

◀ لڑکیوں کے کپڑے بھی نہایت سادہ رکھیے، زرق برق لباس پہنا کر ان کا مزاج خراب نہ کیجیے۔

◀ دوسروں کے سامنے بچوں کے عیب بیان نہ کیجیے۔

◀ بچوں کے سامنے کبھی ان کی اصلاح سے مایوسی کا اظہار نہ کیجیے بلکہ ان کی ہمت بڑھائیے اور اور بہتر

امید کا اظہار کیجیے۔

◀ بچوں کو انبیاء علیہم السلام، صحابہ کرام رضی اللہ عنہم، تابعین اور صالحین (رحمہم اللہ) کے قصے ضرور سناتے رہیے۔

◀ بچوں کی بے جا ضد پوری نہ کیجیے، کبھی مناسب سختی بھی کیجیے۔

◀ کرخٹ آواز سے بولنے اور گلگلا پھاڑ کر چیخنے چلانے سے پرہیز کیجیے اور ان کو بھی منع کیجیے۔

◀ بچوں کو عادت ڈالنے کے لیے کہ اپنا کام اپنے ہاتھ سے کریں۔

◀ بچوں میں باہم لڑائی ہو جائے تو اپنے بچے کی بے جا حمایت نہ کیجیے۔

◀ اولاد کے ساتھ ہمیشہ برابری کا سلوک کیجیے۔

◀ بچوں کے سامنے ہمیشہ اچھا عملی نمونہ پیش کیجیے۔

◀ بچی کی پیدائش پر بھی بچے کی طرح خوشی منائیے۔

◀ بچیوں کی پرورش و تربیت انتہائی خوش دلی، روحانی مسرت اور دینی شعور کے ساتھ کیجیے۔

◀ لڑکی اور لڑکے دونوں کے ساتھ محبت اور سلوک کیجیے۔

◀ جائیداد میں عورتوں کا مقررہ حصہ پوری خوش دلی اور اہتمام کے ساتھ دیجیے۔

◀ اپنی بیوی کی ماں باپ کی اتنی عزت و احترام کیجیے جتنی اپنے والدین کی کرتا ہے

◀ بچے کے سامنے اس کی والدہ کی مناسب تعریف کیجیے۔ اس سے بچے ماں باپ میں اتفاق دیکھیں گے تو

دونوں کے لئے یکساں محبت بچوں کے دل میں پیدا ہوگی۔

◀ مثالی والد کی حیثیت سے بچوں کا غصہ اپنی بیوی پر ہرگز نہ اتاریے۔

◀ ان تمام عملی تدبیروں کے ساتھ ساتھ نہایت اہتمام اور دل کی لگن کے ساتھ اولاد کے حق میں دعا بھی کرتے رہیے اور اللہ

تعالیٰ کی نافرمانیوں سے بچتے اور بچاتے رہیے۔ اللہ رحمان و رحیم سے امید ہے کہ وہ والدین کے دل کی گہرائیوں سے نکلی ہوئی پرسوز

دعائیں کبھی ضائع نہ فرمائیں گے۔



طب و صحت قسط: 3

صحت کی حفاظت

عبدالرشید صدیقی

اللہ کا ارشاد ہے ﴿وَإِذَا مَرَضْتَ فَيُشْفِينُ﴾ اور جب میں بیمار ہوتا ہوں تو صرف وہی (اللہ) مجھے شفا دیتا ہے، بیماری میری اپنی غلطی کا نتیجہ ہوتی ہے اور میرا رب مجھے اس اذیت سے نجات (شفا) کا راستہ دکھاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے بنی نوع انس و جن کو صرف اپنی عبادت کے لئے پیدا کیا اور عبادت صحت و تندرستی پر موقوف ہے اور تندرستی موقوف ہے دیکھ بھال پر، نگہبانی یا دیکھ بھال کے چار طریقے ہیں:

1- دوا 2- دعا

3- غذا میں کسی چیز کو کم کرنا 4- غذا میں کسی چیز کا اضافہ

محمد ﷺ جہاں بادی برحق ہے وہاں بنی نوع انسان و جنات کا بہترین معالج بھی ہے جہاں آپ رحمۃ للعالمین ہے وہاں جسم انسانی کے لئے بھی رحمت ہے جسے طب نبوی سے موسوم ہے اور طب نبوی حقیقت میں وحی کا حصہ ہے ﴿وَمَا يَسْطِقُ عَنِ الْهَوَىٰ إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَىٰ﴾ لہذا رسول اللہ ﷺ سے جو بھی اس بارے میں پایہ ثبوت کو پہنچا ہوا فرمان وارد ہے وہ یقیناً بھی ہے، جہاں تک طب یونانی یا ایلوپتھی، ہومو پیتھک و غیر علاج و معالجے کا نظام ہے وہ تجرباتی ہے اور تجربہ بہت سارے نقصان اٹھانے کے بعد قابل عمل سمجھا جاتا ہے اس لئے یقین سے کہا نہیں جاسکتا کہ یہ سوائسمد درست علاج ہے۔ طب نبوی ﷺ سے نائدہ یقین کے مطابق ہوتا ہے اور جتنا یقین اتنا فائدہ۔

ابو نعیم نے کتاب الطب میں لکھا ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اللہ سبحانہ و تعالیٰ نے کوئی برتن پیت سے بڑا پیدا نہیں فرمایا، جو پیدائش سے لیکر موت آنے تک کبھی نہیں بھرتا، آدھا بھرو آدھا خالی۔ جب انسان کو کھانے کی حاجت ہو تو اس کے پیت کے تین حصے کرے۔ ایک حصہ کھانے سے بھرے، دوسرا حصہ پانی سے، تیسرا حصہ سانس کے لیے خالی رکھے۔ غالباً امام نووی فرماتا ہے کہ (لو سمع بفسراط بهذه القسمة لعجب من هذه الحكمة) اگر بقراط حکیم اس نبوی تقسیم کار کو سن لے تو وہ ضرور اس حکمت و فلسفے پر حیرت کا اظہار کرتا، اگر اللہ نے چاہا تو طبعی بیماری اسے نہ آسکتی اور اس کی تندرستی قابل رشک رہے گی۔

جامع کبیر نے ایک حدیث نقل کی ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا: چار بیماریوں کو براندہ جانتا:

1- اس لئے کہ آنکھ کا دکھنا باز رکھتا ہے اندھا ہونے سے۔

2- زکام کا ہونا براندہ جانا کہ اس لئے وہ جذام کے روگ کو کاٹ ڈالتا ہے۔