اسلامک طب
حصہ دوم

المعروف حقیقت قانون فطرت

مصنف محققِ طب حکیم صمارت خان نوشاہی

قادریہ کتب خانہ و دواخانہ گلی نمبر 2 شبستان چوک بھکھی روڈ شیخوپورہ

Marfat.com

33.2

ذخیرہ صاحبزادہ میاں جمیل احمد شرقپوری نقشبندی مجددی

جو 2001ء میں میاں صاحب نے

پنجاب یونیورسٹی لائبریری کو عطا فرمایا

Marfat.com

33
5832

بِسْمَ اللہ الرّحمن الرّحِیْم

یوتی الحکمۃ من یشاء و من یوتی الحکمۃ فقد اوتی خیرا کثیرا

ہم جسے چاہتے ہیں حکمت (دانائی) عطا کرتے ہیں اور جس کو ہم حکمت عطا فرمائی پس تحقیق اس کو خیر کثیر عطا فرمادی

5832

اسلامِک طب حصہ دوم

المعروف

حقیقتِ قانونِ فطرت

قادریہ کتب خانہ ودواخانہ گلی نمبر 2 شبستان چوک بھلکھی روڈ شیخوپورہ

Marfat.com

81114

جملہ حقوق بحق ناشر محفوظ

اس کتاب کا کوئی صفحہ یا مضمون کی اشاعت کسی فرد یا ادارے کو حق حاصل نہیں ہے کہ وہ شائع کرے اگر کوئی ایسا کرے گا اس کے خلاف قانونی کاروائی کی جائے گی حکیم صمارت خان نوشاہی

نام کتاب .... اسلامک طب حصہ دوم

مصنف .... محقق طب حکیم صمارت خان نوشاہی

کتابت .... محترمہ طبیبہ کنیز شافیہ

پروف ریڈنگ .... محترمہ طبیبہ حجاز یہ نورین و حکیم یونس عابد

اشاعت اوّل .... ماہ جمادی الثانی 1424 ہجری

ناشر .... محقق طب حکیم صمارت خان نوشاہی

تعداد .... 500 سو

قیمت .... 200 روپے

ملنے کا پتہ

قادریہ کتب خانہ و دواخانہ گلی نمبر 2 شبستان چوک بھکھی روڈ شیخوپورہ

Marfat.com

معنون

اپنی اس علمی تحقیق وفنی انکشاف اور تجدید طب کو قانونِ فطرت سے تدقیق دی گئی ہے جو احیائے طب اور ارتقائے فن کے لیے کی گئی ہے اسے اپنے مرحوم والدین اور محترم مولانا طاہر تبسم قادری صاحب ناظم اعلیٰ جامعہ نظامیہ رضویہ شیخوپورہ کے نام نامی اسم گرامی سے موسوم کرتا ہوں آپ نے علم وفن طب کو فروغ دینے کے لیے اور علما کو ان کی علمی وراثت لوٹانے کے لیے جامعہ میں باقائدہ طبی تعلیم کا سلسلہ شروع کروایا دیا ہے جو اس صدی کا قابلِ تحسین اقدام ہے

محققِ طب حکیم صمارت خان نوشاہی

جمادی الثانی 1424ھ ہجری

Marfat.com

میں اکیلا ہی چلا تھا جانب منزل مگر
لوگ ساتھ آتے گئے اور کارواں بنتا گیا

Marfat.com

فہرست

نمبر شمار	مضامین	صفحہ نمبر
1	معنون	
2	پیش لفظ	10
3	علم طب	16
4	علم حفظان صحت	16
5	حفظان صحت کے اہم عناصر	25
6	علم العلاج	47
7	علاج بالغذا کی اہمیت اور وسعت	48
8	حقیقت علاج بالغذا	63
9	زندگی اور ضرورت غذا	64
10	طاقت غذا میں ہے	68
11	روزہ اور وقفہ غذا	78
12	حرکت کا تعلق عضلات سے ہے	82
13	تحریک قدرت کا فطری قانون ہے	85
14	فضلات کی حقیقت	93

ذخیرہ

Marfat.com

نمبر شمار	مضامین	صفحہ نمبر
15	خواص الاغذا بہ قلب وعضلات	99
16	اشیاء کے اثرات اور جسم انسانی	100
17	اشیاء کی تین اقسام	104
18	ایلوپیتھی کی غذا کے متعلق تحقیقات	106
19	کھار ترشی اور نمک کے قلب وعضلات پر اثرات	109
20	مفرد اعضاء کے تحت ذائقے	110
21	جسم انسانی کو کیسی غذا کی ضرورت ہے	113
22	بناتاتی اغذیہ میں مکمل غذائیت نہیں	120
23	غذا بطور دواء	124
24	متوازن غذا کیا ہے	126
25	وٹامن کے استعمال میں غلط فہمی	149
26	غذائی علاج کے اصول	152
27	قلب وعضلات کے تحت ترتیب غذا	156
28	قلب وعضلات کے سکڑنے سے پیدا ہونے والی امراض کا غذائی علاج	158

Marfat.com

نمبر شمار	مضامین	صفحہ نمبر
29	قلب وعضلات کے پھیلنے سے پیدا ہونے والی امراض کا غذائی علاج	158
30	قلب وعضلات کے پھولنے سے پیدا ہونے والی امراض کا غذائی علاج	160
31	علاج بالدوا	161
32	علم ادویہ	161
33	کلیات الادویہ	163
34	ادویات کے افعال	165
35	انسان کی زبردست قوتیں	166
36	احساس وادراک اور قیاس	166
37	احساس وادراک اور قیاس کا فرق	167
38	علمی دنیا میں ایک نیا راز	169
39	احساس کی حقیقت	170
40	ادراک کی حقیقت	171
41	قیاس کی حقیقت	172

ذخیرہ

Marfat.com

نمبر شمار	مضامین	صفحہ نمبر
42	احساس وادراک اور قیاس کی بالفعل تشریح	174
43	نفس انسانی	177
44	تجربات کے آسان طریقے	187
45	علم کی حقیقت	198
46	حکمت کی تعریف	200
47	تجربات کے متعلق ایک غلط فہمی	206
48	عقل کے فیصلے غلط بھی ہو سکتے ہیں	209
49	علم طب کی ابتدا اور علم خواص الاشیاء	213
50	قیاس میں بھی غلطیاں ہوسکتی ہے	219
51	قیاس کے مبادیات اوران کی تشریح	228
52	اصل رنگ تین ہیں	254
53	قلب وعضلات پر ذائقوں کے اثرات	268
54	خواص اشیاء میں مفردات	268
55	خشکی پیدا کرنے والے مفردات	269
56	گرمی پیدا کرنے والے مفردات	270

Marfat.com

نمبر شمار	مضامین	صفحہ نمبر
57	تری پیدا کرنے والے مفردات	271
58	علاج بالدوا	273
59	علاج بالدوا کی اہمیت	273
60	دوا تجویز کرتے وقت کن باتوں کا خیال رکھنا ہوگا	274
61	اسلامی مجربات	275
62	مجربات کا علمی معیار	276
63	مجربات اور امراض میں مطابقت کی اہمیت	278
64	دوا کی تعریف	280
65	ادویات کی درجہ بندی	282
67	مجربات کی حقیقت	284
68	تشریح اصطلاحات	287
69	حار مجربات	289
70	یابس مجربات	295
71	رطب مجربات	299
72	دوا کی تاثیر تیز کرنے کا طریقہ	304

ذخیرہ

Marfat.com

صفحہ نمبر	مضامین	نمبر شمار
308	علاج بالدعا	73
309	دست شفا کرنے حاصل کا طریقہ	74
311	قلب کے سکڑنے سے پیدا ہونے والی امراض کی علاج دعا	75
312	قلب کے پھیلنے سے پیدا ہونے والی امراض کی علاج دعا	76
313	قلب کے پھولنے سے پیدا ہونے والی امراض کی علاج دعا	77
314	تسخیر خلائق کے عملیات	78
-317	معالج کے لیے ضروری ہدایات	79

Marfat.com

ذخیرہ

پیش لفظ

یہ حقیقت مسلمہ ہے کہ خداوند حکیم نے یہ زندگی اور کائنات اپنی مرضی سے تخلیق کی ہے اور اس کارواں دواں ہونا بھی اسی کی مرضی پر منحصر ہے اس میں انسان اور فرشتوں کے دخل کا کوئی تعلق نہیں ہے کہ وہ ذرہ کے برابر بھی اپنی مرضی سے کمی بیشی کر سکیں۔ مگر اللہ تعالیٰ کی ایک صفت عادل بھی ہے اور یہ صفت رحمان اور رحیم کے بعد سب سے بڑی صفت ہے کہ وہ مالک یوم الدین ہے یعنی جزا اور سزا کے دن کا مالک ہے یہ اُسی صورت میں ممکن ہو سکتا ہے کہ اگر مخلوق کو بھی کچھ اختیار دیئے جائیں۔ ظاہر میں تو یہ معلوم ہوتا ہے کہ مخلوق مجبور ہے مگر عقل کا تقاضا ہے کہ جزا اور سزا کا نتیجہ عدل ہے جو کسی فعل کے بغیر صادر نہیں ہو سکتے لیکن اگر غور و فکر سے دیکھا جائے تو یہ حقیقت سامنے آتی ہے کہ زندگی اور کائنات جو خداوند حکیم کی مرضی سے تخلیق ہوئی ہے اس میں زبردست حکمت پائی جاتی ہے یعنی جو کچھ بھی تخلیق ہوا ہے وہ سب کا سب کسی قانون کے مطابق ہے اس قانون کا نام قانونِ فطرت ہے جو حقیقت وسچائی ہے اور اسی کا نام رضائے الٰہی ہے قانون فطرت اور منشائے

Marfat.com

الٰہی ہے جس پر زندگی اور کائنات رواں دواں ہے یہی رضائے خداوندی ہے اس منشا الٰہی اور رضائے خداوندی کو تسلیم کرنا ہی اس کی اطاعت اور سلامتی ہے یہی حق پرستی اور حقیقت پسندی ہے جب حق وصداقت اور حقیقت وسلامتی کی پرواہ نہیں کی جاتی تو یہ نہ صرف رضائے خداوندی اور منشائے الٰہی کی بغاوت ہوتی ہے جو گناہ کا درجہ رکھتی ہے بلکہ قانونِ فطرت کی خلاف ورزی ہے جس کا نتیجہ اس کا ردِعمل ہے یہ ردِعمل زندگی میں بھی ہوتا ہے اور کائنات میں بھی ہوتا ہے جس سے زندگی اور کائنات میں خلل واقع ہو جاتا ہے زندگی کے معمولات اور اس کے اعضاء کے افعال میں خلل واقع ہو تو اس کو مرض کہتے ہیں اور اگر کائنات کے معمولات اور اس کے ستارگان کے افعال میں خلل واقع ہو جائے تو اس کو آفت کہتے ہیں یہ سب قانون فطرت کی خلاف ورزیاں ہیں اکثر لوگ زندگی کے خلل اور مرض کو تو سمجھتے ہیں مگر کائنات کے خلل اور آفت کو بہت کم لوگ سمجھتے ہیں جاننا چاہیے کہ اس کائنات کے ہر ذرہ کا ایک دوسرے سے گہرا تعلق ہے جیسے انسانی یا حیوانی یا نباتاتی جسم کے ہر ذرے کا آپس میں گہرا تعلق ہے بلکہ یہ تعلق اس قدر گہرا ہے کہ جسم کے ایک ذرے سے دوسرے ذرے تک خون دورہ کرتا ہے جس میں خون کی حرارت ورطوبت اور ارواح وغیرہ اور دیگر کیمیاوی اجزاء بھی

Marfat.com

دورہ کرتے ہیں
اسی طرح کائنات کے ہر ذرے میں بھی اس کی فضا اپنا دورہ کرتی ہے جس کے ساتھ اس کی حرارت ورطوبت اور روح وغیرہ اور دیگر کیمیاوی اجزاء بھی دورہ کرتے ہیں جیسے جسم کے کسی حصے میں کانٹا چبھ جائے تو وہاں پر درد کے ساتھ ہی سوزش پیدا ہو جاتی ہے جس کے ساتھ ہی خون وہاں پر اکٹھا ہو کر وہ حصہ ورم کی صورت اختیار کر لیتا ہے اور جسم میں ایک غیر معمولی تغیر پیدا ہو جاتا ہے جس کا نام ہم مرض رکھتے ہیں یہی صورت امراض کی بھی ہے کہ وہ بذات خود کوئی صورت نہیں رکھتے اصل میں زندگی کے نظام اور جسم کے اعضاء اور اُن کے افعال کا درست ہونا ہے جس کا نام صحت ہے جب اعضاء اوران کے افعال کی صورت درست نہیں رہتی تو اس کا نام مرض رکھ دیا جاتا ہے یاد رکھیں کہ مرض کی ماہیت کو سمجھنے کے لیے جب تک جسم کے طبعی اور صحت مند افعال وحالات کو ذہن نشین نہ کیا جائے اس وقت تک اس کے غیر طبعی افعال وحالات اور مرض پر عبور حاصل نہیں ہوسکتا اس مقصد کے لیے علم تشریح ابدان وعلم افعال الاعضاء کو سب سے پہلے ذہن نشین کرنا ضروری ہے حقیقت یہ ہے کہ علاج میں کامیابی کا راز صحیح تشخیص ہے جو ماہیت مرض جاننے کے بغیر حاصل نہیں ہوسکتی اور مرض کو سمجھے بغیر علاج کرنا نہ صرف

Marfat.com

گمراہی ہے بلکہ بہت بڑا گناہ ہے جب کوئی مریض معالج کے پاس آتا ہے تو پہلی بات جو اس کے ذہن میں ابھرتی ہے وہ یہ ہے کہ اس کو مرض کیا ہے بلکہ نفسیاتی طور پر مریض کے ذہن میں بھی یہی ہوتا ہے کہ اس کو کیا مرض ہے اس لیے طب کے طالب علم کو سب سے پہلے جس بات کا علم ہونا چاہیے وہ مرض کی ماہیت ہے اسی لیے علم طب کو دو حصوں میں تقسیم کیا گیا ہے پہلی صورت میں علم طب کے بارے جاننا ہے کہ یہ زندگی اور کائنات کن امور پر قائم ہے اور ماہیت امراض جاننے کے لیے حالات بدن اور اسبابِ امراض وعلم علامات حاصل کرنا ضروری ہے اور جسم میں غیر طبعی حالات اور اعضا کی ہیت وترکیب اور افعال میں کیا کیا تبدیلیاں واقع ہوتی ہیں اور اس سے قلب وعضلات پر غیر طبعی افعال کے کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں پھر مرض کی صورتیں کیوں اور کس طرح پیدا ہو جاتی ہیں جس کو جسم پورے طور پر ظاہر کر دیتا ہے

جاننا چاہیے کہ ماہیتِ امراض میں مرض کی ابتدائی صورت خون کے مزاج (کیفیات) یا خون کے کیمیاوی مادوں (اخلاط) سے قلب وعضلات میں تغیر پیدا ہو جاتا ہے جس سے جسم کے کسی بھی حصہ میں سوزش کی صورت قائم ہو جاتی ہے جس طرف خون کی تیزی بڑھ جاتی ہے اگر خون کے

Marfat.com

دباؤ سے وہاں پر سوزش رفع نہ ہو تو وہاں پر ورم کی صورت نمودار ہو جاتی ہے گویا مرض کی ابتدائی صورت سوزش ہی ہے جس میں درد خارش گرمی سرخی بھی شامل ہیں اس لیے ہم نے علم طب میں امراض کو سمجھانے کے لیے قانون فطرت کے اصولوں پر خون اور جسم کے اندر کیمیاوی تبدیلیوں کو اور تغیراتِ قلب کو مکمل طور پر بیان کیا گیا ہے تا کہ ہر معالج ماہیت الامراض سے پورے طور پر آگاہ ہو کر دسترس حاصل کرے اور یہاں سے معالج کی کامیابی اور کمال شروع ہوتا ہے ہر ذہین اپنے اندر کمال نہیں رکھتا اس مقصد کے لیے اس کتاب نے ایک مشکل، دور کر دی گئی ہے کہ جسم کے تمام امراض کو قانونِ فطرت یعنی قلب وعضلات کے تحت تقسیم کر دیا گیا ہے جس سے تشخیص میں بے حد آسانیاں اور علاج میں انتہائی سہولتیں پیدا ہو گئی ہیں جس کا مقابلہ فرنگی طب اور دیگر طریقہ علاج نہیں کر سکتے اس کا اندازہ صاحبِ فن اور اہلِ علم ہی کر سکتے ہیں

حصہ دوم میں طب عملی ہے جس میں حفظان صحت کے اصول بیان کیے گے ہیں اور علاج کے مختلف طریقے درج کیے گئے ہیں ان سب سے پہلے علاج بالغذا وعلاج بالدوا اور علاج بالدعا کو تفصیل سے درج کر دیئے گئے ہیں تا کہ فی زمانہ امراض نے جس قدر انسانوں کو پریشان کر رکھا ہے ان سے چھٹکارا

Marfat.com

حاصل ہو سکے اور اس میں یہ کوشش کی گئی ہے علاج حلال اشیا سے کیا جائے اسلامی وفطری قانون کو مدنظر رکھا گیا ہے امید ہے کہ ہمارے اس طریقہ علاج سے طبی دنیا میں ایک خاموش انقلاب آئے گا انشااللہ

محقق طب حکیم صمارت خان نوشاہی

جمادی الثانی 1424 ہجری

Marfat.com

علم طب

علم طب اس علم کا نام ہے جس کے ذریعے بدن انسانی کے حالات صحت اور حالات مرض کا پتہ چلتا ہے اور اگر صحت ہے ہو تو اس کی نگہداشت کی جائے تا کہ مرض پیدا نہ ہو جائے یعنی صحت کو برقرار رکھا جائے اگر حالت مرض ہو تو حتی الامکان اس کا ازالہ کیا جائے یا کوشش کی جائے کہ مرض کو صحت کی طرف لوٹایا جائے

علم طب کی تقسیم

علم طب دو حصوں میں تقسیم کیا گیا ہے طب علمی اور طب عملی

طب علمی پر اسلامک طب حصہ اول میں سیر حاصل بحث کی گئی ہے اسلامک طب حصہ دوم میں طب عملی پر بحث کی جائے گی

طب عملی کی تقسیم

طب عملی دو حصوں میں تقسیم ہوتی ہے (1) علم حفظان صحت (2) علم العلاج

علم حفظان صحت

علم حفظان صحت ایک ایسا علم ہے جس کے ذریعے ہم اپنی صحت کو قائم رکھ

Marfat.com

سکتے ہیں جاننا چاہئے کہ علم کی تین صورتیں ہیں (1) جبلی (2) اکتسابی (3) وہبی

جبلی علم

جبلی علم وہ علم ہے جو حکیم مطلق ہر جاندار کو جبلی طور عطا فرماتے ہیں جیسے چوہا بلی کی آواز سنتا ہے تو وہ ڈر کر بھاگ جاتا ہے اسی طرح بلی کتے کو دیکھتے ہی راہ فرار اختیار کر لیتی ہے کیونکہ جبلی طور پر چوہا اور بلی ان کو اپنا دشمن خیال کرتے ہیں اسی طرح سبزی خور جانور پیدا ہونے کے بعد اپنی غذا کے لیے سبزی کھانی شروع کر دیتے ہیں اور گوشت خور جانور گوشت کھاتے ہیں وہ ہزار بھوکے ہوں مگر سبزی نہیں کھائیں گے قدرت نے انسان میں بھی اسی قسم کا ایک جبلی شعور پیدا کر دیا ہے کہ بچے پیدا ہونے کے بعد فوراً ماں کی چھاتیوں کی طرف رجوع کرتا ہے اور اس کو ماں کی گود میں سکون حاصل ہوتا ہے تمام عمر اس کو جبلی علم یہ علم دیتا رہتا ہے کہ فلاں چیز میرے لئے مفید ہے اور فلاں چیز مضر ہے

اکتسابی

اکتسابی علم وہ علم ہے جو انسان کو خالق دو جہاں نے تجربات اور مشاہدات اور

Marfat.com

عقل کی روشنی سے عطا فرمایا ہے یعنی جب وہ کسی چیز کو اپنے تجربات اور مشاہدات کے بعد مفید یا مضر پاتا ہے تو اس کو اختیار یا اس سے اجتناب برتتا ہے اسی طرح جب اس کی عقل ان چیزوں کی طرف اشارہ کرتی ہے جن کی اس نے مفید یا مضر چیزیں تجربہ و مشاہدہ کی ہوں تو ان کو بھی وہ اپنے استعمال میں ضرورت کے مطابق لاتا یا پرہیز کرتا ہے

وہبی

وہبی وہ علم ہے جس کو اللہ تعالیٰ انسان کے قلب میں ادراک کے ذریعے پیدا کر دیتے ہیں کہ فلاں چیز تمہارے لئے مفید ہے یا مضر۔ اس علم کو وجدانی بھی کہتے ہیں کیونکہ قوت واہمہ اس میں خاص طور پر کام کرتی ہے یہاں یہ سمجھ لینا ضروری ہے کہ قوت وجدانی قوت واہمہ کی انتہائی ترقی یافتہ صورت کا نام ہے یہ وہبی علم کہیں تو ضرورت کے مطابق عام انسانوں کو حاصل ہوتا رہتا ہے لیکن اہل علم اور حکماء پر اس کا القاو انکشاف اور فیضان خصوصی طور پر ہوتا رہتا ہے اور وہ اپنی ضرورت کے مطابق اس کو علم اور عقل کی روشنی میں پرکھتے رہتے ہیں اور جب وہ تجربہ و مشاہدہ میں اور عقلاً صحیح ثابت ہوتا ہے تو اس کو عوام کی خدمت کے لئے پیش کر دیتے ہیں حکما سے بھی بہت زیادہ اس علم کا القاوٗ انکشاف اور فیضان نبوت و رسالت پر ہوتا ہے وہ اس سے اس زندگی اور

Marfat.com

کائنات کی ہر چیز کے خواص وفوائد قدرت سے حاصل کرتے ہیں اور دنیا کو مطلع کرتے ہیں تاکہ ان سے مستفیض ہو

جاننا چاہیے کہ یہاں پر ہم جس علم سے بحث کریں گے وہ اکتسابی ہی ہو جاتا ہے لیکن ہم اکتسابی اس علم کو کہیں گے جو ہمارے تجربات ومشاہدات اور عقل کی روشنی میں صحیح ثابت ہو صحیح ہونے کا معیار یہ ہے کہ ہم جب کبھی بھی تجربات ومشاہدات کے بعد نتیجہ دیکھیں تو وہی نکلنا چاہیے یا جب کبھی اس کے متعلق دلائل دیئے جائیں تو وہی نتائج برآمد ہوں اور اسی کو آج کل کی زبان میں سائنس کہتے ہیں

حرارت غریزی ورطوبت غریزی

علم حفظان صحت کا جہاں تک انسان کے جسم سے تعلق ہے اس کے لیے یہ نہایت ضروری ہے کہ انسان کے اعضائے جسم اور ان کے افعال کا پوری طرح علم ہو یہ علم اسی وقت سے شروع ہو جاتا ہے جب انسان کا نطفہ قرار پاتا ہے کیونکہ اگر اس دوران میں بھی اس نطفے کی نگرانی نہ کی جائے تو اس کے ضائع ہونے کا احتمال ہے جس چیز کی انسان کے حفظان صحت میں نگرانی کی سب سے زیادہ ضرورت ہے وہ اس کا مزاج طبیعت اور طاقت کا اعتدال ہے اور یہی چیز قرار نطفہ سے انسان کی موت تک مدِ نظر رہتی ہے سوال پیدا

Marfat.com

ہو جاتا ہے کہ یہ مزاج طبیعت اور طاقت کیا شے ہے اور ان کی نگرانی کیسے ہو سکتی ہے یہ ایک نہایت اہم سوال ہے اور صحت کے قیام کے لیے اس کا ذہن نشین کرنا سب سے پہلی بات ہے

جاننا چاہیئے کہ نطفہ قرار پاتے وقت کرم منی۔ حرارت غریزی اور رطوبت غریزی کا مجموعہ ہوتا ہے یہ نطفہ ایک جسم ہے جس کی پرورش رطوبت غریزی اور حرارت غریزی سے عمل میں آتی ہے انہی دونوں چیزوں سے اس کو غذا ملتی ہے اور اس میں نشوو ارتقاء اور تصفیہ کا عمل جاری رہتا ہے یہ دونوں چیزیں اگر اعتدال سے اپنا عمل جاری رکھیں تو نطفہ صحت کے ساتھ نشوو ارتقاء کے مراحل طے کر لیتا ہے اور اگر ان کا توازن قائم نہ رہے تو نطفہ کے ضائع ہونے میں کوئی شبہ نہیں جس کی صورت یہ ہے کہ اگر ان میں سے کوئی ایک بڑھ جائے تو دوسری کو فنا کر دے گی جس سے نطفے کی غذائیت یا تصفیہ و پرورش میں خلل واقع ہو جائے گا اور نطفہ ضائع ہو جائے گا مثلاً اگر حرارت بڑھ جائے تو رطوبت کو جلا دے گی اور رطوبت کی زیادتی حرارت کو ختم کر دے گی اسی توازن سے جسم انسان زندہ رہتا ہے اور اگر اس میں نمایاں فرق واقع ہو جائے تو انسان کی صحت نہ صرف خراب بلکہ بعض اوقات تباہ ہو جاتی ہے

Marfat.com

بدل ماتیحلل

نطفے کی حرارت ورطوبت اس قدر قلیل ہوجاتی ہیں کہ انہی سے انسان کے جسم کا کم وبیش ساٹھ ستر سال تک زندہ رہنا محال ہے اس لئے قدرت نے ان دونوں کے قیام ۔ تقویت اور امداد کے لیے بیرونی طور پر بھی رطوبت و حرارت کا انتظام کر دیا ہے جو اس حرارت غریزی کا معاون ہوتا ہے اور پھر تھوڑی بہت حرارت ورطوبت غریزی کو جو نطفہ قرار پانے کے بعد خرچ ہونا شروع ہوجاتی ہے پورا کرتا رہتا ہے اور انسان کی ضرورت کو پورا کرتا رہتا ہے اس رطوبت اور حرارت کو انسان کی ضروریات کو پورا کرتی رہتی ہے بدل ماتیحلل کہتے ہیں

سوال پیدا ہوتا ہے کہ بدل ماتیحلل حرارت غریزی اور رطوبت غریزی کی کمی کو پورا کرتا ہے یا خود پر خرچ ہوکر ان دونوں کا قائم مقام بن جاتا ہے

اعتراض

یہاں پر اعتراض وارد ہوتا ہے کہ اگر بدل ماتیحلل خود حرارت غریزی اور رطوبت غریزی کی کمی کو پورا کرتا رہتا ہے یعنی خود حرات ورطوبت غریزی بن جاتا ہے تو پھر حرارت غریزی اور رطوبت غریزی جن کو حرارت اصلی اور

Marfat.com

رطوبت اصلیہ بھی کہتے ہیں اور جن سے اعضائے اصلیہ تیار ہوتے ہیں ان کی کوئی ہستی نہ رہی کیونکہ ہم ان کو مصنوعی طور پر تیار کر سکتے ہیں اور اگر وہ حرارت اور رطوبت جو ان کا بدل ماتیحلل بنتی ہے وہی کام انجام دے سکتی ہے جو حرارت غریزی اور رطوبت غریزی انجام دیتی ہے تو پھر بڑھاپا کیوں آتا ہے اور موت کیوں واقع ہوتی ہے

جواب

اس کا جواب یہ ہے کہ حرارت غریزی اور یہ رطوبت غریزی کا بدل ماتیحلل نہیں بن سکتا جو رطوبت اور حرارت بدل ماتیحلل کے طور پر خرچ ہوتی ہے وہ صرف ایک ضرورت ہے جو پوری کی جاتی ہے اور اس سے رطوبت و حرارت غریزی کی مدد کی جاتی ہے تا کہ وہ جلدی تحلیل ہو کر ختم نہ ہو جائے اس کی مثال ایک چراغ کی ہے جس کی روشنی۔ بتی اور تیل تینوں بیک وقت کام کرتی ہیں چراغ کی روشنی حرارت غریزی میں رطوبت غریزی اور تیل بدل ماتیحلل ہے یہ بدل ماتیحلل جہاں ایک طرف چراغ کی روشنی کو قائم رکھتا وہاں دوسری طرف اس کی بتی کو جلنے نہیں دیتا

صحت کی حفاظت کے لیے یہ ضروری ہے کہ حرارت غریزی چراغ کی روشنی کی طرح اعتدال سے جلتی رہے اور اس کی رطوبت غریزی بھی ایک دم فنا نہ

81114

Marfat.com

ہو جائے یہ وہ اعتدال ہے جو دونوں میں قائم رکھا جاتا ہو اگر رطوبت بڑھ جائیں تو حرارت کا ختم ہونا اغلب ہے اور حرارت کی زیادتی سے رطوبت کا جل جانا لازمی ہے

خون

نطفہ جب تک علقہ نہیں بنتا اس وقت تک وہ اپنی غذا اپنے اندر کی رطوبت سے حاصل کرتا ہے اور جب علقہ بن جاتا ہے اس کا تعلق رحم سے پیدا ہو جاتا ہے اور وہ اپنی غذا ماں کے رس سے حاصل کرتا ہے پیدائش کے بعد اسکو اول یہ غذا ماں کے دودھ سے اور پھر دنیاوی اغذیہ اور اشربہ سے حاصل ہوتی رہتی ہے جس سے اس کا بدل ما تیحلل پورا ہوتا رہتا ہے

ان امور سے ثابت ہوا کہ طبیب انسانی صحت کی حفاظت تو کر سکتا ہے لیکن اس پر یہ فرض عائد نہیں ہوتا کہ وہ انسان کا شباب برقرار رکھے یا اس کو ایک طویل عمر تک زندگی دے سکے موت کا روک دینا تو اس کے بس کا بالکل روگ نہیں کیونکہ نطفہ کے قرار پانے کے بعد حرارت غریزی اور رطوبت غریزی کچھ نہ کچھ ضرور خرچ ہوتی رہتی ہے اور عمر کے ساتھ ساتھ ان میں ایک خاص قسم کی کمی واقع ہوتی رہتی ہے جس طرح چراغ کے جلنے میں اس بتی کے تھوڑا تھوڑا جلنے کے ساتھ ساتھ وہ کم ہوتی رہتی ہے یہاں تک کہ وہ ختم ہو جاتی ہے

Marfat.com

یہی صورت انسانی زندگی کی بھی ہے کہ وہ آخر میں حرارت غریزی اور رطوبت غریزی کے ختم ہونے کے بعد ختم ہو جاتی ہے اس لئے ہمیشہ کے لیے شباب اور زندگی ناممکنات میں ہے

اطبا کے فرائض صرف حفظان صحت کے اصولوں کا ذہن نشین کرانا ہے تا کہ صحت قائم رہے البتہ جب مرض پیدا ہو جائے تو اس کو صحت کی طرف لوٹانا اس کا کام ہے صحت کے قیام کے لیے اہم چیز حرارت غریزی اور رطوبت غریزی کی پوری نگرانی اور ان کے بدل ما تیحلل کو صحیح طریقوں پر پورا کرنا ہے اور یہ کوشش بھی جاری رہے کہ رطوبات اصلیہ میں کوئی فساد یا تعفن پیدا نہ ہونے دے اگر وہ اپنے ان مقاصد میں کامیاب رہا تو انسان اپنی طبعی عمر کو پہنچے گا اور اس کی قوت اور صحت ایک صحیح حالت قائم رہے گی

موت

موت دو قسم کی ہوتی ہے (1) طبعی (2) غیر طبعی۔ طبعی وہ موت ہے جو حرارت ورطوبت غریزی کے پورے طور پر خرچ ہونے کے بعد واقع ہو جس کے متعلق اطبا کا خیال ہے کہ وہ سوا سو سال سے ڈیڑھ سو سال تک ہونی چاہیے کیونکہ ان کا اندازہ ہے اکہ انسان پچیس تیس سال تک اپنی جوانی کو پہنچتا ہے اور اس کو اس کے بعد پانچ گنا عرصے تک زندہ رہنا چاہیے اور اگر

Marfat.com

اس کے دوران میں وہ کسی مرض کا شکار ہو جاتا ہے یا ڈوب جاتا ہے یا پھانسی لگ جاتا ہے یا گر کر مر جاتا ہے وغیرہ تو یہ اس کی غیر طبعی موت ہو گی

حفظان صحت کے اہم عناصر

حفظان صحت کے اہم عناصر حسب ذیل تین ہیں

1۔صحت کے قیام کے لیے بدل ما تیحلل کی جو ضرورت ہے وہ ایک مسلمہ امر ہے اور بدل ما تیحلل ہمیشہ اغذیہ واشربہ سے حاصل کیا جاتا ہے اس لئے حفظان صحت میں سب سے اول چیز اغذیہ واشربہ ہیں کہ ان کو اپنی ضرورت کے مطابق صحیح اصولوں پر استعمال کرے اور ان سے بدل ما تیحلل حاصل کرے

2۔غذا کے بعد دوسری اہم چیز یہ ہے کہ انسان کے جسم میں غذا کھانے کے بعد جو فضلات اکٹھے ہوتے ہیں ان کو باقاعدگی کے ساتھ اخراج کرنے کی کوشش کرتا رہے اس کی صورت جسم کو اعتدال کے ساتھ حرکت دینے اور کام میں لگانے سے عمل میں آتی ہے جس میں ورزش بھی شریک ہے کیونکہ سکون محض جسم میں فضلات کو روک دیتا ہے

3۔انسان اپنی قوتوں کو ضرورت سے زیادہ خرچ ہونے سے بچاتا رہے ضرورت سے زیادہ جسمانی اور دماغی محنت اور حرکت سے یہ قوتیں ضائع

Marfat.com

ہونے لگتی ہیں

یہ تینوں باتیں اگر اعتدال پر قائم ہیں تو صحت انسانی کی حفاظت اچھے طریق پر ہوسکتی ہے اس مقصد کے لیے اسباب ستہ ضروریہ جن کا ذکر اسلامک طب حصہ اول میں کیا گیا ہے بہت حد تک کافی ہیں بعض اہم باتوں کا ذکر مندرجہ بالا تین اصولوں کے متعلق کیا جاتا ہے جو صحت کے لیے بے حد مفید اور ضروری ہیں

اغذیہ واشربہ

غذا کی مقدار میں اعتدال کو قائم رکھنا اور غذا کے استعمال کے بعد کچھ سکون کرنا ضروری ہے

یادداشت

غذا کھانے سے قبل یہ ضروری ہے کہ بھوک شدت سے لگی ہوئی ہو بغیر بھوک کے کبھی غذا کی طرف ہاتھ نہیں بڑھانا چاہیے بھوک میں بھی اس امر کو ملحوظ رکھا جائے کہ بھوک دو قسم کی ہوتی ہے صادق۔کاذب اشتہائے صادق کی علامات یہ ہیں کہ جسم میں فرحت ہوگی اور وہ ہلکا ہوگا اور گرم معلوم ہوگا غذا کھاتے وقت لذت محسوس ہوگی اشتہائے کاذب میں یہ باتیں نہیں ہوں گی

Marfat.com

بلکہ کمزوری محسوس ہوگی دل میں گھٹنے کی سی حالت پائی جائے گی اور کھانے میں بے دلی سی قائم رہے گی کھانے کے بعد جسم بے حد سُست اور بوجھل رہے گا بلکہ بعض اوقات حرکت کرنے کو دل نہیں چاہتا ہر غذا پہلی غذا کے ہضم ہونے کے بعد کھانی چاہیے اگر چہ بھوک بھی کیوں نہ لگی ہو اور اشتہائے صادق کی عام علامات پائی جائیں کیونکہ ہر غذا جو ہم کھاتے ہیں اس کے ہضم ہونے میں کم سے کم چھ سات گھنٹے خرچ ہوتے ہیں اور اس کے بعد وہ غذا معدے اور چھوٹی آنتوں سے اتر کر بڑی آنتوں میں چلی جاتی ہے اگر چھ سات گھنٹے سے قبل کھا لیا جائے تو طبیعت پہلی غذا کی طرف مصروف ہوتی ہے اور اگر اس کو ہضم کئے بغیر چھوڑ دے اور دوسری کی طرف مصروف ہو جائے تو پہلی غذا میں تعفن اور فساد پیدا ہو جائے گا اور اگر دوسری کی طرف توجہ نہ دے تو اس میں بھی تعفن وفساد پیدا ہونا ضروری ہے ایک وقت میں مختلف غذاؤں کا اکٹھا استعمال کرنا درست نہیں۔

یادداشت

مختلف اغذیہ میں بعض لطیف اور بعض ثقیل ہوتی ہیں اور طبیعت لطیف اغذیہ کو جلدی ہضم کر لیتی ہے اور ثقیل اغذیہ دیر تک اندر پڑی رہتی ہیں نیز بعض اغذیہ ایک دوسرے کی مخالف ہوتی ہیں مثلاً مچھلی اور دودھ ۔ترشی اور

Marfat.com

دودھ۔ ستو اور دودھ انگور اور سری کا گوشت' انار اور چاول اور سرکہ۔ ان کو

ایک ساتھ اکٹھا کھانے سے پرہیز کرنا چاہئے

اگر غذا چربی والی ہو تو اس کے ساتھ نمکین یا چرپری چیزیں کھائی جائیں اور اسی طرح اس کے برعکس بہتر یہ ہے کہ ہمیشہ ایک ہی غذا نہ کھائی جائے بلکہ تبدیلی کے ساتھ کھائی جائے بھوک کو روکنا مناسب نہیں کیونکہ ایسا کرنے سے معدے کی طرف خراب مواد گرتے ہیں غذا دن کے معتدل وقت میں کھانی چاہئے موسم سرما میں دوپہر کے وقت اور موسم گرما میں صبح و شام کھانا مناسب ہے کھانے سے مراد یہاں پیٹ بھر کے کھانا اور پورا کھانا مراد ہے ایک ہی قسم کے کھانے بار بار کھانے سے اور ایک ہی ذائقہ بار بار استعمال کرنے سے جسم میں نقصان پیدا ہوتا ہے مثلاً ترش غذاؤں کے بکثرت اور متواتر استعمال سے بڑھاپا جلد آجاتا ہے نزلہ زکام اکثر رہتا ہے اعضاء میں خشکی پیدا ہو جاتی ہے اعصاب کمزور ہو جاتے ہیں اسی طرح نمکین چیزیں بدن کو لاغر اور دل میں ضعف پیدا کرتی ہیں میٹھی چیزیں و بھوک کو ضعیف اور بدن کو گرم کرتی ہیں ان کی مضرت کو ترش غذا سے اور ترش غذا کی مضرت کو میٹھی غذا سے دفع کرنا چاہئے پھیکا اکثر کھانے سے بھوک جاتی رہتی ہے اور بدن میں سستی پیدا ہو جاتی ہے اس لیے اس کی مضرت کو نمکین اور چرپری

Marfat.com

چیزوں کے استعمال سے دور کرنا چاہیے

مشروبات

مشروبات میں تین چیزیں خاص طور پر شریک ہیں (1) پانی (2) دودھ (3) شراب (مشروب)

پانی

پانی اکثر پیاس کے وقت پیا جاتا ہے اور پیاس کھانے کے دوران میں بھی لگتی ہے اور بعد بھی اور بغیر کھانے کے بھی۔ پانی پینے کا وقت پیاس ہے خواہ غذا کے ساتھ یا اس کے بعد وغیرہ

یادداشت

جاننا چاہیئے کہ پیاس دو قسم کی ہوتی ہے صادق۔ کاذب صادق پیاس کا مقصد یہ ہوتا ہے کہ وہ معدے میں پڑی ہوئی غذا کو رقیق بنائے اور اس کو باریک شریانوں سے گزارنے کے لیے ذریعہ بنے غذا کے دوران میں بھی جب پیاس لگتی ہے تو اس کی دو صورتیں ہوتی ہیں اول معدے میں تیز اور سوزش پیدا کرنے والی اغذیہ کی بے چینی اور دوسری معدے میں انتہائی خشکی جو غذا کھانے کے ساتھ اکثر بڑھ جاتی ہے اور طبیعت اس کو رقیق کرنے کے لیے پانی

Marfat.com

طلب کرتی ہے پیاس کاذب کی پہچان یہ ہے کہ اگر پیٹ بھر کر تسلی کے ساتھ بھی پانی پی لیا جائے اور پھر بھی پیاس نہ بجھے اس کی وجہ عام طور پر شور بلغم یا لیسدار مواد کی معدے میں زیادتی ہوتی ہے جس کو طبیعت رفع کرنا چاہتی ہے لیکن ٹھنڈا پانی پینے سے بلغم اور بھی جم جاتی اور مادہ شور میں زیادتی واقع ہو جاتی ہے اسی طرح تخمہ اور ہیضہ میں بھی پیاس کی شدت ہوتی ہے جس کی وجہ غذا کا کچا ہونا اور معدے میں سوزش اور متعفن مواد کی موجودگی ہوتی ہے اس کا علاج یہ ہے کہ پانی کے لیے کچھ دیر توقف کیا جائے اور اگر توقف ممکن نہ ہو تو گرم پانی تھوڑا تھوڑا دیا جائے یا بغیر دودھ کے چائے دی جائے مرض میں شدت ہو تو مناسب علاج کیا جائے بعض دفعہ دماغی اور اعصابی سوزش میں بھی شدید پیاس لگتی ہے اس کا بھی مناسب علاج کیا جائے بعض اوقات تر میووں کے استعمال سخت ورزش اور محنت ۔ حمام اور جماع کے بعد جب پیاس لگے تو پانی سے روکنا چاہیے جہاں تک ممکن ہو نہار منہ پانی نہیں پینا چاہیے

دودھ

دودھ غذائیں شامل ہے اور اس کو غذا کے طور پر یا غذا کے ہمراہ استعمال کرنا چاہیے یہ ہرگز نہ کیا جائے کہ یہ پانی کے قائم مقام نہیں ہے بغیر غذا کے

Marfat.com

استعمال کیا جائے دودھ استعمال کرنے کا بہترین وقت کا ناشتہ ہے ناشتے کے ہمراہ اس کو استعمال کرنے سے صحت پر بہت اچھا اثر پڑتا ہے دودھ ہمیشہ نیم گرم ہو اور اس کو ہلکا شیریں بھی کر لینا چاہیے اسی طرح بعض لوگ دودھ میں پانی ملا کر اس کی لسّی بھی پیاس کے وقت پیتے ہیں اس کے متعلق یہ جاننا ضروری ہے کہ اس کے اثرات اپنے اندر بالکل دودھ کی طرح غذائیت کے ہیں البتہ اس میں برودت زیادہ پیدا ہو جاتی ہے اور اس کے اکثر استعمال سے معدہ ٹھنڈا اور سوئے مزاج بارد کے امراض پیدا ہو جاتے ہیں اول تو اس کا استعمال ہی نہیں کرنا چاہیے لیکن جب استعمال کی جائے تو غذا اور اس کے درمیان کافی وقفہ ہونا چاہیے

دہی کی لسی

دہی کی لسی بھی غذا میں شریک ہے اور اس کو بھی ہمیشہ غذا کے مقام یا اس کے ہمراہ استعمال کرنا چاہیے اس کے بکثرت استعمال سے حرارت غریزی کم ہو جاتی ہے اور نفخ شکم کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے اس کا استعمال دوپہر کو غذا کے ہمراہ کرنا چاہیے

شراب (مشروب)

Marfat.com

شربت کا استعمال بغیر طبیب کی مرضی کے کبھی نہیں کرنا چاہئے کیونکہ اسمیں نقصان بہت زیادہ اور فوائد بہت ہی کم ہیں اس کا سب سے بڑا نقصان یہ ہے کہ ترش مشروبات کے استعمال سے خواہشات نفسانی بھڑک اٹھتی ہیں جو کسی صورت نہیں بجھتیں جس سے طبیعت انتہائی منقبض ہو کر دل کے لیے بے حد نقصان کا باعث ہوتی ہے جہاں تک اس کے فوائد کا تعلق ہے اس کو اکثر اعتدال سے قلیل مقدار میں ضرورت کے مطابق طبیب حاذق کے مشورے سے استعمال کیا جائے تو یہ تمام جسم کے اعضا میں نشوو ارتقا اور قوت کی صلاحیت پیدا کرتی ہے اور ساتھ ہی گندے فضلات کو چھانٹ دیتی ہے اور جسم میں صالح مواد کو جذب کرنے کی صلاحیت پیدا کرتی ہے لیکن ان فوائد کے ساتھ ساتھ جب اس کے اثرات بڑھتے جاتے ہیں تو انہی چیزوں کے لیے سخت نقصان کا باعث ہوتی ہے اس کے اثر بہت بڑھنے کا سبب یہ ہوتا ہے کہ اس ایک دفعہ شروع کرنے کے بعد خواہ وہ دواء ہی کیوں نہ کیا جائے چھوڑنا مشکل ہو جاتا ہے گویا یہ تھوڑے ہی عرصے میں ایسی عادت بن جاتی ہے کس کا چھوڑنا تقریباً ناممکن ہے اس کو چھونا بھی بجائے فوائد کے باعث نقصان ہے

حرکت وعمل

Marfat.com

:حرکت وعمل میں تین چیزیں اہم ہیں (1) ورزش (2) مالش (3) حمام

یادداشت

جاننا چاہئے کہ تین چیزیں اس لیے اہم ہیں کہ جسم انسان پر ان کے اثرات سے فضلات اندر نہیں رکتے اور اخراج پا جاتے ہیں ان کی ضرورت اس لیے اور بھی زیادہ ہے کہ دنیا میں کوئی غذا بھی ایسی نہیں جس کا فضلہ نہ بنے اور اسی طرح کوئی دوا بھی ایسی نہیں جو ان فضلات کو پوری طرح جسم سے خارج کردے اور اس کا نقصان طبیعت کو نہ پہنچے اس لیے اس مقصد کے حصول کے لیے ایک ہی صورت ہے کہ جسم کو حرکت وعمل کی عادت ڈالی جائے اس میں ورزش ایک ایسی چیز ہے جس میں بغیر کسی اور تدبیر اور خرچ کے انسان اپنا مقصد حاصل کرسکتا ہے مگر مالش اور حمام میں ایک خاص اہتمام کی ضرورت ہے بہرحال ضرورت کے مطابق ان کا استعمال لازمی اور مفید ہے کیونکہ اگر یہ فضلات جسم کے اندر چھوڑ دیئے جائیں تو اکٹھے ہو کر تین قسم کا نقصان پیدا کرتے ہیں

1۔ ان میں تعفن پیدا ہو کر جسم کی رطوبات برباد ہونا شروع ہو جاتی ہیں

2۔ رطوبات کی زیادتی حرارت غریزی کو ضائع کر دیتی ہے

3۔ مادے کی رکاوٹ رگوں یا آنتوں میں سدے پیدا کرنے کا باعث ہوتی

Marfat.com

ہے ان فضلات کا اخراج جس احسن طریقہ پر ورزش ۔ مالش اور حمام سے ہو سکتا ہے وہ کسی اور دوا و تدبیر سے ممکن نہیں اس کے علاوہ ورزش ۔ مالش اور حمام کے بعد جسم اکثر ہلکا اور خوشی محسوس کرتا ہے بھوک بڑھ جاتی ہے جسم مضبوط ہونا شروع ہو جاتا ہے اور روز بروز زیادہ طاقت کا احساس ہونے لگتا ہے

ورزش

ورزش ایک ایسی حرکت ارادیہ ہے جس میں بڑے بڑے سانس لینے کی ضرورت پڑتی ہے ورزش مادی امراض کو رفع کرتی ہے حرارت غریزیہ کو برانگیختہ کرتی ہے جوڑوں کو سخت بناتی ۔فضلات کو تحلیل کرتی اور مسامات کو کھولتی ہے اس کی دو قسمیں ہیں

(1) وہ جو تمام جسم کے لیے عام ہو یعنی اس کا اثر تمام بدن پر پڑے مثلاً دوڑنا سیر کرنا۔ گھوڑا دوڑانا۔ کشتی لڑنا وغیرہ

(2) وہ جو صرف بعض اعضا کے ساتھ مخصوص ہیں مثلاً اونچی آواز سے پڑھنا سر و سینہ اور آلات تنفس سے فضلات پاک اور غذا کو قبول کرنے کے لیے مستعد ہوتے ہیں بھاری پتھر اٹھانا سخت کمان کا کھینچنا۔ گیند بلا کھیلنا۔ ان سے دونوں ہاتھوں۔ گردن۔ سینہ دونوں شانوں اور پشت کا تنقیہ ہوتا ہے تیز چلنا

Marfat.com

بھی خاص ورزش ہے اس سے دونوں رانوں اور دونوں پنڈلیوں کا تنقیہ ہوتا ہے

یادداشت

ورزش کا اچھا وقت وہ ہوتا ہے جب بدن غلط فضلات اور براز سے پاک ہو اور غذا ہضم ہو چکی ہو اس کے لیے بہتر وقت صبح یا تیسرا پہر ہے ورزش عام طور پر معتدل ہونی چاہیے زیادہ شدید قسم کی ورزش بعض اوقات نقصان کا باعث ہوتی ہے معتدل ورزش میں تھکن کم ہوتی ہے دوران خون جلد کی طرف آ کر اس کو سرخ کر دیتا اور پھیلا دیتا ہے اور ہلکا ہلکا پسینہ آتا ہے جب پسینے میں شدت اور جسم میں تھکن کی زیادتی محسوس ہو تو فوراً ورزش چھوڑ دینی چاہیے بعض ورزشیں جسمانی اثر کے ساتھ روحانی اثرات بھی رکھتی ہیں مثلاً مقابلے کی دوڑ۔ گھوڑ دوڑ۔ گیند بلا وغیرہ جن میں ورزش کے ساتھ جیتنے ہارنے کی مسرت اور افسوس بھی شامل ہوتا ہے جس سے نفس میں حرکت پیدا ہوتی ہے

بعض ورزشوں کے فوائد

کشتی کی سیر اخلاط میں تحریک و ہیجان پیدا کرتی ہے اور اس سے جذام۔ استسقا اور سکتہ کو بھی اکثر فائدہ ہو جاتا ہے رات کے وقت کشتی کی سیر مقوی

Marfat.com

قلب ہے لیکن اس میں چاند کی تیز روشنی لازمی ہے تیر نے سے معدہ بہت زیادہ مقوی ہو جاتا ہے تیز تیز چلنا گردوں کو صاف کرتا اور ضعف جگر میں بہت مفید ہے باغات کی سیر باعث فرحت قلب اور دماغ میں سرور لاتی ہے شدید قسم کی ورزشیں جیسے کشتی کھیلنا۔ پتھر اٹھانا جسم سے بلغم کو خارج کرتا ہے

مالش

مالش سے مراد یہ ہے کہ کوئی شخص کسی دوسرے شخص کے جسم کو تیل یا بغیر تیل کے ملے اس کی کئی قسمیں ہیں مثلاً صلب جو اعضاء کو مضبوط بناتی ہے لین جو ڈھیلا کرتی ہے کثیر جو متواتر کی جائے یہ اعضاء کو دبلا کرتی ہے معتدل یہ موٹا کرتی ہے کھجلی (جو کھردرے کپڑے یا ہاتھ سے کی جائے) یہ خون کو ظاہر بدن کی طرف جذب کرتی ہے اور نرم مالش جو نرم ہتھیلی یا نرم کپڑے سے کی جائے تو مساموں کو بند کرتی ہے یعنی اس عضو کی طرف کھینچ کر وہاں جمع کر دیتی ہے

یادداشت

مالش کا طریقہ یہ ہے کہ ابتداء میں قوت کے ساتھ شروع کی جائے اور پھر آہستہ آہستہ نرم کر دی جائے اگر تیل لگانا ہو تو شروع میں ہی لگا لیا جائے

Marfat.com

حمام

حمام سے مراد بند کمرے میں گرم پانی یا گرم بخارات سے غسل کرنا ہے یا اس میں اس وقت تک ٹھہرنا ہے کہ جس سے جسم کے فضلات پسینہ کے ذریعہ اخراج پائیں حمام کے اندر سرد پانی سے غسل کرنے کو حمام نہیں کہتے بلکہ حمام میں گرم پانی یا گرم بخارات کا استعمال لازمی ہے

حمام کے تین کمرے ہونے چائیں پہلا کمرہ معتدل دوسرا گرم تر اور تیسرا گرم خشک اور ہر کمرے میں اس کے مطابق ہی ہوا استعمال کی جائے گرم کمرے میں معتدل پانی یا معتدل کمرے میں بہت تیز گرم پانی نہ استعمال کیا جائے کیونکہ یہ گرمی پیدا کرتا ہے اچھا حمام وہ ہے جو عرصہ دراز کا بنا ہوا ہو اس کے کمروں کی فضا کشادہ اور ہوا پاک صاف ہو پانی شیریں ہو اور اس میں اس قسم کا ایندھن نہ جلایا جائے جس میں کسی خاص قسم کی بو وغیرہ پائی جائے حمام کو بہت زیادہ گرم نہیں ہونا چاہئے کیونکہ وہ زیادہ تحلیل کا باعث ہوتا ہے اور اعضا کو ڈھیلا بنا دیتا ہے اور نہ ہی پانی ٹھنڈا ہونا چاہئے کیونکہ وہ پسینہ نہیں لاتا اور حمام کا ایسا ہونا ضروری ہے کہ جسم پر پسینہ آجائے اور ہلکی سی حرارت حاصل کرلے

Marfat.com

حمام کا طریقہ وفوائد

نہار منہ حمام کرنا بدن کو خشک کرتا ہے اور پیٹ بھرا ہونے کی حالت میں موٹا بناتا ہے اور غذا کو ظاہر بدن کی طرف جذب کرتا ہے لیکن ایسا حمام سدے پیدا کرتا ہے اس لیے بہتر یہ ہے کہ حمام نہ تو نہار منہ کیا جائے اور نہ سیر شکم ہونے کی حالت میں ۔ حمام میں کسی چیز کے کھانے پینے سے پرہیز کرنا چاہئے کیونکہ ایسا کرنے سے وہ ہضم ہونے سے قبل ہی راستوں کے کشادہ ہونے کی وجہ سے دور کے اعضا تک پہنچ جاتی ہے حمام میں زیادہ دیر تک بیٹھنے سے ضعف اعضا کی طرف فضلات گرنے لگتے ہیں جسم سُست پڑ جاتا ہے اعصاب کو ضرر پہنچتا ہے حرارت سے تحلیل ہو جاتی ہے اور غذا کی خواہش اور قوت باہ ساقط ہو جاتی ہے یہ باتیں اور مضرتیں صرف حمام میں زیادہ عرصہ بیٹھنے پر ہی موقوف نہیں بلکہ خود حمام بھی ان تمام مضرتوں کو پیدا کرتا ہے

یادداشت

جب تک جسم اعتدال پر نہ آ جائے اس وقت تک حمام کے پہلے کمرہ میں رہنا چاہیے اور جب باہر نکلنے کا ارادہ ہو تو بدن کو خوب ڈھانپ لینا چاہیے تاکہ ہوا نہ لگ جائے جن لوگوں میں صفراء کی زیادتی ہو ان کو گرم حمام نہیں کرنا چاہیے

Marfat.com

عام طور پر خالی شکم حمام کرنے سے لاغری پیدا ہوتی ہے جو لوگ ریاضت کم کرتے ہیں ان کو اکثر ایسا حمام کرنا چاہیے جس سے پسینہ آ جائے آب سرد سے غسل کرنا بدن قوی کرتا ہے مگر سردی کے وقت سرد پانی سے غسل نہیں کرنا چاہیے کیونکہ اس سے کمزوری پیدا ہوتی ہے بچوں بوڑوں اور مریضوں کو سرد پانی کے غسل سے روکنا چاہیے

جسم وقوت کی کثرت تحلیل اور شدید محنت

اس کے ذیل میں تین صورتیں ہیں (1) جسمانی اور دماغی محنت (2) جذبات کی زیادتی (3) مباشرت

جسمانی اور دماغی محنت

جسمانی اور دماغی محنت کی کثرت جسم میں بہت زیادہ تحلیل پیدا پیدا کرتی ہے جس کو بدل ما تیحلل پورا نہیں کر سکتا اور ضعف واقع ہو جاتا ہے عام طور پر جسمانی محنت زیادہ سے زیادہ ایک وقت میں چار گھنٹے اور پھر ایک گھنٹہ وقفہ کے بعد دو گھنٹہ سے زیادہ نہیں کرنی چاہیے جسمانی محنت کرنے والوں کے لئے لازمی ہے کہ غذا پیٹ بھر کر کھائیں اور اس میں گوشت کی مقدار کافی ہونی چاہیے دماغی محنت کرنے والوں کے لئے زیادہ سے زیادہ ایک وقت

Marfat.com

میں تین گھنٹے اور پھر ایک گھنٹہ وقفہ کر کے بعد ڈیرھ گھنٹے سے زیادہ دماغی کام نہیں کرنا چاہیے اس سے زیادہ دماغی محنت اعصاب میں تحلیل اور اعضاء رئیسہ میں ضعف پیدا کرتی ہے دماغی محنت کرنے والوں کے لئے ضروری ہے کہ اپنی غذا میں غلہ کم اور دودھ اور گھی پھل اور میوجات کا زیادہ استعمال کریں گوشت کا استعمال ان کے دل کے چاہنے کے مطابق کرنا چاہیے اور نہ ہی تو چاہے تو بھی کریں البتہ مچھلی کا استعمال ان کے لئے مفید ہے جسمانی اور دماغی محنت کرنے والوں کے لئے لازمی کہ کبھی کبھار اپنے کام سے چھٹی کریں اور وہ وقت تفریح میں خرچ کریں

جذبات کی زیادتی

جذبات کی شدت نہ صرف جسم میں امراض پیدا کرتی ہے بلکہ جسم کو کثرت تحلیل کرتی ہے زیادہ غصہ اور غم سے دل میں تحلیل پیدا ہوتی ہے غصے کی حالت میں ٹھنڈا پانی پینا چاہیے غم کی حالت میں مسرت کے ایام اور خدائے رحیم کی رحمت کا تصور ذہن میں تازہ کرنا چاہیے خوف کی حالت میں اعصاب تحلیل ہوتے ہیں اور بعض اوقات بے ہوشی طاری ہو جاتی ہے ایسے وقت میں خوف زدہ آدمی میں غصہ پیدا کرنا چاہیے تاکہ خوف رفع ہو جائے مسرت اور لذت کے جذبات کی کثرت سے ضعف جگر پیدا ہوتا ہے اور بعض اوقات

Marfat.com

جگر کی اس قدر تحلیل ہو جاتا ہے کہ صحت خطرے میں پڑ جاتی ہے اعتدال سے زیادہ لذت اور مسرت میں گرفتار نہیں رہنا چاہیے اور زیادہ قہقہے بھی نہیں مارنے چاہیے اس سے بھی اکثر جسم میں تحلیل کی صورت پیدا ہو جاتی ہے

مباشرت

مباشرت کی صورت میں ذیل کی باتوں پر شدت سے عمل کریں

(1) بالکل خالی پیٹ مباشرت نہ کی جائے اور کھانے کے فوراً بعد بھی یہ عمل نقصان رساں ہے

(2) بیماری کی حالت میں مباشرت سے قطعاً پرہیز کیا جائے

(3) جسم میں اگر کسی کیفیت کی زیادتی (گرمی تری خشکی) کا شدید احساس ہو تو اس وقت بھی مباشرت سے پرہیز کرنا چاہیے

(4) غم اور خوف وغصہ کی حالت میں بھی اس سے دور رہنا چاہیے

(5) حیض اور نفاس کے ایام میں مباشرت سے بہت دور رہنا چاہیے

(6) کم سن لڑکیوں سے پرہیز کرنا بہت ضروری ہے کیونکہ اس سے عضو مخصوص میں تحلیل پیدا ہوتی ہے

(7) اغلام بازی کے قریب بھی نہیں جانا چاہیے اس سے اعضاء مخصوصہ میں بے حد ضعف اور خرابی واقع ہوتی ہے

Marfat.com

(8) کثرت جماع سے پرہیز کیا جائے اس سے اعصاب کو سخت نقصان پہنچتا ہے اور عام طور پر اس سے فالج، رعشہ اور تشنج کے امراض پیدا ہو جاتے ہیں اور قلب و بینائی میں ضعف واقع ہو جاتا ہے

ذیل کی صورتوں میں مباشرت مفید ہوتی ہے اور صحت کو تقویت حاصل ہوتی ہے

(1) جب اس کی شدید خواہش پیدا ہو یعنی بغیر کسی بیرونی تحریک کے شہوت کا غلبہ ہو

(2) مکمل تنہائی ہو کیونکہ دوسرے کا خوف ضعف قلب پیدا کرتا ہے

(3) جب جسم میں فرحت وانبساط اور خاص قسم کا سرور پایا جائے

نوٹ۔ مباشرت نیک صالح اولاد کے حصول کے لئے کرنی چاہیے اگر یہ مقصد نہیں ہے تو نفسانی خواہش کے فعل کو نہ اپنایا جائے کیونکہ قانون فطرت میں خواہش اور ضرورت میں امتیاز کرنا چاہیے خواہشات کی تکمیل کرنے والا صفت انسانی سے دور ہو جاتا ہے بلکے مقام حیوانی سے بھی نیچے گر جاتا ہے آپ نے اکثر دیکھا ہوگا کہ کبھی کوئی حیوان بلا ضرورت جفت نہیں ہوتے انسانوں کو بھی ان سے سبق سیکھنا چاہیے

مباشرت سے پرہیز کرنے گرانی بدن، تاریکی چشم، ورم خصیہ، ورم کنج ران جیسے

Marfat.com

تکلیف دہ امراض پیدا ہوتے ہیں عورتوں میں اختناق الرحم ضعف قلب اور اکثر غشی کے دورے شروع ہو جاتے ہیں

یادداشت

مباشرت کے روز نہانا دھونا خوشبو لگانا عمدہ کپڑے پہنا ضروری ہے متعفن اور گندے مقام سے دور رہنا چاہیے مباشرت کی تمام شکلوں میں سے بدترین صورت یہ کہ عورت مرد کے اوپر آئے اس طرح مرد کے اعضائے مخصوصہ میں نقصان واقع ہو جاتا ہے صحیح صورت یہ ہے مرد عورت کے اوپر ہو مباشرت سے پہلے آپس میں خوشی اور مسرت کی باتیں کریں اور جسم کے مخصوص حصوں پر مساس کرنا چاہیے جب تک جسم میں جوش اور لذت کی شدت نہ پیدا ہو جائے اس وقت تک مباشرت نہ کی جائے اس سے میاں بیوی دونوں کے انزال میں سہولت ہوتی ہے اور دونوں کا انزال ضروری ہے اگر یہ صورت نہ ہو تو اعضائے رئیسہ میں نقصان واقع ہو جاتا ہے اوپر ذکر کردہ خراب امراض پیدا ہو جاتے ہیں

مباشرت اگر ضرورت کے مطابق کی جائے تو اس سے جسم ہلکا پھلکا محسوس ہوتو ہے تھکن دور ہو جاتی ہے اس کے بعد بہت اچھی تسلی بخش نیند اتی ہے بھوک بڑ جاتی ہے اس جسمانی و دماغی محنت کرنے کو جی چاہتا ہے اور اگر اس کے بعد

Marfat.com

تھکن سستی اور کمزوری واقع ہو تو یہ جان لیں کہ مواصلت ضرورت کے مطابق نہیں کی جا رہی بلکہ لذت و شوق کے تحت لائی گئی ہے یہ صورت نقصان رساں ہے اور اس سے ضعف اعضائے رئیسہ پیدا ہوگا اور بڑھاپا جلد آتا ہے

مباشرت کے بعد تھوڑی دیر سونا لازمی ہے بعض لوگ اس کے بعد دودھ پی لیتے ہیں یا حلوا اور کوئی مقوی چیز یا مقوی دوا استعمال کرنے کے عادی ہوتے ہیں تا کہ مواصلت کا بدل ماتیحلل ہو جائے لیکن یہ عادت بجائے فائدہ کے نقصان دہ ہے کیونکہ اس وقت دوران خون میں تیزی ہوتی ہے اور خون دور دور سے اپنے فضلات کا اخراج کر رہا ہوتا ہے اور ایسے وقت پر کھانا کھانے سے کا ایک طرف اخراج رک جاتا ہے اور دوسری طرف طبیعت نئی کھائی ہوئی غذا کی طرف پوری توجہ نہیں دیتی اور اس میں فساد پیدا ہو جاتا ہے کم از کم گھنٹہ ڈیڑھ گھنٹہ کے بعد جب بدن اعتدال پر آ جائے تو غسل کرے اور بعد میں کچھ کھایا جائے اور اگر ایسی عادت پڑ گئی ہو تو ایسے موقع پر جو چیز مفید ہے وہ خوشبودار پان ہے

عورتوں کو ایام حمل اور زمانہ رضاعت میں جب تک بچہ دودھ نہ چھوڑ دے مباشرت سے پرہیز کرنا چاہیے کیونکہ اس سے بچے کی صحت پر بُرا اثر پڑتا ہے

Marfat.com

اوراس سے بچے کو اکثر اسہال، پیچش اور بخار کی شکایت رہتی ہے اور اوقات دق اطفال اورام الصبیان جیسے امراض پیدا ہوجاتے ہیں جس سے بچہ سوکھ کر کانٹا ہوجاتا ہے بچہ کو دوسال دودھ پلانا ضروری ہے

تندرست آدمی کو محض شوق کی خاطر مقوی باہ یا ممسک ادویات کا استعمال نہیں کرنا چاہیے کیونکہ وہ نہیں جانتا کہ وہ کن اعضاء کے لیے مفید ہے اور اکثر اوقات کسی عضو کو زیادہ تیز کرنے سے بھی اس میں ضعف واقع ہوجاتا ہے اسی طرح طلاوغیرہ کا استعمال بھی بجائے فائدہ کے نقصان دہ ہے یہ سب چیزیں مریضوں کے لئے ہیں

بعض لوگ حمل کی روک تھام کیلئے ایسی صورتیں عمل میں لاتے ہیں جس سے حمل قرار میں رکاوٹ ہو مثلاً انزال کے وقت عضو مخصوص کو باہر نکال لینا عضو مخصوص پر ربڑ کی تھیلی چڑھالینا یا عورتوں کے جسم میں مواصلت کے بعد ایسی ادویات کا رکھنا جن سے نطفہ ضائع ہوجائے یہ ساری صورتیں مرد اور عورت دونوں کے لئے مضرت رساں ہیں ان سے دل ودماغ دونوں پر بُرا اثر پڑتا ہے اور منی کے صحیح طور پر خارج نہ ہونے کی وجہ سے بعض اوقات مردوں کو جنون، مالیخولیا اور دردسر کی شکایت ہوجاتی اور عورتوں میں اختناق الرحم اور سیلان وغیرہ کے امراض پیدا ہوجاتے ہیں اسقاط حمل بھی عورتوں کی

