

اَنْزَلَ الدَّوَاءَ الَّذِي اَنْزَلَ الْاَدْوَاءَ (الحديث)
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

بحر طب سے چند موتی

از

ماہر نباض طبیب زمان حضرت مولانا ڈاکٹر حکیم محمد ادریس حبان رحیمی چرتھاؤلی
بانی رحیمی شفا خانہ اور العلوم محمد بنگلور چیرمین یونیورسٹی طب یونانی فاؤنڈیشن

ترتیب

حکیم محمد عدنان حبان نواور
رحیمی شفا خانہ بنگلور کرناٹک



نام کتاب : بحر طب سے چند موتی
از : ماہر نباض طبیب زمان
حضرت مولانا ڈاکٹر حکیم محمد ادریس حبان رحیمی چرتھاؤلی ایم ڈی
ترتیب : حکیم محمد عدنان حبان نواور
صفحات : 256
کتابت و تزئین : مولانا فہیم احمد قاسمی برسی سینما مڑھی، 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 دہلی-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	مسرتِ حبان	11
3	حروفِ نوادر	12
4	نبض کی قسمیں اور اسرار	14
	چند علاماتِ امراض	17
5	تندرستی اور حوائجِ ضروری	18
6	صحت کے لئے چند اصول	21
7	بیماریوں سے محفوظ رہنے کے طبی مشورے	24
8	حفظانِ صحت کیلئے ضروری ہدایات اور مفید اعمال	26
	مضراعمال	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	طبی اصطلاحات میں بعض ادویات کے نام	56
13	صحت مندر 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	ماء الحین	108
30	منضج مالیخولیا	109

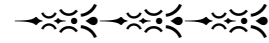
31	نمیرہ صندل ترش	112
32	سفوف مالنچو لیا و جنون	111
	سفوف مالے خولیا	111
33	عصبی و دماغی امراض	112
34	سر کا درد HEADACHE	113
35	آدھاسیسی درد شقیقہ MIGRAIN	114
36	بے خوابی INSOMNIA	115
37	سر چکرانا VIRTIGO	117
38	سر سام MENINGITIS	119
39	جنون، پاگل پن MANIA	120
40	مرگی EPILEPSY	121
41	مرگی، سکتہ، غشی میں علامات کا فرق	124
	سکتہ، بے ہوشی (کوما) APOPLEXY	125
	غشی SYNCOPE	126
	مریض مالنچو لیا و جنون کے لئے چند ہدایات	128
	ایک اچھوتی حکمت	128
	ہدایات و نکات 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
	سنٹھیک دودھ کیا ہے؟	154
	ایک لیٹر سنٹھیک 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 گلقتند	161
	گلاب کے فوائد	162
	خون کے قے اور گلقتند	162
	بڑھاپے میں جوان	163
51	انار بھی ہے اکسیر شفاء	164
	نزلہ و زکام	166

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

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

- 246 کاسٹک بوٹاش، پوٹاش بائیکا رب، سوڈا بائیکا رب، ایسونا، جوکھار وغیرہ
- 247 اکوناٹ یعنی میٹھاتیلہ
- 247 ایون، مارفین، کلوروڈین، کوڈین، ڈائیونین
- 248 مجربات ترک ایون
- 250 00 بھگ، گانجا، چرس کا علاج
- 251 کافور (CAMPOR) کھالے تو
- 251 تمباکو، ٹوٹین کا زہر ختم کرنے کیلئے
- 252 کوکین اور اس کے مرکبات کا علاج
- 252 مٹی کا تیل، کیرو سین آئیل، پٹرولیم، پیرافین پی لے تو
- 252 خراب گوشت اور مچھلی کے زہر کا علاج
- 253 شراب، الکحل (Alcohol)
- 254 جمال گوہ (کروٹن آئیل) کھالے تو



بجاء اللہ تعالیٰ ”بحر طیب سے چند موتی“ کا

ثواب

اور

انتساب

میں اپنے نانا جان محمد سلیم الدین شیخ الانصار نور اللہ مرقدہ
کھنڈراؤلی شامی کے نام معنون کرنے کی سعادت حاصل کر رہا
ہوں جو ایک منفرد اور علمی شخصیت تھی، آپ اہل 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 یا رب العالمین!
والسلام

نواسہ

محمد ادریس حبان رحیمی چرتھاؤلی

بانی رحیمی شفا خانہ بنگلور، کرناٹک

مورخہ ۲ فروری ۲۰۱۲ء مطابق یکم ربیع الثانی ۱۴۳۵ھ بروز اتوار

مسرتِ حبابی

بحمد اللہ تعالیٰ مجھ ناچیز کے لئے نہایت خوشی اور مسرت کی بات ہے کہ میرے چھوٹے فرزند عزیز زکی 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۔

فلا للہ الحمد والشکر

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

میں نے مضامین کی مناسبت سے اس مجموعہ کو ”بحر طرب سے چند موتی“ کے نام سے موسوم کیا ہے۔ شکر گزار ہوں جناب سید اسد حسین صاحب کا کہ موصوف نے اس مجموعہ کو ادارہ کتاب الشفاء دہلی سے شائع کر کے شائقین کرام تک پہنچایا۔

اللہ تعالیٰ اپنی رضا نصیب فرمائے نیز اس کتاب کو قبول عام فرمائے، آمین ثم آمین یا رب العالمین

خادم آستانہ حاذق الامت

محمد ادریس حبان رحیمی چرتھاولی

رحیمی شفا خانہ بنگلور کرناٹک

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

حروفِ نوادر

نحمدہ و نصلی علیٰ رسولہ 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 حضرت انسان کے کمالات اور فنون و معرفت، دراصل حق تعالیٰ شانہ کی بخشش اور عطا ہے۔ صنایع عالم نے انسانی عقل و دماغ اور قلب میں وہ علوم و فنون ودیعت فرمادیئے جو اللہ رب العزت کو پسند ہیں اور ان سے انسانی دنیا کو کما حقہ فوائد حاصل ہو رہے ہیں۔

والد بزرگوار ماہر نباض طبیب 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 پہنچاتے ہیں آپ قرآن و احادیث، فقہ اور اصلاحی کتب کے مطالعہ کے ساتھ طیبی کتب کا مطالعہ بھی نہایت انہماک سے کرتے ہیں اور فرماتے ہیں کہ کتب بنی میری روحانی غذا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ بحر غواص 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 ہو جاتے ہیں اور اس کو محفوظ کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کا فضل و کرم 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 ذخیرہ آخرت بنائے، آمین ثم آمین یا رب العالمین!

طبی دنیا کا خادم

محمد عدنان حبان نواذ

رجیمی شفا خانہ بنگلور، کرناٹک

مورخہ: ۳۰ 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 اہل فن نے اس کے مختلف گوشوں کو مکمل و مرتب کرنے میں اپنی عمریں صرف کر دی ہیں۔ اس سلسلہ میں تشخیص کے تمام حصوں میں ”نبض“ کو سب سے زیادہ نمایاں مقام حاصل ہے اور نبض کی اہمیت و سودمندی 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 چاہئے، کیوں کہ ان صورتوں میں نبض کی طبعی حالت میں فرق ہو جاتا ہے، اس لئے ان پہلوؤں کو پیش 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 و عرض و بلندی میں اعتدال سے زیادہ ہو، یہ قوت و حرارت 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 الٹ ہے اور کمزوری کی علامت ہے، بعض دفعہ کثرت غذا کے نتیجے 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، بخوابی، بخار، دل کی بیماریوں، پچہ دانی کی بیماریوں، بندش ایام، ہسٹریا کی علامت ہے، شراب، تمباکو، چائے اور ورزش و خوشی کے موقع پر نبض سریع ہو جاتی ہے۔

نبض بطی:- نبض سریع کے الٹ ہے، نمونیہ، بد ہضمی، معدہ کے ورم، معدہ کے سرطان، پیشاب میں شکر آنا، مالجو لیا اور معدنی زہروں کے بد اثرات کی علامت ہے۔

نبض متواتر:- اس نبض میں دو ضربوں کا درمیانی وقفہ کم ہوتا ہے اور عام کمزوری و امراض دل کی حالت میں چلتی ہے۔

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

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

نبض لین:- پٹھوں کی سستی اور جنرل کمزوری کی بنا پر ہوتی ہے۔

نبض متلی:- یہ نبض انگلیوں کے نیچے بھر بھری معلوم ہوتی ہے غلبہ 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، بد ہضمی، نشیات و محرکات کے کثرت استعمال اور دل کی بیماریوں، سرسام و سکتہ میں چلتی ہے، لیکن اگر چوٹ ہائے کافرق بے قاعدہ ہو جائے تو اسے غیر منتظم کہا جائے گا اور ایسی نبض دل کے امراض اور زہر خورد مریمضوں میں پائی جاتی ہے۔

نبض منشاری:- اگر نبض سریع، متواتر اور صلب ہے تو 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 وددی:- یہ نبض ”موجی“ سے ملتی جلتی ہے، لیکن صغیر اور بطی ہوتی ہے، یہ انتہائی کمزوری کی حالت میں چلتی ہے، دستوں کے زیادہ آنے اور خون کے زیادہ اخراج ہو جانے پر دلالت کرتی ہے۔

نبض نامی :- یہ دودی سے زیادہ صغیر ہوتی ہے اور متواتر ہوتی ہے، انتہائی کمزوری ظاہر کرتی ہے، بچوں میں بعض مردوں کے مقابلہ میں سرلیج اور متواتر ہوتی ہے، عورتوں کی سرلیج کمزور اور صغیر اور بوڑھوں کی متفادت کمزور اور صغیر ہوتی ہے، ایام والی عورتوں کی نبض سرلیج 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 سرلیج اور صغیر ہوتی ہے اور چھٹے ماہ کے بعد نبض کمزور اور بطبی 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) غلبہ خون کی علامت :- زبان اور جلد کی رنگت سرخ ہوگی، منہ کا مزہ میٹھا ہوگا، پھوڑے، پھنسیاں زیادہ نکلیں گی، نکسیر جاری رہے گی مسوڑھوں سے خون آئے گا، غنودگی، جمائیاں وغیرہ علامات ہوں گی۔

(2) غلبہ بلغم کی علامت :- جلد کی رنگت نسبتاً سفید، تھوک لیسہ از زیادہ منہ کا ذائقہ پھیکا اعضاء میں سستی کا ہلی اور ترش ڈکاریں آئیں گی۔

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

(4) غلبہ سودا کی علامت :- جسم لاغر، رنگ سیاہ، نبض بطبی 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 آیورید کتب میں حوائج ضروریہ کو ”دیگ“ کہتے ہیں جن کا مطلب تیزی سے ہے، اس کا خلاصہ یہ ہے کہ :-

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

چونکہ دیگ جسم سے فالتو اشیاء و مواد خارج کرتے ہیں، اس لئے ان کا روکنا سخت نقصان پیدا کرتا ہے کیونکہ دیگ قدرتنا از خود خارج ہوتے ہیں۔

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

پیشاب کا روکنا :- پیشاب روکنے سے آلہ تناسل و مثانہ میں درد ہوتا ہے۔ سردرد، اچھارہ، پیشاب کی روکاؤٹ (جس البول) درد پہلو وغیرہ شروع ہوتا ہے، بسا اوقات خون میں زہر پیدا ہو جاتا ہے، جس سے موت واقع ہو سکتی 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 دق ہو جاتی ہے۔

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

باد مخالف کا روکنا:- باد 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، اچھارہ، 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 خلاف 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 چھپا کی، فساد خون (رکت پت) خارش، کوڑھ، چھائیاں، بخار، زہر باد، کھانسی، دمہ، بھوک کی کمی اور پت (صفرا) ہو جاتی ہے۔

علاج:- قے آور ادویہ دیں، حقنہ یا فاقہ کرائیں، فصد کھلوائیں جلاب دیں ورز 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۔ در دسر، لقوہ، درد شقیقہ (آدھاسیسی) ہو جاتا ہے۔

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

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

علاج:- جس طرح جیگی 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 دوران خون صحیح حالت میں آجائے، تب رات کا باسی پانی پی لیں، پانی گھونٹ گھونٹ کر کے پیئیں، 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 باسانی 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 بیمار یوں کی ماں ہے۔

- آب 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 کا فور 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، سکھ چین وغیرہ کی بھی مسواک کی جاتی ہے حلق، سینہ، زبان اور دانتوں کی جو مکمل صفائی مسواک سے ہو سکتی ہے۔ وہ ٹوتھ پیسٹ اور برش سے نہیں ہو سکتی۔ ٹوتھ پیسٹ بس خوشبو پیدا کرتے ہیں اور چونکہ لوگ آرام طلب اور عیش پرست ہوتے جا رہے ہیں۔ اس لئے ان آرائشی اشیاء کا استعمال بہت ہوتا جا رہا 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 جبرڑے 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 پیر آور ورزش سے جسم مضبوط بنتا ہے۔
- ورزش کرنے کے فوراً بعد ہرگز نہانا نہیں چاہیے جب دوران 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 چھٹانک تیل جسم میں جذب ہو جائے، تو سمجھ لیں کہ آپ نے ایک سیرگھی 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 جاسکتا ہے۔



بیماریوں سے محفوظ رہنے کے طبی 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 کالمی 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 دجگر کبھی نہ ہوگا۔
- (4) سخت چیز دانتوں سے کبھی نہ چباؤ، مینائی کیلئے مضر ہے۔
- (5) غصہ کے وقت کھانا کھانے سے بد ہضمی 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 بگاڑتا 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 قونچ 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 صدمہ 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 دار و مدار 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) ہمہستری روزمرہ کرنا موت کا پیغام ہے، کمزوری دل و دماغ بخار لرزہ
 اور عرشہ 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 ڈھانپنے 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 غذا یہ استعمال خوشبودار چیزوں کا سوکھنا، 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۔

مضراعمال

● 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 ہمبستری، نیا اناج کھانا، زیادہ باریک اور ریشمی کپڑا پہننا اور اصطلبل (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 سوکر 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 لسی 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 لسی پینا فاسٹ فوڈ اور بازاری اشیاء کھانا مضر ہے۔

● پان کھانا، شراب پینا، دھوپ میں پھرنا، زیادہ حقہ پینا، زیادہ محنت کرنا، چائے، پڑا اور برگرو غیرہ 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، کونکوں 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 اول:- لاون، چنا، راکھ، شاہترہ، نیل کنٹھی، سر پھوکہ، ساگو دانہ، ایلو ابابون، کوڑی، سنگھے، سکا کائی، کنجد سفید، سنناور، منڈی، مویر منقی، تخم کتان، شیر خشک یعنی پیر دودھ کا، مکھن گاؤ، انجیر، گاؤ زبان وغیرہ وغیرہ۔

گرم درجہ دوم:- اجمود، تلسی، زعفران، شہد، مصطکی، گندر، سوڈا، نمک، گندھک، چرائٹا، تخم انگن، میتھی، بلسان، زراوند گرد، مجٹھ (فؤہ، زراوند دراز کریلے کا عصارہ، کاندرا (اشق)، اسطوخودوس، اساردن، رائی، دارچینی، زیرہ وغیرہ۔

گرم درجہ سوم:- دونا مروا، مولی، اسپنداز قسم خر پڑہ، کف دریا، عاقر قرحا، ہیرا کیس، رسکپور، پرانی شراب، اکاس نیل، تچ، برنجاسف، پھکری، اجوائن، تیلی (سدا ب) تری کی، ممنا (گندم دیوانہ) تگر، تخم رام تلسی، (فرنج مشک) 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، فریون، تاک یعنی (انگور کا جھاڑ) سنکھیا، ہینگ۔

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

سرد درجہ دوم:- خربوزہ، اسپغول، کچا زیتون، ہرامازو، کدو، بازنگ، ماش، کھیرا، کٹری، چولائی کا ساگ، شفتالو، ترنج کے بیج، رانگا، پارہ، سیندور، سماق، تخم کاہو، مروارید، بنسلو چن گل سرخ۔

سرد درجہ سوم:- خرفہ کا ساگ، لونہ کا ساگ، ترنج، سدا بہار، خش خاش سیاہ، کافور، موچرس گلنار، لال ساگ، لفاح، (بیلا ڈونا) سلاجیت، سیوس 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، بسفانج (کھنگالی) پوست، تخم خربوزہ، زعفران موٹھ کندر، امرود، گوکھرو، نیل کی جڑ، بابونہ، تخم انگن، لبان، سونف، جو کا آٹا، اخروٹ کا گوند، سوسن، کلفہ، حب الفار، فندق، گل داؤدی۔

خشک درجہ دوم:- مولی بن (احب الخضر) جاوتری، سوٹھ، ریگ ماہی، مشک، ستر سورنجاں شیریں، بالچھڑ، شاہترہ، مصطکی، شہد، جنگلی بیگن، چائے خطائی، نیلوفر کی جڑ، بلسان، زراوند، زفت، چرائٹا، جاؤ شیر، کٹری کا جالا، جبر، انزروت، تخم کاسنی۔

خشک درجہ سوم:- لہسن، تگر، اکاس نیل، ہینگ، گلنار، چنا، تچ، سرکہ، دونا مروا یعنی مرز نخوش، جامن، جوز بوا، بلوط، زوفا خشک، مغز کرنجہ، کیکر کا عصارہ، سنناور، جوکھار، پوست ترنج، اجوائن، کلونجی، مروار سنگ، سدا ب (تتلی) سرمہ، کیکڑا جلا ہوا، بال جلے ہوئے، سماق (تبتزک) کائے پھل، رسکپور، عود صلیب، عود بلسان، کچلہ، مرکبی، دم الاخوین جند بیدستر، درونج عقری۔

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

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

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

تر درجہ سوم:- نارنگی، سنگترہ، رس بھری، سیماب، آلوچہ، دہی، ہند دانہ اور تمام تر فواکھات۔

معتدل:- بہی شیریں، انار، بہدانہ، شیر گاؤ، پر سیاؤشاں، 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 تاثیر نام سے پکاری جاتی ہیں۔

اٹال:- (عضو کو کھانے والی) وہ دوا جو اپنی تیزی اور قوت محلہ کی زیادتی سے اجزائے جوہر عضو کو قفا کر دے اور گوشت کھا جائے۔ مثلاً زنگار، انزروت (لالی) نمک اشنان، چوک، سیندور، سیپ سوخنہ، توتیا، مردار سنگ، نورہ (چونا) مس سوخنہ۔

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 اود بلاؤ کے خصیہ، مینڈک، نیولا، کیٹرا (سرطان) گندہ بیروزہ، لہسن، پنواڑ، غاریقون کوڑی اور گھونگے کا گوشت۔

جالی:- (جلا اور پاک کرنے والی) جلد کی سطح سے لیسیدار رطوبت کو جھیل کر پاک اور صاف کر دیتی ہے۔ جیسے شہد، شورہ، نمک، مصری، ہڑتال، نک چھلنی، نوشادر، پھٹکری کشکی، عقرقرحہ، مسور (عدس) لہسن، کبوتر کی بیٹ، زفت، بلسان کے بیج، بنفشہ کی جڑ، کفدر یا یعنی سمندر جھاگ، انزروت، بانچی، ہلدی، چیتا، رائی، خولنجاں۔

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

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

حکاک، محکک:- (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 انگن 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 سوگنھا، کھٹا انار، عرق لیموں، عرق گلاب، شربت قند، تما ترشیاں اور چھینک لانے والی ادویہ۔

داع، مخالف جاذب:- (لوٹا دینے والی) سرد اور قابض ہونے کی وجہ سے مواد کو عضو ماؤف پر گرنے سے روکتی ہے۔ جیسے مکوہ، اسپنگول گنار، چھالیا، دھنیا، خطمی، گل مختوم، اسی، ملتانی مٹی، گیرو، الماس، گوگل، ریٹھ، گل ارمنی کلونجی، کالی زیری، کچلے کالیپ، سرکہ، صندل، سماق، پوست، رسوت۔

عاصر:- (نچوڑنے والی) قوت قابضہ 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۔

غَسّال:- (دھونے والی) اخلاط کو سطح عضو سے دھو دیتی ہے، اس کا سیال ہونا ضروری ہے۔ جیسے نیم گرم پانی، آش جو، ماء لعسل (شہد میں ملا ہوا پانی)

قاتل:- (مارنے والی) اپنی ضد اور مخالفت کی وجہ سے ہر سہ ارواح کو فنا کرتی ہے جیسے افیون، فریفون، سکھیا، 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، باؤ بڑنگ کابلی، کلونجی، پودینہ کوہی، زوفائے خشک، پلاس پاڑا، پوست بخ انار، شفتالو کے پتے، صابن دیسی، ورمنہ ترکی، ترمس۔

قابض:- (سیکڑنیوالی، بند کرنیوالی) 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، سُمّاق، مسور، بارتنگ، جرائنس (اذخر) جامن کی گٹھلی، انہکی گٹھلی، چنا، چاول، مائیں، مازو، افیون، مصطکی، کنوچہ بریاں۔

قاسر:- (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 چھپ اور جھائیں کے دفع کرنے کیلئے جو دوائیں مستعمل ہیں وہ قاسر ہیں۔

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

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

ادرک، سونٹھ، نمک سیاہ، بیج کرفس، جاوتری، سونف، پودینہ، اجوائن، لکڑیہ، چوکا (ترشہ) تاج، سیاہ مرچ، نوشادر، زرنبا، ہرٹکا مرہ، زیرہ۔

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

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

حابس دم سٹپ ٹک :- (خون بہنے اور خون منہ سے آنے اور خونی دستوں کو بند کرنے والی) بوجہ اپنی خشکی کے رگوں میں سدہ پیدا کر کے اور اندرونی زخموں میں کھرٹ لاکر خون جاری ہونے کو بند کرنے والی۔ جیسے شادنج عدسی، مصطکی، خشک دھنیا، زرشک، دم الاخوین، رسوت، کافور، بیج انجبار، گل مختوم، سنگ جراح، گیرو، جفت بلوط، سرمہ، بارتنگ، کہربا، پتنگ لکڑ، نشاستہ، اجوائن خراسانی، گلنار، کندر کتھ، غار لیقون، مازو، ریشہ، برگد، چھوٹی مائیں، کنگھی، بوٹی، گل ارمنی، جوز السرد، مقل (خون بوا سیر کے لئے)

مُبرد (دی فرج رنت) :- (سردی پہنچانے والی) وہ دوا جو خود سرد ہونے کی وجہ سے سردی بخشتی ہے جیسے صندل، کاہو، نیلوفر، گڑہل کے پھول، خوشبودار مٹی، آلو بخارا، ایون، کاسنی۔

مُبہی (ایضرو ڈیزی ایک) :- (قوت باہ پیدا کرنے والی غذا یا دوا) تخم ثرب موصلہ سنبھل مشک، موتی، عنبر، سونٹھ کھجور، چھوہارا، تیتڑ، بیڑ، مرغ، بیضہ نیم برشت، ماہی رد بیاں، تخم کوچ، انگور، تخم گاجر، سیاہ تل، جاوتری، شلجم، گوشت بکری، کتیرا، دارچینی، مغز بادام، مغز اخروٹ، مغز چلغوزہ، باقلا، ابرق (سبدق) پیر

مایہ شتر، بہینگ، پستہ جند بیدستر، خصیۃ الثعلب کا دل (خولٹاں) تاج، کوٹھ (قسط) چنا، لوبیا، ستفقر، ستاور گوکھرو، بہمن سرخ، بہمن سفید، موصلی سفید، موصلی سیاہ، تودری زرد، تودری سفید، کھوپرا تخم پیاز وغیرہ۔

مُجفف (ڈی، سکے ٹو) :- (خشکی کرنیوالی) وہ دوا جو بوجہ خشک ہونے کے اعضاء کی رطوبت یا زخم کو خشک کر دے، جیسے برگ مدار سندورس کا غد سوختہ، ٹاٹ سوختہ، چھالیہ، کتھ، پھٹکری، جلی ہوئی سپی، چھوہارے کی گٹھلی جلی ہوئی انزروت (لائی) مردار سنگ، ایلوا، سنگ جاحت، پوست انار، پارہ، چونا بجھا ہوا، توتیا وغیرہ وغیرہ۔

