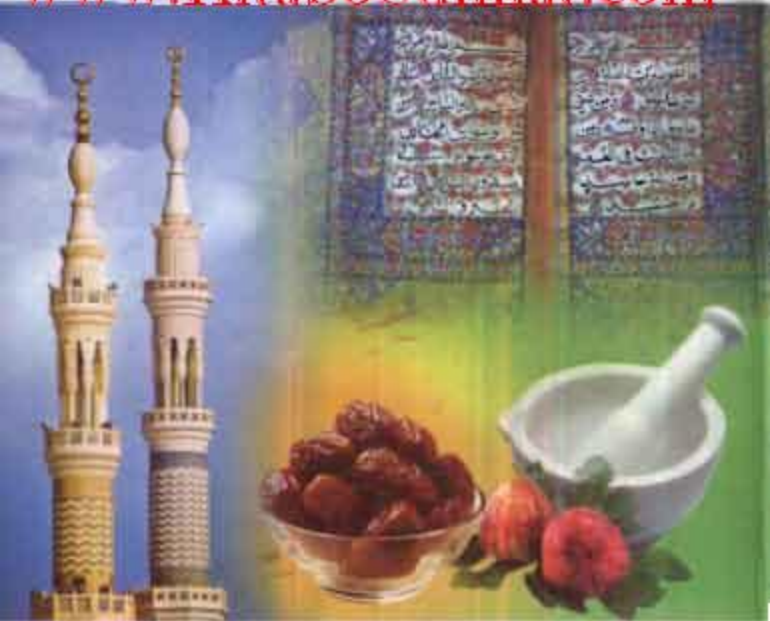


دُعَا، دَوَا اور دَم سے

نبوی طریقہ علاج

www.KitaboSunnat.com



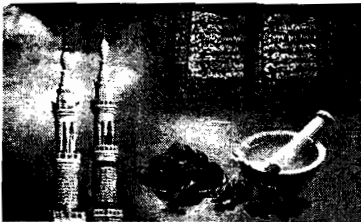
نظر ثانی

مفتی محمد رفیع الرحمن لکھوی

مصنف

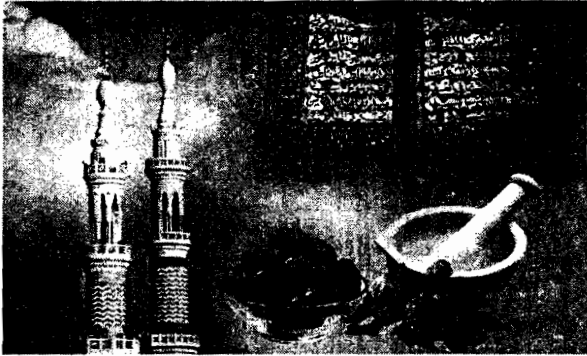
شفیق الرحمن فرخ

دُعا، دوا اور دم سے
نبوی ﷺ طریقہ علاج





دُعَا، دَوَا اور دَم سے نبوی طریقہ علاج



نظر ثانی

حسین علیہ السلام بن الرحمن لکھنوی
فضیلہ ایچ ایم سائنس

مُصَنَّف

شہیناز بیگم بن فرخ

ناشر

ہدی اکیڈمی

سٹریٹ 43 گلزنب کالونی سیمن آباد، لاہور

0300-4478122

اس کتاب کے جملہ حقوق بحق مصنف محفوظ ہیں

نام کتاب: دُعا، دوا اور دم سے نبوی طریقہ علاج

مصنف: شفیق الرحمن فرخ

ناشر: ہدای اسکے پبلیشنگ گلی نمبر 43 گلزیب کالونی

سمن آباد لاہور۔ 0300-4478122

اشاعت اول: مارچ 2008ء

اشاعت دوم: اگست 2008ء

اشاعت سوم: اگست 2010ء

قیمت: 160 روپے

ہماری مطبوعات ملنے کے پتے:

☆ اردو بازار لاہور: دارالکتب افیضہ 0333-4334804، دارالاشعور 7239138

البلاغ نیل روڈ 0300-8880450، نعمانی کتب خانہ 7321865، اسلامی اکیڈمی 7357587

مکتبہ اسلامیہ 7244973، مکتبہ قدوسیہ 7230585، مکتبہ سلفیہ 7237184

دارالسلام 7232400، کتاب سرائے 0300-9401474، مکتبہ محمدیہ 0300-4826023، مکتبہ

تیسرا انسانیت 7310530، معارف اسلامی منصورہ 5432419، ادارہ اسلامیات انارکلی 7324412

نگارشات 7322892، دارالحدیث 0300-9480166، دارالانلس 7230549۔

البلاغ ماڈل ٹاؤن 0300-6112240، مکتبہ اصحاب الحدیث 7321823

☆ اردو بازار گوجرانوالہ: مدینہ کتب گھر، مکتبہ نعمانیہ، والی کتب گھر

☆ اسلام آباد: السعدی اسلامک بکس 2261356، البلاغ 0300-5205060

☆ فیصل آباد: مکتبہ اسلامیہ 6301204، مکتبہ اہل حدیث امین پور بازار

☆ کراچی: مکتبہ اہل حدیث کورٹ روڈ، مکتبہ نورحرم 4965724

☆ پشاور: معراج کتب خانہ 214720

☆ حیدر آباد: مکتبہ دعوت السلفیہ 0333-2607264

☆ چھانگا مانگا: 0494381123

فہرست

| | |
|----|---|
| 13 | نگاہِ اول |
| 15 | حرفے چند |
| 29 | صحت..... اللہ تعالیٰ کی ایک عظیم نعمت |
| 31 | دعا سے علاج |
| 33 | دعا سے علاج |
| 35 | دعا عبادت ہے |
| 35 | دعا کی قبولیت کا نادر نسخہ |
| 36 | درود شریف یوں پڑھے |
| 37 | تین قسم کے لوگوں کی دعا خاص طور پر قبول ہوتی ہے |
| 37 | تکلیفیں صرف اللہ ہی رفع کرتا ہے |
| 35 | ہدایت، تقویٰ اور دیگر بھلائیوں کا خزانہ |
| 39 | علاج کے لئے مسنون دعائیں |
| 41 | علاج کے لئے مسنون دعائیں |
| 41 | پریشانی دور کرنے کی دعائیں |
| 42 | بے قراری رفع کرنے کی دعا |
| 42 | سید الاستغفار اور اس کی فضیلت |
| 45 | دنیا و آخرت کی دعا |
| 45 | اصلاحِ احوال کی دعائیں |
| 46 | آیت الکرسی |
| 47 | سورہ بقرہ کی آخری آیات اور ان کی فضیلت |
| 49 | حصولِ مقاصد اور دشمنوں کے شر سے حفاظت کی ضمانت |

- 50 پہاڑ برابر قرض بھی ہو تو اتروانے کی دعا
- 50 جنت کا خزانہ حاصل کرنے کی دعا
- 40 والدین و اولاد کے لیے دعا
- 51 دشمن کے زمینی اور فضائی حملوں سے حفاظت کی دعا
- 52 مجلس کی تمام لغزشیں معاف کرانے کی دعا
- 52 اہم کاموں سے پہلے اللہ تعالیٰ سے بھلائی طلب کرنے کی دعا (دعائے استعاذہ)
- 54 نیک اولاد کے حصول کی دعائیں
- 54 اچھے وارث کے لیے دعا
- 54 علم میں اضافے کی دعائیں
- 55 بیوی بچوں سے آنکھیں ٹھنڈی کرنے کی دعا
- 55 جامع دعا
- 56 اللہ تعالیٰ سے جسمانی عافیت طلب کرنے کی دعا
- 56 جنت کا سوال اور آگ سے پناہ کی دعا
- 57 رب کے حضور مناجات
- 58 شیطان سے پناہ مانگنے کی جامع دعا
- 58 گناہوں سے بخشش کی دعا
- 59 عذاب قبر سے پناہ کی دعا
- 59 دشمن کے خلاف رب کے حضور دعائیں
- 61 دم سے علاج
- 63 دم سے علاج
- 63 خود کو دم کرنا
- 63 دم کرانا

- 64 سورة الفاتحة
- 64 جن، جادو اور نظر بد سے بچاؤ
- 64 بیمار پرسی کی فضیلت
- 65 بیمار پرسی کی دعا
- 65 مشکل ترین حالات میں پڑھنے کی دعا
- 65 غربت سے نجات کی دعا
- 66 نیکیاں بڑھانے کی دعا
- 66 مقابل کا ڈر ختم کرنے کی دعا
- 67 علاج کے لئے مسنون دم
- 69 علاج کے لئے مسنون دم
- 69 مریض کی عیادت کرنے والے کو یہ دم یاد ہونا چاہیے
- 69 ہر چیز کے شر سے بچنے کا دم
- 69 سورة الاخلاص
- 70 سورة الفلق
- 70 سورة الناس
- 71 پھوڑے اور زخم وغیرہ کے لیے دم
- 71 مختلف امراض سے بچاؤ کے لئے دم
- 72 نظر بد سے بچاؤ کا دم
- 72 زہریلے جانوروں، حشرات نیز راستے کے چور، ڈاکو سے حفاظت کا دم
- 72 ناگہانی حادثے اور ہر قسم کی تکلیف سے بچاؤ کا دم
- 73 ناقابل برداشت درد سے بچاؤ کے لیے دم
- 73 بچوں کو مختلف تکالیف سے بچاؤ کا دم
- 73 برص، جنون، کوڑھ اور ہر بیماری سے بچنے کا دم

- 74 کان، آنکھ اور قوتِ باہ بڑھانے کا دم
- 74 بزدلی، بخل اور بڑھاپے سے بچاؤ کا دم
- 74 بڑھاپے میں تنگیِ رزق سے بچاؤ کا دم
- 75 بہرے اور گونگے پن سے بچاؤ کا دم
- 75 سینے کے امراض سے بچاؤ کا دم
- 75 بخار کا دم
- 77 دوا سے علاج
- 79 دوا سے علاج
- 80 دوا استعمال کرنا
- 81 حرام میں شفا نہیں
- 81 دعا کی مقدار
- 82 دوا کھانے سے پہلے کی دعا
- 82 دعا بھول جانے کی صورت میں پڑھنے کی دعا
- 82 دعا کھانے کے بعد کی دعا
- 83 چند مسنون دوائیں اور ان کے خواص
- 85 چند مسنون دوائیں اور ان کے خواص
- 85 اٹھ (سرمہ)
- 86 تشریح
- 87 بکرے کی ران
- 89 پانی
- 90 پانی کے ہلکے ہونے کا اندازہ تین طریقے سے کیا جاتا ہے
- 91 کان سے نکلنے والا پانی
- 91 نیم گرم پانی

- 92 ٹھنڈا پانی
- 92 بہت زیادہ ٹھنڈا یا گرم پانی
- 94 بخار کے علاج کے متعلق ہدایات نبوی
- 96 باسی پانی
- 96 برف اور اولوں کا پانی
- 97 کنویں اور تالیوں کا پانی
- 101 زم زم
- 103 پیلو
- 104 تلمینہ
- 105 چٹائی کی راکھ (زخم سے خون بند کرنے کا چٹکلا)
- 106 چراستہ
- 107 دودھ
- 109 بھیڑ کا دودھ
- 109 بکری کا دودھ
- 110 گائے کا دودھ
- 110 اونٹنی کا دودھ
- 111 اونٹوں کا دودھ اور ان کا پیشاب
- 113 ریشم
- 115 زیتون اور اس کا تیل
- 117 سرمنڈانا
- 119 سناکی
- 121 کھینے (سینگلی) لگوانا
- 123 شہد

- 124 طب نبوی میں اسہال کا طریقہ علاج
- 128 تشریح از علامہ داؤد راز دہلوی
- 129 عجوہ
- 130 عود ہندی
- 130 عود ہندی سے ذات الجنب کا علاج نبوی ﷺ
- 131 عود (قط) ہندی اور عود (قط) بحری
- 133 کچی لسی
- 134 کھجور
- 135 کھمبی
- 137 کلونچی
- 139 مکھی کا پتہ
- 141 حِثَامَةُ مِسْكِ
- 143 پرہیز و احتیاط
- 144 صحت کاراز
- 148 چند مفید احتیاطی تدابیر
- 149 چار مفید و مضر چیزوں کا بیان
- 153 شہداد اور دارچینی کے کرشمے
- 157 مراجع و مصادر

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

نگاہِ اول

الحمد لله وحده، والصلاة والسلام على من لا نبی بعده، اما بعد!

دین اسلام کے امتیازات اور خوبیوں میں سے یہ بات نہایت اہم ہے کہ اس نے زندگی کے ہر معاملے میں رہنمائی کی ہے۔ اگر انسان اپنی زندگی کے تمام مسائل و معاملات میں اس سے رہنمائی لے تو اس کی دنیا بھی دین اور عبادت ہی کہلائے گی اور یہ نعمت انسان کو کسی دوسرے دین میں قطعاً میسر نہیں آسکتی۔

من جملہ امور حیات کے امراض اور ان کا علاج معالجہ بھی ہے، جس سے ہر انسان کو سابقہ پیش آتا ہے۔ شریعت مطہرہ نے علاج کے دائرے کو وسعت دیتے ہوئے مادیات کے ساتھ ساتھ روحانیات کو بھی اس میں شامل کر دیا ہے بلکہ بہت سے امراض میں ظاہری اور مادی علاج کی بجائے روحانی علاج زیادہ کارگر ثابت ہوتا ہے۔

علاج معالجے کے ساتھ ساتھ قرآن و حدیث کے مطابق امراض بھی دو قسموں پر مشتمل ہیں، جسمانی اور روحانی۔ الغرض! شریعت نے انسانی زندگی کے اس پہلو کو بھی نظر انداز نہیں کیا بلکہ اس سلسلے میں بے مثال رہنمائی فرمائی ہے، اگر مسلمان اپنے امراض اور ان کے علاج میں شریعت کی ان ہدایات پر عمل پیرا ہو تو اس پر بھی وہ اجر و ثواب کا مستحق قرار پاتا ہے، گویا ”آم کے آم گھلیوں کے دام“ والا معاملہ ہے۔

مولانا شفیق الرحمن فرخ نے اس کتابچے میں شریعت کی انہی تعلیمات کو اختصار و ایجاز کے ساتھ ایک خوبصورت پیرائے میں جمع کر دیا ہے، اسلوب نگارش آسان اور شستہ ہے، نیز ہر بات پورے حوالے اور دلیل کے ساتھ پیش کی ہے، امید ہے کہ ان کی یہ کاوش لَوْجِهَ اللّٰہِ ہونے کی وجہ سے مقبول عام ہوگی اور وہ ان شاء اللّٰہِ، عند اللّٰہِ ماجور ہوں گے۔ اس دعا از من و جملہ جہاں آمین باد

وصلی اللہ وسلم وبارک علی نبینا محمد وآلہ واصحابہ

حافظ عبدالوحید

مدیر اعزازی ہفت روزہ ”الاعتصام“ لاہور

12 ربیع الاول۔ 1429ھ

حرفے چند

الحمد لله وحده والصلوة والسلام على من لا نبى بعده أما بعد!
 اللہ تعالیٰ نے انسان کی تخلیق فرما کر اسے دنیا میں رہنے کے طریقے بھی سکھائے اور اس کی روحانی و جسمانی ضروریات کا خیال بھی رکھا۔ روحانی تشنگی کو الہامی کتب اور انبیاء علیہم السلام بھیج کر دور کیا جبکہ جسمانی تقاضے پورے کرنے کے لیے لذتِ کام و دھن کا سامان فراہم کیا۔

روحانی خوراک کے طور پر قرآن مجید اور حدیث مبارکہ نازل فرمائے تاکہ ان سے راہنمائی لے کر وہ دنیا و آخرت کی کامیابیوں سے بہرہ ور ہو سکیں۔

اس دنیا میں رہتے ہوئے انسان کا مختلف مصائب و آلام سے دوچار ہونا فطرتی عمل ہے۔ چنانچہ ان سے تحفظ کے لیے بھی قرآن و حدیث میں وافر حصہ مقرر فرما دیا گیا ہے۔ لہذا اسے ہر قسم کی تکالیف و آلام سے بچنے کے لیے ان الہامی شہ پاروں سے ضرور مستفید ہونا چاہیے۔

اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے:

فَإِذَا رَكِبُوا فِي الْفُلِكِ دَعَا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ
 الدِّينَ فَلَمَّا نَجَّوهُمْ إِلَى الْبَرِّ إِذَا هُمْ يُشْرِكُونَ۔

”پس یہ لوگ جب کشتیوں میں سوار ہوتے ہیں تو اللہ تعالیٰ ہی کو پکارتے

ہیں۔ اسی کے لیے عبادت کو خالص کرتے ہیں پھر جب وہ انہیں خشکی کی طرف بچالانا ہے تو اسی وقت شرک کرنے لگتے ہیں۔“ (العنکبوت: ۶۵)

یہ فرمان الہی ہمیں سبق دیتا ہے کہ خاص طور پر ایسے وقت میں کہ جب انسان کی زندگی کی ناؤ ہچکولے کھا رہی ہو اور اسے یہ محسوس ہو رہا ہو کہ وہ ہر طرف سے گھیرے میں آچکا ہے تو اسے اللہ تعالیٰ ہی کی طرف رجوع کرنا چاہیے۔ ایسے میں تو کفار بھی اللہ رب العالمین کی طرف رجوع کرنے پر مجبور ہو جاتے ہیں جب کہ ایک مسلمان کا عقیدہ فقط یہی ہونا چاہیے کہ ہر قسم کے مصائب و آلام اور تکالیف و مشکلات میں اللہ تعالیٰ کے سوا کوئی کام نہیں آسکتا۔

رب تعالیٰ کا فرمان ہے:

أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ
السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ ۗ إِنَّ اللَّهَ
مَعَ الَّذِينَ

”بے کس کی پکار کو جب کہ وہ پکارے، کون قبول کر کے سختی کو دور کر دیتا ہے؟ اور

تمہیں زمین کا خلیفہ بناتا ہے۔ کیا اللہ کے ساتھ کوئی اور معبود ہے؟“۔ (انہل: ۶۲)

اس پر مستزاد آج کے ہسپتالوں میں مریضوں کی کثرت اور مسیحاؤں کے نام پر ڈاکٹروں کا رویہ بھی ہماری توجہ اس جانب مبذول کر دیتا ہے کہ ہم اللہ تعالیٰ سے ملنے والی الہامی راہنمائی سے ضرور فائدہ اٹھائیں اس طرح مکمل یقین اور عقیدے کی پختگی سے ہم بہت سے مسائل سے نجات پالیں گے۔

ایک مسلمان کی اسی ضرورت کو پیش نظر رکھتے ہوئے اللہ تعالیٰ کی توفیق سے
محکمہ کلام و ترویج سے مرین مسنوع و مشورہ کتب پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

ہم نے قرآن مجید اور قابل قبول روایات سے اخذ کردہ روحانی اور جسمانی علاج کا یہ مجموعہ دعا، دوا اور دم سے ”نبوی طریقہ علاج“ کے نام سے ترتیب دیا ہے جس میں اللہ تعالیٰ پر بھروسہ اور اس کے دربار پر شفا طلب کرنے کے لیے دستک دینے کا قرینہ واضح کرنے کی کوشش کی گئی ہے۔

اللہ تعالیٰ نے ابراہیم علیہ السلام کا بیان قرآن مجید میں نقل فرمایا ہے:

وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِي (اشعراؤ: ۸۰)

”اور جب میں بیمار پڑ جاؤں تو وہی مجھے شفا عطا فرماتا ہے۔“

قرآن مجید کی اس آیت سے یہ بات سامنے آتی ہے کہ جس رب نے پیدا کیا وہی بیماری اور مشکلات میں کام آنے والا ہے اور اس کے سوا اور کوئی نہیں۔ مشہور حدیث غلام میں ہے:

(إِنِّي لَا أَشْفِي أَحَدًا إِلَّا مِمَّا يَشْفِي اللَّهُ)

”میں کسی کو شفا نہیں دیتا، شفا تو اللہ ہی دیتا ہے۔“ (صحیح مسلم ج: ۳۰۰: ۵)

مطلب واضح ہے کہ اللہ کے سوا شفا دینے کی طاقت کسی کے پاس نہیں حتیٰ کہ اللہ کے کسی مقرب بندے کے پاس بھی یہ اختیارات نہیں ہیں۔ نیز صحت و مرض کے حوالے سے کسی قسم کے دیوی، دیوتاؤں کی ناراضی یا خوشنودی کوئی حیثیت نہیں رکھتی۔ مرض کے ازالے اور شفا کے حصول میں ان کا کوئی عمل دخل نہیں ہے۔ اسی طرح بیماری لگانے اور تکلیف میں مبتلا کرنے کے لیے ارواحِ شریرہ کا اذنِ الہی کے بغیر انسانی جسم میں حلول قطعاً معتبر نہیں ہے۔

رسول اللہ ﷺ کا فرمان ہے:

(لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءُ الدَّاءِ بَرَّ أَبِئذِنْ اللّٰهِ تَعَالَى)

”ہر بیماری قابل علاج ہے جب دوا بیماری کے موافق منتخب ہو جاتی ہے تو اللہ تعالیٰ کے حکم سے شفا مل جاتی ہے۔ (صحیح مسلم ج: ۲۰۰۴)

طیب امت ﷺ کا یہ فرمان ہمیں باور کراتا ہے کہ مسلمانوں کا یہ عقیدہ ہونا چاہئے کہ کوئی دوا اس وقت تک اپنے اندر افادیت نہیں رکھتی جب تک اسے کائنات کے آقا و مالک کا اذن حاصل نہیں ہو جاتا، اسی طرح دوا کا کسی طبیعت کے موافق ہونا بھی اہم ترین معاملہ ہے۔

اللہ کے نبی ﷺ نے فرمایا:

(يَا عِبَادَ اللّٰهِ تَدَاوَوْا...)

”اے اللہ کے بندو (اپنے مرض کا) علاج کراؤ“۔ (جامع ترمذی ج: ۲۰۳۸)

اس حدیث مبارکہ کو عملی طور پر اپنانا چاہیے۔ لہذا حصول شفا کے لیے اپنے وسائل کی حد تک دعا، دم اور دوا وغیرہ سے علاج کی خوب کوشش کرنی چاہیے، انجام تو بہر کیف اللہ ہی کے ہاتھ میں ہے۔

ازل ہی سے انسان حصول شفا کے لیے مختلف ذرائع استعمال کرتا چلا آیا ہے اس سلسلہ میں وہ جادو ٹونے، خود ساختہ خداؤں سے شفا طلبی، ستاروں کی چالوں اور اصحاب قبور پر اعتماد جیسے باطل نظریات سے استفادہ کرنے کی کوشش کرتا رہا ہے۔

اللہ کے رسول ﷺ نے فرمایا:

(لَا تَدَاوُوا بِحَرَامٍ)

”حرام کے ذریعہ علاج نہ کرو“۔ (ابوداؤد، ج: ۴، ص: ۳۸)

مسلمان ہونے کے ناطے ہمیں حلال اور حرام ذرائع شفا کے درمیان ضرورتاً تمیز کرنی چاہیے، صرف جائز اور حلال ذرائع کو اختیار کرنا چاہیے اور باطل، حرام اور ناجائز ذرائع شفا سے بچنا چاہیے۔

امام بخاری رحمۃ اللہ علیہ نے ترجمۃ الباب میں حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ کا قول ذکر کیا ہے:

(إِنَّ اللَّهَ لَمْ يَجْعَلْ شِفَاءَكُمْ فِي مَا حَرَّمَ عَلَيْكُمْ)

”اللہ تعالیٰ نے جن چیزوں کو تم پر حرام ٹھہرایا ہے ان میں تمہارے لئے شفا نہیں رکھی،“۔ (صحیح بخاری، کتاب الاثریۃ، باب: ۱۵)

اس میں بھی ہمارے لئے رہنمائی ہے کہ حرام اور ناجائز ذرائع سے اجتناب کرنا چاہیے، اس لیے ہمیں معلوم ہونا چاہیے کہ ذرائع شفا کون کون سے ہیں۔

یہاں ان ذرائع کا تذکرہ قارئین کے لیے یقیناً بے حد مفید اور دلچسپی کا باعث ہوگا۔ ان میں قرآن مجید، حدیث مصطفیٰ، ذکر و دعا، مسنون دم، جڑی بوٹیاں، قدرتی اجزاء اور جراثیم جیسے ذرائع شامل ہیں۔

قرآن مجید

اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے:

وَنَزَّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ
لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا.

”اور یہ قرآن جو ہم نازل کر رہے ہیں مومنوں کے لیے تو سراسر شفا اور رحمت

ہے، ہاں! ظالموں کو بجز نقصان کے اور کوئی زیادتی نہیں ہوتی ہے،“۔ (بنی اسرائیل: ۸۴)

اللہ تعالیٰ نے اپنی اس آخری کتاب کو روحانی اور جسمانی شفا کا مظہر قرار دیا

ہے۔ فرمان باری تعالیٰ ہے:

قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي
الصُّدُورِ.

”لوگو! تمہارے پاس تمہارے رب کی طرف سے ایک ایسی چیز آئی ہے جو

نصیحت ہے اور دلوں میں جو روگ ہیں ان کے لیے شفا ہے“۔ (یونس: ۵۷)

قرآن حکیم کی آیات اور اس میں وارد ادعیہ اگر مکمل یقین اور اذعان سے پڑھی

جائیں تو یقیناً اللہ اپنے بندے کی آرزو پوری کر دیتا ہے۔ فرمایا:

فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ.

”پس اللہ ہی سے پناہ چاہو یقیناً وہی سننے والا اور جاننے والا ہے“۔ (احمد: ۳۶)

امام ابن القیم رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا:

”قرآن تمام قلبی اور بدنی بیماریوں کے لیے مکمل شفا ہے..... جب بھی کوئی

مریض عمدہ طریقے کے ساتھ ایمان و صداقت، مکمل قبولیت، پختہ ایمان اور اس کی جملہ

شرائط کو پورا کرتے ہوئے اس سے اپنا علاج کرے تو بیماری اس کتاب مقدس کے سامنے ٹھہر نہیں سکتی، بھلا بیماری زمین و آسمان کے رب کے اس کلام کے سامنے کیسے ٹھہر سکتی ہے جسے اگر پہاڑوں پر نازل کیا جاتا تو وہ انہیں ریزہ ریزہ کر دیتا؟ قلب و اجسام کی کوئی بھی ایسی بیماری نہیں ہے جس کے علاج یا اس سے بچاؤ کے راستے کی رہنمائی قرآن مجید میں نہ کی گئی ہو۔ (زاد المعاد، ص: ۳۵۲، ج: ۴)

حدیث مصطفیٰ ﷺ

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں:

(عَلَيْكُمْ بِالشِّقَاءِ يَنْ الْقُرْآنِ وَالْعَسَلِ) (مسند رک حاکم، ج: ۷، ص: ۷۴۳)

”قرآن مجید اور شہد، ان ہر دو کو بیماریوں سے شفا کے لیے اختیار کرو۔“

یہ اور اس کے علاوہ رسول اللہ ﷺ کے اس موضوع پر سینکڑوں فرامین اور ہدایات نہ صرف یہ کہ ہمیں ان اُوراد، اذکار اور ادعیہ کا پتہ بتاتے ہیں جو باذن الہی شفا کا مستوجب ہیں بلکہ سنت حبیبہ کے مطالعہ سے علاج معالجے کی ضرورت، طبی آداب، حفظانِ صحت کے اصولوں، حلال و حرام ادویات کی تفصیل اور ان کے استعمال کے طریقے اور طبی موضوع پر بے شمار کام کی باتوں کا پتہ چلتا ہے۔ جس سے ہمارے مصائب و آلام کا مداوا ہوتا ہے۔

ذکر و دعا

حصولِ شفا کے لیے دعا سب سے موثر ذریعہ ہے۔ اس سلسلہ میں انسان کا

کامل یقین اور اذعان سے دعا مانگنا اسے اس کے رب کے ہاں یقیناً شفا کا حق دار بنا دیتا ہے۔ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

(إِنَّ رَبَّكُمْ حَيِّيٌّ كَرِيمٌ يَسْتَحْيِي مِنْ عَبْدِهِ إِذَا رَفَعَ يَدَيْهِ إِلَيْهِ أَنْ يَزُدَّهُمَا صِفْرًا)۔

”بے شک تمہارا رب بڑا حیا دار بزرگی والا ہے، وہ اپنے بندے کے اپنی جانب اٹھنے والے ہاتھ خالی لوٹا دینے سے شرماتا ہے“۔ (ابوداؤد، ج: ۱۳۸۸)

پھر یہ مومن کا ہتھیار بھی ہے۔ لہذا شدائد میں اس ہتھیار کا استعمال نفع مند ثابت ہوگا۔

امام ابن القیم رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں:

”ادویات میں سب سے نفع والی چیز دعا ہے۔ یہ ناگہانی بلا اور مصیبت کی دشمن ہے۔ اس کا علاج کرتی ہے، اس کے نازل ہونے کو روکتی ہے، نازل ہو جائے تو اسے دور کرتی ہے یا اس میں تخفیف پیدا کرتی ہے۔ درحقیقت یہ مومن کا ہتھیار ہے۔“
(زاد المعاد)

دعا کی قبولیت کو یقینی بنانے کے لیے مکمل اخلاص، اپنے اعمال پر شرمندگی، آئندہ گناہوں کے نہ کرنے اور حقوق العباد کی ادائیگی کے ساتھ ساتھ اس دعا میں لگن، یکسوئی اور خشوع و خضوع کے جذبہ سے سرشاری یقیناً دعا کی قبولیت کا مظہر ہیں۔ اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے:

الَّذِينَ كَفَرُوا لَنْ يُؤْمِنُوا وَالَّذِينَ يَتَّبِعُونَ لَهُمْ لَنْ يُبَدِّلُوا عَنْ قُلُوبِهِمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ (الرعد: ۲۸)۔

”خوب باور کر لو! کہ اللہ کے ذکر سے دلوں کو اطمینان نصیب ہوتا ہے۔“

نیز فرمایا:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ -

”تم میرا ذکر کرتے رہو میں بھی تمہیں یاد رکھوں گا۔“ (البقرہ: ۱۵۲)

دعا اور دوا کے ساتھ اللہ تعالیٰ کا ذکر بھی دلوں کے علاج، اجسام کی عافیت، آنکھوں کے نور اور کرب و آلام سے نجات کا سبب بن جاتا ہے۔

مسنون دم

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

(لَا بَأْسَ بِالرُّفِيِّ مَا لَمْ يَكُنْ شِرًّا)

”دم جھاڑا اگر شرکیہ نہ ہو تو کرنے میں کوئی حرج نہیں۔“ (صحیح مسلم، کتاب السلام، ج: ۶۳)

اس فرمان ذیشان سے ہمیں پتہ چلتا ہے کہ دم بھی حصول شفا کا ایک روحانی ذریعہ ہیں۔ نبی ﷺ نے اپنے بعض صحابہ کرام رضی اللہ عنہم کو نظر بد سے بچنے، بخار سے عافیت، پھوڑے، پھنسی سے حفاظت، سانپ، بچھو وغیرہ کے ڈسنے کے علاوہ زخم وغیرہ کے علاج میں مختلف دم بیان فرمائے تھے۔ اس میں کوشش یہ ہونی چاہیے کہ دم مسنون اور اذکار سے ہوں اور شرکیہ الفاظ پر مشتمل دم جھاڑ سے حتی المقدور بچنا چاہیے۔ آدمی کا خود اپنے آپ کو دم کرنا اور کسی نیک آدمی سے دم کروانا دونوں طریقے احادیث میں مذکور ہیں۔

جڑی بوٹیاں اور قدرتی اجزاء

اللہ کے حبیب ﷺ کا ارشاد ہے:

(يَا عِبَادَ اللَّهِ تَدَاوُوا) (ترمذی، ج: ۲۰۳۸)

”اللہ کے بندو! (بیماری کی صورت میں) دوا سے علاج کرو۔“

اللہ کے رسول ﷺ نے امت مسلمہ کو مختلف اشیاء کے ذریعے علاج کرانے کی طرف رہنمائی دی ہے جیسے جڑی بوٹیاں، پھلوں، پھولوں، بیجوں اور مختلف مفردات اور مرکبات کا تذکرہ احادیث میں ملتا ہے۔ ان چیزوں کے انسانی ارواح اور اجسام پر یقیناً بہترین اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ آپ ﷺ نے مزید فرمایا:

(إِنَّ اللَّهَ لَمْ يَضَعْ دَاءً إِلَّا لَأَوْضَعَ لَهُ شِفَاءً أَوْ كَوَاءً إِلَّا دَاءً وَاحِدًا

فَقَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا هُوَ؟ قَالَ: الْهَرَمُ) (ترمذی، ج: ۲۰۳۸)

”اللہ نے ہر بیماری کی شفا یا دوا مقرر فرما رکھی ہے، سوائے ایک بیماری کے۔

لوگوں نے پوچھا وہ کون سی بیماری ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا: بڑھاپا۔“

جراحت

نبی کریم ﷺ نے فرمایا:

(إِنَّ أُمَّقْلَ مَا تَدَاوَيْتُمْ بِهِ الْحِجَامَةُ...)

