

2-11-11
1)

ذخیرہ جزوہ میاں گھیل احمد شہر قہوری، نقشبندی مجددی

جو 2001ء میں میاں صاحب نے

پنجاب یونیورسٹی لائبریری کو عطا فرمایا

5832

33

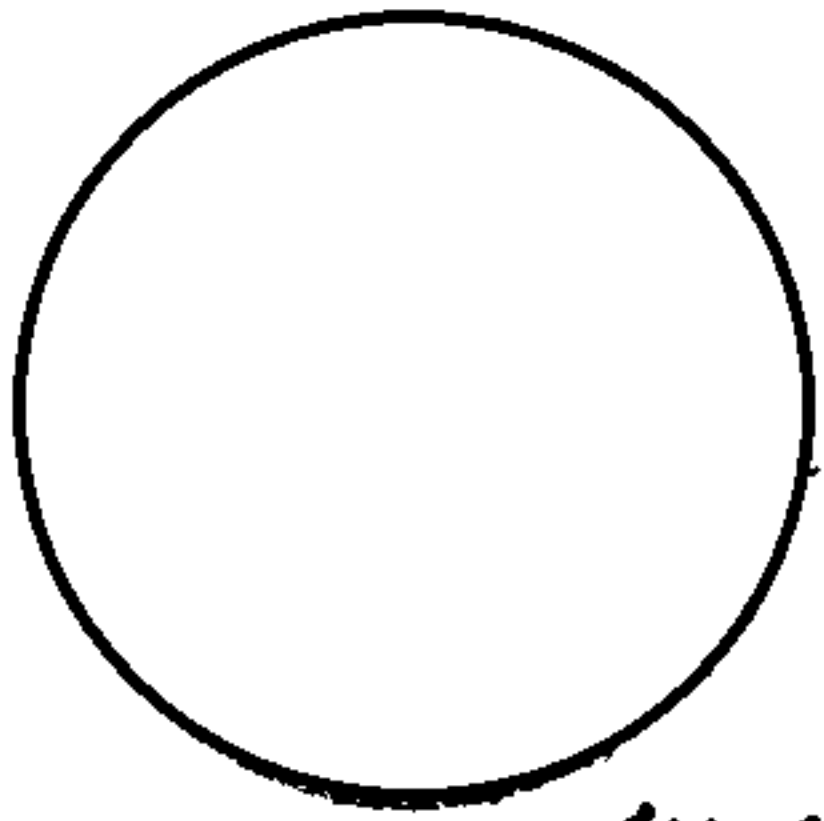
بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

یوتی الحکمة من یشاء و من یوتی الحکمة 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

اسلامک طب حصہ دوم

المعروف

حقیقتِ قانونِ فطرت

قادر یہ کتب خانہ و دواخانہ گلی نمبر 2 شہستان چوک بھکھی روڑ شیخوپورہ

جملہ حقوق بحق ناشر محفوظ

اس کتاب کا کوئی نسخہ یا مضمون کی اشاعت کسی فرد یا ادارے کو حق حاصل نہیں ہے کہ، اشاعت کرے اور کوئی ایسا کرے گا اس کے خلاف قانونی کارروائی کی جائے گی حکیم صممارت خان نوشاہی

نام کتاب اسلامک طب حصہ دوم
مصنف محقق طب حکیم صممارت خان نوشاہی
کتابت محترمہ طبیبہ کنیز شافیہ
پروف ریڈنگ محترمہ طبیبہ حجازیہ نورین و حکیم یونس عابد
اشاعت اول ماہ جمادی الثانی 1424 ہجری
ناشر محقق طب حکیم صممارت خان نوشاہی
تعداد 500 سو

قیمت 200 روپے

ملنے کا پتہ

قادر یہ کتب خانہ و دوا خانہ گلی نمبر 2 شبستان چوک بھٹائی روز شیخوپورہ

معنون

اپنی اس علمی تحقیق و فنی انکشاف اور تجدید طب کو قانونِ فطرت سے متفق و 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 و فن طب کو فروغ دینے کے لیے اور علما کو ان کی علمی وراثت لوٹانے کے لیے جامعہ میں باقاعدہ طبی تعلیم کا سلسلہ شروع کروایا دیا ہے جو اس صدی کا قابل تحسین اقدام ہے

محقق طب حکیم صممارت خان نوشاہی

جمادی الثانی 1424 ہجری

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

فہرست

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

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

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



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

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

صفحہ نمبر	مضامین	نمبر شمار
308	علاج بالدعا	73
309	دست شفا کرنے حاصل کا طریقہ	74
311	قلب کے سکڑنے سے پیدا ہونے وہابی امراض کی علاج دعا	75
312	قلب کے پھلنے سے پیدا ہونے وہابی امراض کی علاج دعا	76
313	قلب کے پھوٹنے سے پیدا ہونے وہابی امراض کی علاج دعا	77
314	تسخیر خدائق کے عمیرات	78
-317	موانع کے لیے ضروری ہدایات	79

پیش لفظ

یہ حقیقت مسلمہ ہے کہ خداوند حکیم نے یہ زندگی اور کائنات اپنی مرضی سے تخلیق کی ہے اور اس کا رواں 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 اسی 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 و سچائی ہے اور اسی کا نام رضائے الہی ہے قانونِ فطرت اور منشاء

الہی ہے جس پر زندگی اور کائنات رواں دواں ہے یہی رضائے خداوندی ہے اس منشا الہی اور رضائے خداوندی کو تسلیم کرنا ہی اس کی اطاعت اور سلامتی ہے یہی حق پرستی اور حقیقت پسندی ہے جب حق و صداقت اور حقیقت و سلامتی کی پرواہ نہیں کی جاتی تو یہ نہ صرف رضائے خداوندی اور منشائے الہی کی بغاوت ہوتی ہے جو گناہ کا درجہ رکھتی ہے بلکہ قانونِ فطرت کی خلاف ورزی ہے جس کا نتیجہ اس کا ردِ عمل ہے یہ ردِ عمل 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 قانونِ 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 حالت و رطوبت اور ارواح وغیرہ اور دیگر کیمیاوی اجزاء بھی

دورہ کرتے ہیں

اسی طرح کائنات کے ہر ذرے میں بھی اس کی فضا اپنا دورہ کرتی ہے جس کے ساتھ اس کی حرارت و رطوبت 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 ان کے افعال کا درست ہونا ہے جس کا نام صحت ہے جب اعضاء اور ان 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 و حالات کو ذہن نشین نہ کیا جائے اس وقت تک اس کے غیر طبعی افعال و حالات اور مرض پر عبور حاصل نہیں ہو سکتا اس مقصد کے لیے علم تشریح ابدان و علم 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 ہو سکتی اور مرض کو سمجھے بغیر علاج کرنا نہ صرف

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 اسباب امراض و علم علامات حاصل کرنا ضروری ہے اور جسم میں غیر طبعی حالات اور اعضا کی ہیئت و ترکیب اور افعال میں کیا کیا تبدیلیاں واقع ہوتی ہیں اور اس سے قلب و عضلات 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 ماہیت امراض میں مرض کی ابتدائی صورت خون کے مزاج (کیفیات) یا خون کے کیمیاوی مادوں (اخلاط) سے قلب و عضلات 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

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 تغیرات قلب کو مکمل طور پر بیان کیا گیا ہے تاکہ 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 ذہن 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 قانون فطرت یعنی قلب و عضلات 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 صاحب فن اور اہل علم ہی کر سکتے ہیں

حصہ دوم میں طب عملی ہے جس میں حفظان صحت کے اصول بیان کیے گئے ہیں اور علاج کے مختلف طریقے درج کیے گئے ہیں ان سب سے پہلے علاج بالغذو علاج بالذوا اور علاج بالدعا کو تفصیل سے درج کر دیئے گئے ہیں تاکہ فی زمانہ امراض نے جس قدر انسانوں کو پریشان کر رکھا ہے ان سے چٹھکارا

حاصل ہو سکے اور اس میں یہ کوشش کی گئی ہے علاج حلال اشیا سے کیا جائے
اسلامی و فطری قانون کو مد نظر رکھا گیا ہے امید ہے کہ ہمارے اس طریقہ
علاج سے طبی دنیا میں ایک خاموش انقلاب آئے گا انشاء اللہ

محقق طب حکیم صممارت خان نوشاہی

جمادی الثانی 1424 ہجری

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 تاکہ 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

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

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 برتنا 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

وہی

وہی وہ علم ہے جس کو اللہ تعالیٰ انسان کے قلب میں اور اک 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 وہی علم کہیں تو ضرورت کے مطابق عام انسانوں کو حاصل ہوتا رہتا ہے لیکن اہل علم اور حکماء پر اس کا القا و 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 القا و انکشاف اور فیضان نبوت و رسالت پر ہوتا ہے وہ اس سے اس زندگی اور

کائنات کی ہر چیز کے خواص و فوائد 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 و مشاہدات اور عقل کی روشنی میں صحیح ثابت ہو صحیح ہونے کا معیار یہ ہے کہ ہم جب کبھی بھی تجربات و مشاہدات 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 و رطوبت غریزی

علم حفظان صحت کا جہاں تک انسان کے جسم سے تعلق ہے اس کے لیے یہ نہایت ضروری ہے کہ انسان کے اعضاء 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 مد نظر رہتی ہے سوال پیدا

ہو جاتا ہے کہ یہ مزاج طبیعت اور طاقت کی 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 چاہئے 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 نشو و ارتقاء اور تصفیہ کا عمل جاری رہتا ہے یہ دونوں چیزیں اگر اعتدال سے اپنا عمل جاری رکھیں تو نطفہ صحت کے ساتھ نشو و 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 جلادے 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

بدل مائجلل

نطفے کی حرارت و رطوبت اس قدر قلیل ہو جاتی ہیں کہ انہی سے انسان کے جسم کا کم و بیش 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 و رطوبت غریزی کو جو نطفہ قرار پانے کے بعد خرچ ہونا شروع ہو جاتی 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 مائجلل کہتے ہیں

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

اعتراض

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

رطوبت اصلیہ بھی کہتے ہیں اور جن سے اعضائے اصلیہ تیار ہوتے ہیں ان کی کوئی ہستی غدرہی کیونکہ ہم ان کو مصنوعی طور پر تیار کر سکتے ہیں اور اگر وہ حرارت اور رطوبت جو ان کا بدل ماتیجیل 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 ماتیجیل نہیں بن سکتا جو رطوبت اور حرارت بدل ماتیجیل 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 تاکہ 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 ماتیجیل ہے یہ بدل ماتیجیل 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

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 مایہ تحلیل 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

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 حفظانِ صحت کے اصولوں کا ذہن نشین کرانا ہے تاکہ 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 ماتیحلل کو صحیح طریقوں پر پورا کرنا ہے اور یہ کوشش بھی جارہی رہے کہ رطوباتِ 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 و رطوبت غریزی کے پورے طور پر خراج 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 کہ 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

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 ہوگی

حفظانِ صحت کے اہم عناصر

حفظانِ صحت کے اہم عناصر حسب ذیل تین ہیں

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

ہونے لگتی ہیں

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

اغذیہ و اشربہ

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

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 چاہئے اگرچہ بھوک بھی کیوں نہ لگی ہو اور اشتہائے صادقہ نام 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 اگرچہ 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 و فساد 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

دودھ۔ ستواوردودھ 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 مینھی چیزیں و بھوک کو ضعیف اور

بدن کو گرم کرتی ہیں ان کی مضرت کو ترش غذا سے اور ترش غذا کی مسرت کو

مینھی 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

چیزوں کے استعمال سے دور کرنا چاہئے

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 چاہئے 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 بڑ جاتی ہے اور طبیعت اس کو رقیق کرنے کے لیے پانی

طلب کرتی ہے پیاس کا ذب 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 لیسیدار 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 میوؤں کے استعمال سخت ورزش اور محنت۔ حمام اور جماع کے بعد جب پیاس لگے تو پانی سے روکنا چاہئے جہاں تک ممکن ہو نہار منہ پانی نہیں پینا چاہئے

دودھ

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

استعمال کیا جائے دودھ استعمال کرنے کا بہترین وقت کا ناشتہ ہے ناشتہ 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 چاہئے اسی طرح بعض لوگ دودھ میں پانی ملا کر اس کی لسی 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 سوائے مزاج بارد کے امراض پیدا ہو جاتے ہیں اول تو اس کا استعمال ہی نہیں کرنا چاہئے لیکن جب استعمال کی جائے تو غذا اور اس کے درمیان کافی وقفہ ہونا چاہئے

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 چاہئے 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 چاہئے

شراب (مشروب)

شریت 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 حافظ کے مشورے سے استعمال کیا جائے تو یہ تمام جسم کے اعضا میں نشو و 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 چھوڑنا بھی بجائے فوائد کے باعث نقصان ہے

حرکت و عمل

حرکت و عمل 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 کر دے اور اس کا نقصان طبیعت کو نہ پہنچے اس لیے اس مقصد کے حصول کے لیے ایک ہی صورت ہے کہ جسم کو حرکت و عمل کی عادت ڈالی جائے اس میں ورزش ایک ایسی چیز ہے جس میں بغیر کسی اور تدبیر اور خرچ کے انسان اپنا مقصد حاصل کر سکتا ہے مگر مالش اور حمام میں ایک خاص اہتمام کی ضرورت ہے بہر حال 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

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 برا بیگتہ 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

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 چاہئے 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 چاہئے 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

قلب ہے لیکن اس میں چاند کی تیز روشنی لازمی ہے تیرنے 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 کھلی (جو کھر درے 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

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 چاہئیں 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 جلا یا 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 کر لے

حمام کا طریقہ و فوائد

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 آجائے 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

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 آجائے 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 و قوت 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 کرتی ہے جس کو بدل ماتیحلل 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

میں تین گھنٹے اور پھر ایک گھنٹہ وقفہ کر کے بعد ڈیرہ گھنٹے سے زیادہ دماغی کام نہیں کرنا چاہیے اس سے زیادہ دماغی محنت اعصاب میں تحلیل اور اعضاء ریسہ 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 میوہ جات 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 چٹھی 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

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 و غصہ 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

(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 و انبساط اور خاص قسم کا سررُور 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 بلکہ مقام حیوانی سے بھی نیچے گر جاتا ہے آپ نے اکثر دیکھا ہو گا 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

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 اعضاء 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 اعضاء 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 ہوتا ہے تھکن دور ہو جاتی ہے اس کے بعد بہت اچھی تسلی بخش نیند آتی ہے بھوک بڑ جاتی ہے اس جسمانی و دماغی محنت کرنے کو جی چاہتا ہے اور اگر اس کے بعد

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 اعضاءِ 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 مانتھلل 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

اور اس سے بچے کو اکثر اسہال، پچیش اور بخار کی شکایت رہتی ہے اور اوقات
دق اطفال اور ام الصبیان جیسے امراض پیدا ہو جاتے ہیں جس سے بچہ سوکھ
کر کاٹھا ہو جاتا ہے بچہ کو دو سال دودھ پلانا ضروری ہے

تندرست آدمی کو محض شوق کی خاطر مقوی باہ یا مسک 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 ہو جاتا ہے اسی
طرح طلا وغیرہ 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 ربر کی تھیلی چڑھا لینا یا عورتوں کے جسم میں مواصلت کے بعد
ایسی ادویات کا رکھنا جن سے نطفہ ضائع ہو جائے یہ ساری صورتیں مرد اور
عورت دونوں کے لئے مضرت رساں ہیں ان سے دل و دماغ دونوں پر بُرا
اثر پڑتا ہے اور منی کے صحیح طور پر خارج نہ ہونے کی وجہ سے بعض اوقات
مردوں کو جنون، مایخو لیا اور درد سر کی شکایت ہو جاتی اور عورتوں میں اختناق
الرحم اور سیلان وغیرہ کے امراض پیدا ہو جاتے ہیں اسقاط حمل بھی عورتوں کی

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 تو انائی کا اثر رکھتا ہے

ہر بچہ جو پیٹ میں پرورش و نشوونما 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 نئی 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 تندادویہ استعمال نہیں کی جاسکتی چند ضروری باتیں درجہ ذیل ہیں

(1) موسم 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 و آسائش سے رہنا گرمی بھانے والی اشیا کا استعمال

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 قدر تر 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

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 تاکہ 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 دار و مدار اپنی خواہشات پر مقرر کر دیا ہے یعنی جس چیز کو دل چاہا جب بھی چاہا کھالیا 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 اطباء متقدمین و متاخرین بلکہ ہر دین کے علماء کا بھی اس حقیقت پر اتفاق ہے کہ بھوک ایک مرض ہے اور اس کا علاج حسب ضرورت اور مناسب غذا کا کھانا ہے دنیا میں کوئی بھی ایسا مذہب نہیں ہے

جس نے غذا کی اہمیت و ضرورت اور استعمال پر کچھ نہ کچھ نہ 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 صورتیں 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

آیورویڈک

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 و تمدن ہند سے قدیم ہے اس لیے اس کا علم و فن قدیم کہا جاسکتا ہے بہر حال جہاں تک دونوں کے علم و فن طب کا تعلق ہے دونوں کی بنیاد کیفیات و مزاج اور اخلاط پر ہے یہ بھی کہا جاتا ہے کہ قدیم زمانے میں ہند اور چین ایک ہی ملک تھے اور ان کی تہذیب و تمدن بھی ایک تھا اس لیے ممکن ہے کہ آیورویڈک ہی نے چینی طب کی شکل اختیار کر لی ہو بہر حال آیورویڈک اپنی بنیاد پت و پر کرتی اور

دوشوں کے مطابق ہر غذا و دوا اور آب و ہوا کے استعمال میں ارکان و مزاج اور اخلاط کو مد نظر رکھے بغیر علاج نہیں کر سکتی اس طریق علاج میں سب سے اہم تاکید یہ ہے کہ علاج کے دوران میں پت و پر کرتی اور دوشوں کو مد نظر رکھتے ہوئے اول غذا سے علاج کیا جائے اگر مرض میں شدت ہو تو پھر مجرب مفرد ادویات سے علاج کیا جائے پھر بھی اگر مرض باقی ہو تو 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 آیور ویدک علاج ہے

