சென்னை மாவட்ட
அஹ்லுஸ்ஸுன்னத் வல்ஜமா அத்
ஜமா அத்துல் உலமா பேரவை

CHENNAI DIST
AHLUS SUNNATH WAL JAMA'ATH
JAMA'ATHUL ULAMA PERAVAI
Regd-No - 313/99

No.8,Angappan Street, chennai-600 001. www.ulama.in E-mail: jamathululama.chennai@gmail.com

தலைவர்
மவ்லவி அல்ஹாஜ்
K.M. ஸைய்யது அபுதாஹிர் ஸிராஜி
செல்: 9444494628

செயலாளர்
மவ்லவி அல்ஹாஜ்
A. காஜா முயீனுத்தீன் ஜமாலி M.A.M.Phil
செல்: 9841972722

பொருளாளர்
அல்ஹாபிழ், அல்ஹாஜ்
K.A. காதர் முஹ்யித்தீன் மிஸ்பாஹி M.A
செல்: 9884431344

WWW. ULAMA. IN என்ற முகவரியிலும் BAYAN NOTES எடுக்கலாம்

بسم الله الرحمن الرحيم

நோய் வராமல் தடுக்க, ஆரோக்கியத்தைப் பாதுகாக்க நபி ஸல் கூறிய அறிவுரைகள்

13–03–2020
RAJAB - 17

பலவித நோய்கள் பரவிக் கொண்டிருக்கும் இந்தக் கால கட்டத்தில் மனிதனின் ஆரோக்கியத்தை பாதுகாக்க நபிகள் நாயகம் ஸல் காட்டிய வழிமுறைகள் ஒவ்வொன்றும் இன்று மருத்துவர்கள் கூறும் ஆலோசனைகளக்கு எந்த அளவு ஒத்துப் போகிறது என்பதையும் குறிப்பாக கொரேனா வைரஸ் குறித்து இன்று மருத்துவர்கள் கூறும் விழிப்புணர்வுகளும் அறிவுரைகளும் நபி ஸல் அவர்களின் நபிமொழிகளை வழிமொழியக் கூடியதாக உள்ளன.

கொரோனா வைரஸ் பரவாதிருக்க கைகளை அடிக்கடி நன்கு கழுவும்படி என மருத்துவர்கள் கூறுகின்றனர்

عَنْ سَلْمَانَ قَالَ قَرَأْتُ فِي التَّوْرَاةِ أَنَّ بَرَكَةَ الطَّعَامِ الْوُضُوءُ بَعْدَهُ فَذَكَرْتُ ذَلِكَ للنَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَأَخْبَرْتُهُ بِمَا قَرَأْتُ فِي التَّوْرَاةِ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بَرَكَةُ الطَّعَامِ الْوُضُوءُ قَبْلَهُ وَالْوُضُوءُ بَعْدَهُ (ترمذي)الْوُضُوء): أَيْ غَسْل الْيَدَيْنِ وَالْفَم مِن الزُّهُومَة إِطْلَاقًا لِلْكُلِّ عَلَى الْجُزْء مَجَازًا

இங்கே உளூ என்பதன் பொருள் உணவுக்கு முன்னாலும் பின்னாலும் கைகளை கழுவி, வாய் கொப்பளித்தல் என்பதாகும். தூங்கி எழுந்தவுடன் கைகளைக் கழுவுவது நபி ஸல் கூறிய அறிவுரையாகும்.

عَنْ أَبِى هُرَيْرَةَ أَنَّ النَّبِىَّ صلى الله عليه وسلم قَالَ إِذَا اسْتَيْقَظَ أَحَدُكُمْ مِنْ نَوْمِهِ فَلاَ يَغْمِسْ يَدَهُ فِى الإِنَاءِ حَتَّى يَغْسِلَهَا ثَلاَثًا فَإِنَّهُ لاَ يَدْرِى أَيْنَ بَاتَتْ يَدُهُ (مسلم)

