Warum ist es im Islam erlaubt, rotes und weißes Fleisch zu essen?

Fleisch ist eine wichtige Eiweißquelle. Der Mensch hat flache und geschärfte Zähne, die zum Kauen und Zerkleinern von Fleisch geeignet und vorbereitet sind. Allah hat dem Menschen Zähne gegeben, die zum Verzehr von Pflanzen und Tieren geeignet sind, und hat sein Verdauungssystem so geschaffen, dass es für die Verdauung von pflanzlichen und tierischen Nahrungsmitteln geeignet ist, was ein Beweis für die Zulässigkeit des Fleischessens ist.

Erlaubt (zu essen) sind euch die Vierfüßler unter dem Vieh, ... (5:1)

Der Edle Qur'an hat einige Regeln bezüglich der Nahrung festgelegt:

Sag: Ich finde in dem, was mir (als Offenbarung) eingegeben wurde, nichts, das für den Essenden zu essen verboten wäre, außer es ist Verendetes oder ausgeflossenes Blut oder Schweinefleisch - denn das ist ein Greuel - oder ein Frevel, worüber ein anderer (Name) als Allah(s) angerufen worden ist. Wer sich aber in einer Zwangslage befindet, ohne zu begehren oder das Maß zu überschreiten, - so ist dein Herr Allvergebend und Barmherzig. (al-Anʿām:145)

Verboten ist euch (der Genuß von) Verendetem, Blut, Schweinefleisch und dem, worüber ein anderer (Name) als Allah(s) angerufen worden ist, und (der Genuß von) Ersticktem, Erschlagenem, zu Tode Gestürztem oder Gestoßenem, und was von einem wilden Tier gerissen worden ist - außer dem, was ihr schlachtet - und (verboten ist euch,) was auf einem Opferstein geschlachtet worden ist, und mit Pfeilen zu losen. Das ist Frevel.... (al-Māʾida:3)

Allah, der Allmächtige sagte:

...und eßt und trinkt, aber seid nicht maßlos! - Er (Allah) liebt nicht die Maßlosen. (al-Aʿrāf:31)

Ibn al-Qayyim, möge Allah ihm barmherzig sein, sagte: "[270] "Er hat Seine Diener dazu angeleitet, Nahrung und Getränke zu sich zu nehmen, die den Körper stärken, und dies in einer Menge und Qualität, die dem Körper nützt.

Sobald man dies überschreitet, ist es Verschwendung, und beides, sowohl das Essen und Trinken zu unterlassen als auch die Übertreibung darin, hindert an der Gesundheit und bringt Krankheit. Ich meine damit, weder zu essen und zu trinken noch im Essen und Trinken zu übertreiben. So liegt das Bewahren der Gesundheit ganz in diesen beiden Worten." "Zad al-Ma'ad" (4/213).

Allah, der Allmächtige, beschrieb den Propheten Muhammad (Allahs Frieden und Segen seien auf ihm) mit den Worten: er erlaubt ihnen die guten Dinge und verbietet ihnen die schlechten ..." (al-Aʿrāf:157), Allah sagte auch: Sie fragen dich, was ihnen erlaubt ist. Sag: Erlaubt sind euch die guten Dinge.(al-Māʾida:4)

Daher sind alle reinen Dinge erlaubt, und alle unreinen Dinge sind unerlaubt.

Der Prophet (Allahs Frieden und Segen seien auf ihm) stellte klar, wie sich der Gläubige in Bezug auf sein Essen und Trinken verhalten sollte, als er sagte:„Der Sohn Adams füllt kein Gefäß schlechter als seinen Magen. Es genügt dem Sohn Adams, ein paar Bissen zu essen, um seinen Rücken aufzurichten, aber wenn er (seinen Magen) füllen muss, dann ein Drittel für sein Essen, ein Drittel für sein Trinken und ein Drittel für seinen Atem." [273] Überliefert von At-Tirmidhi.

Der Prophet (Allahs Frieden und Segen seien auf ihm) sagte auch: "Es soll weder Schaden noch gegenseitiger Schaden entstehen." [274] Überliefert von Ibn Mājah.