

# روحانی او طبی علاجونہ

(پہلو)



د بدن د درد روحانی علاج

د توجہ قابل دري څيزونه

بیمارو نه د حفاظت بهترينه نسخہ

د شفاء حاصلیدو او نه حاصلیدو راز

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ وَالصَّلٰوۃُ وَالسَّلَامُ عَلٰی خَاتَمِ النَّبِیْنَ ط  
اَمَّا بَعْدُ فَاَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ ط بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ط

## رُوحانی او طیبی علاجونہ

**دُعائے عطار:** یا اللہ پاکہ! خوک چہی دا رسالہ ”روحانی او طیبی علاجونہ“ ولوی  
یا واوری ہغہ ہمیشہ د خپلو رحمتونو پۂ سوری کنبی وساتې او ہغہ سرہ د مور  
پلارہ بے حسابہ و مخنبنې۔ امین بِجَاۃِ خَاتَمِ النَّبِیِّیْنَ صَلَّی اللہُ عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم۔

## دُرود شریف

پۂ ”سَعَادَةُ الدَّارِیْن“ کنبی دی، حضرت سَیِّدُنَا ابراہیم بن علی بن عطیہ  
رَحْمَةُ اللہِ عَلَیْہِ فرمائی: ما پۂ خوب کنبی د رسول اللہ صَلَّی اللہُ عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم زیارت وکړو نو  
عرض مې وکړو: سرکار! صَلَّی اللہُ عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم ستاسو د شفاعت طلب کار یم۔ سرکار  
صَلَّی اللہُ عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّم وفرمائیل: اَکْثَرُ مِنَ الصَّلٰوۃِ عَلَیَّ یعنی ”پۂ ما باندې پۂ کثرت سرہ  
دُرود پاک لولہ۔“ (سَعَادَةُ الدَّارِیْن ص 137)

کعبے کے بدرالدبے تم پۂ کروڑوں دُرود طیبہ کے نشِ الضعی تم پۂ کروڑوں دُرود

(حدائق بخشش شریف ص 264)

صَلُّوْا عَلَی الْحَبِیْب! \*\*\* صَلَّی اللہُ عَلَی مُحَمَّد

## چانبیل او د رُکام علاج (واقعہ)

وئیلے کیري چي فارسي چانبیل (Persian Jasmine) د ایراني بادشاہ  
نوشیروان پۂ زمانہ کنبی دریافت [موندلې] شوې وه۔ داسې وشو چې یوه ورځ  
بادشاہ ناست وو چې ناڅاپه د هغۂ مخې ته یو مار راووتو او د یو فریادي پۂ شان پۂ  
زمکه لغړیدو، سپاهیانو چې هغه مړ کولو نو بادشاہ هغوئې منع کړۂ او اوئې وئیل:  
”گورئ چې دا څۂ کوي؟“ د بادشاہ دا خبره چې یې واوریدله نو مار چې د کوم

خائے نه راغله وو هغه طرف ته واپس روان شو- بادشاه ووئيل: ”په ده پسي شئ او وگورئ چې دا چرته څي؟“ سپاهيان په مار پسي شاته شاته روان شو، مار د يو کوهي خوا ته ورسيدو او هغه کوهي ته يې کتل، سپاهيانو چې کوهي ته سر ورښکته کړو نو اوښ کتل چې يو ډير غټ مار پروت دے او د هغه په ملا باندې يو تور لړم ناست دے، يو سپاهي په نيزه باندې لړم مړ کړو او بيا يې مار هلته پرېښودو او ټول سپاهيان واپس راغلل او بادشاه يې د ټولې معاملې نه خبر کړو- په بله ورځ مار په خله کښې څه تخم راغسته وو او د بادشاه مخې ته يې کښودو او لاړو- بادشاه ووئيل: ”مار زموږ د احسان بدله را کول غواړي لهذا دا تخم په زمکه کښې وکړئ! گورو چې د دې نه څه جوړېږي-“ سپاهيانو هغه تخم په زمکه کښې وکړو- دهغې نه د ”چانيل بوتے“ رازرغون شو- وييلے کيږي چې د بادشاه ”زکام“ وو، چې کله هغه د چانيل بوتے بوئي کړو نو د هغه هغه بيماري ښه شوه-  
(المستطرف، 182/2)