நடந்த சம்பவம்- ஒரு ஆட்டோ டிரைவர் தன் ஆட்டோவை ஒரு ஹோட்டலுக்கு முன்னால் நிறுத்தி விட்டு சாப்பிடச் சென்றார். டயரில் காற்று உள்ளதா என்று பரிசோதித்து விட்டு உள்ளே சென்றார். பொதுவாக இதுபோன்றவர்களிடம் கை கழுவும் பழக்கம் இருப்பதிலை. சற்று நேரத்தில் ஹோட்டல் உணவை சாப்பிட்டவுடன் வாந்தி ஏற்பட்டு மயங்கி விழுந்து இறந்தார். உடனே அவரின் உறவினர்கள் ஒன்று கூடி விட்டனர். ஹோட்டல் மீது புகார் கூறினர். ஆனால் பரிசோதித்துப் பார்த்ததில் ஹோட்டல் உணவில் எந்த விஷமும் இல்லை. பிறகு தான் தெரிந்தது. அவர் ஆட்டோவை ஓட்டி வரும்போது டயரில் ஒரு விஷப்பூச்சி பட்டு நசுங்கி செத்து விட்டது. அதன் விஷம் அந்த டயரில் ஒட்டிக் கொண்டது. இந்த விஷயம் தெரியாமல் அவர் கடைசி நேரத்தில் டயரை பரிசோதித்து விட்டு அந்தக் கைகளை கழுவாமல் சாப்பிட்டதால் கையில் ஒட்டிய விஷம் வயிற்றுக்குள் சென்றதால் அவர் இறந்தார் என்பது பிறகு தெரிய வந்தது.

மிஸ்வாக் செய்வதற்கும் இதய நோய்கள் நீங்குவதற்கும் சம்பந்தம் உண்டு

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَوْلَا أَنْ أَشُقَّ عَلَى أُمَّتِي أَوْ عَلَى النَّاسِ لَأَمَرْتُهُمْ بِالسِّوَاكِ مَعَ كُلِّ صَلَاةٍ (بخاري) 612

عَنِ الْمِقْدَامِ بْنِ شُرَيْحٍ عَنْ أَبِيهِ قَالَ سَأَلْتُ عَائِشَةَ قُلْتُ بِأَىِّ شَىْءٍ كَانَ يَبْدَأُ النَّبِىُّ -صلى الله عليه وسلم- إِذَا دَخَلَ بَيْتَهُ قَالَتْ بِالسِّوَاكِ. (مسلم) 613

சமீபத்தில் ஒரு விழாவில் அப்துல்ஹமீத் பாகவி ஹழ்ரத் பேசியது-

முந்தைய காலங்களில் நம் முன்னோர்கள் மிஸ்வாக் அதிகம் பயன்படுத்தினர். அதனால் பல் சம்பந்தப்ப்பட நோய்கள் அவ்வளவாக இல்லை. ஆனால் இப்போது கெமிக்கல் கலந்த பேஸ்ட், பிரஷ்களை பயன்படுத்துவதால் பல் நோய்கள் பெருகி விட்டன. டாக்டர் இக்பால் என்பவர் கூறும்போது என்னிடம் ஒருவர் வந்து தனது இருதயத்தில் ஓட்டை இருப்பதாக கூறினார். அவர் வேறு சில மருத்துவர்களிடம் சென்றபோது அவர்கள் ஆபரேஷன் செய்ய வேண்டும் என்று கூறியதாக வருத்தப்பட்டார். அவரிடம் நான் இது பெரிய பிரச்சினை அல்ல. நீங்கள் மிஸ்வாக் குச்சி மூலம் செய்யுங்கள். மேலும் மிஸ்வாக் குச்சியை வேக வைத்து அந்த நீரை அருந்துங்கள். சில நாட்களில் குணமாகி விடும் என்றேன் அவரும் அவ்வாறே செய்தார். நான் கூறியபடி அவரது நோய் குணமடைந்த து. இது எப்படி என்ற அவரது கேள்விக்கு நான் விளக்கம் கூறினேன் அதாவது உங்களுடைய பல்லில் செப்டிக் ஆகி சீழ் வடிந்து கொண்டிருந்தது. இந்தப் பல்லுக்கும் இதயத்திற்கும் சம்பந்தம் உண்டு. உங்களுடைய பல்லில் ஏற்பட்ட நோய் இதயத்தையும் தாக்கியுள்ளது. நீங்கள் மிஸ்வாக்கை பயன்படுத்தியதால் சீழ் வடிவது நின்று விட்டது என்று நான் விளக்கம் கூறினேன்.

