نبی کریم ﷺ کی بیان کردہ چند دوائیں اور مختلف غذائیں: جدید میڈیکل سائنس کی روشنی میں

Some Medicines and Various Foods Mentioned by the Prophet ﷺ: In the Light of Modern Medical Science

* صاعقہ سلام
**ڈاکٹر نسیم اختر

Abstract

The method of treatment and treatment of the Lord of the Universe Hazrat Muhammad ﷺ is called the treatment of the Prophet ﷺ. Whether a person suffers from a disease or not is from Allah, and Allah has revealed the cure for every disease, as the Prophet (peace and blessings of Allah be upon him) said, "Allah has revealed the cure for every disease. It is a different matter that someone found out and No one said, "Treatment by well-known methods (spiritual treatment, medicine and food treatment, hairdressing treatment) is proven by the Sunnah." There is a strong relationship between faith and treatment for salvation from spiritual and physical diseases. If there is maturity in the state of faith, the healing from the disease will also be as fast. And some imams have also written permanent books on medicine. This article mentions the favorite foods of the Prophet ﷺ and some of the mentioned medicines.

Keywords: treatment, medicines, favorite foods, (spiritual treatment, physical diseases

حضورِ اقدس ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ :

*ایم فل سکالر، شعبہ علومِ اسلامیہ، قرطبہ یونیورسٹی، پشاور
**پرووائس چانسلر، شہید بے نظیر بھٹو وومن یونیورسٹی، پشاور

"اے اللہ کے بندو! تم لوگ دوائیں استعمال کرو اس لئے کہ اللہ تعالیٰ نے ایک بیماری کے سوا تمام بیماریوں کے لئے دوا پیدا فرمائی ہے۔ لوگوں نے عرض کیا کہ یا رسول اللہ! (ﷺ) وہ کونسی بیماری ہے جس کی کوئی دوا نہیں ہے؟ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ وہ "بڑھاپا" ہے۔"[1]

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما نے روایت کی ہے کہ حضور ﷺ نے فرمایا کہ تم لوگ جن جن طریقوں سے علاج کرتے ہو ان میں سب سے بہتر چار طریقۂ علاج ہیں:

1. سعوط: ناک کے ذریعہ دوا چڑھانا۔
2. لَدُود: منہ کے کسی ایک جانب سے دوا پلانا۔
3. حجامۃ: کسی عضو پر پچھنا لگوا کر خون نکلوا دینا۔
4. مَشِیُ: جلاب لینا۔[2]

بعض دوائیں اور غذائیں خود حضور ﷺ نے استعمال فرمائی ہیں اور بعض دواؤں اور غذاؤں کے اوصاف اور ان کے فوائد سے اپنی امت کو آگاہ فرمایا ہے۔ان میں سے چند دواؤں اور غذاؤں کا ذکر ذیل میں کیا جاتا ہے تاکہ تحقیق کے حوالے سے کوئی عنصر باقی نہ رہے۔

چند دوائیں

اِثْمَد (سرمہ سیاہ اصفہانی) (ANTIMONY)

سرمہ ایک ساہ رنگ کا چمکدار پتھر ہے جو مصر، افریقہ، ایران اور عراق میں پایا جاتا ہے۔ ہندوستان میں یہ وزیانگرم کے علاقہ میں ملتا ہے۔ پاکستان میں سرمہ کا پتھر باجوڑ، چترال اور کوہستان کے علاقہ میں پایا جاتا ہے۔ کہتے ہیں کہ دُنیا کا بہترین سرمہ اصفہان اور چترال میں پایا جاتا ہے۔[3]

زمانۂ قدیم سے مصری عورتیں اپنی آنکھوں میں سرمہ لگا کر ان کو خوبصورت بناتی رہی ہیں۔ مگر اس کے طبی فوائد کا تاریخ ِطب میں پہلی مرتبہ اظہار نبی کریم ﷺ کے ارشادِ گرامی سے ہوا۔ حضور اکرم ﷺ نے اس کے بارے میں ارشاد فرمایا کہ:

"تم لوگ اثمد کو استعمال میں رکھو یہ نگاہ کو تیز کرتا ہے اور پلکوں کے بال اُگاتا ہے"۔[4]

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما کا بیان ہے کہ حضورِ اقدس ﷺ کے پاس ایک سرمہ دانی تھی جس میں اثمد کا سرمہ رہتا تھا اور آپ ﷺ سونے سے پہلے ہر رات تین تین سلائی دونوں آنکھوں میں لگایا کرتے تھے۔[5]

سرمہ کے دیگر استعمال

محدثینِ کرام نے سرمہ کو عفونت والے زخموں اور ایسی سوزشوں اور خلیاتی بیماریوں میں تجویز کیا ہے جن میں گوشت بڑھ جائے یا زائد گوشت پیدا ہو گیا ہو۔ اسی طرح بجھی بجھی آنکھوں کے لیے بھی کافی مفید ہے۔[6]

مُسَمِّن (بدن کو فربہ کرنے والی دوا)

حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کہتی ہیں کہ میری والدہ نے جب میری رخصتی کا ارادہ کیا تو میرا علاج کرنے لگیں کہ میں ذرا فربہ بدن ہو جاؤں مگر کوئی علاج کارگر نہ ہوا۔ مگر جب میں نے ککڑی کو تازہ کھجوروں کے ساتھ کھانا شروع کر دیا تو میں خوب فربہ بدن والی ہو گئی۔[7]

حضرت عبداللہ بن جعفر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کہتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ ککڑی تازہ کھجوروں کے ساتھ تناول فرمایا کرتے تھے۔[8]

حِنا یعنی مہندی (LAWSONIA ALBA)

مہندی کا پودا دو میٹر کے قریب بلند ہوتا ہے۔ یہ پاک و ہند میں ہر جگہ پایا جاتا ہے۔ لوگوں نے عام طور پر گھروں اور کھیتوں کے اردگرد باڑ لگانے کے لیے لگایا ہوتا ہے۔ رات کو خوشبو دیتا ہے۔ بھارت میں فرید آباد اور پاکستان میں بھیرہ اور حیدرآباد کی مہندی زیادہ مقبول ہے۔ اس پودے کے پتے، شاخیں اور پھول دوا اور زیبائش کے لیے استعمال ہوتے ہیں۔[9]

> "اگر کسی کو کانٹا چبھتا، یا پھنسی نکل آتی تو آپ ﷺ مہندی لگانے کی تلقین فرماتے"۔[10]

رسول اللہ ﷺ کے پاس جب بھی کوئی سر درد کی شکایت لے کر آیا تو آپ ﷺ نے اسے پچھنے لگوانے کی ہدایت فرمائی۔ اور جس نے پیروں میں درد کی شکایت کی اسے مہندی لگانے کا مشورہ دیا گیا۔[11]

محدثین کے مشاہدات

نبی کریم ﷺ کی جانب سے مہندی کی بار بار تعریف اور امام بخاریؒ کی جانب سے کتاب التاریخ میں اس سے متعلق روایت کے بعد محدثین نے پوری توجہ اور اہمیت دی۔ صحابہ کرام میں حضرت ابو بکر، حضرت عمر، حضرت ابوعبیدہ اور تابعین میں محمد بن الحنفیہؒ، محمد بن سیرینؒ اپنے بال مہندی سے رنگتے تھے۔[(12)]

محدث عبدالطیف بغدادیؒ کہتے ہیں کہ اس کی آتشی رنگ دل پسند ہوتا ہے۔ اس کا رنگ اور خوشبو محرک اعصاب ہیں۔ اس کے لگانے سے اعصاب کو تحریک ہوتی ہے۔ یہ بات ثابت ہوئی ہے کہ خوشبو اور رنگ اعصاب اور باہ کو تحریک دینے کی اہلیت رکھتے ہیں۔ اس کے لگانے سے ناخنوں کا پھٹنا ٹھیک ہو جاتا ہے۔[(13)]

محمد احمد ذہبیؒ بیان کرتے ہیں کہ کسی بھی زخم کے علاج کا بنیادی اصول یہ ہے کہ اس میں موجود رطوبت نکل جائے مزید پیدا نہ ہو اور اس میں تندرست گوشت پیدا ہو کر شگاف کو بھر دے۔ مہندی کے اثرات میں یہ تینوں صفات بدرجہ اتم موجود ہیں۔ مہندی کے پتے رات پانی میں بھگو کر صبح نچوڑ کر ان کا رس شکر ملا کر اگر چالیس دن لگاتار پیا جائے تو یہ نہ صرف کہ جذام کا علاج ہے بلکہ زخموں کو مندمل کر دے گا۔[(14)]

