பொருளடக்கம்



குகைவாசிகள் கொள்கைப் பாதை 8

மதிப்புரை 15

முன்னுரை 16

1 குர்ஆனிலிருந்து ஓதிப்பார்த்தல் 19

- ஸூறா அல்ஃபாத்திஹா 19
- ஆயத்துல் குர்சீ 19
- ஸூறா அல்பகறாவின் இறுதி இரண்டு வசனங்கள் 20
- ஸூறா அல்இக்லாஸ் மற்றும் அல்முஅவ்வித்தான் 21

2 நபிவழிப் பிரார்த்தனைகளால் ஓதிப்பார்த்தல் 23

3 நபிவழி மருத்துவத்தால் அங்கீகரிக்கப்பட்டவை 31

1. தவிர்ந்துகொள்ளுதல் 32
2. எப்போதும் தூய்மையாக இருத்தல் 33
3. நோய் பரவிக்கொண்டிருக்கும் இடங்களுக்குச் செல்லாமலிருத்தல் 33

4 நிவாரணத்தின் மூன்று அடிப்படைகள் 36

1. இரத்தம் குத்தி எடுத்தல் 36

   இரத்தம் குத்தி எடுப்பதற்கு உகந்த நேரம் 37
2. தேன் 37
3. நெருப்பால் சூடுவைத்தல் 40

5 பல்வேறு விதமான நபிவழி மருத்துவங்கள் 43

1. தண்ணீர் 43
2. பேரீச்சம்பழம், குறிப்பாக அஜ்வா பேரீச்சம்பழம் 48
3. கருஞ்சீரகம் 49

   கருஞ்சீரகத்தைக் கொண்டு எவ்வாறு சிகிச்சையளிப்பது? 49

4. அதிமதுரம் எனும் இந்தியக் குச்சி 50
5. காளான் 51
6. தல்பீனா (பால் பாயாசம்) 52
7. சென்னா இலை, சென்னா லேகியம் 53
8. நறுமண இலை 54
9. மருதாணி 55
10. தரீரா எனும் வாசனைத்தூள் 55
11. கிராமத்து ஆட்டின் பின்னங்கால் சப்பை 56
12. ஒட்டகப்பாலும் அதன் மூத்திரமும் 58

6 ஆன்மரீதியான நோய்களுக்குத் தீர்வாக நபியவர்களின் போதனைகள் 59
1. தொடர்ந்து பிரார்த்தனை செய்தல் 62
2. வைக்கப்பட்ட சூனியத்தை வெளியே எடுத்து அதனை அகற்றுதல் 64
3. சூனியத்தின் பாதிப்பு வெளிப்படும் இடத்திலிருந்து அதனை வெளியேற்றுதல் 65
4. ஒவ்வொரு தினமும் காலையில் உண்பதற்கும் பருகுவதற்கும் முன்பு ஏழு பேரீச்சம் பழங்களை சாப்பிடுதல் 65

7 சூனியத்திற்கான சிகிச்சைகளில் மிகவும் பயன்தரக்கூடியது 67
1. ஓரிறைக் கொள்கையில் உறுதியாக நிலைத்திருத்தல் 67
2. விரட்டப்பட்ட ஷைத்தானிடமிருந்து அல்லாஹ்விடம் அதிகமதிகம் பாதுகாவல் தேடுதல் 68
3. நபியவர்களை நல்ல முறையில் பின்பற்றுதற்கு முயற்சி செய்தல் 69
    1. ஒவ்வொரு செயலையும் அல்லாஹ்வின் பெயர் கூறி ஆரம்பித்தல் 69
    2. விரும்பத்தக்க அனைத்துச் செயல்களையும் வலதுபுறமிருந்தே தொடங்குதல் 69
4. மிக முக்கியமான தற்காப்பு நடவடிக்கைகள் 69