مُجمّد :- (جمادینے والی) وہ دوا جو اپنی سردی اور قوت قابضہ کے اثر سے خلطوں اور رطوبتوں کو بستہ کر دے، جیسے گوند کتیرا، نشاستہ، اجوائن خراسانی، گیر، موم، صمغ عربی لہسوڑا وغیرہ۔

مُحرِّق (کرو سو) :- (جلانے والی) وہ دوا جو اپنی قوت نفوذ و قوی گرمی کے عضو کی رطوبت کو فنا کر دے، مثلاً تیزاب چاندی، نمک، شورہ، گندھک، ہڑتال، فریون، زنگار، توتیا، چونا، نورہ، آگ، مدار کا دودھ، ہینگ وغیرہ۔

مُحَلِّمات 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، بیٹنگن، گندنا، باقلا، لوبیا، گوبھی، مسور وغیرہ۔

مُحلل ریزالونٹ :- (تحلیل کرنے والا) وہ دوا جو اپنی قوت تحلیل اور حرارت کے باعث عضو کی لیس دار اخلاط کو بخارات بنا کر فنا کر دیتی 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، بیج کبر، پر سیاہ شان، تگ، لادن (لاذن) السی، ہلدی، لگو، افسنتین رومی، برگ جھاؤ، پودینہ

کوہی، کرلیہ، اشق، پیاز دشتی، جاؤ شیر گودا الملتاس، ارنڈ، عافث، زفت، صمغ بطم، حاشا، ترمس، رائی، ہلدی، گل خیرہ، دارچینی، کیٹر اسویہ یعنی شبت، انجیر، زعفران، مکوئے سبز وغیرہ۔

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

مُخَدَّر (انس تھیٹک): (بے حس کر دینے والی) وہ دوا جو قوت قبض اور سردی و خشکی کے باعث مسامات و مجاری کو کثیف کر کے روح نفسانی کے نفوذ کو روکے اور عضو کو بے حس کر دے۔ جیسے ایون، اسپند، کچلہ، برگ تمباکو، تخر تمباکو کندر، شوکران، لونگ، دھتورہ، اجوائن خراسانی، کانچ، فُحاح، کوکین وغیرہ۔

مخرجات جنین و مشمیہ: (بچہ 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 سیکیڑ کر حمل کو قبل از وقت ساقط کر دیتی ہیں۔ اس لئے ان کو مسقطات حمل (اک بالکس) بھی کہتے ہیں، مثلاً زراوند، اسی، تاج، ابھل، بندال، بوزیدان، پرسیاؤ شاں، کنگی، فریفون، رتن جوت (حمولاً کلونجی کو پیس کر پینا، بنولہ کی جڑ، سبز حنا یا بانس کے پتوں یا الملتاس کے چھلکے کو جوش دے کر پینا، تیز مسہلات، روغن بیدانجیر، کونین، ارگٹ وغیرہ وغیرہ۔

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

مدر بول (ڈایورٹیک): (پیشاب لانے والی) گرمی یا سردی کی وجہ سے پیشاب کی راہ سے مادہ کو دفع کرتی ہے۔ جیسے تخم کھیرا، لکڑی، خرپڑہ، گل خیرہ، تخم کاسنی، کانچ، تخم چولائی، تخم خرفہ، لوکی کا پانی، کھیرے کا پانی، تربوز کا پانی، کاسنی کے بیج، آتش جو، عرق لیموں، ثردہ گھو کھرو وغیرہ، مدارت سرد کھلاتی ہیں، تخم گاجر، پرسیاؤ شاں، بالچھڑ، الملتاس انیسوں، شبت، تخم کرفس، سونف، کباب چینی، زعفران، برنجاسف، تاج، خشک زوفا، تتلی (سداب) تگر، اجمود (کرنس) اجوائن دیسی، تخم جنازی، پودینہ، دوقو، کلونجی، اگر بلسان وغیرہ کو مدد رات گرم کہتے ہیں۔

مُور حیض (ایم بین اگوگ): (حیض کو جاری کرنے والی) اپنی لطافت اور گرمی کو وجہ سے خون بستہ کو معتدل کر کے 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 میں استعمال کراتے ہیں۔ مثلاً تاج، کباب چینی، پرسیاؤ شاں، کلونجی، کنکول مرچ، جنگلی تلہی، قسط شیریں، اسپند، پکھان بید، جند بیدستر، ابھل، چنے، کازال، جاؤ شیر، زعفران بابونہ، پودینہ، تتلی (سداب) الملتاس کے چھلکے، ناگرموتھ، اجمود، نمام (کالی تلہی) ایلوا، چھڑیلہ، اجوائن دیسی، مشکطرا، مشع، کتھی، عود صلیب، فراسیون (گندنا پہاڑی) وغیرہ۔

مُؤلَد 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۔

مُدْمَل (سی کے ٹرائزنک): (زخم بھرانے والی) زخموں کی رطوبت کو خشک کر کے بھرتی کرتی ہیں۔ جیسے سرمہ، سنگ جراح، گوند کتیرا، آلو، ایلوا، لائی (اترروت) اسفنج، موم سفید، زراوند،

مردار سنگ، گائے کا گھی، دم الاخوین، گل ارمنی، رال ملتانی مٹی، نیم کا تیل، شیرہ بارتنگ، سفیدہ کا شغری وغیرہ۔

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

مُرطب: (تر کرنے والی) قوی رطوبت کے باعث اعضا کو نرمی بخشی ہیں۔ جیسے مغز کدّ و شیریں، بادام، تربوز، خربوزہ، لوکی، اسپغول، گائے کا دودھ، موصلی، کتیرا، کھیرا، توری، روغن کدّ، روغن کاہو، روغن بادام، گھی وغیرہ وغیرہ۔

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

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

مُسَدّد آبسٹروئٹ: (سُدّ 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، سورنجا، تلخ، کیلا خام، اہلی کے بیج وغیرہ۔

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

مسکن (سیڈے ٹو): (درد کو تسکین دینے والی) وہ دوا جو اخلاط کی حرارت اور جوش کو ساکن کرے جیسے ایفون، لٹخ کی چربی، لفاح، تمباکو، شوکران، پیہ

مُور، سفیدی، بیضہ مرغ، ناشاستہ، 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، تلخی، گل لالہ، پودینہ کوہی، روغن نیلوفر، بادام خشخاش وغیرہ۔

مُسَمِّن، فیت فنگ: (بدن کو موٹا کرنے والی دوا) جو بہ سبب رطوبت فضلیہ اور کثر غذا ہونے کے بدن کو موٹا کرتی ہیں۔ جیسے حب القلقل، چاول، خوب کلاں، آم، مکھن، دودھ، کیلہ، خشخاش سفید، بیر شراب، آروسنگھاڑا، آرد خرما۔ چھیدٹا، نخود، ینشکر، ساگودانہ، توت شیریں، تل سفید، ستاور وغیرہ۔

مُسہر: (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 فقیرا کا فورسنگھنا، 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، اہلی پرانی، تخم شاہ پسند، گل بنفشہ، فسنٹین، برگ سنا، ترنجبین، شیر خشست، سقمونیا، اکاس بیل، الماتاس کی پھلی، پوست ہلیلہ، زرد، شربت درد، آپ برگ، پالک سبز، آپ برگ کاسنی سبز، ایلوا، عشق پیچہ (بلاب) وغیرہ

مسہلات بلغم: (بلغم کو بذریعہ دست خارج کرنے والی دوائیں) مثلاً اسطوخودوس ایتیمول، سناء کمی، جمال گوٹہ مدبر، شکر سرخ، اکاس بیل، بسفانج، آنولہ، بالنگو، کالبلی ہڑ (ہلیلہ سیاہ) غاریقون، ریوند خطائی، ایارج فقیرا، حجر لا جورد، سنگارمین، اسطوخودوس وغیرہ۔

مشتہی :- (بھوک پیدا کرنے والی) جیسے آڑو، عرق لیموں، چھلکا زنج، شنبجین، سرکہ سفر جلی، سرکہ زرشک، پوست لیموں، کالی مرچ، مصطکی، زیرہ، سوٹھ، اجوائن، زرشک، پودینہ، خولجاں، سردپانی، الاچھی، اوٹنی کا دودھ۔

مُصَدِّع (سیفا لیلجک) :- (درد سر پیدا کرنے والی) بوجہ قوت، تبخیر درد سر پیدا کرتی ہیں۔ جیسے انفلاراطیب، اجوائن، خراسانی، لویان گندنا، سویا، لہسن، پیاز، مسور، میٹھی، السی خاکسی، ترنج، توت، پالک کا ساگ، گل خیر و جرائنس (ازخر) مولی، بیٹنگن، رام تلسی، بلوط، جوز بوا، گل انار، لوبان، چکورا 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 سنا کے استعمال سے متلی آنے لگتی ہے اور مروڑ پیدا ہوتی ہے لہذا بغرض اصلاح اس کے ساتھ گل سرخ یا انیسوس ملا دیتے ہیں، اسی طرح مغز الملت، روغن بادام با شیرہ بادام ملا کر دیا جاتا ہے اور تخم حظل کے ساتھ گوند کیکر یا کثیر بطور مصلح شامل کر لیا جاتا ہے بعض دواؤں کا مصلح ان کے ساتھ ہی بیان کیا گیا ہے۔

مضعف باہ (ان ایفرد ڈیزی ایک) :- (باہ کو ضرر دینے والی) رام تلسی، کاسنی، کہو، دھنیا، مکو، بیج 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 سرش کو دفع کرتی ہیں جیسے کافور، کاہو، نیلوفر، مغز کدو، کائی سنار جیل دریائی، آلو بخارا، کاسنی، برف، پالک، آب کھیرا، آب کدو، سرد پانی وغیرہ۔

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

سے خون گاڑھا ہو جاتا 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، چرائیہ، تاڑی سرس، سم الفار، سہد یوی، چھال کچنال، عشبہ، سر پھوکہ، نیل کنٹھی، گند بابری، بکن بوٹی اور عناب وغیرہ۔

مُعَرِّق (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، دار ہلد، وغیرہ۔

مُعَطِّس (ارہائن) :- (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، سوٹھ، کشمیر پٹھ (برگ تبت) کنیر کا پھول، تخم سرس، کاٹھل بار کٹائی خرو۔

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

مُغَرِّی (گلوٹینس) :-

(چپک جانے والی دوا) لیس کے باعث رگوں کے منہ اور آنتوں میں چپک کر سدھ پیدا کرتی ہے۔ جیسے گوند کثیرا، چونا بجھا ہوا، سنگ جراثیم، 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 ۸۵ قسم، بہمن، تودری، آرد سنگھاڑا، موصلی سیاہ، موصلی سفید، سبوس

اسپغول بوپھلی، کمرکس، کنول گٹھ، مغز خستہ انبہ، تال مکھانا، سنبل کا موسلا، جامن کی کٹھلی، بیج بند گیاه چینی، مایہ شتر اعرابی، املی کے بیج قلعی وغیرہ۔

مفتت حصات :- (پتھری کوریزہ 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 بالائتلسی، سنگ سرمائی، بچھو کی راکھ، دو قو، گوند، آلو، تخم خربوزہ، برسیا و شاش، کنڈل (سکینچ) سلاجیت، کڑوا بادام، گوکھرو، سونف، نخود سیاہ، کلکتھی، گل داؤدی، برنا، آب برگ لونیا سبز، اندرجو، جوکھار، ناگرموتھ، سنگ یہود، اظفار الطیب، جگنو، تخم ترہ تیزک وغیرہ۔

مفتح (ڈی آبستر و اینٹ) :- (کھولنے والی) وہ دوا جو بہ سبب اپنی حرارت آنتوں، رگوں اور مسامات کے سدے کھولتی ہے دیسے جرائنس، شاہترہ غاریقون، آکاس بیل، کاسنی، اشته، کرفس، بیخ بادیاں، بیخ بنفشہ، مروا، اگر، کبابہ انیسوں، مرکی، سداب، سوٹھ، تخم گاجر، زعفران، بادرنبجوبہ، اجوائن، دیسی، ہلیون، دارچینی زیرہ کرمانی، دار فلفل، برنجاسف، تخم کٹوٹ، اسپند، پکھان بید، جاؤ شیر، اجمود، پھٹوانس، گل غافٹ، سنبل الطیب، زفت رومی، جاوتری، صعتر، سونف، سرکہ معصلی مجٹھ وغیرہ۔

مفجرات اور دام :- (ورم کو پھاڑنے والی) اپنی تیزی اور گرمی کے باعث جلد کو پھاڑ دیتی ہے جیسے جنگلی پیاز، فریفون، صابن، رتن جوت، مین پھل، کبوتر کی بیٹ، دودھارے درختوں کے دودھ، ہڑتال، سفیدہ کا شغری، ہیرا کیس، چونا، سہاگہ وغیرہ۔

مفرح (ایگز لے دنت) :- (فرحت دینے والی) وہ دوا جو اپنی لطافت کے باعث طبیعت میں فرحت اور خوشی پیدا کرتی اور دل کو تقویت دیتی ہے۔ جیسے الاچھی، دارچینی، سیب، بہی، مغز پرستہ، بالنگو، زربسی، انجیر، املی، اگر موتی، یا قوت، پیب،

سیپ، ورق نقرہ، ورق طلا، زعفران، اربشم، گگاؤ زبان، گل چاندنی، گل گڑبل کافور، لونگ، صندل سفید، مشک، انارترش، انار شیریں، آنولہ، امروہ، ترنج، بالچھڑ، کھ، عرق بیدمشک، عرق کیوڑہ، لیمو، گل لیموں، پوست لیموں، بسفانج، 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 فریفون، شی مدار، صابن، ہڑتال، لہسن سہاگہ چوکیہ، پایز، چونا، کبوتر کی بیٹ، شیطرج ہندی، عسل بلاد، جل دھنیہ (لٹو کری) تیلنی مکھی، سنکھیا، مویزج، پلاس، پاڑا، زنگار وغیرہ وغیرہ۔

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

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

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

مقویات جگر :- (جگر کو قوت و لطافت دینے والی) جیسے جوز بوا، کاسنی، سنبل رومی زرشک، اظفار الطیب (نکھ) منقہ، لونگ، پستہ، مصطکی، سقمونیا، ریوند، روغن بلسان، تاج، عافث، نرچکور، بلسان کے بیج، ناگرموتھ، زیرہ سیاہ، دارچینی، انار دانہ، چھریلہ پودنہ کوہی، تخم کثوث، زرشک، افسنتین رومی، بارتنگ، بادرنجیویہ، اسکند بالا، درونج عقربی الاپچی 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، کھٹلی ہلیلہ کی جلی ہوئی، کالی مرچ، برگ سرسبز، انار سبز، سرس کے بیج، ہیرا کیس، مونگے کی جڑ کھ، موتی، مولسری کی چھال، کف دریا، چندرس، مائیں خردو کلاں، مصطکی، بادام کے چھلکے سوختہ، مازو، بارہ سنگھا جلا ہوا، گلنار، ترہ تیزک، عاقر قرحا، کات سفید، نسیال، ناگرموتھ، پوست ہلیلہ سپاری کنہ، سنگ جراح، مسور، بھلاواں جلا ہوا، تالیسپتر وغیرہ وغیرہ

مقویات دماغ :- (دماغ کو قوت دینے والی) جیسے مغز بادام، مغز پستہ، مغز اخروٹ مغز پیٹھا، مغز تخم تربوز، اسطوخودوس، اسارون، کشیز، کشمش، آملہ، برگ بادرنجیویہ، مغز پنبدانہ، منڈی، ہلیلہ سیاہ، ہلیلہ زرد، ہلیلہ کالی، خشکاش سفید، خشکاش سیاہ، بھیڑ کا دودھ، بادام شیریں، رام تلسی، صندل سفید، عرق نارنج، مر باہلیلہ مغز کدو، مغز تخم کاہو، دونا مروا، (مرزنجوش) چینیلی، زعفران، گوشت مرغ، موتی گلاب، ناگرموتھ، سوٹھ، آنولہ، بھلاواں، بالچھڑ، تیتڑ کا گوشت، لوے کا گوشت، بانگلو، جانوروں کا مغز، اگر، عود، عنبر، لونگ، مشک، مغز فندق وغیرہ وغیرہ۔

مقویات قلب :- (دل کو طاقت دینے والی) آب گزر، انگور، کیوڑہ، تخم بانگلو، جند بیدستر، جدوار شیریں، خس ہندی زرد، زبرجد، زہر مہرہ، یشب انگوری، فیروزہ ینشا پوری، عقیق یمنی، مرجان، یاقوت، تخم ریحان، نیلم محلول، مرہ گزر روپیٹھ،

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

مقویات معدہ :- (معدہ کو طاقت اور قوت دینے والی) جوشے مقوی معہ ہے مری اور امعاء کو بھی قوت دیتی ہے۔ جیسے چرائنہ، زرنباہ، آنولہ، گلاب پوست بیرون پستہ، پودینہ، دارچینی، ناگرموتھ، نرچکور، سنگدانہ، مرغ، عود غرق، اگر، لونگ، الاپچی، چھڑیلہ، تیزیات، اناردانہ، ہلیلہ ہر قسم کا، پنسلوچن، قسط شیریں، کندر، تاج، کالی مرچ، بانگلو، جوز بوا، فلفل سفید، جاسن، زیرہ سیاہ، انیسوں، پیارا رنگ، جرائنس (ازخر) پوست ترنج، فولاد، خبث الحدید، دہی وغیرہ۔

مقویات باہ :-

شاجم، پیاز، مولی، فندق، بادام، خرما، چرونجی، پستہ، چلغوزہ، ثعلب مصر، شقائق مصری، خولجاں، بہمنیں، گوکھرو، بوزیداں، موصلی سیاہ و سفید، موصلی سنبل، کنجد مقشتر، ہالون، عاقر قرحا، تخم گس دنا، تخم پیاز، تخم گاجر، سوٹھ، چھڑیلہ باقلا، خشکاش، اندر جو، مشک، دارچینی، تخم کوچ، گوشت کنجشک، گوشت تیتڑ، ریگ ماہی، رو بیان، مچھلی، گوشت مرغ، بیضہ مرغ، گوشت کبوتر، گھی وغیرہ۔

ملطف (دی مل سنت) :- (لطیف کرنے والی) گاڑھی اخلاط کو پتلا اور نرم کر کے دفع کرتی ہیں۔ جیسے سہاگہ چوکیہ جاوتری، بیج، بنفشہ، دارچینی، مکوشک، عرق مکو، عرق قرحا، کماذریوس، انیسوں بادیاں، ناگرموتھ، پرسیا و شال، روفہ خشک، انجیر، آب ینشکر، تخم کثوث، فلفل سیاہ، بابونہ، ابریشم مقرض، صعتر، سرکہ، جرائنس، تخم

اٹنگن، عناب، شورہ، کڑ (قرطم) پیاز، رائی، اسقلیل، سلکینج، جند بیدستر، برنجاسف،
تودری، سونٹھ، زیرہ سفید وغیرہ۔

ملینات بطن (لیکسے ٹو) :- (پیٹ کو نرم کرنے والی) وہ دوا جس سے قبض دور ہو جائے اور پاخانہ کھل کر آجائے، جیسے عرق سونف، گلقد، چرنوئی، ساگ خرفہ، پالک، اکیلل الملک، تخم کثوث، مولیٰ کرنب، (کرم کله) مغز بنولہ، گنے کا رس، شقٹالو، آم، کریلہ، کشمش، خربوزہ، مر باہلیہ، روغن بادام شیریں، بکری و بھیڑ کا دودھ، ترنجبین، املی، پرول، چقدر، قند، شہد، گڑ، گلاب، پالک سبز، آلوچہ، پلاس پاپڑہ شیر خشک، 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، بنج کبیر، موچرس، گوماں کا پھل اور بنج، زعفران، مصطکی، جاوتری، سمندر سوکھ، عاقر قرحا، کچلہ، اسپند، تخم ریحان، ریگ ماہی، اٹنگن (تخم انجرہ)

مُلدّذ :- (لذت دینے والی) وہ دوا جو مرد و عورت یا دونوں کو جماع کے وقت لذت اور سرور دے، جیسے بیر بہوٹی، لونگ، دارچینی، کباب، عاقر قرحا، منقّی، سونٹھ، سلاراس، موئے سرانسان سوختہ، پتہ مرغا (مراہ ماکیاں) گرو، کیوڑہ، عطر ہر قسم، عطر عنبر، عطر موتیا، پارہ، زعفران، کافور، کبوتر کی بیٹ وغیرہ۔

معظّمات قضیب :- (یعنی آلہ تناسل کو لمبا کر نیوالی) قضیب گاؤ، قضیب ریچھ، زفت رومی، کیچوا، جونک، عاقر قرحا، پوست کبیر، سنکھیا، شاہد میک، بیر بہوٹی عشق پیچہ پہاڑی مفرد یا مرکب، بنج نرگس، شراب برانڈی (خارجاً) لونگ، جوز

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

مُصلّب :- (سخت کرنے والی) بہ سبب برودت و میس و تکثیف جو ہر عضو یا مواد کو سخت کرتی ہیں، مثلاً کافور، گل ارمنی، نپال، اسگند۔

مُضیق :- (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 منج ہمیشہ گرمہ والبتہ خون فحج کا محتاج نہیں۔ م

منضجات صفرا :- یہ ہیں عناب گلاب کے پھول، بنفشہ، گل نیلوفر، شاہترہ، تخم جنازی، تخم کاسنی، بنج کاسنی، مکو خشک، ترنجبین، شربت آلو بخارا، شکر سرخ گلقدن آفتابی، گل خطمی، بنفشہ، عناب، سپستان، مقل، بادیان، بادیان کی جڑ، ملٹھی، کشامی، ایرسا۔

منضجات بلغم :- یہ ہیں تخم جنازی، تخم خطمی، منقّی، بنج کاسنی، سونف، ملٹھی، بادیان رومی، گاؤزبان، پر سیاوشاں، انجیر، گلاب کے پھول، گلقدن، سنکھین وغیرہ

منضجات سودا :- اگر کسی دوسرے خلط کے جلنے سے سودا پیدا ہو تو تھوڑی دوائیں اس خلط کی مٹانے کی ملا کر دیں، منضجات سودا یہ ہیں، عناب، لسوڑیاں، گاؤزبان، ملٹھی، بادر جبویہ، پر سیاوشاں، دو نما مروا، شاہترہ، سونف، بادیان، صندل سرخ، گلقدن، ترنجبین، اسطوخودوس، سر پھوکہ، منڈی، ہلیہ سیاہ وغیرہ۔

منفج یا نفاخ (فلی ٹولینٹ): (اچھا رہ پیدا کرنے والی) رطوبت زائدہ کے باعث اصلی حرارت کو کمزور کر کے فعل سے باز رکھتی ہے۔ جیسے باقلا، موٹھ، لوبیا، گوبھی، جامن کی گری، کرم کله، چقندر، چنا، جو، اڑدکی دال، جھینگا، پھلی گوشت بگلہ، شکر قندی، اروی، کپالو، ارہر، برگ شلجم، لونیا، خوبانی، بھنڈی، بیکن، آلو، آڑو، ناشپاتی، کھل وغیرہ۔

مُنبت شعر: (بال اگانے والی دوا) مثلاً خطمی، بیری کے پتے، زلوئے، درائی، چھکلی، جنگلی، چیونٹی کے انڈے، ناریل کا تیل، روغن زردی بیضہ مرغ، بیضہ عنکبوت، سمبز، روغن آملہ خارجا اور بالوں کو لمبا کرنے کے لیے آرد نخود، دال ماش، کنجد سفید و سیاہ وغیرہ خارجی طور پر مستعمل ہیں۔

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

مولد 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، سوٹھ خشک، زعفران، مہوا، (گل چکاں) گندنا کے بیج، ستادر، شقاقل دودھ، شکر، گوشت بٹ، مرغ بریان وغیرہ۔

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

ناشف (ڈیسی کینٹ):

(رطوبت کو جذب کرنے والی) جو دوائیں کہرطوبت سیال کو خشک اور جذب کریں، مثلاً چوننا، زہر مہرہ، سنگ جراح سرمہ سفید، چھالیہ سوختہ۔