حافظ ابن القیم اپنے تجربات میں بیان کرتے ہیں کہ یہ آگ سے جلے ہوئے کا بہترین علاج ہے۔ اس کو پانی میں ملا کر اگر غرارے کیے جائیں تو گلے، منہ اور زبان کے تمام زخموں اور منہ پک جانے میں از حد مفید ہے۔ اس کا لیپ گرم پھوڑوں اور سوزشوں کو کم کرتا ہے اور اگر پھوڑے میں پیپ نہ پڑ گئی ہو تو اسے مندمل کر دیتا ہے۔ اگر اس کو گرم کرکے موم اور گلاب کا تیل ملا کر سینے کے اطراف اور کمر درد والے مقام پر لیپ کریں تو درد جاتا رہتا ہے۔یہ حقیقت مجرب اور آزمودہ ہے کہ چیچک کے مریض کے پیروں کے تلووں پر اگر مہندی صبح شام لگائی جائے تو اس کی آنکھیں بیماری سے محفوظ رہتی ہیں اور چیچک کے آبلے جلد خشک ہو جاتے ہیں۔ اگر اس کے پتے گرم کپڑوں میں رکھ دیئے جائیں تو ان کو کیڑا نہیں کھاتا۔[(15)]

سنامکی، سنا (SENNA)

سنا ایک خود رُو جھاڑی ہے جو حجازِ مقدس کے پہاڑوں میں پیدا ہوتی ہے۔ اس کے پتے دندانوں والے اور پودا ایک میٹر کے قریب بلند ہوتا ہے۔ کہا جاتا ہے کہ پہاڑوں پر چرنے والی بکریاں ان پتوں کو شوق سے کھاتی ہے۔ طب میں اسے دوائی کے طور پر عرب اطباء نے دسویں صدی عیسوی سے شروع کیا۔ (16)

سَنَا (سنا مکی ایک دوا ہے) حضرت اسماء بنت عمیس رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے حضور ﷺ نے دریافت فرمایا کہ تم کس دوا سے جلاب لیتی ہو؟ تو انہوں نے عرض کیا کہ "شبرم" سے، آپ ﷺ نے فرمایا: یہ تو بہت ہی گرم دوا ہے، پھر آپ ﷺ نے اس کو سنا کا جلاب[17] لینے کے لئے حکم فرمایا اور ارشاد فرمایا کہ اگر موت سے شفا دینے والی کوئی چیز ہوتی تو وہ سنا ہے۔[18]

سَنُّوت اس کے معنی میں شارحین حدیث کا اختلاف ہے مگر اطباء نے ایک خاص تفسیر کو ترجیح دی ہے۔

یعنی وہ شہد جو گھی کے برتن میں رکھا گیا ہو اور اس میں گھی کے کچھ اثرات پہنچ گئے ہوں، حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ تم لوگ سنا اور سنوت کو استعمال کرتے رہو کہ ان دونوں میں موت کے سوا تمام امراض سے شفاء ہے۔[19]

بعض اطباء نے وجہ ترجیح میں کہا ہے کہ شہد اور گھی سے سنا کی اصلاح اور سہال کی اعانت ہو جاتی ہے۔

عُود هِندِیُ (قسط شیریں)

حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ اس عود ہندی کو استعمال میں لایا کرو کیونکہ اس میں سات شفائیں ہیں حلق میں کوّوں کے لئے اس کا سعوط کرنا چاہیئے اور نمونیا کے لئے اس کا جوشاندہ پلانا چاہیے۔[20]

دوا عِرقُ النِّسَاء

حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے کہا کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو یہ فرماتے ہوئے سُنا کہ جنگل میں چرنے والی بکری کے سرین کو گلا کر تین ٹکڑے کر لئے جائیں اور تین دن نہار منہ ایک ٹکڑا کھائیں اس میں "عرق النساء" کی شفاء ہے۔[21]

زخموں کا علاج

حضرت سہل بن سعد ساعدی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کہتے ہیں کہ جنگ احد کے دن حضور ﷺ کے دندان مبارک شہید ہو گئے اور لوہے کی ٹوپی آپ ﷺ کے سر اقدس پر توڑ ڈالی گئی تو حضرت فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا چہرۂ انور سے خون دھو رہی تھیں اور حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ ڈھال میں پانی رکھ کر زخم پر بہا رہے تھے لیکن جب خون بہنے کا سلسلہ بڑھتا ہی رہا تو حضرت فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے کھجور کی چٹائی کا ایک ٹکڑا لیا اور اس کو جلا کر راکھ بنا ڈالی پھر اسی راکھ کو زخموں پر چپکا دیا تو خون بہنا بند ہو گیا۔[22]

طاعون کا علاج

(پلیگ) کے بارے میں حضورِ اقدس ﷺ نے فرمایا کہ یہ ایک عذاب ہے جس کو اللہ تعالیٰ نے بنی اسرائیل پر بھیجا تھا۔ جب تم سنو کہ کسی زمین میں طاعون پھیل گیا ہے تو تم لوگ اس زمین میں داخل نہ ہوا کرو اور جب تمہاری زمین میں طاعون آ جائے تو تم اس زمین سے نکل کر نہ بھاگو۔[23]

اناڑی طبیب

حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص علم طب کو نہیں جانتا اور علاج کرتا ہے تو وہ (مریض کو اگر کوئی

نقصان پہنچا) ضامن ہے یعنی اس سے نقصان کا تاوان لیا جائے گا۔[24]

بخار

ایک شخص نے حضور ﷺ کے روبرو بخار کو گالی دی تو آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ تم بخار کو گالی مت دو، بخار کی بیماری مریض کے گناہوں کو اس طرح دور کر دیتی ہے جس طرح لوہے کے میل کو آگ دور کر دیتی ہے۔[25]

بخار کا علاج

حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ بخار جہنم کے جوش مارنے سے ہے۔ لہٰذا تم لوگ اس کو پانی (پلا کر اور غسل کرا کر) ٹھنڈا کرو۔[26]

نوٹ

بخار کا یہ علاج ایک خاص قسم کے بخار کا علاج ہے جو عرب میں ہوتا ہے جسکو اطباء صفراوی بخار یا حمی ناریہ (لو لگنے کا بخار کہتے ہیں) یہ ہر قسم کے بخار کا علاج نہیں ہے۔[27]

اس لئے ہر قسم کے بخاروں میں یہ علاج کامیاب نہیں ہو سکتا لہٰذا کسی طبیب حاذق سے اچھی طرح بخار کی تشخیص کرا لینے کے بعد ہی اس کا علاج کرانا چاہیئے۔

حِمیہ (مضر چیزوں سے پرہیز)

حضور ﷺ اپنے ساتھ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو لے کر حضرت ام المنذر صحابیہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے مکان پر تشریف لے گئے انہوں نے کچی پکی کھجوروں کا ایک خوشہ پیش کیا اور حضور ﷺ اس میں سے کھانے لگے۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے بھی ہاتھ بڑھایا تو آپ ﷺ نے فرمایا: اے علی! رضی اللہ تعالیٰ عنہ تم ابھی بیماری سے اٹھے ہو اور نقاہت باقی ہے اس لئے تم اس کو مت کھاؤ۔ اس کے بعد حضرت ام المنذر رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے جو اور چقندر ملا کر کھانا پکایا تو حضور ﷺ نے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے فرمایا کہ تم یہ کھاؤ یہ تمہارے لئے بہت زیادہ مفید غذا ہے۔[28]

حرام دوائیں

سَمّ (زہر)

حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ اللہ تعالیٰ نے بیماری بھی اتاری ہے اور دوا بھی اور ہر بیماری کی دوا بنا دی ہے۔ لہٰذا تم لوگ دوا کرو مگر حرام چیز سے (دوا) علاج مت کرو۔[29]

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا بیان ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے خبیث دوا یعنی زہر سے منع فرمایا ہے۔[30]

شراب

حضرت سوید بن طارق رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام سے شراب کے بارے میں دریافت کیا تو آپ ﷺ نے اس کے استعمال سے منع فرمایا۔ پھر دوبارہ پوچھا تو آپ ﷺ نے منع فرمایا، تیسری بار انہوں نے عرض کیا: یا رسول اللہ ﷺ یہ تو دوا ہے، آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ "نہیں" یہ بیماری ہے۔[31]

