

إِنَّ أَمْثَلَ مَا تَدَاوَيْتُمْ بِهِ الْحَجَامَةُ. (صحيح بخاری)
 بہترین علاج جسے تم کرتے ہو حجامہ لگانا ہے۔



جدید ایڈیشن

الحجامۃ

حجامہ (پچھنا) علاج بھی سنت بھی



جمع و ترتیب

ڈاکٹر امجد احسن علی

MBBS (Kar.), MRCP (UK)
 Formerly Dean Faculty of Medicine,
 Liaquat National Hospital, Karachi.

ڈاکٹر اسعد خان

MBBS, Ph.D. (McGill University, Canada),
 MBA (McGill University, Canada)

ڈاکٹر سعد احمد خان

MD, CM (McGill University, Canada)
 MBA (McGill University, Canada)
 Fellowship in Surgery
 (Harvard University, USA)



مغایین کی فہرست کتاب کے آخر میں ملاحظہ فرمائیں



جدید ایڈیشن

إِنَّ أَمْثَلَ مَا تَدَّ أَوْ يَنْتَبِهُهُ الْحِجَامَةُ (صحيح بخاری)
بہترین علاج جنے تکرتے ہو جگامہ لگانا ہے

الحِجَامَةُ

حجامہ (پچھنا) علاج بھی سنت بھی

جمع و ترتیب

ڈاکٹر امجد احسن علی

MBBS (Kar.), MRCP (UK)
(Formerly Dean Faculty of Medicine,
Liaquat National Hospital, Karachi)

ڈاکٹر اسعد خان

MBBS, Ph.D. (McGill University, Canada),
MBA (McGill University, Canada)

ڈاکٹر سعد احمد خان

MD, CM (McGill University, Canada),
MBA (McGill University, Canada),
Fellowship in Surgery
(Harvard University, USA)

معالجین کی فہرست کتاب کے آخر میں ملاحظہ فرمائیں



شعبہ نشر و اشاعت
مرورہ میڈیکل پریسیڈنٹ ٹرسٹ (مبشر)
کراچی، پاکستان

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

مقدمہ

حجامت لگانا آپ ﷺ کی سنت ہے اور ایک بہترین علاج بھی ہے۔

رسول اللہ ﷺ نے خود حجامت لگوا یا اور دوسروں کو ترغیب دی۔

امام بخاری رحمہ اللہ علیہ اپنی صحیح میں حجامت پر پانچ ابواب لائے ہیں۔

رسول اللہ ﷺ جب معراج پر تشریف لے گئے تو ملائکہ نے اُن سے عرض کیا کہ اپنی اُمت سے کہیں کہ وہ حجامت کروائیں۔

حجامت 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 آلٹرنیٹو میڈیسن

(Alternative Medicine) پڑھ رہے ہیں حجامت پڑھایا اور سکھایا جاتا ہے۔

ہرڈاکٹر (مردہو یا عورت) کو چاہیے کہ وہ اس کو سیکھے اور اس کے ذریعے سے علاج کرے،

تاہم تجربہ کار استاد سے سیکھ کر ہی علاج کرے، از خود تجربہ نہ کرے۔

اس مختصر کتابچے میں ہم چاہتے ہیں کہ حجامت کا تعارف کرائیں۔ شروع میں ہم نے

آپ ﷺ کی صحیح احادیث کو نقل کیا ہے، پھر ہم نے ان امراض کو جن میں یہ استعمال

کتاب کا نام : **الحجامت** (چھپنا) علاج بھی سنت بھی

جمع و ترتیب : ڈاکٹر امجد احسن علی

تعداد صفحات : ۱۸۴

قیمت برائے قارئین : =/۹۰ روپے

طباعت جدید : ۱۴۳۲ھ ۲۰۱۱ء

سرورق ڈیزائن و خطاطی : محمد ابو کرم صدیق (خطاط)

ناشر : **مکتبۃ البشری**

ہمدھر محمد علی میریٹیل ٹرسٹ (ہمدھر)

Z-3، اوور سیزنگلو، گلستان جوہر، کراچی۔ پاکستان

فون نمبر : +92-21-37740738، +92-21-34541739

فیکس نمبر : +92-21-34023113

ویب سائٹ : www.maktaba-tul-bushra.com.pk

www.ibnabbasaisha.edu.pk

ای میل : al-bushra@cyber.net.pk

ملنے کا پتہ : **مکتبۃ البشری**، کراچی۔ پاکستان +92-321-2196170

دارالإخلاص، نزد قصبہ خوانی بازار، پشاور۔ پاکستان +92-91-2567539

مکتبہ رشیدیہ، سرکی روڈ، کوئٹہ۔ +92-91-2567539

مکتبۃ الحرمین، اردو بازار، لاہور۔ پاکستان +92-321-4399313

المصباح، ۱۶- اردو بازار، لاہور۔ +92-42-7124656، 7223210

بک لینڈ، شی پلازہ کالج روڈ، راولپنڈی۔ +92-51-5773341، 5557926

اور تمام مشہور کتب خانوں میں دستیاب ہے۔

ہوتا ہے اور جن میں نہیں ہوتا ذکر کیا ہے اور اس کا عملی طریقہ بھی لکھ دیا ہے۔

آخر میں تصاویر کی مدد سے ان مقامات کی نشاندہی کی گئی ہے جن میں مختلف امراض میں حجامتہ لگانے چاہئیں۔

طریقہ کار بہت آسان ہے اور سہولت سے انسان ایک گھنٹے میں سیکھ سکتا ہے۔

الحمد للہ! بغیر کسی مضرت (Side Effect) کے ہم نے پچھلے دس سالوں میں ہزاروں مریضوں کو حجامتہ لگائے ہیں۔

ڈاکٹر امجد احسن علی

اظہار تشکر

اللہ جل جلالہ کا شکر و احسان ہے جس نے مجھے توفیق دی کہ میں نے حجامتہ کو سیکھا اور اُس کے ذریعے سے علاج کیا اور صلاۃ و سلام ہو رسول اللہ ﷺ پر جو رحمت اللعالمین ہیں اور انسانیت کے لئے روحانی و جسمانی شفاء لے کر آئے ہیں۔

میں شکر گزار ہوں ڈاکٹر ہاشم صاحب کا (ممبر امریکن بورڈ، امراض معدہ) جن سے میں نے پہلے حجامتہ سیکھی۔ یہ ایک حاذق طبیب ہیں جنہوں نے حجامتہ اور (Acupuncture) چین میں جا کر سیکھا۔

اسی طرح سے میں شکر گزار ہوں ڈاکٹر نور الدین صاحب کا جنہوں نے ڈاکو میڈیکل کالج کراچی میں (M.B.B.S) کی سند حاصل کرنے کے بعد حجامتہ سیکھی۔ اس وقت وہ تھائی لینڈ میں صرف حجامتہ کرتے ہیں اور اس فن کے ماہرین میں سے ہیں۔ میں اُن سب عرب اُستادوں کا بھی شکر گزار ہوں جن سے میں نے استفادہ کیا۔ اسی طرح میں مولانا بلال احمد اور مولانا سلمان صاحب (اُستاد مدرسہ ابن عباس رضی اللہ عنہما) کا بھی مشکور ہوں جنہوں نے احادیث کی تخریج کا کام کیا۔ مولانا یوسف صاحب، مفتی سعد بخاری صاحب اور جنہوں نے اس کتابچہ کی تیاری میں مفید رائے دیں ان کا بھی، خواجہ عاصم صاحب اور ان کے والد خواجہ خالد ظہیر صاحب کا بھی جنہوں نے اس کتاب کی تیاری میں مدد کی۔

ڈاکٹر امجد احسن علی

۶ رمضان المبارک ۱۴۲۷ھ

۱۰۴.....	جگر اور پتے کی بیماریاں.....	۷۹.....	نفسیاتی امراض میں حجامتہ کے عمومی مقامات.....
۱۰۵.....	ہیپاٹائٹس A, B, C, D, E.....	۸۰.....	۵۔ سینے کے امراض.....
۱۰۶.....	جگر کے امراض.....	۸۱.....	دمہ، براؤنکائٹس، نمونیہ، ٹی بی.....
۱۰۷.....	یرقان.....	۸۲.....	انفلوآنزا.....
۱۰۸.....	پتے کی بیماریاں.....	۸۳.....	کھانسی.....
۱۰۹.....	لبہ کی بیماریاں.....	۸۴.....	سگریٹ نوشی کو روکنے کے لیے.....
۱۱۰.....	پتے پرورم.....	۸۵.....	سینے کی الرجی.....
۱۱۱.....	جوزوں کے امراض اور جسم کے دفاعی نضام کے امراض.....	۸۶.....	۶۔ معدہ کے امراض.....
۱۱۲.....	گردن کے اعصابی امراض.....	۸۷.....	پیٹ میں السر، جلن، بدحاضہ،
۱۱۳.....	عرق النساء.....	۸۸.....	پیٹ کا پھول جانا، ہرنیا.....
۱۱۴.....	CARPAL TUNNEL SYNDROME.....	۸۹.....	آنتوں میں درم.....
۱۱۵.....	گٹھنے اور کندھوں کے امراض.....	۹۰.....	بڑی آنت کی اعصابی بیماریاں.....
۱۱۶.....	لاٹوں کا اکڑ جانا.....	۹۱.....	ناف کا ہرنیا.....
۱۱۷.....	جوزوں کے عمومی امراض.....	۹۲.....	پیٹ میں درد.....
۱۱۸.....	RHEUMATOID ARTHRITIS.....	۹۳.....	فیسٹولا.....
۱۱۹.....	نقرس.....	۹۴.....	بواسیر.....
۱۲۰.....	الذئبة الحمراء.....	۹۵.....	فشر اور بڑی آنت کے نچلے حصے کا باہر آ جانا.....
۱۲۱.....	دفاعی نضام کے امراض.....	۹۶.....	متلی، الٹی.....
۱۲۲.....	ہاتھ اور پاؤں میں جلن.....	۹۷.....	قبض.....
۱۲۳.....	تھکاوٹ.....	۹۸.....	دست.....
۱۲۴.....	درد.....	۹۹.....	خونی پیچش.....
۱۲۵.....	کندھے اور گردن میں درد.....	۱۰۰.....	موٹاپا.....
۱۲۶.....	کمر کے پٹھوں کا درد.....	۱۰۱.....	بھوک کا نہ لگنا.....
۱۲۷.....	پیزھوکا درد.....	۱۰۲.....	وزن کا کم ہونا.....
۱۲۸.....	رانوں کا درد.....	۱۰۳.....	کھانے کی وجہ سے الرجی.....
			ہچکچایاں.....

فہرست مضامین

۵۶.....	سینے میں درد.....	۹.....	طلبیب کو مریض کی خدمت سے التذلل جاتا ہے.....
۵۷.....	کولیسٹرول کا زیادہ ہونا.....	۱۱.....	مرض کا اجزا اور مریض کی خدمت کے فضائل.....
۵۸.....	خون کے دوران میں کمی.....	۱۵.....	صحت کے بنیادی اصول
۵۹.....	پاؤں کی رگوں کا پھول جانا.....	۳۲.....	قرآن وحدیث کی روشنی میں
۶۰.....	۳۔ اعصابی امراض.....	۳۹.....	خلاصہ کے طور پر صحت کے کچھ بنیادی اصول.....
۶۱.....	دورے اور مرگی.....	۴۰.....	حجامتہ کا علاج ارشادات نبوی ﷺ.....
۶۲.....	فالج.....	۴۱.....	حجامتہ سے جادو کا علاج.....
۶۳.....	دونوں لاتوں میں فالج.....	۴۲.....	عمورتوں کا حجامتہ لگانا اور لگوانا.....
۶۴.....	دونوں بازوؤں اور دونوں لاتوں میں فالج.....	۴۳.....	حجامتہ کن تاریخوں میں لگانا چاہیے؟.....
۶۵.....	ثقیقہ.....	۴۴.....	روزہ کی حالت میں حجامتہ لگوانا.....
۶۶.....	سر کا درد.....	۴۵.....	حجامتہ لگانے پر اجرت لینا.....
۶۷.....	پیداہائش کے دوران دماغ میں.....	۴۶.....	حجامتہ کے عام فوائد.....
۶۸.....	نقصان کی وجہ سے فالج.....	۴۷.....	حجامتہ لگانے کے خصوصی فوائد.....
۶۹.....	چہرے کا تقوہ.....	۴۸.....	حجامتہ لگانے کے لئے ضروری اشیاء.....
۷۰.....	چہرے کے اعصاب میں نقص.....	۴۹.....	حجامتہ لگانے کا طریقہ.....
۷۱.....	اعضاء کے اعصاب میں نقص.....	۵۰.....	حجامتہ کے لئے احتیاطی تدابیر.....
۷۲.....	بولنے کے امراض.....	۵۱.....	۱۔ سنت مقامات جہاں آپ ﷺ نے خود حجامتہ کروایا.....
۷۳.....	ڈپریشن، قلق.....	۵۲.....	سنت مقامات جہاں آپ ﷺ نے خود حجامتہ کروایا.....
۷۴.....	یادداشت کا کمزور ہونا.....	۵۳.....	۲۔ دل کے امراض.....
۷۵.....	نیند کی کمی.....	۵۴.....	عام دل کے امراض میں.....
۷۶.....	نیند کا زیادہ آنا.....	۵۵.....	ہائی بلڈ پریشر.....
۷۷.....	دماغی کمزوری.....	۵۶.....	بلڈ پریشر کا کم ہو جانا.....
۷۸.....	عقل کی کمی.....		

۱۲۹.....	لاتوں اور گٹھے کا درد	۱۵۳.....	فوطوں کی رگوں کا پھول جانا
۱۳۰.....	ایڑھی کا درد	۱۱۲.....	آنکھوں کے امراض
۱۳۱.....	۸۔ ہارمونوں کے امراض	۱۵۵.....	کالا پانی اور موتیہ کے امراض
۱۳۲.....	شوگر کا مرض	۱۱۳.....	کان، ناک اور گلے کے امراض
۱۳۳.....	بلڈ شوگر کم ہونا	۱۵۷.....	کان کے امراض
۱۳۴.....	غذہ درقیہ کے امراض	۱۵۸.....	کان کے وسطی حصے کے امراض
۱۳۵.....	۹۔ نضام تولید کی بیماریاں	۱۵۹.....	بہرہ پن
۱۳۶.....	قوت باہ کی کمزوری	۱۶۰.....	سائنس کے امراض
۱۳۷.....	مردوں کا بانجھ پن	۱۶۱.....	ٹائسل کے امراض اور ورم
۱۳۸.....	عورت کا بانجھ پن	۱۶۲.....	خجرہ کا ورم
۱۳۹.....	انڈے دانے کو فعال بنانا	۱۱۴.....	دانتوں کے امراض
۱۴۰.....	۱۰۔ عورتوں کے امراض	۱۶۳.....	دانتوں کے امراض
۱۴۱.....	جیض کا نہ آنا	۱۱۵.....	جلد کے امراض
۱۴۲.....	بہت زیادہ جیض کا آنا	۱۶۶.....	گنچہ پن
۱۴۳.....	جیض کا درد کے ساتھ آنا	۱۶۷.....	چہرے کے دانے
۱۴۴.....	کشتی رنگ کا لیکوریا	۱۶۸.....	جلد کا سفید پڑ جانا
۱۴۵.....	لیکوریا لیمبرنگ و بوکے	۱۶۹.....	پسوریازس
۱۴۶.....	رہائی کے آپریشن کے بعد کا درد	۱۷۰.....	خارش
۱۴۱.....	۱۱۔ گردے، مثانے، غدہ قدامیہ	۱۷۱.....	ایگزیمیا
۱۴۷.....	لوہ کی بیماریاں	۱۷۲.....	فیل پا
۱۴۸.....	گردے کی پٹری اور گردے کے امراض	۱۱۶.....	آرائش حسن کے لیے حجامت
۱۴۹.....	مثانے کا ورم	۱۴۹.....	آرائش حسن کے لیے حجامت
۱۵۰.....	غیر ارادی طور پر پیشاب کا نکل جانا اور رات میں پیشاب کا نکل جانا	۱۷۵.....	۱۷۔ زہر سے پیدا ہونے والے امراض
۱۵۱.....	پیشاب کے امراض اور پیشاب کا ٹرک جانا	۱۷۶.....	زہریا ادویات زیادہ کھا لینا
۱۵۲.....	غدہ قدامیہ کے امراض	۱۷۷.....	ادویات کے مضرات
۱۷۸.....		۱۷۸.....	زہریلے حشرات کے کاٹنے پر

طیب کو مریض کی خدمت سے اللہ مل جاتا ہے

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال قال رسول الله ﷺ: إن الله عز وجل يقول يوم القيامة:

يا ابن آدم مرضت فلم تعطني، قال يا رب! كيف أعودك وأنت رب

العالمين؟ قال: أما علمت أن عبدي فلانا مرض فلم تعده، أما علمت أنك

لو عدته لو جدتني عنده يا ابن آدم..... [صحيح مسلم: ۴۶۶۱]

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ اللہ کے رسول ﷺ نے ارشاد فرمایا: اللہ تعالیٰ

قیامت کے دن فرمائیں گے: اے آدم کے بیٹے! میں بیمار ہوا لیکن تو نے میری عیادت نہ

کی؟ وہ کہے گا: اے اللہ! میں آپ کی عیادت کس طرح کرتا آپ تو رب العالمین

ہیں؟ اللہ تعالیٰ ارشاد فرمائیں گے: کیا تجھے نہیں پتہ میرا فلاں بندہ بیمار ہوا لیکن تو نے اس

کی عیادت نہیں کی، تجھے پتہ ہے کہ اگر تو اس کی عیادت کرتا تو میں وہاں تجھے مل جاتا۔

علماء نے فرمایا ہے کہ بھوکے کو کھانا کھلانے اور پیاسے کو پانی پلانے سے اللہ تعالیٰ

ثواب عطا فرمائیں گے جبکہ مریض کی خدمت سے اللہ تعالیٰ خود ملیں گے۔ لہذا طب کا جوہر

اور خلاصہ یہی ہے کہ اللہ تعالیٰ مل جائیں۔

طیب کو مریضوں کو دیکھنے سے پہلے خود رجوع الی اللہ کرنا چاہیے اور مریض کو دیکھتے

وقت دو تین دفعہ ﴿إياك نعبد و إياك نستعين﴾ پڑھ لینا چاہیے۔

مریض کی عیادت اور اس کا علاج بھی عبادت ہے۔ چنانچہ مشکوٰۃ شریف میں روایت ہے:

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رضي الله عنه قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ مَنْ تَوَضَّأَ فَأَحْسَنَ الْوَضُوءَ

وَعَادَ أَخَاهُ الْمُسْلِمَ مُحْتَسِبًا بُوعِدَ مِنْ جَهَنَّمَ مَسِيرَةَ سَبْعِينَ خَرِيفًا.

[سنن أبي داود: رقم ۲۶۹۲]

جو شخص مریض کی عیادت کرنے سے پہلے اچھی طرح وضو کرے پھر عیادت کو جائے اور

ثواب کی امید بھی رکھتا ہو تو اسے جہنم سے ستر سال کی دوری عطا کر دی جاتی ہے۔

شریعت میں وضو صرف عبادت کے لئے مشروع ہے۔ جیسے نماز پڑھنے، قرآن شریف پڑھنے یا حج کا طواف کرنے سے قبل۔ اس کے علاوہ شریعت میں کسی اور عمل کے لئے وضو مشروع نہیں۔ اس لئے اگر مریضوں کو دیکھنے کے بعد اللہ کے قرب کا شعور نہیں ہوتا تو اس طیب کی یہ عبادت ناقص ہے۔ یا تو اس کی نیت میں فساد ہے، اور مقصد صرف پیسہ کمانا ہو گیا ہے، یا آنکھوں کی حفاظت نہیں، یا اس نے اللہ تعالیٰ کے قرب کی نیت ہی نہیں کی۔ لہذا اسے ضرور اپنی اس محرومی کا سبب تلاش کرنا چاہیے۔ طیب کے لیے اصل جوہر یہ ہے کہ مریض کی خدمت سے اس کو اللہ مل جائے اور اگر اس کو علاج کرتے ہوئے اللہ نہ ملا تو اس کو دو کوڑیوں کے علاوہ کچھ نہ ملا۔

مریض سے خیر خواہی:

کیونکہ مرض کے مقاصد میں سے ایک یہ بھی ہے کہ انسان توبہ کرے اور اللہ تعالیٰ کی طرف رجوع کرے۔ چنانچہ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

﴿وَلَنذِيقَنَّهُم مِنَ الْعَذَابِ الْأَدْنَىٰ دُونَ الْعَذَابِ الْأَكْبَرِ لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ﴾ [السجدة: ۲۱]

ہم ضرور چکھائیں گے ان کو بڑے عذاب سے پہلے ایک چھوٹے عذاب کا مزہ تاکہ یہ ہماری طرف لوٹ آئیں۔

حضرت عبد اللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ العذاب الادنی (چھوٹا عذاب) سے مراد دنیاوی بیماریاں اور مصائب ہیں۔

مرض کی حالت میں مریض کا دل نرم ہوتا ہے، اس موقع پر مریض طیب کے پاس آتا ہے تو طیب کا سب سے پہلا اور اہم کام یہ ہے کہ مریض کو رجوع الی اللہ کرائے: مثلاً اگر وہ نماز نہیں پڑھتا تو نماز کی تلقین کرے، اگر تبلیغ نہیں کرتا تو تبلیغ میں جانے کی ترغیب دے اور گناہوں سے توبہ کرائے۔

مرض کا اجر اور مریض کی خدمت کے فضائل

عیادت کا مفہوم اردو میں یہ ہے کہ کسی رشتہ دار یا عزیز جو بیمار ہے اس کے پاس بیٹھ کر اور تھوڑی دیر تسلی دے کر واپس آجائے۔

عربی زبان میں اس کا مفہوم ذرا وسیع ہے اور جو کچھ بھی طیب یا نرس مریض کے لئے کرتے ہیں سب عیادت کے مفہوم میں داخل ہے اس لئے طیب ان فضائل کے استحضار کے ساتھ مریض کو دیکھے۔

اس سلسلہ میں درج ذیل احادیث ملاحظہ فرمائیں:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رضی اللہ عنہ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: مَنْ عَادَ مَرِيضًا أَوْ زَارَ أَخًا لَهُ فِي اللَّهِ نَادَاهُ مُنَادٍ أَنْ طَبَّبْتُ وَطَابَ مَمَشَاكَ وَتَبَوَّأَتْ مِنَ الْجَنَّةِ مَنْزِلًا. [رواه الترمذی وقال: هذا حديث حسن غريب، باب ما جاء في زيارة الإخوان، رقم: ۲۰۰۸]

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص کسی بیمار کی عیادت کے لئے یا اپنے مسلمان بھائی کی ملاقات کے لئے اللہ تعالیٰ کی رضا کی خاطر جاتا ہے تو ایک فرشتہ پکار کر کہتا ہے تم برکت والے ہو، تمہارا چلنا بابرکت ہے اور تم نے جنت میں ٹھکانا بنا لیا۔ (ترمذی)

عَنْ ثَوْبَانَ رضی اللہ عنہ مَوْلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ قَالَ: مَنْ عَادَ مَرِيضًا لَمْ يَزَلْ فِي خُرْفَةِ الْجَنَّةِ قَبِيلَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ! وَمَا خُرْفَةُ الْجَنَّةِ؟ قَالَ: جَنَاهَا. [رواه مسلم، باب فضل عيادة المريض، رقم: ۶۵۵۴]

رسول اللہ ﷺ کے آزاد کردہ غلام حضرت ثوبان رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص کسی بیمار کی عیادت کرتا ہے تو وہ جنت کے خُرْفہ میں رہتا ہے۔ دریافت کیا گیا: یا رسول اللہ! جنت کا خُرْفہ کیا ہے؟ ارشاد فرمایا: جنت کے توڑے ہوئے پھل۔ (مسلم)

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رضي الله عنه قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ: أَيُّمَا رَجُلٍ يَعُوذُ مَرِيضًا فَإِنَّمَا يَخُوضُ فِي الرَّحْمَةِ. فَإِذَا قَعَدَ عِنْدَ الْمَرِيضِ عَمَرَتْهُ الرَّحْمَةُ قَالَ: فَقُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ! هَذَا لِلصَّحِيحِ الَّذِي يَعُوذُ الْمَرِيضُ فَالْمَرِيضُ مَا لَهُ؟ قَالَ: تُحَطُّ عَنْهُ ذُنُوبُهُ. [رواه أحمد ۳/۱۷۴]

حضرت انس بن مالک رضي الله عنه فرماتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو یہ ارشاد فرماتے ہوئے سنا: جو شخص بیمار کی عیادت کرتا ہے وہ رحمت میں غوطہ لگاتا ہے اور جب وہ بیمار کے پاس بیٹھ جاتا ہے تو رحمت اس کو ڈھانپ لیتی ہے۔ حضرت انس رضي الله عنه فرماتے ہیں میں نے عرض کیا: یا رسول اللہ! یہ فضیلت تو اس تندرست شخص کے لئے جو بیمار کی عیادت کرتا ہے، خود بیمار کو کیا ملتا ہے؟ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: اس کے گناہ معاف ہو جاتے ہیں۔

عَنْ كَعْبِ بْنِ مَالِكٍ رضي الله عنه قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: مَنْ عَادَ مَرِيضًا خَاصًّا فِي الرَّحْمَةِ، فَإِذَا جَلَسَ عِنْدَهُ اسْتَنْقَعَ فِيهَا رَوَاهُ أَحْمَدُ ۳/۴۶۰ وَفِي حَدِيثِ عَمْرٍو بْنِ حَزْمٍ رضي الله عنه عِنْدَ الطَّبْرَانِيِّ فِي الْكَبِيرِ وَالْأَوْسَطِ: وَإِذَا قَامَ مِنْ عِنْدِهِ فَلَا يَزَالُ يَخُوضُ فِيهَا حَتَّى يَرْجِعَ مِنْ حَيْثُ خَرَجَ وَرَجَالَهُ مَوْثِقُونَ. [مجمع الزوائد ۳/۲۲]

حضرت کعب بن مالک رضي الله عنه روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص کسی بیمار کی عیادت کے لئے جاتا ہے وہ رحمت میں غوطہ لگاتا ہے اور جب (بیمار پرسی کے لئے) اس کے پاس بیٹھتا ہے تو رحمت میں ٹھہر جاتا ہے۔ (مسند احمد) حضرت عمرو بن حزم رضي الله عنه کی روایت میں ہے کہ بیمار کے پاس سے اٹھ جانے کے بعد بھی وہ رحمت میں غوطہ لگاتا رہتا ہے یہاں تک کہ جس جگہ سے عیادت کے لئے گیا تھا وہاں واپس لوٹ آئے۔

عَنْ عَلِيِّ رضي الله عنه قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ: مَا مِنْ مُسْلِمٍ يَعُوذُ مُسْلِمًا لِحَدُودِهَا إِلَّا صَلَّى عَلَيْهِ سَبْعُونَ أَلْفَ مَلَكٍ حَتَّى يُمَسِّيَ، وَإِنْ عَادَهُ عَشِيَّةً إِلَّا صَلَّى عَلَيْهِ سَبْعُونَ أَلْفَ مَلَكٍ حَتَّى يُصْبِحَ وَكَانَ لَهُ خَرِيفٌ فِي الْجَنَّةِ. [رواه الرمذی وقال هذا حديث غريب حسن، باب ما جاء في عيادة المريض. رقم: ۹۶۶۹]

حضرت علی رضي الله عنه فرماتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو یہ ارشاد فرماتے ہوئے سنا: جو مسلمان کسی مسلمان کی صبح کو عیادت کرتا ہے تو شام تک ستر ہزار فرشتے اس کے لئے دعا کرتے رہتے ہیں اور جو شام کو عیادت کرتا ہے تو صبح تک ستر ہزار فرشتے اس کے لئے دعا کرتے رہتے ہیں اور اسے جنت میں ایک باغ مل جاتا ہے۔

عَنْ عُمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ رضي الله عنه قَالَ: قَالَ لِي النَّبِيُّ ﷺ: إِذَا دَخَلْتَ عَلَى مَرِيضٍ فَمُرَّهُ أَنْ يَدْعُوَ لَكَ، فَإِنَّ دُعَاءَهُ كَدُعَائِ الْمَلَائِكَةِ.

[رواه ابن ماجه، باب ما جاء في عيادة المريض. رقم: ۱۴۴۱]

حضرت عمر بن خطاب رضي الله عنه روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے مجھ سے ارشاد فرمایا: جب تم بیمار کے پاس جاؤ تو اس سے کہو کہ وہ تمہارے لئے دعا کرے کیونکہ اس کی دعا فرشتوں کی دعا کی طرح (قبول ہوتی) ہے۔ (ابن ماجہ)

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو رضي الله عنه أَنَّهُ قَالَ: كُنَّا جُلُوسًا مَعَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ، إِذْ جَاءَهُ رَجُلٌ مِنَ الْأَنْصَارِ فَسَلَّمَ عَلَيْهِ، ثُمَّ أَذْبَرَ الْأَنْصَارِيَّ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: يَا أَخَا الْأَنْصَارِ! كَيْفَ أَخِي سَعْدُ بْنُ عُبَادَةَ؟ فَقَالَ: صَالِحٌ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: مَنْ يَعُوذُ مِنْكُمْ؟ فَقَامَ وَقَمْنَا مَعَهُ، وَنَحْنُ بِضِعَةِ عَشْرٍ، مَا عَلَيْنَا نِعَالَ وَلَا خِفَافًا وَلَا قَلًا نِسْ وَلَا قُمْصٌ نَمَشِي فِي تِلْكَ السَّبَاخِ حَتَّى جِئْنَاهُ، فَاسْتَأْخَرَ قَوْمَهُ مِنْ حَوْلِهِ حَتَّى دَنَا رَسُولُ اللَّهِ ﷺ وَأَضْحَابُهُ الَّذِينَ مَعَهُ. رَوَاهُ مُسْلِمٌ، بَابُ فِي عِيَادَةِ الْمَرِيضِ. [رقم: ۲۱۳۸]

حضرت عبد اللہ بن عمر رضي الله عنه روایت کرتے ہیں کہ ہم رسول اللہ ﷺ کے پاس بیٹھے ہوئے تھے۔ ایک انصاری صحابی نے آ کر آپ ﷺ کو سلام کیا پھر واپس جانے لگے۔ آپ ﷺ نے ان سے پوچھا: انصاری بھائی! میرے بھائی سعد بن عبادہ کی طبیعت کیسی ہے؟ انہوں نے عرض کیا: اچھی ہے۔ آپ ﷺ نے (ساتھ بیٹھے ہوئے صحابہ سے) ارشاد فرمایا: تم میں سے کون ان کی عیادت کرے گا؟ یہ کہہ کر آپ ﷺ کھڑے ہو گئے، ہم بھی آپ کے ساتھ کھڑے ہو گئے۔ ہم دس سے زائد افراد تھے۔ ہمارے پاس جوتے تھے نہ

موزے ٹوپیاں تھیں نہ قمیصیں۔ ہم اس پتھر ملی زمین پر چلتے ہوئے حضرت سعد رضی اللہ عنہ کے پاس پہنچے۔ (اس وقت) ان کی قوم کے جو لوگ ان کے قریب تھے پیچھے ہٹ گئے۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اور آپ کے ساتھ جانے والے صحابہ ان کے قریب ہو گئے۔ (مسلم)

یہ صحابہ کی زندگی کا ایک نقشہ ہے جو صحت کے بنیادی اصول بیان کر رہا ہے یعنی سادگی اور مجاہدہ اور یہی تبلیغ کے جوہر ہے۔

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ رضی اللہ عنہ أَنَّهُ سَمِعَ رَسُولَ اللَّهِ صلی اللہ علیہ وسلم يَقُولُ: خَمْسٌ مِنْ عَمَلِهِنَّ فِي يَوْمٍ كَتَبَهُ اللَّهُ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ: مَنْ عَادَ مَرِيضًا، وَشَهِدَ جَنَازَةً، وَصَامَ يَوْمًا، وَرَاحَ يَوْمَ الْجُمُعَةِ وَأَعْتَقَ رَقَبَةً. [رواه ابن حبان، قال المحقق: إسناده قوي ۶/۷]

حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ انہوں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو ارشاد فرماتے ہوئے سنا: جس شخص نے پانچ اعمال ایک دن میں کئے اللہ تعالیٰ اسے جنت والوں میں لکھ دیتے ہیں۔ بیمار کی عیادت کی، جنازہ میں شرکت کی، روزہ رکھا، جمعہ کی نماز کے لئے گیا اور غلام آزاد کیا۔

عَنْ مُعَاذِ بْنِ جَبَلٍ رضی اللہ عنہ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صلی اللہ علیہ وسلم قَالَ: مَنْ جَاهَدَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ كَانَ ضَامِنًا عَلَى اللَّهِ، وَمَنْ عَادَ مَرِيضًا كَانَ ضَامِنًا عَلَى اللَّهِ، وَمَنْ عَدَا إِلَى الْمَسْجِدِ أَوْ رَاحَ كَانَ ضَامِنًا عَلَى اللَّهِ، وَمَنْ دَخَلَ عَلَى إِمَامٍ يُعَزِّزُهُ كَانَ ضَامِنًا عَلَى اللَّهِ، وَمَنْ جَلَسَ فِي بَيْتِهِ لَمْ يَغْتَبْ إِنْسَانًا كَانَ ضَامِنًا عَلَى اللَّهِ.

[رواه ابن حبان، قال المحقق: إسناده حسن ۹۵/۲]

حضرت معاذ بن جبل رضی اللہ عنہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد نقل فرماتے ہیں: جو اللہ تعالیٰ کے راستہ میں جہاد کرتا ہے وہ اللہ تعالیٰ کی ذمہ داری میں ہے۔ جو بیمار کی عیادت کرتا ہے وہ اللہ تعالیٰ کی ذمہ داری میں ہے۔ جو صبح یا شام مسجد جاتا ہے وہ اللہ تعالیٰ کی ذمہ داری میں ہے۔ جو کسی حاکم کے پاس اس کی مدد کے لئے جاتا ہے وہ اللہ تعالیٰ کی ذمہ داری میں ہے اور جو اپنے گھر میں اس طرح رہتا ہے کہ کسی کی غیبت نہیں کرتا وہ اللہ تعالیٰ کی ذمہ داری میں ہے۔

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رضی اللہ عنہ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلی اللہ علیہ وسلم: مَنْ أَصْحَحَ مِنْكُمْ الْيَوْمَ صَائِمًا؟ قَالَ أَبُو بَكْرٍ رضی اللہ عنہ: أَنَا، قَالَ: فَمَنْ اتَّبَعَ مِنْكُمْ الْيَوْمَ جَنَازَةً؟ قَالَ أَبُو بَكْرٍ رضی اللہ عنہ: أَنَا، قَالَ: فَمَنْ أَطْعَمَ مِنْكُمْ الْيَوْمَ مَسْكِينًا؟ قَالَ أَبُو بَكْرٍ رضی اللہ عنہ: أَنَا، قَالَ: فَمَنْ عَادَ مِنْكُمْ الْيَوْمَ مَرِيضًا؟ قَالَ أَبُو بَكْرٍ رضی اللہ عنہ: أَنَا، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلی اللہ علیہ وسلم: مَا اجْتَمَعْنَ فِي أَمْرِي إِلَّا دَخَلَ الْجَنَّةَ. [رواه مسلم. باب من فضائل أبي بكر الصديق رضی اللہ عنہ. رقم: ۶۱۸۲]

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے دریافت فرمایا: آج تم میں سے کس نے روزہ رکھا؟ حضرت ابو بکر رضی اللہ عنہ نے عرض کیا: میں نے۔ پھر دریافت فرمایا: آج تم میں سے کون جنازے کے ساتھ گیا؟ حضرت ابو بکر رضی اللہ عنہ نے عرض کیا: میں نے۔ دریافت فرمایا: آج تم میں سے مسکین کو کس نے کھانا کھلایا؟ حضرت ابو بکر رضی اللہ عنہ نے عرض کیا: میں نے۔ دریافت فرمایا: آج تم میں سے کس نے بیمار کی عیادت کی؟ حضرت ابو بکر رضی اللہ عنہ نے عرض کیا: میں نے۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: جس آدمی میں بھی یہ باتیں جمع ہوں گی وہ جنت میں ضرور داخل ہوگا۔

صحت کے بنیادی اصول قرآن و حدیث کی روشنی میں

صحت اللہ تعالیٰ کی بہت بڑی نعمت ہے۔ جیسا کہ حدیث شریف میں ارشاد ہے:

نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس: الصحة والفراغ.

[رواه البخاري]

دو نعمتیں ایسی ہیں کہ جن کے بارے میں اکثر لوگ دھوکے میں پڑے ہوئے ہیں: (۱) صحت و تندرستی۔ (۲) فرصت و فراغت۔

ذیل میں قرآن و سنت کی روشنی میں حصول صحت کی اہمیت کے بارے میں کچھ اصول

کا بیان ہے:

۱- اللہ اور اللہ کے رسول کی اطاعت میں حقیقی زندگی:

﴿قَالَ اللَّهُ تَعَالَى: يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ﴾ [الأنفال: ۲۴]

اے ایمان والو! اللہ اور رسول کی دعوت کو قبول کرو جب رسول تمہیں اس بات کی طرف بلائے جو تمہیں زندگی بخشے والی ہے۔

حافظ ابن قیم اس آیت کی شرح میں یوں فرماتے ہیں:

یہ آیت کریمہ متعدد امور پر مشتمل ہے جن میں سے ایک یہ بھی ہے کہ فائدہ مند زندگی اللہ اور اس کے رسول کا کہنا ماننے (اور اس کی اطاعت) سے حاصل ہوتی ہے، پس جس کو یہ اطاعت کی صفت حاصل نہیں وہ گویا زندہ ہی نہیں، اگرچہ حیوانی حیات (زندگی) میں وہ دوسری نچلے درجے کی مخلوقات کے ساتھ شریک ہے، لیکن حقیقی اور پاکیزہ زندگی اللہ اور اس کے رسول کے حکم اور فرمان کی قلبی تصدیق اور عملی فرمانبرداری سے ہی حاصل ہوتی ہے۔ (اس لحاظ سے آیت کریمہ کا مطلب یہ ہوا کہ) یہ لوگ (یعنی جنہوں نے اللہ اور رسول کا کہنا مانا) حیات (دائمی) کے ساتھ متصف ہیں اگرچہ وہ مر بھی جائیں، اور جنہوں نے کہنا نہ مانا وہ مردہ ہیں اگرچہ جسمانی لحاظ سے وہ زندہ نظر آتے ہوں۔ لہذا جو جتنے مکمل طریقے سے اللہ اور رسول کی اطاعت کرے گا اسے اتنی ہی کامل حیات حاصل ہوگی، اور جس میں جتنی اطاعت کی کمی ہوگی اس میں (حقیقی) حیات و زندگی بھی کمزور ہوگی۔

یعنی صحت کی زندگی ہی نہیں اطاعت کے بغیر۔

(الفوائد: ص ۱۳۲، للحافظ ابن قیم رحمۃ اللہ علیہ)

۲- لباس:

سوتلی کپڑا جسم کو سب سے زیادہ تقویت پہنچاتا ہے اور اللہ کو سفید لباس پسند ہے، امام

شافعی کا قول ہے کہ چار چیزوں سے جسم کو تقویت پہنچتی ہے: ایک گوشت، دوسرا کپڑا، تیسرا غسل جنابت کے علاوہ، سوتلی کپڑا، تجربہ نے بتایا یہ قول بالکل صحیح ہے۔

عن ابن عباس رضی اللہ عنہما قال: "مِنْ خَيْرِ ثِيَابِكُمُ الْبَيَاضُ، فَلْيَلْبَسْهَا أَحْيَاؤُكُمْ وَكَفْنُوا فِيهَا مَوْتَكُمْ." (السنن الكبرى)

حضرت عبد اللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: "بہترین لباس سفید رنگ کا ہے، اپنی زندگی میں بھی اسے ہی پہنو اور اپنے وفات پانے والے افراد کو بھی اسی میں کفن دو۔"

عن ابن عباس رضی اللہ عنہما قال: قال رسول الله ﷺ: "الْبُسُودُ مِنْ ثِيَابِكُمُ الْبَيَاضُ؛ فَإِنَّهَا مِنْ خَيْرِ ثِيَابِكُمْ، وَكَفْنُوا فِيهَا مَوْتَكُمْ. وَإِنَّ مِنْ خَيْرِ أَكْحَالِكُمُ الْإِثْمَدَ يَجْلُو الْبَصَرَ وَيُنْبِتُ الشَّعْرَ." (مسند أحمد)

حضرت عبد اللہ بن عباس رضی اللہ عنہما فرماتے ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: سفید کپڑا پہنا کرو، کیونکہ تمہارے لباسوں میں یہ سب سے بہترین لباس ہے، اور اسی سے اپنے مردوں کو کفن دیا کرو۔ اور تمہارے سرموں میں سب سے بہترین سرمہ "إِثْمَد" ہے، یہ نگاہ کو تیز کرتا اور بالوں کو اگاتا ہے۔

۳- غذا:

قرآن پاک میں اللہ رب العزت کا ارشاد ہے:

﴿كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا﴾ [الأعراف: ۳۱]

کھاؤ، پیو، لیکن اسراف نہ کرو۔

حافظ ابن قیم فرماتے ہیں کہ اس آدھی قرآنی آیت میں ساری طب کا خلاصہ ہے۔

حدیث شریف میں ارشاد فرمایا:

ما ملأ آدمی وعاء شراً من بطن، بحسب ابن آدم أكلات يقمن صلبه، فإن كان لا محالة فثلث طعاماً وثلث شراباً وثلث لنفسه. [رواه الترمذی]

انسان نے کوئی برتن پیٹ سے زیادہ برائیں بھرا، ابن آدم کیلئے صرف وہ چند ہی لقمے کافی ہیں جن سے اس کی کمر سیدھی ہو سکے، لیکن اگر اس سے گزارا نہ ہو سکے تو پھر تین حصوں میں سے ایک حصہ کھانے، ایک حصہ پینے اور ایک سانس کیلئے ہو۔

مذکورہ بالا حدیث پاک اصول صحت کے بیان میں سب سے جامع اور بنیادی حدیث ہے۔

آپ ﷺ دن میں ایک مرتبہ کھانا تناول فرماتے تھے۔ صحابہ کرام رضی اللہ عنہم دن رات میں صرف دو مرتبہ کھانا کھاتے تھے۔ حدیث شریف میں بھی دو ہی کھانوں کا ذکر آتا ہے: (۱) غداء. (۲) عشاء. غداء عام طور پر ۱۰-۱۱ بجے کے وقت کھانے کو کہا جاتا ہے اور عشاء رات کو عشاء کے بعد کھانے کو کہتے ہیں۔

مفید صحت غذائیں:

ذیل میں چند غذاؤں کا ذکر کیا جاتا ہے جن کا عام استعمال صحت کے لئے مفید ثابت ہوا ہے۔

(۱) زیتون کا تیل:

زیتون کا تیل صحت کے لئے مفید ہے۔ حدیث میں باقاعدہ اس کے استعمال کی ترغیب ہے چنانچہ ارشاد نبوی ﷺ ہے:

كلوا الزيت وادهنوا؛ به؛ فإنه من شجرة مباركة.

[رواه الترمذی وأبو داود]

زیتون کے تیل کو غذا بناؤ اور اس کی مالش کرو کیونکہ یہ ایک مبارک درخت سے حاصل کیا جاتا ہے۔

(۲) کھجور:

آپ ﷺ بسا اوقات دو دو ماہ تک صرف کھجور اور پانی پر گزارا فرماتے، جیسا کہ حدیث شریف میں ہے کہ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں:

كان يمر بنا هلال وهلال وهلال، ما يوقد في بيت من بيوت رسول الله ﷺ من نار. [شعب الإيمان: ۱۰۰۳۶]

ہم پر تین تین ماہ ایسے گزر جاتے تھے کہ رسول اللہ ﷺ کے گھر میں (کھانا پکانے کے لئے) آگ تک نہیں جلتی تھی۔

مسند احمد کی روایت میں یہ اضافہ ہے:

”صرف کھجور اور پانی پر گزارا ہوتا تھا۔“

کبھی کبھار آپ گوشت کھا لیتے۔ دودھ کو آپ ﷺ پانی کے ساتھ ملا کر نوش فرماتے تاکہ اس کی چربی (کولیٹرول) کم ہو جائے۔

(۳) تلہینہ:

مریض کے لئے آپ ﷺ تلہینہ پسند فرماتے جو کہ جو کا دلیہ ہوتا ہے جس میں شہد ڈالا گیا ہو۔ حدیث شریف میں ہے:

التلينة مجمة لفؤاد المريض تذهب ببعض الحزن.

[البخاری: رقم ۴۹۹۷، ومسلم: رقم ۴۱۰۶]

تلہینہ مریض کے دل کو سکون دیتا ہے اور وحشت کو دور کرتا ہے۔

(۴) کلونجی:

عن أبي هريرة ؓ أن رسول الله ﷺ قال: عليكم بهذة الحبة السوداء فإن فيها شفاء من كل داء إلا السام. [بخاری]

آپ ﷺ نے فرمایا اپنے اوپر یہ کالے دانے (کلونجی) لازم کر لو کہ یہ ہر بیمار کے لیے شفا

ہیں سوائے موت کے۔

انسان کے جسم میں جو بیماریوں کی مدافعت کا نظام ہے (Immune System) اس کو متحرک کر دیتا ہے جس کی وجہ سے ہر بیماری میں مفید ہے۔

۴۔ ورزش:

حضور نبی کریم ﷺ کی صحت ہمارے لئے معیار ہے۔ آپ ﷺ نے اپنی زندگی کے آخری سالوں میں تبوک کا ۱۰۰۰ کلومیٹر کا سفر گرمی کی شدت میں پیدل اور اونٹوں پر کیا۔ نیز آپ ﷺ نے اپنے زمانے کے سب سے بڑے پہلوان کو چت کر دیا تھا۔

اس معیاری صحت کو حاصل کرنے کے لئے ورزش ضروری ہے اور کوئی مرد اور عورت اس سے مستغنی نہیں۔ صحت حاصل کرنے کے لئے ذرائع استعمال کرنے کی احادیث میں ترغیب آئی ہے۔ ذیل میں کچھ احادیث ملاحظہ فرمائیں جن سے صحت کی اہمیت کا اندازہ ہوگا:

(۱) عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: المؤمن القوي خير و أحب إلى الله من المؤمن الضعيف، وفي كل خير، احرص على ما ينفعك، واستعن بالله ولا تعجز..... [رواه مسلم: رقم ۲۶۶۴]

حضرت ابو ہریرہ رضي الله عنه سے روایت ہے، وہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: طاقتور مؤمن اللہ تعالیٰ کے یہاں زیادہ بہتر اور پسندیدہ ہے کمزور مؤمن سے۔ اگرچہ (نی نفس) سب ہی بہتر ہیں۔ تم اپنے لئے نفع بخش چیز حاصل کرنے کی کوشش کرو اور (اس کے حصول میں) اللہ تعالیٰ سے مدد مانگو اور بے بسی نہ دکھاؤ۔

(۲) عن عبد الله بن عمرو رضي الله عنه، أن رسول الله ﷺ قال: إن لجسدك عليك حقا. [رواه البخاري: رقم الباب ۸۴، ومسلم: رقم ۱۱۵۹]

حضرت عبد اللہ بن عمرو رضي الله عنه سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: بے شک تمہارے جسم کا بھی تم پر حق ہے۔ (کہ اس کا خیال رکھا جائے)

(۳) قال ابن عمر رضي الله عنه: كان رسول الله ﷺ يأتي مسجد قباء راكبا وماشيا

فيصلي فيه ركعتين. [رواه البخاري: رقم ۱۱۹۴، مسلم: في كتاب الحج]

حضرت ابن عمر رضي الله عنه فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ (اکثر) مسجد قبا جایا کرتے، کبھی سواری پر کبھی پیدل اور وہاں دو رکعت نماز پڑھتے۔

مسجد قبا مسجد نبوی سے تقریباً ۳ کلومیٹر کے فاصلے پر ہے، اس حدیث شریف سے بھی ورزش کے لئے پیدل چلنے کا ثبوت اشارتاً ثابت ہوتا ہے۔

(۴) كل شيء ليس من ذكر الله فهو لهو وسهو، إلا أربع خصال:

مشي الرجل بين الغرضين، وتأديبه فرسه، وملاعبته أهله، وتعلم

السباحة. [رواه الطبراني في الأوسط: رقم ۸۱۴۳]

اللہ کے ذکر کے علاوہ ہر چیز لہو (کھیل و بے فائدہ) اور غفلت ہے، سوائے ان چار چیزوں کے:

(۱) ورزش کے لئے دونشانوں کے درمیان دوڑنا۔

(۲) جہاد کے لئے اپنے گھوڑے کو سدھانا (یعنی اس پر دوڑنے اور سوار ہونے کی مشق کرنا)۔

(۳) اپنی بیوی سے (پیار و محبت کا کھیل) کھیلنا۔

(۴) تیراکی سیکھنا۔

(۵) عن علي بن ركانة رضي الله عنه عن أبيه: أن ركانة صارع النبي ﷺ، فصرعه

النبي ﷺ. [أخرجه أبو داود في سننه: رقم ۴۰۷۸]

حضرت علی بن رکانہ رضي الله عنه اپنے والد حضرت رکانہ رضي الله عنه سے روایت کرتے ہیں کہ:

(ایک دن) حضور نبی کریم ﷺ اور حضرت رکانہ رضي الله عنه کے کشتی لڑی، آپ ﷺ نے

حضرت رکانہ کو پچھاڑ دیا۔

ہماری رائے میں ہر شخص کو ایک گھنٹہ روز پیدل چلنا چاہیے اور اس میں مرد اور عورت

کوئی بھی مستثنیٰ نہیں۔ افضل وقت صبح کا ہے۔ اس کے علاوہ ۴۰ منٹ اور ورزشیں بھی کرنی چاہئیں جیسے یوگا ہر عمر کے مرد اور عورت کے لیے مفید اور کئی بیماریوں کا علاج ہے۔

۵۔ روزہ رکھنا:

فرض روزوں کے علاوہ نفل روزے بھی صحت کے لئے بے انتہا مفید ہیں۔ اس سلسلہ میں امام ابن القیم رحمۃ اللہ علیہ کی کتاب ”طب نبوی“ سے ان کے مختصر کلام کا خلاصہ پیش خدمت ہے:

”روزہ رکھنا روحانی، قلبی اور جسمانی بیماریوں سے بچاؤ کے لئے ایک ڈھال ہے، اس کے فوائد بے شمار ہیں، عام صحت کی حفاظت، جسم سے فاضل مادوں کے اخراج اور (فطری) قوت مدافعت کے حصول میں نہایت موثر ثابت ہوا ہے۔ خصوصاً اگر روزہ اعتدال اور شریعت کے بیان کردہ افضل ایام میں رکھا جائے، اور آدمی کو روزہ رکھنے سے کوئی مانع نہ ہو تو یہ مذکورہ بالا فوائد کے حصول میں بہت معاون ہے۔ کیونکہ روزہ سے اندرونی اعضا اور قوی کو آرام مل جاتا ہے نیز اس میں یہ خاصیت بھی ہے کہ دل فوری طور پر پرسکون اور آسندہ کے لئے مستعد ہو جاتا ہے، یہ چیز خاص طور پر ٹھنڈے اور رطوبتی مزاج والے افراد کے لئے نہایت مفید اور ان کی صحت کی فوری بحالی کے لئے بہت موثر ہے۔

روزہ عبادت کے ساتھ ساتھ ایک طبعی اور روحانی دوا بھی ہے۔ جب روزہ رکھنے والا روزے میں طبعی اور شرعی اصولوں کا خیال رکھتا ہے تو روزہ کا نفع بدن اور دل کے لئے بہت جلد ظہور پذیر ہوتا ہے، اور وہ ضرر رساں فاسد مادے آپ ہی آپ ختم ہونے لگتے ہیں جو صحت کو نقصان پہنچانے کے لئے جسم میں پرورش پارہے ہوتے ہیں، تاہم ان فوائد کا حصول روزہ کی کیفیت کے ساتھ ہے کہ آیا روزہ اپنے پورے اہتمام اور کمال کے ساتھ رکھا گیا تھا یا ناقص؟

نیز روزہ جسم میں ایسی استعداد پیدا کرتا ہے جس سے جسم خود بخود ان چیزوں

سے محفوظ ہو جاتا ہے جن سے جسم کو محفوظ رکھنا آدمی کے لئے ضروری ہے اور روزہ خود اپنے مقصود (یعنی دل کا ہر طرف سے یکسو ہو کر اللہ کی طرف متوجہ ہونا) کے حصول میں معاون بن جاتا ہے۔ کیونکہ روزہ کا مقصد صرف کھانا پینا ترک کر دینا ہی نہیں بلکہ عبادت بھی ہے اسی لئے اس کو دیگر اعمال کے مقابلے میں خالص اللہ سبحانہ و تعالیٰ کے لئے بتایا گیا ہے۔

الحاصل روزہ دل اور بدن کی دنیاوی و اخروی بیماریوں سے بچنے کی ایک ڈھال کی طرح ہے، اور اللہ سبحانہ و تعالیٰ کا قرآن کریم میں ارشاد ہے:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ [البقرة: ۱۸۳]

اے ایمان والو! تم پر روزے فرض کئے گئے ہیں جس طرح کہ تم سے پہلے لوگوں پر فرض کئے گئے تھے تاکہ تم پر ہیزگار بن جاؤ۔

روزہ کا ایک مقصد تو (اپنے جسم کو) روحانی اور جسمانی بیماریوں سے بچانا ہے کہ روزہ نہایت نفع والا پرہیز ہے۔ دوسرا مقصد دل کو اللہ کے حضور یکسو بنانا اور نفس کی قوتوں کو اللہ کی محبت اور فرمانبرداری میں زیادہ سے زیادہ لگانا ہے۔ (طب نبوی رحمۃ اللہ علیہ: ۳۲۶، ۳۲۷)

ذیل میں چند احادیث مبارکہ ذکر کی جاتی ہیں جن میں ان اوقات اور ایام کا ذکر ہے جن میں روزہ رکھنا افضل اور مسنون ہے:

عن أبي هريرة رضی اللہ عنہ قال: أوصاني خليلي صلى اللہ علیہ وسلم بثلاث: صيام ثلاثة أيام من كل شهر، وركعتي الضحى، وأن أوتر قبل أن أنام.