Marfat.com

صحت پر بہت بُرا اثر ڈالتا ہے ایک اسقاط دس بچوں کی پیدائش سے برابر اثرات رکھتا ہے اور حقیقت یہ ہے کہ بچے کی پیدائش سے عورت کی صحت پر بُرا اثر نہیں پڑتا بلکہ اس کے لئے توانائی کا اثر رکھتا ہے

ہر بچہ جو پیٹ میں پرورش ونشو ونما پاتا ہے اور اس میں زندگی کے نئے آثار پیدا ہوتے ہیں تو اس کی اس نمو کا اثر ماں پر بھی پڑتا ہے اور اس میں نئ زندگی اور حرارت پیدا کر دیتا ہے

تدابیر موسم

موسم بھی انسان پر اثر انداز ہوتے ہیں اس لئے ان کے غیر معمولی اثرات سے بچنے کی تدابیر کرنی چاہیے خصوصاً ان لوگوں کو جن کے مزاج کے لئے تکلیف دہ ہوں علاج کے دوران میں بھی موسم کا خیال رکھنا چاہیے کیونکہ بعض امراض بعض موسموں میں مشکل العلاج ہوتے ہیں اور بعض موسموں میں تیز اور تند ادویہ استعمال نہیں کی جاسکتی چند ضروری باتیں درجہ ذیل ہیں

(1) مواسم بہار کے اوائل میں جلدی فصد اور اسہال کرایا جائے اور تمام گرم تر چیزوں سے پرہیز کیا جائے

(2) موسم گرما میں غذا اور ورزش میں کمی کر دی جائے سایہ میں بیٹھنا جسم کو دھوپ سے بچانا آرام وآسائش سے رہنا گرمی بجھانے والی اشیا کا استعمال

Marfat.com

اس موسم میں لازمی ہے عادی لوگوں کو قے کرانے میں تاخیر و تساہل نہ کریں

(3) خزاں میں خشکی پیدا کرنے والی اشیاء اور سرد پانی کا استعمال' سرد مکان میں سونا درست نہیں ہوتا نیز اس کے اوائل میں استفراغ کیا جائے تمام ایسی چیزیں کھائی جائیں جو قدرتر گرم ہوں

(1) موسم سرما میں فصد اور قے سے پرہیز لازمی ہے مگر بقدر ضرورت اسہال کی اجازت ہے اس موسم میں غذا کا بکثرت مگر بقدر ہضم استعمال کریں کیونکہ اس موسم میں ہضم اچھا ہو جاتا ہے

یادداشت

حاملہ عورت کو فصد سنکیاں اسہال اور قے سے پرہیز کرنا چاہیے البتہ اشد ضرورت کے وقت اجازت ہے اسی طرح حمل کے دوران میں شدید خوف' غصہ' ہولناک آوازوں نیز تیز خوشبوؤں سے پرہیز کرنا چاہیے

علم العلاج

علاج معالجہ کرنے کا طریقہ جاننا

علاج کرنے کے طریقوں کو جاننا علاج چار طریقوں سے کیا جاتا ہے

(1) علاج بالغذا (2) علاج بالدوا (3) علاج بالید (اپریشن یا فصد کے

Marfat.com

ذریعہ) (4) علاج بالدعا یہاں ہم صرف تین طریقہ ہائے علاج تفصیل بیان کریں گے

علاج بالغذا

علاج بالغذا کی اہمیت اور وسعت

خداوند کریم نے بھوک پیدا کی ہے تا کہ انسان کو اپنی ضرورت غذا کا احساس ہو لیکن بھوک میں جو خوبیاں ہیں انسان نے ان کو نظر انداز کر کے اپنی غذائی ضرورت کا دارومدار اپنی خواہشات پر مقرر کر دیا ہے یعنی جس چیز کو دل چاہا جب بھی چاہا کھا لیا اس طرح رفتہ رفتہ بھوک کا تصور ہی ختم کر دیا اس طرح ضرورت غذا اور خواہش غذا کا فرق ہی ختم ہو گیا لیکن قدرت کے فطری قوانین ایسے ہیں جو لوگ ان کی پیروی نہیں کرتے یا ان کو سمجھے بغیر زندگی میں من مانی کرتے ہیں تو اس کا نتیجہ امراض کی شکل میں ظاہر ہوتا ہے

تاریخی اہمیت

جمہور حکماء اور اطبائے متقدین و متاخیرن بلکہ ہر دین کے علماء کا بھی اس حقیقت پر اتفاق ہے کہ بھوک ایک مرض ہے اور اس کا علاج حسبِ ضرورت اور مناسب غذا کا کھانا ہے دنیا میں کوئی بھی ایسا مذہب نہیں ہے

Marfat.com

جس نے غذا کی اہمیت وضرورت اور استعمال پر کچھ نہ کچھ لکھا ہو اور اسلام میں تو اس قدر لکھا گیا ہے کہ اس پر ایک طویل کتاب بن سکتی ہے اسلام نے اس کو اس قدر وسعت اس لیے دی ہے کہ غذا سے مندرجہ ذیل صورتین پیدا ہوتی ہیں

1۔غذا سے انسانی کردار پیدا ہوتا ہے

2۔غذا زندگی کی ضرورت ہے

3۔ رزق اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے جن لوگوں کی ان حقائق پر نظر ہے وہ شخصیت اور قوم کی تعمیر کے لیے بڑا کام کرتے ہیں

آیورویدک

ایک انتہائی قدیم طریقہ علاج ہے اس کی قدامت اس قدر قدیم ہے کہ اس کا تعین کرنا مشکل ہے البتہ یہ کہا جاتا ہے کہ چین کی تہذیب وتمدن ہند سے قدیم ہے اس لیے اس کا علم وفن قدیم کہا جا سکتا ہے بہر حال جہاں تک دونوں کے علم وفن طب کا تعلق ہے دونوں کی بنیاد کیفیات ومزاج اور اخلاط پر ہے یہ بھی کہا جاتا ہے کہ قدیم زمانے میں ہند اور چین ایک ہی ملک تھے اور ان کی تہذیب وتمدن بھی ایک تھا اس لیے ممکن ہے کہ آیورویدک ہی نے چینی طب کی شکل اختیار کر لی ہو بہر حال آیورویدک اپنی بنیاد پت وپرکرتی اور

Marfat.com

دوشوں کے مطابق ہر غذا و دوا اور آب و ہوا کے استعمال میں ارکان ومزاج اور اخلاط کو مدنظر رکھے بغیر علاج نہیں کرسکتی اس طریق علاج میں سب سے اہم تاکید یہ ہے کہ علاج کے دوران میں پت و پر کرتی اور دوشوں کو مدنظر رکھتے ہوئے اول غذا سے علاج کیا جائے اگر مرض میں شدت ہوتو پھر مجرب مفرد ادویات سے علاج کیا جائے پھر بھی اگر مرض باقی ہوتو مجرب مرکبات سے مرض کو دور کیا جائے اور ادویات کے علاج کے دوران میں بھی غذا کو پت و پر کرتی اور دوشوں کے تحت ہی استعمال کیا جائے اور یہی صحیح آیورویدک علاج ہے

طب یونانی میں غذا کی اہمیت

طب یونانی کی قدامت بھی تقریباً آیورویدک کے برابر قدیم ہے کیونکہ ابتدا جب یونان میں اس کی ترتیب وتدوین ہوئی اور اس نے کتابی صورت اختیار کی تو اس کا نام طب یونانی رکھا گیا لیکن یہ حقیقت ہے کہ طب ہزاروں سال یونانی دور سے قدیم ہے جس طرح مختلف تہذیبوں اور تمدنوں میں عروج و زوال پیدا ہوتا گیا طب میں بھی نشو و رتقا پیدا ہوتا گیا چین و ہند کے بعد تہذیب وتمدن بابل و نینوا میں نظر آتی ہے جس کو آج کل عراق و عرب اور مڈل ایسٹ کہتے ہیں اس کے بعد تہذیب وتمدن کا کمال مصر میں نظر آتا ہے

Marfat.com

ابوالہول، اہرام مصر، (پیرامائڈ) آج بھی اس پر گواہ ہیں جہاں پر بے شمار فرعون گزرے ہیں اس کے بعد یہی تہذیب وتمدن اور ثقافت روما سے گزرتی ہزاروں سالوں میں یونان پہنچی۔ اگرچہ مصر میں کاغذ کی ابتدا ہوئی تھی علم وفن کی تحریرات مقبروں سے ملی ہیں لیکن یونان خصوصًا بقراط کے زمانے میں علم و فن طب کی کتابی صورت میں ترتیب و تدریس ہوئی جس پر اسلامی دور تہذیب وتمدن میں چار چاند لگ گئے لفظ ''طب'' بذات خود عربی نام ہے لیکن احترامًا یونانی لفظ ساتھ قائم رہا ہے یہ علم وفن ایمانداری کی دلیل ہے طب یونانی میں علاج تین صورتوں میں کیا جاتا ہے (1) علاج بالتدبیر (2) علاج بالدوا (3) علاج بالید (سرجری)

علاج بالتدبیر

علاج بالتدبیر میں تین باتیں شامل ہیں اول اسباب ستہ ضروریہ جو مندرجہ ذیل ہیں (1) ہوا اور روشنی (2) ماکولات ومشروبات (3) حرکت وسکون بدنی (4) حرکت وسکون نفسیاتی (5) نیند و بیداری (6) استفرغ و احتباس (دوم) کیفیات ومزاج اور اخلاط میں تغیر وتبدل (سوم) ماحول اور حالات میں نظم یعنی مریض جس تکلیف وہ ماحول میں گھرا ہوا ہے اور مشکل حالت میں اس میں بہتر تبدیلی پیدا کرنا

Marfat.com

چونکہ ان تینوں باتوں کا تعلق بالواسطہ یا بلاواسطہ طور پر غذا سے ہے اس لیے یہ سب کچھ علاج بالغذا میں شریک ہیں ان کے علاوہ جہاں تک کا تعلق ہے اس میں طب کا قانون درجہ ذیل ہے

ماکولات ومشروبات

ماکول ومشروب (کھانا پینا) میں وہ سب چیزیں شامل ہیں جو منہ کے ذریعے جسم میں پہنچائی جاتی ہیں ان کی چھ صورتیں ہیں (1) غذائے مطلق (2) دوائے مطلق (3) سم مطلق (4) غذائی دوائی (5) دوائے غذائی (6) دوائے سمی، جن کی مختصر تفصیل درج ذیل ہے

غذائے مطلق: خالص غذا کو کہتے ہیں جب وہ بدن میں داخل ہوتی ہے تو بدن سے متاثر ہو کر متغیر ہو جاتی ہے لیکن بدن میں کوئی تغیر پیدا نہیں کرتی بلکہ خود جزو بدن بن کر بدن کے مشابہ ہو جاتی ہے یعنی خون میں تبدیل ہو جاتی ہے مثلاً دودھ، گوشت اور روٹی وغیرہ

دوائے مطلق: خالص دوا جب وہ بدن میں داخل ہوتی ہے تو بدن سے متاثر ہو کر بدن میں تغیر پیدا کر دیتی ہے اور آخر کار جزو بدن ہوئے بغیر بدن سے خارج ہو جاتی ہے جیسے زنجبیل، بادیان اور ملٹھی وغیرہ

Marfat.com

سم مطلق: خالص زہر۔ جب وہ جسم میں داخل ہوتو وہ خود تو بدن سے متاثر نہ ہو لیکن بدن کو متغیر کر کے اس میں فساد پیدا کر دے مثلاً سنکھیا' کچلہ افیون وغیرہ

غذائے دوائی: غذا میں کچھ دوائی اثرات شامل ہوں جب بدن میں داخل ہوتی ہے تو بدن سے متاثر ہو کر متغیر ہو جاتی ہے اور خود بھی بدن کو متاثر کرتی ہے اس کا زیادہ حصہ جز و بدن بنے اور کچھ حصہ جز و بدن بنے بغیر جسم سے خارج ہو جائے مثلاً مچھلی و میوہ جات

دوائے غذائی: دوا میں کچھ غذائی اثرات شامل ہوں جب بدن میں داخل ہوتی ہیں تو بدن سے متاثر ہو کر متغیر ہو جاتی ہے اور خود بھی خون کو متاثر و متغیر کرتی ہے اس کا تھوڑا حصہ جز و بدن بنتا ہے اور زیادہ حصہ جز و بدن بنے بغیر جسم سے خارج ہو جاتا ہے میوہ جات و گھی اور نمک و مٹھاس وغیرہ

دوائے سمی: دوا جس میں کچھ زہریلے اثرات شامل ہوں جب بدن میں داخل ہوتی ہے تو بدن سے بہت کم متاثر ہوتی ہے اور بدن کو بہت زیادہ متاثر و متغیر کرتی ہے اور نقصان پہنچاتی ہے جیسے نیلا تھوتھا اور پارہ وغیرہ

Marfat.com

ماکول ومشروب کے صورتیں

ماکول ومشروب (کھانے پینے) کے اثرات کی صورتیں یہ ہیں کہ اگر فقط مادہ سے اثر انداز ہوتو اسے غذا کہتے ہیں اگر صرف کیفیات کا اثر زیادہ ہے تو دوا ہے اگر اس کا اثر مادہ و کیفیت دونوں سے ہوتو اگر مادہ زیادہ ہے تو غذائے دوائی اور اگر کیفیت زیادہ ہے تو دوائی غذائی کہتے ہیں اگر صرف اپنی نوعیہ سے اثر کرے تو اسے دوالخاصہ کہتے ہیں جس کی دوصورتیں ہیں اول دوالخاصہ موافقہ، تریاق اور دوسرے دوالخاصہ مخالفہ جیسے زہر۔ اگر مادے اور صورت نوعیہ سے اثر انداز ہوتو غذائے دوالخاصہ اور اگر کیفیت اور صورت نوعیہ سے اثر کرے تو اس کو دواذ والخاصہ کہتے ہیں

اس مختصر تفصیل سے اندازہ ہوگا کہ غذا کے اثرات اور وسعت کس قدر طویل ہے یعنی ادویات میں بھی غذائی اثرات شامل ہیں اس لیے علاج بالغذا میں ایسی تمام ادویات شامل ہیں اور ہماری روزانہ زندگی میں ان کا کثرت سے استعمال بھی ہوتا ہے جیسے نمک اور مٹھاس وغیرہ اور ایسی خالص ادویات بھی شامل ہیں جو روزانہ زندگی کا جزو ہیں زنجبیل و مرچ سیاہ اور گرم مصالحہ وغیرہ

غذا کی اقسام

Marfat.com

غذا کی دو اقسام ہیں جو مندرجہ ذیل ہیں (1) غذائے لطیف (2) غذائے کثیف

غذائے لطیف: ہلکی پھلکی قسم کی ایسی غذا جس سے رقیق خون پیدا ہو جیسے آب انار وغیرہ

غذائے کثیف: بھاری یا بھدی قسم کی ایسی غذا جس سے غلیظ (گاڑھا) خون پیدا ہو مثلاً گائے کا گوشت وغیرہ

پھر ہر ایک کی دو صورتیں ہیں (1) صالح الکیوس یا فاسد الکیوس (2) کثیر الغذا یا قلیل الغذا

صالح الکیوس: ایسی غذا جس سے جسم کے لیے بہترین خلط پیدا ہو جیسے بکرے کا گوشت اور ابلا ہوا انڈہ وغیرہ

فاسد الکیوس: وہ غذا جس سے ایسی خلط پیدا ہو جو بدن کے لیے مفید نہ ہو جیسے مولی یا نمکین سوکھی مچھلی وغیرہ کیموس کے معنی خلط کے ہیں

کثیر الغذا: کثیر الغذا وہ غذا ہے جس کا اکثر حصہ خون بن جائے جیسے برشت انڈے کی زردی وغیرہ

Marfat.com

قلیل الغذا: قلیل الغذا وہ غذا ہے جس کا تھوڑا سا حصہ خون بنے جیسے پالک کا ساگ

غذائے لطیف • کثیر الغذا اور صالح الکیوس کی مثال زردی بیضہ نیم برشت انڈہ اور ماء اللحم (یخنی) ہے

غذائے کثیف ۔ قلیل الغذا اور فاسد الکیوس کی مثال خشک' گوشت' بیگن' مسور اور باقلا ہیں

پانی

پانی چونکہ ایک ایسا بسیط رکن ہے اس لئے بدن کی غذا نہیں بنتا بلکہ غذا کا بدرقہ بنتا ہے یعنی غذا کو پتلا کر کے باریک تنگ راستوں میں پہنچانے کا کام کرتا ہے

بہترین پانی

چشموں کا پانی سب سے بہتر ہوتا ہے اور چشموں میں سے بہتریں چشمہ وہ ہے جس کی زمین خاکی ہو اور اس کی صفت یہ ہو کہ اس کا پانی شیریں ہو اور اس کا پانی مشرق کی طرف بہتا ہو اس کا سرچشمہ دور ہو بلندی سے پستی کی

Marfat.com

طرف آئے اور اس پر آفتاب کی روشنی پوری طرح پڑتی رہے

یہ یاد رہے کہ موجود پانی جو ہمارے گردوپیش میں ہے وہ بسیط پانی نہیں ہے جیسا کہ ارکان کے بیان میں لکھا جا چکا ہے بلکہ یہ مرکب پانی ہے اور کئی چیزوں سے مرکب ہے یہ پیٹ میں جا کر پھٹ جاتا ہے اور اس میں سے خالص (رکن) پانی جسم میں اپنے وہ فرائض انجام دیتا ہے جن کا ذکر اوپر کیا گیا ہے

دوسرے درجہ کا پانی

چشموں کے پانی کے بعد بارش کے پانی کا درجہ ہے لیکن اس میں بھی بہترین پانی وہ ہے جو پتھریلے گڑھے میں جمع ہو گیا ہو اور اس پر خوب دھوپ پڑتی ہو اور اس کے ساتھ شمال اور مشرق کی ہواؤں کے تھپیڑے لگتے ہوں ان پانیوں کے علاوہ دوسرے سب تیسرے درجہ کے ہیں جیسے دریاؤں نہروں اور ندی نالوں وغیرہ کا پانی۔

آج کل شہروں کے اندر پمپنگ اور ڈسٹنگ کا انتظام ہے یعنی پانی کو مشین کے ذریعے کھینچ کر اس کی تقطیر کی جاتی ہے جو انسان ضرورت کے لیے ایک اچھی قسم کا پانی بن جاتا ہے لیکن یہ پانی بھی چشموں اور بارش کے پانی کا جو اپنی صفات میں پورے ہوں مقابلہ نہیں کرسکتا

Marfat.com

ایلوپیتھی میں علاج بالغذا کو اہمیت

ایلوپیتھی میں بھی علاج الامراض میں دواء کے ساتھ غذا کا تعلق ضرور رہا ہے لیکن غذا کو علاج میں کوئی اہمیت نہیں دی گئی اگرچہ خواص الاغذیہ اور علاج بالغذا پر بے شمار کتب لکھی گئی ہیں لیکن علاج بالغذا کو فن کی حیثیت سے کبھی نہیں اپنایا گیا

گزشتہ تیں سالوں سے خصوصًا دوسری جنگ عظیم میں علاج بالغذا پر بہت کچھ لکھ گیا ہے لیکن مقام حیرت ہے کہ اس کو نہ تو عوام میں اور نہ ہی معالجین میں وہ مقبولیت حاصل ہوئی جس کا وہ واقعی مستحق تھا حالانکہ غذا کے متعلق یورپ و امریکہ نے جو تھیوریاں اور نظریات پیش کیے ہیں اگر ان کو جمع کیا جائے تو کئی مقبول کتب بنتی ہیں لیکن اکثر غلط اور بے معنی تھیوریوں اور نظریات نے نہ صرف عوام اور معالجین کا نقصان کیا بلکہ عوام کو ان کی ان تحقیقات سے نفرت سی ہوگئی جو نئی تحقیقات کے بعد گزشتہ تھیوریوں اور نظریات کو غلط قرار دے دیتی ہیں یہ تھیوریاں اور نظریات اکثر انہی کمپنیوں کی طرف سے شائع ہوتی رہیں جو غذائی قسم کی تجارت کرتی ہیں لیکن ان کے برعکس جو کمپنیاں دوائیوں کا کاروبار کرتی ہیں انہوں نے اس کو کبھی برداشت نہیں کیا اور عوام کے ذہن میں فوری شفا اور آرام بخش ادویات کی لذت اور شوق پیدا کر دیا لیکن یہ نہیں

Marfat.com

سوچنے دیا کہ کہ فوری شفا اور آرام بخش ادویات صرف مسکنات و مخدرات اور نشہ آور ہی ہو سکتی ہیں یہی وجہ ہے کہ ایلوپیتھی میں کوکین اور اس کے اقسام مارفیہ اور اس کی بنی ہوئی ادویات کے ساتھ ساتھ افیون و بھنگ اور دھتورا کا اس کثرت سے استعمال کیا جاتا ہے کہ شاید ہی کوئی دوا اس کے بغیر استعمال ہوتی ہو

امریکہ کے ایک ڈاکٹر ویلے نے جو ماہر علاج بالغذا سمجھے جاتے تھے ایک بار کہا تھا کہ بہت جلد ایسا دور آنے والا ہے کہ ڈاکٹر مریضوں کو نسخے دیں گے وہ ادویات نہیں بلکہ اغذیہ ہوں گے اس امر میں کوئی شک نہیں کہ جو کچھ ڈاکٹر موصوف نے کہا تھا وہ درست ہے کیونکہ موجودہ سائنسی دور میں جو کچھ غذائیات پر تحقیقات ہوئی ہے اگر اس کو سلیقہ سے ترتیب دے دیا جائے تو علاج بالغذا پر ایک بہت بڑا خزانہ سامنے آجاتا ہے جس کی مختصر حقیقت درج ذیل ہے

غذائی تجزیہ

غذا میں پانچ اجزا کا ہونا ضروری ہے (1) پروٹین۔ اجزائے لحمیہ (2) فیٹس اجزائے روغنیہ (3) کاربوہائیڈریٹس۔ شکری اور نشاستہ دار غذا (4) سالٹس نمکیات (5) واٹر پانی۔ جس غذا میں ان سے کسی ایک جزو کی کمی بیشی رہے

Marfat.com

گی تو یقیناً امراض پیدا ہوں گے اور ایسا ہوتا ہے

وٹامن کی ضرورت

مندرجہ بالا غذائی اجزا کے ساتھ ان میں ایک قسم کا جو ہر بھی ہوتا ہے جس کو وٹامین (حیاتین) کہا جاتا ہے جس غذا میں یہ وٹامن نہ ہوں یا ضائع ہو جاتے ہیں یہ تجربات کیے گئے اور درست ثابت ہوئے ہیں ان کو علاج بالغذا کے طور پر استعمال کیا گیا لیکن ایلوپیتھی کو کامیابی نہ ہوئی کیونکہ ان کو ادویات کی صورت دے دی گئی یا ادویات میں شامل کر لیا گیا اور مقصد علاج بالغذا ختم ہو کر رہ گیا

جب ایلوپیتھی کی یہ تحقیق سامنے آئی کہ انسان کی بناوٹ میں چودہ پندرہ قسم کے نمکیات پائے جاتے ہیں جیسے کیلشیم وفیرم اور سلفر و پوٹاشیم وغیرہ اور ان کی کمی بیشی اور خرابی سے امراض پیدا ہوتے ہیں اگرچہ یہ اجزاء ادویات میں شمار ہوتے ہیں لیکن دوسری طرف یہی اجزا ہماری اغذیہ کے اجزا بھی ہیں گویا جن امراض میں ان اجزا کی کمی ہو اسی قسم کی غذا استعمال کرا دینا ان امراض کے لیے شفا ہے یہ نظریہ بھی صحیح ہے مگر ادویات کے تاجروں نے اس کو بھی فروغ نہیں دیا اور بے موت مر گیا آئندہ زمانے میں شاید ہی ایلوپیتھی غذائی نظریات اور علاج بالغذا میں کامیاب ہو سکے اسی نظریہ پر ڈاکٹر ششلر نے

Marfat.com

بایوکیمک کی بنیاد رکھی تھی جس کا نظریہ یہی تھا کہ غذائی ادویات میں جو بھی نمک خون میں کم یا خراب ہو گیا ہو اسے پورا کر دیا جائے بہت حد تک صحیح تھا مگر ڈاکٹر موصوف نے ہومیو پیتھی کی تقلیل ادویات کی اندھی تقلید کر کے اس قیمتی نظریہ کو برباد کر دیا اس نے یہ نہ سمجھا کہ ہومیو پیتھی کی تقلیل تو بالمثل کی وجہ سے ہے اور بایوکیمک میں کثرت درکار ہے لیکن یاروں کے ہاتھ ایک مشغلہ آ گیا اور علاج بالغذا پر سب سے کاری ضرب جراثیم تھیوری نے لگائی ہے اور یہی وجہ ہے کہ جراثیم تھیوری علاج بالغذا کو معالجین اور عوام سے ہمیشہ دور رکھے گی کیونکہ دو متضاد نظریات کبھی ساتھ ساتھ نہیں چل سکتے

جراثیم تھیوری

ایلوپیتھی کے اسباب و تحقیق اور علامات کا رخ اس وقت سے بدل گیا ہے جب سے ڈاکٹر کاخ صاحب نے تقریباً ہر مرض کا سبب کوئی نہ کوئی جرثومہ تحقیق کیا ہے علامات میں بھی اسی کو پیش کیا ہے نظریہ جراثیم کے پیش کرنے کے بعد ایلوپیتھی سب سے بڑی خرابی یہ پیدا ہو گئی ہے کہ ہر مرض کی تشخیص میں مادی و غذائی اور کیفیاتی و نفسیاتی وغیرہ اسباب کو نظر انداز کر کے صرف جراثیم کی تلاش شروع کر دی ہے اگر جراثیم نظر آ جائیں تو ان کے مارنے کے لیے انجکشن اور نشتر سنبھال لیے جاتے ہیں لیکن اس مرض میں نہ تو مادی و

Marfat.com

غذائی اور کیفیاتی ونفسیاتی اثرات کو مدنظر رکھا جاتا ہے اور نہ ہی ان کے مشینی تغیرات اور کیمیاوی تبدیلیوں کو سامنے رکھا جاتا ہے جس کا اکثر نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ مریض مر جاتا ہے اور اگر بچ جاتا ہے تو دائم المریض بن جاتا ہے

ہمیں جراثیم کی ہستی سے انکار نہیں ہے لیکن ان کو امراض وصحت اور زندگی میں جس طرح سمویا گیا ہے وہ مفید ہونے کی بجائے نقصان کا باعث بن کر رہ گیا ہے

ہومیو پیتھی میں غذا کا تصور ہی نہیں ہے

چونکہ ہومیو پیتھی ایک خاص قسم کا طریق خواص الادویہ ہے اس میں غذا کے متعلق کوئی تصور بھی نہیں پایا جاتا کہ مختلف اقسام کے مریضوں کو کون کون سی اغذیہ کا استعمال کرنا چاہئے ان کے بھی خواص وبالمثل اور نہ بالضد کسی قانون پر نہیں پائے جاتے بلکہ لطف کی بات یہ ہے کہ جب کسی ہومیو پیتھ ڈاکٹر سے پوچھا جاتا ہے کہ غذا میں کیا پرہیز رکھنا چاہئے اول تو وہ یہ کہے گا کہ کوئی پرہیز نہیں صرف حقہ اور سگریٹ فوراً نہیں پینا چاہئے اور اگر پرہیز کرے گا تو وہی علاج بالضد یعنی تیل، ترشی اور لال مرچ وثقیل اغذیہ وغیرہ سے پرہیز رکھا جائے تجارتی قسم کے لوگوں نے اس کو ایک جدا مکمل علاج سمجھ لیا ہے حقیقت یہ ہے کہ یہ کوئی طریق علاج نہیں ہے صرف بالمثل خواص الادویہ حاصل

Marfat.com

کرنے کا ایک طریقہ ہے جیسے بایوکیمک میں ایک طریق پر بعض غذائی ادویات (آرگینک ایلیمنٹ) کے خواص بیان کیے گئے ہیں اسی طرح کروموپیتھی، ہائیڈروپیتھی، الیکٹروپیتھی، فزوپیتھی، علاج روحانی، علاج موسیقی علاج بالفاقہ، علاج بالغذا، تعویز وگنڈا اور جھاڑ پھونک وغیرہ وغیرہ کو تجارتی اور سرمایہ پرست لوگوں نے ایک جدا طور پر بنا کر رکھ دیا ہے ایسا خیال کرنا نہ صرف زبردست فریب ہے بلکہ بالکل غلط ہے

علاج بالغذا میں غلط فہمی

عام طور پر علاج بالغذا میں یہ سمجھا جاتا ہے کہ اس کا تعلق ان امراض کے ساتھ ہے جو اعضائے اغذیہ سے پیدا ہوتے ہیں جن میں منہ کے غدود مری معدہ وامعاء جگر وطحال اور لبلبہ شریک ہیں زیادہ سے زیادہ یہ خیال کیا جاتا ہے کہ (1) وہ امراض جو اعضائے ہضم کی خرابی سے ظاہر ہوں (2) وہ امراض جو غذا کی کمی بیشی یا اجزائے غذائیہ کی کمی بیشی سے پیدا ہوتے ہیں بعض مخصوص اغذیہ جو بعض امراض میں مفید ہیں لیکن ایسا خیال کرنا غلط ہے بلکہ لاعلمی پر منحصر ہے

حقیقت علاج بالغذا

Marfat.com

علاج بالغذا کی حقیقت یہ ہے کہ انسان کے اعضائے غذائیہ خصوصاً منہ سے لے کر مقعد تک کوئی ایک ہی قسم کا عضو نہیں ہیں اور نہ ہی ایک ہی قسم کی نسیج (ٹشو) سے بنے ہیں بلکہ انہی انسجہ سے بنے ہیں جن سے اعضائے رئیسہ بنا ہے ہر مفرد عضو (نسیج) کا تعلق ان کے ساری ہے اس لیے جب بھی اعضائے غذائیہ میں کسی حصہ میں خرابی پیدا ہوتی ہے تو وہ عضو رئیس میں جب بھی اعضائے غذائیہ میں کسی حصہ میں خرابی پیدا ہوتی ہے تو وہ عضو رئیس میں مبتلائے مرض ہو جاتا ہے اس لیے متعلقہ عضو درست ہونے پر صحت کامل حاصل ہو جاتی ہے چونکہ خون جسم کی غذا بنتا ہے اور غذا سے خون پیدا ہوتا ہے اس لیے غذائی اجزا ہی صحیح معنوں میں صحت و طاقت قائم رکھتے ہیں

زندگی اور ضرورت غذا

زندگی کے لازمی اسباب

ہر زندگی کے لیے وہ انسانی ہو یا حیوانی اس میں اسباب زندگی لازمی ہیں جن میں (1) ہوا اور روشنی (2) کھانا پینا (3) حرکت و سکون جسمانی (4) حرکت و سکون نفسانی (5) نیند اور بیداری (6) استفراغ و احتباس ضروری امور ہیں یہ ایسے قوانین اور صورتیں ہیں جن سے زندگی کا تعلق کائنات سے

Marfat.com

بھی پیدا ہو گیا ہے انہی کو اسباب زندگی کہا جاتا ہے طبی اصطلاح میں ان کو اسباب ستہ ضروریہ کہتے ہیں ان میں جب کمی بیشی واقع ہو جاتی ہے اس کی وجہ سے بدن انسانی میں جو حالت پیدا ہوتی ہے اس کو مرض کا نام دیا جاتا ہے یہ چھ اسباب ضروریہ دراصل عمل حیثیت میں تین صورتیں اختیار کر لیتے ہیں (اول) جسم کو غذائیت مہیا کرنا جیسے ہوا اور روشنی اور ماکولات و مشروبات ہیں (دوسرے) جسم میں غذائیت کو ہضم کر کے جزو بدن بناتے ہیں جیسے نیند اور بیداری، حرکت و سکون جسمانی اور حرکت و سکون نفسانی (تیسرے) جسم کے اندر غذائیت ایک مقرر وقت تک قائم رکھتے ہیں تا کہ جزو بدن بن جائے اور جب ان کی ضرورت نہ ہو تو اس کو خارج کر دے ان کو احتباس اور استفراغ کہتے ہیں

غذائیت اور زندگی

غذائیت میں ہوا اور روشنی کے ساتھ ہر قسم کی وہ اشیاء شامل ہیں جو کھانے پینے میں استعمال ہو سکتی ہیں جن میں تیزابات اور زہر بھی شامل ہیں ان کے متعلق یہ امور ذہن نشین کر لیں کہ وہ سب جسم میں صرف غذائیت مہیا نہیں کرتی ہیں بلکہ جسم بھی بناتی ہیں اور جسم کو متاثر بھی کرتی ہیں اس کے ساتھ بدل ماتحلل کی تکمیل بھی ہوتی ہے سب سے بڑی بات یہ ہے کہ حرارت غریزی اور

Marfat.com

رطوبت غریزی کی مدد کرتی ہے ان حقائق سے ثابت ہوا کہ غذائیت کی ضرورت ذیل کی صورتوں میں لازم ہے

1۔غذائیت سے اخلاط خصوصاً خون پیدا ہوتا ہے

2۔غذائیت سے کیفیات بنتی ہیں

3۔غذائیت سے جسم کی تعمیر ہوتی ہے

5۔غذائیت سے حرارت غریزی کو مدد ملتی ہے

6۔غذائیت سے رطوبت غریزی قائم رہتی ہے

غذا کی ضرورت کی ایک دلیل یہ ہے کہ جس طرح تیل چراغ کی بتی میں خرچ ہوتا ہے اور جلتا ہے اسی طرح انسان اور حیوان کے بدن کی حرارت اور رطوبت بھی خرچ ہوتی ہے بالکل چراغ کے اور بتی کی طرح جب وہ دونوں خرچ ہو جائیں تو وہ بجھ کر رہ جاتا ہے اسی طرح حرارت اور رطوبت انسانی کے فنا ہو جانے سے انسانی زندگی کا چراغ بھی گل ہو جاتا ہے پس حرارت اور رطوبت انسانی جو انتہائی ضروری اور لابدی اشیاء ہیں ان کا بدل اور معاوضہ ہونا لازمی امر ہے تاکہ حرارت غریزی اور رطوبت غریزی فوراً جل کر فنا نہ ہو جائیں اس لیے غذائیت ایک انتہائی ضروری طور لابدی شے ہے اس لیے اس کی طلب اور تقاضا ایک اضطراری اور غیر شعوری حالت ہے انسان کے

Marfat.com

جسم کی حرارت غریزی اور رطوبت غریزی کی مثالیں چراغ کی بتی اور تیل کی سی ہیں جو چراغ کے جلنے کو قائم رکھتے ہیں کبھی بتی جل جانے سے چراغ بجھ جاتا ہے اور کبھی تیل خرچ ہو جانے سے چراغ گل ہو جاتا ہے یہی صورت انسانی جسم میں پائی جاتی ہے اور حرارت غریزی اور رطوبت غریزی ختم ہو کر انسانی زندگی کو فنا کرتی رہتی ہیں اس لیے اگر انسان حرارت غریزی کی حفاظت کرتا رہے تو نہ صرف طبعی عمر کو پہنچتا ہے بلکہ امراض سے بھی محفوظ رہتا ہے اور اس کے قویٰ اور طاقتیں قائم رہتی ہیں

اس حقیقت سے اکثر انسان ناواقف ہیں کہ حرارت کیسے پیدا ہوتی ہے اور رطوبت کیسے قائم رہتی ہے عام طور پر یہی ذہن نشین کرلیا گیا ہے کہ جو غذا وقت بے وقت کھالی جائے وہ ضرور خون اور طاقت بن جاتی ہے زیادہ سے زیادہ گرم یا مرغن اغذیہ کھالینا کافی ہیں لیکن ایسی باتیں حقیقت سے بہت دور ہیں اگر اتنا سمجھ لینا کافی ہوتا تو ہر امیر آدمی انتہائی صحت مند ہوتا اور ان میں کوئی مریض نظر نہ آتا بلکہ اگر غور سے دیکھا جائے تو امیروں میں مریض زیادہ ہوتے ہیں اور بھوک فقیروں اور غریبوں میں تو مریض خصوصًا پیچیدہ امراض کے مریض تو مشکل سے نظر آتے ہیں اس سے ثابت ہوا کہ صرف غذا کا کھالینا ہی صحت وطاقت کے لیے کافی نہیں بلکہ اس کے لیے کچھ اصول

Marfat.com

بھی ہیں تا کہ وہ غذا جسم میں جا کر مناسب طور پر حرارت اور رطوبت کی شکل و صورت اختیار کرے اور خرچ ہو ایسا نہ ہو کہ بجائے مفید و معاون اثرات کے مضر اور غیر معاون ثابت ہو کر مرض یا فنا کا باعث بن جائے یہی صحیح غذا کے استعمال اور غذائیت سے مفید اثرات حاصل کرنے کا راز ہے

طاقت غذا میں ہے

جاننا چاہیے کہ انسانی جسم طاقت خصوصًا قوت مردانہ کے کمال کا پیدا کرنا صرف مقوی اور اکسیر ادویات پر ہی منحصر نہیں ہے کیونکہ ادویات تو ہمارے جسم کے اعضاء کے افعال میں صرف تحریک وتقویت و تیزی پیدا کر سکتی ہیں لیکن وہ جسم میں بذات خود خون اور گوشت و چربی نہیں بن سکتیں کیونکہ یہ کام اغذیہ کا ہے

پس جب تک صحیح اغذیہ کے استعمال کو اصولی طور پر مدنظر نہ رکھا جائے تو اکسیر سے اکسیر مقوی ادویہ بھی اکثر بے سود ثابت ہوتی ہیں اگر ان کے لیے مفید اثرات ظاہر بھی ہوں تو بھی غلط اغذیہ سے بہت جلد ان کے اثرات ضائع ہو جاتے ہیں

حصول قوت میں اغذیہ کی اہمیت کا اندازہ اس سے لگائیں کہ حکماء اور اطباء نے تقویت کے لیے جو ادویات تجویز کی ہیں ان میں عام طور پر اغذیہ کو زیادہ

Marfat.com

سے زیادہ شامل کیا ہے مثلاً حلوہ جات وحریرہ جات اور مربہ جات وخمیرہ جات وغیرہ شامل ہوتے ہیں ان سے بھی زیادہ تیز قسم کی اغذیہ کو ادویات میں تبدیل کرنے کی صورت میں ماء اللحم دو آتشہ و سہ آتشہ اور قسم قسم کی شرابیں شامل کر لی ہیں اور کسی جگہ بھی غذائی اثرات کو نظر انداز نہیں کیا گیا یہی فن طب قدیم کا کمال ہے

ہم روزانہ زندگی میں جو پلاؤ زردہ اور متنجن وفرنی وغیرہ چاولوں کی شکل میں استعمال کرتے ہیں یہ سب کچھ اغذیہ کو ادویات سے ترتیب دے کر ان میں تقویت پیدا کی گئی ہے اسی طرح سوجی کی بنی ہوئی سویاں' ڈبل روٹی' حلوہ وحریرہ اور پراٹھے یہ سب کچھ طاقت کو مدنظر رکھ کر اطباء اور حکماء نے ترتیب دیے ہیں البتہ ان کے صحیح مقام استعمال کو جاننے اور مدنظر رکھنے کی ضرورت ہے ایلوپیتھی میں یہ خزانے اور کمال کہاں ہیں وہاں طاقت کی ادویہ میں اغذیہ کا تصور تک نہیں ہے یہی وجہ ہے کہ آج تک ہمارے ملک میں اس وقت بھی ایلوپیتھی ادویات کی طرف رجوع ہی نہیں کیا گیا بلکہ ان ادویات کو خشک سمجھ کر نقصان رساں سمجھا جاتا ہے کیونکہ ایلوپیتھی کی اکثر ادویات تیزابات اور زہر ہوتی ہیں ان سے انسانی اعضائے رئیسہ کو غذائیت کی بجائے نقصان پہنچتا ہے اور اکثر ضعف ونقاہت اور کمی خون کے امراض پیدا

Marfat.com

ہو جاتے ہیں اور انسان ہمیشہ کے لیے مریض بن کر رہ جاتا ہے غذا صرف کھا لینے ہی سے طاقت پیدا نہیں ہوتی بلکہ حقیقی طاقت اس وقت پیدا ہوتی ہے جب غذا کھا لینے کے بعد صالح اور مقوی خون بن جاتا ہے صالح اور مقوی خون میں حرارت اور رطوبت ہوتی ہیں ہے جو حرارت غریزی اور رطوبت کی مدد کرتی ہیں حرارت غریزی اور رطوبت غریزی کا صحیح طور و پیدائش افعال واثرات اور خواص وفوائد کچھ وہی لوگ سمجھ سکتے ہیں جنھوں نے قرآن حکیم میں مختلف مقامات پر ربوبیت اور رحمت کی حقیقت واہمیت 'افعال واثرات اور خواص وفوائد کو ذہن نشین کرنے کی کوشش کی ہے اور اس کو یہ شوق وجذبہ پیدا ہوا ہے کہ وہ زمانے میں ایک ربانی شخصیت بن جائے بہر حال یہ اگر ہر ایک کے لیے سہل کام نہیں ہے تو کم از کم اس قدر ہی سمجھ لے کہ صحت وطاقت کا دارومدار صالح اور مقوی خون پر ہے اور اس خون سے بدن انسان کو ہر قسم کی غذائیت اور قوت مل سکتی ہے اور ہماری غذا میں وہ تمام اجزاء شامل ہوتے ہیں جن سے صحت مند اور صالح خون پیدا ہو سکتا ہے جو انسان میں غیر معمولی طاقت پیدا کر دے بلکہ وہ طاقت اس کو شیر کے مقابلے میں کھڑا کر سکتی ہے اس کے ثبوت میں ہم پہلوان کو دیکھ سکتے ہیں کبھی کوئی دوائیں کھا کر پہلوان نہیں بنتے بلکہ غذا کھا کر پہلوان بنتے ہیں البتہ ان کو اس

Marfat.com

بات کا علم ہوتا ہے کہ وہ کیسی غذا کھائیں اور اس کو کس طرح ہضم کریں

غذا اور طاقت

یہ حقیقت ذہن نشین کرلیں کہ دنیا میں کوئی غذا بلکہ کوئی دوا ایسی نہیں ہے جو انسان کو بلا وجہ اور بلا ضرورت طاقت بخشے مثلاً دودھ ایک مسلمہ طور پر مقوی غذا سمجھی جاتی ہے لیکن جس کے جسم میں ریشہ اور بلغم اور رطوبت کی زیادتی ہو اس کے لیے سخت مضر ہے گویا جن لوگوں کے اعصاب میں تحریک اور تیزی و سوزش ہو وہ اگر دودھ کو طاقت کے لیے استعمال کریں تو ان کا مرض روز بروز بڑھتا جائے گا اور وہ طاقت بڑنے کی بجائے کمزور ہوتے جائیں گے اسی طرح مقوی اور مشہور غذا گوشت ہے ہر مزاج کے لوگ اس سے طاقت حاصل کرنے کی کوشش کرتے ہیں لیکن ایک فاضل حکیم جانتا ہے کہ گوشت کا ایک خاص مزاج ہے جس کسی کا وہ مزاج نہ ہو اس کے لیے مفید ہونے کی بجائے مضر ہے مثلاً لوگوں کے جسم میں جوش خون یا خون کا دباؤ (ہائی بلڈ پریشر) بڑھا ہوا ہو ان کو اگر گوشت خصوصاً بھنا ہوا گوشت کھلایا جائے تو ان کو الٹا کر مارے گا گویا جن لوگوں کے گردوں میں سوزش ہو اس میں گوشت کا استعمال کی بجائے طاقت دینے کے سخت نقصان دہ ثابت ہوتا ہے تیسری مقوی اور مشہور غذا گھی ہے جو اس قدر ضروری ہے کہ تقریباً ہر قسم کی غذا

Marfat.com

تیار کرنے میں استعمال ہوتی ہے لیکن جن لوگوں کو ضعف جگر ہو وہ اگر گھی کا استعمال کریں گے تو ان کے ہاتھ پاؤں بلکہ تمام جسم پھول جائے گا سانس کی تنگی پیدا ہو جائے گی اور ایسا انسان بہت جلد مر جاتا ہے

یہی صورتیں ادویات میں پائی جاتی ہیں دنیا میں کوئی ایسی دوا مفرد یا مرکب نہیں ہے جس کو بلا وجہ اور بلا ضرورت استعمال کریں اور وہ طاقت پیدا کرے یہی وجہ ہے کہ آج جبکہ فن علاج کو دنیا میں پیدا ہوئے ہزاروں سال گزار چکے ہیں کوئی حاذق اور فاضل حکیم بلا وجہ اور بغیر ضرورت کسی ایک دوا یا غذا کو عام طور پر مقوی (جنرل ٹانک) قرار نہیں دے سکتا' لیکن ایلوپیتھی اور ان کے دیکھا دیکھی اطباء بھی عام مقوی (جنرل ٹانک) یا خاص مقوی (سپیشل ٹانک) کے نام سے فروخت کر رہے ہیں یہ ہزاروں یورپ کی پیٹنٹ مقوی ادویات نہ صرف ہمارے ملک کے کروڑوں روپوں کو برباد کر رہی ہیں بلکہ انہی سے خطرناک امراض پیدا کر رہی ہیں جن کا استعمال فوراً بند کر دینا چاہئے ہمارے ملک میں ٹی بی (تپ دق وسل) ڈابیٹیز (ذیابیطس) اور جوش خون (ہائی بلد پریشر) وغیرہ امراض اس قدر بڑھ گئے ہیں کہ سرکاری اعداد و شمار کے مطابق لاکھوں افراد ہر سال ان میں گرفتار ہو جاتے ہیں لیکن کوئی ایلوپیتھی حکومت کو ان مقوی پیٹنٹ ادویات سے روکنے کا مشورہ نہیں دیتا اس

Marfat.com

طرح دولت کا ساتھ قوم اور ملک کا نقصان ہو رہا ہے

غذا کھانے کا صحیح طریقہ

میں نے سالہا سال کے طبی مطالعہ اور تجربات میں کوئی ایسی کتاب نہیں دیکھی جو صحیح اور عوامی طریق پر انسان کو غذا کھانے کے اصول بتائے اس میں طب یونانی کے ساتھ ویدک کتب اور ایلوپیتھی کے ساتھ ماڈرن میڈیکل سائنس کی وٹامینی تھیوری تک شریک نہیں لیکن قرآن حکیم ہی ایک ایسی کتاب ہے جو صحیح اور عوامی طریق پر غذا کھانے کا انسان کو صحیح طریقہ بتاتی ہے میں یہ بات اپنے مذہب' ایمان اور عقیدہ کی بنا پر نہیں کہتا بلکہ علم وفن اور سائنس کو مدنظر رکھ کر کہتا ہوں جس کو میری اس بات میں مبالغہ معلوم ہو اس کو چیلنج ہے کہ قرآن حکیم کے سیدھے سادے اور یقینی طریق غذا کے استعمال کو دنیا کی کسی طبی یا سائنسی کتاب سے نکال کر دکھادے میں اس شخص کی عظمت کو تسلیم کرلوں گا ایک اور بات میں یہاں بیان کردوں گا کہ میں نے گزشتہ تیس سالوں میں کسی اسلامی قانون کو اس وقت تک تسلیم نہیں کیا گیا جب تک اس کی حکمت وسائنس اور نفسیات کے قانون کو پرکھ نہیں لیا البتہ بعض مقامات پر دنیا کی حکمت وسائنس اور نفسیات کے اصول غلط ہو جاتے ہیں لیکن قرآن حکیم کے قوانین اور سنت الہیہ میں فرق نہیں آتا۔ حقیقت میں یہی قانون

Marfat.com

فطرت ہے
قرآن حکیم فرماتا ہے ’’کھاؤ پیو مگر بغیر ضرورت کے صرف نہ کرو‘‘ کتنی سادگی سے تین باتیں کہہ دی اور اس میں کھانے پینے میں کوئی رکاوٹ نہیں ہے جس قدر جس کا دل چاہے کھائے پئے کوئی کمی بیشی کی مقدار مقرر نہیں کی گئی زیادہ کھانے والے بھی ہوتے ہیں کم کھانے والے بھی۔ ہر ایک کو کھلی اجازت ہے مگر تاکید ہے کہ بغیر ضرورت کے کھانا پینا منع ہے اس ضرورت کا اندازہ لگائے اس کے لیے پیٹ کی طلب ہمارے سامنے ہے یعنی وہ جو کچھ مانگ رہا ہے وہ اس کی ضرورت ہے اس کو بھوک ہے یا جو کچھ کھایا پیا جارہا ہے وہ صرف ایک خواہش کے تحت کھایا جارہا ہے اگر بھوک پیاس کے بغیر صرف خواہش اور لذت کے لیے کھایا پیا جارہا ہے تو پھر یہ اصراف ہے اس کو قرآن منع کرتا ہے بھوک اور پیاس کا اندازہ کون لگائے اس کا آسانی سے اندازہ روزوں سے لگایا جاسکتا ہے کہ بھوک اور پیاس کیا ہوتی ہے اور اس وقت کتنا کھایا جاسکتا ہے گویا صحیح بھوک اور پیاس کے انداز کے مطابق بھوک ہے اور کھایا پیا جاسکتا ہے تو کھاؤ ورنہ اس سے کم بھوک اور مقدار میں کھاؤ پیو گے تو یہ خواہش اور لذت ہوگی ضرورت نہیں

مقدار غذا کا اندازہ

Marfat.com

مقدار غذا جو ایک وقت کھانی چاہئے اور شدید بھوک پر بھوک کا اندازہ چاہے وہ تیسرے روز ہی کیوں نہ لگے پیٹ بھرنے سے کرسکتا ہے مثلاً شدید بھوک میں انسان اپنے علاقہ و مقام اور معمول کے مطابق تین عدد روٹیاں یا چپاتیاں یا تین تھالیاں بھر کر غذا کھا سکتا ہے تو پھر انسان کو لازم ہے کہ جب تک اس قدر کھانے کی ضرورت نہ ہو غذا کو ہاتھ نہ لگائے جو لوگ کم غذا کھاتے ہیں ان کے پیٹ میں پہلے ہی غذا پڑی خمیر بن رہے ہوتی ہے اس لیے وہ تھوڑی غذا کھاتے ہیں اور وہ بھی پیٹ میں اس غذا سے مل کر خمیر بن جاتی ہے اس طرح خمیر کے ساتھ تبخیر کا سلسلہ جاری رہتا ہے جو بڑھ کر زہر کی صورت اختیار کر لیتا ہے جس کا نتیجہ مرض اور ضعف کی صورت میں میں ظاہر ہوتا ہے

بلا ضرورت غذا ضعف پیدا کرتی ہے

عام طور پر اس قول و فعل اور بات و عمل پر سو فیصد یقین پایا جاتا ہے کہ ضرورت و بلا ضرورت غذا کھالی جائے تو وہ جسم انسان کے اندر جا کر یقیناً طاقت پیدا کرے گی اور خون بنائے گی اسی یقین کے ساتھ کمزوری اور مرض کی حالت میں بھی یہی کوشش کی جاتی ہے اور مریض کو مقوی غذا دی جاتی ہے لیکن یہ نظریہ اور یقین حقیقت میں غلط ہے کیونکہ بلا ضرورت غذا ہمیشہ ضعف اور

Marfat.com

مرض پیدا کرتی ہے جو لوگ اور طاقت کے متلاشی ہیں ان کو بلا ضرورت کھانا تو رہا ایک طرف اس کو ہاتھ لگانے اور چکھنے سے بھی دور رہنا چاہئے کیونکہ ہر غذا کے چھونے اور دیکھنے سے بھی جسم میں لطف ولذت پیدا ہو جاتی ہے اس کا بھی جسم پر اثر ہوتا ہے جیسے ترشی کو دیکھ کر منہ میں پانی آ جاتا ہے

ہضم غذا

جو غذا ہم کھاتے ہیں اس کا ہضم منہ سے شروع ہو جاتا ہے لعاب دہن اور منہ اور دانتوں کی حرکات و دباؤ اس کی شکل و کیفیت کو بدل کر اس کو ہضم کرنے کی ابتدا شروع کر دیتے ہیں جب غذا معدہ میں اتر جاتی ہے تو اس میں ضرورت کے مطابق رطوبت معدی اپنا اثر کر کے اس کو ایک خاص قسم کا کیمیاوی محلول بنا دیتی ہے اور اس کا اکثر حصہ ہضم ہو کر خون میں شامل ہو جاتا ہے اور باقی غذا چھوٹی آنتوں میں اتر جاتی ہے معدہ کے فعل و عمل میں تقریباً تین گھنٹے خرچ ہوتے ہیں چھوٹی آنتوں میں پھر اس کی رطوبات اور لبلبہ کی رطوبات اور جگر کا صفرا باری باری اور وقتاً فوقتاً شریک ہو کر اس میں ہضم ہونے کی قوت پیدا کرتے ہیں اس عمل و فعل میں تقریباً چار گھنٹے صرف ہوتے ہیں پھر یہ غذا بڑی آنتوں میں اتر جاتی ہے جہاں اس کے ہضم میں تقریباً چار، پانچ گھنٹے صرف ہو جاتے ہیں پھر کہیں جا کر غذا پورے طور پر جگر کے ذریعے پختہ

Marfat.com

ہو کر خون میں شریک ہوتی ہے اور خون بنتی ہے لیکن حقیقی معنوں میں غذا پورے طور پر ہضم نہیں ہوتی

ظاہر میں تو ایسا معلوم ہوتا ہے کہ غذا ہضم ہوگئی کیونکہ وہ خون بن جاتی ہے لیکن طب قدیم میں صحیح معنوں میں غذا اس وقت تک ہضم نہیں ہوتی جب تک وہ خون سے جدا ہو کر جسم پر مترشح ہو اور پھر طبیعت اس کو جذب کر کے جزو بدن بنا دے غذا کو خون بننے تک اگر گیارہ گھنٹے صرف ہوتے ہیں تو جزو بدن ہونے تک تین چار گھنٹے اور خرچ ہو جاتے ہیں

غذا کا درمیانی وقفہ

ظاہرہ تو یہ معلوم ہوتا ہے کہ جب تک ایک وقت کی کھائی ہوئی غذا خون بن کر جزو بدن نہ ہو اس وقت تک دوسری غذا نہیں کھانی چاہئے کیونکہ جو غذا ہضم ہو رہی ہے اس کی طرف پورے جسم و روح اور خون و رطوبت کی توجہ ہے جب بھی اس ہضم کے دوران میں غذا کھائی جائے گی تو جو توجہ اول غذا کی طرف ہے وہ یقینا نئی غذا کی طرف لگ جائے گی اس طرح اول غذا پوری طرح ہضم ہونے سے رہ جائے گی اور جہاں پر رہ گئی ہے وہاں پڑی رہنے سے متعفن ہو جائے گی اور یہ تعفن باعث امراض ہوگا اور یقیناً طاقت دینے کی بجائے ضعف پیدا کرے گی اگر طبیعت دوسری غذا کی طرف متوجہ نہیں ہوگی تو یقیناً وہ

Marfat.com

بغیر ہضم ہوئے پڑی رہے گی اور متعفن ہو جائے گی او اصولاً اور فطرتاً پندرہ سولہ گھنٹے اس پر عمل کرنا انتہائی مشکل ہے اس لیے اطباء اور حکماء نے اس وقت کو زیادہ اہمیت دی ہے جس وقت ہضم میں تیزی اور طبیعت کی توجہ زیادہ ہو یہ صورت اس وقت تک قائم رہتی ہے جب تک غذا چھوٹی آنتوں سے بڑی میں اتر جائے اس عرصہ میں تقریباً پانچ سات گھنٹے لگ جاتے ہیں دوسرے معنوں میں اس طرح سمجھ لیں کہ جب تک غذا کے ہضم میں خون کی مختلف رطوبات شامل ہوتی رہتی ہیں اس وقت تک دوسری غذا نہیں کھانی چاہئے کیونکہ اس طرح وہ رطوبات کو ہضم غذا شامل ہوتی ہیں رک جاتی ہیں اور اس طرح وہ خراب اور نامکمل رہ جاتی ہے گویا چھ سات گھنٹے وقفہ ہر غذا کے درمیان لازمی اور یقینی امر سے ورنہ صحت کا قائم رہنا ناممکن ہے

روزہ اور وقفہ غذا

اسلام میں روزہ فرض ہے ہر سال پورے ایک ماہ کے روزے ہر بالغ اور صحیح الدماغ انسان پر فرض ہیں ہر روزہ کی ابتدا صبح سورج نکلنے سے تقریباً ڈیڑھ گھنٹہ پہلے شروع ہوتا ہے اور سورج غروب ہونے کے ساتھ ختم ہو جاتا ہے اس حساب سے روزے کا وقفہ تیرہ چورہ گھنٹے سے پندرہ سولہ گھنٹے بن جاتا ہے اس وقفہ پر غور کیا جائے تو پتہ چلتا ہے ہر سال میں ایک ماہ کے روزے

Marfat.com

رکھنا ہضم غذا کے مکمل نظام کو چلانا اور قائم کرنا ہے اس طرح سارے جسم کی مکمل صفائی ہو جاتی ہے اور خون کیمیاوی طور مکمل ہو جاتا ہے اور تمام اعضاء کے افعال اور انسجہ درست ہو جاتے ہیں

روزہ اور کنٹرول غذا

روزے میں سب سے اہمیت یہ ہے کہ وقت مقرر کے بعد نہ روزہ رکھا جا سکتا ہے اور نہ وقت مقرر سے پہلے کھولا جا سکتا ہے گویا روزہ رکھ لینے کے بعد ہر قسم کا کھانا پینا بالکل بند بلکہ کھانے پینے کی چیزوں کو دیکھنا بھی اچھا خیال نہیں کیا جا سکتا جاتا اس لیے دوسروں کو تاکید ہے کہ روزہ دار کے سامنے کھانا اور پینا نہیں چاہئے گویا ماہ رمضان میں غذا پر پورے طور پر کنٹرول ہو جاتا ہے البتہ مسافر اور مریض کو غذا کی اجازت ہے اور ان کو تاکید ہے کہ وہ اپنے روزوں کی گنتی سکون اور صحت کے زمانے میں پوری کر سکتے ہیں

اگر اس حقیقت کو سامنے رکھا جائے کہ قرآن حکیم کا نزول ماہ رمضان میں ہوا تو تسلیم کرنا پڑے گا کہ اسلام کی ابتداء کنٹرول غذا سے ہوتی ہے اور جو لوگ کنٹرول غذا کرتے ہیں ان کو متقی اور پرہیز گار کہتے ہیں جیسے قرآن حکیم میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے ''روزے تم پر فرض ہیں جیسے پہلے لوگوں پر فرض تھے تاکہ تم متقی اور پرہیز گار بن جاؤ''

Marfat.com

جو لوگ جائز اور اپنی حلال کی کمائی اللہ تعالیٰ کی مرضی (کنٹرول) کے بغیر نہیں کھاتے وہ دوسروں کی دولت کی طرف کیسے آنکھ اٹھا کر دیکھ سکتے ہیں بس یہی تقویٰ اور پرہیزگاری ہے

اس تقوی اور پرہیزگاری اور اطاعت و رضا الٰہی کو مدنظر رکھیں اور اس طرف غور کریں کہ "بے شک اللہ تعالیٰ بلا ضرورت خرچ کرنے والوں کو دوست نہیں رکھتا" اللہ تعالیٰ جو تمام طاقتوں کا خالق ہے جس سے ان کی محبت نہ رہے گی تو پھر اس کو طاقت کیسے حاصل ہو سکتی ہے اس لیے غذا میں ضرورت کا احساس اور تصور انتہائی ضروری بات ہے اور عین حقیقت و فطرت ہے باقی رہا غذا کا توازن یعنی کس قسم کی غذا کھانی چاہئے اس کے لیے مزاج و ماحول اور قوت کو مدنظر رکھنا پڑتا ہے یہ سب کچھ بالا عضا ہی تسلی بخش طریق پر عمل میں عمل آ سکتا ہے جس کی تحقیقات علم الغذا میں بیان کی جا سکتی ہیں البتہ اس حقیقت کو ضرور مدنظر رکھیں کہ کسی قسم کی غذا ہو اس لیے انتہائی ضروری ہے کہ وہ حلال اور طیب ہو جیسے قرآن حکیم میں لکھا ہے کلو حلال طیب حلال سے مراد ہے جس شے پر اللہ تعالیٰ کا نام لیا گیا ہو یا اللہ تعالیٰ کی مرضی کے مطابق حاصل کی گئی ہو طیب سے مراد ہے کہ اس شے میں نہ صرف خوشبو ہو بلکہ اس میں تازگی کی بھی خوشبو ہو

Marfat.com

یہاں پر یہ مقام قابل غور ہے کہ طیب شے کو حلال کے ساتھ بیان کیا گیا ہے یعنی اگر وہ شے طیب نہیں ہے تو یقیناً نجس ہے جس کا درجہ حرام کے بالکل قریب ہے

ہضم غذا

زندگی کے لازمی اسباب کو اسباب ستہ ضروریہ کہا جاتا ہے ان کی عملی حیثیت تین ہیں جیسا کہ لکھا گیا ہے اس کی اول صورت جسم کے لیے غذا حاصل کرنا ہے جیسے ہوا' روشنی اور ماکولات ومشروبات وغیرہ ان کا بیان ہو چکا ہے ان کی دوسری عملی صورت جسم میں غذا کو ہضم کر کے جزو بدن بنانے کے لوازم زندگی ہیں یہ اسباب ضروری ہضم غذا میں اس لازمی ہیں کہ اگر حرکت وسکون جسمانی حرکت وسکون نفسانی اور نیند و بیداری اعتدال پر نہ رہیں تو نہ صرف ہضم غذا میں فرق پڑتا جاتا ہے بلکہ صحت میں بھی خرابی پیدا ہو جاتی ہے

حرکت وسکون جسمانی اور ہضم غذا

حرکت ایک ایسی صفت کا نام ہے جس سے کوئی جسم یا شے کسی خاص وضع (قیام یا سکون) سے فعل میں آئے درحقیقت اس دنیا میں سکون مطلق کا وجود نہیں ہے البتہ جب اس کا ذکر کیا جاتا ہے تو اس سے مراد حرکت وسکون نسبتی

Marfat.com

ہوتا ہے یعنی جب کوئی جسم بلحاظ دوسرے جسم کے کسی خاص وضع یا حالت میں فعل میں آ جاتا ہے تو اس کو حرکت کہتے ہیں بہر حال یہ نسبتی حرکت وسکون اپنے اندر خواص واثرات رکھتے ہیں جب کوئی جسم حرکت میں آتا ہے تو اس کے ساتھ ہی جسم کا خون بھی حرکت میں آتا ہے اور جسم کے جس حصے کی طرف سے حرکت کی ابتدا ہوتی ہے اس طرف روزانہ ہوتا ہے پھر طبیعت اس کو تمام جسم میں پھیلا دیتی ہے اس طرح خون کی تیزی اور شدت بدن کو گرم کر دیتی ہے اس لیے کہا جاتا ہے کہ حرکت جسم میں گرمی پیدا کرتی ہے اور اس کی زیادتی جسم کو تحلیل کر دیتی ہے اس کے مقابلے میں سکون سردی پیدا کرتا ہے اس سے خون کی حرکت میں سستی اور رطوبات میں زیادتی ہو جاتی گویا نسبتاً ہر حرکت، ہر سکون کے مقابلہ میں گرمی وخشکی اور تیزی کا باعث ہوا کرتی ہے اس کے ساتھ ہی خون جسم کے جس حصہ میں پہنچتا ہے وہاں پر اپنی حرارت سے وہاں کے اعضا میں ل تیزی اور گرمی پیدا کر کے وہاں کی غذا کو ہضم کرتا ہے اور مواد کو تحلیل کر کے خارج کرتا ہے اور اپنی تیزی سے وہاں کی رطوبات خشک کر دیتا ہے

حرکت کا تعلق عضلات سے ہے

اس امر کو بھی ذہن نشین کر لیں کہ جسم انسان میں ہر قسم کے احساسات

Marfat.com

اعصاب کے ذمہ ہیں جن کا مرکز دماغ ہے اور ہر قسم کی حرکات جو جسم میں پیدا ہوتی ہیں ان کا تعلق عضلات سے ہے جن کا مرکز قلب ہے اسی طرح جسم کو جو غذا ملتی ہے اس کا تعلق غدد سے ہے جن کا مرکز جگر ہے جب جسم میں یا اس کے کسی عضو میں حرکت ہوتی ہے تو اس کے ساتھ ہی قلب کے فعل میں تیزی آ جاتی ہے اس کے فعل میں تیزی کے ساتھ ہی خون کو جسم میں تیزی کے ساتھ روزانہ کرنا شروع کر دیتا ہے جس کے ساتھ ہی جسم میں حرکت بڑھنی شروع ہو جاتی ہے جس کے نتیجہ میں ریاح کا اخراج شروع ہو جاتا ہے اور جہاں جہاں پر غیر ضروری رطوبات اور مواد جمع ہوتے ہیں طبیعت ان کو تحلیل کرنا شروع کر دیتی ہے اس کے ساتھ ہی دوران خون کی تیزی کے ساتھ اس کا دباؤ غدد کی طرف بڑھ جاتا ہے اور وہ جسم کو زیادہ سے زیادہ غذا حرارت کی صورت میں دینا شروع کر دیتے ہیں' جو اس میں شریک ہوتی ہے ساتھ ہی بھوک بڑھ جاتی ہے اور غذا زیادہ سے زیادہ ہضم ہوتی ہے جس کا لازمی نتیجہ خون کی زیادتی وصفائی اور طاقت میں ظاہر ہوتا ہے ان حقائق سے ثابت ہوا کہ حرکت جسم میں حرارت و خون اور قوت وصفائی پیدا کرتی ہے اس کے برعکس سکون سے جسم میں سردی اور کمی خون اور کمی قوت اور زیادتی مواد کا پیدا ہونا لازمی امر ہے بس یہی دونوں صورتوں کا بین فرق ہے

