

سرمد انڈیا

اصلی انڈین

کوکا پنڈت

کوکا رام پنڈت

اعجاز پبلشرز

کوچہ جلان گنج نئی دہلی انڈیا



اصلی انڈین

کوکا پنڈت

کوکارام پنڈت

اعجاز پبلشرز

کوچہ چلان گنج نئی دہلی انڈیا

مردوں کی خاص بیماریوں کے مفید نسخے	10	جلق اور جماع میں فرق	50
شاب کی سرکاریاں	11	امریکہ کے مشہور ڈاکٹروں کے خیالات	50
مغموم جوانی کا دلخراش منظر	12	عورتوں کے متعلق دلچسپ قیاسات	53
عالیگیر مردانہ کنزوری کی وجہ عظیم	13	عورت کا حسن	56
محبت جسمانی کی اہمیت	14	حسن کا طبی معیار	58
نوجوانوں کی نا عاقبت		وضع حمل	64
اندیشی کے تلخ نتائج	15	جننے کی حالت	70
نفسانیت کے بھڑکتے ہوئے شعلے	15	گھرشن انسانی کی شاستریہ دومی	72
کثرت مباشرت کی تباہ کاریاں	16	بچے کے روکنے سے ہٹانے کا جنتر	76
مقوی باہ خوش ذائقہ دودھ	19	ہر ایک بیماری کو ہٹانے کا جنتر	76
ضمیرہ بادام نرغ	19	درد زہ کو ہٹانے کا جنتر	76
ضعف مردی کو دور کرنے والے سفوف	20	رکھے ہوئے پیشاب کے کھولنے کا جنتر	77
مختلف چورن	21	تپ لرزہ کو دور کر نیکا جنتر	78
قوت باہ کے چند ایک لاثانی نسخے	23	مرگی کو ہٹانے کا جنتر	78
شاب آور	24	حمل کی حفاظت رکھنے کا جنتر	78
لاٹانی مقوی باہ نسخہ	25	بچے کے رونے کو بند کرنے کا جنتر	79
کرشن ٹانگ گولیاں	26	چچک سے بچنے کا جنتر	77
بے نظیر مقوی باہ گولیاں	27	راج دربار میں عزت پانے کا جنتر	80
کایا پلٹ مقوی گولیاں	28	کام ناک جنتر	80
مردانہ امراض - احتکام	32	بانجھ عورت کے بچہ ہو	80
جریان و احتکام	34	بیٹائی پیدا ہو	81
رطوبت کی اقسام	35	پرسود کا درد دور	81
منی، مذی، ودی	35	نچھر بھگانے کا جنتر و جنتر	81
جریان و احتکام میں فرق	45	ناک بہنے کا جنتر	82
جریان اور سرعت انزال میں فرق	46	عورت کا دودھ بڑھے	82
جلق	48	شتر و ناک جنتر	84
		بچھو کا ہر آتارنا	84

منتر آنکھ دکھنے کا	84	مجنون سیر	108
منتر پیلیا کا	85	حلوئے گزر مغزیات والا	109
منتر بچھو اتارنے کا	85	نسخے برائے جریان، احتکام، نامردی	110
بدیش میں شتر و مارنے کا جنتر	86	برتھ کنٹرول میں قدرت کا ہاتھ	118
وٹی کرن منتر	86	پیدائش کو روکنا	119
منتر باڈی باڈھنے کا	87	برتھ کنٹرول کی انسانی تدابیر	121
منتر داڑھ کے درد کا	87	جماعت سے پرہیز	123
چندر بھرمین و چار	87	قبض	125
یوگنی و شاچکر	88	ڈاکٹر ولسن	127
آسن و چار	88	تازہ پھلوں کی خاصیت	129
وٹی کرن شپاری منتر	90	بچہ جننے کی پہلی حالت	130
وٹی کرن پان منتر	90	جننے کی دوسری حالت	132
بچے کا رحم کے اندر سوکھ جانا	92	آنول کا پہلے کل آنا	157
حاملہ لوگوں کیلئے احتیاطیں	92	جڑے بچوں کا پیدا ہونا	158
لاج مان جنتر	96	عزت پیدا کرنے کا تقویہ	160
کام دیو ناک جنتر	96	حجت و عزت	160
کشت چھوٹنے کا جنتر	96	معتوق کے ساتھ محبت پیدا کرنا	161
نامرد بننے کا جنتر	97	کسی دوسرے سے محبت کر نیکا جنتر	161
پراکرمی ہونے کا جنتر	97	خاوند کو عورت سے دور کرنے کا جنتر	163
نڈا اور قوت مردی	98	عمل بانجھ عورت کے واسطے	164
دھنیا قوت مردی کیلئے نقصان دہ	99	میتھن	165
گرم مصالحہ کے مقوی باہ اجزاء	100	میتھن کا استھان	168
باہ اور مغزیات	101	دن چریا کے مکھیہ کام داتن	170
قوت باہ اور بھل	102	پریت ناک جنتر	173
شہد چھو ہارہ	105	بلائے دور کرنے کا جنتر	173
پیاز	106	پریم بڑھانے کا جنتر	173
لہسن	107	گائے کا دودھ بڑھے	174

174	آدم شیش کا منتر	202	اختناق الرحم (ہسٹریا) باؤ گولہ
174	بخار ناشک جنتر	205	جریان الرحم یا لیکوریا
175	تر بھون دشی کرن جنتر		شباب یا جوانی دیوانی جوانی کے دشمن
175	تر لوکیہ دشی کرن بھوت ناتھ جنتر	214	اور محافظ جوانی
175	تر لوکیہ دشی کرن بھوت ناتھ جنتر		جوانی کے دشمن اور ان سے بچنے
175	کام ناشک جنتر	216	کے متعلق ہدایات
176	پرورش میں کن باتوں کا خیال رکھیں	219	جوان کے بہترین محافظ
178	والدین کی جہالت	221	بڑی بیوی چھوٹا خاوند
180	دیگر جتنی دشی کرن جنتر	222	عورت کے جذبات
180	موتی منتر	224	بعض حالتوں میں جماع کرنا منع
181	شتر و دمن کی ترکیب	225	جننے کی تیسری حالت یعنی آنول کا کرنا
181	دشمن پر فتح حاصل کرنا	228	جننے کے بعد زچہ کی حفاظت
181	سروجن دشی کرن منتر	230	نسخہ سو بھاگیہ شوشی
182	جذبہ شہوت کی غرض و غایت	235	پرسوت روگ کا بیان
188	جوہر حیات کی قدر و قیمت	238	شلوک
190	جوانی کے گلستان کی بہار	247	عشق میں پھنسانے کا منتر
191	کیا مٹی کو جسم میں محفوظ رکھنا خطرناک	247	کسی اور کو محبت میں پھنسانے کا طریقہ
192	جذبات کو دبانے کا خطرناک نتیجہ	248	دشمن کو تباہ کرنا کا منتر
193	جذبات کی سیری کا فلفل طریقہ	248	چوری کیا ہو مال واپس لانا کا منتر
194	اجڑے ہوئے چمن پھر سے بہار	249	دشمن پیدا کرنے کا جنتر
195	پریم کٹاری کا زخم کاری	251	آہار
197	نظارہ بازی کا دل پر اثر	252	ساتوک آہار کیا ہے؟
198	قدرت کا ایک مسلمہ قانون	252	راسی آہار کیا ہے؟
199	انسانی فطرت کا خاتمہ	252	تاسی آہار کیا ہے؟
200	پاکبازی اور سیاہ کاری کا انعام	253	بھوجن کرنے کی کریا
	بدن میں تازہ خون پیدا کر کے	253	کھانے کی پکیہ پھل
201	چہرہ سرخ بنادینے والا ناشتہ	253	کھانے کی پکیہ میوا

254	دگدگار ہار	330	نطفے میں ماں باپ کی مشابہت
255	سچا آہار کیا ہے	331	نشر بازوں کی اولاد
255	بھوجنوں کیلئے شاستر	331	دن کی وقت جماع کرنا والوں کی اولاد
257	جل	332	خوبصورت اور تندرست اولاد
262	قوت مردی کے چھ آزمودہ نسخہ چات	336	سلکرت کتب کا پھول
264	بیم سنی کا فوہ بنانے کی بدھی	337	بچوں کی تربیت
270	ترکیب ست وڑ اور دھو بھلی	339	بچے کی خبر راک
322	سرپیش ناشک جنتر	340	بچے کے لئے تازہ ہوا
322	گرم بھو سمجن جنتر	341	بچے کیلئے علیحدہ چار پائی
323	کبار کے برتن بگڑنے کا جنتر	343	دودھ بڑھانے کا قدرتی طریقہ
323	عورت کشت لوارن جنتر	347	موتی جنتر
323	شتر و بھو ناشک جنتر	347	کتا بھو بکنے کا جنتر
324	کڑا پانے کا جنتر	348	بیوپار بھانے کا جنتر
324	سرپ ناشک جنتر	348	لڑائی جھگڑا کرنے کا جنتر
324	بخار توڑ جنتر	348	جوعے میں جیتنے کا جنتر
326	نظر توڑ جنتر	349	بدبختی بڑھانے کا جنتر
326	سرومدی جنتر	349	مہاموہن منتر
326	تجار ہار و گ جنتر	351	دیگر موتی ناشک - استری موتی
327	بھنے لوارن جنتر	354	مٹی کی پیدائش اور افزائش
327	شتر و بھو سمجن جنتر	355	اظہار
328	نڈی دور کرنے کا منتر	356	حیرت انگیز طور پر مقوی ہاہ دودھ
328	سنگا باندھنے کا منتر	356	مقوی ہاہ بڑھانے کا منتر
328	ڑاکی کا جنتر	356	توید مٹی کیلئے اکسیر
328	گنے دے کو بلانے کا جنتر	357	بید مقوی و محرک ہاہ بھون
329	کان درد کی پھونک کا منتر	358	حلوائے گز و منتر سر کھٹک والا
329	کنڈر کشت لوارن منتر	359	چم گزیر
330	زچہ خانہ - اسکا انتظام	361	ایام ماہواری کے بعد جماع سے پرہیز

363	اتھ آکرشن پر یوگ	403	حمل کرنا
364	خمیرہ بادام بیضی	404	دروزہ
365	نہایت ہی مقوی مجون	405	پستان
368	بادام	405	بچے کیلئے بہترین غذا ماں کا دودھ
377	دودھ	406	واتن کے ایک ہی مہیہ، تاس
382	برگد	409	دشمن اپان جنتر
382	مقوی باہ مسک سنوف	410	برسے خواب نہ آنے کا جنتر
383	شیر برگد کے بینظیر فوائد	411	رہبر وشی کرن منتر
383	نہایت ہی لا جواب مقوی باہ مجون	412	سروجن وشی کرن منتر
387	نسخہ حبوب مسک	414	خانداری
387	پتیل	415	امور خانداری
388	جام شراب زندگی، مولد و مغلظ منی کھیر	416	گرم چلہا اور گرم دال
391	پتیل کی ڈاڑھی	417	باورچی خانہ
392	جسمانی حرکات سے حمل روکنا	419	فضول خرچی
393	سبزی خوری اور برتھ کنٹرول	421	عورتوں کی زبانی
394	دودھ پلانے کا عرصہ	422	خاوند کے آرام و آسائش کا خیال
395	مرد کی قوت ضبط	423	پہلے زمانے کی عورتیں
424	انزال کے وقت عضو کا کال لینا	424	موجودہ زمانے کی انگریزی
396	منی کو روک لینا	426	خواندہ عورتیں
401	ریٹیم	427	شیر باندھنے کا منتر
401	ایکس ریز	427	علاجی دور کرنا منتر
401	دوران حمل عام طور پر مستورات	401	موتنی وشی کرن منتر
402	کی حالت ماہواری	402	رہبر وشی کرن کا منتر
402	مضرات حمل	402	استری وشی کرن
402	حاملہ کو کیا کرنا چاہیے	402	ویکریپ
403	جنین کی پرورش	403	وشی کرن ہلک
403	بنین کی صورتیں	403	سوالی وشی کرن منتر

433	علامات وادارت، آنول اور نال	456	کھانا زیاں کرنے کا جنتر
434	بچے کا پیٹ میں مرجانا	456	تجاری بخار دور کرنے کے پائے
435	اصلی دروزہ	457	بواسیر ناشک منتر
437	وضع حمل کی صورتیں تدابیر	457	بچو نو جوان منتر
440	برتھ کنٹرول یا مانعات حمل	457	نکسیر منتر
441	اصول حفظان صحت	457	بیابا ہونے کا منتر
444	درازی عمر کے اصول	457	رتو ندھی آنے کا منتر
447	سرانپ کے کانٹے ہونے کا علاج	459	وشی کرن پان مان منتر
447	دشمن کو شکست دینے کا عمل	459	آردھ کپاری کا جنتر
447	اپنے محبوب کو راضی کرنا	459	شتر و مارن جنتر
451	بھوت دوکائی دینے کا جنتر	461	جگت وشی کرن منتر
451	سرومدھی جنتر	461	دیگر وشی کرن منتر
451	آدھ شیشی کا جنتر	462	مرد وشی کرن جنتر
452	وشی کرن منتر دیگر	462	وشی کرن ہلک
452	دوسرا حصہ	452	کثرت مباشرت سے پیدا ہونے
452	رہبر وشی کرن منتر	452	والی کنزور یا نا علاج
453	ماتھے کی بیڑا ہرنے کا جنتر	453	حفظ مائتدیم کے طور پر بیڑ
453	نکسیر چھوٹنے کا منتر	453	صبر و استقلال کی ضرورت
453	بخار دور کرنے کا منتر	453	اعضائے رئیسہ اور قوت مردی
453	بواسیر چھوٹنے کا جنتر	453	غذا کی اہمیت
454	بواسیر چھوٹنے کا منتر	454	کپلہ مدد
454	شول ہونے کا جنتر	454	قوت باہ پیدا کرنے کیلئے لاثانی نسخہ
454	مرد کو شش میں کرنے کا جنتر	454	اکسیر قوت باہ
455	شتر وشی کرن جنتر	455	قوت باہ کیلئے تین مسکاسیری
455	استری وشی کرن جنتر	455	مردانہ کنزوری اور فواد
455	بچن سدھی جنتر	455	فولاد کال لاثانی کشن
456	بدھی پیدا ہونے کا جنتر	456	مردانہ کنزوری اور فواد کے نسخہ

538	مطلوب کو تابع کرنے کا منتر
	بیوی اور خاوند میں محبت بڑھانے
539	کے جنتر
542	سینہ کے درد کو دور کرنے کا جنتر
542	نظر بد سے بچنے کا جنتر
545	بیوی کو اپنے ماتحت رکھنے کا منتر
	کسی کو اپنی محبت میں قابو کرنے
546	کا جنتر

481	مردانہ کمزوری اور رسم الفار
495	امراض زچہ
495	آنول
496	آنول گرنا
497	پاخانا اور پیشاب
498	صفائی
500	خوراک
503	جوان لڑکیوں کی لاعلمی
504	نسوانی خواہش
506	تپ لرزہ کو دفعہ کرنے کا جنتر
506	آدھے سر کی درد دور کرنا جنتر
507	حمل کی حفاظت کرنا جنتر
508	اتری ہوئی ناف ٹھیک کرنا جنتر
508	ورم و گلے کی درد مٹانے کا جنتر
509	گٹھی اور درد مٹانے کا جنتر
509	جگر کی درد مٹانے کا جنتر
510	تپ لرزہ کو مٹانے کا جنتر
511	اندری کیا ہے؟
511	آند کیا ہے؟
515	اظہار کوش
517	دشمن کو سانپ سے کٹوانے کا طریقہ
517	ہر ایک کو اپنے پر مہربان کرنا طریقہ
518	چوری شناخت کرنے کا طریقہ
520	مداری کو بچاڑنے کا منتر
520	مداری کو بچاڑنے کا جنتر
520	بیوی بڑھانے کا جنتر
521	ذہول پھوٹنے کا جنتر
521	مست ہونے کا جنتر
522	دشمنی کرانے کا جنتر
522	مسان کرانے کا جنتر
522	تجاری بخار کا جنتر
522	بھوت پریت ناشک جنتر
523	شتر و ناشک منتر
523	بخار ناشک جنتر
523	آنکھ دکھنے کا منتر
524	کان کا درد دور کرنے کا جنتر
524	موٹی جنتر
524	بھوک نہ لگنے کا منتر
524	آنکھ دکھنے کا منتر
526	لباس اور جسم کی صفائی
526	عورت کا سب سے بڑا فرض
529	راجہ وشی کرن جنتر
529	وشی کرن جنتر
529	راجہ پام کم وشی کرن
529	راجہ وشی کرن جنتر
529	وشی کرن جنتر
529	راجہ یا حاکم وشی کرن جنتر
531	راجہ وشی کرن جنتر
531	راجہ وشی کرن منتر
531	وشیہ وشی کرن
532	دشمن پر فتح حاصل کرنا
532	دیگر دشمن ہرانے کا منتر
532	مسان جگانے کا منتر
532	پشو کا درد بڑھے

اور آسان ترین نسخہ حیات

مردوں کی خاص بیماریوں کے مفید اور محرب نسخے حیران اور
سرعت انزال تامل کھانہ مصفا ایک تولہ موصلی سفید ایک تولہ۔
نسخہ حیات: ریش برگہ (دار فطی بڑ) ایک تولہ بعلب مصری۔
ایک تولہ شقاقل ایک تولہ۔ الاچی خورد ایک تولہ مصری کوزہ
سوا تولہ سفوف بنا کر روزانہ صبح ۶ ماشہ شام ۶ ماشہ ہمراہ ایک پاؤ
دودھ نیم گرم کے استعمال سے حیران و سرعت انزال کو فائدہ پہنچتا ہے
قوت باہ کے لئے بھی اکسیر سے تسیل کھٹائی اور مٹی چیریوں کے
استعمال سے پرہیز کرنا چاہئے۔

نسخہ (۲) کبکیر کی ٹوند چھال پھلی پتے اور پھول برابر لے کر دو گنا
مصری ملا کر سفوف بنائیں۔ ہر روز صبح کے وقت ایک تولہ ہمراہ
شیر گاؤ۔ ایک پاؤ کھاتے سے حیران کو بہت فائدہ پہنچتا ہے۔
اگر دودھ میں ماشہ شہد بھی ملا لیں تو زیادہ فائدہ ہوتا ہے۔ تسیل
کھٹائی جمار وغیرہ سے پرہیز کرنا چاہئے۔

شباب کی سحر کاریاں

شباب خواہ کسی بھی چیز کا ہو ہمیشہ پر لطف نشاط انگیز اور سحر کار ہوا کرتا
ہے۔ چودھویں رات کے چاند کی جوانی کس قدر دلکش ہوتی ہے۔ موسم نغمہ و گل کا
شباب کس قدر روح پرور ہوتا ہے۔ پھولوں کی جوانی رنگ و بو کا ایک طوفان ہوتی
ہے جو ذوق سلیم رکھنے والوں کو اپنی شہریت سے مسحور کر دیتی ہے مگر انسان کا
شباب مناظر قدرت کی جوانی سے بھی کہیں بڑھ کر مست و رنگین ہوتا ہے۔ ایک
جوان وجہہ کے نقش و نگار میں جب جوانی کی بہاریں اپنا رنگ بھرتی ہیں تو وہ
ایک مجسم سحر و انقلاب ہوتا ہے جس کی ایک جنبش نگاہ سے کائنات کا نظام تہ و بالا
ہوسکتا ہے۔ کارگر عالم میں انسان کی جوانی لذت کردار کا ایک سیل ہمہ گیر ہے جو
زمانہ کے پست و بلند اور حالات و واقعات کے نشیب و فراز سے بے نیاز ہو کر
اپنی بے پناہ تیزی و تندی سے پہلے چلی جاتی ہے اور کسی بڑی سے بڑی مخالفت
اور کسی عظیم الشان سے عظیم الشان سد راہ کو بھی خاطر میں نہیں لاتی۔
لٹی ہوئی جوانی:

کس قدر حسرت و یاس، غم و اندوہ کا مظاہرہ ہے کہ موجودہ تہذیب و
تمدن کی ترقی کے زمانے میں جبکہ انسان کو اپنی شائستگی اور تہذیب کے عروج پر
بہت کچھ فخر و ناز ہے۔ ہم انسان کی جوانی کو اس کی امتیازی خصوصیات سے محروم
محروم دیکھتے ہیں۔ روزمرہ کے مشاہدات اور واقعات شاہد ہیں کہ جوانی کے جوش
اور ولولے شباب کی آرزوئیں اور امتگیں آج کل کے نوجوانوں کا ماتم کرتی
پھرتی ہیں۔ نوجوان فقط نام کے نوجوان رہ گئے ہیں ورنہ حقیقت یہ ہے کہ نہ ان
کے دل میں جوانی کی کوئی اُمٹگ ہے اور نہ ان کے جسم میں شباب کی کوئی قوت۔
ان کے چہرے خزاں رسیدہ پھول کی پتی کی طرح مرجھائے ہوئے ہیں اور ان
کے جسم سا بخوردہ دیوار کی طرح حوادث زمانہ کی ایک ٹھوکر سے پامال ہو جانے
کے لئے تیار۔ جذبات کے غلام بن کر اور نفسانیت کے آستان پر سر نیاز خم

کر کے نو جوانوں نے اپنی جوانمردانہ طاقت کے سنگ بنیاد کو اپنے جسم کے عطر کو ایک فانی لذت کے لئے پانی کی طرح بہا دیا ہے۔ ان کے جسم کھوکھلے ہو گئے ہیں اور ان کی جوانمردانہ جوانی اب ایک عورت کی جوانی سے دوچار ہوتے ہوئے بھی شرماتی ہے۔ وہ نگاہ جو شیروں سے لڑنی چاہئے تھی اب ایک عورت کے تصور سے بھی نیچی ہو جاتی ہے۔ نو جوان خود تباہ ہو گئے ہیں اور انہوں نے اپنے ساتھ محصوم عورتوں کو بھی تباہ کر دیا ہے۔ اب ان کی نو جوان بیویاں اپنی جوانیوں کا ماتم کرتی پھرتی ہیں۔ ان کے گھر کے درو دیوار ان کو حسرت کی نظر سے تک رہے ہیں۔ وہ درو دیوار جن سے جنت کی مسرتیں برسنی چاہئیں تھیں نو جوانوں کی لٹی ہوئی جوانی کی بدولت اب ان سے حسرت و یاس برستی ہے۔ وہ گھر جن پر محبت کے فردوس قربان ہونے چاہئے تھے نو جوانوں کی ناگفتہ بہ حالت کے صدمے میں تباہ و برباد ہو رہے ہیں۔ قدیم دور کے میاں بیوی کی قابل رشک روایات عشق و محبت ایک بھولا بھرا افسانہ ماضی بن گئی ہیں۔ وہی نو جوان جو کبھی بیویوں کی نگاہوں میں دیوتا کا رتبہ رکھتے تھے آج اپنی لٹی ہوئی جوانی کی بدولت بیویوں کی نگاہوں میں ذلیل و خوار ہو رہے ہیں۔

مغموم جوانی کا دلخراش منظر:

جوانی عشرت و محبت اور مسرت و شادمانی کے ٹھکانے مارتے ہوئے سمندر کی ایک لہر ہے۔ دنیا کی کوئی شے اس قدر غم و اندوہ کی حامل نہیں ہو سکتی جس قدر کہ ایک غمگین اُداس اور لٹی ہوئی جوانی کا مظاہرہ۔ جوانی سحر کار اور نشاط خیز جوانی اور پیشانی پر دست یاس رکھ کر ٹھنڈی آہیں بھرے۔ آہ! اس سے بڑھ کر دلخراش منظر اور کون سا ہوگا!! جوانی..... ایک سیل ہمہ گیر جوانی اور کشاکش حیات میں ایک سرگرم حصہ لینے سے گھبرائے! زندگی کے خونریز میدان کا رزار سے جو گریز کرے وہ جوانی، جوانی نہیں ہے۔ وہ تو جوانی کا سایہ بھی نہیں ہے۔ جوانی تو شعلوں میں کھیلتی ہے برق کی چٹائیوں پر مسکراتی ہے۔ سمندر کی طوفان خیز موجوں سے لڑتی ہے مگر تہذیب و تمدن کی آغوش میں پلے ہوئے زرنکار ایوانوں کے صحن میں کھیلے ہوئے نو جوان تو جوانی کی ان ہنگامہ خیز خصوصیتوں سے یکسر محروم ہیں۔ دنیا کی سٹیج پر آ کر تماشاخیوں کی نگاہوں کا مرکز بننا تو درکنار

وہ تو خود اپنی ہستی برقرار رکھنے کے قابل بھی نہیں رہے ہیں۔ اس نو جوان کو لوں زندہ کہہ سکتا ہے جس کی جوانی حوادث زمانہ سے دوچار ہوتے ہوئے نہیں بلکہ روزمرہ کے کاروبار زندگی سے نبرد آزما ہوتے ہوئے بھی تھر تھر کاہتی ہے جس کے دل پر ہر وقت مایوسی و غم کی گھٹائیں محیط رہتی ہیں جس کے تبسم میں بھی آنسوؤں کی جھلک نظر آتی ہے جس کے گرد و پیش اس کی کمزوریوں نے جہنم کی آگ کے شعلے بھڑکار رکھے ہیں جس کے پوشیدہ نقائص کی وجہ سے اس کی بیوی کا دل بھی اس کی مٹھی میں نہیں ہے جو ایک کمزور اور محصوم دل کو بھی تسخیر کرنے کی ہمت نہیں رکھتا۔ وہ دنیا کے خونریز میدان کا رزار میں شامل ہو کر کیونکر فتح و نصرت حاصل کر سکتا ہے؟ ایسا دوں ہمت کمزور دل اور ناتواں نو جوان جسم جس کی رگوں میں شباب کا لہو گردش نہیں کر رہا، محض نام کو زندہ ہے ورنہ حقیقت یہ ہے کہ اس میں زندگی کی کوئی حرکت موجود نہیں ہے۔ زندگی تو اپنے گرد و پیش کی کائنات پر بھی چھاپہ مارتی ہے۔ وہ تو دو عالم کو تھیں کر لینے کی ہمت رکھتی ہے جو خود ہی سک رہی ہو وہ کتنے دن زندہ رہے گی؟ آج نہیں تو کل ضرور فنا ہونا ہوگا۔ یہ قانون قدرت ہے جس سے کہیں مفر نہیں۔

عالمگیر مردانہ کمزوری کی وجہ عظیم:

یہ خطرناک صورت حالات کیونکر پیدا ہوئی جس نے شمار و قطار سے باہر نو جوانوں کو جوانی کی اُمنگوں اور آرزوؤں سے محروم کر دیا ہے؟ اس ہمہ گیر آگ کے ہولناک شرارے کہاں سے اُٹھے جس نے اکثر نوعر و سواں محبت کے خرمن صبر و قرار کو جلا کر خاک سیاہ کر دیا ہے؟ وہ سیل ہمہ گیر کس بحر پر آشوب سے بلند ہوا جس نے جنت نشان گھروں کی فردوس بداماں مسرتوں کو خس و خاشاک کی طرح بہا دیا ہے؟ اگر تفصیلات کو نظر انداز کر دیا جائے تو اس قسم کے تمام سوالوں کا جواب فقط چند لفظوں میں دیا جاتا ہے یعنی کام ناستر کے اسولوں سے ناواقفیت..... اپنی تازہ ترین تصنیف کام دیو شاستر میں میں نے ان تمام علل و اسباب پر معتد بہ روشنی ڈالی ہے جنہوں نے ہمارے ملک کی خانگی زندگی کی بنیادوں کو ہلا دیا ہے۔ اس اجمال کی مختصر تفصیل مندرجہ ذیل سطور میں بھی دی

جاتی ہے۔ ان تمام حالات و واقعات کی تہ میں جنہوں نے نو جوانوں کو قوت شباب سے محروم کر کے ان کی بیویوں کو سرکش اور لاپرواہ بنا دیا ہے۔ اگرچہ بہت سے اسباب کارفرما ہیں لیکن میرے زیر بحث مضمون کا موضوع کثرت مباشرت ہے۔ اس مضمون میں مجھے صرف یہ بتانا ہے کہ کثرت مباشرت نے کس طرح ایک بوٹک کی 'رر' سے نہ نہ ہم دور موندے تازے نو جوانوں کا خون چند ہی روز میں چوس لیا ہے اور پھر نو جوانوں کی اس کمزوری نے ان کی خانگی زندگی کی مسرتوں کو تباہ و برباد کر کے جنت نشاں گھروں کو کس طرح دوزخ کا نمونہ بنا دیا ہے۔

قوم کا تاریک مستقبل:

نو جوانوں کی اس عالمگیر کمزوری کا اثر محض ان کی ذات تک ہی محدود نہیں ہے بلکہ اس سے وہ معصوم اور ناکردہ گناہ ہستیاں بھی متاثر ہوں گی جو ابھی مستقبل کے دامن میں پنہاں ہیں۔ قوموں کی کمزوریوں کا راز افراد کی کمزوریوں میں مضمر ہے کیونکہ افراد کے مجموعوں کا نام ہی دوسرے الفاظ میں اقوام ہے۔ نو جوانوں کی تباہی اقوام و ملل کی تباہی ہے۔ نو جوانوں کی مردانہ کمزوریاں جس کثرت سے بڑھ رہی ہیں ان کے پیش نظر بلا خوف تردید کہا جا سکتا ہے کہ برصغیر روز بروز تھر تباہی کی طرف جارہا ہے۔

صحت جسمانی کی اہمیت

انسان کی دینی و دنیاوی زندگی کے تمام کاروبار کی بنیاد صحت جسمانی ہے اسی پر مذہب و اخلاق اور تہذیب و تمدن کی شاندار عمارتیں تعمیر کی جاتی ہیں۔ مگر نو جوانوں نے کثرت مباشرت سے اپنی صحت جسمانی کو تباہ و برباد کرنے میں کوئی کسر اٹھا نہیں رکھی۔ اعضائے رئیسہ کی کمزوری سے وہ تمام خیالات و جذبات 'وہ تمام آرزوئیں اور انگلیں جو شباب کا مابہ الاقویٰ خاصہ ہیں۔ اس طرح مردہ ہو جاتی ہیں جس طرح خزاں کے آنے پر چمن کی رنگین بہاروں پر موت طاری ہو جاتی ہے۔ جب جسم کی بنیادی ہی مل گئی تو اعضائے رئیسہ میں ملاقت کہاں رہ جائے گی؟ اور جب اعضائے رئیسہ کمزور ہو جائے تو پھر زندگی

کہاں اور زندگی کا لطف کہاں؟ نو جوانوں کی ناعاقبت اندیشی کے تلخ نتائج:

کثرت مباشرت سے جو مردانہ کمزوریاں پیدا ہو جاتی ہیں۔ وہ خانگی زندگی کی مسرتوں کے خرمین میں کشیدگی اور نفرت کی چنگایاں پھونک دیتی ہیں۔ ایک حد کے اندر مباشرت کا جذبہ بھی شاید فطری جذبات کی ذیل میں شامل ہے۔ فطری جذبات کی پذیرائی نہ ہونا زندگی کو تلخ بنا دیتا ہے۔ خصوصاً عورت کی جوانی کو تو اس سے گھن لگ جاتا ہے۔ عورت کی زندگی کا حاکمانہ عنصر محبت ہے۔ محبت اس کا اور ہٹنا بچھونا ہے۔ ایک ناز بردار مفلس شوہر کے ساتھ وہ ایک ٹوٹی پھوٹی جھونپڑی میں بھی خوش و خرم رہ سکتی ہے لیکن ایک امیر و کبیر شوہر کے ساتھ جو اس کے جذبات جوانی کا قدر شناس نہ ہو۔ فلک بوس محلوں اور زرکار ملبوسات کی موجودگی بھی اس کے مطبوع خاطر نہ ہو سکے گی۔ جو نو جوان مردانہ طاقت سے عاری ہو جائے اس کا دل بھی پڑ مردہ ہو جاتا ہے۔ اس میں معصوم محبت کی حرارت بھی باقی نہیں رہ جاتی۔ بعض صورتوں میں ایسے نو جوان کا مزاج بھی سخت چڑچڑا ہو جاتا ہے۔ وہ ہر شے کو کاٹ کھانے دوڑتا ہے دنیا سے تو بیزار ہونا ہی تھا۔ خود اپنی زندگی سے بھی اسے نفرت ہو جاتی ہے۔ ایسے شوہر کی موجودگی گھر کو کیوں ماتم کدہ مسرت نہ بنا دے گی؟ عورت ایسے مرد سے سخت بدظن ہو جاتی ہے۔ اس کے دل میں اس کے لئے محبت کے جذبات باقی نہیں رہ جاتے۔ بعض اوقات ناکام محبت عورت کے خشکیوں دل سے وہ چنگاریاں اٹھتی ہیں۔ جو تمام خاندان کے تنگ و ناموس کو جلا کر خاک سیاہ کر دیتی ہیں مگر وہ اپنی فطرت سے مجبور ہے۔ اسے کوئی الزام نہیں دیا جاسکتا۔ اس افسوس ناک صورت حالات کا الزام تمام تر ناعاقبت اندیش شوہر کے سر ہے جس نے اپنی غلط روش سے ایک پرست گھر کو راحتوں کا مدفن بنا دیا۔

نفسیانیت کے بھڑکتے ہوئے شعلے:

زندگی کو متین اور سنجیدہ بنانے والی تعلیم سے ہمارے نصاب تعلیم کا دور سے بھی واسطہ نہیں ہے۔ بہت سی وجوہات کی بنا پر فضا کچھ اس قسم کی ہو گئی ہے کہ

ہر طرف جذبات کی آگ کے شعلے ہی بھڑکتے نظر آتے ہیں۔ وہ گنگا جواں تشر جذبات کو فرو کر سکے کسی طرف موج مارتی دکھائی نہیں دیتی۔ رفتار زمانہ سے جذبات کی تسکین ہی جذبات کے ساتھ برتاؤ کرنے کا بہترین شعار قرار پا گیا ہے۔ ایک نو جوان کی آغوش میں ایک مہ جین مست شباب بیوی پہنچتی ہے تو وہ زندگی کے دیگر تمام مشاغل کو بے سود سمجھ کر اس کی گلستان شباب کی خوشہ چینی کرتے رہتا ہی اپنی زندگی کا منہجائے مقصود بنا لیتا ہے۔ دن ہو رات ہو صبح ہو شام ہو اسے بیوی کے ساتھ نفسانیت کے کھیل کھیلنے کے سوا اور کوئی کام نظر نہیں آتا۔ بیوی ہی اس کی تمام امیدوں، اس کی تمام اُمنگوں، اس کی تمام آرزوؤں اور اس کی تمام مسرتوں کا منبع و مخزن بن کر رہ جاتی ہے مگر جوانی کی یہ اندھا دھند بدستی بہت جلد ایسے گل کھلاتی ہے۔ جن کی رنگین چٹیلوں میں نو جوان کو اپنی اُمنگوں اور آرزوؤں ہی کا خون جھلکتا نظر آتا ہے۔ اس وقت وہ ہزار چاہتا ہے کہ کاش گئی ہوئی جوانی اور لٹا ہوا شباب ایک بار پھر واپس آ جائے مگر اب کیا ہوتا ہے۔ زندگی کا وہ رنگین اور بہار دور ہزار کوشش کرنے پر بھی واپس نہیں آ سکتا۔ ندی میں گزرا ہوا پانی بھی کبھی واپس آیا ہے؟ بہترین دواؤں سے مقوی غذاؤں سے ورزش سے احتیاط و پرہیز سے جسم میں بلا شک و شبہ طاقت آ جاتی ہے۔ از کار رفتہ نامرد بھی مرد بن جاتے ہیں مگر پیوند آخر پھر بھی پیوند ہی ہے۔ لٹی ہوئی جوانی اور کھویا ہوا شباب ہزار کوشش کرنے پر بھی اپنی قدرتی تابانی اور درخشانی کے ساتھ واپس نہیں آ سکتے۔

کثرت مباشرت کی تباہ کاریاں:

کثرت مباشرت مرد کے حسن و جمال کو اس کے جبروت و جلال کو اس کی طاقت و شجاعت کو اس طرح غارت کر دیتی ہے جس طرح ایک بحر پر آشوب کا سیل بے پناہ آسمان سے باتیں کرنے والی عمارتوں کو چشم زدن میں زمین بوس کر دیتا ہے۔ مباشرت کی کثرت مرد کے جسم سے جوانی اور شباب کی قوت اس طرح کھینچ لیتی ہے۔ جس طرح سے ایک ماہر فن عطار گلاب کے تازہ اور نگارفتہ پھولوں سے عرق کشید کر لیتا ہے۔ مباشرت کی کثرت سے جسم بعینہ اس طرح پرمردہ و مضحل ہو جاتا ہے جس طرح سے عرق کشیدہ گلاب کی پتی مسل جاتی

ہے۔ کثرت مباشرت کے عادی نو جوان چند منٹ کی فانی لذت کے حریص بن کر اپنی تمام زندگی کا آرام کھو بیٹھتے ہیں۔ دنیا ان کی نگاہوں میں جوانی کی اُمنگوں کا ماتم کدہ بن جاتی ہے۔ کسی شے میں ان کو حسن و جوانی کا تابناک عنصر دکھائی نہیں دیتا۔ دنیا کی ہر شے ان کی نگاہوں میں بوڑھی اور افسردہ ہو جاتی ہے۔ ان کی کمزوری اپنے گرد و پیش ایک ایسا جہنم تیار کر لیتی ہے جس کی آگ میں کوہِ کوئی انسان زندہ نہیں رہ سکتا۔ ایسے لوگ زمیں کی پشت پر ایک بار گر رہاں ہیں۔ مددِ قدرت بھی ان کو اپنی آغوش شفقت میں لینے سے انکار کر دیتی ہے۔ ان کو کہیں گوشہ عافیت نصیب نہیں ہوتا وہ ہر طرف ٹھوکریں کھاتے پھرتے ہیں۔ حتیٰ کہ وہ ہی پیکرِ حسن، مست شباب بیوی جس کی محبت میں اسیر ہو کر اس نے ایک غلط روش پر چل کر اپنے آپ کو تباہ و برباد کیا تھا۔ اسے پائے استحقار سے ٹھکرانے لگتی ہے۔ دنیا بہادروں اور حوصلہ مندوں کی جولا نگاہ ہے۔ اس میں کمزور و ناتواں کے لئے کہیں سر چھپانے کو جگہ نہیں ہے۔

جوانی کے خرمن میں آگ:

مفرر کی کاخِ ادا تہذیب و تمدن کے غمزدہ خونریز نے جہاں نئی پود کی دیگر شمار و قطار سے باہر امتیازی خصوصیتوں پر چھاپہ مارا ہے۔ وہاں اس کی رگوں سے شباب کے خون کا آخری قطرہ بھی نچوڑ لیا ہے۔ اس مادی تہذیب کے خوش منظر طوفان رنگ و بو سے متاثر ہو کر روحانیت کو اپنی منزل مقصود سمجھنے والے لوگوں کے دلوں میں بھی مادیت پرستی کا ذوق و شوق پیدا ہو گیا ہے۔ پیکرِ نسائیت سے لطف اندوزی اب بقائے نسل کی ضرورت کا سامان نہیں سمجھی جاتی۔ بلکہ روزمرہ کی لذتِ مشغولیات زندگی میں اس کا بھی بطور ایک دلا ویر مشغلہ راحت کے شمار ہونے لگا ہے۔ قدیم ہندوستان کے رشیوں، منیوں، عالموں اور فاضلوں کے روحانی تخیلات کو اب وہ اہمیت نہیں رہی جو آسکر وائلڈ اور فرینک ہیمرس کی قماش کے جذبات پرست اور نفسانیت آموز شعلہ طرز ادیبوں کے دلفریب تجربات کو حاصل ہے۔ میاں بیوی کی چاندنی رات کی رنگین خلوتیں اب معصوم محبت کے دل افروز مظاہروں کے لئے نہیں ہیں۔ بلکہ نفسانیت کی آگ سے کھیلنے کے لئے ہیں۔ کاش کہ یہ گمراہ نو جوان اس نکتہ دقیق سے واقف ہوتے

کہ زندگی کے جس جوہر کے باہر نکلنے میں اس قدر لذت و راحت کے اسباب
 پہاں نظر آتے ہیں اسے جسم کے اندر رکھنے میں کس قدر عیش و راحت پہاں
 ہوگی۔ جسم انسانی سے جوہر کی ان چند سفید بوندوں کی حقیقی قدر و قیمت جنہیں
 مرد کا مادہ منویہ ویرج اور منی کہا جاتا ہے۔ ایک لعل گراں بہا سے کم نہیں ہے۔ مگر
 ایک فانی لذت کا بار بار ذائقہ چکھنے کے لئے آب حیات کی ان بوندوں کو نہایت
 بے دردی سے آب شور کی طرح بہا دیا جاتا ہے۔ جسم انسانی کا یہ لطیف جوہر
 نفسانیت کی آگ میں جلانے کے لئے نہیں ہے۔ بلکہ ایک نئی حسی کو عالم
 وجود میں لانے کے لئے یا گاہے گاہے ایک فطری جذبہ کی تسکین کرنے کے لئے
 ہے لیکن شب و روز کی نفسانیت کے کھیل جو آج کل کھیلے جا رہے ہیں۔ فطری
 جذبہ کی ذیل سے باہر ہیں۔ انہیں سوائے نفس پرستی کے ایک ذلیل مظاہرہ کے
 اور کسی شے سے تعبیر نہیں کیا جاسکتا۔ ایک حسین و جمیل شریک زندگی کا آتشیں
 حسن زندگی کی شب تار یک میں صبح صادق کا اجالا کرنے کے لئے ہے لیکن جوانی
 اور زندگانی کے اسرار و رموز سے ناواقف نوجوان حمن کے اس آتشیں پیکر سے
 اپنا خرمن جوانی بلکہ کشت زندگانی بھی پھونک لیتے ہیں۔ اے وائے یہ کور ذوقی!
 اے وائے یہ کور نگاہی!



مقوی باہ خوش زائقہ دودھ

جودل و دماغ کو طاقت دینے کے لئے بھی اکسیر بے نظیر ہے۔
پانی میں بھگو کر چھیلے ہوئے بادام دس عدد لے کر خوب باریک گھوٹ
لیں اور جوش کھاتے ہوئے آدھ سیر دودھ میں ملا دیں جب دو تین جوش
آجائیں تو دودھ آگ سے اتار کر ٹھنڈا کریں۔ جب پینے کے لائق ہو جائے تو
اس میں حسب خواہش شہد ملا لیں شہد نہ ملے تو مصری یا کھاٹ ملا لیں لیکن شہد
ملانے سے زیادہ مقوی ہو جائے گا۔ یہ دودھ نہایت ہی خوش ذائقہ اور مقوی ہوتا
ہے۔ صرف باہ اور دماغ کا سفوف دو ماشہ پھانک کر اوپر سے دودھ پیا جائے تو
زیادہ مقوی باہ اور مقوی دماغ ہو جاتا ہے۔

خمیرہ بادام نقرتی

جودل و دماغ کو طاقت دینے میں نہایت لاثانی چیز ہے
خوش ذائقہ ہونے کا یہ عالم ہے کہ اس پر ”طوائے خوب است دیگر
بیارید“ والی مثالیں عین صادق آتی ہے۔ اعضائے رئیسہ کی کمزوریوں کو دور
کر کے باہ کو بنیادی طور پر طاقت دیتا ہے۔
بادام مقشر دس تولہ لے کر خوب گھوٹ لیں حتیٰ کہ مکھن کی طرح ملائم
ہو جائیں۔ ایک پاؤ شیر گاؤ ملا کر آدھ سیر مصری میں شربت سے زیادہ گاڑھا تو ام
بتائیں۔ خوشبو کے لئے حسب ضرورت روح کیوڑہ ملا لیں۔ دس عدد ورق
چاندی اور دو تولہ دانہ الائچی کسی کھل میں خوب باریک پس کر اس خمیرے میں
ملا دیں۔ بس نہایت لاجواب ناشتہ تیار ہے۔ دو سے لے کر چار تولہ تک صبح کے
وقت استعمال کریں۔ اوپر سے نیم گرم دودھ پیں پھر صحت جسمانی اور دل و دماغ
کی حالت کو دیکھیں کہ اس میں کس قدر ترقی ہوتی ہے۔ قوت باہ کے لئے یہ
نذاتی دوا ہے۔

ضعف مردی کو دور کرنے والے سفوف

گوکھر و آدی چورن:

گوکھر و تاملکھانہ ستاور، تخم کوچ، کنگی، کھریٹی۔ جملہ ادویہ ہم وزن
لے کر خوب باریک پس لیں۔ اس میں برابر وزن مصری ملا کر بقدر ایک تولہ ہر
روز سوتے وقت یا ایک تولہ صبح ایک تولہ شام نیم گرم دودھ کے ہمراہ کھانے سے
بے حد قوت باہ پیدا ہوگی اور منی گاڑھی مانند شہد ہوگی۔

زر سنگھ چورن:

ستاور ایک سیر، گوکھر و کلاں ایک سیر، بداری قند ایک سیر، ست گلو اصلی
ایک سیر، بھلانہ مصفیٰ دو سیر، پوست پنج کنیر، پندرہ چھٹانک، کنجد مصفیٰ ایک سیر،
ترکہ (سونٹھ، مرچ سیاہ، پتیل) نصف سیر، مصری ساڑھے چار سیر۔ سب کو پس
کر ایک سیر گائے کے گھی میں چرب کر کے رکھیں۔ اس میں سے ایک تولہ تک صبح
و شام غم گرم دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ نہایت مقوی باہ و مغلہ منی ہے۔

موصلی و آدی چورن نمبر 1:

موصلی سفید، موصلی سیاہ، بداری قند، ست گلو خالص، تخم کوچ، گوکھر و
موصلی سنبل، جملہ ادویہ مساوی الوزن لے کر خوب باریک سفوف بنائیں۔ برابر
وزن مصری ملا کر اس میں سے دو تولہ تک صبح و شام گائے کے نیم گرم دودھ کے
ساتھ استعمال کریں۔ نہایت مقوی باہ اور مغلہ منی ہے۔

موصلی تین تولہ تالمکھانہ چھ تولہ گوکھرو تولہ۔ سب اجزاء باریک ہیں کر برابر وزن مصری ملا کر ایک تولہ صبح ایک تولہ شام کو گائے کے گرم دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ اس کے استعمال سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے اور مادہ منویہ زیادہ مقدار میں پیدا ہوتا ہے۔

کرویر آدی چورن:

کثیر سفید کی جڑ کا چھلکا ایک تولہ موصلی سنبل پانچ تولہ مغز تخم کوچ سات تولہ۔ سب کو پیس کر برابر وزن مصری ملا لیں اور گرم دودھ کے ہمراہ چھ ماشہ صبح اور چھ ماشہ شام کو استعمال کریں۔ نہایت ہی مقوی باہ و مسک سفوف ہے۔

اوچاٹ آدی چورن:

تخم اوٹکن بداری قند ستاور اسکندھ ناگوری۔ نہایت باریک سفوف بنا کر برابر وزن مصری ملا کر ایک تولہ صبح ایک تولہ شام ہمراہ نیم گرم دودھ گائے کے استعمال کریں۔ خوب طاقت بخشتا ہے۔

ستاور آدی چورن:

ستاور کھرئی (توتڑی) بداری قند گوکھرو آ تولہ خشک۔ ان سب اجزاء کو الگ الگ باریک پیس کر ملا لیں اور سب کے برابر وزن مصری ملا کر اس میں سے ایک سے لے کر دو تولہ تک روزانہ دونوں وقت نیم گرم دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ قوت باہ خوب بڑھے گی۔

کام دیو چورن:

گوکھرو چار تولہ مغز تخم کوچ آٹھ تولہ تخم کنگلی چار تولہ ستاور چار تولہ بداری قند آٹھ تولہ اسکندھ ناگوری بارہ تولہ ازورہ بارہ تولہ موصلی اکیس تولہ ست گلو اکیس تولہ صندل سرخ ایک تولہ دارچینی ایک تولہ الائچی خورد ایک تولہ الائچی کلاں ایک تولہ فلفل دراز ایک تولہ لونگ اکیس تولہ آ تولہ خشک اکیس تولہ ناگ کیر اکیس تولہ دھب کی جڑ سات تولہ کاسنی کی جڑ سات تولہ۔ سب کو

باریک پیس کر سب کے برابر وزن مصری ملا کر اس کو ایک تولہ صبح ایک تولہ شام گرم دودھ کے ساتھ استعمال کرنے سے سچ سچ آدی میں گھوڑے کی مانند طاقت پیدا ہو جاتی ہے۔

مان سولاس چورن:

سج، فلفل دراز دانہ الائچی خورد صندل سفید آ تولہ خشک ہر ایک تین تولہ۔ کشتہ فولاد چھ ماشہ بھنگ مصفی آٹھ تولہ بھیم سنی کا فور دس ماشہ کستوری دس ماشہ۔ سب کو باریک سفوف بنا لیں اور سب کے برابر وزن مصری ملا کر بقدر چھ ماشہ صبح و شام دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ یہ سفوف ہر مزاج کے آدی کے لئے نہایت ہی مقوی باہ و مسک ثابت ہوا ہے۔

مدن پرکاش چورن:

تالمکھانہ موصلی سفید بداری قند سوٹھ اسکندھ ناگوری تخم کوچ گل سنبل کھرئی ستاور موجس گوکھرو جائفل دال ارد بریاں بھنگ مصفی بسلوچن۔ جملہ ادویات مساوی الوزن لے کر نہایت باریک سفوف تیار کریں اور سب کے برابر وزن مصری ملا کر اس میں سے ایک تولہ صبح اور ایک تولہ شام کو ہمراہ نیم گرم دودھ گائے استعمال کرنے سے سچ سچ مدن یعنی کام پرکاش ہوتا ہے۔ قوت باہ کا دریا موجیں مارنے لگتا ہے۔

اسکندھ آدی چورن:

اسکندھ ناگوری سیاہ تل۔ دونوں اشیاء ہم وزن لے کر باریک پیس لیں اور گھی میں چرب کر کے بقدر ایک تولہ سفوف دو تولہ شہد خالص میں ملا کر صبح و شام چاٹ کر اوپر سے نیم گرم دودھ گائے پیا کریں۔ بے حد قوی ہے۔

بردھار چورن:

بردھار کی جڑ کا سفوف بنا کر اس کو سبز ستاور کے رس کی سات بار پٹھ دے کر سایہ میں خشک کر لیں۔ اس میں سے دو تولہ چورن گھی میں خوب چرب کر کے گائے کے دودھ کے ہمراہ دونوں وقت کھانے سے۔ بہت طاقت پیدا ہوتی ہے۔

عقر قرھا آدی چورن:

عقر قرھا سوٹھ لوگ کسر، فلفل دراز، جاوتری، صندل سفید ہر ایک ایک تولہ۔ انہوں مصفی چار تولہ۔ سب کو باریک پیس کر اس میں سے ایک یا دو رتی سفوف لے کر گائے کے دودھ کے ساتھ رات کے وقت کھانے سے از حد اساک ہوتا ہے اور قوت جماع بھی بڑھتی ہے۔

گندھک آدی چورن:

آملہ سار گندھک مصفی آملہ خشک۔ دونوں ہم وزن خوب باریک پیس کر سبز آٹلوں کے رس کی سات پٹھ دے کر سایہ میں خشک کر لیں۔ اس رس میں برابر وزن مصری اور شہد ملا کر بقدر چھ ماشہ روزانہ استعمال کرنے سے بے حد قوت باہ پیدا ہوتی ہے۔ ہاضمہ بھی تیز ہو جاتا ہے۔

ان تمام دوائیوں کو آبیوریدک میں باجی کرن کہتے ہیں کیونکہ یہ جسمانی طاقت بھی بڑھاتی ہیں۔

قوت باہ کے چند ایک لاثانی نسخے

جن کے استعمال سے کثرت مباشرت سے کھوئی ہوئی طاقت شریطہ طور پر دوبارہ حاصل ہو سکتی ہے۔

حیرت انگیز طور پر مولد و مغلظ منی نسخہ

غذا کی غذا اور دوا کی دوا جو صبح کو بطور ناشتہ استعمال کی جاسکتی ہے۔

اجزائے نسخہ:

(1) موصلی سفید پانچ تولہ (2) موصلی سیاہ دو تولہ (3) ثعلب مصری پانچ تولہ (4) دانہ الاچھی سفید دو تولہ (5) خستہ خرمائے ہندی دو تولہ (6) برادہ چوب چینی ایک تولہ (7) دار چینی ایک تولہ (8) مغز بادام آٹھ تولہ (9) مغز پستہ ایک تولہ (10) چھار مغز سولہ تولہ (11) سیوس اسبنول دس تولہ۔

ترکیب تیاری:

سب چیزوں کو الگ الگ باریک پیس کر پھر وزن صحیح کر کے آپس میں ملا لیں، بس تیار ہے۔

خواص و افعال:

کثرت مباشرت کی وجہ سے اگر جسم منی سے خالی ہو چکا ہو تو اس سے کثیر مقدار میں منی پیدا ہوتی ہے۔ سوکھے ہوئے لاغر بدن کو تروتازہ اور تیار کر دیتا ہے۔ پانی ایسی پتلی منی کو گاڑھا کرنے میں اپنی نظیر نہیں رکھتا۔ دائمی قبض کی شکایت کو دور کرتا ہے۔ ملین طبع ہے۔ دماغ کو حیرت انگیز طور پر تقویت دیتا ہے اور صحت کو بڑھاتا ہے۔

طریقہ استعمال:

ایک تولہ دوا لے کر ایک پاؤ گرم دودھ کھولتے ہوئے میں ملا کر نیچے اُتار لیں اور مصری ملا کر رکھیں۔ سرد ہونے پر چچے سے مثل کھیر کے کھائیں۔ بس بے نظیر ہے۔

شباب آور

جو دو ہفتہ میں چہرے کا رنگ سرخ گلنار بنا دیتا ہے۔

اجزائے نسخہ:

(1) چوب چینی دس تولہ (2) عشبہ بیس تولہ (3) عناب ولایتی کلاں 45 دانے (4) منڈی دس تولہ۔

ترکیب تیاری:

تمام ادویہ کوٹ کر چار سیر پانی میں رات بھر کسی مٹی کے برتن میں بھگو رکھیں۔ صبح عرق کشید کر لیں۔ بس اکسیر شباب عرق تیار ہے۔

خواص و افعال:

خرابی خون کے لئے نہایت بے نظیر چیز ہے۔ گندے اور فاسد خون کو صاف کر کے چہرے کو کندن کی طرح چمکا دیتا ہے۔ خون کا خراب ہونا بھی قوت

باہ کی کمی کا باعث ہوا کرتا ہے۔ پس ایسی حالت کے لئے یہ عرق واقعی شباب آور ثابت ہوا ہے۔ اگر اکیلا استعمال کیا جائے تو یہ عرق صرف خون کو صاف کرنے کے لئے بے نظیر ثابت ہوتا ہے لیکن جب اسے نیچے لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق استعمال کیا جائے تو یہ عرق واقعی اکسیر شباب ہے۔ اس کے استعمال سے صاف اور صالح خون کثیر مقدار میں پیدا ہو کر قوت باہ کو از حد ترقی ہوتی ہے۔ صحت کو اس کے استعمال سے قابل رشک فائدہ پہنچتا ہے۔

ترکیب استعمال:

نہار منہ غسل و حاجات ضروریہ سے فارغ ہو کر ایک چھٹانک شیرہ انگور میں دو تولہ یہ عرق شباب آور ملا کر نوش فرمائیں اور آدھ گھنٹہ بعد مغز بادام مشر ایک تولہ مغز خیاریں ایک تولہ مکھن تارہ گاؤ دو تولہ شکر تری دیسی نو ماشہ ملا کر استعمال کریں۔ اسی طرح ایک خوراک اس عرق کی شام کو بھی استعمال کریں اور اوپر سے حسب دستور مکھن بادام وغیرہ کا مرکب نوش فرمائیں بس گئی گزری جوانی کو واپس لادے گا۔

لاٹانی مقوی باہ نسخہ

کوڑیوں کے مول بننے والا نسخہ جو اشرفیوں کے نسخوں سے بڑھ چڑھ کر ہے۔

اجزائے نسخہ:

(1) اجوائن دیسی حسب ضرورت (2) عرق لیموں کاغذی حسب ضرورت۔

ترکیب تیاری:

ایک چینی کے مطابق میں اجوائن دیسی حسب ضرورت ڈالیں۔ اوپر سے لیموں کاغذی کا کپڑے سے چھانا ہوا عرق اتنا ڈالیں کہ اجوائن کے ایک انگل اوپر تک آجائے۔ جب لیموں کا عرق اجوائن میں جذب ہو کر بالکل خشک ہو

جائے تو دوسری مرتبہ اتنا ہی عرق اور ڈال دیں۔ اسی طرح کل سات بار عمل کریں۔ بس کوڑیوں کی لاگت میں وہ نسخہ تیار ہے جو اشرفیوں کی قیمت رکھتا ہے۔

افعال و خواص:

یہ لاٹانی نسخہ ایک سینہ کا راز ہے۔ جو صرف ناظرین کرام کے پاس خاطر سے افشاء کیا جاتا ہے۔ کثرت مباشرت کی علت کے برباد کردہ نوجوان اس سے تھوڑے ہی عرصے میں گئی گزری قوت حاصل کر سکتے ہیں۔ جب معدہ کمزور ہو چکا ہو بھوک بالکل نہ لگتی ہو یا کھایا پیا جزو بدن نہ بنتا ہو۔ اس وقت یہ نسخہ خصوصیت سے زیادہ مفید ثابت ہوتا ہے۔ تجربہ بتاتا ہے کہ یہ نسخہ مریض کی توقعات سے بڑھ چڑھ کر مقوی ثابت ہوتا ہے۔

ترکیب استعمال:

ساڑھے دس ماشہ نہار منہ صبح کھانا کھانے کے بعد دوپہر کو اور پھر شام کو یعنی تین مرتبہ ہمراہ آب نیم گرم استعمال کریں۔

کرشن ٹانک پلر

یہ گولیاں نہایت آسانی سے تیار ہو سکتی ہیں اور حیرت انگیز طور پر مقوی ہیں۔

اجزائے نسخہ:

ریڈ یوسٹ آرن 16 گرین کونین سلفیٹ 30 گرین سٹرکینین 2/5 گرین آرسینک ٹرائی اوکسائیڈ 1/5 گرین۔

ترکیب تیاری:

تمام ادویات کو ملا کر کسی صاف اور عمدہ کمرل میں آدھی چھٹانک شراب براڈی کے ذریعے کمرل کریں۔ جب گولیاں بننے کے لائق ہو جائیں تو دو دو گرین کی گولیاں بنالیں۔

نوٹ: یہ تمام ادویات ڈاکٹری ہیں۔ سٹرکینین اور آرسینک ٹرائی اوکسائیڈ

زہریں ہیں۔ جو عام لوگوں کو آسانی سے نہیں مل سکتیں۔ اس لئے بہتر ہے کہ یہ نسخہ کسی ڈاکٹر سے تیار کروالیا جائے۔

خواص و افعال:

کمزوری، نامردی کو دور کرنے والی نہایت زود اثر اور عمدہ دوا ہے۔ چند ہی خوراکیوں میں اپنے عجیب و غریب فوائد کا اظہار کر دیتی ہے۔ ایک دو ہفتوں کے استعمال سے جسم میں گئی ہوئی طاقت پھر واپس آنی شروع ہو جاتی ہے۔ قوت ہاضمہ کو اس دوا سے بہت مدد ملتی ہے۔ کھایا پیاجزو بدن بنتا ہے۔ جسم اور چہرے پر سرخی کی لہر دوڑنے لگتی ہے۔ نا طاقتی طاقت میں اور کمزوری اس کے استعمال سے شہ زوری میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ اس کے دوران استعمال میں دودھ بھی خوب استعمال کرنا چاہئے۔

ترکیب استعمال:

ایک گولی صبح اور ایک شام کو کھانا کھانے کے پندرہ بیس منٹ بعد ہمراہ نیم گرم پانی کے استعمال کریں۔

بے نظیر مقوی باہ گولیاں

جونہایت آسانی سے تیار ہو سکتی ہیں اور فوائد میں بے نظیر

ہیں۔

اجزائے نسخہ:

ایکسٹریکٹ آف نکس و امیکا آٹھ گرین، کونین سلفیٹ 32 گرین، آرن فاسفیٹ 32 گرین۔

ترکیب تیاری:

کسی نہایت عمدہ اور صاف کھریل میں اول کونین سلفیٹ اور آرن فاسفیٹ کو ملا کر چند منٹ تک کھریل کریں۔ پھر ایکسٹریکٹ آف نکس و امیکا ملا لیں۔ عرق گلاب ملا کر کچھ منٹ تک خوب کھریل کریں تاکہ ایک جان ہو جائے۔ پھر اس تمام مرکب کی 32 گولیاں تیار کر لیں۔ بس وہ حیرت انگیز مقوی

نسخہ تیار ہے جس کی تیاری میں چند منٹ خرچ ہوتے ہیں لیکن جس کے مقابلے میں بڑے بڑے طول طویل طریقوں سے بننے والے نسخے پیچ ہیں۔

نوٹ: ایکسٹریکٹ آف نکس و امیکا کچلے کا ست ہوتا ہے جو ایک زہریلی چیز ہے۔ اس نسخہ کی تمام دوائیں انگریزی ہیں۔ کسی ڈاکٹر سے تیار کروالیا جائے۔

خواص و افعال:

یہ ڈاکٹری اجزاء کا نسخہ اپنے افعال و خواص کے اعتبار سے قوت باہ کی دواؤں میں ایک قابل قدر چیز ہے۔ دل، دماغ، معدہ و جگر تمام اعضائے جسمانی کو طاقت بخشنے میں بے نظیر ثابت ہوا ہے۔ دودھ بھی اس کے استعمال سے خوب ہضم ہوتے ہیں۔ چہرہ اور جسم کا رنگ نکھر آتا ہے۔ پٹھوں میں غضب کی طاقت پیدا ہو کر کمزوری شہ زوری سے اور نا طاقتی طاقت سے بدل جاتی ہے۔ مرکز تناسل میں اس سے ایک برقی رو پیدا ہو جاتی ہے اور عضو مخصوص کی سوئی ہوئی رگوں میں جوش پیدا ہو جاتا ہے۔ اس نسخہ کا کئی ہفتوں تک باپریز استعمال کریں اور اس کے ساتھ دودھ بھی خوب استعمال کریں تو سب قسم کی کمزوریوں کا ازالہ کر کے کثرت مباشرت سے خالی کئے ہوئے جسم کو دیرینہ سے بھر پور کر دیتا ہے۔

ترکیب استعمال:

ایک گولی صبح ایک شام کھانا کھانے کے بعد دودھ یا نیم گرم پانی کے دو چار گھونٹوں سے۔

کایا پلٹ مقوی گولیاں

جو تمام مقوی باہ دواؤں کی سر تاج ثابت ہوئی ہیں۔

اجزائے نسخہ:

(1) کشتہ فولاد درجہ اول چار تولہ (2) کچلہ مدبر پانچ تولہ (3) ست سلاجیت پانچ تولہ (4) زعفران کشمیری ایک تولہ (5) کالی سرچ دو تولہ۔

ترکیب تیاری:

کشتہ فولاد صرف وہ استعمال کریں جو اسی کتاب میں "فولاد اور قوت"

مردانہ کی کمزوری کے زیر عنوان درج ہے۔ کچلہ اس طرح مدد کریں کہ حسب ضرورت کچلہ لے کر کسی چینی کے برتن میں ڈال کر ادراک کے پانی میں پندرہ روز تک بھگوئے رکھیں۔ بعد میں پندرہ روز تک گھیکوار کے رس میں بھگوئے رکھیں۔ واضح رہے کہ یہ دونوں قسم کے رس کچلہ کے اندر ہی جذب کر دیئے جائیں گے گرائے نہیں جائیں گے۔ اس کے بعد جب کچلہ ابھی گیلا ہی ہوا ہوں دستہ میں خوب زور سے اچھی طرح کوٹ کر رکھ لیں۔ خشک ہونے پر کچلہ بہت مشکل سے کوٹا جاتا ہے۔ اس کا خیال رکھیں۔ پتہ وغیرہ کچلہ کے اندر ہی رہے گا۔ اس کے نکالنے کی ضرورت نہیں۔ اس ترکیب سے مدد ہونے پر کچلہ میں پتہ کوئی نقصان نہیں دے سکتا۔ سلاجیت کسی نہایت ہی معتبر دوا خانہ سے لیں۔ سلاجیت میں آج کل بہت زیادہ دھوکہ ہو گیا ہے۔ تمام لوگ ہزار کوشش کرنے پر بھی اصلی سلاجیت حاصل نہیں کر سکتے۔ بڑے بڑے حکیم اور عطار نقلی سلاجیت فروخت کر رہے ہیں۔ زعفران کشمیری بھی بالکل خالص اور کسی معتبر جگہ سے لیں۔ بڑے بڑے حکیموں اور عطاروں کے ہاں کئی قسم کے پھولوں کے رنگے ہوئے ریشوں سے تیار کیا ہوا نقلی زعفران ملتا ہے جو کوئی فائدہ نہیں کرتا۔ اصلی زعفران بازار میں تقریباً نایاب ہو رہا ہے۔ لوگ نہایت بے دردی سے لوٹے جا رہے ہیں۔ اس لئے آپ خوب سوچ سمجھ کر یہ چیزیں حاصل کریں۔ ولایت سے بھی زعفران ڈبیوں میں آتا ہے اس میں دھوکے کا اندیشہ نہیں ہے۔

اس نسخہ کی تمام چیزیں نہایت احتیاط سے خالص مہیا کر لینے کے بعد اگلا قدم ان کو آپس میں ملا لینا ہی ہے۔ پہلے کالی مرچ کو کسی نہایت صاف اور عمدہ کھل میں پیس لیں۔ پھر اس میں زعفران ملا لیں۔ پھر ست سلاجیت اور آخر میں کشتہ فولاد اور کچلہ مدد بہت ہی باریک کیا ہوا ملا کر چند گھنٹوں تک عرق گلاب کے ہمراہ کھل کر کے ایک جان کر لیں اور پچنے کے برابر گولیاں تیار کر لیں۔ بس وہ لاثانی نسخہ تیار ہے جو صحیح معنوں میں گزری جوانی واپس لا دیتا ہے۔

افعال و خواص:

یہ نسخہ اپنے کایا پلٹ فوائد کے اعتبار سے ایک معیاری نسخہ ہے۔ کوئی ولایتی مقوی گولیاں جن کی تعریف میں اخباروں کے صفحوں کے صفحے سیاہ کر

دئے گئے ہوں اس کی طاقت بخش قوتوں کا مقابلہ نہیں کر سکتیں۔ تمام اشتہادیں دوا میں اس کے مقابلہ میں بیچ ہیں۔ یہ نسخہ بہت دیر سے ہمارے بحر بے میں ہے اور ہم اسے ایک مایہ ناز نسخہ سمجھتے ہیں۔ اس میں یہ ایک امتیازی خوبی ہے کہ تمام اعضائے جسمانی کو قوت بخش کر باہ کو بنیادی طور پر طاقت دیتا ہے۔ اس کی پیدا کی ہوئی طاقت عارضی نہیں ہوتی بلکہ بہت مستقل اور پائیدار ہوتی ہے۔ دودھ گھی خوب ہضم کر کے جسم کو قابل رشک طاقت و توانائی دیتا ہے۔ صحت اس کے استعمال سے نمایاں طور پر ترقی کرتی ہے۔ معدہ کی کمزوری کو دور کر کے ہمیشہ کے لئے دودھ گھی ہضم کرنے کی طاقت بڑھاتا ہے۔ جسم کی رگ رگ سے کمزوری اور نا طاقتی کو نکال پھینکتا ہے۔ کچھ مدت تک لگاتار استعمال کرتے رہنا صحت کو واقعی قابل رشک بنا دیتا ہے۔ جسم کے تمام اعضائے رئیسہ کو قوت دے کر باہ کی بنیادوں کو مضبوط و مستحکم کرنے کے علاوہ براہ راست بھی عضوتاسل میں تحریک و پہچان پیدا کرتا ہے غرضیکہ یہ ایک بے نظیر نسخہ ہے جو ناظرین کرام کے افادہ کے لئے درج کتاب کر دیا گیا ہے۔

ترکیب استعمال:

ایک گولی صبح آدھ سیر دودھ کے ہمراہ ایک دوپہر کو کھانا کھانے کے بعد نیم گرم پانی سے اور ایک رات کو سوتے وقت ہمراہ دودھ۔ دودھ گھی اس کے استعمال کے دوران میں زیادہ استعمال میں لائیں۔ تین گولیاں کچھ گری کریں تو دو کھائیں۔ بہتر ہو کہ پہلے کئی روز صرف دو گولیاں ایک بوقت صبح اور ایک بوقت شام استعمال کریں۔ اس کے بعد موافق آنے پر ایک گولی دوپہر کو بھی کھانے لگیں۔

ایک نہایت ہی مجرب و مستند نسخہ

نسخہ:

(1) کشتہ فولاد درجہ اول (2) کشتہ ابرک سیاہ درجہ اول ایک ایک تولہ۔ (3) ستاور (4) گوکھر و دود و تولہ۔

ترکیب تیاری:

کشتہ فولاد وہ استعمال کریں جو "فولاد اور مردانہ کمزوری" کے زیر عنوان درج ہے۔ کشتہ ابرک کی ترکیب بھی "اکسیری کشتہ جات کرشن" میں ملاحظہ فرمائیں۔ عام بازاری کشتے استعمال کرنے سے کوئی فائدہ نہیں ہوگا یہ کشتے خود تیار کریں۔ اول ستاور اور گوکھر و کو نہایت باریک کر لیں۔ پھر ان میں کشتہ فولاد اور کشتہ ابرک ملا لیں۔ بس وہ بے نظیر دھات پشت چورن تیار ہے جس کے مقابلے میں ہزاروں اشتہاری دوائیں بالکل فضول ہیں۔

افعال و منافع:

یہ دھات پشت چورن ایک مدت سے ہمارے تجربے میں ہے۔ معدے کو اگرچہ بہت زیادہ قوت نہیں دیتا لیکن ویرج کو گاڑھا کرنے میں ایک بے نظیر چیز ہے۔ جب ویرج جسم میں بہت کم ہو گیا ہو جب لہو بھی اپنی ایسا پتلا ہو تو یہ نسخہ ایک اکسیر سے کم مفید نہ ہوگا۔ چہرے کی زردی، جسم کی لاغری، دماغ کی کمزوری، ہر وقت تپ کی سی حالت رہنا، اداسی، سستی کسی کام کاج کو دل نہ چاہنا وغیرہ تمام شکایات کو دور کرنے کے لئے یہ نسخہ ایک بے نظیر چیز ہے۔ بہت تیز نہیں ہے۔ اس لئے لگاتار بہت دیر تک استعمال کرتے رہنے میں کوئی نقصان نہیں ہے۔

ترکیب استعمال:

چار رتی صبح چار رتی شام ہمراہ دودھ تازہ استعمال کریں۔

مردانہ امراض

احتلام

اگر طاقنور انسان کو پندرہ دن میں ایک بار احتلام ہو جائے تو کچھ زیادہ تشویش کی بات نہیں البتہ اس حالت میں بھی احتیاطی تدابیر پر عمل کرنا چاہئے ایسے مریضوں کو سر شام ہی کھانے سے فارغ ہو جانا چاہئے اور شراب، چائے، قہوہ، تمباکو اور دوسری گرم اور خشکی اشیا فوراً ترک کر دینی چاہئیں۔ سونے سے دو تین گھنٹے پہلے جو کچھ کھانا پینا ہو کھا پی لیں۔ کھانا کھاتے ہی دودھ چائے یا پانی پی کر سو جانے سے احتلام ہو جاتا ہے۔ سونے سے پہلے پیشاب کر لینا ضروری ہے۔

میں اپنے زیر علاج مریضوں کو ہدایت کرتا ہوں کہ اگر شام کے چھ سات بجے کھانا کھایا ہو تو کھانا کھانے کے بعد کوئی چیز ہرگز استعمال نہ کریں بلکہ نہایت

نرم اور زود مضہم غذائیں کھائیں اور وہ بھی زیادہ مقدار میں نہیں۔ کچھ جھوک رکھ کر دسٹر خوان سے ہاتھ اٹھا لینا چاہئے۔ کھانے کے معاملہ میں اگر ہمارے نوجوان خاص احتیاط اور پرہیز سے کام لیں تو وہ یقیناً ڈاکٹر کی مدد کے بغیر اس خطرناک مرض سے نجات حاصل کر سکتے ہیں۔ اگر کوئی شخص ایسی غذا زیادہ مقدار میں کھاتا ہے جو کہ اس کے کمزور معدے کے ناموافق ہے یعنی مضہم نہیں ہو سکتی ہے تو ڈاکٹر کی کوئی تدبیر اسے اس بیماری سے نجات نہیں دلا سکتی۔

احتلام کے مریضوں کے لئے اول سونے سے پہلے پیشاب وغیرہ سے نارغ ہونا ضروری ہے اور دوسرے دن کو جب آنکھ کھلے پیشاب ضرور کریں چت ہرگز نہ سوئیں بلکہ دائیں پہلو کے بل سوئیں۔ صبح سویرے بیدار ہونا بہت ضروری اور مفید ہے۔ اس وقت مشانہ چڑھتا ہے۔ مشانہ کا بوجھ جب منی کی نالی پر پڑتا ہے تو احتلام ہو جاتا ہے۔ سوتے وقت پاخانہ گاہ میں پچکاری کے ذریعہ ٹھنڈا پانی پہنچانا بہت مفید ہے۔ زیادہ گرم بستر میں سونا مضر ہے۔ ریڑھ کی ہڈی کو جب گرمی محسوس ہوتی ہے تو احتلام ہو جاتا ہے۔ اعلیٰ اخلاق اور مضبوط قوت ارادی رکھنے والوں کو یہ بیماری نہیں ہوتی۔

احتلام کے مریضوں کو صبح و شام باقاعدہ ہوا خوری کرنی چاہئے۔ شہر کے باہر باغ کی کھلی ہوا زیادہ مفید ہے جہاں گرد و غبار نہ ہو۔ بہت زیادہ ماغی اور جسمانی محنت کی کثرت سے انسان میں کمزوری پیدا ہو جاتی ہے اور خصوصاً

وقت باہ کم ہوتی ہے۔ جسم پر بہت بڑا اثر پڑتا ہے۔ مرض احتلام میں اضافہ ہوتا ہے۔ زیادہ نرم اور زیادہ گرم بستر پر نہ سوئیں۔ چار بائیں کی نسبت بکڑی کے تخت پر سونا زیادہ مفید ہے۔ صبح سویرے ہی بستر کو چھوڑ دیں۔ ایک بار آنکھ کھلنے کے بعد بستر پر کرویں لینا مضر ہے اس حالت میں اکثر احتلام ہو جاتا ہے۔

احتلام کے مریضوں کے لئے صبح تازہ پانی سے غسل مفید ہے۔ بوقت غسل اپنے اعضا کی صفائی خاص طور پر کریں۔ اپنے عضو پر نی کی دھار باقاعدہ گرائیں۔ رات کو سوتے وقت اپنے عضو پر خاص طور پر کم از کم دس منٹ پانی کی دھار باندھ کر گرانا بہت مفید ہے۔

احتلام کے مریضوں کو غذا بہت سادہ اور زود مضہم کھانی چاہئے۔ کھجور، چپاتی، مونگ کی دال، گھیا، ٹنڈے، شلغم وغیرہ۔ گھیا توری سے مراد بھنڈی توری نہیں بلکہ گھیا توری یا مونگ توری ہے۔ احتلام کے مریضوں کے لئے بھنڈی توری نقصان دہ ہے۔ بیسی، بیگن، گرت، تیل، ترش، مرغی، ثقیل، گرم اور قابض غذائیں استعمال نہ کریں۔

جریان اور احتلام

جریان کیا ہے، کیوں ہوتا ہے۔ جریان کی مکمل تشریح اور اس کی علامتیں، جسم پر جریان یا احتلام کا کیا اثر پڑتا ہے؟ بیماری کے دنوں میں کون سی احتیاطیں

کرنی چاہئیں۔ غذائیں اور پرہیز۔ جریان و احتلام کا مکمل علاج۔ جریان جس کو عام لوگ "دھات جانا اور دھات گرنا" کہتے ہیں۔ بیماری موجودہ نسل کے لئے یہ مرض گھن کا کام کر رہا ہے۔ بے شمار نوجوان اس مرض کا شکار ہیں۔ اس مرض میں پیشاب سے پہلے یا بعد یا درمیان میں سفید رطوبت نکلا کرتی ہے۔ اس رطوبت کی تین قسمیں ہیں۔

۱۔ منی ۲۔ مذی ۳۔ ودی

منی انسانی جسم کا عطر ہے جو رگ دریشہ سے کشید ہو کر نکلتا ہے۔ منی انسان کی اصل زندگی اور جہر حیات ہے۔ اس کی موجودگی سے بدن میں طاقت اور چستی پیدا ہوتی ہے۔ اس کی بدولت دل میں امنگ اور مردانہ جذبات پیدا ہوتے ہیں۔ منی کی حفاظت جوانی کی حفاظت ہے۔ منی ایک سفید رطوبت ہے جو شہوت کے وقت عضو کے سوراخ سے نکلتی ہے۔ اس کے نکلنے کی وجہ یہ ہے کہ بوقت شہوت عضو کی اندرونی مشینری کو حرکت ہوتی ہے۔ اس حرکت کی وجہ سے مثانہ کی گردن کے قریب جو گلیٹی ہے اس پر دباؤ پڑتا ہے اور مذی نکل جاتی ہے۔ یہ گلیٹی ایک اینج لمبی، ڈیڑھ اینج چوڑی اور پون اینج کے قریب موٹی ہے اور وزن قریباً چھ گرام یعنی ڈیڑھ تولہ کے قریب ہوتا ہے۔

شہوت کے وقت مذی کا نکلنا ضروری ہے۔ اس کے نکلنے سے مذی کی

نالی نرم اور کشادہ ہو جاتی ہے۔ اگر نالی نرم اور کشادہ نہ ہو تو قدرتی طور پر منی دیر میں نکلتی ہے۔ اور دیر میں نکلنے سے سرد اور فاسد ہو جاتی ہے اور حمل قرار نہیں پاتا۔ اس کے علاوہ اس رطوبت سے یہ فائدہ ہے کہ راستے کو ملائم کرتی ہے تاکہ منی سہولت سے خارج ہو سکے۔ بعض اوقات یہ رطوبت ضرورت سے زیادہ دقت بے وقت خارج ہونے لگتی ہے۔ اس کی وجہ مثانہ کی گردن کے قریب والی گلیٹی میں سوزش، گردن مثانہ میں سوزش اور قبض کی وجہ سے بھی تحریک ہو کر یہ رطوبت زیادہ مقدار میں خارج ہونے لگتی ہے۔ اس کے اخراج سے زیادہ کمزوری نہیں ہوتی۔ مگر چونکہ مریض اس دہم میں مبتلا ہوتا ہے کہ منی خارج ہو رہی ہے اس لئے وہ ضعف محسوس کرتا ہے۔

ودی ایک سفید رطوبت ہے جو پیشاب سے پہلے پیشاب کی نالی کو صاف کرنے کے لئے نکلا کرتی ہے۔ چونکہ پیشاب تیزی کے ساتھ نکلتا ہے اور کچھ دیر تک جاری رہتا ہے اس لئے ودی پیشاب سے پہلے ہو کر نالی کو چکنا اور لیس دار کر دیتی ہے تاکہ پیشاب کے دیر تک خارج ہونے اور تیزی کی وجہ سے نالی میں خراش پیدا نہ ہو۔ ودی کی پیدائش اس گلیٹی سے ہوتی ہے جو مثانہ کی گردن کے قریب ہے۔ پیشاب کی حرکت کے وقت اس گلیٹی پر دباؤ پڑتا ہے جس کا وجہ سے پہلے ودی نکلتی ہے۔

جب ودی زیادہ ہوتی ہے تو گاڑھی ہو جاتی ہے اور پیشاب کے بعد

بھی خارج ہو جاتی ہے۔ یہ بیماری میں داخل ہے۔ جب ان مینوں میں سے کسی ایک کا اخراج اعتدال سے بڑھ جاتے تو اسے جریان کہتے ہیں۔ یہ ایک مہلک مرض ہے جس میں عام طور پر آج کل کے نوجوان مبتلا ہیں۔ لیکن ان سب سے خطرناک جریان منی ہے۔ لوگ جریان کو معمولی مرض سمجھتے ہیں۔ حالانکہ یہ مرض ہے جو کھن کی طرح انسان کو کھا جاتا ہے۔ سوزاک اور آتشک وغیرہ امراض وقتی طور پر سخت تکلیف دہ ہوتے ہیں۔ اس لئے لوگ ان امراض کی طرف بہت جلد توجہ دیتے ہیں اور جریان وغیرہ امراض کی پروا نہیں کی جاتی۔

ترک جماع سے منی کی زیادتی۔

منی میں مناسب سے زیادہ تیزی اور سوزش۔
 شہوت کی زیادتی یا کثرت جماع سے گروہ کی چربی پگھلنا۔
 مزاج میں حرارت کی زیادتی۔

ہر وقت جماع کا تصور ذہن میں رکھنا یا جماع کے متعلق کثرت سے تذکرہ کرنا ہے۔

قبض، جاتی، اغلام، کثرت مباشرت اور خیالات فاحشہ۔

لڑکیوں نے جریان کے اسباب پر بحث کرتے ہوئے لکھا ہے :-

منی رقیق (تپلی) ہو گئی ہو۔ اور اس کی رقت ہی جریان کا موجب ہے۔

قوت ماسکہ (منی کے روکنے کی طاقت) کمزور پڑ گئی ہے۔

منی میں زیادہ تیزی اور سوزش ہو۔

پورے خیالات شہوت کی زیادتی اور کثرت جماع سے گروہ کی چربی پگھلنا شروع ہو جاتی ہے۔ اس صورت میں پیشاب کے بعد لیس دار مادہ خارج ہوتا ہے جو اگر کپڑے پر ڈالا جائے تو اس کا داغ پڑ جاتا ہے۔
 جماع کے متعلق کثرت سے تصور کرنا یا اس کے متعلق باتیں کرنے سے اعضائے منویہ میں تحریک (جوش حرکت) ہو کر جریان کی شکایت ہو جاتی ہے۔

مزید تحقیق سے حسب ذیل باتیں معلوم ہوئی ہیں :-

اگر منی کا قوام اور رنگ صحیح ہو اور بوقت جماع منی کثرت سے خارج ہوتی ہو اور ضعف محسوس نہ ہوتا ہو تو جریان کا سبب کثرت منی ہوتا ہے۔
 اگر منی کا قوام رقیق ہو اور جماع کے وقت منی سرعت سے خارج ہوتی ہو تو جریان کا سبب منی کی رقت ہے۔

اگر انزال کے وقت کافی مقدار میں منی خارج ہوتی ہو۔ جماع کے بعد پیشاب کے ساتھ سفید مادہ نکلتا ہو۔ انسان کمزوری محسوس کرتا ہو تو گروہ کا ضعف جریان کا موجب ہوتا ہے۔

منی خارج ہوتے وقت اگر تیزی اور جلن محسوس ہو۔ منی کا رنگ زرد ہو۔ پیشاب بھی کبھی کبھی جلن کے ساتھ آئے تو جریان کا سبب منی کی حدت ہے۔
 اگر قبض کی وجہ سے منی کے قطرے خارج ہوں تو مریض کو عموماً درد سر، کاپی

وگرائی شکم کی شکایت رہتی ہے۔

اگر مباشرت کی زیادتی، حلق یا غلام کی وجہ سے جریان ہو تو مریض کا مزاج دہی اور چڑچڑا ہو جاتا ہے۔

ابتداء میں جریان قبض کی وجہ سے ہوتا ہے۔ جس دن پاخانہ ذرا قبض سے آئے یا تھوڑا سا زور لگایا جائے تو عضو کے ایک دو قطرے گر پڑتے ہیں۔ آہستہ آہستہ یہ مرض یہاں تک بڑھ جاتا ہے کہ ہمیشہ پاخانہ کے وقت خواہ پاخانہ کھل کر آئے یا قبض سے منی کے ایک دو قطرے گر پڑتے ہیں اور اس حالت میں علاج نہ کیا جائے تو یہ مرض یہاں تک بڑھ جاتا ہے کہ عموماً منی پیشاب کے ساتھ گرنے لگتی ہے۔

زیادہ مقوی، گرم، ثقیل اور ترش اشیاء کے کثرت استعمال سے بھی جریان کا مرض نمودار ہو جاتا ہے۔ چنانچہ لال مزاج، گرم مصالحہ، شراب اور چائے کے بکثرت استعمال سے بھی جریان کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ قبض، گمردہ اور مثانہ کی خراش اور پتھری کے باعث بھی یہ مرض پیدا ہو جاتا ہے کثرت جماع میں منی زیادہ مقدار میں خارج ہونی شروع ہوتی ہے جس سے منی پتلی اور کمزور پڑ جاتی ہے اور بغیر خیال اور ارادہ کے نکلنے شروع ہو جاتی ہے غلام اور حلق سے منی کا خزانہ اس قدر کمزور ہو جاتا ہے کہ منی کو نسیجیاں نہیں اس لئے جریان یا اختلام کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔ کثرت فکر، غم، بہت

زیادہ دماغی محنت سے بھی منی پتلی ہو کر جریان ہو جاتا ہے۔

منشی اشیاء، شراب، بھنگ، چرس، افیون وغیرہ، گرم خشک مصالحہ جات جیسے لونگ، دارچینی، لال مزاج کچھ زیادہ استعمال سے بھی جریان کا مرض نمودار ہو جاتا ہے۔ چونکہ ان کا اثر دل و دماغ، مسندہ اعضائے رئیسہ پر پڑتا ہے اس لئے اعضائے تناسلی میں اکساہٹ پیدا ہو جاتی ہے۔ اکساہٹ اور بار بار حرکت پیدا ہونے سے منی پتلی اور کمزور ہو جاتی ہے۔ اور انسان جریان میں مبتلا ہو جاتا ہے۔

اس مرض میں مبتلا مریض کا دل و دماغ اور پٹھے کمزور ہو جاتے ہیں۔ سر، کمر اور پٹھلیوں میں درد رہتا ہے۔ بسا اوقات سر چکرانے لگتا ہے۔ حافظہ کمزور اور ذہن کند ہو جاتا ہے۔ طبیعت میں سستی آ جاتی ہے۔ کام کاج سے جی گھبراتا ہے خیالات میں پریشانی رہتی ہے۔ مزاج چڑچڑا ہو جاتا ہے۔ اعضا شکنی ہر وقت رہتی ہے۔ بھوک کم لگتی ہے۔ کھایا ہوا مضم نہیں ہوتا۔ قوت باہ بہت کم ہو جاتی ہے جماع میں لذت برائے نام رہ جاتی ہے اور مریض عورت کے ناقابل ہو جاتا ہے اور صحیح مصنوں میں نامرد ہو جاتا ہے۔

اس مرض میں گرم، ثقیل، قابض اور ترش چیزوں کے استعمال سے پرہیز کرنا چاہئے۔ گرم مصالحوں کا استعمال بھی منع ہے۔ کریلے، بنگیں، گوشت، شراب اور قہرہ وغیرہ کا استعمال بھی منع ہے۔ جریان و اختلام کے مریضوں کو نہایت

سادہ اور جلد مفہم ہونے والی غذائیں کھانی چاہئیں۔ مونگ، ذراں، چپاتی، شلجم اور پالک بہترین غذائیں ہیں۔ جریان واحتلام کے مریضوں کو مقوی غذائیں منع ہیں کیونکہ یہ دیر مفہم ہیں۔

علاج کے دوران میں نہ صرف جماع سے پرہیز کرنا چاہئے بلکہ شہوانی خیالات سے بچنا چاہئے۔ اور رات کو جس وقت پیشاب وغیرہ کی حاجت ہو تو جس وقت آنکھ کھلے پیشاب کر لینا مناسب ہے۔ جریان واحتلام کے مریضوں کے لئے روزانہ تازہ پانی سے غسل بہت ضروری ہے۔ نل کے نیچے اس طرح بیٹھ جائیں کہ ریڑھ کی ہڈی پر پانی کی دھار پڑے۔ گرمیوں میں خواہ کتنی دیر نل کے نیچے انسان بیٹھا رہے طبیعت کو فرحت حاصل ہوتی ہے مگر سردیوں میں زیادہ نہیں بیٹھنا چاہئے۔ اس موسم میں دس مندرہ منٹ ہی نل کے نیچے بیٹھنا مناسب ہے۔ عضو تناسل کو سرد پانی میں رکھنا بہت مفید ہے۔

جریان اور احتلام کے مریضوں کو قبض کا خاص طور پر خیال رکھنا چاہئے قبض سے یہ امراض عموماً پیدا ہوتے ہیں۔ قبض رفع کرنے کے لئے جہاں تک ہو سکے دوائیں استعمال نہ کریں۔ صبح سویرے اٹھ کر سرد پانی کا ایک گلاس اور روزرات کو سوتے وقت معمولی پانی کا ایک گلاس پیئیں۔ قبض عموماً دوڑ ہو جاتی ہے۔ قبض کے لئے اگر دوا کا استعمال ضروری ہو تو ایسی دوا استعمال کریں جو قبض کے ساتھ جریان کو بھی مفید ہو۔ مثلاً اسبغیان کا دودھ کے ساتھ

بھانکنا قبض کو بھی دور کرتا ہے اور جریان کے لئے بھی مفید ہے۔

بعض مریض پاجامہ کی رگڑ سے یا صحبت کے خیال سے ہی خارج ہو جاتے ہیں۔ جاننا چاہئے کہ یہ جریان اعضائے مخصوصہ کے ذکی الخس ہونے کی وجہ سے ہے۔ اس صورت میں سب سے پہلے ذکاوت حس کم کرنے کی تدبیر کرنی چاہئے۔ موجودہ زمانے کے اکثر طبیب اس امر کا خیال نہیں کرتے یہی وجہ ہے کہ جریان کے اکثر مریضوں کو صحت حاصل نہیں ہوتی۔ ذکاوت حس کے علاج میں سب سے پہلے مریض کے لئے ضروری ہے کہ وہ ان کمزور عادتوں کو ترک کر دے ورنہ بہترین علاج اور دوائی بھی فائدہ نہیں کرتی۔ نہ صرف خیالات نیک رکھنے چاہئیں۔ صحبت بد سے بچنا چاہئے۔ جریان و احتلام کے لئے تھیراپی سینا سے بھی پرہیز کرنا چاہئے۔ یہاں تک کہ ان کتابوں کا مطالعہ بھی ترک کر دینا چاہئے جن میں عشقیہ قصے کہانیاں ہوں۔

بعض لوگ عضو مخصوص کی صفائی کا خیال نہیں رکھتے۔ عضو کے اگلے سرے پر جسے حشفہ کہتے ہیں۔ میل جم جاتی ہے۔ جس سے خراش بعض اوقات سوزش اور ذکاوت حس کی وجہ سے جریان وغیرہ ہو جاتے ہیں۔ عضو کو صابن سے دو وقت خوب صاف کرنا چاہئے۔ عضو مخصوص کو سرد پانی میں رکھنا مفید ہے۔ اس سے نہ صرف ذکاوت حس دور ہوتی ہے بلکہ قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے۔ اس کا طریقہ یہ ہے کہ ٹب یا چرمچی میں ٹھنڈا پانی بھر لیں اور اس میں بیٹھ

جائیں یا عضو کو کم از کم دس پندرہ منٹ روزانہ ٹھنڈے پانی میں رکھیں۔ اس سے جریان اور احتلام کو فائدہ پہنچتا ہے۔

کسی دیوار کے سہارے سر کے بل کھڑے ہوں۔ شروع شروع میں ذرا دشواری ہوگی۔ اس لئے کسی کی مدد سے ایسا کریں۔ کچھ دنوں کے بعد مشق ہونے پر اکیلے بھی سر کے بل کھڑے ہو سکتے ہیں۔ سر کے نیچے تکمیر یا نرم کپڑا رکھنا بہت ضروری ہے ورنہ دماغ پر اس ورزش کا اثر بہت برا پڑتا ہے اور دونوں بالحتوں کی انگلیوں کو ایک دوسرے میں ڈال کر نیچے رکھیں۔ پاؤں خوب تنے رہیں۔ اس ورزش کے دوران میں ناک کے راستے سے خوب گہرے گہرے سانس لیں۔

اس ورزش کو کپالی آسن کہتے ہیں۔ صبح کے وقت پاخانہ وغیرہ سے فارغ ہو کر کھلی اور صاف ہوا میں اسے کرنا چاہئے۔ ایک منٹ سے ابتدا کر کے آہستہ آہستہ آٹھ منٹ تک بڑھائیں۔ اعضا کو زیادہ تکان نہ ہو ورنہ بھائے فائدہ کے نقصان ہوتا ہے۔ شروع میں خون زیادہ سرایت کرنے کی وجہ سے بعض لوگوں کا دماغ اسے برداشت نہیں کر سکتا اور انہیں بہت تکلیف ہوتی ہے۔ یہ ورزش ایک منٹ سے شروع کر کے چار دن کے بعد دو منٹ، آٹھ دن کے بعد پانچ منٹ اور اس کے بعد دس منٹ تک بڑھائیں۔

اس کے متواتر استعمال سے نہ صرف جریان، احتلام کو آرام آ جاتا ہے

بلکہ سرعت انزال دور ہو کر قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے۔ جسم میں چستی اور چہرے پر رونق آ جاتی ہے۔ عقل بڑھتی ہے اور سوچنے کی طاقت میں اضافہ ہوتا ہے۔

اس ورزش کے لگاتار کرنے سے حیرت انگیز نتائج ظاہر ہوتے ہیں جھوکا بڑھ جاتی ہے۔ کھانا خوب ہضم ہوتا ہے۔ ایک سال لگاتار ورزش کرنے سے سر کے بال بھی کالے ہونے لگتے ہیں۔ ایک جرمین ڈاکٹر نے اس ورزش کی بہت تعریف کی ہے۔ اُس نے لکھا ہے کہ جس طرح بوتل کو صاف کرنے کے لئے پانی ڈال کر اُسے اٹھا سیدھا کیا جاتا ہے اسی طرح انسان کے جسم کی صفائی اس ورزش سے ہوتی ہے۔ ہر روز یہ آسن کرنے سے جسم شیشے کی مانند اندر سے صاف ہو جاتا ہے اور جسم کے تمام رگ وریشہ میں خون پہنچ جاتا ہے اس ورزش میں خون کا دورہ سر کی طرف زیادہ ہوتا ہے۔ اس لئے اس سے سر کے امراض کو فائدہ پہنچتا ہے۔ گردن مضبوط ہوتی ہے۔ پھیپھڑوں کی طرف خون کا دورہ زیادہ ہونے سے یہ مضبوط ہوتے ہیں۔

جب انسان پاؤں پر کھڑا ہوتا ہے تو پاؤں کی طرف خون کا دورہ ہوتا ہے۔ اسی طرح اس آسن میں سر کے بل کھڑے ہونے سے سر اور چھاتی کی طرف خون زیادہ آ جاتا ہے۔ چنانچہ سر، منہ اور چھاتی کی طرف خون زیادہ آ کر سرایت کرنے لگتا ہے۔ اس کا قدرتی نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ان اعضا میں زیادہ خون آنے

کی وجہ سے زیادہ پاکیزہ اور مضبوطی آجاتی ہے اور جلد بیمار پاں دور ہو جاتی ہیں۔

جریان و اختلام میں فرق

اختلام کیا ہے کیوں ہوتا ہے اور کب ہوتا ہے اس کی مکمل تشریح اور علاج اس کتاب کے حصہ اول یعنی پریم شاستری میں درج ہو چکا ہے۔ جریان کے جو اسباب ہیں اختلام کے بھی زیادہ تر وہی اسباب ہیں۔ جریان و اختلام میں فرق یہ ہے کہ جریان میں بیداری کی حالت میں بغیر ارادہ اور خواہش کے منی خارج ہوتی ہے اور اختلام میں خواب کی حالت میں ایسا ہوتا ہے۔ ڈاکٹروں نے اختلام کو جریان کی لمبی اور ابتدائی شکل قرار دیا ہے۔ تجربہ سے ثابت ہے کہ عموماً جریان کے مریضوں کو پہلے اختلام کی ابتدا ہوتی ہے۔

اختلام کے مختلف درجے ہوتے ہیں۔ سونے والا شخص خواب میں دیکھتا ہے کہ وہ کسی دوسرے کے ساتھ مباشرت کر رہا ہے اور اس حالت میں انزال ہو جاتا ہے۔ کبھی یہ ہوتا ہے کہ خواب میں حسین عورت دیکھتے ہی یا بوسہ وغیرہ کا خیال آتے ہی انزال ہو جاتا ہے۔ انزال کے وقت بعض اوقات آنکھ کھلی ہوتی ہے اور بعض اوقات بالکل بے خبری کی حالت میں انزال ہوتا ہے اور آنکھ بھی نہیں کھلتی۔ یہ مرض کا آخری درجہ ہے اور بہت خطرناک ہے کیونکہ اگر یہ بڑھ جائے تو پھر دن رات خواب اور بیداری میں منی کا اخراج ہوتا ہے۔ جریان

اور اختلام دراصل ایک ہی قسم کے امراض ہیں۔ ان میں صرف درجوں کا فرق ہے۔

بعض یورپین ڈاکٹروں کا قول ہے کہ جریان سب سے پہلے اختلام کی صورت میں شروع ہوتا ہے۔ ابتدا میں مہینہ میں ایک آدھ بار اختلام ہوتا ہے جسے ڈاکٹر مرض خیال نہیں کرتے۔ دراصل یہ مرض نہیں۔ اگر یہ مرض نہ ہو تو یہیں تک محدود رہتا ہے۔ اگر مرض ہو تو پھر اس کی رفتار بڑھتی ہے یہاں تک کہ ہفتہ میں دو ایک مرتبہ کی نوبت آجاتی ہے۔ اور پھر روزانہ یا ایک دو روز میں اختلام ہو جاتا ہے۔

نوجوانی میں جب کہ انسان طاقتور ہو مہینہ میں ایک آدھ مرتبہ اختلام ہو جانا داخل مرض نہیں ہے۔ ہر ایک چیز کے لئے اعتدال ضروری ہے۔ مباشرت کی طرح اگر اختلام میں بھی کثرت پائی جائے تو یقیناً یہ مرض ہے اور بہت خطرناک مرض ہے۔ اس کے علاج کی طرف بہت جلد توجہ دینی چاہئے۔ پریم شاستری میں مرض اختلام کی مکمل تشریح اور علاج درج ہے۔ کچھ خراج کئے بغیر اختلام کے مریض صحت حاصل کر سکتے ہیں۔ صرف ہڈیوں پر عمل کرنے کی ضرورت ہے۔

جریان اور سرعت انزال میں فرق

جریان سرعت انزال سے ملتا جلتا مرض ہے۔ سرعت انزال کے اسباب

بھی وہی ہیں جو جریان کے ہیں۔ بوقت مباشرت، دخول کے وقت یا دخول کے فوراً بعد انزال ہو جانا اور پھر بعض اوقات یہ حالت ہو جاتی ہے کہ عورت کے قریب جاتے ہی منی خارج ہو جاتی ہے۔ سرعت انزال کی دو صورتیں ایسی ہیں جو جریان میں بھی آسکتی ہیں۔ جریان کے مریضوں کو کبھی ایسا ہوتا ہے کہ محض کسی حسین صورت کے دیکھنے سے انزال ہو جاتا ہے۔ یہ صورت دراصل سرعت انزال کے تحت میں داخل ہے۔ سرعت انزال کے مریض بھی بعض اوقات عورت کی صورت دیکھتے ہی یعنی عورت کے پاس جاتے ہی ختم ہو جاتے ہیں۔

سرعت انزال کے مریض کو بلا انتشار و ہوشیاری کے انزال ہو جاتا ہے اور یہ حالت جریان کی ایک قسم ہے۔ جریان میں بھی منی بلا انتشار خارج ہوتی رہتی ہے۔ سرعت انزال جب بڑھ جائے تو کسی حسین عورت کی صورت دیکھنے یا کسی کے تصور کرنے یا عضو خاص سے کسی ملائم کپڑے کے چھو جانے سے بھی انزال ہو جاتا ہے۔ اس مرض کی حد یہی نہیں ہے بلکہ اس سے خطرناک حالت یہ ہوتی ہے کہ نہ عضو میں جوش پیدا ہوتا ہے نہ حرکت و ہوشیاری پیدا ہوتی ہے لیکن منی کا اخراج ہو جاتا ہے۔ جریان کے مریضوں کی بھی بالکل یہی کیفیت ہوتی ہے۔ اگر غور سے دیکھا جائے تو سرعت انزال میں جماع کا ارادہ کرتے ہی منی خارج ہو جاتی ہے۔

جو لوگ جریان میں مبتلا ہوں ان کے لئے سرعت انزال لازمی ہے مگر سرعت

انزال کے لئے ضروری نہیں ہے کہ جریان کی شکایت ہو لیکن جب سرعت انزال بہت ترقی پا جاتا ہے تو اکثر جریان بھی ہو جاتا ہے۔

حلقہ

پاکستان کی موجودہ نسل کی بڑھتی ہوئی کمزوری کے اسباب سے ایک بہت بڑا سبب حلقہ ہے۔ اس تباہ کن عادت میں عام نوجوان مبتلا ہیں۔ اس بد عادت سے عضو کی رگوں اور پھپھوں کو سخت نقصان پہنچتا ہے۔ ماتھے کی حرکت میں عضو پر بہت بڑا اثر پڑتا ہے۔ یہ رگوں جماع کی حرکت سے زیادہ سخت اور خشک ہوتی ہے۔ شروع شروع میں اعصاب میں قوت اور حرکت زیادہ پیدا ہوتی ہے لیکن آہستہ آہستہ کم آ جاتی اور جسم بے حد کمزور ہو جاتا ہے۔ عضو کی جس بڑھ جاتی ہے جس کے باعث عموماً جھوٹی خواہش پیدا ہو جاتی ہے اور انسان بار بار اس فعل کو کرتا ہے۔

اس سے عضو کے رگ اور کمزور پڑ جاتے ہیں۔ ان میں خون کا دورہ پورے طور پر نہیں کرتا۔ کبھی اور لاغری پیدا ہو جاتی ہے اور آخر کار انسان نامرد ہو جاتا ہے اور عضو میں قدرتی جوش نہیں رہتا۔ اور حرکت پیدا نہیں ہوتی۔

منی کے کثرت اخراج سے اول ناقص منی پیدا ہوتی ہے۔ دوم منی کمزور اور تپتی پڑ جاتی ہے اور حیوانات منی کمزور یا بالکل مردہ ہو جاتے ہیں۔ حلقہ سے

منی کا خزانہ کمزور ہو جاتا ہے۔ اور اس کو روزانہ منی خارج کرنے کی عادت ہو جاتی ہے۔ اکثر حالتوں میں خزانہ منی اس قدر کمزور ہو جاتا ہے کہ وہ منی کو روک نہیں سکتا۔ جس کا نتیجہ خطرناک قسم کا جریان ہوتا ہے اور ہمیشہ پیشاب سے پہلے یا بعد پاخانہ کے وقت یا دن رات میں ہر وقت منی کا اخراج ہوتا رہتا ہے۔ سرعت انزال تو یہاں تک بڑھ جاتا ہے کہ بعض اوقات جماع کے خیال اور ارادے کے بغیر ہی منی خارج ہو جاتی ہے۔ حلق کا اثر دل اور دماغ پر بھی بہت بڑا پڑتا ہے۔ حلق زدہ لوگ بزدل، کمزور اور ڈرپوک ہوتے ہیں۔ معمولی سے کام سے گھبرا جاتے ہیں۔ دماغ کے اعصاب کمزور ہو جاتے ہیں۔ دوسرے کی شکایت عموماً رہتی ہے۔ نظر کمزور رہتی ہے۔ سانس پھول جاتا ہے۔

حلق زدہ لوگوں کو ابتداء میں کسی معمولی خیالی سے بھی عضوی حرکت پیدا ہو جاتی ہے۔ مگر مریض غلطی سے خیالی کرتا ہے کہ جسم کی طاقت بڑھ گئی ہے۔ حالانکہ شہوت کا اس طرح آنا کمزوری کی علامت ہے۔ کچھ عرصہ کے بعد اتنی کمزوری پیدا ہو جاتی ہے کہ عورت کے پاس سونے سے بھی پیدا نہیں ہوتی۔ اگر کوشش کرنے سے شہوت ابھی جائے تو جماع میں لذت نہیں آتی۔

حلق کثرت مباشرت سے کہیں زیادہ خطرناک ہے۔ حلق سے بے شمار لوگ جنون، دق اور سل میں گرفتار ہو گئے۔ یورپین ڈاکٹروں نے لکھا ہے کہ دق اور جنون کے مریضوں میں ایک بہت بڑی تعداد اس عادت بد کے مجرموں کی ہوتی

ہے۔ یہ صحیح ہے کہ حلق سے منی کا اخراج ہوتا ہے۔ اس بات کی علامت ہے کہ قوائے بدنی رو بہ تنزل ہیں۔ حلق میں طبعی جذبہ نہ ہونے کی وجہ سے جسم میں منی کم بنتی ہے اور منی کے کم بننے کی وجہ سے کم خارج ہوتی ہے جیسا کہ ہم پہلے لکھ چکے ہیں اور منی خون کا جوہر ہے جو ہمارے بدن کی تعمیر کے لئے بہت ضروری ہے اس لئے جب منی کم بنتی ہے تو بدن کی تعمیر میں کم صرف ہوتی ہے جس کا قدرتی نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ جسم دن بدن لاغر ہوتا جاتا ہے۔

یورپین ڈاکٹر ایکٹن نے لکھا ہے کہ جس شخص کا چہرہ زرد، پیلا، دھلا، پتلا طبیعت پریشان، مزاج میں شرم، آنکھ سے آنکھ ملانے کی جرات نہ ہو۔ آنکھوں کے نیچے سیاہ حلقے ہوں تو سمجھ لیں کہ وہ مبلوق ہے۔ ایک اور جگہ ڈاکٹر مذکور نے لکھا ہے۔ اگر کسی طالب علم کا حافظہ شروع میں اچھا ہو پھر خراب ہو جائے تو سمجھ لیں کہ وہ حلق کا عادی ہے۔

حلق اور جماع میں کیا فرق ہے

امریکہ کے مشہور ڈاکٹر ولسن کے خیالات

ہمارے جسم میں مقناطیسی طاقت بھری ہوئی ہے جس کا مخزن دماغ ہے یہ طاقت عصبی نظام کے ذریعہ اپنا کام کرتی ہے اور اس کی خوراک کا ذریعہ دماغ اور ایک قسم کے اعصاب بہت ہیں لیکن مبلوق پر حلق کا اتنا اثر ہوتا ہے

کہ وہ نہایت قیمتی اور زندگی کے جوہر کو بیٹھتا ہے جسے جسم بہت زیادہ عرصہ میں پیدا کرتا ہے اور اس جوہر کے ضائع ہونے سے نہ صرف دماغ ضائع ہوتا ہے بلکہ زندگی کا چشمہ خشک ہوتا ہے۔

کثرت جماع میں منی کا ضائع کرنا گویا جوانی ضائع کرنا ہے لیکن جتنے منی ضائع کرنا گویا زندگی کو ضائع کرنا ہے۔ تمام پوشیدہ امراض کی جڑ یہ دو بد عادتیں ہیں۔ اگر ان سے پرہیز کیا جائے تو مدت تک جوانی قائم رہ سکتی ہے۔ کثرت جماع سے منی کے کیڑے کمزور ہو جاتے ہیں اور کثرت جلق سے کیڑے مر جاتے ہیں اور پھر کبھی پیدا نہیں ہوتے۔ ایسے اشخاص کے ماں اولاد پیدا نہیں ہو سکتی۔ کیونکہ اولاد کا ہونا ان کی مومن کی تندرستی اور کافی تعداد میں ہونے پر منحصر ہے۔

جماع کے لئے عضو میں جوش اور تناؤ و ہوشیاری ضروری ہے تاکہ دخول کیا جائے مگر جلق کی عادت بد سے یہ ممکن نہیں رہتا۔ جلق میں اعضا بے حس ہو جاتے ہیں اور پوری ایستادگی (ہوشیاری) نہیں ہوتی۔

لامت کی رگڑ جماع کی حرکت سے بہت زیادہ سخت اور خشک ہوتی ہے جلق سے عضو کے رگ و پٹے کمزور ہو جاتے ہیں۔ ان میں خون پورے طور پر دورہ نہیں کرتا۔ نیلی رگیں ابھرتی ہیں۔ کمزوری کے باعث ٹیسٹس صاپن پیدا ہو جاتا ہے اور آہستہ آہستہ قوتِ شہوت بالکل ختم ہو جاتی ہے۔

جلق کا اثر معدہ کی گلیٹیوں پر بہت بُرا پڑتا ہے۔ وہ اپنی رطوبت پیدا کرنے کا کام ترک کر دیتی ہیں۔ اسی رطوبت سے ماضیہ کی طاقت بڑھتی ہے۔ جب اس میں کمی ہو جائے تو نتیجہ ظاہر ہے۔ کھایا ہوا مضم نہیں ہوتا ہے۔ بھوک کم ہو جاتی ہے۔

لہذا یہ دونوں بد عادتیں انسانی توانائی کے لئے زہر قاتل ہیں۔ اور اس وجہ سے ان سے ہر حالت میں بچنا چاہئے۔

عورتوں کے متعلق عجیب قیاسات

- ۱۔ عورت جس قدر کشیدہ قامت یعنی لمبے قد کی ہوگی اسکی اندام نہانی کا سوراخ اسی قدر کم طویل ہوگا۔ دوسرے الفاظ میں اس عورت کا رحم زیادہ قریب ہوتا ہے۔ اور مرد ایسی ستورات کو جلدی خوش کرتے ہیں کامیاب ہو سکتا ہے لطف بہرے کہ ایسی عورتیں عاشق مزاج بھی ہوتی ہیں۔
- ۲۔ جس عورت کا لپٹ قد ہوتا ہے اسکی شرمگاہ اسی قدر طویل ہوتی ہے۔ یعنی رحم نسبتاً دور ہوتا ہے۔ اور کوتاہ عضو والا مرد ایسی عورت کو مشکل سے ہی خوش کرتا ہے۔
- ۳۔ عورت کی آنکھ کے سرخ ڈورے اس کے قوی الشہوت ہونے کی دلیل ہوتے ہیں۔
- ۴۔ مغلوب الشہوت ستورات میں دلی محبت کا مادہ نام کو بھی نہیں ہوتا۔

- ۵۔ جس عورت کی گردن چھوٹی ہو یا تھکی سیٹھیلی پر تیریا وہ بکیر میں ہوں گردن چھٹی اور پٹی ہو پستانوں کا درمیانی فاصلہ زیادہ ہو۔ درمیانی انگلیاں بڑی ہوں۔ بات چیت کرتے وقت رخساروں میں گرہا پڑے ایسی عورت نفس نعتی منحوس اور قابل احتراز ہوتی ہے۔
- ۶۔ جس عورت کا رنگ خوبصورت اور قد چھوٹا و بدن موٹا ہو۔ نازک مزاج ہو وہ خاوند کے لئے مفید ہوتی ہے۔ شہوت کا جذبہ بھی اس میں کم ہوتا ہے مگر خاوند کی جائز خوشی میں اسے کوئی احتراز بھی نہیں ہوتا۔
- ۷۔ جس قدر عورت میں رشک کا مادہ ہوتا ہے۔ محبت کا درجہ اسی نسبت سے زیادہ ہوتا ہے۔
- ۸۔ جس عورت کے منہ کے دھانے کا زیادہ پھیلاؤ ہو۔ اسکی شرمگاہ کی فراخی کی دلیل ہے۔
- ۹۔ جس عورت کا رنگ خوبصورت ہو آنکھوں میں سرخ ڈورے ہوں۔ ناک چھوٹی اور آواز دھیمی ہو وہ نیک بخت اور صاحب اولاد اور خاوند سے محبت کرنے والی ہوتی ہے۔
- ۱۰۔ جو عورت اپنا چہرہ اور جسم چھپائے رکھے وہ فاشعار اور نیک کردار ہوتی ہے۔
- ۱۱۔ جو عورت سنسن مکھ ہو اور خوبصورت ہو آنکھیں سرخ رکھتی ہو ناک چھوٹی اور آواز دھیمی ہو۔ صاحب اقبال یا اولاد ہوتی ہے۔
- ۱۲۔ جس عورت کے سر کے بال زیادہ ہوں۔ پستان بڑے ہوں خوش خلق ہوں تو اس کے ہاں اولاد بہت ہوتی ہے۔

۱۳۔ جو عورت زور سے بولے کھن کھن کر سنسے بار بار انگڑائیاں لے لے اپنا بدن اور زبورات بار بار شوہر کو دکھائے۔ غصہ نہ ہو کسی عورت خافندہ سے صحیح نجات کرنے والی ادب تک ہوتی ہے۔
۱۴۔ جس عورت کی آنکھیں سرخ ہوں مگر وہ سر روز سمر مہ لگائے وہ تھکڑا لو۔ بد خلق اور عیش و عشرت کی دلدادہ ہوتی ہے۔

۱۵۔ جس عورت کے پستان گردن اور پاؤں لمبے ہوں۔ اس کے دونوں پاؤں کی انگلیاں اٹھی رہیں یا جس عورت کی انگلیوں کی درمیان کی جگہ چوڑی ہو پاؤں کی انگلیاں زمین پر نہ لگیں۔ وہ بد قسمت ہوتی ہے۔ اس کے لئے شوہر کی سرپرستی سے بھی جلدی محروم ہو جانے کا احتمال ہوتا ہے۔
۱۶۔ جس عورت کو اٹھنے بیٹھنے میں کوئی لحاظ نہ ہو کھلے منہ سے بات کر چلے۔ غیر مردوں سے دل لگی اور مذاق کرے وہ ناقابل اختیار ہوتی ہے۔

۱۷۔ جس عورت کی نپٹلی پر بال ہوں تاخن سفید سے ہوں۔ دانتوں کے درمیان شکاف ہوں۔ آنکھیں گول یا سرخ ہوں بلکوں میں بال کم ہوں۔ چلنے میں انگلی آنگوٹھے پر چڑھ جائے ایسی عورت شاد و نادر ہی نکاح ہوتی ہے۔

۱۸۔ جس عورت کی کمر گوشت سے خالی ہو۔ ہاتھوں میں بکیریں بہت ہوں گردن چھوٹی پتلی اور چھٹی ہو۔ ہونٹ سیاہ مگر نالو سفید ہو۔ انگلیاں خم دار ہوں۔ ٹانگ پر نشان ہو اور

آنکھ چھوٹی ہو۔ سرٹ اونچا اور بڑا ہو تو ایسی عورت کے حین کا خون سیاہ اور نیلگوار، یا تانبے کے رنگ کا ہو۔ اور سست ہو۔ جس کا خون حین زیادہ دن جاری رہے ایسی عورت کے ساتھ صحبت کرنا بھیک نہیں ہوتا۔

عورت کا حسن

کوک شامتر کی رو سے عورت کے حسب ذیل چار اعضا سفید ہونے چاہئیں۔ چہرہ۔ ناخن۔ دانت اور آنکھ کی سفیدی چار اعضا سرخ ہونے چاہئیں میوڑھے۔ لب زبان۔ رخسار حسب ذیل چار چیزیں گوارا ہونی چاہئیں۔ اٹری دونوں بازو سر انگشتاں اور سر چار اعضا لمبے ہونے چاہئیں انگلیاں بلکوں سر کے بال اور قد چار چیزیں مونی چاہئیں۔ گردن ران سماق اور سر۔ چار چیزیں چھوٹی ہونی چاہئیں ناک منہ۔ سرا اور بغل۔ چار چیزیں خوشبودار ہونی چاہئیں۔ ناک منہ۔ سرا اور بغل۔ چار چیزیں چوڑی ہونی چاہئیں۔ آنکھ شانے پیشانی اور سینہ۔ چار چیزیں تنگ ہونی چاہئیں۔ ناک کے سو راج منہ۔ ناف۔ اندام تنہائی چار چیزیں چھوٹی ہونی چاہئیں۔ رحم ہاتھ۔ پاؤں اور پستان چار چیزیں نرم ہونی چاہئیں شکم شیریں۔ ناف اور شرمگاہ۔ بانوں کی زردی یا آن کا چھوٹا ہونا حسن کا عیب ہے۔ اسی طرح سے بڑی زبان بغل منہ اور

ناک کا بڑا ہونا داخل عیب ہے۔

بدبو آنا۔ گردن راتوں اور سر نیوں کا تپلا ہونا سینہ تنگ
ہونا ناک کے سوراخ بڑے۔ ماحقہ اور یاؤں زیادہ لمبے اور سر
زیادہ موٹا ہونا حسن کو عیب لگاتے ہیں آنکھ کی سیاہی اور سفیدی
حسن کی نشان دہی کرتی ہے۔ اگر آنکھوں میں زردی ہو اور سرخ
لکیریں ہوں یا سیاہ داغ تو بیماری کی علامت ہے۔ ناخن کا اگلا
حصہ سفید ہونا چاہئے۔ مگر انگلی سے ملا ہوا حصہ سرخ دانتوں
کا زردی یا سیاہی مائل ہونا یا ان پر میل جمع ہو۔ خوبصورتی کو بڑھ
لگاتا ہے۔ سر ہلکیوں اور سروں کے بالوں کا گہرا سیاہ ہونا حسن میں
اضافہ کرتا ہے۔ آنکھ کو چمکے ہوئے کندھے بد صورتی میں داخل
ہیں۔ غرض حسن تناسب اعضاء کا نام ہے۔ مگر اس میں خود خال
اور نقش و نگار کا بھی بہت بڑا دخل ہے۔ اس کے باوجود
حسن کا معیار مختلف ہے۔ کوئی کسی کو پسند کرتا ہے اور کوئی
کسی کو۔ چنانچہ ایک شاعر نے کہا ہے۔

موالیلے اچبٹوں کو بہن شیریں پر سودائی

محبت دل کا سودا ہے کہ جس کی حسن سے بن آئی

مغربی ملکوں میں مکر کا تپلا ہونا حسن کا ایک ضروری حصہ
ہے چنانچہ وہاں کی عورتیں مکر کو اس قدر پسند کرتی ہیں کہ انکی صحت خراب

ہو جاتی ہے کہ وہ اولاد پیدا کرنے کے ناقابل ہو جاتی ہیں۔
سرخ و غم، ادا سی۔ چڑچڑاہٹیں۔ تنگ دلی۔ غصہ لارح۔ دغا بازی
مکاری۔ دشمنی اور نفرت وغیرہ عورت کے چہرہ کو بگاڑ کر اسے
بد صورت بنا دیتی ہیں۔ اس کے خلاف خوش مزاجی اور زندہ دلی
نیک نفسی صفائی پاک خیالی اور دوستی حسن کو قائم رکھتے ہیں
بلکہ اس میں اضافہ کرتی ہے

نہراکت بھی حسن کی جان ہے لیکن یہ اعتدال
تم یہ قسم مرتے نہیں مرتے ہیں ان چار پر
نار نہ پیر، انداز نہ پیر، رفت نہ پیر، گفتار نہ پیر

حسن کا طبی معیار

بال لمبے سیاہ اور ملائم ابرو لمبی اور گھنی، دانت سفید اور
مضبوط ہموار اور چمک دار۔ آنکھیں صاف سیاہ اور چمک دار
چہرہ صاف ملائم، کبیل داغ و خبثتوں اور چھایوں سے پاک
صاف ہونا چاہئے۔ رنگت میں سرخی اور سفیدی ہونی چاہئے۔
پستان کلاں ہوں۔ بدن نہ بہت موٹا نہ دلا صحت اچھی ہو۔
کنو کنو اسی کا نام حسن ہے اور یہ بات اس وقت حاصل ہو
سکتی ہے۔ جب بدن کے اندر عمدہ خون ہو اور وہ باقاعدہ گردش

کرتا ہو۔ چہرہ کی کمزوری اور اندرونی کمی بخون کی علامت ہیں۔ جو اچھے خدو خال ہونے کی صورت میں حسن کو بڑھ لگاتی ہے۔

سر وٹے سردار ان بڑے سر وٹے گنواراں دے یعنی جس کا سر بڑا ہو وہ بلند اقبال ہوتا ہے اور جس کے پاؤں بڑے ہوں وہ گنوار ہوتا ہے عقلمندوں نے تجربہ بسیار کئے بعد تمام اعضاء انسانی کے متعلق وچسب قیاسات اور تصورات قائم کئے ہیں۔ ذیل میں ہر ایک عضو کے بارہ میں متعلقہ قیاسات کا خلاصہ درج کیا جاتا ہے۔

سر: اگر سر بڑا اور بھوار ہو۔ بال گھٹے ہوں۔ تو عقل مند بلند۔ اقبال اور نیک کردار ہوگا۔ برعکس اس کے جاہل اور کتہ ذہن ہونے کی علامت ہے۔

پیشانی: اگر پیشانی کشادہ اور بھوار ہو تو عقل مندی اور خوش نصیبی کی نشانی ہے برعکس اسکے تنگ پیشانی اور اس کی نا بھواری نادانی اور مفلسی کی نشانی ہے۔ اگر پیشانی کے درمیان اوپر سے نیچے کی طرف شکن ہو تو غصہ اور رنج کی نشانی ہے ایسی باتیں مرد کی طبیعت کا خاصہ بن جاتی ہیں۔

ایرو: اگر ایرو یعنی کھنوس کھنچی ہوتی اور بڑی ہوں۔ بال گھٹے ہوں تو بد مزاجی خود پسندی مفلسی۔ مجالت اولہ عزورین کی علامت ہے اگر کھنوس باہم پیوستہ ہوں تو محبت بین کا مادہ زیادہ ہوتا ہے۔ کھنوس کا متوسط ہونا خوش مزاجی اور دیانت داری کی نشانی ہے۔

اگر آنکھیں لمبی متوسط یا بڑی ہوں تو نیک کرداری آنکھیں کی علامت ہے آنکھوں کا گول ہونا جہالت کی نشانی ہے۔ اگر چشم چالاک اور جلد جلد مارنے والے حیلہ ساز اور دھوکہ باز ہوتے ہیں۔

ناک: لمبی ناک عقلمندی طاقت وری اور بلند اقبالی کی نشانی ہے اگر درمیانی اور اندر چھکی ہوئی ہو تو کم علمی اور مفلوج کی علامت ہے باریک ناک کم عقلی کی دلیل ہے ٹیڑھی ناک شریر اور فساد دی ہونے کی علامت ہے۔ اگر ناک چوڑی اور پھٹے بڑے اور کشادہ ہوں۔ تو شہوت پرستی کے جذبات کی کثرت ہوتی ہے۔ اگر مرئض کی ناک یک تخت ٹیڑھی ہو جائے تو اس کی موت کی نشانی ہے۔

کان: اگر کان درمیانہ درجہ کے ہوں ان میں بال بھی بکثرت نہ ہوں تو عقلمندی اور نیک خصلتی کی علامت ہے بڑے اور تیلے کان نیک کرداری عقلمندی اور طول العمر کی نشانی ہے۔ چھوٹے اور چھپے کان جہالت اور زیادہ چھپے کان جہالت اور نادانی کی دلیل ہے۔

سینہ: اگر سرخ ہوں تو خوش اخلاقی اور نیک ختی کی علامت ہے باریک ہوں تو نادانی اور خوش مزاجی کی نشانی ہوتے ہیں۔ بڑے ہوں تو جہالت اگر نیلے اور سیاہ ہوں تو کمینہ بین کی دلیل ہوتے ہیں۔

منہ: کھلا نہ ہو تو شجاع اور بہادر ہونے کی علامت ہے

اگر ہو تو بڑولی کی نشانی ہے۔
زبان : اگر زبان سرخ ہو تو نیک اور خوش اخلاقی کی دلیل ہے۔ برعکس اس کے سیاہ یا زرد ہو تو بخوست اور کم عقلی کی نشانی ہے۔

اگر متوسط درجہ کے ہوں تو نیک تختی اور دولت
دانت : مندی کی نشانی ہے اگر دانت چھوٹے اور جدا جدا ہوں تو عمر درازی اور عقلمندی کی علامت ہیں۔ بہت بڑے اور اہم طے ہوئے ہوں تو شرارت پسندی کی نشانی ہوئے ہیں اگر دانت ٹھٹھے اور نامہوار ہوں تو مفسدہ پروراری کی دلیل ہیں۔ اگر پورے بتیس نہ ہوں تو مفلسی کی علامت ہیں۔
کھوڑی : اگر متوسط ہو تو دانا اور غیر مندی کی علامت ہے۔ اگر باریک ہوں تو نیک کرداری کی نشانی ہے۔ اگر کھوڑی بڑی گوشت ہو تو جہالت کی دلیل ہے۔

اگر موٹی ہو تو عقلمندی سجائی اور انصاف پسندی
گردن : پیدلالت کرتی ہے۔ اگر چھوٹی ہو تو کمکاری اور چوری کی کچھ عادت ہوتی ہے۔ باریک اور لمبی گردن والا غیر دانش مند اور قوت مردانہ میں کمی پورا نہیں کرتا۔

متوسط درجہ کا چہرہ نیک کرداری کی علامت ہے۔
چہرہ : زرد چہرے والا فاسد خیالات والا ہوتا ہے۔ خشک اور کم گوشت والا ہو تو بد باطنی اور کم علمی کی نشانی ہے۔ اگر شانوں پر بال بکثرت ہوں تو کاہلی کی نشانی ہے۔

اگر بازو لمبے اور کھربے ہوئے ہوں تو سعادت مندی
بازو : کی نشانی ہے چھوٹے بازو کم مائگی کی دلیل ہیں۔
بغل : کشادہ اور فراخ سینے والا انسان نیک صفت ہوتا ہے۔ روپے پیسے کی کمی نہیں ہوتی۔ خشک سینہ بخوست اور بدبختی کی نشانی ہے۔
سینہ : خشک بغل والا انسان زیادہ پیسے والا نہیں ہوتا۔

اگر دونوں بڑے اور ایک جیسے ہوں تو نیک
پستان : چلتی اور دولت مندی کی نشانی ہے اگر ایک پستان بڑا اور دوسرا چھوٹا ہو تو بدبختی اور عیاری کی علامت ہے۔
پیرٹ : متوسط درجہ کا اگر ہو تو عقلمندی اور نیک چلتی کی علامت ہے۔ اگر حد درجہ سے زیادہ ہو تو خود پرستی کی نشانی ہے۔ جس کے پیرٹ پر تین چار خط ہوں وہ ذی علم اور ذی شعور ہوتا ہے۔ دو خطوں والا عورتوں کی صحبت کا مشتاق اور عیاش ہوتا ہے۔

اگر تان بڑی اور گول ہو تو سعادت مندی
تان : کی نشانی ہے۔ ایسے انسانوں کو اولاد کا سکھ بھی زیادہ ملتا ہے۔

اگر موٹی ہو تو انسان محنتی اور کماؤ ہوتا ہے سرخ
پیشانی : رنگ ہو تو ملیند اقبالی اور زندہ دلی کی نشانی ہے۔ زرد رنگ کی پیشانی والا آدمی فاسق ہوتا ہے۔ اگر سفیدی

رنگ مائل لکھیا ہوا اور ان پر خط یعنی لکیریں بھی زیادہ ہوں تو بد بختی کی نشانی ہے۔

جس انسان کی منقصلی پر لکیریں بہت کم ہوں تو وہ مجرد رہتا ہے۔ اگر شادی بکلی کرتے۔ تو اولاد شاذ و نادر ہی ہوتی ہے۔

اگر ناخن سرخی مائل ہوں تو صحت اور عقلمندی کی نشانی ہے۔ لکھیا رنگ کے ناخن کم علمی اور بھالت کی دلیل ہے۔

اگر لمبی ہوں تو درازئی عمر کی علامت ہے یا ربک : اور نرم انگلیوں والا انسان تیک سخت ہوتا ہے۔ موٹی دست سخت اور بیڑھی انگلیوں والا عیاشی ادارہ اور چوری کی عادت والا ہوتا ہے۔

آئے سال ہزار ہا عورتیں وضع حمل میں مرتی ہیں۔ ہزاروں بخار سے جو کہ وضع حمل کے بعد اکثر ہو جاتا ہے۔ رانی ملک عدم ہو جاتی ہیں۔ وہ وقت کیا غماک ہوتا ہے جبکہ ایک شخص بجائے اس خوشی کے جو کہ اس کو اپنا بچہ دیکھ کر ہوتی تھی اپنی پیاری عورت سے ہمیشہ کے واسطے علیحدہ ہو جاتا ہے۔ ایسی حالت دیکھ کر فرض جانا کہ پہلے اس مضمون پر کچھ عرض کر دیں۔

اگر ایک شخص کا کوٹ پھٹ جائے وہ مرمت کے واسطے اس کو ایک حجام کو دے دے اس جیسا حق کون ہوگا۔ وضع حمل جیسے نازک وقت پر ہم اپنی عورتوں کو حجاموں وغیرہ کی عورتوں کے سپرد کر دیتے ہیں۔ ہمیں کون عقلمند کہے گا مگر بد قسمتی سے ہم کچھ نہیں کر سکتے۔ ملک کے رواج کے مطابق وضع حمل کے وقت تو خاوند پاس رہ ہی نہیں سکتا اور تعلیم یافتہ دایوں کا ہمارے ملک میں ملنا ہی مشکل ہے۔

آخر کریں تو کیا کریں

ایک تدبیر یہ ہے کہ پہلے عورت کو اچھی طرح سے تمام حالت سمجھا دیں اور تمام طریق اس کے ذہن نشین کر دیں کہ جس سے وضع حمل آسان ہو سکتا ہے۔ علاوہ ازیں دایہ کو پہلے ہی سے مفید ہدایات دے دیں۔ اکثر دایوں کی اپنی عقل بہت کم ہوتی ہے۔ وہ صرف لکیر کی فقیر ہوتی ہیں۔ ان کو سمجھا کر بھی کروانا مشکل بلکہ نہایت مشکل کام ہوتا ہے۔ ہاں بعض عقلمند ہوتی ہیں اور سمجھانے سے سمجھ سکتی ہیں۔ خاوند کو پہلے ہی سے حکما ان حرکات سے اس کو روکنا چاہیے جو کہ اکثر وہ کرتی ہیں اور جن کا ذکر آگے آئے گا یہ کہ

ایام حمل میں کونسا طریقہ اختیار کرنا چاہیے

جس سے کہ وضع حمل با آسانی ہو پھر آگے مفصل طور پر ذکر کیا جائے گا۔ موٹی موٹی مگر دو چار باتوں کا جہاں بھی ذکر کیا جاتا ہے۔

ایام حمل میں جوں جوں آنتوں پر بوجھ پڑتا ہے۔ حاملہ کو قبض ہو جاتی ہے اور اکثر پیشاب بھی رک کر آتا ہے۔ اس کا خیال رکھنا نہایت ضروری ہے کیونکہ قبض اور پیشاب

کے رکنے سے بچہ پیدا ہونے کا رستہ تنگ جاتا ہے اور اس واسطے وضع حمل کے وقت بہت سخت تکلیف ہوتی ہے۔ آنتوں اور مثانہ کو ہمیشہ صاف رکھنا چاہیے بعض عورتوں کے مثانے وضع حمل کے وقت صرف اس واسطے پھٹ جاتے ہیں کہ پیشاب سے پر ہونے کی وجہ سے رستہ کو تنگ کر رہے تھے۔ ان دونوں کے واسطے کوئی خاص علاج کرنے کی ضرورت نہیں۔ صرف نرم و زود ہضم اور طاقتور غذا اس کا اعلیٰ علاج ہے۔ اگر قبض ہو جائے تو کوئی سخت قسم کا جلاب نہ دینا چاہیے کیونکہ اسقاط کا اندیشہ ہے۔ زنجبین عرق گلاب میں گھول کر پلا دیں یا دو اڑھائی تولہ گلقد عرق گلاب یا نمکرم دودھ کے ساتھ کھلا دیں اور اگر پیشاب کی رکاوٹ ہو جائے تو دودھ کی کچی لسی ایک گلاس صبح کو اور ایک شام کو پلا دیں مگر موسم سرما میں اشد ضرورت کے سوا لسی کے استعمال کی ضرورت نہیں۔ ٹھنڈے پانی کا گلاس صبح اٹھ کر اور بوقت شام پیشاب کھولنے کے واسطے کافی ہوگا۔ پچھلے دنوں میں نے ایک مرینہ دیکھی جس کی مرگی کی سی حالت تھی۔ اس کو بچی جنے 12 دن ہوئے تھے۔ یہ کیا تھا۔ صرف ایام حمل میں پیشاب کا رکنا پیشاب کے رکے رہنے سے ہی ایک قسم کا زہر جمع ہوتا رہتا ہے اور بالآخر وہ اس بیماری کو پیدا کرتا ہے پس اس کا خیال رکھنا ضروری ہے۔

جیسے پاخانہ اور پیشاب کا بافراغت نکلنے رہتا ضروری ہے۔ ویسے ہی پسینہ کا نکلنا ضروری ہے کیونکہ اس کے بھی نہ نکلنے سے زہر اندر رہ جاتا ہے اور طرح طرح کی بیماریاں پیدا کرتا ہے۔ اس کے واسطے بھی کسی علاج کی ضرورت نہیں۔ صرف کافی کپڑے پہننا اور سردیوں میں سردی سے بچنا اس کا علاج ہے۔ سردی لگنے کے علاوہ پسینہ رکنا زکام، نزلہ، کھانسی، بخار، جوڑوں کا درد، گلے کا درد، پیٹ کا درد وغیرہ امراض بھی ہو جاتی ہیں۔

جو غذا کھائی جائے۔ اس میں تین صفتیں ہونی چاہئیں۔ جلدی ہضم ہونے والی، مقدار میں تھوڑی اور طاقت دینے والی ہو۔ اسقاط کو مدد دینے والی نہ ہو مثلاً گیہوں کی روٹی، دودھ، سفی کے چاول، مونگ کی دال، ارد کی دال، باریک چاول، مکھن، گھی، شہد، کھانسی، کثیرہ، کیلا، آملہ، داکھ وغیرہ۔

سبب کی بھانجی اکثر عورتیں کھاتی ہیں۔ اس سے اسقاط ہونے کا اندیشہ ہے۔ باجرے کی روٹی بھی اسقاط کو مدد دیتی ہے ترشی کی عورتوں کو بہت خواہش ہوتی ہے یہ تھوڑی مقدار میں دینی چاہیے۔ اناردانہ اعلیٰ اور لیموں کی ترشی عمدہ ہے۔ عورتوں میں یہ ایک عام خیال ہے کہ حاملہ عورت جو طلب کرے اسے دینا چاہیے۔ یہ بہت برا ہے جو عورت خواہش کرے اس کو صرف اس حد تک دینا چاہیے کہ جس حد تک مفید ہو۔ فرض کرو کہ آموں کا موسم نہیں اور حاملہ آم کی خواہش ظاہر کرتی ہے تو آپ کہاں سے دیں گے۔ اس طرح اگر وہ ایسی چیز طلب کرے کہ جو اس کی اور اس کے بچے کی صحت کو بگاڑے تو آپ کو ہرگز ہرگز نہ دینا چاہیے۔

مجھے یاد ہے کہ ایک عورت ایام حمل میں تیل کی بڑی خواہش کیا کرتی تھی۔ اکثر مٹی یا چولہے کی مٹی یا کوئلے کھانے شروع کر دیتی ہیں۔ اس کا علاج صرف یہ ہے کہ حاملہ کا دھیان دوسری طرف لگایا جائے اور ان چیزوں کے نقصانات سے آگاہ کیا جائے۔ عمدہ گلقد کے کھانے سے بھی ان چیزوں کی خواہش کم ہوتی ہے۔ بہت سی مہنگی اشیاء کے دینے کی کچھ ضرورت نہیں اگر توفیق نہ ہو۔

کھانا جب کھایا جائے تو اچھی طرح سے چبا چبا کر آہستہ آہستہ کھانا چاہیے تاکہ جلدی ہضم ہو جائے ورنہ یہ یاد رہے کہ بد ہضمی ہو جائے گی اور بد ہضمی سے ایک قسم کا پیٹ میں درد اٹھے گا۔ یہ درد دروازہ کی طرح ہوگا۔ ممکن ہے کہ بہت ہی نقصان کرے جن عورتوں کو ہمیشہ خلل متحدہ رہتا ہے ان کا اسقاط ہو جانا کوئی بڑی بات نہیں۔ کھانے میں زیادہ پانی نہ پیئیں اور کھانا کھا کر بالکل پانی نہ پیئیں۔ ڈیڑھ گھنٹہ کے بعد پانی پینا ہضم کو قوی کرتا ہے۔

حاملہ عورت کو اپنے گھر کے معمولی کام ضرور کرنے چاہئیں۔ بیکار بیٹھے رہنے سے جسم میں کمزوری اور سستی آتی ہے اور وضع حمل نہایت تکلیف دہ ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ غریبوں کی عورتیں بمقابلہ امیروں کی عورتوں کے نہایت آسانی سے بچہ جنمتی ہیں۔ کوجرخاں کے نزدیک دو کوس کے فاصلے پر ایک گاؤں ہے وہاں سے ایک عورت گوجر

خان میں سودا لینے آئی اور 7-8 سیر کے قریب بوجھ لے کر گھر پہنچی گھر میں دوسری عورت نہ تھی۔ ایک گھنٹے کے اندر آسانی بچہ جن کر اس گاؤں کی دوکان پر گئی اور سوٹھ وغیرہ خرید لائی اور خود ہی بنا کر کھالی۔ یہ تو ہے قدرتی طریق بچہ جننے کا اور اس کے مقابلے میں امیروں کی عورتوں کا جو حال ہوتا ہے وہ کس سے مخفی ہے۔ جن کے گھر میں نوکر چاکر ہیں اور جو گھر کا کام کرنا عار سمجھتی ہیں اور ان کو بھی کسی نہ کسی قسم کی ہلکی ورزش کر لینی چاہیے۔

بچھلے دنوں لاہور میں دو ایسی عورتوں کی موت ہوئی ہے جن کے واسطے انگریز دایاں موجود تھیں اور خدمتگاروں کی کچھ کمی نہ تھی مگر یہ سب کیا کر سکتی ہیں جبکہ اپنا بدن ایسا ست اور کمزور ہو کہ اسمیں آنول تک نکالنے کی طاقت نہ ہو۔ بچہ نکالنا تو ایک طرف رہا۔ سنا ہے کہ جنگڑوں کی عورتیں چلتی چلتی راستے ہی میں بچہ آسانی جن کر اس کو اٹھا کر چل نکلتی ہیں۔ افریقہ کی جنگلی عورتیں جو ہمیشہ نگلی رہتی ہیں اور جن کو وحشی کہا جاتا ہے۔ وہ صرف اس واسطے آسانی سے بچہ جنتی ہیں کہ وہ ایام حمل میں جماع نہیں کرتیں اور اپنے معمول کا کاروبار ہمیشہ کرتی ہیں مگر یاد رہے کہ کوئی ایسا کام نہ کریں کہ جس میں بہت طاقت خرچ ہوتی ہو مثلاً بوجھ کا اٹھانا، پلنگ بوجھ دار کا بسمہ بستر اکھینچنا وغیرہ وغیرہ

حاملہ عورت کا اکثر جی متلایا کرتا ہے اور اکثر تے ہو جاتی ہے۔ اس کا کچھ خوف نہیں البتہ تے آنا برا ہے۔ ہاں جی زیادہ متلایے اور طبیعت بہت خراب ہو تو سویرے اٹھتے ہی ذرا نیم گرم دودھ پی لیں۔ طبیعت بہت ہی ٹھیک رہے گی۔

حاملہ کو چوٹ لگنے سے حمل گر سکتا ہے جیسے کوئی پیٹ پر لات یا مکہ مارے یا حاملہ کے گر پڑنے سے پیٹ پر ضرب آئے بدن کو زور سے دھکا لگ جائے پس ان سے بچاؤ رکھیں۔

حاملہ کو جماع کی سخت ممانعت ہے۔

اگر حمل کے ظاہر ہونے کے ایک ماہ بعد تک حاملہ کو مندرجہ ذیل نسخہ کھلائیں تو خدا چاہے لڑکا پیدا ہو اور سلامت رہے۔

نسخہ: مرجان 3 ماشہ صدف مروارید 3 ماشہ زہر مہرہ خطائی 3 ماشہ ناریل 3 ماشہ مروارید ناسفہ 3 ماشہ ورق نقرہ 2 عدد کو تین دن گزکا کے یا کسی اور مصفا پانی میں کھل کر کے چنے کے برابر گولیاں بنالیں اور بوقت صبح یا شام کو سوتے وقت بہ ہمراہ دودھ کھلا دیں۔

نوٹ (2): اگر بروز پور نمائی 4 عدد ورق نقرہ کو ایک ایک کر کے دودھ گاؤں میں جو کہ بلور کے گلاس میں ہو جل کر کے حاملہ کو بوقت شب پلا دیں اور دو تین ماہ اس طرح پلا دیں تو بچہ خوبصورت پیدا ہو۔ صاحب عقل اور بڑی عمر والا پیدا ہو۔

نوٹ (3): بوقت حمل 21 دن تک آب رسونت حاملہ کو پلانے سے بچہ کو مرض چچک نہ ہوگی۔

نوٹ (4): حاملہ کو ساتویں آٹھویں مہینہ سے ہمیشہ دوسرے تیسرے روز روغن بادام شیریں 6 ماشہ سے ایک تولہ تک دودھ گائے جس میں قند سیاہ ملا ہوا ہو میں ڈال کر پلانا چاہیے۔ اس عمل سے عورت امراض پر سوت سے محفوظ رہے گی اور بچہ آسانی پیدا ہوگا۔

نوٹ (5): حاملہ کا دل جس طرف لگا دیں ویسا ہی بچہ پیدا ہوتا ہے۔ اس واسطے توجہ رکھیں جیسا بچہ پیدا کرنا چاہیں ویسا عمل کریں۔

اب میں مضمون پر آتا ہوں

280 دن میں بچہ پیدا ہوتا ہے۔ یہ دن بچھلے حیض کے دنوں سے گنے جاتے ہیں پس اس وقت کے قریب بچہ کی پیدائش کے واسطے تیار رہنا چاہیے جس چیز کی ضرورت پڑتی ہے وہ پہلے ہی سے تیار رکھنی چاہیے۔ دایہ کو اطلاع ہونی چاہیے کہ وہ بھی تیار رہے اور بلانے پر جھٹ آئے۔

زچہ خانہ نہایت صاف کر کے رکھنا چاہیے اور کمرہ اس قسم کا ہونا چاہیے کہ بوقت ضرورت باہر کی ہوا کو اندر گزار سکیں۔

جیسا کہ زچہ خانہ کا صفا ہونا نہایت ضروری ہے۔ اسی طرح دایہ کا بدن اور کپڑے بھی صفا ہونے ضروری ہیں۔ اس ملک کی دایاں آج کل اس قدر غلیظ رہتی ہیں کہ اگر پاس سے گزر جائیں تو ناک دہانا پڑتا ہے۔ یہ بچہ اور زچہ دنوں کے واسطے نقصان دہ ہے۔ کلکتہ کے چھوٹے سے بلیک ہول میں جب 148 آدمی بند کر دیئے گئے تھے تو ایک ہی

رات میں 132 آدمیوں کو کس نے ہلاک کر دیا تھا؟ خراب ہوانے۔ پس ہوا کی صفائی کی طرف زیادہ دھیان دیں۔ انگریزوں کے زچہ اور بچہ بہ نسبت ہندو اور مسلمانوں کے کیوں کم مرتے ہیں؟ اس واسطے کہ وہ صفائی کی قدر جانتے ہیں۔

ہمارے ملک کی دائیاں جہاں بدن اور کپڑوں کو نہایت غلیظ رکھتی ہیں وہاں غضب یہ ہے کہ ہر جگہ کے واسطے ایک ہی کپڑا رکھتی ہیں ”کرلیہ اور اس پر نیم چڑھا“ مختلف گھروں میں جاتی ہیں۔ کہیں کچھ بیماری اور کہیں کچھ بیماری ہوتی ہے۔ اس کی بواپنے ساتھ ہی لے کر ایک دوسرے گھر میں چلی جاتی ہیں۔ ایسی حالت میں کہاں ممکن ہے کہ زچہ اور بچہ تندرست رہیں۔ دائی کو چاہیے کہ جس وقت گھر آئے تو زچہ خانہ میں داخل ہونے سے پہلے کپڑے بدل لے۔ جب باہر جانے لگے تو ان کپڑوں کو اتار کر وہیں محفوظ جگہ میں رکھ جائے اور جاتے وقت وہی کپڑے پہن لے۔