மிருதுவான படுக்கைகளால் முதுகு வலி வரும்

ففي صحيح البخاري ..... قال عمر رضي الله عنه فَدَخَلْتُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَإِذَا هُوَ مُضْطَجِعٌ عَلَى رِمَالِ حَصِيرٍ لَيْسَ بَيْنَهُ وَبَيْنَهُ فِرَاشٌ قَدْ أَثَّرَ الرِّمَالُ بِجَنْبِهِ مُتَّكِئًا عَلَى وِسَادَةٍ مِنْ أَدَمٍ حَشْوُهَا لِيفٌ... (بخاري) 5191

أَهْدَى رَجُلٌ مِنْ أَصْحَابِ رَسُولِ اللَّهِ -صلى الله عليه وسلم- وَكَانَ مِنْ عُمَّالِ عُمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ رَضِىَ اللَّهُ عَنْهُ نُمْرُقَتَيْنِ لاِمْرَأَةِ عُمَرَ رَضِىَ اللَّهُ عَنْهُ فَدَخَلَ عُمَرُ فَرَآهُمَا فَقَالَ مِنْ أَيْنَ لَكِ هَاتَيْنِ اشْتَرَيْتِهِمَا أَخْبِرِينِى وَلاَ تَكْذِبِينِى قَالَتْ بَعَثَ بِهِمَا إِلَىَّ فُلاَنٌ فَقَالَ قَاتَلَ اللَّهُ فُلاَنًا إِذَا أَرَادَ حَاجَةً فَلَمْ يَسْتَطِعْهَا مِنْ قِبَلِى أَتَانِى مِنْ قِبَلِ أَهْلِى فَاجْتَبَذَهُمَا اجْتِبَاذًا شَدِيدًا مِنْ تَحْتِ مَنْ كَانَ عَلَيْهِمَا جَالِسًا فَخَرَجَ يَحْمِلُهُمَا فَتَبِعَتْهُ جَارِيَتُهَا فَقَالَتْ إِنَّ صُوفَهُمَا لَنَا فَفَتَقَهُمَا وَطَرَحَ إِلَيْهَا الصُّوفَ وَخَرَجَ بِهِمَا فَأَعْطَى إِحْدَاهُمَا امْرَأَةً مِنَ الْمُهَاجِرَاتِ وَأَعْطَى الأُخْرَى امْرَأَةً مِنَ الأَنْصَارِ. (سنن الكبري للبيهقي)

உமர் ரழி அவர்கள் வீட்டில் தலை வைத்து உறங்குவதற்கு மிருதுவான தலையனை கூட இல்லாத தை அறிந்து அவர்களின் அதிகாரிகளில் ஒருவர் உமர் ரழி வீட்டில் இல்லாத நேரத்தில் இருண்டு மிருதுவான தலையனைகளைக் கொடுத்து விட்டுச் சென்றார். உமர் ரழி அவர்கள் வந்தவுடன் இது எப்படி வந்தது என மனைவியிடம் கேட்டார்கள். அந்த மனைவி பயந்தபடி இது நான் விலைக்கு வாங்கியது என பதில் கூறினார்கள். உமர் ரழி அவர்கள மிரட்டிக் கேட்டவுடன் உண்மையைக் கூற, கோபமடைந்த உமர் ரழி அவர்கள் என் மூலமாக

அனுகுவதற்கு முடியாமல் என் வீட்டினர் மூலமாக அன்பளிப்புகளைத் தர நினைக்கிறார்களா என்று கூறிய படி அந்த இரு தலையனைகளின் மீதும் குடும்பத்தினர் ஒருவர் சாய்ந்து உட்கார்ந்திருக்கும்போதே அவ்விரண்டையும் பலமாக உருவிக் கொண்டு வெளியே சென்றார்கள். உடனே உமர் ரழி அவர்களின் பணிப்பெண் ஓடிச் சென்று தலையனையின் மேலுறை நம்முடையது என்று அதை மட்டும் உருவிப் போட்டு விட்டு அவ்விரு தலையனைகளையும் இரு ஏழைகளுக்கு அன்பளிப்பாக கொடுத்து விட்டார்கள்.