مختلف غذائیں

اَلْحَبَّۃُ السَّوْدَآءُ ،کلونجی (NIGELLA SATIVUM)

اَلْحَبَّۃُ السَّوْدَآءُ ،کلونجی جس کو شونیز بھی کہتے ہیں اور بعض جگہ اس کو منگریلا بھی کہا جاتا ہے۔ کلونجی زمانۂ قدیم سے اچار ڈالنے اور پیٹ کی بیماریوں کے علاج میں استعمال ہوتی آئی ہے۔ آریہ ویدک طب میں "کرشن جیرک" اور "کالی جیری" کے ناموں سے بیان کی گئی ہے۔ انگریزی نام کے معنی "کالا زیرہ" ہے۔ حالانکہ زیرہ بالکل مختلف چیز ہے۔کلونجی کا پودا جھاڑیوں کی مانند تقریباً آدھ میٹر اونچا ہوتاہے۔ جس کو نیلے رنگ کے پھول لگتے ہیں۔ یہ پودا اصل میں ترکی اور اٹلی میں ہوتا تھا، جہاں سے حکماءنے افادیت کی بناپر حاصل کرکے برصغیر میں کاشت کیا۔ یہ خود رُو بھی ہوتا ہے اور اس کی مزروعہ اقسام بھی ہیں۔ پنجاب میں اسے پیاز کے بیج سمجھا جاتا ہے۔ جو کہ غلط ہے۔ اس کے بیج تکونے ، خوشبو میں تیز ، ذائقہ میں تیز اور کاغذ کے لفافہ میں رکھیں تو اس پر تیل کے سے دھبے لگ جاتے ہیں۔[32]

یونانی اور رومی اطباء اس کے طبی فوائد سے آشنا تھے اور جالینوس کے مستند نسخوں میں کلونجی کو شہد سرکہ میں ملاکر استعمال کیا گیا ہے۔ یہ مفروضہ درست نہیں کہ عرب اطباء نے اس کا استعمال یونانیوں سے سیکھا۔ کیونکہ مشرقِ وسطیٰ کے اطباءنے اسلام کی آمد سے پہلے اس کا کہیں ذکر نہیں کیا۔ اس کا استعمال اسلام کی آمد کے بعد شروع ہوا، کیونکہ نبی ﷺ نے اسے شفا کا مظہر قرار دیا۔[33]

حضرت ابو ہریرۃ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا:

" علیکم بھذہ الحبة السوداء، فإن فیھا شفاء من کل داء " إلا السام، والسام: الموت"[34]

ترجمہ: "تم کلونجی کو استعمال کیا کرو کیونکہ اس میں سوائے سام کے ہر مرض کی شفاءہے، میں نے پوچھاسام کیاہے؟ فرمایا: موت"۔

حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ:

ترجمہ: "اس کے استعمال کو لازم پکڑو کیونکہ اس میں موت کے سوا سب بیماریوں سے شفاءہے"۔[35]

محدثین کے مشاہدات

عربی میں جسے حبۃ السوداء کہتے ہیں۔ فارسی میں وہ شونیز ہے۔ محدث عبداللطیف نے زیرہ سیاہ قرار دیا اور اس کو "الکمون الھندی" کا اضافی نام دیا ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے اسے ہر بیماری کی دوا قرار دیا ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے متعدد مقامات پر ایسی خوش خبریاں عطا کی ہیں۔ جیسے کہ صبح کھجور کھانے والا زہر سے محفوظ رہتا ہے۔ان کے یہ ارشادات معجزات نبوت میں سے ہیں۔ اسی بناء پر کلونجی اس امر میں یکتا ہے کہ وہ بیماریاں خواہ حدت سے ہوں یا برودت سے،یکساں مفید ہیں۔(36)

علامہ ذہبی ؒ کہتا ہے کہ کلونجی جسم کے کسی بھی حصہ میں واقع رکاوٹ یعنی سدّہ کو دور کرتی ہے۔ تبخیری مادہ کو خارج کرتی ہے۔ معدہ کو مضبوط کرتی ہے ۔ حیض، دودھ اور پیشاب لاتی ہے۔اگر اسے پیس کر سرکہ میں ملا کر کھایا جائے تو پیٹ کے کیڑے مار دیتی ہے ، اور پرانے زکام میں مفید ہے ۔ اس کو گرم کرکے سونگھنا بھی زکام میں مفید ہے۔اگر اس کا تیل نکال کر گنجا پن پر لگایا جائے تو بال اُگتے ہیں اور بال جلد سفید نہیں ہوتے، اس کا نصف چمچہ پیس کر پانی کے ساتھ پینے سے دمہ میں مفید ہے اور بھڑ کے زہر کے اثر کو زائل کر دیتا ہے۔کلونجی لگاتار کھانے سے پاگل کتے کی زہر کا اثر زائل ہو جاتا ہے۔ اس کا دھواں سانس کی تکالیف کو دور کرتا ہے۔ روٹی کے ساتھ کھائیں تو پیٹ میں ہو انہیں بھرتی۔فالج، لقوہ، دردِ شقیقہ، نسیان، چکروں اور گھبراہٹ میں مفید ہے۔(37)

اَلتَّلْبِیْنَۃ، حریرہ

آٹا، پانی، شہد، تیل ملا کر حریرہ کی طرح بنایا جاتا ہے۔

حضور صلی اللہ علیہ وسلم کے گھر والوں میں جب کوئی شخص جاڑا بخار میں مبتلا ہوتا تھا تو آپ ؐ اس طعام کے تیار کرنے کا

حکم فرما دیتے اور فرماتے تھے کہ یہ کھانا غمگین آدمی کے دل کو تقویت دیتا ہے اور بیمار کے دل سے تکلیف کو اس طرح دور کر دیتا ہے جس طرح تم لوگ پانی سے اپنے چہروں کے میل کچیل کو دور کر دیتے ہو۔(38)

اَلْعَسَل (شہد) (MEL)

لفظِ شہد اُردو زبان کا لفظ ہے، فارسی اور ہندی میں بھی یہ لفظ بولا جاتا ہے ،اور عربی میں اس کو "عَسَل"،انگریزی میں" HONEY "، فرانسیسی میں" MIEL"، جرمن میں"HONIG"، یونانی میں"MELI"اور بنگالی میں" مودھو" کہا جاتا ہے۔

رب ذوالجلال نے شہد کو باعثِ شفاء قرار دیا ہے؛ چنانچہ قرآن میں ارشاد ہے:

﴿فِيهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ﴾[39]

ترجمہ: "اس (شہد) میں لوگوں (کی بہت سی بیماریوں) کے لیے شفاء ہے"۔

مفتی محمد شفیع صاحب مذکورہ بالا آیت کا مفہوم اپنی شہرۂ آفاق تفسیر معارف القرآن میں لکھتے ہیں: "اس میں اللہ تعالی کی وحدانیت اور قدرتِ کاملہ کی قاطع دلیل موجود ہے، کہ ایک چھوٹے سے جانور کے پیٹ سے کیسا منفعت بخش اور لذیذ مشروب نکلتا ہے؛ حالانکہ وہ جانور خود زہریلا ہے، زہر میں سے یہ تریاق واقعی اللہ تعالی کی قدرتِ کاملہ کی عجیب مثال ہے، پھر قدرت کی یہ بھی عجیب صنعت گری ہے کہ دودھ دینے والے حیوانات کا دودھ موسم اور غذا کے اختلاف سے سرخ و زرد نہیں ہوتا اور مکھی کا شہد مختلف رنگوں کا ہو جاتا ہے"۔[40]

اسی وجہ سے اللہ تعالی فرماتے ہیں:

﴿ يَخْرُجُ مِن بُطُوْنِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُه﴾[41]

ترجمہ: "اس کے پیٹ میں سے پینے کی ایک چیز نکلتی ہے (شہد) جس کی رنگتیں مختلف ہوتی ہیں"۔

محسنِ انسانیت جنابِ نبی کریم ﷺ کے فرمودات سے بھی شہد کی اہمیت و افادیت کا اندازہ ہوتا ہے، جن میں سے چند کا ذکر کیا جاتا ہے:

عن ابی سعید أَنَّ رَجُلاً أَ تَى النَّبِيَّ فقال: " أَخِيْ يَشْتَكِي بَطْنه، فَقَالَ: اِسْقِهِ عَسَلاً، ثُمَّ أَتَاه الثَّانِيْةَ، فَقَالَ: اِسْقِه، عَسَلاً، ثُمَّ أَتَاه الثَّالِثَةَ، فَقَالَ: اِسْقِهِ عَسَلاً، ثُمَّ أَتَاه، فَقَالَ: قَدْ فَعَلْتُ فَقَالَ: ﴿صَدَقَ اللهُ وَكَذَبَ بَطْنُ أَخِيْكَ، اِسْقِهِ عَسَلاً﴾، فَسَقَاه فَبَرأَ "[42]

"حضرتِ ابو سعیدؓ فرماتے ہیں: ایک آدمی سرکارِ دو عالم کی خدمتِ اقدس میں حاضر ہوا اور کہا: میرا بھائی پیٹ کے مرض میں مبتلا ہو گیا ہے، آپؐ نے فرمایا: اس کو شہد پلاؤ، وہ دوسری بار آیا تو پھر آپؐ نے اس کو شہد پلانے کی تاکید کی اسی طرح تیسری مرتبہ بھی، جب چوتھی بار بھی آکر اس نے شکایت کی تو رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: تمہارے بھائی کا پیٹ تو جھوٹا

ہو سکتا ہے؛ لیکن اللہ کا کلام تو سچا ہی ہے، اس کو پھر شہد پلاؤ، اس نے اس مرتبہ جا کر جب شہد پلایا تو اس کو شفا نصیب ہو گئی"۔

اس حدیث سے امراضِ بطن میں افادیتِ شہد کا علم ہونے کے ساتھ ساتھ طبّ کے ایک بنیادی اور اہم ترین اصول کی طرف رہنمائی بھی ملتی ہے کہ کسی بھی مرض کے علاج کے لیے دوا کی مقدار، اس کی کیفیت اور مریض کی قوت کی رعایت اور لحاظ رکھنا دوا کے مفید ہونے کے لیے انتہائی ضروری ہے، جیسا کہ مذکورہ بالا حدیث میں چوتھی بار شہد کے استعمال کرنے پر مرض سے افاقہ حاصل ہوا۔

حضورِ اقدس ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص ہر مہینہ میں تین دن صبح کے وقت شہد چاٹ لیا کرے اس کو کوئی بڑی بلا نہ پہنچے گی۔(43)

آپ ﷺ نے یہ بھی فرمایا کہ:

"دو شفاؤں کو لازم پکڑو، ایک شہد، دوسری قرآن شریف"۔(44)

عن ابی هريرة قال:قال رسول الله ﷺ : ''مَنْ لَعِقَ الْعَسَلَ ثَلاثَ غَدَوَاتٍ كُلَّ شَهْرٍ لَمْ يُصِبْه عَظِيْمٌ مِنَ الْبَلاءِ''(45)

"حضرتِ ابوہریرہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص ہر مہینے تین دن تک صبح شہد چاٹے، تو اس کو کوئی بڑی مصیبت نہیں پہنچے گی"۔

عن عبدالله قال: قال رسول الله ﷺ: ''عَلَيْكُمْ بالشِّفائَيْنِ:العَسَلِ وَالْقُرْآنِ''(46)

"حضرت عبد اللہؓ نبی کریم ﷺ کا فرمان نقل فرماتے ہیں: دو باعثِ شفاء چیزوں کو لازم پکڑ لو؛ ۱۔ شہد اور ۲۔ قرآن"۔

رسولِ اکرم ﷺ کی یہ حدیث مبارک بڑی جامعیت کی حامل ہے، اس میں طبِ الٰہی وبشری، دواء ارضی و سماوی اور طبِ جسدی و نفسی کو جمع فرما کر دونوں کو اختیار کرنے کا حکم دیا گیا ہے، لہٰذا جسمانی امراض کے لاحق ہونے کی صورت میں جس طرح اطباء وحکماء کی طرف رجوع کر کے علاج کرانا سنت ہے، اسی طرح روحانی امراض (تکبر، حسد، ریاء وغیرہ) سے اپنے قلب کو پاک رکھنے کے لیے قرآن کریم کی

تلاوت، علماء کی رہنمائی میں احادیث کا مطالعہ اور اہل اللہ کی صحبت اختیار کر کے اپنی اصلاح کروانا بھی لازم اور راحت ِ دنیاوی واخروی کے حصول کے لیے لازم ہے۔

عن عائشة قالت: كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يُعْجِبُه الْحَلْوَاءُ وَالْعَسَلُ۔(47)

"اُم ّالمؤمنین حضرتِ عائشہؓ فرماتی ہیں کہ آقائے دوجہاں ﷺ کو میٹھی چیز اور شہد مرغوب تھا"۔

شہد کی افادیت اور اہمیت کا اندازہ اس بات سے بھی لگایا جا سکتا ہے کہ خود رسول اللہ ﷺ بھی اہتمام سے اس کو استعمال فرمایا کرتے تھے، آپ کا معمول تھا کہ صبح کو شہد کے شربت کا پیالہ نوش فرماتے اور کبھی عصر کے بعد بھی پیتے تھے، ان اوقات میں جب پیٹ خالی ہو اور آنتوں کی قوتِ انجذاب دوسری چیزوں سے متاثر نہ ہو، شہد پینا جسم کے اکثر و بیشتر مسائل کا حل ہے۔

حضرت عمرؓ کے بارے میں آتا ہے کہ اُن کے بدن پر اگر پھوڑا بھی نکل آتا تو اس پر شہد کا لیپ کر کے علاج کرتے، بعض لوگوں نے وجہ دریافت کی تو فرمایا کہ کیا اللہ تعالیٰ نے اس کے متعلق یہ نہیں فرمایا :

﴿ فِيهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ﴾(48)

ترجمہ: " اس (شہد) میں لوگوں (کی بہت سی بیماریوں) کے لیے شفا ہے"۔(49)

اب سائنسی تحقیقات سے بھی یہ ثابت ہو گیا ہے کہ قدرت کی طرف سے جتنی اشیاء غذا کے طور پر انسان کو مہیا کی گئی ہیں، ان میں شہد سب سے زیادہ مکمل اور جامع غذا ہی نہیں؛ بلکہ اپنی طبّی خصوصیات کی بناء پر غذا اور دوا کے طور پر لا ثانی ہے؛ چنانچہ یورپ اور دوسرے ممالک میں ایلو پیتھک کی متعدد دواؤں میں اس کا بے پناہ استعمال کیا جا رہا ہے، اسی طرح یورپ کے ہسپتالوں میں چہرے کی حفاظت کے لیے جو FACE PACK بنائے جاتے ہیں ان میں شہد ایک لازمی جزو ہوتا ہے، شہد میں بہترین PRESERVATIVE ہونے کی بناء پر اُسے پھلوں کو محفوظ رکھنے کے لیے بھی استعمال کیا جانے لگا ہے۔ کیونکہ یہ خود بھی خراب نہیں ہوتا اور دوسری اشیاء کی بھی طویل عرصہ تک حفاظت کرتا ہے، یہی وجہ ہے کہ ہزارہا سال سے اطباء اس کو الکحل کی جگہ استعمال کرتے آئے ہیں۔

ماہرین ِ طب نے اپنی تحقیقات اور تجربات کی روشنی میں شہد کے کئی فوائد ذکر کیے ہیں جن میں سے چند فوائد کا ذکر ذیل میں کیا جاتا ہے:

1. شہد پیاس کو بجھاتا ہے ۔
2. حافظہ کو قوت بخشتا ہے؛ چنانچہ امام ِ زہری کا ارشاد ہے :"عَلَیْکَ بِالْعَسَلِ فَاِنَّه جَیِّدٌ لِلْحِفْظِ" ترجمہ: "شہد کا اہتمام کروکیونکہ یہ حافظہ کے لیے بہترین ہے"۔
3. شہد ردی رطوبتیں نکالتا ہے ۔
4. اس کا کثرتِ استعمال استسقاء، یرقان ، عسرالبول ،ورمِ طحال، فالج ،لقوہ ،زہروں کے اثرات اور امراض سر وسینہ میں مفید ہے۔
5. پتھری کو خارج کرتا ہے ۔
6. باہ ، بصارت ،اور جگر کو قوت ملتی ہے۔
7. بو علی سینا اسے مقوی معدہ بھی قرار دیتے ہیں۔
8. دانتوں کے لیے شہد ایک بہترین ٹانک ہے ،اسے سرکہ میں حل کرکے دانتوں پر ملنا ان کو مضبوط کرتا ہے، اور مسوڑھوں کے ورم دور کرنے کے علاوہ دانتوں کو چمکدار بناتاہے، گرم پانی میں شہد اور سرکہ کے ساتھ نمک ملا کر غرارہ کرنے سے گلے اور مسوڑھوں کا ورم جاتا رہتا ہے۔(50)

