هندي

هدي النبي محمد ﷺ للحفظ والوقاية من الشرور والأمراض والأوبئة

बुराईयों, बिमारीयों और महामारीयों से बचाव तथा संरक्षण के लिए नबी ﷺ के निदेश व हिदायात

المكتب التعاوني للدعوة وتوعية الجاليات بالربوة
ISLAMIC PROPAGATION OFFICE IN RABWAH

P.O.BOX 29465 ARRIYADH 11457
TEL 4454900 – 4916065 FAX 4970126

بسم الله الرحمن الرحيم

शुरू करता हूँ अल्लाह के नाम से जो बड़ा मेहरबान (कृपालु) निहायत रहम करने वाला (दयालु) है

जब संरक्षणमूलक चिकित्सा (तिब विक़ाई) का नाम व निशान नहीं था, तब आज से चौदा शताब्दि से अधिक पूर्व पैग़म्बरे इस्लाम आख़िरी नबी मुहम्मद ﷺ ने कुर्आनी वह्य से माख़ूज़ (संगृहीत) अपने महान निदेशों तथा अपनी हदीसों के ज़रीया हमारी रहनुमाई फ़रमाई। जिस कुर्आनी वह्य को अल्लाह तआ़ला ने हिदायत व रहमत और नूर व शिफ़ा का पैकर बताया है, और जिस की शान यह है कि वह -अल्लाह के हुक्म से- हमारे लिए सआ़दत व नेक बख़्ती, इत्मीनान व शांति, हिफ़्ज़ व अमान और बेचैनी, बुराई, बीमारी तथा कोरोना जैसे वायरस व महामारी (COVID-19) से बचाव और संरक्षण का ज़ामिन (प्रतिभू) है।

जो व्यक्ति हिफ़ाज़त व सुरक्षा, अम्न व सलामती, चैन व सुकून और सआ़दत व ख़ुश बख़्ती की तलाश में जुटा हो, उस को चाहिये कि वह अकेला और यकता स्रष्टा अल्लाह पर वास्तविक ईमान ला कर सिर्फ़ उसी को पुकारे और उस के साथ किसी को शरीक व साझी किये बिना केवल उसी की इबादत करे। क्योंकि वही वह ज़ात है जिस के हाथ में बादशाहत, इख़्तियार और शक्ति व क़ुव्वत है। नीज़ वही है

क़ादिर व क्षमतावान, हाफ़िज़ व रक्षाकर्ता और शाफ़ी व आरोग्य दाता है। क़ुर्आने करीम (इब्राहीम ﷺ की ज़ुबानी) कहता है:

﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾ [الشعراء: 80]

''और जब मैं बीमार होता हूँ तो वही मुझे शिफ़ा देता है।'' {अश्शुअ़राः ८०} और एक दूसरे मक़ाम पर फ़रमाता है:

﴿قُلْ لَّنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا ۚ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾ [التوبة: 51]

''आप कह दें: हमें कदापि कोई आपदा नहीं पहुँचेगी परन्तु वही जो अल्लाह ने हमारे भाग्य में लिख दी है। वही हमारा मौला है। और अल्लाह ही पर ईमान वालों को भरोसा रखना चाहिये।'' {अत्तौबाः ५१}

इस पुख़्ता ईमान के ज़रीया सत्य तौहीद को और अल्लाह पर कामिल भरोसे को वास्तवायन करेंगे (सच कर दिखायेंगे), जिस के हाथ में नफ़ा नुक़सान तथा रोज़ी और ज़िंदगी की चाबी है।

याद रहे कि नबी मुहम्मद ﷺ ने अल्लाह पर कामिल तवक्कुल (पूर्ण आस्था) करने के साथ साथ इह्तियाती तदाबीर अख़्तियार करने (सतर्कता मूलक प्रयत्न करने) की तरफ़ रहनुमाई फ़रमाई है। नीज़ बुराईयों, बीमारीयों तथा

महामारीयों से बचने और सुरक्षित रहने का तथा बीमारी के वक़्त दवा इलाज कराने का भी हुक्म दिया है।