[صحیح البخاری: رقم ۱۸۴۵]

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ مجھے میرے خلیل صلى اللہ علیہ وسلم نے تین باتوں کی تاکید فرمائی تھی:

(۱) ہر ماہ تین روزے رکھنا۔ (۲) چاشت کی دو رکعت۔ (۳) سونے سے پہلے وتر پڑھنا۔

عن ابن عباس رضی اللہ عنہما قال کان رسول اللہ ﷺ لا یفطر أيام البیض فی حضر ولا

سفر. [سنن النسائی: رقم ۲۳۰۵]

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ حضر ہو یا سفر کبھی بھی ایام بیض (۱۳، ۱۴، ۱۵) کا روزہ ترک نہیں فرماتے تھے۔

عن عبد الملك بن المنهال یحدث عن أبیه قال وكان من أصحاب

رسول اللہ ﷺ قال: كان رسول اللہ ﷺ یأمرنا بصیام أيام البیض الثلاثة

ویقول: هن صیام الدهر. [مسند احمد: رقم ۲۹۴۳۳]

عبد الملك بن المنهال اپنے والد سے جو کہ اصحاب رسول میں سے تھے روایت کرتے ہیں: کہ آپ ﷺ ہمیں حکم فرماتے تھے کہ ہم ایام بیض کا روزہ رکھیں، اور فرماتے تھے کہ یہ ایسے ہے جیسے کہ انسان نے ہمیشہ روزہ رکھا۔

عن حفصة رضی اللہ عنہا قالت: كان رسول اللہ ﷺ یصوم من کل شهر یوم الخمیس

ویوم الاثنین. [سنن النسائی: رقم ۲۳۲۶]

حضرت حفصہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ ہر مہینے جمعرات اور پیر کا روزہ رکھتے تھے۔

۶۔ نماز:

نماز تمام عبادات میں سب سے اعلیٰ درجہ کی عبادت ہے۔ اللہ تعالیٰ کے قرب کے حصول کا سب سے اہم سبب ہے۔ حافظ ابن القیم رحمۃ اللہ علیہ نے ”طب نبوی“ میں نماز کے بارے میں جو کلام فرمایا ہے اس کا خلاصہ حسب ذیل ہے:

”نماز کے بارے میں اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

﴿وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ، وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ﴾

[البقرة: ۴۵]

طلب کرو (اللہ سے) صبر اور نماز کے ذریعے سے اور بے شک یہ (نماز) دشوار ہے سوائے انکساری کرنے والوں کے۔

نیز اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾

[البقرة: ۱۵۳]

اے ایمان والو! مدد طلب کرو صبر اور نماز کے ذریعے، بے شک اللہ صبر کرنے والوں کے ساتھ ہے۔

مزید ارشاد فرمایا:

﴿وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا لَا نَسْنَلِكُ رِزْقًا نَحْنُ نَرْزُقُكَ

وَالْعَاقِبَةُ لِلتَّقْوَى﴾ [طہ: ۱۳۲]

اپنے گھر والوں کو نماز پڑھنے کا حکم دیجئے اور اس پر جتنے رہیے ہم آپ سے روزی نہیں چاہتے روزی ہم آپ کو دیں گے، اور اچھا انجام تو تقویٰ کا ہے۔

متعدد احادیث میں ہے کہ آپ ﷺ کو جب بھی کوئی اہم کام درپیش ہوتا آپ نماز کی طرف متوجہ ہو جاتے۔

امام ابن قیم کے کلام کا خلاصہ:

(۱) نماز روزی میں اضافہ کا سبب ہے۔ (۲) صحت کی حفاظت کرتی ہے۔

(۳) ہر قسم کی تکلیف دور کرتی ہے۔ (۴) بیماریوں سے محفوظ رکھتی ہے۔

(۵) دل کو تقویت دیتی ہے۔ (۶) چہرے کو روشن بنا دیتی ہے۔ (۷) روح کو تسکین

دیتی ہے۔ (۸) سستی کو دور کرتی ہے۔ (۹) اعضا میں چستی پیدا کرتی ہے۔

(۱۰) قوی کو مضبوط بناتی ہے۔ (۱۱) سینے کو کشادہ کرتی ہے۔ (۱۲) روح کی

غذا ہے۔ (۱۳) دل کو منور کرتی ہے۔ (۱۴) نعمتوں کی حفاظت کرتی ہے۔

(۱۵) اللہ تعالیٰ کے غصہ کو روکتی ہے۔ (۱۶) برکت لاتی ہے۔ (۱۷) شیطان کو

دور رکھتی ہے۔ (۱۸) رحمن کے قرب کا ذریعہ ہے۔

خصوصاً بدن کی صحت اور دل کی تقویت میں اس کی تاثیر بہت عجیب ثابت ہوئی ہے، جسم اور دل سے فاسد مواد کو دور کرتی ہے۔ اس کا موازنہ اس طرح ہو سکتا ہے کہ جب دو شخص کسی مصیبت، پریشانی، بیماری یا آزمائش میں مبتلا ہوں تو ان دونوں میں جو نماز کا عادی ہوگا وہ دوسرے کے مقابلے میں جو نماز کا عادی نہیں ان مصائب کا کم شکار ہوگا، اور ان آزمائشوں سے سرخرو ہو کر نکلے گا۔

نماز دنیاوی مصائب اور پریشانیوں کو دور کرنے میں بھی بڑی موثر ہے خصوصاً جب نماز کو پورے حقوق ظاہری و باطنی اور شرائط کے ساتھ ادا کیا جائے۔ چنانچہ کہا جاسکتا ہے کہ کوئی عبادت دنیاوی اور اخروی شر اور تکلیفوں سے اتنا نہیں بچاتی جتنا کہ نماز، اور دنیا و آخرت کے فوائد اور مصالح کو کوئی عبادت اتنا کھینچ نہیں لاتی جتنا کہ نماز۔

اس کا راز یہ کہ نماز دراصل اللہ تعالیٰ سے رابطہ ہے۔ بندہ کا اپنے رب سے جتنا رابطہ مضبوط ہوگا نیکیوں اور اچھائیوں کے دروازے اسی کے مطابق کھلیں گے اور شر و فساد کے اسباب منقطع ہوں گے، اور رب تعالیٰ کی طرف سے توفیق کا فیضان ہوگا، عافیت اور صحت ملے گی، مال داری، راحت، نعمت، تسکین اور خوشیاں حاصل ہوں گی۔“ (طب نبوی ﷺ: ۳۲۵، ۳۲۶)

۷۔ تہجد کی نماز میں صحت:

تہجد کی نماز صحت کے لیے ایک بہت قوی ذریعہ ہے، تہجد کی نماز پڑھنے سے انسان کی طبیعت کے اندر فرحت اور خوشی اور نورانیت محسوس ہوتی ہے جو سارا دن رہتی ہے اور یہ کسی دوائی سے نہیں مل سکتی اور تہجد کی نماز میں شفا ہے اور بدن کی بیماریوں کو دور کرتی ہے جیسے کہ ان دو حدیثوں سے واضح ہوتا ہے:

عن أبي هريرة رضي الله عنه، أن رسول الله ﷺ قال: يَعْقِدُ الشَّيْطَانُ عَلَى قَافِيَةِ رَأْسِ أَحَدِكُمْ إِذَا هُوَ نَامَ ثَلَاثَ عُقَدٍ، يَضْرِبُ عَلَى كُلِّ عُقْدَةٍ: عَلَيْكَ لَيْلٌ طَوِيلٌ فَارْقُدْ، فَإِنِ اسْتَيْقَظَ فَذَكَرَ اللَّهَ تَعَالَى انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ، فَإِنِ تَوَضَّأَ انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ، فَإِنِ صَلَّى انْحَلَّتْ عُقْدَةُ كُلِّهَا، فَأَصْبَحَ نَشِيطًا طَيِّبَ النَّفْسِ، وَإِلَّا أَصْبَحَ خَبِيثَ النَّفْسِ كَسَلَانَ. (رواه مالك، والبخاری ومسلم وغيرهم)

حضرت ابو ہریرہ رضي الله عنه سے روایت ہے کہ اللہ کے رسول ﷺ نے ارشاد فرمایا: جب تم میں سے کوئی (رات کو) سوتا ہے تو شیطان اس کے سر ہانے آ کر تین گرہیں لگا دیتا ہے، اور ہر گرہ لگاتے ہوئے کہتا ہے: ”تیرے لئے یہ رات بڑی لمبی ہے سوتا رہ۔“ پس اگر وہ بیدار ہو جاتا ہے اور اللہ کا ذکر کرتا ہے تو ایک گرہ کھل جاتی ہے، پھر جب وضو کرتا ہے تو ایک گرہ اور کھل جاتی ہے، پھر جب وہ نماز پڑھتا ہے تو تمام گرہیں کھل جاتی ہیں اور وہ صبح کے وقت نہایت تروتازہ اور ہشاش بشاش ہوتا ہے۔ ورنہ (اگر یہ سب نہ کرے تو) اس کی صبح اس حال میں ہوتی ہے کہ اس کی طبیعت بوجھل اور سست رہتی ہے۔

عن سلمان الفارسي رضي الله عنه قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: ”عَلَيْكُمْ بِقِيَامِ اللَّيْلِ؛ فَإِنَّهُ دَأْبُ الصَّالِحِينَ قَبْلَكُمْ، وَمَقْرَبَةٌ لَكُمْ إِلَى رَبِّكُمْ، وَمَكْفَرَةٌ لِلْسَيِّئَاتِ، وَمَنْهَةٌ عَنِ الْإِثْمِ وَمَطْرَدَةٌ لِلدَّاءِ عَنِ الْجَسَدِ.“ (رواه الترمذی، وابن خزيمة)

حضرت سلمان فارسی رضي الله عنه فرماتے ہیں کہ اللہ کے رسول ﷺ نے ارشاد فرمایا: تہجد کی نماز کو لازم پکڑو کیونکہ یہ تم سے پہلے کے نیک لوگوں (انبیاء وغیرہم) کا طریقہ ہے، اس سے تم اپنے رب کے قریب ہو جاؤ گے، یہ گزشتہ گناہوں کا کفارہ اور آئندہ گناہوں سے بچنے کا ذریعہ ہے اور جسم کی بیماریوں کو دور کرتی ہے۔

۸۔ قرآن:

قرآن کریم کی تلاوت اعلیٰ درجہ کی عبادت ہونے کے ساتھ جس طرح روحانی امراض سے شفا کا ذریعہ ہے اسی طرح جسمانی بیماریوں سے بھی محفوظ رہنے کا سبب ہے۔

حافظ ابن القیم رحمۃ اللہ علیہ کا اس بارے میں ارشاد ملاحظہ فرمائیں:

”ارشاد باری تعالیٰ ہے:

﴿وَنَزَلَ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾

[بنی اسرائیل: ۸۲]

اور ہم ہی وہ قرآن نازل کرتے ہیں جس میں شفا اور رحمت ہے مومنین کیلئے۔

نیز ارشاد فرمایا:

﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَ تَكْوِيمٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ﴾

[یونس: ۵۷]

”اے لوگو! تمہارے پاس نصیحت آچکی ہے تمہارے رب کی طرف سے اور اس میں دلوں کے امراض کے لئے شفا ہے۔“

قرآن تمام قلبی اور بدنی بیماریوں کے لئے شفا ہے۔ لیکن ہر ایک اس سے شفا حاصل کرنے کا اہل نہیں اور نہ ہر ایک کو یہ توفیق ملتی ہے۔ (کیونکہ یہ ایک عظیم کلام ہے جس سے استفادہ کی بڑی شرائط ہیں) لیکن اگر کوئی بیمار اچھی طرح اس سے علاج کرے اور پورے صدق دل اور ایمان سے اسے اپنی بیماری کی دوا کے لئے استعمال کرے، تمام احکام کو قبول کرے اور نہایت پختہ اعتقاد رکھتا ہو اور شرائط و آداب کا پورا لحاظ رکھتا ہو تو کوئی بیماری اس کے مقابلے میں ٹھہر نہیں سکتی۔ اور بھلا مالک ارض و سما کے کلام کے آگے کوئی بیماری کب ٹھہر سکتی ہے؟ کہ یہ وہ کلام ہے کہ اگر کسی پہاڑ پر نازل ہوتا تو وہ ریزہ ریزہ ہو جاتا۔

لہذا کوئی مرض خواہ وہ بدنی ہو یا قلبی قرآن میں اس کا علاج، اس کے لئے دوا اور اس سے بچاؤ کا پورا سامان موجود ہے لیکن اس شخص کے لئے جس کو خود اللہ تعالیٰ نے اپنے کلام کو سمجھنے کا سلیقہ دیا ہو۔“ (طب نبوی صلی اللہ علیہ وسلم: ۳۳۱)

۹۔ ذکر اللہ:

جسمانی اور روحانی صحت کے حاصل کرنے کے لئے ذکر بھی ضروری ہے، اس کی اہمیت کے لئے ہم صرف ایک حدیث پاک ذکر کرتے ہیں جس سے مقصود کا اندازہ ہو جائے گا:

حدیث شریف میں ہے:

عن أبي موسى رضی اللہ عنہ قال: قال النبي صلی اللہ علیہ وسلم: مثل الذي يذكر ربه والذي لا يذكر ربه مثل الحي والميت. [صحيح البخاري: ۵۹۲۸]

حضرت ابو موسیٰ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: اللہ کا ذکر کرنے والے اور ذکر نہ کرنے والے کی مثال (بالترتیب) زندہ اور مردہ کی ہے۔

صحت زندگی پر موقوف ہے جب زندگی ہی نہیں تو صحت کہاں سے ہوگی۔ چنانچہ ذکر اللہ روحانی اور جسمانی صحت کا محافظ ہے۔

۱۰۔ نیند:

اعتدال کے ساتھ نیند بھی صحت کے لئے ضروری ہے۔ آج کل اس طرف سے بڑی غفلت پائی جاتی ہے۔ ہم میں سے بعض تو بہت سونے کے عادی ہیں جبکہ بعض نہایت قلیل سونے کے۔ نیز اس کے علاوہ سونے کے جو فطری اوقات ہیں ان کا خیال رکھنا بھی اب مفقود ہو گیا ہے۔ آئیے دیکھتے ہیں کہ ہمارے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا سونے کے بارے میں کیا معمول تھا۔

حافظ ابن القیم رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں:

”آپ صلی اللہ علیہ وسلم رات کے پہلے حصہ میں سو جاتے اور رات کو آخری حصہ میں بیدار ہو جاتے۔ کبھی کبھار رات کے ابتدائی حصہ میں عام مسلمانوں کی کسی ضرورت کے خاطر نہ سوتے (بلکہ کچھ دیر بعد سوتے)۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی آنکھیں تو سوتیں مگر آپ کا کا دل نہیں سوتا تھا، نیز آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو کوئی چکاتا نہیں تھا بلکہ

آپ خود ہی بیدار ہوتے تھے۔ جب آپ سفر میں ہوتے اور قافلہ رات میں کہیں پڑاؤ ڈالتا (اور صبح تک کافی وقت ہوتا) تو آپ اپنی دائیں کروٹ پر (عام عادت شریفہ کے مطابق) سو جاتے۔ لیکن اگر قافلہ صبح ہونے سے کچھ قبل پڑاؤ ڈالتا تو پھر آپ ذرا ہوشیار سوتے اس طور کہ اپنی کہنی زمین سے ٹکا کر بازو کھڑا کر لیتے اور پھر ہاتھ پر اپنا سر مبارک رکھ کر سو جاتے۔

(یہ رات کو جلدی سو جانا اور صبح ہونے سے کچھ قبل بیدار ہو جانا) آپ ﷺ کی نیند تھی جو کہ نہایت معتدل مقدار ہے۔ اطبا کا قول ہے کہ نیند کی زیادہ سے زیادہ مقدار دن اور رات کے تہائی حصہ (یعنی آٹھ گھنٹے) سے زیادہ نہیں ہونی چاہیے۔ (زاد المعاد: ص ۶۰)

۱۱۔ تبلیغ:

ارشاد باری تعالیٰ ہے:

﴿قاتلوهم یعدہم اللہ بایدیکم ویخزہم وینصرکم علیہم ویشف صدور قوم مومنین ویذهب غیظ قلوبہم﴾ [التوبة: ۱۴]

اُن سے لڑو اللہ تعالیٰ اُن کو تمہارے ہاتھوں سے اداے گا اور اُن کو ذلیل کرے گا اور تم کو اُن پر غالب کرے گا اور بہت سے مسلمانوں کے قلوب کو شفا دے گا اور اُن کے قلوب کے غیظ کو دور کرے گا۔

تبلیغ میں جہاد اور غزوات کے متعدد خصائص ہیں جو صحت میں اضافہ اور غم و حزن دور کرنے کا سبب ہیں۔ بے شمار لوگوں کو روحانی اور جسمانی صحت تبلیغ میں نکلنے سے ملی ہے۔

۱۲۔ ترک معاصی (گناہوں کو چھوڑنا):

گناہوں کا چھوڑنا بھی صحت کا بہت بڑا سبب ہے حضرت عبداللہ بن مبارک رضی اللہ عنہ جو کہ امام بخاری کے استاد اور اسلام کے بڑے محدثین میں سے ہیں وہ فرماتے ہیں:

رأیت الذنوب تمیت القلوب وقد یورث الذل إدمانہا
وترک الذنوب حیة القلوب وخیر لنفسک عصیانہا

میں نے گناہوں کو دیکھا کہ وہ دلوں کو مردہ کر دیتے ہیں اور ان کا عادی ذلیل ہو کر رہتا ہے۔ اس کے برخلاف ترک معاصی سے دل زندہ ہو جاتا ہے، اے مخاطب! تو جان لے کہ تیرے لئے نفس کی مخالفت ہر طرح سے بہتر ہے۔

حافظ ابن القیم رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں:

”انسان کا نفس دراصل خلق جاہل اور اپنے آپ پر ظلم کرنے والا ہے۔ یہ اپنی جہالت کے باعث خواہش نفس کی پیروی میں اپنی شفا سمجھتا ہے اور اپنے ظلم کی وجہ سے خیر خواہ طبیب کی بات قبول نہیں کرتا۔ جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ بیماری کو اپنی دوا سمجھ کر اسے استعمال کرتا ہے اور دوا کو بیماری خیال کر کے اس سے دور بھاگتا ہے، اس کے اس طرز عمل کے نتیجے میں ایسی ایسی بیماریاں پیدا ہوتی ہیں جن کے علاج سے اطبا عاجز آجاتے ہیں اور حصول شفا دشوار ہو جاتا ہے۔ اور یہ چیز اس وقت بہت بڑی مصیبت بن جاتی ہے جب وہ ناامید ہو کر اس کا سبب تقدیر پر ڈال دیتا ہے، اور اپنے آپ کو صاف بے قصور سمجھتا ہے۔ چنانچہ بیماری کی شدت جب بڑھتی ہے تو اپنے رب کو ہی ملامت کرنے لگتا ہے اور بسا اوقات یہ برے کلمات اس کی زبان پر بھی آجاتے ہیں۔ (طب نبوی ﷺ: ۲۰۸، ۲۰۹)

۱۳۔ صدقہ سے حصول صحت:

حدیث میں ہے:

عن عبد اللہ قال: قال رسول اللہ ﷺ: داوا و امرضاکم بالصدقة.

[سنن الکبریٰ للبیہقی: ج ۳، ص ۱۳]

اپنے مریضوں کا صدقہ کے ذریعے علاج کرو۔

کیونکہ حدیث شریف کے مطابق صدقہ بلاؤں کو نالتا ہے اور بیماری بھی مصائب میں سے ہے اس لئے اس سے بچنے کے لئے صدقہ دینا ایک بہترین علاج ہے۔ شیخ عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ علی الصبح صدقہ کر دیا جائے۔ (حسب حیثیت)

خلاصہ کے طور پر صحت کے کچھ بنیادی اصول

۱۔ جماعت سے پانچ وقت نماز کا ادا کرنا، یہ جسمانی و روحانی صحت دونوں کے لیے زندگی کی سب سے مؤثر و اہم چیز ہے۔ ایک طرف نماز میں اللہ کو دیکھنے کی مشق ہے جو کہ احسان کہلاتا ہے جس کی وجہ سے دل کو قوت، فرحت اور وسعت نصیب ہوتی ہے اور دوسری طرف ایک ہلکی پھلکی ورزش ہے جس میں تقریباً ہر جوڑ حرکت میں آجاتا ہے

۲۔ مسنون دُعاؤں کا اہتمام، تہجد کا اہتمام، آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی مسنون دعائیں اُمت مسلمہ کے لیے ایک بہت بڑا تحفہ ہے اور اگر معنی کو سامنے رکھ کر پڑھے تو اللہ کے ساتھ تعلق، محبت اور رُسور کا بہت بڑا ذریعہ ہے۔

۳۔ صدقے کا اہتمام، آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہے کہ اپنے مریضوں کا علاج صدقے سے کرو۔

۴۔ کھانے میں اسراف نہ ہو:

”كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا“ [الأعراف: ۳۱]

کھاؤ، پیو، لیکن اسراف نہ کرو۔

کھاؤ اور پیو اور اسراف مت کرو، اس آدھی قرآنی آیت میں ساری طب کا خلاصہ ہے، ایک حدیث کا مفہوم ہے: ”کہ آدم کے بیٹے کے لیے چند لقمے ہی کافی ہیں اس کی کمر کو سیدھا کرنے کے لیے، اور اگر لامحالہ کھانا ہے تو ایک تہائی کھانے کے لیے، ایک تہائی

لینے کے لیے، صرف بھوک لگے تب کھائے اور پیٹ بھر کے نہ کھائے، کچھ بھوک چھوڑ دے، بہتر یہ ہے کہ ہفتے میں دو دن سے زیادہ گوشت نہ کھایا جائے، سبزیاں اور پھلوں پر اکتفا کیا جائے، جوڑوں اور عرق النساء کے مریضوں کو خاص طور پر گوشت، کیلا اور چاول سے پرہیز کرایا جائے، صحابہ کا عام معمول تھا کہ دن میں دو مرتبہ کھانا تناول فرماتے تھے، ایک دن کے ۱۰ سے ۱۱ بجے اور ایک دفعہ رات میں اور بے شمار صالِحین تو دن میں ایک ہی مرتبہ کھاتے ہیں۔

۵۔ پیدل ایک گھنٹہ سیر کرنا بغیر وقفہ کے صحت کے لیے بہت مفید ہے، سب سے اچھا اور استقامت کا وقت صبح کا ہے اگر یہ میسر نہ ہو تو کسی اور وقت میں کر لے، اس کے علاوہ کچھ اور بھی ورزش کسی اُستاد کے زیر نگرانی سیکھی جائے تو بہت ہی مفید ہے۔

عام اصول جن کے مطابق حجامہ کیا جاتا ہے

عام طور پر حجامہ اُن مقامات پر کیا جاتا ہے جہاں بیماری ہے مثال کے طور پر اگر کسی کو معدے کی تکلیف ہے تو معدہ کے اوپر حجامہ کیا جاتا ہے اور اگر کسی کو گردے کے مسائل ہیں تو گردوں کے اوپر کمر پر کیا جاتا ہے اور اگر کسی کو جگر کے مسائل ہیں تو جگر کے اوپر دائیں طرف سینے پر کیا جاتا ہے اگر کسی کو سر کی تکلیف ہوتی تھی تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم سر کا حجامہ کرنے کو فرماتے تھے، کئی امراض کے اندر اضافی طور پر کابل پر بھی کرتے ہیں یعنی کہ کندھوں کے درمیان گردن کے قریب، اس مقام پر آپ صلی اللہ علیہ وسلم خود بھی حجامہ کیا کرتے تھے۔

حجامہ کتنی دفعہ کرنا چاہیے؟

اگر ایک دفعہ حجامہ سے مریض ٹھیک نہیں ہوتا تو ہم حجامہ تین سے سات دفعہ کرتے ہیں، دو ہفتے یا مہینہ کے فاصلے پر، یہ سب چیزیں طبیب کی سمجھ کے مطابق ہونی چاہیے۔

حجامہ کا علاج ارشادات نبوی ﷺ کی روشنی میں

۱. عن ابن عباس رضی اللہ عنہما عن النبي ﷺ قال: الشفاء في ثلاثة: في شربة مَحْجَمٍ أو شربة عَسَلٍ أو كية بنارٍ، وألهى أمي عن الكي.

[رواه البخاري، الطب رقم: ۵۷۸۱]

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما حضور اکرم ﷺ سے روایت کرتے ہیں۔ آپ ﷺ نے فرمایا کہ شفا تین چیزوں میں پوشیدہ ہے:

۱۔ حجامہ کے ذریعہ ضرب لگوانے میں۔

۲۔ شہد کے استعمال میں۔

۳۔ آگ سے داغنے میں۔

تاہم میں اپنی امت کو آگ سے داغنے سے روکتا ہوں۔

۲. عن جابر رضی اللہ عنہ عن النبي ﷺ قال: إن كان في شيءٍ من أدويتكم شفاءٌ، ففي شربة مَحْجَمٍ، أو شربة عَسَلٍ، أو لدعة بنارٍ وافق الداء، وما أحبُّ أن أكتوي. [رواه البخاري، الطب ۵۷۸۳]

حضرت جابر رضی اللہ عنہ حضور اکرم ﷺ سے روایت کرتے ہیں کہ آپ ﷺ نے فرمایا کہ اگر تمہاری دواؤں میں سے کسی دوا میں شفا موجود ہے، تو حجامہ کے ذریعہ ضرب لگانے میں ہے، یا شہد کے استعمال میں، یا پھر آگ سے داغنے میں (بشرطیکہ) یہ داغنا اس مرض کو راست آجائے، لیکن میں آگ سے داغنے کو پسند نہیں کرتا۔

۳. عن أنس رضی اللہ عنہ قال: قال رسول الله ﷺ: إن أمثلَ ما تداوَيْتُمْ بِهِ الْحَجَامَةُ وَالْقُسْطُ الْبَحْرِيُّ. [رواه البخاري، الطب ۵۷۹۷]

سب سے بہترین دوا جس سے تم علاج کرو، وہ حجامہ لگوانا اور قسط البحری (سمندری جڑی بوٹی) سے علاج کرنا ہے۔

۴. عن جابر بن عبد الله أنه عادَ الْمُقَنَّعَ، ثُمَّ قَالَ: لَا أُبْرَحُ حَتَّى تَحْتَجِمَ؛ فَإِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ: إِنَّ فِيهِ شِفَاءً. [رواه البخاري، الطب ۵۷۹۷]

حضرت جابر رضی اللہ عنہ نے حضرت مقنع رضی اللہ عنہ کی عیادت کی اور فرمایا کہ جب تک تم حجامہ نہ لگواؤ، میں واپس نہیں جاؤں گا۔ اس لئے کہ میں نے نبی اکرم ﷺ سے سنا ہے کہ حجامہ لگوانے میں شفا ہے۔

۵. عن سمرة بن جندب، قال: دَخَلَ أَعْرَابِيٌّ مِنْ بَنِي فِزَارَةَ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ، وَإِذَا حَجَامٌ يَحْجِمُهُ لَهُ مِنْ قُرُونٍ، فَسَرَطَهُ بِشَفْرَةٍ، فَقَالَ: مَا هَذَا يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: هَذَا الْحَجْمُ، وَهُوَ خَيْرٌ مَا تَدَاوَى بِهِ النَّاسُ.

[رواه النسائي وأحمد ۲۰۰۹۴ وقال محققه: إسناده صحيح]

حضرت سمرة بن جندب فرماتے ہیں کہ حضور اکرم ﷺ کے پاس بنی فزارہ قبیلہ کا ایک دیہاتی آیا۔ اس وقت آپ ﷺ کو ایک حجام کر رہا تھا، پس حجام نے ہائید سے ضرب لگایا تو دیہاتی نے (تعجب سے) پوچھا۔ اے اللہ کے رسول! یہ آپ کیا کر رہے ہیں؟ تو آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: یہ حجامہ ہے۔ یہ ان سب علاجوں سے بہتر ہے، جو لوگ اختیار کرتے ہیں۔

۶. عَنْ مَالِكِ بْنِ صَعْصَعَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: مَا مَرَرْتُ لَيْلَةً أُسْرِي بِي عَلَى مَلَأٍ مِنَ الْمَلَأِ نَكَّةً إِلَّا أَمُرُونِي بِالْحِجَامَةِ.

[رواه الطبراني في الأوسط والكبير وقال الهيثمي: رجاله رجال الصحيح]

حضرت مالک بن صعصعہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا کہ معراج کی رات میرا فرشتوں کی جس جماعت پر بھی گزر ہوا، انہوں نے مجھے حجامہ سے علاج کرانے کو کہا۔ اور اسی مفہوم کی ایک حدیث امام ترمذی نے اپنی کتاب میں حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ سے نقل کی ہے جسکے الفاظ یہ ہیں:

۷. عن ابن مسعود رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: حَدَّثَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ عَنْ لَيْلَةِ أُسْرِي بِهِ: أَنَّهُ لَمْ يَمُرْ عَلَى مَلَأٍ مِنَ الْمَلَأِ نَكَّةً، إِلَّا أَمُرُوهُ أَنْ مُرُّمَتَكَ بِالْحِجَامَةِ.

[رواه الترمذي، وقال: حديث حسن غريب، ۲۰۵۲]

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ رسول اللہ ﷺ نے معراج کا واقعہ ذکر کرتے ہوئے فرمایا کہ (اُس رات) فرشتوں کی جس جماعت پر بھی گزر ہوا، انہوں نے آپ ﷺ کو کہا کہ آپ اپنی امت کو حجامہ سے علاج کا حکم فرمائیں۔

۸. عن ابن عباس رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ نَبِيُّ اللَّهِ ﷺ: نَعَمْ الْعَبْدُ الْحَجَامُ، يَذْهَبُ بِالْذَّمِّ، وَيُخَفُّ الصُّلْبَ، وَيَجْلُو الْبَصَرَ، وَقَالَ: إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ جِئَنَ عُرِجَ بِهِ مَا مَرُّ عَلَى مَلَأٍ مِنَ الْمَلَأِ نَكَّةً إِلَّا قَالُوا: عَلَيْكَ بِالْحِجَامَةِ.

[رواه الترمذي وقال: حسن غريب ۲۰۵۳]

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما فرماتے ہیں کہ نبی پاک ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ حجامہ سے علاج کرنے والا کیا ہی اچھا آدمی ہے کہ (فاسد) خون نکال دیتا ہے اور پشت کو ہلکا کر دیتا ہے اور نظر کو تیز کرتا ہے، اور ابن عباس رضی اللہ عنہما فرماتے ہیں کہ معراج کی رات نبی اکرم ﷺ کا گزر فرشتوں کی جس جماعت پر بھی ہوا انہوں نے آپ ﷺ سے کہا کہ آپ حجامہ کو لازم پکڑیں۔

۹. عن أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ: إِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ مِمَّا تَدَاوُونَ بِهِ خَيْرٌ، فَالْحِجَامَةُ. [رواه ابن ماجه، واللفظ له وأبو داود كلاهما في الطب ۳۴۷۶]

وقال محقق ابن ماجه: [إسناده حسن]

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ نبی اکرم ﷺ سے روایت کرتے ہیں کہ اگر تم جن چیزوں سے علاج کرتے ہو ان میں سے کسی میں خیر اور بہتری ہے تو وہ حجامہ لگوانا ہے۔

۱۰. عن أبي كبشة الأنماري رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّهُ حَدَّثَهُ: أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ كَانَ يَحْتَجِمُ عَلَى هَامِيهِ وَبَيْنَ كَتْفَيْهِ، وَيَقُولُ: مَنْ أَهْرَاقَ مِنْهُ هَذِهِ الدَّمَاءَ فَلَا يَضُرُّهُ أَنْ لَا يَتَدَاوَى بِشَيْءٍ لَشَيْءٍ.

[رواه ابن ماجه، واللفظ له ۳۴۸۴ وأبو داود كلاهما في الطب،

وقال محقق ابن ماجه: [إسناده حسن]

حضرت ابو کبشہ انماری رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور اکرم ﷺ سر مبارک پر اور دونوں کندھوں کے درمیان حجامہ لگوا یا کرتے تھے اور فرماتے: جس شخص نے (حجامہ کے ذریعے) اپنا گندہ خون نکلوا دیا تو اب اُسے کوئی خدشہ نہیں اس بات سے کہ وہ کسی بیماری کا کوئی علاج نہ کرے۔

۱۱. عن عبد الرحمن بن أبي أنعم، قَالَ: دَخَلْتُ عَلَى أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ وَهُوَ يَحْتَجِمُ، فَقَالَ لِي: يَا أَبَا الْحَكَمِ! احْتَجِمْ، قَالَ: فَقُلْتُ: مَا احْتَجِمْتُ قَطُّ، قَالَ: أَخْبَرَنِي أَبُو الْقَاسِمِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ الْحَجْمَ أَفْضَلُ مَا تَدَاوَى بِهِ النَّاسُ.

[رواه الحاكم، وقال: صحيح على شرط الشيخين، ووافقه الذهبي]

عبد الرحمن بن ابی انعم رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ میں ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ کے پاس آیا تو وہ حجامہ لگوا رہے تھے مجھے دیکھ کر فرمانے لگے کہ اے ابو الحکم! (ان کی کنیت ہے) تم بھی حجامہ لگوا لو۔ میں نے

کہا کہ میں نے تو کبھی حجامہ نہیں لگوا یا۔ اس پر حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ مجھے حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم نے یہ فرمایا ہے کہ لوگوں کے طریقہ علاج میں سے حجامہ لگوانا بہترین طریقہ علاج ہے۔

۱۲. وعن أبي هريرة رضی اللہ عنہ قال: قال رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: مَنْ احْتَجَمَ لِسَبْعِ عَشْرَةَ مِنَ الشَّهْرِ، كَانَ لَهُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ.

[رواه الحاكم وقال: صحيح على شرط الشيخين، ووافقه الذهبي]

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد نقل کرتے ہیں کہ جو چاند کی سترہ تاریخ کو حجامہ لگوائے تو یہ حجامہ لگوانا ہر بیماری کے لیے شفا ہے۔

حجامہ سے جادو کا علاج

قال ابن القيم في "زاد المعاد" [۴/ ۱۲۵]: وقد ذكر أبو عبيد في كتاب "غريب الحديث" له. بإسناده عن عبد الرحمن بن أبي ليلى: أن النبي ﷺ احتجم على رأسه بقرن حين طُبَّ، قال أبو عبيد: معنى "طُبَّ" أي سَجَرَ.

حضرت عبد الرحمن بن ابی لیلی سے روایت ہے کہ جب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم پر جادو کیا گیا تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنے سر پر حجامہ لگوا یا۔

ابن قیم جوزی رحمۃ اللہ علیہ اپنی کتاب "الطب النبوی" صفحہ نمبر ۱۳۶ میں لکھتے ہیں:

وقد أشكل على هذا من قل علمه، وقال: ما للحجامه والسحر؟ وما الرابطة بين هذا الداء وهذا الدواء؟ ولو وجد هذا القائل بقراط أو ابن سينا أو غيرهما قد نصَّ على هذا العلاج، لتلقاه بالقبول والتسليم، وقال: قد نص عليه من لا يُشكُّ في معرفته وفضله.

یعنی بعض کم علم لوگوں نے اس حدیث پر اشکال کیا ہے کہ کہاں حجامت اور کہاں جادو! اور کیا تعلق ہے اس بیماری اور اس دوا کے درمیان؟ اگر اعتراض کرنے والے بقراط، ابن سینا یا ان جیسے دیگر حکیموں کو دیکھتے، جو حجامہ سے جادو کا علاج کرتے، تو وہ ضرور اس کو مان جاتے۔ ابن قیم رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ حجامہ کے ذریعہ جادو کا علاج ایسی ذات نے کیا ہے، جس کی پہچان اور فضیلت کے بارے میں ذرا بھی شک نہیں کیا جاتا (یعنی حجامہ کے ذریعہ جادو کے علاج میں اعتراض کی کوئی گنجائش نہیں ہے)۔

عورتوں کا حجامہ لگانا اور لگوانا

مردوں کی طرح عورتوں کا حجامہ لگانا اور لگوانا جائز ہے۔ اور ضرورت کے تحت مرد، نامحرم عورت کو حجامہ لگا سکتا ہے اور عورت، نامحرم مرد کو حجامہ لگا سکتی ہے۔

عن جابر رضی اللہ عنہ أَنَّ أُمَّ سَلَمَةَ اسْتَأْذَنَتْ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ فِي الْحَجَامَةِ، فَأَمَرَ النَّبِيُّ ﷺ أَبَا طَيِّبَةَ أَنْ يَحْجِمَهَا. قَالَ: حَسِبْتُ أَنَّهُ قَالَ: كَانَ أَخَاهَا مِنَ الرِّضَاعَةِ، أَوْ غُلَامًا لَمْ يَحْتَلِمِ.

[صحیح، رواہ احمد: ۳/۳۵۰، وابن ماجہ: ۳۴۸۰]

حضرت جابر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ ام المؤمنین حضرت ام سلمہ رضی اللہ عنہا نے رسول اللہ ﷺ سے حجامت (حجامہ لگوانے) کی اجازت چاہی، تو آپ ﷺ نے ابو طیبہ کو حکم فرمایا کہ وہ حضرت ام سلمہ رضی اللہ عنہا کو حجامہ لگائے۔ (راوی کہتے ہیں کہ) میرا خیال ہے ابو طیبہ نے کہا کہ وہ ام المؤمنین حضرت ام سلمہ رضی اللہ عنہا کے رضاعی بھائی ہیں، یا وہ نابالغ تھے۔

ضرورت کے تحت عورتوں کیلئے نامحرم مردوں کا علاج معالجہ کرنا اور اسی طرح مردوں کیلئے نامحرم عورتوں کا علاج معالجہ کرنا جائز ہے۔ بخاری کی درج ذیل روایت سے اس کے جواز کا ثبوت ملتا ہے:

عَنْ الرَّبِيعِ بْنِ مُعَوَّذِ بْنِ عَفْرَاءَ قَالَتْ: كُنَّا بَعْدَ مَعَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ نَسْقِي الْقَوْمَ وَنَحْدُمُهُمْ وَنَرُدُّ الْقَتْلَى وَالْجُرْحَى إِلَى الْمَدِينَةِ.

حضرت ربیع بنت معوذ بن عفراء رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ ہم (خواتین) ایک غزوہ میں رسول اللہ ﷺ

حجامہ کن تاریخوں میں لگانا چاہیے؟ / روزہ کی حالت میں حجامہ لگوانا

کے ساتھ تھیں۔ ہم صحابہ کرام کو پانی پلاتی تھیں اور ان کی خدمت کرتی تھیں اور شہد اور زخمیوں کو واپس مدینہ لے آتی تھیں۔

حافظ ابن حجر رضی اللہ عنہ نے فتح الباری جلد (۱۰) صفحہ نمبر (۱۱۱) میں فرمایا کہ مذکورہ حدیث ”وندادي الجرحى ونرد القتلى“ (یعنی ہم زخمیوں کا علاج اور شہد اکو مدینہ لے آتی تھیں) کے الفاظ سے بھی وارد ہوئی ہے۔ اس حدیث سے عورتوں کیلئے مردوں کے علاج کا جواز ثابت ہوتا ہے تاہم مردوں کیلئے نامحرم عورتوں کا علاج معالجہ اس حدیث پر قیاس کرتے ہوئے ثابت کیا جائے گا۔

لیکن مسئلہ یہ ہے کہ ضرورت کے وقت نامحرم مرد یا عورت کا علاج معالجہ جائز ہے اور ضرورت کے وقت نامحرم مرد یا نامحرم عورت کا دیکھنا اور ہاتھ لگانا جائز ہے۔

حجامہ کن تاریخوں میں لگانا چاہیے؟

قمری مہینے کی ۱۷، ۱۹ اور ۲۱ تاریخوں میں حجامہ لگانا چاہیے۔

عن ابن عباس رضی اللہ عنہما: أَنَّهُ قَالَ: إِنَّ خَيْرَ مَا تَحْتَجِمُونَ فِيهِ يَوْمَ سَبْعَ عَشْرَةَ وَيَوْمَ تِسْعَ عَشْرَةَ وَيَوْمَ إِحْدَى وَعِشْرِينَ.

[صحیح، رواہ الترمذی، صحیح الجامع: ۲۰۶۶]

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا بہترین دن جن میں تم حجامہ لگواتے ہو، وہ (قمری مہینے کے) سترہویں، انیسویں اور اکیسویں دن ہیں۔

روزہ کی حالت میں حجامہ لگوانا

عن ابن عباس رضی اللہ عنہما: قَالَ: احْتَجَمَ النَّبِيُّ ﷺ وَهُوَ صَائِمٌ.