ஒரு முஸ்லிம் டாக்டர் கூறுகிறார். என்னிடம் முதுகு வலி என்று வருபவர்களையெல்லாம் நான் விசாரித்துத் தெரிந்து கொண்டு ஆச்சரியப்பட்டேன். அவர்கள் அனைவரும் சற்றும் அழுத்தமே இல்லாத மிருதுவான பட்டு மெத்தையில் உறங்குபவர்களாக இருப்பது தான் அவர்களின் முதுகு வலிக்குக் காரணம். கொஞ்சமேனும் அழுத்தம் இருக்க வேண்டும். பாயில் படுப்பவர்களுக்கு வராத முதுகு வலி பட்டு மெத்தையில் உறங்குபவர்களுக்கு வரும். குழந்தைகளை நாம் அவ்வாறு பழக்கப் படுத்துவதால் சிறுவயதிலேயே எலும்புகள் வலைந்து பிற்காலத்தில்

வெண்மையான ஆடை ஆரோக்கியத்திற்கும் சிறந்தது

عَنْ سَمُرَةَ بْنِ جُنْدَبٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْبَسُوا الْبَيَاضَ فَإِنَّهَا أَطْهَرُ وَأَطْيَبُ وَكَفِّنُوا فِيهَا مَوْتَاكُمْ (ترمذي)عَنْ أَبِي الدَّرْدَاءِ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنَّ أَحْسَنَ مَا زُرْتُمْ اللَّهَ بِهِ فِي قُبُورِكُمْ وَمَسَاجِدِكُمْ الْبَيَاضُ (ابن ماجة)

வெப்பம் நம்முடைய உடம்பைத் தாக்கும்போது அதை திருப்பி அடிக்கும் பவர் வெண்மை ஆடைக்கு உண்டு. ஆனால் மற்ற கலர் கலராக ஆடைகளுக்கு அது இல்லை. இதற்காக ஒரு ஆராய்ச்சி நடைபெற்றது. ஒரு பனி மலையின் மீது பெரிய வெண்மை ஆடையை விரித்துப் பரிசோதித்த போது அந்தப் பனிமலை கரையவில்லை. ஆனால் அதுவே பெரிய வேறு கலர் ஆடைகளை விரித்துபோது வெப்பத்தின் தாக்கம் உள்ளே இறங்கி அந்தப் பனிமலை சற்று உருகியதைக் கண்டார்கள். இதன் மூலம் நம் உடலில் வெப்பம் தாக்குவதை வெண்மை ஆடைகள் ஓரளவு தடுக்கும் என்று கண்டறியப்பட்டது.

நகத்தில் சீழ் வடிந்து கொண்டே இருப்பது பற்றி ஒரு டாக்டரிடம் கேட்ட போது அவர் நகப்பாலீஷ் போடுவதை விட்டும் தடுத்தார். மேலும் அவர் கூறும்போது மற்ற உறுப்புகளுக்கு உயிர் இருப்பது போன்று நகத்துக்கும் உயிர் உண்டு. அதற்கு சூரிய வெப்பம் தேவை. அந்த வெப்பம் படாமல் நீங்கள் தடுப்பதாலும் நோய் வரும் என்றார்.