هاضم: (ہضم کرنے والی دوا) غذا کو ہضم کر کے جزو بدن بناتی اور بھوک بڑھاتی ہے، جیسے رام تلسی، دیسی اجوائن، نر کچور، 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 بیٹھانا (سٹھ باتھ) SITS BATH

اکتھال: (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 دوا کو پوٹلی میں باندھ کر آنکھ پر پھیرنا، یعنی آنکھ میں 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) کٹی عضو پر نیم گرم یا یونہی تیل لگا کر مالش کرنا۔

لبری کیشن (Lubrication): لبری کیشن

تصعیہ: (جوہراڑنا) کسی دوا مثلاً پارہ، رسکپور، سکھیا، لوہان 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۔

تمریغ: (دوائے مالش) تیل یا کوئی اور چیز کسی عضو یا سارے بدن پر ملانا، (ایمبر وکیشن 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 لٹہ رکھنا) دواؤں میں کوئی کپڑا یا پوٹلی تر کر کے عورت کے اندام نہانی میں رکھنا۔ (پیسری PESSARY)

دُرور: (چٹکی چھڑکنا) خشک پس ہوئی دوا جو زخم وغیرہ پر چھڑکیں۔

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

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

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

شافہ: (بتی) کپڑے یا روئی کو دواؤں میں لتہ کر کے بتی بنا کر مقعد، یا اندام نہانی میں رکھنا، جمع شیف، سپازی ٹری۔

شد الاطراف: (ہاتھ پاؤں باندھنا) ہاتھ بغل سے پنجوں تک، اور پاؤں، ران سے پیر تک پٹیوں سے لپیٹ کر کس کے باندھنا، یہ عمل تیز ہڈیاں بخاروں میں امالہ مادہ کے لئے کیا کرتے ہیں۔

شوم: (سونگھنا) کوئی چیز تریا خشک سونگھنا، جمع شومات۔

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

ضہاد: (لیپ) تراور گاڑھی پسی ہوئی دوا بدن یا کسی عضو پر لیپ کرنا۔ جمع ضادات (پیسٹ PASTE)

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

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

غر غرہ: (غزارہ) دواؤں کے جوشاندہ یا خیساندہ کی کلی منہ بھر کر کرنا۔ یا کسی سیال چیز کو حلق میں پھرانا (گارگل GARGLE)

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

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

قطرہ: (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: (سرہ) جو خشک دوا سلائی کے ساتھ آنکھ میں لگائی جائے، کو لی ری ام (COLLYRUM)

کما د: (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 (فومینٹیشن FOMENTATION)

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

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

مغلی: (جوشاندہ) دوا پانی میں بھگو، ابال کر یا جوش دے کر پینا، PBSAN ٹرن

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

نُشُوق: (سرکنا) وہ تر دوا جو ناک میں سرکی جائے، جمع نشوقات، (INSUFLATION)

نُطُول: (تریڑا) نیم گرم دوا کا جوشاندہ یا گرم پانی لوٹے میں بھر کر 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 نفوخت، (INJUSION)

نُقُوع: (خِساندہ) دوا یا دواؤں کو پانی میں کچھ عرصہ بھگو کر پھر چھان کر پینا۔ جمع نقوعات
وَجُود: (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)



طبی 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 زود اثر 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۔

احراق 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 بھر بنالینے کو کہتے ہیں۔

حل: لغوی 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 بھول میں نرم کر کے اس کا عرق نکال لینے کے عمل کو کہتے ہیں اور جھلجھلاتی ہوئی چیز کو مٹھی، جیسے لوکی و کھیرا و پیاز دشتی وغیرہ کو کپڑوٹی کر کے تنور میں رکھتے ہیں اور بعد پک جانے کے کپڑوٹی 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 ہڑکو 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 و سہاگہ کو شگفتہ کیا جائے۔

تردیق 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 نٹھرا ہوا پانی مردق کہلاتا ہے۔

تدبیر RECIMEN لغوی معنی سوچنا، تصرف کرنا۔

اصطلاح طب میں (۱) اسباب ستہ 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 کر لیں، 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 پس 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 میں سیال چیز کو پٹکانے 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 جو ہر اڑانے کو کہا جاتا ہے۔

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

مُدبر: ATTENUATION اصلاح شدہ دوا جس سے اس کی کوئی برائی دور ہوگئی 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 تر پھلہ: ہرزرد، بھیڑہ، آملہ مساوی حصہ نیم کوب کر کے چوگنے پانی میں رات کو بھگور کھیں صبح کو چھان لیں، یہی آب تر پھلہ ہے۔

آب حیار مُشوی: کھیرے کے اوپر مٹی پلیٹ کر گرم بھول 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 کاشنی مروق:- کاشنی کے پتوں کو کچل کر ان کا عرق نچوڑیں اور آگ پر رکھ دیں۔ جب پانی پھٹ جائے تو چھان لیں۔

آب 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 منقی:- اس سے گٹھلی نکالا ہوا آملہ مراد ہے منقی یعنی صاف کیا ہوا مویز منقی۔

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 پچھن 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 محمص:- 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 پینے 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 بھگور کھیں، پھر نکال کر سایہ میں خشک کریں اور کام میں لائیں، لیکن یاد رہے کہ سرکہ اجوائن سے چار انگلی اوپر رہے، زیرہ کو بھی اسی تدبیر سے مدبر کرتے ہیں۔

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

افیون مدبر:- گلاب میں چار پہر افیون کو تر کھو، 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۔

ایلو مدبر:- سیب یا بہی یا شلجم یا گاجیا امرو میں ایلوار رکھ کر اوپر کپڑا لپیٹ کر آٹے سے گل حکمت کریں، اور دہکتے ہوئے کوٹوں یا اُپلوں کی آگ میں ڈال دیں جب ایلو کو ذرا گرمی پہنچ جائے اور آٹا سرخ ہو جائے تو نکال کر خشک کر کے کام میں لائیں۔

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

برگ بار تنگ مروق:- بار تنگ 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۔

بہروزہ مدبر:- ایک ہانڈی لے کر قریباً نصف تک پانی بھر دو، اور منہ پر کوئی باریک کپڑا باندھ دو، اور کپڑے کے اوپر بہروزہ 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 بہروزہ سرپوش سے نہ لگنے پائے، ساتھ ہی یہ بھی خیال رہے کہ سرپوش ہانڈی کے کناروں سے خوب ملا ہوا رہے، تھوڑی دیر میں بہروزہ گرمی سے پگھل کر ہانڈی میں گر جائے گا پھر ہانڈی اتار لو، کپڑا مع کدورت وغیرہ علیحدہ کر لو، اگر چائیں تو ہانڈی سے بہروزہ 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 سرپوش 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 و صاف 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 کر لو، 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 مصفی: کسی مضبوط اور موٹے کپڑے میں سے چالیس مرتبہ پارہ کو چھان لو، یا شیشہ یا پتھر کے گہرے کھل میں ارنڈ کے پتوں کا پانی ڈالو اور پارہ ڈال کر خوب پیسو یہاں تک کہ پارہ کی سیاہی اور چکنائٹ دور ہو جائے۔ اسکے بعد سبز مکوہ کے پتوں کے پانی میں پیسیں، پھر اس پانی میں کھل 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

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

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

پھٹکری بریاں: پھٹکری کو کسی برتن میں رکھ کر آگ پر اس قدر پکاتے ہیں کہ وہ پکھلنے کے بعد خشک ہو جاتی ہے۔

تخم املی: سفوف یا معجم 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 تاکہ جلنے نہ پائے نیم بریاں ہو جانے پر اتار لیں۔

تخم کثوث بصرہ بستہ:
بصرہ بستہ کے معنی ہیں پوٹلی باندھ کر یہ صفت اکثر تخم کثوث اور افتیموں کے ساتھ مکھی جاتی ہے، اس سے مراد یہ ہوتی ہے کہ جو شانہ یا خیسانہ 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 سہی ہیں، ان کو رفع کر دیں صرف ریشہ استعمال کریں، تربد کے بیج میں ایک سخت لکڑی ہوتی ہے اس لکڑی کو نکال لینے کے بعد تربد مجوف دار ہو جاتا ہے اس لئے اسے مجوف لکھا جاتا ہے۔

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

جمال گوٹھ مدبر: جمال گوٹھ حسب ضرورت پوٹلی بنا کر دودھ میں جوش دیں، اس کے بعد پوٹلی کھول کر جمال گوٹھ کو پھیل لیں اور دو ٹکڑے کر لیں، درمیان سے ناخنکی شکل کا زیرہ سائلے گا، اس کو نکال کر پھینک دیں۔

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

جوہر شورہ: قلمی شورہ لے کر صاف کر کے پیس لیں، پھڑ 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 بیڑی کی پتی 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۔ جو ہر 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 جو ہر کھرچ لیں، اور کام میں لائیں، پارہ، رسکپور سنکھیا، کافور، لوبان، نوشادر وغیرہ کا جو ہر اسی طرح سے حاصل کیا جاتا ہے۔ رسکپور یا سنکھیا کو شراب برانڈی میں حل کر لیتے ہیں، پھر نکیہ بنا کر نخل ہانڈی میں رکھ کر جو ہر اڑاتے ہیں۔

جوہر کا فور: دیکھو شورہ کا جو ہر اڑانا۔

جوہر لوبان: دیکھو شورہ کا جو ہر اڑانا۔

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

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

چتر جات: دسیدک اصطلاح ہے، تچ، تیج پات، الاچھی، ناگ کیسر، ان چاروں دواؤں کو کہتے ہیں۔

چرب کرنا: روغن بادام یا گھی وغیرہ میں ملانا، ہلہلہ 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 گرا دیں، 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 مصفی: موسم برسات میں زندہ کچھوؤں کو پکڑ کر نمکین چھاچھ کے اندر ڈال دو، کچھوے تمام تمام مٹی اگل دیں گے، اس کے بعد نکال کر خشک کر لیں۔

خسکدانہ مدبر: گوکھرو میں دیکھو۔

دشمول: دسیدوں 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۔

دب کاسنی: کاسنی سبز کو بغیر دھوئے ہوئے کوئیں اور اس کا رس قلعی دارد گیگی میں ڈال کر پکائیں جب پھٹ جائے، اس کو چھان کر عرق لطیف کو نرم آگ پر یہاں تک پکائیں کہ قریب جمنے کے ہو جائے تو اتار لیں، رب مکرر 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، جطیانہ وغیرہ خشک چیزوں کا رُب 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 دہییت پیدا ہو جائے ملٹھی میں لے کر پانچ دس مرتبہ ملٹھی کو پھرائیں کہ کف دست اور پانی کی کرمی کے سراپت کرنے سے کل تیل باہر آجائے، روغن اخروٹ، پستہ، چرونجی، کدو کا ہواور 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 کھل کریں لیکن کسی معجون یا جوارش میں شامل کرنا ہو تو اسے عرق کیوڑہ یا عرق بیدمشک میں کھل کر کے شامل کرنا چاہیے۔

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

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

زیرہ مدبر: زیرہ مدبر کر نیکا طریقہ اجوائن کے مانند ہے۔

ست گلو: گلوبنز 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 تاکہ گرد و غبار نہ پڑے، جب ست تہ نشین ہو جائے 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 ہو جائے تو استعمال میں لائیں۔

سرکہ انگوری: منقہ یا کشش 5 سیر گرد و غبار 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 تاکہ اس

میں ترشی پیدا ہو جائے، پھر اس میں پھٹکری، نمک لاہوری ہر ایک پانچ تولہ ڈال کر دوبارہ منہ بند کر کے تین 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:- نہریا دریا کا بڑا کیکڑا لے کر اس کے پاؤں کاٹ دیں، اور پیٹ کی آلائش صاف کریں اور ایک راور راکھ 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 تر پھلہ 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 نبی یا امرود لے کر اس کو اندر سے خالی کریں، اور پھر اس کے اندر تل مقشر چکا 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:- زمرہ کے مغسول کرنے کا طریقہ دیکھو۔

شب یمانی بریاں:- دیکھو پھٹکری بریاں۔

شنگرف مصفی:- شنگرف کو چار پہر تک آب لیموں میں خوب

کھل کرین صاف ہو جائیگا۔

شہد مصفی:- شہد کو جوش دے کر آگ سے نیچے اتار لیا جائے، جو کف یعنی جھاگ اس کے اوپر آجائے، 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۔

صلایہ:- (1) کھل کرنا، باریک پیسنا (2) باریک پیسی ہوئی دواء۔

صندلین:- اس سے مراد دونوں صندل یعنی صندل سرخ اور صندل سفید ہیں۔
عصارہ افاقیا:- عصارہ بول 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 اوئی یا فلا لین کے کپڑے میں چھان لیں۔ تاکہ اس میں جو ریشہ مثل ناخن کے ہوتے ہیں اور جن میں سمیت ہوتی ہے، علیحدہ ہو جائیں، اسی وجہ سے نسخوں میں غاریقون کے ساتھ مغربل (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 تاکہ اس میں خوب ترشی پیدا ہو جائے، اس کے بعد صاف کر کے استعمال میں لائیں۔

کجلی:- پارہ مصفی اور گندھک مصفی کیمرب کو کہتے ہیں،

ان دونوں کو اس قدر کھل کر کیا جاتا ہے کہ سیاہ رنگ کا سفوف بن

جائے اس کے عمدہ ہونے کی یہ علامت ہے کہ کھل کونہ 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 سیاست 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۔

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

کشتہ:۔ کسی دھات اپدھات مثلاً پارہ، شنگرف، ہڑتال یا کسی پتھر مثلاً سنگ جراح عقیق زمرہ کو خاص ترکیب سے آگ دے کر سرلیج النفوذ بنالینا 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 کھل 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 روٹی ملا کر ہاون دستہ سے خوب کوٹیں، پھر اسے آبخورہ پر ہر طرف لگا کر خشک کر لیں۔ اس سے آب خورہ گرمی اور آئچ 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 تاکہ ہوا کے جھونکے نہ لگیں، تفصیلی حالات حاننے کے لئے کتاب ”کشتہ جات اکسیری“ مصنفہ حکیم غلام نبی مرحوم ملاحظہ فرمائیں یہاں صرف کشتہ جات تیار کرنے کی چند آسان تراکیب ہدیہ 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 مکس 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 سیراپلوں 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 آئچ پر پھونک دیں، نہایت عمدہ کشتہ ہوگا۔

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

کشتہ پوست بیضہ 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 آئچ 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 بتھورا 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 ہو جائے۔

کشتہ چاندی :- چاندی کے پتر کو لوٹا بھیجی 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 سیراپلوں کی آگ کافی ہے۔

ترکیب دیگر :- عرق برم ڈنڈی سبز میں رویے کو جس کی چاندی خالص ہو آگ میں گرم کر کے سو بجھاؤ دیں۔ جب سفید اور سخت مثل گچ کے ہو جائے تیلی کے پتے قریب آدھ پاؤ لے کر پیس کر اس کی لبدی میں رکھ کر مثل گولے کے بنائیں اور کپڑوٹی کر کے دس سیراپلوں کی آگ میں پھونکیں سرد ہونے کے بعد اسی طرح تیلی کی پتی میں دو مرتبہ اور آنچ دیں، نہایت عمدہ سفید شفاف کشتہ ہو جاتا ہے، جو قوت باہ، حرمان اور دمہ کے لئے نہایت مفید ہے۔

کشتہ سنگھیا :- سم الفار ایک تولہ اول عرق نیم یا ہلہل میں کھل کر کریں، اس کے بعد خاکستر چرچہ یک پاؤ میں رکھ کر کشتہ کریں۔

ترکیب دیگر :- چرچہ کی خاک ایک کوری ہانڈی میں منہ تک بھڑ کر اس ہانڈی کے درمیان ایک ڈلی سنگھیا سفید وزنی دو ڈھائی تولہ رکھ کر ہانڈی کے منہ پر ایک چینی بند کر کے ہانڈی کو چولہے پر رکھ دیں اور اس کے نیچے پیری یا کپاس کی لکڑی کی ہلکی ہلکی آنچ ایک پہر کامل دیں، ہانڈی کے اندر ڈلی مذکور کھل کر مثل چونکا کے سفید ہو جائے گی۔ بمقدار خشکاش 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 شورہ ڈالیں، اور چلاتے رہیں نصف گھنٹے میں کشتہ ہو جائے گا۔

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

کشتہ سنگرف :- ایک ڈلی مسلم یا سلام سرخ مرچ کی لکڑی کے کونڈے کے سفوف میں جو ایک سیر سے کم نہ ہو آہنی کڑا ہی میں داب داب کر بھریں اور ڈلی اس کے درمیان دبا دیں، اس کڑا ہی کے منہ پر سیدھا تو ابند کر کے کڑا ہی 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، بعدہ جب آگ سرد ہو جائے تو اہٹا کر کڑا ہی کے اندر سے کشتہ مذکور کو باہر تکی نکال لیں، مثل پھکری بریاں کے سفید کشتہ نکلے گا یہ کشتہ قوت باہ میں عظیم المثال ہے، مقدار خوراک، نصف سے ایک چاول تک بحالت استعمال گھی زیادہ کھائیں۔

نوٹ :- کشتہ سنگھیا 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 نفدی میں رکھ کر کشتہ کریں۔

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

ترکیب دیگر :- سب سے اعلیٰ اور افضل ترکیب اسی کے کشتہ کی یہ ہے کہا یک تولہ سیماہ مصفیٰ مٹی کے گھڑے میں ڈال کر اس کے اوپر رانگ دو تولہ پگھلا کر ڈالیں۔ پھر اس مجموعہ کو کوٹ چھان کر عرق لیموں کا غدی کے ساتھ کھل کر کے چھوٹی چھوٹی گولیاں بنا کر خشک کر لیں اس کے بعد ایک ٹکڑا ٹاٹ کا لیکر اسپر بھنگ یا مہندی یا نیم کی پتی یا بول کی پتی بجا کر گولیاں فرق فرق سے اسپر رکھ کر دہی پتلی گولیوں پر بچھا دیں اور اسی ٹاٹ کے ٹکڑے کو ہر چہار جانب سے موڑ کر ستلی سے مضبوط باندھ کر قدرے گیلی مٹی چڑھا کر بیس سیراپلوں میں دفن کر کے آگ دیں، جب آگ بالکل سرد ہو جائے تو با احتیاط ٹاٹ کو نکال کر ایک 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 ضرر نہیں کرتا، یہ کشتہ کسی طرح پھونکا جائے، رقت منی، جریان اور ضعف ہضم کے لیے مفید ہے مقدار خوراک اس کی ایک رتی ہے چار رتی تک ہے۔

کشتہ مروارید :- مروارید عرق گھیکوار یا عرق لیموں میں ایک روز تر رکھیں، اس کے بعد تھوڑی سی آگ میں کشتہ کریں۔

کشتہ ہڑتال گنوونتی :- گل حکمت کر کے حسب دستور آگ دیں، کشتہ سفید اور شگفتہ برآمد ہوگا۔

کشتہ ہڑتال طبقی :- یعنی زرخ طبقی، ہڑتال طبقی 10 گرام، اول عرق نیم مین تین روز کھل کریں، اس کے بعد خاکستر چرچہ نصف سیر میں رکھ کر حسب دستور، اسیراپلوں کی آگ دیں، اسی طرح سم الفار اور شنگرف کا کشتہ ہو سکتا ہے۔

کشتہ یاقوت :- یاقوت کی ڈلیاں یا سفوف بنا کر گل حکمت کر کے حسب دستور آگ 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 سکھالیں، 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، بعدہ صاف تھرا 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 و سکون کے ساتھ رہنے دیں، تاکہ 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 سلطان محرق۔

گلقدند :- جن پھولوں کا گلقدند بنانا ہوتا زہ 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 گلقدند آفتابی کہتے ہیں۔

گندھک مدبر :- ایک مٹی کی ہانڈی لے کر لبالب 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 سگا کر رکھ دو، کوئلوں کی

گرمی سے گندھک پکھل کر دودھ میں جاگرے گی، بعد ازاں دودھ میں سے گندھک نکال کر استعمال میں لائیں۔

گوکھرو مدبر :- گوکھرو تین دن رات تک گائے یا بھینس کے دودھ میں بھگور کھو، 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 پیسواور پھر پانی میں ڈال کر روغن زیتون ملا کر جوش دے کر تہ نشین 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 پکھل پکھل 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۔

لوہچون 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 بچاؤ 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 مازو خود بخود پھٹ جائے ازاں بعد کوٹ کر چھان لیں اور کام میں لائیں۔

ماء الاصول :- یعنی جڑوں کا پانی، مرض فالج اور وجع المفاصل امراض بارہ میں بیخ بادیاں بیخ کرفس، بیخ اذخر، بیخ مہک جوشا کر اور شہد ڈال کر دیتے ہیں۔

ماء العسل :- شہد ایک حصہ کو چار حصہ پانی میں ملا کر جوش دیں حتیٰ کہ تہائی پانی جل جائے یہی ماء العسل ہے۔

مردار سنگ مغسول :- 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۔

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

مقل کا کوٹنا :- اس کو پینے کے لئے توے یا کڑا ہی پر رکھ کر نرم آگ پر خشک کر لینا چاہئے۔

دم مغسول :-

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۔

نار جیل دریائی :- 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 امینٹ کے اوپر رکھ دیں تنور یا چولہا سرد ہو جانے پر نکال لیں اور استعمال میں لائیں۔

نمک ثوب: دیکھو کھار مولی۔

نیلا تھوٹھا 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: ہڑکو گائے کے گھی یا روغن بادام میں تلیں تاکہ خشکی کم ہو جائے نیم بریاں ہونے پر کام میں لائیں۔

(حکیم مظفر حسین اعوان)



صحت مندر 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 کر ڈوے 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 کر دیتا ہے۔ ہر جمعہ کو آنکھ میں رسوت لگانے سے آنکھ کی رطوبت و غلاظت صاف ہو کر آنکھ سے خارج ہو جاتی 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 چکناٹہ چمک اور حواس مضبوط ہو جاتے ہیں۔ بڑھاپا دیر سے آتا ہے بال جلدی سفید نہیں ہوتے، بھرے پیٹ والا ناک مین دوانہ 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 سہل کی بیماری ہے یا جسم میں صفرا کی کثرت و ہیجان ہے، یا اس کو شمار 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 ضروریات زندگی کی تکمیل کا دار و مدار 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 آشوب چشم، لقوہ، نفخ، زکام، پیچش، ہڈیاں 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 القلت) ☆☆☆

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 ریح 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 درد اور گردے مثانہ میں پتھری ہو جاتی ہے، پاخانہ روکنے سے مذکورہ بالا جملہ شکایات پیدا ہو جاتی ہیں، ان کا علاج حقنہ سے کیا جائے، مقعد میں بتی رکھی جائے، گرم بانی میں بیٹھ کر ٹکڑ کر کے مالش کرائیں، ملیں غذا اور مشروبات کھلائیں پلائیں، معدے یا آنتوں میں فضلہ رکنے سے بخارات اوپر کو چڑھیں گے اور خارج ہونے کی کوشش کریں گے، تو ٹوکار، یا نفخ یا پچی کی تکلیف ہو جائے گی، سونا بند کرنے سے جسم میں سدے پیدا ہو جاتے ہیں اور خون میں (CLODO) پیدا ہو جائیں گے، طبیعت میں کسل سر، آنکھوں میں بوجھ ہو جائے 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 اشیاء خوردنی جن سے پرہیز بہتر ہے