[صحیح البخاری، رقم: ۱۹۳۹]

حضرت عبداللہ ابن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ انہوں نے فرمایا: رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے حجامہ لگوا یا، جبکہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم روزے سے تھے۔

حجامہ لگانے پر اجرت لینا

حجامہ لگانے کے عوض اجرت لینا جائز ہے، جیسا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے عمل سے واضح ہے:

أَخْبَرَنَا حُمَيْدُ الطَّوِيلُ عَنْ أَنَسٍ رضی اللہ عنہ: أَنَّهُ سُئِلَ عَنِ اجْتِزَاءِ الْحَجَامِ، فَقَالَ: اجْتِزَعِمَ رَسُولُ اللَّهِ صلی اللہ علیہ وسلم، حَجَمَهُ أَبُو طَيْبَةَ، وَأَعْطَاهُ صَاعَيْنِ مِنْ طَعَامٍ وَكَلَّمَ مَوْلِيَهُ، فَخَفَّفُوا عَنْهُ وَقَالَ: إِنْ أُمِّثَلْ مَا تَدَاوَيْتُمْ بِهِ الْحِجَامَةَ إلخ. [رواه البخاري، رقم: ۵۶۹۶]

حضرت حمید رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے حجامہ لگانے والے کی کمائی سے متعلق پوچھا گیا، تو انہوں نے فرمایا: رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے حجامہ لگوا یا اور حجامہ ابو طیبہ نے لگایا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے (معاوضہ کے طور پر) اسے دو صاع (3½ سیر) وزن کے برابر اجناس دیے اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ابو طیبہ کے آقا (مالک) سے ابو طیبہ کی آمدنی کا جو حصہ ان کے آقا کے لیے تھا اس کے بارے میں گفتگو فرمائی تو انہوں نے ابو طیبہ کی آمدنی سے اپنے حصے میں کمی کر دی۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: بہترین علاج جسے تم استعمال کرتے ہو حجامہ لگانا ہے۔

حجامہ کے عام فوائد

- ۱- خون صاف کرتا ہے اور حرام مغز (medulla) کو فعال بناتا ہے۔
- ۲- شریانوں پر اچھا اثر ہوتا ہے۔
- ۳- پٹھوں کے اکڑاؤ کو ختم کرنے کے لئے مفید ہے۔

- ۴- دمہ اور پھیپھڑوں کے امراض اور انجانا کے لئے مفید ہے۔
- ۵- سردرد، سر اور چہرے کے پھوڑوں، دردِ شقیقہ اور دانتوں کے درد کو آرام دیتا ہے۔
- ۶- آنکھوں کی بیماریوں اور (conjunctivitis) میں مفید ہے۔
- ۷- رحم کی بیماریوں اور ماہواری کے بند ہو جانے کی تکالیف اور ترتیب سے آنے کیلئے مفید ہے۔
- ۸- گھٹیا، وعرق النساء اور نقرس کے دردوں میں مفید ہے۔
- ۹- فشار خون میں آرام پہنچاتا ہے۔
- ۱۰- کندھوں، سینہ اور پیٹھ کے درد میں مفید ہے۔
- ۱۱- کابلی، سُستی اور زیادہ نیند آنے کی بیماریوں میں مفید ہے۔
- ۱۲- ناسور (ulcers)، دہلیز (furuncles)، مہاسوں (pinpiles) اور خارش میں مفید ہے۔
- ۱۳- دل کے غلاف (pericarditis) اور ورمِ گردہ (nephritis) میں مفید ہے۔
- ۱۴- زہر خورانی میں مفید ہے۔
- ۱۵- مواد بھرے زخموں کے لئے مفید ہے۔
- ۱۶- الرجی میں مفید ہے۔
- ۱۷- جسم کے کسی حصہ میں درد ہو تو اس جگہ لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔
- ۱۸- صحت یاب لوگ بھی کرا سکتے ہیں۔ کیونکہ یہ سنت ہے اور اس میں بیماریوں سے روک ہے۔

ہمارے تجربہ میں جن امراض میں لوگوں کو شفا حاصل ہوئی درج ذیل ہیں

جیسا کہ ہر علاج میں ایک معروف بات ہے کہ بعض مریضوں کو مکمل فائدہ ہوتا ہے اور بعضوں کو کم فائدہ ہوتا ہے اور بعضوں کو عارضی فائدہ ہوتا ہے کیونکہ شفا اللہ تعالیٰ کی طرف سے ہے۔

- ۱- خاص طور پر دوسرے۔
- ۲- ٹینشن کی وجہ سے درد۔
- ۳- ڈپریشن۔
- ۴- شقیقہ (Migraine)۔
- ۵- کندھوں کا درد۔
- ۶- گردوں کا درد۔
- ۷- بلڈ پریشر۔
- ۸- سر میں چکر آنا۔
- ۹- کان کے اندر آوازیں آنا۔
- ۱۰- کمر کا درد۔
- ۱۱- عرق النساء۔
- ۱۲- ایڑھی کا درد۔
- ۱۳- لاتوں کا درد۔
- ۱۴- نفسیاتی مرض۔
- ۱۵- سحر (جادو)۔
- ۱۶- برص کی بیماری میں افاقہ ہوتا ہے۔
- ۱۷- گھٹنوں کا درد۔
- ۱۸- الرجی۔
- ۱۹- کسی بھی مقام پر درد ہو، وہاں حجامہ لگایا جائے انتہائی مفید ہے۔

حجامہ لگانے کیلئے ضروری اشیا

- ۱- دستانے (صرف ایک مرتبہ استعمال کریں)۔
- ۲- نشو پتیر۔
- ۳- صرف ایک بار نیا بلیڈ استعمال کیا جائے۔
- ۴- گلاس، حجامہ لگانے کے لئے۔

حجامہ لگانے کا طریقہ

- ۱- ہاتھوں پر دستانے چڑھالیں درد کے مقام کی جلد کو اچھی طرح صاف کر لیں۔ بال ہوں تو انہیں سینٹی ریزر سے صاف کر دیں ورنہ گلاس چلنے پر نہیں چپکے گا۔ گلاس کے اندر چھوٹا سا نشو پتیر جلا کر ڈال دیں اور گلاس کو درد کی جگہ پر رکھ کر ہاتھ سے دبائے رکھیں، نشو پتیر کے جلنے سے گلاس کے اندر کی آکسیجن ختم ہو جائے گی۔ اندر خلا ہوگا اور باہر کی ہوا کے دباؤ کے باعث گلاس جلد پر چپک جائے گا، اندرونی دباؤ کے باعث مریض کی جلد ابھر کر گلاس کے اندر نصف کرہ کی شکل میں چلی جائے گی، جسم کا خون جلد کی سطح پر آ کر جمع ہو جائے گا۔
- ۲- گلاس کو ایسے ہی 5 منٹ چپکا رہنے دیں اور پھر انگلی کی مدد سے اسے الگ کر دیں۔
- ۳- جلد کے ابھرے ہوئے حصہ پر تھوڑے تھوڑے فاصلہ سے بلیڈ سے ہلکے ہلکے چیرے لگا دیں، لیکن یہ چیرے نسوں اور رگوں کے قریب مت لگائیں۔
- ۴- جب بلیڈ کو اس کے غلاف سے نکالیں تو اس کی دھار کو ہاتھ نہ لگے اس معاملہ میں مکمل احتیاط کریں۔
- ۵- اب ایک مرتبہ پھر نشو پتیر میں آگ لگا کر گلاس کے اندر رکھ دیں، تاکہ آکسیجن کے

جلنے سے اس کے اندر خلا پیدا ہو جائے، گلاس کو اسی سرخ دائرہ والی جلد پر دوبارہ چپکا دیں، خلا کے دباؤ کے باعث چیرہ کے اندر سے خون رِس رِس کر گلاس میں جمع ہونے لگے گا، گلاس کو اسی حالت میں پانچ منٹ تک رہنے دیں، یہاں تک کہ اس کے اندر خون جمع ہو کر جمنے لگے پھر گلاس کو نکال دیں۔

۶- بہتر یہ ہے کہ جامہ انہی دنوں میں لگایا جائے، جو اللہ کے رسول ﷺ نے بتلائے ہیں، یعنی چاند کی ۱۷، ۱۹ اور ۲۱ تاریخ کو، تاہم ضرورت کے تحت کسی دن بھی لگایا جا سکتا ہے۔

۷- جامہ صبح سویرے لگانا بہتر ہے۔ تاہم ضروری ہے کہ انسان خالی پیٹ ہو۔ کھانے کے 4 گھنٹے بعد اور مشروبات پینے کے 1½ گھنٹے بعد انسان کا معدہ خالی ہو جاتا ہے لہذا اگر اس کا اہتمام کر لیا جائے تو مضائقہ نہیں۔

۸- جامہ کا عمل مکمل ہو جانے کے بعد دستانے، ریزر بلیڈ اور گلاس کو احتیاط کے ساتھ ضائع کر دیں اور انہیں دوبارہ استعمال مت کریں، اور بہتر یہ ہے کہ انہیں زمین میں نیچے دبا دیں جیسا کہ آپ ﷺ نے حکم فرمایا۔

۹- جامہ لگانے کے بعد غسل کر لیں، یہ مستحب ہے اور ایک گھنٹہ تک کچھ نہ کھائیں۔

۱۰- چونکہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا ہے کہ اپنے مریضوں کا علاج صدقہ سے کرو، اس لیے ہم اپنے مریضوں کو تلقین کرتے ہیں کہ کچھ صدقہ کر دیں، اور شکرانے اور شفا کی نیت سے دو رکعت نفل پڑھ لیں، کہ اللہ تعالیٰ نے ہمیں سنت پر عمل کرنے کی توفیق نصیب فرمائی۔

تنبیہ: اس کا اہتمام کیا جائے کہ گلاس جو استعمال کیا گیا ہے کسی دوسرے فرد پر نہ استعمال کیا جائے کیونکہ ایسا کرنے سے ہپاٹائٹس B اور C اور ایڈز کے لگنے کا خطرہ

ہے۔ جامہ لگانے کیلئے کئی قسم کے آلات مارکیٹ میں دستیاب ہیں، ایسے آلات بہت خطرناک ہیں کیونکہ وہ گلاس بار بار استعمال کیا جاتا ہے۔ لہذا انہیں استعمال کرنے سے قطعی طور پر گریز کیا جائے۔

جامہ کے لئے احتیاطی تدابیر

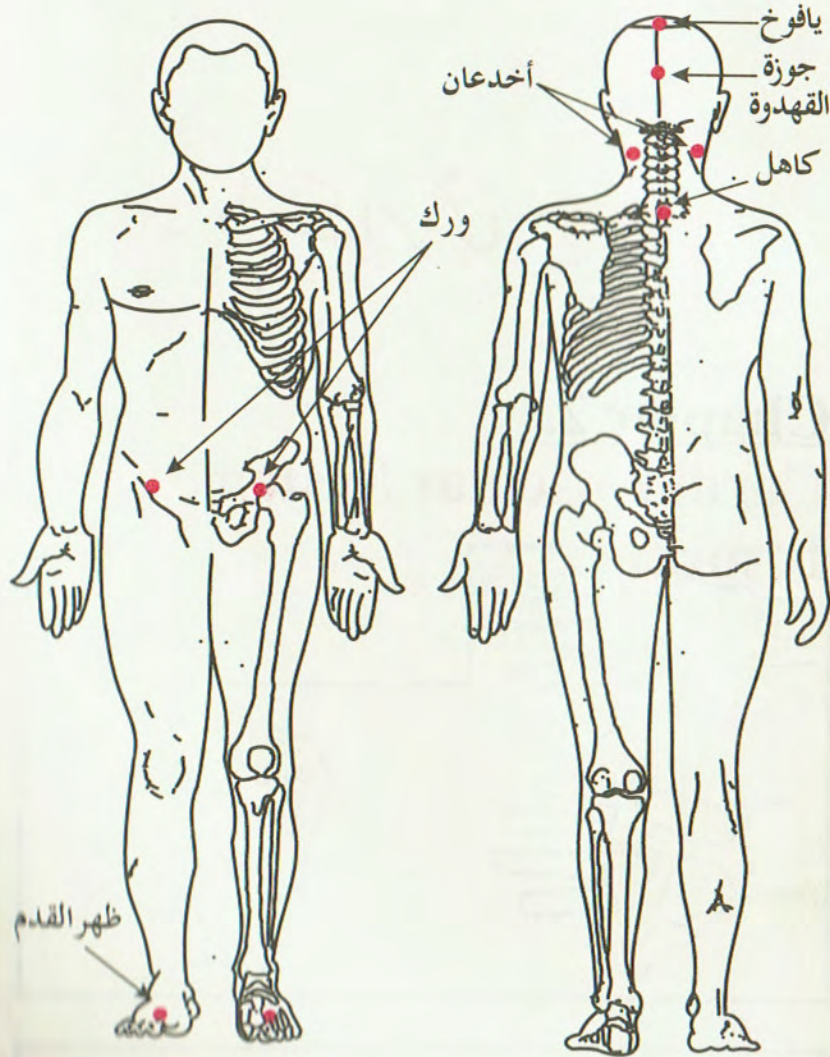
- ۱- کمزور اور بہت زیادہ دبلے افراد جامہ نہ لگوائیں۔
- ۲- معمر افراد جو کہ بہت کمزور ہیں اس وقت تک جامہ نہ لگوائیں، جب تک اشد ضرورت نہ ہو۔
- ۳- پانی کی کمی کا شکار (dehydration) بچوں کو جامہ نہ لگوائیں۔
- ۴- جگر کے شدید امراض میں مبتلا اشخاص جامہ نہ لگوائیں۔
- ۵- اسقاط کی مریضہ جامہ نہ لگوائیں۔
- ۶- غسل کے فوری بعد جامہ نہ لگوائیں۔
- ۷- تپتے ہو جانے کے فوری بعد جامہ نہ لگوائیں۔
- ۸- گردہ کی صفائی کروانے والے مریض جامہ نہ لگوائیں۔
- ۹- دل کا (Valve) تبدیل کروانے والے حضرات جامہ نہ لگوائیں۔ البتہ کسی ماہر کی نگرانی میں ایسا کر سکتے ہیں۔
- ۱۰- جامہ لگوانے کے فوری بعد (ایک گھنٹہ تک) کچھ کھانے سے احتراز کریں۔
- ۱۱- گھٹنے پر سوجن ہونے کی صورت میں جامہ اس کے اوپر نہیں بلکہ ہٹا کر لگانا چاہیے۔
- ۱۲- پیر کی رگیں سوجی ہوں تو جامہ اس حصہ سے دور لگائیں اور بہت زیادہ احتیاط کریں۔
- ۱۳- (hemophilia) اور خون کی بیماریوں میں جن میں خون رکتا نہیں پھیرا لگا کر

- ۱۲- حجامہ نہیں لگانا چاہیے۔ (اس فن کے ماہرین اس کا علاج کر سکتے ہیں)
- ۱۳- کم فشار خون (low blood pressure) کے مریضوں کی صورت میں کمر کے قریب کی ریڑھ کی ہڈیوں کے قریب حجامہ نہیں لگانا چاہیے۔ حجامہ وقفہ وقفہ سے لگانا چاہیے۔ ایک ہی وقت میں ایک یا دو سے زیادہ حجامہ نہیں لگانا چاہیے۔
- ۱۵- خون کی کمی کے مریضوں کو ایک کے بعد دوسرا حجامہ لگاتے وقت ان کی جسمانی کیفیت اور قوت برداشت کو مد نظر رکھنا چاہیے۔ بے ہوشی کی حالت میں حجامہ کے تمام آلات ہٹالیں اور مریض کو بیٹھا مشروب پلائیں۔
- ۱۶- کسی نئے مریض کو حجامہ لگانے سے پہلے اُسے نفسیاتی طور پر تیار کر لینا چاہیے۔ ایسا کرنے کے لئے بہترین طریقہ یہ ہے کہ اسے کسی دوسرے مریض کو حجامہ لگتے دکھائیں اور حجامہ کے فوائد پر روشنی ڈالیں۔
- ۱۷- حاملہ عورت کو ابتدائی تین مہینوں میں حجامہ نہیں لگانا چاہیے۔
- ۱۸- حجامہ لگانے سے قبل مریض سے اس کی مندرجہ ذیل بیماریوں کے بارے میں تحقیق ضرور کر لیں ذیابیطس، دل کے امراض، جگر کے امراض، سرطان، رباط کی ٹوٹ پھوٹ (ligament Rupture) اور گھٹنوں کا درم۔
- ۱۹- عورت کے لئے حجامہ لگانے والے کا محرم یا پھر کوئی اور عورت حجامہ لگائے۔ بصورت مجبوری مرد بھی لگا سکتا ہے۔
- ۲۰- خون کا عطیہ دینے والے کو فوراً حجامہ نہیں لگانا چاہیے، بلکہ دو تین دن کے بعد لگائیں۔
- ۲۱- نشہ آور ادویات کھانے والے کو حجامہ نہیں لگانا چاہیے، جب تک کہ وہ ان کا استعمال ترک نہ کر دے۔ اسی طرح خوف زدہ شخص کو بھی حجامہ نہ لگائیں، جب تک کہ وہ پرسکون نہ ہو جائے۔

- ۲۲- اگر کسی مریض نے دل میں (pace maker) لگوا رکھا ہو، تو اس کے دل پر حجامہ مت لگائیں۔
- ۲۳- خون کو پتلا کرنے والی ادویات (Asprin, Clopidogret, Warfarin) استعمال کرنے والے مریض حجامہ نہ لگوائیں۔ جب تک ان ادویات کو چھوڑ نہ دیں اور خون اپنی اصل حالت میں نہ آجائے۔
- ۲۴- (diabetes) کے مریض کو جب حجامہ لگانا ہو تو اس صبح اس کی شکر (شوگر) ٹیسٹ کر لیں، شوگر تقریباً 100 mg ہونی چاہیے اور چیرے بالکل ہلکے لگائیں۔
- نوٹ:** Dry Cupping (خشک پچھنا) وہ ہے جن کے اندر چیرا نہیں لگایا جاتا ہے۔ ہمارا تجربہ یہ ہے کہ یہ زیادہ مفید نہیں ہے۔ کیونکہ آپ ﷺ نے فرمایا جس کا مفہوم یہ ہے کہ شفا کاٹنے والے بلیڈ کی دھار میں ہے۔

سنت مقامات جہاں آپ ﷺ نے خود حجامتہ کروایا

1. THE SUNNAH HIJAMAH SITES

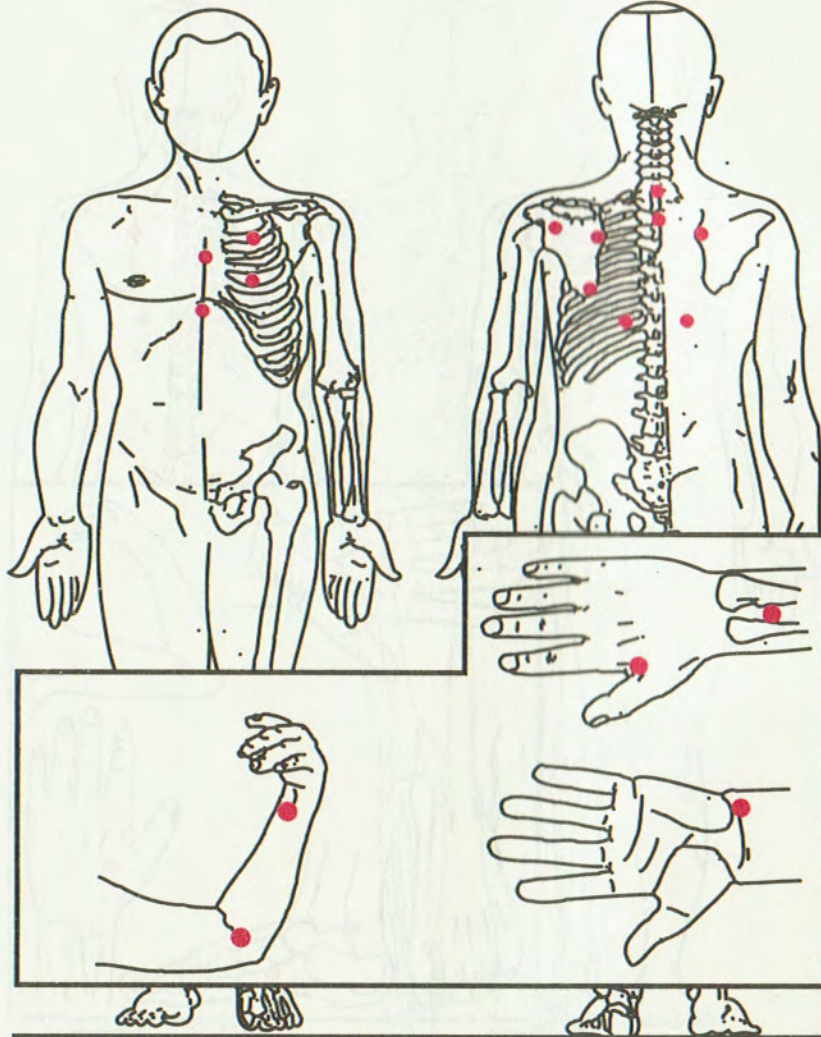


۱۔ سنت مقامات جہاں آپ ﷺ نے
خود حجامتہ کروایا

Chapter 1.
The Sunnah Hijamah Sites

عام دل کے امراض میں

CARDIOVASCULAR DISORDERS



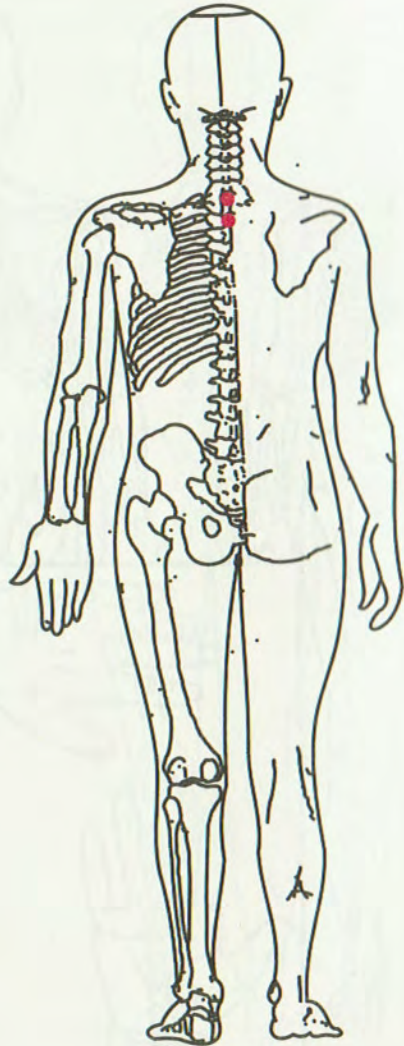
نوٹ: حجامت سات سے آٹھ مرتبہ کیا جائے یا طبیب کے فیصلے کے مطابق، وقفہ ایک یا دو ہفتے یا مہینے سے۔

۲۔ دل کے امراض

Chapter 2. Cardiovascular System Disorders

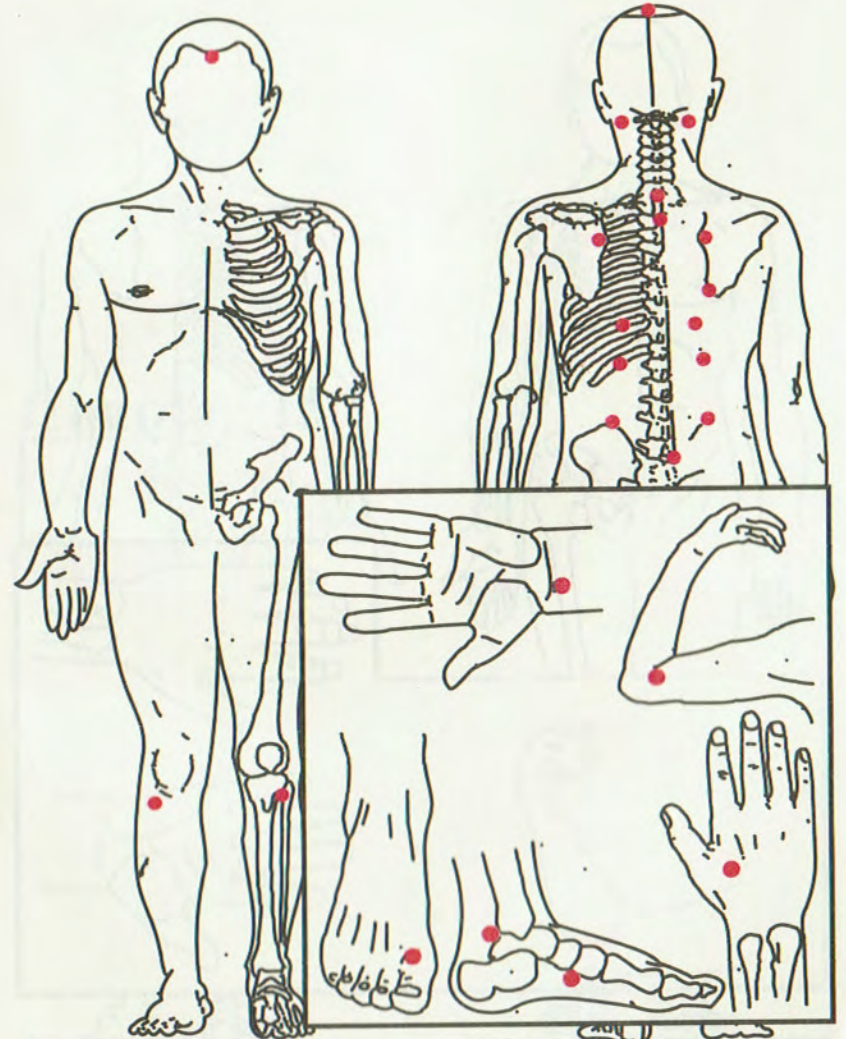
بلڈ پریشر کا کم ہو جانا

HYPOTENSION



ہائی بلڈ پریشر

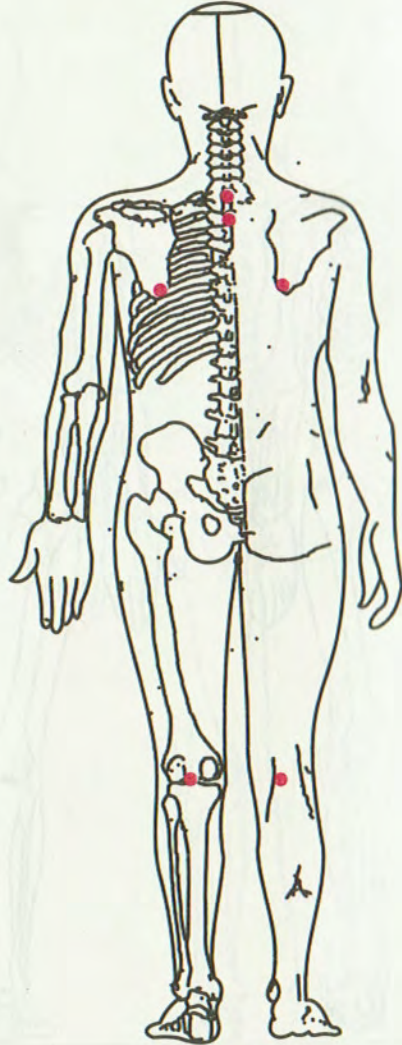
HYPERTENSION AND HYPERTENSIVE CRISIS



نوٹ: کم از کم آٹھ یا دس مرتبہ جملہ کرنا چاہیے، وقفہ دو گھنٹوں کے درمیان میں دو ہفتہ یا مہینہ یا طیب کے سمجھ کے مطابق۔

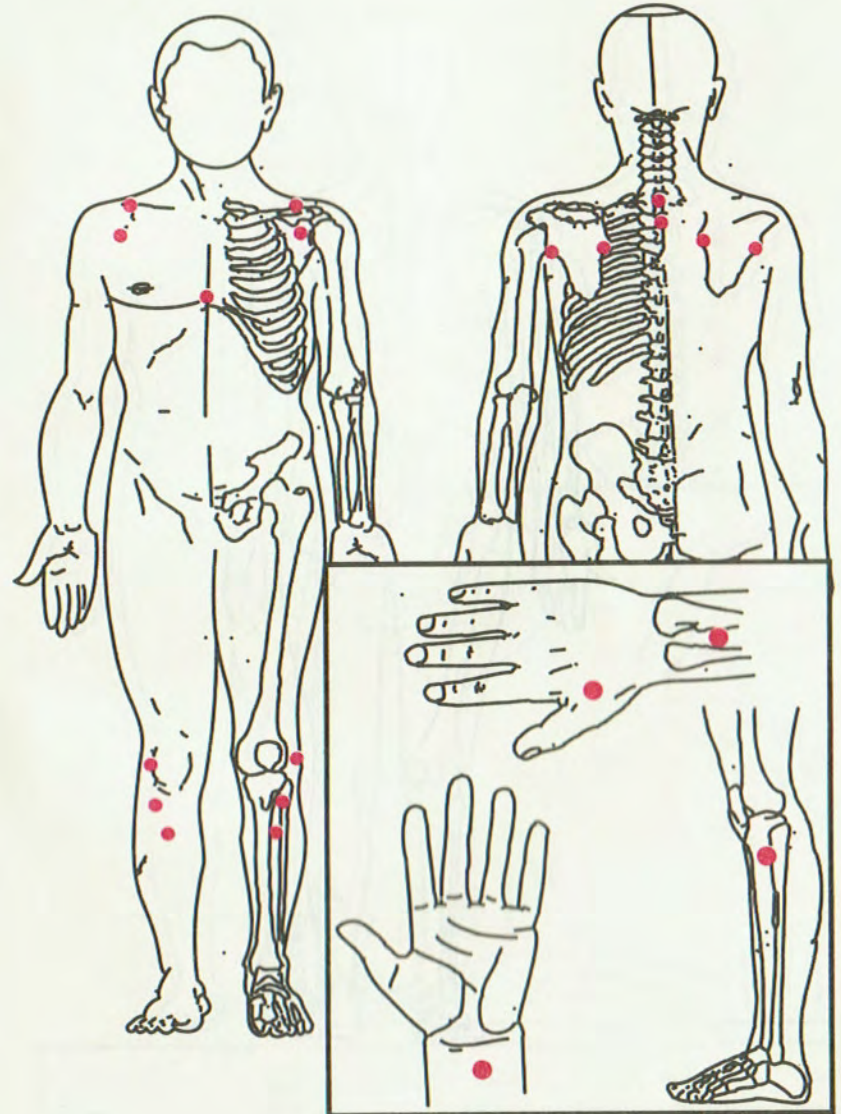
کولیسٹرول کا زیادہ ہونا

HYPER CHOLESTEROLEMIA



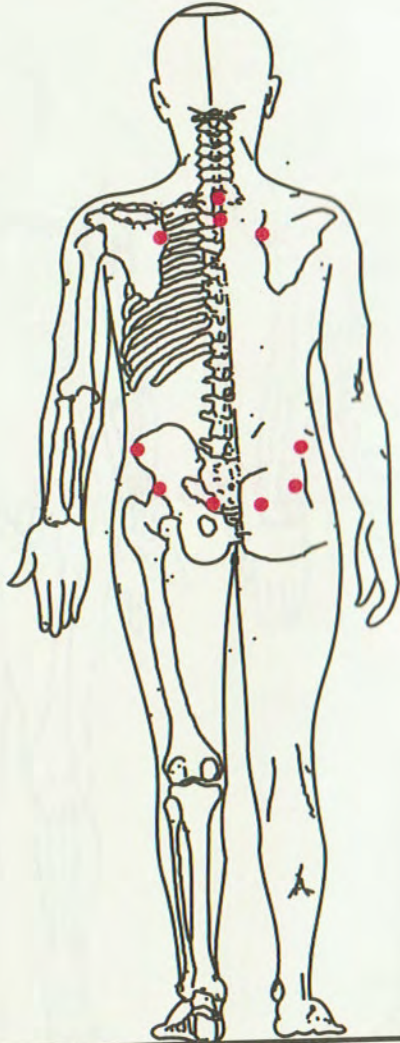
سینے میں درد

CHEST PAIN



پاؤں کی رگوں کا پھول جانا

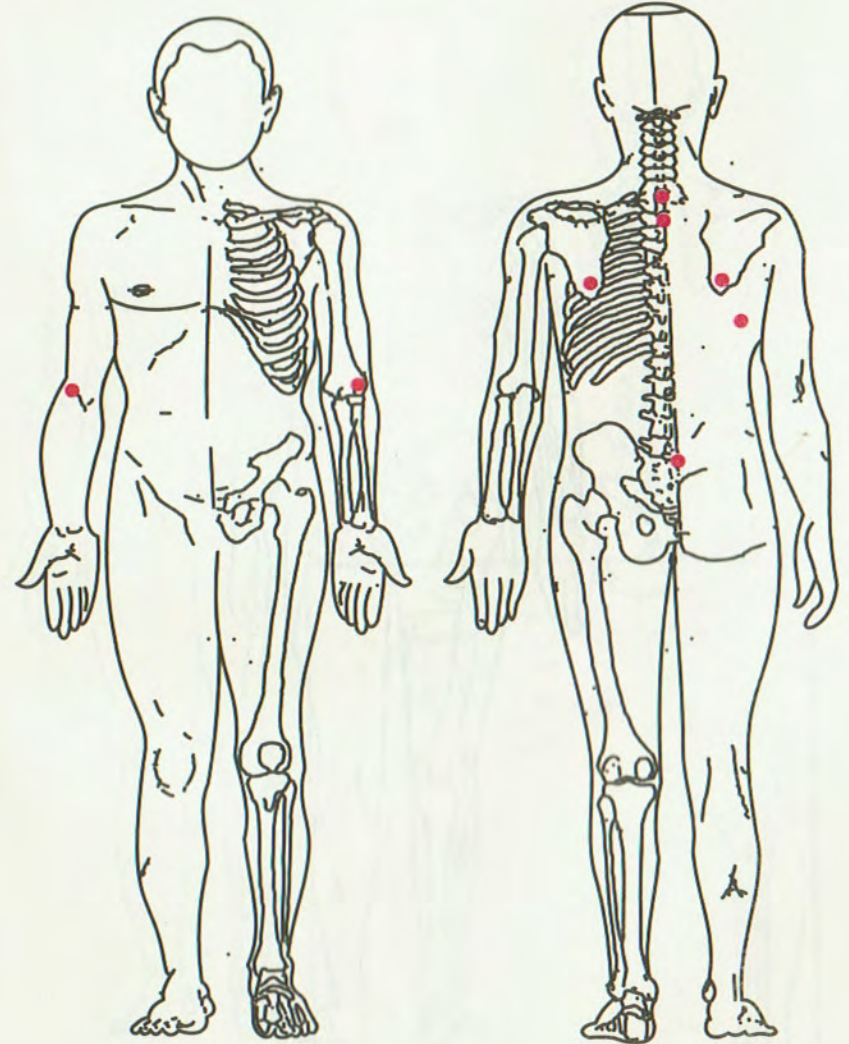
VARICOSE VEINS



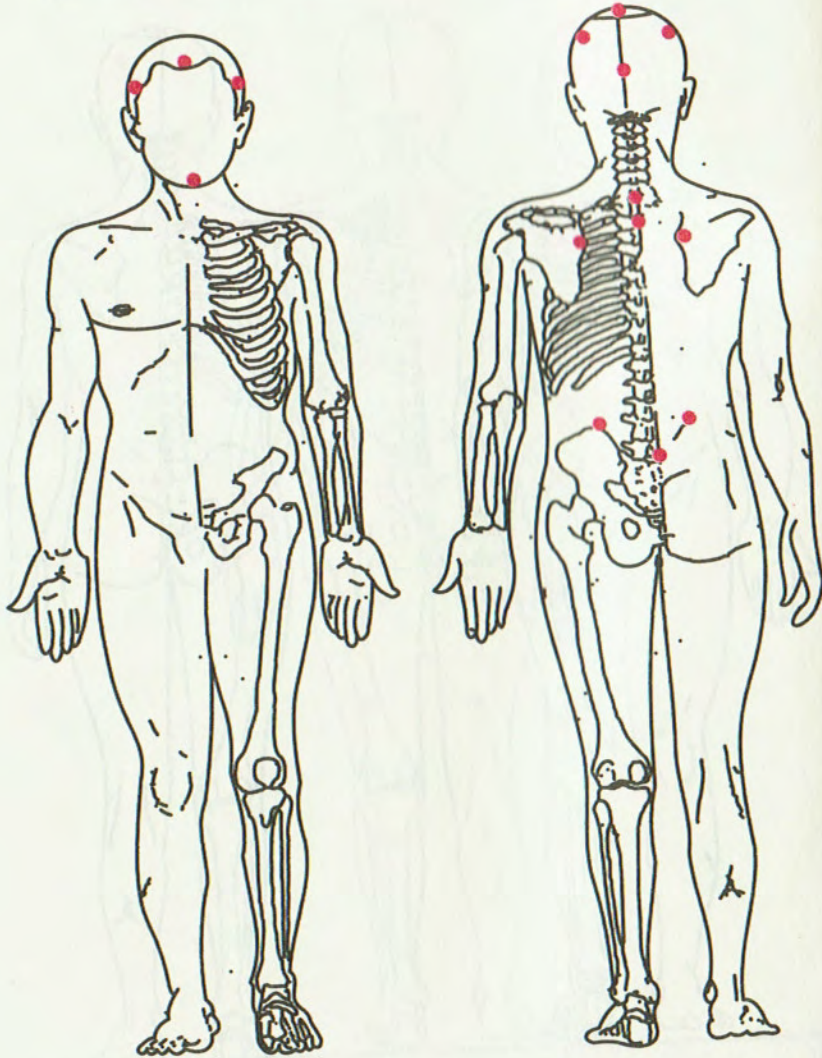
نوٹ: مریض کو تین سے ساٹھ مرتبہ حمام کرنا چاہیے مگر رگوں کے اوپر نہ لگایا جائے البتہ دائیں اور بائیں۔

خون کے دوران میں کمی

DISORDERS OF BLOOD CIRCULATION



دورے اور مرگی
SEIZURES AND EPILEPSY

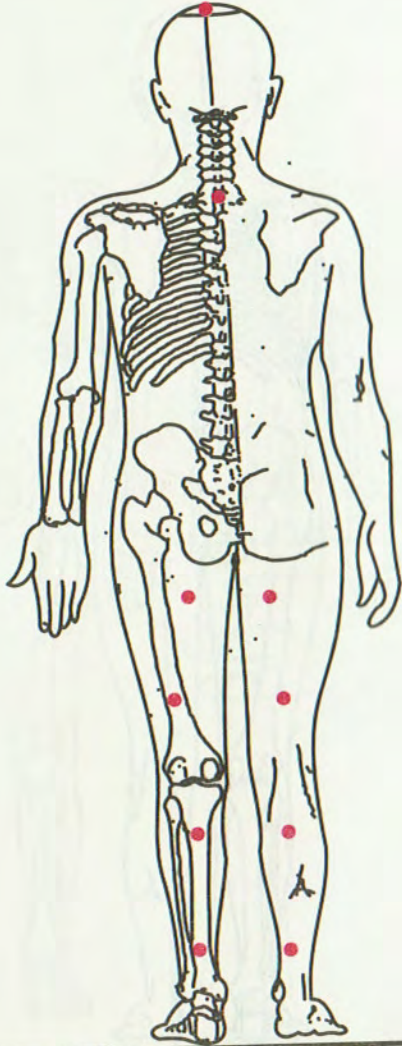


۳۔ اعصابی امراض

Chapter 3.
Neurologic Disorders

دونوں لاتوں میں فالج

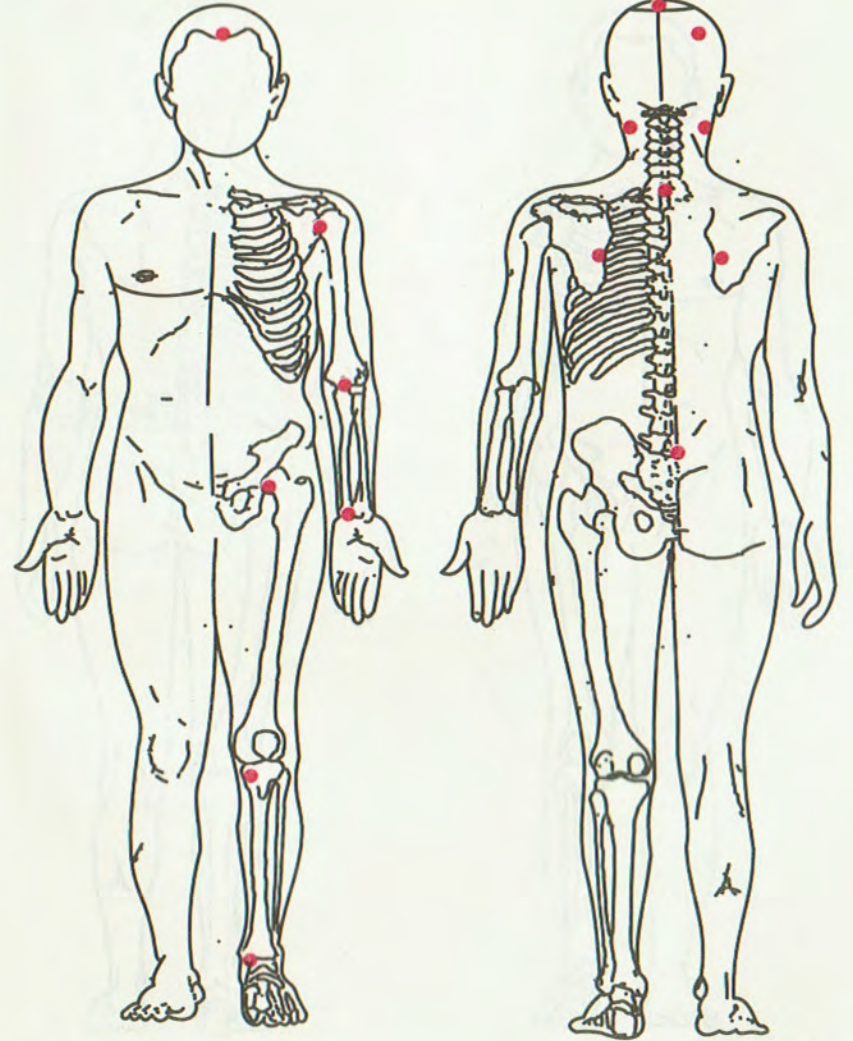
PARAPLEGIA



نوٹ: حجامتہ کے اُس مقام پر ریڑھ کی ہڈی پر کرنا چاہیے جہاں حرام مفض پر نقص آیا ہے۔

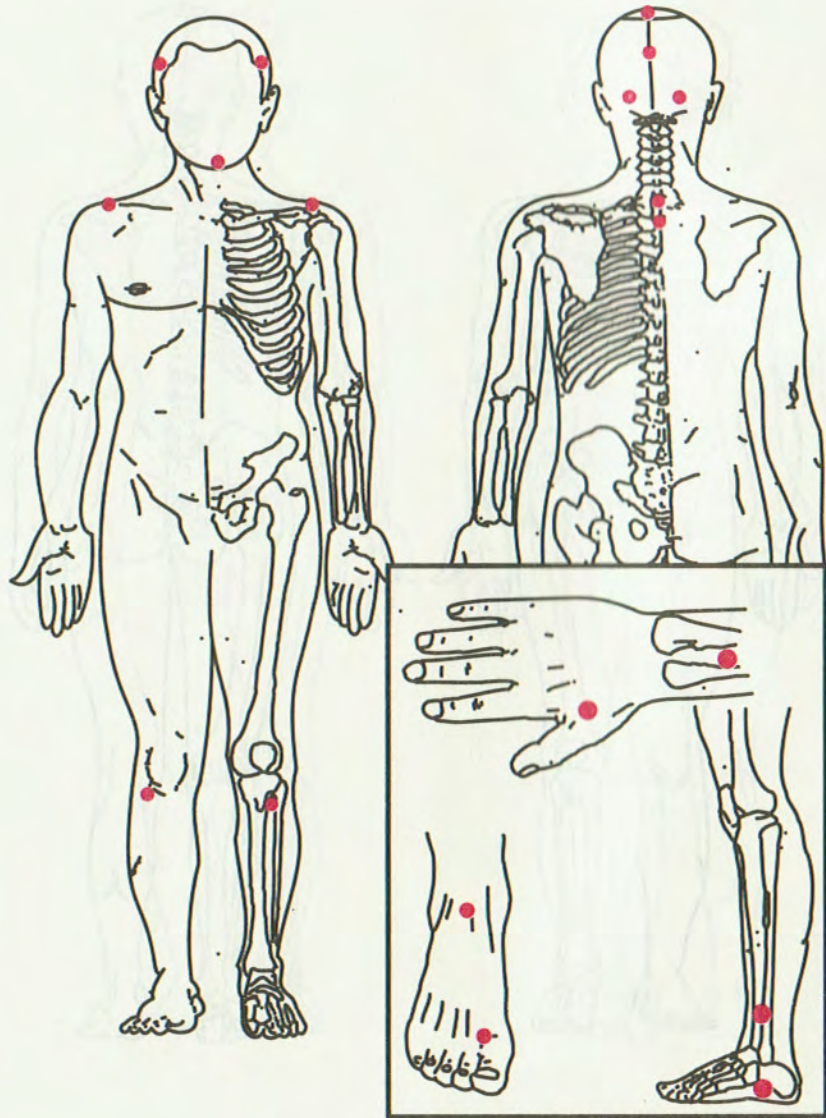
فالج

HEMIPLEGIA



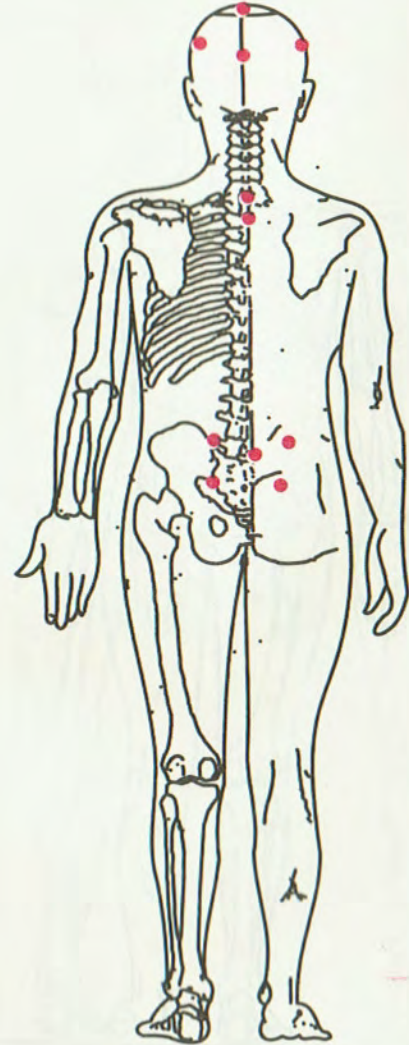
شقیقہ

MIGRAINE



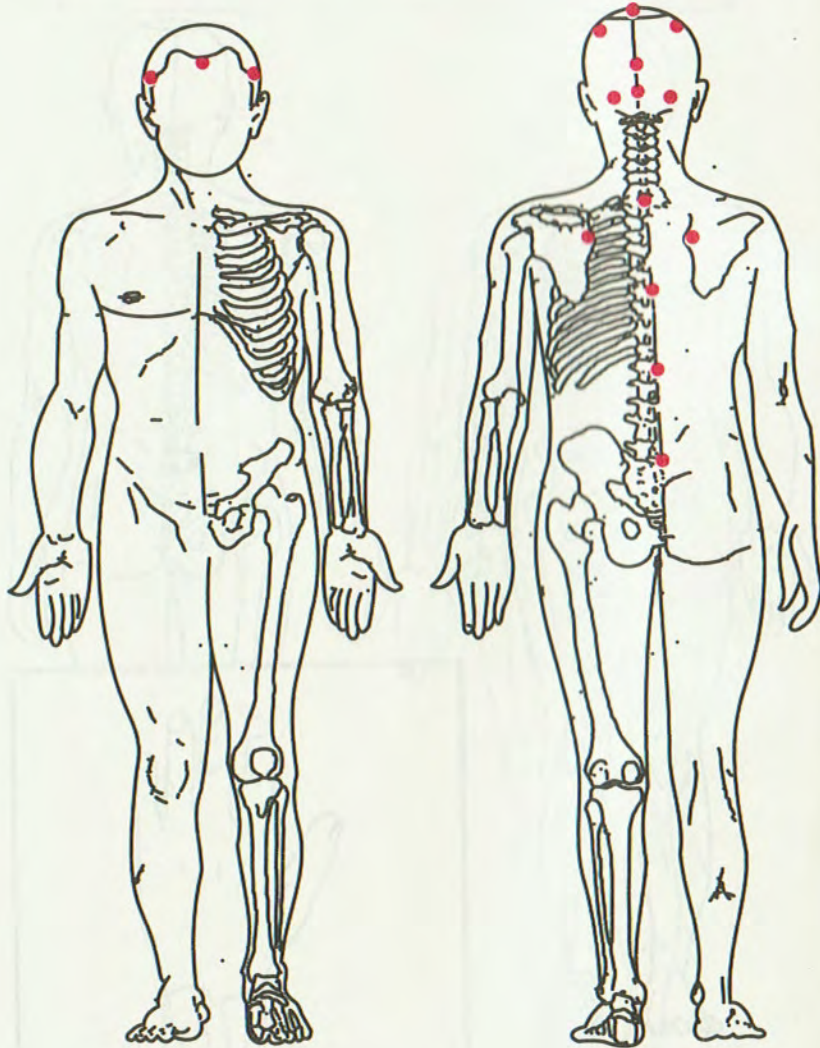
دونوں بازوؤں اور دونوں لاتوں میں فالج

QUADREPLEGIA



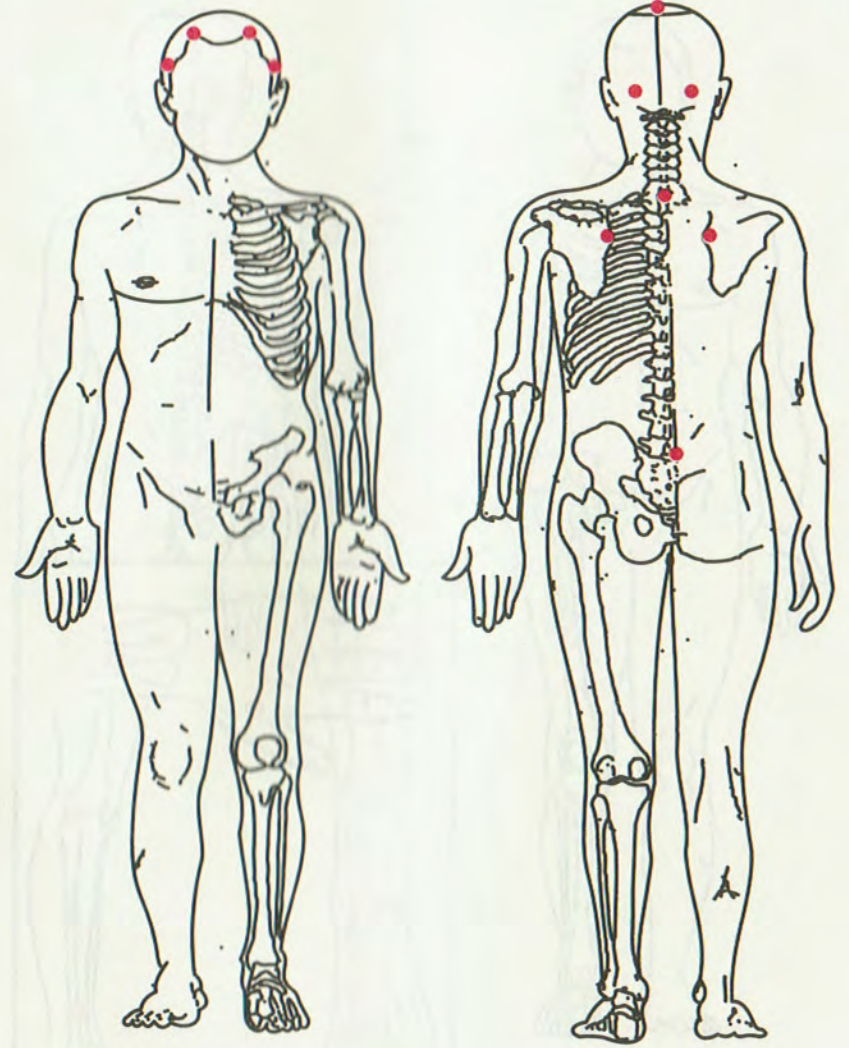
پیدائش کے دوران دماغ میں نقصان کی وجہ سے فالج

