

# طیب علم

تحریر: مولانا حکیم عبدالجبار سوبھدروی  
انتخاب: عبدالرحمن عسی

غالباً یہ بہت کم لوگوں کو معلوم ہوگا کہ آنحضرت ﷺ جیسے روحانی طیب ہیں ویسے جسمانی طیب بھی ہیں اور جس طرح آپ ﷺ نے افراد انسانی کی بہبودی کے لئے ہماری روحانی (غیر محسوس) بیماریوں کی تشریح فرمائی ہے اسی طرح آپ ﷺ نے جسمانی بیماریوں کی تشریح اور علاج میں اپنے قواعد اور بنیادی اصول ارشاد فرمائے ہیں کہ وہ نہ تو حکمائے یونان کو سوجھے تھے اور نہ ہی آج کل کے ترقی یافتہ سائنس دان ڈاکٹر اس تحقیق تک پہنچ سکے ہیں۔

اصولِ حفظانِ صحت: حضور ﷺ نے حفظانِ صحت کے جو اصول وضع فرمائے پہلے ان کی تشریح ملاحظہ ہو۔ پھر حضور ﷺ کے وہ واقعات پیش کئے جائیں گے جو آپ کی طبی زندگی سے تعلق رکھتے ہیں۔

حدیث شریف میں آتا ہے کہ حضور ﷺ مسواک سے بہت محبت رکھتے تھے جب آپ ﷺ وضو کرتے مسواک ضرور کرتے۔ ایک بار آپ ﷺ نے فرمایا: ”جب جبرائیل آتے ہیں مجھے مسواک کا حکم ضرور دیتے ہیں۔ [ابن ماجہ] عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں: ”کہ حضور ﷺ اتنی مسواک کرتے کہ ہمیں ڈر رہتا کہیں حضور ﷺ کے مسوڑے چھل نہ جائیں۔“ یعنی آپ احتیاطاً کٹھن رکھتے ہوئے بکثرت مسواک کرتے تھے۔

دانتوں کی صفائی: آپ ﷺ صحابہ کرام رضی اللہ عنہم سے فرماتے تھے کہ مسواک ضرور کیا کرو۔ اس سے روحانی فائدے بھی حاصل ہوتے ہیں اور مادی بھی، مادی یہ کہ تمہاری صحت اچھی رہے گی، معدہ کو تقویت پہنچے گی، دماغ صاف اور روشن ہوگا، بصارت بڑھے گی اور روحانی یہ کہ جس وضو میں مسواک کی جائے گی اس نماز کا اجر دوسری نماز سے ستر گناہ زیادہ ملے گا۔ [بیہقی فی شعب الایمان]

بے شک مسواک کو ایک ظاہر بین انسان معمولی تصور کرتا ہے مگر جب اس کے روحانی فوائد کے علاوہ طبی فوائد پر نظر کرتا ہے تو اسے معلوم ہو جاتا ہے کہ دانت، مسوڑھے، زبان، دماغ، حلق وغیرہ جملہ اعضاء کے فضلات کو مسواک دور کر سکتی ہے اور کوئی چیز بھی ان فضلات کی مضر تاثیرات سے انسان کو نہیں بچا سکتی۔ پیلو کی لکڑی، دانتوں اور مسوڑھوں کی حفاظت اور ان رطوبات فاسدہ کو خارج کرنے کیلئے طبی طور پر ایک نہایت اچھی دوا ہے۔ جب اسے بطور مسواک استعمال کیا جائے۔ گندہ وٹنی (منہ کی رطوبت) کو دور کرتی ہے۔ رطوبات فاسدہ کا

اخراج کرتی ہے اور جب اسے پانچ دفعہ پابندی سے استعمال کیا جائے تو یقیناً یہ (ہوا سے اڑا کر) دانتوں اور منہ میں پہنچنے والے ذروں، مادوں اور جراثیم سے حفاظت کا ایک قطعی بیمہ ہے۔ اس خوشبودار لکڑی کی مسواک سے آلاتِ چشم پر بھی عمدہ اثر پڑتا ہے اور قیامِ بصارت میں بھی بہت مدد ملتی ہے۔

آپ نے دیکھا ہوگا کہ بہت سے ہندو اور سکھ بھی داتن کرتے ہیں۔ یہ انہیں کوئی مذہبی حکم نہیں ہے بلکہ طبی طریق پر اس کی ضرورت کو محسوس کرتے ہیں۔ ڈاکٹر بھی دانتوں کے مریضوں کو اکثر برش کی تلقین کرتے ہیں اور اب تو عام انگریز بھی برش کی ضرورت کو محسوس کرنے لگے ہیں۔