طب یونانی میں غذا کی اہمیت

طب یونانی کی قدامت بھی تقریباً آیور ویدک کے برابر قدیم ہے کیونکہ ابتدا جب یونان میں اس کی ترتیب و تدوین 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 ورتقا پیدا ہوتا گیا چین و ہند کے بعد تہذیب و تمدن بابل و نینوا میں نظر آتی ہے جس کو آج کل عراق و عرب اور نڈل ایسٹ کہتے ہیں اس کے بعد تہذیب و تمدن کا کمال مصر میں نظر آتا ہے

ابوالہول، اہرام مصر (پیراماٹڈ) آج بھی اس پر گواہ ہیں جہاں پر بے شمار فرعون گزرے ہیں اس کے بعد یہی تہذیب و تمدن اور ثقافت روما سے گزرتی ہزاروں سالوں میں یونان پہنچی۔ اگرچہ مصر میں کاغذ کی ابتدا ہوئی تھی علم و فن کی تحریرات مقبروں سے ملی ہیں لیکن یونان خصوصاً بقراط کے زمانے میں علم و فن طب کی کتابی صورت میں ترتیب و تدریس ہوئی جس پر اسلامی دور تہذیب و تمدن میں چارچاند لگ گئے لفظ ”طب“ بذات خود عربی نام ہے لیکن احتراماً یونانی لفظ ساتھ قائم رہا ہے یہ علم و فن 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 و مشروبات (3) حرکت و سکون بدنی (4) حرکت و سکون نفسیاتی (5) نیند و بیداری (6) استفرغ و احتباس (دوم) کیفیات و مزاج اور اخلاط میں تغیر و تبدل (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

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 و مشروبات

ماکول و مشروب (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

سم مطلق: خالص زہر۔ جب وہ جسم میں داخل ہو تو وہ خود تو بدن سے متاثر نہ ہو لیکن بدن کو متغیر کر کے اس میں فساد پیدا کر دے مثلاً سنکھیا، کچلہ ایون 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 جزو بدن بنے اور کچھ حصہ جزو 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 جزو بدن بنتا ہے اور زیادہ حصہ جزو بدن بنے بغیر جسم سے خارج ہو جاتا ہے میوہ جات و گھی اور نمک و مٹھاس وغیرہ

دوائے سخی: 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 تھوٹھا اور پارہ وغیرہ

ماکول و مشروب کے صورتیں

ماکول و مشروب (کھانے پینے) کے اثرات کی صورتیں یہ ہیں کہ اگر فقط مادہ سے اثر انداز ہو تو اسے غذا کہتے ہیں اگر صرف کیفیات کا اثر زیادہ ہے تو دوا ہے اگر اس کا اثر مادہ و کیفیت دونوں سے ہو تو 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 دوا الخاصہ کہتے ہیں جس کی دو صورتیں ہیں اول دوا الخاصہ موافقہ تریاق اور دوسرے دوا الخاصہ مخالفہ جیسے زہر۔ اگر مادے اور صورت نوعیہ سے اثر انداز ہو تو غذائے دوا الخاصہ اور اگر کیفیت اور صورت نوعیہ سے اثر کرے تو اس کو دوا ذوا الخاصہ 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

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

قلیل الغذاء: قلیل الغذاء وہ غذا ہے جس کا تھوڑا سا حصہ خون بنے جیسے

پالک کا ساگ

غذائے لطیف: کثیر الغذاء اور صالح الکیوس کی مثال زدی بیضہ نیم

برشت انڈہ اور ماء اللحم (میخنی) ہے

غذائے کثیف: قلیل الغذاء 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 بہترین 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 سر چشمہ دور ہو بلندی سے پستی کی

طرف آئے اور اس پر آفتاب کی روشنی پوری طرح پڑتی رہے
یہ یاد رہے کہ موجود پانی جو ہمارے گرد و پیش 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 پتھر یلے 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 کر سکتا

ایلو پیٹھی میں علاج بالغذا کو اہمیت

ایلو پیٹھی 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 تیس سالوں سے خصوصاً 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 ہو گئی 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

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 مارفہ 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 غذایات پر تحقیقات ہوئی ہے اگر اس کو سلیقہ سے ترتیب دے دیا جائے تو علاج بالغذا پر ایک بہت بڑا خزانہ سامنے آ جاتا 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 روغینہ (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

گی تو یقیناً امراض پیدا ہوں گے اور ایسا ہوتا ہے

وٹامن کی ضرورت

مندرجہ بالا غذائی اجزاء کے ساتھ ان میں ایک قسم کا جوہر بھی ہوتا ہے جس کو وٹامن (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 ایلو پیٹھی 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 ایلو پیٹھی کی یہ تحقیق سامنے آئی کہ انسان کی بناوٹ میں چودہ پندرہ قسم کے نمکیات پائے جاتے ہیں جیسے کیلشیم و فیروم اور سلفرو 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 اجزاء ہماری غذا میں بھی ہیں گویا جن امراض میں ان اجزاء کی کمی ہو اسی قسم کی غذا استعمال کرادینا 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 ایلو پیٹھی غذائی نظریات اور علاج بالغذا میں کامیاب ہو سکے اسی نظریہ پر ڈاکٹر ششملر نے

با یو کیمک 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 با یو کیمک 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

ایلو پیتھی 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 جراثیمہ تحقیق کیا ہے علامات میں بھی اسی کو پیش کیا ہے نظریہ جراثیم کے پیش کرنے کے بعد ایلو پیتھی 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

غذائی اور کیفیاتی و نفسیاتی اثرات کو مد نظر 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 و صحت 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 و بالمثل 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 و ثقیل 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

کرنے کا ایک طریقہ ہے جیسے بایو کیمک میں ایک طریق پر بعض غذائی ادویات (آرگینک ایلیمینٹ) کے خواص بیان کیے گئے ہیں اسی طرح کرومو پیٹھی، ہائیڈرو پیٹھی، الیکٹرو پیٹھی، فزوپیتھی، علاج روحانی، علاج موسیقی، علاج بالفاقہ، علاج بالغذا، تعویز و گنڈا اور جھاڑ پھونک 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 و مری معدہ و امعاء جگر و طحال 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 غذائی 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

علاج بالغذا کی حقیقت یہ ہے کہ انسان کے اعضاءِ غذائیہ خصوصاً منہ سے لے کر مقعد تک کوئی ایک ہی قسم کا عضو نہیں ہیں اور نہ ہی ایک ہی قسم کی نیسج (ٹشو) سے بنے ہیں بلکہ انہی انسجہ سے بنے ہیں جن سے اعضاءِ ریئسہ بنا ہے ہر مفرد عضو (نیسج) کا تعلق ان کے ساری ہے اس لیے جب بھی اعضاءِ غذائیہ میں کسی حصہ میں خرابی پیدا ہوتی ہے تو وہ عضو ریئس میں جب بھی اعضاءِ غذائیہ میں کسی حصہ میں خرابی پیدا ہوتی ہے تو وہ عضو ریئس 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) استفرغ و احتباس ضروری امور ہیں یہ ایسے قوانین اور صورتیں ہیں جن سے زندگی کا تعلق کائنات سے

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 تاکہ 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 تیزاباات 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 ماتیجمل کی تکمیل بھی ہوتی ہے سب سے بڑی بات یہ ہے کہ حرارت غریزی اور

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 لا ابدی 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 لا ابدی شے ہے اس کیے اس کی طلب اور تقاضا ایک اضطراری اور غیر شعوری حالت ہے انسان کے

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 قوی 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 کر لیا گیا ہے کہ جو غذا وقت بے وقت کھالی جائے وہ ضرور خون اور طاقت بن جاتی ہے زیادہ سے زیادہ گرم یا مرغن غذا یہ 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 خصوصاً پیچیدہ امراض کے مریض تو مشکل سے نظر آتے ہیں اس سے ثابت ہوا کہ صرف غذا کا کھالینا ہی صحت و طاقت کے لیے کافی نہیں بلکہ اس کے لیے کچھ اصول

بھی ہیں تاکہ 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 چاہئے کہ انسانی جسم طاقت خصوصاً قوت مردانہ کے کمال کا پیدا کرنا صرف مقوی اور اکیسیر ادویات پر ہی منحصر نہیں ہے کیونکہ ادویات تو ہمارے جسم کے اعضاء کے افعال میں صرف تحریک و تقویت 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 مد نظر نہ رکھا جائے تو اکیسیر سے اکیسیر 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

سے زیادہ شامل کیا ہے مثلاً حلوہ جات و حریرہ جات اور مرہ جات و خمیرہ جات وغیرہ شامل ہوتے ہیں ان سے بھی زیادہ تیز قسم کی اغذیہ کو ادویات میں تبدیل کرنے کی صورت میں ماء اللہم 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 قنجن و فرنی 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 سو جی کی بنی ہوئی سویاں، ڈبل روٹی، حلوہ و حریرہ اور پراٹھے یہ سب کچھ طاقت کو مد نظر رکھ کر اطباء اور حکماء نے ترتیب دیے ہیں البتہ ان کے صحیح مقام استعمال کو جاننے اور مد نظر 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 ریئسہ کو غذائیت کی بجائے نقصان پہنچتا ہے اور اکثر ضعف و نقاہت اور کمی خون کے امراض پیدا

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 و اثرات اور خواص و فوائد کچھ وہی لوگ سمجھ سکتے ہیں جنہوں نے قرآن حکیم میں مختلف مقامات پر ربوبیت اور رحمت کی حقیقت و اہمیت افعال و اثرات اور خواص و فوائد کو ذہن نشین کرنے کی کوشش کی ہے اور اس کو یہ شوق و جذبہ 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 و طاقت کا دار و مدار 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 پہلو ان کو دیکھ سکتے ہیں کبھی کوئی دوائیں کھا کر پہلو ان نہیں بنتے بلکہ غذا کھا کر پہلو ان بنتے ہیں البتہ ان کو اس

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

غذا اور طاقت

یہ حقیقت ذہن نشین کر لیں 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 بڑھانے 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

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 ایلو پیتھی 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 و سل) ڈا بیٹیز (ذیابیطس) اور جوش خون (ہائی بلڈ 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 ایلو پیتھی حکومت کو ان مقوی پیٹنٹ ادویات سے روکنے کا مشورہ نہیں دیتا اس

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

غذا کھانے کا صحیح طریقہ

میں نے ساہا 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 و فن اور سائنس کو مد نظر 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 دکھا دے میں اس شخص کی عظمت کو تسلیم کر لوں گا ایک اور بات میں یہاں بیان کر دوں گا کہ میں نے گزشتہ تیس سالوں میں کسی اسلامی قانون کو اس وقت تک تسلیم نہیں کیا گیا جب تک اس کی حکمت و سائنس اور نفسیات کے قانون کو پرکھ نہیں لیا البتہ بعض مقامات پر دنیا کی حکمت و سائنس اور نفسیات کے اصول غلط ہو جاتے ہیں لیکن قرآن حکیم کے قوانین اور سنت الہیہ میں فرق نہیں آتا۔ حقیقت میں یہی قانون

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 جا رہا ہے وہ صرف ایک خواہش کے تحت کھایا جا رہا ہے اگر بھوک پیاس کے بغیر صرف خواہش اور لذت کے لیے کھایا پیا جا رہا 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

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 کر سکتا 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 بخیر کا سلسلہ جارہی رہتا ہے جو بڑھ کر زہر کی صورت اختیار کر لیتا ہے جس کا نتیجہ مرض اور ضعف کی صورت 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

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 و لذت 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 کیمیائی 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

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 ہو گئی 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 یقیناً 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 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

بغیر ہضم ہوئے پڑی رہے گی اور متعفن ہو جائے گی اور 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

رکھنا، ہضم غذا کے مکمل نظام کو چلانا اور قائم کرنا ہے اس طرح سارے جسم کی مکمل صفائی ہو جاتی ہے اور خون کیمیائی 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 جاسکتا ہے اور نہ وقت مقرر سے پہلے کھولا جاسکتا 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 جاسکتا 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 پرہیزگار کہتے ہیں جیسے قرآن حکیم میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے ”روزے تم پر فرض ہیں جیسے پہلے لوگوں پر فرض تھے تا کہ تم متقی اور پرہیزگار بن جاؤ“

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 تقویٰ اور پرہیزگاری اور اطاعت و رضا الہی کو مد نظر 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 مد نظر رکھنا پڑتا ہے یہ سب کچھ بالاعضا ہی تسلی بخش طریق پر عمل میں عمل آ سکتا ہے جس کی تحقیقات علم الغذا میں بیان کی جاسکتی ہیں البتہ اس حقیقت کو ضرور مد نظر رکھیں کہ کسی قسم کی غذا ہو اس لیے انتہائی ضروری ہے کہ وہ حلال اور طیب ہو جیسے قرآن حکیم میں لکھا ہے کل 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

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 و مشروبات 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 و سکون جسمانی حرکت و سکون 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 و سکون 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 و سکون نسبتی

ہوتا ہے یعنی جب کوئی جسم بلحاظ دوسرے جسم کے کسی خاص وضع یا حالت میں فعل میں آجاتا ہے تو اس کو حرکت کہتے ہیں بہر حال یہ نسبتی حرکت و سکون اپنے اندر خواص و اثرات 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 و خشکی 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 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

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 غدود 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 غدود 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 و صفائی اور طاقت میں ظاہر ہوتا ہے ان حقائق سے ثابت ہوا کہ حرکت جسم میں حرارت و خون اور قوت و صفائی 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

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 و مواد 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 و تحلیل وغیرہ افعال کے لاحق ہونے سے اس کے فضلات کی تحلیل سے عاجز و مجبور 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 و اسہال 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 محافظت و قوت ہے

تحریر قدرت کا فطری قانون ہے

خداوند حکیم کی حکمتوں میں سے ایک حکمت یہ بھی ہے کہ ضرورت بدن انسان کے لیے ایک تحریر 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 چاہئے اور ان تحریکات کو اعتدال پر لانے کی کوشش کرنی چاہئے 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

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 تاکہ 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 درپے حرکات سے ریاضت کی صورتیں پیدا کی جاتی ہیں اگرچہ 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

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

حرکت و سکون 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 و سکون 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 مطمئنہ (شعور) ان کی تفصیل طویل ہے صرف اشارات درج کئے
جاتے ہیں

حرکت و سکون 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

رغبت یا موزی مرض کا خوف دکھ یا دشمن سے خطرہ نفرت وغیرہ کیفیات و عوارض کے رد عمل 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 رد عمل 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 رد عمل 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 قوی کو ہی لاحق ہوتی ہے جو بذریعہ ارواح محرکہ ظہور میں آتے ہیں اس لیے قوی متحرک ہیں اور ارواح محرکہ ہیں ان

اعمال سے جن جذبات کا اظہار ہوتا ہے انہی کو ہی حرکت و سکون 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 ناقلہ 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 و سکون 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 بھی 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 کمی ہو کر سردی پیدا ہو جاتی ہے

یہ امر ذہن نشین کر لیں کہ حرکت و سکون نفسانی دراصل نفس کی حرکت و سکون نہیں کیونکہ نفس اپنا مفاد نہیں بدلتا۔ ایسا صرف مجازاً کہا جاتا ہے حقیقت یہ ہے کہ نفس کے تاثرات اور انفعالات (رد عمل) روح طبعی اور خون میں حرکت پیدا کر دیتے ہیں بالفاظ دیگر یہ تاثرات اور انفعالات صالح اور فطرت کے مطابق ہوں تو حامل قوت و صحت اور باعث نشو و ارتقائے 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 دار و مدار خواہشات و جذبات 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 و سکون

میں تسلسل قائم رہے تو باعث مرض و ضعف اور رفتہ رفتہ باعث موت ہے اور بعض اوقات ان کی یکبارگی شدت دفعتاً زندگی ختم کر دیتی ہے جیسے غم مرگ اور شادی مرگ کی صورتیں ظاہر ہوتی ہیں انسان کے انہی تاثرات اور انفعالات اور خواہشات و جذبات 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

اندر اور کبھی باہر کی طرف حرکت کرتا ہے

4۔ خوف نفس موزی 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 و استفراغ

اسباب ستہ ضروریہ کی تین صورتیں ہیں یعنی (اول) جسم کے لیے غذائیت مہیا کرنا جیسے ہوا اور روشنی اور ماکولات و مشروبات۔ (دوسرے) جسم میں غذائیت کو ہضم کر کے جزو بدن بنانا ہے جیسے نیند و بیداری اور حرکت و سکون جسمانی و حرکت و سکون نفسانی۔ (تیسرے) جسم کے اندر غذائیت ایک مقررہ وقت تک رکھے 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 و استفراغ 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

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 آ جاتی ہیں کہ اس کے دبانیے سے فضلات اور مواد میں کمی بیشی واقع ہو جاتی 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 اجزایا 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

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 و تفریط 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 و ادنیٰ 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 دار و مدار 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 اعضاء جسم میں تحریک اور شدت کے باعث ہوتی ہے جس سے اعضاء 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

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 چاہئے تاکہ 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 تاکہ 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

