ePamphlet

حجامہ

Cupping Therapy

Health Care Unit
AL-HUDA International

© AL-HUDA INTERNATIONAL WELFARE FOUNDATION

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

حجامہ

حجامہ ایک قدیم طریقۂ علاج ہے جسے پچھنے لگانا، سینگی لگانا اور Cupping Therapy بھی کہا جاتا ہے۔ رسول اللہ ﷺ نے خود بھی اسے اختیار فرمایا اور امت کو بھی اس کی ترغیب دی۔ مسلمان اطباء میں ابن القیم الجوزیہ، ابوالقیس، ابنِ سینا اور الزاہروی نے حجامہ پر مزید تحقیق کر کے اس کے بہت سے فوائد لکھے ہیں۔

یہ طریقۂ علاج قدیم یونانی، مصری اور چینی تہذیبوں میں بھی مختلف صورتوں میں رائج رہا ہے۔ چین میں یہ قومی طریقۂ علاج ہے۔ حجامہ عرب، افریقہ اور جنوب مشرقی ایشیا میں بھی طویل عرصہ سے رائج ہے۔ امریکہ اور یورپ کی یونیورسٹیوں میں متبادل طریقۂ علاج (Alternative Medicine) کے طلباء کو حجامہ پڑھایا اور سکھایا جاتا ہے۔

حجامہ کی افادیت

حجامہ کروانا نہ صرف اللہ کے اذن سے بیمار کو شفا دیتا ہے بلکہ بیماریوں سے بچاؤ کے لیے بھی مفید ہے۔ حجامہ جسم سے زہریلے مادوں کے اخراج (Detox) کا بہترین ذریعہ ہے۔ مختلف جسمانی بیماریوں کا سبب بننے والے ان زہریلے اجزاء کو حجامہ کے ذریعے فاسد خون سمیت نکال دیا جاتا ہے، جس کے نتیجے میں جسم چاک و چوبند اور صحت مند ہو جاتا ہے۔

حجامہ کی اہمیت احادیث رسول ﷺ کی روشنی میں

حجامہ بہترین علاج

* رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: بہترین علاج جو تم کرتے ہو وہ حجامہ کروانا اور عودِ ہندی (قسط البحری) کا استعمال کرنا ہے۔ (صحیح البخاری:5696)

معراج کے موقع پر فرشتوں کی تاکید

* رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: معراج کی رات میں فرشتوں کی جس جماعت کے پاس سے بھی گزرا اس نے یہی کہا، اے محمد (ﷺ)! اپنی امت کو حجامہ کروانے کا حکم دیجیے۔ (سنن ابن ماجہ:3479)

تین مفید دوائیں

* رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اگر تمہاری دواؤں میں کوئی دوا مفید ہے تو وہ شہد کا پینا اور حجامہ کروانا یا آگ سے داغ لگانا ہے اور مجھے آگ سے داغ لگانا پسند نہیں۔ (صحیح البخاری:5702)

بلڈ پریشر کا علاج

* رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: جب تم میں سے کسی کا خون بھڑکنے لگے (یعنی بلڈ پریشر بلند ہو جائے) تو وہ حجامہ کروائے کیونکہ خون کے جوش مارنے سے آدمی کی موت واقع ہو سکتی ہے۔ (السلسلة الصحيحة:2747)

عورتوں کا حجامہ کروانا

* سیدہ ام سلمہؓ نے نبی کریم ﷺ سے حجامہ کروانے کی اجازت چاہی تو نبی ﷺ نے ابوطیبہ کو حکم دیا کہ وہ انہیں حجامہ کرے (ابوطیبہ ان کا رضاعی بھائی تھا یا نابالغ لڑکا تھا)۔ (صحیح مسلم:5744)

آدھے سر کے درد کا علاج

* رسول اللہ ﷺ نے حالتِ احرام میں اپنے سر میں حجامہ کروایا آدھے سر کے درد (شقیقہ) کی وجہ سے جو آپ ﷺ کو ہو گیا تھا۔ (صحیح البخاری:5701)

