60311 ـ التلبینہ کیا ہے اور اس سے علاج معالجہ کس طرح کیا جا سکتا ہے ؟

سوال

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

پسندیدہ جواب

الحمد للہ.

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 تعالی 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 گھر والے اور خاص لوگ رہ جاتے باقی سب چلے جاتے تو وہ تلبینہ کی ایک ہنڈیا پکانے کا حکم دیتی پھر ثرید بنا کر وہ تلبینہ اس پر انڈیل دیا جاتا، پھر عائشہ رضی اللہ تعالی فرماتیں: اس کو کھاؤ، کیونکہ میں نے رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کو فرماتے ہوئے سنا ہے:

" 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 تعالی عنہا ہی سے مروی ہے کہ وہ مریض اور غم سے ہلاک 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 سنا ہے:

" یقینا 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 کہتے ہیں:

قولہ: مجمة اور مجمة یعنی 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 کرکے اس میں راحت پیدا کرتا ہے.

دو چمچ جو کا آٹا ایک گلاس پانی میں پانچ منٹ تك ہلکی آنچ پر پکانے کو تلبینہ کہا جاتا ہے، اور بعض لوگ اسمیں ایک چمچ شہد بھی ملاتے ہیں.

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

ابن قیم رحمہ اللہ کہتے ہیں:

" اور اگر تلبینہ کی فضیلت جانناچاہتے ہیں تو جو کے پانی کی فضیلت معلوم کر لیں، بلکہ یہ ان کے لیے جو کا پانی تھا؛ کیونکہ تلبنیہ 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 کو پکایا جاتا ہے، اور تلبینہ جو پیس کر اس کے آٹے میں پانی ڈال کر پکایا جاتا ہے، جو کہ جو کو پیس 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 پیس کر بناتے تھے نہ کہ ثابت جو کا اور ایسا کرنا زیادہ غذایت کا باعث ہے، اور فعل کے لیے زیادہ قوی اور زیادہ صاف ہوتا ہے" ... انتہی

دیکھیں: زاد المعاد (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 شہد بھی ملایا جاتا ہے، اسے تلبینہ اس لیے کہتے ہیں کہ یہ سفید رنگت اور پتلا ہونے میں دودھ کےمشابہ ہے، اور جب یہ باریك اور پکا ہو تو زیادہ فائدہ مند ہے، نہ کہ گاڑھا اور کچا " انتہی.

دیکھیں: فتح الباری (9 / 550).

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

کسڑول 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 قولون کو نرم اور کم کرتا ہے، اور اسی طرح قولون کے سرطان کی کمی کا بھی باعث ہے یہ جو کی

اہمیت پر سرچ کرنے کے نتائج سے معلوم ہوتا ہے.

لیڈی ڈاکٹر صہباء بندق کہتی ہے - اس نے بھی سابقہ 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 بچاؤ کا باعث ہے؛ جبکہ یہ شریانوں کو سخت اور سکڑنے سے بھی بچاتا ہے - خاص کر دل کی مین شریانوں کے لیے - تو یہ سینہ کے درد اور تری کےنقص اور دل کے عضلات کے سوراخ سے بچاتا ہے.

دل اور انتڑیوں 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 ممد 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 اعلم .