



Al-Raqīm (Research Journal of Islamic Studies)

Volume 03, Issue 01, January-June 2025.

Open Access at: <https://journals.iub.edu.pk/index.php/alraqim/index>

Publisher: Department of Islamic Studies, The Islāmia University of Bahāwalpur, Raḥīm Yār Khān Campus, Pakistan

Email: editor.alraqim@iub.edu.pk



حفظان صحت کے لیے شہد کی اہمیت اور جدید طبی نقطہ ہائے نظر: صحیح بخاری کے تناظر میں

Importance of Honey for Hygiene and Modern Medical Perspectives: In the Context of Ṣaḥīḥ Bukhārī

Dr. Ahsan-ul-Haq

Lecturer (Visiting), Department of Islamic Studies, University of Okara, Okara

Email: ahsanulhaqest@gmail.com

Dr. Abdul Ghaffār

Assistant Professor/HOD Department of Islamic Studies, University of Okara, Okara

Email: dr.abdul.ghaffar@uo.edu.pk

Dr. Nazīr Aḥmad

SST, Government High School, Hujrah Shāh Muqīm, Okara

Email: nazirahmad4695@gmail.com

Abstract :

Honey is a blessing from Allah Almighty. It is not only a nutritious food but also a unique and powerful medicine. Recognizing its significance, the Prophet Muhammad (peace and blessings of Allah be upon him) not only recommended its use but also consumed it regularly.

According to the latest research, honey contains essential nutrients such as calcium, zinc, phosphorus, potassium, riboflavin, and niacin, making it a complete natural remedy. This analytical research aims to highlight the importance and contemporary applications of Saḥīḥ al-Bukhari's Kitāb al-Ṭibb (Book of Medicine) in medical practice.

This study is highly significant as it serves as a guide for the community in understanding and exploring the remarkable healing properties of honey for human health. The primary objective is to raise awareness about its potential health benefits in light of the teachings of the Qur'ān and Sunnah, insights from Islamic scholars, and modern medical perspectives.

The key research question of this article is: What is the significance of honey in Saḥīḥ al-Bukhari and how do Islamic scholars and modern science interpret its medicinal benefits? For which diseases is honey considered essential?

The research methodology is descriptive and analytical, and the paper is enriched with findings, recommendations, and a comprehensive conclusion.

Key Words: *Kitāb al-Ṭibb, Treatment, Qur'ān wa Sunnah, Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, Honey, Dietary Source.*



شہد قدرت خداوندی کا ایک انمول تحفہ ہے۔ نبی کریم ﷺ نے شہد کے استعمال کو انتہائی مفید خیال کرتے ہوئے نہ صرف اس کے استعمال کا حکم دیا ہے بلکہ آپ ﷺ ہمیشہ اسے استعمال کرتے رہے۔ اگر شہد کے نقصانات ہوتے تو نبی کریم ﷺ نہ تو خود استعمال کرتے اور نہ اسے شفاء قرار دیتے۔ لہذا شہد انسانی جسم کا محافظ ہے۔ اس لحاظ سے شہد ایک مبارک اور مفید نعمت خداوندی ہے۔ اسے زمانہ قدیم سے ہی پاک و طیب چیز تصور کیا جاتا ہے۔ یہ ایک بے مثال قدرتی غذا و دواء ہونے کے علاوہ ایک مؤثر قسم کی جراثیم کش دوا بھی ہے۔ اسے ہر موسم اور ہر عمر میں استعمال کیا جا سکتا ہے۔ صحیح بخاری کی شرح: فتح الباری اور عمدۃ القاری میں شہد کا لفظ مذکر و مؤنث دونوں طرح مستعمل ہے۔

"وَالْعَسَلُ يُذَكِّرُ وَيُؤَنِّثُ وَأَسْمَاؤُهُ تَزِيدُ عَلَى الْمِائَةِ"¹

(شہد مذکر اور مؤنث ہے اور اس کے نام سو سے زیادہ ہیں)

"وَهُوَ يَذَكِّرُ وَيُؤَنِّثُ، وَأَسْمَاؤُهُ تَزِيدُ عَلَى الْمِائَةِ"²

(یہ نر اور مادہ ہے اور اس کے نام سو سے زیادہ ہیں)

عربی زبان میں عسل کے سو سے زیادہ نام ہیں۔ عربی زبان میں شہد کی مکھی کو نحل کہا جاتا ہے اور اسی نام پر قرآن مجید کی ایک سورۃ کا نام "النحل" رکھا گیا ہے جبکہ لفظ شہد اردو زبان کا لفظ ہے۔ انگریزی میں Honey، فارسی میں شہد کو انگبین، ہندی میں مدھ، عربی میں اس کو عسل، فرانسیسی میں Miel، جرمن میں Honig، یونانی میں Meli اور بنگالی میں مودھو کہا جاتا ہے۔³

شہد کی اقسام:

ایک تحقیق کے مطابق شہد کی تقریباً 320 مختلف اقسام ہیں۔ ان کا رنگ، بو اور ذائقہ مختلف ہوتا ہے۔⁴

حکیم راحت نسیم سوہدروی شہد کو دو طرز کا خیال کرتے ہیں: جما ہوا اور پکھلا ہوا۔⁵

جبکہ بعض اطباء کے نزدیک شہد کی عمومی طور پر تین قسمیں ہیں۔ پہلی قسم بڑی مکھی کا شہد ہے، اسے جنگلی مکھی، ڈومنا مکھی اور بڑی مکھی کا شہد بھی کہتے ہیں۔ دوسری قسم فارم کی مکھی کا شہد ہوتا ہے۔ اسے پہاڑی شہد بھی کہتے ہیں۔ اس شہد کی تیاری کے لیے کھیاں بڑی بڑی چوٹیوں پر پہنچ کر پھولوں کا رس چوس لاتی ہیں۔ اس لحاظ سے یہ پہاڑی علاقے کا شہد منفرد اور قیمتی اجزاء کا مرکب ہوتا ہے۔ تیسری قسم کا شہد چھوٹی مکھی کا ہوتا ہے۔ یہ شہد کم مقدار میں ہوتا ہے اور طبی فوائد کے طور پر اس شہد کا کوئی متبادل نہیں ہے۔

شہد کی اہمیت:

شہد کی طرف انسان کی رغبت روزِ ازل سے رہی ہے اور ہمیشہ رہے گی۔ شہد میٹھی چیزوں کی سردار ہے۔ خوشبو اور ذائقے کے اعتبار سے اور طبی فوائد کے اعتبار سے شہد بے مثل ہے۔ قرآن مجید میں شہد کی افادیت کے متعلق اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

**Importance of Honey for Hygiene and Modern Medical Perspectives:
In the Context of Ṣaḥīḥ Bukhārī**

"فِيهِ شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ"⁶

اس (شہد) میں لوگوں کے لیے شفاء ہے۔

مولانا سید ابوالاعلیٰ مودودیؒ اس آیت مبارکہ کی شرح میں بیان کرتے ہیں:

اللہ تعالیٰ نے پوری انسانیت کے لیے جہاں اس شہد کو بطور دواء استعمال کرنے کی ہدایت کی وہاں پر اسے محققین اور اطباء کو شہد کے طبی فوائد اور مختلف بیماریوں کے لیے اس کی افادیت معلوم کرنے کی طرف بھی رغبت دلائی ہے۔ آپ لکھتے ہیں: "شہد کی مکھی اگر کسی ایسے علاقے میں کام کرتی ہے جہاں کوئی خاص جڑی بوٹی کثرت سے پائی جاتی ہو تو اس علاقے کا شہد محض شہد ہی نہیں ہوتا بلکہ اس جڑی بوٹی کا بہترین جوہر بھی ہوتا ہے اور اس مرض کے لیے مفید ہوتا ہے"⁷ خود نبی کریم ﷺ نے اس کی طبی اہمیت پر یوں روشنی ڈالی ہے:

"السِّقَاءُ فِي ثَلَاثَةِ: شَرْبَةِ عَسَلٍ، وَشَرْطَةِ مَجْحَمٍ، وَكَيْبَةِ نَارٍ، وَأَمَّيْ عَنِ الْكَبِي"⁸

"شفاء تین چیزوں میں (مضمّر) ہے۔ شہد کے پینے میں، پچھنا لگوانے میں اور آگ سے داغنے میں لیکن میں امت کو آگ سے داغ کر علاج کرنے سے منع کرتا ہوں۔"

حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ سے مروی ہے:

"أَنَّ رَجُلًا أَتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ: أَخِي يَشْتَكِي بَطْنَهُ، فَقَالَ: اسْقِهِ عَسَلًا ثُمَّ أَتَى الثَّانِيَةَ، فَقَالَ: اسْقِهِ عَسَلًا ثُمَّ أَتَاهُ الثَّالِثَةَ، فَقَالَ: اسْقِهِ عَسَلًا ثُمَّ أَتَاهُ فَقَالَ: قَدْ فَعَلْتُ؟ فَقَالَ: صَدَقَ اللَّهُ، وَكَذَبَ بَطْنُ أَخِيكَ، اسْقِهِ عَسَلًا فَسَقَاهُ فَفَرَّ"⁹ "ایک شخص نبی کریم ﷺ کی خدمت اقدس میں حاضر ہوا اور اس نے عرض کی کہ میرا بھائی پیٹ کے عارضہ میں مبتلا ہے۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ انہیں شہد پلاؤ پھر وہی شخص دوسری بار حاضر ہوا۔ آپ نے اسے دوبارہ بھی شہد پلانے کے لیے کہا وہ پھر تیسری مرتبہ آیا اور عرض کرنے لگا کہ میں نے عمل کیا (تین مرتبہ شہد پلایا، لیکن اسے مرض شکم سے افاقہ نہیں ہوا) تب آپ ﷺ نے فرمایا کہ اللہ تعالیٰ سچا ہے اور تمہارے بھائی کا پیٹ جھوٹا ہے، انہیں پھر شہد پلا۔ چنانچہ اس نے (چوتھی مرتبہ) شہد پلایا تو وہ صحت یاب ہو گیا۔"

"عَلَيْكُمْ بِالسِّقَائِ بِالْعَسَلِ وَالْقُرْآنِ"¹⁰

(اے لوگو! تم پر دو چیزوں کے ساتھ شفاء لازم ہے؛ ایک قرآن مجید اور دوسرا شہد۔)

طب نبوی میں حافظ ابن قیمؒ اس کی یوں صراحت کرتے ہیں:

"فَجَمَعَ بَيْنَ الطَّبِّ الْبَشَرِيِّ وَالْإِلَهِيِّ، وَبَيْنَ طَبِّ الْأَبْدَانِ، وَطَبِّ الْأَرْوَاحِ، وَبَيْنَ الدَّوَاءِ الْأَرْضِيِّ وَالِدَّوَاءِ السَّمَاوِيِّ"¹¹

(اس حدیث میں طب انسانی اور طبِ الہی دونوں کو یکجا کر دیا گیا ہے۔ طبِ ابدان و طبِ ارواح، معالجہ ارضی اور معالجہ سماوی غرض دونوں طریق علاج اس میں موجود ہیں۔)

نبی کریم ﷺ شہد کی طبی افادیت کے متعلق فرماتے ہیں:

"مَنْ لَعِقَ الْعَسَلَ ثَلَاثَ عَدَوَاتٍ، كُلَّ شَهْرٍ، لَمْ يُصِبْهُ عَظِيمٌ مِنَ الْبَلَاءِ"¹²

(جو شخص ہر مہینے صبح کے وقت تین دن تک شہد چاٹ لے تو اسے کوئی بڑی بیماری لاحق نہیں ہوگی)

(قال البخاري لنعرف لعبد الحميد سماعا من أبي هريرة: حكم الألباني: ضعيف: محمد فؤاد عبد الباقي: إسناده لين. ومع ذلك فهو منقطع)

اسی طرح جدید تحقیق کی روشنی میں بھی اگر اس کا جائزہ لیا جائے تو اس میں پوٹاشیم، کیلشیم، سوڈیم، پروٹین، کاربو ہائیڈریٹس، فاسفورس، کلورین، میگنیشیم، اور فولاد جیسے اجزاء سے مرکب ہے۔ جدید سائنس کا یہ انکشاف شہد کی اہمیت کو تسلیم کرتا ہے۔ قرآن و حدیث کے علاوہ دیگر کتب سماویہ نے نہ صرف شہد کو مختلف امراض میں استعمال کر کے اس سے فائدہ اٹھایا بلکہ اس کی لازوال افادیت نے انسانیت کو آنکشت بہ دندان کر دیا۔

اسلامی تعلیمات، سیرت رسول ﷺ اور حفظانِ صحت کے اصولوں میں شہد کو خاص اہمیت حاصل ہے اور نبی کریم ﷺ نے شہد کو تمام دواؤں میں کھلی سر تاج سمجھا ہے۔ پیٹ کے امراض میں شہد کو اکسیر کا درجہ دیا ہے۔ نبی کریم ﷺ بار بار شہد کے استعمال پر زور دیتے ہیں۔ آپ ﷺ نے شہد کو خود بھی نوش فرمایا اور اپنی امت کو بھی اس کے استعمال کا حکم فرمایا۔ یہ بات روز روشن کی طرح عیاں ہے کہ یہ اللہ تعالیٰ کی طرف سے انسانیت کے لیے ایک خاص عنایت ہے۔ نبی کریم ﷺ کا شہد کو بطور غذا اور دوا استعمال کرنے کا معمول زندگی بھر رہا۔ سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں:

"كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يَشْرَبُ عَسَلًا عِنْدَ زَيْنَبَ بِنْتِ جَحْشٍ"¹³

"نبی کریم ﷺ حضرت زینب بنت جحش رضی اللہ عنہا کے ہاں شہد پیا کرتے تھے"

شہد کن امراض میں نافع ہے؟

شہد کی اہمیت و افادیت کا اندازہ اس بات سے لگایا جاسکتا ہے کہ قرآن مجید میں اس کا کئی مقامات پر تذکرہ کیا گیا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے قرآن مجید میں شہد کو متعدد بیماریوں کے علاج کا مؤثر ذریعہ بنایا ہے اور اسے اہل جنت کے لیے ایک عظیم انعام بھی قرار دیا ہے۔

حکیم محمد عمران مغل "نشہ اور اس کا سدباب" کے موضوع کے تحت لکھتے ہیں:

"اگر کوئی شخص شراب، افیون، چرس بھنگ، سگریٹ یا نسوار وغیرہ کا عادی ہو اور وہ جسمانی اور نفسیاتی لحاظ سے انتہائی کمزور اور لاغر ہو چکا ہو تو ایسا شخص جب بھی نشہ کی خواہش کرے تو اس کو خالص شہد دن میں تین چار دفعہ استعمال کروایا جائے۔ اس سے وہ مستقل نشہ آور اشیاء سے چھٹکارہ حاصل کر لے گا۔"¹⁴

ڈاکٹر خالد غزنوی "شہد کی افادیت ذکر کرتے ہوئے لکھتے ہیں:

"یہ دانتوں کے لیے ایک بہترین ٹانک ہے۔ اسے سرکہ میں حل کر کے دانتوں پر ملنے سے دانت مضبوط، چمکدار ہوتے ہیں اور مسوڑھوں کا ورم رفع ہو جاتا ہے۔ اسی طرح اگر گرم پانی میں شہد اور

**Importance of Honey for Hygiene and Modern Medical Perspectives:
In the Context of Ṣaḥīḥ Bukhārī**

سرکہ کے ساتھ نمک ملا کر غرارے کیے جائیں تو گلے اور مسوڑھوں کا درم دور ہو جاتا ہے۔ شہد میں انزرت اور نمک ملا کر بہتے کان میں ڈالنے سے پیپ بند ہو جاتی ہے۔ قلمی شورہ پانی میں بھگو کر اس میں شہد ملا کر کان میں ڈالنا نفل ساعت میں مفید ہے۔¹⁵

شہد سے متعدد بیماریوں کا علاج کیا جاتا ہے۔ ایسی بیماریاں جن کا علاج شہد سے کیا جاتا ہے ان کو حکیم راحت نسیم سوہدروی نے اپنی معروف کتاب "شہد اور کلوئچی" میں تحریر کیا ہے۔

"شہدان امراض کے لیے انتہائی فائدہ مند ہے: بالوں کے امراض، امراض چشم، ضعف بصارت، آنکھیں دکھنا، ابتدائی موتیا، دانتوں کے امراض، سینہ و حلق کے امراض، پیٹ کے امراض، کانوں کے امراض، امراض قلب، گردہ و مثانہ، فساد خون، تلی و جگر کے امراض، امراض اطفال، امراض نسواں، بے خوابی، ذیابیطس، موٹاپا، قبض، خون کی کمی، مہاسے، جوڑوں کا درد، دماغی طاقت، اعصابی کمزوری، تکسیر، نزلہ زکام، وبائی امراض نسیان اور کینسر کا مرض وغیرہ۔"¹⁶

شہد ہو میو پیٹھک، ایلو پیٹھک اور ہربل ادویہ کی تیاری میں بھی بنیادی حیثیت رکھتا ہے۔ خصوصاً ہربل ادویہ میں معالجین، جبوب اور جوار شیں شہد کے بغیر اپنی ہیئت کھو بیٹھتی ہیں۔

شہد کے اجزاء۔۔۔ جدید طبی نقطہ ہائے نظر:

شہد کے غذائی اجزاء میں کیلشیم، پوٹاشیم، رائبوفلیون، زنک، نیا سین، فاسفورس، مینگانیز اور میگنیشیم شامل ہیں۔ علاوہ ازیں شہد میں Amino Acid اور انزائمز کی کثیر مقدار پائی جاتی ہے۔ یہ ایک طرح سے میٹھا شیرہ ہے جسے مخصوص کھیاں، پتوں، پھلوں اور پھولوں سے مخصوص قسم کا رس چوستی ہیں۔ اطباء نے اس کا مزاج گرم اور خشک بتایا ہے۔ اگر اس کے طبی فوائد پر نظر ڈالی جائے تو یہ ما سوائے ذیابیطس (Diabetes) کے ہر مرض کا علاج ہے۔ کیلشیم اس کا مخصوص جز ہے جو ہڈیوں اور دانتوں کو مضبوط بناتا ہے۔ یہ مسوڑھوں اور جسم کے نرم نشوز کی مضبوطی کا ذمہ دار ہے اس کی سب سے بڑی خوبی یہ ہے کہ شہد کو اگر کھانسی میں استعمال کیا جائے تو یہ بلغم کو باہر نکالنے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ انترپوں کو مخصوص لعاب مہیا کر کے مضبوط بناتا ہے۔ اس کے نشاستہ کی مخصوص مقدار جسم کے اندرونی اور بیرونی ورم کو تحلیل کر کے راحت پہنچاتا ہے۔ اس لیے اطباء نے اسے "محلل اور ام" کہا ہے۔

شہد پوٹاشیم کی وجہ سے حافظہ اور دماغ کو وافر مقدار میں آکسیجن مہیا کرتا ہے جس سے حافظہ تیز، دماغ اور اعصاب مضبوط ہو جاتے ہیں۔ یہ ایک طرح سے روغن بھی ہے جو اعضائے تناسل سے گزرتے ہوئے مردانہ طاقت کو بڑھا دیتا ہے۔ ایک طرف انسانی پٹھوں کی نشوونما کا سلسلہ جاری رہتا ہے تو دوسری طرف یہ جوانی اور بڑھاپے کے درمیان حد فاصل قائم کر دیتا ہے۔ شہد میں مخصوص مینگانیز کو انزائم کی حیثیت رکھتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ شہد کا یہ جز یعنی مینگانیز نشاستہ دار غذاؤں پر وٹین اور کولیستروں کی اضافی مقدار کو کم کر کے اعتدال پر لاتا ہے۔ اس سے ہڈیاں مضبوط ہوتی ہیں اور قوت مدافعت بڑھ جاتی ہے۔ اسی طرح شہد میں موجود زنک بھی قوت مدافعت کو بڑھاتا ہے اور جسم میں ہونے والے کسی بھی قسم کے انفیکشن کی روک تھام کرتا ہے اور یہ زخموں کو مندرمل کرتا

ہے، جلدی امراض کو کنٹرول کرتا ہے، ذائقے اور خوشبو کے احساس کو بڑھاتا ہے۔ شہد میں موجود رائی بوفلیون وٹامن B6 کی وافر مقدار کی وجہ سے یہ نشوونما اور سرخ جراثیموں Red Blood Cell کی پیداوار میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ شہد کے اندر ایک اور جزو فاسفورس بھی موجود ہے جو انسانی جسم کے خلیات اور بافتوں کی نہ صرف نشوونما کرتا ہے بلکہ DNA اور RNA کی وراثت کو بھی قائم رکھتا ہے۔ vitamins, Minerals, Magnesium اور زنک وغیرہ کی پیداوار کو برقرار رکھنے میں فاسفورس کی موجودگی بہت اہم ہے۔ شہد کا مخصوص جزو میگنیشیم کی سائنسی توجیہ کریں تو یہ بات سامنے آتی ہے کہ یہ بیک وقت بلند فشار خون Blood Pressure بڈیوں کی صحت، نیند، یہاں تک کہ مرض زیا بیٹس کو بھی قابو میں رکھتا ہے۔

