ہفت وار رسالہ:483
WEEKLY BOOKLET:483

روحانی و طِبّی علاج

(قسط:2)

امیرِ اہلِ سنّت کے قلم سے لکھے ہوئے

(صفحات:17)



2 چور اور شیطان سے حفاظت
5 ایک وظیفہ، 9 فائدے
6 پھنسی ہوئی رقم وصول
13 سردی میں بیماریوں سے حفاظت کا نسخہ

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ وَالصَّلٰوۃُ وَالسَّلَامُ عَلٰی خَاتَمِ النَّبِیّٖن
اَمَّا بَعْدُ فَاَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْم، بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم

روحانی و طِبّی علاج (قسط:2)

دُعائے عطّار: یا اللہ پاک! جو کوئی 17 صفحات کا رسالہ "روحانی و طبی علاج" (قسط:2) پڑھ یا سُن لے، اُسے صحت و عافیت والی نیکیوں بَھری طویل زندگی عطا فرما اور اس کو ماں باپ سمیت جنّتُ الفردوس میں بے حساب داخلہ نصیب کر۔
اٰمِین بِجَاہِ خَاتَمِ النَّبِیّٖن صلّی اللہُ علیہ واٰلہٖ وسلّم

دُرودِ پاک کی فضیلت

حضرتِ جابر رضی اللہُ عنہ کے والدِ گرامی حضرتِ سَمُرہ سُوَائی رضی اللہُ عنہ رِوایت فرماتے ہیں کہ ہم سرکارِ عالی وقار صلی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلم کے دربار میں حاضر تھے کہ ایک شخص حاضِر ہوکر عرض گُزار ہوا: یارسولَ اللہ صلی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلم! اللہ پاک کی بارگاہ میں سب سے اچّھا عمل کون سا ہے؟ تو محبوبِ خدا، سرورِ انبیا صلی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلم نے اِرشاد فرمایا: "سچ بولنا اور امانت ادا کرنا۔" (راوِیِ حدیث حضرتِ سَمُرہ رضی اللہُ عنہ فرماتے ہیں:) میں نے عرض کی: یارسولَ اللہ صلی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلم! مزید کچھ اِرشاد فرمایئے! فرمایا: "کثرتِ ذِکر اور مجھ پر دُرودِ پاک پڑھنا کہ یہ عمل فَقْر (یعنی غُربت) کو دُور کرتا ہے۔" (القول البدیع، ص273 مختصراً)

بہرِ رَفعِ مرض و زَحمت و رَنج و کُلفت — ڈھونڈتے پھرتے ہیں وہ لوگ کہاں کا تعویذ
تم پڑھو صاحبِ لَولاک پر کثرت سے دُرود — ہے عَجَب دردِ نِہاں اور اَماں کا تعویذ

صَلُّوا عَلَی الْحَبِیب ❀❀❀ صَلَّی اللہُ علٰی مُحَمَّد

www.dawateislami.net

1 دُرودِ پاک کی چار بَرَکتیں

(دُرود شریف پڑھنے سے) مصیبتیں ٹلتی ہیں، دشمنوں پر فتح ملتی، اولاد در اولاد چار نسلوں تک برکت رہتی اور موت کے وقت آسانی ہوتی ہے۔

(دُرود شریف پڑھنے سے) مُصیبتیں ٹلتی ہیں، دُشمنوں پر فتح مِلتی، اولاد دَر اولاد چار نسلوں تک بَرَکت رہتی اور موت کے وقت آسانی ہوتی ہے۔

(جذب القلوب، ص229)

2 چور اور شیطان سے حفاظت

سوتے وقت ایک بار آیۃُ الکُرسی ہمیشہ پڑھئے کہ چور اور شیطان سے ہمیشہ امان (یعنی پناہ) ہے۔

سوتے وقت ایک بار آیۃُ الکُرسی ہمیشہ پڑھئے کہ چور اور شیطان سے ہمیشہ امان (یعنی پناہ) ہے۔