Marfat.com

حرکت اور حرارت غریزی

جاننا چاہئے کہ بدن انسان کا یہ کام ہے کہ جو چیز بدن انسان میں از قسم اغذیہ اشربہ وغیرہ رطوبت ومواد اور اخلاط وغیرہ داخل بدن سے کسی بے محل جگہ یا غیر طبعی حالت سے کسی عضو بدن میں وارد ہوں اس میں حرارت غریزی اپنا فعل کرتی رہتی ہے چونکہ اس دوام فعل اور محنت سے حرارت غریزی میں ضعف پیدا ہو جانا یقینی امر ہے اور ضعف وتحلیل وغیرہ افعال کے لاحق ہونے سے اس کے فضلات کی تحلیل سے عاجز ومجبور ہوتی ہے اس وجہ سے تھوڑا تھوڑا مواد اور فضلہ جمع ہو کر کافی مقدار میں حرارت غریزی کو مغلوب کر دیتا ہے اس لیے حرکات کی طلب ضروری ہو جاتی ہے تاکہ اس سے ایک دوسری گرمی پیدا ہو اور اس کی مدد سے طبیعت مواد اور فضلات کو تحلیل کر دے اگرچہ مواد اور فضلات قے واسہال اور پسینہ کے ذریعہ سے بھی خارج ہو سکتے ہیں مگر ان طریقوں سے ان کا اخراج ضعف جسم کا باعث ہوتا ہے دوسری طرف متعلقہ اعضا میں قوت اخراج کو فطری طور پر کمزور کر دیتا ہے اور یہ مسلسل عمل ہمیشہ کے لیے انسان کو ہلاکت کے قریب کر دیتا ہے اس لیے اس کا علاج حرکات جام کو متوازن کرنا لازمی امر ہے یہی حرکات کا احتیاج ہے گویا حرکت جسم حرارت غریزی کے لیے بہترین مددگار ہے محافظ صحت وقوت ہے

Marfat.com

تحریک قدرت کا فطری قانون ہے

خداوند حکیم کی حکمتوں میں سے ایک حکمت یہ بھی ہے کہ ضرورت بدن انسان کے لیے ایک تحریک پیدا کی گئی ہے مثلاً غذا کے لیے بھوک' پانی کے لیے پیاس' نیند کے لیے اونگھ چونکہ انسانی طبیعت کا اعتدال پر قائم رہنا مشکل ہے اس لیے ان تحریکات میں اکثر کمی ہوتی رہتی ہے اس سے ماکولات و مشروبات اور آرام میں بے اعتدالی پیدا ہو جاتی ہے بس انہی ضروریات کو قائم رکھنے کے لیے یہ تحریکات پیدا کی گئی ہیں پس یہ محرکات فطری طور پر قدرت کی طرف سے پیدا نہ کئے جاتے تو لازمی امر تھا کہ انسان اپنی مطلوبہ ضروریات مذکورہ سے غافل ہو جاتا جس کا نتیجہ لازمی طور پر یہ ہوتا کہ بدن انسان میں خلل واقع ہو جاتا۔ اس سے ہلاکت تک کی نوبت پہنچ سکتی تھی اس لیے جب انسان کی ان تحریکات میں خلل واقع ہو جائے تو اس کو صحت کی خرابی سمجھنا چاہیے اور ان تحریکات کو اعتدال پر لانے کی کوشش کرنی چاہیے جس سے نہ صرف صحت قائم رہتی ہے بلکہ طاقت بھی پیدا ہوتی ہے

حرکات کی فطری صورت

ضروریات زندگی خصوصاً ماکولات و مشروبات کے لیے انسان میں جو احتیاج

Marfat.com

پیدا کی گئی ہے اس کے لیے انسان کو لازمی طور پر بھاگ دوڑ اور جدوجہد کرنی پڑتی ہے بس یہی کوشش اس میں فطری طور پر اس کی تحریکات کو بیدار رکھتی ہے لیکن افراد کو اپنی ضروریات زندگی کے لیے یہ جدوجہد اور کوشش نہیں کرنا پڑی بہر حال ان تحریکات کو تیز کرنے کے لیے حرکات کا لازمی امر ہے اس مقصد کو حاصل کرنے کے لیے حکماء نے ریاضت اور ورزش کی مختلف صورتیں پیدا کی ہیں تا کہ انسان اپنی تحریکات اور صحت کو قائم رکھ سکیں جو زندگی کے لیے لازمی ہیں

ریاضت کی حقیقت

ریاضت انسان کے لیے ایک اختیاری حرکت کا نام ہے جیسے ورزش و دوڑ کھیل کود' سیر و گھوڑ سواری' کشتی لڑنا اور کشتی چلانا۔ اسی طرح ہاتھ پاؤں کے مختلف پے در پے حرکات سے ریاضت کی صورتیں پیدا کی جاتی ہیں اگر چہ عوام و خواص بلکہ ورزش ماسٹر بھی اس علم سے واقف نہیں ہیں کہ مختلف اقسام کی ورزش اور ریاضت سے کس قسم کے اعضا متاثر ہوتے ہیں کس عضو کی تقویت کے لیے کس قسم کی ورزش اور ریاضت ضروری ہے کیونکہ لوگ افعال الاعضا اور تشریح انسانی سے واقف نہیں ہوتے بہر حال عمومی طور پر ریاضت اور ورزش بے حد مفید عمل ہے اگر ورزش یا ریاضت کے متعلق یہ پتہ چل

Marfat.com

جائے کہ کس قسم کے کھیل ہمارے جسم پر خاص طور پر اعصاب و دماغ، طحال عضلات وقلب اور جگر و گردوں پر اثر انداز ہو سکتے ہیں تو ایسی ریاضت اور ورزش بہت مفید ہوتی ہے

حرکت وسکون نفسانی

نفس کی ایسی حرکت جو ضرورت کے وقت کبھی جسم کے اندر اور کبھی جسم کے باہر ظاہر ہو جس کے ساتھ حرارت جسم بھی کبھی اندر کی طرف چلی جاتی ہے اور کبھی باہر کی طرف ظاہر ہوتی ہے اس کو حرکت وسکون نفسانی کہتے ہیں نفس سے مراد نفس انسان ہے جس کو نفس ناطقہ کہتے ہیں جس کا تعلق اور ربط انسان کے قلب سے ہے جو اپنے معانی جزئیہ اور مفہومات کو بذریعہ مختلف قوتوں کے ادراک کرتا ہے پھر اس کی تین صورتیں ہیں امارہ (غیر شعور) لوامہ (نیم شعور) اور مطمعنہ (شعور) ان کی تفصیل طویل ہے صرف اشارات درج کئے جاتے ہیں

حرکت وسکون نفسانی کی ضرورت

یہ محال عقلی ہے کہ کوئی نفس انسانی اس عالم میں فکر زندگی اور آخرت یا ضرورت معاش و معاشرت یا محبت اولاد یا وصل حبیب یا لطف ولذت سے

Marfat.com

رغبت یا موذی مرض کا خوف دکھ یا دشمن سے خطرہ نفرت وغیرہ کیفیات و عوارض کے ردعمل اور انفعالات سے متاثر نہ ہو چنانچہ یہی تقاضے نفس انسانی کی ضروریات کے حصول و دفع کی غرض سے باعث حرکت بدن ہوتے ہیں یہ حقیقت ہے کہ اگر عوارض مذکورہ کا عارض ہونا ضروری ہے تو ان کے ردعمل سے متاثر ہونا بھی یقینی امر ہے اس سے روح قلب کو تحریک کرے اور قلب کی تحریک کے ساتھ خون میں گردش شروع ہو جائے گی جس سے وہ خون شعوری یا غیر شعوری طور پر اپنا شوق اور دفع پورا کرے گا پس جو عوارض یا کیفیات اس کے لیے نافع اور بہتر ہوں گے ان کا وہ طالب ہوگا اور ان کا وہ شوق کرے گا اور جو اس کے لیے مضر اور تکلیف کا باعث ہوں اس سے وہ بھاگے گا اور ان کو دفع کرتا رہے گا بس انسان کی ان طلب و فرار اور شوق و دفع حرکات ہی سے ہو سکتی ہے بس انہی کیفیات و عوارض کے ردعمل کا نام حرکت و سکون نفسانی ہے

نفس بذات خود متحرک نہیں ہے

کہا جاتا ہے کہ ''حرکت و سکون نفسانی'' لیکن حقیقت یہ ہے کہ نفس بذات خود متحرک نہیں ہے بلکہ حرکت قویٰ کو ہی لاحق ہوتی ہے جو بذریعہ ارواح محرکہ ظہور میں آتے ہیں اس لیے قویٰ متحرک ہیں اور ارواح محرک ہیں ان

Marfat.com

اعمال سے جن جذبات کا اظہار ہوتا ہے انہی کو ہی حرکت وسکون نفسانی کہتے ہیں مگر یہ امر بھی یہاں ذہن نشین کر لیں کہ ارواح سے ہماری مراد روح طبی ہے جس کا حامل خون ہے حرکت بھی بذات خود نہیں ہوتی بلکہ حسب ضرورت اور ارادہ نفس ناقطہ سے ہوتی ہے جس طرح کوئی مشین خود بخود متحرک نہیں ہوتی جب تک کہ اس کو حرکت دینے والا کوئی نہ ہو اس لیے یہاں حرکت و سکون کا لفظ مجازاً ہی استعمال کیا جاتا ہے

نفس میں حرکت وسکون کی صورتیں

نفس ضرورت کے وقت کبھی جسم کے اندر کبھی جسم کے باہر حرکت کرتا ہے جس کے ساتھ خون اور اس کی حرارت کبھی کبھی اندر کی طرف چلی جاتی ہے اور کبھی باہر کی طرف نمایاں طور پر ظاہر ہوتی ہے پھر اس کی تین صورتیں ہیں

1۔ حرکت کا دفعتاً اور یک لخت اندر یا باہر کی طرف جانا

2۔ آہستہ آہستہ اندر یا باہر کی طرف جانا

3۔ نفس کا بیک وقت کبھی اندر اور کبھی باہر حرکت کرنا

یہ بات یاد رکھیں کہ نفس جس طرف حرکت کرتا ہے وہاں پر دوران خون تیز ہو کر حرارت پیدا کرتا ہے جہاں سے حرکت کر کے جاتا ہے وہاں پر دوران خون کی کمی ہو کر سردی پیدا ہو جاتی ہے

Marfat.com

یہ امر ذہن نشین کرلیں کہ حرکت وسکون نفسانی دراصل نفس کی حرکت وسکون نہیں کیونکہ نفس اپنا مفاد نہیں بدلتا۔ایسا صرف مجازاً کہا جاتا ہے حقیقت یہ ہے کہ نفس کے تاثرات اور انفعالات (ردعمل) روح طبعی اور خون میں حرکت پیدا کر دیتے ہیں باالفاظ دیگر یہ تاثرات اور انفعالات صالح اور فطرت کے مطابق ہوں تو حامل قوت وصحت اور باعث نشو وارتقائے جسم ہوتے ہیں انہی کو اسلام لفظ دین سے تعبیر کرتا ہے

یہ حرکت سکون نفسانی بدن کے لیے ویسی ہی ضروری ہے جیسی حرکت سکون بدن کیونکہ بدنی حرکات کا دارومدار خواہشات وجذبات نفسانیہ پر ہے جیسے شوق کے وقت طلب کی حرکت' نفرت کے وقت بیزاری کی صورت غصے کے وقت چہرے کا سرخ ہو جانا۔ یہ سب کچھ روح اور خون کے زیر اثر رہتے ہیں اور اس کے برعکس نفسانی سکون کی ضرورت اس لئے ہے کہ روح اور خون کو نسبتاً آرام حاصل ہو کہ ان میں کمی واقع نہ ہو اور جسم کو تحلیل ہونے سے بچایا جائے

جاننا چاہئے کہ نفس جب کسی مناسب یا مخالف شے کا ادراک حاصل کرتا ہے اس کے معنی یہ ہیں کہ وہ مناسب کو حاصل کرنا اور مخالف سے بچنا چاہتا ہے اس وقت وہ اپنی نفسانی قوتوں کو حرکت میں لاتا ہے اگر اس حرکت وسکون

Marfat.com

میں تسلسل قائم رہے تو باعث مرض وضعف اور رفتہ رفتہ باعث موت ہے اور بعض اوقات ان کی یکبارگی شدت دفعتاً زندگی ختم کردیتی ہے جیسے غم مرگ اور شادی مرگ کی صورتیں ظاہر ہوتی ہیں انسان کے انہی تاثرات اور انفعالات اور خواہشات وجذبات کا مطالعہ اور نتائج سے جو صورتیں پیدا ہوتی ہیں اس علم کو نفسیات کہتے ہیں

نفسیاتی اثرات

جسم انسانی پر نفسیاتی اثرات اور انفعالات کی تین مقابل صورتوں کے کل چھ جذبات ہیں (1) مسرت (2) غم (3) لذت (4) خوف (5) غصہ (6) شرمندگی۔ یہ چھ بنیادی جذبات ہیں ان کے تحت ہی باقی دیگر جذبات پائے جاتے ہیں ان کی مختصر تفصیل درج ذیل ہے

1۔ مسرت میں نفس بغرض حصول شے مرغوب قلب سے خارج بدن کی طرف رفتہ رفتہ متحرک ہوتی ہے بشرطیکہ بے انتہا خوشی کی کیفیت نہ ہو ورنہ یکدم متحرک ہوگی خوشی کی حالت میں چہرہ سرخ ہو جائے گا

2۔ غم میں نفس موذی پر قادر نہ ہونے کی وجہ سے رفتہ رفتہ داخل بدن یعنی دل کی طرف حرکت کرتی ہے اور چہرے کا رنگ زرد ہو جاتا ہے

3۔ لذت کی حالت میں بغرض قیام مرغوب شے اور لطیف نفس رفتہ رفتہ کبھی

Marfat.com

اندر اور کبھی باہر کی طرف حرکت کرتا ہے

4۔ خوف نفس موذی کے مقابلے میں ناامید ہو کر یکبارگی داخل جسم رجوع کرتا ہے کمی خوف میں یہ عمل رفتہ رفتہ ہوتا ہے اور چہرہ سفید ہو جاتا ہے

احتباس واستفراغ

اسباب ستہ ضروریہ کی تین صورتیں ہیں یعنی (اول) جسم کے لیے غذائیت مہیا کرنا جیسے ہوا اور روشنی اور ماکولات ومشروبات۔ (دوسرے) جسم میں غذائیت کو ہضم کر کے جزو بدن بنانا ہے جیسے نیند و بیداری اور حرکت وسکون جسمانی وحرکت وسکون نفسانی۔ (تیسرے) جسم کے اندر غذائیت ایک مقررہ وقت تک رکے رہنا ہے تاکہ غذا ہضم ہو کر جزو بدن بن جائے اور جب ان کی ضرورت نہ ہو تو فضلات کی صورت میں خارج کر دینا۔ ان کو احتباس واستفراغ کہتے ہیں پہلی دو صورتیں بیان کر دی گئی ہیں اب تیسری صورت کی تفصیل دی جاتی ہے

استفراغ کے معنی ہیں مواد اور فضلات کا اخراج پانا اور طبی اصطلاح میں لفظ استفراغ سے ان چیزوں کا بدن سے خارج کرنا مراد ہے تاکہ اگر وہ چیزیں باقی رہ جائیں تو بدن میں طرح طرح کے فساد پیدا ہو کر افعال انسانی صحیح طور سے ادا نہ ہوں اس کے برعکس احتباس کے معنی ہیں غذائی اجزاء اور فضلات کا

Marfat.com

جسم میں رکنا اور بوقت ضرورت اخراج نہ پانا دراصل یہ ایک دوسرے فعل کی ضد کا اظہار ہے ورنہ دونوں میں سے کسی ایک لفظ کا ہونا ہی کافی ہے کیونکہ حکیم مطلق نے طبیعت بدن حسب طاقت وہ مناسب راستوں سے فضلات مذکورہ کے دفع پر ہمیشہ سرگرم رہتی ہے لیکن بعض اوقات ایسی رکاوٹیں پیش آجاتی ہیں کہ اس کے دبانے سے فضلات اور مواد میں کمی بیشی واقع ہوجاتی ہے گویا استفراغ اور احتباس کا اعتدال صحت ہے اور ان میں کمی بیشی کا ہونا مرض میں داخل ہے

فضلات کی حقیقت

فضلات دراصل اضافی لفظ ہے حقیقت میں اس کائنات اور زندگی میں فضلات کوئی شے نہیں ہیں جن مواد کی کسی جسم کے لیے ضرورت نہیں ہوتی تو وہ اس کے لیے فضلات بن جاتے ہیں اکثر ایسا ہی ہوتا ہے کہ جسم کے اندر غیر ضروری غذائی اجزا یا مفید مواد۔ جن کو طبیعت قبول نہیں کرتی یا طبیعت کو جن کی ضرورت نہیں ہوتی وہ سب فضلات میں شامل ہیں فضلات سے مراد فاضل شے ہے یعنی جو چیز زائد یا فالتو ہو

جو غذا کھائی جاتی ہے تندرستی کی حالت میں جسم کا ایک خاص حصہ جذب کر کے جزو بدن بنا دیتا ہے اور باقی کو فضلات کی شکل میں خارج کر دیتا ہے

Marfat.com

لیکن اس کے معنی یہ نہیں ہیں کہ فضلات میں جسم انسان کے لیے غذائیت باقی نہیں رہتی بلکہ حقیقت یہ ہے کہ جس قدر اچھی صحت ہوتی ہے اور اعضا مضبوط ہوتے ہیں اسی قدر زیادہ غذائی اجزا جذب اور جزو بدن بنتے ہیں اور فضلات کم خارج ہوتے ہیں یا بعض اعضاء میں اس قدر تیزی ہوتی ہے کہ وہ غذا کو پورے طور پر ہضم کیے بغیر خارج کر دیتے ہیں یہی وجہ ہے کہ جن مریضوں کے اعضا میں افراط وتفریط اور ضعف ہوتا ہے وہ جتنی بھی زیادہ سے زیادہ غذا کھائیں ان کے اندر طاقت اور خون کی مقدار میں زیادتی نہیں ہوتی۔سوال غذا کی قلت اور کثرت اور اعلیٰ وادنیٰ کا نہیں ہے بلکہ اعلیٰ درجہ کی صحت اور مضبوط اعضا کا ہے جس سے خود بخود زیادہ غذا ہضم ہوتی ہے اور جزو بدن بنتی ہے جس کا نتیجہ خون کی کثرت اور طاقت کی زیادتی ہوتی ہے

یہ حقیقت ہے کہ بدن کے وجود اور اس کی طاقت کا دارومدار غذا پر ہے کیونکہ خون کی تعمیر اور تکمیل صرف غذا پر ہوتی ہے دوا سے نہیں ہوتی کیونکہ دوا جزو بدن نہیں ہوتی اور نہ ہی خون کا جزو ہے صرف اعضائے جسم میں تحریک اور شدت کے باعث ہوتی ہے جس سے اعضائے جسم اپنے مفید اجزا خون میں شامل کر کے اس کی تعمیر اور تکمیل کرتے ہیں لیکن غذا کوئی بھی ایسی نہیں ہے جو ساری کی ساری جزو بدن بن جائے اور اس کا فضلہ نہ بنے پھر اگر یہ فضلہ باقی

Marfat.com

رہے اور اس کا اخراج نہ ہو تو بدن میں فاسد مادے اکٹھے ہو جاتے ہیں جن مواد کو فضلات کی صورت میں خارج ہونا چاہیے تا کہ اس کی جگہ نیا مواد بنے یا مواد سے اس راہ گزر (مجاری) کو غذائیت اور تقویت حاصل ہو اس لیے استفراغ کی انتہائی ضرورت ہے اور احتباس کی ضرورت اس لیے ہے کہ غذا کچھ عرصہ جسم میں رہے تا کہ اس کا جوہر طبیعت حاصل کر لے

استفراغ اور احتباس کا اعتدال صحت اور طاقت کے لیے نہایت ضروری اور مفید ہے استفراغ کی زیادتی بدن میں خشکی پیدا کرتی ہے احتباس کی زیادتی جسم میں فضلات کی زیادتی کی وجہ سے اس کو بوجھل بنا دیتی ہے جس سے اکثر سدے اور تعفن پیدا ہوتا ہے

استفراغ کی صورتیں

جسم انسان سے استفراغ کی مندرجہ ذیل تین صورتیں ہیں (1) طبعی فضلات (2) غیر طبعی فضلات (3) مفید فضلات جن کی تفصیل درج ذیل ہے

طبعی فضلات

طبعی فضلات وہ ہیں جو ہمارے مجاری اور اعضاء سے طبعی طور پر ضرورت کے

Marfat.com

مطابق خارج ہوتے ہیں جیسے نزلہ' زکام' کان کا میل' آنکھ کے آنسو' لعاب دہن' بلغم' بول' براز' حیض اور منی وغیرہ۔ ان کے اخراج ایک طرف مجاری اور اعضاء جہاں سے وہ گزرتے ہیں ان کو نرم رکھتے ہیں دوسرے وہاں کی سوزش وغیرہ کو دور کرتے ہیں اگر ان کے اخراج میں کمی بیشی واقع ہو جائے تو ذیل کی صورتوں میں کوئی صورت اختیار کر جاتی ہے

مسہلات

بذریعہ دست آور ادویات ناقص اخلاط مواد اور متعفن فضلات کا انسان کے بدن سے خارج کرنا۔ اس کی دو اقسام ہیں اول بذریعہ ادویہ اشروبہ۔ یعنی کھانے پینے کی ادویہ' دوسرے بذریعہ حقنہ اور حمل احتقان (بذریعہ) پچکاری

مدارات

پیشاب آور ادویات اور آلات وغیرہ کے ذریعے مواد اور فضلات کا اخراج

تصریحات

بذریعہ پسینہ' حمام یا بھپارہ اور دیگر اعمال سے براہ مسامات بدن سے مردی اخلاط و مواد اور فضلات کا خارج کرنا

مقیات

Marfat.com

قے آور ادویات یا دیگر اعمال کے ذریعے مواد اور فضلات کا خارج ہونا

حجامت

شگاف رگ، پچھنے اور نشتر وغیرہ کے ذریعے۔ اخلاط وردی مواد اور فضلات بدن کا انسان کے بدن سے خارج کرنا وغیرہ

انزال

جماع کے ذریعے غیر مفید اخلاط وردی مواد اور فضلات کا بدن سے خارج کرنا وغیرہ

غیر طبعی فضلات

ایسے ناقص مواد ہیں جو خون سے پیدا ہو جاتے ہیں جن سے خون کا مزاج اور اخلاط یا اس کے عناصر میں کمی بیشی واقع ہو جاتی ہے یا خون رگوں کے اندر یا باہر متعفن ہو جاتا ہے جب ایسے غیر طبعی فضلات رک جاتے ہیں تو ان کے اخراج کی صورت بھی مندرجہ بالا طریق پر کی جاتی ہے البتہ ضرورت کے مطابق ادویات بھی استعمال کی جاسکتی ہیں

مفید فضلات

Marfat.com

دراصل یہ فضلات نہیں ہوتے چونکہ جسم سے اخراج پاتے ہیں یا ان کو اخراج پانا چاہئے اس لیے ان فضلات کہہ دیا گیا ہے مثلاً جسم میں غیر معمولی کیفیاتی ونفسیاتی اور مادی تحریکات ہو کر مفید رطوبات وخون اور منی کا اخراج پانا جس میں مذی اور ودی بھی شریک ہیں رطوبات کی صورت میں لعاب دہن' آنسو' مذی اور ودی ہیں خون کی صورت میں نفث الدم' قے الدم' نکسیر' خونی زحیر اور بواسیر وغیرہ ہیں منی کی صورت میں جریان واحتلام اور سرعت انزال ہیں کبھی مفید رطوبات وخون اور منی کے اخراج کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ طبیعت کا رجحان اس طرف زیادہ ہو۔ ان چیزوں کی پیدائش بڑھے اس مقصد کے لیے کیفیاتی ونفسیاتی اور مادی تحریکات لطف ولذت اور صحیح و بصرنوازی کے ساتھ ساتھ جذبہ شوق ومحبت کے بھڑکانے سے بھی پیدا کی جاتی ہیں یہاں تک کہ اطباء اور حکماء نے اس کی آخری حد جماع رکھی ہے اور یہی ضرورت عقد اور نکاح ہے استفراغ واحتباس میں یہ اہم مقام ہے اسی لیے ہم نے ستہ ضروریہ کا باب قائم کیا ہے جنسی امراض میں عام طور پر یہ سمجھ لیا گیا ہے کہ صرف مجربات ومرکبات کافی ہو سکتے ہیں کوئی شک نہیں کہ مجربات کا علاج بہت بڑا مقام رکھتا ہے لیکن جب تک اسباب ستہ ضروریہ سامنے نہ ہوں خصوصاً استفراغ واحتباس کی اہمیت کو مدنظر نہ رکھا جائے جنسی

Marfat.com

امراض کا علاج کیسے ممکن ہوسکتا ہے اگر صرف مجربات تک ہی ممکن ہوتا ہے تو ہر قسم کے مجربات کی کتب کی اس قدر کثرت ہے کہ مزید مجربات کی ضرورت نہیں ہے مگر ہم دیکھتے ہیں کہ طبی دنیا میں جنسی مجربات کی آج پہلے سے بھی زیادہ طلب ہے اس کی وجہ صرف یہ ہے کہ مرض کی تشخیص اور صحیح دوا کی تجویز کی آج بھی ضرورت باقی ہے اور وہ لوگ بہت بڑی غلطی پر ہیں جو بغیر تشخیص اور بغیر صحیح تجویز کے صرف جنسی مجربات طلب کرتے ہیں

خواص الاغذیہ بہ قلب وعضلات

تمام امراض چونکہ قلب وعضلات کی خرابی (کمی بیشی اور تحلیل) سے پیدا ہوتے ہیں جیسا کہ گزشتہ تحقیقات میں ثابت کر چکے ہیں اس لیے ہر قسم کی اغذیہ بلکہ ادویہ اور زہروں وغیرہ کے اثرات خون میں عمل میں آتے ہیں اغذیہ تو ہضم ہوکر خون بن جاتی ہیں لیکن ادویہ اور زہر تو اپنے اثرات کے بعد خارج ہوتے یا اپنی شدت سے موت کا باعث بن جاتے ہیں انسجہ (اعصاب غدد طحال) چونکہ قانون فطرت میں تین اقسام کے مفرد اعضاء ثابت ہو چکے ہیں اس لیے اغذیہ بلکہ ادویہ اور زہر بھی اپنے اندر صرف تین اقسام کے اثرات رکھتے ہیں یعنی کھاری ترش اور نمکین جو قلب وعضلات پر اثر انداز ہوتے ہیں حقیقت یہ ہے کہ ان کے علاوہ کوئی نسیج ہی نہیں ہے غذا و

Marfat.com

دوا اور زہر جس پر اثر کر سکتے ہیں آیورویدک بھی تین دوش دات' پت' کف اور چوتھے رکت (خون) کو تسلیم کیا ہے اور طب یونانی نے چار اخلاط خون' بلغم' صفرا اور سودا تسلیم کئے ہیں گویا آیورویدک اور طب یونانی بھی ہر غذا و دواء اور زہر کے ماڈرن سائنس کی طرح چار ہی قسم کے خواص اور اثرات تسلیم کرتی ہیں جن سے ان چار قسم کے النسجہ کی غذا بنتی ہے

جیسا کہ ہم اسلامک طب حصہ اول میں النسجہ اور اخلاط کی تحقیق میں ثابت کر چکے ہیں اور ماڈرن سائنس نے خون کے اندر جو پندرہ سولہ اجزاء پیش کئے ہیں وہ بھی انہی تین النسجہ کی غذا بنتے ہیں اگر غور سے دیکھا جائے تو آیورویدک کے دوش اور اخلاط بھی انہی خون کے اثرات سے مرکب ہیں ان حقائق سے ثابت ہوا کہ آیورویدک اور طب یونانی کی تحقیقات ماڈرن میڈیکل سائنس اور ایلوپیتھی سے کہیں زیادہ صحیح اور کامیاب ہے

اشیاء کے اثرات اور جسم انسانی

اغذیہ و اشیاء اور ادویہ و زہر کے اثرات صدیوں سے جسم انسان پر معلوم کئے جا رہے ہیں اور ہزاروں اشیاء کے اثرات اس وقت ہمیں معلوم ہو چکے ہیں جو روزانہ اغذیہ اور ادویات کی صورت میں استعمال ہو رہی ہیں اور بہت حد

Marfat.com

تک یقین کے ساتھ ہو رہی ہیں اور یہ سب کچھ تجربہ ومشاہدہ اور تحقیقات کے کمالات ہیں لیکن حیرت اس بات پر ہے کہ جب بھی ان اغذیہ اور اشیاء وادویہ اور زہروں پر تجربات ومشاہدات کئے جاتے ہیں ان میں نئے اسرار ورموز سامنے آتے ہیں

اشیاء کے اثرات کی حقیقت

آیورویدک اور طب یونانی کے عملی دور سے قبل امراض صرف علامات تک محدود تھے جب کسی کو تکلیف ہوتی تھی تو مذہبی پیشوا اپنے تجربات ومشاہدات یا معلومات اور خوابوں کے ذریعے جو علم رکھتے تھے لوگوں کو ان کی تکالیف اور خراب علامات کو رفع کرنے کے لیے اغذیہ وادویہ یا کوئی شے یا کوئی عمل بتا دیا کرتے تھے صدیوں تک یہ سلسلہ جاری رہا اور اکثر ادویہ واغذیہ اور اشیاء کے خواص تحریر میں آ گئے تاکہ ضرورت کے وقت ان سے کام لیا جائے لیکن ایسے علاج صرف ادویات کے استعمال تک محدود تھے ان میں علاج کے اصول ونظریات اور قانون وفلسفہ کو دخل نہیں ہوا کرتا تھا بلکہ ان کو جادوٹونہ اور تعویز گنڈے کے طور پر استعمال کیا جاتا تھا آج کل بھی عطایانہ علاج اسی قسم کے اکثر دیکھے جاتے ہیں

جب آیورویدک اور طب یونانی کے دور شروع ہوئے تو اغذیہ وادویہ اور

Marfat.com

اشیاء کو تکلیف اور خراب علامات کے رفع کرنے کی بجائے بالواسطہ دوشوں اور اخلاط و کیفیات کے تحت استعمال کرنا شروع کر دیا البتہ ان میں ادویات کے بالخاصہ اثرات کو کسی نہ کسی تکلیف اور خراب علامت کے لیے مخصوص کر دیا گیا اور اس طرح یہ سلسلہ بھی صدیوں چلتا رہا اسلامی دور میں تحقیقات خواص اغذیہ و ادویہ اور اشیاء و زہروں کو کیفیات و اخلاط کے ساتھ ساتھ اعضاء کے افعال و اثرات کو بھی مدنظر رکھا گیا البتہ بالخاصہ فوائد کو بھی ضرور مدنظر رکھا گیا کیونکہ ان کی نوعیتی صورت کے تحت یہ فوائد بھی ضروری سمجھے گئے یہ سلسلہ بھی کئی سو سال تک جاری رہا اس کے بعد اسلامی دور تحقیقات پر ہی ایلوپیتھی کی بنیاد رکھی گئی کچھ عرصہ تو یہ سلسلہ جاری رہا لیکن جلد ہی اس کی تحقیقات کے موڑ بدل گئے اور اغذیہ و اشیاء اور ادویہ و زہروں کے افعال و اثرات کو اعضا کے ساتھ مخصوص کرنے کی بجائے جراثیم کی طرف بدل دیا پھر ہر تکلیف اور علامت کے لیے جراثیم تلاش کئے گئے جس تکلیف و علامت کے جراثیم نہ معلوم ہو سکے ان کو مخصوص یا عموعی قسم کی کمزوری کہہ دیا گیا اگر ان کے اثرات و افعال بالا عضاء کیے گئے تو ان کا تعلق مرکب اعضاء تک رہا یا کسی نہ کسی تکلیف اور علامت کے ساتھ مخصوص کر دیے گے اس طرح ایلوپیتھی سائنس کا رخ بالکل بدل دیا اور تحقیقات اسلامی دور میں کمال تک

Marfat.com

پہنچی تھی وہ انگریزوں کے دور میں ختم ہوگئی جس کے ساتھ ایلوپیتھی کی نشو وارتقا کی گئی اور اب صرف پیٹنٹ ادویات میں ڈوب کر فنا ہوگئی ہے جہاں سے اس کا نکلنا بہت مشکل ہے حیرت کی بات یہ ہے کہ ماڈرن میڈیکل سائنس نے تشریح الابدان (اناٹامی) میں اس قدر تحقیقات کی ہے کہ اس کو النسجہ وخلیات (ٹشوز وسیلز) تک پہنچادیا مگر اغذیہ واشیاء اور ادویہ اور زہروں کے اثرات وافعال کی بنیاد ان ٹشوز النسجہ (قلب وعضلات) پر نہ رکھی اور علم وفن طب اپنے کمال کو نہ پہنچ سکا

خداوند حکیم اور خالق قدرت وفطرت جس کو چاہیں عزت دیں انہوں نے یہ عزت وکامیابی ہمارے نام لکھ دی تھی اور امراض وعلامات کی تحقیقات کا کام ہم سے پورا کرانا تھا یعنی امراض کے بنیادی اعضاء وقلب وعضلات اور النسجہ پر ہم سے تحقیقات مکمل کرانی تھی ہم نے تحقیقات سے ثابت کر دیا ہے کہ امراض قلب وعضلات (النسجہ) کی خرابی (کمی بیشی اور تحلیل) کا نام ہے باقی ہر قسم کی تکالیف علامات ہیں علاج میں امراض کو مدنظر رکھنا چاہیئے دیگر الفاظ میں قلب وعضلات (النسجہ) کے افعال درست کرنا چاہیئے کیونکہ اغذیہ واشیاء اور زہروں کا اثر اسی پر ہوتا ہے اور اسی کی درستی سے ہی حقیقی شفا حاصل ہوتی ہے

Marfat.com

اشیاء کے تین اقسام

قدرت نے اپنی فطرت کی تکمیل کے لیے دنیا بھر کی اشیاء کو صرف تین اقسام میں تقسیم کر دیا ہے تاکہ ان کے افعال و اثرات کو سمجھنے میں سہولت رہے اول جمادات' دوم نباتات' سوم حیوانات جن کو موالید ثلاثہ کا نام دیا گیا ہے جمادات کائنات و زندگی کی ابتدائی صورت جس کی نشو و ارتقائے نباتات کی صورت پیدا کی ہے جمادات اور نبادات میں نمایاں فرق ہے جمادات میں مٹی۔ پتھر سے لے کر نمک اور گندھک اور ہر قسم کی دھاتیں اور پارہ تک پائے جاتے ہیں اگرچہ مٹی کا تیل اور پتھر کا ست (صلاجیت) بھی قدرت نے پیدا کئے ہیں لیکن نباتات میں جو فولاد و چونہ اور نمکیات و گندھک' تیل و شکر' پھلوں کے رس اور میوہ جات کے روغن پیدا کر دیے ہیں وہ جمادات میں قطعاً نہیں پائے جاتے پھر اسی نباتات کو حیوانات کی غذا بنا دیا لیکن حیوانات میں جو خوبیاں قدرت نے پیدا کی ہیں وہ فطرت کے نشو و ارتقاء میں درجہ کمال رکھتی ہیں حیوانات میں گوشت و چربی اور دودھ اور گھی کے خزانے اور ندیاں بہادی ہیں یہ چیزیں نباتات میں ناپید ہیں اور ان کے ساتھ ہی حیوانی چونہ' حیوانی فولاد' گندھک' حیوانی نمکیات اور حیوانی رطوبات دودھ اور شہد کے اپنے نشو و ارتقاء کا درجہ انتہائی کمال پہلو ہے

Marfat.com

موالید ثلاثہ کا استعمال

جہاں تک موالید ثلاثہ (جمادات ونباتات اور حیوانات) استعمال کرنے کا تعلق ہے ان میں سے جمادات میں صرف کھانے کا نمک بطور غذا استعمال ہوتا ہے اور باقی تمام جمادات ان میں پتھر و جوہرات ہوں یا لوہا و سونا اور سمیات و پارہ تمام ادویات میں استعمال ہوتے ہیں نباتات میں اغذیہ بھی ہیں اور ادویہ بھی شامل ہیں اغذیہ میں اناج و سبزیاں، پھل، میوے، تیل و شکر سب ہمارے روزانہ کھانے پینے میں شامل ہیں ادویہ میں زہریلی اور غیر زہریلی جڑی بوٹیاں ان کے پھل و پھول اور ان کے پتے اور شاخیں سب شریک ہیں جو کے متعلق پوری تمیز اور پہچان لکھ دی گئی ہے اسی طرح حیوانات میں جن جن حیوانات کے جسم میں زہر اور تعفن نہیں ہے ان کا گوشت چربی اور دودھ و گھی انسانی غذا میں استعمال ہوتا ہے جہاں تک ان اشیاء کے جزو بدن ہونے کا تعلق ہے جمادات تو جزو بدن ہوتے ہیں نباتات بہت کم جزو بدن ہوتے ہیں اور زیادہ مقدار میں جسم سے خارج ہو جاتے ہیں، لیکن حیوانات جو قابل غذا ہیں زیادہ تر جزو بدن ہوتے ہیں اور بہت کم ان کا فضلہ خارج ہوتا ہے جو لوگ گوشت و چربی کھاتے ہیں وہ پرندوں کے انڈے اور مچھلی بھی کھاتے ہیں اور یہ اشیاء بھی گوشت میں

Marfat.com

شریک ہیں دنیا میں غذا کے طور پر جو شے سب سے زیادہ کھائی جاتی ہے وہ کسی نہ کسی شکل میں گوشت ہوتا ہے دوسرے درجہ پر دودھ ہے، تیسرے درجے میں پھل اور میوہ جات ہیں اور آخری درجہ میں اناج ہیں گوشت اور دودھ کے زیادہ استعمال سے ثابت ہوتا ہے کہ اجزائے لحمیہ جو دونوں میں پائے جاتے ہیں انسانی غذا کا نہ صرف بڑا اجزو ہیں بلکہ ضروری جزا اور بے حد مفید ہیں بچہ کی پرورش دو سالوں تک دودھ پر ہوتی ہے اور پھر تمام عمر دودھ یا اس کے مختلف اجزاء مکھن و گھی، دہی و پنیر وغیرہ کسی نہ کسی رنگ میں روزانہ کھاتا پیتا رہتا ہے جب دونوں اشیاء میسر نہ ہوں تو غذا کا توازن بگڑ جاتا ہے اور انسانی صحت بگڑنا اور گرنا شروع ہو جاتی ہے گوشت اور دودھ کے اجزا کی ضرورت پھلوں اور اناجوں سے ہرگز پوری نہیں ہوتی اگرچہ ان میں اجزائے لحمیہ کسی نہ کسی حد تک موجود ہوتے ہیں، لیکن نباتی اجزائے لحمیہ حیوانی اجزائے لحمیہ کا مقابلہ کسی صورت میں نہیں کر سکتے یہی فرق تیل و گھی اور بناسپتی گھی اور اصل گھی کا ہوتا ہے

ایلوپیتھی کی غذا کے متعلق تحقیقات

ایلوپیتھی نے اغذیہ کا تجزیہ کر کے ثابت کیا ہے کہ انسانی غذا میں کم از کم ان چار اجزاء کا ہونا ضروری ہے (1) پروٹین۔ اجزائے لحمیہ (2) فیٹس

Marfat.com

اجزائے روغنیہ (3) کاربوہائیڈریٹس اجزائے شکریہ ونشاستہ (4) سالٹس نمکیات اوران کے ساتھ پانچویں شے پانی شریک ہےاوراس نے ثابت کیا ہے کہ گوشت وانڈااور دودھ میں کم وبیش یہ پانچویں اجزائے پائے جاتے ہیں اگرچہ یہ اجزا اناجوں' سبزیوں' پھلوں اور میوہ جات میں پائے جاتے ہیں لیکن ہرایک میں تمام اجزاء شریک نہیں ہوتے۔اس لئے اس جومکمل غذا نہیں کہا جاتا اور جب تک غذا کے مکمل اجزاء جسم انسان میں داخل نہ ہوں اس وقت تک نہ ہی اور زندگی کے لیے غذا کا صحیح توازن بے حد ضروری ہے غذا کے تجزیہ کے ساتھ ایلوپیتھی نے وٹامن (حیاتین) کا بھی ذکر کیا ہے لیکن ہم اس کوایلوپیتھی کی تجارت کا زبردست چکرخیال کرتے ہیں

اس تحقیقات سے یہ بھی ثابت ہے کہ گوشت اور دودھ (پروٹین۔اجزائے لحمیہ) کوغذامیں اولین اہمیت حاصل ہے

اشیاء کے صرف تین اثرات

خداوند کریم نے دنیامیں جس قدر اشیاء پیدا کی ہیں ان کا شمارنا ممکن ہے لیکن حکماء نے ان کو موالید ثلاثہ جمادات ونباتات اوت حیوانات تین اقسام میں تقسیم کردیا ہےان کا نمایاں فرق حکماء اور عقلمندوں کے سامنے ہے جس سے ان کے افعال واثرات اور خواص وفوائد حاصل کرنے میں نہ صرف سہولتیں

Marfat.com

ہوتی ہیں بلکہ ان کے استعمال میں آسانیاں پیدا ہو گئی ہیں

موالید ثلاثہ کی تقسیم کی طرح ہم نے بھی دنیا کی بے شمار اشیاء کے فوائد وخواص کو جاننے کے لیے انہیں قلب وعضلات کے تحت صرف تین اثرات میں تقسیم کر دیا ہے تاکہ ان کے افعال واثرات کو سمجھنے میں مشکلات پیدا نہ ہوں اور انہی تین اثرات وافعال کو ضرورت کے مطابق آئندہ پھیلایا جا سکتا ہے اس طرح علاج میں کسی قسم کی غلطی کا امکان بہت کم ہوتا ہے اور عوام بھی بڑی سہولت سے ہر شے کو یقین سے استعمال کر کے مستفید ہو سکتے ہیں

جاننا چاہیے کہ دنیا بھر میں موالید ثلاثہ کی شکل میں جس قدر اشیاء پائی جاتی ہیں وہ اپنے اندر صرف تین اثرات رکھتی ہیں خالق مطلق نے چوتھا اثر ہی پیدا نہیں کیا البتہ انہی تین اثرات کو غلط ملط کرنے سے سینکڑوں اور ہزاروں رنگ بنائے جا سکتے ہیں وہ تین اثرات کھار، ترشی اور نمک ہیں حقیقت یہ ہے کہ نمک بھی کھار اور ترشی کا مرکب ہے

دنیا بھر کی کسی اشیاء کو استعمال کریں اس کے اثرات وافعال میں کھاری پن ہوگا یا ترشی کی کیفیت یا نمکین حالت پائی جائے گی جب ہم تینوں کو بار بار استعمال کرتے ہیں اور تجربہ ومشاہدہ کرتے ہیں اور سمجھتے ہیں تو پتہ چلتا ہے کہ کھار کے استعمال سے جسم میں رطوبات اور ٹھنڈک بڑھ جاتی ہے اور ان کا

Marfat.com

اخراج بھی زیادہ ہوتا ہے ترشی کے استعمال سے جسم میں خشکی اور جوش بڑھ جاتے ہیں اور ریاح کے اثرات نمایاں ہو جاتے ہیں اسی طرح نمک کے استعمال سے جسم میں حرارت اور تیزی زیادہ ہو جاتی ہے اور جسم میں نرمی پیدا ہو جاتی ہے

کھار ترشی اور نمک کے قلب وعضلات پر اثرات

1۔ کھاری اشیاء جو جسم میں رطوبات وتری اور بلغم پیدا کرتی ہیں ان کا اثر نسیج اعصابی پر ہوتا ہے جس کا مرکز دماغ ہے اس میں قارورہ مقدار میں زیاہ اور اس کا رنگ سفید یا مائل نیلاہٹ ہوتا ہے کھار سے قلب وعضلات پھول جاتے ہیں

2۔ ترش اشیاء جو جسم میں خشکی اور جوش اور ریاح پیدا کرتی ہیں ان کا اثر غدود جاذبہ پر ہوتا ہے جس کا مرکز طحال ہے اس میں قارورہ مقدار میں کم اور اس کا رنگ سرخ یا زردی مائل ہوتا ہے ترشی سے قلب وعضلات میں سکیڑ پیدا ہو جاتا ہے

3۔ نمکین اشیاء جو جسم میں حرارت وتیزی اور صفراء پیدا کرتی ہیں ان کا اثر نسیج قشری پر ہوتا ہے جس کا مرکز جگر ہے اس میں قارورہ مقدار میں مناسب یا جلن کے ساتھ اور اس کا رنگ زرد یا زرد سفیدی مائل ہوتا ہے نمک کی زیادتی

Marfat.com

قلب وعضلات میں پھیلاو پیدا ہو جاتا ہے کیونکہ یہ قانون فطرت ہے کہ نمک سے حرارت پیدا ہوگی حرارت ہر شے کو پھیلا دیتی ہے اسی لئے خون میں جب حرارت کا غلبہ قلب وعضلات میں تحلیل پیدا ہو جاتی ہے اعضاء رئیسہ صرف قلب ہے جو اعضا بنیادی عضو میں شریک ہیں ان کو قوت اعضاء رئیسہ سے ملتی ہے

مفرد اعضا کے تحت ذائقے

ہر مفرد عضو (نسیج) کے لیے دو دو ذائقے ہیں اعصاب کے تحت ایک پھیکا اور دوسرا شیریں طحال کے تحت ایک ترش اور دوسرا تلخ۔ غدد کے تحت ایک چرپرا اور دوسرا نمکین۔ گویا کل چھ ذائقے اور مزے ہیں ان کو آیورویدک میں رس اور انگریزی میں ٹیسٹ کہتے ہیں دنیا بھر کی کوئی غذا اور دوا اور زہر ایسا نہیں ہے جو ان چھ ذائقوں اور مزوں سے باہر ہو بس یہی تین اثرات وافعال اور چھ ذائقے اور مزے خواص وفوائد غذائی علاج کی طرف رہنمائی کرتے ہیں

ضرورت غذا

اس حقیقت سے کوئی انکار نہیں کر سکتا کہ انسان کی زندگی وقوت اور صحت کا دارومدار صرف کھانے پینے اور ہوا پر ہے اور ان میں غذا کو بھی بڑی زبردست

Marfat.com

اہمیت حاصل ہے کیونکہ انسان بغیر غذا کے ہوا اور پانی پر کچھ عرصہ تک زندہ رہ سکتا ہے لیکن بغیر غذا اس کی طاقت روز بروز گھٹتی جاتی ہے اور صحت بگڑنی شروع ہو جاتی ہے یہاں تک کہ وہ انتہائی کمزور ہو کر مر جاتا ہے اس سے ثابت ہوا کہ زندگی کے ساتھ صحت اور طاقت کا راز غذا میں پوشیدہ ہے کیونکہ اس غذا سے جو طاقت پیدا ہوتی ہے وہ اس قوت کا بدل بنتی ہے جو روزانہ انسانی جسم اپنے احساسات و حرکات اور ہضم غذا پر خرچ کرتا ہے گویا غذا کا سب سے بڑا کام بدل ما تحلل کو پورا کرنا ہے بعض لوگوں میں کثرت محنت کی وجہ سے زیادہ قوت خرچ ہوتی اور ان میں زیادہ تحلیل واقع ہوتی ہے ان میں بھی بعض دماغی محنت کرتے ہیں جس سے ان کے اعصاب کمزور ہو جاتے ہیں جن کا تعلق دماغ سے ہے اور بعض محنت تو کسی قسم کی نہیں کرتے مگر کثرت خوراک کے عادی ہوتے ہیں ان کے غدد اور گردے کمزور ہو جاتے ہیں جن کا تعلق جگر سے ہوتا ہے کیونکہ کثرت خوراک سے ان کے جگر اور گردوں و غدد کو بہت محنت کرنا پڑتی ہے اس لیے جس قسم کی جسم انسان کو محنت کرنی پڑتی ہے اسی قسم کی کمزوری واقع ہوتی ہے اگر اس کمزوری کو رفع نہ کیا جائے تو صحت میں خرابی ہونی شروع ہو جاتی ہے آخر کار انسان مریض ہو جاتا ہے

Marfat.com

اسی طرح ہر عمر میں مختلف قسم کی غذا کی ضرورت ہوتی ہے اگر اس عمر میں ویسی غذا میسر نہ ہو تو کمزوری واقع ہو کر صحت بگڑنی شروع ہو جاتی ہے مثلاً بچپن میں جب اس کے لیے نشو و ارتقاء کی ضرورت ہوتی ہے یہ زمانہ پیدائش سے اکیس تا پچیس سالوں تک ہوتا ہے بچوں کا مزاج بلغمی ہوتا ہے اس میں تری زیادہ ہوتی ہے جو اس کی گرمی پر غالب رہتی ہے یعنی تر گرم ہوتا ہے جوانوں کا مزاج گرم ہوتا ہے اس میں گرمی اور تری برابر ہوتی ہے یعنی گرم تر ہوتا ہے بوڑھوں کا مزاج سوداوی ہوتا ہے ان میں خشکی غالب رہتی ہے یعنی خشک گرم ہوتا ہے جب بھی ان کے مزاجوں کے مطابق غذا نہیں ملتی تو کمزوری پیدا ہونی شروع ہو جاتی ہے جس سے اس کے اندر امراض پیدا ہو جاتے ہیں جب غذا ضرورت کے مطابق میسر آ جاتی ہے مرض رفع ہو جاتا ہے اسی طرح آب و ہوا نفسیاتی و کیفیاتی اثرات کے تحت بھی غذا میں کمی و بیشی ہو کر مرض پیدا ہو جاتا ہے

جاننا چاہئے کہ جب بھی کسی قسم کی محنت کی جاتی ہے تو اس کا اثر خون کے ساتھ جسم انسانی کے قلب پر پڑتا ہے جن سے جسم انسانی مرکب ہے اسی محنت سے ایک طرف جسم میں خون اور اس کی طاقت خرچ ہوتی ہے اور دوسری طرف جسم کے خلیات (سیلز) میں ٹوٹ پھوٹ ہوتی ہیں ہے جن سے قلب و

Marfat.com

عضلات بنتے ہیں یہ ہم پہلے واضح کر چکے ہیں کہ خون حرارت ورطوبت اور خشکی سے مرکب ہے ان کا پورا پورا امتزاج ہی اس کی صحیح معنوں میں طاقت ہے اسی طرح مفرد اعضاء بھی تین قسم کے ہیں تری وگرمی اور خشکی ان کی قوت ہیں یہ بھی ہم واضح کر چکے ہیں کہ اعصاب کا تعلق رطوبت اور بلغم سے ہے غدد کا تعلق حرارت اور صفراء سے ہے طحال کا تعلق ریاح اور سودا سے ہے اس لیے خون کی کمی اور کمزوری اور خلیات کی ٹوٹ پھوٹ کے لیے ہمیں متوازن غذا کی ضرورت ہے اگر کوئی مرض پیدا ہو جائے تو اس کے لیے مناسب غذا کی ضرورت ہے یہ ہم کئی بار واضح کر چکے ہیں کہ خون صرف غذا سے بنتا ہے دوا سے نہیں بنتا اسی طرح قلب وعضلات (النسجہ) خون سے بنتے ہیں البتہ دوا اور زہران کے افعال میں کمی بیشی اور تحلیل ضرور کر سکتے ہیں اس لیے زندگی وقوت اور صحت کا دارومدار صرف غذا پر ہے

جسم انسان کو کیسی غذا کی ضرورت ہے

انسان اشرف المخلوقات ہے فلسفہ ارتقاء کے تحت انسان کی غذا حیوانات پر ہے اس پر دلیل یہ ہے کہ بچہ کی پہلی غذا ماں کا دودھ ہے جو حیوانی غذا ہے جب انسان بڑا ہوتا ہے اس کی غذا حیوانی گوشت ہوتی ہے جس میں انڈے اور مچھلی بھی شریک ہے اس حیوانی غذا میں انسانی زندگی وقوت اور صحت کو قائم

Marfat.com

رکھنے کے لیے سب اجزاء شامل ہوئے ہیں لیکن جب انسان کو حیوانی غذا میسر نہ رہی یا وہ قلیل ہوگئی تو پیٹ بھرنے کے لیے انسان نے پھلوں اور میوہ جات کا استعمال شروع کر دیا ان میں ایک طرف پیٹ کے لیے تسکین تھی اور دوسری طرف ان میں غذا ہضم کرنے کی بھی قوت تھی کیونکہ پھلوں اور میوہ جات میں غذاؤں کے کم وبیش اجزاء کے ساتھ نمکیات کی کثرت ہوتی ہے جو خون کے لیے ضروری ہیں

جب تہذیب دنیا میں پھیلی اور ہر طرف تمدن کا دور دورہ ہوا تو حیوانی غذاؤں اور پھلوں و میوہ جات پر قوت و دولت اور حسن کا قبضہ ہوگیا تو کمزور اور غریب عوام کے لیے غذا مشکل ہوگئی انہوں نے اصل غذا کی بجائے اناج اور سبزیوں سے زندگی اور قوت وصحت کے لیے پیٹ پری شروع کر دی وہ اس کے سوا کر بھی کیا سکتے تھے لیکن گوشت و چربی اور دودھ و گھی میں جو غذائیت و قوت ہے وہ اناجوں اور سبزیوں سے کیسے حاصل ہوسکتی ہے لیکن رفتہ رفتہ انہی اناجوں' دالوں' چاولوں اور سبزیوں کو ضرورت کے مطابق گوشت 'انڈوں دودھ' چربی اور گھی سے ملا کر پکانے سے ان میں غذائیت وقوت اور لذت پیدا کر لی گئی جس کا نتیجہ یہ ہوا کہ غریب عوام کے ساتھ ساتھ صاحب قوت و دولت اور مالک حسن نے بھی ان چیزوں کو کھانا شروع کر دیا جس کا

Marfat.com

نتیجہ یہ ہوا کہ اصل غذائیت کی اہمیت انسان کے دل سے نکل گئی اور اصل قوت جس سے وہ درندوں اور شیروں سے لڑا کرتا تھا وہ ختم ہوگئی اور وہ اپنی طاقت کو قائم رکھنے کے لیے دواؤں اور زہروں کا استعمال کرتا ہے

گوشت کے اثرات

جسم انسان کے تمام عضلات جن کا مرکز دل ہے یہ سب گوشت ہیں اس کا مزاج گرم تر ہے اور جب پک جاتا ہے تو گرمی اور تری میں معتدل ہو جاتا ہے یہی انسان کا بہترین مزاج ہے گوشت کی بناوٹ میں فولاد اور چونا بہت کثرت سے پایا جاتا ہے جگر اور تلی میں فولاد کی کثرت ہے اور معدہ و پھیپھڑوں میں چونے کا خزانہ ہے اسی طرح مختلف قسم کے اعضائے حیوانی مختلف اقسام کی رطوبات وحرارت اور نمکیات اور دیگر اجزاء خون بناتے ہیں ان میں سے اگر کسی کو بھی استعمال کیا جائے گا وہ جسم میں جا کر وہی اثرات و اجزا پیدا کر دے گا یہ علاج بالغذا کے لئے بہت بڑا خزانہ ہے

مختلف چرند اور پرند اور حیوانات کے گوشت میں قدرت نے بہت فرق رکھا ہے اگر ہم بکری کے گوشت کو مزاج کے لحاظ سے معتدل خیال کریں تو زیادہ بہتر ہے کیونکہ اس میں حرارت اور رطوبت ریاحی مادے تقریباً معتدل ہیں اگر اس کے مقابلے میں بھیڑ اور دنبہ و گائے اور بھینس کے گوشت کو استعمال

Marfat.com

کریں تو ان میں بکری کی نسبت حرارت کم' رطوبت اور ریاحی مادے زیادہ ہیں اسی طرح اگر بکری کے مقابلے میں مرغی اور بطخ اور تیتر وبشیر وغیرہ پرندوں کے گوشت استعمال کیے جائیں تو ان میں حرارت ورطوبت زیادہ اور ریاحی وارضی مادے کم ہیں چونکہ انسانی زندگی کو قوت اور صحت کے لیے پرورش کی زیادہ ضرورت ہے اس لیے بکری کے گوشت سے لے کر پرندوں کے گوشت تک کا استعمال زیادہ مفید ہے جسم میں سوزش' ورم اور درد و بخار کے لیے یہی گوشت مفید ہیں البتہ اگر جسم میں حرارت اور صفرا کی زیادتی سے رطوبات اور ارضی مادوں کی کمی ہو جائے تو پھر گائے بھینس کے گوشت اکسیر کا کام کرتے ہیں

انسان چونکہ گوشت پکا کر کھاتا ہے اور اس میں مختلف قسم کے مصالحہ جات ڈالتا ہے اس میں حرارت کی زیادتی کے ساتھ ساتھ ہضم کی زیادتی ہو جاتی ہے گوشت اچھی طرح گلا کر کھانا چاہیئے تاکہ اس کا ایک ایک ریشہ ہضم ہو کر خون اور جزو بدن بن جائے کچا گوشت وحشت پیدا کرتا ہے اور کچا پکا یعنی کم گلا ہوا گوشت پیٹ میں کیڑے اور متعفن مادے پیدا کرتا ہے بجائے قوت اور صحت کے تکلیف اور امراض پیدا کرتا ہے

انڈے اور مچھلی

Marfat.com

ہر قسم کے انڈے اور مچھلیاں بھی گوشت میں شریک ہیں جن پرندوں کے انڈے ہوتے ہیں وہی تاثیر رکھتے ہیں مچھلی کے گوشت میں حرارت سے زیادہ رطوبت غالب ہے اس لیے بہت جلد گندی اور متعفن ہو جاتی ہے اس تعفن سے اعصاب میں انتہائی تیزی پیدا ہو جاتی ہے جس سے جسم میں چونے اور فولاد کی نہ صرف کمی واقع ہو جاتی ہے جبکہ جلد کا رنگ خراب ہو کر سفید داغ اور دھبے پڑ جاتے ہیں مچھلی کے ساتھ رطوبت والی اغذیہ مثلاً دودھ اور دہی کھانے سے اس کو جلد متعفن کر دیتا ہے جب تک مچھلی جسم میں جا کر متعفن نہ ہو اس کا نقصان نہیں ہوتا۔ چاہیے اس کے ساتھ کچھ کھا لیا جائے مچھلی کھانے والوں کو اس امر کی تاکید ہونی چاہیے کہ مچھلی ہمیشہ تازہ بلکہ زندہ لے کر پکائی جائے پھر اس سے کبھی نقصان نہیں ہوتا بے حد مفید ثابت ہوتی ہے اس میں جوانی کو قائم رکھنے کی بہت بڑی طاقت ہے

دودھ اور گھی

دودھ کو آب حیات اور گھی کو تریاق کہنا زیادہ مناسب ہے انسان کی زندگی دودھ سے شروع ہوتی ہے اور باقی تمام زندگی اگر میسر آئے تو دودھ، گھی اور مکھن و دہی پر گزار دیتا ہے ان اشیاء کے استعمال سے انتہائی قوت صحت قائم رہتی ہے اور انسان طویل عمر پاتا ہے دودھ کا مزاج تر گرم ہے اور جس جانور کا

Marfat.com

دودھ ہوتا ہے اپنی رطوبت کے ساتھ گرمی کے وہی اثرات اپنے اندر رکھتا ہے سفید اور سیاہ جانوروں کا دودھ زیادہ رطوبت اور سردی کی طرف مائل ہوتا ہے جیسے گدھی کا دودھ۔ گھی کا مزاج گرم تر ہے جسم انسان کے اندر کسی قسم کی سوزش ورم اور درد و بخار ہو اس کا شرطیہ تریاق ہے جس ملک میں خالص گھی ملتا ہو وہاں تپ دق اور سل نہیں ہوسکتا فالج اور ذیابیطس کے لیے بے حد مفید ہے اس کا جسم پر ایسا ہی اثر ہوتا ہے جیسے پرزوں پر تیل اثر کرتا ہے یہ حیوانی گندھک ہے دوسرے معنوں میں اس روغن گندھک کہہ دیں جس کے لیے کیمیا بنانے والے ترستے ہیں کہ ہر دھات کو سونا بنا دیتا ہے اس طرح یہ گھی بھی جسم میں سونے کے خواص پیدا کر دیتا ہے ہماری رائے میں انسانی غذا صرف گھی ہے جو کبھی گوشت کبھی دودھ اور کبھی اناج کے ساتھ کھایا جاتا ہے اور زندگی وقوت اور صحت بخشتا ہے بناسپتی اس کے مقابلے میں زہر ہے یہ تیل سے تیار ہوتا ہے تیل جسم میں تیزاب پیدا کرتا ہے گندھک پیدا نہیں کرتا اور جب تیل میں تیز ادویات اور گیس شامل کر کے اس کو گھی بنایا جاتا ہے تو وہ زہر بن جاتا ہے دوسرے معنوں میں بناسپتی اور صابن کا نسخہ ایک ہے صابن گاڑھا ہوتا ہے اور بناسپتی رقیق ہوتا ہے اس، میں جس قدر وٹامن ملا لیں اس کے زہریلے ہونے اور نقصان پہنچانے میں کوئی کمی نہ ہو گی گویا قوت اور

Marfat.com

صحت کے لیے نقصان عظیم ہے

شہد

حیوانی اغذیہ میں شہد بھی شریک ہے جو شہد کی مکھیاں پھلوں اور پھولوں سے تیار کرتی ہیں اس میں قدرت کی طرف سے انتہائی مٹھاس کے ساتھ انتہائی حرارت کے اثرات پائے جاتے ہیں اس کے دو تین چمچے کھانے سے فورا جسم گرم ہو جاتا ہے باوجود انتہائی گرم ہونے کے جسم کے اندر کی ہر قسم کی سوزش اور ورم کے لئے انتہائی مفید ہے گھی سے زیادہ گرم اور زیادہ ملین ہے نئی و پرانی پیچش اور ضعف جسم اور فالج کے لیے انتہائی مفید ہے ان مقاصد کے لیے اس کا شربت یا چائے وقہوہ میں ڈال کر استعمال کرنا بہت مفید ہے شہد کا مزج گرم تر ہے لیکن دیگر اغذیہ اور پانی کے ساتھ ہر مرض میں استعمال کیا جا سکتا ہے کیونکہ یہ اپنی حرارت کی وجہ سے جگر اور اعصاب کے لیے بے حد مقوی اور محرک اثر کرتا ہے ایلوپیتھی میں جو گلوکوز استعمال ہو رہا ہے وہ نباتاتی مٹھاس ہے وہ کسی حیثیت سے بھی شہد کا مقابلہ نہیں کر سکتا شہد اور گلوکوز میں ایسا ہی فرق ہے جیسے گھی اور بناسپتی کا فرق ہے گلوکوز کا مزاج سرد تر ہے اس میں جتنے بھی وٹامن شامل کر لئے جائیں وہ شہد کی طرح گرم نہیں ہو سکتا شہد ہر مرض میں گلوکوز سے مفید ہے

Marfat.com

نباتاتی اغذیہ میں مکمل غذائیت نہیں ہے

نباتات میں ہر قسم کے میوہ جات' پھل' اناج' دالیں' سبزیاں اور جڑھیں سب شامل ہیں نباتاتی اغذیہ حیوانی اغذیہ کے مقابلے میں بالکل ایسی ہے جیسے بھوسہ' یعنی پیٹ بھرنا ورنہ جہاں تک غذائیت کا تعلق ہے ان میں مکمل غذائیت نہیں ہے ان میں افضلیت میوہ جات اور پھلوں کو حاصل ہے کیونکہ ان میں اجزائے لحمیہ' اجزائے روغنیۃ' اجزائے شکریہ اور نمکیات کافی مقدار میں پائی جاتی ہیں جس طرح پھل اور میوہ جات حیوانی اغذیہ کا مقابلہ نہیں کر سکتے اسی طرح اناج و دالیں اور سبزیاں و جڑھیں پھلوں اور میوہ جات کا مقابلہ نہیں کر سکتے

میوہ جات اور پھل

میوہ جات میں بادام' پستہ' ناریل' اخروٹ' مونگ پھلی' چلغوزہ' اور کھاجا وہ سب غذائے دوائی ہیں اپنے اندر کافی حرارت اور قوت رکھتے ہیں ان کا دوائی اثر بھی غیر معمولی شدت پیدا کر دیتا ہے' لیکن غذائی علاج میں ان سب کو اہم مقام حاصل ہے سردیوں میں ان کا استعمال بے حد مفید ہے

پھلوں میں کھجور' انگور' آم' سیب' مالٹا' امرود' ناشپاتی' لیچی' کیلا' جامن' فالسہ'

Marfat.com

انجیر، انار، میٹھا، آلوچہ، آلو بخارا اور آڑو وغیرہ ان میں بعض گرم ہیں جیسے کھجور انگور، آم، انجیر۔ بعض اپنے اندر غذائیت رکھتے ہیں جیسے سیب، امرود، کیلا، جامن، خوبانی، خربوزہ، شہتوت، لیچی، آلو بخارا، میٹھا، انار، انناس، تربوز، رس بھری، آلوچہ، سنگترہ، گنا وغیرہ

اناج و دالیں اور سبزیاں و جڑھیں

اناجوں میں گیہوں کو اولیت کا درجہ حاصل ہے اس کے بعد چاول کا مقام ہے پھر چنے اور دیگر دالیں۔ مکئی، جوار، باجرہ اور جو وغیرہ ان میں درجہ بدرجہ نشاستہ اور غذائیت پائی جاتی ہے

سبزیوں میں میتھی، پالک، کریلے، آلو، ٹماٹر، گاجر، مٹر، گوبھی، کھیرا، ککڑی، شلغم، کدو، کچنار، سیم، چقندر، بینگن، بھنڈی، اردی، ٹینڈے، سرسوں کا ساگ، پیاز، ادرک ان میں گرم تر و سرد دونوں اثر رکھنے والی سبزیاں ہیں یہ دراصل دوائے غذائی ہیں ان میں غذائیت بہت کم پائی جاتی ہے بہرحال پیٹ بھرنے کے لیے استعمال کی جاتی ہیں البتہ ضرورت کے مطابق امراض کا علاج ہیں