نیاسین بھی شہد کا ایک جزو ہے جس کی وجہ سے Vitamin C پیدا ہوتا ہے۔ اس کا کام خوراک کو توانائی میں تبدیل کرنا ہے۔ اس کا کام یہ بھی ہے کہ ہمارا زوس سسٹم، نظام انہضام اور جلد کو فعال رکھتا ہے۔ سائنس کی اس توجیہ پر نظر ڈالی جائے تو اس سے یہ بات واضح ہو جاتی ہے کہ شہد میں موجود میگنیشیم کی موجودگی زیا بیٹس کو بڑھنے نہیں دیتی جبکہ عام طور پر خیال یہ کیا جاتا ہے کہ شہد انتہائی میٹھی چیز ہے اس سے زیادہ زیا بیٹس کی سطح بڑھ جاتی ہے۔ زیا بیٹس کوئی نیا مرض نہیں بلکہ ہمیشہ سے ہے۔ یہ الگ بات ہے کہ آج کے ڈپریشن کے دور میں زیا بیٹس عام ہو گئی ہے۔ پہلے یہ زیادہ پیشاب میں شامل ہوتی تھی جب کہ دور حاضر میں اس کی مقدار خون کے اندر بڑھ گئی ہے جو اطباء زیا بیٹس کے مریضوں کو شہد لینے سے منع کرتے ہیں، انہیں اس بات کو بھی مد نظر رکھنا چاہیے کہ میگنیشیم کی وجہ سے نہ تو شوگر کا لیول بڑھتا ہے لیکن اس کے بقایہ کثیر فوائد انسانی جسم کو حیات بخشتے ہیں۔ انسانی ہڈیاں، پٹھے، زروس سسٹم، دماغ کی قوت استعداد، دل کی کارکردگی اور اعضائے تناسل کی کارکردگی میں کئی گنا اضافہ ہو جاتا ہے۔

مذکورہ بالا شہد میں موجود یہ اجزاء ingredients جیسے کیٹیم، پوٹاشیم، رابو فلیون، بیاسین، فاسفورس، مینگانیز، میگنیشیم، نیاسین وغیرہ کی وجہ سے شہد بیک وقت ہڈیوں اور دانتوں کی مضبوطی، قوت حافظہ، دماغ اور اعصاب کی مضبوطی، قوت مدافعت میں اضافہ، پروٹین اور کو لیٹرول کی مقدار میں کمی کا باعث، زخموں کو مندمل، انفیکشن اور جلدی امراض کی روک تھام، جسمانی نشوونما اور Red Blood Cell کی افزائش کا باعث، انسانی جسم کے خلیات اور بافتوں کی نشوونما، DNA اور RNA کی وراثت کو قائم کرنے کا باعث، بلند فشار خون، ہڈیوں کی صحت، نیند اور زیا بیٹس کو بھی کنٹرول کرنے کا باعث، زروس سسٹم، نظام انہضام اور جلد کو فعال رکھنے کا بھی باعث ہے۔ مزید ذیل میں دیا گیا شہد کے غذائی اجزاء پر مبنی ٹیبل شہد کی طبی افادیت کو اجاگر کرتا ہے اور متعدد جسمانی، روحانی اور وبائی امراض کے علاج کی غمازی کرتا ہے۔

| Components Of Honey | Average |
|---------------------|---------|
| Glucose | 31g |
| Carbohydrates | 82.4g |
| Fructose | 38.5g |

**Importance of Honey for Hygiene and Modern Medical Perspectives:
In the Context of Ṣaḥīḥ Bukhārī**

| | |
|--------------------------------|-----------------------|
| Sucrose | 1g |
| Other Sugars | 11.7g |
| Dietary fiber | 0.2g |
| Fat | 0 g |
| Protein | 0.3g |
| Water | 17.1g |
| Riboflavin (Vitamin. B2) | 0.038mg |
| Niacin (Vitamin t. B3) | 0.121mg |
| Pantothenic acid (Vitamin B5) | 0.068mg |
| Pyridoxine (Vitamin B 6) | ¹⁷ 0.024mg |

ان تمام اجزاء کی موجودگی اور تناسب اس بات کا واضح اظہار ہے کہ شہد انہی آکسیڈینس اور اینٹی بیکٹیئریل خصوصیات کی بدولت مدافعتی نظام کو استحکام بخشتا ہے۔ جسم کو انفیکشن سے بچا کر بیماریوں کے خلاف لڑنے کی صلاحیت سے نوازتا ہے۔ امراض گلا، نظام ہاضمہ، قلبی صحت اور وزن کے توازن کے لیے انتہائی مفید ہے۔ بلکہ اگر یہ کہا جائے کہ یہ کائنات میں ایک ایسی نعمت ہے جسے تمام سپر فوڈز سے بھی سپر کہا جاسکتا ہے تو یہ ایک قدرتی معجزاتی غذا اور دوا ہے۔

شارحین صحیح بخاری کا موقف:

شہد کو بطور علاج استعمال کرنے کے متعلق امام بخاریؒ نے "الدواء بالعسل" باب قائم کیا ہے اور اس باب کی تائید قرآن مجید کی اس آیت مبارکہ سے کرتے ہیں "فِيهِ شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ"¹⁸ اس (شہد) میں لوگوں کے لیے شفاء ہے اور اسی باب کے تحت شہد کی افادیت پر تین احادیث مبارکہ بھی نقل کرتے ہیں۔ متقدمین اور متأخرین شارحین نے بھی

ترجمۃ الباب اور ان مرویات کی سیر حاصل شرح کر کے شہد کی اہمیت و افادیت اور اس کو مختلف امراض و اسقام کے لیے بہترین علاج و دوا قرار دیا ہے۔

شہد کن امراض میں مفید ہے، اس کے کیا فوائد و ثمرات ہیں، ارشاد الساری میں علامہ قسطلانیؒ یوں رقمطراز ہیں:

علامہ قسطلانیؒ کا موقوف:

فما خلق الله تعالى لنا في معناه أفضل منه ولا مثله ----- وحلو من الحلوى وطلاء من الأظلية ومفرح من المفرحات¹⁹

(اللہ تعالیٰ نے ہمارے لیے اس سے بہتر کوئی شے پیدا نہیں فرمائی۔ نہ اس جیسی نہ اس کے قریب۔ کیونکہ یہ غذاؤں میں سے ایک عمدہ غذا ہے۔ یہ مشروبات میں سے ایک مشروب بھی ہے۔ دواؤں میں سے یہ ایک دوائی بھی ہے اور میٹھی چیزوں میں سے ایک مٹھاس بھی ہے۔ یہ روغنوں میں سے ایک روغن بھی ہے اور یہ طبیعت کے لیے فرحت افزاء چیزوں میں سے بھی ہے)

حافظ ابن حجر عسقلانیؒ اور علامہ بدرالدین عینیؒ کا موقوف:

فتح الباری اور عمدۃ القاری کے مؤلفین نے "باب الدواء بالعسل" کے تحت شہد کے چند طبی فوائد و ثمرات ذکر کیے ہیں کہ یہ کن امراض و اسقام میں مفید ہے۔ دونوں شروح میں تقریباً ایک جیسے فوائد بیان ہوئے ہیں، اسی لیے دونوں کو یکجا پیش کیا جاتا ہے:

"وفيه من المنافع ----- في أكثر كتبهم أصلاً"²⁰ فتح الباری (از بیان ابن حجر عسقلانی)

"وله منافع كثيرة ----- شفاء لبعض الأمراض"²¹ عمدۃ القاری (از بیان علامہ عینی)

