اَنۡزَلَ الدَّوَاءَ الَّذِیۡ اَنۡزَلَ الۡاَدۡوَاءَ (الحدیث)

اس ذات نے دوا بھی اتاری ہے جس نے بیماریاں اتاری ہیں

میڈیکل اور طبی دنیا سے تعلق رکھنے والوں کیلئے بیش بہا معلوماتی خزانہ

بحرِ طب سے چند موتی

از

ماہر نباض طبیب زماں حضرت مولانا ڈاکٹر حکیم محمد ادریس حبان رحیمی ایم ڈی چرتھاولی حفظہ اللہ

بانی رحیمی شفاخانہ و دار العلوم محمدیہ بنگلور چیئرمین یونیورسل طب یونانی فاؤنڈیشن

ترتیب

حکیم محمد عدنان حبان نوادر

رحیمی شفاخانہ بنگلور کرناٹک

جملہ حقوق محفوظ ہیں

نام کتاب	:	بحرِ طب سے چند موتی
از	:	ماہر نباض طبیب زماں
		حضرت مولانا ڈاکٹر حکیم محمد ادریس حبان رحیمی چرتھاولی ایم ڈی
ترتیب	:	حکیم محمد عدنان حبّان نوادر
صفحات	:	256
کتابت وتزئین	:	مولانا فہیم احمد قاسمی بسرسی سیتامڑھی، حبان گرافکس بنگلور
تعداد	:	گیارہ سو (۱۱۰۰) عدد
اول ایڈیشن	:	جون 2016ء
ناشر	:	جناب سید اسد حسین صاحب
		ادارہ کتاب الشفاء 2075 کوچہ چیلان دریا گنج نئی دھلی-2
قیمت	:	....

مصنف کا مکمل پتہ

RAHEEMI SHIFA KHANA

#248, 6th Cross, Gangondanahalli Main Road,
Nayandhalli Post, Maysore Road
BANGALORE - 560039 (INDIA)
Ph.: 080-23180000, 23397836/72
www.raheemishifakhana.com
E-mail.: raheemishifakhana@yahoo.com

فہرست

نمبر شمار	مضامین	صفحہ
1	ثواب اور انتساب	10
2	مسرّتِ حبان	11
3	حروفِ نوادر	12
4	نبض کی قسمیں اور اسرار	14
	چند علاماتِ امراض	17
5	تندرستی اور حوائج ضروری	18
6	صحت کے لئے چند اصول	21
7	بیماریوں سے محفوظ رہنے کے طبّی مشورے	24
8	حفظانِ صحت کیلئے ضروری ہدایات اور مفید اعمال	26
	مضر اعمال	27
9	گرم اور سرد خواص والی ادویات	29

10	تاثیر رکھنے والی ادویات	32
11	وہ اصطلاحات جن سے نسخہ منسوب کیا جاتا ہے	51
12	طبّی اصطلاحات میں بعض ادویات کے نام	56
13	صحت مند رہنے کیلئے ضروری تدابیر	78
14	فطری چیزیں	81
15	وہ اشیاء خوردنی جن سے پرہیز بہتر ہے	83
16	پانی کے اقسام	84
17	ذائقوں کا علم	86
	ذائقوں کی چھ قسمیں ہیں	86
18	کھانے کا طریقہ	88
19	سب سے بہتر دودھ	90
20	موسم کا اثر انسانی صحت پر	92
21	اطباء ہند کے اقوال	95
22	امراض کے اسباب	97
23	امراض کے اقسام	99
24	نسیان مستقل بیماری نہیں	101
25	اکسیر دماغ	102
26	کشتہ چاندی	104
27	لاجواب سفوف	105
28	پاگل پن (مالیخولیا)	106
29	ماءالجبن	108
30	منضج مالیخولیا	109

31	خمیرہ صندل ترش	112
32	سفوف مالیخولیا وجنون	111
	سفوف مالےخولیا	111
33	عصبی ودماغی امراض	112
34	سرکادردHEADACHE	113
35	آدھاسیسی دردشقیقہMIGRAIN	114
36	بےخوابیINSOMNIA	115
37	سرچکرانا VIRTIGO	117
38	سرسام MENINGITIS	119
39	جنون، پاگل پن MANIA	120
40	مرگی EPILEPSY	121
41	مرگی، سکتہ، غشی میں علامات کافرق	124
	سکتہ، بےہوشی (کوما)APOPLEXY	125
	غشی SYNCOPE	126
	مریض مالیخولیا وجنون کے لئے چند ہدایات	128
	ایک اچھوتی حکمت	128
	ہدایات ونکات حکیمانہ	129
42	ایک خصوصی نسخہ جو جنون میں اکسیر ہے	130
43	کامیاب مطب کے چند اصول	131
44	چند خصوصی امراض سے بچاؤ کی تدابیر	134
	کریلے کے رس سے ذیابیطس سے بچاؤ	136
	دل کے مریض کے لئے ارجن درخت کی چھال	137

45	غذائے آدم اور ان کے فوائد	138
46	جانوروں اور پرندوں کی جبلت	144
47	موت کی دستک ہیں ڈیری پروڈکٹ	148
	نقلی دودھ اور اس سے بنی چیزوں کا صحت پر اثر	152
	دودھ کا تحقیقی جائزہ	153
	نقصانات	153
	سنتھیٹک دودھ کیا ہے؟	154
	ایک لیٹر سنتھیٹک دودھ کو بنانے کا عمل	154
48	گاجر بھی ہے صحت کی ضامن	155
49	کینسر کی بیماری کے لئے مجرب نسخہ	157
50	گلاب کے پھول سے علاج کریں	159
	گلاب کے پھول کے فائدے	159
	زخم کو خشک کرنے میں مفید	160
	دل کی طاقت کے لئے	160
	گلاب کے تیل بنانے کا آسان طریقہ	160
	حکماء کا قول	161
	بچوں اور بڑوں کی مرغوب غذا گلقند	161
	گلاب کے فوائد	162
	خون کے قے اور گلقند	162
	بڑھاپے میں جوان	163
51	انار بھی ہے اکسیر شفاء	164
	نزلہ وزکام	166

	نظروں کی کمزوری	166
	آنکھوں کی خارش	166
52	بالوں کو خوبصورت کیسے بنائیں؟	167
53	حاملہ خواتین کیلئے خصوصی تدبیر	170
54	سنگھاڑہ	172
55	امرود غذا بھی اور دوا بھی	174
56	باچھڑ قدرت کی عطا	176
57	عورتوں کے متعلق مخصوص معلومات اور علاج	182
58	السی بھی ہے خدا کی نعمت	184
59	اشوک کی چھال	190
60	الائچی کلاں وخورد	191
	بڑی الائچی کے مرکبات	192
	چھوٹی الائچی کے مرکبات	193
	بڑی الائچی کے مرکبات	193
61	انار جنت کا پھل اور قیمتی دوا	197
62	پپیتے میں رکھی ہے خدا نے صحت	205
63	پالک آئرن اور پروٹین کا خزانہ	207
64	شاہترہ بھی ہے بڑی نعمت	211
65	کچھ خاص نسخے تندرستی کیلئے	215
66	کشتہ سازی کی حقیقت اور اس کا استعمال	220
	معیاری کشتوں کی شناخت اور اس کا طریقہ	221
	کشتہ کی مدت استعمال	222

	کشتہ جات کے استعمال کے اصول	223
	کشتہ جات کی مقدار خوراک (Dosage of Kushtas)	224
67	ہلیلہ سیاہ کی حقیقت	225
	ترکیب استعمال ہلیلہ	226
68	صحت کی حفاظت کیلئے مفید ہدایتیں	228
69	زہریلے جانور اور ان سے بچنے کی تدابیر	230
70	بچھو کاٹے کا علاج	235
	کنکھجورے کا کاٹنا	236
	زہریلی مچھلیوں کا کاٹنا	237
	بھڑ یا شہد کی مکھی کا کاٹنا	237
	کھٹمل، چیچڑی، مچھر وغیرہ کا کاٹنا	238
	کان میں کیڑا چلا جائے تو نکالنے کا آسان علاج	238
	مختلف جانوروں کے کاٹے کا آسان علاج	238
71	منشیات، زہریں اور ان کے تریاق	240
	سٹامک ٹیوب استعمال کرنے کا طریقہ	241
	پارہ، رسکپور، دار چکنا، شنگرف وغیرہ کھالے تو	243
	اسراب یعنی سیسہ، مردار سنگ، سیندور، سفیدہ وغیرہ کھالے تو	244
	تانبہ، توتیا، زنگار وغیرہ کا علاج	244
	فاسفورس، دیا سلائی وغیرہ	244
	تیزاب نمک، گندھک، شورہ اور تیزابی زہر کھالے تو	245
	کاربالک ایسڈ یعنی فینائل پی لے تو	245
	ہائیڈروسیانک ایسڈ۔ پوٹاشیم سایانائیڈ کھالے تو	246

	کاسٹک بوٹاش، پوٹاش بائیکارب، سوڈا بائیکارب، ایمونیا، جوکھار وغیرہ	246
	اکونائٹ یعنی میٹھا تیلیہ	247
	افیون، مارفین، کلوروڈین، کوڈین، ڈائیونین	247
	مجربات ترک افیون	248
00	بھنگ، گانجا، چرس کا علاج	250
	کافور (CAMPHOR) کھالے تو	251
	تمباکو، نکوٹین کا زہر ختم کرنے کیلئے	251
	کوکین اور اس کے مرکبات کا علاج	252
	مٹی کا تیل، کیروسین آئیل، پٹرولیم، پیرافین پی لے تو	252
	خراب گوشت اور مچھلی کے زہر کا علاج	252
	شراب، الکوحل (Alcohal)	253
	جمال گوٹہ (کروٹن آئیل) کھالے تو	254

بحمداللہ تعالیٰ ''بحرِ طب سے چند موتی'' کا

ثواب

اور

انتساب

میں اپنے نانا جان محمد سلیم الدین شیخ الانصار نوراللہ مرقدہٗ کھندراوَلی شاملی کے نام معنون کرنے کی سعادت حاصل کررہا ہوں جو ایک منفرد اور علمی شخصیت تھی، آپ اہلِ علم کی مجالس کو پسند فرماتے تھے۔ اللہ تعالیٰ میرے نانا جان اور نانی امّاں حمیدہ بیگم کی بال بال مغفرت فرمائے اور اس کتاب کو مرحومین کے لئے ذخیرہ آخرت بنائے، آمین ثم آمین یارب العالمین!

والسلام

نواسہ

محمد ادریس حبان رحیمی چرتھاوَلی

بانی رحیمی شفاخانہ بنگلور، کرناٹک

مورخہ ۲رفروری ۲۰۱۴ء مطابق یکم ربیع الثانی ۱۴۳۵ھ بروز اتوار

مسرّتِ حبانی

بحمد اللہ تعالیٰ مجھ ناچیز کے لئے نہایت خوشی اور مسرت کی بات ہے کہ میرے چھوٹے فرزند عزیزی الحاج حکیم محمد عدنان حبان نوادر نے میرے پسندیدہ مضامین اور نسخوں اور تجربات پر مشتمل مضامین کو ایک ضخیم کتاب کی شکل میں ترتیب دیا ہے۔

فا للہ الحمد و الشکر

اللہ تعالیٰ عزیزم کی اس مبارک سعی کو قبول فرمائے اور طبّی دنیا سے تعلق رکھنے والے اطباء کرام اور احباب کے لئے اس مجموعہ کو نافع بنائے، میرے اور اساتذہ کرام کے لئے ذخیرۂ آخرت بنائے، آمین!

میں نے مضامین کی مناسبت سے اس مجموعہ کو ''بحرطب سے چندموتی'' کے نام سے موسوم کیا ہے۔ شکرگذار ہوں جناب سید اسد حسین صاحب کا کہ موصوف نے اس مجموعہ کو ادارہ کتاب الشفاء دہلی سے شائع کر کے شائقین کرام تک پہونچایا۔

اللہ تعالیٰ اپنی رضا نصیب فرمائے نیز اس کتاب کو قبولِ عام فرمائے، آمین ثم آمین یارب العالمین

خادم آستانہ حاذق الامتؒ

محمد ادریس حبان رحیمی چرتھاولی

رحیمی شفاخانہ بنگلور کرناٹک

مورخہ ۲ رفروری ۲۰۱۴ء مطابق یکم ربیع الثانی ۱۴۳۵ھ بروز اتوار

حروفِ نوادر

نحمده و نصلی علیٰ رسوله الکریم اما بعد

اللہ تعالیٰ کا شکر و احسان ہے کہ اس نے انسان کو اشرف المخلوقات بنا کر اٹھارہ ہزار مخلوقات میں عزت بخشی حضرتِ انسان کے کمالات اور فنون و معرفت، دراصل حق تعالیٰ شانہ کی بخشش اور عطا ہے۔ صنّاعِ عالم نے انسانی عقل و دماغ اور قلب میں وہ علوم و فنون ودیعت فرما دیئے جو اللہ رب العزت کو پسند ہیں اور ان سے انسانی دنیا کو کما حقہٗ فوائد حاصل ہو رہے ہیں۔

والد بزرگوار ماہر نباض طبیبِ دوراں حضرت مولانا حکیم ڈاکٹر محمد ادریس حبان رحیمی عمت فیوضہم بانی رحیمی شفا خانہ بنگلور ایسی ہمہ جہت شخصیت ہیں جو نہ صرف مطب میں مریضوں کی تشخیص فرماتے ہیں بلکہ دوا سازی کے جملہ مراحل کو اپنی توجہ خاص سے تکمیل تک پہونچاتے ہیں آپ قرآن و احادیث، فقہ اور اصلاحی کتب کے مطالعہ کے ساتھ طبّی کتب کا مطالعہ بھی نہایت انہماک سے کرتے ہیں اور فرماتے ہیں کہ کتب بینی میری روحانی غذا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ بحرِ غوّاص سے نادر جواہرات اور انمول موتی چن لیتے ہیں، والد محترم کے صدقہ میں ان کی اولاد کو بھی یہ نعمت ملی ہے

یہی وجہ ہے کہ والد محترم جب جب اپنی مجلس میں یا گھر میں، گفتگو میں، کھانے کے اوقات میں، کسی مضمون یا کسی نسخے کے متعلق فرماتے ہیں تو ہم سب متوجہ ہوجاتے ہیں اور اس کو محفوظ کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کا فضل وکرم ہے کہ والد محترم کے پسند فرمودہ قدیم اطباء کرام کے مضامین اور آزمودہ نسخوں کا یہ مجموعہ پایہ تکمیل کو پہونچا اور میں نے والد بزرگوار کی خدمت میں اس کو پیش کیا تو بے حد خوش ہوئے اور بڑی دلچسپی کے ساتھ اس کو دیکھا اور مفید مشوروں سے نواز کر شائع کرنے کی اجازت دی۔ اللہ تعالیٰ اس کو میڈیکل لائن سے تعلق رکھنے والے احباب کے لئے رہنما بنائے اور اپنی بارگاہ میں قبول فرما کر میرے لئے ، میرے اہل خانہ کے لئے ، قارئین کرام کے لئے اور خصوصاً والدین کے لئے ذخیرۂ آخرت بنائے، آمین ثم آمین یارب العالمین!

طبی دنیا کا خادم

محمد عدنان حبان نوادر

رحیمی شفاخانہ بنگلور، کرناٹک

مورخہ: ۴/جنوری ۲۰۱۴ء بمطابق ۲/ربیع الاول ۱۴۳۵ھ بروز ہفتہ

نبض کی قسمیں اور اسرار

قدیم اطباء کے تجربات کی روشنی میں ضروری ہے کہ:

علاج میں شہرت و کامیابی حاصل کرنے کے لئے مرض کی درست تشخیص ضروری ہے اور تشخیص الامراض ایک باقاعدہ فن ہے اور اہلِ فن نے اس کے مختلف گوشوں کو مکمل و مرتب کرنے میں اپنی عمریں صرف کردی ہیں۔ اس سلسلہ میں تشخیص کے تمام حصوں میں ''نبض'' کو سب سے زیادہ نمایاں مقام حاصل ہے اور نبض کی اہمیت وسود مندی سے قدیم زمانہ کی طرح آج بھی انکار نہیں کیا جاسکتا نبض سے مہارت رکھنے والا طبیب جدید آلات تشخیص کے مقابلہ میں صرف چند منٹوں میں مرض کی اصلیت، ماہیت تک پہنچ جاتا ہے اور بعض دفعہ نبض کی تشخیص جدید آلاتی تشخیص کو بھی مات دے جاتی ہے۔

نبض سے تشخیص کی صورت میں معالج کو عمر، مزاج، جنس، غذا، نیند، ورزش، جسمانی حالت کو بھی سامنے رکھنا چاہیئے، کیوں کہ ان صورتوں میں نبض کی طبعی حالت میں فرق ہوجاتا ہے، اس لئے ان پہلوؤں کو پیشِ نظر رکھنا ضروری ہے، معتدل مزاج کے اوسط درجہ کے جوان آدمی کی نبض صحت کی حالت میں منتظم ہموار قوی اور قدرے ممتلی ہوتی ہے اور ضربات کی اوسط تعداد 72 دفعہ فی منٹ ہوتی ہے۔

بڑے آدمیوں کی نسبت بچوں کی نبض کسی قدر رقیق اور سریع ہوتی ہے اور ضربات نبض فی منٹ کے حساب سے بچپن سے لے کر جوانی تک اور جوانی سے بڑھاپے تک نقشہ ذیل کے مطابق ہوتی ہے:۔

پیدا ہونے کے فوراً بعد	140 مرتبہ	یہاں تک کہ عورتوں کی نبض مردوں
دودھ پینے کے زمانہ میں	120 مرتبہ	سے زیادہ متضادت نہیں ہوتی، اس
5 یا 6 سال کی عمر میں	100 مرتبہ	کے بعد......عورتوں میں
ابتدائی جوانی میں	70 سے 75 مرتبہ	101 مرتبہ
بھرپور جوانی میں	90 مرتبہ	85 مرتبہ
نہایت کمزوری میں	75 سے 80 مرتبہ	90 مرتبہ

گویا عورتوں کی نبض مردوں کی نسبت فی منٹ 6 سے 14 مرتبہ تک زیادہ حرکت کرتی ہے نبض کے متعلق خاص خاص ہدایات درج ذیل ہیں:۔

نبض عظیم:۔ وہ نبض ہے جو طول وعرض و بلندی مین اعتدال سے زیادہ ہو، یہ قوت وحرارت پر دلالت کرتی ہے، گرم مزاج اشخاص، گرم بخاروں اور صفراوی سرسام میں یہ نبض پائی جاتی ہے، اگر حرارت زیادہ ہو تو نبض عظیم ہونے کے ساتھ سریع بھی ہوگی۔

نبض صغیر :۔ نبض عظیم سے بالکل اُلٹ ہے اور کمزوری کی علامت ہے، بعض دفعہ کثرت غذا کے نتیجہ میں قوت کے باوجود نبض دب کر صغیر ہو جاتی ہے، اس لئے خیال رکھنا چاہیے۔

نبض سریع:۔ جو معتدل نبض سے زیادہ تیز اور جلدی جلدی چلتی ہے، عصبی امراض، بیخوابی، بخار، دل کی بیماریوں، بچہ دانی کی بیماریوں، بندش ایام، ہسٹریا کی علامت ہے، شراب، تمباکو، چائے اور ورزش وخوشی کے موقع پر نبض سریع ہو جاتی ہے۔

نبض بطی:۔ نبض سریع کے اُلٹ ہے،نمونیہ، بدہضمی ،معدہ کے ورم،معدہ کے سرطان، پیشاب میں شکر آنا، مالیخولیااور معدنی زہروں کے بداثرات کی علامت ہے۔

نبض متواتر:۔ اس نبض میں دوضربوں کا درمیانی وقفہ کم ہوتا ہےاور عام کمزوری وامراض دل کی حالت میں چلتی ہے۔

نبض متضادت:۔ اس نبض میں وقفہ زیادہ ہوتا ہے۔ یہ مقابلتاً طاقت پر دلالت کرتی ہے۔

نبض صلب:۔ شریانی لبلبوں میں زیادہ انقباض کی بناپر ہوتی ہےاور خون کے غلبہ بخاروں کے شروع میں گردوں کے امراض آتشک پر دلالت کرتی ہے۔

نبض لین:۔ پٹھوں کی سستی اور جنرل کمزوری کی بناپر ہوتی ہے۔

نبض متلی:۔ یہ نبض انگلیوں کے نیچے بھربھری معلوم ہوتی ہے غلبۂ خون کے امراض میں پائی جاتی ہے اگر مرض پر ایک چوٹ نرم اور ایک سخت پڑے اور یہ سلسلہ اسی صورت میں بنا رہے تو اس نبض کو مختلف منتظم کہتے ہیں، اس قسم کی نبض امراض جگر، بدہضمی ،منشیات ومحرکات کے کثرت استعمال اور دل کی بیماریوں، سرسام وسکتہ میں چلتی ہے،لیکن اگر چوٹ ہائے کا فرق بے قاعدہ ہوجائے تو اسے غیر منتظم کہا جائے گا اور ایسی نبض دل کے امراض اور زہرخوردمریضوں میں پائی جاتی ہے۔

نبض منشاری:۔اگر نبض سریع ،متواتر اور صلب ہےتو نمونیہ وغیرہ کی علامت ہے۔

نبض موجی:۔ یہ نبض منشاری سے ملتی جلتی ہے،لیکن اس میں نرمی زیادہ ہوتی ہے اسلئے یہ کمزوری،نمونیہ، فالج ،سکتہ اور بخاروں میں پسینہ آنے پر دلالت کرتی ہے۔

نبض ودی:۔ یہ نبض ''موجی'' سے ملتی جُلتی ہے،لیکن صغیر اور بطی ہوتی ہے، یہ انتہائی کمزوری کی حالت میں چلتی ہے، دستوں کے زیادہ آنے اور خون کے زیادہ اخراج ہوجانے پر دلالت کرتی ہے۔

نبض نملی :۔ یہ وددی سے زیادہ صغیر ہوتی ہے اور متواتر ہوتی ہے، انتہائی کمزوری ظاہر کرتی ہے، بچوں میں بعض مردوں کے مقابلہ میں سریع اور متواتر ہوتی ہے، عورتوں کی سریع کمزور اور صغیر اور بوڑھوں کی متفادت کمزور اور صغیر ہوتی ہے، ایام والی عورتوں کی نبض سریع غیر منتظم ہوتی ہے۔ ایام بند ہو جانے کی عمر میں ایسی ہی نبض چلتی ہے، حمل کے دنوں میں نبض پہلے سے قوی ہو جاتی ہے، چوتھے یا پانچویں مہینہ میں سریع اور صغیر ہوتی ہے اور چھٹے ماہ کے بعد نبض کمزور اور بطی ہو جاتی ہے۔

چند علاماتِ امراض

یونانی نظریہ کے مطابق مرض یا تو بیرونی سبب سے پیدا ہوتا ہے یا اندرونی سبب سے بیرونی سبب میں موسم کی حالت مثلاً زیادہ گرمی، زیادہ سردی، برف سے دوچار ہونا، لیکن اندرونی سبب میں سب سے بڑا سبب اخلاط میں تبدیلی، فساد یا زیادتی، کمی وغیرہ سے مختلف امراض پیدا ہوتے ہیں، اس تبدیلی کا اندازہ مندرجہ ذیل علامات سے لگایا جاتا ہے۔

(1) غلبۂ خون کی علامت:۔ زبان اور جلد کی رنگت سرخ ہوگی، مُنہ کا مزا میٹھا ہوگا، پھوڑے، پھنسیاں زیادہ نکلیں گی، نکسیر جاری رہے گی مسوڑھوں سے خون آئے گا، غنودگی، جمائیاں وغیرہ علامات ہوں گی۔

(2) غلبۂ بلغم کی علامت:۔ جلد کی رنگت نسبتاً سفید، تھوک لیسدار زیادہ منہ کا ذائقہ پھیکا اعضاء میں سستی کاہلی اور ترش ڈکاریں آئیں گی۔

(3) غلبۂ صفرا کی علامت:۔ رنگ زرد، نبض سریع اور متواتر، منہ کا ذائقہ کڑوا، پیاس زیادہ، آنکھیں زرد اور جلن، متلی، بدن میں خشکی، پیشاب زرد اور سرخ آئے گا۔

(4) غلبۂ سودا کی علامت:۔ جسم لاغر، رنگ سیاہ، نبض بطی اور صلب، بے خوابی، منہ، ناک وغیرہ کی خشکی اور مریض تنہائی پسند، متفکر اور وحشت زدہ رہے گا۔☆

تندرستی اور حوائج ضروری

یونانی و آیورویدکتب میں حوائج ضروریہ کو ''دیگ'' کہتے ہیں جن کا مطلب تیزی سے ہے، اس کا خلاصہ یہ ہے کہ:۔

(1) قے (2) ڈکار (3) کھانسی (4) بھوک (5) پیاس (6) سانس (7) چھینک (8) آنسو (9) نیند (10) بادِمخالف (11) پیشاب (12) جمائی (13) پاخانہ۔

چونکہ دیگ جسم سے فالتو اشیاء ومواد خارج کرتے ہیں، اس لئے ان کا روکنا سخت نقصان پیدا کرتا ہے کیونکہ دیگ قدرتاً ازخود خارج ہوتے ہیں۔

سہرشی چرک کہتے ہیں کہ عقل مند انسان کو پاخانہ، پیشاب، قے، چھینک، ڈکار، جمائی، بھوک، پیاس وغیرہ کا دیگ روکنا نہیں چاہیئے، ورنہ بے شمار امراض لاحق ہوں گے۔

پیشاب کا روکنا:۔ پیشاب روکنے سے آلۂ تناسل ومثانہ میں درد ہوتا ہے۔ سر درد، اپھارہ، پیشاب کی روکاوٹ (حبس البول) درد پہلو وغیرہ شروع ہوتا ہے، بسا اوقات خون میں زہر پیدا ہوجاتا ہے، جس سے موت واقع ہوسکتی ہے، نیز مثانہ پھٹنے کا بھی اندیشہ ہوتا ہے۔

علاج:۔ پیشاب روکنے سے جو امراض ہوں ان کے لئے پیشاب آور تدابیر کریں، مالش کریں، جوشاندے دیں اور حقنہ (انیما) کریں۔

پاخانہ روکنا:۔ پاخانہ روکنے سے سر اور انتڑیوں میں درد ہونے لگتا ہے قبض کی شکایت ہوتی ہے ڈکار آتے ہیں، زکام ہوتا ہے، بدن سست ہو جاتا ہے جسم ٹوٹنے لگتا ہے، انتڑیوں میں فضلہ سڑنے سے انتڑیوں کی دِق ہو جاتی ہے۔

علاج:۔ پسینہ لانا، مالش کرنا اور نہانا، حقنہ (انیما) کرنا ادویات دینا۔

بادِ مخالف کا روکنا:۔ بادِ مخالف وہ ہوا ہوتی ہے، جو مقعد کی راہ آواز کے ساتھ یا بلا آواز خارج ہوتی ہے۔ اسکے روکنے سے باؤ گولہ، درد پیٹ، اپھارہ، بدن کی سستی، بے قراری، نگاہ کی کمزوری اور پاخانہ، پیشاب کا رک جانا پیدا ہوتا ہے۔

علاج:۔ پسینہ لائیں، سپاز میٹری دیں، حقنہ (انیما) کریں اور ذایو کو خارج کرنے والی ادویہ دیں۔

قے روکنا:۔ اس کا سبب معدہ میں کسی خلافِ معدہ شے کا داخل ہونا ہے اور چونکہ معدہ قبول نہیں کرتا اس لئے واپس منہ کے راستے خارج کرتا ہے۔ اس غرض سے معدے میں شور پیدا ہوتا ہے جس سے قے ہوتی ہے، قے روکنے سے چھپاکی، فساد خون (رکت پت) خارش، کوڑھ، چھائیاں، بخار، زہر باد، کھانسی، دمہ، بھوک کی کمی اور پِت (صفرا) ہو جاتی ہے۔

علاج:۔ قے آور ادویہ دیں، حقنہ یا فاقہ کرائیں، فصد کھلوائیں جلاب دیں ورزش کرائیں اور نمک و آئیل سرسوں کی مالش کرائیں۔

چھینک روکنا:۔ نتھنوں کے راستے میں جب رکاوٹ پیدا ہوتی ہے تب قدرت اسے بذریعہ چھینک کھول دیتی ہے چھینک روکنے سے گردن اکڑ جاتی ہے۔ دردسر، لقوہ، دردشقیقہ (آدھا سیسی) ہو جاتا ہے۔

علاج:۔سورج کی طرف دیکھیں تاکہ چھینک کی روکاوٹ دور ہو، نیز خوشبو سونگھائیں،نسوار دیں۔

ڈکار روکنا:۔ معدہ میں پیدا شدہ گیس کا بذریعہ منہ باہر نکلنا ڈکار کہلاتا ہے،ڈکار کو روکنا ہچکی، کھانسی، قبض اور سینے میں سوزش پیدا کرتا ہے۔

علاج:۔جس طرح ہچکی کا علاج کیا جاتا ہے۔

☆☆☆

صحت کے لئے چند اصول

● ہمیشہ علی الصباح طلوع آفتاب سے ایک گھنٹہ پیشتر اٹھنے کی عادت ڈالیں، اس میں برکت بھی ہے اور صحت بھی ہے۔

● صبح اٹھ کر یک دم پانی وغیرہ نہیں پی لینا چاہیے۔ پانچ سات منٹ کے بعد جب دورانِ خون صحیح حالت میں آجائے، تب رات کا باسی پانی پی لیں، پانی گھونٹ گھونٹ کر کے پئیں، اس طرح کے روزانہ عمل سے دائمی قبض رفع ہو جاتی ہے۔

● رفع حاجت کے وقت اپنا خیال کسی دوسری طرف منتقل نہ کریں۔ اس طرح نفسیاتی قبض واقع ہو جاتی ہے بلکہ چاہیے کہ اپنی توجہ اپنے ایک ہی مقصد پر قائم رکھیں تاکہ انتڑیوں سے براز بآسانی خارج ہو سکے، جو لوگ رفع حاجت کے وقت فضول باتیں سوچتے رہتے ہیں، انہیں قبض کی شکایت ہو جاتی ہے۔

● رفع حاجت کے وقت انتڑیوں پر زیادہ زور نہیں لگانا چاہیے، اس طرح آنکھوں کو سخت نقصان پہنچتا ہے۔

● اگر آپ قبض محسوس کریں تو اس طرف فوری توجہ دیں کیونکہ قبض ''ام الامراض'' ہے، یعنی بیماریوں کی ماں ہے۔

● آبِ دست گرم پانی سے ہرگز نہ کریں، ایسا کرنے سے آنکھوں کو نقصان پہنچتا ہے اور بواسیر کے مسے بن جاتے ہیں۔

● رفع حاجت کے وقت اگر دانتوں کو دبا کر رکھیں تو دانت درد کافور ہو جایا کرتا ہے۔

● غسل سے پہلے مسواک ضرور کریں، ٹوتھ پیسٹ برش کا استعمال مسوڑھوں کے لئے مضر ہے، مسواک سب سے اچھی کیکر کی ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ نیم، جامن، شیشم، پلاس، سُکھ چین وغیرہ کی بھی مسواک کی جاتی ہے حلق، سینہ، زبان اور دانتوں کی جو مکمل صفائی مسواک سے ہوسکتی ہے۔ وہ ٹوتھ پیسٹ اور برش سے نہیں ہوسکتی۔ ٹوتھ پیسٹ بس خوشبو پیدا کرتے ہیں اور چونکہ لوگ آرام طلب اور عیش پرست ہوتے جارہے ہیں۔ اس لئے ان آرائشی اشیاء کا استعمال بہت ہوتا جارہا ہے، حقیقی معنوں میں مسواک کا استعمال سب سے عمدہ اور بہتر ہے۔

● مسواک کرتے وقت اگر تالو کے ساتھ لگا کر سر نیچا کریں تو جگر کی زائد رطوبت خارج ہو جاتی ہے۔

● مسواک اتنے زور سے نہ کریں کہ مسوڑھے چھل کر زخمی ہو جائیں، مسواک اگر سخت ہو تو اسے پانی میں بھگو دیں، نرم ہونے پر اسے چبا چبا کر برش سا بنالیں، چبانے سے دانتوں کی ورزش ہوتی ہے، دانت اور جبڑے بھی مضبوط ہو جاتے ہیں۔

● ہر روز ہلکی سی کوئی نہ کوئی ورزش ضرور کیا کریں، اگر ورزش پسند نہ ہو تو سیر کرنے کی عادت ڈالیں بیر آ ور ورزش سے جسم مضبوط بنتا ہے۔

● ورزش کرنے کے فوراً بعد ہرگز نہانا نہیں چاہیے جب دورانِ خون طبعی حالت پر آجائے تب غسل کریں۔

● غسل سے پہلے جسم پر خالص تیل سرسوں کی مالش کریں، تیل اتنا ملیں، جو جسم میں جذب ہو جائے۔ اگر ایک چھٹا نک تیل جسم میں جذب ہو جائے، تو سمجھ لیں کہ آپ نے ایک سیر گھی ہضم کر لیا ہے۔

● مالش سے جسم تندرست اور خوبصورت بنتا ہے۔ ہڈیاں مضبوط ہوتی ہیں اور بدن کی خشکی جاتی رہتی ہے۔

● سب سے بہتر غسل سرد پانی کا ہے طبیعت اور حالات کے مطابق گرم پانی سے بھی غسل کیا جا سکتا ہے۔

☆☆☆

بیماریوں سے محفوظ رہنے کے طبّی مشورے

(1) دوپہر کا کھانا کھانے کے بعد گھنٹہ آدھ گھنٹہ آرام کرنا چاہئے، اس کا مفاد یہ ہے کہ کھانا اس عمل سے خوب ہضم ہوتا ہے سستی اور کاہلی نہیں رہتی۔

(2) رات کو کھانا کھانے کے بعد چہل قدمی ضرور کرنا چاہیے۔ نیند خوب آئے گی روح تازہ رہے گی۔

(3) کھانا کھانے کے فوراً بعد پیشاب کرنا چاہئے درد گردہ اور درد جگر کبھی نہ ہوگا۔

(4) سخت چیز دانتوں سے کبھی نہ چباؤ، بینائی کیلئے مضر ہے۔

(5) غصہ کے وقت کھانا کھانے سے بدہضمی ہو جاتی ہے۔

(6) کھانا کھانے کے بعد اور غذا پانچ گھنٹہ بعد کھاؤ ورنہ دل خراب ہو جائے گا۔ ہر وقت کھانا بے اعتدالی ہے۔

(7) بھوک نہ لگنا بیماری کی علامت یعنی جگر کی خرابی ہے۔

(8) ملاپ کے بعد پانی پینا مضر ہے، سست بناتا ہے۔

(9) دمہ والے مریض کو رات کو غذا نہ کھانی چاہئے یا ہلکی کھانی چاہیے ورنہ مرض زور پکڑ جائے گا۔

(10) بیماری سے صحت کے بعد کم سے کم غذا کھانی چاہئے۔

(11) غصہ، غم، فکر زیادہ کرنا ہاضمہ خراب کرتا ہے۔

(12) بغیر بھوک کے کھانا صحت کو بگاڑنا ہے۔

(13) مرغ کے گوشت کے ساتھ مولی کھانا مضر ہے۔

(14) سرکہ اور چاول ساتھ کھانے سے داد پیدا ہوتا ہے۔

(15) شراب میں زہر ملنے کے بعد رنگ کالا اور شہد سبز ہو جاتا ہے۔

(16) مولی اور دہی ملا کر کھانے سے درد قولنج پیدا ہو جاتا ہے۔

(17) دودھ، لسی، اور کسلا ایک ساتھ کھانے سے ہیضہ ہو جاتا ہے۔

(18) دودھ اور مچھلی ملا کر کھانے سے سفید دھبے برص اور کوڑھ ہو جاتا ہے۔ مچھلی کے بعد بھی دودھ نہیں پینا چاہیے۔

(19) زیادہ لال مرچ کھانے سے نظر کم اور معدہ خراب ہو جاتا ہے۔

(20) سب بیماریاں معدہ کی خرابیوں سے ہوتی ہیں۔

(21) رات کو پچھلے وقت میں پانی پینے سے ہاضمہ تیز ہو جاتا ہے اور قبض نہیں رہتا۔

(22) پیشاب روکنے اور حاجت مارنے سے کمزوری مثانہ اور درد مثانہ ہو جاتا ہے۔

(23) پائخانہ میں زیادہ دیر تک نہ بیٹھو، ورنہ دماغ کو نقص پہنچے گا۔

(24) قبض کو فوراً رفع کرنا چاہیے ورنہ صدہا طرح کے نقصانات اور دردوں کی امید ہے۔ (25) بے سبب دوا کے عادی نہ بنیں۔

(26) چھوٹے مرض کو حقیر نہ جانو، صحت کا دارومدار صحت معدہ میں سمجھو۔

(27) جلاب کے موسم میں جلاب لینا بیماریوں سے بچاتا ہے۔

(28) کمزور آدمیوں کو بچوں کے برابر غذا دینی چاہیے۔ اور بچوں کے برابر ہی دوا دینی چاہیے۔

(29) ہمبستری روزمرہ کرنا موت کا پیغام ہے، کمزوریٔ دل و دماغ بخار لرزہ اور رعشہ کا الارم ہے۔

☆☆☆

حفظانِ صحت کیلئے

ضروری ہدایات اور مفید اعمال

جنوری :۔نہار منہ گرم پانی پینا،سویرے ہوا کھانا،ریوڑی تل،چلغوزے، پستہ سادہ دودھ کی چائے پینا۔

فروری :۔بدن پر روغن بادام یا سرسوں یا زیتون کا تیل ملنا نیم گرم پانی سے غسل کرنا،مکان کا زیادہ گرم نہ ہونا،ورزش کرنا۔

مارچ :۔صبح سویرے ورزش کرنا،موسم کی ترکاری کا استعمال بغیر روئی کے موٹا کپڑا پہننا،مصفی خون دواؤں کا استعمال کرنا۔

اپریل :۔لیموں اور پیاز کا استعمال کرنا،جلاب لینا،غذا کے بعد پانی پینا، کچھ رات رہے سفر کرنا مفید ہے۔

مئی :۔صبح ترش اشیاء کا استعمال کرنا،نہار منہ باسی پانی پینا،صبح ہی نہانا، جلاب لینا مفید ہے۔

جون :۔سر کو دھوپ سے ڈھانپے رکھنا،کچے لیکن بالکل تازہ دودھ کا استعمال،رات کو سفر کرنا اور صبح نہانا،دن میں سونا،لسی کے اوپر کا پانی پینا۔

جولائی:۔زود ہضم اغذیہ کا استعمال خوشبودار چیزوں کا سونگھنا، سبزہ زار مکان میں رہنا، زیادہ پانی پینا، دن کو سونا، ہوادار جگہ میں رہنا۔

اگست:۔صبح ہی اٹھنا، تازہ پانی سے غسل کرنا صحبت کم کرنا، اچار کھانا، باغ کی سیر، ہلکی غذا کھانا، صاف مکان میں رہنا۔

ستمبر:۔صبح سویرے اٹھنا، تالاب یا دریا کے کنارے کی سیر کرنا، تازہ پانی سے نہانا، ہلکی غذا کھانا مفید ہے۔

اکتوبر:۔نہار منہ پانی پینا، صبح کو سیر کرنا، چشمہ میں نہانا اور صاف ستھرے کپڑے پہننا۔

نومبر:۔صبح اٹھتے ہی ورزش کرنا، دودھ والی چائے پینا، گرم پانی سے نہانا، تھوڑی غذا کھانا مفید ہے۔

دسمبر:۔بند مکان میں رہنا اور تیل کی مالش کرنا، تازہ پانی پینا، گرم کپڑے پہننا گلے اور کانوں کی ہوا سے حفاظت کرنا اور مغزیات کا استعمال۔

مضر اعمال

● ایک دم گرم جگہ سے سرد جگہ جانا، ٹھنڈا پانی پینا، زیادہ گرم پانی سے غسل کرنا، بدن کو ہوا سے نہ بچانا۔

● صبح یا رات کو ننگے بدن باہر نکلنا یا پاخانے جانا، مکان میں کوئلہ جلا کر بند کر کے سونا، بدن ننگا رکھنا مضر ہے۔

● سورج نکلنے کے بعد سونا، زیادہ ہمبستر ی، نیا اناج کھانا، زیادہ باریک اور ریشمی کپڑا پہننا اور اصطبل (مویشی گھر) میں سونا مضر ہے۔ ● ننگے بدن سونا، عورت سے زیادہ رجوع کرنا، دوپہر کو سونا، سوکر اٹھتے ہی غسل کرنا مضر ہیں۔

- بار بار پانی پینا، دن چڑھے سو کر اٹھنا، راستہ چل کر فوراً پانی پینا مضر ہے۔
- زیادہ پانی پینا، زیادہ ورزش کرنا، بدن کو ننگا رکھنا سیاہ کپڑا پہننا گرم غذا کھانا مضر ہے۔
- گرم غذا کھانا، زیادہ صحبت کرنا، دریا کے کنارے سیر کرنا، زیادہ محنت کرنا، جسم ننگا رکھنا، کچی لسّی پینا، زخم کی بے احتیاطی کرنا مضر ہیں۔
- تر زمین پر لیٹنا، دھوپ میں پھرنا، رات کو زیادہ جاگنا، فاقہ کرنا، دن کو سونا، رات کو ننگے بدن سونا، کچی لسّی پینا فاسٹ فوڈ اور بازاری اشیاء کھانا مضر ہے۔
- پان کھانا، شراب پینا، دھوپ میں پھرنا، زیادہ حقہ پینا، زیادہ محنت کرنا، چائے، پزّا اور برگر وغیرہ کا زیادہ استعمال کرنا مضر ہے۔
- سورج نکلنے تک سونا، زیادہ رات تک جاگنا، دہی کھانا، شبنم میں سونا، شراب پینا، گرم وترش اشیاء کا استعمال مضر ہے۔
- سورج نکلنے تک سوتے رہنا، ٹھنڈی غذا کھانا اور ٹھنڈے پانی سے نہانا مضر ہے۔
- ٹھنڈے پانی سے غسل کرنا، کوئلوں سے مکان کو گرم کر کے دروازے بند کرنا، بدن کو ہوا لگنے دینا مضر ہے۔

☆☆☆

گرم اور سرد خواص والی ادویات

دوائیں گرم درجہ اوّل :۔لاون ، چنا، راکھ، شاہترہ، نیل کنٹھی ، سرپھوکہ، ساگو دانہ، ایلوابابون، کوڑی، سنگھے ، سکاکائی، کنجد سفید، سنناور، منڈی، مویز منقیٰ تخم کتان، شیرِ خشت یعنی پنیر دودھ کا، مکھن گاؤ، انجیر، گاؤزبان وغیرہ وغیرہ۔

گرم درجہ دوم :۔اجمود، تلسی ، زعفران، شہد، مصطگی، کُندر، سوڈا، نمک، گندھک چرائتا، تخم اٹنگن، میتھی ، بلسان، زراوندگرد۔مجیٹھ)فوّہ، زراوند دراز کریلے کا عصارہ، کاندر(اشق)، اسطوخودوس، اساردن، رائی، دارچینی، زیرہ وغیرہ۔

گرم درجہ سوم :۔دونامروا، مولی، اسپند از قسم خربزہ، کفِ دریا، عاقر قرحا، ہیراکسیس، رسکپور، پرانی شراب، اکاس بیل، تج، برنجاسف، پھٹکری، اجوائن، تیلی (سداب) تری کی، ممنا(گندم دیوانہ) تگر، تخم رام تلسی، (فرنجمشک) کرفس کوہی، شونیز، شیطرنج جدوار خطائی، جوکھار، لعناع، کپڑا پشمینہ کا جلا ہوا، بال جلے ہوئے۔

گرم درجہ چہارم :۔تتلی بڑی، لہسن، پیاز، گندنا، قسط جلی ہوئی چیزیں، شیر مدار اور کل دودھاری گھاسوں کا دودھ، فرفیون، تاک یعنی (انگور کا جھاڑ) سنکھیا، ہینگ۔

سرد درجہ اول:۔ کھجور تر، کیکر کا عصارہ، باجرا، خشخاش، برگ بنفشہ، کاکنج، ہلیلہ سیاہ، ست گلو، نشاستہ، کاسنی، نیل، امرود، تانبے کا برادہ، بلوط، بانس کے پتے، دہی، کافور، مایئشا، ترش بہی۔

سرد درجہ دوم:۔ خربوزہ، اسپغول، کچا زیتون، ہرا مازو، کدّو، بازننگ، ماش، کھیرا، ککڑی، چولائی کا ساگ، شفتالو، ترنج کے بیج، رانگا، پارہ، سیندور، سماق، تخم کاہو، مروارید، بنسلوچن گل سرخ۔

سرد درجہ سوم:۔ خرفہ کا ساگ، لونیہ کا ساگ، ترنج، سدابہار، خش خاش سیاہ، کافور، موچرس گلنار، لال ساگ، لفاح، (بیلاڈونا) سلاجیت، سبوس اسپغول۔

سرد درجہ چہارم:۔ افیون، دھتورا، شوکران، ماذریون، تمباکو، اجوائن، خراسانی، شاہترہ کی جڑ، کاکنج اور وہ سب دوائیں جو اعضاء کو سست کر دیں۔

خشک درجہ اول:۔ ملٹھی، میٹھا بادام، بسفائج (کھنگالی) پوست، تخم خربوزہ، زعفران موٹھ کندر، امرود، گوکھرو، نیل کی جڑ، بابونہ، تخم اٹنگن، لوبان، سونف، جو کا آٹا، اخروٹ کا گوند، سوسن، کلفہ، حب الفار، فُندُق، گل داؤدی۔

خشک درجہ دوم:۔ مولی بن (احب الخفر) جاوتری، سونٹھ، ریگ ماہی، مشک، سعتر سورنجاں شیریں، بالچھڑ، شاہترہ، مصطگی، شہد، جنگلی بینگن، چائے خطائی، نیلوفر کی جڑ، بلسان، زرادند، زفت، چرائتا، جاؤشیر، مکڑی کا جالا، صبر، انزروت، تخم کاسنی۔

خشک درجہ سوم:۔ لہسن، تگر، اکاس بیل، ہینگ، گلنار، چنا، تج، سرکہ، دونا مروا یعنی مرزنجوش، جامن، جوز بوا، بلوط، زوفا خشک، مغز کرنجوہ، کیکر کا عصارہ، سنناور، جوکھار، پوست ترنج، اجوائن، کلونجی، مروارسنگ، سداب (تتلی) سرمہ، کیکڑا جلا ہوا، بال جلے ہوئے، سماق (تبترک) کائے پھل، رسکپور، عود صلیب، عود بلسان، کچلہ، مرمکی، دم الاخوین جند بیدستر، درونج عقربی۔

خشک درجہ چہارم:۔ رائی ، گس دنا کے بیج، افیون، دھتورہ، انگور کا جھاڑ، فرفیون، سنکھیا۔

تر درجہ اول:۔ تودری، کاہو، گاؤزبان، تخم پالک، شفتالو، روغن گل۔ چرونجی، چربی سانڈا، روغن گاؤ، بنفشہ، عصارہ، سوسن، خاکسی، خصیۃ الثعلب، نبات سفید، انجیر، تخم خطمی، نشاستہ، تخم بالنگو، پیّہ مرغ و مرغابی وغیرہ، تخم ریحان، آلو بالو، ترنجبین۔

تر درجہ دوم:۔ ساگ چولائی، شقاقل مصری، گل نیلوفر، بہدانہ، مغز کنول گٹہ، ساگ لونیہ، خربوزہ، تربوز، خوبانی، اسپغول، پلول، کنجد سیاہ، توری، کھیرا، سرطان نہری، انبہ، نارنگی، شریفہ، آلو بخارا، سفیدی، بیضہ مرغ، شیر کی چربی، شیر بز، مستی فیل۔

تر درجہ سوم:۔ نارنگی، سنگترہ، رس بھری، سیماب، آلوچہ، دہی، ہندوانہ اور تمام تر فواکہات۔

معتدل:۔ بہی شیریں، انار، بہدانہ، شیر گاؤ، پرسیاؤشاں، سپستان، میدہ گندم وغیرہ۔

☆☆☆

تاثیر رکھنے والی ادویات

وہ ادویات جو اپنی تاثیر کے لحاظ سے موسوم ہیں یعنی اپنی تاثیر کے لحاظ سے اطباء کی اصطلاح میں اور روزانہ محاورہ میں اپنے تاثیری نام سے پکاری جاتی ہیں۔

اکّال:۔ (عضو کو کھا جانے والی) وہ دوا جو اپنی تیزی اور قوت محللہ کی زیادتی سے اجزائے جوہر عضو کو فنا کر دے اور گوشت کھا جائے۔ مثلاً زنگار، انزروت (لائی) نمک اشنان، چوک، سیندور، سیپ سوختنہ، توتیا، مردارسنگ، نورہ (چونا) مس سوختہ۔

جاذب:۔ (کھینچنے والی) اپنی گرمی اور لطافت کی وجہ سے خلط یا رطوبت کو ایسی کھینچ لاتی ہے جہاں سے مادہ بہ آسانی نکل سکے۔ جیسے اُود بلاؤ کے خصیے، مینڈک، نیولا، کیکڑا (سرطان) گندہ بیروزہ، لہسن، پنواڑ، غاریقون کوڑی اور گھونگے کا گوشت۔

جالی:۔ (جلا اور پاک کرنے والی) جلد کی سطح سے لیسدار رطوبتکو چھیل کر پاک اور صاف کر دیتی ہے۔ جیسے شہد، شورہ، نمک، مصری، ہڑتال، نک چھکنی، نوشادر، پھٹکری کٹکی، عقرقرحا، مسور (عدس) لہسن، کبوتر کی بیٹ، زفت، بلسان کے بیج، بنفشہ کی جڑ، کفدریا یعنی سمندر جھاگ، انزروت، بابچی، ہلدی، چیتا، رائی، خولنجاں۔

جامد:۔ (جماد دینے والی) پتلے خلطوں کو گاڑھا اور سخت کر کے جما دیتی ہے۔ جیسے موم کہربا، کتیرا، نشاستہ، گیرو، گل ملتانی، صمغ عربی، اجوائن خراسانی، شیر برگد۔

حالق، حلاّق:۔ (بالوں کو اڑانے والی) بالوں کو کمزور کر کے اکھاڑ دیتی ہے۔ مثلاً نورہ، چُونا ہڑتال، سفیدہ اور راکھ۔

حکاّک، محکِکّ:۔ (کھجلی پیدا کرنے والی) اپنی گرمی اور تیزی کی وجہ سے گاڑھی خلطوں کو مسام کی طرف کھینچتی اور خراش کی وجہ سے کھجلی پیدا کرتی ہے۔ مثلاً اٹنگن جل بیل (لٹوکری) بچھوا گھاس، مشک دانہ، اروی کے پتے، بیری کے پتے، بھنڈی کے پتے۔

دابق:۔ (چپکنے والی) لیس کی وجہ سے جسم سے چپک جاتی ہے۔ جیسے صمغ عربی شہد، سریش، لاکھ۔

دافع خمار:۔ (نشہ دور کرنے والی) تبخیر کو روک کر نشہ کو دور کر دیتی ہے جیسے املی آلو بخارا، گلاب کا پھول سونگھنا، کھٹا انار، عرق لیموں، عرق گلاب، شربت قند، تمام ترشیاں اور چھینک لانے والی ادویہ۔

رَادع، مخالف جاذب:۔ (لوٹا دینے والی) سرد اور قابض ہونے کی وجہ سے مواد کو عضو ماؤف پر گرنے سے روکتی ہے۔ جیسے مکوہ، اسپغول گلنار، چھالیا، دھنیا، خطمی، گل مختوم، السی، ملتانی مٹی، گیرو، املتاس، گوگل، ریٹھ، گل ارمنی کلونجی، کالی زیری، کچلے کا لیپ، سرکہ، صندل، سماق، پوست، رسوت۔

عاصِر:۔ (نچوڑنے والی) قوت قابطہ اور کیسلے پن کی وجہ سے عضو کو سمیٹتی اور پتلی رطوبت کو نچوڑتی ہے جیسے تخم املی، ہڑ، آنولہ، ببول کی پھلی، انار کے چھلکے، جامن کی گٹھلی کا پوست۔

غسّال :۔ (دھونے والی) اخلاط کو سطح عضو سے دھو دیتی ہے، اس کا سیّال ہونا ضروری ہے۔ جیسے نیم گرم پانی، آش جَو، ماءُالعسل (شہد میں ملا ہوا پانی)

قاتل:۔ (مارنے والی) اپنی ضد اور مخالفت کی وجہ سے ہر سہ ارواح کو فنا کرتی ہے جیسے افیون، فرفیون، سنکھیا، بیش یعنی سینگھیا (زہر) ہیرا، پارہ، شیر کی مونچھ کے بال کچلہ، دھتورہ، ہڑتال۔

قاتل دیدان:۔ (پیٹ کے کیڑے مارنے والی) ورمی سائیڈ، برگ شریفہ سبز، باؤبڑنگ کابلی، کلونجی، پودینہ کوہی، زوفائے خشک، پلاس پاپڑا، پوست بیخ انار، شفتالو کے پتے، صابن دیسی، ورمنہ ترکی، ترمس۔

قابض:۔ (سکیڑنیوالی، بندکرنیوالی) بوجہ بوجھل ہونے یا خشک ہونے کے عضو کو سمیٹتی، راس کی نالیوں اور مواد کو روکتی ہے جیسے ترنج، سنگدانہ مرغ، جفت بلوط، پستہ کا چھلکا، زرشک، تخم مورد (حب آلاس) باقلا، ترمس، پنسلوچن، دم الاخرین، گلنار، سُماق، مسور، بارتنگ، جرانکس (اذخر) جامن کی گٹھلی، انبھکی گٹھلی، چنا، چاول، مائیں، مازو، افیون، مصطگی، کنوچہ بریاں۔

قاشر:۔ (چھلکا اتارنے والی) وہ دوا جو جلا کی زیادتی کی وجہ سے عضو کے مواد فاسد کو دور کرتی اور چھلکا اتارتی ہے مثلاً کٹ (قسط) زراوند، جو بریاں، کالے تل خشخاش چھیپ اور جھائیں کے دفع کرنے کیلئے جو دوائیں مستعمل ہیں وہ قاشر ہیں۔

کاوی (کاسٹک) :۔ (داغ دینے والی) وہ دوا جو اپنی تیزی اور سوزش کے سبب سے سطح جراحات کی جلد کو جلائے اور داغ ڈالے جیسے سفیدہ، ادرک، لہسن، تیزاب، رائی، ہالون، بے بجھا چونا۔

کاسر الرّیاح، کارمی نے ٹو:۔ (ریح توڑنے والی) وہ دوا جو اپنی قوت حرارت سے ریاح غلیظ کو رقیق کر کے دفع کرے۔ مثلاً سداب (تتلی کے بیج)

ادرک، سونٹھ، نمک سیاہ، بیخ کرفس، جاوتری، سونف، پودینہ، اجوائن، مکو، زیرہ، چوکا (ترشہ) تج، سیاہ مرچ، نوشادر، زرنباد، ہرڑ کا مربہ، زیرہ۔

لاذع، اِرّی ٹنٹ:۔ (خراش کرنے والی) وہ دوا جو بوجہ شدت گرمی و تیزی وقوت نفوذ کے عضو میں سوزش اور خراش پیدا کر دے۔ جیسے سرکہ، لیموں نمک شور، رائی، جامن کا تیزاب۔

لازج:۔ (چپکنے والی) بوجہ خشکی ولیس کے عضو سے جدا نہ ہو، جیسے جنازی، بعض قسم کی مچھلی، مسور، چاول، موگرہ، گوند وغیرہ۔

حابس دم سَٹِپ ٹِک:۔ (خون بہنے اور خون منہ سے آنے اور خونی دستوں کو بند کرنے والی) بوجہ اپنی خشکی کے رگوں میں سُدّہ پیدا کرکے اور اندرونی زخموں میں کھرنڈ لاکر خون جاری ہونے کو بند کرنے والی۔ جیسے شادنج عدسی، مصطگی، خشک دھنیا، زرشک، دم الاخوین، رسوت، کافور، بیخ انجبار، گل مختوم، سنگ جراح، گیرو، جفت بلوط، سرمہ، بارتنگ، کہربا، پتنگ لکڑ، نشاستہ، اجوائن خراسانی، گلنار، کندر کتھ، غاریقون، مازو، ریشہ، برگد، چھوٹی مائیں، کنگھی، بوٹی، گل ارمنی، جوزالسرد، مقل (خون بواسیر کے لئے)

مُبرّد (ری فرجرنٹ):۔ (سردی پہنچانے والی) وہ دوا جو خود سرد ہونے کی وجہ سے سردی بخشتی ہے جیسے صندل، کاہو، نیلوفر، گرہل کے پھول، خوشبودار مٹی، آلو بخارا، افیون، کاسنی۔

مُبہّی (ایفرو ڈیزی ایک):۔ (قوت باہ پیدا کرنے والی غذا یا دوا) تخم تُرب موصلہ سنبھل مشک، موتی، عنبر، سونٹھ کھجور، چھوہارا، تیتر، بٹیر، مرغ، بیضہ نیم برشت، ماہی ردبیاں، تخم کونچ، انگور، تخم گاجر، سیاہ تل، جاوتری، شلجم، گوشت بکری، کتیرا، دارچینی، مغز بادام، مغز اخروٹ، مغز چلغوزہ، باقلا، ابرق (سبدق) پنیر

مایۂ شتر، بہینگ، پستہ جند بیدستر، خصیۃ الثعلب کا دل (خولنجاں) تج، کوٹھ (قسط) چنا، لوبیا، سقنقور، ستاور گوکھرو، بہمن سرخ، بہمن سفید، موصلی سفید، موصلی سیاہ، تودری زرد، تودری سفید، کھوپرا تخم پیاز وغیرہ۔

مُجفِف (ڈی، سکے ٹو):۔ (خشکی کرنیوالی) وہ دوا جو بوجہ خشک ہونے کے اعضاء کی رطوبت یا زخم کو خشک کردے، جیسے برگ مدار سندورس کاغذ سوختہ، ٹاٹ سوختہ، چھالیہ، کتھ، پھٹکری، جلی ہوئی سیپی، چھوہارے کی گٹھلی جلی ہوئی انزروت (لائی) مردارسنگ، ایلوا، سنگ جاحت، پوست انار، پارہ، چونا بجھا ہوا، توتیا وغیرہ وغیرہ۔

مُجمِّد:۔ (جما دینے والی) وہ دوا جو اپنی سردی اور قوت قابضہ کے اثر سے خلطوں اور رطوبتوں کو بستہکرے، جیسے گوند کتیرا، نشاستہ، اجوائن خراسانی، گیرد، موم، صمغ عربی لہسوڑا وغیرہ۔

مُحرِّق (کرّو سِو):۔ (جلانے والی) وہ دوا جو اپنی قوت نفوذ وقوی گرمی کے عضو کی رطوبت کو فنا کردے، مثلاً تیزاب چاندی، نمک، شورہ، گندھک، ہڑتال، فرفیون، زنگار، توتیا، چونا، نورہ، آگ، مدار کا دودھ، ہینگ وغیرہ۔

مُحلّمات ردیہ:۔ (خواب پریشان دکھانیوالی) وہ دوا جو اپنی قوت تبخیر کے ذریعے دماغ کو پریشان کرتی ہے اور سونے میں متوحش خواب دکھائی دیتے ہیں۔ جیسے شراب کی کثرت، کچا پیاز، آلو، بینگن، گندنا، باقلا، لوبیا، گوبھی، مسور وغیرہ۔

مُحلِل ریزالونٹ:۔ (تحلیل کرنے والا) وہ دوا جو اپنی قوت تحلیل اور حرارت کے باعث عضو کی لیس دار اخلاط کو بخارات بنا کر فنا کردیتی ہے جیسے زراوند، دونا مردا، (مرزنجوش) جند بیدستر، ناخونہ (اکلیل الملک) برگ چنبیلی، نرگس، بُستانی، بھٹوانس یعنی دھوئیں کی سیاہی، بابونہ، خطمی، عنبر بید، سداب، مقل، کسوندی، بیخ کبر، پرسیاؤشان، تگ، لادن (لاذن) السی، ہلدی، مگو، افسنتین رومی، برگ جھاؤ، پودینہ

کوہی، کریلہ، اشق، پیاز دشتی، جاؤ شیر گودا املتاس، ارنڈ، غافث، زفت، صمغ بطم، حاشا، ترمس، رائی، ہلدی، گل خیرہ، دارچینی، کیکڑا سو یہ یعنی شبت، انجیر، زعفران مکوئے سبز وغیرہ۔

مُحِمر (**روبی فی سینٹ**):۔ (سرخ کرنے والی) وہ دوا جو بوجہ گرمی اور قوت جاذبہ خون کو عضو کی طرف کھینچ لائے اور عضو کو سرخ کر دے جیسے چال مونگرا، رائی پودینہ، گل لالہ، نارنگی کے چھلکے، چھڑیلہ، بالچھڑ، جرانکس (ازخر) دارچینی، زعفران، حسنِ یوسف، ہینگ وغیرہ۔

مُخدّر (**انس تھیٹک**):۔ (بے حس کر دینے والی) وہ وا جو قوت قبض اور سردی و خشکی کے باعث مسامات ومجاری کو کثیف کر کے روح نفسانی کے نفوذ کو روکے اور عضو کو بے حس کر دے۔ جیسے افیون، اسپند، کچلہ، برگ تمباکو، تخم تمباکو کندر، شوکران، لونگ، دھتورہ، اجوائن خراسانی، کا کنج، لُفاح، کوکین وغیرہ۔

مخرجات جنین و مشمیه:۔ (بچّہ کو ماں کے پیٹ سے نکالنے والی دوائیں) ان ادویہ سے عضلات رحم کو تحریک ہوتی ہے اور اس سے بچہ کی پیدائش میں مدد ملتی ہے، یہ ادویہ رحم کو سکیڑ کر حمل کو قبل از وقت ساقط کر دیتی ہیں۔ اس لئے ان کو مسقطاتِ حمل (اک بالکس) بھی کہتے ہیں، مثلاً زراوند، السی، تج، ابہل، بندال، بوزیدان، پرسیاؤ شاں، کٹکی، فرفیون، رتن جوت (حمولاً کلونجی کو پیس کر پینا، بنولہ کی جڑ، سبز حنا یا بانس کے پتوں یا املتاس کے چھلکے کو جوش دے کر پینا، تیز مسہلات، روغن بیدا بجیر، کونین، ارگٹ وغیرہ وغیرہ۔

مُخشن:۔ (کھردراپن پیدا کرنے والی) وہ دوا جو اپنی قوت قبض و خشکی کے عضو کی ظاہری سطح کو کھردرا کر دے، جیسے اکلیل الملک، رائی، آنولہ، جامن کی گٹھلی، تخم املی، بھلاواں انبہ کی گٹھلی وغیرہ وغیرہ۔

مدرِ بول (ڈایورٹیک) :۔ (پیشاب لانے والی) گرمی یا سردی کی وجہ سے پیشاب کی راہ سے مادہ کو دفع کرتی ہے۔ جیسے تخم کھیرا، ککڑی، خربزہ، گل خیرو، تخم کاسنی، کاکنج، تخم چولائی، تخم خرفہ، لوکی کا پانی، کھیرے کا پانی، تربوز کا پانی، کاسنی کے بیج، آش جو، عرق لیموں ثردہ گھوکھرو وغیرہ، مدارت سرد کہلاتی ہیں، تخم گاجر، پرسیاؤشاں، بالچھڑ، املتاس انیسوں، شبث، تخم کرفس، سونف، کباب چینی، زعفران، برنجاسف، تج، خشک زوفا، تتلی (سداب) تگر، اجمود (کرنس) اجوائن دیسی، تخم جنازی، پودینہ، دوقو، کلونجی، اگربلسان وغیرہ کو مدّرات گرم کہتے ہیں۔