**طب مغربی اور طب نبوی:** نئی طبی تحقیقات نے دانتوں کی اس بیماری کا جسے طب قدیم ”گندہ وئی“ اور گوشت خور (پائیوریا) کے نام سے صدیوں پہلے جانتی تھی۔ نہایت شد و مد سے نشر کیا ہے اور قرار دیا ہے کہ یہ بیماری انسان کی سب سے بڑی دشمن ہے، معدہ کی خرابی سے یہ بیماری پیدا ہوتی ہے اور معدہ کی تباہی اس بیماری کا نتیجہ ہوا کرتی ہے۔ یہاں تپ دق کا مرض اس سے پیدا ہوتا ہے لیکن یہ حضور ﷺ کا کام تھا کہ ساڑھے تیرہ سو سال پہلے اس حقیقت کو آشکاف کر دیا اور قبل اس کے کہ تمدن و تہذیب کی ترقی عالمگیر طور پر اس مرض کو پیدا کرتی، اسکی پیدائش کو بند کرنا کا طریقہ بھی بتلا دیا اور پھر طریقہ کیسا؟ بالکل سادہ نہایت سستا، اور ہر شخص کیلئے عملی، جو ہر جگہ میسر آسکے اور بلا تکلف بہم پہنچ سکے۔

ایک شخص جو ضرورت سے زیادہ اپنے معدے پر غذا کا بوجھ نہیں ڈالتا (اور یہ عادت ٹھیک سنت نبوی کا اتباع ہے) اور اس وجہ سے اس کے معدے میں خراب گیس اور خراب بخارات نہیں اٹھتے۔ نہ خون میں وہ خرابی پیدا ہوتی ہے جو گوشت خورہ اور پائیوریا کو پیدا کرے۔ اس کے ساتھ وہ پانچ دفعہ دن رات میں دانتوں اور مسوڑھوں کو خراب رطوبتوں، مادوں اور جراثیم سے پاک صاف کرتا رہتا ہے اس کو یہ بیماری پیدا نہ ہوگی۔ اگر پیدا ہو جائے تو قبل اسکے کہ وہ ایسی ترقی کرے کہ دانت اکھڑانے اور اس طرح آلاتِ انہضام کی اولین پوزیشن کو تباہ و برباد کرنے کے غیر قدرتی فعل کا ارتکاب کیا جائے، وہ اس بیماری سے نجات حاصل کر سکتا ہے۔ کسی ہسپتال میں جا کر نہیں، یورپ کے کسی ماہر فن کی فیس ادا کر کے، دانت اکھڑا کر اور چہرہ بگڑا کر نہیں، بلکہ محض ایک معمولی لکڑی سے اور محض دنیا کے طبیبِ اعظم (فداہ ابی و امی و روحی و جسدی) ﷺ کے ایک بتائے ہوئے اصولِ حفظانِ صحت پر عمل کر کے یعنی وہ پانچ نمازوں کے وقت تازہ اور صاف مسواک کر لیا کرے جملہ امراضِ دندان سے نجات مل جائے گی۔

کم خوری کے طبی فوائد: معده اطباء کے نزدیک ایک چکی ہے جو غذا کو پیس پیس کر رقیق القوام بناتا ہے اور معتدل و مصفی کر کے جگر کو پہنچا دیتا ہے اور جگر میں اس کا صالح خون بن کر بذریعہ قلب تمام جوارح اور عروق میں پہنچتا اور بدل لا متحمل ہوا کرتا ہے۔ چکی کا قاعدہ ہے کہ اگر رات دن چلتی رہے تو جلد خراب ہو جاتی ہے البتہ ایسی چکی جو چند دن چلے اور کچھ دن بند رہے وہ عرصہ تک کام دیتی ہے۔ یہی حال انسان کا ہے جو تجربہ اور مشاہدہ سے عین الیقین تک پہنچ گیا ہے کہ روزہ دار اور کم کھانے والے اشخاص کی عمر ہمیشہ شکم سیر لوگوں سے کہیں زیادہ ہوتی ہے اور صحت بھی قابل رشک ہوتی ہے۔