(تفسیر نعیمی، پ3، البقرۃ، تحت الآیۃ:255، 3/42)

www.dawateislami.net

3 شعبان کا مخصوص عمل

ہر بار بسم اللہ الرحمٰن الرحیم کے ساتھ سورۃ الکوثر 33 مرتبہ (اول آخر 11 بار درود شریف) ماہِ شعبان کے اندر دن رات میں کسی بھی وقت باوضو پڑھ لیجئے۔ شعبان میں روزانہ بھی پڑھ سکتے ہیں۔ مُراد پوری ہونے کیلئے بہترین عمل ہے۔ پڑھنے میں اپنی مُراد ذہن میں رکھنی ہے۔ مَثَلاً حج، دیدارِ مدینہ و تاج دارِ مدینہ صلی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلّم، روزی میں برکت، قرض اُترنے، مرض دُور ہونے، بیٹے یا بیٹی کی خواہش، شادی ہونے، ٹینشن سے نجات پانے، دکان و مکان کے مسائل حل ہونے، دینی امتحان میں اعلیٰ کامیابی پانے، گھریلو زندگی خوش گوار گزرنے، اچھی نوکری ملنے، حافظہ مضبوط ہونے وغیرہ میں سے جو بھی مُراد ہو اُسے ذہن میں رکھ کر یہ عمل کیجئے۔ اللہ کریم چاہے گا تو ضرور کرم ہوگا۔



ہر بار بسم اللہ الرحمٰن الرحیم کے ساتھ سورۃ الکوثر 33 مرتبہ (اوّل آخر 11 بار درود شریف) ماہِ شعبان کے اندر دن رات میں کسی بھی وقت باوضو پڑھ لیجئے۔ شعبان میں روزانہ بھی پڑھ سکتے ہیں۔ مُراد پوری ہونے کے لیے بہترین عمل ہے۔ پڑھنے میں اپنی مُراد ذہن میں رکھنی ہے۔ مثلاً حج، دیدارِ مدینہ و تاج دارِ مدینہ صلی اللہ علیہ واٰلہٖ وسلم، روزی میں بَرَکت، قرض اُترنے، مرض دُور ہونے، بیٹے یا بیٹی کی خواہش، شادی ہونے، ٹینشن سے نجات پانے، دکان و مکان کے مسائل حَل ہونے، دینی امتحان میں اعلیٰ کامیابی پانے، گھریلو زندگی خوش گوار گزرنے، اچّھی نوکری ملنے، حافِظہ مضبوط ہونے وغیرہ میں سے جو بھی مُراد ہو اُسے ذہن میں رکھ کر یہ عمل کیجئے۔ اللہ کریم چاہے گا تو ضرور کرم ہوگا۔

www.dawateislami.net

4 سر میں پانی بھر جانے کا روحانی علاج

مریض کے سرہانے باوُضو ہاتھ پھیرتے ہوئے ایک بار درود پاک پڑھ کر تین بار سورۃ الفاتحہ اور تین بار سُورۃ الاخلاص پڑھ کر ایک بار درود پاک پڑھئے اور دم کر دیجئے۔ (ہر سورت سے پہلے بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھنا ہے) (مدت: تا حُصولِ شِفا)

یہ طریقۂ علاج ہر مرض کیلئے مفید ہے۔ ان شاء اللہ الکریم۔



مریض کے سر پر باوُضو ہاتھ پھیرتے ہوئے ایک بار درودِ پاک پڑھ کر تین بار سورۃُ الفاتحہ اور تین بار سُورۃُ الاِخلاص پڑھ کر ایک بار درود پاک پڑھئے اور دَم کر دیجئے۔

(ہر سورت سے پہلے بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھنا ہے) (مدّت: تا حُصولِ شِفا)

یہ طریقۂ علاج ہر مرض کیلئے مفید ہے۔ اِن شاءَ اللہُ الکریم

5 گھر شیطان سے محفوظ

بِسمِ اللہ الرحمٰنِ الرحیم گھر کا دروازہ بند کرتے وقت پڑھ لیجئے، شیطان (سرکش جِنّات) گھر میں داخِل نہ ہو سکیں گے۔



