

سنت پارٹی:-

استاذہ الحمد للہ ہمارا صوت القرآن کا پانچواں پارہ مکمل ہوا تو ہم نے سوچا کہ کیوں نہ سنت پارٹی کی جائے اس کے کچھ مقاصد تھے: ہم مسنون کھانوں سے متعارف ہوں اور مسنون کھانا کھانے کے بعد اس کے اثرات کو دیکھیں۔ جب سے میرا جینا میرا مرنا پڑھنا شروع کیا تو اسٹوڈنٹس کی روٹین کافی ٹف ہو گئی تھی تو ان کو تھوڑا سا ریفریش کرنا۔ جو چیزیں کھانے میں شامل تھیں وہ یہ ہیں:

- ۱۔ سرکہ اور بغیر چھنے آٹے کی روٹی
- ۲۔ حریہ (جو کدلیہ اور مرغی سے بنا ہوا)
- ۳۔ کدو کا رائتہ
- ۴۔ پوری (بغیر چھنے آٹے کی روٹی اور شکر)
- ۵۔ سلاد (چقندر، لکڑی، انار، زیتون کا تیل، شہد)
- ۶۔ مچھلی
- ۷۔ سو.جی کا حلوہ
- ۸۔ کھجور، انجیر، زیتون، کشمش
- ۹۔ شرید
- ۱۰۔ چقندر، کدو اور جو کا سوپ
- ۱۱۔ کھجور دودھ کا شربت
- ۱۲۔ میوہ کا شربت
- ۱۳۔ انار کا شربت چھلکے کے ساتھ
- ۱۴۔ زمزم
- ۱۵۔ ستو
- ۱۶۔ شہد
- ۱۷۔ نبذ تمر



طریقہ:-

کھانے کے آداب کا خیال رکھا۔ جن میں پہلے ہاتھ دھونا۔ پھر زمین پر دسترخوان لگا کر مسنون طریقے سے دایاں پاؤں کھڑا کر کے بائیں پاؤں پر بیٹھے۔ بسم اللہ پڑھی۔ بڑوں سے شروع کیا۔ ایک پیالہ اٹھایا اور اسے دائیں ہاتھ پر پیالہ پاس کرتے اور اسی میں کھاتے گئے۔ اگر کوئی چیز زیادہ لینی ہے تو اجازت لی سب سے آخر میں دعا پڑھی برتن صاف کرے انگلیاں چاٹیں اور ہاتھ دھوئے۔ (دسترخوان کی تصویر ساتھ موجود ہے۔)

نتائج:-

صبر:- کچھ چیزیں جو کسی کو بہت پسند ہیں وہ بھی اتنی ہی کھانی ہیں جتنی سب کھائیں گے۔ کوئی چیز پسند ہے تو پیالہ ہمارے پاس بہت لیٹ پہنچ رہا ہے ہم نے جو کھایا ہمیں heavy محسوس نہیں ہو رہا تھا اور زیادہ تو میٹھی چیزیں تھیں تو اللہ سے دعا کی کہ اللہ تعالیٰ ہمیں بھی اخلاق میں ایسا ہی میٹھا بنا دیں۔ ہم نے فیصلہ کیا کہ ہم یہ چیک کریں گے کہ اس مسنون کھانے کے بعد کتنا خود کو فریش اور active پاتے ہیں اور جب تک ہمیں بھوک نہیں لگے گی ہم کچھ نہیں کھائیں گے۔ کچھ چیزیں جو ہمیں پسند نہیں بھی تھیں ان کو ہم نے سنت سمجھ کر کھایا۔ (اب انشاء اللہ اسٹوڈنٹس کل بتائیں گی کہ انہوں نے کیا محسوس کیا۔ میرا ذاتی تجربہ یہ رہا کہ دن میں زیادہ کھانا کھانے کے بعد جو گہری نیند آتی تھی وہ نہیں آئی کچھ دیر قیلولہ ہی کیا اس کے علاوہ فریش بھی رہی الحمد للہ) ایک یہ بات سیکھی کہ ہمارے دسترخوان پر بہت سارے کھانے ایک وقت میں جمع ہو گئے جب کہ نبی ﷺ نے سارا دن میں ایک کھانا اور ان میں سے ایک ڈش کھائی ہے اور ہمارے پاس اتنی نعمتیں ہونے کے باوجود ہم شکر ادا نہیں کرتے۔

استاذہ فید بیک طویل ہو گیا اس کے لیے معذرت لیکن استاذہ ہمارا بھی بہت دل چاہتا ہے آپ سے بات کرنے کا۔

اللہ تعالیٰ آپ صحت اور تندرستی اور جزائے خیر دے کہ آپ ہماری توجہ ان باتوں کی طرف دلاتی ہیں جو ہم نے سوچی بھی ہیں۔

جزاکم اللہ خیرا کثیرا

والسلام صنوبر جمیل