# Perché è permesso nell’Islam mangiare carne rossa e bianca?

La carne è una fonte essenziale di proteine. Gli esseri umani hanno denti piatti e affilati adatti sia a masticare che a triturare la carne. Allah ha concesso all’uomo denti adatti a consumare sia piante che carne e ha creato un sistema digestivo capace di digerire alimenti vegetali e animali, il che dimostra la liceità di mangiare la carne.

{...Vi sono permessi gli animali dei greggi,...}. [266] [Sura al-Mā’idah: 1].

Il Sacro Corano ha stabilito alcune regole riguardanti l’alimentazione:

{Di’: «In quello che mi è stato rivelato non trovo altri interdetti a proposito del cibo, se non l’animale morto, il sangue effuso e la carne di porco – che è immonda – e ciò che, perversamente, è stato sacrificato ad altri che ad Allah». Quanto a chi vi fosse costretto, senza intenzione o ribellione, ebbene, il tuo Signore è perdonatore, misericordioso}. [267] [Sura al-An‘ām: 145].

{Vi sono vietati gli animali morti, il sangue, la carne di porco e ciò su cui sia stato invocato altro nome che quello di Allah, l’animale soffocato, quello ucciso a bastonate, quello morto per una caduta, incornato o quello che sia stato sbranato da una belva feroce, a meno che non l’abbiate sgozzato [prima della morte] e quello che sia stato immolato su altari [idolatrici] e anche [vi è stato vietato] tirare a sorte con le freccette. Tutto ciò è iniquo....}. [268] [Sura al-Mā’idah: 3].

Allah l’Altissimo ha detto anche:

{Mangiate e bevete, ma senza eccessi, che Allah non ama chi eccede}. [268] [Sura al-A‘rāf: 31].

Ibn al-Qayyim (misericordia di Allah su di lui) spiegò: "Allah ha ordinato ai Suoi servi di consumare ciò che sostiene il loro corpo, cibo e bevande che siano benefici in termini di quantità e qualità. Quando si supera questa misura, diventa uno spreco. Entrambi gli estremi – astenersi o esagerare – sono dannosi e causano malattie. La via migliore per mantenere una buona salute sta

nell’equilibrio". ("Zād al-Ma‘ād", 4/213)

Allah l’Altissimo descrisse il Profeta Muhammad (pace e benedizioni di Allah su di lui) dicendo: {colui che ordina le buone consuetudini e proibisce ciò che è riprovevole...}. [271] [Sura al-A‘rāf: 157]. E disse anche: {Ti chiederanno quello che è loro permesso. Di’: «Vi sono permesse tutte le cose buone...»}. [271] [Sura al-Mā’idah: 4].

Pertanto, tutte le cose pure sono lecite, mentre quelle impure sono illecite.

Il Profeta (pace e benedizioni di Allah su di lui) spiegò come il credente dovrebbe comportarsi riguardo al cibo e alle bevande: "Il figlio di Adamo non riempie nessun recipiente peggiore del suo stomaco. È sufficiente che il figlio di Adamo mangi qualche boccone, per farlo andare avanti. Se deve farlo (riempire il suo stomaco), allora che ne riempia un terzo di cibo, un terzo di bevande e un terzo di aria". [273] (Riportato da At-Tirmidhi).

Disse anche: "Non ci sarà né danno né danno reciproco". [274] (Riportato da Ibn Mājah)

سؤال وجواب حول الإسلام
Source: https://mawthuq.net/demo/qa/it/show/100/
Arabic Source: https://mawthuq.net/demo/qa/ar/show/100/
Sunday 1st of November 2026 06:37:40 AM