CEREBRAL PALSY

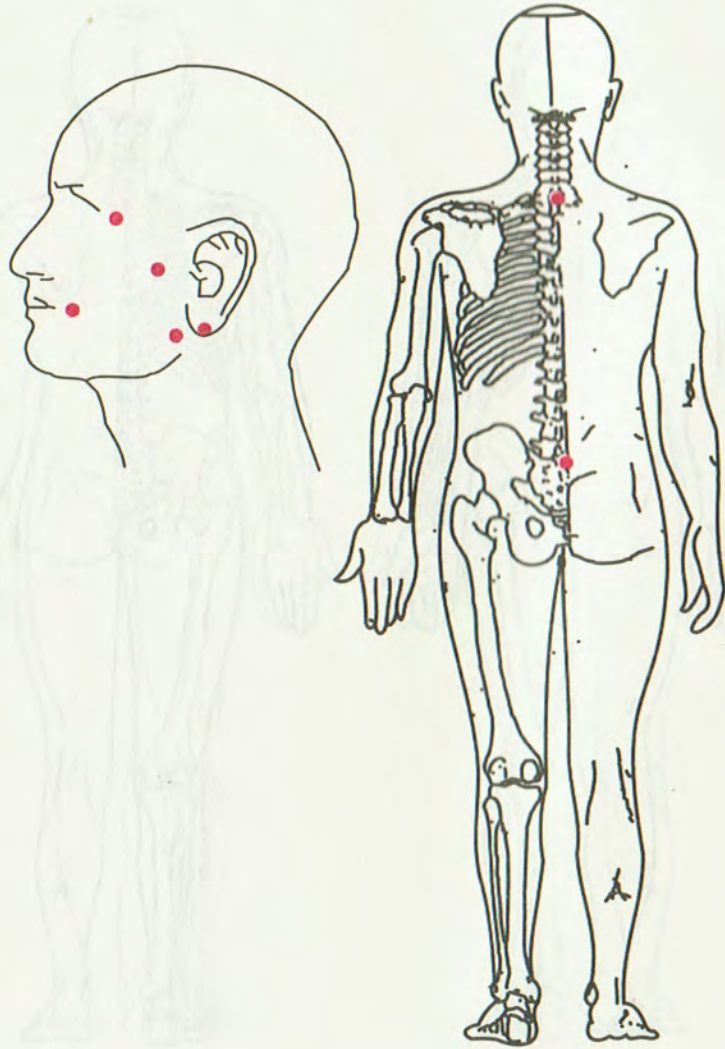


سرکارد

HEAD ACHE

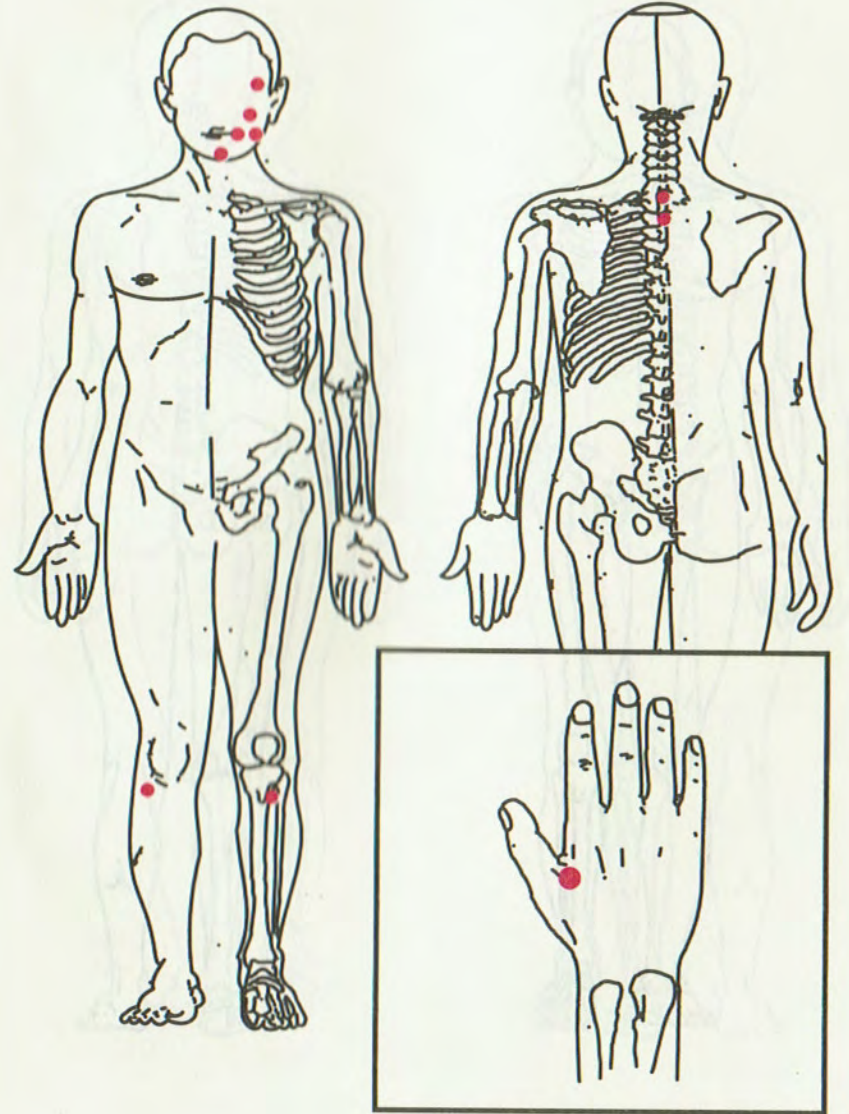


چہرے کے اعصاب میں نقص
TRIGEMINAL NEURALGIA



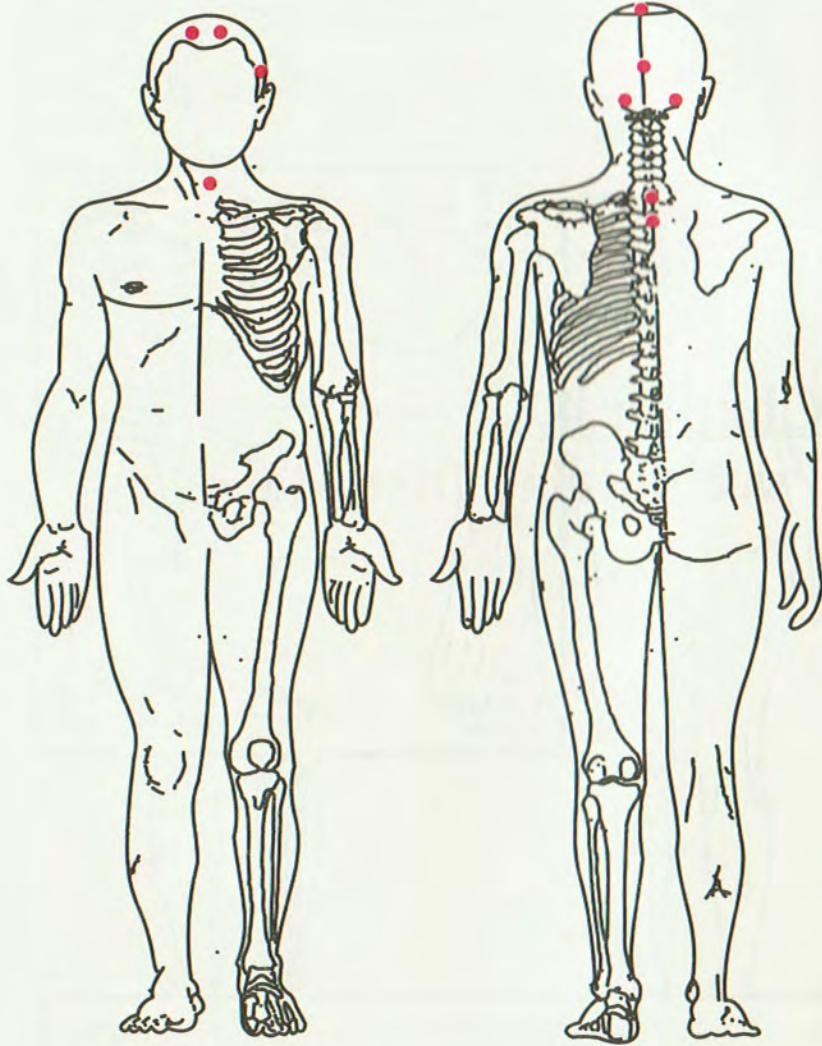
چہرے کا لقوہ

FACIAL PALSY



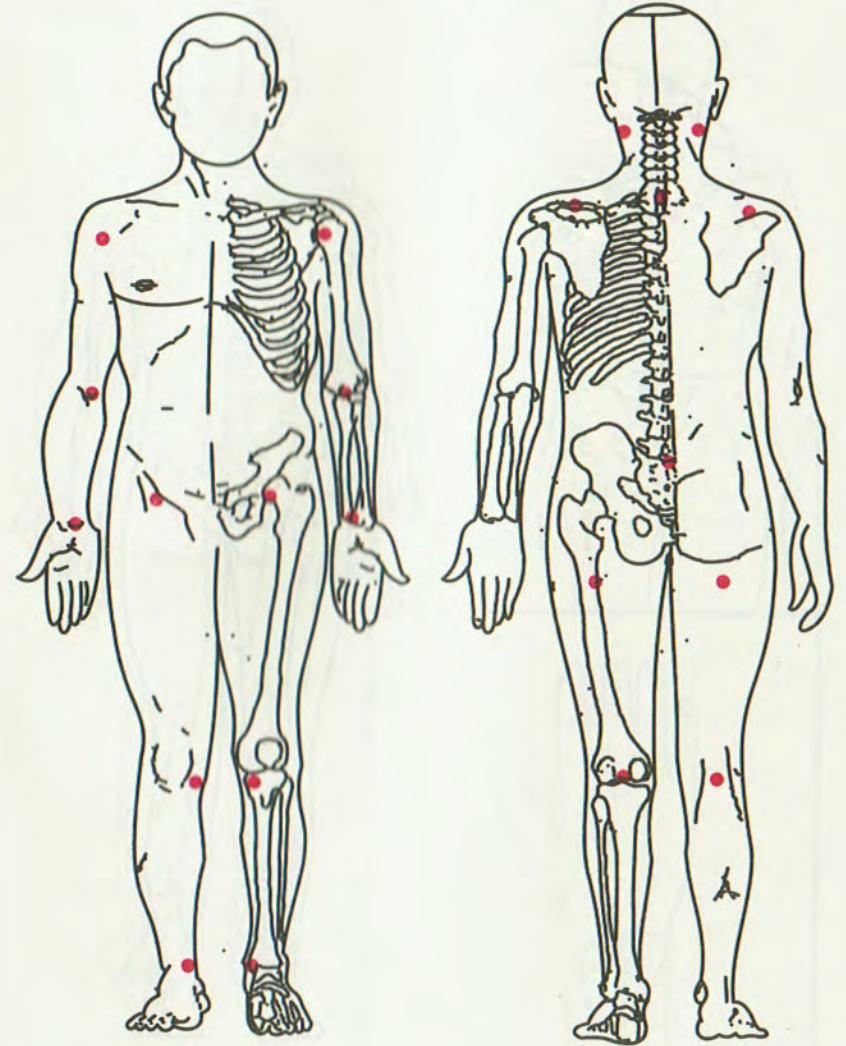
بولنے کے امراض

SPEECH DISORDERS



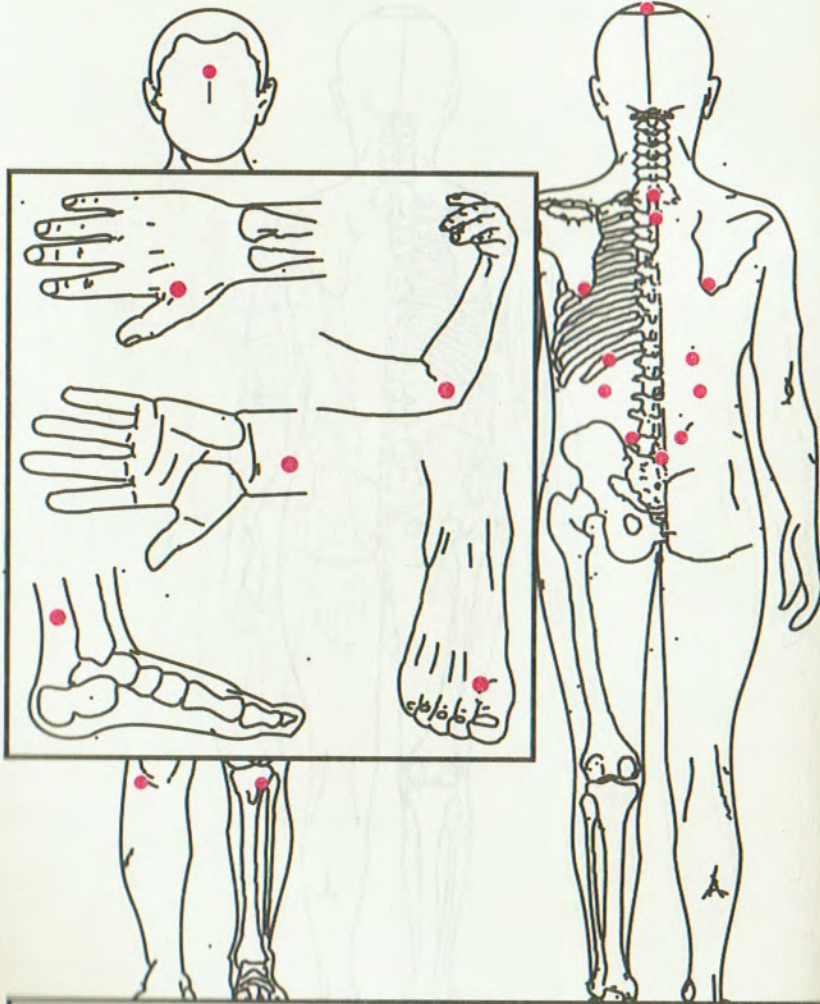
اعضائے اعصاب میں نقص

PERIPHERAL NEUROPATHY



ڈپریشن، قلق

DEPRESSION, ANXIETY



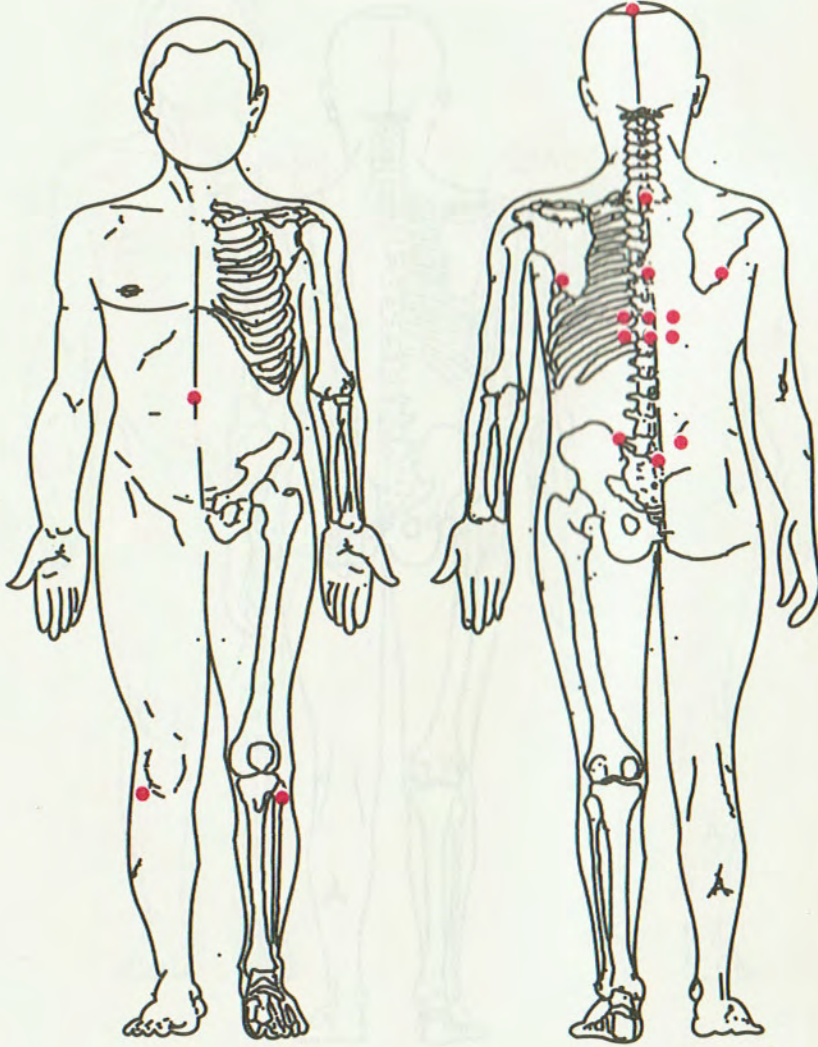
نوٹ: ان امراض میں کم از کم سات مرتبہ تجاوتہ کرنا چاہیے، وقتہ دو جہاموں کے درمیان میں دو ہفتہ یا ماہیہ یا ماہیہ ہا
 سمجھ کے مطابق۔

۴۔ نفسیاتی امراض

Chapter 4. Psychiatric Disorders

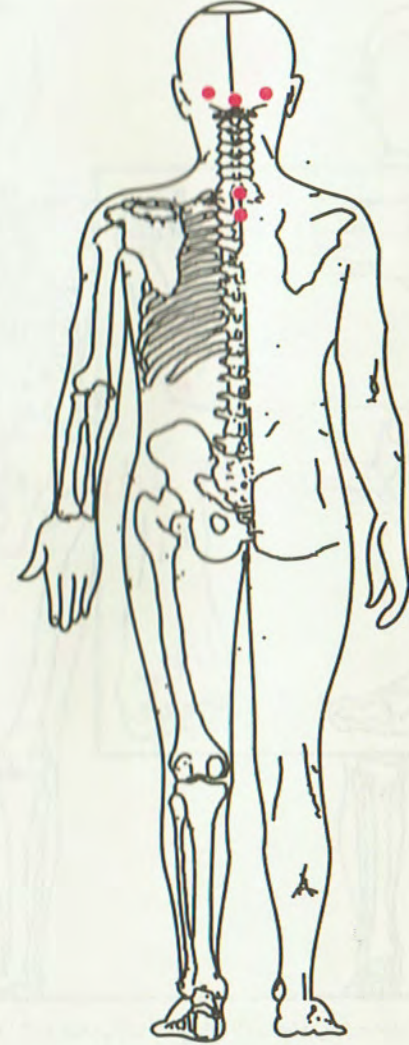
نیندگی کمی

INSOMNIA

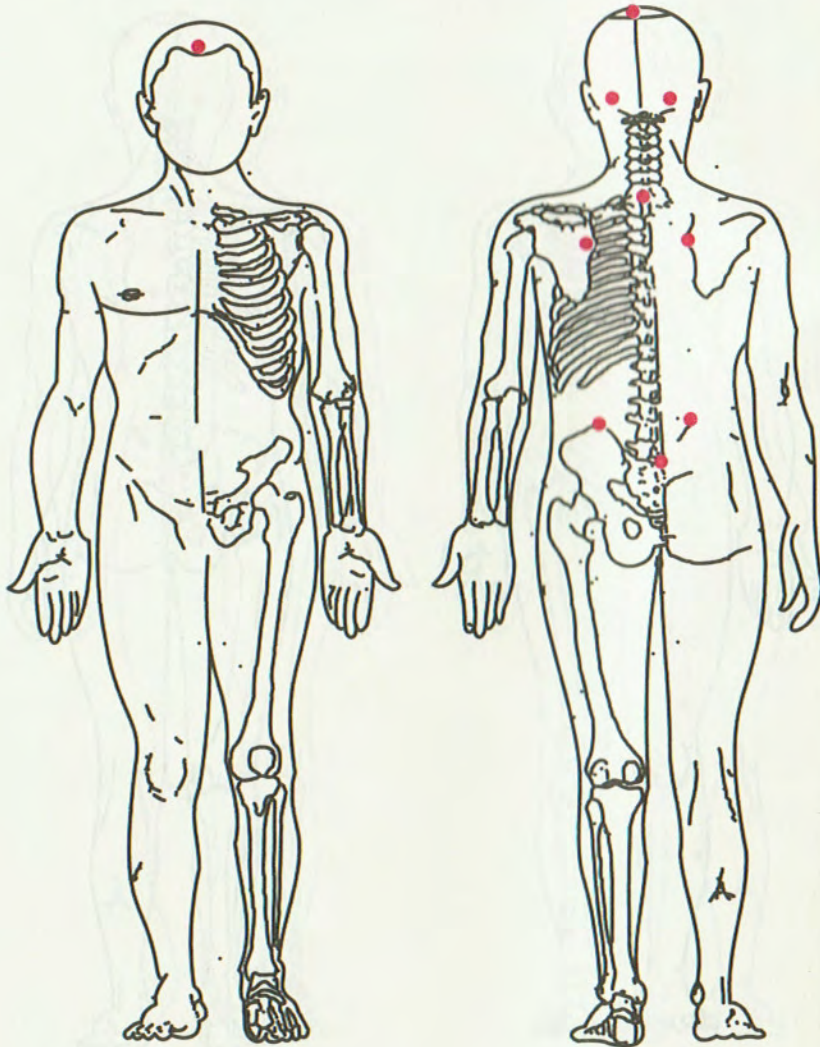


یادداشت کا کمزور ہو جانا

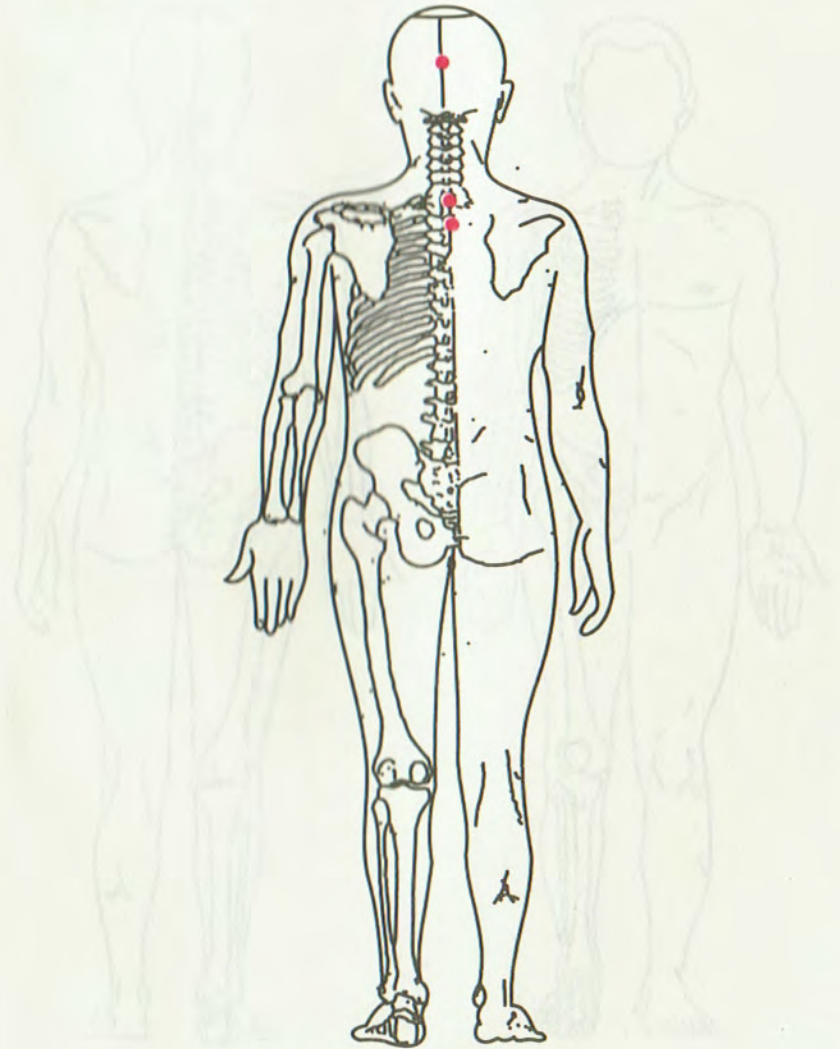
MEMORY DISORDERS



دماغی کمزوری
MENTAL RETARDATION

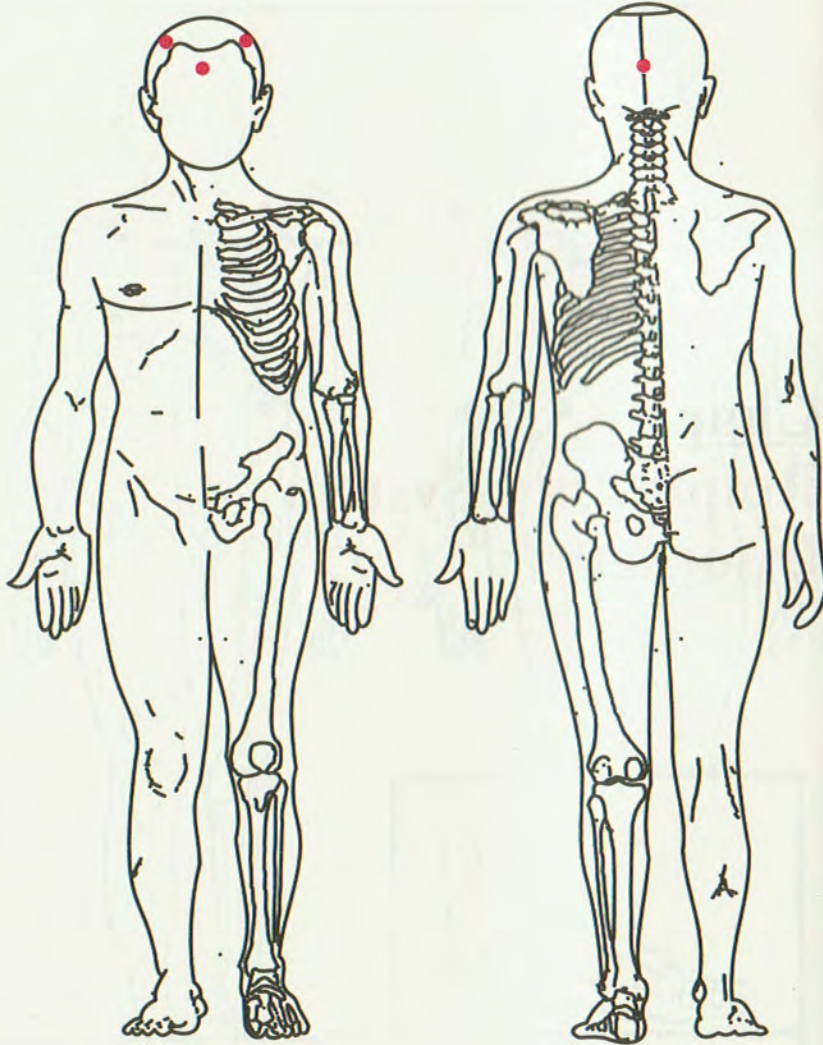


نیند کا زیادہ آنا
EXCESSIVE SLEEP



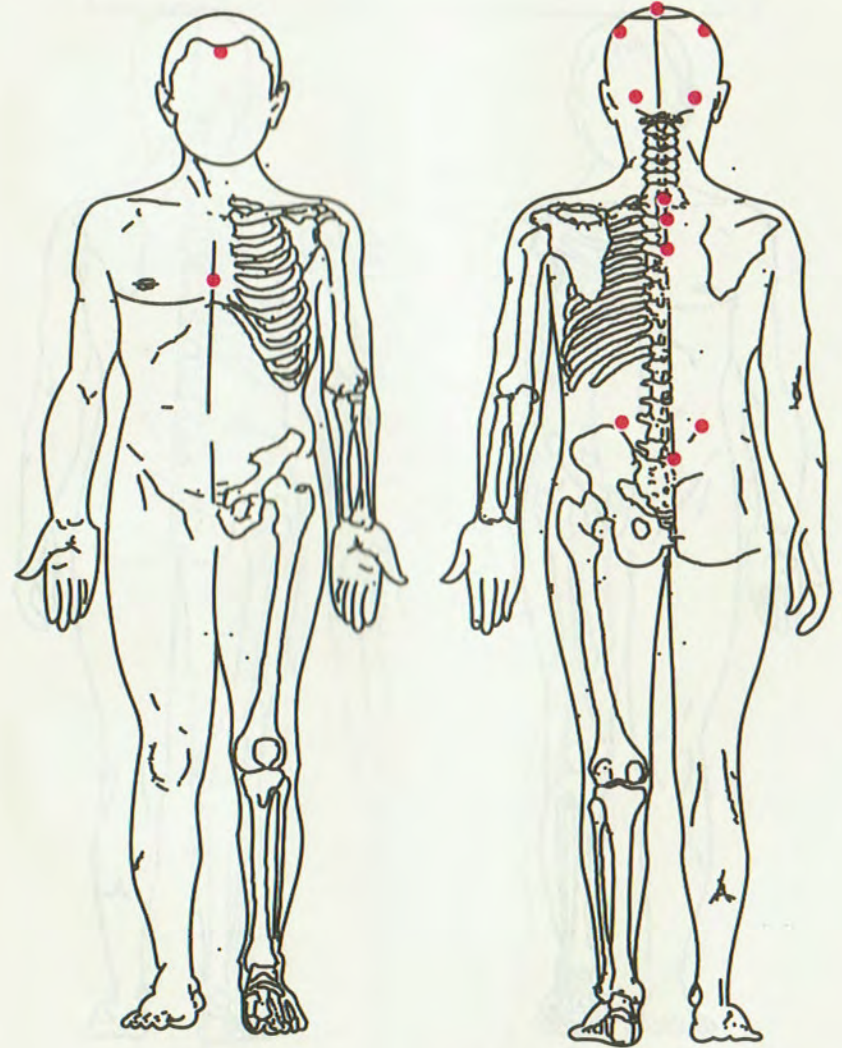
نفسیاتی امراض میں حجامتہ کے عمومی مقامات

GENERAL HIJAMAH SITES IN PSYCHIATRY



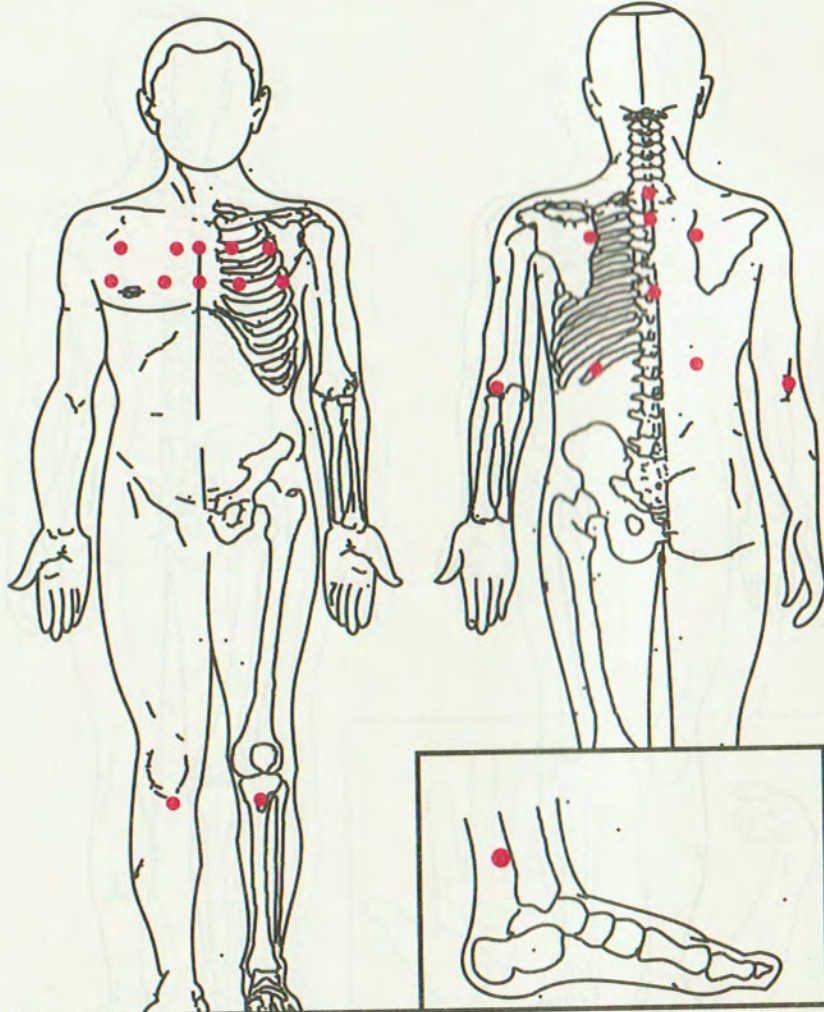
عقل کی کمی

DECREASED INTELLIGENCE



دمہ، براؤنکائٹس، نمونیا، ٹی بی

RESPIRATORY SYSTEM DISORDERS INCLUDING
BRONCHIAL ASTHMA, CHRONIC BRONCHITIS,
COPD, PNEUMONIA AND TUBERCULOSIS

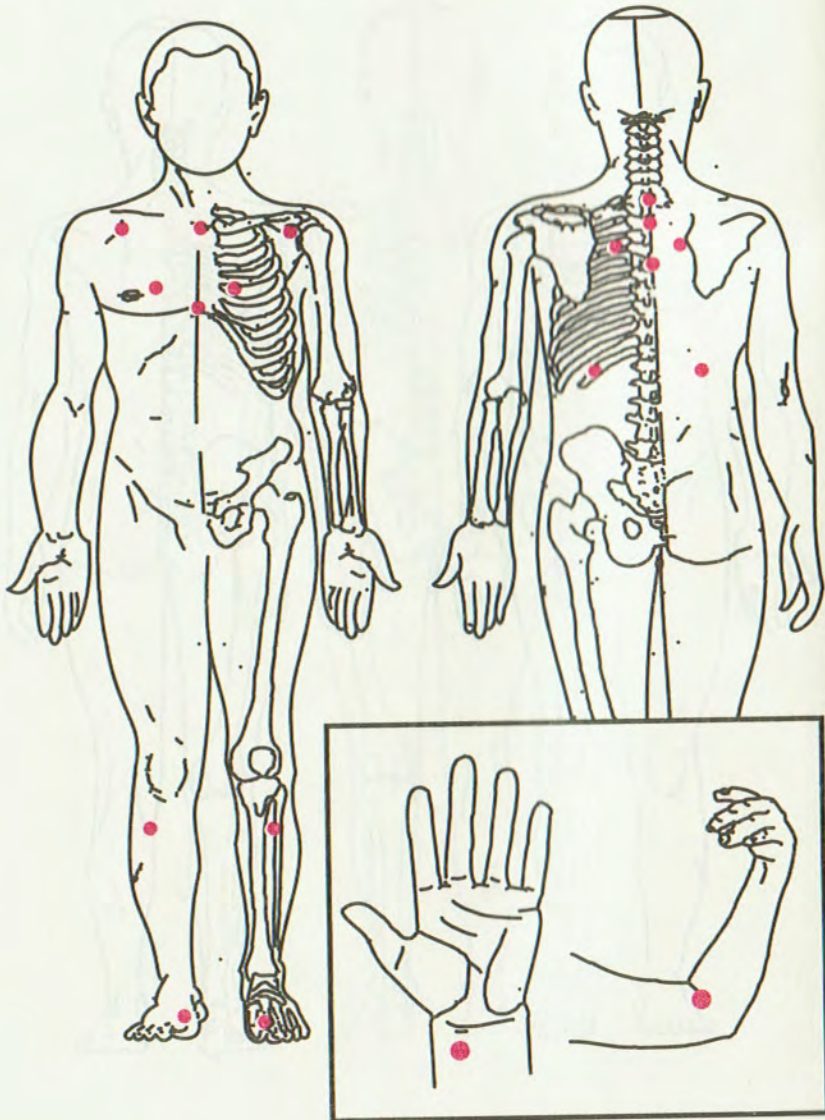


نوٹ: دمہ کے مرض میں کم از کم چھ یا سات مرتبہ حجامت کرنا چاہیے، وقفہ دو گھنٹوں کے درمیان میں دو ہفتہ یا مہینہ یا طبیب کی سمجھ کے مطابق۔

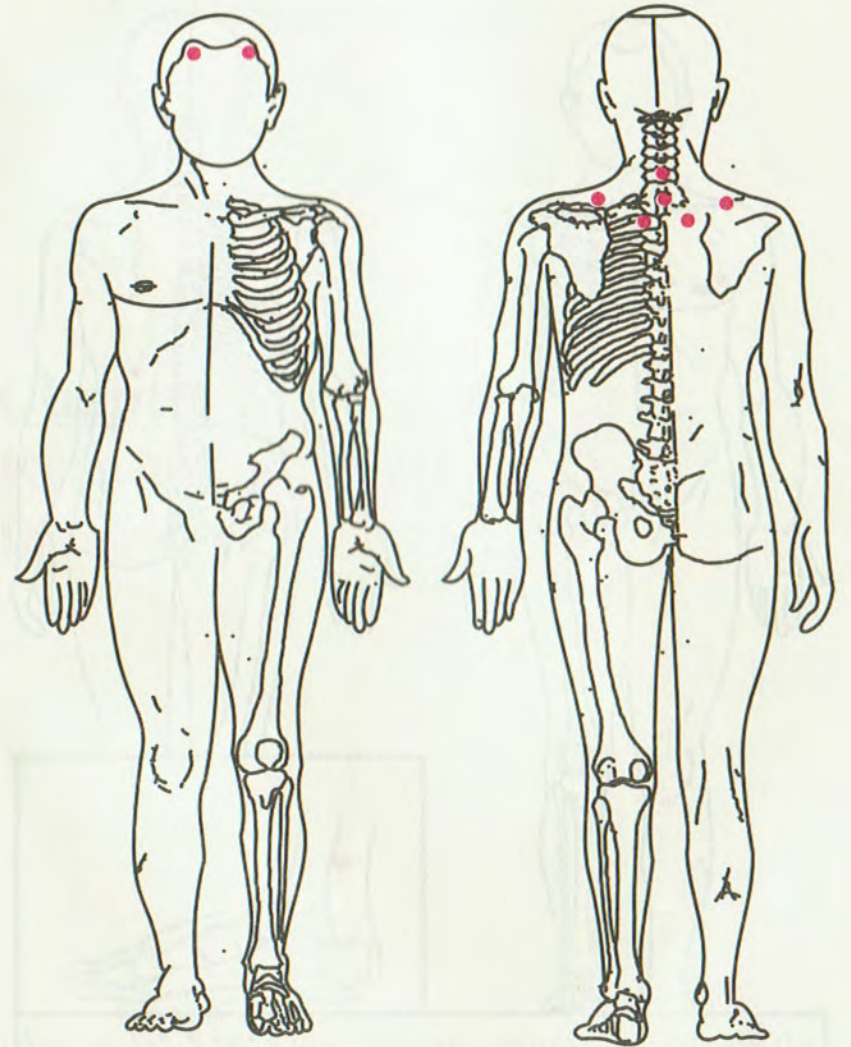
۵۔ سینے کے امراض

Chapter 5. Respiratory System Disorders

کھانسی
COUGH

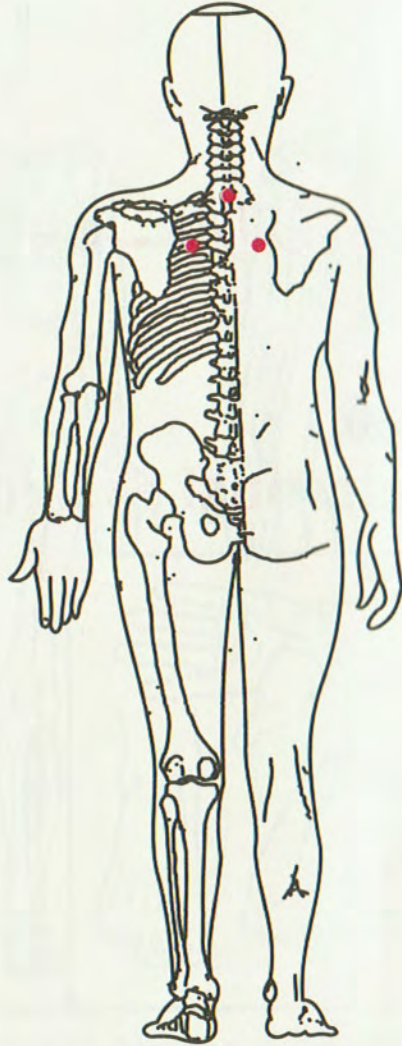


انفلوئنزا
INFLUENZA



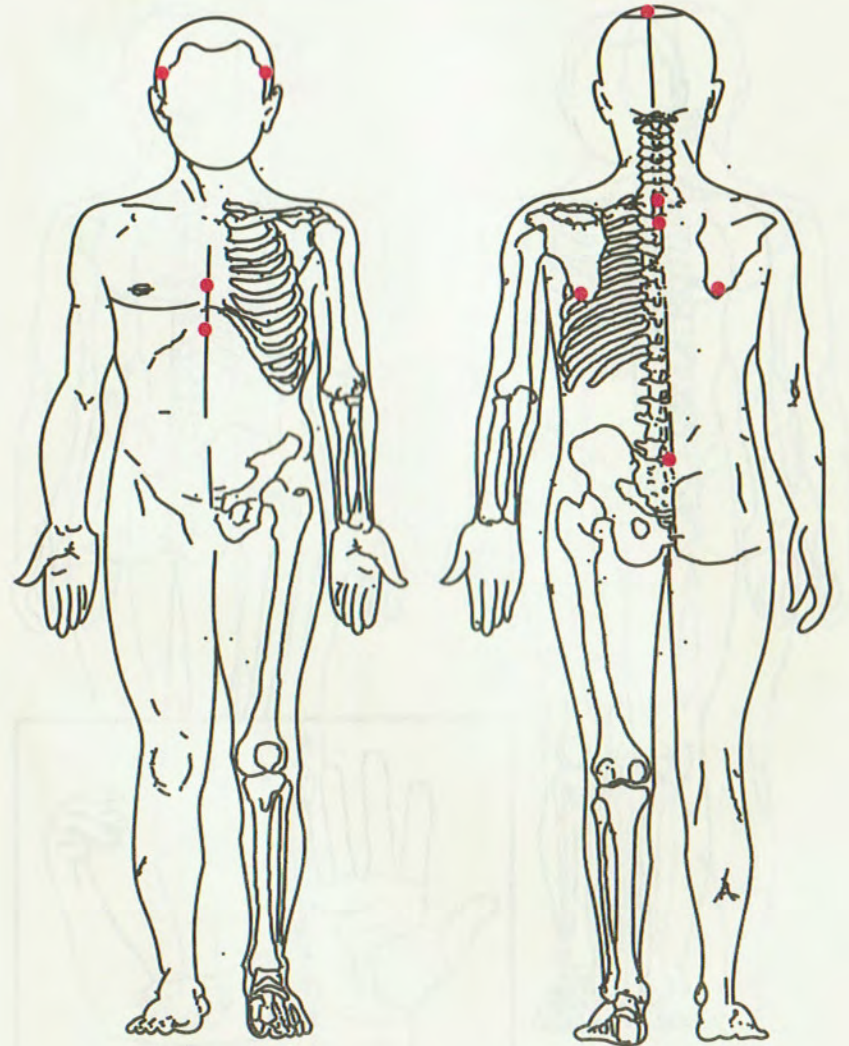
سینے کی الرجی

RESPIRATORY ALLERGIES



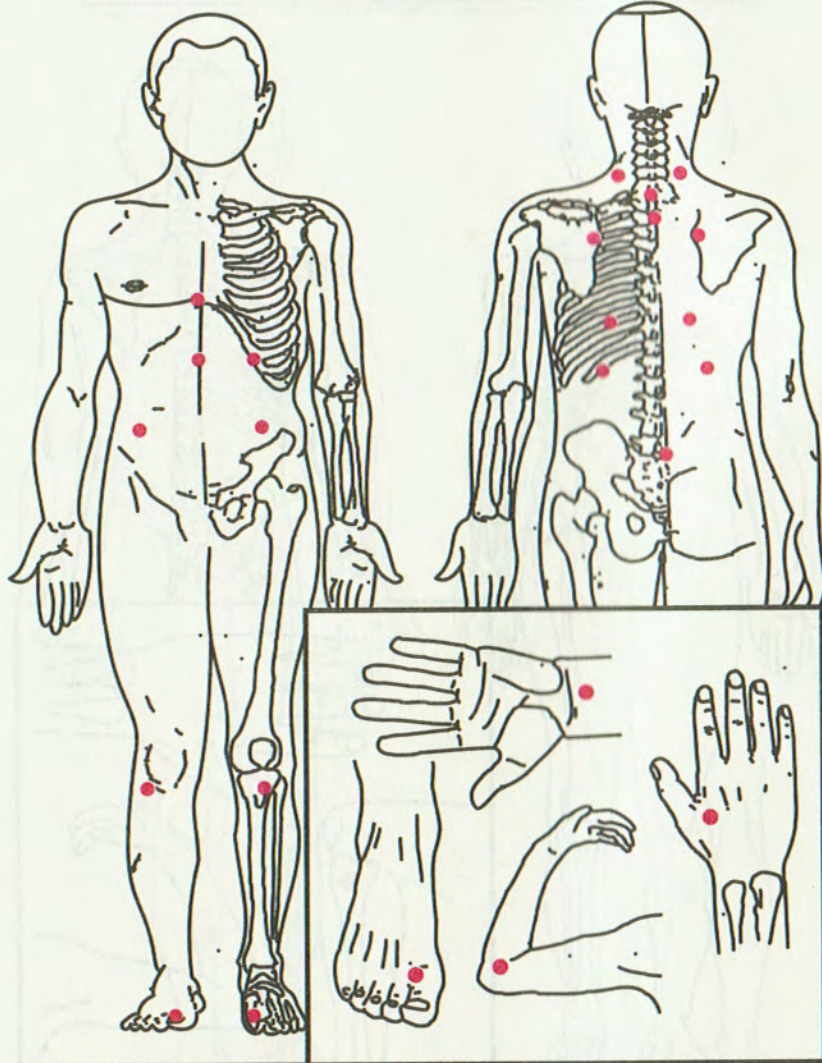
سگریٹ نوشی کو روکنے کے لیے

TO STOP SMOKING



پیٹ میں السر، جلن، بد ہضمی، پیٹ کا پھول جانا، ہرنیا

PEPTIC ULCER DISEASE, HEARTBURN, INDIGESTION,
ABDOMINAL DISTENTION, HIATUS HERNIA



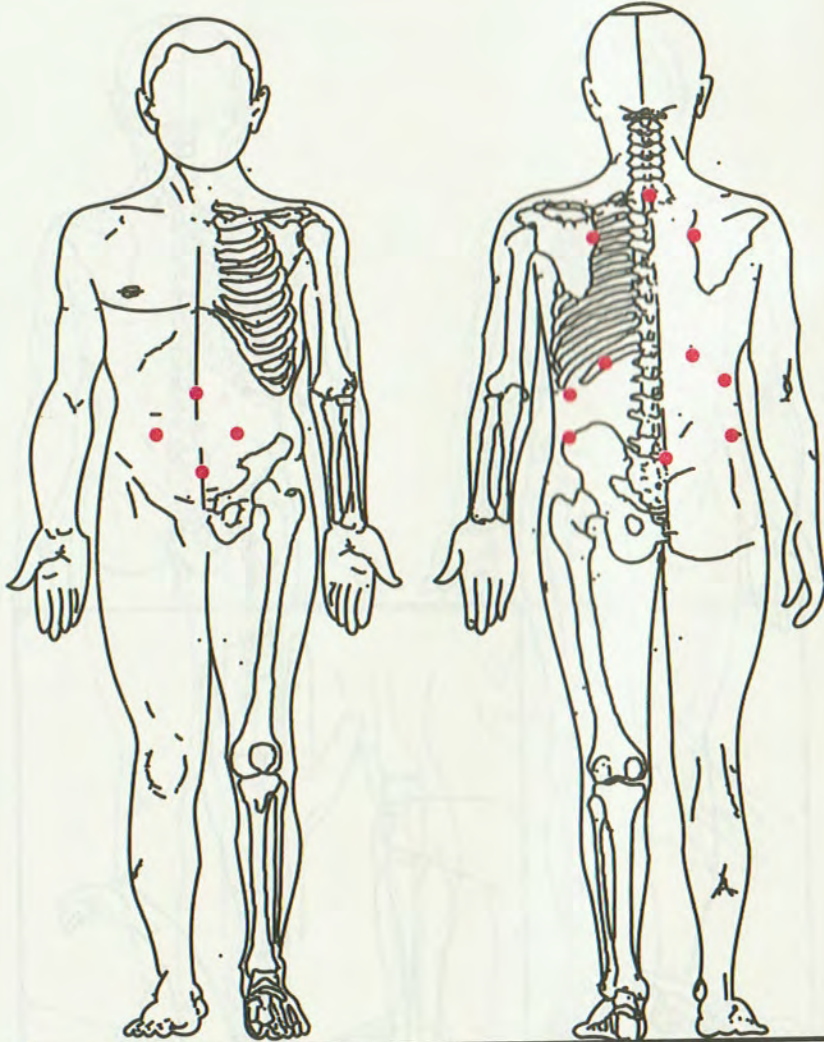
نوٹ: معدے کے ورم اور السر کے لیے چھ سے سات مرتبہ حجامت کرنا چاہیے، وقفہ دو چاموں کے درمیان میں دو ہفتہ یا مہینہ یا طیب کی سمجھ کے مطابق۔

۶۔ معدہ کے امراض

Chapter 6. Gastrointestinal System Disorders

بڑی آنت کی اعصابی بیماریاں

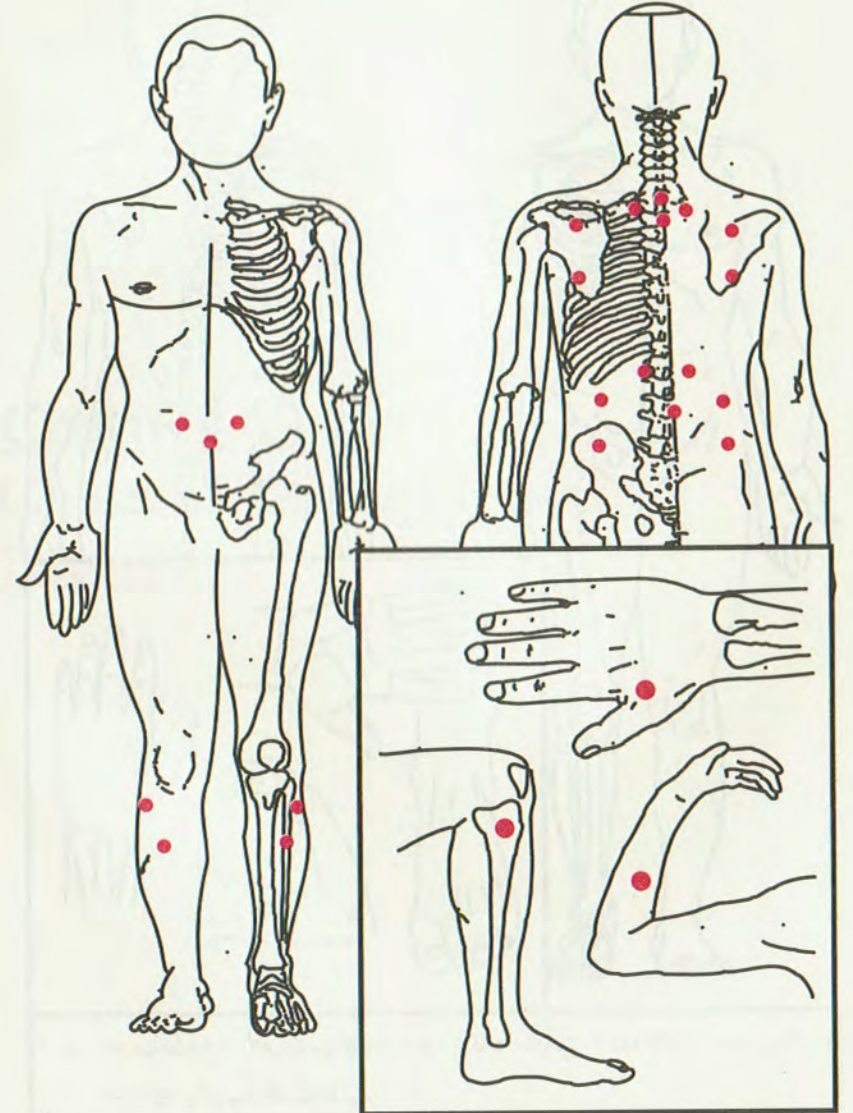
IRRITABLE BOWEL SYNDROME



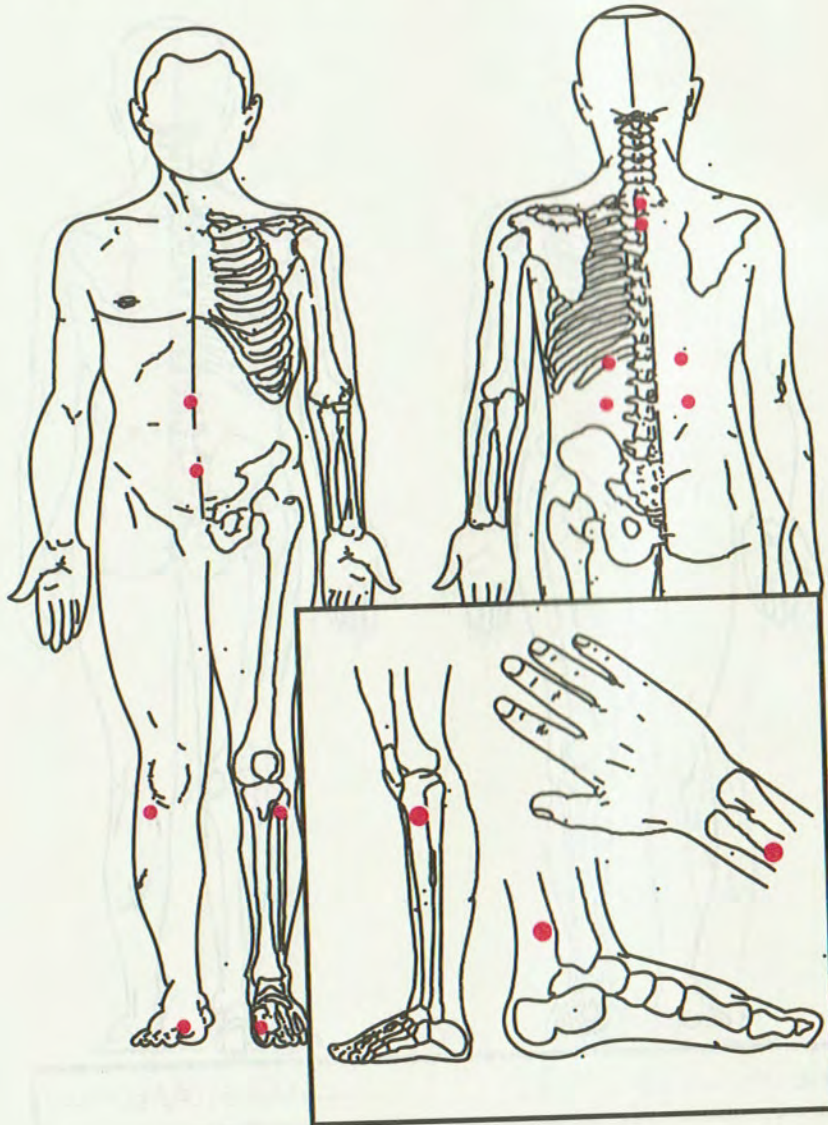
نوٹ: اس مرض کے اندر بھی چھ یا سات مرتبہ حمام کرنا چاہیے اور غذا میں پرہیز کا پورا اہتمام کرنا چاہیے۔