8 கண்ணேறுக்கான சிகிச்சை 72
நபியவர்களின் வழிகாட்டுதல்கள் 73

9 மனரீதியான நோய்களுக்குத் தீர்வாக நபியவர்களின் வழிகாட்டுதல்கள் 76

1. துன்பத்தை இலகுவாக எடுத்துக் கொள்வதற்கான சிகிச்சை 77

2. கவலை, துக்கம் ஆகியவற்றுக்கான சிகிச்சை 78

3. பதற்றம், திடுக்கம் ஆகியவற்றுக்கான சிகிச்சை 79

நிறைவுரை 87

3

நபிவழி மருத்துவத்தால் அங்கீகரிக்கப்பட்டவை

*

இஸ்லாமிய அறிஞர்கள் நபிவழி மருத்துவம் குறித்து ஏராளமான நூல்களை எழுதியுள்ளார்கள். அவற்றில் மருத்துவம் குறித்தும், நோயிலிருந்து பாதுகாப்பாக இருப்பது குறித்தும் நபியவர்களின் போதனைகள் ஒன்றுவிடாமல் துல்லியமாகத் தொகுக்கப்பட்டுள்ளன. நபிவழி மருத்துவம் இந்த அளவுக்கு முக்கியத்துவம் பெற்ற போதிலும் இது இஸ்லாமிய ஷரீஅத்தின் நோக்கங்களில் ஒன்று அல்ல. ஏனெனில், நேர்வழியின் பக்கம் அழைக்கும் அழைப்பாளராக, அல்லாஹ் விரும்பும் விசயங்களைக்கொண்டு தம் சமூகத்தினரை ஏவுபவராக, அவன் வெறுக்கும் விசயங்களை விட்டு அவர்களைத் தடுப்பவராகத்தான் நபியவர்கள் அனுப்பப்பட்டார்கள். மருத்துவம் என்பது ஷரீஅத்தின் நோக்கங்களில் இல்லாத அதனை முழுமைப்படுத்தும் விசயங்களில் ஒன்றாகும். தேவையான சமயங்களில் அது பயன்படுத்தப்படுகிறது.

ஒவ்வொரு முஸ்லிமும் அவருக்காக அல்லாஹ் எதனைத் தேர்ந்தெடுத்துள்ளானோ அதில்தான் நன்மை உள்ளது என்றே நம்பிக்கை கொள்ள வேண்டும். நபி ﷺ அவர்கள் கூறினார்கள்:

إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءُ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءُ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ

‘அவருக்கு மகிழ்ச்சி ஏற்பட்டால் நன்றி செலுத்துகிறான். அது அவருக்கு நன்மையாக அமைந்துவிடுகிறது. அவருக்கு ஏதேனும் துன்பம் ஏற்பட்டால் பொறுமை காக்கிறார். அதுவும் அவருக்கு நன்மையாக அமைந்துவிடுகிறது.’ (சுஹைப் ؓ, முஸ்லிம் 2999)

‘நோய் என்பது அல்லாஹ் அடியானுக்கு அளிக்கும் ஒருவித சோதனையே. அது ஏராளமான நன்மைகளையும் உள்ளடக்கியிருக்கிறது.’ இந்த அறிவுரையின் மூலம் அவனது உள்ளம் அமைதியடைந்துவிட்டால் அவன் நபியவர்கள் கூறிய முறைகளைக் கொண்டு தனக்குச் சிகிச்சையைத் தொடங்குகிறான். சிகிச்சை

4

நிவாரணத்தின் மூன்று அடிப்படைகள்

*

1. இரத்தம் குத்தி எடுத்தல்

இது நம்முடைய நரம்புகளிலிருந்து நமது சுயவிருப்பத்துடன் இரத்தத்தை வெளியேற்றும் முறையாகும். இந்த முறையில் இரத்தம் குத்தி எடுப்பவர் குடுவை போன்ற ஒரு கருவியை நம்முடைய தோலில் வைப்பார். அது நரம்புகளிலிருந்து அதிகப்படியான கெட்ட இரத்தத்தை உறிஞ்சி எடுக்கும். நபி ﷺ அவர்கள் கூறினார்கள்:

إِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ مِنْ أَدْوِيَتِكُمْ خَيْرٌ فَفِي شَرْطَةِ مِحْجَمٍ أَوْ شَرْبَةِ عَسَلٍ أَوْ لَذْعَةٍ بِنَارٍ

'உங்கள் மருந்துகளில் ஏதேனும் ஒன்றில் நன்மையேதும் இருக்குமானால் தேன் அருந்துவது அல்லது இரத்தம் உறிஞ்சும் கருவியால் கீறுவது அல்லது நெருப்பால் சூடிட்டிக்கொள்வதில் தான் இருக்கும்.' (அறிவிப்பு: ஜாபிர் இப்னு அப்துல்லாஹ் ﷺ, புகாரீ 5375, முஸ்லிம் 5873)

احْتَجَمَ وَهُوَ مُحْرِمٌ فِي رَأْسِهِ مِنْ شَقِيقَةٍ كَانَتْ بِهِ

'நபியவர்கள் தமக்கேற்பட்ட ஒற்றைத் தலைவலியின் காரணத்தால் தம் தலையில் இரத்தம் குத்தி எடுத்துக் கொண்டார்கள். அப்போது அவர்கள் இஹ்றாம் ஆடை கட்டியிருந்தார்கள்.' (அறிவிப்பு: இப்னு அப்பாஸ் ﷺ, புகாரீ 5374)

இரத்தம் குத்தி எடுப்பதால் ஏராளமான பயன்கள் ஏற்படுகின்றன. அது உடலைத் தூய்மைப்படுத்துகிறது. தோளில் இரத்தம் குத்தி எடுப்பதால் தொண்டையில் மற்றும் தோளில் ஏற்படும் வலிகள் நீங்கிவிடுகின்றன. கழுத்தின் இரண்டு பகுதிகளிலும் உள்ள நரம்பில் இரத்தம் குத்தி எடுப்பதால் தலை, முகம், கண், காது, பற்கள் ஆகிய உறுப்புகளில் ஏற்படும் பிரச்சினைகள் ஒழிகின்றன. முகவாய்க் கட்டையில் இரத்தம் குத்தி எடுப்பதால் பற்கள், முகம், தொண்டை

5

பல்வேறு விதமான நபிவழி மருத்துவங்கள்

*

1. தண்ணீர்

தண்ணீர் வாழ்க்கையின் ஆதாரமாகும். குடிபானங்களில் தலையான தாகும். அல்லாஹ் உயிருள்ள ஒவ்வொன்றையும் தண்ணீரி லிருந்துதான் படைத்துள்ளான். தண்ணீர் குளிர்ச்சியானது, வெப் பத்தைத் தணிக்கக்கூடியது. அது உடலில் ஈரப்பதத்தை எப்போதும் பாதுகாப்பாக வைத்திருக்கிறது. உணவை மிருதுவாக்கி அதன் பலனை நரம்புகளுக்கு எடுத்துச் செல்கிறது.

நீரில் மிகச்சிறந்தது ஸம்ஸம் நீராகும். ஸம்ஸம் நீரின் சிறப்புகளைக் குறித்து ஏராளமான நபிமொழிகள் காணப்படுகின்றன. அவை அனைத்தையும் இங்கு கூறுவது கடினம் என்றாலும் சிலவற்றைக் குறிப்பிடுகிறேன்:

أَتَاهُ جِبْرِيلُ -صلى الله عليه وسلم- وَهُوَ يَلْعَبُ مَعَ الْغِلْمَانِ فَأَخَذَهُ فَصَرَعَهُ فَشَقَّ عَنْ قَلْبِهِ فَاسْتَخْرَجَ الْقَلْبَ فَاسْتَخْرَجَ مِنْهُ عَلَقَةً فَقَالَ هَذَا حَظُّ الشَّيْطَانِ مِنْكَ. ثُمَّ غَسَلَهُ فِي طَسْتٍ مِنْ ذَهَبٍ بِمَاءِ زَمْزَمَ ثُمَّ لأَمَهُ ثُمَّ أَعَادَهُ فِي مَكَانِهِ