”سینگی (چھپنے) لگوانا بہترین علاج ہے۔“ (بخاری، ج: ۵۶۹۶)

مرض کی نوعیت کے مطابق کبھی ایسی تدابیر اختیار کرنے کی ضرورت بھی پیش آتی

ہے جن میں کسی عضو کو چیرنے یا کاٹنے سے مفر ممکن نہیں، ہوتا۔ احادیث مبارکہ میں اس کا تذکرہ بھی موجود ہے۔ جیسے سینگی (چھپنے) لگوانا، داغ لگوانا اور فصد کھلوانے سے متعلق ابواب کتب حدیث میں مذکور ہیں۔

ایک اہم بات جس کا تذکرہ کیے بغیر میں سمجھتا ہوں کہ یہ بحث غیر مکمل کہلائے گی وہ احتیاط ہے جس کے تحت ہمیں یہ بات ملحوظ خاطر رکھنی چاہیے کہ اگرچہ ادویات اور طریق ہائے علاج کا تذکرہ ہمیں طب اسلامی، طب نبوی ﷺ میں واضح طور پر ملتا ہے لیکن چونکہ مختلف علاقوں کے رہنے والے لوگوں کی طبیعتیں مختلف ہوتی ہیں تو اس سبب سے ان کو مختلف ادویات، ان کے مزاج اور تکلیف کی کیفیت کے مطابق استعمال کرنے کی ضرورت ہوتی ہے لہذا اس کا بہترین حل یہ ہے کہ کسی حاذق طبیب سے اپنا مرض یا کیفیت اور مزاج چیک کرانے کے بعد اس کے مشورے سے طب نبوی ﷺ سے علاج کیا جائے گا تو اللہ کے فضل سے بہتر نتائج برآمد ہوں گے۔ اس سلسلہ میں رسول اللہ ﷺ کی ایک حدیث سے بھی رہنمائی ملتی ہے:

(مَنْ تَطَبَّبَ وَلَا يُعَلِّمُ مِنْهُ طَبِّ فَهُوَ ضَامِنٌ)

ایسا معالج جو طب نہ جانتا ہو تو ذمہ دار ہے (اگر اس سے کسی کو نقصان پہنچے گا تو

اللہ کے ہاں اس کا مواخذہ ہوگا) (ابوداؤد، ج: ۴۵۸۶)

مذکورہ بالا بحث سے ہمیں یہ رہنمائی ملتی ہے کہ جائز حائرے میں رہتے ہوئے ایک مسلمان کو حتی المقدور کوشش کرنی چاہیے کہ وہ اپنا علاج کرانے میں روحانی اور مادی ہر قسم کے وسائل کو بروئے کار لائے اور اپنے اللہ پر بھروسہ کرے۔

اسلام ایک مکمل ضابطہ حیات ہے اور اس کا موضوع بھی انسان ہے، تو ایک انسان اپنی زندگی میں مختلف حالات سے گزرتا ہے۔ ان حالات میں ایک حالت (اللہ رحم فرمائے) اس کے لیے ابتلاء، آزمائش، پریشانی، تکلیف، بیماری، غمگینی اور کبھی بد حالی کی بھی ہو سکتی ہے۔ اس حالت میں بھی اللہ تبارک و تعالیٰ نے انسان کو اکیلا نہیں چھوڑا بلکہ اس کے لیے ایسی حالت کا علاج اور علاج کی مختلف تدابیر عطا کر کے اس کے مصائب کا مداوا کر دیا ہے۔

اللہ کے فضل سے ہمیں یہ توفیق ہوئی ہے کہ ان بیش قیمت شہ پاروں کو ایک کتاب کی شکل میں اکٹھا کر کے اپنے قارئین کی خدمت میں پیش کر سکیں کہ ایسے حالات میں ان کے زخموں کا مرہم اور ان کی پریشانی میں غمگساری ہو سکے۔

اس کتاب میں ہم نے سب سے پہلے قرآن مجید اور صحیح احادیث سے دعائیں ذکر کی ہیں۔ پھر دم اور آخر میں ان مختلف دواؤں کا تذکرہ کیا ہے جن سے علاج کا ذکر قرآن و حدیث میں ملتا ہے۔ اور اس کے ساتھ ساتھ بالا اختصار ان کے فوائد بھی احاطہ تحریر میں لائے گئے ہیں تاکہ عمل کرنے میں معاون ثابت ہوں۔

زیر نظر مجموعہ میں بفضل اللہ صرف کتاب اللہ اور صحیح یا حسن درجہ کی احادیث رسول ﷺ سے استفادہ کیا گیا ہے۔ اخلاص اور مکمل ایمان و ایقان سے ان پر عمل پیرا ہونا ان شاء اللہ فائدہ سے خالی نہ ہوگا۔

واضح رہے کہ اس کتاب کی ابتدا میں نے ان دنوں کی تھی جن دنوں میں کتاب سنت کی نشر و اشاعت کے بین الاقوامی ادارے دار السلام میں بطور ریسرچ فیلو تعینات تھا۔ لہذا اس نیکی کے کام میں احباب ذمہ داران دار السلام بھی برابر کے شریک ہیں۔ اللہ کریم میری اور ان احباب گرامی قدر کی جانب سے اس عمل کو خالص اپنی رضا کے لیے قبول فرمائے اس کے نفع کو عام کر دے اور ہمیں ہمارے والدین، اہل و عیال سمیت صراط مستقیم پر استقامت عطا فرمائے اور آخر میں جنت الفردوس کی مہمانی سے سرفراز فرمائے۔ آمین!

کتاب ”نبوی طریقہ علاج“ تیاری اور تکمیل کے مدارج طے کر رہی تھی کہ والدی و استاذی فضیلۃ الشیخ مولانا خلیل الرحمن لکھوی رحمۃ اللہ علیہ مدیر معہد القرآن الکریم گلستان جوہر کراچی انہی دنوں لاہور تشریف لائے۔ چنانچہ موقع کو قیمتی جانتے ہوئے میں نے مسودہ کی نظر ثانی کرنے کی درخواست پیش کر دی جسے انھوں نے کمال شفقت سے قبول فرمایا اور ضروری تصحیحات و ترامیم کروا کے صرف مجھ پر ہی نہیں بلکہ امت مسلمہ پر احسانِ عظیم فرمایا۔ جزاھم اللہ عنا خیر الجزاء۔

اسی طرح کتاب کی تیاری میں کئی ایک مراجع برادر عزیز حافظ عتیق الرحمن خرتیج ام القرئییونیورسٹی مکہ مکرمہ و چیف ایگزیکٹو اعلیٰ ٹریول اینڈ ٹورز کی ذاتی کتب سے میسر آئے۔ اس کے علاوہ بھی کئی ایک مراحل میں ان کے قیمتی مشورے اور معاونت میرے ہم رکاب رہی۔ تقبل اللہ جھودھم نحو الاسلام و المسلمین

رَبَّنَا تَقَبَّلْ مِنَّا إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ وَتُبْ عَلَيْنَا

إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ

شفیق الرحمن فرخ

ہدیٰ اکیڈمی، گلزیب کالونی، گلی: 43، سمن آباد، لاہور

فون: 0300-4478122



صحت..... اللہ تعالیٰ کی ایک عظیم نعمت

نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے:

نِعْمَتَانِ مَغْبُورُونَ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِّنَ النَّاسِ: الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ.

”دو نعمتیں ایسی ہیں کہ ان میں اکثر لوگ فریب کھاتے ہیں (نقصان اٹھاتے ہیں، ان کی قدر نہیں کرتے، ان کا شکر نہیں بجالاتے، وہ نعمتیں بہت سارے لوگوں کے حق میں قابل رشک ہیں) ایک صحت اور دوسری فراغت۔“ (صحیح بخاری، ج: ۶۳۱۷)

امام ترمذی رحمہ اللہ نے روایت کیا ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا:

”جو شخص صبح اس حالت میں کرے کہ اس کا جسم بہ عافیت ہو اور گھر بہ حفاظت ہو اور اس کے پاس اس دن کی روزی موجود ہو تو گویا اسے ساری دنیا دے دی گئی ہے۔“ (کتاب الزہد، ج: ۲۳۴۶)

ایک اور روایت میں ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا:

”قیامت کے دن انعامات میں اللہ تعالیٰ سب سے پہلے بندے سے پوچھے گا کہ، کیا ہم نے تجھے جسمانی صحت نہیں دی تھی اور تجھے ٹھنڈے پانی سے سیراب نہیں کیا تھا؟“ (ترمذی، ج: ۳۳۵۸)

اسی وجہ سے اسلاف میں بعض نے آیت کریمہ:

ثُمَّ لَتَسْأَلُنَّ يَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِيمِ -

پھر البتہ ضرورتاً تم سے انعامات الہی کے متعلق پوچھا جائے گا۔ (الحکاثر: ۸)

میں نعمت کی تفسیر صحت سے کی ہے۔ (مختصر زاد المعاد)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

دعا سے علاج

اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے:

﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ

شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾

اور یہ قرآن جو ہم نازل کر رہے ہیں

مومنوں کے لیے تو سراسر شفا اور رحمت ہے۔

(بنی اسرائیل: ۸۲)

دعا سے علاج

جس طرح اردو میں اللہ تعالیٰ سے مانگنے کو ”دعا کرنا“ کہا جاتا ہے۔ عربی زبان میں اس کا مادہ، د، ع، و ہے جس کا باب دَعَا، يَدْعُو، دُعَاء ہے اور پکارنا اور مدد چاہنا اس کے معانی ہیں۔ عام طور پر تو پریشانی، دکھ، تکلیف، مرض، شدت اور مختلف ضروریات کے لیے آدمی دعا کرتا ہے لیکن رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

(تَعَرَّفْ إِلَى اللَّهِ فِي الرَّخَاءِ يَعْرِفَكَ فِي الشَّدَاةِ)

”خوشحالی میں اللہ تعالیٰ سے تعلق مضبوط رکھو وہ تمہیں مشکلات میں

یاد رکھے گا۔“ (صحیح الجامع الصغیر لابن ابی ح: ۲۹۶۱)

علاوہ ازیں کتاب اللہ اور سنت رسول اللہ ﷺ میں مختلف مشکلات، شدائد اور ضروریات و حاجات کے لیے دعائیں مخصوص ہیں۔

بعض اہل علم نے دعا کی اہمیت کے پیش نظر یہاں تک کہہ دیا:

أَجْزُ النَّاسِ مَنْ عَجَزَ عَنِ الدُّعَاءِ۔

لاچار تو وہ ہے جو دعا بھی نہ کر سکے۔ [انتخاب سعودی تقویم]

رسول اللہ ﷺ نے دعا مانگنے کی اس قدر اہمیت بیان فرمائی کہ ایک موقع پر ارشاد فرمایا: جو شخص اللہ سے نہیں مانگتا اللہ اس سے ناراض ہوتا ہے۔ (جامع ترمذی، ج: ۳۳، ۳۴)

قرآن مجید میں بھی اللہ تعالیٰ نے سبق دیا: کہہ دو

وَلَمْ أَكُنْ بِدُعَائِكَ رَبِّ شَقِيًّا۔

ترجمہ: اے میرے رب! میں تجھ سے دعا مانگ کر کبھی نامراد نہیں ہوا۔ (سورہ مریم: ۳)

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: دعا نازل شدہ (آفات) اور جو ابھی نازل نہیں ہوئیں سب کے لیے نفع بخش ہے، لہذا اے اللہ کے بندو! دعا ضرور کیا کرو۔ (ترمذی، ج: ۳۵۳۸)

اگر کسی کے لیے غائبانہ دعا کی جائے تو یہ اس قدر مفید بات ہے کہ رسول اللہ ﷺ کے فرمان کے مطابق اللہ تعالیٰ اپنے (مسلمان) بھائی کے لیے غائبانہ دعا مانگنے والے کے پاس ایک فرشتہ مقرر کر دیتا ہے کہ وہ بھلائی کے لیے کی گئی دعا پر صرف آمین ہی نہیں کہتا بلکہ یہ بھی کہتا ہے ”اللہ تجھے بھی ویسی ہی بھلائی عطا فرمائے۔“ (صحیح مسلم، ج: ۶۹۳)

معمولی سے معمولی چیز کی ضرورت کے پورا کرنے کی بھی صرف اللہ تعالیٰ ہی سے دعا مانگے۔

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جوتے کا تسمہ بھی ٹوٹ جائے تو وہ بھی اس (اللہ) سے مانگے۔ (ترمذی، ج: ۳۶۱۳)

ذیل میں ایسی ہی کچھ ضروری دعائیں درج کی جا رہی ہیں۔ نیز دعا کے متعلق چند ضروری مسائل بھی درج کیے جا رہے ہیں۔ جیسے اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے:

أَدْعُوْنِيْ أَسْتَجِبْ لَكُمْ۔

”مجھ سے دعائیں کرو تمہاری دعائیں میں قبول کروں گا۔“ (الہومن: ۶۰)

رسول اللہ ﷺ کا ارشاد ہے:

(لَا يَرُدُّ الْقَضَاءُ إِلَّا الدُّعَاءُ)

”دعا کے سوا تقدیر کو کوئی چیز نہیں ٹال سکتی“ (ترمذی، ج: ۲۱۳۹)

محکمہ دلائل و براہین سے مزین متنوع و منفرد کتب پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

دعا عبادت ہے

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

(الْذُّعَاءُ هُوَ الْعِبَادَةُ)

”دعا مانگنا ہی تو عبادت ہے“۔ (ترمذی ج: ۳۲۳۷)

اللہ تعالیٰ سے مانگنے پر اللہ تعالیٰ خوش ہوتا ہے، ثواب بھی ملتا ہے اور مقصد بھی پورا ہو جاتا ہے۔ مگر اللہ کے علاوہ کسی زندہ یا مردہ سے دعا کی جائے تو انسان گناہ گار ہو جاتا ہے اور مقصد بھی پورا نہیں ہوتا۔ اور اللہ سخت ناراض ہو جاتا ہے کیونکہ دعا مانگنا رسول اللہ ﷺ کے ارشاد کے مطابق عبادت ہے اور غیر اللہ کی عبادت کلمے کی مخالفت ہے کیونکہ کلمہ کا معنی یہ ہے کہ اللہ کے علاوہ کوئی عبادت کے لائق نہیں۔ لہذا ایک مسلمان کو چاہیے کہ اپنی تمام پریشانیاں اور مسائل جادو گروں، روایتی پیروں، فقیروں، قبروں اور مزاروں وغیرہ پر پیش کرنے کی بجائے براہ راست اپنے اللہ کے سامنے پیش کرے جو ہر کسی کی سنتا ہے اور ماں سے بھی زیادہ مہربان ہے۔

دعا کی قبولیت کا نادر نسخہ

☆ دعا مانگنے کے لیے اللہ تعالیٰ کا اسم اعظم بطور وسیلہ اختیار کیا جائے تاکہ دعا کی قبولیت کی صورت نکل سکے۔ رسول اللہ ﷺ نے ایک شخص کو دعا کرتے سنا، وہ کہہ رہا تھا:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِأَنِّي أَشْهَدُ أَنَّكَ أَنْتَ

اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ الْأَحَدُ الصَّادُ الَّذِي
لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفْوًا
أَحَدٌ.

’اے اللہ! میں تجھ سے مانگتا ہوں‘ میں گواہی دیتا ہوں کہ عبادت کے لائق
صرف تو ہی ہے، تیرے سوا کوئی نہیں، تو اکیلا ہے اور بے نیاز ہے، تو نے کسی کو نہ جنا
ہے اور نہ ہی تجھے کسی نے جنا ہے اور نہ کوئی تیرا ہم سر ہی ہے۔‘ (ترمذی، ج: ۲۴۵)

تو رسول اللہ ﷺ نے سن کر بتایا اللہ کی قسم! اس نے اللہ کے اسم اعظم کا واسطہ
دے کر دعا کی جس سے اسے پکارا جائے تو سنتا ہے اور مانگا جائے تو دیتا ہے۔

☆ اسم اعظم کے ساتھ جناب رسول اللہ ﷺ پر درود شریف پڑھنا بھی دعا کی
قبولیت کا باعث ہے۔ رسول اللہ ﷺ نے ایک شخص کو دعا مانگتے سنا کہ اس نے دعا
میں درود شریف نہ پڑھا تھا، آپ نے فرمایا اس نے جلد بازی سے کام لیا۔ پھر فرمایا:
جب تم میں سے کوئی دعا کرنے لگے تو اللہ تعالیٰ کی حمد و ثنا کے بعد نبی ﷺ پر درود بھی
پڑھے، پھر جو چاہے مانگے۔ (جامع ترمذی، ج: ۳۴۷)

☆ درود شریف کا پڑھنا ویسے بھی باعثِ رحمت ہے، آپ ﷺ نے فرمایا: جو
شخص مجھ پر ایک بار درود پڑھے، اللہ تعالیٰ اس پر دس دفعہ رحمت بھیجتا ہے۔
(صحیح مسلم، ج: ۴۰۸)

درود شریف یوں پڑھے:

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ

كَمَا صَلَّيْتَ عَلَيَّ اِبْرَاهِيْمَ وَعَلَىٰ اٰلِ اِبْرَاهِيْمَ
 اِنَّكَ حَمِيْدٌ مَّجِيْدٌ ۝ اَللّٰهُمَّ بَارِكْ عَلَيَّ
 مُحَمَّدٍ وَعَلَىٰ اٰلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلَيَّ
 اِبْرَاهِيْمَ وَعَلَىٰ اٰلِ اِبْرَاهِيْمَ اِنَّكَ حَمِيْدٌ
 مَّجِيْدٌ ۝

ترجمہ: اے اللہ صلاۃ (رحمت) بھیج محمد ﷺ پر اور محمد ﷺ کی آل پر جس طرح تو نے صلوٰۃ (رحمت) بھیجی ابراہیم علیہ السلام پر اور ابراہیم علیہ السلام کی آل پر، یقیناً تو تعریف والا بزرگی والا ہے۔ اے اللہ برکت نازل فرما محمد ﷺ اور محمد ﷺ کی آل پر جس طرح تو نے برکت نازل فرمائی ابراہیم علیہ السلام پر اور ابراہیم علیہ السلام کی آل پر یقیناً تو تعریف والا بزرگی والا ہے۔
 تین قسم کے لوگوں کی دعا خاص طور پر رد نہیں ہوتی۔

(۱) مظلوم کی دعا (۲) مسافر کی دعا (۳) اولاد کے خلاف باپ کی دعا۔

(صحیح الجامع الصغیر، ج: ۳۰۳)

تکلیفیں صرف اللہ ہی رفع کرتا ہے

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

اَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَّرَّ اِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ

السُّوْءَ۔

”بے کس جب اسے (اللہ تعالیٰ کو) پکارتے ہیں تو ان کی فریادیں (اللہ کے
سوا) کون سننے والا ہے اور دکھوں کا مداوا کون کرنے والا ہے؟“ (اہل: ۶۳)

ہدایت، تقویٰ اور دیگر بہت سی بھلائیوں کا خزانہ:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْهُدَىٰ وَالتَّقَىٰ وَالْعَفَافَ وَالْغِنَىٰ

اے اللہ! میں تجھ سے ہدایت، تقویٰ، عافیت اور غنا کا سوال کرتا ہوں۔ (صحیح مسلم ج: ۲ ص: ۲۷۱)

اللہ رب العزت نے فرمایا:

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ۔

اور صبر اور نماز کے ساتھ (اللہ سے) مدد طلب کرو۔ (البقرہ: ۱۷۷)

اس لیے (اللہ رحم کرے) اگر کوئی دکھ، تکلیف، مصیبت مثلاً کسی کی وفات پانے کی خبر یا
کسی نقصان کی اطلاع وغیرہ ملے تو:

① صبر سے کام لے۔

② وضو کر کے نماز شروع کر دے۔

قرآن مجید میں اللہ تعالیٰ کا یہ حکم بھی ہے کہ ایسے موقع پر {إِنَّا لِلّٰهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ

رَاجِعُونَ} پڑھے۔

ترجمہ: ”ہم تو خود اللہ تعالیٰ کی ملکیت ہیں اور ہم اسی کی طرف لوٹنے والے ہیں۔“

(البقرہ: ۱۵۶)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

ملاج کے لئے

مسنوں کو مانگیں

فرمان باری تعالیٰ ہے:

﴿قَدْ جَاءَ تَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ

وَ شَفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ﴾

”لوگو! تمہارے پاس تمہارے رب کی طرف سے

ایک ایسی چیز آئی ہے جو نصیحت ہے اور دلوں میں

جو روگ ہیں ان کے لیے شفا ہے۔“

(یونس ۵۷)

علاج کے لیے مسنون دعائیں

پریشانی دور کرنے کی دعائیں

☆ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ ۗ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ۔

”تیرے سوا کوئی عبادت کے لائق نہیں ہے، تو پاک ہے، بے شک میں ہی

ظالموں (گناہ گاروں) سے ہوں۔“ (الانبیاء: ۸۷)

☆ (اللَّهُ اللَّهُ رَبِّي لَا أُشْرِكُ بِهِ شَيْئاً)

”اللہ، اللہ ہی میرا رب ہے میں اس کے ساتھ قطعاً شریک نہیں کروں گا۔“

(البوداد، ج: ۱۵۳۵)

يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ أَصْلِحْ
لِيْ شَأْنِيْ كُلَّهُ وَلَا تَكِلْنِيْ إِلَى نَفْسِيْ طَرْفَةَ
عَيْنٍ۔

”اے ہمیشہ زندہ اور قائم رہنے والے! میں تیری رحمت سے مدد کا طلب گار ہوں، میری ہر اعتبار سے اصلاح فرمادے اور پلک جھپکنے کے برابر بھی مجھے میرے نفس کے سپرد نہ کرنا۔“ (حاکم ج: ۱، ج: ۱۵۳۵)

☆ اللَّهُمَّ رَحْمَتِكَ أَرْجُو فَلَا تَكِلْنِيْ إِلَى نَفْسِيْ
طَرْفَةَ عَيْنٍ وَأَصْلِحْ لِيْ شَأْنِيْ كُلَّهُ لَا إِلَهَ

إِلَّا أَنْتَ -

”اے اللہ! میں تیری رحمت کا امیدوار ہوں، تو آنکھ جھپکنے کے برابر بھی مجھے میرے نفس کے سپرد نہ کرنا اور میری حالت کی ہر اعتبار سے اصلاح کر دینا کہ تیرے سوا کوئی بھی عبادت کے لائق نہیں۔“ (ابوداؤد ج: ۵۰۹۰)

بے قراری رفع کرنے کی دعا

☆ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ السَّمَوَاتِ وَرَبُّ الْأَرْضِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ -

”اللہ عظمت والے اور حلم والے کے سوا کوئی عبادت کے لائق نہیں ہے، عرش عظیم کے رب اللہ تعالیٰ کے سوا کوئی عبادت کے لائق نہیں ہے۔ زمین و آسمان اور عرش کریم کے رب اللہ تعالیٰ کے سوا کوئی بھی عبادت کے لائق نہیں ہے۔“

(صحیح بخاری ج: ۶۳۴۶)

سید الاستغفار اور اس کی فضیلت

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جس نے صبح کے بعد سید الاستغفار پڑھا اسے شام تک اور جس نے اسے شام کے بعد پڑھا اسے صبح تک جنت میں داخل ہونے

سے صرف موت لاد کے ہوئے سے مراد متنوع و منفرد کتب پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ خَلَقْتَنِي وَ
 أَنَا عَبْدُكَ وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ
 مَا اسْتَطَعْتُ أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ
 أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُوءُ بِذَنْبِي
 فَاغْفِرْ لِي إِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ

ترجمہ: اے اللہ! تو ہی میرا رب ہے تیرے سوا کوئی عبادت کے لائق نہیں ہے۔
 تو نے مجھے پیدا کیا اور میں تیرا ہی بندہ ہوں اور میں تیرے ساتھ کیے جانے والے
 وعدے اور معاہدے پر قائم ہوں، جس قدر میری طاقت میں ہوا۔ میں اپنے کیے
 جانے والے کاموں کی برائی سے تیری پناہ چاہتا ہوں۔ میں تیری نعمتوں کا اعتراف کرتا
 ہوں جو تو نے مجھے عنایت کی ہیں اور میں اپنے گناہوں کو بھی تسلیم کرتا ہوں تو مجھے معاف
 کر دے کیونکہ تیرے سوا گناہوں کو کوئی بھی معاف نہیں کر سکتا۔

(صحیح بخاری، ج: ۲، ص: ۶۳۰)

☆ اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ وَابْنُ عَبْدِكَ وَابْنُ
 أُمَّتِكَ نَأْصِيَّتِي بِيَدِكَ مَا ضَرَفِي
 حُكْمِكَ عَدْلٌ فِي قَضَائِكَ أَسْأَلُكَ
 بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ سَمَّيْتَ بِهِ نَفْسَكَ أَوْ

أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِّنْ
خَلْقِكَ أَوْ اسْتَأْثَرْتَ بِهِ فِي عِلْمِ الْغَيْبِ
عِنْدَكَ أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيعَ قَلْبِي
وَنُورَ صَدْرِي وَجَلَاءَ حُزْنِي وَذَهَابَ
غَمِّي۔

ترجمہ: اے اللہ! میں تیرا بندہ، تیرے بندے کا بیٹا اور تیری بندی کا بیٹا ہوں، میری
پیشانی تیرے ہاتھ میں ہے تیرا حکم مجھ میں جاری ہے، میرے بارے میں تیرا فیصلہ عدل
ہے، میں تجھ سے تیرے ہر اس خاص نام کے ساتھ سوال کرتا ہوں جو تو نے خود اپنا نام رکھا
ہے یا اسے اپنی کتاب میں نازل کیا ہے یا اپنی مخلوق میں سے کسی کو سکھایا ہے، یا علم الغیب
میں اسے اپنے پاس رکھنے کو ترجیح دی ہے کہ تو قرآن کو میرے دل کی بہار اور میرے سینے کا
نور اور میرے غم کو دور کرنے والا اور میری پریشانی کو لے جانے والا بنا دے۔

(م: ترجمہ، ج: ۱، ص: ۱۳۹۱ البانی نے اسے صحیح کہا ہے)

☆ حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ
وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ۔

ترجمہ: مجھے اللہ ہی کافی ہے، اس کے علاوہ کوئی عبادت کے لائق نہیں، میں نے اسی
پر بھروسہ کیا اور وہ عرش عظیم کا رب ہے۔ [صبح و شام سات سات مرتبہ پڑھیں]

(عمل الیوم والیلتہ لابن السنی، ج: ۱، ص: ۷۱)

محکمہ دلائل و براہین سے مزین متنوع و منفرد کتب پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

☆ بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِي لَا يَضُرُّمَعَا سِبْهَ شَيْءٍ
فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

ترجمہ: اللہ کے نام کے ساتھ، جس کے نام کے ساتھ زمین و آسمان میں کوئی چیز نقصان نہیں پہنچاتی اور وہی سننے والا جاننے والا ہے۔ [صبح و شام تین تین مرتبہ پڑھیں]
(صحیح ابن ماجہ، ج: ۳۱۳۳)

دنیا و آخرت کی دعا

☆ اَللّٰهُمَّ رَبَّنَا اِنَّا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةٌ وَفِي الْاٰخِرَةِ
حَسَنَةٌ وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ۔

”اے اللہ! اے ہمارے رب ہمیں دنیا میں بھی بھلائی عطا فرما اور آخرت میں بھی
بھلائی دے اور ہمیں آگ کے عذاب سے بچا۔“ (صحیح بخاری، ج: ۵۵۲۲)

اصلاح احوال کی دعائیں

☆ اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحُزْنِ
وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ وَالْبُخْلِ وَالْجُبْنِ وَصَلَعِ
الدَّيْنِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ۔

”اے اللہ! بے شک میں غم سے، پریشانی سے، عاجز آجانے سے، سست ہو
جانے سے، بخل سے اور بزدلی سے، قرض کے بوجھ سے اور لوگوں کے سامنے مغلوب

ہو جانے سے تیری پناہ چاہتا ہوں۔“ (صحیح مسلم، ج: ۲، ص: ۵۰۳۹)

☆ حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ

ترجمہ: ہمیں اللہ ہی کافی ہے اور وہ اچھا کارساز ہے۔

آیۃ الکرسی

رسول اللہ ﷺ نے آیۃ الکرسی کو سب سے عظیم آیت قرار دیا۔

(صحیح مسلم، ج: ۲، ص: ۱۸۸۵)

صحیح بخاری کی روایت میں ہے کہ جب تم سونے لگو تو آیۃ الکرسی پڑھ لیا کرو اللہ کی طرف سے ایک فرشتہ تمہارا نگہبان مقرر ہو جائے گا اور صبح کے ہونے تک شیطان تمہارے پاس نہیں آئے گا۔ (صحیح بخاری، ج: ۲، ص: ۲۳۱۱)

☆ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُ
سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي
الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا
بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ
وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ
وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ
حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ

”اللہ تعالیٰ ہی معبود برحق ہے جس کے سوا کوئی معبود نہیں جو زندہ اور سب کو
تھامنے والا ہے جسے نہ اونگھ آئے نہ نیند اس کی ملکیت میں زمین و آسمان کی تمام چیزیں
ہیں، کون ہے جو اس کی اجازت کے بغیر اس کے سامنے شفاعت کر سکے، وہ جانتا ہے
جو ان (لوگوں) کے سامنے ہے اور جو ان کے پیچھے ہے اور وہ (لوگ) اس کے علم میں
سے کسی چیز کا احاطہ نہیں کر سکتے مگر جتنا وہ چاہے (اتنا معلوم کر دیتا ہے) اس کی کرسی
کی وسعت نے زمین و آسمان کو گھیر رکھا ہے، اسے دونوں کی حفاظت تھکاتی نہیں وہ تو
بہت بلند اور بڑا عظمت والا ہے۔“ (البقرہ: ۲۵۵)

سورہ بقرہ کی آخری آیات اور ان کی فضیلت

سیدنا عبد اللہ بن عباس رضی اللہ عنہما بیان فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ ہمارے
درمیان تشریف فرما تھے اور جبرائیل علیہ السلام آپ کے پاس موجود تھے کہ اوپر سے ایک
آواز سنائی دی، جبرائیل علیہ السلام نے آسمان کی طرف نظر اٹھائی اور کہا کہ آسمان کا یہ
دروازہ آج سے پہلے کبھی نہیں کھلا، اس میں سے ایک فرشتہ اتر اور رسول اللہ ﷺ کے
پاس آ کر کہا کہ آپ کو دونور دیے جانے کی خوشخبری دیتا ہوں جو آپ سے پہلے کسی نبی
کو نہیں دیئے گئے: سورہ فاتحہ اور سورہ بقرہ کی آخری آیتیں۔ ان کا ایک حرف بھی
آپ پڑھیں گے تو اس کا بدل آپ کو دیا جائے گا۔ (صحیح مسلم، ج: ۱، ص: ۱۸۷۷)

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص سورہ بقرہ کی آخری دو آیتیں رات کو
(سونے سے قبل) پڑھ لیتا ہے تو یہ اس کو کافی ہو جاتی ہیں یعنی اللہ تعالیٰ کی طرف سے
نصرت و استعانت اس کے شامل حال رہتی ہے۔ (صحیح بخاری، ج: ۲، ص: ۲۰۰۸)

☆ **يَللَّهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا**

فِي الْأَرْضِ وَإِنْ تُبَدُّوْا مَا فِي أَنْفُسِكُمْ أَوْ تُخْفَوْهُ يُحَاسِبْكُمْ
بِهِ اللَّهُ فَيَغْفِرُ لِمَنْ يَشَاءُ وَيُعَذِّبُ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ
عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ﴿٢٨٤﴾ اَمَنْ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ
مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلُّ اَمَنْ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ
وَرُسُلِهِ ۗ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِّنْ رُّسُلِهِ ۗ وَقَالُوا
سَبِعْنَا وَأَطَعْنَا ۗ غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ ﴿٢٨٥﴾ لَا
يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا
اَكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تَأْخُذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا
وَلَا تَحِبُّ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَبَلْتَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ
قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحِبِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ
عَنَّا ۗ وَاعْفِرْ لَنَا ۗ وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا
عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

”آسمانوں اور زمین کی ہر چیز اللہ تعالیٰ کی ملکیت ہے، تمہارے دلوں میں جو
کچھ ہے اسے تم ظاہر کرو یا چھپاؤ اللہ تعالیٰ اس کا تم سے حساب لے گا۔ پھر جسے چاہے
بخشنے اور جسے چاہے سزا دے اور اللہ تعالیٰ ہر چیز پر قادر ہے۔ رسول ایمان لایا اس چیز
محکمہ دلائل وبراہین سے مزین متنوع ومنفرد کتب پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

