

“ અદબ સે હી ઈન્સાન પાયા કમાલ ”
જમવાના-પીવાના આદાબ

અલ્લાહતઆલા પોતાની કિતાબ કુરઆને કરીમમાં ફરમાવે છે કે મારા બંદા પર વાજબ છે કે મારી નેઅમતોની ઝિકર અને યાદ કરા કરે અને તે વાસ્તે મારો હમ્દ અને શુકુર કરે. અલ્લાહતઆલાએ હમને લા-તાઅદાદ અને બેઈન્તેહા નેઅમતો બખ્શી છે જેનો શુમાર અને ગિનતી કરવું ઈન્સાની તાકતથી બઈદ છે. જે શખ્સ અલ્લાહની નેઅમતોનો શુક્ર કરશે અને તે પર કનાઅત રાખશે તો અલ્લાહતઆલા તેને વાસ્તે નેઅમતોમાં ઈઝાફો અને ઝિયાદતી કરશે. અને જે શખ્સ અલ્લાહની નેઅમતો પર શુક્ર નહીં કરે અને કુફ્ર કરશે, અલ્લાહના એહસાનને (ભૂલી જાશે, તો અલ્લાહતઆલા તેને સખત અને શદીદ અઝાબમાં મુબ્તેલા અને ગિરફતાર કરશે. આ દુનિયામાં અલ્લાહે ઈન્સાનની ઝિંદગી અને હયાત વાસ્તે મુખ્તલીફ અકસામની રાહત અને લઝઝત મુકી છે. હવે આ તમામ ચીજના બેહતર તૌર પર ઈસ્તેમાલ કરવા વાસ્તે અલ્લાહે કુરઆને શરીફ અને સુન્નતે રસુલુલ્લાહ (સ.અ.વ.વ.) ને ઝરીએ તેના કાનુન અને એહકામ બતાવેલા છે. હમારે વાસ્તે જમન અને પાની પણ અલ્લાહની નેઅમતે ઉઝમા છે. મુમીન પર વાજબ છે કે જમન ને પુરી અદબ અને તેહઝીબ સાથે તનાવુલ કરે.

ઈન્સાનની અદબ, અસ્લીયત અને ઈમાનનો અંદાઝો જમવાના આદાબ પરથી આવે છે. તારીખના ઔરાકમાં એક કીસ્સો વારીદ છે કે એક બાદશાહ કોઈ ફરઝંદ-વારીસદાર બગૈર ગુઝરી ગયા અને બાદશાહતનો તમામ નીઝામ અને કારોબાર તેના બૈરોને ચલાવો. દરબારીઓએ મલેકા રાની સાહેબાને સલાહ આપી કે તે એક ફરઝંદને દત્તક લે. તમામ શહેરોમાં મુનાદી ફીરાવ્વામાં આવો કે રાની સાહેબા તરફથી બાદશાહતના બધા નાના બચ્ચાઓને કર્સે આલી મહેલમાં જમનનું ઈઝને આમ છે. તમામ બચ્ચાઓ હાઝીર થયા અને રાની ખુદ એ તમામની ખીદમતમાં ઉભા રહ્યા અને રાનીએ એવા બચ્ચાની પસંદગી કીધી કે જે જમન પર તમીઝ અને અદબ બજા લાવો, તેથી રાનીએ તેને તેની તેહઝીબને લીધે દત્તક લીધો અને મુસ્તકબીલનો બાદશાહ બનાવો.

અય કારેઈન, **અલ્લાહતઆલાની નેઅમતની એહમીયત મુમીન જ સમઝી શક છે.** એહલે શીઆ પર વાજબ છે કે જમનને પૂરા અદબ અને સુકુન સાથે જમે, ભલેને તે ઘરમાં એકલા હોય, યા બીજાના ઘરમાં હોય, યા જમાઅતખાનામાં ખુશી-ગમીના મૌકા પર હોય. મુમીન ફક્ત જમનથી જીસ્માની કુવ્વત નથી લેતો મગર અદબથી જમન જમી અલ્લાહતઆલાની નઝરમાં તે મેહબૂબ થાય છે અને તેથી રૂહાની કુવ્વત પણ તે હાસીલ કરે છે.