مُور حیض (ایم یَبن اگوگ) :۔ (حیض کو جاری کرنے والی) اپنی لطافت اور گرمی کو وجہ سے خون بستہ کو معتدل کرکے پگھلا کر نکال دیتی ہیں۔ آتا ہو تو اچھی طرح آنے لگتا ہے۔ بشرطیکہ حیض کی کمی کا سبب خون کی کمی نہ ہو۔ ان کو حیض کے دنوں مین استعمال کراتے ہیں۔ مثلاً تج، کباب چینی، پرسیاؤشاں، کلونجی، کنکول مرچ، جنگلی تلسی، قسط شیریں، اسپند، پکھان بید، جند بیدستر، ابہل، چنے، کازلال، جاؤشیر، زعفران بابونہ، پودینہ، تتلی (سداب) املتاس کے چھلکے، ناگرموتھ، اجمود، نمام (کالی تلسی) ایلوا، چھڑیلہ، اجوائن دیسی، مشکطرا، مشیع کلتھی، عود صلیب، فراسیون (گندنا پہاڑی) وغیرہ۔

مؤلدّ شیر :۔ (دودھ پیدا کرنے والی) بوجہ اپنی رطوبت فضلیہ کے دودھ پیدا کرتی اور بہاتی ہے۔ جیسے موصلی سیاہ، موصلی سفید، سفید تل، ستادر، بادیان، گوند، کیکر، صمغ عربی، کتیرا گوند، آلو، تودری زرد، بداری قند، تخم اسپست۔

مدُمِّل (سی کے ٹرائزنگ) :۔

(زخم بھرلانے والی) زخموں کی رطوبت کو خشک کرکے بھرلاتی ہیں۔ جیسے سرمہ، سنگِ جراح، گوند کتیرا، آلو، ایلوا، لائی (اتروت) اسفنج، موم سفید، زراوند،

مردارسنگ، گائے کا گھی، دم الاخوین، گل ارمنی، رال ملتانی مٹی، نیم کا تیل، شیرہ بارتنگ، سفیدہ کاشغری وغیرہ۔

مُرخی، ایمولی اینٹ:۔ (نرم کرنیوالی) وہ دوا جو اپنی قوت حرارت ورطوبت کے باعث جلد کو نرم اور مسامات کو فراخ کر کے عضو کو ڈھیلا کر دیتی ہے۔ جیسے السی خطمی، سردا، کرم کلّہ کے پتے، پیہ بطہ، روغن گل، بہدانہ اکلیل الملک، گرم پانی وغیرہ۔

مُرطّب:۔ (تر کرنے والی) قوی رطوبت کے باعث اعضاء کو نرمی بخشتی ہیں۔ جیسے مغز کدّو شیریں، بادام، تربوز، خربوزہ، لوکی، اسپغول، گائے کا دودھ، موصلی، کتیرا، کھیرا، توری، روغن کدّو، روغن کاہو، روغن بادام، گھی وغیرہ وغیرہ

مرقّق (ایٹی نیوئنٹ):۔ (پتلا کرنے والی) وہ دوا جو بہ سبب حرارت و روبت کے اخلاط کو پتلا کرتی ہے۔ جیسے شہد، سرکہ، شکر، پودینہ کا عرق وغیرہ وغیرہ۔

مُزلِق لُوبری کینٹ:۔ (پھسلانے والی) وہ لعاب دار دوا جو باطین عضو کی اندرونی سطح کو تر اور چکنا کر کے اندرونی خلطی مادہ کو خارج کر دے، جیسے آلو بخارا، املی پرانی، تخم ریحان، سدا سہاگن، بہدانہ شیریں، ترنجبین، گوندنی پختہ، سپستان، تخم جنازی وغیرو غیرہ۔

مُسدِّد آبسٹروئنٹ:۔ (سُدّہ پیدا کرنے والی) وہ دوا جو بوجہ اپنی خشکی اور کثافت کے مسامات و مجاری کو بند کر دے جیسے جامن کی گری، خشخاش سفید، اسپغول کوٹا ہوا، اجوائن، سورنجاں، تلخ، کیلا خام، املی کے بیج وغیرہ۔

مُسکر (نارکاٹک):۔ (نشہ لانے والی) بادام تلخ، زعفران، جاوتری، چھڑیلہ، بھنگ بُن (حب البطم) جائفل، مہوا وغیرہ۔

مسکن (سیڈیٹو):۔ (درد کو تسکنی دینے والی) وہ دوا جو اخلاط کی حرارت اور جوش کو ساکن کرے جیسے افیون، بطخ کی چربی، لفاح، تمباکو، شوکران، پیہ

مُور، سفیدی، بیضۂ مرغ، نشاستہ، کتیرا گوند، کشنیز، خشک، سمندر سوکھ، گوند کیکر، اجوائن خراسانی، سدا سہاگن، برگ ترشہ (چوکا)

منوم (ہپ ناٹک) :۔ (نیند لانے والی) جیسے زعفران، سویا، بنفشہ، کشنیز، سبز، کاہو، سیب، تلسی، گل لالہ، پودینہ کوہی، روغن نیلوفر، بادام خشخاش وغیرہ۔

مُسَمِّن، فیٹ ننگ :۔ (بدن کو موٹا کرنے والی دوا) جو بہ سبب رطوبت فضلیہ اور کثر الغذا ہونے کے بدن کو موٹا کرتی ہیں۔ جیسے حب القلقل، چاول، خوب کلاں، آم، مکھن، دودھ، کیلہ، خشخاش سفید، بیر شراب، آرو سنگھاڑا، آرد خرما۔ چھپنیڈا، نخود، ینشکر، ساگودانہ، تُوت شیریں، تِل سفید، ستاور وغیرہ۔

مُسَہر :۔ (نیند کا غلبہ دفع کرنے والی) جو بہ سبب اپنی خشکی یا تیزی یا سوزش کے نیند کا غلبہ دفع کرتی ہیں۔ جیسے قہوہ، چائے، سرکہ، رائی، کالی مرچ، نمک، ایارج فیقرا کافور سونگھنا، مشک سونگھنا، لونگ، پودینہ وغیرہ۔

مسہل صفرا (کول گوگ) :۔

وہ دست آور دوا جو صفراوی مواد کو بذریعہ دست خارج کرتی ہے مثلاً آلو بخارا، املی پرانی، تخم شاہ پسند، گل بنفشہ افسنتین، برگ سنا، ترنجبین، شیر خشت، سقمونیا، اکاس بیل، املتاس کی پھلی، پوست ہلیلہ، زرد، شربت درد، آپ برگ، پالک سبز، آپ برگ کاسنی سبز، ایلوا، عشق پیچہ (لبلاب) وغیرہ

مسہلات بلغم :۔ (بلغم کو بذریعہ دست خارج کرنے والی دوائیں)
مثلاً اسطوخودوس افتیمول، سناء مکی، جمال گوٹہ مدبر، شکر سرخ، اکاس بیل، بسفائج، آنولہ، بالنگو، کابلی ہڑ (ہلیلہ سیاہ) غاریقون، ریوند خطائی، ایارج فیقرا، حجر لاجورد، سنگارمین، اسطوخودوس وغیرہ۔

مشتھی:۔ (بھوک پیدا کرنے والی) جیسے آڑو، عرق لیموں، چھلکا زنج، شکنجبین، سرکہ سفرجلی، سرکہ زرشک، پوست لیموں، کالی مرچ، مصطگی، زیرہ، سونٹھ، اجوائن، زرشک، پودینہ، خولنجاں، سرد پانی، الائچی، اونٹنی کا دودھ۔

مُصَدِّع (سیفا لیلجک):۔ (دردسر پیدا کرنے والی) بوجہ قوت، تبخیر دردسر پیدا کرتی ہیں۔ جیسے انلفارا طیب، اجوائن، خراسانی، لویان گندنا، سویا، لہسن، پیاز، مسور، میٹھی، السی خاکسی، ترنج، توت، پالک کا ساگ، گل خیرو جرانکس (ازخر) مولی، بینگن، رام تلسی، بلوط، جوز بوا، گل انار، لوبان، چکور کا گوشت وغیرہ۔

مصلح، کوری جینٹ:۔ (اصلاح کرنیوالی) وہ دوا جو دوسری دوا کا کوئی خاص ضرر دفع کرے۔ یا بہ سبب اپنے خواص متضاد کے اس کی اصلاح کرے۔ مثلاً سناء کے استعمال سے متلی آنے لگتی ہے اور مروڑ پیدا ہوتی ہے لہٰذا بغرضِ اصلاح اس کے ساتھ گل سرخ یا انیسوں ملا دیتے ہیں، اسی طرح مغز املتات، روغن بادام یا شیرہ بادام ملا کر دیا جاتا ہے اور تخم حنظل کے ساتھ گوند کیکر یا کتیرا بطور مصلح شامل کرلیا جاتا ہے بعض دواؤں کا مصلح ان کے ساتھ ہی بیان کیا گیا ہے۔

مضعفِ باہ (ان ایفرد ڈیزی ایک):۔ (باہ کو ضرر دینے والی) رام تلسی، کاسنی، کہو، دھنیا، مکو، بیخ نیلوفر، عناب، جڑ بنفشہ، کالی خشخاش، سنبھالو کے تخم، لیموں نمک، ٹھنڈا پانی، چوکا، کافور، بڑھل، املی، آلو بخارا وغیرہ وغیرہ۔

مطفی (ریفری جرنٹ):۔ (تیزی و گرمی کو بجھانے والی) بوجہ زائد سردی اور رطوبت گرمی اور سوزش کو دفع کرتی ہیں جیسے کافور، کاہو، نیلوفر، مغز کدّو، کائی سنار جیل دریائی، آلو بخارا، کاسنی، برف، پالک، آب کھیرا، آب کدو، سرد پانی وغیرہ۔

مُصفّیات خون:۔ (خون کو معتدل اور صاف کرنیوالی) وہ دوائیں جو بگڑے ہوئے خون کو اس کی اصلی حالت پر لے آتی ہیں۔ اکثر سوداوی امراض کی وجہ

سے خون گاڑھا ہوجاتا ہے۔ یا گرمی کے پہنچنے سے سڑ جاتا ہے۔ جیسے برادہ آبنوس، برادہ شیشم منڈی بوٹی برگ فالسہ،شہد، گندھک، برم ڈنڈی، ہرن کھری، برگ نیم، چھال نیم، برگ شیشم، برگ حنا، برگ بکائن،گل حنا،گل نیم،صندل،شاہترہ، چوب چینی، چرائتہ، تاڑی سرس، سم الفار، سہدیوی، چھال کچنال، عشبہ، سرپھوکہ، نیل کنٹھی،نگند بابری،بکن بوٹی اورعناب وغیرہ۔

مُعرق (ڈایا فورٹیک) :۔ (پسینہ لانے والی) وہ دوا جو اپنی تاثیر سے بند رطوبات کو مسامات کی راہ سے خارج کرتی ہے۔ جیسے پانی پینا،گل مدر چیزیں، بے حد گرمی، گرم کپڑے پہننا،خوب کلاں، کافور،لوبان کوڑیا، چائے انگریزی، دارہلد، وغیرہ۔

مُعَطِس (ارھائن) :۔ (چھینک لانیوالی) وہ دوا جو اپنی قوت نفوذ سے دماغ کے مواد کو حرکت دے کر بذریعہ چھینک دفع کرے۔ بوجہ گرمی اور سوزش کے مثلاً تمباکو، نک چھکنی، شیرہ بادام تلخ،نوشادر، ریٹھ، دونا مروا، سونٹھ،کشمیر پٹھ (برگ تبت) کنیر کا پھول،تخم سرس، کاٹپھل بار کٹاٹی خرو۔

مُعَطِش :۔ (پیاس لگانے والی) جو بوجہ اپنی گرمی خشکی اور تیزی کے پیاس لگاتی ہیں مثلاً تمام گرم وخشک چیزیں، گوشت، مچھلی، چنا، مرچ،نمک دھوپ میں چلنا پھرنا، گرمی وغیرہ۔

مُغَرّی (گلوٹینس) :۔

(چپک جانے والی دوا) لیس کے باعث رگوں کے منہ اور آنتوں میں چپک کر سُدّہ پیدا کرتی ہے۔ جیسے گوند کتیرا، چونا بجھا ہوا، سنگ جراحت، کنوچہ (مرو) برگ گاؤزبان، سفیدی بیضہ، مرغ، سریشم ماہی، بھنڈی، بہدانہ وغیرہ۔

مغلظ منی :۔ (مادہ تولید کو گاڑھا کرنے والی) مثلاً گوشت نیم بریاں، بادی ترکاریاں ہ۸رقسم، بہمن، تودری، آردسنگھاڑا، موصلی سیاہ، موصلی سفید، سبوس

اسپغول بوپھلی، کمرکس، کنول گٹہ، مغز خستہ انبہ، تال مکھانا، سنبھل کا موسلا، جامن کی گٹھلی، بیج بند گیاہ چینی، مایہ شتر اعرابی، املی کے بیج قلعی وغیرہ۔

مفتّتِ حصات:۔ (پتھری کو ریزہ ریزہ کرنے والی دوا) سنگ مرارہ، گردہ یا مثانہ کو پھوڑ کر ریزہ ریزہ کر کے یا تحلیل کر کے خارج کر دیتی ہیں۔ مثلاً سگند بالا، تلسی، سنگ سرماہی، بچھو کی راکھ، دوقو، گوند، آلو، تخم خربوزہ، برسیاؤشاں، کنڈل (سکبینج) سلاجیت، کڑوا بادام، گوکھرو، سونف، نخود سیاہ، کلتھی، گل داؤدی، برنا، آب برگ لونیا سبز، اندرجو، جوکھار، ناگرموتھ، سنگ یہود، اظفار الطیب، جگنو، تخم ترہ تیزک وغیرہ۔

مُفتّح (ڈی آبسٹر وائنٹ):۔ (کھولنے والی) وہ دوا جو بہ سبب اپنی حرارت آنتوں، رگوں اور مسامات کے سدے کھولتی ہے دیسے جرانکس، شاہترہ غاریقون، آکاس بیل، کاسنی، اشنہ، کرفس، بیخ بادیاں، بیخ بنفشہ، مروا، اگر، کبابہ انیسوں، مرنکی، سداب، سونٹھ، تخم گاجر، زعفران، بادرنجبویہ، اجوائن، دیسی، ہلیون، دارچینی زیرہ کرمانی، دارفلفل، برنجاسف، تخم کثوث، اسپند، پکھان بید، جاؤشیر، اجمود، پھٹوانس، گل غافث، سنبل الطیب، زفت رومی، جاوتری، صعتر، سونف، سرکہ عنصلی مجیٹھ وغیرہ۔

مفجرات اورام:۔ (ورم کو پھاڑنے والی) اپنی تیزی اور گرمی کے باعث جلد کو پھاڑ دیتی ہے جیسے جنگلی پیاز، فرفیون، صابن، رتن جوت، مین پھل، کبوتر کی بیٹ، دودھارے درختوں کے دودھ، ہڑتال، سفیدہ کاشغری، ہیراکسیس، چونا، سہاگہ وغیرہ۔

مُفرح (ایگز لے رنٹ):۔ (فرحت دینے والی) وہ دوا جو اپنی لطافت کے باعث طبیعت میں فرحت اور خوشی پیدا کرتی اور دل کو تقویت دیتی ہے۔ جیسے الائچی، دارچینی، سیب، بہی، مغز پستہ، بالنگو، نربسی، انجیر، املی، اگرموتی، یاقوت، یِب،

سیپ، ورق نقرہ، ورق طلا، زعفران، ابریشم، گ گاؤزبان، گل چاندنی، گل گڑہل کافور، لونگ، صندل سفید، مشک، انار ترش، انار شیریں، آنولہ، امرود، ترنج، بالچھڑ، کٹھ، عرق بید مشک، عرق کیوڑہ، لیمو، گل لیموں، پوست لیموں، بسفائج، گل گلاب، عطر گلاب عطر کیوڑہ، عرق چنبیلی، عطر خس، لاجورد، زہر مہرہ خطائی، مونگا، مونگے کی جڑ، گل سیوتی، گل چنبیلی، گل نارنگی، گل کیوڑہ، گل نیلوفر، بہمن، عنبر، بنسلوچن وغیرہ وغیرہ۔

مقرح (ویسی کنٹ) :۔ (زخم ڈالنے والی) اپنی تیزی اور زائد گرمی کے باعث بدن پر زخم پیدا کر دیتی ہے۔ جیسے فرفیون، شی مدار، صابن، ہڑتال، لہسن سہاگہ چوکیہ، پایز، چونا، کبوتر کی بیٹ، شیطرج ہندی، عسل بلادر، جل دھنیہ (لٹوکری) تیلنی مکھی، سنکھیا، مویزج، پلاس، پاپڑا، زنگار وغیرہ وغیرہ۔

مقئی (ایمے ٹک):۔ (قے لانے والی) ہرسہ اخلاط یا کسی ایک کو معدہ سے ابھار کر براہ قے خارج کرتی ہیں۔ مثلاً برگ ترب سبز، سرخ لوبیا، تخم ترب، آب گرم، آب برگ شبت سبز، آب کدو تلخ، حب النیل (کالا دانہ) روغن گائے، سکنجبین عسلی، نمک لاہوری، نک چھکنی، تخم خربوزہ، سکنجبین سادہ، کندش، مین پھل، اونٹ کٹارا، شکر سرخ، رائی کٹکی، تخم شبت، میتھی وغیرہ وغیرہ۔

مقویات اعصاب:۔ (پٹھوں کو طاقت دینے والی) میتھی، میدہ، لکڑی، قسط، کچلہ حب المنشم، جند بیدستر، اسارون (تگر) جاؤشیر، خرما وغیرہ وغیرہ۔

مقویاتِ بصر:۔ (بینائی کو قوت دینے والی) جیسے آب بادیان سبز، زعفران، آملہ، ہلیلہ (بیڑہ) پرندوں کے پتہ کا پانی، چاندی کا میل، چاندی کی سلائی، ابریشم سوختہ پیاز پختہ، سرمہ اصفہانی، مرقشیشا، قرنفل گل دار، کالی مرچ، موتی، بادام شیریں، عقیق یمنی، مُرمکی، پوست ہلیلہ زرد، بھنگرہ، مشک دانہ، منڈی، شہد خالص، سیپی جلی ہوئی، مامیران چینی وغیرہ۔

مقویات جگر :۔ (جگر کو قوت و لطافت دینے والی) جیسے جوز بوا، کاسنی، سنبل رومی زرشک، اظفار الطیب (نکھ) منقیٰ، لونگ، پستہ، مصطگی، سقمونیا، ریوند، روغن بلسان، تج، غافث، نرکچور، بلسان کے بیج، ناگرموتھ، زیرہ سیاہ، دارچینی، انار دانہ، چھریلہ پودنہ کوہی، تخم کثوث، زرشک، افسنتین رومی، بارتنگ، بادرنجویہ، اسگند بالا، درونج عقربی الائچی خرد، شیر مادہ شتر وغیرہ۔

مقویات اسنان ولثہ :۔ (دانتوں اور مسوڑوں کو قوت دینے والی) جیسے جلا ہوا تمباکو، کباب چینی، کوڑی زرد، پھٹکری، لوبان، زیرہ، گٹھلی ہلیلہ کی جلی ہوئی کالی مرچ، برگ سرس سبز، انار سبز، سرس کے بیج، ہیراکسیس، مونگے کی جڑ کٹھ، موتی، مولسری کی چھال، کف دریا، چندرس، مائیں خرد وکلاں، مصطگی، بادام کے چھلکے سوختہ مازو، بارہ سنگھا جلا ہوا، گلنار، ترہ تیزک، عاقر قرحا، کات سفید، نسپال، ناگرموتھ، پوست ہلیلہ سپاری کنہ، سنگ جراح، مسور، بھلاواں جلا ہوا، تالیسپتر وغیرہ وغیرہ

مقویاتِ دماغ :۔ (دماغ کو قوت دینے والی) جیسے مغز بادام، مغز پستہ، مغز اخروٹ مغز پیٹھا، مغز تخم تربوز، اسطوخودوس، اسارون، کشنیز، کشمش، آملہ، برگ بادرنجبویہ، مغز پنبہ دانہ، منڈی، ہلیلہ سیا، ہلیلہ زرد، ہلیلہ کابلی، خشخاش سفید، خشخاش سیاہ، بھیڑ کا دودھ، بادام شیریں، رام تلسی، صندل سفید، عرق نارنج، مربا ہلیلہ مغز کدو، مغز تخم کاہو، دونا مروا، (مرزنجوش) چنبیلی، زعفران، گوشت مرغ، موتی گلاب، ناگر موتھ، سونٹھ، آنولہ، بھلانواں، بالچھڑ، تیتر کا گوشت، لوے کا گوشت، بالنگو، جانوروں کا مغز، اگر، عود، عنبر، لونگ، مشک، مغز فندق وغیرہ وغیرہ۔

مقویاتِ قلب :۔ (دل کو طاقت دینے والی) آب گزر، انگور، کیوڑہ، تخم بالنگو، جند بیدستر، جدوار شیریں، خس ہندی زرد، زبرجد، زہر مہرہ، یشب انگوری، فیروزہ بنشاپوری، عقیق یمنی، مرجان، یاقوت، تخم ریحان، نیلم محلول، مربہ گزر و پیٹھ،

انار شیریں امرود، آنولہ، سیب، ابریشم، گل گڑہل، گل لیموں، پوست ترنج، لیموں شیریں، دارچینی، ورق نقرہ، ورق طلا، لاجورد، عود صلیب، الائچی، مشک، عنبر، یاقوت، رام تلسی، (تخم فرنجمشک) بادرنجبویہ، گل مختوم، صندل، بنسلوچن، بہمن سرخ، بہمن سفید، گاؤ زبان، درونج عقربی، بالچھڑ، ناگرموتھ، شقاقل، اگر، نارنج، پان، جنگلی تلسی، بسد، نیلوفر، موتی صدف وغیرہ وغیرہ۔

مقویاتِ معدہ:۔ (معدہ کو طاقت اور قوت دینے والی) جو شے مقوی معہ ہے مری اور امعاء کو بھی قوت دیتی ہے۔ جیسے چرائتہ، زرنباد، آنولہ، گلاب پوست بیرون پستہ، پودینہ، دارچینی، ناگرموتھ، نرکچور، سنگدانہ، مرغ، عودغرقی، اگر، لونگ، الائچی، چھڑیلہ، تیزپات، انار دانہ، ہلیلہ ہر قسم کا، پنسلوچن، قسط شیریں، کندر، تج، کالی مرچ، بالنگو، جوز بوا، فلفل سفید، جامن، زیرہ سیاہ، انیسوں، پیارانگہ، جرانکس (ازخر) پوست ترنج، فولاد، خبث الحدید، دہی وغیرہ۔

مقویاتِ باہ:۔

شلجم، پیاز، مولی، فندق، بادام، خرما، چرونجی، پستہ، چلغوزہ، ثعلب مصر، شقاقل مصری، خولنجاں، بہمنیں، گوکھرو، بوزیداں، موصلی سیاہ وسفید، موصلی سنبھل، کنجد مقشر، ہالون، عاقرقرحا، تخم گس دنا، تخم پیاز، تخم گاجر، سونٹھ، چھڑیلہ باقلا، خشخاش، اندرجو، مشک، دارچینی، تخم کونچ، گوشت کنجشک، گوشت تیتر، ریگ ماہی روبیان، مچھلی، گوشت مرغ، بیضۂ مرغ، گوشت کبوتر، گھی وغیرہ۔

ملطّف (ڈی مل سنٹ):۔ (لطیف کرنے والی) گاڑھی اخلاط کو پتلا اور نرم کر کے دفع کرتی ہیں۔ جیسے سہاگہ چوکیہ جاوتری، بیخ، بنفشہ، دارچینی، مکوخشک، عرق مکو، عقرقرحا، کمازریوس، انیسوں بادیاں، ناگرموتھ، پرسیاؤشاں، روفہ خشک، انجیر، آب نیشکر، تخم کثوث، فلفل سیاہ، بابونہ، ابریشم مقرض، صعتر، سرکہ، جرانکس، تخم

اٹنگن، عناب، شورہ، کڑ (قرطم) پیاز، رائی، اسقیل، سکنجبین، جند بید ستر، برنجاسف، تو دری، سونٹھ، زیرہ سفید وغیرہ۔

ملیّناتِ بطن (لیکسے ٹو):۔ (پیٹ کونرم کرنے والی) وہ دوا جس سے قبض دور ہو جائے اور پاخانہ کھل کر آجائے، جیسے عرق سونف، گلقند، چرونجی، ساگ خرفہ، پالک، اکلیل الملک، تخم کثوت، مولی کرنب، (کرم کلہ) مغز بنولہ، گنے کا رس، شفتالو، آم، کریلہ، کشمش، خربوزہ، مربا ہلیلہ، روغن بادام شیریں، بکری و بھیڑ کا دودھ، ترنجبین، املی، پرول، چقندر، قند، شہد، گڑ، گلاب، پالک سبز، آلوچہ، پلاس پاپڑہ شیرخشت، خوبانی، گلتھی، تخم کثوث، آلو بخارا وغیرہ وغیرہ۔

ممسک (اویری شس):۔ (روکنے اور بند کرنے والی) وہ دوا جو خشکی اور لطیف گرمی، کے باعث منی کو روکے، اور جلد انزال نہ ہونے دے جیسے افیون، جوز بوا، بیر بہوٹی، گوگل، دھتورہ، بھٹ کٹیا، خراطین خشک، اجوائن خراسانی، لونگ کالی مرچ، مشک، چرس، دارچینی، سونٹھ، ببول کے پھول، بیخ کنیر، موچرس، گوماں کا پھل اور بیج، زعفران، مصطگی، جاوتری، سمندر سوکھ، عاقرقرحا، کچلہ، اسپند، تخم ریحان، ریگ ماہی، اٹنگن (تخم انجرہ)

مُلذّذ:۔ (لذت دینے والی) وہ دوا جو مرد وعورت یا دونوں کو جماع کے وقت لذت اور سرور دے، جیسے بیر بہوٹی، لونگ، دارچینی، کبابہ، عاقرقرحا، منقیٰ، سونٹھ، سلارس، موئے سر انسان سوختہ، پتہ مرغا (مرارہ ماکیاں) گرو، کیوڑہ، عطر ہر قسم، عطر عنبر، عطر موتیا، پارہ، زعفران، کافور، کبوتر کی بیٹ وغیرہ۔

معظماتِ قضیب:۔ (یعنی آلہ تناسل کو لمبا کرنیوالی) قضیب گاؤ، قضیب ریچھ، زفت رومی، کیچوا، جونک، عاقرقرحا، پوست کنیر، سنکھیا، شاہ دیمک، بیر بہوٹی عشق پیچہ پہاڑی مفرد یا مرکب، بیخ نرگس، شراب برانڈی (خارجاً) لونگ، جوز

بوا، دار چینی، زعفران ہمراہ روغن چنبیلی متواتر لگانا، روغن سابڑا، روغن زیتون کی مالش، بھیڑ کی چربی متواتر لگانا، کرفس کے جوشاندے میں عضو کو بار بار دھونا۔

مُصَلِّب :۔ (سخت کرنے والی) بہ سبب برودت وبیس وتکثیف جو ہر عضو یا مواد کو سخت کرتی ہیں، مثلاً کافور، گل ارمنی، نسپال، اسگند۔

مُضَیق:۔ (وہ دوا جو اپنی قوت قابضہ سے عورت کی فرج یعنی اندام نہانی کو تنگ کرے) جیسے پوست ڈھاک، بکائن کی چھال، انار کی چھال، مولسری کی چھال سے ڈوش کرنا، ماجو پھل، کافور شہد میں ملا کر لیپ کرنا، اسفنج جوہی، سیاہ تل، گوکھرو، املی کے بیج باریک پیس کر چھڑکنا، مولسری خام، خاکستر استخوان کبوتر، بیر بہوٹی کو گائے کے گھی میں پیس کر ملنا درخت کیکر کی پھلی یا پھول پیس کر چھڑکنا۔

منضج:۔ (پکانیوالی) وہ دوا ہے جو کہ قوام اخلاط کو معتدل اور خارج ہونے کے قابل بناتی ہے گاڑھے کو پتلا اور پتلے کو گاڑھا کرتی ہے اس لئے یہ ضروری نہیں کہ منضج ہمیشہ گرم ہو البتہ خون نضج کا محتاج نہیں۔م

منضجات صفرا:۔ یہ ہیں عناب گلاب کے پھول، بنفشہ، گل نیلوفر، شاہترہ، تخم جنازی، تخم کاسنی، بیخ کاسنی، مکوخشک، سکنجبین، ترنجبین، شربت آلو بخارا، شکر سرخ گلقند آفتابی، گل خطمی، بنفشہ، عناب، سپستان، مقل، بادیان، بادیان کی جڑ، ملٹھی، کشاعی، ایرسا۔

منضجات بلغم:۔ یہ ہیں تخم جنازی، تخم خطمی، منقیٰ، بیخ کاسنی، سونف، ملٹھی، بادیان رومی، گاؤزبان، پرسیاؤشاں، انجیر، گلاب کے پھول، گلقند، سکنجبین وغیرہ

منضجات سودا:۔ اگر کسی دوسرے خلط کے جلنے سے سودا پیدا ہو تو تھوڑی دوائیں اس خلط کی منضج کی ملا کر دیں، منضجات سودا یہ ہیں، عناب، لسوڑیاں، گاؤزبان، ملٹھی، بادرجبویہ، پرسیاؤشاں، دونما مروا، شاہترہ، سونف، بادیان، صندل سرخ، گلقند، ترنجبین، اسطوخودوس، سرپھوکہ، منڈی، ہلیلہ سیاہ وغیرہ۔

منفج یا نفاخ (فلے ٹولینٹ):۔ (اپھارہ پیدا کرنے والی) رطوبت زائدہ کے باعث اصلی حرارت کو کمزور کرکے فعل سے باز رکھتی ہے۔ جیسے باقلا، موٹھ، لوبیا، گوبھی، جامن کی گری، کرم کلہ، چقندر، چنا، جو، اڑد کی دال، جھینگا مچھلی گوشت بگلہ، شکر قندی، اروی، کچالو، ارہر، برگ شلجم، لونیا، خوبانی، بھنڈی، بینگن، آلو، آڑو، ناشپاتی، کٹھل وغیرہ۔

مُنبِت شعر:۔ (بال اگانے والی دوا) مثلاً خطمی، بیری کے پتے، زلوئے، درائی، چھپکلی، جنگلی، چیونٹی کے انڈے، ناریل کا تیل، روغن زردی بیضۂ مرغ، بیضۂ عنکبوت، سم بز، روغن آملہ خارجاً اور بالوں کو لمبا کرنے کے لیے آردنخود، دال ماش، کنجد سفید وسیاہ وغیرہ خارجی طور پر مستعمل ہیں۔

منوم (ھپناٹک) :۔ نیند لانے والی) بوجہ تری یا تخدیر نیند لاتی ہے۔ مثلاً افیون، سویا، پوست خشخاش، روغن خشخاش، زعفران کسم، بنفشہ، روغن بنفشہ، کشنیز سبز، آش جو، شیرہبادام، روغن بادام، روغن نیلوفر، اجوائن، خراسانی، گل روغن گل لالہ، روغن کاہو، روغن بابونہ۔

مولدِ منی:۔ (منی پیدا کرنے والی دوا) بہ سب کثیر الغذا ہونے یا رطوبت زائدہ کے منی کو بڑھاتی ہیں۔ جیسے تخم قرطم، سونجاں شیریں، کچی پیاز، بہمن، بوزیدان، بادام، خرما، حب الزلم، پستہ، ناریل، اندر جو، ہالون، السی، میدہ لکڑی، چلغوزہ، مکھارا (مکھانا) شلجم چنا، تودری سفید، سونٹھ خشک، زعفران، مہوا، (گل چکاں) گندنا کے بیج، ستادر، شقاقل دودھ، شکر، گوشت بط، مرغ بریان وغیرہ۔

مھزل:۔ (دبلا کرنے والی دوا) خراش پیدا کرکے کسی خلط یا قوت کو ہیجان میں لاتی یعنی ابھارتی ہے۔ جیسے گنے کا رس صفرا کو، ترشیاں بلغم کو مدفوا کہات (خشک میوے) خونکو، میوہ جات سودا کو۔

ناشف (ڈیسی کینٹ):۔
(رطوبت کو جذب کرنے والی) جو دوائیں کہ رطوبت سیال کو خشک اور جذب کریں، مثلاً چونا، زہرمہرہ، سنگ جراح سرمہ سفید، چھالیہ سوختہ۔

ھاضم:۔ (ہضم کرنے والی دوا) غذا کو ہضم کر کے جزو بدن بناتی اور بھوک بڑھاتی ہے، جیسے رام تلسی، دیسی اجوائن، نرکچور، پیپلا مول، شہد، گڑ، سرکہ، جاوتری، اچار، عرق، جامن، جامن کا سرکہ، مٹھائیاں ہر قسم کی، ارنڈ خربوزہ املی بید وغیرہ۔

(حضرت حکیم مظفر حسین اعوان لاہور)

☆☆☆

وہ اصطلاحات

جن سے نسخہ منسوب کیا جاتا ہے

آب زن:۔ (پانی میں بیٹھنا) کسی بڑے برتن مثلاً ٹب وغیرہ میں نیم گرم پانی، یا دواؤں کا جوشاندہ بھر کر اس میں مریض کو بٹھانا (سٹز باتھ SITS BATH)

اکتحال:۔ (سرمہ لگانا) سرمہ لگانا، یا کسی دوا کو سرمہ کی طرح آنکھ میں لگانا۔

انکباب:۔ (بھاپ لینا) چادر اوڑھ کر دواؤں کے گرم جوشاندہ کی بھاپ کسی خاص عضو یا تمام جسم پر پہنچاتے ہیں (ویپر باتھ VAPOUR BATH)

بخور:۔ (دھونی لینا) دوا کو آگ پر ڈال کر کسی عضو مثلاً کان، ناک وغیرہ یا تمام جسم پر اس کا دھواں پہنچانا (فیومی گیشن FUMIFATION)

بدرقہ:۔ وہ دوا جو کسی دوا کے اثر کو قوی کرنے کے لئے کسی دوا کے ساتھ ملا کر کھائی جائے۔ یا دوا کھا کر اوپر سے پی جائے، ہندی میں اس کو انوپان کہتے ہیں۔ (وہیکل VEHICLE)

برود:۔ سرد ادویہ کو پوٹلی میں باندھ کر آنکھ پر پھیرنا، یعنی آنکھ مین ٹھنڈک ڈالنے والی دوا۔

پاشویہ:۔ (پاؤں دھونا) ادویہ کے نیم گرم جوشاندہ سے زانو تک پاؤں دھونا اور پنڈلی کو اوپر سے نیچے کی طرف ہاتھ مالش کرنا۔

تدھین:۔ (تیل کی مالش) کسی عضو پر نیم گرم یا یونہی تیل لگا کر مالش کرنا۔ لبری کیشن (Lubrication)۔

تصعیہ:۔ (جو ہراڑنا) کسی دوا مثلاً پارہ، رسکپور، سنکھیا، لوبان کے اجزائے لطیفہ کو عمل تصعید کے ذریعے اڑانا۔

تعلیق:۔ (لٹکانا) کسی دوا کو گردن یا کسی دوسرے عضو میں باندھنا یا لٹکانا جدید طبی اصطلاح میں کسی نہ نشین ہونے والی دوا کو لعاب وغیرہ کے ذریعے معلق رکھنا۔

تکلیس:۔ کسی دھات یا پتھر کو اس قدر آگ دینا کہ وہ اپنی سختی کو چھوڑ کر آسانی سے پس جائے، تکلیس یا کشتہ کرنا کہلاتا ہے۔

تمریخ:۔ (دوائے مالش) تیل یا کوئی اور چیز کسی عضو یا سارے بدن پر ملنا، (ایمبروکیشن AMBROCATION)

جوشاندہ:۔ (مطبوخ) ایک یا چند دواؤں کو پانی میں دو تین جوش دے کر چھان لیتے ہیں، اگر زیادہ اثر لینا مطلوب ہو تو رات کو بھگو کر صبح جوش دے کر استعمال کرتے ہیں۔

حقنہ:۔ (عمل لینا) پچکاری کے ذریعے کوئی تر دوا یا نیم گرم پانی آنتوں یا رحم میں پہنچانا (انیما ENEMA)

حمول:۔ (اندام نہانی میں لتہ رکھنا) دواؤں میں کوئی کپڑا یا پوٹلی تر کر کے عورت کے اندام نہانی میں رکھنا۔ (پیسری PESSARY)

ذَرُور:۔ (چٹکی چھڑکنا) خشک پسی ہوئی دوا جو زخم وغیرہ پر چھڑکیں۔

سَعُوط:۔ ناک میں ٹپکانا) کوئی تر دوا ناک میں ٹپکانا۔

سَکُوب:۔ (تریڑا) کسی عضو پر اونچی جگہ سے دھار کی صورت میں ٹھہر ٹھہر کر نیم گرم پانی یا دوا کے جوشاندہ کا تریڑا دینا (ڈوش DOUCHE)

سَــنُــون:۔ (منجن) وہ خشک پسی ہوئی دوا جو دانتوں پر ملی جائے۔(ٹوتھ پوڈر TOOTH POWDER)

شــافــہ :۔ (بتی) کپڑے یا روئی کو دواؤں میں لتھ کر کے بتی بنا کر مقعد، یا اندام نہانی میں رکھنا، جمع شیاف، سپازی ٹری۔

شــدّ الاطــراف:۔ (ہاتھ پاؤں باندھنا) ہاتھ بغل سے پنچوں تک، اور پاؤں، ران سے پیر تک پٹیوں سے لپیٹ کر کس کے باندھنا، یہ عمل تیز ہذیان بخاروں میں امالۂ مادہ کے لئے کیا کرتے ہیں۔

شموم:۔ سونگھنا) کوئی چیز تر یا خشک سونگھنا، جمع شمومات۔

شیرہ:۔ ایک یا چند ادویہ کو پانی میں پیس کر چھان لیتے ہیں۔

ضماد:۔ (لیپ) تر اور گاڑھی پسی ہوئی دوا بدن یا کسی عضو پر لیپ کرنا۔ جمع ضمادات (پیسٹ PASTE)

طلا:۔ (ہلکا لیپ) تر اور متلی دوا کا بدن یا کسی عضو پر لگانا (پینٹ PAINT)

عطوس:۔ (ہلاس، نسوار لینا) وہ دوا جو چھینک لائے۔ جمع عطوسات (IRRBINE)

غــرغــرہ:۔ (غرارہ) دواؤں کے جوشاندہ یا خیساندہ کی کلی منہ بھر کر کرنا۔ یا کسی سیال چیز کو حلق میں پھرانا (گارگل GARCLE)

فتیــلــہ:۔ (بتی) کپڑے یا روئی کی بتی بنا کر دواؤں میں تر کر کے سوراخ بدن مثلاً ناک کان وغیرہ یا سوراخ زخم میں رکھنا۔

فــرزجــہ:۔ (شافہ) دوا کی بتی یا مخصوص شافہ جو عورت اپنے اندام نہانی میں رکھے۔ جمع فرازج (ٹیمپون TAMPON)

قطور:۔ (ٹپکانا) جسم کے کسی سوراخ، کان یا ناک وغیرہ میں قطرہ قطرہ کر کے دوا ٹپکانا جمع قطورات۔

کاجل:۔ (دھوئیں کی کالک) بتی کو دواؤں میں تر کر کے اس کا کاجل پاڑ کر آنکھ میں لگانا کاجل لینے کے عمل کو تدخین (دھواں بنانا) کہتے ہیں۔

کحل:۔ (سرمہ) جو خشک دوا سلائی کے ساتھ آنکھ میں لگائی جائے، کولی ری ام COLLYRUM)

کماد:۔ (سینک دینا) دوا کی تریا خشک پوٹلی سے یا اینٹ پتھر وغیرہ کو گرم کر کے کسی عضو کو سینک دینا یعنی ٹکور کرنا، جمع کمادات (فومنٹیشن FOMENTATION)

لخلخہ:۔ وہ پتلی اور خوشبودار مرکب دوا جو چوڑے منہ والی شیشی میں رکھ کر سونگھی جائے (ان ہیلے سنتن INGALATION)

لُطُوخ:۔ (لیپ) ضماد سے پتلی اور طلا سے گاڑھی تر دوا کا لیپ کرنا۔

مغلّی:۔ (جوشاندہ) دوا پانی میں بھگو، ابال کر یا جوش دے کر پینا، PBSAN ٹزن

مضمضہ:۔ (کلی) کسی تر دوا یا پانی کی کلی منہ بھر کر کرنا، برخلاف غرغرہ کے جس میں پانی حلق تک پہنچایا جاتا ہے۔

نُشُوق:۔ (سڑکنا) وہ تر دوا جو ناک میں سڑکی جائے، جمع نشوقات، (INSUFLATION

نُطُول:۔ (تریڑا) نیم گرم دوا کا جوشاندہ یا گرم پانی لوٹے میں بھر کی کسی قدر فاصلہ سے مریض کے عضو پر دھار مارنا یا گرانا۔

نُفُوخ:۔ (دوا پھونک دینا) پسی ہوئی خشک دوا ناک یا کسی اور عضو میں پھونکنا، جمع نفوخات، INJUSION)

نُــقُــوع:۔(خیساندہ)دوایا دواؤں کو پانی میں کچھ عرصہ بھگوکر پھر چھان کر پینا۔جمع نقوعات

وَجُــور:۔ (دوا حلق میں ٹپکانا)وہ تر دوا جو بیمار کے منہ میں چمچہ وغیرہ سے ڈالی جاتی ہے جب کہ وہ خود کھانے پینے سے عاجز آجائے۔(حکیم مظفر حسین اعوان)

☆☆☆

طبّی اصطلاحات میں بعض ادویات کے نام

بعض دوائیں ایسی ہیں کہ جب تک ان کی خاص طور پر اصلاح نہ کی جائے وہ بجائے فائدہ کے ضرر پہنچاتی ہیں اور اگر ان کو اصلاح کرنے کے بعد استعمال کی جائے تو زوداثر ہوتی ہیں جن طریقوں سے ان بعض اصلاح طلب ادویہ کی تدبیر و اصلاح کی جاتی ہے، اطباء کی اصطلاح میں ان کے الگ الگ نام اور طریقے ہیں۔ چنانچہ اول ان اصطلاحات کی تشریح پھر اصلاح طلب ادویات کی تدبیر تحریر کرتے ہیں۔

احـــراق BURN:۔ لغوی معنی جلانے کے ہیں، اصطلاح اطباء میں بعض معدنی یا فلزاتی ادویہ کو مختلف طریقوں سے جلا کر کشتہ کرنے یا راکھ بنانے کو کہتے ہیں۔

تکلیس:۔ CALCINATION مادہ اس کا کلس ہے جس کے معنی چونا کے خمیر کے ہیں اصطلاح اطباء میں کسی سخت اور کرخت معدنی یا فلزاتی دوا کو جلا کر چونے کی مانند نرم اور بھر بھرا بنا لینے کو کہتے ہیں۔

حـــل:۔ لعوی معنی گھولنا، کھولنا وغیرہ) اصطلاح میں کسی سخت اور خشک دوا کو اس قدر پیسنا کہ وہ گھل جائے یا چند دواؤں کو ملا کر اس قدر پیسنا کہ وہ سب ایک ذات ہو جائیں، گھلی ہوئی چیز کو محلول SOLUTION کہتی ہیں۔

تشویہ:۔ اصطلاح میں کسی چیز کو مثلاً جڑ یا پھل مثلاً کدو وغیرہ کو گرم بھوبل میں نرم کر کے اس کا عرق نکال لینے کے عمل کو کہتے ہیں اور بھلبھلاتی ہوئی چیز کو مشوی، جیسے لوکی وکھیرا و پیاز دشتی وغیرہ کو کپڑ وٹی کر کے تنور میں رکھتے ہیں اور بعد پک جانے کے کپڑ وٹی دور کر کے صاف پانی نچوڑ کر کام میں لاتے ہیں۔

تقلیہ:۔ لغت میں اس کے معنی بھوننے یا تلنے کے ہیں، اصطلاح اطباء میں بعض ادویہ کے نقصان یا فساد کرنے والے مادہ کو روغن وغیرہ وغیرہ میں بھون کر دور کرنے کو کہتے ہیں، جیسے مازو کو روغن کنجد میں اس قدر بھونیں کہ پھٹ جائے اور ہڑ کو روغن بادام یا گھی میں۔ROASTING

تحمیص:۔ TORREFACTION پہلے کسی معدنی یا نباتی دوا کو بھون کر کھیل بنا لینے کو کہا جاتا ہے جیسے کو پھٹکری وسہاگہ کو شگفتہ کیا جائے۔

ترديق DESPUMATION لغوی معنی شراب کو نچوڑنے اور صاف کرنے کے ہیں اطباء کی اصطلاح میں بعض پتوں کا سبز عرق نچوڑ کر اس کو آگ پر پھاڑ کر صاف کرنے کو کہتے ہیں، صاف نتھرا ہوا پانی مردق کہلاتا ہے۔

تدبیر RECIMEN لغوی معنی سوچنا، تصرف کرنا۔

اصطلاح طب میں (۱) اسباب ستّہ ضروریہ میں تصرف کرنا (۲) غذا میں تصرف کرنا (۳) حقنہ کرنا (۴) چارہ علاج کرنا (۵) دوا کی اصلاح کرنا جیسے اجوائن اس قدر سرکہ میں تین شبانہ روز تر رکھیں کہ اجوائن سے چار انگل اوپر ہو، پھر نکال کر خشک کرلیں، تدبیر زیرہ بھی مثل اسی کے ہے، چاکسو کو پوٹلی میں باندھ کر سونف کے پانی میں پکا کے چھیل ڈالیں، پھر خشک کر کے کام میں لائیں۔ انڈے کے چھلکوں کو نمک اور راکھ کے پانی سے خوب، دھو کر ان کے اندر کی باریک جھلی کو دور کریں، پھر خشک کر کے کام میں لائیں، دیگر ادویہ کا تفصیلی بیان یہ ہے:

تصویل:۔ اصطلاح میں بعض معدنی ادویہ کو باریک پیس کر پانی پر ڈال کر غبار لینے یا دوا کو دھو کر اصلاح کرنے اور تہ نشین کنکر ریت وغیرہ پھینک دینے کو کہتے ہیں (ایلوٹری ایشن ALUTRIATION)

تصفیہ:۔ قدیم طبی اصطلاح میں بھی خشک دواؤں کو کوٹ چھان کر صاف کر لینے کو کہتے ہیں، لیکن طب جدید مین سیال چیز کو ٹپکانے اور صاف کرنے کو بھی کہتے ہیں، چنانچہ ڈاکٹری میں اس کے مترادف کئی اصطلاحیں آتی ہیں۔

تصعید SUBLIMATION لغوی معنی اوپر چڑھنا کے ہیں، اصطلاح میں کسی خاص ترکیب سے کسی دوا کا جوہر اڑانے کو کہا جاتا ہے۔

غسل:۔ نہانا یا دھونا، اصطلاح میں بعض ادویہ کو کوٹ چھان کر ایک بار یا کئی بار پانی میں دھو کر صاف کرنے کو کہتے ہیں۔

مُدبر:۔ ATTENULATION اصلاح شدہ دوا جس سے اس کی کوئی برائی دور ہو گئی ہو۔

مقرض:۔ قینچی سے کتری ہوئی چیز، یہ صفت زیادہ تر ابریشم کے ساتھ آتی ہے مثلاً ابریشم مقرض۔

مقشر:۔ (چھیلی ہوئی) کثر دواؤں میں یہ لفظ صفت کے طور پر آتا ہے مثلاً اصل السوس مقشر، مراد یہ ہے چھلکا اتارا ہوا۔PEELED استعمال کریں۔

آب ترپھلہ:۔ ہرزرد، بھیڑہ، آملہ مساوی حصہ نیم کوب کر کے چوگنے پانی میں رات کو بھگو رکھیں صبح کو چھان لیں، یہی آب ترپھلہ ہے۔

آبِ حیار مُشوی:۔ کھیرے کے اوپر مٹی لپیٹ کر گرم گرم بھوبل میں دبائیں، خوب گرم ہو جانے پر نکال لیں، سرد ہونے کے بعد مٹی دور کر کے تو اس کا پانی نچوڑ لیں اور استعمال میں لائیں۔

نوٹ:۔آب کدو نکالنے کا طریقہ آب خیار کے مانند ہے۔

آب کاسنی مروق:۔ کاسنی کے پتوں کو کچل کر ان کا عرق نچوڑیں اور آگ پر رکھ دیں۔جب پانی پھٹ جائے تو چھان لیں۔

آبِ مکو مروق:۔ مکو کے سبز پتوں کو خوب صاف کر کے دھولو، اور کچل کر ان کا پانی نچوڑ لو، اور پھر پانی کو آگ پڑ رکھ کر پھاڑ لو، اور کام میں لاؤ، یہی ترکیب تمام بوٹیوں کے عرق کو مروق کرنے کی ہے۔

آملہ منقیٰ:۔ اس سے گٹھلی نکالا ہوا آملہ مراد ہے منقیٰ یعنی صاف کیا ہوا مویز منقیٰ۔

ابرک محلوب:۔ ابرک کو دھان یا کوڑیوں کے ساتھ مضبوط کپڑے کی تھیلی میں بند کر کے پانی کے اندر دونوں ہاتھوں سے خوب رگڑیں، اس سے ابرک ریزہ ریزہ ہو کر کپڑے سے چھن کر پانی میں چلا جائے گا، جب ابرک تہ نشین ہو جائے تو پانی کو آہستگی سے گرا دیں، اور ابرک کام میں لائیں۔

ابریشم محمّص:۔ابریشم کو صاف کر کے خوب باریک کتر لو اور لوہے کے برتن میں ڈال کر آگ پر رکھو اور ہلاتے جاؤ، یہاں تک کہ سخت ہو کر پیسنے کے قابل ہو جائے بار بار گرم کر کے کوٹتے رہیں تو خوب باریک ہو جائے گا۔

اجوائن مدبر:۔ اجوائن کو تین شبانہ روز سرکہ میں بھگو رکھیں، پھر نکال کر سایہ میں خشک کریں اور کام میں لائیں، لیکن یاد رہے کہ سرکہ اجوائن سے چار انگل اوپر رہے، زیرہ کو بھی اسی تدبیر سے مدبر کرتے ہیں۔

افیون محمّص:۔ افیون کو ریزہ ریزہ کر کے مٹی کے برتن میں تھوڑا تھوڑا کر کے بھون لیں۔

افیون مدبّر:۔ گلاب میں چار پہر افیون کو تر رکھو، پھر آگ پر رکھو، تاکہ حل ہو جائے اس کے بعد چھان لو، اور چھانے ہوئے کو آگ پر رکھ کر اس قدر قوام کر لو کہ گولی باندھنے کے قابل ہو جائے۔

ایلوا مدبّر:۔ سیب یا بہی یا شلجم یا گاجر یا امرود میں ایلوا رکھ کر اوپر کپڑا لپیٹ کر آٹے سے گل حکمت کریں، اور دہکتے ہوئے کوئلوں یا اُپلوں کی آگ میں ڈال دیں جب ایلوا کو ذرا گرمی پہنچ جائے اور آٹا سرخ ہو جائے تو نکال کر خشک کر کے کام میں لائیں۔

بچھناک مدبّر:۔ (میٹھا تیلیا) ایک تولہ پوٹلی میں باندھ کر دو سیر دودھ میں ایک گھنٹہ پکائیں پھر دودھ پھینک دیں، دو تین بار یہی عمل کریں۔

برگ بار تنگ مروق:۔ بارتنگ کے پتے لے کر ان کو صاف کر کے دھو ڈالیں، اور پھر پیس کر ان کا پانی نچوڑ لیں، پھر پانی کو آگ پر رکھ دیں، جب پانی پھٹ جائے تو اتار کر چھان لیں۔

بسد سوختہ:۔ اس کو گل حکمت کرنے کی ضرورت نہیں جس طرح چاہیں جلا کر سفید کر لیں۔

بھروزہ مدبّر:۔ ایک ہانڈی لے کر قریباً نصف تک پانی بھر دو، اور منہ پر کوئی باریک کپڑا باندھ دو، اور کپڑے کے اوپر بھروزہ رکھ کر ہانڈی کو آگ پر رکھ دیں، اور کپڑے کے اوپر ہانڈی کا سرپوش رکھ دیں، لیکن سرپوش درمیان سے ذرا ابھرا ہوا ہونا چاہیے تاکہ بھروزہ سرپوش سے نہ لگنے پائے، ساتھ ہی یہ بھی خیال رہے کہ سرپوش ہانڈی کے کناروں سے خوب ملا ہوا رہے، تھوڑی دیر میں بھروزہ گرمی سے پگھل کر ہانڈی میں گر جائے گا پھر ہانڈی اتار لو، کپڑا مع کدورت وغیرہ علیحدہ کر لو، اگر چاہیں تو ہانڈی سے بھروزہ نکال کر پھر ہانڈی میں نیا پانی ڈال کر اسی طرح پانچ چھ

مرتبہ کرو، ہر بار کپڑا نیا بدلو، پانچ چھ مرتبہ ایسا کرنے سے بہروزہ سفوف کرنے کے قابل ہو جائے گا، یہی ست بہروزہ کہلاتا ہے۔

بھلانواں مدبر:۔ پتھر یا لوہے کے دو ٹکڑے لے کر ان کو گرم کرو، پھر بھلانواں لے کر اس کے دو ٹکڑے کر کے دونوں گرم ٹکڑوں میں رکھ کر خوب زور سے دبائیں اور جو لیس دار اور گاڑھی رطوبت نکلے اس کو بانس وغیرہ کی تیلی سے جدا کر کے رکھ دیں، یا چوڑے منہ کی سنسی کو گرم کر کے بھلانویں کو اس میں دبائیں تاکہ رطوبت غلیظ نکل جائے پھر بھلانواں چھیل کر کوٹ کر دوا میں شامل کریں یہ احتیاط رکھیں کہ اس کا تیل اور دھواں جسم پر نہ لگے۔

بچھو:۔ بچھو پکڑ کر مٹی کے برتن میں ڈال دو، اور سر پوش دے کر منہ اچھی طرح بند کر کے آگ میں رکھیں، سرد ہونے پر نکال کر کام میں لائیں۔

بھنگ بریاں:۔ بھنگ لے کر اس کو گرد و غبار سے پاک وصاف کرو، اس کے بعد ایک خاص قسم کی گھاس کے (جس کو دوب کہتے ہیں) نچوڑے ہوئے پانی میں ملا کر خشک کرو، پھر اجوائن بھگوئی ہوئی کے پانی میں مل کر خشک کرلو، اس کے بعد گائے کا گھی لگا کر کورے مٹی کے برتن میں ڈال کر آگ پر رکھ دو، اور ہلاتے جاؤ، مگر خیال رہے کہ جلنے نہ پائے، جب اچھی طرح بھن جائے تو اتار لو۔

پارہ مصفیٰ:۔ کسی مضبوط اور موٹے کپڑے میں سے چالیس مرتبہ پارہ کو چھان لو، یا شیشہ یا پتھر کے گہرے کھرل میں ارنڈ کے پتوں کا پانی ڈالو اور پارہ ڈال کر خوب پیسو یہاں تک کہ پارہ کی سیاہی اور چکناہٹ دور ہو جائے۔ اسکے بعد سبز مکوہ کے پتوں کے پانی میں پیسیں، پھر اس پانی میں کھرل کرو، جس میں رات بھر ہڑ بھگوئی گئی ہو، پھر پارہ کے نصف وزن کا پانی ڈال کر ہانڈی کے اندر نرم آنچ پر رکھو، جتنا پانی کم ہو جائے، اسی قدر اور پانی ڈالتے جاؤ، حتیٰ کہ پارہ کی سیاہی پانی میں

آ جائے، بعض اطباء پارہ کو دبیز کپڑے سے چالیس مرتبہ چھان لینا پارہ کے تصفیہ کیلئے کافی خیال کرتے ہیں۔

پنچانگ:۔ یعنی پانچ اجزاءاس سے کسی بوٹی کے پانچ اجزاء پتے، پھل، پھول، جڑ اور چھال مراد ہوتی ہے۔

پھٹکری بریاں:۔ پھٹگری کو کسی برتن میں رکھ کر آگ پر اس قدر پکاتے ہیں کہ وہ پگھلنے کے بعد خشک ہوجاتی ہے۔

تخم املی:۔ سفوف یا معجوم میں شامل کرنا ہو تو بھاڑ میں بھنوالیں، پھر چھلکا دور کر کے کام میں لائیں۔

تخم بارتنگ بریاں :۔اس کی ترکیب تخم ریحان کے مانند ہے۔

تخم ریحان بریاں:۔ کورے مٹی کے برتن میں ڈال کر آگ پر رکھیں، اور جلد جلد ملاتے جائیں تا کہ جلنے نہ پائے نیم بریاں ہوجانے پر اتارلیں۔

تخم کثوث بصرہ بستہ:۔

بصرہ بستہ کے معنی ہیں پوٹلی باندھ کر یہ صفت اکثر تخم کثوث اور افتیموں کے ساتھ لکھی جاتی ہے، اس سے مراد یہ ہوتی ہے کہ جوشاندہ یا خیساندہ میں یہ دوا دوسری دواؤں سے الگ کپڑے کی پوٹلی میں باندھ کر ڈالی جائے۔

تخم کنوچہ بریاں: اس کو بریاں کرنے کی ترکیب تخم ریحان کے مانند ہے۔

تربد مجوف:۔ اس کی جڑ کا اوپر کا چھلکا اور اندر کا گودا دونوں سمی ہیں، ان کو رفع کر دیں صرف ریشہ استعمال کریں، تربد کے بیچ میں ایک سخت لکڑی ہوتی ہے اس لکڑی کو نکال لینے کے بعد تربد جوف دار ہوجاتا ہے اس لئے اسے مجوف لکھا جاتا ہے۔

ترپھلہ:۔ ہڑ، بھیڑہ اور آملہ کا مجموعی نام ہے۔

جمال گوٹہ مدبّر:۔ جمال گوٹہ حسب ضرورت پوٹلی بنا کر دودھ میں جوش دیں، اس کے بعد پوٹلی کھول کر جمال گوٹہ کو چھیل لیں اور دو ٹکڑے کرلیں، درمیان سے ناخنکی شکل کا زیرہ سا نکلے گا، اس کو نکال کر پھینک دیں۔

جوھر سلاجیت:۔ عمدہ قسم کی سلاجیت کو ترپھلہ کے جوشاندے میں بخوبی حل کر کے چھان لیں اور دھوپ میں رکھ دیں، تیز دھوپ لگنے سے اس کے اوپر ملائی کی طرح جوہر چڑھ آئے گا، اس کو اتار کر کسی دوسرے برتن میں ڈالتے جاؤ، اسی طرح روزانہ جتنی ملائی اتر سکے، اتارتے رہو، جوہر سلاجیت علیحدہ ہو کر باقی تلچھٹ رہ جائیگا۔

جوھر شورہ:۔ قلمی شورہ لے کر صاف کر کے پیس لیں، پھر ایک کوری ہانڈی لے کر اسی میں دو انگل موٹی تہ سفوف قلمی شورہ کی بچھا دیں، بعد ازاں اس ہانڈی کے اوپر اسی مقدار اور حجم کی ایک اور ہانڈی اوندھی رکھیں اور منہ خوب بند کر کے گل حکمت کریں، اور دھیمی آنچ پر رکھ دیں، مثلاً موٹی بتی کا چراغ جلا لیں، یا بیری کی پتلی پتلی لکڑیوں سے ہلکی آنچ دیں، اور اوپر کی ہانڈی پر 4 یا 5 تہ کپڑا تر کر کے رکھیں۔ یہ کپڑا جب گرم ہو جائے تو بدل دیں۔ جوہر اڑ کر اوپر کی ہانڈی میں چاروں طرف لگ کر جم جائے گا، سرد ہونے کے بعد نہایت آہستگی سیاتار کر اوپر کی ہانڈی میں جما ہوا جوہر کھرچ لیں، اور کام میں لائیں، پارہ، رسکپور سنکھیا، کافور، لوبان، نوشادر وغیرہ کا جوہر اسی طرح سے حاصل کیا جاتا ہے۔ رسکپور یا سنکھیا کو شراب برانڈی میں حل کر لیتے ہیں، پھر ٹکیہ بنا کر نحل ہانڈی میں رکھ کر جوہر اڑاتے ہیں۔

جوھر کافور:۔ دیکھو شورہ کا جوہر اڑانا۔

جوھر لوبان:۔ دیکھو شورہ کا جوہر اڑانا۔

چار مغز:۔ مغز تخم خربوزہ، مغز تخم تربوز، مغز تخم ککڑی اور مغز تخم کدو کو کہتے ہیں۔

چاکسو مدبر:۔ چاکسو کو پوٹلی میں باندھ کر سونف کے پانی میں جوش دے کر چھیل لو، پھر خشک کر کے پیس کر استعمال میں لاؤ۔

چتر جات:۔ دئیدک اصطلاح ہے، تج، تیج پات، الائچی، ناگ کیسر، ان چاروں دواؤں کو کہتے ہیں۔

چرب کرنا:۔ روغن بادام یا گھی وغیرہ میں ملانا، ہلیلہ جات کے سفوف کو روغن ملا کر ملنا۔

چونہ مغسول:۔ کسی بڑے برتن میں چونا حل کریں، اور تہ نشین کنکریوں اور ریت وغیرہ کو نکال دیں، اور رکھ دیں، جس سے چونا، نیچے بیٹھ جائے گا، اور پانی اوپر آجائے گا، اس پانی کو آہستگی سے گرادیں، اور پھر تازہ پانی ڈال کر گھولیں، اور تلچھٹ کو دور کریں، اسی طرح سات مرتبہ کریں، پھر خشک کر کے استعمال میں لائیں۔

چھار تخم:۔ طب یونانی میں تخم کنوچہ، تخم ریحان، تخم بارتنگ اور تخم اسپغول کو کہتے ہیں۔

خراطین مصفیٰ:۔ موسم برسات میں زندہ کیچوؤں کو پکڑ کر نمکین چھاچھ کے اندر ڈال دو، کیچوے تمام تمام مٹی اگل دیں گے، اس کے بعد نکال کر خشک کرلیں۔

خسکدانہ مدبر گوکھرو میں دیکھو۔

دشمول:۔ وئیدوں کی اصطلاح میں دس جڑوں کو کہتے ہیں جو کہ یہ ہیں، شال پرنی، پرشٹ پرنی، کٹائی خرد، کٹائی کلاں، گوکھرو، درخت بل، ارلو، کنبھاری، پاٹلا، ارنی۔

رب کاسنی:۔ کاسنی سبز کو بغیر دھوئے ہوئے کوٹیں اور اس کا رس قلعی دار دیگچی میں ڈال کر پکائیں جب پھٹ جائے، اس کو چھان کر عرق لطیف کو نرم آگ پر یہاں تک پکائیں کہ قریب جمنے کے ہوجائے تو اتارلیں، رب مکر بھی اسی طرح تیار کیا جاتا ہے۔

رُب السوس:۔ ملٹھی نیم کوب کر کے چوبیس گھنٹے پانی میں بھگو کر پکائیں۔ جب نصف پانی جل جائے تب اس کو چھان کر دوبارہ اتنا پکائیں کہ قریب جمنے کے ہو جائے، خطیانہ وغیرہ خشک چیزوں کا رُبّ اسی طور سے بنایا جاتا ہے۔

رسوت پیسنے کا طریقہ:۔ آگ پر خشک کر کے باریک پیس کر سفوف یا معجون میں ملا سکتے ہیں۔

روغن بادام:۔ اگر زیادہ مقدار میں مطلوب ہو تو بادام روغن کی مشین کے ذریعہ نکالیں۔ لیکن تھوڑی مقدار درکار ہو تو عمدہ اور آسان ترکیب یہ ہے کہ بادام کو کوب کر کے چند قطرے سرد یا گرم پانی کے چھینٹے دے کر ہاتھ سے خوب ملیں، جب دھینیت پیدا ہو جائے مٹھی میں لے کر پانچ دس مرتبہ مٹھی کو پھرائیں کہ کف دست اور پانی کی گرمی کے سرایت کرنے سے کل تیل باہر آجائے، روغن اخروٹ، پستہ، چرونجی، کدو کا ہو اور مغز تخم تربوز، پیٹھ وغیرہ کے تیل چھوٹے پیمانے پر نکالنے کا یہی طریق ہے۔