خشک چیزیں زیادہ کھانے سے جسم کی قوت اور رنگت پر برا اثر پڑتا ہے، معدے میں قبض ہو جاتی ہے، چکنی مرغن خوراک کے زیادہ استعمال سے سستی، جسم ڈھیلا، بھوک ختم ہو جاتی ہے، ٹھنڈی چیزیں زیادہ کھانے سے کچی خلط بڑھ جاتی ہے، بدن میں گرمی کم ہو جاتی ہے، تو سستی اور جسم بھاری ہو جاتا ہے، نمک زیادہ کھانے سے نظر کمزور ہوتی ہے، تیز کھٹی چیزیں زیادہ کھانے سے بڑھا چلا آ جاتا 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 ہو جاتا ہے، دہی کو مولیٰ 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 ستونہ کھائیں، گوہ اور مور کا گوشت روغن انجیر (کسٹر آیل) 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، پیاس سے 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 برسے 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 چنئے، 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 بیٹھا ہوگا۔ حوض کا پانی ثقیل بھاری ہوتا ہے ریاچ پیدا کرتا ہے، جھاڑی، ٹیلوں کا پانی مرہ صفراء پیدا کرتا ہے، پتھر یلے 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 پیئیں، 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 پیئیں، یا کنوئیں کا پانی پی کر فوراً نہر کا پانی نہ پیئیں، ایسے ہی ایک علاقہ کا پانی پی کر فوراً دوسرے علاقہ کا نہ پیئیں، چب تک کہ پہلا پیا ہوا پانی ہضم نہ ہو گیا ہو دوسرا نہ پیئیں، 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 دبل 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 تو انارہتے 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 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 کر لے 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 نا موافق

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 دھو کر 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 و ضد 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 چیزیں 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 الکلمت)



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، نفرس، 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 پتی ہے۔

اونٹنی کے دودھ میں حرارت نمکینیت اور ہلکا ہوتا ہے، بوا سیر، 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، بچکی، مرہ صفراء، بلغم پیدا کرتا ہے، تھنہ کا دودھ بدن کو قوت اور ریاحی درد کو سکون دیتا ہے، ہر کھروالے 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 پیئیں 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 یا بس 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، بڑھا پانے 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 ٹھنڈا 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 جمک 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) دہی 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 ثالث کا تعلق ریح سے ہے، میں نے دیکھا اطباء ہند نے سنبلہ اور میزان کے اوقات کے متعلق گفتگو کی ہے، ان ایام میں ان کے نزدیک حرارت کا غلبہ ہوتا ہے، مگر بردت 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 بیدانجیر (کاسٹرل) 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 گھٹی 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، شدت بردوت 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 جمک 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۔ سعو ط حارہ (ناک میں ڈالنے والی گرم دوائیں) اور غرغره 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 نیند جو گرم

دواؤں کی آمیزش سے تیار کی گئی ہو کو استعمال کریں، جونید نہ پی سکے وہ آب 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، بنید بھی نہ پیئیں، خالص شراب بھی نہ استعمال کریں، اس میں پانی ملا کر اس کی تیزی کو کم کر کے پیئیں، 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 الکلمت)

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 قاسق 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، دوران 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 پرتا ہے، بیٹھنے میں

والدین، رشتہ دار، بزرگوں، علماؤں اور دیندار لوگوں کا احترام ملحوظ خاطر رہے، جن پتھروں سے سحر یاز ہر کے اثر ختم ہوتے ہیں یا عمدہ کارآمد مفیدوائیں 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، استہزاء، 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 و عیال 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 و جہد کرو باقی کو چھوڑ دو۔ (۱) آخرت کے لئے زاد راہ (۲) معاش کا حصول بغیر گناہ جائز طریقہ سے پیدا کرو (۳) 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 روح، 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 ہیں، 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 و راحت 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 دو چار 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 آباؤ اجداد 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 و فرمانبردار ہو، نو عمر 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 کی خلاف 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 ہو گیا ہے، ایسے ہی اس عابد و زاہد 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 نسیان رکھا جاتا ہے۔ اسباب:- اس کا بڑا سبب مجھے تو آج کل عیش و عشرت کی زندگی محسوس ہوتی ہے، منشیات کا استعمال، دائمی وز کام، 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 دھیمادھیماد رہی 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 بڑھتا 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 تر پھلہ 40 گرام، کشتہ مرجان 40 گرام، تمام ادویات کو کھرل میں اکٹھا کر کے ملا لیں 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 اسطو کا ساد دماغ پیدا کر کے انسانی ڈھانچے کے اندر انقلاب پنا کر دے، یہ دوا اعضائے رئیس و شریف 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 و فکر، کثرت ہموم و غموم کرب و اضطراب سے جریان و احتلام اور جوانی کی غلط کاریوں سے ہوگی ہو تو نیا دماغ بنانے کی لئے اس کو استعمال کریں، یہ قیمتی مرکب امراض دماغ قلب و جگر معدہ، نزلہ دائمی،

سر درد دانتی، بھوک کی کمی، چہرہ کی زردی، اعصابی کمزوری، نیز مردانہ کمزوری کے لئے
 بید مفید و مجرب ہے۔
 کسی کام پر جی نہ لگنے، گھبرا جانے اکتا جانے اور مغز کی کمزوری کی لئے یہ
 تریاتی صفت دوا اکسیر کا حکم رکھتی ہے جس میں سرخ رنگ کا ترکیب خاص چاندی کا
 کشتہ جو مقوی دماغ و ارواح ہے شامل کیا گیا ہے، نیز جو ہر تر پھلہ (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 ستکھیا سفید کانی دس گرام
 گندھک آملہ ساز سرخ رنگ والی دس گرام۔
 ستکھیا کو باریک کھل 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 ایلوں 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 تر پھلہ 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۔



لا جواب سفوف

برہمی بوٹی روغن گاؤ میں بریاں کی ہوئی۔ مغز تخم دھنیا، مغز تخم سونف دانہ الائچی کلاں، مغز بادام مقشر، مغز کدو شیریں، خشکاس سفید ہر ایک 50 گرام، کشتہ مرجان 10 گرام ورق نقرہ 6 گرام مصری کوزہ، 30 گرام۔

جملہ اجزاء کو کوٹ چھان کر ملا لیں اور محفوظ رکھیں خوراک ایک تولہ صبح و شام ہمراہ شیر گاؤ جو شیدہ 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 و توانائی آ جاتی ہے قوت حافظہ بڑھ جاتا ہے کمزوری دماغ کے باعث جو جو شکایات سرد، دوار، درد نزلہ، زکام، نسیان وغیرہ اکثر ہو جایا کرتی ہیں، اور ہر وقت تکلیف کا باعث بنی رہتی ہیں ان کیلئے یہ بہتر نسخہ ہے۔

غذا:- بکری کا گوشت چپاتی کے ہمراہ کھلائیں، خشک چاول، دودھ، مونگ یا ارہر کی دال کی کھچڑی، بکری کا بھیجا، خرفہ، پالک کدو وغیرہ دینا چاہیے۔

پرہیز:- زکام اور نزلہ ساتھ ہو تو ٹھنڈے پانی کے پینے اور ٹھنڈے پانی کے غسل سے پرہیز کریں۔ سرد ہوا سے بچیں، موسمی پھل سنگترہ، بیر، امرود، ناشپانی، سیب وغیرہ نہ کھائیں، گرمی کی وجہ سے ہو تو گرم چیزوں سے پرہیز کریں، چائے نہ پیئیں، دماغی محنت کم کریں، لہسن، پیاز، ماش کی دال لوبیا اور تخیر 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 کو سکون دینا از بس ضروری ہے۔☆☆☆

پاگل پن (مالیخو لیا)

پاگل پن اس مرض کا نام ہے جس میں مریض کے خیالات خراب ہو جاتے ہیں اس مریض میں 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 مالیخو لیا کا مریض کہلاتے ہیں۔

جنون بھی مالیخو لیا 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، حتیٰ 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، مآۃ 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 آ جاتا ہے۔ دماغی توازن کھو بیٹھتا ہے۔ وہی ہو جاتا ہے، چہرہ پر زردی یا سیاہی غالب آ جاتی 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 و فرحاں رہتا ہے۔

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

3- احتراق بلغم سے اگر یہ عارضہ ہوا ہے تو مریض کسلمندست 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 ہر تارے بعض اوقات روتا اور گڑ گڑاتا 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۔ ماء الحبن پاگل پن کی تمام اقسام میں مفید پڑتا ہے اس کو کبھی بھی نہ بھولنا چاہیے۔



ماء الحبن

بکری جوان کیرنگ و سرخ ہو تو 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 مکویا ہراشا ہترہ، 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 دودھ کر قلحی داردگیگی میں ڈال کر نرم اور ہلکی آنچ پر تین جوش دیں پورے جوش آتے وقت سرکہ انگوری خالص یا عرق لیموں کا غدی 10 گرام ڈالیں اور انجیر کی تازہ لکڑی لے کر اس کے سرے کو ذرا کوٹ کر مسواک نما بنا لیں 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 الحبن 70 گرام اور شربت عناب 20 گرام یا شربت نیلوفر 20 گرام ملا کر تین دن تک پلائیں اس کے بعد 10-10 گرام ماء الحبن اور تھوڑا تھوڑا شربت روزانہ بڑھاتے جائیں جب ماء الحبن کی مقدار 400 گرام اور شربت کی مقدار تک پہنچ جائے تو اس طرح 10-10 گرام ماء الحبن اور تھوڑا شربت روزانہ کم کر کے پہلی مقدار پر لے آئیں مالک شفا دے گا۔



منضج مالنجولیا

یہ نسخہ مریض جنون کو سات یوم پلا کر اس میں ادویات مسہلہ کا اضافہ کر کے آٹھویں دن مسہل دیں جس سے مریض کو کم از کم دس بارہ اسہال ہو جائیں ایتیموں دلائی 6 گرام، سفانج 5 گرام، برگ گاؤ زبان 5 گرام، گل گاؤ زبان 5 گرام، ابریشم مقرض 3 گرام، عنب الثعلب 5 گرام، تخم حطی 7 گرام، شاہترہ 6 گرام، تخم کاسنی 7 گرام، گل نیلوفر 6 گرام، عنب دانہ آلو بخارا 7 دانہ اسطوخودوس 5 گرام، یادرنجوبیہ 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 کر لیا جائے، ترنجبین سنا کی گل سرخ شیرخست، املی، ہلبلہ کالی وغیرہ
نقیہ 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 بھگور کھیں بعد ازاں 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، لیشب سبز ہر ایک 4 گرام ان دونوں کو خوب کھرل کر لیں زعفران 4 گرام عرق گلاب میں حل کر کے شامل کریں، کافور اصلی 2 گرام باریک پیس کر بھی شامل ترکیب کر لیا 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 و دماغ میں ایک تپش سی محسوس ہوتی ہو، معدہ اور امعاء میں سوزش ہو، صفراوی بخار کے لئے یہ ایک نادر دوا ہے۔



سفوف مالینو لیا 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 و ضیا خشک 20 گرام، صندل سفید 6 گرام، طباشیر نقرہ 6 گرام، گل گاؤ زبان 6 گرام، پوٹاشیم برومائید 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 ملا لیں دن میں دو دفعہ مقدار 6 گرام ہمراہ شیرا فلتیمونی۔

☆☆☆

عصبی و دماغی امراض

MENTAL DISEASE

دماغ سر کی ہڈیوں کے بیچ میں ایک نرم بھورے رنگ کا توٹھڑا 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 نظام جسمانی کا کنٹرول دماغ ہی سے کیا جاتا ہے، خاص طور سے دل کے دھرنے، سانس کے آمد و رفت 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

درد سر بذاتِ خود کوئی مرض نہیں ہے مختلف امراض کے تحت درد سر ہو سکتا ہے،
درد سر 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 درد سر کے
اسباب میں نظر کی خرابی، گردہ کا ورم، عورتوں میں ایام کی خرابی، گھٹیا، نفرس، ملیریا کا
اثر، ناک کے اندر ورم وغیرہ ہیں مریض سے پورے حالات معلوم کریں اصل مرض کا
علاج کریں۔

علاج:- پیراسیٹامول، مائکرو پائی رین، ڈسپرن، انالین، نوآکسین عارضی طور
پر درد کو دفع کر دیتی ہیں، قبض ہو تو اس کا ازالہ کریں، ضعف دماغ میں مقوی دماغ
دوائیں دیں، اس کیلئے کشتہ مرجان، کشتہ فولاد خیرہ گاؤ زبان میں ملا کر کھلائیں، نزلہ
زکام سے اگر درد سر ہو تو اطر یفل 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 اس کا ازالہ
کریں مستقل درد میں آنکھ کا ضرور معائنہ کرائیں، کبھی درد سر الرجی حساسیت کے سبب
بھی ہوتا ہے ایسی صورت میں دافع حساسیت (تفصیل آخر میں) دوائیں ہت مفید
ہوتی ہیں مسکن دماغ (تفصیل آخر میں) بھی درد سر میں بہت کارآمد ہیں۔☆☆

آدھاسیسی 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، مگر ازل 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 انالین، ڈسپرن، اپے ڈین، یا
فینائل بوتازون کھلائیں پھر جب درد ہو تو دوبارہ دیں، چونکہ یہ ایک عصبی درد ہے لہذا
مسکن اعصاب دوا بھی اس میں مفید ہے، لہذا ان گولیوں کے ساتھ ایکو بروم، کامپوز
دینے سے جلد افاقہ ہوتا ہے، ٹرائی ریڈی سال یا نیوروبیان کا انجکشن لگائیں، واسو
گرین ایک گولی درد شروع ہوتے ہی کھلائیں بہت مفید ہے۔

یونانی علاج میں، اطر یفل اسطوخودوس یا اطر یفل 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 و غم پیٹ کی خرابی، الجھن، کثرت مطالعہ وغیرہ، ان کے نتیجے میں خشکی ہو جاتی ہے، بعض امراض میں شدت 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:- فینوباربیٹون یا گارڈی نال ۶۰ ملی گرام گولی، بچوں کو آدھی طاقت کی نیند لانے کے لئے بے ضرر دوا ہے، ڈایزی پال ایم DIAZEPAL M ایکو بروم EQUIBROME لار جیکٹل ۲۵ ملی گرام کامپوز بھی نیند لانے کے لئے عمدہ ہیں، جہاں تک ہو سکے دوا کی عادت نہ ڈالی جائے، مندرجہ ذیل تدابیر اختیار کر کے بے خوابی کا ازالہ کیا جائے۔ روغن کاہو، روغن لبوب سببہ سر میں ڈالنا خشکاش کی کھیر اس مرض میں مفید ہوتی ہے جب تک نیند کا غلبہ نہ ہو بستر پر نہ لیٹیں، کسی کام مثلاً عورتیں

سینے پر ونے 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 فینوباربیٹون، سونی رال، سکول، لار جیکٹل 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 و غل کے ماحول سے بھی مریض کو دور رکھنا چاہیے، تیز چائے سے پرہیز کریں، الجھن تفکرات دور کریں۔



سرچکرانا 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، بد ہضمی، 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 سراٹھاتا ہے تو آنکھوں کے نیچے اندھیرا چھا جاتا ہے سرگھومنے 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 بد ہضمی ہو تو کارمینٹو مکسچر CARMINATIVE MIXT یا لوپی زائم، ڈی جی پلکس، پلائیں، دماغی چوٹ اور صدمہ میں بیٹی سال BETNESOL ایپول لگائیں B1+B6+B12 کا مرکب مقوی اعصاب ہے بہت مفید ثابت ہوتا ہے، آنکھوں کا معائنہ کرائیں اگر نظر کمزور ہو تو چشمہ لگائیں۔ ایکو بروم EQUIBROME ڈراما مین DRAMAMINE یا مار زائین MARZINE گولیاں بہت مفید ہیں، سینسی دال گولی بھی بہت مفید ہے۔

اگر ہائی بلڈ پریشر کی شکایت ہو تو اس میں بھی یہ گولیاں مفید ہیں، یونانی علاج اس میں بہت مفید ہے، نزلہ زکام کے ساتھ سرچکراتا ہو تو اطرینفل اسٹو خودوس سوتے وقت گرم پانی سے کھلائیں۔

قبض کے ساتھ سرچکراتا ہو تو اطرینفل ملین سوتے وقت ۱۰ گرام پانی سے کھلائیں دماغی کمزوری میں حب جواہر کے ساتھ خمیرہ گاؤزباں غبری جواہر والا صبح کو کھلائیں مربہ آملہ اور خمیرہ مروارید بھی سرچکرانے میں بہت مفید ہے۔ اگر سفر میں چکر آنے کی شکایت ہو تو مار زائین 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 ٹکلی 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 سراسام پیدا کر سکتے ہیں۔ وائرس فیور اور انسفلوائی ٹس کے نتیجے میں بھی جلد سراسام 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، ایپی سیلین AMPICILLIN کپسول دن میں تین بار پریڈنی سولون PREDNI SOLONE کے ہمراہ براہ دہن جائے، ہنزائل، پنی سیلین ۱۰ لاکھ 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 سیلان 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 لار جیکٹل 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 ہو جاتی ہے مریض شور و غل کرتا، اچھلتا کودتا اور بھاگتا ہے، بیمار داروں کو مارنا، گالیاں بکنا، جومہ میں آئے بکنا، پاگل پن کی خاص علامات ہیں، گھریلو پریشانیاں، رنج و غم روحانی صدمہ، شراب نوشی، سلفا، چرس، بھنگ کا استعمال خاص اسباب ہیں پاگل کتے کے کاٹنے سے پاگل پن کی علامات پیدا ہو جاتی ہیں، اس کی خاص شناخت یہ ہے کہ پاگل بن کی علامات پیدا ہو جاتی 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 رہے ہیز ANTIRABIES ویکسین کے ۱۴، انجکشن پیٹ کی جلد میں لگائیں۔

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

☆☆☆

مرگی EPILEPSY

ہاتھ پیروں میں تشنج ہو کر مریض زمین پر گر کر بے ہوش ہو جاتا ہے۔ منہ سے جھاگ نکلتے ہیں، بعض اوقات دانتوں سے زبان کٹنے سے خون منہ سے بہتا ہے۔ مرگی دو قسم کی ہوتی ہے اصلی جو کہ موروثی ہوتی ہے ثانوی جو کہ دماغی رسولی یا دماغی پھوڑے یا خون میں شکر کی کمی سے پیدا ہوتی ہے۔

علامات کے تحت مرگی کو چار خانوں میں تقسیم کیا گیا ہے۔

1- شدید مرگی GRANDMAL اس میں مریض اچانک چیخ مار کر بے ہوش ہو جاتا ہے۔ چہرہ نیال، پیشاب پاخانہ نکل جاتا ہے، تمام 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 بے خبر ہوتا ہے۔

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

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

4- مہلک مرگی STATUS EPILEPTICUS اس میں جلد جلد دورے پڑتے ہیں ایک دورہ ختم ہوتے ہی دوسرا شروع ہو جاتا 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 ایسومونیا 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 گدی سے کریں۔ اگر پھر بھی دورہ نہ رکے تو کامپوز یا سکونل SQUIL کا انجکشن لگائیں۔

وقفہ کی حالت میں، فینو باربی ٹون یا گارڈینال 60 ملی گرام دن میں دو بار 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 کپسول دن میں 2 بار دو ماہ دیں، مرگی اکثر ختم ہو جاتی ہے، علاج کی کامیابی کے لئے شرط یہ ہے کہ کم از کم 5 سال دوا کھلائیں نافع نہ کریں۔

یونانی علاج میں خمیرہ گاؤزبان عود صلیب والا صبح کو یا دواء المسک معتد جو اہر والی کافی عرصے تک استعمال کرائیں نیک نامی اور گارنٹی کا علاج ہے، یونانی دوا کے ہمراہ دافع 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، بچہ اپنی 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 مآوف 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 ہو کر مریض گر کر بیہوش ہو جاتا 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) چہرہ سرخ 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 آ جاتا 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 ہو کر گر پڑتا ہے، دانت بند ہو جاتے ہیں، سانس خراٹے سے لیتا ہے، ہاتھ پاؤں ٹھنڈے ہو جاتے ہیں، کبھی آنکھیں کھلی ہوتی اور مریض ایک ہی جانب دیکھتا ہے خطرناک مرض ہے کبھی موت بھی ہو جاتی ہے۔

اس کا خاص سبب خون میں زہریلے مادہ کی آمیزش ہے، یرقان، خون میں اچانک شکر کی کمی، جگر کا مہلک مرض (ہپاٹک کوما) گردوں کی خرابی، سخت سردی یا گرمی، درد کی زیادتی، دماغی صدمہ یا چوٹ وغیرہ سے اچانک مریض بے ہوش ہو جاتا ہے، پرانا درد سر، 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 ہو جاتا ہے دو تین دن تک ہوش میں نہ آئے تو دماغی جریان خون کے سبب موت واقع ہو جاتی ہے، اگر گردوں کی خرابی ہے تو سانس سے بیشاب 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 ڈیکا ڈرون کا انجکشن DECADRON INJ ہے، گلوکوز سیلان 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 غذا لیں اور دوائیں دیں جن کا ذکر دوسری جگہ کیا گیا ہے۔ (دیکھو ٹانک کا

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

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 گر جاتا ہے کبھی سن یاس میں بھی غشی آنے لگتی ہے۔ غشی آنے سے قبل، سر چکرانا، آنکھوں کے آگے اندھیرا آ جانا، 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 ہو جاتی ہے اس لئے سکتہ کے برعکس اس میں سر کو جسم سے نیچا رکھیں، منہ پر سرد پانی کی پھینگیں ماریں، کپڑے ڈھیلے کر دیں، ایمنو نیا کارب سنگھائیں۔

کورامین CORAMINE کا انجکشن لگائیں، ڈیکا ڈرون DECADRON لگائیں، فوراً گلوکوز سیلانین چڑھائیں خون جاری ہو تو خون روکنے کے لئے اسٹپٹو بیان، اسٹپٹو کروم STEPTOBION لگائیں عورتوں کو اگر ماہواری 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 ڈیکا ڈرون لگانا ہے، لمبرنکچر 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 آکر ناجائز حرکات کا مرتکب ہوتا ہوا اپنے دماغ معلّے کی مرمت جو توں سے کراتا رہتا ہے۔

چنانچہ ایک صاحب ہمارے ہاں بھی بے ملک نواب اور بے تاج بادشاہ ہوتے ہوئے اکثر احکام سلطنت صادر فرماتے رہتے تھے اور وقت بے وقت محکمہ پولیس کے کارہائے خصوصی میں دخیل ہو کر 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 آجائے تو وہ انسان حیوان سے بدتر ہو جاتا ہے، اسی لیے ہمارے طبیب اعظم نے اپنے امتیوں کو بدیں الفاظ دعا مانگنے کی ترغیب دی ہے وَهُوَ هَذَا اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبُکَ مِنَ الْبَرَصِ وَ الْجُذَامِ وَ الْجُنُوْنِ وَ مِنْ سَيِّ الْاَسْقَامِ ہزار ہا لوگوں کا تجربہ ہے کہ جو حضرات ہمارے آقائے نامدار، شفیع المذنبین، رحمۃ للعالمین کی بتلائی ہوئی دعا کو تین تین مرتبہ بعد از نماز 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 مَن اَطَاعَنِیْ فَقَدْ اَطَاعَ اللّٰهَ وَلَکُمْ فِیْ رَسُوْلِ اللّٰهِ اُسُوۃٌ حَسَنَةٌ وَعَلِیْکُمْ بِسُنَّتِیْ وَغیرہ احکام کو مانتے ہوئے موجب حصول ثواب دارین ہوں گے۔

علاج:- 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 بفضلہ اس فرعونوی مرض کے لیے اعجاز موسوی سے کم نہیں لیکن پہلے لکھی ہوئی تدابیر و ہدایات کا بخوبی خیال رکھنا لازمی ہے۔

مریض مایخو لیا و جنون 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 بوقت 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 اشیاء دیکھنا بھی بہترین تدبیریں ہیں۔
- 6- طبیعت پر زور ڈال کر اس کے خیالات فاسدہ کی نقاب کشائی کرنا سو علا جوں کا ایک علاج ہے۔ بعض اوقات محض ایسی تدابیر سے بگڑے سے بگڑے ہوئے مریض شفا یاب ہو جاتے ہیں۔

ایک اچھوتی حکمت

ایک شخص جو کانچ کے کارخانے میں کام کرتا تھا مرض مایخو لیا 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، آخر الامر 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 و نکات حکیمانہ