மிகவும் சூடான உணவுகளை உண்பதாலும் ஆரோக்கியம் கெடும்

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ:"أَبْرِدُوا بِالطَّعَامِ، فَإِنَّ الطَّعَامَ الْحَارَّ غَيْرُ ذِي بَرَكَةٍ". (رواه الطبراني في المعجم الكبير

அபூபக்ர் ரழி அவர்களின் புதல்வி அஸ்மா ரழி அவர்களிடம் மிகவும் சூடான உணவு கொண்டு வரப்பட்டால் அதனுடைய கொதிப்பு அடங்கும் வரை சற்று நேரம் மூடி வைக்கும்படி கூறுவார்கள், மேலும் அது தான் பரக்கத்தானது என நபி ஸல் அவர்கள் கூறியதாகவும் தெரிவிப்பார்கள் — நூல் -தாரமீ உணவின் கொதிப்பு அடங்கும் வரை அதை உண்ண வேண்டாம் என இப்னு மஸ்ஊத் ரழி அவர்கள் கூறியுள்ளார்கள் - நூல்- பைஹகீ

أطيب الشراب الْحُلْوُ البارد (رواه الترمذى ، والبيهقى فى شعب الإيمان

மிகவும் சூடான உணவுகளை உண்பதால் பல் பலவீனம் அடையும். அஜீரணக் கோளாறு ஏற்படும். ஈரல் சுத்தப் படுத்தப் படுவதில் பாதிப்பு வரும்.

சூடாக உணவு உண்டு விட்டு உடனே குளிர்ச்சியான உணவு உண்பது கெடுதி. ஹதீஸிலும் தடுக்கப்பட்டுள்ளது என இமாம் இப்னுல் கய்யிம் ரஹ் தம் நூலில் கூறியுள்ளார்கள். பிரியாணி சாப்பிட்டவுடன் ஐஸ்கிரீம் சாப்பிடுவது போல் அனுமதிக்கப்படாத கண்ட கண்ட உயிரிணங்களை உண்பதாலும் நோய் வரும்.

நோய்கள் பரவாமல் தடுக்க சுத்தம் மிக முக்கியம்

இது மாதிரி நோய்கள் சுகாதாரச் சீர்கேட்டினால் தான் பரவுகிறது என்பது மருத்துவர்களின் பொதுவான கருத்தாகும். சுகாதாரம் என்பது இஸ்லாத்தில் அதிகம் வலியுறுத்தப்பட்டுள்ளது. பெரும்பாலான வணக்கங்கள் சுத்தத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டது..

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ (222)البقرة) عَنْ جَابِرٍ رض قَالَ قَالَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مِفْتَاحُ الْجَنَّةِ الصَّلاَةُ وَمِفْتَاحُ الصَّلاَةِ الطُّهُورُ(ترمذي) عن أبي هريرة رضي الله عنه قال قال رسول الله صلي الله عليه وسلم تَنَظَّفُوا بِكُلِّ ما اسْتَطَعْتُمْ فإنَّ الله تعالى بَنَى الإِسْلاَمَ على النَّظافَةِ ولَنْ يَدْخُلَ الجَنَّةَ إلاَّ كُلُّ نَظِيفٍ (كنز العمال)

அழுக்கான சட்டை அணிந்து வந்தவரை நபி ஸல் கண்டித்ததும், நீளமான மீசை வைத்திருந்தவரை எச்சரித்ததும், தாடியை ஒழுங்கு படுத்தக் கூறியதும், நீளமாக நகம் வளர்த்தக் கூடாது என அறிவுறுத்தியதும் சுத்தத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டது

<u>சுத்தமின்மை பிறரையும் பாதிக்கும்</u>

عَنْ رَجُلٍ مِنْ أَصْحَابِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ صَلَّى صَلَاةَ الصُّبْحِ فَقَرَأَ الرُّومَ فَالْتَبَسَ عَلَيْهِ فَلَمَّا صَلَّى قَالَ مَا بَالُ أَقْوَامٍ يُصَلُّونَ مَعَنَا لَا يُحْسِنُونَ الطُّهُورَ فَإِنَّمَا يَلْبِسُ عَلَيْنَا الْقُرْآنَ أُولَئِكَ (نساىٔ) باب الْقِرَاءَةُ فِي الصُّبْحِ بِالرُّومِ–كِتَاب الِافْتِتَاحِ

<u>சுத்தம் இல்லாத இடங்கள் தான் பெரும்பாலும் ஷைத்தான்களின் வசிப்பிடம்</u>

عَنْ زَيْدِ بْنِ أَرْقَمَ رضي الله عنه عَنْ النبي صلى الله عليه وسلم قَالَ إِنَّ هَذِهِ الْحُشُوشَ مُحْتَضَرَةٌ[1] فَإِذَا أَتَى أَحَدُكُمْ الْخَلَاءَ فَلْيَقُلْ أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ ابوداود