شہد کے بہت زیادہ فوائد ہیں۔ یہ شریانوں اور انتڑیوں کی میل دور کرتا ہے اور فضلات کو نکال دیتا ہے۔ یہ معدہ کی صفائی کرتا ہے اور معدے کو اعتدال پر لاکر گرم کرتا ہے۔ یہ رگوں کے راستے کھول دیتا ہے، معدے، جگر، تلی اور مثانے کو قوی بناتا ہے۔ رطوبتوں کو کھانے اور ہضم کرنے کے لیے تحلیل کرتا ہے۔ یہ پٹھوں اور جوڑوں کو تقویت دیتا ہے اور یہ ناپسندیدہ دوائیوں کے اثرات کو زائل کرتا ہے۔ سینے، جگر، کثرت بول کے مرض اور پیشاب کے گدلے پن کے لیے اکسیر ہے۔ بلغم کی وجہ سے ہونے والی کھانسی کے لیے مفید ہے، کھانسی والے اور اسی طرح ٹھنڈے مزاج کے لوگوں کے لیے بھی انتہائی فائدہ مند ہے۔ اگر شہد میں سرکہ ملا دیا جائے تو یہ صفاوی طبیعت والوں کے لیے فائدہ مند ہے۔ شہد دراصل ایک غذا بھی، دوا بھی، مشروب بھی اور میٹھی چیزوں میں سے ایک ہے۔ یہ ایک روغن ہے، فرحت بخش اشیاء میں سے ہے۔ اگر شہد اور عرق گلاب کی آمیزش کی جائے تو یہ زہریلے جانور کے ڈسنے پر مفید ہوتا ہے، اگر اسے پانی میں شامل کر کے پیا جائے تو یہ کتے کی کاٹنے پر باعث شفاء ہے۔ اگر گوشت میں شہد ملایا جائے تو یہ اس کی تازگی کو تین ماہ تک برقرار رکھتا ہے۔ اگر جوؤں سے بچاؤ کے لیے شہد کا بدن پر لپ کیا جائے تو اس سے جوئیں مر جاتی ہیں۔ شہد بالوں کو لمبا

**Importance of Honey for Hygiene and Modern Medical Perspectives:
In the Context of Ṣaḥīḥ Bukhārī**

اور خوب صورت بناتا ہے۔ اگر اسے سرمہ کے طور پر آنکھوں میں ڈالا جائے تو یہ نظر کو بڑھاتا ہے۔ اگر اسے مسواک کے ساتھ استعمال کیا جائے تو یہ دانتوں کے زنگ کو صاف کر دیتا اور دانتوں کو محفوظ بھی بناتا ہے۔ تمام قدیم اطباء مرکب دواؤں میں شہد کا استعمال کرتے تھے جب کہ ان کی اکثر کتابوں میں نشہ آور اشیاء کا ذکر نہیں ملتا۔ جب کہ بیشتر احوال اور امراض میں شہد نشہ آور اشیاء کی نسبت زیادہ فائدہ ہے کیوں کہ یہ جلابخش، مشروب اور قابلِ تحلیل ہوتا ہے۔ جب کہ یہ خصوصیات نشہ آور اشیاء میں نہیں ہے۔ نشہ آور اشیاء معدے کو کمزور کرتی ہیں جب کہ شہد میں ایسا نہیں کہ وہ معدے کو کمزور کرے۔

نبی کریم ﷺ ہر روز شہد، ایک پیالہ پانی کے ساتھ ملا کر علی الصبح پیا کرتے تھے۔ شہد کی حفظانِ صحت کے حوالے سے عجیب و غریب حکمت اور فائدے ہیں۔ صبح نہار منہ شہد کو بطور مشروب پینے کے بعد ناشتے میں رسول اللہ ﷺ سرکہ یا نمک کے ساتھ جو کی روٹی تناول فرماتے تھے۔ اس کے بعد کھانے پینے سے دور رہتے یعنی پرہیز کرتے تھے۔ آپ ﷺ امراضِ شکم کے لیے بھی شہد استعمال کرنے کا حکم دیتے، آپ ﷺ نے تین بار اسہال کے مریض کو شہد پلانے کا حکم دیا۔ جیسا کہ حدیث مبارکہ میں مذکور ہے:

"أَخِي يَشْتَكِي بَطْنَهُ، فَقَالَ:-----اسْقِهِ عَسَلًا اسْقِهِ عَسَلًا، فَسَقَاهُ فَبُرَّ"²²

(میرے بھائی کو پیٹ کی خرابی کی شکایت ہے، آپ ﷺ نے فرمایا: تم اُسے شہد پلاؤ، وہ دوسری مرتبہ آیا اور آپ نے اُسے یہی فرمایا: تم اُسے شہد پلاؤ، وہ تیسری بار حاضر ہوا اور اُس نے کہا کہ میں نے ایسا کیا ہے لیکن وہ صحت یاب نہیں ہو رہا تو آپ ﷺ نے چوتھی مرتبہ فرمایا: اللہ تعالیٰ سچ فرماتے ہیں لیکن تیرے بھائی کا پیٹ خطا کار ہے، تم اسے شہد پلاؤ۔ پس اس نے اسے شہد پلایا تو وہ صحت یاب ہو گیا۔)

نبی کریم ﷺ نے وحی کے ذریعے اطلاع دی کہ اللہ تعالیٰ نے اس مریض کا علاج شہد میں رکھا ہے۔ اس لیے آپ ﷺ نے تکرار کے ساتھ اُسے شہد پلانے کا مشورہ دیا تاکہ اللہ تعالیٰ کا فرمان بالکل واضح اور عیاں ہو جائے۔ اس سے یہ بات بھی واضح ہو جاتی ہے کہ اس قسم کے پیٹ کے امراض کا علاج شہد میں مضمر ہے۔

مولانا سلیم اللہ خاں "کاموقف":

آپ اپنی مایہ ناز شرح "کشف الباری" میں شہد کی طبی افادیت کو یوں بیان ہیں:

- 1- شہد جسم میں موجود فضلات کو صاف کرتا ہے۔
- 2- امراضِ معدہ، امراضِ جگر اور امراضِ مثانہ کے لیے بے حد مفید ہے۔
- 3- جگر کی گرمی اور سینے کی جلن کو ختم کرتا ہے۔
- 4- دمہ، کھانسی اور بلغم میں مفید ہے۔ شہد عموماً ٹھنڈے اور بلغمی طبیعت والوں کے لیے مفید ہے۔
- 5- شہد بیک وقت غذا اور دوا کا کام کرتا ہے۔

- 6- اگر اس میں میں میوہ جات اور پھلوں کو رکھا جائے تو ان کی تروتازگی اور فرحت تین ماہ تک برقرار رہتی ہے۔
- 7- بالوں کو نرم و ملائم بنا دیتا ہے اور جوئیں پیدا نہیں ہونے دیتا۔
- 8- شہد کو اگر بطور سرمہ استعمال کیا جائے تو یہ قوتِ بصارت کے لیے مفید ہوتا ہے۔ آنکھوں کے امراض اور قوتِ بینائی کے لیے جلا بخش ہے۔
- 9- دانتوں کو طاقتور بناتا اور چمکاتا ہے اور ان کے لیے بہت مفید ہے۔²³
- لیکن شہد کا کثرت استعمال صحت کے لیے مضر بھی ہے۔ چونکہ شہد میں شوگر اور کاربوہائیڈریٹس وافر مقدار میں پائی جاتی ہے۔ اس لیے جب شہد زیادہ استعمال کیا جائے تو آدمی کے جسم میں بلڈ شوگر بہت بڑھ جاتی ہے۔ اگر وہ شخص شوگر کا مریض ہو تو اس کے لیے مضر صحت ثابت ہو سکتا ہے۔

