیں کہوں گا کہ ایسا نہیں ہے۔ لحمیاتی غذا کاربوہائیڈریٹ اور حیاتین کی مقدار کے لحاظ سے کم تر ہوتی ہے۔ یہ چیزیں نباتاتی غذا کے ذریعے باآسانی دستیاب ہوتی ہیں۔ سبزیوں اور پھلوں کے ذریعے ان چیزوں کی کمی باآسانی پوری ہوسکتی ہے۔ آپ کو پھل ضرور کھانے چاہییں۔

لیکن اگر ایک عام تقابل کیا جائے تو ہمیں پتہ چلتا ہے کہ لحمیاتی غذا میں اعلیٰ معیار کی پروٹین موجود ہوتی ہے۔ یہ پروٹین مکمل بھی ہوتی ہے اور اس کا معیار بھی برتر ہوتا ہے۔ اسی طرح فولاد بھی۔

انڈا بھی ایک بہت اچھی غذا ہے جس کی اتنی مخالفت کی گئی۔ ایک بڑے انڈے میں تقریباً چھ گرام پروٹین ہوتی ہے اور انڈے کی سفیدی پروٹین کے حصول کا بہترین ذریعہ ہے۔ یہ مثالی پروٹین ہوتی ہے۔ مثالی سے مراد یہ ہے کہ دوسرے ذرائع سے حاصل ہونے والی پروٹین کا معیار اس سے تقابل کر کے پرکھا جاتا ہے۔ اس میں تمام ضروری امینو ایسڈز بھی موجود ہوتے ہیں۔ مزید برآں اس میں یہ اجزا بھی موجود ہوتے ہیں۔

(A) Riboflavin. (B) Iron. (C) Flourin. (D) Vitamin B12.

(E) Vitamin D. (F) Vitamin E.

انڈا ان چند غذاؤں میں سے ایک ہے جن میں وٹامن ڈی پایا جاتا ہے۔ بیمار اور

بیماری سے صحت یاب ہونے والوں کے لیے انڈا تجویز کیا جاتا ہے۔ کیوں؟ اس لیے کہ اس میں تمام ضروری اجزا موجود ہوتے ہیں اور یہ زُود ہضم بھی ہوتا ہے۔

آپ سبزیوں کے ذریعے بھی اپنی غذائی ضروریات پوری کر سکتے ہیں۔ لیکن اس کے لیے آپ کو اپنی غذا کا انتخاب بڑی سمجھ داری کے ساتھ کرنا پڑے گا، اگر آپ درست انتخاب کے ذریعے غذا کو متوازن رکھتے ہیں تو آپ کی صحت اچھی رہے گی۔

لیکن اگر آپ لحمیاتی غذائیں بھی استعمال کرتے ہیں تو یہ توازن بالعموم خود ہی برقرار رہے گا۔

امید ہے آپ کو اپنے سوال کا جواب مل گیا ہوگا۔

سوال نمبر ۱۶:...... ڈاکٹر ذاکر نائیک نے اپنی گفتگو کے دوران میں ڈاکٹر ڈین آرنش کی تحقیقات کے مقابلے میں دیگر ڈاکٹر حضرات کے بیانات پیش کیے۔ ڈاکٹر ڈین آرنش اَب ایک معروف ڈاکٹر ہیں اور امراضِ قلب کے علاج کے حوالے سے خصوصی شہرت رکھتے ہیں، وہ صدر امریکہ کے مشیر ہیں اور امراضِ قلب کا علاج نباتاتی غذاؤں کے ذریعے کرتے ہیں۔ ڈاکٹر ڈین آرنش کی تحقیق کے بارے میں آپ کیا کہنا چاہیں گے؟

ڈاکٹر ذاکر نائیک:...... بھائی نے ایک بہت اچھا سوال پوچھا ہے کہ میں ڈاکٹر ڈین آرنش کے بارے میں کیا کہنا چاہتا ہوں جو بہت مشہور ہیں اور امراضِ قلب کا علاج نباتاتی غذاؤں کے ذریعے کرتے ہیں۔ میں آپ سے اتفاق کر لیتا ہوں لیکن کیا اس طرح لحمیاتی غذا ممنوع اور ناجائز قرار پا جاتی ہے۔ میرے بھائی آپ نے Maltese Diabetes کا نام سنا ہے۔ اگر کوئی شخص ذیابیطس کی اس شدید قسم کا شکار ہو تو اسے لازماً انسولین استعمال کرنا ہوگی۔ انسولین جانوروں کے لب لبے سے بنائی جاتی ہے۔ اگر وہ انسولین استعمال نہیں کرے گا تو اس کی جان جا سکتی ہے۔ اب اگر ایک لحمیاتی چیز ذیابیطس کا علاج ہے تو اس کا یہ مطلب نہیں کہ غیر لحمیاتی یا نباتاتی غذاؤں کا استعمال ہی ناجائز ہو گیا ہے۔

میں ڈاکٹر ڈین آرنش سے اتفاق کرتا ہوں کہ امراضِ قلب کا علاج نباتاتی غذاؤں کی مدد سے ممکن ہے۔ لیکن رشمی بھائی زاویری تو یہ کہتے ہیں کہ لحمیاتی خوراک کی عام ممانعت ہونی چاہیے۔ دل کے مریضوں کے لیے تو ٹھیک ہے انھیں پرہیز کے لیے کہا جاسکتا ہے، اگرچہ بعض ڈاکٹر اس سے بھی اختلاف کریں گے لیکن اگر آپ یہ کہتے ہیں کہ نباتاتی غذائیں چوں کہ امراضِ قلب کے لیے بہتر ہیں، لہٰذا گوشت خوری پر عام پابندی ہونی چاہیے تو پھر حکومت امریکہ گوشت خوری پر پابندی کیوں نہیں لگاتی؟