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

قے آورادویات یادگیراعمال کے ذریعے مواد اور فضلات کا خارج ہونا

حجامت

شکاف رگ، پھپھنے 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

در اصل 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 و نفسیاتی اور مادی تحریکات ہو کر مفید رطوبات و خون اور منی کا اخراج پانا جس میں مذی اور ودی بھی شریک ہیں رطوبات کی صورت میں لعاب دہن، آئسوئدی اور ودی ہیں خون کی صورت میں نفت الدم، قے الدم، نکسیر، خونی زحیر اور بو اسیر وغیرہ ہیں منی کی صورت میں جریان و احتلام اور سرعت انزال ہیں کبھی مفید رطوبات و خون 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 و نفسیاتی اور مادی تحریکات لطف و لذت اور صحیح و بصر نوازی کے ساتھ ساتھ جذبہ شوق و محبت 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 استفرغ و احتباس میں یہ اہم مقام ہے اسی لیے ہم نے ستر ضروریہ کا باب قائم کیا ہے جنسی امراض میں عام طور پر یہ سمجھ لیا گیا ہے کہ صرف مجربات و مرکبات کافی ہو سکتے ہیں کوئی شک نہیں کہ مجربات کا علاج بہت بڑا مقام رکھتا ہے لیکن جب تک اسباب ستر ضروریہ سامنے نہ ہوں خصوصاً استفرغ و احتباس کی اہمیت کو مد نظر نہ رکھا جائے جنسی

امراض کا علاج کیسے ممکن ہو سکتا 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 ہو کر 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 غدو 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 نسج ہی نہیں ہے غذا و

دوا اور زہر جس پر اثر کر سکتے ہیں آیورویڈک بھی تین دوش دات پت کف اور چوتھے رکت (خون) کو تسلیم کیا ہے اور طب یونانی نے چار اخلاط خون، بلغم، صفر اور سودا تسلیم کئے ہیں گویا آیورویڈک 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 آیورویڈک کے دوش اور اخلاط بھی انہی خون کے اثرات سے مرکب ہیں ان حقائق سے ثابت ہوا کہ آیورویڈک 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 وزہر 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

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

اشیاء کے اثرات کی حقیقت

آیورویڈک 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 و مشاہدات 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 و اغذیہ اور اشیاء کے خواص تحریر میں آگئے تاکہ ضرورت کے وقت ان سے کام لیا جائے لیکن ایسے علاج صرف ادویات کے استعمال تک محدود تھے ان میں علاج کے اصول و نظریات اور قانون و فلسفہ کو دخل نہیں ہوا کرتا تھا بلکہ ان کو جادو ٹونہ اور تعویذ گنڈے کے طور پر استعمال کیا جاتا تھا آج کل بھی عطایانہ علاج اسی قسم کے اکثر دیکھے جاتے ہیں

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

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 مد نظر رکھا گیا البتہ بالخاصہ فوائد کو بھی ضرور مد نظر 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 عمومی قسم کی کمزوری کہہ دیا گیا اگر ان کے اثرات و افعال بالاعضاء کیے گئے تو ان کا تعلق مرکب اعضاء تک رہا یا کسی نہ کسی تکلیف اور علامت کے ساتھ مخصوص کر دیے گئے اس طرح ایلوپیتھی سائنس کا رخ بالکل بدل دیا اور تحقیقات اسلامی دور میں کمال تک

پہنچی تھی وہ انگریزوں کے دور میں ختم ہو گئی جس کے ساتھ ایلوپیتھی کی نشو و ارتقا کی گئی اور اب صرف پیٹنٹ ادویات میں ڈوب کر فنا ہو گئی 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 و خلیات (ٹشوز و سیلز) تک پہنچا دیا مگر اغذیہ و اشیاء اور ادویہ اور زہروں کے اثرات و افعال کی بنیاد ان ٹشوز النسجہ (قلب و عضلات) پر نہ رکھی اور علم و فن طب اپنے کمال کو نہ پہنچ سکا

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

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 ارتقاء نباتات کی صورت پیدا کی ہے جمادات اور نباتات 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 کاست (صلاحیت) 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 بہاوی 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

موالید ثلاثہ کا استعمال

جہاں تک موالید ثلاثہ (جمادات و نباتات 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

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 جزو 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 بنا پستی گھی اور اصل گھی کا ہوتا ہے

ایلو پیٹھی کی غذا کے متعلق تحقیقات

ایلو پیٹھی 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

اجزائے روغنیہ (3) کاربوہائیڈریٹس اجزائے شکر یہ ونشاستہ (4) سائٹس نمکیات اور ان کے ساتھ پانچویں شے پانی شریک ہے اور اس نے ثابت کیا ہے کہ گوشت وانڈا اور دودھ میں کم و بیش یہ پانچویں اجزائے پائے جاتے ہیں اگرچہ یہ اجزا اناجوں، سبزیوں، پھلوں اور میوہ جات میں پائے جاتے ہیں لیکن ہر ایک میں تمام اجزاء شریک نہیں ہوتے۔ اس لئے اس جو مکمل 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 کو ایلوپیتھی کی تجارت کا زبردست چکر خیال کرتے ہیں اس تحقیقات سے یہ بھی ثابت ہے کہ گوشت اور دودھ (پروٹین) اجزائے لحمیہ) کو غذا میں اولین اہمیت حاصل ہے

اشیاء کے صرف تین اثرات

خداوند کریم نے دنیا میں جس قدر اشیاء پیدا کی ہیں ان کا شمار ناممکن ہے لیکن حکماء نے ان کو موالیہ ثلاثہ جمادات و نباتات و حیوانات تین اقسام میں تقسیم کر دیا ہے ان کا نمایاں فرق حکماء اور عقلمندوں کے سامنے ہے جس سے ان کے افعال و اثرات اور خواہی و فوائد حاصل کرنے میں نہ صرف سہولتیں

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 و خواص
 کو جاننے کے لیے انہیں قلب و عضلات کے تحت صرف تین اثرات میں
 تقسیم کر دیا ہے تاکہ ان کے افعال و اثرات کو سمجھنے میں مشکلات پیدا نہ ہوں
 اور انہی تین اثرات و افعال کو ضرورت کے مطابق آئندہ پھیلا یا جاسکتا 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 چاہئے 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 جاسکتے 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 و افعال 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 و مشاہدہ 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

اخراج بھی زیادہ ہوتا ہے ترشی کے استعمال سے جسم میں خشکی اور جوش بڑھ جاتے ہیں اور ریح 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 و عضلات پر اثرات

1۔ کھاری اشیاء جو جسم میں رطوبات و تری اور بلغم پیدا کرتی ہیں ان کا اثر نیچ اعصابی پر ہوتا ہے جس کا مرکز دماغ ہے اس میں قارورہ مقدار میں زیادہ اور اس کا رنگ سفید یا مائل نیلا ہٹ ہوتا ہے کھار سے قلب و عضلات پھول جاتے ہیں

2۔ ترش اشیاء جو جسم میں خشکی اور جوش اور ریح پیدا کرتی ہیں ان کا اثر غدد 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 و عضلات میں سکیز پیدا ہو جاتا ہے

3۔ نمکین اشیاء جو جسم میں حرارت و تیزی اور صفراء پیدا کرتی ہیں ان کا اثر نیچ 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

قلب وعضلات میں پھیلاؤ 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 ریئہ صرف قلب ہے جو اعضاء بنیادی عضو میں شریک ہیں ان کو قوت اعضاء ریئہ سے ملتی ہے

مفرد اعضاء کے تحت ذائقے

ہر مفرد عضو (نسج) کے لیے دو ذائقے ہیں اعصاب کے تحت ایک پھیکا اور دوسرا شیریں طحال کے تحت ایک ترش اور دوسرا تلخ۔ غد کے تحت ایک چرپرا اور دوسرا نمکین۔ گویا کل چھ ذائقے اور مزے ہیں ان کو آیور ویدک 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 و افعال اور چھ ذائقے اور مزے خواص و فوائد غذائی علاج کی طرف رہنمائی کرتے ہیں

ضرورت غذا

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

اہمیت حاصل ہے کیونکہ انسان بغیر غذا کے ہو اور پانی پر کچھ عرصہ تک زندہ رہ سکتا ہے لیکن بغیر غذا اس کی طاقت روز بروز گٹھتی 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 مانتھلل 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 غدود اور گردے کمزور ہو جاتے ہیں جن کا تعلق جگر سے ہوتا ہے کیونکہ کثرت خوراک سے ان کے جگر اور گردوں و غدود 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

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 جو انوں 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 جن سے قلب و

عضلات بنتے ہیں یہ ہم پہلے واضح کر چکے ہیں کہ خون حرارت و رطوبت 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 و گرمی اور خشکی ان کی قوت ہیں یہ بھی ہم واضح کر چکے ہیں کہ اعصاب کا تعلق رطوبت اور بلغم سے ہے غدو کا تعلق حرارت اور صفراء سے ہے طحال کا تعلق ریح 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 و عضلات (النسجہ) خون سے بنتے ہیں البتہ دوا اور زہران کے افعال میں کمی بیشی اور تحلیل ضرور کر سکتے ہیں اس لیے زندگی و قوت اور صحت کا دار و مدار 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 و قوت اور صحت کو قائم

رکھنے کے لیے سب اجزاء شامل ہوئے ہیں لیکن جب انسان کو حیوانی غذا میسر نہ رہی یا وہ قلیل ہو گئی تو پیٹ بھرنے کے لیے انسان نے پھلوں اور میوہ جات کا استعمال شروع کر دیا ان میں ایک طرف پیٹ کے کیے تسکین تھی اور دوسری طرف ان میں غذا ہضم کرنے کی بھی قوت تھی کیونکہ پھلوں اور میوہ جات میں غذاؤں کے کم و بیش 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 ہو گیا تو کمزور اور غریب عوام کے لیے غذا مشکل ہو گئی انہوں نے اصل غذا کی بجائے اناج اور سبزیوں سے زندگی اور قوت و صحت کے لیے پیٹ پر شروع کر دی وہ اس کے سوا کبھی کیا سکتے تھے لیکن گوشت و چربی اور دودھ و گھی میں جو غذائیت و قوت ہے وہ اناجوں اور سبزیوں سے کیسے حاصل ہو سکتی 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 و قوت 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

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 ہو گئی 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 و حرارت 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

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 تیتڑ و بشیر وغیرہ پرندوں کے گوشت استعمال کئے جائیں تو ان میں حرارت و رطوبت زیادہ اور ریاحی و ارضی 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 چاہئے 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

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 وہی کھانے سے اس کو جلد متعفن کر دیتا ہے جب تک مچھلی جسم میں جا کر متعفن نہ ہو اس کا نقصان نہیں ہوتا۔ چاہئے اس کے ساتھ کچھ کھالیا جائے مچھلی کھانے والوں کو اس امر کی تاکید ہونی چاہئے 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 وہی پر گزار دیتا ہے ان اشیاء کے استعمال سے انتہائی قوت و صحت قائم رہتی ہے اور انسان طویل عمر پاتا ہے دودھ کا مزاج تر گرم ہے اور جس جانور کا

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 و حرارت اور سل نہیں ہو سکتا 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 و قوت اور صحت بخشتا ہے بنا سیتی 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 بنا سیتی اور صابن کا نسخہ ایک ہے صابن گاڑھا ہوتا ہے اور بنا سیتی رقیق ہوتا ہے اس میں جس قدر وٹامن ملا لیں اس کے زہر یلے ہونے اور نقصان پہنچانے میں کوئی کمی نہ ہوگی گویا قوت اور

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 فوراً 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 ملیں ہے نئی و پرانی پچیش 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 جاسکتا ہے کیونکہ یہ اپنی حرارت کی وجہ سے جگر اور اعصاب کے لیے بے حد مقوی اور محرک اثر کرتا ہے ایلو پیتھی 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 بنا سبتی 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

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 شکر یہ 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 کھا جاوہ 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، ماشپاتی، لیچی، کیلا، جامن، فالسہ

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، لہجی، آلو بخارا، میٹھا، انار، اناس، 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، مرچ، گو بھی، کھیرا، گلڑی، شلغم، کدو، کچنار، سیم، چقندر، بینگن، بھنڈی، اردی، ٹینڈے، سرسوں، کاساگ، پیاز، ادراک 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 بہر حال 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

مطلب یہ ہے کہ جب تک مرض کی طرح تکلیف دہ نہ ہو غذا نہیں لینی چاہئے ہم یہ کہتے ہیں کہ جب غذا کھانے سے امراض پیدا ہوں تو غذا کھانا چھوڑ دینا چاہئے کیونکہ سوائے چوٹ و گھر پڑنے اور بیرونی حادثات کے کوئی مرض بغیر ضرورت غذا و اشیاء 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 کر دیتی ہے بھوک دراصل ایک زبردست قوت اور اللہ تعالیٰ کی نعمت ہے بھوک کے یہ معنی نہیں ہیں کہ چند لقمے کھائے جائیں بلکہ ایسی بھوک ہو جو انسانی معدے کے خلا کو پورے طور پر بھر دے تاکہ طبیعت میں ہضم کا دباؤ (پریش) 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 کھا لیا 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

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 خوراک کی 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

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

غذا بطور دوا

غذا کی حقیقت و اہمیت 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 غذا یہ کے استعمال اور غیر مفید غذا یہ 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 و مقوی اور مصفی خون ہی جسم و نفس اور روح کے لئے زندگی و قوت اور صحت ہے یہی علاج بالغذا کاراز 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

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 کیمیائی طور پر حرارت پیدا ہو اور قائم رہے ساتھ ہی اعضاء کے افعال اعتدال کے ساتھ رکھے اور اس میں

طاقت قائم رہے اس طرح صحیح معنوں میں جسم کا بدل ماتیحلل قائم رکھے ایسی ہی غذا متوازن ہو سکتی 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 ہو سکتی 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 بخشنے اس مقصد کے لیے غذا میں مندرجہ ذیل بنیادی اجزاء یا بنیادی غذائی مادے ہونے چاہئیں

(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 اجزاء (فیٹس) جن کی تشریح درج ذیل ہے

پروٹین (اجزائے لحمیہ)

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

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 ایلیمینٹی 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 ایلیمینٹی غذا کہا جاتا ہے

چونکہ پروٹین دو قسم کی ہیں اس لیے حیوانی پروٹین کو "مایوسین" کہتے ہیں اور نباتاتی پروٹین کو گلوٹوٹین کہتے ہیں اسی طرح خصوصیت کو مد نظر رکھتے ہوئے گیہوں میں پائے جانے والے پروٹین کو "گلوٹوٹین" 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

ہیں کیونکہ ان کے ایمنو ایسڈ ہاضمہ کے دوران جزو 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 جزو بدن نہیں بن سکتے۔ معدہ میں غذا ہضم ہونے کے بعد پہلے پروٹین وٹامنز میں تبدیل ہوتے ہیں پھر خون میں جذب ہو کر 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

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 (اجزاء نشاستہ)

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 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

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 اجزاء 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 جا چکا ہے کہ اجزاء لحمیہ اور اجزاء شکر یہ بھی حرارت اور توانائی پیدا کرتے ہیں لیکن ان میں

حرکات اور توانائی کی قابلیت کا اندازہ ان کی کیلوری سے لگایا جاسکتا ہے یعنی اگر ایک چھٹانک روغن سے 510 کیلوری بنتے ہیں تو اجزاء لحمیہ اور اجزاء شکر یہ 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 دودھیارنگ 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) کیلشیم (2) فیوریم (3) سوڈیم (4) پوٹاشیم (5) فاسفوس (6) سلفر (7) میگنیشیا (8) آئیوڈین (9) کا پر

(10) زنک (11) سلیکا (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 ڈیز 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 غدو 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

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، سلاڈزیتون، ٹماٹر، آلو بخارا، سیب

پوٹاشیم

دودھ، دہی، گاجر، کھیرا، کلڑی، انناس، مولی

کاربن

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

فیرم

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

چقدر، پالک وغیرہ

گندھک

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

فاسفوس

دودھ، پنیر، انڈے، گوشت، مچھلی، مٹر، زیتون، کھنسی، مونگ پھلی، سلاد، گوبھی

اور آلو

آئیوڈین

مچھلی، سلاد، انڈے، گوبھی، چکوتر 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

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 اگرچہ وٹامن صحت دافع مرض اور نشوونما 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 گو یا 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 بنائے 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

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 ہو گئی 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 ہو سکتا 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، بلانی، انڈے اور بعض حیوانی روغن بالخصوص مچھلی کے تیل میں موجود ہوتا ہے ان کے علاوہ کلچہ، 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

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 کے امراض، مثانہ اور گردوں میں پتھری، جلد کی خشکی، دانتوں کا بھر بھرا ہوتا، مسوڑھوں میں پائوریہ 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 ہو سکتا زیادہ حرارت سے ضائع ہو جاتا ہے اکثر چکی ہوئی اغذیہ میں ختم ہو جاتا ہے سوڈا اور کھار 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

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 اور ان کے اثرات وغیرہ یہ ہیں وٹامن ”بی“ (کمپلیکس) کا کیمیائی تھامن اور اینورین 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 اور اس کے تیل میں کافی مقدار میں پایا جاتا ہے ان کے علاوہ دودھ، مٹر، سنگترہ پالک، چوزہ، مچھلی، آلو، پیاز، پھول، گوبھی، لوبیا، سیب، سرخ مرچ، سٹاربری، بند گوبھی، گریپ فروٹ، انناس، شلغم، چقدر، ٹماٹر، شکر قندی، آڑو وغیرہ میں پایا جاتا ہے

اس کے استعمال سے اعصاب کو طاقت آ جاتی ہے جس سے دماغ و بینائی اور بالوں کو طاقت آ جاتی ہے اس کے علاوہ دل و جگر 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

وٹامن ”بی 2“ اس کا کیمیائی نام ایبورین ہے یہ زیادہ تر دل و جگر 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 کیلئے مشہور ہے جب باچھیں پک جائیں ہونٹوں پر خراشیں آجائیں 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 نیا سن 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

میں جلن اور جنسی کمزوری پیدا ہو جاتی ہے رفتہ رفتہ اس کا نتیجہ مائیکو لیا 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 و علامات اور افعال و اثرات تقریباً (بی 2) اور (بی 3) کے مطابق ہیں

وٹامن (بی 5) اس کا کیمیادی نام ”پینٹو تھینک 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 کلچہ، مغز، گردے، انڈے، بکری کی ران کا گوشت، خمیر، گیبوں، کھنب، مونگ پھلی، سویا بین، جوہرے 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