پر جو اس کی طرف اللہ تعالیٰ کی جانب سے اتری اور مومن بھی ایمان لائے یہ سب اللہ تعالیٰ اور اس کے فرشتوں پر اور اس کی کتابوں پر اور اس کے رسولوں پر ایمان لائے۔ اس کے رسولوں میں سے کسی میں ہم تفریق نہیں کرتے انہوں نے کہہ دیا کہ ہم نے سنا اور اطاعت کی، ہم تیری بخشش طلب کرتے ہیں۔ اے ہمارے رب! اور ہمیں تیری ہی طرف لوٹنا ہے۔ اللہ تعالیٰ کسی جان کو اس کی طاقت سے زیادہ تکلیف نہیں دیتا جو نیکی کرے وہ اس کے لیے اور جو برائی کرے وہ اس پر ہے، اے ہمارے رب! اگر ہم بھول گئے ہوں یا خطا کی ہو تو ہمیں نہ پکڑنا، اے ہمارے رب! ہم پر وہ بوجھ نہ ڈال جو ہم سے پہلے لوگوں پر ڈالا تھا، اے ہمارے رب! ہم پر وہ بوجھ نہ ڈال جس کی ہمیں طاقت نہ ہو اور ہم سے درگزر فرما! اور ہمیں بخش دے! اور ہم پر رحم کر! تو ہی ہمارا مالک ہے، ہمیں کافر قوم پر غلبہ عطا فرما۔“ (البقرہ: ۲۸۳، ۲۸۶، ۲۸۷، ۲۸۸، ۲۸۹، ۲۹۰)

حصول مقاصد اور دشمنوں کے شر سے حفاظت کی ضمانت

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: جب بندہ یہ کلمات کہہ کر گھر سے نکلتا ہے تو اسے صحیح رہنمائی، مقصد کا حصول اور اپنی حفاظت کی ضمانت مل جاتی ہے، الفاظ یہ ہیں:

بِسْمِ اللّٰهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللّٰهِ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ

إِلَّا بِاللّٰهِ۔

”اللہ کے نام سے میں اللہ پر بھروسہ کرتا ہوں، نہ طاقت ہے نہ قوت مگر اللہ تعالیٰ

کی مشیت سے۔“ (سنن ابوداؤد، ج: ۵، ص: ۹۵)

پہاڑ برابر قرع بھی ہو تو اتروانے کی دعا

☆ اللَّهُمَّ اكْفِنِي بِحَلَالِكَ عَنْ حَرَامِكَ وَأَغْنِنِي
بِفَضْلِكَ عَمَّنْ سِوَاكَ۔

”اے اللہ! مجھے اپنے حرام کے مقابلے میں اپنے حلال کے ساتھ کافی ہو جا اور
اپنے فضل سے مجھے ہر اس چیز سے بے پرواہ کر دے جو تیرے سوا ہے۔“

(ترمذی ج: ۳۵۱۳)

جنت کا خزانہ حاصل کرنے کی دعا

رسول اللہ ﷺ نے حضرت ابو موسیٰ رضی اللہ عنہ سے کہا: کیا میں آپ کو جنت کے خزانوں
میں سے ایک کلمہ نہ بتاؤں تو ابو موسیٰ رضی اللہ عنہ نے کہا: کیوں نہیں۔ آپ ﷺ نے فرمایا

☆ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ۔

”اللہ کی توفیق کے سوا گناہ سے بچنے کی ہمت ہے نہ نیکی کرنے کی طاقت“۔ (صحیح بخاری

ج: ۶۳۹۹)

والدین و اولاد کے لیے دعا

رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ
وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ
لِي فِي ذُرِّيَّتِي ۗ إِنَّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ۔

”اے میرے رب! مجھے توفیق عطا فرما کہ میں تیری نعمتوں کا شکر ادا کروں
محکمہ دلائل و براہین سے مزین متنوع و منفرد کتب پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

جو تو نے مجھ پر اور میرے والدین پر نچھا و فرمائی ہیں اور یہ کہ میں ایسے نیک کام سرانجام دوں جن سے تو راضی ہو جائے اور میری اولاد کی میرے لیے اصلاح فرما دے میں تیرے حضور تو بہ کرتا ہوں اور بے شک میں فرماں بردار ہوں۔“ (الاحقاف: ۱۵)

دشمن کے زمینی اور فضائی حملوں سے حفاظت کی دعا

☆ اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا
وَالْآخِرَةِ اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ
فِي دِينِي وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي وَمَالِي اللَّهُمَّ اسْتُرْ
عَوْرَاتِي وَأَمِنْ رَوْعَاتِي اللَّهُمَّ احْفَظْنِي
مِنْ بَيْنِ يَدَيْ وَمِنْ خَلْفِي وَعَنْ يَمِينِي
وَعَنْ شِمَالِي وَمِنْ فَوْقِي وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ
أَنْ أُعْتَالَ مِنْ تَحْتِي۔

ترجمہ: اے اللہ! میں تجھ سے دنیا اور آخرت میں معافی اور عافیت کا سوال کرتا ہوں۔ اے اللہ! میں اپنے دین، دنیا، اہل اور مال میں تجھ سے معافی اور عافیت کا سوال کرتا ہوں، اے اللہ! میرے پردے والی چیزوں پر پردہ ڈال دے اور میری گھبراہٹوں کو امن میں رکھ۔ اے اللہ! میرے سامنے سے، میرے پیچھے سے، میرے دائیں اور بائیں طرف سے اور میرے اوپر سے میری حفاظت کر اور میں تیری عظمت کی پناہ چاہتا ہوں اس بات

سے کہ اچانک اپنے نیچے سے ہلاک کیا جاؤں۔ (صحیح ابن ماجہ، ج: ۳۱۳۵)

مجلس کی تمام لغزشیں معاف کرانے کی دعا

سُبْحٰنَكَ اللّٰهُمَّ وَبِحَمْدِكَ اَشْهَدُ اَنْ لَا
اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ اَسْتَغْفِرُكَ وَاتُوبُ اِلَيْكَ۔

”پاک ہے تو اے اللہ! اور تیری ہی تعریف ہے، میں گواہی دیتا ہوں کہ تیرے سوا کوئی عبادت کے لائق نہیں، میں تجھ سے معافی مانگتا ہوں اور تیرے حضور توبہ کرتا ہوں۔“

(سنن ابوداؤد، ج: ۳۸۵۹)

اہم کاموں سے پہلے اللہ تعالیٰ سے بھلائی طلب کرنا

(دعاے استخارہ)

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جب تمہیں کوئی اہم کام کرنا ہو تو دو نفل پڑھ کر

یہ دعا پڑھ لو اور لفظ ”هَذَا الْأَمْرُ“ کی جگہ پر اپنی حاجت ذکر کرو۔

اللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَسْتَخِیْرُكَ بِعِلْمِكَ وَاسْتَقْدِرُكَ
بِقُدْرَتِكَ وَاسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ الْعَظِیْمِ
فَاِنَّكَ تَقْدِرُ وَلَا اَقْدِرُ وَتَعْلَمُ وَلَا اَعْلَمُ
وَاَنْتَ عَلَامُ الْغُیُوْبِ، اللّٰهُمَّ اِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ
اَنْ هٰذَا الْاَمْرُ خَیْرٌ لِّیْ فِیْ دِیْنِیْ وَمَعَاشِیْ

محکمہ دلائل وبراہین سے مزین متنوع ومنفرد کتب پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

وَعَاقِبَةُ أَمْرِي ... فَأَقْدُرْهُ لِي وَيَسِّرْهُ
لِي ثُمَّ بَارِكْ لِي فِيهِ وَإِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ
أَنَّ هَذَا الْأَمْرَ شَرُّ لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي
وَعَاقِبَةُ أَمْرِي ... فَاصْرِفْهُ عَنِّي وَاصْرِفْنِي
عَنْهُ وَأَقْدُرْ لِي الْخَيْرَ حَيْثُ كَانَ ثُمَّ
ارْضِنِي بِهِ۔

اے اللہ! میں تجھ سے تیرے علم کے ذریعے بھلائی چاہتا ہوں اور تجھ سے تیری
طاقت کے ذریعے قدرت مانگتا ہوں اور تجھ سے تیرے فضل عظیم کے ذریعے سوال کرتا
ہوں، کیونکہ تو طاقتور ہے، میں طاقتور نہیں، تو خوب جانتا ہے جبکہ میں نہیں جانتا اور
تو غیب تمام کا بھی جاننے والا ہے۔

اے اللہ! اگر یہ کام تیرے علم کے مطابق میرے لیے، میرے دین، میری
معاش اور میرے انجام کار کے لیے بہتر ہے تو اسے میرے لیے مقدر اور میسر فرما دے
اور اس میں میرے لیے برکت رکھ دے۔ اگر یہ کام تیرے علم کے مطابق میرے
لیے، میرے دین، میری معاش، اور میرے انجام کار کے لیے برا ہے، تو اسے مجھ سے
پھیر دے اور مجھے اس سے پھیر دے اور میرے مقدر میں جہاں بھی ہو بھلائی رکھ دے
اور پھر اس سے مجھے راضی کر دے۔ (صحیح بخاری، ج: ۱۱، ص: ۱۱۴)

نیک اولاد کے حصول کی دعائیں
☆ رَبِّ هَبْ لِي مِنَ الصَّالِحِينَ۔

اے میرے پروردگار! مجھے نیک فرزند عطا فرما۔ (سورۃ الصافات، آیت: ۱۰۰)

☆ رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ۔

اے میرے پروردگار! مجھے اپنی جناب سے نیک اولاد عطا فرما یقیناً تو دعا کو سننے

والا ہے۔ (سورۃ آل عمران، آیت: ۳۸)

اچھے وارث کے لیے دعا

☆ رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ۔

اے میرے پروردگار! مجھے اکیلا نہ چھوڑ دینا۔ تو ہی بہترین وارث ہے۔

(سورۃ انبیاء، آیت: ۸۹)

علم میں اضافے کی دعائیں

☆ رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي ۖ وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي ۖ وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِّنْ لِّسَانِي ۖ يَفْقَهُوا قَوْلِي ۖ

اے میرے پروردگار! میرا سینہ کھول دے، میرے معاملات آسان کر دے

اور میری زبان کی گرہ (کننت) کھول دے کہ لوگ میری بات سمجھ سکیں۔

(سورۃ طہ، آیت: ۲۵-۲۸)

☆ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا۔

اے میرے پروردگار! میرے علم میں اضافہ فرما۔ (سورۃ طہ، آیت: ۱۱۴)

بیوی بچوں سے آنکھیں ٹھنڈی کرنے کی دعا

☆ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ

وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا

اے ہمارے پروردگار! ہمیں ہماری بیویوں اور اولاد سے آنکھوں کی ٹھنڈک

عطا فرما اور ہمیں پرہیزگار لوگوں کا پیشوا بنا دے۔ (سورۃ الفرقان، آیت: ۷۴)

جامع دعا

☆ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ

وَالْجُبْنِ وَالْبُخْلِ وَالْهَرَمِ وَعَذَابِ الْقَبْرِ

اللَّهُمَّ آتِ نَفْسِي تَقْوَاهَا وَزَكِّهَا أَنْتَ

خَيْرٌ مَنْ زَكَّاهَا أَنْتَ وَلِيَّهَا وَمَوْلَاهَا

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عِلْمٍ لَا يَنْفَعُ

وَمِنْ قَلْبٍ لَا يَخْشَعُ وَمِنْ نَفْسٍ لَا

تَشْبَعُ وَمِنْ دَعْوَةٍ لَا يُسْتَجَابُ لَهَا۔

اے اللہ! میں عاجز آ جانے، بزدلی، بخل اور بڑھاپے اور عذاب قبر سے تیری پناہ چاہتا ہوں۔ اے اللہ! میرے نفس کو تقویٰ عطا فرما اور اسے پاک کر کہ تو بہترین پاک کرنے والا ہے۔ تو اسکا متولی اور اس کا مولیٰ ہے، اے اللہ! بے شک میں ایسے علم سے جو نفع بخش نہ ہو، ایسے دل سے جس میں تیرا خوف نہ ہو، ایسے نفس سے جو سیراب نہ ہو اور ایسی دعا سے جو قبول نہ ہو تیری پناہ چاہتا ہوں۔ (صحیح مسلم ۴/۲۰۸۸)

اللہ تعالیٰ سے جسمانی عافیت طلب کرنے کی دعا

★ اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي
 اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ اللَّهُمَّ
 إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ وَالْفَقْرِ اللَّهُمَّ إِنِّي
 أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ۔

ترجمہ: اے اللہ! مجھے میرے جسم میں عافیت دے۔ اے اللہ! مجھے میرے کانوں میں عافیت دے۔ اے اللہ! میں کفر اور فقر سے تیری پناہ چاہتا ہوں اور عذاب قبر سے تیری پناہ چاہتا ہوں تیرے علاوہ کوئی عبادت کے لائق نہیں۔ [صبح شام، تین تین مرتبہ] (سنن ابوداؤد، ج: ۵۰۹۰)

جنت کا سوال اور آگ سے پناہ کی دعا

★ اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْجَنَّةَ وَ أَعُوذُ بِكَ
 مِنَ النَّارِ۔

ترجمہ: اے اللہ! میں تجھ سے جنت کا سوال کرتا ہوں اور آگ سے تیری پناہ چاہتا ہوں۔
(صحیح ابن ماجہ، ج: ۵۱: ۷۵)

رب کے حضور مناجات

رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا ۖ سُبْحٰنَكَ فَقِنَا عَذَابَ
النَّارِ ﴿١١١﴾ رَبَّنَا إِنَّكَ مَنْ تُدْخِلِ النَّارَ فَقَدْ أَخْزَيْتَهُ
وَمَا لِلظَّالِمِينَ مِنْ أَنْصَارٍ ﴿١١٢﴾ رَبَّنَا إِنَّنَا سِيعْنَا
مُنَادِيًا يُنَادِي لِلْإِيمَانِ أَنْ آمِنُوا بِرَبِّكُمْ فَآمَنَّا
رَبَّنَا فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَكَفِّرْ عَنَّا سَيِّئَاتِنَا وَتَوَفَّنَا
مَعَ الْأَبْرَارِ ﴿١١٣﴾ رَبَّنَا وَاتِنَا مَا وَعَدْتَنَا عَلَى رُسُلِكَ
وَلَا تُخْزِنَا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّكَ لَا تُخْلِفُ الْوَعْدَ ﴿١١٤﴾

ترجمہ: اے پروردگار! تو نے اس (مخلوق) کو بے فائدہ پیدا نہیں کیا۔ تو پاک ہے
(قیامت کے دن) ہمیں دوزخ کے عذاب سے بچا، اے پروردگار! جس کو تو نے دوزخ میں ڈالا
سوا سے رسوا کیا اور ظالموں کا کوئی مددگار نہیں۔ اے پروردگار! ہم نے ایک ندا کرنے والے کو سنا جو
ایمان کے لیے پکار رہا تھا کہ اپنے پروردگار پر ایمان لاؤ تو ہم ایمان لے آئے، اے پروردگار!
ہمارے گناہ معاف فرما اور ہماری برائیوں کو ہم سے دور کر اور ہمیں نیک بندوں کے ساتھ موت
دے۔ اے پروردگار! تو نے ہم سے اپنے پیغمبروں کے ذریعے جس چیز کے وعدہ کیے ہیں
وہ ہمیں عطا فرما اور قیامت کے دن ہمیں رسوا نہ کرنا کچھ شک نہیں کہ تو وعدہ خلافی نہیں کرتا۔

(سورۃ آل عمران: ۱۹۱-۱۹۳)

شیطان سے پناہ کی جامع دعائیں

اللَّهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ
السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبِّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَوْلِيكَ
أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ
نَفْسِي وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشُرَكَاهُ وَأَنْ
أَقْتَرَتْ سُوءًا عَلَيَّ نَفْسِي أَوْ أَجُرَّهُ إِلَيَّ
مُسْلِمٍ -

ترجمہ: اے اللہ! اے غیب اور حاضر کو جاننے والے! آسمانوں اور زمین کو پیدا کرنے والے! ہر چیز کے پروردگار اور مالک! میں گواہی دیتا ہوں! کہ تیرے علاوہ کوئی عبادت کے لائق نہیں، میں تیری پناہ چاہتا ہوں اپنے نفس کے شر، شیطان کے شر اور اس کے شرک سے اور اس بات سے کہ میں اپنے نفس پر برائی کا ارتکاب کروں یا کسی مسلمان سے برائی منسوب کروں۔ (صحیح ترمذی، ج: ۲، ص: ۳۴۹۲)

گناہوں سے بخشش کی دعا

اللَّهُمَّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي ظُلْمًا كَثِيرًا وَلَا
يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ فَاعْفُرْ لِي مَغْفِرَةً
مِنْ عِنْدِكَ وَارْحَمْنِي إِنَّكَ أَنْتَ

الْغُفُورُ الرَّحِيمُ

ترجمہ: اے اللہ! میں نے اپنی جان پر بہت ظلم کیا اور تیرے سوا کوئی گناہوں کو نہیں بخش سکتا، سو مجھے اپنی خاص مغفرت سے بخش دے اور مجھ پر رحم کر، یقیناً تو ہی بخشنے والا بے حد رحم کرنے والا ہے۔ (صحیح بخاری، ج: ۸۳۳)

عذابِ قبر سے پناہ کی دعا

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ
وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ فِتْنَةِ الْمَسِيحِ الدَّجَالِ
وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ فِتْنَةِ الْمَحْيَا وَفِتْنَةِ
الْمَمَاتِ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْمَأْثَمِ
وَالنَّعْرِمِ

ترجمہ: اے اللہ! میں تیری پناہ پکڑتا ہوں قبر کے عذاب سے اور تیری پناہ چاہتا ہوں مسیحِ دجال کے فتنے سے اور تیری پناہ چاہتا ہوں زندگی اور موت کے فتنے سے، اے اللہ! میں تیری پناہ پکڑتا ہوں گناہ اور قرض سے۔ (صحیح بخاری، ج: ۸۳۳)

دشمن کے خلاف رب کے حضور دعائیں

اللَّهُمَّ إِنَّا نَجْعَلُكَ فِي نُحُورِهِمْ وَنَعُوذُ بِكَ
مِنْ شُرُورِهِمْ -

ترجمہ: اے اللہ! ہم تجھی کو ان کے مقابلے میں کرتے ہیں اور ان شرارتوں سے

تیری پناہ چاہتے ہیں۔ (سنن ابوداؤد، ج: ۱۵۳۷)

اللَّهُمَّ مُنْزِلَ الْكِتَابِ سَرِيعَ الْحِسَابِ
إِهْزِمِ الْأَحْزَابَ، اللَّهُمَّ اهْزِمْهُمْ وَزَلْزِلْهُمْ-

ترجمہ: اے اللہ! اے کتاب اتارنے والے! جلد حساب لینے والے! ان جماعتوں کو

شکست دے، اے اللہ! انھیں شکست دے اور انھیں ہلا۔ (صحیح مسلم، ج: ۱۷۴۲)



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

دم سے علاج

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

لَا بَأْسَ بِالرَّقِيِّ مَا لَمْ يَكُنْ شَرًّا

”دم جھاڑا اگر شرکیہ نہ ہو تو کرنے میں کوئی حرج نہیں۔“

(صحیح مسلم، کتاب السلام، ج ۲، ص ۶۳)

دم سے علاج

اردو میں جسے ہم ”دم“ کہتے ہیں عربی زبان میں اسے رُقِيَّةٌ کہا جاتا ہے۔ شریعتِ اسلامیہ میں دم کا تصور بہت واضح ہے۔ جب کوئی شخص کسی تکلیف، مصیبت، درد، بخار، نظر بد، جادو، آسب، مسِ شیطان یا ایسی ہی کسی کیفیت سے دوچار ہو تو اسے دم کرانا چاہیے یا خود کو دم کر لینا چاہیے۔

نبی اکرم ﷺ سے خود کو دم کرنے اور کسی سے دم کرانے اور اس طرح دم کا تقاضا کرنے کے متعلق ارشادات کتب احادیث میں مل جاتے ہیں۔ اس سلسلہ میں ذیل کی احادیث ہمارے لیے راہنمائی فراہم کرتی ہیں:

خود کو دم کرنا

اپنی مرض الموت میں نبی اکرم ﷺ معوذات پڑھ کر خود کو دم کرتے تھے۔

(صحیح بخاری، ج: ۵، ص: ۵۷۳۵)

دم کرانا

بیماری کی صورت میں کسی نیک آدمی سے دم بھی کرایا جاسکتا ہے۔ حضور ﷺ کو بیماری کی حالت میں حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا دم کیا کرتی تھیں۔ (صحیح بخاری، ج: ۵، ص: ۵۷۳۵)

سورہ فاتحہ پڑھ کر دم کرنا

بیمار کو یہ سورت پڑھ کر دم کیا جائے تو اللہ کی طرف سے شفا آتی ہے، رسول اللہ ﷺ

(صحیح بخاری، ج: ۵، ص: ۵۷۳۶)

نے اس دم کی تصدیق فرمائی ہے۔

سورة الفاتحة

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ۝ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ ۝ مَلِكٌ يَوْمَ الدِّينِ ۝
 اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَايَّاكَ نَسْتَعِينُ ۝ اِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ۝ صِرَاطَ
 الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ ۝ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ۝

(سورة الفاتحة)

ترجمہ: تمام تعریفیں اللہ کے لیے ہیں جو تمام جہانوں کا پالنے والا ہے۔ رحمن اور رحیم ہے۔ قیامت کے دن کا مالک ہے۔ ہم تیری ہی عبادت کرتے ہیں اور تجھ ہی سے مدد مانگتے ہیں۔ (اے اللہ) ہمیں سیدھا راستہ دکھا۔ ان لوگوں کا راستہ جن پر تو نے انعام کیا، ان لوگوں کا راستہ نہ دکھانا جن پر تیرا غضب ہو اور نہ ان کا جو گمراہ ہوئے۔

نظر بد، بخار، سانپ اور بچھو کے ڈس جانے، درد، جنون، دیوانگی اور جادو وغیرہ ہر قسم کی بیماری سے دم جائز ہے۔ (صحیح بخاری، کتاب الطب)

جن جادو اور نظر بد سے بچاؤ

درج ذیل سورتیں پڑھ کر ہاتھوں میں پھونک کر سر اور چہرے سے شروع کر کے تین بار پورے بدن پر ہاتھ پھیرے۔ ان شاء اللہ جن جادو، نظر بد سمیت ہر روحانی مرض سے شفا ہوگی۔ (صحیح بخاری ج: ۷، ص: ۵۰۱)

بیمار پرسی کی فضیلت

رسول اکرم ﷺ نے فرمایا:

آدمی جب اپنے مسلمان بھائی کی بیمار پرسی کے لیے جاتا ہے تو وہ جنت کے

میوں میں چلتا ہے یہاں تک کہ وہ بیٹھے، جب بیٹھ جاتا ہے تو اسے رحمت ڈھانپ محکمہ دلائل وبراہین سے مزین متنوع و منفرد کتب پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

لیتی ہے، اگر صبح کا وقت ہو تو شام تک ستر ہزار فرشتے اس کے لیے دعا کرتے رہتے ہیں اور اگر شام کا وقت ہو تو ستر ہزار فرشتے صبح تک اس کے لیے دعا کرتے رہتے

ہیں۔ (سنن ابن ماجہ، ج: ۱۳۴۲ صحیح ابن ماجہ، ج: ۱۱۹۱)

بیمار پرسی کی دعا

لَا بَأْسَ ظَهُورًا إِنْ شَاءَ اللَّهُ -

کوئی حرج نہیں، یہ بیماری اللہ نے چاہا تو پاک کرنے والی ہے۔

(صحیح بخاری، ج: ۳۶۱۶)

مشکل ترین حالات میں پڑھنے کی دعا

اللَّهُمَّ لَا سَهْلَ إِلَّا مَا جَعَلْتَهُ سَهْلًا وَأَنْتَ
تَجْعَلُ الْحُزْنَ إِذَا شِئْتَ سَهْلًا -

اے اللہ! کوئی کام آسان نہیں سوائے اس کام کے جسے تو آسان کر دے اور تو

جب چاہے مشکل کام کو آسان کر دے۔ (صحیح ابن حبان، ج: ۲۳۲۷)

غربت سے نجات کی دعا

رَبِّ اِنِّي لِمَا اَنْزَلْتَ اِلَيَّ مِنْ خَيْرٍ فَقِيرٌ -

اے اللہ! جو بھی تو مجھ پر نعت اتارے، میں اس کا ضرورت مند ہوں۔

(سورۃ القصص: ۲۴)

نیکیاں بڑھانے کی دعا

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: دو کلمات (الفاظ) ایسے ہیں جو زبان سے ادا کرنے میں بہت آسان مگر میزان (حسنات) میں بہت زیادہ وزنی ہیں اور اللہ تعالیٰ کو بے حد پسند ہیں (وہ یہ ہیں):

☆ سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ

(اللہ تعالیٰ) اپنی حمد کے ساتھ (ہر عیب سے) پاک ہے عظمت والا اللہ پاک

ہے۔ (صحیح بخاری، ج: ۵، ص: ۷۱۳)

مقابل کا ڈر ختم کرنے کی دعا

اللَّهُمَّ اِنَّا نَجْعَلُكَ فِي نُحُورِهِمْ وَنَعُوذُ بِكَ
مِنْ شُرُورِهِمْ۔

اے اللہ! ہم ان (مقابل) کے مقابلے میں تجھے آگے کرتے ہیں اور ان کے

شر سے تیری پناہ چاہتے ہیں۔ (سنن ابوداؤد، ج: ۱، ص: ۱۵۷)

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

ملاج کے لئے مسنون دم

اللہ تعالیٰ نے فرمایا:

﴿فَاسْتَعِذْ بِاللّٰهِ اِنَّهُ هُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ﴾

”پس اللہ ہی سے پناہ چاہو یقیناً وہی سننے والا

اور جاننے والا ہے۔“ (آم السجدة: ۳۶)

علاج کے لیے مسنون دم

مریض کی عیادت کرنے والے کو یہ دم یاد ہونا چاہیے
رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: جب کوئی مسلمان کسی ایسے مریض کی عیادت کر رہا
ہو (تقدیر میں) جس کی موت ابھی نہیں آنے والی۔ اگر اس پر درج ذیل کلمات سات مرتبہ
پڑھے تو اللہ اس کو شفا عطا کر دیتا ہے۔ الفاظ یہ ہیں:

أَسْأَلُ اللَّهَ الْعَظِيمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ
أَنْ يَشْفِيكَ۔

”میں عظمت والے اللہ اور عرش عظیم کے رب تعالیٰ سے سوال کرتا ہوں کہ آپ کو شفا

عطا کر دے۔“ (جامع ترمذی ج: ۲۰۸۳)

ہر چیز کے شر سے بچنے کا دم

سورۃ الاخلاص، سورۃ الفلق اور سورۃ الناس صبح و شام تین تین بار پڑھیں۔

سورۃ الاخلاص

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ۝ اللَّهُ الصَّمَدُ ۝ لَمْ يَلِدْ
وَلَمْ يُولَدْ ۝ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ۝

کہہ دو کہ وہ اللہ ایک ہے، اللہ بے نیاز ہے، نہ اس نے کسی کو جنا اور نہ وہ کسی

سے جنا ہی گیا (وہ کسی کا باپ نہ کسی کا بیٹا) اور نہ کوئی اس کا ہم سر ہی ہے۔

محکمہ دلائل و براہین سے مزین متنوع و منفرد کتب پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

سورة الفلق

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ۝ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ ۝
وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ۝ وَمِنْ شَرِّ
النَّفَّاثِ فِي الْعُقَدِ ۝ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ۝

”کہہ دو کہ میں صبح کے رب کی پناہ مانگتا ہوں، ہر اس چیز کے شر سے جو اس نے پیدا کی اور اندھیری رات کے شر سے جب وہ چھا جائے اور گرہوں پر پڑھ پڑھ کر پھونکیں مارنے والیوں کے شر سے اور حسد کرنے والے کے شر سے جب وہ حسد کرنے“۔

سورة الناس

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ۝ مَلِكِ النَّاسِ ۝
إِلَهِ النَّاسِ ۝ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ۝
الَّذِي يُوسُّسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ مِنْ
الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ۝

”کہہ دو کہ میں لوگوں کے رب کی پناہ چاہتا ہوں جو لوگوں کا بادشاہ ہے، جو لوگوں کا معبود بھی ہے، خناس (لوگوں کے دلوں میں وسوسے ڈالنے والے) کے شر سے، جو لوگوں کے سینوں میں وسوسے ڈالتا ہے، جنوں میں سے اور انسانوں میں سے“۔

پھوڑے اور زخم وغیرہ کے لیے دم

دائیں ہاتھ کی انگشت شہادت کو بسم اللہ پڑھ کر لعاب لگائے اور پھر صاف زمین

سے چھو کر مٹی لگائے اور پھوڑے وغیرہ پر آہستہ آہستہ پھیرتے ہوئے یہ دعا پڑھے:

بِسْمِ اللّٰهِ تُرْبَةٌ اَرْضُنَا بِرِيقَةٍ بَعْضِنَا
يُشْفَى سَقِيمُنَا بِاِذْنِ رَبِّنَا.

”اللہ کے نام سے ہماری زمین کی خاک ہم میں سے کسی کے لعاب کے ساتھ (مل

کر) ہمارے رب کے حکم سے ہمارے بیمار کی شفا کا باعث بن گئی۔“ (صحیح بخاری ج: ۴۵، ۵۷)

مختلف امراض سے بچاؤ کے لیے دم

اَذْهِبِ الْبَاسَ رَبَّ النَّاسِ وَاشْفِ اَنْتَ
السَّافِي لَا شِفَاءَ اِلَّا شِفَاؤُكَ شِفَاءً لَا يُغَادِرُ
سَقَمًا.

”اے نبی نوع انسان کے رب! بیماری دور کر کے شفا بخش دے کہ شفا دینے والا

صرف تو ہی ہے تیری دی ہوئی شفا کے بغیر کوئی شفا نہیں ہے، ایسی شفا عطا فرما جو بیماری

رہنے ہی نہ دے۔“ (صحیح مسلم ج: ۴، ۴۱۵)

نظر بد سے بچاؤ کا دم

بِسْمِ اللّٰهِ اَرْقِيْكَ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُؤْذِيْكَ
مِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ اَوْعَيْنَ حَاسِدِ اللّٰهِ
يَشْفِيْكَ بِاسْمِ اللّٰهِ اَرْقِيْكَ

”اللہ کے نام سے میں آپ کو دم کرتا ہوں، آپ کو تکلیف دینے والی ہر چیز سے نیز ہر جان کے شر اور ہر حسد کرنے والی نظر سے۔ اللہ آپ کو شفا دے اللہ کے نام سے میں آپ کو دم کرتا ہوں۔“ (صحیح مسلم ج: ۲۱۸۶)

زہریلے جانوروں، حشرات نیز راستے کے چور ڈاکو سے حفاظت کا دم
اَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التّٰمَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ۔

”میں اللہ تعالیٰ کے مکمل کلمات کے ذریعے ہر چیز کے شر سے پناہ چاہتا ہوں جو اس نے پیدا کی۔“ (جامع ترمذی ج: ۳۶۰۴)

ناگہانی حادثے اور ہر قسم کی تکلیف سے بچاؤ کا دم

بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِيْ لَا يَضُرُّمَعِ اسْمُهُ شَيْءٌ
فِي الْاَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ۔

”اللہ کے نام کے ساتھ جس کے نام کے ساتھ آسمان و زمین میں کوئی چیز بھی نقصان

نا قابل برداشت درد سے بچاؤ کے لیے دم:

درد والی جگہ پر ہاتھ رکھ کر تین مرتبہ بسم اللہ پڑھے اور پھر سات مرتبہ یہ دعا پڑھے:

أَعُوذُ بِاللَّهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَحَدٌ وَأَحَادِرُ -

”اللہ تعالیٰ اور اس کی قدرت کے ذریعے میں ہر اس چیز کی برائی سے پناہ چاہتا ہوں جو محسوس کرتا ہوں اور جس سے ڈرایا جاتا ہوں“ - (صحیح مسلم ج: ۲۲۰۲)

(ان شاء اللہ افاقہ ہوگا)

بچوں کو مختلف تکالیف سے بچاؤ کا دم

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَامَةٍ

”میں اللہ تعالیٰ کے مکمل کلمات کے ذریعے ہر شیطان اور بدشگوننی اور ہر ملامت کرنے والی آنکھ سے پناہ چاہتا ہوں“ - (صحیح بخاری ج: ۳۲۴۱)

برص، جنون، کوڑھ اور ہر بیماری سے بچنے کا دم

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْبَرَصِ وَالْجُذَامِ
وَالْجُنُونِ وَمِنْ سَيِّئِ الْأَسْقَامِ -

اے اللہ! میں برص، جنون، کوڑھ اور ہر بری بیماری سے تیری پناہ چاہتا

ہوں۔ (صحیح سنن نسائی، ج: ۵۰۶۸)

کان، آنکھ اور قوت باہ کے اضافے کا دم
**اللَّهُمَّ مَتِّعْنَا بِأَسْبَاعِنَا وَأَبْصَارِنَا وَقَوَائِنَا
 مَا أَحْيَيْتَنَا.**

اے اللہ! جب تک تو ہمیں زندہ رکھے ہمیں ہمارے کانوں، آنکھوں اور دوسری

قوتوں سے فائدہ پہنچا۔ (صحیح ترمذی ۳/۱۶۸)

بزدلی، بخل اور بڑھاپے سے بچاؤ کا دم

**اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَأَعُوذُ بِكَ
 مِنَ الْبُخْلِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ أَنْ أُرَدَّ إِلَى
 أَرْدَلِ الْعُمْرِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ فِتْنَةِ الدُّنْيَا
 وَعَذَابِ الْقَبْرِ**

اے اللہ! میں تجھ سے پناہ چاہتا ہوں بزدلی سے اور میں تجھ سے پناہ چاہتا ہوں بخل

سے اور میں تجھ سے پناہ چاہتا ہوں کہ میں رذیل عمر کی طرف پھیر دیا جاؤں اور دنیا کے فتنے

اور قبر کے عذاب سے بھی میں تیری پناہ چاہتا ہوں۔“ (بخاری مع فتح الباری، ۱۱/۱۸۱)

بڑھاپے میں تنگی رزق سے بچاؤ کا دم

**اللَّهُمَّ اجْعَلْ أَوْسَعَ رِزْقِكَ عَلَيَّ عِنْدَ كِبَرِ
 سِنِّيْ وَأَنْقِطَاعِ عُمْرِيْ**

اے اللہ! میری کبر سنی اور آحری عمر میں بھی اپنے رزق کو مجھ پر فراخ رکھنا۔

(سلسلۃ الاحادیث الصحیحہ، ج: ۱۵۳۹)

بہرے اور گونگے پن سے بچاؤ کا دم

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الصَّمِّ وَالْبَكْمِ

اے اللہ! میں پناہ چاہتا ہوں تیری بہرے پن سے اور گونگے پن سے۔

(صحیح الجامع الصغیر، ۱/۳۰۶)

سینے کے امراض سے بچاؤ کا دم

جناب رسول اللہ ﷺ بزدلی، بخل، بری نظر، عذاب قبر اور سینے کی آزمائش

(امراض) سے پناہ مانگا کرتے تھے، اسے یوں کہا جاسکتا ہے:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ فِتْنَةِ الصَّدْرِ

اے اللہ! میں سینے کی تمام امراض سے تیری پناہ چاہتا ہوں۔ (سنن ابوداؤد، ج: ۱۵۳۹)

بخار کا دم

اِكْشِفِ الْبَأْسَ رَبِّ النَّاسِ اِلَهَ النَّاسِ

اے لوگوں کے رب، اے لوگوں کے معبود! بخار دور کر دے۔

(صحیح الجامع الصغیر، ج: ۳۱۸۶)

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

دوا سے علاج

رسول اللہ ﷺ کا فرمان ہے:

لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءُ
الدَّاءِ بَرَأَ أَوْ يَأْذِنُ اللّٰهُ تَعَالَى .