روغن بیضہ:۔ انڈوں کو گرم پانی میں جوش دے کر زردی علیحدہ کر لیں پھر اسے آہنی کڑچھے میں رکھ کر خوب بریاں کر کے کپڑے میں نچوڑ کر روغن نکال لیں۔

روغن مغسول:۔ خواہ کسی قسم کا روغن ہو ان سب کی ایک ہی تدبیر ہے اور وہ یہ ہے کہ روغن میں سرد پانی ڈال کر ٹھہرنے دیں۔ جب سارا روغن اوپر آجائے تو احتیاط کے ساتھ اتار لیں، گھی کو بھی اسی ترکیب سے مغسول کرتے ہیں۔

زعفران پیسنے کا طریقہ:۔ اگر زعفران کو کسی سفوف میں ملانا ہو تو خشک کھرل کریں لیکن کسی معجون یا جوارش میں شامل کرنا ہو تو اسے عرق کیوڑہ یا عرق بید مشک میں کھرل کر کے شامل کرنا چاہیے۔

زفت مغسول:۔ زفت کو پگھلا کر پھر نیم گرم پانی میں ڈال دیں تا کہ اس کی ساری کدورت اور میل تہ نشین ہوجائے پھر زفت خالص پانی کے اوپر سے فقار کریں دو تین مرتبہ ایسا کریں۔

زمرد مغسول:۔ اول زمرد کو نہایت اچھی طرح کھرل کریں، اور پانی میں حل کریں، جس قدر موٹے اجزا جلدی تہ نشین ہوجائیں، وہ فوراً نکال کر اسی طرح پھر پیسیں اور پانی میں ڈال دیں، اسی طرح کئی بار کریں جب یقین ہوجائے، کہ زمرد اچھی طرح پس گیا ہے تو تمام پانی کو جونتھار کر رکھا ہے کسی برتن میں ڈال کر ڈھک دیں، جب پانی ٹھہر کر زمرد تہ نشین ہوجائے تو سکھا کر استعمال میں لائیں، زمرد، شادنج، عقیق، لاجورد، وغیرہ اسی طریقہ سے مغسول کئے جاتے ہیں۔

زیرہ مدبر:۔ زیرہ مدبر کرنیکا طریقہ اجوائن کے مانند ہے۔

ست گلو:۔ گلو سبز کوٹ کر ظرف گلی یا قلعی دار طشت میں ڈال کر پانی بھر دیں اور ایک رات تر رکھیں، صبح کو خوب مل کر سنگین کپڑے میں چھان کر تھوڑا سا ٹھنڈا پانی ملا کر ایک پہر محفوظ رکھیں تا کہ گرد وغبار نہ پڑے، جب ست تہ نشین ہوجائے اور صاف پانی اوپر آجائے، بتی کے ذریعے پانی ٹپکا کر نکال دیں، ست کو خشک کر کے کام میں لائیں۔ ہر قسم کے ست بنانے کا آسان طریقہ یہی ہے۔

سجی کا کشتہ:۔ زیرہ زیرہ کر کے مٹی کے برتن یا لوہے کے برتن کو خوب آگ پر گرم کر کے اس میں سجی ڈال دیں اور کسی چیز سے چلاتے رہیں، جب سجی راکھ ہوجائے تو استعمال میں لائیں۔

سرکہ انگوری:۔ منقیٰ یا کشمش 5 سیر گرد وغبار اور تنکوں وغیرہ سے اچھی طرح صاف کر کے 15 یا 20 سیر پانی کے ہمراہ ایک مٹی کے چکنے گھڑے یا ایسے گھڑے میں جس میں پہلے سرکہ بنایا گیا ہو ڈالیں، اور منہ بند کر کے 21 دن رکھ چھوڑیں تا کہ اس

میں ترشی پیدا ہو جائے، پھر اس میں پھٹکری، نمک لاہوری ہر ایک پانچ تولہ ڈال کر دوبارہ منہ بند کر کے تیس روز بحفاظت رکھنے کے بعد چھان کر کام میں لائیں۔

نوٹ:۔ اگر انگور یا کشمش تازہ ہوں تو ان کا پانی نکال کر سرکہ بنا سکتے ہیں۔

سرطان محرق:۔ نہر یا دریا کا بڑا کیکڑا لے کر اس کے پاؤں کاٹ دیں، اور پیٹ کی آلائش صاف کریں اور ایک راو ررا کھ سے اس کو خوب دھوئیں بعد ازاں خشک کر کے گل حکمت کریں اور ایک رات تک گرم تنور میں رکھ کر اوپر سے تنور کا منہ بند کر دیں، صبح نکالیں اور پیس کر کام میں لائیں۔

سرمہ مدبر:۔ سرمہ کی ڈلی کو آگ میں تپا تپا کر آب ترپھلہ میں کم از کم سات مرتبہ بجھاؤ دیں بعض اطباء عرق گلاب یا شیرہ بادیاں میں بجھا کر مدبر کرتے ہیں۔

سقمونیا مشوی:۔ ایک سیب یا بہی یا امرود لے کر اس کو اندر سے خالی کریں، اور پھر اس کے اندر تل مقشر چپکا دیں، بعد ازاں سقمونیا اس کے اندر ڈال کر خوب مضبوط کر کے منہ بند کر دیں، اور کپڑے میں باندھ کر آٹے کا خمیر اس پر لگائیں اور تنور میں رکھ دیں، جب آٹا اوپر سے سرخ ہو جائے تو سقمونیا نکال کر سایہ میں خشک کر کے کام میں لائیں۔

سنگ بصری مدبر:۔ سنگ بصری کو آگ میں ڈال کر خوب سرخ کر کے گلاب یا دہی کے پانی یا انار کے پتوں کے پانی یا عرق لیموں میں سات بار بجھائیں، اور پھر کام میں لائیں۔

شادنج مغسول:۔ زمرد کے مغسول کرنے کا طریقہ دیکھو۔

شب یمانی بریاں:۔ دیکھو پھٹکری بریاں۔

شنگرف مصفی:۔ شنگرف کو چار پہر تک آب لیموں میں خوب کھرل کریں صاف ہو جائیگا۔

شہدِ مصفیٰ:۔ شہد کو جوش دے کر آگ سے نیچے اتار لیا جائے، جو کف یعنی جھاگ اس کے اوپر آ جائے، اسے اتار لیں، اسے شہد کف گرفتہ یعنی جھاگ دور کیا ہوا کہتے ہیں شہد میں پانی کی آمیزش نہ ہونے پائے ورنہ ترش پڑ جائے گا۔

صلایه:۔(1) کھرل کرنا، باریک پیسنا (2) باریک پسی ہوئی دواء۔

صندلین: اس سے مراد دونوں صندل یعنی صندل سرخ اور صندل سفید ہیں۔

عصارہ اقاقیا:۔ عصارہ ببول کو کہتے ہیں جس کی ترکیب تیاری یہ ہے کہ درخت کیکر کی تازہ اور خام پھلیاں کوٹ کر رس نچوڑ لیں، بعدہ اسکو آگ پر اس قدر پکائیں کہ غلیظ ہو جائے، اس کے بعد خشک کر کے کام میں لائیں۔

غاریقون مغربل:۔ غاریقون لے کر کسی موٹے اونی یا فلالین کے کپڑے میں چھان لیں۔تا کہ اس میں جو ریشے مثل ناخن کے ہوتے ہیں اور جن میں سمیت ہوتی ہے، علیحدہ ہو جائیں، اسی وجہ سے نسخوں میں غاریقون کے ساتھ مغرمَل (چھانا ہوا) لکھا جاتا ہے۔

فلفلین:۔ دونوں فلفل یعنی فلفل دراز اور مرچ سیاہ کو کہتے ہیں۔

کانجی:۔ اس کو سرکہ ہندی اور آبکامہ بھی کہتے ہیں، کانجی جو کہ دواؤں میں مستعمل ہے، جو گیہوں اور جوار وغیرہ غلوں سے بنائی جاتی ہے اور اس کی ترکیب یہ ہے کہ ایک یا زیادہ غلے جس قدر چاہیں لے کر روغنی برتن میں ڈال کر پانی سے بھر دیں اور اس میں قدرے نمک اضافہ کر کے برتن کا منہ بالکل بند کر دیں یہ برتن چالیس روز تک تیز دھوپ میں یا چولہے کے نزدیک رکھیں تا کہ اس مین خوب ترشی پیدا ہو جائے، اس کے بعد صاف کر کے استعمال میں لائیں۔

کجلی:۔ پارہ مصفٰی اور گندھک مصفٰی کیمر کب کو کہتے ہیں، ان دونوں کو اس قدر کھرل کیا جاتا ہے کہ سیاہ رنگ کا سفوف بن

جائے اس کے عمدہ ہونے کی یہ علامت ہے کہ کھرل کو نہ چمٹے اور دستہ کے نیچے آواز نہ کرے۔

کچلہ مدبر:۔ ایک ہفتہ تک پانی میں کچلہ کو تر رکھیں (اگر دودھ میں بھگوئیں تو بہتر ہوگا) اس کے بعد چھلکا اتار کر خشک کر کے ریتی سیاس کا برادہ بنائیں، پھر برادہ پوٹلی میں باندھ کر ایک مٹی کی کوری ہانڈی میں دودھ ڈال کر جوش دیں اور کام میں لائیں۔ دودھ پھینک دیں، بعض لوگ گھی میں بریاں کر کے پیس لیتے ہیں، یہ سہل طریقہ ہے۔

کز مازج:۔ چھوٹی مائیں اور بڑی مائیں کا مشترک نام ہے۔

کشتہ:۔ کسی دھات اپدھات مثلاً پارہ، شنگرف، ہڑتال یا کسی پتھر مثلاً سنگِ جراح عقیق زمرد کو خاص ترکیب سے آگ دے کر سریع النفوذ بنا لینا کشتہ کہلاتا ہے۔ جس چیز کا کشتہ بنایا جائے، اس کو مصفیٰ کر لیا جائے، جب کوئی دوا کسی بوٹی کے پانی یا دیگر سیال میں کھرل کی گئی ہو تو اس کو خشک ہونے پر مٹی کے آبخورہ (بوتہ) میں گل حکمت کریں، اور جب تک بوتہ خشک نہ ہو جائے، اس کو آگ نہ دیں، گل حکمت سے مراد یہ ہے گیلی مٹی میں روئی ملا کر ہاون دستہ سے خوب کوٹیں، پھر اسے آبخورہ پر ہر طرف لگا کر خشک کر لیں۔ اس سے آب خورہ گرمی اور آنچ سے پھٹنے نہیں پاتا۔ جب تک آگ بالکل سرد نہ ہو جائے۔ بوتہ کو باہر نہ نکالیں، اگر کشتہ خام رہ جائے تو اسے دوبارہ آگ دیں، کشتہ کی تیاری میں مقررہ وزن سے کم و بیش آگ نہ دیں، یعنی جس قدر اپلوں کا وزن بتایا گیا ہو، اسی کے مطابق آگ دیں، یہ ضروری ہے کہ بوتہ کو گڑھے میں آگ دی جائے تا کہ ہوا کے جھونکے نہ لگیں، تفصیلی حالات جاننے کے لئے کتاب ''کشتہ جات اکسیری'' مصنفہ حکیم غلام نبی مرحوم ملاحظہ فرمائیں یہاں صرف کشتہ جات تیار کرنے کی چند آسان تراکیب ہدیۂ ناظرین کی جاتی ہیں۔

کشتہ ابرک:۔ ابرک کی تکلیس اور احراق کی جس قدر ترکیبیں مروجہ اور مطبوعہ کتابوں میں سو فی صد نہایت ہی مشکل ہیں، ہم ابرک کو مکلس و محرق کرنے کی نہایت آسان ترکیب تحریر کرتے ہیں ابرک سفید ہو یا سیاہ، دونوں قسم کے لئے ایک ہی ترکیب کافی ہے، ابرک 5 تولہ، ابرک کے موٹے پتروں کے باریک باریک پترے بنائیں۔ اس کے بعد برگ انجیر دشتی اور ابرک کے پتے تہ بہ تہ رکھیں اور درمیان میں قدرے شورہ قلمی چھڑکتے رہیں، اس عمل کے لئے 5 تولہ شورہ قلمی کافی ہے، گل حکمت کی ضرورت نہیں، دو مٹی کی رکابیوں میں رکھ کر پندرہ بیس سیر اپلوں کی آگ ہوا سے محفوظ جگہ دیں سرد ہونے پر نکال لیں تصویل کرنا لازمی ہے، تاکہ شورہ کا اثر باقی نہ رہے معمول و مجرب ہے۔

کشتہ بارہ سنگھا:۔ اس کے ٹکڑے کپڑا لپیٹ کر گل حکمت کریں اور تیز آنچ پر پھونک دیں، نہایت عمدہ کشتہ ہوگا۔

شکتہ بسد:۔ اس کو گل حکمت کرنے کی ضرورت نہیں جس طرح چاہیں جلا کر سفید کر لیں۔

کشتہ پوست بیضۂ مرغ:۔ انڈے کے چھلکوں کو تین روز تک نمکین پانی میں بھگو رکھیں، بعد ازاں اندرونی جھل اور آلائش سے پاک و صاف کر کے کوٹ لیں، پھر کوزہ میں ڈال کر گھیکوار میں تر کر کے یا تنہا گل حکمت کر کے تیز آنچ دیں یہاں تک کہ راکھ ہو جائے، یہ کشتہ ذرا آگ زیادہ مانگتا ہے، اس لئے اینٹوں کے بھٹے یا کمہار کے آدے کی آگ میں رکھیں۔

کشتہ جست:۔ جست ظرف آہنی میں پگھلا کر تھوڑا عرق شاہترہ یا بھورا سویا ڈالیں۔ جب خاکستر ہو جائے کام میں لائیں۔

ترکیب دیگر :۔ دست کو ایک ہانڈی میں رکھ کر اس کے نیچے سخت آنچ کریں اور خاردار جولائی یا جنگلی بیر کی لکڑی سے چلاتے رہیں یہاں تک کہ مثل خاک سیاہ کے ہوجائے۔

کشتہ چاندی:۔ چاندی کے پتر کو لوٹا سجی کے پانی میں دس بارہ مرتبہ بجھاؤ دیں، اس کے بعد دو دہی خرد کی ایک پاؤ کی نفدی میں رکھ کر گل حکمت کر کے حسب دستور آگ دیں، کشتہ سفید برآمد ہوگا، چھ سیر اپلوں کی آگ کافی ہے۔

ترکیب دیگر:۔ عرق برم ڈنڈی سبز میں روپے کو جس کی چاندی خالص ہو آگ میں گرم کر کے سو بجھاؤ دیں۔ جب سفید اور سخت مثل گچ کے ہوجائے تتلی کے پتے قریب آدھ پاؤلے کر پیس کر اس کی لبدی میں رکھ کر مثل گولے کے بنائیں اور کپڑ وٹی کر کے دس سیر اپلوں کی آگ میں پھونکیں سرد ہونے کے بعد اسی طرح تتلی کی پتی میں دو مرتبہ اور آنچ دیں، نہایت عمدہ سفید شفاف کشتہ ہوجاتا ہے، جو قوت باہ، حرمان اور دمہ کے لئے نہایت مفید ہے۔

کشتہ سنکھیا:۔ سم الفار ایک تولہ اول عرق نیم یا ہلہل میں کھرل کریں، اس کے بعد خاکستر چرچٹہ یک پاؤ میں رکھ کر کشتہ کریں۔

ترکیب دیگر :۔ چرچٹہ کی خاک ایک کوری ہانڈی میں منہ تک بھڑ کر اس ہانڈی کے درمیان ایک ڈلی سنکھیا سفید وزنی دوڈھائی تولہ رکھ کر ہانڈی کے منہ پر ایک چینی بند کر کے ہانڈی کو چولہے پر رکھ دیں اور اس کے نیچے بیری یا کپاس کی لکڑی کی ہلکی ہلکی آنچ ایک پہر کامل دیں، ہانڈی کے اندر ڈلی مذکور کھل کر مثل چونا کے سفید ہوجائے گی۔ بمقدار خشخاش بنگلہ پان میں کھلانا قوت باہ اور ضیق النفس کو از حد مفید ہے مگر خیال رہے کہ حار مزاج جوانوں کو بالخصوص موسم گرما میں اس کا استعمال جائز نہیں ہے۔

کشتہ سیسہ:۔ سیسہ پگھلا کر تھوڑا تھوڑا شورہ ڈالیں، اور چلاتے رہیں نصف گھنٹے میں کشتہ ہو جائے گا۔

کشتہ سیپ:۔ کسی طرح جلا کر سفید کر لیا جائے۔

کشتہ شنگرف:۔ ایک ڈلی مسلم یا سلام سرخ مرچ کی لکڑی کے کوئلہ کے سفوف میں جو ایک سیر سے کم نہ ہو آہنی کڑاہی میں داب داب کر بھریں اور ڈلی اس کے درمیان دبا دیں، اس کڑاہی کے منہ پر سیدھا توا بند کر کے کڑاہی کو چولہے پر رکھیں، پھر پانچ سی کپاس کی لکڑی یا تل کی یا تیر کی لکڑی کی ہلکی ہلکی آنچ ایک پہر کامل دیں، بعدہٗ جب آگ سرد ہو جائے توا ہٹا کر کڑاہی کے اندر سے کشتہ مذکور کو آہستگی نکال لیں، مثل پھٹکری بریاں کے سفید کشتہ نکلے گا یہ کشتہ قوت باہ میں عدیم المثال ہے، مقدار خوراک، نصف سے ایک چاول تک بحالت استعمال گھی زیادہ کھائیں۔

نوٹ:۔ کشتہ سنکھیا اور ہڑتال بھی اسی ترکیب سے تیار ہو جاتے ہیں۔

کشتہ عقیق:۔ عقیق کو دس بار عرق گلاب میں بجھاؤ دے کر گل سرخ کی نغدی میں رکھ کر کشتہ کریں۔

کشتہ قلعی:۔ احراق قلعی کی جس قدر ترکیبیں مروجہ و متداولہ کتابوں میں درج ہیں، ان سے کشتے بہت قلیل مقدار میں بنتا ہے زیادہ رانگ زیادہ ہو جاتی ہے اس لیے ہم ایسی ترکیب تحریر کرتے ہیں جس سے منٹوں میں سیروں کشتہ تیار کیا جا سکتا ہے اور رانگ بھی ضائع نہیں ہوتی، رانگ لوہے کے برتن میں ڈال کر پگھلائیں نیچے خوب آگ جلائیں اور تھوڑا تھوڑا شورہ قلمی چھڑکتے رہیں، اور کسی چیز سے چلاتے رہیں جب رانگ میں آگ لگ جائے اتار لیں، اور غسل کرنے کے بعد کشتہ محفوظ رکھیں، قلعی خام کو دوبارا اسی عمل سے کشتہ کریں معمول و مجرب ہو گا۔

ترکیب دیگر:۔ سب سے اعلیٰ اورافضل ترکیب اسی کے کشتہ کی یہ ہے کہا یک تولہ سیماب مصفیٰ مٹی کے گھڑے میں ڈال کراس کے اوپر رانگ دوتولہ پگھلا کرڈالیں۔ پھراس مجموعہ کوکوٹ چھان کرعرق لیموں کاغذی کے ساتھ کھرل کر کے چھوٹی چھوٹی گولیاں بنا کرخشک کرلیں اس کے بعد ایک ٹکڑا ٹاٹ کالیکراسپر بھنگ یا مہندی یا نیم کی پتی یا ببول کی پتی بچھا کر گولیاں فرق فرق سے اسپر رکھ کر دہی پتلی گولیوں پر بچھا دیں اوراسی ٹاٹ کے ٹکڑے کو ہر چہار جانب سے موڑ کر ستلی سے مضبوط باندھ کر قدرے گیلی مٹی چڑھا کر بیس سیر اپلوں میں دفن کر کے آگ دیں، جب آگ بالکل سرد ہوجائے تو باحتیاط ٹاٹ کونکال کرایک ایک گولی چن لیں۔ واضح رہے کہ پارہ آگ کی گرمی سے اڑ جاتا ہے صرف اس کی قوت باقی رہ جاتی ہے،اس لئے بالکل ضررنہیں کرتا، یہ کشتہ کسی طرح پھونکا جائے، رقت منی، جریان اورضعف ہضم کے لیے مفید ہے مقدارخوراک اس کی ایک رتی ہے چاررتی تک ہے۔

کشتہ مروارید:۔ مروارید عرق گھیکوار یاعرق لیموں میں ایک روزتر رکھیں،اس کے بعدتھوڑی سی آگ میں کشتہ کریں۔

کشتہ ہڑتال گئوونتی:۔ گل حکمت کر کے حسب دستورآگ دیں، کشتہ سفیداورشگفتہ برآمد ہوگا۔

کشتہ ہڑتال طبقی:۔ یعنی زرنیخ طبقی ،ہڑتال طبقی 10 گرام،اول عرق نیم مین تین روز کھرل کریں،اس کے بعد خاکستر چرچٹہ نصف سیر میں رکھ کرحسب دستور،اسیر اپلوں کی آگ دیں،اسی طرح سم الفاراورشنگرف کا کشتہ ہوسکتا ہے۔

کشتہ یاقوت:۔ یاقوت کی ڈلیاں یاسفوف بنا کرگل حکمت کر کے حسب دستورآگ میں پھونکیں۔

کشتہ یشب:۔ یشب کو پیس کر یا بغیر پیسے ایک کوزہ میں گل حکمت کریں۔ اور تنور میں یا آگ کے ڈھیر میں ڈال دیں، یہاں تک کہ جل کر سفید ہو جائے۔ احراق و تکلیس کی بابت مزید معلومات حاصل کرنے کیلئے کتاب ''کشتہ جات اکسیری''، طبع چہارم مصنفہ حکیم غلام نبی زبدۃ الحکماء قیمتی ہے ملاحظہ فرمائیں۔

کھار مولی:۔ مولی کے نمکین اجزاء ہیں جو اس کو جلا کر حاصل کئے جاتے ہیں صرف مولیاں ہی بغیر پتوں کے لے کر ان کے ٹکڑے ٹکڑے کر کے تیز دھوپ میں سکھا لیں، کیونکہ پتوں کی نسبت مولی سے کھار زائد مقدار میں نکلتا ہے، جب مولیاں خشک ہو جائیں تو ان کو جلا کر ان کی راکھ پانی کے برتن میں ڈال کر ہاتھوں سے خوب ملیں، بعدہٗ صاف نتھرا ہوا پانی لے کر مضبوط کپڑے سے چھانیں، اور اسے کسی دیگچہ میں ڈال کر پکائیں، جس وقت ایک جوش آجائے ٹھنڈا کر لیں، اور اسے آرام وسکون کے ساتھ رہنے دیں، تا کہ راکھ تہ نشین ہو جائے، اس کو علیحدہ کر کے پانی کو دوبارہ پکائیں یہاں تک کہ سارا پانی جل کر صرف کھار رہ جائے۔

کیکڑے کو سوختہ کرنا:۔ دیکھو سرطان محرق۔

گلقند:۔ جن پھولوں کا گلقند بنانا ہو تازہ لے کر زیرہ اور سبزی علیحدہ کر کے شکر سفید یا سرخ اڑھائی گنا مل کر دو ہفتہ تک دھوپ میں رکھ دیں اس اثنا میں ۲ یا ۳ ہاتھوں سے مل دیں، اسے گلقند آفتابی کہتے ہیں۔

گندھک مدبر:۔ ایک مٹی کی ہانڈی لے کر لبا لب دودھ سے بھرو اور اوپر ایک باریک مگر گاڑھا کپڑا باندھ دو اور کپڑے کے اوپر گندھک کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے بچھا دو، اس کے بعد لوہے کا ایک ایسا سرپوش لے کر جو ہر طرف ہانڈی کے کناروں سے خوب مضبوطی کے ساتھ لگا رہے لیکن گندھک کے ساتھ نہ لگنے پائے اوپر دے دو اور سرپوش کے اوپر کوئلے سلگا کر رکھ دو، کوئلوں کی

گرمی سے گندھک پگھل کر دودھ میں جاگرے گی، بعدازاں دودھ میں سے گندھک نکال کراستعمال میں لائیں۔

گوکھرو مدبر:۔ گوکھرو تین دن رات تک گائے یا بھینس کے دودھ میں بھگو رکھو، اس کے بعد خشک کر کے کام میں لاؤ۔

لاجورد مغسول:۔ لاجورد کو خوب باریک مثل غبار کے پیس کر پانی میں ڈال دو اور خوب ہلا کر اوپر سے روغن زیتون ڈالو اور پھر جوش دے دو، ازاں بعد ٹھہرنے دیں، جو کچھ تہ نشین ہو جائے، پانی نکال کر خوب پیسو اور پھر پانی میں ڈال کر روغن زیتون ملا کر جوش دے کر تہ نشیں کرو، تین چار مرتبہ اسی طرح عمل کر کے تہ نشین کو کام میں لائیں۔

لاکھ مغسول:۔ ایک برتن میں پانی بھر کر رکھو اور چراغ کی لو پر لاکھ کو اس طرح پگھلاؤ کہ پگھل پگھل کر لاکھ پانی میں گرتی جائے، اس طرح کرنے سے اس میں جس قدر مٹی وغیرہ ہوگی، سب تہ نشین ہو جائے گی اور لاکھ صاف ہو جائے گی، اسی طرح پھر پانی میں سے لاکھ نکال کر پھر چراغ کی لو پر پگھلا پگھلا کر پانی میں گراؤ تین چار مرتبہ ایسا کرنے سے لاکھ قابل استعمال ہو جائے گی۔

لوھچون مدبر:۔ فولادی لوہا لے کر اس کا باریک برادہ بناؤ اور مٹی کے کورے برتن میں ڈال کر آگ پر رکھ کر خوب سرخ کرو، سرخ ہو جانے پر تلوں کے تیل میں بجھاؤ، پھر نکال کر خشک کرو، اور پھر اسی طرح سرخ گرم کر کے انگوری سرکہ میں بجھاؤ دو، اس کے بعد نکال کر خشک کرو پھر گرم کر کے گائے کے دودھ یا دہی کے پانی میں بجاؤ دیں، اس کے بعد نکال کر خوب باریک مثل غبار کر لیں۔

مازو بریاں:۔ مازو کو تلوں کے تیل میں تل لیں یہاں تک کہ ماز و خود بخود پھٹ جائے ازاں بعد کوٹ کر چھان لیں اور کام میں لائیں۔

مـــاء الاصــول:۔ یعنی جڑوں کا پانی، مرض فالج اور وجع المفاصل امراض باردہ میں بیخ بادیاں بیخ کرفس، بیخ اذخر، بیخ مہک جوشا کر اور شہد ڈال کر دیتے ہیں۔

ماء العسـل:۔ شہد ایک حصہ کو چار حصہ پانی میں ملا کر جوش دیں حتی کہ تہائی پانی جل جائے یہی ماءالعسل ہے۔

مــردار سنگ مغسـول: ۔ مردار سنگ لے کر اس کے ہم وزن نمک لاہوری ملاؤ اور دونوں کو خوب پیس لو، پھر پتھر یا مٹی کے برتن میں ڈال کر اتنا پانی ملاؤ کہ پانی بقدر چار انگل اوپر چڑھ آئے، سات دن تک پڑا رہنے دو، دن میں ایک دو مرتبہ ہلا دیا کرو، سات دن کے بعد پہلا پانی نکال کر اتنا ہی تازہ پانی ڈال دو، اسی طرح چالیس دن تک کرو، ہر ساتویں دن پانی بدل دیا کرو، اور دن میں ایک آدھ مرتبہ خوب اچھی طرح ہلا دیا کرو۔

مــروارید محلول:۔ مروارید یعنی موتی کے حل کرنے کی ترکیب وہی ہے جو اس کی تکلیس کی ہے۔ دیکھو کشتہ مروارید۔

مــقل کا کوٹنا:۔ اس کو پیسنے کے لئے توے یا کڑاہی پر رکھ کر نرم آگ پر خشک کر لینا چاہیئے۔

دم مغسـول:۔

موم کو خوب گرم کر کے (پگھلا کر) ٹھنڈے پانی میں ڈال دو تا کہ مٹی وغیرہ پانی میں حل ہو جائے پھر پانی کے اوپر سے موم اتار کر پھر اسی طرح پگھلا کر تازہ پانی میں ڈال دو، اسی طرح تین چار مرتبہ کرو، اور بعد میں کام میں لائیں۔

میٹھا تیلیہ مدبر کرنا:۔ بچھناک میں دیکھو۔

نـــار جیـل دریـائـی :۔ اس کو گرم کر کے پیس لیا جائے تو بہت آسانی سے پس جائے گا۔

نمک سوختہ:۔ نمک باریک پیس کر اور شہد میں لت کر کے باریک کپڑے میں پوٹلی باندھ کر گل حکمت کریں اور تنور یا چولہے میں ایک اینٹ کے اوپر رکھ دیں تنور یا چولہا سرد ہو جانے پر نکال لیں اور استعمال میں لائیں۔

نمک تُرب:۔ دیکھو کھار مولی۔

نیلا تھوتھا مدبر:۔ خوب باریک پیس کر چینی کے برتن میں ڈالیں، اوپر سے کچے انگور نچوڑ کر ان کا پانی ڈالیں اور سات دن تک بھیگا رہنے دیں۔ پھر اسی پانی میں آہستہ آہستہ خوب پیسیں یہاں تک کہ پانی خشک ہو جائے۔

ہلیلہ مدبر:۔ ہڑ کو گائے کے گھی یا روغن بادام میں تلیں تا کہ خشکی کم ہو جائے نیم بریاں ہونے پر کام میں لائیں۔

(حکیم مظفر حسین اعوان)

☆☆☆

صحت مند رہنے کیلئے ضروری تدابیر

جو آدمی ہمیشہ صحت رہنا چاہتا ہے اس کو چاہیے رات کے آخری حصہ میں صبح جلدی بیدار ہو کر پہلے منہ دھو کر مسواک کرے، مسواک کڑوے ذائقہ والے درخت کی تازہ ہو، سیدھی ہو، اس کے اندر گانٹھیں کم ہوں، موٹائی چھنگلیاں کی برابر، لمبائی ایک بالشت ہو، اور درخت معلوم کی ہوتا کہ زہر وغیرہ کا امکان نہ رہے، مسواک کی لکڑی، جلی بڑی پرانی نہ ہو، مسواک دانتوں کے عرض میں کی جائے۔ حلق اور زبان کو صاف کریں، گرمی میں تازے پانی سے سردی میں گرم پانی سے منہ دھوئیں۔

مسواک کے فوائد:۔ منہ صاف، بلغم کا اخراج، زبان صاف، زبان چلنے میں روانی، گفتگو صاف، بھوک لگاتی ہے، اس حالت میں مسواک مضر ہے، اگر دست آرہے ہوں، قے آرہی ہو، کھانسی، ہو، لقوہ ہو پیاس کی شدت ہو، آشوب چشم، خفقان ہو، ان صورتوں میں مسواک نہ کریں، مسواک سے فراغت کے بعد آنکھوں میں سرمہ لگائیں۔

سرمہ کے فوائد:۔ سرمہ حلقہ چشم آنکھ کے حلقہ کو صاف کرتا ہے قدرتی چکنائی پیدا کرتا ہے۔ سرمہ کا استعمال مفرح قلب ہے، آنکھ میں سرمہ لگائیں، آنکھ کے گردو غبار کو صاف کردیتا ہے۔ ہر جمعہ کو آنکھ میں رسوت لگانے سے آنکھ کی رطوبت و غلاظت صاف ہوکر آنکھ سے خارج ہوجاتی ہے۔ آنکھوں کی طبیعت ناری ہوتی ہے،

پانی آگ کی ضد ہے، آنکھ کو رسوت کے محلول سے دھوئیں بہت مفید ہے، ان مریضوں کو سرمہ نہیں لگانا چاہیے، جو لگانے کے وقت شکم سیراں ہوں پیٹ بھرے ہوں، یا قے آرہی ہو، یا آنکھوں میں ورم ہو، مسواک کرنے، سرمہ لگانے کے بعد ضرورت کے مطابق گرم تیلوں میں سے کسی تیل کے چند قطرے ناک میں ڈالیں، فائدہ اس کا یہ ہے داغ کی رطوبت کو قوت حاصل ہوتی ہے فضلات خارج ہو جاتے ہیں ڈالیں، فائدہ اس کا یہ ہے داغ کی رطوبت کو قوت حاصل ہوتی ہے، فضلات خارج ہو جاتے ہیں، ناک میں ہلکا گرم تیل ڈالنے سے گردن اور بازو میں سختی چہرے پر چکناہٹ چمک اور حواس مضبوط ہو جاتے ہیں۔ بڑھاپا دیر سے آتا ہے بال جلدی سفید نہیں ہوتے، بھرے پیٹ والا ناک مین دوا نہ ڈالے، گلاس یا پچھنے لگوانے والا یا جس کو کھانسی ہو اور حاملہ عورت کو ناک میں دوا نہیں ڈالنی چاہیے، موسم کی مناسبت سے خوشبو کا استعمال کریں۔ صاف ستھرا لباس زیب تن کریں، اس سے جسم کو قوت دل کو فرحت ملتی۔ ذہن صاف ہو جاتا ہے۔ گندگی ختم اور قوت باہ میں زیادتی ہوتی ہے۔
اس کے بعد لونگ، جوز بوا یا کبابہ تھوڑا سا چبائیں اس سے فائدہ یہ ہوگا کہ بھوک کھل کر لگے گی منہ میں خوشبو ہو جائے گی۔ حلق اور مہ کا درد ختم ہو جائے گا۔ مگر جن کو سل کی بیماری ہے یا جسم میں صفرا کی کثرت و ہیجان ہے، یا اس کو خمار ہے تو وہ لونگ، جوز بوا، کبابہ استعمال نہ کرے ان کاموں سے فارغ ہونے کے بعد دوسری ضروریات زندگی کی طرف توجہ کرے، پہلے گھر کے بڑے بزرگوں سے ملے ان کے حقوق ادا کرے ان کے مشوروں سے مستفید ہو، اسکے بعد بھائیوں، عزیزوں، رشتہ داروں، اور ملک و والیاں ریاست کے حقوق ادا کرے، اس کے بعد اپنی روزی اور کاروبار کی طرف متوجہ ہو جائے، کیونکہ ضروریاتِ زندگی کی تکمیل کا دارومدار معاش پر ہوتا ہے۔ ناشتہ کرنے سے پہلے تھوڑی سی ورزش کریں ورزش سے جسم تھک کر دلا ہو جاتا ہے، اس کا

فائدہ یہ ہے۔ ریاح خارج ہو جاتے ہیں بدن ہلکا ہو کر قوت حاصل کرتا ہے۔ رطوبت جذب ہو جاتی ہے معدے کی حرارت زیادہ ہو جاتی ہے، جوڑ مضبوط ہوتے ہیں، زائد چربی اور بلغم پگھل جاتے ہیں، بچوں بوڑھوں کو ورزش مناسب نہیں ہے، اور جن کو بدہضمی، پیچش ہو ورزش نہ کریں، ورزش کو اعتدال سے کریں، اس کی کثرت سے مرہ صفراء پیاس کی شدت، چکر، سل، بیداری، کھانسی جیسی تکالیف پیدا ہو جاتی ہیں، ورزش سے فارغ ہو کر گرم کئے ہوئے تیل کی مالش کرائیں، تیل کی مالش موسم کے اعتبار سے ضرورت کے مطابق کرائیں۔ مالش کرانے سے بڑھاپا دیر سے آتا ہے۔ تھکن دور ہو جاتی ہے۔ صحت دیر تک باقی رہتی ہے۔ جلد نرم رہتی ہے، نیند خوب آتی ہے مالش میں سب سے بہتر مالش سر پر دونوں پاؤں پر اور کان پر کرانی ہے، سر کی مالش سے بال کالے اور مضبوط ہوتے ہیں۔ حواس قائم رہتے ہیں، پاؤں کے تلوؤں کی مالش سے نیند خوب آتی ہے۔ بڑھاپا دیر سے آتا ہے، تھکن کم ہو جاتی ہے، قوت باہ زیادہ ہو جاتی ہے، اگر کسی کا مزاج بلغمی ہو یا پیچش کی تکلیف ہو یا دست آور یا قے لانے والی دوائی پی ہوئی ہو تو اس کو مالش نہیں کرانی چاہئے۔ مالش سے فراغت کے بعد جسم کو بھوسی سے اچھی طرح صاف کریں خوب رگڑیں، گرمی میں ٹھنڈے پانی سے سردی میں گرم پانی سے دھوئیں یا غسل کریں، اس کا فائدہ یہ ہے کہ معدے کی بھوک جاگ جاتی ہے، قوت باہ زیادہ ہو جاتی ہے۔ صحت قائم اور جسم صاف رہتا ہے، دل کو فرحت ملتی ہے، اگر کسی کو آشوبِ چشم، لقوہ، نفخ، زکام، پیچش، ہذیان وغیرہ قسم کی بیماری ہو تو وہ غسل نہ کرے، غسل کے وقت تہہ بند سے ستر پوشی کر لیں، غسل کے بعد موسم اور طبیعت کی مطابقت سے خوشبو کا استعمال کریں غسل کے بعد اگر بھوک لگے پیٹ خالی ہے تو کھانا کھائیں، بھوک نہ ہو تو ہلکی پھلکی کوئی مرغوب چیز کھائیں، جماع، ڈکار، چھینک لینے میں اپنا منہ اپنے سینے کی طرف رکھیں۔ (فردوس الحکمت) ☆☆☆

فطری چیزیں

(1) پیشاب، (2) پاخانہ (3) ریح ہوا، (4) چھینک، (5) ڈکار، (6) غذا کی خواہش، (7) پیاس، (8) نیند، (9) کھانسی، (10) قے، (11) شہوت جماع، قوت باہ منی (12) پسینہ، (13) دماغ سے خارج ہونے والی رطوبت۔

معدے کی ریاح کو روکنے سے قبض ہوتا ہے، پیشاب رک جاتا ہے، آنکھوں کے آگے اندھیرا ہونے لگتا ہے، دل اور سر میں درد ہونے لگتا ہے اور پیشاب کے روکنے سے مذکورہ بالا شکایات کے ساتھ مثانہ میں درداور گردے مثانہ میں پتھری ہوجاتی ہے، پاخانہ روکنے سے مذکورہ بالا جملہ شکایات پیدا ہوجاتی ہیں، ان کا علاج حقنہ سے کیا جائے، مقعد میں بتی رکھی جائے، گرم بانی میں بیٹھ کرٹکور کریں مالش کرائیں، ملیں غذااور مشروبات کھلائیں پلائیں، معدے یا آنتوں میں فضلہ رکنے سے بخارات اوپر کو چڑھیں گے اور خارج ہونے کی کوشش کریں گے، تو ڈکار، یا نفخ یاہچکی کی تکلیف ہوجائے گی، سونا بند کرنے سے جسم میں سدے پیدا ہوجاتے ہیں اور خون میں (CLODO) پیدا ہوجائیں گے، طبیعت میں کسل سر، آنکھوں میں بوجھ ہوجائے گا۔

علاج: اس کو گرم حمام میں جا کر جسم پر تیل کی مالش کرائیں قے کو روکنے سے بھوک مر جاتی ہے حلق میں درد ہونے لگتا ہے، سانس کی تکلیف ہو جاتی ہے، جماع ترک کرنے سے ذکر اور دل میں درد ہونے لگتا ہے، منی کے جریان کی تکلیف اور مثانہ میں پتھری ہو جاتی ہے، تو ان سب کاموں کو ان کے صحیح وقت پر انجام دینا ضروری ہے ورنہ نقصان ہوتا ہے۔ (فردوس الحکمت)

☆☆☆

وہ اشیاءخوردنی جن سے پرہیز بہتر ہے

خشک چیزیں زیادہ کھانے سے جسم کی قوت اور رنگت پر برا اثر پڑتا ہے، معدے میں قبض ہوجاتی ہے، چکنی مرغن خوراک کے زیادہ استعمال سے سستی، جسم ڈھیلا، بھوک ختم ہوجاتی ہے، ٹھنڈی چیزیں زیادہ کھانے سے کچی خلط بڑھ جاتی ہے، بدن میں گرمی کم ہوجاتی ہے، تو سستی اور جسم بھاری ہو جاتا ہے، نمک زیادہ کھانے سے نظر کمزور ہوتی ہے، تیز کھٹی چیزیں زیادہ کھانے سے بڑھاپا چلا آجاتا ہے۔ کچے پھل نہیں کھانے چاہئیں، دودھ کے ساتھ کھٹی چیز بالکل استعمال نہ کریں، نہ دودھ کو سبزیوں اور کھٹے پھلوں کے ساتھ کھائیں، اس سے جذام ہوجاتا ہے، دہی کو مولی اور مرغی کے گوشت کے ساتھ ملا کر نہ کھائیں، تانبے پیتل کے برتن میں رکھے ہوئے گھی کو نہ کھائیں، دودھ میں پکے ہوئے چاول کھانے کے بعد ستو نہ کھائیں، گوہ اور مور کا گوشت روغن انجیر (کسٹر آئیل) پینے کے بعد استعمال نہ کریں ارنڈی کی لکڑی جلا کر کسی چیز کو اس پر پکا کر نہ کھائیں، اس سے چند مرض پیدا ہو جاتے ہیں۔ (فردوس الحکمت)

☆☆☆

پانی کے اقسام

ہر ذی روح اور جملہ نباتات کے لئے پانی لازمی ضرورت ہے، جب پیاس محسوس ہو تو فوراً پانی پینا ضروری ہے، پیاسے نہ رہیں اطباء کا قول ہے، آسمانی پانی کی دو قسمیں ہیں، (1) نہری، (2) بحری۔

نہری پانی کی بارش اکثر زیادہ ہوتی ہے، کبھی بحری پانی کی، بحری پانی لطیف ہو کر ہوا میں بدل جاتا ہے، اور پانی بن کر برسنے لگتا ہے، نہری اور بحری کے فرق کو معلوم کرنے کا طریقہ یہ ہے۔ چاول کو پکا کر چاندی کے برتن میں ڈال کر بارش میں رکھ دو، چاول کا رنگ یا ذائقہ اگر بدل جائے تو وہ بارش بحری پانی کی ہوئی ہے، کچھ نہ بدلے تو نہری پانی کی تھی، جس کسی کو نہری پانی میسر ہو وہ دوسرا پانی نہ پیئے، اس کا طریقہ یہ ہے کہ نہری پانی کو لوہے یا جست یا کانچ یا مٹی کے صاف برتن میں جمع کر لیں اور اس کو ابال کر پیئیں کہ اس میں کوئی خرابی نہ رہے، پہلی بارش کا پانی اور بے وقت بے موسم کی بارش کا پانی استعمال نہ کریں، بارش کا پانی اگر زمین سے رس کر آ رہا ہے تو اس کو بھی نہ پیئیں، کیونکہ اس پانی کو زمین نے اپنے اثرات سے اس کے اصل ذائقہ کو ختم کر دیا ہے، جس پانی میں گل نیلوفر یا دوسرے پھلوں کے پودے اگے ہوئے

ہوں تو وہ پانی ہلکا میٹھا ہوگا۔ حوض کا پانی ثقیل بھاری ہوتا ہے ریاح پیدا کرتا ہے، جھاڑی، ٹیلوں کا پانی مرہ صفراء پیدا کرتا ہے، پتھریلے چشموں کا بانی تینوں خلطوں کو تسکین دیتا ہے پانی کے ہلکا اور بھاری کے فرق کو علاقوں کے لحاظ سے معلوم کر سکتے ہیں، ٹیلوں کا پانی یا بنجر زمین (جہاں کچھ نہ اُگے) کا پانی خفیف ہلکا ہوگا، زمین میں اگر درخت وغیرہ اُگے ہوئے ہوں تو پانی ثقیل بھاری ہوگا، بہت زیادہ ٹھنڈا یا گرم پانی نہ پئیں، جس کنویں یا تالاب کے اندر کائی، کیڑے، سانپ ہوں اس کا پانی بھی استعمال نہ کریں، جس پانی پر مسلسل دھوپ پڑتی ہو اس کو بھی استعمال نہ کریں۔ اگر کوئی ان پانیوں کو استعمال کرنے پر مجبور ہے تا وہ ان کو ابال لے، ابالنے سے پانی کا قوام رقیق پتلا ہو جائے گا اس کے کثیف اجزاء نیچے بیٹھ جائے گا، جراثیم مر جائے گا، اس کو چھان کر استعمال کریں، نہری پانی پی کر فوراً کنوئیں کا پانی نہ پئیں، یا کنوئیں کا پانی پی کر فوراً نہر کا پانی نہ پئیں، ایسے ہی ایک علاقہ کا پانی پی کر فوراً دوسرے علاقہ کا نہ پئیں، جب تک کہ پہلا پیا ہوا پانی ہضم نہ ہو گیا ہو دوسرا نہ پئیں، اگر کسی مریض کے معدے کی حرارت کمزور ہو یا اسکی طحال متورم ہو یا یرقان ہو یا استسقاء ہو یا دست رہے ہیں یا ناسور ہے، تو اس کو ٹھنڈا پانی نقصان دہ ہے، نہار منہ صبح کو ٹھنڈا پانی پینے سے جسم کمزور دبلا لاغر ہو جاتا ہے، اس کے معدے کی حرارت ختم ہو جاتی ہے۔

کھانا کھانے کے بعد ٹھنڈا پانی پینا جسم کو موٹا تندرست کرتا ہے، اور بلغم کو زیادہ کرتا ہے، کھانے کے بعد پانی پینے سے جسم ذہن تندرست توانا رہتے ہیں، اور کھانے کے ہضم میں تقویت رہتی ہے اور مدد ملتی ہے۔ (فردوس الحکمت)

☆☆☆

ذائقوں کا علم

ذائقوں کی چھ قسمیں ہیں

(1) میٹھا، (2) کھٹا، (3) نمکین، (4) کڑوا، (5) تیز چرپرا، (6) قابض۔

جسم کے لئے تمام ذائقوں میں سب سے بہتر مفید ذائقہ میٹھا ہے۔ جسمانی قوت اور ذہنی قوت کا قیام، قد و قامت کی بلندی اور حسن و جمال وغیرہ صلاحیتوں کا انحصار و دار و مدار حرارت معدے کی قوت پر ہے، معدے کو حرارت غذا اور مشروبات سے حاصل ہوتی ہے، غذا کی قلت اور کثرت معدے کی حرارت کو ختم کر دیتی ہے، آپ نے یقیناً مشاہدہ کیا ہوگا، اگر معمولی سی کمزور آگ پر موٹی بھاری لکڑی رکھ دیں، تو وہ آگ کو بجھا دے گی، لکڑی نہ رکھیں تب بھی آگ بجھ جائے گی، بالکل اسی طرح اگر معدے کی حرارت کمزور ہے، اور کھانا زیادہ مقدار میں کھالیں تو معدے کی قلیل حرارت بھی بجھ جائے گی کھانا ہضم نہ ہوگا۔

ان وسائل کو سمجھنے کے لئے سات چیزوں کا جاننا ضروری ہے۔ (1) غذا کے ثقیل و خفیف ہلکے بھاری کا علم جیسے ہلکی غذا، سرخ چاول جو ساٹھ رات میں پختہ

ہوئے ہوں، زرد ماش، چل پھر کر چرنے والے جانوروں کا گوشت، بارش کا آسمانی پانی۔

(2) ثقیل بھاری غذا، دودھ، گنا، سیاہ ماش، اور اس بات کا علم دو قسم کے کھانوں یا مشروب کو ملانے سے جسم میں کسی قسم کا نفع یا نقصان پیدا ہوگا، ایک کو دوسرے میں ملانے سے مختلف رنگ، خوشبو، ذائقے پیدا ہوتے ہیں، ان سے نفع یا نقصان حاصل ہوتا ہے۔

(3) کھانا پکانے کا علم بھی ضروری ہے، کہ اس کو پکایا جائے یا بھونا جائے۔

(4) غذا کی مقدار کا علم بھی ضروری ہے، جس کو معدہ اچھی طرح ہضم کرلے گا۔

(5) اس کا علم بھی ضروری ہے کہ کونسی غذا کس جگہ کے رہنے والوں کے موافق ہے یا مخالف ہے، اکثر ایسا ہوتا ہے ایک غذا ایک علاقے والوں کو موافق مفید ہے دوسرے علاقے والوں کو وہی غذا مضر نقصان دہ ہے۔

(6) یہ علم بھی ضروری ہے کہ کسی مریض میں کونسی خلط کا غلبہ ہے، کونسی غذا اس کو مفید یا مضر ہے۔

(7) اس کا علم بھی ضروری ہے، کہ اس کو کونسا موسم موافق و مفید ہے یا ناموافق اور مضر ہے۔ (فردوس الحکمت)

☆☆☆

کھانے کا طریقہ

کھانا کھانے کا جب ارادہ کرو تو پہلے والدین ، رشتہ دار، پڑوسی، مہمان، غریب سائل، پالتو چوپائے، چڑیوں کو کھلاؤ، پھر ہاتھ منہ دھوکر صاف ستھرے ہو کسی صاف جگہ بیٹھ کر کھانے کی ابتداء رطب، چکنی، ستھری غذا سے کریں، اس کے بعد نمکین چیز کھائیں، پھر کوئی پھل کھائیں، غیر مصدقہ غیر شناخت شدہ یا کسی نقصان کا اندیشہ ہے اس کو نہ کھاؤ، چلتے پھرتے نہ کھاؤ، دھوپ میں بیٹھ کر نہ کھاؤ، اندھیرے میں نہ کھاؤ، انجانے درخت کے نیچے بیٹھ کر نہ کھاؤ، صدقے کا کھانا نہ کھاؤ، کھائے ہوئے کھانے کے مخالف وضد کے کھانے کو نہ کھاؤ، متضاد قسم کے کھانے بیک وقت نہ کھاؤ، بہت زیادہ جلدی یا دیر سے نہ کھاؤ، دیر میں کھانے کا یہ نقصان ہے کہ آدمی کھانا زیادہ کھا جاتا ہے دوسرے معدے کی حرارت بجھ جاتی ہے، بھوک ختم ہو جاتی ہے، اور کھانے کا پہلا حصہ آخری حصہ کے ہضم سے پہلے ہضم ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ کھانا کھانے کے درمیان زیادہ ہنسنا اور زیادہ باتیں کرنا اور زیادہ فکر و تردد کرنا، غذا کی چکنائی کو ختم کر دیتا ہے، جس کی وجہ سے جسم میں سستی آتی ہیں۔

کھانے کو ہضم کرنے کی مددگار و معاون چیزں ہیں:۔ کھانا کھانے کے بعد سو قدم چہل قدمی کریں، خلال کریں، پان چبائیں۔

یہ چیزیں نقصان دہ ہیں:۔ بائیں پہلو پر ٹیک لگا کر لیٹنا، کھانے کے بعد غسل کرنا، گھوڑے پر سوار ہونا، بھنے چنے کھانے کے بعد کھانا۔

بہترین غذا:۔ چکنی، ہلکی گرم ہوتی ہے، چکنائی جسم کو گرم، حواس کو قوت، ذہن کو تیز کرتی ہے، ہلکی غذا جلد ہضم ہو جاتی ہے، گرم غذا معدے کی حرارت کو زیادہ تیز کر دیتی ہے۔ (فردوس الحکمت)

☆☆☆

سب سے بہتر دودھ

گائے کا دودھ سب دودھوں کا سردار اور سب سے افضل ہے، یہ قوت کی حفاظت کرتا ہے، اس کو پینے والا دیر میں بوڑھا ہوتا ہے، گائے کا دودھ سل، دمہ، نقرس، پرانے بخار کو فائدہ مند ہے، بھینس کا دودھ بارد مزاج کا ہوتا ہے، اس کے فوائد گائے کے دودھ جیسے ہیں، خصوصاً کم خوابی اور معدے کی گرمی دور کرنے کے لئے بہت مفید ہے، بکری کا دودھ سل، پرانے بخار، دست روکنے کے لئے فائدہ مند ہے، بکری کا دودھ اس لئے مفید ہے کہ بکری ہر وقت چلتی پھرتی رہتی ہے اور کڑوی چیزیں کم کھاتی ہے، پانی بھی کم پیتی ہے۔

اونٹنی کے دودھ میں حرارت نمکینیت اور ہلکا ہوتا ہے، بواسیر، استسقاء، دبیلہ کو مفید ہے، بھوک اور قوت باہ کو زیادہ کرتا ہے۔

بھیڑ کے دودھ میں فوائد سب سے کم ہیں، یہ گرم مزاج کا ہوتا ہے، جسم کے لئے موافق نہیں ہوتا، ریاحی درد کو تسکین دیتا ہے، ہچکی، مرہ صفراء بلغم پیدا کرتا ہے، ہتھنی کا دودھ بدن کو قوت اور ریاحی درد کو سکون دیتا ہے، ہر کھر والے چوپائے کا دودھ ہلکا، ترش، نمکین ہوتا ہے، ریاحی درد کو تسکین دیتا ہے، دودھ پینے کا صحیح اور بہتر وقت یہ ہے

کہ دودھ کو نکالتے ہی گرم گرم پئیں اس کو ٹھنڈا نہ ہونے دیں، ٹھنڈا ہو کر ثقیل ہوتا ہے اور بلغم پیدا کرتا ہے، مگر ریاحی درد کو تسکین دیتا ہے، اگر اس کو تیز آگ پر اچھی طرح ابال دیا جائے تو غلیظ، ثقیل ہو جاتا ہے، جسم کو مرطوب کر دیتا ہے۔ گھر کے پالے ہوئے جانور جو بھوسا اور کھل کھاتے ہیں ان کا چلنا پھرنا جسمانی حرکت بہت کم ہوتی ہے تو ان کا دودھ ہلکا قدرے یابس ہوتا ہے، اس کے پینے سے جسم میں زیادہ رطوبت پیدا نہیں ہوتی، کھٹا دہی کھانے سے معدے کی حرارت تیز ہوتی ہے، کھٹا دہی ریاح، بلغم، دست روکنے کو مفید ہے، تازہ مکھن، بارد، قابض ہوتا ہے، جسم میں قوت اور باہ کو زیادہ کرتا ہے، رنگ نکھارتا اور چکر، سل لقوے کو مفید ہے، پرانا گھی عقل اور قوت باہ کو زیادہ کرتا ہے، زندگی کا محافظ، بچوں اور بے اولادوں کو مفید ہے، جراحت، پرانے زخم، طاعون کے مریض کو مفید ہے، کیڑوں کے کاٹے کو مفید ہے، بڑھاپا آنے کو روکتا ہے، دیر سے آتا ہے، اس کے بہت زیادہ فائدے ہیں۔ (فردوس الحکمت)

☆☆☆

موسم کا اثر انسانی صحت پر

صحت کے قیام کے لئے سردی کے موسم میں سخت سردی گرمی کے موسم میں سخت گرمی ہونا ضروری ہے، اور موسم ربیع ٹھنڈ اور شبنم کے اعتبار سے معتدل ہونا چاہئے اور موسم خریف خشکی کے لحاظ سے معتدل ہونا چاہیے، اگر موسم اس کے خلاف ہوں گے تو بیماریاں پیدا ہوتی ہیں۔

اطباء ہند نے سال کو مختلف موسموں پر تقسیم کیا ہے، پہلا موسم ربیع کا ہے، یہ برج حمک اور حمل کا دور ہے۔(2) گرما کا موسم یہ برج ثور، جوزا کا دور ہے۔(3) قیظ سخت گرمی کا موسم یہ برج سرطان، اسد کا دور ہے۔(4) خریف کا موسم برج سنبلہ، میزان کا دور ہے۔(5) دسمی بہار کا موسم برج عقرب، قوس کا دور ہے۔(6) شتا سردی کا موسم برج جدی، دلو کا دور ہے۔

ثلث اول کا تعلق رات دن کے اوقات میں بلغم سے ہے، ثلث ثانی کا تعلق مرہ صفراء سے اور ثلث یالث کا تعلق ریح سے ہے، میں نے دیکھا اطباء ہند نے سنبلہ اور میران کے اوقات کے متعلق گفتگو کی ہے، ان ایام میں ان کے نزدیک حرارت کا غلبہ ہوتا ہے، مگر برودت کی آمد کی وجہ سے بلغم بھی پیدا ہوتا ہے، اس زمانے کا انہوں نے

جو ذکر کیا ہے، ہمارے نزدیک یہ گرمی کا آخر اور خریف کے زمانے کی ابتداء ہے، ان اطباء کی رائے میں اس موسم کے اندر روغن بیدا نجیر (کاسٹر یل) پی کر پیٹ کی صفائی کرنی چاہیے اور ہلکی غذا چاول، ماش، جنگلی چوپایوں کا گوشت مفید ہے، جسم پر صندل، کافور کے محلول کی مالش کریں، بڑی الائچی، آملہ، دانا انار کے سوا اور ہر قسم کی کھٹی چیزوں کے استعمال سے پرہیز کریں۔ دوسرا زمانہ برج عقرب، قوس کا ہے، ہمارے نزدیک یہ زمانہ خریف کا ہے، اطباء ہند کے نزدیک اس میں بلغم کا غلبہ ہوتا ہے، اس میں سردی شدید ہوتی ہے، ریح اس کی مدد کرتی ہے تو اس موسم میں خالص شراب پینی اور ورزش کرنی چاہئے، اپنے آپ کو مشک، زعفران، اور گرم خوشبو سے معطر رکھنا چاہیے مرغن غذا کھانی، گرم پانی سے وضو اور ہاتھ دھونا چاہیے۔

تیسرا زمانہ برج جدی اور دلو کا ہے، ہمارے ملک میں یہ موسم مکمل سردی کا ہے۔ اطباء ہند کا قول ہے، اس دور میں ریح کا غلبہ ہوتا ہے، بلغم اس کا معاون ہوتا ہے، مرہ صفراء، شدتِ برودت کی وجہ سے پرسکون حالت میں ہوتا ہے، اس زمانے میں ہر گرم چیز کو استعمال کریں جن کا ذکر ہم نے پہلے باب میں کیا ہے، بلکہ شدید سردی کی وجہ سے گرم اشیاء کے استعمال میں اضافہ کرنا چاہیے، چوتھا زمانہ برج حمک اور حمل کا ہے، ہمارے ملک میں یہ موسم سرما کا آخری زمانہ ہے، اس کے بعد موسم ربیع کی ابتداء ہوتی ہے، مجھ کو علم نہیں اطباء ہند نے یہ بات کیسے کہہ دی کہ اس زمانے میں قے لانے والی دوائیں۔ سعوط حارہ (ناک میں ڈالنے والی گرم دوائیں) اور غرغرہ استعمال کرنا چاہیے، اس موسم میں بلغم کا غلبہ ہوتا ہے، تو بلغم کو پگھلانے والی دوائی استعمال کرنی چاہیے، مرہ صفراء اس کا معاون ہوتا ہے، ریح اس موسم میں ساکن ہوتی ہے، اس موسم میں غذا کے اندر گرم چیزیں کھانی چاہئیں، ورزش کرنی اور حمام میں جانا چاہیے اور گرم خوشبو لگائیں، ہلیلہ اور تیز چیزیں کھائیں، انگور کی ایسی نبیذ جو گرم

دواؤں کی آمیزش سے تیار کی گئی ہو کو استعمال کریں، جو نبیذ نہ پی سکے وہ آبِ زنجبیل اور دار فلفل کو شہد میں ملا کر استعمال کریں، اور ہر کھٹی، میٹھی نمکین چیز سے پرہیز کریں۔

پانچواں زمانہ برج ثور، جوزا کا ہے، اس زمانے میں مرہ صفرا کا غلبہ ہوتا ہے، ریح اس کی معاون ہوتی ہے، بلغم اور رطوبت اس زمانے میں جسم اور ہر چیز میں کم ہوتی ہے، بدن کی قوت اور معدے کی حرارت کمزور ہوتی ہے، تو اس موسم میں میٹھی، ہلکی چکنی چیزوں سے پرہیز کریں، غسل ٹھنڈے پانی سے کریں، ٹھنڈی جگہ بیٹھیں آرام کریں، نبیذ بھی نہ پئیں، خالص شراب بھی نہ استعمال کریں، اس میں پانی ملا کر اس کی تیزی کو کم کر کے پئیں، اگر ایسا نہ کیا تو اس سے عروق رگوں میں خشکی پیدا ہو جائے گی، اس کا جسم جلنے لگے گا، اس زمانہ میں گل نیلوفر سے کپڑوں کو معطر کر کے استعمال کریں، اور جماع بھی کم کریں۔

چھٹا زمانہ برج سرطان اور اسد کا ہے، اس زمانہ میں ریح غالب ہوتی ہے، مرہ صفراء کی آمیزش ہوتی ہے اور رطوبت کم ہوتی ہے، تو جسم کمزور ہوتا ہے معدے میں حرارت بھی کم ہو جاتی ہے، اس زمانہ میں زمانہ اول کی احتیاط اختیار کریں بلکہ مزید اضافہ کریں، گھر کے نزدیک ٹھنڈے پانی کے حوض بھر کر رکھیں، اپنے قیام کے لئے ایسی جھونپڑی تیار کرائیں جس پر پانی کا چھڑکاؤ کراتے رہیں، عرق گلاب اور ٹھنڈی خوشبو سے اس کو معطر رکھیں جماع سے پرہیز کریں۔

ہر زمانہ آنے والے زمانہ سے متصل ملا ہوا ہوتا ہے، جب کسی موسم کے آخری سات دن باقی ہوں تو اگلے آنے والے موسم کے اعتبار سے کھانا وغیرہ کھانا چاہیے، تاکہ جسم اگلے آنے والے موسم کے لئے تیار ہو جائے۔ (فردوس الحکمت)

☆☆☆

اطباء ہند کے اقوال

عقلمند اپنے اندر ایسے اوصاف پیدا کرے جو دین و دنیا میں کامیابی کا باعث ہوتے ہیں، عقلمند کو عورت پر بھروسہ اعتماد نہیں کرنا چاہیے، نہ عورت کو کاروباری راز یا دولت کا مالک کرنا چاہیے، نہ اس شخص کے ساتھ رہنا چاہیے جو اس کے طریق زندگی اور مذہب کو ناپسند کرتا ہو، عقلمند کو فاسق فاجر فحش کردار لوگوں کے گھر نہیں جانا چاہیے نہ ان سے دوستی رکھنی چاہیے بادشاہ کے مصاحب امراء کے ساتھ تعلق نہ رکھے، محفل میں بیٹھ کر پاؤں نہ پھیلائے آداب محفل کا خیال رکھے، دورانِ گفتگو چہرے مہرے سے مذاق اور تمسخر کا اظہار نہ کرے، ڈر اور خوف کی جگہ نہ جائے، جس جگہ یہ چار چیزیں نہ ہوں وہاں سکونت نہ کرے۔ (۱) عادل بادشاہ یا حاکم نہ ہو (۲) ماہر طبیب (۳) بہتا ہوا پانی (۴) دوائیں اور ضروریات زندگی فراہم نہ ہوں، ایسی جگہ رہنے کے قابل نہیں، جس کو کسی دشمن بادشاہ نے روند ڈالا ہو، یا جس علاقہ میں بیماری کثرت سے ہوتی ہے، اور اس جگہ پھل پیدا نہیں ہوتے ہیں، طلوع آفتاب کے وقت نہ کھانا کھائے نہ سوئے نہ جماع کرے بلکہ عبادت میں مشغول رہے، شبنم (اوس) مین سونے سے بیماری پیدا ہوتی ہے، رات کے اندھیرے میں چراغ روشنی دینے والی کوئی چیز، ڈنڈا، عمامہ اور قابل اعتماد کوئی دوست کے بغیر سفر نہ کرے، عبادت خانہ کے اندر نہ تھوکیں، اڑیل جانور پر سواری نہ کریں، چوراہوں کے بیچ مین نہ بیٹھیں، کتاب پر بہت زیادہ دیر تک نظر نہ جمائیں، اس سے حواس، ذہن پر برا اثر پڑتا ہے، بیٹھنے میں