مولانا غلام رسول سعیدی کا موقف:

سعیدی صاحب شہد کی افادیت کو یوں بیان کرتے ہیں:

"میں کہتا ہوں کہ صحیح یہ ہے کہ شہد بعض لوگوں کے لیے شفاء ہے اور بعض لوگوں کی بیماریوں میں مضر ہے کیونکہ جس کو شوگر کا مرض ہو اس کو شہد کے استعمال سے نقصان ہوتا ہے اور اس کی شوگر بڑھ جاتی ہے"²⁴

حافظ عبدالستار حماد کا موقف:

حافظ صاحب شہد سے علاج کرنے کے متعلق رقمطراز ہیں کہ یہ ایک قدرتی ٹانک ہے جو غذا اور دوا دونوں کے لیے مفید ہے۔ بلغم کی وجہ سے سینے کی درد کے لیے بہت مفید ہے۔ اگر اسے سر کے میں حل کر کے استعمال کیا جائے تو صفاوی مادے کو تحلیل کرتا ہے۔ سینے اور جگر کو صاف کرنے میں نہایت مفید ہے۔ اس کے استعمال سے پیشاب اور حیض کھل کر آتا ہے۔

حافظ صاحب "باب الدواء بالعسل" کے تحت وارد احادیث مبارکہ سے چند احکام و مسائل کا یوں استنباط کرتے ہیں۔

1- نبی کریم ﷺ نے ایک مریض کا معدہ خراب ہونے کی وجہ سے اسے اسہال کے عارضہ میں مبتلا ہونے کی بناء پر شہد تجویز کیا۔

2- لحدین کا یہ اعتراض ہے کہ شہد تو خود اسہال کا باعث ہے تو یہ صاحب اسہال کو کیا شفاء دے گا؟ حافظ صاحب اس کا جواب یہ دیتے ہیں کہ یہ اعتراض سراسر جہالت پر مبنی ہے کیونکہ علاج دو طرح سے ہوتا ہے: ایک یہ کہ بیماری کے موافق دوا دی جائے، اسے علاج بالموافق کہتے ہیں۔ مثلاً کسی کو بخار ہے تو اسے بخار والی دوا دی جاتی ہے۔ اس قسم کی دوا پہلے مرض کو بڑھاتی ہے پھر صحت یاب ہو جاتا ہے۔ ہو میو پیچھک ادویات میں یہی اصول ہوتا ہے۔ دوسرے طریقہ علاج میں بیماری کے مخالف

**Importance of Honey for Hygiene and Modern Medical Perspectives:
In the Context of Ṣaḥīḥ Bukhārī**

دوا دی جاتی ہے جو بیماری کے جراثیم ختم کرنے والی ہوتی ہے۔ اسے علاج بالضد کہا جاتا ہے۔ طب یونانی میں یہی اصول ہوتا ہے۔ نبی کریم ﷺ نے پہلے طریقہ علاج کے مطابق مریض کے لیے شہد تجویز کیا تاکہ فاسد مادہ اچھی طرح خارج ہو جائے۔ چنانچہ ایسا ہی ہوا کہ فاسد مادہ خارج ہونے کے بعد وہ مریض تندرست ہو گیا۔

3- شہد سے علاج کرنا شریعت میں جائز ہے، خواہ خالص شہد کسی چیز میں ملا کر استعمال کرایا جائے۔²⁵

خلاصہ بحث:

تعلیمات نبوی ﷺ کے مطابق شہد انسانی صحت کے لیے شفا ہے۔ امام محمد بن اسماعیل بخاری نے "کتاب الطب کے تحت شہد سے متعلقہ احادیث مبارکہ نقل کی ہیں۔ شہد کی افادیت کے حوالے سے شارحین صحیح بخاری نے صحیح بخاری کی "کتاب الطب" کے "باب العسل" سے استنباط کر کے اس کے چند فوائد ذکر کیے ہیں جو شہد کے نفع میں تحریر ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے شہد کو انسانی صحت کے لیے اکسیر قرار دیا ہے اور اسے بطور غذا اور دواء انتہائی پسندیدہ خیال کیا ہے۔ ان شارحین کے اخذ کردہ چند نکات درج ذیل ہیں۔ شہد معدہ اور خون کی صفائی کرتا ہے اور انتڑیوں کو میل سے پاک کرنے میں اکسیر ہے۔ یہ رگوں کو کھولنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے، معدہ، جگر، تلی اور مثانے کی تقویت میں بھی نافع ہے اور رطوبتوں کو ہضم کرنے میں محلل کی حیثیت رکھتا ہے۔ یہ پٹھوں، جوڑوں، دانتوں اور بالوں کو مضبوط بناتا ہے۔ ادویہ کے کیمیائی اثرات کو زائل کرنے میں لاجواب ہے۔ یہ اسہال، بلغمی کھانسی، امراضِ مثانہ، امراضِ چشم میں نفع بخش ہے۔ شارح صحیح بخاری مولانا غلام رسول سعیدی کے مطابق شہد میں شفاء بھی ہے اور کچھ بیماریوں کے لیے مضر بھی۔ مشہور زمانہ مرض ذیابیطس میں شہد کے استعمال کو مضر گردانتے ہیں۔ شہد ماسوائے ذیابیطس کے ہر مرض کا علاج ہے۔ خالص شہد ایسے معدنی و غذائی اجزاء سے بھر پور ہے جو ایک وبائی دور میں انسانی صحت کو محفوظ بناتا ہے، اپنے اینٹی اور بیکیٹیریل خصوصیات کی بدولت ہاضمے کے نظام کو کارگر بناتا ہے۔ فائدہ مند بیکیٹیریا کی پیداوار کو بڑھاتا ہے۔ جگر کے زہریلے مادوں کو خارج کرتا ہے۔ اعصابی نظام کو تقویت بخش کر ٹرائی گلیسرائیڈز اور کولیسٹرول کی سطح کو ہموار کرتا ہے۔ سینے اور گلے کے مسائل پر قابو پاتا ہے۔ جسم کے مدافعتی نظام کو تحریک بخش کر مضبوط بنا دیتا ہے۔ شہد اپنی گونا گوں طبی خصوصیات کی وجہ سے انسانی جسم کی تمام امراض پر مثبت اثرات رکھتا ہے۔ وٹامن بی، وٹامن سی، کیلشیم، پوٹاشیم، فاسفورس، سوڈیم اور میگنیشیم جیسے اہم وٹامنز اور معدنیات کا خزانہ ہے۔ فی سو گرام شہد میں اٹھتر گرام مفید کاربوہائیڈریٹس کی موجودگی انسانی صحت کے بے پناہ قوت کی حامل ہے۔ مختصر یہ کہ شہد کی طبی اہمیت و افادیت کے بارے میں جدید میڈیکل سائنس کی تحقیقات اور طب نبوی ﷺ میں کافی حد تک ہم آہنگی پائی جاتی ہے۔ جدید سائنس کا انکشاف یہ بھی ہے کہ یہ اینٹی بیکیٹیریا اور اینٹی آکسائیڈنٹس جیسی خصوصیات سمیٹنے کے بعد اینٹی فنگل بھی ہے۔ ایک طرف قبض سے نجات دلاتا ہے اور دوسری طرف دست یا اسہال کو کرنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہے۔ شریانی اور ویدی نظام میں خون کے لو تھڑوں کو پتلے خون کی شکل بھی دیتا ہے۔ یہ