## شفا ورکولو والا ذات

**خوږو او محترمو اسلامي ورونو! الله پاک هيڅ يو څيز به کاره نه دے پيدا کړے-** د الله پاک يو صفتي نوم ”شافي (يعنې شفا ورکولو والا)“ هم دے او حقيقي طور د بيمارو نه شفا ورکولو والا ذات صرف او صرف هم د هغه دے: ﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾ (٨) ترجمه کنزالعرفان: ”او چې کله زه بيمار شم نو هم هغه ما ته شفا راکوي-“ (پ 19، الشعراء: 80) عظيم تابعي بزرگ، حضرت کعب الاحبار رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ بيان کوي چې الله پاک ارشاد فرمائي: حقيقي طور هم زه د هر مرض علاج کووم-

(حلیة الاولیاء، 25/6، قول: 7691- الله والوں کی باتیں، 39/6)

## انسانان او پیریان ولې پيدا کړے شو؟

الله پاک انسانان او پیریان د خپل عبادت د پاره پيدا کړي دي لکه څنگه چې په 27 سپیاره، سورة الذریت: آیت نمبر: 56 کښې ارشاد دے:

﴿وَمَا خَلَقْتُ الْإِنْسَانَ إِلَّا لِيَعْبُدُنِي ۝﴾ ترجمہ کنز العرفان: ”او ما پیریاں او انسانان ہم د دی د پارہ پیدا کری دی چې زما عبادت کوي۔“ انسانان د عبادت د پارہ پیدا کرے شوي دي خو نور مخلوقات مثلاً سپورمی، نمر، ستوري، خُناور، مرغی، میوې، سبزیانې او وني بوتی وغیرہ د انسان د ضرورتونو د پارہ پیدا کرے شوي دي چې مونږہ د دې نه خپل خوراک وغیرہ حاصل کړو او د زړه د اخلاصہ د خپل خالق او مالک اطاعت او فرمانبرداری وکړو۔ چا شاعر ډیر ښه وئيلي دي:

جانور پیدا ہوئے تیری وفا کے واسطے      کھیتیاں سرسبز ہیں تیری غذا کے واسطے  
چاند سورج اور ستارے ہیں ضیا کے واسطے      سب جہاں تیرے لیے پر تو خدا کے واسطے

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ! ❀❀❀ صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ

### د توجه قابل درې خیزونہ

حضرت سُفیان بن عُیَیْنہ رَحْمَةُ اللّٰهِ عَلَیْہِ فرمائی: کہ اللہ پاک د دریو خیزونو پۀ ذریعہ د انسان حیثیت نۀ وے کم کرے نو یو خیز به ہم انسان نۀ شوقابو کولے، هغه درې خیزونہ لازمي طور پۀ انسان کښې دي خو بیا هم انسان ډیر غرور کوي: هغه درې خیزونہ دا دي: محتاجي، بیماری او مرگ۔

(حلیۃ الاولیاء، 327/7، قول: 10710۔ اللہ والوں کی باتیں، 330/7)

### روغ صحت نعمت دے

خوبو او محترموا سلامي ورونو! پۀ ژوند کښې انسان پۀ قسما قسم بیمارو کښې اخته کیږي۔ بیماریانې د چا د گناہونو د ختمولو او د چا د درجو د زیاتولو سبب جوړیږي او کله بیماری پۀ دُنیا کښې سزا هم وي د پارہ د دې چې بنده توبه وکړي او خپل ژوند د اللہ پاک د احکاماتو مطابق تیر کړي۔ روغ صحت ډیر لوئی نعمت دے۔ چې روغ صحت وي نو د اللہ پاک پۀ عبادت، نمونځ، روژه او حج وغیرہ