بھوک

بعض حکماء نے لکھا ہے کہ بھوک بھی ایک مرض ہے اس کا علاج غذا ہے اس کا

Marfat.com

مطلب یہ ہے کہ جب تک مرض کی طرح تکلیف دہ نہ ہو غذا نہیں لینی چاہئے ہم یہ کہتے ہے کہ جب غذا کھانے سے امراض پیدا ہوں تو غذا کھانا چھوڑ دینا چاہئے کیونکہ سوائے چوٹ وگر پڑنے اور بیرونی حادثات کے کوئی مرض بغیر ضرورت غذا واشیاء اور دوا اور زہر کھانے پینے کے پیدا نہیں ہوتا انتہائی بھوکا انسان کمزوری کا احساس تو ضرور کرے گا یہ نہیں کہے گا کہ وہ مریض ہے اس حقیقت سے یہ ظاہر ہے کہ بھوک کی شدت ہی ضرورت غذا کا ظہار ہے اور یہی ثقیل اور زیادہ سے زیادہ غذا کو ہضم کرادیتی ہے بھوک دراصل ایک زبردست قوت اور اللہ تعالیٰ کی نعمت ہے بھوک کے یہ معنی نہیں ہیں کہ چند لقمے کھالئے جائیں بلکہ ایسی بھوک ہو جو انسانی معدے کے خلا کو پورے طور پر بھردے تاکہ طبیعت میں ہضم کا دباؤ (پریشر) پورے طور پر کام کرے مثلاً ایک انسان کے پیٹ میں اندازاً درمیانہ درجہ میں تین روٹیاں پڑتی ہیں تو یہی اس کی بھوک ہے اگر تین روٹیوں سے پیٹ بھرنے والا ایک نصف روٹی کھائے گا تو اس کی بھوک نہ ہوگی یونہی بغیر ضرورت صرف خواہش یا شوق سے کھالیا ہے ایسی غذا میں ہضم کا دباؤ پورا نہیں بنے گا اور غذا پڑی رہے گی اور متعفن ہوگی جائے جس کا نتیجہ امراض کا پیدا ہونا ہے

کم کھانا

Marfat.com

غذا کم کھانے کے متعلق ایک بہت بڑی غلط فہمی پیدا ہو چکی ہے لیکن اس کی حقیقت سے کوئی واقف نہیں ہے بعض لوگ اپنی کم خوراکی پر فخر کرتے ہیں کہ وہ صرف چند لقمے کھاتے ہیں لیکن حقیقت یہ ہوتی ہے کہ ان کے پیٹ میں بہت سی غذا غیر منہضم پڑی رہتی ہے جس میں ہر وقت خمیر اور تعفن پیدا ہوتا رہتا ہے جو ان کو زیادہ کھانے نہیں دیتا جب تک پورے معدے کی بھوک نہ ہو کھانا نہیں چاہئے کم کھانا صرف اس کو کہتے ہیں کہ بھوک تو تین چار روٹیوں کی ہو مگر نصف ایک روٹی کھائی جائے یہ صرف صوفیائے کرام کا کام ہے جو درحقیقت میں مشکل کام ہے اسی بھوک کی روشنی میں ہم نے چند اصول ترتیب دیے تاکہ ہر شخص فائدہ اٹھا سکے کیونکہ تجربہ نے بتایا ہے کہ ہر شخص بھوک کی حقیقت کو سمجھ نہیں سکتا اور کھا لیتا ہے پھر تکلیف اٹھاتا ہے

1۔ ہر ایک غذا کے بعد دوسری غذا کم از کم چھ گھنٹے بعد لینی چاہئے کیونکہ پوری غذا بارہ گھنٹوں میں ہضم ہوتی ہے چھ گھنٹوں میں وہ معدہ اور چھوٹی آنتوں میں سے گزر کر بڑی آنتوں میں پہنچ جاتی ہے اس طرح دو ہضم سے کو غذا خراب ہو جاتی ہے اس سے بچ جاتا ہے

2۔ چھ گھنٹے کے بعد بھی یہ شرط ہے کہ بھوک شدید ہونی چاہئے ورنہ اور وقفہ بڑھا دینا چاہئے البتہ اس وقفہ میں پانی پی سکتا ہے

Marfat.com

3۔غذا خوب پختہ گلی ہوئی اور ذائقہ کے مطابق ہونی چاہیئے اگر طبیعت نے پسند نہ کی تو ہضم نہیں ہوگی

غذا بطور دوا

غذا کی حقیقت واہمیت اور ضرورت کو سمجھنے کے یہاں پے یہ مقام آتا ہے کہ غذا کو بجائے خوراک کے طور پر استعمال کیا جائے یعنی جس غذا کی مرض میں ضرورت ہے اس کو استعمال کیا جائے اور جو غذا نقصان دہ ہے اس کو استعمال نہ کیا جائے اس طرح مفید اغذیہ کے استعمال اور غیر مفید اغذیہ کو نکال دینے سے مرض رفع ہو جاتا ہے اس طرح خون میں ایک ایسی طاقت پیدا ہو جاتی ہے جس سے ہر قسم کے مشکل اور پیچیدہ امراض بھی چند دنوں میں رفع ہونے شروع ہو جاتے ہیں کیونکہ مکمل ومقوی اور مصفی خون ہی جسم ونفس اور روح کے کئے زندگی وقوت اور صحت ہے یہی علاج بالغذا کا راز ہے

سائنس کا نظریہ غلط ہے

سائنس کا دعویٰ

ماڈرن سائنس اور ایلوپیتھی کا دعویٰ ہے کہ انہوں نے غذا پر بے حد تحقیق کی ہے اس سلسلہ میں بال کی کھال اتاری ہے جن غذاؤں کی ضرورت ہے ان

Marfat.com

کے ایک ایک جز کا تجزیہ اور مشاہدہ کیا ہے اس کے علاوہ صحت کو قائم رکھنے کے لیے جن غذاؤں کی ضرورت ہے ان کے ایک ایک جز کا تجزیہ اور مشاہدہ کیا ہے یہاں تک تحقیق کی گئی ہے کہ کن کن غذاؤں کی کمی سے کون کون سے امراض پیدا ہوتے ہیں بلکہ یہاں تک مشاہدات اور تجربات کئے گئے ہیں کہ مختلف حیاتی ذرات (سلز) کن کن غذاؤں سے زندہ رہتے اور بڑھتے ہیں اور کن کن اجزاء سے بیمار ہو جاتے اور فنا ہو جاتے ہیں ان کے علاوہ یہ بھی تجربات اور مشاہدات کئے گئے ہیں کہ جن غذاؤں اور ان کے اجزاء کی کمی یا خرابی سے جو امراض پیدا ہوتے ہیں اور ان کے استعمال سے وہ امراض رفع ہو جاتے ہیں ان مشاہدات اور تجربات کے بعد انہوں نے غذا کا قانون بنایا ہے جس کا نام ہے متوازن غذا ہے

یعنی ایسی غذا کا استعمال جس سے صحت قائم رہے اور اگر بگڑ گئی ہو تو اس متوازن غذا سے اس کو صحت کی طرف واپس لایا جائے

متوازن غذا کیا ہے

متوازن غذا سے مراد وہ غذا ہے جو تندرستی کی محافظ ہو یعنی اس کے استدلال سے خون کے اجزاء مکمل ہوں اور اس میں کیمیاوی طور پر حرارت پیدا ہوا و قائم رہے ساتھ ہی اعضاء کے افعال اعتدال کے ساتھ رکھے اور اس میں

Marfat.com

طاقت قائم رہے اس طرح صحیح معنوں میں جسم کا بدل ما تیحلل قائم رکھے ایسی ہی غذا متوازن ہوسکتی ہے

عالمی ادارہ صحت نے اس کی تعریف یہ کی ہے کہ مکمل جسمانی و ذہنی اور معاشرتی آسودگی کا دوسرا نام تندرستی ہے اور آسودگی اس وقت حاصل ہوسکتی ہے جب ہماری غذا متوازن ہو اور اس میں وہ تمام اجزا متوازن مقدار ہوں جن سے جسم کو مناسب مقدار میں حرارت اور طاقت ملتی ہے گویا اچھی اور متوازن غذا وہ ہے جو جسم کے ہر خلیے (سیل) کو طاقت بخشے اس مقصد کے لیے غذا میں مندرجہ ذیل بنیادی اجزاء یا بنیادی غذائی مادے ہونے چائیں (1) غذا۔ جس کی تین اقسام ہیں (2) معدنی نمک اجزائے خون (3) پانی (4) وٹامن۔ جن کے چھ اقسام ہیں

غذا کے اقسام

غذا کے اقسام یہ ہیں (1) پروٹین (اجزائے لحمیہ) (2) کاربوہائیڈریٹس (نشاستہ دار اجزاء) (3) روغنی اجزا (فیٹس) جن کی تشریح درج ذیل ہے

پروٹین (اجزائے لحمیہ)

ایسی غذائیں جو گوشت پیدا کریں جن میں حیوانی اغذیہ کے ساتھ نباتاتی

Marfat.com

غذائیں بھی شریک ہیں حیوانی اغذیہ میں گوشت، مچھلی، انڈے اور دہی و پنیر وغیرہ شریک ہیں اور نباتاتی اغذیہ میں گیہوں، مٹر، لوبیا، سیم، مونگ اور ماش وغیرہ شریک ہیں چونکہ لحمی اغذیہ میں خالص لحمی اجزاء کے علاوہ دیگر ایسے اجزاء بھی شریک ہوتے ہیں اس لئے ان کو خصوصی طور پر ایلیومنی اور نائٹروجنی اغذیہ بھی کہتے ہیں اس کیمیاوی تجربہ درج ذیل ہے (1) نائٹروجن 16 فیصدی (2) آکسیجن 23 فیصدی (3) ہائیڈروجن 7 فیصدی (4) کاربن 4 فیصدی (5) گندھک ایک فیصدی شامل ہیں سوائے نائٹروجن اور گندھک کے باقی اجزاء چونکہ دیگر قسم کی اغذیہ میں شامل ہیں اس لیے اس کا خصوصی نام نائٹروجنی غذا کہتے ہیں پروٹین کی بہترین مثال انڈے کی سفیدی ہے اس میں صرف پانی اور پروٹین شامل ہیں اس لیے اس کو ایلیومنی غذا کہا جاتا ہے

چونکہ پروٹین دو قسم کی ہیں اس لیے حیوانی پروٹین کو ''مایوسین'' کہتے ہیں اور نباتاتی پروٹین کو گلوٹی نین کہتے ہیں اسی طرح خصوصیت کو مدنظر رکھتے ہوئے گیہوں میں پائے جانے والے پروٹین کو ''گلوٹی نین'' اور ہڈیوں اور جلد سے حاصل کئے ہوئے پروٹین کو جلاٹین کہتے ہیں لیکن یہ پروٹین کی بہترین قسم نہیں ہے البتہ حیوانی پروٹین نباتاتی پروٹین کے مقابلے میں بہتر ہوتے

Marfat.com

ہیں کیونکہ ان کے ایمنو ایسڈ ہاضمہ کے دوران جز و بدن ہو کر جسم میں پروٹین کی شکل اختیار کرتے ہیں اس کے برعکس نباتاتی پروٹین جسم میں حرارت اور قوت تو پہنچا سکتے ہیں مگر جز و بدن نہیں بن سکتے ۔ معدہ میں غذا ہضم ہونے کے بعد پہلے پروٹین وٹامنز میں تبدیل ہوتے ہیں پھر خون میں جذب ہوکر جگر میں پہنچ جاتے ہیں جگر ان سے نائٹروجن علیحدہ کرتا ہے اور یوریا میں شامل کر کے واپس خون میں بھیج دیتا ہے جس کو گردے پیشاب کی راہ خارج کر دیتے ہیں

پروٹین سے عضلات کی بافتیں بنتی ہیں جن سے گوشت اور پوست تکمیل پاتے ہیں اور ان کے عمل سے جسم میں آکسیجن کی رفتار باقاعدہ رہتی ہے ہائیڈروجن اور کاربن کی وجہ سے جسم میں ایندھن کا کام بھی دیتے ہیں ان اعمال کے علاوہ کسی حد تک چربی اور حیوانی نشاستہ (کلائی کوجن) بھی بناتے ہیں صورت یہ ہے کہ جب ایمنو ایسڈ اور نائٹروجن نکل جاتے ہیں تو وہ شحمی ترشہ یا شکر میں تبدیل ہو جاتے ہیں شحمی ترشہ کا یہ عمل ہے کہ آکسیجن کے ساتھ مل کر پہلے چربی میں تبدیل ہوتا ہے پھر جسم میں گردوں کے آس پاس آنتوں میں جمع ہو جاتے ہیں جو امینو ایسڈ ان تبدیلیوں سے نہیں گزرتے وہ جسم کی بافتوں میں تقسیم ہو جاتے ہیں جہاں پہنچ کر دوبارہ پروٹین کی شکل

Marfat.com

اختیار کر لیتے ہیں متوازن غذا میں پروٹین سب سے مقدم ہے کیونکہ اگر پروٹین جسم میں کمی ہو جائے تو خون کے سرخ ذرات کی تعداد بہت تھوڑی ہو جاتی ہے گویا پروٹین جسم میں سب سے بڑی طاقت ہے روزانہ غذا میں اس کی بے حد ضرورت ہوتی ہے

کاربوہائیڈریٹس (اجزاءنشاستہ)

ایسی اغذیہ جن میں مٹھاس پائی جاتی ہے ان اغذیہ میں زیادہ تر پھل، نباتات اور بہت کم حیوانی اغذیہ ہوتی ہیں نباتاتی اغذیہ میں گیہوں، آلو، شکر قندی اور مختلف اناج اور جڑھیں وغیرہ اور حیواناتی اغذیہ میں شہد اور دودھ شکر وغیرہ شامل ہیں اس کا کیمیاوی تجزیہ درج ذیل ہے کاربن، ہائیڈروجن، آکسیجن چونکہ اغذیہ میں بھی یہی اجزاء پائے جاتے ہیں اس لیے اس میں تخصیص کے لیے دو حصے ہائیڈروجن اور ایک حصہ آکسیجن ہوتی ہے اس لیے اس کو کاربوہائیڈریٹس کہتے ہیں اس قسم کی غذا سے جسم میں حرارت اور رطوبت پیدا ہوتی ہے ہر قسم کے نشاستہ دار اور شکری اغذیہ ہضم ہونے سے پہلے گلوکوز انگوری شکر میں تبدیل ہو جاتے ہیں اسی کا عمل منہ میں لعاب دہن کے ملنے سے شروع ہو جاتا ہے معدہ میں ہضم ہونے کے بعد جو آنتوں میں پہنچتی ہے تو اس میں لبلبہ کی رطوبت شامل ہو کر اس کو ہضم کرتی ہے پھر جگر میں پہنچ کر

Marfat.com

حیوانی شکر کی صورت میں وہاں جمع رہتی ہے جہاں ضرورت کے وقت خرچ ہوتی رہتی ہے اس کا زیادہ تر اخراج گردوں سے ہوتا ہے اگر جسم میں یہ گھٹ جائے تو کمزوری اور خشکی پیدا ہو جاتی ہے پیشاب میں رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے اور اگر زیادہ آنے لگ جائے تو ذیابیطس اور اس کے عوارضات پیدا ہو جاتے ہیں جوانوں اور بوڑھوں کی نسبت بچوں کو اس کی زیادہ ضرورت ہوتی ہے اس لیے وہ زیادہ پسند کرتے ہیں

فیٹس (اجزاء روغنی)

ایسی غذائیں جن میں روغنی اجزاء پائے جاتے ہیں ان میں حیوانی اور نباتی دونوں قسم کی اغذیہ جاتی ہیں حیوانی چکنائی میں گھی، مکھن، چربی اور لحمی اجزا وغیرہ نباتی چکنائی میں روغن زیتون، روغن بادام، روغن ناریل، روغن کنجد، روغن مونگ پھلی اور روغن بنولہ وغیرہ اس کا کیمیاوی تجزیہ مندرجہ ذیل ہے کاربن، ہائیڈروجن آکسیجن، چونکہ نشاستہ دار اور تناسب بمقابلہ آکسیجن کہیں زیادہ ہوتا ہے ہر قسم کی چربی اور روغن دو اجزاء سے مرکب ہوتا ہے ایک مرکب گلیسرین کہتے ہیں اور دوسرے شے ایک روغنی تیزاب ہوتا ہے

روغنی اغذیہ جسم میں حرارت اور توانائی پیدا کرتے ہیں اوپر لکھا جاچکا ہے کہ اجزاء لحمیہ اور اجزاء شکریہ بھی حرارت اور توانائی پیدا کرتے ہیں لیکن ان میں

Marfat.com

حرکات اور توانائی کی قابلیت کا اندازہ ان کی کیلوری سے لگایا جا سکتا ہے یعنی اگر ایک چھٹانک روغن سے 510 کیلوری بنتے ہیں تو اجزاء لحمیہ اور اجزاء شکریہ اتنی مقدار میں صرف 320 کیلوری (حرارے) پیدا کرتے ہیں گویا دونوں کے مقابلے میں دگنی حرارت اور توانائی پیدا کرتا ہے سب سے بڑی بات یہ ہے کہ روغنی اغذیہ کافی دیر تک معدہ اور جگر میں ٹھہرتے ہیں جن سے جلد بھوک محسوس نہیں ہوتی جسم نرم رہتا ہے اس سے خشکی و جلن اور سوزش دور ہو جاتی ہے

روغنی اجزاء کا ہضم آنتوں میں اس وقت ہوتا ہے جب اس میں صفراء اور لبلبہ کی رطوبت شامل ہوتی ہے منہ اور معدہ میں اس پر نہ لعاب دہن کا اثر ہوتا ہے اور نہ ہی رطوبت معدی اثر انداز ہوتی ہے جب روغنی اجزاء میں یہ رطوبات ملتی ہیں تو دودھیا رنگ کا شیرہ بن جاتا ہے پھر ہضم ہو کر جگر میں پہنچ جاتا ہے اس طرح خون میں شامل ہو کر حرارت اور توانائی بڑھا دیتا ہے

معدنی نمکیات

معدنی نمکیات تو بہت سے ہیں لیکن ہمارا مقصد ان نمکیات سے ہے جو جسم انسان میں پائے جاتے ہیں ان میں (1) کیلشیئم (2) فیریم (3) سوڈیم (4) پوٹاشیم (5) فاسفوس (6) سلفر (7) میگنیشیا (8) آئیوڈین (9) کاپر

Marfat.com

(10)زنک (11) سیلکا(12)کلورین (13) کاربن (14)فلورین شامل ہیں یہ نمکیات جسم انسان میں بسیط حالت میں پائے جاتے ہیں یعنی جدا جدا نہیں ہوتے بلکہ مختلف طریق پر باہم مرکب ہوتے ہیں اور نمکیات ہماری غذا میں پائے جاتے ہیں جب ہمارے جسم میں کسی نمک کی کمی یا خرابی واقع ہوتی ہے تو کوئی نہ کوئی مرض پیدا ہو جاتا ہے اس لیے صحت کو قائم رکھنے یا مرض کو رفع کرنے کے لیے ان غذیہ کو کھانا چاہئے جن میں یہ اجزاء نمک میں پائے جاتے ہیں جن اغذیہ میں یہ اجزاء پائے جاتے ہیں وہ درج ذیل ہیں

نمک طعام

یہ نمک سب سے زیادہ اہمیت رکھتا ہے روزانہ کی خوراک میں شریک ہے یہ سوڈیم اور کلورین کا مرکب ہے اس لیے اس کو سوڈیم کلورائیڈ کہتے ہیں اگر چند روز میسر نہ آئے تو انسان مریض ہو جائے اگر بالکل ہی نہ ملے تو یقیناً انسان کو اس کے بغیر زندہ رہنا ناممکن ہو جائے اس سے غدد کی بافتیں تکمیل پاتی ہیں اور حرارت پیدا ہو کر ہضم غذا میں ملتی ہے (1) سرسوں کا ساگ (2)پنیر(3)پالک(4)انڈے کی سفیدی(5) بکری کا دودھ(6)شلغم (7)پیاز(8)آلو بخارا(9)ٹماٹر اور مکھن میں شریک ہوتا ہے

Marfat.com

کیلشیم

(1) دودھ (2) پنیر (3) سبز پتوں والی سبزیاں (4) میتھی کے پتوں میں کافی مقدار میں پایا جاتا ہے اسی طرح (5) گوبھی (6) انجیر (7) پیاز (8) مونگ پھلی (9) سویا بین (10) انڈوں میں بہت زیادہ پایا جاتا ہے (11) گوشت میں انڈوں سے بھی زیادہ ہے

میگنیشیم

دودھ، بادام، انگور، خوبانی، سلاد، زیتون، ٹماٹر، آلو بخارا، سیب

پوٹاشیم

دودھ، دہی، گاجر، کھیرا، ککڑی، انناس، مولی

کاربن

انگور، سیب، کھجور، آلو، مٹر، انجیر، گوبھی، اور کھنب

فیرم

کلیجی، گوشت، انڈے، مچھلی، خوبانی، پنیر، کھجور، انناس، زیتون، انگور، گندم چقندر، پالک وغیرہ

Marfat.com

گندھک

انڈے' خوبانی' انگور' کھجور' گندم' پالک' میتھی' ناریل' مٹر' ٹماٹر اور خشک انجیر

فاسفوس

دودھ' پنیر' انڈے' گوشت' مچھلی' مٹر' زیتون' کھمبی' مونگ پھلی' سلاد' گوبھی اور آلو

آئیوڈین

مچھلی' سلاد' انڈے' گوبھی' چکوترا اور ٹماٹر

پانی

پانی کی اہمیت مسلمہ ہے اس کے بغیر غذا کا کھانا مشکل ہے پانی غذا میں پایا جاتا ہے غذا کو محلول کرتا ہے غذا کو جسم میں دور دور تک لے جاتا ہے خون اسی سے محلول بنتا ہے اسی کی مدد سے پیشاب اور پسینہ آتا ہے جب جسم میں اس کی مقدار کم ہو جاتی ہے تو پیاس لگتی ہے اگر پانی میسر نہ آئے تو گلا اور باقی جسم خشکی محسوس کرتا ہے پانی ہائیڈروجن اور آکسیجن کا مرکب ہے ہمارے جسم کا ستر فیصدی حصہ پانی ہے اور خون میں اسی فیصدی پانی ہوتا ہے خون کی گردش کے ساتھ پانی خلیوں میں پہنچتا ہے یہاں تک ہڈیوں میں بھی پایا جاتا

Marfat.com

ہے پانی کے بغیر موت ہے

وٹامن

وٹامن ایسے مادے ہیں جو کیمیادی طور سے غذا سے جدا کئے گئے ہیں وہ کوئی غذا سے جدا شے نہیں ہیں ان کا غذا میں پایا جانا لازمی ہے اگر غذا میں یہ وٹامن شریک نہ ہوں تو انسان کی صحت میں نقص واقع ہو جاتا ہے پھر جب ان کو جسم میں پورا کر دیا جائے تو صحت کا نقص رفع ہو جاتا ہے اس لیے صحت کے لئے غذا میں ان کا شامل ہونا ضروری ہے اگر چہ وٹامن صحت دافع مرض اور نشو ونما کے لیے از حد ضروری ہیں لیکن غذا کے لیے ان کی کچھ حیثیت نہیں ہے کیونکہ ان سے حرارت پیدا ہوتی ہے اور نہ ہی یہ جزو بدن بنتے ہیں انسانی متوازن غذا کا ضروری حصہ ہیں گویا غذا کے لیے محرکات ہیں جیسے نمک آٹے میں ہضم کے قابل بنا دیتا ہے وٹامن کو غذا سے جدا کر کے تجارتی طور پر بازار میں فروخت کیا جا رہا ہے اور ضرورت مندوں کو استعمال کرائے جا رہے ہیں وٹامن تعداد میں چھ ہیں جو اے' بی' سی' ڈی' ای' کے' وغیرہ ناموں سے موسوم ہیں بعض نے ان کو ایک درجن تک بیان کر دیا ہے اور بعض وٹامن کے کئی کئی اجزاء بنا لئے گئے ہیں تمام وٹامن دو صورتوں میں پائے جاتے ہیں اول جو پانی میں حل ہو جاتے ہیں جو دو ہیں ''بی'' اور ''سی'' دوسرے جو روغنی چربی

Marfat.com

ہیں حل ہو جاتے ہیں ان میں ''اے'' ''ڈی'' اور ''کے'' ہیں ابتدائی تحقیق میں ان کی کیمیائی حقیقت کا علم نہیں تھا اس لیے ان کے نام ابجد پر عارضی طور پر رکھ دیے گئے تھے اب کے متعلق بہت کچھ معلومات حاصل ہوگئی ہیں اس لیے اب انہیں ان کے کیمیائی ناموں سے بھی پہچانا جاتا ہے

وٹامن اے

غذا کا ایسا کیمیائی جز جو چربی یا روغن میں حل ہو جاتا ہے مگر پانی میں حل نہیں ہوسکتا یہ وٹامن کیروٹین کی شکل میں پایا جاتا ہے کیروٹین سبزیوں میں کافی مقدار میں پائی جاتی ہے ہماری خوراک میں جتنا وٹامن ''اے'' ہوتا ہے اس کی نصف مقدار کیروٹین کی شکل میں سبزیوں ترکاریوں ہی سے حاصل ہوتی ہے کیروٹین کا بہترین ذریعہ گہرے سبز رنگ کے پتوں والی سبزیاں ہیں ان کا زیادہ گہرا سبز اور تیز پیلا رنگ کیروٹین کی مقدار کی وجہ سے ہوتا ہے لیکن کیروٹین بذات خود وٹامن نہیں ہے

وٹامن ''اے'' مکھن' بلائی' انڈے اور بعض حیوانی روغن بالخصوص مچھلی کے تیل میں موجود ہوتا ہے ان کے علاوہ کلیجی' گردوں' دودھ' کریم' پنیر اور گھی میں بھی ہوتا ہے ان کے علاوہ بعض نباتات جیسے گاجر' ٹماٹر' ہری پیاز' سرسوں کا ساگ' شلغم کے پتے' پالک' خوبانی اور آڑو میں چونکہ کیروٹین بکثرت ہوتا

Marfat.com

ہے ان سے بن جاتا ہے

اس کے استعمال سے جسم نرم و چمکدار ہو جاتا ہے اور مقابلہ مرض کے لیے جسم میں صلاحیت پیدا ہو جاتی ہے جلد ملائم رہتی ہے آنکھوں میں چمک آ جاتی ہے بینائی تیز ہو جاتی ہے ہڈیوں کے لیے مفید ہے پھیپھڑوں کے امراض کے لیے خاص طور پر مفید ہے اور دافع تعفن ہیں یہ وٹامن انسانی عمر' جسمانی نشوونما اور قوت بالیدگی اور قیام حیات کے لئے ضروری ہے

اگر غذا میں اس کی کمی واقع ہو جائے آنکھوں کی سوزش' رات کو نظر کا کام نہ کرنا' معدہ اور پھیپھڑوں کے امراض' مثانہ اور گردوں میں پتھری' جلد کی خشکی' دانتوں کا بھربھرا ہوتا' مسوڑھوں میں پائیوریا کی بیماری ہو جاتی ہے

وٹامن بی

غذا کا ایسا کیمیادی جز جو پانی میں حل ہو جاتا ہے مگر چربی اور روغن میں حل نہیں ہوسکتا زیادہ حرارت سے ضائع ہو جاتا ہے اکثر پکی ہوئی اغذیہ میں ختم ہو جاتا ہے سوڈا اور کھارا کے اثر والی اشیاء میں ضائع ہو جاتے ہیں وٹامن بی کی بارہ مختلف صورتیں ہیں لیکن دراصل یہ ایسے وٹامنوں کا مجموعہ ہے جو ایک ہی قسم کی اغذیہ میں پائی جاتی ہیں ان کے اثرات تقریباً ملتے جلتے ہیں یہ ایک

Marfat.com

سے لے کر بارہ تک شمار ہوتے ہیں لیکن ان سب کے بھی کیمیاوی نام ہیں وٹامن (بی) کی بارہ صورتیں ہیں ان کے کیمیائی نام ان کی اغذیہ اوران کے اثرات وغیرہ یہ ہیں وٹامن ''بی'' (کمپلیکس) کا کیمیائی تھامن اورانیورین ہے جسم میں کچھ زیادہ ذخیرہ نہیں ہوتا اس لیے ضرورت کے مطابق جسم کو مہیا ہونا چاہئے اس کا بہترین ذخیرہ وہ خمیر ہے جسے خمیر اٹھانے کے لیے کیا جاتا ہے

وٹامن ''بی'' عام طور پر سالم اناج' مونگ پھلی اوراس کے تیل میں کافی مقدار میں پایا جاتا ہے ان کے علاوہ دودھ' مٹر' سنگترہ پالک' چوزہ' مچھلی' آلو' پنیر پھول' گوبھی' لوبیا' سیب' سرخ مرچ' سٹاربری' بند گوبھی' گریپ فروٹ' اناس' شلغم' چقندر' ٹماٹر' شکرقندی' آڑو وغیرہ میں پایا جاتا ہے

اس کے استعمال سے اعصاب کو طاقت آجاتی ہے جس سے دماغ و بینائی اور بالوں کو طاقت آجاتی ہے اس کے علاوہ دل وجگر اور معدہ پر بھی مقوی اثر پڑتا ہے بھوک لگاتا ہے اور قبل از وقت بڑھاپے کو روکتا ہے اس کے علاوہ اعصابی کمزوری' جلد کی بے حسی' ٹانگوں کی کمزوری' لرزش' دل کا بیٹھ جانا' ٹانگوں میں پانی بھر جانا۔ معدہ اور آنتوں کی کمزوری' بھوک کی کمی' ضروری رطوبت کی جسم میں کمی' وزن اور حرارت میں کمی وغیرہ میں مفید ہے

Marfat.com

وٹامن ''بی 2'' اس کا کیمیائی نام ایبورین ہے یہ زیادہ تر دل وجگر کے ساتھ گردوں میں پایا جاتا ہے اس کے علاوہ گوشت و مچھلی اور مرغی اور ان کے انڈے، سالم گیہوں اور پتوں والی سبزیاں، ہری پیاز اور ساگ وغیرہ ترش میں محفوظ رہتے ہیں روشنی میں ضائع ہو جاتے ہیں

اس کے استعمال سے چہرہ، بالوں اور آنکھوں میں قوت پیدا ہوتی ہے چہرے پر رونق پیدا ہو جاتی ہے یہ مرض پناگرہ کو دور کرنے کیلیے مشہور ہے جب باچھیں پک جائیں ہونٹوں پر خراشیں آ جائیں اور زبان سوج جائے تو یہ وٹامن مفید ہے اس کے علاوہ اس کی کمی سے ناک پر خشکی، آنکھوں میں سرخی اور بال گرنا شروع ہو جاتے ہیں

وٹامن (بی 3)

اس کا کیمیائی نام نکوٹینک ایسڈ ہے اس کا دوسرا نام نیاسن ہے یہ (بی کمپلیکس) میں شامل ہونے والا ایک جز ہے یہ حرارت سے کم ضائع ہوتا ہے تقریباً انہی اغذیہ میں پایا جاتا ہے جن میں ''بی'' پایا جاتا ہے اس کے استعمال سے جسم میں رطوبت اور حرارت پیدا ہو کر خشکی دور ہو جاتی ہے وزن بڑھ جاتا ہے حافظہ اور ذہن درست ہو جاتا ہے

(بی 3) کی تمام علامات کے ساتھ معدہ و آنتوں میں درد اور اسہال پیشاب

Marfat.com

میں جلن اور جنسی کمزوری پیدا ہو جاتی ہے رفتہ رفتہ اس کا نتیجہ مالیخولیا اور بے ہوشی کے دورے پڑنے لگتے ہیں عورتوں کی ماہواری میں نقص آ جاتا ہے ایسی علامات میں وٹامن (بی 3) مفید ہوتا ہے

وٹامن (بی 4)

اس وٹامن کی اغذیہ وعلامات اور افعال واثرات تقریباً (بی 2) اور (بی 3) کے مطابق ہیں

وٹامن (بی 5) اس کا کیمیادی نام ''پینٹوتھینک ایسڈ'' ہے ''وٹامن بی'' کے دیگر اجزاء کی طرح یہ جز بھی مقوی اعصاب ہے اس میں سردی کی برداشت بڑھ جاتی ہے اور یہ بھی زیادہ گرمی اور ہوا میں ضائع ہو جاتا ہے

یہ ''وٹامن 5'' دل کلیجی' مغز' گردے' انڈے' بکری کی ران کا گوشت' خمیر' گیہوں' کھنب' مونگ پھلی' سویابین' جو' ہرے پتوں والی سبزیاں اور سالم اناج وغیرہ میں پائے جاتے ہیں

جب سردی کے امراض پیدا ہوں جگر میں بے قاعدگی سے آنتوں اور جلد کی بیماریاں پیدا ہو جائیں سردی کی زیادتی کی وجہ سے کھانسی اور پاؤں کا جلنا ظاہر ہو تو اس وٹامن سے فائدہ ہو جاتا ہے

Marfat.com

وٹامن (بی 6)

یہ وٹامن بھی اپنے دیگر گروپ کی طرح مقوی اعصاب اور دافع امراض باردہ ہے

ان وٹامن کا حصول بھی گوشت' کلیجی' ہری سبزیوں سے ہوتا ہے اناج خاص کر اناج کے چھلکوں میں اس کی کثرت ہوتی جب اعصاب و دماغ میں سوزش سے زبان و دہن اور ہونٹوں میں سوجن ہو' یا جلدی امراض میں اس کی خشکی و رنگت کی خرابی اور داغ و دھبے پیدا ہو جائیں خون خراب ہو کر دانت گر جائیں تو اس کا استعمال مفید ہے

وٹامن (بی 7)

اس کا کیمیادی نام ہائیوٹن ہے یہ بھی کمپلیکس کے گروپ کا جزو ہے اور اپنے مکمل گروپ سے افعال و اثرات کا تعلق رکھتا ہے یعنی اعصاب و دماغ اور امراض بادرہ سے متعلق ہے

وٹامن (بی 8)

مرغی کے گوشت' گائے کے گوشت اور دودھ' مچھلی' انڈے' پنیر' خمیر' سٹار بری' کشمش' نارنگی' گریپ فروٹ' گاجر' کیلا' سیب' گیہوں' بند گوبھی' پھول گوبھی'

Marfat.com

مکئی، گڑ، پیاز، مٹر، مونگ، آلو، پالک، ٹماٹر اور شلغم میں پایا جاتا ہے
جب دماغی اور اعصابی سوزش سے خرابی خون ہو جلد کی رنگت زرد ہو جائے اور خون کے ذرات کم ہو جائیں یا بھوک کی کمی اور متلی کا اثر ہو یا زبان میں لکنت ہو یا بار دامراض کے اثرات سے کمزوری معلوم ہو تو یہ وٹامن مفید ہے

وٹامن (بی 9)

اس کا کیمیادی نام فولک ایسڈ ہے روزانہ تقریباً نصف گرام سے دو ملی گرام تک درکار ہوتا ہے اتنی مقدار ہاضمہ اور تندرسی قائم رکھنے کے لیے ضروری ہے اس سے خون کے ذرات اور ہڈیوں کے گودا کی پیدائش قائم رہتی ہے
اس وٹامن کا حصول گوشت، کلیجی، گردے، دودھ، خمیر، پھل، سبزیاں، خاص طور پر ہرے پتوں والی سبزیاں وغیرہ، جب اعصاب کی خرابی سے منہ آ جائے، زبان سوج جائے، اسہال، بدن کی لاغری، ہاتھ پاؤں میں سوئیاں سی چبھتی ہوں یہ وٹامن مفید ہے

وٹامن (بی 10)

اس کا کیمیادی نام اینوسٹال ہے یہ بھی وٹامن بی کمپلیکس کے گروپ میں شامل ہے اس کا حصول بھی گوشت و کلیجی اور خمیر وغیرہ ان ہی اغذیہ سے ہوتا

Marfat.com

ہے جن سے اس کے دیگر گروپ کا ہوتا ہے یہ ان کی طرح اعصابی و دماغ کی خرابی کے سبب جب ہاضمہ خراب ہو، خصوصاً گنجاپن پیدا ہو جائے تو یہ وٹامن مفید ہے

وٹامن (بی 1) اس کا کیمیاوی نام ''کولین'' ہے یہ بھی دماغ و اعصاب میں طاقت دے کر جسم میں چربی کی صحیح تقسیم کرتا ہے اس وٹامن کا حصول انڈے، مچھلی، کلیجی، گردے اور اناج و سبزیاں جن میں گیہوں، بند گوبھی، گاجر، مٹر، پیاز، اجوائن اور پالک۔ آج کل اس کا بہترین ذریعہ بکرے کا مغز ہے

جب جگر و گردوں کی خرابی سے خون کا دباؤ بڑھ جائے دل کمزور ہو جائے معدہ میں سوزش و ورم پیدا ہو جائے یا قوت مدافعت جراثیم کم ہو جائے یعنی سفید ذرات خون جسم میں کم ہو جائیں یا بچوں میں نشو و ارتقاء میں خرابی واقع ہو جائے یا بیضہ تولید میں خرابی واقع ہو جائے یا زچہ کے دودھ میں کمی واقع ہو جائے تو یہ مفید ہے

وٹامن (بی 11)

اس کا کیمیاوی نام ''پیرا امینو بنزک ایسڈ'' ہے اس کے متعلق مشہور ہے کہ اس میں دو وٹامن پائے جاتے ہیں اس کو بے حد مقوی دماغ اور اعصاب خیال کیا جاتا ہے جراثیم کو ہلاک کرنے کی غیر معمولی طاقت ہے اس کا حصول

Marfat.com

بھی دودھ، انڈا، کلیجی، پنیر، اناج اور سبزیاں ہیں

جب دماغ و اعصاب کے کمزور ہونے سے سر کے بال سفید ہو جائیں جسم میں جراثیمی امراض یہاں تک کہ دق ہو جائے سورج کی تپش سے جلد میں خرابی واقع ہو جائے اور دھوپ کی برداشت نہ رہے تو یہ وٹامن مفید ہے

وٹامن (بی 12)

اس وٹامن کی کیمیاوی ساخت میں ایک دھات ہوتی ہے جس کو بالٹ کہتے ہیں جو صرف حیوانی اغذیہ میں پائی جاتی ہے اس میں عجیب بات یہ ہے کہ اس کی تحقیق کئی قسم کے جراثیم بھی کرتے ہیں گویا اس کا اہم ذریعہ جراثیمی عمل ہی ہے جگالی کرنے والے جانوروں کے معدے میں جہاں غذا محفوظ رہتی ہے وہیں یہ جراثیم بھی پائے جاتے ہیں حقیقت یہ ہے کہ تجارتی سطح کے لیے وٹامن ''بی 12'' جراثیم ہی سے حاصل کئے جاتے ہیں ویسے ان کا حصول گوشت، کلیجی، گردہ، دودھ اور سویابین سے ہوتا ہے

جب دماغ و اعصاب میں خرابی ہو کر مولد خون اعضاء میں نقص واقع ہو جائے ہڈیوں کے گودوں میں خرابی پیدا ہو جائے جس کے معدہ اور آنتیں اپنے افعال پورے طور پر ادا نہ کریں تو یہ وٹامن مفید ہے

Marfat.com

وٹامن ''سی''

اس کا کیمیاوی نام ''اسلوربک ایسڈ'' ہے پانی آسانی سے حل ہو جاتا ہے گرمی اور پانی میں رہنے سے ضائع ہو جاتا ہے اسے تانبے اور لوہے کے اثرات سے نقصان پہنچتا ہے اس کے استعمال سے جسم میں قوت وتوانائی اور صحت ہوتی ہے دافع خارش کے نام سے مشہور ہے

وٹامن ''سی'' اکثر پھلوں اور سبزیوں میں پائے جاتے ہیں ترش اشیاء میں آڑو' آلوچہ' امرود' آلو بخارا' آم' انار' انجیر' چکوترا' ٹماٹر سرخ مرچ' بند گوبھی' آلو' شلغم سلاد' پھول گوبھی' پالک' سویا بین' اردی' پیٹھا' دال ماش' بھنڈی توری' مسور' موٹھ' مونگ' باتھوں کا ساگ' لوبیا' ٹینڈے' چنے' چاول' چقندر' حلوہ کدو' دال ارہر' چولائی کا ساگ' سویا' خرفہ کا ساگ' کچالو' کچنار' کدو' کریلا' مٹر' مولی' میتھی' پھلوں اور سبزیوں کے علاوہ کلیجی میں بھی پایا جاتا ہے

جب خون میں تیزی پیدا ہو کر جسم پر خارش ہو مسوڑھوں سے خون بہنے لگے اور دانت اور ہڈیاں خراب ہونے لگیں جسم کمزور قوت مدافعت کم ہو جائے اور وہ وائرس (غیر مرئی جراثیم) کا مقابلہ نہ کر سکے اور اکثر نزلہ' زکام اور انفلوئنزا کے حملے ہوتے رہیں اور عورتوں میں حیض کی بے قاعدگی خاص طور پر حیض میں کثرت ہو' اس وٹامن ''سی'' کا استعمال مفید ہے

Marfat.com

وٹامن ''ڈی''

یہ وٹامن حیوانی روغن اور چربی میں حل ہوتا ہے اور پانی میں حل نہیں ہوسکتا اس خصوصیت یہ ہے کہ جسم میں داخل ہوکر یہ کیلشیئم اور فاسفوس کو جذب کر کے ہڈیوں اور دانتوں کی تقویت کا سبب بنتا ہے

جب جسم میں کیلشیم اور فاسفوس کی کمی ہو جاتی ہے تو ہڈیاں کمزور بھربھری اور دانتوں میں خرابیاں پیدا ہو جاتی ہیں بچوں میں سوکھا پن ہو جائے' جنین کی نشوونما میں خرابی ہو' بچوں کی ہڈیاں ٹیڑھی ہوگئی ہیں ایسی صورت میں اگر وٹامن ''ڈی'' کا استعمال کیا جائے تو بہت فائدہ ہوتا ہے

وٹامن ''ای''

اس کا کیمیاوی نام ''ٹوکوفیرول'' ہے یہ وٹامن چربی میں حل ہو جاتا ہے یہ قوت بالیدگی اور جنسی قوت میں تحریک کا باعث ہوتا ہے اور بانجھ پن دور ہوتا ہے اور اولاد پیدا کرنے کی قابلیت پیدا ہو جاتی ہے

اس وٹامن کے حصول کا ذریعہ دودھ' مکھن' مچھلی' ناریل' خوبانی' چلغوزہ' تل' پستہ' اخروٹ' بادام' گندم' سلاد' آلو' بند گوبھی' لوبیا' ساگ' چقندر' سویا' گاجر وغیرہ ہیں

Marfat.com

چونکہ یہ وٹامن قلب وعضلات کے امراض میں مفید ہے اس لیے جب دل و عضلات کمزور ہوں اور جلد سکڑ جائے بانجھ پن اور مردوں میں قوت تولید کم ہو' جنسی قوت کمزور ہو اور پیشاب میں زیادتی ہو تو اس کا استعمال مفید ہے

وٹامن ''کے''

یہ وٹامن بھی روغن اور چربی میں حل ہو جاتا ہے اور خون کی قوت انجماد کو قائم رکھتا ہے اس وٹامن کا حصول انڈے' ٹماٹر' گاجر' سویابین' پالک' سبز پتوں والی وغیرہ ہیں

جب انگلیوں میں سوجن ہو' جریان' خون' مسوڑھوں سے خون آتا ہو' حیض کی بے قاعدگی' پھوڑے وغیرہ ہو تو یہ وٹامن مفید ہے

نوٹ۔ وٹامن کی تحقیق کے ابتدائی دور میں صرف دو تین وٹامن کا پتہ چلا تھا اس کے بیس چھوٹے وٹامن کا علم ہو گیا پھر ان کی تعداد چھ تک پہنچ گئی جو اے' بی' سی' ڈی' ای اور کے وغیرہ ابجد کے ناموں سے مشہور ہیں مگر مگر بعض کتب میں تین عدد اور وٹامن کا بھی ذکر ہے جو وٹامن ''جی'' وٹامن ''پی'' اور وٹامن ''ایچ'' کے ناموں سے مشہور ہیں لیکن ان کی خصوصیات وحصول اور افعال واثرات ہیں چھ وٹامن سے کچھ جدا صورتیں معلوم نہیں ہوتیں اور

Marfat.com

زیادہ تر غذا میں انہی کے استعمال پر تاکید کی جاتی ہے

ابتدائی تحقیقات میں ماہرین کسی مرض میں کسی ایک وٹامن کے استعمال کی تاکید کرتے رہے مگر اب اس امر کی تحقیق ہوگئی ہے کہ کسی ایک وٹامن کے استعمال کی کمی سے کوئی مرض نہیں ہوتا بلکہ پورے گروپ سے ہوتی ہے اس تمام وٹامن کا کھانا ضروری ہے

وٹامن کی ضرورت

اغذیہ میں ہر قسم کے وٹامن پائے جاتے ہیں پھر وٹامن کے استعمال کی جسم میں کیا ضرورت ہے یہ بات درست ہے کہ اگر متوازن غذا کھائی جائے تو جسم کو کسی وٹامن کی ضرورت نہیں رہتی لیکن جب غذا متوازن نہیں ہوگی تو جسم میں وٹامن کی کمی پوری کرنے کے لیے وٹامن کا استعمال ان کی ضرورت اور علامات کے مطابق استعمال کرنا ضروری ہے' جیسے غذا میں نمکیات اور پانی کے اجزاء شریک ہوتے ہیں مگر جب ان کی کمی محسوس اور معلوم ہوتی ہے تو ضرورت کے مطابق نمکیات اور پانی کا استعمال کرنا ہے

اسی ضرورت کے تحت اغذیہ سے وٹامن تیار کئے جاتے ہیں جن کی گولیاں اور شربت بازار میں عام بکتے ہیں جب غذائی وٹامن کے استعمال سے خاطر خواہ فوائد حاصل نہ ہوں تو ضرورت اور علامات کے مطابق وٹامن کی گولیاں

Marfat.com

اور شربت استعمال کرنا پڑتا ہے لیکن ہر شخص ضرورت اور علامات کو نہیں سمجھ سکتا اس لیے ڈاکٹر کا مشورہ ضروری ہے ان وٹامن کو اضافی وٹامن کہتے ہیں

وٹامن کے استعمال میں غلط فہمی

وٹامن کے متعلق اکثر یہ غلط فہمی ہے کہ یہ جو ہر اغذیہ اور جو ہر حیات ہیں اور ان کے استعمال سے بے حد خون پیدا ہو جاتا ہے ہر قسم کی جسمانی کمزوری فورا رفع ہو جاتی ہے اس کی ایک گولی کھانے سے سیروں دودھ کی طاقت پیدا ہو جاتی ہے ایک ٹکیہ کھانے سے سیروں گوشت کی طاقت آ جاتی ہے اس کے شربت کا ایک گھونٹ پینے سے پاؤ بھر مکھن کا اثر رکھتا ایک انجکشن پھلوں سے بے نیاز کر دیتا ہے بلکہ ان کے استعمال سے غذا کی ضرورت پیدا نہیں ہوتی وغیرہ وغیرہ اس قسم کے خیالات اکثر لوگوں میں پائے جاتے ہیں اور اپنی کمزوری دور کرنے کے لیے اکثر وٹامن کی ٹکیاں کھاتے' شربت پیتے اور انجکشن لگواتے پھرتے ہیں ان میں کوئی بھی خیال صحیح نہیں اکثر لوگ غلطی کا شکار ہیں

افہام و تفہیم

ہم نے ایلوپیتھی اور سائنس کے نظریہ غذا و متوازن غذا اور اجزاء غذا اور

Marfat.com

وٹامن پر پورے طور پر روشنی ڈالی ہے اور کوشش کی ہے کہ متوازن غذا اور اس کا کوئی پہلو تشنہ کام نہ رہ جائے تا کہ ہم پورے طور ہر تنقید و تبصرہ کر سکیں اور ثابت کر سکیں کہ یہ کہاں تک مفید ہے اور کس حد تک غیر سائنسی و نقصان دہ اور غلط ہے

ایلوپیتھی اور میڈیکل سائنس کا عمل و استعمال تقریبا تمام دنیا پر ہے ہم کافی عرصہ سے ان کے نظریات' اصول اور علوم وفنون کو غلط ثابت کر رہے ہیں اس سلسلہ میں ہمارا فرض ہے کہ ہم ان کے غذائی نظریات و اصول اور تحقیقات و تجربات کو غلط ثابت کریں۔

جاننا چاہئے کہ زمین سے تین قسم کی چیزیں پیدا ہوتی ہیں (1) میوہ جات اور پھل (2) اناج (3) سبزیاں ہیں میوہ جات اور پھل تو بغیر آگ پر پکائے کھائے جاتے ہیں مگر اناج اور سبزیاں بغیر آگ پر پکائے نہیں کھائی جاتیں اور یہ بھی حقیقت ہے کہ جس قدر حرارت اور قوت میوہ جات اور پھلوں میں پائی جاتی ہے وہ اناجوں اور سبزیوں میں نہیں پائی جاتی اور پھل ایسے ہیں جن کا معیار پروٹین کے قریب قریب ہے جیسے انگور و کھجور اور آم وغیرہ

قرآن حکیم نے پھلوں کو انسانوں کی غذا لکھا ہے جنت میں یہی رزق ملے گا ان میں انگور' کھجور' انار' زیتون' انجیر اور انہی سے ملتے جلتے دیگر پھلوں کا

Marfat.com

قرآن حکیم نے ذکر کیا ہے'' ان کو میوہ جات اور پھلوں سے رزق دیے جائیں گے وہ لوگ کہیں گے یہ وہ رزق ہے کہ اس سے قبل بھی ان سے ملتے جلتے دیے گئے ہیں'' جہاں تک کہ وہ گوشت اور ثمرات کے مقابلے میں ادنیٰ ہیں ان حقائق سے ثابت ہے کہ پروٹین واجزاء لحمیہ انسان کے لیے مکمل اور متوازن غذا ہے اس لیے اناجوں اور سبزیوں کو غذا میں شامل کرنا بے معنی ہے شاید اسی لیے قرآن حکیم میں جس درخت کے قریب جانے سے منع کیا ہے وہ اناجوں اور سبزیوں ہی کے اقسام سے معلوم ہوتا ہے''اس درخت کے قریب نہ جانا ورنہ ظالموں میں سے ہو جاؤ گے'' اگر ظلمت پر غور کیا جائے تو بہت سے اسرار و رموز سامنے آجاتے ہیں

جہاں تک انسانی محسوسات و مشاہدات کا تعلق ہے تین صورتیں اس کے سامنے ہوسکتی ہیں (اول) حالات کائنات جن میں آسمان و نجوم اثیر و برق اور زندگی و توانائی (دوم) امور طبیہ جن میں (1) ارکان (2) مزاج (3) اخلاط (4) ارواح (5) قوی (6) اعضاء (7) افعال (سوم) ستہ ضروریہ، جن میں (1) ہوا (2) ماکولات و مشروبات (3) حرکت و سکون جسمانی (4) حرکت و سکون نفسانی (5) نیند و بیداری (6) احتباس و استفراغ

Marfat.com

غذائی علاج کے اصول

(1) علاج کے متعلق اہم بات یہ ہے کہ علاج غذا سے کیا جائے یا ادویہ یا کسی اور تدبیر کو مدنظر رکھا جائے اس وقت تک علاج ممکن نہیں ہے جب تک خون کے اجزا واخلاط کو مدنظر رکھ کر مکمل نہ کئے جائیں یا سائنس کے نظریہ کے مطابق جسم کے عناصر نہ صرف پورے ہوں گے کیونکہ یہ حقیقت مسلمہ ہے کہ علاج صرف خون سے ہوتا ہے اور خون غذا سے بنتا ہے اور دوا و دیگر اشیاء تو صرف خون میں کیفیات پیدا کر کے نکل جاتی ہیں

(2) خون پیدا کرنے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ خون میں جو خلط یا عنصر کم ہو اس کو پورا کرنے کے لیے انہی اغذیہ کا استعمال کیا جائے جن میں وہ خلط اور عنصر پایا جائے اور صحت کے لیے بھی یہی طریقہ علاج یقینی ہے بلکہ جوانی اور طاقت کے لیے بھی طریقہ کامیاب ہے

(3) خون پیدا کرنے کے لیے اغذیہ استعمال کرنے سے پہلے ضروری ہے کہ پہلے پیٹ کا خمیر ختم کرلیا جائے کیونکہ خمیر کا خاصہ ہے کہ جب وہ کسی غذا سے ملتا ہے اس کو خمیر کر دیتا ہے اس طرح غذا بجائے خون بننے کے ضائع ہو جاتی ہے

(4) خمیر ختم کرنے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ بھوک پیدا کی جائے بلکہ شدید

Marfat.com

بھوک پیدا کر دی جائے کیونکہ شدید بھوک سے پتہ چلتا ہے کہ جسم کو طلب غذا کا احساس ہو رہا ہے اور شدید بھوک کی حالت میں یہ صورتیں پیدا ہوتی ہیں

(1) معدہ غذا ہضم کرنے کے لیے نہ صرف خالی ہوتا ہے بلکہ آئندہ ہضم کے لیے تیار ہوتا ہے

(2) شدید بھوک میں غدد جاذبہ جسم کی فضول رطوبات کو جذب اور صاف کر کے پھر خون میں شامل کر دیتی ہیں

(3) شدید بھوک میں جگر صفراء اور حرارت پیدا کرنا شروع کر دیتا ہے جس سے خون گرم ہو کر تمام جسم گرم ہو جاتا ہے کھانے کی لذت کا احساس ہوتا ہے بس یہی خمیر کے ختم ہونے کی علامت ہے

(4) شدید بھوک پیدا کرنے کے لیے مریض کو تاکید کریں غذا وقت پر اور شدید بھوک پر کھائے یعنی جب غذا کا مقررہ وقت ہو جائے تو اس وقت شدید بھوک کا ہونا ضروری ہے اگر بھوک نہ ہو تو آئند وقت پر چھوڑ دیں اگر تھوڑی بھوک ہو تو اس کو پھل، چائے، شہد کا شربت دے سکتے ہیں یہ اس کی تسلی کے لیے بہت کافی ہے

(5) تندرست انسان میں کم از کم چھ گھنٹے وقت ہونا چاہیے لیکن مریض کے لیے وقت بڑھایا جا سکتا ہے اور شدید بھوک بہترین وقت ہے، لیکن اگر چھ

Marfat.com

گھنٹے سے پہلے شدید بھوک لگے تو سمجھ لیں کہ مریض میں کمزوری کا احساس ہو رہا ہے ایسے مریض کی غذا مکھن اور گھی کا اضافہ کریں اور غذا کے وقت زیادہ سے زیادہ غذا دیں یاد رکھیں کہ معدہ میں غذا تین گھنٹے میں مکمل طور پر ہضم ہوتی ہے پھر چھوٹی آنتوں میں ہضم کے لیے چار گھنٹے لیتی ہے اس کے بعد بڑی آنتوں میں غذا ہضم ہونے کے لیے پورے پانچ گھنٹے لگ جاتے ہیں اس طرح تندرست انسان میں مکمل بارہ گھنٹے لگ جاتے ہیں مگر مریضوں میں زیادہ وقت خرچ ہو جاتا ہے بعض وقت مریضوں میں کئی کئی دنوں تک معدہ اور آنتوں میں متعفن اور خمیر بن کر پڑی رہتی ہے اس لیے تعفن اور خمیر کا ختم کرنا نہایت ضروری ہے یہ بھی یاد رکھیں کہ روزہ کم از کم بارہ گھنٹے کا ہوتا ہے بعض وقت چودہ اور سولہ گھنٹے کا بھی ہوتا ہے تاکہ جب تک غذا ہضم ہو کر خون میں نہ جائے روزہ نہیں کھولنا چاہیے یہی روزہ کی خوبی کا اسرار اور راز ہے اس لیے جب روزہ نہ ہو تو روزہ کے نصف وقت غذا لینی چاہیے جو کم از کم چھ سات گھنٹے بنتے ہیں جو غذا کے لیے ضروری وقفہ ہے

7۔ شدید بھوک پر جسم ہلکا و گرم ہو کر اس میں لذت و مسرت کے جذبات پیدا ہو جاتے ہیں نہ دل گھٹتا ہے اور نہ ہی بے چینی ہوتی ہے جب پیٹ بوجھل ہو اس میں ریاح اور رطوبت اور بے چینی ہو غذا نہیں کھانی چاہیے ایسے لوگوں کو

Marfat.com

بھی دیکھا ہے کہ پیٹ میں درد ہو رہا ہے اور پیٹ پھولا ہوا ہے مگر وہ غذا کھا رہے ہیں ایسا کرنا دانتوں سے قبر بنانی ہے یاد رکھیں جب تک تکلیف رفع نہ ہو غذا نہ دیں البتہ اگر کمزوری کا شدید احساس ہو تو قہوہ' پھلوں کا جوس اور رقیق شوربا دے سکتے ہیں ان کے علاوہ ضرورت کے مطابق سبزیوں کا شوربہ' انڈوں کی سفیدی' یخنی' شہد کا شربت' انڈوں کی سفیدی اور شہد' صرف سادہ نمکین پانی بھی دے سکتے ہیں قہوہ میں لیموں نچوڑ کر دینا بے حد مقوی ہے

8۔ غذا ہمیشہ تازہ ہونی چاہئے بلکہ اس میں اس کی تازگی کی خوشبو ہونی چاہئے اس کو قرآن حکیم طیب غذا کہتے ہیں جس غذا میں بو کی مہک ہو ایسی غذائیں ہرگز نہیں کھانی چاہئیں کیونکہ یہ پیٹ میں جا کر فوراً خمیر یا زہر میں تبدیل ہو کر باعث مرض اور نقصان دہ ہوتی ہیں

9۔ غذا طیب (خوشبودار) ہونے کے ساتھ حلال بھی ہونی چاہئے یعنی جن اغذیہ کو اسلام نے حلال لکھا ہے اور حرام غذائیں جن میں مردہ جانوروں 'خون' سور کا گوشت مردہ جانور اور رشوت وغیرہ۔ یہ سب اغذیہ خون میں فساد و تعفن اور خمیر پیدا کر دیتے ہیں جن کا نتیجہ خوفناک امراض میں ظاہر ہوتا ہے

10۔ غذا میں شراب اور دیگر منشیات کا اثر نہیں ہونا چاہئے شراب غذا میں

Marfat.com

بہت جلد خمیر پیدا کر دیتی ہے جس سے غذا میں تعفن پیدا ہو کر جسم میں فساد کا نقصان کا باعث ہوتا ہے دیگر منشیات قلب وعضلات کے افعال کو کمزور کر دیتا ہیں جس سے غذا کا ہضم خراب ہو جاتا ہے پھر رفتہ رفتہ جسم میں اس کا زہر پیدا ہوتا ہے جس سے ذہن بگڑ جاتا ہے

قلب وعضلات کے تحت ترتیب غذا

علاج بالغذا کی حقیقت و ماہیت پر ہم تفصیل سے لکھ چکے ہیں اس میں یقینی کامیابی کے لئے تشریح ومنافع الاغذیہ کے افعال واثرات قلب وعضلات کی تفصیل وغیرہ اس انداز میں لکھ دی گئی ہے کہ عام پڑھا لکھا سمجھدار شخص اس کو پورے طور پر سمجھ کر فائدہ حاصل کر سکتا ہے اب ہم ذیل میں قلب وعضلات کے تحت اغذیہ کو اس طرح ترتیب دے دیا ہے کہ ایک نگاہ سے فورا مخصوص اغذیہ سامنے آجائیں اور علاج میں آسانیاں پیدا ہو جائیں چونکہ خون غذا ہی بنتا ہے جیسی غذا کھائیں گے ویسا ہی خون بنے گا قلب وعضلات خون سے بنتے ہیں خون میں جس مزاج کا غلبہ ہوگا ویسی ہی قلب وعضلات کی حالت تبدیل ہوگی جیسا کہ اگر خون میں سودا زیادہ ہوگا تو قلب وعضلات میں سکیڑ ہوگا اس سکیڑ کا علاج حرارت پیدا کرنے والی غذاؤں سے کریں گے کیونکہ قانون فطرت ہے کہ حرارت سے اشیا میں پھیلاؤ پیدا ہوتا ہے اس طرح

Marfat.com

سکیڑنے والے عضو کی حالت نارمل ہو جائے گی یہی فطری علاج ہوگا اسی طرح جب قلب وعضلات میں پھیلاؤ ہوگا تو اسے اپنی اصل حالت میں لانے کے لئے سردی پیدا کرنے والی غذائیں استعمال کرنی ہوگی سردی کی ابتدا تری سے ہوتی ہے اس لئے تری پیدا کرنے والی غذائیں استعمال کی جائے گی اسی طرح اگر قلب وعضلات تری کی زیادتی کی وجہ سے پھول جائیں تو ان کو اپنی اصل حالت میں لانے کے لئے خون میں خشکی پیدا کرنے والی غذائیں استعمال کرنی ہوں گی یہی علاج قانون فطرت پر ہوا گا

قلب وعضلات کی حالتوں پر ظاہر ہونے والی تمام امراض وعلامات کی تفصیل اسلامک طب حصہ اول درج کر دیا گیا ہے انہی کو مدنظر رکھ کر علاج کیا جائے

غذاوں میں سب سے بہترین حیوانی غذا ہوتی ہے اس کے بعد پھل اور میوہ جات دوسرے نمبر پر اناج اور دالیں تیسرے نمبر پر سبزیاں چوتھے نمبر پر ہیں

قلب وعضلات کے سکڑنے سے پیدا ہونے والی امراض کا غذائی علاج

Marfat.com

حیوانی غذا۔ بکری کا گوشت، دیسی مرغی کا گوشت، انڈے، پرندوں کا گوشت جن میں تیتر بٹیر، مرغابی، بطخ تلیار، فاختہ، تالور، چڑا، شہد وغیرہ

میوہ جات

چلغوزہ، تر کھجور، کاجو، بادام، پستہ، کشمش شیرین

پھل

انگور، آم، خوبانی، شہتوت، خربوزہ، پپیتہ وغیرہ

اناج اور دالیں

گیہوں، مونگ، سفید چنے

سبزیاں

میتھی کا ساگ، ٹینڈے، ادرک، پیاز، سبز مرچ، لہسن بطور سبزی

قلب وعضلات کے پھیلنے سے پیدا ہونے والی امراض کا غذائی علاج

حیوانی غذا

Marfat.com

گائے کا دودھ' بکری کا دودھ' اونٹنی کا دودھ' انڈے کی سفیدی' مغز بکرا و گائے' سری کا گوشت دودھ سے بنی ہوئی تمام مٹھائیاں وغیرہ

میوہ جات

میوہ جات میں صرف مغزیات (مغز چہار) کا شیرہ دیا جا سکتا ہے

پھل

انار شیریں' تربوز' ناشپاتی' کیلا' امرود' گرما' سردا وغیرہ

اناج و دالیں

چنے' دال ماش' ساگودانہ

سبزیاں

مولی' گاجر' کدو' توری' شلغم' اروی' حلوہ کدو' چقندر' کھیرا' ککڑی

قلب و عضلات کے پھولنے سے پیدا ہونے والی امراض کا غذائی علاج

حیوانی غذا

بھینس کا گوشت' مچھلی' ہرن کا گوشت' کبوتر کا گوشت' گائے کا گوشت' دہی

Marfat.com

زیادہ ترش لسی، ویسن کی کڑی

میوہ جات

ناریل، مونگ پھلی، اخروٹ، کھجور خشک، چھوہارہ، منقیٰ، کھاجا، انجیر، کشمش ترش

پھل

سیب، جامن، فالسہ، لیچی، مالٹا، آڑو رس بھری، انناس، بیر، آلوچا، سنگترہ،

اناج ودالیں

مکئی، جوار، باجرہ، لوبیا، مسور، کالے چنے

سبزیاں

آلو، مٹر، گوبھی، بینگن، پالک، کریلے، ٹماٹر، کچنال، سرسوں کا ساگ اچار اور تمام ترش چیزیں

میرے ذہن جتنی عام غذائیں تھی ان کو درج کر دیا گیا ہے ان کے علاوہ اور غذائیں جو مزاج کے لحاظ سے جو آپس میں ملتی ہوں وہ ان غذاوں میں شامل ہوسکتی ہیں

علاج بالدوا

Marfat.com

جاننا چاہیے کہ امراض میں علاج بالغذا کے ساتھ ساتھ علاج بالدوا کی بہت بڑی اہمیت ہے کیونکہ دوا کا اثر غذا سے کہیں تیز ہوتا ہے مگر علاج بالدوا کی تفصیل لکھنے سے پہلے علم ادویہ کا جاننا انتہائی ضروری تاکہ ادویہ کے افعال واثرات اور مزاج کا مکمل علم ہو جائے

علم ادویہ

علم العلاج اور فن معالجات میں علم الادویہ کو جو اہمیت حاصل ہے اس کا اندازہ اس امر سے لگایا جاسکتا ہے کہ اس علم کے بغیر علاج ومعالجہ بے کار ہو کر رہ گیا ہے گویا یہ ایک بہت بڑا رکن ہے اگر اس عمارت کا یہ رکن نہ رہے تو یہ عمارت قائم نہیں رہ سکتی حقیقت یہ ہے کہ علاج ومعالجہ کی تاریخ اور ابتدا علم الادویہ ہی سے شروع ہوتی ہے جوں جوں تہذیب وتمدن اور ثقافت میں نشو وارتقا ہوتا رہا علم الادویہ کے ساتھ ساتھ علم العلاج اور اس کی دیگر شاخیں علم وفن کی صورتیں اختیار کرتی گئی ہیں گویا علم الادویہ کی حیثیت علاج معالجہ میں ام العلوم طب کی ہے ان حقائق سے ثابت ہوتا ہے کہ جو لوگ علم العلاج اور فن معالجہ میں کمال حاصل کرنا چاہیں ان کے لیے لازمی ہے کہ علم الادویہ کے کلیات وجزئیات اور اثرات وافعال پر مکمل دسترس حاصل کریں علم الادویہ جس کی تاریخ ہزاروں سالوں میں پھیلی ہوئی ہے اب اس میں اس قدر

Marfat.com

وسعت ہوگئی ہے کہ سہولت تفہیم کے لیے کئی حصوں میں تقسیم کیا جا سکتا ہے جن میں سے مندرجہ ذیل قابل ذکر ہیں

معرفت الادویہ:۔ جس میں ادویات کی پہچان' مقام پیدائش و دستیابی اور موسم کا مطالعہ شامل ہے

حفاظت الادویہ:۔ ادویہ کے موثر اجزا کا حاصل کرنا' خشک کرنا' ان کو محفوظ رکھنا' تازہ ادویہ کے رب اور روغن وغیرہ تیار کرنا اور ادویہ کی تاثیر کی مدت مقرر کرنا

کلیات الادویہ:۔ ادویات کے اثرات وافعال کے اصول اور قوانین کلیہ کا تعین کرنا ان کی اصطلاحات کا واضح کرنا کلیات واصطلاحات کے تحت ادویات کی تقسیم کرنا

خواص وفوائد:۔ ادویات کے فعلی وکیمیائی اور بالخاصہ خواص وفوائد ادویہ کے امزجہ کیفیات اور درجات امراض جن میں ادویات مفید ہیں