நபியவர்களின் இதயம் பலமுறை இந்த நீரால் கழுவப்பட்டது. சிறுவயதில் அல்லாஹ்வின் தூதர் ﷺ சிறுவர்களுடன் விளையாடிக் கொண்டிருந்தபோது ஜிப்ரீல் அவர்களிடம் வந்தார். அவர்களைத் தரையில் கிடத்தி அவர்களது நெஞ்சைப் பிளந்து இதயத்தை வெளியே எடுத்தார். அதில் ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும் ஒரு சதைத் துண்டை வெளியே எடுத்து, 'இதுதான் உங்களிடம் இருக்கும் ஷைத்தானின் பகுதி' என்றார். பின்னர் அதனை ஒரு தங்கக் கோப்பையில் வைத்து ஸம்ஸம் நீரால் கழுவினார். பிறகு முன்னர் இருந்தவாறே அதனைத் தைத்துச் சரிசெய்து நபியவர்களை அவர்கள் விளையாடிக்கொண்டிருந்த இடத்திலேயே விட்டு விட்டார். (அறிவிப்பு: அனஸ் இப்னு மாலிக் ؓ, முஸ்லிம் 431)

1. அதனுடைய சாறோடு எதுவும் கலக்கப்படாமல் சாறு மட்டுமே நிவாரணமாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இமாம் நவவீ ﵀ இக்கருத்துக்கே முன்னுரிமை அளித்துள்ளார்.

2. அதனுடைய சாறு வேறு மருந்தோடு கலந்து பயன்படுத்தப் படுகிறது. உதாரணமாக சுர்மா போன்றுவற்றோடு கலந்து பயன்படுத்தப்படுகிறது.

3. கண்ணில் ஏற்படும் பிரச்சினைகளைப் பொறுத்து அது மருந்தாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. சூட்டினால் கண்களில் ஏற்படும் பிரச்சினைகளுக்கு இதனுடைய சாறு மிகச்சிறந்த மருந்தாகும். மற்ற பிரச்சினைகளுக்கு வேறு மருந்தோடு கலந்துதான் இது பயன்படுத்தப்படுகிறது.

காளானை அப்படியே கண்களில் வைத்து பிழியக்கூடாது. இதனால் சாறோடு அதன் சக்கையும் கலந்துவிடும். அது கண்களில் ஒவ்வாமையை ஏற்படுத்தக்கூடியது. வெள்ளைக்காளான், சிவப்புக் காளான், மஞ்சள் காளான் என காளானில் பலவகைகள் இருக்கின்றன. நபியவர்கள் அரேபியாவில் முளைக்கக்கூடிய (பட்டர் காளான்) வெள்ளைக் காளானையே குறிப்பிட்டுச் சொன்னார்கள். அது சுவைமிகுந்த காளானாகும்.

6. தல்பீனா (பால் பாயாசம்)

இது திணைமாவிலிருந்து தயாரிக்கப்படும் ஒருவகையான பாயாசமாகும். சிலசமயங்களில் இதனோடு தேனும் சேர்க்கப்படுகிறது. இது பாலைப் போன்று வெண்மையாகவும், மென்மையாகவும் இருப்பதால் இதற்கு தல்பீனா (பால் பாயாசம்) என்று பெயரிடப் பட்டுள்ளது. தல்பீனா ஊட்டம் தரக்கூடிய மிகச் சிறந்த உணவாகும். அன்னை ஆயிஷா ﵂ நோயாளிக்கும், இறந்தவரை நினைத்து வருந்துபவருக்கும் 'தல்பீனா' தயாரித்துக் கொடுக்கும்படி பணித்து வந்தார்கள்.