بِسمِ اللہ الرحمٰنِ الرحیم گھر کا دروازہ بند کرتے وقت پڑھ لیجئے، شیطان (سرکش جِنّات) گھر میں داخِل نہ ہو سکیں گے۔

(بخاری، 3/591، حدیث: 5623 ماخوذاً)

www.dawateislami.net

6 ایک وظیفہ، 9 فائدے

یَابَاعِثُ یَانُوْرُ ۱۱ بار (اوّل آخر ایک بار درود شریف) روزانہ سوتے وقت دل پر سیدھا ہاتھ رکھ کر پڑھیے۔ اس کی برکت سے اِنْ شَاءَ اللّٰہُ الکریم کم از کم یہ 9 فائدے ملیں گے: ① دل کی بیماریاں ہوں تو صحّت ملے نہ ہوں تو حفاظت ملے ② ٹینشن دُور ہو ③ ہائی بلڈ پریشر میں فائدہ ہو ④ اُلٹے سیدھے خوابوں سے نجات ملے ⑤ دل روشن ہو ⑥ نیند نہ آتی ہو تو آئے ⑦ بزرگانِ دین کی زیارتیں ہوں ⑧ مرتے وقت کلمہ نصیب ہو ⑨ غصّے کی عادت نکلے۔

(اللہ پاک کی رضا کیلئے پڑھنا چاہیئے، وہ چاہے گا تو بے شمار فائدے اور برکتیں پائیں گے۔)

یَابَاعِثُ یَانُوْرُ 11 بار (اوّل آخر ایک بار درود شریف) روزانہ سوتے وقت دل پر سیدھا ہاتھ رکھ کر پڑھئے۔ اس کی بَرَکت سے اِن شاءَ اللّٰہُ الکریم کم از کم یہ 9 فائدے ملیں گے: ﴿1﴾ دل کی بیماریاں ہوں تو صحّت ملے نہ ہوں تو حفاظت ملے ﴿2﴾ ٹینشن دُور ہو ﴿3﴾ ہائی بلڈ پریشر میں فائدہ ہو ﴿4﴾ اُلٹے سیدھے خوابوں سے نجات ملے ﴿5﴾ دل روشن ہو ﴿6﴾ نیند نہ آتی ہو تو آئے ﴿7﴾ بُزُرگانِ دین کی زیارتیں ہوں ﴿8﴾ مرتے وقت کلمہ نصیب ہو ﴿9﴾ غصّے کی عادت نکلے۔

(اللہ پاک کی رضا کیلئے پڑھنا چاہیئے، وہ چاہے گا تو بے شمار فائدے اور برکتیں پائیں گے۔)

حافِظہ مضبوط ہونے کے لیے

پانچوں نمازوں کے بعد سر پر داہنا (یعنی سیدھا) ہاتھ رکھ کر گیارہ مرتبہ یَا قَوِیُّ پڑھیں۔

پانچوں نمازوں کے بعد سر پر داہنا (یعنی سیدھا) ہاتھ رکھ کر گیارہ مرتبہ یَا قَوِیُّ پڑھیں۔ (مدنی پنج سورہ، ص212)

www.dawateislami.net

7 بچّوں کی حِفاظت کا وظیفہ

جو کوئی صُبح و شام اپنے بچّوں پر آیۃُ الکُرسی پڑھ کر دم کر دے، وہ (بچّے) شیطان اور جادو اور نظرِ بد سے محفوظ رہیں گے۔



جو کوئی صُبح و شام اپنے بچّوں پر آیۃُ الکُرسی پڑھ کر دم کر دے، وہ (بچّے) شیطان اور جادو اور نظرِ بد سے محفوظ رہیں گے۔

(تفسیر نعیمی، پ3، البقرۃ، تحت الآیۃ:255، 3/42)