वबा और ताऊ़न (महामारी और प्लेग) के फैलाव के दौरान अलग थलग रहना -जिसे आजकल 'अ़ज़्ल सिह्ही' यानी 'फिज़ीकल डिस्टेन्सिंग' का नाम दिया जाता है- भी नबी ﷺ के निदेशों तथा हिदायात में शामिल है।

इसी तरह नबी ﷺ ने (आ़म तौर पर) पाक पवित्र, साफ़ सुथरा, परिष्कार पच्छिन्न रहने का, और (ख़ास तौर पर) बा'ज़ इबादतों के लिए नीज़ दिन रात में पाँच फ़र्ज़ नमाज़ों के लिए वुज़ू करने का हुक्म दिया है।

और यह वुज़ू शरीर के कई अंगों के धोने को शामिल है, जैसेः दोनों हाथ, चेहरा, मुँह और नाक। और यूँ एक दिन में कई बार अंगों को धोना और साफ़ करना वायरस और शरीर में मौजूद बैक्टेरीया को दूर करने में -अल्लाह के हुक्म से- सहायक साबित हो सकता है।

इसी प्रकार नबी ﷺ ने छींकते (या खांसते) समय अपने मुँह को ढाँकने पर भी उभारा है।

आजकल डॉक्टर्स, विश्व स्वास्थ्य संगठन (World Health Organizaion), हॉस्पीटल्स, स्वास्थ्य विभाग और सरकारी डिपार्टमेंट्स द्वारा जिन स्वास्थ्य गाइड लाइन्स, इह्तियाती तदाबीर, फिज़ीकल डिस्टेन्सिंग, व्यक्तिगत सफ़ाई और दोनों हाथों के धुलने पर ज़ोर दिया तथा उभारा जाता हैं, वह सब के

सब हमारे नबी मुहम्मद ﷺ के निदेशों तथा हिदायात में मौजूद हैं जिन का हुक्म आप ने सदीयों पहले दिया है।

महामारी के ख़ातिमा के लिए फिज़ीकल डिस्टेन्सिंग और सफ़ाई सुथराई -जिन का ज़िक्र नबी ﷺ के निदेशों में आया है- पर ज़ोर देते हुये किसी ने एक इंटरव्यू में एक अमरीकी विद्वान प्रोफेसर कुरीक कून्सीदीन से पूछ गछ किया, जिसे कुछ दिनों पहले अमरीकी मैगज़ीन 'न्यूज़वीक' में प्रकाशित किया गया है।

इंटरव्यू के दौरान पूछाः

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

''क्या आप किसी दूसरे को जानते हैं जिस ने महामारी के दौरान सफ़ाई सुथराई और समाजी दूरी की राय पेश की हो?''

तो अमरीकी प्रोफेसर ने उस के इस सवाल के जवाब में कहाः

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

''वह हैं पैग़म्बरे इस्लाम मुहम्मद (ﷺ), जिन्हों ने १,३०० साल अधिक पहले यह बात कही है।''

फिर प्रोफेसर ने दलील-प्रमाण के तौर पर नबी ﷺ की चंद हदीसें भी पेश कीं, उन में कुछ यह हैंः

नबी ﷺ ने फ़रमायाः

«إِذَا سَمِعْتُمْ بِالطَّاعُونِ بِأَرْضٍ فَلاَ تَدْخُلُوهَا، وَإِذَا وَقَعَ بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا فَلاَ تَخْرُجُوا مِنْهَا»

''जब तुम्हें मालूम हो कि किसी सरज़मीन में वबा (प्लेग व महामारी) फैली हुई है, तो उस में दाख़िल मत हो, लेकिन अगर किसी जगह वबा फूट पड़े और तुम वहीँ मौजूद हो, तो तुम वहाँ से निकलो भी मत।''

नबी ﷺ ने एक दूसरी हदीस में फ़रमायाः

«لاَ يُورِدُ مُمْرِضٌ عَلَى مُصِحٍّ»

''बीमार को सिहतमंद के पास न ले जाओ।''

और एक दूसरे मक़ाम पर इर्शाद फ़रमायाः

«الطُّهُورُ شَطْرُ الإِيمَانِ»

''पाक पवित्रता आधा ईमान है।''