دایا کو ناخن اتار کر رکھنے چاہئیں کیونکہ اسے اکثر اندر ہاتھ ڈالنا پڑتا ہے ایسا نہ ہو کہ کہیں ناخن لگ جائے۔

زچہ خانہ کو آگ سلگا کر پہلے ہی ذرا گرم کر لینا چاہیے۔ یہ صرف اس واسطے ہے کہ اگر اس کے اندر نمی ہو تو دور ہو جائے۔ بچہ پیدا ہونے کے بعد زچہ خانہ میں آگ رکھنے کی ضرورت نہیں۔ ہاں اگر ذرا جگہ نم دار ہو یا موسم سردی کا ہو تو آگ روشن کر سکتے ہیں۔ کوئلوں کا زچہ خانہ میں سلگانا ہوا کو گندہ کرتا ہے البتہ باہر سلگا کر زچہ خانہ میں لے جائیں۔

ابھی ذکر ہوا کہ صفائی کی بہت ضرورت ہے مگر کیا دایہ اور زچہ خانہ کی صفائی ہی کافی ہے۔ ہرگز نہیں۔ زچہ اور بچہ کی صفائی کی سخت ضرورت ہے۔ آج کل زچہ اور بچہ کو جس حالت میں رکھا جاتا ہے۔ وہ کسی سے مخفی نہیں ہے۔ بچے کے پوتڑے نہایت ہی غلیظ رکھے جاتے ہیں کیونکہ خرچ بہت ہوتا ہے۔ ہم حیران ہیں کہ خرچ کس بات پر ہوتا ہے۔ کون کہتا ہے کہ ریشمی اور مخمل کے کپڑے استعمال کرو۔ بات صرف یہ ہے کہ چاہے معمولی کھدر کے ہی کیوں نہ ہوں۔ ان میں بدبو اور میل بالکل نہ ہونی چاہیے اور ان پر

سوائے پیسہ دو پیسہ کے صابون کے کیا خرچ آ سکتا ہے۔ ہر ایک کپڑے کا جوڑا ہونا چاہیے۔ جو آج دھوئے ہیں وہ کل پہنے جائیں اور امیر لوگ تو عمدہ انتظام کر سکتے ہیں۔ دایہ کے سوائے اور دو عورتیں بھی زچہ خانہ میں رہ سکتی ہیں۔ اس سے زیادہ جہاں ہوا کو خراب کرتی ہیں وہاں بے فائدہ شور و غل سے بچنے والی کو بھی گھبرا دیتی ہیں اور بعض تو بچنے کی مشکل حالت کے متعلق بات چیت شروع کر کے اس کو ڈرا دیتی ہیں۔

درد اٹھنے کے وقت سے لے کر بچہ پیدا ہونے تک اگر زیادہ دیر لگ جائے تو نہایت ہی ہلکی خوراک دے سکتے ہیں مثلاً گائے کا دودھ سا گودانہ وغیرہ

دو چار دن پہلے اس کا خیال رکھیں کہ انتڑیاں اور مثانہ صاف رہیں جیسا کہ پہلے ذکر ہوا۔ پیشاب یا پاخانہ رکھنے سے بہت تکلیف رہتی ہے اگر ضرورت ہو تو گلغندہ یا ترنجبین عرق گلاب سے دے سکتے ہیں۔ جن کی خوراک گوشت شراب وغیرہ ہے۔ ان کے واسطے ارغڑی کا تیل ہے۔ جس کو انگریزی میں کسٹرائیل کہتے ہیں۔ بہت ٹھیک ہے۔ مثلاً خالی رہنا نہایت ضروری ہے ورنہ پھٹ جانے کا اندیشہ ہے اگر عورت کو اس طرح معطوم ہو کہ جیسے مثانہ سے پیشاب چوئے اور زور لگانے پر بھی نہ نکالے تو گرم پانی میں کپڑے کو بھگو کر تلوں کے اوپر رکھیں فوراً پیشاب آ جائے گا۔

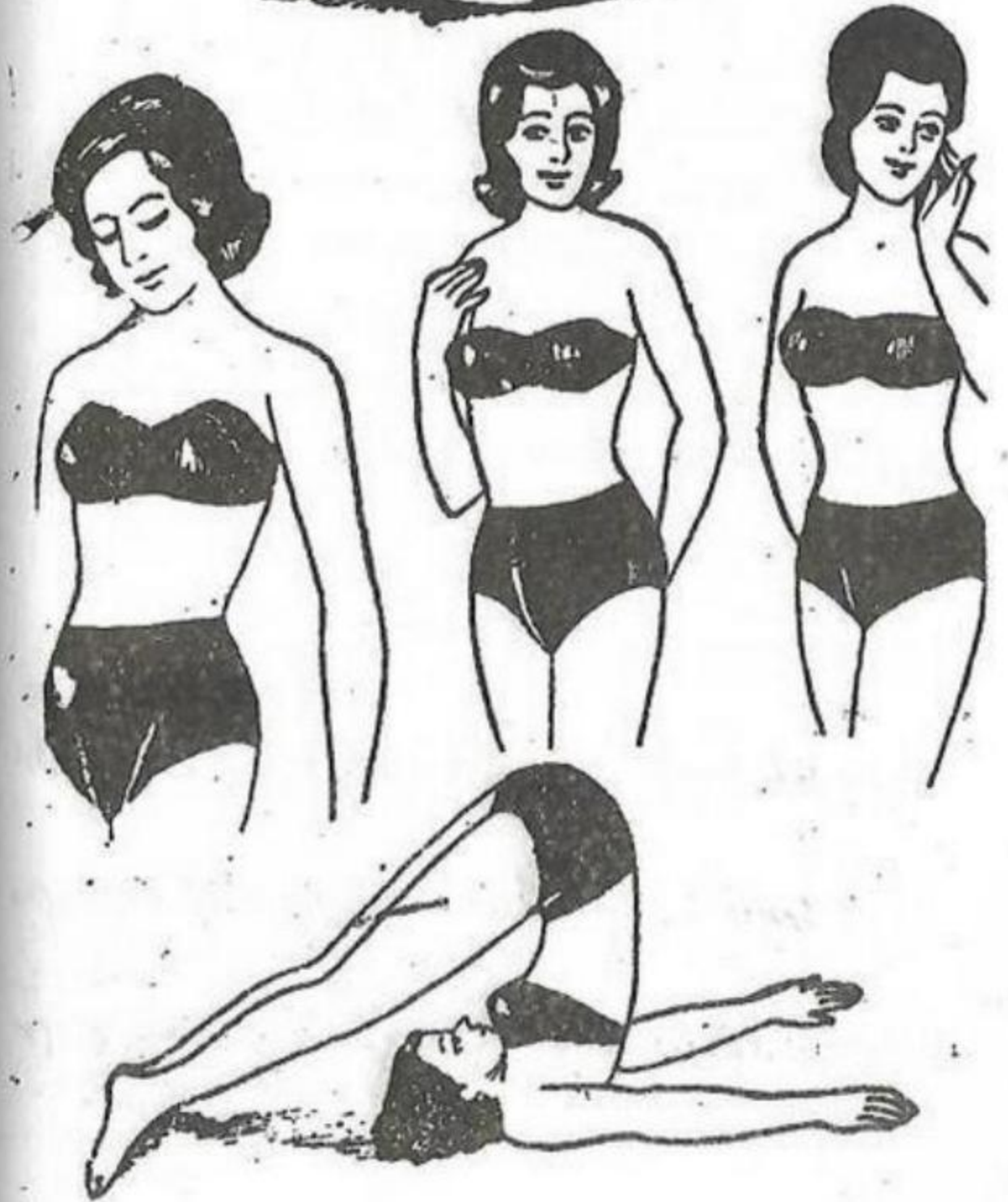
بچنے کی حالت

کو تین حصوں میں تقسیم کر لیا جاتا ہے۔

اول: درد کے اٹھنے سے رحم کا منہ اچھی طرح کھلنے تک جو وقت لگتا ہے۔ اس کو پہلی حالت کہتے ہیں۔

دوم: رحم کا منہ کھلنے سے بچہ ہونے تک جو وقت لگتا ہے۔ اس کو بچنے کی دوسری حالت کہتے ہیں۔

سوم: بچہ پیدا ہونے سے آنول کے گرنے تک جو وقت ہے۔ اس کو بچنے کی تیسری اور آخری حالت کہتے ہیں۔



گھرن انسان کی شاستریہ ودھی

گھرن انسان کے لئے اتم سے پرکھنے کا بتلایا جاتا ہے کیوں کہ پرکھنے کا انسان کرنے سے دن بھر میں پرسن رہتا ہے آتشیہ کا نام و نشان ہٹ جاتا ہے تھکا شریہ میں تیزی اور فرنی کا آجاس معلوم ہونے لگتا ہے۔

انسان کا نئے سو ریوے کے پوری کا اتم اور لایہ پر دھوتا ہے جو جاڑا اور ورشار تو ہیں 8 منٹ سے 15 منٹ تک اور گرمی کے موسم میں پورا آدھا گھنٹہ تک کیا جاسکتا ہے یا تب تک کرنے میں بھی کوئی ہانی نہیں ہے جب تک مستشک (دماغ) میں پورن روپ سے ٹھنڈک نہ آجائے۔ سوچن دوشس والے پرسن کو سائیں کال کے نئے بھی انسان کرنا چاہئے اور جتنا بھی ممکن اور مناسب ہو سکے سو اچھ تازہ اور ٹھنڈا پانی ادھکتا کے ساتھ دماغ پر چھوڑنا چاہئے۔ اس انسان کے لئے کنوئیں کا ہی پانی سرد اوتھ اور لایہ پر دھجا جاتا ہے۔ انسان کرنے والے کو پانی سویم ہی کنوئیں سے نکالنا چاہئے۔ جاڑے کے موسم میں تو تھوڑی سی کسرت کر کے بدن کو گرم کر لینے کے بعد ہی انسان کرنا چاہئے پر تو اگر کسرت نہ بھی کی جائے تو کچھ ہانی نہ ہوگی کیوں کہ گھرن انسان کرنے میں آپ ہی آپ شریہ میں اشننا آجاتی ہے۔

انسان کے پوری نمست شریہ کو ٹوٹھے اور موٹے تولیے سے بھلی پرکار رگر

لینا چاہئے۔ اس بات کو سدیو ہی سمن رکھنا چاہئے کہ تولیا ملایم نہ ہو۔ تولیا سے رگڑنے کے بعد ہاتھ سے بھی بدن کو بھلی پرکار رگڑنا چاہئے کیوں کہ ہاتھوں سے رگڑنے سے ایک پرکار کی شدہ اور سرو و شست و دھت شکی آتین ہو جاتی ہے اور روم کو پوں کے چھروں اور اثریر کے اندر پر و شست ہو شریر کو پر تھیا شالی اور شکی سمپن بناتی ہے۔ شریر کو بھلی پرکار رگڑ لینے کے بعد ایک اٹھو دو لوٹے پانی سے صرف مسک کو دھونا چاہئے کیوں کہ اگر سرو پر تھم سر نہ بھگویا جائے تو مسست شریر کی ایشما کھینچ کر داغ پر برا اثر پیدا کرے جس سے نقصان ہونے کا اندیشہ ہو جائے۔ ساتھ ہی ساتھ من پر بھی دکاروں کا پر بھاؤ پڑ جائے تھا شریر کے سوا کھیر پر بھی برا اثر ہو۔

شاستروں میں کہا بھی ہے (بچ اسنانا دونا شریر) ارتھات پہلے مسک کو بھگوتے و فر اسنان نہ کرنا چاہئے۔ اس لئے سرو پر تھم مسک بھاؤ کر اسنان کرے تپشچات موٹے توئے سے شریر کو پونچھ صرف دھوتی کو پیٹے ہوئے سوج کی نکلتی ہوئی گرنوں کو اپنے شریر پر لیتے ہوئے دھیرے دھیرے ٹہلنا چاہئے۔ تپشچات دھوتی کو بھلی پرکار باندھ اپنے آئینہ ضروری کاموں میں لگنا چاہئے۔

(1) گرمی کے موسم میں تو روز ہی سائیں پرات دونوں وقت اسنان کرنا چاہئے۔ اگر جاڑے میں ایسا نہ بھی کیا جائے تو کچھ بانی نہیں مگر پرات کال اسنان تو جاڑے میں بھی اوشیہ ہی کرنا چاہئے۔

(2) مہینے میں ایک بار گرم پانی سے بھی اوشیہ ہی نہانا چاہئے۔ نہاتے مئے نہاٹن کا استعمال بھی کیا جائے تو اور اچھا ہے۔

(3) ندی تالاب کا نہانا بھی اچھا ہوتا ہے۔ شاستروں میں تو سندر کا نہانا ہی مہتو کاری بتلایا گیا ہے۔ یہاں تک کہ گھر میں نہاتے وقت بھی اگر پانی میں نمدر کون ملا کر

نہانے کے بعد صاف اور سواچھ پانی سے نہایا جائے تو لا بھدا ایک ہے۔

(4) تیرنا بھی نہانے کی ایک لا بھدا ایک کریا ہے۔ کیوں کہ اس کریا کے کرنے میں پرائے نمست شریر کے انگوں کا کچھ نہ کچھ مشقت کرنی پڑتی ہے۔ خاص کر تیرنے کی کریا سے سنا آئینت پشٹ ہو کر وستیرن ہو جاتا ہے۔ پھیپھڑے شدہ اور بلوان ہو جاتے ہیں تھکا نمست شریر روگ زہمت ہو کر سدر رڑھ، دم دار پھر تیل اور اتسا ہی ہو جاتا ہے۔

(5) بھوجن کرنے کے تین گھنٹے پہلے یا پچھے اسنان کرنا چاہئے۔ کیوں کہ اسنان کرنے کے بعد ترنت کھانے یا کھانے کے بعد ترنت اسنان کرنے سے اگنی بگڑ جاتی ہے اور اگنی کے بگڑ جانے سے پاچن کرپا میں انتر آتا ہے جس سے شریر میں انیکوں بھینکر و یادھیائین آتین ہو جاتی ہیں۔

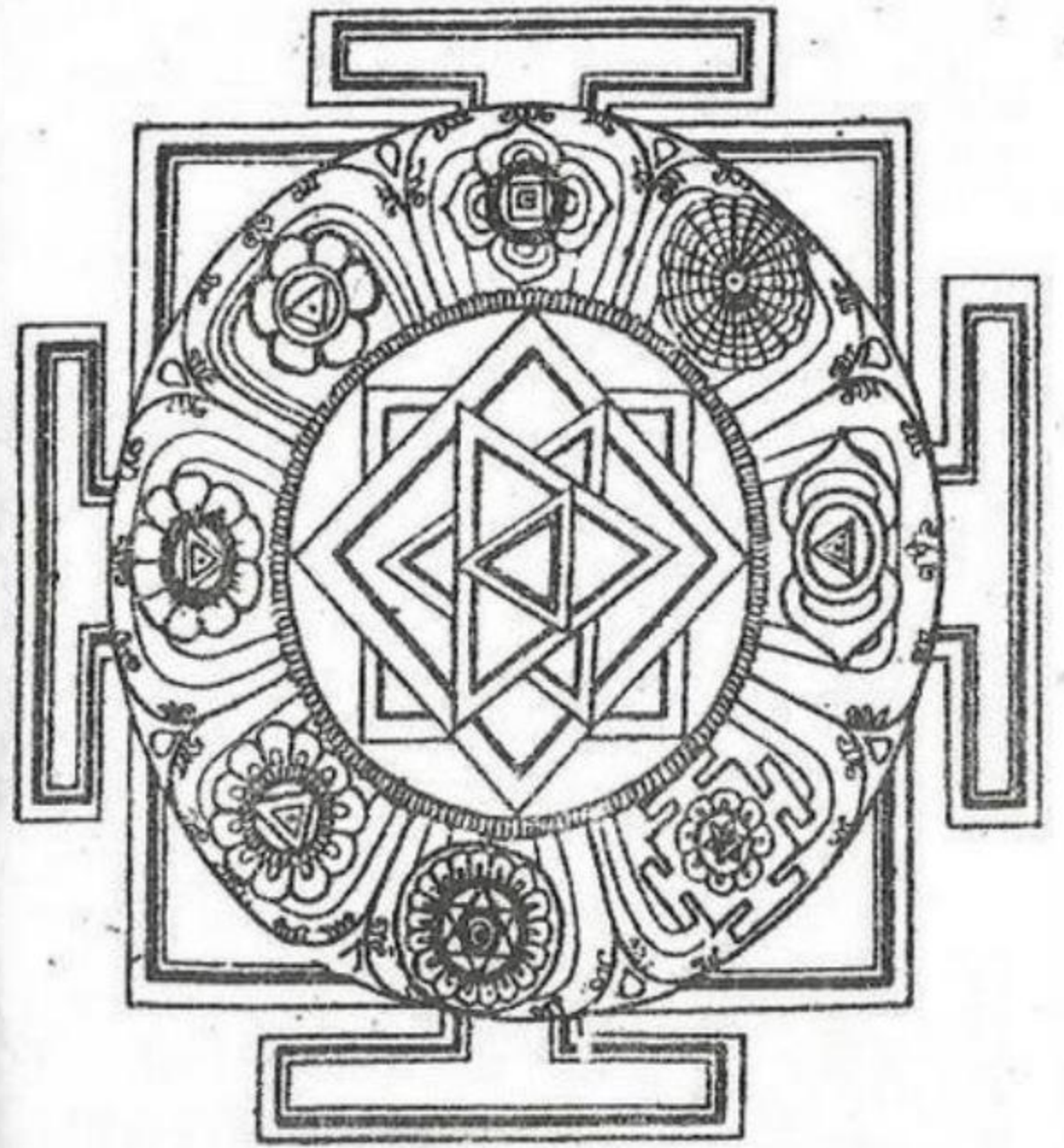
(6) بروگی، دریل اور کمزور منشیہ کو بھی ہفتے میں ایک بار اوشیہ اسنان کرنا چاہئے۔ پرنو سمن رہے کہ پانی ٹھنڈا ہونا چاہیے ساتھ ہی ساتھ بہت دھیرے دھیرے ٹھنڈا پانی سے اسنان کرنے کا ابھیاس بڑھانا چاہئے۔

(7) تولیے سے رگڑنے اور تھوڑی کثرت کرنے کے بعد بھی اگر شریر میں گرمی نہ آکر ٹھنڈک کا ہی ابھاس ہوتا رہے تو کد پانی نہ کرنا چاہئے۔



(8) اسنانا گار کھلا، صاف، ہوادار اور پرکاشمے ہونا چاہئے۔ اسنان کرتے مئے اول تو شریر پر کپڑے ہونے ہی نہ چاہئے اور اگر ہوں تو کم سے کم کپڑے ہونے چاہئے۔ سرو اوٹم اور لا بھکاری اسنان تو وہی ہے۔ بنگن ہو کر ٹونے گرہ میں کیا جا۔

(9) ویرے پات ہونے کے بعد ترنت اسنان کا کرنا انوار ہے۔



بچے کو رونے سے مٹانے کا جنتر

اگر چھوٹی عمر کا بچہ روتا ہے۔ تو مندرجہ ذیل جنتر کو کسی کاغذ پر لکھو۔ اور پھر رات کے وقت جنتر بچے کے گلے میں ڈال دو۔ یہ مانتا کی کہ پاس بچے کا رونا اس وقت بند ہو جائیگا کہ جنتر یہ ہے۔

۷	۳۴	۱۳	۸
۱۶	۲۴	۶۱	۳۴
۱۶	۱۳۲	۷۱	۱۲۲
عد	۹	۹	۱۲

ہر ایک بیماری کو مٹانے کا جنتر

مندرجہ ذیل منتر ہر ایک بیماری کو دور کرنے کے علاوہ اور آئینے کے خلی کو بھی دور کرتا ہے۔ جو یہی بھی نامذہ مند ہے جنتر یہ ہے یا غفورام ع ف ج ح ج م ع یا سید اشرف جہا نگیر جی سجاد و خدا والہجرا یل

دردزدہ کو مٹانے کا جنتر

اگر کوئی عورت دردزدہ میں پھنسی ہوئی ہو اور بچہ نہ پیدا ہوتا ہے تو عامل کو چاہیے کہ مندرجہ ذیل جنتر کو لکھ کر حاملہ کی بائیں ران میں باندھ دے۔ بحکم خدا بچہ ضرور پیدا ہوگا۔ لیکن ضرور احتیاط رکھنا

چاہیے کہ جب بچہ پیدا ہووے تو اس وقت یہ خیر کھول دینا چاہیے
خیر یہ ہے

۷۸۶

۱۶	۲۹	۲۶	۴۳
۲۶	۲۲	۱۷	۲۸
۲۱	۲۲	۳۱	۶۰
۳۰	۱۹	۲۰	۲۷

رک کے موٹے پیشاب کے کھولنے کا خیر

اگر کسی شخص کا پیشاب رک جائے اور سخت تکلیف کا سامنا
ہو تو لازم ہے کہ مندرجہ ذیل خیر کو کسی ایک کاغذ پر لکھیں اور
اسے بائیں ران سے باندھ دیوے فوراً پیشاب آجائیکا اور کسی قسم کی
تکلیف نہ ہوگی خیر یہ ہے - ۷۸۶

۸	ح	۱۱	۶
ح	۵	۵	ز
۳	۵	ط	ب
ز	۹	۶	۲

تپ لرزہ کو دور کرنے کا خیر

پیل کے سات عدد پتے توڑیں اور ہر ایک پر یہ خیر لکھو۔

بعد ازاں تپ لرزہ کے مریض کو یہ پتے چٹائیں - اسی وقت آرام آ
جائے اور مریض ندرست ہو جاوے گا۔ خیر یہ ہے

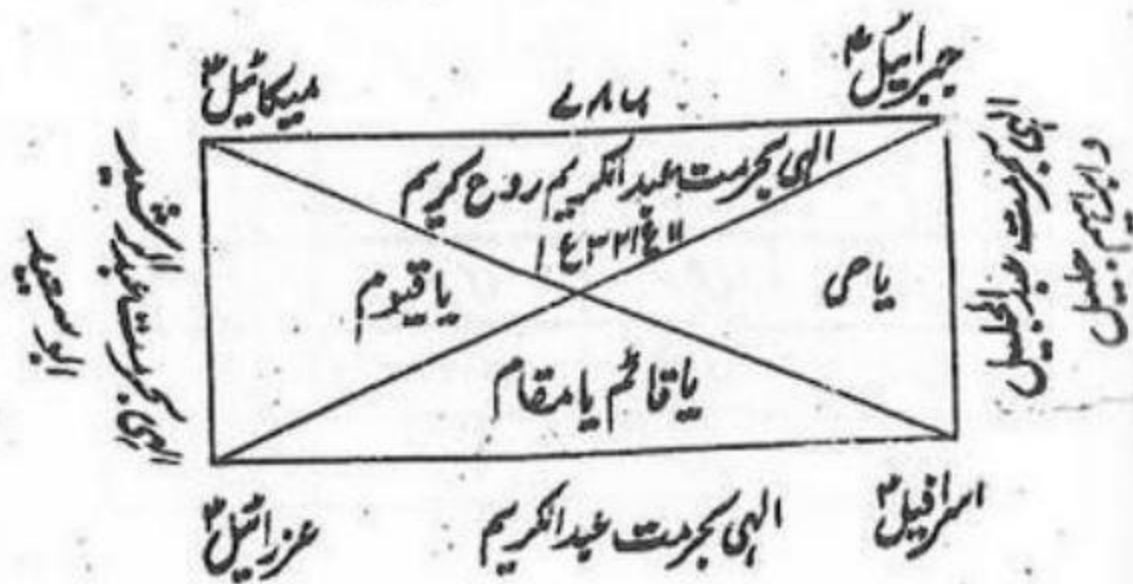
صحیح صحیح صحیح

مرگی کو مٹانے کا خیر

جو منتر اوپر درج کیا گیا ہے اس کو سفید مرغ کے خون سے پیل
کے پتے پر لکھیں بعد ازاں مرگی کے مریض کے سر پر باندھ دیں بہت
جلد آرام آ جاوے گا - اور کوئی تکلیف نہ ہوگی -

صل کی حفاظت کھنے کا خیر

اگر کسی عورت کا حمل قرار نہ رہتا ہو یا گر جاتا ہو تو مندرجہ ذیل خیر
کو ایک کاغذ پر لکھیں پھر مریض کو دھو کر ملا دیں اور ایک خیر لکھ
کر یا تو مریض کی کمر پر باندھ دیا جائے یا گلے میں لٹکایا جاوے
تو بہت جلد آرام آئے گا - خیر یہ ہے -



بچے روکنے کو بند کرنے کا خنتر

اگر کوئی بچہ روتا ہو تو کہیں بھی چپ کرتا ہو تو مندرجہ ذیل خنتر چار دفعہ کاغذ پر علیحدہ علیحدہ لکھو ایک خنتر بچے کے گلے میں ڈال دو اور باقی کے تین خنتروں کو بچہ کو دھو کہ پلا دو۔ پس بچہ کا رونا بند ہو جائیگا۔ اور خنتر لگ جانے کا۔ خنتر یہ ہے۔

۸	۹	۲۳	۸
۲۲	۲	۷	۲۰
۲۲	۱۵	۷	۶
۵۸	۵۷	۲	۲۳

چھپک سے بچنے کا خنتر

مندرجہ ذیل خنتر کو دیم پتر پر سرخ صندل سے لکھیں۔ پھر بچے کے گلے میں ڈال دیں رہیں ایسا کرنے سے چھپک سے نجات مل جائیگی اور کوئی تکلیف نہ ہونے پائے گی۔ خنتر یہ ہے۔

سری	سری	سری	سری
سری	سری	سری	سری
سری	سری	سری	سری
سری	سری	سری	سری

راج دربار میں عزت پانے کا خنتر

۳۶	۵۸	۱	۳۸
۱	۹	۶۲	۶۱
۸۷	۵۴	۱	۸
۸	۵	۸۳	۸۵

(۱) اس خنتر کو چھلی کی قلم سے لکھ کر

اپنی بجا پر باندھے تو راج مان ہو۔

(۲) خنتر اگر گلاب کے رس سے

بھونچ پڑے لکھ کر اپنے ہاتھ پر باندھے تو راج دربار میں ماننے سے عزت ملے۔

کام ناشک خنتر

۹۳	۲۶	۱۶	۱۸
۳۶	۴۳	۳۴	۴۶
۴۶	۱۱	۱۲	۹۱
۴۴	۵۲	۶۵	۵۷

(۱) اس خنتر کو پشیم نلکھڑ میں اپنے

لو سے لکھ کر اپنے پاس رکھیں تو کام و اسنا

شانست ہوتے۔

(۲) شبہ گھڑی میں عورت کے فون سے کسی کاغذ پر لکھ کر عورت کے پاس جاتے

وقت میں تو شانست رہیں۔

باجب عورت کے بچہ ہو

۸۱	۳	۴۴	۷۵
۷۵	۵۸	۴۵	۲۱
۱۱	۳۸	۷۸	۲۳
۷۷	۸۵	۱۲	۲۷

(۱) پشیم نلکھڑ میں اندر کی قلم سے کہیں

کی سپاہی بنا کر بھونچ پڑے اور اس عورت

کی بچہ بجا پر باندھے تو بچہ ہو۔

۱۲) اوپر کا جنتر باندھ کر نکشتر میں اتوار کے دن سنگھڑے کر بھینس کے دودھ کے ساتھ سات روز تک عورت کو کھادے تو بامعین ہو۔

بیٹا ہی پیدا ہو

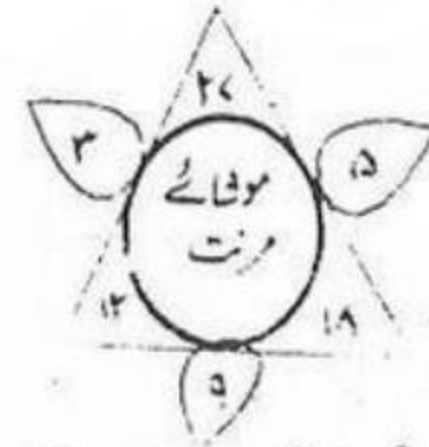
۹	۷۲	۱۳	۲۷
۳۳	۳۸	۵۶	۱۲
۹۸	۱۳	۲۷	۳۹
۷۲	۱۳	۷۱	۵۷

جس عورت کے صرف لڑکیاں ہی ہوتی ہوں۔ ان کے لئے اس جنتر کو زعفران اور جاوتری پیس کر بھونچ کر لکھ کر اتوار کے دن ہاتھ پر باندھے اور بڑا سو گیساتھ شیر کے ناخن کا تمویز بنا کر داہنی بچھا میں باندھیں تو ضرور بھنور لڑکا ہی پیدا ہو۔

پرسود کا درد دور



جس عورت کو پرسود کا درد ہوتا ہو۔ وہ اس جنتر کو اتوار یا منگلوار کو زعفران کی سیاہی بنا کر بھونچ پتر پر بنا کر قلم سے لکھے اور سو گھنٹہ دھوپ میں رکھ کر لگانے کے دودھ میں دھو ڈالے۔ پھر اس دودھ کو تھوڑا تھوڑا کر کے چار بار عورت کو پلا دیا۔ تو پرسود کی مراد دور ہو۔ یہ آزمودہ جنتر ہے۔



مچھر بھگانے کا منتر و جنتر

جس دن مچھرات میں دمک دیویں ہوتی ہیں۔ تیں نوگنگ کا کھاٹ پر چھت ہی بھگ جائے۔
۱۲) بکرا کے دودھ میں نہایت اور نوں در میں کر اس کی سیاہی سے کھلے کاغذ پر

نو مرتبہ اس جنتر کو لکھ کر الگ الگ ان نو ٹکڑوں کو پھاڑ لو اور اپنی کئی آنچ لگا کر اس میں دو دو منٹ بعد ان ٹکڑوں کو ڈالتا جاوے۔ تھوڑی دیر بعد سب مچھر بھاگ جائیں گے۔

شیٹلا کا جنتر

۹	۳۳	۹	۵۱
۷۲	۳	۳	۵۲
۳	۲۸	۸۷	۹۱
۹	۵	۳۹	۳۵

۱) اس جنتر کو کاغذ پر لکھ کر جس بالک کے شیٹلا لگے۔ اس کے گے میں باندھ دینے سے شیٹلا دور ہو جاتی ہے۔
۲) اس جنتر کو کاغذ پر چند سے لکھ کر اور گوگی دھوپ کا دھوپ دے کر شیٹلا جس کے ٹکلی ہو۔ اس کے گے میں تمویز بنا کر باندھ دیں۔

ناک بہنے کا جنتر

۷	۳	۵۷	۳۲
۵۲	۹	۷۲	۵۲
۳۵	۵۲	۱	۱۱
۳۵	۸۹	۸۳	۸۵

۱) اس جنتر کو منروں کے پتے پر لکھ کر چبانے سے ناک بہنے لگتی ہے۔
۲) اس جنتر کو کنیر کے پتے پر سیاہی سے لکھے اور شرو کا نام لے کر اس کو سونے سے بھیدے تو اسکی ناک بہنے لگے۔

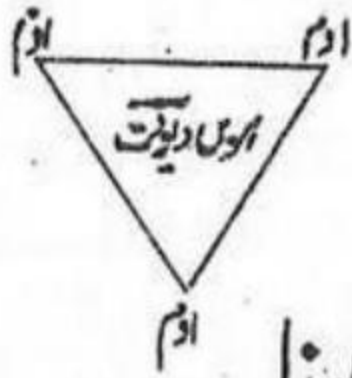
عورت کا دودھ بڑھے



اس جنتر کو اتوار کے دن گونے کاغذ پر لکھ کر قلم بنا کر بھونچ پتر پر لکھے۔ اور سامنے میں خشک کر کے چاندی کے تمویز بنا کر۔ بچہ والی عورت کے بانیں بازو میں باندھ دے۔ تو عورت کا دودھ بڑھ جائے۔



شتر و ناشک جنتر



ترکیب :- اس جنتر کو کوئے کے پنکھ لے کر
سڑیل سے لکھے اور رات کے وقت پوجن کر کے
شمسان میں گار آوے تو دشمن کی اپانک مر تو ہو۔

پچھو کا زہر اتارنا

اوم نموا آدیش گرد کا۔ سمندر سمندر ہے کھانی۔ اس منتر کو سیدہ کرے۔ پھر جس کو پچھو
نے کاٹا ہو۔ اس منتر کو پڑھ کر پانی پلا دے تو زہر اتر جائے۔ کاٹا ہوا شانی پائے۔

منتر آنکھ دکھنے کا

اوم نموا آدیش گرد کا۔ مرد کی آنکھ آنی۔ کپے نہ پھوٹے۔ پیرا کرے۔ گرد گورکھ جی آگیا
کرے۔ گرد کی شستی میری پوجا۔ پھر منتر لاشور واریج
ترکیب :- نمک کی سات کنکری تیلے کو ہر بار منتر پڑھ کر چاکھے تو آنکھ اچھی ہوں۔



اُجاٹن کا جنتر

ترکیب :- اس جنتر کو کتے کے خون ہے
مگل دار کے دین لکھے۔ اور ودھی پوروک پوجن

کر کے گے میں باندھے تو اچاٹن ہو۔

منتر پیلیا کا

اوم نمودیر بیتل اُسرال ناہر سنگھ دیو جی سوادی شکاری شجھل پیلیا کو بلئے۔
 جھارے پیلیا رہے نہ نیک نشان جورہ جلتے تو ہونوں کی آن۔
 ترکیب یہ سرسوں کا تیل کٹورے میں لے کر مریض کے ماتھے پر سات بار لے تو
 ٹھیک ہو۔ ہر بار منتر کا اچارن کر کے دن میں دو بار کم سے کم اس منتر کا ضرور پریوگ کرے۔

دویہ ستھم بھن!



ترکیب یہ اس جنر کو گورو جن کلکم سے بھون پتر پر لکھیں
 اور شراب کے ٹمپٹ میں رکھ کر دھوئے خوب اچھی طرح
 پوچن کرے۔ پھر دوسرے دن نکال کر اپنی چوٹی میں باندھے
 تو اس کا بہت اتم پھل ملے گا۔

منتر پھو اتارنے کا

اوم نمود کا مردیش کا ماکشی دیوی جہاں بڑے استعمال جوگی جوگی نے پالی کتی۔ دس کالی
 دس کالی دس پیلی دس لال۔ رنگ برنگ دس کھڑی دس ٹھکا دیں بھال۔ ان کاوش ہونمنت
 برے۔ رکشا کرے گورو کو کہ ناتھ۔ پھر منتر لٹور وارچ۔
 ترکیب یہ اس منتر کو گروہن کی ریت سے ایک ہزار بار کہے۔ تیل کا دیکھ جلا دے

مٹھانی کا بھوگ لگا دے اس طرح سیدہ کر کے جس کے کاٹا ہو۔ اچلوں کی راکھ سات بار منتر
 پڑھ کر کاٹی ہوئی جگہ کے چاروں طرف لگا دے تو زہر دھیرے دھیرے اتر جائے گا۔

بدیش میں شتر و مارنے کا جنتر

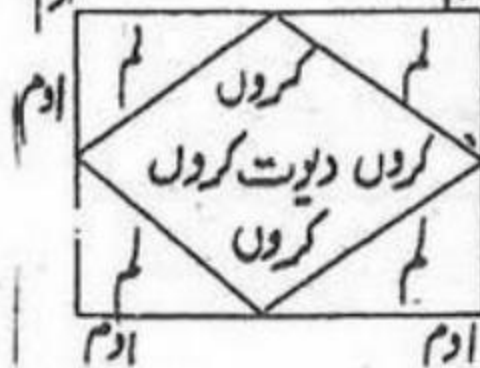


ترکیب یہ اس جنر کو مور کے پنکھ سے
 لکھ کر شراب کے برتن رکھ اس کا منہ بند
 کر دے اور شمسین بھوڈ یا گاڑا دے۔ ایسا
 کرنے سے جب اس پر سورج کی کرنیں
 یا بارش پڑے گی۔ تب بدیش گئے ہونے
 شتر و پر روگ سوار ہوتا جائے گا۔

وشی کرن منتر

اوم نر کرشپر کامنی اسوکی و شانمان ہوں فٹ سواہا۔

ترکیب یہ تانبے کی پتیلی لے کر اس کا پوچن کرے۔ اور ٹکون رہ کر ہر روز ایک سو
 جاپ اکیس دن تک کر کے پتیلی کے سامنے کچھ پھول لے کر جس آدمی پر ڈالے وہ فوراً گیس
 میں ہو۔



اگنی ستمبھن جنتر

ترکیب یہ اس جنر کو بھون پتر پر پیلی سیاہی

سے لکھ کر زمین میں دبا دے۔ اور سات دن تک پانی دیتا رہے تو آگنی بھانت ہو۔

منتر باندی باندھنے کا

کھناہ کی مٹی چونے کا پانی گدھے چڑھی ہمیشہ بلانی کا جی باندی کی پالی اور پر چڑھی بجز کی تالی
تے بھیروں کی کیلیں اور پر ز سنگھ گاہے باندھی باندھی لے تو گورکھ ناتھ اللج رکھے۔
ترکیب یہ راستے کی سات کنکری لاکر ہر ایک کنکری پر منتر پڑھ کر سات بار باندی پر
مارے تو وہ باندی بند جائے گی۔ یعنی گرم نہ ہوگی۔ چاہے جتنی آج پر اسے رکھا جاوے۔

منتر ڈاڑھ کے درد کا!

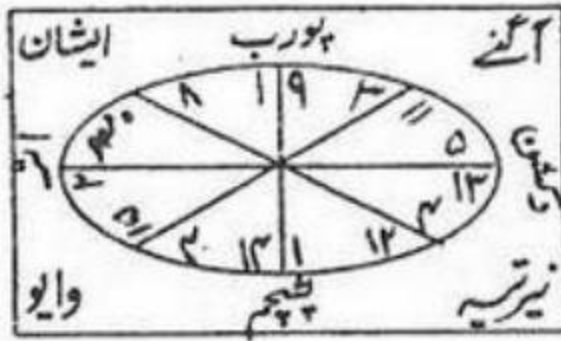
اوم نمونائے دھانیائے کھنڈائے نمونہ۔ اس جنتر کو اکیس بار کسی ایک کانسی کے
کٹورے میں بھرے ہوئے جل پر پھونکے اور تھورا سا کپور ڈال کر روگی کو پلا دے تو دانت کا
درد فوراً چھا ہو جائے گا۔

چندر بھرمن وچار

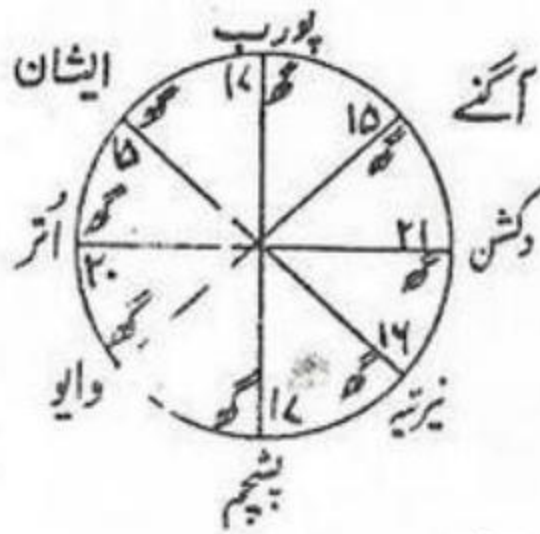
میکھ۔ سنگھ۔ دھن وغیرہ کا چندرماں پورب وغیرہ آٹھ دشاؤں میں کرم سے ۱۶۔۱۵۔۱۴۔۱۳۔۱۲۔۱۱۔۱۰۔۹۔۸۔۷۔۶۔۵۔۴۔۳۔۲۔۱۔
گھڑی بھرمن کرتے ہیں۔ چندرماں میں چکر کے انوسار دشا جان کر کام کرنا چاہئے۔
شبہ کاموں کے لئے چندرماں داہنے اور سامنے کا اچھا ہوتا ہے۔ کسی کام کو کرنے سے

پہلے اس کا دھیان رکھیں۔

میکھ۔ سنگھ اور دھن کا
چندرماں پورب میں۔ برکھ۔ کنیا
اور مگر کا چندرماں دکشن میں۔
مین۔ تلا اور کنجھ کا چندرماں پشیم
میں۔ کرک۔ بریچک اور مین کا
چندرماں اتر میں داس کرتا ہے۔
اس بات کا دھیان رکھیں۔



یوگنی و شاچکر

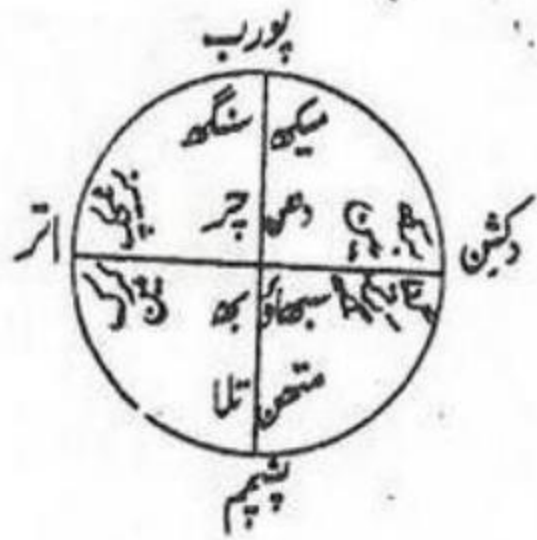


پردانوی پورب باسا۔ اترودیتا
دشی نواسا۔ تیج یکاری آگنی۔ نیترہ
کون میں چوتھے دھانی پنچ تیرس دھن
براجے۔ جودش کے دن شوبی گاہے۔
پونم ساتیں واپور ہی۔ آٹھ آماوس ششی۔
یوگن ہو کال دکھائے۔ سنگھ داہنے نہیں

دکھائے۔ باتیں پیچے رکشک ہوتی۔ بس جیوس کے لکشن یہی

آسن وچار

مین سمست وچاروں کے ساتھ آسنوں کا بھی مجید رکھنا چاہئے۔ جیسا کہ شروع میں بتایا گیا
ہے۔ اس کے انوسار کرم چرم کو دیکھ کر کم سنگھ پر آسن بچا کر بیٹھے تو منتر سیدہ ہو۔ جس



جگہ پر بیٹھے اس کے نو چہرے کرے۔ پھر جگہ کے لئے ہوئے حرفوں کو دیکھے۔ اُس کے بھی نو چہرے کرے۔ پھر پہلے اکشر میں اترا ہو دے۔ تو اسی میں آسن بچا کر بیٹھے۔

اسی طرح دن اور دشاؤں کا بھی وچار ہے۔ جس دن لکھنے اور منتر بچنے بیٹھے اس دن پورب دشا میں کرے۔ دوسرے کو اگنی کون میں۔ دکشن اسی طرح اتر میں ساتویں دن

کرے۔ اس کا کون خالی رہے۔ اگر شبہ کام ہو تو چند ریل وغیرہ کو سامنے رکھے۔ یوگنی دشا شول رنکرشٹ وار کو بیچے اور بائیں رکھے تو کالج سدھ ہو۔

وشی کرن سپاری منتر

اوم نمو بھگوتے واسودھیائے ترلوک ناتھ ترپادارنائے اموکم یم وشم کرو کرو سواہا۔
ترکیب: اس منتر کو سدھی یوگ میں ایک سو آٹھ بار بچے اور جس کو اپنے بس میں کرنا ہو۔ اُس کا نام سپاری پر پڑھ کر پھونک دے پھر جس کو یہ سپاری کھلا دے وہ بس میں...

وشی کرن پان منتر

ہرے پان ہرلئے پان چکنی سپاری شوبت کھرداہنے کر میں چوٹا ہی لے ہاتھ رُس
لپونے۔ پیٹ دے۔ تیٹ رُس لے شری نرسنگھ دیر تھاری شگنی میری بھکتی پھر و منتر لاشور
ہماد یو جی کا واچ۔

ترکیب: ایک دیسی پان لگا کر سات بار یہ منتر پھونکے تو جسے کھلا دے وہ بس میں ہوے۔

بچہ کا جسم کے اندر سوکھ جانا

نیشات کے استعمال زیادہ یا گئے صدمہ دکر اور رنج و الم کے اثر سے یا گرمی و خشکی جانے کے باعث بعض دفعہ جسم میں بچہ سوکھ جاتا ہے اس سے بھی عورت کی زندگی خطرے میں پڑ جاتی ہے مردہ بچہ نکالنے کی جلد تدبیر کرانی چاہیئے در کسی صورت میں بھی عورت کی زندگی نہیں بچ سکتی۔ سنسکرت کتب میں لکھا ہے کہ کثرت مختلف گرم خشک اور تیز اشیا کے استعمال اور کم غذا کھانے پینے کے بھی بچہ سوکھ جاتا ہے اور اکثر مر جاتا ہے یا قبل از وقت پیدا ہو جاتا ہے۔

حاملہ کو کون کونسی احتیاطیں کرنی چاہیئے

حمل کی حالت میں مباشرت منع ہے اس اسقاط حمل کا اندیشہ ہوتا ہے ہندوستان میں ہر سال اسقاط حمل سے بہت سی جاہلی خائے ہوتی ہیں جسکی وجہ عام طور پر حمل کی حالت میں جلع ہے غم و فکر اور غصہ پاس تک نہ آئے دیں خوش و خرم رہیں حمل میں عورت کے جذبات اور خیالات پاکیزہ ہونے چاہئیں بچہ ماں کے پیٹ میں ماں کے خیالات کا اثر قبول کرتا ہے شوہر کو اس زمانہ میں نہر قسم کی احتیاطیں رکھنی چاہیئے حاملہ ہوی کیساتھ خندہ پیشانی اور نرمی سے پیش آئے ہمیشہ اس کی دلجوئی کرے اور مباشرت سے کامل پرہیز کرے انسان اشرف المخلوقات کہلاتا ہے مگر اس معاملہ میں حیوان سے بھی بدتر ہے ہمیں جانوروں سے سبق سیکھنا چاہیئے تو مادہ کے حاملہ ہونیکے بعد اسکے قریب نہیں جاتا ہم مکھ چکے ہیں کہ بچہ جسم کے اندر ماں کے خیالات کا اثر قبول کرتا ہے اس لئے



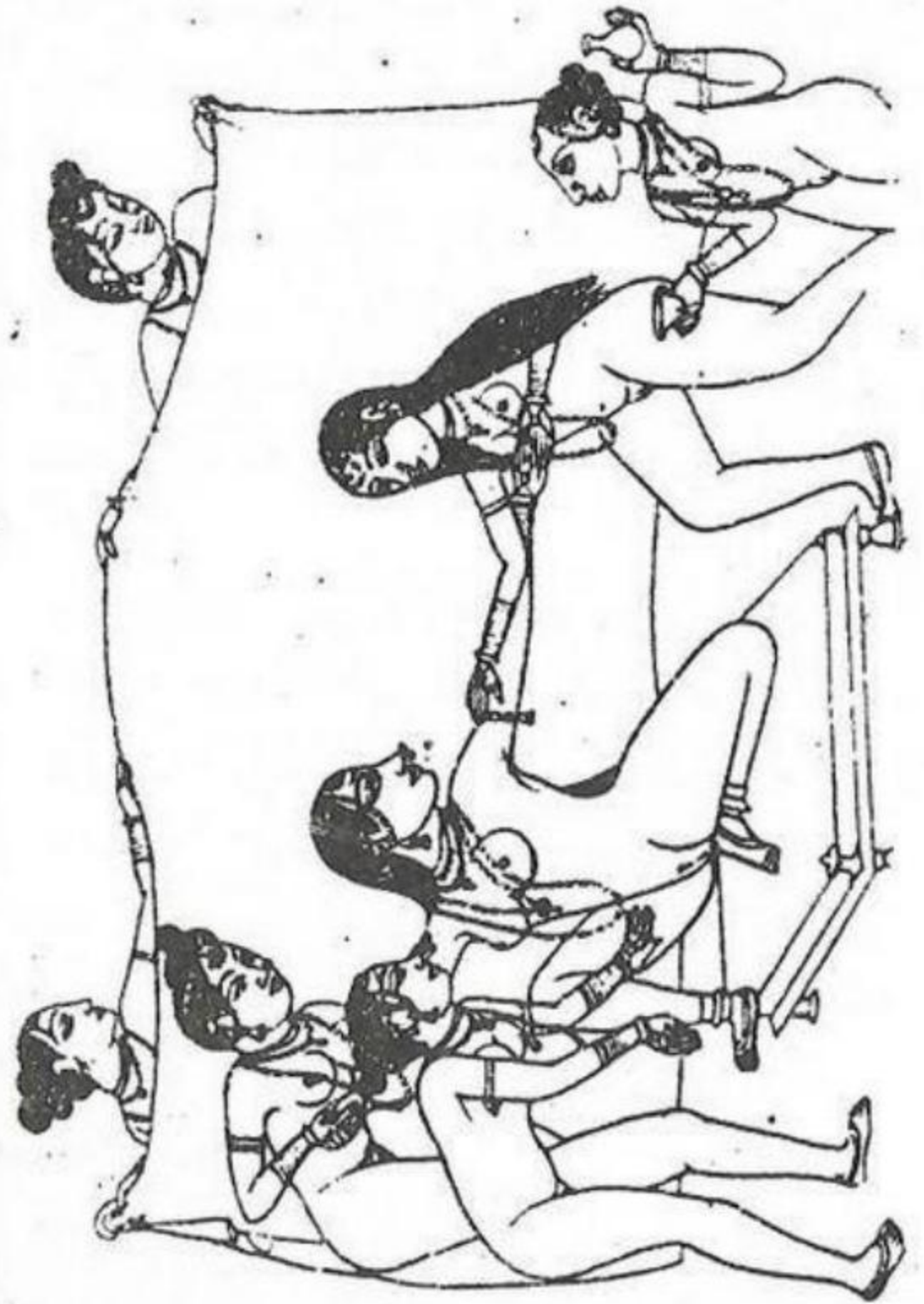
یاد رکھنا چاہیے جو لوگ حمل کے دنوں میں صحبت کرتے ہیں وہ دنیا میں آنے والے بچے کو آوارہ مزاج بننے کی تعلیم دیتے ہیں تو جھک گھسن ترسوں اور بڑکوں میں گندے خیالات زیادہ تر اسی وجہ سے پھیلے ہوئے ہیں کہ انکے والدین نہ حمل کے دنوں میں احتیاط سے کام نہیں لیا سست رہنا زیادہ محنت کرنا اور خوفناک غصے سننا نقصان دہ ہے اچھلنا کودنا اور جھلانگ لگانا سخت خطرناک ہے بعض عورتیں حمل کے ایام میں مٹی کو لہر اور ترش اشیاء بکثرت کھاتی ہیں اس سے مہلک غلیظ ہوتا ہے سخت پرہیز کرنا چاہیے حاملہ کے لئے ردنا کرنا بھاری بوجھ اٹھانا منع ہے کسی چیز کو پوری طاقت سے اپنی طرف نہیں کھینچنا چاہیے رکوی درنی چیزیں اٹھانی چاہیے جن کاموں میں زیادہ طاقت صرف موان سے بچنا چاہیے۔ سیرتھیاں بہت آہستہ چڑھیں اور آہستہ آہستہ اتریں جھک کر بیٹھنا نہیں چاہیے جھک کر بیٹھنے سے رحم پر زیادہ دباؤ پڑتا ہے حاملہ کو یہ دن آرام سے بسر کرنے چاہئیں اس کا مطلب یہ نہیں کہ وہ بالکل سست اور کاہلی ہو کر بیٹھ جائے بلکہ اسے گھر کے ضروری کاروبار اپنے ہاتھوں سے سرانجام دینے چاہئیں گھر کا معمولی کام کاج ایک حاملہ کیسے بہترین ورزش ہے۔ حاملہ کے لئے صبح کی ہوا خوری اور شام کی چھل قدری بہت مفید ہے۔ بعض نادان عورتیں حاملہ کو مشورہ دیتی ہیں کہ در آدمیوں کے لائق خوراک کھانی چاہیے۔ چنانچہ بعض عورتیں حمل کے دنوں میں اپنی خوراک بڑھاتی ہیں جس سے ان کی صحت پر برا اثر پڑتا ہے حاملہ کو زیادہ پیٹ بھر نہیں کھانا چاہیے بھوک رکھ کر کھانا چاہیے چھنے ہوئے آٹے کی بجائے بغیر چھنا اٹا زیادہ مفید ہے حاملہ کو زور مضہم اور طاقت بخش غذا مقررہ اوقات پر اعتدال کے ساتھ کھانی چاہیے لقیل و بر سے مضہم ہونے والی قابض اور ترش

چیزوں سے پرہیز کرنا چاہیے مرغین غذا میں بھی مفید نہیں ہیں دودھ چادل کچھڑی مکھن کھی اور چھل وغیرہ بہترین غذائیں ہیں پھلوں میں سنگترہ، نمبروں آم، سیب، کیلا اور انگور بہتر ہیں پھل میں اگر چائے کی عادت ہو تو جہاں تک ہو سکے دودھ زیادہ مقدار میں استعمال کریں۔

ہلکا لباس تنگ اور پست مینیں ہونا چاہیے بلکہ ڈھیل ڈھالا اور آرام دہ کمر پر پٹی اور آئندہ بند کس کر نہ بانڈھیں اس سے بچہ کی پرورش پر رکاوٹ پیدا ہوتی ہے سردیوں میں ایسا لباس پہنیں جو گرم ہونے کے باوجود ذہنی نہ ہو یوں تو ادنیٰ ایڑی والی جوتی یا بوٹ ہمیشہ ہی ضرر رساں ہیں مگر ایام حمل میں قطعی نہ پہنیں۔

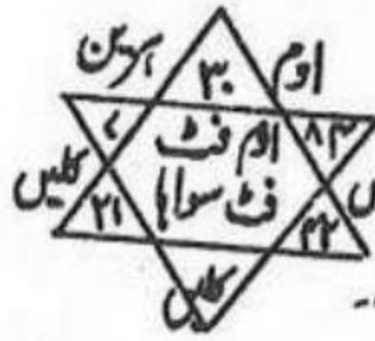
ایام حمل میں پیشاب اور پاخانہ کا خیال رکھیں قبض تو ہمیشہ ہی نقصان دہ ہے اور ایام حمل میں قبض کا خاص طور پر خیال رکھیں اگر تھوڑا تھوڑا پیشاب بار بار آتا ہو تو بارے واٹر یعنی دلائتیں جو پانی آتش تیار کر کے پیئیں اگر قبض ہو تو بادام روغن کا مسلسل استعمال بھی بہت مفید ہے قبض کبھی نہیں ہوتا اس لئے ابتدائی ایام سے بچے کی پیدائش تک اس کا استعمال جاری رکھنا بہت فائدہ بخش ہے ایام حمل میں دانت ہرگز نہ نکلوانی اسقاط حمل کا اندیشہ ہے۔ دانتوں میں درد ہو تو روغن لونگ کا چھاپا دانتوں کے سوراخ رکھیں درد جاتا رہے گا۔

حاملہ کے امراض کا علاج نہایت قویہ اور احتیاط سے کرنا چاہیے قبض کی شکایات پر خلاف ہرگز نہ لیا جائے بلکہ کسی معمولی قبض کش چیز مثلاً کلقد وغیرہ کا استعمال کیا جائے جب جلاب سے حمل کے ضائع ہونے کا اندیشہ رہتا ہے نماز کی حالت میں زیادہ پسینہ لانے والی ادویہ سے پرہیز کرنا چاہیے



راج مان جستر

اس جستر کو چھیلی کی قلم سے لکھ کر اپنے بازو پر
باندھے تو راج مان ہو۔
(۲) اس جستر کو اگر گلاب جل سے بھونچ پتر پر
لکھ کر اپنی بھجیا پر باندھے تو راج دربار میں جانے سے عزت ملے۔



کا دیو ناشک جستر

اس جستر کو پٹے نکتہ سے اپنے لمبے سے لکھ
کر اپنے پاس رکھیں۔ تو کام دانہ میں ستادے۔
(۲) یہ جستر شہ گھڑی میں عودت کے
خون سے کاغذ پر لکھ کر استری کے پاس جاتے
وقت اپنے پاس رکھے۔

۳۹	۳۶	۱۶	۱۸
۳۴	۴۳	۱۱	۹۱
۳۶	۲۲	۱۲	۴۶
۴۴	۵۶	۶۵	۵۷

کشت چھوٹنے کا جستر

۱۱	۳	۹	۷	۱۳
۱۲	۱۳	۱۷	۱۷	۱۷
۲۳	۲۱	۲۳	۲۲	۶۶
۹۹	۹۹	۹۹	۸۸	۸۸

اس جستر کو گلاب کے رتس سے کانا
کے برتن پر لکھ کر پھر اس کو دھوپن کر بھوتی کو
پلاوے تو اس کا کشت چلا جائے۔
اس جستر کو گلاب کی قلم سے لال کاغذ پر لکھ کر بازو پر باندھے۔

کان درد سے چھوٹنے کا جستر
اس جستر کو آنار کے رس سے
کاغذ پر لکھ کر اگر کان میں

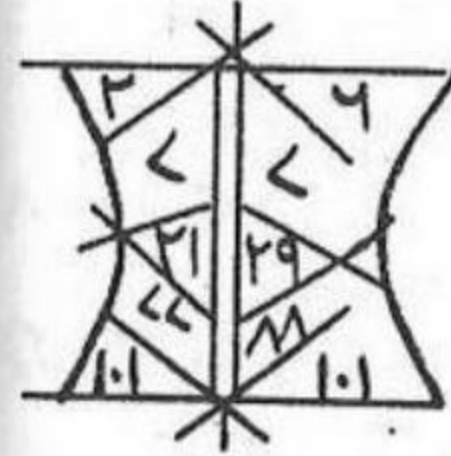
غذا اور قوت مردی

ایک عام اصول:

جو خوراک ہم روزمرہ کھاتے ہیں وہی معدہ میں کیمیائی طریقہ سے تحلیل ہو کر صاف و صالح خون پیدا کرتی ہے۔ اسی خون سے وہ سفید جوہر پیدا ہوتا ہے۔ جو زندگی کی بنیاد اور جوانی کی لذتوں کا خزانہ تصور کیا جاتا ہے اگر یہ خوراک ایسی ہوگی کہ اس سے تازہ خون کثیر مقدار میں نہ پیدا ہو سکے تو اس سے یقینی طور پر قوت مردی کو نقصان پہنچے گا لیکن اگر یہی خوراک اپنے اندر ایسے اجزاء رکھتی ہو جن سے صاف اور تازہ خون با افراط پیدا ہو تو قوت مردی کو اس سے نفع پہنچنا ایسا ہی یقینی ہے جیسا کہ سورج کی شعاعوں کے دنیا میں ادھر ادھر بکھرنے سے اجالے کا ہو جانا۔ جو غذائیں دل و دماغ جگر اور معدہ کو تقویت دیتی ہیں وہ قوت باہ میں اضافہ کرتی ہیں اور اس کے برخلاف جو غذائیں اعضائے رئیسہ کو کمزور کرتی ہیں وہ قوت مردی کو تباہ و برباد کر دیتی ہیں۔

قابض دوائیں:

وہ غذا میں قوت مردی کے لئے از حد نقصان دہ ہیں جو قبض پیدا کریں۔ قبض سے معدہ کا فعل تباہ و برباد ہو جاتا ہے۔ قبض کی وجہ سے معدے کے بخارات دماغ کو چرھتے ہیں تو اس سے وہ احساس شہوت منحل ہو جاتا ہے۔ جس سے باہ میں حرکت پیدا ہوتی ہے۔ اس کے متعلق کوئی اصول مقرر نہیں کیا جاسکتا کہ فلاں غذا یقیناً قابض ہے اور فلاں نہیں۔ مختلف انسانوں کے مزاج اور قوت ہاضمہ کی قوتیں مختلف ہیں جو چیزیں طبی اصول کے مطابق قابض شمار کی جاتی ہیں۔ تجربہ ثابت کرتا ہے کہ بعض لوگوں پر ان کا بھی کوئی قابض اثر نہیں ہوتا۔ پھر ان تمام چیزوں کی تشریح کے لئے ان صفحات میں کوئی گنجائش بھی نہیں ہے جو طبی طور پر قبض پیدا کرنے کی ذمہ دار ٹھہرائی گئی ہے۔ اس لئے مختصر طور پر اتنا ذہن نشین کر لیجئے کہ کوئی غذا بھی جو کسی انسان کے لئے قابض ثابت ہوئی



باندھے تو کان کا درد دور ہو جائے۔
(۲) اس جتر کو تلسی پتر رکھے بعد میں اس کا رس نکال لے اور گرم کر کے کان میں ڈالے۔ تو کان کا کشت دور ہو۔ ساتھ ہی تلسی جھاڑ کا گچ نچا پڑ کر کے اس کا مرق بھی کان میں ڈالے۔

زائد بنانے کا جتر

۹۳	۲۶	۶۱	۱۷
۲۶	۲۳	۳۷	۲۵
۶۳	۱۱	۱۲	۹۱
۳۲	۲۵	۵۶	۷۵

اس جتر کو گوردھن سے ریشم کے کپڑے پر اس آدمی کا نام لکھ کر اس کے نیچے رکھے تو وہ پرش نامرد ہو۔

(۲) اس جتر کو تلاب کی مٹی سے بھونج

پتر پر لکھ کر اٹھ گندہ وغیرہ کی دھوپ دے کر جس آدمی کو دکھا دے۔ نامرد ہو جائے۔

پراکرمی ہونے کا جتر

۱۳	۱۱	۹	۳	۱	۷	۱۲
۸۸	۱۲	۵۰	۲۶	۳۷	۲۵	۲۹
۱۵	۱۶	۲	۹	۸	۷	۲۹
۱۷	۱۹	۱۱	۳	۲۳	۱۰۱	۲۷

اس جتر کو عورت کی ماہواری کے پانی سے لکھ کر عورت کے ساتھ بھوگ کرے اور اس جتر کو دیکھتا جائے تو پراکرمی ہو۔

(۲) اس جتر کو زچہ خانہ کی مٹی سے کاٹ

پر لکھے اور رات کو بھوگ دلاس کرتے وقت کھاٹ کے نیچے رکھے تو پراکرمی بنے۔

ہیں وہ قابل ترک ہے۔ خواہ وہ کتنے ہی مقوی اثرات کی حامل بتائی جاتی ہو۔ طبی طور پر چنا اور ارد بہترین مقوی باہ دالیں ہیں لیکن جن لوگوں کو یہ قبض میں مبتلا کر دیتی ہوں۔ ان کو یہ باوجود مقوی باہ ہونے کے بھی سخت نقصان پہنچائیں گی۔ اس لئے ان کے مقوی باہ فوائد کو نظر انداز کرتے ہوئے اپنی قوت کو برقرار رکھنے کے شائقین کو ان سے نسبتاً کمزور دالیں کھالیدنا زیادہ بہتر ہوگا۔

گرم مصالحہ اور قوت باہ:

آج کل ہر خواص و عوام کا رجحان طبع چٹائی اور مصالحہ دار چیزوں کی طرف بہت زیادہ ہو گیا ہے۔ اس لئے یہ واضح کر دینا نہایت ضروری معلوم ہوتا ہے کہ اگرچہ بعض تیز اور مصالحہ دار چیزیں محرک باہ ہوتی ہیں لیکن اصولی طور پر ہر ایک تیز محرک باہ چیز قوت باہ کو نقصان پہنچاتی ہے۔ اس اصول کے ماتحت یہ احتیاط رکھنی چاہئے کہ حتی الوسع بہت زیادہ مصالحہ دار اور چٹائی چیزوں سے احتراز کیا جائے لیکن جہاں باہ کو تحریک دینے کی ضرورت ہو اور کوئی سخت گرم دوا نہ کھلائی جا رہی ہو مریض کا مزاج بادی ہو یا بلغمی ہو وہاں گرم مصالحہ نہایت مفید ثابت ہوگا۔

زیرہ باہ کو کمزور کرتا ہے:

زیرہ سیاہ و سفید اگرچہ قوت ہاضمہ کے لئے نہایت مفید ہیں لیکن باہ کے لئے سخت نقصان دہ ہیں۔ اس کا بہترین ثبوت تجربہ ہے کسی بھی قوی الباہ شخص کو زیرہ دو تین تولہ کی مقدار میں روزانہ صبح گھوٹ کر پلا دینا اسے دو تین ہفتہ میں پوری طور پر نامرد بنادینے کے لئے کافی ہے۔

دھنیا قوت مردی کے لئے نقصان دہ ہے:

خشک دھنیا گرم مصالحہ کا ایک بہت بڑا جزو ہے۔ سبز دھنیا بھی چھونک وغیرہ لگانے کے لئے بہت کثرت سے استعمال میں لایا جاتا ہے لیکن بہت کم لوگ اس راز سے واقف ہیں کہ دھنیا باہ کے لئے از حد مضر ہے۔ سبز دھنیا خشک دھنیے سے بھی زیادہ غیر مفید ہے اگر سبز یا خشک دھنیا ایک یا دو تولہ کی مقدار میں گھوٹ کر پلایا جائے تو اچھے خاصے قوی پیکر مرد کو دو تین ہفتوں میں نامرد بنادیتا ہے۔

گرم مصالحہ کے مقوی باہ اجزاء:

گرم مصالحہ میں دار چینی، سونٹھ، تیز پات اور بڑی الائچی بہت مفید اجزاء ہیں۔ دار چینی دماغ کے لئے نہایت اکیسری فوائد رکھتی ہے اور باہ کو حجابان میں لاتی ہے۔ سونٹھ بھی مرکز تاسل میں تحریک پیدا کرنے کے لئے بے نظیر چیز ہے۔ تیز پات اور بڑی الائچی بھی مقوی باہ اثر رکھتی ہیں۔ ان چیزوں کے دیگر فوائد دانستہ نظر انداز کر دیے گئے ہیں۔ بعض لوگ گرم مصالحہ میں لونگ بھی شامل کرتے ہیں۔ کوئی شبہ نہیں کہ لونگ ایک مفید جزو ہے لیکن دار چینی، سونٹھ وغیرہ کے ہوتے ہوئے اس بات کی ضرورت نہیں کہ لونگ گرم مصالحہ میں شامل کر کے اس کی تاثیر کو اور بھی زیادہ گرم اور ایک حد تک مضر بنا دیا جائے۔ لونگ کا ایک دو دانہ بھی صبح و شام استعمال کرنا گرمی پیدا کر سکتا ہے۔ لہذا میری رائے میں لونگ گرم مصالحہ میں کبھی استعمال نہ کیا جائے۔

لہسن اور پیاز:

ہندوؤں کے معزز اور قدیم روش کے پابند گھرانوں میں لہسن اور پیاز کو سخت قابل نفرت سمجھا جاتا ہے۔ یونانی کے بعض برہمن، کشتری اور پیے تو ان کے نام سے بھی گھبراتے ہیں۔ بعض گھرانوں میں پیاز استعمال ہوتا ہے لیکن لہسن کو تو چھوٹا بھی گناہ سمجھا جاتا ہے مگر یہ ایک سخت غلط فہمی اور طبی اصولوں سے ناواقفیت کا ایک افسوس ناک مظاہرہ ہے۔ ہندوؤں کے رشیوں اور مہیوں کے بنائے ہوئے آیورویدک گرنتھوں میں لہسن کی تعریف میں زمین اور آسمان کے قلابے ملائے پڑے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ لہسن اور پیاز دونوں چیزیں از حد محرک اور مقوی باہ ہیں۔ کچا پیاز کھانا شاید باہ کے لئے زیادہ مفید ہو لیکن اس کا چھونک لگانا صحت بخش بھی ہے۔ کچے پیاز میں چند ایک تیزابی مادے ایسے ہوتے ایسے ہوتے ہیں جو مضر صحت ہوتے ہیں لیکن پکانے سے ان کی پورے طور پر اصلاح ہو جاتی ہے۔ پیاز کے صحت بخش اور مقوی باہ اثرات زمانہ قدیم سے تسلیم ہوتے چلے آئے ہیں۔ مصر قدیم تہذیب کا گہوارہ تسلیم کیا جاتا ہے۔ اس کے اہرام بناتے وقت کارکن کثیر مقدار میں پیاز استعمال کرتے تھے اور

اسے جسمانی قوت اور صحت کے لئے نہایت مفید مانتے تھے۔ لہسن پیاز سے بھی زیادہ مقوی باہ ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ اس کے مقوی باہ اثرات نہایت ہی نمایاں اور قابل محسوس ہیں۔ اگر سالم نخود کی دال کو موسم سرما میں چھ ماشہ سے ایک تولہ تک لہسن کا چھونک لگا کر کوئی بلغمی مزاج کا شخص دو تین ہفتے لگاتار استعمال کرتا رہے تو باہ کو اس قدر غیر معمولی تقویت حاصل ہوتی ہے کہ حیرت ہوتی ہے۔ آیور ویدک فن طب میں ایسے بیسیوں مقوی باہ نسخے درج ہیں۔ جن کا جزو اعظم لہسن ہے۔ لہسن پٹھوں کو از حد قوت دیتا ہے۔ بادی اور بلغمی امراض کا قلع قمع کرتا ہے۔ اس کے اس قدر فوائد ہیں کہ اگر ان کا تفصیل سے بیان کیا جائے تو کئی صفحے درکار ہیں۔ اس لئے صرف اسی قدر لکھنے پر اکتفا کیا جاتا ہے کہ لہسن اور پیاز کے استعمال کرنے سے منہ سے ناگوار سی بو آ جاتی ہے مگر اس کا علاج نہایت آسان ہے۔ تھوڑا سا قند سیاہ (گر) سونف یا ایک الائچی منہ میں رکھ لینے سے بد بو رفع ہو جاتی ہے۔

باہ اور مغزیات:

قوت باہ اور مغزیات کے استعمال کا نہایت گہرا رشتہ ہے۔ یہاں قلت گنجائش کی وجہ سے اس رشتہ کی تشریح نہ کرتے ہوئے صرف اسی قدر لکھنے پر اکتفا کیا جاتا ہے کہ تقریباً تمام قسم کے مغزیات قوت باہ میں اضافہ کرنے کے لئے نہایت مفید ہیں۔ مغز بادام، مغز چلغوزہ، مغز پستہ، مغز اخروٹ، مغز فندق خصوصیت سے اس بارے میں قابل ذکر ہیں۔ مغز بادام کے برابر چنے ملا کر چبانے قوت باہ کے لئے بہت مفید ہے۔

مغز بادام مقشر 6 ماشہ، سوٹھ 6 ماشہ، نخود بریاں 6 ماشہ، کالی مرچ 3 ماشہ، مصری 1 تولہ ملا کر صبح و شام چبانے قوت باہ کے لئے اچھا اثر رکھتا ہے اگر اس کے اوپر سے دودھ پی لیا جائے تو اور بھی مفید ہے۔ مغز بادام مصری اور مکھن بوقت صبح نہار منہ حسب قوت ہاضمہ استعمال کرنے سے دل و دماغ اور تمام جسم کو قوت پہنچتی ہے اور اس طرح بنیادی طور پر قوت باہ کو نفع پہنچتا ہے۔ مغز چلغوزہ کو شکر ملا کر چبانا بہت مفید ہے لیکن مغزیات کا حد سے زیادہ استعمال معدے کو خراب کرتا ہے۔ مغز بادام چھیلے بغیر استعمال نہ کرنے چاہئیں۔ مغزیات جسم کو موٹا کرتے ہیں اور

خصوصیت سے مقوی دماغ ہوتے ہیں۔ جن لوگوں کو وقت خاص پر صرف کمزوری دماغ کی وجہ سے انتشار نہ ہوتا ہو ان کے لئے مغزیات کا استعمال بہت مفید اثر رکھتا ہے۔

قوت باہ اور پھل:

قوت باہ میں اضافہ کرنے کے بیٹھا اور بے ریشہ دار آم، جامن، آڑو، کیلا، سیب، انگور خصوصیت سے قابل ذکر ہیں۔ جس موسم میں یہ پھل کثرت سے مل سکیں۔ اس موسم میں ضرور بکثرت استعمال کرنے چاہئیں۔ ترش اور ریشہ دار آم بجائے فائدہ کے نقصان پہنچاتے ہیں جب تک بارش نہ ہو آم کا مزاج بہت ہی گرم ہوتا ہے۔ بارش کے بعد اس کی گرمی کچھ کم ہو جاتی ہے۔ پھر بھی بہت گرم مزاجوں کو اس کا کثرت سے استعمال غیر مفید ہے۔ جسم پر پھوڑے پھنسیاں اور اکثر آنکھوں کی بیماریاں پیدا کرتا ہے۔ آم چوس کر اوپر سے دودھ کی لسی پینا اس کی گرمی کو اعتدال پر لاتا ہے۔ آم چوس کر اوپر سے جامن کا استعمال بھی نہایت ہی مفید ہے۔ جامن کا استعمال آم کے مضرات کی اصلاح کر دیتا ہے۔ نیز اس کی قوت میں کئی گنا اضافہ کرتا ہے۔ جامن خصوصیت سے گرم مزاجوں کو از حد مفید ہے۔ جن کو جگر کی کمزوری کی وجہ سے سرعت وغیرہ کی شکایت ہو یا انتشار کم ہوتا ہو۔ ان کے لئے جامن کا استعمال ایک اکسیری علاج سے کم نہیں۔ جامن جگر کو طاقت دیتی ہے اور جسم میں نیا خون پیدا کرتی ہے لیکن اس کا کثرت سے استعمال قبض کی شکایت کرتا ہے اور اکثر صورتوں میں پیٹنے کا شکار کر دیتا ہے۔

آڑو کا مزاج سرد تر ہے۔ اس لئے سرد مزاجوں کے لئے غیر مفید ہے۔ گرم مزاجوں کو خصوصیت سے بہت مفید پڑتا ہے۔ آڑو ایک کثیر الغذا پھل ہے لیکن اس سے جو غذائیت پیدا ہوتی ہے وہ ردی اور ناقص ہوتی ہے۔

کیلا گرم مزاجوں کی قوت باہ میں اضافہ کرتا ہے۔ جسم کو موٹا کرتا ہے۔ نہار منہ کھانا مفید ہے۔ کھانا کھانے کے بعد اس کا استعمال کھانا ہضم کرنے میں بہت کچھ معاون ثابت ہوا ہے۔ کیلے کے بکثرت استعمال سے قبض، اچھارہ اور فحش شکم کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔ اس کا بہترین علاج تھوڑے سے کچے چاول چبا

لینا ہے۔ کیلے کے استعمال کے بعد دو چار ماشہ کچے چاول چبا لینا بھی اس کا کوئی نقصان دہ اثر ظاہر نہیں ہونے دیتا۔

سیب دل، دماغ، معدہ و جگر تمام اعضائے ربیہ کو طاقت دیتا ہے۔ قدرے قابض ہے ہر مزاج کو مفید ہے۔

انگور خصوصیت سے خون پیدا کرنے میں موثر ہے۔ ملین طبع ہے جسم کو طاقت و توانائی بخشتا ہے۔

قوت باہ چھاچھ اور وہی:

چھاچھ اور وہی قوت باہ کے لئے مفید نہیں ہیں بلکہ بعض صورتوں میں سخت مضر ہیں۔ بلغمی یا بادی مزاجوں کو اگر ضعف باہ کی شکایت لاحق ہو تو چھاچھ یا وہی کا بکثرت استعمال ان کے لئے زہر ہلاک سے کم خطرناک اثر نہیں رکھتا لیکن گرم مزاجوں کے لئے چھاچھ اور وہی کچھ زیادہ نقصان دہ نہیں ہے بلکہ بعض صورتوں میں مفید بھی ہیں۔ چھاچھ اور وہی ہمیشہ میٹھے استعمال کرنے چاہئیں۔ کھٹا وہی ترش چھاچھ گرم مزاجوں کی باہ کے لئے بھی سخت مضر ہیں۔ وہی اور چھاچھ قابض اثر رکھتے ہیں۔ میٹھے وہی میں میٹھا ملا کر پینا گرم مزاجوں کے لئے اکثر صورتوں میں مفید ثابت ہوا ہے۔

قوت باہ اور اچار سرکہ وغیرہ:

قوت باہ کے لئے کوئی چیز ایسی سخت مضر نہیں ہے۔ جس قدر اچار سرکہ، چٹنیاں اور قسم قسم کی چٹنی، ترش اور محض زبان کے ذائقہ کے لئے تیار کی ہوئی پکڑیاں وغیرہ لیکن قابل افسوس نظارہ ہے کہ روز بروز کمزور اور قوت باہ سے عاری ہو جانے کے باوجود بھی لوگوں کا میلان طبع ان قاتل باہ چٹنی چیزوں کی طرف بڑھ رہا ہے۔ اچار سرکہ وغیرہ قسم کی چیزیں منی کا ستیاناس کر دیتی ہیں۔ پٹھوں کو کمزور کر دیتی ہیں۔ دماغ اور حواس میں خلل ڈالتی ہیں لیکن شاذ و نادر طور پر گاہے گاہے زبان کا ذائقہ بدلنے کے لئے کسی چٹنی چیز کا استعمال کر لینا مضر نہیں ہے۔

قوت باہ اور دودھ گھی:

دودھ ہے۔ دودھ میں وہ تمام ضروری اجزاء موجود ہیں جو زندگی قائم رکھنے اور جسم کی پرورش کرنے کے لئے ضروری ہیں۔ دودھ ایک مکمل خوراک ہے۔ گھی اس کا لطیف عطر ہے۔ دودھ اور گھی انسان کی قدرتی خوراک ہے۔ جس سے جسم پرورش پاتا ہے۔ بھینس کی دھاریں قوت باہ بڑھا۔ نے کے لئے خصوصیت سے مفید ہیں۔ بھینس کا تازہ دودھ اس سے کچھ کم مقوی ہوتا ہے اور گرم کیا ہوا اور جوش دیا ہوا۔ اس سے بھی کم طاقت رکھتا ہے۔ جوش دینے سے دودھ کے کئی مفید صحت اور حیات بخش اجزاء ضائع ہو جاتے ہیں۔ گائے کا دودھ اس قدر مفید نہیں جس قدر بھینس کا دودھ۔ بھینس کا دودھ زیادہ قوت بخش ہونے کے سبب ثقیل اور بھاری ہوتا ہے۔ اس لئے جن لوگوں کو بھینس کا دودھ پورے طور پر ہضم نہ ہو سکتا ہو وہ گائے کا دودھ ہی پیئیں۔ بھورے رنگ کی بھینس کا دودھ اور سب رنگوں کی بھینسوں کے دودھ سے زیادہ مقوی ہوتا ہے۔ گائے کا دودھ بغیر جوش دیے نہ پینا چاہئے کیونکہ تجربات نے گائے میں سل کے مرض کی کثرت بتائی ہے۔ اس لئے گائے کا کچا دودھ اکثر مرض سل میں مبتلا کر دیتا ہے۔ دودھ کوئی بھی ہوا اگر دوہنے کے بعد زیادہ دیر تک یونہی پڑا رہے تو اس میں کئی قسم کے جراثیم پیدا ہو جاتے ہیں۔ بھینس کے دودھ کی نسبت گائے کے دودھ میں بہت جراثیم پرورش پاتے ہیں۔ اس لئے زیادہ دیر کا رکھا ہوا دودھ بغیر جوش دیے پینا خطرناک ہے۔

گائے کے دودھ میں اکثر دوہنے سے ایک گھنٹہ کے اندر اندر ہی بھینس کے دودھ میں دو تین گھنٹہ کے اندر اندر ہی جراثیم پیدا ہوتے ہوئے دیکھے گئے ہیں۔ دودھ کسی صاف جگہ رکھا ہوا ہو تو جراثیم ذرا دیر میں پیدا ہوتے ہیں لیکن ناپاک جگہ رکھنے سے جراثیم جلدی پیدا ہو جاتے ہیں۔ بعض لوگوں کو تازہ دوہا ہوا دودھ پینے سے قبض کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔ ان کو چاہئے کہ جوش دیا ہوا دودھ پیئیں اور جوش دینے سے دودھ کے قیمتی اجزاء جل جانے کا زیادہ خیال نہ کریں۔ سیاہ رنگ کی گائے کا دودھ تمام رنگ کی گائیوں کے دودھ سے زیادہ اچھا اور صحت بخش ہوتا ہے۔

بکری کا دودھ باہ کے لئے غیر مفید ہے۔ باقی جانوروں کے دودھ کا ذکر کرنے کی یہاں گنجائش ہے نہ ضرورت۔

شہد حرارت غریزی کو برا بیچنے کرتا ہے اور باہ کو طاقت دیتا ہے۔ جسم کو طاقتور اور توانا بناتا ہے۔ موافق آنے پر تمام جسم کی پرورش کرتا ہے۔ بلغمی اور بادی مزاجوں کے لئے نہایت مفید چیز ہے۔ قوت باہ کو بڑھانے اور جسم کی پرورش کرنے کے لئے اس کی طاقتیں انڈے سے کسی طرح کم نہیں ہیں۔ گرم مزاجوں میں اس کا استعمال اکثر غیر مفید ثابت ہوا ہے۔ گرم مزاج نو جوان زیادہ مقدار میں استعمال کریں تو اکثر خون خشک کر دیتا ہے اور چہرے پر زردی پھیلا دیتا ہے۔ قوت باہ کو بڑھانے کے لئے اسے دودھ میں ملا کر استعمال کریں۔ کھانا کھانے کے بعد تھوڑی مقدار میں اس کا چاٹ لینا کھانے کو ہضم کرنے میں بہت مدد دیتا ہے اور قوت بھی بڑھاتا ہے۔ شہد کو انڈے کے ساتھ ملا کر استعمال کرنا نہایت مفید ہے۔ شہد اور گاجر کھانا بھی کمال کا طاقت بخش اثر رکھتا ہے۔ شہد اور گھی کو ہموار ملا کر استعمال کرنے سے زہر پیدا ہوتا ہے۔ جو جسم کے لئے انتہا درجہ نقصان دہ ہے۔

چھوہارہ

چھوہارہ نہایت ہی مقوی باہ اور کثیر غذا پھل ہے۔ بدن کو موٹا کرتا ہے۔ جسم کو طاقت دیتا ہے اور خون کثیر مقدار میں پیدا کرتا ہے لیکن اس کے استعمال سے جو خون پیدا ہوتا ہے وہ غلیظ ہوتا ہے اس لئے ایسے ایسے اجزاء کی شمولیت سے استعمال کیا جاتا ہے جو اس کے اس نقص کو دور کر سکیں۔ فارسی میں اسے خرما کہتے ہیں۔ معجون آرد خرما اس کا مشہور و معروف مرکب ہے جو تولید و تغلیظ منی اور قوت باہ کے لئے قابل قدر چیز ہے۔ بادام کے بیان میں جو چھوہارے کے اجزاء والی چٹنی لکھی گئی ہے وہ نہایت اعلیٰ درجہ کی مقوی باہ غذا ہے۔ اسے استعمال نہ کر سکیں تو مندرجہ ذیل طریقہ سے استعمال کریں۔ چھوہارے کی تاثیر گرم ہوتی ہے۔ اسے موسم گرما میں ذرا سوچ سمجھ کر استعمال کرنا چاہئے۔

حیرت انگیز طور پر مقوی باہ دودھ:

حسب طاقت جسمانی و حسب حالات موسم دو سے چار عدد تک چھوہارے لے کر رات بھر کسی کورے برتن میں بھگور رکھیں۔ صبح ان کی کھٹلی نکال کر پھینک دیں اور نصف سیر دودھ میں جوش دیں۔ چھوہارے نکال کر اس کا دودھ استعمال کریں۔ اگر چھوہارے گرمی نہ کرتے ہوں تو پہلے چھوہارے کھا کر اوپر سے دودھ پی لیں۔ بیحد مقوی باہ و مسمن بدن ہے۔ چھوہارے کے بہت سے مرکبات ہیں مگر چونکہ اس حصہ کو زیادہ طول دینا مقصود نہیں (اس میں تو صرف یہی بتانا ہے کہ کون سے مفردات مقوی باہ ہیں یا ذرا وضاحت کے لئے ان کے استعمال کرنے کے چند ضروری طریقے بتائے ہیں۔) اس لئے انہیں دو طریقوں پر اکتفا کیا جاتا ہے۔

پیاز

پیاز باہ کو حرکت میں لانے کے لئے ایک مسلمہ چیز ہے لیکن اس کی کثرت حافظہ کو کند اور دماغ کو خراب کر دیتی ہے۔ پیاز کے ساتھ کالی مرچ اور دارچینی کا استعمال کرنا اس نقص کی اصلاح کر دیتا ہے اور پیاز کو زیادہ مقوی باہ بنا دیتا ہے۔ پیاز دال مصالحہ چٹنی وغیرہ میں استعمال کرنا اس قدر زیادہ مفید نہیں ہو سکتا جس قدر مندرجہ ذیل طریقوں میں سے کسی طریقے سے استعمال کرنے پر ہو سکتا ہے۔ سفید پیاز سرخ پیاز سے زیادہ مقوی ہوتا ہے۔

بے حد مقوی باہ نسخہ

پیاز سفید تین عدد لے کر کسی قلعی دار برتن میں رکھیں۔ اس پر گائے یا بھینس کا دودھ اس قدر ڈالیں کہ چار انگل اوپر تک آ جائے پھر اس کو نرم نرم آگ پر پکائیں۔ جب گل جائے تو اتار لیں اور سرد ہو جانے پر اس کے برابر گائے کا گھی داخل کریں اور پھر آگ پر بریاں کریں اور برابر وزن شہد ملا کر قوام کریں۔ اتار کر سرد ہونے پر اس میں سے نصف صبح اور نصف شام مریض کو کھلائیں۔ حسب قوت ہضم پیاز بڑے یا چھوٹے لیے جاسکتے ہیں۔ اس طریقے پر استعمال

108
کہ گل جائیں۔ شہد ملا کر موسم سرما میں اس کھیر کو متواتر کئی ہفتے تک استعمال کرنے سے قوت باہ حیرت انگیز طور پر بڑھ جاتی ہے۔

مبجون سیر

لہسن کا مشہور معروف یونانی مرکب جو قوت باہ کے لئے عجیب و غریب فوائد کا حامل ہے۔

ترکیب تیاری: لہسن چھیلا ہوا اور بالکل صاف کیا ہوا آدھ سیر لے کر ایک سیر گائے کا دودھ میں پکائیں یہاں تک کہ گل جائے۔ اب اس میں شہد خالص 5 تولہ اور گھی خالص 9 تولہ شامل کریں۔ جب اچھی طرح آپس میں مل جائیں تو نیچے اتار لیں۔ پھر مندرجہ ذیل ادویات کو ٹچھان کر اس میں اچھی طرح آپس میں گوندھ کر ملائیں۔ ادویات یہ ہیں:

لوگ۔ جائفل۔ جاوتری۔ مرچ سیاہ۔ مصطلی رومی۔ سونٹھ۔ الاچھی۔ خورد۔ الاچھی کلاں۔ پوست ہلیلہ کابلی۔ دارچینی۔ ہر ایک دو تولہ گیارہ ماشہ۔ اگر زعفران۔ ہر ایک ساڑھے پانچ ماشہ۔
مقدار: موسم سرما میں علی الصبح اور رات کو سوتے وقت یہ مبجون 5 ماشہ سے سات ماشہ تک استعمال کریں۔

فوائد: معدے کو طاقت دیتی ہے، بھوک خوب لگاتی ہے، بلغم کو رفع کرتی ہے، قوت باہ کو بڑھاتی ہے، جسم کی رنگت نکھارتی ہے، حرارت عزیز کی کو برا بیخوش کرتی ہے اور پٹھوں کو طاقت دیتی ہے۔ بوڑھوں کو خاص طور پر موافق ہے۔ ست کو چست بناتی ہے۔

گاجر

مشہور معروف سبزی ہے، خصوصیت سے جگر کو طاقت دیتی ہے۔ جسم کی رنگت کو نکھارتی ہے، چہرے پر سرخی کی لہر لاتی ہے، فرانس کی حسین عورتیں اپنے حسن و جمال میں نکھار پیدا کرنے کے لئے گاجر کا کثرت سے استعمال کرتی ہیں۔ اس میں قدرتی طور پر فولاد کے اجزاء شامل ہوتے ہیں اور یہی اس کی ساری

107
کرنے سے پیاز کی مضعف دماغ خاصیت زائل ہو جاتی ہے اور مقوی باہ خاصیت میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اس ترکیب سے پیاز استعمال کیا جائے تو باہ میں بے حد تحریک پیدا ہوتی ہے۔ جن کا دل جماع کی طرف راغب بھی نہ ہوتا ہو تو اس کے استعمال سے ان کو جماع کی اس قدر خواہش پیدا ہو جاتی ہے کہ بغیر عورت کے چین نہیں آ سکتا۔

فوری اثر مقوی باہ چٹکلہ:

چنے کی روٹی کے ساتھ پیاز اور گڑ کھانا قوت انتشار میں بے حد اضافہ کرتا ہے۔ چند ہی روز میں غضب کی تحریک پیدا ہو جاتی ہے۔ پیاز اور قند سیاہ دونوں چیزوں کو ملا کر کھانا فوراً نعوذ لاتا ہے۔ آزمائش کر کے دیکھ لیں۔

بیحد مقوی باہ مرکب:

سفید پیاز کا رس 8 ماشہ۔ ادرک کا رس 6 ماشہ۔ شہد 6 ماشہ۔ گھی 3 ماشہ۔
ترکیب تیاری: ان پیازوں چیزوں کو ملا کر پینے سے قوت باہ میں بیحد اضافہ ہوتا ہے۔ دو تین ماہ تک متواتر استعمال کرنا نہایت ہی عمدہ نتائج پیدا کرتا ہے۔ حسب قوت باضمہ ان چیزوں کا وزن دو گنا اور تین گنا تک کیا جاسکتا ہے۔ موافق آنے پر صبح و شام دونوں وقت استعمال کریں۔ اوپر سے دودھ پینا ہو تو بیشک بیکس زیادہ مفید ہوگا۔ رات کو سوتے وقت استعمال کریں۔

لہسن

لہسن پیاز سے زیادہ مقوی باہ اور پیاز سے زیادہ گرم ہے۔ غذا اور قوت مردی کے بیان میں اس پر ایک مختصر سا نوٹ لکھا گیا ہے۔ یہاں اس کے دو مشہور مرکب درج کیے جاتے ہیں۔

1۔ لہسن کو کھیر:

رشیوں اور مینوں کے بنائے ہوئے آیورویدک گرنتھوں میں لہسن کی کھیر کی بہت تعریف کی گئی ہے۔ ایک تولہ سے لے کر دو تولہ تک لہسن کی پوتھیاں چھیل کر رات بھر چھانچھ میں بھگور گھیں۔ صبح نکال کر دودھ میں اس قدر جوش دیں

کرامات کا راز ہے۔ اس کی مقوی باہ تاثیر زمانہ قدیم سے مسلمہ ہے۔ شکر یا شہد کے ساتھ اس کا استعمال کرنا باہ کو طاقت دیتا ہے اور خواہش میں تحریک پیدا کرتا ہے۔ موسم سرما میں کسی نہ کسی ڈھنگ سے حسب قوت ہضم گاجروں کا استعمال کرتے رہیں تو قوت باہ کی کمی کی شکایت نہ ہوگی۔ گاجر کے دو نہایت مفید مرکبات درج ذیل ہیں:

حلوائے گزر مغزیات والا

جو مادہ منویہ کی تولید اور قوت باہ کی فرائش کے لئے نہایت بے خطا چیز ہے۔ پتلی پتلی خوش رنگ گاجریں لے کر پانی سے دھولیں۔ پھر چاقو سے چھیل کر اندر سے سخت سی منوصلی نکال دیں۔ اب گاجر کے گودے کو باریک کدو کش کر لیں یا سل بنے پر باریک پس لیں۔ اس طرح کی باریک پس ہوئی گاجریں ایک سیر ہونی چاہئیں۔ اب انھیں ایک سیر دودھ میں جوش دیں حتیٰ کہ بالکل گل جائیں اور دودھ بھی خشک ہو جائے۔ اس کے بعد ایک قلعی دار برتن میں ڈیڑھ پاؤ گھی ڈال کر آگ پر رکھیں۔ نیچے ہلکی ہلکی آگ جلائیں۔ جب گھی خوب سرخ ہو جائے تو اس میں ابلی ہوئی گاجریں ڈال کر بھونیں حتیٰ کہ بالکل بریاں ہو جائیں۔ نہ تو جلنے پائیں اور نہ کچی ہی رہیں۔ اس کے بعد آدھ سیر مصری باریک پس ہوئی ملا کر پانچ منٹ تک آگ پر ہی رہنے دیں۔ پھر آگ سے اتار کر رکھ لیں اور مندرجہ ذیل مغزیات جو کوب کر کے ملا دیں۔ بس حلوائے گزر مغزیات والا تیار ہے۔ وہ مغزیات یہ ہیں:

مغز بادام شیریں (چھلے ہوئے) مغز ناریل مغز پستہ 5-5 تولہ مغز اخروٹ مغز چلغوزہ مغز فندق مغز چروچی 2-2 تولہ۔
ترکیب استعمال: بوقت صبح ناشتہ کے طور پر ایک چھٹانک سے لے کر دو چھٹانک تک استعمال کریں۔

نوٹ: اگر حلوائے گزر مغزیات والا میں پندرہ سولہ نیم برشت انڈوں کی زردیاں بھی ملا لیں تو اس کے مقوی باہ فوائد میں بیش بہا اضافہ ہو جاتا ہے۔

جریان احتلام نامردی کو دور کرنے والے نہایت پُر تاثیر سادہ نسخہ

موچر 6 ماشہ مصری ایک تولہ دودھ گائے نصف سیر۔ خوب جوشا کر صبح و شام پیئیں۔ دو ماہ میں نامرد بھی مرد ہو جائے گا۔

ختم کوچ 5 تولہ۔ تالمکھانہ 5 تولہ۔ مصری کوزہ 10 تولہ نہایت باریک سفوف بنا کر ایک ایک تولہ صبح شام ہمراہ نیم گرم دودھ پیئیں۔ جریان احتلام کا نام نہیں رہے گا۔

بداری قد ایک تولہ نہایت باریک پس کر اس میں برابر وزن مصری ملا کر ہر روز صبح شام دودھ گائے کے ساتھ استعمال کرنے والے کی منی کی تمام بیماریاں دور ہوں گی۔

دال ارد مقشر ایک تولہ نہایت باریک پس کر ڈھائی تولہ گھی میں بریاں کریں اور جب سرخ ہو جائے تو اس میں ایک پاؤ گائے کا دودھ ڈال کر بطور کھیر پکائیں اور مصری ملا کر ہر روز صبح کے وقت کھایا کریں۔ یہ غذا ذرا ثقیل ہوتی ہے۔ پہلے ایک تولہ شروع کر کے آہستہ آہستہ بڑھائیں۔ پانچ تولہ دال تک لے جائیں۔ اس انداز سے گھی دودھ کا وزن بھی بڑھاتے جائیں۔ اول درجہ کی مقوی ہے۔

زمین قد ایک سیر لے کر ہاتھوں کو تیل لگا کر چاقو سے چھیل ڈالیں اور

باریک بار یک ٹکڑے کر کے کڑا ہی میں نصف سیر گھی ڈال کر بریاں کر لیں جس قدر وزن ہو اس سے سولہواں حصہ جاتقل ملا کر خوب پیس لیں اور چار گنا مصری باریک کر کے ملائیں۔ اس میں سے دو تولہ صبح اور دو تولہ شام ہمراہ نیم گرم دودھ استعمال کریں۔ ناقابل برداشت طاقت پیدا ہوگی۔

گائے کے آدھ سیر دودھ میں ایک تولہ ستار کا سفوف ڈال کر اس قدر جوش دیں کہ ڈیڑھ پاؤرہ جائے۔ پھر اس میں مصری ملا کر ہر روز رات کو سوتے وقت پیا کریں۔ نہایت مقوی باہ ہے۔

سنبل کے درخت کی سبز چھال لے کر اس میں سے دو تولہ رس نکالیں اور اس میں دو تولہ مصری ملا کر صرف سات روز تک کھائیں۔ اس کے ایک ہفتہ کے استعمال سے بے شمار ویرج پیدا ہوگا۔

بداری قند ایک تولہ گولکار رس چھ ماشہ گھی ایک تولہ ہر روز صبح و شام ملا کر پینے سے طاقت بڑھ جاتی ہے۔

بداری قند کا سفوف ایک تولہ گولکار رس دو تولہ ملا کر کھلائیں اور اوپر سے حسب ضرورت گائے کا دودھ نیم گرم مصری ملا کر پیئیں۔ نہایت مقوی باہ ہے۔

آملہ خشک نہایت باریک سفوف بنا کر سات مرتبہ سبز آملوں کے رس میں بھگوئیں اور خشک کر لیں۔ پھر سفوف بنائیں۔ اس میں دو چند کھانڈ ملا کر گائے کے نیم گرم دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ باہ ممسک اور جریان کو دور کرتا ہے۔

بداری قند خشک خوب باریک پیسیں۔ اس میں آملوں کی طرح سبز بداری قند کے رس کی سات پٹھ دیں اور خشک کر کے سفوف بنائیں۔ اس میں دو چند کھانڈ ملا کر گرما گرم دودھ کے ہمراہ ہر روز ایک تولہ سے دو تولہ تک صبح و شام استعمال کریں۔ نہایت مغلف منی و مقوی باہ ہے۔ احتلام جریان قطعی طور پر دور ہو جاتا ہے۔

خشک ستار کا سفوف کر کے سبز ستار کے رس میں بشرح صدر سات پٹھ

دیں اور پھر خشک کر کے سفوف بنائیں۔ سہ گنا کھانڈ ملا کر نیم گرم دودھ کے ساتھ ایک تولہ سے دو تولہ تک ہر روز صبح و شام کھایا کریں۔ بے حد مقوی و دافع جریان ہے۔

پوست بیخ اونٹ کنارہ ایک تولہ خوب کچل کر لسی سفید کپڑے میں پوٹی باندھ کر نصف سیر دودھ میں ڈالیں اور اس میں نصف پانی ملا کر اس قدر جوش دیں کہ تمام پانی جل کر صرف دودھ ہی رہ جائے تو اس میں مصری ملا کر برابر چالیس روز تک استعمال کریں۔ اس کے استعمال سے نامردی تک دور ہو جاتی ہے۔

تل سیاہ دو تولہ گوکھر و دو تولہ دونوں کو خوب باریک پیس کر نصف سیر دودھ بکری میں بطور کھیر پکا کر استعمال کریں۔ اس سے جلق اور اغلام سے پیدا شدہ نامردی رفع ہوتی ہے۔ تین ہفتہ تک استعمال کرنا چاہئے۔

آرد سنگھاڑہ حسب ضرورت لے کر گھی میں بریاں کریں اور چاشنی ملا کر بطور حلوا بنائیں۔ اس کو چالیس روز تک کھانے سے جریان احتلام نامردی چلی جاتی ہے۔

مغز بادام چھ ماشہ بھنے ہوئے چنوں کی دال چھ ماشہ دونوں کو پیس کر ہمراہ دودھ گائے صبح و شام کھانے سے خوب طاقت پیدا ہوتی ہے۔

آٹھ ماشہ سفوف اسگندہ ناگوری نصف سیر گائے کے دودھ میں اس قدر جوش دیں کہ ڈیڑھ پاؤر دودھ رہ جائے۔ اس میں تین چار تولہ مصری ملا کر ہر روز پینے سے چالیس دن میں طاقت خوب بڑھتی ہے۔ رنگ دن بدن سرخ ہوتا جاتا ہے۔

لہسن نصف سیر خوب چھیل کر صاف کریں اور اس کو کوٹ کر چار سیر دودھ میں ڈال کر اس قدر جوش دیں کہ کھویا بن جائے۔ جب کھویا بن جائے تو اس کو نصف سیر گھی میں بریاں کر لیں اور شہنڈا کر کے دو سیر شہنڈا ڈال کر معجون تیار کریں۔ ایک تولہ سے تین تولہ تک ہمراہ دودھ دونوں وقت استعمال کریں۔ نہایت مقوی باہ مولد منی و مسک ہے۔ اس کے

استعمال سے قبض بھی نہیں ہوتی۔ مرض نامردی بھی اس سے رفع ہو جاتا ہے۔

پہلی بول خشک پانچ تولہ پوست مولسری پانچ تولہ ستاور پانچ تولہ موچس پانچ تولہ۔ سب کو نہایت باریک سفوف بنا کر برابر وزن کھاٹ ملا کر اس میں سے چھ ماشہ صبح چھ ماشہ شام دودھ کے ہمراہ کھائیں۔ اس کے چند روز استعمال کرنے سے ویرج شہد کی طرح گاڑھا ہو جاتا ہے۔

چیتا گوند بول کی پھلی ہم وزن لے کر خوب باریک پیس لیں۔ اس میں ایک تولہ صبح ایک تولہ شام کو گائے کے دودھ کے ساتھ استعمال کرنے سے طاقت بڑھتی ہے اور جریان احتلام کو قائم ہوتا ہے۔

کونیل برگد پوست درخت گولڑ دونوں کو سایہ میں خشک کر کے دو چند مصری ملائیں اور اس میں سے ایک ایک تولہ روزانہ ہمراہ دودھ استعمال کریں۔ جریان احتلام اور کمزوری کا حکمی علاج ہے۔

بعض لوگ اعتراض کرتے ہیں کہ برتھ کنٹرول نسل کشی کے مترادف ہے۔ بالکل سب سے بڑی نسل کشی یہ ہے کہ آپ ایک بچہ پیدا کریں اور اس کو پیٹ بھر کے روٹی بھی نہ کھلائیں۔ یہ حقیقت ہے کہ جن بچوں کی مناسب پرورش اور تعلیم و تربیت نہیں ہوتی۔ وہ بچے قوم کے لئے نہ ہونے کے برابر ہیں۔ کمزور، ناتوان، بیمار بچے ملک اور قوم پر بوجھ ہیں۔

جیسا کہ ٹیڈی ڈاکٹر میری سٹولپس نے بھی لکھا ہے کہ حمل کو روکنے کی جتنی بھی تدبیریں ہیں وہ رحم میں ٹپے ہوئے بچے کی ہلاکت کا موجب نہیں ہوتیں۔ بلکہ وہ تدابیر مرد کے نطفہ کو عذت کے انڈے کے ساتھ ملنے سے روکتی ہیں۔ یعنی جراثیم منی کو بچہ دانی کے قریب پہنچنے سے پہلے ہی روک دیا جاتا ہے۔ یوں بھی کروڑوں جراثیم ایک انزال میں خارج ہوتے ہیں۔ ان میں سے کوئی ایک کیڑا ہی زنانہ اندھے سے مل کر حمل ٹھہراتا ہے۔ اور باقی کروڑوں کیڑے ہلاک ہو جاتے ہیں جب بے شمار جراثیم منی خود بخود ہلاک ہو جاتے ہیں تو قدرت کے ہاتھوں ان کروڑوں ہلاک ہونے والوں میں ایک اور کا اضافہ کر دینے سے کیا ہرج ہے۔

برتھ کنٹرول کے یہ معنی نہیں کہ بچے بالکل پیدا ہی نہ کئے جائیں۔ بلکہ اس کا

مطلب یہ ہے کہ غبط کے ماتحت پیدائش کے جانی۔ ہر سال بچہ پیدا کرنے کی بجائے
تین چار سال بعد بچہ پیدا کیا جائے۔ ایک بچے کے بعد دوسرے اس وقت پیدا کرنا
چاہئے۔ جب ماں کی صحت اس بات کی اجازت دیتی ہو۔ مالی حیثیت اچھی ہو
بچے کی پرورش، تعلیم و تربیت اور بیماری وغیرہ کا خرچ برداشت ہو سکتا ہو۔
بقول لیڈی ڈاکٹر میری سٹوپس اپنی مرضی کے مطابق اولاد کی تعداد کو کم رکھنے
یا زیادہ کرنے کے حکم کو جاننے اور اس پر عمل کرنے سے بنی نوع انسان کی راحت
خوشی اور فائز ابالی میں یقیناً اضافہ ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ برتھ کنٹرول کے
اصولوں پر عمل کرنے سے قلیوں، کوڑھیوں، پاگلوں، لڑے لگڑوں، آشک اور
سوزاک کے مریضوں کی تعداد میں کمی ہوگی۔

اس کی وجہ یہ ہے کہ ان امراض میں مبتلا مریضوں کے ماں اولاد پیدا ہونے سے
رک جائے گی۔ نہ ان کے ماں اولاد ہوگی اور نہ والدین سے بچوں کو بیماریاں وراثت
میں ملیں گی۔ اور اس کا قدرتی اور لازمی نتیجہ ہماری قوم کی جسمانی، روحانی اور
دماغی ترقی ہوگا۔

۱۔ یہی اصول ہے کہ جب تک عورت کی جسمانی اور دماغی نشوونما مکمل نہ
ہو جائے۔ اسے اولاد پیدا نہیں کرنی چاہئے۔ کم عمری میں تو عورت کی شادی بھی
نہیں کرنی چاہئے۔ یہ نہ صرف ماں کے لئے ہی مفید ہے بلکہ بچے کے حق میں بھی مفید
ہے۔ ماں کی تندرستی اور صحت پر اولاد کی تندرستی منحصر ہے۔

۲۔ ایک بچہ پیدا کرنے کے بعد تین چار برس تک دوسرا بچہ پیدا کرنے سے بچنا
چاہئے۔ بچے کی پیدائش کے وقت عورت ایک طرح سے زیادہ جسم حاصل کرتی ہے
اس لئے وضع حمل کے بعد اسے کچھ مدت آرام کی ضرورت ہے۔
۳۔ ماں باپ میں سے اگر کوئی تپید، سوزاک، آشک، مرگی، پاگل پن وغیرہ
بیماری میں مبتلا ہو تو انہیں اولاد پیدا کرنے سے پرہیز کرنا چاہئے۔ والدین کو
کوئی تو نہیں کہ وہ دنیا میں بیماریوں کی تعداد بڑھائیں۔

۴۔ والدین سوزاک میں مبتلا ہوں تو عموماً بچہ اندھا پیدا ہوتا ہے۔
ہے۔ جن والدین کو تپ و دق ہو ان کے ماں ایسا کمزور بچہ ہوتا ہے
جس سے تپ و دق کا بہت جلد حملہ ہو سکتا ہے۔

ج۔ مرگی، پاگل پن وغیرہ امراض والدین سے بچوں کو وراثت میں
میلے ہیں۔

۵۔ جن ممالک میں برتھ کنٹرول کے اصولوں پر عمل ہوتا ہے اور ایک بچے کے بعد
دوسرا بچہ تین چار سال کی مدت کے بعد پیدا کیا جاتا ہے وہاں مضبوط اور تندرست
اولاد پیدا ہوتی ہے۔ جانا چاہئے کہ تندرست اور خوبصورت لڑکا ایک درجن
بیمار اور کمزور لڑکوں سے لاکھ درجن بہتر ہے۔ اسی طرح جس طرح ایک سو درج
لاکھوں تاروں سے بہتر ہے اور زیادہ روشنی دیتا ہے۔

۵۔ دوسرے ملکوں میں لوگ اپنی مرضی سے صرف اس قدر اولاد پیدا کرتے ہیں

جس کی وہ اچھی طرح سے پرورش کر سکیں اور اس کی تمام فتنہ داریوں کو آسانی سے برداشت کر سکیں۔

مثال کے طور پر انگلستان، جرمنی اور امریکہ کو لیجئے وہاں کے لوگ اپنی مرضی سے اولاد پیرا کرتے ہیں۔ ان کے بچے کچھ ذہین، تندرست اور توانا ہوتے ہیں۔ اور آج وہ لوگ جن کی آبادی ہندوستان کے مقابلہ میں کچھ بھی نہیں ہے ہندوستانیوں پر اپنی سائنس دانوں اور شہ زوری کے طفیل حکومت کر رہے ہیں۔

۶۔ ان وجوہ کی بنا پر برہمن کنٹرول کی تدابیر پر عمل پیرا ہونا خاص طور پر ہندوؤں کے لوگوں کے لئے ایسا ہی ضروری ہے جیسا کہ انہیں اپنی ترقی کے لئے کوشش کرنا تاکہ وہ بھی دوسری قوموں کی طرح مضبوط اور تندرست بچے پیدا کر سکیں اور اس طرح سے ہندوستانی لوگوں کی جسمانی اور دماغی قوت کی حفاظت ہو سکے نیز ملک کی اقتصادی حالت جو ہماری تباہی کا سبب سے بڑا سبب ہے درست ہو جائے۔ یہ ایک حقیقت ہے کہ کمزور آدمی طاقت والے آدمی کی نسبت بہت کم جسمانی اور دماغی مشقت کرنے کے قابل ہوتا ہے اور ایسے شخص کی مزدوری بھی اسی حساب سے کم ہوتی ہے۔

برہمن کنٹرول میں قدرت کا ہاتھ

کیا قانون قدرت، برہمن کنٹرول کے متقی میں ہے؟ قدرت پریش کو دیکھنے کے لئے کیا تدبیریں کرتی ہے؟

قدرت کے کو اس بات کا پورا احساس ہے کہ اگر پیدائش کی رفتار حد سے بڑھ گئی تو دنیا کی آبادی روز بروز بڑھتی چلی جائے گی اور آخر کار یہ زمین انسانوں کے بسنے کے لئے ناکافی ہو جائے گی۔ اس لئے قدرت خود بخود ایسے حالات پیدا کرتی رہتی ہے جن سے دنیا کی آبادی بھی قائم رہے اور تناسب حد سے زیادہ نہ بڑھے۔ چنانچہ ذیل میں وہ طریقہ درج کئے جاتے ہیں جو خود قدرت انسان کے برہمن کنٹرول کے لئے استعمال کرتی ہے۔

زندہ انسانوں کی ہلاکت

پہلا طریقہ جو قدرت اختیار کرتی ہے وہ یہ ہے کہ کمزور اور بیمار بچوں کو ہلاک کرتی رہتی ہے۔ چنانچہ ہندوستان میں قریباً بیس فی صد بچے ایک سال کی عمر پانے سے قبل ہی مر جاتے ہیں اور جب ضرورت ہو تو قدرت اس ہلاکت کو ملکوں کی باہمی جنگ، زلہ، طاعون، دہیضہ وغیرہ بیماریوں کے ذریعے زیادہ وسیع کر دیتی ہے تاکہ دنیا میں بسنے والے انسانوں کی اقتصادی مساوات

قائم رہے۔

متمدن انسان اکثر قدرت کے ان وسائل ہلاکت کے راستے میں روک پیدا کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ اور مریضوں اور پاجوں کے لئے جو زندگی کی دہر میں حصہ لینے کے قابل نہ رہے ہوں اور جنہیں قدرت بھی رحم کے قابل نہ سمجھتی ہو مریض خانے اور غریب خانے وغیرہ بناتے ہیں۔ لیکن یہ اسی تمدن کا کرشمہ ہے کہ جہاں وہ ناقابل انسانوں کو زندہ رکھنے کی کوشش کرتے ہیں، وہاں دُنیائی کی اقتصادی مشکلات نے انہیں اس بات پر مجبور کر دیا ہے کہ وہ تناسل کو روکنے کی مصنوعی تدابیر سوچیں اور ایسے طریقے استعمال میں لائیں جن سے انسان کی نسل پرورش نہ ہو سکے۔

چنانچہ برتھ کنٹرول انسان کی اسی کوشش کا نتیجہ ہے جسے اب تمام متمدن ممالک میں بہت ضروری خیال کیا گیا ہے۔ اور جو اس لحاظ سے مذکورہ بالا قدرتی وسائل کی نسبت بہتر ہے۔ کیونکہ قدرت انسان کو پیدا کرنے کے بعد اسے ہلاک کر دیتی ہے لیکن برتھ کنٹرول کے ذریعے انسان کی پرورش ہی کو حسب ضرورت روک لیا جاسکتا ہے۔

پیدائش کو روکنا

اگرچہ برتھ کنٹرول کے وہ طریقے جو انسان کے ایجاد کئے ہیں، قدرت

کو دنیا کی آبادی کا تناسب قائم رکھنے میں مدد دیتے ہیں۔ لیکن اس سے یہ نہ سمجھ لیا جائے کہ خود قدرت ایسا کوئی طریقہ استعمال نہیں کرتی جس سے اولاد پیدا ہونے سے روک جائے۔

قدرت ایسے بہت سے طریقے استعمال کرتی ہے جن میں سے ایک یہ ہے کہ وہ منی کے کیڑوں کو اندھا پیدا کرتی ہے۔ جب وہ خارج ہوتے ہیں اور عورت کے رحم میں داخل ہونے کی کوشش کرتے ہیں تو انہیں آنکھیں نہ ہونے کے باعث راستہ نہیں ملتا۔ اپنی منزل مقصد پر پہنچنے کے لئے انہیں چھ سات اونچ کا فاصلہ طے کرنا پڑتا ہے۔ جس کے لئے قریباً چار روز کا عرصہ رکنا ہوتا ہے۔ لیکن راستے میں انہیں نفاس وغیرہ کے اندر سے گزرنا پڑتا ہے، جہاں ان میں سے اکثر ہلاک ہو جاتے ہیں۔ اور اس دہر دھوپ میں صرف طاقتور اور تیز رفتار کیڑے ہی زنا نہ اندھے تک پہنچ سکتے ہیں۔

گویا قدرت ایک شخص کی ایک ہی دفعہ خارج شدہ منی میں سے بھی لاکھوں کیڑوں کو ہلاک کر دیتی ہے۔ جن میں سے ہر ایک کیڑا بچہ پیدا کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے۔

قدرت کے دوسرے طریقے

قدرت نے پرورش کو روکنے کے لئے یہ اصول بھی بنایا ہے کہ حمل وضع

حمل اور اہل آیام میں جب کہ بچہ دودھ پیتا ہو عموماً عورت کو دوسرا حمل نہیں ہو سکتا یہ ایک ایسی رکاوٹ ہے کہ اگر یہ موجود نہ ہوتی تو ہر عورت اپنی عمر میں بیسیوں بچے پیدا کرتی۔ لیکن قدرت کو یہ منظور نہ تھا اس لئے اس قسم کی رکاوٹیں پیدا کر دیں۔

اگر حمل اور بچہ کو دودھ پلانے کی مدت دو سال گنی جائے تو عورت کی تیس سال تک عمر میں یعنی پندرہ برس سے ۵۴ برس تک پندرہ سے زیادہ بچے پیدا نہیں ہو سکتے اور وہ بھی بہت شاذ و نادر ہوتا ہے۔ اگر قدرت کی طرف سے رکاوٹیں نہ ہوتیں تو خدا جانے کیا قیامت برپا ہوتی۔

برہمن کنٹرول کی انسانی تدابیر

انسان نے برہمن کنٹرول کی جو تدابیر سائنس کے ذریعے موجودہ زمانہ میں ایجاد کی ہیں، ان کے علاوہ زمانہ قدیم سے تمدن، معاشرت اور مذہب نے بھی ایسی تدابیر انسان کو بتا رکھی ہیں جن سے انسان کی زیادہ افزائش نہ بہت حد تک روکی جاتی ہے۔ لیکن ان تمدن، معاشرت اور مذہب کی تدابیر کا ذکر خالص علمی موضوع ہے۔ جس کا اس کتاب کے ساتھ تعلق نہیں۔ کیونکہ یہ کتاب برہمن کنٹرول کے علمی فوائد اور ان کے حاصل کرنے کی بعض ترکیبیں بتانے کی غرض سے لکھی ہے۔ اس لئے علمی بحثوں کو چھوڑ کر ہم اصل

غرض کی طرف متوجہ ہوتے ہیں۔

پردہ کی رسم

سائنس کی روشنی میں حمل روکنے کے بے شمار مصنوعی اور غیر مصنوعی مفید اور غیر مفید طریقے، مانع حمل آئے، دوائیں اور غذائیں، حمل روکنے کی سوئی، مرد کا سیب تریا، ریپ کی بہترین کتابوں کا نچوڑ۔

پردہ بھی ایک حد تک مانع حمل چیز ہے کیونکہ پردہ کے ہوتے مرد اور عورت آزادی کے ساتھ ایک دوسرے کو نہیں دیکھ سکتے۔ نہ مرد و عورت ایک دوسرے کو دیکھیں گے اور نہ ان کے دلوں میں دلوں اٹھیں گے۔ لیکن پردہ عورت کی جسمانی صحت کے لئے نقصان دہ ہے۔ اس لئے موجودہ تمدن نے اس کو بھی ایک فضول اور دقیانوسی رسم قرار دیا ہے۔ عورت کی جسمانی صحت پر پردہ کے مضر اثرات کا لحاظ رکھتے ہوئے اسے رواج دینا یا مانع حمل کے طور پر اس کا استعمال ایسا ہی ہے جیسا کہ برہمن کنٹرول کی تدابیر پر عمل نہ کرنا کیونکہ اس طرح سے بھی عورتوں میں بیماریاں پیدا ہونا یقینی ہے۔

نچر دیا پورن برہمنچریہ

سب سے عمدہ اور بہترین برہمن کنٹرول پورن برہمنچریہ ہے۔ بشرطیکہ

انسان اس پر عمل کر سکے۔ اس طریقہ کو انگریزی میں نیگیٹو برتھ کنٹرول
NEGATIVE BIRTH CONTROL کہتے ہیں۔

تجربہ دہ چو کہ جنسی مجامعت سے پرہیز کرتا ہے۔ اس لئے مانع تئاسل
ہے۔ عام طور پر دیکھا جاتا ہے کہ بعض جانوروں کو اپنی ذاتی اغراض کے منہ
بجائے تمام عمر کے واسطے محروم کر دیا جاتا ہے۔ لیکن ان کی صحت یا عمر
کی مدت میں کچھ قسم کا نقصان واقع نہیں ہوتا البتہ تجربہ دانوں کے لئے ایک
غیر فطری چیز ہے۔ کیونکہ انسان کو فطرت نے وہ قوتیں عطا کی ہیں جو اسے جماع
کے لئے مجبور کرتی ہیں۔ اس لئے یہ بات کہ انسان عورت کے قریب نہ جائے
نہ صرف مجال بلکہ ناممکن ہے۔ ہاں اگر اس پر کوئی عمل کر سکے تو یہ برتھ کنٹرول کا
سب سے عمدہ بہترین اور افضل طریقہ ہے۔ چونکہ عام انسانوں کے لئے یہ
ناممکن ہے۔

اس لئے برتھ کنٹرول کے لئے مصنوعی اور مصنوعی طریقے ہی کامیاب
ہو سکتے ہیں۔

مجامعت سے پرہیز

شادی شدہ لوگوں کو مجامعت سے قلعی پرہیز کی ہدایت کر دینا آسان ہے
نہ اس پر عمل کرنا مشکل ہے۔ ہاں زیادہ سے زیادہ پرہیز ممکن ہو سکتا ہے۔

چالیس کروڑ کی آبادی کے لئے ملازمتیں کہاں سے آئیں۔ اسی لئے اب تو ہندوستان
میں ملازمت اور مزدوری بھی نہیں رہی۔ چنانچہ آئے دن خودکشی کی وارداتیں ہوتی
رہتی ہیں۔

یورپ میں ماہر مالتھس نے ایک تصویری بیان کی ہے کہ:-
"اگر آبادی کو روکا نہ جائے تو وہ دو گنی کی نسبت میں بڑھتی جاتی ہے
اور اس کے مقابلہ میں خوراک صرف ایک گنا کی نسبت سے زیادہ ہوتی
ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ اگر آبادی ۱-۲-۳-۴-۵-۶ کی نسبت
میں بڑھتی ہے تو خوراک صرف ۱-۲-۳-۴ کی نسبت سے زیادہ
ہوتی ہے۔"

اور اس کے معنی بالکل صاف ہیں کہ آبادی کی رفتار خوراک کی نسبت بہت تیز
ہے اور اگر یہی حالت رہی تو مالتھس کے خیال کے مطابق:-
"ایک زمانہ آئے گا کہ دنیا میں لوگوں کو پیٹ بھرنا بھی سخت دشوار ہو
جائے گا۔"

مالتھس نے اس کے دو علاج تجویز کئے ہیں:-

ایک تو یہ کہ ملک میں لڑائیاں ہوتی رہیں یا وباؤں کا زور رہے تو آبادی بڑھنے
سے روک جائے گی۔

قبضے

قبض تو ہمیشہ ہی نقصان دہ ہے مگر آیہ حمل پر قبضہ کا خاص خیال رکھنا چاہئے۔ حاملہ کو قبض عموماً غذائی بے احتیاطی سے ہوا کرتی ہے۔ اس لئے نقل مرغی، اور بعض غذاؤں سے پرہیز ضروری ہے۔ زرد مہنم اور نرم غذائی، نیز سبزیاں اور پھل مفید ہیں۔ مثلاً دودھ، سبزی، بالک، شلغم، گدو، سنگترہ، آم، انگور، گنا، سروا، چنے کا شوربہ وغیرہ غذائیں، زرد مہنم بھی ہیں اور قبض کشا بھی ہیں۔ کھانوں کے درمیان کافی پانی پیا جائے اور وقت مقررہ پر پانخانے میں جانے کی عادت ڈالی جائے۔

قبض کو دور کرنے کے لئے سخت قسم کا جلاب لینا خطرناک غلطی ہے ایسی پیسٹ دوا سے پرہیز لازم ہے جس کے اجسزا معلوم نہ ہوں۔ جلاب لینے سے حمل کے گر جانے کا خطرہ ہوتا ہے۔ ضرورت کے وقت ہرڈ کا مرتبہ یا گلفنڈ استعمال کریں۔ معمولی قبض میں رات کو سوتے وقت تیلہ وٹیرول تیلہ بادام روغن یا روغن زیتون و دودھ میں پی لینا چاہئے۔ بادام روغن تو اگر شروع زمانہ حمل ہی سے استعمال کیا جائے تو بہت مفید ہے قبض کی شکایت کبھی نہیں ہوتی اور اس کے علاوہ بچہ آسانی سے پیدا ہوتا ہے۔ قبض دور کرنے کے لئے انیما بہت مفید چیز ہے۔ بعض لوگ غلطی سے اسے مغز سمجھتے ہیں۔

خوشی

حاملہ عورت کے لئے خوشی سب سے زیادہ مفیدی دوا ہے۔ رنج و غم اور اسی اُس کے پاس تک نہ پھینکنے دیں۔ فکر، طر، خوف، غم اور غصہ میں بچے کی نشوونما رکن جاتی ہے۔ اس کی شکل و صورت میں فرق آ جاتا ہے۔ حاملہ کے آس پاس خوشی اور لبثاشت کی فضا ہونی چاہئے خاندان اور دوسرے رشتہ داروں کو چاہئے کہ وہ حاملہ کی ہمیشہ دلجوئی کریں اور اُس کے سامنے کوئی ایسی بات نہ کریں جس سے اسے صدمہ پہنچنے کا اندیشہ ہو۔

لباس سے۔

حاملہ کا لباس ہر موسم کے مطابق نہایت بھاری نہ بہت چست ہونا چاہئے بلکہ نہایت سادہ، ہلکا اور ڈھیلہ ہونا چاہئے۔ کمر پیٹیاں اور چست کپڑے بالکل چھوڑ دیں۔ آزاد بند بھی کس کر نہیں باندھنا چاہئے تاکہ پیٹ پر کسی قسم کا دباؤ نہ پڑے۔ زمانہ حمل میں اونچی ایڑی کا بوت بہت خطرناک چیز ہے۔

دُریا خوف

حاملہ کے لئے سونے مکان میں رہنا، شمشان یا قبرستان میں جانا، دشتوں کے نیچے تنہا آنا جانا مناسب نہیں۔ حاملہ کو ایسے مقامات جہاں کسی

ڈریا خوف کا اندیشہ ہو ہرگز نہیں جانا چاہئے۔ عورتوں کا دل نرم ہوتا ہے اور وہ بہت جلد ڈر جاتا کرتی ہیں۔ ڈریا خوف سے استقراط حمل کا اندیشہ ہوتا ہے حاملہ کے سعالے میں یہاں تک احتیاط کی ضرورت ہے کہ جب کسی دوسری عورت کے بچہ پیدا ہونے کا وقت ہو تو حواء کو دباں نہیں جانا چاہئے۔ زچہ کی تکلیف دیکھ کر حاملہ پر بہت برا اثر پڑتا ہے۔ حاملہ سے کسی زچہ کی تکلیف یا دوبات کا ذکر تک نہیں کرنا چاہئے۔

ڈاکٹر ولسن کی فقہی ہدایتیں

۱۔ حاملہ کے ماضیہ میں فرق آجاتا ہے۔ اور وہ بہت زیادہ مریض، بھاری اور ثقیل غذائیں ہضم نہیں کر سکتی۔ انہیں تھیل اور دیر ہضم چیزوں سے پرہیز کرنا چاہئے۔ حاملہ کو زود ہضم اور طاقت بخش غذائیں کھانی چاہئیں۔ حاملہ اگر عمدہ غذا کھا کر کام کاج نہ کرے تو ماضیہ اور بھی خراب ہو جاتا ہے۔ اس صورت میں کمزور اور دبا بچہ پیدا ہوتا ہے۔

۲۔ حاملہ کو گھر کا معمولی کام کاج ضرور کرنا چاہئے۔ اس سے ہلکی ورزش ہو جاتی ہے جو غذا کے ہضم کرنے کے لئے ضروری ہے۔ سخت ورزش سے پرہیز کرنا چاہئے۔ ولایت کی اکثر عورتیں ٹینس اور بیڈمنٹن وغیرہ کھیلتی ہیں۔ لیکن آیام حمل میں ان کھیلوں سے بچنا چاہئے۔ کیونکہ نا چنے اور اچھلنے کودنے

سے حمل کرنے کا اندیشہ ہے۔

۳۔ آیام حمل میں عورت کو کسی بات میں بھی حد اعتدال سے نہیں بڑھنا چاہئے تاکہ دل و دماغ اور معدہ درست حالت میں رہیں۔ اور ماضیہ وغیرہ میں کوئی فرق نہ آنے پائے۔ معدے کو غلیظ کرنے والی چیزیں مثلاً کوئلے، مٹی وغیرہ سخت پرہیز کریں تاکہ بچہ خوبصورت پیدا ہو۔

۴۔ حمل کے دنوں میں تصویر اور تصور کا بہت اثر پڑتا ہے۔ حاملہ کو دل کش اور خوبصورت تصاویر دیکھنی چاہئیں۔ حاملہ بد صورت تصویر نہ دیکھے اور نہ ہی برا تصور اپنے دل میں لائے۔

۵۔ حاملہ کی طبی پیشاب کا خاص خیال رکھنا چاہئے۔ حاملہ کے لئے قبض سخت نقصان دہ اور مضر ہے۔ قبض ہونے پر فوراً دفعیہ کی تدابیر کرنی چاہئیں۔ یہ تو سب جانتے ہیں کہ حاملہ کے لئے تیز جلاب سخت نقصان دہ ہے۔ لیکن بعض اوقات سخت قبض سے بھی استقراط حمل کا اندیشہ ہو جاتا ہے۔ کوئین اور گرم خشک دوائیں بھی مضر ہیں۔ جلاب قے یا پسینہ لانے والی دواؤں کا استعمال نہ کریں۔ ان سے حمل گر جانے کا اندیشہ رہتا ہے۔

۶۔ حاملہ عورت کو جماع سے پرہیز کرنا چاہئے۔ بعض اوقات جماع کے وقت شہوت کے جوش میں بچہ دانی کا منہ کھل جاتا ہے اور حمل گر جاتا ہے۔ اس

تازہ پھلوں کی خاصیت

اڑو حرارت کو تسکین دیتا ہے۔ ذیابیطس میں مفید ہے۔
 آم: مقوی ہے گردہ مثانہ کو قوت دیتا ہے۔
 انار: پتوں کی زیادتی درجہ بکتر رفع کرتا ہے۔
 پیتھا: بڑھی ہوئی تلی کو گھٹاتا اور غذا کو مستقیم کرتا ہے۔
 جامن: ذیابیطس کے لئے بحد مفید ہے۔
 سبب: اختلاج قلب رفع کرتا ہے۔
 خویانی: بلیریا اور صفراوی بخار میں مفید ہے۔
 کھجور: خون بڑھاتی اور طاقت دیتی ہے۔
 لیموں: صفراوی قے و متلی میں مفید ہے۔
 آلوچہ: خون صفرا کے خوش کو کم اور خارش رفع کرتا ہے۔
 امرود: بعد غذا کھانے سے قبض دور کرتا ہے مقوی معدہ ہے۔
 انگور: خون بڑھاتا ہے اور جسم کو طاقت ورنیتا ہے۔
 تریبوز: گرمی کا اثر کم کرتا ہے اور پیشاب صاف کرتا ہے۔
 حراہیزہ: پیشاب لاتا۔ گردہ و مثانہ کو صاف کرتا ہے۔
 سرودہ: جنگر و مثانہ کی گرمی نکالتا ہے۔ زن بڑھاتا ہے۔
 گنا: معدہ اور مثانہ کی سوزش رفع کرتا ہے۔
 مائٹا و سنگترہ: جگر کی صحت دور کرتا ہے۔

بچہ جننے کی پہلی حالت

رحم سفید رنگ کا ایک نرم گوشت والا عضو ہے جو کہ مثانہ اور انٹریوں کے درمیان واقع ہے۔ اس کی شکل کو اس طرح بخوبی ظاہر کر سکتے ہیں۔ ایک بیگن اندر سے خالی کر کے ہاتھ سے چپٹا کر دو۔ یہ رحم کی شکل ہے۔ اس کا موٹا سرا پر اور چھوٹا نیچے رہتا ہے۔ منہ نیچے کی طرف ہوتا ہے اور وہ فرج سے ملا ہوا ہوتا ہے۔ جس وقت حمل ہوتا ہے۔ رحم کا منہ ایک قسم کے گاڑھے مادے سے بند ہو جاتا ہے۔ بیشتر اس کے بچہ اس میں سے گزر سکے۔ اس کو کافی کھلا ہونا چاہیے۔ اس کھلنے کو بچہ جننے کی پہلی حالت کہتے ہیں۔ بچہ پیدا ہونے کے وقت جب یہ منہ سارا کھل جاتا ہے تو اس کا گھیرا قریب پندرہ انگل ہو جاتا ہے۔ درد کے اٹھتے ہی منہ کھلنا شروع ہو جاتا ہے۔ یہ درد کیا ہے؟ رحم کا سکڑنا۔ درد جب اٹھتی ہے تو رحم سکڑ کر ڈھول کی طرح تن جاتا ہے اور پھر ذرا ڈھیلا ہو جاتا ہے اور درد کو آرام آ جاتا ہے پھر سکڑنا شروع ہوتا ہے اور درد اٹھتا ہے۔ اس طرح رحم کے سکڑنے سے منہ کھلتا جاتا ہے۔ اس جگہ پر اتنا خیال رہنا چاہیے کہ دردیں دو قسم کی ہوتی ہیں۔ ایک بچی اور دوسری جھوٹی۔ جھوٹی دردیں خوراک وغیرہ کی بے اعتدالی سے پیٹ میں ہونے لگ جاتی ہیں اور بچی دردیں وہ ہیں۔ جو رحم کے سکڑنے سے اٹھتی ہیں۔ پہچان صرف یہ ہے کہ بچی درد کے ساتھ رحم سے کچھ پانی بہنا شروع ہو جاتا ہے اور پیٹ پر ہاتھ رکھنے سے رحم سخت معلوم ہوتا ہے۔ درد اکثر کمر سے شروع ہو کر پیٹ کی طرف آتی ہے۔ خدا کی قدرت یہ ہے کہ ہر ایک درد کے بعد تھوڑا سا آرام آ جاتا ہے ورنہ عورت کو سخت تکلیف ہوتی ہے اور بچہ بھی مر جاتا ہے چونکہ رحم کے سخت رہنے سے خون کا بہاؤ بند ہو جاتا ہے اور بچہ کی موت کا باعث ہوتا ہے۔ اس لیے اس لیے اس حالت میں حاملہ کو کمرے میں ادھر ادھر آہستہ آہستہ چلنا چاہیے اگر بہت تکلیف ہو تو دو منٹ ذرا بیٹھ جائے پھر آہستہ چلنے لگے۔ اس طرح درد کو بڑھائے تاکہ رحم کا منہ اچھی طرح کھل جائے۔ اس طرح چلنے سے سر پہلے نکلتا ہے جو کہ نہایت ضروری ہے۔ آج کل دایاں اس پہلی حالت میں حاملہ کو بٹھا کر کہتی ہیں کہ ”زور کرو“ جیسا کہ پاخانہ کے وقت کیا جاتا ہے اور اس طرح اس بے چاری کی طاقت کو پہلے ہی درجہ میں راکل کر دیتی ہیں اور اس طرح اس حالت میں زور کرنے کا کچھ فائدہ نہیں بلکہ نقصان ہے۔

نفسب تو یہ ہے کہ حاملہ بیچاری کی زور کرتے کرتے آنکھیں بھی سرخ ہو جائیں مگر وہ کہنے سے نہیں رکتیں۔ ”بچی زور کر“ اگر ضرورت ہے کہ بچہ باسانی اور جلدی پیدا ہو تو جننے کی پہلی حالت میں عورت کو تکلیف نہ دو بلکہ اگر ممکن ہو تو کھی دودھ وغیرہ تھوڑا تھوڑا دیں تاکہ طاقت قائم اور ل کو فرحت ہو مگر زیادہ مقدار میں دینا ٹھیک نہیں۔ بعض دایاں کئی کٹورے کھی اور دودھ کے پلوا دیتی ہیں۔ یہ بہت بُرا ہے مگر جو چیزیں گرم ہوں۔ اس حالت میں دایہ کا فرض ہے کہ گاہے بگاہے یہ دیکھتی رہے کہ پہلی حالت کتنی ختم ہوئی ہے اور کتنی باقی ہے مگر بار بار ہاتھ ڈالنا عورت کو تکلیف دیتا ہے۔

رحم کے اندر بچہ ایک جھلی میں رہتا ہے اور وہ جھلی پانی میں پیدا ہوتی ہے۔ یہ قدرت نے اس واسطے کیا ہے کہ جھلی پر دباؤ پڑنے کی وجہ سے بچے کو تکلیف نہ ہو جوں جوں منہ کھلتا ہے۔ جھلی سمیت بچہ آگے کو آتا ہے۔ درد کم ہونے سے پھر ذرا اوپر چڑھتا ہے۔ اس طرح یہ جھلی چھوٹے سے کیلہ کا اندر کام دیتی ہے۔ جب منہ کھل جاتا ہے تو عورت کا بچتی ہے اور بعض تے بھی کر دیتی ہیں اور پھر جھلی پھٹ جاتی ہے۔ اس سے ایک آواز نکلتی ہے جس کو پنجاب میں ڈگی پھی عورتیں کہتی ہیں۔ اس وقت پانی خوب بہتا ہے۔ اس سے معلوم ہو سکتا ہے کہ پہلی حالت اب ختم ہوئی اور اب دوسری شروع ہے۔

مگر بعض اوقات یہ جھلی نہیں پھٹتی اور بچہ جھلی سمیت پیدا ہوتا ہے۔ علاوہ ازیں یہ بھی ممکن ہے کہ اچھی طرح کھلنے سے پیشتر پانی شروع ہو جائے۔ اس واسطے ضروری ہے کہ دایہ دیکھتی رہے کہ منہ کھل گیا ہے یا نہیں۔ آدھ گھنٹ میں ایک دفعہ دیکھنا کافی ہے۔ اس طرح دیکھنے کا یہ بھی فائدہ ہے کہ بچے کا کون سا عضو پہلے نکلتا ہے۔ 97 فیصدی پہلے سر ہی آتا ہے اور یہ قدرت ہے۔ اس سے بچہ باسانی پیدا ہوتا ہے۔ تقریباً 3 فیصدی پہلے بازو آتے ہیں۔ سب سے زیادہ تکلیف دہ بازوؤں کا پہلے آنا ہے۔

کبھی کبھی ایک ہاتھ دو پاؤں کبھی دو ہاتھ ایک پاؤں اور کبھی دونوں ہاتھ دونوں پاؤں وغیرہ بھی نکل سکتے ہیں۔ ان سب کا ذکر پیچھے آئے گا یہاں صرف اتنا ذکر کافی ہے کہ کس طرح معلوم ہو کہ سر پہلے آتا ہے۔ دایہ کو آہستہ سے انگلی ڈال کر ادھر ادھر رحم کے منہ پر پھیرنی چاہیے اگر گول بڑا جسم ہے تو یہ سر ہے یا چوڑا۔ جب یہ معلوم ہو گیا تو دیکھو کہ اس میں ہڈی معلوم ہوتی ہے یا نہیں۔ اگر ہے تو سر ہے اگر چوڑا ہوں گے تو ان کے درمیان مقصد بھی معلوم ہو سکے گی۔ بعض دایاں حاملہ سے کپڑا کھواتی ہیں۔ یہ بھی اس کی طاقت کم کرنے کے سوائے اور کچھ نہیں کرتا۔

یہ پہلی حالت میں جس قدر آہستہ اور عمدگی سے گزرے ٹھیک ہے بلکہ اگر دو درروں کے بعد عورت ذرا سو جائے تو مضائقہ نہیں۔ اس کی حالت بحال ہو جائے گی اور تکلیف کم ہوگی مگر یہ خیال رہے کہ بہت زیادہ دیر اگر اسی حالت میں گزر جائے تو علاج ضروری ہے۔ 2 گھنٹہ سے لے کر 24 گھنٹہ تک اس کی میعاد ہے۔ 24 گھنٹے شاذ و نادر ہی لگتے ہیں اور وہ صرف انہی عورتوں کو جو پہلی ہی بار بچہ جنیتی ہیں۔ 10 گھنٹے زیادہ سے زیادہ انتظاری سے اس کا علاج ہماری پنجابی عورتیں خوب جانتی ہیں اگرچہ اصول سے واقف نہیں۔ وہ عورت کے بالوں کو اس کے منہ میں پکڑاتی ہیں۔ اصل بات یہ ہے کہ کوئی ایسی تدبیر کرنی چاہیے کہ جس سے عورت کو قے تو نہ آئے۔ ابکائیاں آئیں۔ ابکائیاں آنے سے منہ کھلتا ہے اور اس طرح بال منہ میں پکڑنے سے دل متلا کر ان کے آنی شروع ہو جاتی ہیں۔

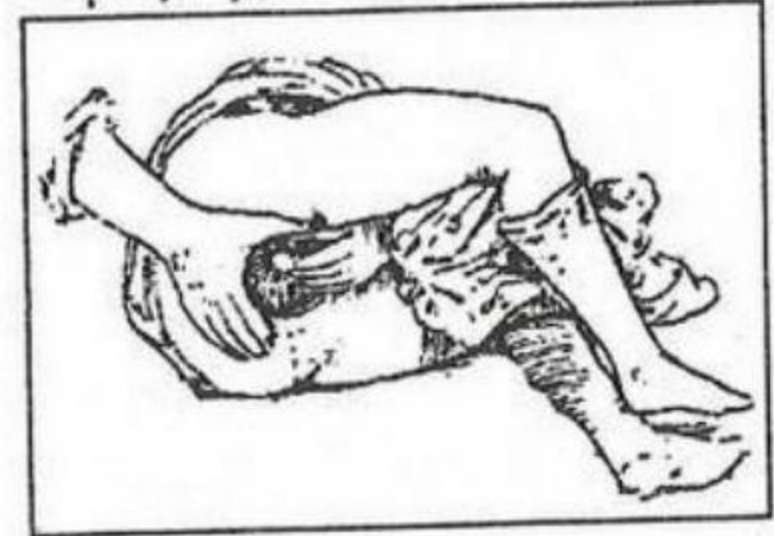
نوٹ: بعض عورتوں کو خود بخود پہلی حالت میں ابکائیاں شروع ہو جاتی ہیں۔ یہ عمدہ ہے۔ برا خیال کر کے بند کرنے کی کوشش نہ کرنی چاہیے۔

جننے کی دوسری حالت

جب رحم کا منہ کافی کھل جائے اور جھلی کا غلاف پھٹ جائے تو بچہ کا سر جھٹ منہ پر آ جاتا ہے اور رحم کے منہ سے لے کر فرج تک ایک سیدھا راستہ اس کے واسطے بن جاتا ہے۔ یہ دوسری حالت باقی دو سے مشکل بلکہ نہایت مشکل ہے۔ دوسری حالت میں کھڑا ہونا یا ادھر ادھر پھرنا مضرت ہے۔ اس واسطے اس بات کا بہت خیال رکھنا چاہیے کہ پہلی حالت کب ختم ہوئی۔ اس کے ختم

ہوتے ہی بچہ تھوڑی دیر میں پیدا ہو جاتا ہے اگر کوئی خاص سبب مانع نہ ہو تو اس حالت پر کھڑے رہنے یا پھرنے سے اندیشہ ہے کہ بچہ باہر آ کر زمین پر نہ گر پڑے جو نئی کہ غلاف پھٹنے سے پانی نکلتا ہے۔ رحم بہت ہی سکڑتا ہے اور اس طرح سکڑ کر بچہ کو آہستہ سے دھکیلتا ہے پھر رحم ذرا ڈھیلا ہوتا ہے اور بچہ ذرا اوپر کو چڑھتا ہے۔ بے سمجھ دایاں کہتی ہیں کہ کوئی بھوت چڑیل اس کو پیچھے کھینچ رہی ہے۔ واہ جہالت تیرا ستیاناس!