8 پھنسی ہوئی رقم وصول

اپنا جائز حق جیسا کہ قرضہ یا چوری شُدہ اسکوٹر یا گاڑی یا رقم وغیرہ وُصول ہو اس لئے غیرِ مکروہ وقت میں دو رَکعت نَفْل ادا کیجئے، اِس کے ہر سجدے میں تین تین بار سُبْحٰنَ رَبِّیَ الْاَعْلٰی کہنے کے بعد "یَا مُعِزُّ یَا مُذِلُّ" 75 بار پڑھئے۔ ان شاء اللہ الکریم آپ کا حق مل جائے گا، ظالم کے ظُلم سے بچنے کیلئے بھی یہ عمل کیجئے۔



اپنا جائز حق جیسا کہ قرضہ یا چوری شدہ اسکوٹر یا گاڑی یا رقم وغیرہ وُصول ہو اس لئے غیرِ مکروہ وقت میں دو(2) رَکعت نَفْل ادا کیجئے، اِس کے ہر سجدے میں تین تین بار سُبْحٰنَ رَبِّیَ الْاَعْلٰی کہنے کے بعد "یَا مُعِزُّ یَا مُذِلُّ" 75 بار پڑھئے۔ ان شاءَ اللہُ الکریم آپ کا حق مِل جائے گا، ظالم کے ظُلم سے بچنے کے لئے بھی یہ عمل کیجئے۔

www.dawateislami.net

9 جمعہ کے دن کا ایک وظیفہ

یَابَصِیرُ ۱۰۰ بار جُمعہ کی نماز سے پہلے جو پڑھ لے تو اللہ پاک اُس کی بصیرت (یعنی دل کی نظر) میں اضافہ فرمادے گا اور اسے اچھی باتوں اور نیک کاموں کی توفیق عطا کرے گا۔

یا بَصِیرُ 100 بار جُمعہ کی نماز سے پہلے جو پڑھ لے تو اللہ پاک اُس کی بصیرت (یعنی دل کی نظر) میں اضافہ فرمادے گا اور اسے اچھی باتوں اور نیک کاموں کی توفیق عطا کرے گا۔

(تفسیر روح البیان، پ22، سبا، تحت الآیۃ: 11، 7/268)

10 ”اَعُوْذُ بِاللّٰہ“ کی بَرَکت

اللہ پاک روزانہ دس ۱۰ بار اَعُوْذُ بِاللّٰہِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْم پڑھنے والے پر شیطان سے حفاظت کرنے کیلئے ایک فرشتہ مقرّر کر دیتا ہے۔

اللہ پاک روزانہ دس (10) بار اَعُوْذُ بِاللّٰہِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْم پڑھنے والے پر شیطان سے حفاظت کرنے کیلئے ایک فرشتہ مقرّر کر دیتا ہے۔

(مسند ابی یعلیٰ، 3/400، حدیث: 4100)

www.dawateislami.net

11 یاد رکھنے کا مَدَنی نُسخہ

جو کسی بات کو یاد رکھنا چاہے وہ یہ دعا پڑھ لے:

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ مُذَكِّرِ الْخَيْرِ وَفَاعِلِهٖ (ترجمہ پڑھنا ضروری نہیں)

(یعنی: تمام خوبیاں اللہ تعالیٰ کیلئے جو بھلائی یاد دِلانے والا اور بھلائی کرنے والا ہے) (ان شاء اللہ اِس دعا کی برکت سے وہ بات یاد رہے گی)

جو کسی بات کو یاد رکھنا چاہے وہ یہ دعا پڑھ لے:

(ترجمہ پڑھنا ضَروری نہیں) اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ مُذَكِّرِ الْخَيْرِ وَفَاعِلِهٖ

(یعنی تمام خوبیاں اللہ پاک کیلئے جو بھلائی یاد دِلانے والا اور بھلائی کرنے والا ہے)

(اِنْ شاءَ اللہ اِس دعا کی بَرَکت سے وہ بات یاد رہے گی)

(مفاتیح الجنان شرح شرعۃ الاسلام، ص372)