नीज़ प्रोफेसर ने निम्नोक्त सहीह हदीस में दवा इलाज करने के संबंध में नबी मुहम्मद ﷺ के हुक्म की ओर भी इशारा कियाः

قَالَتِ الأَعْرَابُ: يَا رَسُولَ اللهِ! أَلاَ نَتَدَاوَى؟ قَالَ:«نَعَمْ، يَا عِبَادَ اللهِ! تَدَاوُوا، فَإِنَّ اللهَ لَمْ يَضَعْ دَاءً إِلاَّ وَضَعَ لَهُ شِفَاءً –أَوْ دَوَاءً– إِلاَّ دَاءً وَاحِدًا» فَقَالُوا: يَا رَسُولَ اللهِ! وَمَا هُوَ؟ قَالَ: «الْهَرَمُ»

8

‘‘देहात से आये हुये लोगों ने कहाः ऐ अल्लाह के रसूल! क्या हम दवा इलाज न करें? आप ﷺ ने फ़रमायाः ‘‘हाँ, ऐ अल्लाह के बंदो! तुम बिल्कुल दवा इलाज करो। क्योंकि अल्लाह तआ़ला ने कोई ऐसी बीमारी नहीं रखी जिस के लिए शिफ़ा -या दवा- न रखी हो, सिवाय एक बीमारी के।’’ लोगों ने कहाः ऐ अल्लाह के रसूल! वह कौन सी बीमारी है? आप ﷺ ने फ़रमायाः ‘‘बुढ़ापा।’’

● ● ●

यह हैं बा'ज़ नबवी दुआ़यें और सहीह हदीसें जिन्हें नबी मुहम्मद ﷺ ने इर्शाद फ़रमाये हैं। और यह ऐसे ईमानी अस्बाब व माध्यम हैं, जो अल्लाह की मशीअत व मर्ज़ी (इच्छा) से मो'मिन की हिमायत व हिफ़ाज़त और बचाव व संरक्षण करते हैं। लेकिन मो'मिन के लिए ज़रूरी है कि वह ख़ालिक़ की पनाह (स्रष्टा की आश्रय) ले, ईमान की पुख़्तगी व दृढ़ता पर ज़ोर दे, अल्लाह तआ़ला की हिफ़ाज़त व क़ुदरत में मज़बूत यक़ीन व विश्वास पैदा करे और यह अ़क़ीदा रखे कि सेहत व आ़फ़ियत तथा शिफ़ा और बचाव उसी अल्लाह के हाथ में हैं जिस के हाथ में अस्बाब भी हैं और अस्बाब के नतायेज व असरात (माध्यमों के फल और नतीजे) भी हैं।

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «مَنْ قَرَأَ بِالآيَتَيْنِ مِنْ آخِرِ سُورَةِ الْبَقَرَةِ فِي لَيْلَةٍ كَفَتَاهُ» [صحيح البخاري: 5009، وصحيح مسلم: 808]

रसूलुल्लाह ﷺ ने फ़रमायाः ''जिस ने सूरह बक़रा की आख़िरी दो आयतें रात में पढ़ लीं, वह (उसे हर आफ़त से बचाने के लिए) काफ़ी हो जायेंगी।'' {सहीह बुख़ारीः ५००६, सहीह मुस्लिमः ८०८}

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «قُلْ: قُلْ هُوَ اللهُ أَحَدٌ وَالْمُعَوِّذَتَيْنِ، حِينَ تُمْسِي وَحِينَ تُصْبِحُ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ، تَكْفِيكَ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ» [صحيح. أبو داود]

रसूलुल्लाह ﷺ ने फ़रमायाः ''**क़ुल् हुवल्लाहु अहद (सूरह इख़्लास), क़ुल् अऊ़ज़ु बिरब्बिल् फ़लक़ (सूरह फ़लक़) और क़ुल् अऊ़ज़ु बिरब्बिन नास (सूरह नास)** सुबह और शाम को तीन तीन बार पढ़ लो, तो यह तुम को हर चीज़ से काफ़ी हो जायेंगी।'' {सहीह, अबू दाऊद}