والدین، رشتہ دار، بزرگوں، علماؤں اور دیندار لوگوں کا احترام ملحوظ خاطر رہے، جن پتھروں سے سحر یا زہر کے اثر ختم ہوتے ہیں یا عمدہ کارآمد مفید وائیں مجرب تعویذ کو کبھی اپنے سے دور نہ کریں، نہ معلوم کس وقت ان کی ضرورت پڑ جائے، لباس حقیر میلا گندا یا بھڑکیلا شوخ نہ پہنے، عقلمند کو حلیم، باوقار، نرم دل، سخی ہونا چاہیے، برائیوں سے دور رہے، دین مذہب کو روزی کے حصول کا ذریعہ نہ بنائے اپنے راز کو قابل اعتماد دوست کے سوا کسی پر ظاہر نہ کرے، کثرت سے لوگوں کی شکایت کرنے سے دشمن خوش دوست ناراض ہو جاتے ہیں۔

اصل گناہ دس ہیں۔ تین گناہوں کا ارتکاب ہاتھ زبان، دل سے کیا جاتا ہے، ہاتھ سے ہونے والے گناہ قتل، چوری وغیرہ ہیں زبان سے ہونے والے گناہ چغلی، جھوٹ، استہزا، تمسخر، تذلیل، گالی جھوٹی گواہی وغیرہ ہیں۔ دل سے صادر ہونے والے گناہ، اللہ تعالیٰ کے متعلق غلط سوچنا، حسد، کینہ، غلط تفکرات ہیں، ان عادات خبیثہ سے پرہیز خود بھی کرو اپنے اہل وعیال کو بھی کراؤ، سائل سوالی کو خالی واپس نہ کر چاہے ایک کھجور ہی دو یا روٹی کا ایک ٹکڑا ہی دو، مصیبت زدہ کو نقصان نہ پہنچاؤ، کسی کو گالی مت دو، خدا سے ہمیشہ پناہ مانگو، علم یا قوت و دولت کی وجہ سے فخر نہ کرو، فراخی کشادگی کے زمانے میں فخر غرور نہ کرو نہ کسی پر اپنی بڑائی جتاؤ، فخر عظمت کبریائی صرف اللہ کی شایان شان ہے، اگر کسی کے پاس دین و دنیا کی عظمت دیکھو تو اس کے سبب کو معلوم کر کے اس کا سوال اللہ سے کرو، بولنے کی ضرورت ہو تو بولو ورنہ خاموش رہو اپنے جسم و زبان پر اپنی طاقت سے زیادہ بار نہ ڈالو، تین چیزیں حاصل کرنے کیلئے جد وجہد کرو باقی کو چھوڑ دو۔ (1) آخرت کے لئے زادراہ (2) معاش کا حصول بغیر گناہ جائز طریقہ سے پیدا کرو (3) غیر محرم سے گناہ کے بغیر تعلق رکھو۔ دنیا کے مال و دولت پر فخر نہ کرو اگر کچھ دنیاوی نقصان ہو جائے تو افسوس نہ کرو۔ (فردوس الحکمت) ☆☆☆

امراض کے اسباب

اطباء ہند سے سنا ہے، جہالت، کینہ، حسد، جملہ امراض کی بنیاد ہیں، اور ان سے کوئی ذی روح خالی نہیں ہے یہ برائی انسان کے اندر اس طرح ہیں جیسے روغن کنجد دانہ کنجد میں یا خوشبو گلاب کے پھول میں موجود ہے۔

دوسری قسم امراض کی یہ ہے جو ریح، جسمانی، عرضی، اخلاط ثلاثہ کے فساد سے پیدا ہوتے ہیں ان کی پیدائش کے اسباب اور علاج کا علم صرف اللہ تعالیٰ کو ہے۔

کتاب ندان میں ہے، امراض کے نو اسباب ہیں (1) سبب وراثت جو موروثی طور پر ورثہ میں آتے ہیں، جیسے جذام، بواسیر وغیرہ (2) خلقت، بچہ مریض ہی پیدا ہوا ہے، کوئی عضو کم یا زیادہ ہے۔ (3) اخلاق میں خرابی ہونا (4) ذہنی امراض جیسے غم، غصہ، عشق، وغیرہ (5) موسم کی شدید سردی یا گرمی سے مریض ہونا (6) تھکن، سختی، خوف و ہراس کی وجہ سے (7) آسمانی امراض جیسے چیچک، طاعون وغیرہ (8) حتمی، قطعی امراض جیسے بڑھاپا، موت وغیرہ (9) عرضی باہر سے لگنے والے جیسے جن، شیاطین، جادو کے اثرات، چوٹ لگنا، جلنا وغیرہ۔

موت دو قسم کی ہوتی ہے۔ (1) حتمی، قطعی، اس موت سے بچنے کے لئے ہر مہلک و مضر چیز سے پرہیز اگر ان مہلک چیزوں سے پرہیز نہ کیا تو موت ایسے آئے گی جس کا وہم و گمان بھی نہ ہوگا۔ (2) عرضی ہے جو بیرونی سبب سے ہو جاتی ہے، پتھر، تلوار، نیزہ، گولی لگ جانا وغیرہ۔

کتاب چرک میں بھی اسی طرح لکھا ہے، اور مزید یہ بھی لکھا ہے کچھ امراض زہریلے پودوں کی ہوا سے ہو جاتے ہیں، کچھ امراض جرائم اور گناہ سے ہوتے ہین، اگر اس سبب سے مرض ہو تو توبہ کرنی چاہیے، اور پسندیدہ قیمتی چیزیں مال اور جواہرات کو خفیہ طریقہ سے خیرات کریں، نیک بزرگ حضرت سے دعا کروائیں، اکثر امراض بسیار خوری یا کم کھانے یا بے وقت کھانے یا بغیر بھوک کے کھانے کی وجہ سے پیدا ہوتے ہیں، یا غذا میں ملاوٹ، ناقص چیز کی آمیزش اور غیر موزوں چیز کے کھانے پینے سے بھی مرض پیدا ہو جاتا ہے، اگر غذا، شراب، پانی وغیرہ ایسا استعمال کیا جائے جس کا مزاج فاسد ہو گیا ہے تو اس سے بھی امراض پیدا ہو جاتے ہیں، اگر کوئی ایسی چیز کھالے جس کے کھانے کا وہ عادی نہیں یا اس چیز کو کھانا چھوڑ دے جس کے کھانے کا وہ عادی ہے تو وہ بھی بیمار ہو جائے گا، آرام وراحت یا ورزش اور محنت ترک کر دے تب بھی مریض ہو سکتا ہے، یا ایسی دوا کھالے پی لے جس کا وہ عادی نہیں ہے، یا ایسی دوا استعمال کر لے جس کے اثرات میں زہر کے خواص سے مشابہت ہے، تب بھی امراض پیدا ہو سکتے ہیں، تیز آندھی سے شام کے وقت دوچار ہونا یا کثرت سے دست آور دواؤں کا وقت بے وقت استعمال کرنے سے امراض پیدا ہو سکتے ہیں، بعض امراض گذشتہ غلط کاری کی وجہ سے ہوتے ہیں، وہ خود اس نے کی ہے یا اس کے آباؤاجداد نے کی ہے۔

بچہ کی پیدائش اگر وقت اور دشواری سے ہوئی ہے تو یہ پیدائش بھی مرض کا سبب بن سکتی ہے، اسی طرح اگر زمانہ حمل میں عورت کو اس کی پسندیدہ چیز نہ ملے یا کسی ایسی چیز پر حسد کرے جو اس کو میسر نہ ہو تو وہ عورت اگر ان میں سے کسی سبب کی وجہ سے درد اور تکلیف میں مبتلا ہو جائے یا والدین سوئے مزاج کے حامل ہیں تو یہ اسباب بھی پیدائش امراض کا سبب بن جاتے ہیں۔ (فردوس الحکمت)

☆☆☆

امراض کے اقسام

امراض چار قسم کے ہوتے ہیں:۔(۱) بعض امراض دوا کے اثر کو فوراً قبول کر لیتے ہیں اور مریض جلد صحت یاب ہو جاتا ہے۔(۲) کچھ امراض کا علاج مشکل ہوتا ہے، وہ دوا کے اثر کو دیر میں قبول کرتے ہیں اور مریض دیر سے صحت یاب ہوتا ہے۔(۳) بعض امراض دوا کے اثر کو قبول کرتے ہیں، لیکن علاج سے کم یا زیادہ نہیں ہوتے، ایک حالت پر قائم رہتے ہیں۔(۴) کچھ امراض لا علاج ہوتے ہیں، جن سے نجات کی امید اللہ تعالیٰ کی مشیت کے بغیر ناممکن ہوتی ہے، جو مرض علاج کو جلد قبول کر لیتے ہیں، ان سے مریض کے صحت کی جلد امید ہوتی ہے۔

اسباب یہ ہیں:۔مریض معالج کا مطیع وفرماں بردار ہو، نوعمر نوجوان ہو، زیادہ کھانے والا نہ ہو، نہ مرض حاد و مزمن ہو، مریض کی خلط اس علاقے اور موسم کے مطابق نہ ہو تو جلد صحت یاب ہو جائے گا، اگر خلط اور مرض کا سبب موسم کے مطابق ہوگا تو مرض تا دیر قائم رہے گا۔علاج کو بھی دیر سے قبول کرے گا۔

جن امراض کا علاج مشکل ہوتا ہے، مری دیر سے صحت پاتا ہے، ان امراض میں مریض مذکورہ بالا حالات کیخلاف ہوتا ہے، یا یہ ایسے امراض ہیں جن کا قطع آپریشن یا کئی داغنے کی ضرورت ہوتی ہے۔

وہ امراض جن سے صحت اللہ کی مشیت پر ہے، یا موت کی علامات ظاہر ہیں، اس مریض کا علاج بھی نہ کریں جو طریقہ علاج کا مخالف ہے یا وہ زندگی سے مایوس ہوگیا ہے، ایسے ہی اس عابد وزاہد کا علاج نہ کریں، جو حکیم کی ہدایت کے خلاف آرام اور پرہیز پر عبادت میں مشغول رہے آرام نہ کرے پرہیز نہ کرے۔ (فردوس الحکمت)

☆☆☆

نسیان مستقل بیماری نہیں

آنکھوں سے جب دیکھی اشیاء پوشیدہ ہو جائیں پھر ان کی صورت نظر آئے حفظ شدہ اشیاء بھول جائیں، تفکر و تدبر میں نقص آجائے اسکا نام نسیاں رکھا جاتا ہے۔

اسباب:۔ اس کا بڑا سبب مجھے تو آج کل عیش و عشرت کی زندگی محسوس ہوتی ہے، منشیات کا استعمال، دائمی وزکام، دن کو سونا، کمزوری دماغ، تبخیر پیدا کرنے والی اشیاء کا استعمال۔

علامات:۔ بتانے کی چنداں ضرورت نہیں مریض دیکھی سنی باتیں بھول جاتا ہے سنی ہوئی باتیں اور دیکھی ہوئی صورتیں سوچنے اور فکر کرنے سے بھی یاد نہیں آتیں، ایسا مریض اپنے خواب بھی بھول جایا کرتا ہے اگر دماغ بھی کمزور ہو تو تھوڑا پڑھنے لکھنے سے سر کو دھیما دھیما درد بھی ہونے لگتا ہے۔

نوٹ:۔ نسیان کوئی مستقل بیماری نہیں ہے، بلکہ یہ قوائے دماغی کی کمزوری کی ایک علامت ہے، اس لئے دماغی کمزوری کو دور کرنے کی کوشش کرنی چاہیے۔

معدہ کی خرابی اس کے لئے بہت مضر ہے، نیند سے جاگنے کے بعد فوراً پانی پی لینا بھی مضر بڑتا ہے۔

علاج:۔ اصل سبب کا جب تک ازالہ نہ کیا جائے قوت حفظ کا واپس آنا نہایت دشوار ہے۔

☆☆☆

اکسیر دماغ

کشتہ چاندی ایک دس گرام، جو ہر ترپھلہ 40 گرام، کشتہ مرجان 40 گرام، تمام ادویات کو کھرل میں اکٹھا کر کے ملالیں تیار ہے۔

خوراک:۔ ایک گرام سے دو گرام تک ہمراہ خمیرہ گاؤ زبان سادہ چھ گرام صرف دن میں ایک دفعہ۔

یہ وہ دوا ہے جو ارسطو کا سا دماغ پیدا کر کے انسانی ڈھانچے کے اندر انقلاب بپا کر دے، یہ دوا اعضائے رئیس وشریف کو طاقت دیتی ہے مجربات دماغ کی تھکاوٹ کو دور کرتی ہے، یہ دوا ان لوگوں کے لئے مفید ہے جن کو دماغ جواب دے چکا جنہیں اپنی دیکھی سنی اور پڑھی ہوئی باتیں بھول چکی ہوں ادھر بات کرتے ہوں ادھر بھول جاتے ہوں ادھر کسی کام کے ارادے سے نکلے ہوں ادھر دماغ پر زور دے رہے ہوں کہ میں کس کام کے لئے گھر سے آیا تھا۔

”دماغ کی کمزوری کثرت مطالعہ کثرت غور وفکر، کثرت ہموم وغموم کرب و اضطراب سے جریان واحتلام اور جوانی کی غلط کاریوں سے ہوگئی ہو تو نیا دماغ بنانے کی لئے اس کو استعمال کریں، یہ قیمتی مرکب امراض دماغ قلب وجگر معدہ، نزلہ دائمی،

سر درد دائمی، بھوک کی کمی، چہرہ کی زردی، اعصابی کمزوری، نیز مردانہ کمزوری کے لئے بیحد مفید و مجرب ہے"۔

کسی کام پر جی نہ لگنے، گھبرا جانے اکتا جانے اور مغز کی کمزوری کی لئے یہ تریاقی صفت دوا اکسیر کا حکم رکھتی ہے جس میں سرخ رنگ کا بترکیب خاص چاندی کا کشتہ جو مقوی دماغ وارواح ہے شامل کیا گیا ہے، نیز جو ہر ترپھلہ (ہلیلہ، آملہ) دیگر بیش قیمت مفردات جو خاص طور پر دماغ قلب، جگر اور معدہ کو مفید ہیں اس کی ترکیب تیاری میں شامل ہیں۔

☆☆☆

کشتہ چاندی

چاندی خالص کا باریک کاغذ بھر موٹا پترہ دس گرام سنکھیا سفید کانی دس گرام گندھک آملہ ساز سرخ رنگ والی دس گرام۔

سنکھیا کو باریک کھرل کر کے پانی کی مدد سے لیپ بنا کر پترہ چاندی کے دونوں طرف لگا دیں جب خشک ہو جائے تو اس طرح گندھک کا لیپ دونوں طرف کر کے خشک کر لیں، پھر دو پیالیوں میں بند کر کے معمولی حکمت کریں خشک ہونے پر ایک پاؤ اپلوں کی آگ دیں ٹھنڈا ہونے پر نکال لیں نہایت سرخ رنگ کا کشتہ تیار ہوگا، اگر کوئی غلطی رہ گئی تو کشتہ سیاہی مائل تیار ہوگا۔

کشتہ مرجان کی ترکیب گذر چکی ہے وہ شامل نسخہ ہوگا، جو ہر ترپھلہ اور نمک برہمی۔ حسب ضرورت ادویات کو جلا کر راکھ کو پانی میں بھگو کر عام ترکیب سے حاصل کر لیا جاتا ہے جو شامل ترکیب ہوتا ہے۔

☆☆☆

لاجواب سفوف

برہمی بوٹی روغن گاؤمیں بریاں کی ہوئی۔مغزتخم دھنیا،مغزتخم سونف دانہ الا ئچی کلاں،مغز بادام مقشر،مغز کدوشیریں،خشخاس سفید ہرایک 50 گرام،کشتہ مرجان 10 رگرام ورق نقرہ 6 رگرام مصری کوزہ،30 گرام۔

جملہ اجزاء کوکوٹ چھان کر ملالیں اور محفوظ رکھیں خوراک ایک تولہ صبح وشام ہمراہ شیر گاؤجوشیدہ جس میں حسب خواہش میٹھا ڈالا گیا ہو۔

یہ نہایت آسانی سے تیار ہونے والا بہترین سفوف ہے جس کے استعمال سے آہستہ آہستہ دماغ میں پوری طاقت وتوانائی آجاتی ہے قوت حافظہ بڑھ جاتا ہے کمزوری دماغ کے باعث جو جوشکایات سدر،دوار،دردنزلہ،زکام،نسیان وغیرہ اکثر ہوجایا کرتی ہیں،اور ہروقت تکلیف کا باعث بنی رہتی ہیں ان کیلئے یہ بہتر نسخہ ہے۔

غذا:۔ بکری کا گوشت چپاتی کے ہمراہ کھلائیں،خشک چاول،دودھ،مونگ یاارہر کی دال کی کھچڑی،بکری کا بھیجا،خرفہ،پالک کدووغیرہ دینا چاہیے۔

پرہیز:۔ زکام اورنزلہ ساتھ ہوتو ٹھنڈے پانی کے پینے اورٹھنڈے پانی کے غسل سے پرہیز کریں۔سرد ہوا سے بچیں،موسمی پھل سنگترہ،بیر،امرود،ناشپاتی، سیب وغیرہ نہ کھائیں،گرمی کی وجہ سے ہوتو گرم چیزوں سے پرہیز کریں،چائے نہ پئیں،دماغی محنت کم کریں،لہسن،پیاز،ماش کی دال لوبیا اور تبخیر پیدا کرنے والی اشیاء نہ کھائیں،مباشرت سے بچیں،کثرت مطالعہ،کتب بینی اور دماغی محنت کے کاموں سے احتراز کریں۔

نوٹ:۔اس مرض میں دماغ کوسکون دینا ازبس ضروری ہے۔☆☆☆

پاگل پن (مالیخولیا)

پاگل پن اس مرض کا نام ہے جس میں مریض کے خیالات خراب ہو جاتے ہیں اس مریض مین خوف اور بے اعتمادی کا مادہ پیدا ہو جاتا ہے، اس کے مریض کچھ اپنی سابقہ عادات کو بھول جاتے ہیں۔ بیکار اور بیہودہ حرکات شروع کر دیتے ہیں۔ بھلے اور برے کی انہیں تمیز نہیں رہتی۔ کیونکہ وہ عقل جیسی چیز سے بے بہرہ ہو جاتے ہیں، گویا کہ وہ انسانیت کے شرف کو کھو بیٹھتے ہیں، ایسے ہی لوگ پاگل یا مالیخولیا کا مریض کہلاتے ہیں۔

جنون بھی مالیخولیا کی ہی ایک قسم ہے جس میں مریض کے خیالات کافی خراب ہو جاتے ہیں طبیعت میں جوش اور شورش ہوتی ہے، دوسرے لوگوں کو غصہ میں آ کر مارنا، کودنا، پھاندنا، ناشدنی حرکات کا مرتکب ہونا۔

علاوہ بریں پاگل بن کی کئی ایک اقسام ہیں، حتی کہ اطباء نے عشق چاہے کسی چیز کا ہو اور بڑے بڑے پھنے خاں ایسا عمل کرنے والوں کو جن کے وہ اہل نہیں ہوتے اسی زمرہ میں گنا ہے، ماۃ کذبۃ والی ٹولی اور انبیائے باطلہ کا بھی انہیں میں شمار ہوتا ہے۔

اسباب:۔اس مرض کے بہت زیادہ ہیں خصوصاً سوادیت کا غلبہ افراط راغبہ غم، ایام کا بند ہو جانا، کثرت جماع، تنگ و تاریک مقامات میں رہنا کسی ایک خلط کا غیر طبعی حالت میں ہو کر متخیل بسودا ہو جانا۔

علامات:۔مریض کے افکار میں انقلاب آجاتا ہے۔دماغی توازن کھو بیٹھتا ہے۔وہمی ہو جاتا ہے، چہرہ پر زردی یا سیاہی غالب آجاتی ہے آنکھیں گدلی اور بے رونق ہو جاتی ہیں؛ حیران و پریشان رہتا ہے منہ پر ہوائیاں آڑتی ہیں۔

1۔خون میں احتراق ہونے کی وجہ سے اگر یہ مرض پیدا ہوا ہے تو مریض حیرانی کے ساتھ شاداں وفرحاں رہتا ہے۔

2۔اگر صفراء کے احتراق سے یہ مرض پیدا ہوا ہے تو مریض بدخلق بدحواس اور غضبناک رہتا ہے بکواس ہر وقت کرتا ہے اسے نیند نہیں آتی۔

3۔احتراق بلغم سے اگر یہ عارضہ ہوا ہے تو مریض کسلمند سست اور ایک ہی جگہ پالتی مار کر بیٹھنا پسند کرتا ہے۔

4۔احتراق سودا والا ہمیشہ خائف رہتا ہے اس پر ہمیشہ افکار کا ہجوم ہرتا ہے بعض اوقات روتا اور گڑگڑاتا ہے۔

علاج:۔اس مرض کا علاج ابتدا میں آسان ہے بعد میں مشکل ہی نہیں مشکل ترین ہے۔اصل سبب کو معلوم کرنے کے بعد، ترطیب دماغ اور رفع بیخوابی کی طرف خاص توجہ کرنی چاہیے۔ماءالجبن پاگل پن کی تمام اقسام میں مفید پڑتا ہے اس کو کبھی بھی نہ بھولنا چاہیے۔

☆☆☆

ماء الجبن

بکری جوان یکرنگ وسرخ ہوتو بہتر ہے) تندرست بے عیب جس نے دو بچوں سے زیادہ نہ جنا ہو 40 روز سے کم اور چار ماہ سے زیادہ عمر کا بچہ نہ رکھتی ہو۔ چند روز اسے ہری مکو یا ہرا شاہترہ، سبز دھنیا، سبز کاسنی یا خرفہ یا دیگر ٹھنڈی ترکاریوں کے پتے کھلائے جارہے ہوں اور کھلائے جاتے رہیں پس ایسی بکری کا تازہ دودھ دوھ کر قلعی دار دیگچی میں ڈال کر نرم اور ہلکی آنچ پر تین جوش دیں پورے جوش آتے وقت سرکہ انگوری خالص یا عرق لیموں کاغذی 10 رگرام ڈالیں اور انجیر کی تازہ لکڑی لے کر اس کے سرے کو ذرا کوٹ کر مسواک نما بنالیں اس سے دودھ کو چلاتے رہیں جب وہ پھٹ جائے تو چولہے پر سے اتار کر تین تہہ کی صافی سے چھان لیں اب یہ صاف ماء الجبن 70 رگرام اور شربت عناب 20 رگرام یا شربت نیلوفر 20 رگرام ملا کر تین دن تک پلائیں اس کے بعد 10-10 گرام ماء الجبن اور تھوڑا تھوڑا شربت روزانہ بڑھاتے جائیں جب ماء الجبن کی مقدار 400 گرام اور شربت کی مقدار تک پہنچ جائے تو اس طرح 10-10 گرام ماء الجبن اور تھوڑا شربت روزانہ کم کر کے پہلی مقدار پر لے آئیں مالک شفا دے گا۔

☆☆☆

منضج مالیخولیا

یہ نسخہ مریض جنون کو سات یوم پلا کر اس مین ادویات مسہلہ کا اضافہ کر کے آٹھویں دن مسہل دیں جس سے مریض کو کم از کم دس بارہ اسہال ہو جائیں افیتموں دلائیتی 6 گرام، سفائج 5 گرام، برگ گاؤ زبان 5 گرام، گل گاؤزبان 5 گرام، ابریشم مقرض 3 رگرام، عنب الثعلب 5 گرام، تخم خطمی 7 گرام، شاہترہ 6 گرام، تخم کاسنی 7 گرام، گل نیلوفر 6 گرام، عناب دانہ آلو بخارا 7 دانہ اسطوخودوس 5 گرام، یا درنجبویہ 5 گرام، رات کو گرم پانی میں بھگو کر صبح مل چھان کر ترنجبین سے میٹھا کر کے پلائیں۔

جن ادویات کا آٹھویں دن اضافہ کرنا ہے وہ مندرجہ ذیل ہیں۔

ان سے حسب موقعہ انتخاب کرلیا جائے، ترنجبین سنا کی گلسرخ شیر خست، املی، ہلیلہ کابلی وغیرہ

تنقیہ کے تقویت کے لئے خمیرہ صندل ترش 7 گرام میں لاجورد مغول 2 گرام مروارید مسحوقہ ایک چاول رکھ کر کھلا دیا کریں۔

☆☆☆

خمیرہ صندل ترش

بورادہ صندل 90 گرام، بارش کا پانی ایک سیر عرق گلاب، عرق بید خشک ہر ایک نصف سیر، صندل کو پانی اور عرقیات میں آٹھ پہر بھگو رکھیں بعدازاں جوش دیں جب نصف رہ جائے اس وقت ہاتھ سے خوب مل کر باریک کپڑے سے چھان لیں اور ایک سیر کھانڈ کا اس سے قوام بنالیں بعدہ اس میں صندل سفید گھسا ہوا، طباشیر نقرہ ہر واحد 30 گرام مروارید، یشب سبز ہر ایک 4 گرام ان دونوں کو خوب کھرل کرلیں زعفران 4 گرام عرق گلاب میں حل کر کے شامل کریں، کافور اصلی 2 گرام باریک پیس کر بھی شامل ترکیب کرلیا جائے بعدہ ورق نقرہ 5 گرام ورق طلا 2 گرام کو خمیرہ میں ملا دیا جائے۔

اس خمیرے کے استعمال سے دل کی بڑھتی ہوئی حرارت فوراً کم ہو جایا کرتی ہے، دل کی کمزوری وحشت، خفقان اور گھبراہٹ وغیرہ کو دور کرنے کے لئے یہ عجیب شے ہے، صفرا کے بڑھ جانے سے جب دل ودماغ میں ایک تپش سی محسوس ہوتی ہو، معدہ اور امعاء میں سوزش ہو، صفراوی بخار کے لئے یہ ایک نادر دوا ہے۔

☆☆☆

سفوف مالیخولیا وجنون

اس نسخہ کو میں نے دو تین دفعہ بنا کر پاگلوں پر استعمال کر کے مفید پایا ہے یہ ایک بھروسہ کی دوا ہے۔

سفوف مالے خولیا

مغز دھنیا خشک 20 گرام، صندل سفید 6 گرام، طبا شیر نقرہ 6 گرام، گل گاؤ زبان 6 گرام، پوٹاشیم برومائیڈ 9 گرام، مروارید ناسفتہ سائیدہ در روح کیوڑہ ایک گرام، دانہ الائچی خورد 4 گرام، تخم کاہو 6 گرام، زہر مہرہ خطائی سائیدہ 6 گرام، ورق نقرہ 6 گرام، کشتہ مرجان 3 گرام، مصری کوزہ 70 گرام، تمام ادویات کو باریک کوٹ کر سفوف بنالیں بعدہ ورق نقرہ، مروارید، زہر مہرہ اور کشتہ مرجان ملالیں دن میں دو دفعہ مقدار 6 گرام ہمراہ شیر افلتیمونی۔

☆☆☆

عصبی و دماغی امراض

MENTAL DISEASE

دماغ سر کی ہڈیوں کے بیچ میں ایک نرم بھورے رنگ کا لوتھڑا ہے جو کہ عصبی خلیوں کا مرکب ہے، تمام جسم کے ارادی اور غیر ارادی افعال کو کنٹرول کرتا ہے اور نخاع جو کہ ریڑھ کی ہڈی کے اندر ہوتا ہے اس میں سے عصبی ریشوں کا جال نکل کر تمام جسم میں پھیلتا ہے جو ریشے جسم میں رونما ہونے والے حالات بیرونی و اندرونی احساسات کی خبر دماغ کو پہنچاتے ہیں ان کو حسی اعصاب کہتے ہیں اور جو ریشے دماغ کے احکامات پر عمل کراتے ہیں ان کو حرکی اعصاب کہا جاتا ہے۔

پورے نظامِ جسمانی کا کنٹرول دماغ ہی سے کیا جاتا ہے، خاص طور سے دل کے دھڑکنے، سانس کے آمد ورفت اور نظام ہضم و دیگر نظام کو دماغ اپنے کنٹرول میں رکھتا ہے پورے دماغ اور حرام مغز (نخاع) کا وزن 1350 سے 1400 گرام تک ہوتا ہے۔

☆☆☆

سر کا درد HEADACHE

دردسر بذاتِ خود کوئی مرض نہیں ہے مختلف امراض کے تحت دردسر ہوسکتا ہے، دردِسر دو قسم کا ہے، عارضی اور مستقل

عارضی درد کا ایک اہم سبب قبض ہے، اس کے علاوہ ہاضمہ کی خرابی، بخار، نزلہ، زکام، ضعف دماغ، سخت گرمی، سخت سردی، دماغی الجھن وغیرہ ہیں، مستقل دردسر کے اسباب میں نظر کی خرابی، گردہ کا ورم، عورتوں میں ایام کی خرابی، گٹھیا، نقرس، ملیریا کا اثر، ناک کے اندرورم وغیرہ ہیں مریض سے پورے حالات معلوم کریں اصل مرض کا علاج کریں۔

علاج:۔ پیراسیٹامول، مائکروپائی رین، ڈسپرن، اناجین، نوانحسین عارضی طور پر درد کو دفع کردیتی ہیں، قبض ہوتو اس کا ازالہ کریں، ضعفِ دماغ میں مقوی دماغ دوائیں دیں، اس کیلئے کشتہ مرجان، کشتۂ فولاد خمیرۂ گاؤزبان میں ملا کر کھلائیں، نزلہ زکام سے اگر دردسر ہوتو اطریفل اسطوخودوس بہترین دوا ہے، سوتے وقت گرم بانی سے 12 گرام روزانہ ایک ماہ تک کھلائیں۔ کمزوری کیلئے مسکن دوا کے ساتھ نیوروبیان یا B.I.B 6 B.12 کا کوئی مرکب انجکشن لگائیں، اصل مرض تلاش کر کے اسکا ازالہ کریں مستقل درد میں آنکھ کا ضرور معائنہ کرائیں، کبھی دردسر الرجی حساسیت کے سبب بھی ہوتا ہے ایسی صورت میں دافعِ حساسیت (تفصیل آخر میں) دوائیں ہت مفید ہوتی ہیں مسکن دماغ (تفصیل آخر میں) بھی دردسر میں بہت کارآمد ہیں۔☆☆

آدھا سیسی درد شقیقہ MIGRAIN

سخت قسم کا تشنجی درد صبح سویرے شروع ہوتا ہے سورج کے ساتھ ساتھ بڑھتا ہے، دوپہر بعد کم ہونا شروع ہو جاتا ہے، عموماً سر کے ایک جانب ہوتا ہے اکثر اس کے ساتھ متلی اور قے بھی ہوتی ہے۔

اسباب:۔ عورتوں میں حیض کی خرابی، زیادہ دماغی کام، ذہنی پریشانیاں اور الجھنیں، قبض، سخت گرمی یا سردی میں کام کرنا، کبھی موروثی بھی ہوتا ہے، بلڈ پریشر کی زیادتی سے بھی ہو سکتا ہے، آنکھ کی خرابی بھی یہ درد پیدا کر دیتی ہے۔

علاج:۔ اصل سبب کے مطابق علاج کریں، مگرانل 2 گولی زبان کے نیچے رکھ کر چوسیں ہر 30 منٹ بعد۔ 8 گولی سے زیادہ نہ استعمال نہ کریں۔

سورج نکلنے سے پہلے کوئی دافع درد گولی مثلاً انالجین، ڈسپرن، اپے ڈین، یا فینائل بوٹازون کھلائیں پھر جب درد ہو تو دوبارہ دیں، چونکہ یہ ایک عصبی درد ہے لہٰذا مسکن اعصاب دوا بھی اس میں مفید ہے، لہٰذا ان گولیوں کے ساتھ ایکو بروم، کامپوز دینے سے جلد افاقہ ہوتا ہے، ٹرائی ریڈی سال یا نیورو بیان کا انجکشن لگائیں، واسو گرین ایک گولی درد شروع ہوتے ہی کھلائیں بہت مفید ہے۔

یونانی علاج میں، اطریفل اسطخدوس یا اطریفل کشنیزی 10 گرام روزانہ سوتے وقت گرم پانی سے 10 دن کھلائیں۔ اسطوخودوس، دھنیا خشک کالی مرچ کا باریک سفوف گرم پانی سے علی الصبح کھلائیں روزانہ ایک ہفتہ تک۔ ☆☆

بے خوابی INSOMNIA

بے خوابی کسی عارضہ کے سبب ہوا کرتی ہے، ہائی بلڈ پریشر، چائے کی کثرت، رنج وغم پیٹ کی خرابی، الجھن، کثرت مطالعہ وغیرہ، ان کے نتیجے میں خشکی ہو جاتی ہے، بعض امراض میں شدتِ درد کے سبب بھی نیند نہیں آتی ہے، نیند نہ آنے کے اسباب کا ازالہ کیا جائے، مندرجہ ذیل تدابیر اختیار کرنے سے بے خوابی پر قابو پایا جاسکتا ہے۔

سونے سے پہلے ٹہلنا، سونے سے پہلے نہانا، مالش کرانا، گرم دودھ پینا، کسی ''مشکل'' کتاب کا مطالعہ جس میں دماغ پر زور دینا پڑے، پیروں کو ٹھنڈے پانی سے دھونا، نیند لانے میں معاون ہیں۔

علاج:۔ فینو باربی ٹون یا گارڈی نال ۶۰ ملی گرام گولی، بچوں کو آدھی طاقت کی نیند لانے کے لئے بے ضرر دوا ہے، ڈایازی پال ایم DIAZEPAL M ایکو بروم EQUIBROME لارجیکٹل ۲۵ ملی گرام کا مپوز بھی نیند لانے کے لئے عمدہ ہیں، جہاں تک ہوسکے دوا کی عادت نہ ڈالی جائے، مندرجہ ذیل تدابیر اختیار کرکے بے خوابی کا ازالہ کیا جائے۔ روغن کا ہو، روغن لبوب سبعہ سر میں ڈالنا خشخاش کی کھیر اس مرض میں مفید ہوتی ہے جب تک نیند کا غلبہ نہ ہو بستر پر نہ لیٹیں، کسی کام مثلاً عورتیں

سینے پرونے کا کام کریں، مطالعہ، فرش اور کمروں کی صفائی کریں، غرض کسی نہ کسی کام میں مصروف رہیں، وقت پر سونے اور علی الصباح وقت پر اٹھنے کی عادت ڈالیں، اس طرح عموماً خود بخود نیند آنے لگتی ہے اس مرض کا کوئی مستقل شافی علاج نہیں بلکہ مزاج کو حالات کے مطابق بنانا ہی علاج ہے، مسکن دماغ (تفصیل آخر میں) مثلاً فینو بار بی ٹون، سونی رال، سکوئل، لارجیکٹل وغیرہ مفید دوائیں ہیں، اکثر ہائی بلڈ پریشر کے سبب بھی یہ تکلیف ہو جاتی ہے، اس کے لئے بلڈ پریشر کم کرنے والی دوائیں مثلاً سرپاسل، (تفصیل آخری میں دیکھو) مفید رہتی ہیں، قبض کی طرف خاص خیال رکھنا چاہیے، شور وغل کے ماحول سے بھی مریض کو دور رکھنا چاہیے، تیز چائے سے پرہیز کریں، الجھن تفکرات دور کریں۔

☆☆☆

سر چکرانا VIRTIGO

موجودہ زمانے میں حد سے زیادہ مصروفیت اور الجھنوں کا پیدا کردہ مرض ہے، حد سے زیادہ فکر و پریشانی ، عام کمزوری، کمی خون ، بدہضمی، شراب ، چرس وغیرہ کا استعمال، دماغی چوٹ، صدمہ، عورتوں میں حیض کا زیادہ آنا، لیکوریا، بلڈ پریشر، نظر کی خرابی وغیرہ اس کے اسباب ہیں، مریض سر اٹھاتا ہے تو آنکھوں کے نیچے اندھیرا چھا جاتا ہے سر گھومنے لگتا ہے متلی ابکائی ہونے لگتی ہے، آنکھوں کے سامنے چاروں طرف چنگاریاں سی اڑتی معلوم ہوتی ہیں کانوں میں جھنجھناہٹ ہوتی ہے مریض کا چہرہ سست اور پژمردہ ہوتا ہے۔

علاج:۔اصل سبب دور کریں ، عام کمزوری میں کوئی فولاد کا مرکب کالرون، رُبراٹون، آر بی ٹون، وغیرہ پلائیں، معدہ میں گرانی یا بدہضمی ہو تو کارمینٹو مکسچر CARMINATIVE MIXT یا لوپی زائم، ڈی جی پلکس ، پلائیں، دماغی چوٹ اور صدمہ میں بٹنی سال BETNESOL ایمپول لگائیں B1+B6+B12 کا مرکب مقوی اعصاب ہے بہت مفید ثابت ہوتا ہے، آنکھوں کا معائینہ کرائیں اگر نظر کمزور ہو تو چشمہ لگائیں۔ایکو بروم EQUIBROME ڈرامامین DRAMAMINE یا مار زائین MARZINE گولیاں بہت مفید ہیں، سینسی دال گولی بھی بہت مفید ہے۔

اگر ہائی بلڈ پریشر کی شکایت ہوتو اس میں بھی یہ گولیاں مفید ہیں، یونانی علاج اس میں بہت مفید ہے، نزلہ زکام کے ساتھ سر چکراتا ہوتو اطریفل اسطوخودوس سوتے وقت گرم پانی سے کھلائیں۔

قبض کے ساتھ سر چکراتا ہوتو اطریفل ملین سوتے وقت ۱۰ گرام پانی سے کھلائیں دماغی کمزوری میں حب جواہر کے ساتھ خمیرہ گاؤزباں عنبری جواہر والا صبح کو کھلائیں مربہ آملہ اور خمیرہ مروارید بھی سر چکرانے میں بہت مفید ہے۔

اگر سفر میں چکر آنے کی شکایت ہوتو مارزائین MARZINE کی ایک گولی ۵۰ ملی گرام والی یا اے وومن سفر سے ۲۰ منٹ پہلے کھلائیں۔

☆☆☆

سرسام MENINGITIS

دماغی پردوں میں روم ہو جاتا ہے شدید درد سر، تیز بخار 105 سے 106 تک دورے پڑنا، بہکی بہکی باتیں کرنا، روشنی سے نفرت، کبھی مریض ٹکٹکی باندھ کر دیکھتا ہے، دانتوں کا پیسنا، قے متلی وغیرہ اس کی خاص علامات ہیں۔

امراض متعدی مثلاً چیچک، ٹائی فائڈ فیور، نمونیا، مہلک ملیریا جب کہ ملیریا کے جراثیم دماغ میں پہنچ جائیں، سخت گرمی، دماغ کے پردوں میں دق کے جراثیم کا اثر، خون میں زہریلا اثر یہ سب اسباب سرسام پیدا کر سکتے ہیں۔ وائرس فیور اور انسفلائی ٹس کے نتیجے میں بھی جلد سرسام ہو جاتا ہے۔

علاج:۔ مریض کو اندھیرے کمرے میں رکھیں، تیز بخار کی حالت میں سر پر برف کی ٹوپی رکھیں یا ٹھنڈے پانی کی گدیاں پیشانی پر رکھیں، ایمپی سیلین AMPICILLIN کیپسول دن میں تین بار پریڈنی سولون PREDNI SOLONE کے ہمراہ براہ دہن جائے، بنزائل، پنی سیلین ۱۰ لاکھ ہر ۳ گھنٹہ بعد انجکشن لگائیں بہترین چیز ہے۔

جادو کا اثر کرنے والا انجکشن ڈیکاڈرون DECADRON ہے مریض کی زندگی بچانے والا اور مطب کی شہرت کرنے والا، بے ہوشی ہو تو گلوکوز سیلائن کی بوتل چڑھائیں، اگر منہ نہ کھلتا ہو تو بوتل اور انجکشن جو اوپر لکھے گئے مریض کی صحت کے ضامن ہیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ۔

بے چینی اور دوروں کی حالت میں لارجیکٹل 50 ملی گرام کا انجکشن یا کامپوز CALMPOSE انجکشن یا گولی بہت مفید ہے۔☆☆☆

جنون، پاگل پن MANIA

بآسانی شناخت ہونے والا مرض ہے، مریض کی عقل ماؤف ہوجاتی ہے مریض شوروغل کرتا، اچھلتا کودتا اور بھاگتا ہے، تیمارداروں کو مارنا، گالیاں بکنا، جومنہ میں آئے بکنا، پاگل پن کی خاص علامات ہیں، گھریلو پریشانیاں، رنج وغم روحانی صدمہ، شراب نوشی، سلفا، چرس، بھنگ کا استعمال خاص اسباب ہیں پاگل کتے کے کاٹنے سے پاگل پن کی علامات پیدا ہوجاتی ہیں، اس کی خاص شناخت یہ ہے کہ پاگل بن کی علامات پیدا ہوجاتی ہیں، اسکی خاص شناخت یہ ہے کہ پاگل کتے کے کاٹے کا مریض پانی سے ڈرتا ہے پانی پی نہیں سکتا، دوسروں کو کاٹنے کو دوڑتا ہے اس کا واحد علاج یہی ہے کہ جیسے ہی یہ پتہ چلے کہ پاگل کتے نے کاٹا ہے اینٹی ریبیز ANTIRABIES ویکسین کے ۱۴، انجکشن پیٹ کی جلد میں لگائیں۔

آج کل جدید انجکشن ایجاد ہوا ہے وہ صرف ایک انجکشن ہی کافی ہوجاتا ہے۔

☆☆☆

مرگی EPILEPSY

ہاتھ پیروں میں تشنج ہوکر مریض زمین پر گرکر بے ہوش ہوجاتا ہے۔منہ سے جھاگ نکلتے ہیں،بعض اوقات دانتوں سے زبان کٹنے سے خون منہ سے بہتا ہے۔

مرگی دوقسم کی ہوتی ہے اصلی جوکہ موروثی ہوتی ہے ثانوی جوکہ دماغی رسولی یا دماغی پھوڑے یاخون میں شکرکی کمی سے پیدا ہوتی ہے۔

علامات کےتحت مرگی کوچارخانوں میں تقسیم کیا گیاہے۔

1۔شدیدمرگی GRANDMAL اس میں مریض اچانک چیخ مارکر بے ہوش ہوجاتا ہے۔ چہرہ نیال، پیشاب پاخانہ نکل جاتا ہے، ت مام بدن میں اکڑن ہوتی ہے چہرہ اور ہاتھ پاؤں سے طرح طرح کی حرکتیں سرزد ہوتی ہیں، منہ سے جھاگ نکلتے ہیں، یہ حالت 2 منٹ سے 10 منٹ تک رہتی ہے مریض کے ہوش میں آنے کے بعد بدن پسینہ سے شرابور ہوتا ہے۔مریض اپنے حالات سے بےخبر ہوتا ہے۔

2۔ہلکی مرگی PETITMAL اس میں مریض اچانک بے ہوش ہوجاتا ہے، لیکن بدن اکڑتا نہیں نہ تشنجی حرکات پیدا ہوتی ہیں،صرف ایک منٹ یا آدھا منٹ دورہ رہتا ہے،مہینہ میں دوایک باردورہ پڑتا ہے۔

3۔مقامی مرگی اس کا اثر جسم کے کسی ایک عضو تک محدود رہتا ہے، مثلاً انگلی یا آنکھ کے پپوٹوں یا کسی ایک ہاتھ پیر میں تشنجی حرکات ہوتی ہیں مریض پورے طور پر بے ہوش نہیں ہوتا۔

4۔مہلک مرگی STATUSEPILEPTICUS اس میں جلد جلد دورے پڑتے ہیں ایک دورہ ختم ہوتے ہی دوسرا شروع ہوجاتا ہے یہ مرگی خطرناک ہے۔

علاج:۔ احتیاطی تدابیر بہت ضروری ہیں، مثلاً مرگی کے مریض کو دریا، نہر، کنویں سے حتی الامکان دور رکھیں، آگ کے پاس بھی نہ بیٹھنے دیں ڈرائیوری بالکل نہ کرے، قبض کا خاص خیال رکھیں، فکر، پریشانی، دماغی الجھنوں سے حتی الامکان بچیں۔

دورہ کی حالت میں ایمونیا کارب، جو کہ چونے اور نوشادر سے مل کر بنایا جاتا ہے مریض کو سونگھائیں، چہرے پر سرد پانی کے چھینٹے ماریں، زبان کی حفاظت کا رک یا کپڑے کی گدّی سے کریں۔ اگر پھر بھی دورہ نہ رکے تو کامپوز یا سکوئل SIQUIL کا انجکشن لگائیں۔

وقفہ کی حالت میں، فینو باربی ٹون یا گارڈینال 60 ملی گرام دن میں دوبار یا ڈائی لین ٹن 100 ملی گرام دن میں تین بار ٹگرے ٹال TEGRETAL 200 ملی گرام دو بار دیں، بچوں کو عمر کے حساب سے نصف یا چوتھائی خوراک دیں کاربری ٹول CARBRITAL ایک کیپسول دن میں 2 بار دو ماہ دیں، مرگی اکثر ختم ہوجاتی ہے، علاج کی کامیابی کے لئے شرط یہ ہے کہ کم از کم 5 سال دوا کھلائیں ناغہ نہ کریں۔

یونانی علاج میں خمیرہ گاؤزبان عود صلیب والا صبح کو یا دواء المسک معتدل جواہر والی کافی عرصے تک استعمال کرائیں نیک نامی اور گارنٹی کا علاج ہے، یونانی دوا کے ہمراہ دافعِ مرگی انگریزی دوائیں استعمال کرانے سے شہرت بڑھتی ہے، شرط یہ ہے کہ دوا مسلسل کئی سال کھلائی جائے۔

مرگی کے 80 فیصدی بچے شدید قسم کی مرگی میں مبتلا ہوتے ہیں، دورے سے قبل بچہ غیر ارادی اور غیر شعوری حرکتیں کرتا ہے سانس کی بے قاعدگی دماغی حالت کا درست نہ رہنا، بےچینی اور پریشانی حرکات بے ترتیب اور شدید ہو جاتی ہیں، پھر آہستہ آہستہ حرکات بند ہو کر بچہ سو جاتا ہے بڑے بچوں کا اگر مناسب علاج کیا جائے تو انجام اچھا ہوتا ہے اگر دماغ ماؤف ہو جائے تو انجام خراب ہوتا ہے۔ دافع مرگی دوائیں فین ٹوئن، وال پریٹ، کاربامازی پان، کے مرکبات مفید ہیں بشرطیکہ ان کو ۲ سے ۴ سال تک استعمال کرایا جائے اور رفتہ رفتہ مقدار خوراک گھٹا کر چند ماہ میں دوا بند کی جائے۔

☆☆☆

مرگی، سکتہ، غشی میں علامات کا فرق

مرگی	سکتہ	غشی
(۱) ہاتھ پیروں میں تشنج ہوکر مریض گر کر بیہوش ہوجاتا ہے	(۱) ہاتھ پیروں میں تشنج نہیں ہوتا	(۱) تشنج نہیں ہوتا، عموماً کسی جریان خون یا صدمہ کے سبب ہوتی ہے۔
(۲) چیخ کی آواز درد سے پہلے نکلتی ہے۔	(۲) چیخ کی آواز نہیں نکلتی ہے۔	(۲) اچانک دورہ پڑتا ہے کسی قسم کی آواز نہیں نکلتی۔
(۳) منہ سے جھاگ نکلتے ہیں۔	(۳) جھاگ منہ سے نہیں نکلتے۔	(۳) جھاگ نہیں نکلتے۔
(۴) چہرے پر نیلا ہٹ ہوتی ہے۔	(۴) چہرسرخ اور آنکھیں کھلی ہوئی ٹکٹکی باندھ کر دیکھتا ہے۔	(۴) چہرہ پیلا مردنی چھائی ہوئی نبض کمزور بعض وقت محسوس نہیں ہوتی۔
(۵) دو چار منٹ میں مریض خود بخود ہوش میں آجاتا ہے۔	(۵) دو چار گھنٹے بعض اوقات دو چار دن تک ہوش نہیں آتا	(۵) جلد ہوش میں نہیں آتا جب تک کہ دوا سونگھائی یا استعمال نہ کرائی جائے۔
(۶) جسم پسینے سے شرابور ہوتا ہے۔	(۶) جسم ٹھنڈا ہوتا ہے۔	(۶) دل کی حرکت بہت کمزور اور دھیمی ہوتی ہے۔

(۷) دل زور سے دھڑکتا ہے۔	(۷) دل کی حرکت کمزور ہوتی ہے سانس ٹھنڈی ہوتی ہے۔	(۷) عموماً کسی سبب کے تحت ہوتا ہے۔
(۸) عموماً مرض موروثی ہوتا ہے۔	(۸) عموماً کسی مرض کے تحت ہوتا ہے۔	(۸) عموماً کسی سبب کے تحت ہوتا ہے۔

☆☆☆

سکتہ، بے ہوشی (کوما) APOPLEXY

مریض اچانک بے ہوش ہوکر گر پڑتا ہے، دانت بند ہوجاتے ہیں، سانس خرّاٹے سے لیتا ہے، ہاتھ پاؤں ٹھنڈے ہوجاتے ہیں، کبھی آنکھیں کھلی ہوتی اور مریض ایک ہی جانب دیکھتا ہے خطرناک مرض ہے کبھی موت بھی ہوجاتی ہے۔

اس کا خاص سبب خون میں زہریلے مادہ کی آمیزش ہے، یرقان، خون میں اچانک شکر کی کمی، جگر کا مہلک مرض (ہیپاٹک کوما) گردوں کی خرابی، سخت سردی یا گرمی، درد کی زیادتی، دماغی صدمہ یا چوٹ وغیرہ سے اچانک مریض بے ہوش ہوجاتا ہے، پرانا دردسر، آنکھ کی روشنی میں نقص، قبض کا رہنا، سر چکرانا کان بجنا ایسی علامات ہیں جن سے سکتہ یا بے ہوشی پیدا ہونے کا گمان ہوجاتا ہے دو تین دن تک ہوش میں نہ آئے تو دماغی جریانِ خون کے سبب موت واقع ہوجاتی ہے، اگر گردوں کی خرابی ہے تو سانس سے پیشاب کی بو اور ٹھنڈی ہوا آتی ہے مرگی میں ہاتھ پاؤں میں اکڑن اور منہ سے جھاگ نکلتے ہیں۔ اصل سبب کا پتہ لگا کر علاج کریں، بہتر چیز ڈیکاڈرون کا انجکشن DECADRON INJ ہے، گلوکوز سیلائن کی بوتل چڑھائیں۔ ہوش میں آنے کے بعد اصل سبب کا پتہ لگا کر اس کے مطابق علاج کریں، تقویت دماغ اور تقویت قلب کے لئے مقوی غذائیں اور دوائیں دیں جن کا ذکر دوسری جگہ کیا گیا ہے۔ (دیکھو ٹانک کا

بیان اخیر میں) کورامین، بٹنی سال کا انجکشن لگائیں یا ایمپی سیلین بوتل میں ڈال کر لگائیں اگر دو تین بوتلیں چڑھانے سے ہوش نہ آئے تو پھر اسپتال بھیجدیں۔

غشی SYNCOPE

یہ مرض عام طور سے ایسی عورتوں میں دیکھنے کو ملتا ہے جن کے اندر سے اچانک خون نکل جاتا ہے، مثلاً اسقاط، ماہواری وغیرہ میں زیادتی (اخراج خون کے سبب) کبھی اچانک کوئی اتفاقی صدمہ یا خوشی، قے اور دستوں کی زیادتی خون کے دباؤ کی کمی LOW BLOOD PRESSURE کسی خطرناک منظر سے یا کسی کے جسم سے خون نکلنے ، آپریشن وغیرہ کے وقت بھی دیکھنے والا اچانک غش کھا کر گرجاتا ہے کبھی سنّ یاس میں بھی غشی آنے لگتی ہے۔ غشی آنے سے قبل، سر چکرانا، آنکھوں کے آگے اندھیرا آجانا، پیاس لگنا ہاتھ پاؤں ٹھنڈے، پسینہ کی کثرت ہوتی ہے، اس کے علاوہ اوپر لکھی ہوئی کوئی وجہ موجود ہوتی ہے۔

غشی میں عموماً دماغ میں خون کی سپلائی بند ہوجاتی ہے اس لئے سکتہ کے برعکس اس میں سر کو جسم سے نیچا رکھیں، منہ پر سرد پانی کی چھینٹیں ماریں، کپڑے ڈھیلے کردیں، ایمونیا کارب سنگھائیں۔

کورامین CORAMINE کا انجکشن لگائیں، ڈیکاڈرون DECADRON لگائیں، فوراً گلوکوز سیلائین چڑھائیں خون جاری ہو تو خون روکنے کے لئے اسٹپٹو بیان، اسٹپٹو کروم STEPTOBION لگائیں عورتوں کو اگر ماہورای یا اسقاط کے سبب سے خون آتا ہو تو ارگو میٹرین ERGOMETRINE یا متھارجن METHARGIN لگائیں، نیک نامی دلانے والی چیز گلوکوز کا چڑھانا اور ڈیکاڈرون لگانا ہے، لمبر پنکچر سے رطوبت نکالنا بھی مفید ہے۔

جنون اور مالے خولیا ایسی بے ڈھنگی بیماری ہے کہ جس میں مبتلا ہونے کے باوجود اپنے آپ کو نہ صرف تندرست بلکہ بسا اوقات بادشاہ یا نبی یا اوتار وغیرہ خیال کرنے لگتا ہے اور اسی شان بادشاہی وغیرہ میں آ کر ناجائز حرکات کا مرتکب ہوتا ہوا اپنے دماغ معلّٰے کی مرمت جوتوں سے کراتا رہتا ہے۔

چنانچہ ایک صاحب ہمارے ہاں بھی بے ملک نواب اور بے تاج بادشاہ ہوتے ہوئے اکثر احکامِ سلطنت صادر فرماتے رہتے تھے اور وقت بے وقت محکمہ پولیس کے کارہائے خصوصی میں دخیل ہوکر پھولوں کی جگہ خون کے چھینٹوں سے جگہ کو لالہ زار بنایا کرتے تھے، گھر والے خواہ بھوکوں مر رہے ہوں لیکن آپ کو کیا فکر، آپ تو ایک ہفتہ میں لاکھوں روپیہ خراج کا حاصل کرنے کے درپے تھے چونکہ انسان کا دیگر حیوانوں سے طرہ امتیاز عقل ہی ہے، جب یہی شے چھن جائے یا اسی میں فتور آ جائے تو وہ انسان حیوان سے بدتر ہوجاتا ہے، اسی لیے ہمارے طبیب اعظم نے اپنے امتیوں کو بدیں الفاظ دعا مانگنے کی ترغیب دی ہے وَهُوَ هٰذَا اَللّٰهُمَّ اِنِّي اَعُوْذُبِکَ مِنَ الْبَرَصِ وَالْجُذَامِ وَالْجُنُوْنِ وَ مِنْ سَيِّ الْاَسْقَامِ ہزارہا لوگوں کا تجربہ ہے کہ جو حضرات ہمارے آقائے نامدار، شفیع المذنبین، رحمۃ للعالمین کی بتلائی ہوئی دعا کو تین تین مرتبہ بعد از نمازِ فجر و مغرب دہراتا ہے وہ کبھی مرض جنون و جذام اور ہر اس گھناؤنی بیماری سے جس کو دیکھ کر لوگ نفرت کریں بچا رہتا ہے میں اپنے ہم مشربوں سے درخواست کروں گا کہ اس زریں دعا کو ضرور صبح و شام تین تین مرتبہ بصد عجز و نیاز مانگا کریں اس سے نہ صرف یہ کہ دعا کنندہ بری بیماریوں سے بچا رہے گا بلکہ بقول حضرت رسالت مآب ﷺ مَنْ اَطَاعَنِیْ فَقَدْ اَطَاعَ اللّٰهَ وَلَکُمْ فِی رَسُوْلِ اللّٰهِ اُسْوَةٌ حَسَنَةٌ وَعَلَيْکُمْ بِسُنَّتِیْ وغیرہ احکام کو مانتے ہوئے موجبِ حصولِ ثواب دارین ہوں گے۔

عـــلاج:۔ اگر اس کا علاج ابتدا ہی میں ہو جائے تو بہتر ورنہ اکثر یہ مرض قبر تک ساتھ جایا کرتا ہے شروع میں چند ایسی تدابیر بیان کی جاتی ہیں جو بسا اوقات بہتر سے بہتر اکسیری نسخہ جات سے بازی لے جاتی ہیں، بعدہ دو تین چوٹی کے نسخہ جات پیش کیے جائیں گے جو بفضلہٖ اس فرعونی مرض کے لیے اعجاز موسوی سے کم نہیں لیکن پہلے لکھی ہوئی تدابیر وہدایات کا بخوبی خیال رکھنا لازمی ہے۔

مریض مالیخولیا وجنون کے لئے چند ہدایات

1۔اگر مریض خون کی زیادتی معلوم ہو تو فصد لے کر خون نکلوا دینا ضروری ہے

2۔مریض کو روزانہ بوقتِ صبح سر پر دھار باندھ کر پانی کا تریڑا دے کر نہلانا چاہیے۔

3۔نہایت نفیس اور سفید رنگ کا لباس مریض کو پہنانا بے حد مفید ہے۔

4۔نہایت اعلیٰ درجہ کا عطر لگائے رکھنا مفید ہے۔

5۔عمدہ باغ کا گل گشت کرانا اور عجیب و غریب اشیا دیکھنا بھی بہترین تدبیریں ہیں۔6۔طبیعت پر زور ڈال کر اس کے خیالاتِ فاسدہ کی نقاب کشائی کرنا سو علاجوں کا ایک علاج ہے۔بعض اوقات محض ایسی تدابیر سے بگڑے سے بگڑے ہوئے مریض شفایاب ہو جاتے ہیں۔

ایک اچھوتی حکمت

ایک شخص جو کانچ کے کارخانے میں کام کرتا تھا مرض مالیخولیا میں مبتلا ہو کر اپنے آپ کو کانچ ہی خیال کرنے لگ گیا، اپنے آپ کو بہت احتیاط سے رکھا کرتا تھا، ڈرتا تھا کہ اگر ذرا سی ٹھیس لگی تو میں ریزہ ریزہ ہو جاؤں گا، ہر چند علاج معالجہ کرائے لیکن وہ اپنے بدن کو بدستور کانچ ہی کا سمجھتا رہا، آخرالامر ایک کہنہ مشق ڈاکٹر صاحب مریض کی

حالت ملاحظہ فرما کر مریض کو ایک علیحدہ مکان میں لے گئے اور وہاں لے جا کر مریض کے ہاتھ کو جھٹکا دیا، مریض چلایا کہ میرا بازو کانچ کا ہے اس طرح ٹوٹ جائے گا لیکن ڈاکٹر صاحب نے اس کی بکواس کی پرواہ نہ کرتے ہوئے ایک رول لے کر پانچ سات جڑ دیے مریض چلا کر جب خاموش ہو گیا تو ڈاکٹر صاحب نے کہا ''اب بتلا کیا تو کانچ کا ہے کہ نہیں''؟ اگر تیرا بدن کانچ کا ہوتا تو اتنے ڈنڈوں سے تیرا سرمہ بن گیا ہوتا، مریض کے دماغ سے وہم نکل گیا اور اسی وقت ہی تندرست ہو گیا۔

اسی قسم کے متعدد واقعات ملتے ہیں جن سے یہ بات بخوبی ثابت ہو رہی ہے کہ مریض کے خیالات کو بدل دینا اس مرض کا بہترین علاج ہے۔

ہدایات ونکات حکیمانہ

مریض کے پاس کوئی خوفناک واقعہ سنانا، اس کو بار بار بلاتے رہنا مرض کو بڑھاتا ہے۔2۔مرض مالیخولیا کو سیاہ رنگ کی چیزیں بہت مضر پڑتی ہیں حتی کہ خرفہ بھی مضر ہے۔3۔ مالیخولیا کے مریض کا بدن اگر صاحب جمرہ کی طرح سرخ ہو جائے تو موت قریب سمجھنی چاہیے۔

☆☆☆

ایک خصوصی نسخہ جو جنون میں اکسیر ہے

حکیم پنڈت گوردھن صاحب موجد اکسیر جنون کا تمثیل عطیہ

یہ وہی نسخہ ہے جس کی بدولت حکیم صاحب کی دھوم تقریباً تمام برصغیر میں مچی ہوئی تھی، آپ مالیخولیا وجنون کے علاج میں بفضلہٖ ایک خاص ملکہ رکھتے تھے۔ آپ کا بہترین نسخہ اکسیر جنون کے نام سے موسوم ہے، لوگوں کو یہ وہم وگمان بھی نہیں ہوسکتا کہ ایسے جواہر گراں مایہ صفحہ قرطاس پر بھی بکھیرے جاسکتے ہیں۔ لیجئے بغل بغل پر کلہاڑا چلانے کی مثال دیکھیے اور فائدہ اٹھا کر نہ صرف میرے بلکہ صاحب نسخہ کے حق میں دعائے خیر فرماتے رہیے جن کی بغل شکن طبیعت سے یہ دریتیم برآمد ہوا۔

ھو الشافی:۔ قسط شیریں، اسگندناگوری، اجمود زیرہ سیاہ وسفید، زنجبیل، فلفل گرد، فلفل دراز، پاڑہ، سیندھانمک، سنکھاہولی۔

ترکیب تیاری:۔ مساوی الوزن لے کر چھان لیں اور سب کے برابر بچ پساہوا شامل کر کے دس مرتبہ عرق برہمی سبز میں تر وخشک کر کے رکھیں۔

ترکیب استعمال:۔ 30 گرام ہمراہ شہد چٹایا کریں۔

پرھیز:۔ گرم خشک اشیاء سے پرہیز کرائیں، ازحد عمدہ اور مفید ہے۔

فوائد:۔ مالیخولیا اور جنون کی مسلمہ دوا ہے۔

☆☆☆

کامیاب مطب کے چند اصول

حضرت حکیم عبداللہ صاحبؒ لکھتے ہیں:

اکثر لوگ مجھے کامیاب طبیب اور میرے مطب کو کامیاب مطب تصور کرتے ہیں، اس میں شبہ نہیں کہ اللہ کی عنایت سے نہ صرف پاکستان کے گوشے گوشے سے مریض آتے ہیں بلکہ بیرونی ممالک سے بھی لوگ بغرض علاج آتے رہتے ہیں اور بفضلہٖ تعالیٰ شفایاب بھی ہوجاتے ہیں۔ لیکن میں سمجھتا ہوں کہ اس میں میری حذاقت اور انوکھی تشخیص اور نادر تجویز کا چنداں دخل نہیں ہے۔ بلکہ ان میں کچھ اور عوامل بھی ہیں جنھیں اللہ تعالیٰ نے میری شہرت کا باعث بنادیا ہے، میں چاہتا ہوں کہ اس کتاب میں اپنے تمام مجرب نسخہ جات کے علاوہ وہ تمام اصول اور عملیات بھی آپ لوگوں ک ی خدمت میں پیش کردوں تاکہ ان میں سے اگر کوئی چیز آپ کے دل کو لگتی ہوئی معلوم دے تو آپ اسے اختیار فرمالیں اور اس طرح چراغ سے چراغ جلتا جائے اور ہوسکتا ہے کہ یہی روشنی میری قبر کی تاریکی میں کام آسکے۔

1۔ میں شافی حقیقی اللہ تعالیٰ کی ذات کو ہی تصور کرتا ہوں اور دوا کو بطور ایک وسیلہ کے پیش کرتا ہوں، حتی کہ کسی اکسیری سے اکسیری دوا کو موثر حقیقی نہیں سمجھتا۔

2۔ آئے ہوئے مریض کو اللہ تعالیٰ کا فرستادہ مہمان تصور کرتا ہوں اور اس سے خدائی مہمان کے طور پر معاملہ کرتا ہوں، اس لئے حتی الوسع اس کو خوش کر کے

لوٹانے کی کوشش کرتا ہوں، اس حسن سلوک کا میں نے بہت اثر دیکھا ہے نیز کسی الجھی ہوئی بیماری کے بیمار کو دیکھ کر دل ہی دل میں یہ دعا کرنے لگتا ہوں کہ یا اللہ اس بیمار کو میں نے خود تو بلوایا نہیں۔ اس کو میری طرف رجوع کرنے والی ہستی تو تیری ذات ہے۔ لہٰذا اس کو شفا دینا اور مجھے ناکامی کی ذلت سے بچانا بھی تیرا ہی کام ہے۔

