امراض اور وباؤں سے تحفظ کیلئے

ہدایات نبوی ﷺ

إعداد

ڈاکٹر/ ناجي بن إبراهيم العرفج -حفظه الله-

اردو ترجمہ

أبوعبدالله النوري

(داعی ومترجم صُبَیْح اسلامک گائڈینس سینٹر - القصیم)

إهداء

مجھے اپنے مسلمان بھائیوں اور دیگر تمام لوگوں کی خدمت میں یہ مختصر سی کتاب پیش کرتے ہوئے کافی خوشی ہورہی ہے، میں اللہ خالق ومالک، وحدہ لاشریک سے دعاگو ہوں کہ وہ ہم تمام لوگوں کو ایمان، کامیابی اور صحت و تندرستی سے نوازے اور ہمیں ہر قسم کی الجھن، برائی اور (حالیہ دنوں) پوری دنیا کو دہلادینے والی کورونا وائرس جیسے وبائی مرض سے محفوظ رکھے، بے شک وہ ذات باری تعالی ہر چیز پر قادر اور اپنے بندوں کے تمام احوال سے واقف ہے۔

نوٹ:

- اس منشور کو پڑھنے میں آسانی اور -باذن اللہ- دنیا کی دیگر زبانوں میں ترجمہ کی خواہش کے پیش نظر مختصر انداز میں لکھا گیا ہے۔
- متعدد زبانوں میں اس منشور کے ترجمے موجود بھی ہیں۔

تمہید

چودہ صدی قبل، **طب وقائی** کے ایجاد سے پہلے ہی پیغمبر اسلام، آخری نبی حضرت محمد ﷺ کی عظیم ہدایات پر مشتمل فرمودات میں ہمیں سکون، اطمینان اور ہر قسم کی بے چینی، پریشانی، بیماری اور کوروناوائرس (covid-19) جیسی وباؤں سے تحفظ کے لئے رہنمائی ملتی ہے۔ کیونکہ اس کا منبع قرآنی وحی کا وہ سلسلہ تھا جسے اللہ تعالی نے ہدایت ورحمت اور نور وشفاء قرار دیا ہے۔

جو شخص اُمراض سے حفاظت، سلامتی اور دیگر کامیابی کا خواہاں ہو اسے ایک اکیلے، تنہا اللہ پر حقیقی ایمان لاکر تنہا اسی کی عبادت کرنی چاہئے، کیونکہ وہی وہ ذات بابرکات ہے جس کے ہاتھ میں پوری دنیا کی بادشاہت ہے، تمام اُمور کا اختیار اور تمام قوتیں اسی کے ہاتھ میں ہیں، وہی قادر مطلق اور ہم سب کی حفاظت کرنے والا ہے، اور وہی اپنے حکم سے بیماروں کو شفاء دینے والا بھی ہے، قرآن کریم میں فرمان باری تعالی ہے: ﴿**وإذا مَرِضتُ فَهُوَ يَشفِينِ**﴾، **ترجمہ**: (اور جب میں بیمار پڑجاؤں تو مجھے شفاءعطا فرماتا ہے)۔ اور قرآن کریم میں اللہ کا یہ بھی فرمان ہے: ﴿**قل لن يُصِيبَنَا إلّا مَا كَتَبَ اللهُ لنا هو مولانا وعلى اللهِ فليتوكّل المُؤمِنُون**﴾، **ترجمہ**: (آپ کہہ دیجئے کہ ہمیں سوائے اللہ کے ہمارے حق میں لکھے ہوئے کہ کوئی چیز پہنچ ہی نہیں سکتی وہ ہمارا کارساز اور مولی ہے مومنوں کو تو اللہ کی ذات پاک پر ہی بھروسہ کرنا چاہئے)۔

اس مضبوط ایمان کے ساتھ ہم صحیح معنوں میں نفع ونقصان کے مالک، روزی، زندگی اور موت عطا کرنے والے اللہ پر بھروسہ کرنے والے بن سکتے ہیں، یادرہے کہ اللہ پر بھروسہ اور توکل کا حکم دینے کے ساتھ ساتھ اسلام ہمیں صحی رہنمائیوں اور احتیاطی تدابیر کو اپنانے کا بھی حکم دیتا ہے۔