تعین ادویات:۔ ایسے اصول جن کے تحت ادویات کا اعضاء وامراض اور علامات کے ساتھ تعین کرنا اور نسخہ نویسی

Marfat.com

ادویہ سازی:۔ اس میں عرق وشربت' سفوف وحبوب' اطریفل ومعجون' لعوق' یاقوتی' جوارش وخمیر' اچار وچٹنی' روغن عطر' جوہر وست' کشتہ وسوختہ اور تیزابات دیگر کیمیائی اعمال وغیرہ

علم الادویہ میں صرف نہ صرف ان تمام شعبہ جات کو مدنظر رکھیں گے بلکہ ان کے ساتھ طب قدیم کے الادویہ کو پورے طور پر ذہن نشین کرانے کے ساتھ ساتھ ایلوپیتھی کی غلطیاں' خرابیاں اور گمراہیاں بھی بیان کرتے جائیں گے چونکہ اس تقسیم اور شعبہ جات میں اہم حصہ کلیات الادویہ کا ہے اس لیے اول اس پر اپنی تحقیقات پیش کی جاتی ہے

کلیات الادویہ

علمی حقائق میں کلیات کو بے حد اہمیت حاصل ہے کیونکہ کے ان کے تحت ایسے قوانین وقاعدے اور اصول ترتیب پا جاتے ہیں جن کا استخراج واستنباط اور قیاس سے ہزاروں جزئیات نہ صرف ذہن نشین ہوتے ہیں بلکہ استعمال ادویہ اور نسخہ نویسی میں بے حد آسانیاں پیدا ہو جاتی ہیں کلیات ادویہ میں سب سے اہم صورت ان کی تاثیرات وکیفیات اور امزجہ ودرجات الادویہ کا جاننا ہے ان کے تعین کے بعد ہی ادویات کے افعال وخواص پر یقین کیا

Marfat.com

جا سکتا ہے جو لوگ علم کلیات الادویہ سے واقف نہیں ہوتے وہ کتب میں تاثیرات وافعال، خواص وفوائد اور کیفیات اور امزجہ کے متعلق معلومات کر سکتے ہیں اور سمجھ بھی سکتے ہیں لیکن تعین ادویات اور نسخہ نویسی میں مکمل دسترس حاصل نہیں ہو سکتی کیونکہ اس علم سے جو تربیت ''حکم اور حدث'' کی پیدا ہوتی ہے وہ صرف جان لینے سے پیدا نہیں ہوتی بلکہ وہ علم وفن میں کلیات و جزئیات کے جاننے کے بعد ہی حاصل ہو سکتی ہے

جاننا چاہئے کہ علم وفن طب کو حکمت اور اطبا کو حکماء کے نام صرف اس لیے دیئے جاتے ہیں کہ اس علم وفن میں غور وغوض اور سوچ وفکر بہت ہے اور جب تک اطبا میں غور وفکر کا مادہ پیدا نہ ہو وہ حکیم کہلانے کا مستحق نہیں ہو سکتا حکیم کو قدم پر منٹ منٹ کے بعد غور وفکر کر کے کلیات سے جزئیات اور جزئیات سے کلیات قائم کرنے پڑتے ہیں اسی طرح ہر تصور کی تصدیق کرنی پڑتی ہے جو لوگ یہ خیال کریں کہ جو دوا یا نسخہ یا مقدار وخوراک لکھ دیئے گئے ہیں ان کو بغیر غور وفکر کے استعمال کر لیا جائے یہ صحیح نہیں ہے کیونکہ مریض کے مزاج وعمر ماحول ومقام، موسم، آب وہوا اور مرض کی شدت وخفت کے لحاظ سے دوا اور مقدار میں کمی بیشی اور طریق استعمال میں اختلاف کرنا لازمی ہے اسی طرح نسخہ نویسی اور تجویز ادویات کے وقت بھی ہزاروں ادویات مین سے کسی ایک

Marfat.com

یا چند پر صحیح طور پر حکم لگانا ہی حکمت ہے علم کلیات الادویہ سے ہی حکم وحدث اور کمال پیدا ہوتا ہے

ادویات کے افعال واثرات

خالق زندگی اور کائنات نے اس دنیا میں اس قدر اشیا پیدا کی ہیں کہ ان کا شمار بالکل ناممکن ہے ہم نے ان کو موالید ثلاثہ (جمادات' نباتات اور حیوانات) کی قید میں بند کر دیا ہے لیکن پھر ان کی اس قدر اقسام ہیں کہ ان کا قلم بند کرنا انتہائی مشکل ہے لیکن حکیم مطلق نے انسان کو ایسی قوت اور قدرت عطا فرمائی ہے کہ وہ نہ صرف ان تمام کے خواص وفوائد معلوم کر لیتا ہے بلکہ ایسے اصول و قوانین اور کلیات تیار کر لیے ہیں جن کی مدد سے موالید ثلاثہ کی بے شمار تقسیم در تقسیم اقسام کو بھی جان لیتا ہے ان کے خواص وفوائد پر پورے طور پر حاوی ہو جاتا ہے

انسان کی زبردست قوتیں

انسان کے اندر قدرت نے جو غیر معمولی قوتیں رکھی ہیں جہاں تک میرا مطالعہ اور معلومات ہیں میں دعوے سے کہہ سکتا ہوں کہ ان قوتوں کے متعلق ابھی تک انسان کو پورا علم نہیں ہے کہ یہ قوتیں کیا ہیں اور کیسے پیدا ہوتی ہیں

Marfat.com

ان میں کون کون سے اعضا کام کرتے ہیں بلکہ اگر یہ کہا جائے کہ انسان کا تصور ان کے متعلق بہت حد تک غلط ہے جہاں تک ماڈرن سائنس کا تعلق ہے تو وہ ان کی حقیقت سے بالکل بے خبر ہے

احساس وادراک اور قیاس

انسان کی زبردست قوتوں میں سے احساس وادراک اور قیاس تین خاص طور پر قابل ذکر ہیں عام طور پر دیکھا گیا ہے کہ احساس اور ادراک کو ایک ہی معنوں میں استعمال کیا گیا ہے بلکہ بعض لوگ تو قیاس کو بھی انہی کے ساتھ استعمال کر لیتے ہیں لیکن حقیقت یہ ہے کہ ان میں بہت زیادہ فرق ہے بلکہ اس قدر فرق ہے جیسے زمین وآسمان میں فرق ہے گو ایک دوسرے سے بالکل جدا معنی دیتے ہیں اس امر میں کوئی شک نہیں ہے کہ زبان میں معنی تعین انسان کا ذاتی کیا ہوا ہے لیکن جو ماہر لسانیات ہیں وہ خوب جانتے ہیں کہ ہر معنی کے بیان اور تعین میں مناسبت اور سلسلہ کا تعلق ضرور ہوتا ہے اور جب کبھی اس سلسلہ کی کڑیاں ملائی جاتی ہیں تو حقیقت معلوم کر کے بے حد حیرت ہوتی ہے

سچ تو یہ ہے کہ الفاظ کے ہیر پھیر (صرف) میں بڑی قوت ہے جب کسی لفظ کا مادہ نکال کر اسی کی کئی ممکن صورتیں بنائی جاتی ہیں تو ہر صورت اس کے اندر ایک

Marfat.com

جدا قوت رکھتی ہے الفاظ میں اس طرح کے ہیر پھیر تو تقریباً ہر بڑی زبان میں پائے جاتے ہیں لیکن عربی زبان میں یہ خزانہ بہت زیادہ ہے دل تو یہ چاہتا تھا کہ الفاظ کے ہیر پھیر اور طاقت پر کچھ روشنی ڈالی جاتی لیکن طوالت کے مدنظر اس کو نظر انداز کرتے ہیں اور ذیل میں احساس وادراک اور قیاس کی قوتوں کو بیان کیا جاتا ہے

احساس وادراک اور قیاس کا فرق

بادی النظر میں تینوں الفاظ کے معنی علم اور جاننا ہے لیکن حقیقت میں ان الفاظ سے حصول علم اور جاننے کے طریق میں اتنا فرق ہے کہ جب تک انسان ان کی حقیقت سے واقف نہ ہو ان سے صحیح طور پر استفادہ حاصل نہیں کر سکتا بلکہ ان کے غلط استعمال سے ان کے فوائد سے محروم رہتا ہے چونکہ اکثر لوگ ان کے صحیح معنوں سے واقف نہیں ہوتے اس لیے ان کو ایک دوسرے کی جگہ استعمال کر لیتے ہیں خصوصاً احساس اور ادراک کے معنوں کا فرق بہت کم لوگ جانتے ہیں حقیقت یہ ہے ان الفاظ میں اس قدر علم وحکمت اور مذہب کے خزانے پوشیدہ ہیں جن کا مقابلہ بہت کم الفاظ سے کیا جا سکتا ہے ان کی حقیقت جاننے کے بعد ایسا معلوم ہوتا ہے جیسے کشف کے پردے اٹھا دئے گئے ہیں اور نور کے دروازے کھول دئے گئے ہیں ان الفاظ کو سمجھ لینے کے

Marfat.com

بعد نہ صرف معنی اور مضمون ہاتھ باندھے نظر آتے ہیں بلکہ یہ فوراً پتہ چلتا ہے کہ ان کا تعلق کس قسم کے علم سے ہے یعنی انسان فورا اندازہ لگا سکتا ہے کہ حاصل شدہ علم الہامی اور لافانی ہے یا تجرباتی ومشاہداتی ہے یا انسان نے اپنے اجتہاد وثقافت سے ان کی حقیقت کو پالیا ہے اگر انسان انہی الفاظ کے اصول اور تعین پر غور وفکر کرے تو الفاظ کی حقیقت کی اچھی بھلی تاریخ بن سکتی ہے اور سب سے بڑا فائدہ یہ ہے کہ انسان نبوت اور بشریت کے علوم کا فرق کرسکتا ہے کیونکہ علم بشریت تجربات ومشاہدات اور اجتہاد وثقافت سے آگے نہیں بڑھ سکتا لیکن علم نبوت الہامی ولدنی اور وجدانی ہوتا ہے

احساس وادراک اور قیاس کے متعلق یہ تعارف اس لیے کرایا ہے کہ انہی کی وساطت سے صرف علم الادویہ میں تحقیقات ہوسکتی ہے بلکہ زندگی وکائنات اور مابعد الطبیعات کی حقیقت سے بھی آگاہی حاصل ہوسکتی ہے اس کے ذریعے انسان نفسیات اور روحانیات کی منزلیں آسانی سے طے کرسکتا ہے لیکن اس امر کو ہمیشہ مدنظر رکھیں کہ علم وحکمت صرف جاننے سے حاصل نہیں ہوسکتا بلکہ فکر وعمل سے اس پر قبضہ کیا جاسکتا ہے کوئی انسان اس وقت تک صحیح معنوں میں عالم وفاضل اور حکیم وطبیب نہیں بن سکتا جب تک وہ یقین وفکر اور عمل کا جذبہ اور استعداد پیدا نہ کرے صرف علم بغیر عمل وفکر کے بے معنی ہے

Marfat.com

اور جلد ضائع ہونے والا ہے یہی وجہ ہے کہ ہزاروں علماء وفضلا اور حکما واطبا میں حقیقت شناس صرف انگلیوں پر گنے جاتے ہیں سچ تو یہ کہ علم وفن اور حکمت کا حق بھی وہی ادا کرتے ہیں

علمی دنیا میں ایک نیا راز

علم وحکمت اور جاننے پہچاننے کے متعلق آج تک یہ سمجھا جاتا ہے کہ ان کا تعلق دماغ اور اعصاب کے ساتھ ہے لیکن ایسا نہیں ہے بلکہ علم وحکمت اور جاننے پہچانے میں جس قدر تعلق دماغ واعصاب کا ہے اسی قدر تعلق دل کا بھی ہے کیونکہ تحقیقات سے پتہ چلتا ہے کہ جاننے کا تعلق اگر دماغ کے ساتھ ہے تو سمجھنے کا تعلق دل کے ساتھ ہے یہ سارے اسرار ورموز احساس وادراک اور قیاس میں پنہاں ہیں جن کا ہم تفصیل سے ذکر کریں گے تاکہ انسان حقیقت اشیا سے پورے طور پر آگاہ ہو جائے جس سے وہ دنیائے علم وحکمت اور مذہب کی خدمت کر کے اس میں انقلاب پیدا کر سکتا ہے

احساس کی حقیقت

احساس سے ایسا علم حاصل ہوتا ہے جو ہمیں حواس خمسہ ظاہری سے پہنچتا ہے یعنی دیکھنا' سننا' چکھنا' سونگھنا اور چھونا۔ جو حواس خمسہ ظاہری ہیں ان سے جو

Marfat.com

معلومات اور علم حاصل ہوتا ہے وہ سب ہمارے احساسات ہیں ہمارے تجربات و مشاہدات اور کتب کے پڑھنے سے جو علوم ہوتے ہیں یہ سب احساس کے ذریعہ حاصل ہوتے ہیں اگرچہ ان میں ایسے علوم کی شمولیت بھی ہوتی ہے جو ہم ادراکات سے حاصل کر چکے ہیں لیکن فی الوقت تجربہ و مشاہدہ اور پڑھنا احساس میں شامل ہوتا ہے مثلاً قرآن حکیم اللہ تعالیٰ کا کلام ہے اور وحی کے ذریعہ نازل ہوا ہے اور حدیث شریف کلام الٰہی کی حکمت کا اظہار اور الہام ہے لیکن ایسی کتب جن میں زندگی کے تجربات اور مشاہدات کا ذکر ہو' آیات اور حدیث بھی لکھی ہوں تو ان کا پڑھنا بھی ہمارے احساس کے تحت ہوگا گویا ہماری تہذیب وتمدن' علم وحکمت اور تجربات و مشاہدات اور اخلاق و سیاست سب کچھ مذہبی رنگ میں رنگے گئے ہیں یہی ہماری ثقافت اور کلچر ہیں لیکن یہ یاد رہے کہ وحی' الہام' وجدان اور لدنی علوم بذات خود کبھی احساس کے ذریعے حاصل نہیں ہو سکتے ان کو صرف ادراک ہی کہا جا سکتا ہے

ادراک کی حقیقت

ادراک سے ایسا علم حاصل ہوتا ہے جو حواس خمسہ باطنی سے حاصل ہوتا ہے اسے نطق اور نفس ناطقہ بھی کہتے ہیں اسی کو مجازاً روح انسانی کہا جاتا ہے دراصل ترقی یافتہ صورت بھی نفس مطلق ہی انسان میں نفس ناطقہ کہلاتی ہے

Marfat.com

اور ادراک نفس ناطقہ کی دو قوتوں میں ایک قوت ہے دوسری قوت کو تحریک کہتے ہیں نفس ناطقہ ایک جوہر بسیط ہے جس کی حکومت انسان کے تمام قویٰ اور اعضائے جسمانیہ پر ہے وہ مدرک عالم ہے اس لیے عرض نہیں ہے کیونکہ کسی عرض کا دوسرے عرض کے ساتھ قیام ایک ایسا امر ہے کہ عقل سلیم اسے ظاہر کرنے سے قاصر ہے وہ مدرک کلیات ہے اس لیے اس کو جسم یا جسمانی نہیں کہا جاسکتا کیونکہ کلی اگر کسی جسم میں قائم ہو تو پھر اس کی کلیت قائم نہیں رہتی اور وہ محدود ہو جاتا ہے

انسان کو ایک ایسی خاصیت حاصل ہے جو دیگر موجودات کو حاصل نہیں ہے اس کو نطق کہتے ہیں اس لیے وہ ناطق (بولنے والا) کہلاتا ہے ناطق سے مراد نطق بالفعل نہیں ہے کیونکہ جو آدمی گونگا ہوگا اس میں نطق بالفعل نہ ہوگا بلکہ نطق سے مراد ادراک علم و معقولات اور قوت تمیز ہے جس سے جسم انسان میں بالواسطہ قویٰ اور آلات تصرف اور تدبیر عمل میں آتی رہتی ہے لیکن ہم اس کو اپنے کسی احساس سے محسوس نہیں کر سکتے یہی نفس ناطقہ ہے جس سے انسان کو فضیلت اور شرف حاصل ہے اور اسی لیے اس کو اشرف المخلوقات کہتے ہیں یہی فضیلت اور شرف جب اپنے کمال پر ہوتا ہے تو مقام نبوت اور جب ختم نبوت ہوتی ہیں تو حسن و جمال اور حکمت و عقل اپنے انتہا پر ہوتی ہے

Marfat.com

یہی ادراک ہے جو ادنی شخصیت سے لے کر ختم نبوت تک اپنے اپنے مقام پر نور و معرفت اور علم و حکمت کو سمجھنا ہے، علم و عقل دونوں مختلف چیزیں ہیں کسی شخص میں عقل زیادہ ہوتی ہے، کسی میں علم زیادہ ہوتا ہے ہر شخص میں دونوں کا توازن بالکل مشکل ہے صرف نبوت اور خصوصاً ختم نبوت میں علم و عقل کا نہ صرف کمال ہوتا ہے بلکہ انتہائی توازن بھی ہوتا ہے بس اس حقیقت کو لازم کر لیں کہ صرف تجربہ و مشاہدہ اور عقل کی علم و حکمت میں حیثیت نہیں ہے علم و حکمت کے حصول کا بہت بڑا ذریعہ ادراک اور نبوت ہیں جن سے وجدان، الہام، وحی اور علم لدنی حاصل ہوتا ہے

قیاس کی حقیقت

قیاس سے ایسا علم حاصل ہوتا ہے جو احساس و ادراک کی روشنی میں اندازہ لگایا جائے یا گمان کیا جائے یہ علم ایک قسم کی اٹکل اور اندازہ ہوتا ہے اس کی پوری پوری مطابقت حاصل نہیں ہوتی لیکن یہ بھی ایک انداز علم ہے جس سے ایک چیز کو دوسری چیز کے مقابل کر کے اندازہ لگا کر ان میں برابری پیدا کی جاتی ہے دراصل فکر اسی علم سے پیدا ہوتا ہے اور عقل اسی سے جلا پاتی ہے اسی علم کی روشنی میں ہم حکم لگاتے ہیں اور فیصلے کرتے ہیں یہ ایک ایسا علم ہے جس کے لیے انبیا نے اپنے لیے دعائیں کی رب جعلنی حکم و علم دراصل حکمت اور

Marfat.com

عدالت کی بنیاد ہی اسی علم پر ہے چونکہ دونوں کا شرف وفضیلت مسلمہ ہے اس لیے علم قیاس کا اہمیت واضح ہے

اسلام میں قیاس کو بے حد اہمیت حاصل ہے مذہبی حیثیت سے کسی مسئلہ کے بارہ میں جب کتاب وسنت اور اجماع امت میں کوئی فیصلہ نہ ملے تو فقہا اپنی عقل اور رائے کو کام میں لا کر بقید شرائط مخصوص جو حل معلوم کریں اسے قیاس کہتے ہیں دنیاوی حکومتوں کے قوانین بھی اسی قیاس پر بنتے ہیں اور عدالتوں کے فیصلے بھی اسی پر ہوتے ہیں علم طب میں امراض کی تشخیص و تجویز اور ادویات کے افعال واثرات اس کے مطابق متعین اور مقرر کیے جاتے ہیں فلسفہ کی یہ جان ہے منطق میں ہر تصور کی تصدیق اسی سے عمل میں آتی ہے گویا احساس وادراک اگر منبع علم ہیں تو قیاس مخزن حکمت ہے

قیاس دراصل حجتہ (دلیل) کی ایک قسم ہے علم منطق میں اقسام در اقسام تقسیم ہو جاتا ہے جن کا ذکر یہاں غیر ضروری ہے احساس وادراک اور قیاس کی بالفعل تشریح درج ذیل ہے

احساس وادراک اور قیاس کی بالفعل تشریح

روح انسانی

Marfat.com

روح انسانی کوئی ایسی چیز نہیں ہے جس کو ہم آنکھوں سے دیکھ اور ہاتھوں سے چھو سکیں' یا اس کو کسی دیگر حس سے معلوم کر سکیں بلکہ جس طرح آفتاب و مہتاب کو ان کی روشنی سے پہچانا جاتا ہے یا دھوئیں کو دیکھ کر جان لیا جاتا ہے کہ وہاں آگ روشن ہے یا پرندوں کو اڑتے دیکھ کر اندازہ لگا لیا جاتا ہے کہ اس جگہ پانی ضرور ہوگا اسی طرح روح کا علم بھی اس کے مظاہر اور آثار کے ذریعہ سے حاصل ہوتا ہے

جب انسانی روح ادراک اور نطق سے کام لیتی ہے تو اس کو نفس ناطقہ کہتے ہیں اور جب تزکیہ واصلاح نفس جسم کی طرف راغب ہوتی ہے تو اس کو قوت مدبرہ کہتے ہیں اور اپنے کمال وارتقا کی طرف رجوع کرتی ہے تو اس کو جوہر مجرد کہتے ہیں جس کا تعلق روح کل سے ہوتا ہے جس کو فلاسفہ عقل فعال بھی کہتے ہیں جب کمال ارتقا حاصل ہوتا ہے تو یہ مقام خلافت الٰہیہ کا ہے جہاں انسان کا مرتبہ ملائکہ سے بھی افضل ہوتا ہے یہ مقام احسن التقویم ہے اور اسطرف توجہ نہیں ہے تو پھر مقام الفعل السافلین ہے یہی روح امر ربی ہے جس کا ذکر ہم نے اسلامک طب حصہ اول میں کیا ہے اسی کو مذہبی روح کہتے ہیں

روح طبی

علم وفن طب میں روح سے بحث کی جاتی ہے اس کو طبی روح کہتے ہیں طب

Marfat.com

میں روح ان لطیف بخارات کو کہتے ہیں جو اخلاط کے لطیف حصہ سے پیدا ہوں، جیسے اعضا اخلاط کے کثیف حصہ سے بنتے ہیں طب روح کا علم بھی اس کے مظاہر اور آ ثار کی ذریعہ سے حاصل ہوتا ہے یہ اظہار انسانی نفس اپنے جذبات کے ذریعہ کرتا ہے جس کے ذرائع قویٰ انسانی ہیں جو تین ہیں اس لیے روح طبی جب اپنے افعال انجام دیتی ہے تو اس کی تین صورتیں پیدا ہو جاتی ہیں انسانی نفس کے جذبات کا اظہار روح طبعی کے حرکت کی دلیل ہے

ایلوپیتھی روح کے علم سے بے خبر ہے

ایلوپیتھی اور سائنس میں کسی قسم کی روح کا تصور نہیں ہے ان کے ہاں روح کے لیے دو لفظ اول سول (Soul) جو جوہر کے معنوں میں استعمال ہوتا ہے دوسرے سپرٹ (Spirit) جو ست کے معنوں میں استعمال ہوتا ہے ان دونوں سے مذہبی روح یا طبی روح کسی کا اظہار نہیں ہوتا نطق و ادراک اور جوہر مجرد کے مظاہر اور آ ثار تو کہیں دور دور بھی معلوم نہیں ہوتے البتہ وائٹل فورس ایک ایسا تصور ہے قوت مدبرہ کے معنوں میں استعمال ہوتا ہے

جہاں تک روح طبی اور اس کی اقسام کا تعلق ہے اس کی قائل نہیں ہے اور نہ ہی اس امر کی قائل ہے کہ یہ ارواح جسم انسان میں کچھ افعال انجام دیتی ہیں لیکن حقیقت یہ ہے کہ اس انکار کے برعکس وہ گیسز (لطیف بخارات) کے

Marfat.com

قائل ہیں اور یہ بھی تسلیم کرتے ہیں کہ یہ لطیف بخارات خون میں بھی پائے جاتے ہیں جو وہاں ہر اہم مقاصد انجام دیتے ہیں ان امور سے ثابت ہوتا ہے کہ تصور طب قدیم سے ان تک پہنچا ہے' ان کا ظہار مختلف قویٰ کی صورتوں میں کیا جاتا ہے جن کے بالمقابل نام یہ ہیں

1۔قوت طبعی' جو قوت جسم میں غذا اور نشو ونما کا کام انجام دیتی ہے اس کو نیچرل فورس کہتے ہے اس کا مقام جگر ہے

2۔قوت نفسانی جو قوت جسم میں احساسات اور تحریکات کا باعث ہوتی ہے اس کو مینٹل فورس کہتے ہیں

3۔قوت حیوانی وہ ہے جو جسم میں حرکات وافعال قائم رکھتی ہے' اسے انیمل فورس کہتے ہیں

البتہ یہ جان لینا ضروری ہے کہ دراصل یہ تینوں قوتیں ایک ہی قوت کے تین مظہر ہیں لیکن مقام اور افعال کی مناسبت سے ان کی تقسیم کردی گئی ہے کیونکہ قدرت نے ہر عضو کے افعال میں اس کی ایک جبلت پیدا کردی ہے جس پر وہ قائم اور رواں ہے

نفس انسانی

نفس ایک ایسی قوت ہے جو روح اور جسم کے تعلق کو قائم رکھتی ہے جس کا

Marfat.com

حاصل خون ہے نفس کی تیزی اور سستی سے جذبات میں جو افراط وتفریط پیدا ہوتی ہے یہ اثرات خون میں نہیں ہیں یہ اثرات قلب وعضلات کے افعال ہیں جن میں قوت نفس خون کی وساطت سے تحریک پیدا کرتی ہے نفس کے احساس سے عضو قلب میں تحریک پیدا ہوتی ہے تو قوت مدبرہ وہاں پر خون کو زیادہ یا کم کر دیتی ہے جس سے وہاں کے اعضا کے افعال پر اثر پڑتا ہے پھر ان کے افعال کی کمی بیشی کے ساتھ جذبات میں تیزی یا سستی واقع ہو جاتی ہے جاننا چاہئے کہ نفس جب کسی مناسب یا مخالف شے کا ادراک اور احساس کرتا ہے تو اس کے معنی یہ ہیں کہ وہ مناسب کو حاصل کرنا اور مخالف سے بچنا چاہتا ہے تو اس وقت اپنی نفسانی قوتوں کو حرکت میں لاتا ہے اور یہ مسلمہ امر ہے کہ نفسانی قوتیں ارواح کے تابع ہیں جن کا حامل خون ہے گویا ارواح خون کی حرکت کے بغیر اور خون نفسانی قوتوں کے بغیر عمل نہیں کر سکتا اسی عمل کا نام نفسانی حرکت سکون ہے

یہ ایک بہت بڑی غلط فہمی ہے کہ نفس کا حرکت سکون تسلیم کیا جاتا ہے لیکن حقیقت یہ ہے کہ نفس میں حرکت وسکون کبھی پیدا نہیں ہوتا کیونکہ نفس اپنا مقام نہیں بدلتا ایسا مجازاً کہا جاتا ہے جذبات کا اظہار تو قلب کے افعال میں افراط وتفریط سے ہوتا ہے اور نفس کے انفعالات اور تاثرات خون اور روح

Marfat.com

میں ضرور حرکت پیدا کر دیتے ہیں بالفاظ دیگر یہ انفعالات اور تاثرات دراصل باعث حرکت ہیں حرکت وسکون نفسانی بدن کے لیے ویسا ہی ضروری ہے جیسا کہ حرکت وسکون بدنی کیونکہ بدنی حرکت وسکون کا دار ومدار خواہشات اور جذبات نفسانیہ پر ہے مثلاً شوق کے وقت طلب کی حرکت اور نفرت کے وقت فرار کی صورت' غصے کے وقت مقابلے کی حالت اور اسی طرح خوف کے وقت چہرے کا سفید ہو جانا اور جوش کے وقت چہرے کا سرخ ہو جانا یہ کچھ خون اور روح کے زیر اثر ہے اس کے برعکس نفسیاتی سکون کے ضرورت اس لیے ہے کہ روح اور خون کو نسبتاً آرام حاصل ہوتا کہ وہ زیادہ تحلیل نہ ہو

نفس کے مظاہر اور تاثرات کا اندازہ خواہش و جذبہ سے کیا جاسکتا ہے جو عضو میں تحریک کی شدت سے پیدا ہوتا ہے ان کا روکنا ان اعضا میں سکون کا نام نہیں ہے بلکہ ان تحریکات کو سکون کے عضو میں منتقل کرنا ہے یہ سب کچھ ارواح کے قویٰ میں تحریک دینے سے عمل میں منتقل کرنا ہے یہ سب کچھ ارواح کے قویٰ میں تحریک دینے سے عمل میں آتا ہے

قویٰ کی تعریف

قویٰ نفس ناطقہ کی ان تحریکات کو کہتے ہیں جن سے طبی روح کے افعال صادر

Marfat.com

ہوں ان کی تین اقسام ہیں (1) قوت طبعی (2) قوت نفسانی۔ (3) قوت حیوانی ان سب کی تعریفیں گزر چکی ہیں چونکہ ہم نے احساس و ادراک اور قیاس کی تشریح بالفعل بیان کرنی ہے اس لیے ہم یہاں صرف قوت نفسانی کی تشریح اور افعال بیان کریں گے قوت طبعی اور قوت حیوانی کی تشریح اور افعال اس مقام پر بیان کریں گے جہاں پر اس کی ضرورت لازم ہوگی تاکہ سمجھنے میں سہولت رہے

قوت نفسانی

قوت نفسانی ایک ایسی قوت ہے جو جسم انسان میں احساس' ادراک اور قیاس سے علم و معلومات حاصل کرتی ہے اور ضرورت کے وقت حرکت کے لیے تحریک کرتی ہے اور اس کی ضرورت اس لیے ہے کہ حیوان اور انسان مضر چیزوں سے فرار حاصل کر سکے اور نفع بخش چیزوں کے قریب آ سکے یہ ظاہر ہے کہ ان تحریکات کے لیے مفید و مضر باتوں کا احساس و ادراک اور قیاس ضروری ہے اس لیے اس کی اقسام بھی دو ہیں اول قوت مدرکہ (ادراک کرنے والی قوت) دوم محرکہ (تحریک دینے والی قوت) پھر قوت مدرکہ کی دو قسمیں ہیں اول مدرکہ ظاہر دوم مدرکہ باطنی

Marfat.com

اقسام مدرکہ ظاہری

قوت مدرکہ ظاہری پانچ ہیں ان کو حواس خمسہ ظاہری بھی کہتے ہیں ان کا کام یہ ہے کہ یہ باہر کی معلومات دماغ کے اندرونی قوتوں تک پہنچاتے ہیں یہ حواس ظاہری حسب ذیل ہیں (1 قوت باصرہ (دیکھنے کی طاقت) (2) قوت سامعہ (سننے کی قوت) (3) قوت شامہ (سونگھنے کی قوت) (4) قوت ذائقہ (چکھنے کی قوت) (5) قوت لامسہ (چھونے کی قوت)

اقسام مدرکہ باطنی

قوت مدرکہ باطنی جو پانچ ہیں جن کو حواس خمسہ باطنی بھی کہتے ہیں ایسی قوت ہے جو ایسے تاثرات کا ادراک کرتی ہے جن کو حواس خمسہ ظاہر محسوس نہیں کر سکتے البتہ وہ حواس خمسہ ظاہر احساسات کو محفوظ رکھتی ہے تا کہ بوقت ضرورت ان کو ذہن کے سامنے پیش کر سکے یہ حواس خمسہ باطنی حسب ذیل ہیں

1۔ حس مشترک

وہ قوت باطنی ہے حواس خمسہ ظاہری کی احساس کی ہوئی چیزوں کو ضرورت کے وقت دوبارہ بغیر ان کی موجودگی کے محسوس کرتی ہے اور تصور کرتی ہے اس کا مقام مقام دماغ کا پہلا (اگلا) حصہ ہے

Marfat.com

2۔قوت خیال

وہ قوت ہے جو حس مشترک کے خزانے کا کام کرتی ہے یعنی اس کے تمام احساسات خزانہ خیال میں محفوظ رہتے ہیں

3۔قوت متصرفہ

جس کو متخیلہ اور مفکر بھی کہتے ہیں ایسی قوت ہے اگر وہ حس مشترک کا احساسات کا اظہار کرے تو اس کو متخیلہ کہتے ہیں اور اگر قوت واہمہ کے ادراکات کا اظہار کرے تو اس کو قوت مفکرہ کہتے ہیں اس کا مقام دماغ کا درمیانی حصہ ہے

4۔قوت واہمہ

وہ قوت ہے جو ان معانی کا ادراک کرتی ہے جن کو حواس خمسہ ظاہر ادراک نہیں کر سکتے مثلاً کسی لفظ کے معنی کا جاننا جیسے اللہ تعالیٰ کے معنی خدائے بزرگ و برتر یا کسی شخص کے متعلق یہ گمان کہ فلاں دوست ہے یا دشمن اس مقام موخر دماغ کا قدم حصہ ہے

5۔قوت حافظہ

وہ قوت ہے جو وہم کے ادراکات کرتی ہے اس کا نظام موخر دماغ کا موخر حصہ

Marfat.com

ہے

احساسات کی بالفعل تشریح

جو کہ ہمارے احساسات وحواس خمسہ ظاہری محسوس کرتے ہیں وہ خزانہ خیال میں محفوظ رہتے ہیں اور ضرورت کے وقت حس مشترک ذہن کے سامنے پیش کرتی رہتی ہیں لیکن خزانہ خیال میں صرف ہمارے مشاہدات ہی نہیں رہتے بلکہ ہمارے تجربات تصدیقات اور قیاسات بھی محفوظ رہتے ہیں

تجربات

جاننا چاہئے کہ مشاہدات تو ہماری مفرد معلومات ہیں یعنی ہر مشاہدہ کسی نہ کسی حواس ظاہری سے دماغ میں پہنچتا ہے بعض بیک وقت ایک شے سے کئی مشاہدات بھی ذہن میں پہنچ جاتے ہیں جیسے گلاب کے پھول کی خوشنما رنگت' خوشبو پتوں کی رگڑ کی خاص آواز' اس کی نرمی اور ذائقہ مگر یہ سب مفرد معلومات ہیں لیکن جب ہم مختلف اقسام کے رنگوں اور خوشنمائیوں اور خوبصورتیوں کا امتزاج کرتے ہیں اسی طرح مختلف ذائقوں' خوشبوؤں' اور نرمی وسختی کو ترتیب دیتے ہیں یا ان سب کے اثرات انسانی جسم یا حیوانات و

Marfat.com

نباتات اور جمادات پر دیکھتے ہیں تو وہ مرکب معلومات ہیں جن کو ہم تجربات کہتے ہیں گویا تجربات ہمارے ایک ہی قسم یا مختلف اقسام کی حسی معلومات ہیں جو ترکیب و ترتیب اور عمل میں لانے سے نتائج پیدا ہوتے ہیں اسی طرح تجربات در تجربات سے معلومات حاصل ہوتی ہیں یعنی ہمارے ایک تجربہ سے ایک خاص قسم کے نتائج حاصل ہوئے یہی سلسلہ تجربات در تجربات زندگی میں جاری رہتا ہے اور علم و حکمت میں اضافہ ہوتا رہتا ہے۔ جس قسم کی انسانی معلومات ہوتی ہیں ویسے ہی نتائج اخذ ہوتے ہیں

بعض دفعہ ان تجربات میں ہمارے ملی و قومی اور روائتی اثرات بھی شریک ہو جاتے ہیں ایسے تجربات ہماری تہذیب و تمدن کہلاتے ہیں اور جب ہمارے تجربات میں مذہبی، اخلاقی اور ملی اثرات شامل ہوتے ہیں تو ان تجربات کو ہم ثقافت، کلچر کہتے ہیں

علم طب میں تجربات کا تعلق اشیا اور بدن انسان سے ہے اس لیے ہمارے تجربات ادویات کو بدن انسان کے اندر یا باہر ادویات استعمال کر کے ان نتائج حاصل کرنا ہے بعض وقت اشیا کی تیزی اور زہریلے پن کی وجہ سے ہم ان کے اول تجربات حیوانات پر بھی کر لیتے ہیں خاص طور پر ایسے حیوانات جن کے مزاج انسانی مزاج سے زیادہ قریب ہیں لیکن مقصد انسانی جسم کے

Marfat.com

لیے نتائج حاصل کرنا ہے بعض دفعہ اشیا کو اشیا میں شامل کر کے بھی تجربات حاصل کرتے ہیں مقصد یہ ہوتا ہے اس شے کی کیفیاتی ونفسیاتی اثرات اور مزاج اور افعال الاعضا کے فوائد وخواص حاصل کئے جائیں ان تجربات اشیا کی صورت نوعیہ کو خاص طور پر مدنظر رکھا جاتا ہے کیونکہ اس کے نتیجے میں اس دوا کے بالخاصہ اثرات وافعال کا علم ہوتا ہے

شرائط تجربہ

تجربات کے لیے تین اصولوں کا مدنظر رکھنا ضروری ہے

1۔ تجربہ کرنے والے علم وفن طب کو جاننے کے ساتھ ساتھ جسم انسان کی تشریح اور منافع الاعضا کو جاننے والا ہو علم کیمیائی اور طبیعات سے واقف ہوتا کہ تجربات کے نتائج کو سمجھ سکے

2۔ تجربات جسم انسان پر کئے جائیں یا ایسے جانوروں پر کئے جائیں جن کا مزاج جسم انسان کے قریب تر ہو

3۔ تجربات' مشاہدات اور معلومات میں اعضاء کے افعال کے ساتھ ساتھ خون کے کیمیائی تغیرات کو بھی حاصل کرنا چاہیے

حقیقت یہ ہے کہ جو لوگ اشیا پر تجربات کرنا چاہیں اور وہ اگر معالج نہ ہوں یا جسم انسان کی ماہیت اور منافع الاعضا سے بے خبر ہوں اسی طرح وہ علم کیمیا

Marfat.com

اور طبیعات سے واقف نہ ہوں تو ایسے لوگوں کے تجربات اپنے اندر کوئی اہمیت نہیں رکھتے کیونکہ تجربات کی صورت میں ایک معالج کے ذہن میں ہی تجزیات کے لیے تصورات پیدا ہو سکتے ہیں جن کی تصدیقات کے لیے وہ علم تشریح الابدان اور علم منافع الاعضا کو قیاسی طور پر سامنے رکھتا ہے پھر علم کیمیا اور طبیعات کے دلائل کے ساتھ تصدیقات حاصل کرتا ہے کبھی جزئیات نکالتا ہے، کبھی کلیات بناتا ہے، کبھی استنباط کرتا ہے اور کبھی استخراج کرتا ہے لیکن اگر اس کے اندر یہ خوبیاں نہ ہوں گی تو اس کے تجربات کو سمجھنا اور حکم لگانا بے معنی ہوگا

چونکہ ادویات واغذیہ اور دیگر اقسام کی ادویات کا تعلق جسم انسان کے ساتھ ہوتا ہے یا اسی کے لیے تجربات مخصوص ہوتے ہیں اس لیے تجربات بدن انسان پر ہی کرنے چاہیں تاکہ مطابق اثرات وافعال کا علم حاصل ہو
اگر ادویات زہریلی یا خطرناک ہوں یا ان کا ذائقہ و بو دیگر محسوسات تکلیف دہ اور قابل نفرت ہوں تو تجربات انسان کی بجائے حیوانات پر کرنے چاہئیں لیکن تجربات کے لیے ایسے حیوانات منتخب کیے جائیں جن کا مزاج انسانی مزاج کے قریب ہو یعنی انسانی مزاج اعتدال کے قریب ہے اور باقی مخلوقات کا مزاج انسان کے مقابلہ میں اعتدال سے بعید ہے انسان سے

Marfat.com

قریب مزاج بندر، بن مانس اور لنگور کا ہے لیکن اگر ان کے علاوہ کسی دیگر حیوان پر تجربات مطلوب ہوں تو اول ان کے مزاج کا تعین کر لینا چاہئے تا کہ کیفیات اور اخلاط کی کمی بیشی کا صحیح اندازہ ہو سکے

انسان یا جن حیوانات پر تجربے کئے جائیں وہ صحت مند ہوں ان کی عمروں کو مدنظر رکھیں کیونکہ بچپن میں رطوبت زیادہ ہوتی ہے جوانی میں حرارت بکثرت پائی جاتی ہے اور بڑھاپے میں دونوں چیزوں کا فقدان ہوتا ہے ان کی غذا اور ماحول کا مناسب ہونا بھی انتہائی لازم ہے کیونکہ جہاں بھی کیفیات اور مزاج میں مخالفت پیدا ہوگی، تجربات میں فرق پیدا ہو جائے گا

تجربات کے آسان طریقے

انسان پر تجربات کرنا تو حکومت کے لیے بھی مشکل ہے کیونکہ تجربات کے لیے قیمتاً انسان حاصل کرنا انتہائی مشکل ہے پھر ایک ایک تجربہ کے لیے کئی انسانوں کی ضرورت ہے جب تک انسان میں فن پر قربان ہونے کا جذبہ پیدا نہ ہو ایسے تجربات انتہائی مشکل ہیں حیوانوں پر تجربات کرنے کے لیے حکومت کی امداد کے بغیر کچھ نہیں ہو سکتا البتہ ایک آسان طریقہ ایسا ہے جس سے سہولت کے بغیر قیمتی تجربات ہو سکتے ہیں لیکن یہ تجربات عام معالج نہیں کر سکتے بلکہ فاضل معالج ہی کر سکتے ہیں کیونکہ وہی اس کے اہل ہیں

Marfat.com

تجربات کا بالفعل عمل

جس دوا کا تجربہ کرنا مطلوب ہو اس کا مفرد ہونا ضروری ہے بلکہ مفرد دوا جن عناصر یا اجزا سے مرکب ہو ان کا جاننا بھی ضروری ہے اگر کوئی دوا مرکب ہو تو لازم ہے کہ اس مرکب میں جو مفرد ادویات ہیں ان کے وہ پورے طور پر تجربہ شدہ ہوں یعنی ان کے افعال واثرات اور خواص وفوائد کا پورا پورا علم ہو تا کہ مرکب دوا کے تجربات میں راہنمائی کریں ان کو ذیل کے اصولوں پر تجربات کریں

1۔ تجربے کے لیے مطلوبہ مفرد دوا کے افعال واثرات اور خواص وفوائد کو دو تین مستند طبی کتب سے مطالعہ کر کے ان کے مزاج و کیفیات اور اخلاط کو سمجھنے کے بعد ان کو بالا عضا تعین کرنا چاہیے

2۔ اپنے تعین کرنے کے بعد افعال واثرات اور خواص وفوائد کو آیورویدک، ایلوپیتھی اور ہومیوپیتھی کے ساتھ تطبیق دینے کی کوشش کریں جہاں جہاں اختلاف پائیں ان کو نوٹ کریں اور اختلاف کی وجہ معلوم کریں

3۔ یہ معلوم کریں کہ طب یونانی کے علاوہ دیگر طریق علاج میں یہ دوا کن کن امراض وعلامات میں استعمال کی گئی ہے؟ اور کتنی کتنی مقدار میں دی گئی ہے؟ اور جن امراض وعلامات میں دی گئی ہے ان کا تعلق اس عضو یا ان اعضا کے

Marfat.com

ساتھ جن کے لیے ہم نے تعین کیا ہے اور مختلف مقداروں میں یا لم از کم اور زیادہ سے زیادہ مقداروں میں استعمال کرنے سے کیا کیا فرق بیان کئے گئے ہیں؟

مثلاً ہم نے ایک دوا کی کیفیات و مزاج اور اخلاط کا تعین کرنے کے بعد اس کے اثرات دماغ و اعصاب پر متعین کئے ہیں یعنی اس سے اعصاب کے فعل میں تیزی پیدا ہو جاتی ہے مختلف مقداروں میں ان کے افعال و اثرات میں کمی وبیشی پیدا ہو جاتی ہے ساتھ ہی اس امر پر غور کریں کہ دماغ و اعصاب کے بعد اس کا اثر طحال پر پڑتا ہے یا جگر پر اور وہ اثر کس قسم کا ہے؟ نظریہ مفرد اعضا کے تحت اس طرح غور کریں کہ اگر کوئی دوا محرک اعصاب ہے تو وہ ادویات تر ہیں وہ یقیناً محلل جگر اور مسکن طحال ہوں گی

4۔ اس تعین کے بعد اس دوا کا سفوف تیار کر لیں اگر تلخ ہو تو گولیاں تیار کر لیں اور قابل حل ہے تو اس کا محلول بھی تیار کر لیں پھر اس کا استعمال اس انداز میں کریں کہ دنیا میں کوئی انسان ایسا نہیں ہے جس کے کسی نہ کسی عضو رئیس کی طرف دوران خون تیز نہ ہو اس لیے پہلے دوا کو قلیل مقدار میں اسی تحریک کے لیے دیں جو اس میں پائی جاتی ہیں مثلاً دوا میں اعصابی تحریکات پائی جاتی ہیں تو اسی قسم کے تندرست انسان میں دیں پھر اس حد تک بڑھا کر دیں کہ اس

Marfat.com

کے لیے تکلیف کا باعث نہ ہو جب یقین ہو جائے کہ واقعی اس سے تندرست انسان کے عصبی افعال میں تیزی پیدا کرائیں کہ اس کی تکلیف میں اضافہ نہ ہو اس کے مرض اور علامت میں بھی حسب منشا اضافہ ہونے پر یقین ہو جائے گا کہ واقعی دوا کے افعال اثرات صحیح ہیں بعض دفعہ قلیل مقدار میں دوا دینے سے طبیعت مدبرہ بدن مرض کو رفع کر دیتی ہے ایسے میں آرام آ جانے پر پھر زیادہ سے زیادہ مقدار دوا دے کر اثرات اور افعال کو مرتب کر لیں

محرک اعصاب دوا اس قسم کے مریض کے تحریک پر استعمال کرانے کے بعد پھر ایسے ہی تندرست اور مریض انسان پر استعمال کرائیں جس کے اعصاب میں تسکین سادہ ہو پھر ایسے مریض پر جس کے اعصاب میں تسکین متعفنہ ہو' افعال و اثرات ونوٹ کر لیں مقدار خوراک کا فرق بھی دیکھ لیں لیکن اس طرح مریض کا مرض رفع ہو جاتا ہے ایسی صورت میں دوا جاری رکھیں اور مقدار زیادہ سے زیادہ بڑھا دیں لیکن اس حد تک کہ قابل برداشت ہو پھر دوا کے افعال و اثرات کا مطالعہ کریں کہ واقعی اس میں اعصابی تحریک کی صورت پیدا ہو گئی ہے اس طرح دوا کے صحیح افعال و اثرات مرتب ہو جائیں گے مریض کا شفایاب ہونا سب سے بڑا ثبوت ہے

ان تجربات میں بیک وقت ایک یا دو انسان نہیں ہونے چاہئیں بلکہ کوشش

Marfat.com

کرنی چاہئے کہ متعدد انسان زیر تجربہ ہوں تا کہ ان افعال و اثرات کے ساتھ ساتھ خواص وفوائد بھی مرتب کر سکیں مثلاً اس اعصابی دوا کا سر سے لے کر پاؤں تک کے اعصاب میں کن کن پر زیادہ اور شدید اثر پڑتا ہے اور کہ پر کن اثر پایا جاتا ہے یہی اس کی بالخاصہ صورت ہوگی اور اسی حصہ جسم کے اعصاب کے لیے وہ دوا مخصوص کر دی جائے گی اگر چہ ضرورت کے وقت ہم اس سے دیگر اعضا کے اعصاب میں تیزی پیدا کر سکتے ہیں مگر وہ خاص عضو زیادہ متاثر ہوگا ایسے تجربات بے حد احتیاط سے کئے جاتے ہیں

اسی طرح دوا کے افعال واثرات بیرونی طور پر بھی حاصل کرنے چاہئیں مثلاً تندرست مقام پر دوا ملیں یا اس کا خیسانده اور جوشانده ڈالیں۔ تیل ملا کر مالش کریں اسی طرح مریض مقام مثلاً درد، ورم اور سوزش و زخم پر اس کے اثرات وافعال حاصل کریں جو دوا آنکھ، کان اور ناک کے لیے بھی اثرات رکھتی ہو تو وہاں پر بھی استعمال کریں اور نتائج کو نوٹ کرتے جائیں اس طرح کے تجربات جن ادویات پر کئے جاتے ہیں تو اس سے یقینی بے خطا خواص و فوائد حاصل ہو جاتے ہیں

اس امر میں کوئی شک نہیں کہ بعض انسان نازک مزاج ہوتے ہیں اور بعض سخت طبع اور بعض جنگلی قسم کے انسان جن کے مزاج کی شدت حیوانات سے

Marfat.com

بھی زیادہ ہوتی ہے اسی طرح بچوں کے مزاج میں گرمی تری غالب ہوتی ہے جوانوں میں گرمی خشکی کا مزاج غالب ہوتا ہے اسی طرح بوڑھوں میں سردی خشکی کا مزاج غالب ہوتا ہے اور عورتیں مردوں سے زیادہ نازک ہوتی ہیں اور ان کا مزاج زیادہ تر گرم مزاج رہتا ہے' چاہے گرم تر ہو یا گرم خشک ان کا تر مزاج بہت کم ہوتا ہے اور خشک مزاج بالکل نہیں ہوتا اس لیے ہر ایک پر ادویات کے تجربات کرتے ہوئے دوا کی مقدار اور خوراک کو ضرور مدنظر رکھنا چاہئے اس طرح غلطی نہیں پیدا ہوتی اور نتائج صحیح حاصل ہوتے ہیں

تجربات میں کیمیائی اثرات

مندرجہ بالا تجربات مشینی اور فعلی ہیں لیکن ہر دوا و غذا اور شے کا ایک اثر کیمیائی بھی ہوتا ہے اگرچہ کیمیائی اثرات بھی مشینی و فعلی اور اعضائی ہوتے ہیں لیکن جب تک کیمیائی اثرات خون میں غالب نہ ہوں تو کسی عضو میں فعلی اثرات کیسے کر سکتے ہیں بس ہر دوا و غذا اور شے جو اپنے اثرات خون شامل کرتی ہے جیسے اجزا و عناصر اور ارکان خون ہیں پس یہی کیمیائی اثرات ہیں مثلاً کبھی خون میں کسی دوا' غذا اور شے سے صفرا اور طوبت بڑھ جاتی ہے کبھی خون میں سوداویت اور ریاح کی زیادتی ہو جاتی ہے کبھی کھاری پن اور کبھی ترشی زیادہ ہو جاتی ہے فعلی اور کیمیائی اثرات کا فرق یہ ہے کہ فعلی اثر وقتی ہوتا ہے اور

Marfat.com

کیمیائی اثر دائمی اور مستقل ہوتا ہے مرض اور شفا اس وقت تک مستقل نہیں ہوتے جب تک کیمیائی اثرات غالب نہ ہو جائیں کیمیائی اثرات کے بیس ہی بالخاصہ اثرات پیدا ہوتے ہیں

کیفیاتی اور نفسیاتی تجربات

ادویہ واغذیہ اور اشیا کے تجربات میں جسم کے فعلی و کیمیائی اثرات ہی کافی نہیں ہیں بلکہ کیفیاتی اور نفسیاتی خواص اور فوائد کا جاننا اور سمجھنا بھی ضروری ہے ایک طرف ایسے خواص اور فوائد انسانی مزاج و جذبات اور فطرت کا اظہار کرتے ہیں دوسرے طرف تشخیص امراض میں راہنمائی کا کام دیتے ہیں مثلاً بعض ادویات واغذیہ اور اشیا کے استعمال میں گرمی اور تری و خشکی کا اظہار کرتا ہے لیکن ظاہر طور پر جسم پر ایسی کوئی کیفیت نہیں پائی جاتی گویا جسم کے اندر مریض ضرور محسوس کرتا ہے اسی طرح اس کے برعکس بعض دفعہ انسان ظاہری طور پر ان کیفیات کی تکلیفات کا انکار کرتا ہے لیکن ظاہرہ جسم میں وہ کیفیات شدت سے پائی جاتی ہیں گویا اندرونی جسم میں مریض کو ایسی کوئی تکلیف نہیں ہے اسی طرح کبھی بھوک پیاس شدید ہو جاتی ہے اور بند ہو جاتی ہے کبھی بھوک پیاس ہوتی ہے مگر کھایا پیا نہیں جاتا کبھی کھایا پیا جاتا ہے مگر فورا قے ہو جاتی ہے کبھی کھانے پینے کے نام سے جی متلاتا ہے کبھی بھوک ہوتی

Marfat.com

ہے پیاس نہیں ہوتی، کبھی پیاس ہوتی ہے بھوک نہیں ہوتی وغیرہ وغیرہ
اسی طرح کبھی مریض تازہ ہوا، ٹھنڈے پانی اور کھلی فضا کی طلب کرتا ہے اور اکثر اپنا منہ خاص طور پر سوتے میں کھلا رکھتا ہے کبھی ٹھنڈی ہوا اور پانی سے گھبراتا ہے اور اپنے کو کمرے میں بند کر لینا پسند کرتا ہے کبھی گھنٹوں خاموش بیٹھا رہتا ہے یا ایک ہی حالت میں پڑا رہتا ہے کسی عضو کو حرکت دینا پسند نہیں کرتا۔ بے چین نظر آتا ہے کسی پہلو قرار نہیں آتا۔ اٹھتا ہے، بیٹھتا ہے، کبھی گھنٹوں چلتا ہے یا بیٹھے اور لیٹے ہوئے اپنے کسی نہ کسی عضو کو حرکت دیتا ہے
ایسی صورتیں مریضوں کے جذبات میں نمایاں نظر آتی ہیں مثلاً بعض میں غم و غصہ کی زیادتی ہوتی ہے اور بعض خوف وندامت کا زیادہ اظہار کرتے ہیں بعض میں لذت ومسرت کی طرف رغبت پائی جاتی ہے اسی طرح بعض جنسی جذبے کا بے حد اظہار کرتے ہیں اور بعض میں ان تمام جذبات میں حد کمی پائی جاتی ہے بلکہ اس حد تک کمی ہوتی ہے کہ ان کو اخلاقی قدروں کے مطابق ابنارمل انسان کہتے ہیں اسی طرح جذبات سے جو اخلاقی قدریں پیدا ہوتی ہیں ان میں افراط وتفریط کا پایا جانا یا انسانی جبلت میں کمی وبیشی کا پایا جانا اس طرح جبلت کا صحیح جذبات وفطرت کے مطابق تربیت کا پانا یا نہ پانا وغیرہ وغیرہ بلکہ انسانی اخلاق کے حسن وقبیح کو اغذیہ وادویات اور اعضا کے مطابق

Marfat.com

سمجھنا ایک اہم موضوع اور اطبا کے لیے نہایت ضروری مضمون ہے
بعض سونے کے رسیا ہوتے ہیں اور بعض سونا پسند نہیں کرتے نیند کا زیادہ آنا اور نہ اور چیز ہے اس کا پسند کرنا اور نہ پسند کرنا الگ بات ہے اول چیز مرض پر دلالت ہے اور دوسری چیز انسانی جذبات کا اظہار کرتی ہے بعض لوگ یا مریض نمکین اور چرپرہ ذائقہ پسند کرتے ہیں بعض شیریں اور پھیکے ذائقہ کی طلب رکھتے ہیں اور بعض ترشی اور تلخی کے خوگر ہوتے ہیں اسی طرح بعض لوگ خشک اشیا کی خواہش رکھتے ہیں بعض گھی' دودھ اور دیگر روغنی اشیا کے بغیر ہر شے سے دور رہنے کی کوشش کرتے ہیں اسی طرح بعض لوگ یا مریض یا جن پر اغذیہ اور ادیہ کے تجربات کئے جاتے ہیں ان کو قبض کشا اور ملین صورت پسند ہوتی ہے اور بعض قابض اور خشک صورت کو اپنے لیے مفید اور باعث طاقت خیال کرتے ہیں اسی طرح بعضوں میں وحشی جذبات کی طلب ہوتی ہے اور بعض تہذیب وتمدن اور شائستگی واعتدال کی زندگی کو انسانیت خیال کرتے ہیں غرض انسانی زندگی میں ہر قسم کی کیفیات وجذبات اور فطرت پائی جاتی ہے یہی صورتیں امراض کی حالت میں بھی مریضوں میں نظر آتی ہیں اور اغذیہ اور ادویات کے استعمال میں بھی پائی جاتی ہیں
یہ کیفیات وجذبات اور فطرت انسانی کیا ہیں؟ یہ سب کچھ انسانی جبلت کے

Marfat.com

صحت مند اور غیر صحت مند جذبات اور غیر صحیح فطرت کی تربیت ہے اسی طرح انسان انتہائی بلند اخلاق اور شرافت و فضیلت کا نمونہ بن کر فرشتوں پر بھی افضیلت حاصل کر لیتا ہے اس کے برعکس جھوٹا' فریبی' بد دیانت' بے شرم' چور' ظالم' ستمگر' قاتل' خونخوار' عیاش اور شرابی بن کر شیطان سے بھی کہیں آگے بڑھ جاتا ہے

جب ہم دیکھتے ہیں کہ انسان کے جذبات و اخلاق میں حسن وقبیح نمایاں طور پر پایا جاتا ہے تو اس کا مقصد یہ ہے کہ یہ سب کچھ انسان کے اندر پایا جاتا ہے یہ سب کچھ کیسے پیدا ہو جاتا ہے؟ اس کا صحیح جواب یہ ہے کہ انسان کے جسم میں عضوی و کیمیائی تبدیلیاں پیدا ہوتی ہیں جو انسان کو ایسا بنا دیتی ہیں دوسری طرف ہم یہ دیکھتے ہیں کہ بعض اقسام کی اغذیہ اور ادویہ خاص طور پر منشی اشیا جسم فعلی اور کیمیائی طور پر بھی ایسی تبدیلیاں پیدا کر دیتی ہیں اگر ہم ادویات و اغذیہ کے ان افعال و اثرات اور خواص و فوائد کو خاص طور پر مدنظر رکھیں تو ہم انسانی جذبات اور اخلاق کو بھی بدل سکتے ہیں بالکل اسی طرح جیسے امراض کو صحت میں بدلا جا سکتا ہے

اس موضوع پر جہاں تک مطالعہ کیا ہے یورپ و امریکہ میں بھی کوئی خاص لٹریچر نہیں پایا جاتا نہ ان کی میڈیکل سائنس میں اور نہ ہی ان کی نفسیات میں

Marfat.com

کوئی قابل اعتماد کتاب پائی جاتی ہے جہاں تک عضوی نفسیات کا تعلق ہے
یورپ وامریکہ میں اس موضوع پر ایک بھی قابل ذکر کتاب نہیں ہے اکثر بے
ہنگم کتب پائی جاتی ہیں جیسے تجربات کی لکھی ہوتی ہیں یعنی مریض کے لیے
فلاں مجرب نسخہ لیکن یہ پتہ نہیں ہے کہ مرض کیسے پیدا ہوتا ہے اس رجوع جسم
میں کس طرف جاتا ہے اور لکھنے والے اکثر بے اصولے اور عطائی ہیں جو
نفسیات کے نہ ماہر ہیں اور نہ ان کو بالا عضا تطبیق دے سکتے ہیں ان کو یہ علم
نہیں ہے کہ مائنڈ کا تعلق کس عضو کے ساتھ ہے کوئی دل کے ساتھ کہتا ہے
کوئی دماغ کے ساتھ لکھتا ہے مائنڈ کو تو وہ کچھ لکھ دیتے ہیں سب کانشس اور
ان کانشس کا تعلق کو اعضا کے ساتھ ہے' وہ بالکل نہیں جانتے' بلکہ ان میں
ابھی یہ خیال بھی پیدا نہیں ہوا ہے سب سے بڑی کمی یورپ وامریکہ اور روس و
چین کی میڈیکل سائنس میں پائی جاتی ہے وہ علاج میں نظریہ قلب و
عضلات ون آرگن تھیوری یہی کمی ان کی نفسیات کے نامکمل ہونے کا باعث
ہے یہی وجہ ہے کہ وہ نفسیات کے مختلف اعمال کو کسی عضو سے منطبق نہیں کر
سکتے جو ہماری تحقیقات کے بغیر ممکن نہیں البتہ قرآن حکیم نے نفس امارہ' نفس
لوامہ اور نفس مطمئنہ پر روشنی ڈالی ہے اس میں ہمارے لیے بہت سی رہنمائی
ہے بلکہ قرآن جب خود کو انسانوں کے سامنے پیش کرتا ہے اور مومن و مسلم

Marfat.com

ہونے کی دعوت دیتا ہے تو بالکل ابتدا میں کہتا ہے کہ ''اس کتاب (کی خوبیوں) میں کوئی شک نہیں ہے لیکن اس کی ہدایت صرف متقی کے لیے ہے'' یعنی ایک خاص معیار کے انسان ہی اس سے مستفید ہو سکتے ہیں گویا ایسے انسان جن کی جبلت صالح ہے یا جن کی جبلت کی تربیت جذبات اور فطرت کی صحت مند قدروں پر ہوئی ہے اس کے بعد صالح جبلت کی چند قدریں بیان کی گئی ہیں پھر تمام قرآن حکیم اس جبلت کو صحت مند جذبات اور صالح فطرت کی قدروں پر تربیت کرنے کے طریقے بیان کرتا ہے اور جب انسانی فطرت کا ذکر کرتا ہے تو کہتا ہے کہ ''اللہ تعالیٰ کی فطرت یہ ہے کہ جس پر انسان کو پیدا کیا ہے'' یعنی ہر انسان اپنے ساتھ ایک خاص فطرت لے کر آیا ہے

تصدیقات

تجربات میں تصدیقات کو بے حد اہمیت حاصل ہے جب تک ہم کسی تجربہ اور قیاس بلکہ ادراک و احساس کی تصدیق نہ کریں اس وقت تک ایک تصور ہے یا غیر مصدقہ عمل ہے تصدیقات کو ذہن نشین کرنے کے لیے اول علم کی حقیقت اور ماہیت سے واقف ہونا ضروری ہے علم کی بحث تو بہت طویل ہے اچھے اچھے پڑھے لکھے لوگ اس سے ناواقف ہیں اس کو صحیح طور پر نہ سمجھنے ہی سے

Marfat.com

اکثر آپس میں اختلافات پیدا ہوتے ہیں ہم بہت مختصراس کو بیان کریں گے تاکہ اس کی روشنی میں صحیح علم وفن اوران کی حکمت حاصل ہو سکے

علم کی حقیقت

علم کی حقیقت کے معنی ہیں جاننا لیکن منطقی اصطلاح میں کسی شے کی شبیہہ اور نقش جوقویٰ ذہنیہ یا خودنفس ناطقہ پر حاصل ہوتا ہے اسے معلوم کہتے ہیں اور اس کے حصول سے ذہن میں جوکیفیت احساس اورادراک پیدا ہوتا ہے اس کوعلم کہتے ہیں گویا صرف جاننااس وقت تک نہیں ہوسکتا جب تک ذہن کواس حصول نہ ہو جائے یعنی اس ہر ذہن کوملکیت حاصل نہ ہوشبیہہ کونقش برونی بھی کہتے ہیں جن کوحواس خمسہ باطنی ادراک کرتے ہیں کسی نے نمک کا نام لیا ذہن میں اس کی صورت آگئی یہ نمک کا علم ہے

علم کی اقسام

علم تین صورتیں ہیں (1) تصور (2) تصدیق (3) حکمت۔ پہلی دونوں صورتوں کاتعلق منطق سے ہےاور تیسری صورت کاتعلق فلسفہ سے ہے منطق اورفلسفہ کی تمام مباحث ان ہی کے گرد گھومتی ہیں

تصور کی تعریف

Marfat.com

زندگی و کائنات اور مابعد طبیعات کی شبہات ونقوس کی صورتیں اور معلومات انسانی ذہن اور نفس ناطقہ میں پیدا ہونے کے بعد تصور کہلاتی ہیں یعنی ایسا علم جس میں صرف ایک تصویر اور صورت ذہن میں جگہ حاصل کرے، جیسے نمک کا نام لینے سے اس کا تصور ذہن میں ابھرتا آئے اور بس اس کا تعلق ان امور سے نہ ہو کہ نمک کیا ہے؟ اس کا تعلق کس کے ساتھ ہے اس کی ماہیت کیا ہے؟ عام طور پر حواس خمسہ ظاہری کی معلومات کو تصور کہتے ہیں لیکن جاننا چاہئے کہ حواس خمسہ باطنی کی معلومات بھی بعض قسم کی تشبیہات اور نقوش پیدا کر دیتی ہیں جن کا ظاہری دنیا سے کوئی تعلق نہیں ہوتا جیسے جن، دیو، بھوت پریت، چڑیل و پری اور حور و فرشتہ وغیرہ

تصدیق کی تعریف

ایسا علم جو ہر تصور کو کسی یقین میں بدل دے یعنی فلاں شے، فلاں شے ہے، یا فلاں شے نہیں ہے، جیسے نمک کے تصور کے بعد اس امر کا یقین ہو جائے کہ نمک خوردنی ہے

حکمت کی تعریف

زندگی و کائنات، نفس و آفاق اور موجودات و مابعد طبیعات کے حالات

Marfat.com

واقعیہ' اقدار ماہیت اور حقیقت اصیلہ کا بقدر طاقت انسانی جاننا اور علم حاصل کرنا چونکہ یہ معقول علم ہے اس کو فلسفہ بھی کہتے ہیں پھر ان کی دو دو صورتیں ہیں تصور اور تصدیق کی دو دو صورتیں نظری اور بدیہی کہلاتی ہیں مگر حکمت کی دو صورتیں نظری اور عملی کہی جاتی ہیں اس کا ذکر ہم اس کے اپنے مقام پر کریں گے ذیل میں تصور و تصدیق بدیہی پر روشنی ڈالتے ہیں تا کہ ان کے ذہن نشین کرنے میں آسانیاں پیدا ہو جائیں

تصور بدیہی

بدیہی کے معنی صاف اور واضح کے ہیں یعنی ظاہرہ جس کے ثبوت کی ضرورت نہ ہو اور وہ سمجھ میں آ جائے یعنی کسی شے کا ایسا علم جس کی تعریف بیان کرنے کی ضرورت نہ ہو اور بغیر تعریف کے سمجھ آ جائے جیسے آگ' ہوا' پانی' اور تری وخشکی گرمی وسردی وغیرہ کے نام سنتے ہی یہ چیزیں سمجھ میں آ جاتی ہیں لیکن اس امر سے انکار نہیں کیا جا سکتا کہ ایسی چیزیں یا تو ہماری زندگی اور ماحول کا جزو ہوتی ہیں یا ہمیں شب و روز زندگی میں ان سے اس قدر تعلق پیدا ہو جاتا ہے کہ ان سے مناسبت پیدا ہو جاتی ہے لیکن یہ مناسبت بھی ایک مدت میں جا کر تربیت پاتی ہے