3۔ بہت سے نام ایسے ہیں جن سے میں خصوصی مراعات برتتا ہوں، مثلاً جملہ انبیاء علیہم السلام اکابر صحابہ کرام، امہات المومنین اور سرکار رسالت مآب صلی اللہ علیہ وسلم کے پاک بیٹوں کے اسماء مبارک میں ان سب ناموں کی عزت کرتا ہوں، علاوہ ازیں میرے مرحوم رشتہ دار والد، والدہ، بھائی، بیٹے، بیٹیاں، میرے اساتذہ ایسے ان گنت نام ہیں جن سے میں خصوصی رعایت کرتا ہوں اور میں یہ رعایت کرتے وقت امیری اور غریبی کو بھی نہیں دیکھتا بعض اوقات اس میں بڑے بڑے نواب اور روساء بھی آجاتے ہیں اور وہ اس رعایت پر معترض بھی ہوتے ہیں۔

میں سمجھتا ہوں کہ میرا یہ فعل اگرچہ ایک ذاتی اور جذباتی قسم کا ہے مگر اس کے نتائج دنیا میں بھی بہترین دیکھے ہیں اور ان شاء اللہ آخرت میں تو صدہا منافع کی امید لگائے بیٹھا ہوں۔ **وَمَا ذٰلِکَ عَلَی اللّٰہِ بِعَزِیْزٍ**

آپ یاد رکھیے، کہ جب آمنہؓ، حلیمہؓ، خدیجہؓ، عائشہؓ، اور فاطمہؓ، نام کی کوئی مائی میرے زیر علاج آتی ہے تو بسا اوقات میری آنکھیں اشکبار ہو جاتی ہیں اور میں ان کے احسانات کے بار کے نیچے آپ کو دبا ہوا محسوس کرتا ہوں۔

4۔ غریبوں، ناداروں اور پھٹے پرانے کپڑے والوں اور خاص طور پر عمر رسیدہ لوگوں سے میں ترجیحی سلوک کرنا اپنا فرض سمجھتا ہوں۔

5۔ میرے کچھ اوراد و وظائف بھی ہیں جن پر میں بفضلہٖ تعالیٰ ابتدائے مطب سے قائم ہوں گویا وہ بھی میرے معمولات مطب میں سے ہیں اور میں سمجھتا

ہوں کہ حصول شہرت اور دست شفا میں زیادہ حصہ انہی اسماء مبارکہ کا ہے، اگرچہ وہ ایک خاصہ طویل سلسلہ ہے مگر یہاں میں فقط ان وظائف کا ذکر کروں گا جن کا ورد میرے نزدیک ہر طبیب کے لئے ناگزیر ہے۔

نماز فجر سے پہلے یا نماز فجر کے بعد اسی طرح نماز مغرب کے بعد ایک ایک تسبیح استغفار، درود شریف، لاحول، تعلق مع اللہ پیدا کرنے کیلئے اور یا سلام یا شافی دست شفا حاصل کرنے کیلئے اور یا علیم یا بصیر مرض کی صحیح تشخیص کے لیے نہایت خشوع اور خضوع سے پڑھتے رہنا چاہیے، ان اسماء مبارکہ کے ورد سے وہ وہ نکات کھلتے چلے جائیں گے جو اکابر اساتذہ کی سالہا سال کی خدمت سے بھی حاصل نہیں ہوتے۔

6۔ میں مسند طب کو مسند تبلیغ بھی تصور کرتا ہوں اور حتی الوسع ان کو اچھے انداز میں ہلکے ہلکے جملوں میں اصلاح عقائد، تعلق مع اللہ قائم کرنے اور نماز پڑھنے کی تاکید کرتا ہوں۔

7۔ بعض حکماء کو دیکھا گیا ہے کہ وہ معمولی امراض نزلہ، زکام، سر درد، پیٹ درد وغیرہ کو چنداں اہمیت نہیں دیتے بلکہ مشکل اور پیچیدہ امراض کے علاج کے لئے کوشاں رہتے ہیں۔ یہ بات سمجھ لینی چاہیے کہ عام امراض میں مبتلا لوگوں کی تعداد ۹۰ فیصد ہوتی ہے۔ اور اگر آپ ان معمولی امراض کے لئے کارآمد ادویات بنا کر رکھیں گے تو صحت یاب ہونے کے بعد یہ تمام افراد آپ کے بلا معاوضہ ایجنٹ کا کام دیں گے اور آپ کی شہرت کو چار چاند لگ جائیں گے، لیکن اگر آپ نے ان عام امراض کی طرف توجہ نہ دی تو خواہ آپ کتنے ہی حاذق طبیب کیوں نہ ہوں آپ کا مطب کامیاب نہیں ہو سکے گا اور معمولی بیماریوں میں مبتلا مریض تندرست نہ ہونے کی صورت میں آپ کی حذاقت کا مذاق اڑائیں گے۔

میرے نزدیک طبیب کی زندگی کیلئے یہ سات اصول بے حد ضروری ہیں۔☆

چند خصوصی امراض سے بچاؤ کی تدابیر

لہسن دل کے امراض و موٹاپا کے لئے مفید، ابھی حال ہی میں حیران کن ریسرچ ہوئی ہے کہ لہسن کا لگا تار استعمال معدہ کے کینسر سے بچاتا ہے اس کے ساتھ ساتھ پستانوں و خوراک کی نالی میں بھی کینسر پیدا ہونے والے ''ایفلوٹاکسن'' کی حرکت کو روکتا ہے، جو مکئی و مٹر کے دانے میں پایا جاتا ہے، یہ ایک قسم کا کینسر پیدا کرنے والا جزو ہوتا ہے۔

موٹاپا دل کے مرض کی خاص وجہ بنتا ہے، اس کے لیے لہسن علاج کا کام کرتا ہے، اس لیے اس کا لگا تار استعمال چربی پگھلاتا ہے، موٹاپا اور دل کے امراض دونوں سے بچا جا سکتا ہے۔

دل کے امراض کے معالج دل کا حملہ روکنے کے لئے ایسپرین کی ۲؍۱ سے ایک گولی کھانے کا مشورہ دیتے ہیں، اس سے خون پتلا رہتا ہے، کیونکہ خون میں چربی ہونے کی وجہ سے خون گاڑھا ہو جاتا ہے، جس سے خون کی نالیوں میں خون رک جانے سے دل کا دورہ ہو جاتا ہے، اس سے معدہ پر کوئی برا اثر نہیں پڑتا، جیسے ایسپرین سے پیٹ کے اندر زخم ہو جاتے ہیں اس لئے ایسپرین سے لہسن زیادہ مفید ہے۔

میتھی ذیابیطس کے لئے مفید:۔ نئی ریسرچ کے مطابق میتھی کے بیج ذیابیطس اور دل کے امراض میں بہت مفید ہیں، میتھی کے بیج روزانہ 20 گرام درد رے پیس

کر کھانے سے دس دن میں ہی پیشاب وخون میں شکر کی کمی ہو جاتی ہے،اس کی جانچ کروا کر پتہ لگایا جاسکتا ہے کہ آگے میتھی کا استعمال کیا جائے یا نہ علامات مرض میں کمی کا تجربہ تو مری خود ہی کر سکتا ہے، پھر بھی اچھا ہے کہ دس دس دن کے بعد جانچ کروائی جائے،اس کے بعد میتھی کے بیج کی مقدار کم یا100 گرام تک ہر روز بڑھائی جاسکتی ہے،میتھی کو کھانے کے ساتھ یا سبزی میں ڈال کر استعمال کیا جاسکتا ہے،خوراک کی مقدار1200 کیلوریز سے1400 کیلوریز روز رکھنے سے اور مانڈ وشکر (چینی) کا پرہیز کرنے سے بہت فائدہ ہوسکتا ہے،میتھی کے استعمال سے صحت پر کوئی برا اثر نہیں پڑتا، اور نہ ہی کسی دوا کیساتھ الٹا اثر ہوتا ہے،کل مقدار20 گرام یا100 گرام تک دن میں تین بار تقسیم کر کے لی جائے۔

ہمارے تجربات کے مطابق صرف میتھی کے بیجوں کا استعمال ہی ذیابیطس کو دور کر دیتا ہے،میٹھی چیزوں چاول، آلو، گوبھی، اروی، کیلا وغیرہ کا پرہیز ضروری ہے۔ اور روزانہ ایک یا ڈیڑھ میل پیدل سیر کرنا مرض کو فوراً دور کر دیتا ہے،چینی کی جگہ سکرین کی گولیاں لی جاسکتی ہیں، مگر بہتر یہی ہے کہ بغیر سکرین کی گولیوں کے چینی سے پرہیز کیا جائے۔اگر کریلا، جامن، میتھی ایک ساتھ لیے جائیں تو بھی فائدہ نہیں ہوتا، کیونکہ یہ ایک دوسرے کے اثرات کو ضائع کر دیتے ہیں،اس لئے صرف اکیلی میتھی کا استعمال ہی فائدہ دکھاتا ہے۔

ہلدی کے استعمال سے کینسر سے بچاؤ:۔ ابھی حال ہی میں کی گئی ڈاکٹر کملا کرشنا سوامی کی ریسرچ سے پتہ چلا ہے کہ ایک گارم ہلدی روزانہ کھانے سے ہر قسم کے کینسر سے دور رہتے ہیں، بتایا گیا ہے کہ ہلدی کے استعمال سے جسم میں مدافعتی نظام مضبوط اور چست ہو جاتا ہے، انہوں نے جو تجربات کئے ہیں، ان سے ثابت ہو گیا ہے کہ ہلدی کے استعمال سے سیلوں کی مرمت کرنے والے ڈی، این، اے

بڑھتے ہیں، اوران سے ہارمون کا پیدا ہونا اور بڑھنا رکتا ہے، جو اپنے آپ بڑھتے جانے والے سیل اور رسولی پیدا کرنے کے لئے ذمہ دار ہوتے ہیں، انہوں نے چوہوں میں کینسر کی طرح بڑھنے والے سیل داخل کئے پھر ان کی خوراک میں ہلدی ملا کر دی، دو تین ہفتوں میں ہی وہ غائب ہو گئے۔ ہلدی کسی بھی شکل میں دی جا سکتی ہے، خواہ یہ عام خوراک میں ہو یا پاؤڈر کی شکل میں ہلدی میں کرکومن نام کا ایک مرکب ہوتا ہے، یہ چیزوں کو سڑنے اور کینسر پیدا ہونے سے روکتا ہے، انہوں نے کہا کہ اگر اپنی صحت کا خیال رکھنے والے لوگ ہر روز ایک گرام ہلدی اپنی نارمل خوراک میں لیں، تو انہیں کسی قسم کا کینسر کبھی نہیں ہوگا۔

گاجر کے استعمال سے کینسر سے بچاؤ:۔ گاجر میں بی، کروٹین نام کا وٹامن کافی مقدار میں پایا جاتا ہے، جو جسم کو شکاؤں میں آکسیجن دور کرنے والے اثر کو کم کرنے میں کام دیتا ہے، آج کال صرف کینسر سے بچاؤ کے لئے ہی نہیں بلکہ کینسر کے علاج کے لئے بھی گاجر کا استعمال (پی کروٹین وٹامن) کا کیا جا رہا ہے، امریکہ کے ایری جونا کینسر سنٹر کے ڈاکٹر کے مطابق تجربات سے پتہ چلا ہے کہ سگریٹ پینے والے والکوحل لینے والوں کی زبان و مونھ میں پہلی حالت کا کینسر یا زخم اس وٹامن سے کم اور ٹھیک کئے جا سکتے ہیں لگ بھگ 50 فیصدی میں یہ دھبے 6 ماہ کے اندر ہی اپنے سائز سے آدھے رہ جاتے ہیں، یہ وٹامن یا تو گولی کی صورت میں یا زیادہ گاجر کھانے سے ملتا ہے، وٹامن ''سی'' ''ای'' کا بھی برابر اثر دیکھنے میں آیا ہے۔

کریلے کے رس سے ذیابیطس سے بچاؤ

کریلے کا رس ذیابیطس کو دور کرنے کے لئے مجرب ہے اور یہ یقیناً ہی ''گودڑی کا لال' ہے اس سلسلہ میں تازہ کریلوں کا رس نکال کر 15 گرام سے 25

گرام، کچھ نمک کھانے والا ملا کر ہر روز ہلکے ناشتے کے بعد پی لیں، ڈیڑھ ماہ کے استعمال سے مرض جاتا رہے گا، روزانہ ایک میل کی سیر اور میٹھی چیزوں سے پرہیز ضروری ہے، پھلوں میں جامن اور میتھی کا استعمال نہ کریں، کیونکہ یہ لینے سے کریلے کے دس کا اثر ختم ہوجاتا ہے۔

جامن کے جوشاندہ سے ذیابیطس سے بچاؤ:۔ کافی تجربات کے بعد جامن کے پتوں کا جوشاندہ ذیابیطس کے لئے کامیاب ثابت ہوا ہے،اس سلسلہ میں 10 سے 15 گرام جامن کے پتے پانی سے دھوکر صاف قینچی سے کتر کر 6 گھنٹے، 50 گرام پانی میں بھگوکر رکھیں، پھر جوش دے کر چھان لیں،اور نمک کی چٹکی ملا کر دن میں دو بار پلا دیں، اگر شوگر کی زیادہ تکلیف ہے،تو دن میں تین بار بھی دے سکتے ہیں، میٹھی و بادی چیزوں سے پرہیز لازمی ہے،اور ایک میل کی روزانہ سیر بھی کرنی چاہیے علاوہ ازیں جامن کے استعمال کے دوران میتھی، کریلا، گڑ مار کا استعمال نہ کیا جائے،ایک یا ڈیڑھ ماہ میں آرام آجاتا ہے۔

دل کے مریض کے لئے ارجن درخت کی چھال

ارجن درخت کی چھال کے استعمال سے دل کا مریض پوری طرح ٹھیک ہوسکتا ہے،قدیم اطباء کے مطابق ارجن کے چھال سے بعض مریضوں کوالحمدللہ مکمل شفایابی ہوجاتی ہے۔

اطباء نے لکھا ہے کہ: ارجن درخت کی چھال کے سفوف کا جوشاندہ بھی بنایا جاسکتا ہے، اس سلسلہ میں تحقیق سے یہ ثابت ہوگیا ہے کہ ارجن درخت کی چھال کا استعمال دل کے مریضوں کے لئے مفید ہے۔

☆☆☆

غذائے آدم اور ان کے فوائد

قدرت کاملہ نے تمام روئے زمین پر جو اشیاء قسم نباتات وحیوانات کی پیدا کی ہیں وہ سب آدم کے واسطے تجویز فرمائی ہیں یا تو اس کو بطور غذا کے استعمال کرے گا یا بطور دوا کے اس کے استعمال میں آویں گی اور حیوانات ہر ایک قسم کا فیل (ہاتھی) سے لے کر چیونٹی تک اس کے کام آتے ہیں یہ سب کچھ حضرت انسان کی خاطر پیدا ہوئے ہیں کسی ملک میں یہ فیل (ہاتھی) کو بھی کھایا جاتا ہے کسی ملک میں ریچھ کو استعمال کرتے ہیں کوئی گائے بھینس کو نقل کر لیتا ہے کسی ملک میں سگ (کتا) اور کسی میں بلی غرض یہ کسی کو بھی نہیں چھوڑتا نباتات میں پھل پھول برگ بیخ سب اس کے استعمال کے واسطے قدرت نے تجویز کی ہیں۔ دریائی جانوروں میں سے مچھلی و کچھوا سنار وغیرہ سب کو یہ ہضم کر جاتے ہیں اس ملک میں جو غذا نباتات وحیوانات اس کی خوراک مروج ہے اس کا مختصر حال معہ افعال وخواص وطبیعت ہدیۂ ناظرین پیش کرتا ہوں۔

آلو:۔ سرد خشک ہے اور یہ ثقیل دیر ہضم مغلظ معدہ و بادانگیز مزید و مولد و مغلظ منی مقوی مثانہ ہے۔

آڑو:۔ سرد و تر، مسکن تشنگی و دافع بخارات حار یابس و جوش خون و صفرا و دافع حمایات صفراوی اور دافع بدبوئے دہن دیر ہضم اور اسہال پیدا کرتا ہے۔

امرود:۔ سرد تر، مفرح ومقوی اور جالی وقابض اور مقوی دل وجگر ومعدہ دافع خفقان وسوزش مثانہ وملین، طبع ساتھ قوت قابضہ کے۔

آم:۔ گرم تر، مقوی ارواح ومقوی اعضاء رئیسہ اور مری ومعدہ اور امعاء و مقوی گردہ اور بدن کو فربہ کرتا ہے اور ادرار بول اور طبیعت کو ملین کرتا ہے اور خون صالح پیدا کرتا ہے۔

انجیر:۔ گرم تر، کثیر الغذا اور مولد خون اور مقوی گردہ دافع فالج ولقوہ مسمن بدن ملین سینہ وریہ کو صاف کرتی ہے وجع مفاصل میں مفید ہے۔

انار:۔ سرد تر، قلیل الغذا اور مولد خلط صالح ملین بطن، مقوی قلب مدد بول اور مورث تشنگی، کھانا اس کا بعد طعام محروم مرماج کو مفید ہے اور یرقان اور طحال و کبد و استسقاء زقی وخفقان ودرد سینہ اور کھانسی گرم وتصفیہ آواز اور فربہ کرنے بدن کو مفید ہے۔

انگور:۔ گرم تر، کثیر الغذا اور تولید خون صالح پیدا کرتا ہے سب میوؤں میں سے غذائیت میں افضل ہے اور مصفی خون ہے مسمن بدن اور مقوی گردہ ہے مولد ریاح معدہ ہے۔

اخروٹ:۔ گرم خشک، ملین طبع محلل مبہی مانع تخمہ ومقوی اعضاء رئیسہ ومقوی حواس باطنی اور کھانا اس کا ساتھ انجیر کے بڑھاپے میں بہت فائدہ کرتا ہے مقوی باہ ہے۔

بینگن:۔ گرم وخشک، مقوی معدہ ملین صلابات مدر بول مسکن اوجاع حارہ مجفف ومولد سودا محدث بثور وقوبا ودرد چشم پیدا کرتا ہے مولود درد پہلو وقابض ہے۔

بادام:۔ گرم تر، نفخ سدہ حافظہ قوتو نکا، حافظہ جو ہر دماغ وباصرہ اور ملین طبع و حلق وسینہ ودافع کھانسی خشک وربو وذات الجنب ونفث الدم کو بھی مفید ہے ور پوست اس کا جلایا ہوا تقویت لثہ ونداں کے مفید ہے۔

پالک :۔ سرد تر ملین جالی قاطع صفرا جید الغذا سریع الہضم دافع تشنگی اور تپ گرم و امراض سینہ و ریہ و درد کمر و سل و عسر البول و حرقت البول و یرقان کو نافع ہے۔

پیاز :۔ گرم و خشک مقوی باہ اور دافع ضرر وبائی و دافع طاعون و ہیضہ و مدر بول اور حیض مفتت حصات کثیر الغذا منقی سینہ و شش و ہاضم دافع امراض چشم و یرقان مولد ریاح نفخ پیدا کرتا ہے۔

پودینہ :۔ گرم و خشک، منقی فضول ریاح و مقوی معدہ دافع غشیان و فواق و حمیات بارد و محلل ریاح و دافع استسقاء و جنین مشیمیہ اور دافع ہیضہ مقوی جگر و معدہ ہے۔

پستہ :۔ گرم خشک، مقوی ذہن اور حافظہ قوت دماغ کا اور دافع سرفہ مقوی قلب دافع خفقان اور رمرخض قے و متلی اور برودت کبد کو دور کرتا ہے۔ مقوی باہ تقویت معدہ کو دیتا ہے۔

توئی :۔ سرد و تر، منضج مادہ بلغم خام کی دافع اماس اعضاء باطنی اور استسقاء و طحال و جذام و بواسیر و فساد بلغم و صفرا دافع قرحہ مجاری بول مقوی اعضاء زود ہضم ہے۔

چولائی :۔ گرم خشک، سریع الہضم دافع صفراء اور عرق بدنی اور بواسیر کی ہے۔

چلغوزہ :۔ گرم خشک مولد منی، دافع درد پشت درد اعصاب و استرخاء و عرق النساء دیر ہضم مقوی باہ مقوی دماغ دافع کھانسی خشک کا ہے۔

چنا :۔ گرم خشک، مفتح سدد جگر اور طحال جالی جرب سرطان رحم کو بہت فائدہ کرتا ہے مقوی باہ مولد خون صالح مسمن بدن دیر ہضم ہے۔

توت :۔ گرم تر، مولد خون صالح مرطب دماغ مفتح سدہ جگر فساد طحال مسمن بدن جیسی مقوی گردہ مدر بول ملین طبع مصفیٰ خون اور امراض حلق میں بہت مفید ہے۔

تبربوز :۔ سرد تر مسمن بدن دافع استسقاء و یرقان مدر بول مخرج حصات گردہ و مثانہ مولد بلغم دافع پیاس ہے۔

خربزہ:۔ گرم تر مسمن بدن دافع استسقاء ویرقان سنگ گردہ ومثانہ میں بہت مدد دیتا ہے ہاضم طعام ہے۔

دھنیا:۔ سرد خشک مفرح مقوی دماغ ومعدہ دافع صرع ورعاف ہے خفقان ودسواس ہے دافع اسہال دموی ودافع سوزاک وجریان منی کا ہے۔

خرفہ:۔ سرد وتر، حرارت جگر ومعدہ کو دور کرتا ہے اور تپ گرم کو فائدہ دیتا ہے، مدر بول ہے دافع سنگ گردہ ومثانہ اور ورم حار کو دور کرتا ہے بواسیر خونی کو بہت مفید ہے۔

چاول:۔ سرد خشک مولد خلط صالح دافع پیاس مسمن بدن مولد منی دافع قروح امعاء اور اسہال دموی اور اختناق ارحم میں خاص غذا ہے امراض گردہ ومثانہ کو مضر ہے۔

جامن:۔ سرد خشک، حابس اسہال صفراوی دموی معدہ اور خناق کو دور کرتا ہے تشنگی کو دور کرتا ہے مرض ذیابیطس میں بہت مفید ہے۔

بیضۂ مرغ:۔ زردی گرم تر، جیدالکیموس کثیر الغذا مقوی قلب ودماغ مبہی و مقوی بدن نفث الدم وخشونت معدہ دافع قروح گردہ ومثانہ اور مولد خون صالح ہے۔

دودھ گاؤ:۔ معتدل گرمی وتری میں پینا اس کا مقوی وجوہر دماغ اور رافع نسیان و مالیخولیا و وسواس اور نیک کرنیوالا رنگ رخساروں کا اور دافع امراض بینی کا سب اغذیہ میں افضل غذا ہے۔

سیب:۔ گرم تر مفرح مقوی دل ودماغ وجگر ہے دافع خفقان ومقوی قلب ومعدہ دافع غشی ہے۔

سنگھاڑہ:۔ سرد وخشک مقوی باہ محرورونکا اور اسہال الدم اور سنگ گردہ و مثانہ وسوزش بول کو دافع پیاس اور مقوی قلب ہے اور مسمن بدن ہے مولد منی ہے اور رقت منی کو دور کرتا ہے، دیر ہضم ہے اور ناصور مقعد کو بہت مفید ہے۔

شلجم:۔ گرم تر، ملین سینہ وطن مولد منی مدر بول مشتہی طعام مقوی باہ دافع کھانسی خشک تریاق سموم ہے۔

ککڑی:۔ سرد تر ملین سینہ اور بدن، مولد منی مدر بول مشتہی طعام مقوی باہ مسکن حدت خون دافع خفقان مولد ریاح دافع اسہال۔

کریلا:۔ گرم خشک محلل جالی دافع فالج ولقوہ وصرع کا اور دافع کزاز و وجع مفاصل وسرفہ بارد مقوی گردہ ومثانہ کا۔

کھیرا:۔ سرد تر، دافع صفرا خون مدر بول دافع سنگ گردہ ومثانہ دیر ہضم موسم برسات میں اکثر ہیضہ پیدا کرتا ہے۔

گاجر:۔ گرم وتر، مہی مولد منی مقوی معدہ قلب قاطع بلغم دافع سرفہ ودرد سینہ مخرج سنگ مثانہ دافع اسہال ودافع خفقان غشی ہے۔

گوبھی:۔ سرد تر مقوی باہ مولد ریاح دافع فساد خون دافع سوزاک مدر بول دافع نفث الدم وقے الدم نفاخ پیدا کرتی ہے۔

گوشت گاؤ:۔
گرم خشک کثیر الغذا غلیظ خلط سوداوی پیدا کرتا ہے اور مولد جذام وبہق وقوبا قلب کو سیاہ کر دیتا ہے۔

گوشت خرگوش:۔ گرم خشک قرحہ ریہ اور ملین شکن ہے قلیل الغذا اشکم کو غلیظ کرتا ہے۔

گوشت کبوتر:۔ گرم خشک دافع فالج ولقوہ مقوی دماغ وگردہ محرک باہ دافع کزاز واستسقاء مولد منی ہے۔

لیموں:۔ سرد تر ملطف وجالی قاع اخلاط لزجہ غلیظ کا دافع خمار وتشنگی کا دافع خفقان وسوزش معدہ مشتہی طعم مقوی معدہ ہے۔

لہسن:۔ گرم خشک محلل جالی مجفف رطوبات مصفی خون دافع ربو وضیق النفس قولنج ولقوہ وفالج وجع الفاصل میں مفید ہے۔

میتھی:۔ گرم خشک، جالی محلل اور منضج اورام مقوی اعصاب اور مقوی بدن ہے ربو و بواسیر و استسقاء و درد جگر و طحال و درد سینہ مقوی ریہ و اورام صلبہ میں مفید ہے۔

مولی:۔ گرم خشک، مولد ریاح محلل محرک آروغ مدر بول ہاضم طعام دافع استسقاء نفخ پیدا کرتی ہیامراض سنگگردہ ومثانہ کو مفید ہے۔

نارنگی:۔ سرد وتر مفرح مقوی ارواح دافع خفقان وغشی مصفی خون امراض طحال میں بہت مفید ہے دافع یرقان ہے ہاضم طعام مقوی جگر ہے۔

ناشپاتی:۔ سرد وتر معتدل مفرح مقوی قلب ومعدہ دافع خفقان دافع تشنگی وسوزش مثانہ قابض مقوی دماغ بھی ہے۔

☆☆☆

جانوروں اور پرندوں کی جبلت

چمپانزی : بندروں کی نفسیات کی ماہر جین گڈال نے ایک عجیب بات بتائی، اسپین میں واقع چمپانزی تحفظ گاہ کا دورہ کیا، ان کی ملاقات ماکو نامی ایک چمپانزی بندر سے ہوئی جو بادلوں کی گھن گرج سن لے تو بے خود ہوکر خوب ناچتا ہے اور پھر بے ہوش ہوجاتا ہے، جین نے اپنی ساری زندگی چمپانزی بندروں پر تحقیق میں گزاری، ان کا کہنا ہے کہ دوسرے بالغ نر چمپانزی آبشار کی آواز سن کر عجیب وغریب حرکتیں کرتے ہیں، ایک چمپانزی جین کے قریب پہنچا، جس کے بال کھڑے تھے، بالکل اسی طرح جس طرح خوف کے عالم میں انسانوں کے رونگٹے کھڑے ہوجاتے ہیں، جیسے جیسے وہ آبشار کے قریب پہنچتے ہیں، آبشار کی تیز آواز سے ان پر دہشت طاری ہوجاتی ہے، مگر بھاگتے نہیں، آبشار کے دامن میں کھڑے ہوجاتے ہیں، قدم بہ قدم جھومتے ہیں، پانی میں اچھل کود کرتے ہیں، آبشار کے دامن میں یہ ناچ عام طور سے 10 سے 15 منٹ تک جاری رہتا ہے۔ غالباً اسی اچھل کود سے وہ اپنا خوف کم کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔

لفنگا ببون بندر :۔ بعض جانور ایسے بھی ہوتے ہیں جو بدتمیزی کی حدیں پار کرجاتے ہیں، کینیا کے نیشنل پارک میں ایک بدتمیز ببون بندر موجود ہے جس

کا نام نک ہے، ماہر حیوانیات رابرٹ سیپولسکی کے مطابق یہ بندر بڑا ہی لفنگا ہے۔ داد گیری سے باز نہیں آتا۔ یہ ایک لڑکا بندر ہے جو نر ببون سے لڑتا ہے بچوں کو دھتکارتا اور دھمکاتا ہے، ماداؤں کو ستاتا ہے اور بوڑھے بندروں سے چھیڑ خانی کرتا ہے مادہ ببون کی یہ عادت ہے کہ وہ کسی بھی نر ببون سے خوفزدہ ہو کر درخت کی سب سے اونچی شاخ پر جا بیٹھتی ہے، کیونکہ نر ببون اپنے بھاری بھرکم جسم کی وجہ سے اتنی اونچائی تک نہیں جا سکتا ہے۔ مگر نک کی تو بات ہی نرالی تھی، لفنگا جو تھا، ایک دن اس نے ایک مادہ ببون کو خوفزدہ کیا تو وہ اونچی شاخ پر جا بیٹھی، نک اسے کہاں چھوڑنے والا تھا، نسبتاً مضبوط ٹہنیوں کے سہارے براہ راست خمادہ ببون کے اوپر پہنچ گیا اور اس کے سر پر پیشاب کر دیا۔

وھیل کا اظہار تشکر:۔ بعض جانداروں میں انسانی جذبات اور عادات بھی پائی جاتی ہیں، جیسا کہ اس واقعہ سے ظاہر ہوتا ہے، شمالی کیلی کے ایک جزیرہ کے قریب لیکڑوں کے مضبوط جال میں پندرہ میٹر لمبی ایک مادہ وہیل مچھلی پھنس گئی۔ اپنے آپ کو آزاد کرانے کی جتنی سعی کرتی، اسی قدر الجھتی گئی، اپنے وزن کی وجہ سے وہ اب ہلنے سے قاصر تھی اور سطح تک پہنچ کر سانس لینے کے لئے بے تاب تھی، ایک غوطہ خور نے جب مچھلی کو قید میں دیکھا تو اپنے ساتھی کے ہمراہ اس کی مدد کو پہنچا۔ جب وہ وہیل کے قریب اس کے منہ پر لپٹا ہوا جال کاٹ رہا تھا تو وہیل اسے بغور دیکھ رہی تھی۔ آزاد ہونے کے بعد اس نے سطح پر آ کر سانس لیا۔ پھر باری باری دونوں غوطہ خوروں کو اپنی تھوتھنی سے چھوا، وہیل کے ایک ماہر نے اسے انوکھا اور انسانی برتاؤ قرار دیا۔ پھر وہ خوشی سے ڈولنے لگی، شاید وہ اس طرح سے شکریہ ادا کر رہی تھی۔

اظہار تعزیت:۔ یہ پڑھ کر آپ کو یقیناً تعجب ہوگا کہ بعض پرندے اور جانور بھی اپنے ہم جنسوں کی موت پر اظہار تعزیت کرتے ہیں، چند برس پہلے کا واقعہ ہے کہ سڑک کے کنارے ایک نیل کنٹھ مرا پڑا تھا، جو غالباً کسی گاڑی سے ٹکرا گیا

تھا، اس کی لاش کے قریب چار پانچ ہم جنس پرندے کھڑے تھے، وہ لاش کے پاس پہنچے، محبت سے لاش کے جسم پر اپنے پنجے پھیرے اور پیچھے لیٹ گئے، اب ایک پرندہ اڑا اور کچھ دیر بعد پنجے میں گھاس پھونس لے آیا اور اسے لاش پر رکھ دیا، دوسرے پرندوں نے بھی ایسا ہی کیا، جب لاش اچھی طرح سے ڈھک گئی تو پھر سے اڑ گے، ماہرین طیور کا کہنا ہے کہ شاید وہ اپنے دوست کی تکفین وتدفین کرنے اور الوداع کہنے آئے تھے، کوؤں میں بھی یہ جبلت دیکھی گئی ہے، جو اجتماعی سطح پر ہوتی ہے، چڑیا یا دیگر پرندوں کے نا قابل پرواز بچے جب گھونسلے سے گر پڑتے ہیں تو ماں اس کے چاروں طرف منڈلاتی ہے، اسے اٹھا کر گھونسلے میں رکھنے سے قاصر ہوتی ہے، آخرکار بچہ تڑپ کر مر جاتا ہے، ہاتھی بھی اپنے مردہ ساتھی کو دیکھ کر اظہار غم کرتے ہیں اور ان کی آنکھوں سے آنسو جاری ہوتا ہے، گوریلا اونٹ اور لاما بھی مردے کا صدمہ لیتے ہیں ایک ماہر حیوانیات نے ایک واقعہ سنایا۔ جب ایک لاما بڑھاپے کی وجہ سے مر گیا تو دوسرے ہی دن اس کا جگری دوست اس صدمہ کو برداشت نہ کر سکا اور فوت ہو گیا۔ ان دونوں کی موت نے ایک مادہ لاما کو اس قدر متاثر کیا، دو دنوں تک ایک جگہ بھوکی پیاسی پڑی رہی، اس کی غذا جوں کی توں دھری رہی۔ وہ حسرت بھری نظروں سے اس مقام کو گھورتی رہی جہاں دونوں لاما گھوما کرتے تھے۔ دو دنوں تک اظہار تعزیت کرنے کے بعد معمول کے مطابق کھانے پینے لگی۔ جین گڈال نے بھی ایک سچی کہانی سنائی، ایک نوجوان چمپانزی اپنی ماں کی وفات کے چند روز بعد ہی صدمے سے فوت ہو گیا، مرنے سے پہلے وہ بہت نحیف ہو چکا تھا اور حسرت بھری نظروں سے اس جگہ کو دیکھا کرتا تھا، جہاں اس کی ماں مری تھی۔

اظہار محبت:۔ دو کتے دوست تھے، ایک دن ایک کتے نے اپنے دوست کی آنکھوں سے خون رستا ہوا دیکھا، جو کوئی اس کی طرف بڑھتا دوست کتا

آگے بڑھ کر بھونکتا اور غراتا، جانوروں کے معالج نے بتایا کہ کسی ظالم نے بے رحمی سے اسے مارا تھا، آپریشن ضروری تھا، معالج نے آپریشن کر کے دونوں کتوں کو ایک پناہ گاہ میں بھیج دیا۔اس موقع پر دوست کتا سائے کی طرح اسکے ساتھ رہا اور اس کی نگرانی کرتا رہا۔

اسی قسم کا ایک دوسرا واقعہ کینیا کے نیشنل پارک میں ظہور پذیر ہوا، بابل نام کی ایک لنگڑی ہتھنی تھی۔ دوسرے ہاتھی اسے اکیلا کبھی نہیں چھوڑتے تھے، جب وہ چلتے چلتے رک جاتی تو دوسرے ہاتھی بھی رک کر اسے حسرت بھری نظروں سے دیکھتے۔سر دار ہاتھی کھانا کھلانے میں مدد کرتا، اگرچہ کہ ہاتھیوں کا اس میں کچھ ذاتی مفاد نہیں تھا۔ کیونکہ وہ انسان تو تھے نہیں کہ اپنے مفاد کی خاطر اس کی تیمارداری کرتے، تمام ہاتھی غیر مشروط ہمدردی رکھتے تھے۔

☆☆☆

موت کی دستک ہیں ڈیری پروڈکٹ

دودھ میں ملاوٹ کا ہونا کوئی نئی بات نہیں ہے، پانی ملے ہوئے دودھ کی تو ہمیں عادت سی پڑ چکی ہے، دودھ میں ملاوٹ کا سب سے پہلا ذریعہ پانی ہے، اگر صاف پانی ملایا گیا ہے تو اس سے بھلے ہی فائدہ نہ ہو، مگر صحت پر بھی کوئی برا اثر بھی نہیں پڑتا، ہاں! دودھ کی کوالٹی ضرور کم ہو جاتی ہے، اس کے لئے ہم اور آپ ذہنی طور پر تیار رہتے ہیں، ہمیں معلوم ہوتا ہے کہ دودھ والا بغیر پانی ملائے دودھ نہیں لائے گا، ہاں! ہم اتنی امید ضرور کرتے ہیں کہ جو پانی وہ دودھ میں ملا رہا ہے کم سے کم وہ صاف ہونا چاہیے۔ آلودہ پانی ملا ہوا دودھ ہیپٹائٹس جیسی بیماریوں کو دعوت دیتا ہے، لیکن آج ہم جو دودھ پی رہے ہیں، اس میں کتنا قدرتی اور کتنا نقلی دودھ ملا ہوا ہے، اس کی کوئی گارنٹی نہیں ہے۔ دہلی کے محکمہ صحت کے ایک اندازے کے مطابق صرف راجدھانی دہلی میں ہر روز ایک لاکھ لیٹر سنتھیٹک دودھ اور 30 ٹن سنتھیٹک کھویا بنایا اور بیچا جاتا ہے۔ دودھ میں پانی تو پرانے زمانے سے ملایا جاتا رہا ہے، لیکن حالیہ کچھ برسوں میں دودھ میں جن کیمکل کی ملاوٹ ہونے لگی ہے، وہ کافی خطرناک ہیں۔ کئی مقامات سے لیے گئے دودھ کے نمونوں کی جانچ میں چونکا دینے والے حقائق سامنے آئے

ہیں۔ اس میں جو چیزیں ملائی جا رہی ہیں ان میں چونا، سوڈیم، ہائیڈرو آکسائڈ، سوڈیم کاربونیٹ، سوڈیم بائیکاربرینٹ اور یوریا خاص طور پر قابل ذکر ہے، دودھ کو دیر تک خراب ہونے سے بچانے کے لیے ان کیمیکل کا استعمال دودھ والے کرتے ہیں، تاکہ انہیں دودھ بیچنے کے لئے زیادہ وقت مل جائے۔ اس کے علاوہ دودھ میں اسٹارچ، گلوکوز، چینی اور واشنگ پاؤڈر تک ملایا جاتا ہے۔ دودھ کا گاڑھا پن بڑھانے کے لیے اس میں نمک، گلوکوز اور اسٹارچ ملایا جاتا ہے، مدر ڈیری اور امول جیسی بڑی کمپنیاں بھی دودھ پیدا کرنے والوں سے ان کی جگہ پر ہی دودھ جمع کروا کر اپنے پلانٹوں تک منگواتی ہیں۔ ان کے دودھ کی کوالٹی اور اس میں موجود ملاوٹ کی مقدار کی بنیاد پر دودھ کی قیمت طے ہوتی ہے۔ اس کے لیے لیکٹو میٹر کا استعمال کیا جاتا ہے۔ عام طور پر دودھ کی پیداوار کرنے والے اس کی مقدار کو بڑھانے کے لیے دودھ میں پانی ملاتے ہیں، جس سے دودھ میں موجود کاربوہائیڈریٹ کی مقدار کم ہو جاتی ہے۔ اس کمی کو لیکٹو میٹر کی آنکھ سے بچانے کے لے دودھ میں ریفائنڈ تیل، ڈٹرجنٹ پاؤڈر، یوریا اور اسٹارچ ملایا جاتا ہے، اس سے دودھ کا گاڑھا پن اور سفیدی بڑھ جاتی ہے، ساتھ ہی اس میں کاربوہائیڈریٹ اور نائٹروجن کی مقدار بھی بڑھ جاتی ہے، جو دودھ کی بہترین کوالٹی کا احساس کراتی ہے، لیکن ان کیمیکلوں سے بنے دودھ کے استعمال سے صحت پر کتنا برا اثر پڑتا ہے، اس کا اندازہ آسانی سے لگایا جا سکتا ہے۔

صرف دودھ ہی نہیں بلکہ دودھ سے بنی دیگر پیداوار میں بھی کھلے عام ملاوٹ ہو رہی ہے۔ مٹھائی کی دکانوں میں سجی رنگ برنگی کھوئے کی برفی اور ملک کیک دیکھ کر آپ کے منھ میں پانی ضرور آتا ہوگا، لیکن جس کھوئے سے یہ مزے دار مٹھائیاں بنائی جاتی ہیں، آج اس کی کوالٹی کی کچھ گارنٹی نہیں ہے۔ خاص طور پر تہواروں کے دنوں میں تو ملاوٹی نقلی کھوئے کا کالا کاروبار اپنے عروج پر پہنچ جاتا ہے، دودھ کو گاڑھا کر

کے کھویا بنایا جاتا ہے، لیکن زیادہ ہیں۔ ان کے استعمال سے فوٹ پائزننگ سمیت الٹی، دست اور پیٹ میں درد کی شکایت ہوسکتی ہے۔ ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ نقلی اور ملاوٹی دودھ اور دودھ سے بنی چیزوں کے استعمال سے پیٹ کی خطرناک بیماریاں ہوسکتی ہیں ملاوٹی کھویا اور نقلی دودھ بنانے میں استعمال ہونے والا یوریا اور کاسٹک سوڈا دل، جگر اور گردوں کو نقصان پہنچا سکتا ہے۔ کاسٹک سوڈے میں سوڈیم ہوتا ہے، جو ہائی بلڈ پریشر اور دل کی بیماریوں کے لیے زہر کے برابر ہے، کاسٹک، سوڈا، دودھ کے ایک ضروری جز لائسنگ کو عمل میں آنے سے روکتا ہے جو حاملہ خواتین اور ان کے پیٹ میں پل رہے بچے کے لیے خطرناک ثابت ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ یہ پروٹین اور کیلشیم کی صلاحیت کو بھی ختم کر دیتا ہے ڈٹرجنٹ، فوٹ فائزننگ، الٹی، دست، پیٹ درد کے علاوہ مردانہ صلاحیت کو بھی کمزور کرتا ہے، مٹھائیوں میں ملے نقصان دہ تیل اور نقلی رنگ سے ڈراپسی، لقوہ مارنا اور کینسر تک ہوسکتا ہے، نقلی دودھ کی اس عجیب و غریب ایجاد کے لیے جس نے کتنی ہی زندگیوں کو تباہ کر دیا ہے، ہم کس کا شکریہ ادا کریں۔ ملک میں معاشی ترقی کے شوروغل میں ڈیری سیکٹر کو لائسنس سے آزاد کر دیا گیا ہے۔ دودھ اور دودھ سے بنی چیزیں 1992 کے ایکٹ کے تحت 10 ہزار لیٹر روزانہ پیداوار کی صلاحیت رکھنے والی ڈیریوں کا پنچ نامہ ضرری قرار دیا گیا تھا، اسے ایک جھٹکے میں بڑھا کر 65 ہزار لیٹر تک کر دیا گیا۔ حکومت کی اس دریا دلی کا ہی نتیجہ تھا کہ ہزاروں کی تعداد میں چھوٹی چھوٹی ڈیریاں کھل گئیں جن پر حکومت کا کوئی کنٹرول نہیں رہا، انہیں دودھ بنانے والوں نے راتوں رات امیر ہونے کا ایک نیا نسخہ تلاش کرلیا، جس کا نام سنتھیٹک یعنی نقلی دودھ ہے۔ 15 سال پہلے کرک شیتر ہریانہ کے ایک دودھ والے نے سنتھیٹک دودھ کی ایجاد کی تھی اور ہر اچھی چیز کی طرح یہ بھی پنجاب، ہماچل پردیش، راجستھان، اوراتر پردیش میں کافی تیزی سے پھیل گیا۔ فی الحال کسی

نہ کسی شکل میں یہ پورے ملک کی تندرستی خراب کر رہا ہے اور ایک اندازہ کے مطابق دہلی میں کل صرف کا محض 25 فیصد دودھ ہی پوری طرح قدرتی اور خالص ہے۔ حقیقت تو یہ ہے کہ آج یہ دودھ مافیا اپنی ایک الگ حکومت چلا رہے ہیں۔

اسی طرح تہواروں کا موسم شروع ہوتے ہی قومی راجدھانی دہلی اور آس پاس کے شہروں میں نقلی کھوئے اور ملاوٹی گھی کے کارخانوں کا سیلاب آجاتا ہے، ہر سال ہزاروں کلو نقلی کھویا اور چربی ملا ہوا گھی برآمد کیا جاتا ہے۔ درجنوں موت کے سوداگر جیل کی سلاخوں کے پیچھے پہنچتے ہیں، پھر بھی یہ کاروبار دن بہ دن بڑھتا ہی جا رہا ہے، ملک پاؤڈر اور ریفائنڈ تیل کو ملا کر کھویا بنایا جاتا ہے، اس کو مزید قدرتی شکل دینے کے لیے اس میں میدہ، اسٹارچ، نقل رنگ اور کچھ مقدار میں دیسی گھی بھی ملایا جاتا ہے۔ 60-70 روپے فی کلو کی لاگت سے تیار ہونے والا یہ کھویا بازار میں 200 سے 300 روپے فی کلو بیچا جاتا ہے۔

دیسی گھی کا حال تو اور بھی برا ہے، اس میں بڑے پیمانے پر مرے ہوئے جانوروں کی چربی اور بناسپتی گھی کی ملاوٹ ہوتی ہے، مغربی اتر پردیش ایسے زہریلے گھی کی پیداوار کا ایک بڑا مرکز بن چکا ہے۔ ملک میں چار لاکھ 50 ہزار ٹن دیسی گھی کی پیداوار ہوتی ہے، جس طرح دودھ میں ملاوٹ ہو رہی ہے اور خالص دودھ ملنا مشکل ہے، اسی طرح اتنی بڑی تعداد میں دیسی گھی کی پیداوار ناممکن بات ہے، ایسا مانا جاتا ہے کہ صرف 25 فیصد ہی دیسی گھی بازار میں دستیاب ہے۔ باقی اسی طرح جانوروں کی چربی اور بناسپتی گھی سے بنا ہوا دیسی گھی کھایا جا رہا ہے۔

گذشتہ دنوں آگرہ کے پاس جھرنا نالہ علاقے میں پولس نے ایک نقلی گھی کے کارخانے کا پردہ فاش کیا تھا۔ یہاں سے 25 بڑے ڈرم اور 150 ٹن مرے ہوئے جانوروں کی چربی برآمد کی گئی۔ اس کے علاوہ بڑی تعداد میں گھی بنانے کا دیگر سامان

بھی ضبط کیا گیا۔ایک دوسرے واقع میں آگرہ کے ہی اعتماد پور کے پاس ایک ایم پی کے فارم ہاؤس سے بڑی تعداد میں جانوروں کی چربی برآمد کی گئی تھی، جسے گھی بنانیوالوں کوسپلائی کیا جاتا تھا، بہرحال مذکورہ بالا حقائق سے یہ اندازہ لگایا جا سکتا ہے، کہ نقلی دودھ اوراس سے بنی چیزوں کا کاروبار ملک میں کتنے بڑے پیمانے پر ہورہا ہے اوراس میں ملک کے لیڈران تک ملوث ہیں،ایسے میں یہ فکر لاحق ہونا فطری بات ہے کہ لاکھوں کی تعداد میں موت کے سوادگر انسانی جانوں سے کھلواڑ کرر ہے ہیں اور پولس وانتظامیہ خاموش تماشائی بنی ہوئی ہے۔جب ملک کے نونہال اتنا زہریلا دودھ پیئں گےتو ملک کا مستقبل کیا ہوگا؟۔

نقلی دودھ اوراس سے بنی چیزوں کا صحت پر اثر

ملاوٹی چیزیں	صحت
آلودہ پانی	جگراور نظام ہضم کی بیماریاں ہوتی ہیں۔
یوریا	دل،جگراور گردوں کونقصان ہوتا ہے۔
کاسٹک سوڈاذ	ہائی بلڈ پریشر اور دل کی بیماریوں کے لیے زہر ہے۔حاملہ خواتین اوران کے پیٹ میں پل رہے بچے کے لیےبھی خطرناک ہے۔
ڈٹرجنٹ پاؤڈر	فوڈ پائزننگ، نظام ہضم کو نقصان، الٹی، دست، پیٹ نامردگی کو بڑھاتا ہے۔
نقلی تیل	ڈراپسی کو بڑھاتا ہے۔
نقلی رنگ	الٹی،دست،لقوہ اور کینسر کو بڑھاتا ہے۔
فارمولن	جگر کونقصان پہنچاتا ہے۔

دودھ کا تحقیقی جائزہ

قدرتی صلاحی	قدرتی دودھ	نقلی دودھ
مزہ	غیر مزیدار، کچھ لوگوں کو یہ کڑوا تھوڑا میٹھا لگتا ہے۔	
رنگ	سفید	سفید
بناوٹ	انگلیوں کے درمیان رگڑنے سے صابن جیسی چکنائی کا کوئی احساس نہیں ہوتا۔	انگلیوں کے درمیان رگڑنے سے صابن جیسی چکنائی کا احساس ہوتا۔
گرم کرنے پر اثر	رنگ میں کوئی تبدیلی نہیں ہوتی ہے۔ سفید ہی رہتا ہے	ابالنے پر رنگ میں پیلا پن آجاتا ہے۔

نقصانات

نقلی دودھ کے استعمال سے فوڈ پائزننگ سمیت الٹی، دست، پیٹ درد کی شکایت ہوسکتی ہے، ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ آلودہ اور ملاوٹی دودھ کے استعمال سے پیٹ کی خطرناک بیماریاں ہوسکتی ہیں۔

نقلی دودھ میں استعمال یوریا اور ٹاسٹک سوڈا دل، جگر اور گردوں کو نقصان پہنچاتا ہے، کاسٹک سوڈا دودھ کے ایک ضروری جزلائسنگ کو ایکٹیو ہونے سے روکتا ہے، جو حاملہ خواتین اور ان کے پیٹ میں پل رہے بچے کیلیے خطرناک ہے۔ ڈٹرجنٹ، فوڈ فائزننگ اور الٹی، دست اور پیٹ درد کے علاوہ مردانہ صلاحیت کو بھی کمزور کرتا ہے، جب کا فارمولن جگر نقصان پہنچاتا ہے۔

سنتھیٹک دودھ کیا ہے؟

سنتھیٹک دودھ متعدد کیمایے کے محلول سے تیار کیا جاتا ہے، یہ ایک سفید رقیق چیز ہے جو دیکھنے میں قدرتی دودھ جیسی معلوم ہوتی ہے، دودھ والے گائیں اور بھینس کے دودھ سے کریم نکال کر اس میں سنتھیٹک دودھ ملا دیتے ہیں، اس نقلی دودھ میں کیمیکل کی مقدار اتنی چالاکی اور صحیح مقدار میں ملائی جاتی ہے کہ لیکٹو میٹر کے ٹیسٹ سے یہ صاف بچ نکلتے ہیں۔

ایک لیٹر سنتھیٹک دودھ کو بنانے کا عمل

● ایک لیٹر پانی ● 17 گرام ریفائنڈ تیل ● 1.2 گرام ڈٹرجنٹ پاؤڈر ● 1.6 گرام، یوریا

ان سبھی چیزوں کو ایک بلینڈر میں ڈال کر اس وقت تک ملایا جاتا ہے، جب تک یہ گاڑھا اور جھاگ دار تازے دودھ کی شکل اختیار نہ کرلے، اس طرح تیار نقلی دودھ کو کریم نکالے ہوئے قدرتی دودھ میں ملا دیا جاتا ہے۔ اس کے کئی دنوں تک خراب ہونے سے بچانے کے لئے اس میں ایک زہریلا کیمیکل فورمیلن ملا دیا جاتا ہے۔ ایک لیٹر سنتھیٹک دودھ کو بنانے پر اوسطاً دو روپے کا خرچ آتا ہے اور یہ قدرتی دودھ کے طور پر 25 سے 30 روپے فی لیٹر بیچا جاتا ہے، اس زہریلے دودھ سے دودھ کی دیگر پیداوار بھی تیار کی جاتی ہے اور اس طرح تقریباً 60 سے 70 روپے فی لیٹر کی کمائی ہوتی ہے۔ (روزنامہ راشٹریہ سہارا، امنگ بنگلور شمارہ 31/اکتوبر 2010ء)

☆☆☆

گاجر بھی ہے صحت کی ضامن

تاثیر:۔ تر اور گرم، گاجر میں جسم کے لئے قوت بخش اجزا ہوتے ہیں اس کے رس میں زندگی بخش طاقت ہوتی ہے، ذیابیطس وغیرہ کی بیماریوں کے علاوہ جس میں کھمیٹھا کھانا منع ہے عموماً ہر مرض میں گاجر استعمال کی جاسکتی ہے، گاجر کھانے کے بہ نسبت اس کا رس پینا زیادہ مفید ہے گاجر کے ہرے پتوں کی سبزی بھی بنائی جاتی ہے، پھلوں اور سبزیوں میں پائے جانیوالے معدنیاتی اجزا پسینہ، پیشاب، پاخانہ اور کف وغیرہ کے ذریعہ نقصان دہ اجزا کو جسم سے باہر نکال دیتے ہیں اگر جسم میں یہ معدنیات نہیں پہونچیں گی تو جسم کی پوری طرح صفائی نہیں ہو پائے گی، ان میں پایا جانے والا کھارا پن تیزابیت کے مضر اثرات کو زائل کر دیتا ہے کھارے پن کی وجہ سے گاجر خون کی صفائی کرتی ہے کچی گاجر چبا کر کھانا زیادہ مفید ہے، گاجر کے پتوں کی سبزی پکانے کی بہ نسبت چھ گنا زیادہ فولاد ملتا ہے۔ گاجر کے فوائد دودھ، کاڈلیور آیل اور لال پام کے تیل کے فوائد جیسے ہیں، گاجر اور سیب کے فوائد بھی ملتے جلتے ہیں، گاجر کا رس پینے سے ہاضمہ درست رہتا ہے، لمبی بیماری کے بعد اس کے نقصان کی بھرپائی کرنے میں گاجر کا رس بہت مفید ہے اس سے مریض جلدی چست تازگی سے بھرپور اور صحت مند ہو جاتا ہے۔ پتلی اور چھوٹی گاجر ذائقہ دار اور مقوی اور دیگر خوبیوں سے بھرپور ہوتی ہے۔ گاجر اور پالک کے رس میں سینکا ہوا زیرہ اور کالا نمک ملا کر پینے سے افادیت بڑھ جاتی ہے۔ مریضوں کو گاجر کا رس کھانے کے طور پر دیا جاسکتا ہے، اس سے ان کی صحت میں تیزی سے سدھار ہوتا ہے۔

قوت باہ:۔ گاجر منی کو بڑھاتا ہے یہ قوت باہ میں اضافہ کرتا ہے۔(۱) گاجر کے رس میں شہد ملا کر پینے سے منی گاڑھی ہوتی ہے اور مادہ منویہ کو قوی بناتا ہے۔(۲) گاجر کے ۱۵۰ر گرام کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے تین کلمی لہسن ۵رعدد لونگ کی بنا کر روز صبح کھائیں رات کو سوتے وقت ایک گلاس دودھ پئیں۔(۳) گاجر و آنولہ کے ملے ہوئے رس میں کالا نمک ملا کر روزانہ پئیں۔

آنکھوں کی روشنی کیلئے وٹامن اے(A) کی کمی سے آنکھوں کی بینائی کمزور ہو جاتی ہے اور گاجر وٹامن 'اے' کا ذخیرہ ہے، کچھ دنوں تک گاجر اور پالک کا ایک گلاس رس صبح و شام پیتے رہنے سے ممکن ہے کہ چشمہ کی ضرورت باقی نہ رہے۔

بال جھڑنا:۔ گاجر، پیاز اور ہری دھنیا کی سلاد روزانہ کھانے سے بال جھڑنا بند ہو جاتے ہیں، اس سلاد سے فاسفورس کافی مقدار میں ملتا ہے جو بالوں جڑوں کو مضبوط بناتا ہے۔گاجر اور پالک کا رس روزانہ پینے سے کافی فائدہ ہوتا ہے۔

اسقاط حمل:۔ ایک گلاس دودھ اور ایک گلاس گاجر کا رس ملا کر ابالیں ابلتے ابلتے جب آدھا رہ جائے تو حاملہ عورت کو پلائیں، اس سے اسقاط حمل نہیں ہوگا، جن کو بار بار اسقاط حمل ہوتا ہو وہ حمل ٹھہرتے ہی اس کا استعمال شروع کر دیں۔

گاجر میں دودھ کی خوبیاں موجود ہیں، دودھ نہ ملنے پر یا مہنگا ملنے پر گاجر کے ذریعہ دودھ کی ساری خوبیاں حاصل کی جاسکتی ہیں۔گاجر میں ماں کے دودھ جیسی معدنیات پائی جاتی ہیں، گاجر کا رس ہر قسم کے بخار، کمزوری وغیرہ میں مفید ہے سردی کے موسم میں گاجر کے استعمال سے جسم کو گرمی ملتی ہے، گاجر کئی رنگ کی ہوتی ہیں، سب کی خوبیاں یکساں ہوتی ہیں، کالی گاجر میں فولاد زیادہ ہونے کی وجہ سے سب سے اچھی مانی جاتی ہے۔گاجر، پالک، اور چقندر کا ملا ہوا رس ایک ایک گلاس صبح و شام پینے سے خون بڑھتا ہے۔

☆☆☆

کینسر کی بیماری کیلئے مجرب نسخہ

اللہ تعالیٰ نے فرمایا (حضرت ابراہیمؑ کی زبان سے) ''جب میں بیمار ہوتا ہوں تو اللہ تعالیٰ شفاء عطا فرماتے ہیں'' اور رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ''بیماروں کا علاج کرو مگر حرام دواؤں سے نہیں''۔

یہ نسخہ سرطان کی بیماری کے لئے خاص ہے اللہ تعالیٰ تمام مسلمانوں کو کینسر کی بیماری اور تمام بیماریوں سے محفوظ رکھے آمین!