इसी तरह नबी ﷺ ने विभिन्न हदीसों में आयतुल कुर्सी पढ़ने की फ़ज़ीलत की ख़बर दी है। उन में से एक हदीस यह है:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رضي الله عنه أَنَّ الشَّيْطَانَ قَالَ لَهُ: إِذَا أَوَيْتَ إِلَى فِرَاشِكَ فَاقْرَأْ آيَةَ الْكُرْسِيِّ، مِنْ أَوَّلِهَا حَتَّى تَخْتِمَ الآيَةَ ﴿اللَّهُ لاَ إِلَهَ إِلاَّ هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ﴾ وَقَالَ لِي: لَنْ يَزَالَ عَلَيْكَ مِنَ اللَّهِ حَافِظٌ، وَلاَ يَقْرَبُكَ شَيْطَانٌ حَتَّى تُصْبِحَ، وَكَانُوا أَحْرَصَ شَيْءٍ عَلَى الْخَيْرِ، فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ: «أَمَا إِنَّهُ قَدْ صَدَقَكَ وَهُوَ كَذُوبٌ» [صحيح البخاري]

अबू हुरैरा रज़ियल्लाहु अन्हु बयान करते हैं कि शैतान ने उन से कहाः जब बिस्तर पर लेटो तो आयतुल कुर्सी '**अल्लाहु ला इलाह**

इल्ला हुवल् हैयुल् क़ैयूम' शुरू से आख़िर तक पढ़ लो। उस ने मुझ से यह भी कहाः अल्लाह तआ़ला की तरफ़ से तुम पर (इस के पढ़ने से) एक निगराँ फ़रिश्ता मुक़र्रर रहेगा और सुबह तक शैतान तुम्हारे क़रीब भी नहीं आ सकेगा। और सहाबा ख़ैर को सब से आगे बढ़ कर लेने वाले थे। नबी करीम ﷺ ने (उन की यह बात सुन कर) फ़रमायाः ''अगरचे वह झूटा था, लेकिन यह बात तुम से सच कह गया है।'' {सहीह बुख़ारी}

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «مَا مِنْ عَبْدٍ يَقُولُ فِي صَبَاحِ كُلِّ يَوْمٍ وَمَسَاءِ كُلِّ لَيْلَةٍ: بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ، وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ، ثَلَاثَ مَرَّاتٍ، فَيَضُرُّهُ شَيْءٌ» [صحيح ابن ماجه: 3134]

रसूलुल्लाह ﷺ ने फ़रमायाः ''जो बंदा हर दिन की सुबह को और हर रात की शाम को तीन बार यह दुआ **'बिस्मिल्लाहिल्लज़ी ला यज़ुर्रु मअ़स्मिहि शैउन फ़िल्अर्ज़ि व ला फ़िस्समाइ व हुवस्समीउ़ल अ़लीम'** (उस अल्लाह के नाम से जिस के नाम के साथ ज़मीन व आसमान की कोई चीज़ नुक़सान नहीं दे सकती, और वह ख़ूब सुनने वाला और ख़ूब जानने वाला है) पढ़े, उसे कोई चीज़ नुक़सान नहीं पहूँचायेगी।'' {सहीह इब्नु माजाः ३१३४}

عَنْ عَبْدِ اللهِ بْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللهُ عَنْهُمَا قَالَ: لَمْ يَكُنِ النَّبِيُّ ﷺ يَدَعُ هَؤُلَاءِ الْكَلِمَاتِ، حِينَ يُمْسِي وَحِينَ يُصْبِحُ: «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 يَدَيَّ وَمِنْ خَلْفِي، وَعَنْ يَمِينِي وَعَنْ شِمَالِي وَمِنْ فَوْقِي، وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي»

[**صحيح ابن حبان، وصحيح الكلم الطيب**: 27]