حدیث شریف میں آیا ہے کہ حضور ﷺ ماہ رمضان کے روزوں کے علاوہ سال بھر میں عموماً اور بھی روزے رکھا کرتے تھے۔ ہر مہینے میں تین روزے تو خصوصیت سے رکھا کرتے تھے اسکے علاوہ ایک دن روزہ رکھنے اور ایک دن افطار کرنے کا بھی ذکر ملتا ہے۔ [ابوداؤد] اور صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین کو بھی یہی تعلیم دیا کرتے تھے اور جب کھاتے تھے تو شکم سیر ہو کر نہ کھاتے تھے بلکہ بہت تھوڑی غذا کھاتے تھے۔ آپ ﷺ نے فرمایا کہ تمہیں معده کے تین حصے کر لینے چاہئیں۔ ایک غذا اور ایک پانی اور ایک حصہ یا بحق کیلئے۔ [ترمذی]

اندروں از طعام خالی دار      تادراں نور معرفت نبی

حضور ﷺ کا حکیمانہ ارشاد: حضور ﷺ یہ بھی فرمایا کرتے کہ ”جب تک بھوک خوب نہ لگے، کھانا نہ کھاؤ اور ابھی بھوک باقی ہو تو کھانے سے ہاتھ اٹھاؤ“۔ [ترمذی]

یہ حفظانِ صحت کا وہ سب سے بڑا اصول ہے جسے آج دنیا تسلیم کر چکی ہے۔ جب تک مسلمان اپنے ہادی ﷺ کی اس تعلیم پر عامل رہے وہ بہت ہی کم حکیموں اور ڈاکٹروں کے محتاج ہوئے، مگر جو نبی انہوں نے اس عادت کو چھوڑا وہ مختلف امراض کے شکار بن گئے۔

ایک تاریخی واقعہ: یہ ایک تاریخی واقعہ ہے کہ صدر اول میں ایک بادشاہ نے مسلمانوں کی خدمت کیلئے اپنا ایک خاص طبیب بھیجا جو عرصہ تک مدینہ منورہ میں بیکار بیٹھا رہا اور اس کے پاس کوئی بیمار نہ آیا۔ بالآخر جگ آ کر اس نے پوچھا: ”اس کی کیا وجہ ہے کہ اتنے بڑے شہر میں آج تک ایک مریض بھی علاج کیلئے میرے پاس نہیں آیا؟“۔ اسے بتایا گیا کہ ”مسلمانوں کو انکے طبیب اعظم ﷺ نے صحت اور تندرستی کے متعلق ہدایات دے رکھی

ہیں اور جب سے مسلمان ان پر عامل ہیں وہ صحت اور تندرستی کے لحاظ سے دنیا کی جملہ اقوام پر سبقت لے گئے ہیں۔“

سادہ خوراک کی ہدایت: صحت و تندرستی قائم رکھنے کیلئے جہاں آپ ﷺ نے سیر شمسی کی بجائے قلیل غذا کو ترجیح دی ہے۔ وہاں انواع و اقسام کے پر تکلف اور مرغن کھانوں سے سادہ کھانوں کو افضل قرار دیا ہے۔

حدیث شریف میں آتا ہے کہ آپ ﷺ جو کے آٹے یا سادے آٹے کو جس میں چھان بورا بھی موجود ہوتا تھا۔ زیادہ پسند فرمایا کرتے تھے۔ [بخاری]

سادے آٹے کی خوبیاں معلوم کرنا ہوں تو جرمن ڈاکٹروں کا صرف ایک ہی قول سن لو وہ لکھتے ہیں کہ ”چھان بورا سل اور دق نہیں ہونے دیتا“۔

بینائی کے بارے میں حضور ﷺ کی ہدایات: قوت بینائی کو بحال رکھنے کیلئے آپ ﷺ نے بطور حفظ ما تقدم ہمیں سرمہ استعمال کرنے کی تلقین فرمائی۔ حدیث شریف میں آتا ہے: کہ حضور ﷺ روز اندرات کو اچھی قسم کا سرمہ استعمال فرمایا کرتے تھے۔ [ترمذی]

حضور ﷺ کے معالجات: حضور ﷺ نے جہاں ہمیں حفظانِ صحت کے اصول سکھائے وہاں عند الضرورت بعض مریضوں کو علاج بھی بتائے۔ تاکہ آنے والی نسلیں اصول علاج سے بھی آگاہ ہو جائیں۔ آپ نے علم طب کسی استاذ سے حاصل نہیں کیا، اور نہ ہی اس کے متعلق کسی سے نسخے دریافت کئے بلکہ یہ فن وہی طور پر آپ ﷺ کو عطا کیا گیا۔ تاکہ آپ ساری دنیا کے استاذ بن جائیں۔

