

60311- التلبینہ کیا ہے اور اس سے علاج معاف بھے کس طرح کیا جاسکتا ہے؟

سوال

برائے مہریانی طب نبوی میں وارد شدہ التلبینہ طریقہ سے علاج کرنے کے متعلق معلومات فراہم کریں؟

پسندیدہ جواب

کئی ایک صحیح احادیث میں "التلبینہ" کا ذکر وارد ہے، ان احادیث میں سے چند ایک یہ ہیں:

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی زوجہ عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا بیان کرتی ہیں کہ:

"ان کے خاندان میں سے کوئی فوت ہو جاتا تو اس کے لیے خاندان کی عورتیں جمع ہوتیں، اور اس کے گھروالے اور خاص لوگ رہ جاتے باقی سب چلے جاتے تو وہ تلبینہ کی ایک ہندیا پکانے کا حکم دیتی پھر ثریڈ بنا کر وہ تلبینہ اس پر انڈلیں دیا جاتا، پھر عائشہ رضی اللہ تعالیٰ فرماتیں: اس کو کھاؤ، کیونکہ میں نے رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کو فرماتے ہوئے سناتے ہیں کہ:

"تلبینہ مریض کے دل کو راحت دیتا ہے، اور کچھ غم کو ختم کر دیتا ہے"

صحیح بخاری حدیث نمبر (5101) صحیح مسلم حدیث نمبر (2216).

عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا ہی سے مروی ہے کہ وہ مریض اور غم سے بلاک ہونے والے شخص کے لیے تلبینہ کا حکم دیا کرتی تھیں، اور فرمایا کرتی تھیں میں نے رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کو یہ فرماتے ہوئے سناتے ہیں کہ:

"یقیناً تلبینہ مریض کے دل کو راحت دیتا ہے اور کچھ غم ختم کر دیتا ہے"

صحیح بخاری حدیث نمبر (5365) صحیح مسلم حدیث نمبر (2216).

امام نووی رحمہ اللہ کرتے ہیں:

قولہ: مجتہ اور مجتہ لیعنی دل کو راحت دیتا اور غمزدہ کے غم کو کم کرتا اور دل میں چستی اور راحت پیدا کرتا ہے "انتہی.

اور دونوں حدیثوں سے واضح ہے کہ اس سے مریض کا علاج کیا جاتا ہے، اور یہ غمزدہ کے غم کے لیے تخفیف اور کمی کا باعث ہے، اور دل کو چست کر کے اس میں راحت پیدا کرتا ہے.

دو چیज جو کا آٹا ایک گلاس پانی میں پانچ منٹ تک ملکی آنچ پر پکانے کو تلبینہ کہا جاتا ہے، اور بعض لوگ اس میں ایک چیج شہد بھی ملاتے ہیں.

اور اسے تلبینہ اس لیے کہا جاتا ہے کہ سفید رنگت اور پتلا ہونے میں دودھ کے مشابہ ہوتا ہے جسے عربی میں لبن کہا جاتا ہے.

ابن قیم رحمہ اللہ کرتے ہیں:

"اگر تلبینہ کی فضیلت جاننا چاہتے ہیں تو جو کے پانی کی فضیلت معلوم کر لیں، بلکہ یہ ان کے لیے جو کا پانی تھا؛ کیونکہ تلبینہ یا وہ کھانا جو کے بغیر چھنے آٹے سے بنایا جاتا تھا، اس میں اور جو کے پانی میں فرق یہ جو کا پانی بغیر آٹا بنائے ثابت جو کوپکایا جاتا ہے، اور تلبینہ جو پیس کر اس کے آٹے میں پانی ڈال کر پکایا جاتا ہے، جو کہ جو کوپیں کر اس کی خاصیت کو نکالنے کے لیے زیادہ فائدہ مند ہے۔"

اور اوپر بیان ہو چکا ہے کہ دوا اور غذائی علاج میں عادات کا بہت دخل ہوتا ہے، اور ان لوگوں کی عادت تھی کہ وہ جو کا پانی جو پیں کر بناتے تھے نہ کہ ثابت جو کا اور ایسا کرنا زیادہ غذا یت کا باعث ہے، اور فعل کے لیے زیادہ قوی اور زیادہ صاف ہوتا ہے۔" انتہی

دیکھیں : زاد المعاو (4/120).

اور حافظ ابن حجر رحمہ اللہ تلبینہ کی تعریف میں کہتے ہیں :

"یہ ایسا کھانا ہے جو آٹے یا چھان سے بنایا جاتا ہے، اور بعض اوقات اس میں شد بھی ملایا جاتا ہے، اسے تلبینہ اس لیے کہتے ہیں کہ یہ سفید رنگت اور پتلہ ہونے میں دودھ کے مشابہ ہے، اور جب یہ باریک اور پکا ہو تو زیادہ فائدہ مند ہے، نہ کہ گاڑھا اور کچا" انتہی۔

دیکھیں : فتح الباری (9/550).

اور بلاشک و شبہ جو کے کئی ایک فوائد ہیں، جو آج کی نئی سرچ سے ثابت ہوئے ہیں، اس میں سے کچھ درج ذیل ہیں :

کسڑوں کو کم کرتا ہے، اور دل کے لیے فائدہ مند اور اس کا علاج کرتا ہے، جلن اور شوگر اور بلڈ پریشر کا علاج ہے، اور یہ قولوں کو زرم اور کم کرتا ہے، اور اسی طرح قولوں کے سرطان کی کمی کا بھی باعث ہے یہ جو کی اہمیت پر سرچ کرنے کے نتائج سے معلوم ہوتا ہے۔

لیڈی ڈائلر صحباء بندق کہتی ہے اس نے بھی سابق علاج اور اس کی تفصیل بیان کی ہے :

اس طرح کے علاج میں تلبینہ کے ساتھ بھی علاج کرنا دل کے امراض اور خون کے دوران کے، پاہو کا باعث ہے؛ جبکہ یہ شریانوں کو سخت اور سکڑنے سے بھی بچاتا ہے خاص کر دل کی میں شریانوں کے لیے تو یہ سینہ کے درد اور تری کے نقص اور دل کے عضلات کے سوراخ سے بچاتا ہے۔

دل اور انتریوں کی ان بیماریوں سے دوچار لوگوں کے لیے تلبینہ فائدہ مند ہے کیونکہ اس میں بہت سارے صحت کے فوائد پائے جاتے ہیں جو بڑی اہمیت کے حامل ہیں اور ان کی مرض کی حالت میں کمی کا باعث اور مدد و معاون ہیں، اور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے فرمان :

"تلبینہ مریض کے دل کی راحت اور غم کم کرنے کا باعث ہے"

میں بھی اس کا اعجاز ظاہر ہوتا ہے، یعنی کہ یہ مریض کے دل کی راحت کا باعث ہے" انتہی۔

واللہ عالم۔