الخَلُّ(سرکہ)(VINEGAR)

سرکہ گنے کے رس، چقندر، جامن ،انگور، منقہ، میوہ، تاڑی، گندم، جو ، کھانڈ کی راب اور دوسرے پھلوں سے تیار ہوتا ہے۔ یہ بنیادی طور پر کسی بھی شکر یا نشاستہ میں خمیر اٹھانے سے پیدا ہوتا ہے۔اس کا ذکر زمانۂ قدیم سے کتب میں موجود ہے۔ تاریخ کے ہر دور میں اسے غذا اور دوا کے طور پر استعمال کیا جاتا رہا ہے۔ بقراط نے متعدد بیماریوں کے علاج میں سرکہ استعمال کیا ہے۔

حضور ﷺ نے فرمایا کہ:

"بہترین سالن سرکہ ہے اے اللہ! سرکہ میں برکت عطا فرما، کیونکہ یہ انبیاء علیہم السلام کا سالن ہے اور جس گھر میں سرکہ ہو گا وہ گھر کبھی محتاج نہیں ہو گا"۔ (51)

ام ہانیؓ فرماتی ہیں کہ:

"ہمارے گھر نبی کریم ﷺ تشریف لائے اور پوچھا کہ کیا تمہارے پاس کھانے کے لیے کچھ ہے۔ میں نے کہا نہیں، البتہ باسی روٹی اور سرکہ ہے۔ فرمایا کہ اسے لے آؤ۔ وہ گھر کبھی غریب نہیں ہو گا۔ جس میں سرکہ موجود ہو"۔ (52)

محدثین کے مشاہدات

سرکہ ٹھنڈک اور حرارت کا ایک حسین امتزاج ہے۔ یہ جسم سے غلط مادوں کو نکالتا ہے۔ اور طبیعت کو فرحت دیتا ہے۔ سرکہ معدہ کے التہاب کو دور کرتا ہے۔ جسم سے زہریلی ادویہ کے اثر کو دور کرتا ہے۔ پتہ سے صفرا کے نکلنے کی رفتار کو اعتدال پر لاتا ہے۔ جسم کے کسی حصہ میں اگر خون کو انجماد ہو جائے تو یہ اسے حل کرکے پھر سے سیال بنا دیتا ہے۔ بچے والی عورتوں کا دودھ اگر رک جائے تو سرکہ کے لیپ اور سرکہ پینے سے جاری ہو جاتا ہے۔ یہ پیاس کو بجھاتا ہے۔ پیٹ کو چھوٹا کرتا ہے۔ تلی کو بڑھنے سے روکتا ہے۔ جسم میں ورم کی پیدائش کو روکتا ہے۔ خوراک کو ہضم کرتا ہے۔ زودِ ہضم غذاؤں کے بوجھ سے نجات دیتا ہے۔ خون کو صاف کرتا ہے، اور پھوڑے پھنسیوں کو دور کرتا ہے۔ سرکہ کو گرم کرکے اگر اس میں نمک ڈال کر پیا جائے تو یہ منہ کی غلاظت کو دور کرتا ہے۔ حلق میں تلخی، جلن، بوجھ کو دور کرتا ہے۔ گلے کی رکاوٹ کو دور کرتا ہے اور جن لوگوں کے سینے میں بوجھ کی کیفیت ہو ان کو فائدہ دیتا ہے۔(53)

علامہ محمد ذہبیؒ کہتے ہیں کہ سرکہ گرمی اور ٹھنڈک دونوں کی تاثیر رکھتا ہے۔ لیکن اس میں ٹھنڈک پیدا کرنے کا عنصر زیادہ غالب ہے۔ یہ معدہ کی سوزش کو دور کرتا ہے۔ عرقِ گلاب کے ساتھ سر درد میں مفید ہے۔ غذا کے ہضم کرنے میں مددگار ہے۔ گرم پانی کے ساتھ اس کے غرارے دانت کے درد کے لیے مفید ہیں۔ ابن القیمؒ کہتے ہیں کہ اس کا لگانا سوزشوں سے پیدا ہونے والے اورام میں از حد مفید ہے۔(54)

زیتون(OLEA EUROPEA)(زیتون)

زیتون کا نباتی نام .OLEA EUROPAEA L ہے جبکہ عام طور پر انگریزی میں اس کو (OLIVE) کہا جاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے قرآن کریم کی سورۃ التین میں جس دوسرے پھل کی قسم کھائی ہے وہ زیتون ہے۔ [55] سورۃ التین کے علاوہ قرآن کریم نے مختلف جگہوں پر زیتون کے پودے، پھل اور زیتون کے تیل کا تذکرہ کر کے اس کی غذائی اہمیت کو خاص طور پر اجاگر کیا ہے۔ کہیں اسے مبارک درخت "شجرۂ مبارکہ" کا خطاب دیا ہے تو کہیں دوسرے جنتی میووں کے ساتھ زیتون کا تذکرہ کر کے اس کی طبی افادیت کو اجاگر کیا ہے۔ چنانچہ ارشاد ربانی ہے:

﴿ٱللَّهُ نُورُ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلۡأَرۡضِۚ مَثَلُ نُورِهِۦ كَمِشۡكَوٰةٖ فِيهَا مِصۡبَاحٌۖ ٱلۡمِصۡبَاحُ فِي زُجَاجَةٍۖ ٱلزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوۡكَبٞ دُرِّيّٞ يُوقَدُ مِن شَجَرَةٖ مُّبَٰرَكَةٖ زَيۡتُونَةٖ لَّا شَرۡقِيَّةٖ وَلَا غَرۡبِيَّةٖ يَكَادُ زَيۡتُهَا يُضِيٓءُ وَلَوۡ لَمۡ تَمۡسَسۡهُ نَارٞۚ نُّورٌ عَلَىٰ نُورٖۚ يَهۡدِي ٱللَّهُ لِنُورِهِۦ مَن يَشَآءُۚ وَيَضۡرِبُ ٱللَّهُ ٱلۡأَمۡثَٰلَ لِلنَّاسِۗ وَٱللَّهُ بِكُلِّ شَيۡءٍ عَلِيمٞ﴾[56]

ترجمہ: "اللہ زمین و آسمانوں کا نور ہے۔ اس کے نور کی مثال ایک طاق کی مانند ہے جس میں چراغ رکھا ہوا ہے۔ یہ چراغ ایک فانوس میں ہو اور یہ فانوس ایسا ہو جیسے ایک ستارہ موتی کی طرح چمکتا ہوا جو روشن کیا جاتا ہو زیتون کے مبارک درخت کے تیل سے جو نہ شرقی ہے اور نہ غربی۔ قریب ہے کہ اس کا تیل بھڑک اٹھے خواہ اسے آگ نہ چھوئے"۔

زیتون کے بارے میں قرآنی آیات اور احادیث مبارکہ سے پتہ چلا ہے کہ اللہ تعالیٰ اور رسول کریم ﷺ نے زیتون کے پودے، پھل اور اس کے تیل کو خاص اہمیت دی ہے۔ اور ماہرین غذائیات و طب کو اپنی تحقیق کا رخ اس طرف موڑنے کی دعوت دی ہے۔ مقام حیرت ہے کہ زیتون کے پھل کا ذائقہ دوسرے عام پھلوں کی ذائقہ کی طرح نہیں ہوتا۔ لیکن اس کے باوجود اللہ تعالیٰ نے اس کا ذکر انگور، کھجور اور انار جیسے میٹھے پھلوں کے ساتھ کیا ہے۔ جس سے اندازہ ہوتا ہے کہ زیتون کی طبی افادیت کی بناء پر اس کا ذکر دوسرے میٹھے پھلوں کے ساتھ کیا ہے۔

مفسرین کے بقول زیتون کا درخت دنیاکا قدیم ترین درخت ہے، اور طوفانِ نوح کے بعد جب پانی اترنا شروع ہوا تو سب سے پہلے زمین پر زیتون کا پودا نمودار ہوا تھا۔ اسی دن سے اس کو امن و سلامتی کی علامت کے طور پر سمجھا جاتا ہے۔(57)