<u>நோய் பரவாமல் இருக்க வீட்டையும், சுற்றுப்புறத்தையும் சுத்தமாக வைத்திருக்க வேண்டும் என்பது மருத்துவர்களின் அறிவுரை</u>

عن أنس رضي الله عنه قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ غسل الإناء وطهارة الفناء[2] يورثان الغناء (كنز العمال)

عن عَامِرِ بْنِ سَعْدٍ عَنْ أَبِيهِ عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قال إِنَّ اللَّهَ طَيِّبٌ يُحِبُّ الطَّيِّبَ نَظِيفٌ يُحِبُّ النَّظَافَةَ كَرِيمٌ يُحِبُّ الْكَرَمَ جَوَادٌ يُحِبُّ الْجُودَ فَنَظِّفُوا (أُرَاهُ قَالَ) أَفْنِيَتَكُمْ[3] وَلَا تَشَبَّهُوا بِالْيَهُودِ (ترمذي) بَاب مَا جَاءَ فِي النَّظَافَةِ–كِتَاب الْأَدَبِ

நுழைவாயில் மலக்குகள் நுழையும் வழி என்பதால் இவ்வாறு கூறப்பட்டுள்ளது. வீடு முழுவதையும் சுத்தமாக..

<u>நாம் பயன்படுத்தும் பொருட்களை சுத்தமாக வைத்துக் கொள்வது</u>

عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا رَفَعَهُ قَالَ خَمِّرُوا الْآنِيَةَ[4] وَأَوْكُوا الْأَسْقِيَةَ[5] وَأَجِيفُوا الْأَبْوَابَ[6] وَاكْفِتُوا صِبْيَانَكُمْ عِنْدَ الْعِشَاءِ فَإِنَّ لِلْجِنِّ انْتِشَارًا وَخَطْفَةً وَأَطْفِئُوا الْمَصَابِيحَ عِنْدَ الرُّقَادِ فَإِنَّ الْفُوَيْسِقَةَ[7] رُبَّمَا اجْتَرَّتْ الْفَتِيلَةَ[8] فَأَحْرَقَتْ أَهْلَ الْبَيْتِ (بخاري)كتاب بدء الخلق

குறிப்பு -மேற்படி ஹதீஸில் பாத்திரங்களை மூடி வையுங்கள் என்ற கூறியதன் நோக்கங்களில் ஒன்று திறந்து கிடக்கும் பாத்திரத்தில் கிருமிகள் விழுந்தால் அந்தக் கிருமிகளால் உடலுக்கு பாதிப்பு ஏற்படும் என்பதாகும். திறந்தே கிடக்கும் திண்பண்டங்களை சாப்பிடக் கூடாது என்பதும் இதில் அடங்கும்

சிறுநீர் தேங்குவது பற்றி இஸ்லாம் கூறும் எச்சரிக்கை - சிறுநீர் தேங்கிக் கிடக்கும் வீட்டிற்குள் மலக்குகள் வர மாட்டார்கள்

عبد الله بن يزيد عن النبي صلى الله عليه و سلم قال لا يُنْقَعُ بول في طست في البيت فإن الملائكة لا تدخل بيتا فيه بول ينقع (طبراني)

தேங்கிக் கிடக்கும் தண்ணீரில் சிறுநீர் கழிக்க வேண்டாம் என்ற அறிவுரை

عَنْ جَابِرٍ رضي الله عنه عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ نَهَى أَنْ يُبَالَ فِي الْمَاءِ الرَّاكِدِ (مسلم) كتاب الطهارة

சிறுநீர் துளிகள் தன் மீது படும் விஷயத்தில் கவனக்குறைவாக இருந்தவருக்கு கப்ருடைய வேதனை