ڈاکٹر ڈین آرنش حکومت امریکہ کے مشیر ہیں تو پھر حکومت امریکہ ان کے مشورے پر عمل کیوں نہیں کرتی؟ پھر یہ کہ ان کی کیا تحقیقات ہیں اور ان تحقیقات کا درجہ کیا ہے۔ محض کسی کا نام لے کر یہ کہہ دینا کافی نہیں کہ اس نے گوشت خوری کو ناجائز قرار دیا ہے۔ مجھے تو اس پر بھی شبہ ہے کہ ڈاکٹر آرنش نے گوشت خوری کی واقعی عام ممانعت کی ہوگی۔ کیا انھوں نے یہ کہا ہے کہ کسی بھی شخص کو کسی بھی حال میں گوشت خوری نہیں کرنی چاہیے۔ میں آپ کو چیلنج کرتا ہوں کہ مجھے کوئی ایسا بیان دکھادیں۔ میرا خیال ہے کہ انھوں نے دل کے مریضوں کے لیے ممانعت کی ہوگی۔

پھر یہ کہ دیگر ماہرین بھی ہیں۔ میں نے ڈاکٹر ولیم ٹی جاروِس اور ڈاکٹر کے جیری کا حوالہ دیا لیکن بہت سے لوگ مزید بھی ہیں۔

لیکن میں منطقی بات کروں گا۔ میں اُن سے اتفاق کرتے ہوئے کہوں گا کہ امراضِ قلب کے شکار لوگوں کو گوشت سے پرہیز کرنا چاہیے۔ لیکن یہ کوئی عام اصول نہیں ہے۔

امید ہے آپ کو اپنے سوال کا جواب مل گیا ہوگا۔

سوال نمبر ۱۷:...... امریکہ میں ہونے والی پندرہ سالہ تحقیقات کی روشنی میں یہ بات سامنے آئی ہے کہ سرخ گوشت کینسر کا سبب بنتا ہے۔ کیا آپ اس بارے میں ہمیں کچھ بتائیں گے؟

ڈاکٹر ذاکر نائیک :...... بہن نے بہت اچھا سوال پوچھا ہے کہ ایک ہسپتال میں

ہونے والی پندرہ سالہ تحقیقات کے یہ نتائج سامنے آئے ہیں۔ پہلی بات تو یہ کہ یہاں پھر تحقیقات کا ذکر ہے ثابت شدہ حقائق کا نہیں۔ اور ان دونوں میں فرق ہوتا ہے۔ دوسری بات یہ کہ جس تحقیق کا آپ حوالہ دے رہی میں اس کا مطالعہ کر چکا ہوں، اس تحقیق کا حاصل یہ ہے کہ اگر آپ زیادہ مقدار میں گوشت کھائیں گے تو آپ کو Cancer of Colon کا خطرہ ہوگا۔ آپ کو یہ کینسر ہوسکتا ہے لیکن ایسا اسی صورت میں ہوگا جب آپ کی غذا میں کافی مقدار میں Fibers موجود نہ ہوں۔ اگر Fibers موجود ہیں تو گوشت کھانے کے باوجود آپ کو کینسر کا خطرہ نہیں ہوگا۔

لہٰذا اگر آپ ایک متوازن خوراک استعمال کر رہے ہیں تو محض گوشت کھانے سے کینسر نہیں ہوگا لیکن اسلام ضرورت سے زیادہ کھانے کی ممانعت کرتا ہے۔ لہٰذا جو لوگ قرآن کے خلاف جاتے ہیں، وہ بیمار ہوں گے۔ گویا یہ کہنے میں حرج نہیں کہ؛

''ضرورت سے زیادہ گوشت خوری ناجائز ہے۔''

وَآخِرُ دَعْوٰنَا اَنِ الْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ ٥

☆......☆......☆

ہماری دیگر کتابیں

فتاویٰ	ڈاکٹر یوسف القرضاوی
اسلام دہشت گردی یا عالمی بھائی چارہ	ڈاکٹر ذاکر نائیک
قرآن اور سائنس	ڈاکٹر ذاکر نائیک
بائبل اور قرآن (جدید سائنس کی روشنی میں)	ڈاکٹر ذاکر نائیک
کیا قرآن کلام خداوندی ہے؟	ڈاکٹر ذاکر نائیک
اسلام اور ہندو مت	ڈاکٹر ذاکر نائیک
مولانا شبلی نعمانیؒ بحیثیت سیرت نگار	ڈاکٹر ظفر احمد صدیقی
وحی حدیث	ڈاکٹر محمد یٰسین مظہر صدیقی
عبدالمطلب ہاشمی حضور ﷺ کے دادا	ڈاکٹر محمد یٰسین مظہر صدیقی
تدوین سیر و مغازی	مولانا قاضی اطہر مبارکپوری
علامہ شبلی نعمانیؒ کی قرآن فہمی	ڈاکٹر محمد مسعود عالم قاسمی
ہندو علماء و مفکرین کی قرآنی خدمات	ڈاکٹر [illegible] ہاشمی

فضلی بک سپر مارکیٹ
اردو بازار ... کراچی
فون: 2212991-2629724

کتاب ...

Designed by Naveed Ahmad 0300-42....