سوال

برائے مہربانی طب نبوی میں واردشدہ التلینہ طریقہ سے علاج کرنے کے متعلق معلومات فراہم کریں ؟

جواب

الحمد للہ

کئی ایک صحیح احادیث میں "التلینہ "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 ہوجاتا تواس کےلیے خاندان کی عورتیں جمع ہوتیں، اوراس کے گھر والے اورخاص لوگ رہ جاتے باقی سب چلے جاتے تووہ تلینہ کی ایک ہنڈیا پکانے کا حکم دیتی پھر ثرید بنا کروہ تلینہ 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 :

"تلینہ مریض کے دل کو راحت دیتا ہے، اورکچھ غم کو ختم کردیتا 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 کےلیے تلینہ کا حکم دیا کرتی تھیں، اورفرمایا کرتی تھیں میں نے رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کو یہ فرماتے ہوئے سنا ہے :

"یقینا تلینہ مریض کے دل کو راحت دیتا ہے اورکچھ غم ختم کردیتا ہے "

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

امام نووی رحمہ اللہ کہتے ہیں :

قولہ : مجمۃ اور مجمۃ یعنی دل کو راحت دیتا اور غمزدہ کے غم کو کم کرتا اوردل میں چستی اور راحت پیدا کرتا ہے "انتہی

اوردونوں حدیثوں سے واضح ہے کہ اس سے مریض کا علاج کیا جاتا ہے، اوریہ غمزدہ کے غم کےلیے تخفیف اور کمی کا باعث ہے، اوردل کو چست کرکے اس میں راحت پیدا کرتا ہے

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

اوراسے تلینہ اس لیے کہا جاتا ہے کہ سفید رنگت اورپتلا ہونے میں دودھ کے مشابہ ہوتا ہے جسے عربی میں لبن کہا جاتا ہے

ابن قیم رحمہ اللہ کہتے ہیں :

"اوراگرتلبینہ کی فضیلت جاننا چاہتے ہیں توجو کے پانی کی فضیلت معلوم کرلیں، بلکہ یہ ان کےلیے 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 پس کر اس کے آٹے میں پانی ڈال کر پکایا جاتا ہے، جو کہ جو کو پس کر اس کی خاصیت کو نکالنے کےلیے زیادہ فائدہ مند ہے

اوراوپر بیان ہوچکا ہے کہ دوااور غذائی علاج میں عادات کا بہت دخل ہوتا ہے، اوران لوگوں کی عادت تھی کہ وہ جو کا پانی جو پس کر بناتے تھے نہ کہ ثابت جو کا اور ایسا کرنا زیادہ غذایت کا باعث ہے، اور فعل کےلیے زیادہ قوی اور زیادہ صاف ہوتا ہے"... انتہی

دیکھیں: زادالمعاد (120/4).

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 کے مشابہ ہے، اور جب یہ باریک اور پکا ہو تو زیادہ فائدہ مند ہے، نہ کہ گاڑھا اور کچا" انتہی

دیکھیں: فتح الباری (550/9).

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

کسٹرول کو کم کرتا ہے، اور دل کےلیے 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 صھباء 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 کےلیے تو یہ سینہ کے درد اور تری کے نقص اور دل کے عضلات کے سوراخ سے بچاتا ہے

دل اور انتڑیوں کی ان بیماریوں سے دوچار لوگوں کےلیے 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 ومعاون 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.