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رضي الله عنه قَالَ مَرَّ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَلَى قَبْرَيْنِ فَقَالَ أَمَا إِنَّهُمَا لَيُعَذَّبَانِ وَمَا يُعَذَّبَانِ فِي كَبِيرٍ أَمَّا أَحَدُهُمَا فَكَانَ يَمْشِي بِالنَّمِيمَةِ وَأَمَّا الْآخَرُ فَكَانَ لَا يَسْتَتِرُ مِنْ بَوْلِهِ (وفي رواية وَكَانَ الْآخَرُ لَا يَسْتَنْزِهُ عَنْ الْبَوْلِ) قَالَ فَدَعَا بِعَسِيبٍ رَطْبٍ فَشَقَّهُ بِاثْنَيْنِ ثُمَّ غَرَسَ عَلَى هَذَا وَاحِدًا وَعَلَى هَذَا وَاحِدًا ثُمَّ قَالَ لَعَلَّهُ أَنْ يُخَفَّفُ عَنْهُمَا مَا لَمْ يَيْبَسَا باب الدَّلِيلِ عَلَى نَجَاسَةِ الْبَوْلِ– كِتَاب الطَّهَارَةِ

பொது இடங்களில் மலம், ஜலம் கழிப்பவர்களுக்கும், பொது இடங்களில் மல, ஜல அசுத்தத்தை கழுவுபவர்களுக்கும் எச்சரிக்கை.

عَنْ أَبِى هُرَيْرَةَ رض أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم قَالَ اتَّقُوا اللَّعَّانَيْنِ[3] قَالُوا وَمَا اللَّعَّانَانِ يَا رَسُولَ اللَّهِ قَالَ الَّذِى يَتَخَلَّى فِى طَرِيقِ النَّاسِ أَوْ فِى ظِلِّهِمْ (مسلم) كِتَاب الطَّهَارَةِ وفي رواية للطبراني"مَنْ سَلَّ سَخِيمَةً[11] عَلَى طَرِيقٍ مِنْ طُرُقِ الْمُسْلِمِينَ فَعَلَيْهِ لَعْنَةُ اللهِ وَالْمَلاَئِكَةِ وَالنَّاسُ أَجْمَعِينَ

குப்பைகளை அகற்றுவதை அல்லது அகற்ற ஏற்பாடு செய்வதை மிகச் சிறந்த அமலாக இஸ்லாம் கூறுகிறது

عَنْ أَبِى ذَرٍّ رضي الله عنه عَنِ النَّبِىِّ صلى الله عليه وسلم قَالَ عُرِضَتْ عَلَىَّ أَعْمَالُ أُمَّتِى حَسَنُهَا وَسَيِّئُهَا فَوَجَدْتُ فِى مَحَاسِنِ أَعْمَالِهَا الأَذَى يُمَاطُ عَنِ الطَّرِيقِ وَوَجَدْتُ فِى مَسَاوِى أَعْمَالِهَا النُّخَاعَةَ[12] تَكُونُ فِى الْمَسْجِدِ لاَ تُدْفَنُ (مسلم)باب النَّهْيِ عَنِ الْبُصَاقِ فِى الْمَسْجِدِ –كتاب المساجد

பொது இடங்களில் குப்பை கொட்டக்கூடாது என்பதற்காக ஆங்காங்கே குப்பைத்தொட்டிகள் வைத்தாலும் குப்பைகளை கண்ட இடங்களில் வீசி விட்டுச் செல்வது வழக்கமாகி விட்டது. கடந்த 25 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு சிங்கப்பூரும் அப்படித்தான் இருந்தது. ஆனால் இப்போது உலகின் தூய்மையான நகரம் என பெயர் பெற்றுள்ளது.அங்கு கண்ட இடங்களில் குப்பையை வீசி விட்டு தப்ப முடியாது. முதல் தடவை இவ்வாறு செய்வோரை கைது செய்து அவர்களின் தகவல்களை கணிணியில் பதிவு செய்து எச்சரித்து அனுப்புவார்கள். 2-வது தடவை அதே தவறை செய்தால் 12 மணி நேர சமூக சேவை செய்தே தீர வேண்டும். மூன்றாவது தடவை என்றால் அபராதம்,ஜெயில். (தினகரன்