12 شیطان کے شَر سے حِفاظت

هُوَ اللّٰهُ الرَّحِيْمُ جو ہر نماز کے بعد 7 بار پڑھ لیا کرے، ان شاء اللہ شیطان کے شَر سے بچا رہے گا اور اُس کا ایمان پر خاتمہ ہوگا۔

هُوَ اللّٰهُ الرَّحِيْمُ جو ہر نماز کے بعد 7 بار پڑھ لیا کرے،

اِن شاءَ اللہ شیطان کے شَر سے بچا رہے گا اور اُس کا

ایمان پر خاتمہ ہوگا۔ (40 روحانی علاج مع طبی علاج، ص2)

www.dawateislami.net

13 نزلہ زُکام کا روحانی علاج

ہر بار بسم اللہ الرحمٰن الرحیم کے ساتھ سورۃُ الفاتحہ تین بار (اوّل آخر تین بار دُرود شریف) پڑھ کر تین دن تک روزانہ مریض پر دم کیجئے۔ اِن شاءاللہ الکریم نزلہ زکام سے نَجات حاصل ہوگی۔

ہر بار بسم اللہ الرحمٰن الرحیم کے ساتھ سورۃُ الفاتحہ تین بار (اَوّل آخر تین بار دُرود شریف) پڑھ کر تین دن تک روزانہ مریض پر دم کیجئے۔ اِن شاءَاللہُ الکریم نزلہ زُکام سے نَجات حاصل ہو گی۔

(بیمار عابد، ص34)

14 تھکن سے حفاظت کا وِرد

یَاقُدُّوْسُ

جو کوئی دورانِ سفر پڑھتا رہے

اِن شاءاللہُ الکریم تھکن سے محفوظ رہے۔

یَاقُدُّوْسُ جو کوئی دورانِ سفر پڑھتا رہے

اِن شاءَاللہُ الکریم تھکن سے محفوظ رہے۔

(مدنی پنج سورہ، ص283)

www.dawateislami.net

15

قرض اُتارنے کا وظیفہ

یَا مُجِیْبُ یَا اَللّٰہُ 313 بار (اوّل آخر ایک بار دُرود شریف)
صُبحِ صادِق سے سورج نکلنے کے درمیان پڑھئے،
اللہ کریم کے فَضْل سے قرض اُترنے کے اسباب پیدا ہوں گے۔

(مدّت: بِلا ناغہ گیارہ دن یہ عمل کیجئے)

یَا مُجِیْبُ یَا اَللّٰہُ 313 بار (اَوّل آخر ایک بار دُرود شریف)
صُبحِ صادِق سے سورج نکلنے کے درمیان پڑھئے، اللہ کریم
کے فَضْل سے قرض اُترنے کے اَسباب پیدا ہوں گے۔

(مدّت: بِلا ناغہ گیارہ دن یہ عمل کیجئے)

16

اذان کی برکتیں

مصیبت و پریشانی سے چھٹکارے کے لئے
اذان دینا سُنّت ہے۔

مُصیبت و پریشانی سے چُھٹکارے کے لئے اذان دینا سُنّت ہے۔

(مرقاۃ المفاتیح، 2/330)

www.dawateislami.net

17 خارش کا علاج

"پَنیر بُوٹی" دیسی دوا کی دکان سے لیکر روزانہ رات کو اُس کے 12 دانے ایک گلاس پانی میں بھگو دیجئے چھان کر صبح نہار منہ پی لیجئے۔ ہر طرح کی خارش میں ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔ شفا ملنے تک روزانہ پیتے رہئے۔ یہ علاج صرف گرمی کے موسم میں کیجئے۔ ہر سال گرمی میں تین چار ماہ پی لینا چاہئے۔ اِس کا استعمال ہیپاٹائٹس، ذیابیطس، شوگر، گیس، پیٹ اور بدن کے درد اور جلدی امراض مثلاً خارش پھوڑا پھنسی اور چہرے کے کیل مہاسے وغیرہ کیلئے فائدہ مند ہے، اس کے استعمال سے بلڈ کولیسٹرول اور موٹاپے میں کمی آتی اور جِلد (یعنی SKIN) کا رنگ صاف ہوتا ہے۔ یاد رہے! جڑی بوٹی سے علاج کرنا ہو تو اپنے حکیم صاحب کے مشورے ہی سے کرنا چاہئے۔