مریض کے پاس کوئی خوفناک واقعہ سنا، اس کو بار بار بلاتے رہنا مرض کو بڑھاتا ہے۔ 2- مرض مایچو لیا کو سیاہ رنگ کی چیزیں بہت مضر پڑتی ہیں حتیٰ کہ خرفہ بھی مضر ہے۔ 3- مایچو لیا 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 مایچو لیا و جنون کے علاج میں بفضلہ ایک خاص ملکہ رکھتے تھے۔ آپ کا بہترین نسخہ اکسیر جنون کے نام سے موسوم ہے، لوگوں کو یہ وہم و گمان بھی نہیں ہو سکتا کہ ایسے جواہر گراں مایہ صفحہ قرطاس پر بھی نکھیرے جاسکتے ہیں۔ لیجئے بجل بجل 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 بجل شکن طبیعت سے یہ دریتیم برآمد ہوا۔

هو الشافى:- قسط شیریں، اسگندنا گوری، اجمود زیرہ سیاہ و سفید، زنجبیل، فلفل گرد، فلفل دراز، پاڑہ، سیندھانمک، سنکھا ہولی۔

ترکیب تیاری:- مساوی الوزن لے کر چھان لیں اور سب کے برابر بچ پسا ہوا شامل کر کے دس مرتبہ عرق برہمی سبز میں ترو خشک کر کے رکھیں۔

ترکیب استعمال:- 30 گرام ہمراہ شہد چٹایا کریں۔

پرہیز:- گرم خشک اشیاء سے پرہیز کرائیں، از حد عمدہ اور مفید ہے۔

فوائد:- مایچو لیا 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 بفضلہ تعالیٰ شفا یاب بھی ہو جاتے 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 جنہیں اللہ تعالیٰ نے میری شہرت کا باعث بنا دیا ہے، میں چاہتا ہوں کہ اس کتاب میں اپنے تمام مجرب نسخہ جات کے علاوہ وہ تمام اصول اور عملیات بھی آپ لوگوں کی خدمت میں پیش کر دوں تاکہ ان میں سے اگر کوئی چیز آپ کے دل کو لگتی ہوئی معلوم دے تو آپ اسے اختیار فرمائیں اور اس طرح چراغ سے چراغ جلتا جائے اور ہو سکتا ہے کہ یہی روشنی میری قبر کی تاریکی میں کام آ سکے۔

1- میں شافی حقیقی اللہ تعالیٰ کی ذات کو ہی تصور کرتا ہوں اور دوا کو بطور ایک وسیلہ کے پیش کرتا ہوں، حتیٰ 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 حتیٰ 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۔ لہذا 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 المؤمنین 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 غربی کو بھی نہیں دیکھتا بعض اوقات اس میں بڑے بڑے نواب اور روساء بھی آ جاتے 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 صد ہا منافع کی امید لگائے بیٹھا ہوں۔ وَمَا ذَلِكْ عَلَى اللَّهِ بَعِزٌ

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 اور اوراد و وظائف بھی ہیں جن پر میں بفضلہ 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، سردرد، 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 لگاتار 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 کئی 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 لگاتار استعمال چربی پگھلاتا ہے، موٹاپا اور دل کے امراض دونوں سے بچا جاسکتا 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 لیے ایسپرین سے لہسن زیادہ مفید ہے۔

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

کرکھانے سے دس دن میں ہی پیشاب و خون 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 یا 100 گرام تک ہر روز بڑھائی جاسکتی ہے، میتھی کو کھانے کے ساتھ یا سبزی میں ڈال کر استعمال کیا جاسکتا ہے، خوراک کی مقدار 1200 کیلوریز سے 1400 کیلوریز روز رکھنے سے اور مائٹ و شکر (چینی) کا پرہیز کرنے سے بہت فائدہ ہو سکتا ہے، میتھی کے استعمال سے صحت پر کوئی برا اثر نہیں پڑتا، اور نہ ہی کسی دوا کی ساتھ الٹا اثر ہوتا ہے، کل مقدار 20 گرام یا 100 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، میتھی چیزوں چاول، آلو، گوہی، 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 سکیرین کی گولیاں لی جاسکتی ہیں، مگر بہتر یہی ہے کہ بغیر سکیرین 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 گرام 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، اور ان 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 جاسکتی ہے، خواہ یہ عام خوراک میں ہو یا پاؤڈر کی شکل میں ہلدی میں کرکومن نام کا ایک مرکب ہوتا ہے، یہ چیزوں کو سٹرنے 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 کل 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 منہ میں پہلی حالت کا کینسر یا زخم اس وٹامن سے کم اور ٹھیک کئے جاسکتے 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“ و ”ای“ کا بھی برا 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 کالال“ 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 میٹھی کا استعمال نہ کریں، کیونکہ یہ لینے سے کریلے کے دس کا اثر ختم ہو جاتا 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 دھو کر صاف قینچی سے کتر کر 6 گھنٹے، 50 گرام پانی میں بھگو کر رکھیں، پھر جوش دے کر چھان لیں، اور نمک کی چٹکی ملا کر دن میں دوبار 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 میٹھی، کریلا، گڑ مار کا استعمال نہ کیا جائے، ایک یا ڈیڑھ ماہ میں آرام آ جاتا ہے۔

دل کے مریض کے لئے ارجن درخت کی چھال

ارجن درخت کی چھال کے استعمال سے دل کا مریض پوری طرح ٹھیک ہو سکتا ہے، قدیم اطباء کے مطابق ارجن کے چھال سے بعض مریضوں کو الحمد للہ مکمل شفا یابی ہو جاتی 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 ہو گیا 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 و حیوانات 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 سب اس کے استعمال کے واسطے قدرت نے تجویز کی ہیں۔ دریائی جانوروں میں سے مچھلی و کچھو اسناں وغیرہ سب کو یہ ہضم کر جاتے ہیں اس ملک میں جو غذا نباتات و حیوانات اس کی خوراک مروج ہے اس کا مختصر حال مع افعال و خواص و طبیعت ہدیہ ناظرین پیش کرتا ہوں۔

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

آڑو:- سرد وتر، مسکن تشنگی و دافع بخارات حار یا بس و جوش خون و صفرا و دافع حمايات صفراوی اور دافع بد بوئے دہن دیر ہضم اور اسہال پیدا کرتا ہے۔

امروہ: سردتر، مفرح و مقوی اور جالی و قابض اور مقوی دل و جگر و معدہ دافع خفقان و سوزش مثانہ و ملین، طبع ساتھ قوت قابضہ کے۔

آم: گرم تر، مقوی ارواح و مقوی اعضاء ربیہ اور مری و معدہ اور امعاء و مقوی گردہ اور بدن کو فرہ 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 و لقوہ مسمن بدن ملین سینہ و ریہ کو صاف کرتی ہے و جمع مفاصل میں مفید ہے۔

انار: سردتر، قلیل الغذا اور مولد خلط صالح ملین بطن، مقوی قلب مدد بول اور مورث تشنگی، کھانا اس کا بعد طعام محروم مریح کو مفید ہے اور یرقان اور طحال و کبد و استسقاء زتی و خفقان و در سینہ اور کھانسی گرم و تصفیہ آواز اور فرہ کرنے بدن کو مفید ہے۔

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

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

بینگن: گرم و خشک، مقوی معدہ ملین صلابات مدد بول مسکن او جاع حارہ مجفف و مولد سودا محدث بثور و قوبا و درد چشم پیدا کرتا ہے مولد درد پہلو و قابض ہے۔

بادام: گرم تر، نفخ سدہ حافظہ قوت و نکا، حافظہ جو ہر دماغ و باصرہ اور ملین طبع و حلق و سینہ و دافع کھانسی خشک و ربو و ذات الجنب و نفث الدم کو بھی مفید ہے و رپوست اس کا جلایا ہوا تقویت لثہ و نذاں کے مفید ہے۔

پالک: سردتر ملین جالی قاطع صفر اجید الغذا سرلیح 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 و بانی 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 ریاہ نفخ پیدا کرتا ہے۔

پودینہ: گرم و خشک، منقی فضول ریاہ و مقوی معدہ دافع عشیان و فواق و حمیات بار و محلل ریاہ 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 رمرخص قے و متلی اور برودت کبد کو دور کرتا ہے۔ مقوی باہ تقویت معدہ کو دیتا ہے۔

توئی: سردتر، منضج مادہ بلغم خام کی دافع اماں اعضاء باطنی اور استسقاء و طحال و جذام و بواسیر و فساد بلغم و صفر اذ دافع قرحہ مجاری بول مقوی اعضاء زود ہضم ہے۔

چولائی: گرم خشک، سرلیح الہضم دافع صفر اذ و عرق بدنی اور بواسیر کی ہے۔

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

چنا: گرم خشک، مفتخ سدہ 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 مفتخ سدہ جگر فساد طحال مسمن بدن جیسی مقوی گردہ مدد بول ملین طبع مصفی خون اور امراض حلق میں بہت مفید ہے۔

تبربوز: سردتر مسمن بدن دافع استسقاء و یرقان مدد بول مخرج حصات گردہ و مثانہ مولد بلغم دافع پیاس ہے۔

خرپزہ: گرم تر مسمن بدن دافع استسقاء و یرقان سنگ گردہ و مثانہ میں بہت مدد دیتا ہے ہاضم طعام ہے۔

دھنیا: سرد خشک مفرح مقوی دماغ و معدہ دافع صرع و عاف ہے خفقان و سواس ہے دافع اسہال دموی و دافع سوزاک و جریان منی کا ہے۔

خرفہ: سرد تر، حرارت جگر و معدہ کو دور کرتا ہے اور تپ گرم کو فائدہ دیتا ہے، مدر بول ہے دافع سنگ گردہ و مثانہ اور ورم حار کو دور کرتا ہے بوا سیر 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 و مثانہ 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۔

بیضہ مرغ: زردی گرم تر، جید الکیموس کثیر الغذا مقوی قلب و دماغ مہمی و مقوی بدن نفث الدم و خشونت معدہ دافع قروح گردہ و مثانہ اور مولد خون صالح ہے۔

دوحہ گاو: معتدل گرمی و تری میں پیاس کا مقوی و جوہر دماغ اور رافع نسیان و مالیجو لیا و سواس اور نیک کرنیوالا رنگ رخساروں کا اور دافع امراض بینی کا سب اغذیہ میں افضل غذا ہے۔

سیب: گرم تر مفرح مقوی دل و دماغ و جگر ہے دافع خفقان و مقوی قلب و معدہ دافع غشی ہے۔

سنگھاڑہ: سرد خشک مقوی باہ محرو و نکا اور اسہال الدم اور سنگ گردہ و مثانہ و سوزش 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 و طن مولد منی مدر بول مشتی طعام مقوی باہ دافع کھانسی خشک تریاق سموم ہے۔

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

کریلا: گرم خشک محلل جالی دافع فالج و لقوہ و صرع کا اور دافع کزاز و وجع مفاصل و سرفہ بارد مقوی گردہ و مثانہ کا۔

کھیڑا: سرد تر، دافع صفرا خون مدر بول دافع سنگ گردہ و مثانہ دیر ہضم موسمہ رسات میں اکثر ہیضہ پیدا کرتا ہے۔

گاجر: گرم تر، مہمی مولد منی مقوی معدہ قلب قاطع بلغم دافع سرفہ و درد سینہ مخرج سنگ مثانہ دافع اسہال و دافع خفقان غشی ہے۔

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

گوشت گاو:

گرم خشک کثیر الغذا غلیظ خلط سوداوی پیدا کرتا ہے اور مولد جذام و بہق و قوبا 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 و لقوہ مقوی دماغ و گردہ محرک باہ دافع کزاز و استسقاء مولد منی ہے۔

لیموں: سرد تر ملطف و جالی قاع اخلاط لزجہ غلیظ کا دافع خمار و تشنگی کا دافع خفقان و سوزش معدہ مشتی طعم مقوی معدہ ہے۔

لہسن: گرم خشک محلل جالی مجفف رطوبات مصفی خون دافع ربو وضیق
النفس قوی لخن و لقوہ و فالح و جمع الفاصل میں مفید ہے۔

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

مولی: گرم خشک، مولد ریح محلل محرک آروغ مدربول ہاضم طعام دافع
استسقاء نفخ پیدا کرتی ہیامراض سنگردہ و مثانہ کو مفید ہے۔

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

ناشیپاتی: سرد و تر معتدل مفرح مقوی قل و معدہ دافع خفقان دافع تشنگی
و سوزش 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 ما کونامی ایک
چمپانزی بندر سے ہوئی جو بادلوں کی گھن گرج سن لے تو بے خود ہو کر خوب ناچتا ہے
اور پھر بے ہوش ہو جاتا 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 و غریب
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 ہو جاتے
ہیں، جیسے جیسے وہ آبشار کے قریب پہنچتے ہیں، آبشار کی تیز آواز سے ان پر دہشت
طاری ہو جاتی ہے، مگر بھاگتے نہیں، آبشار کے دامن میں کھڑے ہو جاتے 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 بیون بندر: بعض جانور ایسے بھی ہوتے ہیں جو بدتمیزی کی
حدیں پار کر جاتے ہیں، کینیا کے نیشنل پارک میں ایک بدتمیز بیون بندر موجود ہے جس

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

وہیل 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 تھوٹھنی 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 شکر یہ 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 پھوس 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 گئے، ماہرین طیور کا کہنا ہے کہ شاید وہ اپنے دوست کی تکفین و تدفین کرنے اور الوداع کہنے آئے تھے، کوؤں میں بھی یہ جہلت دیکھی گئی ہے، جو اجتماعی سطح پر ہوتی ہے، چڑیا یا دیگر پرندوں کے ناقابل 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، آخر کار 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، گوریل اونیٹ 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، دونوں 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۔ دونوں تک اظہار تعزیت کرنے کے بعد معمول کے مطابق کھانے پینے لگی۔ جین گڈال نے بھی ایک سچی کہانی سنائی، ایک توجوان 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 ہسپتائٹس 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 سنٹھیٹک دودھ اور 30 ٹن سنٹھیٹک 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 کیمیکل 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، ہائیڈروآکسائیڈ، سوڈیم کاربونیٹ، سوڈیم بائیکا برینٹ 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 پارڈر تک ملایا جاتا ہے۔ دودھ کا گاڑھا پن بڑھانے کے لیے اس میں نمک، گلوکوز اور اسٹارچ ملایا جاتا ہے، مدرڈیری 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 لیکٹومیٹر 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 لیکٹومیٹر کی آنکھ سے بچانے کے لیے دودھ میں ریفا سنڈ 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 جاسکتا ہے۔

صرف دودھ ہی نہیں بلکہ دودھ سے بنی دیگر پیداوار میں بھی کھلے عام ملاوٹ ہو رہی ہے۔ مٹھائی کی دکانوں میں سچی رنگ برنگی کھوئے کی برنی اور ملک کیک دیکھ کر آپ کے منہ 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 ہو سکتی ہے۔ ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ نقلی اور ملاوٹی دودھ اور دودھ سے بنی چیزوں کے استعمال سے پیٹ کی خطرناک بیماریاں ہو سکتی 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 لائینگ 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 ڈرائیسی، لقوہ مارنا اور کینسر تک ہو سکتا 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 شور و غل 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 ضروری 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 کر لیا، جس کا نام سنٹھیک یعنی نقلی دودھ ہے۔ 15 سال پہلے کرک شیر ہریانہ کے ایک دودھ والے نے سنٹھیک دودھ کی ایجاد کی تھی اور ہر اچھی چیز کی طرح یہ بھی پنجاب، ہماچل پردیش، راجستھان، اور اتر 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 آ جاتا 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 بنا سستی 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 بنا سستی 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 کو سپلائی کیا جاتا تھا، بہر حال مذکورہ بالا حقائق سے یہ اندازہ لگایا جاسکتا ہے، کہ نقلی دودھ اور اس سے بنی چیزوں کا کاروبار ملک میں کتنے بڑے پیمانے پر ہو رہا ہے اور اس میں ملک کے لیڈران تک ملوث ہیں، ایسے میں یہ فکر لاحق ہونا فطری بات ہے کہ لاکھوں کی تعداد میں موت کے سوداگر انسانی جانوں سے کھلوڑ کر رہے ہیں اور پولس و انتظامیہ خاموش تماشا بنی ہوئی ہے۔ جب ملک کے نو نہال اتنا زہریلا دودھ پیئیں گے تو ملک کا مستقبل کیا ہوگا؟

نقلی دودھ اور اس سے بنی چیزوں کا صحت پر اثر

ملاوٹی چیزیں صحت

آلودہ پانی جگر اور نظام ہضم کی بیماریاں ہوتی ہیں۔

یوریا دل، جگر اور گردوں کو نقصان ہوتا ہے۔

کاسٹک سوڈا ہائی بلڈ پریشر اور دل کی بیماریوں کے لیے زہر

ہے۔ حاملہ خواتین اور ان کے پیٹ میں پل رہے

بچے کے لیے بھی خطرناک ہے۔

ڈٹرجنٹ پاؤڈر فوڈ پائزنگ، 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 کو نقصان پہنچاتا ہے۔

دودھ کا تحقیقی جائزہ

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

نقصانات

نقلی دودھ کے استعمال سے فوڈ پائزنگ سمیت اٹی، دست، پیٹ درد کی شکایت ہو سکتی ہے، ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ آلودہ اور ملاوٹی دودھ کے استعمال سے پیٹ کی خطرناک بیماریاں ہو سکتی ہیں۔

نقلی دودھ میں استعمال یوریا اور ٹاسک سوڈا دل، جگر اور گردوں کو نقصان پہنچاتا ہے، کاسٹک سوڈا دودھ کے ایک ضروری جز لائنگ کو ایکٹو ہونے سے روکتا ہے، جو حاملہ خواتین اور ان کے پیٹ میں پل رہے بچے کیلئے خطرناک ہے۔ ڈیڑھ جنٹ، فوڈ پائزنگ اور اٹی، دست اور پیٹ درد کے علاوہ مردانہ صلاحیت کو بھی کمزور کرتا ہے، جب کا فارمولن جگر نقصان پہنچاتا ہے۔

سنتھٹک دودھ کیا ہے؟

سنتھٹک دودھ متعدد کیمائی 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 سنتھٹک 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 سنتھٹک دودھ کو بنانے کا عمل

- ایک لیٹر پانی • 17 گرام ریفائنڈ تیل • 1.2 گرام ڈیڑھ جنٹ 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 کر لے، 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 سنتھٹک 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 راشنریہ سہارا، امننگ بنگلور شمار 31 اکتوبر 2010ء)



گاجر بھی ہے صحت کی ضامن

تاثیر: تراور 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 کھمبھٹھا 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 جانے والے 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 پہنچیں گی تو جسم کی پوری طرح صفائی نہیں ہو پائے گی، ان میں پایا جانے والا کھار اپن 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، کاڈیور 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 کالانمک 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 ۱۵۰ گرام کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے تین کلمی لہسن ۵ عدد لونگ کی بنا کر روز صبح کھائیں رات کو سوتے وقت ایک گلاس دودھ پیئیں۔ (۳) گاجر و آنولہ کے ملے ہوئے رس میں کالانمک ملا کر روزانہ پیئیں۔

آنکھوں کی دوشنی 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 کی 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 آ کر موت کا انتظار کر رہا تھا اللہ تعالیٰ نے ایک شخص کو مسیحا بنا کر بھیجا اس نے اس خاص نسخے سے علاج کیا الحمد للہ اس سے فائدہ ہوا۔

نسخہ یہ ہے :

ہو الشانی! (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 و احسانہ۔

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 اطمینان کی زندگی گزار رہے ہیں۔

اس مؤثر نسخے 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 نسخے سے شفا پا گیا الحمد للہ وہ پھر سے کہاں سے اور پینے کے لائق ہو گیا لہذا 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 کلو نجی اعلیٰ قسم کا اچھی طرح پسا ہوا، ایک ٹیبل اسپون برابر - 3- نائی 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 عتاب (بیر) جیسا ہوتا ہے۔

گلاب کے پھول کے فائدے

ہوالشانی:۔ 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

ہوالشانی:۔ گلاب کے پھول کو سوکھا کر اس کا 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

ہوالشانی:۔ عرق گلاب خالص نیم گرم ایک پاؤ میں کشمش کو صاف کر کے ایک تولہ رات کو چینی کے برتن میں بھگو کر رکھ دیں، 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۔ اس کے کئی طریقے ہیں۔ ہوالشانی:۔ 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 رکھ دیں۔ جب پھولوں کی پتیاں سفید ہو جائیں اور ان کی طاقت تیل میں آجائے تو ان پتیوں کو نکال کر دوسری پتیاں بدل دیں اس طرح سات مرتبہ نئی پتیاں 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 کر لیں۔

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 سرد درود 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 گلقلند

گلاب کے پھول کی سرخ پیتاں 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 گلقلند 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۔

ہوا الشافی:- گلاب کے پھول کا تازہ پنکھڑیاں لے کر چینی کے برتن میں ہاتھ سے ملیں۔ اور ان سے دو چند بار یک 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 گلقلند تیار ہو جائے گا۔

گلاب کے فوائد

دماغ اور معدہ کو قوت بخشتا ہے۔ رطوبت غریبہ 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 گلقلند تازہ بہت مفید ہے۔ اس مطلب کے واسطے ہی گلقلند 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 جو ٹی بی میں گرفتار تھی گلقلند کے ساتھ علاج کیا، اس کو آرام ہو گیا اور وہ موٹی ہو گئی۔ اگر گلقلند 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 گلقلند

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 گلقلند 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 گلقد تھا جس کو کثرت سے استعمال کرتے تھے۔
جن لوگوں کو خون کی قے آرہی ہو ان کو دن میں کم از کم تین بار گلقد دس گرام سے لے کر تیس سے چالیس گرام تک دیتے رہیں، انشاء اللہ 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 حالبس اسہال مقوی معدہ و جگر 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 نیچ 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 حالبس الدم ہیں، گلنار جو کہ جنگلی انار کے پھول اور کلیاں ہوتے ہیں بمقدار دو تین رتی کھانسی اور پیش میں استعمال کر سکتے ہیں کھٹے انار کا عرق صفراوی قے و دست خارش یرقان اور ہیچکی 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 ممالک 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 الرحمن 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 کر نیوالوں کے لئے انار کے درختوں کو جھکا دیا جائے گا تاکہ وہ ان درختوں کا پھل آسانی سے اپنے استعمال میں لاسکیں اور انواع و اقسام کا یہ پھل اپنے بے شمار ذائقوں کی بناء پر ان لوگوں کے لئے اکل و شرب کا بہترین سامان ہوگا، آج کل بھی انار کو ایک خاص اہمیت حاصل ہے، اسی وجہ سے مشرقی اشیاء 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 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۔

نزله وزکام

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

نظروں کی کمزوری

حوالہ شانی:- میٹھے انار کے دانوں کا پانی نچوڑ کر اس کو ایک شیشی میں ڈال کر دھوپ میں رکھ دیں یہاں تک کہ پرے پرے گاڑھا ہو جائے اکیس 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 ازراں 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۔
حوالہ شانی:- 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 آنکھوں میں ڈالیں خارش چشم اور پلکوں کے لئے مفید ہے۔

بالوں کو خوبصورت کیسے بنائیں؟

ایک کپ مہندی، ایک کپ دہی، ایک چمچ زیتون کا تیل، ایک چمچ بادام کا تیل، ایک چمچ ارنڈی کا تیل، ایک چمچ شکا کائی پاؤڈر اور دوانڈے۔ 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 ہینئر پیک بہت مفید ہے۔

ایک کپ مہندی، ایک کپ دہی، ایک لیمو کا رس، ایک چمچ مہندی پاؤڈر، ایک چمچ ریٹھا پاؤڈر، ایک چمچ آنولہ پاؤڈر، ایک چمچ 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 چمچ 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 سردھولیں، خواتین آپ کے بالوں کا راز جاننے کی خواہاں ہو جائیں گی انشاء اللہ۔ 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 (میٹھانیم) 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 چمچ 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 چمچ ملتان مٹی، 4 چمچ شکا کائی پاؤڈر اور آدھا لیموں کا رس ان تمام چیزوں کو ملا کر رات بھر کے لئے بھگو دیں۔ صبح اسے بالوں کی جڑوں میں لگالیں۔ ایک گھنٹے بعد پانی سے بال دھولیں۔ ہفتے میں ایک بار ایسا کرنے سے بال جھڑنا بند ہو کر 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 بال کر پیسٹ بنالیں۔ اس میں میتھی دانے کا پاؤڈر 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 بالیں۔ گاڑھا پیسٹ بنا کر اس سے بال دھوئیں، اس سے روسی دور ہوتی ہے، اور بال خوبصورت و صحت مند ہوتے ہیں۔
بالوں کو مضبوط بنانے کے لیے چقدر 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 ماش کریں۔ صبح سر میں لیمو 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 چمچ، شکا کافی پاؤڈر آدھا چمچ، ایک انڈے کی زردی، ایک چمچ کافی پاؤڈر اور ایک چمچ ناریل یا سرسوں کا تیل ملا دیں۔ شیپو 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 لیمو 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 بالیں، اب دالوں کو دھو کر پیسٹ بنالیں۔