کښې اساني وي- بيمار کس په ښه طريقه په عبادت کولو کښې د مشکلاتو سره مخ کېږي بلکې بعضې وخت په عامو معمولاتو کښې هم د قسما قسم از مېښتونو سره مخ کېږي- مونږ ته په هر حالت کښې د الله پاک په رضا راضي کيدل پکار دي، که هغه مو صحت مند ساتي نو هم د هغه شکر دے او که مونږ ناروغه شو نو بيا هم د هغه شکر ادا کول پکار دي- په حديث قدسي کښې دي، الله پاک ارشاد فرمائي: بے شکه زما بعضې مؤمنان بندگان داسې دي چې د هغوئي د ايمان خير په صحت مند اوسيدو کښې دے که زه هغوئي بيمار کړم نو په دې وجه به د هغوئي ايمان خراب شي- بے شکه زما بعضې مؤمنان بندگان داسې دي چې د هغوئي د ايمان خير په بيمار اوسيدو کښې دے که زه هغوئي ته صحت عطا کړم نو د هغې په وجه به د هغوئي ايمان خراب شي- زه په خپل علم سره د خپلو بندگانو د معاملاتو انتظام کووم، بے شکه زه علیم او خبر (يعنې پوهيدونکے، وښوونکي) يم-

(شرح السنة، 69/3، حديث: 1242، پتغير)

## د علاج کولو ترغيب

**خوږو او محرمو اسلامي ورونو!** د الله پاک خوږ اخري نبي، مکي مدني، محمد عربي صلی الله عليه و آله و سلم په بيماري کښې د علاج کولو ترغيب ارشاد فرمائي دے او زموږ د خوږ آقا صلی الله عليه و آله و سلم نه هم علاج کول ثابت دي، په حديث پاک کښې دي: حضور صلی الله عليه و آله و سلم د احرام په حالت کښې حجامه وکړه-

(بخاری، 289/1، حديث: 1835)

د الله پاک د عبادت کولو، په سنتو باندې د عمل کولو، د نيکۍ د دعوت ورکولو او د عاشقان رسول سره د سنتو زده کولو او نورو ته د ښودلو د دريو ورځو، د 12 ورځو او د يوې مياشتې بلکې څومره ښه به وي چې د 12 مياشتو په قافلو کښې سفر او د سنتو عام کولو د ښو ښو نيتونو سره په بيماري کښې علاج وکړئ-

که الله پاک وغواړي نو څنگه څنگه مريضان شفا بيا مومي دې لږ کښې يوه خوندوره واقعه ولولئ:

### قاتلانه حملې صحت مند کړو

وئيلے کيږي چې د موصل (د عراق د يونبار) د حاکم ناصر الدوله د قولنج (د غټې کولمې) درد شو، طبیبان يې په علاج ستړي شو خو مرض نه ټيک کيدو. اخر هغوئي د ناصر الدوله د وژلو منصوبه جوړه کړه او يو گس ته يې دغه کار وسپارلو. قاتل ورته خنجر په لاس پټ کيښتو. څنگه چې ناصر الدوله د خپل محل دُرشل ته راغلو نو پټ ناست قاتل پرې په چارۍ گزار وکړو په کوم چې د ټيښي نه لاندې بالکل هم هغه کولمه ولگيدله په کومه کښې چې درد وو، په چارۍ د لگيدو سره د کولمې نه گنده مواد راووتل او حاکم ناصر الدوله د مړ کيدو په ځائے بالکل ټيک ټاک شو. (المستطرف، 140/2)

### د شفاء حاصليدو او نه حاصليدو راز

د الله پاک د خوږ اخري نبي صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ فرمان مبارک دے: ”د هرې بيمارۍ دواي شته، چې دواي بيمارۍ ته ورسولے شي نو د الله پاک په حکم باندې مريض ښه شي.“ (مسلم، ص 933، حديث 5741)

حضرت علامه علي قاري رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ د دې حديث پاک په شرح کښې ليکي دي: الله پاک چې کله د يو بيمار شفا نه غواړي نو د دوايۍ او د مرض په مينځ کښې د يوې فريښتې په ذريعه خنډ (يعنې رکاوټ پيدا) کړي د کوم په وجه چې دواي مرض ته نه رسي، چې کله يې د شفا اراده وي نو پرده لرې کولے کيږي په کومې چې دواي په مرض باندې ورشي او شفا يې نصيب شي.