التَّلْبِينَةُ مُجَمَّةٌ لِفُؤَادِ الْمَرِيضِ وَتَذْهَبُ بِبَعْضِ الْحُزْنِ

'தல்பீனா நோயாளியின் உள்ளத்திற்கு ஆறுதல் அளிக்கும். கவலைகளில் சிலவற்றைப் போக்கும்' என்று நபியவர்கள் கூறியதாகவும் அவர்கள் கூறினார்கள். (அறிவிப்பு: உர்வா இப்னுல் சுபைர் ﵀, புகாரீ 5417, முஸ்லிம் 2216)

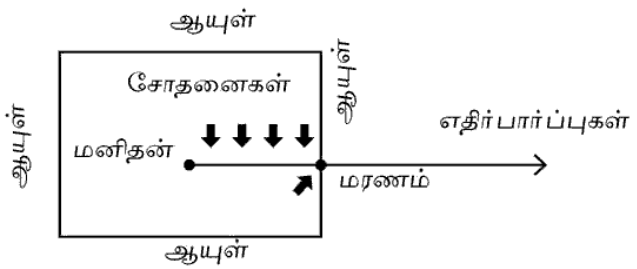
6

ஆன்மரீதியான நோய்களுக்குத் தீர்வாக நபியவர்களின் போதனைகள்

*

خَطَّ رَسُولُ اللهِ خَطًّا مُرَبَّعًا وَخَطَّ خَطًّا فِي الْوَسَطِ خَارِجًا مِنْهُ وَخَطَّ خُطَطًا صِغَارًا إِلَى هَذَا الَّذِي فِي الْوَسَطِ مِنْ جَانِبِهِ الَّذِي فِي الْوَسَطِ وَقَالَ هَذَا الْإِنْسَانُ وَهَذَا أَجَلُهُ قَدْ أَحَاطَ بِهِ وَهَذَا الْخَطُّ الْخَارِجُ أَمَلُهُ وَهَذِهِ الْخُطَطُ الصِّغَارُ الْأَعْرَاضُ فَإِنْ أَخْطَأَهُ هَذَا نَهَشَهُ هَذَا وَإِنْ أَخْطَأَهُ هَذَا نَهَشَهُ هَذَا

‘ஒரு முறை நபியவர்கள் ஒரு சதுரக் கட்டம் வரைந்தார்கள். பிறகு கூறினார்கள், ‘நடுவிலுள்ள மையப் புள்ளியான இதுதான் மனிதன். இந்தச் சதுரம்தான் அவனைச் சூழ்ந்துள்ள அல்லது சூழ்ந்துகொண்டுள்ள வாழ்நாளாகும். நடுவிலிருந்து வெளியே செல்லும் கோடுதான் அவனது எதிர்பார்ப்புகளாகும். இதோ இந்தச் சிறிய கோடுகள் மனிதனை வந்தடையும் சோதனைகளாகும். சோதனைகளில் ஒன்றிலிருந்து அவன் தப்பிவிட்டாலும் மற்றொன்று அவனைத் தீண்டவே செய்யும். இடையில் ஏற்படும் சோதனைகளான இவற்றிலிருந்து அவன் தப்பிவிட்டாலும் இயற்கை மரணமானது அவனைத் தீண்டியே தீரும்.’ (அறிவிப்பு: அப்துல்லாஹ் இப்னு மஸ்ஊத் ﷺ, புகாரீ 6417)



7

சூனியத்திற்கான சிகிச்சைகளில் மிகவும் பயன்தரக்கூடியது

*

இறைநிவாரணிகள்தான் சூனியத்திற்கான சிகிச்சைகளில் மிகவும் பயன்தரக்கூடியதாகும். சூனியத்தின் பாதிப்பு கெட்ட ஆன்மாக்களின் தாக்குதல்களால் ஏற்படுகிறது. குர்ஆன் வசனங்கள், நபியவர்கள் கற்றுத் தந்த திக்ருகள் மற்றும் பிரார்த்தனைகள் சூனியத்தின் பாதிப்பைத் தடுப்பதோடு வருமுன் தடுக்கின்ற தற்காப்பாகவும் இருக்கின்றது. இந்த இறைநிவாரணிகள் வலுவான தாக இருக்கும் பட்சத்தில் அவை சூனியத்தினால் ஏற்படும் பாதிப்புகளை நீக்கிவிடுகின்றன.