"پَنیر بُوٹی" (Withania coagulans) دیسی دوا کی دکان سے لیکر روزانہ رات کو اُس کے 12 دانے ایک گلاس پانی میں بھگو دیجئے، چھان کر صُبح نہار منہ پی لیجئے، ہر طرح کی خارش میں اِن شاءَ اللہ فائدہ ہو گا۔ شِفا ملنے تک روزانہ پیتے رہئے۔ یہ علاج صرف گرمی کے موسم میں کیجئے۔ ہر سال گرمی میں تین چار ماہ پی لینا چاہئے۔ اِس کا استعمال ہیپاٹائٹس، ذیابیطس، شوگر، گیس، پیٹ اور بدن کے درد اور جِلدی امراض مثلاً خارش، پھوڑا پُھنسی اور چہرے کے کیل مُہاسے وغیرہ کیلئے فائدہ مند ہے، اس کے استعمال سے بلڈ کولیسٹرول اور موٹاپے میں کمی آتی اور جِلد (یعنی Skin) کا رنگ صاف ہوتا ہے۔

یاد رہے! جڑی بوٹی سے علاج کرنا ہو تو اپنے حکیم صاحب کے مشورے ہی سے کرنا چاہئے۔

www.dawateislami.net

18 خطرناک زہریلا مادّہ

تیل کو زیادہ دیر تک گرم کرنے اور اس میں چیزیں تَلنے کے عمل سے اس میں ایک اور خطرناک زہریلا مادّہ "فری ریڈیکلز" پیدا ہوتا ہے جو کہ دِل کے امراض، کینسر، جوڑوں میں سوزش دماغ کے امراض اور جلد بڑھاپا لانے کا سبب بنتا ہے۔

تیل کو زیادہ دیر تک گرم کرنے اور اس میں چیزیں تَلنے کے عمل سے اس میں ایک اور خطرناک زہریلا مادّہ "فری ریڈیکلز" پیدا ہوتا ہے جو کہ دِل کے امراض، کینسر، جوڑوں میں سوزِش دماغ کے امراض اور جلد بڑھاپا لانے کا سبب بنتا ہے۔

(کباب سموسے کے نقصانات، ص5)

19 استنجاخانے میں دیر تک بیٹھنے کا نقصان

خواہ مخواہ دیر تک استنجاخانے میں نہ بیٹھے کہ بواسیر ہونے کا اندیشہ ہے۔



خواہ مخواہ دیر تک استنجاخانے میں نہ بیٹھے
کہ بَواسیر ہونے کا اندیشہ ہے۔

(ردالمحتار، 1/616)

www.dawateislami.net

20 سردی میں بیماریوں سے حفاظت کا نُسخہ

سردیوں میں روزانہ کھانے کے بعد **میتھی دانے** چھوٹا چَمچ (آدھا) استعمال کرلینے سے سردیوں کی اکثر بیماریوں سے حفاظت ہوتی ہے (اِن شاء اللہ)



سردیوں میں روزانہ کھانے کے بعد میتھی دانے چھوٹا چَمچ (آدھا) استعمال کرلینے سے سردیوں کی اکثر بیماریوں سے حفاظت ہوتی ہے (اِن شاء اللہ)

(میتھی کے 50 مدنی پھول، ص6)

21 نظر کمزور کرتا ہے

پیدل چلنے، گاڑی میں سفر کرتے اور لیٹے لیٹے مُطالَعہ کرنا۔



پیدل چلتے، گاڑی میں سفر کرتے اور لیٹے لیٹے مُطالَعہ کرنا (نظر کمزور کرتا ہے)۔

(نظر کی کمزوری کے اسباب مع علاج، ص3)

www.dawateislami.net

22 تندرستی ہزار نعمت ہے

عام طور پر 80 فیصد امراض پیٹ کی خرابی، زیادہ کھانے اور جو سامنے آیا اُسے پیٹ میں ڈالے جانے سے ہوتے ہیں۔۔۔ دل کے اَمراض، فالج، برین ہیمبرج (وغیرہ) عام طور پر (گھی) تیل کے زیادہ استعمال کرنے سے ہوتا ہے۔