சுகாதாரமற்ற உணவுகளை உண்ணக் கூடாது. கீழே விழுந்த உணவை எடுத்து சுத்தம் செய்து சாப்பிடவே இஸ்லாம் கூறுகிறது

عَنْ أَنَسٍ رضي الله أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا أَكَلَ طَعَامًا لَعِقَ أَصَابِعَهُ الثَّلَاثَ وَقَالَ إِذَا سَقَطَتْ لُقْمَةُ أَحَدِكُمْ فَلْيُمِطْ عَنْهَا الْأَذَى وَلْيَأْكُلْهَا وَلَا يَدَعْهَا لِلشَّيْطَانِ وَأَمَرَنَا أَنْ نَسْلُتَ الصَّحْفَةَ وَقَالَ إِنَّ أَحَدَكُمْ لَا يَدْرِي فِي أَيِّ طَعَامِهِ يُبَارَكُ لَهُ (ابوداود) بَاب فِي اللُّقْمَةِ تَسْقُطُ–كتاب الاطعمة

عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ رضي الله عنه قَالَ نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم أَنْ يُتَنَفَّسَ فِى الإِنَاءِ أَوْ يُنْفَخَ فِيهِ (ابوداود) باب فِى النَّفْخِ فِى الشَّرَابِ كتاب الأشربة عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ رضي الله عنه أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نَهَى عَنْ النَّفْخِ فِي الشُّرْبِ فَقَالَ رَجُلٌ الْقَذَاةُ أَرَاهَا فِي الْإِنَاءِ قَالَ أَهْرِقْهَا قَالَ فَإِنِّي لَا أَرْوَى[13] مِنْ نَفَسٍ وَاحِدٍ قَالَ فَأَبِنْ الْقَدَحَ[14] إِذَنْ عَنْ فِيكَ (ترمذي) بَاب مَا جَاءَ فِي كَرَاهِيَةِ النَّفْخِ فِي الشَّرَابِ– كِتَاب الْأَشْرِبَةِ

நீர் அருந்தும்போது பாத்திரத்துக்குள் மூச்சு விடுவதால் வாய், மற்றும் மூக்கில் இருந்து வெளிப்படும் கிருமிகள் நீரில் படும். அதனால் நீர் மாசுபடும். அந்த நீரை பருகினால் நோய்கள் உருவாகும் என்பதால் அது தடுக்கப்பட்டுள்ளது. இதன்படி கார்ப்பரேஷன் லாரிகளில் வரும் தண்ணீர், அசுத்தமான இடங்களுக்கு அருகில் எடுக்கப்படும் தண்ணீர், பல ஊர்களைக் கடந்து வரும் குழாய் நீர் ஆகியவற்றை காய்ச்சிப்.பருக வேண்டும்.

கொரோனா வைரஸ் போன்ற கொடிய நோய்கள் வராமல் இருக்க ஓதும் துஆ

عن أنس رضي الله أن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يقول اللهم إني أعوذ بك من البَرصِ والجُذامِ والجُنون وسَيِّءِ الْأَسْقَامِ (نسائ)كِتَاب الِاسْتِعَاذَةِ

பொருள்- 1,ஷைத்தான்கள் வரும் இடம் 2,முன்வாசல் 3,சாபத்திற்குரிய இரு செயல்கள் 4, உணவுப்பாத்திரத்தை மூடி வையுங்கள் 5,தண்ணீர்ப்பையின் வாயை கட்டி வையுங்கள்6,கதவை மூடுங்கள் 7,சின்னப்பாவி (எலி) 8,திரி 9,தேள்,எலி,வெறிநாய்,காக்கை, பருந்து 10,உறைந்த நெய் 11,மல,ஜலத்தைக் கழுவுவது 12,எச்சில் 13,ஒரு மிடரில் என் தாகம் தீராது. 14,ஒரு மிடர் மட்டும் பருகு என்று நான் கூறவில்லை மாறாக ஒரு மிடர் குடித்த பின் கோப்பையை வாயை விட்டும் தள்ளி வைத்து மூச்சு விடு. பிறகு மீண்டும் பருகு..