(مراقبة المفاتيح، 289/8 تحت الحديث، 4515 مفهومأ)

**خورو او محرمو اسلامي ورونو!** په دې رساله کښې بيان کړې شوې ټولې کورنۍ  
 دُسخې په حکيم صاحب چيک کړې شوې دي- د دې نسخو مقصد د الله پاک د  
 رضا حاصلولو د پاره د اُمت خير خواهي ده او د اُمت خير خواهي ډير د ثواب کار  
 دے- په حديث پاک کښې دي: **خَيْرُ النَّاسِ أَنْفَعُهُمْ لِلنَّاسِ** يعنې بهترين کس هغه دے  
 کوم چې خلقو ته فائده ورسوي- (جامع صغير للسيوطي، ص 246، حديث 4044)

د الله پاک د خوږ حبيب، زمونږ د گناهونو د مريضانو د طبيب **صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ**  
 يو بل فرمان مبارک دے: په تاسو کښې چې خوک خپل ورور ته فائده رسوله شي  
 نو هغه له فائده رسول پکار دي - (مسلم، ص 931، حديث 5727)

### د علم طب معلومات

حضرت علامه فقيه ابو الليث سمرقندي **رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ** فرمائي: طبيبان په دې خبره  
 باندې متفق دي چې په طب (يعنې د علاج معالجې په علم) کښې د پرهيز نه زيات  
 فائده رسوونکې بل هيڅ څيز نشته- د يو صحابي **رَضِيَ اللهُ عَنْهُ** نه روايت دے چې هغوئي  
 يو گس ته وفرمائيل: آيا تاته داسې طب اونه نيایم د کوم نه چې ټول طبيبان عاجز  
 وي؟ عرض وکړې شو: ولې نه! اوږې فرمائيل: هغه دا دے چې په دسترخوان هله  
 کښينه چې کله ته ښه وړې شوه يې او چې لا لوږه پاتې وي او پاڅې-

(بستان العارفين، ص 89)

### د انسان طبيعتونه

حضرت فقيه ابوليث سمرقندي **رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ** فرمائي: الله پاک مخلوق پيدا کړو او په  
 دوئي کښې يې 4 طبيعتونه کينودل: **(1) يَبُوسَت** (يعنې وچ والې) **(2) رَطَوِيَت**  
 (يعنې لوند والې) **(3) حرارت** (يعنې گرمي) **(4) بُرودَت** (يعنې يخې)-

حضرت فقيه ابوليث سمرقندي **رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ** فرمائي: الله پاک په نفس کښې دننه  
 دا څلور واړه ساتلي دي د پاره د دې چې د وجود اصلاح کيږي ځکه چې د دې نه

بغیر د وجود صحیح پاتې کیدل ممکن نه دي۔ پۀ کوم وجود کنبې چې دا خلور واره برابر وي نو هغه به صحت مند وي او چې کله پۀ دې کنبې یو څیز پۀ بل باندې غالب وي نو د هغه طرف نه بیماری راځي۔ او پۀ دې کنبې چې کوم لږ وي نو د هغه طرف نه کمزوري راځي۔ (بستان العارفين، ص 121)

**خوږو او محترمو اسلامي ورونو! الله پاک د انسان پۀ وجود کنبې درې سوه شپيته (360) رگونه (Veins) او د وجود د پیوست ساتلو، میلاوهلو او د دۀ د صحیح ساتلو د پاره یې دوه سوه اته څلوېښت (248) هډوکي (Bones) پیدا کړي دي۔ الله پاک پۀ قرآن مجید کنبې ارشاد فرمائي: ﴿وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِلْمُوقِنِينَ ۝ وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ ۝﴾ (پ 26، الذاریت: 20، 21) ترجمه کنز العرفان: ”او پۀ زمکه کنبې د یقین والو د پاره نخبې دي۔ او پخپله ستاسو پۀ ځانونو کنبې، نو آیا تاسو نه وینی؟“**