وٹامن (بی 6)

یہ وٹامن بھی اپنے دیگر گروپ کی طرح مقوی اعصاب اور دماغ امراض بارہ 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 دماغ 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 بارہ سے متعلق ہے

وٹامن (بی 8)

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

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 باردا امراض 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 تندرستی 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 آجائے، زبان سوج جائے، اسہال، بدن کی لاغری، ہاتھ پاؤں میں سوجناں 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، کلیجی اور خمیر وغیرہ ان ہی اغذیہ سے ہوتا

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 گنجا پن 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 جزائیم 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 ”پیرامینو 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

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 وق 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 سویا بین 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

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 و توانائی 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، سلاڈ، پھول گوبھی، پالک، سویا بین، اردی، پیٹھا، دال ماش، بھنڈی، توری، مسور، موٹھ، مونگ، باتھوں، کاساگ، لوبیا، ٹینڈے، چنے، چاول، چقندر، حلوہ، کدو، دال ارہڑ، چولائی، کاساگ، سویا، خرفہ، کاساگ، کچالو، کچنار، کدو، کریلا، مڑ، مولی، میتھی، پھلوں اور سبزیوں کے علاوہ کلبجی 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 مری جراثیم) کا مقابلہ نہ کر سکے اور اکثر نزلہ، زکام اور انفلونزا 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

وٹامن ”ڈی“

یہ وٹامن حیوانی روغن اور چربی میں حل ہوتا ہے اور پانی میں حل نہیں ہو سکتا اس خصوصیت یہ ہے کہ جسم میں داخل ہو کر یہ کیلشیم 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 بھر بھری اور دانتوں میں خرابیاں پیدا ہو جاتی ہیں بچوں میں سوکھا پن ہو جائے، جنین کی نشوونما میں خرابی ہو، بچوں کی ہڈیاں ٹیڑھی ہو گئی 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، سلاڈ، آلؤ، بند گوبھی، لوبیا، ساگ، چقندر، سویا، گاجر وغیرہ ہیں

چونکہ یہ وٹامن قلب وعضلات کے امراض میں مفید ہے اس لیے جب دل وعضلات 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، سویا بین، 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 و حصول اور افعال و اثرات میں چھ وٹامن سے کچھ جدا صورتیں معلوم نہیں ہوتیں اور

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 ہو گئی 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

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 غذا میں اور جو ہر حیات میں اور ان کے استعمال سے بے حد خون پیدا ہو جاتا ہے ہر قسم کی جسمانی کمزوری فوراً 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 ایلو پیتھی اور سائنس کے نظریہ غذا و متوازن غذا اور اجزاء غذا اور

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 تاکہ ہم پورے طور پر 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 تقریباً تمام دنیا پر ہے ہم کافی عرصہ سے ان کے نظریات، اصول اور علوم و فنون 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

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 ارنی ہیں ان حقائق سے ثابت ہے کہ پروٹین و اجزاء 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 ہو سکتی ہیں (اول) حالات کائنات جن میں آسمان و نجوم اشیر 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

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 مد نظر رکھا جائے اس وقت تک علاج ممکن نہیں ہے جب تک خون کے اجزا و اخلاط کو مد نظر 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 دگر اشیا 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 کر لیا 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 جاتی ہے

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

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 غدود 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 آئندہ 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 چاہئے لیکن مریض کے لیے وقت بڑھایا جاسکتا ہے اور شدید بھوک بہترین وقت ہے لیکن اگر چھ

گھٹنے 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 تا کہ جب تک غذا ہضم ہو کر خون میں نہ جائے روزہ نہیں کھولنا چاہئے یہی روزہ کی خوبی کا اسرار اور راز ہے اس لیے جب روزہ نہ ہو تو روزہ کے نصف وقت غذا لینی چاہئے 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 چاہئے ایسے لوگوں کو

بھی، یہاں 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 باہا 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 بہتر نہیں مانی جائیں 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 غذا یہ جو اسلام نے حلال لکھا ہے اور حرام غذائیں جن میں مردہ جانوروں، خون، سور کا گوشت مردہ جانور اور رشوت وغیرہ۔ یہ سب غذا یہ 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

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 و عضلات 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 و عضلات کے تحت ترتیب غذا

مزاج بالغذا کی حقیقت و ماہیت پر ہم تفصیل سے لکھ چکے ہیں اس میں یقینی کامیابی کے لئے تشریح و منافع الاغذیہ کے افعال و اثرات قلب و عضلات کی تفصیل وغیرہ اس انداز میں لکھ دی گئی ہے کہ عام پڑا لکھا سمجھدار شخص اس کو پورے طور پر سمجھ کر فائدہ حاصل کر سکتا ہے اب ہم ذیل میں قلب و عضلات کے تحت اغذیہ کو اس طرح ترتیب دے دیا ہے کہ ایک نگاہ سے فوراً 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 و عضلات خون سے بنتے ہیں خون میں جس مزاج کا غلبہ ہوگا ویسی ہی قلب و عضلات کی حالت تبدیل ہوگی جیسا کہ اگر خون میں سودا زیادہ ہوگا تو قلب و عضلات میں سُکیرہ ہوگا اس سُکیرہ 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

سکیر نے والے عضو کی حالت نارمل ہو جائے گی یہی فطری علاج ہوگا اسی طرح جب قلب و عضلات 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 و عضلات 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 ہوگا

قلب و عضلات کی حالتوں پر ظاہر ہونے والی تمام امراض و علامات کی تفصیل اسلامک طب حصہ اول درج کر دیا گیا ہے انہی کو مد نظر رکھ کر علاج کیا جائے

غذاؤں 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 و عضلات کے سکڑنے سے پیدا ہونے والی امراض کا غذائی علاج

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

میوہ جات

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

پھل

انگور، آم، خوبانی، شہتوت، خر بوزہ، پیپتہ وغیرہ

اناج اور دالیں

گیہوں، مونگ، سفید چنے

سبز پیاں

میتھی، کاساگ، ٹینڈے، اورک، پیاز، سبز مرچ، لہسن بطور سبزی

قلب و عضلات کے پھلنے سے پیدا ہونے والی امراض کا

غذائی علاج

حیوانی غذا

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

میوہ جات

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

پھل

انار شیرین، تربوز، ناشپاتی، کیلا، امرود، گرما، سردا وغیرہ

اناج و دالیں

چیس، ماش، سرا، گودانہ

بہریاں

مون، کاجر، سد، توری، شلغم، اروی، حلوہ، کدو، چندر، کھیرا، کلڑی

قلب و عضلات کے پھولنے سے پیدا ہونے والی امراض

کا غذائی علاج

حیوانی غذا

بھینس کا گوشت، مچھلی، برن کا گوشت، کبوتر کا گوشت، گائے کا گوشت، دہی

زیادہ ترش لسی و سین کی کڑی

میوہ جات

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

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

اناج و دالیں

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

سبزیاں

آلو، مر، 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 لہذا سے جو آپس میں ملتی ہوں وہ ان غذاؤں میں شامل

ہو سکتی ہیں

علاج بالذوا

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 و اثرات 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 و معالجہ 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 و معالجہ کی تاریخ اور ابتدا علم الادویہ ہی سے شروع ہوتی ہے جوں جوں تہذیب و تمدن اور ثقافت میں نشو و ارتقا ہوتا رہا علم الادویہ کے ساتھ ساتھ علم العلاج اور اس کی دیگر شاخیں علم و فن 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 و جزئیات اور اثرات و افعال پر مکمل دسترس حاصل کریں علم الادویہ جس کی تاریخ ہزاروں سالوں میں پھیلی ہوئی ہے اب اس میں اس قدر

وسعت ہوگئی ہے کہ سہولت تفہیم کے لیے کئی حصوں میں تقسیم کیا جاسکتا 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 و افعال کے اصول اور قوانین کلیہ کا تعین کرنا ان کی اصطلاحات کا واضح کرنا کلیات و اصطلاحات کے تحت ادویات کی تقسیم کرنا

خواص و فوائد :- ادویات کے فعلی و کیمیائی اور بالخاصہ خواص و فوائد ادویہ کے امزجہ کیفیات اور درجات امراض جن میں ادویات مفید ہیں

تعین ادویات :- ایسے اصول جن کے تحت ادویات کا اعضاء و امراض اور علامات کے ساتھ تعین کرنا اور نسخہ نویسی

ادویہ سازی :- اس میں عرق و شربت، سفوف و حبوب، اطر یفل و معجون، لعوق، یاقوتی، جوارش و خمیر، اچار و چٹنی، روغن، عطر، جوہر و ست، کشتہ و سوختہ اور تیزابات دیگر کیمیائی اعمال وغیرہ

علم الادویہ میں صرف نہ صرف ان تمام شعبہ جات کو مد نظر رکھیں گے بلکہ ان کے ساتھ طب قدیم کے الادویہ کو پورے طور پر ذہن نشین کرانے کے ساتھ ساتھ ایلو پیتھی 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 و قاعدے اور اصول ترتیب پا جاتے ہیں جن کا استخراج و استنباط 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 و کیفیات اور مزجہ و درجات الادویہ کا جاننا ہے ان کے تعین کے بعد ہی ادویات کے افعال و خواص پر یقین کیا

جاسکتا ہے جو لوگ علم کلیات الادویہ سے واقف نہیں ہوتے وہ کتب میں تاثیرات و افعال، خواص و فوائد 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 حدت“ کی پیدا ہوتی ہے وہ صرف جان لینے سے پیدا نہیں ہوتی بلکہ وہ علم و فن میں کلیات و جزئیات کے جاننے کے بعد ہی حاصل ہو سکتی ہے

جاننا چاہئے کہ علم و فن طب کو حکمت اور اطبا کو حکماء کے نام صرف اس لیے دیئے جاتے ہیں کہ اس علم و فن میں غور و غوض اور سوچ و فکر بہت ہے اور جب تک اطبا میں غور و فکر کا مادہ پیدا نہ ہو وہ حکیم کہلانے کا مستحق نہیں ہو سکتا حکیم کو قدم پر منٹ منٹ کے بعد غور و فکر 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 و خوراک لکھ دیئے گئے ہیں ان کو بغیر غور و فکر کے استعمال کر لیا جائے یہ صحیح نہیں ہے کیونکہ مریض کے مزاج و عمر، ماحول و مقام، موسم، آب ہوا اور مرض کی شدت و خفت 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 میں سے کسی ایک

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

ادویات کے افعال و اثرات

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 موالیہ 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 و فوائد معلوم کر لیتا ہے بلکہ ایسے اصول و قوانین اور کلیات تیار کر لیے ہیں جن کی مدد سے موالیہ ثلاثہ کی بے شمار تقسیم و در تقسیم اقسام کو بھی جان لیتا ہے ان کے خواص و فوائد 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

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 و ادراک اور قیاس

انسان کی زبردست قوتوں میں سے احساس و ادراک 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 و آسمان 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 جسٹ کسی لفظ کا مادہ نکال کر اسی کی کئی ممکن صورتیں بنائی جاتی ہیں تو ہر صورت اس کا اندر ایک

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 مد نظر اس کو نظر انداز کرتے ہیں اور ذیل میں احساس و ادراک اور قیاس کی قوتوں کو بیان کیا جاتا ہے

احساس و ادراک 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 و حکمت اور مذہب کے خزانے پوشیدہ ہیں جن کا مقابلہ بہت کم الفاظ سے کیا جاسکتا ہے ان کی حقیقت جاننے کے بعد ایسا معلوم ہوتا ہے جیسے کشف کے پردے اٹھادئے گئے ہیں اور نور کے دروازے کھول دئے گئے ہیں ان الفاظ کو سمجھ لینے کے

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 فوراً اندازہ لگا سکتا ہے کہ حاصل شدہ علم الہامی اور لافانی ہے یا تجرباتی و مشاہداتی ہے یا انسان نے اپنے اجتہاد و ثقافت سے ان کی حقیقت کو پایا ہے اگر انسان انہی الفاظ کے اصول اور تعین پر غور و فکر 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 کر سکتا ہے کیونکہ علم بشریت تجربات و مشاہدات اور اجتہاد و ثقافت سے آگے نہیں بڑھ سکتا لیکن علم نبوت الہامی ولدنی اور وجدانی ہوتا ہے

احساس و ادراک اور قیاس کے متعلق یہ تعارف اس لیے کرایا ہے کہ انہی کی وساطت سے صرف علم الادویہ میں تحقیقات ہو سکتی ہے بلکہ زندگی و کائنات اور مابعد الطبیعات کی حقیقت سے بھی آگاہی حاصل ہو سکتی ہے اس کے ذریعے انسان نفسیات اور روحانیات کی منزلیں آسانی سے طے کر سکتا ہے لیکن اس امر کو ہمیشہ مد نظر رکھیں کہ علم و حکمت صرف جاننے سے حاصل نہیں ہو سکتا بلکہ فکر و عمل سے اس پر قبضہ کیا جاسکتا ہے کوئی انسان اس وقت تک صحیح معنوں میں عالم، فاضل اور حکیم و طبیب نہیں بن سکتا جب تک وہ یقین و فکر اور عمل کا جذبہ اور استعداد پیدا نہ کرے صرف علم بغیر عمل و فکر کے بے معنی ہے

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

علمی دنیا میں ایک نیا راز

علم و حکمت 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 و حکمت اور جاننے پہچاننے میں جس قدر تعلق دماغ و اعصاب 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 و رموز احساس و ادراک 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 و حکمت 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

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 الہی 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 و تمدن، علم و حکمت 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 جاسکتا 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

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 قوی 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 قوی 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

یہی ادراک ہے جو ادنیٰ 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 انبیاء نے اپنے لیے دعائیں کی رب جعلنی حکم و علم دراصل حکمت اور

عدالت کی بنیاد ہی اسی علم پر ہے چونکہ دونوں کا شرف و فضیلت 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 و سنت اور اجماع امت میں کوئی فیصلہ نہ ملے تو فقہاء 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 و اثرات اس کے مطابق متعین اور مقرر کئے جاتے ہیں فلسفہ کی یہ جان ہے منطق میں ہر تصور کی تصدیق اسی سے عمل میں آتی ہے گویا احساس و ادراک 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 و ادراک اور قیاس کی بالفعل تشریح درج ذیل ہے

احساس و ادراک اور قیاس کی بالفعل تشریح

روح انسانی

روح انسانی کوئی ایسی چیز نہیں ہے جس کو ہم آنکھوں سے دیکھ اور ہاتھوں سے چھوسکیں، 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 و اصلاح نفس جسم کی طرف راغب ہوتی ہے تو اس کو ثوت مدبرہ کہتے ہیں اور اپنے کمال و ارتقا 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 الہیہ کا ہے جہاں انسان کا مرتبہ ملائکہ سے بھی افضل ہوتا ہے یہ مقام احسن التقویم ہے اور اس طرف 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 و فن طب میں روح سے بحث کی جاتی ہے اس کو طبی روح کہتے ہیں طب

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 آثار کی ذریعہ سے حاصل ہوتا ہے یہ اظہار انسانی نفس اپنے جذبات کے ذریعہ کرتا ہے جس کے ذرائع قوی 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

ایلو پیٹھی روح کے علم سے بے خبر ہے

ایلو پیٹھی 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 آثار تو کہیں دور دور بھی معلوم نہیں ہوتے البتہ واسٹل 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

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 قوی کی صورتوں میں کیا جاتا ہے جن کے بالمقابل نام یہ ہیں

1۔ قوت طبعی، جو قوت جسم میں غذا اور نشوونما کا کام انجام دیتی ہے اس کو نیچرل فورس کہتے ہیں 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 و افعال قائم رکھتی ہے اسے اینمل 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 کر دی گئی ہے کیونکہ قدرت نے ہر عضو کے افعال میں اس کی ایک جبلت پیدا کر دی 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

حاصل خون ہے نفس کی تیزی اور سستی سے جذبات میں جو افراط و تفریط پیدا ہوتی ہے یہ اثرات خون میں نہیں ہیں یہ اثرات قلب و عضلات 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 و سکون کبھی پیدا نہیں ہوتا کیونکہ نفس اپنا مقام نہیں بدلتا ایسا مجازاً کہا جاتا ہے جذبات کا اظہار تو قلب کے افعال میں افراط و تفریط سے ہوتا ہے اور نفس کے انفعالات اور تاثرات خون اور روح

میں ضرور حرکت پیدا کر دیتے ہیں بالفاظ دیگر یہ انفعالات اور تاثرات دراصل باعث حرکت ہیں حرکت و سکون نفسانی بدن کے لیے ویسا ہی ضروری ہے جیسا کہ حرکت و سکون بدنی کیونکہ بدنی حرکت و سکون کا دار و مدار 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 قوی میں تحریک دینے سے عمل میں منتقل کرنا ہے یہ سب کچھ ارواح کے قوی میں تحریک دینے سے عمل میں آتا ہے

قوی کی تعریف

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

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 آسکے 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

اقسامِ مدرکہ ظاہری

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

اقسامِ مدرکہ باطنی

قوتِ مدرکہ باطنی جو پانچ ہیں جن کو حواسِ خمسہ باطنی بھی کہتے ہیں ایسی قوت ہے جو ایسے تاثرات کا ادراک کرتی ہے جن کو حواسِ خمسہ ظاہر محسوس نہیں کر سکتے البتہ وہ حواسِ خمسہ ظاہر احساسات کو محفوظ رکھتی ہے تاکہ بوقتِ ضرورت ان کو ذہن کے سامنے پیش کر سکے یہ حواسِ خمسہ باطنی حسبِ ذیل ہیں

1- حسِ مشترک

وہ قوتِ باطنی ہے حواسِ 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 مقامِ مقامِ دماغ کا پہلا (اگلا) حصہ ہے