آنتوں میں ورم

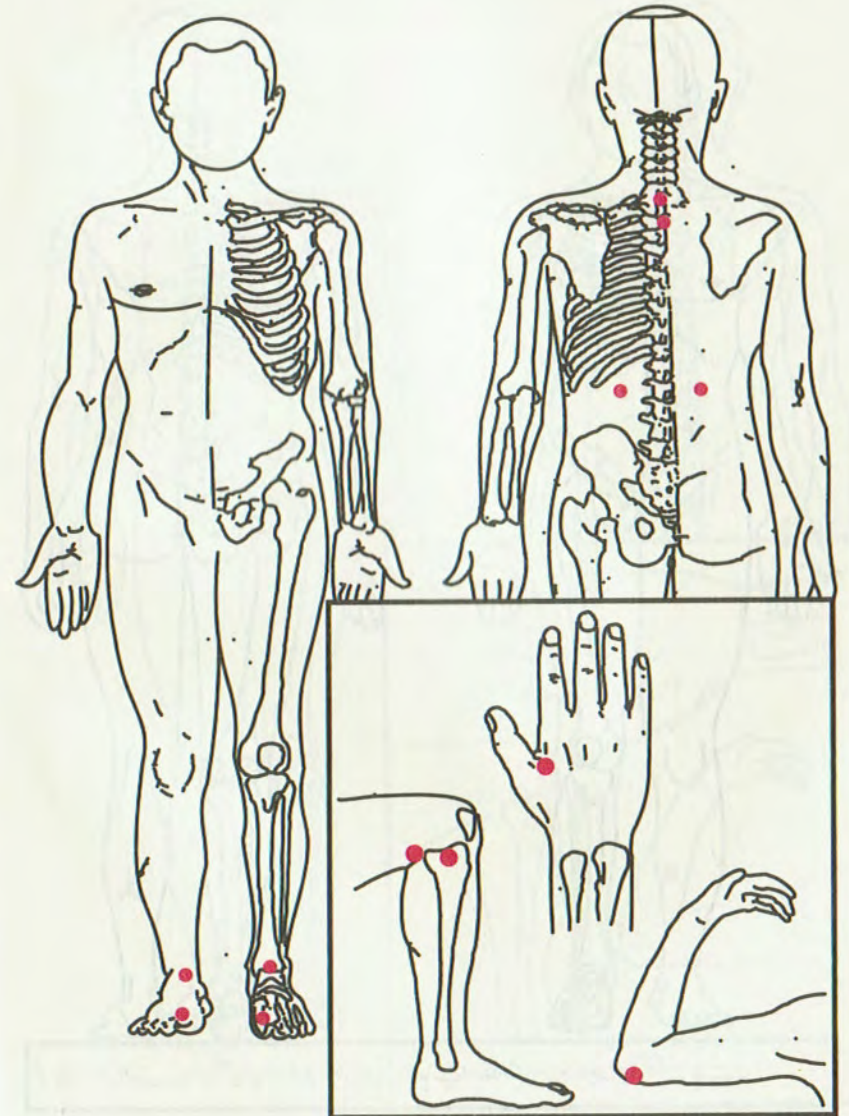
INFLAMMATORY BOWEL DISEASES



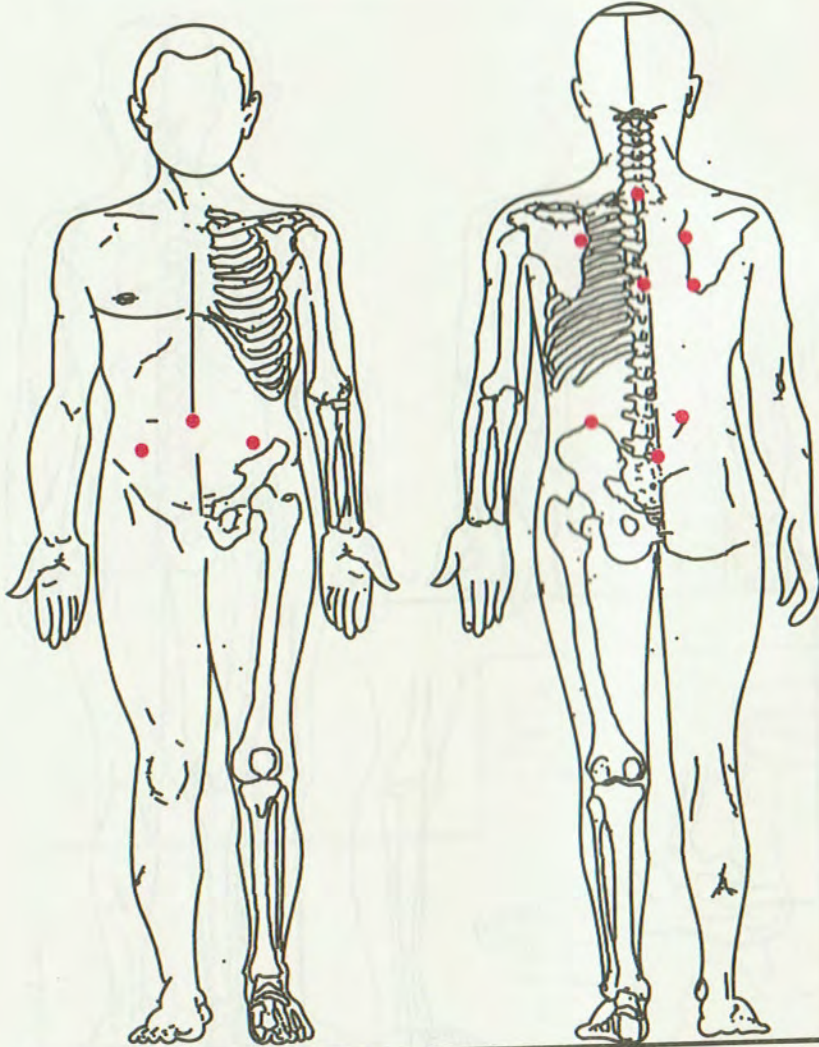
پیٹ میں درد
ABDOMINAL PAIN



ناف کا ہرنیا
UMBILICAL HERNIA

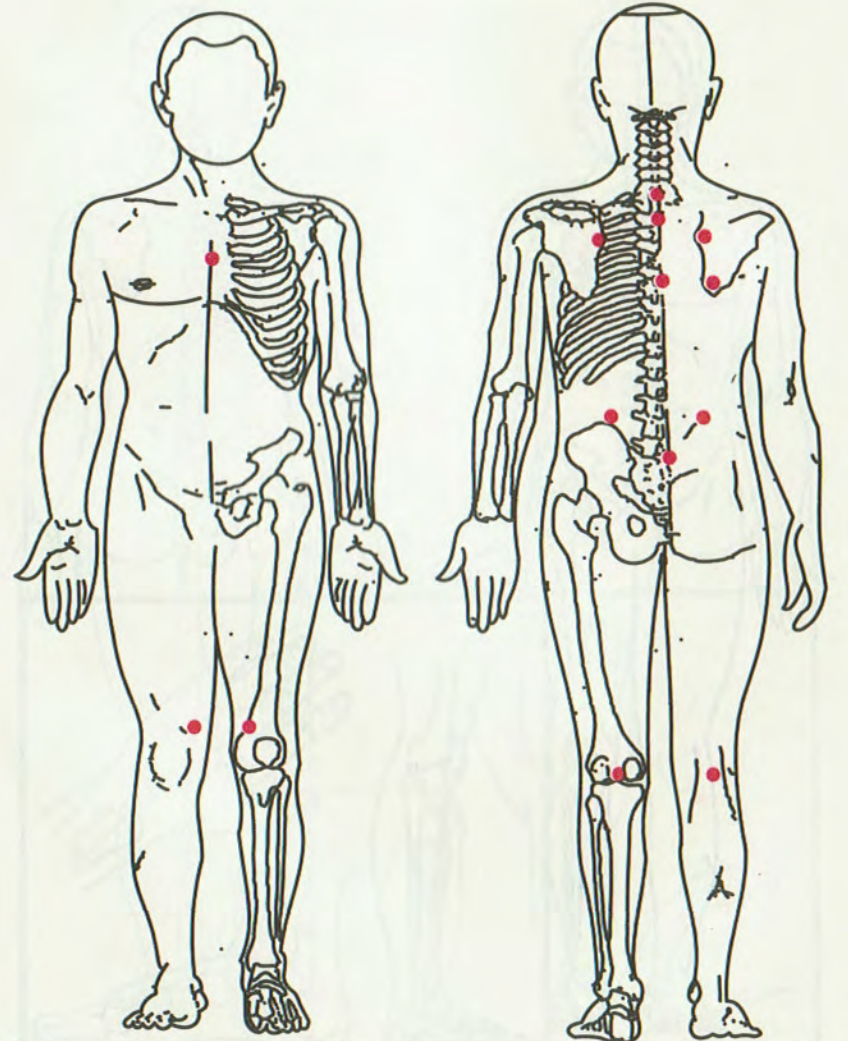


ہواسیر
HEMORRHOIDS



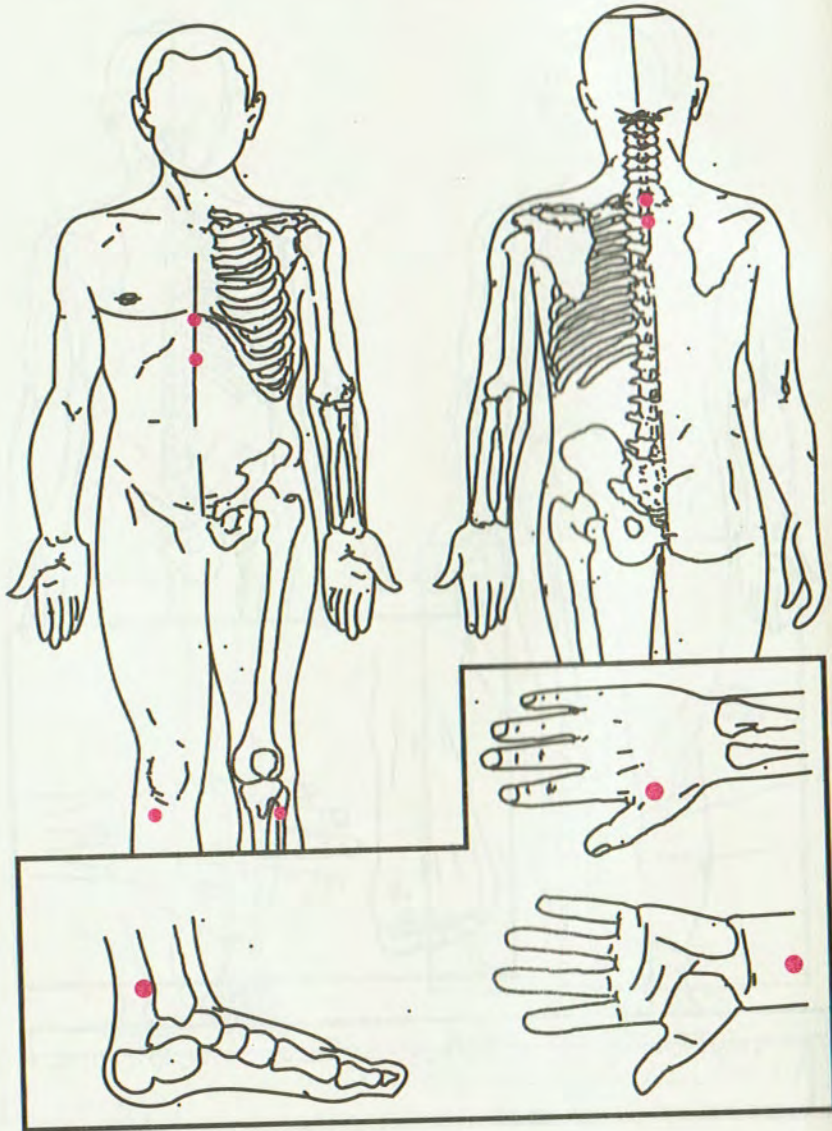
نوٹ: ہواسیر کے اندر پانچ مرتبہ کرنا چاہیے۔

فیستولا
ANAL FISTULA

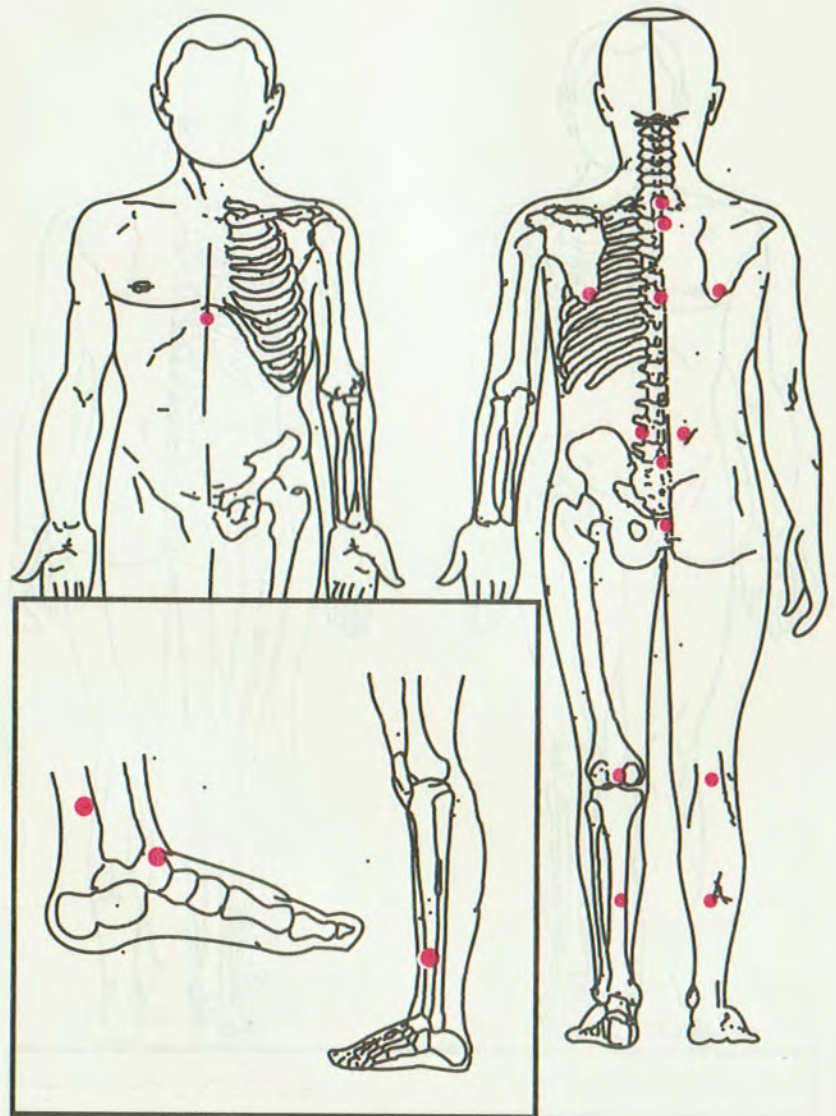


نوٹ: اس بیماری میں پانچ مرتبہ کرنا چاہیے۔

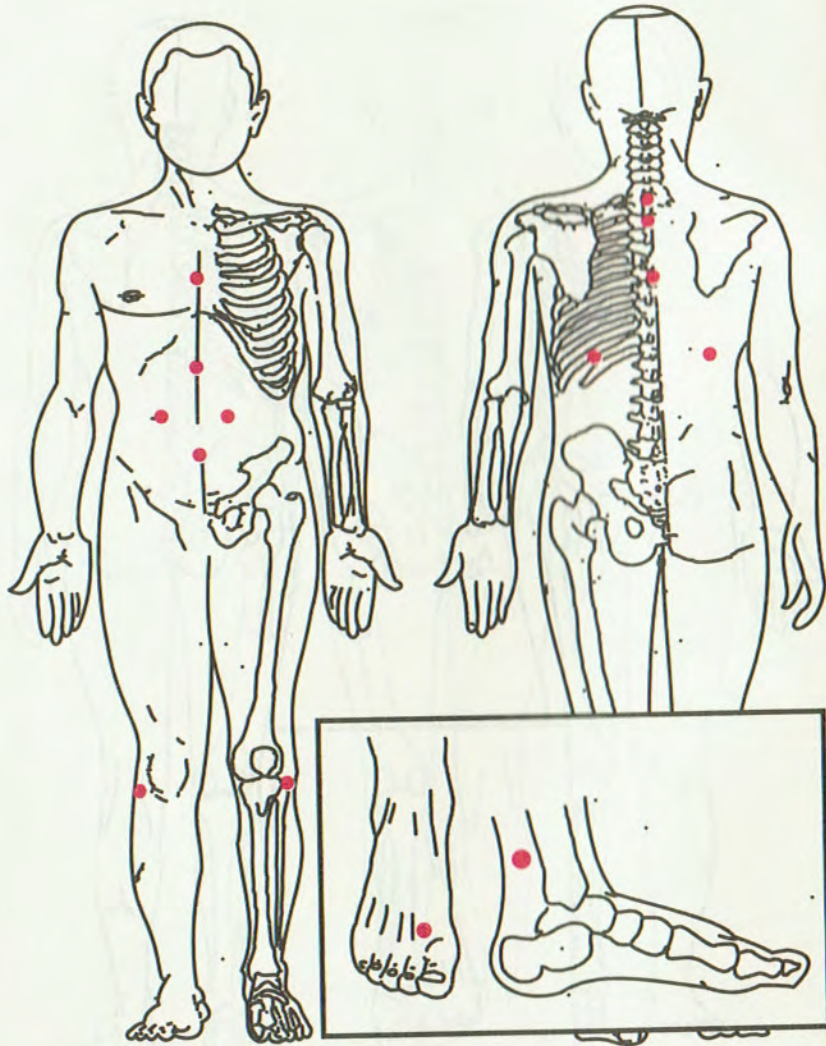
متلی، اٹلی
NAUSEA, VOMITING



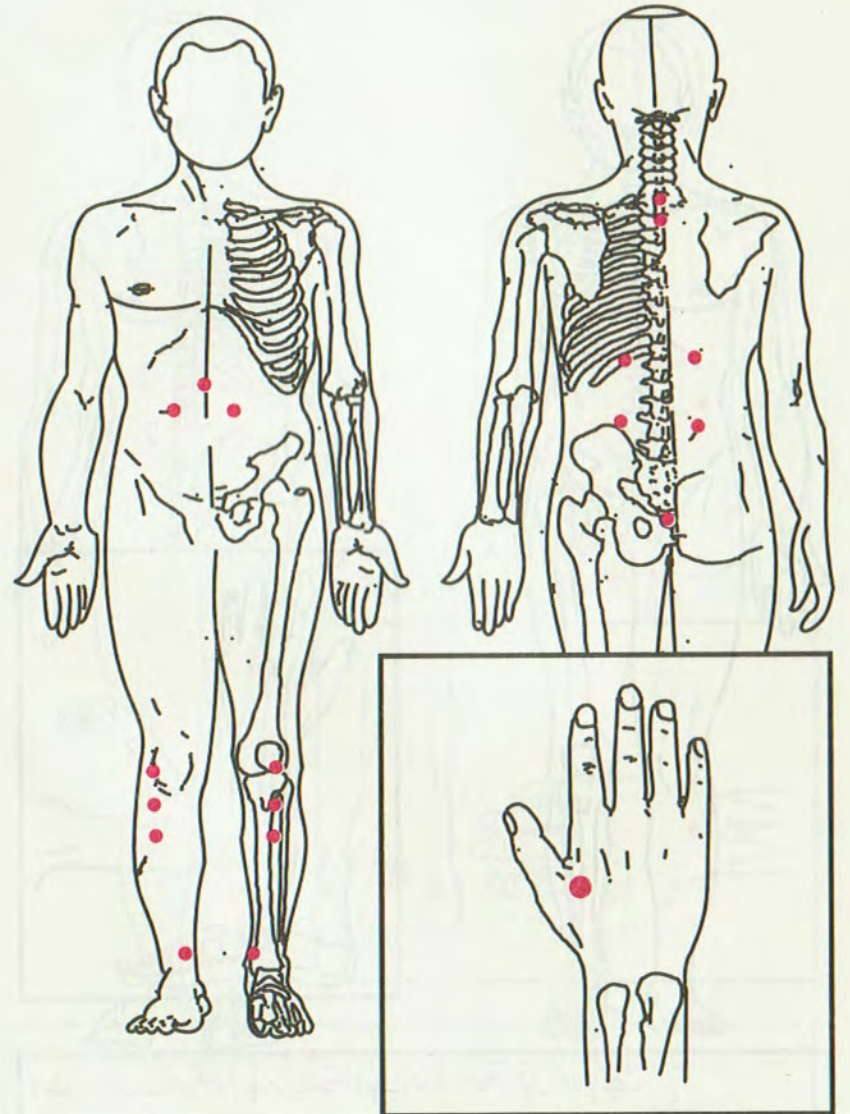
فشر اور بڑی آنت کے نچلے حصے کا باہر آ جانا
ANAL FISSURE AND RECTAL PROLAPSE



موٹاپا
OBESITY

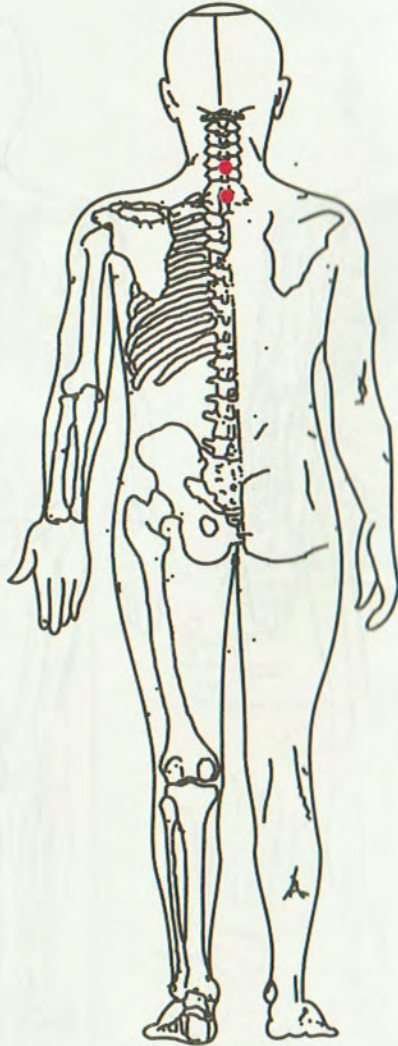


خونی پیچش
DYSENTERY



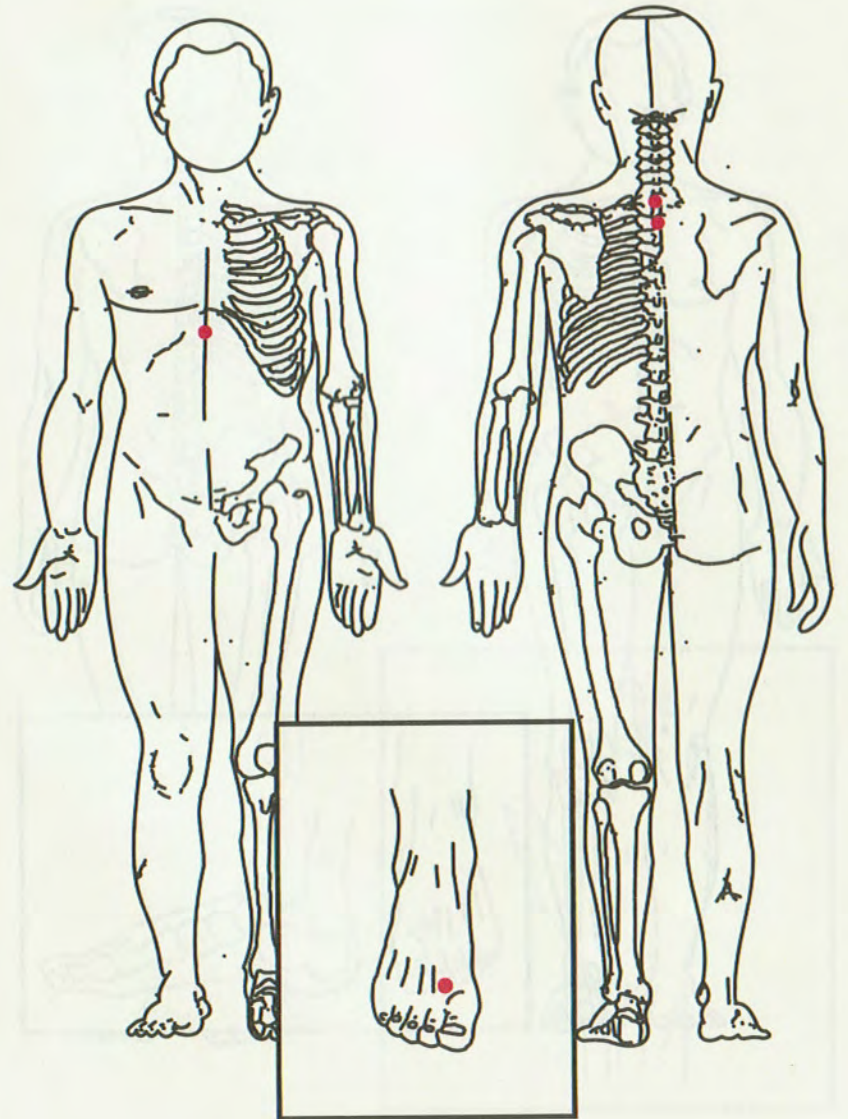
وزن کاکم هونا

UNDERWEIGHT



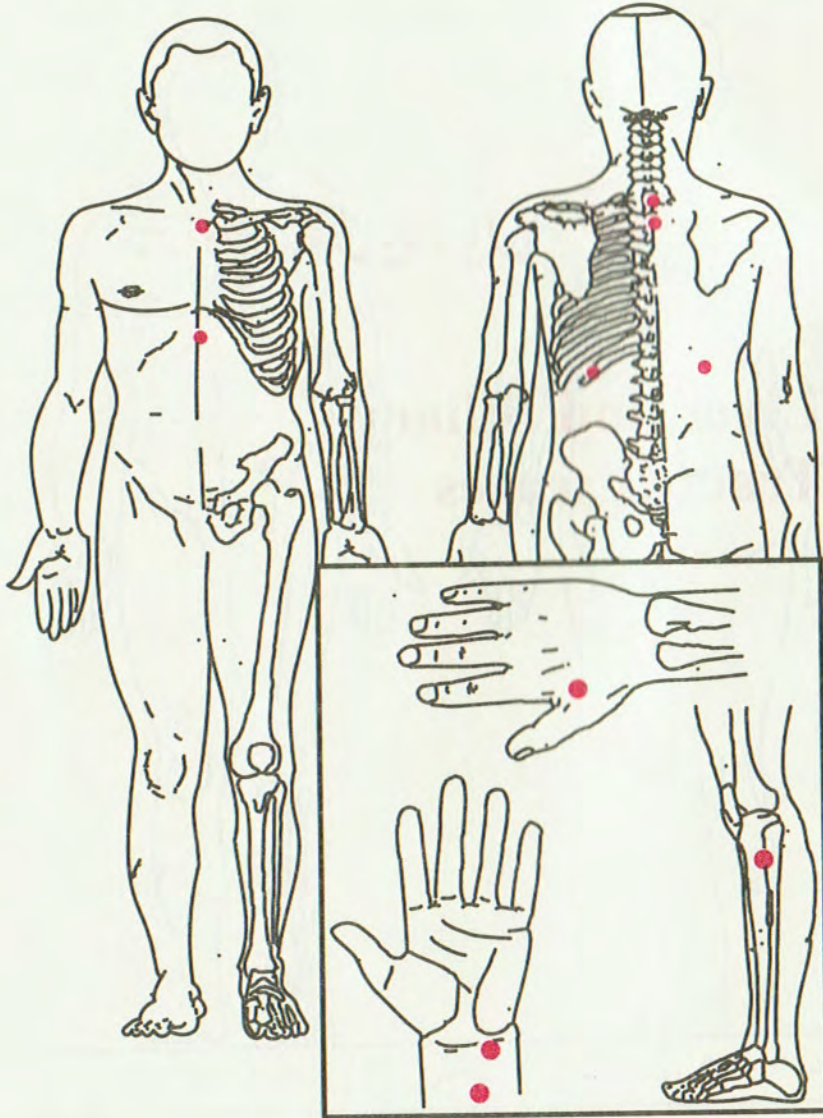
بھوک کانہ لگنا

LOSS OF APETITE



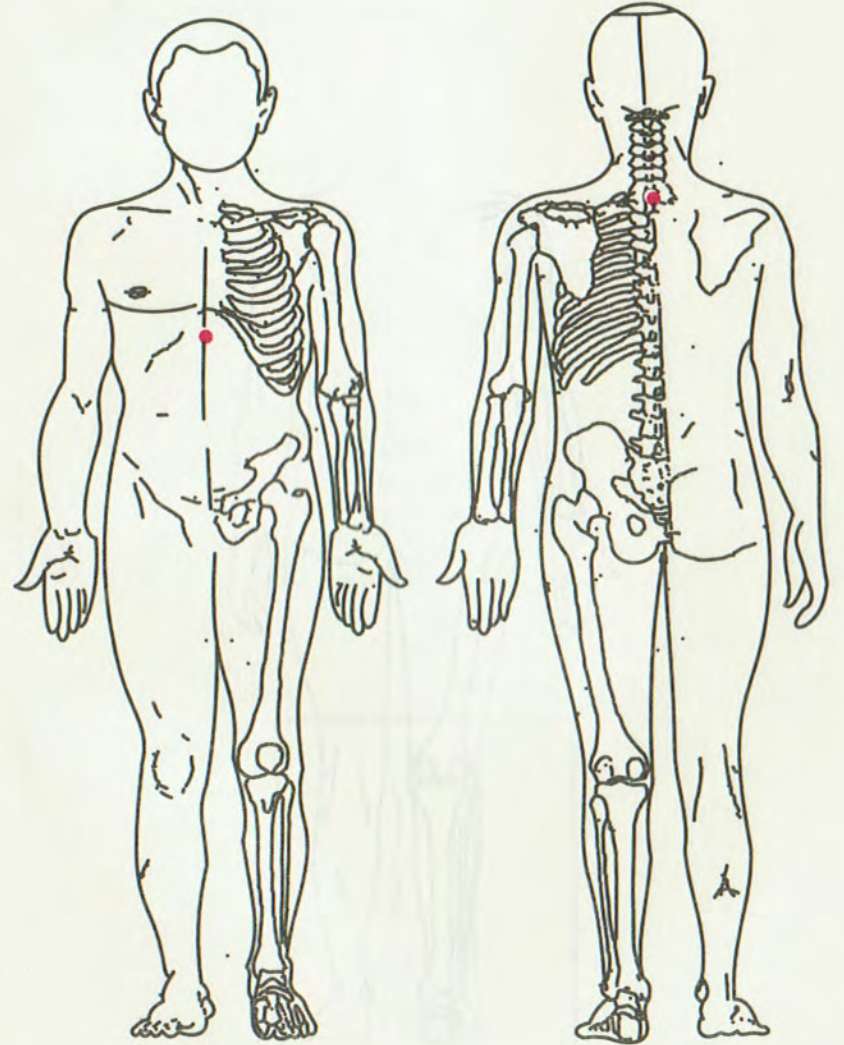
ہچکیاں

HICCUPS

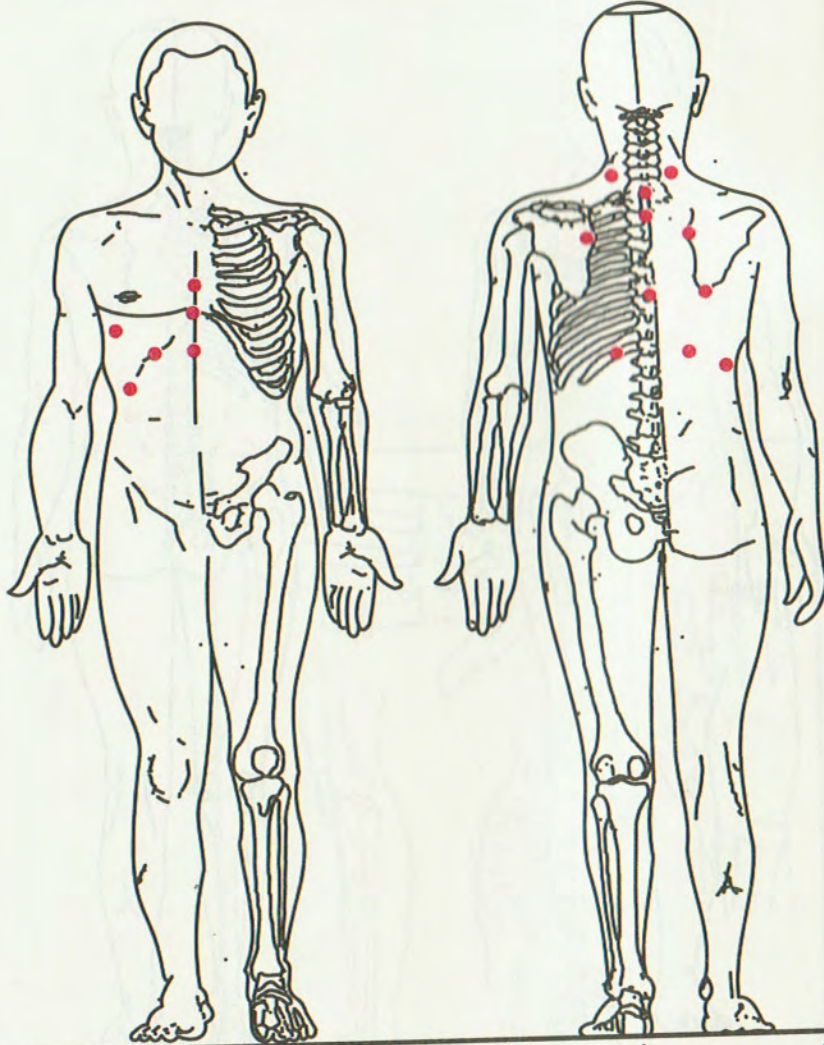


کھانے کی وجہ سے الرجی

FOOD ALLERGIES



ہیپاٹائٹس A, B, C, D, E

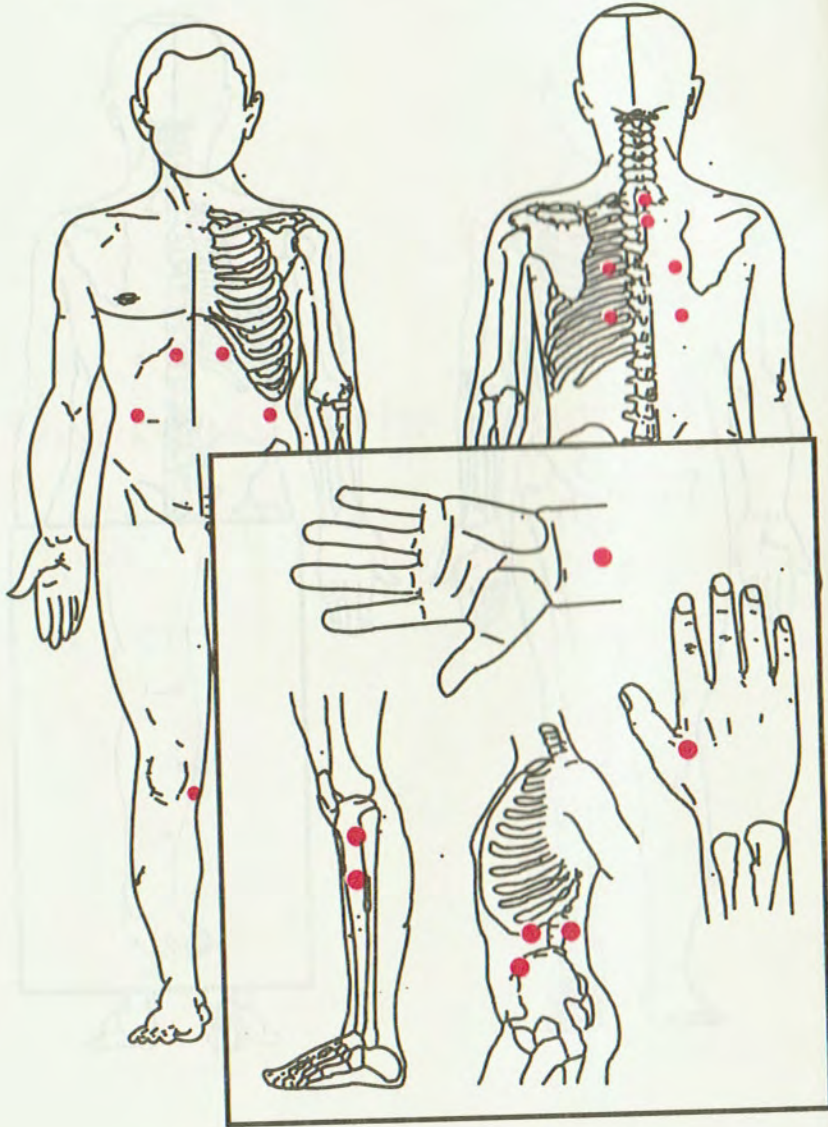
HEPATITIS (INCLUDING VIRAL
HEPATITIS A, B, C, D, E)

نوٹ: اس بیماری میں پانچ سے سات مرتبہ اور جگر کے ٹیسٹوں پر نظر رکھنا چاہیے۔

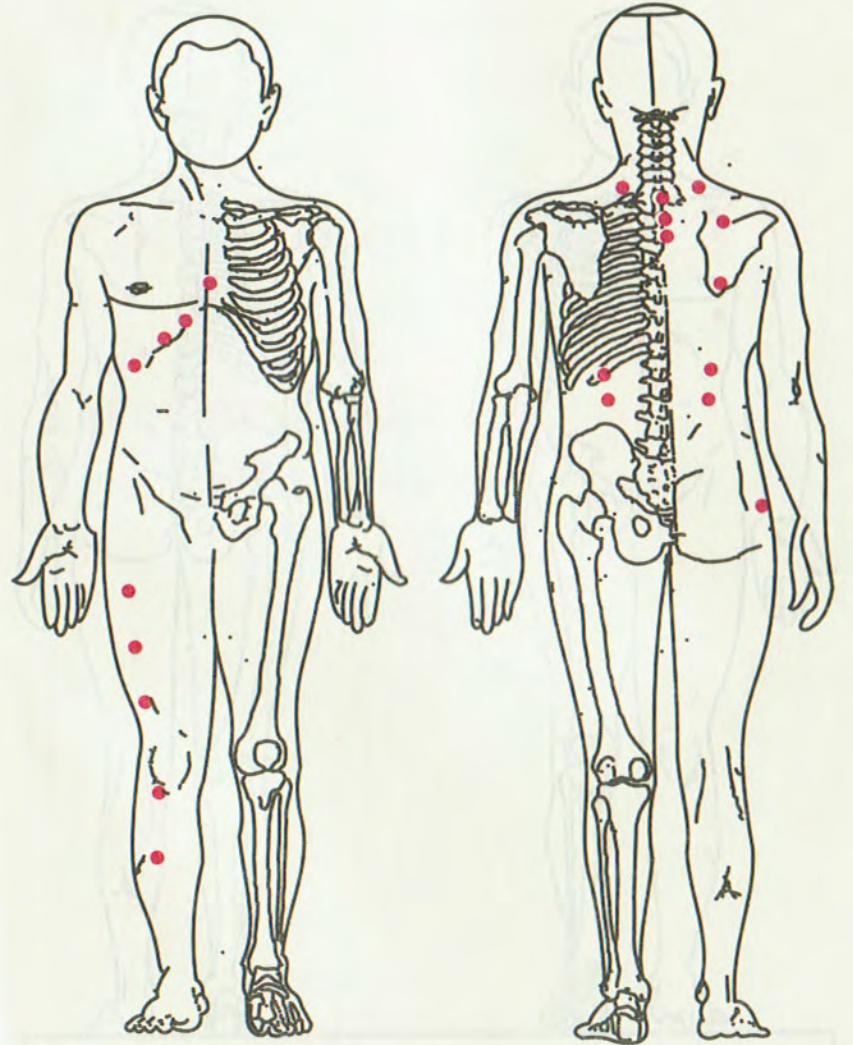
جگر اور پتے کی بیماریاں

Liver and Biliary
Tract Diseases

یرقان
JAUNDICE

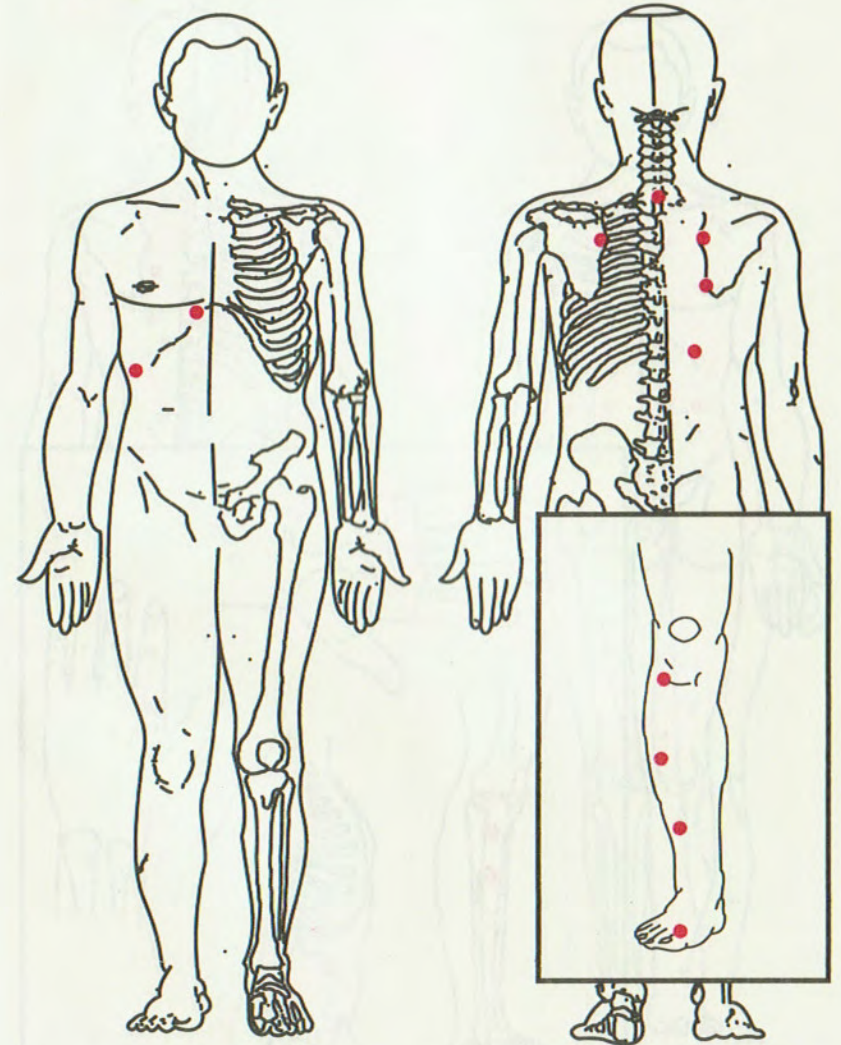


جگر کے امراض
LIVER DISORDERS



پتے کی بیماریاں

DISEASES OF THE GALLBLADDER
AND BILE DUCTS

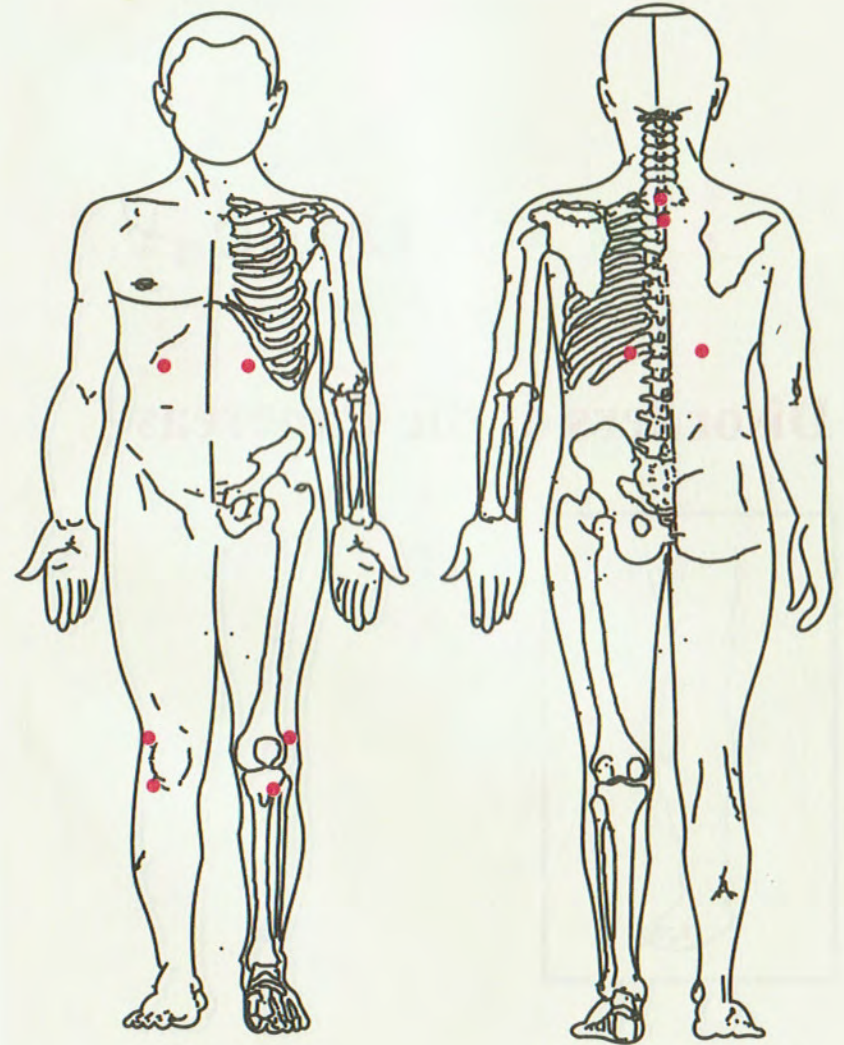


لبلبہ کی بیماریاں

Disorders of the Pancreas

پتے پرورم

PANCREATITIS



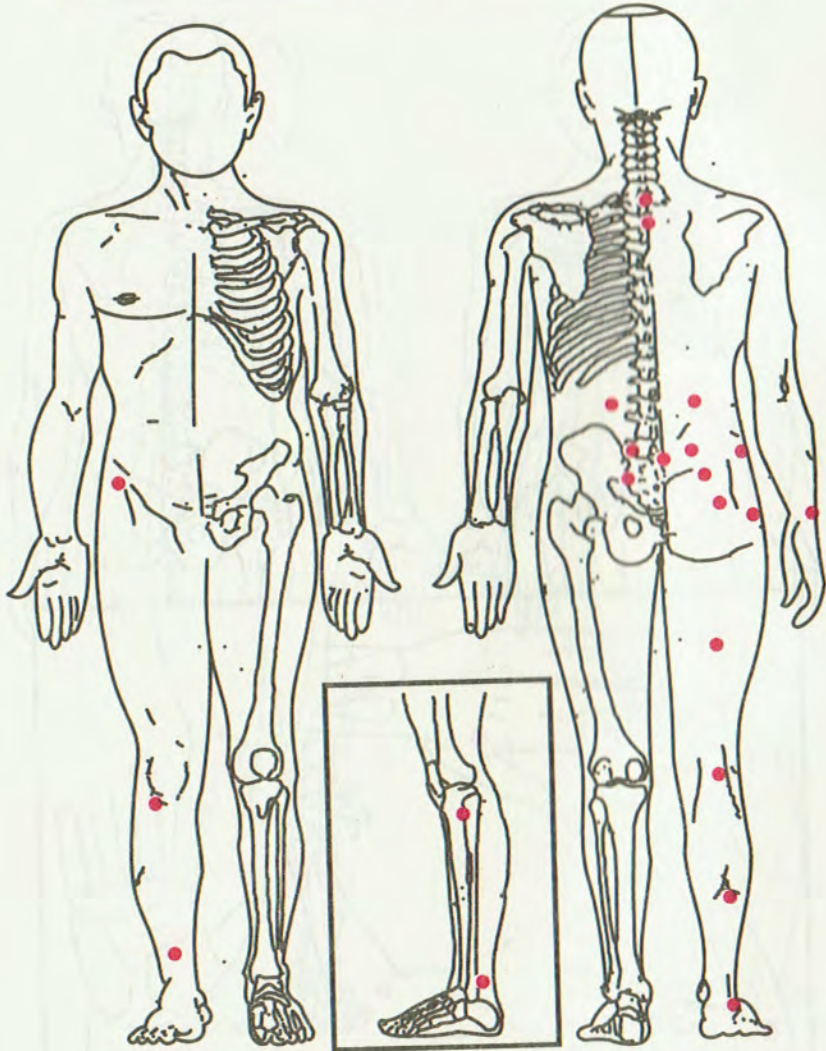
۷۔ جوڑوں کے امراض اور
جسم کے دفاعی نظام کے امراض

Chapter 7.