عام طور پر 80 فیصد امراض پیٹ کی خرابی، زیادہ کھانے اور جو سامنے آیا اُسے پیٹ میں ڈالے جانے سے ہوتے ہیں۔۔۔۔۔۔ دل کے اَمراض، فالج، برین ہیمبرج (وغیرہ) عام طور پر (گھی) تیل کے زیادہ استعمال کرنے سے ہوتا ہے۔ (تندرست رہنے کے فارمولے، ص 1)

23 کھانے کے بعد ٹھنڈے پانی کا نقصان

کھانے کے بعد ٹھنڈا پانی پینے سے باز نہیں رہ سکتے تو "پِتّے کی پتھری" کے استقبال کیلئے تیار رہئے۔

کھانے کے بعد ٹھنڈا پانی پینے سے باز نہیں رہ سکتے تو "پِتّے کی پتھری" کے اِستقبال کیلئے تیار رہئے۔

(ماہنامہ فیضانِ مدینہ جُمادِی الاولیٰ 1438، فروری 2017، ص 42)

www.dawateislami.net

24 گلے کے امراض سے حفاظت کا نُسخہ

وُضو میں کُلّی کے ساتھ غَرغَرہ کرنا سنّت ہے اور پابندی کے ساتھ غَرغَرہ کرنے والا گلے کے بہت سارے امراض سے محفوظ رہتا ہے۔ (روزے میں غرغرہ نہ کیا جائے)



وُضو میں کُلّی کے ساتھ غَرغَرہ کرنا سنّت ہے اور پابندی کے ساتھ غَرغَرہ کرنے والا گلے کے بہت سارے امراض سے محفوظ رہتا ہے۔

(روزے میں غرغرہ نہ کیا جائے)

(وضو اور سائنس، ص 11 ملخصًا)

25 سو کر اُٹھنے کا طریقہ

جب سو کر اٹھیں تو سیدھی کروٹ کی طرف سے اُٹھیں، خُصوصًا چِت ہو کر اُٹھنے سے کمر یا بدن کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔



جب سو کر اُٹھیں تو سیدھی کروٹ کی طرف سے اُٹھیں، خُصوصاً چِت ہو کر اُٹھنے سے کمر یا بدن کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔

www.dawateislami.net

26 کدّو شریف کے فائدے

کدّو شریف کھانا سنّت ہے۔ اس کی تاثیر ٹھنڈی ہے لہٰذا گرمیوں میں خصوصاً استعمال کرنا چاہئے۔ کدّو شریف کے استعمال سے تھکن میں کمی آتی، کمزوری دور ہوتی، بھوک لگتی اور قبض میں فائدہ ہوتا ہے۔ کدّو شریف جگر (LIVER) کے درد، پیشاب اور معدے کے امراض اور پیلیا (JAUNDICE) میں فائدہ مند ہے۔

کدّو شریف کھانا سنّت ہے۔ اس کی تاثیر ٹھنڈی ہے لہٰذا گرمیوں میں خُصوصاً استعمال کرنا چاہئے۔ کدّو شریف کے استعمال سے تھکن میں کمی آتی، کمزوری دور ہوتی، بھُوک لگتی اور قبض میں فائدہ ہوتا ہے۔ کدّو شریف جِگر (LIVER) کے درد، پیشاب اور مِعدے کے امراض اور پِیلیا (JAUNDICE) میں فائدہ مند ہے۔

(تفسیر صراط الجنان، پ23، الصافات، تحت الآیۃ:146، 8/351)