ہے

احساسات کی بالفعل تشریح

جو کہ ہمارے احساسات و حواس 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 و سختی کو ترتیب دیتے ہیں یا ان سب کے اثرات انسانی جسم یا حیوانات و

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 روایتی 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 کمر لیتے ہیں خاص طور پر ایسے حیوانات جن کے مزاج انسانی مزاج سے زیادہ قریب ہیں لیکن مقصد انسانی جسم کے

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

شرائط تجربہ

تجربات کے لیے تین اصولوں کا مد نظر رکھنا ضروری ہے

1- تجربہ کرنے والے علم و فن طب کو جاننے کے ساتھ ساتھ جسم انسان کی تشریح اور منافع الاعضا کو جاننے والا ہو علم کیمیائی اور طبیعیات 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 چاہئے

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

اور طبیعیات 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 طبیعیات کے دلائل کے ساتھ تصدیقات حاصل کرتا ہے کبھی تجزیات 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 و اغذیہ 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 و افعال کا علم حاصل ہو اگر ادویات زہریلی یا خطرناک ہوں یا ان کا ذائقہ و بود دیگر محسوسات تکلیف دہ اور قابل نفرت ہوں تو تجربات انسان کی بجائے حیوانات پر کرنے چاہئیں لیکن تجربات کے لیے ایسے حیوانات منتخب کئے 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

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 تاکہ 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 مد نظر 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 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

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 و اثرات اور خواص و فوائد کا پورا پورا علم ہو تاکہ مرکب دوا کے تجربات میں راہنمائی کریں ان کو ذیل کے اصولوں پر تجربات کریں

1- تجربے کے لیے مطلوبہ مفرد دوا کے افعال و اثرات اور خواص و فوائد کو دو تین مستند طبی کتب سے مطالعہ کر کے ان کے مزاج و کیفیات اور اخلاط کو سمجھنے کے بعد ان کو بالاعضا تعین کرنا چاہئے

2- اپنے تعین کرنے کے بعد افعال و اثرات اور خواص و فوائد کو آیور ویدک، ایلوپیتھی اور ہومیو پیتھی 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 و علامات میں استعمال کی گئی ہے؟ اور کتنی کتنی مقدار میں دی گئی ہے؟ اور جن امراض و علامات میں دی گئی ہے ان کا تعلق اس عضو یا ان اعضا کے

ساتھ جن کے لیے ہم نے تعین کیا ہے اور مختلف مقداروں میں یا 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 و بیشی 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 میں کسی طرف دوران خون تیز نہ ہو اس لیے پہلے دوا کو قلیل مقدار میں اسی تحریک کے لیے دیں جو اس میں پائی جاتی ہے 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

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

محرك 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 نوٹ 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 بڑھادیں 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 شفا یاب ہونا سب سے بڑا ثبوت ہے

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

کرنی چاہئے کہ متعدد انسان زیر تجربہ ہوں تاکہ ان افعال و اثرات کے ساتھ ساتھ خواص و فوائد بھی مرتب کر سکیں مثلاً اس اعصابی دوا کا سرے 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 اگرچہ 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 و اثرات بیرونی طور پر بھی حاصل کرنے چاہئیں مثلاً تندرست مقام پر دوا ملیں یا اس کا خیساندہ اور جوشاندہ ڈالیں۔ تیل ملا کر مالش کریں اسی طرح مریض مقام مثلاً درد ورم اور سوزش و زخم پر اس کے اثرات و افعال حاصل کریں جو دوا آنکھ، کان اور ناک کے لیے بھی اثرات رکھتی ہو تو وہاں پر بھی استعمال کریں اور نتانج کونوٹ 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

بھی زیادہ ہوتی ہے اسی طرح بچوں کے مزاج میں گرمی تری غالب ہوتی ہے جو انوں 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 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 مد نظر 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 اجزاء و عناصر اور ارکان خون ہیں پس یہی کیمیائی اثرات ہیں مثلاً کبھی خون میں کسی دوا، غذا اور شے سے صفر اور طوبت بڑھ جاتی ہے کبھی خون میں سودا ویت 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

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 و اغذیہ 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 و اغذیہ 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 فوراً قے ہو جاتی ہے کبھی کھانے پینے کے نام سے جی متلاتا ہے کبھی بھوک ہوتی

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 و ندامت کا زیادہ اظہار کرتے ہیں
 بعض میں لذت و مسرت 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
 انارٹل انسان کہتے ہیں اسی طرح جذبات سے جو اخلاقی قدریں پیدا ہوتی
 ہیں ان میں افراط و تفریط کا پایا جانا یا انسانی جبلت میں کمی و بیشی کا پایا جانا اس
 طرح جبلت کا صحیح جذبات و فطرت کے مطابق تربیت کا پانا یا نہ پانا وغیرہ
 وغیرہ بلکہ انسانی اخلاق کے حسن و قبح کو اغذیہ و ادویات اور اعضا کے مطابق

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 ادویہ 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 و تمدن اور شائستگی و اعتدال کی زندگی کو انسانیت
 خیال کرتے ہیں غرض انسانی زندگی میں ہر قسم کی کیفیات و جذبات 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 و جذبات اور فطرت انسانی کیا ہیں؟ یہ سب کچھ انسانی جبلت کے

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، بددیانت، 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 و قبح 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 غذا اور ادویہ خاص طور پر نشی اشیا جسم فعلی اور کیمیائی طور پر بھی ایسی تبدیلیاں پیدا کر دیتی ہیں اگر ہم ادویات و غذا کے ان افعال و اثرات اور خواص و فوائد کو خاص طور پر مد نظر رکھیں تو ہم انسانی جذبات اور اخلاق کو بھی بدل سکتے ہیں بالکل اسی طرح جیسے امراض کو صحت میں بدلا جاسکتا 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

کوئی قابل اعتماد کتاب پائی جاتی ہے جہاں تک عضوی نفسیات کا تعلق ہے، یورپ و امریکہ 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 اعضا 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 و امریکہ اور روس و چین کی میڈیکل سائنس میں پائی جاتی ہے وہ علاج میں نظریہ قلب و عضلات و ن 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

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

اکثر آپس میں اختلافات پیدا ہوتے ہیں ہم بہت مختصر اس کو بیان کریں گے تاکہ اس کی روشنی میں صحیح علم و فن اور ان کی حکمت حاصل ہو سکے

علم کی حقیقت

علم کی حقیقت کے معنی ہیں جاننا لیکن منطقی اصطلاح میں کسی شے کی شبیہ اور نقش جو قوی ذہنیہ یا خود نفس ناطقہ پر حاصل ہوتا ہے اسے معلوم کہتے ہیں اور اس کے حصول سے ذہن میں جو کیفیت احساس اور ادراک پیدا ہوتا ہے اس کو علم کہتے ہیں گو یا صرف جاننا اس وقت تک نہیں ہو سکتا جب تک ذہن کو اس حصول نہ ہو جائے یعنی اس ہر ذہن کو ملکیت حاصل نہ ہو شبیہ کو نقش برونی بھی کہتے ہیں جن کو حواس 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 کا تعلق منطق سے ہے اور تیسری صورت کا تعلق فلسفہ سے ہے منطق اور فلسفہ کی تمام مباحث ان ہی کے گرد گھومتی ہیں

تصور کی تعریف

زندگی و کائنات اور مابعد طبیعیات کی شہبات و نقوس کی صورتیں اور معلومات انسانی ذہن اور نفس ناطقہ میں پیدا ہونے کے بعد تصور کہلاتی ہیں یعنی ایسا علم جن 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 طبیعیات کے حالات

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 تاکہ 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 و خشکی گرمی و سردی وغیرہ کے نام سنتے ہی یہ چیزیں سمجھ میں آ جاتی ہیں لیکن اس امر سے انکار نہیں کیا جاسکتا 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 و فنون میں یہ مناسبت پیدا ہوتی جاتی ہے وہ بدیہی

ہوتے جاتے ہیں مثلاً طبیب کے سامنے ارکان و اخلاط اور مزاج و کیفیات 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 از بس 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۔

تصور و تصدیق 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 گو یا 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 جاسکتا ہے کہ اگر کوئی شخص سوال کرتا ہے کہ فرشتہ کیا چیز ہے البتہ وہ جسم و زندگی یا لطیف و نورانی 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 و نورانی 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

اسی طرح دو یا زیادہ علموں کو ملا کر کسی نامعلوم کے معلوم کرنے کو فکر و نظر کہتے ہیں کبھی ان تصورات و تصدیقات 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 و غور کا صحیح کرنا ہے

احساس و ادراک اور قیاس و تجربات 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 تصورات اگر احساسات ہیں تو حس مشترک کے خزانے خیال میں محفوظ ہیں

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 ادراک کی 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 بنا ہرنے کے خزانہ خیال سے قوت فیصلہ (عقل) کے سامنے پیش کر دیتا ہے اسی طرح ادراک کی 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 حافظہ 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 ہوتی 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

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 موافقت 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

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 الہیہ 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

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 و تفریط پیدا ہو جائے تو اس کی ہر بات مبالغہ یا جاہل ہوگی اس کی دلیل میں بے شمار شعرا کا کلام پیش کیا جاسکتا ہے کلام کی خوبی اپنی جگہ پر ہے لیکن مبالغہ اور جاہل سے انکار نہیں کیا جاسکتا 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 و تفریط پیدا ہو جائے تو جنون اور توہم کہہ دیتے ہیں اس کی دلیل مجنوں کی گفتگو سے دی جاسکتی 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 کر لیں کہ انسان ایک حیوان ناطق ہے یعنی وہ اپنی

حیوانیت کی وجہ سے حیوان کے ساتھ ہیں اسی طرح اولیاء اللہ و امام 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 و امام وقت اور نبوت کا مرہون منت ہے ہمارے تجربات اور مشاہدات ان کا مقابلہ نہیں کر سکتے البتہ ہمارے تجربات و مشاہدات اور قیاسات ان کے علم و معرفت کے بعد ہی صحیح نتائج پیدا کر سکتے ہیں

عقل و قیاس اور تجربات و مشاہدات 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 و مشاہدات اور معلومات پر منحصر ہوتے ہیں اگر تجربات و مشاہدات 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 جاسکتا مگر کسی علم و عمل میں اس کے فیصلے اس وقت تک صحیح نہیں ہو سکتے جب تک وہ شخص اس علم و فن

اور عمل میں صحیح تجربات و مشاہدات اور معلومات نہ رکھتا ہو مثلاً ایک ماہر قانون جو علم و فن طب سے بالکل ناواقف ہو اگر وہ اپنی عقل پر بھروسہ کر کے اس امر کا دعویٰ کرے کہ اس کے فیصلے علم و فن طب میں صحیح ہوں گے بالکل غلط ہے ایسا شخص یقیناً عقل کی حقیقت سے واقف نہیں، یہی صورت عالم دین، عالم سیاست، ادیب و فن 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 جاسکتا جب تک وہ لوگ علم و فن 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 نذیر 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 و فکر انسان سمجھ لیا کرے

کیا سینکڑوں ہزاروں باتیں ایسی نہیں ہیں کہ انسان کی عقل ان میں کام نہیں کرتی مثلاً کلیں، طلسم، شعبانے، 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 ہو سکا 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 ہو سکتا 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 ادعاں محتاج وغور و تامل نہیں ہے جس تصور اور تصدیق میں غور اور تامل درکار نہ ہو وہ بدیہی ہے اور جو محتاج فکر ہو وہ نظری ہے

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 ابد الابد تک چلی جائے گی جب عقلا کا یہ حال ہے تو رہے بد حال عوام پس غور فکر کیا بھروسہ رہا کوئی تدبیر کرنی چاہئے کہ غلطی فکر کا انسداد ہو سکے اس کے لیے علم منطقی 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 جاسکتا جب تک یہ یقین نہ ہو جائے کہ اس کے فیصلے کسی اصول و قاعدے

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 و حیثیت تسلیم نہیں کی جاسکتی 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 خواص الاشیا

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

سے ہوئی ہے کیونکہ انسانی زندگی کے ابتدائی دور میں صرف خواص الاشیا کو ہی سحر و طلسم اور جادو گری 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

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

مشاہدات میں بھی غلطیاں ہو سکتی ہیں

جس طرح عقل کے فیصلے غلط ہو سکتے ہیں جیسا کہ ہم لکھ چکے ہیں بالکل اسی طرح ہمارے مشاہدات میں بھی غلطیاں ہو سکتی ہیں جب مشاہدات صحیح نہ ہو تو پھر عقل کے فیصلوں کا غلط ہونا تو بہت یقینی بات ہو سکتی 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 کر دی جائیں

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

حواسِ 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 نا تجربہ 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 چاہئے تاکہ نتائج صحیح پیدا ہوں

مشاہدات کے یہی اختلافات ہیں جن کی وجہ سے مختلف اشخاص و ممالک اور علوم و فنون میں جدا جدا نتائج مرتب ہوتے ہیں مثلاً پھلوں کو دیکھ لیں ان کے متعلق مختلف ممالک و اقوام اور علوم و فنون میں مختلف مشاہدات پائے جاتے ہیں مثلاً کھجور و سیب اور نارنجی وغیرہ مختلف ممالک میں اکثر اپنی شکل و صورت 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 نذیر احمد صاحب کی معلومات ملاحظہ فرمائیں کتاب ”مبادی الحکمت“

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 لو چل رہی ہے اور ہم کہیں کہ ہوا گرم ہے تو یہ باتیں بدیہی ہیں اور اگر کوئی ان کا ثبوت چاہے 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 مزالیتے 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

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 ہندی یعنی سطح خط نقطہ دائرہ جیسے کتاب اقلیدس میں مذکورہ میں فی الواقع موجود ہیں مقلد فیشا 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 اعتبار تفاوت ترکیب آتشی منتظم ہیں اس غلطی نے اسی حد پر بس نہیں کی اور آگے پاؤں پھیلا یا یہاں تک کہ گویا ذہنی کیفیتوں کو وجود اشیا کا سبب ٹھہرا لیا 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 بنا لیا ہو اس سے ظاہر ہے کہ مادہ کا کوئی خالق ہے اور ضروری ہے کہ وہ بڑا دانشمند بھی ہو ورنہ

جو عقل سے خالی ہو وہ آدمی جیسی دانشمند مخلوق کو کیونکر پیدا کر سکتا ہے اور قرین قیاس نہیں کہ دنیا بہ اس عمدگی خود بخود ہو گئی اس تمام دلیل کا حاصل 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 جو ہر لیاہ اپنی ذات سے قائم ہونہ عرض جس کا وجود تابع دوسرے وجود کے ہو جیسے رنگ کہ کوئی سے جدا گانہ 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

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 دئے جائیں کہ ان کو مان لینے سے ایک دوسرے قضیے کا مان لینا لازم آجائے تو ان کی اہمیت مجموعی کو قیاس کہتے ہیں اور اس دوسرے قضیہ کو نتیجہ کہتے ہیں

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 ہو سکتا 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

صورت تصدیق کی بھی ہے جیسا کہ اس کی تعریف دو اقسام میں بیان کر چکے ہیں البتہ تصدیق اپنے معنی و ضرورت اور مقام پر قائم ہے

قیاس کی اقسام

قیاس کی دو قسمیں ہیں اول قیاس استثنائی (شرط لیکن ہو) دوسرے اقتراہی (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 و صورتوں اور مادوں کی تشریح بوقت ضرورت اپنے مقام پر کریں گی یہاں صرف یہ بتانا مقصود ہے کہ حکمانے مشاہدات و تجربات اور عقل و قیاس اور تجربات و مشاہدات 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 انکار ذکر دیا جائے گا اس وقت یہی مفید اور لازم ہے

قیاس کی اہمیت

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

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۔ اشیاء 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 در اقسام میں شریک ہیں اور ان کے نتائج بغیر قیاس کی تعین اور حاصل نہیں ہو سکتے گویا

قیاس کے بغیر ہمارا تجربہ نامعقول ہے
 علامہ نفیس تجربہ کی تعریف میں لکھتے ہیں کہ ”کسی دوا کو بدن میں پہنچا کر اس
 کے اثرات کا امتحان کیا جائے یا دیکھیں 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 ”گا ہے 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 بیانیوں 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

ہمارے سابقہ تجربات و مشاہدات اور معلومات کی دوا کے ظاہری حالات میں اس کے افعال و اثرات 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 افضلیت حاصل ہے کہ بغیر قیاس کے ہم کسی غذا و دوا اور شے کو تحریر 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 و افضلیت 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 جاسکتا

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 و تمدن اور ثقافت کے لیے جاری رہتا ہے

ترتیب قیاسی مقدمات

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

- 1- ہمارے سابقہ تجربات و مشاہدات اور معلومات
- 2- کسی نئی شے کی خصوصیات اور صفات کو ہمارے گزشتہ تجربات و مشاہدات 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

مد نظر رکھیں کہ انسان کے سابقہ تجربات و مشاہدات اور معلومات جس قدر وسیع ہوں گے اور ساتھ ہی حکم و حدیث 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 مولید 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 اور اک وجدان اور دینی معلومات کے ذریعے بھی قیاس و معلومات کا ایک سلسلہ جاری ہے

معیار استدلال

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 کردئے 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 محل و قاتل وغیرہ افعال و اثرات جسم میں پیدا کردیتی ہیں تو دوسری طرف ملیں 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 چہرہ 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

بالخاصہ اثرات

طب قدیم میں باوجود کیفیات و مزاج اور اخلاط کے افعال و اثرات کے ایک صورت اثرات بالخاصہ کی بھی ہے مثلاً ایک ہی کیفیات و مزاج اور اخلاط کی بعض اشیا اپنے اندر مختلف اثرات بالخاصہ رکھتی ہیں یہ صرف اس لیے ہوتا ہے کہ ان کے کیفیات و مزاج اور اخلاط کے توازن میں فرق ہوتا ہے جس کی دلیل ان کے قوام و استحالہ اور رنگ و بو میں نمایاں تبدیلی پائی جاتی ہے لیکن اس کے معنی یہ نہیں ہوتے کہ بالخاصہ اثرات و افعال سے کیفیات و مزاج اور اخلاط کے تعین سے جو اثرات و افعال جسم میں پیدا اور ظاہر ہوتے ہیں وہ بدل جاتے ہیں ایسا ہرگز نہیں ہے اس لیے صرف بالخاصہ اثرات و افعال 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 و افعال 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 و مزاج اور اخلاط کی صورت نہیں جس کے نتیجے میں ان کے پاس کسی