احادیث میں زیتون کی اہمیت و فضیلت

قرآن کریم میں اللہ تعالی نے جس پھل پر اس کی طبی اہمیت کی بناء پر قسم کھائی ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم اس پھل کو کیسے نظر انداز کر سکتے ہیں۔ کتبِ احادیث کی ورق گردانی سے پتہ چلتاہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے زیتون کو نہ صرف اپنی خوارک کا حصہ بنایا بلکہ مختلف اوقات میں اس کے پھل اور تیل کی طبی افادیت کو بھی آشکارہ کیا۔ ذیل میں چند احادیث بطور نمونہ کے پیش کی جاتی ہیں۔

حدیث نمبر: 1

"کلو الزیت وادھنوبه فإنه من مبارکة " (58)

ترجمہ: "زیتون کا تیل کھاؤ اور اس سے مالش کرو۔ کیونکہ یہ ایک مبارک درخت سے ہے"۔

حدیث نمبر:2

"تداوو من ذات الجنب بالقسط البحري والزیت "(59)

ترجمہ: "تپ دق کا علاج قسط بحری (گوٹھ) (Castes roots) اور زیتون کے تیل سے کرو"۔

حدیث نمبر: 3

" ایتدموا بالزیت وادھنوا به فإنه من شجرة مبارکة"(60)

ترجمہ: "ہمیشہ زیتون کا تیل استعمال کرو۔ اور اس کے تیل سے مالش کرو۔ کیونکہ یہ برکت والے درخت میں سے ہے"۔

حدیث نمبر:4

"إن النبي ﷺ کان ینعت الزیت والورس من ذات الجنب"(61)

ترجمہ: "نبی کریم ﷺ تپ دق کے علاج کے لئے زیتون اور ورس کی بہت تعریف کیا کرتے تھے"۔

اسی طرح ایک اور حدیث شریف میں تپ دق (ذات الجنب) کے علاج کے لئے قسط، بحری (CESTUS ROOT) اور زیتون کا تیل تجویز کیا گیا ہے۔[62]

قدیم علماء اور اطباء کے مشاہدات

علامہ ابن قیم الجوزی رحمۃ اللہ علیہ کے بقول:

"زیتون کا تیل استعمال کرنے سے طبیعت میں تازگی آجاتی ہے۔ یہ چہرے کے رنگ میں سرخی اور نکھار لاتا ہے۔ نظام انہضام کو اعتدال پر رکھتا ہے، پیٹ کے کیڑوں کے لئے بہت مفید ہے۔ بڑھاپے کے آثار کو مٹاتا ہے، اور بالوں میں لگانے سے بال چمکیلے اور مضبوط ہو جاتے ہیں"۔[63]

امام ذہبی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ:

"زیتون کے استعمال سے لاغر جسم مضبوط ہو جاتا ہے اور عمر رسیدگی کی وجہ سے بڑھاپے کے جو آثار (Ageing factor) انسان کے چہرے پر نمودار ہوتے ہیں زیتون کی وجہ سے چہرے پر سے جھریاں ختم ہو جاتی ہیں اور انسان شکل سے نوجوان نظر آنے لگتا ہے"۔[64]

حدیث نمبر 5:

" كلوا الزيت وادهنوا به فإن فيه شفاء من سبعين داء منها الجذام "[65]

ترجمہ: "زیتون کا تیل کھاؤ اور اس سے مالش کرو۔ اس لئے کہ اس میں ستر بیماریوں کا علاج ہے۔ جن میں سے ایک جذام بھی ہے"۔

عام طور پر چربی یا تیل پینے سے پیٹ نرم ہو جایا کرتا ہے۔ مگر زیتون کا تیل اس سے مستثنیٰ ہے۔ کیونکہ یہ مقوی معدہ اور مقوی صدر ہے۔[66]

زیتون کا تیل جلدی امراض کے لئے بھی مفید ہے۔ اس کا مالش کرنے سے انسان کے اعضاء اور پٹھے مضبوط ہو جاتے ہیں۔ اور بدن کا درد ختم ہو جاتا ہے۔ بعض قدیم اطباء زیتون کو گردہ کی پتھری کے لئے مفید قرار دیتے ہیں۔ چونکہ یہ پیشاب آور بھی ہے اس لئے مثانے اور گردے میں سے ریت کے ذرات کو پیشاب کے راستے باہر نکالنے میں بہت مفید پایا گیا ہے۔[67]

شیخ الرئیس بو علی سینا نے زیتون کے تیل کو جلے ہوئے زخموں کے لئے بہت مفید قرار دیا ہے۔ اس مقصد

کے لئے زیتون کے تیل میں عرق گلاب ڈال کر آگ پر گرم کیا جاتا ہے۔ اور جب یہ تیل خوب گاڑھا ہو جائے۔ تو اس کو جلے ہوئے زخموں پر لگانے سے بہت افاقہ ہوتا ہے۔[68]

زیتون کے بارے میں جدید تحقیقات

ایک جدید سروے کے مطابق دنیا میں سب سے زیادہ زیتون کا تیل کھانے والے یونانی ہیں۔ ایک محتاط اندازے کے بیان کے مطابق فی کس چوبیس لیٹر سالانہ زیتون کا تیل کھاتے ہیں۔ جبکہ دوسرے نمبر پر سپین اور اٹلی کے عوام کا تذکرہ آتا ہے۔ جو کہ فکس 15-13 لیٹر سالانہ زیتون کا تیل استعمال کرتے ہیں۔[69]

امریکہ اور برطانیہ نے ادویات کی جو سرکاری فہرست شائع کی ہے اس میں زیتون کو شامل کیا گیا ہے۔ کیونکہ زیتون دوا بھی ہے اور غذا بھی۔[70] گردوں کے مریضوں کے لئے زیتون ایک بہترین دوا کے ساتھ ساتھ غذا بھی ہے ۔یہ آنتوں کی سوزش اور جلن کو کم کر کے تسکین پہنچاتا ہے۔ اور پیٹ کو نرم رکھتا ہے۔[71]

عشاء(رات کا کھانا)(DINNER)

حضور اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ رات کا کھانا ترک نہ کرو،کچھ نہ ملے تو ایک مٹھی کھجور ہی کھا لیا کرو کیونکہ رات کو کھانا چھوڑ دینے سے جلد بڑھاپا آجاتا ہے۔[72]

"تعشوا ولو بكف من حشف فإن ترك العشاء مهرمة"[73]

ترجمہ: انس بن مالک رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:
"رات کا کھانا کھاؤ اگرچہ ایک مٹھی ردی کھجور ہی کیوں نہ ہو، اس لیے کہ
رات کا کھانا چھوڑنا بڑھاپے کا سبب ہے"۔

حضور اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ

"تم لوگ زبردستی کرکے اپنے مریضوں کو کھانے پینے پر مجبور مت کیا کرو،
اللہ تعالیٰ کانام لیکر اس کو کھلایا پلایا کرو"۔[74]

زَنْجَبِیْل (سونٹھ)

بادشاہ روم نے ایک گھڑا زنجبیل سے بھرا ہوا آپ ﷺ کے پاس ہدیۃً بھیجا تھا، آپ ﷺ نے اس میں سے ایک ایک ٹکڑا اپنے اصحاب رضی اللہ تعالیٰ عنہم کو کھانے کے لئے دیا اس روایت کو ابو نعیم محدث نے اپنی کتاب "طبِ نبوی" میں بیان کیا ہے۔[75]

کھجور، تمر (PHOENIX DACTYLIFERA)

کھجور ایک عام درخت ہے جو مشرقِ وسطیٰ، امریکہ اور ایشیائی ممالک میں کثرت سے پایا جاتا ہے۔ کھجور کا درخت بنیادی طور پر گرم علاقوں میں ہوتا ہے۔ اس کے بارے میں کہا جاتاہے کہ اس کے درخت کا سر دھوپ کی وجہ سے آگ میں اور پیر یعنی جڑیں پانی میں ہوتی ہے۔ کھجور کے لیے قرآن مجید میں لفظ رطب اور نخل استعمال ہوا ہے جبکہ احادیث میں مزید آٹھ ناموں سے موسوم کیا گیا ہے۔

کھجور کی اہمیت

" تعشوا ولو بكف من حشف فإن ترك العشاء مهرمة"[76]

ترجمہ: انس بن مالک رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا:
"رات کا کھانا کھاؤ اگرچہ ایک مٹھی ردی کھجور ہی کیوں نہ ہو، اس لیے کہ
رات کا کھانا چھوڑنا بڑھاپے کا سبب ہے"۔