अ़ब्दुल्लाह बिन उ़मर रज़ियल्लाहु अ़न्हुमा बयान फ़रमाते हैं कि नबी ﷺ हमेशा सुबह और शाम को इन कलिमात के ज़रीया (शब्दों द्वारा) दुआ़ किया करते थेः **'अल्लाहुम्म इन्नी अस्अलुकल् आ़फ़ियत फ़िद्दुन्या वल्आख़िरह, अल्लाहुम्म इन्नी अस्अलुकल् अ़फ़्व वल्आ़फ़ियत फ़ी दीनी व दुन्याय व अह्ली व माली, अल्लाहुम्मस्तुर औ़राती व आमिन रौआ़ती, अल्लाहुम्महफ़्ज़नी मिम्बैनि यदैय, व मिन ख़ल्फ़ी, व अ़न यमीनी, व अ़न शिमाली, व मिन फ़ौक़ी, व अऊ़ज़ु बिअ़ज़मतिक अन् उग़्ताला मिन तह्ती।'** (ऐ अल्लाह! मैं तुझ से दुनिया और आख़िरत में आ़फ़ियत का सवाल करता हूँ। ऐ अल्लाह! मैं तुझ से अपने दीन, अपनी दुनिया,

अपने परिवार और अपने माल में माफ़ी तथा आ़फ़ियत का सवाल करता हूँ। ऐ अल्लाह! मेरी पर्दा वाली चीज़ों पर पर्दा डाल दे और मेरी घबराहटों को अम्न में रख। ऐ अल्लाह! मेरे सामने से, मेरे पीछे से, मेरी दायें तरफ़ से, मेरी बायें तरफ़ से और मेरे ऊपर से मेरी हिफ़ाज़त कर। और मैं इस बात से तेरी अ़ज़मत व बड़ाई की पनाह चाहता हूँ कि अचानक अपने नीचे से हलाक किया जाऊँ।)।'' {सहीह इब्नु हिब्बान, सहीहुल कलिमित तैइबः २७}

जो बंदा यह दुआ़ करे, इस में उस के लिए उस के तमाम ओर से मुकम्मल हिफ़ाज़त तथा पूर्ण निरापत्ता व बचाव है।

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ ﷺ أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ كَانَ يَقُولُ: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْبَرَصِ وَالْجُنُونِ وَالْجُذَامِ، وَمِنْ سَيِّئِ الأَسْقَامِ» [صحيح. أبو داود، وصحيح الجامع: 1281]

अनस बिन मालिक ﷺ बयान करते हैं कि नबी ﷺ दुआ़ किया करते थेः **''अल्लाहुम्म इन्नी अऊ़ज़ु बिक मिनल् बरसि वल्जुनूनि वल्जुज़ामि, व मिन् सैयिइल् अस्क़ाम।''** (ऐ अल्लाह! मैं तेरी पनाह चाहता हूँ बरस (चितकब्रे दाग़), जुनून (पागल पन), कूढ़ और बुरी बीमारीयों से)। {सहीह, अबू दाऊद, सहीहुल जामे‘: १२८१}

उक्त नबवी जामे‘ दुआ़ बीमारीयों, रोगों, अक़्ली और नफ़्सी परेशानीयों, महामारीयों और माज़ी, हाल तथा मुस्तक़बल

(अतीत, वर्तमान तथा भविष्य) के दर्दों से बचाव तथा हिफ़ाज़त और पनाह व आश्रय को शामिल है।

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «إِذَا خَرَجَ الرَّجُلُ مِنْ بَيْتِه، فَقَالَ: بِسْمِ اللَّهِ، تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ، يُقَالُ لَهُ: هُدِيتَ وَكُفِيتَ وَوُقِيتَ، فَتَنَحَّى عَنْهُ الشَّيْطَانُ، فَيَقُولُ شَيْطَانٌ آخَرُ: كَيْفَ لَكَ بِرَجُلٍ قَدْ هُدِيَ وَكُفِيَ وَوُقِيَ؟» [صحيح. أبو داود]

रसूलुल्लाह ﷺ ने फ़रमायाः ''व्यक्ति जब अपने घर से निकलते समय पढ़ेः **'बिस्मिल्लाह, तवक्कलुतु अ़लल्लाह, ला हौल व ला कुव्वत इल्ला बिल्लाह'** (अल्लाह के नाम से, मैं अल्लाह पर भरोसा करता हूँ, किसी शर्र और बुराई से बचना तथा किसी ख़ैर या नेकी का हासिल होना अल्लाह की मदद के बग़ैर मुमकिन नहीं), तो उसे कहा जाता हैः तुझे हिदायत मिल गई, तेरी किफ़ायत की गई और तुझे बचा लिया गया, पस शैतान उस से दूर हो जाता है। तो उस से दूसरा शैतान कहता हैः तुम उस आदमी पर कैसे क़ाबू पा सकते हो जो हिदायत पा गया, जिस के लिए अल्लाह काफ़ी हो गया और जो बचा लिया गया?'' {सहीह, अबू दाऊद}