غذا، دوا اور شے کا کوئی معیار نہیں ہے ان کے اثرات و افعال صرف بالخاصہ پائے جاتے ہیں چونکہ ایک ہی قسم کے بالخاصہ اثرات و افعال مختلف مزاج کی ادویات میں پائے جاتے ہیں جن سے ایک طرف یقینی علاج نہیں کیا جاسکتا دوسری طرف بالخاصہ صورتوں کے درجات مقرر نہیں کئے جاسکتے مثلاً سوڈا کارب، بادیاں اور زنجبیل تینوں بالخاصہ دافع ریاح ہیں مگر کیفیات و مزاج 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 الاشیاء میں کیفیات و مزاج 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 دو کی کیفیات و مزاج 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 و اثرات صرف قتل جراثیم تک محدود ہوتی جا رہی ہیں ان کے علاج میں ناکامی کا یہی سب سے بڑا راز ہے

قیاس کے مبادیات پر تحقیقات

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

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

(1) وہم و جدان (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

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 و افعال کا تعین عمل میں لایا جائے گا اسی طرح باقی قیاس کے مبادیات پر بھی غور کیا جاسکتا 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 حکمانے تین صورتیں بیان کی ہیں (1) تبخیری (گیس) (2) سیال (لیکوئڈ) (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

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 عناصری کی ترکیب ثانی ہوتے ہیں، کے مزاج و خواص اور افعال و اثرات 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 و فوائد اور اثرات و افعال کو اچھی طرح ذہن نشین کر سکتے ہیں

لزوجیت و دھنیت اور وزن

قوام میں تبخیر و سیال و جامد اشیا کی صورتوں میں بیشی سے پران کے وزن میں فرق پڑ جاتا ہے وہاں ان میں لزوجیت (لیسدار) اور دھنیت (روغن) پیدا ہو جاتا ہے گویا وزن و لزوجیت اور دھنیت قوام کی مختلف شکلیں ہیں جب ہم خالص وزن و لزوجیت اور دھنیت کے بھی مزاج و خواص اور افعال و اثرات ہم خالص وزن و لزوجیت اور دھنیت کے بھی مزاج و خواص اور افعال اثرات مقرر کریں گے تو لا محالہ 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 و افعال اور مزاج و خواص کی نفی کرنے ہاتھ باندھے نظر آئیں گے اور ہم تحقیقات الاشیا میں بے حد

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 حکمانے 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 تاکہ تحقیقات الاشیا خصوصاً 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 بار بار ایک بار ایک 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 کہنی 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

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 ہوگا اس میں لطافت پائی جائے گی اور رکن خالص کہلائے گا کیونکہ حرارت اپنی شدت سے کثافت کو دھودیتی ہے اور اس کو لطافت و نراکت 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

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 جاتی ہے 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 دیکھی 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

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 و اثرات

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 بخیری 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

بس یہی صورتیں ہر تبخیری وسیال اور جامد میں غور سے دیکھیں اور ان کا مزاج مقرر کر دیں اطباق 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 ہونی 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 مد نظر 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 سے جدا جدا ہو جاتے ہیں

اسی طرح وزن کے لحاظ سے بھی جب ہم ایک دوا کا رنگ و بو اور مزاج 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

کثافت

دوسری کثافت کا تصور لطافت کے بالکل برعکس ہے یعنی ایسی شے جو کسی محلول یا جسم انسانی میں داخل کر دی جائے تو اس سے متاثر ہونے کے فوراً 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 کر سکی گویا کثیف شے بطی تاثیر ہے اور لطیف شے سریع تاثیر ہے اور مناسبت سے سریع لہضم 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 ہو سکتیں 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 جاسکتا ہے اسی طرح دوا کی لطافت اور کثافت کو کسی شے پر لگا کر بھی سمجھا جاسکتا ہے مثلاً وہ اس میں فوراً نفوذ کر جائے یا جسم پر لگا کر مالش کر کے بھی اس کے اثرات کو

معلوم کیا جاسکتا 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 غدو پر ہوتا ہے

معتدل

(تیسرے) ایسی اشیا توام 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 فوراً متاثر کر دیتی ہیں اور پھر اس کا ایک معتدل توام 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 تھو تھا کو سوڈا فاسفیٹ یا اس طرح کے مرکب

سے ملا کر رگڑ جائے تو دونوں باہم مخلول ہو جائیں
چوتھی مثال :- جب کسی بد بودار یا متعفن شے پر کوئی شے ڈالی جائے تو اس کی
اور تعفن فوراً دور ہو جائے وغیرہ وغیرہ

قوام کے مدارج

انہی لطیف و کثیف اور معتدل اشیا میں مختلف مدارج پائے جاتے ہیں جن کی
وجہ سے ہمیں مختلف صورت و شکل کی اشیا نظر آتی ہیں جیسے (1) جامد (2) نیم
جامد (3) لیسدار (4) بھر بھری (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
دالت 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 آپس میں ایسے ملے ہوئے ہوں
جن کو اگر جدا کیا جائے تو وہ پھیل جائیں اور باہم آپس میں جڑے رہیں جیسے

گندہ بیروزہ اور شہد وغیرہ جن کو لزج کہتے ہیں

(4) بھر بھری۔ ایسی اشیاء جن کے اجزا آپس میں اس طرح جڑے ہوں

کہ اگر ان پر ذرا ساد باو ڈالا جائے تو وہ چھوٹے چھوٹے اجزا میں ریزہ ریزہ

ہو جائے جیسے ستمو نیا اور مصر وغیرہ ان کو ہمیش 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 خٹمی 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 ہمیشی

تحقیقات و تجربات سے یہ بات واضح ہو گئی ہے کہ جن اشیا میں حرارت کی زیادتی پائی جاتی ہے ان میں گندھک اور فاسفورس کے اجزا زیادہ پائے جاتے ہیں ایسی اشیا وزن 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 پتھر پلی اور معدنی اشیا زیادہ وزنی ہوتی ہیں جیسے سونا، چاندی، پارہ، تانبا، لوہا، جست، قلعی، شنگرف، ہڑتلہ، سم، الفار، پتھر کا کونکہ 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

استحاله

قوام کے بعد خواص الاشیاء کے تحقیق کے لیے دوسری راہ نما حقیقت استحاله 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 و ارتقارک جاتی ہے اور انحطاط اور گمراہی پیدا ہو جاتی ہے تو صاحب علم و اہل فن کی اکثریت علم و فن میں تحقیق و ترقی چھوڑ کر مجربات کی تلاش اور مجربات فروشی اپنا زندگی سمجھ لیتے ہیں

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 ہو 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

اس کی ماہیت اور عناصر میں تبدیلی ممکن ہو سکتی 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 و قوام 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 و افعال میں تبدیلی پیدا ہو سکتی ہے مگر ماہیت کے خواص بالخاصہ قائم رہتے ہیں

استحاله پر استدلال

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

قیاس استحاله

تحلیل کے استدلال کو سمجھ لینے کے بعد استحاله کے قیاس کو اس طرح ذہن نشین کریں کہ استحاله میں صرف تحلیل نہیں ہے بلکہ قوام و مزہ اور رنگ و بو 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

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 و تبدیل 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 ہو سکتا ہے کہ کون سی شے اپنے اندر حرارت کی زیادتی رکھنے سے اور شدت سے بھڑک اٹھتی ہے یا تحلیل ہو سکتی 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 استحالیہ کے ساتھ ہی جب اشیا کی مقدار اور حجم لطافت و کثافت اور تحلیل و ہکاثر بھی مد نظر رکھا جائے اور قوام و مزہ 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 استحالیہ حرارت

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

کی حرارت ہے لیکن اس حقیقت سے بھی انکار نہیں ہو سکتا 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 استحالیہ کی صورت میں اضافہ کا باعث ہو سکتا ہے تو یہ عمل تاویل کچھ سمجھ میں آتا ہے اگر حرارت کو رطوبت کا مظہر تسلیم کر لیا 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 کر سکتا ہے

استحالیہ اور کیمیا

استحالیہ 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 کر لیں 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 اونٹنی، دھات سے اعلیٰ دھات کا بنانا اور کشتہ جات میں کسی ایک شے کے اثرات کو دوسری منتقل کرنا اشیا کے بخارات اثر اکران کی جوہروں میں تبدیلی

کی جاسکتی 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 شاید 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 چوننا، فلفل سفید، خربق سفید (سفید کشکی) یہ

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 ہو سکتی 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 مد نظر 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 دو تجربات پر صحیح

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 و اثرات اور خواص و فوائد بالاعضاء اور بالا خلاط معلوم کئے 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

کہ سردی سے اس کے اجزا سمٹ کر سکیزرتے 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 یا بس 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 کر سکتی ہے اور جس سے جسم میں سفیدی پیدا ہو سکتی ہے جب یہ اجزا اڑ جاتے ہیں تو صرف کثیف اجزائے ارضیہ باقی رہے جاتے ہیں جن میں روشنی نفوذ نہیں کر سکتی 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

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 چاہئے 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 جاسکتا ہے اور نہ ہی ان کے افعال و اثرات اور خواص و فوائد کے متعلق قیاس کیا جاسکتا 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 جاسکتی 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

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 جاسکتا 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 جاسکتا 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 جاسکتے ہیں جو بنفشی، سرخ، نارنجی، پیلا، سبز، نیلا اور آسانی ہیں

سیاہ اور سفید رنگ

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

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

در اصل 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 و غبار 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 لگاے 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 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 جاسکتا ہے آسمان کو قرآن حکیم نے دخان لکھا ہے دھوئیں کا رنگ بھی آسمانی ہے گویا یہ گرد و غبار 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



آسمانی رنگ کے اثرات

کیفیت و مزاج 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 الکل (کھار) سے کرتی ہے یعنی اس میں تیزابیت نہیں ہے یہاں پر یہ حقیقت ذہن نشین کر لیں 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 و تری 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 غد میں تحلیل اور طحال میں سکون پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے اسی نظر یہ کے تحت تپ و ق و سل (ٹی بی) کا وہ اکیس 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

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 کھارجی 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

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 و عضلات (گوشت) کا رنگ سرخ ہے جو قوت میں 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

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 و جذبہ 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 و قوت 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 و مسرت کا جذبہ شدید ہوتا ہے وہاں پر ان میں قوت و خواہشات کی طلب زیادہ ہوتی ہے اگر اس میں ضرورت سے زیادہ قوت و خواہشات 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 جو بن کے ساتھ پائی سجاتی ہیں عرب ممالک میں مرچوں کے مقابل کھجوریں یا اس سے بنے ہوئے کھانے

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

یاد رکھیں 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

زرورنگ کے اثرات

سرخ رنگ اگر جسم میں طاقت اور جذبات پیدا کرتا ہے تو زورنگ 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 زورنگ 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 زورنگ کی ادویات و اغذیہ ایسی صورت میں استعمال کی جاتی ہیں جب جسم میں ریاحی و خاکی 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 زورنگ چونکہ قوت و جذبات اور سوزش و تیز حرکات کو کم کرنے والا ہے اس

لیے خدا پرست اور صوفی لوگ اس رنگ کے کپڑے اکثر استعمال کرتے ہیں تاکہ 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 جاسکے 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

ہے اور بھیننی بھیننی بوجو نفس اور روح کے لئے تسکین بخش ہوتی ہے برودت کی علامت ہے اسی طرح بوجو نہ ہونا بھی سردی ہی کی علامت سمجھی جاتی ہے اس کی تشریح علامہ نفس اس طرح کرتے ہیں کیونکہ بوجو کا ادراک احساس بھاپ کے مانند لطیف جوہر کی وجہ سے معلوم ہوتا ہے جو بد بودار 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 بوجو کے پھیلنے کا باعث ہوا کرتی ہے چنانچہ جب کسی چیز کی بوجو کمزور ہوتی ہے تو اس کے ملنے اور دھواں بنانے یعنی گرمی پہنچانے سے بوجو تیز ہو جاتی ہے جیسے لوبان کو جب آگ پر ڈالا جائے تو اس کی بوجو بہت تیزی سے پھیلتی ہے اس سے ثابت ہوتا ہے کہ اکثر بوجو نگھانے والی اور ناک تک پہنچانے والی سے حرارت ہی ہوا کرتی ہے

بوجو کا اثر

اطبائے قدیم لکھتے ہیں کہ بوجو 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

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 قبح 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 و جدا ہوا کرتی ہے یہی قانون بو کو قوت شامہ تک پہنچاتا ہے

اس حقیقت سے انکار نہیں ہے کہ لطیف اشیا میں تحلیل کثیف اشیا 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 ہو بھی تو جب تک ان میں لطافت

پیدائش کی جائے ان کی بوجھی پیدا ہوتی ہے اور نہ پھیلتی ہے مثلاً حنا، دھنیا، فلفل
سیاہ وغیرہ

بو کے افعال و اثرات

جس شے کی بوشدید 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 و اثرات 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 آ یورویک میں رس اور انگریزی میں ٹیسٹ کہتے ہیں تاثیر ادویہ میں قیاس کے استدلال میں کوسب سے زیادہ اہمیت حاصل ہے یعنی اگرنا معلوم 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 دوائی شے کے اثرات و افعال کے مقرر

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

قلب و عضلات 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 و کڑوا مزہ خشکی پیدا کرتا ہے اسی طرح جڑ پرہ 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 و عضلات میں سکیرہ پیدا کرے گی اور حرارت پیدا کرنے والی ہر شے قلب و عضلات میں پھیلاؤ پیدا کر دے 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 مفرد ادویات کی کتب موجود ہیں جن کو مختلف نظریوں

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۔ اتمیں۔ اجوائن خراسانی۔ ارہر۔ اسپند حرمل۔ سرب (سیسہ)۔ اقا قیا عصارہ کیکر۔ الماس۔ اٹلی اور تخم۔ انار ترش۔ انگور ترش۔ باجرہ۔ بارٹنگ۔ باقلا۔ ببول کیکر۔ برگد۔ بسد۔ بلوط۔ بہو پھلی۔ بہمن۔ بھنگڑہ۔ بلیدہ۔ بیلگری۔ بیر۔ بینگن۔ پوست خشخاش۔ پپیل۔ پھٹکڑی۔ تاج۔ تخم مویز۔ ترنج۔ تمباکو۔ جامن۔ جست۔ جلاپا۔ جوار۔ جھاؤ۔ چاکسو۔ چائے چکو ترہ۔ چوننا۔ 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 بھری۔ سنگترہ۔ سنگ جراح۔ سنگھاڑہ۔ سیب۔ سیندور۔ شاونج۔ طباشیر۔ کاکڑا۔ سینگی۔ کا

کنج۔ کاغذ۔ کتھ۔ کٹھل۔ کچنال۔ کرنجوه۔ کروندہ۔ کلونجی۔ کمیلہ۔ کنول
گٹہ۔ کیتھ۔ گرہل۔ گل ارنی۔ گل دہاوہ۔ گل مختوم گل ملتانی۔ گلنار۔
گو بھی۔ گیرو۔ لوبیا۔ لودھ پٹھانی۔ لوگاٹ۔ لیموں۔ مازوئے سبز۔
مایتا۔ مائیں۔ مچھلی۔ مرجان۔ مردار سنگ۔ مسور۔ مکئی۔ مہندی۔ موٹھ۔
موج رس۔ مول سری درخت۔ ناریل۔ ہرن کھری۔ ہیرا کیس۔
یا قوت۔ ابھل۔ اخروٹ۔ اذراقی۔ اسطوخودوس۔ اگر۔ السی۔ انجیر۔
اندرا ن تمہ۔ انڈا کا چھلکا۔ اریسا۔ مصر۔ بانچی۔ بسفانج۔ بلادر۔ بوزیدان۔
ستارو۔ بہیر بہوٹی۔ پتنگ۔ پر سیاؤ شان۔ پوست انار۔ پیاز۔ پھوکر مول
۔ جاوتری۔ جائفل۔ جدوار۔ چرائتہ۔ چنا۔ وینا گوند۔ چکور۔ چوف
حیات۔ خاکسی۔ خرما۔ خرمہرہ۔ خونجاں۔ دار چکنا۔ چینی۔ درمنہ ترکی۔ رس
کیور۔ زراوند طویل۔ زوفا۔ سبوس۔ سمندر پھل۔ سنبل الطیب۔ سنگدانہ۔
شاخ گوزن۔ شراب۔ صدف۔ عنبر۔ کبانہ خندان۔ کبوتر۔ کٹکی۔ کریلا۔
کنکول۔ لالہ پھول۔ لاکھ۔ لونگ۔ مروارید۔ مین پھل۔ نک چھکنی۔ نیم