کھجوروں کی طبی حیثیت

عن ابي سعيد , وجابر , قالا: قال رسول الله ﷺ: " الكماة من المن , وماؤها شفاء للعين , والعجوة من الجنة , وهي شفاء من الجنة"[77]

ترجمہ: ابو سعید خدری اور جابر رضی اللہ عنہما کہتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: "کھنبی (منّ) میں سے ہے، اور اس کے پانی میں آنکھوں کا علاج، اور (عجوہ) کھجور (جنت کا میوہ ہے) اور اس میں پاگل پن اور دیوانگی کا علاج ہے"۔

مدینہ منورہ کی کھجوروں میں سے ایک کھجور کا نام ہے اس کے بارے میں ارشاد نبوی ہے کہ "عجوہ" جنت سے ہے اور وہ جنون یا زہر سے شفاء ہے۔(78)

سعد بن ابي وقاص ، يقول: سمعت سعدا ، يقول:" سمعت رسول الله ﷺ، يقول " :من تصبح بسبع تمرات عجوة لم يضره ذلك اليوم سم ولا سحر "(79)

ترجمہ: سیدنا سعد ابن ابی وقاص رضی اللہ عنہ سے روایت ہے، میں نے سنا، رسول اللہ ﷺ نے فرمایا" :جو شخص عجوہ کے سات کھجوریں صبح کے وقت کھالے تو صبح سے لیکر شام تک نہ کوئی زہر نقصان کرے گا اور نہ کوئی جادو اثر کرے گا۔"

عن عائشة , قالت:" كانت امي تعالجني للسمنة تريد ان تدخلني على رسول الله صلى الله عليه وسلم، فما استقام لها ذلك، حتى اكلت القثاء بالرطب فسمنت كاحسن سمنة"(80)

ترجمہ:" ام المؤمنین عائشہ رضی اللہ عنہا کہتی ہیں میری ماں میرے موٹا ہونے کا علاج کرتی تھیں اور چاہتی تھیں کہ وہ مجھے رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں حاضر کر سکیں، لیکن کوئی تدبیر نہیں بن پائی، یہاں تک کہ میں نے ککڑی کھجور کے ساتھ ملا کر کھائی، تو میں اچھی طرح موٹی ہو گئی"۔

نبی کریم ﷺ کھجور کو رات سے بھگو کر اس کا پانی استعمال کیا کرتے تھے۔ ابو سیدؓ کی دعوت ولیمہ میں یہی پانی بڑے شوق سے پیا۔ نبی کریم ﷺ نے روزہ کھولنے کے لیے ہمیشہ کھجور استعمال فرمائی۔(81)

محدثین کے مشاہدات

کھجور زخموں کو مندمل کرتی ہے۔ نفث الدم میں مفید ہے۔ اسہال کو دور کرتی ہے۔ یرقان کے لیے بہترین ہے۔ کیونکہ پتہ اور جگر کے فعل کو درست کرتی ہے۔ محمد احمد ذہبیؒ نے کہا ہے کہ حاملہ عورتوں کو کھجور کھلانے سے لڑکا پیدا ہو گا جو کہ حلیم، خوبصورت اور بردبار ہو گا۔ (82)

تازہ پکی ہوئی کھجور کا پانی پینے سے اسہال رُک جاتے ہیں۔ اسے کھانے کے بعد کھایا جائے تو معدہ میں بوجھ کی کیفیت نہیں ہوتی۔ صفراء اور تیزابیت کو ختم کرتی ہے۔ کھجور کے ساتھ انار کا پانی معدہ کی سوزش اور اسہال میں مفید ہے۔ (83)

کھنبی، من (MUSHROOM)

یہ خود رُو نباتات میں سے ہے جو FONGUS کے خاندان سے ہے۔ کہا جاتا ہے کہ برسات کے موسم میں باغوں اور نہروں کے کناروں پر بطورِ خود رُو نباتات اُگتی ہے۔ اس کو عربی میں کَمْأۃ جس کو بعض لوگ ککرمتا اور بعض لوگ سانپ کی چھتری کہتے ہیں۔ کماۃ جمع ہے اور اس کا واحد کم ہے، بعض کہتے ہیں کہ کماۃ واحد اور کم جمع ہے۔ اسے "کماۃ" اس لیے کہتے ہیں کہ یہ زمین میں پوشیدہ ہوتی ہے۔ جیسا کہ شہادت چھپانے والے کے بارے میں کہا جاتا ہے کماۃ کہ اس نے گواہی کو چھپایا۔

اس کے بارے میں حضور ﷺ نے فرمایا کہ کماۃ "مَنّ" کے مثل ہے جو بنی اسرائیل پر نازل ہوا تھا (یعنی جیسے وہ مفت کی چیز اور بہت ہی مفید چیز تھی ایسی ہی یہ ہے) اوراس کا عرق آنکھوں کے لئے شفاء ہے۔ (84)

بعض حضرات کا خیال ہے کہ "کھنبی" بنی اسرائیل کی میدان تیہ میں خوراک اور غذا تھی، اس لیے کہ وہ بندوں کے لیے بغیر من (احسان) کے تھی، اللہ تعالیٰ نے اسے بنی اسرائیل کی خوراک بنایا جو روٹی کے قائم مقام تھی اور ان کا سالن سلویٰ بنایا جو گوشت کے قائم مقام تھا اور ان کا حلوہ اس شبنم کو بنایا جو درختوں پر اُترا تھا چنانچہ یہ حلوہ کے قائم مقام ہوا۔ اس طرح سے بنی اسرائیل کی معیشت کی تکمیل ہوئی۔ (85)

آپ ﷺ کا یہ فرمان ہے کہ "کھنبی من کی ایک قسم ہے۔" اس کا مطلب یہ ہے کہ یہ ان نعمتوں میں سے ہے جن کا اللہ نے اپنے بندوں پر احسان کیا ہے کہ ان کو بغیر محنت و مشقت اور سعی و عمل اور کاشتکاری کے عطاء فرمائی۔ (86)

محدثین کے مشاہدات

علامہ ذہبیؒ کہتے ہیں کہ اس کا زراعت کے بغیر پیدا ہونا اس کی افادیت کا بہت بڑا ثبوت ہے کیونکہ ایسا کرکے اللہ تعالیٰ نے مخلوق کو اپنی طرف سے ایک بیش بہا تحفہ دیا ہے اس لحاظ سے کھنبی کا مفید ہونا ایک لازمی امر ہے۔ کھنبی نہ تو سردی کی شدت میں پیدا ہوتی ہے اور نہ ہی گرمی کا پودا ہے۔ بلکہ یہ اس وقت پیدا ہوتی ہے جب موسم معتدل اور خوشگوار ہو خاص طور پر موسمِ بہار کی بارشوں کے دوران۔ عرب قدیم میں لوگ اسے زمین کی چیچک کہا کرتے تھے۔ کیونکہ اس کی شکل چیچک کی پھنسیوں سے ملتی ہے۔[87]

حواشی و حوالہ جات

1 الترمذی، ابوعیسیٰ محمد بن عیسیٰ، جامع الترمذی، داراحیاء التراث العربی، بیروت، تاریخِ طبع نامعلوم، ابواب الطب، ج2، ص26

2 جامع الترمذی، ابواب الطب، ج2، ص26

3 خالد غزنوی (ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، الفیصل ناشران وتاجران کتب، غزنی سٹریٹ اردو بازار لاہور، ج1، ص125۔

4 ابنِ ماجہ، محمد بن یزید القزوینی، سنن ابن ماجہ، تحقیق محمد فواد عبد الباقی، داراحیاء التراث العربی، 1395ھ، 1981ء، باب الکحل بالاثمد، رقم الحدیث:1651

5 جامع الترمذی، ابواب الطب، ج2، ص5۔

6 خالد غزنوی (ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص127، 132۔

7 ابنِ ماجہ، محمد بن یزید القزوینی، سنن ابن ماجہ، ابواب الطب، ص، 246۔

8 سُنن ابن ماجہ، باب القثاء والرطب، ص246۔

9 خالد غزنوی (ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، الفیصل ناشران وتاجران کتب، غزنی سٹریٹ اردو بازار لاہور، ج1، ص76۔