کتب احادیث و سیر میں اس باب کے متعلق آپ ﷺ کے بہت سے واقعات درج ہیں۔ مگر ہم بطور نمونہ ”مشتبہ از خردارے“ صرف چند ایک نقل کئے دیتے ہیں۔

شہد کے فوائد: شہد ایک نہایت مفید چیز ہے جس کے متعلق اطباء یونان نے بہت کچھ لکھا ہے۔ مگر حدیث میں وارد ہے کہ حضور ﷺ شہد کو بہت پسند فرماتے تھے اور اکثر اس کا استعمال کیا کرتے تھے بلکہ فرمایا کرتے تھے کہ اگر تندرست آدمی مہینے میں چار دفعہ بقدر اشتہاء (چاہت) شہد استعمال کر لیا کرے تو ہمیشہ ہی تندرست رہ سکتا ہے اور جملہ امراض کے حملوں سے بچ سکتا ہے۔

کسی کو بدبھمی کے اسہال آرہے تھے۔ آپ ﷺ سے پوچھا گیا تو آپ نے بطور علاج ”شہد“ بتایا:

مگر اسکے استعمال کرنے سے اسہال زیادہ ہوئے۔ بیمار کی طرف سے شکایت پہنچی تو آپ ﷺ نے فرمایا: کہ ”یہی استعمال کرو“۔ چنانچہ پھر استعمال کیا گیا تو فوراً آرام ہو گیا۔ [بخاری]

اصل بات یہ تھی کہ آپ نے سمجھ لیا تھا کہ اس کے بدن میں رومی مواد جمع ہو گئے ہیں۔ جب تک وہ پورے طور پر نہیں نکلیں گے آرام نہیں ہوگا۔ چنانچہ ایسا ہی ہوا۔

عود ہندی اور عود بحری سے علاج: ایک عورت کا بچہ بیمار ہو گیا۔ کسی نے کہا ”ماش کرو“ ماش کرنے سے اس کی شکایت اور بڑھی اور حضور ﷺ کے پاس پہنچی آپ نے فرمایا: ”ماش سے اسے دکھ نہ دو۔ عود ہندی کا سفوف دو“۔ اس نے یہی کیا اور بچے کو آرام آ گیا۔ [بخاری]

ایک شخص کو ذات الجنب (پسلی کا درد) تھا۔ آپ ﷺ نے فرمایا: ”عود بحری اور روغن زیتون کا استعمال کرو“۔ [ترمذی] عود بحری ایک ایسی سیاہ رنگ کی لکڑی ہے کہ پانی میں فوراً ڈوب جاتی ہے۔ مزہ میں تلخ اور رنگت میں بھوری یا سیاہ ہوتی ہے۔ عود البحر کا کچھ کرشمہ دیکھنا ہو تو اسے پس کر قدرے سنبل الطیب اور لوہنگ ملا کر شہد میں گولی بناؤ اور کھاؤ۔ پھر آپ کو معلوم ہوگا کہ ہمارے آقائے نامدار ﷺ کی منتخب کردہ دوائی کیا چیز ہے۔

سناہ کی سے علاج: عرب میں چونکہ گرم آب و ہوا کی وجہ سے صفراوی یا خونیا بخار ہوتا تھا اور وہاں کا مقامی مروجہ علاج شہرم سے کیا جاتا تھا جو سخت گرم اور زہریلے دانے ہوتے ہیں۔ تو آپ ﷺ نے اس کی اصلاح کر کے یوں فرمایا: ”سناہ کی استعمال کرو“۔ [ترمذی]

سناہ کی انسانی جلد کو صاف کرتی ہے۔ صفراوی خارش کی عمدہ دوا ہے مختصر یہ کہ لائق طبیب سناہ اور سناہ کے مرکبات سے تمام بیماریوں کا علاج کر سکتا ہے اس میں بڑی خوبی یہ ہے کہ باوجودیکہ مسہل ہے پھر بھی معدہ کو تقویت دیتی ہے، اور بدن میں چستی پیدا کرتی ہے اس کے استعمال کرنے والے کے بدن میں کبھی رومی مواد جمع نہیں ہوتے اور نہ وہ موذی بیماریوں سے نڈھال ہوتا ہے۔