حاملہ خواتین کیلئے خصوصی تدبیر

تحقیق کے مطابق متلی اور بے چینی کی کیفیت پچاس سے اسی فیصد حاملہ خواتین کو ابنا نشانہ بناتی ہے، دلچسپ امر یہ ہے کہ جید طبی سائنس اپنی تمام تر ترقی کے باوجود اس شکایت کا علاج تلاش نہیں کر سکی، یہ کیفیت انگریزی میں مارنگ سکینس 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 ہو سکتی ہے، نیز مختلف خواتین مختلف عرصے تک اس میں مبتلا رہتی ہیں۔ یہ عموماً حمل کے چار سے چھ ہفتوں کے درمیان جنم لیتی ہے۔ 50 فیصد خواتین میں چودہ سے سولہ ہفتے کے درمیان ختم ہو جاتی ہے، بد قسمتی 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۔

وجہ: 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 مکیبھر ہو جاتا ہے۔

علامات:- ہر دو تین گھنٹے بعد تھوڑی بہت کوئی نہ کوئی غذا ضرور کھائیے، چاہے بھوک نہ ہو۔ تلی ہوئی غذا، تیل، گھی یا مسالے، چائیاور کافی کم سے کم استعمال کیجئے، تیز بو سے دور رہیے، گرم کے بجائے سرد کھانا کھائیے، کیوں کہ اس کی بو کم ہوتی ہے، لحمیات سے بھرپور غذا مثلاً پیئر، مکھن، گوشت وغیرہ کم مقدار میں کھائیے، کھانے کے بعد کچھ دیر سیدھے ہو کر بیٹھیے یا کھڑے ہو جائیے، 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 لیجئے، کھانے کے فوراً بعد دانت صاف نہ کیجئے، کیوں کہ اس سے بھی متلی ہو سکتی ہے۔

سرہانے کرارے، بسکٹوں کا ڈبار کھ لیجئے، بہتر ہے کہ صبح اٹھنے سے پندرہ منٹ قبل کچھ سکٹ یا ڈبل روٹی کا ایک تھوڑا سا 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 کھانے 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۔

قلت منی:- ثعلب مصری 3 گرام، سنگھاڑے کا آٹا 3 گرام، بنولے کا آٹا 2 گرام، 25 گرام دودھ گائے میں ملا لیں، اور چھلکا اسیبغول 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 و سبز 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 :- سنگھاڑ خشک، گوند کثیر ہر ایک 6 گرام، نشاستہ، تال مکھانہ، ثعلب مصری ہر ایک 4 گرام، مازو، مصطکی ہر ایک 3 گرام۔ کوٹ چھان کر سفوف بنائیں اور برابر چینی ملا لیں، 6 گرام صبح اور 6 گرام شام لیں، منی کے پتلا پن اور سرعت کے لئے مفید ہے۔

جریان :- سنگھاڑ خشک، ستاؤڑ، موصلی سفید، بیج بند، سمندر سوکھ، سروالی، مغز بیج املی، موصلی سنبل، بیج، تال مکھانہ، خشخاش سفید، دانہ الاچھی کلاں، برابر وزن لے کر سفوف بنائیں اور برابر چینی ملا لیں، 6 گرام صبح، اور 6 گرام شام ہمراہ دودھ نیم گرم استعمال کریں۔



امرو دغذا بھی اور دوا بھی

درد دانت :- اس کے پتوں کو چبانے سے دانتوں کا درد دور ہو جاتا ہے۔
کھانسی :- گرم ریت میں امرو کو بھون کر کھانے سے کھانسی کو آرام ہوتا ہے نزلہ و کھانسی میں بھنے ہوئے امرو میں نمک ملا کر کھانا چاہیے۔

بھنگ و دھتورے کا زہر :- اس کا رس پلانے سے یا امرو دکھلانے سے بھنگ و دھتورے کا زہر دور ہو جاتا ہے۔

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

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

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

معجون امرو :- پکے ہوئے امرو 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 امرو کا نام سے استعمال کرتے ہیں۔

مرہہ امرود: آدھ پکے امرود کو بانی میں دھو کر چینی کی چاشنی میں رکھنے سے جو مرہ تیار ہوتا ہے، یہ خونی دستوں میں بہت مفید ہے مرہ 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 ہوا 250 گرام، عرق گلاب سواتین 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 بنالیں، 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 شربت 100 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 کپڑوٹی کر کے آگ کی بھویل میں بھون لیں، اچھی طرح پک جانے پر گولے کورات کو شبنم (اوس) میں رکھ دیں، صبح اوپر کی مٹی اتار کر اس امرود کو کھالیں، 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۔



باکھڑ قدرت کی عطا

اقسام:- رنگ کے اعتبار سے دو قسم کی ہوتی ہے، ایک کالی جسے زیادتی خوشبو کے باعث عطریات و خوشبویات 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 و جالینوس 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۔

افعال و خواص:- 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 پہنچاتا ہے، معدہ و جگر 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۔

جھائیاں:- اس کا بالکل باریک سفوف بنا کر دودھ گائے میں بھگو کر چہرہ پر ملنے سے چہرہ کی چھائیاں و داغ 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 کرنے سے تشنج (ایٹھن) کو آرام آ جاتا 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 لگائیں، 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 اُبتن:- بال چھڑ اور کیکر کی پیتیاں 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 سلانی 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، ماز و سبز بے سوراخ ہم وزن لے کر مثل سرمہ کے سفوف تیار کریں، صبح اور رات کو سوتے وقت بلکہ سلانی 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 سلانی 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 کٹھلی کو جلا کر کوندہ بنالیں 9 ماشہ، دونوں کو کھل 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 جھرے ہوئے بال پھر مضبوطی سے اُگ آتے ہیں۔

پیٹ کی گیس:- خشک چھ گرام، تینوں دواؤں کو مثل ماندہ کے سفوف بنادیں 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، استسقاء لحمی کے لئے مفید ہے۔

پرانابخار:- 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 ماندہ کے سفوف بنائیں، پھر ترنجبین خراسانی چھ گرام کو پانی میں گھول کر اس میں سفوف کو گوندہ 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، عصارہ غافت چھ گرام طباشیر اصلی، بالچھڑ ہر ایک تین گرام، سب کو کوٹ چھان کر بالکل بار یک سفوف بنائیں، اور

پانی میں گوندہ 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، الاچھی خورد، عود خام (کچی)، دانہ الاچھی کلاں، جانتل 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 حیات، تاج قلمی، سونف، دانہ الاچھی کلاں، کچن، 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 پر سیاؤشاں 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 جو شانہ کو شامل کر دیں، پھر آدھ سیر سفید تیل 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 سر نو پیدا کرتا ہے۔
نوٹ:- بالچھڑکونہایت 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 پس کر چنے کے برابر گولیاں بنائیں، ایک گولی صبح اور ایک شام ہمراہ تازہ پانی دیں۔

جوارش جالینوس:- بالچھڑ، لاپچی خورد، تاج، دارچینی، جڑیان، لونگ، ناگر موتھا، سونٹھ، مرنج سیاہ، پیلی، قسط میٹھی، عود بلسان، اسارون، حب اسلاس، چرائیتہ میٹھا، کیسر اصلی ہر ایک دس گرام، مصطکی رومی ۲۵ گرام، چینی ۲۵ گرام، شہد ۲۵۰ گرام کا قوام بنا کر دواؤں کو کوٹ چھان کر ملا لیں۔

نوٹ:- مصطکی رومی کو علیحدہ پس کر کوٹی چھانی ہوئی ادویات میں ملایا جائے قوام کو انگیٹھی سے اتار کر اس میں کیسر کو عرق گلاب میں خوب کھل کر کے ملا دیں، پھر خشک دوا تھوڑی تھوڑی ڈال کر معجون تیار کریں، جب تک سرد نہ ہو چچ 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 نجان ہسپتہ)

(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 بتی بھگو کر اندام نہانی میں رکھے۔ تین دن متواتر یہ علاج کر کے مرد کے نزدیک جائے۔ انشاء اللہ حاملہ ہوگی۔

(2) اگر جماع کرنے کے بعد سارا بدن درد محسوس کرے تو سمجھو کہ رحم میں صفر 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 انشاء اللہ استقرار حمل ہوگا۔

(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 مردے ملے انشاء اللہ 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 گھانٹی پیدا ہو گئی ہے یا چربی چھا گئی ہے۔

علاج:- یہ ہے کہ زیرہ سفید اور فیل ناخن یعنی ہاتھی کے ناخن ہموزن لے کر روغن کنجد میں خوب باریک پیس کر تیار کر لے اور بعد حیض سے پاکی کے ہمبستری کرے انشاء اللہ 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 ہللیہ 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 انشاء اللہ 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 انشاء اللہ 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۔ انشاء اللہ حیض کھل کر آئے گا اور رحم صاف ہو جائے گا۔

السی بھی ہے خدا کی نعمت

لعوق:- لسوڑیاں دوسودانہ، عناب ولایتی پچاس عدد، بیج السی، بیج خطمی، ملٹھی (چھلی ہوئی) ہر ایک دس گرام، بہی دانہ چھ گرام، چینی سفید نصف سیر، بدستور معروف لعوق بنائیں، مقدار خوراک 20 گرام۔

دیگر: لعاب بیج السی نصف سیر نکال کر غسل (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، خشکاش 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، خشکاش، چرونجی، کوکوٹ کر اس میں اضافہ کریں، اور نیم گرم حالت میں لڈو بقدر 30 گرام باندھیں۔

فوائد:- منی کے پتلا ہونے اور شادی سے پہلے وبعد کی کمزوری کے لئے مفید ہے، بدن کو موٹا کرنے میں خاص طور پر موثر ہے۔

شربت کھانسی:- گل بنفشہ، پھول نیلوفر، پوست سالم ہر ایک 50 گرام، خبازی، عناب، بیج السی ہر ایک 25 گرام، اسپغول سالم، بھیدانہ 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 نزله آور نمونیہ کے لئے مفید ہے، بلین صدر اور مخرج بلغم ہے، گرم مواد کی تعدیل کرنا اور ان کو تسکین دیتا ہے۔

لعوق دمہ و کھانسی:- دارچینی، پھول زوفا، ملٹھی چھلی ہوئی، میتھی ہر ایک 15 گرام، لسوڑیاں، آلو بخارا ہر ایک 30 دانہ، مویز منقی، انجیر ولایتی، کچور ہر ایک 40 گرام، پر سیاؤشاں 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 چائیں۔

فوائد:- امراض سینہ، ذات الجنب، ذات الریہ، دمہ کے لئے مفید ہے، صدر کے خام مواد کو پختہ کر کے قابل اخراج بناتا ہے۔ (قربادین سریانی اطباء فرنگ)

گلے پڑ جانا:- 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 سڑ 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 ہر ایک 300 گرام، موم کوتیل میں پگھلا کر مندرجہ ذیل دواؤں کو کوٹ چھان کر اضافہ کریں۔ گل حطمی، گل بابونہ گل بنفشہ، اکلیل الملک، گل سرخ، افسنتین رومی، آٹاجو، بیج السی، میتھی، ہر ایک 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:- سوش 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:- گلمابند 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 مایوش 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، محلہ 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 ہو گئی، 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 بارد مو جب مرض تھا، اس میں بیج ایسی 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 کر لیں، 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 ارونج 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 کھل میں حل کر کے محفوظ رکھیں، استعمال کے وقت خوب آمیز کر لینا چاہیے، تاکہ دوا کا سفوف 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 آ جاتی 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:- سوئڈن 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 چمچ 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 دوران علاج میں کی

جاسکتی ہے، یہ تیل کوئی تیز اور رسمی چیز بھی نہیں ہے جس کا مضر اثر کسی مریض پر ہو سکتا ہے۔

ایک خبر رساں انجینی 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 اسی کا تیل، دل کے سلسلہ میں ان سے بہتر فوائد حاصل کئے جاسکتے ہیں۔



اشوک کی چھال

ہوالشانی:- اشوک کے جوشاندہ میں پھٹکڑی سفید ڈال کر پیشاب والی جگہ کو دھونا سیلان کے لئے مفید ہے۔

ہوالشانی:- سوجن کے لئے اشوک کی چھال، پُر وا (پنچانگ) اور امرنیل کے جوشاندہ سے ٹکور کریں، سوجن کم ہو جاتی ہے۔

ہوالشانی:- اشوک کے اندر کی چھال، پٹھانی لودھ، سیلکھڑی، گولر کا کچا پھول، بیج چھوٹی لاپچی، ما جو پھل، دھائے کے پھول، چنیا گوند، مولسری کی چھال، کیکر کی کچی پھلی، سب کو برابر لے کر کوٹ کر سفوف بنالیں اور کپڑ چھان کر لیں، ان سب کے برابر چینی ملا لیں، خواک چار سے چھ گرام ہمراہ دودھ گائے دیں، سیلان کے لئے مفید ہے۔

ہوالشانی:- اشوک کی چھال، اشوگندھا، ناگ کیسر، کیکر کی پھلی برابر لے کر سفوف بنادیں، دو سے تین گرام صبح و شام گرم پانی کے ساتھ لیں، سیلان کے لئے از حد مفید ہے۔



الایچی کلاں و خورد

الایچی: 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 الایچی لمبائی سے 2.5 سے 3.5 انچ تک بیضی کس قدر سہ گوشہ ہوتی ہے۔ بالائی حصہ نوکیلا، نچلا گول، دیسی کاغذا کی طرح موٹا چھلکا، سطح کھردری، جس پر دھاریاں ہوتی ہیں۔ رنگت میں بادامی سفیدی مائل زرد اور 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 بیضی ہوتی ہے۔ چھلکا چھوٹی الایچی کی طرح، مگر رنگ میں خاکستری مائل سرخ اور بیج بھی پہلی قسم سے بڑے اور تکنی شکل کے ہوتے ہیں۔

مزاج: چھوٹی درجہ دوم کے مرتبہ آخر میں گرم و خشک بعض نے درجہ اول میں گرم و خشک لکھا ہے، بڑی پہلے درجہ میں گرم اور دوسرے میں خشک ہے۔ چھوٹی الایچی سینے اور پھیپھڑے کے لئے غیر مفید ہے، طباشیر سفید، گوند کثیر اسے اس کی اصلاح ہو جاتی ہے۔ بڑی الایچی آنتوں کے لئے مضر ہے۔

فوائد: مفرح مقوی قلب، مسوڑھوں و دانٹوں کے لئے مقوی، قے متلی، پیٹ کے ریچی درد رطوبات معدہ، درد سر ریچی و دماغی تکالیف کے لئے مفید ہے، بڑی الایچی بھی چھوٹی کے ہم خواص ہے، تقویت ہضم میں چھوٹی سے زیادہ مفید ہے۔ ماڈرن ریسرچ کے مطابق کاسرا لریاح، دافع تشنج اور مقوی معدہ ہے۔

مقدار خوراک: الایچی خود ایک گرام سے دو گرام، ماڈرن ریسرچ کے مطابق بڑی الایچی ایک سے تین گرام تک، ماڈرن ریسرچ میں مغربی اطباء اسے استعمال نہیں کرتے ہیں۔

بڑی الایچی کے مرکبات

دست: بڑی الایچی 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 لپ کریں، درد سر کو مفید ہے۔
درد شقیقہ: الایچی کلاں کے چھلکے 10 گرام، نوشادر ایک گرام، باریک پیس کر اگر دہنی طرف درد ہو تو بائیں نتھنے میں اور بائیں طرف درد ہو تو دائیں نتھنے میں سو نگھیں۔ درد شقیقہ کو آرام آجائے گا۔

دوائے سنگرہنی: الایچی 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 چھاچھا اور سردیوں میں تازہ پانی سے استعمال کرائیں۔

عرق ہیضہ :- پودینہ 1/2 گرام، الائچی کلاں چار عدد، منقہ 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، طباسیر ہر ایک چھ گرام، چینی سفید 20 گرام، سفوف بنا کر روغن صندل اصلی میسوری 1.1/2 گرام تھوڑا تھوڑا ڈال کر کھل کریں۔ ایک گرام صبح و شام 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 الانچی :- 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 ہر مہرہ خالص مروارید نافستہ کشتہ عقیق کشتہ یشب مغز کنول گٹھ ورق چانی سب دوائیں برابر لے کر پہلے زہر مہرہ اور موتیوں کو عرق کیوڑہ میں کھل 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 دورتی ہمراہ خمیرہ گاؤ زبان دیں۔

پیشاب کی نالی کے زخم :- ست الائچی خورد دست سلاجبت طباسیر، اصلی، تال کھانہ، 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، طباسیر، ست گلو برابر کوٹ چھان کر سفوف بنالیں دورتی سے ایک گرام عرق سفوف یا پانی سے دیں خرابی ہاضمہ و بخار کیلئے مفید ہے

دوائے معدہ :- نوشادر پھلی 20 گرام، الائچی خورد 20 گرام، کالی مرچ 10 گرام نمک سیاہ 150 گرام پیپر منٹ کرٹل (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 بہاسکر چورن :- (شارنگدھر) الائچی خورد 20 گرام نمک سانہرا سی گرام انار دانہ چالیس گرام نمک سو نچل پچاس گرام نمک ڈرنمک سیندھاپلا مول زیرہ سیاہ پبلی تیز پات لامبید ناگ کیسر ہر ایک بیس گرام مرچ سیاہ زیرہ سیاہ سوٹھ ہر ایک دس گرام سفوف بنائیں سات دن رس لیموں میں کھل کر کے محفوظ رکھیں۔

کمزوری معدہ :- طباسیر 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 مصطلگی رومی سونف برابر وزن پیس کر سب کے برابر مصری ملا کر تین گرام دن میں دو سے تین بار مرہ آمہ 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 پر یہ 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 مجون بنالیں 2 گرام روزانہ نیم گرم دودھ سے دیں۔

چٹکی اطفال:- دانہ الائچی خورد ریوند چینی سہاگہ بریاں هموزن 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 تبار کر لیں چار رتی مرہ 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 کھل کر کے شیشی میں رکھیں اور 1 گرام کی مقدار میں مکھن میں دیں کمزوری دل کمزوری جگر اور بخار میں مفید ہے۔

آیور وید گ گلو کوز:- ورق چاندی طباشیر خالص الائچی خورد ہر دو برابر لے کر چینی گنی ملا کر کھل میں تین گھنٹہ کھل 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 کھریاز ہر مہرہ 25 گرام، نارجیل دریائی 15 گرام عقیق بھسم 10 گرام مرجان بھسم دس گرام ورق چاندی 15 عدد باریک کھل کریں خوراک 2 گرام ہمراہ رُب انار دیں۔

دیگر:- طباشیر دانہ الائچی خورد صندل سفید نارجیل دریائی دھنیا خشک زور و زہر مہرہ ابریشم مدبر کھربا 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:- زہر مہرہ خطائی دانہ الائچی خورد طباشیر ہر ایک 50 گرام ورق چاندی 5 گرام باریک پیس کر سفوف بنالیں خوراک 4 گرام ہمراہ مرہ سیب یا مرہ آملہ یا مرہ گاجر دیں قلبی دمہ و دل کی گھبراہٹ و کمزوری دل میں مفید ہے۔

ستوپلا دی چورن:- طباشیر اصلی 80 گرام پپلی 80 گرام الائچی 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 الائچی کے مرکبات

پیٹ کی گیس:- سونف سونٹھ پپلی بڑی الائچی ہر ٹشکر تری برابر وزن لے کر سفوف بنائیں خوراک ایک گرام نہایت عمدہ چورن ہے۔

دیگر:- پپلی الائچی 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 کالانمک 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۔

ہچکی:- الائچی 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 حدستے 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 مہاراشٹر میں انار کی پیداوار کثرت سے ہوتی ہے اس کا تناز 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 حالبس اسہال مقوی معدہ و جگر حار ہے، بخاروں میں متلی اور قے کو روکنے کے لئے شربت انار برف کے ساتھ مریض کو پلانا چاہیے۔

اطباء قدیم بقراط و سقراط پوست انار و پوست نیخ 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 حالبس 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 بچگی کو دور کرتا ہے۔ انار کا شربت نہایت سرد اور مفرح مسکن صفر 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 ممالک 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 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 تحفہ 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 الرحمن 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 العمل کر

نیوالوں کے لئے انار کے درختوں کو جھکا دیا جائے گا۔ تاکہ وہ ان درختوں کا پھل آسانی سے اپنے استعمال میں لاسکیں اور انواع و اقسام کا یہ پھل اپنے بے شمار ذائقوں کی بنا پر ان لوگوں کے لئے اکل و شرب 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:- ہوالشانی:- میٹھے انار کے پتے سایہ میں خشک کر لیں 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:-

ہوالشانی:- 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 ہو جائے اکسیر 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:- اگر آنکھوں میں خارش رہتی ہو یا پلکوں کے بال گر گئے ہوں اور آنکھیں سرخ سرخ اور بھدی معلوم ہوتی ہوں تو ان امراض کو دور کرنے کے لئے درج ذیل دوا تیار کریں۔

ہوالشانی:- 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 رکھیں اور رات میں سوتے وقت ایک ایک سلائی دونوں آنکھوں میں ڈالیں خارش چشم اور پلکوں کے لئے مفید ہے۔

دھند، جالا، اور خارش چشم:- ہوالشانی:- کھٹے انار کے دانوں کا پانی نکال کر تانبہ کے برتن میں ڈال کر انگاروں پر رکھ کر پکائیں جب گاڑھا ہو جائے تو استعمال کریں خارش کے علاوہ دھند اور جالا کے لئے بھی مفید ہے۔

بعض اطباء کا قول ہے کہ انار کی سات کلیاں اس طرح نگلیں کہ اسے ہاتھ نہ لگے بلکہ منہ سے توڑ کر نگل لیں تو ایک سال تک نہ آنکھیں دکھتی ہیں اور نہ پھوڑے پھنسیاں نکلتے ہیں ابن زہر نے لکھا ہے کہ صرف ایک کلی نگلنے سے بھی یہی فوائد ظاہر ہوتے ہیں۔

بہرہ پن:- ہوالشانی:- انار کی ٹوپی لونگ جنبد ستر ہر ایک دس گرام سہاگہ بریاں 3 گرام ترکیب:- چاروں ادویہ کو 30 گرام روغن بادام تلخ میں کھرل کریں بعد ازاں اسے 100 گرام سرکہ میں ڈال کر یکا ہلکا سا جوش دے کر شیشی میں سنبھال رکھیں۔

ترکیب استعمال:- صبح شام 2/3 قطرے کان میں ڈالیں انشاء اللہ بہرہ پن جاتا رہے گا لیکن پیدائشی بہرہ پن کیلئے یہ مفید نہیں ہے۔

کان کا ورم:- اگر کسی وجہ سے کان پر ورم آجائے تو اس کے لئے درج ذیل ترکیب پر عمل کریں ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

ہو الشانی:۔ 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 کھٹایا 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۔

ہو الشانی:۔ 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 آجائے 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۔

ہو الشانی:۔ انار شیریں کے سر میں سوراخ کریں اور آہستہ آہستہ حسب گنجائش روغن بادام بھر دیں اور آگ پر رکھ دیں تاکہ 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

ہو الشانی:۔ انار دانہ سناکی ہر ایک دس گرام سونف زنجبیل پوست ہلیلہ زرد نمک سیاہ ہر ایک چھ گرام۔