قبل اس کے کہ یہ نسخہ پیش کروں، ایک شخص کو دماغ کا کینسر ہوا تھا اور وہ بغرض علاج امریکہ گیا اور وہاں مختلف دواؤں سے اس کا علاج کیا گیا مگر اس سے کوئی فائدہ نہیں ہوا ڈاکٹروں نے موت کا فیصلہ سنایا اور وہ واپس آکر موت کا انتظار کر رہا تھا اللہ تعالیٰ نے ایک شخص کو مسیحا بنا کر بھیجا ا راس نے اس خاص نسخے سے علاج کیا الحمدللہ اس سے فائدہ ہوا۔

نسخہ یہ ہے:

ہوالشافی! (شہ خالص، کالونجی، لہسن، ایلوا، حلتیت) اس مریض نے تین مہینے مسلسل استعمال کیا پھر امریکہ دوبارہ گیا برائے ٹسٹ اور وہاں ڈاکٹر سے ٹسٹ کروایا

تمام ڈاکٹر حیران رہ گئے کہ کینسر کا ورم تحلیل ہو چکا تھا اور مرض صحت من ہو گیا تھا۔ الحمد للہ علی کرمہ واحسانہ۔

رحیمی شفاء خانہ سے یہی نسخہ بلڈ کینسر والوں کو بھی دیا گیا بحمد اللہ تعالیٰ ایسے مایوس مریضوں کو بھی فائدہ ہو رہا ہے، یہ نسخہ رحیمی شفاء خانہ میں کم و بیش سولہ سالوں سے استعمال کرایا جا رہا ہے اللہ کے فضل سے بے شمار مریض سکون و اطمنان کی زندگی گزار رہے ہیں۔

اس مؤثر نسخہ سے ایک اور بیمار جس کو حلق کا کینسر ہو گیا تھا نہ وہ کھا سکتا تھا نہ پی سکتا تھا شدید تکلیف میں مبتلا ہو گیا تھا وہ بھی اس نسخہ سے شفا پا گیا الحمد للہ وہ پھر سے کھانے اور پینے کے لائق ہو گیا لہٰذا اللہ تعالیٰ کے حکم سے سرطان کے مریضوں کو شفاء پہنچانے والا یہ نسخہ عام کیا جاتا ہے تاکہ ان بیماریوں میں مبتلا ہونے والے مریض (اللہ شافی کی شفاء سے) صحت مند ہو جائیں۔

نسخہ بنانے کا طریقہ: 1۔ آدھا کلو شہد خالص۔ 2 کلونجی اعلیٰ قسم کا اچھی طرح پسا ہوا، ایک ٹیبل اسپون برابر۔ 3۔ ناٹی لہسن پاؤ بھر (کچلا ہوا) یہ سب شہد میں ملا لیں اور شیشے میں بھر کر رکھ لیں ہر دن صبح سویرے نہر منہ ایک ٹی اسپون معجون شیشے سے نکال کر کھالیں اس کے بعد ایلوے کا ایک چھوٹا ٹکڑا (جو کافی کے دانے کے برابر ہو) اور حلتیت (ہینگ) کا ایک چھوٹا ٹکڑا جو مسور کی دال کے برابر ہو، نگل لیا جائے پھر ٹھنڈا دودھ ایک کپ پی لیں یہ نسخہ تین ماہ تک استعمال کیا جائے درمیان میں دوائی ختم ہو جائے تو پھر بنا کر مکمل تین ماہ تک استعمال کریں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا اور مرض کا ازالہ ہوگا۔ (محمد ادریس حبان رحیمی)

☆☆☆

گلاب کے پھول سے علاج کریں

جب گلاب کے پھول کی پتیاں جھڑ جاتی ہیں تو اس کا پھل ظاہر ہوتا ہے۔ ریگستانی علاقوں کے گلاب کے پھول زیتون جیسا اور پک کر اس کا رنگ لال ہو جاتا ہے۔ ذائقہ میں تھورا سا میٹھا اور کیسلا ہوتا ہے، اس کے اندر سفید لمبے دانے ہوتے ہیں۔ جنگلی گلاب کے پھل کو دلیک کہتے ہیں، اور بستانی گلاب کا پھل عناب (بیر) جیسا ہوتا ہے۔

گلاب کے پھول کے فائدے

ہوالشافی:۔گلاب کے پھول کو سل پر باریک پیس کر سر پر لگائیں اگر گرمی سے سر میں درد ہو تو انشاء اللہ لگانے سے ختم ہو جاتا ہے جس کے مسوڑوں میں درد ہو تو چاہیے کہ اس کو پیس کر ملیں جس سے درد ختم ہوتا ہے اور دانتوں پر ملنے سے قوت آتی ہے، گلاب کے پھول کو کھانے سے معدہ، دل، جگر، کو طاقت حاصل ہوتی ہے، صفراوی دست بند ہو جاتے ہیں۔

زخم کو خشک کرنے میں مفید

ھوالشافی:۔گلاب کے پھول کو سوکھا کر اسکا پاؤڈر بنایا جائے اور اس کو زخموں پر چھڑکنے سے زخم کی رطوبت خشک ہو جاتی ہے، اگر بدن کے کسی مقام سے خون جاری ہو تو اس کو لگانے سے خون فوراً بند ہو جاتا ہے۔

دل کی طاقت کے لئے

ھوالشافی:۔عرق گلاب خالص نیم گرم ایک پاؤ میں کشمش کو صاف کر کے ایک تولہ رات کو چینی کے برتن میں بھگو کر رکھدیں، صبح اول وقت میں کشمش کے دانے اٹھا کر کھائیں اوپر سے عرق گلاب نوش کریں یہ دل کو طاقت دیتی ہے اور بھوک کو بڑھاتی ہے۔

گلاب کا تیل بنانے کا آسان طریقہ

یہ بے حد استعمال ہونیوالا طب یونانی کا عمدہ نسخہ ہے۔اسکے کئی طریقے ہیں۔

ھوالشافی:۔گلاب کی تازہ پنکھڑیاں اس کی ڈنڈی سے الگ کریں اور بوتل میں ڈال دیں اوپر سے روغن تیل یا روغن زیتون کو اس سے پر کر دیں اور شیشی کا منہ بند کر کے دھوپ میں رکھدیں۔ جب پھولوں کی پیتاں سفید ہو جائیں اور ان کی طاقت تیل میں آجائے تو ان پتیوں کو نکال کر دوسری پیتاں بدل دیں اس طرح سات مرتبہ نئ پیتاں ڈال کر عمل کو دوہرائیں۔ تیز گرمیوں میں بیس دن تک اور سردی کے دنوں میں چالیس دن کے اندر یہ تیل تیار ہوتا ہے۔آپ کا روغن گل (گلاب کا تیل) تیار ہے کسی باریک کپڑے میں چھان کر شیشی میں محفوظ کرلیں۔

بادام کے تیل میں گلاب کی پتیوں کو پیس کر تیل میں پکایا جائے تو یہ تیل دماغ کے لئے بے حد مفید ہے۔ دماغ کو تیز کرتا ہے، گرمی کے سر درد کو دور کرتا ہے اور بالوں کے لئے بھی مفید ہے۔

حکماء کا قول

حکماء کا قول ہے کہ اگر ایک حصہ گلاب میں دو حصہ پانی میں ملا کر پیا جائے تو اس سے یہ فائدے حاصل ہوتے ہیں، زکام کھل جاتا ہے اور ناک سے پانی ٹپکنے لگتا ہے پیاس کم ہو جاتی ہے بخار میں سر کی گرمی ہلکی ہو جاتی ہے اس میں روئی کا بھاپ بھگو کر آنکھ پر رکھنے سے آنکھوں کی گرمی دور ہو جاتی ہے۔ اور لالی ختم ہو جاتی ہے۔

بچوں اور بڑوں کی مرغوب غذا گلقند

گلاب کے پھول کی سرخ پتیاں تازہ لے کر صاف کر لیں، ترکیب ایک حصہ پھول کی پنکھڑیاں اور تین حصے شکر پہلے پنکھڑیوں کو خوب کوٹ دیں اور شکر کے قوام میں پنکھڑیوں کو ڈال کر شیشی میں بند کر کے دھوپ میں رکھیں جب پھول نرم ہو کر گھل جائیں تو گلقند تیار ہے صبح نہار منہ بچوں کو کھلائیں۔ دماغی قوت کیلئے مفید ہے، اس کی لذت پر فریفتہ ہو کر نادر شاہ جیسا سخت مزاج آدمی یہ کہنے پر مجبور ہوا کہ ''حلوائے خوب است دیگر بیارید'' اس کی دل پسند شیرینی کے ساتھ ایک خوشگوار تلخی بھی محسوس ہوتی ہے جو کہ اس کی شیرینی سے بھی زیادہ لذیذ اور مسرت انگیز ہوتی ہے۔

ھوالشافی:۔ گلاب کے پھول کا تازہ پنکھڑیاں لے کر چینی کے برتن میں ہاتھ سے ملیں۔ اور ان سے دو چند باریک شکر ڈال کر اچھی طرح مالش کر لیں اور برتن میں

بند کر کے دھوپ میں رکھ دیں، اسے صبح شام ہلاتے رہیں، تیس چالیس دن تک دھوپ میں رکھا رہنے دیں اور ہلاتے رہا کریں گلقند تیار ہو جائے گا۔

گلاب کے فوائد

دماغ اور معدہ کو قوت بخشتا ہے۔ رطوبت غربیہ کو خشک کرتا ہے، دفاع کی طرف گندے بخارات کو آنے سے روکتا ہے، خصوصاً جب کہ اس کے بعد غذا کا استعمال کیا جائے۔ ٹی بی کے مرض کے لئے گلقند تازہ بہت مفید ہے۔ اس مطلب کے واسطے ہی گلقند موزوں ہے جس پر سال سے زیادہ عرصہ نہ گذرا ہو، اس کے کھانے کا طریقہ یہ ہے کہ اسے بہ کثرت کھائیں اور روٹی بھی اسی کے ساتھ تناول کریں۔ چنانچہ شیخ الرئیس نے قانون میں لکھا ہے کہ ''میں نے ایک عورت کا جوٹی بی میں گرفتار تھی گلقند کے ساتھ علاج کیا، اس کو آرام ہو گیا اور وہ موٹی ہوگئی۔ اگر گلقند کو پانی میں جوش دیکر مل کر صاف کریں اور پی لیں تو شربت گلاب کا کام دیتا ہے۔ ہاضمہ کو قوی کرتا ہے ملین طبع ہے، قبض دور کرتا ہے۔ بعض اطباء کا خیال ہے کہ اس کو پانی میں جوش نہ دینا چاہئے کیونکہ ایسا کرنے سے اس کے لطیف اور مؤثر اجزاء ضائع ہو جاتے ہیں، اس کو گرم پانی میں مل کر چھان لینا کافی ہے۔

خون کے قے اور گلقند

مریضان ٹی بی کو بھی منہ کی راہ خون بھی بکثرت آیا کرتا ہے جیسے قے الدم یعنی خونی قے کہتے ہیں۔ اس کو روکنے کے لئے بارہا گلقند کا تجربہ کیا گیا ہے اور وہ بفضل تعالیٰ کامیاب رہا ہے، خون کے روکنے کے علاوہ گرمی کی تمام بیماریوں کے لئے بے حد مؤثر چیز ہے۔

بڑھاپے میں جوان

مجدد طبیب حکیم حضرت مولانا حافظ اجمل خان نے ایک صاحب کو ایک نسخہ عطا کیا، اس کے استعمال سے وہ صاحب پیرانہ سالی میں بھی جوان لال سرخ نظر آتے تھے وہ نسخہ گلقند تھا جس کو کثرت سے استعمال کرتے تھے۔

جن لوگوں کو خون کی قے آ رہی ہو ان کو دن میں کم از کم تین بار گلقند دس گرام سے لے کر تیس سے چالیس گرام تک دیتے رہیں، انشاءاللہ چند روز کے استعمال سے آرام ہوگا البتہ مریض کو گرم چیزیں اور تمام گوشت سے پرہیز لازمی ہے۔

☆☆☆

انار بھی ہے اکسیر شفاء

گرمی کے موسم میں انار کا درخت پھل دیتا ہے باہر سے چھلکا زیادہ سرخ ہوتا ہے اور دانے سرخ یا سفید ہوتے ہیں۔

کھٹے انار کے دانوں کو جنہیں انار دانہ کہتے ہیں مقوی معدہ ہاضم چورن میں استعمال کیا جاتا ہے اس کا پانی نہ خونہ سبل کو مفید ہے دانوں کا پانی نچوڑ کر شربت تیار کرتے ہیں جو کہ حابس اسہال مقوی معدہ وجگر حار ہے، بخاروں میں متلی اور قے کو روکنے کے لئے شربت انار برف کے ساتھ مریض کو پلانا چاہیے۔

اطباء قدیم بقراط وسقراط پوست انار و پوست بیخ انار کو کدو دانہ کے کیڑوں کے لئے استعمال کرتے تھے پوست انار کا ابٹن چہرے کی رنگت کو نکھارتا ہے اس کے پھول کلیاں پتے قابض حابس الدم ہیں، گلنار جو کہ جنگلی انار کے پھول اور کلیاں ہوتے ہیں بمقدار دو تین رتی کھانسی اور پیچش میں استعمال کر سکتے ہیں کھٹے انار کا عرق صفراوی قے و دست خارش یرقان اور ہچکی کو دور کرتا ہے انار کا شربت سرد اور مفرح مسکن صفرا ہے۔

انار ایک انتہائی خوش ذائقہ دانے دار پھل ہے اس کی تاریخ اگرچہ کچھ زیادہ واضح تو نہیں ہے مگر اتنا معلوم ہے کہ دنیا میں انار کا پودا سب سے پہلے سرزمین عرب

میں پیدا ہوا اور وہاں سے دیگر مما لک میں پہنچایا گیا عصر حاضر کی طرح ماضی میں بھی اس کا ایک نمایاں مقام تھا شام اور مصر کے قدیم باشندے اسے خوبصورتی کا نشان سمجھتے تھے سبز رنگ کے چمکدار پتوں اور غوانی رنگ کا کلام میں جا بجا اس کا تذکرہ ملتا ہے مغل شہنشاہوں کو انار بہت پسند تھا چنانچہ جب مغل شہنشاہ ظہیر الدین بابر نے ہندوستان پر حملہ کیا تو اپنے ساتھ وہ انار کا پودا بھی لایا، تزک جہانگیری میں درج ہے کہ جہانگیر کے پاس تحفہ میں ایک انار لایا گیا جس کا وزن آدھ سیر سے زائد تھا (آج بھی قندھاری انار آدھا کلو کے قریب قریب پایا جاتا ہے)

اللہ تعالیٰ جسمانی اور روحانی دونوں قسم کے مریضوں کے لئے انار کو معجزہ بنایا ہے اور اکثر امراض اس کے استعمال سے دور ہو جاتے ہیں عباد الرحمٰن کو اللہ تعالیٰ جنت الفردوس میں جگہ دے گا جہاں اسے اور بہت سی نعمتوں کے ساتھ انار کی نعمت سے نوازنے کا وعدہ بھی کیا گیا ہے قرآن مجید میں ارشاد ہے نیک اور صالح عمل کرنیوالوں کے لئے انار کے درختوں کو جھکا دیا جائے گا تاکہ وہ ان درختوں کا پھل آسانی سے اپنے استعمال میں لاسکیں اور انواع واقسام کا یہ پھل اپنے بے شمار ذائقوں کی بناء پر ان لوگوں کے لئے اکل وشرب کا بہترین سامان ہوگا، آج کل بھی انار کو ایک خاص اہمیت حاصل ہے، اسی وجہ سے مشرقی ایشیاء کے مختلف مما لک میں انار کے باغات لگائے جاتے ہیں اس کے دانے کھٹے مائل میٹھے ہوتے ہیں، برصغیر پاکستان و ہندوستان میں لوگ اس کا رس نکال کر پیتے ہیں اور انار کے چھلکے درخت کی چھال اور اس کی جڑوں کا عرق نکال کر دواؤں میں استعمال کیا جاتا ہے اس کی چھال چمڑا رنگنے کے کام میں لائی جاتی ہے خشک انار دانہ چٹنیوں وغیرہ کے کام بھی آتا ہے۔ اردو اور فارسی ادب میں بھی انار کا ذکر موجود ہے ایک انار سو بیمار کا محاورہ بھی کسی شخص نے اس کے فوائد دیکھ کر ہی ایجاد کیا ہے۔

نزلہ وزکام

ھوالشافی:۔ میٹھے انار کے پتے سایہ میں خشک کرلیں اور خوب باریک پیس کر اس میں اتنی مقدار میں شہد خالص چینی یا گڑ شامل کرلیں کہ گولی باندھی جاسکے گولیاں تیار کر کے حفاظت سے رکھیں اور بوقت ضرورت دن میں تین چار مرتبہ چوستے رہیں نزلہ زکام کے علاوہ کھانسی کو بھی مفید ہے۔

نظروں کی کمزوری

ھوالشافی:۔ میٹھے انار کے دانوں کا پانی نچوڑ کر اس کو ایک شیشی میں ڈال کر دھوپ میں رکھ دیں یہاں تک کے پرے پرے گاڑھا ہو جائے اکیسر چشم تیار ہے ہر روز بوقت صبح یا رات سوتے وقت ایک ایک سلائی آنکھوں میں ڈالیں نگاہ کی کمزوری کے لئے نہایت اعلیٰ آسان اور ارزاں دوا ہے۔اس کے چند ہفتے استعمال سے نظر تیز ہو جاتی ہے یہ دوا جتنی پرانی ہو اتنی ہی مفید ہے۔

آنکھوں کی خارش

آنکھوں میں خارش رہتی ہو یا پلکوں کے بال گر گئے ہوں اور آنکھیں سرخ سرخ اور بھدی معلوم ہوں تو ان امراض کو دور کرنے کیلئے درج ذیل دوا تیار کریں۔

ھوالشافی:۔ میٹھے انار کے دانوں کا پانی کسی تانبہ کے برتن میں ڈال کر آگ پر پکائیں، جب پانی خوب گاڑھا ہو جائے تو دوا کو نکال کر کسی جست کی ڈبیہ میں سنبھال کر رکھیں اور رات سوتے وقت ایک ایک سلائی دونوں آنکھوں میں ڈالیں خارش چشم اور پلکوں کے لئے مفید ہے۔

☆☆☆

بالوں کو خوبصورت کیسے بنائیں؟

ایک کپ مہندی، ایک کپ دہی، ایک چمچہ زیتون کا تیل، ایک چمچہ بادام کا تیل، ایک چمچہ ارنڈی کا تیل، ایک چمچہ شکا کائی پاؤڈر اور دو انڈے۔ ان تمام چیزوں کو ملا کر اچھی طرح پھینٹیں 30 منٹ بالوں میں لگا رکھنے کے بعد شیمپو کر لیں۔ بے جان بالوں کے لیے یہ ہئیر پیک بہت مفید ہے۔

ایک کپ مہندی، ایک کپ دہی، ایک لیموکا رس، ایک چمچہ مہندی پاؤڈر، ایک چمچہ ریٹھا پاؤڈر، ایک چمچہ آنولہ پاؤڈر، ایک چمچہ نیم پاؤڈر، ایک چمچہ سنترہ پاؤڈر، ان تمام چیزوں کو ایک جان کر لیں، ضرورت پڑنے پر پانی کا استعمال کریں۔ اس پیسٹ کو جڑوں اور بالوں میں اچھی طرح لگائیں ۳۰ منٹ بعد بال صرف پانی سے اچھی طرح دھولیں۔ Oily بالوں کے لیے مفید ہے۔

ایک کپ دہی، ایک کپ مہندی، ایک چمچہ زیتون کا تیل، تینوں چیزوں کو اچھی طرح ملا کر جڑوں سے لگانا شروع کرتے ہوئے پورے سر پر لگائیں، ایک گھنٹے بعد صرف پانی سے دھولیں بہترین کنڈیشنر ہے۔

ہفتے میں ایک بار میتھی کی پتیوں کا پیسٹ لگائیں، آدھے گھنٹے بعد بال صرف پانی سے دھولیں۔ بال گھنے اور مضبوط ہوں گے۔

ناریل کو دہی کے ساتھ پیس کر بالوں اور جڑوں میں لگائیں، آدھے گھنٹے بعد پانی سے سر دھولیں، خواتین آپ کے بالوں کا راز جاننے کی خواہاں ہوجائیں گی انشاءاللہ۔

مہندی اور انڈے کا گاڑھا گھول تیار کریں، بالوں اور جڑوں میں کم سے کم دو گھنٹے لگا رہنے دیں، بعد میں پانی سے بال دھولیں۔

زیتون کے تیل کو ہلکا گرم کر کے سر کی مالش کریں، بال گھنے ہوتے ہیں۔کڑی پتہ (میٹھا نیم) کو تیل میں کڑکڑائیں، اس تیل کے استعمال سے بال گھنے ہوتے ہیں۔

جسونتی کے پھول کو تیل میں ڈال کر گرم کریں اور بالوں میں لگائیں اس تیل سے بھی بال گھنے اور لمبے ہوتے ہیں۔

2:۔انڈوں میں ایک چمچہ ناریل تیل، گلیسرین اور سرکہ ملائیں، اس آمیزہ کو شیمپو کے بعد بالوں میں آدھا گھنٹہ لگا رہنے دیں، بعد میں بال دھولیں۔ یہ غضب کا کنڈیشنر ہے۔

بالوں میں چمک لانے کے لئے اور روسی ہٹانے کے لیے دہی میں بیسن گھول کر جڑوں میں لگائیں، ایک گھنٹہ بعد بال دھولیں۔

ایک کٹوری کھٹا دہی، 4 چمچے ملتانی مٹی، 4 چمچے شکا کائی پاوڈر اور آدھا لیموں کا رس ان تمام چیزوں کو ملا کر رات بھر کے لئے بھگودیں۔صبح اسے بالوں کی جڑوں میں لگالیں۔ایک گھنٹے بعد پانی سے بال دھولیں۔ ہفتے میں ایک بار ایسا کرنے سے بال جھڑنا بند ہوکر بال گھنے اور خوبصورت بنیں گے۔

بالوں میں چمک لانے کے لئے دہی میں لیموں کا رس ملا کر لگائیں۔ ایک گھنٹے بعد پانی سے بال دھولیں۔

چھلکے والی ماش کی دال کو ابال کر پیسٹ بنالیں۔اس میں میتھی دانے کا پاوڈر ملا کر بالوں میں لگائیں۔2 گھنٹے بعد پانی سے دھولیں۔بال کالے، گھنے اور لمبے ہوں گے۔

ماش کی دال اور میتھی دانہ برابر مقدار میں ملا کر ابالیں۔ گاڑھا پیسٹ بنا کر اس سے بال دھوئیں، اس سے روسی دور ہوتی ہے، اور بال خوبصورت وصحت مند ہوتے ہیں۔

بالوں کو مضبوط بنانے کے لیے چقندر کی پتیوں کا رس بالوں میں اچھی طرح لگائیں۔ آدھے گھنٹے بعد سر دھولیں۔

ناریل یا زیتون کا تیل ہلکا گرم کر کے رات میں سر کی مالش کریں۔ صبح سر میں لیموں کا رس لگائیں اور ایک گھنٹہ بعد دھولیں۔ روسی دور ہونے کے ساتھ ساتھ بال ملائم اور چمکدار بنتے ہیں۔

لوہے کے برتن میں مہندی پاؤڈر 2 چمچے، آنولہ، پاؤڈر ایک چمچہ، شکا کائی پاؤڈر آدھا چمچہ، ایک انڈے کی زردی، ایک چمچہ کافی پاؤڈر اور ایک چمچہ ناریل یا سرسوں کا تیل ملا دیں۔ شیمپو کیے ہوئے سوکھے بالوں میں یہ آمیزہ لگائیں۔ چار پانچ گھنٹے بعد دھو دیں۔ ایسا کرنے سے سفید بال رنگین ہو جائیں گے اور بالوں کی چمک بنی رہے گی۔

اگر بال وقت سے پہلے سفید ہونے لگے ہوں تو آنولہ کے پاؤڈر کو لیموں کے رس میں گھول کر تھوڑی دیر سر پر لگا رہنے دیں۔ پھر دھو ڈالیں، ہفتے میں دو تین بار ایسا کریں۔

دودھ میں انڈے کی زردی ملا کر بال دھونے سے بال مضبوط، لمبے، ملائم اور چمکدار بنتے ہیں۔

ماش کی دال اور مونگ کی دال برابر مقدار میں ملا کر ابالیں، اب دالوں کو دھو کر پیسٹ بنا لیں۔

☆☆☆

حاملہ خواتین کیلئے خصوصی تدبیر

تحقیق کے مطابق متلی اور بے چینی کی کیفیت پچاس سے اسی فیصد حاملہ خواتین کو اپنا نشانہ بناتی ہے، دلچسپ امر یہ ہے کہ جدید طبی سائنس اپنی تمام تر ترقی کے باوجود اس شکایت کا علاج تلاش نہیں کرسکی، یہ کیفیت انگریزی میں مارننگ سکنیس یعنی صبح کی بیماری کہلاتی ہے۔

ضروری نہیں کہ یہ حالت حاملہ پر صرف صبح کے وقت طاری ہو، یہ دن رات میں کسی بھی وقت حملہ آور ہوسکتی ہے، نیز مختلف خواتین مختلف عرصے تک اس میں مبتلا رہتی ہیں۔ یہ عموماً حمل کے چار سے چھے ہفتوں کے درمیان جنم لیتی ہے۔ 50٪ فیصد خواتین میں چودہ سے سولہ ہفتہ کے درمیان ختم ہوجاتی ہے، بدقسمتی سے کچھ حاملہ خواتین حمل کے خاتمہ تک اس پریشان کرنے والی حالت کی وجہ سے پریشان رہتی ہیں۔ صبح کی بیماری روزمرہ کام کاج کے دوران حاملہ اور اس کے خاندان کو کافی متاثر کرتی ہے۔

وجوہ: ماہرین طب ہنوز نہیں جان سکے کہ یہ کیفیت کیوں پیدا ہوتی ہے، ان کا کہنا ہے کہ کئی عناصر مل کر اسے جنم دیتے ہیں مثلاً ہامون کی افزائش میں اضافہ، بو سے

حساس ہو جانا، خون میں شکر کا بڑھنا اور کئی دوسری جسمانی اور نفسیاتی تبدیلیاں، اگر حاملہ اس کیفیت کو اپنے اوپر سوار کر لے تو ذہنی دباؤ کے باعث معاملہ گمبھیر ہو جاتا ہے۔

علامات:۔ ہر دو تین گھنٹے بعد تھوڑی بہت کوئی نہ کوئی غذا ضرور کھایئے، چاہے بھوک نہ ہو۔ تلی ہوئی غذا، تیل، گھی یا مسالے، چائے یا ورکافی کم سے کم استعمال کیجئے، تیز بو سے دور رہیے، گرم کے بجائے سرد کھانا کھایئے، کیوں کہ اس کی بو کم ہوتی ہے، لحمیات سے بھرپور غذا مثلاً پنیر، مکھن، گوشت وغیرہ کم مقدار میں کھایئے، کھانے کے بعد کچھ دیر سیدھے ہو کر بیٹھیے یا کھڑے ہو جایئے، اس طرح متلی کو آنے کا موقع نہیں ملتا، کھانا کھا کر فوراً نہ اٹھیے بلکہ غذا کو معدے میں جانے دیجئے، بہتر ہے کہ پکانے میں کسی سے مدد لیجیے، کھانے کے فوراً بعد دانت صاف نہ کیجئے، کیوں کہ اس سے بھی متلی ہو سکتی ہے۔

سرہانے کرارے، بسکٹوں کا ڈبا رکھ لیجئے، بہتر ہے کہ صبح اٹھنے سے پندرہ منٹ قبل کچھ بسکٹ یا ڈبل روٹی کا ایک توس کھا لیجئے، متلی آنے کی تکلیف سے چھٹکارا ملے گا، ایک دم نہ اٹھیے، تیز حرکات کے باعث بھی جی متلانے لگتا ہے۔

☆☆☆

سنگھاڑہ

ایام کی زیادتی :۔ سنگھاڑے کے آٹے کی روٹی بنا کر کھا لینے سے ایام کی زیادتی کا عارضہ دور ہو جاتا ہے۔

منی کی کمی :۔ سنگھاڑے کے آٹے کو مناسب مقدار میں دودھ کے ساتھ پھنکی لینے سے یا اس کا حلوہ بنا کر کھانے سے منی کی کمی کا عارضہ دور ہو جاتا ہے۔

قلتِ منی:۔ ثعلب مصری 3 گرام، سنگھاڑے کا آٹا 3 گرام، بنولے کا آٹا 2 گرام، 25 گرام دودھ گائے میں ملا لیں، اور چھلکا ایسبغول 6 گرام، چینی، 20 گرام اضافہ کر کے پکائیں اور کھیر بنا کر استعمال کریں۔

دیگر :۔ ثعلب مصری، مغز پنبہ دانہ، سنگھاڑا کا آٹا ہر ایک تین گرام، 250 گرام دودھ گائے میں پیس کر جب گاڑھا ہو جائے تو چینی 20 گرام ملا کر پلائیں، یہ علاج نہ صرف منی پیدا کرنے بلکہ منی کے کیڑے بڑھانے کے لئے بھی مفید ہے۔

دیگر :۔ سنگھاڑا خشک، چنیا گوند ہر ایک 6 گرام، تال مکھانہ، ثعلب مصری ہر ایک 4 گرام، ماز وسبز 3 گرام، چینی سب ادویات کے برابر سفوف بنائیں، 4 گرام سے 6 گرام ہمراہ دودھ نیم گرم لیں، مقوی ہے، سرعت کے لئے مفید ہے۔

دیگر:۔ سنگھاڑا خشک، گوند کتیرا ہر ایک 6 گرام،نشاستہ،تال مکھانہ،ثعلب مصری ہر ایک 4 گرام، مازو،مصطگی ہر ایک 3 گرام۔کوٹ چھان کر سفوف بنائیں اور برابر چینی ملالیں، 6 گرام صبح اور 6 گرام شام لیں، منی کے پتلا پن اور سرعت کے لئے مفید ہے۔

جریان:۔ سنگھاڑا خشک،ستاوڑ،موصلی سفید، بیج بند،سمندر سوکھ،سروالی، مغز بیج املی،موصلی سنبل، تج،تال مکھانہ،خشخاش سفید، دانہ الائچی کلاں، برابر وزن لے کر سفوف بنائیں اور برابر چینی ملالیں، 6 گرام صبح،اور 6 گرام شام ہمراہ دودھ نیم گرم استعمال کریں۔

☆☆☆

امرود غذا بھی اور دوا بھی

درد دانت:۔اس کے پتوں کو چبانے سے دانتوں کا درد دور ہو جاتا ہے۔

کھانسی:۔ گرم ریت میں امرود کو بھون کر کھانے سے کھانسی کو آرام ہوتا ہے نزلہ و کھانسی میں بھنے ہوئے امرود میں نمک ملا کر کھانا چاہیے۔

بھنگ و دھتورے کا زھر:۔اس کا رس پلانے سے یا امرود کھلانے سے بھنگ و دھتورے کا زہر دور ہو جاتا ہے۔

دست:۔ امرود کی جڑ کا جوشاندہ پلانے سے پرانے دست جلد دور ہو جاتے ہیں پتوں کا جوشاندہ بھی یہی فائدہ کرتا ہ، لیکن جڑ کا جوشاندہ زیادہ فائدہ مند ہے۔ امرود میں مصری ملا کر کھانے سے بھی دست دور ہوتے ہیں۔

شوگر:۔ امرود پھل کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے پانی میں ڈال دیں، تین گھنٹہ بعد چھان کر پلانے سے شوکر (ذیابیطس) اور زیادتی پیشاب میں فائدہ ہوتا ہے۔

بدھضمی:۔ امرود کے کچے پتوں کے رس 15 گرام میں چینی ملا کر لینے سے بدہضمی دور ہو کر بھوک لگنے لگتی ہے۔

معجون امرود:۔ پکے ہوئے امرود کو باریک پیس کر چینی ملا کر جو حلوہ سا تیار ہوتا ہے، وہ دل کے لئے طاقت ور ہے۔اور قبض کا مجرب علاج ہے، اسے میٹھی چٹنی یا معجون امرود کا نام سے استعمال کرتے ہیں۔

مربہ امرود:۔ آدھ پکے امرود کو پانی میں دھو کر چینی کی چاشنی میں رکھنے سے جو مربہ تیار ہوتا ہے، یہ خونی دستوں میں بہت مفید ہے مربہ بنانے کے لئے امرود کے چھلکوں اور بیجوں کو پہلے سے ہی دور کر لینا چاہیے۔

قبض:۔ کھانا کھانے کے بعد پکے ہوئے امرود کھانا قبض کھولتا ہے، اور کھانے سے پہلے کھائے جائیں تو قابض ہے۔

شربت امرود:۔ امرود چھلا ہوا250 گرام، عرق گلاب سوا تین کلو، چینی آدھی کلو، امرود کے چھلکے اتار کر چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے 250 گرام لیں، پھر آدھا حصہ عرق گلاب میں تین یا چار گھنٹہ پکا کر مل چھان لیں، باقی بچے عرق گلاب میں چینی ملا کر اس کا آگ پر شربت بنا لیں، اور جو پہلے کا چھنا ہوا رس رکھا ہے، وہ بھی اس میں ڈال دیں، اور پکا کر ایک تار کی چاشنی بنا کر اتار لیں، ٹھنڈا ہونے پر بوتلوں میں بھر لیں۔25 گرام شربت100 گرام پانی میں ملا کر صبح اور شام استعمال کریں۔ بدہضمی، کمزوری کے لئے مفید ہے اس سے بڑھی ہوئی گرمی دور ہو جاتی ہے۔

بواسیر:۔ پکے ہوئے امرود میں سوراخ کر کے اجوائن کا سفوف 5 گرام بھر کر سوراخ کو اسی ٹکڑے سے بند کر دیں، اوپر سے کپڑ وٹی کر کے آگ کی بھوبل میں بھون لیں، اچھی طرح پک جانے پر گولے کو رات کو شبنم (اوس) میں رکھ دیں، صبح اوپر کی مٹی اتار کر اس امرود کو کھا لیں، اس طرح دو چار بار استعمال کرنے سے بواسیر ہمیشہ کے لئے دور ہو جائے گی۔

دل کی کمزوری:۔ امرود کو شہد کے ساتھ کھلائیں، دل و دماغ اور معدہ کو طاقت دیتا ہے۔

☆☆☆

بالچھڑ قدرت کی عطا

اقســــام:۔ رنگ کے اعتبار سے دو قسم کی ہوتی ہے، ایک کالی جسے زیادتی خوشبو کے باعث عطریات وخوشبویات میں داخل کرتے ہیں۔

دوسری سرخی مائل سیاہ جو معجونوں میں استعمال ہوتی ہے، بہتر وہ ہے جو زیادہ سیاہی مائل خوشبودار اور ملائم ہو، جڑ سخت، بالیں باہم الجھی ہوئی ہوں اور ذرا سا ہلانے سے غبار کی مانند جھڑنے لگے۔

طبیعت:۔ شیخ الرئیس وجالینوس کے نزدیک پہلے درجہ میں گرم اور دوسرے درجہ میں خشک ہے، بعض کی رائے میں درجہ دوم میں گرم خشک اور بعض کے نزدیک درجہ سوم میں گرم خشک ہے۔

مقدار خوراک ایک سے ساڑھے چار ماشہ، عام طور پر سوا گرام خوراک استعمال کی جاتی ہے۔

افعـال و خـواص:۔ بلغمی رطوبات کو جذب کرتا ہے، گاڑھے اور چپک دار مادے کو تحلیل کرتا ہے، جسم کو طاقت پہنچاتا ہے سردی کے امراض میں مفید ہے، اس لئے اسے گرم معجونوں میں شامل کیا جاتا ہے، جسم پر اس کا ملنا پسینہ کی بو کو دور کرتا

ہے، دل کے سرد امراض کو دور کر کے اس کو فرحت و طاقت پہنچا تا ہے، معدہ وجگر کے ورم کو تحلیل کرتا ہے، ایام و پیشاب کی بندش کو مفید ہے، نہایت مقوی اعصاب اور مسکن اعصاب و دافع تشنج ہے، اس لئے اس کا استعمال اختناق الرحم (ہسٹیریا) کے لئے نہایت مفید ہے سن یاس کی خرابیوں کو دور کرتا ہے، منہ کی بدبو کے لئے مفید ہے۔

بیرونی استعمال کرنے پر بالوں کو بڑھاتا ہے اور ان کو گرنے سے روکتا ہے، منہ کے داغوں اور چھائیوں کو دور کرتا ہے اس کے مجربات درج ذیل ہیں:۔

منہ کی بدبو:۔ اس کو چبانے سے منہ کی بدبو دور ہو کر خوشبو پیدا ہوتی ہے۔

چھائیاں:۔ اس کا بالکل باریک سفوف بنا کر دودھ گائے میں بھگو کر چہرہ پر ملنے سے چہرہ کی چھائیاں وداغ دور ہو جاتے ہیں۔

بدبوئے بدن:۔ اسے پیس کر جسم پر ملنے سے پسینہ کم آتا ہے بدبو دور ہوتی ہے اور بدن میں خوشبو پیدا ہوتی ہے۔

تشنج:۔ ایک گرام سفوف ہمراہ تازہ پانی استعمال کنے سے تشنج (اینٹھن) کو آرام آجاتا ہے۔

درد سر:۔ اس کا سفوف پانی کے ساتھ پیشانی پر ضماد کرنے سے درد سر دور ہو جاتا ہے۔

دانت کا درد:۔ اسے پیس کر دانتوں پر بطور منجن ملنا درد دانت، پائیوریا اور منہ کی بدبو کو آرام ملتا ہے۔

دل کی پھڑکن:۔ مقام دل پر اس کے سفوف کا لیپ کرنا دل کی پھڑکن میں مفید ہے۔

چہرہ کے داغ:۔ سفوف بالچھڑ دس گرام، جو کا آٹا 20 گرام، دونوں کو ملا کر رکھ لیں، حسب ضرورت یہ سفوف لے کر پانی میں گوندھ کر چہرے پر لگائیں،

ایک گھنٹہ کے بعد صابن سے منہ دھو کر ناریل کا تیل لگا لیں، اس کے استعمال سے چہرے کی چھائیاں اور داغ دور ہو جاتے ہیں۔

بالچھڑ آئیل:۔ بال چھڑ، آملہ خشک ہر ایک دس دس گرام، کوٹ کر تلی کے تیل 300 گرام میں بھگو دیں، پھر بوتل کا منہ بند کر کے 40 روز دھوپ میں رکھیں، پھر چھان لیں، بالوں میں اس تیل کو لگائیں، استعمال سے بال خوب بڑھتے ہیں، اور بالوں کا گرنا بند ہو جاتا ہے۔

بال چھڑ اُبٹن:۔ بال چھڑ اور کیکر کی پتیاں برابر لے کر پانی میں پیس کر چہرہ پر ملیں، پھر نیم گرم پانی و صابن سے دھو کر تیل ناریل مل لیں، اس سے چہرہ خوبصورت ہو جاتا ہے۔

پلکوں کے بالوں کا گرنا:۔ بال چھڑ کو مثل سرمہ سفوف کر کے بحفاظت رکھ لیں، صبح اور رات کو سوتے وقت ہلکی سلائی سے آنکھ میں لگائیں، اس کے استعمال سے پلکوں کے گرے ہوئے بال دوبارہ پیدا ہو جاتے ہیں اور ان کا گرنا بند ہو جاتا ہے۔

ڈھلکا:۔ بال چھڑ، مازو سبز بے سوراخ ہم وزن لے کر مثل سرمہ کے سفوف تیار کریں، صبح اور رات کو سوتے وقت بلکہ سلائی سے آنکھوں میں لگائیں، یہ دوا ڈھلکا کی شکایت کو دور کرتی ہے۔

سرخی چشم:۔ پہلے دھنیاں کی سبز پتیوں کا پانی نکالیں، پھر اس میں حسب ضرورت بالچھڑ کو بھگو دیں، پانی اتنا رہے کہ بالچھڑ اس میں ڈوب جائے، اس کو سایہ میں رکھیں، جب پانی خشک ہو جائے تو بال چھڑ کو خشک کر کے مثل سرمہ کے سفوف بنائیں، صبح اور رات کو سوتے وقت آنکھ میں ہلکی سلائی سے لگائیں اس کے استعمال سے آنکھ کی پرانی سرخی دور ہو جاتی ہے۔

پلکوں کے بالوں کا گرنا:۔ بال چھڑ 6 ماشہ، چھوہارے کی گٹھلی کو جلا کر کوئلہ بنالیں 9 ماشہ، دونوں کو کھرل کر کے سرمہ تیار کریں، اور رات کو سوتے وقت ہلکی سلائی سے آنکھ میں لگائیں، اس کے استعمال سے پلکوں کے بالوں کا گرنا موقوف ہو جاتا ہے اور جھڑے ہوئے بال پھر مضبوطی سے اُگ آتے ہیں۔

پیٹ کی گیس:۔ خشک چھ گرام، تینوں دواؤں کو مثل مائدہ کے سفوف بنا دیں اور ہم وزن شکر سفید ملا کر رکھ لیں، ڈیڑھ گرام سے تین گرام تک پانی کے ہمراہ صبح اور شام کھلا دیں، اس کا استعمال بلغمی قے اور دست، کثرت رطوبت معدہ، منہ سے تھوک زیادہ نکلنا، ریاحوں کی کثرت، پیٹ کے ریاحی درد، نفخ شکم اور ضعف ہضم اور ضعف معدہ وغیرہ کے لئے نہایت مفید ہے۔

استسقاء:۔ سفوف بالچھڑ ڈیڑھ گرام صبح کو کھلا کر شربت دینار 20 گرام نیم گرم پانی میں گھول کر پلائیں، استسقائے لحمی کے لئے مفید ہے۔

پرانا بخار:۔ گل سرخ 10 گرام، ملٹھی، بال چھڑ ہر ایک تین گرام، بنسلوچن (طباشیر) اصلی، افسنتین رومی ہر ایک دو گرام، سب کو کوٹ چھان کر مثل مائدہ کے سفوف بنائیں، پھر ترنجبین خراسانی چھ گرام کو پانی میں گھول کر اس میں سفوف کو گوندھ کر تین تین گرام کی ٹکیاں بنا کر رکھ لیں۔

ترکیب استعمال:۔ ایک ٹکیہ صبح اور شام کھلا کر اوپر سے عرق کاسنی، عرق مکو، عرق سونف ہر ایک 40 گرام میں شربت بزوری معتدل 20 گرام گھول کر نیم گرم پلائیں پرانے بخاروں کے لئے یہ نسخہ نہایت مفید ہے، اس کے استعمال سے معدے اور جگر کی اصلاح ہوتی ہے اور بخار کی شکایت دور ہو جاتی ہے۔

قرص غافت:۔ پھول گلاب 10 گرام، عصارۂ غافت چھ گرام طباشیر اصلی، بالچھڑ ہر ایک تین گرام، سب کو کوٹ چھان کر بالکل باریک سفوف بنائیں، اور

پانی میں گوندھ کر تین تین گرام کی ٹکیاں بنائیں، ایک ٹکیہ صبح اور شام کو مذکورہ بالا بدرقہ کے ہمراہ استعمال کرائیں۔ اگر جگر زیادہ خراب ہو تو شربت دینار بجائے شربت بزوری کے ملائیں، ورم جگر، ورم معدہ، جگر اور معدہ کی خرابی کے سبب سے پرانا بخار اور استسقاء اس کے استعمال سے دور ہو جاتا ہے۔

شربت بالچھڑ:۔ بالچھڑ، پودینہ خشک، دارچینی، الائچی خورد، عود خام (کچی)، دانہ الائچی کلاں، جائفل ہر ایک چار گرام، لونگ دو گرام، سب دواؤں کو نیم کوب کر کے رات کو گرم پانی میں بھگو دیں، صبح کو جوش دے کر خوب مل چھان کر شہد خالص ایک پاؤ ملا کر شربت تیار کریں۔

10 گرام یہ شربت صبح اور شام کو استعمال کرائیں، معدہ اور آنتوں کے ڈھیلا پن اور کثرت رطوبت کے لئے یہ شربت نہایت مفید ہے، خصوصاً بوڑھوں اور بلغمی مزاج والوں کے مزاج کے عین مطابق ہے۔

عرق بالچھڑ:۔ بال چھڑ 50 گرام، بیج یات، تج قلمی، سونف، دانہ الائچی کلاں، کلیجن، لونگ، اجوائن دیسی، پودینہ خشک، دارچینی، ہر ایک 20 گرام، عود خام 10 گرام، سب دواؤں کو نیم کوب کر کے حسب دستور ڈھائی سیر عرق کشید کریں۔

یہ عرق تنہا یا مناسب مرکبات کے ہمراہ روزانہ دو بار پلائیں، یہ عرق نہایت کاسر ریاح، مقوی معدہ و جگر، ہاضم اور دافع پیٹ درد ہے۔

بالوں کے لئے تیل:۔ تازہ آملہ لے کر اس کو کچل کر اور نچوڑ کر ایک پاؤ پانی حاصل کریں اور بالچھڑ پرسیاؤشاں ہر ایک 10 گرام کو نیم کوب کر کے رات کو ایک پاؤ پانی میں بھگو کر صبح خوب جوش دے کر مل چھان لیں، اب آملہ کے پانی میں لیں جوشاندہ کو شامل کر دیں، پھر آدھ سیر سفید تِل کا تیل ملا کر آگ پر پکائیں۔ جب خالص تیل رہ جائے تو کوئی تیل والی خوشبو ملا کر بحفاظت رکھ لیں۔

سر اور بالوں پر روزانہ دو بار لگائیں، یہ تیل بالوں کو بڑھاتا اور ان کو گرنے سے بچاتا ہے اور دماغ کو قوت پہنچاتا ہے اور گرے ہوئے بالوں کو از سرِ نو پیدا کرتا ہے۔

نوٹ:۔ بالچھڑ کو نہایت مقوی معدہ اور مقوی جگر اور ہاضم ہونے کے سبب سے تقریباً تمام جوارشات اور بہت سی معجونوں میں شامل کیا جاتا ہے۔

حب اختناق الرحم:۔ بالچھڑ، ہینگ، کافور، اسارون ہر ایک دو گرام، مشک خالص ایک رتی، باریک پیس کر چنے کے برابر گولیاں بنائیں، ایک گولی صبح اور ایک شام ہمراہ تازہ پانی دیں۔

جوارش جالینوس:۔ بال چھڑ، الائچی خورد، تج، دارچینی، جڑیان، لونگ، ناگرموتھا، سونٹھ، مرچ سیاہ، پیلی، قسط میٹھی، عود بلسان، اسارون، حب اسلاس، چرائیتہ میٹھا، کیسر اصلی ہر ایک دس گرام، مصطگی رومی ۲۵ گرام، چینی ۲۵ گرام، شہد ۲۵۰ گرام کا قوام بنا کر دواؤں کو کوٹ چھان کر ملا لیں۔

نوٹ:۔ مصطگی رومی کو علیحدہ پیس کر کوٹی چھانی ہوئی ادویات میں ملایا جائے قوام کو انگیٹھی سے اتار کر اس میں کیسر کو عرق گلاب میں خوب کھرل کر کے ملا دیں، پھر خشک دوا تھوڑی تھوڑی ڈال کر معجون تیار کریں، جب تک سرد نہ ہو چمچ سے ہلاتے رہیں۔

☆☆☆

عورتوں کے متعلق مخصوص معلومات اور علاج

درج ذیل علاج اور مستورات کے امراض کے متعلق کچھ ایسے علاج جو نہایت آسان ہیں اور ان کا کسی طرح سے نقصان بھی نہیں ہے۔ والد محترم حضرت مولانا ڈاکٹر حکیم محمد ادریس حبان رحیمی بتاتے ہیں کہ یہ تمام تدابیر قدیم اطباء نے اختیار کی ہیں۔ یہ سینے کا راز ہے جو میں اپنے قارئین کی نظر کر رہا ہوں۔ (محمد عدنان حبان بسیم)

(1) اگر جماع کے وقت عورت کے سر میں درد ہو تو سمجھو کہ رحم میں نقص ہے یعنی ٹوٹا ہوا ہے۔

علاج:۔ یہ ہے کہ بنولہ اور مرغابی یا بطخ کا پتہ دونوں کو یکجا کر کے حل کر لے جب حیض کے بعد پاک ہو جائے تو اس محلول میں روئی کی بتّی بھگو کر اندام نہانی میں رکھے۔ تین دن متواتر یہ علاج کر کے مرد کے نزدیک جائے۔ انشاءاللہ حاملہ ہو گی۔

(2) اگر جماع کرنے کے بعد سارا بدن درد محسوس کرے تو سمجھو کہ رحم میں صفرا یعنی بادی پن شدت کے ساتھ موجود ہے۔

علاج:۔ یہ ہے کہ انگوزہ یعنی ہینگ اصلی، تل کے تیل میں ملا کر حل کر لیں۔ حیض سے پاک ہونے کے بعد اس محلول کا شانہ (بتی) بھگو کر اندام نہانی میں رکھے۔ اور تین دن علاج کے بعد ہمبستری کرے انشاءاللہ استقرار حمل ہو گا۔

(3) اگر جماع کے وقت سینہ یا پستان میں درد کرے تو سمجھو عورت کا رحم سرد ہو گیا ہے۔

علاج:۔ یہ ہے کہ مرغی کا پتہ اور مشک اصل چنے کے برابر اور فلفل دکن چنے کے برابر تینوں کو ملا کر یکجا کر لے اور حیض کے بعد مذکورہ طریقہ سے شافہ اندام نہانی میں کم از کم ایک دن یا تین دن رکھے۔ اسکے بعد مرد سے ملے انشاءاللہ استقرار حمل ہوگا۔

(4) اگر جماع کے بعد عورت کی کمر یا کولہوں میں درد ہوتا ہے یا گھٹنوں میں درد ہوتا ہے تو سمجھو کہ رحم میں غدود یا گھانٹ پیدا ہوگئی ہے یا چربی چھا گئی ہے۔

علاج:۔ یہ ہے کہ زیرہ سفید اور فیلِ ناخن یعنی ہاتھی کے ناخن هموزن لے کر روغن کنجد میں خوب باریک پیس کر تیار کر لے اور بعد حیض سے پاکی کے ہمبستری کرے انشاءاللہ حاملہ ہوگی۔

(5) اگر جماع کے بعد ساق یعنی پنڈلی اور ایڑیوں میں درد ہو تو سمجھو کہ رحم میں بیکٹریا پیدا ہو گئے ہیں۔

علاج:۔ اس کا یہ ہے کہ صابن کا پانی اور ہلیلہ زرد کا پانی ایک جا کر لے اور اس محلول سے شافہ کرے کم از کم تین دن، یعنی حیض سے پاک ہونے کے بعد، پھر جماع کرے انشاءاللہ حاملہ ہوگی۔

(6) اگر ہمبستری کے بعد رحم میں درد محسوس کرے تو سمجھو کہ حرارت شدید ہے۔ اس وجہ سے حاملہ نہیں ہو رہی ہوتی۔

علاج یہ ہے کہ چڑیا کا پتہ اور شہد دونوں ہم وزن ملا کر حیض کے بعد شافہ کرے انشاءاللہ حمل قرار پائے گا۔

(7) اگر 50 سال سے قبل حیض بند ہو جائے تو اس کے جاری کرنے کی دوا یہ ہے کہ سمندر پھل اور زیرہ دونوں کو غبار کی طرح باریک پیس کر روغن بادام میں ملا کر 5-5 گرام چاٹ لے۔ انشاءاللہ حیض کھل کر آئے گا اور رحم صاف ہو جائے گا۔

☆☆☆

السی بھی ہے خدا کی نعمت

لعوق:۔ لسوڑیاں دو سو دانہ، عناب ولایتی پچاس عدد، بیج السی، بیج خطمی، ملٹھی (چھلی ہوئی) ہر ایک دس گرام، بہی دانہ چھ گرام، چینی سفید نصفت سیر، بدستور معروف لعوق بنائیں، مقدار خوراک 20 گرام۔

دیگر: لعاب بیج السی نصف سیر نکال کر عسل (شہد) خالص اور قند سفید ہر ایک نصف سیر شامل کر کے قوام بنائیں، یہ دس گرام سے 20 گرام تک استعمال کرائیں، بلغمی دمہ، وضیق النفس اور سعال بارود کے لئے مفید ہے۔

کمزوری:۔ آٹا ماش چھلی ہوئی، آٹا برنج ساٹھی، آٹا بیج السی، گھی خالص، آٹا گندم، خشخاش سفید ہر ایک ایک پاؤ، چرونجی، مغز نارجیل، ہر ایک آدھ پاؤ، شکر سفید ایک سیر۔

ترکیب ساخت:۔ اول تمام آٹوں کو روغن زرد میں بریاں کریں، اور شکر سفید کا قوام کر کے اس میں ملائیں، نارجیل، خشخاش، چرونجی، کو کوٹ کر اس میں اضافہ کریں، اور نیم گرم حالت میں لڈو بقدر 30 گرام باندھیں۔

فوائد:۔ منی کے پتلا ہونے اور شادی سے پہلے و بعد کی کمزوری کے لئے مفید ہے، بدن کو موٹا کرنے میں خاص طور پر مؤثر ہے۔

شربت کھانسی:۔ گل بنفشہ، پھول نیلوفر، پوست سالم ہر ایک 50 گرام، خبازی، عناب، بیج السی ہر ایک 25 گرام، اسپغول سالم، بہیدانہ شیریں، ہر ایک 10 گرام، میتھی، تخم ریحاں ہر ایک چھ گرام، قند سفید ایک سیر، بدستور معروف شربت بنائیں۔

مقدار خوراک:۔20 گرام کی مقدار میں۔

فوائد:۔ کھانسی خشک و نزلہ آور نمونیہ کے لئے مفید ہے، ملین صدر اور مخرج بلغم ہے، گرم مواد کی تعدیل کرنا اور ان کو تسکین دیتا ہے۔

لعوق دمہ و کھانسی:۔ دار چینی، پھول زوفا، ملٹھی چھلی ہوئی، میتھی ہر ایک 15 گرام، لسوڑیاں، آلو بخارا ہر ایک 30 دانہ، مویز منقیٰ، انجیر ولایتی، کھجور ہر ایک 40 گرام، پرسیاؤشاں ڈائی گرام، انیسوں، سونف، بیج السی، بنفشہ ہر ایک دس گرام، چینی سفید ایک سیر، بدستور لعوق تیار کریں اور مغز فندق، مغز بادام شیریں، گوند کیکر، نشاستہ ہر ایک دس گرام، علیحدہ علیحدہ باریک پیس کر کھرپہ سے ملائیں۔

مقدار خوراک:20 گرام چند بار چاٹیں۔

فوائد:۔امراض سینہ، ذات الجنب، ذات الریہ، دمہ کے لئے مفید ہے، صدر کے خام مواد کو پختہ کر کے قابلِ اخراج بناتا ہے۔(قرابادین سریانی اطبائے فرنگ)

گلے پڑجانا:۔ مغز بادام شیریں، بیج السی (بھونے ہوئے) گرمی چلغوزہ، جڑ سوسن ہر ایک 9 گرام، کتیر 40 گرام، گوند کیکر 4 گرام، ملٹھی چھلی ہوئی، ست ملٹھی، ہر ایک دو گرام، چینی سفید 6 گرام، کوٹ چھان کر شہد خالص، 8 گرام ملائیں اور بقدر سٹر گولیاں بنائیں، دو تین گولیاں منہ میں رکھیں، اور ان کا لعاب چوسیں۔

فوائد:۔سعال بلغمی اور گلے پڑنے کے لئے مفید ہے۔

قیروطی کلاں:۔ موم سفید 10 گرام، روغن گل، روغن بابونہ ہرایک 300 گرام، موم کو تیل میں پگھلا کر مندرجہ ذیل دواؤں کو کوٹ چھان کر اضافہ کریں۔

گل خطمی، گل بابونہ گل بنفشہ، اکلیل الملک، گل سرخ، افسنتین رومی، آٹا جو، بیج السی، میتھی، ہرایک دو گرام، قیروطی بنائیں اور نیم گرم مالش کریں۔

فوائد:۔سینہ کے درد اور رومی کیلیت کو زائل کرتا ہے، ذات الجنب اور ذات الریہ کے لئے مخصوص ہے۔

السی کی چائے :۔ السی (موٹا موٹا کوٹ لیں)3 گرام، ملٹھی چھلی ہوئی 4 گرام، ڈیڑھ پاؤ پانی میں جوش خفیف دیں، یا پانی کو جوش دے کر اس میں تمام اجزا کو آگ سے اتار کر شامل کر دیں اور نیم گرم نوش نہ کریں، اس چائے میں مناسب شربت یا شکر کا اضافہ کر سکتے ہیں۔

فوائد:۔سوزش خلق کو دور کرتی ہے، جب کھانسی کی شدت ہو تو اکثر نافع ہوتی ہے، پیشاب کھولتی ہے، اس لئے اکثر اسے سوزش مثانہ میں دیتے ہیں اور اس سے فائدہ بھی ہوتا ہے، آواز بیٹھ جانے میں یہ چائے تنہا (بیج السی) کا استعمال کیا گیا۔اور یہ مفید ثابت ہوا۔

دوائے آواز بند:۔ گلما بند ہو جانے کا ایک مریض جس کا علاج معالجہ جدید اصولوں پر بہت کچھ ہو چکا تھا، مگر ٹھیک نہیں ہو سکا، آواز بالکل غائب ہو چکی تھی، جیسے کسی نے گلے پر مہر لگا دی ہو، ڈاکٹروں نے مایوس ہو کر حلق کے آپریشن کو ضروری قرار دیا، تمام سرجنوں نے بالاتفاق یہی رائے دی، کہ بغیر دستکاری، آواز کا کھلنا ناممکن ہے۔

مریض کے لواحقین آپریشن کے نام سے پریشان تھے، لیکن ڈاکٹروں کا بالاتفاق اس کے لئے اصرار تھا، محلّہ کے ایک صاحب نے پریشان دیکھ کر مرض

دریافت کیا، اور کہا کہ ہمارے لڑکے کے آواز بھی بالکل بیٹھ گئی تھی، ایک حکیم صاحب نے ایک دوا بتائی، اس کے چند روز کے استعمال سے آواز صاف ہوگئی، اور آپریشن کی تکلیف سے نجات ملی، دس سال ہو گئے، مگر پھر یہ شکایت دوبارہ نہیں ہوئی، یہ ایک قیمتی تجربہ ہے، جس کی مزید آزمائش ہونی چاہیے۔

طب جدید میں آواز بند ہونے کو بذات خود کوئی مرض قرار نہیں دیا جاتا ہے بلکہ خنجرہ کے ورم، خراش، خشونت یا تشنج کی ایک علامت سمجھی جاتی ہے۔

عموماً اس کا سبب انصاب نزلہ ہوتا ہے، کبھی سوء مزاج حار یا بارد، زیادہ چیخنا چلانا، تیز بخار، برف یا زیادہ ٹھنڈا پانی پینا، گردوغبار، سردی لگنا سے گلے میں خراش آجانا، ترش، چرپری چیزوں کا استعمال، سرمہ یا سیندور کا کھانا، اس کی وجہ ہوتی ہے، ازالہ سبب سے اس کا علاج کیا جاتا ہے، مذکورہ حکایت میں خنجرہ کا سوء مزاج باردمو جب مرض تھا، اس میں بیج السی مفید ہے، لیکن ترکیب استعمال دہی مؤثر ہے، جس کو پہلے بیان کیا گیا ہے۔

تیل السی:۔ یہ تیل محلل اور مسکن درد ہے، اس لئے اکثر قسم کے دردوں میں مفید ہوتا ہے، اس میں قوت جلاء بھی ہے، اس بنا پر جلدی امراض کے لئے اس سے مفید طلاء بھی تیار کیا جاتا ہے، مثلاً کلف اور داد میں سہاگہ بریاں، سنگترہ کے چھلکے، صدف (سیپ) جلی ہوئی، بیج مولی وغیرہ، خشک خارش میں لہسن کے رس 10 گرام، تیل السی اور تیل سرسوں ہر ایک 50 گرام میں ملا کر مالش کریں، اس کے بعد نیم گرم پانی سے غسل کرلیں، صابن کا استعمال نہ کریں، بہق اور برص کے لئے شیطرج مہندی کا باریک سفوف روغن السی کے ساتھ طلاء استعمال کریں، اعصابی امراض مثلاً فالج، لقوہ اور تشنج میں اس طلاء کو مسلسل استعمال کریں۔ امراض مفاصل میں بھی یہ طلاء کارآمد ہے۔

تیل السی 100 گرام، شیطرج ہندی کا باریک سفوف 20 گرام، دونوں اجزا کو کھرل میں حل کر کے محفوظ رکھیں، استعمال کے وقت خوب آمیز کر لینا چاہیے، تاکہ دوا کا سفوف تہ نشین نہ رہے، کبھی یہ چھالا بھی ڈالتا ہے، اس لئے اس کے استعمال میں وقفہ کریں، انتڑیوں کے زخم یا کولون کے سدوں کو دور کرنے کے لئے تیل السی کو حقنہ تیار کرتے وقت شامل کر لینا مناسب ہے، اکثر مراہم کے نسخوں میں موم اور دوسری دواؤں کے ساتھ یہ روغن بھی شامل کیا جائے تو اسکے فوائد بہتر ثابت ہوں گے زخموں میں نافع ہونے کے علاوہ محلل اور مسکن درد بھی ہے، اس لئے تلی کے تیل کی جگہ السی کا تازہ تیل استعمال کر کے ہم بہترین فوائد حاصل کر سکتے ہیں۔

چونے کا پانی اور تیل السی ہموزن ملا کر جلے ہوئے مقام پر لگانے سے فوراً سوزش اور درد میں کمی آجاتی ہے، اور اگر زخم ہو گیا ہو، یہ جلد بھر جاتا ہے۔

اس تیل کے بہتر فوائد کے پیش نظر ہمیں اس کی مالش ضرور کرنی چاہیے اور یہ تجربہ کرنا چاہیے کہ اس کے فوائد تلی کے تیل نیز دوسرے تیلوں کے مقابلہ میں کیسے ہیں، اور اس کی افادیت کس حد تک ہے۔

ایک جدید تجربہ:۔ سویڈن کے ماہرین طب کی حیرت انگیز دریافت، ایک تجربہ کے دوران معلوم ہوا کہ السی کا تیل استعمال کرنے سے دل کے حملوں کی روک تھام ہو سکتی ہے، اس نظریہ کو ثابت کرنے کے لئے ناروے کے دس پندرہ ہزار افراد پر تجربات کئے گئے، ان سے یہ معلوم ہوا کہ اگر دل کا مریض جس کو برابر دورہ پڑا کرتا ہے، روزانہ ایک بڑا چمچہ السی کا خالص تیل غذا کے طور پر استعمال کرے تو دل کے حملے کی نوبت نہیں آتی۔

آج کل وجع القلب کے واقعات آئے دن سننے میں آتے ہیں، یہ ایک اہم اور سادہ تجربہ ہے، جس کی آزمائش دورانِ علاج میں کی

جا سکتی ہے، یہ تیل کوئی تیز اور سمی چیز بھی نہیں ہے جس کا مضر اثر کسی مریض پر ہوسکتا ہے۔

ایک خبر رساں ایجنسی نے ڈاکٹروں کی ایک رپورٹ شائع کی ہے کہ عرب ملکوں میں ایک خانہ بدوش قبیلہ کو دل کی بیماری نہیں ہوتی، اس کی غذا بے چھنے جو کے آٹے کی روٹی اور دودھ ہے، اس سے یہ حقیقت سامنے آتی ہے کہ سادہ اور ملاوٹ سے خالی غذاؤں سے انسان کی صحت بہتر رہتی ہے، اور قلب کے افعال پر اچھا اثر ہوتا ہے، اس لئے خواہ جو کی روٹی ہو یا السی کا تیل، دل کے سلسلہ میں ان سے بہتر فوائد حاصل کئے جا سکتے ہیں۔

☆☆☆

اشوک کی چھال

ہوالشافی:۔اشوک کے جوشاندہ میں پھٹکڑی سفید ڈال کر پیشاب والی جگہ کو دھونا سیلان کے لئے مفید ہے۔

ہوالشافی:۔ سوجن کے لئے اشوک کی چھال، پُنر وا (پنچا نگ) اورامر بیل کے جوشاندہ سے ٹکور کریں، سوجن کم ہو جاتی ہے۔

ہوالشافی:۔ اشوک کے اندر کی چھال، پٹھانی لودھ، سیلکھڑی، گولر کا کچا پھول، بیج چھوٹی لاچئی، ماجوپھل، دھائے کے پھول، چنیا گوند، مولسری کی چھال، کیکر کی کچی پھلی، سب کو برابر لے کر کوٹ کر سفوف بنالیں اور کپڑ چھان کرلیں، ان سب کے برابر چینی ملالیں، خواک چار سے چھ گرام ہمراہ دودھ گائے دیں، سیلان کے لئے مفید ہے۔

ہوالشافی:۔ اشوک کی چھال، اشوگندھا، ناگ کیسر، کیکر کی پھلی برابر لے کر سفوف بنادیں، دو سے تین گرام صبح وشام گرم پانی کے ساتھ لیں، سیلان کے لئے از حد مفید ہے۔

☆☆☆

الا ئچی کلاں وخورد

الائچی:۔ ایک درخت کا پھل ہے جس کی اونچائی ایک گز سے دو گز تک ہوتی ہے یا قدرے زیادہ پتے انار کے پتوں سے مشابہ اور پھول سفید ہوتے ہیں۔ چھوٹی الائچی لمبائی سے 2.5 سے 3.5 انچ تک بیضوی کس قدر سہ گوشہ ہوتی ہے۔ بالائی حصہ نوکیلا، نچلا گول، دیسی کا غذا کی طرح موٹا چھلکا، سطح کھردری، جس پر دھاریاں ہوتی ہیں۔رنگت میں بادامی سفیدی مائل زرداور کبھی اس میں سبزی مائل اور اندر سے سفید، ذائقہ قدرے حرارت لئے ہوئے مگر خوش گوار چھلکا و بیج خوشبودار۔

بڑی الایچی :۔1.3 سے 1.2 انچ تک سہ گوشہ بیضوی ہوتی ہے۔ چھلکا چھوٹی الائچی کی طرح، مگر رنگ میں خاکستری مائل سرخ اور بیج بھی پہلی قسم سے بڑے اور تکونی شکل کے ہوتے ہیں۔

مزاج:۔ چھوٹی درجہ دوم کے مرتبہ آخر میں گرم وخشک بعض نے درجہ اول میں گرم وخشک لکھا ہے، بڑی پہلے درجہ میں گرم اور دوسرے میں خشک ہے۔ چھوٹی الائچی سینے اور پھیپھڑے کے لئے غیر مفید ہے، طبا شیر سفید، گوند کتیرا سے اس کی اصلاح ہوجاتی ہے۔ بڑی الائچی آنتوں کے لئے مضر ہے۔

فوائد:۔ مفرح مقوی قلب، مسوڑھوں و دانتوں کے لئے مقوی، قے متلی، پیٹ کے ریحی درد رطوبات معدہ، درد سر ریحی و دماغی تکالیف کے لئے مفید ہے، بڑی الائچی بھی چھوٹی کے ہم خواص ہے، تقویت ہضم میں چھوٹی سے زیادہ مفید ہے۔

ماڈرن ریسرچ کے مطابق کاسر الریاح، دافع تشنج اور مقوی معدہ ہے۔

مقدار خوراک :۔ الائچی خود ایک گرام سے دو گرام، ماڈرن ریسرچ کے مطابق بڑی الائچی ایک سے تین گرام تک، ماڈرن ریسرچ میں مغربی اطباء اسے استعمال نہیں کرتے ہیں۔

بڑی الائچی کے مرکبات

دست:۔ بڑی الائچی کے دانے بریاں کر کے کھلائیں

پائیوریا:۔ اس کے چھلکوں کا بطور منجن استعمال کرنا مسوڑوں کی تقویت کے لئے مفید ہے۔

منہ کے چھالے :۔ فاس کے چھلکوں کا سفوف منہ کے چھالوں پر چھڑکیں آرام آجائے گا۔

درد سر:۔ چھلکوں کا سفوف پانی میں رگڑ کر ماتھے پر لیپ کریں، دردسر کو مفید ہے۔

درد شقیقہ:۔ الائچی کلاں کے چھلکے 10 گرام، نوشادر ایک گرام، باریک پیس کر اگر داہنی طرف درد ہو تو بائیں نتھنے میں اور بائیں طرف درد ہو تو دائیں نتھنے میں سونگھیں۔ درد شقیقہ کو آرام آجائے گا۔

دوائے سنگرھنی:۔ الائچی کلاں 1/4 گرام، پھول گلاب 2.1/2 گرام، کڑا چھال 50 گرام سب کا سفوف تیار کریں، خوراک 2 سے 3 گرام، گرمیوں میں دہی کی لسی یا چھاچھ اور سردیوں میں تازہ پانی سے استعمال کرائیں۔

عرق ہیضہ:۔ پودینہ 1/2 گرام، الائچی کلاں چار عدد، منقیٰ 8 دانہ، نیم کوب کر کے ایک سیر پانی میں جوش دیں، جب آدھا رہ جائے، تو بیس بیس گرام، وقفہ سے دیتے رہیں، پیاس، قے، دست رک جائیں گے۔

پیشاب کی نالی کے زخم:۔ دانہ الائچی کلاں، ست بروزہ، کباب چینی، طباشیر ہر ایک چھ گرام، چینی سفید 20 گرام، سفوف بنا کر روغن صندل اصلی میسوری 1.1/2 گرام تھوڑا تھوڑا ڈال کر کھرل کریں۔ ایک گرام صبح وشام گائے دودھ کے ساتھ دیں۔

درد سر:۔ دانہ الائچی کلاں 10 گرام فناٹین 10 گرام سفوف بنائیں، چار رتی سے ایک گرام تک ہمراہ تازہ پانی دیں ہر قسم کے دردوں کے لئے مفید ہے۔

چھوٹی الائچی کے مرکبات

عرق الائچی:۔ الائچی خورد 20 گرام پانی بھگوئیں صبح دس بوتل عرق کشید کریں وبائی ہیضہ دست اور قے کے لئے مفید ہے دل کے لئے مفرح ہے۔

