مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ناک اور سانس کی بیماریوں سے حفاظت ہوتی ہے۔ایک چینی محقق آئیوٹیکیو کی تحقیق کے مطابق چہرہ دھونے سے پیٹ میں چھوٹی آنت، بڑی آنت اور سینہ پر بھی اچھے اثرات مرتب ہوتے ہیں جس کی بدولت آشوب چشم، چکرآنا، دانتوں کی کمزوری، سردرد، تھکاوٹ، اسہال اور گھبراہٹ وغیرہ میں نمایاں کمی ہوتی ہے۔ چہرے کے عضلات میں چمک، نرمی اور لطافت پیدا ہوجاتی ہے۔گرد وغبار صاف ہوکر چہرہ بارونق و پرکشش اور بارعب ہوجاتا ہے۔آنکھوں کے عضلات کوتقویت پہنچتی ہے۔ان پر چمک غالب آجاتی ہے چہرے پر ہاتھ پھیرنے سے دماغ بھی پرسکون ہوجاتا ہے۔وضو میں چہرہ دھونے سے چہرے کا مساج ہوجاتا ہے۔خون کا دوران چہرے کی طرف رواں ہوجاتا ہے۔میل کچیل بھی اتر کر چہرے کا حسن دوبالا ہوجاتا ہے۔

آج کل لڑکیوں کا ایک بڑا مسئلہ چہرے کے دانے، کیل مہاسے اور چکنائی ہے۔اگر پانچ وقت چہرے کو صاف پانی سے دھویا جائے تو زائد چکنائی خود بخود زائل ہوجاتی ہے۔اور خوبصورتی بونس میں مل جاتی ہے۔

۵۔ **کہنیوں تک ہاتھ دھونا:** کہنی پر تین بڑی رگیں ہوتی ہیں۔جن کا تعلق بالواسطہ دل، جگر اور دماغ سے ہے اور جسم کا یہ حصہ عموماً ڈھکا رہتا ہے۔اگر اس کو پانی اور ہوا نہ لگے تو متعدد دماغی اور اعصابی امراض پیدا ہوسکتے ہیں۔

وضو میں کہنیوں سمیت ہاتھ دھونے سے دل، جگر اور دماغ کو تقویت پہنچتی ہے کہنیوں کو دھونے سے نفسیاتی بیماریوں مثلاً ذہن میں ناپاک خیالات کا اجتماع، ناامیدی، ذہنی کمزوری اور بے جا خوف وغیرہ میں نمایاں کمی واقع ہوتی ہے۔اس عمل سے ہاتھوں کے عضلات یعنی کل پرزے طاقتور ہوجاتے ہیں۔

٦۔ **سر کا مسح:** سر پر گیلا ہاتھ پھیرنے سے بالوں پر چڑھا ہوا گرد وغبار صاف ہوجاتا ہے یوں دن میں پانچ مرتبہ دماغ کو ہلکی ٹھنڈک دینے سے کھوپڑی کے اندر ڈھکے ہوئے دماغ کو بھی تسکین ملتی ہے۔یہ ہر انسان کے تمام اعضاء میں نہ صرف سب سے زیادہ اہمیت رکھتا ہے، بلکہ تمام افعال کا تعلق بھی دماغ سے ہوتا ہے۔وضو سے دماغی ارتعاش (تحریکات) طاقتور ہونے لگتی ہے۔سر کے مسح سے چکر، زکام اور نیند کی کمی وغیرہ میں افاقہ ہوتا ہے۔

۷۔ **کانوں کا مسح:** مسح کرتے وقت انگلیاں گیلی کرکے کانوں میں ڈالتے ہیں، جس سے کانوں کی صفائی ہوجاتی ہے۔انگلیوں کے ساتھ تری کانوں میں پہنچتی ہے۔اس سے سننے کی صلاحیت میں اضافہ ہوتا ہے۔کانوں کے پیچھے جو خالی جگہ ہوتی ہے۔جہاں بال نہیں ہوتے اس حصے کو تر کرنے سے انسان نظر کی کمزوری سے محفوظ رہتا ہے۔