حجامہ کروانے کے مسنون مقامات

سر کے وسط میں

* رسول اللہ ﷺ نے مکہ کے راستے میں مقام لَحْیِ جَمَل میں اپنے سر کے بیچ میں حجامہ کروایا۔ (صحیح البخاری:5698)

گردن کے دونوں جانب کی رگوں پر

* سیدنا انسؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے گردن کے دونوں اطراف کی رگوں پر اور کندھوں کے درمیان (کمر کے شروع میں) تین مرتبہ حجامہ کروایا۔ (سنن أبي داؤد:3860)

سُرین

* رسول اللہ ﷺ نے درد ہونے کی وجہ سے اپنی سرین (Hip) پر حجامہ کروایا۔ (سنن أبي داؤد:3863)

پاؤں کی پشت پر

* رسول اللہ ﷺ نے بحالت احرام اپنے پاؤں کی پشت پر، ایک تکلیف کی وجہ سے حجامہ کروایا۔ (سنن أبي داؤد:1837)

روزے کی حالت میں حجامہ کروانا

* سیدنا ابن عباسؓ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے روزہ کی حالت میں حجامہ کروایا۔ (صحیح البخاری:1939)

(ایسا روزہ دار جو کمزور ہے اور حجامہ کروانے کے بعد کمزوری برداشت نہ کر سکنے کا اندیشہ ہے تو بہتر ہے وہ روزے کی حالت میں حجامہ نہ کروائے)

حجامہ کروانے کا بہترین وقت

* رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: نہار منہ (خالی معدہ) حجامہ کروانا زیادہ

مفید ہے اس میں شفا اور برکت ہے۔ یہ ذہانت بڑھاتا اور قوتِ حافظہ تیز کرتا ہے۔ (سنن ابن ماجه:3487)

حجامہ کے لیے بہترین تاریخیں

* رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: جو شخص چاند کی سترہ، انیس اور اکیس تاریخ کو حجامہ کروائے تو اسے ہر بیماری سے شفا ہوگی۔ (سنن أبی داؤد: 3861)

حجامہ کے لیے ممنوع دن

* رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اللہ برکت دے! جمعرات کو حجامہ کروایا کرو اور بدھ، جمعہ، ہفتہ اور اتوار کے روز حجامہ کروانے سے پرہیز کرو۔ پیر اور منگل بھی (بہتر ہیں) اس لیے کہ اللہ تعالیٰ نے اسی دن پیغمبر ایوبؑ کو بیماری سے شفا عطا فرمائی اور بدھ کو انہیں آزمائش میں مبتلا کیا تھا اور برص (پھلبہری) اور جذام (کوڑھ) کے امراض بدھ کے دن یا رات کو ظاہر ہوتے ہیں۔ (سنن ابن ماجه: 3487)

حجامہ کرنے والا کون ہو؟

حجامہ کرنے والے کا ماہر اور محتاط ہونا

* حجامہ کرنے والا شخص ایسا ماہر ہونا چاہیے جو علم الامراض، علم الابدان، علم الاعضاء اور علم العلاج پر عبور رکھتا ہو۔
* رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: جو یونہی (بغیر علم کے) طبیب بن کر علاج کرے اور وہ طب وعلاج معالجے میں مشہور نہ ہو تو وہ (متوقع خرابی کا) ذمہ دار ہے۔ (سنن أبی داؤد: 4586)

جوان، حوصلہ منداور مضبوط اعصاب والا ہو

* نافعؒ کہتے ہیں کہ سیدنا ابن عمرؓ نے فرمایا: اے نافع! میرے خون میں جوش پیدا ہو رہا ہے اس لیے حجّام کو میرے پاس لاؤ۔ جوان کو لانا، بوڑھے یا کم عمر بچے کو نہ لانا۔ (سنن ابن ماجه: 3488)

حفظانِ صحت کے اصولوں کا پابند ہو

حجّام کا صفائی اور حفظان صحت کے اصولوں پر سختی سے کاربند ہونا لازمی ہے۔ وہ تمام آلات حجامہ مثلاً ویکیوم پمپ، کپس (Cups) دستانے (Disposable Gloves) اور بلیڈ (Blade) کو استعمال کے بعد مناسب اور محفوظ طریقے سے صاف یا ضائع کرنا بھی جانتا ہو۔