خفقان:۔ دانہ الائچی خورد زہر مہرہ خالص مروارید ناسفتہ کشتہ عقیق کشتہ یشب مغز کنول گٹہ ورق چاندی سب دوائیں برابر لے کر پہلے زہر مہرہ اور موتیوں کو عرق کیوڑہ میں کھرل کریں پھر باقی دوائیں ڈال کر پیس کر روح کیوڑہ میں حل کر کے شیشی میں رکھیں اختلاج قلب کے لئے از حد مفید ہے فوراً سکون پیدا ہوتا ہے دل کو طاقت دیتی ہے دو رتی ہمراہ خمیرہ گاؤزبان دیں۔

پیشاب کی نالی کے زخم:۔ ست الائچی خورد ست سلاجیت طباشیر، اصلی، تال مکھانہ، پکھان بید، کشتہ قلعی ہموزن، مصری سب ادویات کے برابر کوٹ چھان لیں اور مصری بھی باریک کر کے ملا لیں اور شیشی میں بند کر دیں، چھ گرام ہمراہ آب تازہ یا دودھ گائے دیں نئی اور پرانی تکلیف کے لئے از حد مفید ہے۔

دوائے بخار:۔ دانہ الائچی خورد، طباشیر، ست گلو برابر کوٹ چھان کر سفوف بنالیں دو رتی سے ایک گرام عرق سفوف یا پانی سے دیں خرابی ہاضمہ و بخار کیلئے مفید ہے

دوائے معدہ:۔ نوشادر ٹھلی 20 گرام، الائچی خورد 20 گرام، کالی مرچ 10 گرام نمک سیاہ 150 گرام پیپر منٹ کرسٹل (ست پودینہ) ایک رتی تمام کو پیس کر شیشی میں محفوظ رکھیں۔ ایک رتی منہ میں ڈال کر چوسیں تمام امراض معدہ میں مفید ہے۔

لون بھاسکر چورن:۔ (شارنگدھر) الائچی خورد 20 گرام نمک سانبھر اسی گرام انار دانہ چالیس گرام نمک سونچل پچاس گرام نمک ڈر نمک سیندھا پپلا مول زیرہ سیاہ پپلی تیز پات لامبید ناگ کیسر ہر ایک بیس گرام مرچ سیاہ زیرہ سیاہ سونٹھ ہر ایک دس گرام سفوف بنائیں سات دن رس لیموں میں کھرل کر کے محفوظ رکھیں۔

کمزوری معدہ:۔ طباشیر بڑھیا دانہ الائچی خورد سفوف بنائیں اور برابر چینی ملا کر ایک رتی ماں کے دودھ میں دیں بچوں کے معدہ کی تقویت کیلئے مفید ہے۔

بچوں کو دست:۔ سونف دانہ الائچی خورد حب آلاس ہر ایک دس گرام پانی میں پیس کر چھان لیں اور مصری چھ گرام ملا کر صبح و شام پلائیں بچوں کے دستوں کو روکنے کے لئے مفید ہے۔ **دیگر** :۔ الائچی خورد مصطگی رومی سونف برابر وزن پیس کر سب کے برابر مصری ملا کر تین گرام دن میں دو سے تین بار مربہ آملہ سے دیں۔

خونی دست:۔ کتھ سفید چھ گرام الائچی خورد تین گرام سفوف بنالیں اور ایسپغول عالم دس گرام چینی سفید سفوف شدہ دس گرام ان میں سائے چھ چھ گرام کی پڑیہ ہمراہ دہی استعمال کریں نہایت آسان اور مفید علاج ہے۔

دوائے قبض:۔ دانہ الائچی خورد دس گرام سناء کے پتے 10 گرام شہد خالص 40 گرام روغن بادام چرب کر کے شہد ملا کر معجون بنالیں 2 گرام روزانہ نیم گرم دودھ سے دیں۔

چٹکی اطفال:۔ دانہ الائچی خورد ریوند چینی سہاگہ بریاں ہموزن سفوف بنائیں خوراک ایک سے دو گرام ہمراہ عرق سونف دیں۔

چھوٹے بچوں کا ہیضہ:۔ چھلکا الائچی خورد تین گرام عرق گلاب 10 گرام میں جوش دیں اور چھان کر چمچہ چمچہ پلاتے رہیں۔

کمزوری دل:۔ زہر مہرہ خطائی دانہ الائچی خورد طباشیر ہر ایک 25 گرام روق چاندی 3 گرام باریک پیس کر سفوف تیار کر لیں چار رتی مربہ سیب یا گاجر میں دیں کمزوری دل مدہ قلبی اور گھبراہٹ کے لئے نہایت مفید ہے غریبوں کے لئے موتیوں کے برابر فائدہ کرنیوالا ہے۔

دیگر:۔ ورق چاندی طباشیر ست گلو الائچی خورد از ہر مہرہ خطائی ہر ایک 10 گرام عرق گلاب میں چار پہر کھرل کر کے شیشی میں رکھیں اور 1 گرام کی مقدار میں مکھن میں دیں کمزوری دل کمزوری جگر اور بخار میں مفید ہے۔

آیورویدگ گلو کوز:۔ ورق چاندی طباشیر خالص الائچی خورد ہر دو برابر لے کر چینی دگنی ملا کر کھرل میں تین گھنٹہ کھرل کریں ایک گرام سے دو گرام پانی دودھ یا مکھن میں ملا کر دیں کمزور مریضوں کیلئے مفید ہے۔

دل کی دھڑکن:۔ طباشیر دھنیا خشک صندل سفید الائچی خورد کھریا زہر مہرہ 25 گرام، ناجیل دریائی 15 گرام عقیق بھسم 10 گرام مرجان بھسم دس گرام ورق چاندی 15 عدد باریک کھرل کریں خوراک 2 گرام ہمراہ رُب انار دیں۔

دیگر:۔ طباشیر دانہ الائچی خورد صندل سفید نارجیل دریائی دھنیا خشک زورورد زہر مہرہ ابریشم مدبر کہربا کشتہ مرجان ورق چاندی کشتہ عقیق برابر لے کر خوب باریک کپڑ چھان کر لیں خوراک ایک گرام صبح ایک گرام شام ہمراہ عرق کیوڑہ تیس گرام دیں۔

دل کی کمزوری:۔ زہرمہرہ خطائی دانہ الا ئچی خورد طباشیر ہر ایک 50 گرام ورق چاندی ۵ گرام باریک پیس کر سفوف بنالیں خوراک 4 گرام ہمراہ مربہ سیب یا مربہ آملہ یا مربہ گاجر دیں قلبی دمہ و دل کی گھبراہٹ و کمزوری دل میں مفید ہے۔

ستوپلادی چورن:۔ طباشیر اصلی 80 گرام پپلی 80 گرام الا ئچی خورد بیس گرام دار چینی دس گرام کوزہ مصری 160 گرام سفوف بنائیں شہد میں ملا کر آدھا سے ایک گرام دیں کھانسی کے لئے مفید ہے۔

بڑی الا ئچی کے مرکبات

پیٹ کی گیس:۔ سونف سونٹھ پپلی بڑی الا ئچی ہرڑ شکر تری برابر وزن لے کر سفوف بنائیں خوراک ایک گرام نہایت عمدہ چورن ہے۔

دیگر:۔ پپلی الا ئچی کلاں کالی مرچ سونٹھ لونگ ہر ایک 50 گرام رائی آدھا کلو پکوڑے ملنے آدھا کلو (جو کہ اکثر شادیوں پر بنتے ہیں) پانی 20 کلو پانی میں اوپر والی چیزیں صاف کر کے خوب باریک کر کے کانجی بنالیں (پکوڑے باریک کر کے ڈالیں) تین چار روز بعد خوب ہلائیں پھر کالا نمک 100 گرام شامل کر کے رکھ دیں جب خوب تیار ہو جائے تو چھان کر بوتلوں میں بھر لیں پیٹ کی ہر تکلیف جگر کی خرابی کے لئے مفید گیس کا کامیاب علاج ہے۔

ھچکی:۔ الا ئچی بڑی معہ چھلکا 6 گرام کو ایک کلو تازہ پانی میں جوش دیں جب ۱/۴ حصہ رہ جائے تو چھان کر پلائیں انشاء اللہ صرف ایک بار کافی ہے آزمودہ و مجرب ہے۔

☆☆☆

انار جنت کا پھل اور قیمتی دوا

انار ایک عام پھل ہے جو بے حد سستے داموں میں بازار میں دستیاب ہیں انار ایک مشہور پھل ہے جس سے بچہ بچہ واقف ہے یہ پھل دیکھنے میں خوبصورت اور کھانے میں بڑا خوش ذائقہ ہے جس طرح سے انار دیکھنے میں خوب ہے اسی طرح رب العلمین نے اس میں بہت سی خوبیاں چھپا رکھی ہیں اگر باریکی سے اس کا طبی جائزہ لیا جائے تو انار غذا کی غذا اور دوا کی مثل پر پورا اترے گا انار کا درخت پورے ہندوستان میں کثرت سے پایا جاتا ہے مگر مہاراشٹرا میں انار کی پیداوار کثرت سے ہوتی ہے اس کا تنا زیادہ موٹا نہیں ہوتا جس طرح انار صحت کے لئے فائدہ مند ہے اسی طرح انار کے پھول اور انار کے چھلکے، چھال، پھل، پتے اور اس کے درخت کی جڑ بھی پھل سے کم نہیں ہیں۔

انار کا موسم:۔ گرمی کے موسم میں انار کا درخت پھل دیتا ہے باہر سے چھلکا زرد یا سرخ ہوتا ہے اور دانے سرخ یا سفید ہوتے ہیں۔

کھٹے انار کے دانوں کو جنہیں انار دانہ کہتے ہیں مقوی معدہ و ہاضم چورن میں استعمال کیا جاتا ہے اس کا پانی ناخون سبل کو مفید ہے دانوں کا پانی نچوڑ کر شربت تیار

کرتے ہیں جو کہ حابس اسہال مقوی معدہ وجگر حار ہے، بخاروں میں متلی اور قے کو روکنے کے لئے شربت انار برف کے ساتھ مریض کو پلانا چاہیے۔

اطباء قدیم بقراط وسقراط پوست انار و پوست بیخ انار کو کدو دانہ کے کپڑوں کے لئے استعمال کرتے تھے پوست انار کا ابٹن چہرے کی رنگت کو نکھارتا ہے اس کے پھول کلیاں پتے قابض حابس الدم ہیں، گلنار جو کہ جنگلی انار کے پھول اور کلیاں ہوتے ہیں بمقدار دو تین رتی کھانسی اور پیچش میں استعمال کر سکتے ہیں کھٹے انار کا عرق صفراوی قے ودست خارش یرقان اور ہچکی کو دور کرتا ہے۔ انار کا شربت نہایت سرد اور مفرح مسکن صفرا ہے۔

انار ایک انتہائی خوش ذائقہ دانے دار پھل ہے اس کی تاریخ اگر چہ کچھ زیادہ واضح تو نہیں ہے مگر اتنا معلوم ہے کہ دنیا میں انار کا پودا سب سے پہلے سرزمین عرب میں پیدا ہوا اور وہاں سے دیگر مما لک میں پہنچایا گیا عصر حاصر کی طرح ماضی میں بھی اس کا ایک نمایاں مقام تھا شام اور مصر کے قدیم باشندے اسے خوبصورتی کا نشان سمجھتے تھے سبز رگ کے چمکدار پتوں ارغوانی رنگ کے کلام میں جا بجا اس کا تذکرہ ملتا ہے۔ مغل شہنشاہوں کو انار بہت پسند تھا چنانچہ جب مغل شہنشاہ ظہیر الدین بابر نے ہندوستان پر حملہ کیا تو اپنے ساتھ وہ انار کا پودا بھی لایا، تزک جہانگیری میں درج ہے کہ جہانگیر کے پاس تحفتہً ایک انار لایا گیا جس کا وزن آدھ سیر سے زائدہ تھا۔ آج بھی قندھاری انار آدھا کلو کے قریب قریب پایا جاتا ہے۔

اللہ تعالیٰ نے جسمانی اور روحانی دونوں قسم کے مریضوں کے لئے انار کو معجزہ بنایا ہے اور اکثر امراض اس کے استعمال سے دور ہو جاتے ہیں عباد الرحمٰن کو اللہ تعالیٰ جنت الفردوس میں جگہ دے گا جہاں اسے اور بہت سی نعمتوں کے ساتھ انار کی نعمت سے نواز نے کا وعدہ بھی کیا گیا ہے قرآن مجید میں ارشاد ہے نیک اور صالح عمل کر

نیوالوں کے لئے انار کے درختوں کو جھکا دیا جائے گا۔تا کہ وہ ان درختوں کا پھل آسانی سے اپنے استعمال میں لاسکیں اور انواع واقسام کا یہ پھل اپنے بے شمار ذائقوں کی بنا پر ان لوگوں کے لئے اکل وشرب کا بہترین سامان ہوگا۔آج کل بھی انار کو ایک خاص اہمیت حاصل ہے اسی وجہ سے مشرقی ایشاء کے مختلف ممالک میں انار کے باغات لگائے جاتے ہیں۔اس کے دانے کھٹے مائل میٹھے ہوتے ہیں برصغیر پاکستان و ہندوستان میں لوگ اس کا رس نکال کر پیتے ہیں اور انار کے چھلکے درخت کی چھال اور اس کا رس نکال کر پیتے ہیں اور انار کے چھلکے درخت کی چھال اور اس کی جڑوں کا عرق نکال کر دواؤں میں استعمال کیا جاتا ہے اس کی چھال چمڑا رنگنے کے کام میں لائی جاتی ہے خشک انار دانہ چٹنیوں وغیرہ کے کام بھی آتا ہے۔

اردو اور فارسی ادب میں بھی انار کا ذکر موجود ہے ایک انار سو بیمار کا محاورہ بھی کسی شخص نے اس کے فوائد دیکھ کر ہی ایجاد کیا ہے۔

نزلہ و زکام:۔ ہوالشافی:۔ میٹھے انار کے پتے سایہ میں خشک کرلیں اور خوب باریک پیس کر اس میں اتنی مقدار میں شہد خالص چینی یا گڑ شامل کریں کہ گولی باندھی جاسکے گولیاں تیار کر کے حفاظت سے رکھیں اور بوقت ضرورت دن میں تین چار مرتبہ چوستے رہیں نزلہ زکام کے علاوہ کھانسی کو بھی مفید ہے۔

نظروں کی کمزوری:۔

ہوالشافی:۔ میٹھے انار کے دانوں کا پانی نچوڑ کر اس کو ایک شیشی میں ڈال کر دھوپ میں رکھ دیں یہاں تک کہ پڑے پڑے گاڑھا ہوجائے اکسیر چشم تیار ہے ہر روز بوقت صبح یا رات سوتے وقت ایک ایک سلائی آنکھوں میں ڈالیں نگاہ کی کمزوری کے لئے نہایت اعلی آسان اور ارزاں دوا ہے اس کے چند ہفتے استعمال سے نظر تیز ہوجاتی ہے، یہ دوا جتنی پرانی ہوا تنی ہی مفید ہے۔

آنکھوں کی خارش:۔ اگرآنکھوں میں خارش رہتی ہو یا پلکوں کے بال گر گئے ہوں اورآنکھیں سرخ سرخ اور بھدی معلوم ہوتی ہوں تو ان امراض کودور کرنے کے لئے درج ذیل دوا تیار کریں۔

ہوالشافی:۔ میٹھے انار کے دانوں کا پانی کسی تانبہ کے برتن میں ڈال کرآگ پر پکائیں جب پانی خوب گاڑھا ہوجائے تو دوا کونکال کرکسی جست کی ڈبیہ میں سنبھال رکھیں اوررات میں سوتے وقت ایک ایک سلائی دونوں آنکھوں میں ڈالیں خارش چشم اور پلکوں کے لئے مفید ہے۔

دھند، جالا، اور خارش چشم:۔ ہوالشافی:۔ کھٹے انار کے دانوں کا پانی نکال کرتانبہ کے برتن میں ڈال کرانگاروں پررکھ کر پکائیں جب گاڑھا ہوجائے تواستعمال کریں خارش کےعلاوہ دھند اور جالا کے لئے بھی مفید ہے۔

بعض اطباء کاقول ہے کہ انار کی سات کلیاں اس طرح نگلیں کہ اسے ہاتھ نہ لگے بلکہ منہ سے توڑ کرنگل لیں توایک سال تک نہ آنکھیں دکھتی ہیں اورنہ پھوڑے پھنسیاں نکلتے ہیں ابن زہر نے لکھا ہے کہ صرف ایک کلی نگلنے سے بھی یہی فوائد ظاہر ہوتے ہیں۔

بھرہ پن۔ ہوالشافی:۔ انارکی ٹوپی لونگ جندبیدستر ہرایک دس گرام سہاگہ بریاں 3 گرام۔ترکیب:۔ چاروں ادویہ کو 30 گرام روغن بادام تلخ میں کھرل کریں بعدازاں اسے 100 گرام سرکہ میں ڈال کر یاک ہلکا ساجوش دے کر شیشی میں سنبھال رکھیں۔

ترکیب استعمال:۔ صبح شام 2/3 قطرے کان میں ڈالیں انشاء اللہ بہرہ پن جاتارہے گا لیکن پیدائشی بہرہ پن کیلئے یہ مفید نہیں ہے۔

کان کاورم:۔ اگرکسی وجہ سے کان پرورم آجائے تواس کے لئے درج ذیل ترکیب پرعمل کریں ان شاءاللہ فائدہ ہوگا۔

ھوالشافی:۔ میٹھا انار مع چھلکا کوٹ لیں اور شہد ملا کر آگ پر پکائیں، جب انار نرم ہو جائے تو اتار لیں اور کان پر باندھ لیں ورم تھوڑی دیر میں دور ہو جائے گا۔

کان کا درد:۔ اگر کان میں درد ہو رہا ہو تو انار کھٹا یا میٹھا لیکر اس میں تھوڑا سا شہد شامل کر کے کان میں ڈالیں فوراً درد ختم ہو جائے گا لیکن نیم گرم کر کے کان میں ڈالیں۔

ھوالشافی:۔ میٹھا انار کا نصف حصہ خالی کریں اور اس میں روغن گل بھر دیں اور گل حکمت کر کے آگ پر رکھیں جب اس میں جوش آ جائے تو روغن صاف کر لیں۔

فوائد:۔ یہ روغن کان میں ڈالنے سے کان کے درد کو آرام ہو جاتا ہے اگر کان کے اندر کی پھنسیوں پر لگایا جائے تو وہ بھی اچھی ہو جاتی ہیں۔

نکسیر:۔ نکسیر عموماً گرمی کی وجہ سے ہوتی ہے اور ناک سے خون بہنے لگتا ہے اس کا آسان علاج یہ ہے کہ انار کا پانی بطور نسوار استعمال کریں اس سے نکسیر بند ہو جائے گی یا انار کے پھلوں کا پانی نچوڑ کر ناک میں ڈالیں۔

ناک کی پھنسیاں:۔ ناک میں اگر پھنسیاں نکل آئیں تو بہت زیادہ تنگ کرتی ہیں اس کے لئے بھی آسان ترین ترکیب یہ ہے کہ شریں انار کا پانی ناک میں ڈالیں چند بار ایسا کرنے سے پھنسیوں کو آرام ہو جائے گا۔

منہ کے چھالے:۔ اگر منہ میں چھالے پڑ جائیں تو انار ترش کے رس سے کلیاں کریں چند بار کے استعمال سے ان شاء اللہ مکمل فائدہ ہو جائے گا یہ عمل دو تین دن وقفوں وقفوں کے بعد کافی رہے گا۔

مسوڑھوں کا خون:۔ مختلف وجوہات کی بنا پر بعض افراد کے دانتوں سے خون نکلتا رہتا ہے اسکی اصل وجہ دانتوں کی کمزوری ہے انار اس کیلئے بھی ایک مفید دوا ہے۔ ترش انار کو چھلکوں سمیت پانی میں ڈال کر آگ پر گرم کریں اور اس پانی سے کلیاں کریں تو نہ صرف مسوڑھوں سے خون آنا بند ہو جاتا ہے بلکہ وہ مضبوط بھی ہو جاتے ہیں۔

انار کے پھول کو خشک کر کے پیس لیں اور بطور منجن مسوڑھوں پر ملیں مفید ہے۔
انار کے درخت کے چھلکے کو پانی میں جوش دے کر مسوڑھوں پر ملنا بھی فائدہ مند ہے۔
دانتوں کا ہلنا:۔ انار کے پھولوں کو خشک کر کے سفوف بنائیں اور بطور منجن استعمال کریں تو ہلتے ہوئے دانت مضبوط ہو جاتے ہیں۔
سینہ میں درد :۔ شربت انار یا جوس انار پینے سے درد سینہ اور کھانسی دور ہو جاتے ہیں۔
بلغم میں خون:۔ بلغم سے خون آنا اس بات کی علامت ہے کہ مریض کے سینہ میں خشونت ہے یہ خون سینہ ہی سے آتا ہے انار اس کے لئے بھی ایک مفید غذا ہے اگر انار کا چھلکا پیس کر سینہ پر لیپ کریں تو خون آنا رک جاتا ہے۔
درد سینہ:۔ سینہ کے درد کیلئے مندرجہ ذیل نسخہ کام میں لانا چاہیے مفید ہے۔
ہوالشافی:۔ انار شیریں کے سر میں سوراخ کریں اور آہستہ آہستہ حسب گنجائش روغن بادام بھر دیں اور آگ پر رکھ دیں تا کہ روغن بادام جذب ہو جائے اس انار کو چوسیں درد سینہ کے علاوہ ہر قسم کی کھانسی کے لئے بھی مفید ہے۔
درد معدہ :۔ یہ نسخہ درد معدہ قبض اور ریاح کو مفید ہے
ہوالشافی:۔ انار دانہ سنا مکی ہر ایک دس گرام سونف زنجبیل پوست ہلیلہ زرد نمک سیاہ ہر ایک چھ گرام۔
ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو کوٹکر سفوف بنالیں۔
ترکیب استعمال:9 گرام ہمراہ پانی۔
پیٹ درد:۔ اگر کسی شخص کے پیٹ میں درد ہو جائے تو اسکی تکلیف نا قابل برداشت ہو جاتی ہے اور اس کے علاج کیلئے ڈاکٹروں اور حکیموں کے مطب کے چکر لگاتے جاتے ہیں اور علاج پر اچھے خاصے پیسے خرچ ہو جاتے ہیں اور اگر بر وقت طبی

امداد نہ مل سکے تو مریض کی جان ضیق میں پھنس جاتی ہے اس کا انتہائی آسان علاج درج کیا جارہا ہے غذا کی غذا دوا کی دوا۔

ہوالشافی:۔انار کے دانوں پر نمک اور سیاہ نمک اور سیاہ مرچ چھڑک کر نوش جان کریں صرف اس کے استعمال سے اکثر قسم کا پیٹ درد فوراً دور ہو جاتا ہے۔

کدو دانے:۔ کدو دانوں کے نکالنے کے واسطے مجرب ہے

ہوالشافی:۔کھٹے انار کی چھال 50 گرام پانی میں جوش دیں اور صاف کر کے پلائیں اسی طرح تین دن پلانے کے بعد روٹی کے چند نوالے گھی کے ساتھ کھلائیں تا کہ متلی پیدا نہ ہو۔

بواسیر کا خون بند کرنا:۔ ہوالشافی:۔بواسیر خونی میں جب خون جاری ہو جاتا ہے تو مریض نہایت پریشان ہو جاتا ہے اس کو بند کرنے کیلئے بھی پوست انار یعنی ناسپال نہایت مفید ہے جس کی ترکیب یہ ہے۔

ہوالشافی:۔پوست انار خواہ ترش ہو یا شیریں لے کر پانی میں جوش دیں اور اس سے مریض بواسیر کو آبدست کرایا کریں نہ صرف بواسیر کا خون رک جاتا ہے بلکہ مسے بھی ڈھیلے پڑ جاتے ہیں۔

مقوی باہ:۔ یہ نسخہ حکیم عبدالجلیل صاحب ایڈیٹر طبیب حاذق گجرات کا ہے آپ فرماتے ہیں کہ اس سے بہتر نسخہ میرے پاس نہیں ہے بارہا اسے آزمایا کبھی خطاء نہیں گیا بڑے بڑے لاعلاج مریض اس کے استعمال سے تندرست اور صاحب اولاد ہو گئے۔

ہوالشافی:۔انار شیریں کے دو سیر پانی میں مروارید ناسفتہ ورق طلائی اور ورق نقرہ 5-5 گرام کھرل کر رکھیں اور پانی میں لگا کر ایک گرام کھایا کریں اس کے استعمال سے بے پناہ قوت باہ پیدا ہوگی اگر اس کی طاقت مزید بڑھانا چاہیں تو زعفران، زہر مہرہ 2-2 گرام اور عنبر اشہب 3/2 گرام کا اضافہ کر لیں۔

پیشاب کی زیادتی:۔

اگر پیشاب بار بار آتا ہو تو اس کے لئے ذیل کا نسخہ مفید ہوگا۔

ہوالشافی:۔ایک پاؤ پانی میں 3 گرام انار کی جڑ کا چھلکا ڈالیں اور جوش دیں جب آدھا پانی خشک ہو جائے تو چھان کر پلایا کریں چند ہفتوں کے مسلسل استعمال سے تسلسل بول کا عارضہ رفع دفع ہو جائے گا۔

زہریلے جانور کے کاٹنے کا علاج

ہوالشافی:۔ انار کے درخت سے سانپ بچھو اور دیگر زہریلے جانور دور بھاگتے ہیں اس لئے اکثر پرندے اپنے گھونسلے اس درخت پر بناتے ہیں اس سے معلوم ہوا کہ اس میں تریاقی اثر ہے چنانچہ بھڑ وغیرہ کے کاٹے برگ انار کو پیس کر لگانے سے فوراً آرام ہو جاتا ہے۔

☆☆☆

پپیتے میں رکھی ہے خدا نے صحت

آنتوں کے کیڑے:۔ آنتوں کے گول کیچوؤں (خراطین) کے لئے مہلک اثر رکھتا ہے، (مگر فیتہ نما چرنوں یا کدو دانوں کو مارنے کے لئے مفید نہیں ہوتا)۔ اس لئے بالغ مریض کو تازہ رس اور شہد ایک ایک بڑا چمچہ نیم گرم پانی میں ملا کر پلایا جاتا ہے اس کے تین گھنٹے بعد کیسٹر آئیل کا جلاب دیا جاتا ہے۔

داد چنبل:۔ بیجوں کو گلیسرین میں ملا کر دار چنبل پر لیپ کرنے سے مکمل آرام آجاتا ہے۔ اسکے پتوں کی پلٹس بنا کر ورم پر بندھوائیں، تو ورم، سوجن، تحلیل ہو جاتا ہے۔

ایام کی تنگی:۔ اس کا کچا پھل تین چار دن لگاتار عورت کو کھلانے سے ایام کی تنگی کا عارضہ دور ہو جاتا ہے، لیکن حاملہ عورت کے لئے اس کا استعمال سخت منع ہے کیونکہ اس سے حمل گر جانے کا خطرہ ہوتا ہے، علاوہ ازیں اسکی جڑ بھی مفید ہے لیکن اس سے بھی حاملہ عورت کو بچانا چاہیے، کیونکہ اس سے بھی حمل گر جاتا ہے۔

دودھ میں کمی:۔ جن عورتوں کے دودھ میں کمی ہو، اس کے پتوں کو گرم کر کے عورت کے پستانوں پر بندھوانا چاہیے، اس سے دودھ میں زیادتی ہو جاتی ہے، کچے پھل کا شوربا پینے سے بھی عورتوں میں دودھ زیادہ ہو جاتا ہے۔

بڑھاپے کا علاج:۔ پپیتے کا استعمال مسام کے باریک سوارخوں میں داخل ہو جاتا ہے، اور جسم کے مرض یا سخت مساموں یا ان کے حصوں میں گھلا ڈالا نے میں جسم کی مدد کرتا ہے اور زہریلے اثرات کو ختم کرنے میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔ بڑھاپا خون لے جانے والی نالیوں کے سخت ہو جانے کا ہی نتیجہ ہوتا ہے، کہاوت ہے کہ آپ اتنے ہی بوڑھے ہیں جتنی آپ کی خون لے جانے والی نالیاں سخت ہیں، اس سچائی کو انسانی جسم کا علم رکھنے والے ماہرین بھی مانتے ہیں کہ اگر ہمیں خون لے جانے والی تاڑیوں کو ڈھکنے والے مساموں کو ملائم رکھنے و مرض کے جراثیم کی جن سے انسانی جسم کو نقصان پہنچتا رہتا ہے، کی پرتوں کو توڑ ڈالنے کا طریقہ مل جائے تو ہمیں بڑھاپے کو جیتنے کا یقینی طریقہ ملا سمجھنا چاہیے، اس کے ذریعہ ہم بوڑھے لوگوں میں دوبارہ چستی لا سکتے ہیں، اور جو غیر قدرتی زندگی گذارنے کی وجہ سے وقت سے پہلے ہی بڑھاپے کے وزن سے دبے ہوئے ہیں، انہیں چھٹکارہ دلا سکتے ہیں اور اس کے لئے پپیتے، نے ہی انسانی زندگی کو پر مسرت بنانے میں بھاری مقبولیت پائی ہے۔

انسانی جسم کے ماہرین کے ذریعے کی گئی تحقیق کے مطابق پپیتے کے کئی کرشمات کو شمار کیا جا سکتا ہے، لیکن دُکھ اس بات کا ہے، کہ عوام میں اسے ابھی مناسب جگہ نہیں مل پائی، جب کہ یہ بڑھاپے کو بھگانے کا کامیاب علاج ثابت ہو چکا ہے۔

☆☆☆

پالک آئرن اور پروٹین کا خزانہ

پالک ملک کے تمام صوبوں میں بہت ہی ملتا ہے یہ سردی میں زیادہ پیدا ہوتا ہے مگر اب سب موسم میں ملتا ہے صحت کے نقطہ نظر سے سب شاکوں میں سب سے زیادہ مفید ہے۔

افعال و خواص:۔ مزاج سرد ہے اسلئے خون کی گرمی کے لئے مفید ہے خون کی خرابی کو دور کرتا ہے، اس میں سوڈیم، کیلشیم، کلورین، فاسفورس، آئرن، پروٹین اور وٹامن اے اور وٹامن سی کے علاوہ لوہا بھی پایا جاتا ہے یہ آئرن ہونے کی وجہ سے کمی خون والوں کے لئے بہت ہی مفید ہے۔

پالک کو سبزی کی صورت میں استعمال کیا جاتا ہے، بیمار آدمی کو کسی قسم کی سبزی نہیں دی جاسکتی ہے، لیکن سب پیتھیوں کے معالج پالک کی سبزی کھانے کے لئے مریض کو منع نہیں کرتے، کیونکہ یہ ایک خون بڑھانے والی سبزی ہے، اور اس کے نام سے سب لوگ واقف ہیں، پالک کو علاج کے نقطۂ نظر سے دوا کی صورت میں مندرجہ ذیل امراض میں استعمال کیا جاسکتا ہے۔

خون کی کمی:۔ خون کی کمی میں پالک بہت ہی مفید ہے کیونکہ اس میں لوہے کی مقدار زیادہ ہوتی ہے اس لئے خون کی کمی کو پورا کرنے کے لئے اسے مندرجہ ذیل طریقہ سے استعمال کیا جانا چاہیے۔

پالک کا رس 25 گرام، ایک خوراک، پالک کے پتوں کو اکٹھا کرلیں، انہیں اچھی طرح پانی میں صاف کر کے ان کا رس نکال لیں مندرجہ بالا طریقہ سے بنائی گئی مقدار کے مطابق صبح وشام استعمال میں لاویں، اس کے رس کا اس طرح لگاتار استعمال کرنے سے انسان کے جسم میں خون کی بڑھوتری ہوتی ہے، بیمار مریض شخص میں خون کی کمی کی حالت میں اس کی سبزی کا استعمال کرنا بہت ہی مفید پایا گیا ہے۔ یہ سبزی جلدی ہضم ہونیوالی ہے، اس لئے مریض کو اس کی سبزی کا استعمال کرانا اس کیلئے بہت ہی مفید ہے۔

صبح وشام بیمار شخص کو مندرجہ بالا مقدار کے مطابق اس کے رس کا استعمال کرانے سے اس میں نیا خون کا دورہ ہوکر اس کے جسم میں طاقت کی بڑھوتری ہوگی۔ اگر صحت مند شخص بھی پالک کا استعمال کرتا ہے، تو وہ عام طور پر مرض کے حملہ سے بچا رہتا ہے، اس میں کئی دھاتوں کا استعمال ہوکر مرض کے حملہ سے بچنے کی طاقت بنی رہتی ہے اور جس سے مرض کے جراثیم کا حملہ ہونے سے ان سے مقابلہ کرنے کی طاقت بنی رہتی ہے، اس لئے پالک کا استعمال مریض اور صحت مند دونوں اشخاص کے لئے بہت ہی مفید ہے اس کے استعمال سے انسان میں طاقت وچستی آئے گی، اور نیا خون پیدا ہوگا، وہ کبھی بیمار نہیں ہوگا۔

امراض جگر:۔ امراض جگر کے تمام امراض میں پالک بہت ہی مفید پائی گئی ہے، اس میں پالک کا استعمال مندرجہ ذیل طریقہ سے کرایا جاسکتا ہے۔

پالک رس دس گرام، پیاز رس دس گرام، پودینہ رس5 گرام، دھنیا رس 5 گرام، ایک خوراک بنالیں یعنی ان سب رسوں کو ملا کر یہ ایک خوراک بنالیں ایسی خوراک کا صبح اور شام کھانا کھانے سے پہلے استعمال کرنے سے جگر کے متعلق تمام نقائص دور ہوتے ہیں، یہ رس بھوک نہ لگنے، بدہضمی، دردِ جگر، پیٹ کی گیس اور کھانے کے لئے دل نہ کرنے میں فائدہ مند ہے، اس لئے ان امراض میں مریض کو بغیر کسی سوچ کے مندرجہ بالا مقدار میں رسوں کا استعمال کرنا چاہیے۔

ایک بات کا دھیان رکھنا بہت ضروری ہے کہ دوا کی صورت میں استعمال کرنے سے پہلے پتہ کرلیں کہ مرض کتنا پرانا ہے اگر مرض کی شروع حالت ہے تو دس دنوں تک اس رس کا استعمال کرنے سے فائدہ ہوجاتا ہے، اگر مرض پرانا ہے تو دوا کی صورت میں اس کا کئی دنوں تک استعمال کرائیں، جب تک مرض دور نہ ہوجائے۔

مرض ٹھیک ہوجانے پر بھی مریض کو یہ مشورہ دیں، کہ وہ پالک کو اپنی خوراک میں سبزی کی صورت میں استعمال کرتا رہے، اس سے اس کی صحت بنی رہے گی۔

قے اُلٹی آنا:۔ قے (الٹی) ایک ایسی حالت ہے کہ اس میں مریض اور اس کے خاندان والے دونوں تنگ آجاتے ہیں قے کی حالت میں پالک کے رس کا استعمال اس طرح کرائیں: پالک کا رس5 گرام، پیاز کا رس5 گرام، پودینہ کا رس 5 گرام۔ایک خوراک۔

مندرجہ بالا سب کا رس نکال لیں اور آپس میں ملالیں مریض کو آدھے آدھے یا ایک ایک گھنٹہ بعد دیتے رہیں، مریض کی یہ رس تب تک استعمال کراتے رہیں جب تک الٹیاں بند نہ ہوجائیں۔

ہاضمہ کی طاقت بڑھانے کے لئے:۔ پالک کے رس کا اور اس کی سبزی کا جو شخص لگاتار استعمال کرتا ہے، اس کی ہاضمہ کی طاقت بڑھ جاتی ہے،

کہنے کا مطلب یہ ہے کہ اس کی سبزی کے استعمال سے جن مریضوں کی ایلو پیتھک انٹی بایوٹک ادویات کے استعمال سے بھوک مر جاتی ہے، اس سے ان کی ہاضمہ کی طاقت بڑھ جاتی ہے، اور بھوک لگنے لگ جاتی ہے۔

امراض چشم:۔ پالک میں وٹامن اے ہوتا ہے، اس لئے یہ آنکھوں سے متعلق امراض میں مفید ہے، پالک کا روزانہ استعمال کرنے والوں کو آنکھوں کی بیماریاں نہیں ہوتی ہیں، رتوندہی مرض میں پالک کا استعمال بہت ہی مفید ہے اس کے استعمال سے نظر بھی بڑھتی ہے۔

بچوں کا سوکھامسان:۔ بچوں کو مرض سوکھا ہو جانے پر بچے کی جسمانی بڑھوتری روک جاتی ہے بچے سوکھنے لگ جاتے ہیں اور دن بدن اتنے کمزور ہو جاتے ہیں کہ ان کی ہڈیاں دکھائی پڑتی ہیں، اگر وقت پر سوکھے مرض کا صحیح علاج نہ کرایا جائے تو بچہ کی موت تک ہو جاتی ہے، اسلئے سوکھا مرض ہوتے ہی مستند معالج کا مشورہ لے کر درست دوائی کا انتظام کرنا چاہیے، اور بچے کو پالک کا رس دس دس گرام دن میں چار بار تک دینا چاہیے، اس سے سوکھامسان کا مرض دور ہو کر اس مرض سے آرام آجاتا ہے۔

چہرہ کے داغ:۔ عورتیں اپنے چہرہ کی خوب صورتی کیلئے مصنوعی پاؤڈر، اسنو، کریم، لپ سٹک وغیرہ کا استعمال کرتی ہیں، اس کی جگہ اگر لگاتار صرف پالک کے رس کا استعمال کیا جائے تو چہرہ چمکنے لگے گا اور مستقل طور پر چہرہ خوبصورت بنا رہے گا۔

قبض:۔ پالک کے پتوں کو دھو کر بنا پانی ڈالے سل پر پیس کر اس کا رس نکال کر دس گرام کی مقدار میں پینے سے قبض دور ہو جاتا ہے۔

یرقان:۔ پالک کے پتوں کے دھو کر اس کا رس نکالیں، اور دس گرام صبح اور دس گرام شام کو دیں، اس سے یرقان (جانڈس) ٹھیک ہو جاتا ہے۔

☆☆☆

شاہترہ بھی ہے بڑی نعمت

عشبہ، برہمڈنڈی ، شیشم کا برادہ ہر ایک 25 گرام، عناب 40عدد، تمام دواؤں کو چھ گنا پانی میں ملا کر رات کو پڑا رہنے دیں، دن کو جوش دیں، جب آدھا رہ جائے تو مل چھان کر ڈیڑھ گنا کھانڈ ملا کر قاعدہ کے مطابق شربت تیار کریں۔ یہ 20 گرام شربت 50 گارم عرق عشبہ میں ملا کر پیئیں، یہ پھوڑے پھنسیاں، خارش اور عام جلدی امراض کے لئے مفید ہے۔

عرق مصفیٰ خون:۔ شاہترہ (پاپڑا) 50 گرام، سرپھوکہ 50 گرام، برادہ لکڑی شیشم 50 گرام، منڈی 50 گرام، مہندی کے پتے 50 گرام، بسفائج 50 گرام، کالی ہرڑ 50 گرام، چرائیتہ 20 گرام، گاؤزبان 20 گارم، عشبہ مغربی 20 گرام، پرسیاؤشاں 20 گرام، کاسنی 100 گرام، مکوخشک 100 گرام، عناب 50 گرام، سب کو 16 کلو پانی میں رات کو تر کریں، صبح 8 کلو عرق نکالیں، خوراک 30 گرام ہمراہ شربت عناب 20 گرام سے استعمال کرائیں۔ بغیر شربت کے بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

شربت شاہترہ:۔ شاہترہ (پاپڑہ) چرائتہ، منڈی، سرپھوکہ، ہر ایک

70 گرام، عناب 60 گرام، سب ادویہ کو گرم پانی میں بھگوئیں، اور اچھی طرح جوش دے کر سوا تین کلو چینی کا اضافہ کر لیں، اور شربت بنالیں۔ **خوراک:۔** 50 گرام شربت 100 گرام عرق پاپڑا (شاہترہ) کے ساتھ روزانہ صبح وشام دو ہفتہ تک پلائیں، اسکے بعد جلاب دیں، سودا کا منضج ہے اور خون صاف کرتا ہے۔

دوائے مصفیٰ خون:۔ شاہترہ، چرائتہ، منڈی، سرپھوکہ، صندل، سفید، ہرڑ الی ہرایک 50 گرام، عناب 7 دانہ، سب ادویہ کو 300 گرام پانی میں بھگو دیں، صبح چھان کر اور شربت عناب 20 گرام ملا کر پلائیں۔ چند روز کے استعمال سے پھوڑے، پھنسی اور خارش کو آرام آ جاتا ہے۔

دیگر:۔ شاہترہ، چرائتہ، بیج کاسنی، نیلوفر، چھلکا ہرڑ زرد، ہرایک 5 گرام۔ رات کو گرم پانی میں تر کریں صبح صاف کر کے شربت عناب 20 گرام ملا کر پلائیں۔

معجون مصفی خون:۔ شاہترہ (پاپڑا) 120 گرام، چھلکا ہرڑ زرد 100 گرام، چھلکا ہرڑ کابلی 70 گرام، چھلکا بہیڑہ 50 گرام، آملہ صاف 50 گرام، سناء مکی 25 گرام، پھول گلاب 15 گرام، شہد خالص 600 گرام، چینی، 600 گرام۔ تمام ادویات کو علیحدہ علیحدہ کوٹ پیس کر چھان لیں، اور شہد و چینی کا قوام بنائیں ادویات ملا کر معجون قوام میں لے آئیں جن لوگوں کا خون خراب ہوگیا ہو یا زہریلا مادہ جسم میں موجود ہو بعد جلاب اس معجون کو استعمال کرائیں۔

خوراک: 5 گرام ہمراہ عق سونف 40 گرام و عرق شاہترہ 40 گرام ہر ورز صبح وشام پلائیں۔ زبردست مصفیٰ خون ہے۔

اطریفل شاهتره (پاپڑا) :۔ خون کو صاف کرتا ہے، خارش کو زائل کرتا ہے اگر زہریلے امراض کی وجہ سے سر کے بال گر گئے ہوں یا سر میں گرمی اور درد کی شکایت ہو تو بہت مفید ہے۔

پاپڑا (شاہترہ) 40 گرام، چھلکا ہرڑ پیلی، 10 گرام سویز منقیٰ 100 گرام، پوست ہلیلہ زرد 90 گرام، چھلکا بہیڑہ، چھلکا آملہ ہر ایک 60 گرام، سناء مکی 30 گرام، پھول گلاب 15 گرام۔

سوائے مویز منقیٰ کے تمام ادویات کو کوٹ چھان کر روغن بادم بقدر حاجت سے چرب کریں یور مویز منقیٰ (منقیٰ سے دانے نکالے ہوئے) کو سل پر پیس لیں، بعد ازآں شہد خالص تین گنا ملا کر حسب معمول تیار کریں، خوراک چھ گرام صبح کو نہار منہ یا رات کو سوتے وقت عرق مصفیٰ خون (جس کا نسخہ اوپر دیا گیا) 100 گرام کے ہمراہ کھلائیں۔

شربت مصفیٰ خون:۔ پاپڑہ (شاہترا) کے پتے، چرائتہ، سرپھوکہ، سونف، ہر ایک 20 گرام، برادہ صندل لال، برادہ صندل سفید، اندرائن، کی جڑ ہر ایک 5 گرام، منڈی 100 گرام، سب کو پانی میں جوش دیں اور پھر چھان کر چینی سفید ڈھائی کلو ملا کر شربت بنائیں۔

خوراک 20 گرام صبح وشام برابر پانی ملا کر دیں۔

خون کی خرابی، پھوڑے پھنسی، خارش وغیرہ جلدی بیماریوں کے لئے بہت ہی مفید ہے، زہریلے مادے کو بالکل کھو دیتا ہے۔

منڈی بوٹی دس گرام، گیرو دس گرام، مہندی کے پتے دس گرام، سفوف بنا کر رکھیں اور چینی، 50 گرام ملائیں خوراک 3 گرام پانی کے ساتھ دیں۔ بچوں کو بلحاظ عمر کم مقدار میں دیں۔

دیگر:۔ پاپڑہ، مہندی کے پتے، چرایتہ، منڈی، مرچ سیاہ تمام برابر وزن لیں، دن میں 3 بار بقدر 3 گرام، تازہ پانی میں ابال کر استعمال کرائیں۔ زبردست مصفیٰ خون ہے، سفید و سیاہ داغ، دھبوں، پھوڑوں، خارش تر و خشک کیلئے مجرب ہے۔

دیگر:۔ پاپڑہ،50 گرام،چینی 250 گرام، پاپڑہ کوکوٹ کر چھان لیں اور چینی کی چاشنی بنا کر جو کہ گاڑھی نہ ہو اور نہ زیادہ پتلی ہو،قدرے ٹھنڈی ہونے پر دوا کو اس میں ڈال دیں، اور خوب ہلا دیں، تا کہ ایک ذات ہو جائے دواء تیار ہے، دس گرام روزانہ استعمال کریں، زبردست مصفیٰ خون ہے۔

☆☆☆

کچھ خاص نسخے تندرستی کیلئے

سویا کا استعمال گھریلو ادویات میں اور آیورویدو یونانی میں پرانے وقتوں سے ہو رہا ہے، کئی ممالک میں زچہ عورت کی ہاضمہ کی قوت اور دودھ بڑھانے کے لئے اور کھانا کھانے کے بعد منہ میں خوشبو پیدا کرنے کے لئے سویا کھلانے کا رواج ہے، بچوں کے پیٹ درد، دست، ہچکی وغیرہ میں اس کا عرق دیا جاتا ہے، یہ عرق ہاضمہ کو بڑھاتا ہے، اس کے خاص مجربات درج ذیل ہیں:۔

پیٹ درد:۔ ہاضمہ کی خرابی ہونے سے کھانا کھانے کے دو تین گھنٹے بعد پیٹ درد ہوتا رہتا ہو، تو کھانا کھانے پر منہ صاف رکھنے کے لئے سویا چباتے رہیں اور رات کو سونے سے پہل بھی سویا لے لیں، اس طرح تھوڑے دن تک کرتے رہنے سے اپھارہ اور پیٹ کا بھاری پن پیٹ درد دور ہو جاتا ہے اور پاخانہ بھی کھل کر آتا ہے۔

چھاتیوں کی خرابی:۔ پرسوت کے روز سے دو تین بار پانچ گرام سویا کھلاتے رہیں، دودھ کا نقص بھی دور ہوگا۔ دودھ اور بچے کو بہ آسانی ہضم ہو جائے گا، علاوہ ازیں جن ماؤں کا دودھ کم ہوتا ہے، ان کے دودھ میں بڑھوتری ہو جاتی ہے۔

دودھ کی کمی:۔ سویا کے بیج 25 گرام، چینی 25 گرام، دونوں کو پیس لیں اور ماں کو 6 گرام صبح اور 6 گرام شام نیم گرم دودھ سے دیں، اس سے عورتوں کے پستانوں میں دودھ بڑھتا ہے، بچہ ہونے کے بعد اس کے بیجوں کا جوشاندہ بنا کر پلانے سے بھی زچہ عورت کے دل کو طاقت ملتی ہے، اور زچہ عورتوں کے لئے یہ ایک قیمتی چیز ہے۔

یونانی گرائپ واٹر:۔ سویا سوا کلو، کشمش سوا کلو، پانی کلو ان کا 4 بوتل عرق نکالیں، اس میں دس گرام سوڈا بائیکارب ملائیں، پھر اس عرق میں سیکرین ایک رتی میٹھا کرنے کے لئے ملا دیں۔

بچوں کی بدہضمی، پیچش:۔ مروڑ، ہرے پیلے دست، کھانسی وآنتوں وغیرہ کی تکلیف کے لئے از حد مفید ہے گرائپ واٹر کی طرح ایک چھوٹا چمچہ صبح اور ایک چھوٹا چمچہ شام کو دیں۔

بچوں کا پیٹ:۔ عرق سویا، عرق سونف، عرق الائچی برابر وزن ملا کر تھوڑا تھوڑا بچے کو پلاتے رہیں، پیٹ درد میں آرام آجائے گا۔

بچوں کا قولنج:۔

سویا ایک گرام، سونف ایک گرام، دھنیا خشک ایک گرام، مویز منقیٰ دو دانے، سب کو پانی دس گرام میں جوش دیں اور شہد سے میٹھا کر کے چمچہ چمچہ ملائیں۔

بچوں کی ہچکی:۔ عرق سویا دیں، اور چینی سفوف بنا کر چٹاتے رہیں۔

بریاں، مولسری کی چھال کا سفوف، زخم حیات، کتھ، سر د چینی، مرچ سیاہ، انزروت سب برابر باریک پیس کر کپڑ چھان کر کے بوتل میں بند رکھیں۔

پہلے کی طرح دس پندرہ منٹ سر پھوکہ کی مسواک کریں اور مسوڑھوں، گالوں کے اندر اور زبان کے اوپر نیچے بار بار پھریں، اس کے بعد منجن، برش یا انگلی سے

آہستہ آہستہ مسوڑھوں، گالوں کے اندر اور زبان پر آہستہ آہستہ ملیں، اور لعاب باہر نکالیں، ہر قسم کے ورم چھالے، زخم، پائیوریا یا خون پیپ آنا بند ہو کر مسوڑھوں کا پلپلا پن دور ہو جائے گا، اور تمام تکلیف درد دور ہو کر بڑھاپے تک دانت مضبوط اور خوشنما رہیں گے۔

بواسیر:۔ سر پھوکہ کے پتے 6 گرام، بھنگ کے پتے ایک گرام، الائچی چھوٹی 5 عدد، مرچ سیاہ 5 عدد، روزانہ صبح خالی پیٹ گھوٹ کر ایک ہفتہ پلائیں انشاء اللہ بواسیر کو خاطر خواہ آرام فائدہ ہو گا۔

زھریلے امراض:۔ جن اشخاص کو زہریلے امراض ہوں یا جلدی امراض پھوڑا، پھنسی یا دُنبل نکلنے کی تکلیف رہتی ہے، تو سر پھوکہ کے پتے، شاہترہ کے پتے، آملہ، چرائتہ، چوب چینی، عناب، بکائن ہر ایک برابر لے کر ان کا عرق نکلوا کر روزانہ نصف پیالی صبح وشام شہد خالص ڈال کر پئیں، آرام ملے گا۔

کھانسی:۔ جن لوگوں کو کھانسی یا سانس کی تنگی محسوس ہو تو وہ سر پھوکہ پیلا بانسہ، زوفہ، بنفشہ کی چائے کا جوشاندہ نمک سیاہ ڈال کر گرم گرم پئیں۔

کنٹھ مالا:۔ اکاس بیل، سر پھوکہ، منڈی، بیج ہلہل اور مرچ سیاہ برابر برابر لے کر 6 سے 9 گرام روزانہ خالی پیٹ گھوٹ کر آٹھ دس دن پلائیں، گلٹیاں آہستہ آہستہ تحلیل ہو کر مواد نکلنا ختم ہو جائے گا۔

درد جگر و تلی:۔ جن مریضوں کے معدہ، جگر یا طحال میں درد ورم یا زخم، پھوڑا ہو، اور کوئی خرابی ہو، خون الٹی یا ٹٹی کے راستہ آتا ہو تو سر پھوکہ، اکاس بیل، آملہ، مرچ سیاہ زخم حیات برابر برابر لے کر 6 گرام روزانہ گھوٹ کر صبح وشام دو بار نہار پیٹ پیویں، غدود بلغمیہ، غدود ہضمیہ کے جملہ نقائص دور ہو کر آرام آجائے گا، ہزاروں روپیہ خرچ کرنے والے دکھی مرض اس معمولی نسخہ کے، استعمال سے کلی صحت

حاصل کریں، تمام گلا سڑا مادہ اور سدوں کا اخراج ہوگا، خالص خون پیدا ہو کر دن بدن روبصحت ہوتا جاوئے گا۔

سوداوی بخار:۔ ایسے مریضوں کا عرصہ تک بخار اندر سے نکلتا ہی نہیں جن کو حرارت کو دبانے والی اور کئی مسکن انگریزی ادویات استعمال کرنے کے باوجود بھی ٹمپریچر نارمل نہیں ہوتا، اس کے لیے سرپھوکہ کے پھول پتوں و کرنجوہ کے پتوں کاسنی، ناگرموتھا برابر برابر لے کر 6 گرام سے 9 گرام کا گرم گرم جوشاندہ کا غذی لیموں ڈال کر پینا تمام بخار اور اندرونی زہر نکال دیتا ہے، بدن سے سستی نکلتی ہے اور بھوک خوب لگنی شروع ہو جاتی ہے، دن بدن چہرے پر نکھار آتا جاتا ہے۔

سرطان (کینسر):۔ یہ ایک ایسی لاعلاج اور تکلیف دہ بیماری ہے، جس کا ابھی تک ایلوپیتھی والوں کے پاس کوئی بھی مؤثر اور کامیاب علاج نہیں، بڑے بڑے امیر، وزیر در بدر بھٹکنے اور زر کثیر صرف کرنے کے باوجود بھی آخر جلد لقمۂ اجل ہو جاتے ہیں، غیر ممالک والے اس کی ریسرچ پر لاکھوں روپیہ خرچ کرنے کے باوجود بھی کوئی کامیابی حاصل نہیں کر سکے، یعنی کامیاب علاج ڈھونڈ نہیں پائے ہیں، طب یونانی کو زندہ جاوید رکھنے کے لئے اور اس کا غیر ممالک میں تسلط اور وقار بڑھانے کے لئے اور انسانیت کی بھلائی و خیر خواہی کیلئے اس سنیاسی راز کو منظر عام پر لا رہا ہوں، کامل عامل اطباء اپنے مطب میں کامیاب دوا تیار کر کے اپنے تجربہ میں لا کر اس کی تصدیق کریں، خدمت خلق سے نام عزت کمائیں اور فن کا رتبہ برھائیں۔

نسخہ یہ ہے : سرپھوکہ، زخم حیات، ڈھاک، پودینہ، برہمڈنڈی، چوہا کنی، منڈی، جل نیم، مرچ سیاہ، کتھ سفید، نیل کنٹھی ہر ایک برابر وزن لے کر اس کا سفوف علیحدہ علیحدہ بنا کر یک جان کرلیں، اور پانی سے استعمال کریں۔ (خوراک 5 گرام سے 10 گرام تک دیں۔

اپنے زور اور عجیب الاثر ہونے کا حیرت انگیز چمتکار ہفتہ عشرہ میں ہی ظاہر کردے گا۔

عرق مصفیٰ خون:۔ سرپھوکہ نیم کے پتے، چھلکا نیم، چھلکا بکائن، بکائن کے پتے، کچنال کا چھلکا، چھلکا مولسری، دودھی چھوٹی، بھنگرہ سیاہ کے پتے، جوانسہ کے پتے، گولر کا چھلکا، مہندی کے پتے، منڈی، شاہترہ، دھماسہ، وجے سار کی لکڑی، پھول نیلوفر، پھول گلاب، دھنیاں خشک، برادہ صندل سفید، بیج کاسنی، جڑ کاسنی، مجیٹھ، بیدسادہ کے پتے، برادہ لکڑی شیشم ہر ایک 100 گرام۔تمام دواؤں کو 24 کلو پانی میں ایک دن رات بھگودیں، پھر 12 کلو عرق کشید کریں۔

خوراک 100 گرام عرق، شربت عناب 20 گرام میں ملا کر پیئیں، خون صاف کرتا ہے، اور پھوڑے پھنسیوں وجلدی امراض میں مفید ہے۔

☆☆☆

کشتہ سازی کی حقیقت اور اس کا استعمال

CARBONAS

وجہ تسمیہ:۔ کشتہ فارسی زبان کا لفظ ہے جس کے معنی ''مارا ہوا'' ہے لیکن اصطلاحِ طب میں کشتہ اس خاص مرکب کو کہتے ہیں جس میں ادویہ کو جلا کر چونا (کلس) کی طرح بنالیا گیا ہو۔کشتہ جات دراصل کاربوناس (Carbonas) ہوتے ہیں جو بعض طبی اغراض کے تحت استعمال میں لائے جاتے ہیں تاکہ ان سے ازالۂ امراض اور صحت کی بازیابی ہوسکے۔ایسی ادویہ کو ادویۂ محرقہ و مکلسہ کہا جاتا ہے۔

کشتہ سازی میں بروئے کار آنے والی دوائیں حرارت کے زیرِ اثر کیمیاوی اعمال سے متاثر ہوکر ایک نئی شکل اختیار کرلیتی ہیں جن سے بدنِ انسانی میں ان کا انجذاب ممکن اور سہل ہوجاتا ہے اور خون میں شامل ہوکر اپنے افعال واثرات مرتب کرتی ہیں جس سے بدن کی حرارتِ عریزی فعال و متحرک ہوجاتی ہے۔ نیز بنیادی شرح استحالہ B.M.R بھی بڑھ جاتا ہے۔

دھاتوں کے کشتے دو طرح کے ہوتے ہیں: (۱) آکسائیڈس (Oxides) (۲) کاربونیٹس (Carbonates)۔آکسائیڈس ان کشتوں کو کہتے ہیں جن کو

آکسیجن گیس کی موجودگی میں کشتہ کیا جاتا ہے۔اس قسم کے کشتوں کے ذرّات سخت ہوتے ہیں۔ان کی رنگت صاف اور شفاف نہیں ہوتی۔البتہ یہ کافی مفید ہوتے ہیں لیکن کاربونیٹس (Carbonates) قسم کے کشتوں کی رنگت صاف ہوتی ہے۔

کشتہ کے فوائد کے سلسلہ میں یہ امر خاص طور ملحوظ رہنا چاہیے کہ اختلاف ترکیب اور اختلاف بدرقہ کی وجہ سے ایک ہی دواء کے کشتہ سے مختلف خواص حاصل ہوتے ہیں۔ چنانچہ مطلوبہ افعال کی خاطر مختلف ترکیبوں سے کسی دواء کا کشتہ تیار کیا جاتا ہے اور اسی کی مناسبت سے بدرقہ بھی استعمال ہوتا ہے۔ مکلس دواء اپنی خاص تاثیر کے علاوہ اس بوٹی یا دواء کی تاثیر بھی رکھتی ہے جس میں اسے کشتہ کیا گیا ہے، مثلاً سنگِ جراحت بالخاصیت حابس دم و مدمل جراحات ہے۔ شیرخر میں کشتہ شدہ دافع حمیٰ دِق، گلو میں کشتہ شدہ دافع اقسام حمیٰ، شبِّ یمانی میں کشتہ شدہ دافع ناصور ہے۔

معیاری کشتوں کی شناخت اور اس کا طریقہ

(1) **کشتہ ابرک** :۔ کشتہ ابرک کو برگِ مدار تازہ میں کھرل کریں یا آبِ برگِ موردِ کے ساتھ ہاتھ پر ملیں تو کچھ دیر بعد خاص طرح کی چمک دکھائی دیگی۔ یہ اس کی معیاری اور خالص ہونے کی دلیل ہے۔

(2) **کشتہ تامیسر**:۔ تانبہ کے کشتہ کو دہی کی ترشی میں ملا کر رکھ دیں اگر کچھ عرصہ گذرنے پر سبز رنگ کا منظر پیش کرے تو ناقص ہے، ورنہ بہتر و کامل سمجھنا چاہیے۔

(3) **کشتہ سیسہ**:۔ رصاص کے کشتہ کو آگ پر رکھنے سے سرخ رنگ ظاہر ہوتا ہے جو اس کے محمود ہونے کی علامت ہے۔

(4) **کشتہ طلاء**:۔ سونے کے کشتہ کو آبش لیموں میں کھرل کریں۔ اگر یہ سرخ رنگ لئے ہو تو سمجھنا چاہیے کہ کشتہ خالص اور اعلیٰ قسم کے سونے کا ہے۔

(5) **کشتہ نقرہ**:۔ چاندی کے کشتہ کو قرنفل کے ساتھ کھرل کریں۔ اگر یہ سیاہ رنگ دے تو چاندی کے کشتہ کی یہ خاص پہچان ہے اور کشتہ معیاری ہو گا۔

(6) **کشتہ ہڑتال**:۔ کشتہ ہڑتال کو منجمد خون پر ڈالیں، اگر خون بہ رنگ اصلی تحلیل ہو جائے تو درست ہے ورنہ ناقص، تیز آگ میں ڈالنے سے بھی یہ کشتہ دھواں نہیں دیتا ہے۔

(7) **کشتہ جست**:۔ کو مغز املتاس اور چرچٹہ کے پانی میں کھرل کریں: اگر سیاہ ہو جائے تو وہ ناقص ہے۔

(8) **کشتہ جست**:۔ جست کا کشتہ کھلا کر دیکھیں، اگر اس سے اجابت نہ ہو تو بہت رہے اور اگر اسکے بعد اجابت کی ضرورت پیش آئے تو ناقص سمجھنا چاہیے۔

(9) **کشتہ قلعی**:۔ کشتہ قلعی کو آگ پر ڈالیں، اگر زرد ہو جائے تو بہتر و کامل ہے۔

(10) **کشتہ فولاد**:۔ اس کشتہ کو پانی پر ڈالیں، اگر تیر تا رہے تو کامل ہے و ناقص۔ نیز کشتہ فولاد کو اگر تیزاب نمک میں ڈالیں اور وہ دھواں نہ دے تو یہ قسم اعلیٰ ہے۔

(11) **کشتہ سنکھیا**:۔ سنکھیا کا کشتہ اگر آگ پر ڈالنے سے دھواں نہ دے اور ہم رنگ ہو تو بہتر ہے ورنہ ناقص و خام ہے۔

(12) **کشتہ سنگرف**:۔ کشتہ شنگرف کو آگ پر ڈال کر دیکھیں، اگر دھواں نہ دے تو نہایت عمدہ ہے، ورنہ معمولی ہے۔

کشتہ شنگرف کو لیموں کے رس میں خوب کھرل کریں۔ اگر رنگ تبدیل ہو جائے تو یہ ناقص ہے۔

کشتہ کی مدت استعمال

جب کشتہ حسبِ ترکیب تیار ہو جائے تو اس کو محفوظ طور پر رکھ لیں، پھر ایک سال یا چھ ماہ بعد استعمال کیا جائے۔ خصوصاً ایسے کشتہ جات جن میں سمی ادویہ شامل

ہوں۔ ماہرینِ کشتہ سازی کا ماننا ہے کہ کشتہ جس قدر پرانا ہوگا اسی قدر نافع و کارگر ہوگا، لیکن اگر قلت فراہمی کے باعث کشتہ کو جلد استعمال کرنا چاہیں تو اس کو شیشی میں بند کر کے کم از کم ایک ہفتہ کے لئے کسی نمناک جگہ پر دفن کر دیا جائے اس ترکیب سے کشتہ میں پائی جانے والی تیزی وحدت کی اصلاح ہو جاتی ہے، اس کے علاوہ جو یا گیہوں کے ڈھیر میں کچھ دنوں تک کشتہ دبا کر رکھنے سے اس کی حدت کم ہو جاتی ہے، نیز کیلے کی جڑ کے نیچے شیشی کو دبانے سے بھی اس کی شدت وحدت کم ہو جاتی ہے۔

کشتہ جات کے استعمال کے اصول

شدید ضرورت کے بغیر حتی الامکان کشتوں کے استعمال سے احتراز کرنا چاہیے۔ (1) کشتہ جات جن امراض میں دیئے جائیں ان امراض کے مناسب بدرقوں کا استعمال کشتہ کے ساتھ کیا جائے۔

(2) جن امراض میں کشتہ جات کو استعمال کرانا ہو انہی امراض کے مناسب حال چیزوں اور بوٹیوں میں تیار کئے گئے کشتوں کو اختیار کیا جائے۔

(3) ابتداءً کشتوں کو مقررہ مقدار سے کم مقدار خوراک میں دیا جائے۔ ان کو پہلے چوتھائی مقدار سے شروع کریں اور رفتہ رفتہ مقررہ مقدار تک پہنچائیں۔ نیز بہتر یہ ہوگا کہ اسکے استعمال سے قبل جسم کا تنقیہ اصول نضج واستفراغ کی روشنی میں کرلیں۔

(4) کشتہ جات کو حتی الامکان موسمِ گرما میں استعمال نہ کریں۔ خصوصاً ایسے کشتہ جات جو کہ حارالمزاج ہوں۔ البتہ سرد اور ضعیف العمل کشتے گرمیوں کے دنوں میں استعمال کرائے جا سکتے ہیں۔