ہر بیماری قابل علاج ہے جب دوا بیماری کے موافق
منتخب ہو جاتی ہے تو اللہ تعالیٰ کے حکم سے شفا مل جاتی ہے۔

(صحیح مسلم ج ۳: ۲۰۰)

دوا سے علاج

انسان کے بیمار ہو جانے کی صورت میں شریعت اسلامیہ نے اس کی راہنمائی اس طرف فرمائی ہے کہ اسے دعا اور دوا سے اپنا علاج کرانا چاہیے اس میں کوئی شک نہیں کہ اللہ تعالیٰ نے دواؤں کے ساتھ ساتھ قرآن مجید کو بھی انسان کے لیے روحانی اور جسمانی طور پر باعث شفا قرار دیا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے فرمایا:

وَنُزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

”اور قرآن مجید میں ہم نے ایمان والوں کے لیے شفا اور رحمت والی آیات

نازل فرمائی ہیں“۔ (الاسراء: ۸۲)

بلکہ خاص طور پر ایمان والوں کو تو قرآن مجید سے کسب فیض ضرور کرنا چاہیے اللہ

تعالیٰ کا فرمان ہے:

قُلْ هُوَ الَّذِي يَنْزِلُ الْوَحْيَ الَّذِي يُنذِرُ بِالْآيَاتِ الْكُبْرَىٰ وَهُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ

”اے محمد ﷺ آپ لوگوں کو بتائیے کہ یہ قرآن ایمان والوں کے لیے

راہنمائی اور شفا کا باعث ہے“۔ (م الحجۃ: ۴۳)

بلکہ خاص طور پر دل اور سینے کے امراض میں تو قرآن حکیم کا خصوصی اثر بیان

کیا گیا ہے اللہ تعالیٰ نے فرمایا:

قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي

الصُّدُورِ

”تمہارے پاس تمہارے رب کی طرف سے ایک ایسی چیز آئی ہے جو نصیحت ہے اور دلوں میں جو روگ ہیں ان کے لیے شفا ہے۔“ (یونس: ۵۷)

حضرت ابراہیم الخواص رضی اللہ عنہ کا فرمان ہے:

دل کی دوا پانچ چیزیں ہیں:

- ۱۔ غور و فکر کے ساتھ قرآن مجید کی تلاوت کی جائے۔
 - ۲۔ پیٹ زیادہ نہ بھرا جائے۔
 - ۳۔ رات کا قیام کیا جائے۔
 - ۴۔ سحر کے اوقات میں اللہ تعالیٰ کے سامنے آہ وزاری کی جائے۔
 - ۵۔ صالحین کی صحبت اختیار کی جائے۔ (انتخاب از تقویم سعودی عرب)
- اسی طرح حدیث میں دوا سے بھی علاج کی ترغیب دی گئی ہے۔

دوا سے علاج

بخاری شریف میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا فرمان ہے کہ اللہ تعالیٰ نے جو مرض نازل کیا اس کی شفا بھی نازل فرمائی۔ (صحیح بخاری، ج: ۱، ص: ۵۶۷۸)

اسی طرح مسلم شریف میں اللہ کے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کا فرمان ہے کہ ہر مرض کی دوا ہے جب کسی مرض کی دوا اس کے مطابق منتخب ہو جاتی ہے تو اللہ کے حکم سے شفا ہو جاتی ہے۔ (صحیح مسلم، ج: ۳، ص: ۲۲۰۳)

دوا استعمال کرنا:

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:۔ اللہ تعالیٰ نے ایسی کوئی بیماری نہیں بنائی کہ جس کی دوا نازل نہ کی ہو، سوائے ایک بیماری کے، وہ بڑھاپا ہے۔ (سنن ابوداؤد، ج: ۱، ص: ۳۸۵۵)

اس لیے انسان کو بیماری کی صورت میں دوا ضرور استعمال کرنی چاہیے۔

حرام میں شفا نہیں

رسول اکرم ﷺ نے خبیث پلید یا ناپاک دوا سے علاج کرنے سے منع فرمایا

ہے۔ (سنن ابن ماجہ، ج: ۳، ص: ۲۵۳)

لہذا تمام مسلمانوں کو حرام اشیا (نشیات وغیرہ) سے علاج کرنے سے بچنا

چاہیے کیونکہ رسول اکرم ﷺ نے فرمایا کہ اللہ تعالیٰ نے حرام میں تمہارے لیے شفا

نہیں رکھی۔ (موارد اللہ، ج: ۱، ص: ۱۳۹۷)

دوا کی مقدار

شریعت اسلامیہ میں دوا سے علاج کی صورت میں دوا کی مقدار اور اس کی

بالتدریج خوراک لینے کی طرف بھی راہنمائی فرمائی گئی ہے، اس سلسلہ میں صحیح بخاری

میں مذکور واقعہ دلیل کے لیے کافی ہے:

حضرت ابوسعید رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ ایک آدمی نبی اکرم ﷺ کے پاس آ کر

گویا ہوا کہ اس کے بھائی کے پیٹ میں تکلیف ہے۔ آپ ﷺ نے اسے شہد پلانے

کا حکم دیا۔ کچھ دیر بعد آ کر اس نے افاقہ نہ ہونے کا بتایا تو آپ ﷺ نے اسے مزید

شہد پلانے کا حکم دیا، تیسری بار اس نے آ کر پھر وہی شکوہ دہرایا تو آپ ﷺ نے پھر

اسے وہی مشورہ دیا، یہ پھر آپ ﷺ کی خدمت میں شکوہ لے کر آیا تو آپ ﷺ نے

ارشاد فرمایا: اللہ کا کہنا تو سچ ہے تیرے بھائی کا پیٹ ہی جھوٹا ہے۔ اسے مزید شہد پلاؤ۔

(صحیح بخاری، ج: ۳، ص: ۵۶۸۴)

اس حدیث مبارکہ سے یہ بات بخوبی سمجھ آ جاتی ہے کہ مکمل افاقہ پانے کے لیے

محکمہ دلائل و براہین سے مزین متنوع و منفرد کتب پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

دوا کی مناسب مقدار مریض کو دی جائے۔

دوا کھانے سے پہلے دعا

بِسْمِ اللّٰهِ۔

ترجمہ: اللہ کے نام کے ساتھ (کھاتا ہوں)۔

دعا بھول جانے کی صورت میں پڑھیں:

بِسْمِ اللّٰهِ اَوَّلُهُ وَاٰخِرُهُ۔

ترجمہ: اللہ کے نام کے ساتھ (کھاتا ہوں) اس کے شروع، اور اس کے آخر میں۔

(ترمذی، ج: ۱۸۲۸)

دوا کھانے کے بعد کی دعا

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ۔

ترجمہ: تمام تعریفیں اللہ کے لیے ہیں۔ (صحیح مسلم، ج: ۲۷۳۳)

☆☆☆☆

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

چند مستون دوائیں اور ان کے خواص

نبی ﷺ نے فرمایا:

إِنَّ اللّٰهَ لَمْ يَضَعْ دَاءً إِلَّا وَضَعَ لَهُ شِفَاءً

أَوْ دَوَاءً إِلَّا دَاءً وَاحِدًا فَقَالُوا:

يَا رَسُولَ اللّٰهِ مَا هُوَ؟ قَالَ: الْهَرَمُ.

”اللہ نے ہر بیماری کی شفا یا دوا مقرر فرما رکھی ہے،

سوائے ایک بیماری کے۔ لوگوں نے پوچھا وہ

کون سی بیماری ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا: بڑھاپا۔“

(جامع ترمذی ج: ۲۰۳۸)

چند مسنون دوائیں اور ان کے خواص

اشمد (سرمہ)

آپ ﷺ نے فرمایا: تمہارے سرموں میں سب سے بہترین سرمہ اشمد ہے جو بصارت کو جلا بخشتا ہے اور پلکوں کے بالوں کو بھاری کرتا ہے۔ [سنن ابن ماجہ، ج: ۱، ص: ۳۳۹]

خواص:

اشمد سیاہ سرمہ کا ایک پتھر ہوتا ہے جو ایران کے علاوہ دوسرے کئی ممالک سے بھی حاصل کیا جاتا ہے۔ اشمد کی اعلیٰ قسم وہ ہے جو بہت جلد ریزہ ریزہ ہو جائے اور اس کے ریزوں میں چمک ہو اور اس کا اندرونی حصہ چمکنا ہو اور گرد و غبار سے پاک ہو۔

اشمد سرد خشک ہے، آنکھ کو قوت بخشتا ہے اور آنکھ کے پٹھے مضبوط کرتا ہے، زائد رطوبات کو ختم کرتا ہے اور گرد و غبار اور آنکھ کی میل کو دور کرتا ہے۔ نظر کو تیز کرتا ہے اور اگر مائع شہد کے ساتھ ملا کر آنکھ میں ڈالیں تو سردی میں افاقہ ہوگا۔ چربی کے ساتھ پیس کر حل کر کے جلے ہوئے مقام پر لگائیں تو زخم میں اکڑاؤ نہیں آنے دیتا۔ بڑھاپے کی لاشی ہے۔ کستوری کے ساتھ ملا کر ضعف بصر میں استعمال بے حد مفید ہے۔ رات کو سوتے وقت تین تین سلائیاں دونوں آنکھوں میں لگائیں۔ عرق گلاب میں کھل کر کے خوب باریک کر کے استعمال میں لانا از حد مفید ہے۔ [زاد المعاد، ج: ۳، ص: ۴۸۳]

ام سلمہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ ایک عورت کے شوہر کا انتقال ہو گیا (زمانہ عدت

میں) اس عورت کی آنکھ دکھنے لگی تو لوگوں نے اس کا ذکر نبی کریم ﷺ سے کیا ان لوگوں نے آنحضرت ﷺ کے سامنے سرمہ کا ذکر کیا۔

تشریح:

مولانا داؤد راز دہلوی رحمۃ اللہ علیہ نے اس حدیث کی تشریح میں لکھا ہے کہ آپ ﷺ نے عدت کی وجہ سے آشوب چشم میں سرمہ لگانے کی اجازت نہیں دی اگر عدت نہ ہوتی تو آپ در چشم میں سرمہ لگانے کی اجازت دیتے۔ [صحیح بخاری از مولانا داؤد راز دہلوی، ص: ۲۹۲ ج: ۷]

بکرے کی ران

سنن ابن ماجہ میں محمد بن سیرین رضی اللہ عنہ نے انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے حدیث بیان کی ہے: کہ میں نے جناب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو فرماتے سنا کہ ”عرق النساء کا علاج (یہ ہے کہ) جنگلی بکرے کی ران کو پکا کر گلا یا جائے پھر اس کی بخنی تین حصہ میں کر دی جائے اس کے بعد

تین دن تک بخنی کا استعمال نہا رمنہ کیا جائے (یاد رکھیں) روزانہ نہا رمنہ ہونا چاہیے۔“^①

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے کلام کی دو قسمیں ہیں: ان میں سے ایک عام زمانہ، مقام، اشخاص اور حالات کے پیش نظر ہے جب کہ دوسری مخصوص ہے جن میں ان امور کی یا بعض امور کی رعایت ہے اور یہ اسی قسم میں شامل ہے۔ اس لیے کہ اس کے مخاطب اہل عرب اہل حجاز اور اس کے ارد گرد کے رہنے والے ہیں، بالخصوص دیہات کے اکھڑ لوگ۔ اس لیے کہ یہ علاج ان بدوی لوگوں کے لیے سب سے زیادہ مفید ہے کیوں کہ عموماً یہ بیماری خشکی کی بنا پر پیدا ہوتی ہے، اور کبھی اس کا سبب گاڑھالیں دار مادہ ہوتا ہے جس کا علاج اسہال ہے۔ اور ران کے گوشت میں دو خاصیتیں مادہ کو پکانا اور اسے نکالنا پائی جاتی ہیں اور اس مرض میں ان دونوں چیزوں کی ضرورت ہے۔ اور جنگلی بکرے کا تعین اس وجہ سے ہے کہ اس میں فضولات (زوائد) کی کمی اور مقدار کا اختصار اور جوہر کی لطافت موجود ہے۔ اس لیے کہ یہ بکریاں جو چیزیں چرتی ہیں ان میں گرم قسم کی جڑی بوٹیاں ہوتی ہیں اور یہ نباتات جب کسی

① ابن ماجہ نے حدیث نمبر ۳۶۳۳ فی الطب میں باب دواء عرق النساء کے تحت اسے ذکر کیا ہے، اس کے رجال ثقہ ہیں اور بوسیری نے زوائد ۲۱۶/۱ میں لکھا ہے کہ اس کی اسناد صحیح ہے۔

جانور کو بطور غذای جائیں گی تو ان کے گوشت میں بھی وہ لطیف اجزاء پیدا ہوں گے جن کو غذا کے ساتھ شامل رکھا گیا ہے بلکہ معدہ میں حل ہونے اور جسم کی غذا بن جانے کے بعد اس میں اور بھی زیادہ لطافت پیدا ہو جائے گی بالخصوص سرین (پٹھ) کے گوشت میں ان نباتات کا اثر گوشت سے زیادہ قوی انداز میں بلکہ ان کے دودھ میں بھی یہی اثر دیکھا جاتا ہے۔ مگر سرین (پٹھ) کے گوشت میں پکانے اور نکلنے کی جو خصوصیت پائی جاتی ہے وہ دودھ میں نہیں دیکھی جاتی۔ ① [طب نبوی، ص: ۱۰۱ تا ۱۰۳]

① ڈاکٹر عادل ازہری نے لکھا ہے کہ عرق النساء کا مرض نرو مادہ کو یکساں ہوتا ہے۔ اس میں عورت مرد کی کوئی تخصیص نہیں مگر اس کی تکلیف شدت میں غیر معمولی ہوتی ہے۔ ریڑھ کی ہڈی کے زیریں حصے سے یہ بیماری شروع ہوتی ہے پھر درسرین کی جانب بڑھتا ہے پھر ران کا پچھلا حصہ متاثر ہوتا ہے، کبھی اچانک ٹخنوں تک اس کا اثر ہو جاتا ہے، آخر میں مہروں کے درمیان پائی جانے والی نرم ہڈیوں کا جڑاؤ ختم ہو جاتا ہے، یا پٹھوں میں گرمی پیدا ہو جاتی ہے، اس کا علاج یہ ہے کہ مریض کو دو ہفتہ بستر پر مکمل آرام دیا جائے اور درد شکن اور درد ر بادوائیں دی جائیں۔ اسپرین وغیرہ یا داغ سے افاقہ ہو جاتا ہے اور مریض کو سکون ملتا ہے۔

پانی

صحیح بخاری و مسلم میں امام نافع رضی اللہ عنہ نے ابن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت کی ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

”بخاریا تیزی بخار جہنم کی لپٹ ہے، اسے سرد کر دو پانی کے ذریعہ چھینے، وضو، غسل کسی بھی طریقے سے۔“

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے پانی بیٹھ کر پینے اور تین سانسوں میں پینے کی ہدایت کی اور فرمایا کہ یہ خوشگوار، رگوں کو سیراب کرنے والا اور زود ہضم ہوتا ہے۔ [صحیح مسلم: ۲۰۲۸، ابن حبان: ۵۳۳۰، احمد: ۱۱۸۳، ۱۱۹۳، ۱۸۵/۳، ترمذی: ۱۸۸۴]

خواص:

یہ زندگی کا مادہ اور مشروبات کا سردار ہے، عناصر اربعہ میں سے ایک بلکہ اس کا اصل رکن ہے۔ اس لیے کہ آسمان اس کے بخار سے پیدا کیے گئے ہیں اور زمین کی تخلیق اس کی جھاگ سے عمل میں آئی اور جاندار چیزوں کو اللہ تعالیٰ نے پانی ہی سے بنایا ہے۔

پانی کے بارے میں اختلاف ہے کہ یہ غذا کا کام کرتا ہے یا صرف غذا کے نفوذ کا ذریعہ ہے؟ پانی سرد تر ہوتا ہے حرارت کو ختم کرتا ہے بدن کی رطوبات کا محافظ ہے۔ اور جو رطوبات تحلیل ہو جاتی ہیں ان کی تلافی کرتا ہے، غذا کو لطیف بناتا ہے اور اس کو بدن کی رگوں میں پہنچاتا ہے۔

پانی کی خوبی دس طریقوں سے معلوم کی جاتی ہے:

- ①..... رنگ دیکھ کر خوبی معلوم کی جاتی ہے کہ وہ صاف ستھرا ہے۔
- ②..... بو سے معلوم ہوتا ہے کہ اس میں کوئی دوسری بو نہیں ہونی چاہیے۔

- ③..... ذائقہ سے معلوم پڑتا ہے کہ وہ شیریں اور لذیذ ہو جیسے نیل اور فرات کا پانی ہوتا ہے۔
- ④..... اس کے وزن سے جان لیا جاتا ہے کہ وہ ہلکا ہو اور اس کا قوام لطیف ہو۔
- ⑤..... اس کی خوبی اس کی گزرگاہ سے معلوم ہوتی ہے کہ اس کا راستہ اور گزرگاہ عمدہ ہے۔
- ⑥..... منبع سے کہ اس کے پانی نکلنے کی جگہ دور ہے۔
- ⑦..... دھوپ اور ہوا کے اس پر گزرنے سے معلوم ہوتا ہے کہ وہ زمین دوز نہ ہو کہ جہاں دھوپ اور ہوا کا گزرنہ ہو سکے۔
- ⑧..... اس کی حرکت سے کہ وہ تیزی کے ساتھ بہتا ہے۔
- ⑨..... اس کی کثرت سے معلوم کیا جاتا ہے کہ وہ اتنا زیادہ ہو کہ جو فضلات اس سے ملے ہوئے ہوں ان کو دور کر سکے۔
- ⑩..... اس کے بہاؤ کے رخ سے معلوم ہوتا ہے کہ وہ شمال سے جنوب کی طرف یا مغرب سے مشرق کی جانب جاری ہو۔
- اگر ان خوبیوں کو دیکھا جائے تو یہ پورے طور پر صرف چار ہی دریاؤں میں پائی جاتی ہیں، دریائے نیل، دریائے فرات، سیحون اور نیجھون۔
- صحیح مسلم میں حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:
- ”سیحون، جیحون، نیل اور فرات سب جنت کے دریاؤں میں سے ہیں۔“ ①
- پانی کے ہلکے ہونے کا اندازہ تین طریقے سے کیا جاتا ہے
- ①..... پانی سردی اور گرمی سے بہت متاثر ہو اور ان کو بہت جلد قبول کر لے، چناں چہ بقراط حکیم کا بیان ہے کہ جو پانی جلد گرم اور جلد ٹھنڈا ہو جائے وہی سب سے ہلکا ہوتا ہے۔

① امام مسلم نے ۲۸۳۹ میں ”کتاب الجنة وصفة نعيمها“ کے باب ”ما في الدنيا من انهار الجنة“ کے تحت ذکر کیا ہے۔

②..... میزان سے اس کا اندازہ کیا جاتا ہے۔

③..... دو مختلف قسم کے پانیوں میں دوہم وزن روئی کے پھائے بھگوئے جائیں، پھر ان کو پورے طور پر خشک کر کے وزن کیا جائے تو جو سب سے ہلکا ہوگا اس کا پانی بھی اسی طرح ہلکا ہوگا۔

پانی اگرچہ حقیقتاً سرد تر ہے، مگر اس کی قوت کسی ایسے عارضی سبب سے متغیر و منتقل ہوتی رہتی ہے جو اس کے تغیر کا موجب بنتا ہے۔ اس لیے کہ جس پانی کا شمالی حصہ کھلا ہو اور دوسرا حصہ چھپا ہوا ہو وہ ٹھنڈا ہوتا ہے، اور اس میں معمولی خشکی ہوتی ہے جو شمالی ہوا کی وجہ سے پیدا ہوتی ہے اسی طرح دوسری سمتوں کے پانی کا حکم ہے۔

کان سے نکلنے والا پانی

یہ پانی اس کان کی طبیعت کے مطابق ہوگا اور اسے پینے سے اسی انداز کا اثر بدن پر نمایاں ہوگا، شیریں پانی مریضوں اور تندرست لوگوں کے لیے مفید ہے۔ ٹھنڈا اور شیریں پانی زیادہ مفید اور لذیذ ہوتا ہے۔ اس کو نہار منہ، جماع کرنے اور تازہ پھل کھانے کے بعد پینا مناسب نہیں۔

البتہ اگر پانی کی چسکی لے تو یہ کبھی بھی نقصان نہیں کرے گا بلکہ معدہ کو تقویت بخشنے گا، شہوت کو ابھارے گا اور تشنگی ختم کرے گا۔

نیم گرم پانی

نیم گرم پانی اچھا رہ پیدا کرتا ہے اور مذکورہ فوائد کے برخلاف اثرات دکھلاتا ہے۔ باسی نیم گرم پانی تازہ سے عمدہ ہوتا ہے۔ اور آب سرد کا اندرونی طور پر استعمال اس کے خارجی طور پر استعمال کرنے کے مقابل زیادہ نافع ہے، اور گرم اس کے برعکس ہوتا ہے۔ ٹھنڈا پانی خرابی خون میں زیادہ نافع ہے۔ اسی طرح بخارات کو سر کی طرف جانے سے روکتا ہے اور

خون کی خرابی سے بچاتا ہے، یہ گرم مزاج، گرم مقام و موسم اور جوان عمر لوگوں کے لیے موزوں ہوتا ہے اور نفع اور تحلیل ❶ کی ضرورت میں بہر صورت نقصان دہ ہوتا ہے جیسے زکام، ورم وغیرہ اور بہت زیادہ ٹھنڈا پانی دانتوں کو نقصان پہنچاتا ہے اور ایسے پانی کا بکثرت استعمال خون کو پھاڑتا ہے اور نزلے کو حرکت دیتا ہے۔

ٹھنڈا پانی

رسول اللہ ﷺ کا فرمان ہے: بخار جنہم کے جوش سے ہے اسے پانی سے ٹھنڈا کرو۔

[صحیح بخاری، ج: ۵۷۲۳]

بخار میں مبتلا کوئی عورت جب حضرت اسماء بنت ابی بکر کے پاس لائی جاتی تو وہ اس کے سینے پر پانی چھڑکتی اور فرماتی، رسول اللہ ﷺ ہمیں (بخار کو) پانی سے ٹھنڈا کرنے کا حکم دیتے تھے۔ [صحیح بخاری، ج: ۵۷۲۳]

بہت زیادہ ٹھنڈا یا گرم پانی

دونوں اعصاب اور اکثر اعضاء جسمانی کو نقصان پہنچاتے ہیں۔ اس لیے کہ ان میں سے ایک محلل (تحلیل کرنے والا) ہے اور دوسرا مادہ کو گاڑھا کرتا ہے، گرم پانی سے اخلاط ردیہ ❷ کی سوزش ختم ہو جاتی ہے۔ نفع و تحلیل کا کام کرتا ہے۔ رطوبات ردیہ (زائد مادوں) کو نکال پھینکتا ہے۔ بدن کو شاداب بناتا ہے اور اس میں گرمی پیدا کرتا ہے اس کے پینے سے ہاضمہ خراب ہوتا ہے۔ غذا کے ساتھ استعمال کرنے سے یہ معدہ کی بالائی سطح پر تیرتا رہتا ہے اور اسے ڈھیلا کرتا ہے، تشنگی دور کرنے میں بھی زیادہ عمدہ نہیں ہے۔ بدن کو لاغر بنانے کے لیے گرم پانی مناسب ہے۔ جب کہ خارجی طور پر اس کا استعمال بہت زیادہ مفید ہے۔

❶ نفع کا معنی مادہ کو پکانا اور گلانا اور تحلیل کا معنی ہے اسے جسم میں حل کر دینا۔

❷ قدیم اطباء کے نزدیک خون، بلغم، صفراء اور سودا کو اخلاط الجسد کہتے ہیں۔
محکمہ دلائل و براہین سے مزین متنوع و منفرد کتب پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

آفات کی تمازت سے گرم شدہ پانی کے بارے میں کوئی حدیث یا اثر صحیح طور پر ثابت نہیں ہے۔ اور نہ قدیم اطباء میں سے اس کو کسی نے خراب سمجھا، اور نہ اس کو معیوب قرار دیا۔ ہے، امراض ردیہ کا نقیب ہے۔ اکثر امراض میں مضر ہے البتہ بوڑھوں کے لیے موزوں ہے۔ اسی طرح مرگی، سردی کی وجہ سے سردیوں کے مریضوں اور آشوب چشم کے بیماروں کے بہت زیادہ مفید ہے۔ گرم پانی گردے کی چربی کو پگھلا دیتا ہے۔

الغرض! پانی میں بے شمار خوبیاں ہیں اس سے زندگی ہے بلکہ یہ زندگی ہے۔ کائنات کا اہم ترین رکن ہے، انسانی، حیوانی، نباتی زندگی اسی سے ہے، سردت لیکن حرارت کو جلد قبول کرنے والا ہے، بدن کی رطوبت کو محفوظ رکھتا ہے۔ غذا کو حل کرتا ہے اور رگوں میں نفوذ پذیر ہوتا ہے۔ مختلف زمان و مکان کے اعتبار سے اس کے فوائد و خواص بدلتے رہتے ہیں، قرآن میں بارش کے پانی کو مبارک پانی کہا گیا ہے، بعض دریاؤں کے پانی جنت سے قرار دیئے گئے۔ نہروں، دریاؤں، سمندروں، کنوؤں، چشموں، بارش، اولوں، برف وغیرہ کے پانیوں کے خواص الگ الگ خاصیت کے بھی حامل ہوتے ہیں۔ [زاد المعاد، ج: ۴، ص: ۳۸۸ تا ۳۹۴]

امام بخاری نے ایک باب یوں بیان کیا ہے کہ ”بخار دوزخ کی بھاپ سے ہے۔“
نافع نے بیان کیا کہ عبد اللہ بن عمر رضی اللہ عنہما کو جب بخار آتا تو یوں دعا کرتے: ”اے اللہ! ہم سے اس عذاب کو دور کر دے۔“

حرارت کی بنا پر دوزخ کو بھاپ سے تشبیہ دی گئی ہے۔ وصدق رسول اللہ ﷺ
”بخار پر صبر کرنا ہی ثواب ہے“ اور تندرستی میں کی گئی دعائیں ہی زیادہ پر اثر ہے۔ آنحضرت بکثرت دعا فرمایا کرتے تھے:

”اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ.“

”اے اللہ! میں تجھ سے عافیت کا سوال کرتا ہوں۔“

ایک روایت میں ہے (بخار کو) زمزم کے پانی سے ٹھنڈا کرو۔ مراد وہ بخار ہے جو صفراء کے جوش سے ہو اس میں ٹھنڈے پانی سے نہانا یا ہاتھ پاؤں کا دھونا بھی مفید ہے۔ آج کی ڈاکٹری نے بھی تسلیم کر لیا ہے کہ شدید بخار میں برف کا استعمال بھی اسی قبیل سے ہے۔

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا نے بیان کیا کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ”بخار جہنم کی بھاپ میں سے ہے اس لیے اسے پانی سے ٹھنڈا کرو۔“

مروجہ ڈاکٹری کا ایک شعبہ علاج پانی سے بھی ہے۔ جو کافی ترقی پذیر ہے ہمارے رسول صلی اللہ علیہ وسلم کو اللہ پاک نے جمیع علوم نافعہ کا خزانہ بنا کر مبعوث فرمایا تھا۔ چنانچہ فن طبابت میں آپ کے پیش کردہ اصول اس قدر جامع ہیں کہ کوئی بھی عقل مند ان کی تردید نہیں کر سکتا۔ [صحیح بخاری، از علامہ داؤد راز، ص: ۳۰۰ ج: ۷]

بخار کے علاج کے متعلق ہدایات نبوی صلی اللہ علیہ وسلم

صحیح بخاری و مسلم میں امام نافع رضی اللہ عنہ نے ابن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت کی ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

”بخار یا تیزی بخار جہنم کی لپٹ ہے، اسے سرد کر دو پانی کے ذریعہ چھینے، وضو، غسل کسی بھی طریقے سے۔“^①

① بخاری نے ۱۳۶۱۰ کتاب الطب میں جہاں باب قائم کیا ہے ”بخار جہنم کی لپٹ ہے“ وہاں اسے ذکر کیا ہے اور مسلم نے حدیث نمبر ۲۲۰۹ فی السلام بذیل باب ہر بیماری کے لیے دوا ہے میں ذکر کیا ہے، بعض طبیوں کا کہنا ہے کہ بخار کی ہر صورت میں جب حرارت بہت بڑھ جائے تو پانی سے دو طرح کا علاج کرتے ہیں۔ پہلا طریقہ برف سے یا پانی سے خارجی طور پر سینک کر نانا کہ درجہ حرارت نیچے آجائے، دوسرا طریقہ علاج یہ ہے کہ منہ سے پانی بار بار پلایا جائے کہ اس سے تمام اعضاء جسمانی کو

بخار سے بدن کو بڑا نفع بھی پہنچتا ہے جو کسی دوا سے نہیں ہوتا، عموماً اس قسم کا نفع بخش بخار ایک دن کا بخار ہوتا ہے۔ ان بخاروں سے ایسے سدے کھل جاتے ہیں جو انتڑیوں میں دواؤں کے ذریعہ نہیں کھلتے، غرض جہاں بخار قابل تشویش ہے وہاں نفع بھی ہے۔ آشوب چشم نیا ہو یا پرانا، ان بخاروں سے ایسا غائب ہوتا ہے کہ عقل قاصر رہتی ہے کہیہ کیسے ہوا؟ اسی طرح بخار، فالج، لقوہ اور تشنج امتلائی (جس بیماری میں عضلات میں کھنچاؤ آ جائے) سے بھی نجات کا سبب ہوتا ہے۔

بخار کے علاج کے سلسلے میں حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت مرفوعہ ابو نعیم رضی اللہ عنہ نے بیان کی ہے کہ:

”جب تم میں سے کوئی بخار زدہ ہو تو بتلائے بخار پر ٹھنڈے پانی کی چھینٹ دی جائے تین دن تک صبح کے وقت سویرے سویرے۔“^①

دوسری جگہ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے مرفوعاً یہ روایت سنن ابن ماجہ میں مذکور ہے:

”بخار جہنم کی بھٹیوں میں سے ایک بھٹی ہے اسے دور کر دو ٹھنڈے پانی سے۔“^②

[طب نبوی، ص: ۳۳، ۳۴]