جاننا چاہئے کہ جن علوم وفنون میں یہ مناسبت پیدا ہوتی جاتی ہے وہ بدیہی

Marfat.com

ہوتے جاتے ہیں مثلاً طبیب کے سامنے ارکان واخلاط اور مزاج وکیفیات کا نام لینا بدیہات میں شامل ہے جب کہ غیر طبیب کے لیے ان کی اول تعریف لازم ہوگی وغیرہ تصور بدیہی کے مقابلے میں تصور نظری ہے جس کا جاننا صرف اس کے علم کی حد تک ہو اور بغیر تعریف کئے سمجھ نہ آئے' جیسے دیو' بھوت پریت' فرشتہ' حور اور پری وغیرہ جن کو ہم صرف ادراک کر سکتے ہیں

تصدیق بدیہی

ایسا واضح علم جس کے لیے دلیل بیان کرنے کی ضرورت نہ ہو' جیسے دو' چار کا نصف ہے اور ایک عدد چار کا چوتھائی ہے تصدیق بدیہی بھی مشاہدات و تجربات کے بعد ہی واضح ہوتی ہیں

البتہ بعض مشاہدات و تجربات اور حقائق زندگی و ماحول میں اس کثرت سے عمل میں آتے ہیں کہ ہمیں ان کی تصدیق کرنے چنداں ضرورت نہیں رہتی' جیسے پانی بہتا ہے' دھواں اڑتا ہے بارش میں بادلوں کا ہونا ازبس ضروری ہے اس کے برعکس تصدیق نظری ہے یعنی ایسی تصدیق جس کے لیے تصدیق لانا لازمی ہے کیا جن و پریاں موجود ہیں؟ کیا زندگی اور کائنات بنانے والا ہے اس میں تصرف کرنے والی کوئی ہستی ہے؟ وغیرہ وغیرہ

Marfat.com

تصور وتصدیق اور علم کی بالفعل صورتیں

دو یا زیادہ تصورات کو آپس میں ملا کر کسی نامعلوم تصور کو حاصل کرتے ہیں' جیسے حیوان اور ناطق دو تصور ہیں جب دونوں کو ملایا گیا ''حیوان ناطق'' بن گیا جس کے معنی انسان ہیں گویا دو تصوروں سے انسان کا علم ہو گیا جو ان دونوں تصوروں میں نامعلوم تھا جن دونوں معلوم تصوروں سے ایک نامعلوم تصور کا علم ہو گیا ہو اس کو تعریف یا معروف کہتے ہیں مثلاً اس کو آسانی سے اس طرح سمجھا جا سکتا ہے کہ اگر کوئی شخص سوال کرتا ہے کہ فرشتہ کیا چیز ہے البتہ وہ جسم وزندگی یا لطیف ونورانی اور فرمانبرداری کے تصورات کا علم رکھتا ہے بس جب ان تمام تصورات کو ملا کر پیش کر دیا جائے گا کہ فرشتہ ایک ایسا لطیف ونورانی جسم جو زندگی رکھتا ہے اور جو کبھی خدا تعالیٰ کی نافرمانی نہیں کرتا تو ان نامعلوم تصورات کے ذریعہ ایک معلوم تصور حاصل ہو گیا اور فرشتہ کا مفہوم معلوم ہو گیا

اسی طرح دو یا زیادہ تصدیق کو ملا کر کسی نامعلوم تصدیقات کو معلوم کرتے ہیں جیسے انسان جاندار ہے اور ہر جاندار جسم والا ہے دونوں تصدیقات کو ملایا جائے تو معلوم ہوا کہ انسان جسم والا ہے ان دونوں معلوم تصدیقات سے نامعلوم تصدیق حاصل ہوا کرنے کو دلیل اور حجتہ کہتے ہیں

Marfat.com

اسی طرح دو یا زیادہ علموں کو ملا کر کسی نا معلوم کے معلوم کرنے کو فکر ونظر کہتے ہیں کبھی ان تصورات وتصدیقات اور علوم کو ملانے سے غلطی بھی ہو جاتی ہے ایسی غلطی کی اصلاح جس علم سے ہوتی ہے اس کو منطق کہتے ہیں پس علم منطق وہ علم ہے جس سے کسی شے کی تعریف اور دلیل بنانے میں خطا ہونے سے حفاظت ہو اور اس علم کا مقصد فکر وغور کا صحیح کرنا ہے

احساس وادراک اور قیاس وتجربات کی بالفعل تشریح

تصدیقات کی بالفعل تشریح

گزشتہ صفحات میں یہ بیان کر دیا گیا ہے کہ تجربات اور قیاسات میں تصدیقات کو بے حد اہمیت حاصل ہے بلکہ ہر احساس اور ادراک کی بھی جب تک تصدیق نہ کرے اس وقت تک وہ ایک تصور ہے یا غیر مصدقہ علم ہے اور علم کے متعلق بھی پورے طور پر واضح کر چکے ہیں کہ وہ احساس ہوگا (حواس خمسہ ظاہری سے حاصل شدہ) یعنی علم کی ہر شبیہہ یا نقش جو ہمارا احساس ہوگا یا ادراک ہوگا اور جب تک اس کی معرفت یا تصدیق نہ ہوگی تو وہ ایک تصور کہلائے گا

یہ تصوارت اگر احساسات ہیں تو حس مشترک کے خزانے خیال میں محفوظ ہیں

Marfat.com

اور اگر معلومات ادراکی ہیں تو حافظہ میں محفوظ ہیں اور جب احساس اور ادراک کی تصدیق بھی ہو جائے تو بھی احساس تصدیقات خیال میں ہی قائم رہیں گی اور ادراکی تصدیقات حافظہ میں محفوظ رہیں گی

جاننا چاہئے کہ ہر قسم کے علم کی بالفعل صورت یہ ہوتی ہے کہ جب نفس ناطقہ اور ذہن کسی علم یا غیر مصدقہ کی تصدیق کرنا چاہتا ہے تو وہ احساسی تصورات کو تخیل کی صورت حواس خمسہ ظاہری کے خزانہ خیال سے قوت فیصلہ (عقل) کے سامنے پیش کر دیتا ہے اسی طرح ادراکی صورت کو فکر کی صورت میں حواس خمسہ باطنی کے خانہ حافظہ سے قوت فیصلہ (عقل) کے سامنے پیش کر دیتا ہے پھر فیصلہ اور تصدیق طلب کرتا ہے

قدرت نے قوت فیصلہ (عقل) کا مقام خیال اور حافظ کے درمیان بنایا ہے تاکہ تصدیقات کی صورت میں وہ اپنی ضرورت کے مطابق معلومات دونوں طرف سے حاصل کرے یعنی خیالات کی تصدیقات اکثر خیالات سے ہی ہو جاتی ہے اور جب وہاں پر کوئی بدیہی تصور یا بدیہی تصدیق معلوم نہیں ہوتی تو پھر ذہن اور نفس ناطقہ حافظہ کی طرف رجوع کرتا ہے اور اس خزانہ سے اپنی تصدیق کرتا ہے یہی عمل فکر پر بھی وارد ہوتا ہے یعنی اگر فکر اپنے دیگر افکار سے تصدیق کر لیتا ہے لیکن جب اس خزانہ سے تصدیق نہیں ہوتی تو خیال کے

Marfat.com

خزانے سے تصدیق حاصل کرتا ہے یہ سلسلہ ہر گھڑی جاری ہے اور ہر ثانیہ نفس ناطقہ اور ذہن اپنے تخیلات اور تفکرات میں مطابقت و موارفقت کی ایڈجسٹمنٹ کرتا رہتا ہے بالکل یہی صورت ہمارے تجربات اور قیاسات کی بھی ہے کیونکہ وہ بھی ہمارے علم کی صورتیں ہیں ان کی تصدیقات بھی بالکل اسی صورت پر قائم رہتی ہیں جس کے بعد وہ ایک یقینی علم بن جاتے ہیں

تجربات کے متعلق ایک غلط فہمی

تجربات کے متعلق بعض لوگوں کو غلط فہمی ہے کہ ان تعلق سائنس کی دنیا سے ہے اس لیے ان کو بہت کچھ اہمیت حاصل ہے اس میں کوئی شک نہیں کہ تجربات یقیناً مشاہدات پر مشتمل ہیں لیکن اس امر کو ذہن نشین رکھیں کہ تجربات اور مشاہدات بھی اس وقت تک بے معنی ہیں جب تک خزانہ خیال یا حافظہ میں پہلے کی تصدیقات ان کی تصدیق نہ کریں گویا ہمارا ہر تجربہ اور مشاہدہ دلیل و حقیقت کے بغیر بے معنی شے ہے یعنی فلسفہ اور منطق کا محتاج ہے دوسرے لفظوں میں یہ سمجھ لیں کہ سائنس کی ہر شاخ فلسفہ اور منطق کے بغیر بے معنی ہے کیونکہ اس کی حدود فلسفہ اور منطق کے ساتھ پیوستہ ہیں

عقل

Marfat.com

عقل کیا ہے؟ دراصل بذات خود عقل کوئی شے نہیں ہے وہ صرف ایک قوت ہے جو احساسات اور ادراکات سے حاصل شدہ علم پر فیصلہ دیتی ہے۔ جس قدر علم معرفت و تصدیقات اور حقیقت پر مبنی ہوگا اسی قدر عقل کے فیصلوں کی اہمیت ہوگی اور صحیح فیصلے وہی ہو سکتے ہیں جو قانون فطرت و سنت الٰہیہ اور عادات خداوندی کے مطابق ہوں گے

غلط قسم کا علم اول غلط قسم کے احساسات اور غلط قسم کے ادراکات سے ہوتا ہے یعنی ان کو صحیح احساسات اور صحیح ادراکات سے حاصل نہ کیا جائے ان میں حواس خمسہ ظاہر اور حواس خمسہ باطن کی خرابی بھی شامل ہے دوسرے حاصل شدہ قوانین فطرت کے مطابق نہ ہو مثلاً ہم دور سے دھواں دیکھیں اور یہ اندازہ نہ لگا سکیں کہ یہ دھواں آگ کا ہے یا پانی کے بخارات ہیں یا بغیر چھوئے اندازہ نہ کر سکیں کہ کوئی سفید محلول دودھ ہے یا لسی یا کوئی اور شے وغیرہ وغیرہ

اس لیے غلط قسم کے علم سے عقل یقیناً غلط فیصلے دے گی قوت عقل کتنی بھی اعلیٰ و ارفع اور باکمال کیوں نہ ہو لیکن وہ اپنے فیصلوں میں اپنے علم پر مجبور ہے اس لیے صرف عقل پر یقین کر لینا حقیقت نہیں ہے بلکہ عقل کے ساتھ اس کے علم کو بھی سامنے رکھنا بے حد ضروری ہے

Marfat.com

جاننا چاہئے کہ احساسات کا خزانہ خیال ہے اور تخیل ہی اپنی تصدیق کے لیے عقل کے سامنے پیش ہوتا ہے اور اگر تخیل حقیقت پر مبنی نہ ہو اور اس میں افراط وتفریط پیدا ہو جائے تو اس کی ہر بات مبالغہ یا جاہل ہوگی اس کی دلیل میں بے شمار شعرا کا کلام پیش کیا جا سکتا ہے کلام کی خوبی اپنی جگہ پر ہے لیکن مبالغہ اور جہل سے انکار نہیں کیا جا سکتا یہی وجہ ہے کہ شعرا کو نبوت سے الگ سمجھا گیا ہے کیونکہ شعرا کا کلام بھی دل پر اثر کرتا ہے

اسی طرح ادراکات کا خزانہ حافظہ ہے جس کے علم کو قوت مفکرہ عقل کے سامنے تصدیق کے لیے پیش کرتی ہے اگر قوت مفکرہ میں افراط تفریط پیدا ہو جائے تو جنون اور تو ہم کہہ دیتے ہیں اس کی دلیل مجنوں کی گفتگو سے دی جا سکتی ہے یہی وجہ ہے کہ مجنوں کو نبوت سے جدا سمجھا گیا ہے کیونکہ بعض باتیں مجنوں کی بھی سچی ہوتی ہیں اس کی وجہ یہ ہے کہ قوت مفکرہ اپنے ادراک سے ایسے علم کو حاصل کرتی ہے جس کو حواس خمسہ ظاہری احساس نہیں کر سکتے اگر قوت مفکرہ اپنے اعتدال پر ہے تو عام انسانوں میں وجدان کی دولت نصیب ہوتی ہے خاص انسانوں کو الہامی قوت حاصل ہوتی ہے اور کمال انسانی یعنی نبوت میں وحی نازل ہوتی ہے الہام اور وحی کی بحث طویل ہے لیکن اس قدر ذہن نشین کرلیں کہ انسان ایک حیوان ناطق ہے یعنی وہ اپنی

Marfat.com

حیوانیت کی وجہ سے حیوان کے ساتھ ہیں اسی طرح اولیاء اللہ وامام وقت اور نبی عام انسانوں سے مشترک ہیں لیکن وہ کشف والہام اور وحی کی وجہ سے عام انسانوں سے ممتاز ہیں

اس لیے ہمارے علم کا بہت بڑا خزانہ خاص اور کامل انسانیت یعنی اولیائے اللہ وامام وقت اور نبوت کا مرہون منت ہے ہمارے تجربات اور مشاہدات ان کا مقابلہ نہیں کر سکتے البتہ ہمارے تجربات ومشاہدات اور قیاسات ان کے علم ومعرفت کے بعد ہی صحیح نتائج پیدا کر سکتے ہیں

عقل وقیاس اور تجربات ومشاہدات کی بالفعل تشریح

عقل کے فیصلے غلط بھی ہو سکتے ہیں

ہم یہ لکھ چکے ہیں کہ عقل بذات خود کوئی شے نہیں ہے وہ صرف ایک قوت ہے اور اس کے فیصلے اس کے تجربات ومشاہدات اور معلومات پر منحصر ہوتے ہیں اگر تجربات ومشاہدات اور معلومات درست ہیں تو فیصلے بھی درست ہوں گے ورنہ نتائج غلط برآمد ہوں گے ہر شخص اپنے عقل مند ہونے کا دعوے کرتا ہے اور اس کے عقل مند ہونے سے انکار بھی نہیں کیا جا سکتا مگر کسی علم وعمل میں اس کے فیصلے اس وقت تک صحیح نہیں ہو سکتے جب تک وہ شخص اس علم وفن

Marfat.com

اور عمل میں صحیح تجربات و مشاہدات اور معلومات نہ رکھتا ہو مثلاً ایک ماہر قانون جو علم وفن طب سے بالکل ناواقف ہو اگر وہ اپنی عقل پر بھروسہ کر کے اس امر کا دعویٰ کرے کہ اس کے فیصلے علم وفن طب میں صحیح ہوں گے بالکل غلط ہے ایسا شخص یقیناً عقل کی حقیقت سے واقف نہیں، یہی صورت عالم دین، عالم سیاست، ادیب وفن کار اور دیگر ہر قسم کے اہل علم اور صاحب فن کا تصور کریں بلکہ بادشاہ وقت اور وزیر صاحب روبرو بھی کیوں نہ ہوں اس کے فیصلے پر یقین نہیں کیا جا سکتا جب تک وہ لوگ علم وفن طب سے صحیح معنوں میں واقف نہ ہوں یہ مسلمہ حقیقت ہے جس سے انکار نہیں کر سکتا

عقل کے غلط فیصلوں کی اصلاح

چونکہ عقل کے فیصلے ان تجربات و مشاہدات اور معلومات و ماحول کے تحت ہوتے ہیں جو ان کے پیش ہوتے ہیں اگر وہ صحیح ہیں تو فیصلے درست ہوں گے اور اگر وہ غیر صحیح ہوں گے تو فیصلے غیر درست ہوں گے عقل کے ان صحیح و غیر صحیح فیصلوں کے متعلق مولانا نزیر احمد صاحب دہلوی نے اپنی کتاب ''مبادی الحکمت'' میں لکھا ہے ان سے عقل پر بہت اچھی روشنی پڑتی ہے لکھتے ہیں

اب غور کرو کہ یہ خیالات جو انسان کے ذہن میں پیدا ہوتے ہیں از قسم تصور ہوں یا از قسم تصدیق سب تو بدیہی نہیں ہیں کہ بے غور وفکر انسان سمجھ لیا کرے

Marfat.com

کیا سینکڑوں ہزاروں باتیں ایسی نہیں ہیں کہ انسان کی عقل ان میں کام نہیں کرتی مثلاً کلیں، طلسم، شعبارے، کیمیا، بجلی، روشنی، جنات، فرشتے، آسمان اور ہوا وغیرہ وغیرہ ہزاروں چیزیں ایسی ہیں کہ ہم ان کو تصور کرنے سے عاجز ہیں یہی آسمان جس کو ہم روز دیکھتے رہتے ہیں، نہیں معلوم کیا چیز ہے اور یہی ہوا جس پر ہماری حیات کا انحصار ہے کون جانے کیا شے ہے سوچ بچار بہت کچھ کیا گیا ہے مگر آدمی کو خود اپنی روح کا تصور صاف طور پر نہ ہوسکا یہ تو تصورات کا حال ہے تصدیقات میں عقل انسانی اس سے زیادہ عاجز ہے دیکھیں زمین گول ہے یا آفتاب کے گرد گھومتی ہے دنیا بے ثبات ہے قیامت کا آنا برحق ہے اس قسم کی ہزاروں باتیں ہیں کہ بڑے سے بڑا عاقل اس پر برسوں غور کرے اور پھر بھی شاید بے دلیل اس کو اطمینان کلی حاصل نہ ہو

ایک طرف اشکال اس درجے کا ہے دوسری طرف بہت سی باتیں ایسی بدیہی ہیں کہ ہر کوئی جانتا اور سمجھتا ہے، جیسے آدمی، گھوڑا، گائے، بکری، سردی، گرمی کہ ان کا تصور بے تامل ہر ایک کو ہوسکتا ہے یا یہ آفتاب منبع نور ہے اور جتنے عدد جفت ہوتے ہیں ان کے دو برابر حصے ہو سکتے ہیں اس طرح کی تصدیقات کا ادعان محتاج وغور وتامل نہیں ہے۔ جس تصور اور تصدیق میں غور اور تامل درکار نہ ہو وہ بدیہی ہے اور جو محتاج فکر ہو وہ نظری ہے

Marfat.com

جب ثابت ہوا کہ بہت باتوں کے سمجھنے میں انسان کو غور فکر کرنے کی ضرورت ہوتی ہے تو اب دیکھنا چاہئے کہ غور فکر کے بعد بھی انسان ہر ایک بات کو ٹھیک ٹھیک سمجھ سکتا ہے یا نہیں ہم دیکھتے ہیں کہ بعض مرتبہ غور بھی کرتے ہیں فکر بھی کرتے ہیں پھر بھی رائے انسان غلط کی غلط رہتی ہے اور اسی وجہ سے عقلا کی رائے میں اختلاف واقع ہے کہتا ہے زمین کو گردش ہے کوئی قائل ہے کہ زمین ٹھہری ہوئی ہے آفتاب گھومتا ہے کوئی مانتا ہے کہ دنیا کو ایک دن بالکل فنا ہو جانا ہے کوئی مانتا ہے کہ نہیں اسی طرح چلی آئی ہے اور اسی طرح ابدالاباد تک چلی جائے گی جب عقلا کا یہ حال ہے تو رہے بدحال عوام' پس غور فکر کیا بھروسہ رہا کوئی تدبیر کرنی چاہئے کہ غلطی فکر کا انسداد ہو سکے اس کے لیے علم منطق ایجاد ہوا ہے اور ان میں ایسے قواعد منضبط کئے گئے ہیں کہ غور فکر میں اگر ان قواعد کی رعایت و پابندی ہو تو رائے انسانی غلطی سے محفوظ رہے پس عقل کی اصلاح فکر کی تصحیح اس علم کا مقصود اصلی ہے اور بڑا عمدہ مقصود ہے انسان کو مخلوقات عالم پر وجہ شرف اور بزرگی یہی عقل ہے اور چیز اس جوہر شریف کی اصلاح کرے گی گویا وہ انسان کو انسانیت سکھاتی ہے"

اس اقتباس سے صحیح طور پر اندازہ ہو سکتا ہے کہ عقل پر اس وقت تک اعتماد نہیں کیا جا سکتا جب تک یہ یقین نہ ہو جائے کہ اس کے فیصلے کسی اصول وقاعدے

Marfat.com

اور قانون کے تحت کئے گئے ہیں اگر یونہی ہر شخص جو چاہئے کہہ دے وہ ہرگز قابل اعتماد نہیں ہے

عقل محتاج

عقل اپنی جگہ پر کس قدر بلند طاقتور اور باکمال ہو' پھر بھی علم و معرفت اور بدیہات و تصدیقات کی محتاج اور پابند ہے اور انہی قواعد اور قوانین کے تحت وہ اپنے فیصلے دینے کا حق رکھتی ہے ورنہ اس کی کوئی وقعت وحیثیت تسلیم نہیں کی جا سکتی بلکہ ان کے بغیر توہمات کا مجموعہ ہے عقل کے فیصلوں کے لیے ذیل کی صورتیں ضرور لازم ہیں

1۔ صحیح معلومات جو بدیہی تصورات اور معرفت کی صورت رکھتی ہوں

2۔ صحیح تجربات و مشاہدات جو بدیہی تصدیقات اور قوانین فطرت کا درجہ رکھتے ہوں

3۔ ماحول جس میں مقام و زبان کی پوری کیفیت پائی جائے

علم طب کی ابتدا اور علم خواس الاشیا

علم طب کی ابتا تو سحر و جادوگری سے سمجھی جاتی ہے اس لیے طب کے معنی جادوگری اور سحر کے ہیں لیکن حقیقت یہ ہے کہ علم طب کی ابتدا علم خواص الاشیا

Marfat.com

سے ہوئی ہے کیونکہ انسانی زندگی کے ابتدائی دور میں صرف خواص الاشیا کو ہی سحر و طلسم اور جادوگری تصور کیا گیا اور بعد کے زمانوں میں جب جہالت کے پردے اٹھتے گئے اور علم کی روشنی پھیلتی گئی تو علم خواص الاشیا ایک حقیقت بن گیا اور اسی سے علم الادویہ اور علم الاغذیہ کی ابتدا ہوئی پھر خواص الاشیا معلوم کرنے کے لیے قوانین و قاعدے مرتب کئے گئے جس کے ساتھ ساتھ عقل و قیاس و تجربات و مشاہدات کی حقیقتیں بھی سامنے آنے لگیں تاکہ انسانی معلومات و معرفت اور تحقیقات و تدقیقات اصولی اور کلی قوانین اور قاعدے کے تحت قائم کر دیئے جائیں تاکہ خواص الاشیا کے اصول میں غلط فہمی اور یقینی نتائج سے نقصان نہ اٹھانا پڑے اور انسان یقینی بے خطا علم سے مستفید ہوتا رہے یہ سب گزشتہ ہزاروں سالوں کے علم و فن تجربات' مشاہدات تحقیقات و تدقیقات اور غور فکر کا نتیجہ ہیں اس لیے ہم نے علم الادویہ شروع کرنے سے پہلے اس امر کو ضروری سمجھا ہے کہ اول ان قوانین اور قواعد پر بحث کر لی جائے جن سے یقینی اور بے خطا خواص الاشیا حاصل ہوتا ہے تاکہ ہر اہل علم اور صاحب فن ان علوم و فنون سے مستفید ہو کر خود بھی خواص الاشیا پر معلومات اور تحقیقات حاصل کر سکے علم و فن کسی کی میراث نہیں ہے جیسے ہم نے متقدمین اور متاخرین کے علم علمی و فنی خزانہ سے اپنی تحقیقات و تدقیقات اور

Marfat.com

غور فکر کے نتائج پیش کیئے اسی طرح آنے والوں کا بھی حق ہے کہ وہ ہمارے خزانے سے مستفیض ہو کر دنیائے طب میں اپنی جدو جہد اور سعی کو پیش کرتے رہیں جن سے انسانیت ہمیشہ مستفیض ہوتی رہے یہی انسانیت کی خدمت ہے

مشاہدات میں بھی غلطیاں ہوسکتی ہیں

جس طرح عقل کے فیصلے غلط ہو سکتے ہیں جیسا کہ ہم لکھ چکے ہیں بالکل اسی طرح ہمارے مشاہدات میں بھی غلطیاں ہوسکتی ہیں جب مشاہدات صحیح نہ ہو تو پھر عقل کے فیصلوں کا غلط ہونا تو بہت یقینی بات ہوسکتی ہے اس لیے مشاہدات پر کلی طور پر یقین کر لینا صحیح نہیں یا کم از کم اس وقت تک ان کی شرائط پوری نہ کردی جائیں

چاہئے کہ ہمارے مشاہدات حواس خمسہ ظاہر کے محتاج ہیں مثلاً اگر کسی کے منہ کا ذائقہ تلخ ہو وہ اگر میٹھا بھی چکھے گا تو اس کا ذائقہ تلخی لیے ہوگا اسی طرح صفرا زرد ہے انسان کو ہر چیز زردی نظر آئے گی کان کی ذراسی سوزش بھی اچھے بھلے شیریں نغموں کو سننا برداشت نہیں کرے گا نزلہ کا مریض کبھی صحیح خوشبو کا احساس نہیں کرسکتا نرمی اور سختی کا احساس ہر ذہن کی تربیت پر منحصر ہے

Marfat.com

حواس خمسہ کے علاوہ مشاہدات کی تصدیق کے لیے خاص قسم کے علم و تجربات اور اسباب و ماحول کا جاننا اور سمجھنا بھی نہایت ضروری ہے کیونکہ مختلف قسم کے علم و تجربات اور اسباب و ماحول کے تحت مشاہدات میں زمین و آسمان کا فرق پیدا ہو جاتا ہے۔جس طرح کسی شے کی بے علمی اور ناتجربہ کاری غلط نتائج پیدا کر دیتی ہے اسی طرح بدلے ہوئے اسباب اور ماحول بھی مشاہدات بدل کر رکھ دیتے ہیں مثلاً کیفیات و مادہ اور صورت کے بدل جانے سے مشاہدات کے اثرات و افعال اور شکلیں بدل جاتے ہیں اس لیے مشاہدات کو ہمیشہ اپنے علم و تجربات اور اسباب و ماحول کے تحت قلمبند کرنا چاہیے تاکہ نتائج صحیح پیدا ہوں

مشاہدات کے یہی اختلافات ہیں جن کی وجہ سے مختلف اشخاص و ممالک اور علوم وفنون میں جدا جدا نتائج مرتب ہوتے ہیں مثلاً پھلوں کو دیکھ لیں ان کے متعلق مختلف ممالک واقوام اور علوم وفنون میں مختلف مشاہدات پائے جاتے ہیں مثلاً کھجور وسیب اور نارنجی وغیرہ مختلف ممالک میں اکثر اپنی شکل وصورت بلکہ اثرات و افعال میں بھی بدلے ہوئے ہوتے ہیں یہی حال مختلف اقسام کی اغذیہ اور ادویہ میں نمایاں نظر آتے ہیں۔مشاہدات کے متعلق مولانا ڈپٹی ڈاکٹر نزیر احمد صاحب کی معلومات ملاحظہ فرمائیں کتاب ''مبادی الحکمت''

Marfat.com

میں لکھتے ہیں

مشاہدات یعنی وہ معلومات جو انسان اپنے حواس کے ذریعے سے حاصل کرتا ہے بدیہی (یقینی) ہیں اور کسی دوسرے ثبوت کی محتاج نہیں مثلاً پیتل کا برتن سامنے رکھا ہو اور ہم کہیں کہ یہ پیتل زرد ہے یا لُو چل رہی ہے اور ہم کہیں کہ ہوا گرم ہے تو یہ باتیں بدیہی ہیں اور اگر کوئی ان کا ثبوت چاہئے تو یہ خود اپنا ثبوت ہیں اور ہمیشہ جملہ استدلال بعد تفتیش و کاوش کے اسی طرح کی باتوں پر آ کر ٹھہر جاتے ہیں کیونکہ جب کسی مقدمہ بدیہی پر پہنچے استدلال منقطع ہوا لیکن غور کر کے دیکھا تو بعض مرتبہ بدیہات میں بھی غلطی واقعہ ہو جاتی ہے موجودات کو ہمارے ساتھ تعلق ہوتا ہے اور اس تعلق سے ایک کیفیت ہمارے ذہن پر طاری ہوتی ہے اسی کیفیت کو تصور اور اسی کو علم کہتے ہیں بعض چیزیں آنکھ کے سامنے آنے سے ہمارے ساتھ تعلق پیدا کرتی ہیں بعض مرتبہ ہم ان کو چھوتے اور ٹٹولتے ہیں بعض دفعہ ان کو منہ میں رکھ کر مزا لیتے ہیں یہ سب اقسام ہیں اس تعلق کے جو ہم موجودات کے ساتھ پیدا کرتے ہیں ہر ایک چیز سے کچھ نہ کچھ کیفیت ضرور ہم پر طاری ہوتی ہے تو حقیقت میں ہمارا علم اس چیز کے وجود کا تابع ہے یا یہ کہ وجود اشیا سبب ہے ہمارے علم کا اور چونکہ معلول سے علت کو پہچاننا ہمارا دستور ہے ہم کو ایسا خیال پیدا ہوتا ہے

Marfat.com

کہ کسی چیز کو جو کیفیت ہمارے ذہن میں ہیں وہ واقع بھی ہے ورنہ ہمارے ذہن میں کہاں سے اخذ کی۔ بعض حکما کا یہ مقولہ تھا کہ اشکال ہندسی یعنی سطح خط نقطہ' دائرہ جیسے کتاب اقلیدس میں مذکورہ میں' فی الواقع موجود ہیں مقلد فیثا غورث نے دیکھا کہ آگ کی ماہیت کچھ سمجھ میں نہیں آئی سوچنے سے اتنا البتہ معلوم ہوتا ہے کہ آگ کچھ بڑی عظمت کی چیز ہے اور ہمارے ذہنوں میں اس کی وقعت کا ہونا اس بات کی دلیل ہے کہ فی الواقع اس کائنات عالم میں بڑی عظمت حاصل ہے اس واسطے ان لوگوں نے کرہ آتشی کا وجود تسلیم کر لیا اور یوں سمجھے کہ آسمان بہ اعتباع تفاوت ترکیب آتشی منتظم ہیں اس غلطی نے اسی حد پر بس نہیں کی اور آگے پاؤں پھیلایا یہاں تک کہ گویا ذہنی کیفیتوں کو وجود اشیا کا سبب ٹھہرالیا اور جس کے تصور سے عاجز ہوئے تو یہ سمجھا کہ واقع میں اس کا وجود نہیں مسمریزم کے وجود میں بہتیروں کا کلام ہے سبب کیا ان کے سمجھ میں نہیں آتا اور کہتے ہیں اگر بات ہوتی تو ہم بھی تو سمجھتے

لقمان حکیم وجود خدا پر یہ دلیل لایا کرتا تھا بھلا سب چیزیں تو مادے سے بنی ہیں' مادہ کیونکر بنا ایسا تو ممکن نہیں کہ خود اس نے اپنے تئیں بنالیا ہو اس سے ظاہر ہے کہ مادہ کا کوئی خالق ہے اور ضروری ہے کہ وہ بڑا دانشمند بھی ہو ورنہ

Marfat.com

جو عقل سے خالی ہو وہ آدمی جیسی دانشمند مخلوق کو کیونکر پیدا کر سکتا ہے اور قرین قیاس نہیں کہ دنیا بہ ایں عمدگی خود بخود ہو گئی اس تمام دلیل کا ماحصل یہی ہے کہ جو کچھ ہماری سمجھ میں آتا وہ واقعہ میں نہیں ہے

افلاطون وجود مجرد کو اسی ثابت کرتا تھا کہ انصاف و عقل دو چیزیں ہیں اور دونوں مجرد یعنی غیر مادی ہیں اس صورت میں افلاطون کو مغالطہ ہوا تھا انصاف اور عقل دو چیزیں ہیں اس میں افلاطون نے چیز سے مراد جوہر لیا اپنی ذات سے قائم ہو نہ عرض جس کا وجود تابع دوسرے وجود کے ہو جیسے رنگ کہ کوئی سے جداگانہ نہیں ہے' بلکہ ایک کیفیت ہے جو کپڑے یا لکڑی وغیرہ کو عارض ہوتی ہو پس حقیقت میں وہ دور سے استدلال کرتا ہے

قیاس میں بھی غلطیاں ہو سکتی ہیں

ہم پہلے بیان کر چکے ہیں کہ مشاہدات و تجربات اور عقل کے فیصلے بھی بعض معلومات' حالات اور وقت و ماحول میں غلط ثابت ہو سکتے ان کے صحیح نتائج کے لیے چند شرائط اور قوانین مقرر ہیں بالکل انہی کی طرح قیاس کے فیصلوں میں بھی غلطیاں ہو سکتی ہیں اور اس کے صحیح نتائج اخذ کرنے کے لیے بھی چند شرائط اور کچھ قوانین مقرر ہیں جن کے بغیر صحیح قیاس نہیں ہو سکتا اور نہ ہی اس کے نتائج صحیح ہوں گے اس حقیقت سے انکار نہیں ہے قیاس بھی مشاہدات و

Marfat.com

تجربات اور عقل کی طرح تحقیقات میں ایک اہم حقیقت بلکہ ایک غیر معمولی طاقت ہے جہاں پر مشاہدات و تجربات کام نہیں کر سکتے وہاں پر قیاس کی طاقت کام کرتی ہے اور حقیقت کو پیش کرتی ہے بلکہ حقیقت یہ ہے کہ مشاہدات اور تجربات دونوں قیاس کے تحت کام کرتے ہیں اور اس کے بغیر دونوں بے معنی ہو کر رہ جاتے ہیں دراصل قیاس ہی ایک بڑی طاقت ہے

قیاس کی تعریف

ایسا قول ہے جس کی ترکیب ایسے قضیوں سے ہو جب وہ مان لیے جائیں تو ایک اور قضیہ بھی ماننا پڑتا ہے اور یہ قضیہ جس کا ماننا ضروری ہے نتیجہ قیاس کہلاتا ہے جیسے ہر انسان جاندار ہے اور ہر جاندار جسم ہے یہ دو قضیے ہیں ان کو اگر مان لو تو ان کے ماننے سے تم کو یہ بھی ماننا پڑے گا کہ ہر انسان جسم ہے اس میں یہ دو قضیے تو قیاس کہلاتے ہیں تیسرا قضیہ جس کا نام لازم ہے نتیجہ کہلاتا ہے اس طرح سمجھ لیں کہ جو دو قضیے ترتیب دیے جائیں کہ ان کو مان لینے سے ایک دوسرے قضیے کا مان لینا لازم آ جائے تو ان کی اہمیت مجموعی کو قیاس کہتے ہیں اور اس دوسرے قضیہ کو نتیجہ کہتے ہیں

Marfat.com

حقیقت قیاس

قیاس اصل میں حجتہ (دلیل) کی ایک صورت ہے اس کی دو دیگر صورتیں استقرا اور تمثیل ہیں جن کا ذکر مناسب جگہ پر کیا جائے گا قیاس کو سمجھنے کے لیے حجتہ کو ذہن نشین کر لینے سے بہت آسانی ہو جاتی ہے

حجتہ کی تعریف

دو یا زیادہ تصدیقات (جانی ہوئیں) کو ترتیب دے کر جب کوئی نہ جانی ہوئی بات معلوم کریں تو ان جانی ہوئی تصدیق کو حجتہ اور دلیل کہتے ہیں یعنی ان کے مجموعہ کو مثلاً تم کو علم ہے کہ انسان جاندار شے ہے اور یہ بھی جانتے ہو کہ ہر جاندار شے جسم والی ہے تو ان دونوں باتوں کے جاننے سے تو یہ جان گئے کہ انسان جسم والا ہے

قیاس اور حجتہ کی تعریف سے اندازہ ہوسکتا ہے کہ دونوں میں کتنا فرق ہے یعنی قیاس میں دو قضیے ماننے کے بعد ایک تیسرا قضیہ بھی ماننا پڑتا ہے اور حجتہ میں دو تصدیقات ترتیب دے کر ایک نامعلوم بات معلوم کی جانی ہے قضیہ اور تصدیق میں کوئی فرق نہیں ہے کیونکہ قضیہ ان مرکب الفاظ (کلام) کو کہتے ہیں جس کے کہنے والے کو سچا یا جھوٹا کہہ سکیں جیسے کوئی شخص کھڑا ہے اور یہی

Marfat.com

صورت تصدیق کی بھی ہے جیسا کہ اس کی تعریف دواقسام میں ہم بیان کر چکے ہیں البتہ تصدیق اپنے معنی وضرورت اور مقام پر قائم ہے

قیاس کی اقسام

قیاس کی دوقسمیں ہیں اول قیاس استثنائی (شرط لیکن ہو) دوسرے اقترانی (شرط لیکن نہ ہو) جاننا چاہئے کہ پھر ہر قیاس کی ایک صورت ہے اور ایک مادہ ہے بہ اعتبار مادہ کے قیاس کی پانچ اقسام ہیں (1) قیاس برہانی (2) متاجدی (3) قیاس خطابی (4) قیاس شعری (5) قیاس سفسطی۔

پھر قیاس برہانی کے تحت اس کی چھ قسمیں ہیں (1) اولیات (2) فطریات (3) حدسیات (4) مشاہدات (5) تجربات (6) متواترات۔

ان تمام اقسام وصورتوں اور مادوں کی تشریح بوقت ضرورت اپنے مقام پر کریں گی یہاں صرف یہ بتانا مقصود ہے کہ حکمانے مشاہدات وتجربات اور عقل وقیاس اور تجربات ومشاہدات کے تحت کی گئی ہیں درحقیقت یہ سب قیاس کے متعلق ہیں ان سب کی بحث بہت طویل ہے البتہ ضرورت کے مطابق اپنے مقام پر انکا ذکر دیا جائے گا اس وقت یہی مفید اور لازم ہے

قیاس کی اہمیت

Marfat.com

قیاس کی اہمیت کا اندازہ اس امر سے لگالیں کہ دنیا میں ہر قسم کی تحقیقات میں اس کی ضرورت لازم ہے اور خاص طور پر تحقیقات الاشیاء میں اس کا درجہ بہت بلند ہے کیونکہ خواص الاشیاء ہمیشہ ہماری سابقہ معلومات کے تحت کسی موجودہ دوا کے ظاہری حالات اور صورتوں کے مطابق اندازہ لگانے سے ہی ہماری عقل اس امر کی طرف رہنمائی کرتی ہے کہ اس دوا میں بھی اس قسم کے افعال و اثرات پائے جانے چاہیے پھر اس کے بعد اس کے مطابق تجربات کرتے ہیں اور تجربات کے وقت اس کی عملی صورت میں یہی وہ افعال و اثرات اور خواص صحیح ثابت ہوں یا ان میں کمی بیشی ثابت اور ظاہر ہو جائے بہر حال قیاس ہی ایک ایسی طاقت ہے جس نے تجربات اور معلومات کی طرف رہبری کی ہے

علامہ نفیس کی تشریح

قیاس کی اہمیت کو سمجھنے کے لیے علامہ نفیس کی یہ تشریح قابل تعریف ہے کہ ''قیاس کے معنی یہ ہیں کہ دوا کی ظاہری حالات سے اس کے مخفی حالات پر استدلال پیش کی جائے''

اس امر کے جواب میں کون سی چیز انسان کو دوا کے تجربات کے لیے مائل کیا کرتی ہے' فرماتے ہیں کہ ''کسی دوا کے متعلق کوئی قیاس رہبری کرتا ہے اور

Marfat.com

انسان اس قیاس کی رہبری کی تصدیق کے لیے تجربہ کے ذریعے اس کی آزمائش کر لیتا ہے مثلاً کسی دوا کے متعلق کسی وجہ سے یہ قیاس و خیال قائم کیا گیا ہے یہ دوا گرم ہے اس خیال کی تصدیق کے لیے جب تجربہ کیا گیا تو واقعی وہ دوا قیاس کے مطابق گرم ثابت ہوئی''۔ اشیا کے افعال و اثرات اور مزاج و دیگر خواص انسانی علم میں کیونکر آئے اس کے متعلق شیخ الرئیس اور دیگر متقدمین کی تصریحات یہ ہیں کہ ''اس قسم کی ساری باتیں محض قیاس اور تجربہ کی رہبری سے انسان کے ذخیرہ معلومات میں جمع ہوتی ہیں''

تجربات کے متعلق ایلوپیتھی کی غلط فہمی

ایلوپیتھی اپنی موجودہ علمی تحقیقات (ماڈرن میڈیکل سائنس) کے پیش نظر اس امر پر فخر کرتی ہے کہ وہ تجرباتی ہے اور اس کے مقابلے میں قدیم علوم غیر تجرباتی ہیں لیکن حقیقت یہ ہے کہ ایلوپیتھی کی ماڈرن سائنس کو تجربات کی حقیقت اور افعال کا علم نہیں ہے اور افسوس کہ ہمارے اطباء نے بھی سائنس کے جادو میں تجربات کی حقیقت کا علم نہیں ہے اور انہوں نے بھی سائنس کے جادو میں تجربات کی حقیقت اور افعال کو بھلا دیا ہے حقیقت یہ ہے کہ تجربات بلکہ مشاہدات وغیرہ دیگر تجرباتی صورتیں سب قیاس کی اقسام دراقسام میں شریک ہیں اور ان کے نتائج بغیر قیاس کی تعین اور حاصل نہیں ہو سکتے گویا

Marfat.com

قیاس کے بغیر ہمارا ہر تجربہ نا معقول ہے

علامہ نفیس تجربہ کی تعریف میں لکھتے ہیں کہ "کسی دوا کو بدن میں پہنچا کر اس کے اثرات کا امتحان کیا جائے یاد رکھیں کہ تجربات کا یہ امتحان بغیر قیاس کے متعین کئے افعال اور اثر کے بغیر ناممکن ہے کیونکہ جن مقاصد کے لیے تجربات حاصل کرنے ہیں ان کے لیے مقدار خوراک و ماحول اور وقت و استحالہ کا تعین ضروری ہوتا ہے

قیاس کا عمل بالفعل

علامہ نفیس نے قیاس کے معنی اس طرح بتائے ہیں کہ" قیاس دوا کے ظاہر حالات سے اس کے مخفی حالات پر استدلال کرتا ہے"

اسی طرح شیخ الرئیس نے القانون میں وضاحت کی ہے کہ" گاہے قیاس کے قوانین و اصول ادویہ کے ان افعال و اثرات سے اخذ کئے جاتے ہیں جو ہمیں پہلے سے معلوم ہیں جن سے ہمیں بطریق استدلال و قیاس ادویہ کے نامعلوم تاثرات کے لیے نمایاں رہبری حاصل ہو جاتی ہے"

ان دونوں بیانوں کا مقصد یہ ہے کہ کسی دوا کی بعض خصوصیات اور صفات ہمیں معلوم ہیں لیکن مکمل افعال و اثرات کا ہمیں علم نہیں ہے بس اسی علم کو حاصل کرنے کے لیے قیاس ہماری مدد کرتا ہے اس طرح ہم سمجھ سکتے ہیں کہ

Marfat.com

ہمارے سابقہ تجربات و مشاہدات اور معلومات کی دوا کے ظاہری حالات میں اس کے افعال واثرات کی طرف عقلی راہ نمائی کرتے ہیں پھر تجربات کی روشنی میں یہ استدلال عقلی خواہ قیاس کے مطابق ثابت ہوں یا ان میں کچھ کمی بیشی ظاہر ہو اس صورت میں سے یہ نتیجہ نکلا کہ قیاس کی ہی روشنی میں تجربات مکمل ہو سکتے ہیں گویا قیاس کو تجربات پر فوقیت حاصل ہے یعنی اگر ہمارے پاس قیاسی علم نہیں ہے تو ہم تجربات کرنے کی طاقت نہیں رکھتے اور اس حیثیت سے بھی قیاس کو تجربات پر افضیلت حاصل ہے کہ بغیر قیاس کے ہم کسی غذا او دوا اور شے کو تجربہ نہیں کر سکتے ممکن ہے کہ ایک مہلک زہر ہو اور اس کا قرب ہی باعث موت بن سکتا ہے

قیاس کی تجربہ پر اہمیت

علامہ نفیس تجربہ کی اہمیت کا اظہار کرتے ہوئے فرماتے ہیں ''تجربہ سے دوا کی تاثیر کا یقین حاصل ہو جاتا ہے اور قیاس سے یہ یقین حاصل نہیں ہوتا اور قیاس میں اکثر غلطیاں بھی ہو جایا کرتی ہیں'' ماڈرن سائنس بھی تجربات اور قیاس کی یہی تعریف کرتی ہے مگر اس تعریف سے قیاس کی اہمیت وافضیلت اور اولیت میں کوئی فرق نہیں آتا کیونکہ بغیر قیاس کے تجربات بے معنی ہیں اور تجربات کو زیادہ سے زیادہ قیاس میں عقلی فیصلہ کا مقام دیا جا سکتا

Marfat.com

ہے یعنی جب قیاس معلومات اور استدلال میں تجربات کی علامات پر فیصلہ کرتی ہے بس وہی تجربہ بن جاتا ہے لیکن اگر تجربات کے سامنے غلط قیاس رکھے جائیں تو تجربات یقیناً غلط ہوں گے اس سے ثابت ہے تجربات تصدیقات بدیہی ہیں مقصد یہ ہوا کہ قیاس کی بنیاد بھی دراصل سابقہ تجربات پر ہوا کرتی ہیں جو آئندہ نئے تجربات کے لیے راہنما بن جاتے ہیں اور یہی عمل نہ صرف تحقیقات بلکہ تہذیب وتمدن اور ثقافت کے لیے جاری رہتا ہے

ترتیب قیاسی مقدمات

جب ہم کسی نئی دوا کے افعال واثرات معلوم کرنا چاہتے ہیں تو تین صورتیں ہمارے ذہن میں پیدا ہوتی ہیں

1۔ ہمارے سابقہ تجربات ومشاہدات اور معلومات

2۔ کسی نئی شے کی خصوصیات اور صفات کو ہمارے گزشتہ تجربات ومشاہدات اور معلومات سے تطابق اور ہم آہنگی کا پیدا ہونا

3۔ حقیقت کو جاننے کے لیے تجربات کا فیصلہ حاصل کرنا

گویا تحقیقات کی حقیقت یہ ہے کہ ہم قیاس سے تجربات کی طرف آتے ہیں اور پھر انہی تجربات پر مزید قیاس کر کے تجربات سے حقیقت تک پہنچ جاتے ہیں دراصل تحقیقات کا یہی مقصد ہوا کرتا ہے ان تحقیقات میں اس امر کو ضرور

Marfat.com

مدنظر رکھیں کہ انسان کے سابقہ تجربات و مشاہدات اور معلومات جس قدر وسیع ہوں گے اور ساتھ ہی حکم وحدث کی جس قدر طاقت زیادہ ہوگی اسی قدر نتائج اس کے مرتب ہوں گے اور تجربات بھی قابل اعتماد حاصل ہو سکتے ہیں اس لیے تحقیقات و تجربات قابل اعتماد حاصل ہو سکتے ہیں اس لیے تحقیقات و تجربات اور تصدیقات کے لیے صرف علماء اور حکما کو ہی مقام حاصل ہے اسی لیے علامہ نفیس نے لکھا ہے'' تجربہ کا طریقہ اور عمل طبیب اور غیر طبیب دونوں کی لیے برخلاف ازیں کا طریقہ صرف فاضل اطبا کے لیے مخصوص ہے ''

قیاس کے مبادیات اور ان کی تشریح

قیاس میں جن پر استدلال سے بحث کی جاتی ہے وہ مبادیات درج ذیل ہیں جو موالید ثلاثہ کی کسی شے میں پائے جاسکتے ہیں یہ زیادہ سے زیادہ پانچ ہیں (1) قوام (2) استحالہ (3) رنگ (4) بو (5) ذائقہ۔ ان کے علاوہ وہم' ادراک' وجدان اور دینی معلومات کے ذریعے بھی قیاس و معلومات کا ایک سلسلہ جاری ہے

معیار استدلال

Marfat.com

قیاس جن مبادیات سے استدلال کیا جاتا ہے اس کا معیار طب قدیم میں کیفیات میں مقرر کیا گیا ہے جس سے مزاج و اخلاط اور درجات مقرر کر دئے گئے ہیں مثلاً طب قدیم میں ہر سرد شے جہاں جسم میں سردی تری کی کیفیات پیدا کرتی ہے وہاں پر یہ مولد بلغم بھی ہے پھر جسم پر اس کا خاص قسم کا اثر ہے اسی طرح جب کوئی شے جسم میں سردی خشکی پیدا کرتی ہے تو پھر خاص قسم کا مزاج ہے جس کے ساتھ جسم میں سودا پیدا ہوتا ہے ایسے ہی گرم تر اشیا سے خون اور گرم خشک اشیا سے صفرا پیدا ہوتا ہے اس کے بعد ان کے معتدل اور ایک سے لے کر چار تک درجات ہیں کسی شے میں سردی زیادہ اور تری کم ہوتی ہے کسی میں سردی کم اور خشکی زیادہ ہوتی ہے یہی صورتیں گرم اشیا میں بھی پائی جاتی ہیں انہی کیفیات و مزاج اور اخلاط سے یہی ادویات ایک طرف محرک و مسکن اور محلل و قاتل وغیرہ افعال و اثرات جسم میں پیدا کر دیتی ہیں تو دوسری طرف ملین و مسہل اور حابس و قابض وغیرہ کی صورتیں ظاہر ہو جاتی ہیں گویا بنیادی قیاس میں معیار استدلال کیفیات و مزاج اور اخلاط مقرر کیا گیا ہے مثلاً ہر چرپرہ مزاج جسم میں گرمی خشکی اور اخلاط میں صفرا پیدا کرتا ہے پھر طب قدیم میں صفرا کے خواص و اثرات مقرر ہیں جو جسم انسان پر فعلی و کیمیائی طور پر اثر انداز ہوتے ہیں یہی صورت پیلے رنگ میں بھی ہے

Marfat.com

بالخاصہ اثرات

طب قدیم میں باوجود کیفیات ومزاج اور اخلاط کے افعال واثرات کے ایک صورت اثرات بالخاصہ کی بھی ہے مثلاً ایک ہی کیفیات ومزاج اور اخلاط کی بعض اشیا اپنے اندر مختلف اثرات بالخاصہ رکھتی ہیں یہ صرف اس لیے ہوتا ہے کہ ان کے کیفیات ومزاج اور اخلاط کے توازن میں فرق ہوتا ہے جس کی دلیل ان کے قوام واستحالہ اور رنگ و بو میں نمایاں تبدیلی پائی جاتی ہے لیکن اس کے معنی یہ نہیں ہوتے کہ بالخاصہ اثرات وافعال سے کیفیات ومزاج اور اخلاط کے تعین سے جو اثرات وافعال جسم میں پیدا اور ظاہر ہوتے ہے وہ بدل جاتے ہیں ایسا ہرگز نہیں ہے اس لیے صرف بالخاصہ اثرات وافعال جاننا کافی نہیں ہے وہ کوئی معیار نہیں ہے اس سے جسم کا علاج یقینی طور پر نہیں ہو سکتا یقینی علاج کے لیے بالخاصہ اثرات وافعال کے ساتھ شے کی کیفیت و مزاج اور اخلاط کا جاننا بے حد ضروری ہے

ایلوپیتھی طب کی غلط فہمی

ایلوپیتھی طب کی سب سے بڑے غلط فہمی یہ ہے کہ ان کے ہاں اشیا کی کیفیات ومزاج اور اخلاط کی صورت نہیں جس کے نتیجہ میں ان کے پاس کسی

Marfat.com

غذا، دوا اور شے کا کوئی معیار نہیں ہے ان کے اثرات وافعال صرف بالخاصہ پائے جاتے ہیں چونکہ ایک ہی قسم کے بالخاصہ اثرات وافعال مختلف مزاج کی ادویات میں پائے جاتے ہیں جن سے ایک طرف یقینی علاج نہیں کیا جا سکتا دوسری طرف بالخاصہ صورتوں کے درجات مقرر نہیں کئے جا سکتے مثلاً سوڈا کارب، بادیان اور زنجبیل تینوں بالخاصہ دافع ریاح ہیں مگر کیفیات ومزاج اور اخلاط میں ان کے اندر غیر معمولی فرق پایا جاتا ہے

ایلوپیتھی طب اپنے علاج میں اس وقت تک کامیاب نہیں ہو سکتی جب تک وہ اپنے خواص الاشیا میں کیفیات ومزاج اور اخلاط کو شامل نہ کرے یہی وجہ ہے کہ ان کی بالخاصہ تجربہ ادویات ہر پانچ دس سال بعد بدل جاتی ہیں کیونکہ مزید تجربوں کے بعد وہ پہلی ادویات چھوڑ دیتے ہیں اگر ان کے علم الادویہ میں ہر دوا کی کیفیات ومزاج اور اخلاط شامل ہوں تو پھر ان کے مزید تجربات کے بعد بھی پہلی ادویات شامل علاج رہیں اور اپنے اپنے مقام پر وہ استعمال کی جاتی ہیں ان میں بالخاصہ مزاج کے ساتھ یہ خرابی بھی پیدا ہو گئی ہے کہ ادویات افعال واثرات صرف قتل جراثیم تک محدود ہوتی جا رہی رہیں ان کے علاج میں ناکامی کا یہی سب سے بڑا راز ہے

قیاس کے مبادیات پر تحقیقات

Marfat.com

قیاس کے جن مبادیات پر تحقیقات اور بحث کی جاتی ہے ان کے متعلق ہم لکھ چکے ہیں کہ پانچ ہیں (1) قوام (2) استحالہ (3) رنگ (4) بو (5) ذائقہ۔

یہ پانچ مبادیات تو دوا کی ظاہرداری پر دلالت کرتی ہیں ان کے علاوہ تین استدلال اور بھی ہیں جو کسی نئی دوا کی تحقیق میں بے حد ممد و معاون ہوتے ہیں

(1) وہم وجدان (2) ادراک و دینی معلومات (3) مشاہدہ و عمل

یہ تین استدلال ہمیں قیاس کے مبادیات کو یقین کے ساتھ تحقیقات کی طرف لاتے ہیں یا ان میں یقین پیدا کر دیتے ہیں مثلاً رنگت پر ہی اگر غور کریں تو ہر صاحب علم اور اہل فن جانتا ہے کہ فطری رنگ صرف تین ہیں نیلا' پیلا اور سرخ مگر دنیا کی کسی شے میں یہ تینوں رنگ اپنی خالص صورت میں نہیں پائے جاتے ہیں ہر ایک اپنی کمی بیشی کے لحاظ سے دوسرے رنگ کے ساتھ تعلق رکھتا ہے جیسے کہیں بھی گرمی یا سردی بغیر تری یا خشکی کے نہیں پائی جاتی اسی طرح کبھی بھی یہ خالص حالت میں نہیں پائے جائیں گے کہ ہم نیلا پیلا اور سرخ کے لئے کوئی حد مقرر کر لیں اس لیے ان تینوں بنیادی رنگوں سے بے شمار رنگ پیدا ہو گئے ہیں

یہی وجہ ہے کہ جب بھی کوئی رنگ ہمارے سامنے آئے گا تو ہم کو اس کی طرف یہ قیاس کرنا پڑے گا کہ اس میں نیلا پیلا اور سرخ رنگ کس مقدار میں

Marfat.com

پائے جاتے ہیں اور پھر ان کی ترکیب ثانی سے جو صورتیں اور اثرات پیدا ہو جاتے ہیں وہ کیا ہیں مثلاً سبز رنگ جو نیلے اور پیلے کا مرکب ہے اسی طرح نارنجی اور ارغوانی رنگوں پر بھی غور کرنا پڑے گا اور پھر ان کے اثرات وافعال کا تعین عمل میں لایا جائے گا اسی طرح باقی قیاس کے مبادیات پر بھی غور کیا جا سکتا ہے اس کی تفصیل درج ذیل ہے

قوام

قوام کے معنی ہیں کسی شے کے لطیف و بسیط اجزا کا باہمی تعلق اور مضبوطی کا ہونا یعنی اس کے اجزا کی آپس میں اکٹھے رہنے کی صورت کیا ہے اس کے لیے حکما نے تین صورتیں بیان کی ہیں (1) تبخیری (گیس) (2) سیال (لیکوئیڈ) (3) جامد (سالڈ)

پھر ان تینوں کی اپنے بین بین کئی صورتیں ہیں مثلاً کسی تبخیر شے کا تعلق کس قدر سیال شے کے ساتھ ہے یا کس قدر تعلق جامد شے کے ساتھ ہے اسی طرح سیال اور جامد کے تعلقات سے جو صورتیں پیدا ہوتی ہیں ان کی شکلیں بن جاتی ہیں اگر ہم خالص تبخیر (جیسے پانی کے بخارات کا اٹھنا) اور خالص

Marfat.com

پانی (جو دیگر تمام اجزا سے پاک ہو) اسی طرح خالص جامد، جیسے مٹی (جو دیگر تمام عناصر سے پاک ہو) جو عام طور پر عناصی کی ترکیب ثانی ہوتے ہیں، کے مزاج وخواص اور افعال واثرات کو سمجھیں تو پھر ان کی ترکیب اولیٰ (ابتدائی مرکبات) اور ترکیب ثانی (ثانوی مرکبات) کو بھی سمجھ سکتے ہیں اس طرح ہم قوام کی ہر شکل کے خواص وفوائد اور اثرات وافعال کو اچھی طرح ذہن نشین کر سکتے ہیں

لزوجیت ودھنیت اور وزن

قوام میں تبخیر وسیال وجامد اشیا کی صورتوں میں بیشی سے پر ان کے وزن میں فرق پڑ جاتا ہے، وہاں ان میں لزوجیت (لیسدار) اور دھنیت (روغن) پیدا ہو جاتا ہے گویا وزن ولزوجیت اور دھنیت قوام کی مختلف شکلیں ہیں جب ہم خالص وزن ولزوجیت اور دھنیت کے بھی مزاج وخواص اور افعال واثرات ہم خالص وزن ولزوجیت اور دھنیت کے بھی مزاج وخواص اور افعال اثرات مقرر کریں گے تو لامحالہ ہمارے سامنے قیاس کے مبادیات پہلی صورت کی ایک عمل زبان بن جائے گی یعنی جہاں کہیں بھی ہم قوام کی صورتیں دیکھیں گے، وہاں پر اس کے مادی اثرات وافعال اور مزاج وخواص کی نفی کرنے ہاتھ باندھے نظر آئیں گے اور ہم تحقیقات الاشیا میں بے حد

Marfat.com

آسانیاں پیدا ہو جائیں گی یہ سب کچھ قیاس کی برکتیں ہیں

مدارج قوام کی تحقیقات

قوام کے مختلف مدارج کی صورتوں کو سامنے رکھتے ہوئے حکما نے ان کے لیے چند اصلاحات مقرر کی ہیں ہم ان کی تشریح و توضیح بیان کر کے ان کے افعال و اثرات اور مزاج و خواص قلب و عضلات پر بیان کرتے ہیں تا کہ تحقیقات الاشیا خصوصًا فوائد الادویہ سمجھنے میں سہولتیں پیدا ہو جائیں

قوام میں لطافت و کثافت اور غیر محلل

قوام کے لحاظ سے ہر شے تین حصوں میں تقسیم ہو سکتی ہے (اول) لطافت ایسی شے جو کسی محول یا جسم انسان میں داخل کر دی جائے اور اس سے متاثر ہونے کے فوراً بعد اپنا جسم چھوڑے اور باریک باریک اجزا میں تقسیم ہو کر اس محول میں حل ہونا شروع ہو جائے اس لطافت کی وجہ اس کی حرارت ہے جو اپنی حدت سے فوراً منتشر کر دیتی ہے لیکن لطافت کا مفہوم اس طرح ذہن نشین نہیں ہوتا کیونکہ لطافت اور تحلیل میں کوئی قریب کی مناسبت نہیں ہے لطافت کا صحیح تصور ہمیشہ کسی شے کی نزاکت اور خالص پن پر کیا جاتا ہے نزاکت سے بھی مراد یہ ہے کہ وہ شے اپنی لطافت کی وجہ شے کثیف اور غیر

Marfat.com

اجزا کو برداشت نہیں کر سکتی اس لیے کسی شے سے فوراً متاثر ہو کر ذرہ ذرہ اور پاش پاش ہو جاتی ہے یا الگ الگ ہو کر کسی شے میں جذب ہو جاتی ہے

جاننا چاہئے کہ اس کائنات اور زندگی کی ہر شے کی لطافت حرارت سے پیدا ہوتی ہے جو شے بھی جس قدر حرارت سے دور ہوتی جاتی ہے وہ کثیف ہوتی جاتی ہے چار عنصر میں ہم نے حرارت کو انتہائی لطیف سمجھ لیا ہے جو صرف رگڑ سے پیدا ہو جاتی ہے جس کی شدت آگ پیدا کر دیتی ہے اس کا مزاج ہم نے گرم خشک تسلیم کیا یعنی ایسی حرارت جس میں رطوبت کا شائبہ تک نہیں ہے گویا یہ کیفیات کا اولین رکن ہے پھر جس کسی رکن میں حرارت کا جزو جس حد تک داخل ہو گا اس میں لطافت پائی جائے گی اور رکن خالص کہلائے گا کیونکہ حرارت اپنی شدت سے کثافت کو دھو دیتی ہے اور اس کو لطافت و نزاکت اور خالص بنا دیتی ہے

تبخیر کا خالص پن

تبخیر (گیس) ہوا کی صورت میں ایک خالص رکن اس وقت پیدا ہو سکتا ہے جب پانی سے پیدا کی جائے اور اس کا خالص پن بھی اس وقت تک رہ سکتا ہے جب تک اس میں گرمی کا اثر باقی ہے سرد ہونے پر اس میں غیر لطیف اور ناخالص ہوا شامل ہو کر اس کو اپنی طاقت کے مطابق کثیف کر دیتی ہے خالص

Marfat.com

پانی کے بخارات لطافت کی ایک بہترین مثال ہے انہی بخارات یا ہوا گرم تر ہے ہر قسم کی ہوا کو ہم گرم تر نہیں کہہ سکتے جب ہوا میں گرمی ختم ہو جاتے ہی تو اس میں برودت کے ساتھ ساتھ کثافت بھی پیدا ہوتی جاتی ہے تو اس وقت ہوا پانی کی صورت میں قطرے بن کر ٹپک پڑتے ہے جس کو ہم شبنم' بارش اور اولوں کا نام دیتے ہیں

سیال کا خالص پن

خالص سیال وہی ہو سکتا ہے جب خالص پانی تبخیر سے حاصل کر کے پھر اس کو گرم کیا جائے یا خالص ابلتے ہوئے پانی کے دو قطرے جو شبنم کی طرح دیگچی کے ڈھکنے پر رک جاتے ہیں جب اس قسم کے حاصل کئے ہوئے پانی کا درجہ حرارت اعتدال پر آتا ہے تو اس کو خالص پانی کہتے ہیں اس کا مزاج سرد تر ہے جوں جوں اس میں سردی بڑھتی جاتی ہے اس میں دیگر عناصر بذریعہ ہوا شامل ہو کر اس کو ناخالص کر دیتے ہیں گویا حرارت کا اعتدال پانی کے لطیف ہونے کی بہت حد تک ضمانت ہو سکتا ہے

جامد کا خالص پن

جب پانی ایک عرصہ تک کسی بوتل میں پڑا رہے تو اس کے نیچے کوئی شے بیٹھی

Marfat.com

ہوئی نظر آئے گی یہ پانی کی بالکل ایسی ہی کثافت ہے جیسے ہوا میں سردی لگنے سے پانی کی شکل نمودار ہو جاتی ہے یہی جامد کا خالص پن اور مٹی کی لطافت ہے اس کا مزاج ہم سرد خشک رکھتے ہیں

لطافت کے افعال واثرات

ہر لطیف شے میں اپنی مناسبت سے حرارت ہوگی اس کی حرارت کی وجہ سے اس شے میں ذیل کے خواص پیدا ہو جاتے ہیں (1) ہلکا پن (2) خالص پن (3) جلد قابل حل۔ جب کوئی لطیف شے تحقیقات میں ہمارے سامنے آئے گی تو اس کے ساتھ ہی تصورات بھی پیدا ہوں گے اور جب ہم کسی شے میں لطافت پیدا کریں گے اس کے ساتھ ہی یہ تصورات ہمارے ذہن میں ہوتے ہیں

لطافت کے مدارج

مدارج کے لحاظ سے اگر لطافت کو دیکھا جائے تو ہر تبخیری وسیال اور جامد شے میں ایک بنیادی صورت کے ساتھ جیسا کہ ہم ان تین صورتوں میں بیان کر چکے ہیں ہر صورت میں حرارت کی کمی کے ساتھ ساتھ ان میں لطافت کی کمی پیدا ہو جائے گی جیسا کہ ہم لکھ چکے ہیں لطافت ہمیشہ حرارت کی دلیل ہے

Marfat.com

بس یہی صورتیں ہر تبخیری وسیال اور جامد میں غور سے دیکھیں اور ان کا مزاج مقرر کر دیں اطبا قدیم نے انتہائی لطافت آگ میں پیش کی ہے کیونکہ وہ رگڑ سے پیدا ہو جاتی ہے اور اس کے درمیان کوئی مادہ نہیں ہوتا بس آگ انتہائی لطیف رکن ہے اور اس کی مناسبت سے حرارت انتہائی لطیف شے ہوئی اسی تعلق سے جن اشیا میں لطافت زیادہ ہوگی اس کو حار کا درجہ دیا جائے یہی لطافت کی صحیح تشریح ہے

مثال

جب لطافت کے مدارج کو مدنظر رکھتے ہوئے ہم کسی شے کا قوام یا وزن دیکھیں گے تو اس کی تبخیر وسیال اور جامد تینوں صورتیں ہمارے سامنے ہوں گی یعنی تبخیری میں اس کے بخارات کس قسم کے ہیں سیال میں انتہائی رقیق ہے یا لعابی و نیم سیال ہے اسی طرح جامد میں انتہائی سخت ہے یا اس کے اجزا آسانی سی جدا جدا ہو جاتے ہیں

اسی طرح وزن کے لحاظ سے بھی جب ہم ایک دوا کا رنگ و بو اور مزا دیکھنے کے بعد جب وزن دیکھیں گے اگر یہ معلوم ہوا کہ جو قوام و وزن قیاس کے مطابق نہیں ہے تو پھر اس کی لطافت ہی اس قیاس کے لیے ایک راہ نمائی کا باعث بن جاتی ہے