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «مَنْ قَالَ فِي دُبُرِ صَلاَةِ الْفَجْرِ وَهُوَ ثَانٍ رِجْلَيْهِ قَبْلَ أَنْ يَتَكَلَّمَ: لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ، وَحْدَهُ لاَ شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، يُحْيِي وَيُمِيتُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ. عَشْرَ مَرَّاتٍ، كَتَبَ اللهُ لَهُ عَشْرَ حَسَنَاتٍ، وَمَحَا عَنْهُ عَشْرَ سَيِّئَاتٍ، وَرَفَعَ لَهُ عَشْرَ دَرَجَاتٍ، وَكَانَ يَوْمَهُ ذَلِكَ كُلَّهُ فِي حِرْزٍ مِنْ كُلِّ مَكْرُوهٍ، وَحُرِسَ مِنَ الشَّيْطَانِ» [صحيح. رواه الترمذي]

रसूलुल्लाह ﷺ ने फ़रमायाः ''जो शख़्स फ़ज्र की नमाज़ के बाद इस हाल में कि वह अपने दोनों पैरों को मोड़े हुये हो किसी से बात करने से पहले दस मर्तबा कहता हैः **'ला इलाह इल्लल्लाहु वह्दहु ला शरीक लहु, लहुल् मुल्कु व लहुल् हम्दु, युह्ई व युमीतु, व हुव अ़ला कुल्लि शैइन क़दीर'** (अल्लाह के अ़लावा कोई सत्य माबूद नहीं, वह अकेला है, उस का कोई शरीक व साझी नहीं, उसी के लिए मुल्क व बादशाहत है और उसी के लिए प्रशंसा है, वही ज़िंदा करता है और मारता है, और वह हर चीज़ पर क़ादिर है), अल्लाह उस के लिए दस नेकीयाँ लिखता है, दस गुनाहें मिटा देता है, दस दर्जे बुलंद फ़रमाता है, और यह दिन भर के लिए तमाम मकरूह व अप्रिय चीज़ों से ढाल बन

जाता है और वह शैतान से महफ़ूज़ तथा सुरक्षित कर लिया जाता है।'' {सहीह, तिर्मिज़ी}

और आ़इशा रज़ियल्लाहु अ़न्हा से रिवायत है कि नबी ﷺ जब हर रात अपने बिस्तर पर जाते तो अपनी दोनों हथेलीयों को जमा कर के उन में फूँकते और उन में: **कुल् हुवल्लाहु अहद (सूरह इख़्लास), कुल् अऊ़जु बिरब्बिल् फ़लक़ (सूरह फ़लक़) और कुल् अऊ़जु बिरब्बिन नास (सूरह नास)** पढ़ते। फिर जिस्म के जिस हिस्से तक हाथ पहुँचता वहाँ तक अपने दोनों हाथों से मसह करते। अल्बत्ता शुरूआ़त अपने सर तथा चेहरा और शरीर के अगले हिस्से से फ़रमाते। और ऐसा तीन मर्तबा करते। {बुख़ारी}

इलाज और चिकित्सा विभाग में भी हम महान हिदायात व तालीमात और दिशा निर्देशना पाते हैं जो नबी मुहम्मद ﷺ की सुन्नतों और निदेशों में आये हैं। उन में से एक नबी ﷺ का सहाबा के उस रुक़्या और दम (झाड़ फूँक) पर इक़रार भी है जो उन्हों ने दंशन के शिकार व्यक्ति पर शिफ़ा की ग़र्ज़ से सूरह फ़ातिहा पढ़ कर किया था।