இந்தப் புத்தகத்தின் ஆரம்ப அத்தியாயத்தில் ஓதிப்பார்த்தலில் பயன்படக்கூடிய குர்ஆன் வசனங்களையும், பிரார்த்தனைகளையும் குறிப்பிட்டிருந்தோம். அதனோடு பின்வரும் தற்காப்புகளையும் இணைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

1. ஓரிறைக் கொள்கையில் உறுதியாக நிலைத்திருத்தல்

இப்லீஸை நோக்கி அல்லாஹ் கூறுகிறான்:

إِنَّ عِبَادِي لَيْسَ لَكَ عَلَيْهِمْ سُلْطَانٌ إِلَّا مَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ الْغَاوِينَ

‘நிச்சயமாக என் அடியார்கள்மீது உனக்கு எவ்வித அதிகாரமும் இல்லை, ஆனால் உன்னைப் பின்பற்றி வழிகெட்டுப் போகக்கூடியவர்களைத் தவிர.’ (குர்ஆன் 15:42)

நீண்ட அறிவிப்பின் இறுதியில் நபியவர்கள் உமருக்கு நற்செய்தியாகக் கூறினார்கள்,

وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ مَا لَقِيَكَ الشَّيْطَانُ قَطُّ سَالِكًا فَجًّا إِلَّا سَلَكَ فَجًّا غَيْرَ فَجِّكَ

‘என் உயிரைத் தன் கைவசம் வைத்திருப்பவன்மீது ஆணையாக, உமரே, நீங்கள் ஒரு பாதையில் சென்றுகொண்டிருக்கையில்

8

கண்ணேறுக்கான சிகிச்சை

*

கண்ணேறு என்பது கெட்ட இயல்புடையவர்களால் பார்க்கப்படும் பொறாமை மிகுந்த பார்வையாகும். இது பார்க்கப்பட்டவருக்குப் பாதிப்பை ஏற்படுத்துகிறது.

கெட்ட இயல்புடையவர்கள் பிறருக்கு வழங்கப்பட்ட அருட் கொடையை, அது அழிய வேண்டும் என்ற பொறாமைக் கண் கொண்டு பார்க்கும்போது அவர்களிடமிருந்து வெளிப்படும் அந்தப் பார்வை சிலசமயம் பார்க்கப்பட்டவரைத் தாக்கிவிடுகிறது, சிலசமயம் தவறிவிடுகிறது. பார்க்கப்பட்டவர் நாம் மேற்குறிப்பிட்ட எவ்வித அரண்களும் இல்லாமல் பாதுகாப்பற்றவராக இருந்தால் பொறாமைப் பார்வை அவரைப் பாதித்துவிடுகிறது. ஆனால், பார்க்கப் பட்டவர் முழுமையான அரண்களுடன் பாதுகாப்புப் பெற்றவராக இருந்தால் அது அவரை எந்த வகையிலும் பாதிக்காது. மாறாக, சிலசமயங்களில் பார்த்தவரே தாக்கப்பட்டுவிடுவார். அல்லாஹ் கூறுகிறான்:

وَإِنْ يَكَادُ الَّذِينَ كَفَرُوا لَيُزْلِقُونَكَ بِأَبْصَارِهِمْ لَمَّا سَمِعُوا الذِّكْرَ وَيَقُولُونَ إِنَّهُ لَمَجْنُونٌ