دور قدیم اور دور جدید کا اینٹی بائیوٹک بھی ہے۔ اگر موجودہ ایلو پیٹھک اینٹی بائیوٹکس سے اس کا موازنہ کیا جائے تو شہد کو فوقیت ملے گی۔ کیوں کہ ایلو پیٹھک اینٹی بائیوٹک میڈیسن فوائد کے ساتھ نقصان دہ اثرات کی حامل ہوتی ہے، جب کہ شہد فقط شفاء ہے۔

نتیجہ: (Conclusion)

"حفظان صحت کے لیے شہد کی اہمیت اور جدید طبی نقطہ ہائے نظر: صحیح بخاری کے تناظر میں" کے مطالعہ سے درج ذیل نتائج اخذ کیے گئے ہیں۔

1. امام محمد بن اسماعیل بخاریؒ کی "کتاب الطب" ان تمام کتب پر فوقیت رکھتی ہے جو نبی محترم ﷺ کی طب کے حوالے سے لکھی گئی ہیں۔

2. "کتاب الطب" صحیح بخاری سے ماخوذ زیادہ تر علاج وحی الہی کے تابع ہے۔

3. کتاب الطب "صحیح بخاری سے ماخوذ تمام ادویہ مضر اثرات سے پاک ہیں۔

4. "شہد" جسمانی، روحانی اور وبائی امراض کے علاج میں کلید کی حیثیت رکھتی ہے۔

5. طاعون، انفلیوینزا، ڈینگی، کرونا وائرس (Covid-19) جیسی وبائی امراض کا مؤثر علاج شہد میں موجود ہے۔

6. وبائی امراض میں شہد کا استعمال وائرسز (Viruses) سے تحفظ کے لیے بہترین اور مکمل دوا ہے۔

7. خالص شہد کا استعمال اسہال، پرانی قبض، دل کے امراض، جگر اور معدہ، دانت و کان کے امراض، قوت حافظہ کی کمی، قوت لُج،

خون کی کمی، جنسی امراض، مدافعتی نظام (Immunity System) کی کمزوری وغیرہ کے مسائل و امراض میں بے انتہا

فائدہ مند ہے۔

8. شہد میں ماسوائے ذیابیطس کے ہر مرض کا علاج ہے۔

شہد میں موجود غذائی اجزاء اپنی طبی افادیت میں بے مثل ہیں۔ جدید طبی تحقیق کے مطابق یہ عناصر متعدد بیماریوں سے تحفظ کا

باعث بنتے ہیں۔ ذیل میں شہد کے چند اجزاء کے فوائد مذکور ہیں:

- شہد میں موجود کیلشیم ہڈیوں، دانتوں اور جسم کے نرم نشوز کی مضبوطی کا باعث ہے۔
- شہد، پوٹاشیم کے باعث قوت حافظہ، دماغ اور اعصاب مضبوط بناتا ہے۔
- یہ مینگانیز کی وجہ سے کولسٹرول اور پروٹین کی مقدار کو کم کرتا ہے۔
- زنک: زخموں کو مندمل، جلدی امراض اور انفیکشن کو کنٹرول کرتا ہے۔
- رائی بوفلیون: جسمانی نشوونما اور Red Blood Cell کی افزائش کا باعث ہے۔
- فاسفورس: انسانی جسم کے خلیات اور ہاتھوں کی نشوونما اور DNA اور RNA کی وراثت کو بھی قائم رکھتا ہے۔

**Importance of Honey for Hygiene and Modern Medical Perspectives:
In the Context of Ṣaḥīḥ Bukhārī**

- میگنیشیم: بلند فشار خون، ہڈیوں کی صحت، نیند اور زیا بیٹس کو کنٹرول کرنے کا باعث ہے۔
- قلبی امراض کو دور کر کے دل کے اعصاب کو مضبوط بناتا ہے۔
- یہ قدرت کا مفید جادوئی مشروب ہے جس کا مقابلہ دنیا کا کوئی مشروب نہیں کر سکتا۔
- اس میں کولیجن کی مقدار کو متوازن رکھنے کی صلاحیتیں بدرجہ اتم موجود ہے۔
- نروس سسٹم، نظام انہضام اور جلد کو فعال رکھنے کا بھی باعث ہے۔
- نیا سین بھی شہد کا ایک جزو ہے جس کی وجہ سے Vitamin C پیدا ہوتا ہے۔ اس کا کام خوراک کو توانائی میں تبدیل کرنا ہے۔ اس کا کام یہ بھی ہے کہ ہمارا نروس سسٹم، نظام انہضام اور جلد کو فعال رکھنا ہے۔

سفارشات: (Recommendations)

"حفظان صحت کے لیے شہد کی اہمیت اور جدید طبی نقطہ ہائے نظر: صحیح بخاری کے تناظر میں" کے مطالعہ سے درج ذیل سفارشات اخذ کی گئی ہیں۔

1. "کتاب الطب" صحیح بخاری کا اہم ترین حصہ ہے اور صحیح بخاری کا درجہ قرآن مجید کے بعد ہے لہذا "کتاب الطب" صحیح بخاری کو میڈیکل اور طبیہ کالجز میں بطور نصاب شامل کیا جائے اور اس سے استفادہ کے لیے طریقہ کار وضع کیا جائے، تاکہ طلباء شہد، کلو نجی اور دیگر طبی موضوعات سے کما حقہ مستفید ہو سکیں۔
2. متعدی امراض پھوٹنے کی صورت میں شہد کو ہر شہری کے لیے لازم قرار دیا جائے۔
3. شہد جن کی طبی افادیت قرآن مجید، حدیث مبارکہ اور جدید و قدیم طب میں ذکر ہوئی ہیں، ان چیزوں کی افادیت عوام تک پہنچانے کا اہتمام حکومت وقت کرے اور مذکورہ بالا چیزوں کی مزید طبی تحقیق کے لیے اطباء کی زیر نگرانی طبی ادارے قائم کر کے ان میں ریسرچ سنٹر قائم کیے جائیں۔
4. دل اور دماغ کی صحت کو برقرار رکھنے کے لیے کلو نجی اور شہد کا مناسب طریقے سے استعمال دنیا کے دیگر طریقہ ہائے علاج پر حاوی ہیں لہذا ایسے ہسپتال قائم کیے جائیں جہاں ایک طرف مذکورہ ادویہ پر مزید تحقیق ہوں اور دوسری طرف ان ادویہ کو دل اور دماغ کے مریضوں پر استعمال کیا جائے۔
5. وبائی امراض میں شہد کا استعمال وائرسز (Viruses) سے تحفظ کے لیے بہترین اور مکمل دواء ہے۔
6. مقالہ ہذا کی تحقیق کے دوران درج ذیل عنوانات پر کام کرنے کی ضرورت محسوس ہوتی ہے:
(1) "شہد" صحاح ستہ کی روشنی میں ایک تحقیقی و تجزیاتی مطالعہ

- (2) "شہد" منتخب شروع صحیح بخاری کی روشنی میں ایک تحقیقی و تجزیاتی مطالعہ
- (3) "طب نبوی منتخب شروع" سنن اربعہ کی روشنی میں ایک تحقیقی و تجزیاتی مطالعہ

حواشی و حوالہ جات:

- ¹ ابن حجر عسقلانی، احمد بن علی، فتح الباری شرح صحیح البخاری (بیروت: دار المعرفہ، 1379ھ)، 10:140۔
Ibn Hajar al-‘Asqalānī, Aḥmad bin Alī, *Fath al-Bārī, Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (Beirut: Dār al-Ma‘rifah, 1379 AH), 10:140.
- ² بدر الدین عینی، ابو محمد محمود بن احمد، عمدۃ القاری شرح صحیح البخاری (بیروت: دار احیاء التراث العربی، سن)، 21:232۔
Badr al-Dīn ‘Aynī, Abū Muḥammad Maḥmūd bin Aḥmad, *‘Umdah al-Qārī Sharḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (Beirut: Dār Iḥyā’ al-Turāth al-‘Arabī, N.D.), 21:232.
- ³ ملک بشیر احمد، پاکیزہ شہد، پاکیزہ زندگی (لاہور، سنن آباد، ہدی اکیڈمی، سٹریٹ 43، گلزیب کالونی، سن)، 43۔
Mālik Bashīr Aḥmad, Pākīza Shahad, *Pākīza Zindagī* (Lahore, Samanabad, Hūdā Academy, Street 43, Gulzeb Colony, N.D.), 43.
- ⁴ <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2095754825000195>, accessed on 27.03.2025
- ⁵ سوہدروی، حکیم راحت نسیم، شہد اور کلونجی (لاہور: عمیر عثمان شفیق پریس بیت حکمت، 2013ء)، 48۔
Suhadravī, Ḥakīm Raḥat Naseem, *Honey and Kalonji* (Lahore: Umāir Uthmān Shafīq Press Bait Ḥikmat, 2013), 48.
- ⁶ القرآن، 16:69۔
Al-Qur’ān, 16:69.
- ⁷ سید ابوالاعلیٰ مودودی، تفہیم القرآن (لاہور: منصورہ ادارہ ترجمان القرآن، 2002ء)، 2:552-553۔
Sayyid Abū al-‘Alā Maudūdī, *Tafhīm al-Qur’ān* (Lahore: Mansoor Institute of Interpretation of the Qur’ān, 2002), 2: 552-553.
- ⁸ صحیح البخاری، کتاب الطب، باب الشفاء فی ثلاث، حدیث: 5680۔
Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, Kitāb al-Ṭibb, Chāpter al-Shifā’ fī Thalās, Ḥadīth: 5680.
- ⁹ صحیح البخاری، کتاب الطب، باب الدواء بالعسل، حدیث: 5684۔
Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, Kitāb al-Ṭibb, Chābter of Medicine, al-‘Āsl, Ḥadīth: 5684.
- ¹⁰ سنن ابن ماجہ، کتاب الطب، حدیث: 3452۔
Sunan Ibn Mājah, Kitāb al-Ṭibb, Ḥadīth: 3452.
- (یہ حدیث ضعیف ہے۔ کیونکہ اس حدیث کے راویوں میں ابواسحاق مدلس ہیں اور عن سے بیان کر رہے ہیں۔ سماع کی تصریح بھی نہیں ہے۔ پیچھے سفیان بھی مدلس ہیں۔)
- ¹¹ شمس الدین ابن قیم الجوزی، الطب النبوی (بیروت: دار الہلال-س-ن)، 1:28۔
Shams al-Dīn Ibn al-Qayyim al-Jawzī, *al-Ṭibb al-Nabawī* (Beirut: Dār al-Hilāl), 1:28.
- ¹² سنن ابن ماجہ، کتاب الطب، رقم الحدیث: 3450۔
Sunan Ibn Mājah, Kitāb al-Ṭibb, Ḥadīth: 3450.
- ¹³ صحیح البخاری، کتاب تفسیر القرآن، حدیث 4219۔
Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, Kitāb Tafṣīr al-Qur’ān, Ḥadīth: 4219.

**Importance of Honey for Hygiene and Modern Medical Perspectives:
In the Context of Ṣaḥīḥ Bukhārī**

- ¹⁴ _ محمد عمران منغل، نشہ اور اس کا سدباب، ماہنامہ الشریعہ (گوجرانوالہ، الشریعہ اکیڈمی، نومبر، 2014ء)، جلد 25، شمارہ 11، ص 57۔
Muhammad Imrān Mughal, *Addiction and its Prevention*, Monthly Sharī'ah (Gujranwāla, Sharī'ah Academy, November, 2014), Volume 25, Issue 11, P. 57.
- ¹⁵ _ غزنوی، ڈاکٹر خالد، طب نبوی اور جدید سائنس (لاہور: الفیصل ناشران و تاجران کتب، اردو بازار، مئی 1989ء)، 1:180۔
Ghaznawī, Dr. Khalīd, *Prophetic Medicine and Modern Science* (Lahore: Al-Faisal Publishers and Book Dealers, Urdu Bāzār, May 1989), 1:180.
- ¹⁶ _ سوہدروی، راحت نسیم، شہد اور کلونجی (لاہور: عمیر عثمان شفیق پریس، بیت الحکمت، 2016ء)، 52-88۔
Suhadravī, Raḥat Naseem, *Honey and Kalonjī* (Lahore: Umāir Usmān Shafīq Press, Bait al-Ḥikmat, 2016), 52-88.
- ¹⁷ <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2095754825000195>, accessed on, 26.03.2025
- ¹⁸ القرآن، 16:69۔
- Al-Qur'an, 16:69.
- ¹⁹ _ شہاب الدین القطلانی، احمد بن محمد، ارشاد الساری لشرح صحیح البخاری (مصر: الکبری الامیریہ 1323ھ)، 8:363۔
Shihāb al-Dīn al-Qaṣṭalānī, Aḥmad ibn Muḥammad, *Arshad al-Sārī's commentary on Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (Egypt: Al-Kubrā al-Āmirīyah, 1323 AH), 8:363.
- ²⁰ - فتح الباری، 10:140۔
- Fath al-Bari*, 10: 140.
- ²¹ - عمدۃ القاری، 21:232۔
- Umdah al-Qārī*, 21:232.
- ²² - صحیح البخاری، کتاب الطب، حدیث: 5684۔
- Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, Kitāb al-Ṭīb , Ḥadīth: 5684.
- ²³ - خان، مولانا سلیم اللہ، کشف الباری عمافی صحیح البخاری (کراچی: شاہ فیصل کالونی نمبر 4: مکتبہ فاروقیہ، سن 20:722۔
Khān, Maulānā Salīmullāh, *Kāshif al-Bārī Ammā fī Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (Karachi: Shah Faisal Colony No. 4: Maktabah Farūqīyyah, N.D), 20:722
- ²⁴ - سعیدی، مولانا غلام رسول، نعمة الباری فی شرح صحیح البخاری (لاہور: فرید بک سٹال 38 اردو بازار، سن 12:69۔
Saeedī, Maulānā Ghulām Rasūl, *Nīmat al-Bārī fī Sharḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (Lahore: Farīd Book Stall 38, Urdu Bāzār), 12:69.
- ²⁵ - حماد، حافظ عبدالستار، ہدایۃ القاری شرح صحیح البخاری (لاہور: مکتبہ دارالسلام، 2019ء)، 8:579-580۔
Ḥammād, Ḥafīz Abdu-l-Sattār, *Hidāyat al-Qārī Sharḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (Lahore: Maktabah Dar-ul-Salām, 2019), 579-580.