Orthopedics, Rheumatology and Immune System Disorders

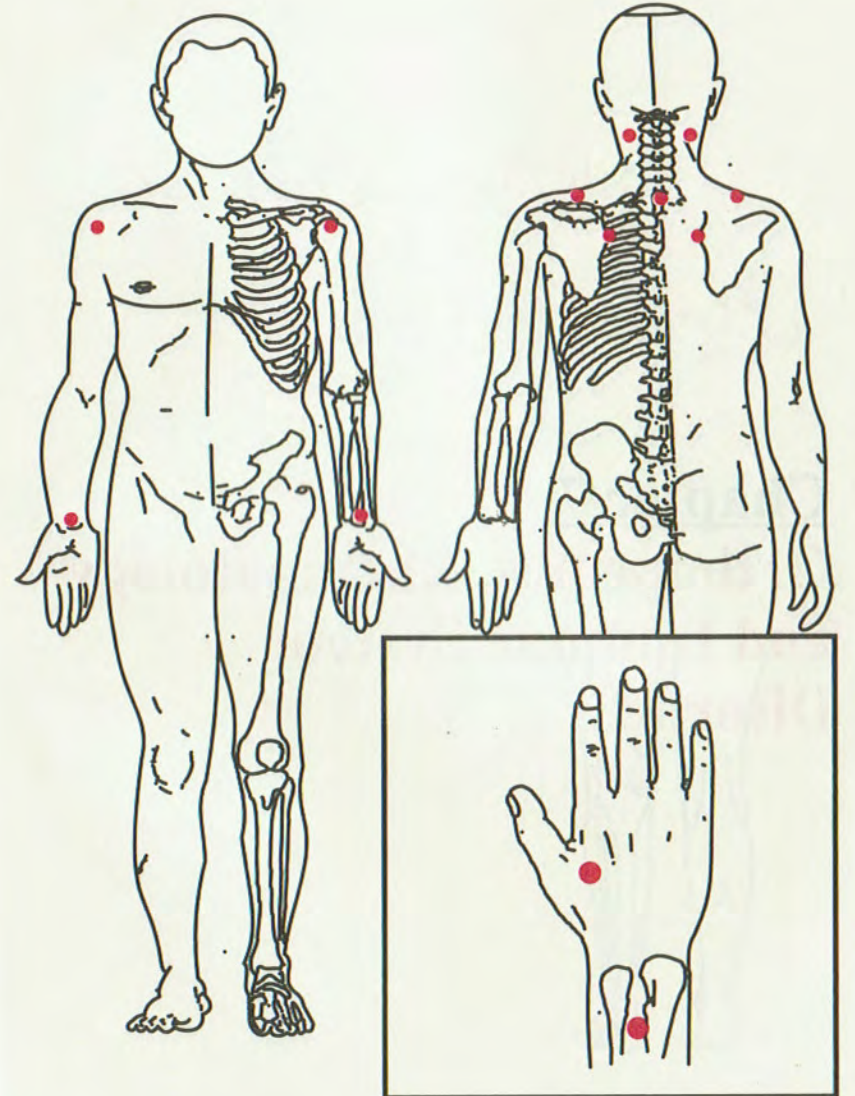
عرق النسا

SCIATICA, INTERVERTEBRAL DISC
HERNIATION, LUMBAR DISC PROLAPSE



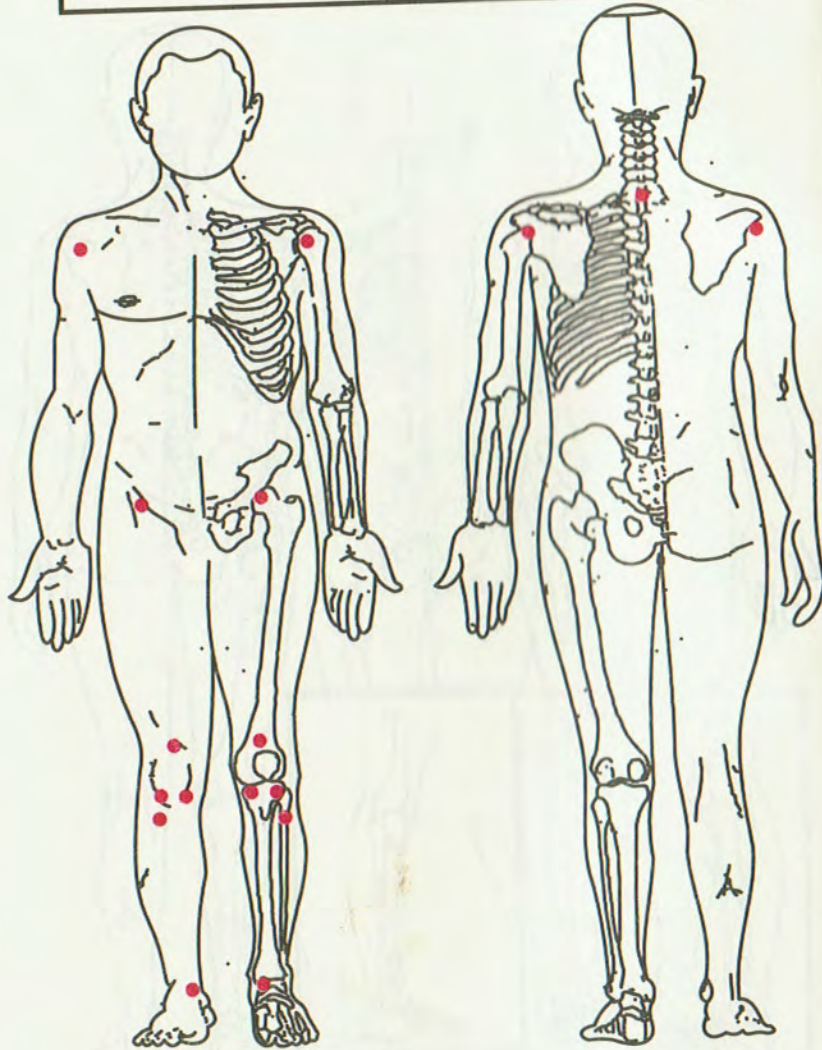
گردن کے اعصابی امراض

CERVICAL SPONDYLOSIS

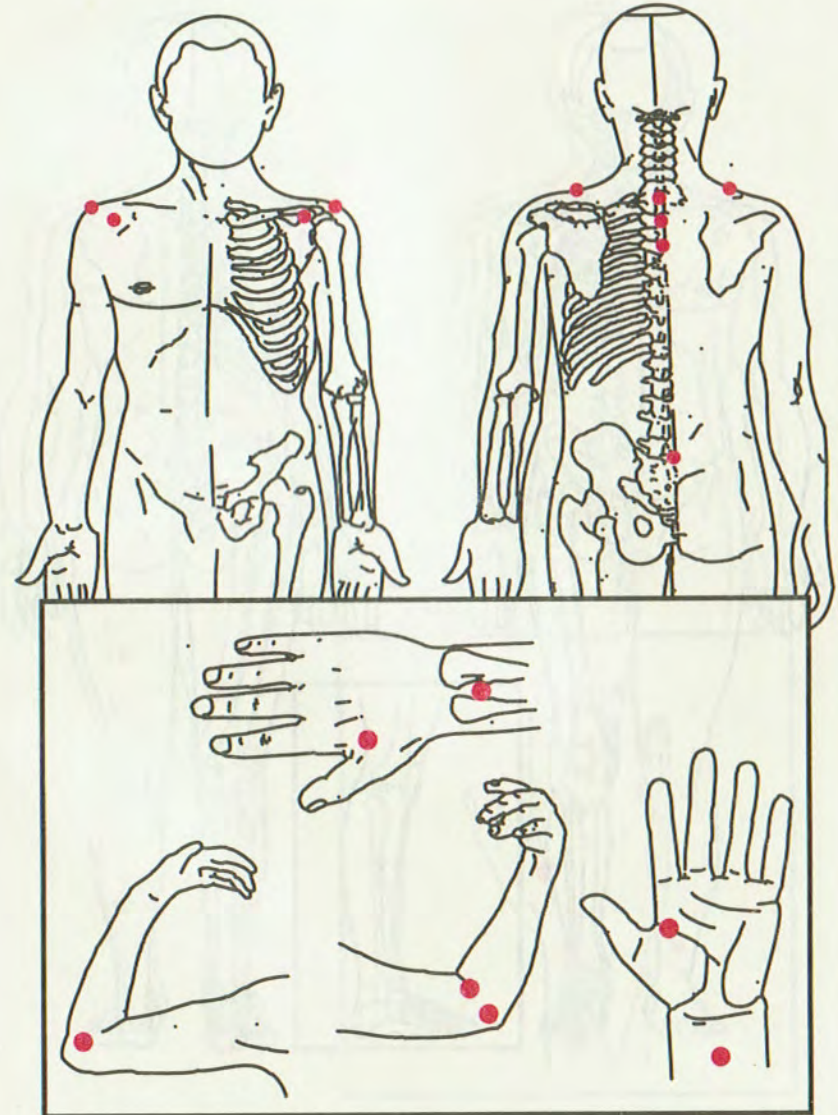


گھٹنے اور کندھوں کے امراض

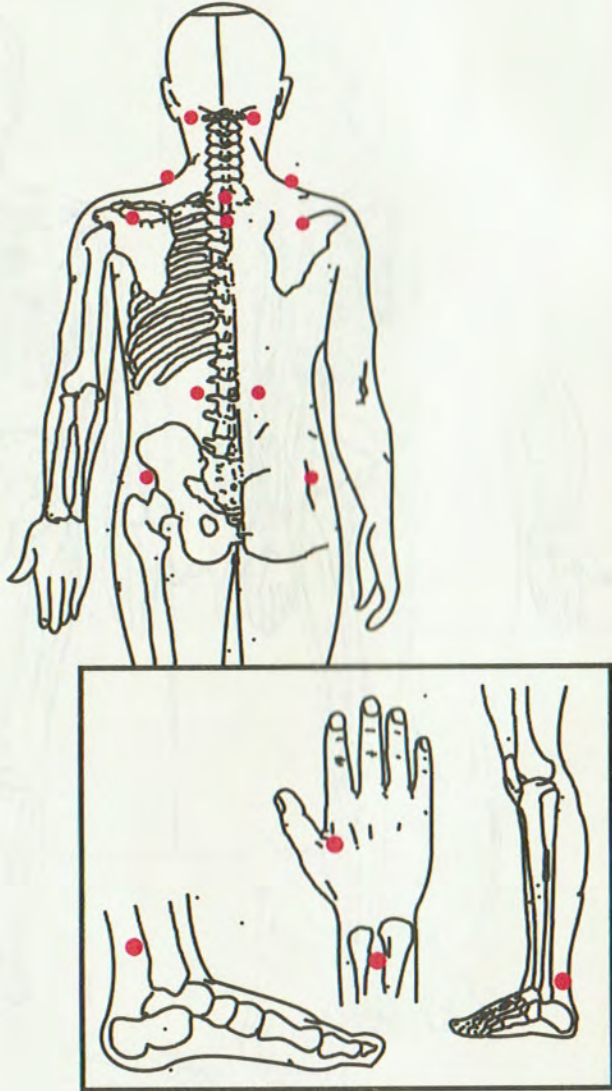
DISORDERS OF THE KNEE JOINTS,
HIP JOINTS AND SHOULDERS (INCLUDING
OSTEOARTHRITIS AND MENISCUS TEAR)



CARPAL TUNNEL SYNDROME, ARM
NUMBNESS AND ELBOW DISORDERS

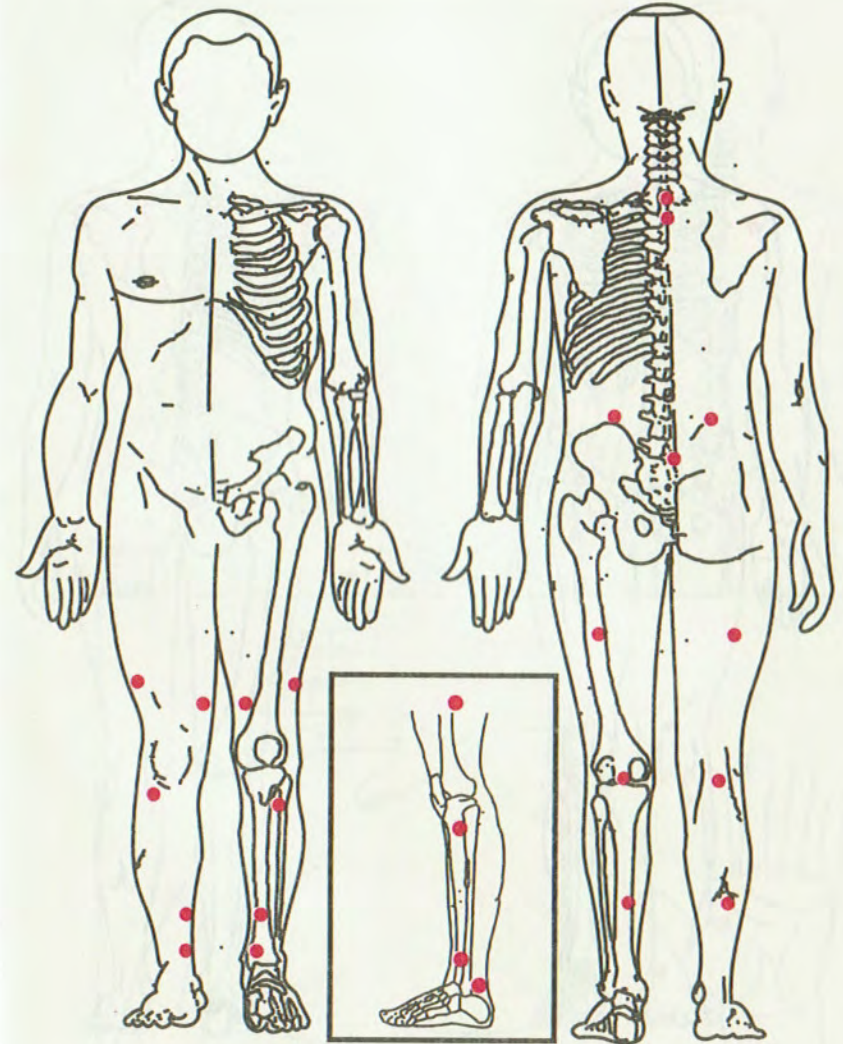


جوڑوں کے عمومی امراض

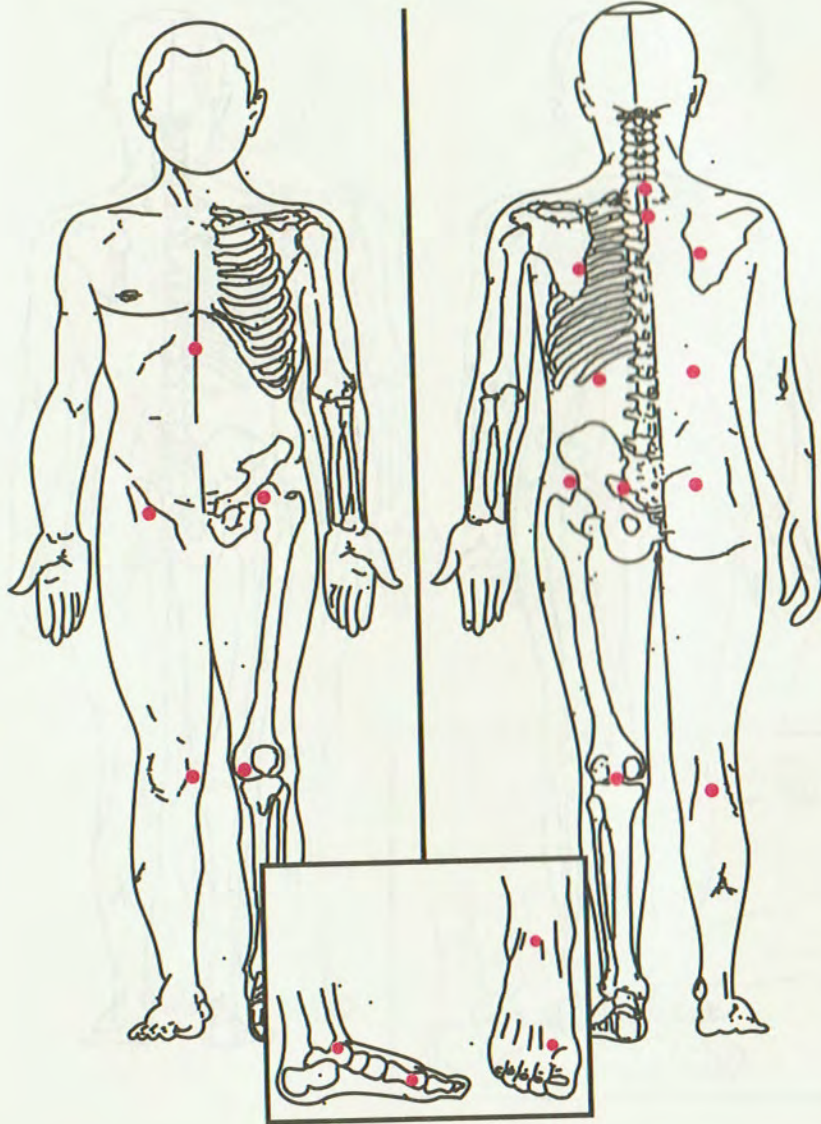
DISORDERS OF THE JOINTS, CONNECTIVE
TISSUE AND IMMUNE SYSTEM IN GENERAL

لاٹوں کا اکڑ جانا

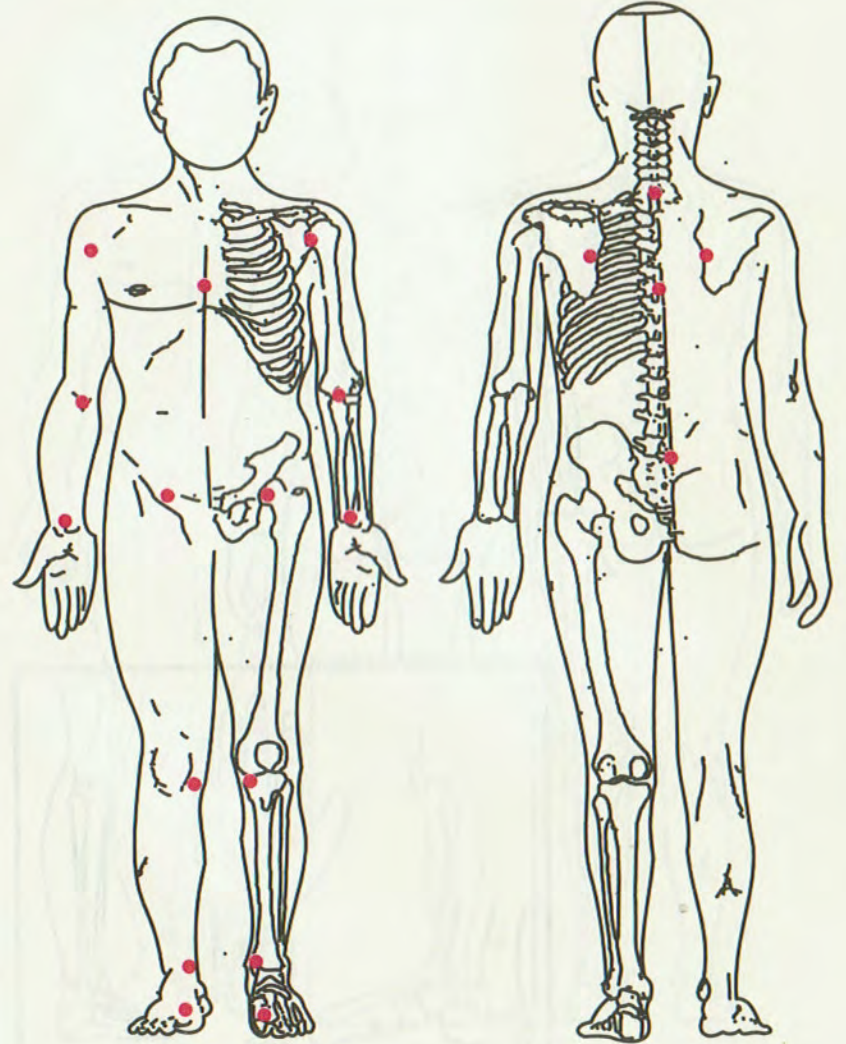
LEG CRAMPS



نقرس
GOUT

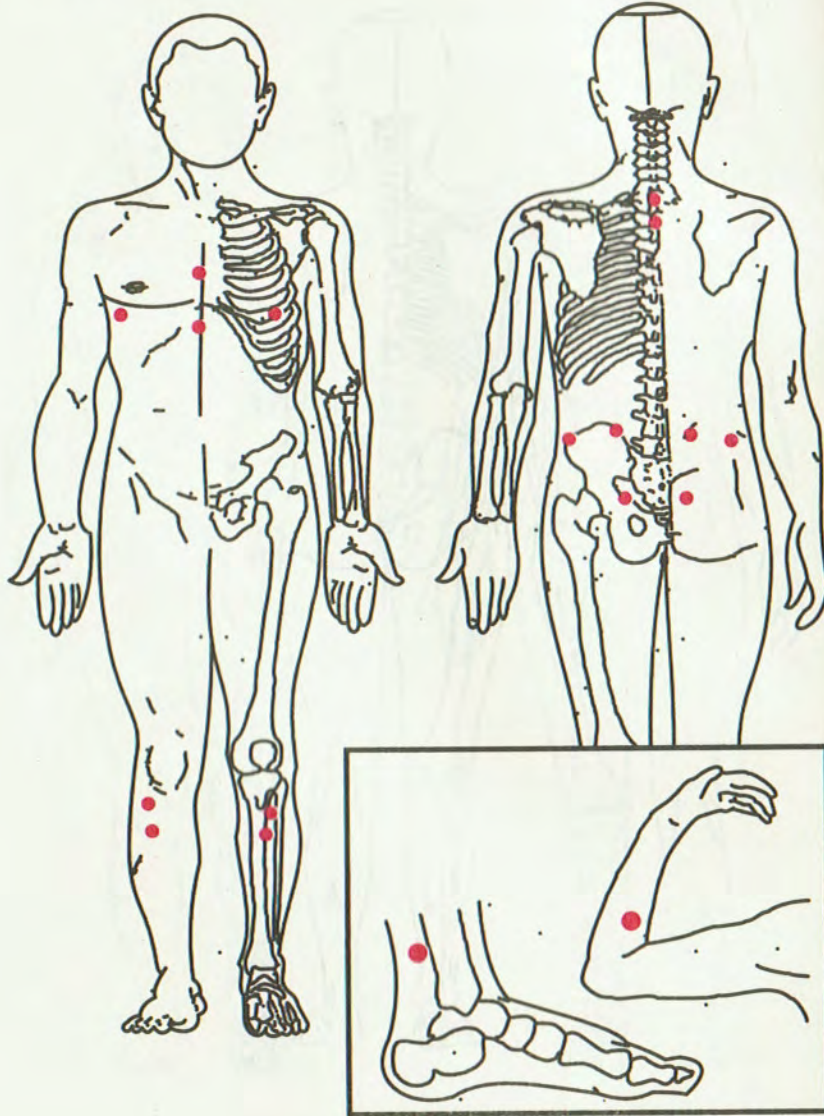


RHEUMATOID ARTHRITIS



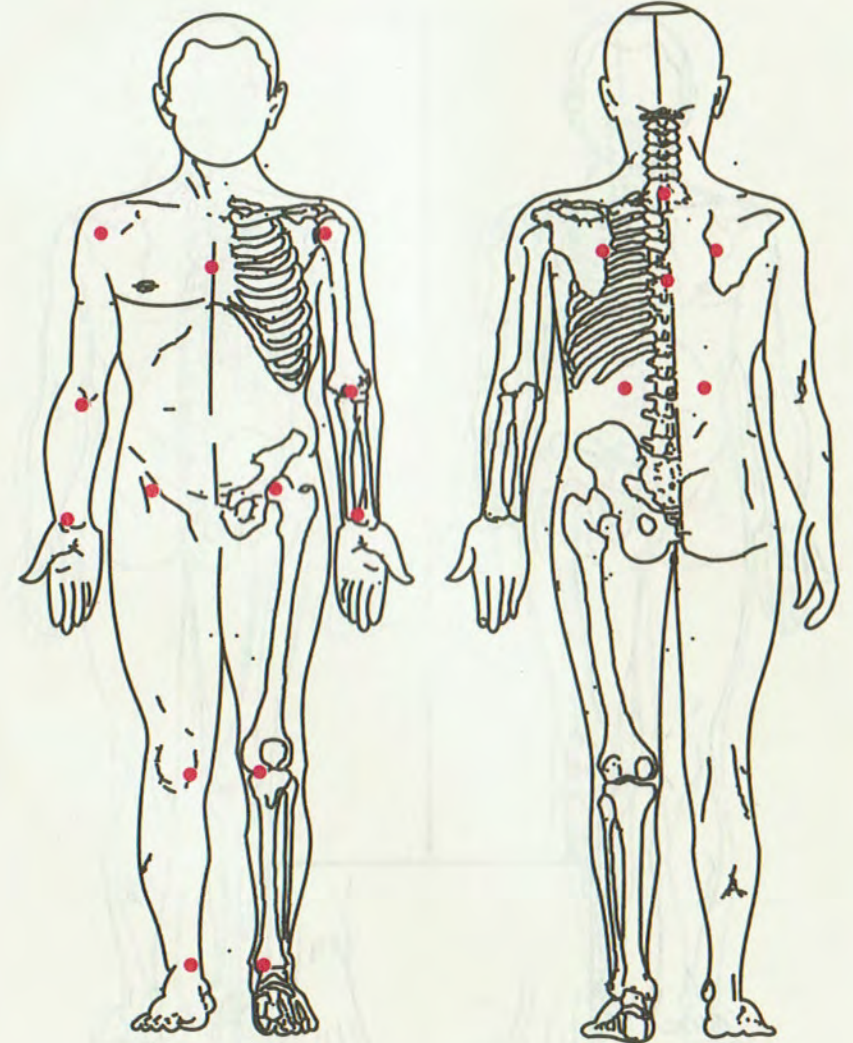
دفاعی نظام کے امراض

DISORDERS OF THE IMMUNE SYSTEM

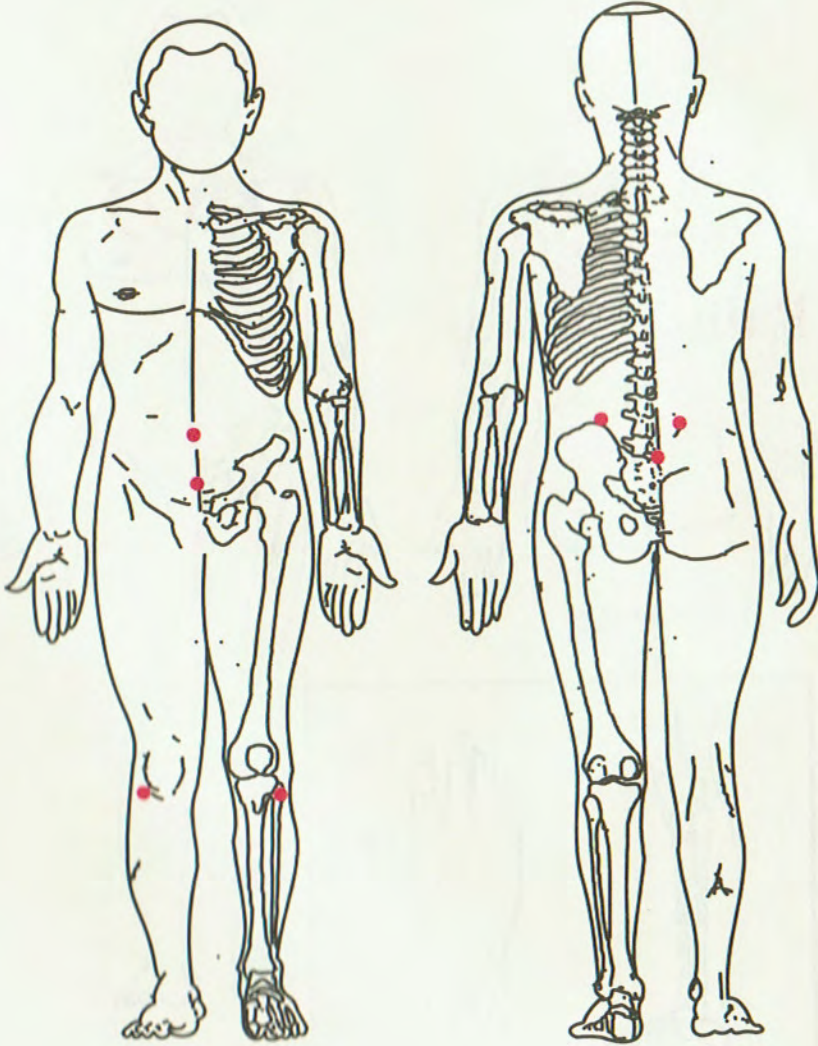


الذئبة الحمراء

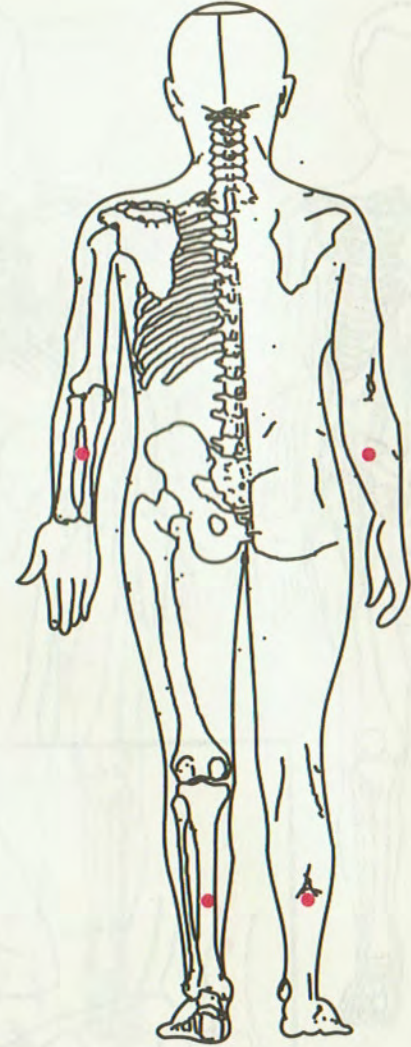
SYSTEMIC LUPUS ERYTHEMATOSIS



تھکاوٹ
FATIGUE

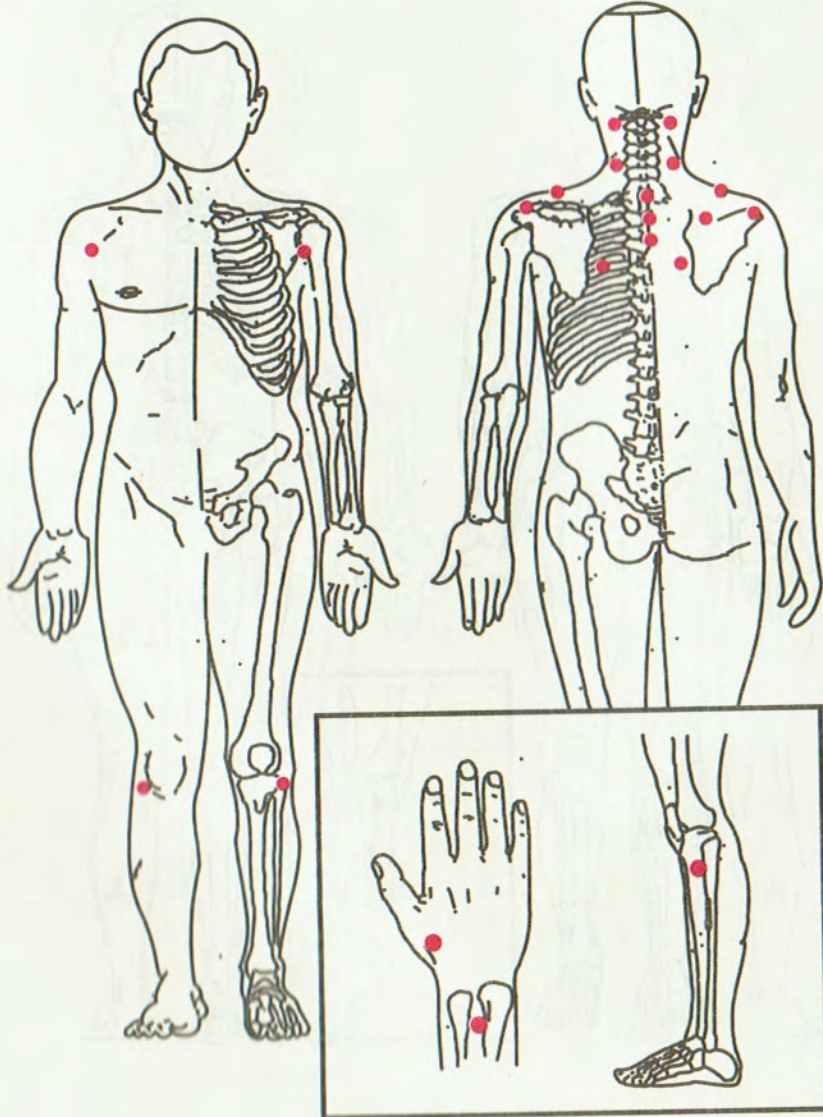


ہاتھ اور پاؤں میں جلن
BURNING HANDS AND FEET SYNDROMES



کنڈھے اور گردن میں درد

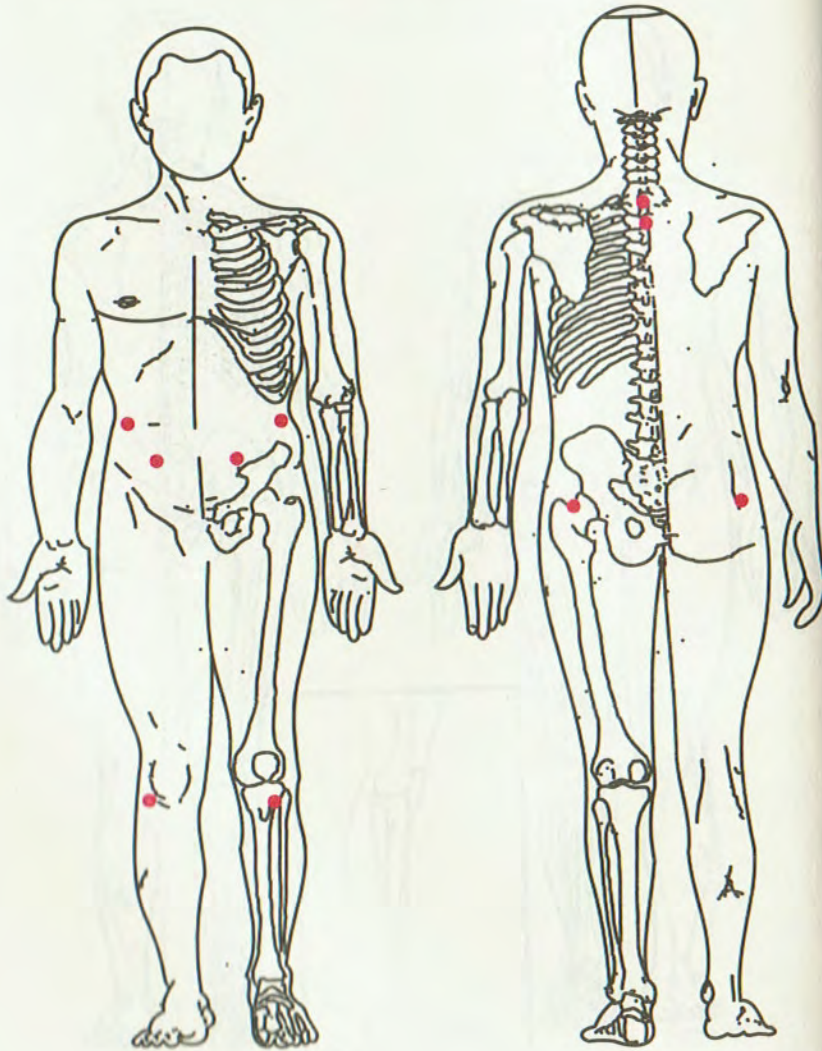
NECK AND SHOULDER PAIN



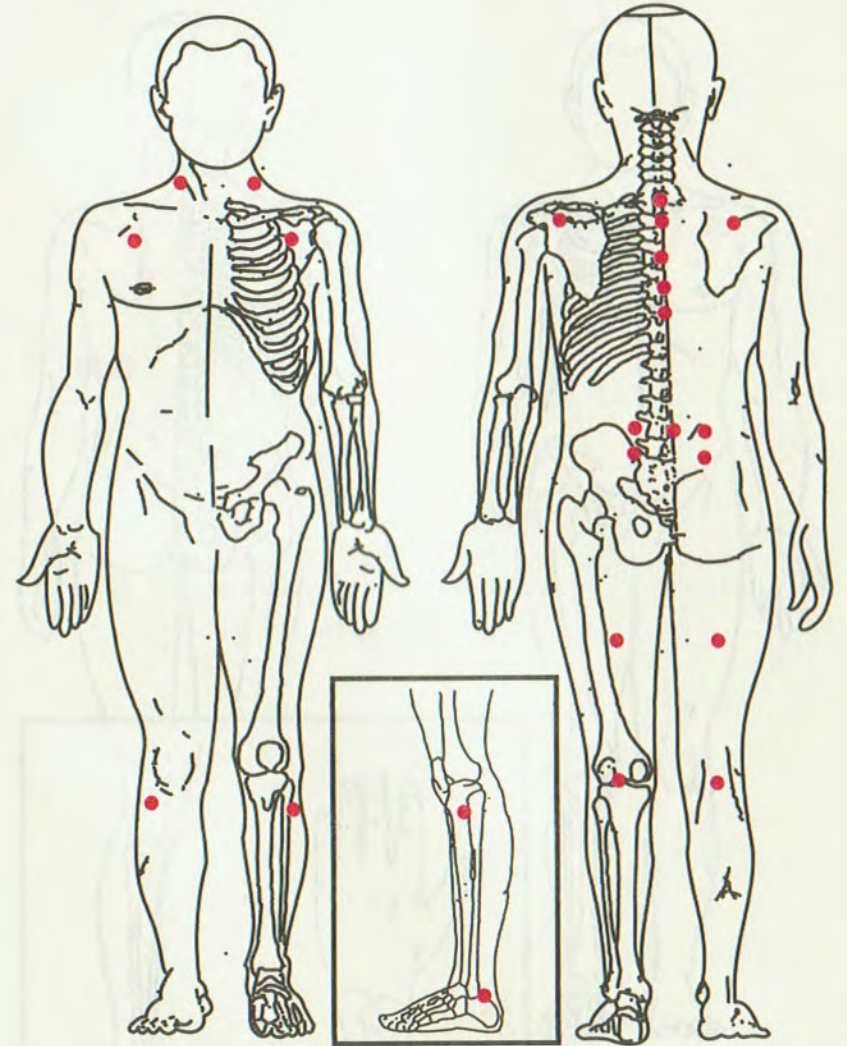
Pain

درد

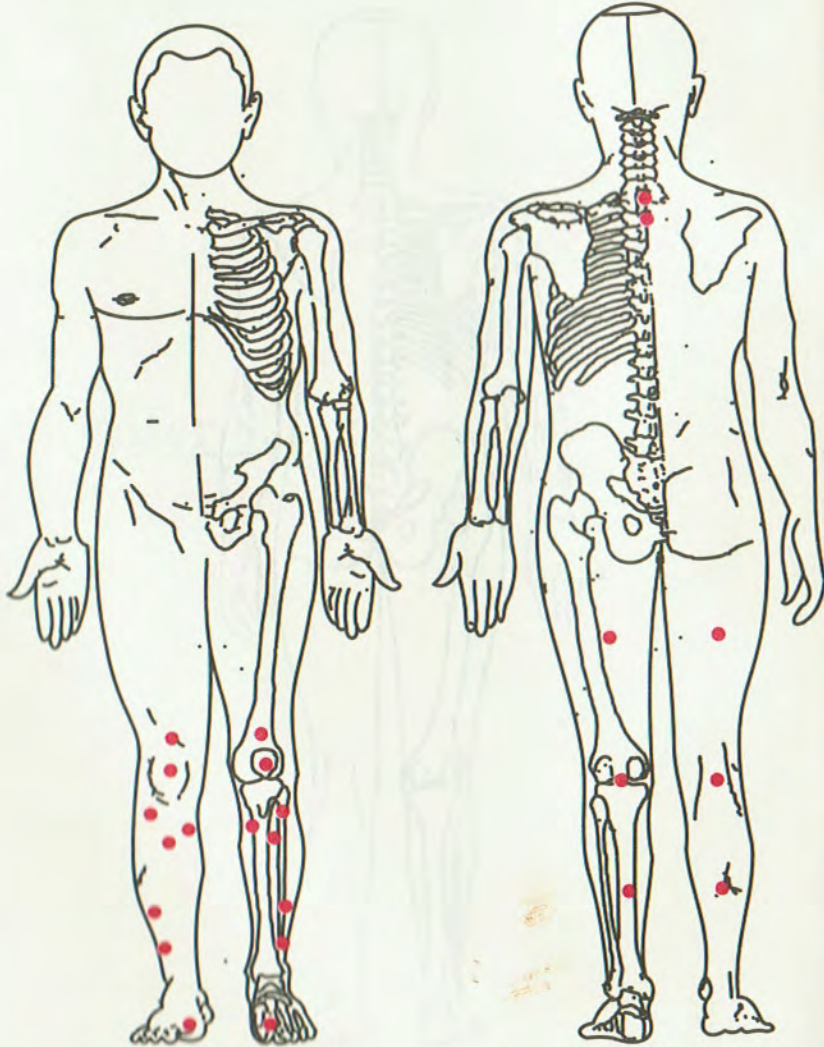
پیڑھوکا درد
PELVIC PAIN



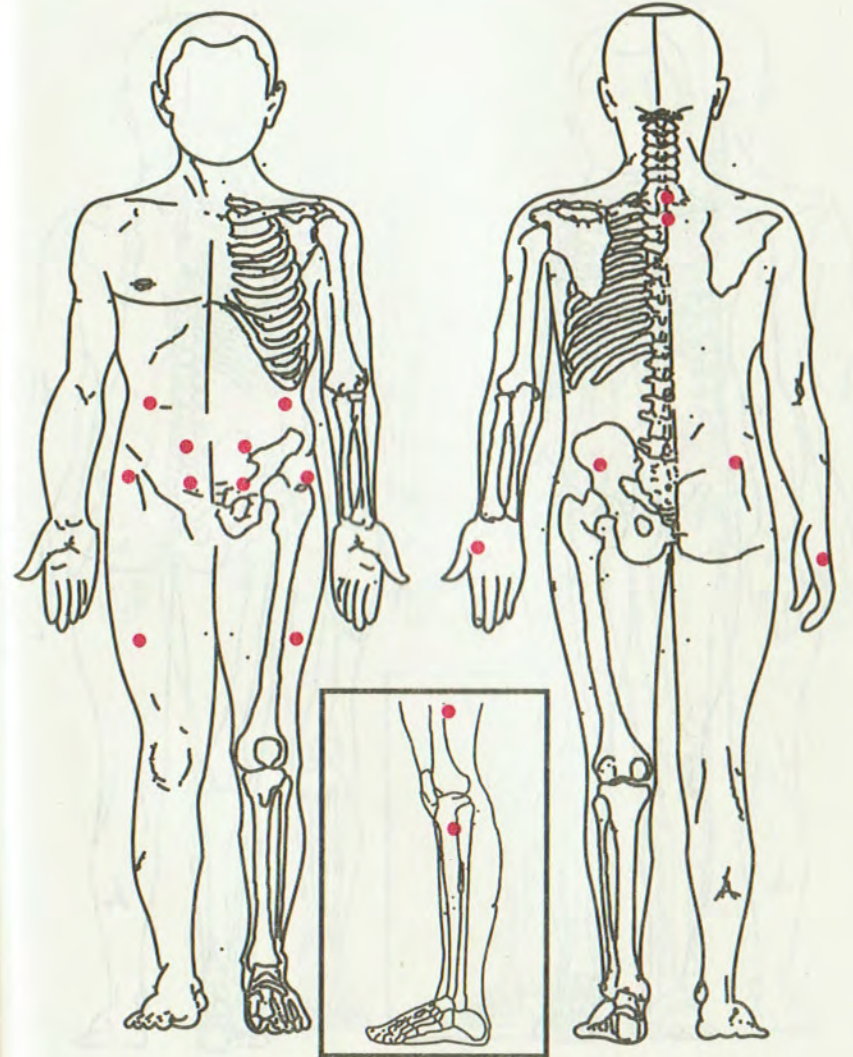
کمر کے پٹھوں کا درد
BACK PAIN (MUSCULAR)



لاتوں اور گھٹنے کا درد
LEG AND KNEE PAIN

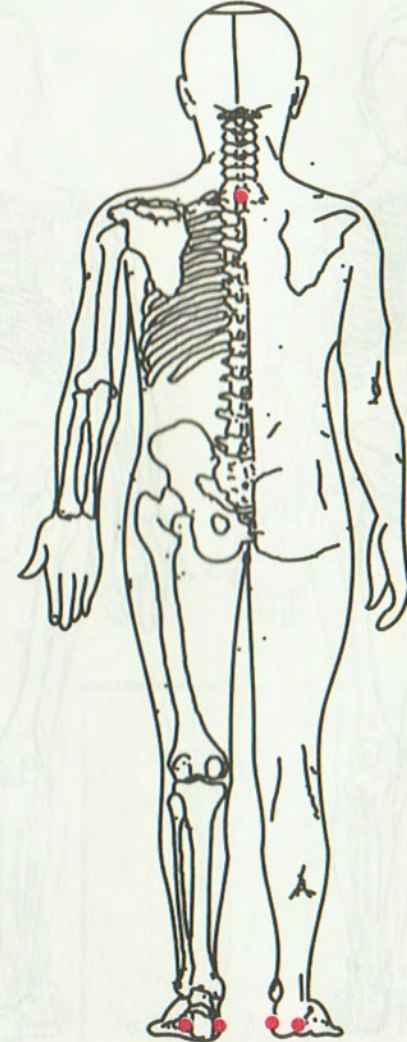


رانوں کا درد
THIGH PAIN



ایڑھی کا درد

HEEL PAIN

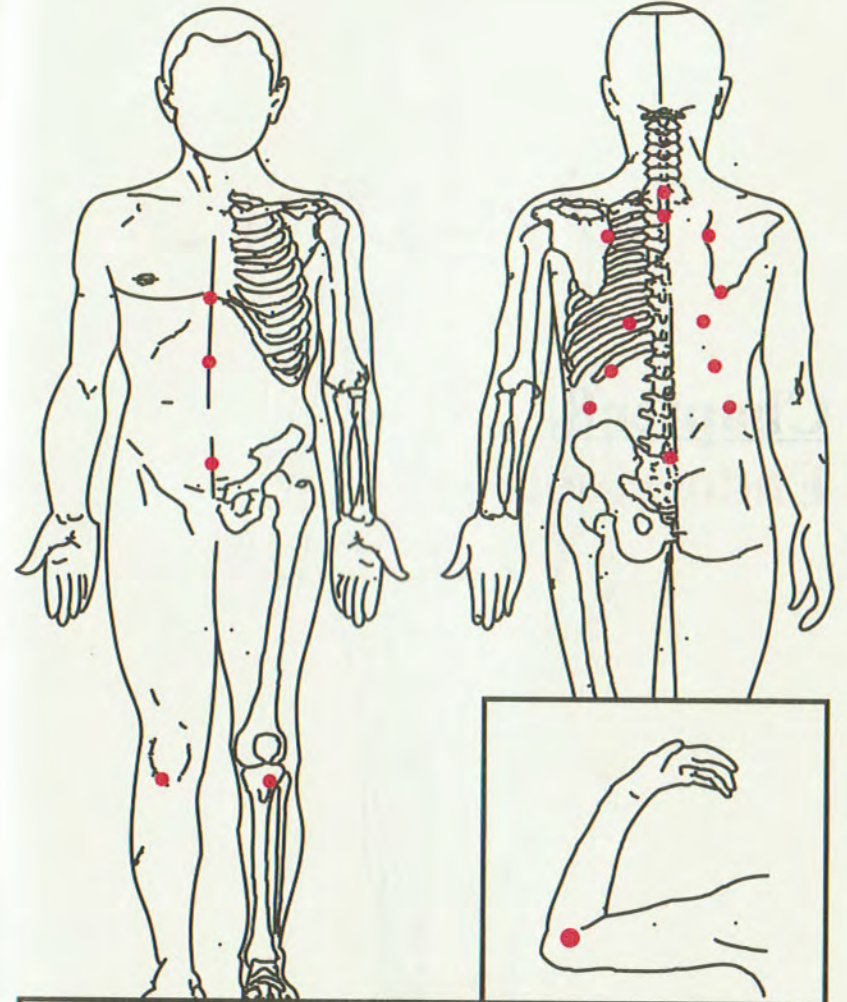


۸۔ ہارمونوں کے امراض

Chapter 8.
Endocrinology

شوگر کا مرض

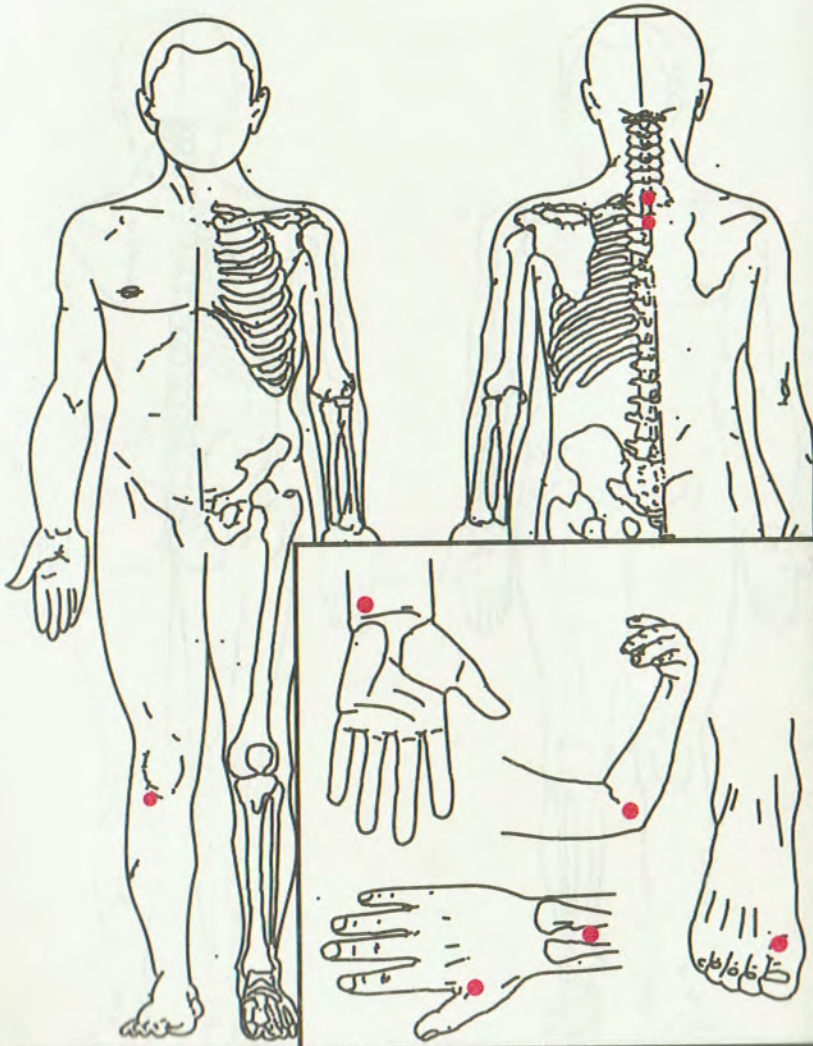
DIABETES MELLITUS



نوٹ: اس بیماری میں تین سے سات مرتبہ چمچا کرنا چاہیے، دو ہفتوں کے وقفے سے، چمچا کرتے وقت بلڈ شوگر 150mg سے نیچے ہو۔