جب دوسری حالت شروع ہو جائے تو عورت کو بسترے پر بائیں کروٹ جھٹ جھٹ الٹا دیں۔ گھٹنوں کو اس کے پیٹ کی طرف کر کے ان کے درمیان ایک موٹا تکیہ رکھیں۔ دایہ اکثر چت لٹا دیتی ہیں۔ اس سے اندام نہانی سے متعدد تک کا چمڑا پھٹ جاتا ہے۔



کیونکہ چت لٹانے سے جب بچہ کا سر باہر آتا ہے تو اس کا بوجھ نیچے کی طرف ہوتا ہے۔ ایک کروٹ لیٹنے سے بچہ کا بوجھ ایک طرف کو پڑتا ہے اور گھٹنوں کے درمیان جو تکیہ رکھ دیا جائے تو دونوں رانوں کے علیحدہ رہنے کے سبب بچہ باسانی نکلے گا اور زچہ کو بھی سہارا رہے گا۔ اس دوسری حالت میں سانس کو اندر کھینچ کر زور لگانا مفید ہے۔ اگر ضرورت پڑے تو زور کرا دیں ایک عورت زچہ کے پیچھے بیٹھ جائے اور پیٹھ پر ذرا ہاتھ رکھے۔ کبھی کبھی دونوں پہلوؤں پر ہاتھ پھیرے۔ اس سے زچہ کو آرام آتا ہے۔ یہ عورت جب تک کہ بچہ پیدا نہ ہو جائے۔ اس کے پیچھے بیٹھی رہے اور آہستہ سے پیٹھ پر ہاتھ رکھے رہے۔ بچہ کا سر خود بخود باسانی نکل آئے گا۔ سر کے نکلنے ہی اس کی گردن کے ارد گرد ہاتھ پھیر کر دیکھ لے کہ نال تو لپٹی ہوئی نہیں ہے کیونکہ بعض بچوں کے نال گلے میں لپٹی ہوئی ہوتی ہے۔ پیدا ہوتے ہی اگر وہ نہ کھول دی جائے تو بچہ کی

موت کا اندیشہ ہے۔ آہستہ آہستہ نرم نرم ہاتھوں سے کھول کر سر کے اوپر سے اندر کر دینا چاہیے۔ اگر بچہ زیادہ ہوں تو بہت دیر لگ سکتی ہے۔



اس قسم کی حالتوں میں بچوں کے کھولنے کی بجائے ایک بندھ بچے کی ناف کی طرف اور ایک زچہ کی طرف لگا کر قینچی سے نہایت ہوشیاری سے ان بچوں کو کاٹ دینا چاہیے۔ سر جب نکل آیا تو کندھے نکلنے میں پھر ذرا اوپر ہو جاتی ہے۔ نالایق دایاں جلدی کرنے کے واسطے سر کو کھینچتی ہیں۔ جس سے بعض اوقات سر کو جھٹکا لگ کر بچہ جاں بحق ہو جاتا ہے۔

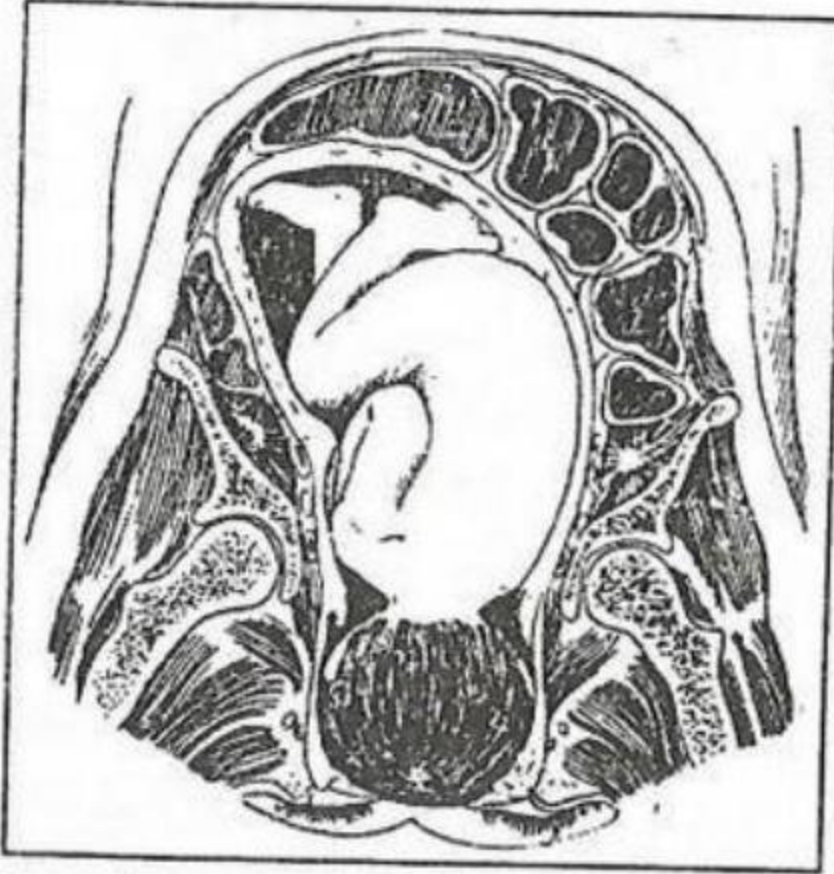


بچہ پیدا ہونے کے بعد زچہ کو خون بہت بہنے لگ جائے تو بھی اندیشہ ہے۔ سر کے نکلنے کے بعد اگر تھوڑی دیر میں باقاعدہ درد اٹھے تو کچھ کرنے کی ضرورت نہیں۔ ہاں اگر درد کم ہو یا بالکل نہ ہو تو اور تدبیر کرنی پڑتی ہے اور وہ اس طرح کہ زچہ کے پیٹ پر آہستہ آہستہ ہاتھ پھیریں۔ اس سے درد پھر اٹھے گا اگر درد اب بھی کم ہو تو پھر دیری نہیں کرنی چاہیے کیونکہ بچے کے دم گھٹنے کا اندیشہ ہے پھر اس کو باہر ہی کھینچنا مناسب ہے مگر سر سے پکڑ کر تو ہرگز نہ کھینچیں۔ دایہ دونوں ہاتھوں کی دو دو ایک ایک انگلی اندر داخل کر کے بچے کی بغلوں میں اڑا کر اس کو آہستہ آہستہ سے باہر کر لیں۔ اس سے بچہ اور زچہ کو ہرگز تکلیف نہ ہوگی مگر اس طرح بچہ کھینچنے سے پہلے ایک عورت زچہ کے پیٹ کو دبا کر پکڑ لے ورنہ خون جاری ہونے کا

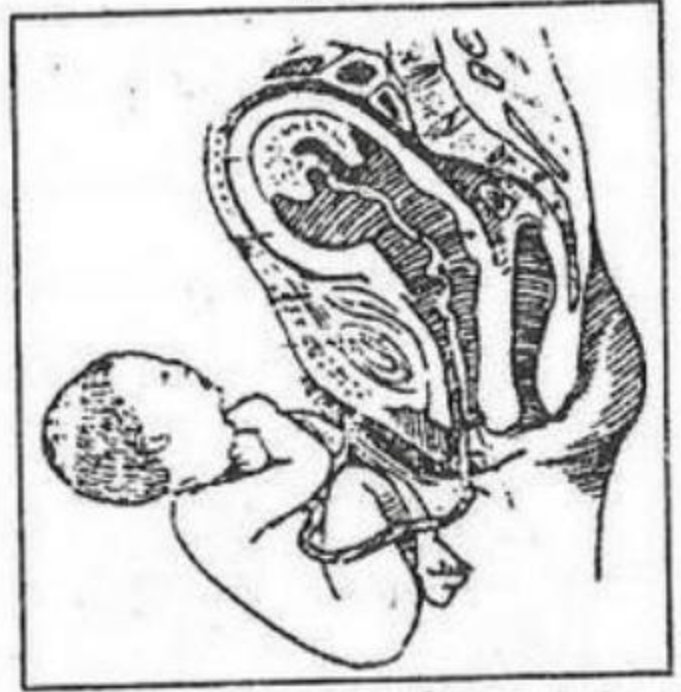


اندیشہ ہے اور سر نکلنے کے بعد وہ عورت جو پیچھے بیٹھ کر پیٹ پر ہاتھ رکھے ہوئے ہے۔ اس کو اپنا دوسرا ہاتھ پیٹ پر دبا کر رکھ دینا چاہیے اور جب چھاتی تک بچہ باہر آ جائے تو پیٹ والا ہاتھ اٹھائے اگر پیٹ پر ویسے ہی ہاتھ رکھے جب تک آئول نہ گر جائے تب تک اس ہاتھ کو پیٹ پر رکھے۔ اس سے خون بالکل جاری نہ ہوگا جب چھاتی نکل آئے تو اب اس کے پیدا ہونے میں کوئی دیری نہیں رہی۔ منٹوں میں پیدا ہو جائے گا۔ پیدا ہوتے ہی آہستہ آہستہ سے لٹا کر بچے کو

ایک طرف کر لینا چاہیے کیونکہ بعض اوقات پیدا ہونے کے بعد زچہ کے اندر سے خون کی ایک دھار نکلتی ہے۔ ایسا نہ ہو کہ وہ دھار بچے کے منہ، ناک، کان، آنکھ وغیرہ پر پڑ جائے۔ اس طرح اس کو ایک طرف کر کے اس کے منہ میں ہاتھ ڈال کر اس کے اندر ہوگی جو غلاظت ہو دور کر دینی چاہیے۔



اس غلاظت کے دور کرنے کے بعد بچہ کی نال کاٹنی چاہیے۔ ناف کے طرف تین انگلی چھوڑ کر ایک بندہ فیتے وغیرہ کا لگا دیں۔ دھاگا وغیرہ سخت ہونے کی وجہ سے نال کے کٹ جانے کا اندیشہ ہے۔ اس سے آگے دوسری طرف آدھ انگلی کے فرق پر ایک دوسرا بندہ لگا دیں اور دونوں بندھوں کے درمیان سے تیز قینچی سے ہآسانی کاٹ ڈالے۔ رگڑ رگڑ کر کاٹنے سے بچے کو بہت تکلیف ہوتی ہے۔ یہاں اتنی بات یاد رکھنے کے قابل ہے کہ اگر بچہ نہ روئے تو نال ہرگز نہ کاٹنی چاہیے کیونکہ اگر روتا نہیں تو اس کے یہ معنی ہیں کہ بچہ ابھی سانس نہیں لیتا ہے اور اس کی زندگی ماں کے خون پر ہی منحصر ہے۔ اس حالت میں اگر نال کاٹ دی جائے تو سوائے موت کے اور کیا ہو سکتا ہے۔



منہ سے غلاظت نکالنے کے بعد بچہ اگر نہ روئے تو ٹھنڈے پانی کے چھینٹے منہ پر لگا دیں۔ اس طرح بچہ ایک دو سسکیاں لے کر رونے لگ پڑے گا۔ اگر نہ روئے تو ایک برتن میں ٹھنڈا پانی بھر کر گردن تک بچے کو ڈبو کر جھٹ آہستہ سے نکال لیں۔ بچہ چونک اٹھے اور رونے لگ پڑے گا اگر نہ روئے تو دوسرے شیر گرم (نیم گرم) پانی میں ڈبو دے۔ اسی طرح دو تین بار باری باری ٹھنڈے پانی اور گرم پانی میں ڈبوتے رہیں جب تک کہ بچہ رونے نہ لگ پڑے۔ بچہ کی پیٹھ پر تھکیاں دینے اور ناک میں پر پھیرنا بھی بعض اوقات کارگر ہوتا ہے۔ اگر یہ تدابیر خدا نخواستہ بچے کو رلانے میں کامیاب نہ ہوں تو آخری تدبیر یہ کرنی چاہیے کہ بچہ کو گودی میں چت لٹا دیں اور دونوں بازوؤں کو اپنے ہاتھوں سے پکڑ لیں اور ذرا اوپر اٹھا کر اس کے منہ میں ایک پھونک ماریں۔ پھونک مارتے ہی دونوں بازوؤں کو اس کی پسلیوں سے ملا کر ذرا دبا دیں پھر اسی طرح ذرا اوپر کر کے اس کے منہ میں پھونک ماریں اور اسی طرح کچھ دیر کرتے رہیں پھر خدا نے چاہا تو بچہ سسکیاں لینے لگ پڑے گا اور آخر کار عمدہ سانس لے کر رونے لگ پڑے گا۔

ایک بات اور قابل بیان ہے اگر پیدا ہو کر غلاظت وغیرہ نکالنے کے بعد بچہ نہ روئے اور نیلا پن منہ آنکھ وغیرہ میں پڑ جائے تو جھٹ بغیر بند باندھنے کے نال کو ناف کی طرف سے قہقی سے کاٹ دیں اور 6 ماشہ کے قریب خون نکل جانے کے بعد نال کو باندھ دیں۔ نیلا پن بھی دور ہوگا اور بچہ بھی رونے لگ پڑے گا ہاں اگر نہ روئے تو پھر مندرجہ بالا ترائیکب سے اس کو رولانے کی کوشش کریں۔

ہماری دائیاں بجائے منہ پر چھینٹا مارنے کے سر کو پانی میں ڈبوتی ہیں۔ یہ نقصان دہ ہے۔ بعض تو سر میں چبا کر پھونکیں مارتی ہیں۔ پھونکیں مارنا فائدہ مند ہے مگر مر جیسا چبانے کا فائدہ نہیں کیونکہ بچہ گرمی سے بھن جائے گا۔

ایک ضروری بات جو انگریز کرتے ہیں

اگر بچہ پیدا ہونے کے بعد بہت کمزور ہو تو زچہ کی طرف سے نال سونت کر خون کو اس کی نال کے رستے سے بچے کے جسم کے اندر داخل کر کے بند لگا دیں۔ ماں کے خون سے ہی بچہ کی زندگی ہے جو تھوڑا سا بھی اندر بھیجا جائے گا تو طاقت عظیم دے گا۔

انگریز دائیاں جو بچے کو کمزور دیکھتی ہیں تو اس طرح سونت کر خون داخل کرنے کے علاوہ نال کاٹتے ہی زچہ کی طرف کی نال کے سرے سے نکلتے ہوئے خون کی دو چار بوندیں بچے کو پلا دیتی ہیں۔

تدبیر تو عمدہ ہے مگر شاستروں میں لکھا ہے کہ مواد کو نال کی طرف نہ سوتا چاہیے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ اگر خون ماں کا برا ہو تو بچے کو نقصان نہ پہنچے۔ سو یہ دیکھ لینا چاہیے۔

نوٹ: (1) بچہ کے پیٹ کی طرف نال کاٹتے وقت جو بند لگایا جاتا ہے۔ اس کا یہ مطلب ہوتا ہے کہ اس کے راستہ خون بچہ کے اندر سے نکل نہ سکے ورنہ بچہ مر جاتا ہے اور جو دوسرا بند آنول کی طرف لگایا جاتا ہے۔ اس کے دو فائدے ہوتے ہیں۔ اول یہ کہ خون رہنے کے سبب آنول بھاری ہو کر جلدی گر جائے اور دوئم یہ کہ اگر خدا نخواستہ دوسرا بچہ پیٹ میں ہو اور دونوں کی نال ایک ہی ہو تو دوسرا کہیں مر نہ جائے۔

نوٹ: (2) اگر دو بچے پیٹ میں ہوں تو ایک دوسرے کے بعد پیدا ہوتے ہیں۔ ایک بچے کے پیدا ہونے کے بعد دوسرے کے واسطے بھی وہی عمل کرنا چاہیے جو پہلے بیان کیا۔ پہلا بچہ پیدا ہونے کے بعد پیٹ پر ہاتھ رکھنے سے دایہ معلوم کر سکتی ہے کہ آیا کوئی اور بچہ اندر ہے یا نہیں۔

نوٹ: (3) نال کاٹتے وقت مواد کو پیچھے ہٹا کر اگر 12 دانہ مردارید نافسہ داخل کر کے اوپر باندھ کر کاٹیں اور ہر روز ایک دانہ اس کا بچہ کو کھلا دیں تو لکھا ہے کہ بچہ تمام عمر مرض /

چپک میں مبتلا نہیں ہوتا۔ انگریزوں نے تو اس کے واسطے ٹیکہ لگا کر شاستروں میں اس کے واسطے بہت ہی سہل سہل تدابیر لکھی ہیں اور نادانی سے جو نقصان ہوتے ہیں۔ ان سے کون واقف ہے۔

نوٹ: (4) بچہ کی پرورش کا ذکر تو علیحدہ کتاب میں کیا جائے گا یہاں صرف اتنا لکھنا کافی ہے کہ نال کاٹنے کے بعد شہد اور گھی ملا کر سونے کی صاف سلاخ سے بچے کو چٹائیں۔ اس سے اس کا پیٹ صاف ہو جائے گا اور پھر شیر گرم پانی سے جس میں ذرا سائمنک ملا ہوا ہو۔ ہوشیاری سے نہلا کر بدن کو اچھی طرح ملائم کپڑوں سے نرم نرم پونچھ کر ملائم کپڑے میں ہی لپیٹ کر بحفاظت رکھیں۔ یہ سب کام ایک طرف ایک عورت کرتی رہے اور دایہ زچہ کی طرف دھیان رکھے۔ دو اور عورتیں اسی واسطے پاس ہر وقت موجود رکھی جاتی ہیں۔ 24 گھنٹہ کے بعد ماں کے پستان دھو کر اوپر کی آٹھ دس بوندیں گرا دیں اور پھر بچے کو چھاتی پر لگا دیں۔

اب جننے کی دوسری حالت میں جو ولادت غیر طبعی ہوتی ہے۔ اس کا ذکر کیا جاتا ہے۔ اس کو عسر ولادت بھی کہتے ہیں۔ اس کے مختلف سبب ہوتے ہیں اور ہر ایک کا بیان مختصر درج کیا جاتا ہے۔

(1) قوت دافع رحم (یعنی اس کا سکڑنا اور سکڑ کر بچہ کا دھکیلنا) کم ہو جائے اور اس لیے بچہ کو نہ نکال سکے تو اس کو ہماری دایاں ٹھنڈی پیڑیں کہتی ہیں۔

علاج: دل کو تقویت دینا اور مددات کا استعمال کرنا ہے۔ ایک انگریزی دوائی ”اپیکا“ اس کام کے واسطے نہایت مجرب ثابت ہوئی ہے۔ اس کی ایک رتی خوراک ہے اور حمل والے گھر میں ضرور رکنی چاہیے۔ شیشی میں بند کر کے ایسے مقام پر رکھنی چاہیے کہ جہاں عمدہ روشنی پہنچتی ہو۔ بکس وغیرہ میں بند کرنے سے اس کے خراب ہونے کا اندیشہ ہے۔ ہاں شیشے کی الماری ہو تو کچھ مضائقہ نہیں۔ اس کی دو تین پڑیاں اس طرح بچے کو باہر کر دیتی ہیں کہ جیسا کسی نے اندر سے دھکیل دیا ہو اور درد باقاعدہ ایک پڑیہ سے اٹھنی شروع ہو جاتی ہے۔ رحم کا منہ کھلنے میں اگر در ہو تو یہ کھول دیتی ہے۔ پہلے انگریز ڈاکٹر ”ارگاٹ“ استعمال کیا کرتے تھے مگر وہ زہر ہے۔ اس

سے کئی طرح کے خوف ہیں مگر یہ دوائی کسی وقت دو۔ مزد دے گی۔ اس دوا کے کھلانے سے زچہ کو طاقت پہنچتی ہے اور تکلیف کوئی نہیں ہوتی غرضیکہ یہ نہایت اعلیٰ دوائی ایجاد ہوئی ہے۔

2- رحم کے منہ کا سخت ہونا

اس سے منہ بچہ کی مقدار کے برابر کھل نہیں سکتا اور وہ باہر نہیں آ سکتا۔ ایسی حالت میں بعض اوقات درد باقاعدہ ہوتی ہے مگر چونکہ منہ سخت ہوتا ہے۔ زچہ کو اتنی تکلیف ہوتی ہے کہ خدا حافظ۔ اس کے واسطے کیوتر کی بیٹ ”عقر قرھا“ شہد خالص رگڑ کر رحم کی گردن تک پہنچ دیں۔ ”اپیکا“ اس کے واسطے بھی غضب کا اثر رکھتا ہے بلکہ اکسیر کہیں تو بجا ہے۔ آدھ گھنٹہ کے بعد ہی زچہ کو یہ معلوم ہوتا ہے کہ گویا جلتی ہوئی آگ پر کسی نے پانی ڈال دیا ہے۔

تیسرا سبب رحم کے منہ کا دوسری طرف ہو جانا ہے

یہ حالت اکثر ان عورتوں کی ہوتی ہے کہ جن کا پیڑ و فراخ ہوتا ہے اور ایسی حالت میں عورت کو سیدھا لٹا کر ہوشیار دایہ کے ذریعہ ہاتھ سے آہستہ آہستہ پھیر کر کچھ سیدھا کریں اور چت لٹا کر لمبا کھینچ کر وضع حمل کروائیں۔

4- جیسا کہ ذکر ہو چکا ہے۔ مثانہ کا بول سے پر ہونا ایک سبب عسر ولادت کا ہے۔ ایسی حالت میں جب کہ وقت تنگ ہوتا ہے۔ پچکاری بہت کام دیتی ہے۔ بول کے نکالنے کے واسطے ایک انگریزی آلہ ”کیٹھیر“ ہوتا ہے۔ اس سے مثانہ بڑی جلدی خالی ہو جاتا ہے اگر یہ بھی موجود نہ ہو تو مددات دیں۔

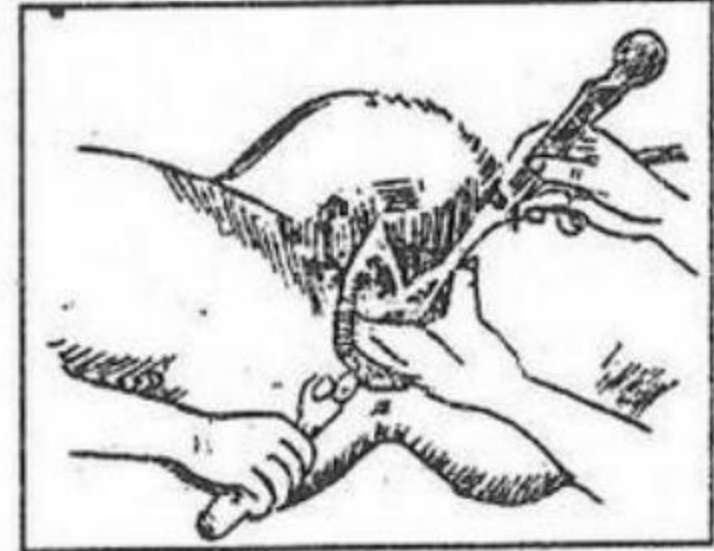
ختم گاجر، سونف، پرسیا و شاں، شورو، زعفران، اجوائن کو جوش دے کر پلا دیں۔ وزن بقدر ضرورت۔

پانچواں سبب تنگی وضع حمل کا بچہ کے

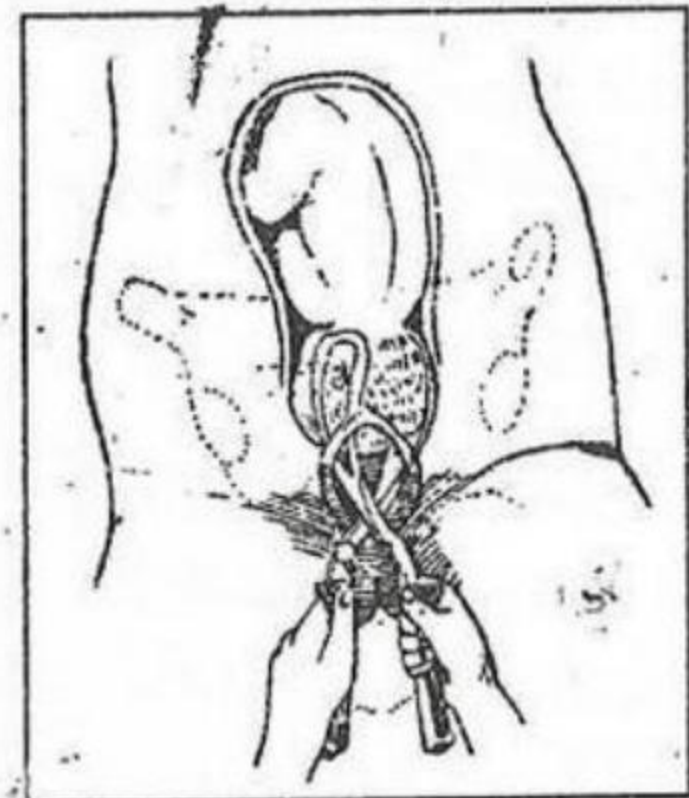
اعضاء کا لمبے اور موٹے ہونا ہے

یعنی اگرچہ رحم وغیرہ کا منہ اچھی طرح کھل جائے مگر بچہ اب بھی اس میں نہ گزر سکے۔ کہتے ہیں کہ مقدیمین (قدیم زمانے والے) زچہ کا پیٹ چاک کر کے نکالا کرتے تھے۔ ڈاکٹر بچے کو

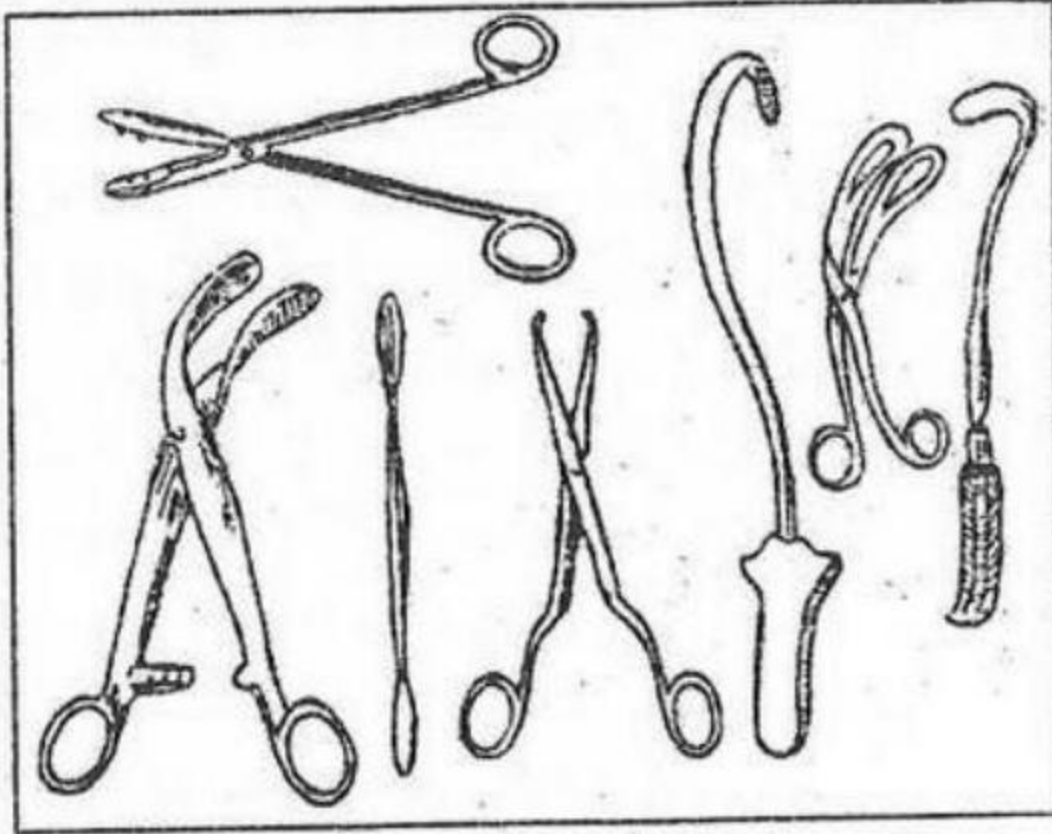
کاٹ کر اندر سے نکالتے ہیں۔ تیز اوزاروں سے کام لیتے ہیں۔ اس کا علاج سوائے خدا کی مہربانی کے اور کچھ نہیں ہے۔ خدا یہ دن کسی کو نہ دکھائے اور بعض اوقات بچہ تو بڑا نہیں ہوتا مگر رحم چھوٹا اور تنگ ہوتا ہے۔ بات وہی ہے۔ شیطان دائیاں جو جلدی کے سوائے اور کچھ بھی نہیں جانتیں۔ انہیں تنبیہ ہونی چاہیے کہ بچہ کو کبھی کھینچ کر نہ نکالیں کیونکہ جہاں اور حالتوں میں نقصان کا اندیشہ ہے۔ وہاں اس حالت میں دونوں کی موت کا خوف ہے۔



مریضہ کے دل کو تسلی دینی چاہیے۔ کلورا فارم وغیرہ سگھا کر نیند لانی چاہیے تاکہ ذرا آرام ہو جائے۔ خدایا تیرے عجیب کارخانے ہیں۔



6- سبب عسر ولادت کا بچہ کا سر کی بجائے کسی اور عضو کا پہلے آنا ہے۔ ہر ایک کا ذکر نیچے کیا جاتا ہے۔



چوڑوں کا پہلے آنا

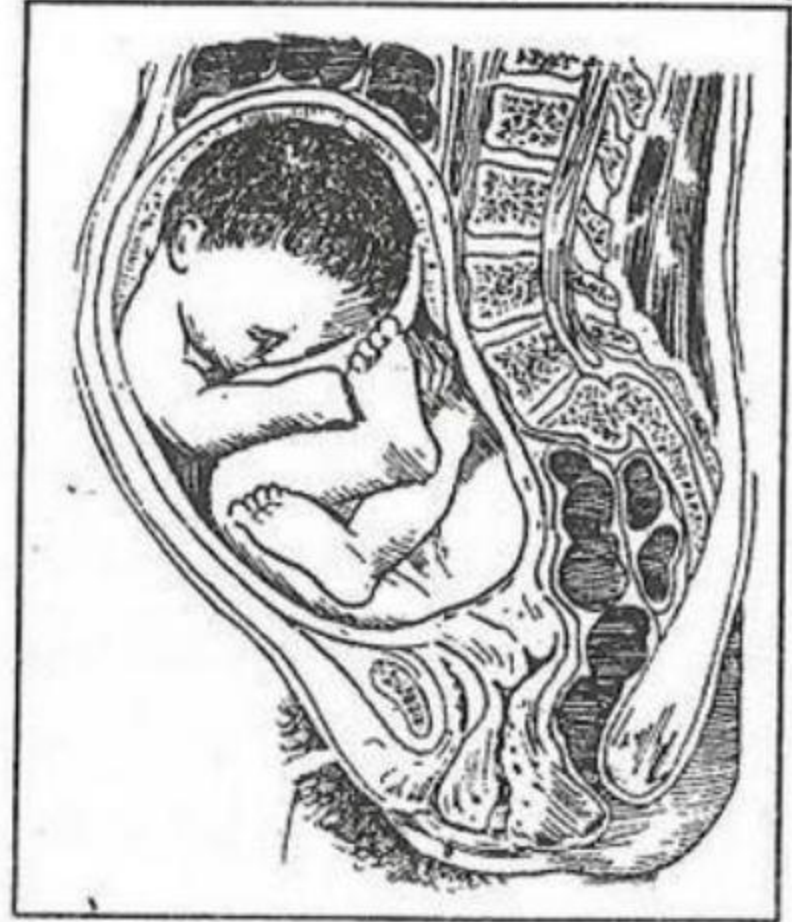
جب کوہے پہلے نکلتے ہیں تو پانی جاری ہونے کے بعد جب ہاتھ سے دیکھیں تو بچے کے دونوں کوہے اور پاخانہ کی جگہ بخوبی معلوم ہوتی ہے اور ذرا اوپر انگلی لے جانے سے لڑکی یا لڑکے کی علامت معلوم ہوتی ہے۔ بعض اوقات بے سمجھ دائیاں بچے کے منہ میں ہاتھ جانے کو مقصد میں جانا سمجھ کر غلطی سے نتیجہ نکال لیتی ہیں۔ بیشتر اس کے کہ کوئی تدبیر اس کے واسطے کی جائے۔ کامل یقین اس بات کا کر لینا چاہیے کہ درحقیقت چوڑے ہی باہر آ رہے ہیں یا کہ سر۔ منہ کا سوراخ پاخانہ کے سوراخ سے کہیں بڑا ہوتا ہے اور بچہ کے پاخانہ کی جگہ پر انگلی رکھیں تو وہ انگلی کودتا ہے۔

علاوہ ازیں منہ میں جو انگلی جائے تو مسوڑھے و زبان صاف معلوم ہوتی ہے اور اس طرح کوئی شک نہیں رہتا کہ کیا اول آتا ہے اور پانی جاری ہونے سے پہلے بھی یہ معلوم ہو سکتا ہے کہ

پہلے کیا آ رہا ہے اگر سر پہلے ہوگا تو جھلی کا غلاف تار ہوا ہوگا اور اگر کولہا پہلے آئے تو جھلی کا غلاف ڈھیلا رہے گا۔ بعض اوقات بچہ کا پاخانہ نکل جاتا ہے۔

ایک اور بھی پہچان بہت عمدہ ہے اور وہ یہ ہے کہ جب سر پہلے ہوتا ہے تو جھلی کے پھٹنے ہی پانی زور سے نکل کر جھٹ بند ہو جاتا ہے کیونکہ منہ پر سر آ لگتا ہے اور پانی نہیں نکلنے دیتا مگر دوسری حالت میں ایک دفعہ کا شروع ہوا پانی جب تک کل نہ نکل جائے بند نہیں ہوتا ہے اور زیادہ تر یہی وجہ ہے کہ عورت کو اور حالتوں کی نسبت زیادہ تکلیف ہوتی ہے کیونکہ جب تمام پانی خارج ہو گیا تو بچے کو ہآسانی دھکیلنے کا کام کون کرے گا۔ ہوشیار دایہ کا کام یہ ہے کہ وہ جب تک ممکن ہو سکے۔ اس جھلی کو پھٹنے نہ دے اور رحم کا منہ اچھی طرح کھلنے کے پیشتر جھلی پھٹ گئی تو تکلیف زیادہ ہوگی اور احتیاط رکھیں کہ بار بار ہاتھ ڈالنے میں کہیں ناخن وغیرہ نہ لگ جائے۔

جب دایہ کو یہ معلوم ہوگا کہ کولہ پہلے آ رہے ہیں تو سوائے اس کے اور کچھ نہیں کرنا چاہیے کہ ناف تک بدن کو خود بخود نکلنے دے۔ آگے سب کچھ اسی طرح کرنا چاہیے۔ جس طرح کہ پاؤں کے پہلے آنے پر کرنا ہوتا ہے اور جس کا ذکر نیچے کیا جاتا ہے۔



گھٹنوں یا پاؤں کا پہلے آنا

کبھی ایک اور کبھی دونوں پاؤں اکٹھے آتے ہیں اور ہاتھ ڈالنے سے گھٹنے کی دونوں طرف 2 گول سی ابھری ہوئی ہڈیاں معلوم ہوتی ہیں اور ان دونوں کے بیچ میں خالی جگہ اور گھٹنوں کا جوڑا اچھی طرح معلوم ہوتا ہے۔ پاؤں کی ایڑی کہنی اور کندھے میں گھٹنے کا مغالطہ ہو سکتا ہے۔ مندرجہ ذیل کا خیال رکھیں۔

ایڑی ایک ہڈی سی معلوم ہوتی ہے اور گھٹنے میں ابھری ہوئی ہڈیاں معلوم ہوتی ہیں۔ کہنی میں صرف ایک ہی مگر وہ بھی نوکدار ہڈی ہوتی ہے اور کندھے میں بھی ایک ہی ابھری ہوئی ہڈی ہوتی ہے اور اس کے ہاتھ پھیرنے سے گلے کی ہڈی اور گردن کی ہڈیاں وغیرہ معلوم ہوتی ہیں۔ پاؤں میں جھٹ ہی معلوم ہو سکتے ہیں مگر ہاتھ اور پاؤں میں آپس میں دھوکا ہونے کا اندیشہ ہے۔ اس لیے مندرجہ ذیل باتوں کا خیال رکھیں۔

اول: پاؤں کی انگلیاں انگوٹھے سے درجہ بدرجہ چھوٹی ہوتی جاتی ہیں۔ ہاتھ کی ویسی نہیں۔
دوئم: پاؤں کا انگوٹھا باقی انگلیوں کے برابر ہوتا ہے اور ہاتھ کا ساری انگلیوں سے دور ہوتا ہے۔
سوئم: ہاتھ کی نسبت پاؤں کا انگوٹھا بہت موٹا ہوتا ہے۔
چہارم: پاؤں کا انگوٹھا جس طرف ہوتا ہے۔ وہ حصہ چٹکی انگلی والی طرف سے زیادہ موٹا اور گول ہوتا ہے۔

پنجم: ہاتھ میں ایڑی نہیں ہوتی۔
ششم: ہاتھ بازوؤں کے ساتھ ایک ہوا ہوتا ہے مگر پاؤں نہیں ہوتا۔

ان کے علاوہ ایک اور پہچان بھی ہے کہ درد کے اٹھتے ہی اندر ہاتھ ڈالنے سے بچہ کا بدن محسوس ہو تو سمجھ لو کہ پہلے گھٹنے یا پاؤں آئیں گے اگر سر کولہ پہلے نکلیں گے تو بدن معلوم نہ ہوگا۔ احتیاط اس کے واسطے بھی وہی ہے جو کے واسطے ذکر ہوئی۔

جب تک بچہ ناف کے باہر نہ آئے۔ کچھ کرنے کی ضرورت نہیں۔ صرف اندام نہانی کے دایہ کو ہاتھ رکھ چھوڑنا چاہیے کہ نیچے دباؤ نہ پڑے۔ جلدی جنوانے اور کھینچنے کی کوشش بالکل نہ کرنی چاہیے اگر پاؤں سے لے کر چھاتی تک دیر لگ جائے تو سر آسانی سے نکلے گا کیونکہ

پاؤں سے لے کر چھاتی تک بدن درجہ بدرجہ مونا ہوتا ہے۔ جب وہی نکل گیا تو سر کے واسطے رستہ کافی ہو گیا۔ خیال صرف اس بات کا ہونا چاہیے کہ درد باقاعدہ اٹھتا ہے یا نہیں اگر درد کم ہو جائے یا نہ رہے اور ناف نکلنے میں ذرا دیر ہو جائے تو "اپیکا" ایک رتی کھلا دینی چاہیے اور دوائی موجود نہ ہو تو پیٹ پر آہستہ ہاتھ پھیرنے سے درد اٹھتا ہے۔ پاؤں سے لے کر چھاتی تک جتنا جسم ہے۔ اس میں صرف چوڑوں کا نکلنا مشکل ہے سو اگر نکلنے میں دیر معلوم ہوتی ہے تو ان کو آپ نکال لینا چاہیے۔ ایک انگلی چڑوں میں لگا کر آہستہ سے اس وقت کھینچے کہ جب درد اٹھے مگر اندام نہانی کے نیچے ایک ہاتھ کا سہارا رکھنا ضروری ہے۔

جب ناف تک جسم باہر آ گیا تو اب دایہ کی ہوشیاری کا وقت ہے کیونکہ رحم کے اندر آنول کے ساتھ لگی ہوئی بچے کی ناف ہوتی ہے۔ اس کو نال کہتے ہیں اور نال اصل میں تین ہوتی ہیں۔ دو پتلی اور ایک موٹی۔ پتلی دو نالیوں سے خراب خون واپس جاتا ہے اور موٹی نال سے عمدہ خون بچے کے اندر داخل ہوتا ہے۔



پتلی دو نالیں موٹی کے ارد گرد اس طرح لپٹی ہوئی ہوتی ہیں کہ ایک ہی نال معلوم ہوتی ہے۔ اس طرح گویا بچے کی زندگی نال کے ذریعے ہے۔ ناف تک بچہ باہر آ جانے سے نال اوپر کی طرف ہوتی ہے۔ اس واسطے خطرہ ہے کہ چھاتی تک نال کٹ جائے اور بچہ اس طرح مر

جائے کہ جیسے کسی کا گلا گھونٹا جاتا ہے جوں ہی کہ باہر نکلے۔ دایہ آہستہ سے ایک انگلی اندر داخل کر کے نال کو کھینچ کر زچہ کی پیٹھ کی ہڈی کے نزدیک خالی جگہ میں اکٹھی رکھ دے گویا ڈھیلی کر دے تو پھر نکلنے وقت دباؤ نہیں پڑے گا مگر احتیاط پھر بھی ضروری ہے۔ اس کے پاس بیٹھی رہے اور بار بار دیکھتی رہے کہ نال پھڑکتی ہے یا نہیں۔ جس طرح دل پھڑکتا ہے اگر نال اچھی طرح پھڑکتی ہو تو دوائی کو کچھ کرنے کی ضرورت نہیں نال پھڑکنے کے معنی یہ ہیں کہ بچہ آسانی سانس لے رہا ہے مگر جب نال پھڑکنا آہستہ آہستہ کم ہونے لگے تو سمجھ لو کہ اگر بچہ جلدی پیدا نہ ہوا تو موت لاحق ہے۔

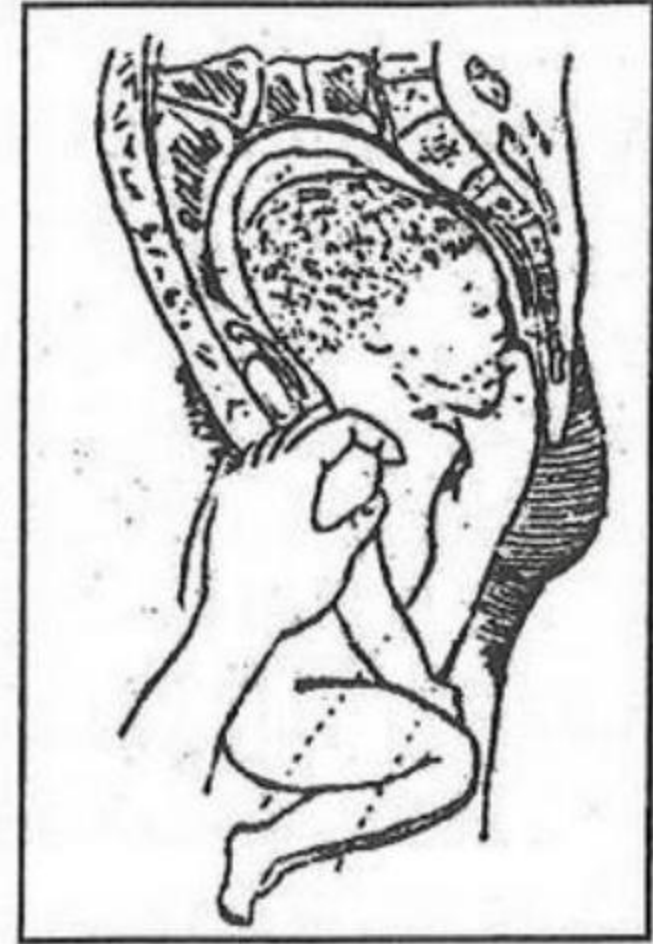
خون کے دورہ کم ہونے کی ایک یہ بھی نشانی ہے کہ بچہ ہانپنے لگتا ہے جب یہ موقعہ آئے تو پھر دیر نہ کرے اور ہاتھ ڈال کر بچہ کا سر نکالے۔

ہماری ناسمجھ دایاں ٹانگ نکالتے ہی کھینچنا شروع کر دیتی ہے۔ اس سے عورت کو سخت تکلیف ہوتی ہے اور اگرچہ یہ ناممکن ہے کہ سارا بدن بچہ کا باہر آ جائے مگر جب سر کا وقت آئے گا تو ایک ہی جھکے سے جان پرواز کرے گی اور گردن نکل جائے گی یعنی ٹوٹ جائے گی۔

جب پاؤں پہلے آئیں تو سارے جسم سے سر کا نکلنا ہی مشکل کام ہے کیونکہ جیسا کہ پہلے بتلایا جا چکا ہے۔ پاؤں پہلے نکلنے سے جھلی کا سارا پانی جلد بہہ جاتا ہے۔ گردن تک باہر آتے آتے رحم خالی ہو جاتا ہے اور سر ہی اندر رہ جاتا ہے گویا کہ رحم کے اندر اس پانی کے ہونے سے جو دھکیلنے کی طاقت تھی وہ کم ہو جاتی ہے۔ سر باہر آئے تو کیونکہ لہذا اس سے بھی ثابت ہوا کہ جب بچے کے سر نکلنے میں دیر ہو یا نال کا پھڑکنا کم ہو تو ہاتھ ڈال کر بچہ کو نکالنا چاہیے۔

طریق اس کا یہ ہے

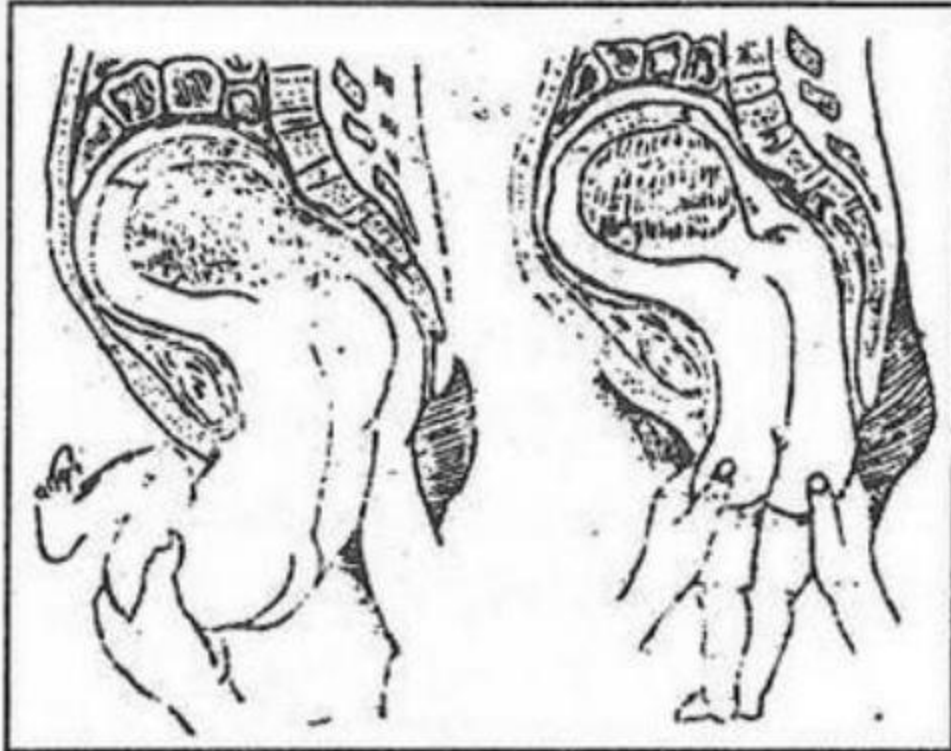
بائیں ہاتھ کی ایک یا دو انگلیاں بچہ کے منہ میں پھنسائے اور دایہ ہاتھ کی ایک یا دو انگلیاں بچہ کے گردن پر رکھ کر دونوں ہاتھوں کے مساوی زور سے نہایت آہستگی سے باہر کر لیں۔



بعض دائیاں دونوں کندھوں پر زور دے کر نکال لیتی ہیں مگر اس طرح 100 میں سے 20 ہی بچے زندہ نکلتے ہوں گے کیونکہ بچے کی گردن پر زور پڑ کر بچہ مر جاتا ہے۔

ایک ضروری بات

بچے کے بازو تھاپی لگائے اس کی چھاتی کے ساتھ لگے ہوتے ہیں جب ناف تک بچہ آ جائے تو آگے احتیاط رکھنی چاہیے کہ بازو پیچھے ہٹ کر سر کے دونوں نہ چلے جائیں۔ چھاتی سے اتر کر اور دونوں پہلوؤں کے ساتھ لگ کر باہر آنے چاہئیں اگر دایہ جلدی نہ کرے اور بچے کو بالکل کھینچے تو خود بخود ہی وہاں سے ہٹ کر پہلوؤں کی جانب آ جاتے ہیں اگر سر کے اوپر ہو گئے ہوں تو چھاتی نکلنے سے پہلے آہستہ سے منہ کی طرف سے اس طرح کہ بازوؤں کو بل نہ پڑے دونوں پہلوؤں کے ساتھ ملا دینے چاہئیں۔

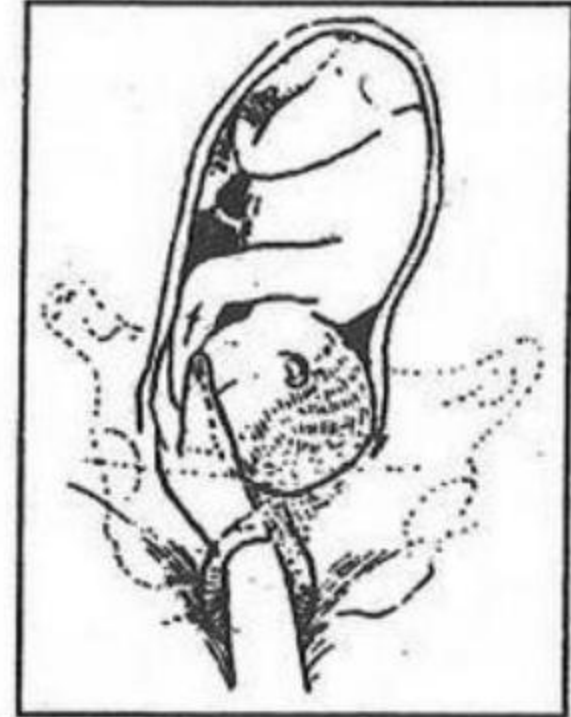


نوٹ: (1) گھٹنہ یا پاؤں کا ٹکٹنا ایک ہی جگہ درج ہوا ہے۔ اس واسطے کہ ان کی تدابیر ایک ہی ہیں۔ اگر گھٹنے پہلے آ جائیں تو بھی دو چار درد کے بعد پاؤں ہی آ گئے ہو جاتے ہیں۔
نوٹ: (2) ہانپنے کے بعد نکالا ہوا بچہ چونکہ کمزور ہو جاتا ہے۔ اس لیے ممکن ہے کہ جلدی نہ روئے۔ اس حالت میں وہ ہی تدابیر کرنی چاہئیں کہ جن کا ذکر پیچھے کیا جا چکا ہے۔
نوٹ: (3) اگر کوئی پہلے نکلیں تو 33 فیصدی بچے فوت ہو جاتے ہیں اور جو گھٹنے یا پاؤں پہلے نکلیں تو 50 فیصدی مر جاتے ہیں۔

بچے کے ہاتھ پہلے نکلتا

جب یہ معلوم ہو جائے کہ بچے کے ہاتھ پہلے نکلنے والے ہیں تو دایہ کا سب سے بڑا اور اہم ضروری کام یہ ہے کہ جھلی کو نہ پھٹنے دے یعنی پانی اندر رہنے دے اور وہ اس طرح ہو سکتا ہے کہ زچہ کو چپ چاپ لٹائے رکھیں اور ہاتھ ڈال کر دیکھتے وقت بہت احتیاط سے دیکھے۔ ایسا نہ ہو کہ انگلی کے دباؤ یا ناخن وغیرہ کے لگ جانے سے جھلی پھٹ جائے۔
دوئم: خود زچہ زور دینے سے باز رہے۔ بچہ کا ہاتھ پہلے آنا بہت تکلیف دہ ہے اگر اسی وقت انتظام نہ کیا جائے اور جھلی پھٹ کے رحم سے ہاتھ باہر آ جائے تو زچہ کو بہت ہی تکلیف ہوتی ہے اور بعض خوش نصیب زچوں کے بچے خود بخود الٹ جاتے ہیں مگر اکثر دایہ کو ہی اٹانے

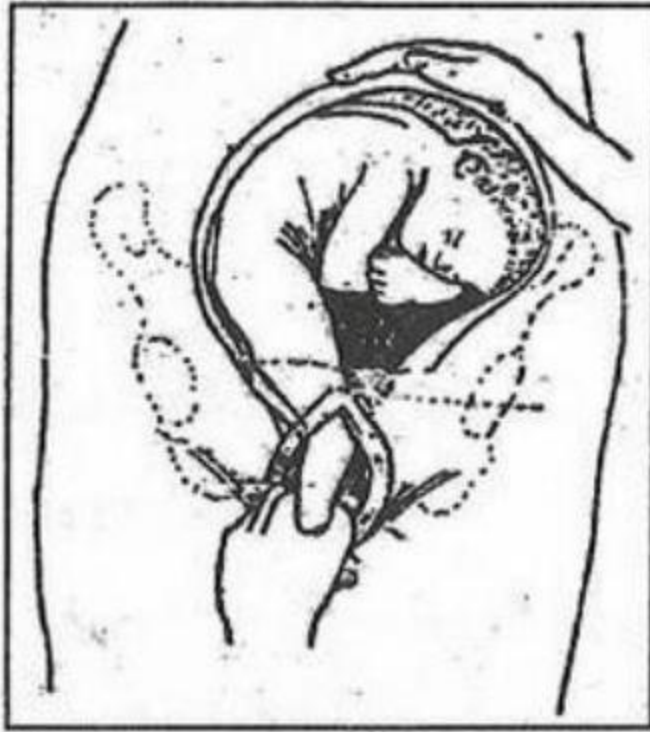
کی ضرورت ہوتی ہے۔ دایہ کو ہوشیار رہنا چاہیے اور جب دیکھے کہ رحم کا منہ کھل گیا ہے مگر پانی ابھی تک جاری نہیں ہوا تو ناریل کے تیل کو اپنے ہاتھ پر مل کر آہستگی سے اندر داخل کر کے پانچویں انگلیاں جوڑ کر رحم کے اندر داخل کرے اور جھلی کو اس طرف کرے کہ جس طرح بچے کا پیٹ 1 ہو پھر آہستگی سے جھلی کو پھوڑ دے۔ ہاتھ رحم میں ہونے کی وجہ سے منہ بند ہے اس واسطے پانی تو نہیں ہے گا پھر نہایت ملائمت سے جھلی کے اندر ہاتھ ڈال کر بچے کے ایک یا دو پاؤں پکڑے پاؤں پکڑتے ہی اگر درد اٹھے گا تو بچہ خود بخود الٹ جائے گا اگر ایسا نہ ہو تو پاؤں کو پکڑے رہے جس وقت درد اٹھے پاؤں کو نیچے کی طرف سرکائے۔ بچہ الٹ جائے گا۔ پاؤں نیچے اور ہاتھ دوسرا اوپر ہو جائے گا۔



جہاں زچہ طاقتور ہو وہاں ایک پاؤں نیچے اتارنا چاہیے اور جہاں کمزور ہو وہاں دونوں ہی پکڑے۔ جب ایک پاؤں پکڑا جائے تو پہلے ایک باہر آتا ہے اور دوسرا پیٹ کے ساتھ لگ جاتا ہے پھر جب کو لہے نکلتے ہیں تو ایک ٹانگ کے ساتھ ہونے کے سبب راستہ کھل جاتا ہے اگرچہ زچہ کو تکلیف تو ہوتی ہے مگر بچہ کا سر بآسانی نکل آتا ہے مگر دونوں پاؤں کو نیچے کرنے سے کولہوں کی جگہ کم ہوتی ہے اور اس واسطے وہ جلدی نکل آتے ہیں اور پھر بچے کا سر نکلتے میں دیر ہوتی ہے

اور سر نکلتے میں دیر ہونے سے بچہ کی موت کا خوف ہے۔ ایک بات یہ یاد رکھو کہ اگر پاؤں کی نسبت گھٹنے نزدیک ہوں تو گھٹنا ہی پہلے پکڑ کر اتار لینا چاہیے۔

ایک بات اور قابل بیان معلوم ہوتی ہے اور وہ یہ ہے کہ بچہ کا داہنا ہاتھ پہلے نکلتے والا ہو تو پاؤں یا گھٹنا بائیں پکڑ کر اتارنا چاہیے اور ہاتھ بائیں نکلے تو دایاں پاؤں یا گھٹنا پکڑ کر اتارنا چاہیے۔ اس طرح بچے کے پھیرنے میں بہت آسانی ہوتی ہے مگر ہاں یہ کس طرح معلوم ہو کہ کونسا ہاتھ نکلتے والا ہے۔ اس کے جاننے کی کچھ ضرورت ہی نہیں۔ جدھر کا ہاتھ پہلے نکلے اس کی دوسری طرف کا گھٹنا یا پاؤں پکڑنے کی ترکیب یہ ہے کہ جوںسا ہاتھ پہلے نکلے اس ہاتھ کے ساتھ ساتھ اپنا ہاتھ بغل میں داخل کریں پھر بغل سے برابر کی طرف ہاتھ لے جانے سے اسی طرف کے پاؤں یا ہاتھ پر ہاتھ پڑے گا پس اس کو چھوڑ کر دوسرا گھٹنا یا پاؤں پکڑ لیں۔



نوٹ: ذکر ہوا کہ جب رحم میں ہاتھ ڈالا جائے تو ہاتھ کو پیٹ کی طرف رکھنا چاہیے مگر اس بات سے ساتھ ہی ہوشیار رہنا چاہیے کہ بچے کی نال پر زور نہ پڑے۔

نوٹ: جب بچے کے پھیرنے کے لیے ہاتھ رحم میں ڈالا جائے تو جس وقت درد اٹھے۔ اس وقت ہرگز نہ ڈالا کریں اور جو رحم میں ہاتھ ڈالنے کے بعد درد اٹھے تو جب تک درد بند نہ ہو جائے۔ ہاتھ کو اسی جگہ پر ٹکائے رکھیں۔

یہ تو اس وقت کا ذکر ہوا کہ جب رحم کا منہ کھل گیا ہو اور پانی جاری نہ ہوا ہو اور اگر منہ اچھی طرح نہ کھلا ہو اور پانی بھی اچھی طرح جاری ہو گیا ہو تو کیا کرنا چاہیے۔

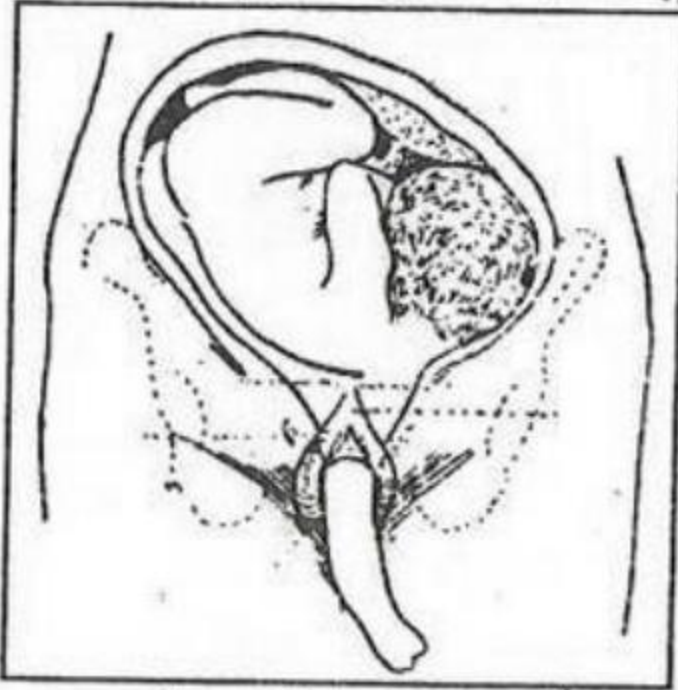
ہاتھ کی پشت کو اسی طرح روغن ناریل سے چڑھ کر آہستہ سے داخل کر کے پانچویں انگلیاں جوڑ کر رحم کے منہ میں رکھے اور آہستہ آہستہ انگلیوں کو پھیلا دے۔ اس سے منہ کھل جائے گا مگر ایسے زور سے نہ پھیلا دے کہ منہ پھٹ ہی جائے۔ اس دوران میں دوسرے ہاتھ سے زچہ کے پیٹ کو اچھی طرح پکڑے رہنا چاہیے تاکہ زیادہ تکلیف نہ ہو پس جب ہاتھ اندر داخل ہو گیا تب آگے وہی ترکیب ہے۔ سب سے مشکل حالت وہ ہے جب کہ رحم کا منہ کھل گیا ہو اور پانی جاری ہو چکا ہو اور ہاتھ باہر رحم کے آچکے ہوں۔ خدا کے عجیب کارخانے ہیں جب بچے کا سر پہلے نکلتا ہو تو اس کے پاؤں اور گھٹنے رحم کے منہ سے بہت دور ہوتے ہیں مگر کیا ہی خوب ہے کہ جب ہاتھ پہلے نکلیں تو گھٹنے اور پاؤں رحم کے منہ کے بالکل نزدیک ہوتے ہیں اگر ایسا نہ ہوتا تو ہاتھ رحم کے اندر داخل ہی نہ ہو سکتا اگر بازو کھینچ کر نکالتے تو بچہ اور زچہ اکثر جان بحق ہو جاتے اگر بازو کو پیچھے کرتے تو یہ ہونا مشکل تھا اور بازو لوٹ جاتا

خوب دیکھا

خدا کی باتیں خدا ہی جانتے

پس جب ایسی حالت آجائے تو سارا ہاتھ اندر داخل کرنے کی کچھ ضرورت ہی نہیں ہوتی۔ ایک دو انگلیاں داخل کر کے ان سے گھٹنے اور پاؤں کھینچ لینے چاہئیں کیونکہ ان کے کھینچنے سے ہاتھ خود بخود اوپر چڑھے گا۔

ان سب حالتوں میں جب پاؤں پہلے آگئے تو اس کے واسطے آگے وہی ترکیب ہے جو پاؤں کے پہلے آنے کی صورت میں ذکر ہوئی ہے۔



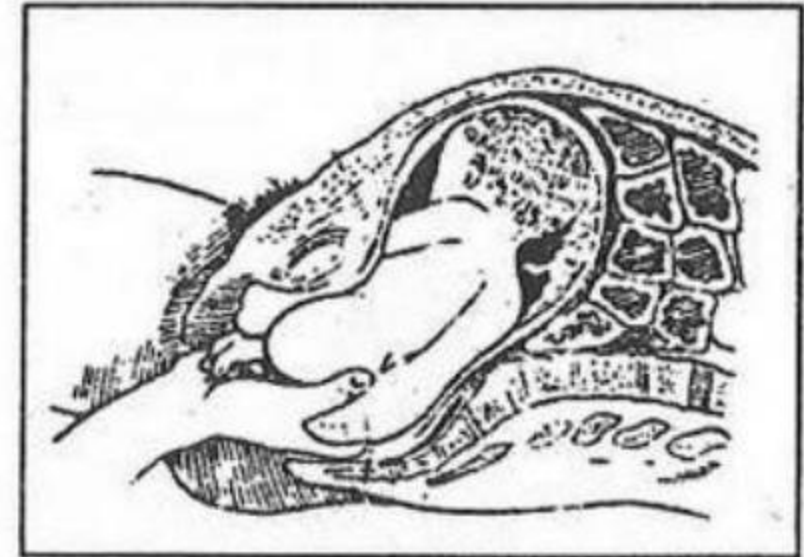
نوٹ: کہنی یا کندھے پہلے نکلیں۔ ان کے واسطے بھی وہی ترکیب ہے جو ہاتھ پہلے نکلنے کے واسطے بیان کی ہے۔
نوٹ: اگر سر کے ساتھ ہاتھ اور بازو نکل آئیں۔ دونوں ہاتھ اور دونوں پاؤں اکٹھے نکل آئیں۔ ایک ہاتھ اور ایک پاؤں اکٹھے نکلیں یا ہاتھ پیر اور نال اکٹھے نکل آئیں تو کیا کرنا چاہیے؟ کچھ مشکل نہیں ہے۔



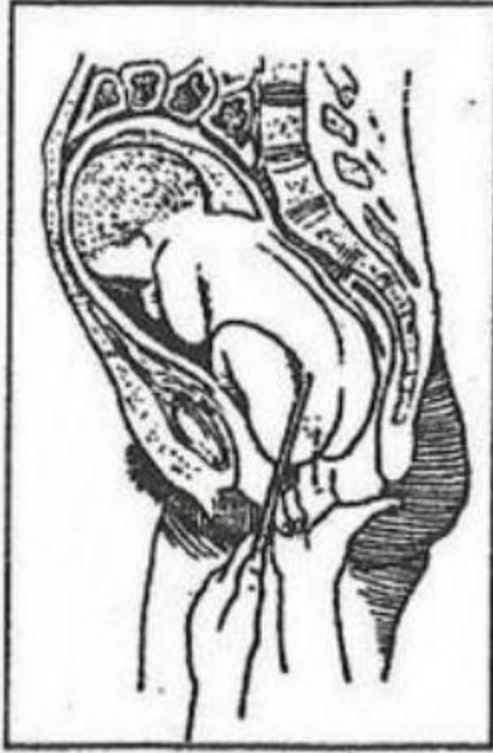
ذرا سوچ چاہیے مثلاً اگر سر کے ساتھ ہاتھ اور بازو نکل آئیں تو آہستہ سے ہاتھ یا بازو کو اندر کر دے۔ اس طرح سر ہی باقی رہ گیا اور جننے کی وہی حالت آگئی۔ اگر بہت نکل آئے ہوں تو پھر اسی طرح پاؤں یا گھٹنے کو پکڑ کر بچے کو گھما کر بچے نیچے کرے۔ آگے وہی ترکیب ہے جو پاؤں پہلے آنے کے واسطے ہے۔



اگر دونوں ہاتھ یا پاؤں نکلنے لگیں تو دونوں پاؤں کو ذرا کھینچ کر رحم سے باہر کرے۔ اس طرح ہاتھ اندر رہ جائیں گے اور پاؤں باہر آ جائیں گے۔ ایسی حالتوں میں زیادہ احتیاط اس بات کی رکھنی چاہیے



کہ کہیں جلدی سے پاؤں کی جگہ ہاتھ پکڑ کر نیچے نہ کیے جائیں۔ ایک ہاتھ اور ایک پاؤں نکل آئے تو اس کے واسطے بھی یہی ترکیب ہے۔



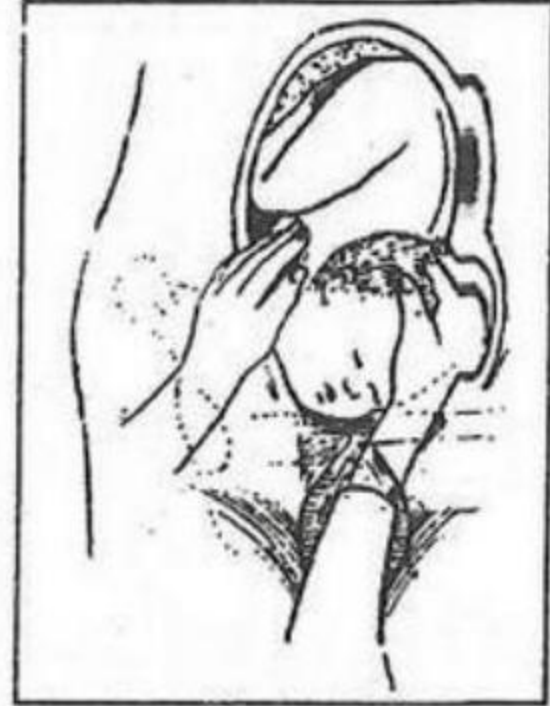
اگر ہاتھ پاؤں کے ساتھ نال بھی نکل آئے تو نال کو اوپر چڑھائے اور پاؤں کو نیچے کھینچے۔ نال کو اوپر چڑھانے کی ترکیب نیچے لکھی جاتی ہے۔

بچے کی نال کا پہلے نکلنا

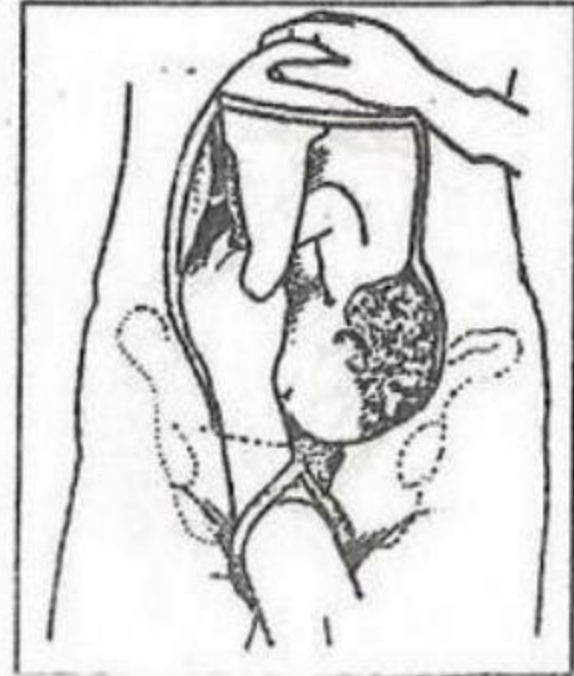
اس میں بچہ کی جان کا بہت خوف ہے کیونکہ بچہ کی جان اسی نال پر منحصر ہے۔ ذرا دباؤ پڑ گیا اور خون کی آمدورفت میں خلل پڑا تو بچہ کی جان کی خیر نہیں ہے۔ زچہ کو اس حالت میں اور حالتوں سے کم تکلیف (اگر ایسی حالت میں انگلی ان کے گڑھے تک نہ پہنچے تو اوزار استعمال کیا جاتا ہے)



ہوتی ہے۔ بچہ کی نال تو شاذ و نادر ہی پہلے نکلتی ہے۔ جب پہلے نکلے جھٹ پیچھے ہاتھ پاؤں کو لہا سر آتا ہے۔ جب سر پہلے نکلے تو نال اکثر کم آتی ہے اور جو بچہ کے ہاتھ پاؤں یا کو لہے پہلے نکلیں تو اکثر اس کے ساتھ نال آ جاتی ہے۔ وجہ یہ ہے کہ جب سر پہلے نکلتا ہے تو رحم کا منہ بخوبی بند ہو جاتا ہے اور باقی ایسی حالتوں میں نہیں ہوتا اور کوئی چیز باہر نہیں آ سکتی۔



برخلاف اس کے جب پاؤں وغیرہ نکلیں تو رحم کا منہ اچھی طرح بند نہ ہونے کی وجہ سے اس کے ساتھ نال بھی باہر آ جاتی ہے۔ مندرجہ ذیل صورتوں میں نال کا سر کے ساتھ آ جانا بھی ممکن ہے۔ (جبکہ سر کے ساتھ ہاتھ آئے مگر ابھی ہاتھ دور ہو تو ہاتھ اوپر کیا جاسکتا ہے اور صرف سر سامنے)



جب بچہ کا سر معمول سے چھوٹا ہو۔
بال بہت ہی لمبے ہوں۔
سر کے ساتھ ہاتھ بھی نکلیں۔
زچہ کے گردے کی ہڈی بہت چوڑی ہو۔
جب جوڑے پیدا ہوں۔

رحم اصلی جگہ سے ادھر ادھر ہٹ جائے۔

جملی میں بہت پانی بھرا ہوا ہو اور وہ پانی اچانک باہر آ جائے۔

جب نال پہلے آئے تو پہچاننا مشکل نہیں ہے کیونکہ رحم کے منہ پر بلکہ اندام نہانی تک نال کا بیج نکلتا ہوا اور پھڑکتا ہوا معلوم ہوتا ہے۔ دو چار انچ دیکھ کر معلوم ہو سکتا ہے کہ نال ہی ہے اور جب بچہ پیٹ میں مر جائے تو نال پھڑکتی نہیں مگر اچھی طرح یہ دیکھنے سے شبہ تو بالکل نہیں رہتا کہ یہ نال ہے یا دیگر عضو۔

جب نال پہلے آئے تو سب سے زیادہ احتیاط اس بات کی چاہیے کہ اس پر دباؤ نہ پڑے۔ جب تک بچہ رحم میں رہتا ہے تب تک نال پر دباؤ لازم نہیں اور جب رحم سے منہ باہر نکل آیا تو اتنا خوف نہیں رہتا۔ واہ تیری قدرت! سر کے ساتھ اگر نال آئے تو زیادہ دباؤ نہ پڑ جانے کا خوف تھا۔ اس کا کیسا اعلیٰ انتظام کر دیا کہ رحم سے منہ باہر آیا اور دباؤ کا خوف کم ہو گیا۔

اس بات پر خیال رکھ کر کہ نال پر دباؤ نہ پڑے۔ عورت کو جس طرف سے نال نکلی ہو۔ اس سے دوسری جانب لٹا کر ہاتھ اندر داخل کر کے دو تین انگلیوں سے نال کو اکٹھا کر کے جب درد بند ہو۔ اسی وقت انگلی سے رحم کے اندر کر دی اور وہاں دوسری درد اٹھنے تک انگلیوں سے تھامے رہے اور جب تک جائے تو ہاتھ نکال لے اگر نال پھر گر پڑے۔ اس طرح چڑھائے۔ چاہے کتنی دفعہ کیوں نہ چڑھانی پڑے۔

نوٹ: نال اگر اول نکلے تو بہت کم بچے جیتے ہیں۔ احتیاط اس بات کی ہے کہ دباؤ نہ پڑے اگر درد اٹھتے ہی نال نکل آئے تو سمجھ لو کہ بچہ کی جان کی خیر نہیں ہے کیونکہ بہت مدت تک دباؤ نال پر پڑے گا ہاں اگر بچہ پیدا ہونے سے تھوڑی دیر پہلے گرے تو اتنا اندیشہ نہیں ہے۔

آنول کا پہلے نکل آنا

کبھی کبھی آنول بھی پہلے نکل آتی ہے اور یہ نہایت ہی خوفناک ہے۔ آنول رحم کے اوپر کی طرف لگی ہوتی ہے مگر بعض عورتوں کی بد قسمتی سے رحم کے منہ کے کسی ایک طرف ساتھ ہی لگ جاتی ہے پس یہی حالت ہے کہ جس میں آنول پہلے نکلتی ہے۔ جب اس طرح رحم کے منہ کے قریب آنول ہو تو اکثر خون پانچویں چھٹے مہینے جاری ہو جاتا ہے اور یہ خون بعض اوقات اس قدر زیادہ ہوتا ہے کہ عورت مر جاتی ہے۔

شاہ دناور ہی ایسا ہوتا ہے کہ خون بالکل جاری نہ ہو۔ یہ بھی اچھا نہیں کیونکہ اگر خون تھوڑا تھوڑا بہتا نہ رہے گا تو جفنے کے وقت اتنا جاری ہوگا کہ زچہ کی ہلاکت کا باعث ہو۔ جب خون بہت آئے تو اگر زچہ خدا نخواستہ بچ بھی رہے تو اسقاط کا اندیشہ ہے۔ اس واسطے تھوڑا تھوڑا خون بہنا بہتر ہے۔

پانچویں یا چھٹے مہینے جب اچانک خون جاری ہو جائے تو کپڑے صاف کر کے اندام نہانی کے اندر رحم کے منہ تک پہنچا دینے چاہئیں اور ان کو بدلتے رہنا چاہیے مگر سب سے اعلیٰ ترکیب یہ ہے کہ جب سے خون جاری ہو زچہ کو چلنے پھرنے سے بالکل روک دیں اور نرم بسترے پر لٹائے رکھیں اور جب تک پورے دن قریب نہ آئیں۔ اسی طرح ان کو روکیں غذا نرم اور زور ہضم دیں اور کمزوری کو دور کرنے کے واسطے دودھ وغیرہ دیں۔ جب خون جاری ہوتا ہے تو رحم کا منہ تھوڑا کھل جاتا ہے۔ اس وقت ہاتھ ڈال کر بچہ دیکھ لینا چاہیے کہ آنول منہ پر ہے۔ انگلی جسم کے اندر ڈالتے ہی نرم نرم چمڑا آنول کو بخوبی ظاہر کر دیتا ہے۔ جب یہ یقینی ہو تو پورے دن آنے پر..... بچہ کو پھیر کر جتنا بہت ٹھیک ہے۔ درد اٹھتے ہی ہاتھ کو آہستہ آہستہ اندر آنول کی ایک جانب سے لے جائے اور بچے کا سر نیچے رحم کے منہ تک پھیر لائے۔ خون درد اول سے ہی بے شمار شروع ہو جاتا ہے۔ ہاتھ اندر ڈالتے سے ہی رک جائے گا اور جب بچے کا سر رحم پر آ گیا تو ہاتھ نکالنے کے بعد بھی رک رہے گا مگر یہ تدابیر اس حالت میں کرنی چاہیے جبکہ خون بے شمار جاری نہ ہو اور پانی کی جھلی ابھی پھٹی نہ ہو اور رحم کا منہ کھل گیا ہو مگر جب رحم کا منہ نہ کھلا ہوا ہو اور خون کے جاری ہونے سے زچہ بہت کمزور ہو گئی ہو اور خوکی طرح سے بند نہ ہوتا ہو تو

سب سے اول ہاتھ ڈال کر آنول نکال لینی چاہیے اور جب یہ سب دور ہو گیا تو خون بند ہو جائے گا۔ یہ صرف اشد ضرورت کے وقت کرنا چاہیے کیونکہ آنول کے پہلے باہر آ جانے سے بچہ مر جاتا ہے۔ اس کی جان تو آنول کے ہی سہارے ہے۔ یہاں تک لکھا ہے کہ وقت مقررہ سے پہلے بھی اتنا خون جاری ہو جائے کہ عورت کی جان کا خوف ہو اور بند کرنے سے بند نہ ہوتا ہو..... تو آنول کو نکال لینا چاہیے اگرچہ بچہ مر جائے گا مگر زچہ تو بچ رہے گی۔ آنول جب رحم کے منہ پر ہو تو رحم سے کچھ زیادہ چٹنی ہوئی نہیں ہوتی ہے اگر بچہ کو پھیر کر جتنا جائے تو بچے کے باہر آتے ہی آنول کو ہاتھ ڈال کر نکال لینا چاہیے۔ اس وقت رحم سے بالکل چھٹ گئی ہوگی اور دیگر حالتوں میں بھی ایسی چٹنی ہوئی نہیں ہوتی جو کچھ خوف کا اندیشہ ہو۔

ہاں اس بات کا خیال رکھو کہ جب آنول نکالنے لگیں تو ہاتھ سے کئی بل دے کر اس کو نکالنا چاہیے تاکہ سب کچھ اس کے ساتھ لپٹ جائے اور باقی چیز کوئی نہ رہے۔

نوٹ: اگر خون زیادہ نہ جاری ہوا ہو اور رحم کا منہ تھوڑا سا کھلا ہو تو جھلی کو پھوڑ کر پانی نکال دینا چاہیے اگر جھلی میں بہت سا پانی معلوم ہو تو پھوڑ کر نکال دینا چاہیے۔
نوٹ: جب آنول کو پہلے نکالنا مناسب ہو اور بچہ کا پھیرنا بھی مشکل ہو تو جھلی کو پھوڑ کر پانی نکال دیں۔

جوڑے بچوں کا پیدا ہونا

جس وقت بچہ پیدا ہو تو دایہ کا پہلا کام یہ ہے کہ دیکھے کہ دوسرا بچہ کہیں پیٹ میں تو نہیں ہے۔ زچہ کے پیٹ پر ہاتھ رکھ کر دیکھنے سے اگر پیٹ خالی نہ ہو بلکہ اتنا ہی معلوم ہو جتنا کہ پہلے تھا تو سمجھ لو کہ دوسرا بچہ پیٹ میں ہے۔ پہلا بچہ پیدا ہو جانے کے سبب راستہ کھلا ہوا ہوتا ہے اور ایک گھڑی کے بعد درد اٹھتے ہی دوسرا بچہ پیدا ہو جاتا ہے لیکن اگر ذرا ایک گھڑی سے زیادہ دیر لگ جائے تو دایہ کو جنوانے کی جلد کوشش کرنی چاہیے کیونکہ دیر ہو جانے سے رحم اور اندام نہانی کا راستہ جو پہلا بچہ ہونے سے فراخ ہو گیا تھا۔ بتدریج چھوٹا ہونے لگے گا اور پھر بچے کے پیدا ہونے میں بہت ہی تکلیف ہوگی۔ علاوہ ازیں اگر خون جاری ہو گیا ہو تو بچہ کی موت کا خوف ہے۔

پس ایک گھڑی کے بعد ہاتھ اندر داخل کر کے جھلی کو پھوڑ ڈالے بس پانی جاری ہوتے ہی درد اٹھے گا اور بچہ پیدا ہو جائے گا۔

جوڑے بچے رحم میں اس طرح رہتے ہیں کہ ایک کا سر دوسرے کے پاؤں کے ساتھ ہوتا ہے۔

بچے کا سر اگر پہلے نکلے تو دوسرے کے پاؤں پہلے نکلتے ہیں اور جو پہلا آسانی سے پیدا ہوتا دوسرا بھی آسانی سے پیدا ہوتا ہے۔ جب جھلی پھوڑ دینے سے بھی بچہ پیدا نہ ہو تو گھڑی دو گھڑی بعد بچہ کے پاؤں کو پکڑ کر نیچے آہستہ آہستہ اتار لینا چاہیے۔ آگے وہی ترکیب ہے جو پاؤں کے پہلے آنے کی صورت میں ذکر ہوئی ہے۔ جب پہلا بچہ پیدا ہو جائے اور یہ معلوم ہو کہ دوسرا بچہ اندر ہے تو آنول کو دوسرا بچہ پیدا ہونے تک نہ نکالنا چاہیے جب دوسرا بچہ پیدا ہو جائے گا تو آنول خود بخود گر پڑے گی مگر ایک بات یاد رکھنے کے قابل ہے کہ دو بچے پیدا ہونے کے سبب رحم کمزور ہو جاتا ہے اور جلد ہی نہیں سکڑتا۔ اس واسطے آنول کچھ دیر بعد گرا کرتی ہے۔ اس کا فکر نہ کرنا چاہیے مگر جب دیر بہت ہو جائے تو ہاتھ داخل کر کے نکال سکتے ہیں مگر دونوں کو علیحدہ علیحدہ نہایت احتیاط سے جس کا ذکر آنول نکالنے کے بیان میں آئے گا۔ نکالیں۔

دوسرا بچہ پیدا ہونے کے بعد ایک انگریزی دوائی۔ ”آرگٹ آف رائی“ ایک ماشہ کے قریب کھلا دینے سے رحم جھٹ سکڑ جاتا ہے اور آنول باہر آگرتی ہے۔

نوٹ: تین تین چار چار بچے بھی اکٹھے پیدا ہو سکتے ہیں۔

نوٹ: بعض اوقات یہ بھی ہوتا ہے کہ زچہ ایک بچہ آج جنے اور ایک اگلے دن۔ کئی عورتوں کو ایک بچہ ہونے کے دوسرے دن جوڑے پیدا ہو جاتے ہیں اور بعض عورتوں کو چودہ چودہ اکیس اکیس دن کے بعد دوسرا بچہ پیدا ہوتا ہے۔ تدبیریں کرنے کے بعد بھی اخیر کو یہی کہنا پڑتا ہے۔

عزت پیدا کرنے کا تعویذ

عامل کو چاہیے کہ اگر وہ اپنی عزت کو فرغ دنیا چاہتا ہے تو مندرجہ ذیل تعویذ کو کسی کاغذ پر تحریر کرے لیکن خود ضروری حاجات سے فارغ ہو کر نہادھو کر بلکہ اچھی طرح صاف ہو کر عمل شروع کرے اور جب لکھ لے یا درپے اس تعویذ کو مشک سے لکھا جائے کہ بہت جلدی اثر کرے پھر اسکو اپنے

۲۲	۲۶	۱۹	۱۲
۲۸	۱۷	۳۲	۲۷
۱۸	۳۱	۲۳	۲۱
۳۵	۳۰	۲۰	۳۰

پاس رکھ چھوڑے۔ جہاں جائیگا عزت اور شہرت حاصل کرے گا۔ اور تمام لوگ خوش اخلاقی سے پیش آئیں گے۔ اور عزت کریں گے۔

محبت و عزت بڑھانے کے خنتر

حرف داؤ تانیے کی تختی پر بنا کر اس کے اوپر لکھے۔ لکھنے کا وقت

۳۲	۳۹	۳۲
۳۳	۳۵	۳۸
۳۸	۲۱	۳۶

بیک ساعت کا ہو یعنی جس وقت قمر برج اسد میں طلوع ہو یہ خنتر نہایت ہی اچھا اور بہت جلد اثر کرنے والا

ہے مگر شرط یہ ہے کہ اس پر احتیاط سے عمل کیا جائے۔

مندرجہ ذیل منتر کو ہر دن کی کھال پر تحریر کرے اور برج ثور میں قمر کو

خبر یہ ہے۔

محبت و مقصد حاصل
کرنے کا خبر

مندرجہ ذیل خبر میرا ایک قسم کا

۷۹	۸۶	۲	۸
۷	۷	۸۳	۸۲
۸۵	۷	۹	۱
۴	۶	۷	۸۲

مطلب حاصل کرنے کے لئے لکھا جاتا ہے اور اس کو اتوار کے دن ملدی

سے کاغذ پر لکھو اور نیچے اپنا مطلب

۱۱	۱۸	۲	۸
۷	۳	۱۵	۱۲
۲۷	۱۲	۹	۱
۴	۶	۱۳	۱۶

جس کو تم حاصل کرنا چاہتے ہو۔ تحریر

کر دو پھر اس کی ایک بتی بنا کر کسی کو دے

سکوئے میں جلادو اور سات دن تک

باقاعدہ متل کرو اور ساتھ یہ تر پڑھو

اوم اوم سرنگ سرنگ

خاوند کو عورت سے دور کرنے کا منتر

اگر کوئی عورت اپنے تپ سے غصے ہو جائے تو مندرجہ ذیل خبر کو

استعمال کرے اس خبر کو پھول کے برتن پر سرخ صندل سے لکھ کر

پانی میں ڈال دیا جائے۔ جب کھل جائے تو بعد ازاں رنجیدہ عورت

تو وہ پانی پلا دیا جائے۔ تو عورت پیتے ہی خاوند سے غلطی کا اتراف

کرے گی اور ہمیشہ کے لئے جدائی کا نام نہ لے گی اور آگے سے بھی نہ

۳۸	۳۵	۲	۷
۸	۲	۳۲	۳۱
۳۲	۲۹	۹	۱
۴	۶	۳۰	۳۳

نہایت کا اظہار کرے گی۔
اور کبھی کوئی خیال تپ کی بابت
دل میں نہ لائے گی۔
خبر یہ ہے۔

عمل با نچہ عورت کے واسطے

صبح سویرے اٹھ کر ضروری حاجات سے فارغ ہو کر ایشان

کرے اس طرح سے چالیس روز تک ایک سو ایک تک و تلو

پڑھ کر روز کھلا دے مگر کھلانے سے پہلے یہ ضروری ہے کہ اس

خبر کو لکھ کر زوم جامہ کر کے عورت کے دائیں ہاتھ میں باندھ دے

جب بچ پیدا ہو جائے تو اس خبر کو جو کہ ہاتھ کے ساتھ باندھ

لیا گیا ہے۔ کنوئیں میں ڈال دے۔

نوٹ: جو ہند سے دائرے میں لکھے گئے ہیں وہ خبر کی چال

کے ہیں۔

۱۷۲۷۳	۸	۱۷۲۷۴	۱	۱۷۲۷۹	۱	۱۷۲۷۶	۱
۱۷۲۷۸	۲	۱۷۲۷۵	۲	۱۷۲۸۲	۵	۱۷۲۷۷	۳
۱۷۲۷۸	۲	۱۷۲۸۷	۶	۱۷۲۷۲	۹	۱۷۲۷۱	۹
۱۷۲۷۵	۱۰	۱۷۲۷۱	۷	۱۷۲۷۹	۴	۱۷۲۸۰	۲

میتھن

میتھن اُس کرما کا نام ہے جس کے دوارا شرشتی کی اُپیتی اور لے ہوتا ہے۔ اگر کوئی یہ بھی کہے تو اتیکتی نہ ہوگی کہ میتھن ہی پر شرشتی کا سارا دار و مدار ہے، میتھن کا ورثہ کرتے ہوئے آچاریوں نے اُس کے آٹھ ویبھاگ کئے ہیں جو اس پر کار ہیں :-

سمرن، کیرتن، کیلی، درشتی پات، گپت بھاشن، سنکلیپ اڈھیہ وساک اور کرما یورقی، ایتادی ایتادی آٹھ پرکار کا میتھن مانا گیا ہے۔

سمرن - کسی استھان پر پڑھ کر، دیکھ کر، سن کر یا چتر کو دیکھ کر دھیان لگن ہو جانا ہی سمرن کہا جاتا ہے۔

کیرتن - استریوں کے روپ، رنگ گن اور انگوں کی بری بھاؤنا کرنا اٹھوا اٹھیل گیتوں کا گانا ایتادی ایتادی۔

کیلی - استریوں کے ساتھ تاش، بستر، گزلیفہ و اُتیہ کوئی کھیل کھیلنا۔

پرکیشن - کسی استری کو بار بار گد رشتی سے دیکھنا۔



گہیہ بھاشنم - استریوں کے ساتھ

بیٹھ کر قصے کہانی کہنا، انھیں گانا سنانا، شرنگار رس پورن کو تیا میں سنانا ایتادی

سنکلیپ - کسی اپڑ پتیہ استری پر مگدھ ہو کر اُس کو پراپت کرنے کے لئے

کبتدھ ہو جانا اور پراپت کرنے کی کوشش کرنا۔

اڈھیہ وساکے - استری سمجھوگ سکھ کو معلوم کر کے اُس کے لئے پرے تن شیل ہونا۔

کرما یورقی - پرکیشن ہی سمجھوگ کر کے ویرے دان دینا ایتادی ایتادی آٹھ پرکار کے میتھنوں کو کام شاستر کاروں نے اور اُتیہ آچاریوں نے مانا ہے۔ یہ آٹھوں پرکار کے میتھن تو اُنت کال سے ورثہ ہوتے چلے آ رہے ہیں اور پر بدھ ہیں۔ ان کے علاوہ تین پرکار کے میتھن آج کل اور بھی نظر میں آ رہے ہیں جن کو اب نوین سبتھینا کانوین آؤشکار بھی کہا جائے تو بھی اتیکتی نہ ہوگی۔ جو کہ اس ورثے کو لکھتے ہوئے لکھتی کانپ رہی ہے تنھا کلیجا منھ کو آ رہا ہے، لجا لکھنے کی آگیا نہیں دے رہی ہے مگر نو نوؤک سماج کو سچیت کرنے کے ابھیر پائے تنھا پر سنگ کو پورن کرنے کے خیال سے اس اٹھیل ورثے کو بھی لکھنے پر مجبور ہونا پڑ رہا ہے۔

ان تینوں میتھنوں میں سرور پر تھم گدا میتھن ہے جس کو لونڈے بازی یا اعلام کے نام سے بھی پکارتے ہیں یہ میتھن عام طور پر چھوٹے چھوٹے بچوں کے ساتھ کیا جاتا ہے۔ اور ان کے جنوں کو نشہ کرنے کا کارن بن جاتا ہے۔ شوک تو اس بات کا ہے کہ ان وشپیوں کی شکستادینے والے وہی ہانہ بھاؤتے ہیں جو انکے شکشک نیت کے جاتے ہیں اور اس نشہ میتھن کی شکشا بچوں کو انکے ماسٹروں دوارا ہی پراپت ہوتی ہے یہی وجہ ہے کہ یہ ویسن دن پر تیدن زور رکھ رہا ہے۔ جب رکشک ہی بھکشک بنے ہیں تب اور وں کا کہنا ہی کیا ہے۔ جیسے ہی لڑکے اسکولوں میں گئے ویسے ہی ان کو اس ناش کاری کر یا کی شکشاملی اور دن دوئی رات چوگنی ترقی کرنے لگی۔ کسی کسی کو تو یہ عادت بڑھاپے تک نہیں چھوڑتی

اور دن دوئی رات چوگنی ترقی کرتی ہی جاتی ہے۔

یہ دُرگن کتنا ناش کاری اور بھیانک ہے اس کا بتلانا ہی کھٹن اور دُشکر ہے کیوں کہ گدا میٹھن کرنے اور کرانے والے دونوں کے دونوں ہی ناش کاری مارگ کی اور اگر سر ہوتے چلے جاتے ہیں۔ اس لئے اس کے بارے میں اتنا ہی کہنا پر یا ہے کہ اگر جیون میں سکھ کی لالسا ہووے تو اس دُر ویہ سن کی اور بھول کر بھی درستی پات نہ کریں۔

دوسرا میٹھن ہے ہست میٹھن جس کے سمن ماتر سے ہی رومانج ہونے لگتا ہے کیوں کہ اس دُر ویہ سن نے تو دلش ستیہ ناش ہی کر ڈالا۔ ڈاکٹر بل کا کہنا ہے کہ ہست میٹھن وہ تیز کلہاڑی ہے جس کو منشیہ اپنے ہاتھوں سے ہی اپنے پیر میں مارتا ہے اُس اگیانی ٹورکھ کو اُس سنے تک کچھ حیت نہیں ہوتا جب تک اس کا ہر دے،

مستشک اور موبتراشے ایک دم نکما اور نر بل

نہیں ہو جاتا اور ان اویووں کے نکتے اور نر بل

ہونے کے ساتھ ہی سو پُن دوش، شیکھر پتن، پر میہ

گرمی، سوزاک، اتیادی اتیادی بھیانک اور پران

ہاری روگوں کے چلے ہونے شروع ہو جاتے ہیں۔

جن نیندزی ایک دم دُر بل، شہل، چھوٹی



اور کمزور ہو جاتی ہے۔ جوانی کے وقت میں ہی بڑھاپا گردن پر سوار ہو جاتا ہے۔ چہرے

کی چمک دُمک اور کانتی کا کہیں پتہ نشان بھی نظر نہیں آتا۔ اس میٹھن نے بالوں

کو ایک دم نر بل، تہیج اور خشک بنا ڈالا۔ اس ہست میٹھن میں اتنے دوش

ہیں کہ اگر ان کا ورثہ کیا جائے تو یہ گرنٹھ اسی پر سنگ میں پر پورن ہو جائے کھینٹے

کورا کا کورارہ جاتے اتنا یو اس وشے کو اسی استھان میں چھوڑتے ہیں۔

تیسرا اتینت تجا سپد میٹھن پشو میٹھن ہے جو اتینت اُنٹے اور کاما۔ د۔ نر

پشوؤں کے ہی لئے ہوتا ہے۔ اس وشے کے لیکھ تو اُنیکوں ملے ہیں مگر ابھی تک میری

نظروں میں یہ گھٹنا نہیں آئی البتہ اخباروں وغیرہ میں کبھی کبھی ایسا پڑھنے میں اوشیہ

آیا ہے۔ مجھے پورن روپے وشو اس ہے کہ اُپر وکت دونوں میٹھنوں کا دُورن پڑھنے

سے ہوا ٹھک گن اس میٹھن کی بھیشنتا کا انوکھو کر لیں گے۔ اس پر کار آٹھ پراچین

اور تین نوین کل ہلا کر 11 بھید میٹھن کے رکھے گئے ہیں مگر ان میں سے تین

نوین میٹھنوں کی اور تو سو پن میں بھی نہ بھگنا چاہئے۔



میٹھن کا استھان

میٹھن کے لئے جو استھان نیت کیا جائے اس کے بنانے اور سجانے میں اتینت

ہی بدھیمانی اور چاتریتا سے کام لینا چاہئے کیوں کہ گر بھادھان سنسکار کا یہی مکھیہ

کیندر ہے۔ گر بھادھان سنسکار کے سنے ایک ننھیں سے ننھیں وستوئے بیکر بڑی سے بڑی

وستو کا اثر گر بھ میں پڑتا ہے۔ یہ پرتیکش بات پر مانت ہو چکی ہے جو میٹھن کا استھان

بھلی پر کار سا ودھانتا کے ساتھ سجانا اور بنانا چاہئے۔

گر بھادھان سنسکار کے لئے مکر اخلاصہ، ہوادار، سندر، شجنت، سنگدھت

اور پرکاش نے ہونا چاہئے۔ آلوں، تانوں اور الماریوں میں سندر، سنگدھت، پشپوں

سے سنیکت گلہ سے رکھے رہنا۔ ادھر ادھر شیشوں کی سجاوٹ نیچے گلگا اور نرم فرش

سندر و چاروں سے بھری ہوئی پستکیں، استھان سجانا سندر، سنگدھت، آند دانی دو

شنیائیں بچھو کر ان کو بھلی پر کار شجنت کرنا چاہئے دونوں شنیائوں کے سر ہانے دو

چوکیاں جن پر سدر موچھے لوٹوں اور گلاسوں میں ڈھکا ہوا پانی تھا پوششیک مشٹھان بتیادی
کھانے کے پدارتھ رکھنا چاہئے، پان دان، اتر دان، اگل دان، بتیادی، بتیادی سب
سامان یہ تھا استھان ہونا چاہئے۔ اگر گان وادیہ سے پریم ہو تو گان وادیہ کا سامان بھی
یہ تھا استھان ہونا چاہئے۔ اگر گان وادیہ سے پریم ہو تو گان وادیہ کا سامان بھی یہ تھا استھان
رکھ دینا چاہئے۔ کہنے کا تا پیرے یہ کہ اُس کرے کو اس پر کار سجا کر رکھنا چاہئے کہ اُس
میں جا کر پریشک استری پریش کام کے وشی بھوت ہو جائے اور کام واسنا سے پریتے ورت ہو لکے۔

سماگم سے پور و کر نیوالے کاریے

دیواہ ہو جانے کے بعد اور سماگم کے پور و استری اور پریش دونوں ہی ایک
دوسرے سے ایک دم اُن بھگیہ رہا کرتے ہیں مگر ایک شکتی ہوتی ہے جو دونوں کے
پرے استھلوں میں اُٹھل پٹھل چماتے۔ ہتی ہے اس شکتی اتھوالا نسا کا نام ہے پریم!

پریم کیسیل پیارا اور چٹا کر شک مشبد ہے اس کے بھیت
سوارگ اور نرک دونوں ہی ورومان ہیں۔ ڈاکٹر فاؤلرنا
کاگتھن ہے کہ Those who love in spirit shovidunire



in son یعنی جو آتھرک ہرے سے ایک دوسرے کو
ہوں اسی کا نام پریم ہے اور جن دو استری
بنا اس پر کار کا پریم موجود ہوا نہیں کا جم سار تھا ہے

پریم وہی ہے جس میں کسی پر کار کا سوار تھ نہ ہو کیوں کہ چا پریمی اپنے پریمی سے
کسی کا بدلہ نہیں چاہتا اور وہ یہ بھی نہیں جانتا کہ وہ اپنے پریمی کو اپنا پیار
کیوں ہے چنانچہ بھوت ناگھ شکر جی اور یاروتی جی میں اسی پر کار کا پریم تھا۔

یاروتی جی نے اسی پریم کی چنگاری میں اپنے شریر کو بھسم کر دیا۔
کام شاستر کاروں نے اس پریم کے چار کارن مانے ہیں:۔
(1) اٹھیا س سے ہونے والا پریم۔ یہ پریم اٹھیا س کرنے سے بڑھتا
ہے جسے گانا بجانا، ناچنا، بتیادی کر یاؤں سے پریم۔
(2) وچاروں سے ہونے والا پریم۔ جو پریم کسی پر کار کی اٹھیا لاشا کو
ہرے میں رکھ کر کیا جاتا ہے وہ وچاروں سے ہونے والا پریم کہا جاتا ہے۔
(3) بہرن کرنے سے اُتھن ہونے والا پریم۔ دھیان میں رکھ کر کسی کو بھی بہرن
کہنے سے جو پریم ہوتا ہے وہ بہرن کرنے سے اُتھن پریم کہا جاتا ہے۔

(4) وشیوں سے اُتھن ہونے والا پریم۔ جو پریم اندریوں کے وشیے دوارا اُتھن
ہوتا ہے وہ وشیوں کا پریم کہا جاتا ہے۔ دُتیکے اندر
پریم ہی سار و ستو ہے بنا پریم کے دنیا کا کوئی کام نہیں چلتا۔



دن چیزیا کے مکھیہ کام داتن

بارہ انگل ارتھات اپنے ایک بالشت لمبی نیم، ہوا، بھور، سہورا، بتیادی
کی داتن لیکر اُس کے ایک ہرے کو لیکر دانت سے کچل کر کوچی بناوے اسی کوچی سے
دانتوں کو بھلی پر کار رگر رگر کر صاف کر ممکن اور مناسب سمجھے تو دانتوں کو ملے
کے کوئی میجن بھی استعمال کیا کرے جو دانتوں کو مضبوط اور ٹسٹ بناوے۔

پانکھوں کی جانکاری کیلئے کچھ لوگ نیچے دیے جاتے ہیں جو دانتوں کو ٹسٹ اور مضبوط
بناتے ہیں۔ (نوٹھ پاؤڈر و نوٹھ ٹسٹ، نئی نئی کمپنیوں کے بہت سے آگے ہیں)

(۱) شہد، سونٹھ، مرج اور پیل کو باریک میں دانتوں میں ملنے سے دانتوں کو پست اور سدر رُھ بناتا ہے۔

(۲) سیندھا، نمک اور سرسوں کا تیل ملا کر منجن کرنا بھی دانتوں کو پست کرتا ہے۔

(۳) تیج بھل نامک لکڑی کا چورن دانتوں میں ملنا بھی اتنت لاجھدا ہے۔

(۴) آنور چار بھاگ، ہیرا دو بھاگ، ہیرا ایک بھاگ، مرج ایک بھاگ،

پیل ایک بھاگ، طوتیا ایک بھاگ، سیندھانوں ایک بھاگ، سانہرنوں ایک بھاگ،

سونچرنوں ایک بھاگ، پتنگ ایک بھاگ، ماجر پھل ایک بھاگ سے بنا ہوا منجن دانتوں

کو بھر کے سمان مضبوط بناتا ہے۔

(۵) جامن کی لکڑی جلا کر دانتوں کو ملنے سے مسوروں سے بہتا ہوا خون

بند ہو جاتا ہے۔

میٹھی دانتوں میں مہوا، تیکشن میں کرچ، کروی میں نیم اور شیلی دانتوں

میں خیر سریشٹھا مانا گیا ہے۔ دانت نہیہ کرتے رہنے سے دانت، گلا، جہوا تھکا، نمست

مکھ روگوں کا ناش ہوتا ہے۔ رچی بڑھتی ہے، شری میں سواچھتا آتی ہے تھاکا پن ملام

ہوتا ہے۔

شیتل جل سے گلے کرنے سے کھٹ، ترشا، اور مل کا ناش ہوتا ہے۔ مکھ

سواچھ اور صاف ہو جاتا ہے اور اگر تھوڑے گرم پانی سے گلے کے جائیں تو کھٹ

اروچی، میل تھکا دانتوں کی دُرگندہ دور ہوتی ہے۔

وش تھاکا مورچھا سے پٹرت روگیوں کو تھاکا شیش روگ والے رکت

پتے والے، اور جس کی آنکھیں دکھتی ہوں گرم پانی سے گلے نہ کریں۔



پریت ناشک جنتر

۸۵	۶۵	۱	۳۵
۶	۲۳	۲۶	۱۵
۲۵	۸	۸۵	۱۱
۸	۸۳	۷۲	۸۵

(۱) اس جنتر کو منبر کے دن کاغذ پر کال
سیاہی سے لکھے اور پوچھ جن کر کے اس میں آگ
لگا دے تو محبت ٹوٹ جائے۔

(۲) اس جنتر کو کوٹے سے لکھ کر سدھی کے مطابق سدھ کر کے جسے تم پریم کرتے ہو۔
اُسے دکھاؤ تو پریم کا ناش ہو۔

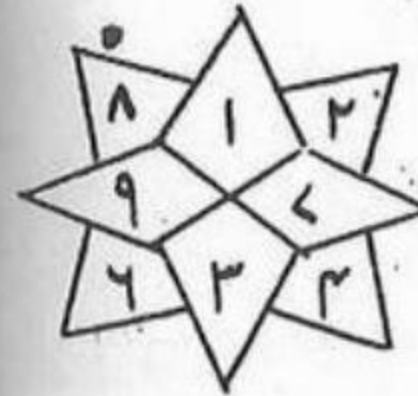
بلائے دور کرنے کا جنتر

۹۵	۶۷	۶	۹
۶	۴	۹۵	۵۲
۷۶	۲۲	۹	۸
۷	۵	۷۶	۵۳

(۱) اس جنتر کو بھونچ پتر پر چندن سے
لکھ کر ددھی پوروک پوچھ جن کر کے گھر میں
گاڑ دے تو گھر کی سب بلائے دور ہو۔

(۲) اس جنتر کو کاغذ پر لال چندن سے لکھ کر بازو پر باندھے تو بلائے دور ہو۔

پریم بڑھانے کا جنتر



(۱) اس جنتر کو کپور سے کاغذ پر لکھ کر فلیل جلا
دیں تو پریم بڑھے۔

(۲) اس جنتر کو ریشمی روپاں پر رولی سے لکھ
کر جس سے تم پریم کرتے ہو۔ اس کے ہاتھوں سے
اس روپاں میں آگ لگا دو۔ تو وہ پریم کرنے لگے۔

گائے کا دودھ بڑھے

۹۳	۶۲	۱۸	۱۶
۶۳	۴۳	۳۳	۴۶
۷۲	۱۱	۲۱	۹۱
۴۳	۵۲	۵۶	۵۷

(۱) اس جنتر کو لوچن سے لکھ کر گائے
کے گے میں باندھ کر دھوپ دپ دکھا کر
اس کی پوجا کرے تو دودھ ضرور بڑھے۔

(۲) اس جنتر کو کوٹے سے کاغذ پر لکھ کر نیلے کپڑے میں تعویذ بنا کر گائے کے گے میں
باندھ دے تو دودھ فوراً بڑھے۔

آدھا شیشی کا منتر

اوم نمون میں بسی بانوی اچھل پیر پر جائے۔ کود کود شاخن پر بیٹھی پھل کھائے۔ آدھا
تورے پھوڑے۔ آدھا زورن موڑے۔ کھول دھرنے جو گھونگٹ لہنا آدھا شیشی جائے۔
رگیب۔ زمین پر ہاتھ پانی کھینچے اور سات آڑی لکیریں کاٹنا چلے اس طرح کئی
مرتبہ کرے تو آہستہ آہستہ آدھا شیشی کا درد ٹھیک ہو جائے۔

بخار ناشک جنتر



ترکیب:- بلدی کے رس کی
سیاہی بنا کر بول یا گیلے کے کٹے سے پان پر اس
جنتر کو لکھے اور ددھی پوروک پوچھ جن کر کے اس
پان کے پتے کو مریض کو دکھاوے تو ایکڑا بخار
ناش ہو۔

تر بھوون وشی کرن جستر



اس جستر کو پیشہ نکشتر میں زعفران کی سیاہی بنا کر انار کی قلم سے بھونچ پتر پر لکھے ۱۰ اور چند گرہن یا دیوالی کی رات کو کانسے کے برتن میں تھوڑا سا گلاب کا عطر ڈال کر اس جستر کو رات بھر اُس میں بھیگا رہنے دیں۔ دوسرے دن سے اس کا عکس ماتھے میں لگا دے۔

تر لوکیہ وشی کرن بھوت ناتھ جستر

اوم نمر بھوت نہا یا سمست بھوتانی سادھوہ جوں۔ اول نہ فٹ فٹ سواہا۔
تر۔ یہاں اس مٹر کا ایک لاکھ بار جاپ کرنے سے آکاش پاتل کے سب جیودشی بھوت ہوتے ہیں۔

کام ناشک جستر

۱۸	۱۶	۲۶	۹۳
۳۶	۳۳	۲۳	۳۶
۹۱	۱۲	۱۱	۳۶
۵۴	۴۵	۵۲	۴۴

اس جستر کو پیشہ نکشتر میں اپنے لہو سے لکھ کر اپنے پاس رکھیں۔ تو چاہے جتنی گرم چیزیں کھاوے پر کام و اسنا شانٹ رہے۔
(۱) یہ جستر شہ گھڑی میں عورت کے خون سے کاغذ پر لکھ کر عورت کے پاس جانے سے پہلے اپنے رکھیں۔ تو کام و اسنا نہ رہے۔

پرورش میں کن باتوں کا خیال رکھنا چاہیے

عام عورتوں میں عادت پائی جاتی ہے کہ بچہ خواہ کسی سبب سے روٹے وہ فوراً دودھ پلانا شروع کر دیتی ہیں اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ بار بار دودھ پینے سے بچے کا معدہ خراب ہو جاتا ہے ربد بعضی کی شکایت میں بتلا ہو کہ اس کی صحت خراب ہو جاتی ہے بچے کے لئے نہانے اور سونے کے اوقات مقرر ہونے چاہئیں۔ بعض مائیں بچوں کو افیون کھلاتی ہیں تاکہ وہ غافل پڑا رہے اور مال آزادی کے ساتھ گھر کے دھندوں میں لگی رہے ایسا ہرگز نہ کرنا چاہیے اس سے بچے کی جسمانی اور دماغی طاقت اور نیچے کی ذہنیت پر بہت برا اثر پڑتا ہے جب بچہ ہوتا ہے تو بعض مائیں بچے کے خاموش کرنے کے لئے جھوٹے میں لٹا دیتی ہیں اس لئے چپ ہونے تک وہ جھوٹے کو ہلاتی رہتی ہیں اب بچے کو اس کی عادت پر پڑ جاتی ہے اس دقت تک خاموش نہیں ہوتا جب تک کہ اس کو متواتر نہ جھٹلایا جائے اس سے بچے کی صحت پر بہت برا اثر پڑتا ہے بچے کا نازک بھیجا مل جاتا ہے۔ بعض مائیں یا گھر کے دوسرے لوگ بچہ کو دن بھر ناتھ میں اس طرح اچھلانتے ہیں جیسے تیلیوں کو نچایا کرتے ہیں اس سے بھی بچے کی صحت پر برا اثر پڑتا ہے بچے کو دودھ پلا کر کبھی ادھر ادھر حرکت نہ دیں یہاں تک کہ بچہ کی چار پائی بھی غیر خاموش کرنے کے لئے سب سے عسہدہ ترکیب یہ ہے کہ اس کو آہستہ آہستہ مچھتی چھائیں اور سریلی آواز میں لوری سنائیں بعض مائیں اور محلے کی بڑی بوڑیاں جب کھیتی ہیں بچہ صند کرتا ہے تو اسے بہلانے کی غرض سے اس کی پھونکنے لگتی ہیں

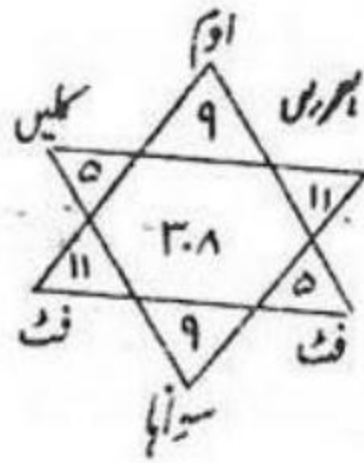
بچہ آخر انسان کا بچہ ہے خواہ کتنا ہی تھا ہو فطرتاً اس حرکت سے
اس کو ایک قسم کی شرم سی آتی ہے اور سمب سمٹ کر ہنر گوار سے
پیچھا چھڑانا چاہتا ہے کبھی زور سے روتا ہے کبھی کھبانی منسی ہنستا
ہے یا در کھنا جیسے کہ یہ فعل بہت برا ہے اس طرح بچے کی رگیں
مساس کی عادی ہو جاتی ہیں چند بار کرنے سے وہ خود بخود اپنی پھلو کو ملنے
لگتا ہے اگر یہ عمل جلدی نہ چھڑا لیا جائے تو آگے چل کر بری خرابیاں پیدا
ہو تی ہیں لہذا ایسی شرمناک حرکت نہ خود کریں نہ کسی کو کرنے دیں۔
بچپن کے بعد لڑکپن کا زمانہ آتا ہے اس وقت بچے کی بہت سخت
نگرانی رکھیں کیونکہ ایک ساتھ کھیلنے والے شریر بچے بہت ہی مذموم
حرکات سیکھا کرتے ہیں جن کا آج کل ہر جگہ رواج ہو گیا ہے۔ کالی بکلوچ
بدتمیزی اور بری عادتوں سے بچوں کو ضرور روکیں بکر کھیل کود اور
درڑ دھوپ کے لئے اتنا ضرور وقت دیں جس سے وہ خوب تھک کر پیٹی
نیند سوئے اور انہیں خراب خیالات یا کسی قسم کی بد فعلی کا موقع ہی نہ ملے
اس سے ان کے قوی مضبوط ہوتے جائیں گے اور صحت بھی برقرار رہے گی
وہ سے تعلیم کے علاوہ ماں باپ کا فرض یہ بھی ہے کہ اپنے طور پر
بچائے چڑا چڑے کی کہانی یا جن پر ہی کے قصوں کے شاندار قوی
روایات اور نیک اور بزرگ لوگوں کے واقعات سنا کریں تاکہ ان کا
اچھی اچھی باتیں کرنے کی ترغیب ہو جو والدین اپنی والدہ کی صحت اور
تعلیم و تربیت کا خاص طور پر خیال رکھتے ہیں بالفاظ دیگر جن کا بچپن صحیح
طریق پر گذرتا ہے وہ بڑے ہو کر بڑے آدمی بنتے ہیں ورنہ زندگی وبال جان ہو
جاتی ہے اور طرح طرح کی خرابیوں میں مبتلا ہو کر عذاب و تقویت کی موت مر جاتی

ہیں بچوں کی پرورش کے متعلق آپ کو مکمل معلومات کے لئے ۲ روپے آٹھ
آنے کا منی آرڈر بھیج کر ہدایت نامہ پرورش بچکان منگوائیں۔
یہ کتنی جہالت ہے کہ بچہ جب بولنے لگتا
والدین کی جہالت ہے تو سب سے پہلے اسے گالیاں سکھاتے
ہیں اور حیرت ہے کہ والدین اس پر خوش ہوتے ہیں ماں باپ کی خوشی
دیکھ کر بچہ خیال کرتا ہے کہ وہ کچھ بول رہا ہے بہت اچھی بات ہے پھر
تو وہ گالیوں کی خوب مشق کرتا ہے ایسے والدین محبت نہیں بلکہ اپنے بچوں
سے دشمنی کرتے ہیں جن کا خیال وہ انہیں جلد بھگتا ہے بچے کی زبان پر چونکہ
گالیاں چڑھ جاتی ہیں اس لئے وہ وقت بے وقت بلا عاظ سب
کو گالیاں دینے لگتا ہے بعض والدین بچے کی عادتوں کو یہ کہہ کر نظر
انداز کر دیتے ہیں کہ بچہ بڑا ہو کر خوب ٹھیک ہوا ہے گا۔
یہ خیال بہت غلط اور نقصان دہ ہے جو عادی بچپن میں پختہ ہو جاتی
ہیں وہ آخر عمر تک رہتی ہیں والدین کو چاہیے کہ وہ اپنے بچوں کو شروع
ہی سے نیک عادتیں سکھائیں بچوں کے لئے سامنے شکل الف لا ذکالین
صورت نہ بولنے دیں انہی نے وہ والدین کو جو کچھ کرتے دیکھتے ہیں وہی وہی
خود کرنے لگتے ہیں بچوں کو نہ بانی بھی تعلیم دیں۔
آپ بچہ کو کہتے ہیں کہ گالی نہ دو اور خود اس کے سامنے دھروں کو
گالیاں دیتے ہو تو آپ کی نصیحت کا بچہ پر کیا اثر ہوگا آپ بچے کو کہتے ہیں
کہ جھوٹ نہ بولو اور ننگے پاؤں نہ پھرو مگر وہ اس کے سامنے جھوٹ
بھی بولتے ہیں اور ننگے پاؤں بھی پھرتے ہیں اس حالت میں آپ کی نصیحت
بہر کوئی اثر نہ ہوگا۔



स्त्री में सेक्स गोली सकड़ी की मानिन्द सुलगता
है, अवसर सेक्स को अज्ञानता के पारिवारिक-सुख
शांति भी उसी आग में स्वाहा हो जाती है।

ذیگر پتی وشی کرن جستر۔



ترکیب یہ اس جستر کو بھوج پتر پر
کرشن پکشی انگادشی بھرنی پتھر میں انار کی قلم سے
لکھ کر ایک سو اکیس مرتبہ آٹے کی گولیوں میں رکھ
کر مچھلیوں کو کھلا دے اور سب سے بعد کی گولی کو
چاندنی کی قویز میں ڈھ کر داہنی بھجا پر باندھے تو
اس کو پتی وشی میں ہو۔

موہنی مستر

اوم اڑا مار شورائے سرد جگن کو بی نام ہوں۔ فٹ فٹ ہوں ہوں سو ہا۔
ترکیب یہ اس مستر کا ایک لاکھ بار چپ کر سدھی کر لہوے۔ پھر آگے کشیں ہر
ایک سدھی منی سات بار پڑھ کر تلک ماتھے پر لگائے تو سب موہن۔ یہ سدھ ہوں۔

سر و موہنی تلک

کنکم اور سیندر کو لادے
گور جن بھی ساتھ ملا دے
آنولاس میں بھیر گھلا دے
وا کا سندر تلک لگا دے
دیکھ جگت موہت ہو جاوے

شترودمن کی ترکیب اس متر کو دشمن پر ایک سو آٹھ مرتبہ پڑھ کر پھینکے تو دشمن کا دمن ہوگا۔ اور اپنی جیت ہو۔ یہ نچھو ہے۔ متر ذیل میں درج ہے۔
 "اوم شترود منم ہوں پھٹ۔ سواہا۔" اس متر کو ایک سو آٹھ مرتبہ پڑھ کر مارے تو دشمن زیر ہو۔

دشمن پر فتح حاصل کرنا

اگر تمہارا دشمن بہت بلوان اور زبردست ہے۔ اور کسی طرح تمہارے دشمن میں نہیں آتا تو مندرجہ ذیل متر کو پڑھ کر ایک کھوری میں آگ یا مدار کا دودھ بھر کر راستے میں رکھ دے۔ ہیری الگے دن سے ہی کتے کی طرح ہو جائے گا اور تمہارے ساتھ پھر کبھی دشمنی کرنے کو تیار نہ ہوگا۔ متر ذیل میں درج ہے۔
 "اوم ہیری ناشک۔ دوش ددوم۔ ہوں۔ پھٹ۔ سواہا۔"

سروجن وشنی کرن متر اوم نبو آدیش گرد کا۔ راجہ موہوں۔ پر جا موہوں۔ موہوں پر جاہینا۔ ہنومنٹ روپ میں جگرتا کو موہوں جو رام چندر پر مینا۔ گرد کی شکلی میری بھکتی۔ پھر متر ایشورو واجہ۔

ترکیب:- اس متر کو پہلے اکیس دن تک ایک ہزار جاپ اور چندن۔ پھول۔ دھوپ۔ دپ نیوید سے روز بروز کرتا رہے۔ تو رام چندر جی کا دھیان کر کے۔ چوراہے کی دھول اٹھا کر اس پر اکیس بار اس متر کو جپ کر ماتھے پر تلک لگائے۔ پھر جہاں بھی وہ جاوے۔ جس سے باتیں کرے جو بھی دیکھے۔ وہ دوش میں ہووے۔

جذبہ شہوت کی غرض و غایت

آفرینش عالم کا ذریعہ:

زمانہ قدیم و جدید کے علماء و فضلاء کی تحقیقات نے یہ بات پایہ ثبوت تک پہنچا دی ہے کہ دنیا میں کسی انسان کی قوتیں لازوال نہیں ہیں۔ بلکہ ایک وقت آتا ہے کہ جب اس کے اعضاء و جوارح کا روبار زندگی کی مشقت سے افسردہ مضطرب ہو جاتے ہیں اور رفتہ رفتہ اس کے جسم کی عجیب و غریب مشینری حرکت کرنے سے قطعی طور پر معذور ہو جاتی ہے۔ اسے حالت کا نام انقطاع زندگی یا موت ہے۔ اب اگر نظام عالم کو برقرار رکھنا لازمی ہے اور اس میں گرمی آدم کی ہنگامہ خیزی ضروری ہے تو قدرتی طور پر کسی ایسی تدبیر و تجویز کی احتیاج پیدا ہو جاتی ہے جس سے پردہ دنیا پر سے انسانی زندگی کے نقش و نگار قطعی طور پر محو نہ ہونے پائیں۔ آفرینندہ عالم کی حکمت کاملہ نے اس غرض و غایت کے لئے مرد و عورت کے اجسام کی ساخت کچھ اس طرح سے بنائی ہے کہ دونوں کی یکجائی سے ایک تیسری ہستی وجود میں آتی ہے اور اس طرح سے دنیا نوع انسان سے خالی ہونے نہیں پاتی کیونکہ سلسلہ تولید و تناسل کی وجہ سے دنیا سے کوچ کرنے والوں کی جگہ ہمیشہ پر ہوتی رہتی ہے۔

اولاد کی محبت:

اولاد کی پرورش اور تربیت کی تعلیم اگرچہ تمام مذاہب عالم نے فرائض انسانی میں داخل کر دی ہے لیکن تاہم فطرت انسانی کے گہرے شواہد کا مطالعہ یہ بتاتا ہے کہ اگر انسان کے دل میں اولاد کی محبت پیدا نہ کر دی گئی ہوتی تو کوئی اس بارگراں کو اپنے سر لینے کے لئے تیار نہ ہوتا اور قدرت کا بقاء نسل کا جو مقصد دنیائے انسانی سے وابستہ ہے وہ فوت ہو جاتا اور اولاد کی محبت سے تو انسان شاید

پورے طور پر اولاد ہونے کے بعد ہی واقف ہوتا ہے لیکن اس جذبہ کے علاوہ اور بھی بہت سی باتیں ہیں جو اولاد کی پیدائش کی طرف انسان کے دل کو بصد رضا و رغبت لے جاتی ہیں۔

جوانی کے آتشیں جذبات:

عورت کی محبت ہی ایک ایسا زبردست حربہ ہے۔ جس کے سامنے شاید کوئی سرکش سے سرکش انسان بھی سرباکی کی جرأت نہیں کر سکتا۔ انسان کے دل کی پوشیدہ ترین گہرائیوں سے خود بخود ایک ناقابل ضبط خواہش پیدا ہوتی ہے جو کشاں کشاں اسے عورت کی آستان حسن پر لے جاتی ہے اور ناصیہ فرسائی کے لئے مجبور کرتی ہے۔ مرد کی جوانی اور عورت کے آغوش دلکشا کی تمنا ایک ہی انجام کے دو آغاز ہیں۔ شباب کی منزل میں قدم رکھتے ہی مرد کے سینہ میں ایک بے پناہ آگ پیدا ہو جاتی ہے۔ جس کی شعلہ افشائیاں عورت کے دست حنائی ہی سے تسکین پذیر ہوتی ہیں۔ اسی طرح عورت کی جوانی بھی ایک طوفان مستی و آرزو ہوتی ہے۔ باغ عمر میں جوانی کی بہار آتے ہی اس کے حسن کی نیم شگفتہ کلیاں دست چین میں پہنچنے کے لئے چٹکتے لگتی ہیں۔ مرد اور عورت کا اتصال میں خدا نے ناقابل تحریر لذتوں اور راحتوں کے خزانے مستور کر دیے ہیں جنہوں نے ان دونوں کا وجود ایک دوسرے کے لئے ناگزیر بنا دیا ہے۔ اگر ان دونوں کے سینوں میں پروردگار عالم نے محبت کی اس قدر آگ نہ رکھ دی ہوتی تو شاید قدرت کا جو مقصد بھائے نسل انسانی کے متعلق ہے وہ کبھی پورا نہ ہو سکتا۔ نہ مرد و عورت ایک دوسرے کی رفاقت کے تمنائی ہوتے اور نہ اولاد پیدا ہوتی۔

لذت مواصلت سے قدرت کا مقصد:

مگر اس سے بھی ایک قدم آگے بڑھیں تو معلوم ہوتا ہے کہ اولاد پیدا کرنے کے خاص فعل یعنی مباشرت میں اس قدر عیش و راحت کے فردوس پوشیدہ کر دیے گئے ہیں کہ انسان کا دل اولاد پیدا کرنے کے مقصد کو پیش نگاہ نہ رکھتا ہوا بھی فطری اکتساب لذت کے لئے اس کی طرف راغب ہونے کے لئے مجبور ہے۔ دنیا میں لاکھوں اور کروڑوں مرد اور عورت محض اکتساب لذت کے

لئے شب و روز مباشرت میں مشغول ہوتے ہیں۔ مگر حقیقت یہ ہے کہ مرد و عورت کے پوشیدہ اعضاء کی یکجائی حرکتوں میں عیش و عشرت اور لطف و لذت کے بے پایاں خزانے اس لئے نہیں پوشیدہ کئے گئے کہ جوانی کی اندھا دھند مستی میں محض ایک فانی لذت کے لئے مرد اور عورت اپنے حسن و جوانی کا ستیاناس کر لیں۔ بلکہ یہ لذت اس لئے پیدا کی گئی ہے کہ اولاد کی پرورش اور تعلیم و تربیت کرنے میں والدین کو جو تکالیف و مصائب برداشت کرنی پڑتی ہیں۔ اس کے پیش نظر مرد و عورت کہیں اولاد پیدا کرنے ہی سے باز نہ آجائیں اسی مقصد کے پیش نگاہ قدرت نے دونوں میں اس قدر محبت پیدا کر دی ہے کہ ایک کا وجود دوسرے کے لئے ناگزیر ہو گیا ہے۔ مگر زندگی کے اسرار قدرت کے قوانین سے ناواقف لوگ قدرت کے عطیہ کا ناجائز استعمال کرتے ہیں۔ بقاء نسل کے مقصد کو جس کے لئے قدرت نے مرد و عورت میں والہانہ محبت اور مباشرت میں ناقابل تحریر لذت پیدا کی ہے۔ فراموش کر کے شب و روز لذت پرستی میں گزارتے ہیں اور اسے جوانی کا بہترین انعام تصور کرتے ہیں۔

فطری اور غیر فطری جذبہ شہوت:

کہا جاسکتا ہے کہ اولاد پیدائش کے مقصد سے قطع نظر بھی مرد اور عورت کی باہمی مباشرت فطرت انسانی میں داخل ہے اور ایک صحیح الاعضاء نو جوان عورت اور مرد دونوں کا دل محض اکتساب لذت کے لئے ایک دوسرے کا متلاشی و تمنائی رہتا ہے۔ مرد چاہتا ہے کہ عورت کے جس کی رعنائی کی تمام شگفتہ سامانیاں اپنی دست دراز یوں سے لوٹ لے۔ اور نو جوان عورت یہ چاہتی ہے کہ مرد کا جسم اس کے جسم میں جذب ہو کر رہ جائے۔ بلا شک و شبہ یہ بالکل درست ہے کہ مباشرت کا جذبہ فطری ہے اور قدرتی طور پر انسان کا دل اس کی طرف راغب ہوتا ہے۔ مگر اس سے یہ نتیجہ نہیں نکلتا کہ مرد و عورت شب و روز ایک دوسرے سے لطف اندوز ہونے میں ہی مشغول رہیں۔ نہ دن دیکھیں نہ رات نہ صبح دیکھیں نہ شام۔ جس وقت جی چاہا جسم کے بہترین جوہر کو لذت پرستی کے لئے نہایت بے دردی سے آب شور کی طرح بہانا شروع کر دیں۔ چونکہ مباشرت کا جذبہ فطرت انسانی میں داخل ہے۔ اس لئے بلا خوف تردید اس بات

کی اجازت دی جاسکتی ہے کہ جس وقت بلا کسی پرونی خیال کے محض اندرونی قوت و جوش جوانی کے زور سے یہ جذبہ ابھرے تو مرد اور عورت ایک دوسرے کے آغوش و لکشا کی راحتوں سے لطف اندوز ہوں لیکن وہ خواہش جو ایک چکھی ہوئی لذت کو بار بار چکھنے کے لئے مجبور کرتی ہے۔ فطری اور قدرتی نہیں ہوتی۔ اسے فطرت کی نسبت عادت کہنا زیادہ موزوں ہے۔ فطرت انسانی کا یہ خاصہ ہے کہ جو کام بار بار کیا جائے۔ خواہ وہ کتنا ہی تباہ کار اور مضر کیوں نہ ہو۔ اس کی خواہش دل میں خود بخود پیدا ہونے لگتی ہے۔ جذبات کی باگ ڈور ڈھیلی چھوڑ دی جائے تو سرکش گھوڑے کی طرح ہر لحظہ تیز و تند ہوتے چلے جاتے ہیں۔ یہ آگ کے شرارے ہیں جو ذرا سی ہوا لگنے سے بھڑک اٹھتے ہیں اور اگر کچھ ویران کی طرف سے انسان لا پرواہ ہو جائے تو پھر اس قدر حمہ گیر اور تند ہو جاتے ہیں کہ کشت زندگی کو جلا کر خاکستر سیاہ کر دیتے ہیں۔ مشاہدہ بتاتا ہے کہ ایک ہی قوت ایک ہی تعلیم و تربیت اور ایک ہی ماحول میں پلے ہوئے دو انسانوں میں سے ایک شب و روز نفسانیت کی کھیل کھیلنے میں مصروف رہتا ہے۔ جب بھی اس کا جی نہیں بھرتا۔ دوسرا سال چھ مہینے میں کبھی محض ایک آدھ مرتبہ اپنی شہوت کی آگ کو بجھاتا ہے لیکن اس کا دل پھر بھی ڈانواں ڈول نہیں ہوتا۔ اس کی وجہ صرف یہ ہے کہ اپنے نفسانی جذبات کی باگ ڈور کو مضبوط تھام رکھتا ہے۔ اس لئے اس کا دل نسبتاً زیادہ ثابت قدم رہتا ہے۔ دوسرا اپنے جذبات کو کھلا چھوڑ دیتا ہے اور فطری جذبہ نہیں بلکہ عادت اسے نت نئے نفسانیت کے سامان تلاش کرنے پر مجبور کرتی ہے۔ کوئی شبہ نہیں کہ چند ایک صورتوں میں 'یہ منافات کی وجہ جذبہ شہوت کی فطری طور پر کمی و بیشی بھی قرار دی جاسکتی ہے۔ تاہم ایک قاعدہ کلیہ ہے۔ جس سے کوئی دانشمند انسان انکار نہیں کر سکتا کہ اکثر صورتوں میں شہوت کے جذبہ کی تیزی محض عادت اور ہر وقت شہوانی خیالات میں غرق رہنے سے پیدا ہوتی ہے اسے جوانی کے فطری جوش یا ولوہ سے کوئی تعلق نہیں ہوتا۔ ایسی صورتوں میں مباشرت ہمیشہ سخت مضر تباہ کن اور قانون قدرت کے خلاف ہے۔

جوانی کی محنتوں کا لذیذ معاوضہ:

اولاد کے مقصد کو پیش نظر رکھتے ہوئے بھی مرد و عورت میں فطری طور پر

مباشرت کا جو جذبہ پیدا ہوتا ہے وہ بھی درحقیقت اولاد کی پیدائش ہی کے مقصد کو پیش نظر رکھ کر پروردگار عالم نے ان کی فطرت میں ودیعت کیا ہے اور چونکہ اس سے قدرت اپنا مقصد بقائے نسل کی صورت میں حاصل کرتی ہے۔ اس لئے اس نے مست شباب جوانوں کو ان کی محنت کا یہ ایک لذیذ معاوضہ دے دیا ہے کہ مباشرت میں بے پایاں لذت پیدا کر دی ہے۔ ان کو اس بات کی کھلی اجازت ہے کہ حسب طاقت و جوش جوانی جب فطری طور پر دل ایک دوسرے کی آغوش کے لئے مچلے خوب جی بھر کر دل کے ارمان نکالیں اور ایک دوسرے سے لطف اندوز ہوں۔ بلاشبہ مرد و عورت کی یکجائی ناقابل بیان لذتوں کی حامل ہے لیکن مباشرت کو محض اکتساب لذت کا ذریعہ بنالینا قانون قدرت کے خلاف ہے۔ گاہے گاہے تڑپتے ہوئے دل اپنی تپش ایک دوسرے کے سینے سے لگ کر اور ایک دوسرے سے عشرت اندوز ہو کر بجھالیں۔ تو یہ عین قانون قدرت کے مطابق ہے۔ مگر اعتدال کی حد سے گزرنا اور موقعہ موقعہ ہر وقت مباشرت میں لگے رہنا ایک ایسا گناہ عظیم ہے جس کی سزا کسی اور دنیا میں نہیں بلکہ اسی دنیا میں مل جاتی ہے۔

دو دھاری تلوار:

کثرت مباشرت مرد و عورت دونوں کو خزاں رسیدہ شاخ کی طرح مضطرب کر دیتی ہے۔ مرد اکثر صورتوں میں جریر پان اور سرعت ایسے نامرد امراض میں مبتلا ہو جاتے ہیں اور شرمندگی کی وجہ سے عورت کو منہ دکھانے کے قابل بھی نہیں رہتے۔ عورت حیض کی گونا گوں خرابیوں اور جریان الرحم وغیرہ میں مبتلا ہو کر اولاد پیدا کرنے کے ناقابل ہو جاتی ہے۔ جذبات کی گرمی اور محبت کے ہنگامے دونوں طرف سے سرد ہو جاتے ہیں۔ عورت مرد سے اس لئے متنفر ہو جاتی ہے کہ وہ اس کے جذبات کی پذیرائی کرنے کے ناقابل ہو جاتا ہے اور مرد اپنی پوشیدہ کمزوریوں کی وجہ سے عورت کو منہ دکھاتے ہوئے شرمسار ہوتا ہے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ دونوں کے سینے آرزوؤں اور ارمانوں کے مدفن بن کر رہ جاتے ہیں۔ اب نہ وہ جوانی رہتی ہے اور نہ جوانی کے ولولے نہ حسن میں وہ شوخیاں باقی رہتی ہیں نہ عشق میں وہ گرمیاں۔ وہ گھر جو جنت کی عورتوں پر خندہ

زن ہونا چاہئے تھا۔ اب وہ کشتہ لذت مباشرت جوانوں کا ماتم کدہ بن جاتا ہے۔

اپنے پاؤں پر کلہاڑی:

جیسا کہ پہلے لکھا جا چکا ہے۔ اگرچہ کثرت مباشرت مرد و عورت دونوں کے لئے سخت مضر اور تباہ کن ہوتی ہے۔ لیکن واقعات اور مشاہدات اس حقیقت کے بھی شاہد ہیں کہ کثرت مباشرت جتنی مرد کے لئے نقصان دہ ہے اتنی عورت کے لئے نہیں ہے۔ عورت کے جسم کی ساخت کچھ اس قسم کی بنائی گئی ہے کہ مرد سے ہم آغوشیوں میں بے اعتدالی بھی اسے مرد کی نسبت بہت کم نقصان پہنچا سکتی ہے۔ چنانچہ اگر باب نشاط اس حقیقت کا بہترین ثبوت ہیں۔ بازار حسن میں بالا خانوں پر ایسی عصمت فروش نازنین بھی دکھائی دیتی ہیں جو اگرچہ شمار و نظار سے باہر مردوں سے مباشرت کر چکی ہوتی ہیں۔ مگر ان کے حسن کے مہر نیم روز میں ایام شباب کی سی تابانی پائی جاتی ہے۔ مرد اگر اس قدر بے اعتدالی سے کام لے تو اس دولت قوت و شباب کا بہت جلد دیوالیہ نکل جائے۔ خانگی زندگی میں کثرت مجامعت سے عورت پر ایک نہایت ہی خاتمہ برآمد از تنک و ناموس اثر یہ ہوتا ہے کہ وہ شہوت پرست ہو جاتی ہے۔ اس کے نقصانی جذبات میں اس شدت کی گرمی پیدا ہو جاتی ہے کہ ہر وقت کی مباشرت کے بغیر اسے اپنی جوانی ہی بے لذت اور پھمکی نظر آنے لگتی ہے۔ لیکن جیسا کہ پہلے بیان کیا جا چکا ہے مرد قدرت کی طرف سے اس قدر بے پایاں قوت لے کر پیدا نہیں ہوا ہے کہ کثرت مباشرت کرتا ہوا بھی اپنے جوش جوانی کو برقرار رکھ سکے۔ اس کی قوت باہ بہت جلد اسے جواب دے دیتی ہے۔ لیکن کثرت مباشرت سے عورت کی خواہش جماع روز بروز تیز و تند ہوتی چلی جاتی ہے۔ وہ ہر مرتبہ پہلے سے زیادہ سختی اور تندی سے جماع کی طالب ہوتی ہے۔ لیکن کثرت مباشرت کی صورت میں مرد روز بروز کمزور ہوتا چلا جاتا ہے اور اس کے جماع کرنے کی حرکتوں میں روز افزوں ڈھیلا پن آنے لگتا ہے۔ جس سے عورت کے جذبات کو سخت غمیں لگتی ہیں وہ دل ہی دل میں مرد سے سخت بیزار ہو جاتی ہے۔ اکثر صورتوں میں یہ بیزاری نہایت خطرناک صورت حالات کا پیش خیمہ ثابت ہوتی ہے۔ مرد کی ناکمل

مواہلت سے مطمئن نہ ہو کر کسی غیر مرد کا منہ دیکھتی ہے۔ جوش و ہر اپنی بیویوں سے ضرورت سے زیادہ جماع کرتے ہیں ان کو اس بات سے غافل نہ ہونا چاہئے کہ وہ نادانستہ طور پر خود ہی اپنی عصمت مآب بیویوں کو عصمت فروشی اور آبرو باختگی کی نہایت اعلیٰ درجہ کی تعلیم دے رہے ہیں۔ ایسی تعلیم جس کے نقوش عورت کے لوح دل پر اس مضبوطی سے محسوس ہو جائیں گے کہ پھر دنیا کی کوئی طاقت ان کو محو کرتے میں کامیاب نہ ہو سکے گی۔ ایسی صورت میں عورت صرف اسی وقت تک ان کے قبضہ میں ہے۔ جب تک ان میں اس کی روز افزوں نفسانی خواہشات کی پذیرائی طاقت و قوت موجود ہے۔ جس دن اس قوت میں زوال آ گیا اس دن عورت کا جسم تو بے شک ان کے قبضہ میں رہے لیکن اس کا دل کسی اور کے ساتھ ہو گا اور بعض حالات میں شاید جسم بھی ان کے قبضہ میں نہ رہے۔ کیونکہ عورت کی فطرت ہمیشہ انتہا پسند واقع ہوتی ہے۔ جس شاعرہ پر اسے ڈال دو۔ وہ اپنے گرو چشمن کے تشیب و فرائز سے بے نیاز ہو کر راستہ کے پست و بلند کو خاطر میں نہ لاتی ہوئی اسی شاعرہ پر ایک سرکش اور منہ زور گھوڑے کی طرح فراتے بھرتی چلی جائے گی۔ جب ایک دفعہ آپ نے اسے شہوت کی چاٹ لگا دی پھر اس کی قوی بیکر مرد کے سوار نگین ملبوسات یا جواہر نگار زیورات سے سیری نہ ہو سکے گی۔ وہ خاندانی تنگ و ناموس کے تمام قواعد و ضوابط اور سوسائٹی کے رسم و رواج کی تمام قیود و بند کو توڑ کر ایسے شخص کے ساتھ بھاگ جائے گی جو اس کے آتشین جذبات کو فرو کرنے کا سامان اپنے پاس رکھتا ہو۔

جوہر حیات کی قدر و قیمت

لعل و گہر سے بھی قیمتی ہے:

مخید پانی کی وہ چھوٹی سی جو غلط رنگین میں پیکر نسائیت سے لطف اندوز ہوتے وقت مرد کے حضور مخصوص سے خارج ہوتی ہیں۔ لعل و گہر سے بھی زیادہ قدر قیمتی رکھتی ہیں۔ مگر کوہ ذوق و کوہ نگاہ جو ان جسم انسانی کے اس نہایت قیمتی خزانہ کو محض چھوٹ کی لذت کے لئے بے دریغ لٹا دیتے ہیں۔

جو ہر حیات جسم انسانی کے بہترین اجزاء کا نچوڑ ہے جو خزانہ منی میں اولاد کی پیدائش کی غرض و غایت کے لئے رکھا گیا ہے۔ وہ ختم حیات جس کی برکت سے لاکھوں اور کروڑوں روپیہ سے بھی گراں قدر انسان کتم عدم سے عالم وجود میں آ سکتا ہے۔ اس قابل نہیں ہے کہ اسے محض نفس پرستی اور ہوس رانی کے لئے ضائع کر دیا جائے۔

ایک ہی چیز کی مختلف قیمتیں:

تازہ ترین تحقیقات سے یہ بات پایہ ثبوت تک پہنچ گئی ہے کہ خون کے تقریباً اسی قطروں سے ایک قطرہ منی کا تیار ہوتا ہے۔ ایک دفعہ کی مباشرت میں منی کی بیسوں قطرے جسم سے خارج ہو جاتے ہیں۔ اس سے اندازہ لگایا جاسکتا ہے کہ چند منٹ کی لذت کے لئے کس قدر خون کا خون کرنا پڑتا ہے۔ دراصل اس عوض و معاوضہ کی دنیا میں کوئی شے بلا قیمت ہاتھ نہیں آ سکتی۔ جو شے بھی ہم اپنی زندگی میں حاصل کرتے ہیں اس کے لئے ہمیں کچھ نہ کچھ قیمت ضرور ادا کرنی پڑتی ہے۔ پیکر نسائیت سے ہم آغوشی کے لطف کی قیمت بھی ہمیں اپنے خون کے بہترین اجزاء کے عطر کی صورت میں ادا کرنی پڑتی ہے لیکن جب پیکر نسائیت سے ہم آغوشی کا مقصد آفرینش اولاد ہو تو یہ قیمت دے کر ہم ایک گراں قدر لعل خریدتے ہیں۔ جب اس کا مقصد ایک فطری جذبہ جوانی کی پزیرائی ہو تو ہم یہ قیمت دے کر گویا ایک دل کو مٹھی میں لیتے ہیں اس دل کو جو محبت کے بیش بہا جواہر کا گنجینہ ہے مگر جب پیکر نسائیت سے ہم آغوشی کا مقصد محض نفس کو محفوظ کرنا اور ایک ہوس کا رانہ جذبہ کی تسکین ہو تو گویا ہم لعل و گوہر لٹا کر اس کے عوض میں خنزیریں خریدتے ہیں۔

ایک دفعہ کی مباشرت سے دو آرب جانداروں کا قتل:

اگر یہ تسلیم کر لیا جائے کہ گناہ کا نیت سے بھی ایک نہایت گہرا تعلق ہے تو لذت پرستی کے لئے مباشرت کرنے والے مرد و عورت انتہائی درجہ ظالم و گنہگار ہیں کیونکہ محض ایک مرتبہ کی مباشرت میں جسم انسانی سے خارج ہونے والی منی میں تقریباً دو آرب جیتے جاگتے کرم موجود ہوتے ہیں جن میں ہر ایک کرم عورت کے انڈے سے مل کر حمل ٹھہرانے کی صلاحیت رکھتا ہے محض لذت پرستی کے لئے

مباشرت کرنے والوں کی نیت جیتے جاگتے کرموں کی کثیر تعداد کو تباہ و برباد کرنے کے سوا اور کیا ہو سکتی ہے؟ اولاد پیدا کرنے کی نیت سے بھی جس وقت مباشرت کی جاتی ہے اگرچہ اس وقت بھی اربوں جیتے جاگتے کرم موت کے گھاٹ اتار دیے جاتے ہیں۔ حمل ٹھہرانے کے لئے تو صرف ایک ہی کرم کی ضرورت ہے باقی تمام کرم جو ایک ہی انزال میں دو آرب کے قریب ہوتے ہیں ضائع ہو جاتے ہیں لیکن اس صورت میں ان کرموں کے ضائع کرنے میں مباشرت کرنے والے مرد و عورت کی نیت کو دخل نہیں ہوتا۔ اس لئے اگر گناہ کا تعلق نیت سے تسلیم کیا جائے تو اولاد کی خواہش سے مباشرت کرنے والے مرد و عورت کسی طرح گنہگار قرار نہیں دیے جاسکتے لیکن نفسانیت کے کھیل کھیلنے کی صورت میں تو وہ یقیناً گنہگار ہی ہیں۔

جوانی کے گلستان کی بہار:

بعض لوگ جسم انسانی کے اس گراں بہا جوہر کو پیشاب یا پاخانہ کی طرح ایک فضلہ ہی سمجھتے ہیں اور اس کا اخراج بھی پیشاب یا پاخانہ کی طرح نہایت ضروری قرار دیتے ہیں مگر وہ سخت غلط فہمی میں مبتلا ہیں۔ اگر مباشرت کے ذریعے سے اس جوہر کو خارج نہ کیا جائے تو یہ دوبارہ جسم میں جذب ہو کر طاقت و قوت جبروت و جلال ہمت و شجاعت اور دیگر تمام مردانہ صفات کو حیرت انگیز طور پر ترقی دیتا ہے۔ جسم میں تمام قابل قدر خوبیاں اس جوہر حیات کی بدولت ہی پیدا ہوتی ہیں۔ دل و دماغ، معدہ و جگر اور دیگر تمام اعضائے جسمانی کی کامل و مکمل نشو و نما کے لئے جسم سے منی کے بکثرت اخراج سے تمام جسمانی طاقتیں زوال پذیر ہو جاتی ہیں۔ جس عمر میں جسم نشو و نما پاتا ہے اگر اس عمر میں جوہر حیات بکثرت خارج ہو جائے تو جسم کی نشو و نما قطعی نامکمل رہ جاتی ہے۔ تقریباً چودہ سال کی عمر میں ویرج جسم میں ایک نمایاں قوت رکھنے لگتا ہے۔ اسی کے ظہور کے ساتھ جسم میں تمام مردانہ طاقتوں اور دل میں تمام مردانہ صفات کا نشو و نما ہوتا ہے۔ جسم میں ویرج (منی) کے پیدا ہوتے ہی چہرے پر ایک نئی دلکشی اور جلد کی رنگت میں ایک نیا نکھار آ جاتا ہے۔ آنکھوں میں فسوں کاری اور چال ڈھال میں مردانہ جلال پیدا ہو جاتا ہے۔ آواز سے ایک نئی دلاویزی اور ایک نیا رعب

برسنے لگتا ہے غرضیکہ تمام جسم کی کایا ہی پلٹ جاتی ہے مگر نو جوان اپنی غلط کاریوں سے اس عمر میں منی کو ضائع کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ ان کی نشوونما رک جاتی ہے۔ جوانی کا رنگ و روپ ان پر نکھرنے ہی نہیں پاتا ان کی آواز میں ایک زنانہ پن اور ان کی اداؤں میں ایک مردنی سی پائی جاتی ہے۔ چہرے پر شباب کا نور برسنے کی بجائے لعنت برسنے لگتی ہے۔ دل میں شجاعت و ہمت کے جوہر پیدا ہی نہیں ہونے پاتے۔ ایسے نو جوان کو نہ جوانی کا لطف حاصل ہو سکتا ہے اور نہ دین کا ان کی دنیا ناکام ان کا عقوبی برباد۔ دھوبی کے کتے کی طرح وہ نہ گھر ہی کے رہتے ہیں نہ گھاٹ کے دوسروں کو فائدہ پہنچانا درکنار وہ خود اپنی زندگی کو بھی کامیاب و کامران نہیں بنا سکتے۔ جسم انسانی میں جو ہر حیات ہی ایک ایسی مقناطیسی طاقت ہے جو اپنے گرد و پیش کو تسخیر کرتی ہے لیکن جو جسم جو ہر حیات سے خالی ہو چکا ہو اسے دنیا میں در بدر کی ٹھوکریں کھانی پڑتی ہیں۔ حوادث زمانہ کا سیل تند و اسے خس و خاشاک کی طرح جدھر چاہتا ہے بہا لے جاتا ہے۔ ان میں زندگی کی کوئی قوت باقی نہیں ہوتی۔ ان کا شمار زندوں کی بجائے مردوں کی صف میں کرنا زیادہ بہتر ہے۔