10 ابنِ ماجہ، محمد بن یزید القزوینی، سنن ابن ماجہ، ابواب الطب، ص258۔

11 امام مسلم، مسلم بن الحجاج القشیری، صحیح مسلم، تحقیق محمد فواد عبد الباقی، داراحیاء التراث العربی، بیروت، تاریخِ طبع نامعلوم، ابواب شیبۃ رسول اللہ ﷺ، رقم الحدیث:2341۔

12 طبِ نبوی ﷺ اور جدید سائنس، ج1، ص83۔

13 خالد غزنوی (ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص83۔

14 طبِ نبوی ﷺ اور جدید سائنس، ج1، ص83۔

15 ایضاً، ص84۔

16 خالد غزنوی (ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص132۔

17 جلاب وہ ادویات ہیں جو فضلے کو نرم کرکے رکاوٹ اور زور لگانے کے کام کو روکتی ہیں۔

18 ابنِ ماجہ، محمد بن یزید القزوینی، سنن ابن ماجہ، باب دواء المشی، ص255۔

19 سُنن، ابن ماجہ، باب السناء والسنوت، ص255۔

20 ابنِ ماجہ، محمد بن یزید القزوینی، سنن ابن ماجہ، باب السناء والسنوت، ص255۔

21 سُنن، ابن ماجہ، باب دواء ذات الجنب، ص256۔

22 ابنِ ماجہ، محمد بن یزید القزوینی، سنن ابن ماجہ، ابواب الطب، ج4، ص256۔

23 امام مسلم، مسلم بن الحجاج القشیری، صحیح مسلم، باب الطاعون، ج2، ص228۔

24 ابنِ ماجہ، محمد بن یزید القزوینی، سنن ابن ماجہ، باب الحمی، ج4، ص256۔

25 حوالہ بالا

26 ایضاً

27 حاشیہ ابن ماجہ، ص256۔

28 ابنِ ماجہ، محمد بن یزید القزوینی، سنن ابن ماجہ، باب الحمیہ، ج4، ص254۔

29 ابنِ ماجہ، باب دواعرق النساء، ج4، ص256۔

30 ابنِ ماجہ، محمد بن یزید القزوینی، سنن ابن ماجہ، باب النہی عن الدواء الخبیث، ج4، ص255۔

31 ابو داؤد، سلیمان ابن الاشعث السجستانی، سنن ابی داؤد، تحقیق محمد محی الدین عبد الحمید، دارالفکر، بیروت، تاریخ طبع نامعلوم، ج2، ص185۔

32 خالد غزنوی (ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص228۔

33 خالد غزنوی (ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص228۔

34 امام بخاری، صحیح البخاری، کتاب الطب7، رقم الحدیث:5688۔

35 ابنِ ماجہ، محمد بن یزید القزوینی، سنن ابن ماجہ، ابواب الطب، ج4، ص254 وامام بخاری، صحیح بخاری ج2، ص848۔

36 ابن قیم الجوزی، شمس الدین محمد بن ابی بکر، طبِ نبوی ﷺ، ج1، ص231۔

37 خالد غزنوی (ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص231۔

38 ابنِ ماجہ، ابواب الطب، ج4، ص254 وامام بخاری، صحیح بخاری ج2، ص849۔

39 سورۃ النحل16: 69

40 مفتی محمد شفیع، معارف القرآن، دائرہ معارف، کراچی، 2005ء م، ج5، ص352۔

41 سورۃ النحل16: 69

42 امام بخاری، صحیح البخاری، کتاب: الطب، باب: الدواء بالعسل، حدیث نمبر 2360، ج5، ص2152۔

43 ابنِ ماجہ، محمد بن یزید القزوینی، سنن ابن ماجہ، ابواب الطب، ج4، ص255۔

44 ابنِ ماجہ، سنن ابن ماجہ، باب العسل، ج4، ص255۔

45 ابنِ ماجہ، سنن ابن ماجہ، ج4، ص124، حدیث نمبر:3450۔

46 ایضاً، حدیث نمبر:3452 ج، ص124۔

47 امام بخاری، صحیح البخاری، باب: الدواء بالعسل، دار ابن کثیر، دمشق، بیروت، ج5، ص2152، حدیث نمبر:5358۔

48 سورۃ النحل16 :69

49 مفتی محمد شفیع، معارف القرآن، ج5، ص353۔

50 خالد غزنوی(ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص164 تا172۔

51 ابنِ ماجہ، سنن ابن ماجہ، باب الایتد ام بالخل، ج4، ص246۔

52 امام ترمذی، جامع الترمذی، کتاب الأطعمة عن رسول الله ﷺ، باب ما جآء فی الخل، رقم الحدیث: 1841۔

53 خالد غزنوی(ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص116۔

54 ایضاً، ص117۔

55 سورۃ التین95 :1

56 سورۃ النور24 :35

57 ابن کثیر الدمشقی، حافظ عماد الدین، تفسیر ابن کثیر، تحقیق محمد علی الصابونی، دارالقرآن الکریم بیروت، 1403ھ، 1981ء م، ج2، ص19۔ عبد الحق محدث دہلوی، تفسیر حقانی، آرام باغ کراچی، بلاسن، ج2، ص568

58 امام ابن ماجہ، سنن ابن ماجہ، ابواب الأطعمة باب الزیت، مکتبہ فاروقیہ ملتان، دار احیاء التراث العربی بیروت، ص198

59 الحاکم، ابو محمد بن عبد الله ، مستدرك علی الصحیحین، کتاب الطب، تحقیق مصطفی عبد القادر عطاء، دار الکتب العلمیہ، بیروت، 1411ھ، 1990ء م، ج4، ص105۔

60 سنن ابن ماجه أبواب الأطعمة باب الزیت، حدیث نمبر:3038۔

61 سنن ابن ماجہ، ابواب الطب، باب دوآء ذات الجنب، حدیث نمبر:2078۔

62 ایضاً

63 ابن القیم الجوزی، زاد المعاد، دار احیاء التراث العربی بیروت، ج3، ص198

64 Nordqvist. C(2016, January 25) Medical News to day. Com 266258. Ph.p

65 ابونعیم، المنتقی، ابوالحسن نورالدین علی بن ابی بکرالھیثمی، مرکز خدمة السنة والسیرة النبویة، مدینہ منورہ، بلاسن، ج1، ص5265۔

66 خالد غزنوی(ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص103۔

67 ایضاً، ج1، ص105، 106۔

68 ابن سینا، القانون فی الطب، ادارہ مطبوعات سلیمانی اردو بازار لاہور، 1998، ج3، ص352۔

69 US Department of agriculture, Dietary guide for Americans: Chapter : 2, Oleos European/British Pharmacopeia "Oleum Olivia" Oxford press, 1998, UK

70 Http/www.medical news today. Com articles /266258/Report of North American olive oil Association Accessed September 20th, 2013.

71 خالد غزنوی(ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص106۔

72 امام ابن ماجہ، سنن ابن ماجہ، باب ترک العشاء، ج4، ص248

73 امام الترمذی، جامع ترمذی، کتاب الاطعمة عن رسول الله ﷺ، باب ما جآء فی فضل العشاء، رقم الحدیث: 1856۔

74 امام ابن ماجہ، سنن ابن ماجہ، باب لاتکر هوا المریض علی الطعام، ج4، ص254۔

75 خالد غزنوی (ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص106۔

76 امام ترمذی، جامع الترمذی، کتاب الاطعمة عن رسول الله ﷺ، باب ما جآء فی فضل العشاء، رقم الحدیث 1856:۔

77 امام ابن ماجہ، سنن ابن ماجہ، کتاب الطب، باب الکماة والعجوة، رقم الحدیث: 3453۔

78 امام بن ماجہ، سُنن ابنِ ماجہ، باب الکماة والعجوة، ص255۔

79 امام مسلم، صحیح مسلم، کتاب الأشربة، باب فضل تمر المدینة، رقم الحدیث: 5339۔

80 امام بن ماجہ، سنن ابن ماجہ، کتاب الاطعمة، باب القثاء والرطب یجمعان، رقم الحدیث:3324۔

81 خالد غزنوی (ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص260،259۔

82 خالد غزنوی (ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص260۔

83 طبِ نبوی ﷺ اور جدید سائنس، ج1، ص261۔

84 امام ابنِ ماجہ، سنن ابن ماجہ، باب الکماۃ، ج4، ص255۔

85 خالد غزنوی (ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص274۔

86 خالد غزنوی (ڈاکٹر)، طبِ نبوی اور جدید سائنس، ج1، ص274۔

87 طبِ نبوی ﷺ اور جدید سائنس، ج1، ص274، 275۔