और दंशित व्यक्ति पर दम किये जाने वाले क़िस्से में आया है। अबू सईद ﷺ कहते हैं कि मैं उस के पास आया और सूरह फ़ातिहा पढ़ कर दम किया, तो वह शिफ़ायाब और तंदुरुस्त हो गया --- जब हम रसूलुल्लाह ﷺ के पास पहुँचे तो मैं ने आप को पूरे क़िस्से की जानकारी दी, तो

आप ने फ़रमायाः ''तुम्हें कैसे पता चला कि यह रुक़्या है?'' {सहीह, अबू दाऊद}

उक्त विषय संबंधी नबवी दिशा निर्देशना और तालीमात व हिदायात और भी बहुत हैं। निम्नोक्त पंक्तियों (ज़ैल के सुतूर) में कुछ और मुलाहज़ा फ़रमायेंः

● उस्मान बिन अबुल आ़स ﷺ से रिवायत है कि उन्हों ने नबी ﷺ से दर्द की शिकायत की जो वह अपने जिस्म में महसूस कर रहे थे, तो आप ﷺ ने उन से कहाः

«ضَعْ يَدَكَ عَلَى الَّذِي يَأْلَمُ مِنْ جَسَدِكَ، وَقُلْ: بِسْمِ اللهِ ثَلَاثًا، وَقُلْ سَبْعَ مَرَّاتٍ: أَعُوذُ بِعِزَّةِ اللهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ. قَالَ: فَفَعَلْتُ، فَأَذْهَبَ اللهُ مَا كَانَ بِي» [رواه مسلم]

''तुम्हारे जिस्म के जिस हिस्से में दर्द हो रहा है वहाँ तुम अपना हाथ रखो और तीन मर्तबा कहोः **'बिस्मिल्लाह'** (अल्लाह के नाम से)। इस के बाद सात मर्तबा कहोः **'अऊ़ज़ु बिइ़ज़्ज़तिल्लाहि व क़ुद्रतिहि मिन शर्रि मा अजिदु व उहाज़िरु'** (मैं अल्लाह की इ़ज़्ज़त और उस की क़ुद्रत की पनाह माँगता हूँ उस चीज़ की बुराई से जो मैं पा रहा हूँ और जिस से मैं डर रहा हूँ)।'' उस्मान ﷺ कहते हैं

कि मैं ने वैसा ही किया तो अल्लाह ने मेरे दर्द को ख़त्म कर दिया। {मुस्लिम}

● एक आदमी नबी ﷺ के पास आ कर कहने लगाः ऐ अल्लाह के रसूल! मुझे उस बिच्छू के डंक से बड़ी तक्लीफ़ पहुँची जिस ने मुझ को बीते रात डंस लिया, तो रसूलुल्लाह ﷺ ने फ़रमायाः

«أَمَا إِنَّكَ لَوْ قُلْتَ حِينَ أَمْسَيْتَ: أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ، لَمْ تَضُرَّكَ» [رواه مسلم]

''अगर तुम शाम के वक़्त यह दुआ पढ़ लेतेः **'अऊ़ज़ु बिकलिमातिल्लाहित ताम्माति मिन शर्रि मा ख़लक़'** (मैं अल्लाह के कामिल कलिमात के साथ पनाह लेता हूँ हर उस चीज़ की बुराई से जो उस ने पैदा फ़रमाई है), तो तुम्हें कोई नुक़्सान न पहुँचता।'' {मुस्लिम}

● आइशा रज़ियल्लाहु अन्हा बयान करती हैं कि नबी ﷺ अपने घर के बा'ज़ (बीमारों) पर दम करते और अपना दाहना हाथ फेरते और यह दुआ पढ़तेः

«اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ! أَذْهِبِ الْبَأْسَ، اشْفِهِ وَأَنْتَ الشَّافِي، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا» [رواه البخاري]

''अल्लाहुम्म रब्बन्नास! अज़्हिबिल् बा'स, इश्फ़िहि व अन्तश्शाफ़ी, ला शिफ़ाअ इल्ला शिफ़ाउक, शिफ़ाअन ला