کیا منی کو جسم میں محفوظ رکھنا خطرناک ہے؟

سکرت کے قدیم طبی صحیفوں میں بخار کی ایک قسم کا ذکر آتا ہے جو جوش جوانی کو روکنے سے پیدا ہوتا ہے۔ اس کا نام کام جور ہے۔ اس کا علاج خوبصورت اور جوان عورت سے مباشرت کرنا بتایا گیا ہے۔ بہت لوگ استدلال کرتے ہیں کہ جس طرح منی کو جسم کے اندر روکے رکھنے سے کام جور پیدا ہوتا ہے اسی طرح منی کو روکنے سے اور بھی کئی قسم کی بیماریاں پیدا ہونے کا امکان ہے۔ لہذا مباشرت سے اجتناب سخت نقصان دہ ہے۔ ایسے غلط بین لوگوں کی رہنمائی کے لئے اس مسئلہ پر بھی کسی قدر روشنی ڈال دینی مناسب معلوم ہوتی ہے۔ واضح ہو کہ کام جور جسم میں منی کو روکنے سے پیدا نہیں ہوتا بلکہ شہوت کے جذبہ کے جوش کو روکنے سے پیدا ہوتا ہے۔ دل میں مباشرت کی لذت کے حصول کے لئے بے پایاں جذبات کا ایک طوفان پیدا کر لیا جائے اور پھر عورت نہ ملنے یا کسی اور وجہ سے اس طوفان کی شدت کو دبا یا جائے تو واقعی اس سے بہت دور رس اور

عظیم الشان نقصانات پیدا ہونے کا اندیشہ ہے لیکن اگر دل جذبات شہوت سے پاکیزہ رکھا جائے تو منی کو جسم میں تمام عمر روکے رکھنے سے بھی کوئی نقصان نہیں ہو سکتا لیکن موجودہ زمانہ کی طرز معاشرت اور جدید تہذیب کی آغوش میں پرورش پائے ہوئے ماحول کو مد نظر رکھتے ہوئے یہ تقریباً ناممکن معلوم ہوتا ہے کہ کوئی نو جوان اپنے دل کو جذبات شہوت سے قطعاً مبرا رکھ سکے۔ اس مجبوری کو پیش نظر رکھتے ہوئے اور شہوت کو ایک فطری جذبہ قرار دیتے ہوئے اس بات کی تو اجازت دی جاسکتی ہے کہ ایک نو جوان اپنی قوت اور طاقت کو پیش نظر رکھتے ہوئے مہینہ میں ایک دو بار پیکر نسائیت سے ہم آغوشی کا لطف حاصل کر لے مگر اس حقیقت سے کہ جوش شہوت کو روکنے سے چونکہ کئی قسم کی بیماریاں لاحق ہو جاتی ہیں۔ یہ استدلال کرنا گمراہی ہے کہ ایک نو جوان مباشرت کے بازے میں اندھا دھند روش اختیار کر لے اور شب و روز عورت کے گلے کا حار بنار ہے۔

جذبات کو دبانے کا خطرناک نتیجہ:

ایک جوش شہوت ہی کیا کسی بھی جذبہ کی طوفان خیزی کو دبا لینا خطرناک ہو سکتا ہے۔ انسان کے دل پر کوئی نہایت ہی جاں گسل صدمہ گزرے کہ جس سے دل کی دنیا درہم برہم ہو جائے۔ اس وقت اگر دل کا بخار آنسوؤں کی راہ نکال نہ دیا جائے تو یقینی طور پر موت واقع ہو جاتی ہے۔ انگریزی زبان کے مشہور ترین شاعر ٹینیسن نے اپنی ایک نظم میں اسی حقیقت کو بے نقاب کرنے کی کوشش کی ہے۔ ایک مہ جین نازنین کا مردہ شوہر میدان جنگ سے لایا جاتا ہے۔ اس کو دیکھ کر نازنین کے دل پر اس قدر سخت صدمہ گزرتا ہے کہ اس کی آنکھوں سے بھی آنسو نہیں نکل سکتے۔ ہر طرح سے کوشش کی جاتی ہے کہ اس کی آنکھوں سے جاری ہوں کیونکہ بصورت دیگر موت کا خطر یقینی ہے۔ جب چند منٹ تک سب کوششیں بیکار ثابت ہوتی ہیں۔ نازنین کی آنکھوں سے کوئی آنسو نہیں نکلتا تو ایک بوڑھی دایہ اٹھتی ہے اور نازنین کی گود میں اس کا لخت جگر دے دیتی ہے۔ بس دایہ کا جادو چل گیا۔ نازنین کی آنکھوں سے فراز کوہ سے آنے والی ندی کی سی روانی پیدا ہو گئی۔ جب اس نے (Sweet my child I live for thee) ”میرے پیارے بچے میں تیرے لئے زندہ رہوں گی۔“ کہتے

ہوئے بچے کو بھیج کر اپنے سینے سے لگالیا۔ برنج و عم کے شدید جذبہ کی طرح اگر خوشی کے کسی بے پناہ جذبہ کو محشرستان دل سے باہر نکلنے کا موقع نہ ملے تو وہ بھی انسان کی جان لے کر ہی نکلتا ہے۔ کتنے ہی مفلس و نادار لوگوں کے نام یک بیک کئی لاکھ روپیہ کی لائری کا انعام نکل آنے سے فرط خوشی کے مارے ان کی موت واقع ہو گئی۔ اسی طرح جذبہ شہوت کی شدت کو دہانا بھی بلاشبہ خطرناک نتائج کا پیش خیمہ ہو سکتا ہے لیکن یہ افسوس ناک صورت حالات صرف اسی وقت ممکن ہے جبکہ انسان کا دل نہایت حساس ہو۔ جسم میں ویرج کی از حد کثرت ہو اور محشر خرام حسینہ پر جذبہ شہوت رانی ہی کی غرض سے دل آ گیا ہو مگر اس زمانہ میں ایسی مثالیں شاذ و نادر ہی دیکھی گئی ہیں بلکہ یوں کہنا چاہئے کہ دیکھی ہی نہیں گئیں۔

جذبات کی سیری کا غلط طریقہ:

شہوانی خیالات میں ہر وقت سرشار رہنے کی وجہ سے اگر مباشرت کا جذبہ تیزی و تندہی سے پیدا ہو تو کافی دیر تک مباشرت سے اجتناب کرنا نقصان دہ ہو سکتا ہے لیکن جذبات کی تیزی و تندہی کو دبانے کا یہ ایک غلط اور تباہ کن طریقہ ہے کہ روز افزوں جذبات کی سیر کے لئے نت نئے سامان تلاش کیے جائیں۔ اس طرح اس آگ پر گویا تیل پڑتا جائے گا اور پھر یہ آگ کبھی بھی نہ بجھ سکے گی اور اس کی شعلہ افشائیاں انسان کے حیض اختیار سے باہر ہو جائیں گی۔ جذبات شہوت سے دل کو پاک و صاف رکھنا زندگی میں ایک پاکباز اور زاہد اندہ روش اختیار کرنا ہی اس افسوس ناک صورت حالات کا بہترین سد باب ہے۔ اس جگہ یہ واضح کر دینا بھی ضروری معلوم ہوتا ہے کہ کثرت مباشرت کے عادی ہو جانے سے محض عادت کی بنا پر جو شہوت کا جذبہ بار بار پیدا ہوتا ہے۔ اس میں اس قدر تیزی و تندہی نہیں ہوتی کہ اس کا دہالینا خطرناک نتائج و عواقب کا ذمہ دار ہو سکے بلکہ اس کا دہالینا تو نہایت خوشگوار نتائج پیدا کرتا ہے۔ اس سے انسان کی قوت مردی میں حیرت انگیز طور پر اضافہ ہوتا ہے اس کا دل طاقت و شجاعت اور ہمت و جرأت کا ایک نیا جوہر حاصل کرتا ہے۔ اس کی رگوں میں جواں مردوں کا جوش مارنے لگتا ہے۔ ایک پاکباز زندگی سے بدی کی طرراغب ہونے میں اس قدر ہمت اور جرأت سے کام لینے کی ضرورت پیش نہیں آیا کرتی۔ جس قدر کہ ایک

نفس پرست اور ہوس کار زندگی سے خود ضبط و خود آگاہ زندگی کی طرف اٹھنے میں پیش آتی ہے۔ اوپر اٹھنے میں بلاشبہ بہت بڑی ہمت اور شجاعت سے کام لینے کی ضرورت ہے۔ مگر اس کے نتائج بھی قابل رشک ہوتے ہیں۔

اجڑے ہوئے چمن میں پھر سے بہار:

جب خواہشات نفسانی اور جذبات شہوانی کی خزاں جوانی کے ہرے بھرے اور سرسبز و شاداب گلستان کو یکسر ویرانے میں تبدیل کر دیتی ہے۔ جب جوانی کے عیش و عشرت کی رنگین دلاویز ساعتیں گریز پا ہو جاتی ہیں۔ جب امنگوں اور آرزوؤں کے گلہائے رنگارنگ ہوس کاریوں کی بادِ سموم کے تند و تیز جھونکوں کی تاب نہ لا کر مرجھائے جاتے ہیں۔ اسی وقت نو جوانوں کی آنکھوں پر سے غفلت اور غلط کاری کی پٹی کھلتی ہے۔ جب چور گھر کا اثاثہ لوٹ چکے ہیں۔ اس وقت صاحب خانہ بیدار ہوتے ہیں۔ مگر؟ ”اب پچھتائے کیا ہوت جب چڑیاں چک گئیں کھیت۔“ لٹی ہوئی دولت ہزار کوشش کرنے پر بھی ساری کی ساری دوبارہ واپس نہیں مل سکتی۔ جب لالہ گل کی جوانیاں ہی ختم ہو چکی ہیں پھر ان میں بہار کے رنگ و بو کا طوقان بھی شادابیاں اور نکلتیں بھرنے سے قاصر رہتا ہے۔ جس طرح فراز کوہ سے آنے والی ندی کا گزرا ہوا پانی دوبارہ فراز کوہ پر واپس نہیں آ سکتی۔ کوئی شبہ نہیں کہ دنیا بھر کے اطباء نامدار اور حکمائے گرامی نے اپنی ہزاروں سال کی سرگرم تحقیقات اور تجربات کی بدولت بہت سی اکسیر الائر دوائیں ایسی دریافت کر لی ہیں جو گزری ہوئی جوانی کو واپس لا دینے کی دعویدار ہیں۔ سینا سیوں کا دعویٰ ہے کہ ان کے پاس ایسے کایا پلٹ کشتہ جات کا خزانہ موجود ہے۔ جو جوانی کی لٹی ہوئی دولت کی تلافی کر سکتا ہے۔ مگر حقیقت یہ ہے کہ دوائیں پھر بھی ایک پیوند ہی ہیں۔ قدرتی طاقت کچھ اور چیز ہے اور پیوند لگا کر حاصل کی ہوئی طاقت کچھ اور چیز۔ ہمارا تجربہ ہے کہ گئی ہوئی جوانی ہزار کوششوں سے بھی اپنی پوری خوبصورتی اور اپنے پورے جوش و ولولے کے ساتھ واپس نہیں آتی لیکن اس کا مطلب یہ نہیں کہ جو نو جوان جذبات شہوانی کی شب تاریک میں بھٹک کر گم گشتہ راہ ہو کر اپنا تمام اثاثہ لٹا چکا ہو اس کے لئے اب کوئی چارہ کار کی صلاح و راہ ہی نہیں۔ دوائیں بہت کچھ کر سکتی ہیں..... کشتہ

جات بہت حد تک صحیح معنوں میں ٹوٹے ہوئے جسم کو دوبارہ گانٹھ دیتے ہیں۔ بعض کا یا پلٹ اکسیریں ایسی بھی ہیں جو مرجھائے ہوئے چہروں میں بہار کے تازہ کھلے ہوئے پھولوں کی شکلیاں اور تازگیاں بھر دیتی ہیں۔ جھیریاں پڑے ہوئے چہروں کو جوانی کے نقش و نگار سے آراستہ کر دیتی ہیں لیکن ان سب باتوں کے باوجود بھی تجربہ یہی بتاتا ہے کہ قدرتی جوانی جب غلط کاریوں سے تباہ و برباد کر دی جائے تو اس کا اپنی پوری قوت سے واپس آنا ناممکن و محال ہے۔

پریم کشاری کا زخم کاری:

یہ روزمرہ کا تجربہ اور مشاہدہ ہے کہ جوانی کی غلط کاریوں سے تباہ و برباد کی ہوئی طاقت اپنی قدرتی شکل میں دوبارہ واپس نہیں آ سکتی اس لئے جن کج فہم اور کجرو نو جوانوں نے کثرت مباشرت کی ”پریم کشاری“ سے اپنے تئیں نیم نسل کر لیا ہوا نہیں چاہئے کہ اس زخم کو معمولی نہ سمجھیں اور کبھی یہ امید نہ رکھیں کہ اس کا گھاؤ کسی اشتہاری دوا سے چند دنوں میں بھر جائے گا بلکہ استقلال اور محنت سے اس کے علاج معالجہ میں مصروف رہیں۔ وہ خوش قسمت نو جوان جو ابھی نفس پرستی کی آگ سے بچے ہوئے ہیں۔ وہ ہمت اور جرأت سے کام لے کر اس آگ سے دور رہنے کی کوشش کریں جو جوانی بلکہ زندگانی کے خرمن کو جلا کر خاکستر کر دیتی ہے۔

”معصوم تفریحات“ اور نو جوان:

ہوس کاری اور لذت پرستی کا چسکا بادِ سموم ہے۔ جس کے ایک ہی جھونکے سے گلشنِ ہستی کے شگفتہ اور شادات پھول نذر خزاں ہو جاتے ہیں۔ نفس وہ سرکش اسب تازی ہے کہ اگر اس کی عناب کو مضبوطی سے تھام کر نہ رکھا جائے تو بڑے بڑے شہسواروں کو دے پھلتا ہے۔ ہوس کی بزمِ آرائیوں اور نفس پرستی کے خیالات سے کوسوں دور رہنا ہی جوانی کو پاکیزہ رکھ سکتا ہے۔ صحبت صالح مردان خود آگاہ و خدا مست کے سوانحِ حیات کے مطالعے اور ضبطِ نفس کے متعلق بلند پایہ کتابوں کے بہترین اصولوں کو اپنا رہنما بنانے ہی سے جوانی کے تیز و تند اور سرکش جذبات صراطِ مستقیم پر چل سکتے ہیں لیکن عصرِ جدید کی یہ ”معصوم تفریحات“ جنہیں تہذیبِ کبریٰ کے شدائی لوازماتِ زندگی میں داخل سمجھتے

ہیں۔ نو جوانوں کو جلد از جلد ”جوانی کی رنگین راتوں“ کے لئے چشمِ براہ بنا دیتی ہیں۔ وہ اس ”مس“ کو تو بہ شکن ادا کریں؛ جذبات خیز رقص؛ زاہد فریب ناز و غمزے اور نفرتی گھنٹی سے زیادہ مترنم سیمیں صدائے نغمہ کا سننا۔ ریشمی رومال میں باندھی ہوئی دو چار خوبصورت جلد کی حسین و جمیل کتابیں ہاتھ میں لے کر کسی ایسے تانگے کے پیچھے سائیکل چلانا جس میں کوئی ”حسبِ غشا“ بیٹھا ہوا ہو۔ ریلوے اسٹیشن پر ٹرین آنے کے وقت عہد آجانا اور زنانہ ڈبوں کا خصوصیت سے جائزہ لینا سفر کرتے وقت ٹرین میں اس ڈبے کی خاص طور پر تلاش کرنا جس میں آنکھیں سینکنے کا سامان موجود ہو۔ وغیرہ وغیرہ وغیرہ۔ یعنی ایسے اور بھی سینکڑوں اور ہزاروں مواقع ہیں جن سے فائدہ اٹھانا تہذیبِ نو کی اصطلاح میں ”معصوم تفریح“ یا خدا کی قدرت کا نظارہ کرنا ہے۔ کوئی ایک راہِ راست سے ہٹنے کو اسے کوئی سمجھائے بھی مگر یہاں تو سارا آوے کا آواہی بگڑا ہوا ہے۔ یہاں فضا اور ماحول ہی کچھ اس قسم کے ہو گئے ہیں کہ صرف ایک ”عورت“ ہی ہمارا رخ نظر بن کر رہ گئی ہے کوئی رسالہ اٹھاؤ اس کے ٹائٹل پیج پر بھی تمھاری نگاہوں کو ایک تو بہ شکن حسینہ کی برقِ پاش نگاہوں سے سابقہ پڑے گا۔ کوئی کیلنڈر دیکھیے وہاں بھی ”کوئی نہ کوئی“ اپنی دلا ویزوں اور کارستانیوں کا پورا پورا مظاہرہ کر رہی ہوگی۔ برہنہ تصویریں اور نیم عریاں فوٹو ”آرٹ“ میں داخل ہیں۔ یہی ”آرٹ“ اور ”خدا کی قدرت“ کا نظارہ ہے۔ جس نے نئی پود کو جوانی اور جوانی کی امنگوں اور ترنگوں سے محروم کر کے واقعی ”خدا کی قدرت کا نظارہ“ ہی دکھا دیا ہے۔

پیش یا افتادہ نصیحتیں اور میں:

اس قسم کی پیش پا افتادہ نصیحتوں سے شاید آپ مجھے پرانے زمانے کا کوئی ہر وقت ”ہری ہری کا سمن کرو“ کہنے والا سالخورده برہمن یا ہر بات پر لا حول ولاقوت کہنے والا مولوی تصور فرمانے لگیں اور مجھے اس بات کا طعنہ دیں کہ مجھے خود زندگی کو دلچسپ بنانا نہیں آتا اور میں دوسروں کو بھی جوانی اور زندگی کے بہترین لذائذ سے محروم کرنے کی کوشش کر رہا ہوں لیکن حقیقت یہ ہے کہ اس قسم کا الزام بے بنیاد اور اس قسم کا اعتراض بالکل بے سرو پا ہے۔ میں اپنی زندگی کو دلچسپ بنانا بھی جانتا ہوں اور دوسروں کو بھی جوانی کے بہترین لذائذ سے

محروم رکھنا نہیں چاہتا۔ میری نگاہ میں جسمانی اور روحانی دونوں قسم کے جذبات انسان کی فطرت میں داخل ہیں۔ ایک جائز اور محدود حد کے اندر جوانی اور زندگی کا لطف اٹھانا بھی جوانی اور زندگی کا بہترین مصرف ہے مگر میرے خیال میں زندگی کا لطف اٹھانے کا وہ طریقہ جو چند سال بعد ہی خود زندگی کے لئے وبال جان بن جائے۔ کسی گناہ کبیر سے کم نہیں ہے۔

نظارہ بازی کا دل پر اثر:

بہت سے ”پختہ کار“ لوگ اس بات پر میرا استہزاء کریں گے کہ میں پاکیزگی کو ”نگاہیں نیچی رکھنے“ کے ساتھ وابستہ کرتا ہوں۔ میں خوب جانتا ہوں کہ پاکیزہ کاری کی صفت بیرونی ساز و سامان کی دلفریبیوں سے بھاگنے میں نہیں بلکہ ان کا مردانہ وار مقابلہ کرنے میں ہے۔ پاکیزگی دل کی پاکیزگی کا نام ہے اگر دل پاکیزہ ہے تو ساری دنیا بھی پاکیزہ ہے۔ ایک پاکیزہ کار انسان ہوس کی بزم آرائیوں کے درمیان رہ کر بھی پاکیزہ کار رہ سکتا ہے مگر دنیا نے ایسے کتنے باندہ نگاہ پاکیزہ ضمیر اور خود آگاہ شخص پیدا کیے ہیں جو گناہ کی دنیا میں رہ کر بھی پاک دامن رہ سکیں؟ ایک سرسبز و شاداب برگ تر کے سایہ سے نرم چیز اور کونسی ہوگی؟ ایک سنگ خارا کی چٹان سے زیادہ سخت چیز اور کونسی ہوگی؟ لیکن کیا آپ کو معلوم ہے کہ ایک سرسبز پتے کا سایہ سنگ خارا کی چٹان پر ہمیشہ ہمیشہ کے لئے اپنا نقش ثبت کر دیتا ہے۔ پھر آپ کس طرح کہتے ہیں کہ ایک نوخیز نوجوان کا نا پختہ دل حسین و جمیل نظاروں میں بھی دلچسپی لے لے اور پھر اس کے دل میں ان سے لطف اندوز ہونے کا ذوق و شوق بھی پیدا نہ ہو۔ عورت کے حسن کے میخانہ میں داخل ہونا اور پھر شراب پی کر مست نہ ہو جانا۔ یہ نا پختہ کار نوجوانوں کے لئے ناممکن و محال ہے۔ حسین و جمیل نسوانی مظاہروں میں دلچسپی لینا تو کھلانے والے ”پختہ کار“ لوگوں کے دلوں پر بھی اپنا نقش چھوڑے بغیر نہیں رہتا لیکن چونکہ دوسرے کاروبار کی سرگرم مصروفیت حسن پرستی کے ان نقش و نگار کو کسی قدر دھندلا کر دیتی ہے اس لئے وہ یہ دعویٰ کرتے ہیں کہ اگر دل نگاہ کے ساتھ نہ ہو تو ”قدرت کا نظارہ دیکھنا“ کوئی عیب نہیں لیکن حقیقت یہ ہے کہ ان کا یہ دعویٰ سو فیصد غلط ہے۔ ان کا دل نگاہ کے ساتھ ضرور ہوتا ہے اگر دل نگاہ کے ساتھ نہ

ہو تو ان کے دل میں اس قسم کی بیہودہ خواہش ہی پیدا کیوں ہوتی۔

میرا ذاتی مشاہدہ:

ان باتوں کو بھی جانے دیجئے۔ میرا روزمرہ کا مشاہدہ اور تجربہ میرے اسی بیان کی حرف بحرف تائید کرتا ہے جسے کسی طرح سے جھٹلایا نہیں جاسکتا۔ ملک کے سربراہ آوردہ دواخانوں میں پوشیدہ امراض مردانہ کے اس کثرت سے خطوط آتے ہیں کہ دنیا بھر کی تمام دوسری بیماریوں کے متعلق خطوط کی تعداد بھی ان کا مقابلہ نہیں کر سکتی۔ ان تمام خطوط کے پڑھنے سے کیا معلوم ہوتا ہے۔ یہی کہ ان غلط کار لوگوں نے حسین و جمیل صورتوں کو دیکھنے کا شوق پیدا کر کے شب و روز عورت ہی کے خوابوں میں محو رہ کر حسن پرستی کا درجہ دے کر بیوی سے ہر وقت لپٹے رہنے کو عورت کی عزت افزائی کا ثبوت تصور کر کے اپنے آپ کو تباہ و برباد کر لیا ہے اور اب زندگی سے بیزار اور مایوس ہوئے بیٹھے ہیں۔ کیوں صاحب! یہی ہے نا ”قدرت کا نظارہ“ اور اسی کا نام ہے نا ”زندگی کا لطف۔“

قدرت کا ایک مسلمہ قانون:

ہم جنس ہم جنس کی طرف رجوع کرتا ہے۔ یہ قدرت کا ایک مسلمہ قانون ہے۔ کوچہ و بازار، سینما ہال میں؛ اسٹیشن کے پلیٹ فارم پر؛ ٹرین کے ڈبوں میں؛ سیرگاہوں میں؛ زنانہ کالجوں کے دروازوں پر پیکر ان جمال کو دیکھ کر ان کے حسن و جمال کے تصور سے لطف اندوز ہونا اسی قسم کے دوسرے خیالات کو اپنی طرف کشش کرتا ہے حتیٰ کہ دل حسن پرستی کے خیالات کی ایک جولانگاہ بن جاتا ہے۔ ہر انسان کی دلی و دماغی قابلیت و استعداد کے مطابق یہ خیالات چند گھنٹوں میں؛ دنوں میں؛ ہفتوں میں؛ مہینوں میں؛ یا سالوں میں جذبات میں تبدیل ہو جاتے ہیں۔ عمل بغیر خیال کے کبھی ظہور میں نہیں آ سکتا اور جب خیال ایک جذبہ کی شکل اختیار کر لے۔ تو عمل کی منزل اس سے بہت دور نہیں ہوتی۔ شب و روز کی تائیک جھانک مرد و عورت کے حسن کا متوالا بنادیتی ہے اور عورت کے حسن کے متوالے بن کر بھی نفس پرستی سے باز رہ سکنے والے صاحب ہمت دنیا نے بہت زیادہ تعداد میں پیدا نہیں کیے۔ لہذا عوام کے لئے یہی بہترین لائحہ جوانی ہے کہ وہ حتیٰ الوسع اپنے خیالات کو عورتوں کے حسن سے

”روشن و تابناک“ بنانے کی کوشش نہ کریں۔ ورنہ یہی تابناکی انہیں کسی نہ کسی دن سیاہ کاری کے قعر مذلت میں لے جائے گی۔

انسانی فطرت کا خاصہ:

اسی کتاب کے پہلے صفحوں میں بھی تحریر کیا جا چکا ہے کہ یہ انسانی فطرت کا خاصہ ہے کہ جو کام بار بار کیا جائے وہ عادت ثانیہ بن جاتی ہے۔ بار بار عورت کا خیال کرتے رہنے سے مرد کی آخریہ حالت ہو جاتی ہے کہ پھر اسے ایک لمحہ بھی عورت سے الگ رہنا دشوار ہو جاتا ہے۔ شب و روز شہوانی خیالات میں غرق رہنے سے شہوت پرستی مرد کی عادت ثانیہ بن جاتی ہے اور پھر اسے ایک رات بھی مباشرت کے بغیر چین نہیں آتا۔ جب یہ حالت ہو جائے کہ شہوت کا خیال دماغ میں آتے ہی دل مباشرت کے لئے بے قرار ہونے لگے تو یقین کر لو کہ اب تمہاری ہلاکت و تباہی دور نہیں۔ ہر وقت عورت کے حسن و جمال کا تصور کرنے اور ہر وقت خلوت کی رنگین ساعتوں کی عشرت کے لئے لپچاتے رہنے نے بیسیوں ہونہار نوجوانوں سے شباب و صحت کی بے بہا دولت چھین کر انہیں صحیح معنوں میں مفلس بھکاری بنا دیا ہے۔

پھولوں کے انبار میں کالا ناگ:

جس قدر کوئی شے زیادہ لذیذ؛ زیادہ راحت بخش اور کیف انگیز ہوتی ہے۔ غلط استعمال سے وہ اسی قدر تلخ، مصیبت زار اور دل و دماغ کو متحمل کر دینے والی ثابت ہوتی ہے۔ عورت گلستانِ ہستی کا وہ رنگین پھول ہے جس کی جاں فزا مہک سے ایک دنیا کا مشام جاں معطر ہے مگر غلط استعمال سے عورت ہی آج کل کی نئی پود کی صحت اور جوانی، لطف اور راحت، عیش اور عشرت، عزت اور ناموس اور نامعلوم کن کن چیزوں کی دشمن بن گئی ہے۔ شباب و حسن سے مالا مال ایک نوجوان دلہن ایک نوخیز مرد کو مالا مال کرنے کے لئے آئی ہے مگر نوجوان کی غلط بینی سے وہی حسن و شباب کی ملکہ اس کی ہوس پرست جوانی کو تباہ و برباد کرنے کا باعث بن جاتی ہے۔ عورت کا تابناک حسن مرد کی زندگی کی شب تاریک میں صبح صادق کا اجالا کرنے کے لئے آتا ہے لیکن مرد اپنی جہالت اور سیہ کاریوں سے (اپنی بیوی سے بھی حد اعتدال سے بڑھ کر مباشرت کرنا یقیناً سیاہ کاری ہے)

اس تابناک حسن کے نقش و نگار کو بھی دھندلا کر دیتا ہے اور خود اپنی درخشاں جھانکی کو بھی ساون کی برستی ہوئی راتوں کی طرح منہمک فرما دیتا ہے اور تاریک بنا لیتا ہے۔

وہ فرشتہ جس نے شیطان کا لباس پہن لیا:

مرد کی زندگی کا رخ نظر شہوت پرستی اور ہوس رانی سے بہت زیادہ بلند ہے۔ اس کی آغوش میں وہ تجلی ہے کہ وہ مہر و ماہ انجم کی تابانیاں بھی اس کی حریف نہیں ہو سکتیں۔ وہ دنیا میں جہالت و گمراہی اور نفس پرستی و سیاہ کاری کی تاریکیوں کو جگمگانے کے لئے آیا تھا لیکن اب وہ خود سو گیا ہے جسے دنیا کو ہوس کاریوں کے قعر مذلت سے نکالنا تھا۔ وہ خود سیاہ کاریوں میں کھو گیا ہے! حیف کہ ایک شیر ذیاں نے شیوہ رو باہمی سیکھ لیا ہے! حیف کہ ایک فرشتہ نے شیطان کا مسلک اختیار کر لیا ہے! بیوی ایک عصمت مآب دیوی ہے۔ وہ کسی نوجوان شوہر کی ہوس کاریوں کے لئے سامان نشاط نہیں ہے۔ وہ زندگی کے رنج و راحت میں ایک ہمدرد و غمگسار ہمد کی حیثیت رکھتی ہے۔ وہ کسی نفس پرست کی نفس پرستیوں کی آگ کا خرمن بننے کی شے نہیں ہے۔ ازدواجی زندگی کی مکدر فضا میں آج ہی تابناک ہو جائیں۔ اگر نوجوان اپنی اور اپنی بیوی کی حیثیت کو اس کے اصلی رنگ میں دیکھیں..... صحرا میں پانی کے سیمیں چشمے تشنہ کام مسافروں کی پیاس بجھانے کے لئے ہوتے ہیں۔ ڈوب مرنے کے لئے نہیں۔ جو کورنگاہ ان میں ڈوب کر مرے گا۔ وہ خود اپنی زندگی سے بھی ہاتھ دھو بیٹھے گا اور موتی ایسے شفاف چشمہ کے پاکیزہ پانی کو بھی گندہ کر دے گا۔

پاکبازی اور سیاہ کاری کا انجام:

ضبط نفس انسان کو صحت پاکیزگی، عشرت اور جوانی کے اس بہشت میں تک لے جاتا ہے۔ جہاں بہار ہی بہار ہے۔ جہاں نغمہ ہی نغمہ ہے۔ جہاں نگہیت ہی نگہیت ہے لیکن نفس پرستی انسان کو اس تحت اثری میں لے جاتی ہے جہاں نہ جوانی ہے نہ جوانی کا لطف، جہاں نہ زندگی ہے نہ زندگانی کی راحتیں۔ جہاں جوانی تمناؤں کی موت کا دوسرا نام ہے اور زندگانی مصائب کے ایک طویل سلسلہ کا پیام۔

بدن میں تازہ خون پیدا کر کے چہرہ سرخ بنا دینے والا ناشتہ

مغز بادام 10 عدد۔ الائچی خورد 2 عدد۔ چوہارہ 2 عدد۔

ترکیب تیاری: تینوں چیزیں رات کو مٹی کے کورے برتن میں بھگور کھیں۔ صبح نکال کر مغز بادام کو چھیل لیں۔ الائچی کا چھلکا جدا کریں۔ چوہارے کی گھٹلی نکال ڈالیں۔ تینوں چیزوں کو پتھر کی سل پر یا کوٹڈی میں اتنا بار یک گھوٹیں کہ مکھن کی طرح ملائم ہو جائے۔ اب پانچ تولہ مصری ملا کر چند منٹ تک گھوٹ کر یکجان کر لیں۔ اس کے بعد ان سب چیزوں کو گائے یا بھینس کے پانچ تولہ مکھن میں ملا کر چاٹ لیں۔ یقین کیجئے کہ باہ کو بنیادی طور پر طاقت دینے کے لئے یہ خوش ذائقہ چٹنی کسی طرح انڈے والے خمیری سے کم نہیں ہے۔ زرد اور مرجھائے ہوئے چہرے اس کے استعمال سے چند ہی دنوں میں سرخ ہو جاتے ہیں۔ لاغر اور سوکھے ہوئے جسم بھی چند ہی ہفتوں میں سرسبز و شاداب ہو جاتے ہیں۔ اس لذیذ ناشتہ سے تمام جسم کی قوتوں کی نشوونما ہوتی ہے۔ دماغی کام کرنے والوں کے لئے اس سے بہتر کوئی غذا اور دوا نہیں لیکن کمزور معدہ ہو تو پہلے نصف وزن سے شروع کریں۔ یہ چٹنی علی الصبح ہی چاٹ لینی چاہئے۔ دوپہر کا کھانا اس کے پورے طور پر ہضم ہو جانے کے بعد کھائیں۔ جن کی قوت ہاضمہ کافی تیز ہو وہ اس چٹنی کے استعمال سے ایک گھنٹہ بعد نیم گرم دودھ پیئیں تو اور بھی بہتر ہوگا۔

اختناق الرحم (ہسٹریا) باؤ گولہ

ہسٹریا کیوں ہوتا ہے؟ کیا ہوتا ہے؟ اور کب ہوتا ہے؟ ہسٹریا کی کی مکمل تشریح۔ ہسٹریا اور مرگی میں فرق۔ عورت کے جسم پر ہسٹریا کا کیا اثر پڑتا ہے۔ غذائیں، پرہیز اور علاج پر بحث کی گئی ہے۔

اس مرض میں مریضہ کا گلا گھٹنا معلوم ہوتا ہے۔ اس کا تعلق رحم سے ہے۔ اختناق کے لفظی معنی بھی گلا گھٹنے کے ہیں۔ اسی لئے اسے اختناق الرحم کہتے ہیں۔ اس بیماری میں مریضہ کو ایسا معلوم ہوتا ہے کہ ناف کے نیچے سے گولہ اٹھ کر سینہ کی طرف آتا اور گلے میں پھنس جاتا ہے۔ اسی واسطے اسے باؤ گولہ بھی کہتے ہیں۔ یہ اہل لوگ اسے ٹھوٹ پریت، جن، چڑیل کا اثر جانتے ہیں اور تعویذ لٹونے لٹانے کرتے ہیں۔ جن سے اپنی دولت کو ضائع اور مریضہ کی صحت کو تباہ کر بیٹھتے

ہیں۔ اس مرض کے پیدا ہونے کے دو اسباب بہت اہم ہیں۔

۱۔ منی کا ایک مدت تک اپنے مقام میں رکنے رہنا۔

۲۔ حیض کے خون کا رحم میں جمع رہنا۔

یونانی حکماء کا قول ہے کہ جن نازک مزاج لڑکیوں کو بچپن میں مقوی اور مرغی غذائیں کثرت سے ملتی ہیں اور جن میں شہوانی خیالات کثرت سے پیدا ہوتے ہیں اور ان کی شادی کوئی نہیں ہوتی وہ لڑکیاں عموماً اس مرض میں مبتلا ہو جاتی ہیں۔ یہ بیماری اکثر ان نازک مزاج لڑکیوں کو ہوتی ہے جو مرغی اور مقوی غذائیں کھانے کے باوجود ماتھے پر نہیں ہلاتی ہیں اور ناز و نعمت کی زندگی بسر کرتی ہیں۔ شہوانی خیالات سے جو بخارات اٹھتے ہیں۔ وہ اندر ہی اندر جمع رہتے ہیں اور بیماری میں مبتلا کر دیتے ہیں۔

غم، غصہ، قبض، خون حیض کا کمی کے ساتھ آنا یا بالکل ہی بند ہو جانا اکثر اس بیماری کا باعث ہوتا ہے۔ جن عورتوں کے خاوند ضعیف باہ اور سرعت انزال ہیں اور ان کی تسلی نہیں ہوتی اور عورتیں طاقتور ہیں اور ان کی خواہش پوری نہیں ہوتی اور یا وہ بیوہ ہو جاتی ہیں یا پھر شادی نہیں ہوتی اور جماع میسر نہیں آتا تو منی یا خون حیض جسم میں رکنے کا فاسد ہو جاتا ہے اور اس کے بخارات اٹھ کر دماغ کی طرف چڑھتے ہیں اور اس مرض کو پیدا کرتے ہیں۔

عام طور پر یہ شکایت رحم کی خرابی سے دیکھنے میں آتی ہے۔ رحم کے علاوہ

معدہ، آنت، دل و دماغ میں بھی اس کا فساد سرایت کر جاتا ہے۔ چنانچہ شروع ہونے سے پہلے مریضہ کا کلیجہ جلنا، جی متلانا اور پیٹ میں نفخ سا معلوم ہوتا ہے جمائیاں اور انگڑائیاں آتی ہیں۔ بدن بھاری اور سست ہو جاتا ہے۔ دل دھڑکتا ہے۔ سانس تکلیف سے آتی ہے۔ چہرہ زرد ہو جاتا ہے۔ سر میں درد اور انکھوں کے سامنے اندھیرا سا چھا جاتا ہے۔ مریضہ بدحواس ہو کر پیر مارنے لگتی ہے۔ اور بیہودہ بکنے لگتی ہے۔ چیخ کر بیہوش ہو جاتی ہے اور گر پڑتی ہے۔

اختناق الرحم اور مرگی میں دماغ مفقود اور عقل بیکار ہو جاتی ہے۔ اختناق الرحم میں مریضہ سب کچھ سنتی اور سمجھتی ہے اور اس کی عقل قائم رہتی ہے۔ مرگی میں دماغ کی کیفیت ہوتی ہے۔ یادداشت نہیں رہتی۔ نیز مرگی میں منہ سے جھاک نکلتی ہے اور اس میں نہیں نکلتی۔

اگر مریضہ بخوری ہے تو اس کا شادی بہت جلد کر دینی چاہئے۔ شادی کے بعد یہ شکایت عام طور پر خود بخود دور ہو جاتی ہے۔ اس بیماری میں بادی عقل، مقوی اور زیادہ گرم چیزوں کا استعمال بہت مضر ہے۔ زیادہ جاگتا، عشقیہ ناول، افسانے پڑھنا، سینما وغیرہ دیکھنا بھی نقصان دہ ہے۔ زرد حصنم غذائیں اور لطف پھل بہت مفید ہے۔

دورہ کی حالت میں مریضہ کے ہاتھوں کی مٹھیلیوں اور پاؤں کے تلووں پر

اور رانوں پر خوب زور سے ملیں۔ مریضہ کے چہرہ پر ٹھنڈا پانی چھڑکیں۔ لہسن،

ایونیا وغیرہ منگھائی۔ گندھک یا گوگل کی دھونی ناک کے سامنے مفید ہے بلغمیہ کا نام لے کر زور سے اس کے کان میں پکاریں۔ تھوڑی دیر کے لئے مریضہ کا ناک اور منہ بند کریں۔ دایہ اپنی انگلی میں خوشبودار روغن مثلاً روغن چنبیلی یا روغن سوسن وغیرہ میں قدر سے مشک حل کر کے لگا کر مریضہ کے رحم میں لگائے۔ ان میں سے جو ترکیب مریضہ کو ہوش میں لانے کے لئے کارگر ہو عمل میں لائی جائے۔ اس کے بعد مرض کا اصلی سبب دریافت کر کے علاج کرانا چاہئے۔

اگر میٹریا کا سبب ترک جماع ہو جیسا کہ اکثر بیوہ عورتوں اور نوجوان لڑکیوں میں ہوا کرتا ہے تو اس کا بہترین علاج شادی ہے۔ اگر بیوہ کی شادی ناجائز سمجھی جائے تو حفظ صحت کے لئے گاہے گاہے بذریعہ فصد مناسب مقدار میں خون نکلوانا مفید ہے۔ اگر ایام ماہواری میں نقص کی وجہ سے یہ بیماری ہو تو اسباب معلوم کر کے علاج ہونا چاہئے۔

جریان الرحم یا لیکوریا

فی زمانہ نوے فی صد عورتیں اس نامراد مرض میں مبتلا ہیں۔ یہ مرض پوشیدہ طور پر ان کی تندرستی، صحت اور قوت کو گھٹانے کی طرح کھا جاتی ہے۔ یہ بہت موذی بیماری ہے جو عورت کا جسم کانٹے کی طرح کر دیتی ہے۔ اس سے عورت کے حسن و جمال کو گھٹا دیتا ہے۔ اگر علاج کی طرف جلد توجہ نہ دی

جائے تو یہ مرض عورت کو نامرد بنا دیتا ہے۔ بالکل اسی طرح جیسے جریان منی مرد کو نامرد بنا دیتی ہے۔

جریان الرحم کی زیادتی سے عورت کی خواہش جماع مفقود ہو جاتی ہے۔ صحت و شباب کی تباہی کے ساتھ عورت کے رحم میں حمل کھڑانے کی صلاحیت بھی ختم ہو جاتی ہے۔ چنانچہ بانجھ عورتوں میں سے ۵۰ فی صد عورتیں ایسی ہوتی ہیں جنہیں حینین کی خرابیوں اور جریان الرحم کی وجہ سے حمل نہیں کھڑتا۔

یہ نامراد بیماری جس قدر روز بروز بڑھ رہی ہے اسی قدر اس کے علاج کی طرف بہت کم توجہ دی جاتی ہے۔ اکثر عورتیں جھوٹی شرم و حیا کی وجہ سے اپنے شوہروں سے اس نامراد بیماری کا ذکر کرتے ہوئے شرماتی ہیں۔

عورت کے اندام نہانی سے سفید زردی مائل رطوبت خارج ہوا کرتی ہے اس بنا پر کہ اس مرض میں عورت کے رحم سے رطوبت کا سیلان ہوتا ہے۔ اس لئے اسے سیلان یا جریان الرحم کے نام سے پکارتے ہیں۔ انگریزی میں اسے لیکوریا کے نام سے پکارتے ہیں۔

اسباب موصوفے

رحم کی اندرونی جھلی کے درم کی وجہ سے یہ شکایت عموماً پیدا ہوتی ہے اسقاط حمل، جماع کی کثرت، جسم میں خون کی کمی یا کمزوری، بچپن میں حمل قرار پانے، رحم کے ٹل جانے، دائیں یا بائیں جانب جھک جانے، رحم کا درم،

اندام تنہائی کے عدم کی وجہ سے بھی یہ بیماری عورتوں کو ہو جاتی ہے۔ کثرت شرب نوشی، کثرت گوشت خوری، گرم اور تیز مصالحہ جات کا استعمال بھی اس مرض کا باعث ہوتا ہے۔ بعض مستورات تیل، لال مرچ اور گرم مصالحے اس کثرت سے کھاتی ہیں کہ وہ اس بیماری میں مبتلا ہو جاتی ہیں۔ ان کو خون حیض کا آنا اور چار پانچ روز بعد جاری رہنا تو صحت کی علامت ہے لیکن حیض کا زیادہ عرصہ تک جاری رہنا یا خون کا بہت زیادہ مقدار میں خارج ہونا مرض میں شامل ہے۔

سیلان رحمی اور بدھیمی بھی اس مرض کا باعث ہوتی ہے۔ گھوڑے کی سواری، پییدل سفر، زیادتی محنت و مشقت اور وزن دار چیزیں اٹھانے سے بھی یہ مرض ہو جاتا ہے۔

یاد رکھنا چاہئے کہ خون حیض کے کثرت اخراج اور سفید پانی سے عورت طبیعت زیادہ کمزور ہو جاتی ہے۔ رنگ زرد پڑ جاتا ہے۔ طبیعت پریشان رہتی ہے۔ کام کاج میں بھی جی نہیں لگتا۔ جسم میں ہر وقت تھکاوٹ محسوس ہوتی ہے۔ مزاج میں چڑچڑاہٹ آ جاتا ہے۔

علامات

سفید اچھٹے گاڑھی رطوبت عورت کے اندام سے اکثر بہتی ہے جس کے سبب سے عورت کا جسم دن بدن کمزور ہو جاتا ہے۔ چہرے پر زردی

چھا جاتی ہے۔ کمر اور سر میں درد رہتا ہے۔ بعض اوقات ہرچکراتا ہے اور بخار کی شکایت بھی ہو جاتی ہے۔ پٹلیوں میں عموماً درد رہتا ہے۔ مزاج چڑچڑا ہو جاتا ہے۔ جب تک عورتوں کو اس مرض سے صحت حاصل نہ ہو جائے حمل قرار نہیں پاسکتا۔ اگر اس مرض کا فوراً علاج نہ کیا جائے تو مرض خطرناک حد تک بڑھ جاتا ہے اور عورت کی زندگی کے لالے پڑ جاتے ہیں۔

سیلان الرحم عورتوں کے چہروں کو بے نور، جسمانی طاقت کو تباہ و برباد کر دیتا ہے۔ فی زمانہ نوے فی صد عورتوں کے چہروں پر وہ شادابی اور رونق نظر نہیں آتی جو صحت و شباب کا طرہ امتیاز ہے۔ یہ بیماری دن بدن بڑھ رہی ہے اس قدر کہ جن عورتوں کے چہروں پر بظاہر کچھ شادابی نظر آتی ہے وہ بھی اندر ہی اندر سے کھوکھلی ہو رہی ہیں۔

سیلان الرحم کے مریض کو ضعف، مضنم اور قبض کی شکایت اکثر رہتی ہے۔ طبیعت بڑھال اور بے حد مست رہتی ہے۔ کوئی کام کاج کرنے کو جی نہیں چاہتا۔ حیض کے ایام میں زیادہ تکلیف ہوتی ہے۔ حیض بے وقت بے قاعدہ اور درد سے آتا ہے۔ اندام نہانی میں درد اور خارش محسوس ہوتا ہے۔ رطوبت کا اخراج بھی زیادہ ہوتا ہے۔

پروہیز و علاج

اس بیماری میں مبتلا عورت کو نہایت صاف ستھرا اور دل خرم رہنا چاہئے

غم اور فکر سے یہ بیماری بڑھتی ہے۔ قبض کا خاص طور پر خیالی رکھیں، تھیں، گرم اور دیر، مضغ غذا میں منع ہیں۔ سادہ، زرد، مضغ اور مفرح غذا میں کھائیں۔ کدو، پالک، خرفہ، ٹیٹا، گھیا، توری، مونگ کی دال، کھجڑی وغیرہ مقوی غذا میں ہیں۔ گرم، مرخ، مزج، گرم، قبض اور بلغم پیدا کرنے والی تمام غذاؤں سے پرہیز کریں۔ زیادہ چلنا، اچھلنا، کودنا، وزنی چیزیں اٹھانا اور کثرت محنت سے بھی بچنا چاہئے۔ اس بیماری میں جماع کی سخت ممانعت ہے۔ اپنے خیالات کو پاکیزہ رکھیں۔ اس مرض میں عورت کو اپنے اندام نہانی کی صفائی کا خصوصیت کے ساتھ خیال رکھنا چاہئے۔ درنہ رطوبت کی خراش سے درد اور زخم کا اندیشہ ہے۔ پاؤ بھر گرم پانی میں تین چار ماشہ چھکڑی ملا کر دن میں دو تین بار ڈوش کرنا مفید ہے۔

مندرجہ ذیل لوگوں میں سے کسی ایک سے ڈوش کرنا مفید ہے۔ دن میں دو تین بار اندام نہانی کو کسی لوگ سے دھوئی۔

نوٹن نمبر ۱۔ ایٹم ایک ڈرام۔ پانی ایک پائینٹ ملا کر حسب قاعدہ استعمال کریں۔

نوشن نمبر ۲۔ سلفاس ۱۶ ڈرام۔ شکیر ٹوٹہ مکیا ٹوٹہ دو ڈرام۔ پانی ایک

لوٹنن نمبر ۱۲۔ سلفوکار بولٹ آف ترک پراڈرام۔ پانی ایک پاؤنڈ۔

لوٹن نمبر ۴۔ پرمگنیٹ آف پوٹاش اگرین۔ پانی ایک پاؤنڈ۔

مندرجہ ذیل روشنی تیار کر کے اس میں روٹی بھگو کر اندام نہانی میں رکھیں۔
ایسڈ باک ۱/۲ گرام۔ ایکٹل ۱/۲ گرام۔ ایسڈ ٹینک ۱/۲ گرام۔ صاف پانی ۱/۲
اونس ملا کر تیار کر لیں۔ حسب طریق اندام نہانی میں رکھیں۔ متواتر استعمال مفید۔
ثابت ہوتا ہے۔

حسب ذیل انگریزی دواؤں میں سے کوئی دوائی استعمال کریں۔ خوراک اور طریقہ استعمال تیشیوں پر درج ہوتا ہے۔

کاذب لیور آئل (COD LIVER OIL)

اسکاٹس ایمبلیشن (SCOTT EMBELSION)

انٹرنیٹ کا ردی

اليسير سیرپ (EASTER SYRUP)

اس مرض میں ماڈرن کیمیکل ورس۔ پرانی میوہ منڈی۔ لاہور کی مشہور دوا

سپاہی پاک عمرتوں کے لئے مفید ہے۔ سپاہی پاک بہت مشہور آئیور ویک دوا

ہے جو اپنی خوبیوں کی وجہ سے دنیا بھر میں مفید ہے۔ اس دوا میں بڑی خوبی

ہے کہ ولایتی دواؤں کے مقابلے میں یہ دوا ہندوستانی عورتوں کے مزاج کو

بہت موافق ہے۔ سستی ہونے کے باوجود سجاد کی مانند اپنا فوری اثر دکھاتی

۱۔ اور اکثر حالتوں میں صحت حاصل ہو کر جمل قرار پا جاتا ہے۔

بچہ پیدا ہونے سے پہلے حاملہ کو جو درد محسوس ہوتا ہے وہ ابتدا میں ہلکا ہوتا ہے اور پھر آہستہ آہستہ بڑھتا جاتا ہے اور درد شدید ہوتا ہے۔ اس کی طبی وجہ یہ ہے کہ رحم کے اوپر کا گوشت سکڑنے لگتا ہے اور سکڑنے والی ایک طرح کی لہریں چلتی ہیں۔ جو عموماً تھوڑے تھوڑے وقفوں کے بعد چلتی ہیں۔ انہی لہروں کی وجہ سے حاملہ کو تھوڑے تھوڑے وقفہ کے بعد درد محسوس ہوتا ہے۔

اگر درد کے ساتھ زچہ کو خون آنا شروع ہو جائے تو یہ اس بات کی علامت ہے کہ عنقریب بچہ پیدا ہونے والا ہے۔ وضع حمل کے وقت اندام نہانی سے پانی بہتا ہے۔ بعض عورتوں کو ایک آدھ دن پہلے خون آنا شروع ہو جاتا ہے۔ اس حالت میں عورت کو کامل آرام کرنا چاہئے۔ اور خون روکنے کے لئے کسی ٹھنڈی چیز کا استعمال مفید نہیں۔

لیکن اکثر عورتوں کو وضع حمل کے وقت ہی خون آتا ہے اور طبی نقطہ نگاہ سے ہونا بھی یہی چاہئے۔ جب درد کی ابتدا ہو تو حاملہ عورت کو کمرے میں آہستہ آہستہ ٹھہلنا چاہئے۔ اکثر عورتیں درد کے شروع ہوتے ہی چار پائی پر لیٹ جاتی ہیں۔ یہ سخت غلطی ہے۔ اگرچہ درد کے وقت چلنے پھرنے سے بظاہر حاملہ کو تکلیف محسوس ہوتی ہے لیکن دراصل ٹھہلنے سے زچہ کو بہت فائدہ حاصل ہوتا ہے۔ اس سے رحم کا منہ کھل جاتا ہے اور وضع حمل باسانی ہو جاتا

ہے ورنہ بچہ تکلیف سے پیدا ہوتا ہے۔ اگر حاملہ کو ٹھہلنا ناگوار ہو تو اسے خوش گوشت شغل میں لگ جانا چاہئے۔ اور اگر بیٹھنے میں آرام ہو تو اس میں بھی ہرج نہیں۔ مگر چار پائی پر لیٹنا مضر ہے۔

جب زچہ کو اصل درد شروع ہو۔ یعنی کمر پسلی اور مثانہ میں شدید درد محسوس ہو۔ جسم کا نچلا حصہ بھاری معلوم ہوتا ہو خون آنا شروع ہو جائے اور حاملہ کو محسوس ہو کہ بچہ پیٹ سے نیچے اتر رہا ہے اس وقت حاملہ کو بستر پر تکیہ کا سہارا لے کر بیٹھ جانا چاہئے۔

وضع حمل کے وقت آبی تیلیں پھیٹ جاتی ہیں جس میں بچہ محفوظ ہوتا ہے۔ اور پانی زور کے ساتھ بہتا ہے۔ اس وقت بچہ کا سر فرج کے ساتھ لگ جاتا ہے اور آہستہ آہستہ نیچے سرکنا شروع ہوتا ہے۔ یہ وقت ہے جب کہ حاملہ کو سخت تکلیف ہوتی ہے اور شدید درد ہوتا ہے۔ یہی وہ وقت ہے جب کہ زچہ کو اپنی طرف سے بھی نیچے کو زور لگانا چاہئے۔

بعض عورتوں کو کم تکلیف ہوتی ہے اور بعض عورتیں ان درووں سے چور چور ہو جاتی ہیں۔ مگر کام کا چ محنت و مشقت اور سیر وغیرہ کرنے والی عورتوں کو کم تکلیف ہوتی ہے۔ اور ناز و نصرت میں پردہ ش پائی ہوئی امیر آرام طلب اور کاہلی عورتوں کو زیادہ تکلیف ہوتی ہے۔ چنانچہ مشاہدہ سے ظاہر ہے کہ محنت مشقت کرنے والی مزدور عورتوں کو امیر عورتوں کی نسبت

کم تکلیف اٹھانی پڑتی ہے۔

درد کے دوران میں حاملہ کو گرم گرم دودھ پلاتا بہت مفید ہے۔ اس سے درد کو برداشت کرنے کی طاقت پیدا ہوتی ہے۔ حاملہ کو وضع حمل سے دو تین گھنٹہ پیشتر انیما کرنا بہت فائدہ مند ہے کیونکہ وضع حمل کے وقت انشڑیا خالی ہونے سے بچہ باسانی اور بغیر تکلیف کے پیدا ہوتا ہے۔ اس طرح بچہ کے نیچے مرنے کے لئے پیٹ میں زیادہ کھلی جگہ ہوتی ہے۔

انیما کے بعد حاملہ کو گرم پانی سے غسل کرنا چاہئے اور اندام نہانی کو لاسول لوشن سے دھونا چاہئے۔ اگر گھر میں انیما کا سامان موجود نہ ہو، تو گلیسرین کی تہی پاخانہ گاہ میں رکھ لینے سے کھل کر ٹھٹھا آجاتی ہے۔

شباب یا جوانی دیوانی جوانی کے دشمن اور محافظ جوانی برمجہ شباب یا جوانی

جوانی انسانی زندگی کا وہ زمانہ ہے جبکہ انسان کے تمام اعضاء اپنی اصلی حالت میں مضبوط اور توانا ہوتے ہیں۔ طرح طرح کی آئینیں اکٹھی ہیں۔ آدمی دنیاوی کاروبار سرانجام دینے کے قابل اور اپنی ہوتا ہے ۱۸ سال سے لیکر ۳۰ سال کی عمر تک کا عرصہ عین شباب کا زمانہ ہوتا ہے۔ شادی خانہ آبادی کے لئے بھی یہی زمانہ متوزوں ہے جس کے لئے بچپن میں سمفے سے بچے کو گود میں لے کر بائیں گوریاں دیا کرتی ہیں۔ یہی وہ زمانہ ہے کہ بڑا ہوگا جوان بنے گا۔ قوی بنے گا۔ لائے گا۔ آپ کھائے گا۔۔۔۔۔ وغیرہ یہی وہ عالم ہے جس کے متعلق چھٹر چھڑا ہوتی ہے۔

ع جوانی کا صدمہ ادھر دیکھ لیتا
لیکن افسوس کا مقام ہے کہ بیمارے بد نصیب ملک میں اس عالم شباب یا جوانی کے زمانہ کو بعض نوجوان صحیح اور قدرتی طریق سے نہیں گزارتے بعض تو تہالان وطن اور نوجوانان ملک صحبت بدکار ہو کر والدین کی غفلت اور اپرواہی کے باعث

یا کسی اور وجہ سے گھرا کر جوانی کا ستیاناس کر لیتے ہیں۔ بے جانہ ہو گا اگر انہیں جوانی کے دشمن اور بد نصیب یا بد بخت نو جوان قرار دیا جاتا ہے جو ان کو تباہ کر لینے والوں کی حالت زار پر رحم تو کیا رونا تک آجاتا ہے انہی نو جوانوں پر قوم کی ترقی کا دار مدار ہوتا ہے۔

انہی نو جوانوں پر ائمہ دین، بہترین قوم اور نسل کی پیدائش کا سلسلہ قائم رہ سکتا ہے یہی وہ زمانہ ہے جبکہ جوانوں کی صحیح راہ پر گامزن کرنے کی ضرورت ہوا کرتی ہے بلا جھجک بہترین طریقہ پر ان کی رہنمائی کرتی جاوے لیکن مصیبت یہ ہے کہ ہمارے ملک میں والدین اس معاملہ میں تشرم کرتے ہیں۔ اسی بے جا تشرم کا نتیجہ ہے کہ نو جوان گمراہ ہو کر طرح طرح کی نازیبا حرکات کر گزرتے ہیں۔

جس پر نہ صرف وہ خود بلکہ والدین بھی بعد میں ان کی حالت پر کف افسوس ملتے رہتے ہیں لیکن ع

گیا وقت بھڑنا تھا آتا نہیں بگڑے ہوئے مشکل سے ہی اسکی حالت تیرا یا کرتے ہیں یہ شباب کا زمانہ وہ ہے جس کے متعلق کسی شاعر نے کہا ہے۔

یہ دنیا خوب سراٹھے فانی دیکھی ہر چیز بیاں کی آنی جاتی دیکھی
اگر جو تھ جائے وہ بڑھایا دیکھا جا کر نہ آئے وہ جوانی دیکھی
دوستو سچ مچ گیا ہوا شباب یا کھوئی ہوئی جوانی واپس نہیں آیا
کرتی اشتہار کی جگہوں کے چمکتے پڑے الفاظ، طاقت کی گولیاں یا
طلا سب بے معنی چیزیں ہیں۔ بگڑے ہوئے مشکل سے ہی سدھرا کرتے ہیں نو جوانوں کو شرف سے ہی جوانی کی حفاظت کرنی چاہئے

صحبت بدگمانسکار ہو کر یا کن اور طرح گمراہ ہو کر جوانی کے قیمتی درخت کو بے جا طریق سے نہ کاٹنا چاہئے۔ بے جمل ہزاروں نو جوان ناطق خود اپنی جوانی کے دشمن ہو کر کمزور و ناتواں بلکہ ناکارہ ہو کر مایوس و زندہ در گور ہو جاتے ہیں۔ ایک شاعر نے خوب کہا ہے۔
جوانی کی دُعا لڑکوں کو ناحق لوگ دیتے ہیں۔

یہی لڑکے مٹاتے ہیں جوانی کو تو بال ہو کر نو جوانوں کا فرض ہے کہ اتنی جوانی کو بے قرار رکھنے کیلئے کم از کم شادی ہوتے تک اپنے و بیچ زمینی کی حفاظت کریں نہ بھریہ کا پالن کریں۔ آوارہ لڑکوں اور دیگر بُری صحبتوں اور نازیبا حرکات سے بچیں اور فحش کتب سے احتراز کریں اخلاقی یا بازاری عورتوں سے بچیں۔ شادی کر کے بھی اعتدال کے اصول کو مد نظر رکھیں اسی اور باتیں شادی والے مضمون کے عنوان میں بیان کی جائیں گی۔

جوانی کے دشمن! اور ان بچنے کے متعلق ہدایات
صحبت بد: آوارہ لڑکوں یا غنڈوں یا بد معاشوں کی صحبت بھی
نو جوانوں کے چال چلن کو بگاڑ دیتی ہے۔ اس سے بگڑ رہتا چاہئے
بازاری یا آوارہ لڑکیوں اور عورتوں کے دام میں بھی نہ آنا چاہئے
فحش کتب: فحش مادل تنگی تصاویر اور فحش اخلاق کتب کا
مطالعہ نو جوانوں پر بڑا اثر ڈالتا ہے۔ اسی دہیات کتب کا پڑھنا
ٹھیک نہیں۔

نشیتی اشیاء: شراب، افیم، پوسٹ بھنگ، چرس کا نجا وغیرہ

نشانی چیزیں جوانی کی دشمن ہیں۔ ان سے ضرور بیکر رہنا چاہئے۔ دنیا کو
اور سرگرمی کے تپنے سے بھی کوئی فائدہ نہیں ان سے بھی پرہیز کرنا چاہیے۔
حلق : اپنے ہاتھوں جوانی کا استیانت کر لینا اسے مستثنت زنی بھی
کہتے ہیں یہ نہایت نقصان دہ فعل ہے پس اور بھٹے کمزور ہو کر عضو
تناسل اپنے اصلی معیار پر نہیں رہتا۔ اس عادت بد کے نقصانات حد
زیادہ اور دور رس ہیں۔ اگر جلد ہی اس عادت کو نہ چھوڑ دیا جائے۔
تو مرد جو ہر مردانہ شے محروم ہو کر مباشرت کے لائق نہیں رہتا شادی
ہو جانے پر بیوی کو خنداں خوش اور مطمئن نہیں کر سکتا۔ شرمندہ ہو کر
بڑی طرح ناکامی کا منہ دیکھتا ہے اس فعل بد کے شکار مایوس ہو کر خودکشی
کر لیا کرتے ہیں۔ اختراعات اُسے دن حکمے چھڑے اشتہارات مثلاً ثبات کی
تبیاری اور دو تہا غائب اسکے پڑھنے سے لاکھوں کا کھلا ہو گا وغیرہ وغیرہ
اسی مرض کے مریضوں کیلئے رُکے رہتے ہیں۔ مریضوں کو فائدہ پہنچے یا نہ
پہنچے۔ اشتہار دہندوں کی چاندی ضرور ہوتی ہے۔ تو جوانو یاد رکھو۔
یہ عادت بہت مذموم ہے اور انتہائی نقصان دہ اور ضرر رساں ہے
جریان اختلاام مستی، نامردی اور ماعتی امراض اس عادت کا لازمی
نتیجہ ہوتے ہیں بھول کر بھی اپنے ہاتھوں جوانی کا استیانت نہ کرنا چاہئے
سنا جاتا ہے کہ بعض مستورات بھی کئی طریقوں سے مثلاً پیسوں کا
نیا کر اور ادب پر کم کپڑا چڑھا کر اس عادت بد کا شکار ہوتی ہیں کئی عقل
اور ذہن سمجھ لڑکیاں چھٹی کھل کے ذریعہ باہمی فعل کر کے اپنی قسمت سے
ما قصود ہو بیٹھتی ہیں۔ حلق کے شکار مردوں کی طرح اس بڑی عادت
وانی مستورات بھی طرح طرح کی زناہ عادات بد میں مبتلا ہو کر

حظرناک امراض کا منہ دیکھتی اور قبل از وقت ہی عدم آباد کا ٹکٹ حاصل
کر لیتی ہیں مردوں کی طرح مستورات کو بھی اپنی جوانی اور حسن کی قائمی کیلئے
ایسے فعل کرنا تو درکنار بھول کر بھی ایسی حرکات کرنا نام نہ دنیا چاہئے۔
اختلاام : خلاف وضع فطری فعل کو اغلام یا عام الفاظ میں بونڈے
یا زہمی کرنا کہتے ہیں۔ یہ فعل بھی حلق جیسا قطع اور نقصان دہ ہے
سو سائٹی اور سرکاری قانون کے مطابق اس فعل کا کرنا سخت
جرم ہے۔ جو لوگ عوام اور سرکار کی نظرت بھیکر یا دوسرے الفاظ
میں قدرت بیک اور گورنمنٹ عالیہ کے نظریہ اور قانون
کے خلاف چوری چھپے ایسے فعل کرتے ہیں وہ نہ صرف آخر کو
ذلیل و خوار ہوتے ہیں۔ بلکہ بہت بڑی بیماریوں کا شکار ہو کر طرح
طرح کے دکھ اٹھاتے ہیں۔ حلق کے مریضوں کی طرح اس
عادت کے شکار بھی بالآخر تفسی نامردی کا منہ دیکھتے ہیں اور
جو ہر مردانہ شے محروم ہو جاتے ہیں۔ مردوں یا نوجوانوں کو بھول کر
بھی ایسے فعل کی طرف دھیان نہ دینا چاہئے۔
نوٹ : آخری باب میں ایسی بڑی عادتوں کے نتیجہ پر جو امراض
حق ہوتی ہیں ان کے علاج کے لئے تجربہ سمجھے لکھ دیئے ہیں
ان سے فائدہ اٹھانا چاہئے۔
امساک کی ادویات : ایسی دوائیوں میں افیم وغیرہ زہریلی اشیاء
اور دیگر اسی قسم کی نقصان دہ چیزیں ملاوٹ ہوتی ہیں حتیٰ التوسع
امساک کی ادویات سے پرہیز کرنا چاہئے۔ بالآخر ایسی دوائیاں
دائمی نقصان کا موجب ثابت ہو کر رہتی ہیں :

۸۔ بچپن کی شادی : کبھی جوانی کی سب سے بڑی دشمن ہے۔ باعث ہونے پیر مرد عورت کی شادی کرتا چاہے۔

جوانی کا بہترین محافظ برہمچریہ

برہمچریہ کے معنی برہم کا بچ ہیں اسے منی ویریہ اور انگریز میں کہتے ہیں انسان کو جو اپنے آپ کو اشراف المخلوقات ہونے کا دعویٰ کرتا ہے۔ واجب ہے کہ اسکی خوب حفاظت کرے قطعاً اسے ضائع نہ ہونے دے۔ برہم کا بچ یا ویریہ انسانی جسم میں ایک نعمت ہے اس لئے اس کی حفاظت کرنا انسانی فرض ہونا چاہئے۔ گیتا میں ویریہ کو جسم میں ٹھکنے کو تپ مانا گیا ہے۔ ڈاکٹروں کا بیان ہے کہ تقریباً ۸۰ قطرے خوراک کے مشکل سے ایک قطرہ خون کا بناتے ہیں اور ۸۰ قطرے خون کے مل کر ایک قطرہ ویریہ کا بناتے ہیں۔ اس سے ظاہر ہے کہ ویریہ کتنی قیمتی چیز ہے اور اتنی ہی بیش بہا نعمت کی کس طرح قدر کرنی چاہئے۔ غافل اور نہ سمجھ انسان شہوت کے زیر اثر نہایت بید روی سے ویریہ خارج کر کے خوش ہوتے ہیں اور اس کا نام عیش و عشرت رکھ دیتے ہیں اندازہ لگایا جاسکتا ہے کہ اس قدر قیمتی چیز کو ضائع کرنا عقل مندی کا کام ہے یا حماقت کا فعل؟ کسی عقلمند نے کہا ہے۔ کہ یہ ویریہ خارج ہوتے وقت عارضی خوشی دیتا ہے اور پھر لاندھی طور پر نہیں اس کے بچا اخراج پر افسوس بھی ہوتا ہے اگر یہی جو ہر تمہارے اندر ہے تو تمہیں دائمی خوشی ہے جو انسان ویریہ کی حفاظت کرتے ہیں برہمچریہ بدھارن کہتے ہیں ان کی عمر لمبی ہوتی ہے یہ لوگ

اس کی حفاظت نہیں کرتے وہ بیلر بوڑھے ہو جاتے ہیں جوانی کا لطف اٹھانا انہیں نصیب نہیں ہوتا۔ مایوس زندگی کے وہ کاسٹ کریبل اور رقت عدم آباد کو روانہ ہو جاتے ہیں اگر زندہ بھی رہیں تو طرح طرح کی خطرناک امراض میں مبتلا رہتے ہیں۔

برہمچریہ کا پالن کرنے والوں کی زندگی نہایت پر لطف ہوتی ہے وہ ہمیشہ خوش و خرم اور شادمان رہتے ہیں۔ برہمچاری کے چہرے پر جلال ہوتے ہیں آنکھوں میں جھک رہتی ہے ایک خاص رعب ان کی شکل سے نمایاں ہوتا ہے۔ برہمچاری راہ وری اور بہادری میں بے نظیر لاثانی ہوتا ہے ایک ہندی شاعر نے کہا ہے کہ

ساگر کے جیون ترن میں نو کا ہے پردھان
تیوں تیوں ساگر ترن میں برہم چریہ پرمان
تیر توپ سے جو لڑے سو نو ویرت ہوئے
برہم چریہ پالن کرے دیر کہاوتے سوئے

تاریخ اور دھارمک کتب میں بتاتی ہے کہ بیاں برہم چاری کا امام بخش گنگا جی سے شور بہر کستور بہادر اور گیتا نے روزگار بھٹے جو برہمچریہ کا پالن نہیں کرتا اس کا جسم بیماریوں کا گھر ہوتا ہے زندگی اس کے لئے وبال جان ہوتی ہے سچی خوشیاں اور راحتیں اسے نصیب نہیں ہو سکتیں برہمچریہ سے انسان قوی ہوتا ہے نیر بہادر اور جو امر دہوتا ہے۔ گویا بہادری اور برہمچریہ لازم و ملزوم ہیں۔ بڑے بڑے بہادر اور دلاور انسان بھٹے آج تک ان کے کستوری کارناموں کو یاد کیا جاتا ہے۔ بہا تانگانہ دھرم نے جو دنیا کے ممتاز لیڈر اور انٹی ٹرسٹی شمار ہوتے

ہیں۔ برہمچریہ کی بہت تعریف کی ہے۔ خود انہوں نے ۱۸۹۹ء سے
برہمچریہ دھارن کیا ہوا ہے یہ اسی کی برکت ہے کہ آج کل ۷۷ سال
کی عمر میں وہ تین تین مہینے کا برت رکھ سکتے ہیں، اور ان کی دماغی
حالت قابل رشک ہے۔

نوجوانو! برہمچریہ یا درکھنا گونا گونی زندگی کا اصول بنالو۔ انسانیت
اس پیکار میں جو کچھ معنوں میں دنیاوی خوشیوں اور راحتوں سے
لطف اندوز ہو سکتا ہے اگر نہ پادہ عرصہ نہیں تو شادی تک ضرور
برہمچریہ کا پالن سکھو۔ شادی تک ضرور برہمچاری رہو۔

بڑی بیوی چھوٹا خاوند

یہ شادی بچپن کی شادی سے اختلاف رکھتی ہے۔ بچپن کی شادی
سے اصل مراد لڑکھائیاں لڑکی دونوں کا نابالغ ہوتا ہے مگر اس میں ایک
بالغ ہوتا ہے۔ دوسرا نابالغ جب کبھی کسی بڑی عموالی بالغ لڑکی
کی شادی کسی نابالغ کم عمر لڑکے کے ساتھ کر دی جاتی ہے تو اسے
چھوٹی بیوی اور بڑا خاوند کہا جاتا ہے اس کے متعلق کئی قصے اور
ناول چھپے ہیں۔ تاہم مختصر طور پر یہاں اس شادی کا نتیجہ دلچ
کیا جاتا ہے۔ لڑکا بالکل نابالغ ہوتا ہے اور لڑکی بالغ ہوتی ہے
لڑکے کو یہ بھی معلوم نہیں ہوتا کہ جو اسکی ذہن بنائی گئی ہے۔ اس کا
اس سے تیار رشتہ ہے۔ والدین جب ان دونوں کو بیک جا رہنے کی
آزادی دے دیتے ہیں۔ تو عورت جب اپنے نابالغ شوہر کے پاس
جاتی ہے تو وہ دھڑکتی مار مار کے رونے لگ جاتا ہے اگر وہ اسے

پیار کرنے کی غرض سے بکڑ بھی لے تو وہ روتا چلاتا اور یہ کہتا ہوا
دور بھاگتا ہے کہ اماں مجھے منت مارو۔ اس پر وہ بھاری عورت
نادم ہو جاتی ہے اور اسکو بہت برا بھلا کہتی ہے اور ساتھ ہی اپنے
ماں باپ کو خوب کوستی ہے اگر کچھ عرصہ تک یہی حالت رہ کر لڑکے میں
معمولی ہوش آجائے اور وہ اس لڑکے پر چلنا اختیار کرے تو وہ خدیجی
یوم میں بچے پھل کے ٹوٹنے کی طرح بکا رہ جاتا ہے اگر لڑکا بہت ہی
نادان ہے تو اسکی بیوی کوئی دوسرا طریقہ اختیار کر لیتی ہے اس وقت
اس پر شہوت کا کھوت سوار ہو جاتا ہے تب تک وید کا خیال نہ کر کے سو وقت
خواہ ادنیٰ آدمی کیوں نہ ہو خوبصورت یا بد صورت اس بات کا خیال نہ
کر کے صرف یہ دیکھ کر کہ یہ جوان ہے۔ مہربانی خواہش پورا کر سکتا ہے اسی
سے اپنا دل لگا لیتی ہے پھر کیا ہے دونوں خاندانوں کی ناک فلم کر کے
ایک طرف رکھ دیتی ہے پس یہ ہیں برے نتائج اس شادی کے۔

عورت کے جذبات

ہر وہ بیاہورت کسی صفت کا جوان ہو جس قدر اسے حیات سے
واسطے ہر گاہ۔ اس قدر اس میں قوت متحملہ زیادہ ہوگی اور جس قدر مزاج
عاشقانہ ہوگا اور اسی قدر اسکی روح مہمتی ہوگی کہ اس کو کوئی ہم جنس
مل جائے جس سے ساتھ وہ اپنی زندگی کو وابستہ انجا کرے۔ لیکن
یہ خواہش کم و بیش ہر شخص میں پائی جاتی ہے۔ انتہا درجہ کا خشک مزاج
بھی اس خواہش سے معر نہیں ہوتا چنانچہ ہم کو ایسے بہت سے واقعات
کو علم ہے کہ ایسے آدمی جو دنیاوی کاروبار میں گرفتار ہیں جنہیں ہر قسم کی کامیابی

نصیب، لیکن صرف ایک رفیق زندگی نہ ہونے سے ایسی زندگی گزارنے میں گویا ان کی روحانی مستری چھین گئی ہیں۔

”ایڈورڈ کارپنٹر“ اس آرزو کو نہایت لطیف سیراب میں اس طرح بیان کرتا ہے کہ دنیا میں ایک ایسی ذات کا ہونا ضروری ہے جس سے ہر قسم کے خیالات کا تبادلہ کیا جائے جس سے کوئی راز نہ چھپ سکے، بدینہ کا ہر حصہ ایسا ہی عزیز ہو کہ جیسا خود اپنا جس سے تعلقات میں من و تو کا امتیاز نہ ہو جس کی ذات سے ہر وقت اور ہر ساعت ایک نئی روشنی ملے جس کے ساتھ فطری ہمہ دی ہو یعنی اس کی ہر خوشی سے راحت اور ہر غم سے تکلیف پہنچے۔ ایسی ذات کی رفاقت کی آرزو دوزخ کی عذرا ہے، خواہش ہوتی ہے۔

صنف نازک کی بے بسی

عورت کے وجود میں آرزوئے قدرت شہوانی لہروں کا اتارنا عجز و ہوتا ہے جس طرح سمندر کے جوار بھاتا کے خلاف کوئی قدرت نہیں رکھتا اسی طرح عورت و مرد کے جذبات کے مقابلہ میں کوئی اصلیت نہیں رکھتی بعض عورتیں تو ان باتوں کا مطلق خیال نہیں کرتیں لیکن اکثر عورتیں اس محکومیت سے بے حد متاثر ہوتے ہیں عورت مرد کی خواہش کے سامنے سبقت نہیں دے سکتی کہتی رہی ہیں مرد اسکے وجود سے جیب چاہتا ہے۔ فائدہ اٹھاتا ہے اور جب چاہتا ہے بالکل فراموش کر دیتا ہے عورتیں بعض امور میں مرد سے بالکل متوجہ نہیں ہوتیں ایسا ہی ایام میں زمانہ حمل جب نواہت کے بچہ شکم میں پروش پاتا ہے اس کے بعد بچہ کی پیدائش اور زمانہ زائچہ سب ایسے فوارم ہیں جن پر مرد کو کوئی اختیار نہیں ہوتا اور بہت جاہر بھی اس

مرد ہوتے ہیں کہ ان کو ہر شخص جانتا ہے لیکن صنف نازک کی زیادہ پوشیدہ لہریں یعنی شہوانی اور جزو انسان کے مشابہت سے رہ جاتا ہے اس لئے ان کی کچھ پردہ نہیں کی جاتی۔

ہر ایک انسان سمندر کے ریت کے کنارے پر اس وقت آئے جب جوار بھاتا نہ ہوا اور اس کو جہاں تیل پانی دیکھنے کی امید تھی وہاں ریت نظر آئے اور وہ عالم غیظ و غضب میں سمندر کو متلون مزاج کہے یہ کونسی، تشنہ می سے پس ایک محبت کہ بیوا لے شہر کو یہ تلون اپنی بیوی کی سردی سے مستحکم ہو گا۔ اس سے اپنے جسم کو اپنی خواہشات کے برخلاف شہوانی لہر کے ایام میں دیتے ہوئے ظہور پذیر ہو جاتی ہے۔

اس مسئلہ کا ایک اور کھسکا ہوا ہے اور عموماً اسے بھی کوئی وقت نہیں دی جاتی اس عورت کی مطلوبیت دیکھتے۔ جسکے شہوانی جذبات اور جہر میں اور اس کا شہر اس کے جوش کے سمجھنے سے قاصر رہتا ہے اس زمانہ میں ایسا کسی ہوتا ہے کہ مرد کی خواہش سطحی ہوتی ہے اسکو محبت کی پیچیدہ راسیوں کا علم نہیں جس سے واقف کار انسان ہی لذت حاصل کرتا ہے۔ ایسے شخص کو اپنی بیوی التبتہ متلون مزاج زبان و راہ اور قابل فہم نظر آئیگی۔

بعض حالتوں میں جماع کرنا منع ہے

۱۔ کھانا کھانے کے بعد جبکہ کھانا بھی مضمر نہ ہوا تھا خالی پیٹ اور کھانا کھا کر فوراً جماع کرنا اسی واسطے منع ہے کہ اسوقت طبیعت غذا کے مضمر کرنے کی خواہش رکھتی ہے اگر جماع کی خواہش پیدا ہوگی تو غذا مضمر نہیں ہوگی جس سے کئی امراض پیدا ہونگے خالی پیٹ کرنے سے قوت زائل ہوگی جسکا نتیجہ ظاہر ہے

۲۔ ریاضت شائقہ کے بعد بھی یہ فعل ممنوع قرار دیا گیا ہے کیونکہ طبیعت آرام کی خواہش مند ہوتی ہے اس کے خلاف کرنے سے برا نتیجہ نکلتا ہے۔

۳۔ بخوردی کی حالت میں مجامعت اسی وقت کرنی واجب نہیں کہ اس سے قلب اور پھیپھڑوں کو نقصان پہنچتا ہے۔

۴۔ دن میں بھی جماع کرنا درست نہیں کیونکہ یہ فعل وحشت مانا گیا ہے اور اگر اس فعل سے حمل قرار پایا گیا تو جو اولاد پیدا ہوگی وہ سچا ہوگی اور جماع کرنے والے کو نسیان کا عارضہ ہو جائے گا۔

۵۔ شدت سر میں جماع کرنے سے خشکی اور شدت گرمی میں جماع کیا جائے تو صفراوی امراض پیدا ہوتے ہیں۔

۶۔ رنج و خمر کی حالت میں جماع کرنے سے جو بچہ پیدا ہوگا وہ بد صورت اور بد مزاج ہوگا۔ اس لئے یہ سب لازم ہے۔

۷۔ خمار سستی کی حالت میں جماع کرنا منع ہے کیونکہ دل اصلی حالت میں نہیں ہوتا اسی واسطے مولود کند ذہن اور بے خوف ہوگا۔

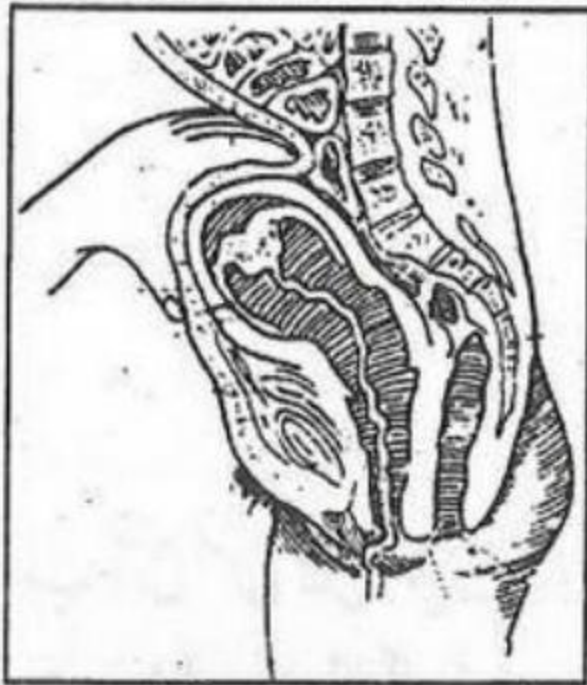
۸۔ شہوان کے سامنے جماع کرنے سے جو بچہ پیدا ہوتا ہے وہ منحوس شمار کیا جاتا ہے۔ (۹) اگر صبح سفر کو جانا ہو تو سہرگز جماع نہ کریں ایک تو کمزوری کے سبب سفر میں تکلیف ہوگی دوسرے بچہ کھٹک پیدا نہیں ہوگا۔

۱۰۔ بوقت طلوع و شرب آفتاب کے جماع نہ کریں ورنہ بچہ چور یا رنہر ہوگا (۱۱) بیس سال سے کم عمر والے کو سہرگز جماع نہ کرنا چاہیے کیونکہ اسی اس کا ویرج خام ہوتا ہے (۱۲) ساٹھ برس کی عمر کے بعد جماع کرنا اس وجہ سے منع ہے کہ اس عمر میں لذت جماع حیاتی رہتی ہے۔ الغبہ ایسی مجبوری ہو تو مضائقہ نہیں۔

جننے کی تیسری حالت یعنی

آنول کا گرنا

خدایا تیرے عجیب کارخانے ہیں۔ تیری مہماں تو آپ ہی جانتا ہے۔ لاکھوں عاقل اور کروڑوں سیانے تیری ایک ایک ہاتھ کا بھی کچھ پار نہیں پاسکتے۔ ایک ایک ٹکے کو دیکھنے سے تیری قدرت آشکارا ہے۔ وہی آنول جو ۹ ماہ پیٹ میں رہی اگر بچہ پیدا ہونے کے بعد اس کا ذرا سا ٹکڑا اندر رہ جائے تو دہر ہلاک کا کام دیتا ہے اور بخار کو پیدا کر کے جان کو تلف کر دیتا ہے۔ اس کے اندر رہنے کا یہاں تک خوف ہے۔ جو بچی کہ بچہ پیدا ہوتا ہے تمام گھر کی عورتیں شور مچانے لگ جاتی ہیں۔ ہائے آنول نہیں گری! اب کیا ہوگا! دایک جلدی کر۔ ہماری دایاں بے علم اور نا سمجھ جھٹ ہاتھ ڈال کر کھینچتی ہیں اور عورت کی ہلاکت کا باعث بنتی ہیں۔



کیونکہ جب تک آنول رحم سے چھوٹی نہیں۔ اس کا کھینچ کر باہر نکالنا گویا توڑ کر باہر لے آنا ہے۔ اس سے کچھ نہ کچھ اندر رہ جائے گا۔

بچہ پیدا ہونے کی گھڑی کے اندر نال اکثر خود بخود گر جاتی ہے۔ دس یا پندرہ منٹ کے بعد درد اٹھتا ہے۔ آنول رحم سے باہر آ جاتی ہے۔ اب جب رحم سے چھوٹ کر باہر آ گئی تو ہاتھ ڈال

کرکئی بار ارد گرد گھما دیں کہ جھلی یا اور چیز پیچھے ہو یا ڈھیلی سی ساتھ لگی ہو تو لپٹی جائے۔ اس طرح گھماتے گھماتے آہستہ آہستہ باہر لے آئیں۔

ایک گھڑی کے بعد اگر درد اٹھے تو پیٹ پر آہستہ آہستہ ہاتھ پھیرنے اور انگریزی دوائی اپنکا یا ارگاٹ آف راکائی کا دینا نہایت مفید ہے۔

زچہ کے بالوں کو اس کے منہ میں ڈال کر حلق تک پہنچایا جائے تاکہ ابکائیاں لینے سے رحم پر زور پڑے۔

بھونچ پتر۔ سانپ کی کینچلی دونوں کو اندام نہانی میں پہنچا دیں۔

بند رال ڈوڈی کڑوا کڈو سانپ کی کینچلی سرسوں کی دھونی بھی بہت مفید ہے۔

نوٹ: بچہ کا سر نکل آنے کے بعد جب کندھے ٹکٹنے لگیں تو اس وقت سے لے کر جب تک آلول نہ کرے۔ ہاتھ سے پیٹ کو دبائے رکھنا چاہیے اس کا ذکر پہلے کیا جا چکا ہے۔

بچہ کی پیدائش کا ذکر مختصراً کر کے دست بستہ التماس ہے کہ ان باتوں کو جس قدر ممکن ہو سک۔ دائیوں کو سکھلا دیں تاکہ ہماری دائیاں کچھ واقفیت حاصل کر کے ہمارے گھروں میں ٹھیک کام کر سکیں۔

خدا وہ دن جلد لائے

جبکہ دایہ کا پیشہ تعلیم یافتہ دائیوں کے ہاتھ آئے اور ایسا نازک ذمہ داری کام کام حجاموں اور ڈوموں کی بے علم عورتوں کے ہاتھ سے نکل جائے۔

جب وضع حمل میں تکلیف ہو

تو مندرجہ ذیل دیسی ٹوٹکے مفید ہیں

پٹھ کنڈا جس کو اپار مارک یا چڑھنا بھی کہتے ہیں۔ اس کی جڑ پانی سے خوب باریک پیس کر ناف کے نیچے ران اور اندام نہانی پر لپ کر دیں۔ بچہ جھٹ پیدا ہو جائے گا۔

یہ پٹھ کنڈا ایسی سخت چیز ہے کہ جب حالت نہایت سخت ہو اور بچہ نہ پیدا ہوتا ہو تو اس

کی جڑ تازی چار انگلی اچھی طرح صاف کر کے تاکہ کھردری نہ رہے۔ حاملہ کے اندام نہانی میں داخل کر دے اور عام حالتوں میں اس کو استعمال کرنے کی ضرورت نہیں۔ اس میں رحم کو باہر کھینچ لانے کی طاقت ہے۔

نوشادر۔ پودینہ دونوں کو رگڑ کر بتی بنا کر اندر داخل کریں۔

السی تیل اور شہد رگڑ کر رانوں اور ٹکوں پر لپ کریں۔

سانپ کی کینچلی کی دھونی دیں۔

بندال ڈوڈی بھی مفید ہے۔

گھوڑے کے سم کی دھونی بھی بچے کو جلد پیدا کرتی ہے۔

سانپ کی کینچلی مٹی کے برتن میں رکھ کر جلا دیں اور راکھ کو نگاہ رکھیں اور بوقت ضرورت شہد میں ملا کر عورت کی آنکھ میں سرمہ کی طرح سے لگائیں تو بچہ فوراً پیدا ہوگا۔

جب درد ہلکا پڑ جائے اور اس کا باقاعدہ کرنا منظور ہو تو رتی 2 رتی کینچوا (گنڈویا) جس کو قاری میں خراطین کہتے ہیں۔ پان میں رکھ کر عورت کو کھلا دیں۔

تے کی جڑ یا بیج تے کے پانی میں رگڑ کر بتی بنا کر اندر رکھے۔ تہ یعنی حظل۔

خم گاجر 3 ماشہ سونف 3 ماشہ سوئے 3 ماشہ تخم میتھی 3 ماشہ بڑھ کی جڑ 3 ماشہ ملٹھی 3 ماشہ کا جو شانہ بنا کر پلانا بہت مفید ہے۔

التماس کا چھلکا تولہ یا سوا تولہ کا جو شانہ شکر ملا کر پلایا جائے تو مفید ہے۔

جننے کے بعد زچہ کی حفاظت

زچہ خانہ صاف اور ستھرا ہونا چاہیے۔ نمدار بیماریاں پیدا کرتا ہے۔ جگہ اچھی نکلی ہوئی چاہیے۔ کم از کم چھ سات گز لمبی اور تین چار گز چوڑی ہونی چاہیے۔ اگر ہو سکے تو زچہ خانہ کا دروازہ موسم گرما میں جنوب کی طرف ہونا چاہیے۔

ہمارے گھروں میں جب عورتوں سے یہ کہا جائے کہ ہوا ہر جگہ موجود ہے اور ہمارے ارد گرد بھی ہے تو وہ کہا کرتی ہیں کہ چلتی تو نہیں اور نہ ہی دکھائی دیتی ہے۔

صاحبان

وہ عورتیں جو ہوا کا وجود ہوتا بھی اچھی طرح نہیں جانتیں۔ ان سے کیونکر توقع ہو سکتی ہے کہ وہ صاف ہوا کو سمجھیں۔ وہ تو اس بات سے بھی حیران ہو جاتی ہیں۔ جب ہم یہ کہتے ہیں کہ اگر اس کمرے میں ہوا نہ ہو تو ہم سب ہی دو چار ہی منٹ میں مر جائیں۔ ہمارے ملک کے لوگ اگرچہ یہ تو جانتے ہیں کہ ہوا پر ہی زندگی منحصر ہے مگر یہ بہت کم جانتے ہیں کہ عمدہ ہوا کی سخت ضرورت ہے اگر آج زچہ خانے صاف ہو جائیں تو بچوں کی تعداد موت آدھی رہ جائے۔ آج کل کے زچہ خانہ کے پاس سے گزریئے تو پھر بھلا کب ممکن ہے کہ تاک نہ دہانا پڑے۔

نفسے بچے اور کمزور زچہ کو ذرا سی ہوا کی خرابی بہت خراب کر سکتی ہے۔ ہمارے شاستروں میں لکھا ہے کہ بچہ پیدا ہوتے ہی زچہ کے سر ہانے کی طرف ایک بڑا چوڑا برتن پانی کا بھر کر رکھنا چاہیے اور یہ برتن کم از کم 10 دن تک رکھنا چاہیے۔ مخالف مذاق اڑاتے ہیں مگر نہیں معلوم کہ کیا کیا راز اس میں بھرے پڑے ہیں۔ میں اس بات سے حیران ہوا کرتا ہوں کہ پہلے زمانہ میں جب کہ یہاں تک حالت تھی۔ کس قدر اعلیٰ انتظام صفائی کا ہوتا ہوگا۔

اب پانی رکھنے کا فائدہ سنیے

انسان زندگی بخش ہوا آکسیجن کو اندر لیتے ہیں۔ یہ آکسیجن اندر جا کر کاربن سے مل کر واد پیدا کرتی ہے اور آپ کاربن ایسڈ گیس ایک قسم کی زہریلی ہوا بن جاتی ہے۔ پانی میں اس زہریلی ہوا کو کھینچنے کی طاقت ہے۔ اب تو مجھے یہ بتلانے کی ضرورت ہی نہیں رہی کہ پانی سر کی طرف رکھنے کی کیا ضرورت ہے۔

صاحبان: براہ مہربانی اپنی عورتوں، ماناؤں، بہنوں اور بہو بیٹیوں پر رحم کھاؤ اور زچہ خانہ کی حالت کو سدھارو۔ کیا ایک دفعہ بچہ جن کر چھ ماہ بسترے سے نہ ملنے کی حالت کو دیکھ کر آپ کو رونا نہیں آتا۔ کیا متواتر بخار سے آپ کا دل نہیں گھبراتا۔ کیا آپ بچوں اور زچوں کی کمزوری کو محسوس نہیں کرتے اگر کرتے ہیں تو کیا آپ کا فرض نہیں کہ بدل و جان زچہ خانوں کو سدھارنے کی کوشش کریں؟

میں اس کے متعلق کن کن باتوں کا ذکر کروں۔ تمام گھروں کی عورتیں اپنے دلوں میں خیال کرتی ہیں کہ وہ زچہ کی حفاظت کرنا خوب جانتی ہیں مگر طرف یہ ہے کہ ایک دوسرے کے برخلاف ہیں۔ ایک کنبے میں اگر زچہ کو دودھ دینے کی اجازت ہے تو دوسرے کنبے میں اس کی سخت ممانعت ہے۔ کوئی پندرہویں نہلاتے ہیں تو کوئی گیارہویں۔ کوئی چوتھے اور کوئی پانچویں دن اور حیرانی یہ ہے کہ جو دن نہلانے کے مقرر ہیں۔ اس دن زچہ کو چاہے بخار ہی کیوں نہ ہو۔ وہ اپنی ریت پوری کرنے سے باز نہیں آتیں۔

اب اس کا پتہ نہیں لگتا کہ اگر ایک شہر بلکہ ایک گلی کے ایک گھرانے کو دودھ مفید ہے تو دوسرے کو کیوں مضر ہے۔ اصل بات یہ ہے کہ ان بیچارہوں کو تو علم ہی نہیں۔ وہ تو سنی سنائی کرنا جانتی ہیں اور ہمارے لوگ اتنی محنت نہیں کرتے کہ معلوم کر کے ان کو سیدھے راستہ پر لا دیں اور بھلا ہمارا بھی سارے مضمون لکھنے کا کیا فائدہ ہو سکتا ہے۔ اگر آپ لوگ ان اصولوں کو اچھی طرح سمجھ کر گھروں میں ان پر عمل نہ کرائیں۔

علاوہ مکان کی اعلیٰ صفائی کے جس کا ذکر کیا گیا ہے۔ چند موٹے موٹے اصولوں کو اچھی طرح سمجھ کر گھروں میں ویسا برتاؤ کرائیں؟

بچہ پیدا ہونے کے بعد ہی بہت سخت گرم اشیاء دی جاتی ہیں۔ یہ اگر موسم سرما ہو اور زچہ کی طبیعت بھی سردی کی ہو تو بہت ہی مفید پڑتی ہیں ورنہ کچھ بھون دیتی ہیں۔ اس واسطے موسم گرما میں ذرا کم گرم اشیاء کا استعمال کریں۔ نیچے سو بھاگیہ شوٹھی کا نسخہ دیا جاتا ہے۔ حمل والے گھر اس کو پہلے ہی بنا رکھیں۔ بچہ پیدا ہونے سے چند یوم پہلے کھلانے سے بچہ بآسانی پیدا ہوتا ہے اور زچہ کی طاقت بہت زائل نہیں ہوتی ہے اگر بعد آرام 40 یوم تک استعمال کیا جائے تو بچہ اور زچہ اکثر بیماریوں سے محفوظ رہتے ہیں۔ بچہ موٹا تازہ رہتا ہے اور عورت جلد جوان ہو جاتی ہے۔

نسخہ سو بھاگیہ شوٹھی (سوہاگ سوٹھ)

ذنبیل (سوٹھ) ڈیڑھ پاؤ گھی گائے ڈیڑھ پاؤ دار چینی ڈیڑھ پاؤ الائچی خود 2 تولہ زیرہ ساہ 1 ایک تولہ عطر قرھا ڈیڑھ تولہ بدھارا ڈیڑھ تولہ پھلا مول ایک تولہ برہارے کی جڑ 2 تولہ 1 ایک تولہ خس ڈیڑھ تولہ صندل سفید ایک تولہ زیرہ سفید ایک تولہ ستاور ایک تولہ مرج سیاہ

ڈیڑھ تولہ سنگھاڑا 2 تولہ اجمود ایک تولہ کشمش (میوہ) ایک تولہ بادام گری 20 تولہ تیز پات ایک تولہ ناگ گیسر ڈیڑھ تولہ جادری ایک تولہ مغز کنول کنہ (کول ڈوڈہ) ڈیڑھ تولہ تر پھلا (ہرڑ) بیڑہ آملہ ایک تولہ چاب ایک تولہ ناگ موٹھا ڈیڑھ تولہ اگر سیاہ (عود خالص) ایک تولہ اسکندہ ناگوری 2 تولہ لونگ ڈیڑھ تولہ موصلی سفید 2 تولہ جاکفل ایک تولہ کنکول مرج ڈیڑھ تولہ مہہ 5 تولہ گری اخروٹ 15 تولہ پستہ 20 تولہ دودھ گائے یا بکری 5 سیر کھانڈ اڑھائی سیر۔

ترکیب: زخمیل کو خوب باریک کریں اور کڑائی میں دودھ ڈال کر چولہے پر رکھ کر نیچے آگ جلا دیں۔ جب دودھ آدھا رہ جائے تو باریک شدہ سوٹھ ڈال دیں اور کڑھچھی سے ہلاتے رہیں۔ کھویا بن جانے پر کڑائی میں گھی ڈال کر چولہے پر رکھیں جب گھی گرم ہو جائے۔ کھویا ڈال کر ایسا بھون لیں کہ کھویا نہ تو کچا رہے اور نہ جلنے پائے بلکہ لال ہو جائے پھر چینی کی چاشنی تیار کریں۔ تمام ادویہ کو کوٹ چھان کر میوہ جات کو صاف کر کے سب کو کھویا سمیت چاشنی میں ڈال کر چاہے لڈو بنا دیں اور چاہے برنی کاٹ لیں۔

خوراک: آدھی چھٹانک موسم سرما میں گرم دودھ اور موسم گرما میں تازہ دودھ کے ساتھ۔ اس سے مرد کی امراض منی بھی دور ہو جاتی ہیں۔ مرد بھی کھا سکتا ہے۔ ایام زچگی میں جو بخار ہوتا ہے۔ وہ بھی دور ہو جاتا ہے۔

نوٹ: خدا نخواستہ اگر کوئی چیز نہ ملے نہ ڈالیں۔

نوٹ: موسم گرما ہو تو جادری اور جاکفل نہ ڈالیں۔

بچہ پیدا ہونے کے بعد کئی روز پانی نہیں دیا جاتا۔ یہ بھی مضر ہے جب عورت کو پیاس لگے تو کیوں نہ اسے بجھانے کی کوشش کی جائے۔ یہ تو مانا کہ اگر دودھ سے کام چل جائے تو اچھا ہے مگر سوال یہ ہے کہ جب زچہ پانی کے لیے تڑپتی ہو تو اس کو پانی نہ دینا کیا فائدہ رکھتا ہے۔

بچہ پیدا ہونے کے 24 گھنٹے تک پانی نہ دیں۔ بعد ازاں اگر زچہ کو پیاس لگے تو تھوڑا تھوڑا دیں۔ ایک دفعہ زیادہ پانی پی لینا بھی مضر ہے۔ دو وقت کھانا کھانے کے وقت تھوڑا سا اور پھر دن میں ایک دفعہ ضرورت ہو۔ تو دے سکتے ہیں۔ دودھ پینے کی کامل اجازت ہے۔ سردیوں میں

گرم اور گرمیوں میں ایک دن کے بعد سرد پانی کی بجائے اگر عرق گاؤ زبان عرق بادیاں یا عرق گلاب میسر ہو سکیں تو بہتر ہے۔

بعض گھرانوں میں دس دس دن تک کھانا نہیں دیا جاتا۔ یہ بھی اچھا نہیں ہے۔ دو دن تک دودھ اگر ضرورت پڑے تو ساگودانہ دیں۔ بعد ازاں نرم غذا کھچڑی چاول ساگودانہ شروع کرا دیں اور گھی کا استعمال بھی دن بدن حسب توفیق زیادہ کرتے جائیں۔ سات دن بعد اچھی مقدار میں دیا کریں اور ڈیڑھ ماہ تک دیتے رہیں۔ گیارہویں دن کے بعد معمولی خوراک دے سکتے ہیں اور سو بھانگیہ شوٹی۔ (جس کا نسخہ اوپر دیا جا چکا ہے۔ دونوں وقت شروع دن سے ہی دے سکتے ہیں۔ یہ دوا کی دوا اور اعلیٰ غذا کی غذا ہے۔

نہانے میں بے قاعدگی ہمارے ملک کی بہت سی زچوں کی بیماری کا باعث ہے۔ خاص مقررہ دنوں مثلاً پانچواں گیارہواں تیرہواں اور اکیسواں وغیرہ دنوں پر ہی نہلایا جاتا ہے۔ چاہے عورت قابل ہو یا نہ ہو۔ میرے خیال میں اگر عورت تندرست ہو اور سردی گرمی برداشت کرنے کے قابل ہو تو پانچویں دن سے ہی شروع کر کے روزانہ نہا سکتے ہیں اور اگر بیمار ہو یا کمزور ہو تو ایک ماہ تک بھی نہلانا ضروری نہیں پس نہلانے میں اس اصول کو یاد رکھیں۔

زچہ کو پاخانہ باقاعدہ آتے رہنا چاہیے اگر قبض معلوم ہو تو چوتھے دن ترنجبین ایک تولہ یا شیر خشک ایک تولہ عرق گلاب میں بھگو کر مل کر چھان کر پلا دیں اگر ضرورت باقی ہو تو پھر پلا دیں۔

زچہ کو مندرجہ ذیل کی اجازت ہے۔ گرم اشیاء بلغم اور بادی کو دور کرنے کی اشیاء بیٹنگن پیاز چنے کا پانی پرانی ساٹھی کے چاول کھچڑی ہاضمہ قوی کرنے والی اشیاء گڑ والی اشیاء اور آڑو۔

مندرجہ ذیل کی ممانعت ہے۔ بہت محنت کرنا فصد کرنا جماع کرنا پاخانہ اور پیشاب کے زور کو روکنا قابض اور بھاری چیزوں کا کھانا۔

دوائیوں کے بے علم ہونے کی وجہ سے جنوانے میں جو بے احتیاطی ہوتی ہے۔ اس کے

بعد وضع حمل خون جاری ہو جانے کا اندیشہ ہے۔ تھوڑا تھوڑا تو اکثر نکلا ہی کرتا ہے اور اس کا کچھ حرج بھی نہیں ہے اور نہ ہی اس کے علاج کرنے کی ضرورت ہے مگر جو معمول سے زیادہ شروع ہو جاتا ہے۔ وہ البتہ نقصان دہ ہے اور اس کا علاج لازمی ہے۔ یہ خون تب ہی جاری ہوتا ہے جب رحم ٹھیک طور پر نہ سکڑے۔

اس کا علاج اول سے ہی کر چھوڑنا اچھا ہے اور وہ اس طرح ہے کہ جب بچہ کندھے تک باہر آئے تو ایک عورت زچہ کے پیٹ کو دبا کر پکڑے اور جب تک کہ آنول نہ گر جائے۔ اسی طرح پکڑے رہے۔ بعد ازاں ایک کپڑا پیٹ پر باندھیں۔

علاوہ ازیں یہ بھی ضروری ہے کہ آنول کھینچ کر نہ نکالی جائے۔ انگریز لوگ بچہ پیدا ہونے کے بعد ارگٹ آف رائی ایک رتی یا اپیکا 2 رتی زچہ کو کھلا دیتے ہیں۔ اس سے رحم سکڑ جاتا ہے اور خون جاری ہونے کا اندیشہ نہیں رہتا۔ واقعی اچھی ایجاد ہے اور عمدہ بات کو اختیار کرنے میں کیا ڈر ہے۔ اگر خون جاری ہو جائے تو دلی علاج مندرجہ ذیل ہے۔

موصل سفید، شقائق، پسیا و شان، ثعلب، کاکھل، سمندر سوکھا، ماجو۔ ہر ایک قسم 4 تولہ گل دھاوا، کمرکس، لودھ پٹھانی، بھکود، گوند کیکر، گوند کبیر، گوند بھیری دونوں۔ سپاری آٹھ آٹھ تولہ طہاشیر، الاچی خورد، دو تولہ بادام ناریل، چھوہارہ، کشمش وغیرہ مغزیات جس قدر ضرورت ہو ڈالیں۔ روغن زرد آٹا، کھاڑ قریب چار سیر لے اور عام قاعدے کے مطابق بخیری تیار کر کے مندرجہ ذیل اشیاء کو ڈال دیں۔ یاد رہے کہ گوند کیکر کو حل لینا چاہیے۔

دونوں موصلی، سنبل، سپاری دکنی، پنگ، توڑ، تخم سریانی، تخم گاجر، بچ بند، میٹھ، تخم کوچ، گل دھاوا، گوند پلاس، اندر جو، میچ بل، میلا مول، مائیں، سمندر سوکھا، بابونگ، اجوائن، دیسی، تال کھانا، سوٹھ، گوکھرو، ماجو، دارچینی، موچس، کمرکس، پھلی کیکر، الاچی کلاں، اسگندہ ایک ایک تولہ سنگ جراثیم 3 تولہ۔ یہ چیزیں لا کر مندرجہ بالا طریقہ سے بخیری بنا کر استعمال کریں۔ مرد کے واسطے بھی مفید ہے۔ منی کو گاڑھا کرتی ہے۔ جریان کو دور کرتی ہے اور طاقت بخشی ہے۔

جب تک عورت دودھ پلائے۔ جماع سے پرہیز کرے اگرچہ عورت کو تو اتنا نقصان نہیں مگر بچہ کے واسطے چھری کا کام دیتا ہے۔ بچہ کمزور ہو جاتا ہے تمام اس کی طاقت زائل ہو جاتی ہے اور اگر حمل ٹھہر گیا تو پھر یہ دودھ اس کے واسطے زہر قاتل ہے۔

عورت کے دودھ کم آتا ہو تو بچہ اچھی طرح پرورش نہیں پاتا۔ اس کے واسطے مندرجہ ذیل نسخہ جات ہیں:

دودھ چاول غذا کھایا کریں۔

بچہ، ناگر موٹھا، آتیں، بڑی ہرڑ، دیودار، ناگ کیسر، نیلوفر ہر ایک 2 تولہ جو کوب کر کے آدھ سیر پانی میں جوش دیں۔ جب آدھ پاؤ کے قریب پانی رہ جائے۔ مل چھان کر ہر روز پلائیں۔ مصری ڈال سکتے ہیں۔ اس سے دودھ بہت جلد اتر آتا ہے۔

سونف، ستاور برابر پیس کر پانی کے ہمراہ کھلا دیں۔

گلوگائے کے دودھ میں پکائے اور گائے کا گھی ملا کر کھائے۔

اگر دودھ بہت زیادہ آئے اور بچہ کی ضرورت سے بڑھ کر ہو اور اس کے سبب سے عورت کے پستانوں کو بوجھ اور درد ہو تو دودھ دوسرے بچے کو پلا دیں یا اوپر منہ کے کھر یا مٹی اور مٹک کا فور کا لیپ کریں۔

بچ بند، زیرہ سفید پیس کر سرکہ میں گھوٹ کر چھاتی پر لیپ کر دیں۔

اگر زیادہ ہونے کی وجہ سے جم جائے اور درد ہو تو مندرجہ ذیل علاج ہیں۔

مونگ، ساٹھی کے چاول دونوں کو پانی میں پیس کر نیم گرم چھاتی پر لیپ کریں۔

بخشہ 2 تولہ دودھ میں گھوٹ کر نیم گرم کر کے لیپ کریں۔

بچہ پیدا ہونے کی وجہ سے عورت کو اندام نہانی میں درد درستی ہے۔ اس کو دھانا اور سیکنا

ضروری ہے مگر اینٹ وغیرہ سے بہت زیادہ سینکنا ٹھیک نہیں۔ پوست 4 تولہ پانی میں ڈال کر پکا

دیں پھر دودھ ملا کر فلا لیں۔ بنات یا نمڈے کو اس میں بھگو کر ذرا نچوڑ کر گرم گرم تلوں پر سینک

کریں۔ تمام درد بھی بند ہو جائے گی اور زخم کو بھی آرام ہوگا اور جو آلائش باقی ہوگی وہ تمام نکل

جائے گی اگر 4 تولہ شراب بھی ملا لیں تو بہت مفید ہے۔ شراب کا پینا تو ہر حالت میں منع ہے مگر

لگانا برا نہیں۔

پرسوت روگ کا بیان

اگر بعد بچہ پیدا ہونے کے آلائش اندر رحم کے رہ جائے یا رحم میں زخم یا درم ہو جائے اور اس کی آلائش جمع ہو جائے تو رحم میں نقص پیدا ہو کر انتڑیاں گردے معدہ وغیرہ خراب ہو جاتے ہیں اگر آنول کا کلڑا رہ گیا ہے تو دوسرے دن بخار ہو جاتا ہے اور درد کے ساتھ اس قدر بڑھتا جاتا ہے کہ تھوڑے ہی دنوں میں موت آ جاتی ہے اگر کم آلائش اندر ہے تو بخارا آہستہ آہستہ بڑھتا ہے۔ اسہال درد وغیرہ کی اکثر شکایت رہتی ہے۔ بعد کچھ مدت کے کئی تو مر جاتی ہیں اور کئی وجع المفاصل وغیرہ امراض میں ہمیشہ کے واسطے پھنس جاتی ہیں۔

واضح ہو کہ پرسوت روگ میں تپ کے ساتھ اکثر اسہال ہوا کرتے ہیں۔ یہ بیماری بڑی سخت ہے۔ اس کا علاج شروع میں ہی کرنا چاہیے ورنہ خطرہ جان ہے۔ اصول علا یہ ہونا چاہیے کہ رحم کی آلائش کو دور کیا جائے۔ یہ ادویات سے بھی ہو سکتا ہے اور انگریزی دوائیاں بھی ہاتھوں ہی سے نکالتی ہیں۔ رحم میں مندرجہ ذیل پچکاری کرنے سے بھی آلائش صاف ہو جاتی ہے۔

نسخہ: گائے کا پیشاب، سرکہ، مٹھا۔ تینوں کو ملا کر پچکاری کریں یا ہرڑ، بھیدہ، آملہ ہوزن کے کاڑھے سے پچکاری کریں۔

سونٹھ ایک تولہ، مرچ سیاہ 2 تولہ، پٹیل 2 تولہ، سیندھا نمک 6 ماشہ، جاوتری 2 تولہ، وینلا تھوٹھا 2 تولہ سب کو سنبھالو کے پتوں کے رس سے ایک پہر کھل کریں اور چنے کے برابر گولیاں بنا دیں اور ایک گولی بھراہ شہد کھلا دیں۔ تمام قسم کے پرسوت روگوں کو دور کرے گا۔

سوبھاگیہ شونٹھی بھی جس کا ذکر پہلے ہوا۔ اس کے واسطے مفید ہے۔

کیسرو، سنگھاڑہ، کنول کے بیج، ناگرموتھا، زیرہ سفید، زیرہ سیاہ، جائفیل، جاوتری، لوگ، چھریلہ، ناگ کیس، تمال، پتر، تاج، گل دھاد، الاچی، خورد، سونف، پٹیل، دھنیا، مرچ سیاہ، ستاؤر، کپور، کچری، ہر ایک 2 تولہ، کشتہ فولاد یا آہن 4 تولہ، کشتہ ابرک 4 تولہ، سونٹھ 32 تولہ، کھاڑ ڈیڑھ سیر، گائے کا گھی 32 تولہ، دودھ گائے دو سیر۔ جس طرح سوبھاگیہ شونٹھی کو

تیار کیا جاتا ہے۔ اس کو بھی تیار کریں۔ یہ دوسرا نسخہ سوبھاگیہ شونٹھی کا نسخہ ہے۔ 6 ماشہ سے 2 تولہ تک حسب طاقت کھلا دیں۔ سوٹکا روگ کے واسطے نہایت سفید قوت ہاضمہ کو بڑھانے والی ضعف کو دور کرنے والی ہے۔ مرد کے واسطے بھی مفید ہے۔

سونٹھ، مرچ سیاہ، پٹیل، ہرڑ، بھیدہ، آملہ، زیرہ، تاج، پتر، الاچی، ناگ کیس، ناگرموتھا، جائفیل، دھنیا، لوگ، جٹا، ماسی، اندر جو، اجوا، گل دھاد، ستاؤر، کالی موصلی، لودھ، گج پٹیل، چروچی، گلوہ، کافور، صندل سفید، صندل سرخ، ایک ایک تولہ، ہار یک پیس کر کپڑا چھان کر کے بادیاں کا سفوف 12 تولہ، گھی 32 تولہ، دودھ گائے دو سیر، کھاڑ دو سیر، سوبھاگیہ شونٹھی کی مانند تیار کریں۔ سونٹھ کی جگہ سونف کا سفوف سمجھیں۔ خوراک 6 ماشہ سے 2 تولہ تک دودھ بکری کے ساتھ دینے سے عورتوں کے جسم کو توانا کرتا ہے۔ کھانسی، دمہ، ضعف، ہاضمہ، اسہال وغیرہ کو دور کرتا ہے اور پرسوت روگ کے لیے بھی مفید ہے۔

بیر بوٹی ایک عدد، ٹوپی لوگ 3 عدد، مغز بادام مقشر $\frac{1}{2}$ عدد، روغن زرد تین قطرہ 2 گولیاں بنا دیں اور تین گھنٹے کے فاصلے سے ہر دو گولیاں دے دیں۔ اس کے کھلانے سے تمام مواد بذریعہ پسینہ دور ہو جاتا ہے اور صحت ہوتی ہے جبکہ بیماری کا زور ہو۔ یہ دوائی مفید پٹھتی ہے۔

بیر بوٹی ایک عدد، زعفران 3 رتی، مٹھ 3 عدد۔ ہاتھ سے مل کر 5 عدد گولیاں بنا دیں اور دو دو گھنٹے کے بعد دیں۔

شکرف، مٹھے 6 ماشہ، بھیناگ 6 ماشہ، سہاگہ بریان 6 ماشہ، عتر قرھا 6 ماشہ، مرچ سیاہ 6 ماشہ، پٹیل 6 ماشہ، لوگ 6 ماشہ، افیون 6 ماشہ، اول بھیناگ اور پٹیل کو شیرہ برگ پان سے دو پہر کھل کریں پھر دیگر دوائیوں کو ملا کر سکھا رکھیں اور ایک ایک رتی کی گولیاں بنا دیں۔ خوراک ایک گولی سے 5 گولی تک حسب مزاج عمر اور مرض کے دیں اگر قریب غشی اور بے حواسی کے بھی ہو تو آرام آئے۔ یہ دوائی سرسام کو بھی مفید ہے۔

پارہ مٹھے 10 ماشہ، آملہ سارگندھک 10 ماشہ، سہاگہ بریان 10 ماشہ، چتر 10 ماشہ، مرچ سیاہ 10 ماشہ، جائفیل 10 ماشہ، دھتورہ 30 ماشہ، لوگ 40 ماشہ، پٹیل 10 ماشہ، اول پارہ اور

گندھک کو دوپہر کھل کریں پھر دیگر ادویات کو عرصہ تین روز تک ادراک کی رس سے کھل کریں۔ خوراک $\frac{1}{2}$ رتی سے ایک رتی تک تمام قسم کے سرسام بادی کی امراض اور بخاروں کو مفید ہے۔

کشتہ سک (سیسہ) 56 ماشہ، کشتہ سکھیا 28 ماشہ، پٹیل 28 ماشہ، بچھناگ 14 ماشہ، پارہ مٹھے 14 ماشہ، گندھک مٹھے 14 ماشہ، خاکستر جنگلی اوپلہ 14 ماشہ، اول پارہ اور گندھک کو دوپہر کھل کر کے کجلی کریں پھر بچھناگ اور پٹیل کو کھل کریں۔ بعدہ تمام ادویہ کو ملا کر دو روز کھل کریں۔ خوراک ایک رتی مٹھے کے ساتھ دیں تو تمام بادی کی امراض، باقی امراض، سرسام، سینپات، پرسوت وغیرہ دور ہوتے ہیں۔ اس کی نسوار لینے سے سردرد دور ہو جاتی ہے اور مریض بے ہوشی سے ہوش میں آ جاتا ہے۔

پارہ مٹھے ایک تولہ، گندھک آملہ سار مٹھے ایک تولہ، بچھناگ مٹھے ایک تولہ، دھتورہ سیاہ ایک تولہ، زیرہ سفید ایک تولہ، پٹیل ایک تولہ، اول پارہ اور گندھک کو کھل کریں پھر تمام ادویہ ملا کر تین روز کاغذی لیہوں کے پانی سے کھلا کریں پھر تین دن گھیکوار یعنی کوار گندل کے رس میں کھل کریں۔ خوراک ایک رتی تمام قسم کے بخاروں، سرسام، پرسوت، روگ میں بدزقہ مناسب کے ساتھ کھلا دیں۔ نہایت ہی مفید ہے۔

ہرڑ، بیڑہ، آملہ ہم وزن لے کر ان کا جوشاندہ بنا کر پچکاری کے ذریعہ سے استعمال کرتا نہایت مفید ہے۔

میری ایک رشتہ دار عورت کو پرسوت روگ تھا۔ بہت علاج کرنے کے بعد شیر کی تھوڑی سی چربی گڑ میں ملا کر دینے سے آرام ہو گیا۔

دس مول کا کاڑھا کر کے کھی ملا کر نیم گرم پینا بھی نہایت مفید ہے۔

دیودار، کچ، کٹھ، پٹیل، سوٹھ، کامبل، ناگرموتھا، جرایت، کنگی، دھنیا، ہلیلہ زرد، کج، پٹیل، کیٹری، گوکھرو، دھمانسہ، بھکلی، نمک ملا دے اور سیر بھر پانی ملا کر آگ پر رکھے جب دو چھٹناک پانی رہ جائے اتار کر مل چھان کر پلا دے تو اس کا پرسوت روگ دور ہو جائے۔ درڑ کھانسی، بخار، دمہ، سردرد، پیاس، جلن، اسہال وغیرہ تمام برائیاں دور ہو جائیں۔

زیرہ، کلونجی، بادیان، خورد، بادیان، کلاں، اجوڑ، دھنیا، سوٹھ، میٹر، پٹیل، پٹلا مول، چترک، ہادیہ، بداری، کندک، کھمبلا، ہر ایک قسم 4 تولہ، گڑ 400 تولہ، دودھ دوسیر، کھی پاؤ، بھر، قدسیا، قوام کر کے باقی تمام اشیاء داخل کر کے رکھے۔ خوراک 6 ماشہ سے $1\frac{1}{2}$ تولہ تک۔ کھانے سے پرسوت روگ دور ہو اور بھوک بڑھے۔



شلوک

یہ دید کا منتر ہے۔ خدا ہدایت فرماتا ہے کہ اے لوگو! ہمیشہ ایسے پرارتھنا کرو کہ اے سب کے مالک اے سب کے رہنما، دلوں کے مالک ایٹور، جتنی بری عادتیں ہیں۔ ان کو ہم سے دور کر دیجیے اور جو اچھی عادتیں اور اچھے فعل ہیں وہ ہم کو بخشے۔

بد صحبتوں میں پڑ کر ہی انسان بری عادتوں میں پھنس جاتے ہیں۔ کہتے ہیں کہ بھلائی کی نسبت برائی کا اثر بہت جلد ہوتا ہے۔ وجہ یہ ہے کہ برائی میں اس وقت تو سکھ و آئندہ معلوم ہوتا ہے مگر پیچھے روتا پڑتا ہے۔ چھوٹی عقل والے انسان اس جھوٹے سکھ کے پیچھے پڑ کر اپنا دین دنیا

تباہ کر لیتے ہیں۔ بچے کا دل نرم ہوتا ہے۔ ماں باپ گھر سے تعلیم حاصل کرنے کے واسطے بھیجتے ہیں مگر وہ برے دوستوں کی بری صحبت میں پھنس کر ایسی بری عادتوں کا مرتکب ہوتا ہے کہ جن کا خمیازہ اس کو ساری عمر اٹھانا پڑتا ہے۔ میں حکیم ہوں اور میں یہ دیکھ کر حیران ہوتا ہوں کہ اکثر باپ اور بڑے بڑے عہدہ والے کیسی بے مزہ اور دکھ کی زندگی بسر کر رہے ہیں۔ میں نے ایک دفعہ جب عادتوں کی خرابیاں مختصراً ایک رسالہ امراض مخصوصہ میں لکھیں تو مجھے بیشمار ایسے خطوط وصول ہوئے کہ کاش کہ یہ کتاب مجھ کو پہلے ملی ہوتی۔

لڑکے بچپن سے نہیں جانتے کہ جس بری عادت میں ان کے بے وقوف دوست ان کو لے جا رہے ہیں۔ وہ کس قدر ان کو تباہ کرے گی اگر سکولوں میں لڑکے نیک اور پاک زندگی بسر کریں تو ساری عمر مزے سے رہیں۔ نہیں تو جو کچھ حالت ہے وہ کسی سے پوشیدہ نہیں ہے۔ نہ دفتر کا کام کر سکتے ہیں نہ گھر سے کام کر سکتے ہیں۔ اگر میں ان خطوط میں سے چند کو بھی پیش کروں جو کہ آئے دن مجھ کو وصول ہوتے رہتے ہیں تو اے لڑکو تم حیران ہو جاؤ اور تم کو معلوم ہو جائے کہ ہندوستان کی جسمانی حالت اور روحانی حالت گرتے جانے کی کیا وجہ ہے تاہم ایک دو چھوٹے خطوط میں ضرور نقل کرنا چاہتا ہوں۔ نام دینا اچھا نہیں ہے ہم کسی کا نام ظاہر نہیں کیا کرتے۔

ایک طالب علم پنڈ دادن خان سے لکھتے ہیں:

میں جس وقت 13-14 سال کی عمر کا تھا۔ بری صحبت نے ستیاناس کر دیا یعنی خفیہ بدکاری کی عادت ایک بے وفائے سکھا دی۔ میں نے تقریباً $2\frac{1}{4}$ برس اس کو کیا پھر ایک بدچلن لڑکے نے میرا اور کام خراب کر دیا..... جب یہ عادتیں نہ پڑی تھیں تب اچھا پڑتا تھا مگر اب ان عادتوں کا نتیجہ ملنے لگا۔ رات کو دوسرے تیسرے دن بیرج گر جاتا ہے۔ دماغ اتنا کمزور ہو گیا ہے کہ کیا لکھوں۔ نظر بھی کمزور شد۔ اب میری عمر 17-18 برس کے درمیان ہے گو ظاہراً شکل و صورت اچھی ہے مگر اندر سے کھوکھلے درخت کی طرح ہوں۔ یہ امر آپ جیسے بزرگ کی طرف لکھنا سخت شرمناک ہے پر کیا کروں کئی علاج کیے کچھ فائدہ نہیں ہوا ہے۔ اس سال انٹر کا امتحان دیا ہے۔ شادی بھی اسی سال ہو جانی ہے۔ دل غمگین اور اداس رہتا ہے.....

ایک اور خط جو سرگودھا سے وصول ہوا درج کر کے آگے چلتا ہوں:

میری داستان پرانی ہے اور 1899ء سے شروع ہوتی ہے۔ میں جماعت میں قدرے کمزور تھا۔ اور میرے استادوں اور والدین نے مجھے میری جماعت کے مانیٹر کے سپرد کیا جو میرا ہم عمر تھا۔ اس کو اپنے ہاتھوں اپنا ستیاناس کرنے کی عادت تھی۔ اس نے مجھے یہ بدعادت سکھلا دی۔ 1900ء کے آخر میں یعنی پورے ڈیڑھ سال بعد۔ بعد آنے عقل کے اس بات کو ترک کر دیا..... مجھے پیشاب کے ساتھ بیرج آنا شروع ہوا۔ احتلام شروع ہو گیا..... اعضاء ریکہ کمزور ہوئے..... اب اعضاء ریکہ نہایت ہی ڈھیلے معلوم ہوتے ہیں۔ بیرج بہت پتلا ہو گیا ہے۔ دل ہر وقت پریشان رہتا ہے۔ حافظہ بالکل خراب ہو گیا ہے۔ کل کی بات یاد نہیں رہتی۔ اب صرف آپ کا سہارا لیتا ہوں.....