بلڈ شوگر کم ہونا

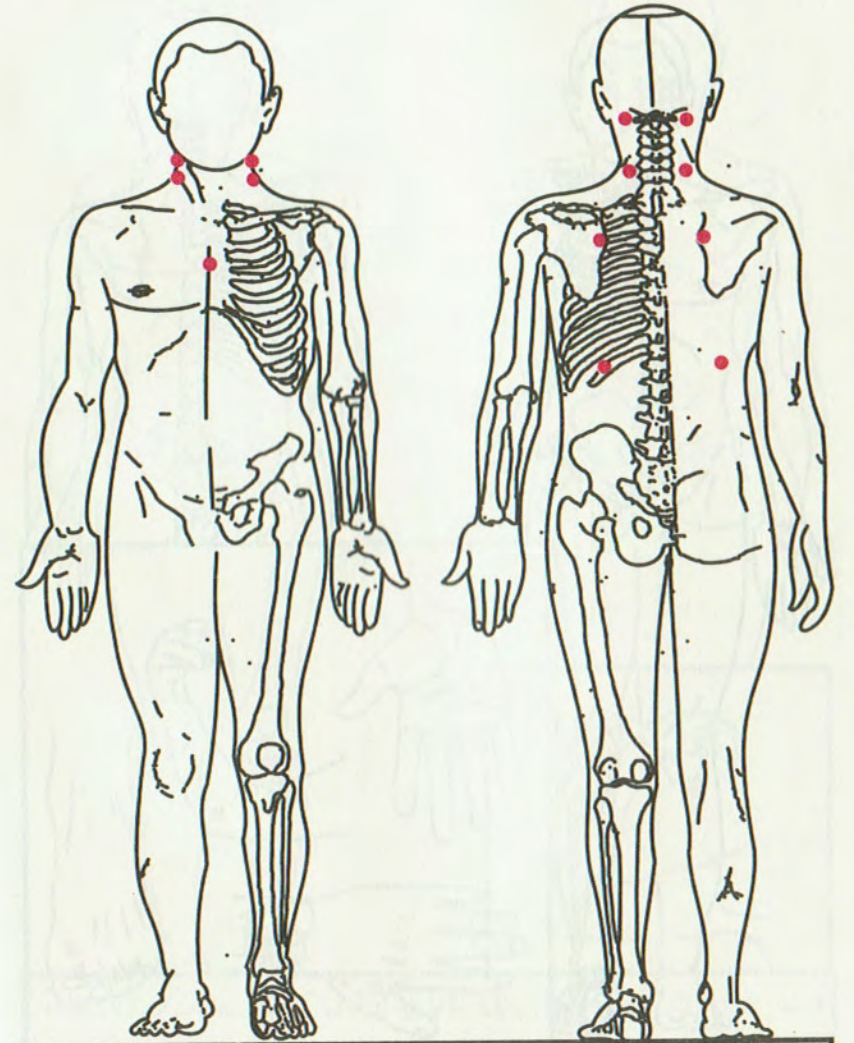
HYPOGLYCEMIA



نوٹ: اس بیماری میں تین سے سات مرتبہ چمچا کرنا چاہیے۔

غذّہ درقیہ کے امراض

DISORDERS OF THE THYROID GLAND



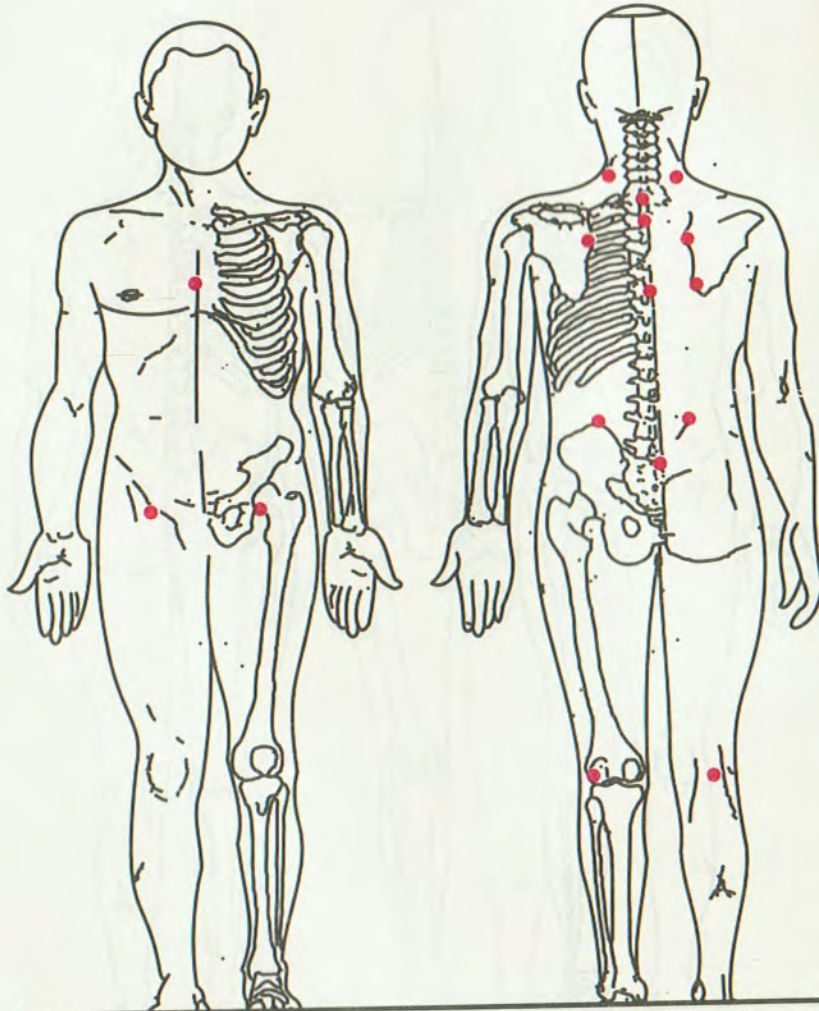
نوٹ: اس بیماری میں چھ مرتبہ حمامہ کرنا چاہیے۔

۹۔ نظام تولیدگی کی بیماریاں

Chapter 9.
Reproductive Disorders

مردوں کا بانجھ پن

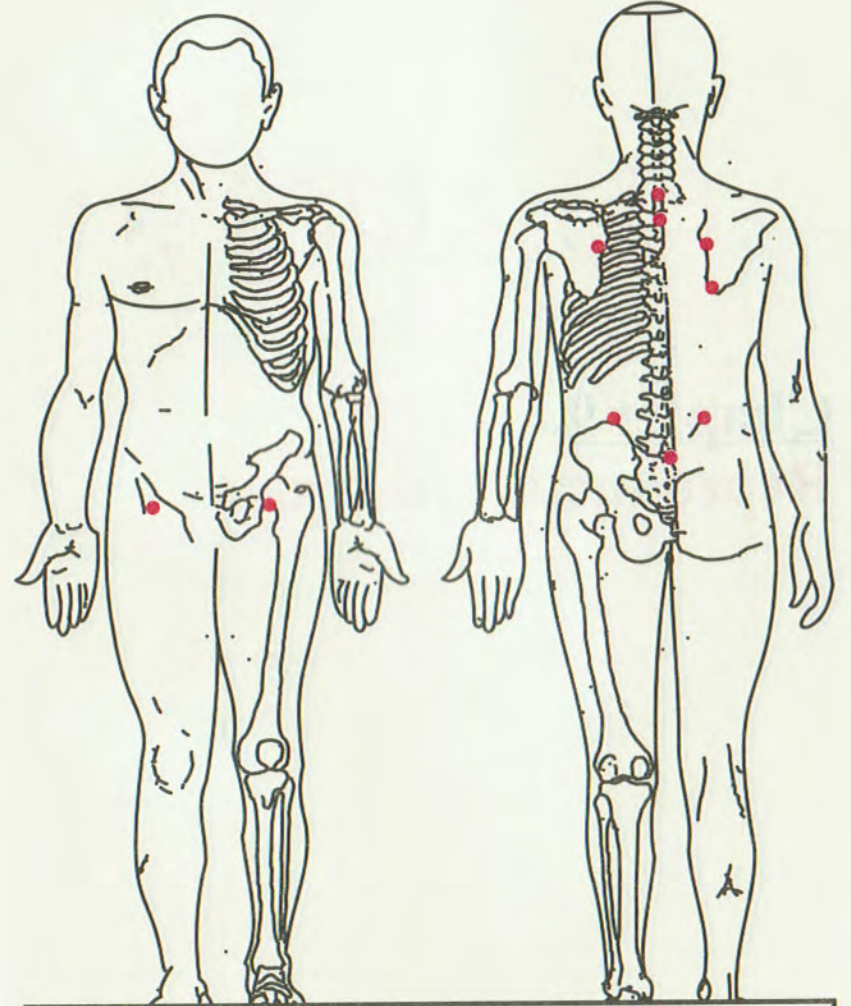
MALE STERILITY



نوٹ: اس مرض میں سات مرتبہ حمامہ کرنا چاہیے، وقفہ دو جاموں کے درمیان میں دو ہفتہ یا مہینہ یا طیب کی سمجھ کے مطابق۔

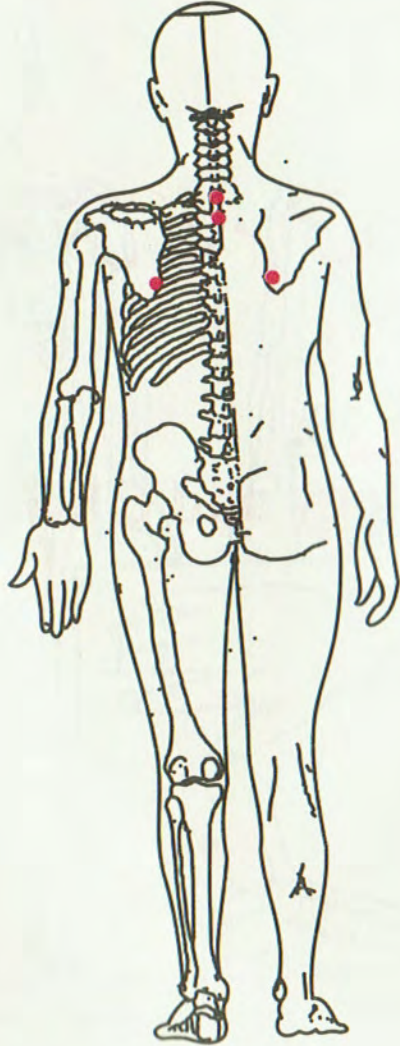
قوت باہ کی کمزوری

SEXUAL WEAKNESS (Including Impotence, Loss Of Sexual Desire And Premature Ejaculation)

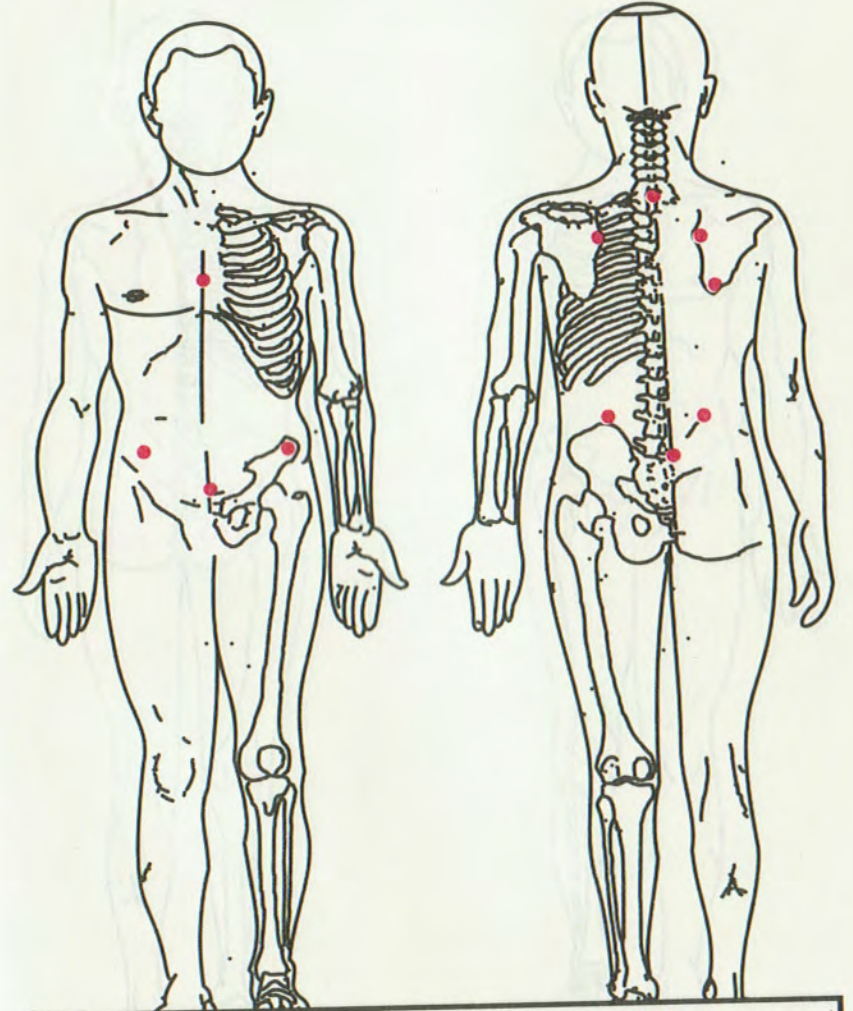


نوٹ: ایسے مریضوں کو تین سے پانچ مرتبہ حمامہ کرنا چاہیے، وقفہ دو جاموں کے درمیان میں دو ہفتہ یا مہینہ یا طیب کی سمجھ کے مطابق۔

انڈے دانی کو فعال بنانا
OVARIAN STIMULATION

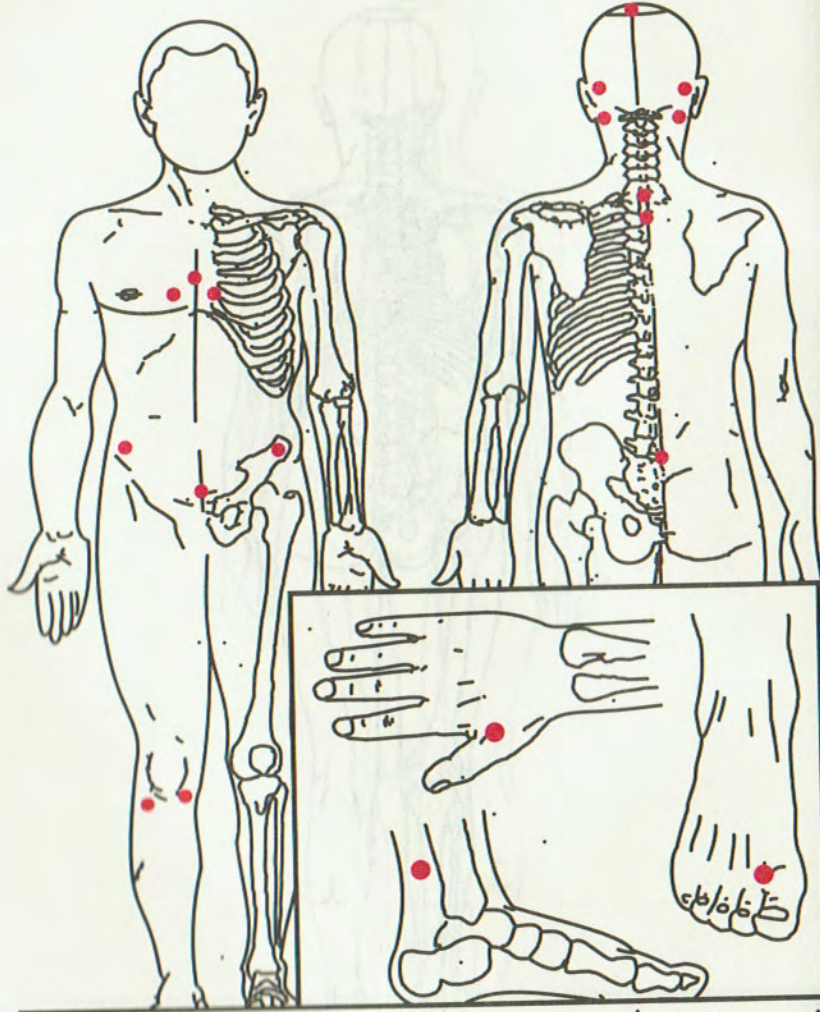


عورت کا بانجھ پن
FEMALE INFERTILITY



نوٹ: ایسے مریضوں کو تین سے سات مرتبہ حمامہ کرنا چاہیے، وقفہ دو چھ ماہوں کے درمیان میں دو ہفتہ یا مہینہ یا طیب کی سمجھ کے مطابق۔

حیض کا نہ آنا
AMENORHEA



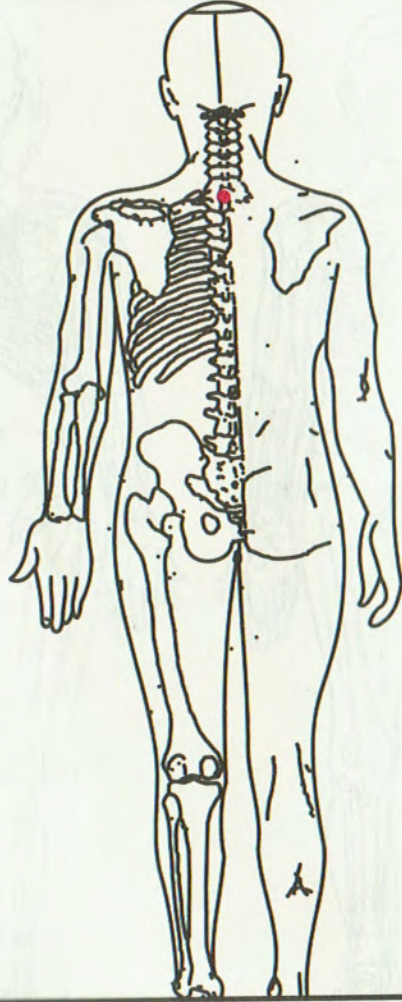
نوٹ: اس مرض میں پانچ مرتبہ جامتہ کرنا چاہیے، وقفہ دو جاموں کے درمیان میں دو ہفتہ یا مہینہ یا طیب کی سمجھ کے مطابق۔

۱۰۔ عورتوں کے امراض

Chapter 10.
Gynecology and Obstetrics

حیض کا درد کے ساتھ آنا

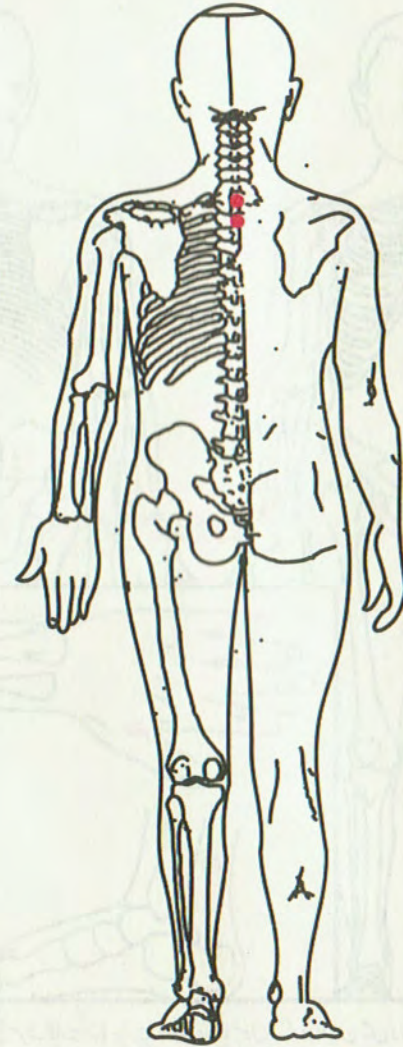
DYSMENORRHEA



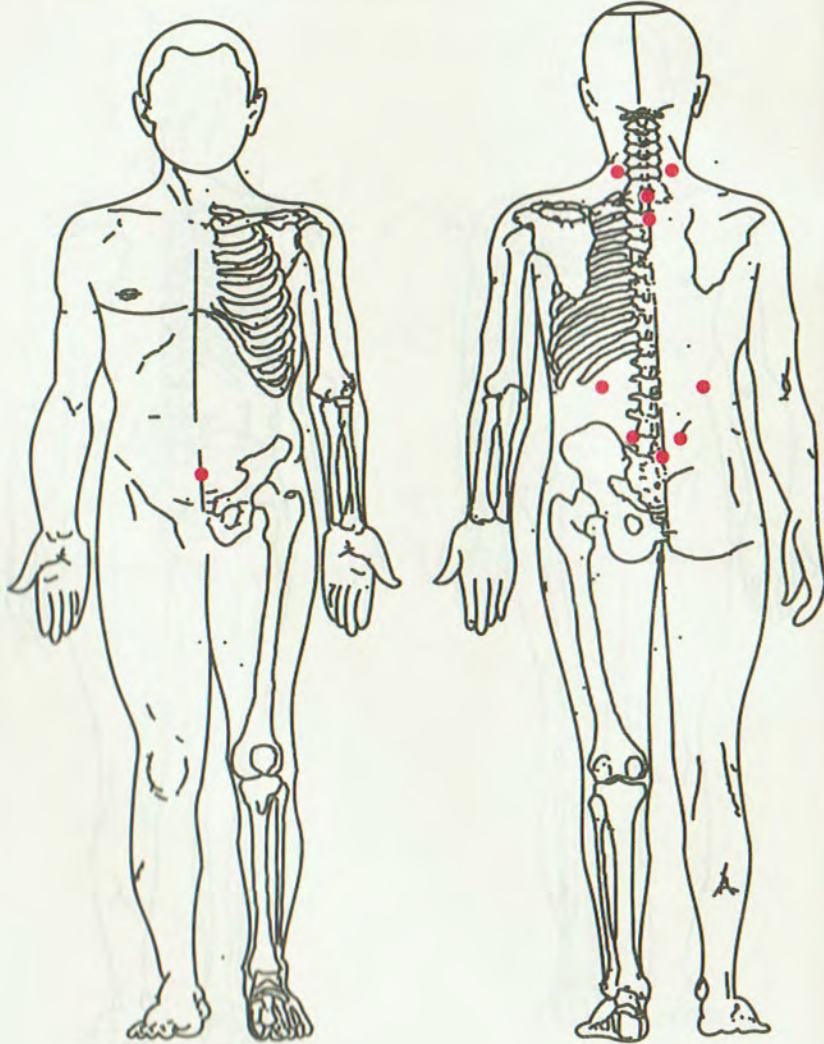
نوٹ: ایسے مریضوں کو تین سے سات مرتبہ حمام کرنا چاہیے، وقفہ دو حماموں کے درمیان میں دو ہفتہ یا مہینہ یا طیب کی سمجھ کے مطابق۔

بہت زیادہ حیض کا آنا

POLYMENORRHEA

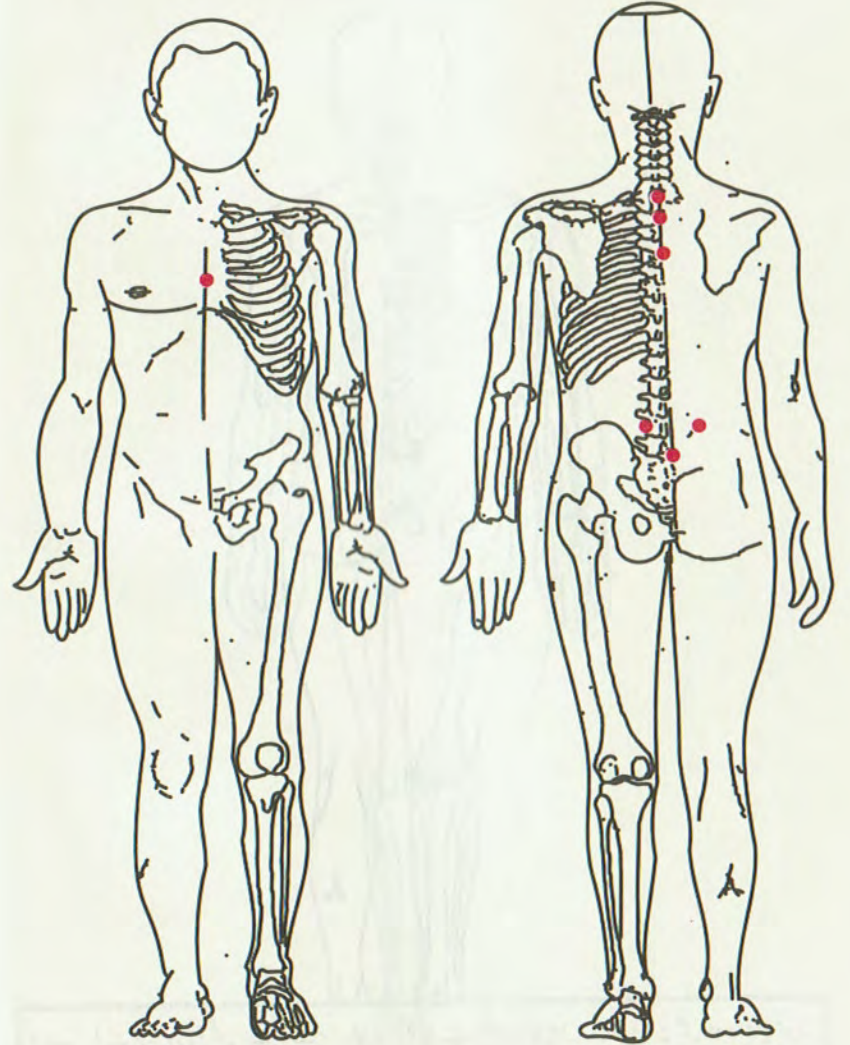


لیکوریابغیر رنگ و بو کے

VAGINAL SECRETIONS WITHOUT
COLOR OR ODOUR

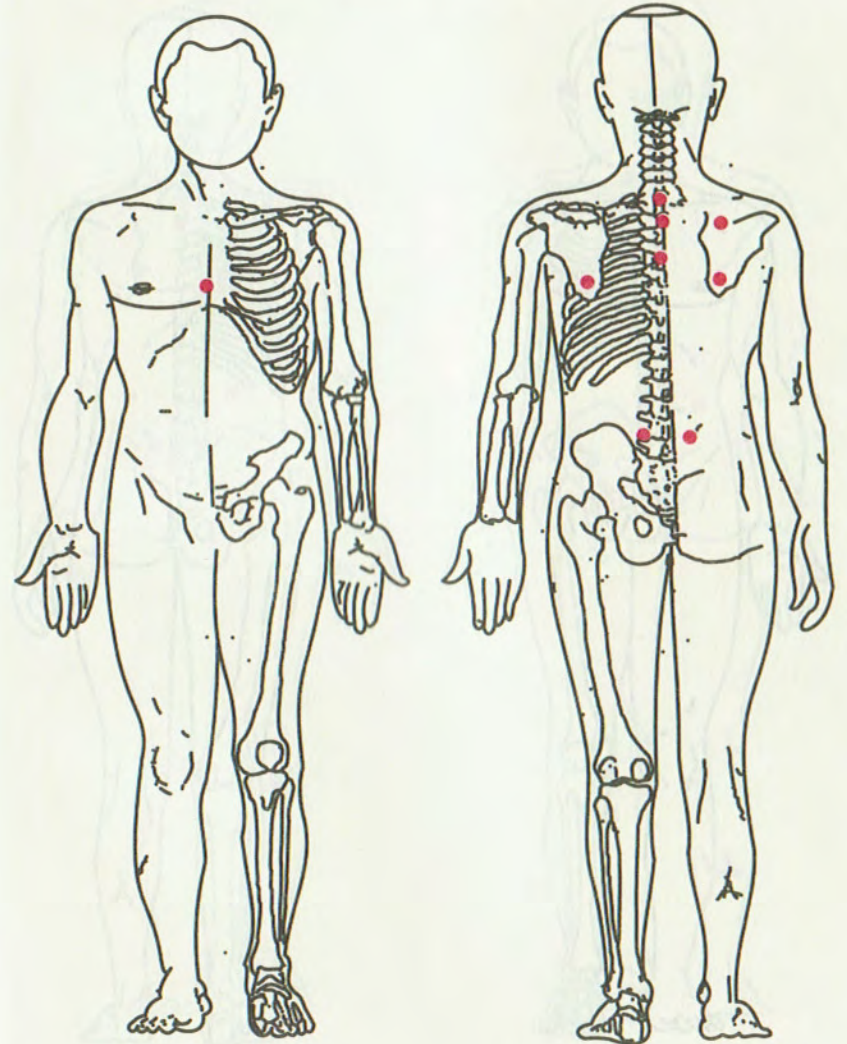
کتھنی رنگ کا لیکوریا

BROWN VAGINAL DISCHARGE



زچگی کے آپریشن کے بعد کا درد

PAIN AFTER OBSTETRIC SURGERY



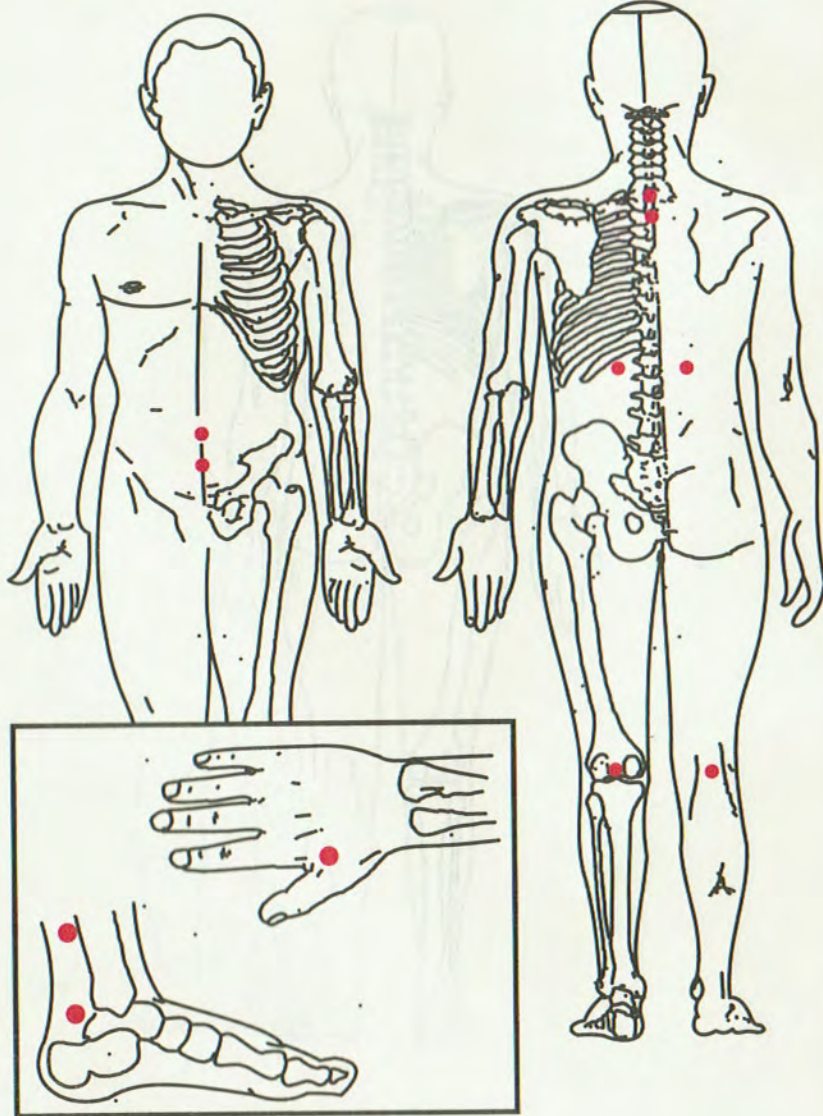
۱۱۔ گردے، مثانے، غدہٴ قدامیہ
فوطہ کی بیماریاں

Chapter 11.

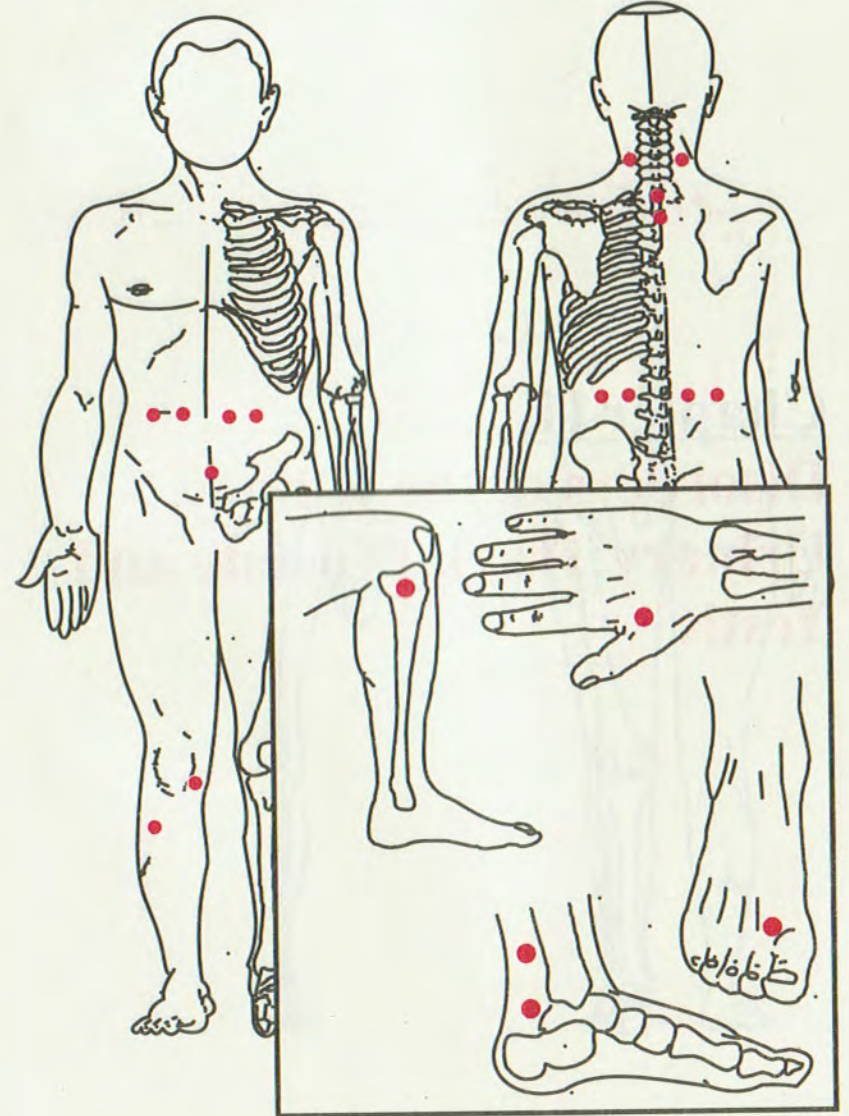
**Disorders of the Kidney,
Urinary Tract, Prostate and
Testis**

مٹانے کا ورم

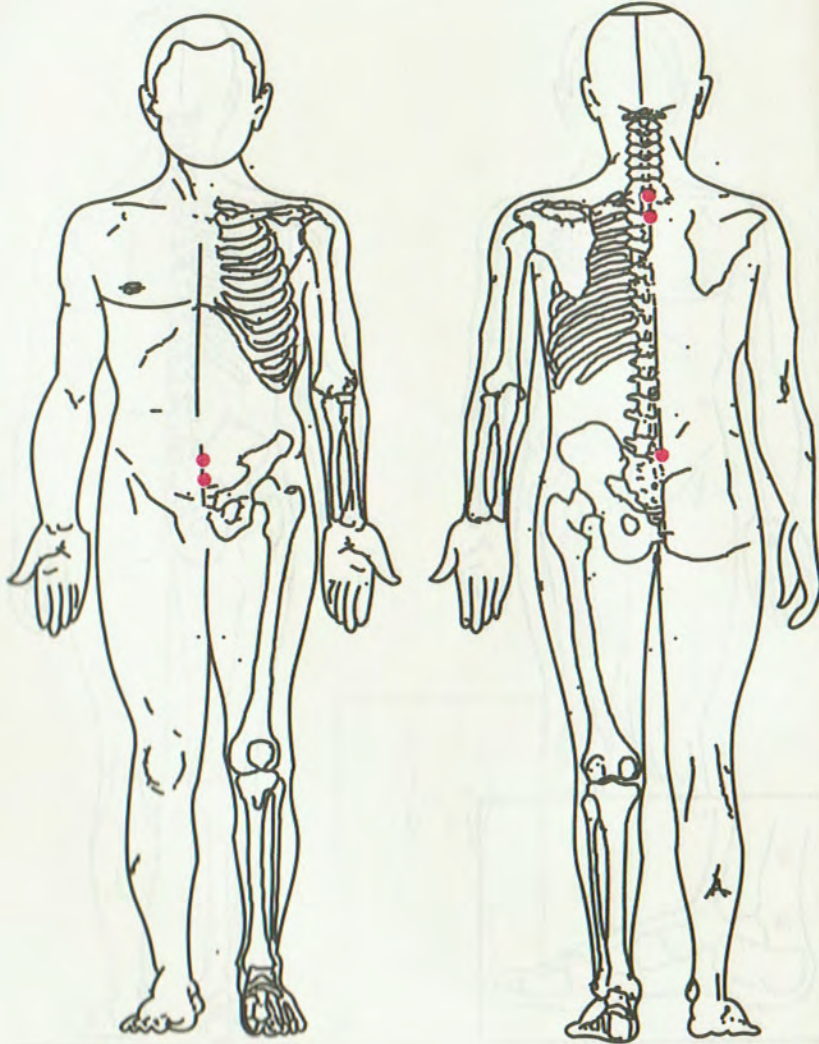
CYSTITIS



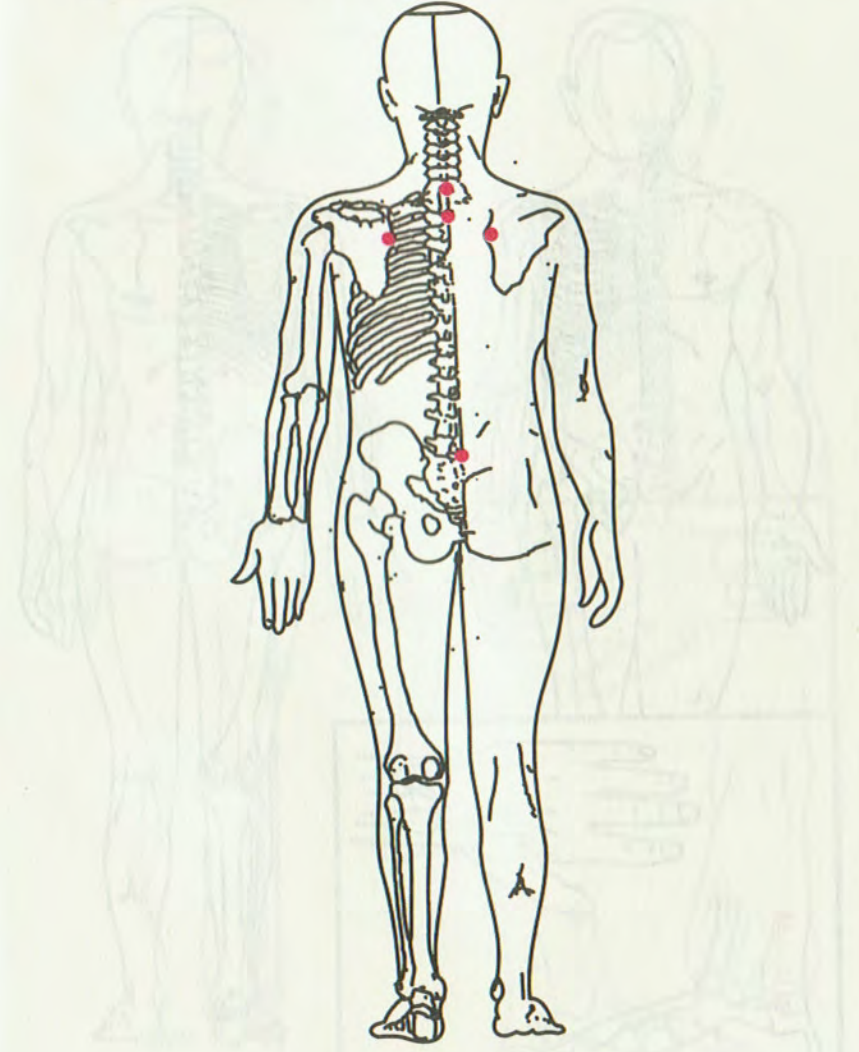
گردے کی پتھری اور گردے کے امراض

DISORDERS OF THE KIDNEY
(including Renal Colic And Nephrolithiasis)

پیشاب کے امراض اور پیشاب کا رک جانا

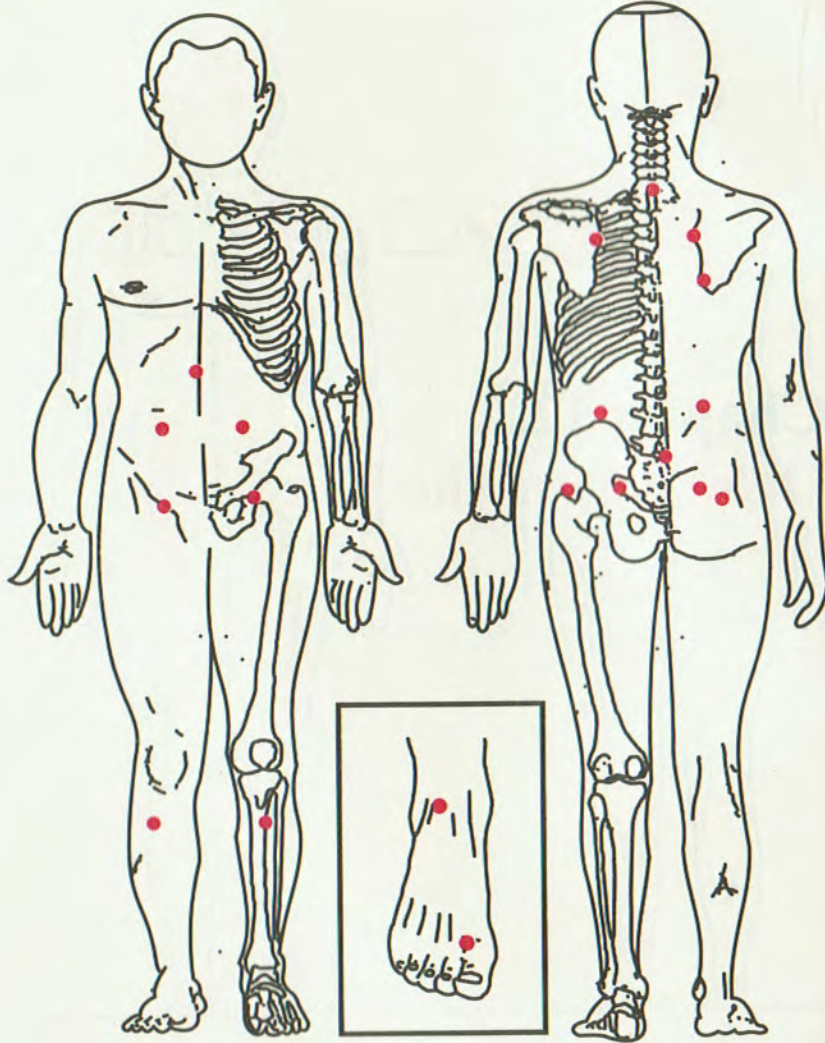
DISORDERS OF THE URINARY TRACT
INCLUDING URINARY RETENTION

غیر ارادی طور پر پیشاب کا نکل جانا اور رات میں پیشاب کا نکل جانا

URINARY INCONTINENCE AND
NOCTURNAL ENURESIS

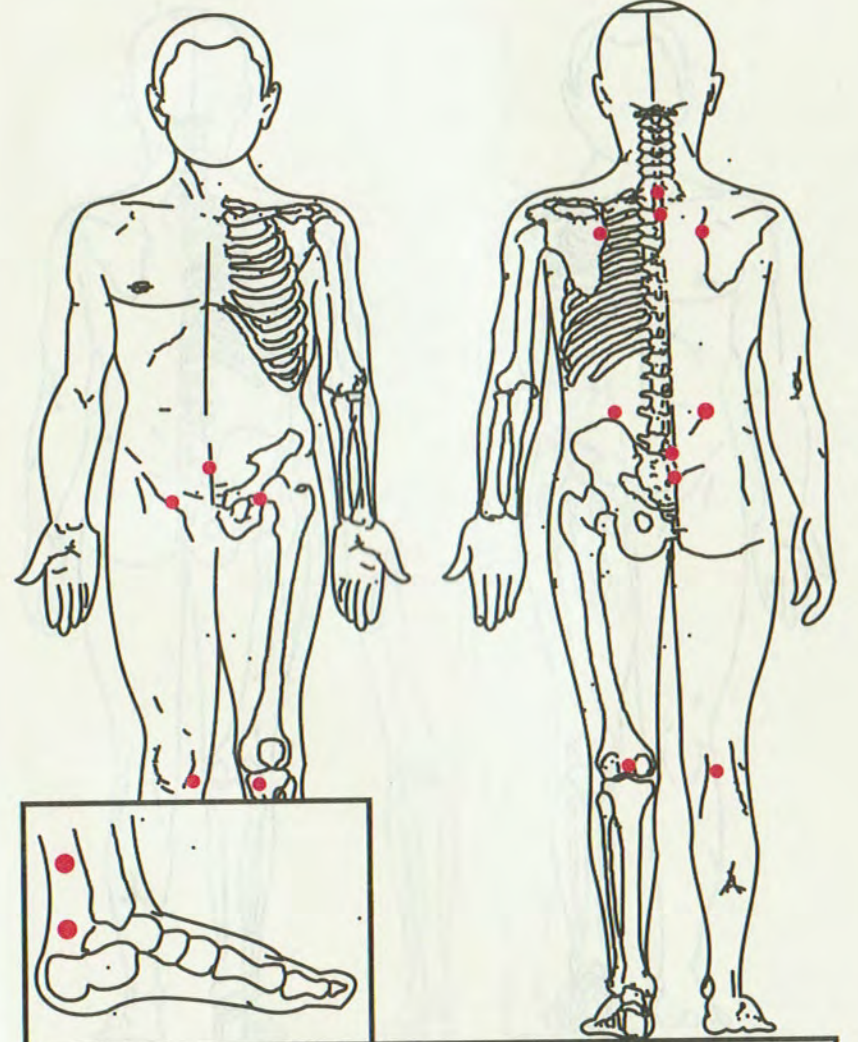
فوطوں کی رگوں کا پھول جانا

VARICOCELE



غده قدامیہ کے امراض

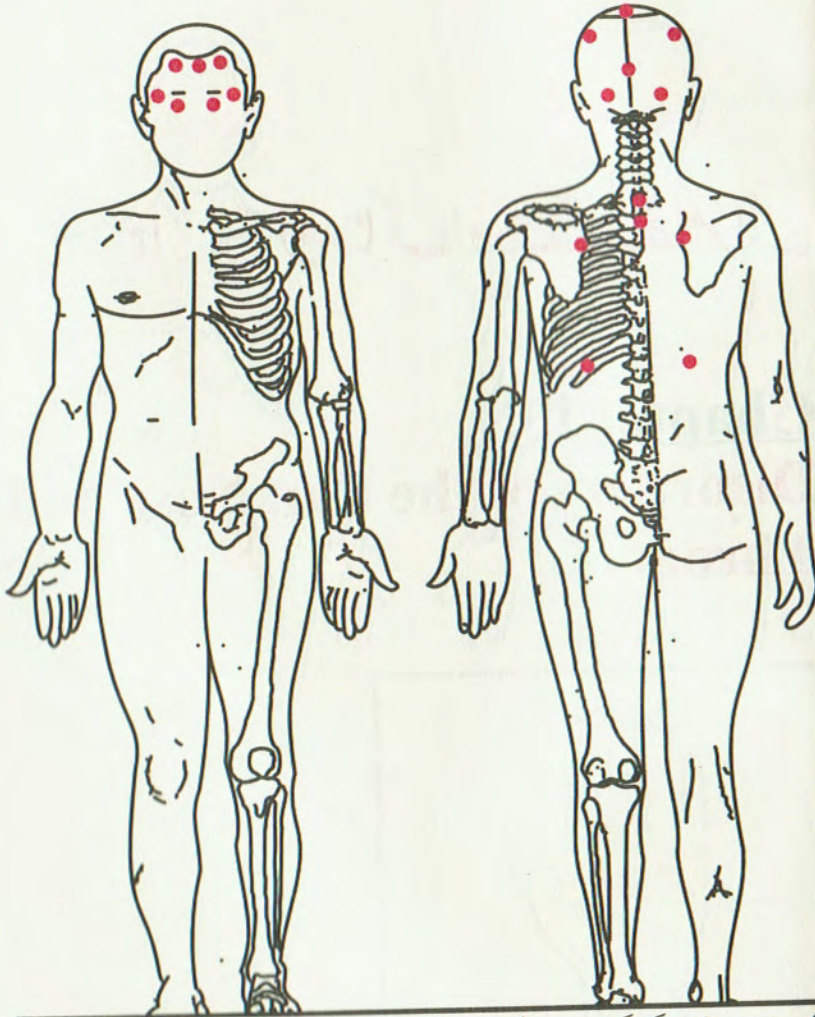
DISEASES OF THE PROSTATE



نوٹ: اس مرض میں چھ مرتبہ جملہ کرنا چاہیے، وقفہ دو چاموں کے درمیان میں دو ہفتہ یا مہینہ یا طیب کی سمجھ کے مطابق۔

کالا پانی اور موتیا کے امراض

DISORDERS OF THE EYE



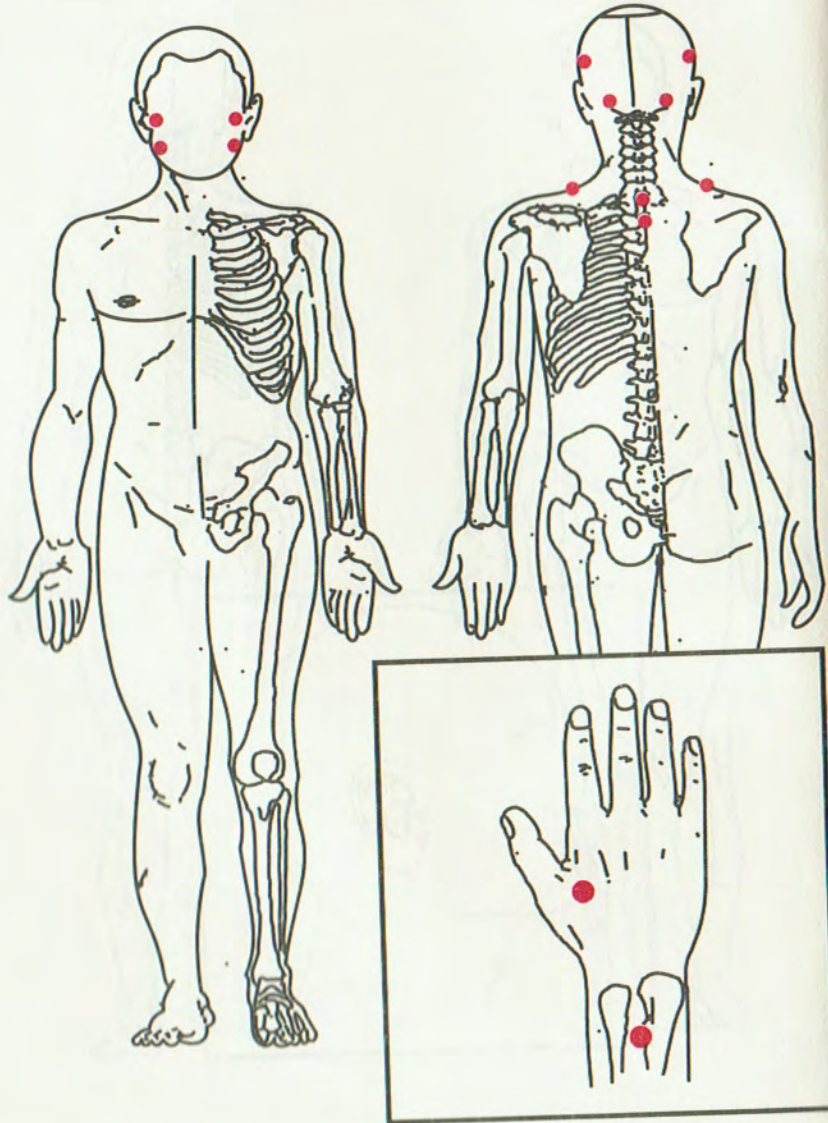
نوٹ: اس مرض میں کم از کم تین سے پانچ مرتبہ تجلید کرنا چاہیے، وقفہ دو تھاموں کے درمیان میں دو ہفتہ یا مہینہ یا طیب کی سمجھ کے مطابق۔