پیارے نبی حضرت محمد ﷺ نے بھی ہمیں اللہ پر توکل کے ساتھ اسباب کو اپنانے کی تعلیم دی ہے، آپ ﷺ نے ہمیں پریشانیوں، بیماریوں اور وباؤں سے بچاؤ اور احتیاطی تدبیریں اختیار کرتے ہوئے بیماری کی صورت میں علاج کا بھی حکم فرمایا ہے۔

عصر حاضر میں وباء کے پھیلاؤ کی صورت میں متعارف عزل صحی بھی آپ ﷺ کی ہدایات میں سے ہی ہے، آپ ﷺ نے مسلمانوں کو عبادت اور فرض نمازوں کے لئے دن ورات میں پانچ بار صفائی اور طہارت کا حکم دیا ہے۔

دونوں ہاتھ، چہرہ، منہ، ناک اور جسم کے دیگر اعضاء کا دھونا بھی وضوء کی عبادت میں داخل ہے اور ہم جانتے ہیں کہ دن میں انہیں کئی بار دھونا اور صاف کرنا ان وائرس اور بکٹیریا وغیرہ کو ختم کرنے میں معاون ہے جن کی وجہ سے انسان کا جسم متاثر ہو سکتا ہے، چھینک اور کھانسی کے وقت آپ ﷺ نے ہمیں منہ کو ڈھانکنے پر بھی ابھارا ہے۔

حالیہ دنوں ڈاکٹروں، عالمی صحت محکموں، ہاسپیٹل اور دیگر طبّی اور حکومتی ادارے صحت سے متعلق جن احتیاطی تدابیر اور بچاؤ کے اسباب جیسے: سماجی دوری اور ذاتی حفظان صحت اور ہاتھوں کے دھونے کا مشورہ وغیرہ کی تاکید کی جارہی ہیں یہ سب ہمارے نبی حضرت محمد ﷺ کی ان ہدایات میں موجود ہیں جن کے اہتمام کا حکم آپ ﷺ نے ہمیں کئی صدیوں پہلے ہی دے دیا ہے۔

پیارے نبی حضرت محمد ﷺ کی ہدایات میں وباء کے خاتمہ کی خاطر موجود عزل صحی اور صفائی کی اہمیت سے متعلق کچھ دن پہلے **نیوزویک** نامی امریکی میگزین میں امریکی عالم پروفیسر کرین کونسدین کی شائع شدہ مضمون کے انٹرویو کے دوران کسی نے ان سے سوال کیا کہ کیا آپ کسی اور کو جانتے ہیں جس نے وباء کے انتشار کے وقت صفائی ستھرائی اور سماجی دوری کی رائے پیش کی ہو؟

"Do you know who else suggested good hygiene and quarantining during a pandemic?"

اس سوال کے جواب میں امریکی پروفیسر نے بے ساختہ کہا وہ پیغمبر اسلام محمد (ﷺ) ہیں جنہوں ۱۳۰۰ سال قبل یہ بات کہی ہے۔

"Muhammad the prophet of Islam, over 1,300 years ago".

اس بات پر امریکی پروفیسر نے درج ذیل چند حدیثوں کے حوالے سے استدلال بھی کیا ہے، انہیں میں سے ایک حدیث یہ بھی ہے جس میں فرمان نبوی ﷺ ہے: ((جب تم کسی جگہ طاعون کے پھیلنے کی خبر سنو تو وہاں مت جاؤ اور اگر تم طاعون والی جگہ موجود ہو تو وہاں سے نکل کر نہ بھاگو))۔