وغیرہ غیرہ

گرمی پیدا کرنے والے مفردات

اجوائن دہسی۔ اذخر۔ اسارون۔ آستین۔ بیٹر۔ بادام تلخ۔ بادرنجبویہ۔ بچھ۔

برنجاسف۔ پستہ۔ پلاس پا پڑ۔ تخم نیل۔ سرس۔ تخم ترنج۔ مگر۔ تیز پات۔ تیلنی
 مکھی۔ جگنو۔ جند بیدستر۔ چڑیا۔ حب السلاطین۔ حلتیت ہینگ۔ خوبانی۔
 دار ہلدی۔ درونج عقربی۔ رائی۔ رسوت۔ رودتی۔ روغن جمال گوٹہ۔
 زرنباد۔ زرنج۔ زنگار۔ سانپ اور زہر۔ سرسوں۔ شکر ف۔ عقر قرھا۔ عود
 صلیب۔ کرنس کوہی۔ قرطم۔ قسط۔ کالی زیری۔ کباب چینی۔ کٹائی خورد۔
 گھیکوار۔ گیندہ۔ آم پختہ۔ آنہ ہلدی۔ آڑواشان۔ اتمیون۔ انیسوں
 اکلیل الملک ناخونہ۔ انزروت۔ انگور شیریں۔ اونٹ کٹار۔ بارود۔ بابونہ۔
 بادم۔ شیریں بادیاں اور جڑ۔ بانسہ۔ باؤبرنگ۔ بکائن۔ بندق۔ بروڑہ۔ بید
 انجیر۔ پان۔ پتھر پھوڑی۔ پستہ۔ پنہ دانہ۔ پودنیہ۔ پیلا فلفل دراز۔ پیلا
 مول بیخ۔ فلفل دراز۔ تلسی۔ چاول سنگری۔ چلغوزہ۔ چیتہ شیطرج ہندی۔
 حب القلت۔ روغن زیتون۔ روغن تارپین۔ زیرہ سیاہ۔ سداب۔ سناکی۔
 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۔ لقاح۔ لہسن۔ مرچ سیاہ۔ مشک طراش۔ مویز وغیرہ
 وغیرہ

تری پیدا کرنے والے مفردات

آک۔ اٹنگن۔ ریشم۔ اسفنج۔ اسگندھ۔ اشق۔ الاپچی خورد۔ املتاس۔
 بانس۔ برہمی۔ بکن۔ بھنڈی۔ بھنگ۔ تخم خرپزہ۔ تر بد۔ ترنجبین۔ تل اور
 تیل۔ توت۔ تودری۔ تھوہر۔ ثعلب۔ جاؤ شیر۔ چربی۔ چکہ دانہ۔ چنار۔
 چنبلی۔ چولائی۔ خرپرہ خرزہرہ کنیر۔ خطمی۔ دودی۔ دھنیا۔ رب السوس ریٹھا
 ۔ ریوند چینی۔ زمرد۔ زہر مہرہ۔ زیرہ سفید۔ سپستان۔ سر پھوکہ۔ سرمہ۔ سریشم
 ماہی۔ سقمونیا۔ سرنجاں شریں۔ سومن۔ سونا مکھی۔ سہاگہ۔ شاہترہ۔ شریفہ۔
 شکامی۔ شکر کھانڈ۔ شیر خشت۔ شیشم۔ شاہجم۔ صابون۔ صحر۔ غاریقون۔
 غافٹ۔ فریون۔ فرنجکش۔ کنیر۔ کدو۔ کنگھی۔ کنوچہ۔ کہربا۔ کھرنی۔ کیلا
 شیریں۔ گاؤ زبان۔ گڑ۔ گل ٹیسو۔ گل چاندنی۔ گل داؤدی۔ گل سیوتی
 نسرین۔ گل سندی۔ گلو۔ گنا۔ لاجورد۔ لوبان۔ مردڑ پھلی۔ مس۔ مشک۔
 مقل۔ مکھانا۔ ملٹھی۔ منڈی۔ مولی اور تخم۔ موم۔ مونگ۔ مہوا۔ نار جیل
 دریائی۔ ناگیسر۔ نیل کنگھی۔ آس جو۔ اروی۔ اسپغول۔ ایون۔ انار
 شیریں۔ انناس۔ بالنگو۔ بول گوند کیکر۔ بھتوا۔ بہدانہ۔ برف۔ بہی۔
 بید مشک۔ بیش۔ پیٹھا۔ پیوسی۔ تالمکھانہ۔ تخم تربوز اور تربوزہ۔ تخم خیارین۔
 تخم خرفہ۔ تخم خبازی۔ تخم کاسنی۔ تخم کدو۔ تودری سرخ۔ توری۔ جو۔ جو
 کھار۔ چاول۔ چقدر۔ چھاچھ۔ چھوئی موئی۔ دوب گھاس۔ دودھ۔ روغن

گل سا گودانہ۔ بجی۔ 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 و اثرات 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 و علامات پیدا
ہوتی ہیں علاج میں انہی صورتوں کو مد نظر 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

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 ہوگی قلب و عضلات کی ان تین صورتوں کو مد نظر رکھنا ہوگا کہ یہ درد یا تے یا بخار قلب کے پھلنے 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 مد نظر 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 نزدیک کا زمانہ۔ انتہائے مرض کا زمانہ اور چوتھا زمانہ انحطاط مرض اس کے ساتھ ساتھ مریض کی عمر اور موسم کا بھی خیال رکھنا ضروری ہوتا ہے اسی لیے ادویات کو

استعمال کرنے کے لیے مجربات اور مفردات و مرکبات کو برائے دستوالعلاج 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 ایشیا بطور علاج قرآن 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 یادداشت اور تجربہ و مشاہدہ کے لیے مستند ماہرین اور اہل علم کی جماعت ہونی چاہئے
- 3۔ فارماکوپیا کی سرپرستی اور تصدیق طبی جماعت یا ادارہ کی طرف سے ہونی

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 السلام 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 و تعالیٰ 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

ہزاروں سال کی طبی تاریخ پر جن کی نظر ہے وہ جانتے ہیں حکما اور اطباء نے مجربات ہمیشہ انہی ادویہ و اغذیہ اور اشیاء کو کہا ہے جو اصولی اور قانونی طور پر

صحیح ہوتے ہیں یعنی کیفیات و مزاج اور اخلاط کے مطابق درست ہوں یہی صورت آ یورویڈک اور طب یونانی نے بھی کیفیات مزاج اور اخلاط کو مد نظر رکھا ہے جیسا کہ آ یورویڈک میں وات و پت اور کف کو مد نظر 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 اسلاک فارما کوپیا میں قانون فطرت کو مد نظر 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

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 کیمیائی علامات ایسی علامات جن کا تعلق خون کے کیمیائی 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 مد نظر رکھنا ضروری ہے یہ بھی دو قسم کے ہیں

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

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

ان کے علاوہ عمر موسم ملک عادات کو بھی مد نظر رکھنا پڑتا ہے جو دوا و غذا سے ان

تمام صورتوں اور حالات کو پیش نظر رکھتے ہوئے مفید ثابت ہو بس وہی

مغربات میں شامل ہوں گی ورنہ ان کا استعمال مریض پر ظلم کرنا ہے

مجربات اور امراض میں مطابقت کی اہمیت

مطابقت کی اہمیت کا اندازہ اس طرح لگایا جاسکتا 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 جاسکتی ہیں جیسے آگ کو جلانا اگر ایک عمل ہے تو اس آگ کا بجھنا اس کا رد عمل 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 رد عمل ہوتا ہے اسی طرح سردی ہر شے کو تباہ کر کے سکیر دیتی ہے اور پھر اس پر گرمی کا رد عمل ہوتا ہے یعنی وہ سکیر ختم ہو جاتا ہے اس طرح رطب و یابس کا بھی اندازہ لگایا جاسکتا ہے کہ بعض بعض کے لیے رد عمل 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

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 تپتے 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 حکمانے تجربات کئے ہیں یہ تجربات اغذیہ و ادویہ اور دیگر ہر قسم کی اشیا 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 مد نظر 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 موجودات عالم میں ہر جاندار اور غیر جاندار پر عائد ہوتا ہے ان اشیا کو دنیا طبعی اصطلاح میں موالیہ تلاش کہتے ہیں

(اول) ان کے خواص و اثرات 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 و فوائد کا علم ہوتا ہے یہ موالیہ 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 و حکماء نے ادویات کے افعال و کیفیات 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 یا بس (خشک) حار (گرم)

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 مبارک کہ میں فرمان 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 جٹھلا یا نہیں جاسکتا ہے اسلامی مجربات میں انہی ادویات کو قانون فطرت کے مطابق مزاجوں کے ساتھ تطبیق 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 پاسکے 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

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

اس طرح ہم کو اشیا کے تین قسم کے اثرات تسلیم کرنے پڑیں گے
(اول) وہ اشیا جن کا اثر خون میں شامل ہونے کے بعد ہوگا جیسے اغذیہ
وغیرہ

(دوسرے) ایسی اشیا 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 خوراگوں 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

ہے

مغربات کی حقیقت

مرض اور علاج کی تعریف کے بعد مغربات 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 و مشاہدات کے بعد اس کا نتیجہ سو فیصدی درست نکلے بس وہی مغرب دوا ہے البتہ معالج کے لیے یہ امر لازم آتا ہے کہ وہ مغرب دوا جسم انسان کے مرض و علامات اور مزاج کے ساتھ مطابقت و موافقت 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 مغربات تجویز نہیں کر سکتا کیونکہ معالج کے لیے لازم ہوتا ہے کہ انسانی جسم کی حقیقت و تشریح افعال و رموز امراض و مزاج اور علامات و اسباب سے پورے طور سے آگاہ رہے یہ ایک ناواقف علم و فن شخص کے لیے مشکل ہے کہ معالج کے فرائض ادا کرتے ہوئے امراض کے لیے کوئی مغرب نسخہ استعمال کیا تھا مگر مفید نہیں پایا یہاں ہم ان مغربات کو شامل کر رہے ہیں جن کو نبی آخرا زمان حضرت محمد ﷺ نے استعمال کرایا اور ان کی تصدیق یہ ہے کہ کلونجی تمام ایسی امراض میں بہترین دوا ہے جب قلب و عضلات پھول گئے ہوں اس حالت کی تمام امراض کے لیے

مغرب ہے اسی طرح سناکلی قلب وعضلات میں جب سیکڑ پیدا ہو جائے تو ایسی صورت میں تمام امراض وعلامات پیدا ہو جائیں ان کے لئے سناکلی 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 گلقد 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 جو ادویات 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 تاکہ قانون فطرت کے مطابق معالج فائدہ اٹھا کر بہترین انسانی خدمت کر سکیں چونکہ خون تین اقسام کے مادوں سے ترتیب پایا ہوا ہے لہذا ہم انہی تین مادوں کے مزاجوں کے مطابق اور عضو قلب کی حالتوں کو مد نظر 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

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 موروٹی امراض میں علاج بالغذ اور علاج بالدوا ایک سال تک علاج کریں موروٹی 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 مد نظر رکھے پھر علاج شروع کر لے

تشریح اصطلاحات

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

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 یا در ہے ہر عضو اپنے متعلقہ مخصوص مزاج کی حامل ادویہ۔ اعذیہ 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

وغیرہ سے طحان کے فعل میں تیزی پیدا ہوگی اور اسی طرح غدی محرکات سے جگر و غد کے افعال سرزد ہوں گے یعنی ہر محرک چیز اپنے عضوی و کیمیائی 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 ادرا قوت ہوتی ہے مسہل دوا کو تھوڑی مقدار میں دے کر محرک۔ شدید۔ بلکہ مقوی اثرات بھی پیدا کیے جاسکتے 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 یا در ہے کہ ہر عضو کے لیے اس کے متعلقہ مزاج والی اشیاء مقوی ہوتی ہیں

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

حارجربات

حارجربات قلب و عضلات کے سکڑنے کے وجہ سے جو امراض و علامات پیدا ہوتی ہیں مثلاً قلب و عضلات کے اندر سیٹھ خلط سودا سے پیدا ہوتا ہے جسم میں

پیدا ہونے والی علامات یہ ہیں سردرد سوداوی۔ ریکی درد سر۔ سرسام
 سوداوی۔ بے خوابی کثرتِ جماع کے سبب سردرد۔ سیاہ مویتا بند۔ ناخونہ۔
 سوداوی ضعف بصر گونجی کا ٹکنا۔ 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 پریشر۔ پستانوں کا سرطان۔ دودھ کی کمی۔ پستان کی
 خارش۔ پستان کا سکڑ جانا معدہ کا درد۔ ریاح معدہ۔ جوع القلب
 ہجکی۔ معدے کی جلن استقائے تلی۔ جگر اور تلی کا بڑھ جانا۔ کالا
 یرقان۔ قبض۔ قوچ کا درد۔ درد گردہ۔ گردے کی پتھری۔ بندش بول بواسیر
 بادی و خونی۔ عضو تناسل کا چھوٹا ہونا۔ رحم کا سکڑ جانا۔ جوڑوں کا پتھر انا کو لھے
 کا درد۔ رحم و شرمگاہ کی خارش۔ عرق النساء دائیں طرف۔ بالچڑ۔ بالوں کا
 پھٹنا۔ سر میں خشکی۔ ناخنوں کا بیٹھ جانا خارش۔ قوبا۔ چنبل۔ تقشر جلد۔ جلد کا
 پھٹ جانا۔ جلد کی خشکی۔ سرطان پھیپھڑوں سے خون آنا۔ آنکھوں
 کے گرد سیاہ حلقے۔ نچلے دھڑ کا فالج۔ مایخولیا۔ مرق۔ خونی دست۔ کثرت
 حیض۔ زخم رحم جریان رحم اختلاج قلب وغیرہ یہ تمام علامات و امراض خلط
 سودا کی زیادتی سے ہوں گی اور خون گاڑا اور قلب و عضلات میں سکڑ

ہونے پر ظاہر ہوں گی علاج کی صورت میں عضو قلب کی اس حالت کو ہی مد 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 جزا عظیم سنا مکی ہے

دوائے حار مجرب

سنا مکی 10 تولہ۔ نمک خوردنی 5 تولہ۔ گندھک مصفیٰ 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 دورتی تا چار رتی خوراک ملین اور دوائے حار چار تا ایک ماشہ

خوراک مسہل ہے دوا کا استعمال مریض اور مرض کی حالت کو مد نظر رکھ کر کیا جاتا ہے اگر مادہ کے استفراغ کرنا ہے تو پہلے مسہل خوراک دے کر سودا کو کم کر لیں پھر مریض کو مرض کے درجہ کے مطابق مقدار خوراک مناسب بدرقہ پانی یا ماء العسل سے استعمال کریں

(1) حارا کسیر

کشتہ سونا بنانے کا طریقہ

برادہ سونا ایک تولہ۔ سیماب مصفی 3 تولہ۔ گندھک مصفی 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 کھل 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 کر دے گی

(2) حارا کسیر

پارہ مصفی 1 تولہ۔ گندھگ مصفی 7 تولہ۔ سفوف لونگ 8 تولہ

طریقہ تیاری۔ پہلے پارے کو صاف کر لیں 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 نچوڑ لیں پارہ صاف ہو جائے گا

2۔ پارہ کو نمک میں کھل کریں اس کو چند عمل کرنے سے پارہ صاف ہو جاتا

ہے اگر پارہ شگرف سے نکالا ہوا ہو تو 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 پگھل

جائے گا تو دودھ میں بچھاؤ دیں یہ عمل 21 بار کریں تین بار بچھاؤ دینے

کے بعد دودھ بدل لیا کریں جب پارہ اور گندھک صاف ہو جائیں تب ان

دونوں کو کھل کریں اور اس کی کجلی تیار کریں جب یہ مانند سرمہ کے ہو

جائے تب اس میں سفوف لونگ ڈال کر چند گھنٹے کھل کر لیں اکسیر تیار ہے
مقدار خوراک 1 رتی سے 2 رتی ہمراہ شہد پانی ملا ہو 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 کر لیں پھر شیر ملا
کر خوب کھل کر لیں 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

اجوائن دیسی 3 ماشہ۔ تیز بات 3 ماشہ۔ پودینہ 6 ماشہ سب دواوں کو ایک پاؤ پانی میں بھگو دیں کچھ دیر بعد جوش دیں جب پانی آدھا رہ جائے اسے پن 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 کر لیں جب حل ہو جائیں پھر اس میں دونوں ست ڈال دیں جب یہ دونوں حل ہو جائے تو پھر تیل سرسوں شامل کر لیں روغن حار تیار ہے ہر قسم درد جو سوداوی مزاج میں پیدا ہوں سے بیرونی طور پر بطور مالش استعمال کریں

قطور حار

نوشاد ٹھیکری 4 ماشہ۔ ہلدی 1 تولہ۔ ست پودینہ 1/2 ماشہ۔ عرق سفوف ایک بوتل تمام دوائیں عرق میں ڈال کر حل کر لیں بعد میں پن لیں اور تمام آنکھوں کے سوداوی امراض مثلاً مونیا بند وغیرہ کینے مفید ہے

یابس مجربات

جب قلب وعضلات 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۔ اُم الصبیاں۔ آشوب چشم۔ سفید موتیا بند۔ پھولا ضعف بصر۔ آنکھوں سے پانی آنا۔ وجع الاذن۔ کان کا بہنا کانوں میں کیڑے اور پچاسنائی دینا وغیرہ ہونٹوں کا بڑا ہو جانا۔ زکام۔ چھنکیں 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۔ پھپھڑوں 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 ہضہ۔ دست آنا۔ سقوط اشہتا۔ ضعف گردہ۔ بستر پر پیشاب کر دینا۔ سلسل بول۔ شوگر۔ جریان۔ نامردی۔ نخصیوں 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 وتلی کا بڑ جانا۔ ضعف جگر۔ شکر ہنی یہ تمام علامات قلب وعضلات کے پھولنے سے پیدا ہوگی یہ تمام علامات بلغمی ہوگی

ان کے علاج کے لیے یا بس مرکبات استعمال کیے جاتے ہیں جس سے قلب و عضلات کے تمام امراض اور علامات جو اس کے پھولنے سے پیدا ہوتی ہیں ان کا شافی علاج ہے اس میں جزا عظیم دوائے یا بس میں کلونجی ہے

دوائے یا بس مجرب

کلونجی 10 تولہ۔ گندھک مصفیٰ 10 تولہ۔ مصبر 10 تولہ۔ حنظل 10 تولہ

طریقہ تیاری۔ ان سب کو کوٹ کر باریک سفوف بنالیں دوائی تیار ہے مقدار خوراک 1/2 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 یا بس 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