ترکیب تیاری: تمام ادویہ کو کوٹ کر سفوف بنالیں۔

ترکیب استعمال: 9 گرام ہمراہ پانی۔

پیٹ درد:۔ اگر کسی شخص کے پیٹ میں درد ہو جائے تو اسکی تکلیف ناقابل 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 بروقت طبی

امداد نہ مل سکے تو مریض کی جان ضیق میں پھنس جاتی ہے اس کا انتہائی آسان علاج درج کیا جا رہا ہے غذا کی غذا دوا کی دوا۔

ہوالشانی:- 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 ہوالشانی:- 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 لگھی کے ساتھ کھلائیں تاکہ متلی پیدا نہ ہو۔

بواسیر کا خون بند کرنا:- ہوالشانی:- 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۔

ہوالشانی:- 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 بڑ 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 خطا نہیں گیا بڑے بڑے لاعلاج مریض اس کے استعمال سے تندرست اور صاحب اولاد ہو گئے۔ ہوالشانی:- انار شیریں کے دوسیر پانی میں مردارید نافستہ ورق طلائی اور ورق نقرہ 5-5 گرام کھل 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۔ ہوالشانی:- 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

ہوالشانی:- 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 تریاتی اثر ہے چنانچہ بھڑ وغیرہ کے کاٹے برگ انار کو پیس کر لگانے سے فوراً آرام ہو جاتا ہے۔



پیتے 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 چمچ نیم گرم پانی میں ملا کر پلایا جاتا ہے اس کے تین گھنٹے بعد کیسٹر آئیل کا جلاب دیا جاتا ہے۔

داد چنبیل:- بیجوں کو گلیسرین میں ملا کر دار چنبیل پر لیپ کرنے سے مکمل آرام آ جاتا ہے۔ اسکے پتوں کی پلٹس بنا کر درم پر بندھوائیں، تو درم، سو جن، تحلیل ہو جاتا ہے۔

ایام کی تنگی:- اس کا کچا پھل تین چار دن لگا تار 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 شور باپینے سے بھی عورتوں میں دودھ زیادہ ہو جاتا ہے۔

بڑھاپے کا علاج:- پیتے کا استعمال مسام کے باریک سوارخوں میں داخل ہو جاتا ہے، اور جسم کے مرض یا سخت مساموں یا ان کے حصوں میں گھلا ڈالنے 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 لاسکتے ہیں، اور جو غیر قدرتی زندگی گزارنے کی وجہ سے وقت سے پہلے ہی بڑھاپے کے وزن سے دبے ہوئے ہیں، انہیں چھٹکارہ دلا سکتے ہیں اور اس کے لئے پیتے، نے ہی انسانی زندگی کو پر مسرت بنانے میں بھاری مقبولیت پائی ہے۔ انسانی جسم کے ماہرین کے ذریعے کی گئی تحقیق کے مطابق پیتے کے کئی کرشمات کو شمار کیا جاسکتا ہے، لیکن دکھ 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 شکوک 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، کیشیم، کلورین، فاسفورس، آئرن، پروٹین اور وٹامن اے اور وٹامن سی کے علاوہ لوہا بھی پایا جاتا ہے یہ آئرن ہونے کی وجہ سے مکی 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 پتھریوں 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 نقطہ 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 کر لیں، انہیں اچھی طرح پانی میں صاف کر کے ان کا رس نکال لیں مندرجہ بالا طریقہ سے بنائی گئی مقدار کے مطابق صبح و شام استعمال میں لاویں، اس کے رس کا اس طرح لگا تار 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 و شام بیمار شخص کو مندرجہ بالا مقدار کے مطابق اس کے رس کا استعمال کرانے سے اس میں نیا خون کا دورہ ہو کر 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 ہو کر 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 و چستی 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 رس 5 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، بد ہضمی، درجہ، 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 کر لیں کہ مرض کتنا پرانا ہے اگر مرض کی شروع حالت ہے تو دس دنوں تک اس رس کا استعمال کرنے سے فائدہ ہو جاتا ہے، اگر مرض پرانا ہے تو دوا کی صورت میں اس کا کئی دنوں تک استعمال کرائیں، جب تک مرض دور نہ ہو جائے۔

مرض ٹھیک ہو جانے 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 الٹی آنا:- قے (الٹی) ایک ایسی حالت ہے کہ اس میں مریض اور اس کے خاندان والے دونوں تنگ آ جاتے ہیں قے کی حالت میں پالک کے رس کا استعمال اس طرح کرائیں: پالک کا رس 5 گرام، پیاز کا رس 5 گرام، پودینہ کا رس 5 گرام۔ ایک خوراک۔

مندرجہ بالا سب کا رس نکال لیں اور آپس میں ملا لیں 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 ہو جائیں۔

ہاضمہ کی طاقت بڑھانے کے لئے:- پالک کے رس کا اور اس کی سبزی کا جو شخص لگا تا 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 پیٹھک انٹی بائیوٹک ادویات کے استعمال سے بھوک مرجاتی 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، رتوند ہی مرض میں پالک کا استعمال بہت ہی مفید ہے اس کے استعمال سے نظر بھی بڑھتی ہے۔

بچوں کا سوکھا مسمان:- 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 سوکھا مسمان کا مرض دور ہو کر اس مرض سے آرام آ جاتا 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 بنایا 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

عشبه، برہمڈنڈی، شیشم کا برادہ ہر ایک 25 گرام، عناب 40 عدد، 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 گرام عرق عشبه میں ملا کر پیئیں، یہ پھوڑے پھنسیاں، خارش اور عام جلدی امراض کے لئے مفید ہے۔

عرق مصفی خون: شاہترہ (پا پڑا) 50 گرام، سر پھوکہ 50 گرام، برادہ لکڑی شیشم 50 گرام، منڈی 50 گرام، مہندی کے پتے 50 گرام، بسفانج 50 گرام، کالی ہرڑ 50 گرام، چرائیتہ 20 گرام، گاؤزبان 20 گرام، عشبه مغربی 20 گرام، پر سیاؤشاں 20 گرام، کاسنی 100 گرام، مکوشک 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 (پا پڑہ) چرائیتہ، منڈی، سر پھوکہ، 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 پا پڑا (شاہترہ) کے ساتھ روزانہ صبح و شام دو ہفتہ تک پلائیں، اسکے بعد جلاب دیں، سودا کا منج ہے اور خون صاف کرتا ہے۔

دوائے مصفی خون: شاہترہ، چرائیتہ، منڈی، سر پھوکہ، صندل، سفید، ہرڑالی ہر ایک 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، چرائیتہ، بیج کاسنی، نیلوفر، چھلکا ہرڑ زرد، ہر ایک 5 گرام۔ رات کو گرم پانی میں تر کریں صبح صاف کر کے شربت عناب 20 گرام ملا کر پلائیں۔

معجون مصفی خون: شاہترہ (پا پڑا) 120 گرام، چھلکا ہرڑ زرد 100 گرام، چھلکا ہرڑ کالمی 70 گرام، چھلکا بہیڑہ 50 گرام، آملہ صاف 50 گرام، سناء کی 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 ہو گیا ہو یا زہر یلا مادہ جسم میں موجود ہو بعد جلاب اس معجون کو استعمال کرائیں۔

خوراک: 5 گرام ہمراہ عرق سونف 40 گرام و عرق شاہترہ 40 گرام ہر روز صبح و شام پلائیں۔ زبردست مصفی خون ہے۔

اطریفل شاہترہ (پا پڑا): 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۔

پاڑا (شاہترہ) 40 گرام، چھلکا ہرڑ پیلی، 10 گرام سویز منقی 100 گرام، پوست ہلیہ زرد 90 گرام، چھلکا بہیڑہ، چھلکا آملہ ہر ایک 60 گرام، سناء کی 30 گرام، پھول گلاب 15 گرام۔

سوائے سویز منقی کے تمام ادویات کو کوٹ چھان کر روغن بادم بقدر حاجت سے چرب کریں پور سویز منقی (منقی سے دانے نکالے ہوئے) کو سل پر پیس لیں، بعد از آں شہد خالص تین گنا ملا کر حسب معمول تیار کریں، خوراک چھ گرام صبح کو نہار منہ یا رات کو سوتے وقت عرق مصفی خون (جس کا نسخہ اوپر دیا گیا) 100 گرام کے ہمراہ کھلائیں۔

شربت مصفی خون: پاڑہ (شاہترہ) کے پتے، چراستہ، سر پھوکہ، 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 و شام برابر پانی ملا کر دیں۔
خون کی خرابی، پھوڑے پھنسی، خارش وغیرہ جلدی بیماریوں کے لئے بہت ہی مفید ہے، زہریلے مادے کو بالکل کھودیتا ہے۔

منڈی بوٹی دس گرام، گیر و 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: پاڑہ، مہندی کے پتے، چراستہ، منڈی، مریج سیاہ تمام برابر وزن لیں، دن میں 3 بار بقدر 3 گرام، تازہ پانی میں ابال کر استعمال کرائیں۔ زبردست مصفی خون ہے، سفید و سیاہ داغ، دھبوں، پھوڑوں، خارش تر و خشک کیلئے مجرب ہے۔

دیگر: پاڑہ، 50 گرام، چینی 250 گرام، پاڑہ کو کوٹ 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، تاکہ ایک ذات ہو جائے دوا تیار ہے، دس گرام روزانہ استعمال کریں، زبردست مصفی خون ہے۔



کچھ خاص نسخے تندرستی کیلئے

سویا کا استعمال گھریلو ادویات میں اور آیور وید و 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، ہجکی 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 پہلے بھی سویا لے لیں، اس طرح تھوڑے دن تک کرتے رہنے سے اچھا رہ اور پیٹ کا بھاری پن پیٹ درد دور ہو جاتا ہے اور پاخانہ بھی کھل کر آتا ہے۔

چھاتیوں کی خرابی:- پر سوت 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 وائر:- سویا سواکلو، کشمش سواکلو، پانی کلو ان کا 4 بوتل عرق نکالیں، اس میں دس گرام سوڈا ابائی کارب ملائیں، پھر اس عرق میں سکرین ایک رتی میٹھا کرنے کے لئے ملا دیں۔

بچوں کی بدھضمی، پیچش:- مروڑ، ہرے پیلے دست، کھانسی و آنتوں وغیرہ کی تکلیف کے لئے از حد مفید ہے گرائپ وائر کی طرح ایک چھوٹا چمچ صبح اور ایک چھوٹا چمچ شام کو دیں۔

بچوں کا پیٹ:- عرق سویا، عرق سفوف، عرق الاچھی برابر وزن ملا کر تھوڑا تھوڑا بچے کو پلاتے رہیں، پیٹ درد میں آرام آجائے گا۔

بچوں کا قولنج:-

سویا ایک گرام، سفوف ایک گرام، دھنیا خشک ایک گرام، مویز منقہ دو دانے، سب کو پانی دس گرام میں جوش دیں اور شہد سے میٹھا کر کے چمچہ چمچہ ملائیں۔

بچوں کی ہجکی:- عرق سویا دیں، اور چینی سفوف بنا کر چٹاتے رہیں۔ بریاں، مولسری کی چھال کا سفوف، زخم حیات، کتھ، سرد چینی، مرچ سیاہ، انزروت سب برابر بار یک پیس کر کپڑ چھان کر کے بوتل میں بند رکھیں۔

پہلے کی طرح دس پندرہ منٹ سر پھو کہ 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 خوشمار ہیں گے۔

بواسیر:- سر پھوکہ کے پتے 6 گرام، بھنگ کے پتے ایک گرام، الابچی چھوٹی 5 عدد، مرچ سیاہ 5 عدد، روزانہ صبح خالی پیٹ گھوٹ کر ایک ہفتہ پلائیں انشاء اللہ بواسیر کو خاطر خواہ آرام فائدہ ہوگا۔

زہریلے امراض:- جن اشخاص کو زہریلے امراض ہوں یا جلدی امراض پھوڑا، پھنسی یا ذہل نکلنے کی تکلیف رہتی ہے، تو سر پھوکہ کے پتے، شاہترہ کے پتے، آملہ، چرائیہ، چوب چینی، عناب، بکائن ہر ایک برابر لے کر ان کا عرق نکلو کر روزانہ نصف پیالی صبح و شام شہد خالص ڈال کر پیئیں، 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 پیئیں۔

کنٹھ مالا:- اکاس تیل، سر پھوکہ، منڈی، بچ ہلہل اور مرچ سیاہ برابر برابر لے کر 6 سے 9 گرام روزانہ خالی پیٹ گھوٹ کر آٹھ دس دن پلائیں، گلتیاں 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 ٹیٹی کے راستہ آتا ہو تو سر پھوکہ، اکاس تیل، آملہ، مرچ سیاہ زخم حیات برابر برابر لے کر 6 گرام روزانہ گھوٹ کر صبح و شام دوبار 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 گلاسٹامادہ اور سدوں کا اخراج ہوگا، خالص خون پیدا ہو کر دن بدن رو بصحت ہوتا جاوے 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 ٹمپرچر نارمل نہیں ہوتا، اس کے لیے سر پھوکہ کے پھول پتوں و کرنجہ کے پتوں کا سنی، ناگر موٹھا برابر برابر لے کر 6 گرام سے 9 گرام کا گرم گرم جوشاندہ کاغذی 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 ایلو پیتھی والوں کے پاس کوئی بھی مؤثر اور کامیاب علاج نہیں، بڑے بڑے امیر، وزیر و بدر بھٹکنے اور زرخیر صرف کرنے کے باوجود بھی آخر جلد لقمہ 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 بٹھانے کے لئے اور انسانیت کی بھلائی و خیر خواہی کیلئے اس سنیا سی 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: سر پھوکہ، زخم حیات، ڈھاک، پودینہ، برہمڈنڈی، چوہا کئی، منڈی، جل نیم، مرچ سیاہ، کتھ سفید، نیل کٹھی ہر ایک برابر وزن لے کر اس کا سفوف علیحدہ علیحدہ بنا کر یک جان کر لیں، اور پانی سے استعمال کریں۔ (خوراک 5 گرام سے 10 گرام تک دیں۔)

اپنے زور اور عجیب الاثر ہونے کا حیرت انگیز چمکار ہفتہ عشرہ میں ہی ظاہر کر دے گا۔

عرق مصفیٰ خون: سر پھوکہ 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 ساری لکڑی، پھول نیلوفر، پھول گلاب، دھنیاں خشک، برادہ صندل سفید، بیج کاسنی، جڑ کاسنی، میٹھ، بید سادہ کے پتے، برادہ لکڑی شیشم ہر ایک 100 گرام۔ تمام دواؤں کو 24 گلوپانی میں ایک دن رات بھگو دیں، پھر 12 گلو عرق کشید کریں۔ خوراک 100 گرام عرق، شربت عناب 20 گرام میں ملا کر پییں، خون صاف کرتا ہے، اور پھوڑے پھنسیوں و جلدی 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 اصطلاح 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 کاربوناں (Carbonas) ہوتے ہیں جو بعض طبی اغراض کے تحت استعمال میں لائے جاتے ہیں تاکہ ان سے ازالہ امراض اور صحت کی بازیابی ہو سکے۔ ایسی ادویہ کو ادویہ محرقہ و مکلسہ کہا جاتا ہے۔ کشتہ سازی میں بروئے کار آنے والی دوائیں حرارت کے زیر اثر کیمیائی اعمال سے متاثر ہو کر ایک نئی شکل اختیار کر لیتی ہیں جن سے بدنِ انسانی میں ان کا انجذاب ممکن اور سہل ہو جاتا ہے اور خون میں شامل ہو کر اپنے افعال و اثرات مرتب کرتی ہیں جس سے بدن کی حرارتِ عریزی فعال و متحرک ہو جاتی ہے۔ نیز بنیادی شرح استعمال 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 ذرات 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۔ مکمل دواء اپنی خاص تاثیر کے علاوہ اس بوٹی یا دواء کی تاثیر بھی رکھتی ہے جس میں اسے کشتہ کیا گیا ہے، مثلاً سنگ جراثیمت حابس دم و مدل جراثیمت ہے۔ شیر خرمیں کشتہ شدہ دافع حمی دق، گلو میں کشتہ شدہ دافع اقسام حمی، شبِ یمانی میں کشتہ شدہ دافع ناصور ہے۔

معیاری کشتوں کی شناخت اور اس کا طریقہ

- (1) **کشتہ ابرک** :- کشتہ ابرک کو برگ مدار تازہ میں کھل کر لیں یا آب برگ مورد 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 گزرنے 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 طلا** :- سونے کے کشتہ کو آتش لیموں میں کھل کر لیں۔ 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 قرضل کے ساتھ کھل کر لیں۔ اگر یہ سیاہ رنگ دے تو چاندی کے کشتہ کی یہ خاص پہچان ہے اور کشتہ معیاری ہوگا۔
 - (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 امتاس اور چرچہ کے پانی میں کھل کر لیں: 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 تار ہے 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 سنگھیا** :- سنگھیا 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 سنگرف کو آگ پر ڈال کر دیکھیں، اگر دھواں نہ دے تو نہایت عمدہ ہے، ورنہ معمولی ہے۔
- کشتہ سنگرف کو لیموں کے رس میں خوب کھل کر لیں۔ اگر رنگ تبدیل ہو جائے تو یہ ناقص ہے۔

کشتہ کی مدت استعمال

جب کشتہ حسب 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۔ ماہرین 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 کوشیشی 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 کرنا ہوا انہی امراض کے مناسب حال چیزوں اور یوٹیوں میں تیار کئے گئے کشتوں کو اختیار کیا جائے۔

(3) ابتداء 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 نضح واستفراغ کی روشنی میں کر لیں۔

(4) کشتہ جات کو حتی الامکان موسم گرما میں استعمال نہ کریں۔ خصوصاً ایسے کشتہ جات جو کہ حار المزاج ہوں۔ البتہ سرد اور ضعیف العمل کشتے گرمیوں کے دنوں میں استعمال کرائے جاسکتے ہیں۔

(5) سنکھیا، شنگرف یا دیگر کشتوں 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 حسب ہدایت چھ ماہ تک یا اس سے کم وبیش عرصہ کے لئے کشتہ کو محفوظ رکھ لیں۔ پھر حسب 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 جاسکتا 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 تعیین 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 1mg to 2ugm تک کی مقدار خوراک سے مطلوبہ فوائد حاصل کئے جاسکتے 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



ہلیہ سیاہ کی حقیقت

یہ ایک درخت کا پھل ہے۔ ہلیہ سیاہ (کالی ہڑ) ہلیہ زرد (پیلی ہڑ) اور ہلیہ کالی، اس کی 3 قسمیں ہیں۔ جو پھل گٹھلی پیدا ہونے سے پہلے گر پڑتے ہیں، انہیں ہی ہلیہ سیاہ (کالی ہڑ) کہتے ہیں اور جب ہلیہ نشوونما پا کر موٹی ہو جائے تو اسے ہلیہ کالی 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 ہلیہ کے متعلق مختلف روایات پائی جاتی ہیں، اکثر روایات ہلیہ زرد کے متعلق ہیں، لیکن سرکردہ اطباء نے اسے ہی مفید بتایا ہے، اور ان کے تجربات ہلیہ سیاہ سے متعلق یہ ہیں کہ:-

مندرجہ بالا بدرقات کی مساوی مقدار کے ساتھ ہلیہ 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 جاسکتا ہے۔

ہلیہ 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 ہلیہ سیاہ کی یہ خاصیت بھی ہے کہ سرعت کا عارضہ دور ہو جاتا ہے، غرضیکہ اس چیز کا ایک سالہ استعمال کا یا پلٹ کر دیتا ہے، قدیم وقتوں میں ریاست جودھ پور کے ایک 65 سالہ بوڑھے شخص کو ایک سال تک ہلیہ سیاہ کا استعمال کرایا گیا۔ سال بھر کے بعد بڑے میاں نے نئی شادی نو جوان 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 نکات ہیں، جس سے بہت کم اطباء واقف ہیں اور یہ دونوں باتیں معلوم نہ ہونے سے بعض اوقات ہلیہ 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 ہلیہ بعض مزاجوں میں خشکی پیدا کرتی ہے اور اس کے رفع کرنے کی دوتاہیر ہیں۔

پہلی تدبیر یہ ہے کہ ہلیہ 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 ہلیہ

نام مہینہ	بدرقہ مناسب موسم	مقدار خوراک ہرڑ	مقدار خوراک بدرقہ
جنوری، فروری	دار فلفل (پیلی) سفوف	5 گرام	5 گرام

مارچ، اپریل	شہد خالص	8 گرام	8 گرام
مئی، جون	گڑسیاہ 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	سوٹھ 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 (پر ماتما) کی بڑی بخشش ہے، حکمت خداوندی کا عطیہ ہے جس کو چاہے دے، جس کو چاہے نہ دے فن 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، قیام 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 مضر صحت ہے۔

9- پکلی اور شیرہ کی چیزیں کھا کر فوراً پانی پینا بہت ہی نقصان دہ ہے کیونکہ اس سے کھانسی و دق ہو جانے کا خطرہ ہے۔

10- دوران غذا کم پانی پینے سے کھانا خوب ہضم ہوتا ہے۔

11- صبح و شام 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 ہوتا ہے۔

1- جن علاقوں میں سانپ یا کچھو زیادہ ہوتے ہیں وہاں بغیر جوتا نہیں چلنا چاہیے۔
2- لاپرواہی سے کھنے درختوں، جھاڑیوں اور زمین یا چٹانوں کی دراڑوں سے نہ گزریئے۔

3- کپڑے یا جوتے پہننے سے پہلے با احتیاط 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 بانڈ دیں، تاکہ زہریلا خون دل کی طرف نہ جائے اور جسم کے دوسرے خون میں شامل ہو کر زہر نہ پھیلا دے۔

6- کاٹے ہوئے مقام پر گہرا شگاف تیز گرم لوہے یا سلور نائٹریٹ یا نائٹرک ایسڈ سے جلادیں اور بعد از آں پوٹاشیم پرمینگنیٹ کے تیز لوشن سے دھولیں۔

7- سانپ کاٹے مریض کو شراب نہ دیں، کیونکہ دورانِ خون تیز ہو جانے سے زہر جسم میں فوراً جذب ہو جائے گا۔

8- کاٹے ہوئے مقام پر x نشان کے مطابق دو گہرے 3/4 انچ گہرے چیرے دیئے جائیں اگر میسر آ سکے تو زخم پر سینگ لگوا دیں، اور چیرے ہوئے مقام پر دو گرام بوٹاسٹیم پر مینکینٹ ڈال دیں، جو لوگ جنگلات میں رہتے ہیں ان کو سینک بائٹ لین سیڈ جس میں بوٹاسٹیم پر مینکینٹ بھرا ہوتا ہے، (یہ ایک چاقو ہوتا ہے) پاس رکھا جائے یا کم سے کم پوٹاش اور نشتر ضرور اپنے پاس رکھنی چاہیے، کیونکہ یہ دوا فوری طور پر استعمال کرنے سے سانپ کے زہر کا تریاق ہے۔

9- انٹی وینن بولی ویلینٹ (تریاق زہر مار) 100 سی سی کی وریڈی پچکاری کرنے سے تمام زہر کا اثر رک جاتا ہے بچوں کو بلحاظ عمر نصف مقدار کافی ہے، یہ مرکب انٹی وی نین کئی قسم کے سانپوں کا زہر ملا کر کئی انسٹی ٹیوٹ مین تیار ہو رہا ہے، ایک مستند ڈاکٹر اسے بخوبی استعمال کر سکتا ہے اور یہ ہر قسم کے زہر کیلئے کام دے سکتا ہے۔

10- مریض کو فوراً کسی سرکاری ہسپتال میں پہنچایا جائے کیونکہ پولی ویلینٹ سیرم ہر وقت ہسپتالوں میں دستیاب رہتی ہے۔

11- اگر کسی آدمی کے منہ میں کوئی زخم نہ ہو تو زہر کو چوسا بھی جاسکتا ہے، لیکن یہ ایک خطرناک عمل ہے کیونکہ اگر ماسخو رہ وغیرہ ہو تو تندرست شخص کو بھی اس زہر کا اثر ہو سکتا ہے۔