اسی طرح فرمان نبوی ﷺ: ((بیمار کو صحتمند کے پاس نہ لے جاؤ))۔

اور فرمان نبوی ﷺ: ((طہارت (صفائی) آدھا ایمان ہے))۔

اسی طرح پروفیسر نے درج ذیل صحیح حدیث میں وارد علاج کے حکم کو شامل فرمان نبوی ﷺ کی جانب بھی اشارہ کیا ہے کہ: ((بدؤوں نے کہا: اے اللہ کے رسول ﷺ کیا ہم علاج کریں؟ آپ ﷺ نے فرمایا: ہاں! اللہ کے بندوں علاج کرو کیونکہ اللہ تعالی نے کوئی بھی بیماری ایسی نازل نہیں کی ہے جس کی اس نے دوا نہ نازل کی ہو سوائے ایک بیماری کے! لوگوں نے کہا: اللہ کے رسول ﷺ وہ کون سی بیماری ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا: بڑھاپا))۔

سطور ذیل میں وہ چند دعائیں اور احادیث پیش کی جارہی ہیں جنہیں ہمارے نبی محمد ﷺ نے ارشاد فرمائے ہیں، یہ ایسے ایمانی اسباب ہیں جو خالق حقیقی سے فریاد، ایمان کی مضبوطی اور اللہ کی قدرت کاملہ پر مضبوط یقین کی صورت میں اللہ کے حکم سے مومن کو محفوظ رکھیں گے اور اسے پریشانیوں سے بچائیں گے، لہذا ہمیں اس بات کا اعتراف ہونا چاہئے کہ اللہ ہی ہماری حفاظت کرنے والا ہے، اور صحت و عافیت اور شفاء سب اللہ - سبحانہ و تعالی - کے ہاتھ میں ہی ہے، تمام اسباب اور انکے اثرات بھی اسی کے ہاتھ میں ہیں۔

- رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((جس نے رات میں سورہ بقرہ کی آخری دو آیتیں پڑھ لیں وہ دونوں اس کے لئے کافی ہو جائیں گی))، [حدیث صحیح ہے اسے بخاری نے روایت کیا ہے]۔

- رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

((تم صبح و شام تین تین بار ﴿قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ﴾ اور ﴿الْمُعَوِّذَتَيْنِ﴾ پڑھو یہ تمہارے لئے ہر چیز سے کافی ہو جائیں گی))، [حدیث صحیح ہے اسے أبو داؤد نے روایت کیا ہے]۔

اسی طرح نبی ﷺ نے متعدد احادیث میں "آیـة الكرسـي" کے قراءت کی فضیلت بھی بیان کی ہے، انہیں میں حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے مروی حدیث میں آپ ﷺ کا اقرار بھی ہے:

- جب تم اپنے بستر پہ جاؤ، توآیـة الكرسـي: ﴿اللّهُ لا إلـهَ إلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ﴾ آخر تک پڑھ لو، اس طرح تمہارے اوپر اللہ کی طرف سے نگراں مقرر کردیا جائے گا اور شیطان صبح تک تمہارے قریب بھی نہیں آئے گا))، [حدیث صحیح ہے اسے بخاری نے روایت کیا ہے]۔

- رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

جو بندہ ہر صبح اور شام تین بار ((بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لاَ يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الأَرْضِ وَلاَ فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ)) پڑھتاہے، اسے کوئی چیز نقصان نہیں پہونچاسکتی، [حدیث صحیح ہے اسے ترمذی نے روایت کیا ہے]۔

- رسول اللہ ﷺ ان دعاؤں کو صبح یا شام کبھی بھی نہیں چھوڑتے تھے:

((اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي وَمَالِي، اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي، وَآمِنْ رَوْعَاتِي، اللَّهُمَّ احْفَظْنِي مِنْ بَيْنِ يَدَيّ وَمِنْ خَلْفِي وَعَنْ يَمِينِي وَعَنْ شِمَالِي وَمِنْ فَوْقِي وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي))، [حدیث صحیح ہے اسے ابن حبان نے روایت کیا ہے]۔

اللہ کے حکم سے اس دعا کے ذریعہ بندے کو ہمہ جہت حفاظت اور بچاؤ حاصل ہوگی۔

- رسول اللہ ﷺ یہ دعاء پڑھا کرتے تھے:

((اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْبَرَصِ وَالْجُنُونِ وَالْجُذَامِ وَمِنْ سَيِّئِ الأَسْقَامِ))، [حدیث صحیح ہے اسے اَبوداؤد نے روایت کیا ہے]۔