युग़ादिरु सक़मा'' (ऐ अल्लाह लोगों के पालने वाले! तक्लीफ़ को दूर कर दे, इसे शिफ़ा दे दे तू ही शिफ़ा देने वाला है, तेरी शिफ़ा के सिवा कोई शिफ़ा नहीं, ऐसी शिफ़ा दे कि किसी क़िस्म की बीमारी बाक़ी न रह जाये)। {बुख़ारी}

● साबित ने अनस ﷺ से कहाः ऐ अबू हम्ज़ा! मेरी तबीअ़त ख़राब हो गई है। तो अनस ﷺ ने कहाः फिर क्यों न मैं तुम को वह दुआ़ पढ़ कर दम कर दूँ जिसे रसूलुल्लाह ﷺ पढ़ा करते थे? साबित ने कहाः ज़रूर कीजिये। अनस ﷺ ने उस पर यह दुआ़ पढ़ कर दम कियाः

«اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ، مُذْهِبَ الْبَأْسِ، اشْفِ أَنْتَ الشَّافِي، لاَ شَافِيَ إِلاَّ أَنْتَ، شِفَاءً لاَ يُغَادِرُ سَقَمًا» [رواه البخاري]

''अल्लाहुम्म रब्बन्नास! मुज़्हिबल् बा'स, इश्फ़ि अन्तश्शाफ़ी, ला शाफ़िय इल्ला अन्त, शिफ़ाअन ला युग़ादिरु सक़मा'' (ऐ अल्लाह! लेगों के रब! तक्लीफ़ को दूर कर देने वाले! शिफ़ा अ़ता फ़रमा तू ही शिफ़ा देने वाला है, तेरे सिवा कोई शिफ़ा देने वाला नहीं, ऐसी शिफ़ा अ़ता फ़रमा कि बीमारी बिल्कुल बाक़ी न रहे)। {बुख़ारी)

● ● ●

ख़ातिमा (उपसंहार)

एक सच्चा मो'मिन पुख़्ता और दृढ़ ईमान रखता है कि अकेला अल्लाह जो कि ख़ालिक़ और स्रष्टा है, वही तमाम संकटों, बीमारीयों और महामारीयों से हिफ़ाज़त करने वाला और बचाने वाला है।

लिहाज़ा वाजिब है कि हम सब अल्लाह ही पर तवक्कुल और भरोसा करें, तौबा और इस्तिग़फ़ार के साथ उसी की तरफ़ रुजू' करें, गिड़गिड़ा कर उसी से दुआ करें और माँगें, नबी मुहम्मद ﷺ की इताअ़त करें और आप पर उतारी गई उस वह्य (क़ुर्आने करीम) की इत्तिबा करें जो सआ़दत व सलामती का पैकर है, और संकट, बीमारी, महामारी, दुष्चिंता तथा घुटन आदि से हिफ़ाज़त और बचाव का ज़रीया है। अल्लाह तआ़ला फ़रमाता है:

﴿وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا إِلَىٰ أُمَمٍ مِّن قَبْلِكَ فَأَخَذْنَاهُم بِالْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ لَعَلَّهُمْ يَتَضَرَّعُونَ﴾ [الأنعام: 42]

"और आप से पहले भी उम्मतों की तरफ़ हम ने रसूल भेजे, पस हम ने उन्हें आपदाओं और दुखों में डाला ताकि वह गिड़गिड़ायें।" {अल्अन्आ़मः ४२} और दूसरी जगह फ़रमाता है:

﴿وَاسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ ۚ إِنَّ رَبِّي رَحِيمٌ وَدُودٌ﴾ [هود: 90]

''और अपने रब से माफ़ी माँगो, फिर उस की तरफ़ तौबा करो, बेशक मेरा रब रहम करने वाला और महब्बत करने वाला है।'' {हूदः ६०} और एक मक़ाम पर फ़रमाता हैः

﴿وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ [النور: 31]

''हे ईमान वालो! तुम सब के सब अल्लाह की तरफ़ तौबा करो, ताकि तुम नजात पा जाओ।'' {अन्नूरः ३१}

● ऐ अल्लाह! तू हमें, हमारे अहबाब और प्रियजनों को, मुसलमानों को और तमाम लोगों को वबा व बला (आपदा व महामारी) से महफ़ूज़ तथा सुरक्षित रख।

● ● ●