12- پوسٹ ریٹھا چھ گرام پانی ایک پاؤ میں شیرہ نکال کر تھوڑا تھوڑا پانچ چھ بار پلانا مفید ہے جب شیرہ کڑوا لگے تو سمجھیں کہ زہر اتر چکا ہے، جب تک کروانہ لگے، پلاتے رہنا چاہیے۔ اس سے الٹیاں آنی شروع ہو جاتی ہیں اور مریض بچ جاتا ہے، جب زہر دور ہو چکے، تو دودھ اور گھی پلانا چاہیے۔

تریاق زہر سانپ:- زہر مہرہ خطائی دس گرام، روح کیوڑہ خالص 50 گرام، دونوں کو اچھی طرح کھل 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 پیل 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 پچھلے لگا کر دیکھیں، اگر خون نہ نکلے، تو جان لیں کہ مر چکا ہے، بعض آدمیوں کو ششماہی یا سالانہ ایک خاص موسم میں سانپ کاٹتی ہے، ان کو قبل آغاز موسم دو ہفتہ پہلے ایک ایک گرام سفوف پوسٹ ریٹھا استعمال کرائیں، جس سے وہ بوئے مست زائل ہو جائے گی، جس کے سبب سے سانپ کاٹا کرتی ہے، اگر کسی گھر میں سانپ ہو یا آمد و رفت ہو تو 5 گرام سفوف ریٹھا پانی میں گھول کر جا بجا سانپ کے آنے کی جگہ پر چھڑک دیں، مارگزیدہ موشیوں 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 پوسٹ 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۔

مارگزیدہ 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 مارگزیدہ 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 مارگزیدہ کو مردہ سمجھ کر جلایا 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 مارگزیدہ کو لٹا کر اس کی آنکھ کھول کر دیکھیں اگر مارگزیدہ کی آنکھ کے ڈیلے میں آپ کا عکس یعنی تصویر دکھائی دے تو مارگزیدہ زندہ ہے۔

2- اگر رات کا وقت ہو تو مارگزیدہ کو اندھیرے کمرے میں لٹائیں اور آنکھ کھول کر سامنے جلتے ہوئے چراغ کی شعاع مارگزیدہ 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 مارگزیدہ 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 جا رہی ہیں جو گھروں سے سانپ کو بھگانے اور محفوظ رکھنے کے لئے بارہامفید 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 ریٹھ یا پیاز ہوگا۔ 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 جلادیں سانپ گھر چھوڑ کر بھاگ جائے گا۔



بچھوکاٹے کا علاج

بچھوکے ڈنک مارنے سے مقام 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 بچھوکاٹے کے لئے نہایت مفید ہیں:-

1- املی کانچ لے کر پتھر پر پانی سے گھس کر جو پیسٹ سا نکلے، وہ مقام نیش پر اور آدھا انچ ارد گرد لگائیں، فوراً آرام ہوگا۔

2- جب آموں کے بروکا موسم ہو، ہاتھوں پر یہ بورا چھی طرح مسل لیا جائے اور اس دن ہاتھ نہ دھوئے جائیں، چھ ماہ کے اندر جب بھی بچھوکاٹے دور چار بار ہاتھ پھیرنے سے بچھوکا زہر دور ہو جاتا ہے اگر بچھو یا بھڑاس ہتھیلی پر کاٹ بھی لے تو اثر نہیں ہوتا۔

3- کاربونیٹ آف سوڈا (سجی کھار) یا ایمونیا کارب کا گھول لگانے یا لائیکواری ایمونیا فورٹس مقام نیش پر لگانے سے آرام آ جاتا ہے۔

4- روغن تارپین یا ٹنگر آئیوڈین یا امرت دھارا (ست پودینہ، ست اجوائن، کافور، ہموزن گھول بنالیں) مقام نیش پر لگانے سے آرام آ جاتا ہے۔

5- جڑمدا رکھس کر لگانے سے بچھوکاٹے کو آرام ملتا ہے۔

6- چوننا اور شہد ملا کر جہاں بچھوکاٹے، لگا دیں، فوراً آرام ملے گا۔

7- گندھک اور نوشادر سرکہ میں گھول کر بچھوکاٹے کی جگہ پر لگائیں نہ درد رہے گا نہ تکلیف۔

8- جسے بچھوکاٹے پیاز کا عرق ۴۰ سے ۶۰ گرام ملا دیں، فوراً آرام ہوگا۔

9- چرچہ کی جڑ بچھوکے کاٹنے کی جگہ پر لگا دیں، تکلیف سے نجات ملے گی۔

10- عرق مولیٰ میں جمال گوٹھ گھس کر جہاں بچھونے کا ٹاٹا ہو لگائیں فوراً آرام ملے گا۔

11- چند بچھوپکڑ 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 بچھوکاٹے 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 بچھونے کا ٹاٹا 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 بائیں بائیں اس کے کاٹنے سے درد شدید ہوتا ہے اور بے ہوشی سی ہو جاتی ہے کنکھجورے کے کاٹنے سے بعض دفعہ میٹھی چیزیں کھانکی خواہش پیدا ہو جاتی ہے۔

علاج:- اگر کنکھجورہ بدن پر چپک جائے تو پیپتہ 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 پیتھ پانی میں پیس کر لیپ کریں۔
3- چراغ بجھاتیل 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 ایسٹرونیو ایرومیٹک 30 منم ایک گھونٹ پانی دیں یا دواء المسک معتدل جواہروالی دیں، کاٹے ہوئے مقام پر نمک خوردل دیں یا پیاز کی پلٹس باندھیں۔ اگر ورم کے بعد پیپ پڑ جائے تو عام زخم کی طرح علاج کریں۔

بھڑیا شہد کی مکھی کا کاٹنا

مقام ڈنگ پر سخت درد ہوتا ہے اور سوجن ہو جاتی ہے۔
علاج:- مقام 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 ہوگا۔
- 3- نازجیل دریائی مقام ڈنگ پر لگائیں درد و جلن کو فوراً آرام 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 ہوگا۔
- 7- ٹنچر آئیوڈین یا روغن لونگ یا روغن دراجینی لگائیں آرام آجائے گا۔

یہی ادویات چیونٹی کے کاٹے پر اور بچھو کاٹے کی تمام ادویات مٹری کے زہر کے علاج کے لئے بھی مجرب ہیں حسب موقع استعمال کر کے فائدہ اٹھائیں۔

کھٹل، چیچڑی، مچھرو وغیرہ کا کاٹنا

ڈنگ 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 چوہے 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 ادراک یعنی سوٹھ 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 موقع ملے تو تشخیص مرض کے لئے مندرجہ ذیل باتوں کا دھیان رکھیں:-

1- زہر خوردہ کے ارد گرد کوئی زہری کی شیشی یا پڑیا موجود ہے یا نہیں۔

2- زہر خوردہ کے جسم اور کپڑوں پر کوئی نشان ہے یا نہیں، کیونکہ تیزابی و کیمیادی زہروں کے کھانے سے عام طور پر کپڑوں وغیرہ پر داغ لگ جاتے ہیں۔

3- زہر خوردہ کے سانس کا معائنہ کیا جائے، کیونکہ افیون، شراب یا کاربالک ایسڈ کی بو سے زہری کی تشخیص آسانی ہو جاتا 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 زہری 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 دو طرف اٹھا کر دو تین سیکنڈ تک کھینچے رکھیں، اس طرح سینہ کشادہ ہو کر تازہ ہوا پھیپھڑوں میں داخل ہوتی ہے۔ پھر جلدی سے ان کو نیچے کی طرف لا کر سینہ کے دونوں طرف پسلیوں پر رکھ کر آہستگی سے دو سیکنڈ دبا کر رکھیں تاکہ 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۔

سٹاک 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 کر لیں، 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، سٹاک ٹیوب کو گیسرین وغیرہ سے چکنا کر لیا جائے اگر معدہ کی سوجن کی شکایت ہو اور 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 موقع پر مریض کا سر نرمی کے ساتھ پیچھے کی طرف کر دیا جائے۔ جب یہ معلوم ہو کہ ٹیوب کا سر ابال صوم 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 و سطانی میں رکھتے ہوئے داخل کیا جائے تو کوئی تکلیف پیش نہیں آتی۔

جب ٹیوب معدہ میں پہنچ جائے تو بذریعہ قیف سیال ڈالیں، کبھی کبھار رطوبت یا غذا برآمد ہوتی ہے، زہر خوردہ 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 ہو انظر 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 بونہ ہو جائے، اس طریقہ پر عمل کرنے سے پہلے کسی مستند ڈاکٹر سے عملی طور پر سیکھ لینا ضروری اور بہتر ہے۔

ترباق سنکھیا:- ناری گھاس جس کو نیتر بالا بھی کہتے ہیں جو تالاب میں ہوتی ہے ایک چھٹانک قدرے کہنہ اور ایک مریج 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:- مولیٰ کارس 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 سنگھیا کا زہر دودھ ہو جاتا ہے۔

دیگر:- سبز کرلیوں کو کوٹ کر اس کارس بقدر 100 گرام نکال کر پلانے سے قے ہو کر سنگھیا کا زہر ختم ہو جاتا ہے۔

دیگر:- برگ نیم کارس پلانے سے بھی سنگھیا کا زہر ختم ہو جاتا ہے۔

دیگر:- خالص گھی اور دودھ پلانے سے ہر طرح کے زہر ختم ہو جاتے ہیں۔

پارہ، رسکپور، دارچکنا، شنگرف وغیرہ کھالے تو
جسم ٹھنڈا، زبان سفید، خونی قے و دست، 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 کرلیا کی ترکاری بکثرت کھانے سے بھی پارہ جوڑوں سے دور ہو جاتا ہے۔

تریاق پارہ:- جو انسہ 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، مردار سنگ، 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۔

تانہ، توتیا، زنگار وغیرہ کا علاج

منہ میں تانہ کا ذائقہ زیادتی بھوک، گلابند ہو جانا، پیٹ میں سخت مروڑ و درد، سبز و نیلے رنگ کی الٹیاں، ہڈیاں، 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 رانی چھ گرام یا سفوف اپی کا ک 30 گرام دے کر قے کرائیں بعد میں آتش جو یا السی کا جوشاندہ وغیرہ پلائیں آتش جو کا بکثرت استعمال نہایت مفید ہے اگر مریض کی حالت خطرناک ہو تو نزدیک کے ہسپتال میں لے جانے کی ہدایت کریں۔

فاسفورس، دیاسلانی وغیرہ

پیٹ میں درد، جملن اور سوجن، پیاس کی شدت، مادہ 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، اسی کا جوشاندہ یا آش جودیں، 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 ہو جاتا ہے قے کا مادہ زمین پر گرنے سے جوش مارتا ہے آواز بند ہو جاتی ہے، ہچکی آتی ہے اور مریض کمزور ہو کر تشنج یا دم بند ہونے کے ساتھ دو تین روز میں ہلاک ہو جاتا ہے۔

علاج:- قے لانے والی دوائیں بالکل نہ دیں بلکہ تیزابی اثر دور کرنے کے لئے سوڈا بائیکا رب ایک چمچہ پانی میں ملا کر پلائیں یا چاک مٹی دیں، یا کونکھ کی لکڑی کی راکھ دس گرام پانی میں ملا کر پلائیں اس کے بعد روغن بادام یا تلی کا تیل یا اسی 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 ہو جاتا ہے، دماغی قوت ختم ہو جاتی ہے۔

علاج:- اسٹامک ٹیوب سے معدہ کو صاف کریں، اس قدر صاف کیا جائے کہ کاربالک کی بو ختم ہو جائے اس کے بعد میکشیم سلیفٹ آدھا اونس ایک پائینٹ پانی میں ملا کر دیں، روغن زیتون یا روغن اسی یا روغن بادام 100 گرام، 500 گرام پانی

میں ملا کر پلائیں، سانس بند ہونے لگے تو مصنوعی سانس جاری کریں، بگلوں میں گرم پانی کی بوتلیں رکھیں۔

ہائیڈروسیانک ایسڈ۔ پوٹاشیم سائیاناٹڈ کھالے تو

سرچکراتا ہے، ٹانگیں کانپتی ہیں، زہر خوردہ بے ہوش ہو جاتا 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 ہو جاتی 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 ہو جاتا 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 بائیکا رب، سوڈا بائیکا رب،

ایمونیا، جو کھار 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 کھار کا اثر زائل کرنے والی ادویات دیں مثلاً ست لیموں (شائیرک 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 بندرہ 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 میٹھاتیلیہ

جی متلاتا ہے، ابکیاں 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 میٹھاتیلیہ کا ذائقہ ہوتا ہے، متلی قے اور دست آتے ہیں نبض بے قاعدہ و کمزور ہوتی ہے جسم ٹھنڈا، سر میں چکر اور خیالات میں فساد پیدا ہوتے ہیں۔

علاج:- ہڈیوں کا کونکہ (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 (نرہسی) کو اس کا تریاق بیان کیا گیا ہے، دو گرام نرہسی سفوف بنا کر خالص دودھ میں ملا کر ہر گھنٹے کے بعد تین یا چار بار دیں۔

افیون، مارفین، کلوروڈین، کوڈین، ڈائیونین

در دسر، تکان، نیند، آنکھوں کی پتلیاں سفید ہونا، بیہوشی، غفلت، ٹھنڈا پسینہ، چہرہ زرد و سفید 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 فاج 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 زہر یلا 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 ہو جاتا ہے۔
3۔ بار بار خالص گھی پلانے سے بھی زہر دور ہو جاتا ہے۔
بعض لوگ افیون کو روزانہ عادی استعمال کرتے ہیں جس سے افیون خور کو سرور اور قوت سی محسوس ہوتی ہے اور جب اس کا اثر زائل ہو جائے یا کھائی نہ جائے تو طبیعت میں سستی، جمائی آنا، قے، دست اور پٹھوں کے عوارض شروع ہو جاتے ہیں، افیون چھوڑنے کے علاج میں مضبوط قوت ارادی کی ضرورت ہے، مریض کو اس کی صحت کی طرف توجہ دلا کر اس کے نقصانات سے آگاہ کرنا چاہیے۔

محربات ترک افیون

1۔ میٹھی نرہسی بقدر افیون کے استعمال کریں اور روزانہ مناسب مقدار گھلاتے ہوئے ایک ماہ میں ترک کر دیں۔

2۔ کچلہ شدہ بقدر مزاج مناسب کھلائیں اور روزانہ مناسب مقدار میں افیون گھلاتے ہوئے ایک ماہ میں چھوڑ دیں۔

3۔ معجون بر شعثا بھی افیم کی مقدار کے مطابق کھلائیں اور آہستہ آہستہ افیم ترک کر دیں۔

4۔ افیون 2 4 گرام، ریوند چینی 2 3 گرام، گل سرخ، زنجبیل، گل ارمنی ہر ایک ڈیرہ گرام، زعفران 2 1 گرام پیں کر شیر 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 کر دیں۔

5۔ کچلہ مدبر بہ شیر، تخم دھتورہ مدبر، اسپند، جاوتری، ہر ایک دس گرام، اجوائن خراسانی، قاقلہ صغار ہر ایک سات گرام، جائفل دو گرام 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 بخود بنائیں اور ایک سے دو گولیاں روزانہ کھلاتے رہیں اور بتدریج ایفون کم کرتے رہیں۔

6- طباشیر، مصطکی رومی، جدوار، جواتری، دارچینی قلمی، ثعلب مصری، شقائق مصری، بہمن سرخ، بہمن سفید، درونج ہر ایک چار چار گرام، ماہی روپیاں 3 گرام، پوست بریاں آدھا گرام، نشاستہ، چند بیدستر، مغز چلغوزہ، سوٹھ ہر ایک آدھا گرام، مغز بادام، کشمیری زعفران، مشک عنبر ہر ایک دورتی، ایفون خالص آدھا گرام، ورق چاندی سات عدد، ورق سونا چار عدد، ادویہ بالا کو کوٹ کر ایفون کو پانی میں حل کر کے ملا دیں اور خوب کھریں 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 ایفون توڑ کے علاوہ جریان، احتلام، اور سرعت وغیرہ کے لئے از حد مجرب ہیں، خوراک ایک سے دو گولی ہمراہ شیر گاؤنیم گرم دیں۔

7- جدوار خطائی، کچلہ مدبر، تخم دھتورہ شدھ، زعفران ہر ایک تین گرام، مرچ سیاہ، سوٹھ، مصطکی رومی ہر ایک چھ گرام، ورق سونا، عنبر اشہب، ہر ایک ایک گرام، سب کو باریک پیس کر برگ بان سبز 25 عدد کے رس میں گھوٹ کر گولیاں بقدر مرچ سیاہ بنالیں خوراک ایک گولی صبح، ایک شام کو ہمراہ شیر گاؤ، غذائیں دودھ گھی بکثرت استعمال کریں۔

8- تخم دھتورہ شدھ 4½ گرام، سوٹھ 9 گرام، ریوند چینی دس گرام، مصطکی رومی اصلی 4½ گرام، مصری 90 گرام، ان سب کو باریک پیس کر گولیاں بقدر بخود تیار کر لیں، ایک یا دو گولی جس قدر ایفون کھاتا ہو، حسب مقدار گولیاں استعمال کر کے افیم ترک کرتے جائیں۔

9- کالے دھتورے کے بیج شدھ 30 گرام سوٹھ بے ریشہ 20 گرام سب کو باریک پیس کر سفوف بنالیں، پھر بول 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، ایفون کھانے کے وقت ایک گولی کھایا کریں، چند روز میں ایفون کی عادت نہ رہے گی، اس نسخہ کے استعمال سے ایفون خوری چھوٹ جاتی ہے، اور کوئی نقصان نہیں ہوتا۔

ترک ایفون بلادوا:- ایک ماہ میں جتنی ایفون کھاتا ہو، اتنی ایفون لیں، اور ایک مصفی 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 بھر لیں، اور اس کی خوشبو کو بدلنے کے لئے روح کیوڑہ ڈال دیں، دوا تیار ہے طریقہ یہ ہے کہ جب ایفون کھانے کا وقت ہو، بوتل کو ہلا کر ایک چمچ نکال کر پلائیں اور ایک چمچ سادہ پانی ڈالتے جائیں، کچھ عرصہ کے بعد ایفون ترک ہو جائے گی اور بوتل میں سادہ پانی نظر آئے گا۔ مجرب ہے۔

بھنگ، گانجا، چرس کا علاج

پہلے نشاط انگیز دلو لے 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 اسٹاک ٹوب سے معدہ کو دھوئیں، ٹھنڈے پانی کے چھینٹے دیں، رس لیموں یا لیموں کا آچار، ادراک کارس یا ادراک کا آچار، سرکہ دیں، گردن کی پشت پر چھالا اٹھائیں اور علاج بطرز ہر ایفون کریں، مریض کو سونے نہ دیں اور ٹھلاتے رہیں۔

یونانی و آیور ویدک علاج میں: 1- چوننا، نوشادر دونوں کو ملا کر شیشی میں بند کر دیں، اور اس کو کھول کر تھوڑی 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- دو تولہ 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 (CAMPOR) کھالے تو

علامات:- سرچکرانا، سردرد، 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 میگنیشیا 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 ہر گز نہ دیں،

ورنہ کافور شراب میں گھل کر زہریلا اثر پیدا کر دے 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 چکانا 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 ٹکڑ کر دیں۔

کوکین اور اس کے مرکبات کا علاج

اس کے زیادہ استعمال سے جسم میں بے حسی پیدا ہو جاتی ہے، سرچکراتا ہے،

جسم سرد، جلد خشک، اور کبھی کبھی تشنخ شروع ہو جاتا ہے۔

علاج:- معدہ کو صاف کریں، بے ہوشی کی حالت میں ایسونا 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:- سٹاک ٹیوب سے معدہ کو دھوئیں اور قے آور ادویہ سے معدہ کو خالی

کر دیں 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:- اسٹاک ٹیوب یا قے اور دوا سے معدہ کو صاف کریں، پھر دوا انس کیسٹر آئیل دے کر معدہ اور آنتوں کو صاف کریں۔

بعض دفعہ زہریلی قدرتی کھالینے سے بھی یہ عارضہ دور ہو جاتا ہے۔ ایسی حالت میں قے کرائیں اور بعد میں کیسٹر آئیل ایک انس دیں۔

شراب، الکوحل (Alcohol)

یہ ایک عام نشہ آور استعمال کی چیز ہے جو جوانوں کے لئے ڈھائی انس سے لے کر 15 انس تک مہلک ثابت ہوتی ہے، مریض کا چہرہ سرخ ہوتا ہے منہ سے شراب کی بو آتی ہے خیالات پریشان، جوش و ہڈیان کے ساتھ چال میں لڑکھڑاہٹ اور بیہودہ گفتگو ہوتی ہے۔ جی متلاتا ہے، قہیں 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:- سٹاک ٹیوب یا قے اور 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- لکڑی 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 کپسول بنا کر یا گولی بنا کر مسکے میں لپیٹ کر کھلائیں۔

جمال گوٹھ (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 ہڈیان کی علامات ہوتی ہیں۔

علاج:- سٹاک ٹیوب سے معدہ کو دھوئیں یا گرم پانی میں نمک ملا کر قہیں کرائیں گوند کثیر اسفوف بنا کر دہی میں ملا کر دیں۔

دہی کی چھا چھ ڈیڑھ پاؤ، دھنیا تین گرام، مصری 20 گرام، یہ ایک خوراک ہے، اسی طرح چند بار پلانے سے مریض کو آرام ملے گا جمال گوٹھ کا زہر دور ہو جائے گا آزمودہ ہے۔

☆☆☆

بمجد اللہ تعالیٰ

”بحر طب سے چند موتی“ کی تکمیل ہوئی

وَصَلَّى اللّٰهُ تَعَالٰی عَلٰی خَيْرِ خَلْقِهِ مُحَمَّدٍ وَّآلِهِ وَاَصْحَابِهِ اَجْمَعِينَ
بِرَحْمَتِكَ يَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ .

✽✽✽

طب یونانی کا ادنیٰ خادم

محمد عدنان حبان نوا در، رحیمی شفا خانہ بنگلور

ہر بیماری کی دواء اللہ تعالیٰ نے بنائی ہے

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ الْمُثَنَّى قَالَ حَدَّثَنَا أَبُو
أَحْمَدَ الزُّبَيْرِيُّ قَالَ حَدَّثَنَا عُمَرُو بْنُ سَعِيدٍ عَنْ أَبِي
حُسَيْنٍ قَالَ حَدَّثَنَا عَطَاءُ بْنُ أَبِي رَبَاحٍ عَنْ أَبِي
هُرَيْرَةَ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ مَا أَنْزَلَ
اللَّهُ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً. (صحیح 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 تالیفات

- 1 خوابوں کی تعبیر اور ان کی حقیقت (اول دوم) 17 انوار السالکین
- 2 انوار طریقت 18 اسرار طریقت
- 3 امت کے روشن چراغ (اول دوم سوم) 19 قرآن و سنت کی روشنی میں تصوف کی حقیقت
- 4 عورت پر اسلام کی مہربانیاں 20 گناہوں کے انبار (اول دوم)
- 5 اسلام میں عورت کی عظمت 21 فیضانِ گنگوہی
- 6 مفاح الصلوٰۃ 22 افادات حکیم الامت
- 7 زیاراتِ حرمین شریفین 23 رمضان المبارک کے فضائل و مسائل (اول دوم)
- 8 طالباتِ تقریر کیسے کریں (اول تا دہم) 24 خواتین کے لئے اصلاحی تقاریر
- 9 خواتین کے لئے منتخب تقاریر 25 مستورات کے لئے انقلابی تقاریر
- 10 تصوف اور سلوک کی حقیقت 26 اہل معرفت کی راہیں
- 11 عملی زندگی 27 ملفوظاتِ حبیب الامت
- 12 مجالسِ حبیب الامت 28 خطباتِ رمضان المبارک (اول تا چہارم)
- 13 خطباتِ رحیمی (اول تا دہم) 29 خطباتِ حبان برائے دخترانِ اسلام (اول تا دہم)
- 14 سفر نامہ جنوبی ہند تا جنوبی افریقہ 30 تفسیری خطباتِ حبان (جلد اول)
- 15 بیاضِ حبان 31 صحت مند زندگی کے راز
- 16 کلیدِ شفاء