د قرآن کریم پۀ تفسیر ”نور العرفان“ کنبې دي: یعنې د مؤمنانو د پاره زمکه د الله پاک د پیژندلو دفتر دے، هغوئ د دې زمکې حالاتو ته پۀ کتلو د رب قدرت بلکې حشر او نشر، جنت او دوزخ مني، زمکه وچه شي او بیا شنه شي معلومه شوه چې مونږ ته هم مړه کیدل او بیا راژوندي کیدل دي، پۀ زمکه کنبې چې څۀ گرې هغه به ریبې معلومه شوه چې هلته حساب او کتاب شته۔ ستا پیدائش، د اندامونو عجیبه ترتیب پۀ دنیا کنبې ستا بدلیدونکي حالات، د هر څۀ د موجودتیا باوجود هیڅ نه پاتې کیدل وائی چې تۀ د بل چا پۀ قبضه کنبې یې۔

(تفسیر نور العرفان، پ 26، سورة الذاریت، تحت الآية: 21، 9/495)

|                        |            |            |
|------------------------|------------|------------|
| سب کا پیدا کرنے والا   | میرا مولیٰ | میرا مولیٰ |
| سب سے افضل سب سے اعلیٰ | میرا مولیٰ | میرا مولیٰ |
| سب کو وہ ہی دے ہے روزی | نعمت اسکی  | دولت اسکی  |
| رازق داتا پالن ہمارا   | میرا مولیٰ | میرا مولیٰ |

(ریاض نعیم، ص 17)

**صَلُّوْا عَلَی الْحَبِیْب! ❀❀❀ صَلَّی اللہُ عَلَی مُحَمَّد**

## د حکمت د علاج طريقه

**خوړو او محترموا اسلامي ورونو!** هر بل (Herbal يعني حکمي) علاج د ضد په ذريعه کيږي يعني که په وجود کښې د يخنۍ سوداويت (يعنې د يخنۍ حالت) زيات شوه وي نو د صفراوي (يعنې د گرم مزاج) په خورا کونو او دوايانو باندې علاج کول شي. دغه شان که د بلغمي مزاج والا په بدن کښې لوند بلغم زيات شوي وي نو په دموي (يعنې وچو) دوايانو او خورا کونو به علاج کول شي.

ياد ساتئ چې د طب په دې يو خو خبرو لوستلو باندې څوک طبيب نه شي جوړيدے، د مريض د علاج د پاره نور ډير څيزونه کتل وي، هم دغه په دې قاعدو کښې هم ډير تفصيل او نازک څيزونه وي په کومو پوهيدل چې د هر يو د وس خبره نه ده ځکه په يوه بيماري کښې د طب په کتابونو لوستلو د ځان نه د علاج کولو په ځائ دې د يوه طبیب نه علاج وکړي شي.

## د علاج احتياطونه

په صحت مندی کښې په اعتدال (يعنې په توازن) سره د ټولو مزاجونو خورا کونه استعماليدے شي خو د مرض په حالت کښې خاص خيال کوئ او د خپل طبيعت، د مرض او د موسم مطابق خورا کونه کوئ. د گرم طبيعت والا ته اگر که خبره ډيره فائده رسوونکې ده خو دا به په يخنۍ کښې نه خوړلے کيږي، يوه اهمه خبره دا هم ده چې يخ او لوند دا دواړه طبيعتونه يو بل ته نږدې دي. دغه شان گرم او وچ طبيعتونه نږدې نږدې دي. (يعنې د دې خورا کونه او پرهيز د يو بل سره ميلاؤيږي)

## بلغمي طبيعت (لوند)

**د بلغمي طبيعت (لوند) سره متعلقه مرضونه:** د بلغمي توخي، د بلغمي سر درد، ډکو متيازو او د تشو متيانو بيا بيا راتلل، برکي، دماغي مرضونو، مرگي، د وجود