Marfat.com

کثافت

دوسری کثافت کا تصور لطافت کے بالکل برعکس ہے یعنی ایسی شے جو کسی محلول یا جسم انسانی میں داخل کردی جائے تو اس سے متاثر ہونے کے فورا بعد اپنا جسم نہ چھوڑے اور نہ ہی اپنے اجزا کو چھوڑ کر محلول یا جسم میں حل ہونا شروع ہو جائے گویا اس کی حرارت میں اس قدر کمی ہے کہ وہ اس کو جلد تحلیل نہیں کرسکی گویا کثیف شے بطی التاثیر ہے اور لطیف شے سریع التاثیر ہے اور مناسبت سے سریع الہضم غذاؤں کو غذائے لطیف اور دیر ہضم غذاؤں کو غذائے کثیف کہتے ہیں اسی طرح جو اشیا فضا میں فوراً تحلیل ہو جاتی ہیں وہ لطیف ہیں جیسے عطر اور دیگر بوئیں وغیرہ اور جو اشیا فضا میں تحلیل نہیں ہوسکتیں وہ کثیف ہیں جیسے تیل وغیرہ یا ایک کثافت کے معنی غلیظ شے ہیں جو لطافت رقیق کے مقابلے میں ہوتی ہے یا ایک کثیف (بوجھل) شے کا لطیف (ہلکی) سے اندازہ کر سکتے ہیں گویا ہر فوراً تحلیل ہونے والی اور اثر کرنے والی رقیق شے لطیف ہوگی اور اس کے برعکس جو شے فوراً تحلیل نہ ہو اور فوراً اثر کرے بلکہ ثقیل ہو کثیف شے ہوگی اس طرح کسی شے کے قوام کو سمجھا جا سکتا ہے

اسی طرح دوا کی لطافت اور کثافت کو کسی شے پر لگا کر بھی سمجھا جا سکتا ہے مثلاً وہ اس میں فوراً نفوذ کر جائے یا جسم پر لگا کر مالش کر کے بھی اس کے اثرات کو

Marfat.com

معلوم کیا جا سکتا ہے لطیف شے نہ صرف جسم میں فوراً جذب ہو جاتی ہے بلکہ اس مقام کو گرم کر دیتی ہے اور وہاں پر دوران خون تیز ہو جاتا ہے لیکن اس کے مقابلے میں کثیف اشیا میں یہ اثرات نہیں پائے جاتے بلکہ بعض کثیف اشیا جسم پر نہ اثر کرتی ہیں' نہ کیفیت پیدا کرتی باقی رہے ان کے خواص تو ان کے متعلق قیاس سے معلوم کرتے ہیں کہ ان کا اثر اعصاب پر ہے یا طحال و غدد پر ہوتا ہے

معتدل

(تیسرے) ایسی اشیا قوام کے لحاظ سے تو لطیف یا کثیف ہوتی ہیں لیکن جب وہ کسی محلول یا دیگر شے یا جسم میں داخل ہوتی ہیں تو اپنے خاص اثرات کے تحت اس کو فورا متاثر کر دیتی ہیں اوز پھر اس کا ایک معتدل قوام بنا دیتی ہیں جیسے جب ترش یا کھاری اشیا ملتی ہیں تو اول ان میں ایک جوش پیدا ہوتا ہے پھر وہ دونوں یک جان ہو جاتی ہیں دوسری مثال جب کوئی شے دوسری شے کے ساتھ ملے اس کو آگ لگا دے جیسے سمندر کی جھاگ پر اگر لیموں نچوڑ دیا جائے تو اس جگہ آگ سی لگ جاتی ہے

تیسری مثال:۔ جب دو ایسی اشیا آپس میں ملیں تو وہ ایک دوسری کو تحلیل کر کے محول بنا دیں جیسے نیلا تھوتھا کو سوڈا فاسفیٹ یا اس طرح کے مرکب

Marfat.com

سے ملا کر رگڑ جائے تو دونوں باہم محلول ہو جائیں

چوتھی مثال:۔ جب کسی بدبودار یا متعفن شے پر کوئی شے ڈالی جائے تو اس کی اور تعفن فوراً دور ہو جائے وغیرہ وغیرہ

قوام کے مدارج

انہی لطیف وکثیف اور معتدل اشیا میں مختلف مدارج پائے جاتے ہیں جن کی وجہ سے ہمیں مختلف صورت وشکل کی اشیا نظر آتی ہیں جیسے (1) جامد (2) نیم جامد (3) لیسدار (4) بھربھری (5) لعابدار (6) روغنی (7) بہنے والی وغیرہ

(1) جامد ۔ ایسی اشیاء جن کے اجزا باہم اکٹھے ہوں اور وہ سیال کی طرح بہنے والی نہ ہو اس میں ہر سے لطافت' کثافت اور معتدل اثرات کہ وجہ سے ان کے وزن میں ہلکا اور بھاری پن پیدا ہو جاتا ہے جو ان کے مزاج پر دلالت کرتے ہیں

(2) نیم جامد ۔ ایسی اشیاء جن کے اجزا باہم اکٹھے ہوں آسانی سے الگ ہو سکیں جیسے سلاجیت اور رب وغیرہ

(3) لیسدار ۔ ایسی اشیاء جن کے اجزا اپس میں ایسے ملے ہوئے ہوں جن کو اگر جدا کیا جائے تو وہ پھیل جائیں اور باہم آپس میں جڑے رہیں جیسے

Marfat.com

گندہ بیروزہ اور شہد وغیرہ جن کو لزج کہتے ہیں

(4) **بھربھری**۔ایسی اشیاء جن کے اجزا آپس میں اس طرح جڑے ہوں کہ اگران پر ذرا سا دباو ڈالا جائے تو وہ چھوٹے چھوٹے اجزا میں ریزہ ریزہ ہو جائے جیسے سقمونیا اور مصبر وغیرہ ان کو ہش کہتے ہیں

(5) **لعابدار**۔ایسی اشیاء جن کے اجزا باہم ایسے ملے ہوئے ہوں کہ جب ان کو پانی میں ڈالا جائے تو وہ آپس میں جدا ہو کر پانی میں مل جائیں اور اس میں لعاب پیدا کر دیں جیسے گوند اور خطمی وغیرہ

(6) **روغنی**۔ایسی اشیاء جن کے اجزا آپس میں ایسے ملیں کہ ان میں دھنیت پیدا کر دیں ایسی اشیاء چربی سے لے کر بہنے والے تیلوں تک پائی جاتی ہیں

(7) **بہنے والی**۔ایسی اشیاء جن کے اجزا باہم ملے ہوئے تو ہوں مگر جامد نہ ہوں اور آسانی سے الگ ہو جائیں اور پھر آسانی سے مل بھی سکیں اور وہ ہر شکل قبول کر لیں جیسے پانی اور دیگر بہنے والی اشیا

اشیا میں وزن کی کمی بیشی

Marfat.com

تحقیقات و تجربات سے یہ بات واضح ہوگئی ہے کہ جن اشیا میں حرارت کی زیادتی پائی جاتی ہے ان میں گندھک اور فاسفورس کے اجزا زیادہ پائے جاتے ہیں ایسی اشیاوزن میں ہلکی ہوتی ہیں ان کے مقابلے میں جن اشیا میں مٹی اور چونے کے اجزا زیادہ شامل ہوں ان میں حرارت کی کمی ہوتی ہے اس لیے ان میں وزن زیادہ پایا جاتا ہے یہی وجہ ہے کہ پتھریلی اور معدنی اشیا زیادہ وزنی ہوتی ہیں جیسے سونا' چاندی' پارہ' تانبا' لوہا' جست' قلعی' شنگرف' ہڑتال' سم' الفار' پتھر کا کوئلہ دیگر ہر قسم کے حجریات اور جواہرات جن کے اندر بھی چونا زیادہ ہے وہ تمام وزنی ہیں یہاں تک کہ معدنی سیال اشیا بھی وزنی ہوتی ہیں البتہ جن میں گندھک زیادہ شامل ہوتی ہے وہ ہلکی ہو جاتی ہیں

استحالہ

قوام کے بعد خواص الاشیاء کے تحقیق کے لیے دوسری راہ نما حقیقت استحالہ ہے اس کا استدلال بھی قوام کی طرح بے حد حقیقت افزا ہے اور ہمیں بہت حد تک حقیقت کے قریب کر دیتا ہے افسوس ہے کہ جب فن میں نشو وارتقارک جاتی ہے اور انحطاط اور گمراہی پیدا ہو جاتی ہے تو صاحب علم و اہل فن کی اکثریت علم وفن میں تحقیق و ترقی چھوڑ کر مجربات کی تلاش اور مجربات فروشی اپنا زندگی سمجھ لیتے ہیں

Marfat.com

تعریف استحالہ

کسی شے کا ایک حالت سے دوسری حالت میں تبدیل ہونا کیمیا کی اصطلاح میں دو یا دو زائد اشیا کو آپس میں ترتیب دیا جائے یا ملایا جائے تو ایک نئی صورت اختیار کر لے اور ایک مختلف شے پیدا ہو جائے جس کا تعلق اور مناسبت ظاہر میں اپنی پہلی صورت میں قائم نہ رہے، بلکہ حقیقی تبدیلی ہو جاتی ہے کسی شے کے استحالہ سے مراد بھی یہی ہے کہ گرمی و روشنی، ہوا اور پانی یا دو یا زائد چیزوں کو ملانے اور رگڑنے سے اس شے کی ظاہری و باطنی حالت میں تبدیلیاں واقع ہو جائیں

ظاہری و حقیقی تبدیلی

کسی شے کی ظاہری تبدیلی کا مقصد یہ ہے کہ اس کے قوام و مزہ اور رنگ میں تبدیلی پیدا ہو جائے لیکن وہ شے اپنی حقیقت پر قائم رہے اسی طرح کسی میں تبدیلی کا مقصد یہ ہے کہ اس شے کی ماہیت اور عناصر میں تبدیلی پیدا ہو جائے اس کو ذہن نشین رکھیں۔ قوام و مزہ اور رنگ و بو میں تبدیلی سے ضروری نہیں کہ اس شے کی ماہیت اور عناصر بھی بدل گئے ہیں البتہ اگر یہ چاروں صفات تبدیل ہونے کے ساتھ کسی دوسری شے میں مماثلت پیدا کر لیں تو

Marfat.com

اس کی ماہیت اور عناصر میں تبدیلی ممکن ہوسکتی ہے لیکن اگر ان چاروں میں سے ایک صفت بھی کم ہو تو ماہیت و عناصر میں مکمل تبدیلی پیدا نہیں ہوتی البتہ وہ شے بن سکتی ہے اس لیے کسی شے کی ماہیت کو ذہن نشین کرنے کے لیے اس کے عناصر جاننا انتہائی اہم ہے اور ان کی تبدیلی ہی اصل تبدیلی ہے یہی وجہ ہے کہ پیتل باوجود ظاہری رنگ وقوام کے سونا نہیں بن سکتا اور پارہ قوام کی کمی کی وجہ سے چاندی نہیں کہلاتی۔ سونے اور پارہ میں قوام و وزن میں انیس بیس کی کمی سے پارہ سونا نہیں بن سکا یہی صورتیں دیگر اشیا میں پائی جاتی ہے

عناصر و ماہیت

کیمیا کی اس حقیقت کو کبھی نظر انداز نہیں کرنا چاہئے کہ کسی شے کے عناصر ہی کی ترتیب سے اس کی ماہیت و کیفیت اور جسم بنتا ہے ظاہر طور پر کیفیت و جسم بھی بدلے جاسکتے ہیں لیکن عناصر کی مکمل تبدیلی کے بغیر ماہیت بالکل نہیں بدل سکتی کسی شے کے خواص بالخاصہ کا تعلق اسی ماہیت کے ساتھ ہے ماہیت کے جام و کیفیت میں قوام و مزہ اور رنگ و بو کی تبدیلیوں سے اس کے بعض اثرات وافعال میں تبدیلی پیدا ہوسکتی ہے مگر ماہیت کے خواص بالخاصہ قائم رہتے ہیں

Marfat.com

استحالہ پر استدلال

کسی شے کی تبدیلی ظاہری صورت میں جامد ومحلول اور بخارات یا اس شے کے جل اٹھنے کی صورت میں ہوتی ہے یا اس کے برعکس بخارات ومحلول اور جامد کی شکل میں ہوگی اول صورت کی تبدیلی بغیر حرارت کے ممکن نہیں ہے چاہے وہ حرارت آگ ودھوپ کی ہو یا بجلی کسی شے کے اثر کا نتیجہ ہو ہر حال میں حارت لازمی ہے دوسری صورت میں حرارت کی نفی اور کمی ضروری ہے اس حقیقت سے یہ استدلال بے معنی ہے کہ ہر استحالہ کے لیے حرارت ضروری ہے جو ہر شے میں حسب ضرورت پائی جائے گی اس طرح کے استحالہ کو تحلیل کہتے ہیں

قیاس استحالہ

تحلیل کے استدلال کو سمجھ لینے کے بعد استحالہ کے قیاس کو اس طرح ذہن نشین کریں کہ استحالہ میں صرف تحلیل نہیں ہے بلکہ قوام ومزہ اور رنگ وبو بلکہ دوا کی ماہیت میں کلی یا جزوی طور پر تبدیلی ضرور واقع ہوگی یہ تبدیلی بھی حرارت یا عدم حرارت یا اس کی کمی بیشی کے ساتھ ہوگی مگر اس میں یہ امر لازم ہے کہ اس کے عناصر میں ضرور کمی بیشی پائی جائے گی اور اسی مناسبت سے ہم

Marfat.com

ان اشیا کو جن میں آگ اور حرارت کا عنصر زیادہ ہوگا وہ اس پر استدلال کرے گا اور یہی صورت عناصر کی بھی ہوگی اسی قیاس کے زیر اثر جب تجربہ کیا جائے گا تو ان اشیا میں حرارت کے اثرات زیادہ نمایاں ہوں گے یا جلد تحلیل وتبدیل ہو جائے گی یا جلد بھڑک اٹھے گی جیسے کہ گندھک اور تیل وغیرہ اور جلد تحلیل ہو جاتی ہیں جیسے نمکیات اور شکر کے اقسام وغیرہ

اس قیاس سے اندازہ ہوسکتا ہے کہ کون سی شے اپنے اندر حرارت کی زیادتی رکھنے سے اور شدت سے بھڑک اٹھتی ہے یا تحلیل ہوسکتی ہے اور کونسی شے کمی حرارت سے جلنے یا تحلیل ہونے میں دیر اور سستی سے عمل میں آتی ہے اسی حرارت کی زیادتی کو یا عدم حرارت کو جسم انسان کے اندر بھی اسی تناسب سے سمجھا جا سکتا ہے اس تناسب کو سمجھنے کے بعد مختلف اشیا کے اثرات کے اندازے مقرر کئے جا سکتے ہیں استحالہ کے ساتھ ہی جب اشیا کی مقدار اور حجم لطافت وکثافت اور تخیلل وتکاثر بھی مدنظر رکھا جائے اور قوام ومزہ اور رنگ و بو بھی نظر انداز نہ کیا جائے تو حرارت عناصر اور ماہیت شے کی صحیح صورت کو بہت اچھی طرح تعین کیا جا سکتا ہے

حرارت غریزی اور استحالہ حرارت

اس امر سے انکار نہیں ہے کہ حرارت غریزی عام حرارت سے ایک مختلف قسم

Marfat.com

کی حرارت ہے لیکن اس حقیقت سے بھی انکار نہیں ہوسکتا کہ حرارت عمومی ہر حیثیت سے حرارت غریزی میں تیزی اور معاون کا باعث بن جاتی ہے اور اگر یہ کہا جائے کہ حرارت عمومی کا یہ تعاون حرارت غریزی میں استحالہ کی صورت میں اضافہ کا باعث ہوسکتا ہے تو یہ عمل تاویل کچھ سمجھ میں آتا ہے اگر حرارت کو رطوبت کا مظہر تسلیم کرلیا جائے تو پھر یہ لازماً ماننا پڑے گا کہ وہ اپنے عمل اور تعاون میں مشترک ہو سکتے ہیں اسی طرح حرارت غریزی کی پوری طور پر مدد کی جاسکتی ہے اور انسان ڈکشنری میں داخل ہونے کے لیے ایک راستہ پاسکتا ہے اور کثافتوں کو دور کرسکتا ہے

استحالہ اور کیمیا

استحالہ کا کمال یہ ہے کہ ہر شے کے متعلق یہ پورا علم ہونا چاہئے کہ دو یا دو سے زائد اشیا آپس میں ترتیب دیا جائے یا ملایا جائے ان میں ایسی تبدیلی پیدا ہو کہ وہ ایک نئی صورت اختیار کرلیں اور ایک نئی شے پیدا ہو جائے جس کا تعلق اور مناسبت ظاہر میں پہلی صورت سے قائم نہ رہے بلکہ حقیقت میں تبدیلی واقع ہو جائے یعنی ان کے عناصر اور ماہیت میں تبدیلی واقع ہو جائے جیسے ادنیٰ' دھات سے اعلیٰ دھات کا بنانا اور کشتہ جات میں کسی ایک شے کے اثرات کو دوسری منتقل کرنا اشیا کے بخارات اڑا کر ان کی جوہروں میں تبدیلی

Marfat.com

کی جا سکتی ہے درحقیقت کسی شے کے استحالہ سے مراد بھی یہی ہے کہ گرمی و روشنی، ہوا و پانی یا دو یا دو سے زائد اشیا کو ملانے اور رگڑنے سے کسی شے کی ظاہری اور باطنی ماہیت و حالت اور صورت میں تبدیلیاں واقع ہو جائیں

رنگت سے قیاس

تحقیقات علم الادویہ میں قیاس کے لیے تیسری صورت رنگت ہے یعنی اگر کوئی نامعلوم الخواص دوا سامنے لائی جائے جس کی مخصوص رنگت کو دیکھ کر قیاس کیا جائے کہ اس کا مخصوص رنگ فلاں معلوم الخواص دوا رنگت سے ملتا جلتا ہے شائد اس کے خواص بھی اسی معلوم الخواص دوا کے مطابق ہوں

طب قدیم میں قیاس رنگت

تحقیقات علم الادویہ میں طب قدیم رنگ سے استدلال پیش کرنا تمام قیاسات میں کمزور کیا جاتا ہے اس سلسلے میں قرشی فرماتے ہیں قیاس سے دوا کی قوتیں اور ان کی تاثیرات چند طریق پر معلوم ہوتی ہیں ان تمام باتوں میں سے سب سے زیادہ اور کمزور قیاس وہ ہے جو دوا کی رنگت سے کیا جاتا ہے اس پر ملا نفیس صاحب فرماتے ہیں کیونکہ ہر ایک میں مختلف اور متضاد افعال و آثار کی دوائیں پائی جاتی ہیں مثلاً چونا، فلفل سفید، خربق سفید (سفید کٹکی) یہ

Marfat.com

سب چیزیں باوجود سفید ہونے کے گرم ہیں اسی طرح کافور' صندل سفید' سفیدہ یہ سب چیزیں سفید ہونے کے ساتھ سرد ہیں فلفل کی دونوں قسمیں گرم ہیں مگر ایک کا رنگ سرخ ہے اور دوسری کا سفید۔ اور صندل کی دونوں قسمیں سرد ہیں مگر ایک کا رنگ سیاہ ہے اور دوسرے کا سفید۔ رنگت کے قیاس کے ضعف کی دوسری وجہ یہ بھی ہے کہ آنکھوں میں صرف اجسام کی بیرونی اور غالب رنگتیں معلوم ہوسکتی ہیں اندرونی چھپی ہوئی رنگوں تک اس کی رسائی ہی نہیں ہوتی

ایلوپیتھی طب میں قیاس رنگت

ایلوپیتھی طب میں اول تو قیاس کو دخل ہی نہیں ہے وہاں صرف تجربات پر یقین کیا جاتا ہے اور ان تجربات کے تحت جو انسان پر حالت صحت یا حالت مرض میں کئے جاتے ہیں' تین باتیں مدنظر رکھی جاتی ہیں (1) ادویہ کا اعضا کے افعال پر اثر (2) ادویات سے خون کے کیمیائی عناصر میں کمی بیشی (3) ادویہ سے دافع جراثیم اور دافع زہر اثرات۔ لیکن وہ رنگت کو اپنے تجربات میں داخل نہیں کرتی مگر اس امر کو ذہن نشین کر لینا چاہئے کہ طب قدیم صرف قیاس کو یقین کا درجہ نہیں دیتی البتہ قیاس کو تجربات کی بنیاد اور اساس ضرور بناتی ہے اور یقین اس وقت کرتی ہے جب وہ دوا تجربات پر صحیح

Marfat.com

اترتی ہے

مزاج اور رنگت

طب قدیم میں رنگت سے مزاج کا تعین کیا جاسکتا ہے یہی اس کا قیاس ہے پھر اس کے تحت اس دوا کے جسم انسانی میں افعال واثرات اور خواص وفوائد بالاعضاء اور بالا خلاط معلوم کیے جاتے ہیں جیسے علامہ قرشی لکھتے ہیں ''لیکن دوا کی رنگت سے اس کے آثار پر استدلال لانے کی صورت یہ ہے کہ سردی سے جسم رطب (تری) سفید ہو جاتا ہے اور خشک جسم سیاہ ہو جاتا ہے''

اس پر علامہ نفیس فرماتے ہیں ''جسم رطب کے سفید ہونے کی صورت یہ ہے کہ سردی سے اس کے اجزا کثیف ہو کر اکٹھے ہو جاتے ہیں جیسے اس کے درمیان رخنے اور کشائش پیدا ہو جاتی ہے اور ہوا سے بھر جاتی ہیں کیونکہ یہ ظاہر ہے کہ جب کسی جسم کے اجزاء سکڑیں گے تو یقیناً یہ جز دوسرے جز سے الگ ہو جانے پر مجبور ہوگا اور جس جز سے سکڑ کر الگ ہونگے اس کے درمیان رخنہ ضرور پیدا ہوگا اس طرح ان اجزا کے درمیان رخنہ ضرور پیدا ہوگا اس طرح ان اجزا کے درمیان سطحیں بکثرت حاصل ہو جائیں گی اور جو روشنی ان اجزا میں داخل ہوگی اس کا عکس ایک دوسرے پر ضرور پڑے گا جیسا کہ برف اور شبنم میں دیکھا جاتا ہے اور خشک جسم کے سیاہ کرنے کی صورت یہ ہے

Marfat.com

کہ سردی سے اس کے اجزا سمٹ کر سکیڑ تے ہیں اور ان فضاؤں میں جو ہوا اور روشنی ہوتی ہے وہ سکڑنے کی وجہ سے خارج ہو جاتی ہے جیسا کہ درخت کے پتوں اور گوشت وغیرہ میں ہو جاتا ہے

گرمی کا فعل اس بارے میں بالکل برعکس ہے یعنی وہ جسم رطوبت کو سیاہ کر دیتی ہے اور جسم یابس کو سفید۔ اس کی صورت اس طرح بیان کی گئی ہے کہ حرارت سے جسم رطب کے تر اور شفاف اجزا اڑ جاتے ہیں جن میں روشنی سیدھی یا ترچھی نفوذ کرسکتی ہے اور جس سے جسم میں سفیدی پیدا ہوسکتی ہے جب یہ اجزا اڑ جاتے ہیں تو صرف کثیف اجزائے ارضیہ باقی رہے جاتے ہیں جن میں روشنی نفوذ نہیں کرسکتی اس لیے یہ جسم سیاہ ہو جاتا ہے لیکن جب خشک جسم پر حرارت اثر کرتی ہے تو رطوبت کے زائل ہو جانے کی وجہ سے اس کے اجزا ٹوٹ جاتے ہیں اور ان کے درمیان فضائیں اور کشائش پیدا ہو جاتی ہیں جن کے اندر ہوا سما جاتی ہے اور ہوا کی وجہ سے ان میں روشنی نفوذ کرنے لگتی ہے جس کا عکس ایک جز سے دوسرے جز پر پڑتا ہے اور جسم میں سفیدی پیدا ہو جاتی ہے''

جو کچھ بیان کیا گیا ہے اس کی حقیقت سے انکار نہیں غور کرنے پر اس میں بہت سے اسرار و رموز حاصل ہوتے ہیں لیکن یہ سب کچھ صرف سفید اور سیاہ

Marfat.com

رنگ کے متعلق بیان کیا گیا ہے اور صرف گرمی اور تری و خشکی کی کیفیاتی اثرات لکھے گئے ہیں اور مرکب مزاجوں کو بیان نہیں کیا گیا یہ بھی جاننا چاہیئے کہ سفیدی اور سیاہی کے درمیان اور بھی بہت سے رنگ ہیں جو مرکب مزاجوں سے پیدا ہوتے ہیں

رنگوں کی زبان

جاننا چاہئے کہ رنگوں کی ایک اپنی زبان ہے جب تک اس پر عبور نہ ہو تو اس وقت تک ان کو دیکھ کر کسی دوا' غذا اور شے پر نہ کوئی حکم لگایا جا سکتا ہے اور نہ ہی ان کے افعال و اثرات اور خواص و فوائد کے متعلق قیاس کیا جا سکتا ہے رنگوں کی زبان بھی بے حد دلچسپ ہے ایک طرف تو کسی دوا و غذا کی طرف قیاس کیا جاتا ہے دوسری طرف مریض کے جسم و شکل اور بول و راز کی رنگت کو دیکھ کر اس کی تشخیص آسانی کے ساتھ کی جا سکتی ہے اس زبان کو جاننا ہر حکیم کے لیے از حد ضروری ہے

اصل رنگ تین ہیں

ویسے ہم کو بیشمار رنگ نظر آتے ہیں اور ہر شے مختلف رنگوں سے رنگین نظر آتی ہے انسان حیران ہوتا ہے کہ قدرت نے اس کائنات اور زندگی کو فطرت کے

Marfat.com

کیسے کیسے رنگوں سے رنگا ہے لیکن حقیقت یہ ہے کہ کل رنگ صرف تین ہیں اور باقی یہ ہزاروں رنگ جو نظر آتے ہیں انہیں تین رنگوں کی جمع تفریق ضرب اور تقسیم ہیں یہ تین رنگ نیلا' پیلا اور سرخ ہیں

تین رنگوں کے امتزاج سے سات رنگ

جب ان تین رنگوں کو اس طرح ساتھ ساتھ رکھا جائے کہ اگر ان میں روشنی ڈالی جائے تو ان کی شعاعیں ایک دوسرے رنگ پر پڑیں تو ان میں اور رنگ پیدا ہو جائیں گے اور وہ تعداد میں سات معلوم ہوں گے اس کا تجربہ منشور شیشہ سے بھی کیا جا سکتا ہے جب منشور شیشہ کو دھوپ کے سامنے کیا جائے تو اس کے سرے پر سات رنگ ساتھ ساتھ نظر آئیں گے

اسی طرح تجربہ' بارش کے بعد آسمان پر دیکھنے سے کیا جا سکتا ہے جہاں قوس قزح اپنے سات ملے ہوئے رنگوں میں نظر آئے گی اسی طرح ایک قطرہ پانی کو احتیاط سے سورج کی شعاعوں کے سامنے کیا جائے تو وہاں بھی سات رنگ آسانی سے دیکھے جا سکتے ہیں جو بنفشی' سرخ' نارنجی' پیلا' سبز' نیلا اور آسمانی ہیں

سیاہ اور سفید رنگ

Marfat.com

سفید رنگ کوئی رنگ نہیں ہے بلکہ انہی سات رنگوں کے صحیح تناسب سے پیدا ہو جاتا ہے گویا سات رنگوں کا امتزاجی مجموعہ ہے یا یوں سمجھ لیں کہ ساتوں رنگ ایک اندازہ کے ساتھ میں تو سفید رنگ سے پیدا ہوتا ہے اگر سفید رنگ کو نور کہا جائے تو تسلیم کرنا پڑے گا کہ یہ سات رنگ اس نور واحدانیت کی شعاعوں کا سایہ ہیں لیبارٹری میں بھی یہ تجربات کئے گئے ہیں یعنی اگر متناسب سات رنگوں کے شیشوں کو آگے پیچھے رکھ کر روشنی ڈالی جائے تو دوسری طرف دیوار پر سفید رنگ نظر آتا ہے اور اگر ایک شیشہ بھی نکال دیا جائے تو پھر وہاں پر سفید کی بجائے کوئی اور رنگ ہوگا سیاہ رنگ بھی سات رنگوں کا مجموعہ ہے لیکن اس میں کوئی اندازہ اور تناسب نہ ہونے کی وجہ سے سیاہ ہو گیا ہے حقیقت یہ ہے کہ سفید اور سیاہ دونوں رنگ صحیح معنوں میں حق و باطل پر دلالت کرتے ہیں

رنگوں کے اثرات

سفیدی جو نور کا رنگ ہے سات رنگوں کا مجموعہ ہے جیسا کہ لکھا جا چکا ہے اس کے بعد جو رنگ ہم کو نظر آتا ہے وہ آسمانی رنگ ہے آسمانی وسعتوں کے ساتھ اس کی کثرت کا اندازہ ہو سکتا ہے اس کی اہمیت کا صحیح اندازہ وہی لوگ کر سکتے ہیں جنہوں نے کبھی سمندری سفر کیا ہو جہاں اوپر آسمان اور نیچے پانی میں ہر

Marfat.com

طرف یہی رنگ نظر آتا ہے اسی طرح اگر گرتی ہوئی بارش کی طرف دیکھا جائے تو اس کا رنگ بھی آسمانی ہی نظر آتا ہے

آسمانی رنگ کی حقیقت

دراصل آسمان کا رنگ آسمانی نہیں بلکہ اس کی وسعت نے اس کا یہ رنگ پیدا کر دیا ہے دوسرے زمین سے جو بخارات و دھواں اور دیگر گرد وغبار آسمان کی طرف چڑھتے ہیں وہ سفیدی پر سایہ بن جاتے ہیں اور اس میں یہ آسمانی رنگ پیدا ہو جاتا ہے جو سمند کا رنگ ہے جن لوگوں کو سمندر دیکھنے کا تجربہ ہوا ہے وہ اس کا صحیح اندازہ لگا سکتے ہیں یعنی جب سمندر کی طرف دیکھا جائے تو اس کا رنگ نیلا آسمانی نظر آتا ہے لیکن جب اس کو ہاتھ میں یا کسی برتن میں بھرا جائے تو بالکل سفید نظر آتا ہے اس سے اندازہ ہو جاتا ہے کہ سمندر کے پانی کا اصل رنگ یہ نہیں ہے کہ بلکہ یہ اس کی وسعت کا رنگ ہے اصل میں سطحی نگاہ کے لیے یہ ایک خوبصورت دھوکا ہے یہی قیاس آسمان کی وسعتوں پر بھی کیا جا سکتا ہے آسمان کو قرآن حکیم نے دخان لکھا ہے دھوئیں کا رنگ بھی آسمانی ہے گویا یہ گرد وغبار اور دھواں و بخارات ہی میں جو آسمان کی طرح نظر آتے ہیں اور بادلوں کے آنے جانے اور کمی بیشی کے باعث بارش کے ہونے اور نہ ہونے سے اس کا پورا اندازہ ہوتا رہتا ہے

Marfat.com

ذخیرہ

آسمانی رنگ کے اثرات

کیفیت ومزاج اور ذائقہ میں معتدل پانی کے متعلق طب قدیم نے اس کو سرد تر اور بے ذائقہ کہا ہے اور تقریباً یہی اثرات ماڈرن سائنس بھی تسلیم کرتی ہے جہاں تک مزاجاً سرد تر ہونے کا تعلق ہے اس کا وہ اظہار الکلی (کھار) سے کرتی ہے یعنی اس میں تیزابیت نہیں ہے یہاں پر یہ حقیقت ذہن نشین کرلیں کہ کھار کی یہ خاصیت ہے کہ اندرونی اور بیرونی طور پر جب اس کا کسی قسم کا جسم پر اثر ہوتا ہے وہاں پر رطوبت وتری پیدا کر دیتی ہے اور رطوبت و تری کا خاصہ یہ ہے کہ وہ سردی میں تبدیل ہو جاتی ہے کھار کی دوسری بڑی خاصیت یہ ہے کہ وہ ترشی اور تیزابیت کو معتدل اور تحلیل کرتی ہے انگریزی میں اس کو نیوٹرل کہتے ہیں کھار کا تیسرا اثر اعصاب کو تحریک دینا ہے جس کے ساتھ غدد میں تحلیل اور طحال میں سکون پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے اسی نظریہ کے تحت تپ دق وسل (ٹی بی) کا وہ اکسیر نسخہ تیار کیا گیا ہے جس میں شدید کھار "آک" کو شامل کیا گیا ہے

پانی اور کھار

دریاؤں اور بڑی نہروں کے کنارے عام طور پر زمین شور ہوتی ہے یا شور مادہ

Marfat.com

زیادہ پایا جاتا ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ جب پانی زمین کے اندر کی طرف سے یا باہر کی طرف سے اثر کرتا ہے تو اس مٹی میں خمیر پیدا ہو کر یہ شور پیدا ہو جاتا ہے' یہ شور مٹی یا اس سے تیار کیا ہوا قلمی شورہ اپنے اندر کھاری شدہ اثرات رکھتا ہے ظاہر میں تو ان کا رنگ سفید معلوم ہوتا ہے لیکن اگر بغور دیکھا جائے تو سفیدی میں ہلکی آسمانی جھلک پائی جاتی ہے یہی آسمانی جھلک پانی کی گہرائی میں نظر آتی ہے اور اس کو سفیدی سے جدا کرتی ہے لیکن شدید قسم کی کھاروں کا رنگ گہرا آسمانی یا سیاہی مائل ہوتا ہے جیسے کھار سجی وغیرہ ان حقائق سے ثابت ہوا کہ کھار یا کھارے اور آسمانی رنگ کی ادویات رطوبت اور تری پیدا کرتی ہیں اور رطوبت کی زیادتی سردی میں تبدیل ہو جاتی ہے مثلاً ہر قسم کی راکھ (پوٹاس) شور قلمی اور سہاگہ وغیرہ

سرخ رنگ کی حقیقت

تین مستقل رنگوں میں دوسرا رنگ سرخ ہے جو نیلے رنگ کی ترقی یافتہ صورت ہے جیسا کہ ہم لکھ چکے ہیں کہ نیلا رنگ دراصل سفید' جو نور کا رنگ ہے (حقیقت میں سفیدی کو رنگ کہنا مناسب نہیں ہے یہ صرف مجازاً کہا جاتا ہے نور ہر رنگ سے آزاد ہے) اس کی منفی صورت یہ ہے یعنی جب نیلے رنگ کی کسی شے میں خمیر پیدا ہوتا ہے تو اس میں سرخی پیدا ہو جاتی ہے جس کی

Marfat.com

ابتدائی ارغوانی و کاسنی اور فاختائی رنگ ہیں جس طرح نور ظاہرہ ہر رنگ سے خالی اسی طرح وہ ہر قسم کے ذائقے اور بو سے خالی ہے ہم لکھ چکے ہیں کہ نیلے رنگ کا مزاج سرد تر ہے اور ذائقے میں کھاری ہے جب اس رنگ کی کسی شے میں خمیر پیدا ہوتا ہے تو اس میں ترشی پیدا ہو جاتی ہے اور اس کی رنگی نیلے پن سے سرخی میں تبدیل ہو جاتی ہے

یہ امر یاد رکھیں کہ ہمیشہ خمیر ترشی پیدا ہوتی ہے اور خمیر بغیر حرارت کے کبھی پیدا نہیں ہو سکتا یہ حرارت کبھی باہر سے اثر کرتی ہے اور کبھی اس شے کے اندر ہی سے فساد یا تعفن پیدا ہو جاتا ہے جو حرارت کا کام کرتا ہے

سرخ رنگ کے اثرات

سرخ زمین کے رہنے والے انسانوں کے مزاج میں جس طرح سرخ رنگ کے اثرات غالب ہوتے ہیں اسی طرح جن اعضا کی غذا خون کی سرخی ہے ان کے مزاج اور بناوٹ میں سرخی غالب رہتی ہے جیسے قلب وعضلات (گوشت) کا رنگ سرخ ہے جو قومیں گوشت کھاتی ہے ان پر اس کا زبردست اثر ہوتا ہے البتہ گوشت کو سید الطعام کہا گیا ہے اس لیے اسلام میں حرام گوشت کے کھانے سے انسان کو منع کیا گیا ہے کیونکہ اس میں خمیر اور تعفن پیدا ہو چکا ہوتا ہے اور وہ باعث فساد ہے کثرت سے گوشت کھانے

Marfat.com

سے جسم میں تیزابیت بڑھ جاتی ہے گردے سکڑ جاتے ہیں خون کا دباؤ بڑھ جاتا ہے فالج ہو جاتا ہے دیگر رنگوں کی طرح سرخ رنگ بھی اندرونی اور بیرونی دونوں صورتوں میں زندگی پر اثر انداز ہوتا ہے سرخ رنگ کے دیکھنے سے مسرت ولذت اور قوت وجذبہ میں شدت پیدا ہوتی ہے یہی وجہ ہے کہ خوشی کے لیے سرخ رنگ مقرر کیا گیا ہے دلہنوں کے رخساروں اور ہونٹوں کو سرخی سے سجایا جاتا ہے ہاتھوں پر مہندی لگائی جاتی ہے سرخ جوڑا پہنایا جاتا ہے اس سے جہاں ایک طرف مسرت اور جذبہ میں شدت کا اظہار ہے وہاں دوسری طرف دلہا اور دلہن کی لذت وقوت میں بیداری ہے

یہ بات یاد رکھیں کہ جو لوگ سرخ رنگ دل سے زیادہ پسند کرتے یا استعمال کرتے ہیں ان میں جہاں لذت ومسرت کا جذبہ شدید ہوتا ہے وہاں پر ان میں قوت وخواہشات کی طلب زیادہ ہوتی ہے اگر اس میں ضرورت سے زیادہ قوت وخواہشات کی طلب ہو جائے تو اس رنگ کی طلب ختم ہو جاتی ہے یہ جذبات تشخیص میں نمایاں مدد کرتے ہیں

گوشت کے بعد انسان جس سرخ رنگ کی شے کو زیادہ کھاتا ہے وہ مرچیں ہیں جن میں سرخی کی تمام خصوصیات پورے جوبن کے ساتھ پائی سجاتی ہیں عرب ممالک میں مرچوں کے مقابل کھجوریں یا اس سے بنے ہوئے کھانے

Marfat.com

کھائے جاتے ہیں جو مرچوں کی نسبت زیادہ مقوی ہوتے ہیں یہی حال ان ادویات کا ہے جن کا رنگ سرخ ہے اور جن کی فہرست بہت طویل ہے

زرد رنگ کی حقیقت

اصل رنگ صرف تین ہیں پہلا نیلا' دوسرا سرخ جن کی حقیقت ہم بیان کر چکے ہیں تیسرا رنگ زرد ہے جس طرح سرخ رنگ کو ہم ثابت کر چکے ہیں وہ نیلے رنگ کی ترقی یافتہ صورت ہے بالکل اسی طرح زرد رنگ بھی سرخ رنگ کی ترقی یافتہ صورت ہے گویا زرد رنگ دراصل سرخ رنگ سے بالکل ایسے ہی پیدا ہوتا ہے جیسے سرخ رنگ کائنات میں نیلے رنگ سے پیدا ہوتا ہے جو یہ تینوں رنگ دو صورت میں ملتے ہیں تو سات رنگ بن جاتے ہیں جن کے باہم حقیقی اتصال سے پھر سفید رنگ پیدا ہو جاتا ہے جو نور کا رنگ ہے

جس طرح نیلے رنگ میں خمیر پیدا ہو کر سرخ رنگ بن جاتا ہے بالکل اسی طرح جب سرخ رنگ میں خمیر پیدا ہوتا ہے تو اس میں سرخی ختم ہونا شروع ہو جاتی ہے اور زرد رنگ نمودار ہونا شروع ہو جاتا ہے ہم لکھ چکے ہیں کہ نیلے رنگ کا مزاج سرد تر اور ذائقہ کھاری ہے اور سرخ رنگ کا مزاج سرد خشک اور ذائقہ ترش ہوتا ہے اب زرد رنگ کے متعلق یہ سمجھ لیں کہ اس کا مزاج گرم خشک ہے اور ذائقہ خام حالت میں تلخ اور پختگی میں شیریں ہوتا ہے

Marfat.com

یادرکھیں کہ ایک رنگ جب دوسرے میں تبدیل ہوتا ہے تو اس میں پہلے خمیر پیدا ہوتا ہے یہ بغیر حرارت کے کبھی پیدا نہیں ہوتا کبھی بیرونی حرارت اثر کرتی ہے اور کبھی اندر مواد میں فساد و تعفن پیدا ہو کر حرارت پیدا ہو جاتی ہے اور رنگت میں تبدیلی پیدا ہونا شروع ہو جاتی ہے

زرد رنگ کے اثرات

سرخ رنگ اگر جسم میں طاقت اور جذبات پیدا کرتا ہے تو زرد رنگ اس میں تیزی پیدا کر دیتا ہے لیکن یہ تیزی اس وقت تک قائم رہتی ہے جب تک زرد رنگ کی مقدار سرخ رنگ کی مقدار سے کم ہو اگر زرد رنگ کی مقدار بڑھتی جائے گی تو طاقت اور جذبات سے تحلیل کا عمل شروع ہو جائے گا گویا زرد رنگ جسم اور فضا میں اپنی حرارت اور حدت سے تحلیل پیدا کرتا ہے خاص طور پر اس تحلیل کا اثر طحال اور ریاحی و خاکی مادوں پر اثر انداز ہوتا ہے اس لیے زرد رنگ کی ادویات واغذیہ ایسی صورت میں استعمال کی جاتی ہیں جب جسم میں ریاحی وخاکی مادے زیادہ ہوں یا سوزش و ورم کی صورت ہو جو سب تحلیل ہونا شروع ہو جاتے ہیں خون میں جب صفرا (بائل) بڑھ جاتا ہے تو ضعف قلب و جسم پیدا ہو جاتا ہے موت ہارٹ فیل ہونے سے واقع ہوتی ہے

زرد رنگ چونکہ قوت و جذبات اور سوزش و تیز حرکات کو کم کرنے والا ہے اس

Marfat.com

لیے خدا پرست اور صوفی لوگ اس رنگ کے کپڑے اکثر استعمال کرتے ہیں تا کہ ان کے جذبات اور خواہشات فنا ہو جائیں وارثی، صوفی اور بدھ مت کا تو یہ ایک خاص لباس ہے لیکن اسلام نے دین و دنیا کو اعتدال پر رکھنے کے لیے سبز رنگ کو اپنا رنگ تسلیم کیا ہے کیونکہ سبز رنگ مجموعہ ہے زرد رنگ اور نیلے رنگ کا یہ درست ہے لیکن ہم کسی رنگ کو مذہب اور عقیدے کی علامت تو بنا سکتے ہیں مگر انفرادی طور پر کسی رنگ کو مستقل طور پر استعمال نہیں کر سکتے کیونکہ اس طرح جسم پر نقصان دہ اثرات پیدا ہوتے ہیں

بو سے قیاس

تحقیقات علم ادویہ میں قیاس کے لئے چوتھی صورت بو ہے یعنی اگر کوئی نامعلوم الخواص دوا سامنے لائی جائے جن کی مخصوص بو محسوس کر کے اس کی خاص قسم کی بو کا تعین کیا جا سکے یا اس کی مخصوص بو کسی معلوم الخواص دوا سے ملتی جلتی ہونے کی وجہ سے باقی تمام قیاسات کے ساتھ اس دوا کے اثرات مقرر کرنے میں سہولت ہو اس سے تجربات دوا میں نقصان نہیں ہوتا

بو کی تعریف

شیخ الرئیس بو علی سینا بو کی تعریف اس طرح کرتے ہیں تیز بو حرارت کی دلیل

Marfat.com

ہے اور بھینی بھینی بو جو نفس اور روح کے لئے تسکین بخش ہوتی ہے برودت کی علامت ہے اسی طرح بو کا نہ ہونا بھی سردی ہی کی علامت سمجھی جاتی ہے اس کی تشریح علامہ نفیس اس طرح کرتے ہیں کیونکہ بو کا ادراک احساس بھاپ کے مانند لطیف جوہر کی وجہ سے معلوم ہوتا ہے جو بدبودار جسم سے اڑ کر قوت شامہ تک پہنچتا ہے اسی وجہ سے اس بودار جسم کے اندر بالعموم حرارت ضرور ہوتی ہے جو لطیف بھاپ یا دھواں بنا کر اڑاتی رہتی ہے غرض حرارت بھی بالعموم بو کے پھیلنے کا باعث ہوا کرتی ہے چنانچہ جب کسی چیز کی بو کمزور ہوتی ہے تو اس کے ملنے اور دھواں بنانے یعنی گرمی پہنچانے سے بو تیز ہو جاتی ہے جیسے لوبان کو جب آگ پر ڈالا جائے تو اس کی بو بہت تیزی سے پھیلتی ہے اس سے ثابت ہوتا ہے کہ اکثر بو سونگھانے والی اور ناک تک پہنچانے والی سے حرارت ہی ہوا کرتی ہے

بو کا اثر

اطبائے قدیم لکھتے ہیں کہ بو کا ادراک اور احساس اس بھاپ کے مانند لطیف جوہر کی وجہ سے ہوا کرتا ہے جو بودار جسم سے اڑ کر قوت شامہ تک پہنچتا ہے اسی وجہ سے اس بودار جسم کے اندر علی العموم حرارت ضرور ہوتی ہے اس وجہ سے اطبائے قدیم نے قیاسات لائجہ میں جو لکھا ہے اکثر مقامات پر صادق آتا

Marfat.com

ہے کہ تیز بو کی دوائیں عموماً بدن کے لیے باعث حرارت ہوا کرتی ہیں مثلاً ہینگ، لہسن، زعفران، عنبر، مشک، جند بیدستر، لونگ دارچینی، سنبل الطیب، پودینہ اجوائین اور زیرہ وغیرہ اسی طرح جس شے میں بو نہیں پائی جاتی اس کے اثرات میں سردی ہے

بو کے متعلق قانون فطرت

یہ قانون فطرت ہے کہ قدرت کسی مواد کو ایک جگہ قائم نہیں رکھتی کیونکہ ہر قسم کا مادہ گردش میں رہتا ہے کیونکہ مادہ اگر کسی ایک جگہ پڑا رہے یا اکٹھا ہوتا رہے تو مواد بن جاتا ہے یا زہر میں تبدیل ہو جاتا ہے یا اس کی کثرت باعث نقصان زندگی ہوتی ہے اس میں حسن و قبیح ہر قسم کے مادے شامل ہوتے ہیں اس لئے قدرت ہر مادے کو گردش میں رکھتی ہے بلکہ دیگر مواد میں جمع تفریق کرتی رہتی ہے تاکہ وہ مادے پاک اور صاف ہوتے رہیں اسی قانون کے تحت بو ہوا میں تحلیل ہو کر جمع تفریق اور شریک وجدا ہوا کرتی ہے یہی قانون بو کو قوت شامہ تک پہنچاتا ہے

اس حقیقت سے انکار نہیں ہے کہ لطیف اشیا میں تحلیل کثیف اشیاء کی نسبت بہت جلد ہوتی ہے کیونکہ لطیف اشیا وہ ہیں جو بہت جلد حرارت قبول کر لیتی ہیں یہی وجہ ہے کہ کثیف قسم کی اشیا میں اگر بو بھی تو جب تک ان میں لطافت

Marfat.com

پیدا نہ کی جائے ان کی بو کبھی پیدا ہوتی ہے اور نہ پھیلتی ہے مثلاً حنا' دھنیا' فلفل سیاہ وغیرہ

بو کے افعال واثرات

جس شے کی بو شدید یعنی سرکہ یا شراب کی بو ہو وہ دل کے فعل کو تیز کر دیتی ہے اور جس شے کی بو میں حدت یعنی ہینگ کی بو ہو وہ دل کے فعل میں تحلیل پیدا کر دیتی ہے اور جس شے کی بو ہلکی ہلکی یعنی عطر گلاب کی بو ہو وہ دل میں سکون پیدا کرتی ہے انہی افعال واثرات کے تحت نتائج صحیح آئیں گے یہ ہماری تحقیقات اسلامک طب یعنی حقیقت قانون فطرت کا کمال ہے

ذائقے سے قیاس

تحقیقات علم ادویہ میں قیاس کے لئے پانچویں اور آخری صورت مزہ ہے آیورویدک میں رس اور انگریزی میں ٹیسٹ کہتے ہیں تاثیر ادویہ میں قیاس کے استدلال میں کو سب سے زیادہ اہمیت حاصل ہے یعنی اگر نامعلوم خواص کی کوئی دوائی سامنے لائی جائے جس کے مخصوص مزہ کو محسوس کر کے اس کے خاص قسم کے مزے کا تعین کر کے اس دوا یا شے کے اثرات وافعال کے مقرر

Marfat.com

کرنے میں سہولت حاصل ہوتی ہے تا کہ تجربات میں نقصان کا کوئی خطرہ نہ رہے اس قیاس کے استدلال میں مزہ کو باقی چار قیاسات استحالہ وقوام اور رنگ و بو میں غلبہ حاصل ہے

قلب وعضلات پر ذائقوں کے اثرات

فطری چھ ذائقے محسوس کیے جاتے ہیں ان سے تین کیفیات پیدا ہوتی ہیں ایک کیفیت دو مزوں سے مرکب ہوتی ہے جیسا کہ ترش وکڑوا مزہ خشکی پیدا کرتا ہے اسی طرح چرپرہ اور نمکین حرارت پیدا کرتا ہے اور پھیکا اور شیرین مزہ تری پیدا کرتا ہے اسی طرح ہر وہ شے خواہ غذا ہو یا دوا یا زہر ہے ان خواص سے باہر نہیں ہونگے اسی لئے ہر خشکی پیدا کرنے والی شے قلب وعضلات میں سُکیڑ پیدا کرے گی اور حرارت پیدا کرنے والی ہر شے قلب وعضلات میں پھیلاؤ پیدا کردے گی اسی طرح تری پیدا کرنے والی ہر شے سے قلب و عضلات پھول جائیں گے ہماری تحقیق قانون فطرت کی عکاسی پیش کرتی ہے

خواص اشیا میں مفردات

یوں تو ہزاروں اقسام کی مفرداد ویات کی کتب موجود ہیں جن کو مختلف نظریوں

Marfat.com

کے تحت ان کے مزاج اور افعال درج ہیں مگر ہم تین کیفیات پر مفردات پیش کرتے ہیں جن کو اپنے اپنے مزاجوں کے لحاظ سے الگ الگ درج کرتے ہیں تاکہ سہولت پیدا ہو جائے جب کوئی نسخہ ترتیب دینا ہو معالج کے لئے آسانی ہو اور طبیب اپنی ضرورت کے مطابق کسی مفرد شے سے علاج تجویز کرے یا وہ مرکب ادویہ استعمال کر سکے

خشکی پیدا کرنے والی مفردات

آڑو۔ آلو۔ آلو بخارا۔ آلوچہ۔ آم خام۔ آملہ۔ آہن لوہا۔ ابرک۔ اتیس۔ اجوائن خراسانی۔ ارہر۔ اسپند حرمل۔ سرب (سیسہ)۔ اقاقیا عصارہ کیکر۔ الماس۔ املی اور تخم۔ انار ترش۔ انگور ترش۔ باجرہ۔ بارتنگ۔ باقلا۔ ببول کیکر۔ برگد۔ بسد۔ بلوط۔ بہوپھلی۔ بہمن۔ بھنگرہ۔ بلیلہ۔ بیلگری۔ بیر۔ بینگن۔ پوست خشخاش۔ پیپل۔ پھٹکڑی۔ تج۔ تخم مویز۔ ترنج۔ تمباکو۔ جامن۔ جست۔ جلاپا۔ جوار۔ جھاؤ۔ چاکسو۔ چائے چکوترہ۔ چونا۔ چوہا کنی بوٹی۔ چینہ۔ چھڑیلہ۔ حجر الیہود۔ حسن یوسف۔ خبث الحدید۔ خراطین۔ خس۔ خشخاش۔ دم الاخرین۔ دھتورہ۔ رتن جوت۔ روشنائی۔ زرشک۔ سپاری۔ سروالی۔ سفیدہ۔ سلاجیت۔ سم الفار سنکھیا۔ سماق۔ سنگ بصری۔ سنگترہ۔ سنگ جراح۔ سنگھاڑہ۔ سیب۔ سیندور۔ شادنج۔ طباشیر۔ کاکڑا سینگی۔ کا

Marfat.com

کنج۔ کاغذ۔ کتھ۔ کٹھل ۔ کچنال۔ کرنجوہ۔ کرونده۔ کلونجی۔ کمیلہ۔ کنول گٹہ۔ کیتھ۔ گڑھل۔ گل ارمنی۔ گل دہاوہ۔۔گل مختوم گل ملتانی۔ گلنار۔ گوبھی۔ گیرو۔ لوبیا۔ لودھ پٹھانی۔ لوگاٹ۔ لیموں ۔ مازوئے سبز۔ مامیتا۔ مائیں ۔ مچھلی۔ مرجان۔ مردار سنگ۔ مسور۔ مکئی۔ مہندی۔ موٹھ۔ موچ رس۔ مول سری درخت ۔ناریل ۔ ہرن کھری۔ ہیراکیس۔ یاقوت۔ ابہل۔ اخروٹ۔ اذراقی۔ اسطوخودوس۔ اگر۔ السی۔انجیر۔ اندرائن تمہ۔انڈا کا چھلکا۔اریسا۔ مصبر۔ بابچی۔بسفائج۔ بلادر۔ بوزیدان۔ ستارو۔ بہیر بہوٹی۔ پتنگ۔ پرسیاؤشان۔ پوست انار۔ پیاز۔ پھوکرمول ۔جاوتری۔ جائفل۔ جدوار۔ چرائتہ۔ چنا۔ وینا گوند۔ چکور۔ چوف حیات۔ خاکسی۔خرما۔خرمہرہ۔خولنجاں۔ دار چکنا۔ چینی۔ درمنہ ترکی۔ رس کپور۔ زراوندطویل۔زوفا۔سبوس۔سمندر پھل۔ سنبل الطیب۔سنگدانہ۔ شاخ گوزن۔ شراب ۔صدف۔عنبر۔کبانہ خنداں۔ کبوتر۔ کٹکی۔ کریلا۔ کنکول۔ لالہ پھول۔ لاکھ۔لونگ۔مروارید۔ مین پھل۔نک چھکنی۔نیم

وغیرہ غیرہ

گرمی پیدا کرنے والے مفردات

اجوائن دیسی۔اذخر۔اسارون۔افستین۔بٹیر۔بادام تلخ۔بادرنجبویہ۔بچھ۔

Marfat.com

برنجاسف۔ پستہ۔ پلاس پاپڑ۔ تخم نیل۔ سرس۔ تخم ترنج۔ تگر۔ تیزپات۔ تیلنی مکھی۔ جگنو۔ جند بیدستر۔ چڑیا۔ حب السلاطین۔ حلتیت ہینگ۔ خوبانی۔ دار ہلدی۔ دروونج عقربی۔ رائی۔ رسوت۔ رودنتی۔ روغن جمال گوٹہ۔ زرنباد۔ زرنیخ۔ زنگار۔ سانپ اور زہر۔ سرسوں۔ شنگرف۔ عقرقرحا۔ عود صلیب۔ کرنس کوہی۔ قرطم۔ قسط۔ کالی زیری۔ کباب چینی۔ کٹائی خورد۔ گھیکوار۔ گیندہ۔ آم پختہ۔ آنبہ ہلدی۔ آڑو اشنان۔ افتیمون۔ انیسوں اکلیل الملک ناخونہ۔ انزروت۔ انگور شیریں۔ اونٹ کٹار۔ بارود۔ بابونہ۔ بادم۔ شیریں بادیان اور جڑ۔ بانسہ۔ باؤبرنگ۔ بکائن۔ بندق۔ بروزہ۔ بید انجیر۔ پان۔ پتھر پھوڑی۔ پستہ۔ پنبہ دانہ۔ پودنیہ۔ پیپلا فلفل دراز۔ پیپلا مول بیخ۔ فلفل دراز۔ تلسی۔ چاول سنگری۔ چلغوزہ۔ چیتہ شیطرج ہندی۔ حب القلت۔ روغن زیتون۔ روغن تارپین۔ زیرہ سیاہ۔ سداب۔ سنا مکی۔ سنبھالو اور تخم۔ سورنجاں تلخ۔ سونٹھ۔ سویا اور تخم۔ شکر شیغال۔ شہد۔ فندق۔ بندق کبریت گندھک۔ کرفس۔ کوندی۔ کشمش۔ کیکروندہ۔ کیوڑہ۔ گل عباسی۔ گندنا۔ گھی۔ لفاح۔ لہسن۔ مرچ سیاہ۔ مشک طراش۔ مویز وغیرہ وغیرہ

تری پیدا کرنے والے مفردات

Marfat.com

آک۔ اٹنگن۔ ریشم۔ اسفنج۔ اسگندھ۔ اشق۔ الا ئچی خورد۔املتاس۔ بانس۔ برہمی۔ بکن۔ بھنڈی۔ بھنگ۔تخم خر پزہ۔ تربد۔ ترنجبین۔ تل اور تیل۔ توت۔ تودری۔ تھوہر۔ ثعلب۔ جاؤشیر۔ چربی۔ چکہ دانہ۔ چنار۔ چنبلی۔ چولائی۔ خر پرہ خرزہرہ کنیر۔ خطمی۔ دودی۔ دھنیا۔ رب السوس ریٹھا۔ ریوند چینی۔ زمرد۔ زہرمہرہ۔ زیرہ سفید۔ سپستان۔ سرپھوکہ۔ سرمہ۔ سریشم ماہی۔ سقمونیا۔ سرنجاں شریں۔ سومن۔ سونامکھی۔ سہاگہ۔ شاہترہ۔ شریفہ۔ شکاعی۔ شکر کھانڈ۔ شیرخشت۔ شیشم۔ شلجم۔ صابون۔ صعتر۔ غاریقون۔ غافث۔ فرفیون۔ فرنجکش۔ کنیر۔ کدو۔ کنگھی۔ کنوچہ۔ کہربا۔ کھرنی۔ کیلا شیریں۔ گاؤزبان۔ گڑ۔ گل ٹیسو۔ گل چاندنی۔ گل داؤدی۔ گل سیوتی نسرین۔ گل سندی۔ گلو۔ گنا۔ لاجورد۔ لوبان۔ مرد ڑپھلی۔ مس۔ مشک۔ مقل۔ مکھانا۔ ملٹھی۔ منڈی۔ مولی اور تخم۔ موم۔ مونگ۔ مہوا۔ نارجیل دریائی۔ ناگیسر۔ نیل کنٹھی۔ آش جو۔ اروی۔ اسپغول۔ افیون۔ انار شیریں۔ اناس۔ بالنگو۔ ببول گوند کیکر۔ بھتوا۔ بہدانہ۔ برف۔ بہی۔ بید مشک۔ بیش۔ پیٹھا۔ پپوسی۔ تالمکھانہ۔ تخم تربوز اور تربوزہ۔ تخم خیارین۔ تخم خرفہ۔ تخم خبازی۔ تخم کاسنی۔ تخم کدو۔ تودری سرخ۔ توری۔ جو۔ جو کھار۔ چاول۔ چقندر۔ چھاچھ۔ چھوئی موئی۔ دوب گھاس۔ دودھ۔ روغن

Marfat.com

گل سا گودانہ ۔ سجی ۔ سدا سہاگن ۔ سمندر سوکھ ۔ سنکھا ہولی ۔ سنبل ۔ شلغم ۔ شورہ قلمی ۔ صندل اور روغن ۔ قلی ۔ کاسنی ۔ کافور ۔ کالا دانہ ۔ کاہو ۔ کائی ۔ کتیرا کف دریا ۔ کھیرا ۔ گوندنی ۔ مشک دانہ ۔ موصلی ۔ نقرہ وغیرہ

میرے ذہن جو عام مفردات اشیاء ہیں درج کر دی ہیں ان کے علاوہ جو قیاس پر پوری اترتی ہیں فہرست میں شامل ہو سکتیں ہیں

علاج بالدوا

علاج بالدوا کی اہمیت

علاج کی صورت جہاں دوسرے طریقہ علاج کو اپنایا جاتا ہے وہاں دوا کی بھی اہم ضرورت پیش آتی ہے کیونکہ ادویات کی افعال واثرات بہت زیادہ تیز ہوتے ہیں اور بعض امراض میں اگر مریض کو مرض سے جلد افاقہ نہ ہو تو اس کی موت واقع ہو سکتی ہے اس لیے دوا کی ضرورت محسوس کرتے ہوئے ادویات کا استعمال کیا جاتا ہے جسم میں مختلف اقسام کی امراض وعلامات پیدا ہوتی ہیں علاج میں انہی صورتوں کو مدنظر رکھ کر دوائی تجویز کی جاتی ہے جیسا اگر مریض کو قے آرہی ہو تو اسے روکنے کے لیے دوائی تجویز کی جائے گی اسی طرح اگر جسم کے کسی حصہ میں درد ہوگا تو اس درد کو روکنے کی کوشش کی

Marfat.com

جائے گی یہ یاد رہے کہ جسم میں کسی بھی قسم کا مرض پیدا ہو خواہ وہ کیفیاتی ہو نفسیاتی ہو یا مادی سب کے سب اثرات قلب کو ہی متاثر کریں گے علاج کی صورت میں جب بھی کوئی دوا تجویز کرنی ہو گی قلب وعضلات کی ان تین صورتوں کو مدنظر رکھنا ہو گا کہ یہ درد یا تے یا بخار قلب کے پھیلنے سے پیدا ہوا ہے یا کہ پھولنے سے یا سکڑنے سے جب تک ان حالتوں کو نہیں دیکھا جائے گا علاج کی صورت میں برقی یا دائمی اثر کوئی دوائی پیدا نہیں کرے گی

دوا تجویز کرتے وقت کن باتوں کا خیال رکھنا ہوگا

تجویز دوا

کسی بھی مریض کے لیے دوائی تجویز کرتے وقت چند اصولی باتوں کا خیال رکھنا ضروری ہوتا ہے کہ سب سے اول یہ دیکھنا کہ مرض حادہ ہے یا کہ مرض مزمن یا مرض موروثی پھر تخریبی صورت یا حادہ کو مدنظر رکھنا مریض کے مزاج اور اخلاط جاننا اور مرض کی خفت اور شدت کا اندازہ کرنا اور مرض کے درجہ کا خیال رکھنا امراض کے چار زمانے ہوتے ہیں ابتدائے مرض کا زمانہ تزئد کا زمانہ۔ انتہائے مرض کا زمانہ اور چوتھا زمانہ انحطاطِ مرض اس کے ساتھ ساتھ مریض کی عمر اور موسم کا بھی خیال رکھنا ضروری ہوتا ہے اسی لیے ادویات کو

Marfat.com

استعمال کرنے کے لیے مجربات اور مفردات و مرکبات کو برائے دستو العلاج وقت کی ضرورت کے لیے حکومت وقت یا مسلمہ طبی جماعت یا طبی ادارہ کی طرف سے عمومی علاج معالجہ پیش کیا جاتا ہے اسی کو انگریزی میں فارماکوپیا کہتے ہیں

اسلامی مجربات

ایسی کتاب ہے جو ان چیزوں کے متعلق ہے جو علم العلاج میں استعمال ہوتی ہیں جو اشیا بطور علاج قران پاک اور حدیث مبارکہ میں درج ہیں انہی میں سے ایسی ادویہ کو شامل کیا گیا ان کی پہچان اور طریقہ استعمال ان کی مقدار خوراک مفرد صورت میں اور مرکب صورت میں درج کیا گیا ہے

فارماکوپیا کے لیے اہم شرائط

تین شرائط نہایت اہم ہیں

1۔ فارماکوپیا کے لیے مفردات اور مرکبات کا ہونا

2۔ فارماکوپیا کے مجربات کی تصدیق و یاداشت اور تجربہ و مشاہدہ کے لیے مستند ماہرین اور اہل علم کی جماعت ہونی چاہیے

3۔ فارماکوپیا کی سرپرستی اور تصدیق طبی جماعت یا ادارہ کی طرف سے ہونی

Marfat.com

چاہئے جو زمانہ کی ضرورت کے مطابق اس کی نظر ثانی کر کے اس کو شائع کرتے رہیں

اسلامی مجربات کی تاریخ

جہاں تک اسلامی مجربات کی تاریخ کا ذکر ہے وہ تو اس قدر قدیم ہے جس قدر انسان کیونکہ قادر مطلق نے جب حضرت آدم علیہ اسلام کی تخلیق فرمائی اسی کے ساتھ اسے اشیاء کا علم بھی عطا کر دیا گیا جن کی اسے ضرورت تھی اس کائنات میں کوئی ایسی شے نہیں ہے جس کو اللہ تبارک وتعالیٰ نے حضرت انسان کے فائدہ کے لئے نہ بنایا ہو ہر زمانہ میں ان اشیاء موجودہ کو کسی نہ کسی طریقہ سے اپنی ضرورت کے لئے استعمال کیا گیا کبھی ان میں سے مفرد صورت کو استعمال کیا گیا اور کبھی مرکب صورت کا استعمال کیا گیا اور انکو فطری طریقہ سے انبیا اور مرسل استعمال کرتے آئے ہیں انہی کی اس ترتیب کو سنت انبیا قرار دیا گیا جس کی تصدیق خود قرآن مجید اور حدیث مبارکہ کرتی ہیں

مجربات کا علمی معیار

ہرازوں سال کی طبی تاریخ پر جن کی نظر ہے وہ جانتے ہیں حکما اور اطباء نے مجربات ہمیشہ انہی ادویہ واغذیہ اور اشیا کو کہا ہے جو اصولی اور قانونی طور پر

Marfat.com

صحیح ہوتے ہیں یعنی کیفیات و مزاج اور اخلاط کے مطابق درست ہوں یہی صورت آیورویدک اور طب یونانی نے بھی کیفیات مزاج اور اخلاط کو مدنظر رکھا ہے جیسا کہ آیورویدک میں وات و پت اور کف کو مدنظر رکھا ہے ہومیو پیتھی میں ادویات کی تندرستی میں علامات حاصل کی جاتی ہیں اور امراض کی حالت میں انہی علامات کے مطابق ادویات استعمال کرادی جاتی ہیں اب دیکھنا یہ ہے کہ ان تمام طریقہ ہائے علاج میں فطرت کے زیادہ قریب کون سا طریقہ علاج ہے جو بالکل امراض کے مطابق مجربات پیش کرتا ہے اسی لئے اسلامک فارماکوپیا میں قانون فطرت کو مدنظر رکھتے ہوئے مجربات کو ترتیب دیا گیا ہے