ખાસ આદાબ

- ૧) જમન જમતાં પહેલા બેવે હાથને બરાબર પાનીથી ધોઈ.
- ૨) જમન જમણા હાથથી જમે અને પાંચે આંગલાઓનો ઈસ્તેમાલ કરે, ચમચી યા બીજી ચીજથી ન જમે.
- ૩) ઘરના તમામ અફરાદ દસ્તરખ્વાન બિછાવીને થાલ માં બેસે. અલગ અલગ થાલીઓમાં ટેબલ પર જમવા ન બેસે. થાલ પર જેટલા વધારે હાથ એટલી જમનમાં બરકત થાય છે.
- ૪) જમવા બેસે તો મરદો ટોપી પહેરીને અને બૈરો ઓઢની ઓઢીને બેસે.
- ૫) બેવે પગ વાલીને યા એક પગ ઉંચો રાખીને જમવા બેસે પલાઠી મારે નહીં.
- ૬) થાલ હાઝીર થાય તો પેહલે નમક ચાખે. આ સુન્નત પર અમલ કરવાથી અલ્લાહતઆલા જીસ્મમાંથી મરઝ અને બિમારીને દુર કરે છે, અને જમન બેહતર તૌર પર હઝમ થાય છે.
- ૭) મીઠાશ, ખરાશ, રોટી, હલામની યા કોઈ પણ તરહનું જમન ઈબેદા કરતાં પહેલા “બિસ્મિલ્લાહ હિરહમા નિર્હીમ” બોલે. આ અમલ કરવાથી શૈતાનની જમનમાં શીરકત રેહતી નથી.
- ૮) જમનનો લુકમો (નિવાલો) પોતાને નઝદીકથી લે. લુકમો નાનો લે અને આહિસ્તાથી મુંહમા મુકે. લુકમા લેતી વક્ત સફરા પર દાના ન પાડે.
- ૯) આહિસ્તા આહિસ્તા જમન જમે. ચાવતી વક્ત આવાઝ ન કરે અને મુંહ બંદ રાખીને ચાવે. મુંહ માંથી દાના ન પાડે. કયામતના દિન અલ્લાહતઆલા હર શખ્સ પાસેથી એક એક દાનાનો હિસાબ લેશે. તે સબબ જમનને ઝાએ ન કરે.
- ૧૦) હલામની નાની કરે. પોતાની જમવાની જગાને સાફ રાખે.
- ૧૧) રોટી કે હલામનીને જમની બાઝુથી જમે.
- ૧૨) ગોશતનો ટુકડો એક વક્તમાં એક નિકાલે પોતાને નઝદીક એકથી ઝિયાદા ટુકડા ન નિકાલે, એમ કરવું જમવાની તેહઝીબથી ખિલાફ છે.
- ૧૩) ગોશતની તરકારી, પલીદુ યા રાયતું પ્યાલામાં હોય તો એક વક્તમાં બે ચમચીથી ઝિયાદા ન પીએ. થાલમાં બેસનાર તમામને પીવાનો મૌકો આપે.
- ૧૪) થાલમાં પીવાની ચીઝને પ્યાલાથી ન પીએ મગર ચમચીથી પીએ અને ચમચીને પ્યાલામાં આહિસ્તાથી મુકે બચાલ રાખે કે બીજાના કપડાં પર તેના છાંટા ન ઉડે.
- ૧૫) જમતી વક્ત પાની ન પીએ. આમ કરવાથી ભૂખ મરી જાય છે.
- ૧૬) જહાં તક તમામ થાલમાં બેસનાર જમી ન લે વહાં તક થાલ પરથી ઉઠે નહીં. આખીર તક જમનારને સાથ આપે.
- ૧૭) આખીરમાં અગર થાલમાં જમન બાકી રહે તો તમામ થોડું થોડું જમન જમી જાય. જમનને રદ ન કરે.
- ૧૮) સાહબે દાઅવતને જમનનું ઈઝન અરઝ કીધું હોઈ યા ઘરમાં ઝિયાફત હોઈ તો ઘરના અફરાદ સાહબે દાઅવતની ખિદમતમાં હાઝીર રહે અને પોતે જમનની ચિઝોને અરઝ કરે.
- ૧૯) જમી રહ્યા બાદ અલ્લાહતઆલાનો શુક્ર અદા કરે આંગલીઓને ખૂબ ચૂસે, જેથી કોઈ પણ દાના તે પર બાકી ન રહે.
- ૨૦) મેઝબાન પહેલા તમામ મેહમાનને હાથ ધોરાવે તે બાદ પોતે હાથ ધોય.
- ૨૧) હાથને ખુબ સાફ કરે સબબકે ગંદા હાથને શૈતાન સુંઘે છે.
- ૨૨) પાનીને જોઈને અને ચૂસીને કાસ યા કદેહ યા ગલાસમાંથી પીયે. એક સાંસમાં ન પીયે મગર તીન મરતબા વકફો કરે અને આહિસ્તાથી પીયે. પાની સિવાય બીજી ચીઝને એક ઘૂંટમાં પી શકાય છે.
- ૨૩) ઉભા રહીને યા બેસીને પાની પીવામાં રૂખસત આવેલી છે.
- ૨૪) પાની પીવા પછી અલ્લાહતઆલાનો હમ્દ કરે અને આલે મોહમ્મદ (સ.અ.વ.વ.) પર સલવાતો સલામ બોલે. રસુલુલ્લાહ (સ.અ.વ.વ.) એ એમ પણ ફરમાવ્યું કે, **“ જે કોઈ પાની પીતી વક્ત હુસયન (અ.સ.) ને યાદ કરશે અને તેઓનાં કાતિલ પર લઅનત બોલશે તો અલ્લાહતઆલા તેને શહીદોના દરજામાં લખશે અને એક હઝર જાનોને (ગુલામોને) ગુલામીમાંથી આઝાદ કરવાનો સવાબ ઈનાયત કરશે. ”**
- ૨૫) તકીયાને ટેકો દઈને કે ચંપલ પહેરીને જમન ન જમે.
- ૨૬) જમનમાં ઐબ ન નીકાલે. જે પેશ કરવામાં આવે તે અલ્લાહના શુક્ર સાથે જમી જાય, તેની લઝઝત-બનાવટમાં કસુર ન નીકાલે.
- ૨૭) પેટ ભરીને ન જમે, થોડું ખાલી રહેવા દે. જમી રહ્યા બાદ ઝોરથી ડકાર ન ખાય.
- ૨૮) થાલમાં કોઈ બુઝુર્ગ શખ્સ બેસા હોય તો હર ચીઝમાં પહેલા તેમને લુકમો લેવાનો મૌકો આપે.
- ૨૯) જમવા અને પીવાના આદાબમાં જો કોઈ કુસુર યા ખતા કરે તો એ અમલ અલ્લાહની નઝરમાં નાપસંદીદા છે અને એ નેઅમત તેની બેઅદબી કરનાર શખ્સને ખિલાફ અલ્લાહને નઝદીક ફરિયાદ અને શીકાયત કરે છે. ★