غټ والے، د وینستو زر سپینیدل، خوب زیات راتلل، ناراستي، کار ته ډډې نه لگیدل، د وجود په مختلفو حصو باندې درد-

### د بلغمي مرضونو والو د پاره فائده مند خوراکونه

خوباني، امونه، جامن، کلونجي، سپیرکي، لونگ، جائفل، دار چيني، انډې، تورې او سپينې چنې، د ملخوزو تخم، دملخوزو ساگ، ساگ، کريله، چلغوزه، کاجو، منې، سور مرچکے، د بادامو تیل، مهیان [کبان]، وسکې، مُنځي، انځر، کجورې، بادام، پسته، غوزان، خربوزه، خټکے، سترابيري، پائن اپیل [اناناس]، د چنودال، شات، کافي، چائے، مشک کستوري، مُرَبَّه، آمله، د مرغو غوښه- د چيلي او د کورنو چرگانو غوښه-

### صفاوي طبيعت (گرم)

د صفاوي طبيعت (گرم) سره متعلقه مرضونه: گرمکې او دانې، یرقان، خُله پولی کیدل، ډیره گرمي کیدل، د متیازو رنگ زړیدل، هائي بلډ پریشر، د گرمي نزله، پیچس، وچ درد، لیکوریا-

### د صفاوي مرضونو د پاره فائده مند خوراکونه

کدو، تینډې، توری، گاڅرې، مولى، وچه دنیا، د گاڅرو جوس، د کدو شریف رائته، بندې، کچالو، گوښي، چقندر، تیپر، پی، ماسته، شوملې، ساده وریژې، موسمي، کیچري، آلو بخارا، فالسه، خربوزه، شاتوت، هندوانه، میتها، انار، د کشمالي تخم، گوند کتیرا، اسپیغول، د ورېشو دل، ستو، عنبر-

### سوداوي طبيعت (یخ)

د سوداوي طبيعت (یخ) سره متعلقه مرضونه: د ساه مسئله، د پوښتو درد، د پټو کمزوري، شنه دستونه، د غاښونو رژیډل، په مخ باندې تیرسري، د سترگونه لاندې تورې حلقې، د وینستو پریوتل، د وینے کمے، رپړے، د زناڼو میاشتنی بیماری

کښې بے نظمي، توخه، ډيره ځنځي کيدل، د گُردې کانې، بلډ پريشر کميدل، د وجود مختلفو حصو کښې رسولۍ کيدل، د معدې سوزيدل.

### د سَوَاوِي طبيعت والو د پاره فائده مند خوراگونه

کريله، باتينگرې، کجورې، شات، انگور، د مسورو دال، مالگه، د زيرې او د پودينې چکني، انځر، بادام، کاجو، غوزان، د بادامو تيل، انډه، پائن اپپل، اوگه، ليچې، کورکمان، ادرک، زعفران، د کورنو چرگانو او د چيلي غوښه، زيتون.

### دَمَوِي طبيعت (وچ)

د دَمَوِي طبيعت (وچ) سره متعلقه مرضونه: پوناقي، پۀ لاسونو، ښپو کښې گرمائش، خُله تروه کيدل، د پوندو او شونډو چاودل، دائمي قبض، وچ توخه، کيرا [يعنې نزله مرئ طرف ته غورزیدل]، عرق النساء، د جوړونو درد، خوب نۀ راتلل، د تشو متيازو سوزيدل، د گردې او د مثانې کانې، پۀ پوزه وينه راتلل، د وجود د نورو اندامونو نه وينه تلل لکه پۀ بلغمو کښې وينه تلل، خوني او بادي بواسير، د کيس پۀ وجه د وجود پۀ مختلفو اندامونو درد وغيره.