27 پیٹ کے امراض کا علاج

اِنجیر اور بادام ملا کر کھانے سے پیٹ کی اکثر بیماریاں دُور ہوتی ہیں۔

اِنجیر اور بادام ملا کر کھانے سے پیٹ کی اکثر بیماریاں دُور ہوتی ہیں۔

(گھریلو علاج، ص112)

www.dawateislami.net

28 سنّت کے مطابق بیٹھ کر کھانے کی برکتیں

سیدھا پاؤں کھڑا کر کے اور دوسرا بچھا کر اُس پر بیٹھ کر کھانے کی سنّت کی برکت سے تلّی کی بیماریوں سے حفاظت ہوتی اور رانوں کے پٹّھے مضبوط ہوتے ہیں۔ کہتے ہیں: چار زانو یعنی چوکڑی مار کر کھانے کے عادی کا موٹاپا بڑھتا اور توند نکل آتی یعنی پیٹ پھول جاتا ہے۔

سیدھا پاؤں کھڑا کر کے اور دوسرا بچھا کر اُس پر بیٹھ کر کھانے کی سنّت کی بَرَکت سے تلّی کی بیماریوں سے حفاظت ہوتی اور رانوں کے پٹّھے مضبوط ہوتے ہیں۔ کہتے ہیں: چار زانو یعنی چوکڑی مار کر کھانے کے عادی کا موٹاپا بڑھتا اور توند نکل آتی یعنی پیٹ پھول جاتا ہے۔ (کھانے کی 5 سنّتیں، ص2 معمولی تبدیلی کے ساتھ)

29 گرمی سے حفاظت

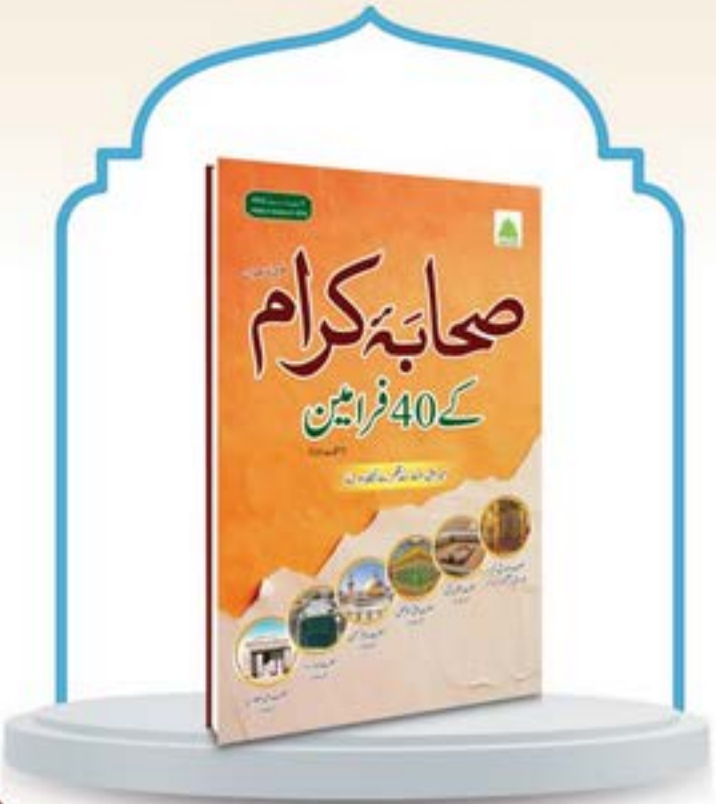
چھاچھ میں کالا نمک اور پسی ہوئی اَجوائن ملا کر پینے سے گرمی کم لگتی اور وزن بھی کم ہوتا ہے۔

چھاچھ میں کالا نمک اور پِسی ہوئی اَجوائن ملا کر پینے سے گرمی کم لگتی اور وزن بھی کم ہوتا ہے۔

(گرمی سے حفاظت کے مدنی پھول، ص11)

www.dawateislami.net

اگلے ہفتے کا رسالہ



01082665

فیضانِ مدینہ، محلہ سوداگران، پرانی سبزی منڈی کراچی
UAN +92 21 111 25 26 92 0313-1139278
www.maktabatulmadinah.com / www.dawateislami.net
feedback@maktabatulmadinah.com / ilmia@dawateislami.net