یہ بہت ہی جامع اور شامل دعاء نبوی ﷺ ہے، جس میں عقلی و نفسانی بیماری، ہر پریشانی و علت کے ساتھ ساتھ گذری ہوئی، حالیہ اور مستقبل کی تکلیفوں سے بھی پناہ اور بچاؤ کا سوال کیا گیا ہے۔

- رسول اللہ ﷺ فرماتے ہیں:

جب انسان گھر سے نکلتے وقت:

((باسمِ اللهِ، توكَّلتُ على اللهِ، لا حَولَ ولا قُوَّةَ إلَّابالله)) پڑھتاہے، تو اس سے کہا جاتا ہے: تجھے ہدایت مل گئی، اللہ تیرے لئے کافی ہوگیا، تجھے (ہر بلاء سے) حفاظت مل گئی، پس شیطان اس

سے دور ہو جاتا ہے اور اس سے دوسرا شیطان کہتا ہے: اس شخص سے تیرا کیا (ہونے والا) جو ہدایت پا گیا، جس کے لئے اللہ کافی ہو گیا اور جس کے حفاظت کی ذمہ داری خود اللہ نے لے لی؟))۔ [حدیث صحیح ہے اسے اُبوداؤد نے روایت کیا ہے]۔

- رسول اللہ ﷺ فرماتے ہیں:

جس نے نماز فجر کے فورا بعد کسی سے بات کرنے سے پہلے ہی دس مرتبہ کہا: ((**لا إلَــــهَ إلَّا اللَّهُ ، وحدَهُ لا شريكَ لَهُ، لَهُ الملكُ ولَهُ الحمدُ ، يُحيي ويُميتُ وَهوَ على كلِّ شيءٍ قديرٌ**)) اس کے لئے اللہ تعالی دس نیکیاں لکھتے ہیں، اس کے دس گناہ معاف ہوتے ہیں، اس کے دس درجات بلند کئے جاتے ہیں اور یہ اس کے لئے پورے دن ہر ناپسندیدہ چیز اور شیطان سے ڈھال ہوجاتی ہے۔ [حدیث صحیح ہے اسے ترمذی نے روایت کیا ہے]۔

- اُم المومنین عائشہ رضی اللہ عنہا سے مروی ہے کہ:

رسول اللہ ﷺ ہر رات بستر پر جاتے ہوئے اپنی ہتھیلیوں کو جمع کر کے ان میں پھونکتے اور ان میں: ﴿**قُلْ هو اللَّهُ أحَدٌ**﴾، ﴿**قُلْ أعُوذُ برَبّ الفَلَقِ**﴾ اور ﴿**قُلْ أعُوذُ برَبّ النَّاسِ**﴾ پڑھتے، پھر جہاں تک ہاتھ پہونچتا وہاں تک ہاتھوں سے مسح کرتے پہلے اپنے سر اور چہرے اور جسم کے اگلے حصے سے شروع کرتے ایسا آپ ﷺ تین مرتبہ کیا کرتے تھے۔ [حدیث صحیح ہے اسے امام بخاری نے روایت کیا ہے]۔

طب علاجی سے متعلق بھی ہمیں پیارے رسول ﷺ سے عظیم رہنمائی اور انمول ہدایات ملتی ہیں، انہیں میں سے نبی ﷺ کا صحابہ کرام کے سورہ فاتحہ پڑھ کر دم کرنے والے عمل کا اقرار بھی ہے۔ جب انہوں نے جھاڑ پھونک اور طلب شفاء کے لئے ایسا کیا تھا، جیسا کہ بچھو کے ڈنک کا شکار ہوئے شخص کے قصے میں آیا ہے۔

- حضرت ابو سعید خدری رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ:

((میں نے اس شخص کے پاس جا کر سورہ فاتحہ پڑھ کر دم کیا، جس سے وہ شفایاب اور صحتمند ہو گیا ... جب ہم رسول اللہ ﷺ کے پاس پہونچے اور میں نے اس بارے میں آپ کو اطلاع دی تو آپ ﷺ نے فرمایا: تمھیں کیسے پتہ چلا کہ یہ رقیہ ہے؟)) [حدیث صحیح ہے اسے امام ابوداود نے روایت کیا ہے]۔