### پۀ دَمَوِي طبيعت کښې فائده رسوونکي خوراگونه

کدو شريف، تينډې، نري غاړے کدو، بادرنگ، شنه لوبيا، مولى، پيته کدو، د کدو شريف حلوه، پي، ماسته، شوملې، ميته، کينو، د مې، لاچي، عنبر، پۀ سوچه غوړو کښې د سوجۍ حلوه.

### د باران او د امونو تعلق

د بارانونو نه مخکښې يا وروستو د امونو د خوړلو سره هيڅ تعلق نشته خو پۀ عوامو کښې دا خبره مشهوره ده چې پۀ گرمۍ کښې دې امونه د باران کيدو نه پس وخوړے

شي- ممکن ده چې هغه خلق د کومو طبيعت چې صفراوي (يعنې گرم) دے، د هغوئي د پاره د باران نه پس امونه په مناسب مقدار کښې خوړل ځکه فائده مند وي چې د بارانونو نه پس په گرمۍ کښې کمه او په موسم کښې نيم زياتيري خو د نورو طبيعتونو والا مثلاً د يخ طبيعت يا د لوند (بلغي طبيعت) والا خلق که په مناسب مقدار کښې د باران نه مخکښې يا وروستو چې کله هم خوري فائده به وي-

دا هم ممکن ده چې خلق د نورو ميوو په نسبت امونه په زيات مقدار کښې پرله پسې خوري او د اوبو څښلو عادت يې کم وي او عام طور د گرمۍ په موسم کښې هم زياتې د غوړو او تيلو والا خوراگونه کولې شي، داسې ماشومان او لويي د گرمکو او دانو نه متاثره کيږي- دا هم وئيلې کيږي چې مارکيت ته چې په شروع شروع کښې کوم امونه راځي هغه په ”کاريبيټ (Calcium Carbide)” نومې کيمياکل باندې پخولې شي- تر څو پورې چې د باران موسم راځي نو تر هغې پورې په ونو کښې امونه هم پاخه شوي وي کوم چې د صحت د پاره فائده مند وي او کيمياکل والا مناسب نه دي-

### امونه او د گرمکو درې علاجه

﴿1﴾ خالص عرق گلاب د څلورو نه 5 قاشوغې وڅښۍ- ﴿2﴾ کچه لسي (يعنې يې کم او اوبه په زيات مقدار کښې د شاملولو سره) څښل ډير فائده مند دي- ﴿3﴾ د پوديني او د لاجي قهوه-

**د قهوي جوړولو طريقه:** درې دانې لاجي او د پوديني لس پانې په دوه پيالو اوبو کښې وه وښوئ، چې کله يوه پيالي پاتې شي نو چاڼ يې کړئ- د امونو د خوړلو سره د گرمکو او د دانو نه د حفاظت د پاره د دې څيزونو استعمال به فائده مند وي- **وَيَسْأَلُكَ اللَّهُ لَكُمْ**

## د هائي بلډ پريشر روحاني علاج

”يَا سَلَامُ (يعنې اے د سلامتيا ورکولو والا)“ 111 کرته ولولئ او پۀ ځان باندې يې دَم کړئ يا يې پۀ اوبو باندې دَم کړئ، داسې د گرځيدو پۀ حالت کښې، پۀ ناسته پۀ ولاړه د ”يَا سَلَامُ“ لوستلو سره به اِنْ شَاءَ اللّٰهُ اَلْکَرِيم! د دواړو جهانو سلامتي نصيب شي- دا ورد د هرې بيمارۍ د پاره فائده مند دے-

(مدني پنج سوره، ص 283 ماخوډا، (ملفوظات) امير اېل سنت، 35/5)

## د خوب راوستلو روحاني علاج

که خوب نه درځي نو ”لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ“ 11 کرته ولولئ او پۀ ځان باندې يې دَم کړئ، اِنْ شَاءَ اللّٰهُ اَلْکَرِيم! خوب به درشي- (بیمار عابد، ص 26)