مجربات کا صحیح معیار

مجربات کا صحیح معیار حقیقت میں مرض کا صحیح طور پر سمجھنا ہے اس لئے ہر طریقہ علاج نے امراض کی سمجھنے کے لئے چند قوانین اور قواعد مقرر کئے ہیں جن کے ذریعہ امراض کو سمجھنے کی کوشش کی جاتی ہے وہ قوانین اور قواعد درجہ ذیل ہیں

(1) ماہیت مرض (2) علامات مرض (3) اسباب مرض

(1) ماہیت مرض

Marfat.com

یہ جسم انسانی کی ایک ایسی خاصی صورت ہے جو تمام جسم میں بیک وقت ظاہر ہوتی ہے

(2) علامات مرض

علامات دو قسم کی ہوتی ہے اول کیفیاتی یا نفسیاتی علامات دوسری کیمیاوی علامات ایسی علامات جن کا تعلق خون کے کیمیاوی اجزاء سے ہوتا ہے اس کا تجزیہ کیفیات و مزاج اور اخلاط سے کریں یا جسم کے عناصر اور زہروں سے کیا جائے

(3) اسباب مرض

اسباب مرض میں امراض کی علامات کے ساتھ ان کے اسباب کو بھی مدنظر رکھنا ضروری ہے یہ بھی دو قسم کے ہیں

(اول) اسباب صحت جن کو اسباب ستہ ضروریہ بھی کہتے ہیں

(دوم) اسباب ممرضہ جن کی تفصیل اسلامک طب حصہ اول میں درج ہے

ان کے علاوہ عمر موسم' ملک' عادات کو بھی مدنظر رکھنا پڑتا ہے جو دوا و غذا سے ان تمام صورتوں اور حالات کو پیش نظر رکھتے ہوئے مفید ثابت ہو بس وہی مجربات میں شامل ہوں گی ورنہ ان کا استعمال مریض پر ظلم کرنا ہے

Marfat.com

مجربات اور امراض میں مطابقت کی اہمیت

مطابقت کی اہمیت کا اندازہ اس طرح لگایا جا سکتا ہے کہ مرض کا نقشہ ذہن میں پیدا ہونے کے ساتھ ہی اس کے رفع کرنے والی دوا و غذا کا تصور فوراً ذہن میں پیدا ہو جائے جیسا کہ کیمیاوی اعمال سے پیش کی جا سکتی ہیں جیسے آگ کو جلانا اگر ایک عمل ہے تو اس آگ کا بجھنا اس کا ردعمل ہے اس کا بجھانا پانی سے بھی ہو سکتا ہے اور مٹی سے بھی ہو سکتا ہے آگ بعض دفعہ پانی اور مٹی سے بھی نہیں بجھتی تو اس کو کسی اور شے سے بجھانا پڑتا ہے جو شے بھی اس آگ کو فوراً بجھا دے وہی اس کا ردعمل ہوتا ہے اسی طرح سردی ہر شے کو تخ کر کے سکیڑ دیتی ہے اور پھر اس پر گرمی کا ردعمل ہوتا ہے یعنی وہ سکیڑ ختم ہو جاتا ہے اس طرح رطب و یابس کا بھی اندازہ لگایا جا سکتا ہے کہ بعض بعض کے لیے ردعمل ہیں تو ہم روزانہ زندگی میں دیکھتے ہیں ہماری اغذیہ میں بعض کو ہم گرم کہتے ہیں اور بعض کو سرد سمجھتے ہے گرم اشیا کھانے سے جہاں ہمارا جسم گرم ہو جاتا وہاں سرد اشیا کھانے سے سردی کی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے اس طرح ہر رطب و یابس اور حار اپنا اثر رکھتا ہے

اور ذرا آگے بڑھیں تو ہم جانتے ہیں بعض اغذیہ اور ادویہ کے کھانے سے کبھی اسہال کی صورت ہو جاتی ہے اور کبھی قبض بعض اغذیہ اور اشیا سے

Marfat.com

پیشاب زیادہ آتا ہے اور بعض سے کم اور کبھی پیشاب میں جلن پیدا ہو جاتی ہے اسی طرح بعض اغذیہ اور اشیا کے استعمال کرنے سے پسینہ بھی آ جاتا ہے اور کبھی قے ہو جاتی ہے غرض یہ روزانہ زندگی کے تجربات میں جو اکثر ہر شخص کو ہوتے ہیں ان سے اگر آگے بڑھیں تو اطبا اور حکما نے تجربات کئے ہیں یہ تجربات اغذیہ وادویہ اور دیگر ہر قسم کی اشیاء میں کئے جاتے ہیں مثلاً اس کے استعمال سے جسم انسانی پر جو کیفیات اور صورتیں پیدا ہوتی ہیں یعنی جسم اور قلب کے افعال و اعمال میں کمی بیشی اور ذائقہ میں تبدیلی وغیرہ اسی طرح نفسیاتی اثرات کو بھی مدنظر رکھا جاتا ہے انہی کیفیات و حالات اور صورتوں میں اعضائے قلب کے افعال و اعمال میں جو غیر طبعی صورتیں اختیار کر لیتا ہے ان کو امراض کا نام دے دیا جاتا ہے اسی طرح مرض کی حالت میں کسی غذا اور شے کے استعمال سے اگر وہ رفع ہو جائے اس کو دوا کہہ دیتے ہیں اگرچہ وہ صحت دینے والی شے غذا ہی کیوں نہ ہو ان ہی اقسام کے تجربات نے علم الادویہ پیدا کر دیا جو نہ اب دنیا کے لئے مفید بلکہ انتہائی ضروری ہے

دوا کی تعریف

دوا ایک ایسا لفظ ہے جو موجوداتؐ عالم میں ہر جاندار اور غیر جاندار پر عائد ہوتا ہے ان اشیا کو دنیا طبی اصطلاح میں موالیہ ثلاثہ کہتے ہیں

Marfat.com

(اول) ان کے خواص واثرات اور اجزا کے تعین کی صورتیں سامنے آ جاتی ہیں

(دوم) نظریہ ارتقا کے تحت ان کی درجہ بندی ہو جاتی ہے

(سوم) اعتدال حقیقی یا مزاج انسانی کے قریب کے افعال وفوائد کا علم ہوتا ہے

یہ موالید ثلاثہ تین صورتوں میں اس طرح تقسیم ہیں

(1) معدنیات (2) نباتات (3) حیوانات

البتہ فوائد کے لحاظ سے ہم سب کو ادویہ کہتے ہیں دراصل علم ادویہ سے مراد وہ علم جس کے ذریعہ اطباء وحکماء نے ادویات کے افعال وکیفیات اور اخلاط موثرہ کی تصدیق کی جاتی ہے یعنی جس میں انسان کے اعضاء کے مشینی اعمال اور خون کے کیمیاوی اثرات کی تشریح اور توضیح ہے حکماء یونان اور اسلام کو یہ فخر حاصل ہے کہ انہوں نے ہزاروں کتب لکھیں جو آج بھی موجود ہیں اور حقیقت یہ ہے کہ موجودہ میڈیکل سائنس کے نظریہ میں آج جو علم ادویہ نظر آتا ہے وہ حکما اسلام کا مرہون منت ہے جہاں تک قانونِ فطرت کی طرف لوٹنے کی ضرورت تھی اسے میڈیکل سائنس اور دیگر نظریہ طب نے نظر انداز کیا رکھا ہے یہ قدرت کا انعام ہمارے حصہ کا ہے کہ جس طرح ادویات کے بارے میں قرآن مجید تین صورتیں پیش کرتا ہے یابس (خشک) حار (گرم)

Marfat.com

رطب (تر) اس نظریہ کی تکمیل میرے آقا و مولا حضرت محمد ﷺ اپنی حدیث مبارک بیان فرماتے ہیں کہ کلونجی اپنے مزاج اور اثرات کے لحاظ ایسی شے ہے موت کے سوا ہر مرض کا علاج ہے اسی طرح ایک دوسری حدیث مبارکہ میں فرمانِ رسالت ہے کہ اگر موت کی دوا ہوتی تو سنا ہوتی اسی طرح حضور کے پسندیدہ خوشبوؤں میں سے عطر گلاب تھی یہ وہ حقیقت ہے جن کو جھٹلایا نہیں جا سکتا ہے اسلامی مجربات میں انہی ادویات کو قانون فطرت کے مطابق مزاجوں کے ساتھ تطبق دے کر ترتیب دیا گیا ہے اور ان سے عام انسان کس قدر فائدہ حاصل کر سکے اور موجودہ دور کی لاتعداد مجربات سے خلاصی پا سکے ایک تو علاج کو آسان اور عام فہم کر دیا ہے تاکہ ایک عام سمجھدار شخص اس سے فائدہ اٹھا سکے

ادویات کی درجہ بندی

جو ادویہ بھی استعمال کی جاتی ہیں وہ جسم میں ایک جیسی کیفیت پیدا نہیں کرتیں ان میں سے بعض زیادہ گرم و سرد اور خشک ہوتی ہیں اور بعض کم ہوتی ہیں جن کی تفصیل درج ذیل ہے

دوائے متعدل

Marfat.com

ایسی دوا جو جسم میں پہنچ کر کوئی زائد کیفیت پیدا نہ کرے یعنی اس کی کیفیت جسم انسانی کے مزاج سے نہ بڑھے

دوا درجہ اول

ایسی دوا جس کی گرمی یا سردی کا اثر بدن میں اس قدر تھوڑا ہو کہ وہ محسوس نہ کر سکے

دوائے درجہ دوم

ایسی دوا جس کی گرمی یا سردی کا اثر بدن میں محسوس ہو مگر مضرت نہ پہنچا سکے

دوائے درجہ سوم

ایسی دوا جس کی گرمی یا سردی کا اثر بدن میں یہاں تک ہو کہ وہ مضر ہو مگر مہلک نہ ہو

دوائے درجہ چہارم

ایسی دوا جس کی گرمی یا سردی کا اثر بدن میں اس حد تک ہو کہ وہ مہلک ثابت ہو

اثرات اشیاء کی اقسام

Marfat.com

اس طرح ہم کو اشیا کے تین قسم کے اثرات تسلیم کرنے پڑیں گے
(اول) وہ اشیاء جن کا اثر خون میں شامل ہونے کے بعد ہو گا جیسے اغذیہ وغیرہ
(دوسرے) ایسی اشیاء جن کا اثر پہلے اعضائے جسم پر ہوتا ہے اس کے بعد ان کا اثر خون میں شامل ہو جاتا ہے جیسے ادویہ وغیرہ
(تیسرے) ایسی اشیا جن کا اثر صرف اعضاء تک محدود رہتا ہے اور پھر فوراً موت واقع ہو جاتی ہے جیسے زہر وغیرہ یہ الگ بات ہے کہ ہم زہروں کو تجربات کے بعد ان کی غیر سمی خوراکوں میں استعمال کر کے فائدہ اٹھالیں البتہ ان کی شرکت سمیات ہی میں ہوگی

تجویز ادویہ اور اغذیہ

چونکہ جسم کے افعال کیفیات و مزاج اور اخلاط کے اثرات قلب کے تحت قائم ہیں اس لیے جب خون میں کیفیات و مزاج اور اخلاط اپنے اعتدال پر قائم نہیں رہتے ان کا اثر اندرونی طور پر ہو یا بیرونی طور پر تو اس وقت اس کے افعال بگڑ جاتے ہیں بس اسی حالت کا نام مرض ہے جو ادویہ اور اغذیہ جسم کے غیر متعدل اجزاء کی کیفیات و مزاج اور اخلاط کو درست کر کے ان کے افعال کو اعتدال پر قائم کر دیں بس مرض رفع ہو جائے گا بس اسی عمل کا نام فن علاج

Marfat.com

ہے

مجربات کی حقیقت

مرض اور علاج کی تعریف کے بعد مجربات کا سمجھنا کچھ مشکل نہیں ہے یعنی جو مفرد یا مرکب دوا انسانی جسم کی غیر طبعی حالت کو دور کر دے اور بار بار تجربات ومشاہدات کے بعد اس کا نتیجہ سو فیصدی درست نکلے بس وہی مجرب دوا ہے البتہ معالج کے لیے یہ امر لازم آتا ہے کہ وہ مجرب دوا جسم انسان کے مرض و علامات اور مزاج کے ساتھ مطابقت وموافقت قائم کر سکے جو شخص ایسا کرنے کی قابلیت رکھتا ہے وہی معالج ہے اس امر کو ذہن نشین کر لیں کہ سوائے معالج کے ہر شخص امراض کے کئے مجربات تجویز نہیں کر سکتا کیونکہ معالج کے لیے لازم ہوتا ہے کہ انسانی جسم کی حقیقت وتشریح افعال ورموز امراض و مزاج اور علامات واسباب سے پورے طور سے آگاہ رہے یہ ایک ناواقف علم وفن شخص کے لیے مشکل ہے کہ معالج کے فرائض ادا کرتے ہوئے امراض کے لیے کوئی مجرب نسخہ استعمال کیا تھا مگر مفید نہیں پایا یہاں ہم ان مجربات کو شامل کرر ہے ہیں جن کو نبی آخر زمان حضرت محمد ﷺ نے استعمال کرایا اور ان کی تصدیق یہ ہے کہ کلونجی تمام ایسی امراض میں بہترین دوا ہے جب قلب وعضلات پھول گئے ہوں اس حالت کی تمام امراض کے لیے

Marfat.com

مجرب ہے اسی طرح سنا مکی قلب وعضلات میں جب سیکڑ پیدا ہو جائے تو ایسی صورت میں تمام امراض وعلامات پیدا ہو جائیں ان کے لئے سنا مکی بہترین دوا ہے اسی طرح اگر قلب میں پھیلاؤ پیدا ہو جائے اور قلب میں اسی حالت کی امراض اور علامات پیدا ہو جائیں تو ان کے لیے گل سرخ خواہ گلقند کی شکل میں ہوں یا سفوف کر کے استعمال کریں یا عطر گلاب کا استعمال کرنے سے تمام وہ امراض وعلامات دور ہو جائیں گی ہم نے انہی مجربات کو فارما کو پیا بنایا ہے عرصہ 25 سال کے تجربہ سے ثابت ہوا کہ یہ جوادویات آج سے ہزاروں سال پہلے استعمال کی گئیں تھی آج بھی اسی طرح فائدہ مند ہیں ہم نے انہی سے کچھ مجربات ترتیب دیے ہیں تا کہ قانون فطرت کے مطابق معالج فائدہ اٹھا کر بہترین انسانی خدمت کر سکیں چونکہ خون تین اقسام کے مادوں سے ترتیب پایا ہوا ہے لہٰذا ہم انہی تین مادوں کے مزاجوں کے مطابق اور عضو قلب کی حالتوں کو مدنظر رکھتے ہوئے مجربات درج کرتے ہیں

ان مجربات کو اس طرح ترتیب دیا گیا ہے کہ پیدا شدہ امراض وعلامات کو پہلے اقسام امراض کو جاننا ضروری ہوتا ہے کہ مرض حادہ ہے یا مرض موروثی یا مرض مزمن اس کے مطابق دوا تجویز کرنی ہوگی عام طور پر مرض حاد کے لیے

Marfat.com

علاج کے لیے چند ہفتے دوائی استعمال کرنی ہوگی اگر مرض مزمن ہے اس لیے دوا کی کم از کم تین سے لیکر چھ ماہ تک علاج کریں موروثی امراض میں علاج بالغذا اور علاج بالدوا ایک سال تک علاج کریں موروثی امراض میں مرض ہڈی کے گودے تک اس کا اثر ہوتا ہے اس لیے علاج لمبا کرنے کی ضرورت آتی ہے معالج ان اقسام امراض کو مدنظر رکھے پھر علاج شروع کرلے

تشریح اصطلاحات

اس کے تحت اصطلاحات ادویہ کی تشریح پیش کی جارہی ہے تاکہ قارئین روزمرہ کے مستعمل مرکبات کے اسمائے مجوزہ کے صحیح مفہوم کو سمجھ کر ان کے فوائد و اثرات سے مستفید ہوسکیں

1۔ محرک

محرک سے مراد ایسی دوا ہے جو کسی مفرد عضو کو سکون سے فعل میں لائے اس عضو کی متعلقہ تیزی کو تحریک کہتے ہیں یہ تیزی اس عضو کے جسم میں اکساہٹ سے پیدا ہوتی ہے یاد رہے ہر عضو اپنے متعلقہ مخصوص مزاج کی حامل ادویہ۔ اغذیہ اور اشیاء سے اپنا فعل سرانجام دیتا ہے یعنی محرک اعصاب اشیاء سے دماغ و اعصاب کے فعل میں تیزی (تحریک) پیدا ہوگی اور محرک طحال ادویہ

Marfat.com

وغیرہ سے طحال کے فعل میں تیزی پیدا ہوگی اور اسی طرح غدی محرکات سے جگر و غدد کے افعال سرزد ہوں گے یعنی ہر محرک چیز اپنے عضوی و کیمیاوی افعال کے لحاظ سے منسوب ہوگی

2۔ شدید

دوائے محرک سے قدرے تیز اثرات کی حامل دوا کو شدید کہتے ہیں

3۔ ملین

ملین سے مراد ایسی دوا ہے جو فضلات کو خارج کرنے کی قوت رکھتی ہو

4۔ مسہل

ایسی دوا جس میں ادرار قوت ہوتی ہے مسہل دوا کو تھوڑی مقدار میں دے کر محرک۔ شدید۔ بلکہ مقوی اثرات بھی پیدا کیے جا سکتے ہیں

5۔ مقوی

مقوی سے مراد ایسی اشیاء ہیں جو کسی عضو کی طرف کو آہستہ آہستہ جذب کرانا شروع کر دیں ان میں اغذیہ ادویہ زہر تک شامل ہیں مثلاً اغذیہ میں گوشت ادویہ میں فولاد زہروں میں سنکھیا اور کچلہ مقویات میں شامل ہیں یاد رہے کہ ہر عضو کے لیے اس کے متعلقہ مزاج والی اشیاء مقوی ہوتی ہیں

Marfat.com

6۔اکسیر

اکسیر دوا اسے کہتے ہیں جس میں یہ تین صفات پائی جائیں اول دائمی اثر۔دوم جاذب سوم برقی اثر یعنی خون میں جذب ہو کر فوراً اپنے اثرات جسم پر شروع کر دے ادویہ اثرات جسم انسانی پر انتہائی برق رفتاری سے مرتب ہوں

7۔تریاق

تریاق سے مراد ایسی دوا ہے جو کسی زہر کے اثرات کو فوراً ختم کر دے اور ایک نئی صورت یا مزاج پیدا کر دے اسے انٹی ڈوٹ بھی کہتے ہیں تریاق قسم کی ادویہ کی اس وقت ضرورت پیش آتی ہے جب کسی زہر یا کسی عضو کو مشینی تحریک سے موت واقع ہو جانے کا خطرہ ہو مثلاً ہیضہ۔نمونیہ۔سرسام وغیرہ

8۔قطور

یہ ایک سیال دوا ہوتی ہے جو کہ ناک' کان اور آنکھ وغیرہ میں ٹپکائی جاتی ہے

حار مجربات

حار مجربات قلب وعضلات کے سکڑنے کے وجہ سے جو امراض وعلامات پیدا ہوتی ہیں مثلاً قلب وعضلات کے اندر سیکڑ خلط سودا سے پیدا ہوتا ہے جسم میں

Marfat.com

پیدا ہونے والی علامات یہ ہیں سر درد سوداوی ۔ریحی درد سر ۔سرسام سوداوی۔ بے خوابی کثرتِ جماع کے سبب سر درد۔ سیاہ موتیا بند۔ ناخونہ۔ سوداوی ضعف بصر گوہنجنی کا نکلنا۔ پلکوں کی خارش۔ کان کا درد۔ کانوں کی خارش۔ بند نزلہ نکسیر کا آنا۔ ناک کی خشکی ہونٹوں کا ورم۔ ماسخورہ۔ خشک دمہ۔ خشک کھانسی زبان کا پھٹنا۔ سینہ کی جکڑن ۔دل سے دھواں کا اٹھنا۔ دل کا سرطان۔ ہائی بلڈ پرلشیر۔ پستانوں کا سرطان۔ دودھ کی کمی۔ پستان کی خارش۔ پستان کا سکڑ جانا معدہ کا درد ۔ریاحِ معدہ۔ جوع القلب ہچکی ۔معدے کی جلن استقائے تلی۔ جگر اور تلی کا بڑھ جانا ۔کالا یرقان ۔قبض ۔قولنج کا درد ۔درد گردہ۔ گردے کی پتھری۔ بندشِ بول بواسیر بادی وخونی ۔عضوِ تناسل کا چھوٹا ہونا۔ رحم کا سکڑ جانا۔ جوڑوں کا پتھرانا کولھے کا درد۔ رحم وشرمگاہ کی خارش۔ عرق النساء دائیں طرف۔ بالچڑ۔ بالوں کا پھٹنا۔ سر میں خشکی ۔ ناخنوں کا بیٹھ جانا خارش۔ قوبا۔ چنبل۔ تقشرِ جلد۔ جلد کا پھٹ جانا۔ جلد کی خشکی ۔سرطان پھیپھڑوں سے خون آنا۔ آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے ۔ نچلے دھڑ کا فالج ۔مالیخولیا۔ مراق۔ خونی دست ۔کثرتِ حیض۔ زخمِ رحم جریان رحم اختلاجِ قلب وغیرہ یہ تمام علامات وامراض خلطِ سودا کی زیادتی سے ہوں گی اور خون گاڑا اور قلب وعضلات میں سکیڑ

Marfat.com

ہونے پر ظاہر ہوں گی علاج کی صورت میں عضوِ قلب کی اس حالت کو ہی مدّ نظر رکھنا ہوگا ان کا علاج ہے جو سر سے لے کر پاؤں تک ہر مرض کا شافی علاج ہے انشا اللہ ان امراض کے علاج میں جز اعظم سنا مکی ہے

دوائے حار مجرب

سنا مکی 10 تولہ۔ نمک خوردنی 5 تولہ۔ گندھک مصفّٰی 10 تولہ۔ مغز جمال گوٹہ 3 ماشہ

طریقہ تیاری

سنا مکی کے صرف پتے ہی استعمال کریں اس کی ٹہنیاں نکال دیں پھر مغز جمال گوٹہ کو اچھے کھرل میں ڈال کر کھرل کریں جب بالکل مرہم سی بن جائے اس میں تھوڑا تھوڑا نمک ڈال کر کھرل کریں جب سارہ نمک شامل ہو جائے پھر سنا مکی اور گندھک کا سفوف تیار کر کے اس میں ملا لیں پھر اسے ایک جان کر لیں

طریقہ استعمال

دوائے حار مجرب کی مقدار خوراک ایک رتی خوراک محرک ہے اور ایک رتی تا دو رتی شدید دو رتی تا چار رتی خوراک ملین اور دوائے حار چار رتا ایک ماشہ

Marfat.com

خوراک مسہل ہے دوا کا استعمال مریض اور مرض کی حالت کو مدنظر رکھ کر کیا جاتا ہے اگر مادہ کے استفراغ کرنا ہے تو پہلے مسہل خوراک دے کر سودا کو کم کرلیں پھر مریض کو مرض کے درجہ کے مطابق مقدار خوراک مناسب بدرقہ پانی یا ماءالعسل سے استعمال کریں

(1) حارا کسیر

کشتہ سونا بنانے کا طریقہ

برادہ سونا ایک تولہ۔ سیماب مصفٰی 3 تولہ۔ گندھک مصفٰی 3 تولہ۔ پہلے پارہ اور گندھک کی کجلی تیار کریں پھر اس میں برادہ سونا شامل کر کے گل حکمت کریں اور 10 سیر اوپلوں کی آگ دیں یہ تین بار اسی طرح عمل کریں بعد میں آب چولائی میں کھرل کر کے ٹکیہ بنالیں اور دو سیر اوپلوں کی آگ دیں آب چولائی کے ساتھ اکیس عمل کریں بہترین کشتہ طلا تیار ہوگا جب قلب و عضلات کے سکڑ سے مرض مزمن شکل اختیار کر چکے ہوں تو پھر اکسیرات کو ساتھ استعمال کرنے کی ضرورت ہوتی اس تیار شدہ دوائی کی مقدار خوراک دو چاول سے چار چاول تک ہمراہ مکھن ملائی یا شہد استعمال کریں یہ سکڑ سے پیدا شدہ بدن کی کمزوری کو فوراً دور کردے گی

Marfat.com

(2) حارا کسیر

پارہ مصفی 1 تولہ۔گندھک مصفی 7 تولہ۔سفوف لونگ 8 تولہ

طریقہ تیاری۔ پہلے پارے کو صاف کرلیں اس کو کئی طریقوں سے صاف کیا جاتا ہے یہاں پر آسان طریقے درج کیے جاتے ہیں

1۔ پارہ کو ہائیڈوجن میں شامل کر کے کسی شیشی میں ہلائیں اس کی سیاہی ہائیڈوجن میں شامل ہو جائے گی یہ عمل کم از کم پانچ بار کریں پھر پارہ کو کسی موٹے کپڑے سے نچوڑلیں پارہ صاف ہو جائے گا

2۔ پارہ کونمک میں کھرل کریں اس کو چند عمل کرنے سے پارہ صاف ہو جاتا ہے اگر پارہ شنگرف سے نکالا ہوا ہوتو وہ مصفی ہی ہوتا ہے

گندھک صاف کرنے کا طریقہ

گندھک کو بھی کئی طریقوں سے صاف کیا جاتا ہے سب سے آسان طریقہ یہ ہے کہ گندھک کو کسی صاف کڑاہی میں ڈال کر گرم کریں پھر جب وہ پگل جائے گائے کے دودھ میں بجھاؤدیں یہ عمل 21 بار کریں تین بار بجھاؤ دینے کے بعد دودھ بدل لیا کریں جب پارہ اور گندھک صاف ہو جائیں تب ان دونوں کو کھرل کریں اور اس کی کجلی تیار کریں جب یہ مانند سرمہ کے ہو

Marfat.com

جائے تب اس میں سفوف لونگ ڈال کر چند گھنٹے کھرل کریں اکسیر تیار ہے مقدار خوراک 1 رتی سے 2 رتی ہمراہ شہد پانی ملا ہوا یا پانی سے استعمال کریں تمام سوداوی امراض کو ختم کر دے گی اور جسم کے اندر حرارت کو بڑھا دے گی

حار تریاق

شیر مدار 2 تولہ۔ سہاگہ سفید بریاں 7 تولہ۔ زنجبیل 5 تولہ۔ پیلا مول 3 تولہ

طریقہ تیاری۔ شیر مدار کے علاوہ تمام اجزاوں کو باریک کرلیں پھر شیر ملا کر خوب کھرل کریں بعد میں چند گھنٹے دھوپ میں رکھیں دوائی تیار ہے یہ دوا حار تریاق اس وقت استعمال کی جاتی ہے جب زہر بدن کو متاثر کر رہا ہو تو ایسی صورت میں تریاق صفت دوائی کو پندرہ پندرہ منٹ بعد استعمال کرا سکتے ہیں جب مرض میں افاقہ ہو جائے تب اس کی خوراک کم کر دیں اور وقفہ بھی بڑھا دیں جیسا کہ اگر سودا کی زیادتی سے جسم کے کسی حصہ خون آنے لگے یا سوداوی فالج ہو جائے قلب کے سکڑنے سے مرض اختلاج قلب ہو جائے یا خشک دمہ کی صورت میں اسے استعمال کرا سکتے ہیں مقدار خوراک 2 رتی 1 ماشہ تک دے سکتے ہیں ہمراہ پانی یا قہوہ حار

قہوہ حار

Marfat.com

اجوائن دیسی 3 ماشہ۔ تیزبات 3 ماشہ۔ پودینہ 6 ماشہ سب دواوں کو ایک پاؤ پانی میں بھگودیں کچھ دیر بعد جوش دیں جب پانی آدھارہ جائے اسے چھان کر حسب ذائقہ چینی ڈال کر استعمال کریں

روغن حار

ست پودینہ 6 چھ ماشہ۔ ست اجوائن 1 تولہ۔ مشک کافور 1 تولہ۔ تیل تارپین 5 تولہ۔ تیل سرسوں 1 پاؤ

طریقہ تیاری۔ مشک کافور اور تیل تارپین کو کسی شیشی میں ڈال کر حل کرلیں جب حل ہوجائیں پھر اس میں دونوں ست ڈال دیں جب یہ دونوں حل ہوجائے تو پھر تیل سرسوں شامل کرلیں روغن حار تیار ہے ہر قسم درد جو سوداوی مزاج میں پیدا ہوں سے بیرونی طور پر بطور مالش استعمال کریں

قطور حار

نوشادر ٹھیکری 4 ماشہ۔ ہلدی 1 تولہ۔ ست پودینہ 2/1 ماشہ۔ عرق سفوف ایک بوتل تمام دوائیں عرق میں ڈال کر حل کرلیں بعد میں چھان لیں اور تمام آنکھوں کے سوداوی امراض مثلاً موتیابند وغیرہ کیلئے مفید ہے

یابس مجربات

Marfat.com

جب قلب و عضلات پھول جائیں یہ چونکہ فطری طور پر خون میں تری کی زیادتی سے پھولتے ہیں مثلاً سر درد بلغمی۔ عصابہ سر سام بلغمی۔ سر کا چکر آنا۔ غفلت کی نیند۔ نسیان۔ بائیں فالج۔ مرگی۔ اُمّ الصبیاں۔ آشوب چشم۔ سفید موتیا بند۔ پھولا ضعف بصر۔ آنکھوں سے پانی آنا۔ وجع الاذن۔ کان کا بہنا کانوں میں کیڑے او بچاسنائی دینا وغیرہ ہونٹوں کا بڑا ہو جانا۔ زکام۔ چھینکیں آنا۔ منہ آنا۔ زبان پر چھالے۔ لکنت عظم اللسان دانتوں کا بڑا ہو جانا۔ دانتوں کا ہلنا۔ دانتوں کا گرنا۔ پیاس کی زیادتی۔ بلغمی دمہ۔ بلغمی کھانسی۔ کالی کھانسی۔ پھیپھڑوں کا ڈھیلا پن۔ عظم القلب۔ دل کا ڈوبنا۔ دل کا کم حرکت کرنا قلب کی حرکات کا بند ہو جانا۔ پستانوں کا بڑا ہو جانا۔ کثرت لبن معدہ میں گڑ گڑ ہونا معدے کا ٹھنڈا ہو جانا قے اور ہیضہ۔ دست آنا۔ سقوط اشتہا۔ ضعف گردہ۔ بستر پر پیشاب کر دینا۔ سلسل بول۔ شوگر۔ جریان۔ نامردی۔ خصیوں کا لٹکنا۔ بندش حیض۔ رحم کا ڈھیلا ہونا۔ اسقاط حمل۔ لیکوریا جوڑوں کا درد عرق النساء بائیں طرف۔ خسرہ۔ ملیریا بخار اور تمام ایسے بخار جن میں پیشاب کا رنگ سفید ہو جاتا ہے۔ آتشک۔ چیچک۔ جگر و تلی کا بڑھ جانا۔ ضعف جگر۔ سنگرہنی یہ تمام علامات قلب و عضلات کے پھولنے سے پیدا ہوگی یہ تمام علامات بلغمی ہوگی

Marfat.com

ان کے علاج کے لیے یابس مرکبات استعمال کیے جاتے ہیں جس سے قلب وعضلات کے تمام امراض اور علامات جو اس کے پھولنے سے پیدا ہوتی ہیں ان کا شافی علاج ہے اس میں جز اعظم دوائے یابس میں کلونجی ہے

دوائے یابس مجرب

کلونجی 10 تولہ۔ گندھک مصفّی 10 تولہ۔ مصبّر 10 تولہ۔ حنظل 10 تولہ

طریقہ تیاری۔ ان سب کو کوٹ کر باریک سفوف بنالیں دوائی تیار ہے مقدار خوراک 2/1 رتی تا 1 رتی محرک مقدار خوراک 1 رتی تا 2 رتی شدید۔ مقدار خوراک 2 رتی تا 4 رتی ملین اور مقدار خوراک 4 رتی تا 1 ماشہ مسہل استعمال ہمراہ پانی یا قہوہ یابس دیں یہ تمام امراض بلغمی جس میں قلب و عضلات پھول جاتے ہیں اور ان سے پیدا شدہ تمام امراض و علامات کا بہترین علاج ہے معالج مرض کے درجہ کو جانتے ہوئے مقدار خوراک استعمال کریں انشا شفا ہوگی

یابس اکسیر

کشتہ فولاد

جیسا کہ قرآن پاک میں ارشاد ہے کہ لوہے کو انسانوں کے فائدے کے لیے

Marfat.com

بنایا ہے انسانی جسم میں فائدہ حاصل کرنے کے لیے اس کا کشتہ تیار کیا جاتا ہے برادہ فولاد لے کر کسی مٹی کے بڑے برتن میں ڈال دیں پھر اس میں ترش پھلوں کا رس ڈالتے جائیں جب ایک پانی خشک ہو جائے تب دوسرا پانی استعمال کریں شروع میں اگر پہلے جامن کا پانی استعمال کریں تو بہت بہتر ہو گا اس برادہ کو وقتاً فوقتاً ہلاتے رہیں ہر موسم کے ترش پھل کا پانی شامل کرتے رہیں یہ چند ماہ میں کشتہ فولاد تیار ہو جائے گا اور یہ قلب و عضلات کے پھولنے سے پیدا ہونے والے امراض اور جسم کی کمزوری اور عضو قلب کی کمزوری کے لیے اور کمی خون کے لیے بہترین دوا ہے مقدار خوراک 1 رتی تا 2 رتی ہمراہ دہی۔ مکھن۔ ملائی یا قہوہ یابس سے دے سکتے ہیں انشااللہ تمام تری سے پیدا شدہ امراض و علامات کا علاج ہو گا

یابس تریاق

بلادر 1 تولہ۔ کلونجی 10 تولہ۔ ہڑ جلا پہ 10 تولہ۔

طریقہ تیاری۔ سب ادویات کو باریک پیس کر نخودی گولیاں بنالیں ایک تا دو گولی ہمراہ پانی یا قہوہ یابس سے دیں ان تمام امراض جن میں قلب و عضلات پھول گئے ہوں اور مرض زہر کے فساد کی صورت میں ہو تو تریاق کو

Marfat.com

پندرہ پندرہ منٹ کے وقفہ سے استعمال کر سکتے ہیں عام طور پر دن میں تین بار استعمال کریں تمام بلغمی امراض کا بہترین علاج ہے

قہوہ یابس

گل بنفشہ 6 ماشہ ۔عناب 6 ماشہ۔خوب کلاں 6 ماشہ ۔ منقی 9 دانے چینی حسب ذائقہ

ان تمام دواؤں کو ایک پاؤ پانی میں شامل کر کے کچھ دیر پڑا رہنے دیں پھر اسے جوش دیں جب آدھا پانی رہ جائے تب اسے پن چھان کر استعمال کریں یہ قہوہ بھی تمام رطوبتی امراض کا علاج ہے

روغن یابس

تلوں کا تیل 1 پاؤ ۔ مالکنگنی 5 تولہ ۔کچلہ 1 تولہ۔ لونگ 1 تولہ ان سب دوائیوں کو تیل میں پکالیں جب سب چیزیں جل جائے تب ٹھنڈا ہونے پر پن لیں تیل تیار ہے ہر قسم کے سردی سے پیدا ہونے والی درد اور دیگر علامات کے لیے ہے بیرونی طور پر مالش کریں

یابس قطور

پھٹکری 6 ماشہ ۔افیوں 6 ماشہ۔ ہرڑ زرد کا سفوف 1 تولہ۔عرق گلاب

Marfat.com

1 بوتل ترکیب تیاری۔سب دواوں کو باریک کر کے عرق میں شامل کر دیں اور 24 گھنٹے اسے پڑا رہنے دیں وقتاً فوقتاً اسے ہلا دیں 24 گھنٹے کے بعد اسے موٹے کپڑے سے پن لیں آنکھوں کی تمام امراض جو بلغم کی زیادتی اور قلب کے پھولنے کے امراض میں شامل ہیں ان کا بہترین علاج ہے دن میں چند بار قطرہ قطرہ آنکھوں میں استعمال کریں

رطب مجربات

رطب مجربات جب قلب وعضلات حرارت کی زیادتی سے پھیلاؤ پیدا ہو کر امراض وعلامات پیدا ہو جائیں مثلاً صفراوی سر درد شقیقہ بائیں طرف کا سرسام صفراوی چہرے اور پپوٹوں کا ورم ناسور چشم۔صفراوی آشوبِ چشم۔یرقان اصفر۔آنکھوں میں درد۔ پپوٹے کے دانے۔کان کی سوزش کان سے پیپ آنا۔ہونٹوں پر صفراوی چھالے سوزشی نزلہ۔نکسیر پھوٹنا۔ ناک کی صفراوی پھنسیاں دمہ کبدی۔صفراوی کھانسی۔پھیپھڑوں کی سوزش اور ورم اور پھیپھڑوں میں پیپ پڑنا۔غشی ضعف قلب غلافِ قلب کی سوزش۔پستان کا گرم ورم۔پستان کا پھوڑا دودھ کی کمی۔ضعف معدہ سوزش امعاء۔صفراوی قے کانچ کا نکلنا پیچش مروڑ۔استسقائے زقی جگر کی سوزش مقعد کے زخم اور ناسور سوزش مثانہ گردوں کی سوزش۔صفراوی گردے کی

Marfat.com

پتھریاں ۔ درد گردہ ۔سرعت انزال استسقائے خصیہ ۔تقر بول ۔ دِقت حیض ۔رحم کا باہر نکل جانا۔رحم کا ورم ۔ جوڑوں کی سوجن ۔ جوڑوں میں درد۔ صفراوی خارش۔جلن بول۔سوزاک صفراوی ۔ضعف باہ۔ہائی بلڈ پریشر۔ طاعون کا بخار۔ خفقانِ قلب وغیرہ تب فطری علاج حرارت کو کم کرنا ہے جب خون کے اندر تری کو بڑھ دیا جائے تو حرارت اعتدال پر آ جاتی ہے اس لیے قلب وعضلات کے پھیلنے کی تمام امراض وعلامات کے لیے رطب مجربات درج کیے جاتے ہیں

دوائے رطب

گل سرخ 10 تولہ۔مٹھا سوڈا 10 تولہ۔سہاگہ سفید بریاں 5 تولہ۔ سقمونیا 2 تولہ

طریقہ تیاری۔ سب سے پہلے گل سرخ کو اچھی طرح صاف کرلیں گل سرخ کی صرف پتیاں ہی ہونی چاہیے پھر ان سب کا باریک سفوف بنالیں دوائے رطب کی مقدار خوراک 2/1 رتی تا 1 رتی محرک مقدار خوراک 1 رتی تا 2 رتی شدید مقدار خوراک 2 رتی تا 4 رتی ملین مقدار خوراک 4 رتی تا 1 ماشہ مسہل دوائے رطب قلب کے پھیلنے کی تمام علامات وامراض مفید

Marfat.com

ہے ہمراہ پانی یا قہوہ رطب استعمال کریں

رطب اکسیر

کشتہ اٹ قلعی بنانے کا طریقہ

اٹ قلعی 5 تولہ اور پارہ 5 تولہ ہموزن لے کر گرہ بنالیں گرہ بنانے کے لیے نیچے زمین میں تین چار انچ گہرہ سوراخ بنالیں پھر اس میں پارہ ڈال دیں بعد قلعی کو کسی کڑچھا میں ڈال کر گرم کریں جب پگل جائے پھر اسے پارہ پر ڈال دیں اور اوپر سے فوراً ڈھانپ دیں یہ پارہ اور قلعی کی گرہ بن جائے گی پھر اسے کھرل میں ڈال کر کھرل کریں کھرل کرتے وقت اس میں قلمی شورہ شامل کرتے جائے تقریباً 1 پاؤ شورہ اس میں ڈال دیں پھر اسے کوزہ میں گل حکمت کر کے بیس سیر اوپلوں کو محفوظ آگ دیں کشتہ تیار ہوگا اسے باہر نکال کر پانی سے غسل دیں تا کہ شورہ نکل جائے رطب اکسیر تیار ہے مقدار 1 رتی تا 2 رتی تک ہمراہ مکھن یا ملائی کھلائیں قلب و عضلات کے پھیلنے سے ضعف قلب و بدن کے لئے مفید ہے

رطب تریاق

شیر مدار 2 تولہ۔ ہلدی 10 تولہ۔ چینی 10 تولہ۔ الا ئچی دانہ خورد 1 تولہ

Marfat.com

ترکیب تیاری۔ ہلدی باریک پوڈر لیں اس میں شیر مدار شامل کر کے کھرل کریں جب یہ کھرل کرلیں تو اسے پلیٹ میں ڈال کر دھوپ میں رکھے دیں جب یہ مرکب خشک ہو جائے پھر اس میں چینی اور الا یچی دانہ باریک کر کے شامل کرلیں تریاق تیار ہے جب جسم وخون کے اندر حرارت کی زیادتی سے خلط صفرا میں زہر پیدا ہو جائے اور جسم کو بڑی تیزی سے نقصان ہو رہا ہو تو ایسی صورت میں تریاق کا استعمال کیا جاتا ہے اور اس کی خوراک پندرہ پندرہ منٹ کے وقفہ سے دے سکتے ہے جب تک مرض پر قابو نہ پالیں اس وقت تک استعمال کر سکتے مقدار خوراک 2/1 رتی تا 2 رتی تک ہمراہ پانی یا مناسب بدرقہ دے سکتے ہے جب کبھی کسی مریض کو الٹیاں شروع ہو جائیں تو اس دوا کو روک دیں اور دوبارہ کم مقدار اور وقفہ بڑھا کر استعمال کریں انشاالله صفرا سے پیدا شدہ امراض وعلامات بہت جلد ختم ہو جائیں گی

رطب قہوہ

گل سرخ 1 ماشہ۔ زیرہ سفید 1 ماشہ۔ سبز الا یچی 5 دانے

ایک پاؤ پانی میں ابالیں جب آدھا پانی رہ جائے گا چینی حسب ذائقہ استعمال کریں حرارت کی زیادتی سے پیدا شد امراض اور علامات کا بہترین علاج ہے

Marfat.com

رطب روغن

شیر مدار 5 تولہ۔ کافور 1 تولہ۔ روغن تارپین 2 تولہ۔ میٹھا تیل 1 پاؤ

ترکیب تیاری۔ پہلے شیر مدار کو میٹھا تیل میں ڈال کر گرم کریں جب شیر مدار جل جائے تب اتار کر ٹھنڈا ہونے پر پن لیں پھر کافور اور تیل تارپین کو حل کرلیں جب حل ہو جائے پھر اسے تیل میں ملالیں روغن رطب تیار ہے یہ روغن آگ سے جلے ہوئے زخموں کے لیے بہترین دوا ہے یہ روغن بیرونی طور پر استعمال کیا جاتا ہے قلب کے پھیلنے سے پیدا ہونے والی تمام امراض مثلاً وجع المفاصل کے لیے مفید ہے

رطب قطور

کافور 3 ماشہ۔ بورک ایسڈ پوڈر 2 تولہ۔ عرق گلاب 1 بوتل

دواوں کو خوب کھرل کر کے عرق گلاب میں ملا دیں ایک دن کے بعد اسے موٹے کپڑے سے پن لیں اور پھر صفراوی امراض میں قطرہ قطرہ آنکھوں میں ٹپکائیں

(نوٹ) آسانی کے لیے یہ مجربات قلب کی حالتوں وکو مدنظر رکھتے ہوئے ترتیب دیے گئے ان سے تمام امراض کا علاج ہو سکے گا

Marfat.com

دوا کی تاثیر تیز کرنے کا طریقہ

کسی بھی تیار مجرب اکسیر دوا کی تاثیر کو تیز کرنا چاہیں تو تیار شدہ اکسیر دوائی میں 1/20 (بیسواں) حصہ کجلی ملالیں تو دوا کی بیس گنا تاثیر تیز ہو جائے گی اور اگر اسی دوائی میں رس پارہ 1/100 (سوواں) حصہ ملالیں تو وہ دوائی تاثیر سو گنا تیز کر دے گا اگر کسی بھی تیار شدہ دوائی میں کشتہ الماس 1000/ 1 (ہزارواں) حصہ ملالیں تو اس دوائی کی تاثیر ہزار گنا تیز ہو جائے گی ضرورت کے مطابق جب کسی اکسیر دوائی کی تاثیر کو تیز کرنا چاہیں اسی طریقہ سے آپ فائدہ اٹھا سکتے ہیں کجلی، رس پارہ اور کشتہ الماس بنانے کا طریقہ درج ذیل ہے

کجلی تیار کرنے کا طریقہ

پارہ مصفٰی 1 تولہ اور گندھک مصفٰی 7 تولہ

کسی عمدہ کھرل میں چند گھنٹے ان دونوں کو کھرل کریں جب یہ سرمہ کی طرح سیاہ رنگ کی دوائی تیار ہو جائے یہ کجلی تیار ہے

رس پارہ بنانے کا طریقہ

مصفٰی پارہ 10 تولہ اور مصفٰی گندھک 10 تولہ دونوں کو عمدہ کھرل میں

Marfat.com

کھرل

کریں جب کجلی تیار ہو جائے پھر اس میں بھوہڑ کے درخت کی داڑھی کا جوشاندہ ڈال کر کھرل کریں جب یہ خشک ہو جائے پھر اس میں گھیگوار کے گودہ کھرل کریں جب یہ کھرل کرتے خشک ہو جائے تب اس کجلی کو آتشی شیشی میں ڈال کر رکھیں پھر ایک عدد لوہے کی کڑاہی لیں اس میں تین چار سیر ریت ڈال لیں اور اسے آگ پر رکھیں آتشی شیشی کو گرم ریت پر رکھ دیں شیشی سے دھواں نکلنا شروع ہو گا اس دھواں سے احتیاط کریں اگر گلے کو لگے تو کھانسی شروع ہو جاتی ہے یہ دھواں تقریباً بیس گھنٹے تک آہستہ آہستہ نکلتا ہے جب دھواں نکلنا بند ہو جائے تب شیشی کے منہ کو اچھی طرح بند کر کے مزید دس گھنٹے تیز آگ جلائیں یہ سارا پارہ آتشی شیشی کے اندر سرخ رنگ کا لگا ہوا ہو گا شیشی توڑ کر احتیاط سے نکال لیں اور پیس کر محفوظ کر لیں اور پھر کسی اکسیر دوائی میں ملا کر استعمال کریں

کشتہ الماس

حسب ضرورت ٹکرے الماس (کھڑ) لیں اسے آگ پر گرم کریں اور جوشاندہ کلتھی جو پہلے سے تیار کیا ہوا ہو اس میں بجھاؤ دیں کم از کم ایک سو بار بجھاؤ دیں پھر بکری کے خون میں اکیس بار بجھاؤ دیں پھر اسے عرق گلاب

Marfat.com

سہ آتشہ میں 11 بار بجھاؤ دیں یہ پیسک ہو جائے کسی عمدہ کھرل میں احتیاط سے کھرل کریں پھر اسے کھرل کرتے وقت پانی یا عرق گلاب ڈالیں جتنا یہ حل ہو جائے اسے احتیاط سے کسی سٹیل کے پیالے میں الگ کرتے جائیں جب سارا الماس حل ہو جائے تب اسے 24 گھنٹے پڑا رہنے دیں 24 گھنٹوں کے بعد سٹیل کے پیالے سے اوپر پانی احتیاط سے نتھار لیں نیچے سے الماس پوڈر حاصل کریں پھر اس پوڈر الماس کو روغن فاسفورس دیکر کھرل کریں اور ابرگ کے پترے پر گرم کریں یا کسی کٹھالی میں عمل کم از کم تین بار کریں الماس کشتہ تیار ہو جائے گا

فاسفورس روغن بنانے کا طریقہ

تیزاب شورہ 2 / 1 کلو اور کوڈیاں زرد تین چھٹانک لیں

تیزاب کو کسی کھلے منہ والی شیشی میں ڈال دیں پھر اس میں چند کوڈیاں ڈال دیں اس سے کیمیاوی عمل ہوگا جب وہ پہلے ڈالی ہوئی کوڈیاں تیزاب میں حل ہو جائیں تب دوبارہ اور کوڈیاں ڈال دیں اس طرح تیزاب کوڈیاں حل کرتا جائے اس میں ڈالتے جائیں جب کوڈیاں کھانا بند کر دے پھر اسے ٹھنڈا ہونے دیں بعد میں اگر اس میں کوئی کوڈی کا ٹکڑا رہ گیا ہو تو اسے نکال دیں پھر اسے ٹھنڈے تیزاب میں فاسفورس چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں کی شکل میں

Marfat.com

اس تیزاب میں ڈال دیں تقریباً 50 گرام تک ڈال سکتے ہو پھر اسے محفوظ جگہ پر رکھ دیں یہ فاسفورس تقریباً دو تین ماہ میں ٹھنڈا ہوگا اور اس کا رنگ سفید ہو جائے گا اس میں جتنا ضرورت ہو باہر نکال لیں یہ نکالتے ہی روغن بن جائے گا یہ عمل موسم گرما میں شروع کریں اگر سردیوں میں کریں گے تو تیزاب جم جائے گا اور فاسفورس ٹھنڈا نہیں ہوگا

دوسرا طریقہ فاسفورس کا تیل بنانا

دو عدد تام چینی کی پلیٹیں لیں ایک پلیٹ میں 50 گرام باریک نمک ڈال دیں اس کے اوپر 1 تولہ فاسفورس ڈال دیں اور پھر اس کے اوپر 50 گرام اور نمک ڈال دیں پھر دوسری پلیٹ سے ان کو ڈھانپ دیں کچھ دیر بعد اسے تھوڑی سی ہوا دیں یعنی اوپر والی پلیٹ کو ذرا سا اوپر اٹھائیں پھر رکھ دیں اس طرح اس فاسفورس سے دھواں نکلنا شروع ہو جائے گا پھر ان کو پڑا رہنے دیں کچھ دیر میں ساری فاسفورس تیل زرد رنگ کا بن کر پلیٹوں میں لگا ہوگا احتیاط سے نمک الگ کر لیں یہ تیل بھی الماس پوڈر پر عمل میں لا سکتے ہیں جب کشتہ الماس تیار ہو جائے گا پھر جس اکسیر دوائی میں ملانا ہو اس میں ملا کر اس میں خوب کھرل کر لیں پھر گوزہ میں بند کر کے 5 کلو اوپلوں کی آگ دے لیں یہ تین بار عمل کر لیں دوائی تیار ہے

Marfat.com

علاج بالدعا

علاج بالدعا کی اہمیت

علاج بالدعا کی اہمیت اس بات سے لگائی جاسکتی ہے کہ خالق کائنات سب کچھ تخلیق فرما کر سب کو اپنا ہی محتاج بنانا ہے جیسا اللہ تبارک تعالیٰ حضرت ابراہیمؑ کو فرماتے ہیں میں ہی بیمار کرتا ہوں اور میں ہی شفا دیتا ہوں اس لیے نبیوں اور پیغمبروں نے مرض کی صورت یا کسی مشکل صورت میں اللہ سے دعا کی تاکہ سب مخلوق کو اس بات کا اندازہ ہو سکے اللہ کے حضور دعا سے ہی شفا حاصل کی جاسکتی جس طرح پہلے انبیا علیہ اسلام دعا کرتے آئے ہیں اسی طرح قرآن خود دعا ہے جس کے بارے میں خود قرآن کہتا کہ میں مومنوں

حاملین اسلامک طب کے لئے خوشخبری

اسلامی مجربات ادارہ سے تیار شدہ سے دستیاب ہے

قادریہ کتب خانہ و دواخانہ گلی نمبر 2 شبستان چوک بھکھی روڈ شیخوپورہ

Marfat.com

کے لیے شفا ہوں ضرورت اس بات کی ہے کہ ہم قرآن سے شفا کس طرح حاصل کر سکتے اور بعض کو اللہ تبارک تعالیٰ دست شفا زبان شفا اور نظر شفا عطا فرماتے ہیں یہ عطا ان لوگوں پر ہوتی جو اللہ کو اس قدر راضی کر لیتے ہیں کہ خدا بندے کو خود پوچھے بتا تیری رضا کیا ہے

دست شفا حاصل کرنے کا طریقہ

معالج پوری طرح صوم وصلوۃ کا پابند ہو اور پھر ذکر الٰہی اپنے شیخ طریقت پیر و مرشد کے بتائے ہوئے طریقہ سے کرے یا ہماری کتاب کلید سالک میں ذکر نفی اثبات کا طریقہ درج ہے اس طریقہ سے ذکر کرے اور قرآن مجید میں مختلف اوقات جو آیات شفا نازل ہوئیں ہیں ان کا وظیفہ کرے اور ساتھ ہی ساتھ جو سات سلام نازل ہوئے ہیں ان کو پڑھے

آیات شفا اور سات سلام

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ يَا شَافِيْ يَا كَافِيْ يَاسَلَام بِحَقِّ وَيَشْفِ صُدُوْرَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِيْنَ وَشِفَآءٌ لِّمَا فِي الصُّدُوْرِ يَخْرُجُ بُطُوْنِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ اَلْوَانُهٗ فِيْهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ ط وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْاٰنِ مَاهُوَ شِفَآءٌ وَّرَحْمَتُهٗ

Marfat.com

لِلْمُؤْمِنِيْنَ ۙ وَاِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِيْنِ ۙ قُلْ هُوَ لِلَّذِيْنَ
اٰمَنُوْا هُدًى وَّ شِفَآءٌ ط

وَبِحَقِّ سَلٰمٌ عَلٰى عِبَادِهِ الَّذِيْنَ اصْطَفٰى ۙ سَلَامٌ قَوْلًا
مِّنْ رَّبٍّ رَّحِيْمٍ ۙ سَلَامٌ عَلٰى نُوْحٍ فِي الْعٰلَمِيْنَ ۙ سَلٰمٌ
عَلٰى اِبْرَاهِيْمَ ۙ سَلٰمٌ عَلٰى مُوْسٰى وَ هَارُوْنَ ۙ سَلٰمٌ عَلٰى
اِلْ يَاسِيْنَ ۙ سَلٰمٌ عَلَى الْمُرْسَلِيْنَ اللّٰهُ رَبُّ مُحَمَّدٍ صَلَّى
اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

ان کا روزانہ وظیفہ ایک تسبیح کرے اول وآخر دورد شریف گیارہ بار پڑھے اور سورۃ فاتحہ کو نماز فجر سنت اور فرض کے درمیان بسم اللہ کی میم الحمد سے ملا کر 41 بار پڑھے یہ منزل زندگی میں جاری رکھے سورۃ فاتحہ سورۃ شفا بھی کہلاتی ہے اس عمل کے ساتھ بھی دودر شریف اول آخر پڑھے مریض خداوند تعالی کی طرف سے بھیجا ہوا آتا ہے اس کی خدمت کا ارادہ کرے انشااللہ دست شفا عطا ہوگی اس کے علاوہ سخاوت کرتا رہے اپنے علم سے مخلوق کو پورہ پورہ فائدہ پہنچائے ہمیشہ خالق کی مخلوق کی فکر کرے فکر معاش نہ کرے چونکہ رزق رازق نے ہر حال میں ہر جاندار کو پہنچانا ہوتا ہے یہ فکر پالنے والا کرے ہمارا جذبہ خادمیت کا رہے دست شفا عطا ہوگی انشااللہ

Marfat.com

قلب کے سکڑنے سے پیدا ہونی والی امراض کی دعا

جیسا ہم پہلے تحریر کر چکے ہیں قرآن میں شفا ہے ہمیں یہ جاننا چاہیے کہ کن مرضوں میں کون سی دعا فائدہ جلد دے گی اس لیے جیسے اللہ تبارک تعالیٰ نے مختلف اسباب سے نیک بندوں کو نقصان پہچانا چاہا تو اس نقصان دینے والے سبب کو سلامتی والا کر دیا جیسا جب حضرت ابراہیم علیہ سلام کو آگ نے نقصان دینا چاہا تب اللہ نے آگ کو حکم دیا ٹھنڈی ہو جا سلامتی والی اسی طرح جب پانی کا عذاب انتہا کو تھا پھر اللہ نے پانی کو حکم دیا نوح علیہ کے لیے امن دے اسی طرح رب کی طرف دیگر صورت میں سلامتی کے لیے سلم قولا من رب الرحیم کہا گیا ہماری تحقیقات اسلامک طب کو چونکہ قانون فطرت پر ترتیب دیا گیا اسی لیے قلب وعضلات کو جب آگ کی گرمی وتری اور خشکی سے طعبیت پر جو برے اثرات آتے ہیں ان کے لئے ان کے مزاج کے مطابق ان سے مدد لی گئی ہے سلام اور آیات شفا کو ملا کر مریض گیارہ مرتبہ پڑھے مریض اس دعا سے پہلے دو رکعت نماز نفل قضائے حاجت پڑھے ہر رکعت میں تین بار سورۃ اخلاص پڑھے اور بعد یہ دعا پڑھے اول واخر درود شریف تین بار پڑھے اور اپنے اوپر دم کر لے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِيْمٍ

Marfat.com

وَامۡتَازُوا الۡيَوۡمَ اَيُّهَا الۡمُجۡرِمُوۡن ۝ يَا شَافِيۡ يَا كَافِيۡ يَا
سَلَامُ بِحَقِّ وَ يَشۡفِ صُدُوۡرَ قَوۡمٍ مُّؤۡمِنِيۡنَ ۝ وَشِفَآءٌ لِّمَا فِي
الصُّدُوۡرِ يَخۡرُجُ بُطُوۡنِهَا شَرَابٌ مُّخۡتَلِفٌ اَلۡوَانُهٗ فِيۡهِ
شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ ط وَ نُنَزِّلُ مِنَ الۡقُرۡاٰنِ مَا هُوَ شِفَآءٌ وَّرَحۡمَةٌ
لِّلۡمُؤۡمِنِيۡنَ ۝ وَاِذَا مَرِضۡتُ فَهُوَ يَشۡفِيۡنِ ۝ قُلۡ هُوَ لِلَّذِيۡنَ
اٰمَنُوۡا هُدًى وَّ شِفَآءٌ ط

قلب کے پھیلنے سے پیدا ہونے والی امراض کی دعا

قلب وعضلات میں پھیلاؤ حرارت کی وجہ سے آتا ہے یہ عمل آگ کا ہے اس سے سلامتی کیلئے دو رکعت نفل قضائے حاجت پڑھے اور یہ سلام اور آیت شفا گیارہ مرتبہ پڑھیں اول وآخر درود شریف تین بار پڑھے اور اپنے اوپر دم کرلے

بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ قُلۡنَا يٰنَارُ كُوۡنِيۡ بَرۡدًا وَّ
سَلٰمًا عَلٰٓى اِبۡرٰهِيۡمَ
يَا شَافِيۡ يَا كَافِيۡ يَا سَلَامُ بِحَقِّ وَ يَشۡفِ صُدُوۡرَ قَوۡمٍ
مُّؤۡمِنِيۡنَ ۝ وَشِفَآءٌ لِّمَا فِي الصُّدُوۡرِ يَخۡرُجُ بُطُوۡنِهَا شَرَابٌ

Marfat.com

مُخْتَلِفٌ اَلْوَانُهٗ فِیْهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ ط وَ نُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْاٰنِ مَاهُوَ شِفَآءٌ وَّرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِیْنَ وَاِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ یَشْفِیْنِ قُلْ هُوَ لِلَّذِیْنَ اٰمَنُوْا هُدًی وَّ شِفَآءٌ ط

قلب و عضلات کے پھولنے سے پیدا ہونے والی امراض کی دعا

چونکہ قانون فطرت ہے کہ تری سے چیزیں پھول جاتی ہے جیسا کہ پانی میں اگر پڑی رہے تو پھول جاتی ہے اگر قدرت کاملہ پانی کو بچانے کا حکم دیتے تو اس جہان اصغر کو اس سلام سے سلامتی حاصل ہوتی ہے اول دو رکعت نفل قضائے حاجت پڑھے اور بعد یہ دعا گیارہ مرتبہ پڑھے اول و آخر درود شریف تین بار پڑھ لیا کرے اور اپنے اوپر دم کرلے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ سَلَامٌ عَلٰی نُوْحٍ فِی الْعٰلَمِیْنَ

یَا شَافِیْ یَا کَافِیْ یَا سَلَامُ بِحَقِّ وَ یَشْفِ صُدُوْرَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِیْنَ وَشِفَآءٌ لِّمَافِی الصُّدُوْرِ یَخْرُجُ بُطُوْنِهَا شَرَابٌ

Marfat.com

مُخْتَلِفٌ اَلْوَانُهٗ فِيْهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ ط وَ نُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْاٰنِ مَاهُوَ شِفَآءٌ وَّرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ ۙ وَ اِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِيْنِ ۙ قُلْ هُوَ لِلَّذِيْنَ اٰمَنُوْا هُدًى وَّ شِفَآءٌ ط

نوٹ- اگر کوئی مریض نہ پڑھ سکے تو ایسی صورت میں مریض کا کوئی عزیز پڑھ کر پانی پر دم کر کے پلا دیں یا دم کر دیں

تسخیر خلائق کے عملیات

تسخیر خلائق کے وظائف سے مخلوق کو خدمت کے لیے اپنی طرف راغب کیا جاتا ہے اگر کسی معالج کے پاس کوئی آئے ہی نہیں تو اس سے کسی کو کیا فائدہ حاصل ہو سکتا ہے اس لیے بزرگوں نے کچھ وظائف بتائے ہیں ان پر عمل کریں گے تو مخلوقِ خدا راغب ہو گی اس سے معالج کو فائدہ ہو گا

پہلا عملِ تسخیر خلائق

ان آیات کو روزانہ ہر نماز کے بعد گیارہ بار پڑھ لیا کریں عشاء کی نماز کے بعد چالیس بار پڑھیں اول و آخر درود شریف تین بار پڑھیں آیات قرآنی یہ ہیں

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ لَقَدْ جَآءَكُمْ رَسُوْلٌ مِّنْ اَنْفُسِكُمْ عَزِيْزٌ عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيْصٌ عَلَيْكُمْ

Marfat.com

بِالْمُؤْمِنِيْنَ رَءُوْفٌ رَّحِيْمٌ فَاِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِيَ اللّٰهُ (صلے) لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ

دوسرا عمل تسخیر خلائق

تسخیر خلائق کے لئے کسی جنگل میں یا کسی کھلی جگہ پر طلوع آفتاب سے لے کر سوا پہر تک یعنی پونے چار گھنٹے اس کلام کو بروے مشرق یکسوئی سے لا تعداد پڑا کرے تسخیر قلوب ومخلوق عام ہوگی جس طرف پڑھ کر پھونک مارے گا مخلوق جوق در جوق آنا شروع کردے گی اگر کوئی اتنا وقت نہ دے سکے تو کم از کم تین دن یہ عمل کر کے پھر رزانہ چند تسبیاں پڑھ لیا کرے کلام مکرم یہ ہے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ مُسَخِّرٌ سَخِّرْلِيْ كُلُّ مَخْلُوْقَاتٍ اَجِبْ يَا جِبْرَئِيْلُ بِحَقِّ يَا بَاسِطُ يَا بَدُّوْحُ

تیسرا عمل تسخیر خلائق

اس کلام مکرم کو نماز عشاء کے بعد پڑھیں جتنی زیادہ تعداد میں پڑھیں گے اتنی ہی زیادہ تسخیر ہوگی کلام یہ ہے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ اَللّٰهُمَّ سَخِّرْلِيْ قُلُوْبِ

Marfat.com

الْخَلَائِقِ وَالْاَجْسَامِ وَالْاَرْوَاحِ وَالْاَمْوَال

الدعی الالخیر

محقق طب حکیم صمارت خان نوشاہی

10 جمادی الثانی 1424 ھجری

Marfat.com

ذخیرہ

قارئین سے التماس ہے کہ قرآنی آیات کو قرآن مجید
سے تصیح کر کے پڑھیں اور کتاب میں کتابت کی غلطیوں
سے ادارہ کو آگاہ کریں تا کہ دوسرے ایڈیشن میں غلطیاں
دور کی جاسکیں

شکریہ

ذخیرہ

Marfat.com

معالج کے لئے ضروری ہدایات

(1)معالج شرعی امور کی پوری پابندی کرے

(2)معالج معذرو یتیم اور درویش فقیر کا علاج مفت کرے

(3)معالج پوری تشخیص کے بعد علاج غذا سے شروع کرے جب تک غذا سے مریض فائدہ نہ ہو اس وقت تک دوا شروع نہ کرے

(4)معالج دوا تجویز کرتے وقت مرض کے درجہ کو مدنظر رکھے

(5)معالج علاج ہمیشہ مفرد دواوں سے شروع کرے

(6)معالج کو چاہیے جہاں تک ہوسکے مریض کو مسہل اور قے کی عادت نہ ڈالے

(7)معالج ہمیشہ زہریلی دواوں کے استعمال سے اجتناب کرے

(8)معالج کو اپنا صحیح طریقہ علاج نہیں چھوڑنا چاہیے

(9)معالج کو موسموں کی شدت میں قوی اور تیز دوائیں استعمال نہ کریں

(10)معالج اپنے دل میں خوف خدا رکھتے ہوئے کسی مریض سے قوم اور مذہب کا امتیاز نہ کرے کیونکہ سب مخلوق خدا کی ہے

(11)معالج فن طب کے لئے رات اور دن محنت کرے فکرے مخلوق کرے اور سخاوت کرتا رہے ہر آنے والے سے محبت اور اخلاق سے پیش آئے

Marfat.com

محققِ طب حکیم صمارت خان نوشاہی کی تصانیف

☆ کلید سالک

☆ ہیپاٹائیٹس کیا ہے؟

☆ اسلامک طب حصہ اول (حقیقت قانون فطرت)

☆ اسلامک طب حصہ دوم (حقیقت قانون فطرت)

☆ بیاض نوشاہی زیرِ طبع

☆ اسرار نبض زیرِ طبع

☆ تحقیقات اٹھرہ زیرِ طبع

☆ طبی سفرنامہ زیرِ طبع

ملنے کا پتہ

قادریہ کتب خانہ و دواخانہ گلی نمبر 2 شبستان چوک بھکھی روڈ شیخوپورہ

Marfat.com

Marfat.com

طبی دنیا میں اسلامک طب کا عظیم انقلاب
کوئی مرض لاعلاج نہیں

خوشخبری

علماء دین اپنی
وراثت حاصل
کریں

آیئے تشریف لایئے لاعلاج امراض کا علاج کروایئے

قادریہ دواخانہ گلی نمبر 2 شبستان چوک بھکھی روڈ شیخوپورہ

فون نمبر: 04931-56596

Marfat.com