① حاکم نے مستدرک ۲۰۰/۲ میں ذکر کیا ہے اس کی تصحیح اور موافقت ذہبی نے کی ہے اور بالکل ایسے ہی جیسے کہ ان دونوں نے تصحیح کی ہے، حافظ ابن حجر نے فتح الباری میں لکھا ہے کہ اس کی سند قوی ہے، اور ضیاء المقدسی نے مختارہ میں ذکر کیا ہے اور پیشی نے مجمع ۹۴/۵ میں طبرانی کی طرف اس کو منسوب کیا ہے۔ اور کہا کہ اس کے تمام رجال ثقہ ہیں۔

② ابن ماجہ نے حدیث نمبر ۳۴۷۵ کے تحت بیان کیا ہے اور اس کے رواۃ کو ثقہ قرار دیا ہے، اور بوسری نے اپنی زوائد میں اس کی اسناد کو صحیح اور رجال کو ثقہ لکھا ہے۔

باسی پانی

سیدنا حضرت جابر بن عبد اللہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم ایک انصاری صحابی کے یہاں تشریف لے گئے، آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ آپ کے ایک ساتھی (ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ) بھی تھے۔ آپ نے ارشاد فرمایا: تمہارے ہاں اسی رات کا باسی پانی کسی مشکیزے میں رکھا ہوا ہو (تو ہمیں پلاؤ) ورنہ ہم منہ لگا کے پانی پی لیں گے، وہ صحابی اپنے باغ کو پانی دے رہے تھے تو انہوں نے بتایا کہ اے اللہ کے رسول! میرے یہاں رات کا باسی پانی موجود ہے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم چھپر تلے تشریف لے چلیں۔ چنانچہ انہوں نے ان دونوں مہمانوں کو ساتھ لیا اور ایک پیالہ میں پانی لیا اور اپنی ایک بکری کا دودھ اس میں نکالا، جسے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے پیا اور آپ کے ساتھی ابوبکر رضی اللہ عنہ نے پیا۔ [صحیح بخاری، ج: ۵۶۱۳]

برف اور اولوں کا پانی

صحیح بخاری اور صحیح مسلم میں نبی صلی اللہ علیہ وسلم سے روایت مذکور ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نماز کے استغاث میں یہ دعا فرماتے تھے:

”اے اللہ! مجھے گناہوں سے برف اور اولے کے پانی کے ذریعہ دھو دے۔“

برف میں ایک دخانی (دھوئیں جیسی) کیفیت و مادہ موجود ہے اور اس کا پانی بھی اسی کیفیت کا ہوتا ہے۔ برف کے پانی سے گناہوں کو دھونے کی درخواست کرنے میں ایک حکمت مضمحل ہے اس کا بیان پہلے ہو چکا ہے کہ اس سے دل میں ٹھنڈک، مضبوطی اور تقویت تینوں چیزیں حاصل ہوتی ہیں اور اسی سے دلوں اور جسموں کے علاج بالغہ کی حقیقت منکشف ہو جاتی ہے اور بخوبی یہ معلوم ہو جاتا ہے کہ بیماریوں کا علاج اس کے اضداد (مخالف مزاج) سے کس طرح کرنا چاہیے۔

اولے کا پانی برف کے مقابل زیادہ لذیذ اور لطیف ہوتا ہے، لیکن بستہ اور منجمد پانی تو

وہ جیسا ہوگا اسی حساب سے اس کی خوبیاں ہوں گی اور برف جن پہاڑوں یا زمینوں پر گرتی ہے ان کی کیفیت سے ان میں اچھائی اور خرابی پیدا ہوتی ہے۔ حمام و جماع اور ورزش اور گرم کھانا کھانے کے بعد برف کا پانی پینے سے سختی سے پرہیز کرنا چاہئے۔ اسی طرح کھانسی کے مریضوں، سینے کے درد سے متاثر اور ضعف جگر کے مریضوں اور سرد مزاج کے لوگوں کو اس سے پرہیز کرنا چاہیے۔

کنویں اور نالیوں کا پانی

کنویں کا پانی بہت کم لطیف ہوتا ہے اور زمین دوز نالوں کا پانی ثقیل ہوتا ہے۔ اس لیے کہ کنویں کا پانی گھرا ہوا ہوتا ہے جس میں تعفن کا امکان ہوتا ہے اور نالوں کے پانی پر ہوا کا گزر نہیں ہوتا اس کو نکال کر فوراً نہیں پینا چاہیے۔ بلکہ تھوڑی دیر رکھ دیا جائے تاکہ ہوا اپنا کام کر جائے اور اگر ایک رات گزرنے کے بعد اس کو استعمال کریں تو اور بہتر ہے۔ اور جس پانی کا گزر سخت زمین سے ہو یا غیر مستعمل کنویں کا پانی ہو وہ سب سے خراب ہوتا ہے بالخصوص جب اس کی مٹی بھی خراب ہو تو اور بھی زیادہ خراب اور دیر سے ہضم ہوتا ہے۔

تربوز

تربوز کو عربی میں بطبخ کہتے ہیں۔ تربوز عرب میں بھی ہوتا تھا۔ ہمارے یہاں پاک و ہند میں یہ عام پایا جاتا ہے گرمیوں کا یہ ایک مفید پھل ہے، جس میں میٹھا میٹھارس گرمی دور کرتا اور پیاس بجھاتا ہے۔

اس کے بیجوں کو پیس کر ان میں پانی اور میٹھا ملا کر طاقت مہیا کرنے والا اور پیاس دور کرنے والا مشروب بنایا جاتا ہے۔ تربوز کھانے سے پیشاب کھل کر آتا ہے، اس لیے یہ مثانے کو بھی کسی حد تک صاف کرتا ہے۔ البتہ یہ بادی ہوتا ہے۔ کاٹ کر تازہ تازہ کھالیں تو بہتر ہے۔ رسول اللہ ﷺ کھجور اور تربوز ملا کر کھاتے اور فرماتے:

”تَكْسِرُ حَرَّ هَذَا بِبَرْدِ هَذَا، وَبَرْدُ هَذَا بِحَرِّ هَذَا“۔

”اس کی ٹھنڈک (تربوز کی) اس (کھجور) کی گرمی کو زائل کر دیتی ہے اور اس (کھجور) کی گرمی اس (تربوز) کی ٹھنڈک کو مار دیتی ہے“۔

[ابوداؤد، کتاب الاطعمہ: ۳۸۳۶، ابن حبان: ۵۲۴۶، ترمذی: ۱۸۴۳۔]

(ماخوذ از ”وہ خوش قسمت کھانے جو نبی ﷺ نے کھائے“ ام عبدغنیب)

جو اور چقندر

جو کو عربی میں سَوِيق کہتے ہیں جو کو پینا یا کوٹنا گندم کی نسبت مشکل ہوتا ہے اسے چبانا بھی مشکل ہوتا ہے۔ اہل عذب کی اس دور میں عمومی غذا تھی، اسے عام لوگ پانی میں بھگو کر کھاتے، جو کو پینے کے بعد بھی اس کا چھلکا آٹے میں موجود رہتا ہے۔ رسول اللہ ﷺ کے زمانہ مبارک میں چھلنی کم استعمال کی جاتی تھی۔ ابو حازم نے سہل بن سعد رضی اللہ عنہما سے سوال کیا! کیا رسول اللہ ﷺ نے گندم کے میدے کی روٹی کھائی ہے؟ انہوں نے جواب دیا، نہیں، دیکھی تک نہیں۔ ابو حازم نے پوچھا، کیا اس وقت چھلنیاں ہوتی تھیں؟ جواب ملا، نہیں، انہوں نے پھر پوچھا، اُن چھنے جو کی روٹی کیسے کھاتے تھے؟ سہل بن سعد نے کہا: آٹے کو پھونک مارتے جو (چھلکے) اڑ جاتے سواڑ جاتے، باقی جیسا کیسا ہوتا بھگو کر استعمال میں لے آتے۔ [صحیح بخاری، کتاب الاطعمۃ: ۵۴۱۳]

میدے اور چھنے ہوئے آٹے کی روٹی کے حیاتین ضائع ہو جاتے ہیں جب کہ موٹا اور اُن چھنا آنا صحت کے لیے مفید ہوتا ہے، ایک مغربی ڈاکٹر ہیڈلے پچیس سال تک ایک ایسے مقام پر رہا جہاں اُن چھنے آٹے کی روٹی کھائی جاتی تھی، اس نے مشاہدہ کیا کہ یہاں کے باشندوں کو زخمِ معدہ، آنتوں کا زخم، قولنج، پتہ کی پتھری اور سرسام جیسے مرض لاحق نہیں ہوتے۔

دورِ حاضر میں ڈاکٹر اور حکیمِ معدے، آنتیں، قولنج اور پتھری والے مریضوں کو یہ تاکید کرتے ہیں کہ وہ موٹے آٹے اور اُن چھنے آٹے کی روٹی کھائیں۔

آنا چھاننا بجائے خود ایک تکلف ہے جس کے لیے چھلنی بھی درکار ہوتی ہے نیز ایک مسلمان کو اللہ تعالیٰ کی نعمت کے ہر جزء سے فائدہ اٹھانا چاہئے۔ نیز آنا چھان کر بھوسہ الگ کر دینا غرور کی علامت اور نازک مزاج امراء کا طریقہ ہے۔ مزاج میں سادگی پیدا کرنے کے لیے اُن چھنا آنا ہی بہتر ہے۔

ابوسعید مقبری بیان کرتے ہیں، ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ ایسے لوگوں کے پاس سے گزرے جن کے سامنے بھنی ہوئی بکری رکھی تھی، انہوں نے آپ کو کھانے کی دعوت دی تو آپ نے کھانے سے انکار کر دیا اور کہا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم دنیا سے تشریف لے گئے اس حال میں کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے جو کی روٹی بھی پیٹ بھر کر نہیں کھائی۔ (بخاری، کتاب الاطعمه، ح: ۵۴۱۴)

اس سے پتا چلتا ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو دنیا اور دنیا کی چیزوں سے پیٹ یا گھر بھرنے کی رغبت نہیں تھی، ضرورت کے وقت ان کا استعمال کر لیتے۔

اسی طرح چقندر کو عربی میں سلق کہتے ہیں۔ یہ شلجم اور مولیٰ کی طرح جڑ ہے جو سبزی کے طور پر کھائی جاتی ہے، اس کا ذائقہ مولیٰ کے ذائقے سے مشابہ، ساخت شلجم کے مشابہ اور رنگ گہرا جامن آتشی عنابی ہوتا ہے۔ اسے کاٹ کر کچا بھی کھایا جاتا ہے اور پکا کر بھی۔ اس میں فولاد (کیلشیم) وافر مقدار میں ہوتا ہے۔ اس میں خون پیدا کرنے والے اجزاء شامل ہوتے ہیں۔ یہ دماغ کو تقویت دیتا ہے۔ بلغمی مزاج والوں کے لیے خاص طور پر مفید ہے۔ آئیے دیکھیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے کھانے میں چقندر کے شامل ہونے کا ذکر کس حوالے سے آیا ہے۔

معلوم ہوتا ہے کہ چقندر مدینہ منورہ کی عمومی پیداوار تھی۔ چنانچہ سہل بن سعد رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ ایک بڑھیا چقندر کی جڑیں پکایا کرتی تھی وہ اس پر جو کا آنا چھڑک دیتی، نہایت لذیذ ہوتا تھا۔ ہم جمعہ کی نماز پڑھ کر واپس آتے تو راستے میں اس کے ہاں یہ کھانا کھانے کے لیے رک جاتے۔ [صحیح بخاری: ۹۳۸] (ماخوذ از "وہ خوش قسمت کھانے جو نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے کھائے" ام عبدیوب)

زم زم

نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: زم زم جس مقصد (جس بیماری سے شفا) کے لیے بھی پیا جائے تو وہ اسی کے لیے ہے۔ [سنن ابن ماجہ، ج: ۲، ص: ۳۰۶۲]

حضرت ابوذر غفاری رضی اللہ عنہ کا بیان ہے کہ ”زم زم“ بطور کھانا بھی مفید ہے، وہ بتاتے ہیں، میں تیس دن رات مسجد حرام میں رہا، یہی میری غذا رہی حتیٰ کہ میں موٹا ہو گیا۔
[صحیح مسلم، ج: ۲، ص: ۲۳۷۳]

خواص

یہ دنیا میں موجود مختلف پانیوں میں بلند مرتبہ اور مبارک ترین پانی ہے۔ رسول اللہ ﷺ اور صحابہ کرام اس پانی کو اپنے ساتھ بھر کر لے جایا کرتے تھے۔ پیاس کے ساتھ ساتھ بھوک میں بھی منفعت بخش ہے۔ ضرب جبرئیل کے نتیجہ میں اللہ تعالیٰ نے اسماعیل علیہ السلام کی پیاس بجھانے کے لیے زمین سے نکالا اور قیامت تک جاری رہنے والا بنا دیا۔ امام ابن القیم رحمہ اللہ فرماتے ہیں: میں نے خود بہت سے تجربات اس پانی پر کیے ہیں۔ میں جانتا ہوں کہ لوگوں نے کئی روز تک صرف زم زم پر ہی گزر بسر کی اور اس کے سوا کوئی کھانا نہیں کھایا تو وہ ہمارے ساتھ ہی طواف کرتے اور بھوک محسوس نہیں کرتے تھے بلکہ اس کی قوت سے حقوق زوجیت ادا کرنے پر بھی قادر رہے اور روزے بھی ان کو کمزور نہ کر سکے۔

[زاد المعاد، ج: ۴، ص: ۳۹۲ تا ۳۹۳]

آب زم زم تمام پانیوں کا سردار، سب سے اعلیٰ، سب سے بہتر اور قابل احترام ہے۔ لوگوں کے نزدیک سب سے زیادہ پسندیدہ، سب سے زیادہ بیش بہا اور سب سے نفیس پانی محکمہ دلائل و براہین سے مزین متنوع و منفرد کتب پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

ہے، یہ جبرئیل علیہ السلام کے پیر مارنے سے پیدا ہوا اور یہ حضرت اسماعیل علیہ السلام کی سیرابی کا ذریعہ بنا۔

صحیح بخاری میں مرفوعاً حدیث مروی ہے کہ ابو ذر رضی اللہ عنہ جو کعبہ اور اس کے پردوں کے درمیان چالیس دن تک رہے اور ان کے پاس کھانے پینے کے لیے کچھ بھی نہ تھا۔ تو نبی ﷺ نے ان سے فرمایا کہ یہ (آب زمزم) مزیدار کھانا ہے اور امام مسلم کے علاوہ دوسروں نے اپنی سند سے اس میں اتنا اضافہ کیا کہ یہ پانی بیماری کے لیے شفاء ہے۔

[طب نبوی، ص: ۵۰۱]

پیلو

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

کالے پیلو استعمال کیا کرو (صحت کے لیے اچھے ہیں۔) [صحیح مسلم، ج: ۲۰۵۰]

سیدنا جابر بن عبد اللہ رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ ہم مقام مر الظہران پر جناب رسول

اللہ ﷺ کے ساتھ پیلو توڑ رہے تھے تو آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

”پیلو وہ توڑنا ہے جو خوب کالا ہو کیوں کہ وہ زیادہ لذیذ ہوتا ہے۔“

[صحیح بخاری، ج: ۵۳۵۳]

خواص

یہ تیس چالیس فٹ اونچا درخت ہوتا ہے۔ اس کا تناخم دار، شاخیں پھیلی اور جھکی ہوئی ہوتی ہیں، اسے عربی میں اراک اور کباث بھی کہا جاتا ہے۔ اس کا پھل کالا سیاہ اور گہرے سرخ رنگ کا جسامت میں گول ہوتا ہے جو خشک کر کے محفوظ بھی کیا جاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے اس میں دست بند کرنے، ورم دور کرنے اور کوڑھ کے مرض سے شفا کے اثرات رکھے ہیں۔

درخت پیلو کے پھل زیادہ تر حجاز کے علاقے میں پائے جاتے ہیں، اس کا مزاج گرم خشک ہے، اس کے فوائد بہت ہیں، معدہ کے لیے مقوی ہے، ہاضمہ درست کرتا ہے، بلغم کو خارج کرتا ہے، پشت کے درد کو دور کرتا ہے اس کے علاوہ بھی بہت سی بیماریوں میں نافع ہے۔ اس کو اگر پیس کر پیا جائے تو پیشاب لاتا ہے، مثانہ صاف کرتا ہے، معدہ کو مضبوط اور پاخانہ کو سخت کرتا ہے۔ [طب نبوی از ابن القیم، ص: ۳۶۹]

تلمینہ

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ کسی کے ہاں مرگ ہو جاتی تو تلمینہ کی ہنڈیا چڑھا دی جاتی، پھر شرید بنایا جاتا۔ تلمینہ مریض کے دل کو تسکین دیتا ہے اور افسردگی کو کم کرتا ہے۔

[صحیح بخاری، ج: ۵، ص: ۶۸۹]

خواص

تلمینہ میٹھا دلیہ جو روا، گھی اور میٹھا ملا کر پکایا جائے اسے حریرہ بھی کہتے ہیں۔ دودھ اور جو کے دلیے وغیرہ کا بالکل پتلا پکایا ہوا قوام ہے جس کے بہت سے فوائد حدیث میں مذکور ہیں۔ یہ غذا کے طور پر بالکل ہلکا ہوتا ہے، اس میں ثقل نہیں پایا جاتا، بیماروں اور رنجیدہ لوگوں کے لیے زیادہ نفع بخش ہے۔ زود اثر اور حرارت غزیری پیدا کرتا ہے۔ نرم غذا ہونے کے ناطے زود ہضم اور معدہ پر ہلکا ہوتا ہے۔ [زاد المعاد، ج: ۴، ص: ۱۲۰، ۱۲۱]

چٹائی کی راکھ

(زخم سے خون بند کرنے کا پٹکلہ)

غزوہ احد میں رسول اللہ ﷺ کو زخم آ گیا۔ خون نہیں رک رہا تھا تو ایسے میں حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا نے چٹائی جلا کر اس کی راکھ آپ ﷺ کے زخم پر لگائی جس سے خون رک گیا۔
[صحیح بخاری، ج: ۲۲، ص: ۵۷۷]

خواص

یہ زکھ کی قسم کا پانی میں پایا جانے والا ایک پودا ہے، جس سے آج کل مساجد کی صفیں وغیرہ بناتے ہیں اس میں چوسنے کا مادہ پایا جاتا ہے۔ اس کی راکھ میں امساک پایا جاتا ہے۔ خون روکنے کے لیے مفید ہے۔ اس راکھ کو اگر سر کے میں حل کر کے نکسیر کے مریض کے ناک میں ڈال دیں تو خون رک جائے گا۔ [زاد المعاد، ج: ۴، ص: ۴۹]

چراستہ

ابن سنی نے اپنی کتاب میں بعض ازواج مطہرات سے یہ روایت نقل کی ہے:

”انہوں نے بیان کیا کہ رسول اللہ ﷺ ایک دن میرے پاس تشریف لائے اس وقت میری انگلی میں دانہ نکلا ہوا تھا، آپ ﷺ نے مجھ سے فرمایا: کیا تمہارے پاس چراستہ ہے؟ میں نے کہا: ہاں ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا: اس پر لگاؤ اور کہو: اے بڑے کو چھوٹا اور چھوٹے کو بڑا کرنے والے اللہ! مجھے جو چیز پیش آئی ہے اسے چھوٹا کر دے۔“

چراستہ ایک ہندوستانی دوا ہے جو جڑ سے حاصل ہوتی ہے، اس کا مزاج گرم خشک ہے، معدہ و جگر کے ورم اور استسقاء کے لیے نافع ہے۔ اور اس کی خوشبو کی وجہ سے دل کو تقویت پہنچتی ہے۔ صحیحین میں حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے:

”انہوں نے فرمایا کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو حجۃ الوداع کے موقع پر احرام

باندھنے اور کھولنے کے وقت اپنے ہاتھ سے چراستہ کی خوشبو لگائی۔“

چھوٹا سا معمولی پھوڑا پھنسی جو جسم میں دافع طبیعت کے قوی ہونے سے پیدا ہوتا ہے۔ جہاں دافع کے زور سے پھنسی نکلنے والی ہوتی ہے وہاں کی جلد رقیق ہو جاتی ہے۔ اب نضح اور اخراج مادہ (اسے پکا کر نکالنے) کی ضرورت ہوتی ہے۔ چراستہ سے یہ عمل بڑی جلدی تکمیل پذیر ہوتا ہے، اس لیے کہ چراستہ میں خوشبو کے ساتھ مادہ کو پکانے اور اسے نکالنے کی بھی صلاحیت موجود ہے۔ جو اس مادہ میں موجود ہوتی ہے۔ اسی وجہ سے صاحب ”قانون“ بوعلی سینا اس خیال کا اظہار کرتا ہے کہ آگ سے جلنے کے بعد جو چیز سب سے زیادہ مفید ہوتی ہے وہ چراستہ ہے جسے روغن گل اور سرکہ میں آمیز کر کے استعمال کیا جاتا

ہے۔ [طب نبوی، ص: ۱۵۰، ۱۵۲]

دودھ

قرآن مجید میں سورۃ النحل میں اللہ تعالیٰ نے فرمایا:

”تمہارے لیے چوپایوں میں بھی بڑی عبرت ہے کہ ہم تمہیں ان کے پیٹ میں جو کچھ ہے اس میں سے گوبر اور لہو کے درمیان سے خالص دودھ پلاتے ہیں جو پینے والوں کے لیے بڑا خوشگوار ہے۔“ [سورۃ النحل، آیت: ۶۶]

اسی طرح جناب رسول اللہ ﷺ جب سفر معراج پر تشریف لے گئے تو آپ ﷺ کو ایک پیالہ دودھ اور ایک پیالہ شراب پیش کی گئی لیکن آپ ﷺ نے دودھ کو پسند کیا اور شراب کے پیالہ کو ناپسند کیا، تو آپ ﷺ سے کہا گیا کہ آپ نے (دودھ پسند کر کے) فطرت کو پسند فرمایا، اگر آپ شراب لے لیتے تو آپ کی امت گمراہ ہو جاتی۔

[صحیح بخاری، ج: ۳۳۹۴]

صحیح بخاری ہی میں ایک اور روایت سے پتہ چلتا ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ دودھ میں چکنائٹ ہوتی ہے۔ [ج: ۵۶۰۹]

اسی دودھ کے متعلق قرآن مجید میں ارشاد ہوا:

”اس (جنت) میں بہت سی نہریں ایسے دودھ کی ہوں گی جن کا ذائقہ ذرا بھی نہ بدلے گا۔“ [سورۃ محمد: ۱۵]

سنن میں مروی ہے رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

”جس کو اللہ کھانا کھلائے اسے کہنا چاہیے کہ اے اللہ ہمارے لیے اس میں برکت عطا فرما اور اس میں بہتر رزق ہمیں دے اور جس کو اللہ دودھ پلائے اسے کہنا

چاہیے کہ اے اللہ ہمارے لیے اس میں برکت عطا کر اور اس کو زیادہ کر اس لیے کہ میں دودھ کے علاوہ کوئی دوسری چیز نہیں جانتا جو کھانے پینے کے لیے کافی ہوتی ہے۔“

دودھ اگر چہ دیکھنے میں بسیط معلوم ہوتا ہے مگر درحقیقت تین جوہروں سے طبعی طور پر مرکب ہے۔ پیئرگھی اور پانی۔

پیئر بار درمطوب ہوتا ہے، بدن کو غذائیت بخشتا ہے۔

گھی حرارت و رطوبت میں معتدل ہے۔ تندرست انسانی جسم کے لیے موزوں ہے۔ اس کے فوائد بے شمار ہیں۔

پانی، گرم اور تر ہوتا ہے۔ اسہال لاتا ہے بدن کو تازگی بخشتا ہے۔

دودھ مجموعی طور پر اعتدال سے بھی زیادہ سرد اور تر ہوتا ہے۔ بعض لوگوں کا قول ہے کہ دودھ دوہتے وقت اس کی حرارت و رطوبت بڑھی ہوتی ہے۔ بعض نے اس کو برودت (ٹھنڈک) و رطوبت میں معتدل قرار دیا ہے۔

بہترین دودھ تھن سے نکالا ہوا تازہ ہوتا ہے جیسے جیسے وقت گزرتا ہے اس میں نقص پیدا ہو جاتا ہے۔ تھن سے دودھ نکالنے کے وقت اس میں برودت کمتر ہوتی ہے، اور رطوبت بہت زیادہ ہوتی ہے۔ ترش دودھ اس کے برخلاف ہوتا ہے۔ پیدائش کے چالیس دن کے بعد والا دودھ سب سے عمدہ ہوتا ہے جس دودھ میں بہت زیادہ سفیدہ ہو تو وہ بہت خوب ہوتا ہے اور اس کی بو بھی خوشگوار ہوتی ہے اور لذیذ ہوتا ہے۔ اس میں معمولی شیرینی پائی جاتی ہے اور معتدل چکنائی ہوتی ہے۔ رقت و غلظت (پتلے اور گاڑھے ہونے) میں بھی معتدل ہوتا ہے بشرطیکہ تندرست جوان جانور سے لیا گیا ہو جس کا گوشت معتدل ہو، اور اس کا چارہ اور پانی بھی معتدل ہو۔

دودھ عمدہ خون پیدا کرتا ہے خشک بدن کو شاداب بناتا ہے بہترین غذائیت مہیا کرتا محکمہ دلائل و براہین سے مزین متنوع و منفرد کتب پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

ہے وسواس و رنج و غم اور سوداوی بیماریوں کے لیے بہت زیادہ نفع بخش ہے۔ اور اگر اس میں شہد ملا کر پیا جائے تو اندرونی زخموں کو متعفن (بدبودار وغیرہ) اخلاط سے بچاتا ہے شکر کے ساتھ اس کے پینے سے رنگ نکھرتا ہے۔ تازہ دودھ جماع کے ضرر کی تلافی کرتا ہے، سینے اور پھیپھڑے کے لیے موافق ہوتا ہے، سبل (آنکھ کی ایک بیماری جس میں آنکھ پر پردہ پڑ جاتا ہے، موتیا) کے مریضوں کے لیے عمدہ غذا ہے۔ البتہ سر، معدہ، جگر اور طحال (تلی) کے لیے ضرر رساں ہے۔ اس کا زیادہ استعمال دانتوں اور مسوڑھوں کے لیے نقصان دہ ہے۔ اسی لیے دودھ پینے کے بعد کلی کرنا چاہیے۔ چنانچہ بخاری اور مسلم میں روایت ہے کہ نبی ﷺ نے دودھ پیا پھر پانی طلب فرمایا اور کلی کی پھر فرمایا کہ دودھ میں چکنائی ہوتی ہے۔

بخار زدہ لوگوں کے لیے مضر ہے اسی طرح سرد در والوں کو بھی نقصان دیتا ہے دماغ اور کمزور سر کے لیے تکلیف دہ ہے اس کے ہمیشہ استعمال کرنے سے کور چشمی (اندھا پن) اور شب کوری (رات کو دکھائی نہ دینا) پیدا ہوتی ہے، جوڑوں میں درد اور جگر کے سدے پیدا ہوتے ہیں۔ معدہ اور احشاء (انٹریوں) میں اچھا رہتا ہے شہد اور سوٹھ کے مرہ سے اس کی اصلاح کی جاتی ہے یہ تمام بیماریاں اس کو لاحق ہوتی ہیں جو اس کا عادی نہ ہو۔

بھیشر کا دودھ

سب سے گاڑھا اور مرطوب ہوتا ہے اس میں ایسی چکنائی اور بو ہوتی ہے جو بکری اور گائے کے دودھ میں نہیں ہوتی، یہ فضولات بلغمی پیدا کرتا ہے اس کو ہمیشہ استعمال کرنے سے جلد میں سفیدی پیدا ہوتی ہے۔ اس لیے اس میں پانی ملا کر پینا چاہیے تاکہ جسم کو اس کا کمتر حصہ ملے، تشنگی کے لیے تسکین بخش ہے اس میں برودت بہت زیادہ ہوتی ہے۔

بکری کا دودھ

لطیف معتدل ہوتا ہے، اور مسہل ہوتا ہے خشک بدن کو شاداب بناتا ہے حلق کے زخموں اور خشک کھانسی کے لیے بے حد مفید ہے اور نفث الدم (بلڈ پریشر) کو ختم کرتا ہے۔

دودھ عمومی طور پر جسم انسانی کے لیے نفع بخش مشروب ہے اس لیے کہ اس میں غذائیت اور خون کی افزائش ہوتی ہے۔ اور بچپن ہی سے انسان اس کا خوگر ہوتا ہے اور یہ فطرت انسانی کے عین مطابق ہے۔ چنانچہ صحیح بخاری اور صحیح مسلم میں روایت ہے کہ:

”شب معراج میں رسول اللہ ﷺ کے پاس شراب کا ایک پیالہ اور دودھ کا ایک پیالہ لایا گیا آپ ﷺ نے دونوں کو دیکھا پھر دودھ کا پیالہ اپنے ہاتھ میں لے لیا اس پر حضرت جبرئیل علیہ السلام نے فرمایا کہ اللہ کا شکر ہے جس نے آپ کی رہنمائی فطرت کی جانب فرمائی اگر آپ شراب کا پیالہ اٹھا لیتے تو آپ کی امت گمراہ ہو جاتی۔“

ترش دودھ دیر میں آنتوں کو چھوڑتا ہے خلط خام پیدا کرتا ہے اس کو گرم معدہ ہی ہضم کرتا ہے اور اسی کے لیے یہ مفید بھی ہے۔

گائے کا دودھ

بدن کو غذا دیتا ہے اور اس کو شاداب بناتا ہے۔ اعتدال کے ساتھ اسہال لاتا ہے۔ گائے کا دودھ سب سے معتدل ہوتا ہے اور اس میں رقت و غلظت اور چکنائی بکری اور بھیڑ کے دودھ کے مقابل عمدہ ہوتی ہے۔ سنن میں عبد اللہ بن مسعود رضی اللہ عنہما سے روایت مذکور ہے کہ تم لوگ گائے کا دودھ استعمال کرو اس لیے کہ یہ ہر درخت سے غذا حاصل کرتی ہے۔

[طب نبوی، ص: ۳۹۳ تا ۳۹۵]

اونٹنی کا دودھ

مدینہ منورہ میں نو وارد عکمل اور عربینہ قبیلوں کے بعض افراد کو جب مدینہ طیبہ کی ہوا ناموافق ہوئی تو رسول اللہ ﷺ نے ان کے لیے اونٹنی کا دودھ اور پیشاب تجویز کیا۔

[صحیح بخاری، ج: ۲، ص: ۵۷۲]

اونٹنی کا دودھ قدرے نمکین ہوتا ہے۔ مزید یہ کہ دوسرے تمام جانوروں کے دودھ سے

پتلا اور رقیق بھی ہوتا ہے، اس لیے یہ جگر کے درد میں بہت مفید ہے۔ اس کی غذائیت بہت کم ہوتی ہے، اس لیے سدے کھوانے اور جلاب میں فائدہ بخش ہے۔ اس طرح اونٹ کے پیشاب میں حرارت پائی جاتی ہے۔ سہل ہونے کی وجہ سے پیٹ کی بیماریوں میں مفید ہے۔

[زاد المعاد، ج: ۴، ص: ۴۸۶، ۴۸۵]

اونٹوں کا دودھ اور ان کا پیشاب

صحیحین میں حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ نے یہ روایت فرمائی کہ:

”عربینہ اور عکمل کے لوگوں کا ایک گروہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوا ان لوگوں نے مدینہ کی اقامت ناپسند کی اور اس ناپسندیدگی کی شکایت نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم سے کی۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: اگر تم زکوٰۃ میں آئے ہوئے اونٹوں کا دودھ اور پیشاب استعمال کرتے تو مفید ہوتا۔ انہوں نے ایسا ہی کیا۔ جب یہ گروہ تندرست ہو گیا تو بجائے احسان مند ہونے کے انہوں نے چرواہوں پر جان بوجھ کر حملہ کیا اور انہیں قتل کر ڈالا، اور اونٹوں کو ہنکالے گئے اور آمادہ پیکار ہوئے، اللہ ورسول سے بغاوت کی۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ان کی جستجو پر ہم روانہ فرمائی انہوں نے ان کو گرفتار کیا۔ آپ نے ان کے ہاتھ، پیر کاٹ دینے اور آنکھوں میں سلانی ڈال کر آنکھ پھوڑ دینے کا حکم دیا، چنانچہ ان کے ساتھ یہ کیا گیا اور انہیں دھوپ میں ڈال دیا گیا اس اذیت کے ساتھ ان سب کی موت واقع ہوئی۔“

اس بیماری کے استثناء ہونے کا اندازہ مسلم کی ایک روایت سے ہوتا ہے۔ صحیح مسلم

میں روایت ہے کہ انہوں نے شکایت میں یہ الفاظ کہے:

”ہم مدینہ میں اقامت گزریں ہوتے ہیں اس قیام کے نتیجے میں ہمارے شکم بڑھ کر نکل آئے اور ہمارے اعضاء میں لرزش پیدا ہو گئی، پھر حدیث کا بالائی حصہ ذکر کیا۔“

استسقاء مرض مادی ہے جس کا سبب ایک ٹھنڈا مادہ ہے جو اعضاء کے خلل میں گھس جاتا ہے جس سے ان اعضاء میں بڑھوتری آجاتی ہے کبھی تمام اعضاء ظاہرہ میں یہ صورت پیدا ہو جاتی ہے اور اس کے اطراف میں یہ مادہ بارہ غریبہ گھس جاتا ہے اور ان حصوں کی بڑھوتری کا سبب بن جاتا ہے۔

اس بیماری کے علاج میں جن دواؤں کی سخت ضرورت ہے وہ دوائیں ایسی ہونی چاہئیں جو اس مواد کو کھینچ کر ہلکے دستوں کے ذریعہ باہر کر دیں، یہ دونوں خصوصیات اونٹوں کے دودھ اور پیشاب میں بدرجہ اتم موجود ہیں۔ رسول اللہ ﷺ نے ان کو اس کے استعمال کا حکم فرمایا۔ اس لیے گا بھن اونٹنی کے دودھ سے پاخانہ نرم ہوتا ہے جس نرم پاخانہ کے ساتھ گندما مواد خارج ہو جانے اور اس میں پیشاب لانے کی بھی خاصیت ہے، خواہ یہ پاخانہ و پیشاب کسی قدر زیادہ ہو خواہ کسی قدر کمتر ہو ان کے استعمال سے سدے کھل جاتے ہیں یعنی ہر قسم کے روک کھل جاتے ہیں۔ اس لیے عموماً اونٹ کئی قسم کی گھاس کھاتے ہیں جو مفید استسقاء ہیں۔ یہ بیماری جگر کی خرابی کے بغیر پیدا نہیں ہوتی۔ اگر جگر سے کلیہ نہیں تو کم از کم کسی قدر شرکت تو ضروری ہوتی ہے اور عموماً سدہ جگر اس کا سبب ہوتا ہے اور عربی اونٹوں کا دودھ اس کے لیے اور سدوں کو کھولنے کے لیے بہت مفید ہے اور دوسرے ایسے منافع بھی اس سے مرتب ہوتے ہیں جو استسقاء کو کم یا ختم کر دیتے ہیں۔

رازی رحمۃ اللہ علیہ نے کہا کہ اونٹنی کا دودھ جگر کے تمام دردوں کے لیے دوائے شافی ہے۔ اسی طرح مزاج جگر کے فساد کو بھی ختم کر دیتا ہے۔ اسرائیلی نے کہا ہے کہ اونٹنی کا دودھ بہت زیادہ رقیق ہوتا ہے اس میں مائیت اور تیزی یعنی سرعت نفوذ غیر معمولی ہوتی ہے اور غذائیت کے اعتبار سے سب سے کمتر ہوتا ہے، اس وجہ سے تمام غذاؤں میں فضولات کی تلطیف (اختلاط) کے اعتبار سے سب سے زیادہ قوی ہے، اس کے کھانے سے دست آتے ہیں۔

ریشم

رسول اللہ ﷺ نے خارش دور کرنے کے لیے ریشم کا قمیض پہننے کی رخصت عنایت فرمائی۔ [صحیح بخاری، ج: ۲۹۱۹]

شریعت اسلامیہ میں مردوں کے لیے ریشم کے استعمال کو ممنوع قرار دیا گیا ہے جب کہ خارش اور جوؤوں کے دور کرنے میں آپ ﷺ نے اجازت دے رکھی ہے۔

خواص

چوں کہ ریشم ایک حیوان ہی سے بنتا ہے اس لیے یہ حیوانی ادویات میں استعمال ہوتا ہے۔ تقویت قلب اور تقویت بصر کا سبب بنتا ہے، گرم خشک مزاج ہے۔ ریشم باریک ہوتو جسم کو حرارت اور موٹا ہوتو برودت فراہم کرتا ہے۔ چوں کہ خارش بھی خشکی گرمی سے ہوتی ہے، اس لیے اس میں مفید ہے کیوں کہ اس میں ملائمت پائی جاتی ہے۔

[زاد المعاد، ج: ۴، ص: ۷۸، ۷۹]

صحیحین میں بروایت قتادہ رضی اللہ عنہما یہ حدیث ہے:

”انس بن مالک رضی اللہ عنہ نے بیان کیا کہ رسول اللہ ﷺ نے عبدالرحمن بن عوف اور زبیر بن عوام رضی اللہ عنہما کو خارش کی بنا پر ریشمی کپڑے پہننے کی خصوصی اجازت مرحمت فرمائی تھی۔“

دوسری روایت میں یہ ہے کہ:

”عبدالرحمن بن عوف اور زبیر بن عوام رضی اللہ عنہما صحابیان رسول نے رسول اللہ ﷺ سے جو پڑنے کی شکایت ایک جنگ کے موقع پر کی، آپ ﷺ نے ان دونوں کو

اجازت دے دی کہ ریشمی قمیص استعمال کریں اور اس کو میں نے ان کے جسم پر پہنے

دیکھا بھی تھا۔ ①

”ریشمی کپڑے اور سونا میری امت کے مردوں پر حرام کیا گیا، اور عورتوں کے لیے

حلال کیا گیا۔“ ②

اور بخاری میں حضرت حذیفہ رضی اللہ عنہ سے مروی ہے:

”اللہ کے رسول ﷺ نے ریشم اور دیبا ج کے پہننے اور اس پر بیٹھنے سے منع کر دیا اور

فرمایا کہ یہ کافروں کے لیے دنیا میں ہے اور آخرت میں تمہارے لیے ہے۔“ ③

① بخاری نے ۷۳۶۱ الجہاد میں باب الحریر فی الحرب کے تحت ذکر کیا ہے اور مسلم نے فی اللباس ۲۰۷۶ حدیث باب ”اباۃ لبس الحریر للرجل“ مرد کے لیے کپڑے کا استعمال جائز کے تحت بیان کیا ہے۔

② اس کو عبد الرزاق نے اپنی مصنف میں حدیث نمبر ۱۹۹۳ کے تحت اور نسائی نے ۱۶۱۸ فی الزیۃ جہاں باب تحريم الذہب علی الرجال سونا مردوں کے لیے حرام ہے قائم کیا ہے۔ اور ترمذی حدیث نمبر ۱۷۲۰ فی اللباس کے باب اول میں لائے ہیں۔ یہ حدیث صحیح ہے اس کے راوی متعدد صحابہ ہیں۔

③ امام بخاری نے ’لباس میں مردوں کے لیے ریشم پہننا جائز ہے‘ باب کے تحت ذکر کیا ہے۔

محکمہ دلائل و براہین سے مزین متنوع و منفرد کتب پر مشتمل مفت آن لائن مکتبہ

زیتون اور اس کا تیل

اللہ تعالیٰ نے سورۃ النور میں ارشاد فرمایا:

{ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ
يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيئُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ }

[النور: ۳۵]

”روشن کیا جاتا ہے زیتون کے مبارک درخت (کے تیل) سے جو نہ شرقی ہے اور نہ
غربی، قریب ہے کہ اس کا تیل بھڑک اٹھے خواہ اسے آگ بھی نہ چھوئے۔“

ترمذی اور ابن ماجہ میں سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ آپ نے فرمایا، زیتون
کا تیل بیوا اور اس کی مالش کرو کیوں کہ یہ بڑے بابرکت درخت سے حاصل ہوتا ہے۔
بیہقی اور ابن ماجہ میں بھی سیدنا عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے مروی ایک روایت ہے کہ
رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

”زیتون کا تیل بطور سالن بھی استعمال کرو اور اسے سر پر بھی لگاؤ، کیوں کہ یہ بہت
مبارک درخت سے لیا جاتا ہے۔“

ایک اور حدیث میں ہے کہ روغن زیتون کو بطور سالن استعمال کرو اور اسے زخموں
پر لگاؤ اس لیے کہ یہ ایک مبارک درخت سے حاصل ہوتا ہے۔ [سنن ابن ماجہ، ج: ۳۳۱۹]
ایک حدیث میں ہے کہ روغن زیتون کو بطور سالن استعمال کرو اور اسے زخموں پر
لگاؤ اس لیے کہ یہ ایک مبارک درخت سے حاصل ہوتا ہے۔

(سنن ابن ماجہ: ۳۳۱۹، مصنف عبدالرزاق: ۱۹۵۶/۱ اس حدیث کی سند جید ہے)

خواص

زیتون ایک درخت کا نام ہے جو ملک شام، فلسطین اور اردن کے علاقوں میں عام طور پر پایا جاتا ہے، قرآن حکیم میں اللہ تعالیٰ نے اس مبارک درخت کی قسم بھی کھائی ہے، فرمایا:

{وَالزَّيْتُونِ وَالزَّيْتُونِ وَطُورِ سَيْنِينَ وَهَذَا الْبَلَدِ الْأَمِينِ}

”انجیر کی قسم اور زیتون کی اور طور سینین کی اور اس امن والے شہر کی قسم۔“

(التین: ۳، ۱)

زیتون کا پھل سبز کاٹھے بیر یا عناب کے برابر ہوتا ہے، اس کا اچار بھی ڈالا جاتا ہے اور سالن بھی پکا کر کھایا جاتا ہے، اس سے روغن بھی نکالا جاتا ہے جسے روغن زیتون کہتے ہیں۔ زیتون کا تیل گرم تر ہوتا ہے، جس نے اسے خشک بتایا ہے اس نے غلط کہا ہے، پکے ہوئے تازہ زیتون سے تیل اچھا اور بہترین نکلتا ہے جب کہ کچے زیتون کے پھل سے نکلنے والا تیل قدرے سرد خشک مزاج رکھتا ہے۔ سرخ زیتون کے تیل کا مزاج معتدل اور سیاہ زیتون کا گرم معتدل ہوتا ہے۔ اس کا تیل تریاق کا کام دیتا ہے، سدے کھولتا ہے اور پیٹ کے کیڑے نکال دیتا ہے۔ تیل جس قدر پرانا ہوگا اس کی حرارت اس قدر بڑھتی چلی جائے گی۔ تیل کی ہمہ اقسام ملین الجلد ہیں اور بالوں کی سفیدی کو روکتا ہے۔

زیتون کا نمکین پانی آگ سے جلے اور آبلوں میں بے حد مفید ہے اور مسوڑھوں کے ورم دور کرتا ہے اور اس کے پتے خسرہ، الرجی اور گندے زخموں کو صاف کرنے میں مفید ہیں۔ اس کے فوائد اس کے علاوہ بھی بہت ہیں۔ [زاد المعاد، ج: ۳، ص: ۱۶۷]

رسول اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: زیتون کھاتے رہا کرو اور اس کے تیل کی ماش بھی

کرتے رہا کرو کیوں کہ یہ بابرکت درخت (کا پھل اور تیل) ہے۔ [مسند احمد، ۳/۳۹۷]

سرمنڈانا

صحیح بخاری و مسلم میں کعب بن عجرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے:

”میرے سر میں تکلیف تھی لوگ مجھے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں اٹھا کر لے گئے، میرے سر میں اتنی جوڑیں تھیں کہ چہرے پر رنگتی تھیں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا واقعی تم بڑی سختی اور اذیت میں ہو۔“

دوسری روایت میں ہے کہ ”آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اس کے سر کے بال منڈانے کا حکم دیا اور فرمایا کہ (اس کے عوض) چھ آدمیوں کی ایک جماعت کو کھانا کھلاتے یا ایک بکری ذبح کرے یا تین دن روزے سے رہے۔“

بدن میں یا سر میں جوڑوں کے پیدا ہونے کے دو سبب ہیں اس کا سبب خارج بدن سے ہوتا ہے یا داخل بدن سے۔

خارج بدن سے ہونے والا سبب میل کچیل ہے جو تہہ بہ تہہ جسم کے اوپر جم جائے اور دوسرا جب وہ مادہ جس کو طبیعت جلد اور گوشت کے درمیان پھینکتی ہے پیدا ہو جاتا ہے تو یہ کثافت رطوبت سے مل کر مسامات سے نکلنے کے بعد پیدا ہوتی ہے اس لیے کہ بیماری کی وجہ سے میل کچیل کی کثرت ہوتی ہے اور بچوں کے سروں میں زیادتی ہوتی ہے۔ کیوں کہ ان میں زیادہ ایسے رطوبات اور اسباب پائے جاتے ہیں جن سے جوں پیدا ہوتی ہے اسی لیے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے بنی جعفر کے سروں کو منڈایا تھا۔

اس کا سب سے بہترین علاج یہ ہے کہ سر منڈا دیا جائے تاکہ مسامات کھل جائیں جس سے بخارات نکلتے ہیں چنانچہ جڑیں کھلنے سے ردی بخارات نکل جائیں گے اور مادہ خلط

کمزور پڑ جائے گا۔ اور بہتر یہ ہے کہ سر منڈانے کے بعد جوں کے مارنے والی دوا میں اس پر لپس کی جائیں جس سے سر میں جوں کا وجود نہ رہے گا۔ [زاد المعاد، ج: ۴، ص: ۱۵۸، ۱۵۹]

کعب بن عجرہ رضی اللہ عنہ نے بیان کیا کہ صلح حدیبیہ کے موقع پر نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم میرے پاس تشریف لائے میں ایک ہانڈی کے نیچے آگ جلارہا تھا اور جوویں میرے سر سے گر رہی تھیں (اور میں احرام باندھے ہوئے تھا) آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم نے دریافت فرمایا سر کی یہ جوویں تمہیں تکلیف پہنچاتی ہیں؟ میں نے عرض کی کہ جی ہاں۔ فرمایا کہ پھر سر منڈوالے۔

حالت احرام میں سر منڈانا منع ہے مگر اس تکلیف میں آپ نے کعب بن عجرہ کو سر منڈانے کی اجازت دے دی اور ساتھ ہی کفارہ دینے کا حکم فرمایا۔

[صحیح بخاری، از علامہ داؤد راز، ص: ۲۹۰، ج: ۷]

سنا سکی

ترمذی اور ابن ماجہ نے اسماء بنت عمیس رضی اللہ عنہا کی روایت نقل کی ہے:

”رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ تم کس چیز سے دست لاتی ہو؟ انہوں نے کہا شبرم سے، آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا گرم اور مضر ہے۔ کہتی ہیں پھر اس کے بعد ہم دست لانے کے لیے سنا کا استعمال کرتے ہیں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ اگر کوئی چیز موت سے بچاتی تو وہ سنا ہوتی۔“ ①

سنن ابن ماجہ کی دوسری حدیث ابراہیم بن ابی عبیلہ نے عبد اللہ بن ام حرام سے روایت کی ہے:

”عبد اللہ بن ام حرام جنہوں نے تحویل قبلہ والی نماز میں شرکت کی وہ کہتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو کہتے سنا کہ بس سنا اور زیرہ استعمال کیا کرو، اس لیے کہ ان دونوں میں بجز سام کے ہر بیماری کے لیے شفاء ہے پوچھا گیا کہ اے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم! سام کیا ہے؟ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: موت۔“ ②

① ترمذی نے حدیث نمبر ۲۰۸۲ اور ابن ماجہ نے ۳۳۶۱ اور احمد نے ۳۶۹۶ اور حاکم نے ۲۰۱، ۲۰۰ اور ۲۰۱ میں ذکر کیا ہے اس کی سند میں جہالت ہے مگر آنے والی حدیث سے اس کی تائید ہوتی ہے، جس سے اس میں قوت پیدا ہوگئی ہے۔

② ابن ماجہ نے حدیث نمبر ۳۳۵۷ حاکم نے ۲۰۱۴ میں اس کو نقل کیا ہے اس کی سند میں عمرو بن بکر السکسکی ہے جو ضعیف ہے اور تہذیب میں ہے کہ اس کی متابعت شداد بن عبد الرحمن الانصاری نے کی ہے اور حدیث سابق سے اس کی تائید ہوتی ہے۔

سنا حجاز میں پیدا ہونے والی ایک نبات ہے اس میں سب سے عمدہ مکی ہوتی ہے سنا عمدہ دوا ہے، جس میں نقصان کا پہلو کمتر ہے، اعتدال سے قریب درجہ اول میں گرم اور خشک ہے، صفراء اور سودا دونوں کے لیے مسہل ہے، قلب کو مضبوط کرتی ہے، یہ اس کی سب سے بڑی خوبی ہے کہ باوجود مسہل ہونے کے مقوی قلب ہے۔ وسواس سوداوی کو خصوصیت سے زائل کرتی ہے، بدن میں پیدا ہونے والی پھٹن کے لیے اکسیر ہے۔ عضلات کو چست بنا دیتی ہے بالوں کو گرنے سے بچاتی ہے، جوں سے حفاظت کرتی ہے پرانے درد سر کو ختم کرتی ہے، کھجلی، دانے، خارش اور مرگی کے لیے نافع ہے۔ اس کا جوشاندہ اس کے سفوف سے زیادہ نافع ہے، جس کی خوراک تین درہم تقریباً نو گرام ہے اور جوشاندے کو پانچ درہم تقریباً پندرہ گرام اور اگر جوشاندے میں گل بنفشہ موز منقہ بھی پکا لیا جائے تو اور بہتر ہے۔

چکھنے (سینگی) لگوانا

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: چکھنے لگوانا اور عود ہندی استعمال کرنا دونوں بہترین علاج ہیں۔ [صحیح بخاری، ج: ۵۶۹۶: ح]

فشار خون کی صورت میں جسم کے بعض اعضاء سے خون نکلوا دینا تاکہ اس سے درد وغیرہ میں افاقہ ہو جائے اس عمل کو چکھنے لگوانا یا سینگی لگوانے سے موسوم کرتے ہیں۔ خود رسول اللہ ﷺ نے سینگی لگوائی اور لگانے والے کو اس کی اجرت دی۔ [صحیح بخاری، ج: ۵۶۹۱: ح]

رسول اللہ ﷺ جب معراج پر تشریف لے گئے تو ملائکہ نے ان سے عرض کی کہ اپنی امت سے کہیں کہ وہ چکھنے لگوائیں۔ چکھنا ایک قدیم علاج ہے جو کہ بہت مفید ہے یہ گرم اور سرد دونوں علاقوں میں مفید ہے۔ چین کا یہ قومی علاج ہے اور پورے ملک میں یہ علاج کیا جاتا ہے۔

یہ عرب ملکوں کے علاوہ جنوب مشرقی ایشیا کے ملکوں میں بھی رائج ہے۔

امریکہ اور یورپ کی یونیورسٹیوں میں ان طلباء کو جو کہ متبادل ادویات (Alternative Medicine) کا مضمون پڑھ رہے ہیں۔ سینگی (حجامہ) پڑھایا اور سکھایا جاتا ہے۔

ہرڈاکٹر (مرد ہو یا عورت) کو چاہیے کہ وہ اسے سیکھے اور اس کے ذریعے سے علاج کرے۔ تاہم تجربہ کار استاد سے سیکھ کر ہی علاج کرے، از خود تجربہ نہ کرے۔

حضرت عبد اللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ نے فرمایا: کہ رسول اللہ ﷺ نے معراج کا واقعہ

ذکر کرتے ہوئے فرمایا کہ (اس رات) فرشتوں کی جس جماعت پر بھی گزر رہو، انہوں نے آپ ﷺ کو کہا کہ آپ اپنی امت کو چھپنے سے علاج کا حکم فرمائیں۔

(جامع ترمذی، ج: ۲۰۵۳) بحوالہ کتاب ”پچھنا“ علاج بھی سنت بھی از ڈاکٹر امجد الحسن علی، ص: ۳

خواص

پیٹھ کو ہلکا کرنا اور نظر تیز کرنا، بدن کو ظاہری خوبصورتی دینا، حلق اور کندھے کی درد میں افاقہ دینا اس کے خواص ہیں۔ اس کے علاوہ چہرہ، دانت، کان، آنکھیں، ناک وغیرہ کے امراض اگر فشار خون کی وجہ سے ہوں تو ان میں بھی مفید ہے۔ سردرد کے لیے رسول اللہ ﷺ نے اسے منتخب کیا تھا، ہاتھ اور کلائی وغیرہ کی درد میں مفید ہے۔

[زاد المعاد، ج: ۴، ص: ۶۳۵۲]

ایمان کا تقاضا یہی ہے کہ رسول کریم ﷺ کے ہر ارشاد پر ”أَمْنَا وَصَدَقْنَا“ کہا جائے اور بلا چون و چرا اسے تسلیم کر لیا جائے اس لیے کہ آپ نے جو کچھ فرمایا وہ سب اللہ کی طرف سے ہے اور وہ بالکل سچ ہے۔ پچھنا لگوانے میں شفا ہونا ایسی حقیقت ہے جسے آج کی ڈاکٹری و حکمت نے بھی تسلیم کیا ہے کیوں کہ اس سے فاسد خون نکل جاتا ہے اور صالح خون اس کی جگہ لے لیتا ہے جو صحت کے لیے ایک طرح کی ضمانت ہے، صدق اللہ ورسولہ حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما نے کہا کہ رسول اللہ ﷺ نے احرام کی حالت میں اپنے سر میں پچھنا لگوایا آدھے سر کی درد کی وجہ سے جو آپ کو ہو گیا تھا۔

آدھے سر کے درد کو آدھا سیسی کہتے ہیں یہ بہت ہی تکلیف دہ درد ہوتا ہے، اس میں آنحضرت ﷺ نے سر میں پچھنا لگوایا۔ معلوم ہوا کہ اس درد کا علاج یہی ہے جو آپ ﷺ نے کیا۔

شہد

اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے: { فِيهِ شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ } [النحل: ۶۹]

”اس (شہد) میں (اللہ کی طرف سے) لوگوں کے لیے شفا ہے۔“

رسول اللہ ﷺ کے ایک صحابی کو اسہال لگے تو آپ ﷺ نے ان کے لیے شہد تجویز

کیا، جس سے وہ ٹھیک ہو گئے۔ [صحیح بخاری، ج: ۵۶۸۴]

خواص

صفر اوی، بلغھی اور سوداوی امراض کے لیے بے چھ مفید ہے۔ سرد امراض میں گرم دوا سے علاج کیا جاتا ہے اور شہد میں درجہ تم گرمی پائی جاتی ہے۔ مادہ باردہ، بلغم اور رگوں کے مختلف منجمد مضر مادوں کو نکالنے میں مدد دیتا ہے۔ رطوبت خارج کرتا ہے، بڑھاپے کا ساتھی اور جوانوں کا ٹانک ہے۔ بچوں کے اندر قوت مدافعت پیدا کرتا ہے، معجونات کا محافظ اور دواؤں کی ناپسندیدہ کیفیات کو زائل کرتا ہے۔ مددِ البول (پیشاب آور) ہے، بالوں کو لمبا خوبصورت اور نرم کرتا ہے، اس کا سرمہ آنکھوں کو جلا بخشتا ہے، بطور منجن استعمال کریں تو مسوڑھوں کو مضبوط کرتا اور دانتوں کی چمک بڑھاتا ہے۔ نہار منہ کھانے سے بلغم اور معدے کے فضلات دور کرتا ہے۔ سدے کھولتا، اور مٹانے اور گردے کی صفائی کرتا ہے۔ ۱

[زاد المعاد، ج: ۴، ص: ۳۳، ۳۴]

۱ اس موضوع پر راقم کے والد گرامی قدر جناب ملک بشیر احمد صاحب حفظہ اللہ کی کتاب ”پاکیزہ شہد پاکیزہ زندگی“ مطبوعہ ہدیٰ اکیڈمی لاہور کا مطالعہ بے حد مفید ہوگا۔

طب نبوی میں اسہال کا طریقہ علاج

صحیحین میں ابو متوکل کی حدیث جو ابو سعید خدری رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ ایک شخص رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا اور عرض کیا اے اللہ کے رسول ﷺ میرے بھائی کے شکم میں تکلیف ہے، ایک روایت میں ہے کہ دست ہو رہے ہیں آپ ﷺ نے فرمایا: ”اسے شہد پلاؤ۔“

وہ گیا اور واپس آ کر اس نے عرض کیا: اے اللہ کے رسول ﷺ! میں نے اسے شہد پلایا مگر کوئی نفع نہیں ہوا، دوسری جگہ ہے کہ اس کے پلانے سے دستوں میں زیادتی ہوئی یہ بات دو یا تین مرتبہ کے تکرار سے پیش آتی رہی اور آپ ﷺ اسے شہد پلانے کا حکم کرتے رہے، تیسری باریا چوتھی باریہ نوبت آئی تو آپ ﷺ نے فرمایا کہ اللہ کا کہا سچ ہے، تیرے بھائی کا شکم جھوٹا ہے۔^①

شہد غیر معمولی نافع کا حامل ہے ان گندگیوں کو جو معدہ یا عرق و آنت میں پیدا ہو جاتی ہیں صاف کر دیتا ہے۔ رطوبات کے لیے محلل (انہیں حل کر دیتا) ہے خواہ کلاً (کھانے سے) ہو یا ضماً (ملنے سے) بوڑھوں کے لیے اور جنہیں بلغم کی پیداوار ہو یا اس کا مزاج بارد رطب (سرد تر) ہو، اس میں غذائیت بھر پور ہے، پاخانہ نرم کرتا ہے۔ معجون کے لیے اور اس میں شامل کی جانے والی دواؤں کے لیے نگران قوت ہے۔ اسے عرصہ تک بگڑنے نہیں دیتا۔ ناپسندیدہ ذائقہ کی دواؤں کے ذائقہ کو بہتر کر دیتا ہے اس کی مضر کیفیات کو دور کرتا ہے۔ جگر اور سینے کو صاف کرتا اور نکھارتا ہے۔ پیشاب لاتا ہے، بلغمی کھانسی کو ختم کرتا ہے۔

① بخاری نے اسے ۱۱۹۱۰ فی الطب میں باب الدواء بالعسل کے تحت ذکر کیا ہے اور اسی باب میں باری تعالیٰ کا قول (فی شفاء للناس) بھی ہے اور مسلم نے ۲۲۱۷ حدیث کے تحت ”السلام“ میں تداوی بالعسل کا باب قائم کر کے ذکر کیا ہے۔

اگر روغن گل کے ساتھ گرم گرم استعمال ہو تو کیڑوں مکوڑوں کے ڈنگ کے لیے دافع ہے، انیون کھانے والے کی سُمیٹ کم کرتا ہے اور اگر صرف شہد کو پانی ملا کر پلائیں تو باؤ لے کتے کے کاٹے کو نفع دیتا ہے زہریلی نبات (دھرتی کے پھول سانپ کی چھتری کی ایک قسم ہے) کے کھانے کا اثر زائل کرتا ہے، اگر تازہ گوشت شہد میں ڈبو کر رکھ دیا جائے تو تین مہینے تک متعفن نہیں ہو سکتا۔

اگر کھیرے، گلڑی، کدو، بیٹگن اور دوسرے تازہ پھل اس میں رکھے جائیں تو چھ ماہ تک عمدہ بہتر حال میں رہتے ہیں، اور مردار کے جسم کو عفونت سے روکتا ہے شہد کو حافظ، امین، نگران، امانت دار کہتے ہیں، اگر جوں دار جسم اور بالوں میں لگایا جائے تو جوں اور لیکھ کو مار ڈالتا ہے، بالوں کو بڑھاتا اور زینت دیتا ہے اس میں نرمی اور ملائمت پیدا کرتا ہے، اگر اس کو سرمہ کے طور پر آنکھوں میں لگایا جائے تو دھند کے لیے نافع ہے اور اگر دانتوں میں پیسٹ کیا جائے تو دانتوں کی چمک اور سفیدی پیدا کرتا ہے دانتوں کی حفاظت کرتا ہے مسوڑھوں کو مضبوط کرتا ہے، رگوں کا منہ کھولتا ہے۔ ایام کا خون اچھی طرح سے بہتا ہے اور آنے لگتا ہے۔ نہار منہ چاٹنے سے بلفم ختم ہو جاتا ہے، معدے کے خمل (چھوٹے چھوٹے بال) کو غسل دے کر صاف کر دیتا ہے اور معدہ سے فضلات نکالتا ہے، معدہ کو معتدل گرمی پہنچاتا ہے، سدوں کو شیرینی کی مضرت سے ہونے والے نقصان سے محفوظ رکھتا ہے۔

ان سب کے ہوتے ہوئے مضرتوں سے محفوظ نقصان سے خالی صفاوی مزاج کے لیے عارضی طور پر نقصان دیتا ہے جو سرکہ اور دوسری ترشی سے کم ہو جاتا ہے، بلکہ اس کے ساتھ اس کا نفع بہت زیادہ بڑھ جاتا ہے۔

شہد غذا کے موقع پر غذا، دوا کے وقت دوا اور شربت کی جگہ شربت ہے، عمدہ قسم کی شیرینی اعلیٰ درجہ کا طلاء اور نادر قسم کا مفرح ہے۔ چناں چہ قدرت نے ان تمام منافع کی حامل کوئی چیز اس کے سوا نہیں بنائی نہ اس سے بہتر نہ اس جیسی نہ اس سے لگا کر کھانے والی،

اور قدامت کا دستور علاج شہد ہی رہا ہے اس پر ہی سارا علاج گھومتا تھا، بلکہ قدامت کی کتابوں میں تو شکر کا کہیں پتہ تک نہیں۔ صدیوں لوگ اس کا نام بھی نہ جانتے تھے، بلکہ شکر تو آج کی پیداوار ہے اور آنحضرت ﷺ نہار منہ پانی ملا کر پیا کرتے تھے اور یہ ایسا جگر دار نسخہ ہے جو صحت کے لیے کیمیا کا کام کرتا ہے اسے بڑے زیرک اور باہوش فاضلین ہی جان سکتے ہیں۔

ان خصوصیات کے علم کے بعد یہ سمجھئے کہ اس علاج میں رسول اللہ ﷺ کا نسخہ مریض کے اسہال ختم کرنے کے لیے تھا، جو امتلاء معدہ کی بنیاد پر پیدا ہو گیا تھا، چنانچہ آپ نے شہد کا استعمال ان فضولیات کے نکالنے کے لیے تجویز فرمایا تھا جو معدہ اور آنتوں میں پھیلا ہوا تھا، شہد سے اس میں جلا ہوتی ہے اور فضولیات کا خاتمہ ہوتا اور معدہ میں گاڑھا اور لیس دار مواد پوری طرح مسلط تھا۔ غذا کا وہاں رکنا لیس دار مادہ کے وہاں چپکنے کی وجہ سے مشکل تھا اس لیے کہ معدہ میں روئیں ہوتے ہیں جیسے اروئی کے پتہ کے روئیں، جن میں چمٹنے والے اخلاط لگ جاتے ہیں تو معدہ کو فاسد کر دیتے اور غذا سے معدہ فاسد ہو جاتا ہے اس لیے اس کا علاج اسی انداز سے ہونا چاہیے کہ وہ گاڑھا مادہ ان رویوں سے صاف ہو جائے اور شہد سے یہ چیز ممکن ہے، شہد ہی اس کا بہترین علاج ہے۔ یہ مرض شہد سے جاسکتا ہے بالخصوص اگر شہد کے ہمراہ تھوڑا سا گرم پانی ملا دیا جائے، تو سبحان اللہ۔

آپ کا بار بار شہد کا استعمال کرانا ایک نادر طریقہ علاج تھا، اس لیے کہ دوا کی مقدار اس کے استعمال کا تکرار مرض کی شدت کو دیکھ کر ہی کی جاتی ہے، اگر مرض کے تناسب سے اس میں کمی ہے تو مرض پوری طرح زائل نہ ہوگا اور اگر مقدار زیادہ کے استعمال کی باری زائد ہو جائے تو اس کی قوت یا بار بار استعمال سے دوسرے نقصان کا اندیشہ متوقع ہے۔ اس لیے آپ نے اسے شہد کا استعمال تجویز کیا۔ اس نے اتنی مقدار پلایا جو مرض ختم کرنے کے لیے کافی نہ تھی اور مقصود حاصل نہ تھا۔ جب انہوں نے آپ کو مرض کی کیفیت بتائی تو آپ نے

سمجھ لیا کہ دو امراض کے تناسب سے نہیں کھلائی گئی جب انہوں نے آپ کے علاج پر شکوہ کیا تو آپ نے اس تکرار شکوہ پر مریض کو مزید شہد پلائے جانے کی ہدایت کی تاکہ بیماری کو اکھاڑ پھینکنے کی حد تک شہد کی مقدار پہنچ جائے، جب بار بار کی تکرار سے دوا کے مشروب کی مقدار مادہ مرض کی مقاومت کی حد تک پہنچ گیا تو بیماری فضل الہی سے جاتی رہی، دوا کی مقدار اس کی کیفیات اور مرض و مریض کی قوت کا لحاظ رکھ کر علاج کرنا فن طبابت کا اہم ترین کلیہ ہے، بغیر اس کے علاج نامتام رہتا ہے۔