- انہیں میں سے وہ نبوی توجیہ بھی ہے جسے صحابی جلیل نے ہمارے لئے روایت کی ہے:

حضرت عثمان بن ابی العاص رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ: میں نے نبی ﷺ سے اپنے بدن میں موجود ایک درد کی شکایت کی تو آپ ﷺ نے ان سے فرمایا: تم اپنے ہاتھ کو درد کی جگہ رکھ کر تین مرتبہ باسم اللہ کہو، اور پھر سات مرتبہ ((**أعوذ بعزة الله و قدرته من شر ما أجد و أحاذر**)) کہو، حضرت عثمان کہتے ہیں کہ: میں نے ایسا ہی کیا تو اللہ نے میری تکلیف کو ختم کر دیا [حدیث صحیح ہے اسے امام مسلم نے روایت کیا ہے]۔

- جب ایک شخص نبی ﷺ کے پاس آیا اور کہنے لگا:

اے اللہ کے رسول ﷺ مجھے گذشتہ رات بچھو نے ڈنک مار دیا ہے، تو نبی کریم ﷺ نے فرمایا: اگر تم شام کے وقت ((**أعوذ بكلماتِ اللهِ التَّامَّاتِ من شرِّ ما خلق**)) کہے ہوتے تو وہ تمہیں نقصان نہ پہونچاتا۔ [حدیث صحیح ہے اسے امام بخاری نے روایت کیا ہے]۔

- اور اُم المؤمنین عائشہ رضی اللہ عنہا سے مروی ہے کہ

نبی ﷺ اپنے گھر کے بعض افراد کو دعاء کرتے اور اپنے دائیں ہاتھ کو مسح کرتے ہوئے فرماتے: ((**اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ أذْهِبِ البَاسَ، اشْفِهِ وأنْتَ الشَّافِي، لا شِفَاءَ إلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءً لا يُغَادِرُ سَقَمًا**))، [حدیث صحیح ہے اسے امام بخاری نے روایت کیا ہے]۔

- ثابت رحمہ اللہ نے کہا: اے ابو حمزہ، مجھے تکلیف ہے، تو انس رضی اللہ عنہ نے کہا: کیا میں تم پہ نبی ﷺ والا رقیہ نہ پڑھوں، انہوں (ثابت) نے کہا: ہاں کیوں نہیں ضرور پڑھیں تو انہوں (أبو حمزہ انس) نے کہا: ((**اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ، مُذْهِبَ البَاسِ، اشْفِ أنْتَ الشَّافِي، لا شَافِيَ إلَّا أنْتَ، شِفَاءً لا يُغَادِرُ سَقَمًا**))، [حدیث صحیح ہے اسے امام بخاری نے روایت کیا ہے]۔

ایک سچے مومن کا یہ پکا ایمان ہوتا ہے کہ اکیلا اللہ خالق و مالک ہی تمام برائیوں، بیماریوں اور وباؤں سے بچانے والا ہے، ہم سب کو اللہ ہی پر توکل کرنا چاہئے اور اسی کی جانب توبہ واستغفار دعاء اور خاکساری کا اظہار کرتے ہوئے رجوع کرنا چاہئے اور نبی ﷺ کی دی گئی تعلیمات اور آپ پر نازل کی گئی

وحی (قرآن کریم) پر عمل کرنا چاہئے تاکہ ہم کامیاب ہوں اور ہر طرح کے پریشانی وباء بیماریوں اور الجھنوں اور گھٹن سے محفوظ رہیں۔

فرمان باری تعالی ہے: ﴿وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا إِلَى أُمَمٍ مِنْ قَبْلِكَ فَأَخَذْنَاهُمْ بِالْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ لَعَلَّهُمْ يَتَضَرَّعُونَ﴾، **ترجمہ:** ((اور ہم نے اور امتوں کی طرف بھی جو کہ آپ سے پہلے گذر چکی ہیں پیغمبر بھیجے تھے سو ہم نے ان کو تنگدستی اور بیماری سے پکڑا تاکہ وہ اظہار عجز کر سکیں))۔