عزیزو! بہت عام عادتیں جن سے جسم کا سورج بیرج (وہ مادہ سفید جس سے اولاد ہوتی ہے۔ انسان کا بیج) نکلتا رہتا ہے۔ تباہ کر دیتی ہیں اپنی پیشاب کی جگہ کو کبھی ہاتھ مت لگاؤ۔ صرف غسل کے وقت میل صاف کر لو۔ ہاتھ لگانے سے بری عادت ہو جانے کا اندیشہ ہے۔ جو دوست تم کو پوشیدہ تعلیم دے اور کہے کہ اس میں کوئی لطف ہے اور تمہیں اس کی طرف راغب کرے۔ تم اس کی ایک نہ سننا ورنہ ساری عمر رو گے۔ جو بد قسمتی سے اس عادت میں پھنس گئے ہیں۔ ان کو آج سے ہی قسم کھانی چاہیے۔ بیرج کی تعریف ایک قطرہ بیرج کا 100 قطرہ خون کے برابر ہوتا ہے جو کچھ ہم کھاتے ہیں۔ سب سے پہلے معدہ میں اس کا رس بنتا ہے پھر جوں جوں وہ پکتا ہے۔ اس کا خون بنتا ہے۔ خون سے گوشت بنتا ہے۔ گوشت پک کر جو اس کا عطر نکلتا ہے۔ اس سے چربی بنتی ہے۔ چربی سے ہڈی بنتی ہے۔ ہڈی کا عطر بجا ہے اور بجا کا بھی عطر دبیرج ہے۔ یہی جسم کا سورج ہے۔ یہی رتن بے بہا ہے جس سے انسان انسان کہلاتا ہے۔ اس کے نہ ہونے سے مرد مرد ہی نہیں ہے۔ اس کی جتنی تعریف کی جائے تھوڑی ہے۔ تقریباً دس سال کی عمر میں پیدا ہونا شروع ہوتا ہے اور سولہ سال کی عمر یعنی آغاز جوانی میں تو یہ خوب پیدا ہوتا ہے۔ اس وقت قدرتی ہے کہ انسان کے دل میں جوش سا پیدا ہو۔ اس کا من دنیاوی باتوں

کی طرف جاتا ہے۔ اس وقت وہ لوگ جو من کے پیچھے لگ کر خواہشات نفسانی میں پھنس جاتے ہیں۔ ساری عمر روتے ہیں۔ ان کو کبھی اصلی تندرستی نصیب نہیں ہوتی اور ان کی عمر تھوڑی ہو جاتی ہے۔ اس عمر میں دیر یہ ابھی کچا ہوتا ہے۔ یہ اس واسطے پیدا نہیں ہوتا ہے کہ اس سے خواہشات کو پورا کیا جائے۔ یہ اس واسطے پیدا ہوتا ہے کہ اس کو پھر خون میں جذب کیا جائے۔ جب اس عمر کو پہنچو دل کو کبھی بری طرف مت جانے دو۔ عورتوں کی باتیں کسی سے نہ کرو۔ نہ بازار میں کسی عورت کو دیکھو۔ نظر نیچے رکھو۔ لگ پڑھنے کی طرف دھیان رکھو۔ برے لڑکوں کے پاس مت کھڑے ہو۔ عشقیہ تھیٹر و سینما مت دیکھو۔ ناول مت پڑھو۔ یہ ناول انسان کو خراب کر دیتے ہیں جو کبھی برا خیال دل میں آئے فوراً اس کو روکو۔ اٹھ کر ٹہلنے لگ جاؤ۔ اکیلے نہ رہو۔ سیر کو نکل جاؤ یا کوئی بات دل میں ایسی لاؤ۔ جس سے تمہیں رنج پہنچا ہو۔ پانی پی لو۔ موت اور خدا کو اس وقت یاد کرو کہ تم آزمائشوں میں پاس ہوتے ہو۔ ورزش خوب کیا کرو تاکہ وہ بیرج پھر خون میں مل جائے۔ اس سے تمہارے پٹھے مضبوط ہوں گے۔ تم تندرست ہو جاؤ گے۔ تمہاری ہڈیاں مضبوط ہوں گی۔ قوت مردی بڑھے گی۔ داڑھ وغیرہ باقاعدہ برآمد ہوگی اور تم کبھی بیمار نہ ہو گے۔ میں تم کو سچ بتاتا ہوں۔ میں نے حکمت کی سینکڑوں کتابیں دیکھیں۔ ہزاروں آدمیوں کو علاج کیا۔ تندرستی کو ہمیشہ قائم رکھنے کے واسطے چار اصول مجھ کو ملے ہیں۔ جو ان کی پیروی کرتا ہے وہ سدا سکی رہتا ہے۔ اول یہ کہ اپنے بیرج کو 25 سال تک بالکل ضائع نہ کرو اور اس کے بعد صرف اولاد پیدا کرنے میں لگاؤ۔ دوسرے ورزش ہمیشہ کیا کرو اور تیسرے کھلی ہوا اور صاف ہوا کی قدر کرو۔ چوتھے غذا سادہ چبا چبا کر خوشدلی سے کھاؤ۔ باقی باتوں کی تم زیادہ پروا نہ بھی کرو مگر اگر ان کی پوری طرح پابندی کرو گے تو تم بے شک تندرست رہو گے اور بڑی عمر پاؤ گے۔ مت خیال کرو کہ کوئی حکیم یا ڈاکٹر تم کو پھر ویسا تندرست بنا سکتا ہے۔ وہ بیرج اگر ضائع نہ کیا جائے تو 25 سال تک خود ہی پک جاتا ہے اور کل جسم کو سڈول اور مضبوط بھی بنا دیتا ہے۔

دیکھو ڈاکٹر فٹ صاحب کیا لکھتے ہیں:

”بیرج خون میں پھر جذب ہو جاتا ہے۔ اس کے روحانی اور طاقت دار اجزاء زندگی کے مرکوزوں میں ان کو مضبوط کرنے کے واسطے چلے جاتے ہیں اور ٹھوس اجزاء ہڈی، بال، ناخن، عضلات وغیرہ کی طرف مرد کو مضبوط و سڈول بنانے کے واسطے چلے جاتے ہیں۔

ڈاکٹر ہار صاحب لکھتے ہیں:

”بیرج کا بہت سا حصہ وہ بیج جو انمول ہے۔ جو از حد طاقت رکھتا ہے۔ جس میں خاص بو ہے۔ وہ پھر خون میں واپس مل جاتا ہے اور جو نہیں کہ وہ دورہ خون سے دوبارہ ملتا ہے تو وہاں تعجب خیز تبدیلیاں پیدا کرتا ہے۔ بال، ہڈی، آواز روانہ طرز طاقت سب بدل دیتا ہے۔“

خفیہ خرابی یا اپنے پاؤں آپ کلباڑا مارنے کی بری عادت جس سے چھوٹی عمر میں ہی بیرج لکھا رہتا ہے کی مختصر اُخراہیاں مندرجہ ذیل ہیں:

جس کو زندہ درگور ہوتا ہے۔ جس کو دنیا سے بیزار ہوتا ہے۔ جس کو تندرستی نیکی خوبصورتی کو جواب دینا ہے۔ اس کا یہ رہنما ہے۔ اپنے ہاتھوں اپنے آپ کو سیتاناس کرنے کی مثال اس پر صادق آتی ہے۔ کمزوری اعصاب، دق، سل، مرگی، فالج، سکتہ، خبط، جنون آخر آ کر خاتمہ کرتے ہیں۔ ضعف بصارت پیشاب میں بیج جانا، رات کو جانا، درد پشت، دھڑکا، کمزوری اعضاء، ریشہ دمہ، درد گردہ، درد جگر، قبض، بد ہضمی، ذیابیطس، دبلا پن، چہرہ پر بے رونقی، سستی، اداسی، اولاد کا نہ ہونا، خیالات کا پراگندہ رہنا، دوسرے زکام، نزلہ، ضعف، مثانہ، معدہ و گردہ و دل و جگر، لیان، گنشیا، آنکھوں میں غنودگی وغیرہ میں سے اکثر آدہاتی ہیں۔

ڈاکٹر ڈیسلینڈ ایک آدمی کا ذکر کرتا ہے کہ جس کو تپ دق ہو گیا مگر اگر اس حالت میں بھی اکیلا چھوڑ دیا جاتا تو خفیہ بدکاری کر لیتا تھا۔ تین ماہ زیر علاج رہ کر مر گیا۔

بہت سے ڈاکٹروں نے بری عادت کرنے والے پاگلوں کا ذکر کیا ہے۔ امریکہ کے بڑے دولت مند شخص کا لڑکا اس بری عادت سے پاگل ہو گیا۔ اس طرح ایک پادری کا لڑکا جس نے سکول میں حد سے زیادہ خرابی کی تھی۔ پاگل ہو گیا۔

ڈاکٹر پائیل ایک بت ساز کا ذکر ہوتا ہے۔ جو کہ تمام لیاقت بری عادت کے ذریعے کھو کر پاگل ہو گیا تھا۔

ڈاکٹر شٹ ایک گھڑی ساز کا عبرت ناک واقعہ بیان کرتا ہے کہ یہ نہایت ہوشیار تندرست تھا۔ 17 سال کی عمر میں اس نے بری عادت کو شروع کیا۔ کوئی دن اس کے بغیر نہ گزرتا تھا۔ بعض دفعہ دو تین بار آخر دماغ یہاں تک کمزور ہوا کہ جب وہ اپنے ہاتھوں اپنا ستیاناس کرتا۔ اس کے بعد تھوڑے عرصہ کے واسطے بے ہوش سا ہو جاتا۔ سر پیچھے کو گر جاتا اور گردن پھول جاتی۔ آخر بے ہوشی اور کمزوری کا وقفہ بہت بڑھ گیا۔ ابھی تک وہ نہیں سمجھا اور آخر جس قدر بڑھ گئی کہ ذرا چھوٹے سے بھی ہرج فوراً نکل جاتی آخر وہ ہر دفعہ 8 سے 12 گھنٹہ تک بے ہوش رہنے لگا اور اس اثنا میں کھانا پینا بھی حرام ہوتا تھا۔ کمر میں ناقابل برداشت درد ہوتی تھی۔ آخر وہ اس قدر کمزور ہو گیا کہ مردہ پڑا ہوا معلوم ہوتا تھا۔ زرد ناقابل حرکت منہ سے پانی جاری ناک سے خون پیش شروع ہوئی اور ہر دست کے ساتھ ہرج نکلتی۔ ہر وقت ہرج جاری۔ آخر کار سانس بھی ٹپک ہو گیا اور کیا کیا بیان کرو۔ از حد تکلیف پا کر اور دیکھنے والوں کو عبرت دے کر مر گیا۔

ڈاکٹر زبرین ایک آدمی کا جس کو بری عادت سے اول مرگی اور بعدہ موت آئی ذکر کرتا ہے۔

ڈاکٹر ایکٹن بری عادت والے کی نشانیاں یہ بیان کرتا ہے۔ زرد دہلا کمزور اور ایک وحشیانہ سی لاغر شکل کا ہو جاتا ہے۔ آنکھیں اندر دھنس جاتی ہیں پتلیاں پھیل جاتی ہیں بزدلی تو اس کا ضروری نتیجہ ہے۔ دوسرے آدمی کے ساتھ آنکھ تک نہیں ملا سکتا شرمیلا اور تنہائی پسند ہو جاتا ہے اگر کوئی بچہ اچھا حافظہ رکھتا ہو لسان کا مریض ہو جائے تو جان لو کہ وہ بری عادت میں پھنس گیا۔

ڈاکٹر ایکٹن لکھتا ہے کہ اس بد عادت سے نوجوان بوڑھے زرد چہرہ کامل (ست) بے وقوف نامرد کمر جھکی ہوئی فالج اور کمزور ہاضمہ والے ہو جاتے ہیں۔

ڈاکٹر ہائمن صاحب کا بیان ہے کہ اس بدکار کو احتلام سرد کمر میں درد نگاہ و حافظہ کی کمزوری

روحانی جسمانی اور ذہنی کمزوری خیالات کا پراگندہ رہنا سخت بے چینی جنون دماغی اچکڑے خوابی خوفناک خوابوں کا آنا ہوتا ہے۔ اکثروں کو دن آخر ستانا ہے۔ بعض کو گھٹنیاں بعض کو معدے اور سینے کا درد ہرج خود بخود خارج ہونے لگتی ہے عضو بیکار ہو جاتا ہے۔ فرضیکہ کہاں تک بیان کیا جائے۔ ایسی مثالوں سے ہزار صفحہ کی کتاب لکھی جاسکتی ہے مگر عاقلوں کو اشارہ کافی ہے۔

جو طلبا غلطی سے اس عادت میں پھنس چکے ہیں۔ ان کو فوراً چھوڑ دینا چاہیے۔ ان کے واسطے ایک بات ضروری یاد رکھنے کی ہے جو ہو چکا ہو چکا اگر اس کے واسطے وہ بہت فکر ورنج کریں گے اور طرح طرح کے شک و شبہات میں پڑ جائیں گے تو اس سے ان کی صحت کو زیادہ نقصان ہوگا۔ آگے کو احتیاط کرنے سے سب کچھ ٹھیک ہو جائے گا۔ یہ خرابیاں جو بیان کی گئی ہیں۔ یہ مطلب نہیں کہ سب کو ظاہر ہو جاتی ہیں۔ یہ بیماریاں ان کو ہوتی ہیں۔ جو بہت زیادہ ان عادت میں پڑ جاتے ہیں۔

اسی طرح اور بہت سی عادتیں ہیں۔ جن کو طالب علموں کو ترک کرنا چاہیے۔

منوجی مہاراج دوسرے ادواء میں لکھتے ہیں۔

”برہمچاری (طالب علم) شراب مانس خوشبو یا ت لگانا پھولوں کے ہار پہننا بہت ذائقوں میں پڑنا عورتوں کی صحبت ترش اشیاء ہنسا (ایذا) اعضاؤں کا ملنا بناسبب کے پیشاب کی جگہ کو چھونا سرمہ کا جل لگانا کام کرودھ لوبھ موہ اپکار افسوس حسد ہیر ناچنا ناچ دیکھنا گانا بجانا (تھیٹروں میں جانا) ایک دوسرے کی بے عزتی ننڈا عورتوں کا دیکھنا گندے لفظ زبان پر لانا دوسرے کو نقصان پہنچانا وغیرہ سب چھوڑ دے۔ ہمیشہ اکیلا سوئے ہرج کبھی گرنے مت دے جو کامنا سے ویرج گرائے تو اس کا برہمچریہ برت نشست ہو گیا۔“

سری 108 سوامی دیانند جی تیسرے سملا س ستیارتھ پرکاش میں لکھتے ہیں۔

”جو دویا پڑھنے پڑھانے کے دگن (مراحتیں) ہیں۔ ان کو چھوڑ دیں جیسے برے برہمچاری کای پرشوں کی صحبت شراب وغیرہ کا استعمال عیاشی چھوٹی عمر میں شادی بہت کھانا بہت جاگنا پڑھنے پڑھانے امتحان دینے میں سستی یا بے ایمانی برہمچریہ سے طاقت عقل قوت صحت وغیرہ

کی ترقی کو نہ سمجھنا ایٹور کا دھیان چھوڑ کر دوسروں میں دھیان لگانا“ وغیرہ وغیرہ عقلمندوں کو اشارہ کافی ہے۔ تشریح کے ساتھ اس مضمون پر نہیں لکھنا چاہتا۔ جو سمجھیں گے وہ بڑے ہو کر خوشیاں منائیں گے۔ جو نہ سمجھیں گے وہ پچھتائیں گے اور کہا کریں گے۔ کاش کہ ہم نصیحت مان جاتے۔ اب میں

چند عام نصیحتیں

آپ کے واسطے لکھتا ہوں۔ جس سے صحت بڑھے گی۔

صبح صادق اٹھو سردیوں میں 5 بجے اور گرمیوں میں 4 بجے۔ یہ ان کے واسطے جو پہلے وقت پڑھتے ہیں۔ بعض طالب علم پچھلے وقت پڑھتے ہیں۔ جو بہت بہتر ہے۔ اس صورت میں جس وقت تم سوؤ۔ اس سے 6 گھنٹہ بعد اٹھو۔ 6 حد 7 گھنٹہ کی نیند طالب علم کو کافی ہے اگر تم ہمیشہ کے واسطے ایک عادت بناؤ۔ کبھی کوئی تکلیف نہ ہوگی۔ کبھی 9 گھنٹے سونا اور سچر وار کی رات 8 بجے صبح تک سوئے رہنا اور کبھی 3 گھنٹے سونا یہ عادت نقصان دہ ہے۔ ایک عادت ہمیشہ کر لینے سے ہمیشہ اسی وقت کے بعد اٹھ بیٹھو گے۔ پیٹ کے بل مت سوؤ۔ ایک کروٹ سوؤ۔

صبح سورج سے پہلے باہر سیر پر چلے جاؤ۔ مت خیال کرو کہ وقت ضائع ہوتا ہے۔ جو بڑھی تھیں تیز کرنے میں ایک گھنٹہ خرچ کر دیتے ہیں۔ وہ ان سے زیادہ کانتے ہیں جو وہ گھنٹہ بھی بجائے تھیں تیز کرنے کے کانتے ہی رہتے ہیں۔ صبح کی کھلی ہوا رنگ و روغن نکھارتی ہے۔ چہرہ پر سرفی آتی ہے نیز تندرستی بڑھتی ہے اگر کسی وجہ سے صبح موقعہ نہیں ملتا تو شام کا وقت مقرر کرو مگر صبح ہی ہے۔

اٹھنے کے دس پندرہ منٹ بعد پاخانہ جانا چاہیے۔ اسی وقت جانے سے فضلہ پورے طور پر خارج نہیں ہوتا ہے۔ دس منٹ ہلکی ورزش کرو یا ٹہلو۔

ورزش صحت کے واسطے ایسی ہی ضروری ہے جیسا کہ زندگی کے واسطے ہوا پانی اور غذا۔ دنیا میں کوئی شخص تندرست نہیں ہے اگر وہ ورزش نہیں کرتا۔ ورزش سے جی مت چڑاؤ۔ ورزش سب باتوں سے مقدم سمجھو۔

ورزش کرنے سے کل اعضاء مضبوط رہتے ہیں۔ جسم سڈول ہوتا ہے اور کوئی بیماری نہیں ستاتی۔ صبح کا وقت ورزش کے واسطے بہترین ہے۔ جن کو دائمی قبض ہے انہیں پاخانہ سے پہلے ورنہ پاخانہ کے بعد ہاتھ منہ دھو کر اور دانتن کر کے کرنی چاہیے۔ ورزش یہاں تک کرنی چاہیے کہ پسینہ چھاتی پر آ جائے یا سانس منہ سے لینے پر مجبور ہونا پڑے۔ ہمیشہ منہ بند کر کے ناک کے رستہ ہوا لو۔ ہاتھ کی ورزش زیادہ کیا کرو تا کہ چھاتی ہازد اور دماغ زیادہ مضبوط ہوں۔ سشرت میں لکھا ہے کہ طاقت سے نصف ورزش کرنی چاہیے۔ ورزش کے فوراً بعد نہ نہاؤ بہت زیادہ نہ تھکو اس سے کمزوری آتی ہے۔ جسم ٹھنڈا ہونے دو تب 15-20 منٹ بعد غسل کرو۔

ورزش کے بعد پیاس لگا کرتی ہے۔ نہاتے وقت اکثر لوگ پانی پی جاتے ہیں۔ یہ برا ہے۔ موٹا پا آتا ہے اور کمزوری ہوتی ہے اور گرمی سردی بھی ہو سکتی ہے۔ ورزش کے بعد دودھ پی لو یا بادام الائچی رگڑ کر پی جاؤ۔ دودھ سب سے بہتر ہے۔ کھی بھی کوئی پیتے ہیں مگر مضبوط جسم زیادہ ورزش کرنے والے ہی اس کو ہضم کر سکتے ہیں۔ کھانا کھا کر کبھی ورزش نہ کیا کرو بلکہ آرام کرو۔ صبح وقت نہ ملے تو ورزش شام کو مقرر کر لو۔

ہفتے میں ایک بار مالش کیا کرو۔ تلوں کا تیل بہتر ہے۔

دودھ پینے کے 3 گھنٹہ بعد غذا کھانی چاہیے۔

کھانا خوب چبا کر کھاؤ۔ ایک لقمہ کو 30 بار چبانا چاہیے تاکہ لعاب دہن اس لقمے کے ساتھ بخوبی مل جائے۔ یہ ہاضمے میں مدد دیتا ہے ورنہ وہ کام بھی معدہ کو کرنا پڑتا ہے اور معدہ جلد کمزور ہو جاتا ہے۔

ایک کھانے سے دوسرے کھانے کا وقفہ 5 گھنٹہ کا ہونا چاہیے۔ ہر وقت نہ چرتے رہو۔ بہت نقصان ہوگا۔

سرخ مرچ تو کیا سیاہ مرچ بھی نیز گرم مصالحہ ترشی تیل کی اشیاء ان چیزوں سے قطعی پرہیز کرو۔ جس قدر سادہ کھانا کھاؤ گے۔ اس قدر تندرست رہو گے۔ غذا اس بنزیات زیادہ ہوں۔ بنزیات بغیر پکائے ہوئے بھی تھوڑی سی کھایا کرو۔

پھل بڑی اعلیٰ غذا ہے مگر کچے یا گلے سڑے پھل نہ کھاؤ۔

عشق میں بھڑانے کا منتر

اگر کسی کو اپنے عشق میں مست بنانا چاہے تو عاتق کو چاہئے کہ ایک گھوڑے کا ایک نعل لائے۔ مگر شرط یہ ہے کہ نعل سیاہ رنگ کے گھوڑے کا ہو۔ پھر اس میں چھ سوراخ کریں۔ پھر اس آدمی کا نام جسکو کہ تم چاہتے ہو۔ معہ اس کی والدہ کے نام کے سپر لکھے جاویں۔ لیکن طالب کا نام معہ اس کی والدہ کے نام لکھا جانا ضروری ہے اور ساتھ ہی نعل پر مندرجہ ذیل جنت کو بھی تحریر کر کے اسے زمین میں دفن کر دے بعد ازاں اس پر متواتر آگ جلاتا رہے۔ یہاں تک کہ اس کا مطلب حاصل ہو جائے یعنی مطلوب بمقرر ہو کر حاضر ہو جاوے منتر یہ ہے:

۲۳۱۰۳۰۰	۱۱۸	۱۱ ج ۱
۲۰۰۱۲	۱۱۹	۸۱۰۹۳۰
۲۰۰۱۰۱۲	۱۱۹	۱۰۰۲۰۰

کسی اور کو محبت میں پھنسا بیکا طریقہ

پہلے بکری کا شانہ لاویں پھر آفتاب کے طلوع ہونے کی وقت اس پر مندرجہ ذیل جنت کو تحریر کریں اور اس کے ساتھ ہی طالب و مطلوب اور انکی ناؤں کا نام بھی لکھا جائے اور اسے نور یا چولہے میں دیا جائے۔ پھر اس کے اوپر آگ جلا دی جاوے۔ پھر کیا ہوگا کہ مطلوب بمقرر ہو کر خدمت گار ہو جاوے گا۔ جنت آگے ہوگا۔

۲	۷	۶
۹	۵	۱
۴	۳	۸

دشمن کو تباہ کرنے کا منتر

دشمن کی زبان کو بند کرنے کا جنت۔
اگر اپنے حاسد اور دشمن کی زبان کو بند کرنا ہو تو عامل کو چاہئے کہ مندرجہ ذیل کو کسی ایک ناؤ پر لکھے اور اس کے نیچے اپنا نام معہ والدہ اور اپنے دشمن کا نام معہ والدہ کے تحریر کر کے بعد ازاں ایک بھاری پتھر لیکر اس کے نیچے اس شدہ جنت کو دیا دیوے۔ دشمن اور حسد کرنے والوں کی زبان بند ہو جاوے گی۔ جنت یہ ہے:

۱۶۵۶	۱۶۴۵	۱۶۵۸
۱۶۵۷	۱۶۵۵	۱۶۵۳
۱۶۵۲	۱۶۵۹	۱۶۵۴

چوری کیا تو مال واپس لانے کا منتر

جس آدمی کے مال کی چوری ہو گئی ہو۔ تو اس کو چاہئے کہ مندرجہ ذیل جنت کو کسی ایک کاغذ پر تحریر کر کے اس کا رخ اسے زمین یا ساتھ بار جنت لکھ کر اس کی چراغ کی بتی بنائے اور اس

کو چراغ میں ڈال کر جلانے اور ساتھ ہی ساتھ تین دفعہ جنت لکھ کر آگ میں ڈالے یا مٹی میں لپیٹ کر آگ میں دبا دیوے اس طرح چور کو بہت تکلیف ہوگی اور خود آ کر چوری کیا ہو مال واپس دے جاوے گا۔ اور وہ لیٹر مرگ پر پڑ جاویگا۔ اور دست وغیرہ لگ جاویں گے۔ خیر یہ ہے۔

۱۱۸	۱۱۴۱	۱۴۴	۱۱۱
۱۲۳	۱۱۴	۱۱۶	۱۲۲
۱۱۳	۱۱۵	۱۱۷	۱۱۶
۱۲۳	۱۲۶	۱۱۹	۱۲۰

دشمنی پیدا کرنے کا جنت

جن دو آدمیوں کے درمیان دشمنی کرانی منظور ہووے تو عامل کو چاہئے کہ مندرجہ ذیل جنت کو کسی کاغذ پر تحریر کرے اور پھر انی میں کھو بکران دونوں آدمیوں کو جن کے درمیان دشمنی کرانی ہو پلا دیا جاوے۔ ایسا کرنے پر دونوں کے درمیان دشمنی ہو جائے گی اور حیب تک جیتے رہیں گے۔ دشمنی بھی اپنا قیام ان کے ساتھ ہی کیسلی جنت یہ ہے۔

۲۱۱	۲۳	۲۱	۵۵	۲۶	۹
۵	۵۵	۲۲	۹۲	۶	۶
۲۲	۵	۰	۵	۵	۹

یا اس طریق سے بھی ہو سکتا ہے کہ خیر ذیل کو آگ میں بار لکھے اور اسے تین دن بدلتے لکھتا رہے۔ پھر دشمن کا نام مجید نام اسکی والد کے خیر کی پشت پر تحریر کرے اور دوپہر کے قریب کسی تنہا جگہ پر بیٹھ کر تیز آگ میں جلاتے اور سورہ انا اعطینا پڑھتا جاوے کہ لفظ ہوا لا تر کی بجائے تین بار کہے کہ فلاں ہوا لا تر ہوا لا تر اس طرح عامل کو چاہئے کہ تین روز تک ایسا کرے اس طرح کرنے سے دشمن کے بدن پہ سخت آبلے پڑ جائیں گے اور وہ بے تاب ہو جاوے گا۔

مندرجہ بالا طریق سے تین روز تک دوپہر کے وقت ریا کے کنارے پر جایا کرے اور وہاں بیٹھ کر جنت مذکورہ جاپ کرے اور ایک ایک جنت لکھ کر دریا میں بہاتا جاوے اسی طرح سے اگر آٹھ یا دس دن تک کریگا۔ تو دشمن بے تاب ہو جائیگا۔ اور پاگلوں کی طرح پھرتا رہے گا اور حیب یہ مراد پوری ہو جاوے یعنی حیب یہ جنت سدھ ہو جاوے تو عامل کو لازم ہے کہ ایک بار عزرائیل کی نیاز دیوے۔ پھر اسے آگ میں جلاتے یا دریا میں بہا دے اگر عامل ایسا نہ کرے گا۔ تو اندیشہ ہے کہ عامل پر مصیبت طاری ہو جائے۔ اس لئے ضروری ہے۔ کہ تمام کام نہایت احتیاط سے کرنا چاہئے۔

۲۵	۸	۶	۶
۶۵	۶	۱۶	۱
۹۸	۳	۱۳	۸
۶۶	۱۶	۱۲	۱۱



آہار

برہم چاری کو سادہ سا زہ اور سولپ آہار کرنا چاہئے کیوں کہ برہم چریے اور بھوجن کا بڑا گھنٹ سمبندھ ہے۔ ات ایو برہم چاری کو برہم چریے ورت کو بھلی پرکار پالن کرنا چاہئے کیوں کہ ادھک بھوجن کا کرنے والا کسی بھی حالت میں برہم چریے ورت کو قائم نہیں رکھ سکتا۔ ویگوا اور آندھی جس پرکار بڑے بڑے پیڑوں کو بھی بات میں گرا دیتی ہے اسی پرکار پیڑوں کو کامدی کو کامدی بھی پٹک پٹک کر مار ڈالتا ہے۔

بس پرکار ریشمال میں ہوا ادھک بھر جائے پھوٹے پھوٹے پیٹ بھی تیسے ہی پھٹ جائے

برہم چاری کو سدیو اس بات کو اپنے دھیان میں رکھنا چاہئے کہ آہار سوستیہ کی رکشا کرنے کے لئے ہی کیا جاتا ہے، بیمار بننے کے لئے نہیں۔ سولپا پاری پریش ہی برہم چریے کی رکشا کر کے درگھ جیوی اور ریشوی بن سکتا ہے۔

آشیہ دھک بھوجن روگوں کو بڑھانے والا، آلو کو گھٹانے والا، اس ہی لوک میں پر تیکش نرک کا انونیم درگھ دھانے والا، پاپ کاریے کی کرانے والا، ٹٹھا لوک اور پرلوک دونوں میں ہی بندست کرنے والا ہوتا ہے۔ ات ایو بدھیانوں کا کرتویہ ہے کہ وہاں سوچھ سنا دشت اور مزیدار بھوجن کو بھی پاکر آوشکتا ہے ادھک کد پانی بھوجن نہ کریں پانی جیہوا کی لوپتا کروکیں اور بھوجن کے کپیر نام کو روکیں ٹٹھا بھوجن کے کپیر نام سے اپنے کو بچاویں اور سدیو اس بات سے کہ کو دھیان میں رکھیں کہ جیہوا پر قبضہ کرنے والا برہم چاری ہی من اور شریر پر قبضہ پاسکتا ہے۔

شاستروں نے آہار کے بارے میں تین تین شریاں بتائی ہیں۔ ساتوک، راجس اور

تامس یعنی ساتوک آہار شانت رس کو اتین کرتا ہے، راجسی شرنگار رس اور تامسی دیگھتس رس کو۔



ساتوک آہار کیا ہے؟

تازہ، رس سے سنیکت، ہلکا، سنگدھ ٹٹھا اسنیہ نیکت، استھر، مدھر اور پر پیے وستو ہی ساتوک آہار کہے جاتے ہیں، جیسے گہوں، چاول، جو، سناٹھی، مونگ، ارہر، چنا، دودھ، گھی، چینی، سیندھا، نمک، رتالو، سکر قند، ایتادی ایتادی

راجسی آہار کیا ہیں؟

آئینت مشن، کرٹوا، طوطا، نمکین، آئینت میٹھا، روکھا، چرپرا، کھٹا، تیل سے نیکت، دوشی گرٹٹ، ایتادی ایتادی پدارتھ راجسی آہار کہے گئے ہیں۔ جیسے۔ پوڑی، چوڑی، مال پوا، مٹھائی، کھٹائی لالال مرج، تیل، ہینگ، پیاز، لہسن، گاجر، ارد، مسوں مسوں، مصالحہ، مانس، مچھلی، کچھوا، انڈا، شراب، چائے، کافی، سوڈا، لین، پان، تمباکو، گانجا، بھانگ ایتادی ایتادی راجسی آہار ہیں۔ اس پرکار کے نمکست راجسی آہاروں کے کھانے سے من آئینت چنچل، کامی، کرو دھی، لالچی اور پانی بن جاتا ہے۔ روگ، تشوک اور دکھوں کی وردھی ہوتی ہے تھکا آلو، تیج سامر تھیہ اور سو بھاگیہ کا ناش ہوتا ہے۔

تامسی آہار کیا ہیں؟

مپورن راجسی آہاروں کے اتیرکت باسی، سرہین، سڑے، گکے، درگند

تھا اور پیت آہار ہی تامسی آہار کہے جاتے ہیں۔ برہم چاری کے لئے یہ آہار سُر و تھا ہی
و رچ نہ ہیں۔ کیوں کہ یہ آہار منشیہ کو نہ تانت راکشس ہی بنا کر چھوڑتے ہیں ات ایو
ان برہم چریوں کو جن کو اپنا برہم چریے ورت پیارا ہے اور جو اپنے برہم چریے کی
رکشا کرنا چاہتے ہیں ان کو بھول کر بھی ان پدارتھوں کی اور نہ دیکھنا چاہئے۔

بھوجن کرنے کی کریا

بھوجن کو بھلی پرکار نکل اور چبا کر کھانا چاہئے تھا پہلے کے کہے ہوئے
ساتوک آہار کو ہی سچا آہار سمجھ کر کھانا چاہئے۔ جہاں تک ہو سکے پھلا ہار کا ابھیاس
کرے پرنو پھلا ہار سے آج کل کا پھلا ہار نہ سمجھ لینا چاہئے کیوں کہ آج کل تو ایکادشی
کا ورت رکھ کر پیٹ بھر گھٹیاں کھائی جاتی ہے۔ پھل جو کھانے چاہئے وہ
نمناکیت ہیں۔



کھانے یوگیہ پھل

انجیر، انگور، سنتر، پیتا، امروہ، آم، ناشپاتی، سیب، بیل
شریفہ، انار، میٹھا اور کھٹا اشیادی اشیادی پھل جو سرتاپور وک بل سکتے ہیں
اور بریشٹ بھی ہیں۔

کھانے یوگیہ میوا

کشمش، بادام، پستہ، اخروٹ، کاجو، منقہ، بیل نیچ، چھوہارا،
دغیرہ وغیرہ سُر و پراپیہ اور سگمتا سے ملنے والے میوے ہی کھانے میں سریشٹ ہیں

ہمارے یہاں کے شاستر ہمیں بتلاتے ہیں کہ پھلا ہار ہی سُر و تم اور
سواستھیہ کی رکشا کرنے والا اور شریر کو شکتی شالی بنانے والا آہار ہے۔ اس کے
اینکول پرمان شاستروں کے اندر بھرے پڑے ہیں۔ لکشنن جی مہاراج کیول
پھلا ہار تھا سولیا ہار کی بدولت ہی مریدا پرنو تم بھگوان راجندر سے ادھک
شکتی شالی ہو گئے اور میگھناد جیسے دُر دانت اور پراکرمی یودھا کو مارنے میں
سمر تھ ہوئے۔ ات ایو پھلا ہار کرنے کا ابھیاس پر تیک منشیہ کو کرنا چاہئے۔ پرا
تھوڑا پھل اور تھوڑا ان کا بھوجن کرنا آرمجھ کرے پرنو سمن رہے کہ بھوجن میں
لال مرچ اور گرم مصالحہ اشیادی کا بالکل لگاؤ نہ ہو بلکہ سُر و تم اور اچھا تو سہی
ہو گا کہ پہلے نمک اور مصالحہ اشیادی کا ہی تیاگ کیا جائے پیشچات پھلا ہار کو
گرہن کرتے ہوئے آنا ہار کا تیاگ کیا جائے۔



دگدھا ہار

دگدھا ہار بھی اتینت ہی ایوگی اور لا بھد ایک آہار ہے جو پھلا ہار سے
گھٹا ہوا اور آنا ہار سے اتم اور بڑھا ہوا آہار کہا جاتا ہے اور اس میں بھی
اتم دگدھ کی گھر کی شیا ماگو کا ہوتا ہے اگر شیا ماگو کا دودھ اپرا پیہ ہو تو کالی
بھینس کا ہی دودھ لینا چاہئے مگر سمن رہے کہ گائے یا بھینس ایک دم بزرگ
ہو اس میں کسی بھی پرکار کا روگ یا بیماری نہ ہو، اور دودھ بھی دھار وشن پاجائے
تو کیا کہنا ہے۔ کیوں کہ دھار وشن دودھ میں پران شکتی کو پردان کرنے والی اٹویم
اور الوک شکتی و دمان ہوتی ہے اور دھار وشن دودھ ویرے کے جملے میں بھی
ادھک سہا تیا دیتا ہے ات ایو جہاں تک ممکن اور مناسب ہو سکے وہاں تک

دھاروشن دودھ کا ہی استعمال کرنا چاہیے۔



سچا آہار کیا ہے

اچھے تھانز میں وچار ہی آتما کا سچا آہار ہے، ات ایو سا توک آہاروں کے ساتھ ہی ساتھ سا توک وچاروں کا ہونا بھی، تنانت آوشیک اور ضروری کا ہے اور یہ بھی مانی ہوئی بات ہے کہ جیسے وچار ہوں گے ویسے ہی آہار کی اور من کی اچھا ہوگی اور جیسا آہار ہوگا ویسے ہی وچار من میں اڑ سکیں گے ات ایو بھوجن کے سب سے وچار آئیت درڑھ اور مضبوط ہوتے ہیں، مہاکار پڑھنے والے منقیہ زرا سا بھی غور کر کے دیکھیں گے تو انھیں آپ ہی آپ معلوم ہو جائے گا کہ کیشن بھگوان یدھ سچا لن کی ساری اسکیم بھوجن کرنے کے سب سے ہی بناتے تھے، ات ایو برہم چاری کے لئے یہ بات آوشیک اور ضروری ہے کہ وہ سا توک اور سو لیا ہار کر کے سا توک وچاروں سے پری پورن ہو اپنے برہم چری کی رکشا کرتا رہے۔



بھوجنوں کیلئے شاستریئے نیم

(1) اگر ممکن اور مناسب ہو سکے تو رات دن کے بیچ بھوجن صرف ایک ہی بار کرنا چاہئے۔

(2) اگر رات دن میں ایک بار بھوجن کر کے نہ رہا جائے تو دو بار بھی بھوجن کیا جاسکتا ہے، جس کا نئے پرل کال دس بجے سے لے کر 12 بجے کے اندر

تھسا سائیں کال 7 بجے سے لے کر 9 بجے کے اندر اندر ہے اس سے وپریت نئے پر بھوجن کرنے سے سوچن دوش اتیادی کی سمجھا دنا اور ڈر رہتا ہے۔

(3) یا تو پرل کال کا بھوجن کر کے سائیں کال رات میں 10 بجے کے اندر اندر تھوڑا تازہ گرم کر کے ٹھنڈا کیا ہو اور دودھ تھوڑا پیسی اور کیسر ڈال کر پیتا چاہئے۔ بہن رہے کہ گرم دودھ کے پینے سے بھی سوچن دوشوں کے ہونے کا اندیشہ رہتا ہے۔ (4) گرا گرم بھوجن بھی شدید تھلا گیا ہے کیوں کہ اس سے ویرے تو پتلا پڑ جاتا ہے مگر کام آتیجنا بڑھ جاتی ہے۔ ساتھ ہی ساتھ دانت بھی جلدی کر جاتے ہیں اور آنکھوں کی جیوتی ماری جاتی ہے۔

(5) بھوجن سدیو ہی تازہ اور سادہ ہونا چاہئے۔ کئی قسم کا اور باسی بھوجن کد اپنی نہ کرنا چاہئے۔

(6) بھوجن کے نئے اس بات کو بھی نہ بھولنا چاہئے کہ بھوجن دو بھاگ اور جل ایک بھاگ بھوجن کر کے ایک بھاگ پیٹ خالی ہی رکھا جائے۔

(7) بھوجن پریشرم کرنے کے بعد تکال کبھی بھی نہ کرنا چاہئے۔

(8) بھوجن کرنے کے بعد کم سے کم گھنٹا تک شایرہ کر اور زانک کسی بھی پرکار کا پریشرم نہ کرنا چاہئے۔

(9) بھوجن کرتے وقت من کو ایک دم شانت اور نشیل رکھنا چاہئے۔ جہاں تک ممکن ہو سکے بھوجن کے وقت کبھی نہ بولے مگر آوشیکتا ہونے پر ہنچہ دھری بھی نہ کرے۔

(10) برہم چاری کو نمک، مرچ، مصاٹ، پوری، کچڑ، مانس، مدد، مٹھائی، چائے، کافی اتیادی اتیادی دستوؤں کا استعمال نہ کرنا چاہئے۔

کیوں کہ یہ چیزیں من اور بدھی کو اتینت چنچل اور دیو یک ہیں بنا دیتی ہیں۔
 ات ایوان چیزوں کو سیدن کرنے والا کدرا پی ویرے رکشا کرنے میں سمرتھ نہیں ہوتا۔
 (11) بھوجن کے ساتھ پانی نہ پی کر ات میں ہی پینا چاہئے۔ مگر کسی کسی آچارے
 کامت ہے کہ بھوجن کرتے وقت برابر پانی پیئے رہنا چاہئے۔
 (12) بھوجن کرنے کے پہلے ہاتھ پاؤں اور منہ بھلی پرکار صاف کر لینا چاہئے۔
 (13) بھوجن سدیو ہی سمے پر کرنا چاہئے۔ بیچ میں کبھی بھی کوئی پدارتھ ٹھکشن
 نہ کرنا چاہئے۔

(14) راستہ چلتے ہوئے کٹے اٹھوا پڑے ہوئے بھی کبھی بھوجن نہ کرنا

چاہئے

(15) پرات کال اٹھ کر باسی منہ پانی پینے کی عادت ڈالنا چاہئے۔

(16) بھوجن کرنے کا استھان پرکاشٹے اور سواچھ ہونا چاہئے۔

(17) کسی کسی آچارے کا یہ بھی کہنا ہے کہ بھوجن کر کے کچھ دیر تک ٹہلنا چاہئے۔

جل

(18) جل سواچھ اور نرگندھ تھا پرکاشٹے استھان کا تازہ اٹھوا بہتے ہوئے

پانی کا یا گاؤں کے باہر کا ہونا چاہئے۔

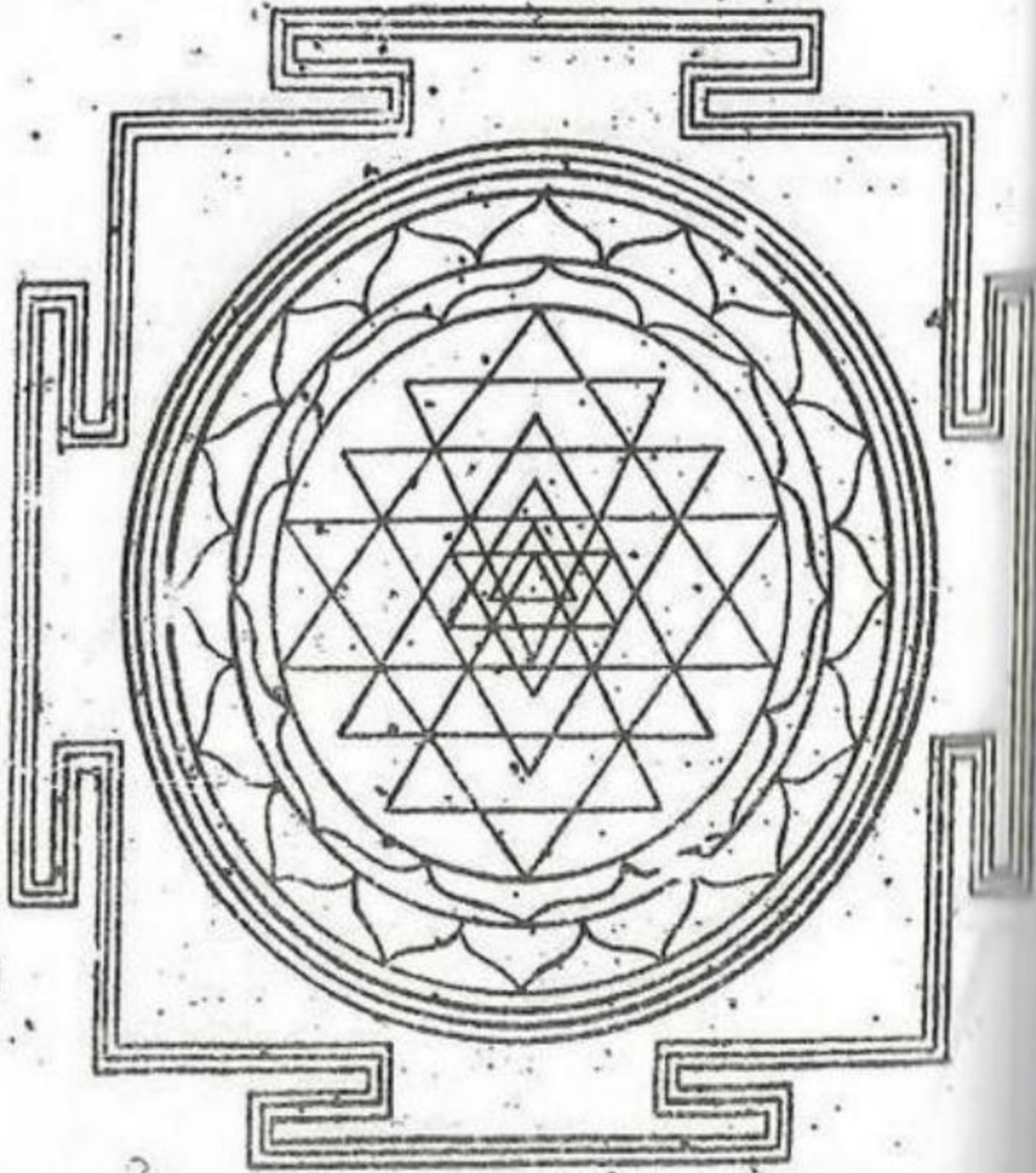
(19) دن بھر میں کم سے کم پانچ گلو پانی پینا چاہئے۔

(20) پانی کو چھان کر پینا ہی سواستھہ پر دہوتا ہے

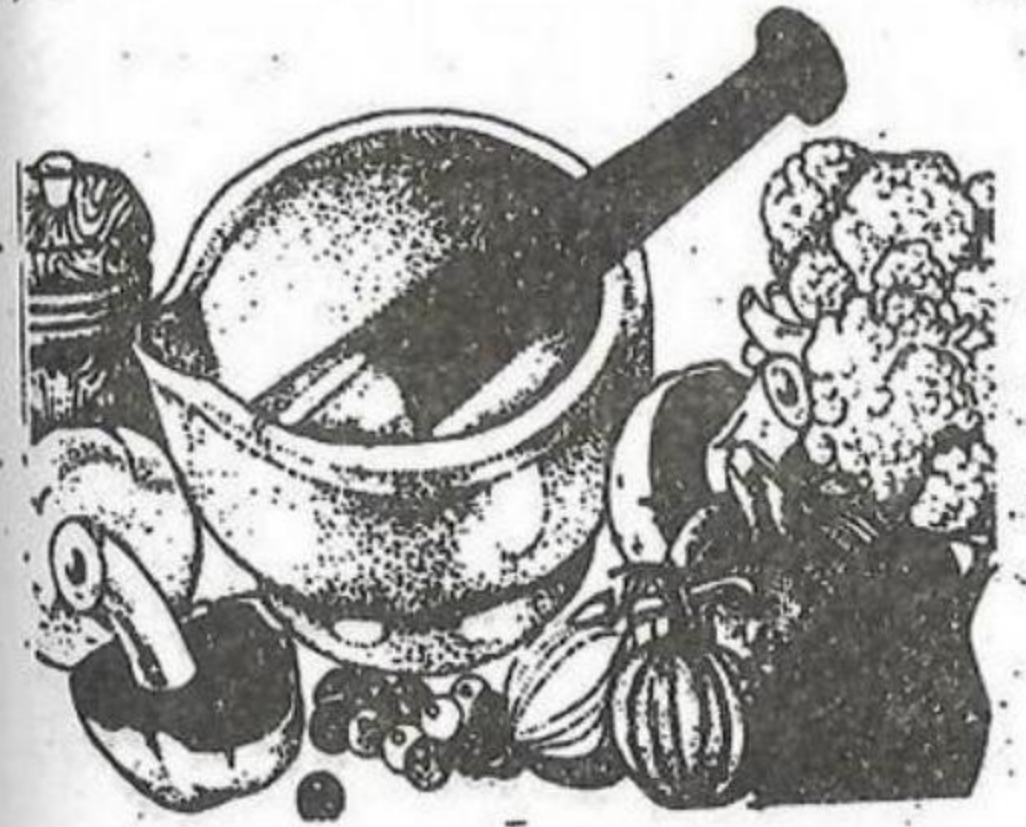
(21) پانی ایک سانس میں نہ پی کر سدیو ہی تھوڑا تھوڑا پینا چاہئے۔

(22) پیاس کارو کنا اتینت ہانیکارک ہے۔





- (6) پیاس کو سدھو ہی پانی پی کر کے ہی شانت کرنا چاہئے۔ برف، سوڈا،
لیمنیڈ اور شراب آدی پی کر کبھی پیاس کو نہ بجھانا چاہئے۔
- (7) بھوجن کے ساتھ پانی نہ پیکر آنت میں پینے کا اٹھیا س کرنا چاہئے۔
- (8) بھوجن کرنے کے آدھا گھنٹہ پور و ایک گلاس ٹھنڈا پانی پینے سے
بھوجن کرتے وقت پیاس نہیں لگتی۔
- (9) بھوجن کر چکنے کے بعد جی بھر پانی پینا اتم ہے۔
- (10) ایک دم سے کھینچ کر پانی پینے کے بجائے تھوڑا تھوڑا پانی پینا چاہئے۔
- (11) کھڑے کھڑے یا پڑے پڑے کبھی بھی پانی نہ پینا چاہئے۔
- (12) رات کو سونے کے پور و تھوڑا پانی اور شیبہ پینا چاہئے۔





دوائی کا ہریوگ کرنے سے پہلے کسی لائق حکیم یا ویدیا ڈاکٹر صاحب سے ضرور رائے لیں۔

قوت مردی کے کچھ آزمودہ نسخہ جات

1. ترپچلا (ہرڑ، ہیرا، آنولہ) کو کوٹ چھان کر کسی شیشی میں رکھ لیں۔ خوراک تین ماشے سے ایک تولہ تک برابر وزن شہد ملا کر صبح شام چائیں، پرنسوتین ماس تک اس کا سیون کریں۔ یہ ایک طرح کی رسائن ہے۔ ہر پرکار کے پریمپوں کے علاوہ اور بھی سیکڑوں روگ اس سے بھلگتے ہیں۔ ویدھک میں اس کے گن امرت کے برابر ہیں۔ ترپچلا کو معمولی چیز نہ سمجھیں۔

2. ہلدی دو ماشے، آنولہ ایک تولہ۔ دونوں کا چورن ایک تولہ شہد میں ملا کر صبح شام چاٹنے سے سب پرکار کے پریمپہ میں آرام ہوتے ہیں۔

3. کچے آنولے کا رس تین تولہ، ہلدی ایک ماشہ شہد چھ ماشے، صبح شام دونوں سٹے دو ماس تک سیون کرنے سے سب پرکار کے پریمپہ دور ہو جاتے ہیں۔

4. شدھ شلاجیت دو ماشے، شہد ایک تولہ، دونوں کو ملا کر چاٹنے اور اوپر سے گانے کا دودھ تھوڑا گرم کر کے ایک مہینے تک سیون کرنے سے سب پرکار کے پریمپہ بھاگتے ہیں۔

5. ترپچلا کا چورن ایک تولہ، شدھ شلاجیت دو ماشے، شہد ایک تولہ، یہ جوان کی خوراک ہے۔ اپنی عجز اور طاقت کے انوسار کی بیشی کر سکتے ہیں۔ ان چیزوں کو دودھ سے سیون کرنے سے پریمپہ روگ جلدی دور ہو جاتا ہے۔

● شدھ شلاجیت کی پہچان۔ کھوڑی سی آگ پر ڈالو، اگر دھواں نہ اٹھے تو اچھی سمجھو۔ تھوڑی سی آگ کے سٹلے ہوئے کو تلے پر رکھو۔ یدی لنگ کی طرح کھڑی ہو جاوے تو اچھی ہے۔ تھوڑی سی ایک تنکے میں لگا کر پانی سے بھرے ہوئے کٹورے میں ڈالو۔ اگر اس کے تار سے ہو کر پانی کی تہ میں بیٹھ جاوے تو اچھی سمجھو۔ شلاجیت کو ٹوٹ کر دیکھو۔ اگر اس میں گانے کے پیشاب کی طرح سے گندھ آئے، رنگ میں کالی، پتلے گوند کی طرح سے، وزن میں ہلکی، چکنی، رست ہتی سے شدھ ہو تو اچھی سمجھو۔

● اصلی شہد کی پہچان۔ کپڑے کی بتی پر لگا کر دیا سلامی لگانے سے جلنے لگے گا۔ کاغذ پر رکھنے سے نہیں گلے گا۔ اصلی شہد کو کتا کدیا پی نہیں چاٹے گا۔ تینوں طرح سے پریشا کر کے دیکھنا چاہئے۔ شلاجیت کو شدھ کرنے کی ترکیب۔ شلاجیت کے لئے خلاصہ بھی لکھیں گے، پر تو شدھ کرنے کے

لے یہاں بھی لکھتے ہیں۔ گائے کے دودھ، تر پھلے کے کاڑھے اور بھانگرے کے رس میں پٹ دینے سے شدہ ہو جاتی ہے۔ ارتحات پہلے دن گائے کے دودھ میں بھگو کر صاف کر کے سکھا لو۔ دوسرے دن تر پھل کے کاڑھے میں، تیسرے دن بھانگرے کے رس میں پٹ دیکر سکھا لو۔ پھر ہر ایک کام میں لاسکتے ہیں۔

6 شدہ شلا جیت ایک ماشہ، پیل دو ماشہ، ابھرک بھسم ایک رتی، شہد چھ ماشہ۔ سب کو ملا کر دودھ سے سیون کریں۔ پر مہ دور ہو جاتے ہیں۔

7 شدہ شلا جیت، رانگا بھسم، بیج الایچی تھوٹی بخش لوچن۔ چاروں چیزیں برابر وزن میں لیکر ایک ایک رتی کی گولی بناویں۔ صبح، شام اپنے بل او سار ایک یا دو گولی دودھ سے کھانے پر ہر طرح کا پر مہ بہت جلد آرام ہو جاتا ہے۔

8 بول کی نرم گولیس ایک تولہ پیل پر پیس کر اور برابر وزن بشری ملا کر کھا لو اور اوپر سے تھوڑا سا پانی پی لو۔ ایک مہینے میں سب طرح کا پر مہ آرام ہو جاتا ہے۔ بہت اچھا نسخہ ہے۔

9 بول (کیچڑ) کی پھلیاں جن میں بیج نہ پڑا ہو، چھایا میں سکھا کر کوٹ چھان کر برابر کی بشری ملا کر رکھو۔ خوراک ایک تولہ اور پر سے گائے کا دودھ۔ ہر طرح پر مہ کے لئے اول درجے کا نسخہ ہے۔

10 صاف پتھر پر پانی کے ساتھ "نرملی" کو چند ن کی طرح گھس لو۔ دو ماشہ گھسے ہوئے رس میں چھ رتی گول مریج ملا کر چاٹنے سے سب طرح کے پر مہ آرام ہو جاتے ہیں۔

11 آدھ پاؤ گھسوں صاف کر کے رات کو پانی میں بھگو دو اور صبح ہی پیل پر پیس کر بشری ملا کر کپڑے میں چھان کر پینے سے بہت گن ہوتا ہے۔ کم سے کم دو ہفتے سیون کرنے سے سب پر مہ آرام ہو جاتے ہیں۔ یہی گھسوں کو دودھ میں پیس کر چھان لیں تو اور بھی اتم ہے۔

12 مٹھنی، گلوئے، آنولہ، بہڑا، مٹلی سفید، مٹلی سیاہ، بداری قند ناگ کیسر، ہرڑ، ستاؤں ان دس چیزوں کو دو تولہ کوٹ چھان کر رکھ لو۔ خوراک نو ماشہ۔ یہ چورن چھ ماشہ تین ماشہ شہد ملا کر چاٹ کر اوپر سے تھوڑا گرم دودھ پینے سے پر مہ دور ہو کر ویرے بہت بڑھتا ہے۔ صبح شام دونوں کے سیون کرنا چاہئے۔ خوراک اپنے بل او سار کم بیشی کر سکتے ہیں۔

13 بیج کوچ، بیج بند گوگرد ستاؤں، تال مخانہ، کندھی کی جڑ۔ یہ چھ چیزیں برابر وزن میں کوٹ چھان کر رکھو۔ خوراک چھ ماشہ۔ گائے کے دودھ سے سیون کرنے سے سب

رح کے ویرے دوش دوبر ہو کر ویرے خوب گاڑھا واپٹ ہو جاتا ہے۔

14 بول کی بغیر بیج والی پھلی ایک تولہ، تال مخانہ چھ ماشہ، بیج بند تین ماشہ، بشری ساڑھے تین تولہ۔ سب کو کوٹ چھان کر رکھو۔ صبح ہی چھ ماشہ کھا کر اوپر سے ایک پاؤ گائے کا دودھ پینے سے سب طرح کے پر مہ دور ہو جاتے ہیں۔ پر مہ شست ہے۔

15 بیج ہرس، بیج ڈھاک، بشری، تینوں برابر وزن کوٹ چھان کر نو ماشہ سے ایک تولہ تک گائے کے دودھ سے سیون کریں۔ بہت اچھا گن دکھانے والا نسخہ ہے۔

16 ابڑک بھسم دو رتی، پیل ایک ماشہ، شہد چھ ماشہ۔ ان کو ملا کر چاٹنے اور اوپر سے دودھ پینے سے ہر طرح کا پر مہ دور ہوتا ہے۔

17 سنت بار، سنگ زلماہت برابر وزن اور زنگی بشری ملا کر، صبح شام ایک پاؤ گائے کے دودھ سے سیون کریں۔ دسوں بار کا آزمودہ، بہت جلد گن دکھانے والا نسخہ ہے۔

18 مانگا بھسم دو رتی، چھوٹی الایچی کے نبجوں کا چورن چار رتی، ان دونوں کو ایک تولہ شہد میں ملا کر چاٹنے اور اوپر سے ہلدی کا چورن ملا کر آنولے کا کاڑھا پینے سے بہت پرانا

پر مہ بھی آرام ہو جاتا ہے۔

نوٹ :- تین تولے آنولے کا کاڑھا بنا کر اس میں دو ماشہ ہلدی ملا کر پی لو۔

19 بڑی کونیل چھایا میں سکھا کر کوٹ چھان کر چورن بنا لو اور برابر وزن بشری ملا کر بشری میں رکھ لو۔ خورک نو تولہ ماشہ صبح شام گائے کے دودھ سے۔ بہت اچھا نسخہ ہے۔

20 آنولہ، امبا ہلدی، بشری، برابر وزن کوٹ چھان کر رکھو۔ خوراک چھ ماشہ گائے کے دودھ سے، صبح شام۔ سب طرح کے پر مہ ایک ماہ میں دور ہو جاتے ہیں۔

21 چوہے کی منگینیاں برابر وزن بشری ملا کر رکھ لو۔ خوراک دو ماشہ دودھ سے استعمال کرنے پر ایک ماس میں پر مہ دور ہو جاتا ہے۔

22 تر پھلا، تر گنا برابر وزن کوٹ چھان کر، خوراک چھ ماشہ، برابر کا شہد ملا کر چاٹنے سے سب طرح کا پر مہ دور ہو جاتا ہے۔

- 23 شُدہ شلا جیت دو ماشہ دودھ میں ملا کر پیئے سے سب پر کار کا پر میہ آرام ہو جاتا ہے۔
- 24 نیم کے ورکش کی اندر کی پھال پانچ تولہ کھل کر رات کو گرم حل میں بھگو دو۔ صبح کو تھوڑی مشری ملا کر چھان کر پی لو۔ اس کے کچھ دن سیون سے گرمی کو پر میہ دونوں آرام ہو جاتے ہیں۔
- 25 سوئف دس تولے، پیل کوڑی کی بھسم ایک ماشہ، برابر کی کھانڈ ملا کر سب کی آکس پڑیاں بنا لو۔ پر تیدن ایک پڑیا آدھ سیر گلے کے دودھ سے سیون کریں اور بھوجن میں بیستی روٹی بھی سے کھاویں۔ بہت گن کاری ہے۔
- 26 تر پھلے کا چورن ایک تولہ، ہلدی کا چورن تین ماشہ، شہد ایک تولہ، بھسم ابھر کی دورتی سب کو ملا کر چائے اور اوپر سے دودھ پیئے سے سب طرح کے پر میہ تین چار ہفتے میں نشٹ ہو جاتے ہیں۔ دسوں بار کی پر یکشت ہے۔
- 27 ایک تولہ آنولوں کا چورن برابر وزن کر کے شہد میں ملا کر دونوں سے چات کر اوپر سے دو سانس میں دودھ پی لیں سب طرح کے پر میہ روگ نشٹ ہو جاتے ہیں۔
- 28 بڑی کو نیلوں کو چھایا میں سکھا کر چورن بنا لو۔ پھر اس چورن میں بڑ کا دودھ ملا کر چنگل کے سمان گولیاں بنا لو۔ ایک ایک گولی صبح شام دودھ کے ساتھ کھانے سے چالیس دن میں ہی طرح کے پر میہ روگ دور ہو جاتے ہیں۔ یہ اول درجے کا غریبی نسخہ ہے۔
- 29 سندر سوکھ، تال خانہ، برابر وزن کوٹ چھان کر بڑ کے دودھ کی سات بھاونا دیں۔ تیک بھاونا دیکر چھایا میں سکھاویں۔ پھر برابر وزن کھانڈ ملا کر تین ماشہ گائے کے دودھ سے سیون کریں۔ دسوں بار کا پر یکشت ہے۔ آکس دن میں پر میہ کو نشٹ کرنے والا ادبھت پر یوگ ہے۔
- 30 دل اڑدو چھٹانک رات کو پانی میں بھگو دیں۔ صبح صاف کر کے پی لیں۔ پھر لعل میں ڈال کر بڑ کا دودھ اتنا ڈالیں کہ دوا لعل اوپر ہو جاوے۔ جب دودھ سوکھ جاوے کھل کر کے چودہ گولیاں بناویں۔ ایک ایک گولی صبح شام گائے کے دودھ سے سیون کریں۔ دسوں بار کا پر یکشت ہے۔ دس بارہ دن میں ہی آرام ہو جاوے گا۔ اتنی گن کاری پر یوگ ہے۔
- 31 ایک کچے ناریل میں چھید کر کے چنے بھر دیں۔ اس کا پانی اسی میں رہنے دیں۔ چار دن بار رات چنے اسی میں رہنے دیں۔ سب ناریل کا پانی جنوں میں سوکھ جاوے گا۔ پھر جنوں کو چھایا

- میں سکھا کر آٹا بنالیں۔ پھر اسی آٹے کے برابر گھیوں کا آٹا ملا کر گائے کے گھی میں حلوی کی طرح سے بھون لیں۔ پھر دودھ اور کھانڈ آدھا سیر ملا دیں اور نیچے لکھی اوشدیوں کا چورن ملا کر حلوی بناویں۔ خوراک دودھ سے اپنے بل انوسار ایک تولہ تک۔ سالب مشری نو ماشہ، شکاگل مشری، تودری زرد تودری، سورخ، سمغ اربنی چھ چھ ماشہ، کیسرتین ماشہ، کستوری ایک ماشہ، تال خانہ ایک تولہ، مغز بادام، مغز چلغوزا، پستہ، مغز کدو تین تین تولہ، خش خش سفید ایک تولہ، کشمش ہری آدھ پاؤ، دار چینی چھ ماشہ، بیج پیٹھا ایک تولہ، (اگر دھرم انوکول سمجھیں تو بچیس مرغی کے انڈوں کی زردی ورنہ چھوڑ دیں) یہ بہت اچھا بل ویر ہے بڑھانے والا اور سب پر کار کے پر میہ کو ناش کرنے والا نسخہ ہے۔
- 32 دار چینی، بیج چھوٹی الائچی، بیج پات ایک ایک ماشہ، بھسم چاندی آدھی رتی، دودھ کے ساتھ سیون کرنے سے پر میہ جلد آرام ہو جاتا ہے۔
- 33 بؤل، کھٹل، مہو اتینوں کی چھ چھ ماشہ چھال پانی سے پیس لو۔ پھر آدھی رتی چاندی بھسم ملا کر سیون کرنے سے بہت گن دکھاتا ہے۔
- 34 بیج الائچی چھوٹی، کافور بھسم سینی، مشری، آنولہ، جانفل، گوکھرو، سمل کی چھال شُدہ پارا، شُدہ گندھک، رائیکا بھسم، فولاد بھسم، یہ گیارہ چیزیں تین تین ماشہ ہر ایک۔ پہلے پارا اور گندھک کو کھل میں ڈال کر خوب کجلی کریں پھر دونوں بھسم ملا کر خوب کھل کریں، پھر کافور ڈال کر کھل کریں اور باقی اوشدھیوں کو کوٹ چھان کر اسی میں ملا کر اچھی طرح سے کھل کریں، جس میں سب چیزیں ایک جان ہو جاویں۔ پھر شیشی میں ڈال کر رکھ لیں۔ یہ ویدھک کا "پر میہ کٹھارنس" ہے اس میں سے ایک یا ڈیڑھ ماشہ اپنے بل انوسار چھ ماشہ یا تولہ بھر شہد میں ملا کر چائے سے سیون طرح کے پر میہ بہت جلد آرام ہوتے ہیں۔ یہ کم سے کم بچا سوں آدمیوں پر وید لوگوں کا آزمودہ ہے ادبھت گن کاری ہے۔
- 35 شکاگل مشری آٹھ تولہ، بہمن سفید و سورخ، سالب مشری، دودو تولہ، مصلی سفید اور کالی، چھوہارا، چار چار تولہ، بیج چھوٹی الائچی، گوکھرد گا و زباں بیس بیس ماشہ۔ ان سب چیزوں کو کوٹ کر چھان لو۔ خوراک صبح ہی ایک تولہ گائے کے تازہ دودھ سے جس کا

ویرے پتلا ہوا ایک بارسین کر کے اس کے گن دیکھیں۔ اس کا نام "رتی بلجھ" چورن ہے چالیس دن اوشیہ سیون کریں۔

36 آئوریدھک شاستر کی جگت وکھیات ہوشدھی "بسنٹ گسما کر رہیں" سونا بھسم، موٹنگا بھسم، موتی بھسم۔ یہ چھ طرح کی عمدہ بھسم ایک اچھے کھل میں ڈال کر خوب کھل کر و پھر نیچے لکھی ہوئی اوشدھیوں کی ایک ایک پٹ دیکر چھایا میں سکھا کر شیشی میں رکھو۔ گائے کا دودھ، آڑو سے کارس، تازی ہلدی کارس، کیلے کی جڑ کارس، گلاب کے پھولوں کارس، مالتی کے پھولوں کارس، کستوری، شُدھ کافور، تلسی کے پتوں کارس۔ ان نو چیزوں کی پٹ دینا ہوگا۔ اگر تازہ ہلدی نہ ملے تو سوکھی ہلدی کو بھگو کر پیس کر کاڑھا بنا لو اور اسی کی پٹ دو۔ اسی طرح گلاب کے پھولوں کی جگہ عرق گلاب، نمبر اول کی پٹ دے سکتے ہیں۔ پٹ کو (بھاونا) بھی کہتے ہیں خلاصہ یہ ہے کہ اگر دودھ کی پٹ دو تو اوپر لکھی ہوئی بھسموں کو دودھ میں مل کر چھایا میں سکھا لو۔ اسی طرح دوسری اوشدھیوں کی پٹ دے کر سکھا لو۔ یہی "بسنٹ گسما کر رہیں" ہے۔ سیون بدھی۔ اس دوائی کو آدھی یا ایک رتی شہد کے ساتھ ملا کر سیون کریں۔ جن کا پر مہیہ روگ کسی دوائی سے بھی اچھا نہ ہوتا ہو، ان کے لئے بھی رام بان ہے۔ شاید ہی ایسا کوئی بد نصیب ہوگا جو اس کو سیون کرنے پر بھی آرام نہ ہو۔ یہ اشدھی کیا؟ آئوریدھ و شاستر کے خزانے کا ایک رتن ہے۔

37 مصلی سفید، مصلی سیاہ، گوکھرو، گری بیج کونگ (جو دودھ میں بھگو کر نکالی گئی ہو) پر تیک تین تین تولہ، چھو بارادس تولہ، مشری دس چھٹانک۔ پہلے سب چیزیں الگ الگ کوٹ کر پھر ٹھیک سے وزن کر کے ملا لیں۔ اس چورن کی خوراک دو سے تین تولہ تک رات کو کھا کر اوپر سے دودھ پیو۔ بہت گن کاری ہے۔

38 رانگا بھسم، بیج چھوٹی الائچی، بنس لوچن، ست گلے، ست شلا جیت، یہ پانچ چیزیں چھ چھ ماشہ، بغیر سوراخ والے موتی دو تولہ، چاندی کے ورق پچیس عدد، کستوری اصل ایک ماشہ، ان سب کو کھل میں ڈال کر خوب کھل کر و۔ چاہے گولیاں بنا لیں یہی طرح شیشی میں رکھو۔ اس کی خوراک آدھے سے ایک ماشہ تک ہے۔ دودھ کے ساتھ سیون کریں۔ دسوں بار کا آزمودہ۔

39 موتی والی پتی کی بھسم، سفید سی، تاج سرتی، ان تینوں کو کوٹ چھان کر شیشی میں رکھ لو۔ خوراک بل کے انوسار ایک ماشہ تک ہے۔ پر مہیہ پر دسوں بار کا آزمودہ ہے۔

بھیم سیننی کافور، کستوری، ایک ایک ماشہ، شُدھ افیم چار ماشہ، جاوتری چار ماشہ۔ ان چاروں چیزوں کو کھل میں ڈال کر بنگلہ پان کارس ڈال کر بارہ گھنٹے تک گھوٹتے رہو۔ پھر ایک ایک رتی کی گولیاں بنا کر رکھ لو۔ خوراک صبح شام ایک ایک گولی دودھ سے۔ سب طرح کا پر مہیہ روگ آرام ہو کر ویرے خوب کاڑھا ہو جاوے گا۔ قدرتی پیدا ہوگا۔

بھیم سیننی کافور بنانے کی بدھی

40 کافور چار تولہ، آدھ خالص دو تولہ، ناگر موٹھا، سرد چینی، جیری سفید وال چھڑ، لونگ ایک ایک تولہ، کیشرتین تولہ، دانہ الائچی ایک تولہ، کستوری ایک تولہ، عطر چنبلی ایک تولہ، چانچھل ایک تولہ، جائتری ایک تولہ۔ ان تیرہ چیزوں کو الگ کوٹ کر پھر کھل میں ڈال کر عرق گلاب نمبر اول سے خوب گھوٹو۔ پھر یکساں بنا کر کانس کی تھالی یا کٹورے میں رکھو۔ اوپر سے ایک دوسرا کٹورہ رکھ کر دونوں کٹوروں کے سوراخ کو اُرد کے آگے سے بند کر دو، جس میں ہوا نہ جاسکے۔ پھر کٹورے کو چولھے یا دو اینٹوں پر رکھ کر نیچے گھی کا چراغ ایک انگل موٹی بتی ڈال کر جلاؤ۔ کٹورے کے اوپر پانی سے تر کرنے آٹھ دس تہہ کپڑا رکھو۔ یدی کپڑا سوکھتا جاوے تو ترک کرتے رہو۔ اسی طرح تین چار گھنٹے میں اوپر کے کٹورے میں کافور لگ جاوے گا۔ یہی سب بڑھیا اول درجے کا کافور ہے۔ شیشی میں خوب حفاظت سے رکھو۔ پچاسوں جگہ کام آتا ہے۔ ایسا بڑھیا ملنا کھن ہے۔ بازاری یا دیگنی رڈی و ستولیکرا چھ گنوں کی آشار کھنا دراشا ہے۔ شوٹ تیار کرو یا و شو اسی جگہ سے لیں۔ سستے پن کے لالچ میں رڈی و ستولیکر پیسوں کو نشٹ کرنا عقلمندی نہیں۔

41 گوکھرو، تال مخانہ، سفید مصلی، سیاہ مصلی، ستاور، گری بیج کونج، بیج آٹنگن، سوکھا سنگھاڑا، بھوئی ایسب گول، گوند بول، بہمن سرخ، بہمن سفید، تودری سرخ، تودری زرد، کسورے، رومی مستکی۔ ان سب چیزوں کو برابر وزن کوٹ چھان کر اور سب کے برابر مشری ملا کر صاف برتن میں رکھو۔ خوراک بل کے انوسار ایک تولہ تک، اوپر سے گائے کا دودھ سیون

کریں۔ یدنی چالیس دن فرج، تیل، گڑ، کھٹائی اور میٹھن سے پرہیز کر کے اس کا سیون کر لیا جاوے تو سب طرح کے پرہیز روگ آرام ہو کر بوڑھا بھی جوانوں کی طرح سے ہو جاتا ہے۔
نویکوں کا تو کہنا ہی کیا ہے۔ پچاسوں جگہ آزمایا گیا ہے۔

42 ستاور، گوکرو، کلجن، باری قند، گری بیج، کونج، بیج آٹنگن، پیل الاچی، چھوٹی، ناگ کوشر، مصلی سفید، لال چندن، چھڑیلا، گلوئے، بنس، لوچن یہ سب چیزیں برابر وزن میں کوٹ چھان کر پھر کسی بڑے کھل میں ڈال کر سیمیل کے رس کی اکیس پٹ دواور چھایا میں، ہا کر، برابر کی مشری ملا کر رکھ لو خوراک چھ ماشہ سے ایک تولہ تک دودھ سے سیون کرو۔ چالیس دن پرہیز سے سیون کر لینے سے ایسے گن دکھائی دیں گے جو لکھنے سے باہر ہیں۔ پھر اور کسی اوشدھی کی درکار نہیں ہوگی۔ پچاسوں کو دیکھو۔ سویم آزمایا ہے۔ بڑی گن کاری چیز ہے۔

43 جاپھل، لونگ، جاوتری، بیج چھوٹی الاچی، کرکرا، دارچینی، برگنا، کیسڑیال، چنے کی، آسگندہ، ستاور، گوکرو، پرتیک چیز دو دو تولہ فو لاد بھسم تیرہ ماشہ مشری دس چھٹا تک۔ پہلے بارہ اوشدھیوں کو کوٹ چھان لو۔ پھر بھسم ملا کر خوب کھل کر دواور مشری کوٹ چھان کر ملا دو۔ پھر باہر سے کھل کر کے نووا شہ کی گولیاں بنا کر چھایا میں میکھا نو خوراک ایک ایک گولی صبح شام گائے کے دودھ سے۔ بیسوں پرکار کا پرہیز دور ہو کر اسمبھن شکتی خوب بڑھتی ہے۔

44 شدہ پارا، شدہ گندھک ایک ایک تولہ، شدہ بیج دھتورا دو تولہ۔ پہلے گندھک اور پارا کو بارہ گھنٹے تک کھل کرو، پھر بیج دھتورا ملا کر چار گھنٹے تک کھل کرو، پھر تیل بیج دھتورا تھوڑا تھوڑا ڈال کر چار گھنٹے کھل کرو، پھر شیشی میں ٹھیک سے رکھو، خوراک ادھی رتی سے ایک رتی تک مشری سے کھانا چاہئے۔ پرہیز کو آرام کر کے اسمبھن شکتی خوب بڑھتی ہے۔

45 موتیوں سے بھری سی، مال مخا، مشری تینوں سم بھاگ۔ پہلے سپی کو تین دن برابر کھل کرو پھر مال مخا اور مشری کو کوٹ چھان کر ملا دو پھر بڑے کا دودھ ڈال کر خوب

کھل کرو اور جنگلی بیر کے سمان گولیاں بنا کر چھایا میں سکھا لو۔
سیون ودھی — پہلے دن صبح ایک گولی کھا کر اوپر سے گائے کا دودھ آدھ سیر لی لو۔ دوسرے دن صبح اور شام دونوں سے ایک ایک گولی تیسرے دن اگر برداشت ہو سکے تو دو دو گولی۔ اسی طرح یدنی برداشت ہو جاوے تو پرتین دن ایک ایک گولی بڑھاتے جاؤ۔ سات دن میں ہی ہر طرح کا پرہیز آرام ہو کر مشری میں دل ویرے بہت بڑھتا ہے۔ اگر چالیس دن پرہیز استری آدی کارکھ کر سیون کر لیں تو پھر کہنا ہی کیا ہے۔ یدنی چالیس دن سیون کریں تو پرتین دن چار گولیاں دونوں سے۔ دسوں جگہ کا آزمودہ ہے۔ جس کو دیا اسی نے گنوں کا بھان کیا۔

46 گری بیج املی پانچ تولہ، سنت بڑا اور ہو پھلی پانچ تولہ، موچرس پانچ تولہ، بھسم تیرہ ماشہ تین تولہ۔ املی کے بیجوں کو چار دن پانی میں بھگو کر گری نکال لیں۔ پھر چھایا میں کھا کر کوٹ چھان لیں۔ اسی طرح موچرس کو بھی کوٹ چھان لیں۔ پھر اور اوشدھیوں کو ملا کر رکھ دو تک برابر بڑے کا دودھ ڈال ڈال کر کھل کرتے رہو اور چھنے کے برابر گولیاں بنا کر رکھ لیں۔ خوراک ایک گولی صبح آدھ سیر دودھ سے سیون کریں۔ اگر دودھ میں چھ ماشہ ایسب گول ملا لیا کریں تو اور بھی ادھک گن کاری ہوگا۔ فائدہ تو ایک ہفتہ میں ہی ہو جاتا ہے۔ پرتو چالیس دن پرہیز سے استعمال کیے اس کے ادبھت گن دیکھیں۔ بیسوں بار کا پرکشت ہیں۔

ترکیب وٹا اور ہو پھلی

بڑے تازے اور نرم پتے۔ وہ ہو پھلی دونوں کو برابر بھاگ میں لیکر گندھی میں ڈال کر بھانگ کی طرح سے خوب گھولو۔ پھر پانی ملا کر چھان لیں۔ اس چھنے سے پانی کو نرم بیج پکا دیں۔ جب کالا اور گاڑھا ہو جاوے تو اتار کر ڈبیا یا شیشی میں رکھیں۔ یہ اکبلا ہی پرہیز اور اسمبھن کے لئے گن کاری ہے۔ خوراک دو رتی دودھ سے۔

دیکھا جائے تو ہم لوگوں کا پیشہ بڑا عجیب و غریب ہوتا ہے۔
 بعض اوقات ہم اپنے موکلوں کو قریب دے جاتے ہیں۔ صرف
 پیسے کی خاطر۔ اپنے اصول توڑ ڈالتے ہیں۔ کیونکہ یہ پیشہ ہی جھوٹ
 کی بنیاد پر کھڑا ہوتا ہے۔ اصرام لوگ اپنے موکلوں کی حفاظت چوکیدار کی مانند
 کر رہے ہوتے ہیں۔ اور آپ جانتے ہیں کہ چوکیدار اپنی ذمہ داری سے
 کوتاہی کر جاتے ہیں۔ کسی چور کے ہاتھوں بک بھی جاتے ہیں۔ اور
 ساتھ مل کر چوری کروا ڈالتے ہیں۔ اصرام بھی کبھی کبھار ایسا کر ڈالتے
 ہیں۔ خود ہی کیس کو کمزور کر ڈالتے ہیں اور جو موکل ہم پر تکیہ کئے ہوتا
 ہے آخر میں ڈوب جاتا ہے۔

حالانکہ یہ پیشہ بڑا قابل عزت اور بڑا مقدس ہوتا ہے۔ اگر ہم
 دیانت داری سے کام لیں تو اپنے موکل کی نظروں میں ہی عزت نہیں
 پاتے بلکہ خدا کے سامنے بھی سرخرو ہوتے ہیں۔ کیونکہ ہم منصف
 ہوتے ہیں۔ انصاف کا ترازو ہمارے ہاتھ میں ہوتا ہے۔ لیکن
 ہم لوگ پیسہ دیکھ کر ٹپکتے ہیں۔

مادر پھر پیسہ کے لئے ہی انسانوں کو چھانسی لگوا دیتے ہیں۔ لیکن
 اچانک میری کہہ نہ سکتے میرا رستہ بدل دیا۔ میرا ذہن بدلی دیا۔ یا یہ
 بھی ہو سکتا ہے کہ گھر میں روپے کی فراوانی نے مجھے ایسا کرنے پر مجبور کر
 دیا ہو۔ کیونکہ میں اہل ثروت تھا۔ اور پیسے کی کمی نہیں تھی۔ شاید
 اس لئے دوسروں سے مختلف ہو گیا تھا۔ لیکن یہ نہیں کہ میں واحد
 انسان تھا جو ایماندار بن گیا تھا۔ مجھ جیسے اور بھی انسان تھے جو پیسے کو
 خاطر نہیں لاتے تھے۔ اور ایمانداری سے اپنے پیشے کی پاسداری
 کرتے تھے۔

میں نے جو دو کیس جیتے تھے وہ ایسے ہی تھے کہ دیکھا جائے تو میں
 نے مجرموں کو رعایت دلائی تھی انہیں مزید جرم کرنے کے لئے رہائی
 دلائی تھی۔

صرف شہرت کے لئے۔ معاشرے میں اچھا مقام
 پانے کے لئے۔ راصل ہر دلیل کے لئے اس کا کیس ایک تخلیق کا
 عمل ہوتا ہے۔ جب وہ جیت جاتا ہے تو یہی سمجھا جاتا ہے جیسے

خالق ہو۔ جیت کا احساس مزید اسے آگے بڑھنے پر اکساتا ہے۔
جیت کا نشہ اسے اور اس کی گردن میں تناؤ پیدا کئے رکھتا ہے۔
لیکن یہاں سب کچھ الٹ گیا تھا۔ میں نے ایک ایسا کیس لیا تھا۔ جس
میں پسینہ مٹنے کی کوئی امید نہ تھی۔ بلکہ شہرت کا بھی امکان نہیں تھا۔
ہاں اگر میں یوسف کو صاف بچا جاتا تو مجھے کافی شہرت ملتی۔ میں نے کیس
کی مکمل تیاری کر لی تھی۔ لیکن میں جانتا تھا کہ گھریس ایک ہنگامہ برپا
ہو جاتا ہے۔ اسی جان نے جیتنے کے تمام راستے بند کر دیئے تھے
کیونکہ میں الٹ چل گیا تھا۔ ان کا دیا ہوا کیس چھوڑ کر اس کیس کے
مخالف چلا گیا تھا۔ اور یہ سب ٹیمینہ کی وجہ سے ہوا تھا۔
اور یہ ٹیمینہ بڑی عجیب لڑکی تھی۔ صندی اور خود سسر۔ فلسفے
میں ایم۔ اے کرنے کا یہ مطلب نہیں تھا کہ وہ مجھ سے زیادہ قابل تھی یا
میں اپنی کسی کمزوری کی وجہ سے اس سے دبتا تھا۔ جی نہیں۔ قطعی ایسی
کوئی بات نہیں تھی۔

ہاں ایک احساس اسے دیکھ کر ضرور پیدا ہوتا تھا کہ ہم دونوں کم
مائیگی کا شکار ہیں۔ ماں باپ کی توجہ نہ ملنے سے ہم دونوں کے اندر کچھ
تغیر پیدا ہو چکا ہے۔ شاید ہم دونوں کی یکجائی بھی اس سلسلے میں ہوتی
تھی۔ اور یہ بالکل غیر محسوس انداز میں ہوا تھا۔ ہمارے کسی
بھی فعل میں ارادے کو دخل نہیں تھا۔ اور نہ ہی ہم دونوں میں سے
کوئی بھی ماں باپ کو ذہنی تکلیف دینا چاہتے تھے۔ لیکن ہوا یہی

تھا۔ امی نے ایک کیس دیا۔ میں نے جھوٹ بول کر۔ جھوٹے
دلائل دے کر جان چھڑا لی۔ اور تم یہ کہ مخالف پارٹی کا کیس لے لیا
حالانکہ ہمارا ارادہ بے گناہ کی مدد کرنا تھا۔ لیکن میں جانتا تھا جو کچھ کر رہا
ہوں اچھا نہیں کر رہا۔ ایک لمحے کے لئے دل میں خیال آیا امی جان
کی ناراضگی مول لینے سے بہتر یہ ہے کہ یہ کیس کسی دوسرے وکیل کو دے
دوں اور یہ بات میں نے غلطی سے ٹیمینہ سے کہہ دی۔ جس پر اس
نے مجھے غصے سے گھور کر دیکھا تھا۔

”بھٹے بزدل انسان قطعی پسند نہیں بھائی جان۔“

ان الفاظ کے اندر کیا کچھ نہیں تھا۔ یہ تو صرف میں جانتا تھا۔
وہ گھمٹی ہوئی تند و تیز نگاہیں۔ اور ایک بہن کا سرخ ہوتا ہوا چہرہ
جسے میں نے اس کے اعتماد کو دھوکہ دیا ہو۔ دیکھا جائے تو میں شکست
کھا گیا تھا۔ جس سے صاف ظاہر تھا کہ مجھے اپنی بہن سے بے پناہ محبت
تھی۔ اور مجھے اس کی پاسداری کا بھرم رکھنا تھا۔ لہذا میں نے کیس
خود لڑنے کا تہیہ کر لیا۔ اور جو طوفان اٹھے والا تھا مجھے اس کا بھی
اندازہ تھا۔

وہ میلی اور مرلی سی لڑکی مجھے ملنے آئی تھی۔ میرا آفس سٹام
وکیلوں سے بہت مختلف تھا۔ مختلف یوں کہ میں نے اس پر لاکھوں
روپیہ سجاوٹ پر لگا دیا تھا۔ جس کی وجہ روپے کی فروانی اور اپنی واضح
داری تھی۔

یکے دوسروں کو علم ہوتا کہ میں کس قدر دولت مند ہوں۔ میں نے جو جگہ لے رکھی تھی وہ بہت بڑی تھی کم از کم دس وکیلوں کے لئے کافی تھی۔ لیکن میں وہاں تنہا بیٹھا ہوا تھا۔ اس کے تین پورکشن تھے۔ ایک حصے میں خود بیٹھا تھا۔ ایک میں میری اسٹینو گرافر تھی۔ اور ایک حصہ اپنے منے والوں کے لئے رکھ چھوڑا تھا۔ اور ہر حصے پر بے دریغ پیسہ خرچ کر دیا تھا۔

جب انٹرکام پر مجھے اطلاع ملی کہ کوئی لڑکی مجھے ملنے آئی ہے۔ اور ارشد نامی مقتول کے بارے میں پر بات کرنا چاہتی ہے تو میں اس سے ملنے کے لئے تیار ہو گیا۔ جب وہ اندر داخل ہوئی تو میری نگاہوں نے اپنی بھاری مہر کم اور قیمتی مینر کے پیچھے بیٹھے استقبال کیا۔ بیٹھو۔ میں نے زبان کو حرکت دیئے بغیر ہاتھ کے اشارے سے اسے بیٹھنے کو کہا۔

میں یہ پوچھنے آئی تھی کہ آپ کی فیس کیا ہے۔؟ اور آپ نے ویسے بھی مجھے آفس میں بلایا تھا۔

لہجہ کیا تھا جیسے اس نے لٹھا مار دی ہو۔ وہی سادے سے کپڑے اور سنسنی سی چادر۔ اس نے اوپر لے رکھی تھی جسے دیکھ کر اس کی غربت کا بڑی شدت سے احساس ہوتا تھا۔ میں نے اسے گھور کر دیکھا تھا۔ پھر اپنے آپ کو نرم رکھتے ہوئے کہا۔
کیس کے کاغذات تیار ہو گئے ہیں۔ ان پر دستخط کر دینے تھے۔

انشاکہ کر میں نے اپنی اسٹینو گرافر کام پر ارشد کیس لانے کو کہا۔ یہ عورت جو میرے پاس بطور پرسنل سیکرٹری اور اسٹینو گرافر کی حیثیت سے کام کر رہی تھی بڑی تیز نظر تھی۔ خوبصورت تھی۔ جوان تھی۔ اور اپنی جوانی کے تقاضوں سے واقف تھی۔ اور تم یہ کہ اسے معلوم تھا کہ میں کس قدر حسین ہوں۔ شادی ہوئی تھی لیکن چودہ ماہ بعد طلاق ہو گئی تھی۔ شوہر اس کی لینڈ کا نہیں تھا۔ یا پھر کوئی دوسری وجہ بھی ہو سکتی تھی۔ اس نے مجھے یہی کچھ بتایا تھا۔ غم چھپیں تانیں کے لگ جگ تھی۔ اور زیلوہ تر سار بھی استعمال کرتی تھی۔ اور بڑا انفیس قسم کا پرفیوم استعمال کرتی تھی۔ گلے میں سونے کی زنجیر تھی۔ ہاتھوں میں تین سونے کی چوڑیاں۔ اصدائیں ہاتھ کی تیسری انگلی میں سونے کی انگوٹھی تھی۔ اور کانوں میں بہت چھوٹے اور بہت ہی خوبصورت چھوٹے سے آویزے تھے۔ دیکھا جائے تو ہر وقت اپنے آپ کو سنوارے رہتی تھی۔ دیکھا جائے تو میرے ایک دو دوست جو وکالت کے پیشے سے منک تھے صرف اسے ایک نظر دیکھنے کے لئے آیا کرتے تھے۔ جب اس نے میرے سامنے ارشد کیس کی فائل میز پر رکھی تو اسے جھک کر رکھا تو ملاوڑ کے اندر سینے کی گولیاں میری آنکھوں میں گھس آئیں۔ میں دن میں اکثر ایک دو بار یہ قیامت خیز نظارہ دیکھا کرتا تھا۔ لیکن خاموش رہتا تھا۔ بھرے بھرے وجود کے حشر سامان اعضاء کی ماک شہناز کو میں یوں نظر انداز کر دیتا تھا جیسے اس کی ذات میرے لئے صفر کا درجہ رکھتی ہو۔

گو اس نے کبھی کوئی غلط حرکت نہیں کی تھی اور نہ ہی میں نے اسے کبھی شہہ دی تھی وہ تین ماہ سے میرے پاس تھی اور دیکھا جائے تو ایک محنتی عورت تھی۔

جاؤ۔ میں نے شہناز کو جانے کا اشارہ کیا اور خود قائل سے کاغذات نکال کر اس کی طرف بڑھا دیئے۔ اس کے سامنے رکھتے ہوئے بولا۔

”یہاں دستخط کر دو۔“

اور اس نے میرے قلم سے دستخط کئے تھے۔ میں نے نہیں دیکھا کہ وہ دستخط کس قسم کے تھے میں کاغذات کو سمیٹا اور قائل میں رکھ دیا۔ آپ کی کم از کم فیس کیا ہوگی؟

میں نے شاید دوسری بار اس کے سوال کو نظر انداز کیا تھا۔ لہذا اس کی پشت سے ٹک کر سگریٹ سگایا۔ پھر بڑے آرام سے اس کی طرف دیکھا۔ ہاں اس کے چہرے پر صرف آنکھیں ہی آنکھیں تھیں۔ جنہیں دیکھ کر احساس ہوتا تھا کہ میرے سامنے بیٹھی ہوئی کوئی لڑکی ہے۔ کیا نام ہے تمہارا۔

”الاس۔“ وہ یوں بولی جیسے ہم بتا کر اس نے بڑا احسان کیا ہو۔ بڑا ہی خشک اور بے جان لہجہ تھا۔ لیکن نام۔ سن کر میں چونکا تھا۔ کیونکہ جس قدر نام خوبصورت اور اپنے اندر قدر و قیمت رکھتا تھا اتنا قدر ہی وہ خود اس کے برعکس تھی۔ نام رکھنے والوں نے شاید بیٹی کے

حلے اور نقش و نگار پر تو یہ نہیں دی تھی۔ میں نے سگریٹ کا ایک گہرا کش لیا اور اس کے فائدے کے لئے بولا۔ اس کیس کا ایک روشن پہلو اور بھی ہے جس پر عمل کر کے تم فائدہ میں رہو گی۔

اور میں چاہتا ہوں کہ تم اس پر عمل کرو۔ میں نے اتنا کہہ کر ایک پھر سگریٹ کا کش لیا تھا۔ اور دھوئیں کو مرغوعہ لے کر صورت میں کمرے کی بند فضا میں چھوڑ دیا۔ اور اس سپاٹ چہرے کی طرف دیکھا جہاں کوئی تاثر نہیں تھا۔ اور وہ الٹا سبلی میز کی طرف دیکھے جا رہی تھی۔

”مخالف پارٹی سے راضی نامہ کر لو۔“

اودھ یوں چونکی تھی جیسے میں نے اسے کوئی گالی دے دی ہو۔ اس کے چہرے پر تلافی پیدا ہوا تھا۔ میں پھر بولا۔ تم غریب لڑکی ہو۔ تمہاری بہنیں اور بھی ہیں۔ تمہارا بھائی تو وہاں نہیں آسکتا۔ لیکن تمہیں استقدر رقم ان لوگوں سے ضرور مل سکتی ہے۔ کہ عزت کی زندگی گزار سکتی ہو۔ وہ میری بات سن کر ساکت بیٹھی رہی تھی اور مجھے گھورتی رہی تھی۔ اس کی آنکھوں میں تنہا آمیز کھپاؤ تھا۔ اور یہ سب کچھ صرف چند لمحوں کے لئے پیدا ہوا تھا۔ کیونکہ اس کا چہرہ پھر سپاٹ ہو گیا تھا۔

”کتنی رقم دیں گے وہ مجھے۔“

جس قدر تم چاہو گی

پچاس ہزار۔

ل جائے گا

ایک لاکھ۔

ہاں یہ بھی ہو سکتا ہے

دو لاکھ۔ اس کا لہجہ اب بھی سپاٹ تھا

شاید یہ بھی ممکن ہو۔ میں محتاط انداز میں بولا۔

پانچ لاکھ۔ وہ پھر بولی اور میں چونک کر بیدھا ہو گیا۔

یہ تو بہت زیادہ ہے

میں ان کی حیثیت کا اندازہ لگا رہی تھی۔ وہ خشک لبہ میں بولی۔

شاید تم نے میری بات کا بُرا مانا ہے۔ یہ تو صرف ایک آفس

تھی جو تمہارے فائدے میں جاتی تھی

میرے فائدے میں صرف یہ بات باقی ہے۔ کہ آپ میرا

کیس دیانت داری سے لڑیں اور مجرم کو سزا دلوائیں۔

بہتر۔ اپنا مکمل ایڈورس ہمارے وکیل کو دکھا دو۔

اتنا کہہ کر میں نے سگریٹ کو الٹ کر اس میں مسل دیا۔ اور وہ اٹھ کھڑی

ہوئی۔ اس نے اپنی چادر کو درست کیا۔ اور میری طرف دیکھے

بغیر ہنسنے لگی۔ میرے ہونٹوں سے ایک گہری سانس نکل گئی۔

دراصل میں اس کی غربت کے پیش نظر یہ چاہتا تھا کہ وہ پیسے لے

تاکہ اپنا اور اپنی بہنوں کے مستقبل سنوار دے۔ لیکن وہ پتھر کی مانند سخت

تھی۔ جیسے اپنی جگہ سے معمول سا سرکنا بھی نہ جانتی ہو۔ جس سے علوم

بورہا تھا کہ مرنے والے نوجوان سے کس قدر محبت کرتی تھی۔ میں

نے کیس کی مکمل تیاری کر لی۔ اور پہلی پٹری آگئی۔ جب میں عدالت میں

پہنچا تو وہ باہر ایک ستون سے ٹیک لگائے خاموش کھڑی تھی۔

وہی پرانی چادر اس نے اوٹھ رکھی تھی۔ ہم دونوں کی آنکھیں ٹپکیں

اور میں نے سر کو سرکٹ دی تھی۔ اور اس کے قریب چلا آیا تھا۔

گھر اومت۔ اعتماد رکھنا۔ تمہارا کیس کمزور نہیں پڑنے دوں

گا۔

مجھے اعتماد ہے۔

تمہارے ہاں بازو تخت کے نیچے قائل اور اس کا ہاپ مسٹر ہاشمی

کھڑا ہے۔

میں اتنا کہہ کر آگے بڑھ گیا۔ کچھ دیر بعد جب واپس لوٹا تو وہ

اب بھی وہیں کھڑی تھی لیکن مجھے مسٹر ہاشمی نے اشارے سے اپنے

قریب بلوایا۔

”جیشد میاں کیا کوئی کیس ہے۔“ وہ چھوٹے ہی بولے۔

جی ہاں۔ میرے پاس ارشد نامی مقنول کا کیس ہے۔ اور شاید

آپ کو یہ بات پسند نہ آئی ہو۔

مذاق کر رہے ہو جیشد میاں۔ وہ ہنسنے لگا۔

میرا آپ کے مذاق کا رشتہ نہیں بنتا۔ مسز ہاشمی۔

دوسرے الفاظ میں میرے بیٹے کو سزا دلوانا چاہتے ہو۔
وکیل کی کوشش کیا ہوتی ہے۔ کہ اپنے موکل کے مفاد کی حفاظت
کے۔

آپ پر یوں مجھے آفس میں چار بجے کے قریب مل لیں۔ میں آپ
سے کچھ اہم باتیں کرنا چاہتا ہوں جو آپ کے بیٹے کے حق میں اور آپ
کے لئے فائدہ مند ہوں گی۔

وہ جواب دینے کی بجائے مجھے گھور گئے۔ دراصل انہیں
ذہنی شاک لگتا تھا۔ میں ان سے دور ہٹتا چلا گیا تھا۔ پھر تاریخ پر
لکھی تھی۔

اور میں الماس سے یہ کہتا ہوں کہ پر یوں مجھے چار بجے آفس میں مل
لے۔ وہاں سے نکل آیا۔

جب رات کو گھر پہنچا تو طوفان کھڑا تھا۔ امی جان نے کچھ ایسی
نظروں سے میری طرف دیکھا جیسے میرا بارے چل گیا ہو۔ اور میں ہلکے
سے مسکرا دیا۔ وہ شاید میری ہی منتظر تھیں۔

بیگم ہاشمی آئی تھیں۔ اور وہ ہمیں بتا گئیں بے کرم۔ وہ ٹھیک
بتا رہی تھیں۔ دراصل میں نے وہ کیس اس لئے لیا ہے کہ دونوں
فریقوں کے درمیان راضی نامہ کرادوں میری توکل پر یہ لے کر کیس ختم کر
دے تاکہ مسز ہاشمی کا اکلوتا بیٹا سزا سے بچ جائے۔ اس سلسلے

میں میں نے دونوں کو پرسوں آفس میں بلوایا ہے۔

کیا تم درست کہہ رہے ہو جیسی۔

میں یوسف کا۔ بلکہ یوں کہنا چاہئے کہ مسز ہاشمی کے بیٹے کا اس
سے بہت سودا نہیں کر سکتا۔

تسکریہ جیسی۔ تم تو واقعی بہت اچھے لڑکے ہو۔ کم از کم ہم مسز
ہاشمی کو اب بتا سکتے ہیں کہ تہلہ دی مدد کر رہے ہیں اسی مدد کو کوئی وکیل
بھی نہیں کر سکتا۔

میدہ مسکرا دیا تھا۔ اور بات یہیں پر ختم ہو گئی تھی۔ لیکن میں
جانتا تھا کہ بات یہاں پر ختم نہیں ہوئی تھی۔ جبکہ میں مسلسل امی کو دھوکہ
دے رہا تھا۔

اور ایسا کیوں کر رہا تھا بات سمجھ میں نہیں آتی تھی۔ میں غیر محسوس

انداز میں آگے بڑھ رہا تھا۔ بہر کیف میں نے اپنے آپ کچھ اس طرح

تیار کر دیا تھا کہ اگر دونوں فریقین راضی نامہ کر لیتے ہیں تو میری عزت و

آبرو بچ جاتی ہے امی جان سے بھی مرخرو ہو جاتا ہوں اور درکھا جائے

تو اس الماس بی بی جذباتی لڑکی کا مستقبل بھی بن جاتا ہے۔ کیونکہ

یوسف کو زیادہ سے زیادہ طالب علم ہونے کی حیثیت سے سات سال

بیک سزا ہو سکتی تھی اور اگر کوئی اچھا وکیل مل جائے تو موجودہ کیس سے

بچا کر بھی لے جاسکتا ہے۔ کیونکہ کانٹا کے ہنگامے میں گر وپ ہندی

تھی۔ کوئی بھی کسی کو بھی مار سکتا تھا۔ کسی کو قتل نہیں کیا گیا

تھا۔ اشتعال انگیزی کی وجہ سے فائرنگ ہوئی تھی اور ایک ایسا لڑکا قتل ہو گیا جس کا کسی گروپ سے تعلق نہیں تھا۔ لہذا اس سے کسی کو دشمنی نہیں تھی کیس لپک پیدا کر رہا تھا۔ اور ہمارے قانون میں شک کا فائدہ قاتل کو دیا جاتا ہے۔ البتہ مجھے ٹمپنہ کی ناراضگی کا خطرہ تھا۔ اور ہوا بھی وہی اس نے مجھے آٹے ہاتھوں لیا تھا۔ جب میں نے اسے اپنے پاکیزہ قسم کے خیالات سے باخبر کیا تو اس نے مجھے گھور کر دیکھا اور بولی۔

آپ نے زیادتی کی ہے بھائی جان۔
یہ زیادتی نہیں۔ بلکہ احساس کی بددہی ہے۔ اس بھوک کی لڑکی کو روپیے کی ضرورت ہے۔ اس نے بھائی کو پڑھا کر بڑا آدمی بنایا تھا۔ ہزار پندرہ سو روپیہ کا بکس کلرک لگ جاتا۔ لیکن میں چاہتا ہوں کہ اسے اتنا پیسہ دلوں کہ وہ اپنی بہنوں کو بیاہ سکے۔ اور۔
آپ کے خیال میں وہ مان جائیں گی۔

میں نے اس سے بات کی تھی۔ لیکن وہ راضی نہیں ہوئی تھی۔ بڑی جذباتی ہو رہی تھی۔ لیکن مجھے یقین ہے کہ وہ آہستہ آہستہ نرم پڑ جائے گی۔

ڈیڑی ست ماہ بھائی جان۔ اس لڑکے کو پھانسی نہیں ہو سکتی تو اتنی لمبی سزا ہو کہ اپنی جوانی جیل میں ضائع کر دے۔ ایسے لڑکوں کو سزا ملنا چاہیے۔ جنہوں نے تباہی اداوں کو اکھاڑا بنا رکھا ہے۔ بس آپ صرف یہ یاد رکھیں کہ اس نے ایک گھر کا چہرہ بھایا ہے۔

وہ قاتل ہے۔ اور قاتل کو سزا ملنا چاہیے۔ اور میں پھر ٹمپنہ کو سامنے بے بس ہو کر رہ گیا۔

بستر پر لیٹتے وقت میں سوچ رہا تھا کہ بہتر ہے کہ کوئی بزنس کر لوں۔ یہ وکالت میرے بس کی بات نہیں تھی۔ لیکن وکالت بھی ایک نشہ ہے۔ کس کی جیت کا احساس انسان کو مزید آگے بڑھنے پر مجبور کر دیتا ہے۔ ایک دن جیستہ سے گزر گیا۔ دوسرے دن مسٹر ہاشمی مسٹر ہاشمی صاحبہ میرا آفس میں موجود تھے۔ اور میرے مشکور ہو رہے تھے۔ ہاشمی صاحب اپنے ساتھ نوٹوں سے بھرا ہوا بریف کیس لائے تھے۔ مسٹر ہاشمی کہہ رہے تھے جیسے ہی تمہاری امی نے فون کیا کہ تم نے مخالف پارٹی کا کیس کیوں لیا ہے اور تم ہمارے لئے کیا کرنا چاہتے ہیں تو پورا مافیہ طے تم پر فخر محسوس ہوا۔ وہ لڑکی کب آئے گی۔ کیا تم نے اسے وقت دے رکھا ہے۔

دیکھئے انٹی میں نے اس کو سمجھانے کی کوشش کی ہے۔ لیکن وہ بہت جذباتی ہو رہی تھی۔ اب میں چاہتا ہوں کہ آپ بھی کوشش کریں۔ اور میں بھی کروں اور اگر وہ نہیں بھی مانتی تو ایک دو ماہ بعد اس کا جذباتی پن ختم ہو جائے گا اور وہ نرم پڑ جائے گی اور بات بن جائے گی۔ دیکھا ہمارے تو اس کا بھائی قتل ہوا ہے۔ اس کا جذباتی ہونا قدرتی امر ہے۔ بس آپ راسخ ہوا رکھیے۔ دروازہ کھلا پھوڑ دیجئے۔ وہ آہستہ آہستہ وہیں لوٹ آئے گی۔

ہاشمی صاحب نے کسی پر پہلو بدلا اور بولے۔

ہم اپنے ساتھ ڈھیر سارا روپیہ لائے ہیں اگر یہ کم پڑ گیا تو مزید لے آئیں گے بس اس کا راضی ہونا شرط ہے۔

آپ گھبرا ئے نہ۔ سب ٹھیک ہو جائے گا۔
 اچانک وہ اندر داخل ہوئی۔ کیونکہ میں نے اپنے آدمی کو کہہ رکھا تھا کہ جیسے ہی وہ آئے اسے اندر بھیج دے۔ بالکل ہوا کی مانند وہ اندر داخل ہوئی تھی۔ وہی چادر۔ بو شاید ایک ہی تھی اس نے اوڑھ رکھی تھی۔ سادہ لباس۔ اندر وہی پاٹ سا چہرہ۔ بس آنکھوں کو دیکھ کر کبھی کبھار اندازہ ہوتا تھا کہ وہ زندہ ہے۔ میں نے سبجانے کیوں اٹھ کر اس کا استقبال کیا تھا۔ اور اسے کارز کو کرسی پر بیٹھنے کا اشارہ کیا۔ اس نے کرسی پر بیٹھتے ہی اپنے سامنے بیٹھے ہوئے ہاشمی صاحب اور منیر ہاشمی کو ایک نظر دیکھا تھا۔ اس کے چہرے پر ایک لمحے کے لئے کئی رنگ اچھرے تھے کیونکہ عدالت کے باہر میں اسے ہاشمی سے ملا چکا تھا۔ اس کا چہرہ پھر پاٹ ہو گیا تھا۔ میرے لئے بڑا نازک مرحلہ تھا جس کے لئے میں کافی دیر سے تیار کر رہا تھا۔ لہذا الفاظ کی نوک پک سنوار کر میں بولا

الانسیہ یوسف کے والدین میں تم سے کچھ کہنا چاہتے ہیں۔
 اس نے ایک نظر میری طرف دیکھا تھا۔ اور وہ نظر ایسی ہی تھی کہ میں اپنی نظروں سے خود ہی گر گیا تھا۔ کیا کچھ نہیں تھا اس کی اس نگاہ میں۔ یہ ایسی شکایت، اپنی عزت کا احساس۔ اور اپنی کم مائیگی کا ہر-

میں اپنی جگہ پہلو بدل کر رہ گیا۔ وہ نظریں جھکا چکی تھی۔ اس کی نظریں میری میز کی سطح پر جمی ہوئی تھیں۔ اس نے میری بات کا جواب نہیں دیا تھا اور اسی لمحے بیگم ہاشمی بول پڑیں۔

بیٹی میں ایک ماں ہوں۔ میں جانتی ہوں کہ تیرے بھائی کو واپس نہیں لایا جاسکتا۔ اس کی تلافی نہیں کی جاسکتی۔ لیکن گھر برباد ہونے سے بچالو۔ تیرا بھائی تو واپس نہیں آسکتا۔ لیکن میری گود خالی مت کرو۔ جو مانگو ہم تمہیں دینے کو تیار ہیں۔

ماں بیٹی۔ میں اس بد نصیب کا باپ ہوں۔ ہاشمی صاحب بول پڑے۔

ہمارا قصور صرف اتنا ہے کہ ہم نے اسے جنم دیا ہے۔ ایک ہی چراغ ہے اگر بجھ گیا تو پورے گھر میں ہی نہیں پوری زندگی میں اندھیرا ہو جائے گا۔ دیکھا جائے تو مرنے والے سے میرے بیٹے کی کوئی دشمنی نہیں تھی۔ وہ اچانک سامنے آ گیا تھا۔ اور۔۔۔ وہ ایک دم خاموش ہو گئے تھے۔ کیونکہ الماس نے میز کی سطح سے نظریں اٹھا کر ان کی طرف دیکھا تھا۔

اور ان نگاہوں میں شاید اس قدر نفرت کی آگ تھی کہ ہاشمی صاحب جو کچھ کہنے کی بجائے خاموش ہو گئے تھے۔ لیکن شاید بیگم ہاشمی نے ان آنکھوں کو خود سے نہیں دیکھا تھا۔ اس لئے بول پڑی تھیں۔

ہاں بیٹی — اس ماں کا دامن خالی ہونے سے بچالو۔ ہم تمام
زندگی تمہاری خدمت کرتے رہیں گے — خدا ہو کہ تمہارا بھائی
واپس تو نہیں آسکتا — اور میرا بیٹا دلہن آسکتا ہے — ذرا سدا
خوشی کرو — اور ہمیں معاف کر دو اور معاف کر دینے میں بڑا بہن
اور عظمت ہے۔

”بولو بیٹی — ہمارا دامن بھر دو گی —؟
تب الماس نے نظریں اٹھائیں تھیں — لیکن ابار وہ
لگا ہیں سیٹ تھیں وہ کہہ رہی تھی۔

تمہارا بیٹا قاتل ہے — اس نے قتل کیا ہے — میرے
آگن میں بھی اندھیرا ہوا ہے — اے کون دور کرے گا۔
میں جاتی ہوں بیٹی — کہ تمہارے ساتھ ظلم ہوا ہے تمہارا گھر
میں اندھیرا ہوا ہے — لیکن میرے گھر میں موت کرو — میرے
بیٹے سے دانستگی میں قتل ہوا ہے — اس نے جان بوجھ کر تیرے

بھائی کو نہیں مارا۔
گوئی کس نے چلائی گئی تھی — کسی نے کسی کو قتل کرنے کے لئے۔
کسی نے کسی کی جان لینے کے لئے — کسی کا بیٹا — کسی کا بھائی ضرور
مرتا — وہ ہر حالت میں قاتل بنتا — اور ایسے لڑکوں کو جینے
کا حق نہیں جو دوسروں کی زندگیوں سے کھیل کر اپنا بڑا اپنا ظاہر کریں
دیکھو اجائے انسانی زندگی کی ان کی نظروں میں کوئی قدر و قیمت نہیں۔

لیکن معزز خاتون — یہ سب باتیں قانون پر چھوڑ دو — انصاف لو
ہو گا — اور اگر کڑا نہ ہو سکا — تو پھر میں اور پرولے کا انتظار نہیں
کروں گی — خود انصاف کروں گی۔

میرے ہاتھوں میں اس قدر طاقت اور میرے اندر اس قدر
جرات ہے کہ اوصار امار سکوں — آپ کا بیٹا صرف قاتل ہے —
اور قاتل کے لئے قانون کے پاس شاید کوئی گنجائش ہو — لیکن میرے
پاس نہیں۔

کیا بھو اس کر رہی ہو لڑکی — اپنی حیثیت دکھی ہے تم نے —
ہاشمی صاحب جھکا کر بولے۔

اپنے بیٹے کی زندگی کی بھیک مانگ رہے تھے — ہاں ابھی
کچھ دیر قبل کی تو بات ہے۔

ہاشمی صاحب طوفان بنے کھڑے ہو گئے — اور عزاکر بولے
تمہاری خیریت پوچھیں، آگیا تھا — تم بھوکے تنگی تو ایک وقت کی
فیس اپنے وکیل کو ادا نہیں کر سکتی — کیا کیس لڑو گی — تم پرتیں
کھا کر یہ سب کچھ کیا ہے ہم نے — یہ چاہہاں ہے تم نے اپنا مرل
ساجیم دھانپ رکھا ہے شاید ایک ہی ہے — کیونکہ ہم نے رسول
بھی تہیں وراثت میں اسی کو اوڑھے دیکھا تھا — اور چلی ہو قتل کا
کیس لڑنے — کبھی تم نے اپنے آپ کو تاپا تو لیا ہے۔

اب میں نے دیکھا کہ الماس نے سر جھکا لیا تھا — اس کا وجود پتھر

کی مانند راکت ہو گیا تھا۔ میں اچانک بول پڑا۔
براہ مہربانی آپ تشریف لے جائیں۔ آپ میری موکلہ کی
کافی توہین کر چکے ہیں آپ لوگوں کو بات کرنے کا سلیقہ نہیں۔
انسانی کردار اور اس کی عظمت کا اندازہ اس کی شکل و صورت اور
لباس سے لگنے والے اندھے مچھرتے ہیں۔

جائے تشریف لے جائیے۔ اب مزید برداشت نہیں کر سکوں
گا۔

میرے الفاظ کی سختی نے کیس کو پلٹ کر رکھ دیا تھا۔ وہ دونوں
ضرورت مند میاں بیوی ہم دونوں کو گھورتے ہوئے چلے گئے۔
اور اچانک وہ بھی اٹھ کھڑی ہوئی۔

آپ بیٹھیں۔ میں بڑے احترام سے بولنا۔
مجھے اب کیس نہیں لڑنا۔ وہ نفرت آمیز انداز میں بولی۔
کیوں نہیں لڑتا۔؟

اب مجھے کسی وکیل کی ضرورت نہیں رہی۔
بیٹھ جائیے۔ میری بات کو سنئے۔ یہ سب کچھ جو ہوا
اس کی عمر میری والدہ تھیں۔ ان کے لوگوں سے گہرے تعلقات
تھے۔ انہوں نے مجھے مجبور کیا تھا کہ مصالحت کرادوں۔ آپ
تیار نہیں ہوئیں۔ یہ آپ کی مرضی تھی۔
میں ہر حالت میں کیس لڑوں گا۔ اور آپ کی مرضی سے مطابق

لڑوں گا۔
میں نے کہہ دیا کہ مجھے اب کیس نہیں لڑنا۔ اور نہ ہی مجھے کسی وکیل
کی ضرورت ہے۔ آپ بہت اچھے انسان ہیں اس ہمدردی اور
عزت کا شکریہ۔ اتنا کہہ کر وہ چلی گئی۔ میں اسے روکنا نہ گیا تھا۔
اور وہ جس انداز میں واپس لوٹ گئی۔ اسی لمحے شہناز اندر داخل
ہوئی۔

”بہرہ کیس ہی الٹ پلٹ ہو گیا۔ کیا میں فائل بند کر دوں۔
نہیں۔ ہم کیس لڑیں گے۔ ہم سے بدظن ہو کر گئی ہے۔
اسے غلط فہمی پیدا ہوئی ہے۔ کہ ہم دوسری پارٹی سے مل چکے
ہیں۔ حالانکہ ایسی کوئی بات نہیں۔“

بجیب لڑکی سے سر۔
بجیب ترین کہو۔ میں کرسی پر بیٹھ گیا۔ اور وہ بھی بیٹھ گئی۔
اور پھر دونوں کہنیاں میز کی سطح پر لگا کر وہ قدرے جھکتے ہوئے بولی۔
مجھے تو یہ لڑکی کسی زاویے سے بھی لڑکی نہیں نظر آتی۔ اسے
دیکھ کر یوں معلوم ہوتا ہے جیسے قدرت نے بناتے بناتے ادھورہ
ہو کر دیا ہو۔

”شاید تم ٹھیک کہتی ہو۔“
شہناز نے مجھے اپنی ذلتناز مسکراہٹ سے نوازا۔ اور بولی۔
اب اس کیس کو کس طرح ہینڈل کریں گے۔

بقول اپنی موکل کے۔ میں اسے سخت سے سخت سزا دلواؤں۔
 شاید اس کے پاس فیس بھی ادا کرنے کے لئے نہیں۔ حالانکہ
 سمجھتا کر لیتی تو اس کا بہت فائدہ ہوتا۔ کم از کم لاکھ روپیہ تو
 مل جاتا۔

میں سکرا دیا۔ اور۔ کرسی کی پشت سے ٹک گیا۔ کیونکہ
 شہناز کا مزید بیٹھنے کا ارادہ تھا۔ اس لئے میں نے آنکھیں بند
 کر لیں تھیں۔ تاکہ شہناز چلی جائے۔ کیونکہ میں اس کی رفاقت زیادہ
 دیر برداشت نہیں کر سکتا تھا۔ اس کے ہوجوہ سے اٹھنے والی خوشبو
 بڑی ہیجان خیز ہوا کرتی تھی۔ اس کے وجود کا ایک ایک زاویہ،
 ہر ایک قوس اپنے اندر ایسے طوفان پھیلاتے ہوئے تھا کہ میں ان
 طوفانوں کی زد میں نہیں آنا چاہتا تھا۔ کیونکہ میں اکثر محسوس کرتا
 تھا جیسے اس کے سامنے آتے ہی میری قوت ارادی کمزور پڑ جاتی
 ہے۔

وہ ہاسی کھانا تھا۔ اس کے وجود کا گھونگھٹ پہلے بھی کوئی اٹھا
 رہا تھا۔ حالانکہ وہ اس کا شوہر تھا۔ جس سے وہ طلاق لے
 چکی تھی۔ اور میں نہیں چاہتا تھا کہ کوئی معمولی سا لڑکش زندگی بھر
 کے لئے عذاب بن جائے۔ ہاں اگر وہ کنواری ہوتی۔ اس کا
 بدن ان چھو ہوتا۔ تو شاید میں سہاگ رات کو خود ہی اسے چھو کر
 دیکھتا۔ اور اس کے دلفریب قوسوں کی شراب پیتا۔ بس

میرے ذہن میں وہ ہاسی رونی کا تصور لے کر ابھرتی تھی۔ اور میں ہر
 ممکن طریقے سے اپنا دامن بچائے جاتا تھا۔ وہ مجھے آنکھیں بند
 کر کے کرسی کی پشت سے بکا دیکھ کر شاید سمجھ گئی تھی کہ میں مزید گفتگو
 نہیں کرنا چاہتا۔

اس لئے وہ اٹھ کر چلی گئی۔ جب کرسی کھسنے کی آواز ابھری تو میں
 نے کنکھنوں سے اسے جلتے دیکھا تھا۔ بڑی سامرا نہ چال تھی۔ اس کی
 میں اکثر سوچتا تھا کہ وہ چلتے وقت جان بوجھ کر ایک پاؤں پر زور دے
 کر چلتی ہے جس سے اس کے کولہے ایک عجیب زاویہ بنا کر ابھرتے
 اور ڈوبتے ہیں۔ اور یہ نظارہ برداشت کرنا بڑے طرف کی بات تھی۔
 بڑا حوصلہ تھا میرا۔ جو دامن بچا رہا تھا۔ کیونکہ وہ اپنی خوبصورتی سے
 بھی واقف تھی۔ اپنے وجود کے ہر زاویے اور قوس کی سحر انگیزی سے
 باخبر تھی۔ ہاں اس کو مرد کی کمزوری کا احساس تھا۔ شاید یہی
 وجہ تھی کہ وہ ہر حربہ استعمال کر رہی تھی۔ میں اٹھا تھا۔ اور تیزی
 سے آفس سے باہر نکل گیا تھا۔ اس وقت اس کے جادو سے بچنے
 کا یہی ایک طریقہ تھا۔

میں نے کئی بار چاہا تھا کہ اسے نکال دوں۔ لیکن کوشش کے
 باوجود اپنے اندر یہ اتہاس پیدا نہیں کر پاتا تھا۔ مجھے دوسرے
 دن ایک عجیب و غریب کیس ملا۔ دونوں میاں بیوی میرے آفس
 میں آئے تھے۔ خوبصورت جوڑا تھا۔ لیکن الگ ہونا چاہتا تھا۔

دونوں ایک دوسرے کے دامن پر کھینچا خیال رہے تھے۔ ایک دوسرے کو الزام دے رہے تھے۔ بیوی کا موقف تھا کہ اس کا شوہر دوسری عورتوں کے پاس جاتا ہے۔ مجھ سے لومیرج کو جانے کے باوجود باہر جھک مارتا ہے۔ میں اس کے پاس نہیں رہ سکتی اور نہ ہی اس کی حرکتوں کو برداشت کر سکتی ہوں۔ لہذا الگ ہونا چاہتی ہوں۔

مرد کا موقف تھا۔ کہ یہ عورت جو میری بیوی ہے اس سے بے وقوف ہے۔ پہلی غلطی میں نے یہ کی تھی کہ اس کو چلا دوسری غلطی یہ کہ اس سے شادی کر لی۔ اور اب تیسری غلطی یہ کہ رہا ہوں کہ اسے مسلسل برداشت کر رہا ہوں۔ یہ چوبیس گھنٹے مجھ پر الزام تراشی کرتی ہے۔ گھر کے ماحول کو اپنی کل کل سے بے آرام بنائے رکھتی ہے میں اسے برداشت نہیں کر سکتا۔ لہذا اس سے الگ ہونا چاہتا ہوں۔

میں نے دونوں کی باتیں بڑے غور سے سنی تھیں پھر مسکرا کر بولا تھا۔ اگر آپ دونوں الگ ہونا چاہتے ہیں تو پھر آپ دونوں کو وکیل کی کیا ضرورت ہے؟ خود ہی عین الفاظ کہہ کر الگ ہو سکتے ہیں۔

ضرورت ہے وکیل صاحب۔ عورت ایک ایک لفظ پر زور دے کر بولی۔

میری بھرمیں یہ بات نہیں آرہی کہ آپ دونوں

کو وکیل کی کیا ضرورت ہے؟ ضرورت ہے جناب عالی۔ اس بار شوہر زور دے کر بولا۔ پھر مزید بولا۔

جب یہ طلاق کا ذکر کرتی ہے تو میں اس کا خون کھینچنے پر تیار ہوں۔ اور جب میں اسے طلاق دینے پر تیار ہو جاتا ہوں تو سب کچھ جان سے مار دینے کی دھمکی دیتی ہے۔ ہاں وکیل صاحب۔ ہم الگ ہونا چاہتے ہیں۔ لیکن خوش اسلوبی سے۔ خون خرابے کے بغیر امن سے شانتی سے۔

”آپ دونوں نے ایک ہی وکیل کرنا ہے۔“ ہاں۔ اس طرح اس نے راجات کم ہو جائیں گے۔ کوئی کستا سا وکیل کر لیں میری فیس بہت زیادہ ہے۔ کتنی ہے۔؟ عورت تیزی سے بولی۔

میں ہر بار روپیہ۔۔۔ یہ وکیل صاحب کیا کہہ رہے ہیں۔ خدا کا شاکم نے۔۔۔ خوف ہی نہیں ان کے دل میں۔ ہم دونوں پہلے ہی تلاء ہوئے ہیں۔ اوپر سے یہ ہماری تمام جمع پونجی چھیننا چاہتے ہیں۔ میری یہی فیس ہے۔ میں مسکرا کر بولا۔

ہمارا خیال تھا کہ پانچ سو روپے میں کام چل جائے گا۔ اتنے پیسے کا تو پٹرول مٹا دیا ہو جائے گا عدالت تک جلتے

جاتے۔
ہم دونوں بہت عزیز ہیں وکیل صاحب یہ عزیز اتنے پیسے نہیں
کھاتا۔
صرف اکیس سو روپیہ تنخواہ پاتا ہے۔ بڑی مشکل سے گھر سے اخراجات
پورے ہوتے ہیں۔

اگر تمہیں اپنے شوہر کا اس قدر ہی خیال ہے تو ایک دوسرے
سے الگ ہونے کا خیال چھوڑ دو۔
ہم ایک ساتھ نہیں رہ سکتے۔

اور الگ بھی نہیں ہونا چاہتے۔ کیوں ٹھیک رہے تا۔ میں
دونوں کو گھورتا ہوا بولا۔

میں رہنا چاہتی ہوں لیکن یہ نہیں رکھنا چاہتا۔

یہ جھوٹ بولتی ہے وکیل صاحب۔ یہ خود ہی نہیں رہنا چاہتی۔
ٹھیک ہے آپ دونوں بائیں۔ اور ایک ہفتے بعد آئیں۔
اور پورے ہفتے کی رپورٹ مجھے آ کر دیں۔ دونوں اپنی اپنی جگہ
رپورٹ تیار کرو کہ تم دونوں نے ایک دوسرے کے ساتھ کیا سلوک
کیا۔ میں پھر ہی کوئی فیصلہ کر سکوں گا۔

اور پھر دو دونوں ایک دوسرے کو گھورتے ہوئے چلے گئے
اور اسی لمحے شہناز اندر داخل ہوئی۔ وہ موقع کی تلاش میں
ہوتی تھی۔

یہ کیا کیس تھا سر۔؟
تم نے سنا کس قدر عجیب و غریب میاں بیوی تھے۔ جہاں تک
میں نے اندازہ لگایا ہے دونوں ایک دوسرے کو بے پناہ چاہتے
ہیں۔ الگ بھی نہیں ہونا چاہتے لیکن ایک دوسرے کی معمولی معمولی
خلقی کو بھی طوفان بنا دیتے ہیں۔

میرا دعویٰ ہے کہ زیادہ دیر ساتھ نہیں رہ سکتے۔ شہناز
زور دے کر بولی۔ ان دونوں کو سمجھانے والا کوئی نہیں۔ شاید
آٹھ دن بعد دونوں کو کچھ بہتر طور پر ہینڈل کر سکوں۔

وہ مسکرائی اور بولی۔ سرگورت امیر ہوں یا غریب وہ بنیادی
طور پر پیار کی متلاشی ہوتی ہے۔ خاوند اس کی جائیداد ہوتا ہے۔
اور وہ اس جائیداد میں بٹوارہ برداشت نہیں کر پاتی۔ آپ نے
سنا تھا تاکہ وہ کہہ رہی تھی کہ میرا شوہر ہر بار مجھ سے کہتا ہے۔ اور
جھک باہر جاتا ہے۔

صرف شک نے دونوں کے درمیان دراڑیں ڈال دیں ہیں؟
وہ اسے گورت کو شوہر کے معاملے میں اس قدر تنگ نظر نہیں ہونا
چاہیے۔ اگر وہ تنگ نظری کا مظاہرہ کرے گی تو وہی کچھ ہو گا جو
دونوں کر رہے ہیں۔

تمہارے خیال میں زیادہ گنہگار کون ہے۔ میں منکر ٹ سگلتے
ہوئے بولا۔

دونوں برابر کے مجرم ہیں۔۔۔ دونوں برابر کے گنہگار ہیں۔
اگر شوہر باہر دوسری عورت کے پاس جاتا ہے تو اس کی بیوی
کے اندر کوئی کمی ہوگی۔ وہ اسے مطمئن نہیں کر پائی ہوگی۔ وہ
آنکھوں سے بولی تھی۔

میں نے فوراً سوچ لیا تھا کہ اب گفتگو کو مزید طول دینے کی بجائے
ختم کر دینا چاہیے۔ ورنہ یہ اور دستبرد ہوئے گی کو شیش
کرے گی۔

”میں آپ کے لئے چائے بنا دوں۔“ اس نے قریب بیٹھنے
کا بہانہ تلاش کر لیا۔ مجھے چائے کی واقعی طلب ہو رہی تھی۔
لیکن اس سے پہلے کہ میں کوئی جواب دیتا وہ اٹھ کر چلی گئی۔ ہم
نے چھوٹا سا کچن بنا رکھا تھا۔ جہاں چائے وغیرہ تیار کی جاتی تھی
اور یہ کام اکثر شہناز کیا کرتی تھی۔ جب وہ اٹھ کر کچن کی طرف گئی
تو میری نگاہوں نے اس کی پشت کو ناپا تو لیا تھا۔ اور مجھے یہ
عادت پڑ گئی تھی۔ اور میں یہ بھی جانتا تھا کہ یہ آزادی دعوت
نظارہ ہوتا تھا۔ اس نظارے میں پکار کی استعداد بدرجہ اتم
موجود ہوتی تھی۔ لیکن میں تھا کہ اپنی فوت ارادی کے بل بوتے
پر بچ نکلتا تھا۔

وہ بڑی پھرتی سے دو کپ چائے تیار کر لائی تھی۔ اور
ایک میرے سامنے میز کی سطح پر رکھتے ہوئے اس قدر میز کی طرف

جھکی کہ میرے اندر جیسے زلزلہ آگیا ہو۔ کیونکہ اس کے بلا و ز
کے اندر جو بلوہ تھا۔ اس کی حرکت نے میری آنکھوں کو خیرہ ہی
نہیں کیا تھا بلکہ میرے اندر دہی ہوئی خواہشوں کو ہوا دی تھی۔
وہ پھر کرسی پر بیٹھ گئی تھی اور میں لرزتے ہوئے ہاتھوں سے
چائے اٹھا کر سب کی تھی۔

”چائے اچھی بنی ہے سر۔“

ہاں تم چائے بہت اچھی بناتی ہو۔

شکر یہ سر۔

یہ جملہ اکثر چائے کے بعد ادا ہوتا تھا۔ میں نیم جان سا مسکرایا
اور بولا۔

میں سوچ رہا ہوں کہ وکالت کا پیشہ چھوڑ کر بزنس کر لوں۔

یہ کیوں سوچ رہے ہیں آپ؟

کیونکہ اس معزز پیشے میں سوائے جھوٹ کے اور کچھ نہیں
ہم طوائفوں کی مانند کان سجا کر بیٹھ جاتے ہیں اور سوکلوں کی
تکشش میں نگاہیں دوڑتی رہتی ہیں۔ ہو بیس گھنٹے انتظار رہتا
ہے۔

یہ آپ کیا فرما رہے ہیں سر۔ اس قدر معزز پیشے کو اتنے

گھٹیا الفاظ سے مت لوڑیئے۔

تم نے شوہر سے طلاق کیوں لی تھی۔ میں نے اچانک

موضوع بدل دیا۔

اور وہ بے ساختہ چوڑی — چند لمحوں تک میری طرف دیکھتی رہی۔
— کیونکہ میں نے یہ سوال اچانک ہی نہیں کیا تھا بلکہ پہلی بار کیا
تھا۔ اور وہ میرے سوال کو ہی نہیں تو لیتی رہی تھی۔ بلکہ میرا چہرہ
بھی پڑتی رہی۔ کچھ لمحوں کے بعد وہ بڑے وزنی الفاظ میں بولی۔
— بے پناہ خشک انسان تھا۔ — تنگی مزاج تھا۔ — عورت
کی افادیت کو پہچانتا نہیں تھا۔ — وہ چاہتا تھا کہ عورت صرف ایک
ترم و گداز بستر ہے۔ — اسے جب چاہا جس وقت چاہا استعمال کیا۔ —
لیکن یہ نہیں جانتا تھا۔ — کہ عورت اپنے شوہر سے کس چیز کی متلاشی
ہوتی ہے۔ —

”کس شے کی متلاشی ہوتی ہے۔؟“ میں خواہ مخواہ پوچھ
بیٹھا۔

پیار کی۔ — وہ یوں بولی جیسے اس نے یہ الفاظ میرے لئے
کہے ہوں۔ —

پیار تو ہر شوہر اپنی عورت کو کرتا ہے۔ —

کرتا ہے صرف اپنی عورت سمجھ کر۔ —

کیا بات ہوئی۔ — میں تعجب سے بولا۔

”پیار تو یہاں سے اٹھتا ہے۔ — وہ سینے پر ہاتھ رکھ کر بولی
—“ اندر سے اٹھتا ہے۔ — وجود کی گہرائیوں سے اٹھتا ہے۔

اور شہنم کے قطروں کی طرح عورت کے وجود میں اترتا ہے۔ —
ہاں وہ پیار جو عورت کو بے جان کر دے۔ — اور اسے احساس
دلا دے کہ تیرے سوا کچھ نہیں۔ — ہاں عورت کچھ ایسے ہی پیار
کی متلاشی ہوتی ہے۔ — اسے اس قدر دولت اور آسائشی زندگی
کی ضرورت نہیں ہوتی جس قدر مرد کی چاہت کی۔ — آپ نے سوال
کیا تھا کہ طلاق کیوں ہوتی۔ — تو میرا جواب یہ ہے کہ میرا شوہر مجھے
اپنی جائیداد تو بھگتا تھا۔ — لیکن اس جائیداد کو استعمال کرنے
کا سلیقہ نہیں جانتا تھا۔ — اسے برتنے کے ڈھنگ سے نا آشنا تھا۔ —
گھر کی بنی، بھیر بکری اور گائے کی اہمیت دیتا تھا۔ — اور پھر
سے بڑی بات یہ تھی کہ عورت شوہر کی شک والی نگاہ کو برداشت
نہیں کر پاتی۔ — اپنی ذات کی نفی برداشت نہیں کر پاتی۔ — اور ہر
روز میرے وجود کی۔ — میری ذات کی نفی کرتا رہتا تھا۔ — اور
میں ہر روز اندر سے ٹوٹی اور مرقی رہتی تھی۔ — لہذا نوبت طلاق
تک جا پہنچی۔ — لیکن یہ سوال آپ نے کیوں کیا تھا۔ —
میں کہنا چاہتا تھا کہ میرا دماغ خراب تھا۔ — لیکن میں صرف
مسکرا کر رہ گیا۔ — وہ میری طرف دیکھے جا رہی تھی۔ — اور میں چائے
کا گھونٹ لے کر رہ گیا۔ — اور بولا۔

یورپ میں یہ سب کچھ نہیں ہوتا۔ —

”پھر کیا ہوتا ہے۔؟“

اپنی دنیا کی کو خوب انجوائے کیا جاتا ہے۔ جو اور جینے دو کے اصول چلتے ہیں۔ ہر انسان کو مکمل آزادی ہوتی ہے۔ کوئی بھی کسی کا ملازم نہیں ہوتا۔ خودت شوہر رکھنے کے باوجود بولائے فریڈ رکھتا ہے۔ اور۔۔۔

یہ مشرق سے یورپ نہیں۔ کیا آپ پسند کریں گے کہ آپ کی خودت بولائے فریڈ کو لے کر گھومتی پھرے اور آپ گھوڑے اس کا انتظار کرتے رہیں۔

میں لاجواب ہو گیا۔ شاید میں نے موضوع ہی غلط چھیڑ دیا تھا۔

میں سگریٹ کا کش لے کر پھر مکرایا اور بولا۔

وہ قوم زندہ دل ہے۔ حقیقت کا سامنا کرتے ہوئے بھی ڈرتی نہیں۔

”وہ زندہ ولی آہستہ آہستہ ہم لوگ بھی اپنا رہے ہیں۔ اور۔۔۔“

ختم کرو۔ پھر اس موضوع پر بات کریں گے۔ میں اتنا کہہ

کر اٹھ گیا۔ اپنا کوٹ اٹھایا اور آفس سے نکل گیا۔

یہ تھی شہناز۔ جو ہر لمحے میرے اعصاب پر سوار ہوتی جا رہی تھی۔

اور میں اپنی قوت برداشت کھوتا جا رہا تھا۔

ارشاد کیس کی میں پیروی کر رہا تھا۔ تاریخ آئی تو میں عدالت میں

موجود تھا۔ لیکن مجھے الماس نظر نہیں آئی تھیں۔ لیکن میں نے پروا

نہیں کی۔ اور اپنا کاروبار جاری رکھا۔ میری مسٹر ہاشمی سے ملا

بھی ہوئی جنہوں نے مجھے گھور کر دیکھا تھا۔ لیکن میں نے ان کی سرنگاہوں کو کوئی اہمیت نہیں دی اور فارغ ہو کر آفس آگیا۔ اور ان دونوں میاں بیوی کو اپنا منظر پایا۔ وہ یوں بیٹھے ہوئے تھے جیسے میرے آنے سے پہلے لڑتے تھکاتے رہے ہوں۔ دونوں الگ الگ بیٹھے ہوئے تھے۔ جیسے روئے ہوئے صنم ہوں۔ میں نے مسکرا کر دونوں کی طرف دیکھا تھا۔ اور کوٹ اتار کر اپنی چپتر پہر بیٹھ گیا۔

معلوم ہوتا ہے کہ آپ دونوں نے کوئی فیصلہ کر لیا ہے۔ ہاں ہم نے فیصلہ کر لیا ہے کہ ایک ساتھ نہیں رہ سکتے۔ گورت بولی۔

”کیوں نہیں رہ سکتے۔“

کیوں کہ یہ انسان جو میرا شوہر کہلاتا ہے مجھے جوتے کی مانند کاٹتا

ہے اور پرانے جوتے کی مانند ساتھ چھوڑ دینا چاہتا ہے۔

اگر یہ ساتھ چھوڑ دینا چاہتا ہے تو آپ صحت چھوڑیں۔

میں اسے برداشت نہیں کر سکتی۔

میں بھی نہیں کر سکتا۔ شوہر بھی بول پڑا۔

میں نے انٹرکام پر شہناز کو چائے لانے کے لئے کہا۔ پھر

گورت سے مخاطب ہوا۔

آپ طلاق لینا چاہتی ہیں۔

”جی ہاں۔ میں اب ایک ہل میں اس کے پاس نہیں رہ سکتی۔“

ٹھیک ہے۔ آپ باہر تشریف رکھیں میں آپ کے شوہر سے بات کر لوں۔

میرے سامنے کیجئے۔ یہ زبردستی ہر بڑائی میرے سرخوش دے گا۔ وہ تیز ہو کر بولی۔

چاہیں تو مت جانیئے۔ آپ دونوں کے کاغذات تیار ہو چکے ہیں۔

ابھی کچھ دیر بعد آپ کو فارغ کر دیا جائے گا۔ ہاں مسٹر۔ آپ اپنی بیوی کو طلاق دینا چاہتے ہیں۔

”جی ہاں بالکل۔“

میں نے دونوں کو باری باری گھورا تھا۔ اتنے میں شہناز چلے لے کر آگئی۔ اس نے سب سے پہلے کپ میرے سامنے رکھا پھر ان دونوں میاں بیوی کے آگے رکھا۔ میں نے دیکھا ریاض نے بڑی پوزنگاً ہوں سے شہناز کو دیکھا تھا۔ پھر جیسے ہی شہناز بیٹھ گئی تو میں بول پڑا۔

مسٹر ریاض صاحب۔ یہ میری سیکرٹری شہناز ہیں اور کچھ عرصہ قبل اپنے شوہر سے طلاق لے چکی ہیں۔ اب یہ تنہا زندگی گزار رہی ہیں۔ میں نے ان سے آپ کے بارے بات کی تھی۔ کہ اگر آپ اپنی بیوی کو طلاق دینے پر تیار ہو گئے اور آپ دونوں

کا سمجھوتہ نہ ہو سکا تو شہناز سے آپ کا نکاح کر دیا جائے۔ جی۔ ریاض کے ہاتھ سے کپ گرتے گرتے بچا۔ او اس کی بیوی کلثوم کے چہرے پر کئی رنگ آکر گزر گئے۔ میں پھر بولا۔

شہناز بہت اچھی عورت ہے۔ خدمت گزار اور فرمانبردار۔ آپ کو کبھی شکایت کا موقع نہیں دے گی۔ میں نے شہناز سے بھی بات کر لی ہے۔ انہیں آپ پسند ہیں۔

یہ۔ یہ نہیں ہو سکتا۔ کلثوم چیخ پڑی۔ محترمہ آپ آرام سے بیٹھ جائیں۔ اور ان کاغذات پر دستخط کر دیں۔

طلاق کے کاغذات آگئے ہیں۔

میں نے حد تک لمبے میں بولا۔ اور کلثوم جیسے پاگل ہو گئی ہو۔ اس نے گھور کر شوہر کی طرف دیکھا اور بولی۔

کیوں جی۔ آپ اب اس عورت سے دوسری شادی کریں گے۔

تو کیا ساری عمر رنڈوا بیٹھا رہوں گا۔ میں سرگئی ہوں کیا۔ جو اپنے آپ کو رنڈوا کہہ رہے ہو۔ شرم نہیں آتی تھیں۔

میں تمہیں طلاق دے رہا ہوں۔ اور تم بھی اپنے لئے کوئی
گدھا تلاش کر لینا۔

میں تمہیں جان سے مار دوں گی۔

چلو اٹھو یہاں سے گھر چل کر فیصلہ کر لیتے ہیں۔ ہمارے
پاس اتنی فیس نہیں ہے کہ اس وکیل کو دے سکیں۔

میرا خیال ہے آپ دونوں گھر جا کر فیصلہ کر کے آئیں۔ اور
اگر دستخط کر دینا۔ کیوں شہناز بھیک ہے نا۔
جی ہاں۔ بالکل درست فرمایا آپ نے۔

اٹھئے جی۔ کلثوم ریاض کا ہاتھ پکڑ کر چلائے ہوئے بولی۔
اور ریاض نے جیسے ہی میری طرف دیکھا میں نے آنکھ مار دی۔ اور
ریاض شاید میرا سٹ آپ سمجھ گیا تھا۔ لیکن اس کے باوجود اس نے
شہناز کی طرف بڑی لپٹائی ہوئی نگاہوں سے دیکھا تھا۔ اور کلثوم
اس کا ہاتھ پکڑے یوں باہر نکلی جیسے اسے خطرہ ہو کہ اس کا شوہر ہرن
جانے والا ہو۔

واد خوب دماغ درست کیا آپ نے سزیم صاحبہ کا۔ شہناز
ہنس کر بولی۔ اور میں مسکرا کر سی کی پشت سے ٹک گیا اور بولا۔
یہ ایک نفسیاتی کیس تھا۔ دونوں ایک دوسرے کو چاہتے
تھے۔ ایک دوسرے کے بغیر جینے کا تصور نہیں کر سکتے تھے۔
البتہ محترم کلثوم چرب زبان تھی۔ تیز طرار تھی اسے قابو کرنے

کا یہی ایک حل تھا۔ جو میں نے پیش کر دیا۔ اب یہ ہو گا کہ وہ بالکل
سیدھی ہو جائے گی۔ اس کی سب چرب زبان اور تیز طراری ہوا ہو
جائے گی۔ اور ہر حالت میں اپنے شوہر کی تابعداری کرے گی۔
اس کی عقل میں یہ بات گھس جائے گی کہ اس نے ذرا بھی گڑبڑ کی تو
اس کا شوہر شہناز جیسی خوبصورت بیکری سے شادی کرے گا۔
لہذا اس کی طرف سے جھگڑے کا امکان ختم ہو جائے گا۔

آپ کا مطلب ہے اس کا شوہر جھگڑا نہیں کرتا۔
شوہر امن پسند ہوتا ہے۔ وہ گھر کی کل کل سے ڈرتا ہے اور گوش
کرتا ہے کہ اس کی کسی بات سے بد مزگی پیدا نہ ہو۔ اور اسے بھی وہ
میرا سٹ آپ سمجھ گیا تھا۔ لہذا اب خود کو شش نہیں کرے گا کہ
مزید بد مزگی پیدا ہو۔

اچھا سٹ آپ تھا۔ میں تو ڈر ہی گئی تھی کہ کس گدھے کے
ساتھ آپ مجھے منسوب کر دیتے ہیں۔ لیکن فوراً بات سمجھ میں آ گئی
ورنہ مجھے تو خود شش آنے والا تھا۔
میں مسکرا دیا۔ اور بولا۔

شادی کر لو اب۔ شاید تمہیں بھی ایک اچھے ساتھی کی ضرورت
ہے۔

ساتھی کی ضرورت تو ہے۔ لیکن شادی نہیں کرنا چاہتی۔
بس آپ کی خدمت کر کے زندگی گزار دینا چاہتی ہوں۔ اس دور

میں آئیڈیل منابہت مشکل ہے۔
 آئیڈیل — مگر کیا آئیڈیل —
 ہر عورت کا ایک آئیڈیل ہوتا ہے۔
 مثلاً۔

مثلاً۔ جیسے آپ ہیں — خوبصورت، گفتار، خوش لباس اور۔
 اسے کیوں ہے وقوف بننا ہی ہو ہیں۔ میں گھبرا کر بولا تھا۔ کیونکہ
 خود ہی اپنی بات میں پھنس گیا تھا۔
 سچ کہتی ہوں سر۔ بھئیسا ہی شوہر ہے۔ جیسے آپ ہیں۔
 اگر نہ ملتا تو۔

پھر تمام زندگی شادی نہیں کروں گی۔
 کیا دنیا کی تمام عورتیں جو اپنے شوہروں کے ساتھ رہ رہیں۔ وہ
 شوہر ان کے آئیڈیل ہیں کیا۔
 میں صرف اپنے بارے بات کر رہی ہوں۔ دوسری بار جبک نہیں
 ماروں گی نا

لیکن پلینر سر آپ اس موضوع کو نہ چھیڑا کریں۔ مجھے شادی نہیں کرنا۔
 اور میں اٹھ کر ملحقہ کر بیٹھ چلا گیا۔ جہاں میں دو گھنٹے آرام کیا کرتا تھا
 چاہتا تھا کہ شہناز سے پچھا پھوٹ جائے حالانکہ مجھے آرام کی
 ضرورت نہیں تھی۔ میں جا کر بستر پر لیٹ گیا تھا۔ اور صرف یہی
 سوچ رہا تھا کہ شہناز سے کس طرح جان چھوڑاؤں۔ کہ وہ اندر

پہلی آئی۔ میں نے چونک کر اس کی طرف دیکھا۔ اور بولا۔
 جب بھی کوئی آیا ہے اسے شام کا وقت دے دو۔ میں کچھ دیر آرام
 کروں گا۔

آپ کی طبیعت تو ٹھیک ہے نا۔
 کچھ سر میں درد ہے۔
 لائیے میں داب دوں۔
 اسے نہیں۔ میں گھبرا کر بولا۔
 اور وہ مسکرا کر میرے بائیں پہلو بیٹھ گئی اور میرے سر پر ہاتھ رکھتے
 رہے بولی۔

میں غیر تو نہیں ہوں۔ آپ کی پرسنل سیکرٹری ہوں۔
 میں نے اپنے سر پر رکھا ہوا اس کا ہاتھ پکڑ لیا اور ایکدم اٹھنے کی
 کوشش کی۔ اور ہمالیوں کہ وہ جھنگ کھانے سے بیدھی میرے اوپر
 چلی آئی۔ اور وہ بھی کچھ اس انداز سے کہ میں پت پڑا تھا اور وہ میری
 چھاتی پر لیٹی ہوئی تھی۔

ایک طوفان تھا جو اندر پڑا تھا۔ میں نے ہڑبڑا کر اٹھنا چاہا کہ
 اس نے خود کوشش کر ڈالی اور وہ بھی کچھ اس انداز سے کہ اس کی
 چھاتی میرے سینے سے رگڑکھاتی ہوئی۔ میرے اندر قیامت برپا کرتی
 ہوئی ادھر کو اٹھی۔

میرے سینے کی سانس ٹوٹ گئی تھی۔ اس کے اعضاء کی حرکت

کا انقطاع مجھے یوں لگا جیسے نبض کا نہت رک گئی ہو، ڈوب گئی ہو،
اور اسی لمحے کوئی اندر داخل ہوا۔ میں بوکھلا کر بیدار ہوا۔ نگاہیں
دروازے تک گئیں تو جیسے پتھر ہو گیا۔ سامنے میلی سی چادر
میں الماس کھڑی تھی۔

شہناز نے اسے گھور کر دیکھا۔ اور ہونٹ بچھ کر بولی۔
تہیئیں پرائیویٹ روم میں داخل ہونے کی اجازت کس نے دی تھی۔
مجھے نہیں معلوم تھا۔ کمرہ بان پر تل بیکر ٹریاں اپنے
صن کی خیرات بھی بانٹتی ہیں۔

”ٹٹ آپ۔“ شہناز آپ سے باہر ہو گئی تھی۔
آپ باہر چلیے مجھے اپنے وکیل سب سے کہتی ہے۔ وہ نفرت
انگیز انداز میں بولی۔

آپ باہر تشریف رکھیں میں آ رہا ہوں۔ میں خائف ہو کر بولا۔
اور وہ مجھے تیز نظروں سے میری طرف دیکھتے ہوئے باہر نکل گئی۔
بڑی بدترین اور گنوار ہے۔ شہناز تپ کر بولی۔ لیکن میں
شرم سے تھکا۔ میں نے ٹائی کی گرہ درست کی۔ اور شہناز کو درمیں
چھوڑ کر باہر نکل آیا۔

وہ خاموشی سے ایک طرف کھڑی تھی۔ میں خاموشی سے اپنی
سیٹ پر چلا گیا۔ بے پناہ شرمندہ تھا۔ میں نے سگریٹ سٹاکر
ایک طویل کش لیا۔ اور ہاتھ کے اشارے سے اسے میٹھے کو کہا۔

لیکن وہ اپنی جگہ سے ایک لمحہ بھی نہ ہلی۔ البتہ اس نے اپنی چادر
کے اندر سے ہاتھ نکال کر ڈوٹوں کی ایک بڑی سے گڈی نکال کر میز
پر رکھ دی۔

یہ کیا ہے۔ میں بوکھلا کر بولا۔

آپ کی فیس۔ پورے پچاس ہزار ہیں۔

اتنے سارے روپے آپ نے کہاں سے حاصل کئے ہیں۔ میں جو
چھ دن بنا ہوا تھا اور شرم سے پانی پانی ہو رہا تھا بڑی مشکل سے کہہ دیا۔
آپ کو اپنی فیس سے مطلب ہونا چاہیے۔ یہ پوچھنے کا حق نہیں
کہ میں نے آپ کی فیس کہاں سے حاصل کی ہے۔

مجھے چاہیے۔ میں خائف ہو کر بولا۔

”شکر ہے۔“ وہ لوں بیٹھی جیسے اس نے میری حالت پر بہت

احسان کیا ہو۔

مجھے اپنا پتہ برد اور دوست بچھے۔

”جی۔“ وہ لفظ دوست سے جیسے پریشان ہو گئی ہو۔

میرا مطلب ہے کہ آپ مجھ پر اعتماد کیوں نہیں کر رہیں اور اندر جو
کچھ آپ نے دیکھا وہ صرف نظری دھوکہ تھا۔ میری آنکھیں کچھ
پرٹ گیا تھا اور شہناز اسے نکال رہی تھی۔ آپ کچھ اور مت سمجھیے۔
ہاں بالکل سچی بات تھی۔ میں جو زوریں تھا۔ اس کی نگاہوں
کا پیش سے گھبرا گیا تھا۔ خواہ مخواہ اپنی صفائی پیش کرنے لگ
گیا تھا۔ مالا نہ ہونے چاہئے تھا کہ اسے خود ڈانٹ دیتا کہ پرائیویٹ

روم میں اسے آنے کی کیا ضرورت تھی۔ یا پھر بالکل اسے نظر انداز کر دیتا۔
— اس قدر اہمیت ہی نہ دیتا۔ لیکن میں نے بوکھلاہٹ میں مزید حماقت
کر ڈالی تھی۔

اور وہ مجھے صفائی پیش کرتے دیکھ کر میری طرف یوں دیکھے جا رہی تھی
جیسے میری بات اس کی سمجھ میں نہیں آرہی تھی۔
ہاں تو میں عرض کر رہا تھا کہ اتنی بڑی رقم آپ کے پاس کہاں سے
آئی۔؟

مسٹر ہاشمی گھڑ تک آپہنچے تھے۔ ایک لاکھ روپیہ لے آئے تھے ساتھ۔
بہت دولت ہے ان کے پاس۔ میں نے سوچا کہ فقور اہبت وزن ہکا
کردوں۔

انہوں نے اتنی بڑی رقم کیس واپس لینے میرا مطلب یہ راضی نامہ
کے لئے دیا ہوگا۔ لیکن آپ یہ رقم مجھے کیوں دے رہی ہیں۔؟
آپ کی فیس ادا کر رہی ہوں۔ اور پھر آپ نے خود ہی یہ راستہ دکھایا
تھا۔ کہ روپیہ بے لوں۔

وہ تو بے ٹھیک ہے لیکن جب کیس ہی ختم ہو رہا ہے تو فیس کیسی۔
انہیں آپ رکھ لیں۔

ہم کیس لڑیں گے۔ وہ میری آنکھوں میں دیکھتے ہوئے بولی۔
کیا مطلب۔؟ میں پریشان ہو کر بولا۔

ہم کیس لڑیں گے۔ یہ رقم کیس کے لئے حاصل کی ہے۔ اور میں

ایک دم سن ہو گیا۔ جس کو میں بہت معمولی لڑکی سمجھ رہا تھا۔ وہ بہت
خطرناک لڑکی تھی۔ اس قدر خطرناک کہ اس پر جس لمحے اعتبار نہیں کیا
جاسکتا تھا۔

”یہ تو دھوکہ ہے۔ فراڈ ہے۔ فریب ہے۔“
اور میں نے پہلی بار اس کے ہونٹوں کو پھیلنے دیکھا۔ جیسے وہ مکرانی ہو
لیکن وہ سکراہٹ بڑی زہریلی تھی۔
نائبے کہ جنگ اور محبت میں سب کچھ جائز ہوتا ہے۔
جی ہاں۔ میں ہونٹ ہو گیا تھا۔

یہ پورا پورا پچاس ہزار روپیہ ہے۔ کیس میں کہیں بھی جھول نہیں
آنا چاہیے۔ اور ہاں میری غلطی تھی کہ بے دھڑک وہاں تک چلی آئی۔
دراصل آپ کا آدمی باہر موجود نہیں تھا۔ آئندہ احتیاط کریں گے۔
اور۔ اور وہ مزید کچھ کہتے کہتے رک گئی۔ میں جو پانی پانی ہو رہا تھا اسے
گھور کر رہ گیا۔ اور وہ پھر بولی۔

اور آپ اپنی اس حسین سیکرٹری کو تالو میں رکھئے گا۔ میں ذات کی نفی بردا
کرنے کی عادی نہیں۔ اتنا کہہ کر وہ تیزی سے اٹھی تھی۔ اور میری طرف
ایک بھر پور نگاہ ڈال کر تیزی سے باہر نکل گئی۔ اور میں جیسے ساکت
ہو گیا تھا۔ شہناز جو ابھی تک اندر ہی تھی اس کے جلتے ہی داخل ہوئی
اور بولی۔

یہ تو بڑی خطرناک ہے سر۔ مسٹر ہاشمی کو لوٹ لائی ہے اور۔

”ہمیں اس کے ذاتی فعل سے کوئی واسطہ نہیں۔“ میرا لہجہ بڑا خشک تھا۔ اور شہناز پریشان ہو کر باہر نکل گئی۔

در اصل میرے کردار پر کچھ بڑا تھا۔ اور یہ حقیقت تھی کہ ہم دونوں جس خطرناک حالت میں تھے وہ کوئی اچھی پوزیشن نہیں تھی۔

اگر وہ ذاتی تو شاید ہم کچھ آگے بڑھ جاتے۔ عین ممکن تھا کہ شہناز کی خواہش اور میرے اندر اٹھنے والا طوفان پوری کر چکا ہوتا۔ یہ اچھا ہوا تھا کہ وہ آگئی تھی۔ لیکن برا ہوا کہ میں اس کی نظروں میں گر گیا تھا۔

بچانے کیوں میں اس لڑکی کے ساتھ کمزور پڑتا جا رہا تھا۔ اور یہ بات شروع سے ہی ہو رہی تھی کہ کوئی بات مجھے اس سے خوفزدہ کر رہی تھی۔

کوئی جذبہ اس کا کیس لڑنے پر اکساتا تھا۔ اس کے اندر کوئی ایسی بات تھی جسے میں غیر محسوس انداز میں محسوس تو کر رہا تھا۔ لیکن وہ بات

کھل کر سامنے نہیں آرہی تھی۔ میں اس سے مرعوب ہو جانا تھا۔ اس کی شخصیت کے اندر کوئی ایسی بات تھی جو مجھے نظر تو نہیں آرہی تھی۔

لیکن کبھی کبھار احساس ضرور پیدا ہو جاتا تھا۔ پھر اس واقعے کے بعد چار روز تک میں آفس نہیں آیا تھا۔ شہناز کا سامنا کرتے ہوئے ڈرتا

تھا۔ آفس میں نے اسے امقدد جرات کا موقع کیوں دیا کہ میرے اتنے قریب ہوتی۔ وہ تو آگ تھی۔ ایک ایسی آگ جس سے ہر ذی

روح اپنا دامن بھالنا سعادت سمجھ لیتا ہے۔ آندو کر بیٹھا ہے۔ میں بھی انسان تھا۔ فرشتہ یا اوتار نہیں تھا۔ کہ بچ نکلتا۔ لیکن

یہ کہ دار کی پختگی تھی کہ ابھی تک بچا ہوا تھا۔ جن دونوں نے اسے دیکھا تھا وہ میری قسمت پر رشک کرتے تھے۔

وہ واقعی غیر معمولی سن کی مالک تھی۔ اپنے اندر سینکڑوں قیامتیں طوفان لئے ہوئے تھی۔ اور میں ان طوفانوں سے دور پانچویں روز پیدا ہوا

عدالت میں پہنچا تھا۔ کیونکہ ارشد کیس کی آٹ مار سنی تھی۔ ہاشمی صاحب بڑی تیزی سے میرے پاس پہنچے تھے۔ اور میرے کندھے پر ہاتھ رکھ

کر بڑی بے تکلفی سے بولے۔ ”ہم نے سہرا پیدا کیا ہے۔“

کیسے خرید لیا ہے؟
تہدی مولہ کو۔“ نے تمہیں بتا دیا ہوگا۔ اور میں امید ہے

کہ تم نے کاغذات تیار کر دیئے ہوں گے۔ آپ کو شاید غلط فہمی پیدا ہو گئی ہے۔ مسٹر ہاشمی صاحب۔ میرا لہجہ

بے پناہ خشک تھا۔ کیا مطلب ہے؟

میری مولہ نے ابھی تک مجھے ایسی کوئی خبر نہیں دی۔ کہ وہ آپ سے اپنی نامہ کر چکی ہیں۔

ہم نے اسے پولا ایک لاکھ روپیہ دیا ہے۔ میرے علم میں یہ بات نہیں۔ مسٹر ہاشمی۔

بڑی عجیب بات ہے۔ بہر کیف وہ ابھی آ جاتی ہے۔ آپ پہلے

اس سے بات کر لیں۔

اگر وقت پر آگئی تو ضرور کروں گا۔ میں اتنا کہہ کر آگے بڑھ گیا۔
لیکن کیس کے اختتام تک وہ نہیں آئی تھی۔ میں نے کیس بہت آگے
بڑھا دیا تھا۔ اور اسے ایسے رخ پر لے گیا تھا کہ یوسف کے بچنے کے جانے
ختم ہو گئے تھے۔ عدالت سے باہر آتے ہی ہاشمی صاحب مجھ سے اٹکلے
تھے۔ وہ بڑی طرح بوکھلائے ہوئے تھے۔
”پتہ کیا کرتے پھر رہے ہو۔“

کیوں کیا ہوا؟

میرے بیٹے کو پچھانسی کے تختے تک نے بار بار بے ہو۔ وہ آلو
کی پٹنی کہاں ہے پورا لاکھ روپیہ لیلیے اس نے مجھ سے۔
”آپ ہوش میں رہ کر گفتگو کیا کریں مجھ سے۔ میں کوئی گھسیارہ وکیل
نہیں ہوں ایک بہت بڑا فوجداری وکیل ہوں۔“ میں خشک رہے
میں جواب دے کہ تیزی سے آگے نکل گیا۔ میرا ذہن بڑی طرح کھول رہا
تھا۔ جب میں آفس داخل ہوا تو شہناز میری منتظر تھی۔ وہ شکایت آمیز
لیجے میں بولی۔

سر دو کیس میں نے رکھے ہیں۔ میں سمجھی شاید آپ شہر سے باہر
چلے گئے ہیں۔

ہاں۔ میں شہر سے باہر تھا۔

کیس کس نوعیت کے ہیں۔

اور شہناز نے مجھے ان دونوں کیسوں کے بارے پوری تفصیل سمجھا
دی۔

واپس کر دینا۔ میرے معیار کے نہیں ہیں۔
بہت بڑی پارٹی ہے سر۔ کروڑوں روپے کی جائیداد کا چکر ہے
اور۔

واپس کر دینا۔ میں اکتا کر بولا۔ اور وہ خاموشی سے باہر نکل گئی۔
میں سگریٹ سٹکا کر رہی کی پشت سے ٹپک گیا تھا۔ کہ اپنا تک فون کی گھنٹی
بج اٹھی۔ اور میں نے چونک کر ریسپور اٹھایا۔

ہیلو۔ جمشید عالم اسپیکنگ۔

”میں ہوں۔“ الماس۔ دوسری طرف سے ابھرنے والی آواز
نے جیسے میرے وجود میں کوئی گڑبگڑ ڈال دیا۔

آپ کہاں تھیں عدالت کیوں نہیں آئیں۔

مجھے آنے کی ضرورت نہیں ہے مجھے اپنے وکیل پر بھروسہ ہے۔
ویسے مجھے اطلاع مل چکی ہے کہ آپ کیس کو بڑی خوبصورت انداز
سے آگے بڑھا رہے ہیں اور مخالف پارٹی کے لئے تمام دروازے
بند کرتے جا رہے ہیں۔

ہاشمی صاحب تنگی تلوار بنے ہوئے ہیں۔

پر دامت کیجیے۔ آپ اپنا کام جاری رکھئے۔

ہاشمی صاحب آپ کو نقصان بھی پہنچا سکتے ہیں۔

میں نے جگہ تبدیل کر لی ہے۔ وہ مجھے تلاش نہیں کر سکے گا۔
وہ اچھا انسان نہیں ہے۔
میں بھی کوئی نرم غذا نہیں ہوں۔
آپ مجھے آکر ملیں۔
آپ کہاں ہوں گے؟

کیا مطلب ہے؟
میرا مطلب ہے آپ اپنی کسی پر تشریف فرما ہوں گے یا اپنے
مخصوص کمرے میں۔

”بدقیمنز۔“ میرے منہ سے بے ساختہ نکل گیا۔ اور دوسری طرف
سے سلسلہ منقطع ہو گیا۔ اور میں نے ریسپور کو گھور کر کریدل پر رکھ دیا۔
”بدقیمنز۔“ میں پھر بڑبڑایا۔ پھر سنانے کیوں مسکرا دیا۔ پھر بیس
منٹ بعد وہ آگئی تھی۔ لیکن وہ الماس تو نہیں تھی۔ الماس تو
ایک مرلہ اور میلی سی لڑکی تھی۔ میں اسے قطعی طور پر پہچان نہیں سکا
تھا۔

وہ شولر قمیض پر سرخ رنگ ہاف کوٹ پہنے ہوئے تھی۔ بالوں کو
بڑے خوبصورت انداز میں اس نے بنا رکھا تھا۔ اور وہ مرلہ موجود
اب اپنے اندر بہت کچھ لٹے ہوئے تھا۔ وہ تو ایک سالوے رنگ
کی تیکھے نقوش رکھنے والی ایک جاذب نظر لڑکی تھی۔ اس نے اپنا
پرس میز کی سطح پر رکھ دیا۔

ہیلو مسٹر جمشد۔ آپ مجھ سے ملنا چاہتے تھے۔ اس کا
لب و لہجہ تک بدلہ ہوا تھا۔

اور میں اس کی طرف دیکھے جا رہا تھا۔
میں الماس ہوں۔

جی ہاں۔ تشریف رکھئے۔ میں ہولق سا ہو کر بولا اور وہ
بیٹھتے ہوئے بولی۔

در اصل روپیہ بہت زیادہ تھا۔ مجھے چین سے بیٹھنے نہیں دے
رہا تھا۔ سوچا اس کا کوئی مصروف نکال لوں اور اسے سرخ کمرہ دوں۔

خوبصورت مصروف نکالا ہے آپ نے۔
کیسی لگ رہی ہوں آپ کو؟

جی۔

میرا مطلب ہے پہلے کی نسبت کچھ بہتر نہیں لگ رہی۔

آپ بالکل بدل گئی ہیں۔

شکریہ۔ میں نے اس کی اچانک ضرورت محسوس کی تھی۔ خود
ساختہ۔ حسین لوگ اور دولت مند مجھے بھکارن سمجھنے لگے تھے۔

سوچا تھوڑا سا اپنے آپ کو تبدیل کر لوں۔

چائے پیئیں گی آپ؟

کیا ہوٹل میں چل کر؟

جی۔ میں پریشان ہو کر بولا۔

جہاں سڑ ہاشمی صاحب بھی آسکتے ہیں۔ پھر کیوں نہ ہوٹل کا رخ کریں
آئیے اچھے چلتے ہیں۔ اس کے اندر اس قدر اعتماد تھا کہ میں غیر ارادی
طور پر اپنی جگہ سے اٹھ گیا۔ جیسے ہی وہ مجھے لے کر باہر نکلنے لگی۔
ساتنے شہناز کھڑی تھی۔

ہیلو۔ کیسی ہو سکر ٹری۔ اماں نے اسے یوں مخاطب کیا جیسے خود
بہت بڑی شخصیت ہو۔

معلوم نہیں اب شہناز کے دل پر کیا گزری تھی۔ میں تو تیزی سے
آگے نکل گیا تھا۔

وہ گاڑی کے اندر میرے پہلو میں بیٹھ گئی تھی۔ اس کے سنجیدہ اور
پتھر لیسے چہرے پر گلاب کھلے ہوئے تھے۔ آنکھوں میں چمک تھی میں
اسے لیے ہوئے ہوٹل میں چلا آیا تھا۔ بڑی عجیب بات یہ تھی کہ اس
کے ساتھ ہوٹل میں داخل ہوتے وقت جھک محسوس نہیں ہوتی تھی۔
اور وہ یوں میرے ساتھ چل رہی تھی جیسے ہوٹل بازی کرنی آتی ہو۔
میں نے کرسی پر بیٹھتے ہی اس کی طرف دیکھا۔ اور بول پڑی۔

خالی چائے اچھی نہیں ہوتی۔ سینڈوچز منگوا لیجئے۔
میں نے پہلی بار اسے گھور کر دیکھا تھا۔ پھر ویٹر کو آڈر پیش کر دیا۔
جب ویٹر چلا گیا تو میں اس سے مخاطب ہوا۔
ہاشمی صاحب آپ کو جینے نہیں دیں گے۔

وہ میں نے زندہ رہنے کا فن لیکھ لیا ہے۔ وہ لا پرواہی سے بولی۔

اور میں نے پھر اسے گھور کر دیکھا۔
ایک لاکھ روپیہ کم نہیں ہوتا۔ آخر آپ نے یہ فراڈ کیوں کیا۔ کیا
سودع کر کیا۔؟

میں اسے جواب دے دوں گی۔

یہ کوئی اچھی بات تو نہیں۔

کیا مجھے جینے کا حق نہیں۔ یہ حق صرف آپ جیسے لوگوں کے پاس
ہے۔

میں نے یہ تو نہیں کہا۔ کمرت جیو۔ بلکہ زندہ رہنے کے لئے
میں راستہ ہموار کر رہا ہوں۔

اچھا ایک بات بتائیے۔ وہ بے تکلفی سے بولی۔

”سرمایے“ میں خولہ خواہ چڑھ چڑا ہو رہا تھا۔

آپ کی سیر ٹری کیا شادی شدہ ہے۔؟

یہ کیوں پوچھا آپ نے۔؟

یہ آپ کی رٹ چھوڑیئے۔ جیسے پہلے تم کہہ کر مخاطب کرتے

تھے ایسے کہ میں آپ کے منہ سے میرے لئے آپ نہیں سمجھا۔

میں سناتے کیوں مسکرا پڑا۔

اں تو آپ سے بتایا نہیں کہ وہ شادی شدہ ہے۔

نہیں۔

آپ کا مطلب یہ کنواری ہے۔

طلاق شدہ ہے۔

اچھی بات ہے۔

کیا اچھی بات ہے؟

یہی کہ وہ طلاق شدہ ہے۔

کیا بات ہوئی؟

اپنی مسلمات کے لئے یہ بات پوچھی تھی۔ آپ سے۔

یہ تم کیا شے ہو۔؟ میں اکیدم بے تکلفی سے بولا۔

یہ یار کیا ہوتا ہے۔ وہ مجھے گھور کر بولی۔ اور میں شرمندہ سا ہو گیا۔

دیر آگیا تھا۔ اور ہماری مطلوبہ اشیاء مینز پرچن کر چلا گیا۔ وہ

چائے بنانے لگی تھی۔ اس کے چہرے پر عجیب سا بکھار تھا۔ وہ اس

ماحول میں اجنبی نہیں لگ رہی تھی۔ گو میک آپ کے بغیر چہرہ تھا۔

لیکن اچھا لگ رہا تھا۔ مجھے اچانک احساس ہوا یہ لڑکی نے خواہ

خواہ اپنا چہرہ بگاڑ رکھا تھا۔ وہ ایسی گئی گزری نہیں تھی کہ انسان اسے

دھتکار دیتا۔

چینی کتبی پس گئے آپ۔!