یا بس اکسیر

کشتہ فولاد

جیسا کہ قرآن پاک میں ارشاد ہے کہ لوہے کو انسانوں کے فائدے کے لیے

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 ہوگا 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 یا بس سے دے سکتے ہیں انشا اللہ تمام تری سے پیدا شدہ امراض و علامات کا علاج ہوگا

یابس تریاق

بلاد 1 تولہ۔ کلونجی 10 تولہ۔ ہڑجلاپہ 10 تولہ۔

طریقہ تیاری۔ سب ادویات کو باریک پیس کر نخودی گولیاں بنا لیں ایک تا دو گولی ہمراہ پانی یا قہوہ یا بس 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

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 یا بس

گل بنفشہ 6 ماشہ۔ عناب 6 ماشہ۔ خوب کلاں 6 ماشہ۔ منقہ 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 یا بس

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

یا بس قطور

پھنکری 6 ماشہ۔ ایوں 6 ماشہ۔ ہرڑ زرد کا سفوف 1 تولہ۔ عرق گلاب

1 بوتل ترکیب تیاری۔ سب دواؤں کو باریک کر کے عرق میں شامل کر دیں اور 24 گھنٹے سے 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 و عضلات حرارت کی زیادتی سے پھیلاؤ پیدا ہو کر امراض و علامات پیدا ہو جائیں مثلاً صفراوی سرد و شقیقہ بائیں طرف کا سرسام صفراوی چہرے اور پیوٹوں کا ورم ناسور چشم۔ صفراوی آشوب چشم۔ یرقان اصفر۔ آنکھوں میں درد۔ پیوٹے 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 غلاف قلب کی سوزش۔ پستان کا گرم ورم۔ پستان کا پھوڑا دودھ کی کمی۔ ضعف معدہ سوزش امعاء۔ صفراوی قے کاربج کا زکا۔ پچیش۔ ررٹ۔ اصفانے زتی جگرلی سوزش مقصد کے زخم اور ناسور سوزش مثانہ گردوں کی سوزش۔ صفراوی گردے کی

پتھریاں۔ درد گردہ۔ سرعت انزال استسقاءے نھسیہ۔ تقر بول۔ وقت
 حیض۔ رحم کا باہر نکل جانا۔ رحم کا ورم۔ جوڑوں کی سوجن۔ جوڑوں میں درد۔
 صفر اوی خارش۔ جلن بول۔ سوزاک صفر اوی۔ ضعف باہ۔ ہائی بلڈ پریشر۔
 طاعون کا بخار۔ خفقان 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 و عضلات کے پھلنے کی تمام امراض و علامات 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 کر لیں گل
 سرخ کی صرف پیتاں ہی ہونی چاہیے پھر ان سب کا باریک سفوف بنا لیں
 دوائے رطب کی مقدار خوراک 1/2 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 ماہہ مسہل دوائے رطب قلب کے پھلنے کی تمام علامات و امراض مفید

ہے ہمراہ پانی یا قہوہ رطب استعمال کریں

رطب اکسیر

کشتہ اٹ قلمی بنانے کا طریقہ

اٹ قلمی 5 تولہ اور پارہ 5 تولہ، هموزن لے کر گرہ بنا لیں گرہ بنانے کے لیے هموزمین میں تین چار انچ گہرہ سوراخ بنا لیں پھر اس میں پارہ ڈال دیں بعد قلمی 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 قلمی کی گرہ بن جائے گی پھر اسے کھل میں ڈال کر کھل کریں کھل 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 تاکہ شورہ نکل جائے رطب اکسیر تیار ہے مقدار 1 رتی تا 2 رتی تک ہمراہ مکھن یا ملائی کھلائیں قلب و عضلات کے پھلنے سے ضعف قلب و بدن کے لئے مفید ہے

رطب تریاق

شیر مدار 2 تولہ۔ ہلدی 10 تولہ۔ چینی 10 تولہ۔ الاچھی دانہ خورد 1 تولہ

ترکیب تیاری۔ ہلدی باریک پوڈر لیں اس میں شیر مدار شامل کر کے کھرل کریں جب یہ کھرل کر لیں تو اسے پلیٹ میں ڈال کر دھوپ میں رکھے دیں جب یہ مرکب خشک ہو جائے پھر اس میں چینی اور الائچی دانہ باریک کر کے شامل کر لیں تریاق تیار ہے جب جسم و خون 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 ہیں جب تک مرض پر قابو نہ پالیں اس وقت تک استعمال کر سکتے مقدار خوراک 1/2 رتی تا 2 رتی تک ہمراہ پانی یا مناسب بدرقہ دے سکتے ہیں 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 انشا اللہ صفرا سے پیدا شدہ امراض و علامات بہت جلد ختم ہو جائیں گی

رطب قہوہ

گل سرخ 1 ماشہ۔ گریہ سفید 1 ماشہ۔ سبز الائچی 5 دانے
ایک پاؤ پانی میں ابالیں جب آدھا پانی رہ جائے گا چینی حسب ذائقہ استعمال کریں حرارت کی زیادتی سے پیدا شدہ امراض اور علامات کا بہترین علاج ہے

رطب روغن

شیرمدار 5 تولہ۔ کافور 1 تولہ۔ روغن تارپین 2 تولہ۔ میٹھا تیل 1 پاؤ

ترکیب تیاری۔ پہلے شیرمدار کو میٹھا تیل میں ڈال کر گرم کریں جب شیرمدار جل جائے تب اتار کر ٹھنڈا ہونے پر پن لیں پھر کافور اور تیل تارپین کو حل کر لیں جب حل ہو جائے پھر اسے تیل میں ملا لیں 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 پھلنے 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

دواؤں کو خوب کھل کر کے عرق گلاب میں ملا دیں ایک دن کے بعد اسے موٹے کپڑے سے پن لیں اور پھر صفاوی امراض میں قطرہ قطرہ آنکھوں میں ٹپکائیں

(نوٹ) آسانی کے لیے یہ مجربات قلب کی حالتوں کو مد نظر رکھتے ہوئے ترتیب دیے گئے ان سے تمام امراض کا علاج ہو سکے گا

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 20/1 (بیسواں) حصہ کجلی ملا لیں تو دوا کی بیس گنا تاثیر تیز ہو جائے گی اور اگر اسی دوائی میں رس پارہ 100/1 (سواں) حصہ ملا لیں تو وہ دوائی تاثیر سو گنا تیز کر دے گا اگر کسی بھی تیار شدہ دوائی میں کشتہ الماس 1000/1 (ہزارواں) حصہ ملا لیں 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 مصفی 1 تولہ اور گندھک مصفی 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

مصفی پارہ 10 تولہ اور مصفی گندھک 10 تولہ دونوں کو عمدہ کھرل میں

کھل

کریں جب کجلی تیار ہو جائے پھر اس میں بھوہڑ کے درخت کی داڑھی کا جوشاندہ ڈال کر کھل کریں جب یہ خشک ہو جائے پھر اس میں گھیوار کے گودہ کھل کریں جب یہ کھل کرتے خشک ہو جائے تب اس کجلی کو آتش شیشی میں ڈال کر رکھیں پھر ایک عدد لوہے کی کڑا ہی لیں اس میں تین چار سیر ریت ڈال لیں اور اسے آگ پر رکھیں آتش شیشی کو گرم ریت پر رکھ دیں شیشی سے دھواں نکلنا شروع ہوگا 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 آتش شیشی کے اندر سرخ رنگ کا لگا ہوا ہوگا 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 بجاؤ دیں کم از کم ایک سو بار بجاؤ دیں پھر بکری کے خون میں اکیس بار بجاؤ دیں پھر اسے عرق گلاب

سہ آتشہ میں 11 بار بجھاؤ دیں یہ پینک 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 1/2 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

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 لاسکتے 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

علاج بالذعا

علاج بالذعا کی اہمیت

علاج بالذعا 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 ابراہیم 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 السلام 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

قادر یہ کتب خانہ و دوا خانہ گلی نمبر 2 شبستان چوک بھکھی

روڈ شیخوپورہ

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 و صلوة کا پابند ہو اور پھر ذکر الہی اپنے شیخ طریقت پیرو 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 الرَّحِیْمِ یَا شَافِیْ یَا کَافِیْ یَا سَلَامَ
بِحَقِّ وَ یَشْفِ صُدُورَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِیْنَ وَ شِفَاءٌ لِّمَا فِی
الصُّدُورِ یَخْرُجُ بِطَوْنِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِیهِ
شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ ط وَ نُنزِلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَ رَحْمَةٌ

لِلْمُؤْمِنِينَ وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ قُلْ هُوَ الَّذِي
 آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءً ط

وَبِحَقِّ سَلَامٍ عَلَىٰ عِبَادِهِ الَّذِينَ اصْطَفَىٰ . سَلَامٌ قَوْلًا
 مِّن رَّبِّ رَحِيمٍ . سَلَامٌ عَلَىٰ نُوحٍ فِي الْعَالَمِينَ . سَلَامٌ
 عَلَىٰ إِبْرَاهِيمَ . سَلَامٌ عَلَىٰ مُوسَىٰ وَهَارُونَ . سَلَامٌ عَلَىٰ
 آلِ يُسُفِينَ . سَلَامٌ عَلَى الْمُرْسَلِينَ اللَّهُ رَبُّ مُحَمَّدٍ صَلَّى
 اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

ان کا روزانہ وظیفہ ایک تسبیح کرے اول و آخر دو در 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 دو در شریف اول آخر پڑھے مریض خداوند تعالیٰ
 کی طرف سے بھیجا ہوا آتا ہے اس کی خدمت کا ارادہ کرے انشا اللہ 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 انشا اللہ

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 پہنچانا 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 قولاً من رب الرحیم کہا گیا ہماری تحقیقات اسلامک طب کو چونکہ قانون فطرت پر ترتیب دیا گیا اسی لیے قلب و عضلات کو جب آگ کی گرمی و تری اور خشکی سے طبعیت 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 و آخر در دو شریف تین بار پڑھے اور اپنے اوپر دم کر لے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ سَلَّمَ قَوْلًا مِّنْ رَبِّ رَحِیْمٍ

وَأَمَّا زَوَالِيَوْمَ آيَّهَا الْمُجْرِمُونَ يَا شَافِي يَا كَافِي يَا
 سَلَامُ بِحَقِّ وَيَشْفِصُدُّ وَرَقُومٍ مُؤْمِنِينَ وَشِفَاءُ لِمَافِي
 الصُّدُورِ يَخْرُجُ بَطُونَهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ
 شِفَاءٌ لِلنَّاسِ ط وَنُنزِلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ
 لِلْمُؤْمِنِينَ وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينُ قُلْ هُوَ الَّذِي
 أَمَّنُوا هُدًى وَشِفَاءً ط

قلب کے پھلنے 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 و آخر دو شریف تین بار پڑھے اور اپنے اوپر
 دم کر لے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ قُلْنَا يَا نَارُ كُونِي بَرْدًا وَّ
 سَلَامًا عَلٰی اِبْرٰهِيْمَ

يَا شَافِي يَا كَافِي يَا سَلَامُ بِحَقِّ وَيَشْفِصُدُّ وَرَقُومٍ
 مُؤْمِنِينَ وَشِفَاءُ لِمَافِي الصُّدُورِ يَخْرُجُ بَطُونَهَا شَرَابٌ

مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ ط وَنُزِّلَ مِنَ الْقُرْآنِ
مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ
يَشْفِينِ قُلْ هُوَ الَّذِي أَمَّنُوا بِهُ أُوْحَدِي وَشِفَاءٌ ط

قلب وعضلات 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 کر لے

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ سَلَامٌ عَلٰی نُوْحٍ فِی
الْعٰلِیْنَ

یَا شَافِیْ یَا کَافِیْ یَا سَلَامٌ بِحَقِّ وَیَشْفِیْ صُدُورَ قَوْمِ
مُؤْمِنِیْنَ وَشِئَاءُ لِمَافِی الصُّدُورِ یَخْرُجُ بِطُوْنِهَا شَرَابٌ

مُخْتَلَفٌ الْوَاوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ ط وَنُنزِلُ مِنَ الْقُرْآنِ
مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ
يَشْفِينِ قُلْ هُوَ الَّذِي أَمَّنُوا هُدًى وَشِفَاءً 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 خلاق کے عملیات

تسخیر خلاق 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 مخلوق خدا راغب ہوگی اس سے معالج کو فائدہ ہوگا

پہلا عمل تسخیر خلاق

ان آیات کو روزانہ ہر نماز کے بعد گیارہ بار پڑھ لیا کریں عشاء کی نماز کے بعد
چالیس بار پڑھیں اول و آخر دو شریف تین بار پڑھیں آیات قرآنی یہ ہیں
بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ لَقَدْ جَاءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ
اَنْفُسِكُمْ عَزِیْزٌ عَلَیْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِیْصٌ عَلَیْكُمْ

بِالْمُؤْمِنِينَ وَوَفُّ رَحِيمٍ فَإِنْ تَوَلَّوْا فَعَلَّ حَسْبِيَ اللَّهُ
(صلی) لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَرَبُّ الْعَرْشِ
الْعَظِيمِ

دوسرا عمل تسخیر خلاق

تسخیر خلاق 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 و مخلوق عام ہوگی جس طرف پڑھ کر پھونک مارے
گا مخلوق جوق در جوق آنا شروع کر دے گی اگر کوئی اتنا وقت نہ دے سکے تو کم

از کم تین دن یہ عمل کر کے پھر رز انہ چند تسبیحاں پڑھ لیا کرے کلام مکرم یہ ہے
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ مَسْخَرَسَخَّرَلِي كُلُّ
مَخْلُوقَاتٍ أَجَبَّ يَا جِبْرَائِيلُ بِحَقِّ يَا بَاسِطِ يَا بَدُوحِ

تیسرا عمل تسخیر خلاق

اس کلام مکرم کو نماز عشاء کے بعد پڑھیں جتنی زیادہ تعداد میں پڑھیں گے اتنی

ہی زیادہ تسخیر ہوگی کلام یہ ہے

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ اللَّهُمَّ سَخِّرْ لِي قُلُوبِ

الْخَلَائِقِ وَالْأَجْسَامِ وَالْأَرْوَاحِ وَالْأَمْوَالِ

الدَّعَى الْآخِرِ

محقق طب حکیم صممارت خان نوشاہی

10 جمادی الثانی 1424 ہجری



قارئین سے التماس ہے کہ قرآنی آیات کو قرآن مجید
سے تصحیح کر کے پڑھیں اور کتاب میں کتابت کی غلطیوں
سے ادارہ کو آگاہ کریں تاکہ دوسرے ایڈیشن میں غلطیاں
دور کی جاسکیں

شکریہ



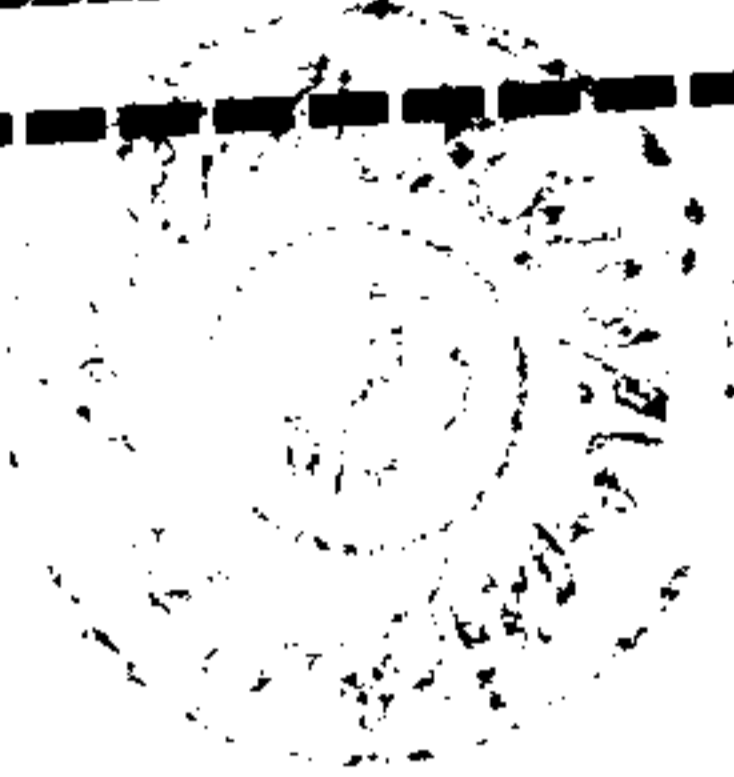
معالج کے لئے ضروری ہدایات

- (1) معالج شرعی امور کی پوری پابندی کرے
- (2) معالج معذور و 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 مد نظر رکھے
- (5) معالج علاج ہمیشہ مفرد دواوں سے شروع کرے
- (6) معالج کو چاہیے جہاں تک ہو سکے 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

محقق طب حکیم صمارت خان نوشاہی کی تصانیف



☆ کلید سالک

☆ پپاٹائٹس کیا ہے؟

☆ اسلامک طب حصہ اول (حقیقت قانون فطرت)

☆ اسلامک طب حصہ دوم (حقیقت قانون فطرت)

☆ بیاض نوشاہی زیر طبع

☆ اسرار نبض زیر طبع

☆ تحقیقات اظہرہ زیر طبع

☆ طبی سفر نامہ زیر طبع

ملنے کا پتہ

قادر یہ کتب خانہ و دوا خانہ گلی نمبر 2 شہستان چوک بھکھی روڈ شیخوپورہ

۱۰۰

طبی دنیا میں اسلامک طب کا عظیم انقلاب
کوئی مرض لا علاج نہیں

حوشی خیری

علماء دین اپنی
وراثت حاصل
کریں

آئیے تشریف لائیے لا علاج امراض کا علاج کروائیے

تادریہ دارالافتاء اسلامیہ سرحد شہستان چوک بمبئی