فرمان باری تعالی ہے: ﴿وَاسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ إِنَّ رَبِّي رَحِيمٌ وَدُودٌ﴾، **ترجمہ:** ((تم اپنے رب سے استغفار کرو اور اس کی طرف توبہ کرو یقین مانو کہ میرا رب بڑی مہربانی والا اور بہت محبت کرنے والا ہے))۔

فرمان باری تعالی ہے: ﴿وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾، **ترجمہ:** ((اے مسلمانو! تم سب کے سب اللہ کی جناب میں توبہ کرو تاکہ تم نجات پاؤ))۔

دعاء

اے اللہ تو ہماری، ہمارے احباب، مسلمانوں اور تمام لوگوں کی ہر وباء اور مصیبت سے حفاظت فرما۔

اے اللہ ہم تجھ سے دنیا اور آخرت میں عافیت کا سوال کرتے ہیں اور ہم تجھ سے اپنے دین اور اپنی دنیا اور اپنے اہل اور مال میں عافیت اور درگذر کا سوال کرتے ہیں ، اے اللہ تو ہمارے عیوب کو چھپا دے، ہمارے خوف کو امن سے بدل دے، ہمارے آگے ہمارے پیچھے ہمارے دائیں ہمارے بائیں سے اور ہمارے اوپر سے ہماری حفاظت فرما، اور اے اللہ ہم تیری عظمت کے ذریعہ تجھ سے سوال کرتے ہیں کہ تو ہمیں ہمارے نیچے جانب سے ہلاک ہونے سے بچا۔

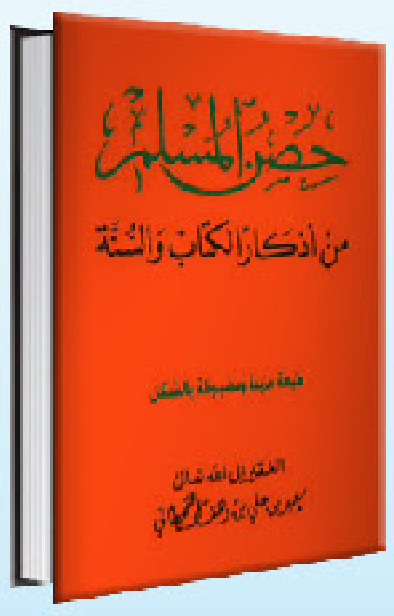
اے اللہ ہم برص، پاگل پن، أعضاء کی سڑن، اور تمام بری بیماریوں سے تیری پناہ چاہتے ہیں۔

اے اللہ تو ہمیں، ہمارے والدین، تمام زندہ و مردہ مسلمان مرد و عورت کی مغفرت فرما۔

اے اللہ تو ہمیں دنیا اور آخرت کی بھلائی سے نواز اور ہمیں عذاب جہنم سے محفوظ رکھ۔

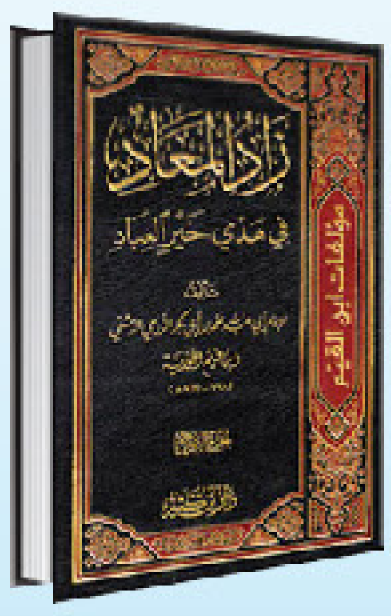
سید البشر، نبیِ مصطفیٰ پر درود وسلام ہوں۔

References



HISN AL MUSLIM

THE GLORIOUS QURAN



ZAD AL-MAAD, IBN QAYYIM

مزید معلومات کے ل

DISCOVER
ITS BEAUTY

اسلامی ویب سائٹیں:

(انٹرایکٹو لنکس ، براہ کرم کلک کریں)