دھر مجھ۔

اتنی زیادہ۔

اکیٹ چمچ لیا کرتا تھا لیکن تمہاری باتوں نے کچھ کڑوا کر دیا ہے۔

تب وہ مسکرائی اور چائے بنا کر میرے سامنے رکھ دی

سرپوش ناشک جنتر

۹	۵	۵۵	۷۷
۵۳	۲۵	۹	۶
۸	۹	۳۶	۷۶
۵۴	۷۳	۵	۷

(۱) اس جنتر کو کاغذ پر چندن سے لکھ کر

گنگا جیل سے دھو کر جس کے سانپ نے کاٹا

ہو۔ اس کو یہ جیل پلٹنے سے ٹھیک ہو جاتا

ہے۔

(۲) اس جنتر کو دل کپڑے پر لکھے اور سیدھی کر کے تعویذ بنا کر دلہنے ہاتھ میں باندھنے

سے زہر اتر جاتا ہے۔

گر بچہ سستھ بھن جنتر

۵۴	۱	۵۸	۶۷
۵۱	۶۲	۲۳	۵
۱۱	۸۵	۸	۶۵
۸۵	۲۸	۸۳	۸

(۱) اس جنتر کو بروز اتوار کو بھونچ پتر پر

لکھ کر جو عورت دلہنے بازو میں باندھے تو اس

س کو ضرور ہی حمل رہ جائے گا۔

(۲) اس جنتر کو اتوار کے دن کاغذ پر روٹی سے کاڑھایا بنا کر عورت کے گے میں

باندھے تو حمل ضرور ٹھہر جائے۔

دُشمن کا منہ سجانے کا جنتر

۱۶	۱۵	۳۶	۱۶
۶۱	۳۲	۳۹	۲۶
۶۳	۲۱	۱۱	۷۲
۲۵	۵۶	۵۲	۲۲

(۱) اس جنتر کو اتوار کے دن شتر کا

نام تیل سے کاغذ پر لکھ کر زمین میں ڈبا دے

تو دشمن کے منہ پر سو جن آجاوے

(۱) لوہے کی قلم سے لکھ کر جو دائرے تو دشمن کا منہ سنبھالے۔

کھار کے برتن بگڑنے کا جنتر

۸	۵۶	۱	۳۵
۲۶	۴۳	۳۳	۶۳
۷۴	۱۱	۲۱	۶۴
۴۴	۵۲	۵۶	۷۵

(۱) اتوار کے دن اس جنتر کو کھار کے چاک پر لکھنے سے برتن بگڑیں۔

(۲) اس جنتر کو نیلے کاغذ پر رول سے لکھ کر جس کھار کے آنوے کے نیچے زمین میں گاڑ دیوے۔ اس کا ایک بھی برتن پکے نہ پاوے۔

عورت کشتِ نوارن جنتر

۷۶	۵۸	۹	۵۴
۶	۴۲	۶۲	۱۵
۵۷	۷۲	۸۵	۱۱
۸	۳۸	۸۳	۵۸

(۱) اس جنتر کو گدھے کی بڑی پر لکھ کر عورت کی کمر میں باندھے تو ٹھیک ہو۔

(۲) اس جنتر کو گدھے کے چمڑے پر ہرے رنگ کی سیاہی سے لکھے اور اس کو عورت کے رہنے کی جگہ پر ہی رکھو تو اس کو کوئی تکلیف نہ رہے۔

شتر و مھنے ناشک جنتر

۹	۴۴	۹	۵۱
۷۴	۴	۴	۵۲
۲	۲۸	۲۹	۹۱
۹	۵	۳۸	۴۵

(۱) اس جنتر کو حضور کے پس سے لکھ کر گے میں باندھے تو ٹھیک ہو۔

(۲) اس جنتر کو آگ کا دودھ لاکر کاغذ

پر لکھے اور سدھی کے مطابق ہر اہل سے رٹے تو کبھی بھی دشمن کی طرف سے ڈر نہ رہے گا۔

کٹا نچانے کا جنتر

۷	۴	۵۷	۳۲
۵۲	۵	۶۲	۵۲
۴۵	۵۴	۱	۱۱
۳۵	۸۹	۸۳	۸۵

(۱) اس جنتر کو اتوار کے دن کٹے کے کان پر لکھے تو کٹا نچنے لگے۔

(۲) اس جنتر کو سمشان سے راکھ

لا کر کسی بگٹی کی کھال پر لکھے اور کٹے کے گے میں باندھ دے۔ نو وہ نچنے لگے گا۔

(۳) اس جنتر کو سنچر کے دن لکھ کر کٹے کی دُم میں باندھ دے تو بھی نچنے لگے۔

سرپ ناشک جنتر

۷۵	۷۵	۴	۹
۶	۹	۲۵	۳۵
۵۷	۶۲	۹	۸
۷	۵	۳۷	۵۳

(۱) اس جنتر کو مالنگی سے لکھ کر گھر میں رکھے تو سانپ نہ آوے۔

(۲) اس جنتر کو نیلے کی بیٹ گھول

کر کیلے کے پتے پر لکھے اور گول کی ڈھوپ دے کر اس پتے کا رس نکالے۔ پھر اس پتے کے رس کو سانپ کے دہل پر چھوڑ دے تو سانپ بھاگ جائے۔

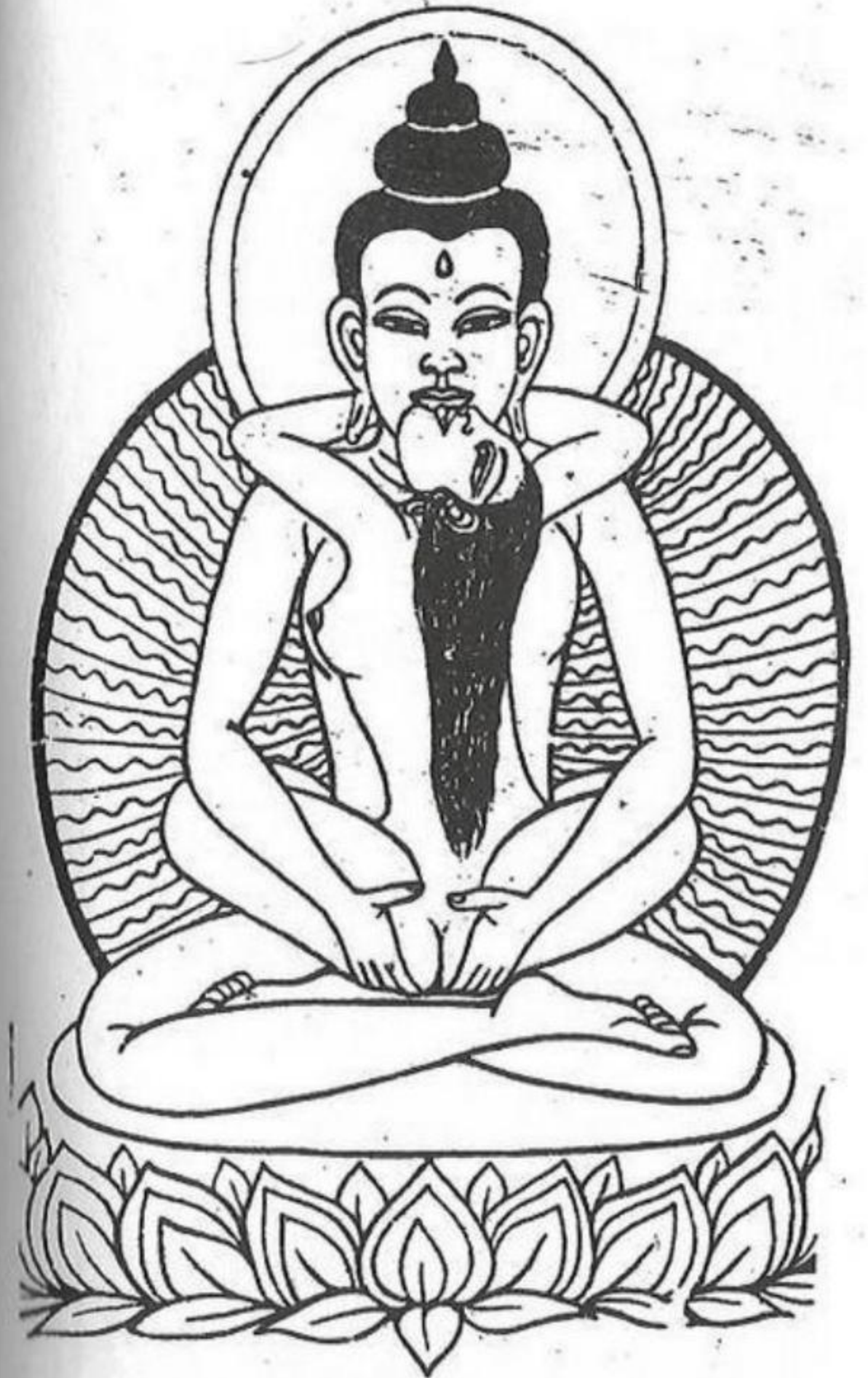
بخار تورک جنتر

۹۳	۴۴	۱۵	۴۶
۴۳	۴	۴	۵۲
۴۴	۲۸	۸۷	۹۱
۵۲	۵	۳۹	۴۵

(۱) اس جنتر کو جسے بخار آتا ہو اس

کے گے میں باندھے تو ٹھیک ہو۔

(۲) اس جنتر کو کھٹے سے کاغذ پر لکھ کر



نیلے کپڑے میں تعویذ بنادے اور اسے مریض یا مریضہ کے گے میں باندھ دے بخار جب اتر جائے اور تین دن تک نہ آوے تو کھول کر کونیں میں ڈال دے۔

نظر مارن جنتر

۳۶	۱	۸۵	۸۵
۸	۹	۲۲	۲۵
۷۸	۷۲	۹	۵۵
۷	۵	۳۹	۸

(۱) اس جنتر کو تانبے کے چتر پر لکھے اور تعویذ بنا کر بالک کے گے میں مسکورا و اتوار کو باندھے تو اسے نظر نہ لگنے پادیں۔
(۲) اس جنتر کو کوئلے سے کھار کے

آنوے کا ٹمبا لاکر اس پر لکھے اور بالک کے کھیلنے وقت و گھر سے بار جاتے وقت ساتھ میں رکھے تو بچے کو کنبھی بھی نظر نہ لگے۔

سر و سدھی جنتر

۶	۳۳	۹	۵۱
۴	۴	۲	۵۲
۸۷	۲۸	۸۷	۹۱
۹	۵	۳۹	۳۵

(۱) اس جنتر کو بھونچ چتر پر گیدڑ کے ناخن سے لکھ کر گوگل وغیرہ کی دھوپ دے کر بازو پر باندھے تو جو بھی کام کرے وہ سیدہ ہو۔

(۲) اس جنتر کی بھید کے دودھ کے ساتھ کاغذ پر لکھے اور اگر اسگندہ وغیرہ کی دھوپ دے کر کسی چپل کے نیچے گاڑا دے تو سب کا سیدہ ہوں۔

تجاری روگ جنتر

(۱) اس جنتر کو کاغذ پر لکھ کر تجاری والے روگی کے ہاتھ پر اتار دے یا سنچر کے ن

۱۶	۱۵	۳۶	۱۶
۲۶	۲۳	۳۲	۴۳
۷۲	۱۱	۲۱	۶۲
۲۲	۵۲	۵۶	۳۵

باندھے اور ٹھیک ہونے پر کوئی میں چھوڑ دے۔

(۲) اس کو کوڑی پر سے کاغذ لے کر کھار کے انورے کی راکھ سے لکھ کر اشت گندہ کی دھوپ دکھا کر مریض کی چارپائی کے نیچے دبا دے تو ٹھیک ہو۔

بھنے نوارن جنتر

۲۳	۱	۸۵	۸۵
۸	۹	۲۲	۲۵
۷۸	۷۲	۹	۵۵
۷	۵	۳۹	۸

(۱) اس جنتر کو لکھ کر پالک کے گے میں اتوار کے دن باندھے دے تو بچہ ڈرے نہیں اور خواب میں رہ رہ کر چونکنا بھی دور ہو جائے۔

(۲) اس جنتر کو لال کاغذ پر تلسی کے پتوں کا رس نکال کر اس سے لکھے اور جو بالک ڈرتا ہو اسے دکھا کر جنگل میں دبا آدے تو اس کا ڈر دور ہو۔

شتر و مکھ بھجن جنتر

۷۱	۲۲	۹	۱۷
۸۵	۷	۲۵	۷۸
۲۹	۲۱	۱۱	۹۲
۵۷	۱۳	۲۲	۷۵

(۱) اس جنتر کو لوبے کی قلم سے کاغذ پر لکھے اور ساتھ ہی اس میں دشمن کا نام بھی لکھ دے پھر اس پر جوت مارے تو شتر و مکھ بھجن ہو۔

(۲) اس جنتر کو کاغذ پر لکھ کر لید سے لکھے اور بارود پر باندھ کر اپنے شتر و مکھ کے سامنے جاوے تو اس کا مکھ بھجن ہو۔

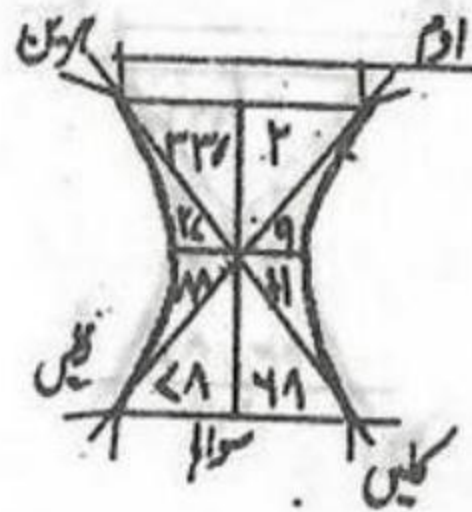
ٹڈی دور کرنے کا مٹر

اوم آمیر جنگل کا تیر۔ اٹا آیا۔ سیدھا جائے انیک۔
ترکیب یہ اس کو کاغذ پر لکھ کر جہاں ٹڈی ہو۔ وہاں پر آگ لگا دے تو ٹڈی بھاگ جاوے۔

سنگھ باندھنے کا مٹر

اوم نموبکال بکال آکھی کل کل کھیل بدعت جائے جاہوت جاہوت۔
ترکیب یہ اس کو اکیس بار اہلی کے پھول پر پڑھ کر شیر کے اوپر پھینک دے تو سنگھ بندھے۔

ڈاکنی کا جنتر



اس جنتر کو کھیر کی لکڑی کے کوٹے سے چمڑے پر لکھے۔ تو مست ڈاکنی لکھنے والے کے پاس سے بھاگ جاویں۔
(۲) اس جنتر کو لیمبو کے رس سے کوندے کاغذ پر لکھ کر سمشان کے جگہ میں تپیل کے پیڑ کے نیچے گاڑ آدے تو تمام ڈاکنی اس پر یوگ کرنے والے کے پاس نہ آویں۔

گئے ہوئے کو بلانے کا جنتر

اس جنتر کو ریت کی دھول سے کاغذ پر لکھے اور پھر ایک نیم کے پیڑ پر چپکا کر اس پر

ہی نرے گا بعض ماں باپ بہرے ہوتے ہیں ہونٹ کٹا ہوا ہوتا ہے تو انکی
اوناد میں بھی یہ عیوب پائے جاتے ہیں ایک شخص کو سوتے وقت دائیں ٹانگ
بائیں ٹانگ پر رکھنے کی عادت تھی اس سے جو لڑکا پیدا ہوا اس میں بھی یہ عادت
موجود تھی اور اس بات کو عام طور پر سب جانتے ہیں کہ گہری سوزاک اور
آتش زدہ والدین کے ہاں جو اولاد پیدا ہوتی ہے ان کے جسم میں انکا زہر
موجود ہوتا ہے ان کے علاوہ تپیدق مرگی ہسٹریا اور پاگل پن وغیرہ امراض
میں مبتلا ہوتے ہیں۔ والدین کے ہاں بھی جو اولاد ہوتی ہے ان میں ان
امراض کا مادہ موجود ہوتا ہے۔

نشہ یازول کی اولاد

نشہ باز آدمی کے ہاں اچھی اولاد پیدا نہیں ہو سکتی اس کی وجہ یہ ہے
کہ منشی اشیاء استعمال کرتے ہوئے دیرج یا تو خشک ہوتا یا پتلا پڑتا جاتا ہے
اور دیرج کے کمزور ہونے کی وجہ سے حمل قرار نہیں پاسکتا جو لوگ کثرت
سے منشی اشیاء استعمال کرتے ہیں انکے ہاں اول تو اولاد ہوتی ہی نہیں
اور اگر اولاد پیدا بھی ہو جائے تو وہ کمزور اور دائم المریض ہوتی ہے اور
اس کی عمر نسبتاً کم ہوتی ہے طب کی رو سے نشہ کی حالت میں اول تو حمل بڑھتا
ہی نہیں اور اگر بڑھ بھی جائے تو نطفے کے ناقص ہونیکے سبب سے اولاد
میں کوئی نہ کوئی عیب دائمی رہتا ہے مثلاً مرگی جنون پاگل پن اور اسی قسم کی دوسری بیماریاں

دن کے وقت جماع کرتے والوں کی اولاد

جو لوگ دن کے وقت ہم صحبت ہوتے ہیں وہ سختی غلطی کرتے ہیں دن

میں آفتاب کا عمل ہوتا ہے زیادہ طاقت مرد کی ہوتی ہے اور انسان کمزوری کا
شکار ہو جاتا ہے عمر کم ہوتی ہے اور اگر دن کے وقت جماع سے نطفہ بکھڑ جائے
تو اولاد بے عزت بے شرم بد عین اور بد شکل پیدا ہوتی ہے دن کے وقت تو
جماع ممنون ہی ہے اور جو لوگ دن کے وقت مشغول ہوتے ہیں وہ سخت
غلطی کرتے ہیں رات کے وقت بھی جسم پر کپڑے کا اور ہنا ضروری ہے بالکل
برہنہ ہو کر اس فعل کا انجام دینا بے شرعی اور بے حیائی ہے اور اگر اس حالت
میں حمل بکھڑ جائے تو بے حیا اور کمزور اولاد پیدا ہوتی ہے۔ طبی خیال سے
بھی یہ منع ہے جس کو ہر وقت سرد ہوا سے بچنا چاہیے اس وقت نظام عصبی
میں سخت ہچکچاہٹ پیدا ہوتی ہے بعض آدمیوں کو پسینہ آنے سے جو لوگ کمزور
ہوں انہیں ہوا لگنے کا یقیناً اندیشہ ہوتا ہے۔ یہی اوقات فالج بھی ہر جاتا ہے۔

تولصورت اور ندرست اولاد پر اگر نیک طریقے

شادی کا مقصد نسل انسانی میں اضافہ کرنا ہے لیکن بہت سے کمزور در
دائم المریض اور کم صورت بچوں کے مقابلہ میں وہ ایک ندرست توانا اور خوب در
نگوں کا پیدا ہونا لا کھو درج بہتر ہے۔ ہمیں کوئی حرج نہیں کہ کمزور بچے پیدا
کے اپ بچوں کی تعداد بڑھائیں ایسی اولاد پیدا کرنی چاہیے جو خاندان کا نام روشن
کے اور ملک و قوم کے لئے مفید ہو۔

ہندوستان میں صل ایک اتفاقیہ بات ہے مگر کون ہے جو اس غرض سے
نسل جنسی کرتا ہو صل میں اندہ نسل کی بنیاد پڑتی ہے صل کا قیام اس وقت
ہوتا ہے جب کہ مرد عورت دونوں کی صحت درست ہو اگر دونوں میں سے
ایک کی بھی صحت خراب ہے تو اس کا اولاد پرہت برا اثر پڑتا ہے۔ مثلاً

باشرت کے وقت نہ لہ و نہ کام ہے اور صل ٹھہر گیا ہے تو بچہ یقیناً کمزور
 ۱۔ دائم المرضی ہوگا اور یقیناً تب مرقہ میں مبتلا رہے گا اگر والدین زمین ہیں
 زچے میں عمر کمزور اور بیمار ہوتے ہیں اگر صحبت کے وقت والدین کے دل
 پر کوئی خوف طاری ہو تو یقیناً بچہ بزدل پیدا ہوگا۔

جوابگ تندرست اور خوبصورت اولاد چاہتے ہیں وہ اس لذت کو نہ
 کریں بلکہ اسے اولاد پیدا کرنے کے لئے سرانجام دیں جماع کی زیادتی سے اپنے
 قوی کو کمزور نہ کریں کمزور والدین کی اولاد بھی یقیناً کمزور اور بد صورت
 ہوتی ہے کسی غم اور نشے کی حالت میں صل ٹھہر جائے اور اس سے جو
 اولاد پیدا ہوتی ہے وہ ناقص اور کمزور ہوتی ہے یہ بات بہت کم لوگوں کو
 معلوم ہے کہ انزال کے وقت جیسی صورت کا تصور ہو بچہ اسی صورت کا
 پیدا ہوتا ہے جو شکل و صورت تصور میں ہوگی بچہ کی صورت اسی کے موافق اور
 رنگ بھی قریب وہی ہوتا ہے ایک دفعہ حکیم جالینوس سے کسی نے پوچھا کہ ایسے
 ماں بد شکل اولاد پیدا ہوتی ہے علاج تجویز کیجئے انہوں نے کہا کہ مباشرت
 کے وقت لیٹر پر خوبصورت تھا ویر اس طرح رکھو کہ ایک پاؤں کے پاس
 ہر ایک جسم کے پاس دایہنی جانب اور ایک جسم کے بائیں جانب تصادیر اس طرح
 رکھو کہ مباشرت میں پیروی کی نظر ان سے مسلسل پڑے اس کے مال نہایت
 خوبصورت بڑ کا پیدا ہوا۔

ایک انگریز مصنف نے لکھا ہے کہ عورت کے سامنے تندرست بچے
 کی تصویر اس طرح رکھی جائے کہ مباشرت کے وقت بخوبی دیکھ سکے
 جو اولاد پیدا ہوگی وہ نہ صرف تندرست اور خوبصورت ہوگی بلکہ اعضاء
 کے اعتبار سے اسی بچہ کے مشابہ ہوگی۔

فرانس کی ایک حسین و جمیل عورت کے کالا کھوٹا بچہ پیدا ہوا۔ شوہر کی پیروی
 پر شک ہوا یہاں تک کہ معاملہ عدالت تک پہنچا۔ عدالت نے تحقیقات کے
 لئے ڈاکٹر مقرر کئے خوب جھان کی گئی تو معلوم ہوا کہ حاملہ کے کمرے میں
 ایک حبشی کی تصویر تھی جس پر اکثر اس کی نظر پڑتی تھی جس کا اثر پیٹ میں
 بچے پر پڑا اور ایک گوری چٹی لڑکی کے ہاں کالا کھوٹا بڑ کا پیدا ہوا حاملہ کے
 کمرے میں نیک بہادر اور خوبصورت انسانوں کی تصویریں آویزاں کریں
 تاکہ نیک بہادر اور خوبصورت اولاد پیدا ہو۔

یہ ایک تاریخی واقعہ ہے کہ ہمایوں بادشاہ کی بیگم حمیدہ بانو ایک دفعہ
 قلم سے اپنے ہاتھوں کے ٹوٹے پر پھول بنا رہی تھی بادشاہ نے بیگم سے
 اس کی دیر پر بھی تو اس نے جواب دیا میں چاہتی ہوں جو بچہ پیدا ہو اس کے
 پاؤں پر یہ نشان دلیسے کا دلیسا موجود ہو۔

اس واقعہ کے لکھنے سے ہمارا مطلب یہ ظاہر کرنے کے ہے کہ ماں باپ
 جس قسم کی اولاد چاہیں پیدا کر سکتے ہیں خصوصیت کیساتھ حاملہ کو حمل کے
 دنوں میں نہایت نیک پاک خیال رکھنے چاہئیں جس قسم کے خیالات ہوں گے
 اسی قسم کی اولاد پیدا ہوگی حاملہ کے کمرے میں بہ چین بزرگوں کی
 تصویریں لٹکائیں حاملہ کو نیک اور بہادر بزرگوں کی کہانیاں سنائیں حاملہ
 کو مذہبی گرنٹھوں کا پاس رکھنا چاہیئے اور اپنے خیالات کو دھرم کی طرف
 لگانا چاہیئے اس سے نیک اور اعلیٰ اولاد پیدا ہوتی ہے۔

مباشرت کے وقت اگر کمرے میں صفائی ہو خوبصورت تصادیر ہوں
 پلنگ اور لیٹر دل پسند ہو تو اولاد تندرست اور خوبصورت پیدا ہوتی ہے
 اگر مکان کے ارد گرد گندگی ہو کمرہ بیدل کچلا ہو تو اولاد بھی کمزور صورت پیدا

ہوتی ہے چنانچہ ایک ہی والدین کے بچے ایک دوسرے سے اس قدر مختلف ہوتے ہیں ایک خوبصورت دوسرا بد صورت اس کی وجہ سوائے اس کے اور کچھ نہیں کہ مباشرت کے وقت ان کے والدین کی جسمانی اور ذہنی حالتوں میں فرق تھا جس کا اثر اولاد پر یقیناً پڑنا چاہیے تھا اولاد اپنے والدین کا نوٹ ہوتی ہے صحبت کے وقت والدین کی جو حالت ہوگی وہی اولاد کی ہوگی خدانے مرد عزت کے تعلقات کا مقصد بقا ہے نسل رکھنا ہے ہمیں اس مقصد کو پورا کرنے کیلئے سوچ سمجھ سے کام لینا چاہیے نہ کہ اندھا دھند محض شہرت کے نشے میں پاگل ہو کر بیجا جی چاہا مشغول ہو گئے چند گھنٹے پیشتر تیاری کرنی چاہیے اور جماع سے پہلے ضروری احتیاط کرنی چاہیے صفحہ مضمون دالے پر پورا پورا عمل کریں اگر بیوی کی رضامندی کے خلاف صحبت کی جائے اور اس وقت حمل قرار پایا جائے تو ناسخ اولاد پیدا ہوگی طب کی رو سے بہتر حمل اور بہتر اولاد کے لئے ضروری ہے کہ میاں بیوی ایک جذبے میں ڈوبے رہیں۔

مضبوط اور خوبصورت اولاد پیدا کرنے میں حاملہ کی خوراک کو بھی دخل ہے اگر زرد ہضم مقوی اور جزو بدن بننے والی غذائیں استعمال کی جائیں تو مضبوط اور تندرست اولاد پیدا ہوتی ہے حاملہ کو دودھ کھنی مکھن پھل اور دسری ہضم شدہ غذائیں ضرور استعمال کریں اور خصوصاً سفید رنگ کی اشیاء مثلاً کیدا انگور سیب چاول چھڑی گھی دودھ مکھن وغیرہ تو بہت مفید ہیں ان کے استعمال سے مضبوط اور خوبصورت اولاد پیدا ہوتی ہے اس اصول کی صداقت میں کوئی شک نہیں کہ ماں اولاد کو جیسا بنا چاہیے بنا سکتی ہے بچے کی تعلیم ماں کے پیٹ سے شروع ہوتی ہے۔ ایام حمل

خوبصورت اولاد پیدا ہوتی ہے اس اصول کی صداقت میں کوئی شک نہیں کہ ماں اولاد کو جیسا بنا چاہے بنا سکتی ہے بچے کی تعلیم ماں کے پیٹ سے شروع ہے ایام حمل میں اگر ماں کے خیالات نیک اور اعلیٰ ہوں گے تو بچہ بھی انہیں خیالات کا پیدا ہوگا۔

سنسکرت کتب کا پتہ سنسکرت میں اس طرح لکھا ہے جھگڑا فساد کرنے والی حاملہ کے

ماں جو اولاد پیدا ہوتی ہے اس کا شرکامادہ ہوتا ہے ۲۰۔ اگر حاملہ دھن دلت جمع کرنے کے خیال میں غلط ہو تو اس کے ماں جو لڑکا پیدا ہو گا وہ ہمیشہ دولت کا طالب رہے گا اگر حاملہ دوسرے کے مال کی خواہشمند ہوگی تو اس میں حسد کا مادہ زیادہ ہوگا ہر وقت غم و فکر میں رہنے والی عورت حاملہ کے ماں ڈرپک کمزور اور جلد مرنے والی اولاد پیدا ہوتی ہے ہم اگر حمل کی حاملہ ہم بستر ہوگی تو اولاد بے جیا اور بے شرم ہوگی (۵) حمل کی حالت میں بدنامیت نقصان دہ ہے رونے والی حاملہ کے ماں ہو اولاد پیدا ہوتی ہے اس کی آنکھوں میں کچھ نہ کچھ نقص رہتا ہے ۱۶ اگر حاملہ سست اور زیادہ سونے کی عادی ہو تو اولاد سست کاہل اور بیوقوف پیدا ہوتی ہے ۱۷ حاملہ نمک زیادہ کھائے تو اولاد کمزور پیدا ہوتی ہے ۱۸ حاملہ کھڑائی اور خون میں تیزی پیدا کرنے والی اشیاء کا استعمال کثرت سے کرائے تو اولاد کا خون خراب ہو جاتا ہے اور کمزور پیدا ہوتی ہے ۱۹ کمزوری چیز کھانے والی حاملہ کے ماں ذیلی پتلی اولاد پیدا ہوتی ہے جو چیزیں زیادہ کھانے سے جو جو بیماریاں پیدا ہوتی ہیں اگر وہ چیزیں حاملہ بکثرت کھائے گی تو یقیناً وہی امراض یا ان کا

کوئی تبدیل شدہ مرض اولاد میں ناممکن ہے کالی چیزیں کثرت سے کھاتے والی عورت کے ہاں کالے رنگ کی اولاد پیدا ہوتی ہے۔

بچوں کی تربیت دراصل بچوں کی تربیت ماں باپ کے پیٹ سے شروع ہوتی ہے جس قسم کے خیالات ماں کے ہوں گے وہی خیالات بچے کو دنیا میں آتا ہے دنیا میں جتنے نامی انسان ہوئے ہیں ان کو سیدنا نہ صل میں اعلیٰ تعلیم حاصل ہوتی دیرا معذور اور سواجی کی مثالیں ہمارے سامنے ہیں براچین کمرہ نگوں کے پڑھنے سے معلوم ہوتا ہے کہ سواجی کی ماں اپنے بچوں کو بہادر بنانے کی آرزو نہ تھیں چنانچہ وہ تل کے دلوں میں انپر عمل پیرا ہی جس سے بچہ کے دل پر بہادر کی نقوش ہوں اس کا کمرہ بہادروں کی تصاویر سے آراستہ تھا اس کے علاوہ وہ بہادر انسانوں کی کہانیاں سناتے تھے پنولین اناج یورپ کے نام سے مشہور تھا۔

اس نے بہادری میں بہت بھرپور نام پیدا کیا جب وہ ماں کے پیٹ میں تھا اس کی ماں خاندن کے ساتھ میدان جنگ میں تھی اور امور جنگ میں دلچسپی لیتی تھی رابرٹ پرنس سکاٹ لینڈ کا مشہور شاعر ہو گزرا ہے اس کی ماں کو گیتوں کا بہت شوق تھا حمل کے دن سبب وہ فرست کے وقت اکثر گایا کرتی تھی اس کا اثر بچے پر پڑا اور وہ نامور شاعر بن گیا۔ پیدا ہونے کے بعد بھی بچے کا بگڑنا مسنونہ والدین کے اختیار میں ہے بچے کو جیسے اخلاق کی گودیں پر درشس کیا جاتا ہے۔ اس کے ویسے ہی اخلاق ہو جاتے ہیں۔ تربیت وہ چیز ہے جس کا اثر بچوں کی فطرت پر بہت زیادہ پڑتا ہے۔

جس طرح بچہ والدین کو دیکھ کر بولتا اور چلنا سیکھتا ہے اسی طرح وہ جو کچھ اپنے ماں باپ کو کرتے دیکھتا ہے ویسا ہی خود کرنے لگتا ہے۔ والدین کی اپنی اولاد کی نگرانی کرنی چاہیے بچے کے مثال نرم ٹھنسی کی ہے جس کو ہر طرف موڑ سکتے ہیں مگر خشک ہونے کے بعد ایسا نہیں ہو سکتا اس لئے بچوں میں اپنی اولاد کے انتہائی دغیرہ کی نگرانی کرنی چاہیے اگر کوئی شخص اپنی اولاد کو سستی، فغول خرچی اور بد چینی یا کسی بری عادت کا تذکرہ کرتا ہے تو ہم سمجھتے ہیں یہ اس کا اپنا قصور ہے اس نے اپنی اولاد کو اچھی تربیت نہیں دی اگر ایک شخص اولاد کے طریقہ تربیت سے واقف ہے اور اپنی اولاد کو اچھی تربیت نہیں دی اگر ایک شخص اولاد کے طریقہ تربیت سے واقف ہے اور اپنی اولاد کو نیک تربیت دیتا ہے تو کوئی وجہ نہیں اولاد نیک نہ ہو تو یہ بات یاد رکھنا چاہیے کہ بچوں کی آئندہ زندگی کا انحصار والدین پر ہے جو آج بچہ ہے تو کل باپ ہوگا انگریزی مثل ہے AFILS I HT NEFOTKROPMOK اگر آج بچہ کی تربیت ٹھیک نہ ہوتی تو وہ کل اپنی اولاد کو کیا سکھائے گا اس کی اولاد بھی ویسی ہی ہوگی جس خاندان کا تئز ہوتا ہے اگر اس کا غور سے مطالعہ کیا جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ اخلاق اور مالی تباہی کا سبب یہ ہے کہ اس میں بچوں کی تربیت سے بے پرواہی کی گئی تھی۔

جب ایسے بچے جوان ہوتے ہیں اور روزی کمانے کا وقت آتا ہے تو وہ ناکام رہتے ہیں کیونکہ حسنی اور جفاکشی کا مادہ ان میں بچپن میں پیدا نہیں کیا جاتا جو دنیا میں سہاوی حاصل کرنے کے لئے ضروری ہے۔ اپنے دسائے میں غور کرو اپنے بچوں کو نیک عادتیں سکھاتے ہیں تمہیں جتنی بھی محنت کرنی پڑے غلطی ہے بچہ میں آپ کی اصل جائداد ہے جو والدین اپنی اولاد کی طرف ترجیح

نہیں دیتے وہ اپنے ہاتھوں سے اپنے خاندان کی قبر کھودتے ہیں بچپن میں بچے کی تربیت اس وقت شروع ہوتی ہے جب ماں کے پیٹ میں ہو حاملہ کو خوش رکھتے بہادر دل اور بزرگوں کی کہانیاں سناتے اور ان کے قصائد پر حاملہ کے کمرے میں آدیناں کرتے ہیں تو وہ مصنف واپس اور صحت بخش غذا میں اسفہال کراتے ہیں اور حاملہ کو کبھی رنجیدہ یا غمگین نہیں ہونے دیتے دراصل یہی وقت بچے کو نیک اور اعلیٰ تربیت دینے کا ہے جس قسم کے خیالات ماں کے ہوں اسی طرح کا بچہ پیدا ہوتا ہے اگر ماں کے خیالات اچھے نہیں تو اولاد کے خیالات بھی اچھے نہیں ہو سکتے۔

بچے کی خوراک بچے کے مددنی غذا ماں کا دودھ ہے اس سے بڑھ کر اس بچے کے لئے کوئی نعمت نہیں۔ اب تک کوئی کیمیائی مرکب تیار نہیں ہوا جو ماں کے دودھ کا مقابلہ کر سکے مگر ماں کے دودھ کے بدل ضرور موجود ہیں اور ان میں سے بہتر ماں کا دودھ ہے لیکن جس حالت میں ماں کا دودھ ہو اور ماں کو کوئی خاص بیماری نہ ہو تو بچے کے لئے اپنی ماں کا دودھ سب سے اچھا اور مفید ہے اس لئے شروع شروع میں بچہ اور نہ چھ دنوں کو ناندہ ہے کیونکہ بچہ کے دودھ میں بعض اجزاء ایسے ہوتے ہیں جو بچہ کے حق میں خاص اثر رکھتے ہیں ادھر دودھ کا نکاس سے ماں کے اندرونی اعضا میں اس قسم کی تحریک ہوتی ہے کہ وہ بہت جلد سکڑ کر اپنی حالت پر آ جاتے ہیں ہم سب سے پہلے لکھ چکے ہیں کہ عورت کی چھاتیوں اور اعضائے مخصوصہ میں اگر گہرا تعلق ہے چھاتی سے بچے کو دودھ پلانے کا اثر ہوتا ہے کہ رسم اپنی جگہ پر آ جاتا ہے لیکن اگر بچہ کی ماں از حد کمزور ہو تو ضروری ہے بچے کو کسی اور طریقے سے

بچے کو کسی اور طریقے سے دودھ پلانا چاہیے بچہ پیدا ہوتے ہی بچہ کو دودھ نہیں پلانا چاہیے۔ دس بارہ گھنٹے کے بعد جب عورت کی طبیعت بحال ہو تو گرم پانی سے چھاتیوں کو دھو کر اور ہر ایک پستان سے قطرے دودھ لگا کر بچہ کو پلائیں فوراً بچہ کو پلائیں فوراً دودھ پلانا بچہ کے لئے مفید صحت ہے کیونکہ اس وقت اول زچہ کی طبیعت بحال نہیں ہوتی اور دوسرے اس کے خون میں بچہ ہوتی ہے بچے کو دودھ پلانے کے اوقات مقرر ہونے چاہیں بعض ماہیں شروع ہی سے بچہ کو بری عادت ڈال دیتی ہیں جو وقت بچہ روٹے تو اسے دودھ پلا کر خاموش کر دیتی ہیں اس سے بچوں کا معدہ خراب ہو جاتا ہے اور بد معنی کی شکایت ہو جاتی ہے جب تک بچہ ماں کا دودھ پیتا رہے اس کی صحت کا ضرور خیال رکھنا چاہیے۔ دودھ چا دل کچھڑی والی مچھلکا تیرا دیاں اور پھل بہترین خوراک ہے۔

بیماری نہ بچے غصہ کے وقت بچہ کو دودھ نہ پلائیں دودھ کے اندر بعض اجزاء پیدا ہو جاتے ہیں جو کبھی کبھی بچے کو بہت نقصان پہنچاتے ہیں رات کے وقت بچے کا جھولا یا چادر پانی ماں **بچہ کے لئے تازہ ہوا** کے پتنگ کے پاس ایسی جگہ ہونی چاہیے جہاں تازہ ہوا اور روشنی کا کافی انتظام ہو۔ دن میں موسم کے لحاظ سے برآمدے میں ہو تو زیادہ بہتر ہے جہاں کثرت سے تازہ ہوا اور روشنی دونوں مل کر ہی زیادہ فائدہ پہنچا سکتے ہیں جب ننھا بچہ سانس لیتا ہے تو کچھ ہوا اپنے پیچھڑوں میں لے جاتا ہے۔ ہوا میں دو قسم کی گیس ہوتی ہے اور وہ کھلی ہوا میں ہوتی ہے بچہ جب پیچھڑے میں لے جاتا ہے۔ تو خون جو جسم میں گردش کرتا ہے اور اس کی گردش

کی وجہ سے گندہ ہو جاتا ہے وہ آکسیجن سے صاف ہو جاتا ہے۔ ایسے
جہاں تک ممکن ہو بچوں کو تازہ ہوا میں رکھنا چاہیے۔ بعض مائیں جب بچہ
ہو جاتا ہے تو مکھیوں پھروں وغیرہ سے بچانے کا خیال سے اس کے منہ پر کپڑا
ڈال دیتی ہیں اور بے فکر ہو جاتی ہیں مگر یہ کپڑا اڑ رہا دینے سے ہوا کا گذر
حیچے کی ناک تک نہیں ہو سکتا اور جب وہ ہوا کو پھیپھڑوں میں لے جا کر باہر
نکالتا ہے تو آکسیجن کی بجائے ایک اور گیس کو کاربن ڈائی آکسائیڈ کہتے ہیں
بائرنہ نکلتی ہے یہ گیس زندگی کے لئے زہر قاتل ہے کیونکہ یہ کپڑا ہونے کی وجہ
سے تازہ ہوا کا راستہ نہیں رہتا اور بار بار دہی گندی ہوا پھیپھڑوں میں جاتے
سے سخت نقصان پہنچتا ہے جب بچہ ہو جائے تو اس کے منہ پر کسی قسم
کا کپڑا نہیں ڈالنا چاہیے۔

بچہ کے لئے علیحدہ چارپائی

پیدائش کے دن بچہ کو علیحدہ سلاتنا چاہیے تاکہ وہ ہمیشہ کے لئے اس
کا عادی ہو جائے بعض مائیں بچوں کو علیحدہ سلاتے سے ڈرتی ہیں اور
یہ اندیشہ کہ علیحدہ سونے سے بچے کو سردی وغیرہ کا خطرہ ہے بالکل بے
بنیاد ہے اکثر مائیں بچے کو ہر وقت چھٹائے رکھتی ہیں اور رات کو بھی بستہ
پر اپنے ساتھ سلاتی ہیں حالانکہ یہ تندرستی کے لئے سخت مضر ہے تنھے میاں
صبح سے شام کندھے سے لگے ہوئے ہیں رات کو بھی ماں کے پیلو میں بچہ
بستہ نہیں آتی جہاں ماں کسی ضروری کام کے لئے اٹھی اور اپنے روبرو کر
سارا گھر سرسراٹھا لیا لیا بچہ نہ صرف ماں کے لئے بلکہ سب گھروالوں کیلئے

ماں جان ہو جاتا ہے اس کی صحت خراب ہو جاتی ہے اور ماں کی صحت بھی
اور وہ ٹھنکی مادی سی رستی ہے ان ماؤں کو دیکھ کر ہمیں تعجب ہوتا ہے کہ
ان کو خود اس بات کا احساس تک نہیں ہوتا کہ بے جا لٹ پیا رہ بچہ اور ماں
دونوں کی رست اور تندرستی کے لئے مضر ہے۔

بچوں کی پرورش ماں کا ایک ضروری فرض ہے ماں کو اپنی اور اپنے
بچوں کی صحت اور شوہر کے آرام و آسائش گھر کی دیکھ بھال غرضیکہ تمام
دنیاوی ضروریات کو مد نظر رکھ کر پرورش اولاد کے صحیح طریقے اختیار کرنے
چاہئیں یہ امر خاص طور پر توجہ کے لائق ہے کہ اگر ماں کی صحت درست
ہوگی تو بچہ بھی تندرست رہ سکے گا ماں کی صحت پر بچہ کی تندرستی کا انحصار
بے جیسی پرورش و تربیت ماں اپنے بچے کی کر سکتی ہے کوئی حرص یا آہستہ
کر سکتی بشرطیکہ ماں کو بچوں کی پرورش کے صحیح طریقے معلوم ہوں۔

اگر بچہ علیحدہ سونے کا عادی ہو تو ماں بچہ دونوں کو پورا پورا آرام و تسکین
آ سکتا ہے اور دونوں کو صحت سی تکلیفوں سے نجات مل سکتی ہے اگرچہ
بیمار ہو تو ماں نہایت تیزی سے تیمارداری کے فرض کو انجام دے سکتی ہے
اور ماں کو اپنی بیماری میں بچہ کی طرف سے اطمینان ہوتا ہے کیونکہ بچہ ضرورت
سے زیادہ ماں کے پاس رہنے کا عادی نہیں ہوتا گھر کی دیکھ بھال شام کو
سیر و تفریح ملنا ملنا غرضیکہ کسی کام میں بچوں کی رکاوٹ پیدا نہیں ہو سکتی
ہر ماں کو چاہیے کہ اپنے بچوں کو ابتدائی سے علیحدہ سونے کا عادی بنائے
اگر بچہ پہلے سے ماں کے علیحدہ سونے کا عادی ہے تو شروع شروع میں کئی راتیں
بے چین رہے گا اسی دوران میں صبر و استقامت کے ساتھ کوشش جاری رکھی
جائے تو امید ہے کہ بچہ علیحدہ سونے کا عادی ہو جائے گا مگر یاد رکھنا چاہیے

کہ تندرستی کے عام قاعدے مثلاً غسل صفائی خوراک ہر کام میں اوقات کی پابندی اور پورا پورا عمل کرنے سے فائدہ بخش نتائج نکلتے ہیں اور بچے کی صحت روز بروز ترقی کرتی رہے اسی حالت میں باقاعدگی قائم رکھنی ضروری ہے

دودھ پڑھانیکا قدرتی طریقہ

بعض عورتوں کے پستانوں سے بہت کم دودھ آتا ہے انہیں چاہیے کہ خود دودھ کا استعمال کریں زرد ہضم غذا میں کھائیں گرم مزاج عورتیں جو کاپانی اور پانک کاساگ اور سرد مزاج والی شیرینی اور چکنی غذا میں استعمال کریں گانہ کھانے سے بھی دودھ بڑھ جاتا ہے۔ گاجر کا حلوہ بہت مفید ہے۔ سوٹف کا کارٹھا بھی فائدہ مند ہے۔ دو تین توڑے بنوے کی گرمی کا آٹا دودھ میں کھیر کی مانند پکا کر صبح و شام استعمال کریں ہمیشہ خوش و خرم رہیں۔ غم و غصہ پاس نہ آنے دیں بچہ کے لاد پیار اور محبت کریں اس سے دودھ خود بخود آتا رہتا ہے۔ اگر دودھ زیادہ کرنا ہو تو غذا کم کر دینی چاہیے اور زیرہ کو سرکہ میں پکوی پستان پر لپیپ کرنا بھی بہت مفید ہے۔ اگر دودھ زیادہ گاڑھا ہو تو پودینہ اور زوفا پانی میں ابال کر سکبھن بزرگی ملا کر پینا بہتر ہے اور غذا کے لیے کھٹری دودھ چا دیں معدے کی روٹی نیم بریاں انڈے کی زردی وغیرہ استعمال کرائیں اور دودھ ختم جائے اور درد ہو تو گرم پانی میں کڑا بھگو کر پستانوں کے سروں پر چھڑنا اور گرم تیل کی مالش کرنا بہتر ہے۔

دانی کا دودھ

اگر بیماری کی وجہ سے ماں کا دودھ ناقص ہو تو بچے کو ماں کا دودھ پلانے کی بجائے کسی نیک چلن اور خوش صورت عورت یا دایہ کا دودھ پلایا جائے جس

کا اپنا بچہ بھی اتنی ہی عمر کا ہو دودھ کے ساتھ دودھ پلانے والی عورت کے اخلاق اور خیالات بھی بچہ میں سرایت کرتے رہتے ہیں۔ اگر دایہ بد اخلاق مل جائے تو یہ شرط پوری ہونی مشکل ہے۔ کہ دایہ کا بچہ بھی اسی عمر کا ہو کہ ننھے بچے کی ماں کا دودھ ہلکا اور پتلا ہوتا ہے۔ آہستہ آہستہ سلقا بننا کاڑھا اور طاقتور ہو جاتا ہے۔ مجبوری اور ملا چاری کی حالت میں اپنے بچے کو کسی دوسرے عورت کا دودھ پلانا چاہیے بھٹیس کے دودھ سے پرہیز کرنا چاہیے کیونکہ اس میں روغنی مادہ زیادہ ہوتا ہے۔ جو بچوں کے لیے مفید نہیں ہوتا۔

بچے کو دودھ پلانے کے متعلق ضروری احتیاطیں

ماں کا دودھ بچے کیلئے قدرتی غذا ہونیکے باوجود بچوں کی کمزوری اور بیماری یا موت کی وجہ عام طور پر دودھ پلانے میں بے احتیاطی ہوتی ہے۔ بے احتیاطی دودھ پلانے میں ہو یا ماں کے اپنے کھانے میں دونوں صورتوں بچہ پر اثر پڑتا ہے۔ اس سلسلے میں مندرجہ ذیل ہدایات پر عمل کرنے سے بچے کی صحت پر بہت اچھا اثر پڑے گا۔

دودھ پلانے سے پہلے پستانوں کے سروں پر روزانہ نیم گرم پانی سے اور کبھی کبھی گرم پانی بوریک الیڈ ملا کر دونا چاہیے تاکہ چھاتی کا میل اور پسینہ دودھ کے ہمراہ بچے کے منہ میں نہ باسکے اور اس طرح دودھ پلانے سے پہلے بچے کے منہ کو بھی صاف کر دینا چاہیے اور دودھ پلانے سے پہلے دودھ کی چند بندیں بچے کو دینی چاہئیں لٹا کر دودھ پلانے سے گونہ میں سے کرو دودھ پلانا بہتر ہے۔ دودھ متورہ وقت پیرا غمناک سے پلانا چاہیے نہ بہت زیادہ اور نہ بہت مختصر اوقات کو بہت زیادہ

میلہ دودھ کم دینا چاہیے بعض مائیں بچے کو روک دیتے ہیں اسے فوراً دودھ
 دینے لگتی ہیں۔ اور اگر وہ نہ پیئے تو جبراً ٹھونکتی ہیں۔ خواہ وہ سنا اور
 ہی سبب سے روتا ہو یہ بہت مضرت بات ہے کیونکہ بچے اکثر زیادہ
 دودھ پیا لینے پر بدستھی کا شکار ہو جاتے ہیں۔ سبب تک بچہ گور میں ہو
 عورت کو مرد کے پاس نہیں جانا چاہیئے اور اگر اسے غلطی سمجھی ہو جائے تو
 اس حمل کے بعد کم از کم دو گھنٹہ تک بچہ کو دودھ نہیں پلانا چاہیئے پہلے
 چھ مہینوں میں دن کے وقت بچے کو دودھ گھنٹے کے بعد دودھ پلانیں
 تین ماہ کی عمر تک بچے کو صبح ۶ بجے سے شام ۶ بجے تک ہر دوسرے
 گھنٹے اور پھر شام کے سات بجے سے ۱۰ بجے تک ۱۲ گھنٹے بعد دودھ
 پلانا چاہیئے۔ چار ماہ سے بچے کو صبح ۶ بجے سے ۱۰ بجے تک ۲ بجے
 گھنٹے کے بعد اور رات کو صرف ۱۰ بجے تک تین تین گھنٹے بعد اس طرح
 بچہ تندرست رہے گا اور دودھ مضبوط بھی کر سکے گا۔ دودھ پلاتے وقت
 دونوں چھاتیوں سے یکساں پلانا چاہیئے۔ بچے کے دانت نکلنے سے
 پہلے سوائے دودھ کے ہر گز کچھ نہ دیں ولادت سے دو ہفتہ پیشتر
 اگر میں اپنے بچوں کو روزانہ نیم گرم بانی سے جس میں چند بونڈیں
 شراب کی ملائی گئی ہوں دھو ڈالا کرے۔ تو دودھ بھی ٹھیک وقت پر
 اترے گا اور چھاتیوں میں دم درد سوزش یا زخم وغیرہ پیدا ہونے کا
 بھی کوئی خطرہ نہ رہے گا۔

اگر آپ بچے کی صحت پر برقرار رکھنا چاہیں تو ۲/۸ کا مٹی آدر
 بھیج کر ہدایت نامہ پر درش منگائیں جو ہم سے مل سکتی ہے۔



اے بل کا دھپہ کھلا دے تو کتا بھونکنے لگے۔

بیوپار بڑھانے کا جتر



بروز دیوالی یا گربہ کی رات کو انار کی قلم بنا کر بڑی خوبصورتی سے لال چندن گھول کر اپنی دکان پر لکھے۔ تو بیوپار زیادہ ہو۔

(۲) اس جتر کو پشیم پختہ میں بھونج پتر پر اسگندہ سے لکھے اور دکان پر اپنے غلہ میں رکھ کر روز دھوپ جلا یا کرے تو بیوپار میں خوب نفع ہو۔

لڑائی جھگڑا کرانے کا جتر



اس جتر کو منگل کے دن آلو کے پنکھ سے کھار کے آنوے سے نکلے ہوئے ٹھیکرے پر لکھے اور دشمن کے گھر میں پھینک دے تو ضرور لڑائی ہو۔

(۲) اس جتر کو کپلا گانے کے گورے آک کے پتے پر لکھے اور دشمن کی چھت پر ڈال آدے۔ تو جھگڑا ہو۔

جوتے میں جیتنے کا جتر

۸	۶۴	۸	۱۶
۴۶	۱۴	۶۴	۵۴
۶۴	۵۱	۱۴	۲۱
۴۴	۱۵	۶۵	۵۶

اس جتر کو گورو جن۔ کیسر اور اسگندہ سے بھونج پتر پر سواتی پختہ میں لکھ کر دیوالی کو نوچا کر داہنے بازو میں باندھنے سے جو ضرور جیتے۔

(۲) اس جتر کو بھونج پتر پر لکھ کر مقابل

چاک پر برتن چپکنے کا جتر

۳	۸	۷
۵	۲۱۱	۹
۴۲	۶۴	۳۳

اس جتر کو کھار کے چاک پر کھیر کی لکڑی کے کوٹے سے لکھیں تو برتن چاک پر ہی چپک کر رہ جائیں۔ چھوٹیں نہیں۔

(۲) اس جتر کو مولشری کے رس میں لال کاغذ پر لکھ کر کھار کے چاک کے نیچے گاڑ آدے تو اس کا ایک بھی برتن ثابت نہ اترے۔

موہنی جتر

۴۴	۱۷	۸۶	۳
۸۳	۹۴	۱۸	۹۲
۲۴	۸۷	۲۶	۲۸
۳۳	۵۱	۵۸	۱۱۰

اس جتر کو پشیم پختہ میں بھونج پتر پر عورت کے دودھ سے لکھ کر بازو پر باندھے تو وہ عورت داسی بن کر رہے۔

(۲) اس جتر کو لال رنگ کے کاغذ پر چندن سے لکھے اور عطر میں بھگو کر جس عورت کو دشمن میں کرنا ہو۔ اس کی ساڑی لگا دے تو منور تہ مدد ہو۔

کتا بھونکنے کا جتر

۳۷	۷۴	۸	۹
۶	۱۷	۷۱	۷۳
۷۶	۷۸	۸	۹
۵	۱	۳۹	۷۵

اس جتر کو کالی سیاہی سے سنچر کے دن کتے کے کان پر لکھنے سے کتا بھونکنے لگے گا۔ اور جب سنا یں۔ تو بھونکنا بند ہو گا۔

(۲) اس جتر کو بادے کی مٹی لاکر اس سے بیل پتر پر لکھے اور جس کتے کو بھونکنا ہو۔

جوتے باز کے نیچے رکھ کر اور کاغذ پر لکھ کر اپنے نیچے رکھ چھوڑے تو ضرور بضرور جیت ہوگی۔

بدیش میں گئے ہوئے کو بلانے کا جتر

۳۸	۶۵	۱	۲۱
۹۱	۶۲	۲۶	۱۶
۴۲	۸۴	۱۴	۴۸
۸۲	۹۶	۶۵	۲۶

اس جتر کو راستے کی وصول سے کاغذ پر لکھے اور اس لکھے ہوئے پر کوڑے کی مار لگائے تو کچھ ہی دنوں میں گیا ہوا آدمی لوٹ آدے۔

(۲) اس جتر کو نیمسو کے زس سے کورے

کاغذ پر لکھ کر سٹشان میں ٹپل کے نیچے گاڑ آدے تو بدیش گیا ہوا آدمی فوراً واپس چلا آدے۔

ڈاکنی دور کرنے کا جتر

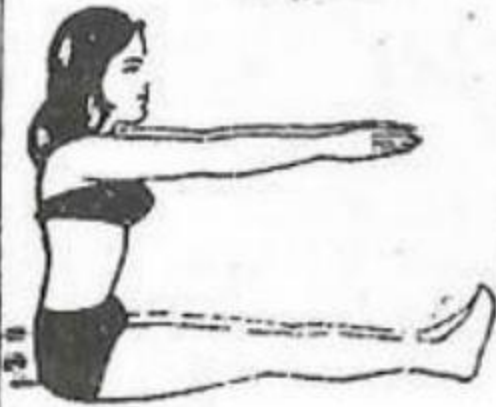
اس جتر کو آگ یا مدار کے دودھ سے کاغذ پر لکھ کر رات میں سوتے وقت سر پہنے ایک بوتے کے نیچے دبا کر سو جائے تو ڈاکنی دور ہو۔

۸۰	۶۴	۲۱	۱۶
۳۶	۱۳	۶۴	۵۳
۶۶	۱۶	۲۱	۱۱
۳۴	۲۵	۶۵	۵۶

(۲) اس جتر کو چرمی کی جڑ پیس کر پانی میں گھول انار کی قلم سے کاغذ پر لکھے۔ اور مریض کے سر پہنے گوگل کی دھونی میں کاغذ کو جلا دے تو مریض تندرست ہو۔

مہاموہن مٹر

اوم بھریں دھول دھول ٹھٹھ اوم بھریں کلس بھریں سواہا۔ پڑا کے دن چپکا پکشی کا پنکھ لاکر کستوری میں پیس کر مٹر کو پڑھ کر پھونکے پھر اس کا ماتھے پر تنک لگا کر جہاں جائے۔ جو بھی کیئے وہ فوراً دوش میں ہو جائے جو چاہے اس سے اپنا کام لے دے۔ انکار نہیں کرے۔



دیگر موہنی تلک!

سہدیوی کے سورس میں تہی بیج ملے
پس تلک روپوار کو کرے جلت موہ جائے

دیگر موہنی تلک!

مینسل اور کافور لے
کیلے کے رس ہی ملائے
تلک دینے بھلی پر کار
شو کمیں موہت ہو سنسار

دیگر موہنی تلک!

سڑتل اور آسگندہ کا چورن اودے
گوروچن سنگ پیئے کیا اس شے
جگ موہے دیویں تلک اس میں مشنائے

استری موہنی!

کھپ نکمہ دچھ کر گل ملاوے
مونک نکمہ سنکر اپ چاروں ملاوے

دیکھ ہو کمیں اتی سندر ناری
سر ڈارو ہوئے تو پیاری

دیگر استری موہنی

زیرا کٹلی۔ آک کی جڑ اور موہتا۔ ان سب کو خون میں پیس کر مالیوے اور ماتھے پر
تلک لگاوے تو جو استری اس کو دیکھے وہ موہت ہو جاوے۔

راج کل موہنی

نیل کل گوگل اور اٹا ہی اگر ملا کر اپنے سب بدن پر دھونی دے کر جائے تو دیکھتے ہی
راج کل دش میں ہو۔

سرو موہنی تلک

کاڑا سنگی چندن بیج کوٹ
نہیں ملے بناوے رھوپ
یو۔ دستر۔ کمہ اُسے لگاوے
شو پکشی موہت ہو جاوے

سب سے بہتر آسان موہنی تلک

بیل پتر کو لائے کر چھایا میں نہ لکھائے
کیل گائے کے دودھ میں گور و بنوائے
جب چاہا گوں گھ تلک کر رشائے

نچ کر کے جان لے۔ جگوش میں ہو جائے

جل استھم بھن مستر!

نوم نمو بھگوتے جلی استھم بھن کر دے۔ کر دے۔ ہوں پھٹ۔ سو با۔

ترکیب :- سانپ اور نیولے کی چربی اور بغیر زہر کے سانپ کے بچے کا سر تیل ملا کر بیتھا دومی سدھی کرے۔ پک جانے پر دو تیل لوہے کے پاتریں کرشن پکشی کی اشٹی کو رکھ چھوڑے۔ ایک ہزار ستر سے آٹھ مرتبہ کھی کا ہون کرے۔ اسی ستر سے اسپریش کرے تو جل استھر رہے۔ یہ ستر بڑا شگتی شالی ہے۔ اس کو دومی پوردک سدھ کرنے سے بڑے کام کا ثابت ہو سکتا ہے۔

بدھی استھم بھن مستر!

اولگا اور بھنگرہ لینی۔ سر سول شویت اور سدھی

زمین قندج۔ آک سفید۔ لئے سنو تم ان کا بھید

دودن لوہ پاتریں دھریے۔ پیس چھان کر لگدی کرے

تک لگائے جہاں بھی جائے۔ دیون بدھی نشٹ ہو جائے

دیگر بدھی استھم بھن مستر!

الوک دشٹھا چاوائے۔ چھایہ شو شکانو کار بیت

نامبولے رپوے دیم۔ بدھی استھم بھن مستر۔

یعنی :- الو پکشی کی دشٹھا لاکر چھایا میں سکھالے پھر پان میں رکھ کر دشمن کو کھلا دے تو اس کو بدھی ادھیہ ہی نشٹ ہو جائے گی۔ اور وہ دنیاوی کاموں کا قطعی نہیں رہے گا۔

منی کی پیدائش، افزائش اور گاڑھا کرنے والی اشیاء

وہ چیزیں جو منی کو بناتی، بڑھاتی اور گاڑھا کرتی ہیں۔ ایک طویل فہرست کی متقاضی ہیں۔ ان سب کا ذکر ”داستان ہوش ربا“ سے کم ضخامت کی کتاب میں نہ ہو سکے گا۔ اس لئے مندرجہ ذیل صفحات میں نہایت اختصار سے کام لے کر میں صرف ان چیزوں کا ذکر کروں گا جو سہل الحصول ہیں اور ان کے استعمال کے طریقوں پر بھی طول و طویل مقالے لکھنے سے گریز کرتا ہوں صرف چند ایک مفید باتیں بیان کر دینے پر اکتفا کروں گا۔

طیب کے مراتب:

حکیم جالینوس کی شہرت طب یونانی کے آسمان پر ایک نجم درخشندہ کی وہ چمک ہے جسے ایک زمانہ دراز کی تاریکیاں بھی کم نہیں کر سکیں۔ اس بلند پایہ حکیم کا قول ہے کہ سب سے بہتر وہ طیب ہے جو کسی مرض کا علاج صرف غذاؤں ہی کے الٹ پھیر سے کر سکتا ہو۔ اس سے کم درجہ اس طیب کا ہے جو مفردات سے علاج کر سکتا ہو پھر اس سے کم درجہ اس کا ہے جو مرکبات سے مرض کی روک تھام کر سکے اور سب سے آخری درجہ اس طیب کا ہے جو سمیات اور کشتہ جات کی طرف رجوع کرے۔ غذا چونکہ جزو بدن بننے والی اور ایک بے ضرر چیز ہے۔ اس لئے جو طیب اسی کے ہیر پھیر سے اپنے زیر علاج مریض کو شفا بخش سکے۔ اس کا درجہ یقیناً بہت بلند ہے مگر اس فن میں ماهر کامل ہونے کے لئے مختلف امراض اور مختلف غذاؤں کا باہمی رشتہ معلوم کرنے کے لئے ایک عمر بھر کی

تحقیقات کی ضرورت ہے۔ مفردات چونکہ نہل الحصول اور دیگر اجزاء کی شمولیت کے بغیر براہ راست مرض کی طرف رجوع ہونے کی صلاحیت رکھتی ہیں۔ اس لئے ان سے جو علاج کیا جائے وہ بھی بہت بہتر علاج ہے۔ مرکبات کی صورت میں بعض دفعہ مختلف اجزاء کے ملنے سے دوا میں ایک ایسا مزاج پیدا ہو جاتا ہے جو بعض اوقات جسم انسانی کے موافق نہیں آ سکتا۔ کشتہ جات اور سمیات بہت تیز چیزیں ہیں اس لئے اگر معالج اپنے فن میں ماہر نہ ہو تو اپنی جدت اور تیزی کی وجہ سے اکثر مریض کے لئے نقصان دہ ثابت ہوتی ہیں (اگرچہ زود اثری اور تیزی میں کشتہ جات اور سمیات کا مقابلہ مرکبات اور مرکبات کا مقابلہ مفردات نہیں ہو سکتے) قوت باہ پر مختلف غذاؤں اور روزمرہ کے استعمال کی چیزوں کا کیا اثر پڑتا ہے۔ اس کا مختصر سا مفید مطلب تذکرہ کرنے کے بعد اب ہم مفردات اور ان کے امتزاج سے تیار ہونے والے مرکبات کا ذکر کرتے ہیں۔

غذائیت اور دوائیت:

وہ مفردات یا مرکبات جن میں غذائیت اور دوائیت دونوں خاصیتیں پائی جاتی ہوں قوت مردی کی تقویت کے لئے نہایت ہی عظیم الاثر ثابت ہوتی ہیں۔ مندرجہ ذیل صفحات میں بہت سی ایسی چیزوں کا ذکر کیا جائے گا جن میں دوائیت اور غذائیت دونوں خاصیتیں بدرجہ اتم موجود ہوں پچھلے صفحوں میں ایسی چیزوں کا ذکر کیا گیا ہے۔ جن میں غذائیت بہت کثیر مقدار میں پائی جاتی ہے۔ آئندہ صفحات میں اس بات کا ذکر بھی آئے گا کہ ذرا سے ہیر پھیر سے مختلف غذاؤں میں کسی طرح سے دوائیت بھی پیدا کر سکتے ہیں تاکہ وہ صرف جسم ہی کو طاقت نہ دیں بلکہ قوت باہ پر بھی خصوصیت سے اثر انداز ہوں۔

انڈا

یوں تو کئی پرندوں کے انڈے مقوی باہ تسلیم کیے جاتے ہیں مگر اس جگہ جس انڈے سے ہماری مراد ہے وہ مرغی کا انڈا ہے۔ ہر مرغی کا انڈا دودھ اور گھی کی نسبت بہت زیادہ غذائیت رکھتا ہے۔ باہ کو طاقت دینے اور عضو میں حرکت پیدا کرنے کے لئے اس کے حیرت انگیز خواص مسلمہ ہیں۔ انڈے کی زردی

خصوصیت سے محرک باہ ہوتی ہے۔ یہی تھین ایک مشہور انگریزی دوا ہے جو زہری و محرک باہ مرکبات میں شامل کی جاتی ہے۔ وہ انڈے کی زردی ہی میں سے نکالی جاتی ہے۔ انڈے کو نیم برشت کر کے کھاتے ہیں۔ یہ زود ہضم اور کثیر الغذا ہوتا ہے۔ نیم برشت انڈا عموماً ایک گھنٹے میں ہضم ہوتا ہے۔ اس سے خون صالح کثیر مقدار میں پیدا ہوتا ہے۔ لاغر اور کمزور جسم میں گوشت و پوست بڑھتا ہے۔ بدن کو طاقت حاصل ہوتی ہے۔ دماغ کو طاقت دینے کے لئے انڈے کی زردی نہایت لاثانی چیز ہے۔ زیادہ دیر تک پکایا جائے تو انڈا ثقیل اور دیر ہضم ہو جاتا ہے۔ انڈے کی سفیدی سرد مزاج رکھتی ہے مگر زردی گرم ہوتی ہے۔ باہ کو تقویت دینے کے لئے انڈے کے بہت سے مرکبات مستعمل ہیں۔ حادثائے بیضہ ایک مشہور و معروف یونانی مرکب ہے جو قوت باہ کو بڑھانے کے لئے ایک نہایت اچھی چیز ہے۔ خمیرہ بیضہ بھی نہایت قابل قدر نسخہ ہے۔ انڈوں کے پوڑے بھی بنائے جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ اور دیگر بے شمار چیزیں بنتی ہیں۔ ذیل میں صرف چند ایک آسان مرکبات درج کیے جاتے ہیں۔

حیرت انگیز طور پر مقوی باہ دودھ:

گرم دودھ میں کچے انڈے کی محض زردی یا زردی اور سفیدی دونوں ملا کر خوب پھینٹ کر شہد یا مصری سے میٹھا کر کے پینا بے حد مقوی باہ ہے۔ خون صالح پیدا کر کے بدن کو مونا تازہ کرتا ہے۔ دماغ کو طاقت دینے میں اپنی نظیر نہیں رکھتا۔ حسب طاقت ہضم دو سے لے کر چار انڈے تک استعمال کرنے چاہئیں۔

مقوی باہ بیضہ نیم برشت:

خوب جوش کھاتے ہوئے پانی میں حسب خواہش انڈے ڈالیں اور تین منٹ تک جوش دیتے رہیں۔ اس کے بعد اتار کر چھیل لیں۔ یہ نیم برشت انڈا ہے۔ اسے نمک کالی مرچ اور دارچینی کے ہمراہ استعمال کریں تو قوت باہ کے لئے نیز تقویت بدن کے لئے از حد مفید ہے۔

تولید مٹی کے لئے اکسیر:

بیضہ نیم برشت کی زردی حسب ضرورت لے کر ایک یا دو رتی کشتہ قلعی ملا کر نوش فرمائیں۔ اوپر سے نیم گرم دودھ پیئیں۔ نئی منی پیدا کرتا ہے باہ کو حرکت دیتا ہے۔

بیحد مقوی و محرک باہ معجون:

بیضہ نیم برشت کی زردی 10 تولہ۔ بھنے ہوئے چنے مع چھلکا 10 تولہ۔ شہد خالص 20 تولہ۔

ترکیب تیاری: تینوں کو ملا کر رکھ لیں۔ ایک تولہ سے لے کر تین تولہ تک روزانہ صبح و شام قبل از طعام یا ہمراہ طعام استعمال کریں۔ قوت باہ کو حیرت انگیز طور پر نفع حاصل ہوتا ہے۔

حلوائے گزر مغز سر کنجشک والا

جو دھلی کے تمام مشہور و معروف دوا خانوں سے منوں کی مقدار میں فروخت ہوتا ہے۔

گاجریں سرخ و شریں لے کر ان کا چھلکا اور اندرونی سخت لکڑی نکال دیں۔ اس طرح سے صاف کی ہوئی گاجروں کا وزن ایک سیر ہونا چاہئے۔ موٹے موٹے چھوہارے لے کر ان کی گٹھلی نکال دیں۔ ان کا وزن آدھ سیر ہونا چاہئے۔ دونوں چیزیں حسب ضرورت دودھ میں پکائیں تاکہ گل کر بالکل نرم ہو جائیں۔ اس کے بعد ان کو لکڑی کے حاون یعنی اوکھلی میں خوب کوئیں تاکہ مثل مکھن ملائم ہو جائیں۔ پھر بھنے ہوئے چنوں کا آٹا اور میدہ گندم دونوں چیزیں ہر ایک چار تولہ ساڑھے چار ماشہ کی مقدار میں لیں اور تھوڑے سے گائے کے گھی میں بریاں کر لیں۔ قد سفید ایک سیر اور شہد خالص آدھ سیر دونوں کو پانی میں حل کر کے چھان لیں اور بھنے ہوئے آٹے میں ملا کر پکائیں تاکہ قوام بن جائے۔ اس کے بعد کوئی ہوئی گاجریں اور چھوہارے ملائیں اور آگ پر تین چار جوش دے کر نیچے اتار لیں۔ بعد میں چالیس عدد خاکگی چڑوں کا مغز شامل کریں اور اچھی طرح ملائیں۔ آخر میں مغز فندق، مغز بادام شیریں مقشر، مغز چلغوزہ، مغز پستہ، مغز نار جیل، ہر ایک دو تولہ گیارہ ماشہ، ثعلب مصری، گوکھرو (دودھ میں بھگو کر خشک کیا ہوا) دار چینی، سونٹھ، خولجاں، ہر ایک ساڑھے دس ماشہ، زعفران، مشک خالص، ہر ایک ساڑھے تین ماشہ، باریک پیس کر ملا لیں۔ بس طب یونانی کی ایک بے نظیر مایہ ناز مقوی دوا تیار ہے۔

ترکیب استعمال: روزانہ صبح کے وقت تین تولہ حلوائے گزر مغز سر کنجشک والا پاؤ بھر گائے کے نیم گرم دودھ کے ہمراہ کھائیں۔

فوائد: حلوائے گزر مغز سر کجشک والا طب یونانی کا ایک مشہور معروف نسخہ ہے۔ اپنے حیرت انگیز اور قابل قدر فوائد کی وجہ سے دہلی کے تقریباً تمام مشہور معروف دوا خانوں میں منوں کی مقدار میں تیار ہو کر ہاتھوں ہاتھ فروخت ہو جاتا ہے۔ قوت باہ میں ہیجان و تحریک پیدا کرنے میں اس کے افعال و خواص نہایت بے نظیر ہیں۔ جسم کی پردریش کرنے اور لاغر جسم کو موٹا تازہ بنانے کے لئے نہایت مفید ثابت ہوا ہے۔ درد کمر و درد گردہ و مثانہ کی کمزوری کے لئے ایک خاص چیز ہے۔ مادہ تولید کی پیدائش کو ترقی دیتا ہے۔ خون صالح پیدا کرتا ہے۔ سرعت کی شکایت کے لئے بہت بھروسے کی چیز ہے۔

نخم گزر

نخم گزر قوت باہ میں تحریک پیدا کرتے ہیں۔ ان کا سفوف 6 ماشہ کی مقدار میں بیضہ نیم برشت کی زردی کے ساتھ کھانا چاہئے۔

مولی

مولی کا کھانا ایستادگی پیدا کرتا ہے۔ منی لگکاڑھا کرتا ہے اور قوت باہ میں اضافہ کرتا ہے۔

دوپیسے کے نسخے سے نامرد مرد بن گیا:

نخم ترب۔ مولی کی (بج) خصوصیت سے مقوی باہ ہوتے ہیں۔ ایک پر لطف حکایت بیان کی جاتی ہے جو مولی کے بیجوں کی مقوی باہ خاصیت پر نمایاں روشنی ڈالتی ہے۔ ایک دفعہ ایک بادشاہ ضعیف باہ کے مرض میں مبتلا ہوا تو اس نے اپنے شاہی حکیم کو بلا کر نسخہ تجویز کرنے کا حکم دیا۔ حکیم صاحب نے حالات و کیفیات مرض سے آگاہ ہو کر کئی ہزار روپے کا نسخہ تجویز کر دیا۔ خزانے میں روپیہ کی کمی تھی اور حکومت کو قحطی روپے کی سخت ضرورت اس لئے بادشاہ نے حکیم سے کہا کہ اس سے کم قیمت کا نسخہ تجویز کرو مگر فوائد میں اس سے کم نہ ہو۔ حکیم صاحب نے کہا یہ نہیں ہو سکتا۔ ”جیسا گڑ ڈالو گے ویسا ہی میٹھا ہوگا۔“ بادشاہ یہ سن کر چپ ہو گیا اور حکیم صاحب سلام کر کے چلے گئے۔ اگلے دن بادشاہ نے

فقیروں کا بھیس بدلا۔ بھیس بدلنے میں بادشاہ کو وہ مہارت حاصل تھی کہ باید و شاید۔ ادھر حکیم صاحب موصوف صاحب کی بینائی کم تھی۔ اس لئے بادشاہ پہچانا نہیں گیا۔ حکیم صاحب نے نبض دیکھی حالات دریافت کیے اور دو پیسے کا نسخہ تجویز کر دیا کہ بازار سے مولی کے بیج لے کر ان کا سفوف بنا لو اور 6 ماشہ کی مقدار میں روزانہ ہمراہ بیضہ نیم برشت استعمال کیا کرو چنانچہ بادشاہ اسی فقیرانہ نسخے سے ہفتہ بھر میں صحت یاب ہو گیا۔ حکیم صاحب کی دوبارہ طلبی ہوئی۔ بادشاہ نے نسخہ حاصل کرنے کے حالات سنا کر دریافت فرمایا کہ آپ تو کہتے تھے کہ کئی ہزار سے کم میں کام نہ چلے گا۔ اب تو صرف دو پیسے میں کام بن گیا۔ حکیم صاحب نے ہنس کر کہا۔ ”کہ اگر حضور فقیرانہ لباس میں نہ جاتے تو دو پیسے کے نسخے سے کبھی فائدہ نہ ہوتا۔“ بادشاہوں کو سستے نسخوں پر اعتقاد نہیں ہوتا۔ ایک روز ایک امیر کے لئے میں نے دس روپے کا نسخہ تجویز کیا تو وہ اپنے کسی مصاحب سے کہنے لگے کہ یہ کیسے حکیم ہیں جو دس روپے کا نسخہ تجویز کر گئے ہیں۔ اس سے بھلا کیا فائدہ ہوگا۔ میں نے سنا اور اپنی غلطی کو محسوس کیا۔ واقعی ایک امیر آدمی کا دس روپے کے نسخے پر اعتقاد بھی کیا ہو سکتا تھا فوراً امیر کا آدمی بلایا اور نسخہ طلب کیا کہ مجھے ایک اور بات سمجھ میں آئی ہے۔ چند ایک اجزاء اور بڑھالیے جائیں تو نسخہ بہت زود اثر ہو جائے گا۔ امیر نے نجوشی نسخہ بھیج دیا۔ جسے میں نے چند ایک اضافات کے بعد کم و بیش پانصد روپیہ کی قیمت کا بنا دیا۔ امیر نے دیکھا اور بہت خوش ہوا کہ اب اس نسخہ سے یقیناً فائدہ ہوگا۔ بہت لا جواب چیز ہے چنانچہ امیر کو فائدہ ہو گیا۔ روپیہ اس کی جیب سے گیا۔ میری قابلیت و صمدانی کی دھاک بیٹھ گئی۔

مطلب اس حکایت سے یہ ہے کہ اگر چہ بڑے بڑے امیروں کا معمولی نسخوں پر اعتقاد نہیں جتنا لیکن اس کا یہ مطلب نہیں ہے کہ معمولی قیمت کے نسخے بے اثر ہوتے ہیں۔ بعض دفعہ چند پیسوں کی لاگت کا نسخہ ایسا حیرت انگیز فائدہ کرتا ہے کہ سینکڑوں اشرفیوں کے نسخے بھی اس کا مقابلہ نہیں کر سکتے۔

ایام ماہواری کے بعد جماع سے پرہیز

یہ ایک قدرتی امور ہے کہ ہر مہینے عورت کا انڈا پیدا کرنے والی گلیوں سے نکل کر بچہ دانی کی نالی میں سے سفر کرتا ہوا بچہ دانی میں بکر گرتا ہے۔ اگر اس انڈے سے مرد کی منی کے کپڑے کا ملاپ ہو جائے تو حمل قرار پا جاتا ہے انڈا حیض سے ایک ۱۰ روز پہلے پختہ ہو کر رحم کی طرف آتا ہے۔ اس لئے حیض سے قبل بھی اکثر حمل ٹھہر جاتا ہے۔ خون حیض آنے کا مطلب ہی یہ ہے کہ عورت کا انڈا پختہ ہو کر رحم کی طرف آ رہا ہے۔

عام طور پر عورتوں کو اٹھائیس دن کے بعد حیض شروع ہوتا ہے۔ حیض کے شروع ہونے کے بعد اگر سولہ دن تک جماع نہ کیا جائے اور سترہویں دن سے لے کر چوبیسویں دن تک جماع کیا جائے تو حمل ہونے کا خطرہ نہیں ہوتا۔ کیونکہ ایام ماہواری کے آغاز کے وقت جو انڈا عورت کی اندر دانی سے خارج ہوتا ہے وہ اکثر خالتوں میں اپنے سفر کو ۸-۹ روز کے اندر طے کرتا ہے اور مرد کی منی کے کپڑے خارج ہونے کے بعد تین چار دن تک عورت کے جسم کے اندر زندہ رہ سکتے ہیں۔ چونکہ ان دونوں چیزوں کی ملاقات ہی حمل ٹھہرنے کا باعث ہوتی ہے۔ اسی لئے اگر زمانہ انڈے کی ملاقات جماع کے تیسرے چوتھے روز

تک بھی ہو جائے تو حمل قرار پا جاتا ہے۔ لیکن اگر زمانہ انڈے کے خارج ہونے کے وقت سے لے کر اس کے سفر کرنے کی معیاد تک جماع نہ کیا جائے تو نہ منی کے کپڑے اندر داخل ہو کر اس سے مل سکیں گے اور نہ حمل ٹھہرنے کا اندیشہ رہے گا۔

حیض سے صاف ہونے کے وقت سے لے کر ۸-۱۰ روز بعد تک حمل قرار پانے کا زیادہ امکان ہوتا ہے۔ اس سے یہ عرصہ غیر محفوظ سمجھنا چاہئے۔ اس حالت میں بچانے کی ضرورت ہے اور یہی وجہ ہے کہ جو عورتیں جماع سے لذت حاصل کرنے کے علاوہ اولاد کی بھی خواہش مند ہوتی ہیں ماہواری خون خشک ہونے کے بعد جماعت کی بہت دلداد ہوتی ہیں تاکہ وہ یہ عمار گزرنے نہ پائے جس میں حمل ٹھہرنے کا امکان ہوتا ہے۔

اس کا مطلب یہ ہوا کہ حیض شروع ہونے سے پہلے اور حیض ختم ہونے کے بعد جماع نہیں کرنا چاہئے۔ اس بیان کو خاص طور پر پڑھیں۔ جو لوگ برتھ کنٹرول کے دوسرے طریقوں پر عمل نہیں کرنا چاہتے، وہ اس طریقہ پر عمل کر سکتے ہیں۔

یعنی حیض کے شروع ہونے کے بعد سولہ دن تک بالکل جماع نہ کیا جائے اور صرف سترہویں دن سے لے کر چوبیس دن تک جماع کیا جائے تو حمل ہونے کا امکان بہت کم ہوتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ اس عرصہ میں انڈا بچہ دانی

کی نالیوں میں نہیں ہوتا۔ اس حالت میں اگر منی کے جراثیم بچہ دانی میں داخل بھی ہو جائیں تو زنا نہ اندازہ ہونے کے باعث حمل قرار نہیں پاسکتا۔

حمل گرانہ

حمل گرا دینے سے بھی اولاد کو بہت حد تک روکا جاسکتا ہے۔ چنانچہ بعض عورتیں ناجائز حمل کی پردہ پوشی کے خیال سے اور بعض اولاد کی کثرت سے تنگ آکر حمل گرا دیتی ہیں۔ حمل گرانہ قانون اور تہذیب دونوں کے خلاف اور عورت کی جان کے لئے حدودِ جہ خطرناک ہے۔ اس کے علاوہ یہ بالکل ایسا ہے جیسا کہ ایک جاندار کو ہلاک کر دینا۔ حمل ہو جانے کے بعد اسے گرا دینے کی بہ نسبت یہ بہتر ہے کہ جماع کے وقت ہی ایسا طریقہ عمل میں لایا جائے کہ جس سے حمل ہونے کا خطرہ ہی نہ رہے تاکہ حمل گرانے کے مضر اور عورت کی جان کے لئے خطرناک اثرات کا احتمال ہی باقی نہ رہے۔

عموماً غریب عورتیں حمل گرانے کی کوشش کرتی ہیں اور ان کا زیادہ تر سبب یہ ہے کہ وہ حمل روکنے کے سائنٹیفک طریقوں سے ناواقف ہیں یا مانع حمل ادویات خرید نہیں سکتیں۔

دردِ روزہ

وضع حمل سے پہلے حاملہ میں کیا کیا علامتیں ظاہر ہوتی ہیں؟

درد کیوں اور کہاں ہوتا ہے؟

درد کے وقت حاملہ کو کیا کرنا چاہئے؟

درد شروع ہوتے ہی چارپائی پر لیٹنا کیوں ضرور ہے؟

وضع حمل سے پہلے اینما کیوں ضروری ہے؟

بچہ پیدا ہونے سے پہلے عورت کو کمر اور شکم میں سخت درد اٹھتا ہے اسے دردِ روزہ کہتے ہیں۔ یہ درد عموماً عورتوں کو بچہ کی پیدائش سے بارہ یا اٹھارہ گھنٹے قبل ہوا کرتا ہے۔ بعض دفعہ صرف پانچ چھ گھنٹہ پہلے ہوا کرتا ہے۔ بعض عورتوں کو پچھلی میعاد سے دو تین گھنٹے پہلے درد شروع ہو جاتا ہے۔ لیکن یہ درد بے قاعدہ ہوتا ہے اور اپنی جگہ بدلتے رہتے ہیں۔

بعض اوقات یہ درد کئی دن تک رہتا ہے جس سے عموماً خیال کیا جاتا ہے کہ وضع حمل کا وقت قریب ہے۔ اسی صورت میں حاملہ کو قبض کشا اور زود ہضم اور نرم غذائیں کھانی چاہئیں۔ کھل کر پانخانہ ہو جانے سے عموماً آرام آجاتا ہے۔ پیٹ پر فلاپس یا گرم روئی کا سینک مفید ہے۔ اس پر بھی اگر درد سے نجات نہ ملے تو کسی تجربہ کار لیڈی ڈاکٹر سے ضرور مشورہ کریں۔

پستان

حاملہ کے لئے پستانوں کی حفاظت کیوں ضروری ہے اور حفاظت کے کون کون سے طریقے ہیں؟
بچے کے لئے ماں کا دودھ بہترین نعمت ہے مگر یہی نعمت بعض اوقات بچے کے لئے زہر ثابت ہوتا ہے۔ کیوں؟
ڈاکٹر سکاپی کے عملی تجربات۔
پیدا ہونے کے بعد بچے کے معدے کی صفائی کیوں مفید ہے؟
بچے کو دودھ کس وقت اور کس طرح پلانا چاہئے؟ بیٹھ کر لیٹ کر، کھڑے ہو کر؟

ماں کا دودھ پلانے کے فائدے اور نقصان۔
ٹپا، خستہ، خوف، رنج اور غم اور آگ کے پاس سے فوراً اٹھ کر اور جماع کے فوراً بعد دودھ کیوں نہیں پلانا چاہئے؟

کیا ایام حیض اور دورانِ حمل میں بچے کو دودھ پلانا چاہئے؟

حمل کے دوران میں ہر عورت کے پستان بڑھتے ہیں اور کچھ موٹے ہو جاتے ہیں۔ ان کے بڑھنے سے بعض اوقات ہلکا سا درد ہوتا ہے۔ اس سے بچنے کے لئے ہر عورت کو انگلیا کا استعمال کرنا چاہئے۔ اس سے بڑا فائدہ یہ ہے کہ پستان بہت زیادہ بڑھ کر بے ڈھنگے نہیں ہو جاتے۔
بعض عورتوں کے پستانوں سے تیسرے مہینے پانی سانسکتا ہے۔ اسے فوراً روکنے کی تدابیر کرنی چاہئیں۔ کیونکہ اس طرح بچے کی وہ غذا جس سے رحم میں مٹی چاہئے، ضائع ہو جاتی ہے۔

عورت کے لئے انگلیا بہت ضروری ہے

اس کا پہلا علاج یہ ہے کہ عورت چست انگلیا پہنے۔ انگلیا کا استعمال کرنے والی عورتوں کو عموماً یہ شکایت نہیں ہوتی۔ انگریز عورتیں برلیٹ سپورٹ استعمال کرتی ہیں۔ عورت کے لئے انگلیا بہت ضروری ہے اور مفید چیز ہے۔ ہر عورت کو اس کا استعمال کرنا چاہئے۔ پستان کی حفاظت کے لئے اس سے بہتر کوئی چیز نہیں۔ انگلیا کے استعمال سے حسن اور صحت قائم رہتی ہے۔ پنجاب میں انگلیا کا رواج بہت کم ہے۔ اس لئے پنجابی عورتوں کے لئے ان بہت

جلد ٹک پڑتے ہیں اور بدنما معلوم ہوتے ہیں۔

راجپوتانہ اور یورپی میں معزر گھرانے کی عورتیں انگلیا استعمال میں لاتی ہیں۔
اور یہاں انگلیا کا استعمال عام ہے۔ بھٹی اور دکن وغیرہ کے اضلاع میں چھوٹی
چھوٹی لڑکیاں بھی انگلیا پہنتی ہیں۔

پھسکڑی سے دھونا

حاملہ کو چوتھے ماہ سے پستانوں کی طرف خاص توجہ واجب ہے
پانی میں ٹھکی بھر کھانے کا سوڈا یا شراب کی چند بوندیں ڈال کر روزانہ دھونا
پڑتا ہے۔

پانی میں پھسکڑی ملا کر دھونا بھی مفید ہے۔ یورپین عورتیں اپنے پستانوں
پر اور ڈ۔ کو لون لٹتی ہیں۔ لیکن پھسکڑی بہترین چیز ہے۔ اس پر خرچ بھی کم
آتا ہے۔

پھسکڑی کے پانی سے دھونے کا طریقہ یہ ہے کہ روٹی کا ایک پھا یا
پھسکڑی کے نیم گرم پانی میں بھگو کر چرچیوں پر رکھ دیا جائے اور پھر دیہ
کے بعد اسی پانی سے خوب دھویا جائے۔ اس کے بعد گھی، گلیسرین، اوسلین،
کھن یا ہیزلین کریم میں سے کوئی چیز مل دینا مفید ہے۔

بچہ ہونے سے دو تین ماہ پہلے حاملہ کو پستانوں کی چرچیوں کی طرف

خاص توجہ دینی چاہئے۔ حاملہ کو سمجھ لینا چاہئے کہ غنقدیب چرچیوں کا بہت
زیادہ استعمال ہونے والا ہے۔ ابتدا میں بچے کو دودھ پینا نہیں آتا۔ وہ
بعض اوقات اپنے مسطور مھوں سے چرچیوں کو اس قدر زور سے دباتا ہے
کہ اگر عورت پہلے ہی سے مذکورہ بالا احتیاطیں نہ کرے گی تو یقیناً دودھ
پلاتے وقت اس کی چرچیاں زخمی ہو جائیں گی اور ان میں سخت درد ہوگا۔

بچے کیلئے بہترین غذا ماں کا دودھ

نشانے قدرت بھی یہی ہے کہ ماں اپنے بچے کی اپنے دودھ سے
پرورش کرے۔ بچے کے لئے ماں کا دودھ بہترین نعمت ہے۔ لیکن یہ نعمت
بہ احتیاطی سے دودھ پلانے کی وجہ سے بچے کے لئے زہر سے کم ثابت
نہیں ہوتی۔ ابتدائی چھ ماہ تک بچے کو ماں کے دودھ کے سوا اور کچھ
نہیں دینا چاہئے۔ ماں کبھی کبھی بچے کو پانی پلانا بھی مفید ہے۔

پانی کو اُبال کر سرو کر دیا جائے۔ ڈاکٹر سکالپی نے حال ہی میں عملی
تجربات سے ثابت کیا ہے کہ عورت کا دودھ نہایت زبردست قاتل
جراثیم ہے۔ پیدائش کے چھ سے بارہ گھنٹے بعد بچے کو ماں کی چھاتیوں سے
جو دودھ نکلتا ہے اس میں جلاب کی خاصیت ہوتی ہے۔ قدرتی طور پر وہ
دودھ بچے کے مہارے کی راستی کے لئے مفید ہے۔

اگر پہلے چوبیس گھنٹے کے دوران میں بچے کو پاخانہ نہ آئے تو کسٹرائل کا
تھوڑا چمچ بھر کر تھوڑے سے گرم پانی میں ڈال کر دے دینا چاہئے۔ یا
دوا مشہور گڑ بادام روغن ملا کر بچے کو چھانا چاہئے یا گرم پانی میں ڈال کر روغن
زیتون زیادہ مفید ہے۔

اس کے بعد بچے کو چھ گھنٹے بعد دودھ پلائیں۔ شروع میں بعض
عورتوں کو دودھ نہیں اترتا۔ اس لئے اکثر عورتیں بچے کو گائے کا دودھ پلاتی
ہیں۔ ایسا ہرگز نہیں کرنا چاہئے۔ اس سے بچے کا باضمیمہ خراب ہو جاتا ہے
دودھ اتارنے کی سب سے اچھی تدبیر یہ ہے کہ ماں ہر دو گھنٹے کے بعد اپنا
پستان بچے کے منہ میں دیا کرے۔ جوں جوں بچہ اسے چوسے گا، دودھ
اترنے لگے گا۔ بچے کو پیار کرنے سے بھی دودھ اتر آتا ہے۔

پستانوں اور رحم کا قریبی تعلق ہے۔ دودھ پلانے سے رحم سکڑتا
ہے۔ زچہ وضع حمل کے چھ گھنٹے بعد ضرور بچے کو دودھ پلائے۔ اس سے
ماں اور بچے دونوں کو فائدہ پہنچتا ہے۔ دودھ پلانے سے عورت کا رحم
سکڑنے لگتا ہے اور آہستہ آہستہ اپنی اصلی جگہ پر آ جاتا ہے۔ اس کے
ملاوہ جیسا کہ ہم پہلے لکھ چکے ہیں ماں کا دودھ بچے کی انٹریوں کو صاف
کر دیتا ہے۔

ایک تندرست بچہ پانچ سے دس منٹ تک پستان سے دودھ پیتا



بعض بچے پندرہ پندرہ منٹ دودھ پیتے رہتے ہیں۔ لیکن اس سے زیادہ بچے کو چھاتیوں سے پٹھائے رہنا مناسب نہیں۔ بعض بچوں کو دودھ گھنٹے بعد اور بعض کو تین چار گھنٹے بعد دودھ کی ضرورت پیش آتی ہے۔

ہر بچے کو اس کی ضرورت کے مطابق دودھ ملنا چاہئے۔ مگر دودھ گھنٹے یا تین تین گھنٹے کا وقفہ ایک بار مقرر کر لینا چاہئے اور ہمیشہ وقت مقررہ پر دودھ پلانا چاہئے تاکہ بچہ کا ماضیہ خراب نہ ہو۔ اس اصول کی سختی سے پابندی کرنی چاہئے۔ یہاں تک کہ دودھ پلانے کے مقررہ اوقات کے درمیان اگر روٹے تو اسے دودھ ہرگز نہ دیں بلکہ اُبلا ہوا پانی ایک چمچ دیں۔

چار پانچ مہینے کی عمر میں بچے کو تازہ پھلوں کا عرق روزانہ ایک چمچ کی مقدار میں دینا شروع کریں۔ لیکن یہ عرق ہمیشہ دوسری خوراک سے کچھ دیر پہلے دینا چاہئے۔

تازہ پھل مثلاً نازنگی، ناشپاتی، آم، انگور کے رس میں ایک خاص قسم کا وٹامن ہوتا ہے جو بچے کی نشوونما کے لئے بہت مفید ہے۔ پھل تازہ اور میٹھے ہونے چاہئیں۔

ماں کے لئے مناسب ہے کہ وہ ایک وقت ایک چھاتی سے اور دوسرے وقت دوسری چھاتی سے دودھ پلائے۔ اکثر مائیں بچے کو

دونوں پستانوں سے دودھ پلا دیتی ہیں۔ حالانکہ ایک وقت میں ایک ہی پستان سے دودھ پلانا چاہئے۔ جب تک اس میں دودھ ختم نہ ہو جائے دوسرے پستان سے دودھ نہ پلایا جائے۔ ایک وقت میں دونوں پستانوں سے دودھ پلانے سے بچہ عموماً زیادہ دودھ پی جاتا ہے اور بدضمیمہ کا شکار ہو جاتا ہے اگر عورت کو دودھ کم اترتا ہو تو اس صورت میں دونوں پستانوں سے دودھ پلا سکتے ہیں تاکہ بچہ کم غذا ملنے سے کمزور نہ ہو جائے۔

اگر بچہ ماضیہ کی خرابی کی وجہ سے پستانوں سے دودھ ختم نہ کر سکے اور پستان دودھ سے بھرے رہیں تو ماں کو بریٹ سے یا اپنے اٹھ سے پستانوں سے دودھ خارج کر دینا چاہئے۔

دودھ پلانے کے طریقے

ہمارے ماں اکثر عورتیں دودھ پلانے کے طریقوں سے ناواقف ہیں۔ ماؤں کو چاہئے کہ وہ دودھ پلانے کے طریقوں کو خاص طور سے سیکھیں۔ دودھ ہمیشہ بیٹھ کر پلایا جائے۔ بائیں ہاتھ سے بچے کے سر کو قدام کر اپنے اٹھے ہوئے زانو پر رکھیں۔ دائیں ہاتھ سے اپنے پستان کو اس طرح پکڑیں کہ انگوٹھا بالائی سطح کے ساتھ لگا رہے۔ اس کا یہ فائدہ ہے کہ پستان بچے کے چہرے سے دور رہتا ہے اور وہ بخوبی آرام کے ساتھ دودھ پی سکتا

ہے۔

عام طور پر دیکھا گیا ہے کہ دودھ پلاتے وقت بچے کے ناک پر پستان کا بوجھ پڑ جاتا ہے اور بچے کو سانس لینے میں تکلیف محسوس ہوتی ہے۔ پستان کی پھوپھی بچے کے منہ میں ہوتی ہے اور ناک پر پستان کا بوجھ پڑتا ہے۔ یعنی سانس لینے کے دونوں راستے بند ہو جاتے ہیں۔ بچہ فوراً راد دودھ پیتا ہے اور پھر سانس لینے کے لئے رک جاتا ہے اور اس طرح چند ہی لمحوں میں وہ تھک جاتا ہے اور رونے لگتا ہے۔

اب رونے کی اصل وجہ تو سمجھنے کی کوشش ہی نہیں کی جاتی۔ عموماً خیال کیا جاتا ہے کہ بچہ کو پیٹ دینے کی شکایت ہے۔ اس لئے بچے کو فوراً اگر صحتی پلا دی جاتی ہے جس سے بچے کو بے چینی میں کمی نہیں ہوتی بلکہ اذنانہ ہو جاتا ہے اور بچے کو درست وغیرہ آنے لگتے ہیں۔

بعض مائیں سیدھی لیٹ کر بچے کو اپنی چھاتی پر لٹا کر دودھ پلاتی ہیں۔ دودھ پلانے کا یہ طریقہ بچے کے حق میں بہت مضر ہے۔ وہ سیر ہو کر دودھ نہیں پی سکتا۔ اس کے علاوہ بچے کو اس طرح دودھ پینے میں سخت تکلیف ہوتی ہے۔ جس طرح ہمیں پیٹ کے بل لیٹ کر دودھ یا پانی وغیرہ پینے میں دشواری ہوتی ہے۔ ٹھیک اسی طرح بچے کو بھی پیٹ کے بل لیٹ کر دودھ پینے سے تکلیف ہوتی ہے۔

بعض مائیں بچے کو کھڑے ہو کر دودھ پلاتی ہیں۔ اور بعض راہ چلتے دودھ پلاتی ہیں۔ اس سے عموماً بچے کو بد معنی ہو جاتی ہے۔ جو مائیں ایٹھ کر دودھ پلاتی ہیں، انہیں چاہئے کہ وہ ایک پہلو سے لیٹ کر دودھ پلائیں اور پستان کو انگوٹھے اور دوسری انگلی سے سہارا دے رکھیں تاکہ بچے پر پستان کا بوجھ نہ پڑے اور بخوبی دودھ پی سکے۔

دودھ پلانے کے بعد بچے کو لٹا دینا چاہئے تاکہ بچہ نیند کے ذریعہ آرام حاصل کر لے اور دودھ بھی منہم ہو جائے۔ اکثر گھروں میں دودھ پلانے کے بعد بچے کو بہن بھائی اچھالتے پھرتے ہیں اور کندھوں سے لگا کر ادھر ادھر پھرتے ہیں۔ اس طرح بچے کو بد معنی کی شکایت ہو جاتی ہے اور وہ دودھ اٹلنا شروع کر دیتا ہے۔

دودھ پلانے سے پہلے دودھ کے چند قطرے نکال دینے چاہئیں اور سر پستان کو گرم پانی سے دھو کر خشک کر کے بچے کو گود میں لے کر دودھ پلانا چاہئے۔

غصے، خوف، ڈر، رنج اور غم کی حالت میں دودھ نہ پلائیں۔ اس وقت دودھ میں ایسے اجزاء یقیناً پیدا ہو جاتے ہیں جس سے بچہ بیمار ہو جاتا ہے اس کے علاوہ رنج و غم سے پستانوں میں دودھ کم ہو جاتا ہے۔

جب ماں کسی مشقت کے کام کی وجہ سے چور ہو اس وقت یا آگ

کے پاس سے فوراً ہٹ کر دودھ نہ پلائیں۔

غسل کے فوراً بعد بھی دودھ پلانا منع ہے۔ جب بچہ چھوٹا ہو، تو جماع سے پورا پورا پرہیز لازم ہے۔ لیکن اگر نادانی سے یہ غلطی ہو جائے تو جماع کے فوراً بعد بچے کو ہرگز دودھ نہ پلائیں۔ اس وقت جسم میں ہیجان اور جوش ہوتا ہے جس کا اثر دودھ پر پڑتا ہے اور وہ دودھ بچے کے لئے نقصان دہ ہوتا ہے۔

عام طور پر دودھ پلانے کے دوران میں عورت کو خون حیض نہیں آتا لیکن ایسی عورتیں بھی ہیں جن کو بچے کی پیدائش کے ایک ماہ بعد خون حیض جاری ہو جاتا ہے۔ اکثر حالات میں خون حیض کا بچے پر کوئی اثر نہیں پڑتا۔ اور حیض کے دنوں میں بھی بچے کو دودھ پلایا جاسکتا ہے۔ لیکن اگر حیض کے ایام میں بچہ بے چین معلوم ہو۔ پہلے ہی طرح آرام سے نہ سو سکے۔ اس کے پیٹ میں درد ہو یا دست آنے لگیں۔ تو اس سے سمجھ لینا چاہئے کہ بچے کو جو دودھ مل رہا ہے اس میں نقص ہے۔ اس حالت میں مناسب یہ ہے کہ جب تک حیض کے ایام ختم نہ ہو جائیں، بچے کو پستان کے دودھ کی بجائے کوئی دوسرا دودھ دیا جائے اور پستانوں کو بریسٹ پمپ سے یا ہاتھ سے دبا کر روزانہ خالی کر دیا جائے۔

ایک خاص راز

پچھلے زمانے کے لوگ نانی یا پردہ بہت کھینچ کر یا خود جا کر لڑکے کو ایک نظر دیکھ کر سپند یا ناپسند کرتے تھے۔ یہ مشکل اس ملبوس میں ہدی میں تو اشتہاروں کے ذریعہ بلکہ کلیوں، سینماؤں اور ٹیلیفونوں کے ذریعہ بھی شادیاں ہو جاتی ہیں۔ خود لڑکا دیکھتے ہیں یہ راز تھا کہ لڑکے کے ظاہری صفات یا جسمانی حالت کا پتہ لگ جانے کے علاوہ ناک سے قوت مردانہ کا اندازہ ہو جاتا تھا۔ خاص نکتہ یہ ہے۔

مرد یا جوان لڑکے کے ناک کی حسب قدر لمبائی ہوتی ہے اس میں اس کے متھنوں کے یا سمی حاصلہ کو دو گنا کر کے شامل کر دینے سے مرد کے عضو تناسل کی لمبائی کا بھی پورا پورا اندازہ لگ سکتا ہے۔

اسی وجہ سے لکھنے کے قلم کی طرح یا طوطے کی مانند خوبصورت اور لمبے کان والے جوان مردوں کو خاص طور پر میوزوں خیال کیا جاتا ہے۔ جس قدر ناک کی لمبائی میں خم کم ہوگا متھنوں کا فاصلہ کم ہوگا۔ عضو کی لمبائی کم ہوگی۔

دائن کے ایوگنیہ منشیہ

گلا، تالو، ہونٹھ، جیچہ، اور دنت روگ والے جن کا مکھ پھٹا، پکا، اٹھوا
سوجا ہوشواس، کاس، وُمن سے پیرت منشیہ، اجیرن، اُروچ، نورچھا، مدتیلائی
تھکا سر درد سے پیرت منشیوں کو دائن کرنا منع ہے۔

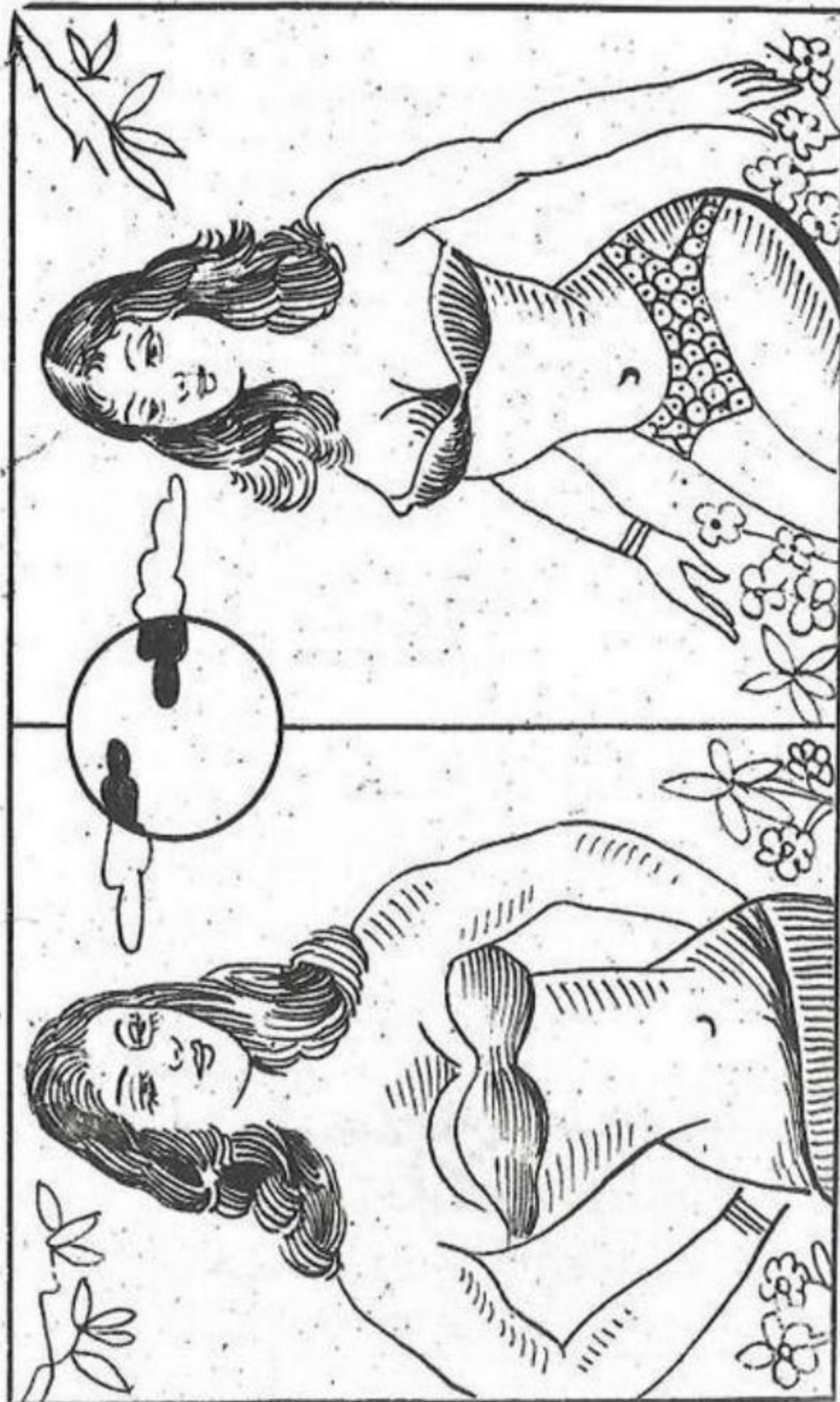
ناس



ناک کو سواچھ اور صاف رکھنے کے لئے ناک
میں روزانہ سروں کا تیل ڈالنے کا اچھا س کرنا چاہئے۔
کف کی وردھی میں پرات کال، پت کی وردھی میں
مدھیانھے کال تھا وایو کی وردھی میں سائیں کال کے سچے ناک میں تیل ڈالنا چاہئے۔ ناک
میں تیل ڈالنے سے مکھ میں سنگند ہوتی ہے، شدید اسنگدھتا آتی ہے، اندریاں میل اور
پشت ہوتی ہیں، شریہ کی ہنگڑان بالوں کا پکنا، وینگ اور جھانی کا ناش ہوتا ہے۔
نوشادر اور چونا ایک میں ملا کر نام لینے سے دماغ کا بیکار پانی ناک دوارا
نکل جانے سے دماغ ہلکا اور سواچھ ہو جاتا ہے۔ سر درد اور ہسٹیریا کا ناش ہوتا ہے۔
سمرن ہے کہ گر بھنی استری کو یہ ناس بھول کر بھی نہ دینا چاہئے۔

انجن

نکسے بعد انجن لگانا بھی ضروری اور اوشیک کر تویہ ہے۔ کیونکہ نیشہ پر قی انجن لگانے سے
آنکھیں منوہر، شوکشم دشی ہو جاتی ہیں۔ سفید سر آنکھوں کے لئے ادھک ایوگی اور لاجھ کاری



سُرا نمبر 1۔ کالا سُرا ایک چھتا مک کا ڈلا لیکر اسکو تین دن رات گلاب جل میں تر کر رکھو بعد کو سابت ڈلا لکھل کر کیلے کے اندر گاڑ دو اور ایکس دن گرا رہنے دوت پیشیات اسکو نیم کے پیر میں گاڑ دو مگر نیم کے اُس پیر میں گاڑنا چاہئے جو پہر رہا ہو۔ ایکس دن بیت جانے پر سُرے کو نیا ہا کر پیاز کے رس 2 میں پکاؤ۔ دس کے جل جانے پر سُرے کی ڈلی کو بھلی پرکار دھو کر صاف کر دو اور کھل میں ڈال کر عرق گلاب میں بھلی پرکار کھل کرے۔ جب خوب کھل ہو جائے اور سُو کھنے لگے تب آلو کارس 1 ڈال کر بھلی پرکار کھل کرے تپیشیات الاچھی دانہ چھوٹی ایک ماشا، کالی برج ایک ماشا، قلمی شورا ایک ماشا، کباب چینی ایک ماشا، کپور بھیم سینی ایک ماشا، پرمینٹ ایک ماشا ڈال کر بھلی پرکار کھل کرے یہ سُرا آنکھ کی سمست بیماریوں کو دور کرتا ہے۔

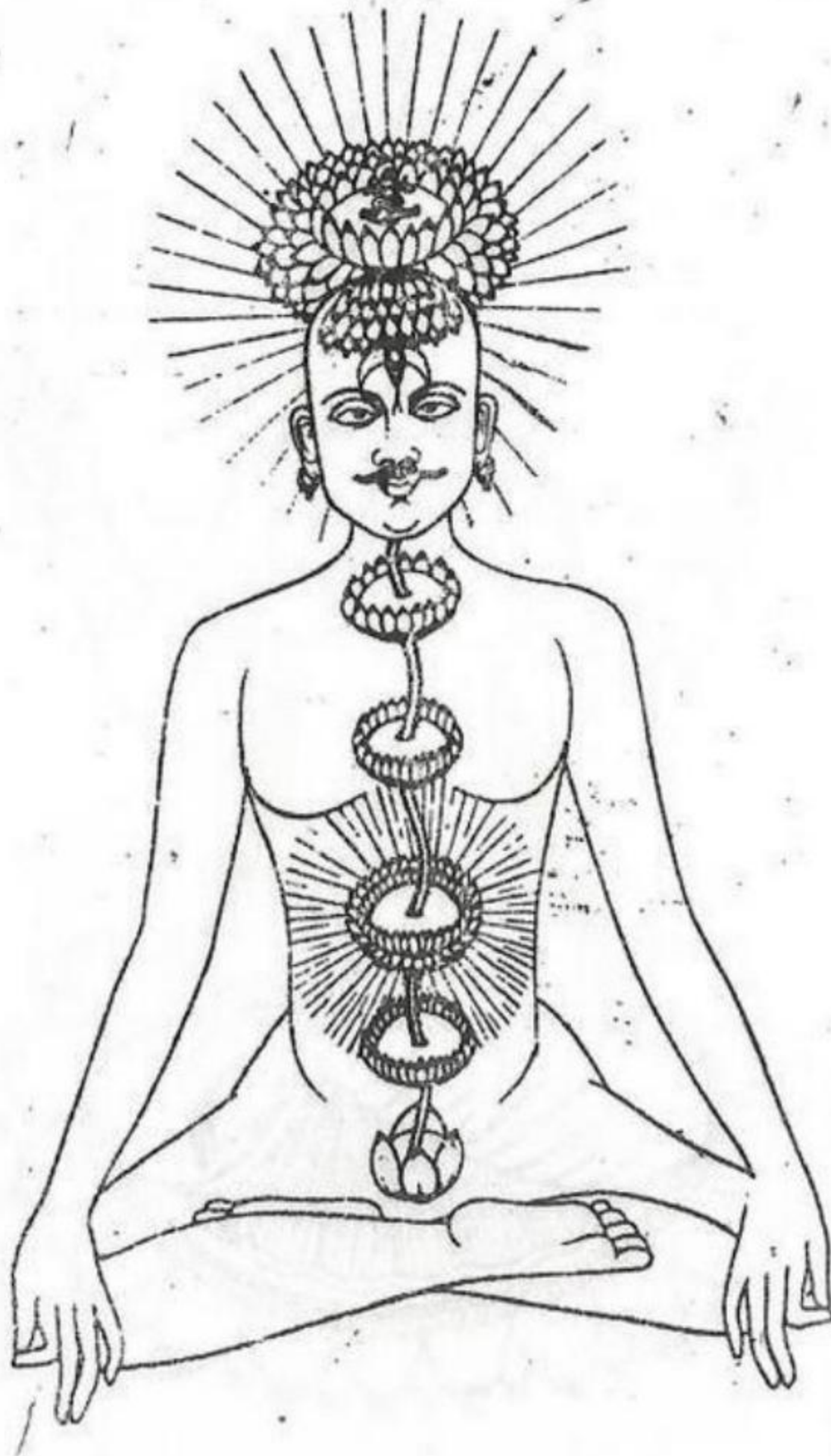
سُرا نمبر 2۔ سفید سُرا ایک تولہ لیکر کدو کے اندر بھر کر کپڑوں میں کرے اور گچ پٹ میں چھونک دے بعد کو ٹنڈا ہونے پر نکال کر سُرا کو 3 دن تک عرق گلاب میں کھل کرے 3 دن تک آلو کے رس میں کھل کرے اور تین دن تک عرق سونف، عرق کیلا اور عرق نیم میں کھل کرے بعد کو اس میں الاچھی دانہ چھوٹی، کباب چینی، شورا قلمی، کپور بھیم سینی پرمینٹ چار چار رتی ملا کر بھلی پرکار کھل کرے۔ یہ سُرا بھی آنکھوں کی سمست بیماریوں کو دور کرتا ہے



نوٹ۔ سفید سُرا کے ابھاؤ میں سُرا سفہانی بھی لیا جاسکتا ہے۔

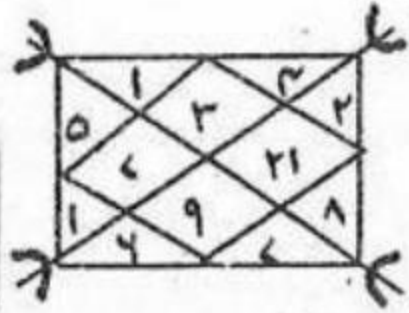
سُرا نمبر 3۔ اُپر وکت چھونکے ہوتے سُرا میں نوشادر، بھنی ہوئی پھٹکری اور قلمی شورا سماں بھاگ ملا کر عرق پیاز میں بھلی پرکار کھل کرے۔ ایسے سُرا نسخے جن پر عمل کر کے آپ آجوں پودا اور سوا سمندر رہ سکتے ہیں۔ اچھا لویہ ہے کہ کسی آنکھ کے علاج سے صلاح کر لیں۔

امبرشی وا تر پاتین لکھت پراچین واتسایین کام شوتر مکمل با تصویر
قیمت: ڈیڑھ سو روپے / 150





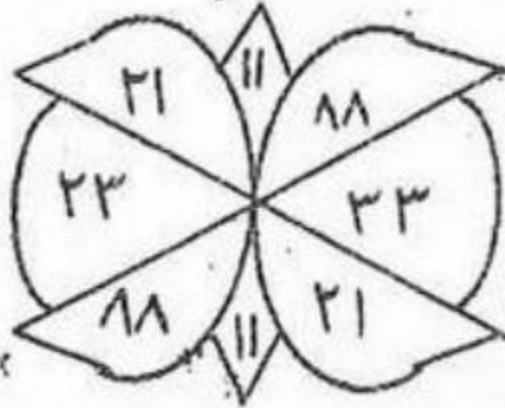
دُشمن اُچاٹن جنتر



(۱) اس جنتر کو تانے کے پاتر پو لوہے کی قلم سے لکھ کر رکھیں تو شر و کا اچاٹن ہو۔
 اس جنتر کو ریشم پر لکھ کر تانے کے پاتر کا تمویز بنا کر دشمن کے باندھے تو اس کو ضرور بضرور اچاٹن ہو۔

(۲) اگر اسی جنتر کو لال چندن سے لکھ کر ایک ٹوٹے ہوئے ٹکے میں آگ جلا کر کاغذ کو اس آگ میں جلادے تو جیوں جیوں اس کا دھواں لکے گا تیور تیوں دشمن کو اچاٹن ہوتا جائے گا۔

برے خواب نہ آنے کا جنتر



(۱) اس جنتر کو بروز اتوار کاغذ پر رولی سے لکھے اور تمویز بنا کر جو بھی اُسے اپنے گھر میں باندھے تو رات میں سوتے وقت اُسے بُرے خواب نہ آویں۔

(۲) اس جنتر کو بھوج پتر پر لکھ کر سوتے وقت سر پہنے رکھے تو بُرے خواب قطعی نہ آویں۔ یہ آزمودہ بہتر ہے۔

راجہ وشنی کرن مسٹر دیگر

اوم دھول دھول بین بین دھا دھا لو جنت دروت دبا جان کتا وہ بانگی ممان اماں اماں
اونکٹھ اونکٹھ۔ فٹ۔ فٹ۔ فٹ۔ فٹ۔ اوم پھر مسٹر ایشر وواچ۔
ترکیب۔ سفید رنگ کے ریشمی کپڑے پہن کر موتی کی مالا سے جاپ کرے شویت درگا
اور کاسنی کے پھول کی آگے آہوتی دے تو راجہ وشنی میں ہو جائے۔

ویشیہ وشنی کرن مسٹر

اوم کنک کا کئی آٹھا باٹھ شول راجہ پانچال پانچال اوم ایم۔ ایم نمہ سواہا۔
ترکیب۔ بیل کے پیڑ کے نیچے کالے سرگ کے چرماسن بر بیٹھ کر سفید کاسنی کے
پھول اور بیل کے پتے لے کر مسٹر پڑھ پڑھ کر آگنی سے آہوتی دے۔ نس ویشیا کا دھیان من
میں کرے۔ وہ فوراً وشنی میں ہو۔ اور بغیر پیسوں کے دیئے ہی داسی بنی رہے۔ وفاداری میں اس
کی ذرا بھی شک نہ ہو۔

سر و جن وشنی کرن مسٹر

اوم نمو آدیش گرد کا یہ راجہ موہول۔ پرچا موہول۔ موہواں براہمن بنیا۔ ہنومت
روپ میں جگت کو موہول۔ جو رام چندر پرند۔ گرد کی فکلی میری بھگتی۔ پھر مسٹر ایشر وواچ۔
ترکیب۔ اس مسٹر کو پہلے اکیس دن تک ایک ہزار بار بچے اور چندن بول۔۔۔ دھوپ
۔۔۔ دھوپ نوید یہ سے روز اس کی پوجا کرنا ہے۔ بھگوان رام چندر کا دھیان جب کر چورا ہے کی
حول اٹھا کر اس پر اکیس بار اس مسٹر کو جب کرتے پر بندی لگا دے۔ جو اسے دیکھے گا۔ وہ
وشنی میں ہو جائے گا۔



دوسری احتیاطیں جہاں تک ہو سکے بچوں کو گرم اور تیز غذاؤں یا مصالحہ دار چیزوں اور

ٹوں سے بچائے رکھے کیونکہ ان چیزوں کے اثرات سے الائے تناسل و بے جا اکساہٹ ہوتی ہے جس سے بچوں کا چال چلن بگڑنے کا احتمال ہوتا ہے۔ بہت سے بچوں کو کسی تالاب میں نہکا نہ نہانے دیں بچے کو صبح سویرے ہی لبتہ سے اٹھا دیا کریں۔ صبح کے وقت عموماً التیادگی ہوتی ہے بعض اوقات بچہ لبتہ پر پڑا ہوا ہوتا ہے ملا کرتا ہے اور آہستہ آہستہ یہ بری عادت ان کی طبیعت ثانیہ بن جاتی ہے بچوں کو صبح سویرے لبتہ سے جلد اٹھا دینا اپنا فرض سمجھیں و دلدلوں کے ساتھ کھیلنا۔ عشقیہ قصے کہانیاں سننا بہودہ ٹھیکر یا سینما دیکھنا بھی بچوں کے لئے خطرناک ہے والدین اگر ان باتوں کا خیال رکھنا چاہتے ورنہ بچے کے چال چلن میں کسی قسم کا نقص ہونے کی صورت میں ذمہ داری والدین پر عاید ہوگی۔

لڑکوں کی تعلیم کا مسئلہ نہایت ضروری ہے بعض لوگوں کا خیال ہے کہ لڑکیوں کے لئے صرف اسی قدر تعلیم ضروری ہے کہ وہ امور خانہ داری سے واقف ہو جائیں بعض لوگ لڑکیوں کے لئے بھی وہی تعلیم لازمی خیال کرتے ہیں جو لڑکیوں کے لئے ضروری ہے ان کے نزدیک لڑکے اور لڑکیاں کی تعلیم میں کچھ فرق نہیں ہونا چاہیے ہمارا خیال ہے کہ وہ دونوں گروہوں نے اس مسئلہ کی اہمیت پر غور نہیں کیا۔

عورتوں اور مردوں کے کام جدا ہیں یہ ناممکن ہے کہ مرد عورتوں کا کام کر سکیں یا عورتیں مردوں کا اگر مردوں کے ہاتھ میں دستگیری کریتے کی طاقت نہ ہوتی تو زندگی اجیرن ہو جاتی اس طرح یہ دنیا دوزخ کا نمونہ

کام کر سکیں یا عورتیں مردوں کا اگر مردوں کے ہاتھ میں دستگیری کرنے کی طاقت نہ ہوتی تو زندگی اجیرن ہو جاتی اس طرح یہ دنیا دوزخ کا نمونہ ہوتی اگر عورت کے دل میں ہمدردی اور خدمت کے جذبات نہ ہوتے تو عورتیں خدمت کرتیں ہیں اور جبراً بھی ان سے خدمت لی جاتی ہے لیکن ان کی تعلیم ایسی ہونی چاہیے جس سے ان میں ہمدردی اور خدمت کے جذبات چمک اٹھیں جو سونے پر سہاگہ کا کام دے۔

خدمت کی غریباں لڑکیوں کے ذہن نشین کرتی جائیں انہیں تعلیم دینی چاہیے کہ عجز اور خدمت بڑھانی کی نشانیوں میں بڑے درخت دی کھلاتے ہیں جو جھکتے رہتے ہیں اور جن سے پھل اور سایہ ملتا ہے لڑکیوں کی تعلیم کا ایک ضروری جزو یہ ہے کہ انہیں ان تمام چیزوں کے نقص و نقصان سے واقف کر دیا جائے جو روزانہ کام میں آتیں ہیں اچھے اچھے کھانے پکانے سینا پر و ناکشیدہ کاری سیکھنا بھی لڑکیوں کے لئے بہت ضروری ہے وہی ہو بیٹیاں قابل تعریف ہیں جو چنے کی روٹی بھی ایسی مزیدار پکائیں کہ ان کے آگے بچوں کی کچھ حقیقت نہ ہو معمولی کپڑے اس عمدگی سے تیار کریں کہ محفل اور رستم مات ہو جائے

لڑکیوں کے لئے تیمار و ادب کی تعلیم نہایت ضروری ہے اس میں زچہ اور بچہ کی دیکھ بھال بھی شامل ہے یہ ایسی چیزیں ہیں جو عورتیں کے لئے مخصوص ہیں اور ان میں وہ جتنی زیادہ ماہر ہوں گی اتنا ہی اچھے بچوں کی پرورش بھی ایک خاص موضوع ہے جس کی تعلیم نہایت ضروری ہے عام عورتوں کو بچوں کی پرورش کے طریقے معلوم نہیں قوم کے ہزاروں بچے انہیں ان پڑھ آوارہ عورتوں کی جہالت کی وجہ سے ہیں کہ بچپن میں لڑکیوں

کو اس قسم کی تعلیم نہیں دی جاتی۔

اب ماں کو سوچنا چاہیئے کہ اس بڑکی کو شادی کے بعد دوسرے گھر جانا ہے گھر سنبھالتے کے علاوہ بچوں کی پرورش اور تربیت اس پر عاید ہوتی ہے اس سے بڑکی کی اُمید زندگی بسر لچاڑ سے کامیاب بنانے کے لئے ماں کو خود اپنی نیک مثال قائم کرنی چاہیئے ایک ننھی بڑکی ماں کو جو کچھ کرتے دیکھتی ہے سسرال میں جا کر وہ بھی اسی طرح کرتی ہے۔ ماں اپنے عمل سے بڑکی کو نیک اور اعلیٰ تعلیم دے۔

خانہ داری

امور خانہ داری

تندرست نے محنت اور مشقت سے روزی کمانے کے لئے مرد کو پیدا کیا ہے گھر کا انتظام بچوں کی پرورش اور امور خانہ داری کے تمام کام عورتوں کے سپرد ہیں چنانچہ دستور بھی یہی ہے کہ گھر کا کام عورتوں سے اور باہر کا کام مردوں سے تعلق رکھتا ہے

عورت امیر ہو یا غریب اسے اپنے گھر کے کام اپنے ہاتھ سے سر انجام دینے چاہیئے اپنے ہاتھ سے کام کرنے میں ایک قسم کی خوشی حاصل ہوتی ہے اور کام بھی ملازموں کی نسبت اچھا ہوتا ہے اس کے علاوہ اعضاء کی ورزش ہوتی ہے۔ بیشک اگر کام زیادہ ہیں تو کچھ کام ملازم کے سپرد کرنے میں صریح نہیں سب کام ملازموں کے سپرد کر دینے سے گھر کا نقشہ ہی بگڑ جاتا ہے زیادہ تر گھر کے کام کا ج کینے موزوں ہوتے ہیں ضروری کام خود اپنے ہاتھ

ہاتھوں سے سر انجام دینے چاہئیں عورت کے لئے گھر کا کام اتنا زیادہ ہوتا ہے کہ اگر وہ اپنے ہاتھوں سے سب کام کرنے والوں کی صحت تھا۔ ان عورتوں سے اچھی ہوتی ہے جو ملازموں سے کام لینے کی عادی ہوتی ہیں۔

بنیادی بہنوں کو یہ بات یاد رکھنی چاہیئے کہ بیکاری صحت کے لئے کھن کی طرح ہے جو بہنیں خود کام نہیں کرتیں ان کے جسم میں خون کی کمی رہتی ہے ان کا رنگ زرد اور صحت ہمیشہ کمزور رہتی ہے اس لئے تندرستی قائم رکھنے کے لئے یہ ضروری ہے کہ امیر عورتیں کچھ نہ کچھ کام اپنے ہاتھوں سے کریں۔

گرم چولہا اور گرم دال

شکا کو امریکہ سے ٹریوٹن نامی اخبار شائع ہوتا ہے۔ اس کے اگست ۱۹۸۰ء کے پرچے میں ایک مضمون عورت کے ہندو نصاب کے عنوان سے چھپا تھا جس میں لکھا تھا کہ خاوند فطرتاً گھر سے باہر آوارگی پسند نہیں کرتا۔ اگر اس کام سے واپس گھر میں گرم چولہا اور گرم دال ہے جو عورت موقع حمل کے مطابق خاوند کو خوش ذائقہ غذا اس کی جسمانی اور روحانی ضرورتوں کو پورا کرنے کے لئے مہیا کرے گی وہ ہمیشہ اپنے خاوند کی محبوب رہے گی اکثر عورتیں گھروں میں خود کبھی سہیلوں تاج کھڑی سیناؤں یا اپنے بناؤ سنگھار کی ضرورتوں کو پورا کرنے کیلئے پاؤڈر اور سرخی کے انتظامات میں لگی رہتی ہیں اور چولہا تو کمر جا کر بے سر پر چلتا ہے اس کے باعث خاوند کی سہلی ہرگز کی محسوس ہوتی ہے جب اسے گھر میں لذیذ کھانا میسر نہیں آتا تو وہ بوٹلوں میں جاتا شروع کر دیتا ہے یا دوسرے ایسی جگہ جہاں اس کی طبیعت کے

مطابق کھانا ملے۔

یہ ضروری نہیں کہ کھانے میں انواع و اقسام کی اشیاء شامل ہوں بلکہ ایک دو چیزیں بھی اگر پیہم اور توجہ سے تیار کی جائیں تو ان کے اندر پھر نرم کی شکنی کے باعث جو پکانے والے کی روح کی محضت اس کھانے میں آ جاتی ہے وہ لذت پیدا ہوتی ہے جو بہترین سوئیاں بہترین مصالحے سے تیار نہیں کر سکتا آج بھی ہندوستان کی بعض ریاستوں میں رواج ہے کہ مہاراجہ کے اپنے محال میں دو تین رکابیاں شاہی خواتین کی تیاری کی ہونی ضرور ہوتی ہیں۔

مال کا فرض ہے کہ وہ اپنی بیٹی کو سب سے پہلے کھانے پکانے کی تعلیم دے ان ہو بیٹیوں کی زیادہ قدر ہوتی ہے جو ایک معمولی چیز کو بھی عمدگی سے تیار کریں کہ اس کے سامنے پوراں بھی پہنچے نظر آئے نیشن کی دلدادہ بیویاں جو مڑی تیزی سے مغربیت کی طرف جھک رہی ہیں بہت جلد محسوس کریں گی کہ وہ اپنی بیٹیوں کو اپنے خاندانوں کے گھر سے بے گھر بنا رہی ہیں جب ایک رخصتی کو بازاری چٹ پیٹی اشیاء کا چٹخا رہا نک جائے تو اس کا چھوڑنا محال ہوتا ہے میاں ہٹوں میں پہنچے تو کسے کیا معلوم کہ وہاں کونسا جال بچا ہے کہ اسے پھنسا کر کہاں سے کہاں لے جائے ہٹوں میں عام طور پر جو کچھ ہوتا ہے اسکی تشریح کی ضرورت نہیں رہ جانتے ہیں مختصر یہ کھانے پینے کی دعوتیں بازاری صحبتیں اور پری سوسائٹی جب انہاں پر اپنا قبضہ جالیتی ہے تو وہ تباہی کی طرف تیزی سے بڑھتا ہے جب کبھی کی طبیعت بازاری دلچسپیوں کی طرف مائل ہوتے ہوئے تو سمجھئے کہ اب اس خاندان کی تباہی نزدیک ہے وہ خاندان بہت جلد تنزل کے غار میں جا گرتا ہے۔

ہر دیگ ہاٹھ پر تاجی یورپ کی ایک پیشہ ور عورت اپنی داستان میں

ایک خاندانی شخص کا تذکرہ کرتی ہے جسکی بیوی حسین و جمیل تھی اتنی حسین کہ مقامی جینوں میں اپنا ثانی نہ رکھتی تھی اس کے دو خوبصورت بچے تھے ایک دین پیشہ ور عورت نے اس شخص سے دریافت کیا کہ مجھے تم کو یہاں دیکھ کر سخت تعجب ہوا ہے تمہارے گھر میں اسقدر حسین جمیل بیوی موجود ہے۔ دو خوبصورت بچے بھی ہیں پھر تم میرے پاس کیوں آتے ہو۔ اس نے جواب دیا کہ بیوی کے حسن و جمال سے میرے دل کو تسکین نہیں ہوتی کیونکہ اسکا دل میرے لئے ایک برف کا ٹکڑا ہے۔ اس کے علاوہ زبان دراز اور بد مزاج ہے ماں باپ نے ناز و نعمت سے پرورش کر کے اس کی عادتیں خراب کر دی ہیں گناہ کا راستہ بظاہر بڑا دل فریب ہے جب انسان ایک دفعہ گمراہ ہوتا ہے تو پھر اس گمراہ سے نکلنا دشوار ہو جاتا ہے۔

عشق میں پسے قدم پر سنبھل جائے تو خبر در نہ پھسلتا تو پھسلتا ہی چلا تباہی میر سینکڑوں مرد عورتوں کی زبان درازی سے تنگ آکر صبر سے راستہ سے ہٹ کر غلط راستہ اختیار کر لیتے ہیں بہت نماز ایسی مثالیں پیش کی جاسکتی ہیں کہ عورت محض اپنی بدزبانی سے اپنے مہربان خاوند کو تباہ کرنا بے یار و رکھو عورت کیلئے بیشریں زبان عورت کے تقاضا لوگ معمول جلتے ہیں کہ ایک عورت میں خواہ بیسیوں خوبیوں ہوں لیکن اگر وہ بد زبان ہے تو کوئی اسے منہ نہ کھائے گا خواہ خاوند غریب انسان ہو شہنشاہ جہاں اسے اصلی غمگسار کی ضرورت ہے ایک نیک آدمی سے بڑھ کر خاوند کیلئے کوئی دوسرا غمگسار نہیں ہو سکتا بیوی کو چاہیے کہ وہ اپنے فرائض کو پہچانے ایک نیک بیوی ہونا چاہیے کہ جب اسکا خاوند دن بھر کی تھکان کے بعد گھر واپس آئے تو مسکراتے ہوئے۔ چہرے

..... سے اس کا استقبال کرے گھر کی کھفیتیں روپے

پیسے کی تنگی داروں کے چھکڑے اس وقت اس کے سامنے دہرائے ہر کام اپنے اپنے وقت پر اچھا ہوتا ہے۔ عقل مند عورتیں موقع محل دیکھ کر اپنی مشکل کا خاوند کے سامنے اظہار کرتی ہیں ایک سمجھ دار بیوی کو چاہیے کہ موقع محل کے مطابق مختلف صورتیں اختیار کرے کسی وقت نئی نویلی دہن کی طرح شوہر کے سامنے بکھرے کرے کسی وقت بہترین رنیک کی مانند شوہر کے دل و دماغ اور دکھ درد میں شریک ہو کبھی ہوشیار محافظ کی حیثیت سے شوہر کو دنیا کے مصائب سے محفوظ رکھنے کی کوشش کرے ضرورت پر سچے گورو کی طرح شوہر کو فانی دنیا کی بے حقیقت چیزوں میں غلطیاں ہونے سے روکے اسے نفس پرستی کا بندہ نہ بننے دے اسے صحت کا واسطہ دیکر اس وقت کو غیر ضروری طور پر صرف کرنے سے روکے مرد کا اخلاق مرد کی صحت خاندان کی بہتری بچوں کی بہبود عورت کے اختیار میں ہے عورت اگر چاہے تو گھر کی سوزاک بنا سکتی ہے۔

بادرچی خانہ

عورت کو سب سے زیادہ توجہ بادرچی خانے کی طرف دینی چاہیے خاوند کے لئے دل پسند اور صحت بخش کھانے تیار کرنے میں عورت کو ختنی بھٹی تکلیف اٹھانی پڑے تھوڑی سی بادرچی خانے میں ہر ایک چیز اپنی اپنی جگہ قرینے سے رکھے صفائی کا خاص خیال رکھیں غلیظ بادرچی خانہ میں زیادہ دیر بیٹھنے سے بیوی کی صحت خراب ہو جاتی ہے غلیظ چوکے میں نہ پکاتے کو جی چاہتا ہے نہ کھانے کو صاف ستھرے چوکے میں بیٹھ کر کھانا کھائے سے دل کو خوشی حاصل ہوتی ہے اور خوشی سے کھانا کھانے کو خواہ مخواہ جی چاہتا ہے طبی نقطہ خیال سے

خوشی سے کھانا کھایا جانے وہ جلد مضیم ہو کر جزو بدن ہو کر جاتا ہے۔ ایسے خواتین کو بادرچی خانے کی طرف خاص توجہ دینی چاہیے

فضول خرچی

ہمارے مصارف بہت زیادہ ہیں۔ ایسے ضرورت میں بہت زیادہ بڑھ گئی ہیں۔ ہم نے اپنی زندگی کی ضروریات میں ایسی چیزوں کو شامل کر لیا ہے جو امیروں کے لئے ضروری تھیں جس کا نتیجہ یہ ہے کہ متوسط درجے کے شوہر عام طور پر مقروض ہوتے ہیں۔ اور اگر کوئی شوہر مقروض نہیں تو وہ خدا کا شکر ادا کرتا ہے۔ لیکن جو کہیں مزدوری جاتی رہتی ہے۔ ملازمت چھوٹ گئی یا بیماری کی وجہ سے اخراجات بڑھ گئے تو بس پرمانتا کے سوا کسی کا سہارا نہیں یاد رکھنا چاہیے کہ آمدنی سے زیادہ خرچ کرنا سخت غلطی ہے چادر دیکھ کر پاؤں پھیلانے چائیں جس چیز کے بغیر تمہارا گزارہ آسانی سے ہو سکتا ہے۔ اسے ہرگز مت خریدو اگر بیوی پر بھی بھگی عورتیں فضول خرچ واقع ہوتی ہیں انہیں چاہیے کہ ہر ماہ کچھ نہ کچھ ضرور پس انداز کریں تاکہ بوقت ضرورت کا آٹے کفایت شعاری سے کام لینے یہ مراد نہیں کہ کچھ سی کی جائے بلکہ غیر ضروری چیزوں پر روپیہ برباد نہ کیا جائے اور جو کام ایک پیسے میں ہو سکتا ہے اس کے لیے دو پیسہ ضائع نہ کریں۔

گھر کا حساب کتاب باقاعدہ رکھو آمدنی کے مطابق اخراجات کا بجٹ نیا بجٹ سے زیادہ خرچ کرنا غلطی ہے ہر ماہ کچھ نہ کچھ پس انداز کرنا چاہیے کئی دفعہ انسان بیماری کا شکار ہو جاتا ہے۔ یا آمدنی کے ذرائع بند ہو جاتے ہیں تو ایسے موقعوں پر جمع کیا ہوا روپیہ کام آتا ہے۔ جو آمد و خرچ کا باقاعدہ

حساب نہیں رکھتے وہ بعض اوقات سخت تکلیف اٹھاتے ہیں۔
کوئی مہمان آجائے تو اس کے ساتھ محبت سے پیش آؤ جہاں تک ہو سکے
اس کی آؤ بھگت میں کوئی کسر نہ اٹھا رکھو دشمن بھی آجائے تو اس کے ساتھ
اچھا سلوک کرو تمہارے حسن سلوک سے وہ دل ہی میں شرمندہ ہو گا اور
دشمنی کا خیال دل سے نکال دیگا مہمان نوازی میں تکلیف نہیں کرتا چاہیے
ہاں محبت کا اظہار ضرور کرنا چاہیے کھر میں اگر دال بنی ہے تو تمہاری حیثیت
اس سے زیادہ نہیں تو محبت سے مہمان کے ساتھ دال ہی پیش کر دو

عورتوں کی زبانی

سینکڑوں نہیں ہزاروں مثالیں موجود ہیں کہ ایک اچھے خاصے شریف اور
محبت کرنے والے خاوند کا دل بیوی سے محض اس لئے پھر گیا کہ بیوی بد زبان
ہے اور بغیر سوچے سمجھے جو کچھ نہ آیا خاوند کو کہہ دیا یا درکھنا چاہیے کہ خاوند
تسلخ کوئی گوارہ نہیں کر سکتا بیوی کو یہ موقع کبھی نہیں دینا چاہیے کہ خاوند اس
کی بدکلامی کو شربت کے گھونٹ کی طرح پی جائے گا عورت کی سب سے بڑی صفت
یہ ہے کہ وہ شیریں زبان ہو مقلد ہے کہ میٹھی زبان سے ہاتھی کو انسان ایک
بال سے باندھ سکتا ہے شیریں زبان ایک ایسا جادو ہے جو ہمیشہ دوسرے
پر اثر کرتا ہے اس جادو سے مہربان خاوند کو مہربان بنایا جاسکتا ہے
بعض عورتیں خاوندوں کیساتھ اچھی طرح سے پیش آتی ہیں اور اپنی زبان کو قابو
میں رکھتی ہیں مگر خاوند کے رشتہ داروں سے سخت بدزبانی سے پیش آتی ہیں
خاوند جب بار بار دیکھتا ہے کہ اسکی بیوی نہ ساس کا احترام کرتی ہے نہ منہ کا
محاذ اسے بڑا معلوم ہوتا ہے اور آہستہ آہستہ اپنی بیوی سے نفرت ہو جاتی

ہے بدزبانی خواہ خاوند کیساتھ کیجائے یا اس کے رشتہ داروں کیساتھ
اس کا نتیجہ خصوصاً عورت کے لئے برا ہوتا ہے سمجھدار عورتیں خاوند کے رشتہ
دار سے نیک برتاؤ کرتی ہیں مناسب بھی یہی ہے کہ ساس اور دوسرے
رشتہ داروں کا احترام کیا جائے۔