اور رسول اللہ ﷺ کا یہ فرمانا: ”صَدَقَ اللَّهُ وَ كَذَبَ بَطْنُ أُخَيْكَ“ میں اس دوا کے نفع کا یقینی ہونا بیان کرنا مقصود ہے، بیماری دوا کی کمی یا خرابی کی بنیاد پر نہیں ہے بلکہ معدہ کے صحیح طور پر کام نہ کرنے، دوا کو کثرت مادہ فاسدہ کی وجہ سے قبول نہ کرنے کی وجہ سے زوال مرض نہ ہو رہا تھا، اسی لیے آپ نے بار بار اس کا اعادہ کرایا تاکہ مادہ کی کثرت میں نافع ہو۔

آپ کا طریقہ علاج دوسرے اطباء کے طریقہ علاج سے کوئی نسبت نہیں رکھتا تھا، اس لیے کہ ہمارے رسول ﷺ کی طب تو معیتین اور قطعی ہے اسے اللہ کی تلقین اور الہام سمجھنا چاہیے۔ آپ کا علاج وحی الہی تھا، نبوت کی روشنی اور کمال عقل پر موقوف تھا۔ اس کے برخلاف دوسرے اطباء کا علاج عموماً طبیعت کی رسائی، ظن غالب اور تجربہ پر موقوف و منحصر ہے۔ نبوت کے ذریعہ علاج کے نافع نہ ہونے کا انکار بمشکل کوئی کر سکا، ہاں اس علاج کے نافع ہونے کا یقین اور پوری عقیدت سے اس علاج کو تسلیم کرنا اور اس کے شفاء کامل ہونے کا اعتقاد اور پورے یقین و اذعان کے ساتھ اس کو قبول کرنا بھی ضروری ہے۔ قرآن جو سینوں کی بیماری کے لیے شافی ہے جو اس کو اس یقین کے ساتھ نہ قبول کرے گا اسے اس کی دواؤں سے شفا عاجل و کامل کیسے ہوگی؟

بلکہ جن کے دلوں میں کھوٹ ہے، ان کو یقین نہیں ہے، ان میں گندگی پر گندگی آلائش

پر آلائش، بیماری پر بیماری بڑھتی جاتی ہے، پھر انسانی جسم کا علاج قرآن سے کیونکر ممکن ہو سکتا ہے، طب نبوت تو انہی کے لیے سود مند ہوتی ہے جو پاک اور ستھرے بدن کے لوگ ہوں گے، اسی طرح شفاء قرآنی بھی ارواح طیبہ اور زندہ دلوں کے لیے شفاء ہے، اس لیے جو طب نبوت کے منکر ہیں وہ قرآن سے کیسے شفاء پاسکتے ہیں؟ اگر کچھ فائدہ انہیں ہو بھی گیا تو بلا ان شرائط کی تکمیل کے مکمل شفاء نہ ہوگی۔ اس کا یہ مطلب نہیں کہ علاج اور دوا میں کوئی نقص اور کوتاہی ہے بلکہ خود استعمال کیے جانے والے جسم میں استفادہ کی صلاحیت بوجہ جذب باطن کے نہیں ہے۔ دوا سے شفاء جذب طبیعت اور محل فاسد اور قبول کاسد کی وجہ سے نہیں ہے۔ [طب نبوی، ص: ۵۷۳ تا ۵۷۴]

امام بخاری رحمۃ اللہ علیہ نے صحیح بخاری میں یوں باب قائم کیا ہے: (اللہ نے) شفا تین چیزوں میں (رکھی) ہے۔

حضرت عبد اللہ بن عباس رضی اللہ عنہما نے بیان کیا کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا شفاء تین چیزوں میں ہے۔ پچھنا لگوانے میں، شہد پینے میں اور آگ سے داغنے میں، مگر میں اپنی امت کو آگ سے داغنے سے منع کرتا ہوں۔ جب کہ دوسرا باب یوں ہے:

شہد کے ذریعہ علاج کرنا اور فضائل شہد میں اللہ تعالیٰ کا فرمان کہ اس میں (ہر مرض سے) لوگوں کے لیے شفاء ہے۔

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا نے بیان کیا کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کو شیرینی اور شہد پسند تھا۔

تشریح از علامہ داؤد رازدہلوی

شہد دوا اور غذا دونوں کے لیے کام دیتا ہے، بلغم کو نکالتا ہے اور اس کا استعمال امراض بارہ (سرد امراض) میں بہت مفید ہے۔ خالص شہد آنکھوں میں لگانا بھی بہت نفع بخش ہے۔ خصوصاً سوتے وقت اسی طرح اس میں سینکڑوں فائدے ہیں۔

[صحیح بخاری از علامہ داؤد رازدہلوی، مطبوعہ مکتبہ قدوسیہ لاہور، ص: ۲۸۰ تا ۲۸۱، ج: ۷]

عجوبہ

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:
 ”جو شخص صبح کے وقت سات کھجوریں عجوبہ کھالے اس کو اس دن جادو اور زہر نقصان
 نہیں پہنچا سکتے۔“ [صحیح بخاری، ج: ۹، ص: ۵۷۷]

خواص

یہ جنت کا پھل ہے، یقین کے ساتھ اس کا استعمال بے حد مفید ہے، کھجور کی تمام
 خاصیات کے ساتھ ساتھ اس کے متعلق فرمان نبوی ﷺ نے اسے خصوصی حیثیت دی ہے۔
 اس وجہ سے عام کھجور کے مقابلہ میں بہت مہنگی ہے۔ [زاد المعاد، ج: ۴، ص: ۳۴۱]

عود ہندی

اللہ کے رسول ﷺ نے فرمایا: عود ہندی استعمال کیا کرو اس میں سات بیماریوں سے شفاء ہے۔ حلق کے درد میں اسے ناک میں ڈالا جاتا ہے۔ ذات الجنب (پسلی کا درد، جس میں اندرونی طور پر پھوڑا نکل آتا ہے) میں چبائی جاتی ہے۔ [صحیح بخاری، ج: ۵، ص: ۶۹۲]

خواص

مزا جا حار (گرم) ہے، بلغم اور زکام میں مفید ہے، ضعف جگر اور باری کے بخار میں بہترین ہے۔ زہر کا تریاق بھی ہے شہد اور پانی کے ساتھ ملا کر منہ پر لپک کرنے سے کیل، چھائیاں ختم ہو جاتی ہیں۔ گرم کش ہے اور ذات الجنب میں مفید ہے۔

[زاد المعاد، ج: ۴، ص: ۳۴۳، ۳۴۴]

عود ہندی سے ذات الجنب کا علاج نبوی ﷺ

امام ترمذی رحمہ اللہ نے حضرت زید بن ارقم رضی اللہ عنہما سے روایت کیا ہے کہ:

”رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ ذات الجنب کا علاج عود ہندی اور زیتون سے

کرو۔“ ①

ذات الجنب پہلو کے پاس عضلاتِ صدر، پسلی اور اس کے ارد گرد اذیت دہ سخت قسم کا ورم ہوتا ہے۔ اور ایسا بھی ہے کہ پسلی میں ہونے والے ہر درد کو ذات الجنب کہتے ہیں اس

① ترمذی اسے کتاب الطب، ج: ۲۰، باب ماجاء فی دواء ذات الجنب، کے تحت لائے ہیں البتہ

حاکم نے ۲۰۲/۴ میں اس کی سند میں میمون ابو عبد اللہ البصری کو ضعیف کہا ہے۔

وجہ سے کہ مقام درد وہیں ہوتا ہے اس لیے ذات الجنب کے معنی صاحبۃ الجنب ہے اور یہاں مقصد درد پہلو بتانا ہے۔ اس لیے جب کبھی پہلو میں درد ہوتا ہے تو اس کا سبب خواہ کچھ بھی ہو اس کا انتساب اسی جانب سے ہوتا ہے۔

دوسری احادیث کی روشنی میں اگر عود ہندی کو باریک پیس لیا جائے اور گرم زیتون میں جائے ماؤف پر جہاں ریاح جمی ہو، ہلکی ہلکی مالش کی جائے یا چند چچچاٹ لیا جائے تو اس کا عمدہ علاج ہوگا، یہ دوائی ہونے کے علاوہ سوزش دور کرتی ہے اور گندے مواد کو بھی تحلیل کرتی ہے جس سے یہ بیماری کا فور ہو جاتی ہے، اعضاء باطنہ کی تقویت کا سبب ہوتا ہے سدوں کو کھولتا ہے اور عودی ہندی کا بھی نفع بالکل ایسا ہی ہے۔ [طب نبوی، ص: ۱۱۳ تا ۱۱۴]

عود (قسط) ہندی اور عود (قسط) بحری

سینے میں غلیظ اور فاسد ریاح کے جمع ہو جانے سے جو تکلیف ہوتی ہے عود ہندی اس میں مفید ہے۔ صاحب خواص الادویہ لکھتے ہیں کہ قسط بحری شیریں گرم خشک ہے۔ دماغ کو قوت بخشتی ہے اعضاءے رئیسہ کو اور باہ اور جگر اور پٹھوں کو طاقت دیتی ہے۔ ریاح کو تحلیل کرتی ہے۔ دماغی بیماریوں فالج اور لقوہ اور ریشہ میں مفید ہے۔ پیٹ کے کیڑے مارتی ہے، پیشاب اور حیض کو جاری کرتی ہے۔

ذات الجنب پسلی کا ورم ہوتا ہے جو سل اور دق کی طرح بڑی مہلک بیماری ہے اس کا علاج ضروری ہے۔

عود ہندی اور عود بحری دونوں جڑیں ہوتی ہیں اور دونوں کو ملا کر ناس (نسوار) بنانا اور ناک میں ڈالنا ایسے امراض کے لیے بے حد مفید ہے۔ اور یہ دونوں دوائیں پسلی کے ورم میں بھی بہت کام آتی ہیں۔

انس بن مالک رضی اللہ عنہ نے بیان کیا کہ رسول اللہ ﷺ نے قبیلہ انصار کے بعض گھرانوں

کو زہریلے جانوروں کے کاٹنے اور کان کی تکلیف میں جھاڑنے کی اجازت دی تھی تو انس رضی اللہ عنہ نے بیان کیا کہ ذات الجنب کی بیماری میں مجھے داغا گیا تھا۔ رسول اللہ ﷺ کی زندگی میں اور اس وقت ابو طلحہ، انس بن نصر اور زید بن ثابت رضی اللہ عنہم موجود تھے اور داغنا اگرچہ رسول کریم ﷺ کو پسند نہیں ہے مگر بحالت مجبوری ایسے موقع پر اجازت ہے۔ [صحیح

بخاری از علامہ داؤد دراز، ص: ۲۹۸، ج: ۷]

کچی لسی

سیدنا انس رضی اللہ عنہ نے بیان کیا کہ رسول اللہ ﷺ ان کے گھر تشریف لے گئے تو میں نے بکری کا دودھ نکالا اور اس میں کنویں کا تازہ پانی ملا کر (کچی لسی بنا کر) آپ ﷺ کو پیش کیا۔ آپ ﷺ نے پیالہ لے کر اسے نوش فرمایا، آپ ﷺ کے بائیں طرف ابو بکر صدیق رضی اللہ عنہ تھے اور دائیں جانب ایک اعرابی تھا، آپ ﷺ نے باقی (پانی ملا) دودھ اعرابی کو دے دیا اور فرمایا کہ پہلے دائیں طرف سے کہ پہلے دائیں طرف والے کا حق ہے۔

[صحیح بخاری، ج: ۵، ص: ۵۶۱۲]

کھجور

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

”جس نے مدینہ منورہ کی سات کھجوریں صبح کے وقت کھائیں اسے شام تک زہر نقصان نہیں دے گا۔“ [صحیح مسلم، ج: ۷، ص: ۴۰۴]

یہ پھل زچہ اور بچہ کے لیے ربانی غذا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے مریم [کو جب عیسیٰ علیہ السلام کی پیدائش سے نوازا تو کھجور کے درخت کے بارے میں فرمایا:

{وَهَزَمْنِي إِلَيْكَ مَجْنُوعَ النَّخْلَةِ تُسْقِطُ عَلَيْكَ رَطْبًا جَدِيدًا} (مریم: ۲۵)

”اور کھجور کے تنے کو پکڑ کر اپنی طرف ہلاؤ تم پر تازہ بتازہ کھجوریں گر پڑیں گی۔“

گویا یہ مریم علیہ السلام کی زچگی غذا تو تھی ہی، عیسیٰ علیہ السلام کو بھی سب سے پہلے اسی درخت کی غذا نصیب ہوئی۔

رسول اللہ ﷺ نے بھی نومولود بچے کو سب سے پہلی غذا جسے اردو میں گڑھتی اور عربی میں تحنیک کہتے ہیں کھجور ہی پسند فرمائی۔ عبد اللہ بن زبیر رضی اللہ عنہما کی پیدائش ہجرت کے بعد مدینہ منورہ میں سب سے پہلے ہوئی، آپ ﷺ نے ان کی کھجور ہی سے تحنیک کی۔ (مسلم، کتاب الآداب، باب استحباب تحنیک المولود)

خواص

ہر علاقے کی کھجوروں کی اپنی تاثیر ہے لیکن مدینہ منورہ کی کھجور کی خاصیت مذکورہ حدیث سے واضح ہے۔ کھجور، پنیر اور روٹی کے ساتھ ملا کر کھانا سنت ہے۔ اسے سالن کا درجہ بھی دیا گیا، مزا جا گرم ہے، مقوی جگر اور قوت باہ میں بے حد مفید ہے، چلغوزہ کے ساتھ ملا کر کھانے سے عجب نتائج حاصل ہوتے ہیں۔ دوسرے پھلوں کے مقابلے میں جسمانی قوت کی حامل ہے۔ نہار منہ کھانے سے پیٹ کے ورم ختم ہوتے ہیں۔ تریاق کا کام بھی دیتی ہے۔ بیک وقت دوا بھی، غذا بھی اور پھل بھی ہے۔ مشروب اور مٹھائی بھی ہے تو علاج بھی۔

گھمسی

رسول اللہ ﷺ کا ارشادِ گرامی ہے:

”گھمسی کا پانی آنکھ کے لیے شفاء ہے۔“ [صحیح بخاری، ج: ۵، ص: ۵۷۰۸]

خواص

من و سلوئی کا جزو ہے، اس کا پانی آنکھ کے لیے شفا قرار دیا گیا ہے۔ اس کے استعمال کا بہترین طریقہ یہی ہے کہ سرمہ کو کھل کرتے وقت اس کے پانی کو شامل کر لیا جائے۔ یہ خود رو ہے، کہیں بوئی نہیں جاتی۔ اس کے پتے نہیں ہوتے۔ عموماً ساون بھادوں کی بارشوں کے بعد زمین کی سطح اور اندرونی حرارت کے اجتماع سے زمین کے بخاراتی جوہر سے نکل آتی ہے۔ کچی اور پکا کر دونوں طرح استعمال کی جاتی ہے۔ زیادہ استعمال نقصان دہ بھی ہے، تیل میں پکا کر مصالحہ جات کے ساتھ استعمال بہتر ہے۔ [زاد المعاد، ج: ۴، ص: ۳۵۹]

[۳۶۵۵]

علاحدہ داؤد راز رحمۃ اللہ علیہ نے صحیح بخاری کی مذکورہ حدیث کی تشریح میں لکھا ہے کہ من وہ حلوہ ہے جو بغیر محنت کے بنی اسرائیل کو ملتا تھا ایسے ہی گھمسی بھی خود بخود آگتی ہے جو ایک جنگلی بوٹی ہے۔ اس کی خاصیت بیان ہو رہی ہے آنکھ میں اس کا عرق ٹپکانا مفید ہے۔ اسے عوام سانپ کی چھتری بھی کہتے ہیں عموماً گندم کے کھیتوں میں ہوتی ہے۔

کھیر اور کلڑی

عبداللہ بن جعفر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو کھجوروں کے ساتھ کھیر اور کلڑی ملا کر کھاتے دیکھا۔ (ابوداؤد: ۳۷۳۵، مسلم: ۲۰۴۳، بخاری: ۵۴۴۷)

کھیر اور کلڑی (تر) ٹھنڈے ہوتے ہیں۔ دونوں کو ملا کر کھانے سے ان کا مزاج معتدل ہو جاتا ہے۔ کمزور لوگ اسے استعمال کر کے اپنی توانائی بحال کر سکتے ہیں۔ عائشہ رضی اللہ عنہا کہتی ہیں ہجرت مدینہ کے بعد مجھے بخار ہو گیا میں سخت کمزور ہو گئی، میری والدہ نے بہت تدبیریں کیں آخر مجھے کھجوریں اور کھیرے کھلائے تو میرا جسم ٹھیک ہو گیا۔ (ابوداؤد، کتاب الطب: ۳۹۰۳)

کھیرے کو عربی میں خیار اور کلڑی کو قثاء کہتے ہیں۔ کلڑی اردو نام ہے، پنجابی میں اسے تر کہتے ہیں۔ یہ کھیرے ہی کے ذائقے پر مشتمل ہوتی ہے البتہ اس کی ساخت پتلی اور لبوتری ہوتی ہے۔ کھیر اور کلڑی دونوں کی تاثیر ٹھنڈی ہے۔ اور رپ کریم کی مہربانی کہ یہ دونوں ٹھنڈے ٹھنڈے پھل گرمیوں میں پیدا ہوتے ہیں۔

کلونجی

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

”موت کے علاوہ ہر مرض کا علاج کلونجی میں موجود ہے۔“ [صحیح بخاری، ج: ۵، ص: ۵۶۸۷]

آپ نے اچار یا چٹنی میں پڑے ہوئے چھوٹے چھوٹے ٹکونے سیاہ بیج اکثر دیکھے ہوں گے۔ یہی بیج سالنوں کو ذائقہ دار اور خوشبودار بنانے کے لیے بھی استعمال کیے جاتے ہیں ”کلونجی“ کے نام سے معروف یہ ننھے ننھے بیج اپنے اندر فوائد کا خزانہ رکھتے ہیں۔

کلونجی کی جھاڑیاں تقریباً چالیس سینٹی میٹر بلند ہوتی ہیں خود رو بھی ہوتی ہیں اور بڑے پیمانے پر کاشت بھی کی جاتی ہیں۔ پنجاب، آسام اور ہماچل پردیش میں اب یہ کثرت سے پیدا ہوتی ہیں۔ کلونجی کے بیجوں کی شکل پیاز کے بیجوں سے بہت حد تک ملتی جلتی ہے۔ اس لیے بہت سے لوگ انہیں پیاز کے بیج ہی سمجھتے ہیں لیکن کلونجی کا پودا پیاز کے پودے سے بالکل مختلف ہوتا ہے۔ اصلی کلونجی کی پہچان یہ ہے کہ اسے اگر سفید کاغذ میں لپیٹ کر رکھا جائے تو کاغذ پر چکنائی کے دھبے لگ جاتے ہیں۔ کلونجی کے پھول ہلکے نیلے رنگ کے ہوتے ہیں جن میں آٹھ پگھڑیاں ہوتی ہیں اور ان پر شہد کی مکھیاں منڈلاتی رہتی ہیں ذیابیطیس / شوگر کے مرض پر قابو پانے میں مدد دیتی ہے، ذیابیطیس کے مریضوں کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ کلونجی کے سات دانے روزانہ صبح نگل لیا کریں۔

[بحوالہ کلونجی کے کرشمے از حکیم طارق محمود چغتائی ص: ۹]

خواص

تمام سرد امراض میں تو مفید ہے ہی، گرم خشک امراض میں بھی اس کے فوائد مسلمہ ہیں۔ نفع کو دور کرتی ہے۔ برص اور باری کے بخار میں مفید ہے۔ ریاح اور فاسد رطوبات جسمانی کی تحلیل کرتی ہے۔ کلونجی کے چند دانے پیس کر شہد میں ملائیں اور نیم گرم پانی سے خوراک لیں تو گردے، مثانے کی پتھری چند ایام میں تحلیل ہو جاتی ہے۔ دودھ کو جاری کرنے والی اور پیشاب اور حیض آور ہے۔ سر کے میں گرم کر کے پیٹ پر لپک کرنے سے پیٹ کے کیڑے ماردیتی ہے۔ کلونجی کا تیل پانی میں ملا کر پیس تو ضیق النفس (سانس کی تنگی) میں فائدہ دیتا ہے۔ عورت کے دودھ میں سات دانے پیس کر ملا کر یرقان زدہ کے ناک میں ٹپکائیں تو بے حد مفید ہوگا۔ [زاد المعاد، ج: ۴، ص: ۳۹۸، ۳۹۹]

خالد بن سعد رضی اللہ عنہ نے بیان کیا کہ ہم باہر گئے ہوئے تھے اور ہمارے ساتھ حضرت غالب بن ابجر رضی اللہ عنہ بھی تھے۔ وہ راستہ میں بیمار پڑ گئے پھر جب ہم مدینہ واپس آئے تو اس وقت بھی وہ بیمار ہی تھے۔ حضرت ابن ابی عتیق ان کی عیادت کے لیے تشریف لائے اور ہم سے کہا کہ انھیں یہ کالے دانے (کلونجی) استعمال کراؤ، اس کے پانچ یا سات دانے لے کر پیس لو اور پھر زیتون کے تیل میں ملا کر (ناک کے) اس طرف اور اس طرف قطرہ قطرہ کر کے ٹپکاؤ کیوں کہ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا نے مجھ سے بیان کیا کہ انہوں نے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم سے سنا آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ یہ کلونجی ہر بیماری کی دوا ہے سو اسام کے۔ میں نے عرض کیا: سام کیا ہے؟ فرمایا کہ موت ہے۔ (بحوالہ طب نبوی اور جدید سائنس از ڈاکٹر خالد غزنوی)

کلونجی یعنی کالا زیرہ، پھوڑا پھنسیوں میں بھی بہت مفید ہے۔ ازواجِ مطہرات میں سے کسی ایک کی انگلی میں پھنسی نکلی ہوئی تھی تو آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم نے پوچھا کیا تمہارے پاس زیرہ ہے تو انھوں نے کہا: ہاں، تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ زیرہ اس پر رکھ۔ [صحیح بخاری، از علامہ داؤد رازہ، ص: ۲۸۴]

مکھی کا پَر

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اگر تمہارے کسی مشروب میں مکھی گر جائے تو ساری مکھی کو مشروب میں ڈبو کر باہر نکال دو، کیوں کہ اس کے ایک پر (جس کے بل وہ مشروب میں گرتی ہے، بایاں پر) میں بیماری ہے جب کہ دوسرے پر (جس کو ڈبونے کا حکم دیا جا رہا ہے، دایاں پر) میں شفا ہے۔ [صحیح بخاری، ج: ۲، ۵۷۸۲]

سنن ابن ماجہ کی روایت کے مطابق فرمان مصطفیٰ ﷺ اس طرح ہے کہ مکھی کے ایک پر میں زہر ہے اور دوسرے میں شفا ہے۔ جب کھانے میں گرتی ہے تو اسے ڈبو دیا کرو کیوں کہ وہ زہر والے پر کے بل گرتی ہے اور شفا والے پر کو اونچا رکھتی ہے۔ [سنن ابن ماجہ، ج: ۳، ۳۵۰۴]

خواص

یہاں بھی معاملہ دلچسپی سے خالی نہیں ہے کہ اسلام ایک طرف تو طہارت، پاکیزگی اور صفائی کا علمبردار ہے جب کہ دوسری جانب مکھی جیسے حشرہ کو کھانے میں گرنے کے بعد اسے نکالنے نہیں بلکہ ایک دفعہ ڈبونے کا حکم دے رکھا ہے، دراصل یہ بات تو واضح ہے کہ اسلام اصلاحِ احوال و انفس کا شیدائے ہے۔ یقیناً مذکور عمل میں بہتری ہی موجود ہے کیوں کہ دوسرے پر میں موجود شفاء کے عناصر نہ صرف پہلے پر کے زہر کا تریاق ہیں بلکہ اس سے زیادہ شفاء کے اجزا اس میں چھوڑ دیتا ہے۔ اسی لیے اسلام نے مشروب کو پھینکنے کا حکم نہیں دیا بلکہ اسے استعمال کرنے کا ہی کہا ہے کیوں کہ یہ حُب انسانی سے ہٹ کر حُب الہی سے متعلق ہے۔

صحیحین میں حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:
 ”جب تم میں سے کسی کے برتن میں مکھی گر جائے تو اسے غوطہ دے لیا کرو اس لیے کہ
 اس کے دونوں بازوؤں میں سے ایک میں بیماری اور دوسرے میں شفاء ہے۔“
 سنن ابن ماجہ میں ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:
 ”مکھی کے ایک بازو میں زہر اور دوسرے میں شفاء ہے جب کبھی کھانے میں مکھی گر
 جائے تو اس کو غوطہ دے دو اس لیے کہ وہ زہر کے بازو کو آگے اور شفاء والے بازو کو موخر کرتی
 ہے۔“

طبی حیثیت سے تو ابوسعیدہ رضی اللہ عنہ نے کہا ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ مکھی کو غوطہ دو
 تاکہ شفاء کا جزو وجود دوسرے بازو میں ہے وہ مصلح کے طور پر کھانے میں آجائے اور ہر بیماری
 وزہر کا حصہ نکل جانے یا شفاء کا حاصل جانے سے اس کی قوت ختم ہو جائے۔
 اطباء کی ایک بڑی جماعت نے اسی طریقہ علاج کے متعلق لکھا ہے کہ بڑھڑ اور بچھو کے
 ڈنگ کا جگہ پر مکھی کا رگڑنا نہایت درجہ مفید ہے۔ اس سے ڈنگ کی سوزش سے سکون ملتا
 ہے۔ : طب نبوی، ص: ۱۴۸، ۱۵۰



امام بخاری رضی اللہ عنہ نے علاج کے بیان میں یہ باب قائم کیا ہے کہ ”باب کیا مرد کبھی
 عورت کا یا کبھی عورت مرد کا علاج کر سکتی ہے۔“

ربیع بنت معوذ بن عمرو رضی اللہ عنہ نے بیان کیا ہم رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ غزوات میں
 شریک ہوتی تھیں اور مسلمان مجاہدوں کو پانی پلاتیں ان کی خدمت کرتیں اور مقتولین اور
 مجروحین کو مدینہ منورہ لایا کرتی تھیں۔

اس حدیث سے یہ بھی نکلا کہ شرعی پردہ صرف اس قدر ہے کہ عورت اپنے وہ اعضاء
 جن کا چھپانا غیر محرم سے فرض ہے وہ چھپائے رکھے، نہ یہ کہ گھر سے باہر ہی نہ نکلے۔

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

حِجَامَةُ مِسْكِ

اللہ تعالیٰ نے فرمایا:

﴿حِجَامَةُ مِسْكِ وَ فِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ﴾

اہل جنت کو ایسی شراب پلائی جائے گی جس پر مشک
کی مہر ہوگی رغبت کرنے والوں کا اسی کی رغبت کرنی چاہیے۔

(المطففين: ۲۶)

پرہیز و احتیاط (اول)

شیخ الاسلام امام ابن القیم رحمۃ اللہ علیہ نے اپنی شہرہ آفاق کتاب زاد المعاد کے آخر میں یہ تحریر درج فرمائی ہے کہ میں اس کتاب کو پرہیز کے بارے میں چند سود مند، منفعت بخش وصیتوں پر ختم کرنا مناسب سمجھتا ہوں، جس سے کہ اس کتاب کی منفعت کو چار چاند لگ جائیں گے۔ ابن ماسویہ کی کتاب میں پرہیز و احتیاط کی بحث میں ایک فصل میری نظر سے گزری جس کو میں بلا کم و کاست ان ہی کے الفاظ میں نقل کر رہا ہوں۔

ابن ماسویہ بیان کرتے ہیں کہ جو چالیس روز تک پیاز کھائے اور اسے جھائیں ہو جائے تو وہ خود کو ملامت کرے اور جس نے فصد کیا پھر نمک کھالیا جس کے سبب اس کو برص یا خارش ہوئی تو وہ خود کو ملامت کرے۔

جس نے پھلی اور انڈہ ایک ساتھ استعمال کیا اور وہ لقوقہ یا فالج کا شکار ہو جائے، تو خود کو قابل ملامت تصور کرے اور جو شکم سیر ہو کر حمام میں داخل ہو اور اس پر فالج کا حملہ ہو جائے تو خود پر لعن طعن کرے۔

جس نے نبیذ کے ہمراہ دودھ پی لیا جس کی وجہ سے وہ برص یا نقرس کی بیماری میں مبتلا ہو جائے تو تعجب کی بات نہیں۔

جو شخص ابالا ہوا ٹھنڈا انڈہ استعمال کرے جس سے امتلاء ہو گیا تو اس کو دمہ کی بیماری ہونا متعین ہے۔ آئینہ دیکھے اور اسے لقوقہ ہو جائے یا کوئی اور بیماری میں مبتلا ہو جائے تو کچھ عجب نہیں۔

پرہیز و احتیاط (دوم)

(صحت کا راز)

ابن بختیشوع کا مقولہ ہے کہ انڈا اور مچھلی ایک ساتھ کھانے سے پرہیز کرو اس لیے کہ ان دونوں کو استعمال کرنے سے قونج بوا سیر اور داڑھ کے درد ہوتے ہیں۔

انڈے کا دائمی استعمال چہرے پر سیاہی زردی مائل جھائیں پیدا کرتا ہے۔ نمک اسود، مچھلی نمکین اور حمام کے بعد فصد کرنے سے خارش اور برص کی بیماری پیدا ہوتی ہے۔

بکری کے گردے کا دائمی استعمال بانجھ پن پیدا کرتا ہے۔ اور تروتازہ مچھلی کھانے کے بعد ٹھنڈے پانی سے غسل کرنے سے فالج پیدا ہوتی ہے۔

حائضہ عورت سے مباشرت کرنا جذام کے لیے پیش خیمہ ہے۔ اور جماع کے بعد بغیر غسل کیے دوبارہ جماع کرنے سے پتھری پیدا ہوتی ہے۔ عورت کی شرمگاہ میں زیادہ دیر تک عضو خاص کو ڈالے رہنا شکم میں بیماری پیدا کرتا ہے۔

بقراط کا قول ہے کہ مضر چیزوں کی قلت نفع بخش چیزوں کی کثرت سے بہتر ہے اور صحت کی دائمی حفاظت تکان سے پیدا ہونے والی سستی سے بچنے اور بھرپور کھانے پینے سے پرہیز کرنے سے ممکن ہے۔

بعض اطباء کا کہنا ہے کہ جو اپنی صحت برقرار رکھنا چاہے اسے عمدہ غذا استعمال کرنی چاہیے۔ پوری طرح پیٹ خالی ہونے کے بعد کھانا چاہیے، اور غیر معمولی تشنگی کے وقت پانی پینا چاہیے۔ اس کے ساتھ ہی پانی کم مقدار میں پینا چاہیے۔ دوپہر کے کھانے کے بعد آرام اور شام کے کھانے کے بعد چہل قدمی کرنی چاہیے، اور پیشاب و پاخانہ سے فراغت کے

بعد سونا چاہیے۔ شکم سیری کی حالت میں حمام میں داخل ہونے سے بچنا چاہیے۔ موسم گرما میں ایک مرتبہ حمام کرنا موسم سرما کے دس مرتبہ حمام سے بہتر ہے۔ اور خشک باسی گوشت رات میں کھانا موت کو دعوت دینے کے مترادف ہے۔ سن رسیدہ عورتوں سے مباشرت جو انوں کو بوڑھا بنا دیتی ہے، اور صحت مند کو مریض بنا دیتی ہے۔ اس روایت کی نسبت حضرت علی کرم اللہ وجہہ کی طرف کی گئی ہے۔ مگر یہ صحیح نہیں ہے، بلکہ یہ عرب کے مشہور طبیب حارث بن کلدہ ثقفی کا کلام ہے یا اس کے علاوہ کسی دوسرے کا کلام ہے۔

جب حارث کی موت کا وقت آیا تو لوگ اس کے پاس آئے اور کہا کہ ہمیں کوئی آخری نصیحت کیجیے کہ ہم اس پر عمل کرتے رہیں، انھوں نے یہ نصیحت کی:

صرف جوان عورتوں سے شادی کرو، پھل درخت پر پکا ہوا استعمال کرو، اور اسی موسم میں کھاؤ، جب تک جسم میں قوت برداشت ہو دوا سے پرہیز کرتے رہو۔ ہر مہینہ معدہ کو صاف کر لیا کرو، اس سے بلغم صاف ہو جائے گا، اور صفراء ختم ہو جائے گا، اور گوشت پیدا ہوگا۔ اور جب کوئی دوپہر کا کھانا کھائے تو اسے کھانے کے بعد ایک گھنٹہ آرام کرنا چاہیے، اور شام کا کھانا کھانے کے بعد چالیس قدم چلنا ضروری ہے۔