‘இந்நிராகரிப்பாளர்கள் அறிவுரையைச் செவியுறும்போது தம் பார்வைகளால் உம்மை வீழ்த்திவிடுவதைப்போலப் பார்க்கிறார் கள். ‘இவர் ஒரு பைத்தியக்காரர்தாம்’ என்றும் கூறுகிறார்கள்.’ *(குர்ஆன் 68:51)*

இமாம் இப்னு கஸீர் ﵀ கூறுகிறார்: ‘இப்னு அப்பாஸ், முஜாஹிது[4] ஆகியோரின் கூற்றுப்படி ‘தம் பார்வைகளால் உம்மை வீழ்த்தி

---

4 முஜாஹிது இப்னு ஜப்ர் ﵀ ஆகிய இவர்கள், ஹிஜ்ரீ 21 (கி.பி. 642)இல் உமர் ﵁ ஆட்சியின்போது பிறந்தார்கள். மக்கா நகரத் தாபிஈன்களில் ஒருவரான இவர்கள், குர்ஆன் விரிவுரையில் மட்டுமின்றி நபிமொழித் துறையிலும் சிறந்து விளங்கினார்கள். நபித்தோழர்களான இப்னு அப்பாஸ், அப்துல்லாஹ் இப்னு

9

மனரீதியான நோய்களுக்குத் தீர்வாக நபியவர்களின் வழிகாட்டுதல்கள்

*

நோயிலிருந்து தற்காத்துக்கொள்ளும் வழிமுறை மட்டுமல்லாமல் நோய் வந்துவிட்டால் அதைக் குணப்படுத்துகிற வழிகளும் நபிமொழிகளில் காணப்படுகின்றன. ஆன்மரீதியான நோய்கள், உடல்ரீதியான நோய்கள் இரண்டுக்கும் நபிமொழிகளில் தீர்வுகள் உள்ளன என்றாலும் இஸ்லாம் இதனோடு மட்டும் நின்றுவிட வில்லை. அது நோயாளிகளின் மனநிலையையும் கவனத்தில் கொள் கிறது. ஏனெனில், பெரும்பாலும் மனரீதியான நோய்கள் உடல் ரீதியான நோய்களாக வெளிப்பட்டுவிடுகின்றன. (நவீன மருத்துவ உலகம் இக்கருத்தை ஏற்றுக்கொள்கிறது). அது முதலில் துன் பத்தினால் ஏற்பட்ட பாதிப்பை நீக்குவதில் கவனம் செலுத்துகிறது. கவலை, துக்கம், பதற்றம், தூக்கமின்மை ஆகிய பாதிப்புகளை நீக்கு வதில் நபியவர்களின் போதனைகள் பெரும்பங்கு வகிக்கின்றன.

முதலில் நோயாளியிடம் சென்று நலம் விசாரிப்பது, ஆறுதல் கூறு வது போன்ற செயல்களை நபியவர்கள் வலியுறுத்தியுள்ளார்கள். நபியவர்களின் போதனைகள் நோயாளியின் உள்ளத்திற்கு சிறந்த ஆறுதலாகவும், நிவாரணியாகவும் இருக்கின்றன. 'நோய் நோயாளியின் பாவத்திற்குப் பரிகாரமாக அமைந்துவிடுகிறது. அதனால் அவர் தூய்மையடைகிறார்' எனும் நற்செய்தியால் அவரது மனம் அமைதியடைகிறது. அதேபோல் நபியவர்கள் அவர் விரும்பினால் அவருக்கு ஓதிப்பார்த்துக்கொள்ளவும் அனுமதி அளித்துள்ளார்கள். (ஓதிப்பார்ப்பவர் நோயாளியின் நெற்றியின்மீது தமது கையை வைத்தோ அல்லது வலியுடைய இடத்தின்மீது கையை வைத்தோ ஓதிப்பார்க்க வேண்டும்.)

நோயாளி, தாம் உணருகின்ற வலிகளை, வேதனைகளை வெளிப்படுத்துவதை இஸ்லாம் வலியுறுத்துகிறது. அதேசமயம்,