خاوند کے آرام و آسائش کا خیال

یوں تو عورت کے لئے سب کچھ خاوند ہی ہے ہندوستان کے دو بڑے
مذہب اسلام اور ہندو دھرم میں عورت کیلئے حکم ہے کہ وہ خاوند سے
محبت ہی نہیں کرتی بلکہ قریب قریب اس کی پرستش کرے ہندو شاہستور
میں تو یہاں تک لکھا ہے کہ استری اپنے پتی کو الیشور کا روپ سمجھے
روحانی عظمت کے علاوہ بیوی کو چاہیے کہ وہ دنیاوی امور میں بھی خاوند
کا ہر طرح سے خیال رکھے مثلاً خاوند کی پوشاک خوراک آرام و آسائش اور
صحت و صفائی کی طرف توجہ دے خاوند کی خوشی کو اپنی خوشی اور اس کے غم
کو اپنا غم سمجھے بیوی کو جاننا چاہیے کہ خاوند کا مزاج کیسا ہے وہ کس بات
سے خوش ہوتا ہے اور کس کھانے کو پسند کرتا ہے مرد کی اطاعت اور فرمانبرداری
عورت کا فرض ہے بیوی کو چاہیے کہ وہ اپنے خاوند کی ضروریات کو مقدم
رکھے خود تکلیف اٹھا کر بھی خاوند کو سکھ سنبھالے عقل مند عورتیں خدمت
سے خاوند کو گروید بنا لیتی ہیں مرد عورت کے بس میں ہو جائے تو وہ
قد رفتی طور پر عورت کی ضرورتوں کو پورا کرنے کی کوشش کرتا ہے ایسی عورتیں
سکھ کی زندگی بسر کرتی ہیں جو عورتیں یہ سمجھتی ہیں کہ محض اپنی خوبصورتی کیوجہ سے
وہ خاوند پر حکومت کر سکتی ہے وہ سخت غلطی پر ہیں بار بار کہنا چاہیے کہ

خاندان خالصورت بیوی کا غلام نہیں بلکہ خدمت گزار اور فرض شناس بیوی کا غلام
بتنا ہے دن بھر کا تھکا ماندہ خاندان جب گھر شام کو لوٹتا ہے تو فرض شناس
بیوی کو دیکھ کر اس کی تمام کلفتیں دور ہو جاتی ہیں مشہور زیورہ بین کا ٹکڑیوں
لکھا ہے کہ صرف فرمانبردار بیوی اگر خاندان پر حکومت بھی کرتی ہو تو حکومت
معلوم نہ ہو خاندان کی فرمانبرداری بیوی کا فرض ہے۔

پہلے زمانے کی عورتیں

ایک زمانہ تھا کہ ایک عورت ہندوستانی عورت صبح کو بیدار ہو کر
سب سے پہلے اپنے مذہبی فرائض ادا کرتی تھی اس کے بعد بچوں کی جسمانی صحت کی
دیکھ بھال اور ان کے ضروری فرائض کی طرف متوجہ ہوتی ہے اور پھر باورچی خانہ
میں مصروف ہوتی اس کے بعد گھر کے کاروبار چرخہ سلائی کٹائی وغیرہ میں اتنی
سرزد رستی ہیں کہ سہراٹھانے کی فرصت نہ ملتی لیکن دفعتاً ہندوستانی نظام
سائنس میں ایک زبردست تبدیلی ہوئی انگریزی تعلیم کی چنگ و پکار ہونے لگی جس
کی ابتداء ہونے ہی مغربی ماحول میں ہماری عورتیں گھر گئیں اور بغیر سوچے سمجھے
یورپین لیدیوں کا سانگ روپ اختیار کرتے گئیں فیشن کی تیز رفتاریوں
نے ان خواتین کو کچھ بنا دیا تعلیم کا دراصل نشا تریہ تھا کہ دل و دماغ میں
پریشانی پیدا ہو انسان اپنے فرض کو سمجھے لیکن یہاں کی تعلیم کا منشاء
کچھ دوسرا ہو گیا ہے۔

ان دنوں بھر میں مثال کے طور پر لایا تھا یہاں کی عورتیں کی
ہے کہ وہ گھر کی دیوہاں ہیں جن پر ملک کے بچے کو آج
دنے اب بھی عورتوں کا فرض ہے کہ وہ دنیا کے اس خیال

کہ تبدیلی نہ ہونے دیں عورتوں ہی کے ہاتھوں میں اپنے خاندان کی بہتری و
بہبود ہے ان ہی کے اختیار میں نیک اور شریف اولاد پیدا کرتا ہے ہندوستانی
معاشرت کے خلاف درزی اور مغربی تہذیب کی پیروی کے افسوسناک نتائج
روزمرہ ہمارے سامنے آتے ہیں شرم و حیا کے رخصت ہو جانے سے جو
خرابیاں پیدا ہو رہی ہیں ان کو دیکھتے ہوئے ہماری عورتوں کو دچا چاہیے
کہ وہ کس طرف جارہی ہیں۔

موجودہ زمانے کی انگریزی خواندہ عورتیں

انگریزی پڑھی لکھی عورتیں جب گھر دل سے باہر نکلتی ہیں تو خوب بن سوز
کر پاؤں میں ٹیڈی بوٹ سر پر باریک دوپٹہ بانگ ٹیڑھی اور آدھا سر ننگا
جسم پر نہشتی جمیر جس میں سے چھاتیاں نک نظر آئیں ریشم عطر غارہ اور
سرخ کی نالیش ہوتی ہے یہ سخت بے حیائی ہے یاد رکھنا چاہیے کہ عورت
کا بہترین زیورہ شرم و حیا ہے شرم و حیا دانی عورتیں کس طرح بن سوز
لگا اور سینے ابھار کر نہیں لکٹیں جنہیں اپنے خاندان کے ننگ و ناموس
کا خیال ہو وہ اسی طرح بازوؤں میں حسن و زیبائش نہیں کرتیں عورت کو اپنے
خاندان کا دل بھانے کیلئے گھر کی چار دیواری میں بن سوز کر رہنا چاہیے
مگر آج کل کی عورتوں کا فیشن ہو گیا ہے کہ گھر میں میڈے کچے لباس میں رہتی ہیں
اور باہر خوبصورت اور چمکیے کپڑوں میں سبھی سجاوٹی تیریاں بن کر بازوؤں
کو دعوت نگارہ دیتی ہیں۔

یہ کتنی حماقت ہے کہ جس ایک ہستی کے سامنے زیادہ سے زیادہ دلکشی
اور دلچسپ صورت میں رہنا چاہیے اس کے سامنے عورت معمولی لباس میں

رہتی ہے اور بازار جاتے وقت وہ اعلیٰ سے اعلیٰ لباس زیب تن کرتی ہے
اسکے معنی صاف ہیں کہ وہ دوسروں کو اپنا دلکش حسن دکھانا چاہتی ہے ایسی
عورتیں اپنے خاوند کیلئے سنگار نہیں کرتی بلکہ دوسروں کیلئے کرتی ہیں جن عورتوں نے
مغرب پرستی اپنی زندگی کا مقصد بنا لیا ہے وہ نتائج سے بے خبر ہو کر یورپ میں
فیشن اختیار کر رہی ہیں جس طرح طاعون یورپ سے آکر ہندوستان میں پھیل کر
ہماری ہلاکت و بربادی کا باعث ہوا ہے اسی طرح مغربی فیشن کی دیا بھی
ہندوستان میں پھیل کر ہماری بربادی اور تباہی کے سامان کر رہی ہے
ہماری عورتیں صبح سے شام تک اپنے فیشن کی تکمیل میں مصروف رہتی ہیں
عورتوں کی ضرورت بڑھ رہی ہے مرد جو کچھ گماتے ہیں عورتیں اسے اپنے فیشن
میں مصروف کر دیتی ہیں۔ عام انگریزی خاوند عورتیں خاوند کی اندلی سے کچھ
پس انداز کر نیکی کوشش نہیں کرتی مہینہ میں اگر اتفاق سے کچھ بچے جائے تو وہ
اپنے لئے مزید سامان آرائش خرید لاتی ہیں ہم عورت کے سنگار
کے خلاف بلکہ یہ عورت کے لئے مہبت ضروری ہے کیونکہ مرد کی یہ
قدرتی خواہش ہوتی ہے کہ اس کی بیوی زیادہ سے زیادہ دلکش صورت
اس کے سامنے آئے لیکن میاں کی تو حالت ہی دگر گوں ہے عورتیں
گھروں میں تو معزلی لباس میں رہتی ہیں اور باہر بن سٹور کر نکلتی ہیں
عورتوں نے دیسی جوتے چھوڑ کر بوٹ پہننے اختیار کر لیے ہیں
تو کوئی بری بات نہیں ہر اچھی چیز اختیار کر لینا چاہیے لیکن اب
ادبچی اریٹمی والے بوٹ قبول ہو رہے ہیں حالانکہ یہ سخت ضرر
برساں ہیں نئی نیلی دھن دن میں دس مرتبہ لٹکھڑا کر گرتی ہیں
کبھی پاؤں دائیں طرف کو بیٹھ گیا اور کبھی بائیں جانب کو لچک گیا کئی کئی روز



ہنگامہ مالش کی ضرورت ہے اور پچی ایڑی کے چولے کی بدولت انگلستان سے دو ہزار عورتیں سالانہ میڈیٹریوں سے گھر کر مر جاتی ہیں ایک جوتا ہی لیا ہمارے ہاں ہریات میں یورپ کی نقل اتاری جاتی ہے نفع نقصان کو کوئی نہیں دیکھتا صرف لباس ہی کو دیکھے ہندوستانی لباس میں بڑی سہولت اور بے تکلفی ہے پھر وہ ہمارے ملک کی سردی گرمی کے مطابق اس کے برخلاف یورپین لباس کو لیجئے پینے میں دشوار اور اتارنے میں تکلیف ہوتی ہیں اس طرح پہتا جاتا ہے۔ کہ کمر بندھی ہوئی شکم دبا ہوا گردن کا اگلا اور پچھلا حصہ بہ بہتہ لباس ہندوستانی تہذیب کے منافی ہی نہیں بلکہ مضر صحت ہے۔ اور سردی گرمی کے مہلوں سے نہیں بچاتا۔

مغربی تہذیب و تمدن کی دلدادہ عورتیں فیشن میں اندھی ہو کر ہلاکت کے گڑھے کی طرف بڑھ رہی ہیں انہیں جانتا چاہیے کہ وہ تہایت پر خطر راستہ اختیار کر رہی ہیں ہر ایک چیز اعتدال اور حد کے اندر ہونی چاہیے ایسا لباس اور فیشن سراسر نقصان دہ ہے جو عورت کو غیر شریف اور شوخ بنادے۔ ضرورت سے زیادہ فیشن اور آنہ ادی خواہش نفسانی کو بڑھاتی ہے۔ جو عورت اور مرد دونوں کے لئے کمزوری کا باعث ہے۔



شیر باندھنے کا منتر

"اوم منہکال بکال اکھی کھل کھل۔ بدھت جائے جاہوت جاہوت۔"
ترکیب :- اس منتر کو اکیس مرتبہ اہلی کے پھول پر پڑھ کر شیر کی طرف پھینک دے تو شیر بندھے۔

ٹڈھی دور کرنے کا منتر

"اوم آم۔ نل کاتیر۔ اٹا آیا۔ سیدھا جائے انیک۔"
ترکیب :- ناقد پر لکھ جہاں ٹڈھی ہو۔ وہاں پر آگ لگا دے تو ٹڈھیاں بھاگ جائیں۔

ٹونے کا منتر

"اوم ٹک کپاٹ۔ بجر پر بار۔ لٹکا الٹ پٹکا۔ پھلک پھلانگ پتی کی داچ ستیہ۔"
ترکیب :- کپڑے کی روشنی میں اس منتر کو بچے کے بائیں بار پڑھے اور گولہ وغیرہ کی دھوپ دے کر اس کے دھوئیں میں کچھ دیر تک بچے کو رکھے تو ٹونہ دور ہو۔

موہنی پتلی وشی کرن منتر

"باندھوں اندر کو۔ باندھوں تارا۔ باندھوں دو لوہے کی دھارا۔ اٹھے اندر نہ ہولے
گاڈن لکھ ساکھ پوری ہو جائے۔ بن اور دلو کا کتر سیاں اوپر لوسوت۔ میں تو تھندن باندھ لو
ساوسر جا یا پوت سن باندھوں من نیت باندھوں دیا دے ساتھ چار کھونٹ لو۔
آئے فلانی فلانی کے ساتھ گورو گورو سواہا۔"

ترکیب :- مارن۔ اچاٹن۔ استھم بھن اور وردیش میں کم کیا کٹ کا جا۔ یا جاتا ہے۔
اگنی گرہ میں صرف ہوں فٹ اور اگنی کرم۔ دیو کرم میں سواہا۔ یہ کہہ کر ہوم بنا۔ پ کرنا چاہئے۔

ایک تھالی بنولے کی لادے جس میں سے اکتالیس بنولے لیکر ایک ایک کو اکتالیس مرتبہ
منتر سے آدمی رات کے وقت آگ میں ڈالے۔ تین دن میں منور تھ پورا ہوگا۔ اس میں
سندھ نہیں۔

راجہ وشی کرن کا منتر

اوم نمو آدیش گرو کا۔ جلا باندھوں۔ شیر باندھوں۔ اگنی باندھوں وار بن باندھوں۔ شو
پتر پر چنڈ باندھوں۔ راجہ کا اک رسا آسن چھوڑ مجھے دیس دیشی اصلی جو کوں چندن لٹا ٹیکو
کانڈھی سترن کھاڈل پور گرد کی ادکتی۔ میری کوت کرد۔ منتر ایشورو راجہ۔
ترکیب :- دھوپ۔ دپ۔ خود یہ رکھ کر باتا پاروتی کا دھیان کرے۔ بروز منیچ اکیس دن
ایک سواکیس جاپ کرے۔ منتر سمدھ ہوگا۔ بعد ازاں کنکرم۔ چندن۔ گوردھن ملا کر گائے کے
دودھ میں تلک کر راجوں مہاراجوں۔ حاکموں یا افسروں کے سامنے جا دے تو دیکھتے ہی سب
وہش میں ہوں۔

استری وشی کرن

کالانک بھونورے کے پنکھ۔ مگر مول۔ سفید کوا اور کوڑی۔ آن سب کا چورن بنا کر
عورت پر چھوڑے۔ وہ داسی ہو جائے گی۔ اور اس مرد کے ہر حکم کو اتنا اپنا اول فرض سمجھے گی

ڈیکر لپ

سیندھ نمک۔ شند۔ کبوتر کی بیٹ کو پیس کر جو آدمی اپنے لنگ پر لپ کر عورت کے
پاس جا دے اور اس کے جہاتہ زنا کرے وہ عورت ہمیشہ کے لئے وشی ہو جائے۔

گورو جن۔ گورو۔ کیسر اور چندن اُن کو دھڑے کے رس میں پیس کر جو منوشیہ اپنے لنگ پر لپ کر کے عورت کے ساتھ رَمَن کرے وہ ضرور ہی عورت کے دل میں پس جاتا ہے۔

وشی کرن تلک

بٹ پیر کے انکڑ کو پان میں گھس کر آئیں میں مجھم ملا کر اس کا تلک لگانے سے سب لوگ دش میں ہو جاتے ہیں۔ یہ آزمودہ پریوگ ہے۔ کام میں لادیں۔

سوامی وشی کرن مستر

رُمدھولی کے پھلی کی گٹھلی کی مالالے کر سونج پر ب میں تدی کے کنارے آنری پڑ کے نیچے سوموتی امادس کے دن کشاوں کے آسن پر بیٹھ کر چپ کرے تو سوامی یا خاوند اس عورت کے دش میں ہو۔

مستریہ ہے۔ اوم چھوں چھوں چھان چھاں۔ فٹ فٹ۔ سواہا۔

اتھ آکرشن پریوگ

آکرشن بدھی وکشیث شرنوسدھی پر نین نہ راگی پر جائے سردیشام ستیہ ماکرشن بحویت بر شبن۔ سم روجن سنیلو پتم۔ شچند۔ سیننیہ مجورج پترتہ لکھپت

خمیرہ بادام بیضوی

جو اعضائے رئیسہ کو طاقت دے کر قوت باہ میں ہیجان پیدا کرتا ہے یہ خمیرہ نہایت عجیب الاثر ہے۔ باہ کو طاقت اور حرکت میں لانے کے لئے نہایت لا جواب چیز ہے۔ عین وقت پر جن کو ڈھیلا پن کی شکایت ہو جانی ہو یا باوجود خواہش کے عضو میں خیزش کم آتی ہو ایسی حالتوں میں اس خمیرے کے استعمال سے نفع عظیم حاصل ہوتا ہے۔ دماغ کی کمزوری کو دور کرنے کے لئے نہایت کامیاب ثابت ہوا ہے۔ اس کے استعمال سے جسم خوب پرورش پاتا ہے۔ اعضائے رئیسہ کی ہر قسم کی کمزوریاں دور ہو کر صحت قابل رشک بن جاتی ہے اور دو ماہ میں ہی تسلی بخش حرکت پیدا ہو جاتی ہے۔ یہ لذیذ خوشبودار مٹھائی ہے جو بوقت صبح بطور ناشتہ استعمال کی جاسکتی ہے۔ نسخہ حسب ذیل ہے:

چھلے ہوئے بادام دس تولہ لے کر پانی میں خوب باریک گھوٹ کر شیرہ نکال لیں۔ حسب ضرورت پانی اضافہ کر کے قلعی دار برتن میں ڈال کر آگ پر چڑھائیں اور ایک سیر معری ملا کر شربت سے ذرا گاڑھا قوام بنالیں۔ قوام تیار ہونے پر خوشبو کے لئے روح کیوڑہ بھی حسب ضرورت ملا لیں۔ چاندی کے ورق 25 عدد اور انڈوں کی زردیاں 25 عدد خوب گھوٹ کر اس قوام میں ملا لیں۔ اب سارے قوام کو خوب گھوٹ لیں تاکہ یکجان ہو جائے۔ پس نہایت لا جواب مقوی باہ اور مقوی دماغ خوش ذائقہ ناشتہ تیار ہے۔ دو سے لے کر چار تولہ تک صبح کے وقت نوش فرمائیں اوپر سے حسب ضرورت نیم گرم دودھ پیئیں۔ بہتر ہو کہ دودھ کو ٹٹھا کرنے کے لئے معری کی بجائے شہد ملا لیں۔

زردی بیضہ مرغ 40 عدد۔ آرد مالٹنی ایک سیر۔ لوگ۔ جانفل۔ دار چینی۔ مغز اخروٹ۔ موصلی سفید کھنی ہر ایک سوا سوا تولہ۔ مرچ سیاہ ایک تولہ۔ پرانا گڑ۔ ایک سیر۔

ترکیب تیار کی: سب چیزوں کو الگ الگ باریک کوٹ کر پھر آپس میں اچھی طرح سے یکجان کر لیں۔ بس تیار ہے 6 ماشہ سے لے کر 2 تولہ تک صبح و شام استعمال کیا کریں۔ ایک پرانی کتاب میں اس کی تعریف میں لکھا ہے کہ ”اس معجون کے استعمال کرنے والے مرد میں سینکڑوں عورتوں کو خوش کرنے کی قوت مجامعت پیدا ہو جاتی ہے۔“ اس قسم کے مبالغے کو برطرف رکھ کر بھی کہا جاسکتا ہے کہ یہ معجون واقعی بہت حیرت انگیز طور پر مقوی باہ ہے اگر بلغم پیدا کرنے والی چیزوں سے پرہیز کیا جائے تو اس کی مداومت سے جوانی کے دنوں میں سفید شدہ بال بھی از سر نو سیاہ ہو جاتے ہیں۔ بدن کندن کی طرح چمک اٹھتا ہے۔ قوت حافظہ غضب کی ہو جاتی ہے۔ غرضیکہ یہ ایک نہایت اعلیٰ درجہ کی قابل قدر معجون ہے۔ جس کی خوبیاں تجربے کے بعد ہی پورے طور پر معلوم ہو سکتی ہیں۔ گرم مزاج نو جوان گرمی کے دنوں میں اس کے استعمال سے پرہیز کریں۔ بلغمی مزاج کے ادھیڑ عمر لوگوں کے لئے یہ معجون بہت ہی مفید ہے۔

بادام

بادام دماغ کو طاقت دینے کے لئے ایک بے نظیر چیز ہے اس میں دماغ کے جوہر کی پرورش اور نشوونما کرنے کی صلاحیت بھی پائی جاتی ہے اور دماغ کی طاقتوں کو بیدار کر دینے کی تاثیر بھی اس میں موجود ہے۔ دماغی قوتوں کے علاوہ بادام جسم کی پرورش کرنے کے لئے بھی نہایت اچھی چیز ہے قوت باہ کو بنیادی طور پر طاقت دینے کے لئے بادام نہایت ہی عجیب دوا ہے۔ انڈے کے بیان میں لکھا ہوا خیرہ جس میں بادام بھی شامل ہیں۔ نہایت مقوی ناشتہ ہے۔ جن لوگوں کو انڈوں سے پرہیز ہوان کے لئے ایک دوا آسان نسخے درج ذیل ہیں:

غذا اور قوت مردی کا زیر عنوان دودھ کا تذکرہ پہلے بھی ہو چکا ہے۔ دودھ بے حد مقوی باہ اور طاقت بخش چیز ہے۔ سب سے اعلیٰ درجہ طاقت بخش دودھ عورت کا ہوتا ہے۔ آئیورویک گرنٹوں میں اس کی بہت تعریف کی گئی ہے۔ پچھلے سالوں یورپ میں اس کے بہت سے تجربے ہوئے تھے اور بہت سے اخبارات و رسائل میں اس کی بابت لے دے ہو چکی ہے۔ یورپ کے کئی سربر آوردہ ڈاکٹروں اور سائنسدانوں نے دعویٰ کیا تھا کہ عورت کا دودھ گئی ہوئی جوانی کو شرطیہ طور پر واپس لاسکتا ہے۔ جرمن کے ایک سائنسدان نے یہ دعویٰ کیا تھا کہ اگر شوہر اپنی بیوی کے پستان سے منہ لگا کر دودھ چوسنے کا دستور بنالے تو اس کی صحت قابل رشک بن جاتی ہے۔ اس کے حسن میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے۔ اس حمل سے عورت اور مرد میں محبت بھی زیادہ ہو جاتی ہے۔ اس طریقے سے دودھ چوسنے سے عورت کو بے حد لذت بھی حاصل ہوتی ہے وغیرہ وغیرہ لیکن اس انتہائی آزادی کے باوجود جو مغربی ممالک میں عام ہے۔ اس جرمن سائنسدان پر مقدمہ چلایا گیا کہ وہ اخلاق عامہ کو تباہ و برباد کرنے والی باتیں پبلک کے سامنے پیش کر رہا ہے لیکن اس نے اپنے دعویٰ کو ثابت کر دیا۔ بہت سے سربر آوردہ ”ماہرین فن“ لوگوں نے اس کے بیانات کی تصدیق کی چنانچہ سائنسدان صاحب عدالت سے صاف بری ہو گئے۔

مغربی ڈاکٹروں کا یہ دعویٰ درست ہو یا نہ ہو۔ آئیورویک گرنٹوں نے عورت کے دودھ کے خواص صحیح لکھے ہوں یا غلط۔ ہمارے ہاں کی موجودہ طرز معاشرت کے پیش نظر اس عمل پر کسی حاشیہ آرائی کی ضرورت نہیں کیونکہ ہمارے مذہب اور اخلاق کے نقطہ نگاہ سے یہ سب کچھ موجب شرم اور داخل گناہ ہے۔ طاقت کے اعتبار سے عورت کے بعد دوسرے درجے پر بھیڑ کا دودھ ہے۔ اس کے بعد تیسرے درجے پر بھینس کا دودھ۔ پھر اس کے بعد گائے کا دودھ۔ بھینس اور گائے کے دودھ کا مختصر سا ذکر پہلے کیا جا چکا ہے۔ مندرجہ ذیل سطور میں دودھ کو زیادہ مقوی باہ بنانے کے لئے دو عجیب و غریب ترکیبیں درج کی جاتی ہیں۔ بھیڑ کا دودھ چونکہ بہل الحصول نہیں ہے۔ اس لئے بھینس یا گائے کا دودھ

دودھ کو زیادہ مقوی بنانے کی سائنٹفک ترکیب:

گائے یا بھینس کا تازہ دودھ حسب ضرورت لے کر فوراً آگ پر رکھیں جب کئی جوش آچکیں تو اس کو شہد سے میٹھا کر کے دو گلاسوں کے اندر نیچے اوپر دھار باندھ کر لوٹ پوٹ کریں حتیٰ کہ کم از کم ایک سو ایک مرتبہ ایک گلاس سے دوسرے گلاس میں جتنی زیادہ اونچائی سے گرائیں۔ اتنا ہی زیادہ بہتر ہے۔ اس دودھ کو کھڑے کھڑے پی جائیں اور اسی طرح سے کم از کم چالیس دن عمل کریں۔

فوائد:

اگرچہ بادی النظر میں یہ ترکیب ایک معمولی سی بات معلوم ہوتی ہے جس سے کسی عظیم الشان فائدہ کی توقع نہیں ہو سکتی لیکن تجربہ اس کے عجیب و غریب فوائد کی تصدیق میں رطب اللسان ہے۔ اس سے دودھ میں حیرت انگیز طور پر رقت پیدا ہو جاتی ہے۔ یہ دودھ زود ہضم اور مقوی ہوتا ہے۔ اس سے خون کثیر مقدار میں پیدا ہوتا ہے اور چہرہ لال سرخ ہو جاتا ہے۔ معمولی سی تبدیلی سے ایک روز مرہ کے استعمال کی چیز کس قدر زیادہ نفع بخش ہو جاتی ہے۔ یہ بات دیکھنے کے لئے کم از کم چالیس دن اسی طریقہ سے تیار کیا ہوا دودھ پی کر دیکھیے۔

سائنس کے نکتے:

1- جب دودھ کو برتنوں کے اندر الٹ پلٹ کیا جاتا ہے تو آکسیجن کی ایک خاص مقدار اس میں جذب ہو جاتی ہے۔ جتنی زیادہ اونچائی سے دودھ کو دوسرے برتن میں گرائیں اسی قدر زیادہ مقدار میں آکسیجن اس کے اندر جذب ہو جاتی ہے۔ یہی آکسیجن اس طریقے سے تیار کیے دودھ کے عظیم الشان فوائد کی کرامات کا راز ہے۔

2- شہد ملنے کی وجہ سے اور یوں بھی گرم کیا ہوا دودھ حد درجہ گرم مزا جوں کے موافق نہیں آ سکتا مگر اس طریقہ سے تیار کیا ہوا دودھ ہوا کی نمی کی وجہ سے معتدل ہو جاتا ہے۔ سوزاک کے مریضوں کو میں ایک خاص طریقے سے دودھ کی لسی بنا کر پلایا کرتا ہوں۔ بغیر کسی دوا ملانے کے

اس کی تاثیر اس قدر ٹھنڈی ہو جاتی ہے کہ سوزاک کے چیختے ہوئے مریض کو اس کے پینے سے چند ہی منٹ میں تسکین ہو جاتی ہے۔ ایک دودست بھی کھل کر ہو جاتے ہیں۔ پیشاب تو بار بار آتا ہے۔ یہ سب کچھ کسی دوا کے ہوتا ہے۔ اس قسم کی لسی بنانے میں دیگر تدابیر کے علاوہ ایک گلاس سے دوسرے گلاس میں بار بار اٹھنے کی تدبیر بھی کی جاتی ہے۔ اسی تجربے کو پیش نظر رکھ کر کہا جاسکتا ہے کہ مندرجہ بالا طریقہ سے تیار کیا ہوا دودھ ہلکا سا قبض کشا بھی ہوتا ہے۔

3- کھڑے کھڑے پینے سے دودھ جسم کے تمام رگ وریشہ کو طاقت پہنچاتا ہے۔ اس بات کی بھی تجربے سے شہادت ملتی ہے۔ عرق مدنی کی بعض دوا میں ایسی ہیں جو مریض کو کھڑا کر کے پلانے ہی سے اثر کرتی ہیں۔ مریض کو میٹھا کر یہ دوائیں پلائی جائیں تو کوئی اثر نہیں ہوتا اگر ہوتا بھی ہے تو بالکل معمولی۔

احتیاط:

مندرجہ بالا طریقے سے دودھ کو ایک گلاس سے دوسرے گلاس میں ایسی جگہ پر الٹ پلٹ کریں۔ جہاں کی ہوا صاف اور پاکیزہ ہو۔ میل کچلی جگہ میں جہاں کی ہوا میں تعفن اور گرد و غبار ہو بیٹھ کر یہ عمل کرنا مفید ہونے کی بجائے نقصان دہ ہوگا اور ہونا چاہئے کیونکہ خراب ہوا کی کثافتیں اس میں شامل ہو جائیں گی۔

دودھ کو زیادہ مقوی بنانے کا جو گیانہ عمل:

یہ نسخہ اگرچہ دیکھنے میں معمولی معلوم ہوتا ہے اپنے عجیب و غریب افعال و خواص کی وجہ سے استعمال کرنے والے کو اپنا گرویدہ بنالیتا ہے۔ بسا اوقات بہت سی طول و طویل ترکیبوں سے تیار ہونے والے مرکبات سے بہتر ثابت ہوتا ہے۔ کچھ عرصہ تک متواتر استعمال کرتے رہنے سے چہرے کو انار کے دانے کی مانند سرخ و سپید بنا دیتا ہے۔

شہد خالص 9 ماشہ ایک گلاس میں ڈال کر اس کے اوپر ملل کا باریک کپڑا باندھ کر گائے یا بھینس کا تازہ دودھ اس کے اوپر دو ہیں۔ جس کا اندازہ پہلے دن

ڈیڑھ پاؤ ہو اور پھر آہستہ آہستہ بڑھاتے جائیں اور آدھ آدھ پاؤ بڑھا کر تین پاؤ کر لیں۔ شہد بھی 9 ماشہ سے آہستہ آہستہ بڑھا کر تین پاؤ تو لہ تک کر لیں۔ پھر اسی مقدار میں کم از کم چالیس 40 روز تک جاری رکھیں۔ گلاس پر دودھ دوہنے کے بعد دودھ کو فوراً ہی پی لینا چاہئے۔ یہ ضروری ہے کہ اس کو زمین پر نہ رکھا جائے۔ دوران استعمال میں پیٹ درد اور اسہال کا عارضہ شروع ہو جائے گا۔ لیکن گھبرا کر دودھ بند نہ کر دیں بلکہ بغیر کسی گھبراہٹ کے جاری رکھیں۔ سب شکایات خود بخود رفع ہو جائیں گی۔

برگد

برگد کا دوسرا نام بڑ ہے۔ پنجابی میں اسے بڑوٹا بھی کہتے ہیں۔ یہ بہت تناور درخت ہوتا ہے۔ اس کی موٹی شاخوں میں سے پتلی پتلی گول گول رسیاں نکل کر زمین کی طرف آتی ہیں اور بعض دفعہ زمین میں گڑ جاتی ہیں اور بہت موٹی ہو جاتی ہیں۔ پھر ان پر اصلی درخت کی طرح شاخیں پھوٹنے لگتی ہیں اور سینکڑوں سالوں کے عرصے میں بجائے خود ایک بڑا تناور درخت بن جاتی ہیں۔ میں نے بہت سے ایسے بڑے تناور درخت دیکھے ہیں جو متذکرہ بالا قسم کی دوسرے پیڑ کی رسیوں کے زمین میں گڑ جانے سے بنے ہیں ان رسیوں کو ڈاڑھی کہتے ہیں۔ اس درخت کا ہر ایک حصہ منی کو پیدا کرنے کاڑھا بنانے اور باہ کو حرکت میں لانے کے لئے نہایت ہی بے نظیر ہے۔ ذیل میں صرف چند ایک چھوٹے چھوٹے طریقے لکھے جاتے ہیں جن سے ہر غریب اور امیر اس کے مسیجائی فوائد سے فیض یاب ہو سکتا ہے۔

مقوی باہ پھل

چہرہ سرخ بنادینے والا

یہ مقوی باہ پھل مفت میں ہاتھ آتا ہے لیکن باہ کو طاقت دینے منی کو گاڑھا بنانے اور چہرہ کو سرخ بنانے میں کوئی مہنگے سے مہنگا پھل بھی اس کا مقابلہ

نہیں کر سکتا۔ یہ حیرت انگیز طور پر مقوی باہ پھل برگد کے درخت کا پھل ہے۔ برگد کا پھل بالکل سرخ رنگ کا درخت سے اتار دیے۔ زمین پر گرنا نہ لیجئے نیز اسے کوئی لوہے کا جڑمت لگا دیے۔ (وہم نہ سمجھئے اس میں ایک حقیقی سچائی ہے جس کی تشریح کرنے کے لئے کئی صفحات درکار ہوں گے۔ اس لئے بغیر کسی تشریح کے ٹھوس سچائی آپ کے سامنے رکھی گئی ہے) کسی کپڑے پر پھیلا کر سایہ میں خشک کر لیجئے۔ ہوا دار جگہ میں خشک کریں ورنہ خراب ہو جائیں گے۔ خشک ہونے کے بعد ان پھلوں کو ہاتھوں سے خوب مسل لیجئے یا کسی پتھر کے کھل میں باریک کر لیجئے مگر لوہے کے ہاون دستہ سے کام نہ لیں۔ ان پھلوں کے سفوف کے برابر مصری کوزہ کا سفوف ملا کر محفوظ رکھیے۔ 6 ماشہ صبح 6 ماشہ شام ہمراہ نیم گرم دودھ استعمال کرنے سے چالیس روز میں چہرے کا وہی رنگ ہو جاتا ہے جو ان پھلوں کا تھا۔ جن لوگوں کو عورت کے پاس جاتے ہی انزال ہو جاتا ہے ان کے لئے عجیب چیز ہے۔ سرعت کا مرض شرطیہ طور پر اس کے استعمال سے دور ہو جاتا ہے نیز مادہ تولید کی اصلاح کرنے کے لئے یہ سفوف سینکڑوں اشرفیوں کی دواؤں سے زیادہ مؤثر ہوگا۔ منی میں اولاد پیدا کرنے والے کرم پیدا کر کے حمل ٹھہرانے کا باعث بنتا ہے۔ محض منی کی کمزوری کی وجہ سے جن لوگوں کے ہاں کمزور اولاد پیدا ہوتی ہو۔ وہ میاں بیوی دونوں تین چار ماہ تک اس نادرہ روزگار دوا کا استعمال کریں۔ شرطیہ طور پر طاقتور اور گورے رنگ کی اولاد پیدا ہوگی۔ بلکہ اسی (80) فیصد لڑکا ہوگا وغیرہ وغیرہ اور بھی بہت سے بے نظیر فوائد ہیں۔ یہ سب باتیں میرے تجربے میں آچکی ہیں اگر کوئی بات خلاف ثابت ہو تو یقیناً تجھیے کہ اس کی کوئی خاص وجہ ہے۔ اوپر لکھی ہوئی باتوں کی صداقت میں کوئی شبہ نہیں۔

مقوی باہ ممسک سفوف:

برگد کی ڈاڑھی کے پتلے پتلے بال لے کر سایہ میں خشک کر لیں۔ برابر وزن مصری ملا کر رکھیں۔ صبح و شام ہمراہ دودھ 6 ماشہ کی مقدار میں استعمال کریں۔ منی کو گاڑھا کرنے اور تازہ منی پیدا کرنے میں یہ سفوف اکسیری فوائد کا حامل ہے۔ سرعت کو بیخ و بنیاد سے کھو کر امساک طبعی پیدا کرتا ہے۔ وقتی طور پر دو

گھسنے پشتر ایک خوراک ہمراہ دودھ استعمال کر لینے سے بھی کچھ نہ کچھ امساک ضرور کرتا ہے۔ بشرطیکہ کھائی 'سرکہ' نمک وغیرہ سے اس دن قطعی طور پر پرہیز کیا گیا ہو۔ زیادہ دیر کے استعمال کرنے سے باہ کو بھی حرکت میں لاتا ہے۔ غرضیکہ ایک لاجواب چیز ہے جو مفت میں حاصل ہوتی ہے۔

سرخ و سپید بنادینے والی چائے:

برگد کی نو گھلتے سرخ رنگ کی چھوٹی چھوٹی پتیاں جمع کر کے سایہ میں خشک کر لیں۔ وقت ضرورت ان میں سے 6 ماشہ کی مقدار میں لے کر آدھ سیر پانی میں خوب جوش دیں۔ دو چھٹانک پانی باقی رہنے پر مل کر چھان لیں اور ڈیڑھ پاؤدودھ ملا کر شہد یا مصری سے میٹھا کر کے پیئیں۔ نہایت ہی خوش ذائقہ چائے ہے جو خون پیدا کرتی ہے دماغ کو طاقت دیتی ہے 'نزلہ زکام' کو روکتی ہے تازہ منی پیدا کرتی ہے۔ پتکے ویرج کو گاڑھا کرتی ہے 'سرعت' کی شکایت کو دور کر کے طبعی امساک پیدا کرتی ہے روزانہ صبح کے وقت اس قسم کی چائے استعمال کرنے کا معمول بنالیا جائے تو چائے کی عادت کی تسکین بھی ہو سکتی ہے اور چائے سے جو نقصانات پیدا ہوتے ہیں۔ ان کی بجائے عظیم فوائد حاصل ہو سکتے ہیں۔ رات کو 6 ماشہ پتیاں کسی قلعی دار برتن میں بھگور کھیں اور صبح مزید پانی شامل کر کے جوش دے کر چائے تیار کریں تو وہ زیادہ مفید ہوگی۔ بجائے اس کے فوراً ہی خشک پتیوں کو جوش دے کر چائے بنائی جائے۔

شیر برگد کے بے نظیر فوائد:

شیر برگد جریان 'احتلام' کو دور کرنے کے لئے مسلم الثبوت چیز ہے۔ مادہ منویہ کی تولید و تغلیظ کے لئے کوئی دوسری مفرد چیز اس کا مقابلہ نہیں کر سکتی۔ سرعت کی شکایت کو دور کرنے کے لئے میرے علم میں تو پردہ دنیا پر اس کے مقابلے کی چیز ملنا ناممکن ہی نہیں بلکہ محال ہے۔ اس کے اندر قدرتی طور پر فاسفورس کا نہایت قلیل جزو شامل ہوتا ہے۔ اس لئے یہ دماغ کو طاقت دینے کے لئے اکسیر الاثر فوائد کا حامل ہے۔ کمزور ذہیلے پٹھوں کو طاقت دے کر جسم کی قوت میں اضافہ کرتا ہے۔ عضو میں حرکت اور تناؤ کی صلاحیت کو ترقی دیتا ہے۔ انتشار میں اضافہ کرتا ہے۔ باہ کو طاقت دیتا ہے اور رغبت مباشرت کو بڑھاتا

ہے۔ غرضیکہ ایک بے نظیر چیز ہے جو قدرت نے دنیا میں سب جگہ ہر کہ و مہ اور غریب و امیر کے فیض رسانی کے لئے پیدا کر دی ہے۔ ایسی لاجواب چیز سے فیض نہ اٹھانا کفران نعمت ہے۔ ذیل میں شیر برگد کے استعمال کے چند ایک نہایت لاجواب طریقے درج کیے جاتے ہیں۔

شیر برگد استعمال کرنے کی سہل ترین ترکیب:

صبح کے وقت حاجات ضروریہ اور غسل وغیرہ سے فارغ ہو کر نہار منہ شیر برگد کا استعمال کرنا چاہئے جس کا طریقہ یہ ہے کہ پہلے دن مصری کے سفوف میں شیر برگد کی ایک پوند ڈال کر استعمال کریں۔ دوسرے دن دو پونڈیں۔ تیسرے دن تین پونڈیں حتیٰ کہ پندرہویں دن پندرہ پونڈوں تک ہر روز ایک قطرہ کے حساب سے بڑھاتے جائیں۔ اس کے بعد ایک قطرہ روزانہ کے حساب سے کم کرتے جائیں۔ پھر ایک قطرہ روزانہ کے حساب سے بڑھاتے جائیں اور پھر اسی طرح سے کم کریں۔ اس طریقے سے دوا کا استعمال عادت میں شامل نہیں ہوتا۔ اس وجہ سے پورا فائدہ ہوتا ہے۔ شیر برگد کے استعمال کے بعد اوپر سے نیم گرم دودھ پی لیا جائے تو بہتر ہے ورنہ کوئی ضروری نہیں۔ بعض لوگوں کو شیر برگد کے استعمال سے کچھ قبض کی شکایت رہنے لگ جاتی ہے۔ ان لوگوں کے لئے دودھ کا استعمال نہایت ضروری ہے۔

نہایت ہی لاجواب مقوی باہ معجون

جو مادہ تولید کو کثرت سے پیدا کر کے جسم اور باہ کو غضب کی طاقت

دیتی ہے

عمدہ تازہ تالمکھانہ 9 تولہ لیں اور کسی تھال یا طباق میں رکھ کر ایک ایک دانہ علیحدہ کر لیں۔ یعنی کنکر یا مٹی اس میں جو کچھ ہے اس کو نکال کر پھینک دیں۔ یہ واضح رہے کہ تالمکھانہ خوب اچھی طرح سے صاف کیا جانا ضروری ہے۔ اگر اس میں ذرا بھی سنگریزوں کا غبار وغیرہ رہ گیا تو معجون کا ذائقہ بھی خراب ہو جائے گا۔ دانوں کے نیچے کر کراہٹ محسوس ہوگی اور معجون کھائی نہ جائے گی۔ اب اس صاف کیے ہوئے تالمکھانے کو شیر برگد میں اتار کر کریں کہ اچھی

طرح سے دودھ میں ڈوب جائے۔ یہ دودھ خشک ہونے پر جب تری نہ رہے تو شیر برگد اتنا اور ڈالیں کہ تالمکھانہ تر ہو جائے۔ خشک کر کے ایک دفعہ پھر اسی طرح تر کریں اور خشک کر لیں۔ اب اس تالمکھانہ کو مغز نارجیل میں سوراخ کر کے بھر دیں اور اسی نکلے سے نارجیل کا سوراخ بند کر دیں۔ جو سوراخ کرتے وقت اس میں سے چاقو سے کاٹنا تھا۔ اس کے بعد گیہوں کے گوندھے ہوئے آٹے کا نارجیل پر لیب کر کے ایک گولا سبالتیں۔ یہ لیب دو انگل موٹا ضرور ہونا چاہئے۔ پانچ سات سیر خاگی اوپلوں کو آگ لگائیں۔ جب دھواں نکلتا بند ہو جائے تو آگ کے انگاروں میں ناہجیل کو رکھ دیں اور خیال رکھیں کہ نارجیل جلنے نہ پائے۔ جب گیہوں کا آٹا ہوتا نارجیل کے چاروں طرف دودھ دو انگل موٹا چڑھا ہوا ہے۔ سرخ ہو جائے تو نارجیل کو آگ سے نکال لیں۔ اوپر کا آٹا دور کر دیں اور مغز نارجیل سے تالمکھانہ نکال کر اس کو علیحدہ کوٹ لیں اور خوب باریک بنالیں۔ مغز نارجیل کو علیحدہ کوٹ لیں اور خوب باریک بنالیں اس کے بعد:

تودری سفید، تودری سرخ، گوکھر و خورد، گوکھر وکلاں، موصلی سیاہ، موصلی سفید، گاؤز بان، 2-2 تولہ۔

ثعلب مصری، سمندر سوکھا، اندر جو، موجس، دانہ الاچھی سفید، لوزیدان، ایک ایک تولہ۔

سورنجاں شیریں، طباشیر، شتال، مصری، ڈیڑھ ڈیڑھ تولہ۔ مغز پستہ، مغز چلنوزہ 5-5 تولہ۔

مغز بادام شیریں (مقشر) 10 تولہ۔

ترکیب تیاری:

تالمکھانہ اور نارجیل کو اکٹھا کر کے ملا لیں۔ پھر سب کو اچھی طرح کوٹ کر ایک جان کر لیں۔ اس کے بعد ایک سیر مصری کو قوام بنا کر معجون بنائیں۔

ترکیب استعمال:

ایک تولہ صبح کے وقت نیم گرم دودھ کے ساتھ استعمال کریں اور ایک تولہ رات کو سوئے وقت دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔

افعال و منافع:

جن لوگوں نے جوانی کے جوش میں آ کر اور اندھا دھند مستی کے زیر اثر ہو کر اپنے مادہ منویہ کو فانی لذتوں کے حصول کی خاطر پانی کی طرح بے دریغ بہا دیا ہو۔ ان کے جسم میں قوت رفتہ کا بدل پیدا کرنے کے لئے یہ معجون نہایت ہی لا جواب اور اکیسری فوائد کی حامل ہے۔ مادہ تولید کو کثرت سے پیدا کرتی ہے۔ منی کے کمزور کرموں کو طاقت ور بناتی ہے۔ حمل ٹھہرانے میں نہایت مفید ثابت ہوئی ہے۔ دل و دماغ کی کمزوریوں کو دور کر کے جسم کو از سر نو چست و چاق بناتی ہے۔ پانی کی طرح تپتی منی کو شہد کی طرح گاڑھا کرتی ہے اور سرعت کی شکایت کو کھو کر میاں بیوی کی صحت اور محبت میں اضافہ کرتی ہے۔ اس کو کافی دیر تک متواتر استعمال کرتے رہنے سے طبعی امساک پیدا ہو جاتا ہے۔ آہستہ آہستہ باہ میں بھی حرکت اور ہیجان پیدا ہونے لگتا ہے۔ غرضیکہ یہ ایک نہایت ہی لا جواب مقوی باہ اور مقوی دل و دماغ معجون ہے۔ جس کے پورے فوائد تجربے پر ہی معلوم ہو سکتے ہیں۔ یہ معجون جسم کی پرورش اور نشوونما میں بھی نمایاں حصہ لیتی ہے۔ لاغر بدن کو فربہ بناتی ہے۔ سوکھے ہوئے جسم میں تازگی اور شادابی کے آثار پیدا کر دیتی ہے۔ قابل قدر اور لا جواب تحفہ ہے۔

ایک نہایت ہی لا جواب و بے عدیل نسخہ حبوب مسک

(جو کہ افیون و تمام منشی اشیاء سے مبرا ہے)

موجس 5 تولہ لے کر چینی کے پیالہ میں رکھیں اور اس پر شیر برگد اتنا ڈالیں کہ موجس کے ایک انگل اوپر تک آ جائے۔ پھر اس کو حفاظت سے رکھ دیں۔ نیز چاہئے کہ پیالہ مذکور کو کسی ململ وغیرہ کے کپڑے سے ڈھانپ دیں تاکہ گرد و غبار سے محفوظ رہے۔ پھر جب شیر برگد خشک ہو جائے تو اتنا ہی اور ڈال دیں علیٰ ہذا القیاس۔ کم از کم سات مرتبہ تر و خشک کریں اور پھر اس کو شیر برگد کے ذریعہ ہی تین دن کھل کریں۔ جب گولیاں باندھنے کے لائق ہو جائے تو

حبوب بقدر رتی بنالیں اور خشک ہونے کے بعد شیشی میں سنبھال رکھیں۔

ترکیب استعمال:

وقت خاص سے تین گھنٹہ پیشتر ایک گولی سے دو گولی تک نیم گرم دودھ کے ہمراہ استعمال کریں مگر سر شام نمکین چیزوں اور اچار چٹنی سرکہ وغیرہ سے پرہیز کریں۔

فوائد:

از حد مسک ہے۔ پہلی خوراک ہی اپنی جادو اثری کا کام کرتی ہے۔ دنیا بلا افیون مسک نسخے کی تلاش میں سرگرداں ہے۔ یہ ہی نسخہ ہے کیونکہ فشی اشیاء بعد میں کمزور کر دیتی ہیں مگر اس سے طاقت بڑھتی ہے اور قدرتی امساک پیدا ہو جاتا ہے۔

نوٹ: مندرجہ بالا نسخہ خواص برگد (مصنف حکیم محمد عبداللہ) سے تقریباً لفظ بلفظ نقل کیا گیا ہے۔ اصولی طور پر نسخہ بے خطا اور مفید معلوم ہوتا ہے مگر ہمارے تجربے میں اب تک نہیں آیا جو صاحب تیار کریں نتیجہ سے اطلاع دیں کہ اس سے کس قدر امساک ہوتا ہے۔ میرے خیال میں یہ نسخہ قبض کی شکایت ضرور کرے گا اس لئے مباشرت کے بعد بادام روغن ملا ہوا دودھ پیئیں تو بہتر ہوگا۔

پپیل

بڑی قسم کا ایک دوسرا اتادار درخت پپیل بھی ہے جو مرد کے مادہ منویہ کی تقویت کے لئے قریباً قریباً بڑے خواص و فوائد کا حامل سمجھا جاتا ہے۔ پانی ایسے پتے و برگ کو شہد ایسا گاڑھا کرنے کمزور اور ناقابل اولاد منی کی اصلاح کر کے اولاد پیدا کرنے کے قابل بنانے اور سرعت کی شکایت کو بخ و بنیاد سے کھو دینے کے لئے پپیل کے خواص بینظیر اور لا ثانی ہیں۔ اس کے خواص و فوائد چونکہ برگد سے ملتے جلتے ہیں۔ اس لئے اس کے استعمال کے بھی قریباً قریب وہی طریقے ہیں جو برگد کے بیان میں لکھ دیے گئے ہیں۔ اس لئے پپیل کے فوائد کے بیان میں تفصیل سے گریز کیا جاتا ہے۔ اجماعی طور پر تین باتیں لکھ دی جاتی ہیں۔

جام شراب زندگی:

پپیل کی موٹی شاخ کو کاٹ کر اس کا پیالہ بنالیا جائے اس پیالے میں رات کو پانی بھر رکھیں۔ علی الصبح اس پانی کو نوش فرمائیں۔ مردہ جسم میں حیات تازہ پھونکنے کے لئے اس سادہ پانی کے اوصاف جام شراب ناب سے کسی طرح کم نہیں ہیں۔ پپیل کے اثرات کی وجہ سے رات بھر میں پانی کا ذائقہ تبدیل ہو جایا کرتا ہے۔ اس کا کچھ خیال نہ کریں۔ حسب ضرورت ذائقہ کو بہتر بنانے کے لئے شہد یا مصری ملائی جاسکتی ہے۔ یہ پانی تپدق کے مریضوں کے لئے واقعی آجیات ہے۔ سوکھے ہوئے جسم کو از سر نو سرسبز و شاداب کر دینے کی تاثیر رکھتا ہے۔ دل و دماغ، معدہ اور پیچھڑے کو نئی زندگی بخش دیتا ہے۔ جس مرد کے مادہ منویہ سے اولاد پیدا کرنے والے کرم بالکل ہی فنا ہو گئے ہوں۔ اس میں بھی حمل ٹھہرانے کی صلاحیت پیدا کر دیتا ہے۔ اس قسم کے پانی کا استعمال روزمرہ کا معمول بنالینا چاہئے۔ اس قسم کے پیالہ میں گرم دودھ ڈال کر پینا بھی مفید ثابت ہوا ہے لیکن پانی اور دودھ کے لئے الگ الگ دو پیالے ہونے چاہئیں۔

مولد و مغلظ منی کھیر:

پپیل کے پختہ پھلوں کی کھیر کثیر مقدار میں منی پیدا کرتی ہے اور پانی جیسی تپلی منی کو شہد ایسا گاڑھا بنانے میں اپنی نظیر نہیں رکھتی۔ پپیل کے درخت میں ایک خاص بات یہ ہے کہ اس کا ہر ایک حصہ حمل ٹھہرانے کے لئے بے حد مفید و معاون ہے۔ اس کا یہ اولاد بخش اثر اس قدر زبردست ہے کہ جس گھر میں پپیل کا درخت سالہا سال سے موجود ہو۔ اس میں شاذ و نادر ہی کوئی عورت بانجھ ملے گی۔ یہ حیرانی کی بات نہیں ہے کہ محض گھر میں پپیل کے درخت کا ہونا کس طرح حمل ٹھہرانے میں مہم و معاون ہو سکتا ہے۔ طبی تحقیقات و مشاہدات نے یہ امر پایہ ثبوت تک پہنچا دیا ہے کہ کسی بوٹی، پودے یا درخت سے جو ہوا ہو کر آتی ہے اس میں اس پودے کے مخصوص اثرات کا ایک شمعہ بھی ضرور ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جن گھروں میں تلخی کے پودے ہوتے ہیں۔ ان میں طہیر یا اور چھڑکم ہوتا ہے۔ نیم کے درخت کے نیچے (خاص کر ان دنوں میں جبکہ نیم کو پھول

آ رہے ہوں) سونا خون کو صاف کرتا ہے۔ پس اسی طرح پیپل کا درخت گھر میں ہونا اپنے لطیف اثرات ہوا میں منتشر کر کے اپنے گرد و پیش رہنے والے مردوں اور عورتوں کو اپنے مخصوص فوائد سے فیض یاب کرتا ہے۔ شاید ہندوؤں میں زمانہ قدیم سے جو پیپل اور تلکی وغیرہ کی پوجا کا طریقہ رائج ہے۔ وہ اسی قسم کے اصولوں کو پیش نظر رکھ کر جاری کیا گیا ہے۔ یہ طریقہ مذہب میں داخل کر دینے سے شاید ان کا مقصد ان کی اہمیت کو چار چاند لگانا ہی ہو۔ بہر کیف یہ ایک مسلمہ امر ہے کہ پیپل کا درخت مرد کے مادہ منویہ اور عورت کے مادہ تولید کو قابل حمل بنانے کے لئے نہایت لاثانی عطیہ قدرت ہے۔ پیپل کے درخت کے پھلوں کی کھیر بنا کر میاں بیوی چالیس روز بلا ناغہ صبح و شام استعمال کریں تو دوسرے فوائد کے علاوہ حمل ٹھہرانے کا بہت ہی زیادہ امکان ہے۔ بشرطیکہ عورت میں کسی خاص قسم کے دوسرے مانع حمل نقائص نہ ہوں مثلاً حیض کی خرابیاں، سیلان الرحم، رحم کا ٹل جانا وغیرہ وغیرہ۔

اس کی کھیر بنانے کا یہ طریقہ ہے کہ چار تولے تازہ پھل لے کر ایک پاؤ بھر گائے کے دودھ میں جوش دیں۔ میٹھا کرنے کے لئے شہد یا مہری ملائیں۔ اتنی خوراک مرد اور عورت دونوں کے لئے ہے۔

اگر مرد اس کی کھیر کو مادہ منویہ کے غلیظ کرنے کے لئے استعمال کرنا چاہے تو اس سے نصف مقدار میں تیار کرے۔ حسب قوت ہضم صبح و شام دونوں وقت بھی اس کا استعمال کیا جاتا ہے۔ ورنہ ایک مرتبہ صرف صبح کے وقت استعمال کرنا ہی کافی ہو سکتا ہے۔

پیپل کی ڈاڑھی

برگد کی ڈاڑھی کی طرح پیپل کی ڈاڑھی بھی ہوتی ہے مگر برگد کی ڈاڑھی کی طرح عام نہیں ملتی۔ کسی کسی درخت پر بہت تھوڑی مقدار میں ملتی ہے۔ تاہم بالکل ہی نایاب نہیں ہے۔ منی کو گاڑھا کرنے کے لئے اور حمل ٹھہرانے کے لئے پیپل کی ڈاڑھی بے حد مفید سمجھی جاتی ہے۔ اس کا سفوف ہموزن شکر ملا کر دودھ کے استعمال کرنا منی کو غلیظ کرتا ہے اور قابل اولاد بناتا ہے مگر حمل ٹھہرانے کے

متعلق تمام تفصیلات سے گریز کیا جاتا ہے کیونکہ یہ ہمارے موضوع سے خارج ہے۔ ہمارا موضوع صرف مادہ منویہ کی تقویت اور تغلیظ ہے۔

چند ایک مغلظ منی اور مقوی باہ مفردات:

قلت گنجائش کی وجہ سے تفصیلات نظر انداز کرتے ہوئے صرف نام درج کرنے پر ہی اکتفا کیا جاتا ہے۔ جن چیزوں کا ذکر پہلے آچکا ہے ان کے علاوہ مندرجہ ذیل چیزیں مغلظ منی اور مقوی باہ مشہور ہیں۔

(1) سنبل کی موصلی (2) اُرد کی دال اور دودھ (3) دودھ کی ملائی اور

مصری

- (4) ملائی کا حلوا (5) گیہوں کی روٹی (6) اُرد کی دال (7) دار چینی (8) تیز پات (9) ستاور (10) اسگندہ ناگوری (11) زعفران (12) موصلی سفید (13) موصلی سیاہ (14) بہن سرخ (15) بہن سفید (16) تودری زرد (17) تودری سرخ (18) شقائق مصری (19) ثعلب مصری (20) اندر جو (21) ناریل کی گری (22) موچس (23) بھول کی پھلی (24) بھول کی گوند (25) کمرکس (26) بیج بند (27) رومی مصطکی (28) لہسوزہ (29) سیاہ تیل (30) مرغی کا گوشت (31) پستہ (32) بادام (33) چلغوزہ (34) چرونجی (35) مونگا (36) موتی (37) کستوری (38) تخم کوچ (39) تخم املی (40) تخم پیاز (41) لونگ (42) عقرقرحہ (43) گوکھڑو (44) بنولہ کی گری (45) ہالوں (46) رائی (47) تخم ہلیون (48) روغن مامی (49) روغن زیتون وغیرہ۔

جسمانی حرکات سے حمل روکنا

بعضے یورپین مصنفین نے جسمانی حرکات کے بہت سے طریقے بتائے ہیں۔ جن میں سب سے بہتر یہ ہے کہ عورت جماع کے بعد دس بار بیٹھکیں نکالے اور اس اثنا میں دونوں ہاتھ کمر پر رکھے۔ پھر رفتہ حاجت کو جائے اور کھانسنے اور چھینکیں مارنے سے اپنی جائے مخصوص پر زور دے اس سے منی خارج ہو جاتی ہے۔ چونکہ کھانسنے اور چھینک کے جھٹکے سے رحم میں کچھ پڑ پڑتا ہے اس لئے منی کے کیڑے نہ صرف رحم کی طرف جانے سے رک جاتے ہیں بلکہ اندام نہانی کے راستے سے خارج ہو جاتے ہیں۔

بعض ممالک کی عورتیں مجامعت کے فوراً بعد سیدھی بیٹھ جاتی ہیں اور پیٹ پر زور دے کر چھینکیں مارنا شروع کر دیتی ہیں۔ بعض ٹانگیں پھیلا کر سیدھی بیٹھ جاتی ہیں اور ایسی حرکات کرتی ہیں جن سے پیٹ اور نچلے حصے پر زور پڑے اور اس طرح منی کو خارج کر دیتی ہیں۔

مجامعت کے بعد عورت کو فوراً پیشاب کر دینا چاہئے۔ ایسا کرنے سے جراثیم منی خارج ہو جاتے ہیں۔ پیشاب کے بعد جائے مخصوصہ کو پانی سے دھونا چاہئے۔ اس سلسلہ میں نیم گرم پانی کا ڈوش بہت مفید ہے۔

مذکورہ بالا جسمانی حرکات کے طریقے مفید تو ضرور ہیں۔ لیکن ان میں نقص

بھی موجود ہیں جو حسب ذیل ہیں۔

۱۔ بعض اوقات منی عین رحم کے منہ میں گرتی ہے۔ اس صورت میں اکثر اوقات کوئی نہ کوئی کیڑا بچہ دانی میں فوراً داخل ہو جاتا ہے۔ منی کا بچہ دانی میں داخل ہونے کا درد سراسر نام تحمل ہے۔ جس صورت میں منی بچہ دانی میں داخل ہو چکی ہو پھر کسی طرح حمل رک نہیں سکتا۔

۲۔ بعض حالات میں رحم کی نالی مجامعت کے دوران میں منی چوس لیتی ہے اور حمل ٹھہر جاتا ہے۔

۳۔ بعض اوقات جملہ جسمانی حرکات ساری منی کو خارج کرنے میں کامیاب نہیں ہو سکتیں۔ کوئی ایک تیز رفتار کیڑا رحم میں پہنچ کر حمل ٹھہرا سکتا ہے۔

مذکورہ بالا نقصان کے سبب سے یہ طریقہ حمل روکنے کا یقینی طریقہ نہیں ہے۔ تاہم اس امر سے انکار نہیں ہو سکتا کہ یہ بہت حد تک کامیاب طریقہ ہے۔

اور اس میں فائدہ یہ ہے کہ کسی قسم کے بیرونی آلات پر خرچ کی ضرورت نہیں ہوتی۔ افریقہ اور اٹلی کے جنوبی حصہ میں جہاں کے لوگ بہت غریب ہیں۔ اور قیمتی مانع حمل چیزیں خریدنے کی طاقت نہیں رکھتے مذکورہ بالا طریقے سے فائدہ اٹھایا جاتا ہے۔ ہندوستان میں بھی اس طریقے سے کام لیا جاتا ہے۔

چھین کی عورتیں بھی اس کی پیروی کرتی ہیں۔ وہ جماع کے فوراً بعد اٹھ کر بیٹھ جاتی ہیں اور ٹھنڈا پانی پی لیتی ہیں۔

سبزی خوری اور برتھ کنٹرول

ڈاکٹر کرشنا مورتی اٹرنے اپنی کتاب برتھ کنٹرول اور ہندوستان کی آبادی میں لکھا ہے کہ،

”سبزی خوروں کے ہاں گوشت خوروں کی نسبت کم اولاد پیدا ہوتی ہے۔ ہندوستان کی ۱۹۳۱ء کی مردم شماری ظاہر کرتی ہے کہ برہمنوں کی آبادی بہت کم بڑھتی ہے اور اس کا سب سے بڑا سبب یہ ہے کہ وہ سبزی خور ہیں۔“

سبزی میں ڈھانس ای (E) کی کمی ہوتی ہے جس کے سبب سبزی خوروں میں جماعت کی خواہش پیدا کرنے والی طاقت کم ہوتی ہے۔ اس لئے سبزی کھانا اور انڈا، گوشت، مچھلی وغیرہ سے پرہیز کرنا بھی برتھ کنٹرول کے طریقوں میں سے ایک ہے۔

ٹراؤنکور کے اسیرین عیسائی پادریوں کو زمانہ قدیم سے ایسی خوراک (گوشت، انڈا، مچھلی وغیرہ) کھانے کی ممانعت کی گئی ہے تاکہ وہ نفسانی خواہشات سے بچے رہیں۔ غالباً زمانہ قدیم کے مذہبی پیشوا ان باتوں کو موجود

سائنس دانوں سے بہتر جانتے ہیں۔ اسی لئے انہوں نے ایسا قانون بنایا۔ بیسویں صدی کے سائنس دانوں نے ثابت کر دیا ہے کہ اگر غذا میں ڈھانس ای (E) موجود نہ ہو۔ تو انسان میں بچے پیدا کرنے کی طاقت دن بدن کمزور ہوتی جاتی ہے کیونکہ ہڈیاں ڈھانس ای کی عابم موجودگی سے براشیم منہ پیدا نہیں ہوتے۔

ڈھانس ای گوشت، انڈا، مچھلی، سبز لیوں کے پتوں اور بیجوں اور بعض اہناس مثلاً جو یا گیہوں میں کثرت سے پایا جاتا ہے۔ شین میں گیہوں پینے سے یہ ڈھانس حمل جاتا ہے۔ دودھ، نمک، چائے، کپک، بکٹ میں یہ ڈھانس کم مقدار میں پایا جاتا ہے۔ یہ چیزیں امیر طبقہ کثرت سے استعمال کرتا ہے اور عموماً اولاد کے لئے ترستا ہے۔

دودھ پلانے کا عرصہ

عورتوں میں یہ خیال بھی عام ہے کہ ماں جب تک بچے کو دودھ پلاتی رہے اس وقت تک حمل سے محفوظ رہتی ہے۔ چنانچہ میڈی ڈاکٹر میری شاپپ نے لکھا ہے :-

”وہ دو سال تک حاملہ ہونے سے بچی رہتی ہے۔ دراصل یہ خیال اس اصول کے ماتحت پیدا ہوا ہے کہ جب تک بچہ دودھ پیتا ہے عورت کی بچہ رانی اس وقت تک سکڑتی رہتی ہے اور

اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ آدمی کی منی بچہ دانی میں داخل نہیں ہونے پاتی۔ اور اگر کسی طرح اندر چلی بھی جائے تو باہر نکل جاتی ہے بلکہ اگر انڈے کے ساتھ بھی مل جائے تو انڈے کو بھی باہر کھینچ لاتی ہے لیکن یہ خیال بھی کسی طرح قابل تسلیم نہیں کیونکہ زچگی کے بعد ۶ ماہ کے اندر اندر بعض عورتوں کو حاملہ ہوتے دیکھا گیا ہے۔

بعض عورتیں حمل روکنے کے لئے دو دو سال تک بچے کو دودھ پلاتی رہتی ہیں۔ اور اگرچہ یہ صحیح ہے کہ جب تک عورت کے پستان دودھ بنانے میں مصروف رہتے ہیں تب تک انڈے پیدا کرنے والی گلیٹیاں انڈا پیدا کرنے کے قابل نہیں ہوتیں۔ اس کے باوجود اکثر مشاہدہ میں آتا ہے کہ ایک بچہ ابھی دودھ چھوڑنے نہیں پاتا کہ دوسرا پیدا ہو جاتا ہے۔ لہذا یہ طریقہ کسی طرح بھی اعتبار کے قابل نہیں بلکہ اس پر عمل کرنے سے عورت اور بچہ دونوں کی صحت کو نقصان پہنچتا ہے۔

مرد کی قوت ضبط

بعض مرد اپنے عضو تناسل کو مجامعت کے دوران میں اس وقت تک تناؤ کی حالت میں رکھ سکتے ہیں جب تک کہ عورت کا انزال نہ ہو جائے۔ آہستہ آہستہ اس کو حاصل کیا جاسکتا ہے۔ اور یہ حمل روکنے کا یقینی طریقہ ہے۔

لیکن اس میں ہر وقت کامیابی نہیں ہو سکتی۔ اس لئے یہ طریقہ محفوظ نہیں۔ علاوہ ازیں اس سے مرد اور عورت دونوں کی صحت کو سخت نقصان پہنچنے کا اندیشہ ہے۔ مثلاً مرد کی قوت مردی کو اس سے سخت صدمہ پہنچتا ہے اور نامرد ہو جانے کا خطرہ ہے اور عورت کے مرد کے ساتھ طبعی انزال نہ ہونے کے باعث اسے کمر کا درد اور کئی بیماریاں پیدا ہو جانے کا اندیشہ ہے۔

انزال کے وقت عضو کا نکال لینا

یہ طریقہ برتھ کنٹرول کے لئے تو بہت مفید ہے کہ جماع کے وقت جب آدمی کا انزال ہونے کے قریب ہو تو عضو تناسل کو باہر نکال لیا جائے تاکہ منی رحم میں نہ ہو سکے لیکن مرد اور عورت کی جسمانی صحت کے لئے بے حد نقصان دہ ہے کیونکہ یہ طریق اس صورت میں غیر فطری فعل ہو جاتا ہے۔ فطری جماع اس وقت مکمل ہوتا ہے جب کہ انزال ہو جائے اور انزال کا اندام نہانی کے اندر ہونا ضروری ہے۔

انزال باہر ہونے سے ایک تو فعل غیر فطری ہو جاتا ہے۔ دوسرے منی پورے طور پر خارج نہیں ہوتی۔ اور اگرچہ زیادہ مشتق کرنے سے منی کو خارج ہونے سے قلعی طور پر روک بھی لیا جاسکتا ہے لیکن اس طرح کا عمل مرد و عورت دونوں کو صحت کے مسائل میں مبتلا کر دینے کا موجب ہوتا ہے۔

مرد کے لئے اس طرح کہ اندام نہانی سے باہر انزال ہونے پر منی کا کچھ حصہ اندر رہ جاتا ہے جس سے بہت جلد سوزاک ہونے کا خطرہ ہے۔ کیونکہ اس عمل کی کثرت سے آندہ ناسل میں ایک قسم کی خارش اور کھجلی سی پیدا ہو جاتی ہے جس کو سوزاک کی مکمل نشانی کہنا چاہئے۔ اس خارش اور امتلا کے حمل سے وہ منی جو اندر باقی رہ جاتی ہے پیپ کی صورت میں تبدیل ہو کر پیشاب کے ساتھ باہر نکلنا شروع ہو جاتی ہے۔

عورت کے لئے اس طرح یہ فعل مضر ہے کہ جماع کے وقت جب اندام نہانی سے انزال ہوتا ہے تو منی کے اجزاء اس میں جذب ہو کر باطنی رطوبتوں کی طرح عورت کی جنسی صحت کے لئے مفید ہوتے ہیں۔ لیکن باہر انزال ہونے کی صورت میں اندام نہانی ان اجزاء کے جذب کرنے سے محروم رہ جاتی ہے جس سے عورت کی صحت پر بہت برا اثر پڑتا ہے۔

اس سلسلہ میں لیڈی ڈاکٹر میری سٹوپس نے لکھا ہے کہ:-

"ایسے جماع میں عورت کو حقیقی لذت حاصل نہیں ہوتی۔ ایسی عورت کی وہی حالت ہوتی ہے جو جلدی منزل ہونے والے خاوند کی بیوی کی جوتی ہے۔ اس قسم کے نامکمل جماع سے علاوہ اس کے کہ عورت بعض مہلک بیماریوں میں مبتلا ہو جاتی ہے۔ اس سے اپنے خاوند سے نفرت ہو جاتی ہے۔"

بعض عورتیں صرف اس وقت حاملہ ہوتی ہیں جب کہ مرد کا عضو کا اگلا حصہ عورت کے رحم کے منہ تک پہنچ جائے۔ یہ یقینی بات ہے کہ جب مردانہ عضو رحم تک پہنچ جائے تو عموماً حمل ٹھہر جاتا ہے۔ اس لئے میاں بیوی کو جماع کے وقت اپنے جسموں کو ایسی حالت میں رکھنا چاہئے کہ مرد کا عضو عورت کے رحم تک نہ جانے پائے۔

منی کو روک لینا

جماع کے وقت جب کہ منی کے خارج ہونے کا وقت ہو تو آندہ ناسل کو باہر نکالنا ضروری نہیں بلکہ خستیس کی درمیانی جگہ کو انگلی سے زور سے باہر سے دبائے رکھنے سے بھی منی خارج ہونے سے روک جاتی ہے اور پیشاب کی نالی کے ذریعہ اوپر چڑھ کر مثانہ میں جا گرتی ہے۔ کیونکہ پیشاب کی نالی میں منی کی نالی اگر ختم ہو جاتی ہے۔ پیشاب کی نالی سے منی جب آگے گزرنے نہ پائے گی تو لازمی طور پر مثانہ میں ہی جا کر گرے گی۔ اور پھر جماع کے بعد جب پیشاب کیا جائے گا تو وہ منی پیشاب کے ساتھ مثانہ سے باہر نکل جائے گی۔

اس طریقے کا زیادہ استعمال مضر ہے کیونکہ اس سے مثانہ پر بہت برا اثر پڑتا ہے لیکن اس میں کلام نہیں کہ یہ طریقہ مانع حمل ضرور ہے مگر منی کے اس طرح پیشاب کے ساتھ آنے کو مرض جربان کہتے ہیں جو بجائے خود ایک خطرناک

مرغز جوئے کے علاوہ بہت سی مہلک بیماریوں کا پیش خیمہ ہے۔

ریڈ ٹیم

ریڈ ٹیم ایک ایسی دھات ہے جس میں سے روشنی کی سخت شعاعیں باہر نکلتی رہتی ہیں۔ اگر اس دھات کو مرد کے فوطوں کی گولیوں یا عورت کے انڈا پیدا کرنے والی گلیٹیوں کے قریب ایک خاص وقت تک رکھا جائے تو وہ ناقابل حمل ہو جاتے ہیں۔ یورپ کے بڑے بڑے ہسپتالوں میں ریڈ ٹیم استعمال ہوتا ہے یہ بہت مہنگی اور قیمتی دھات ہے۔

ایکس ریز

ایکس ریز کی شعاعوں سے بھی یہی کام لیا جاسکتا ہے۔ اگر ان شعاعوں کو مرد کے فوطوں کی گولیوں یا عورت کی انڈا پیدا کرنے والی گلیٹیوں پر ایک خاص وقت تک ڈالا جائے تو وہ دونوں ناقابل حمل ہو جاتے ہیں۔ غیر محتاط طریقہ سے شعاعیں ڈالنے پر نامرد ہونے کا خطرہ ہے۔ بلکہ عورت کی انڈوں والی گلیٹیوں کے زائل ہونے پر اس میں مردانہ صفات پیدا ہو جاتی ہیں۔ اسی لئے یورپ میں ابھی تک تحقیقات کی جا رہی ہے کہ ان شعاعوں کو ڈالنے کا ٹھیک اندازہ معلوم کیا جائے تا مرد یا عورت پر کسی قسم کا مضر اثر نہ پڑے۔



دورانِ حمل عام طور پر مشغولات کی حالت یا سواری

پہلا مہینہ علاماتِ حمل عورت میں زیادہ نمایاں نہیں ہوتی پھر کچھ ایسے آپ کو محسوس ضرور کرتی ہے۔

دوسرا مہینہ: جی متلاتا تھوڑے ہو جاتا مہینہ سے کھوک گزرا رال بہنا پیشِ حص۔ پستانوں میں سفید پانی سا پیدا ہو جاتا۔ تیسرا مہینہ: طبیعت کی سستی مزاج کی تبدیلی شکم کا بڑھنا۔

حمل کا یقین مکمل علامات۔ چوتھا مہینہ: مختلف چیزیں کھانے کو دل چاہے دل میں مختلف خواہشات کا ہونا۔ میر مطالعہ اور خواہشات کا پورا ہونا ضروری ہے اس مہینے میں رال منلی اور نئے بند ہو جاتی ہے۔ پانچواں مہینہ: بچہ حرکت کرتا معلوم ہوتا ہے۔

چھٹا مہینہ: ہاملہ کا پیٹ بڑھ جاتا ہے ہر زچہ کی حرکت نمایاں ہو جاتی ہے۔

ساتواں مہینہ: حاملہ سست ہو جاتی ہے لیٹی رہتی اور چلتا پھرتا پسند نہیں کرتی طبیعت میں طرح طرح کی تبدیلیاں آتی ہیں۔

تواں مہینہ: آرزو دل میں اولاد کی بڑھ جاتی ہے۔ زیادہ کام سے گھبراتی ہے۔ اس ماہ کے آخر یا دسویں کے آغاز میں اندامِ تنہائی سے سرخی مائل پانی نکلتا ہے۔ روزہ شروع ہو جاتی ہے اور بچہ پیدا ہو جاتا ہے۔

دسویں مہینہ: دروزہ شروع ہو جاتی ہے جو بچہ پونے کے آثار میں

عموماً نانویں مہینہ پیدا ہو جاتا ہے۔

مضراتِ حمل

حاملہ کو ذیل کی باتیں منع ہیں کیونکہ اس سے بچہ کمزور ہو جاتا ہے

- ۱۔ حد سے زیادہ فکر یا رنج و غم کرنا مضر ہے۔
- ۲۔ جماع خصوصاً اور بے وقت سونا اور جانا مضر ہے۔
- ۳۔ برت یا روزہ رکنا پیدل چلنا سیدھا لیٹنا اور محنت طلب کام کرنا مضر ہے۔

۴۔ خوفِ تاگ حیوانات یا بد صورت انسانوں کی تصاویر دیکھنا

مضر ہے۔

۵۔ تھکے کرنا اور کھوڑے وغیرہ پر سواری کرنا یا تیزی سے حرکت کرنا مضر ہے۔

۶۔ دیرینہ گرم چیزیں کھانا مضر ہیں۔

۷۔ تھکے لانے والی چیزیں چھانا اور سخت تہتر پر سونا اور زیادہ کھاری

کپڑے پہنا مضر ہے۔

۸۔ کچے پھل کھانا اور میلے کپڑے پہنا مضر ہے (۹) پیشاب کم آنا مضر ہے۔ فوراً علاج کریں۔

- ۱۔ حاملہ کو سخت کلام کرنے سے باز رہنا چاہئے۔
- ۱۱۔ ماحول میں عیاں شانہ خیالات نہ لائیں۔ بے ہودہ کتابیں نہ پڑھائیں۔
- ۱۲۔ زیادہ تھپنے اور کھانے سے پرہیز کریں۔
- ۱۳۔ کشتہ جات پر گزرا استعمال نہ کریں۔

- ۱۲۔ اوندھا یعنی انسانہ سوئس ورنہ بچہ مرگی والا یاد دلوانہ پیدا ہوگا۔
- ۱۸۔ زیادہ نہ سوئس ورنہ بچہ بے وقوف ہوگا۔
- ۱۶۔ حاملہ زیادہ چیزیں نہ کھائے ورنہ شاید بچہ کوڑھا پیدا ہوگا۔
- ۱۷۔ نمکین چیزیں کھاتے سے بچہ امراض سر میں مبتلا ہوگا۔
- ۱۸۔ عورت کو چاہئے کہ وہ آہستہ آہستہ اُٹھنے بیٹھنے ورنہ حاملہ کے سکہڑے اور گرنے سے کبرا بچہ پیدا ہوگا۔
- ۱۹۔ خراب غذا میں کھانے سے بچے کے تھوڑے پھنسیاں نکلیں گی۔
- ۲۰۔ رکہ اور گاجتر کے بیج نہ کھائیں ورنہ حمل ساقط ہو جائے گا۔
- ۲۱۔ تنگ و تاریک گلی اور مکان میں نہ رہیں۔

حاملہ کو کیا کرنا چاہئے

- ۱۔ ہر وقت مطمئن اور بے فکر رہے۔
- ۲۔ مقررہ وقت پر سوئے اور جاگے اسی اصول سے عہدہ اور قوی غذا کھائے یا بائیس کروٹ لیٹے اور سوئے نہایت لمبی ورزش کرے زیادہ نہ سوئے (۳) خوبصورت رشتہ دار مرد عورتوں کے پاس رہے سہے نیز خوبصورت تصویریں دیکھے دل میں اچھی صورتوں کا تصور کرے۔
- ۴۔ معتدل اور سرد چیزیں کھائے اور زیادہ گرم چیزوں سے پرہیز کرے
- ۵۔ نرم بستر پر سوئے۔ فرش یا زمین پر نہ سوئے بلکہ اور صاف کپڑے پہنے۔
- ۶۔ سیب انگور وغیرہ عمدہ پھل کھائے۔
- ۷۔ اپنے شوہر سے پیار و محبت کی باتیں کرے اور ناراض نہ ہو۔

- ۸۔ عمدہ اور عمدہ سی کتابیں پڑھے۔
 - ۹۔ کثرت کے ساتھ مٹھائی یا نمکین چیزیں نہ کھائے۔
 - ۱۰۔ کھلے اور صاف ہوا دار مکان میں رہے۔ تیرفضا باغ میں سیر کرے
 - ۱۱۔ حاملہ بے حشمتہ آنا کھائے۔ سیدھی چلے۔
 - ۱۲۔ حاملہ ابتدائی چار ماہ میں ملکی ورزش کرے۔
 - ۱۳۔ پچھلے چار ماہ میں عمدہ کتابیں پڑھے خیالات نیک رکھے۔
 - ۱۴۔ مکھن، شہد و دودھ، مصری کھانڈ، ملٹھی، چاول، آٹو، پان، انگور، لیسر گوہر بادام وغیرہ کھائے۔
 - ۱۵۔ اگر پیٹ تن جائے تو اس پر یاد ام روغن کی مالش کرے۔
 - ۱۶۔ وضع حمل طبی طور پر۔ ۲۸ دن کے بعد ہونا چاہئے۔ کمی بیشی بھی ہو جانی ہے مگر یہ صرف حساب کی غلطی ہوتی ہے۔
- جنین کی پرورش** جنین حمل کے زمانے میں ایک غلاف کے اندر رہتا ہے اور وہ پانی سے لبریز ہوتا ہے اور اس غلاف سے حاملہ یا بچہ کو کسی قسم کی تکلیف نہیں ہوتی جنین جسم کے اندر حرکت کرتا ہے اور اوپر نیچے ہوتا رہتا ہے مگر پانی اور غلاف کی وجہ سے ہر قسم کے نقصان یعنی رگڑ وغیرہ تیز ہونے سے محفوظ رہتا ہے اور آئول اور زوال کے ذریعہ سے اس کی پرورش ہوتی یعنی اسے غذا پہنچتی ہے آئول کی شکل بیضوی ہوتی ہے۔
- جنین کی صورتیں**
- بچہ ولادت سے پہلے رحم کے اندر اس صورت میں ہوتا ہے کہ اس

صورت خمد ہے دوسری صورت میں کسی قدر خطرہ ہے کیونکہ اس صورت میں زچہ اور بچہ دونوں کو تکلیف ہوتی ہے لیکن زیادہ بچوں کی ولادت پہلی ہی شکل میں ہوتی ہے۔

تیسری صورت نہایت خطرناک ہے کیونکہ اس میں بچہ و بچہ دونوں کی جان کا خطرہ ہے اس لئے وضع حمل کرانے والی دایہ کا ہتھیار ہونا نہایت ضروری ہے کیونکہ وہ ولادت سے قبل بچے کا پاؤں اوپر اور سر نیچے کر سکتی ہے۔

علامات ولادت

حاملہ کا بدن بوجھل ہو جائے رحم نیچے جھک آئے کمر پی کدھے اور پیٹروں میں بار بار درد پھٹے آنکھیں کمزور معلوم ہوں۔ اندام نہانی سے پانی جاری ہو جائے حاملہ کو پہلو اور پسلیوں کے جوڑے پھٹتے معلوم ہوں۔

آنول اور نال

آنول نرم اور نازک اور محووت ہوتی ہے۔ اس کا وزن آدھراؤ طول ۱۸-۱۶ انچ ہوتا ہے۔ آنول کیا ہے۔ رحم کی اندرونی چھلی پر خون کی رگوں کا ایک گچھا حمل کے دوسرے ماہ پیدا ہو جاتا ہے اور آنول سے خون کی تین پچھڑا رگیں بچہ اور جنین کی ناف سے گزر کر اس کے جسم میں داخل ہوتی ہیں پس بھی خون کی رگیں نال ہیں۔

ان تینوں رگوں میں سے ایک موٹی رگ کے ذریعے عورت کا خالص خون جنین میں جا کر اس کی پرورش کا باعث ہوتا ہے اور ارد گرد کی باریک رگوں کا یہ کام ہے کہ ان کے ذریعے جنین کا خراب خون اگر غلاف کے خون میں ملتا ہے اور اسے صاف کرتا ہے الغرض بچہ کی پرورش آنول

اور نال سے ہوتی ہے۔ پس خدا نخواستہ یہ یا بھی سلسلہ ٹوٹ جائے تو پھر جنین کی پرورش ناممکن ہے اور بچہ کا ضائع ہو جانا یقینی ہے۔

ولادت کے وقت غلاف پھٹ جاتا ہے اور پھر آنول کے ساتھ باہر نکل جاتا ہے۔

سرکب ہلے نہیں نکلتا

اگر بچہ پیٹ کے اندر مر جائے تو ایسی صورت میں پہلے اس کے ماکھ پاؤں نکلا کرتے ہیں۔

اگر حاملہ پانچ چھ مہینے سفر کرے تو ایسی صورت میں بچہ کا سر پہاٹ نہیں آتا۔ اگر قبل از وقت یعنی چھ مہینے بعد بھی وضع حمل ہو جائے تب بھی بچہ الٹا پیدا ہوتا ہے حاملہ کے بیمار ہو جانے سے کبھی ہی امر ہوتا ہے اگر دروزہ ہوتے وقت پانی کا اخراج شروع ہو جائے تو بچہ کمر نہیں نکلتا۔ بلکہ ماکھ تیار نہیں نکلتے ہیں۔ اگر بچے رسم میں ایک سے زیادہ ہوں تو پہلے ایک کا سر اور دوسرے کا پاؤں نکلتا ہے۔

علامات استقراط حمل

قریب پستان کا سکر جانا۔ درد کم۔ خون جاری ہو جانا۔ پستانوں سے خون بہنا۔ ایام ماہواری کا جاری ہو جانا۔

بچے کا پیٹ میں مرجانا

حاملہ کے پستانوں کا ڈھیلا اور نرم ہو جانا بچہ کا پیٹ میں حرکت نہ کرنا اسکے پیٹ میں مرجانے کی علامات ہیں پس اس کے نکالنے کی جلد

کوشش کی جائے۔ پیٹ کا سن ہو جانا جگر جانا۔ سخت درد ہونا۔ اندام نہانی سے پانی کا اخراج۔ آنکھوں کا بیٹھ جانا بچے کے شکم میں مرجانے کی علامات ہیں ایسی حالت میں حاملہ کا پیٹ سرد ہو جاتا ہے۔

اصلی درد

بچہ پیدا ہوتے وقت کے درد کی علامات اور شناخت حسب ذیل ہے۔
درد زہ کا ڈب بھی ہوتا ہے۔ یہ بے فائدہ ہوتا ہے اور درجہ بدرجہ بڑھتا ہے اس کے خلاف صادق یعنی حقیقی درد زہ آہستہ آہستہ شروع ہو کر تیز ہوتا ہے اور رہ رہ کر ہوتا ہے۔

تدبیر

پس جب حاملہ کو اصلی درد زہ لاحق ہو تو فوراً گدگدے اور صاف بستر پر لٹا دیں اور ہوشیار دایہ کو بلا لیں۔

دایہ کا فرض ہے کہ وہ نہایت احتیاط سے اپنے فرائض پورے کرے تاکہ حاملہ کو کم تکلیف ہو اور جتنی جاگتا بچہ سہولت سے پیدا ہو سکے۔

دایہ کے فرائض

زچہ خانہ کا کمر روشن اور ہوادار ہونا چاہیے۔ سرد موسم ہو تو حسب ضرورت گرم ہوا اور زچہ کو سرد ہوا سے بچائیں زچہ خانہ ہرگز مرطوب نہ ہونا چاہیے۔ اس کمرہ میں ضروری سامان کے سوا اور کچھ نہ ہونا چاہیے۔ اور اس میں شور و غل بالکل نہ ہونا چاہیے وہاں جس قدر آدمی کم ہوں اچھا ہے تاکہ حاملہ کا دماغ پریشان نہ ہو۔

زچہ خانہ میں دو پلنگ ایک تخت دو کرسیاں ایک المناری کافی ہے زمین پر فرش ہونا چاہیے۔ نرم گدہ بھی ضروری ہے۔

صاف کی ہوئی پُرانی روٹی بھی کافی مقدار میں ہونی چاہیے ایک تیز چاقو شہد روغن بادام کسٹرائل زیتون۔ کھیل کی چارٹیاں چھ رو مال آنول بوجھ کر کٹنے کے لئے سفوف۔ دم خویں۔ فلائین کے ایک ایک کٹنے کے لئے دو کھڑے یا اونٹنی تولیے۔

تلی کا تیل : دو انگوٹھیاں کوئلے، گھی گرم پانی بھی مہیا کریں، دایہ کو لازم ہے کہ وضع حمل گرانے سے پہلے دونوں ہاتھ صاف سے خوب دھو لے۔ اگر ناخن بڑھے ہوئے ہوں تو انہیں تراش لینا چاہیے جب بچہ نپڑتی طور پر بغیر کسی تکلیف کے پیدا ہو رہا ہے۔ تو جلدی کرنا اور بچے کو کھینچنا فضول ہے۔ ایسی حالت میں انتظار کرنا ضروری ہے۔ جسے کہ بچہ باسانی تمام خود باہر نکل آئے۔ خواہ مخواہ زور لگانا فضول ہے بلکہ اس میں بچہ کی جان کا خطرہ ہے۔

وضع حمل کے وقت یعنی درد اٹھتے وقت حاملہ کا پیٹ ملنا منصر ہے اس لئے اس سے پرہیز کرنا چاہیے۔ جاہل دائیاں اکثر یہ حرکت کرتی دیکھی گئی ہیں۔ اسی طرح سے جاہل دائیاں اندام نہانی میں روغن زیتون کی مالش کیا کرتی ہیں لیکن یہ حمل خطرو سے خالی نہیں ہے۔ کیونکہ اس سے تسہیل ولادت کی بجائے اکثر اوقات خشکی اور تنگی بڑھ جاتی ہے۔ دایہ کی ذمہ داری بہت وسیع ہے۔ اس کی عقلمندی یا جہالت سے زچہ اور بچہ کی صحت و زندگی کا تعلق ہے پس اسے اپنا فرض نہایت ہوشیاری سے ادا کرنا چاہیے۔ یہ سچ ہے کہ بعض دائیاں زچہ سے بھی زیادہ جلد باز ہوتی ہیں پس ان کا یہ عمل خطرہ کا پیش خیمہ ہے۔

وضع حمل کی صورتیں تدا بیر

پہلی صورت اسکی کہی صورتیں ہیں اول یہ کہ دروزہ کے شروع ہوتے ہی جسم کا منہ کھلنا شروع ہو جاتا ہے اور دروزہ کی زیادتی کے ساتھ ہی منہ زیادہ کھل جاتا ہے۔ حتیٰ کہ چودہ بندہ انگلی کھل جانیکے بعد پانی سے برخلاف جس کے اندر بیکہ ہوتا ہے۔ رحم کے منہ کے قریب آ جاتا ہے اور دو چار آنکھنے سے زور کھا کر کھٹ جاتا ہے جس سے پانی نکلنا شروع ہو جاتا ہے اور جب بچے کا سر رحم کے اوپر آ لگتا ہے تب پانی کا اخراج بند ہو جاتا ہے۔ دوسری صورت زچہ کو یاٹھیں کروٹ ٹاٹھیں اور پھر اس کے گھٹنوں کو ملا کر پیٹ کی طرف کریں مگر گھٹنوں کے بیچ ایک تکیہ رکھیں اگر وضع حمل ولادت کرنیوالی وہاں بعد وضع حمل کوئی آدھ گھنٹہ آنول عام طور پر خود نکل آ یا کرتی ہے۔ پس جسم میں ہاتھ ڈالنا نہیں چاہئے۔ زچہ کو آرام آتا اور سونف کا پانی دینا مفید ہے اگر اس کے باوجود رحم نہ کھلے تو کوئی مناسب دوا دیں۔

دوسری صورت میں گرم چیزیں نہیں دینی چاہئیں بلکہ معتدل چیزیں دیں۔ دایہ کو خوب ہشیار رہنا چاہئے۔ کیونکہ یہ نازک وقت ہوتا ہے۔ اس وقت اسنید کی دھونی دیں اور کمر لپی لپیٹ اور سرینوں پر گرم تیل کی مالش کریں جب بچہ کا سر رحم کے منہ کے قریب آ جائے تب زچہ کو خراج کے لئے زور لگانے کی تاکید کریں۔ لیکن اس کے باوجود ولادت میں تاخیر ہو تو حاملہ کو زور لگانے سے ہاں ولادت قریب ہو تو حاملہ زور لگائے۔

جب بچہ شرمگاہ کے منہ پر آ جائے اور وہ وسیع ہو جائے تو منہ بند کر کے اخراج کے لئے زور کرنا بہت مفید ہے حاملہ کو چاہئے کہ اول ہستہ آہستہ اور پھر تدریج زیادہ زور لگائے۔

جب بچے کا سر نظر آ جائے تو دایہ یا بائیں نکالنے کی کوشش کرے۔ اور زچہ کی تسلی و تسفی بھی کرے جب بچے کا سر بائیں نکل آئے۔ تب دایہ اسکی گردن ہاتھ رکھ کر دیکھے کہ اس پر آنول تو لپی ہوئی نہیں ہے اگر لپی ہو تو اسے ہستہ سے کھینچ کر اس کو سر کے اوپر کر دیں۔ اگر گردن پر آنول کے تین چار لپیٹ ہوں تو بہایت احتیاط کے ساتھ ایک بیچ بچے کی ناف کی طرف اور زچہ کی ناف کی طرف دوسرے کو لگائیں بعد ازاں دونوں بندوں کے درمیان تیز چاقو سے کاٹ کر بچے کی گردن سے علیحدہ کریں اگر یہ تدا بیر فوراً نہ جائے گی تو بچے کا دم گھٹ جائے گا خطر ہے نال کے ٹوٹ جانے سے بھی بچے کی جان کا خطرہ ہو سکتا ہے۔ جب بچہ بائیں نکل آئے تو وہ آہستہ سے ہاتھتوں پر الٹ لیں اور اسکے قریب رہیں یا بائیں بچا میں بچہ یہ آواز شکر رونے لگے اگر یہ نہ روئے تو سرد موسم میں اس پر گرم پانی کے چھینٹے یا اسے نیکھا جھلیں اور اگر گرم پانی بھی خاموش رہے تو حسب موقعہ موسم کے مطابق گرم یا سرد پانی میں گھمائیں غرضیکہ ضروری تدبیر کریں بچے کے رونے کے بعد نال کا ٹنا چاہئے اس کا طریقہ یہ ہے کہ بچے کی ناف سے تین چار انگلی کے فاصلہ پر نال میں مضبوط طور سے باندھ لیں۔ اس کے بعد ایک انگلی کے فاصلہ پر دوسرا بند عورت کی ناف میں باندھیں تاکہ وہ رحم سے نکلنے تک علیحدہ رہے اکثر عورتیں بعد ولادت نال جلد خارج کر دیتی ہیں لیکن چاہئے

داہیاں نال ہاتھ سے نکالنے کی جدوجہد کرتی ہیں۔ مگر یہ عمل خطرہ سے خالی نہیں ہے پس اس سے پرہیز کرنا چاہئے۔ جتنی جلد نال کے اچھی طرح سے دیوار رحم سے جدا نہ ہونے کی وجہ سے کوئی ٹکڑا رہ جائے پس وہاں زخم ہو جائے کی وجہ سے خون جاری ہو جاتا ہے پس اگر خون کثرت آئے تو اس میں زچہ کی جان کا خطرہ ہے۔

آنول عام طور پر نصف گھنٹہ میں نکل آیا کرتی ہے۔ اگر زیادہ دیر لگے تو دایہ زچہ سے کہ یا یاں ہاتھ زچہ کے پیٹ پر ڈال کر ہارکھ کر نیچے کو دبائے اور رحم کو کھینچ دیا جائے تاکہ آنول پوری طرح باہر آجائے۔ آنول نکل آنے کے بعد کھینچ دینا تک رحم کو اوپر سے دباتے ہیں اس سے یہ فائدہ ہوگا کہ زائید خون اور چھوٹے باہر نکل آئیں گے اور رحم بالکل صاف ہو جائے گا۔ آنول نکالنے کا ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ ناف پر واٹا لگا کر رکھ کر دایاں اور یا یاں ہاتھ کر پیٹ کو دونوں ہاتھوں سے گھمائی دس یا پاؤں کی اٹھری سے لے کر سر تک دایاں ساتھ کی کینچی یا بھتوج شیر کا دھواں دس۔ شرمگاہ میں دنیا آنول کا جلدی نکالتا ہے۔ پلانٹول۔ کچھ چھوٹی لالچی۔ سوٹھ باؤٹریک سیاہ زیرہ کا جو تھانڈہ دینا بھی مفید ہے۔

ہینک۔ کٹ۔ سوٹف۔ یاٹس کھل نسل میں حل کر کے نیم گرم روٹی میں بھیر کر اندام نہانی میں رکھیں کسی مناسب جوتھانڈے سے اندام نہانی کا دھواں لانا مناسب ہے۔

نسخہ: ناگر موٹھا ۲ تولہ، مائیں کھل ۲ تولہ، بیوا ۳ تولہ، سواتین بھربانی میں ڈال کر جوش دیں پس جب نصف رہ جائے تو اس میں ایک

چھانک تل کاتیل ملا دیں اور اس سے اندام نہانی کو دھوئیں اس سے بھی تید ہو جائے گا۔ اس کے بعد پیٹ پر گدی رکھ کر باندھیں۔ اور زچہ کو آرام سے لٹا دیں اس سے اسکو نیند آجائگی عمرہ علامت ہے بچے کے منہ تو پانی سے خوب صاف کر دیں۔ انگلی کے ساتھ تاکہ اس کا حلق اور منہ صاف ہو جائے۔

توام (چوڑے) نیچے

اگر رحم میں ایک سے زیادہ بچے ہوں تو دایہ کو بہت زیادہ احتیاط اور ہوشیاری کی ضرورت ہے پہلے بچے کی ولادت کے بعد رحم اور پیٹ بڑھا ہوا معلوم ہو تو یہ اس بات کی علامت ہے کہ رحم کے اندر دوسرا بچہ موجود ہے۔

اگر پہلے بچے کی ولادت کے پندرہ منٹ کے بعد دوسرا بچہ پیدا نہ ہو تو یہ خطرہ کی علامت ہے۔ پس اگر ایسی حالت پیش آئے تو نہایت ہوشیار ڈاکٹر سے امداد لینی چاہئے۔

برقہ کنٹرول یا مانعات حمل

اگرچہ برقہ کنٹرول یا حمل کی روک تھام کرنے کا فعل قدرت کے احکام کی خلاف ورزی ہے اور انسانی نسل کے سلسلہ کی قائمی کے لئے قرار حمل کا سلسلہ ایک ضروری اور لازمی امر ہے۔ پھر کئی بعض حالتوں میں اکثر اصحاب کے گھر لازمی اور بکثرت اولاد ہوتی ہے۔ اور وہ اس حالت میں مزید اولاد کے خواہش مند نہیں ہوتے تو اسے اصحاب کے لئے ذیل کی ہدایات پرنسپل کنٹرا فائڈر مندر

ہو سکتا ہے۔ حیض آنے سے چار دن پہلے اور حیض آنے کے دس دن بعد تک مباشرت سے پرہیز کیا جائے۔
 ۲۔ قبل از فعل عضو پر چھیلی کا تیل لگا دیا جائے۔
 ۳۔ عورت ہر روز ایک ٹونگ کھائے۔
 ۴۔ بعد از قبل عورت فوراً پیشاب کی حاجت رفع کرے۔
 ۵۔ فریج لیدر کا استعمال بھی رکاوٹ حمل کے لئے مفید ہے۔
 نوٹ: اگر حمل قرار پا جائے تو اسے گرانے کی کوشش کرنا خلاف قدرت اور خلاف قانون ہے اس موضوع پر بیماری کتاب گرہ شہر کا مطالعہ کریں آج ہی دور پی کے کامنی آرڈر کر کے گرہ شہر یعنی برہہ کنٹرول منگوائیں: پتہ:- جمید بک ڈپو۔ نوکھا بازار۔ لاہور

اصول حفظانِ صحت

جو شخص حفظاً تقیماً یعنی حفظانِ صحت کے اصولوں پر عمل کرتا ہے وہ نہ صرف جسم کی بیماریوں سے ہی محفوظ رہتا ہے۔ بلکہ عمر بھی طویل پاتا ہے۔ پس ہم ذیل میں بعض اصول تحریر کرتے ہیں۔ اگر ناظرین نے ان اصولوں پر عمل کیا۔ تو یقیناً انہیں مذکورہ فوائد حاصل ہوں گے:

ہوا۔ انسان کی صحت بلکہ زندگی کے لئے ہوا نہایت ضروری شے ہے۔ انسان کیا بلکہ ہر حیوان اور نباتات کو اسکی اشد ضرورت ہے۔ صاف ہوا کے بود و باش کے جان یا کام کرنے کے دفتر اور کارخانے ہوا دار ہونے چاہئے۔ آدمی کو ایک مہوانہ ملے۔ تو دم ہوا ہو جائے۔ بکرہ میں کافی کھڑکیاں اور دروازے ہوں تاکہ ہوا کی آمد و رفت کے تکلف نہ ہو سکے اور اس میں کافی روشنی آسکے غسل خانے اور باخانے علیحدہ ہونے چاہئیں۔ مکان بند اور تاریک گلیوں میں ہوا بلکہ کھیتی اور ہوا دار جگہ میں ہونا چاہئے۔ در نہ رہنے والوں کی صحت و رفت نہیں رہے گی۔ کمزور اور طرح طرح کی بیماریوں میں مبتلا ہو جائیں گے۔ دیہات کے باشندے شہروں سے اسی واسطے مضبوط باز است اور طویل عمر ہوتے ہیں کہ ان کو کھلی ہوا ملتی ہے اور شہر والے اس سے بالعموم محروم رہتے ہیں۔ بہر حال انسان کو ہوا کی اشد ضرورت رہتی ہے۔ ایک آدمی کے واسطے ۱۰۰ فٹ مربع زمین کی ضرورت ہے۔ کھڑکیوں اور روشندانوں کی بھی ضرورت ہے۔ مکان خشک جگہ میں ہونا چاہئے۔ نئی بیماری کا گھر نہ ہے۔

کھلے میدان میں سیر کرنا مناسب ہے کیونکہ وہاں تازہ تازہ ہوا آتی ہے۔

پانی یہ ہوا سے دوسرے درجہ پر ہے آدمی کو صاف پانی پینا چاہئے۔ گوشت کے پانی سے نلکے کا پانی بہتر ہے۔ کیونکہ کثافت سے خالی ہوتا ہے۔ غسل کرنا بھی صحت افزا ہے۔ گرم موسم میں تازہ معتدل گرم پانی سے حسبِ برداشت نہانا چاہئے۔ بل کے تازہ پانی سے نہانا

زیادہ بہتر ہے۔ زیادہ پانی پینا صحت کو نقصان پہنچاتا ہے۔ کھانا کھانے کے کوئی آدھ گھنٹہ کے بعد پانی پینا چاہیے۔ درمیان میں پانی پینا مضر صحت ہے یعنی بدستھی کرتا ہے۔

غذا: انسان کے بعض دانت نوک دار بعض گول اور بعض چوڑے اور چپے ہیں۔ اس سے ثابت ہے کہ اسکی خوراک مخلوط ہے۔ ڈاکٹروں اور حکیموں کا بھی یہی فیصلہ ہے۔ کہ گوشت اور سبزی دونوں ہی انسانوں کی غذا کا جزو ہیں۔ شکر بھی لازمی جزو ہے اگر انسان سبزی کھائے تو مرض گوشت خورہ پیدا ہو جائیگا اگر گوشت نہ کھائے تو اس کی قوت یاہ کمزور ہو جائے گی۔ جو لوگ گوشت نہیں کھاتے انہیں دودھ بھی مکسن اور تازہ پھلوں کا استعمال کرنا چاہیے۔ غذا اس وقت پر کھائیں جب بھوک لگے اور ذرا سی بھوک باقی رہنے پر کھانا ترک کر دیں۔ اس سے صحت درست رہے گی۔ زیادہ کھانے سے پیمز کریں۔ اگر گرم کھانے کے ساتھ سرد پانی پی جائے تو دانتوں کو نقصان دیتا ہے۔ زیادہ محنت کرنا والوں کو زیادہ خوراک کھانی چاہیے۔ اچار اور ترشی ہر ایک مضر صحت ہیں۔ خصوصاً قوت یاہ کو بڑھانے سے معدہ اور دل کی قوت بڑھتی ہے اس کے خلاف و فکراں اعضا پر بڑا اثر ڈالتے ہیں۔

ہم مصالحہ سقلم میں مدد دیتا ہے مگر اس کی کثرت نقصان دہ ہے مستی، عیاشی، شراب نوشی، ہرستم کالشتہ اور سگریٹ وغیرہ یہ سب چیزیں صحت کو خراب کرتی ہیں۔ چائے بھی مضر ہے۔ بہت مرغن اور ثقیل غذا زیادہ مقدار میں کھانا بے وقت

کھانا چبا کر نہ کھانا بلکہ جلد جلد کل جانا مضر ہے پس عموماً سادہ غذا خوب چبا کر مقررہ وقت پر کھانی چاہیے۔ زیادہ کھانے کو ضعیف کرتا ہے۔ لیکن مناسب ضرور کھانا چاہیے۔ دودھ پینا بھی ضروری ہے لباس موسم سرما میں گرم اور گرمی میں ہلکا ہونا چاہیے۔ مگر بہت ہلکے اور زیادہ بھاری کپڑے مضر صحت ہیں بھیکے کپڑے پہنا پسینے میں ہوا میں یا گرم بدن پر سرد پانی ڈالنا یا پتیا نقصان دہ ہے۔ زیادہ گرمی یا زیادہ سردی کے موسم میں بھاری لباس مضر ہے۔

زیادہ دماغی کام صحت معدہ سر آنکھوں کو نقصان پہنچاتا اور سرخ روشنی بھی آنکھوں کو نقصان دیتی ہے مگر سبز اور نیلی روشنی مفید ہے۔ قیام صحت کے لئے ہوا پانی غذا مکان ورزش اور شادی ضروری ہے۔ مجبور رہنے سے اکثر بیماریاں پیدا ہوتی ہیں خصوصاً عورتوں کا تجرود و دوسروں اور خود ان کے حق میں خطرناک ہے کیونکہ زمانہ خطرناک ہے۔

در ادئی عمر کے اصول

- ۱۔ علی الصبح اٹھو سبزہ زاروں یا غول اور کھلی ہوا میں سر کرو۔
- ۲۔ شہروں کے تنگ گلی کوچوں اور مکانوں کو ہوا دار بناؤ۔
- ۳۔ غذا سادہ کھاؤ۔ سبزی دودھ مکھن بھی اور پھل استعمال کرو۔
- ۴۔ میاشرت میں اعتدال مد نظر رکھو۔
- ۵۔ فکر اور غم سے بچو اور ہمیشہ خوش و خرم رہو ورزش باقاعدہ کرو۔

غسل روزانہ کرو اور بدن کے علاوہ لباس بھی صاف کرو۔
 ۷۔ کبھی کبھی نانہ کھڑا کرو۔ بدھنمی کی صورت میں یاد رکھو۔ زیادہ کھانے
 سے نقصان ہوتا ہے اور کم کھانے سے فائدہ۔ فاقہ اکثر بیماروں
 کا علاج ہے۔

۸۔ غذا خوب چبا کر کھانی چاہئے تاکہ خوب ہضم ہو۔ کھانے کے وقت
 غم و فکر نہ کرنا چاہئے۔ اور نہ کوئی کام بلکہ کام کی طرف متوجہ بھی نہ ہوتا
 چاہئے۔ کھانا سادہ مگر عمدہ صاف طبعی دار پختوں میں پکانا اور
 کھانا چاہئے۔

۹۔ دودھ بائسن تازہ پینا چاہئے۔ رکھا ہوا مضر صحت ہے۔

۱۰۔ بکری اور گائے کا دودھ کھنسی کے دودھ سے اچھا ہے۔
 ۱۱۔ کھانا زیادہ گرم نہیں کھانا چاہئے۔

۱۲۔ دانتوں کو صاف رکھنا چاہئے۔

۱۳۔ گرم دودھ یا چائے پی کر سرد پانی سے کُلی نہ کرو۔

۱۴۔ اصول حفظانِ صحت پر عمل در آ کر کرو۔

۱۵۔ دودھ پینے کے بعد ترش مت کھاؤ۔ اسی طرح گوشت اور
 دودھ کا استعمال اٹھانہ کرنا چاہئے۔

۱۶۔ کھانا کھانے کے بعد ہاتھ منہ دھو کر ہاتھ کو نہ پرکھیر لیتا آنکھوں
 کی بنیائی کو زیادہ کرتا ہے۔

۱۷۔ کھانا کھانے کے بعد مشاب کرتا مفید ہے۔

۱۸۔ مونے یا کھوسے والے آٹے کی روٹی کھانا باریک اور سیدہ کی
 روٹی سے اچھا ہے۔ کیونکہ مقابلہ باریک آٹے مونے آٹے سے

قبض نہیں ہوتی۔

۱۹۔ کھانے کے بعد سو جانا یا کام شروع کر دینا مضر صحت ہے۔
 اس سے پرہیز کریں۔

۲۰۔ رات کو سونے سے آدھ گھنٹہ پہلے تازہ پانی کا آدھا گلاس پی
 لیتا چاہئے۔ صبح کے وقت نہار منہ آدھا گلاس پی لینے سے
 قبض نہیں ہوتی بعد دیوں میں بے شک گرم پانی پی لیں۔

۲۱۔ چائے نہ اب تمباکو سگریٹ وغیرہ سے پرہیز کرنا چاہئے یعنی
 بلغمی مزاج والے کے سامنے چاہے ٹھیک ہے۔ کیونکہ چائے
 سے بلغم حل جاتی ہے۔

۲۲۔ مچھلی دودھ گوشت، حر پوزہ، مولی، اروی رس اور تربوز اکٹھے
 نہیں کھانے چاہئیں۔ اس سے کھلمبہری وغیرہ امراض کا اندیشہ ہے

۲۳۔ رات کو مولی، ککڑی یا ترش دہی سے پرہیز کرنا چاہئے۔
 ۲۴۔ مولی خوراک کو ہضم کر دیتی ہے اس کے یوگڑ کھانا چاہئے۔

۲۵۔ مٹی کا تیل حلا کر زیادہ دیر بکھتا پڑھنا یا کمرہ بند کر کے
 سونا صحت کے لئے نقصان دہ ہے۔

۲۶۔ ہر روز سینما دیکھنا خصوصاً گھٹیا درجہ میں آنکھوں کی بنیائی
 پر بہت برا اثر ڈالتا ہے۔

۲۷۔ اس بنیائی کہاوت کو یاد رکھنا چاہئے۔ چیت بیسا کھ کھوئیں
 جھپٹ مار سوئیں۔ ساون کیا دوں نہانے۔ اسوج کاتک

دھوڑا کھائے۔ مگر پھر روٹی ہنڈانے۔ ناگھ کھگن تیل ملائے۔
 حکیم دے گھر کدی نہ جائے۔

سانپ کے کاٹے ہوئے کے علاج کا منتر

عمل کر دو مگر زیدہ در نور گزیدہ در چشم درد سر گوش و دیگر درد دل کو جو کہ پاؤں سے تر تک ہوتے ہیں تمام کو دور کر دیتا ہے اور سراسر قسم کے سانپ اور درم وغیرہ کو بہت ہی مفید ثابت ہوا ہے وہ منتر مندرجہ ذیل ہے اس منتر کو سات بار اور سات ہی بار پھونک کر فوراً آرام ہو گا اور کسی قسم کی تکلیف نہ ہو گی۔

دشمن کو شکست دینے کا عمل

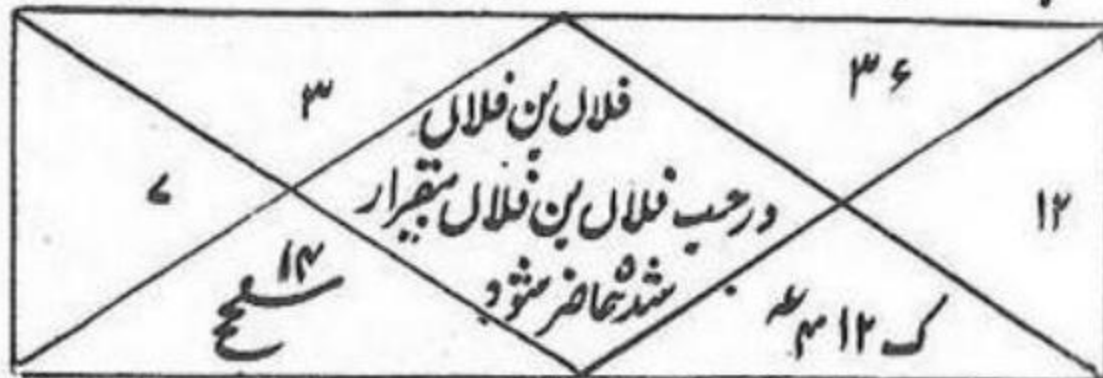
اگر مندرجہ ذیل منتر کو مہینہ کے آخری منگل یا پیر کے دن بوقت دوپہر اچھی گھڑی میں پڑھ کر دو۔ اور جس دشمن کو پامال کرنا چاہتے ہو اس کے گھر میں ذبح کر دو۔ پھر دشمن تکلیف میں ہو کہ پریشان ہو گا جیسا کہ یہ ہے۔

۲۲۱۴۲ \ ۸	۲۲۱۴۴ \ ۱۱	۲۲۱۸۰ (۱۳)	۳۲۶۶۴ \ ۱
۲۲۱۴۹ \ ۱۲	۲۲۱۶۸ \ ۲	۲۲۱۴۳ (۵)	۲۲۱۴۹ (۱۲)
۲۲۱۶۹ \ ۳	مطلب اس خانہ میں لکھے	۲۲۱۴۵ (۶)	۲۲۱۴۲ \ ۶
۲۲۱۴۶ \ ۱۰	۲۲۱۴۱ \ ۵	۲۲۱۴۰ \ ۴	۲۲۱۸۱ \ ۵

اپنے محبوب کو راضی کرنا

بہتہ کے دن ایک چڑیا کو قابو کرے بشرطیکہ چڑیا مادہ ہو پھر اسکو

دب کر دوزخ کرنے کے بعد جو خون اس سے نکلے اس سے مندرجہ ذیل منتر کو جھگو لے اور پھر اس کو لال رنگ لکھیں میں باندھے جب اس طرح کر چکو تو بعد ازاں کسی درخت سے اسکو باندھو ایسا کرنے سے محبوب جو آپ سے ناراض ہے راضی ہو جائے گا اور ارضی خوشی آپ سے بات چیت کرے گا۔ جیسا کہ یہ ہے۔



دیگر بہتہ کے روز کسی گھار کے گھر جا کر اس سے چاک کی مٹی لاؤ اور پھر اسکی ایک تختی بنا کر دج ذیل منتر لکھیں اور پھر اسکی تصویر کھینچ کر بنائی جائے جس کی آپ کو خواہش ہے۔ پھر اس تختی کو آگ میں جلا میں اور ۲ عدد کالی مرچ لے کر ان میں سے ہر مرچ پر ۲ بار قل آخوذ پڑھنا اس پڑھیں اور منتر کے آخر میں یہ کہیں کہ خوشتم دل ہے جاں فلان بن فلان دل سوزاں کہ چشم گریاں کنناں تاناں فلان باندہ بنید و قرار نیاید۔ یہ پڑھ کر آگ میں ڈالتے جاؤ۔ اور بہتر کو آگ پر اس طرح رکھا جائے کہ محبوب کی طرح درمیان میں رہے اور ان سے آگ جدا نہ ہو اس طرح سے محبوب تمہارے تابع ہو کر خود بخود حاضر ہو جاوے گا۔



۱۱۷	۱۱۶	۱۲۱
۲۲۲	فلاں بن فلاں	۱۱۲
۱۱۵	۱۲۰	۱۱۹

دیگر نیچے لکھے ہوئے جنت کو کسی ایسے کاغذ پر لکھیں جو کہ مہرہ دار ہو اور یہ ضروری ہے کہ مشک و زعفران سے لکھا جائے اور کھانے میں اپنے چائے والے کو کھلایا جائے اور ایک جنت لکھ کر اپنے پاس رکھے اور اس وقت محبوب تا بعد از اسکا ہو جائیگا اور تھارے حکم کی تعمیل کریگا

جنت یہ ہے ۱۱۹۸ ۱۱ ۱۶۱۳ ۱۱ ۴۱۹ ۷ ع ع

فلاں بن فلاں علی حب فلاں بن فلاں
دیگر مندرجہ ذیل جنت کو سو موار کے دن پہلے وقت میں کسی کاغذ پر لکھیں اور بعد ازاں اسکو آگ میں ڈال دیں۔ اس وقت محبوب بے قرار ہو کر تمہاری خدمت میں حاضر ہو جائے گا۔

جنت یہ ہے ۱۱۳ ۱۱ ۱۱۱ ۱۲ ۱۱۸۸ سحی ۷

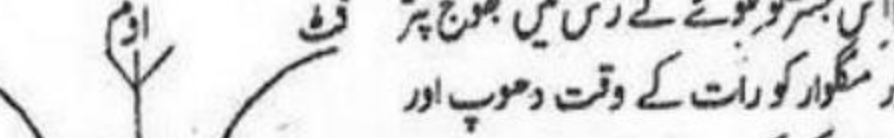
فلاں بن فلاں علی حب فلاں بن فلاں
دیگر مندرجہ ذیل جنت کو کسی کاغذ پر لکھیں اور اسکی ایک تہ بن کر کسی چراغ میں ڈالیں اور چراغ کو روشن کر دیں۔ بعد ازاں چراغ کا منہ اس طرف رکھیں جہاں محبوب کے رہنے کی جگہ ہو۔ جہاں اس کا گھر ہو اس طرح کرنے سے محبوب مجبور ہو کر تمہاری اطاعت کریگا۔

اوم شویت پرن سِت پُروت واسنی اپرتی بیتم کاریہ کرڈ کروٹھ ٹھ سوہا۔
 ترکیب : مٹی سمیت سفید پر مٹا کے پھل کو لے ۵۲ اور کرن پکشی کی چھ دھنی یا
 اشی کو زمین پر بیچ گیر دیوے اور نیچے لکھا ہوا منتر پڑھ کر پانی سے سنچے۔
 اوم نموہریں بھگوتی ہریں شویت داسے غہ سوہا۔

دوسرا حصہ
کامروپ کا جادو

راجہ وشنی کمرن منتر

اوم نموا دیش گرو کا۔ جلا باندھوں شہر باندھوں آگنی باندھوں وار بن باندھوں۔ شوپتر
پر چنڈ باندھوں۔ راہ اگر سا آسن چھوڑ مجھے ویسں دیشی اصلی جو کوں چندن للاٹ ٹیکو کاڈھی۔
وسر جن کماؤں۔ پور گرو کی آگنی میری کویت کرو منتر بشور دواچ۔
ترکیب، دھوپ، دپ۔ نیو دیہ گہر کے پاروتی کا دھیان کرے۔ منتر کے دن سے
شروع کر کے اکیس روز تک (۱۱) جاپ کرے۔ منتر سیدہ ہو جائے گا۔ بعد میں نکلم۔ چندن۔
گورو جن رلا کر گائے کے دودھ میں تیک کر راجوں کے سامنے جاوے تو دیکھتے ہی راجہ ویش میں
ہو جائے۔



سر و سداہی جنت

۳۹	۳۴	۵۲	۴۶
۱۲	۳۶	۵۲	۹۱
۴۴	۱۱	۳۴	۷۵
۵۲	۴۵	۲۲	۴۶

۳۹	۳۳	۵۲	۴۶
۱۴	۳۶	۵۲	۹۱
۴۴	۱۱	۳۲	۷۵
۵۴	۴۵	۲۲	۴۶

(۱) اس جنس کو چیز کی لکڑی سے لکھیں تو
چکرور قرار دیا جائے گی۔

اس جنس کو بھونچ پتر پر سفید چندن
سے لکھیں اور مدھی پر یوگ کے انوسار اپنے ساتھ جس راجہ کے پاس لے جاوے وہ ضرور
بس میں ہو جاوے۔

آدھا شیشی کا جنر

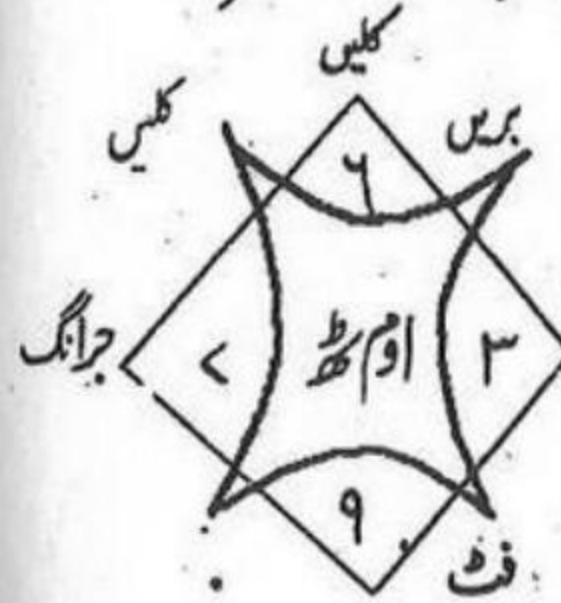


(۱) اس جہز کو بروز اتوار کاغذ پر لکھ کر ماتھے پر باندھے تو ٹھیک

(2) سفید چدن سے کاغذ پر لکھ کر گولگیل وغیرہ کی دھوپ دے کر

ازدیر باندھے۔

ماتھے کی پیراہرنے کا جتر



چاندنی رات میں اس جتر کو بیٹھ کر
مریض کے سامنے ایک لوہے کی کیل سے
زمین پر کھینچنے اور سات لوٹا پانی اور چھوڑ
دے تو درد دور ہو۔

نکسیر چھوٹنے کا مٹر

اوم ہار یا لادتی دسوں دشا دھاتی۔
پر دت کر۔ لھنڈ کھنڈ۔ اوند کے دیوے

ترکیب یہ۔ اس مٹر کو پڑھ کر پانی میں پھونک مارے اور اس پانی کو ناک سے ادر کھینچے
تو نکسیر ٹھیک ہو۔

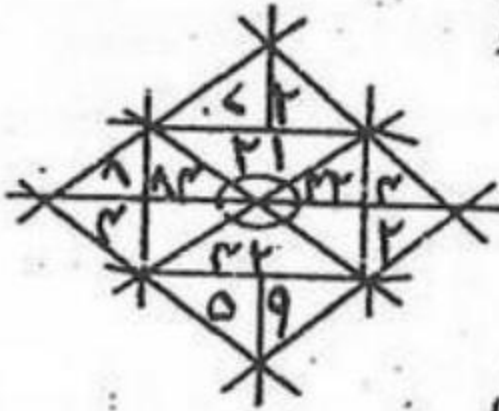
بخار دور کرنے کا مٹر

اوم بھیر دل بھوت ناتھے و کراں کائے ار نورش دھاتے سر دور سدھ بندھا سوچنے
ترکیب یہ۔ چھاتی کے ہرے پتوں پر سات بار مٹر پڑھ کر بازو پر باندھے تو بخار دور ہو۔

بواسیر چھوٹنے کا جتر

اس جتر کو نوہے کی قلم ہوا کر گدھے کے نوہے ایک لوہے کی
پنکھے اور سرسوں

کاتیل اور پرمل کر لونگ اور کپورے اس کی پوجا
کرسے پھر روز سوتے وقت سر اپنے رکھ کر سوتے تو
ٹھیک ہو۔



بواسیر چھوٹنے کا مٹر

اوم جینی جھلک کھاتی اوم اوم کھاتی کنگلی
کنگلیوں۔ ٹھ ٹھ ٹھ اڑانگ دھرانگ سواما۔
ترکیب یہ۔ اس مٹر سے پانی پھونک کر اس
پانی سے اتوار منگل یا سنچر کو آبدست لے دے۔

شول ہونے کا جتر

۷	۳۵	۹	۸۳
۲	۵	۷۷	۱۶
۸۷	۶۸	۸	۲
۹	۵	۳۹	۷۵

اس جتر کو کنیر کے پتے پر سیاہی سے
لکھیں اور دشمن کا نام لے کر اس کو کیل سے
تھپدے تو اس کے شول اٹھنے لگے۔
(۲) ادر کے جتر کو سفید کیڑے پر سیاہی سے

کا کاشالا کر نیلی روستانی سے لکھ کر دشمن کو دکھا کر زمین میں گاڑ دے اور اس جگہ تین دن کسی
کو جانے دے تو شول اٹھے دموب چھان کا اثر پڑنے کے ساتھ ہی دشمن کے پیٹ میں شول اٹھے
تھنا شروع ہو جائے گا۔

مرد کو وش میں کرنے کا جتر

اس جتر کو پان کے رس سے لکھ کر بازو پر باندھے تو وہ مرد عورت کے وش میں ہو کر ا
س کے ہر شرم کا پالن کرے۔

۱	۶۵	۱	۹۲
۷۸	۹	۲	۵۲
۹۷	۲۸	۸۷	۹۱
۶	۲	۳۹	۳۵

(۲) اس جتر کو بھونج پتر پر لکھ کر عورت اپنی ساڑھی سے باندھے تو اس کا مرد یا خاوند اس کے دل میں جو یہ نشت کج بات ہے۔

شتر و دشی کرن جتر

۲۷	۱۱	۹	۸۸
۴۳	۲۳	۲۳	۵۶
۲۱	۱۷	۷۱	۹۹
۱۱	۱۸	۸۱	۳۳

اس جتر کا لکھ کر لکھا بجا دے تو شتر و دشی میں ہو۔

(۲) یہ جتر کاغذ پر لکھ کر شتر و دشی کے گھر کے سامنے گاڑ دے۔ اور اس کو سات روز تک پانی دینا رہے تو دشمن بس میں ہو۔ نوٹ یہ اگر کسی وجہ سے دشمن بس میں نہ ہو۔ تو پھر اس کاغذ کو لا کر جلا دے۔

استری و دشی کرن جتر

۲۹	۲۷	۸۸	۲۷
۱۱	۵۶	۵۸	۳۳
۳۳	۱۵	۹۳	۱۹
۲۲	۷۲	۶۲	۱۱

اس جتر کو استری کے بیج یعنی ماہواری کے خون سے یا چندن سے پھیل پر یا کاغذ پر لکھ کر عورت کو دکھا دے تو وہ اپنے بس میں ہو۔

(۲) اس جتر کو لال رنگ کے کاغذ پر چندن سے لکھے اور حلقے سے ترکہ دے۔ پھر جس عورت کو بس میں کرنا ہو اس کی ساڑھی میں پن کے ساتھ لگا دے تو بس میں ہو۔

بچن سدھی جتر

اس جتر کو بھونج پتر پر لکھ کر سونے کے تھوڑے بھرا کر کے لگے

۷۸	۳۷	۸	۸
۸	۹	۲۷	۲۶
۸۷	۲۷	۱	۸
۷	۵	۷۷	۹۳

میں باندھے تو بچن سدھی پراپت ہوئے۔
(۲) اس جتر کو لال رنگ کے کپڑے پر دودھ سے لکھے اور اس کا تھوڑا بٹا کر باندھے تو اوشیہ ہی بچن سدھی پراپت ہو۔

بدھی پیدا ہونے کا جتر

۷	۷۷	۹	۵۶
۲۲	۹۹	۱۱	۲۷
۲۷	۱۵	۳۳	۲۹

اس جتر کو فصل پکھ کی چتر و دشی کی رات کو اپنی جیب پر لکھے تو بدھی پڑے۔
(۲) اس جتر کو گلاب کی لکھنی سے بھونج پتر پر لکھ کر ایک بیٹے رنگ کے ریشمی کپڑے میں رکھ کر تھوڑا بنا لیں۔ اور بسنت چنبی یا سرسوتی پوجا کے دن و دھی پور روک دھوپ دیپ سے پوجن کرنے کے بعد اپنی داہنی گھا پر باندھ لیں۔

کھانا زیادہ کھانے کا جتر



اس جتر کو بھونج پتر پر کرکینی کے خون سے لکھ کر چولے کے پیچھے گاڑ دے تو خوب کھائے۔
(۲) اس جتر کو چندن سے بھونج پتر پر لکھ کر بھونج کر تے سمیہ اپنی تھالی کے نیچے رکھے۔

تجاری بخار دور کرنے کے اُپائے!

(۱) تھوڑی سی بھانگ گڑ میں ملا دے اور بخار آنے سے ایک گھنٹہ پہلے کھالے تو بخار

دور ہو گا۔

(۲) تھوڑی سی بکرے کی کھال اور غراسانی اجماعن ملا کر دلہنے بازو پر باندھے تو بھار چھوٹ جائے گا
(۳) کال بلی کے دانت کا تھوڑا بنا کر گے میں باندھے اور گھنے ایکانت جنگل میں گھومنے چلا جائے۔
(۴) گدھے کے دانت اور بکری کی مینگ جسکے نیچے رکھے۔ اُسے جلدی نیند آجائے۔ یہ ترکیب چھوٹے بچوں کے لئے قاعدہ مند ہے۔ نیند آنے سے بچے کی بے چینی دور ہو جائے گی۔ اور بھار بھی اتر جائے گا۔

بواسیر ناشک شتر | گینڈے کی گدا کا یا پاروے کی انگوٹھی پہننے سے بھی
بچھو نوارن شتر | ایک بچھو کو مار کر دھونی دینے سے گھر کے سب بچھو
بھاگ جائیں گے

نکسیر شتر | (۱) کاغذ میں نو سادر رکھ کر سونگھنے کو دیوے تو نکسیر بند ہو جائے گی۔
(۲) اُدنٹ کے بالوں کی سونگھنی بنانے اور دھوپ میں بیٹھ کر سونگھنے سے نکسیر بند ہو جائے گی۔

بیاض ہونے کا شتر!