-: નઝમે તઆમ :-

આઓ દસ્તરખ્વાન બીછારો,
મિલ-જુલકર સબ ખાના ખાએ.
ભાઈ, પહેલે હાથ તો ધોલો,
ખાને મેં બેઝાર ન બોલો.
બિસ્મિલ્લાહ જે ભૂલા ડોઈ,
ઉસને સારી બરકત ખોઈ.
દાએ હાથ સે ખાના, ખાના,
દેખો મુમીન ભૂલ ન જાના.
છોટે છોટે લૂઝમે લેના,
હર લૂઝમે ડો ખૂબ ચખાના.
કુતો કે અંદાઝ ન કરના,
સપ-સપડા આવાઝ ન કરના.
ખાને મેં મત ઐબ નિડાલો,
જો મિલ જએ શૌક સે ખાલો.
લૂઝમા ગિર જયે તો ઉઠાલો,
સાફ કરો હિર ઉસડો ખાઓ.
અપને આગે સે તુમ ખાઓ,
ઈઘર-ઉઘર મત હાથ બઢાઓ.
ખુશ ખુશ બાહમ ખાના અરઘા,
કુછ ભૂખે ઉઠ જાના અરઘા.
ખાના ખાકર ડામ હૈ સબડા,
શુક કરે હમ અપને રબડા. ★