۱۲۔ آنکھوں کے امراض

Chapter 12.
Disorders of the Eye

کان کے امراض

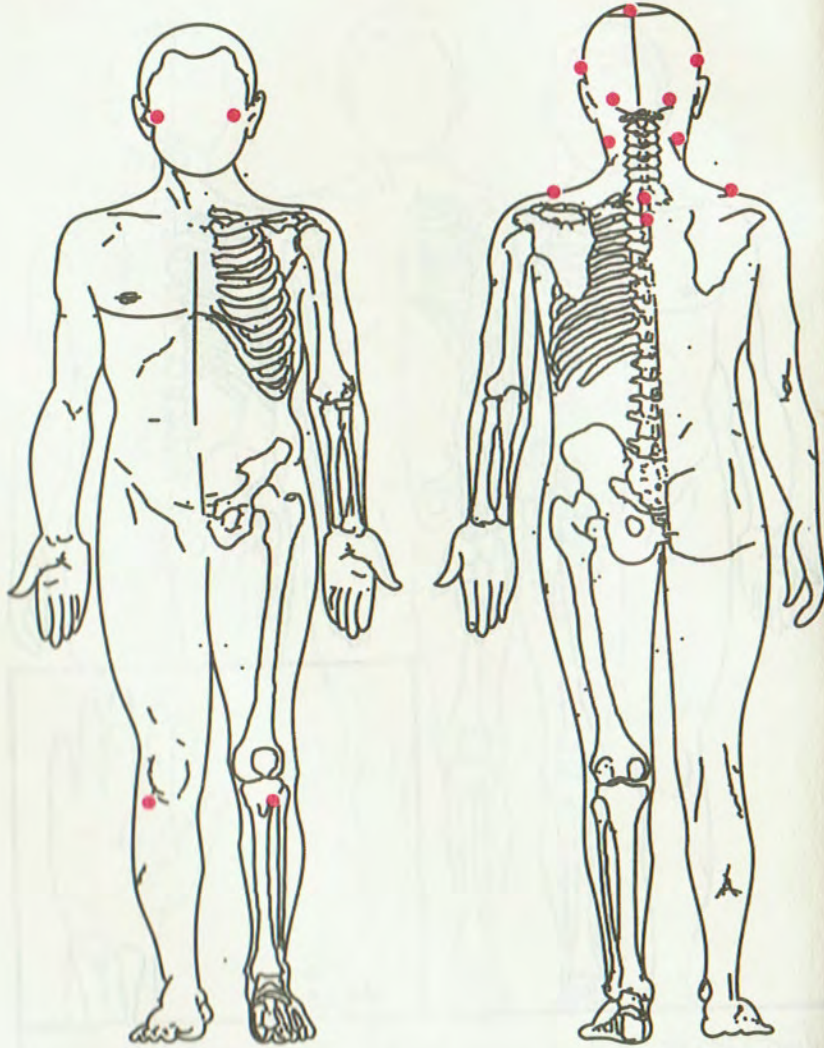
DISORDERS OF THE EAR



۱۳۔ کان، ناک اور گلے کے امراض

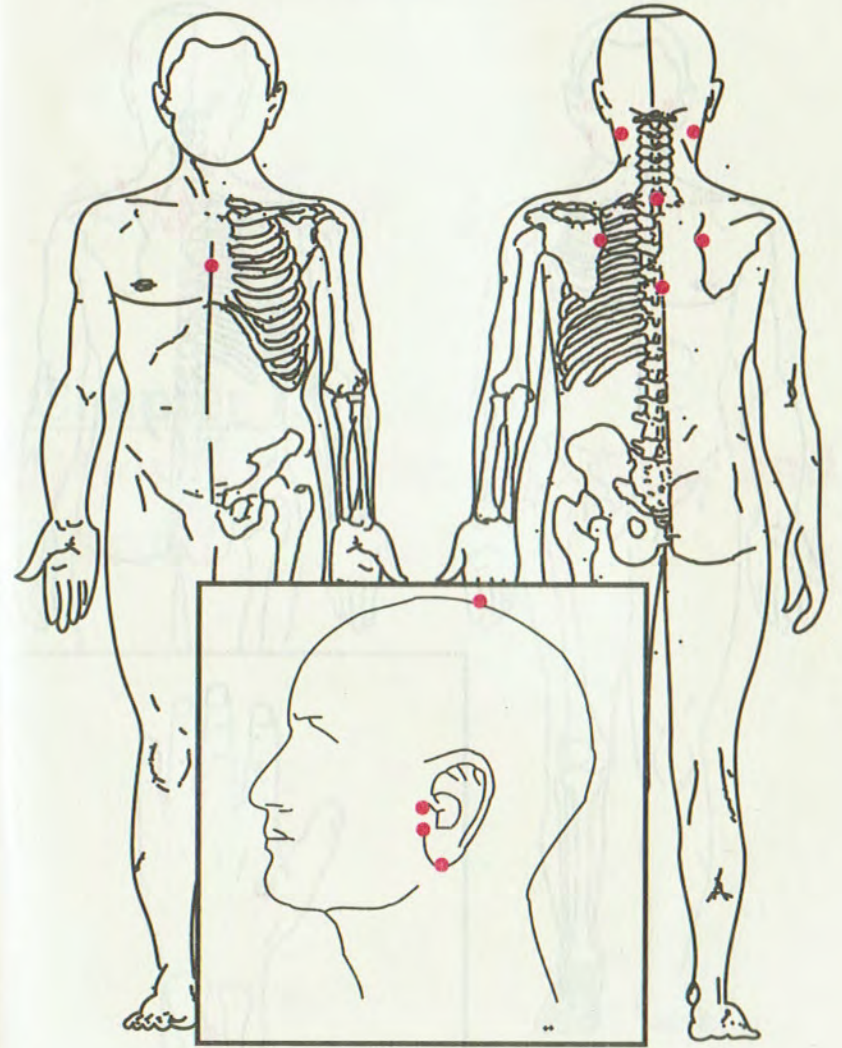
Chapter 13.**Disorders of the Ear, Nose and Throat**

بہرہ پن
DEAFNESS



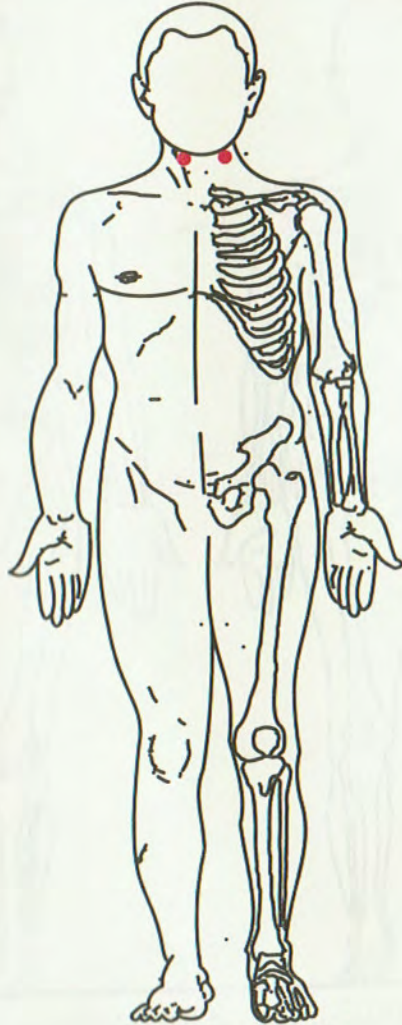
کان کے وسطی حصے کا امراض

DISORDERS OF THE MIDDLE EAR
(including Otitis Media)



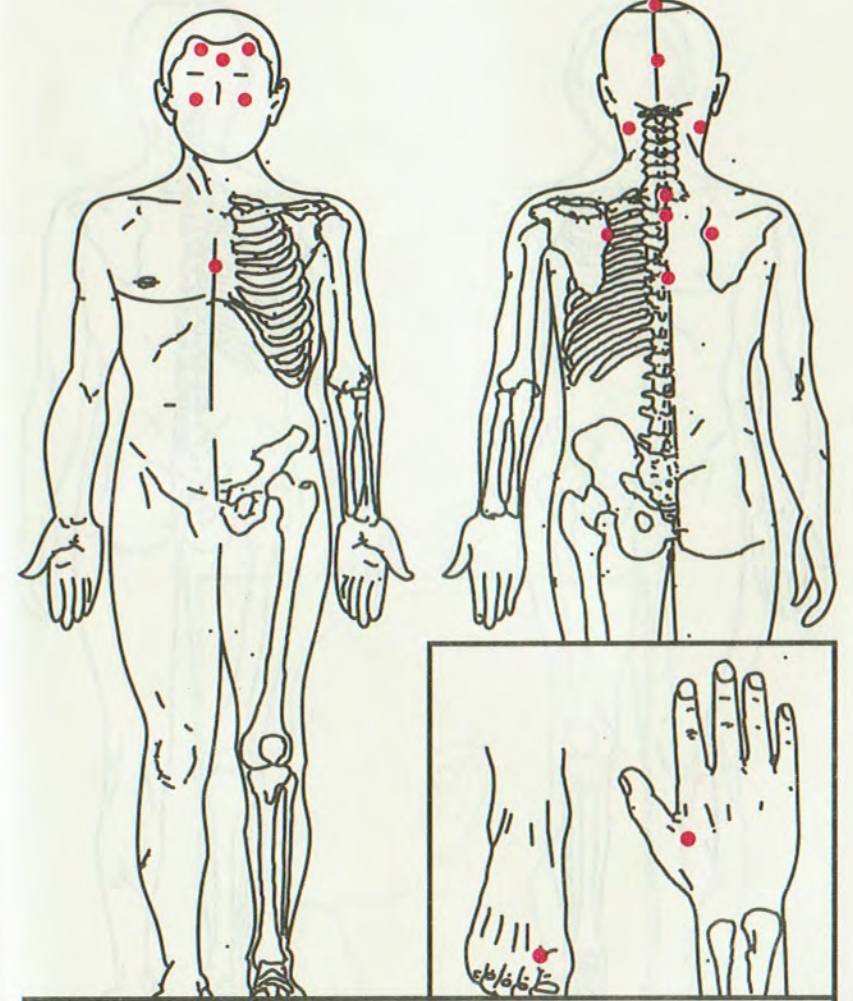
ٹانسلز کے امراض اور ورم

DISORDERS OF THE TONSILS
(including Tonsillitis)



سائنس کے امراض

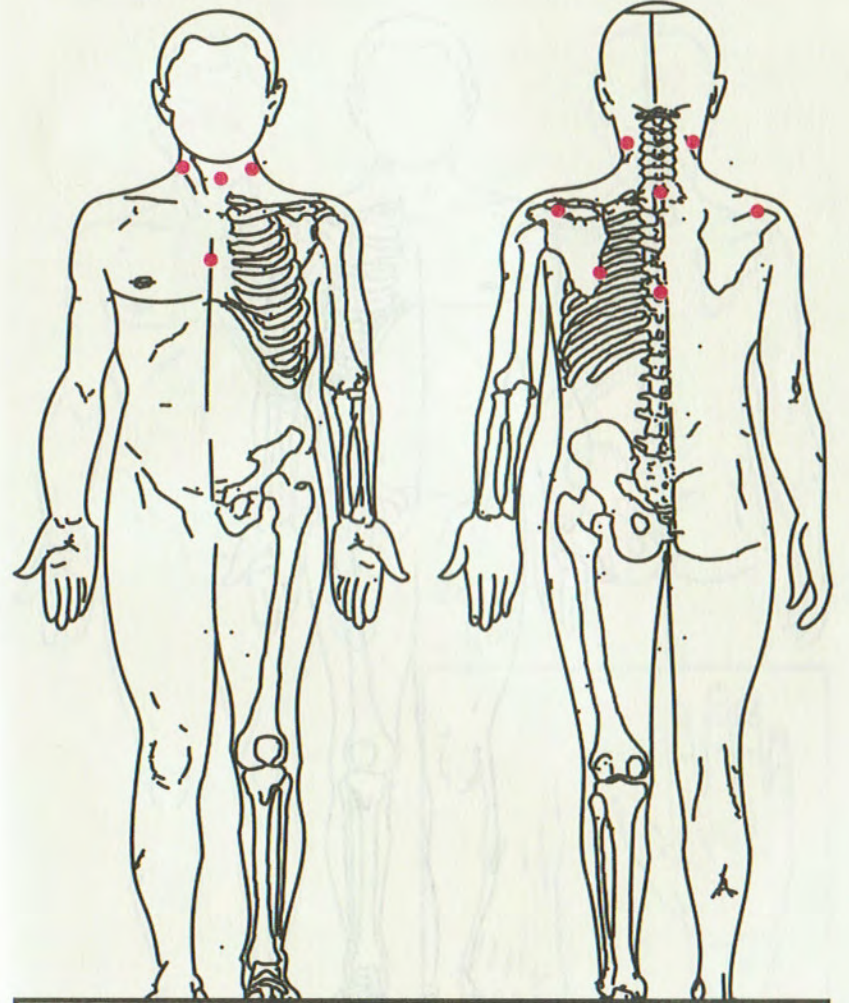
ACUTE AND CHRONIC SINUSITIS



نوٹ: اس مرض میں تین سے پانچ مرتبہ جامہ کرنا چاہیے، وقفہ دو جاموں کے درمیان میں دو ہفتہ یا مہینہ یا طیب کی سبھ کے مطابق۔

نجرہ کا ورم

LARYNGITIS



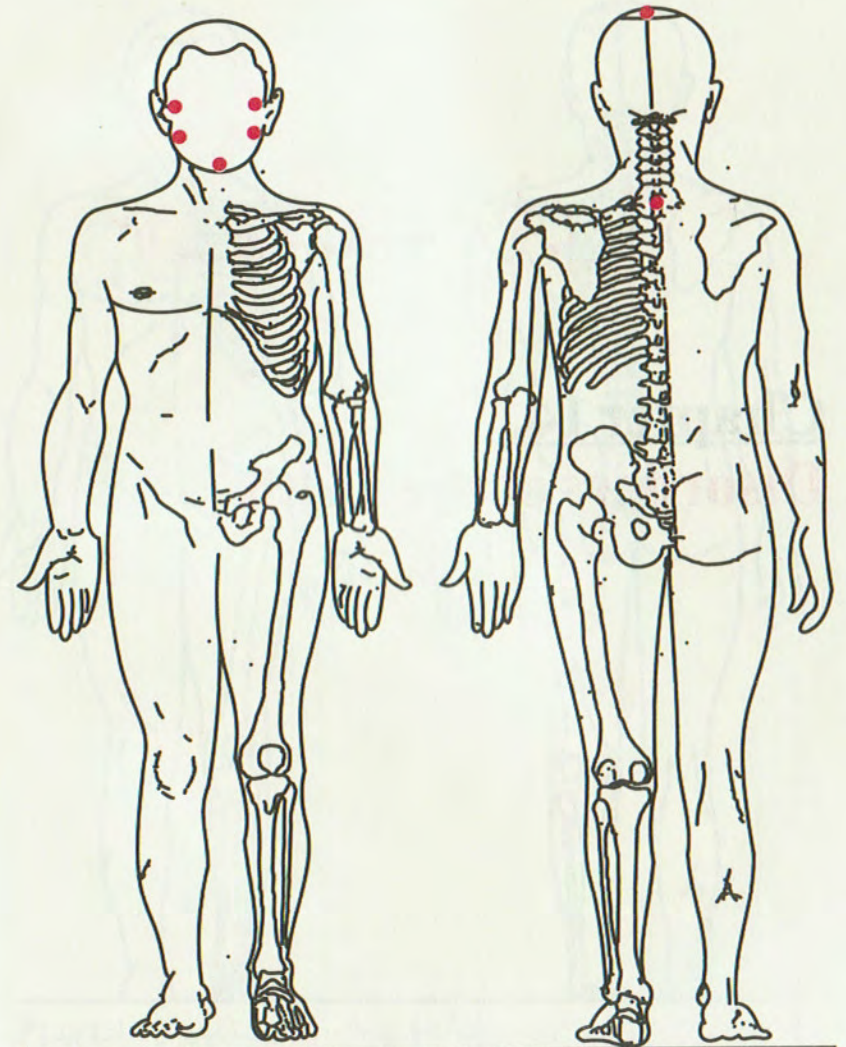
نوٹ: اس مرض میں تین سے سات مرتبہ چماتہ کرنا چاہیے، وقفہ دو چاموں کے درمیان میں دو ہفتہ یا مہینہ یا طیب کے سمجھ کے مطابق۔

۱۴۔ دانتوں کے امراض

Chapter 14. Disorders of the Teeth

دانتوں کے امراض

DISORDERS OF THE TEETH



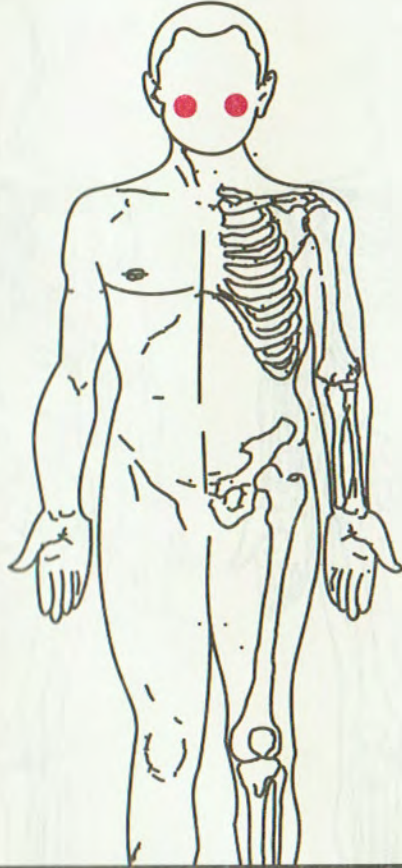
نوٹ: درد کے مقام کے حساب سے حجامت لگانا چاہیے۔

۱۵۔ جلد کے امراض

Chapter 15.
Dermatology

چہرے کے دانے

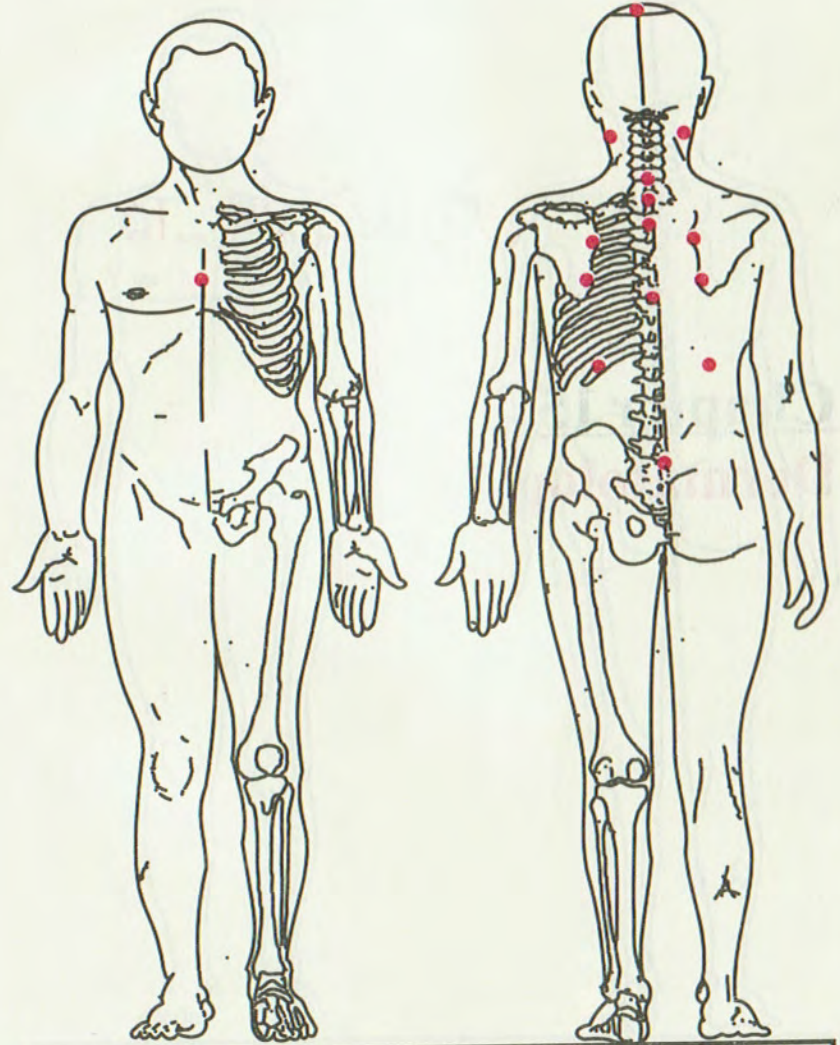
ACNE



نوٹ: ایسے مریضوں کو گوشت، مچھلی، انڈے، خشک میوہ جات، تلی ہوئی چیزوں اور پھنائی سے پرہیز کرنا چاہیے، غذا میں تازہ سبزیاں، پھل، دالیں اور گندم یا جو کی روٹی، چہرے کو دن میں تین مرتبہ صابن سے دھونا چاہیے، کئی مریضوں کو نیم کے صابن سے بھی فائدہ ہوتا ہے، چہرے پر حجامتہ کرتے وقت ہلکے کٹ لگائیں اور فوراً شہد لگائیں تاکہ اس سے کوئی نشان نہ پڑے۔

گنچ پن

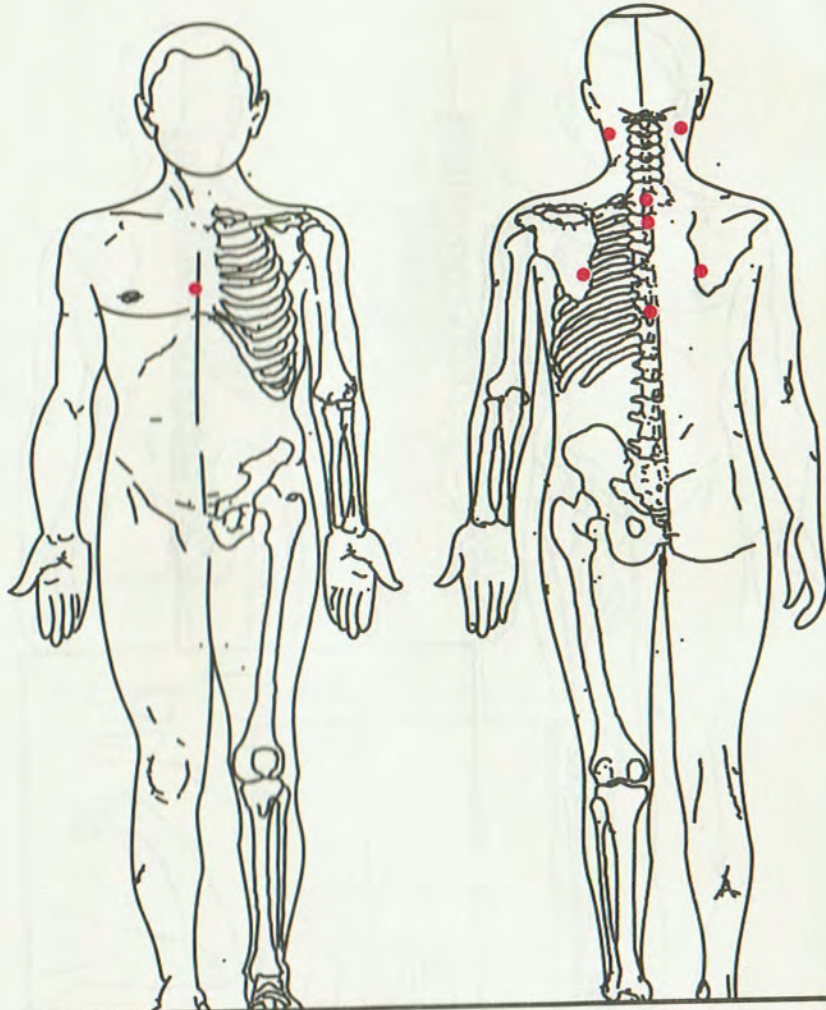
ALOPECIA



نوٹ: جہاں بال کم ہوں اس جگہ پر خاص طور پر حجامتہ کرنا چاہیے۔

پسوریازس

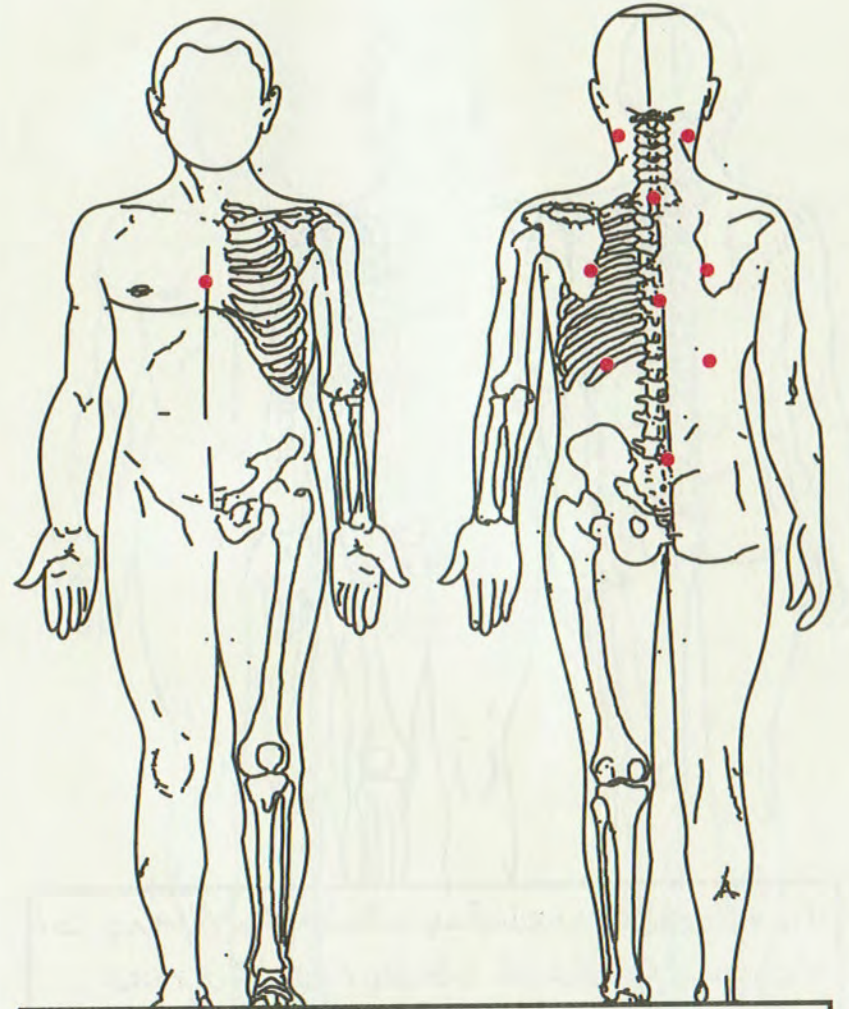
PSORIASIS



نوٹ: اس مرض میں کل آٹھ مرتبہ جگامہ کرنا چاہیے، وقفہ دو جگاموں کے درمیان میں دو ہفتہ یا مہینہ یا طیب کی سمجھ کے مطابق۔

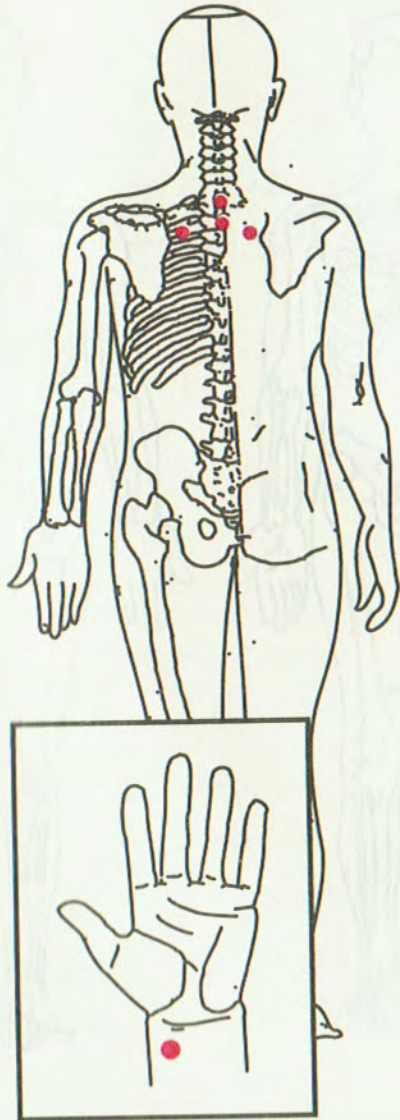
جلد کا سفید پڑ جانا

VITILIGO

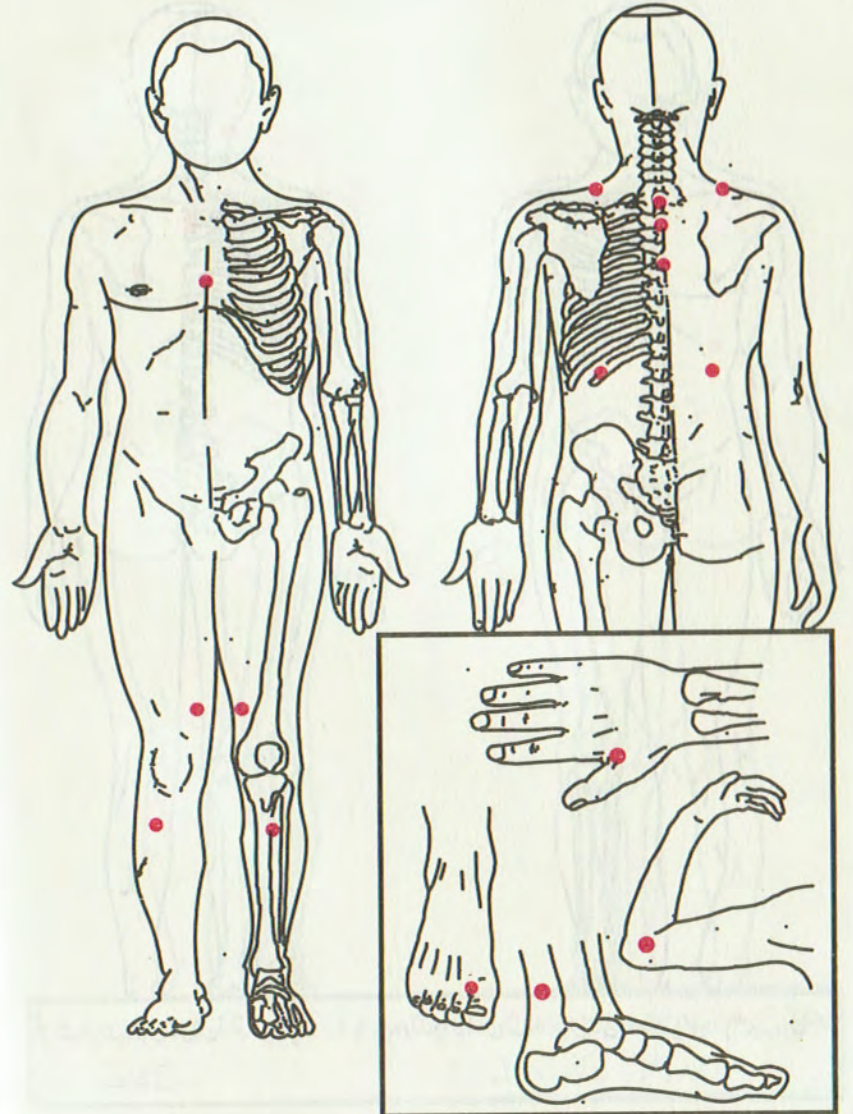


نوٹ: جن مقامات پر سفید دھبے پڑے ہوں ان کے اوپر دس مرتبہ جگامہ کرنا چاہیے، وقفہ دو جگاموں کے درمیان میں دو ہفتہ یا مہینہ یا طیب کی سمجھ کے مطابق۔

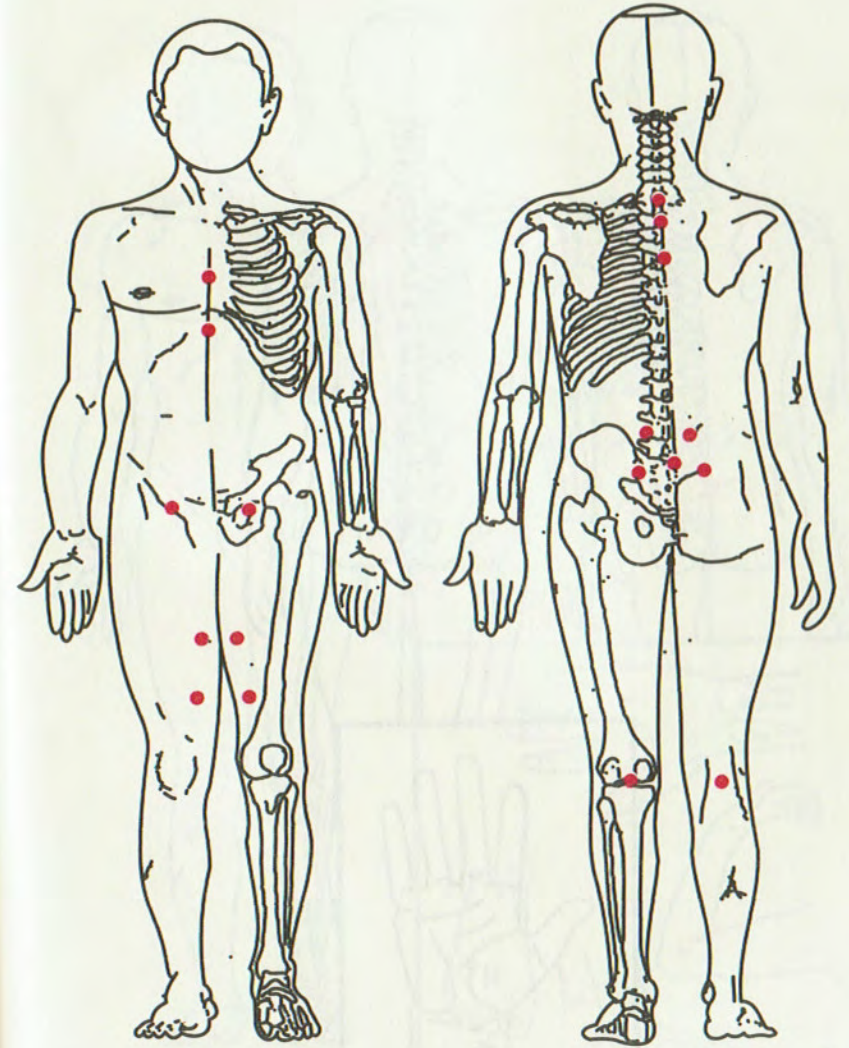
ایگزیمیا
ECZEMA



خارش
PRURITIS



فیل پا
ELEPHANTITIS



۱۶۔ آرائش حسن کے لیے حجامتہ

Chapter 16.
Cosmetics

آرائش حسن کے لیے حجامتہ

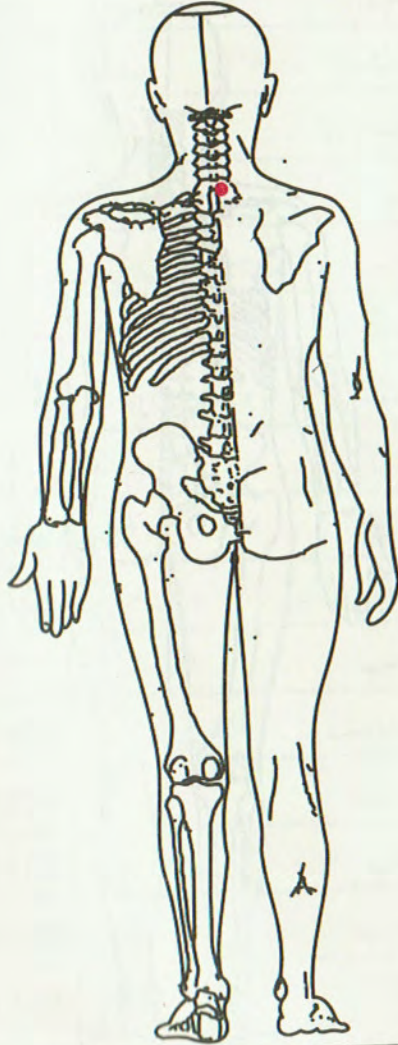
(Cosmetics)

حجامتہ کا بہترین اثر ہوتا ہے انسان کے چہرے کے رنگ پر اور اس کی صورت پر۔ حجامتہ گالوں پر بھی کر سکتے ہیں یا چہرے کے کسی حصے پر بھی کر سکتے ہیں لیکن کٹ بہت ہی ہلکے ہوں اور فوراً شہد لگا دیا جائے۔ چہرے کی جھریاں اور لٹک جانے کی صورت میں بھی مفید ہے، بہتر ہے کہ اُس سے کروایا جائے جسے کچھ تجربہ ہو۔

۷۔ زہر سے پیدا ہونے والے امراض

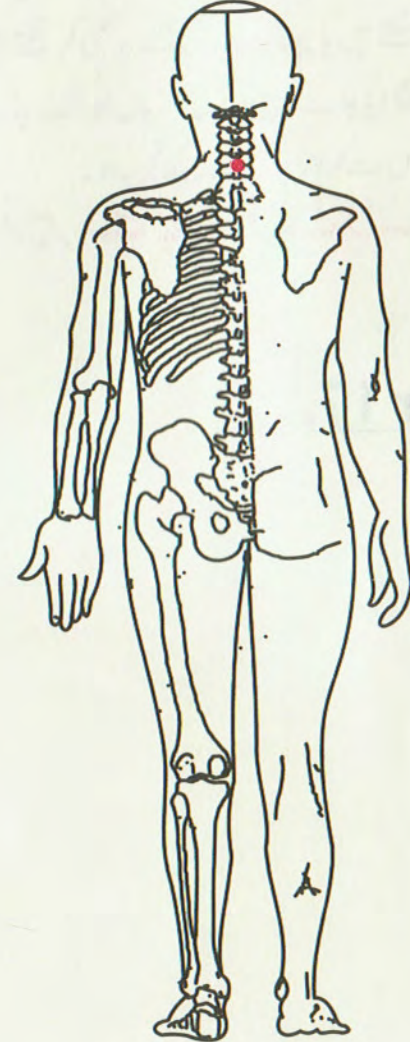
Chapter 17. Drugs

ادویات کے مضرات
SIDE EFFECTS OF DRUGS



نوٹ: جسم کے جس حصے پر برے اثرات ظاہر ہوں اس کے ارد گرد بھی حجامتہ کریں۔

زہریا ادویات زیادہ کھالینا
POISONING OR DRUG OVERDOSE

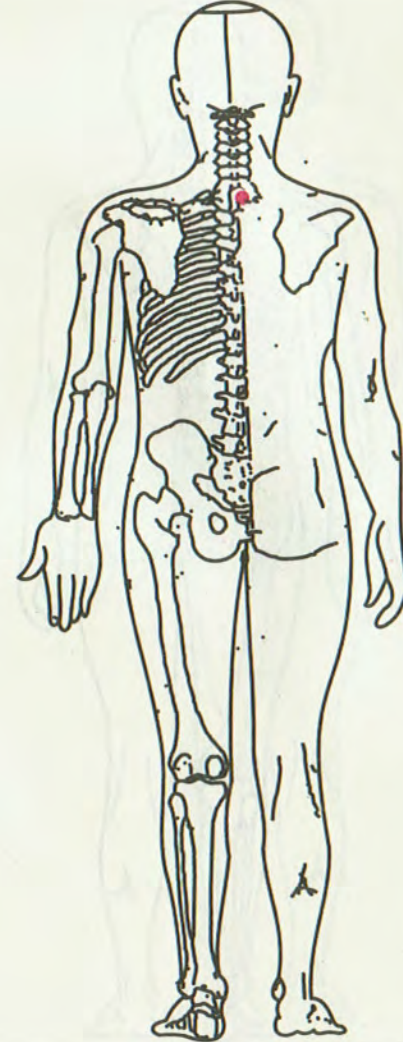


کراچی میں مندرجہ ذیل احباب حجامہ سے علاج کرتے ہیں

0323-2904037	محمد علی سوسائٹی	ڈاکٹر اسعد خان صاحب
0323-2679813	محمد علی سوسائٹی	ڈاکٹر سعید احمد خان صاحب
0333-3507989	محمد علی سوسائٹی	جناب منزل صاحب
0321-2661386	بہادر آباد	ڈاکٹر شہناز سکندر صاحبہ برائے خواتین
0334-3755614	بہادر آباد	جناب شریف گل صاحب
0321-3783890	گلشن اقبال	ڈاکٹر اجمل صاحب
0321-8288630	مڈٹی ہسپتال، نیشنل انسٹیٹیوٹ	ڈاکٹر بلند اقبال صاحب
0300-2102678	واٹر پمپ، فیڈرل بی ایریا	ڈاکٹر آصف صاحب
0300-8202165	سولجر بازار، پارسی کالونی	جناب عابد اقبال صاحب
0321-2037387	سولجر بازار	ڈاکٹر عرش صاحبہ برائے خواتین
0344-2619609	کافشن	ڈاکٹر عنبر صاحبہ برائے خواتین
0321-2429088	نارتھ ناظم آباد	جناب حکیم آصف اقبال صاحب
0322-2151735	الحمر سوسائٹی	جناب محمد یونس صاحب
0322-2320803	ایم اے جناح روڈ	جناب تاج الدین صاحب
0333-2247226	لائسنز ایریا	جناب عبداللہ صاحب
0321-2671162	لائسنز ایریا	جناب سید عالم صاحب
0333-2266095	محمود آباد	جناب محمد عبداللہ صاحب
0345-2191151	اورنگی ٹاؤن، بیکٹر 11½	جناب حکیم مقبول صاحب
0300-2692863	رشید آباد، بلدیہ	جناب محمد ایوب صاحب

زہریلے حشرات کے کاٹنے پر

POISONING INSECT BITES



نوٹ: جس مقام پر حشرات نے کاٹا ہو فوراً اس کے ارد گرد بھی جامتہ کرنا چاہیے۔

مکتبہ المدینہ

طبع شدہ

کریما	فصولی اکبری
پندنامہ	میزان و منشعب
بیخ سورۃ	نماز مدلل
سورۃ لیس	نورانی قاعدہ (چھوٹا/بڑا)
عم پارہ درسی	بغدادی قاعدہ (چھوٹا/بڑا)
آسان نماز	رحمانی قاعدہ (چھوٹا/بڑا)
نماز خفی	تیسیر المبتدی
مسنون دعائیں	منزل
خلفائے راشدین	الانباتہات المفیدۃ
امت مسلمہ کی مائیں	سیرت سید الکونین ﷺ
فضائل امت محمدیہ	رسول اللہ ﷺ کی نصیحتیں
علیکم بسنتی	خیلے اور بہانے
	اکرام المسلمین مع حقوق العباد کی فکر کیجیے

کارڈ کور / مجلد

فَضَائِلِ اَعْمَالِ	اکرام مسلم
مُتَخَبِّ احَادِیْثِ	مفتاح لسان القرآن (اول، دوم، سوم)

زیر طبع

فَضَائِلِ دَرُودِ شَرِیْفِ	علامات قیامت
فَضَائِلِ صَدَقَاتِ	حیاء الصحابہ
آئینہ نماز	جوہر الحدیث
فَضَائِلِ عِلْمِ	بہشتی زیور (مکمل، مدلل)
الْبَّیِّنَاتِ الْخَاتِمِ الْمُرْسَلِ	تبلیغ دین
بَيَانِ الْقُرْآنِ (مکمل)	اسلامی سیاست مع کلمہ
مکمل قرآن حافل ۱۵ سطر	کلید جدید عربی کا معلم (حصہ اول تا چہارم)

رنگین مجلد

معلم الحجاج	تفسیر عثمانی (۲ جلد)
فضائل حج	طلبات الاحکام لجمعات العام
تعلیم الاسلام (مکمل)	الحزب الاعظم (مبئی کی ترتیب پر مکمل)
حصن حصین	الحزب الاعظم (بنفی کی ترتیب پر مکمل)
	لسان القرآن (اول، دوم، سوم)
	فضائل نبوی شرح شمائل ترمذی
	بہشتی زیور (تین حصے)

رنگین کارڈ کور

آداب المعاشرت	حیاء المسلمین
زاد السعید	تعلیم الدین
جزاء الاعمال	غیر الاصول فی حدیث الرسول
روضۃ الادب	الحجامة (پچھناگانا) (جدید ایڈیشن)
آسان اصول فقہ	الحزب الاعظم (مبئی کی ترتیب پر) (جیبی)
معین الفلسفہ	الحزب الاعظم (بنفی کی ترتیب پر) (جیبی)
معین الاصول	عربی زبان کا آسان قاعدہ
تیسیر المنطق	فارسی زبان کا آسان قاعدہ
تاریخ اسلام	علم الصرف (اولین، آخرین)
بہشتی گوہر	تسہیل المبتدی
فوائد کیہ	اربع الکلم مع چہل ادعیہ مسنونہ
علم النحو	عربی کا معلم (اول، دوم، سوم، چہارم)
جمال القرآن	عربی صنوۃ المصادر
شومیر	صرف میر
تعلیم العقائد	آبہر الابواب
سیر الصحابیات	امین

0321-2488680	گلشن حدید، فیز 1	جناب محبوب عالم صاحب
0321-2055305	لیاقت آباد، نمبر 6	جناب جان محمد صاحب
0323-3566120	B-1 ایریا، لیاقت آباد	جناب محمد انیس صاحب
0308-2894973	B-1 ایریا، لیاقت آباد	اہلیہ محمد انیس صاحبہ برائے خواتین

دیگر شہروں میں مندرجہ ذیل احباب حجامہ سے علاج کرتے ہیں

0313-3731991	میر پور خاص	جناب غلام مصطفیٰ صاحب
0300-3207999	نیوڈاکٹر کالونی، نواب شاہ	جناب نور محمد صاحب
0300-3181941	حجامہ ہسپتال، سکھر	ڈاکٹر خورشید صاحب
0333-2587985	بنو عاقل	جناب سرفراز صاحب
0301-3409710	بنو عاقل	جناب عبدالماجد صاحب
0300-6345589	پیراں غائب روڈ، ملتان	جناب حکیم یاسین صاحب
0300-9436050	لاہور	جناب ارشد صاحب
0322-4114742	لاہور	جناب ذکاء الرحمن صاحب
0315-5006060	راولپنڈی	ڈاکٹر تحسین اللہ صاحب
0300-2073851	راولپنڈی	جناب جمیل صاحب
0333-2587985	فیصل آباد	جناب سرفراز حسین صاحب
0300-5792009	ڈیرہ اسماعیل خان	ڈاکٹر انجم کنڈی صاحب
0333-2903391	جھنگ	جناب قمر عباس صاحب
0333-5308988	مظفر آباد، آزاد کشمیر	جناب سید محمد عدنان علی صاحب
0345-5243235	مقدس ٹاور، ایبٹ آباد	جناب شاہجہاں صاحب

ملونة كرتون مقوي

السراجي	شرح عقود رسم المفتي
الفوز الكبير	متن العقيدة الطحاوية
تلخيص المفتاح	المرفاة
دروس البلاغة	زاد الطالبين
الكافية	عوامل النحو
تعليم المتعلم	هداية النحو
مبادئ الأصول	إيساغوجي
مبادئ الفلسفة	شرح مائة عامل
هداية الحكمة	المعلقات السبع

هداية النحو (مع الخلاصة والتمارين)
متن الكافي مع مختصر الشافي

ستطبع قريبا بعون الله تعالى

ملونة مجلدة / كرتون مقوي

الجامع للترمذي	الصحيح للبخاري
التسهيل الضروري	شرح الجامي

ملونة مجلدة

(٧ مجلدات)	الصحيح لمسلم
(مجلدين)	الموطأ للإمام محمد
(٣ مجلدات)	الموطأ للإمام مالك
(٨ مجلدات)	الهداية
(٤ مجلدات)	مشكاة المصابيح
(٣ مجلدات)	تفسير الجلالين
(مجلدين)	مختصر المعاني
(مجلدين)	نور الأنوار
(٣ مجلدات)	كنز الدقائق
تفسير البيضاوي	التبيان في علوم القرآن
الحسامي	المسند للإمام الأعظم
شرح العقائد	الهدية السعيدية
القطبي	أصول الشاشي
نقحة العرب	تيسير مصطلح الحديث
مختصر القدوري	شرح التهذيب
نور الإيضاح	تعريب علم الصيغة
ديوان الحماسة	البلاغة الواضحة
المقامات الحريرية	ديوان المتنبي
آثار السنن	النحو الواضح (الإبتدائية، الثانوية)
شرح نخبة الفكر	رياض الصالحين (مجلدة غير ملونة)

Books in English

Tafsir-e-Uthmani (Vol. 1, 2, 3)
Lisaan-ul-Quran (Vol. 1, 2, 3)
Key Lisaan-ul-Quran (Vol. 1, 2, 3)
Al-Hizb-ul-Azam (Large) (H. Binding)
Al-Hizb-ul-Azam (Small) (Card Cover)
Secret of Salah

Other Languages

Riyad Us Saliheen (Spanish) (H. Binding)
Fazail-e-Aamal (German)

To be published Shortly Insha Allah
Al-Hizb-ul-Azam (French) (Coloured)