اگر کسی کا بیاض نہ ہوتا ہو تو ہوشنگ کے دن چوٹیوں پر آٹا ڈال دیا کرے اور اُسی دن اپواس رکھے تو اُس کا جلدی ہی بیاض ہو گا۔ ایسا دردانوں کا کھنا ہے۔

رتوندھی آنے کا شتر جن کو دن کے وقت سب کچھ دکھائی دے اور رات کو کچھ نہ دکھائی پڑے وہ لگے کی تھوڑے دور





کو کڑو کے ماتھے کی بڑی کور گزرا نہی کرے اور بیل کا تیل ملا کر آنکھوں میں لگا دے تو روگ جاتا رہے گا۔

وشی کرن پان مہتر

ہم سے پان ہر لگتے پان۔ چکنی سپاری شویت کھر دینے کر چونہ موی لیسہ پان ہاتھ رس لیسہ سپینڈے تیس دس لے۔ شری زینگو دیر تھاری میری بھگتی پھر مہتر ایشور دارج۔

اردھ کیاری کا جتر

۳۸	۸۵	۱	۳۲
۹	۷	۲۶	۵۲
۴۸	۴۹	۸۷	۷۶
۸۹	۹۸	۳۳	۱۱

اس جتر کو بروز اتوار سیاہی سے کاغذ پر لکھ کر سور کے بیٹھنے کی جگہ گاڑ دے اور وہاں کی راج لادے تو آدھا شیشی دور ہو

(۲) اس جتر کو اچھے نکستر میں سرور سے کاغذ پر لکھے اور پھر کسی پیڑ کے نیچے گاڑ آدے اور گچہ دن بعد اس کو اکھاڑ لادے۔

شتر و مارن جتر

اس جتر کو کاغذ پر ہاتھی دانت سے لکھ کر مرگٹ میں گاڑے۔

۱۳	۹	۱۲	۴۸
۱۷	۱۱۰	۸۸	۱۱
۱۳	۵۲	۷۸	۳۹
۶۸	۱۰۲	۸۵	۱۷

(۲) اس جتر کو پیڑ کے نیچے کی دھول لاکر کاغذ پر لکھے۔ اور اس کے دہنے استھان پر گاڑ دے تو ضرور دشمن کی مر تو ہو۔

(۳) اگر پھر بھی زندہ رہے تو عمل دوبارہ ناک ہی کی بھجو۔ ایسی حالت میں شدہ من سے پھر کرنا شروع کرے۔

جگت وشی کرن مٹر

اس مٹر کا یہ گن ہے کہ آدمی اس کو سدھ کر کے جس جگہ یا جس راستے سے ہو کر نکل جاوے اُدھر جو جو عورت مرد اس کو دیکھے وہ اُس کے دوش میں ہو جاوے یا جس بھائی جا کر بیٹھے اس میں بھی آدمی اُس کی تعریف کے پل باندھتے ہوئے نہ ٹھکس۔ یہ مٹر بڑا شگتی وان ہے۔ اس میں ذرا بھی سندھ نہیں۔

مٹریہ ہے

اوم نمو بھگو نے ردورائے منہ سرد جگت وشیم کر دکر وقت نٹ سواپا۔ یہ مٹر مہابی مہاتما زوان کا بنایا ہوا ہے۔ اکٹالیس دن ودھی پوروک جاپ کرنے سے اس کی سدھی ہوتی

ترکیب۔ ایشان کر کے برگد کے پڑ کی جڑ میں اشونی پختہ بروز اتوار سے سدھاسن لگا کر مٹر اس مٹر کا جاپ کرنا شروع کریں۔ سوا لاکھ بار بڑی شردھا بھگتی کے ساتھ اس مٹر کو وشدھی کو پراپت ہوئے۔ جس کو دوش میں کرنا ہو۔ اس مٹر کو پڑھ کر پھونک دے تو وہ در بضر دوش میں ہوئے۔

دیکر وشی کرن مٹر

اوم نمو بھو دن بھاسکرائے جگد وشیم د ردیا۔

بھوانی پشپائے مہم پشپتی تیشم وشیم سواپا۔

ترکیب۔ چاک چاک کی مٹی آنوے کی پراکھ این دونوں اشیاء کو ملا کر پیلے چو کا لگا دے۔ ایشان وغیرہ سے نبت کر صبح سویرے اور دھاپن لگا کر بیٹھے اور دوشواس کے ساتھ لگا کر ادھین تک جاپ کرے ایک ہی سانس میں پورے مٹر کو پڑھے۔ اس طرح پورے

بیالیسویں دن یہ مٹر سندھ ہو جاوے گا۔

مرد وشی کرن جستر۔

۳۳	۱۱	۲۱	۳۳
۹۹	۹۹	۹۹	۹۹
۸۸	۸۸	۸۸	۸۸

جس عورت کا پتی یا خاوند اُس کے دوش میں نہ ہو۔ دوسری عورتوں کو چاہے یا اُس کا کھنا نہ مانے۔ اُس عورت کو چاہئے کہ وہ سنیچر کی شام سے اس جستر کو روٹی پر لکھ کر کالے کتے کو کھلا دے اور ایسا وہ لگا تدر سات روز تک کرتی رہے تو اُس کا خاوند ضرور اس کے دوش میں ہو جائے گا۔

وشی کرن تلک

(۱) بیل پتر اور مانگل کو بکری کے دودھ میں ملا کر تلک کرنے سے عام آدمی دوش میں ہو جاتے ہیں۔

(۲) بھانگ کایج اور گھی گوار کی جڑ کا تلک ہاتھ پر کرنے سے سب لوگ دوش میں ہو جاتے ہیں۔

(۳) مڑتیل، اسگندہ اور سیندور کو کیلے کے رس میں ملا کر لائف پر تلک کرے تو دوشی کرن ہو۔

(۴) آپامارگ کایج بکری کے دودھ میں ملا کر تلک کرنے سے سب لوگ دوش میں ہو جاتے ہیں۔

(۵) پان اور تلسی کے ہتوں کو کپلا گئے کے دودھ میں ملا کر مستک پر لگائے تو مٹ دوش میں ہوں۔

(۶) مینشل اور اسگندہ کو آنوے کے رس میں ملا کر ہاتھ پر تلک کرے تو خوب دوشی کرن ہو۔

کثرت مباشرت سے پیدا ہونے والی کمزوریوں کا علاج

تباهی کا سرچشمہ:

”نئی جوانی“ کی نگارش میں اب ہم اس مقام پر آ پہنچے ہیں۔ جہاں ہمیں کثرت مباشرت سے پیدا شدہ کمزوریوں کو دور کرنے کے لئے طریقہ علاج تحریر کرنا ہے۔ یہ بات پہلے تفصیل سے بیان کی جا چکی ہے کہ کثرت مباشرت جسم کو تباہ و برباد کر دیتی ہے۔ اس لئے کثرت مباشرت سے پیدا ہونے والی تمام جسمانی کمزوریوں کو دور کرنے کے لئے سب سے پیشتر یہ بات نہایت لازمی اور لا بدی ہے کہ کثرت مباشرت سے توبہ کریں۔ بہتر ہو کہ بوی کو میٹھے بھیج دیں۔ دل کو پاکیزہ رکھیں۔ شہوت پرستی کے خیالات کو دماغ سے نکال دیں۔ دل کو اس لذت کی خواہش سے یکسر خالی کر دیں۔ جب تک سبب دور نہ ہو جائے۔ مرض کا دور ہونا ناممکن و محال ہے۔

ایک غلط فہمی کا ازالہ:

اسی سلسلے میں ایک نکتہ اور بھی بتا دینا ضروری معلوم ہوتا ہے۔ تجربہ سے یہ بات پائی گئی ہے کہ کثرت مجامعت کے عادی بعض نوجوانوں کو ترک مجامعت پر مجبور کیا گیا تو چند روز بعد انھوں نے یہ شکایت کی کہ ہمیں پہلے سے بھی زیادہ کمزوری ہو گئی ہے۔ پہلے تو عضو میں عورت کے خیال سے جھٹ خیزش آ جاتی

تھی۔ خواہ وہ کتنی ہی ناممکن کیوں نہ ہو مگر اب تو کسی حسین سے حسین صورت کے آنکھوں کے سامنے آ جانے سے بھی عضو میں سرسراہٹ پیدا نہیں ہوتی۔ آہ! اس قسم کی شکایت کرنے والا نوجوان سخت غلطی میں مبتلا ہے۔ ایک صحیح معنوں میں شعلہ پیکر قوی الباہ لیکن پاکیزہ کارنوجوان مرد نوجوان عورتوں کو آنکھوں کے سامنے دیکھ کر بھی اپنی خواہشات نفسانی کو ضبط کرنے کی ہمت رکھتا ہے مگر ایک ضعیف الباہ لیکن شہوت پرست شخص عورت کا خیال کرنے سے بھی اپنے عضو میں خیزش پاتا ہے جو لوگ اس بات کو اپنی باہ کے قوی ہونے کا ثبوت سمجھتے ہیں کہ انھیں عورت کا خیال کرنے سے جھٹ سرسراہٹ محسوس ہونے لگتی ہے وہ سخت غلطی پر ہیں۔ وہ قوت باہ کی تندی کا ثبوت نہیں بلکہ شہوت پرستی اور خیالات کی آوارگی کی دلیل ہے اگر کثرت مباشرت کے عادی نوجوان کو مجامعت ترک کر دینے کے ہفتہ دو ہفتہ بعد خیزش ہونی بند ہو جاتی ہے تو یہ کمزوری نہیں بلکہ طاقت کا ثبوت ہے جو اس بات پر دلالت کرتا ہے کہ شہوت کا زہر دماغ سے خارج ہو رہا ہے۔ علاوہ ازیں کمزوری مباشرت کی کثرت سے ہوتی نہ کہ کثرت مباشرت کے ترک کر دینے سے۔ اس لئے مباشرت کے چھوڑنے سے جن نوجوانوں کے عضو میں خیزش ہونی بند ہو جائے تو وہ کسی قسم کا وہم نہ کریں۔ عورت کو آغوش میں لینا بوس و کنار کرنا پھر اس خواہش کو چکا دے گا۔ سر دست جب تک علاج کا خیال ہے۔ یہ اچھی بات ہے کہ عضو میں کبھی خیزش ہی نہ آئے۔ کثرت کار سے تنھکے ہوئے اعضاء کو آرام کرنے دو۔ خیالات کو پاکیزہ رکھو۔ اس بات کی کوشش کرو کہ کوئی ناپاک خیال دماغ میں جاگزیں ہو کر پھر جوش شہوت کو نہ بھڑکانے پائے۔

حفظ ما تقدم کے طور پر پرہیز:

جونو جوان جوانی کی بے اعتدالیوں کی وجہ سے قوت مردانگی بالکل ہی کھو بیٹھے ہیں۔ ان کے لئے یہ ضروری ہے کہ ایک طویل عرصہ تک اپنا علاج کریں اور شقایابی کے بعد بھی ایک عرصہ تک مجامعت سے پرہیز رکھیں ورنہ اگر کہیں جوش شہوت کے بیدار ہوتے ہی پھر کثرت مجامعت سے کام لینا شروع کر دیا تو یہ جوش شہوت محض چند روزہ ثابت ہوگا اس کے بعد پھر وہی کمزوری ہوگی اور پھر

جو لوگ عرصہ سے مجامعت کے ناقابل ہو چکے ہوں۔ ان کے لئے یہ طریقہ بہت بہتر ہے کہ علاج کے بعد جس دن جس وقت بھی شہوت میں کی وجہ سے ایسا موقعہ نصیب ہی نہ ہو سکے تو خیر مجبوری ہے۔ ورنہ اس جوش شہوت کے موقعہ کو ہاتھ سے نہ کھونا چاہئے۔ شہوت پر خیالات کا بہت گہرا اثر پڑتا ہے۔ جو لوگ ایک مدت سے ازکار رفتہ ہو چکے ہوتے ہیں ان کے دل میں یہ وہم سما گیا ہوتا ہے کہ اب ہم کبھی مجامعت پر قادر نہ ہو سکیں گے۔ جب تک دل سے یہ وہم دور نہ ہو جائے۔ اس وقت تک اگر وہ طبی طور پر قطعی تندرست بھی ہو جائیں جب بھی مجامعت پر قادر نہ ہو سکتے۔ اس لئے ایسے لوگوں کو دوران علاج میں اگر کہیں اتفاقیہ طور پر خیزش ہو جائے تو اس خیزش سے فائدہ اٹھا کر مجامعت کر لینا ان کے دل کو کمزوری کے وہم کی آلائش سے پاک کر دیتا ہے اور اس سے ان کے علاج میں بہت مدد ملتی ہے لیکن اس قسم کی اجازت صرف ان ہی لوگوں کے لئے ہے جو کئی سالوں سے عورت کے ناقابل ہوں کمزوروں یا ایک دو ماہ کے نامردوں کو دوران علاج میں خیزش ہو جانے پر اس اجازت سے فائدہ نہ اٹھانا چاہئے ورنہ ان کے لئے مفید نہ ہوگا۔ ایسی حالتوں میں ایک دفعہ کی مباشرت علاج کے وقت کو کئی ہفتے اور بڑھادیتی ہے۔

صبر و استقلال کی ضرورت:

مباشرت کی قوت کا دار و مدار منی کی کثرت پر ہے۔ کثرت مباشرت سے جسم منی خالی ہو جاتا ہے۔ جب تک نیا اور تازہ ویرج کثرت سے پیدا نہ ہو مباشرت کی کمزوری کا دور ہونا ناممکن ہے۔ ویرج غذا سے پیدا ہوتا ہے۔ جو غذا ہم آج کھاتے ہیں۔ وہ تقریباً ایک ماہ کے عرصہ میں ویرج (منی) میں تبدیل ہوتی ہے۔ اس لئے وہ لوگ سخت غلطی پر ہیں جو کئی سالوں کے عرصہ کی پیدا کی ہوئی کمزوریوں کو چند دنوں میں دور کرنے کی خواہش رکھتے ہیں۔ کثرت مباشرت کی کمزوریوں کو دور کرنے کے لئے مہینوں سالوں کا عرصہ درکار ہے۔ اتنا طویل عرصہ احتیاط پر ہیز اور غذا وغیرہ کا رکھنے سے بھی جوانی

اپنی پوری قوتوں کے ساتھ واپس نہیں آ سکتی تو چند دنوں اور چند ہفتوں میں کیا ہو سکتا ہے۔ جو دوائیں چند دنوں میں ازکار رفتہ نامرد کو مرد کامل بنانے کا دعویٰ رکھتی ہیں۔ وہ قوت باہ کو بنیادی طور پر کوئی طاقت نہیں دیتیں۔ وہ تو جسم میں جو ویرج موجود ہوتا ہے اسے حرارت تحریک اور جوش دیتی ہیں۔ جس سے وہ باہر نکلنے کا راستہ تلاش کرنے لگتا ہے۔ ایسی دوائیں اعصاب کو بھی غیر معمولی جوش دیتی ہیں جس سے عضو میں خیزش اور تندہی ہونے لگتی ہے لیکن یہ سب کچھ عارضی ہوتا ہے۔ جب چراغ میں تیل ختم ہو چکتا ہے تو اس کی بتی کو ذرا اور اکسا دیا جاتا ہے تاکہ روشنی زیادہ ہو جائے کوئی شبہ نہیں کہ اس طریق کار سے روشنی میں اضافہ ہو جاتا ہے مگر یہ اضافہ چند منٹ کے لئے ہوتا ہے۔ اکسا دینے سے چراغ کی بتی ہی جلتی ہے چند منٹ میں چراغ بالکل ہی بجھ جاتا ہے۔ چراغ جلتے رکھنے کا طریقہ یہ نہیں کہ تیل ختم ہو جانے پر اس کی بتی کو اکسا دیا جائے اس سے تو بتی بھی جل جائے گی۔ اسے جلتے رکھنے کے لئے تو تیل کی ضرورت ہے۔ اسے تیل سے بھر دیجئے پھر روشنی بھی ہوتی رہے گی اور بتی بھی نہ جلنے پائے گی۔ جسم انسانی کے اندر ویرج چراغ کے تیل کی مانند ہے۔ جب تک اس میں ویرج موجود ہے اس وقت تک اس میں زندگی زندگی کی حرارت روشنی شعلے سب کچھ ہے۔ جس دن ویرج ختم ہوا اس کی زندگی ختم سمجھیے۔ جب جسم میں ویرج اس قدر کم ہو جائے کہ اس کے مخصوص افعال اپنا فرض بجالانے سے انکار کرنے لگیں تو اس ویرج میں اکساہٹ پیدا کرنے کی ضرورت نہیں ہوتی۔ اکساہٹ پیدا کرنے سے تو جسم میں سے بچا کھچا ویرج باہر نکل جائے گا۔ اس صورت میں تو جسم کو چراغ میں روغن بھرنے کی طرح ویرج سے لبریز کرنے کی ضرورت ہے۔ فرق صرف یہ ہے کہ چراغ کو تو ایک منٹ میں روغن سے لبریز کیا جاسکتا ہے مگر جسم میں سے نکلے ہوئے بے شمار ویرج کی تلافی مہینوں بلکہ سالوں سے پہلے نہیں ہو سکتی۔

اعضائے رئیسہ اور قوت مردی:

قوت مردی کا دار و مدار جسم کے اعضائے رئیسہ پر بھی ہے۔ عضو کو خیزش میں لانے اور مجامعت کے فرائض کو بوجہ احسن بجالانے کے کام میں دل و دماغ

اور معدہ و جگر و گردہ نہایت اہم حصہ لیتے ہیں۔ ان میں سے کسی بھی ایک کی خرابی قوت مردی کو ضعیف کر دینے کا باعث ہو سکتی ہے۔ کثرت مباشرت سے یہ تمام اعضاء کمزور ہو جاتے ہیں اس لئے جب تک ان اعضاء کو تقویت نہ پہنچائی جائے اس وقت تک قوت مردی کا بحال ہونا ناممکن ہے۔ کسی عضو کے کمزور ہونے کی کیا علامات ہیں اور اس عضو کی کمزوری سے قوت مردی پر کیا اثر پڑتا ہے۔ اس کمزوری کو دور کرنے کے لئے کون سی دوائیں اور کون سی غذائیں خصوصیت سے مفید ہیں۔ جب قوت مردی میں ضعف پیدا ہو تو یہ معلوم کر کے کہ اس کے ضعف میں کس عضو کی کمزوری کا سب سے بڑا حصہ ہے۔ خاص طور پر اس عضو کی کمزوری کو کس طرح سے دور کیا جائے تاکہ کھوئی ہوئی طاقت جلد از جلد حاصل ہو جائے۔ ان باتوں کی تشریح ایک طویل بحث ہے۔ اس کے لئے ایک الگ کتاب کی ضرورت ہے۔ اس مختصر کتاب کے صفحات میں اس کی گنجائش نہیں۔ یہاں صرف اس قدر اشارہ کر دینا کافی ہے کہ معدے کا خصوصیت سے خیال رکھیں۔ اگر معدہ غذا کو پورے طور پر ہضم نہ کر سکتا ہو تو کوئی دوا یا غذا کھوئی ہوئی قوت مردی کو واپس لانے میں کامیاب نہ ہو سکے گی۔ وہ دوائیں جو آلات انہضام کو خاص طور پر طاقت بخشی ہیں اور کھائی ہوئی غذا کو جزو بدن بناتی ہیں۔ وہ قوت مردی کے لئے نہایت مفید ہو سکتی ہیں لیکن ”نمکیات اور ترشیات“ اس ہی مستحق ہیں۔ نمک اور ترشی کی زیادتی اگرچہ معدے کو طاقت دیتی ہے لیکن قوت مردی کے لئے سخت نقصان دہ ہے پھر ان چیزوں کی کثرت اگرچہ شروع میں معدے کو طاقت دیتی ہے مگر بعد کو معدے میں ضعف پیدا کر دیتی ہے۔ اس لئے قوت باہ کے حلاشی کو ان چیزوں سے پرہیز لازم ہے۔

غذا کی اہمیت:

مردانہ کمزوریوں کے علاج کے سلسلہ میں یہ امر خاص طور پر یاد رکھنے کے قابل ہے کہ اس معاملے میں دواؤں سے غذاؤں کی زیادہ ضرورت ہے۔ جسم میں خون اور ویرج زیادہ تر غذاؤں ہی سے بنتا ہے اس لئے دوا ہمیشہ اس قسم کی استعمال کرنی چاہئے جو دل و دماغ معدہ اور جگر کو طاقت دینے والی ہو اور خصوصیت سے معدہ و جگر کے لئے جو دوا از حد طاقت بخش ہو ایسی دوا جسم میں

سے نکلے ہوئے ویرج کی بہت جلد تلافی کر دیتی ہے جو دوا معدے اور جگر کو غیر معمولی طاقت بخشی ہو وہ بہترین مقوی غذاؤں و دودھ گھی اٹھا گوشت وغیرہ کو پورے طور پر ہضم کر کے جزو بدن بناتی ہے اور جسم میں صالح خون کو کثیر مقدار میں پیدا کر کے مادہ منویہ کو طاقت بخشی ہے۔

جامع و مانع مقوی بانسخت:

حالات مرض اور مزاج کو پیش نظر رکھ کر بے شمار مختلف دوائیں تجویز کی جاسکتی ہیں لیکن اگر مریض کے حالات و کیفیات مرض اور مزاج وغیرہ دریافت کیے بغیر مجھے مجبور کیا جائے کہ میں کثرت مباشرت کے تمام نقصانات کی تلافی کے لئے کوئی جامع و مانع نسخہ تجویز کروں تو میں بلا تامل اس کتاب کے ”قوت باہ کے چند ایک نسخے“ والے حصہ میں سے نسخہ نمبر 6 تجویز کروں گا۔ اس کے خواص و فوائد کو مختصر تشریح حسب ذیل ہے:

کچلہ مدبر:

مرکز تناسل کو غیر معمولی طاقت دے کر قوت مردی کے خوابیدہ جذبات میں بیداری پیدا کرتا ہے مقوی دماغ اور مقوی اعصاب ہے۔ معدہ کو غیر معمولی طاقت دے کر دودھ گھی خوب ہضم کرتا ہے۔ جسم میں سے بادی اور بلغم کو نکالتا ہے۔ دائمی قبض اور بد ہضمی کو دور کرتا ہے وغیرہ وغیرہ۔

کشتہ فولاد:

مقوی معدہ مقوی جگر اور محرک باہ ہے۔

زعفران کشمیری:

مقوی معدہ و دل و جگر ہے۔ دوسری دواؤں کی طاقت کے اثر کو دل و دماغ تک پہنچاتا ہے۔ باہ میں تحریک پیدا کرتا ہے۔

سلا جیت:

مقوی دماغ اور مقوی باہ ہے۔

مرچ سیاہ:

مقوی معدہ اور مقوی دماغ و محرک باہ ہے۔

یہ نسخہ دل و دماغ، جگر و معدہ اور گردہ و مثانہ کو طاقت دے کر کثرت مباشرت کی تمام کمزوریوں کو دور کرتا ہے۔ اس کے اجزاء باہم مرکب ہو کر مسیجائی تاثیر کے حامل بن جاتے ہیں۔ باہ کو بنیادی طور پر طاقت دینے نیز خواہش جماع کو اکسانے میں کوئی نسخہ اس کا مقابلہ نہیں کر سکتا۔ سوچ سمجھ کر موقع و محل دیکھ کر مناسب طریقہ سے استعمال کرایا جائے تو کثرت مباشرت کی خرابیوں کو دور کرنے کے لئے اس سے بہتر کوئی نسخہ نہیں ہے۔ یہ بے نظیر مقوی باہ گولیاں بقدر برداشت کافی دیر تک استعمال کرنی چائیں اور غذا حسب ہضم بہترین اور مقوی رکھنی چاہئے۔ دودھ گھی اور انڈے وغیرہ اس مطلب کے لئے بہترین چیزیں ہیں۔

ایک حیرت انگیز طور پر مقوی غذا:

قوت مردی کی کمزوری کے علاج کے سلسلے میں جیسا کہ میں نے پہلے بھی ذکر کیا ہے۔ دواؤں سے غذائیں زیادہ مفید ہوتی ہیں چنانچہ ذیل میں ایک حیرت انگیز طور پر مقوی غذائی نسخہ درج کیا جاتا ہے۔ جو کسی دوا کے بغیر اکیلا ہی سینکڑوں اشتہاری دواؤں سے زیادہ مقوی باہ ہے۔ یہ ایک سینے کا راز ہے جسے صرف رفقاء عام کی خاطر افشاء کیا جاتا ہے۔

اجزائے نسخہ:

دودھ بھینس نصف سیر۔ انڈے کی زردی دو سے چھ تک۔ دارچینی کا سنوف 3 ماشہ سے 6 ماشہ تک۔ شہد خالص حسب محاس۔

ترکیب تیاری:

دودھ کو گرم کریں۔ جب دو تین جوش آچکیں تو انڈوں کی زردی (سفیدی نکال دی جائے) پھینٹی ہوئی دودھ میں ڈال دیں۔ اور کسی بڑے تچے سے خوب ملائیں تاکہ یکجان ہو جائے۔ انڈے کی زردی ڈالنے کے بعد دودھ کو فوراً نیچے اتار لینا چاہئے۔ ابلتے ہوئے دودھ میں ملتے ہی زردی پک جاتی ہے۔ اسے اور زیادہ پکا کر شکل بنانے کی ضرورت نہیں۔ اب اس دودھ میں حسب محاس شہد خالص شامل کر لیجئے۔ مصری یا کھاڑ شہد کی جگہ استعمال نہیں کیے

جاسکتے۔ شہد اور انڈے کی زردی ہی کی تو ساری کرامات ہے۔ جس نے اس نسخے کی تاثیر کو اعجاز مسیجائی بخش دیا ہے۔ اب دارچینی کا سنوف پھانک کر اوپر سے دودھ نوش فرما لیجئے۔ یقین کیجئے کہ اس سے بہتر جسم دماغ اور ویرج کی نشوونما اور پرورش کرنے کا نسخہ دینا بھر میں نہیں مل سکتا۔

نکلتے:

گرم مزاج نو جوان اسے سخت گرمیوں میں استعمال نہ کریں سرد اور بلغمی مزاج کے احتیاط سے استعمال کر سکتے ہیں۔ تین انڈوں کی تعداد سے شروع کر کے حسب قوت ہضم چھ تک آہستہ آہستہ بڑھانا چاہئے۔ دارچینی کی مقدار بھی آہستہ آہستہ بڑھانی چاہئے۔ شہد دارچینی انڈے وغیرہ سب چیزیں گرم ہیں۔ اندھا دھند استعمال کرنا شروع کر دیا گیا تو بجائے فائدہ کے نقصان یقینی ہے۔ صرف اتنی مقدار میں ہی استعمال کریں جتنی مقدار میں ہضم ہو سکے۔ خواہ وہ نسخہ میں لکھی ہوئی مقدار سے چوتھائی ہی کیوں نہ ہو۔ سردی کا موسم ہو بلغمی مزاج کا شخص ہو قوت ہاضمہ اچھی ہو تو نسخہ صبح و شام دونوں وقت بھی استعمال کیا جاسکتا ہے ورنہ صرف صبح کے وقت ہی کافی ہے۔ مگر پھر بھی سوچ سمجھ کر استعمال کریں ورنہ جلدی بازی سے نقصان اٹھائیں گے۔

چار چاند:

اگر اس کے ساتھ اس کتاب کے ”قوت باہ کے چھ ایک لاثانی نسخے“ والے حصے میں سے نسخہ نمبر 6 بھی استعمال کیا جائے تو اس کے فوائد کو چار چاند لگ جاتے ہیں لیکن یہ دونوں چیزیں مل کر نہ بہت گرم ہو جاتا ہے۔ ہر شخص اسے استعمال نہیں کر سکتا جو کر سکیں وہ اس میں مسیجائی فوائد دیکھیں گے۔ ان کے استعمال سے ایک ہی مہینہ میں کئی سیر وزن بڑھ جاتا ہے۔ واقعی کئی سیر اور قوت باہ ایک دو ماہ میں ہی ناقابل برداشت ہو جاتی ہے۔ چہرے پر جوانی کا رنگ و روغن چمکنے لگتا ہے اگر دوا کی گولی اس دودھ کو پینے کے بعد آخری گھونٹ سے نگلی جائے تو اس کو ہضم کرنے میں بھی بڑی مدد ملتی ہے۔

قوت باہ پیدا کرنے کے لئے لاثانی نسخہ

جو سرعت جریان احتلام سستی نامردی سب کے لئے

اکسیر ہے۔

اجزائے نسخہ:

(1) پھول جوت سنہلی زرد پگھڑی نکالے ہوئے دس تولہ (2) اصلی زعفران دو تولہ (3) زیرہ سیاہ چار تولہ (4) زوقا تین تولہ (5) موصلی سفید (6) تخم انگن (7) بداری قند (8) مغز تخم کوخ (9) اسگندہ ناگوری (10) خولجاں (11) ثعلب مصری (12) شقائق مصری (13) سنہل کا موصلہ (14) ستاور (15) گوگرد (16) اندر جو شیریں (17) جاوتری (18) دانہ الاچھی خورد دو تولہ (19) کشتہ فولاد (20) کشتہ چاندی (21) کشتہ قلعی ایک ایک تولہ۔

ترکیب تیاری:

تمام ادویات کو الگ الگ کوٹ کر وزن کر کے ملا لیں۔ بعد میں کشتہ جات شامل کر کے خوب ایک جان کر لیں۔ بس ویرنج پیدا کرنے ویرنج کو گاڑھا کرنے اور تمام اعضائے ریشہ کو طاقت دینے کے لئے وہ بے نظیر نسخہ تیار ہے جس کا ثانی ملنا محال ہے۔

افعال و خواص:

قوت باہ پیدا کرنے والے نسخوں میں یہ ایک امتیازی نسخہ ہے۔ تمام اعضائے ریشہ کو قوت بخشتا ہے۔ غلط کاریوں سے تباہ کردہ قوت کا بدل پیدا کرنے میں ایک لاثانی چیز ہے۔ جریان احتلام سرعت انزال سستی اور نامردی تمام شکایات کا قلع قمع کرنے میں عجیب الفعل ثابت ہوا ہے۔ اس کے استعمال سے ویرنج بے شمار پیدا ہوتا ہے۔ پانی ایسے پتلے ویرنج کو دہی ایسا گاڑھا کر دینے میں کمال رکھتا ہے۔ دل و دماغ معدہ و جگر کو بھی قابل قدر قوت بخشتا ہے۔ کثرت مباشرت کی تمام خرابیوں کو دور کرنے میں مسیحا اثر کا حامل ہے۔ لیکن اگر معدہ بہت زیادہ خراب ہو کھایا پیا ہضم نہ ہوتا ہو تو پھر اس نسخہ کا استعمال

نہ کرنا چاہئے۔

ترکیب استعمال:

ہر روز بوقت صبح چار ماشہ سے لے کر ایک تولہ تک کی مقدار میں گائے یا بھینس کے تازہ یا نیم گرم دودھ سے استعمال کریں۔ دودھ میں پیٹھے کے لئے مصری یا شہد ملا سکتے ہیں۔

نوٹ: کشتہ فولاد و قلعی استعمال کریں جو اس کتاب میں ”فولاد اور مردانہ کمزوری“ کے زیر عنوان درج ہے۔ چاندی اور قلعی کے کشتوں کے تیار کرنے کی ترکیبیں اکسیری کشتہ جات کرشن میں درج کر دی گئی ہیں۔ معمولی بازاری یا عام کتابی کشتے استعمال کرنے سے فائدہ کی امید نہیں کی جاسکتی۔ جتنے کشتے اچھے ہوں گے اتنا ہی یہ نسخہ زیادہ مفید ہوگا۔

اکسیر قوت باہ

جو پانی ایسی پتلی منی کو دہی ایسی گاڑھی کرتی اور جسم پر تروتازگی اور سرخی لاتی ہے۔

اجزائے نسخہ:

(1) طباشیر نقرہ (2) دانہ الاچھی خورد (3) ثعلب مصری پنجہ دار (4) سیوس اسفول (5) مصطکی رومی (6) دار چینی (7) کباب چینی (8) بداری قند (9) بہمن سفید (10) برگ گاؤ زبان (11) گوند ڈھاک (12) ست بہر دزہ اصلی (13) ست گلو اصلی (14) بیج بند (15) مغز تخم الی (16) تال کھانہ (17) گوند سنبل (18) موچس (19) تووری سفید (20) ست سلاجیت اصلی ہر ایک چھ چھ ماشہ (21) اکسیر نقرہ دو تولہ (22) شکری تری $12\frac{1}{2}$ تولے۔

ترکیب تیاری:

پہلے تمام دواؤں کو الگ الگ کوٹ کر وزن کر کے آپس میں ملائیں۔

پھر اکسیر نقرہ اس طرح سے تیار کریں کہ ورق نقرہ چھ ماشہ، کھرباشمی چار ماشہ، صدف مرواریدی، مرجان، بسداہر، ایک ساڑھے چار ماشہ۔ کسی نہایت پختہ کھل میں ڈال کر روح گلاب اور روح کیوڑہ کے ہمراہ دو تین دن تک خوب ہی کھل کریں۔ اس کے بعد یہ سفوف پہلی تمام دواؤں میں ملا کر یک جان کر لیں۔ بس قوت باہ کی اکسیر دوا تیار ہے۔

افعال و خواص:

قوت باہ کی یہ اکسیر اس صورت کے لئے مخصوص ہے۔ جب کثرت مباشرت کے باعث جسم میں منی کی مقدار بہت کم رہ گئی ہو۔ نیز منی بالکل پانی کی طرح پتلی ہو گئی ہو۔ کچھ جریان کی شکایت ہو یا سرعت انزال کا شرمندہ لردینے والا عارضہ لاحق ہو گیا ہو۔ ایسی تمام عالمگیر شکایات کی تیج کنی کرنے پر یہ نہایت اعلیٰ درجہ کی اکسیر باہ پورے طور پر حاوی ہو سکتی ہے جن میں مادہ منویہ کی کمی کے باعث ضعف باہ، منی کی رقت اور سرعت وغیرہ علامات نمایاں ہوں۔ اس سے اعضائے رئیسہ کو قابل قدر تقویت پہنچتی ہے۔ ضعف دماغ کی شکایت اور دل کی کمزوری سب رفع ہو جاتی ہیں۔ نیا خون اچھی خاصی مقدار میں پیدا ہوتا ہے اور جسم پر تروتازگی اور سرخی کی لہر آ جاتی ہے۔ تین چار ہفتے تک لگاتار استعمال کرتے رہنے سے قوت باہ میں نمایاں فرق محسوس ہوتا ہے۔

طریقہ استعمال:

چھ ماشہ کی مقدار میں صبح و شام یہ اکسیر باہ نیم گرم دودھ کے ہمراہ استعمال کی جاتی ہے۔

پرہیز

مذکورہ بالانسخہ جات کے استعمال کے دوران میں پرہیز تقریباً ایک ایسا ہی ہے۔ جس نسخے کے افعال و خواص میں لکھا ہے کہ یہ دودھ گھی خوب ہضم کرتا ہے اس کے دوران استعمال میں دودھ گھی خوب استعمال کریں لیکن جس کے بارے درج ہے کہ یہ معدے کو خاص طور پر طاقت نہیں دیتا اس کے دوران استعمال میں زیادہ ثقیل چیزیں استعمال کرنے سے پرہیز رکھیں۔ مقوی دوا میں

استعمال کرتے قوت مباشرت سے بھی حتی الوسع پرہیز کریں۔ ترشی، تیل کی بنی ہوئی چیزیں، قابض غذائیں وغیرہ ممنوع ہیں۔ باقی تمام ہدایات کتاب میں جا بجا دی گئی ہیں۔

قوت باہ کے لئے

تین مسلمہ اکسیریں

ڈاکٹروں کی جدید تحقیقات نے باہ کو بنیادی طور پر قوت دینے کے لئے تین چیزوں کو تمام دیگر دواؤں کی سر تاج قرار دیا ہے اور وہ فولاد، سکھیا اور بکرے کے خصیے ہیں۔ یہ تینوں چیزیں آ یور ویدک فن طب میں بھی ہزاروں سال سے استعمال ہوتی چلی آتی ہیں اور بے شمار حکیموں اور ویدوں کے تجربات ان کی مقوی باہ صفات کی تعریف میں رطب اللسان ہیں۔

اب ہم قوت باہ کی ان تینوں اکسیروں کا فرداً فرداً تفصیل سے ذکر کرتے ہیں تاکہ ناظرین کرام ان کے خواص و فوائد سے پوری طرح واقف ہو کر ان سے مستفید ہو سکیں۔

مردانہ کمزوری اور فولاد

مشرق و مغرب کی ان دواؤں میں جواز کار رفتہ لوگوں میں از سر نو طاقت ہمائی پیدا کرنے کی دعویدار ہیں، فولاد بھی ایک امتیازی صفت رکھتا ہے۔ ہزاروں سال سے حکیم اور وید ڈاکٹر اور سنیا سی کسی نہ کسی شکل میں اس کا استعمال کراتے چلے آئے ہیں اور بے شمار مایوس اور نامراد مر یضوں کے ذاتی تجربات اس حقیقت کا بہترین ثبوت ہیں کہ فولاد قوت باہ میں بیجان پیدا کرنے اور کثرت مباشرت کی گونا گوں خرابیاں دور کرنے کے لئے اعجازی اوصاف و خواص کا حامل ہے۔ آ یور ویدک، یونانی، ایلو پیتھک، ہومیو پیتھک اور با یو کیمک طبوں میں اس کے بے شمار مرکبات مستعمل ہیں۔ جو اس کی مشہور عالم شفا بخش قوتوں کا ایک روشن و درخشاں ثبوت ہیں۔

فولاد کا لاثانی کشتہ

جو چہرے کا رنگ قدھاری انار کی طرح سرخ اور دلفریب بنادیتا ہے۔
اجزائے نسخہ:

(1) برادہ فولاد جو ہر دار درجہ اعلیٰ مصطفیٰ چار تولہ (2) عرق پیار سفید
(3) عرق لہسن (4) شیرمدار (5) عرق لیموں (6) عرق انار ترش (7) عرق جامن
ہر ایک پاؤ بھر (8) نارنیل سالم ایک عدد (9) اولہ صحرائی بیس سیر۔

ترکیب تیاری:

اعلیٰ درجہ کے جوہر دار فولاد کے صاف کئے ہوئے برادے کو ایک پختہ تا
کھنسنے والے کھل میں ڈالیں یا بہتر ہو کہ ایک لوہے کی کڑا ہی میں ڈالیں اور
پینے کے لئے ایک لوہے کا دستہ استعمال کریں۔ اب اس میں سفید پیاز کا عرق
تھوڑا تھوڑا ڈال کر خوب زوردار ہاتھوں سے پینا شروع کریں۔ تازہ رس اسی
وقت ڈالنا چاہئے جب پہلا خشک ہونے لگا ہو اور ایک وقت میں ایک تولہ سے
بھی کم ڈالنا چاہئے زیادہ نہیں۔ جب عرق پیاز سفید ختم ہو جائے تو عرق لہسن
تھوڑا تھوڑا ڈال کر پینا شروع کریں۔ پسائی خوب زوردار ہاتھوں سے ہونی
ضروری ہے ورنہ کشتہ حسب خواہش تیار نہ ہو سکے گا۔ خوب زوردار ہاتھوں سے
پسائی کرتے جائیں اور تمام عرق ترتیب وار کھل کر کے خشک کر دیں۔ اب
ایک سالم نارنیل یعنی کھوپر الے کرا سے ایک طرف چاقو سے ذرا سا کاٹ کر اس
کا تمام پانی نکال لیں اور اس میں فولاد بھر کر وہی کڑا جو چاقو سے کاٹا تھا سوراخ پر
لگا دیں۔ اب نارنیل پر ایک انگل موٹا لپ ماش کے آنے کا کر دیں اور دھوپ
میں خشک ہونے کے لئے رکھ دیں۔ جب ایک پہلو خشک ہو جائے دوسرا بدل
دیں۔ جب اچھی طرح خشک ہو جائے تو اٹھا کر ایک انگل موٹا لپ ماش کے
آنے کا اور کر دیں اور خشک ہونے پر تیسرا لپ پھر کریں۔ جب یہ بھی خشک ہو
جائے تو اس پر ایک نہایت ہلکا جالیپ چکنی مٹی کا کر دیں۔ اب ہوا سے محفوظ جگہ

فولاد کی امتیازی صفت یہ ہے کہ وہ جگر میں قوت پیدا کر کے جسم میں
خون نہایت با افراط مقدار میں پیدا کرتا ہے۔ جسم کا وہ نہایت گراں قدر جوہر
جسے مباشرت میں نہایت بے دردی سے بہایا جاتا ہے خون ہی کے بہترین
اجزاء کا عطر ہے۔ اس لئے جوہر حیات کے بکثرات اخراج سے جس قدر
کمزوریاں پیدا ہوتی ہیں ان سب کو دور کرنے کے لئے فولاد نہایت مؤثر چیز
ہے۔ خون با افراط پیدا ہونے سے کثرت سے ویرج پیدا ہوتا ہے اور اس طرح
سے بنیادی کمزوری دور ہو کر خود بخود باہ میں حرکت پیدا ہو جاتی ہے۔

سنگھنے کی تاثیر انتہائی درجہ گرم خشک ہے۔ اس لئے وہ سب مزاجوں کے
موافق نہیں ہے۔ نوجوانوں میں اس کے استعمال سے حرارت غریزی ضرورت
سے زیادہ تیز ہو کر کئی قسم کی بیماریاں لاحق ہو جاتی ہیں۔ پھر اس کے استعمال میں
خطرہ بھی ہے۔ ذرا سی بے احتیاطی کئی قسم کی تکلیفات کا پیش خیمہ ثابت ہو سکتی
ہے۔ بکرے کے خسیوں کا استعمال بھی ہر شخص نہیں کر سکتا کیونکہ ہر کسی کا مذہب
اس کے استعمال کی اجازت نہیں دیتا۔ لیکن برخلاف ان دونوں چیزوں کے فولاد
ایک ایسی چیز ہے جسے ہر کوئی آسانی استعمال کر کے مستفید ہو سکتا ہے۔ اس کے
استعمال میں کسی قسم کا خطرہ بالکل نہیں ہے اور نہ ہی یہ کسی مزاج کو خاص طور پر
ناموافق ہے۔ بچہ بوزھا جو ان سب ہی اس کے مسیجائی افعال و خواص سے
مستفید ہو کر اپنی ہر قسم کی کمزوریوں کو دور کر سکتے ہیں۔

فولاد کی تاثیر قابض ہے۔ اس لئے اس کے دوران استعمال میں قبض
کشتائی کا خاص خیال رکھنا چاہئے۔ دودھ گھی کا زیادہ استعمال اس لئے اس نقص کی
کافی اصلاح ہے۔ قبض کشا سبزیوں کا استعمال اس کے دوران استعمال میں ملنا
رہتا ہے۔ ثقیل اور قابض چیزوں سے خاص طور پر محترز رہنا چاہئے۔ رات کو
سوتے وقت گرم دودھ میں چھ ماشہ بادام روغن یا دو تین تولہ گھی ملا کر پینا بھی قبض
نہیں ہونے دیتا۔

ذیل میں ناظرین کرام کو فولاد کے اکسیری فوائد سے بہرہ مند کرنے
کے لئے فولاد کا کشتہ بنانے کی ایک نہایت اعلیٰ ترکیب ”اکسیری کشتہ“ ہمارے
کوشش سے نقل کر کے درج کی جاتی ہے۔ اس ترکیب سے تیار شدہ کشتہ فولاد

ایک گڑھے میں ہیں سیر جنگلی اوپلوں کے درمیان رکھ کر آنچ دے دیں۔ سرد ہونے پر نکالیں۔ فولاد کا نہایت لا جواب کشتہ تیار ملے گا جس کا ثانی ملنا محال ہے۔

افعال و منافع:

فولاد کا یہ ایک بے نظیر و لا ثانی کشتہ ہے جو جگر کو حیرت انگیز قوت بخشتا ہے اور صاف و صالح خون کثیر مقدار میں پیدا کر کے چہرہ کو قند حاری انار کی طرح سرخ اور کشمیری سیب کی طرح شاداب بنا دیتا ہے۔ اس کے استعمال سے جسم کی رگ رگ میں نس نس میں صاف خون کی رنگینی جھلکنے لگتی ہے۔ یہ اکسیری کشتہ معدے کو بھی قابل قدر تقویت دیتا ہے۔ بھوک خوب لگاتا ہے اور کھایا پیا جزو بدن بناتا ہے جس کی مقوی باہ نفع میں کشتہ فولاد شامل کرنا لکھا ہوا اس کے لئے اس سے بہتر کشتہ فولاد نہ ہوگا۔ یہ بے نظیر کشتہ جسم میں خون صالح کثیر مقدار میں پیدا کرتا ہے اور عضو مخصوص کی طرف دوران خون کو تیز کرتا ہے جس سے سست اعصاب میں ایک تازہ سرگرمی کی روح دوڑ جاتی ہے اور قوت باہ میں ہیجان پیدا ہو جاتا ہے۔ ضعف باہ کے جن مریضوں کو شہوت تو آتی ہو دل بھی بصد تمنا اس فعل مخصوص کی طرف راغب ہو مگر عضو کی خیزش کمزور رہتی ہو یا دقت خاص پر عضو کی رگیں ڈھیلی پڑ جاتی ہوں ان کے لئے تو یہ کشتہ نہایت زبردست اور سو فیصدی مجرب علاج ہے۔ کئی ٹھنڈی آہیں بھرنے والے اس کے استعمال سے عیش و عشرت سے ہمکنار ہو گئے ہیں۔ طویل اور شدید بیماریوں کے بعد اس کا چند روزہ استعمال صحت کو قابل رشک بنا دیتا ہے۔ جن عورتوں کو خون کی کمی کی وجہ سے ماہواری ایام قلت سے آتے ہوں ان کے لئے یہ کشتہ ایک اکسیر نایاب ہے۔ کمزور مردوں اور عورتوں کو ہر قسم کی کمزوریوں سے خلاصی دلا کر ان کے جسم میں گئی ہوئی قوت کا بدل پیدا کرتا ہے۔ قطعی بے ضرر چیز ہے۔ ہر موسم ہر عمر ہر مزاج میں اپنا کچھ نہ کچھ اثر ضرور دکھاتا ہے۔ بے خطا اور مجرب اکسیری کشتہ ہے۔ جو مردہ تنوں کو حیات تازہ اور خزاں رسیدہ پھول کی طرح کملائے ہوئے رخساروں کو موسم بہار کے تازہ پھولوں کا سارنگ بخشتا ہے۔ اس کشتہ کی تعریف میں جو کچھ لکھا گیا ہے اس میں ذرا بھی مبالغہ نہیں ہے۔ اگر مہتمم محل دیکھ کر لگے

طریقے سے اس کا استعمال کرایا جائے تو یہ ہماری تعریف سے بھی بہت بڑھ چڑھ کر رنگ دکھاتا ہے۔ اس میں صحت طاقت اور حسن کے خزانوں کے خزانے چھپے ہوئے ہیں۔

ترکیب استعمال:

اس کی مقدار خوراک دو چاول سے لے کر ڈیڑھ رتی تک ہے۔ عام طور پر مکھن میں استعمال کیا جاتا ہے۔ باقی حسب موقعہ محل اس کا بدرقہ تجویز کرنا طبیب کی رائے پر ہے۔

برادہ فولاد کو صاف کرنے کا طریقہ:

حسب ضرورت برادہ فولاد لے کر کسی لوہے کے کڑچھے میں ڈال کر پتھر کے کوٹلوں کی تیز آنچ پر لال سرخ کریں اور تین مرتبہ گائے کے پیشاب میں تین مرتبہ قل کے تیل میں تین مرتبہ سرکہ میں اسی طرح تین مرتبہ تر پھلہ کے جوشاندہ میں بجھاؤ دیں۔ بس فولاد صاف ہو گیا۔ اب اس کا کشتہ تیار کیجئے۔ کشتہ سازی کی مکمل ہدایات ”اکسیر کشتہ جات کرشن“ میں دیکھئے۔

مردانہ کمزوری اور بکرے کے خصیے

طبعی طور پر بکرے کے خصیے قوت مردی کے لئے نہایت اسیہ اثر فائدہ کے حامل ہیں۔ ان کے استعمال سے مرکز تناسل کو حیرت انگیز تحریک و تقویت حاصل ہوتی ہے۔ ہزاروں برس سے حکیم اور ویدان کے استعمال کی سفارش کرتے آئے ہیں۔ چنانچہ رشیوں اور منیوں کی بنائی ہوئی آیورویدک کتابوں میں اس کے استعمال کی پر زور الفاظ میں سفارش کی گئی ہے۔ ایک جگہ لکھا ہے۔

”بکرے کے خسیوں کو دودھ میں جوش دے کر

ان سے کالے تلوں کو بار بار بھگو کر خشک کر لیا جائے اور پھر

ان تلوں کو شکر ملا کر جو شخص استعمال کرے اس میں بہت

سی عورتوں کی شہوت کی آگ بجھانے کی قوت پیدا ہو

جائے۔“

بلاشبہ بکرے کے خسیوں کے استعمال کا یہ ایک بہت اچھا طریقہ ہے جو

صاحب ان کے استعمال کا ارادہ رکھتے ہوں وہ اسی طریقے سے ان کا استعمال کر کے مستفید ہو سکتے ہیں۔

بکرے کے خضیوں میں چند ایک اس قسم کے مقوی جو ہر ہوتے ہیں جو انہیں آگ پر پکانے سے بالکل ضائع ہو جاتے ہیں۔ اس لئے ان کا سالن پکا کر استعمال کرنے سے وہ مقوی فوائد حاصل نہیں ہو سکتے جو ان کو کچا استعمال کرنے سے ہونے ممکن ہیں۔ لیکن میرے خیال میں کوئی ایسی ترکیب نہیں آتی جس سے ان کی وہ کراہیت دور ہو سکے جو ان کو کچا استعمال کرنے کی صورت میں پیدا ہوتی ہے۔ ایک مسلمان حکیم صاحب نے ان کو کچا استعمال کرنے کی یہ ترکیب بتائی تھی کہ ان کا قیر کر کے شکر سے میٹھا کر کے کھایا جائے۔ لیکن میری اس تجویز سے تسلی نہ ہوئی۔ مجھے یقین ہے کہ ایسے لوگ بہت کم ہوں گے جو ان کو کچا استعمال کرنے کی ہمت رکھتے ہوں لیکن جو لوگ انہیں کچا کھانے کی عادت پیدا کر لیں ان کے لئے عمر بھر کی اور مقوی باہ دوا کی ضرورت باقی نہ رہے گی۔

دودھ میں پکانے سے بھی اگر چہ ان کے بہت سے جو ہر مل جاتے ہیں مگر تاہم سالن کی نسبت ان کو دودھ میں پکا کر اس دودھ سے تلوں کو پٹھ دے کر استعمال کرنا بہت کچھ مفید نتائج پیدا کر سکتا ہے۔

ایک یاد دہی سے لے کر ان کا قیر کر کے پھر ان میں برابر وزن مصری ملا کر زور زور سے ہلایا جائے۔ جب شربت ایسا گاڑھا قوام سا ہو جائے تو جہان کر چھچھڑے الگ کر دیئے جائیں اور اس قوام کو آنکھیں بند کر کے حلق سے نیچے اتار لیا جائے۔ اوپر سے شہد یا دواٹھ ملا ہو دودھ پیا جائے تو چند ہی روز میں حیرت انگیز طور پر قوت باہ میں اضافہ ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ سینکڑوں روپے کی مقوی دواؤں سے بھی اس قدر قابل محسوس قوت پیدا ہونی ممکن نہیں ہے جس قدر اس غذائی نسخہ سے پیدا ہو سکتی ہے۔

متذکرہ بالا شربت ایسا گاڑھا قوام کسی قلعی دار برتن میں ڈال کر بھاپ پر پکایا جائے تب بھی بہت کچھ مفید ثابت ہوتا ہے۔ دو چار سیر خضی لے کر اس طریقہ پر ان کا جو ہر نکال کر بھاپ پر خشک کر لیا جائے اور ایک تولہ کی مقدار میں صبح و شام ہمراہ نیم گرم دودھ استعمال کرنے کا معمول بنالیا جائے تو یہ نہایت مفید

نتائج پیدا کر سکتا ہے۔ قوت باہ میں اضافہ کرنے کے لئے اس سے بہتر بے ضرر چیز ملنی مشکل ہے۔

۱۰۶

مشرق و مغرب کی تحقیقات سے یہ امرہ پایہ ثبوت کو پہنچ گیا ہے کہ بکرے کے جسم کا ہر حصہ جسم انسان کے اسی حصے کی قوت نمو اور نشوونما کے لئے ممد و معاون ہے چنانچہ بکرے کا مغز انسان کے دماغ کو طاقت دیتا ہے۔ بکرے کا دل انسان کے دل کو تقویت بخشتا ہے۔ بکرے کے پیچھے انسان کے پیچھے دوں کے لئے مفید ہیں اور بکرے کے گردے انسان کے گردوں کے لئے طاقت بخش ثابت ہوئے ہیں۔ اسی اصول کے تحت بکرے کے خضیے انسان کے خضیوں کے لئے مقوی و صحت بخش ہیں۔ واضح ہونا چاہئے کہ انسان کی قوت مردی کا اس کے خضیوں سے بہت ہی گہرا تعلق ہے۔ مادہ منویہ خضیوں میں تیار ہوتا ہے۔ جب قوت مردی کمزور ہو جاتی ہے تو خضیے نیچے لٹک جاتے ہیں۔ جو چیز خضیوں کو طاقت و قوت بخشتی ہے وہ انسان کی قوت مردی میں حیرت انگیز طور پر اضافہ کرتی ہے۔

یورپ میں علاج کا ایک نیا سسٹم ایجاد ہوا ہے جسے ”آرگن تھیراپی“ کے نام سے پکارا جاتا ہے۔ اس کے ماہر مختلف پرند و چرند کے جسم کے اعضاء کے مرکب سے جسم انسانی کے ویسے ہی اعضاء کی کمزوریوں کا علاج کرتے ہیں۔ دل کی کمزوری کا علاج مختلف چرند و پرند کے دلوں سے مرکب کی ہوئی دوا سے کیا جاتا ہے۔ دماغی کمزوری کا تریاق مختلف جانوروں کے دماغ سے تیار شدہ جو ہر سمجھا جاتا ہے۔ ”آرگن تھیراپی“ کے عالم و فاضل ڈاکٹروں کے تجربات بھی اس حقیقت پر نہایت ہی نمایاں روشنی ڈالتے ہیں کہ بکرے کے خضیے قوت مردی کے لئے دنیا بھر کی چوٹی کی دواؤں میں سے ہیں۔ ان میں غذائیت اور دوائیت دونوں خوبیاں موجود ہیں جو لوگ ان کے استعمال کو روزمرہ کی خوراک کا ایک جزو بنالیں۔ ان کو تمام عمر کسی مقوی باہ دوا کی ضرورت نہ رہے گی۔ انسان کی نفیس و لذیذ لیکن قلیل غذا خوراک نے قوت باہ کی جو عالمگیر کمزوریاں نوع انسان

میں پیدا کر دی ہیں ان کے ازالہ کے لئے بکرے کے خسیوں کو روزمرہ کی خوراک کا ایک جزو بنالینا نہایت مفید و موثر ہو سکتا ہے۔

مردانہ کمزوری اور سم الفار

مشرق و مغرب کے بلند پایہ حکیموں اور ڈاکٹروں کی تحقیقات و تجربات نے یہ بات پایہ ثبوت تک پہنچا دی ہے کہ اگر موقعہ محل دیکھ کر مناسب طریقہ سے سم الفار کا استعمال کرایا جائے تو تمام مردانہ کمزوریوں کے لئے اس کے فوائد اکسیر اور معجزہ سے کم نہیں ہے۔ پر سوں کے مایوس نامراد اور اذکار رفتہ بوڑھے اس کے استعمال سے چند ہی روز میں مرد کامل بن جاتے ہیں۔ کثرت مباشرت کی وجہ سے جن کے جسم میں خون کی ایک بوند بھی باقی نہ رہ گئی ہو وہ اس کا پاپٹ زہر کے استعمال سے شگرف کی طرح سرخ اور گل انار کی طرح لال ہو جاتے ہیں۔ اس کے استعمال سے کھایا پیا جزو بدن بنتا ہے اور چند ہی روز میں کہن سال بوڑھے بھی جوانوں کی طرح شگفتہ و تازہ نظر آنے لگتے ہیں۔ اعضائے تناسل کو اس غضب کی تحریک پہنچتی ہے اور برسوں کے سوئے ہوئے جذبات مردی بھی اس کے استعمال سے انگڑائیاں لے لے کر بیدار ہو جاتے ہیں۔ بعض صورتوں میں تو اس کے مناسب طریق پر استعمال کرنے سے اس قدر قوت باہ پیدا ہوتی ہے کہ بلا مبالغہ اس کی برداشت قوت ضبط سے باہر ہو جاتی ہے۔

سنگھیا ایک مہلک زہر ہے۔ اس کی نہایت قلیل مقدار بھی ایک اچھے بھلے آدمی کو دم بھر میں ہمیشہ کی نیند سلا دیتی ہے۔ اس کی کمی علامات نہایت شدید اور تکلیف دہ ہوتی ہیں۔ اس لئے اس کا استعمال بھی لائق طبیب کے مشورہ کے بغیر نہ کرنا چاہئے لیکن مناسب مقدار میں موقعہ محل دیکھ کر استعمال کرانے سے یہ زہر ہلاہل آب حیات کے ہم پایہ ثابت ہوتا ہے اور کسی قسم کی تکلیف نہیں دے سکتا۔

سم الفار جب خام شکل میں ہو اس کی ایک چاول بھر کی مقدار بھی بعض اشخاص کے لئے تکلیف دہ ثابت ہوتی ہے۔ اس سے پیٹ میں شدید مروڑ پیدا ہوتے ہیں اور طبیعت متلائے لگتی ہے۔ جسم میں حرارت غریزی بڑھ کر بخار کی سی

کیفیت پیدا ہو جاتی ہے لیکن یہ واضح ہونا چاہئے کہ یہ تمام علامات مہلک نہیں ہوتیں۔ صرف دودھ کھی پلا دینے سے ان کا ازالہ نہایت آسانی سے ہو سکتا ہے۔ ایک دو چاول کی مقدار کسی نوجوان کے لئے تکلیف دہ تو ہو سکتی ہے مگر مہلک نہیں۔ لیکن ایک دورتی کی مقدار مستثنیات کو چھوڑ کر یقیناً مہلک ہے۔

دوا کے طور پر حسب موقعہ و مزاج عام طور پر اس کی خوراک 1/130 رتی سے لے کر 1/30 رتی تک مستعمل نہ ہے۔ جو کسی صورت میں کمی اثر پیدا نہیں کر سکتی۔ لائق اور تجربے کار طبیب ایک دو چاول سے لے کر بعض صورتوں میں ایک رتی تک اس کی خوراک دے سکتا ہے لیکن یہ شاذ و نادر صورتیں ہیں اور ان کے لئے خاص مزاج خاص موسم اور خاص ضرورت ہونے کے باوجود بھی خاص انتظام کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔

سنگھیا کے کمی اثرات کو دور کرنے کے لئے اگرچہ بے شمار تریاق ہیں جن کے بیان کا یہ موقع نہیں ہے لیکن اس کا عام مشہور تریاق دودھ اور گھی ہے۔ دودھ اور گھی میں یہ خاص صفت ہے کہ وہ سم الفار کے اثر سے جذب بدن ہو کر جسم کو تقویت دینے کا باعث بھی ثابت ہوتا ہے اور سنگھیا کے مفید اثرات کو بھی ضائع نہیں ہونے دیتا بلکہ ان کو جسم کی کمزور قوتوں کی نشوونما میں صرف کر دیتا ہے۔ جب دوا کے طور پر سنگھیا استعمال کیا جا رہا ہو تو اس کے ساتھ حسب ہضم دودھ کھی ضرور استعمال کرتے رہنا چاہئے ورنہ سنگھیا کی شدید گرمی اور خشکی جسم کو نقصان پہنچائے بغیر نہ رہے گی۔ دودھ کھی اس کے استعمال سے خوب ہضم ہوتا ہے۔ بعض صورتوں میں اس کی 1-30 رتی سے ہی چھٹا نکوں گھی اور سیروں دودھ نہایت آسانی سے ہضم ہو جاتا ہے۔

سنگھیا تمام جسم کو مجموعی طور پر طاقت دیتا ہے۔ اس لئے ایسی صورت میں جب استعمال کرنے والا سرخ و سپید نوجوان ہو سنگھیا کچھ زیادہ مفید ثابت نہیں ہوتا۔ لیکن جب تمام جسم میں کمزوری نے گھر کر لیا ہو مریض کے چہرے پر ہوائیاں اڑ رہی ہوں خون خشک ہو چکا ہو تمام اعضائے رئیسہ از حد کمزور ہو گئے ہوں۔ اس وقت سنگھیا کا استعمال معجزہ دکھاتا ہے۔ سنگھیا از حد گرم و خشک ہے۔ اس لئے نوجوانوں کے لئے بعض صورتوں میں مضر ثابت ہوا ہے کیونکہ اس

پہلے ہی حرارت غریزی کافی ہوتی ہے۔ مزید حرارت غریزی بڑھ جانے سے یقیناً نقصان ہونا چاہئے لیکن ان کمزور بوڑھوں کو جن میں حرارت غریزی کم ہو چکی ہو۔ سنکھیے کا استعمال عین موافق پڑتا ہے۔ انتہائی درجہ گرم خشک ہونے کی وجہ سے سنکھیا گرم مزاج والوں کے ناموافق ہے۔ موسم گرم میں بھی اس کے استعمال سے احتراز کرنا چاہئے۔ بادی اور بلفمی مزاج کے نو جوانوں اور بوڑھوں کو خصوصیت سے بہت مفید پڑتا ہے اور موسم سرما میں ایسے مزاجوں پر بے دھڑک استعمال کیا جاسکتا ہے اور کسی خطرے کا امکان نہیں ہوتا۔

سنکھیے کے دوران استعمال میں یہ خیال رکھنا بھی نہایت ضروری ہے کہ اسے کئی ہفتہ تک مسلسل استعمال نہ کیا جائے کیونکہ تجربات نے ثابت کر دیا ہے کہ اس کی قلیل مقدار بھی بعض اوقات جسم میں بتدریج جمع ہوتی رہتی ہے اور آخر کار مہلک بن جاتی ہے۔ اس خطرہ کو دور کرنے کے لئے یہ طریقہ نہایت موزوں ثابت ہوا ہے کہ ایک ہفتہ استعمال کرنے کے بعد دو دن ناغہ کریں اور پھر ایک ہفتہ استعمال کرنے کے بعد دو دن اسی طرح ناغہ کریں اور چار ہفتے استعمال کرنے کے بعد ایک ہفتہ ناغہ کر دیں لیکن عموماً اسے زیادہ عرصہ تک استعمال کرنے کی ضرورت بھی پیش نہیں آتی کیونکہ یہ بہت زود اثر چیز ہے۔ ادھر استعمال کی اور ادھر اثر نمودار ہوا۔

سنکھیے کے استعمال کے متعلق مکمل ہدایات تحریر کر چکنے کے بعد اب ہم ذیل میں اس کے استعمال کرنے کے چند ایک طریقے درج کرتے ہیں۔ مندرجہ ذیل نسخہ جات جن میں سنکھیے کا جزو شامل ہے نہایت بے ضرر ہیں۔ ان کے استعمال سے کسی قسم کے خطرے کا امکان نہیں ہے لیکن یہ نہایت ضروری ہے کہ جو ہدایات پہلے درج کی جا چکی ہیں ان کو پیش نظر رکھتے ہوئے مندرجہ ذیل نسخہ جات میں سے کوئی نسخہ استعمال کیا جائے۔ پہلا نسخہ خصوصیت سے بہت ہی بے ضرر ہے کیونکہ اس میں سنکھیے کے کسی اثرات کی نہایت ہنرمندانہ اور حکیمانہ طریقہ سے اصلاح کر دی گئی ہے۔

دولہادہ لہن کے ابتدائی فرائض

جس طرح دنیا کے حیوانات میں قدرت نے نر اور مادہ کے جماع کرنے کا مقصد صرف اولاد پیدا کرنا ہے اور اس فعل کے لئے ایک خاص وقت مقرر کیا ہے اسی طرح انسانی دنیا میں بھی اس نے اسی اصول و قاعدے کو ہر طرح مد نظر رکھا ہے لیکن چونکہ انسان کو اس نے اشرف المخلوقات بنا کر عقل و تہذیب اور فہم و ادراک کے گراں بہار پورات سے مزین کیا ہے اور عقلی بھلائی سوچنے اور سمجھنے کی طاقت عطا کی ہے، اس لئے اس بارے میں بھی اسے آزاد رکھا ہے۔

اب خائف نہ ہوجاے اپنی آئندہ ترقی و بہبودی نیز نسلی بہتری کے لئے برہمچریہ کا زمانہ بڑھا کر اور اپنی خواہشات شہوانی پر ہر طرح فتح حاصل کر کے عمر بھر برہمچاری بنارہے اور چاہے تو اس سے کم درجے کا برہمچاری رہ کر نسل بہ نسل اپنی اولاد کو بہتر بناتا جائے۔ یا پھر شہوت پرستی میں حیوان ہو کر کسی پابندی اور عقل و تہذیب کے بغیر اندھا و خندا پتے جو ہر حیات کو تباہ و برباد کر کے صرف اپنی محبت اور تندرستی کا ستیاناس ہی نہ کرے بلکہ اپنی آئندہ نسل کو بھی نسل بہ نسل بدتر بناتا جائے اور اپنے

لئے اس زندگی میں دفن پیدا کرے اور اپنی قوم و ملک کو عیش پرستی و عیش پسندی کی تباہ کن دلدل میں پھنسائے یا پھر غیر طریقے اختیار کر کے جہنم میں جھونک کر یقینی تباہی و بربادی کے ذیل کن راستے پر ڈالا جائے اور یا انہیں صفحہ ہستی سے غیت و نابود کر دینے والی پستی کے تنگ و تاریک گڑھے میں ایسا ڈبوایا جائے کہ وہ قیامت تک نہ ابھر سکیں۔

انسانی اعضائے تناسل کی تولیدی اور ساخت و خصوصیات پر غور کرنے سے بھی یہی بات پایہ ثبوت کو پہنچتی ہے کہ قدرت کا مشاء سوائے اس کے اور کچھ نہیں کہ انسان صرف حصول اولاد اور بقائے نسل کے لئے ہی مواصلت و مباشرت کرے اور اپنے جوہر حیات کو جہاں تک بھی ممکن ہو سکے حفاظت و احتیاط کے ساتھ رکھے۔ یہی وجہ ہے کہ اس جوہر زندگی کے ایک مرتبہ تیار ہو جانے کے بعد اور غیر ضروری طور پر خارج نہ ہونے کی صورت میں پھر اس کے گراں بہا وراثتوں میں تحلیل ہو جاتے ہیں۔ نیز اس کے دیگر غیر ضروری فضلات مثلاً پیشاب، بلغم، پسینے اور خون، حین وغیرہ کا از خود خارج ہونے کا کوئی طریقہ یا راستہ مقرر نہیں کیا۔

دلہن کا کمرہ

دلہن کے اٹھنے بیٹھنے اور بے تکلف آرام کرنے کے لئے حتی الوسع ایک کمرہ الگ ہونا چاہیے، جو اچھے اچھے قدرتی نظاروں، قومی بہادریوں، پاکیزہ خیال مردوں، عورتوں اور خوبصورت بچوں کی تصاویر سے مناسب تمیز و سلیقہ شعاری کے

ساتھ آراستہ و پیراستہ ہو۔ یہ ضروری نہیں کہ سب سامان نہایت بیش بہا اور گراں قیمت ہو، لیکن جو کچھ ہو، خوبصورت اور دل کش ہو اور خوبصورت پھولوں کے گلارے اور مار، چند سبق آموز کتابیں، کچھ کھانے پینے اور ناشتے کا سامان، مٹھائی اور پھل وغیرہ بھی موجود ہوں، جو ضرورت پر اپنی سہیلیوں کو پیش کر سکے تاکہ اسے محسوس نہ ہونے پائے کہ میں کسی غیر گھر میں آئی ہوں۔ ساتھ ہی اس کے یہ بھی ضروری ہے کہ اس کمرے میں ایک سے زیادہ آدمیوں کے سونے اور آرام کرنے کا سامان موجود نہ ہوتا کہ کسی غیر ضروری تکلف کی ضرورت محسوس نہ ہو۔ ایک طرف زمین پر صاف ستھر انرم گدگد فرش بھی بچھا ہوتا چاہیے تاکہ وہ حسب تشاہیٹ سکے۔

سہاگ کی پہلی رات

بیاری اختر جیلان!

آج بھائی سکندر کے ہاتھ سے رقعہ ملا۔ پڑھ کر خوشی ہوئی۔ یقیناً تمہیں لکھتے وقت بھی خوشی محسوس ہوئی ہوگی۔ اس لئے نہیں کہ تم اپنی پرانی سہیلی کو چھٹی لکھ رہی ہو بلکہ اس لئے کہ تم نے خط میں شادی کا تذکرہ بھی کیا ہے۔ خط پڑھ کر مجھے یاد آیا کہ جب ہم پڑھتے تھے تو شادی کا سن کر خوشی محسوس ہوئی تھی۔ بہن! کیوں اس نقطہ شادی کا مطلب ہی خوشی ہے۔ لیکن آج میں محسوس کئے بغیر نہیں رہ سکتی مجھے دائمی خوشی ہے۔ اگر اچھا خاوند مل جائے تو اس دنیا میں اس سے بہتر کوئی

بہشت نہیں جو لطف ایک نیک پتی کی خدمت کرنے میں حاصل ہوتا ہے وہ دنیا کی کسی چیز سے حاصل نہیں ہو سکتا۔ جب ہم چھوٹی بچیاں تھیں تو ہم شادی کا یہی سمجھتی تھیں کہ خوبصورت قیمتی کپڑے ملیں گے۔ کھانے کو مٹھائی ملے گی۔ لیکن نہیں اس میں کچھ اور لطف ہے، جو نہ قیمتی پارچات میں مل سکتا ہے نہ کھانے کی مٹھائی میں اور نہ سنہری اور روپہلی زیورات میں۔ اس سے بڑھ کر وہ لطف کچھ اور ہی ہے۔

ہم! تم! تم! پوچھو گی کہ وہ لطف کس چیز میں ہے جو یہ تینا ذرا مشکل ہے۔ ہاں آئندہ خط میں کوشش کروں گی کہ تمہیں اس لطف سے آگاہ کروں۔ نہیں تو وہ لطف بہت جلد جب تم اپنے خاوند سے ملو گی تو معلوم ہو جائے گا۔

اختر جان! تم نے لکھا ہے کہ آپ جیتی لکھنا مشکل بات ہے مگر تمہاری خاطر میں سب کچھ یاد کر کے تمہیں پیش کروں گی۔ ذرا غور سے پڑھنا تاکہ تمہیں کچھ فائدہ ہو۔ میری طرح سے تم بھی اپنے خاوند کو خوش کر کے ہمیشہ کے لئے مزے لوگو۔

میری شادی

میری شادی کے دن تم مری گئی ہوئی تھیں۔ اختر میرا پ کی لڑکی تھیں اور لاہور کی گرمی سے خدایاٹے۔ میری شادی ماہ جون میں ہوئی۔ میں نے والد سے تمہیں خط لکھوایا کہ میری شادی کے موقع پر آؤ۔ پر تم نہ آ سکیں۔ اچھا وقت گزرا گیا۔ اب اس بات کا گلہ ہی کیا۔

تمہارے بہنوئی پشاور میں ایک بنک میں ملازم ہیں۔ بڑے خوش خلق آدمی

ہیں۔ ہر ایک سے محبت سے پیش آتے ہیں۔ پشاور کا بچہ بچہ انہیں جانتا ہے اور ہر ایک سے محبت سے پیش آتے ہیں اور خوش مزاجی سے ملتے ہیں۔ گلی محلے والے لوگ انہیں عزت کی نگاہ سے دیکھتے ہیں۔ گلی محلے میں کوئی کام ہو تو ان کی رائے کو عزت کی نگاہ سے دیکھا جاتا ہے۔

ہم! تم! تم! تم! کہو گی، عجیب مزاج کی عورت ہے۔ ابھی شادی کو ایک ماہ بھی نہیں ہوا اور خاوند کی تعریف کے بل باندھنے لگی۔ ہم کیا کروں، مجبور ہوں، وہ ہیں ہی اس لائق کہ ان کی تعریف کی جائے۔ خدا تم کو ایسا ہی خاوند دے۔ اب میں نیا سلسلہ شروع کرتی ہوں۔

شادی میں ابھی دس روز باقی تھے کہ میرے ہاتھ پر گانا باندھا گیا۔ جب میں نے ان سے پوچھا کہ یہ کیا ماجرا ہے تو اس نے جواب دیا کہ تم اب دوسرے گھر جانے والی ہو۔ یہ اس کا پہلا شگون ہے۔ میرے دل پر اس وقت چوٹ سی لگی۔ کیا میں اس گھر سے جس میں میں نے اپنی عمر کے اٹھارہ سال گزارے چھوڑ کر چلی جاؤں گی۔ یہ کبھی نہیں ہو سکتا۔ لیکن مجھے یاد آتا تھا کہ میری بڑی بہن رضیہ کو اسی طرح گانا باندھا گیا تھا۔ اس کے چند روز بعد برات آئی جس میں ایک لڑکا گھوڑی پر سوار تھا جس کے سر پر علم کیا رکھا تھا۔ مجھے یاد نہیں کہ تو کہیں اس وقت صرف دس برس کی تھی اور تیسرے روز رضیہ کو ایک لکڑی کے صندوق یعنی ڈولی میں ڈال دیا گیا۔ رضیہ روتی ہی رہی لیکن اس کی کسی نے بھی نہ سنی۔

اس وقت مجھے محسوس ہوا کہ میرے ساتھ کبھی یہ کھیل رچایا جائے گا۔ لیکن چپ ہو رہی کیونکہ اس کے سوا چارہ ہی کیا تھا۔ اب خوش ہوں کہ یہ بھی ایک اچھا

کھیل تھا جو بڑی خوشی سے ختم ہوا۔

جب شادی میں دو دن رہ گئے تو مجھے ایک مکان میں بٹھایا گیا۔ جہاں میری سہیلیاں مجھے مذاق کرتی تھیں۔ کوئی میرے کپڑے پھاڑتی، کوئی مجھے کچھ کہتی کوئی کچھ لیکن میں متحکم تھی نہ معلوم کیوں۔ مجھے ایسا محسوس ہوتا تھا کہ میرے سینے پر ایک وزنی پتھر رکھ دیا گیا ہے جو مجھ سے اٹھایا نہ جاتا تھا اور اس بوجھ کی وجہ سے میری جان جا رہی تھی۔

دوسرے روز بھی مجھ سے کئی شوکن کرائے گئے۔ جو کچھ عورتیں کہتی تھیں میں کرتی تھی۔ لیکن اس طرح جیسے ایک مشین کا پیرزہ بغیر کسی تیل و جھت جس طرح چلایا جائے چلتا ہے۔ اب میں محسوس کر رہی تھی کہ میں ضرور اس گھر سے نکال دی جاؤں گی اور مجھے ایک غیر شخص کو سونپ دیا جائے گا جس کو میں نے ابھی تک دیکھا ہی نہیں۔ نہ معلوم وہ گورا ہوگا یا کالا، رجم دل ہوگا یا ظالم، دریا دل ہوگا یا کنجوس، سخت مزاج ہوگا یا نرم دل۔ اب مجھے اُس کو دیکھنے کی ایک تمنا تھی تاکہ میں اپنی قسمت کو ایک دیکھ لوں کہ وہ کیسے ہیں۔

لیکن انسو سے میری یہ مراد بر نہ آسکی۔ آخری گھوڑی کا ایک دن آپہنچا۔ آج سے میرے والدین کو ایک ووڑدھوپ پڑ گئی۔ کوئی وزری کی طرف دوڑا جاتا ہے تو کوئی حلوائی کی طرف اور کوئی کہار کی طرف۔ ہر ایک اپنے اپنے کام میں مشغول تھا کسی کو میری فکر نہ تھی۔ ہاں صرف دو سہیلیاں تھیں۔ نہ جانے وہ مجھے پھر کبھی سہیلیوں میں بیٹھنے کا موقع بھی دیں گے یا نہیں۔ وہ مجھے ماریں گے یا پیار کریں گے؟

وہ کیا میرے بہنوئی کی طرح ہوں گے جو میری بہن کو ذرا سی بات پر کوستے ہیں۔ میرے والد صاحب سے ان کی بول چال نہیں۔ جب کبھی رضیہ آتی ہے روتی رہتی ہے اور ماں باپ کو کوستی ہے اور کہتی ہے کہ کیا میرے لئے ایسا ہی خاؤں ملا ہے اور کوئی نہیں دنیا میں رہا تھا۔ میری والدہ اسے بہت تسلی دیتی تھیں، مگر خالی تسلی سے کیا تھا تھا۔ کسی نے میرے بہنوئی کو بتا دیا کہ رضیہ میکے جا کر رہتی رہتی ہے اور تمہاری بھرائی کرتی ہے۔ تب سے ہمارے گھر میں رضیہ کا آنا جانا بند ہے والد صاحب اس سے ناراض تھے۔ انہوں نے رضیہ اور شیر کو بلا بھیجا تھا لیکن شیر اس مٹی کے بنے ہوئے ہیں کہ وہ کب مانتے ہیں نہ تو انہوں نے رضیہ کو بھیجا اور نہ خود ہی آئے۔

خداوند کریم ایسا خاوند نصیب نہ کرے۔

بہن! میں نے مکنا شروع کر دیا لیکن یہ خیالات تھے کہ اُس وقت میرے دل میں اٹھتے تھے اور امید ہے کہ تمہارے دل میں ایسے موجزن ہوں گے۔ آخر شام کے سات بجے برات آئی۔ آگے آگے دولہا میاں گھوڑی پر سوار تھے اور پیچھے براتی لوگ تھے۔ میں بھی ایک سہیلی کے ساتھ مکان پر بیٹھ کر اس برات کو دیکھ رہی تھی۔ آگے آگے دولہا تھا۔ باجے بچ رہے تھے اور اس کھیل کا مایا مجھے اس مکان سے جہاں میں نے اپنے لڑکپن کے اٹھارہ برس گزارے تھے ہمراہ لے جانا تھا اور وہ بھی میرے والدین کی امداد ہے۔

دنیا کے کھیل بھی نرے ہیں۔ جس کام کو انسان ایک حالت میں نہیں کرنا چاہتا دوسری حالت میں کرنے کو تیار رہتا ہے۔ اگر کوئی شخص مجھے ترچھی نگاہوں

حیوانوں میں مادہ جو نہیں حاملہ ہوتی ہے وہ نر کو اپنے پاس تک نہیں آنے دیتی۔ مگر انسان کی حالت دیکھئے وہ اشرف المخلوقات کہلانے کے باوجود حیوانوں سے بھی گزرے ہوئے کام کرتا ہے۔ حیوانوں میں تو جنبت تک مادہ بچہ کو دودھ پلاتی ہے نر کے نزدیک تک نہیں جاتی اور قانون قدرت بھی ہے۔ وحشہ اقوام میں بھی دستور ہے کہ وہ حاملہ کے نزدیک نہیں جاتے بہت سی اقوام میں حاملہ کو مقدس عورت مانا جاتا ہے۔

مختلف حیوانات پر تجربے کرنے کے بعد ماہرین طب نے اپنی رائے ظاہر کی ہے کہ دورانِ حمل میں جماع کرنے سے رحم کو صدمہ پہنچتا ہے۔ اور قبل از وقت بچے کی پیدائش کا اندیشہ ہوتا ہے۔ پہلے تین مہینوں میں جماع کرنے سے حمل گر جانے کا خطرہ ہوتا ہے اور آخری مہینے میں جماع کرنے سے اندیشہ ہوتا ہے کہ جنین جس جگہ میں پٹیا ہوا ہے وہ پھٹ جائے گی۔ خون میں زہر سیرایت کر جائے گا۔ اسی طرح ماں بچے دونوں کی زندگی خطرے میں پڑ جائے گی اور اگر حمل نہ گزرے تو بچے کے اعضا کو صدمہ پہنچتا ہے، جو والدین حمل کے دوران میں جماع سے پرہیز نہیں کرتے۔ ان کے بچے جو اولاد

پیدا ہوتی ہے وہ اعصابی امراض میں مبتلا رہتی ہے۔

حمل کے دوران میں جماع تو غیر بے حد نقصان دہ ہے۔ ہماری مذہبی کتب میں لکھا ہے کہ اس عرصہ میں حاملہ کو ان سکھ سہیلیوں میں بھی نہیں بیٹھنا چاہیے جو بے ہودہ مذاق اور غلیظ باتیں کرنے کے عادی ہوں۔ کیونکہ اس طرح جذبات میں اشتعال پیدا ہو کر جماع کی طرف رغبت بڑھتی ہے اور جماع سے انقطاع کا اندیشہ رہتا ہے۔

اس سلسلہ میں مہارشی چرک نے لکھا ہے جو حاملہ جماع کی خواہش مند ہوتی ہے۔ اس کا بچہ بد شکل، بد چلن اور بے حیا ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ دورانِ حمل میں جماع کرنے سے بچہ دانی کو صدمہ پہنچتا ہے۔

اس زمانہ میں قدرتی طور پر عورت کی چھاتیاں بڑھ رہی ہوتی ہیں۔ جب مرد جماع کے دوران میں دست اندازی کرتا ہے تو وہ نیچے ٹک پڑتا ہے۔ یا ان کی چوچیاں اندر کو ہو جاتی ہیں۔ ایسی چھاتیوں سے جب بچہ دودھ پیتا ہے تو ان میں سخت درد شروع ہو جاتا ہے کہ اکثر اوقات ماں تکلیف سے بچنے کے لئے بچے کو دودھ پلانے سے پرہیز کرتی ہے اور بچہ کو اوپر کی غذا پر پالا جاتا ہے۔ اوپر کی غذا پر پلنے والے بچے ماں کے دودھ پر پلنے والے بچوں کی نسبت کمزور، ناتواں اور زرد ہوتے ہیں۔ بیماری کے جراثیم ایسے بچوں پر آسانی سے حملہ آور ہو سکتے ہیں۔

دودھ کب چھڑایا جائے؟

بعض عورتیں بچے کی شیرخواری کے زمانے میں ہی حاملہ ہو جاتی ہیں۔ اس حالت میں بچے کا دودھ چھڑا دینا چاہئے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ جو خوراک ایک بچے کے لئے قدرت نے پیدا کی ہے وہ اب حمل کے بعد دو بچوں میں تقسیم ہونے لگتی ہے جس کا قدرتی نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ دونوں بچے کمزور رہتے ہیں۔ اس کے علاوہ شیرخوار بچے کو حاملہ کا دودھ موافق نہیں آتا۔ اسے پاخانہ وغیرہ کی بیماریاں ہوتی رہتی ہیں اور ماں خود بھی کمزور ہو جاتی ہے۔ پھر ماں کے پیٹ میں جو بچہ ہے اس کی پرورش اور نشوونما بھی ان کے خون میں ہوتی ہے اور اسے قدرتناں پر زیادہ حق پہنچتا ہے۔

کمزور عورت، دل، دق یا کسی اور متعدی مرض کی مریضہ کو چاہئے کہ بچے کو دودھ پلانے سے پرہیز کرے۔ کیونکہ اس سے زچہ اور بچہ دونوں کی صحت پر برا اثر پڑتا ہے۔

زچہ اور زیادہ کمزور ہو جائے گی اور بچے کے لئے دودھ ناکافی ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ بہت بڑا خطرہ یہ ہوتا ہے کہ تپ دق وغیرہ کے جراثیم بچے پر اثر نہ کر جائیں۔

ماں کی صحت درست ہو اور اسے کافی مقدار میں دودھ آتا رہتا ہو تو

کم از کم نو ماہ تک بچے کو دودھ نہ چھڑائیں۔

جب بچہ دانت نکال رہا ہو تو دودھ چھڑانا مناسب نہیں۔ دانت نکلنے کے دوران میں بچے کی صحت خراب ہوتی ہے۔ اس وقت اگر دودھ چھڑا کر دوسری غذا پر بچے کو لگا دیا جائے تو بچے کے بیمار ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے۔

جب بچہ اپنے دانتوں سے چوچیوں کو کاٹنے لگے تو سمجھنا چاہئے کہ اب دودھ چھڑانے کا وقت آچکا ہے۔ اسی طرح جب ماں کے دودھ میں پرورش پانے والے بچے کے وزن میں اضافہ رک جائے تو دودھ چھڑا دینا چاہئے۔

امراض زچہ

آنول

وضع حمل کے بعد آنول کا گرنا کیوں ضروری اور مفید ہے؟
آنولے گرانے کے لئے کیا کیا تدبیریں کرنی چاہئیں؟
آنولے گرنے کے بعد کیا کرنا چاہئے۔

زچہ کو اٹھنے بیٹھنے کی کیوں ممانعت ہے؟ اٹھنے بیٹھنے کے نقصانات۔

زچہ کی صفائی، گندے اور غلیظ چٹھیرے استعمال کرنے کے مہلک نتائج۔

مختلف امراض اور آن کا علاج۔

زچہ کو پہلا مرتبہ غسل کب کرنا چاہئے؟

زچہ کو کیا کھانا چاہئے اور کیا نہیں کھانا چاہئے؟

آنول گرنا

وضع حمل کے بعد آنول کا گرنا بہت ضروری ہے۔ یہ گوشت کا ایک ٹکڑا سارجم کے اندر موجود ہوتا ہے اور اسی کے ذریعہ سے بچہ کو ماں کے پیٹ میں خوراک پہنچتی ہے۔ بچہ پیدا ہونے کے بعد اس کا فوراً خارج ہونا بہت ضروری ہے۔ ورنہ سارے جسم میں زہر پھیل جاتا ہے۔ عام طور پر آنول وضع حمل کے بعد آدھ گھنٹہ تک نکل جاتی ہے۔

بعض حالتوں میں کم و بیش وقت میں خارج ہوتی ہے۔ وضع حمل کے بعد عورت کو جو درد ہوتا ہے وہ خود بخود آنول کو باہر نکال پھینکتے ہیں۔ اگر آنول آدھ گھنٹہ تک نہ گرے تو زچہ کو کھانا سنا چاہئے۔ اس کے علاوہ دایہ کو چاہئے کہ بائیں ہاتھ سے زچہ کے پیٹ کو نیچے کی طرف دبا دے۔

بچہ پیدا ہونے کے بعد اسٹراکٹ آف اگٹ کا ایک چھوٹا چمچ پھوٹے سے گرم پانی میں ملا کر زچہ کو پلا دینا چاہئے۔ یہ دوا زچہ کے لئے اکسیر کا حکم رکھتی ہے۔ اس سے آنول بہت جلد خارج ہو جاتی ہے اور زچہ کی خان خطرے سے محفوظ ہو جاتی ہے۔

آنول گر چکنے کے بعد زچہ کو گھنٹہ آدھا گھنٹہ آرام اور سکون کی بہت

ضرورت ہے۔ اس لئے کمرے میں شور و غل نہیں ہونا چاہئے۔ اس سے زچہ کو پریشانی ہوتی ہے۔ پورے طور پر آنولی خارج ہونے کے بعد دایہ کو چاہئے کہ زچہ کے اندام نہانی کو لائسول لوشن سے دھوئے۔ اگر وہ نہ مل سکے تو نیم گرم پانی سے ہی کام لیا جاسکتا ہے۔

عموماً روئی گرم کر کے اندام نہانی کو سینک دیا جاتا ہے۔ لیکن ہماری رائے میں گرم اینٹ سے سینک دینا زیادہ مفید ہے۔ کیونکہ روئی کو گرم کرنے کے لئے بار بار اٹھانا پڑتا ہے جس سے ہوا لگ کر گرم سرد ہونے کا خطرہ رہتا ہے۔ لیکن اینٹ کو ایک بار گرم کر کے پندرہ بیس منٹ تک اٹھانے کی ضرورت نہیں پڑتی۔ گرم اینٹ کو اچھی طرح کپڑے میں لپیٹ کر کم از کم نصف گھنٹہ یومیہ سینک کرنا چاہئے۔

اکثر تجربہ کار عورتیں پاؤں کی ایڑی سے اندام نہانی کو اندر کی طرف دھکیلتی بہت ضروری اور مفید سمجھتی ہیں۔

پاخانہ اور پیشاب

زچہ کو پہلے دودن بالکل لیٹے رہنا چاہئے۔ اسٹھنے بیٹھنے سے رحم سکڑنا بند ہو جاتا ہے۔ پاخانہ، پیشاب بھی زچہ کو چارپائی پر لیٹے لیٹے کرنا چاہئے۔ لیکن اگر اسٹھنے کی ضرورت ہو تو آہستہ آہستہ اٹھنا چاہئے۔ مثلاً

مثلاً چوتھے دن زچہ دن میں دوبار بسترے پر اٹھ کر پندرہ پندرہ منٹ بیٹھ سکتی ہے۔ اسی طرح پانچویں، چھٹے اور ساتویں دن آہستہ آہستہ معیاد بڑھائیں۔

جس طرح چوبیس گھنٹے کے اندر اندر بچے کو پاخانہ آنا ضروری ہے۔ اسی طرح زچہ کو بھی ولادت کے بعد چوبیس گھنٹے کے عرصہ میں کھل کر پاخانہ آنا چاہئے۔ قبض کی حالت میں کوئی ایسی دوا دینی چاہئے جس سے پاخانہ تو کھل کر آجائے مگر جلاب نہ لگے۔ اس حالت میں زچہ جو پہلے ہی کمزور ہوتی ہے جلاب سے اور زیادہ کمزور ہو جاتی ہے۔

البتہ تیسرے دن ہلکا سا جلاب ضروری ہے۔ اس کے لئے ایک اونس کسٹرائیل تھوڑے سے دودھ میں ملا کر استعمال کیا جائے۔ جنہیں اس سے نفرت ہو وہ صبح کے وقت چمچہ روشیل سالٹ گرم پانی کے نصف گلاس میں حل کر کے پی لیں۔ اس مقصد کے لئے لیکویڈ پرائس مشہور قبض کشا دوائی دوا بڑی کارآمد ہے۔

مضامین

بچہ پیدا ہونے کے بعد زچہ کا لباس فوراً بدل دیا جائے۔ گندے کپڑے اور دوسری غلطیوں فی الفور دور کر دیں چاہئیں ورنہ زچہ اور بچے

کی صحت اور زندگی کو سخت نقصان پہنچنے کا خطرہ ہوتا ہے۔ بعض اوقات زچہ کی صفائی کے لئے گندے اور غلیظ چھتھرے استعمال کئے جاتے ہیں۔ اس کا قدرتی نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ اسہال پیش، بخار اور بعض اوقات در و رحم اور در و معدہ میں گرفتار ہو جاتی ہے۔

یاد رکھئے!

وضع حمل کے بعد زچہ کو صرف ستھرے رومال استعمال کرانے چاہئیں۔ میلے کچیلے رومالوں سے مذکورہ امراض پیدا ہوتے ہیں۔ رومالوں کو گرم پانی یا کارباک لوشن میں دھو کر خشک کر کے استعمال کرنے سے کسی نقصان کا خطرہ نہیں رہتا۔ ۱۱۔ مطلب کے لئے سینٹریٹا مائل بہت مفید ہیں جو انگریزی دوا فروشوں سے مل سکتے ہیں۔

زچہ ہاتھ منہ دھونے کے لئے گرم پانی استعمال کرے۔ سرد پانی ہرگز استعمال نہ کریں۔ اس سے نفاس کے خون کے رگ جانے کا خطرہ ہے۔ گرمیوں میں بھی سرد پانی کی بجائے شیر گرم استعمال کرنا چاہئے۔

ولایت میں عورتیں وضع حمل کے بعد دس روز تک غسل نہیں کرتیں۔ صفائی کے لئے گرم پانی میں تولیہ یا اسفنج تر کر کے بدن صاف کیا جاتا ہے۔ ہندوؤں میں عموماً پانچویں، تیرہویں اور اکیسویں دن غسل کرایا جاتا ہے۔

لیکن طبی قانون یہ ہے کہ غسل اس وقت کرنا چاہئے جب نفاس کا خون

بند ہوئے پانچ دن گزر گئے ہوں یعنی تیرہویں دن نہانا چاہئے۔ اس سے پہلے غسل کرنا نقصان دہ ہے البتہ چوتھے دن کے بعد بدن کی صفائی کے لئے پانی میں تولیہ جھگو کر استعمال کیا جاسکتا ہے۔

نفاس کا خون جو وضع حمل کے بعد چند روز تک آیا کرتا ہے عموماً ایک ہفتہ کے اندر رفتہ رفتہ بند ہو جاتا ہے۔ یہ خون پہلے چھ دن تک سرخ ہوتا ہے۔ آہستہ آہستہ رنگت بدلتی جاتی ہے۔ اگر یہ خون ایک دم بند ہو جائے اور اس میں بدبو معلوم ہو تو فوراً کسی تجربہ کار ڈاکٹر سے مشورہ ضرور کرنا چاہئے۔

خوراک

زچہ کو پہلے تین دن دودھ کے سوا کچھ نہیں دینا چاہئے۔ اگر طبیعت میں کچھ نقص ہو تو چوتھے دن نہایت ہلکی اور ذود مضہم غذا مثلاً دال، کھجڑی، ساگو، دانہ، چاول، دلیا، اراروٹ، ڈبل روٹی، مٹریا چنے کا شوربہ، گھی، سوچی کی روٹی دی جاسکتی ہے۔

یہ غذائیں ذود مضہم بھی ہیں اور طاقت بخش بھی ان کے استعمال سے قبض وغیرہ کا اندیشہ بھی نہیں ہے۔ گوشت خورد عورتیں، گوشت کا شوربہ استعمال کر سکتی ہیں۔ یہ ذود مضہم اور مقوی ہوتا ہے البتہ گوشت تقیل ہے اور یہ

شروع شروع میں نہیں کھانا چاہئے۔

یاد رکھئے !

بھاری تغیر اور مرغن غذا کا مضہم کرنا زچہ کے لئے جو چار پائی پر پڑی رہتی ہے بہت مشکل ہے۔ اس سے ہاضمہ میں خرابی پیدا ہوتی ہے۔ اور ہاضمہ میں خرابی کا اثر دودھ پر پڑتا ہے۔ ایسا دودھ پنی کر بچے کو بد مضہمی وغیرہ کی شکایت ہو جاتی ہے۔ بھاری اور مرغن غذا مضہم کرنے کے لئے کافی دوزش کی ضرورت ہوتی ہے جو زچہ کو میسر نہیں ہو سکتی۔ اس لئے ابتدائی ایام میں مرغن غذاؤں سے پرہیز ضروری ہے۔

اس کے علاوہ اکثر مرغن غذا میں قابل اور تغیر ہوتی ہیں۔ اس لحاظ سے بھی ان سے پرہیز ضروری ہے۔ شروع شروع میں گرم مصالحہ دار چیزیں، تیل، ترشی اور سرخ مروج کا استعمال بھروسہ ہے۔

اکثر مہند و گھرانوں میں زچہ کو گھی پلایا جاتا ہے یا سفید زیرہ، مگر ادا گھی کثرت سے استعمال کرایا جاتا ہے۔

اگرچہ خون کے نفاس کے لئے یہ چیز بہت ضروری اور مفید ہے، مگر بہت زیادہ گھی کمزور زچہ کے لئے مضہم کرنا بہت مشکل ہے۔

دودھ میں کھانڈ کی بجائے اگر شہد دیا جائے تو زیادہ مفید اور تقویٰ ہے۔ دودھ میں شہد کے استعمال سے پانخانہ کھل کر آتا ہے اور قبض وغیرہ

کی شکایت پیدا نہیں ہوتی۔

زچہ کو رفتہ رفتہ اپنی عام خوراک استعمال کرنی چاہئے۔ ایک دو م بھاری اور تھیں غذا کھانے سے زچہ اور بچے کا ہاضمہ بگڑ جاتا ہے۔

ایکے تندرست عورت دن رات بستر پر لیٹی رہے اور اسے وہی خوراک دی جائے جس کی وہ عادی ہے تو وہ یقیناً بیمار ہو جائے گی۔ دراصل خوراک چلنے پھرنے اور کام کاج کرنے کے بغیر مضہم نہیں ہوتی۔

جوان لڑکیوں کی لاعلمی

۱۔ جبکہ اس مردان فرسودہ مراسم کا شکار ہیں جن کی رُو سے صحیح معلومات کا حصول قطعاً حرام قرار دیا جاتا ہے۔ اور یہ بات تو ہمارے ملک میں زبان زد عام ہے کہ جو عورت اپنے جسم اور ہونے والے شوہر سے لاعلم ہوتی ہے اس کو معصومیت میں بھول سے تشبیہ دی جاتی ہے۔ بعض حالات میں تو یہ لاعلمی اس حد تک تجاوز کر جاتی ہے کہ شادی کے وقت تک لڑکی کو یہ علم نہیں ہوتا کہ حیات ازدواجی میں شوہر کے ساتھ کیا طبعی تعلقات ہوتے ہیں اور شوہر کن امور میں بھائی سے مختلف ہو سکتا ہے۔

جب شادی کے بعد اس کو اپنے شوہر کے تعلقات کا پورا علم ہوتا ہے تو وہ اپنے شوہر کی خواہش پورا کرنے سے قطعاً کارگردہ بنتی ہے جیسے ایسے عیاں بیویوں کے متعلق ذاتی واقفیت ہے کہ عاشق مزاج خاوند کو جب اس کی بیوی کے حواس درست ہوئے اور اس نے فطری تعلقات کی اجازت دی ایسے واقعات بھی پیش آتے ہیں کہ بعض لڑکیوں نے شہ اول کے خوف سے خودکشی کر لی۔ جس کی وجہ سے ان کی زندگی میں مگر یہ سب واقعات ان حالات میں پیش آتے ہیں۔ جہاں شوہر بے پرواہ اور ناواقف ہوتے ہیں یہ امر کہ لڑکیاں شادی کی عمر تک پہنچ جاتی ہیں اور

ان کو شادی کی حقیقت کا علم نہیں ہوتا اگر واقعات شہادت نہ دیتے اس کا ہرگز یقین نہ آتا۔ ایک اعلیٰ تعلیم یافتہ بیوی نے جن کے مجھ سے بے حد راسخ ہیں۔ اپنا واقعہ بیان کیا وہ کہتی ہے کہ میں نے اٹھارہ برس کی عمر میں کسی چھوٹے انتہائی فکرو پریشانی میں گزارے۔ کیونکہ ایک شخص نے میرا پیار لے لیا تھا۔ جس سے مجھ پر سخت خوف طاری ہو گیا کہ اب مجھے حمل کی دقتوں کا سامنا کرنا پڑے گا۔ ایک بی بی نے مجھ سے بیان کیا کہ مجھ کو ایک بوسے کا اتنا خوف غالب ہوا کہ کئی ماہ تک ایام حقیق بھی رُکے رہے۔

جب ایسی لڑکیوں کی شادی ہوتی ہے تو خاوند کافی الفور اپنے حقوق کا طالب ہوتا زنا بالجبر کا مرتکب ہوتا ہے۔ ایسی عورت کو آئندہ پھر کسی قسم کا خط حاصل نہیں ہوتا۔ کیونکہ مرد کی ہیبت اس کے دل پر مرتے دم تک غالب رہتی ہے۔

نسوانی خواہش

اگر ہم ایسا نقشہ تیار کریں جس میں اٹھائیس یوم کا زمانہ یکے بعد دیگرے دکھایا جائے اور یہ زمانہ کو بجائے خود ایک مدت خیال کریں تو سوال پیدا ہوگا کہ اس دوران میں تندرست عورت کب اور کس بار فطری خواہش محسوس کرتی ہے عورتوں کے حیاتیاتی احساس کے بارے میں کچھ تذکرہ طبی علم الاجسام کی

کتابوں میں پایا جاتا ہے لیکن بالعموم ان کتب کے الفاظ اتنے مبہم ہوتے ہیں کہ ان سے ہر شخص کو کچھ پتہ نہیں چلتا۔ مثلاً گارشٹل اپنی کتاب علم الاجسام میں کہتا ہے۔ نسوانی خواہش کا اوج عموماً آیام حیض سے قبل اور بعض اوقات آیام حیض کے اختتام پر ہوتا ہے۔ اس سے معلوم ہوتا ہے کہ گارشٹل کے نزدیک خواہش کا زمانہ جریان حیض کے زمانہ کے ساتھ شامل ہو جاتا ہے۔

میں نے بڑے غور و خوض کے ساتھ یہ نتیجہ اخذ کیا ہے کہ اس بحث کے آغاز کا باعث کچھ تو افراد کا اختلاف ہے، اور کچھ بالعموم عورتیں اس بحث سے دلچسپی نہیں رکھتی اور کچھ اسکی یہ بھی وجہ ہے کہ نسوانی امواج بخومیرے نزدیک بہرہ نوجوان عورت میں ہوتی ہیں۔ یا ہونے والی ہیں۔ عارضی اسباب کی بنا پر سست پڑ جاتی ہیں۔ اس بات کی میں نے سعی بلیغ کی ہے۔ کہ فطری لہروں کو بے قاعدہ اور سطحی تہوں سے علیحدہ کر دوں۔

تب لرزہ کو دفع کرنے کا بہتر

مندرجہ ذیل خیر کو کسی ایک کاغذ پر تحریر کر کے مریض کے پانچ پہنچا دیجئے سے بیشتر یا نذر دیا جائے تو فوراً اسی وقت آرام آجائیگا اور مریض تمہاری بات ہو جائیگا۔

۸۵۰	۸۶۳	۸۶۰	۸۵۷
۸۶۱	۸۵۶	۸۵۱	۸۶۱
۸۵۵	۸۵۶	۸۶۵	۸۵۲
۸۶۲	۸۵۲	۸۸۲	۸۵۹

دیکھو۔ اگر مندرجہ ذیل خیر کو کسی کاغذ پر لکھ کر مریض کے ہاتھ دیا جاوے تو مریض فوراً تندرست ہو جاوے گا۔

۸۵۰	۸۶۳	۸۶۰	۸۵۷
۸۶۱	۸۵۶	۸۵۱	۸۶۱
۸۵۵	۸۵۸	۸۵۵	۸۵۲
۸۶۲	۸۵۲	۸۵۲	۸۵۹

آفس سر کی درد دور کرنے کا بہتر

مندرجہ ذیل خیر کو کسی کاغذ پر لکھیں اور تازہ پانی سے دھو کر نیم سر درد کے مریض کو صبح کے وقت پلا دیجیے فوراً صحت ہو جائیگا۔

جنتریہ ہے۔

صبح	ہونوس
یاد دوح	یاد دوح

دیگر

اگر مندرجہ ذیل جنتریہ کو بھی کسی ایک وقت میں کاغذ پر تحریر کریں اور مریض کے سر پر باندھ دیا جائے تو فوراً آرام آجائے گا۔ اور صحت کامل ہو جاوے گی۔ جنتریہ ہے۔

۱۶۴۴	۱۶۴۶	۱۶۵۲	۱۶۳۷
۱۶۵۱	۱۶۳۸	۱۶۴۳	۱۶۴۸
۱۶۳۹	۱۶۸۲	۱۶۴۵	۱۶۲۲
۱۶۴۶	۱۶۴۱	۱۶۴۰	۱۶۵۳

حاصل کی حفاظت کرنے کا جنتریہ

اگر کسی عورت کا حمل بار بار گر جاتا ہو۔ تو حامل کو

اوم	اوم	اوم	اوم
اوم	اوم	اوم	اوم
اوم	اوم	اوم	اوم
اوم	اوم	اوم	اوم

چاہیے کہ ایام حمل میں مریض کی کمر میں باندھ دیا جائے جو کہ نیچے درج کیا گیا ہے۔ اس بار حمل نہیں ٹکڑے گا اور امید ہو جائیگی کہ صبح و شام تک ضرور بچہ پیدا ہوگا۔ جنتریہ ہے۔

جنتریہ کرنے کا جنتریہ

مندرجہ ذیل جنتریہ کو کسی کاغذ پر تحریر کریں اور پھر وہ جنتریہ مریض کے گلے میں ڈال دیں بہت جلد ندرستی ہو جاوے گی۔ جنتریہ ہے۔

ع	ع	۹	۳۱
۲	در	ع	۱۵
۲	سر	رو	۱۷
علی	الہ	۱۸	۱۶

اتری ہونی ناف کے ٹھیک کے نکالنے

مندرجہ ذیل جنتریہ کو کسی کاغذ پر لکھو۔ پھر اسکو اپنی کمر میں باندھ لو۔ فوراً اتری ہونی ناف درست ہو جائیگی۔ جنتریہ ہے۔

د	ب	ج	د
ک	د	ا	ک
م	در	۳	م

ورم و گلے کی درد منانے کا جنتریہ

اگر گلے میں ورم یا درد ہو جائے یا ان دونوں میں سے کوئی تکلیف ہو جائے تو مندرجہ ذیل جنتریہ کو کسی کاغذ پر لکھ کر جہاں تکلیف ہوتی ہو

باندھ دیا جاتے۔ فوراً درود ورم کو آرام ہو جائے گا۔
 جنتریہ ہے۔ - وطل
 وطل وطل

گلٹی اور درود مٹانے کا جنتریہ

جہاں پر گلٹی اور درود وغیرہ ہوتی ہو۔ وہاں پر مندرجہ ذیل
 جنتریہ لکھ کر باندھ دو تو فوراً آرام ہو جائیگا اور درود رفع ہو جائیگی

لح

جگر کی درد مٹانے کا جنتریہ

مندرجہ ذیل جنتریہ کو کسی کاغذ پر تحریر کریں اور پھر پانی میں
 دھو کر مریض کو پلا دیں۔ چند دنوں تک درود کو بالکل آرام
 ہو جائیگا۔ اور کسی قسم کی تکلیف نہ ہوگی۔ جنتریہ ہے

۴۰۴	۳۹۲	۳۹۶	۴۰۲
۳۹۳	۴۰۷	۳۹۹	۳۹۶
۳۹۳	۴۰۷	۳۹۹	۳۹۶
۴۰۰	۳۹۵	۳۹۴	

جو اس طرح بھی ہو سکتا ہے کہ سوڑا بند شہام پانی پر اکیس بار دم کریں
 اور پھر مریض کو پلا دیں تو تمام تکلیف دور ہو جائے گی۔

تپ لڑنے سے محفوظ رہنے کا جنتریہ

مندرجہ ذیل جنتریہ کو کسی کاغذ پر لکھ کر حاملہ کی کمر میں باندھ دیا جائے
 ایسے اس طرح سے درود ہو گا اور اگر بچہ ندرست اور صحیح برلاست
 پیدا ہو گا۔ اگر یہ جنتریہ لکھ کر بچے کے گلے میں باندھ دیں تو بچہ بھی
 تکلیفوں سے بچا رہیگا۔ جنتریہ ہے

الہی بھرت یکتا بکھیلنا کستور خط شوش ارد خط یونس بوالنس بوس

تپ لڑنے کو مٹانے کا جنتریہ

اگر کسی آدمی کو تپ لڑ رہا ہو تو مندرجہ ذیل جنتریہ کو تین دفعہ
 لکھیں اور پھر انہیں دھو کر مریض کو پلا دیں اور ایک جنتریہ مریض کے
 گلے میں باندھ دیں یا بازو پر باندھ دیں ایسا کرنے سے عامل کو
 دو تین دن میں آرام آ جائیگا۔ جنتریہ ہے۔

میدان اسم بکرم	دریہ رتہ دار	سلام علی ابراہیم	نایابار کوئی
۵۰۷	۷۳۷	۱۲۳۰	۵۵۶
۷۳۸	۷۷۰۹	۸۷۲	۱۲۲۹
۲۷۹	۱۳۲۸	۷۳۹	۷۸۸

اندری کیا ہے؟

سمست سنسار کے پرانی ماتر کے ۱۰ اندریاں ہوتی ہیں اور وہ یہ ہیں
کان، ناک، آنکھ، جھوا، لنگ، گدا ہاتھ، پاؤں،
توچا اور وانی۔ ان میں سے کان، توچا، نیت، ناس کا
اور جھوا پانچ گیارہ ندرے ہیں۔ باقی کی پانچ مکینڈیا
کہی جاتی ہیں اور ان دسوں اندریوں کے کاریے الگ
ہلکے ہوتے ہیں جیسے کان کاوشے شبد، توچا کا
آپشش، نیت کا روپ، جھوا کا رس اور ناس کا گندھ، وانی کا بولنا، ہاتھوں کا
دینا لینا، پاؤں کا چلنا، لنگ کا آند، گدا کا مل تیاگ کرنا اتیادی ہے۔



آند کیا ہے؟

جن وقت اندریوں کے گن کہے گئے ہیں اس وقت بتلایا گیا ہے کہ
لنگیندری کا مکھیہ وشے ہی آند ہے۔ اتاویہ اسپشٹ بھی ہے کہ لنگیندری
کے ہی وشے میں آج سارا سنسار مہا آند کا انوبھ کر رہا ہے۔ ساتھ ہی ساتھ
سرشی کا کاریے کرم چلانے کا بھی مکھیہ آدھار ہے اندریاں ہیں اور کوک شاستر
جن کا مکھیہ وشے ہی آند اور سکھ ہے ہمیں اس بات پر مجبور کرتا ہے کہ آند
اور سکھ کے مکھیہ کارن ان اندریوں پر ہی پورا پرکاش ڈال کر اپنے پاٹھکوں
کو انکی پوری جانتکاری کرا دیں اور بتلا دیں کہ سارا آند اور سکھ انھیں اندریوں

پر نہ بھرتے۔

یہ اندریاں استری اور پُرش دونوں ہی میں ودیان رہا کرتی ہیں۔ اور پرانے
دو بھاگوں میں ورکھکت رہتی ہیں واہیہ جن نیندری اور انترے جن نیندری۔
واہیہ جن نیندری جیسے لنگیندری اور بھگ اتیادی تھھا انترے
جن نیندری جیسے شکراشے اور گر بھاشے اتیادی اتیادی۔



واہیہ جن نیندریوں کی ویاکھیا

سرور پر تھم پُرشوں کی واہیہ جن نیندریہ لنگ پر ہی وچار پوروک ایک درشی
ڈالتے ہیں یہ وہی مکھیہ اندری ہے جس پر ساری سرشی کا دار مدار ہے سادھارن
ریتی پر اس کا نام لنگیندری اٹھوا نو تیندری ہے ہم بھی آوشیکتا سارکے اندری
دونوں ناموں سے سمبودھن کریں گے، اس کی دو اوستھائیں ہوا کرتی ہیں ایک
سادھارن اور مڑجھائی ہوئی اوستھا اور دوسری اُتے جن اور سمبھوگ کے تھھا اوستھا
نرم تھھا مڑجھائی ہوئی اوستھا میں اس کی لمبائی پرائے تین یا چار انچ تک ہوتی ہے تھھا
موٹائی پیسہ بھر کے لگ بھگ تھھا اُتے جت اوستھا میں اس کی لمبائی پرائے 5 سے 8
انچ تک ہو جاتی ہے اور موٹائی لگ بھگ 1 روپے کے برابر ہو جاتی ہے۔

لنگیندری تین شرآؤں سے بندھی ہوتی ہے جن میں 2 تو سمانا تر ہوتی
ہیں اور ایک سمانا تر شرآؤں کے نیچے نیچوں بیچ میں ان کو انیکوں چھوٹی چھوٹی
شرآؤں کا سرا جال کسے رہتا ہے ان شرآؤں کی لمبائی بھی لنگیندری کی لمبائی کے
انوسار ہی ہوا کرتی ہے اور ان شرآؤں کی لمبائی کا ٹھیک اندازہ لگانا اور بتلانا
اسمبھو سا ہی پر تیت ہوتا ہے، کیوں کہ وہ شرآئیں چکیلی ہونے کے ساتھ ہی پولی بھی

بھرتی ہیں جو منہ کی پرستاش تھا اتاہ سے اسی پر کار زکرت بشرت وایو سے بھر کر
 سدرنڈھ اور مضبوط ہو جاتی ہیں جس پر کار سائیکل یا موٹر کا پہیا ہوا بھر جانے پر
 سدرنڈھ اور مضبوط ہو جاتا ہے۔ جب وایو دھکا دے دیکر ان کی شرافوں میں
 پرویش کرتی ہے تب رنگ کو ایک دم ٹانٹ سدرنڈھ اور سمجھوگ کرنے کے یوگیہ
 بنادیتا ہے اور جب تک پر اگر تک ریتیاں سارویرے کو باہر نہیں کر دیتی اسی پر کار
 ٹانٹ اور سدرنڈھ بنے رہتے ہیں مگر جیسے ہی ویرے کو باہر کیا ویسے ہی وایو
 شرافوں کو بھی خالی کرنے لگیں ساتھ ہی ساتھ سخت ہوا رکت بھی شرافوں سے
 باہر ہونے لگا اور بات کی بات میں سنگیندری اتینت ہی شتھل مڑھائی ہوئی
 اور ٹھسی ہو جاتی ہے انھیں لمبی شرافوں میں کی وہ سراجو دونوں سمانا ستر شرافوں
 کے نیچے ہوتی ہے اشی کے دو ارامو تر شتھا ویرے بھی باہر ہوا کرتا ہے۔
 اگر پڑشوں کے سنگیندری نہ ہو تو ویرے پونی میں پر وشت ہی نہ کیا جا سکے
 سنگیندری کا اگلا جھتہ جس کا شاستریے نام منی ہے مگر پر چلت بھاشا میں اس کو
 سپاری یا کھسکے کے نام سے پکارتے ہیں۔ اسی منی اٹھوا س پارسی کے اگر بھاگ
 میں مو تر نالکا کا و ہر دوار ہوتا ہے اور سمست منی کو سنگیندری کی باہری تو جیا
 ڈھکے رہتی ہے اور اچھا نسا رہی اس کو ڈھکتی اور کھولتی رہتی ہے اسی تو جیا کے
 اگر بھاگ کو مسلمانوں کے یہاں کٹا دیتے ہیں جس کو حقنہ کہتے ہیں اور اس
 کیا دوارا واس پریمی مسلمان کو ویشیا آند تو او شتہ ہی پراپت ہوتا ہے
 مگر منی سدیو کے لئے آشرت ہو جاتا ہے اور کبھی کبھی تو بھیا تک اور سنگھا تک
 روگوں کا شکار بھی بنادیتا ہے، منی کی خڑکے پاس ایک گولا کار تھلا کی بھانتی
 ہوتا ہے جو منی اور سنگیندری کو جکڑے رہا کرتا ہے شتھا سنگیندری کے خڑکے پاس



ادھر ادھر آتے رہ گئیاں ہوتی ہیں جن میں ودت شکستی کے وجہ تار لگے رہتے ہیں
کیوں کہ جیسے ہی دماغ کے اندر کام داسنا کا سچا رہتا ہے ویسے ہی ودت تار
گلیوں کو سوچنا دیتے ہیں اور گلیاں پھولنا آرمجہ ہو جاتی ہیں اور ان گلیوں کے
اگل بغل تناو میں آجانے کے کارن لنگیندری کی جڑ پر ایک ولکشن دباؤ پڑتا ہے
لنگیندری کا رکت ادھر ادھر سچالت ہونے میں اجمحہ ہو جاتا ہے اور وہ لنگیندری
میں ایکسرت ہو کر اندری کو پھلا کر سدر رڈھ اور ٹائٹ کر کے سمجھوگ شکستی کے کیو گتہ
بنادیتا ہے اور یہ اسی پر کار ہوتا ہے جس پر کار شریہ کے کسی بھی انگ میں کسی جہتے
کو اگر ایک رسی سے کس کر باندھ دیا جاوے تو بندھے ہوئے اسٹھ ان کے رکت
کی پچال رک جاتی ہے اور پرینام سورپ بندھے ہوئے انگ کی لیس پھول کر
تن جاتی ہیں ٹھیک وہی دشا لنگیندری کی بھی ہو جاتی ہے کہ جیسے ہی گرنتھیوں
کے پھولنے سے اندری کا رکت پچالٹن رکاوٹ ویسے ہی اندری سدر رڈھ اور مضبوط
ہوتی اور جیسے ہی میتھو پرائٹ ادھر ادھر کی گرنتھیاں شجیل ہو گئیں ویسے ہی اندری
میں شجھلا آنے لگی اندری کے جڑ کے پاس ٹھیک اُس کے نیچے اندکوش ہوتے ہیں۔



اندکوش

لنگیندری کے ٹھیک نیچے کی اور ایک تھیلی سی شکستی رہتی ہے، جو دو بھاگوں
میں دبھکت رہتی ہے اور اس کے پر تیک بھاگ میں ایک گولی سی پڑی رہتی ہے۔
اس تھیلی کی تو چا اتینت ہی ملائم اور کوئل ہوتی ہے اور سردی پا کر سکر کر بالکل
چھوٹی ہو جاتی ہے مگر گرمی پا کر پھیل جاتی ہے بس انھیں تھیلیوں کو اندکوش اور
گولیوں کو اندکوتہ ہیں۔



دشمن کو سانپ سے کھوانے کا طریق

ترکیب :- اس تصویر کو کاغذ پر لکھ کر اندرائن سے لکھا جاوے اپنے پاس رکھو اور جس وقت آپ کا جی چاہے کہ دشمن کو ڈرانا ہے۔ تو اس وقت یہ عمل کرو۔ کہ اس تصویر کو جس نے نیچے دیئے ہوئے نقشہ کی نقل اتاری کسی ہے۔ سانپ کے بل پر ڈال دو اور ڈالتے وقت اس دشمن کا نام بھی لے لینا چاہیئے تو اس کو سانپ کاٹے گا۔ اگر کھائے گا نہیں تو یہ ضروری ہے کہ دشمن ڈر جائے گا۔

۴۰۰	۵۰۰	۱۱۰۰	۶۰۰
۱۲۰۰	۵۰۰	۳۰۰	۶۰۰
۱۰۰	۸۰۰	۱۰۰	۶۰۰
۹۰۰	۸۰۰	۶۰۰	۶۰۰

ہر ایک کو اپنے پر مہراں کرنے کا طریقہ

مندرجہ ذیل جنت کو کسی سفید کاغذ پر لکھو اور بعد میں اس کو سفید موم سے کر اس میں پیسٹ دو بعد ازاں اس کو دانے بازو پر باندھ دیا جائے یا گلے میں لٹکایا جائے۔ پھر کیا ہوگا۔ جس وقت کسی بادشاہ یا راجہ یا کسی ایسے آدمی کے پاس جو کہ ظالم ہو جاوے وہ بھی اس پر مہراں ہو جائے گا۔ اور کسی قسم کی تکلیف نہ ہونے پائیگی اگر فرض کیا کہ شیر سے مقابلہ ہو گیا تو شیر کو بھی شکست دے گا۔

ساتھ اس کے ہر جگہ پر عزت اور نام مشہور ہوگا۔ بہتر ہے

۳۰۸۱	۸	۳۰۸۵	۱۱	۳۰۸۹	۱۶	۳۰۹۲	۲۱
۳۰۸۸	۳	۳۰۹۵	۲	۳۰۸۰	۷	۳۰۸۶	۱۲
۳۰۹۶	۳	۳۰۹۱	۱۶	۳۰۸۴	۹	۳۰۹۹	۸
۳۰۸۲	۱۰	۳۰۹۸	۵	۳۰۹۳	۴	۳۰۹۰	۱۵

چوری شناسخت کرنے کا طریقہ

اگر چور کو پہچانا ہو تو ایک بدھنی کوری لے آویں اور دو آدمی آپس میں بالمتقابل بیٹھ جاویں اور بدھنی کو پر ماتما کا نام لیتے ہوئے پٹ لیں اور پھر جن لوگوں پر چوری کا شکب ہو۔ ان کے نام کسی علیحدہ کاغذ پر تحریر کریں۔ پھر ایک ایک پرچی کو باری باری سے اس مذکورہ بالا بدھنی میں ڈالتے جاویں جب اس سے تمام پرچیاں بدھنی میں ڈالی جاویں گی تو ان لوگوں میں جن کے نام کی پرچیاں ڈالی گئی ہیں۔ اگر ان میں سے کوئی چور ہوگا تو ان کے نام بدھنی گھومتی جاوے گی۔ جس وقت ان کے نام کی پرچی ڈالنے لگیں گے اگر وہ در حقیقت چور ہوگا تو بدھنی اپنے گرد گھومتی جاوے گی۔

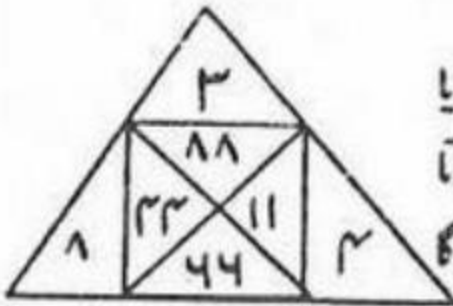


مداری کو پچھاڑنے کا منتر

اوم نمو گادھاری ہو منٹ دیر۔ سوامی کایج ہیری کا شریر۔ اور سٹ پکڑ ماتو کا کا چلایا
چلو۔ ہیری نہ تھیر میں کر سول۔ تیرے جیو کی مرآت میں نہ ڈروں۔ نہ ڈروں۔ تیرے گرو پور
سے ملوں۔ تجھے ایک ہی تیرے۔ میرا مارا ایسا گھوٹے جیسے مذکی سرپ کی لہر پڑے۔ تو بے
بیرت ملوں بلن۔ پھیر پٹے تو کر دگور کھ ناتھ کی آن۔ دُ بانی میرے کر دکی دُ بانی۔ پھر و منتر لاشور
والج۔

ترکیب۔ اژد کے دانوں پر سات بار منتر پڑھ کر مارے تو مداری بیسوش ہو کر
گرے۔

مداری کو پچھاڑنے کا جنتر



اسی جنتر کو سات چنل کے پتوں پر لکھ کر بٹوں یا
لیکھ کے کانٹوں میں ساتوں پتوں کو پرو کر جہاں کھیل ہوتا
ہو چھوڑ دے۔ تو مداری فوراً پکڑ کھا کر زمین پر گر پڑے گا
۔ پتے کانٹوں میں سے نکال دینے سے پھر ٹھیک ہو
جائے گا۔

بیوپار بڑھانے کا جنتر

9	42	8	8
8	9	4	42
44	24	8	1
4	5	49	42

اس جنتر کو دیوالی کے دن
ساکشی کا پوجن کر لال چندن سے دوکان یا
بٹھنے کی جگہ پر لگے تو بیوپار میں بڑھوتری ہو

(2) اس جنتر کو شہ گھری میں سنگند سے بھوجیتر پر لکھ کر دوکان کی تجوری یا غلہ میں رکھ دے۔ تو بویار ضرور پڑھے۔

ڈھول پھوٹنے کا جنتر



(1) اس جنتر کو دیوالی یا چندر گرہن کی رات کو غرگوش کی کھال پر کوٹے سے لکھے۔ اور جس جگہ ڈھول بجننا ہو۔ اس جگہ چھوڑ آوے تو ڈھول پھوٹے۔
(2) سوکھے ہوئے چڑے پر تالاب کی مٹی سے لکھ کر بجتی ہوئی ڈھول کے سامنے لے جا کر دکھاوے تو ڈھول پھوٹ جادے۔

مست ہونے کا جنتر



(1) اس جنتر کو سواتی نکشتر میں سورجی کے دودھ سے بھونچ پتر پر لکھ کر مرد اپنی کمر سے باندھے۔ اور عورت کے پاس جائے تو مست ہو۔
(2) اس جنتر کو گوندہ سے ٹھیکرے پر لکھ کر دودھ کے ساتھ جادو۔ پھر صبح نکال کر اسے پیس ڈالو۔ آٹے میں ملا کر روٹی کھانے سے مرد مست ہو جائے۔

دشمنی کرانے کا جنتر

5	25	1	22
80	2	58	45
42	58	24	2
5	9	32	45

(1) اس جنتر کو کھنڈ پر لکھ کر جن دو آدمیوں کے درمیان جھگڑا کرانا ہو۔ ان کے

رہنے کی جگہ میں گاڑ دے۔ تو وہ دونوں لڑنے لگیں گے۔
(2) اس جنتر کو گدھے کی لید سے کاغذ پر لکھے۔ اور جس کے گھر جھگڑا کرانا ہو۔ اس کے بل ڈال آوے۔ تو ضرور آپس میں جھگڑا ہو۔

مسان کا جنتر

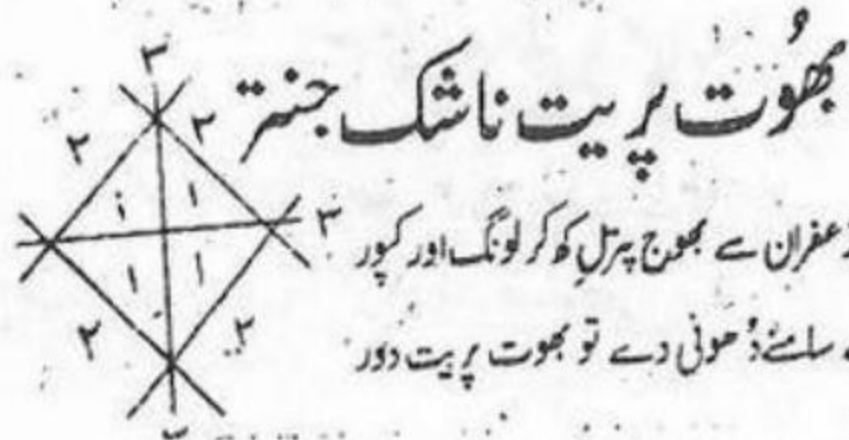
54	52	4	9
4	9	25	53
24	34	9	8
2	5	25	52

(1) اس جنتر کو کاغذ پر لکھ کر گے میں باندھے تو مسان نہ متا دے۔
(2) اس جنتر کو سمشان کی مٹی سے کاغذ پر لکھے۔ اور پہلے کپڑے میں رکھ کر تعویذ بناوے۔ پھر جس مریض کے بازو میں باندھے تو مسان نہ رہے۔

تجاری بخار کا جنتر



(1) اس جنتر کو بروز اتوار سنگند سے لکھ کر باندھے تو بخار چھوٹے۔
(2) اس جنتر کو کھار کے چاک کی مٹی سے کاغذ پر لکھ کر مریض سے کسی کوئی کے اندر ڈالوادے۔ تو مریض تندرست ہو جائے۔



اس جنتر کو عفران سے بھونچ پتر پر لکھ کر لونگ اور کپور کے ساتھ مریض کے سامنے ڈھونی دے تو بھوت پریت دور ہونے

شتر و ناشک منتر

اوم ہری کلے اے لی بھوگ پروا بھیروی مانگی تر لوک ویش مانے سواہ۔
ترکیب :- اس منتر کا ایک ہزار جاپ کرے۔ گورو جن اور مینسل کا تیک لگا کر شتر
کے پاس جاوے اور من ہی سات بار اس منتر کو پڑھ کر ہر بار ایک اُرد۔ دانے پر بھونک
دے۔ پھر ان ساتوں اُرد کے دانوں کو دشمن پر پھینک دے تو یا تو وہ دشمن تمارے بس میں
ہو جائے گا یا پھر ہمار ہو کر وہ چار پانی پر ہی پڑا رہے گا۔

بخار ناشک جنتر



ترکیب :- اس جنتر کو شستن میں بیٹھ کر
کالی کے اوپر دھوئے کے رس سے لکھیں اور
کرشن پکش یا اندھیرے پاک کی اشنی کی رات میں
دھوپ وغیرہ دکھا کر پوچھ کر لیں۔ پھر اس جنتر کو کسی
ایکانت جگہ میں لے جا کر زمین میں گاڑ دیں۔ بخار
چھوٹ جائے گا۔

آنکھ دکھنے کا منتر

اوم نمو جھلمل زہر تلی تلانی۔ آستاجل پروت سے آئی جہاں جا بیٹھا ہو مٹا جانی۔
چھوٹے نہ پا کے۔ کرے نہ پیرا۔ جتی ہونمنت ٹھا کے بیڑا۔
ترکیب :- نیم کی ڈالی سے سات بار جھاریے۔ اور ساتھ ہی منتر پڑھتے جائیں۔

کان کا درد دور کرنے کا جتر

اُدنک تک پہاڑ دھا نور دھا نر پردیش کر ڈار ڈار پات پات جھار جھار مار مار ہنکار ر شبہ
مانجا۔
ترکیب :- سانپ کی باہنی کی راج یا مٹی سے اکیس بار اس منتر کو پڑھ کر جھارے دیوے۔
راج کو کان سے لگا دے اور نیم کی ڈالی سے ہر بار منتر پڑھ کر کان جھارتا رہے تو جلد ہی ہی کان کا
درد دور ہوگی۔

موہنی جتر



اس جتر کو اشٹ دھا تو کی قلم سے خر گوش یا بھیرے
کی لہو سے بھونچ پتر پر لکھے اور چاندی کے قویزیش بند کر کے
داہنی بازو میں باندھے تو دشمن کرن ہو۔

بھوک نہ لگنے کا منتر

اوم گادرو یاں اُمن کھ سکھاس دحل تو ہی آہوم آہوم
ترکیب :- اگر ہر گوی کا پھل اس منتر کو پڑھ کر کھالے تو قطعی بھوک نہ لگے۔

آنکھ دکھنے کا منتر

اوم اگالی گالی اتل تپال گرو مردا دار کنار فٹ اُٹکت ہوں ٹھٹھا۔
ترکیب :- برہما تواری نیم کی پتی سے جھاڑے اور اکیس بار منتر پڑھے تو آنکھ کی بادھا دور



چسپنی کے نقصانات

عام ماہی بچوں کو دودھ پلانے کے بعد ان کے منہ میں چسپنی دے دیتی ہیں۔ مادہ رکھنا چاہیے کہ بچہ کو دودھ کے بعد اسے پستان کرنے کی ضرورت ہے۔ چسپنی کے لعاب ذہن کو مفلج کرتا ہے (بہتر یہ ہے اس سے دودھ دینے والا ہنسی ہو تاکہ اور بچہ کا ہاتھ نہ تھکے اور جاتا ہے علاوہ انہی چسپنی کے زیادہ استعمال سے تالو کی بڑی کالکلا حصہ زیادہ اچھڑاتا ہے جسے بچہ کا خوبصورت چہرہ بدلتا ہو جاتا ہے چسپنی اگر گندی رہتی ہے اس پر لعاب ذہن جم جاتا ہے اور جراثیم پیدا ہو جاتے ہیں جو بچے کی صحت کے لئے سخت نقصان دہ ہے سمجھدار ماں کو چاہیے کہ وہ ہرگز بچے کے ہاتھ میں چسپنی نہ دیں

لباس اور جسم کی صفائی

بچوں کا موسم کے لحاظ سے روزانہ گرم یا سرد پانی سے غسل کرنا چاہیے لباس نہایت صاف اور ڈھیلا ہونا چاہیے سردیوں میں بچوں کو جرابیں پہنا کر رکھیں پاؤں گرم رہیں عام گھروں میں بچوں کو کپڑوں کا خاص خیال نہیں رکھا جاتا والدین کی اس غفلت سے بچوں کی صحت پر بہت برا اثر پڑتا ہے بچوں کے لباس کو پیشاب اور پاخانے صاف رکھیں اور وہ بھبکا ہوا میں نہیں ہونا چاہیے

عورت کا سب سے بڑا فرض

عورت کو پیدا کرنے سے قدرت کا منشاء یہ ہے کہ وہ فرانس مادری انجام دے اس منشاء قدرت کے علاوہ ویسا بھی دیکھا جائے تو معلوم ہوگا کہ ماورائے

فرائض کی قدر و قیمت بہت زیادہ ہے پیدا نش سے دنیا قائم ہے اگر پیدا نش کا سلسلہ ٹوٹ جائے تو دنیا کا خاتمہ ہو جائے لیکن عورت کی زندگی کا مقصد یہیں پر ختم نہیں ہو جاتا بلکہ بچہ کی پیدائش کے بعد عورت کے حقیقی فرائض کا دور شروع ہوتا ہے بچے کی پرورش پر عورت کا سب سے بڑا فرض ہے پرورش کے صرف یہ معنی نہیں کہ بچے کو پیٹ بھر کر دودھ پلا دیا نفیس لباس پہنا دیا بلکہ بچے کے دل و دماغ کی پرورش کی جائے اس کے اخلاق پر پرورش کی جائے اس کے اعلیٰ جذبات کو نشوونما دی جائے بچے کی زندگی ایک سادہ کتاب کی مانند ہے اس پر اپنی مرضی کے مطابق نقش و نگار بنانا ماں کا فرض ہے ماں اگر چاہے تو بدلقوش سے اس کتاب زندگی کو بد نما بنا سکتی ہے اگر وہ چاہے تو اپنی مرضی کا ریلوے سے دلفریب بھی بچہ کی ائذہ قسمت اس کے ماں کے ہاتھ میں ہوتی ہے اور چونکہ قوم افراد سے بنتی ہے اس لئے دوسرے الفاظ میں بول کہنا چاہیے کہ قوموں کی قسمت عورت کے ہاتھوں میں ہے قرم کا بنانا یا نگارنا عورت کا کام ہے جو عورت اپنے بچے کو اچھی تربیت دیتی ہے وہ اپنی زندگی میں کامیاب ہے اور اس کی زندگی کا مقصد پورا ہو گیا۔ لیکن اگر بچے کو نیک تربیت نہ دے سکے تو اس کے یہ معنی ہیں کہ اس نے اپنے بچہ کو ہی ستیاناس نہیں کیا بلکہ ائذہ پیدا ہوئی والی نسل کو بھی تباہ کر دیا اس نے اپنے فرض کو جو قدرت نے اس پر عائد کیا ادا نہیں کیا

دنیا صرف عورت کی وجہ سے روشن ہے اگر عورت کا وجود نہ ہوتا تو دنیا آج سناں ہوتی ملک عورت سے صرف یہ جانتا ہے کہ وہ اس کے لئے بہترین فرزند پیدا کرے ملک کے مستقبل کو شاندار بنانا صرف عورت کے ہاتھ میں ہے۔



529 راجہ وشنی کرن جستر

اس جستر کو اشٹ گندہ اور تلسی کی قلم سے سفید پوپل کے پتے پر لکھ کر سونے کے تعویذ میں ڈھے اور داہنے بازو میں باندھ کر راج دربار میں جاوے تو دیکھتے ہی راجہ وشنی بھوت ہو کر مرے سے پیش آوے۔

۱۰	۶۰	۶۰	۱۰
۹۰	۱۲	۱۳	۸۰
۳۰	۷۰	۷۰	۲۰

(۲) پشپہ پنچتر میں اتوار کے دن سندھنی گوا کاڑ لادے اور سائے میں سکھالے پھر پان میں رکھ کر اس جستر کے ساتھ چھوڑا کر جس آدمی یا عورت کو کھلائے۔ وہوش میں ہو۔

وشنی کرن جستر

اس جستر کا نام چٹامنی ہے۔ اس کو چند دن اور سندھور سے بھونچ پتر پر لکھ کر ماتھے پر رکھے تو تیر نہیں لگے اور کیسر گستوری سے لکھے تو سب کام سہجہ ہوں۔

۶	۲۱	۷
۸	۹	۲۲
۱	۷	۸۹

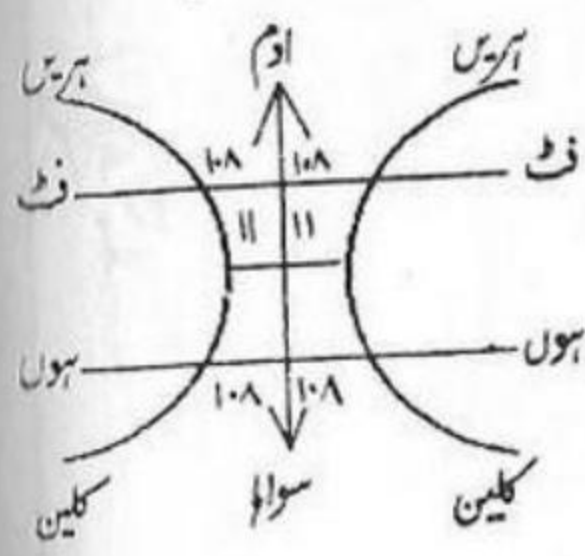
(۲) اس جستر کو کیسر گستوری سے کسی سفید کپڑے پر لکھ کر بتی بنا دے۔ اور گھی کے دپک میں رکھ کر اُسے جلادے پھر اُس کی راکھ جسے کھلا دے وہ بس میں ہو۔

راجہ یا حاکم وشنی کرن جستر

اس جستر کو اکیس دن تک کاغذ پر لکھ کر اور آٹے میں رکھے پھر روٹی بنا کر کالے کتے کو کھلا دے اور بانسیوں دن کی روٹی کو جلا کر اُس کی راکھ ماتھے پر لگا۔ پھر جس کے سامنے جاوے۔ وہ ضرور اُس کے دشمن میں ہو جاوے۔



سورج گرہن کے دن زعفران اور مشک کپل گائے کے دودھ میں گھول کر انار کی قلم سے بھونچ پتر پر گئے درودھی پوروک ہون پو جا کر کے داہنی بھجا پر باندھے اور اسی ساہی کا تلک ماتھے پر لگا دے۔ اور یہ دھیان رہے کہ جستر چاندی کے تعویذ میں منڈھوا کر بازو پر باندھے۔ پھر راج دربار میں جاوے تو عزت پاوے۔



اوم دھون بین بین دھا دھا لو جنت وردت د با جان کستا وہ ماتنگی ممان اماں انگھچھ پنہ ترکیب :- سفید ریشمی کپڑے پہن کر موتی کی مالا سے چپ کرے۔ سفید ڈرگا اور کامنی کے پھول کی آگنے آہوتی دے تو راجہ سادھک کے دس ہو کر من چاہا کام کرے۔

اوم کنک کا کنی اٹھا پانچ شول راجہ پانچال پانچال اوں یاں ریاں یاں یاں فٹ سواہا ترکیب :- بیل کے پیر کے نیچے کالے مرگ چرماسن پر بیٹھ کر۔ سفید کاسنی کے پھول بیل پترے کر مٹر پڑھ پڑھ کر آگنی سے آہوتی دے۔ جس ولیشیہ کامن میں دھیان کرے

دشمن پر فتح حاصل کرنا

اگر تمہارا دشمن بہت بلوان ہے۔ اور کسی طرح تمہارے قینے میں نہیں آتا نیچے کا مٹر پڑھ کر ایک کھوری آگ کا دودھ راستے میں رکھ دے۔ دشمن لگے روز سے ہی بے چین ہو جائے گا۔

دیگر دشمن ہرانے کا مٹر

مندرجہ ذیل مٹر کو دشمن پر ایک سو آٹھ بار پڑھ کر پھینکے تو دشمن کا دمن ہو کر شرطیہ تمہاری جیت ہوگی۔ ایسا نشہ کر کے جاتلا ہے۔ مٹر یہ ہے۔ اوم شرود منم ہوں فٹ سواہا۔ بعد ازاں ایک کنکری اٹھا کر مٹر پڑھے اور دشمن کی طرف پھینک کر مارے۔

مسان جگانے کا مٹر

اوم ہی کی کللیں کپڑی کٹ مری۔ آڈمیری۔ ہنکار۔ بکار تھ۔ ترکیب :- اتوار کے دن نیم کی ٹہنی سے جھاڑے تو پریت کی بادھا دور ہو

پشو کا دودھ بڑھے

اوم جل بل تھل۔ تھالہ بائی اوبال۔ ترکیب :- مٹر پڑھ کر سات بار اچلی کی لکڑی پر پھونکے اور اس نظرانی کو جہاں اس کی آنکھ میں گونگی رکھ کر تھن سینک دے تو پشو کا دودھ بڑھے۔

کی قدر و قیمت کو سمجھیں تو وہ کبھی کمزوری کا شکار نہ ہوں۔

جو لوگ بچپن میں بے اعتدالیوں سے منی کو ضائع نہیں کرتے اور پرہیزگاری کی زندگی بسر کرتے ہیں ان کے جسم میں جو منی پیدا ہوتی ہے وہ منی دوبارہ جنرل بدن بن جاتی ہے جس سے اعضا کو قوت حاصل ہوتی ہے جسم مضبوط ہو جاتا ہے چہرے پر رونق آ جاتی ہے۔ منی انسانی جسم میں سب سے زیادہ قیمتی جسم ہے۔ خدا نے مرد و عورت میں جو جذبہ پیدا کیا ہے اس کا اصلی مقصد اولاد پیدا کرنا ہے۔ محل کے بل، مرد کو عورت کے قریب نہیں جانا چاہئے۔ لیکن ہمارے نوجوان جو کچھ کرتے ہیں لفظوں میں بیان نہیں کیا جاسکتا۔

کثرت جماع سے دماغ کمزور ہو جاتا ہے، حافظہ کی طاقت کم اور آنکھوں میں کمزوری پیدا ہو جاتی ہے۔ دائمی قبض، جریان، مسرعت، انزال وغیرہ امراض دباتی ہیں اور قوت باہ میں کمزوری آ جاتی ہے۔ قدرتی اصول یہ ہے کہ جس چیز سے بھی اعتدال سے بڑھ کر کام لیا جائے وہ خراب ہو جاتی ہے۔ اگر معدہ سے زیادہ کام لیا جائے اور وقت بے وقت انسان کھاتا رہے تو معدہ کمزور ہو جاتا ہے اور قوت باطنہ میں فرق آ جاتا ہے۔ دودھ کتنی بڑی نعمت ہے لیکن زیادہ مقدار میں پینے سے مروڑ لگ جاتے ہیں اور معدہ میں فتور پڑ جاتا ہے۔ اسی طرح جس عضو سے زیادہ کام لیا جائے تو اس کا کمزور پڑ جانا قدرتی امر ہے۔ چنانچہ کثرت جماع کرنے والوں میں قوت باہ کم ہو جاتی ہے۔ درود

اور در و کمر، سر چکرانا، ضعف اعضا، ضعف بصارت، رقت منی، دائمی قبض، نزلہ، زکام، کمزوری، پشیمانی اور چہرے کی بے رونقی، کون کون سے امراض ہیں جو لاحق نہیں ہوتے۔

تعمیر بدن کے لئے منی بہترین چیز ہے۔ ہمارے بدن کے اجزاء اٹھنے بیٹھنے، محنت، مشقت اور کام کرنے سے تحلیل ہوتے ہیں۔ جو کمی ہمارے جسم میں آتی ہے وہ غذا سے پوری ہوتی ہے۔ غذا سے خون بنتا ہے اور خون سے منی پیدا ہوتی ہے۔ سائنس دانوں نے ثابت کیا ہے کہ خون کے ۱۰ قطرے منی کا ایک قطرہ بنتا ہے۔ خون اور منی تحلیل شدہ اعضا کی جگہ لیتی ہے جو لوگ کثرت سے منی خارج کرتے ہیں ان کے جسم میں اعضا کا جو حصہ تحلیل ہو جاتا ہے اس کی قائم مقام کوئی چیز نہیں ہوتی ہے۔ اس کا لازمی اور قدرتی نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ بدن دن بدن لاغر ہوتا جاتا ہے اور اعضا غذا نہ ملنے کی وجہ سے کمزور ہو جاتے ہیں اور اگر اسی طرح بدن تحلیل ہوتا ہے۔ اس کی تلافی کا انتظام مہربان قدرت نے نہ رکھا ہو تو انسان چند دنوں میں ہلاک ہو جائے۔ جو لوگ کثرت سے منی ضائع کرتے ہیں ان کے اعصاب کمزور ہو جاتے ہیں۔ اعصاب کی کمزوری سے دل و دماغ پر بے حد اثر پڑتا ہے۔ دماغ کمزور اور ناکارہ ہو جاتا ہے۔ حافظہ جواب دے دیتا ہے۔ ذہن کند ہو جاتا ہے۔ سر میں چکر اور آنکھوں میں اندھیرا سا رہتا ہے۔ دماغ کی کمزوری سے زکام، نزلہ

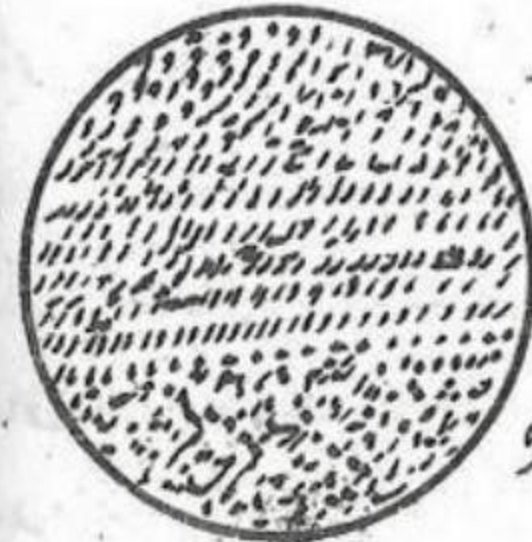
نظر کی کمزوری وغیرہ بہت سے امراض ہو جاتے ہیں۔

یاد رکھئے! منی خون کا قطر ہے جس طرح سیروں و دودھ میں سے تولوں کی مقدار میں مکھن نکلتا ہے۔ اسی کی بدولت انسانی زندگی قائم ہے۔ اسی کی بدولت سخت سے سخت کام آسانی سے ہو جاتے ہیں اور ہم میں محنت و مشقت کرنے کی طاقت پیدا ہوتی ہے۔ منی کی حفاظت نہایت ضروری ہے۔ اس کی حفاظت نہ کرنے والوں کو کون سی بیماری ہے جو نہیں ہوتی۔

ایک مرتبہ کے نسل جماع سے خالص خون کے قریباً آٹھ سو قطرے ضائع ہوتے ہیں اور وہ اس طرح کہ خون کے قریباً ۸۰ قطروں سے منی کا ایک قطرہ بنتا ہے اور ایک وقت کے انزال میں منی کے قریباً دس قطرے نکلتے ہیں۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ خالص خون کے قریباً ۸۰ قطرے ضائع ہوتے ہیں۔

دیکھنے میں منی دو دھیان رنگ، گاڑھی اور بیدار ہوتی ہے۔ اس میں ایک خاص قسم کی بو آتی ہے۔

ایک انزال میں تقریباً
ڈیڑھ دو ڈرام کی مقدار
میں منی خارج ہوتی ہے
منی میں جراثیم ہوتے
ہیں جو ہر ایک جاندار کی



منی کا قطرہ

منی میں پائے جاتے ہیں۔ ایک بار کے انزال میں دو سو ملین (دس لاکھ کے برابر ہوتا ہے) جراثیم منی خارج ہوتے ہیں۔ جو خارج ہونے کے بعد دو دن تک زندہ رہ سکتے ہیں۔ بعض طبیعوں نے لکھا ہے کہ حیوانات کی میں چار دن تک زندہ رہ سکتے ہیں۔ بشرطیکہ ان کو زیادہ سردی اور ترش ماحول سے محفوظ رکھا جائے۔ منی کے ایک قطرے کو خوردبین سے دیکھا جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ ہر ایک قطرے میں ایک نئی دنیا آباد ہے۔ بے شمار حیوانات منی اس ایک قطرے میں نظر آتے ہیں جو ادھر سے ادھر حرکتیں کرتے دکھائی دیتے ہیں جراثیم منی دم دار کیڑے کی مانند ہوتے ہیں۔ جیسا کہ اوپر کی تصویر میں دکھایا گیا ہے۔ ان کی دم پتلی اور سر موٹے ہوتے ہیں۔ یہ کیڑے لمبائی میں پچھلے اپنچ تک ہوتے ہیں ان کیڑوں کی خاصیت یہ ہے کہ بوقت انزال عورت کے رحم میں پہنچ کر عورت کے اندر سے ملاپ ہو کر حمل ٹھہر سکتا ہے۔ حیوانات منی عورت کے رحم میں کئی گھنٹے زندہ رہ سکتے ہیں۔ بعض اوقات فوراً ہی زنانہ اندر سے ملاپ ہو کر حمل ٹھہر جاتا ہے اور بعض اوقات کئی گھنٹے بعد قیام حمل ہوتا ہے۔

کمزور منی کے کیڑے کمزور ہوتے ہیں اور وہ آہستہ آہستہ حرکت کرتے ہیں۔ طاقتور منی کے کیڑے تیز رفتار ہوتے ہیں اور ان میں حمل کرنے کی صلاحیت زیادہ ہوتی ہے۔ تندرست اور طاقتور اولاد کے خواہش مندوں کو اپنی منی کی حفاظت کرنی چاہئے۔ کثرت جماع سے منی کمزور ہوتی ہے اور کمزور منی سے اولاد تو

حمل کا پانا مشکل ہوتا ہے اور اگر حمل ٹھہر کر ہی جائے تو کمزور، ہشکل اور دائم لرزہ
بچہ پیدا ہوتا ہے۔ جس کی زندگی بہت کوتھڑی ہوتی ہے۔ بوڑھے آدمی کی منی
میں حیوانات منی کم ہو جاتے ہیں یا بالکل نہیں رہتے۔ یہی وجہ ہے کہ بوڑھے
میں انسان اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں ہوتا۔

جو جوان عمر بھر لطف اٹھانا چاہتے ہیں وہ جوانی کی قدر کریں۔ بے اعتدال
سے جس کی جوانی بچی رہے گی اس کا بڑھا پٹھیک گزرے گا۔ یعنی جو شخص کہ
بے اعتدالیوں سے پرہیز کرے گا وہ بڑھا پٹھے میں سکھی رہے گا۔

کے درمیان محبت ہو جائے گی۔

جنتریہ ہے
مطلوب کو تابع کرنے کا منتر

۳۵۱۵	۳۵۱۸	۳۵۳۱
۳۵۲۰	نام محبوب	۳۵۱۶
۳۵۱۷	۳۵۳۳	۳۵۱۹

مندرجہ ذیل جنتریہ کو کسی اچھے سفید کاغذ پر تحریر کر واد بعد ازاں
اس کو آگ میں جلا دوا لیا کرنے سے مطلوب خود بخود محبت میں بقیار

ہو کر حاضر ہوگا۔ اور تمام عمر آپ کی
خدمت کرے گا یہ یاد رہے کہ کسی بُرے
خیال سے یہ جنتریہ کیا جائے ایسا
ہو کہ آپ کی محنت اُکارت جائے۔

۴۴	۴۴	۴۴
۴۴	۴۴	۴۴
۴۴	۴۴	۴۴

ایک جنتریہ ذیل میں تحریر کیا جاتا ہے مگر اس کو ایک طریقہ سے سدھ
کیا جاتا ہے پہلے پہلے اس کو کسی کاغذ پر تحریر کیا جائے پھر اس کو دھو
کر مطلوب کو بلا یا جائے۔ مگر عمل

ط	ط
ط	ط

کرنے سے پہلے یہ ہدایت ضروری
ہے لکھنے سے پہلے چند مرتبہ یا شفیق

پڑھ کر کاغذ پر دم کرے۔ مطلوب حاضر ہو کر حکم بحال لے گا۔
مندرجہ ذیل منتر کاغذ پر تحریر کر واد۔ مطلوب کو گھول کر شربت
کے ذریعہ بلا دیں۔ مطلوب حاضر ہو کر بہت محبت کرے گا۔ جنتریہ
طرف درج کیا گیا ہے۔

۸	۳	۲	الحب فلاں بن فلاں علی	۶	۷	۲
۱	۵	۹	حب فلاں بن فلاں	۱	۵	۹
۶	۷	۲		۸	۳	۲

اگر مندرجہ ذیل خیر کو لکھ کر آگ میں ڈالا جائے تو محبت کی زیادتی ہو

۲	۷	۱	الحب فلاں بن فلاں علی	۶	۷	۲
۹	۵	۱	حب فلاں بن فلاں	۹	۵	۱
۲	۳	۸		۲	۷	۲

مطلوب کیلئے حرف الف کو جس وقت کہ قمر برج حمل میں ہو اس

۸	۱	۵۶	۷۹	وقت سبب کی تختی پر لکھے اور
۸	۰	۲	۸۲	اسکو گلے میں ڈال دے خیر یہ ہے
۸	۵	۷۸	۸۳	مندرجہ ذیل خیر کو جب قمر برج دلو

۲	۳۳	۲۳۸	۲۳۱	میں طلوع ہوا اس وقت اس کے نشان
۲	۱۳۲	۲۳۲	۲۳۶	کو گدھے کی کھال پر تحریر کر کے اپنے
۲	۳۷	۲۳۰	۲۳۵	پاس رکھے اس طرح محبت بڑھتی
۲	۱۸	۲۳۱	۲۳۵	اور طالب و مطلوب دونوں خوش رہیں گے

ان حروف کو مرغی کے اندھے پر لکھو اگر اس وقت لکھو جبکہ قمر
برج جوزا میں طلوع ہوا ایسا کرنے سے طالب اور مطلوب میں محبت
کا جذبہ پیدا ہو جائیگا جس سے کہ دونوں اپنی زندگی آرام سے بسر
کریں گے۔ خیر یہ ہے۔

۱۳۰	۱۳۵	۱۳۸	حروف عین کو کسی نانے کی تختی
۱۲۹	۳۱	۱۳۳	پر لکھو اور پھر اسکو اپنے پاس
۱۳۲	۱۲۷	۱۳۲	

۹	۱۲	۱۵	۲	مندرجہ ذیل خیر کو سفید اور اچھے کاغذ
۱۲	۳	۸	۱۳	پر تحریر کرو۔ پھر اسکی ایک تہی بنا لو
۲۰	۱۷	۱۰	۷	تہی بنانے کے بعد ایک چراغ میں
۱۱	۶	۵	۱۶	ڈالو اور چراغ میں تلوں کا تیل

ڈال کر تہی نور روشن کرو۔ اور چراغ میں تلوں کا تیل ڈال کر تہی کو روشن
کرو اور چراغ کا منہ مطلوب کے گھر کی طرف کرو۔ مطلوب حاضر ہو کر

۵۸۲۲۴	۵۸۳۳	۵۸۲۵۰	اظهار محبت کریگا اور بھی بھی تم
۵۸۲۲۹	۵۸۲۲۷	۵۸۲۳۵	سے یونانی کرنے کا خیال
۵۸۲۲۲	۵۸۲۵۱	۵۸۲۲۶	دل میں نہ لائے گا۔ خیر یہ ہے

۶	۷	۳	بیوی اور خاوند میں محبت بڑھانے کے خیر
۱	۷	۹	مندرجہ ذیل خیر کو کسی کاغذ پر تحریر کرو اور ایک منتر شوہر کے
۸	۳	۳	بازو پر باندھا جائے اور دوسرا منتر عورت کے بازو پر باندھ دیا

جائے اس طرح شوہر اور بیوی
میں محبت ترقی کرے گی۔ خیر یہ ہے۔
مندرجہ ذیل خیر کو کسی کاغذ پر لکھ کر
زمین میں دبا دیا جائے اور خیر مطلوب طالب کا نام تحریر کر دیا جائے
پھر طالب و مطلوب میں محبت ہو جائے گی جو کہ دونوں کی زندگی کو
نیک طریقہ پر چلا کر پر سکون بنا دے گی۔ خیر اگلے صفحہ پر دیکھیں

رکھو لیکن یہ اس وقت لکھو کہ جب قمر برج اسد میں طلوع ہوا
نہ کیا گیا تو منتر کے سدھ ہونے کی کوئی امید نہ ہوگی اور آپ کی
تمام محنت بے فائدہ جائے گی منتر کچھ بے صفت ہے۔
رہنم کو گنے کی گندھیری یا گنے کے ٹکڑے پر تحریر کرے اور
طہرے یا گندھیری کو مطلوب کو کھلائے۔ اس طرح سے بھی محبت
جوش ماسے کی اور مطلوب اظہار محبت کرے گا۔

۷۸۶

۱۵۲	۱۵۹	۱۵۲
۱۵۳	۱۵۵	۱۵۴
۱۵۸	۱۵۱	۱۵۶

سامنے کے خبتر کو صفال آب مار سید
پرتحریر کرے مگر اس وقت جب قمر برج قوس
میں طلوع ہو نہیں تو خبتر سدھ ہونے کی
کوئی امید نہ ہوگی اور وقت ضائع ہوگا
ن حرف کو کسی کاغذ پر بذریعہ خبتر

۷۸۶

۳۹۶	۳۹۲	۳۹۴
۳۹۵	۳۹۶	۳۹۹
۴۰۰	۳۹۳	۳۹۸

مندرجہ ذیل کے لکھے اور لکھنے کا
وقت وہ ہو جب قمر برج اسد میں
طلوع ہوتا ہے خبتر سدھ ہوگا
سامنے والا منتر محبت کے لئے نہایت
زود اثر اسکو پانی میں یا دودھ میں گھول
کر مطلوب کو بلانا چاہئے۔

۳۵	۴۰	۳۳
۳۴	۳۶	۳۸
۲۹	۳۲	۲۶

مندرجہ ذیل منتر نہایت آزر ہو ہے
اسکو صبح کسی کا یا منہ دیکھنے سے پہلے
دریا میں ڈال جائے۔

چوری کے کدھر گیا ہے۔ تو عامل کو چاہئے کہ مرغی کے اندھے پر پڑھے
بھاگتا ہوا چور متفرار ہو کہ واپس آجاوے گا۔

سینہ کے درد کو دور کرنے کا خبتر

مندرجہ ذیل خبتر مریض کو دھوکہ ملا دیں اور ایک خبتر لکھ کر اس
کی گردن میں باندھ دیں۔ پس فوراً آرام آجاوے گا۔

۸	۱۱	۱۵	۱
۴	۲	۷	۱۳
۲	۷	۸	۹
۱۱	۵	۴	۶

نظر بد سے بچنے کا خبتر

نظر بد سے بچنے کے لئے اس خبتر کو کسی کاغذ پر لکھو اور اس کو اپنے
پاس رکھو چھوڑو۔ کسی قسم کا نقصان نہ ہوگا۔

۱۴	۱۱	۸	۱
۷	۲	۱۳	۱۳
۹	۱۶	۳	۶
۴	۵	۱۰	۱۵

جنتیہ ہے

ب	د	و	ح
۸	۶	۳	۱
۳	۳	۸	۶
۶	۸	۲	۳

دیگر: جس کسی کو اپنے قبضے میں لانا ہو۔ تہ پہلے اسکی تصویر بناویں اور پھر مندرجہ ذیل جنتیہ کسی کاغذ پر لکھیں اور چار اسموں کے نام ہر ایک کو نہ میں ہر ایک کا نام تحریر کر دو اور پھر طالب مطلوب کے ناموں کے عددوں کو پہلے اضلاع کی طرف سے پرٹھیں اور پھر قطاروں کو پڑھیں اور اسے اپنے پاس رکھیں اس طرح سے مطلوب نام لکھا ہو جاوے گا۔ اور ہمیشہ آپکے زیر سایہ رہے گا۔

نام طالب	۱۶	۱۲۰	۲۰۴	نام اس کا
۲۰۵	۱۳۶	۱۱	۱۶	۱۴۸
۱۲	۲۴	۲۰۴	۳۶	۱۱۲
۱۳۵	۱۲	۴	۱۴۵	۲۰۲
مطلب کا نام	۲۰۳	۱۳۲	۱۱۴	اسکی ماں کا نام

بیوی کو اپنے ماتحت کھنے کا منتر

اگر خاوند اور بیوی میں ہر روز لڑائی ہوتی رہتی ہو یا کسی وجہ سے

ناراضگی رہتی ہو یا بیوی خاوند سے لڑتی ہو تو شہر کو چاہیے کہ مندرجہ ذیل جنتیہ کو ایک کاغذ پر لکھ لیوے اور اس طرح اپنے پاس اس لکھے ہوئے جنتیہ کو رکھنے سے بیوی قابو میں آجاوے گی۔ اور ہر طرح سے محبت کرے گی۔ جنتیہ یہ ہے۔

۳۱۶۲۸۴	۳۱۶۲۸۱	۳۱۶۲۸۴	۲۲۱۶۳۶۰
۳۱۶۲۸۲	۳۱۶۲۶۱	۳۱۶۳۶۶	۳۱۶۳۸۲
۳۱۶۴۶۳	۳۱۶۲۸۶	۲۲۱۶۳۶۹	۳۱۶۳۶۹
۳۱۶۴۸۰	۳۱۶۲۶۵	۲۲۱۶۳۶۲	۳۱۶۳۸۵

کسی اور کو اپنی محبت میں قابو کرنے کا جنتیہ

اگر کسی اور کو اپنا فریقتہ و شیدائنا ہو یعنی اپنی محبت میں قابو کرنا ہو تو عامل کو چاہیے کہ مندرجہ ذیل جنتیہ کو کسی ایک کاغذ پر تحریر کرے بعد ازاں اس کو بے کر بکری کے دل کے درمیان رکھے اس طرح کرنے سے مطلوب کے پس منہ کو تمہاری خدمت میں حاضر ہو جاوے گا۔ اور جب تک زندہ رہے۔ تمہارے ماتحت رہے گا۔ جنتیہ یہ ہے۔

ہم روزہ لہ	المبارک	جمع
یہ لہ	۱۱ صبح اور	خدا
عصر اچ	دوہا امدی	مسن

فلاں بن فلاں علی حب ترک اک روک کہ روک کہ

ناراضی ہوا ہو