

اسلام میں دنیا کی بھی سلامتی اور آخرت کی بھی

## منہ بولتا ثبوت

”مرید کے (جی این این) جدید تحقیقات کے مطابق دنیا بھر میں مسلمان سب سے کم خطرناک بیماریوں کا شکار ہوتے ہیں۔ خطرناک بیماریوں کا سب سے زیادہ شکار یہودی، دوسرے نمبر پر عیسائی، تیسرے نمبر پر سکھ اور ہندو، چوتھے نمبر پر خلف نوٹس جیلہ مسلمان صرف ۵ فیصد سے بھی کم ہوتے ہیں۔ ”جی این این“ کے سروے کے مطابق اگر دنیا میں کل سو کینسر کے مریض ہوں تو مذہبی لحاظ سے ۴۰ فیصد یہودی، ۳۰ فیصد عیسائی، ۱۵ فیصد ہندو سکھ، ۱۰ فیصد مختلف قوموں کے افراد جبکہ مسلمان صرف ۵ فیصد اس موذی مرض کا شکار ہوں گے۔ تحقیقات کے مطابق مسلمان اس موذی مرض سے روزانہ ”مسواک“ کرنے کے عمل سے بچتا ہے۔ منہ کے اندر ایسے اجزاء اور جراثیم جو ٹوتھ پیسٹ اور ٹوتھ برش سے چ نکلتے ہیں۔ مسواک کے باریک ریشوں کی مدد سے دفع ہو جاتے ہیں۔ جس کی وجہ سے مسلمان منہ اور معدے کے کینسر سے بچ رہتے ہیں۔ مسلمانوں کی صحت کا دوسرا راز تہجد کی نماز میں ہے۔ تحقیقات کے مطابق تہجد کی نماز چار گھنٹے کی ورزش کا متبادل ثابت ہوتی ہے کیونکہ یہ مذہبی فریضہ

سورج نکلنے سے تین یا چار گھنٹے قبل ادا کیا جاتا ہے۔ اس وقت فضا میں  
 وافر آکسیجن ہوتی ہے۔ یہ مذہبی فریضہ ۵ منٹ میں مکمل ہوتا ہے۔  
 تحقیقات کے مطابق اگر دنیا میں آنکھوں اور دماغ کے سو مریض ہوں  
 تو ۲۰ فیصد عیسائی ۲۵ فیصد ہندو سکھ ۷۱ فیصد مختلف دوسری قومیں اور  
 صرف ۳ فیصد مسلمان ہو گئے۔ کیونکہ مسلمان جب پنجگانہ نماز  
 جو کہ ایک مذہبی فریضہ ہے کے دوران نمازی جب سجدہ کرتے ہیں  
 تو اس عمل سے پاؤں میں موجود خون پاؤں میں رہتا ہے سر اور  
 آنکھوں میں ہی رہتا ہے جس سے انکی جسمانی اور روحانی ورزش مکمل  
 ہو جاتی ہے۔ جس سے دماغ اور آنکھوں کی بیماریوں سے مسلمان بچ  
 رہتے ہیں۔ نماز سے قبل وضو جس سے مسلمان ہاتھ منہ اور پاؤں  
 اچھی طرح دن میں پانچ وقت دھو لیتے ہیں۔ جس سے ہر قسم کے  
 جراثیم خارج ہو جاتے ہیں۔ تحقیقات کے مطابق حیران کن بات  
 سامنے آئی ہے کہ مسلمانوں میں دوسری قوموں کی نسبت منہ کی  
 بیماریاں بہت کم ہیں کیونکہ مسلمان کا دین اسلام ”جماعی“ لیتے وقت  
 منہ پر ہاتھ رکھنا دیکھا جاتا ہے جبکہ دنیا کے دوسرے مذاہب اس کی  
 تعلیم نہیں دیتے اگر منہ پر ہاتھ نہ رکھا جائے تو ہوا میں موجود ”وائرس  
 اور بیکٹیریا“ منہ میں داخل ہو کر دانتوں، مسوڑھوں کو نقصان پہنچاتے  
 ہیں جس سے پہلے دانتوں میں کیڑا لگتا ہے۔ بعد میں دانت بہت جلد  
 گر جاتے ہیں چاہے کتنی باقاعدگی سے نو تھ پیسٹ کیا جائے اس  
 چھوٹے سے عمل سے مسلمانوں میں یہ بیماری بہت کم پائی جاتی ہے۔“  
 (بشکریہ نوائے وقت ۲ دسمبر ۱۹۹۹ء)