کلونجی سے علاج: آپ ﷺ نے یہ بھی فرمایا: شونیز (کلونجی) تمام بیماریوں کی دوا ہے۔ [بخاری]

کلونجی ایک گرم و خشک دوائی ہے دانے چھوٹے چھوٹے اور تیز ہوتے ہیں سرد مزاج والوں کیلئے نہایت مفید ہے، گرم مزاج والوں کو سرکہ کے ساتھ استعمال کرنی چاہیے۔ سرکہ میں ملانے سے خارش کیلئے بھی مفید مند ہو

جاتی ہے۔ بلغمی اور صفراوی بخاروں کو دور کرتی ہے۔ معدہ و امعاء، دماغ اور ناک اس کے استعمال سے صاف رہتے ہیں اس کے اور بھی بہت سے فوائد ہیں جو اطباء سے مخفی نہیں۔

بخار کا علاج: بخار کا ذکر ہو رہا تھا تو حضور ﷺ نے فرمایا (صفراوی یا یو بائی) ”بخار دوزخ کی گرمی سے ہے اسے پانی سے سرد کرو“۔ [بخاری] بقول اطباء جسے بخار آتا ہو وہ صبح سویرے اٹھے اور کسی نالہ یا نہر پر چلا جائے جو مغرب کو بہہ رہی ہو۔ مشرق کو منہ کر کے جدھر سے پانی آ رہا ہو (مخسل کرے) ان شاء اللہ دو تین روز میں ہی آرام ہو جائے گا۔ یہ وہ علاج ہے جس پر جرمن کے ڈاکٹر آج نازاں ہیں کہ بغیر دوائی کے علاج کیا جاتا ہے۔ انہوں نے ٹب تیار کر رکھے ہیں۔ ان میں بیمار کو بٹھا کر غسل دیتے ہیں چند دن کے بعد وہ اچھا ہو جاتا ہے۔

فساد خون کا علاج: عرب میں اگر کسی کا خون خراب ہو جاتا تو وہ لوہا تپا کر اسے داغ دیا کرتے تھے۔ جس سے انسان کو نہایت تکلیف ہوا کرتی تھی۔ آپ ﷺ کو پتہ چلا تو آپ ﷺ نے ایسا کرنے سے منع کر دیا اور فرمایا: ”ایسی صورت میں بجائے داغ دینے کے تمہیں چھینے لگوانے چاہئیں“۔ [بخاری]

چنانچہ اس کے بعد کسی کو کوئی خون کی بیماری ہوتی تو چھینے لگوا کر کچھ خون نکلوا دیتا جس سے اسے آرام ہو جاتا۔ آج کل چھینے کی بجائے هام طور پر جو نکلیں لگوا دی جاتی ہیں مگر بات ایک ہی ہے۔

سرکہ انگوری کے منافع: سرکہ انگوری کے متعلق آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ یہ سب سے عمدہ خوراک ہے۔ [مسلم] کھانا ہضم کرتا ہے بدن کی گرمی توڑتا ہے۔ ہیضہ کی حتمی دوا ہے۔ متلی، تہ اور ضعف معدہ کیلئے نافع ہے۔ آپ ﷺ کو ذاتی طور پر بھی سرکہ مرغوب الطبع تھا۔ آپ ﷺ اکثر اس کا استعمال فرمایا کرتے تھے۔

ماء الشعیر کے فوائد: حضرت علیؓ ایک دفعہ بیمار ہو گئے۔ بخار اتر چکا تھا مگر نقاہت باقی تھی۔ حضور ﷺ نے فرمایا: ”ماء الشعیر پیا کرو اس سے قوت جلد بحال ہو جائے گی“۔ [ابوداؤد] اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ ہمیں ان تمام چیزوں سے صحیح طور پر فائدہ حاصل کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ (آمین) (بہد شکر یہ جلد جامعہ ابی بکر اسلامیہ)

عمیر صدیق، عبداللطیف اور احمد عزیز (ساہیوال) کو صدمہ

عمیر صدیق، وجاہت صدیق کے والد محترم اور عبداللطیف، احمد عزیز، عبید الرحمن و عبدالرحمن کے بڑے بھائی حاجی محمد صدیق مورخہ 29 جنوری بروز جمعرات کو ساہیوال میں اپنے خالق حقیقی سے جا ملے۔ انا للہ وانا الیہ راجعون۔  
شیخ الحدیث حضرت مولانا عبدالرشید راشد ہزاری نے ان کی نماز جنازہ پڑھائی۔