(5) سنکھیا، شنگرف یا دیگر ارکشتوں کے ساتھ مکھن اور بالائی وغیرہ کا استعمال زیادہ کرائیں اور ایسے کشتوں کے استعمال کے دوران دودھ بالائی، مرغن غذائیں

زیادہ استعمال میں رکھیں، نیز ترش چیزوں شدید ریاضت اور جماع سے حتی الامکان اجتناب کریں۔

(6) کشتہ جات کے استعمال کے دوران انگریزی دوائیں استعمال نہ کرائیں۔

(7) کشتہ تیار ہو جانے کے بعد حسبِ ہدایت چھ ماہ تک یا اس سے کم وبیش عرصہ کے لئے کشتہ کو محفوظ رکھ لیں۔ پھر حسبِ ضرورت استعمال میں لائیں۔

(8) کشتہ جب تیاری کے بعد قدرے پرانا ہو جائے، تبھی اس کو استعمال میں لانا زیادہ مفید ہوتا ہے۔ شدید ضرورت کے وقت نئے تیار شدہ کشتے کو نمناک زمین یا کیلے کی جڑ میں چند یوم دفن رکھنے کے بعد ہی استعمال کیا جا سکتا ہے۔

(9) خام کشتہ کسی صورت میں استعمال نہ کرایا جائے۔ اس سے نقصان پہنچنے کے زیادہ سے زیادہ اندیشے ہوتے ہیں۔

کشتہ جات کی مقدار خوراک (Dosage of Kushtas)

کشتوں کی مقدار خوراک کی تعین اور ان کے استعمال میں بہت محتاط رہنے کی ضرورت ہے۔ ان کے جس قدر تاثیر اور فوائد ہوتے ہیں، یہ اسی قدر مضرت رساں بھی ہوتے ہیں۔ عموماً 2ugm to 1mg تک کی مقدار خوراک سے مطلوبہ فوائد حاصل کئے جا سکتے ہیں۔ بعض کشتے جو زہریلی ترکیب والے ہوتے ہیں انہیں نیم کی سینک یا شیشے کی سلائی میں لگا کر اس سلائی کو کسی خمیرہ پانی کے ساتھ استعمال کرایا جاتا ہے۔ واللہ اعلم

☆☆☆

ہلیلہ سیاہ کی حقیقت

یہ ایک درخت کا پھل ہے۔ ہلیلہ سیاہ (کالی ہڑ) ہلیلہ زرد (پیلی ہڑ) اور ہلیلہ کابلی، اس کی 3 قسمیں ہیں۔ جو پھل گٹھلی پیدا ہونے سے پہلے گر پڑتے ہیں، انہیں ہی ہلیلہ سیاہ (کالی ہڑ) کہتے ہیں اور جب ہلیلہ نشو ونما پا کر موٹی ہو جائے تو اسے ہلیلہ کابلی کہتے ہیں۔

سرکردہ اطباء نے لکھا ہے کہ اس سے انقلاب آ جاتا ہے یعنی سفید بال گر کر سیاہ بال نکل آتے ہیں، اس سلسلہ میں ہرڑ کا استعمال کیا جانا چاہیے۔

استعمال ہلیلہ کے متعلق مختلف روایات پائی جاتی ہیں، اکثر روایات ہلیلہ زرد کے متعلق ہیں، لیکن سرکردہ اطباء نے اسے ہی مفید بتایا ہے، اور ان کے تجربات ہلیلہ سیاہ سے متعلق یہ ہیں کہ:۔

مندرجہ بالا بدرقات کی مساوی مقدار کے ساتھ ہلیلہ سیاہ استعمال کرنے سے بے حد فوائد حاصل ہوتے ہیں بڑی خوبی یہ ہے کہ پرہیز مطلق کچھ نہیں کرنا پڑتا ہے اور سال کے جس شمسی مہینے کی ابتدا سے چاہیں استعمال شروع کر کے تمام سال کیا جا سکتا ہے۔

ہلیلہ سیاہ کے استعمال سے پہلا نفع یہ ہوتا ہے کہ قبض رفع ہو جاتی ہے، پرانے سے پرانے نزلے کی تحریک جاتی رہتی ہے۔ آشوب چشم زائل ہو جاتا ہے۔ دماغ، معدہ و جگر کی اصلاح ہو جاتی ہے، بھوک بڑھ جاتی ہے، یہ ظاہر ہے کہ جب بھوک بڑھے گی، اور غذا خوب تحلیل ہوگی، تو اس کے نتیجے کے طور پر مردانہ طاقت زیادہ ہو جائے گی۔ مردانہ طاقت میں زیادتی کے علاوہ ہلیلہ سیاہ کی یہ خاصیت بھی ہے کہ سرعت کا عارضہ دور ہو جاتا ہے، غرضیکہ اس چیز کا ایک سالہ استعمال کایا پلٹ کر دیتا ہے، قدیم وقتوں میں ریاست جودھ پور کے ایک 65 سالہ بوڑھے شخص کو ایک سال تک ہلیلہ سیاہ کا استعمال کرایا گیا۔ سال بھر کے بعد بڑے میاں نے نئی شادی نوجوان لڑکی سے کی اور ایسی جوانی کہ صاحبِ اولاد ہو گئے۔

طریقہ استعمال جو آپ لوگوں کو بتایا گیا ہے۔ اس میں دو خاص مخفی نکتے ہیں، جس سے بہت کم اطباء واقف ہیں اور یہ دونوں باتیں معلوم نہ ہونے سے بعض اوقات ہلیلہ کے استعمال کا جیسا کہ چاہیے، اتنا نفع نہیں ہوتا، پہلا نکتہ یہ ہے کہ اس کے بدرقہ میں جو گڑ لکھا ہے، وہ جس قدر پرانا اور صاف ہوگا، اتنا ہی نفع کرے گا۔

دوسرا نکتہ یہ ہے کہ ہلیلہ بعض مزاجوں میں خشکی پیدا کرتی ہے اور اس کے رفع کرنے کی دو تدابیر ہیں۔

پہلی تدبیر یہ ہے کہ ہلیلہ سیاہ کو خالص روغن بادام سے چرب کر لیا جائے اور دوسری تدبیر یہ ہے کہ حسبِ برداشت چکنائی کا استعمال ضروری ہے۔

ترکیب استعمال ہلیلہ

نام مہینہ	بدرقہ مناسب موسم	مقدار خوراک ہرڑ	مقدار خوراک بدرقہ
جنوری، فروری	دار فلفل (پپلی) سفوف	5 گرام	5 گرام

مارچ، اپریل	شہد خالص	8 گرام	8 گرام
مئی، جون	گڑ سیاہ پرانا سفوف	6 گرام	6 گرام
جولائی، اگست	نمک سیاہ سفوف	5 گرام	8 گرام
ستمبر، اکتوبر	مصری سفوف	8 گرام	8 گرام
نومبر، دسمبر	سونٹھ سفوف	5 گرام	5 گرام

☆☆☆

صحت کی حفاظت کیلئے مفید ہدایتیں

1۔سورج نکلنے کے وقت مت سوتے رہو، جمائی کے وقت منہ پر ہاتھ رکھو۔ لوگوں کے سامنے انگڑائی نہیں لینی چاہیے۔

2۔صحت کی حفاظت کے متعلق سستی نہیں کرنی چاہیے، کھانے پینے میں اعتدال سے کام لینا چاہیے۔

3۔لائق طبیب کی پہچان یہ ہے کہ اسے غرور نہ ہو اور جو امور درپیش آئیں ان میں استقلال کو ہاتھ سے نہ دیں۔کوئی شخص برا کہے غصہ نہ آئے۔اگر کوئی تعریف کرے تو گھمنڈ نہ آئے،تو سمجھ لیجئے کہ اس میں حکمت نے اپنی خوبی پیدا کر دی ہے۔

4۔علم خدا (پرماتما) کی بڑی بخشش ہے،حکمتِ خداوندی کا عطیہ ہے جس کو چاہے دے،جس کو چاہے نہ دے فنِ حکمت زندگی کی روح ہے اور تمام علوم اور ادب کا سردار ہے۔

5۔تازہ دودھ کا اپنی ہمت اور برداشت کے مطابق روزانہ استعمال،جسم کی بنیادی رطوبتوں کی حفاظت ادویہ سے نجات،قیامِ صحت کی دائمی ضمانت ہے۔

6۔گائے کا دودھ انسان کو قبل از وقت بوڑھا نہیں ہونے دیتا۔

7۔دودھ کے ساتھ اور چیزوں کے استعمال سے برص (پھلہری) اور کوڑھ کا اندیشہ ہے۔

8۔دہی کے ساتھ مولی یا گوشت مرغی یا چوزہ کھانا مضرصحت ہے۔

9۔چکی اور شیرہ کی چیزیں کھا کر فوراً پانی پینا بہت ہی نقصان دہ ہے کیونکہ اس سے کھانسی ودِق ہوجانے کا خطرہ ہے۔

10۔دوران غذا کم پانی پینے سے کھانا خوب ہضم ہوتا ہے۔

11۔صبح وشام کی پیدل سیر صحت کے لئے از حد مفید ہے۔

☆☆☆

زہریلے جانور اور ان سے بچنے کی تدابیر

ہندوستان و پڑوسی ملک میں ہزاروں آدمی سانپ کے ڈسنے سے ہر سال مرتے ہیں اس سلسلہ میں اگر مندرجہ ذیل تدابیر پر عمل کیا جائے۔تو سانپ کے کاٹنے سے بچاؤ رہتا ہے۔

1۔جن علاقوں میں سانپ یا بچھو زیادہ ہوتے ہیں وہاں بغیر جوتا نہیں چلنا چاہیے۔

2۔ لاپرواہی سے گھنے درختوں، جھاڑیوں اور زمین یا چٹانوں کی دراڑوں سے نہ گزریئے۔

3۔ کپڑے یا جوتے پہننے سے پہلے باحتیاط دیکھ لیجئے۔

4۔بستر کے پاس ٹارچ رکھیے تاکہ پلنگ سے اترنے سے پہلے فرش کو دیکھ لیا جائے۔

5۔سانپ نے کاٹ لیا ہو تو اس کے ڈسنے کا نشان یہ ہے اور فوراً اس نشان سے اوپر کسی مضبوط کپڑے یا پگڑی سے کس کر باندھ دیں، تاکہ زہریلا خون دل کی طرف نہ جائے اور جسم کے دوسرے خون میں شامل ہوکر زہر نہ پھیلا دے۔

6۔ کاٹے ہوئے مقام پر گہرا شگاف تیز گرم لوہے یا سلور نائیٹریٹ یا نائیٹرک ایسڈ سے جلادیں اور بعد ازآں پوٹاشیم پرمینگنیٹ کے تیز لوشن سے دھولیں۔

7۔سانپ کاٹے مریض کوشراب نہ دیں، کیونکہ دورانِ خون تیز ہوجانے سے زہر جسم میں فوراً جذب ہوجائے گا۔

8۔ کاٹے ہوئے مقام پر x نشان کے مطابق دو گہرے 3/4انچ گہرے چیرے دیئے جائیں اگر میسر آسکے تو زخم پر سینگی لگوادیں،اور چیرے ہوئے مقام پر دو گرام بوٹاشیم پرمینگنیٹ ڈال دں، جولوگ جنگلات میں رہتے ہیں ان کوسینک بائٹ لین سیڈ جس میں بوٹاسئیم پرمینگنیٹ بھرا ہوتا ہے،(یہ ایک چاقو ہوتا ہے) پاس رکھا جائے یاکم سے کم پوٹاش اورنشتر ضروراپنے پاس رکھنی چاہیے، کیونکہ یہ دوافوری طور پر استعمال کرنے سے سانپ کے زہر کا تریاق ہے۔

9۔انٹی وینین بولی ویلنیٹ (تریاق زہر مار) 100 سی سی کی وریدی پچکاری کرنے سے تمام زہر کا اثر رک جاتا ہے بچوں کوبلحاظ عمر نصف مقدار کافی ہے، یہ مرکب انٹی وی نین کئی قسم کے سانپوں کا زہر ملاکرکئی انسٹی ٹیوٹ مین تیار ہورہاہے،ایک مستند ڈاکٹراسے بخوبی استعمال کرسکتا ہےاور یہ ہرقسم کے زہر کیلیئے کام دے سکتا ہے۔

10۔مریض کوفوراً کسی سرکاری ہسپتال میں پہنچایا جائے کیونکہ پولی ویلنیٹ سیرم ہروقت ہسپتالوں میں دستیاب رہتی ہے۔

11۔اگرکسی آدمی کے منہ میں کوئی زخم نہ ہوتو زہرکو چوسا بھی جاسکتا ہے، لیکن یہ ایک خطرناک عمل ہے کیونکہ اگر ماسخورہ وغیرہ ہوتو تندرست شخص کوبھی اس زہر کا اثر ہوسکتا ہے۔

12۔پوست ریٹھا چھ گرام پانی ایک پاؤ میں شیرہ نکال کرتھوڑاتھوڑاپانچ چھ بار پلانا مفید ہے جب شیرہ کڑوا لگے توسمجھیں کہ زہراتر چکا ہے، جب تک کروانہ لگے، پلاتے رہنا چاہیے۔اس سے الٹیاں آنی شروع ہوجاتی ہیں اورمریض بچ جاتا ہے، جب زہردور ہوچکے، تودودھ اورگھی پلانا چاہیے۔

تریاق زہر سانپ:۔ زہرمہرہ خطائی دس گرام، روح کیوڑہ خالص 50 گرام، دونوں کو اچھی طرح کھرل کر کے بالکل خشک کریں اور سفوف بنائیں، بوقت ضرورت ایک گرام پانی سے مریض کو کھلا دیں، اگر مریض بے ہوش ہو گیا ہو تو بھی منہ کھول کر اس کے منہ میں ڈال دیں، یہ دوا سانپ کے زہر کا تریاق ہے۔

دیگر:۔ درخت پیپل کے پتے ایک پاؤ پانی میں گھوٹ کر مریض کو پلا دیں، اگر مریض کو دست، قے اور خون بھی جاری ہو تو کسی نہ کسی طرح یہ پانی معدہ میں پہنچا دیں، اس سے سانپ کا زہر اتر جاتا ہے۔

سانپ کاٹے کا مجرب علاج:۔ مارگزیدہ کے تالو اور پیشانی کے درمیان سر کے اوپر پچھنے لگا کر دیکھیں، اگر خون نہ نکلے، تو جان لیں کہ مر چکا ہے، بعض آدمیوں کو ششماہی یا سالانہ ایک خاص موسم میں سانپنی کاٹتی ہے، ان کو قبل آغاز موسم دو ہفتہ پہلے ایک ایک گرام سفوف پوست ریٹھا استعمال کرائیں، جس سے وہ بوئے مست زائل ہو جائے گی، جس کے سبب سے سانپنی کاٹا کرتی ہے، اگر کسی گھر میں سانپ ہو یا آمد و رفت ہو تو 15 گرام سفوف ریٹھا پانی میں گھول کر جا بجا سانپ کے آنے کی جگہ پر چھڑک دیں، مارگزیدہ مویشیوں کو 100 گرام سفوف ریٹھا پانی میں گھول کر بذریعہ نال پلائیں تو وہ فوراً ہوش میں آجاتے ہیں اور چند خوراک سے ہی زہر زائل ہو جاتا ہے، مجرب اور آزمودہ ہے۔

بقدر چھ گرام پوست ریٹھا سفوف بنا کر 100 گرام پانی میں سردائی کر طرح گھوٹ کر مارگزیدہ آدمی کو پلائیں اس طرح دو گھنٹہ بعد دیتے رہیں اس سے بعض مریضوں کو دست ہو کر آرام آجاتا ہے ایک شخص کو ایسے زہریلے سانپ نے کاٹا کہ بدن بالکل پھٹ گیا، اس کو زہر کا اثر دور ہونے کے بعد اٹھارہ روز تک سفوف ریٹھا بقدر ایک گرام صبح و شام دیا گیا سب زخم

خود بخود بھر گئے اور مریض اچھا ہو گیا اگر آپ سفر میں ہوں تو سفوف ریٹھا ضرور اپنے پاس رکھیں، جو سانپ کاٹے کا آسان و آزمودہ علاج ہے۔

مار گزیدہ کے مردہ یا بے ہوش ہونے کی شناخت:۔اکثر زہریلے سانپ کاٹنے سے آدمی بے ہوش ہو جاتا ہے کہ دیکھنے والے کو یہ تمیز کرنا مشکل ہو جاتا ہے کہ مار گزیدہ مر چکا ہے یا زندہ بے ہوش پڑا ہے کیونکہ تیز زہر کے باعث نبض کی حرکت اور سانس کی رفتار قریب قریب بند ہوتی ہے، اسلئے ایسی حالت میں ناواقف لوگ اکثر مار گزیدہ کو مردہ سمجھ کر جلا یا دفن کر دیتے ہیں یہاں چند ایسی علامات لکھی جاتی ہیں، جن سے بے ہوش یا مردہ کی آسانی سے شناخت ہو سکتی ہے۔

1۔دن کا وقت ہو تو روشن جگہ پر مار گزیدہ کو لٹا کر اس کی آنکھ کھول کر دیکھیں اگر مار گزیدہ کی آنکھ کے ڈیلے میں آپ کا عکس یعنی تصویر دکھائی دے تو مار گزیدہ زندہ ہے۔

2۔اگر رات کا وقت ہو تو مار گزیدہ کو اندھیرے کمرے میں لٹائیں اور آنکھ کھول کر سامنے جلتے ہوئے چراغ کی شعاع مار گزیدہ کے ڈیلے پر ڈالیں، اگر شعاع ڈیلے پر نظر آئے تو سمجھ لیں کہ وہ ابھی زندہ ہے۔

3۔ہلکی جستی کٹوری میں پانی ڈال کر مار گزیدہ کی چھاتی پر رکھیں، اگر سانس باقی ہے تو پانی حرکت کرے گا، اگر مردہ ہے تو حرکت نہیں کریگا۔

گھروں کو سانپ سے محفوظ رکھنے کی تدبیریں:۔ذیل میں چند ایسی دوائیں اور تدبیریں لکھی جارہی ہین جو گھروں سے سانب کو بھگانے اور محفوظ رکھنے کے لئے بارہا مفید اور کامیاب ثابت ہو چکی ہیں۔جس وقت بھی گھر میں سانپ ہونے کا شک ہو، فوراً جو چیز چاہیں استعمال میں لائیں:۔

1۔مولی کے پانی میں نوشادر حل کر کے سانپ کے سوراخ میں ڈال دیں، سانپ وہیں ٹھنڈا ہو جائے گا۔

2۔ خالی نوشادر ہی زمین پر چھڑک دیں تو بھی سانپ گھر چھوڑ کر بھاگ جائے گا۔

3۔ رائی سانپ کی قاتل ہے، جہاں سانپ ہو، اس کی دھونی دیں سانپ گھر چھوڑ کر چلا جائے گا۔

4۔ جس گھر میں مور رہتا ہو، وہاں سانپ نہیں ہوتا۔

5۔ نوشادر اور رائی برابر پانی میں پیس کر سانپ کے سوراخ میں ڈال دیں۔ سانپ مر جائے گا۔

6۔ جہاں پر ریٹھا یا پیاز ہو گا۔ سانپ نہیں آئے گا۔

7۔ پوست ریٹھا کو پانی میں پیس کر چھڑک دیں، سانپ اس کی بو سے دور بھاگتا ہے۔

8۔ جس گھر میں سانپ ہو بارہ سنگھے کا سینگ جلا دیں سانپ گھر چھوڑ کر بھاگ جائے گا۔

☆☆☆

بچھو کاٹے کا علاج

بچھو کے ڈنک مارنے سے مقامِ نیش پر سخت درد ہوتا ہے اور لہریں سی اٹھتی ہیں جس کا اثر سارے جسم پر ہوتا ہے اور بعض دفعہ درد سے دل گھٹنے لگ جاتا ہے۔

مندرجہ ذیل ادویات بچھو کاٹے کے لئے نہایت مفید ہیں:۔

1۔املی کا بیج لے کر پتھر پر پانی سے گھس کر جو پیسٹ سا نکلے، وہ مقامِ نیش پر اور آدھا انچ ارد گرد لگائیں،فوراً آرام ہوگا۔

2۔ جب آموں کے بور کا موسم ہو، ہاتھوں پر یہ بور اچھی طرح مسل لیا جائے اور اس دن ہاتھ نہ دھوئے جائیں، چھ ماہ کے اندر جب بھی بچھو کاٹے دور چار بار ہاتھ پھیرنے سے بچھو کا زہر دور ہو جاتا ہے اگر بچھو یا بھڑ اس ہتھیلی پر کاٹ بھی لے تو اثر نہیں ہوتا۔

3۔کاربونیٹ آف سوڈا (سجی کھار) یا ایمونیا کارب کا گھول لگانے یا لائیکوار ایمونیا فورٹس مقام نیش پر لگانے سے آرام آجاتا ہے۔

4۔روغن تارپین یا ٹنکچر آیوڈین یا امرت دھارا (ست پودینہ، ست اجوائن، کافور، ہموزن گھول بنالیں) مقامِ نیش پر لگانے سے آرام آجاتا ہے۔

5۔ جڑ مدار گھس کر لگانے سے بچھو کاٹے کو آرام ملتا ہے۔

6۔ چونا اور شہد ملا کر جہاں بچھو کاٹے، لگا دیں، فوراً آرام ملے گا۔

7۔ گندھک اور نوشادر سرکہ میں گھول کر بچھو کاٹے کی جگہ پر لگائیں نہ درد رہے گا نہ تکلیف۔

8۔ جسے بچھو کاٹے پیاز کا عرق ۴۰ سے ۶۰ گرام پلا دیں، فوراً آرام ہوگا۔

9۔ چرچٹہ کی جڑ بچھو کے کاٹنے کی جگہ پر لگا دیں، تکلیف سے نجات ملے گی۔

10۔ عرق مولی میں جمال گوٹہ گھس کر جہاں بچھو نے کاٹا ہو لگائیں فوراً آرام ملے گا۔

11۔ چند بچھو پکڑ کر شراب یا سپرٹ میں ڈال دیں اور حفاظت سے رکھیں، جب بھی ضرورت ہو پھریری اس شراب یا سپرٹ کی اس مقام ڈنک پر لگائیں مجرب ہے۔

12۔ کلورل ہائیڈریٹ اور کافور برابر ملا لیں، پھریری سے بچھو کاٹے کے مقام پر لگائیں فوراً آرام ملے گا۔

13۔ ہینگ باریک پیس کر ڈنک کی جگہ پر پانی کیساتھ لیپ کریں فوراً آرام ہوگا۔

14۔ جہاں بچھو نے کاٹا ہو آکھ کا دودھ مل دیں، فوراً آرام ہوگا۔

15۔ لیموں کو کاٹ کر ڈنک والی جگہ پر مل دیں، درد سے آرام ملے گا۔

کنکھجورے کا کاٹنا

اس کیڑے کے 44 پاؤں ہوتے ہیں ہر طرف بائیس بائیس اس کے کاٹنے سے درد شدید ہوتا ہے اور بے ہوشی سی ہو جاتی ہے کنکھجورے کے کاٹنے سے بعض دفعہ میٹھی چیزیں کھانیکی خواہش پیدا ہو جاتی ہے۔

علاج:۔ اگر کنکھجورا بدن پر چپک جائے تو پپیتہ پانی میں پیس کر لگائیں یا نمک سرکہ میں حل کر کے لگائیں، زہر اثر نہ کرے گا۔

2۔گھی اور سرکہ ملا کر لیپ کریں آرام ملے گا یا پپیتہ پانی میں پیس کر لیپ کریں۔
3۔ چراغ بجھا تیل لگائیں زہر اثر نہ کرے گا۔

زہریلی مچھلیوں کا کاٹنا

کاٹے ہوئے مقام پر سخت درد ہوتا ہے جلن اور سوجن ہونے کی وجہ سے تیز بخار ہو جاتا ہے۔

علاج:۔محرک ادویات سپرٹ ایمونیا ایرو میٹک 30 منم ایک گھونٹ پانی دیں یا دواء المسک معتدل جواہر والی دیں، کاٹے ہوئے مقام پر نمک خوردنی مل دیں یا پیاز کی پلٹس باندھیں۔اگر ورم کے بعد پیپ پڑ جائے تو عام زخم کی طرح علاج کریں۔

بھڑ یا شہد کی مکھی کا کاٹنا

مقامِ ڈنگ پر سخت درد ہوتا ہے اور سوجن ہو جاتی ہے۔

علاج:۔ مقامِ نیش کو دبا کر ڈنگ کو خارج کر دیں، اس کے علاج میں بچھو کاٹے کی تمام ادویات مجرب ہیں۔

1۔مقام درد پر امرت دھارا یا مٹی کا تیل لگانا مفید ہے۔
2۔شہد کھلائیں اور شہد گرم پانی میں ملا کے لگائیں فوراً آرام ہو گا۔
3۔نارجیل دریائی مقامِ ڈنک پر لگائیں درد و جلن کو فوراً آرم ملے گا
4۔آکھ کا دودھ لگائیں فوراً آرام ہو جائیگا۔
5۔نمک اور سرکہ لگائیں مجرب ہے یا جس جگہ کاٹے گائے کے گوبر کا پانی لگائیں۔
6۔مکوہ سرکہ میں پیس کر لگائیں آرام ہو گا۔
7۔ٹنکچر آیوڈین یا روغن لونگ یا روغن دراچینی لگائیں آرام آ جائے گا۔

یہی ادویات چیونٹی کے کاٹے پر اور بچھو کاٹے کی تمام ادویات مکڑی کے زہر کے علاج کے لئے بھی مجرب ہیں حسب موقعہ استعمال کر کے فائدہ اٹھاویں۔

کھٹمل، چیچڑی، مچھر وغیرہ کا کاٹنا

ڈنک کی جگہ پر نمک پانی میں گھول کر لگائیں یا پھٹکری یا جست یا پیاز یا سرکہ لگائیں، کمروں میں ڈی، ڈی، ٹی کا چھڑکاؤ کریں۔

کان میں کیڑا چلا جائے تو نکالنے کا آسان علاج

کیڑا جیسے ہی کان میں گھستا ہے ویسے ہی ہمارا عمل یہ ہوتا ہے کہ کان، کنپٹی کو انگلی سے ہلا ہلا کر کیڑا باہر نکال دیں یا پھر کان میں انگلی ڈال کر اسے باہر نکال دیں لیکن ایسا کبھی نہ کریں کیونکہ اس طرح سے کیڑا اور اندر چلا جائے گا اور انگلی کی پہنچ سے باہر ہو جائے گا۔ اسے پن یا تنکے کی مدد سے کرید کر باہر نکالنے کی کوشش بھی نہ کریں بلکہ کمرے کی بتیاں فوراً بجھا کر کان کے پاس ٹارچ جلا کر رکھ دیں اور آرام سے بیٹھ جائیں کیڑا روشنی کے پاس پہنچنے کے لئے اپنے آپ باہر نکل آئے گا۔ بشرطیکہ آپ نے پہلے ہی کان کو مسل کر اسے اندر نہ دھکیل دیا ہو۔ اگر اس طرح کیڑا نہ نکلے تو سرسوں کا تیل گرم کر کے کچھ بوندیں کان میں ڈالیں، کیڑا تیل و کان میں جو چکنا جزو ہوتا ہے، اس میں لپٹ کر مر جائے گا۔ اس کو تنکے یا پن کی مدد سے کرید کر نکالنے کی کوشش نہ کریں۔

مختلف جانوروں کے کاٹے کا آسان علاج

جس جگہ کاٹے چولہے کی راکھ پانی میں گھول کر لیپ کر دیں۔

جس جگہ کاٹے نوشادر پانی میں گھول کر زخم پر لگائیں۔

جس جگہ کاٹے، پیاز پانی میں پیس کر لیپ کر دیں۔

جس جگہ کاٹے، کالے تل پانی میں پیس کر لیپ لگائیں۔

جس جگہ کاٹے، لہسن سرکہ میں پیس کر زخم پر لیپ کریں یا لال مرچ کے بیج آک کی چھال شہد میں حل کر کے لیپ کریں۔

جس جگہ کاٹے، مردار سنگ و نمک پانی میں پیس کر لیپ کریں۔

جس جگہ کاٹے فوراً پیاز پیس کر پانی کے ساتھ لیپ کریں۔

جس جگہ جسم سے گزر جائے رسونت روغن گل میں حل کر کے لگا دیں۔

جس جگہ کاٹے سوکھا ادرک یعنی سونٹھ پانی میں پیس کر لیپ کریں۔

☆☆☆

منشیات، زہریں اور ان کے تریاق

جب آپ کو زہر خوردہ شخص کی امداد یا اس کے علاج کا موقعہ ملے تو تشخیص مرض کے لئے مندرجہ ذیل باتوں کا دھیان رکھیں:۔

1۔ زہر خوردہ کے اردگرد کوئی زہر کی شیشی یا پڑیا موجود ہے یا نہیں۔

2۔ زہر خوردہ کے جسم اور کپڑوں پر کوئی نشان ہے یا نہیں، کیونکہ تیزابی و کیمیاوی زہروں کے کھانے سے عام طور پر کپڑوں وغیرہ پر داغ لگ جاتے ہیں۔

3۔ زہر خوردہ کے سانس کا معائینہ کیا جائے، کیونکہ افیون، شراب یا کاربالک ایسڈ کی بو سے زہر کی تشخیص بآسانی ہو جایا کرتی ہے۔

4۔ آنکھوں کی پتلیاں پھیلی ہوئی ہیں یا سکڑی ہوئی ہیں کیونکہ سکڑی ہوئی پتلیاں افیون کے زہر کو اور پھیلی ہوئی پتلیاں دھتورے کے زہر کی علامات کو ظاہر کرتی ہیں۔

5۔ اگر منہ اور گلے میں کوئی داغ نہ ہو تو فوراً قے کرادیں یا معدے کو دھو کر صاف کر دیں، معدے کو دھونے کے لئے ٹیوب کا استعمال کیا جاتا ہے۔

6۔ علامات جس زہر کا شک ہو، اس زہر کا تریاق دیں، تاکہ زہر بے اثر ہو جائے، اس سلسلہ میں ذرا بھی غفلت نہ کی جائے۔

7۔ اگر زہر خوردہ کا دم گھٹنے لگے تو مصنوعی سانس جاری کرنے کے لئے آکسیجن کے طریق (Syluester Method) پر عمل کیا جائے۔

8۔ مریض کے سرہانے کی طرف بیٹھ کر کہنیوں کے عین اوپر مریض کے دونوں بازوؤں کو پکڑ کر سر کے ہر دوطرف اٹھا کر دو تین سیکنڈ تک کھینچے رکھیں، اس طرح سینہ کشادہ ہوکر تازہ ہوا پھیپھڑوں میں داخل ہوتی ہے۔ پھر جلدی سے ان کو نیچے کی طرف لاکر سینہ کے دونوں طرف پسلیوں پر رکھ کر آہستگی سے دو سیکنڈ دبا کر رکھیں تا کہ پسلیاں دب کر خراب ہوا پھیپھڑوں سے نکل جائے ایسا عمل 15 یا 20 بار فی منٹ کیا جاتا ہے، جب تک کہ زہر خوردہ سانس لینے لگے۔اس عمل کے دوران میں دوسرے امدادی شخص کو چاہیے کہ مریض کی زبان کو رومال سے پکڑ کر باہر کی طرف ذرا کھینچے، اگر ایسا نہ کیا جائے گا تو زبان کے پیچھے گرنے سے سانس رک جانے کا خطرہ ہوتا ہے، دم گھٹنے سے روکنے کے لئے آکسیجن کا استعمال سب سے زیادہ مفید ہے۔

9۔ اگر زہر خوردہ شخص کا جسم ٹھنڈا ہو گرم پانی کی بوتلیں اس کے تلوؤں، رانوں اور بغلوں میں رکھیں اور اسے کمبل سے ڈھانپ دیں، مریض کو خراب حالت میں فوراً کسی اچھے ہسپتال میں لے جانا چاہیے۔

سٹامک ٹیوب استعمال کرنے کا طریقہ

یہ ایک ربڑ کی لمبی نالی ہوتی ہے جس کے ذریعہ معدہ کو صاف کیا جاتا ہے مکمل طور پر زہر کھلانے یا کھانے کے حادثات میں استعمال کیا جاتا ہے، اس کے علاوہ ایسے لوگوں کو خوراک دینے میں کام آتی ہے جو غذا منہ کے راستے نہ کھائیں اور بھوک ہڑتال کرلیں، ایسی حالت میں لکڑی کا ٹکڑا منہ میں رکھ کر اس ٹیوب کو استعمال کیا جاسکتا ہے۔

اس کے استعمال کا طریقہ نہایت آسان ہے، سٹامک ٹیوب کو گلیسرین وغیرہ سے چکنا کرلیا جائے اگر معدہ کی سوجن کی شکایت ہواور معدہ کو دھونا ہے تو ٹیوب کو ابال کر صاف کریں اور روغن زیتون یا نارجیل سے چکنا کریں، ٹیوب کو ہوشیاری سے نرخرہ کو بچا کر حلق کی پشت کی طرف گزارا جائے اس موقعہ پر مریض کا سر نرمی کے ساتھ پیچھے کی طرف کر دیا جائے۔ جب یہ معلوم ہو کہ ٹیوب کا سرا بالصوم کی پشت تک پہنچ رہا ہے، سر آگے کی طرف کر دیں۔

اگر ٹیوب کو داخل کرتے وقت اس کے سرے کو مناسب طریقہ سے موڑتے ہوئے اور اسے ٹھیک خط وسطانی میں رکھتے ہوئے داخل کیا جائے تو کوئی تکلیف پیش نہیں آتی۔

جب ٹیوب معدہ میں پہنچ جائے تو بذریعہ قیف سیال ڈالیں، کبھی کچھ رطوبت یا غذا برآمد ہوتی ہے، زہر خوردنی کی حالت میں اس رطوبت کو میڈیکل جانچ کے لئے محفوظ رکھنا چاہیے۔

جب سیال معدہ میں پہنچ جائے اور ابھی سیال قیف کے زیریں حصہ میں اترتا ہوا نظر آئے تو نلکی کو چٹکی سے دبا کر اس کے آزاد سرے کو اوپر کی طرف لایا جائے تاکہ یہ معدہ سے نیچے ہو جائے اس وقت نلکی کا دباؤ ہٹا دیں، سیال دھار باندھ کر نکل جائے گا، اس عمل کو اس وقت تک کیا جائے جب تک کہ سیال بالکل صاف اور بغیر بو نہ ہو جائے، اس طریقہ پر عمل کرنے سے پہلے کسی مستند ڈاکٹر سے عملی طور پر سیکھ لینا ضروری اور بہتر ہے۔

تریاق سنکھیا:۔ ناری گھاس جس کو نیتر بالا بھی کہتے ہیں جو تالاب میں ہوتی ہے ایک چھٹانک قدرے کہنہ اور ایک مرچ سیاہ گھوٹ کر پلائیں، سنکھیا بذریعہ قے نکلے گا جب قے بند ہو جائے تو سمجھیں کہ سنکھیا کا زہر خارج ہو گیا ہے۔

دیگر:۔ مولی کا رس ۵۰ گرام شہد خالص 20 گرام ملا کر پلائیں قدیم زمانہ کا مفید علاج ہے۔

دیگر:۔ مغز تخم بنولہ 50 گرام بطور سردائی گھوٹ کر پلانے سے سنکھیا کا زہر دود ہو جاتا ہے۔

دیگر:۔ سبز کریلوں کو کوٹ کر اس کا رس بقدر 100 گرام نکال کر پلانے سے قے ہو کر سنکھیا کا زہر ختم ہو جاتا ہے۔

دیگر:۔ برگ نیم کا رس پلانے سے بھی سنکھیا کا زہر ختم ہو جاتا ہے۔

دیگر:۔ خالص گھی اور دودھ پلانے سے ہر طرح کے زہر ختم ہو جاتے ہیں۔

پارہ، رسکپور، دار چکنا، شنگرف وغیرہ کھالے تو

جسم ٹھنڈا، زبان سفید، خونی قے ودست، اینٹھن، معدنی ذائقہ وغیرہ جیسی علامات ہوتی ہیں۔

علاج:۔ دو تین انڈوں کی سفیدی نیم گرم پانی یا دودھ میں پھینٹ کر پلائیں اور قے کرائیں یا روغن زیتون دیں، اس زہر کا بہترین علاج مرغی کا انڈہ ہے اگر پیشاب بند ہو جائے تو گردوں پر خشک گلاس لگائیں چولائی پانی میں پکا کر اس کے نیم گرم پانی سے نہلانا بھی مفید ہے کریلا کی ترکاری بکثرت کھانے سے بھی پارہ جوڑوں سے دور ہو جاتا ہے۔

تریاق پارہ:۔ جوانسہ 20 گرام بطور سردائی گھوٹ کر اس میں پانی ملا کر چھان لیں، اس کے چند روز پینے سے پارے کی خرابیاں دور ہو جاتی ہیں۔

دیگر:۔ کیسٹر آئیل مدبر 40 گرام دودھ گائے 100 گرام میں ملا کر پینا بھی مفید ہے

اسراب یعنی سیسہ، مردارسنگ، سیندور، سفیدہ وغیرہ کھالے تو

ٹھنڈا پسینہ، پیاس کی زیادتی، خشکی حلق، پیٹ میں سخت درد، پیشاب و پاخانہ سیاہ رنگ کا آتا ہے۔ پرانی حالت میں نوشادر پھلی ایک گرام پانی میں گھول کر دن میں تین بار دیں، مفید ہے۔

تانبہ، توتیا، زنگار وغیرہ کا علاج

منہ میں تانبہ کا ذائقہ زیادتی بھوک، گلا بند ہو جانا، پیٹ میں سخت مروڑ و درد، سبز و نیلے رنگ کی الٹیاں، ہذیان، اینٹھن، نبض تیز، یرقان وغیرہ کا ہونا، پیشاب کا پیلا ہونا بند ہو جانا، بیہوشی وغیرہ ان کی علامات ہوتی ہیں۔

علاج:۔ پہلے دودھ میں انڈے پھینٹ کر پلائیں، پھر معدہ کو اسٹامک ٹیوب سے دھو دیں یا رائی چھ گرام یا سفوف اپی کاک 30 گرام دے کر قے کرائیں بعد میں آش جو یا السی کا جوشاندہ وغیرہ پلائیں آش جو کا بکثرت استعمال نہایت مفید ہے اگر مریض کی حالت خطرناک ہو تو نزدیک کے ہسپتال میں لے جانے کی ہدایت کریں۔

فاسفورس، دیا سلائی وغیرہ

پیٹ میں درد، جلن اور سوجن، پیاس کی شدت، مادۂ قے میں لہسن کی بدبو اور خون خطرناک مرض میں مریض کا اندھیرے میں فاسفورس کی طرح چمکنا، اس حالت میں مریض کا بچنا مشکل ہو جاتا ہے۔

علاج:۔ اس کے علاج میں قے کی دوائیں دینا مفید نہیں، انڈوں کی سفیدی دودھ میں پھینٹ کر کثرت سے پلائیں یا ٹینک ایسڈ 20 گرام پانی میں گھول کر دیں، کیکر کی چھال 30 گرام کو آدھے پونڈ پانی میں جوش دے کر پلائیں چائے کا استعمال

مفید ہے، السی کا جوشاندہ یا آش جو دیں، درد دور کرنے کے لئے چنے کی دال کے برابر افیون کا استعمال کریں۔

تیزاب نمک، گندھک، شورہ اور تیزابی زہر کھالے تو

نمک کے تیزاب سے ہونٹوں اور منہ پر سفید داغ پڑ جاتے ہیں شورہ سے زرد اور گندھک سے کالے پڑ جاتے ہیں معدہ اور جگر میں سخت جلن ہوتی ہے خونی قے آتی ہے پیشاب بند ہوجاتا ہے قے کا مادہ زمین پر گرنے سے جوش مارتا ہے آواز بند ہوجاتی ہے، ہچکی آتی ہے اور مریض کمزور ہوکر تشنج یا دم بند ہونے کے ساتھ دو تین روز میں ہلاک ہوجاتا ہے۔

علاج:۔ قے لانے والی دوائیں بالکل نہ دیں بلکہ تیزابی اثر دور کرنے کے لئے سوڈا بائیکارب ایک چمچہ پانی میں ملا کر پلائیں یا چاک مٹی دیں، یا کوئلہ کی لکڑی کی راکھ دس گرام پانی میں ملا کر پلائیں اس کے بعد روغن بادام یا تلی کا تیل یا السی کا تیل 200 گرام ایک گلاس پانی میں ملا کر پلائیں یا چار پانچ انڈوں کی سفیدی دودھ میں پھینٹ کر دیں۔

کاربالک ایسڈ یعنی فینائل پی لے تو

لب اور منہ جل جاتے ہیں، منہ سے فینائل کی بدبو آتی ہے جسم ٹھنڈا، آنکھوں کی پتلیاں سکڑی ہوئی پیشاب سبزی مائل سیاہ رنگ کا نکلتا ہے یا پیشاب بند ہوجاتا ہے، دماغی قوت ختم ہوجاتی ہے۔

علاج:۔ اسٹامک ٹیوب سے معدہ کو صاف کریں، اس قدر صاف کیا جائے کہ کاربالک کی بو ختم ہوجائے اس کے بعد میگنشیم سلیفٹ آدھا اونس ایک پائینٹ پانی میں ملا کر دیں، روغن زیتون یا روغن السی یا روغن بادام 100 گرام، 500 گرام پانی

میں ملا کر پلائیں، سانس بند ہونے لگے تو مصنوعی سانس جاری کریں، بغلوں میں گرم پانی کی بوتلیں رکھیں۔

ہائیڈروسیانک ایسڈ۔ پوٹاشیم سایانائیڈ کھالے تو

سر چکراتا ہے، ٹانگیں کانپتی ہیں، زہر خوردہ بے ہوش ہوجاتا ہے جسم ٹھنڈا اور سانس سے کڑوے بادام کی بو آتی ہے یہ زہر کڑوے باداموں میں بھی ہوتا ہے، اس زہر کے کھانے سے موت ہوجاتی ہے، نہایت خطرناک زہر ہے۔

علاج۔ سٹامک ٹیوب سے معدہ کو دھوئیں یا قے لانے والی ادویہ دیں، یہ ایک خطرناک زہر ہے، اگر فوری علاج نہ کیا جائے تو مریض ہلاک ہوجاتا ہے۔ اس لئے فوراً مصنوعی سانس جاری کریں۔ ٹھنڈا پانی گرمیوں میں دھار باندھ کر سر پر ڈالیں۔ فوراً کسی اچھے ہسپتال میں لے جانے کا مشورہ دیں۔

کاسٹک بوٹاش، پوٹاش بائیکارب، سوڈا بائیکارب، ایمونیا، جوکھار وغیرہ

زبان، منہ، سینے اور معدہ میں سوزش ہوتی ہے سانس تنگی سے آتا ہے خون کی الٹیاں آتی ہیں، آواز بیٹھ جاتی ہے۔

علاج:۔ اس کے علاج میں اسٹامک ٹیوب کا استعمال منع ہے اور نہ ہی الٹیاں لانے والی ادویات دیں، بلکہ کھارا کا اثر زائل کرنے والی ادویات دیں مثلاً ست لیموں (شائیٹرک ایسڈ) یا ست املی (ٹارٹرک ایسڈ) آدھا گرام پانی میں گھول کر دیں یا لیموں کا رس نچوڑ کر پلائیں، یا سرکہ انگوری 30 گرام، 50 گرام پانی میں ملا کر دس یا پندرہ منٹ کے وقفہ سے دیتے رہیں، اس کے بعد دودھ یا روغن زیتون 100 گرام انڈوں کی سفیدی پانچ عدد پھینٹ کر پلائیں۔

اکونائٹ یعنی میٹھا تیلیہ

جی متلا تا ہے، ابکائیاں آتی ہیں، ہونٹ و چہرہ سرخ ہوتا ہے، منہ میں بدبو ہوتی ہے، خیالات منتشر ہوتے ہیں مرض کی زیادتی کی حالت میں بے ہوشی اور سانس خراٹے سے آتے ہیں منہ میں بیٹھا تیلیہ کا ذائقہ ہوتا ہے، متلی قے اور دست آتے ہیں نبض بے قاعدہ وکمزور ہوتی ہے جسم ٹھنڈا، سر میں چکر اور خیالات میں فساد پیدا ہوتے ہیں۔

علاج:۔ ہڈیوں کا کوئلہ (انیمل چارکول) ایک ٹیبل سپون کے گھول سے معدہ کو دھوئیں، مصنوعی سانس جاری کریں۔ رانوں اور بغلوں میں گرم پانی کی بوتلیں رکھیں، مریض کا سر پاؤں کی نسبت اونچا رکھیں جدوار (نربسی) کو اس کا تریاق بیان کیا گیا ہے، دو گرام نربسی سفوف بنا کر خالص دودھ میں ملا کر ہر گھنٹے کے بعد تین یا چار بار دیں۔

افیون، مارفین، کلوروڈین، کوڈین، ڈائیونین

دردسر، تکان، نیند، آنکھوں کی پتلیاں سفید ہونا، بیہوشی، غفلت، ٹھنڈا پسینہ، چہرہ زرد وسفید ہونا، سانس سے افیون کی بو آنا، نبض کمزور، کبھی کبھی دست، قے کا عارضہ ہو جاتا ہے، بعض مریضوں کو اینٹھن ہوتی ہے اور فالج ہو جاتا ہے۔

مریض کو بالکل سونے نہ دیں بلکہ نہلاتے رہیں، اگر دودھ سے پیتے بچے کو افیون دی گئی ہو تو جتنی افیون دی گئی ہو، اتنی ہینگ خالص دودھ یا پانی میں گھول کر پلانے سے افیون کا زہریلا اثر دور ہو جاتا ہے۔

1۔ مغز تخم بنولہ 40 گرام بطور سردائی گھوٹ کر مسموم کو پلانے سے افیون کا زہر دور ہو جاتا ہے۔

2۔اخروٹ کی گری 100 گرام کھلانے سے افیون کا معمولی زہر دور ہوجاتا ہے۔

3۔ بار بار خالص گھی پلانے سے بھی زہر دور ہوجاتا ہے۔

بعض لوگ افیون کو روزانہ عادتاً استعمال کرتے ہیں جس سے افیون خور کو سرور اور قوت سی محسوس ہوتی ہے اور جب اس کا اثر زائل ہوجائے یا کھائی نہ جائے تو طبیعت میں سستی، جمائی آنا، قے، دست اور پٹھوں کے عوارض شروع ہوجاتے ہیں، افیون چھوڑنے کے علاج میں مضبوط قوتِ ارادی کی ضرورت ہے، مریض کو اس کی صحت کی طرف توجہ دلاکر اس کے نقصانات سے آگاہ کرنا چاہیے۔

مجربات ترک افیون

1۔میٹھی نزبسی بقدر افیون کے استعمال کریں اور روزانہ مناسب مقدار گھٹاتے ہوئے ایک ماہ میں ترک کردیں۔

2۔ کچلہ شدھ بقدر مزاج مناسب کھلائیں اور روزانہ مناسب مقدار میں افیون گھٹاتے ہوئے ایک ماہ میں چھوڑ دیں۔

3۔ معجون برشعشا بھی افیم کی مقدار کے مطابق کھلائیں اور آہستہ آہستہ افیم ترک کردیں۔

4۔ افیون $4\frac{1}{2}$ گرام، ریوند چینی $3\frac{1}{2}$ گرام، گل سرخ، زنجبیل، گل ارمنی ہر ایک ڈیڑھ گرام، زعفران $1\frac{1}{2}$ گرام پیس کر شیرِ خشت چھ گرام کے محلول میں گوندھ کر گولیاں بقدر نخود بنالیں، خوراک ایک سے دو گولی مزاج کے مطابق کھلاتے رہیں اور افیون بتدریج بند کردیں۔

5۔ کچلہ مدبر بہ شیر، تخم دھتورہ مدبر، اسپند، جاوتری، ہر ایک دس گرام، اجوائن خراسانی، قاقلہ صغار ہر ایک سات گرام، جائفل دوگرام لے کر ہر سہ اجزاء کو گائے کے

شدھ گھی میں بریاں کریں، بعدہ باقی اجزاء کو شہد کے قوام میں ملا کر گولیاں بقدر نخود بنائیں اور ایک سے دو گولیاں روزانہ کھلاتے رہیں اور بتدریج افیون کم کرتے رہیں۔

6۔ طباشیر، مصطگی رومی، جدوار، جاوتری، دارچینی قلمی، ثعلب مصری، شقاقل مصری، بہمن سرخ، بہمن سفید، درونج ہر ایک چار چار گرام، ماہی روبیاں 3 گرام، پوست بریاں آدھا گرام، نشاستہ، جند بیدستر، مغز چلغوزہ، سونٹھ ہر ایک آدھا گرام، مغز بادام، کشمیری زعفران، مشک عنبر ہر ایک دو رتی، افیون خالص آدھا گرام، ورق چاندی سات عدد، ورق سونا چار عدد، ادویہ بالا کو کوٹ کر افیون کو پانی میں حل کر کے ملا دیں اور خوب کھرل کریں اور مرچ سیاہ کے برابر گولیاں تیار کر لیں، یہ گولیاں نہ صرف قدیم اطباء کا معمول مطب ہیں بلکہ یہ سینہ کا وہ راز ہے جو آج تک ناظرین سے پوشیدہ تھا، یہ گولیاں افیون توڑ کے علاوہ جریان، احتلام، اور سرعت وغیرہ کے لئے از حد مجرب ہیں، خوراک ایک سے دو گولی ہمراہ شیر گاؤ نیم گرم دیں۔

7۔ جدوار خطائی، کچلہ مدبر، تخم دھتورہ شدھ، زعفران ہر ایک تین گرام، مرچ سیاہ، سونٹھ، مصطگی رومی ہر ایک چھ گرام، ورق سونا، عنبر اشہب، ہر ایک ایک گرام، سب کو باریک پیس کر برگ پان سبز 25 عدد کے رس میں گھوٹ کر گولیاں بقدر مرچ سیاہ بنا لیں خوراک ایک گولی صبح، ایک شام کو ہمراہ شیر گاؤ، غذائیں دودھ گھی بکثرت استعمال کریں۔

8۔ تخم دھتورہ شدھ 4½ گرام، سونٹھ 9 گرام، ریوند چینی دس گرام، مصطگی رومی اصلی 4½ گرام، مصری 90 گرام، ان سب کو باریک پیس کر گولیاں بقدر نخود تیار کر لیں، ایک یا دو گولی جس قدر افیون کھاتا ہو، حسب مقدار گولیاں استعمال کر کے افیم ترک کرتے جائیں۔

9۔ کالے دھتورے کے بیج شدھ 30 گرام سونٹھ بے ریشہ 20 گرام سب کو باریک پیس کر سفوف بنا لیں، پھر ببول کا گوند دس گرام اس قدر پانی میں حل کریں، کہ

سفوف ملانے سے گولی بنانے کے قابل ہو جائے اور گولی بقدر کالی مرچ بنالیں، افیون کھانے کے وقت ایک گولی کھایا کریں، چند روز میں افیون کی عادت نہ رہے گی، اس نسخہ کے استعمال سے افیون خوری چھوٹ جاتی ہے، اور کوئی نقصان نہیں ہوتا۔

ترکِ افیون بلادوا:۔ ایک ماہ مین جتنی افیون کھاتا ہو، اتنی افیون لیں، اور ایک مصفیٰ برتن میں ڈال کر اس میں اگر دن میں ایک وقت کھاتا ہے، تو 30 چمچے اور اگر دو وقت کھاتا ہے تو 60 چمچے پانی ڈالیں، اور تھوڑا سا پانی ڈال دیں اور آگ پر رکھیں، چند جوش آنے پر جتنا پانی ڈالا ہے باقی رہ جائے، اب اسے اتار کر بوتل میں بھرلیں، اور اس کی خوشبو کو بدلنے کے لئے روح کیوڑہ ڈال دیں، دوا تیار ہے طریقہ یہ ہے کہ جب افیون کھانے کا وقت ہو، بوتل کو ہلا کر ایک چمچ نکال کر پلائیں اور ایک چمچہ سادہ پانی ڈالتے جائیں، کچھ عرصہ کے بعد افیون ترک ہو جائے گی اور بوتل میں سادہ پانی نظر آئے گا۔ مجرب ہے۔

بھنگ، گانجا، چرس کا علاج

پہلے نشاط انگیز ولولے پیدا ہوتے ہیں، مریض نشے کی حالت میں ہنستا، روتا یا بکواس کرتا ہے، پھر حواس باطل ہو کر بے ہوشی طاری ہو جاتی ہے۔

علاج:۔ قے کرائیں یا اسٹامک ٹوب سے معدہ کو دھوئیں، ٹھنڈے پانی کے چھینٹے دیں، رس لیموں یا لیموں کا آچار، ادرک کا رس یا ادرک کا اچار، سرکہ دیں، گردن کی پشت پر چھالا اٹھائیں اور علاج بطرز زہر افیون کریں، مریض کو سونے نہ دیں اور ٹہلاتے رہیں۔

یونانی و آیورویدک علاج میں: 1۔ چونا، نوشادر دونوں کو ملا کر شیشی میں بند کر دیں، اور اس کو کھول کر تھوڑی دیر بعد سونگھائیں۔ لیکن اس کیلئے تجربہ شرط ہے۔

2۔سونٹھ ایک تولہ خالص گھی پانچ تولہ میں ملا کر کھلانے سے بھنگ کا نشہ اتر جاتا ہے۔

3۔ دوتولہ مغزر بنولہ دودھ کے ہمراہ گھوٹ کر مصری ملا کر پلانے سے بھنگ کا نشہ اتر جاتا ہے۔

4۔دہی کا مٹھا زیادہ مقدار میں پلانے سے بھی بھنگ کا نشہ اتر جاتا ہے۔

کافور (CAMPHOR) کھالے تو

علامات:۔سر چکرانا، سر درد، ہذیان، غشی، سانس کی تنگی، معدے سے کافور کی بو، جسم ٹھنڈا، ہذیان وغیرہ علامات ہوتی ہیں۔

علاج:۔رائی کا سفوف ایک چمچہ ایک پاؤ پانی میں ملا کر اس سے قے کرائیں پھر میگنشیا سلفاس آدھا اونس ایک گلاس پانی میں گھول کر پلائیں جسم کو گرمی پہنچانے کے لئے رانوں و بغلوں میں گرم پانی کی بوتلیں رکھیں، شراب یا سپرٹ ہرگز نہ دیں، ورنہ کافور شراب میں گھل کر زہریلا اثر پیدا کردے گا۔محرک ادویات دیں۔

تمباکو،نکوٹین کا زہر ختم کرنے کیلئے

نبض کمزور، پسینہ ٹھنڈا، نظر دھندلی قے و متلی ہوتی ہے اور یہ ایک عام استعمال کی چیز ہے، جو ساری دنیا میں استعمال کی جاتی ہے، لیکن بعض دفعہ زیادہ استعمال کرنے سے زہریلا اثر پیدا کر دیتی ہے۔

علاج:۔فوراً قے کرا کے چائے یا کافی پلائیں گرم دودھ اور روغن بادام ناک میں ٹپکانا مفید ہے، ٹینک ایسڈ 15 گرام،100 گرام پانی میں ملا کر پلائیں، اگر حقہ پینے کی وجہ سے کسی شخص کو غشی ہو تو فوراً سرکہ کا شربت پلائیں اور محرک ادویات کا استعمال کیا جائے اور گرم بوتلوں کی ٹکور کریں۔

کوکین اوراس کے مرکبات کا علاج

اس کے زیادہ استعمال سے جسم میں بے حسی پیدا ہو جاتی ہے، سر چکراتا ہے، جسم سرد، جلد خشک، اور کبھی کبھی تشنج شروع ہو جاتا ہے۔

علاج:۔معدہ کو صاف کریں، بے ہوشی کی حالت میں ایمونیا کارب یا ایمائل نائیٹریٹ سونگھائیں، کمزوری دل کی حالت میں خمیرہ آبریشم حکیم ارشد والا دیں، سانس بند ہونے کی حالت میں مصنوعی سانس جاری کریں۔تیز چائے کافی پلائیں، محرک قلب ادویات دیں۔

مٹی کا تیل، کیروسین آئیل، پٹرولیم، پیرافین پی لے تو

منہ اور معدہ میں سوزش ہو جاتی ہے، درد قے و پیاس ہوتی ہے، نبض بے قاعدہ ہو جاتی ہے، سانس گہرا جسم سرد، چہرہ زرد، قے میں تیل وغیرہ کا اثر اور بو اور بعض دفعہ بیہوشی بھی ہو جاتی ہے۔

علاج:۔سٹامک ٹیوب سے معدکو دھوئیں اور قے آورادویہ سے معدہ کو خالی کردیں محرکات دیں، جسم پر مالش کریں، کچلہ مدبر مونگ کی دال کے برابر دن میں دو سے تین بار دیں۔

خراب گوشت اور مچھلی کے زہر کا علاج

بعض قسم کی مچھلیاں زہریلی ہوتی ہیں، کبھی خشک یا باسی گوشت یا کسی بیمار جانور کا گوشت کھانے سے بھی زہریلی علامات پیدا ہو جاتی ہیں زبان میلی ہوتی ہے پیٹ میں درد ہوتا ہے قے اور دست آتے ہیں جسمانی حرارت بڑھ جاتی ہے۔

علاج:۔ اسٹا مک ٹیوب یا قے اور دوا سے معدہ کو صاف کریں، پھر دو اونس کیسٹر آئیل دے کر معدہ اور آنتوں کو صاف کریں۔

بعض دفعہ زہریلی قدرتی کھا لینے سے بھی یہ عارضہ دور ہو جاتا ہے۔ ایسی حالت میں قے کرائیں اور بعد میں کیسٹر آئیل ایک اونس دیں۔

شراب، الکوحل (Alcohal)

یہ ایک عام نشہ آور استعمال کی چیز ہے جو جوانوں کے لئے ڈھائی اونس سے لے کر 15 اونس تک مہلک ثابت ہوتی ہے، مریض کا چہرہ سرخ ہوتا ہے منہ سے شراب کی بو آتی ہے خیالات پریشان، جوش و ہذیان کے ساتھ چال میں لڑکھڑاہٹ اور بیہودہ گفتگو ہوتی ہے۔ جی متلاتا ہے، قئیں آتی ہیں، شدید حالات میں مرض میں زرد یا نیلا، جلد ٹھنڈی، غنودگی اور سانس گھٹنے کی حالت ہو جاتی ہے اگر علامات شدید ہوں، تو سانس کی رکاوٹ کی وجہ سے دل کی حرکت بند ہو کر موت ہو جاتی ہے اور بعض دفعہ زیادہ شراب پی لینے سے مریض کو دماغی دھکا پہنچتا ہے اور وہ پاگل ہو جاتا ہے۔

علاج:۔ سٹا مک ٹیوب یا قے آور ادویہ سے معدہ کو فوراً دھوئیں گرم چائے اور کافی پلائیں مصنوعی سانس جاری کریں، اگر سر کی سطح گرم ہو اور موسم بھی گرم ہو تو چہرہ پر سرد پانی ڈالیں۔

1۔ککڑی کھانے سے شراب کا نشہ دور ہو جاتا ہے۔

2۔املی کو پانی میں گھول کر اس میں چینی ملا کر پینے سے شراب کا نشہ دور ہو جاتا ہے۔

3۔گھی خالص گرم گرم پلانے سے نشہ دور ہو جاتا ہے۔

4۔دھنیا خشک دس گرام سفوف بنا کر برابر چینی ملا لیں، اس میں سے تھوڑا تھوڑا استعمال کرنے سے نشہ دور ہو جاتا ہے۔

5۔شراب چھوڑنے کا علاج:۔اگر مریض کی شراب پینے کی عادت نہ چھوٹ سکے ریٹھے کا سفوف 1-1 گرام صبح شام کیپسول بنا کر یا گولی بنا کر مسکے میں لپیٹ کر کھلائیں۔

جمال گوٹہ (کروٹن آئیل) کھالے تو

معدہ آنتوں میں شدید درد ہوتا ہے قے و دست ہوتے ہیں مرض کی زیادتی کی حالت میں خونی قے و دست آتے ہیں غشی ہوتی ہے،نبض کمزور ہوتی ہے،کبھی پیشاب بند ہوتا ہے اور ہذیان کی علامات ہوتی ہیں۔

علاج:۔ سٹا مک ٹیوب سے معدہ کو دھوئیں یا گرم پانی میں نمک ملا کر قئیں کرائیں گوند کتیرا سفوف بنا کر دہی میں ملا کر دیں۔

دہی کی چھاچھ ڈیڑھ پاؤ، دھنیاں تین گرام،مصری 20 گرام، یہ ایک خوراک ہے،اسی طرح چند بار پلانے سے مریض کو آرام ملے گا جمال گوٹہ کا زہر دور ہو جائے گا آزمودہ ہے۔

☆☆☆

بحمد اللہ تعالیٰ

”بحرِ طب سے چند موتی“ کی تکمیل ہوئی

وَصَلَّی اللّٰہُ تَعَالیٰ عَلٰی خَیرِ خَلْقِہٖ مُحَمَّدٍ وَّآلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ اَجْمَعِیْنَ بِرَحْمَتِکَ یَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِیْنَ.

طب یونانی کا ادنیٰ خادم

محمد عدنان حبان نوادر، رحیمی شفا خانہ بنگلور

ہر بیماری کی دواء اللہ تعالیٰ نے بنائی ہے

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ الْمُثَنّٰی قَالَ حَدَّثَنَا اَبُوْ اَحْمَد الزُّبَيْرِیُّ قَال حَدَّثَنَا عُمَرَو بْنِ سَعِيْدِ بْنِ اَبِیْ حُسَيْنِ قَالَ حَدَّثَنَا عَطَاءُ بْنُ اَبِیْ رَبَاحِ عِنْ اَبِیْ هُرَيْرَةَ عَنِ النَّبِیّ صَلَّی اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ مَا اَنْزَلَ اللّٰهُ دَاءً اِلَّا اَنْزَلَ لَهٗ شِفَاءًا. (صحيح البخاری)

ترجمہ: حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ ''اللہ تعالیٰ نے (اپنے بندوں پر) کوئی بیماری ایسی نہیں اُتاری جس کی دوا نہ اتاری ہو۔ (یعنی ہر مرض کی دوا بھی اللہ تعالیٰ نے پیدا فرمائی ہے۔

شیخ طریقت حبیب الامت حضرت مولانا ڈاکٹر حکیم

محمد ادریس حبان رحیمی ایم ڈی حفظہ اللہ

کی مزید تالیـــــفات

1 خوابوں کی تعبیر اوران کی حقیقت (اول دوم)
2 انوارِ طریقت
3 امت کے روشن چراغ (اول دوم سوم)
4 عورت پر اسلام کی مہربانیاں
5 اسلام میں عورت کی عظمت
6 مفتاح الصلوٰۃ
7 زیاراتِ حرمین شریفین
8 طالبات تقریر کیسے کریں (اول تا دہم)
9 خواتین کے لئے منتخب تقاریر
10 تصوف اور سلوک کی حقیقت
11 عملی زندگی
12 مجالس حبیب الامت
13 خطباتِ رحیمی (اول تا دہم)
14 سفرنامہ جنوبی ہند تا جنوبی افریقہ
15 بیاضِ حبان
16 کلیدِ شفاء
17 انوار السالکین
18 اسرارِ طریقت
19 قرآن وسنت کی روشنی میں تصوف کی حقیقت
20 گناہوں کے انبار (اول دوم)
21 فیضانِ گنگوہیؒ
22 افاداتِ حکیم الامتؒ
23 رمضان المبارک کے فضائل ومسائل (اول دوم)
24 خواتین کے لئے اصلاحی تقاریر
25 مستورات کے لئے انقلابی تقاریر
26 اہل معرفت کی راہیں
27 ملفوظاتِ حبیب الامت
28 خطباتِ رمضان المبارک (اول تا چہارم)
29 خطباتِ حبان برائے دختران اسلام (اول تا دہم)
30 تفسیری خطباتِ حبان (جلد اول)
31 صحت مند زندگی کے راز

☆☆☆