بعض سلاطین نے اپنے معالج سے کہا کہ آپ کی زندگی کا کوئی اعتبار نہیں اس لیے مجھے کوئی ایسا نسخہ لکھ دو کہ میں اس پر عمل کر سکوں، اس پر معالج نے کہا کہ دیکھو صرف جوان عورت سے شادی کرنا، صرف جوان جانوروں کا گوشت استعمال کرنا، اور بغیر کسی بیماری کے کوئی دوا نہ پینا اور پختہ پھل استعمال کرنا اور اسے خوب چبا چبا کر کھانا، اگر دن میں کھانا کھا کر آرام کر لو تو کوئی مضائقہ نہیں اور رات میں کھانا کھانے کے بعد چہل قدمی کر لیا کرو پھر سو جاؤ خواہ ۵۰ قدم ہی چل لیا کرو۔ کھانے کی خواہش کے بغیر کھانا نہ کھاؤ۔ پیشاب نہ روک رکھنا۔ حمام اس وقت کرو جب کہ اس سے تم کو نفع پہنچے اس وقت حمام نہ کرو جس سے تمہارے

بدن کا کوئی حصہ فنا ہو جائے۔ کھانا معدہ میں موجود ہونے کی صورت میں ہرگز نہ کھانا۔ ایسی چیز کھانے سے بچنا جس کو دانت چبانے کی استطاعت نہ رکھیں، کیونکہ معدہ کو اس کے ہضم کرنے میں دشواری سے دوچار ہونا پڑے گا۔ ہر ہفتہ معدہ کو صاف کرنا ضروری سمجھو اور خون بدن کا بیش بہا خزانہ ہوتا ہے، اس لیے اسے بلا ضرورت ضائع نہ کرنا اور حمام کیا کرو، کیونکہ یہ بدن کے اندرونی حصوں سے ان فضلات کو نکال باہر کرتا ہے جن کو دوائیں خارج نہیں کر پاتیں۔

امام شافعی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ چار چیزیں جسم کو قوی بناتی ہیں:

- ①..... گوشت خوری ②..... خوشبو سونگھنا ③..... جماع کے لیے بکثرت غسل کرنا
- ④..... کتان کا تیار کردہ لباس زیب تن کرنا۔

اور چار چیزیں بدن کو کمزور کرتی ہیں:

- ①..... برے خیالات لانا ②..... ہمہ وقت رنج و غم کرنا ③..... نہار منہ کافی مقدار میں پانی پینا ④..... ترش چیزوں کا زیادہ استعمال۔

چار چیزوں سے نگاہ کو تقویت ملتی ہے:

- ①..... کعبہ کے سامنے بیٹھنا ②..... سونے کے وقت سرمہ استعمال کرنا
- ③..... سرسبز و شاداب چیزوں کی طرف دیکھنا ④..... اور شست گاہ کو صاف ستھرا رکھنا۔

چار چیزوں سے قوت جماع بڑھتی ہے:

- ①..... گردن کا گوشت کھانا، ②..... اطر یقل کا استعمال
- ③..... پستہ ④..... سرکہ روٹی کھانا۔

چار چیزوں سے عقل بڑھتی ہے:

- ①..... غیر ضروری باتوں سے بچنا ②..... مسواک کرنا ③..... بزرگوں کی صحبت

اختیار کرنا ④..... علماء کی مجلس میں حاضر ہونا۔ ①

افلاطون کا قول ہے: پانچ چیزوں سے بدن کی کاہلی ہوتی ہے، بلکہ بعض اوقات موت سے بھی ہمکنار کر دیتی ہے۔

صنعت کار کا بیکار رہنا، دوستوں کی جدائی، غیظ و غضب کو پی جانا، نصیحت کو ٹھکرانا، جاہلوں کا عقل مندوں سے تمسخر و استہزاء۔

مامون کے معالج کا قول ہے کہ ایسے شخص کی عادتوں کو اختیار کرو جو ان کی بخوبی رعایت کرتا ہو تو توقع ہے موت کے علاوہ کسی بیماری میں مبتلا نہ ہوگے۔ البتہ موت تو بہر حال لا علاج ہے۔

معدہ میں کھانا موجود رہنے کی حالت میں مزید کھانا کبھی نہ کھانا، ایسی غذا کبھی نہ استعمال کرنا جس کے چبانے سے منہ تھک جائے کیونکہ ایسے کھانے کو معدہ ہرگز ہضم نہ کر پائے گا۔ بلا ضرورت فصد نہ کرانا، موسم گرمیوں میں قے ضرور کرنا چاہیے۔

بقراط کے جامع کلام میں سے ہے کہ حرکت کثیر طبیعت کی دشمن ہے۔

حکیم جالینوس سے دریافت کیا گیا کہ تمہارے بیمار نہ ہونے کا کیا راز ہے؟ اس نے جواب دیا کہ میں دور دی غذا یکجا نہیں کرتا، کھانے پر کھانا نہیں کھاتا، اور نہ میں کسی ایسی غذا کو معدہ میں جگہ دیتا ہوں جو اس کے لیے تکلیف دہ ہو۔

زیادہ سونے سے چہرے پر زردی آ جاتی ہے۔ دل اندھا ہو جاتا ہے، اور آنکھ میں ہیجان برپا ہو جاتا ہے۔ اور کام کرنے میں سستی چھائی رہتی ہے اور جسم میں رطوبات زیادہ ہوتی ہیں۔

① ملاحظہ کیجیے آداب الشافی ص: ۳۲۳ "الآذَابُ الشَّرْعِيَّةُ" ۳/۳۹۰ اور شرح القاموس ۷/۳۱۶

اور زیادہ کھانا معدے کے منہ کو فاسد کرتا ہے۔ جسم کو کمزور لاغر بناتا ہے، ریاح غلیظ اور مشکل بیماریوں سے دوچار کرتا ہے۔

بکثرت جماع کرنے سے بدن لاغر ہو جاتا ہے، قوی کمزور ہو جاتے ہیں اور بدن کے رطوبات خشک ہو جاتے ہیں۔ یہ اعصاب کو ڈھیلا کرتا ہے، سدے پیدا کرتا ہے اور اس کے ضرر کا اثر سارے بدن کو پہنچتا ہے، بالخصوص دماغ کو تو بہت نقصان پہنچتا ہے۔ اس لیے کہ روح نفسانی غیر معمولی طور پر تحلیل ہو جاتی ہے۔ اور منی کے زیادہ اخراج کی وجہ سے اس میں اکثر کمزوری پیدا ہوتی ہے اور کثرت جماع سے جو ہر روح کا اکثر حصہ اس سے نکل جاتا ہے۔

جماع کرنے کی بہترین صورت یہ ہے کہ جماع اس وقت کیا جائے، جب کہ خواہش غیر معمولی طور پر ابھرے اور اسی لڑکی سے جماع کرنا مقصود ہو جو انتہائی جمیل و شکیل نوخیز ہو، اور اسی کے ساتھ حلال بھی ہو اور جماع کرنے والے کے مزاج میں حرارت اور رطوبت پورے طور پر ہو۔ اور یہ اسی انداز پر عرصے سے چلا آ رہا ہو، اور دل اعراض نفسانی سے بالکل خالی ہو۔ نہ افراط جماع ہو اور نہ امتلاء مفرط ہو جس کی وجہ سے ترک جماع مناسب ہو۔ نہ خالی پیٹ ہو، اور نہ کسی استفراغ سے دوچار ہو اور نہ کوئی سخت سخت محنت کی ہو اور نہ بہت زیادہ حرارت ہو اور نہ بہت زیادہ برودت ہو، جب کوئی شخص جماع کے وقت ان دس باتوں کو ملحوظ رکھے گا تو اس سے بہت نفع حاصل ہوگا اور اگر ان میں سے کوئی ایک بات مفقود ہوگی تو ضرر بھی اسی حساب سے کم و بیش ہوگا، اگر اکثر یا تمام باتیں مفقود ہوں تو پھر ایسے جماع سے تباہی مقدر ہے۔

چند مفید احتیاطی تدابیر

بہت زیادہ پرہیز جس سے تخلیط مرض ہو، صحت کے لیے سود مند نہیں، بلکہ اعتدال کے ساتھ

پر ہیز مفید ہوتا ہے۔ حکیم جالینوس نے اپنے ہم نشینوں کو ہدایت کی کہ تین چیزوں سے بچتے رہو اور چار چیزوں کو اختیار کر لو۔ پھر تم کو کسی معالج کی ضرورت نہ پیش آئے گی۔ گردوغبار، دھواں اور بدبودار گندی چیزوں سے خود کو دور رکھو، چکنائی، خوشبو شیرینی اور حمام کو استعمال کرو اور شکم سیری کی حالت میں کھانا نہ کھاؤ اور باد روج ❶ اور ریحان کو ساتھ استعمال کرو۔ اور شام کے وقت اخروٹ نہ کھانا، اور جوز کام میں مبتلا ہو وہ چت نہ سوئے، اور رنجیدہ شخص ترش چیز نہ کھائے اور فصد کرانے والا شخص تیز روی نہ اختیار کرے اس لیے کہ یہ موت کا پیش خیمہ ہے، اور جس کی آنکھ میں تکلیف ہے وہ قے نہ کرے، موسم گرمی میں زیادہ گوشت کا استعمال نہ کرو، سردی کی وجہ سے بخار کا مریض دھوپ میں نہ سوئے، اور پرانے بیج دار بیٹنگن کے قریب بھی نہ جاؤ۔ جو موسم سرما میں روزانہ ایک پیالی گرم پانی پی لے تو وہ بہت سی بیماریوں سے محفوظ ہو گیا اور جس نے حمام کرتے وقت انار کے چھلکے سے اپنے جسم کو ملا، وہ داد و خارش سے نجات پا گیا۔ جس نے سوسن کے پانچ دانے تھوڑی سی مصطکی رومی، عود خام اور مشک کے ہمراہ استعمال کر لیے زندگی بھر اس کا معدہ نہ کمزور ہوگا اور نہ فاسد ہوگا، اور جس نے تخم تربوز شکر کے ساتھ استعمال کیا، اس کا معدہ پتھری سے خالی ہوگا اور ہر سوزش پیشاب سے اسے نجات مل جائے گی۔

چار مفید و مضر چیزوں کا بیان

چار چیزوں سے جسم تباہ ہو جاتا ہے:

❶..... رنج ❷..... غم ❸..... فاقہ کشی ❹..... شب بیداری

❶ ایک مشہور سبزی کا نام ہے، جو دل کو بہت مضبوط کرتی ہے، اور قبض پیدا کرتی ہے مگر فضلات کے ساتھ مل کر اسہال پیدا کرتی ہے۔ (قاموس)

چار چیزوں سے فرحت حاصل ہوتی ہے:

①..... سبز و شاداب چیزوں کی طرف دیکھنا

②..... آبِ رواں کا نظارہ کرنا

③..... محبوب کا دیدار

④..... پھلوں کا نظارہ کرنا۔

چار چیزوں سے آنکھ میں دھندلا پن پیدا ہوتا ہے:

①..... ننگے پاؤں چلنا

②..... صبح و شام نفرت انگیز گراں چیز یا دشمن کو دیکھنا

③..... زیادہ آہ و بکا کرنا

④..... باریک خطوط کا زیادہ غور سے دیکھنا۔

چار چیزوں سے بدن کو تقویت ملتی ہے:

①..... نرم و ملائم ملبوسات زیب تن کرنا

②..... اعتدال کے ساتھ حمام کرنا

③..... مرغن اور شیریں غذا استعمال کرنا

④..... عمدہ خوشبو لگانا۔

چار چیزوں سے چہرہ خشک ہو جاتا ہے:

①..... اس کی شگفتگی، شادابی اور رونق ختم ہو جاتی ہے

②..... دروغ گوئی، بے حیائی

③..... جاہلانہ طرز کے سوالات کی کثرت

④..... فسق و فجور کی زیادتی۔

چار چیزوں سے چہرے پر رونق اور شگفتگی آتی ہے:

①..... مروت ②..... وفاداری ③..... جو دو سخاوت ④..... پرہیزگاری

چار چیزیں باہم نفرت و عداوت کا سبب بنتی ہیں: تکبر و گھمنڈ، دروغ گوئی اور چغل خوری۔ چار چیزوں سے روزی بڑھتی ہے: نماز تہجد کی ادائیگی، صبح سویرے بکثرت اللہ تعالیٰ سے مغفرت کی طلب، صدقہ کا باہم معاہدہ کرنا اور دن کے شروع اور آخر وقت میں اللہ کا ذکر۔

چار چیزوں سے روزی روک دی جاتی ہے: صبح کے وقت سونا، نماز سے غفلت، سستی اور خیانت۔

چار چیزیں فہم و ادراک کے لیے ضرر رساں ہیں: ترش چیزوں اور پھلوں کا دائمی استعمال، چت سونا اور رنج و غم کرنا۔

چار چیزوں سے فہم و ادراک کی قوت میں اضافہ ہوتا ہے: فارغ البالی، کم خوری و کم آشامی، غذاؤں کا شیریں اور مرغن چیزوں سے عمدہ بنانے کا اہتمام اور ان فضیلت کا بدن سے خارج کرنا جو بدن کے لیے گراں ہوں۔

عقل کے لیے متعدد چیزیں ضرر رساں ہیں: ہمیشہ پیاز کھانا، لوبیا، روغن زیتون اور بیٹن کا دائمی استعمال، جماع کی کثرت، خلوت نشینی، بے ضرورت افکار و خیالات، مے نوشی، بہت زیادہ ہنسنا اور رنج و غم کرنا، یہ تمام چیزیں عقل کو نقصان پہنچاتی ہیں۔

بعض دانشوروں کا مقولہ ہے کہ مجھے بحث و مناظرہ کی تین مجلسوں میں شکست اٹھانی پڑی۔ جس کا کوئی خاص سبب میری سمجھ میں نہ آسکا، البتہ پہلی مجلس مناظرہ میں شکست کا یہ سبب معلوم ہوا کہ میں نے ان دنوں بکثرت بیٹنگن کا استعمال کیا تھا۔ اور دوسری مجلس میں شکست کا یہ سبب تھا کہ روغن زیتون کا بہت زیادہ استعمال کیا تھا، اور تیسری مجلس میں شکست کا یہ راز معلوم ہوا کہ میں نے لوبیا کی ترکاری بہت کثرت سے کھائی تھی۔

[طب نبوی، ص: ۵۲۶ تا ۵۱۹]

شہد اور دارچینی کے کرشمے

اس امر کا مشاہدہ کیا گیا ہے کہ شہد اور دارچینی (پوڈر) بہت سی بیماریوں کے لیے اکثر کا درجہ رکھتے ہیں۔ شہد دنیا کے تقریباً ہر ملک میں پیدا ہوتا ہے۔ موجودہ زمانے کے سائنس دان (ڈاکٹرز) بھی اس بات پر یقین رکھتے ہیں کہ شہد بہت سی بیماریوں کا شافی علاج ہے۔ شہد کو کسی بھی بیماری میں بغیر کسی نقصان (Side Effect) کے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ آج کے دور کے ماہرین طب (ڈاکٹرز) اس بات پر متفق ہیں کہ شہد اگرچہ اپنے اندر مٹھاس رکھتا ہے۔ لیکن اگر اسے بطور دوا مناسب مقدار میں استعمال کیا جائے تو یہ شوگر (Diabetics) کے لیے بھی فائدہ مند ہے۔ کینڈا میں چھپنے والے ایک رسالہ صحت روزہ ورڈ نیوز (World News) کے شمارہ 17 جنوری 1995ء میں شہد اور دارچینی کے استعمال سے ڈاکٹروں کے تجربات کی روشنی میں مندرجہ ذیل بیماریوں میں استعمال سے کامیاب علاج ممکن رہا۔

1- دل کی بیماریاں (Heart Diseases)

طریقہ استعمال:

شہد اور دارچینی کا آمیزہ بنا لیں اس آمیزے کو جام یا جیلی کی جگہ سلائس پر لگائیں اور اسے ناشتہ میں بلا ناغہ استعمال کریں۔ اس کا استعمال شریانوں سے کولیسٹرول کی مقدار کو کم کرتا ہے اور مریض کو دل کے دورے سے محفوظ رکھتا ہے۔

وہ اشخاص بھی جنہیں دل کا دورہ ہو چکا ہو اگر وہ متواتر استعمال کریں تو دوسرے اٹیک سے کوسوں دور یعنی محفوظ رہیں گے۔ اس آمیزے کا لگا تار استعمال، سانس کی تنگی دور کرتا ہے اور دل کی دھڑکن کو تقویت دیتا ہے۔

امریکہ اور کینڈا میں مختلف ہسپتالوں میں لوگوں کا کامیاب علاج کیا گیا ہے اور یہ بات سامنے آئی ہے کہ جوں جوں عمر بڑھتی ہے شریانیں اور دل کی نالیاں سخت ہوتی جاتی ہیں اور ان میں تنگی پیدا ہونے لگتی ہے۔ درج بالا نسخہ سے یہ تکالیف بھی دور ہو جاتی ہیں۔

2- ہڈیوں کا بھر بھرا پن اور دوسری تکالیف (Arthritis)

اتھرائٹس کے مریض روزانہ دو دفعہ (صبح و شام) شہد اور دارچینی کا استعمال کر سکتے

ہیں۔

طریقہ استعمال:

ایک کپ گرم پانی لیں اور اس میں دو چمچ شہد اور چھوٹا چائے کا چمچ دارچینی پوڈر حل کر لیں۔ اگر اس کا لگا تا استعمال جاری رکھا جائے تو پرانے سے پرانے مریض بھی شفا یاب ہو جاتے ہیں۔

کوپن ہیکن یونیورسٹی میں کی گئی ایک تحقیق میں یہ بات سامنے آئی ہے کہ ڈاکٹروں نے صرف ایک چمچ شہد اور آدھے چائے کے چمچ کے برابر دارچینی ایک کپ نیم گرم پانی میں ناشتہ سے پہلے استعمال کروائی تو ہفتہ کے اندر اندر 200 مریضوں میں سے 73 مریض درد سے مکمل آرام پا گئے اور ایک مہینے کے اندر اندر سارے ہی مریض شفا یاب ہو گئے اور جو اشخاص چلنے پھرنے سے قاصر تھے وہ بھی بغیر تکلیف کے چلنے پھرنے لگے۔

3۔ مثانہ کا انفیکشن (Bladder Infection)

دو کھانے کے چمچ دارچینی پوڈر اور ایک چائے کے چمچ کے برابر شہد کو نیم گرم پانی میں حل کر کے پی لیں۔ یہ مثانے میں موجود مضر جراثیم کو تلف کر دیتا ہے۔

4۔ دانت درد (Toothache)

ایک چائے کے چمچ برابر دارچینی پوڈر کو پانچ چائے کے چمچ برابر شہد میں ملا کر پیسٹ بنا لیں اور اس پیسٹ کو دکھنے والے دانت یا دانتوں پر اس وقت تک ملتے رہیں۔ جب تک درد کا آرام نہ آجائے۔ یہ پیسٹ دن میں تین بار تک استعمال کیا سکتا ہے۔

5۔ کولیسٹرول (Cholesterol)

کولیسٹرول کے لیے دو کھانے کے چمچ شہد اور تین چائے کے چمچ دارچینی کے لے کر 16 اونس قہوہ (چائے) میں حل کریں اور مخلول جب ہائی کولیسٹرول کے مریض کو پلایا گیا تو دو گھنٹے کے اندر اندر اس کا بلڈ کولیسٹرول دس فی صد تک کم ہو گیا۔ اگر یہ نسخہ دن میں تین بار استعمال کریں تو پرانا اور خطرناک حد تک بڑھا ہوا کولیسٹرول بھی نارمل ہو جاتا ہے۔ ایک تحقیق کے مطابق اگر روزمرہ خوراک کے ساتھ شہد استعمال کیا جائے تو کولیسٹرول کا پرابلم پیدا ہی نہیں ہوتا۔

6۔ نزلہ، زکام (Cold)

جن لوگوں کو عام یا شدید قسم کا نزلہ، زکام ہو وہ کھانے کے ایک چمچ برابر نیم گرم شہد میں چوتھائی (1/4) چمچ دارچینی کا پوڈر ڈال کر دن میں تین بار استعمال کریں۔ اس کے

استعمال سے پرانی، کھانسی اور نزلہ، زکام کے علاوہ ناک کی بندش وغیرہ (Sinuses) بھی دور ہو جاتی ہے۔

7- معدہ کی خرابی (Upset Stomach)

شہد اور دارچینی کا استعمال معدے کے درد اور السر وغیرہ کو جڑ سے ختم کر دیتا ہے۔

8- گیس (Gas)

انڈیا اور جاپان میں کئے گئے تجربات سے ثابت ہوا ہے کہ اگر شہد اور دارچینی پوڈر استعمال میں لایا جائے تو معدے کی گیسز فوری طور پر خارج ہو جاتی ہیں۔

9- مدافعتی نظام (Immune System)

شہد اور دارچینی کا روزانہ استعمال مدافعتی نظام کو طاقت ور بنا دیتا ہے۔ انسان بیکٹیریا اور وائرل انفیکشن سے محفوظ رہتا ہے۔ سائنسدانوں نے معلوم کیا کہ شہد میں مختلف وٹامن اور آئرن (لوہا) ایک بڑی تعداد میں موجود ہے اور اس کا لگا تار استعمال خون کے سفید ذرات کو تقویت دے کر بیکٹیریا اور وائرل انفیکشن کے حملہ سے محفوظ رکھتا ہے۔

10- بدھضمی (Indigestion)

کھانے کے دو چھ شہد پر دارچینی پوڈر چھڑک کر کھانے سے پہلے استعمال کرنے سے معدے کی تیزابیت، بدھضمی اور پیٹ کے بھاری پن سے نجات ملتی ہے اور ہر قسم کا کھانا ہضم ہو جاتا ہے۔

11- انفلونزا (Influenza)

سپین کے ایک سائنسدان نے ثابت کیا کہ شہد میں ایسی تاثیر ہے جو انفلونزا کے جراثیم کو ہلاک کرتی ہے اور انسان فلو سے محفوظ رہتا ہے۔

12- دیرپا، خوش و خرم زندگی (Logevity)

شہد اور دارچینی سے بنائی گئی چائے اگر لگا تار استعمال کی جائے تو اس سے بڑھتی ہوئی عمر کے اثرات پر قابو پایا جاسکتا ہے۔

○ چار چھ شہد لیں ○ ایک چھ دارچینی کا پوڈر ○ اور تین کپ پانی تینوں کو ابال لیں کہ چائے کی شکل بن جائے۔ ایک چوتھائی کپ یہ چائے دن میں تین بار استعمال کریں اس سے آپ کی جلد تروتازہ رہے گی اور بڑھتی ہوئی عمر کے اثرات ظاہر نہیں ہوں گے۔ اس سے زندگی کا دورانیہ بھی بڑھنے کی امید ہے اور یہ اتنی طاقتور ہے کہ اس سے سو سال کا بوڑھا بھی بیس سالہ نوجوان کی طرح چاک و چوبند ہو جائے گا۔

13- وزن کم کرنے کے لئے (Weight Loss)

روزانہ ناشتہ سے ڈیڑھ گھنٹہ پہلے اور رات کو سونے سے پہلے شہد اور دارچینی پوڈر کا ایک کپ ابلے ہوئے پانی میں استعمال کریں۔ اس کے لگاتار استعمال سے بد صورت آدمی بھی خوش شکل ہو جاتا ہے۔ اس کا لگاتار استعمال جسم میں چربی کو اکٹھا ہونے سے روکتا ہے اگرچہ کہ کوئی شخص زیادہ کولیسٹرول والی خوراک استعمال کر رہا ہو۔

14- کینسر (Cancer)

جاپان اور آسٹریلیا میں ہونے والی تازہ تحقیق کے مطابق معدہ کا پرانا کینسر اور ہڈیوں کا کینسر کامیابی سے کنٹرول کیا گیا ہے۔ اس طرح کی بیماری میں مبتلا اشخاص کو روزانہ ایک چائے کا چمچ دارچینی پوڈر اور ایک کھانے کا چمچ شہد میں ملا کر دن میں تین دفعہ ایک ماہ تک لگا تار استعمال کرنا چاہیے۔

15- نقاہت ، کمزوری ، تھکاوٹ وغیرہ (Fatiue)

تازہ تحقیق سے یہ بات ثابت ہوئی ہے کہ شہد کا میٹھا نقصان کی بجائے جسم کے لئے مفید ہے خصوصاً بڑی عمر کے لوگ جنہوں نے شہد اور دارچینی پوڈر ہم وزن استعمال کیا وہ زیادہ چاک و چوبند نظر آئے۔ ڈاکٹر ولیم جنہوں نے یہ تحقیق کی ہے کہتے ہیں کہ کھانے کا آدھا چمچ شہد ایک گلاس پانی میں حل کر کے اوپر دارچینی کے پوڈر کا چھڑکاؤ کر کے اگر دانت صاف کرنے کے بعد خالی پیٹ اور پھر سہ پہر 3 بجے تک استعمال کیا جائے تو ان اوقات میں پیدا ہونے والی مدافعاتی کمی کو کم کر کے قوت مدافعت کو ایک ہفتہ کے اندر اندر بحال کر دیتا ہے۔

وصلی اللہ علی نبینا محمد

شفیق الرحمن فرخ

0300-4478122



کتاب کی تیاری میں جن مراجع و مصادر سے استفادہ کیا گیا

- ۱۔ القرآن الکریم
- ۲۔ المعجم المفہر س لالفاظ القرآن الکریم
- ۳۔ تفسیر احسن الکلام
- ۴۔ المعجم المفہر س لالفاظ الحدیث النبوی ﷺ
- ۵۔ صحیح بخاری
- ۶۔ صحیح بخاری از مولانا داؤد راز
- ۷۔ صحیح مسلم
- ۸۔ سنن ابی داؤد
- ۹۔ جامع الترمذی
- ۱۰۔ سنن نسائی
- ۱۱۔ سنن ابن ماجہ
- ۱۲۔ صحیح سنن ابوداؤد وللابانی
- ۱۳۔ صحیح سنن ابن ماجہ
- ۱۴۔ صحیح سنن نسائی
- ۱۵۔ ضعیف الترمذی
- ۱۶۔ المستدرک علی الصحیحین للحاکم
- ۱۷۔ صحیح الجامع الصغیر للالبانی
- ۱۸۔ القاموس الوحید
- ۱۹۔ مصباح اللغات
- ۲۰۔ اسلامی اوزان
- ۲۱۔ پچھنا (حجامہ)
- ۲۲۔ صحیح ابن حبان
- ۲۳۔ موارد الظمآن
- ۲۴۔ مختصر الترغیب والترہیب
- ۲۵۔ صحیح الترغیب والترہیب
- ۲۶۔ الطب النبوی (عربی)
- ۲۷۔ الطب نبوی (اردو)
- ۲۸۔ مسند ابویعلیٰ الموصلی
- ۲۹۔ موسوعہ اطراف الحدیث
- ۳۰۔ زاد المعاد
- ۳۱۔ فیروز اللغات
- ۳۲۔ حصن المسلم
- ۳۳۔ تفسیر القرطبی
- ۳۴۔ مختصر زاد المعاد
- ۳۵۔ آداب الدعاء والدواء
- ۳۶۔ تقویم تاریخی ۲۰۰۰ء
- ۳۷۔ تقویم تاریخی ۲۰۰۱ء
- ۳۸۔ العلاج بالرتقی من الکتاب والسنن
- ۳۹۔ مفت روزہ الاعتصام
- ۴۰۔ لغات الحدیث
- ۴۱۔ مذکرۃ التوارخ السنۃ
- ۴۲۔ کلونجی کے کرشمات
- ۴۳۔ وہ خوش قسمت کھانے جو نبی ﷺ نے کھائے

ہدیٰ اکیڈمی کی کتب

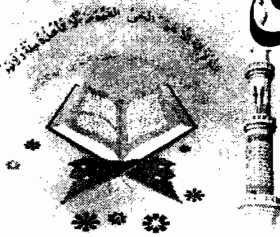
| | |
|-----------|--|
| مطبوع | ایک اہم پیغام بنام طالب علم نیک نام |
| مطبوع | زاو طالب |
| مطبوع | پاکیزہ شہد پاکیزہ زندگی از ملک بشیر احمد حفظہ اللہ |
| مطبوع | نماز مسنون اور انتہائی ضروری دعائیں |
| مطبوع | مسنون روحانی علاج |
| مطبوع | دعا، دوا اور دم سے نبوی طریقہ علاج |
| مطبوع | علامہ محمد یوسف کلکتویؒ از ملک بشیر احمد حفظہ اللہ |
| مطبوع | موت سے قبر تک |
| مطبوع | مسنون انداز سے 24 گھنٹے کیسے گزاریں؟ 20x30x32 |
| مطبوع | مسنون انداز سے 24 گھنٹے کیسے گزاریں؟ 20x30x16 |
| غیر مطبوع | عجیب و غریب واقعات از ملک بشیر احمد حفظہ اللہ |
| غیر مطبوع | علم جغرافیہ اور مسلمان علماء کی خدمات |
| غیر مطبوع | ترجمہ بین الشیعہ و اہل السنہ |
| غیر مطبوع | عیسائیت کیا ہے؟ |
| غیر مطبوع | جادو کا علاج کتاب و سنت سے |

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

فضیلۃ الشیخ عبدالمجید بن عبدالعزیز بن ناصر الزاحم
کی کتاب علاج الامراض بالکتاب والسنة کا اردو ترجمہ

مسنون روحانی علاج

شفیق التجربین بیچ



نماز مسنون

اور

انتہائی ضروری دعائیں



نبی اکرم ﷺ کی نماز کے موضوع پر ایک منفرد کتاب جس میں اپنے انداز سے واقعی انتہائی ضروری دعائوں کو ذکر کیا گیا ہے۔ اور اس کے ساتھ نئے اچھوتے نماز میں نماز کا طریقہ اس طرح اکٹھا بتا دیا گیا ہے کہ نماز کی جس قدر مشین رکعات بھی کوئی پڑھنا چاہے، اسے رہنمائی مل جائے۔ نماز کی عمومی کتاب میں تقریباً یہ انداز پیش نہیں کرتیں۔

شفیق التجربین بیچ

گلی نمبر 43 گلزیب کالونی سمن آباد لاہور
0300-4478122

ناشر: ہدیٰ اکیڈمی

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

یخرج من بطونہا شراب مختلف الوانہ فیہ شفاء للناس (آئل 69)

”ان (شہد کی کھیموں) کے پیٹ سے ایک مشروب نکلتا ہے جو
کئی رنگوں میں ہوتا ہے، اس میں لوگوں کے لیے شفاء ہے۔“

مصنف: ملک بشیر احمد
ترتیب: شفیق الرحمن فریح
پاکیزہ شہد پاکیزہ زندگی

مسلم اہل حدیث کے نام و رسپوت، جمعیت اہل حدیث کراچی کے
سابق ناظم اور بحر العلوم السعودیہ برنس روڈ کراچی کے بانی کی قابل رشک
زندگی پر ان کے شاگرد رشید ملک بشیر احمد کے قلم سے مجلہ ”نداء الجامعہ“
لاہور میں قسط وار شائع ہونے والے مضامین اب کتابی شکل میں بنام

علامہ محمد یوسف خان گکڑتوی

ملک بشیر احمد آف چھانگا مانگا ترتیب و پیشکش: شفیق الرحمن فریح [مدیر اہل علم نداء الجامعہ]

گلی نمبر 43 گلزیب کالونی سن آباد لاہور
0300-4478122

ناشر: ہدی اکیڈمی

دُعَا، دَوَا اور دَم سے

نبوی طریقہ علاج



دین اسلام کے امتیازات اور خوبیوں میں سے یہ بات نہایت اہم ہے کہ اس نے زندگی کے ہر معاملے میں رہنمائی کی ہے۔ شریعت مطہرہ نے علاج کے دائرے کو وسعت دیتے ہوئے مادیات کے ساتھ ساتھ روحانیت کو بھی اس میں شامل کر دیا ہے بلکہ بہت سے امراض میں ظاہری اور مادی علاج کی بجائے روحانی علاج زیادہ کارگر ثابت ہوتا ہے۔

اگر مسلمان اپنے امراض اور ان کے علاج میں شریعت کی ان ہدایات پر عمل پیرا ہو تو اس پر بھی وہ اجر و ثواب کا مستحق قرار پاتا ہے، گویا ”آم کے آم کے گٹھلیوں کے دام“ والا معاملہ ہے۔

طیبات شریقیہ القرآن فریخ نے دُعَا، دَوَا اور دَم سے نبوی طریقہ علاج میں شریعت کی انہی

تعلیمات کو اختصار و ایجاز کے ساتھ ایک خوبصورت پیرائے میں جمع کر دیا ہے اسلوب نگارش آسان اور شستہ ہے، نیز ہر بات پورے حوالے اور دلیل کے ساتھ پیش کی ہے، امید ہے کہ ان کی یہ کاوش لَوْجِهِ اللّٰهِ ہونے کی وجہ سے مقبول عام ہوگی اور وہ ان شاء اللّٰہ، عند اللّٰہ ماجور ہوں گے۔

اس دعا از من و جملہ جہاں آمین باد۔ و صلی اللّٰہ وسلم و بارک علی نبینا محمد وآلہ واصحابہ

حافظ عبدالوحید

مدیر اعزازی ہفت روزہ ”الاتصام“ لاہور

ناشر

ہدی اکیدی

سٹریٹ 43 گلزنب کالونی میمن آباد، لاہور

0300-4478122