مریض کے امراض کی تفصیل سے واقف ہو

حجامہ کرنے والے کو مریض کی بیماریوں مثلاً ذیابیطس ہیموفیلیا، سرطان، دل اور جگر کے امراض وغیرہ کی کیفیت سے متعلق اچھی طرح معلوم کر لینا ضروری ہے۔

اسی طرح حجّام خوف زدہ شخص کا بھی حجامہ نہ کرے، جب تک کہ یہ یقین نہ ہو جائے کہ مریض پرسکون ہے اور علاج کے لیے تیار ہے۔

حجامہ کا طریقہ علاج بہت سے جسمانی اور نفسیاتی امراض میں فائدہ مند ہے کچھ کا ذکر درج ذیل ہے:

* سر درد، دردِ شقیقہ (Migraine)
* جوڑوں کا درد (Arthritis)، ورم کا آجانا اور ہڈیوں کے دیگر امراض
* خون میں کولیسٹرول کی زیادتی
* بلند فشار خون (High Blood Pressure)
* الرجی، دمہ اور نظام تنفس کے دیگر امراض
* جلد کے امراض
* خواتین کے مخصوص امراض مثلاً حیض کی بے قاعدگی یا بندش
* عرق النساء (Sciatica)
* موٹاپا، ہاتھوں کا سُن ہو جانا
* ایڑیوں کا درد، گردن اور کندھے کا درد، تمام جسم میں درد
* سردی میں بار بار زکام کا ہونا

حجامہ کروانے سے دورانِ خون بہتر ہوتا ہے جس سے قوتِ مدافعت کو بھی تقویت ملتی ہے۔ دوسرے تمام رائج علاجوں کے مقابلے میں حجامہ درد کے بغیر اور مضر اثرات (Side Effects) سے محفوظ، فوری نتائج کے ساتھ کامیاب اور آسان طریقۂ علاج ہے۔ جسمانی بیماریوں کے علاوہ ذہنی تناؤ، ڈپریشن، جادو اور بعض نفسیاتی بیماریوں میں بھی حجامہ بے حد مفید ہے۔

مندرجہ ذیل مریضوں کو حجامہ نہیں کروانا چاہیے

* کمزور اور بہت زیادہ دبلے پتلے افراد
* بہت بوڑھے اور چھوٹے بچے جب تک اشد ضرورت نہ ہو
* جگر کے شدید امراض میں مبتلا افراد
* وہ افراد جو Dialysis پر ہوں
* دل کا والو تبدیل کروانے والے
* حاملہ عورت، ابتدائی تین ماہ میں
* ہیموفیلیا اور اس طرح کی دیگر بیماریاں جن میں خون نہیں رکتا حجامہ نہ کروائیں۔
* خون پتلا کرنے والی ادویہ استعمال کرنے والے حجامہ سے دو دن پہلے دوا بند کر دیں اور حجامہ کے بعد شروع کریں۔
* قے ہو جانے کے فوری بعد حجامہ نہ کروائیں۔
* نشہ آور ادویات استعمال کرنے والے کو حجامہ نہیں کروانا چاہیے جب تک کہ وہ ان کا استعمال ترک نہ کرے۔
* ذیابیطس کے مریض کا جب حجامہ کرنا ہو تو احتیاط رہے کہ شوگر کنٹرول ہو اور کٹس (Cuts) بالکل ہلکے لگائے جائیں۔

یاد رہے:

متوازن غذا کا استعمال، مثبت سوچ اور ورزش کرنے سے حجامہ کی افادیت کو مزید بڑھایا جا سکتا ہے۔

AL-HUDA New Products

الہدیٰ پبلی کیشنز (پرائیوٹ) لمیٹڈ

7-اے کے بروہی روڈ H-11/4 اسلام آباد، پاکستان +92-51-4866150-1 +92-51-4866125-9

کراچی: +92-21-35844041 لاہور: +92-42-35239040-1

www.alhudapublications.org | www.alhudapk.com

www.farhathashmi.com

06010117

AL-HUDA Publications (Pvt) Ltd.

© AL-HUDA INTERNATIONAL WELFARE FOUNDATION