## د بلډ پريشر نارمل، ډپریشن ختمولو او د خوب راوستلو نسخه

### هربل (Herbal) يعنې کورنۍ علاج

|        |                   |
|--------|-------------------|
| 6 گرام | سورگلاب           |
| 6 گرام | سونف [کاگۀ]       |
| 6 گرام | وچه دنيا          |
| 6 گرام | اَسْطُو خُوْدُوْس |
| 3 گرام | سپين صندل         |
| 5 دانې | لاچي              |

ټول څيزونه پۀ يو کلاس اوبو کښې وه ویشوئ او چې کله يوه پيالی اوبه پاتې شي نو چاڼ يې کړئ او اوښې څښئ- (د استعمال طريقه: روزانه پۀ نهره او د اوده کيدو پۀ وخت)

## کہ د درد وغیرہ پہ وجہ خوب نہ درخي نو

چالہ چي د درد وغیرہ پہ وجہ خوب نہ ورخي نو د هغه پہ خوا کنبې پہ کثرت سره د ”لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ“ لوستلو سره به ورله اِنْ شَاءَ اللَّهُ الْكَرِيم! خوب ورشي، د الله رَبُّ الْعِزَّة پۀ رحمت سره به مريض هم زر تیک شي۔ (چي مريض د لوستلو اواز نہ اوري د دې احتیاط کوئ) (بیمار عابد، ص 26)

## د بنه خوب د پاره

د بادامو پۀ تیلو (Almond Oil) روزانه د اودۀ کیدو پۀ وخت سر مالش کوئ او یوه قاشوغه پۀ پٹیو کنبې خنبی۔ اِنْ شَاءَ اللَّهُ الْكَرِيم! فائده به کیري۔ دا علاج د خوب سره سره د سراو د خرمن (Skin) د خشکی د پاره هم فائده مند دے، د گرمکونه د حفاظت سره سره به د خیتي نظام هم بنه وي۔ اِنْ شَاءَ اللَّهُ الْكَرِيم!

|                    |          |
|--------------------|----------|
| د بادامو تیل       | 100 گرام |
| د کدو شریف تیل     | 100 گرام |
| د کاهو [سلاتہ] تیل | 100 گرام |
| د دنیا تیل         | 100 گرام |

**د استعمال طریقہ:** د اودۀ کیدو پۀ وخت پرې پۀ ورو ورو سر مالش کوئ۔ دا هم کولے شی چي د یوې بنې کمپنی جوړ کرے شوي تیل واخلی یا دا تول خیزونه نیم نیم کلو واخلی او میکس (Mix) یې کرئ او د دې نه پخپله تیل اوباسی: ﴿1﴾ بادام ﴿2﴾ د کدو شریف تخم ﴿3﴾ د کاهو [سلاتہ] تخم ﴿4﴾ د وچي دنیا تخم۔

## د دماغي کمزوری روحاني علاج

اُسْكُنْ سَكَنَتَكَ بِالَّذِي لَهُ مَا فِي اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ط

د چا په سر باندې چې درد وي يا پرې سر گرځي د هغه د سر د درد په ځائ باندې لاس کيږدئ او دا کلمات 7 کرته ولولئ او په سر باندې يې چپ کړئ. اسلامي خوښندې دې پخپله د سر د درد ځائ ونيسي او د هغې تحرم يا خاوند دې يې ولولي او د هغې سر دې پرې دم کړي، **اِنْ شَاءَ اللّٰهُ الْکَرِيْمُ** د سر درد به ختم شي او د دماغو کمزوري به ختمه شي خود دماغو د کمزوري د پاره دا ضروري ده چې دا عمل روزانه په يو خاص وخت کښې (مثلاً روزانه د ورځې 12 بجې) تر 7 ورځو پورې پرله پسې وکړه شي. (مدني پنځه سوره، ص 283 ماخوذاً)

### د دماغي کمزوري د ختمولو نسخه

|          |                      |
|----------|----------------------|
| 100 گرام | د وچې دنيا (تخم)     |
| 100 گرام | سونف [کاگه]          |
| 100 گرام | د کدو شريف تخم       |
| 100 گرام | د بادامو چغزی        |
| 50 گرام  | بال چهر [سنبل الطيب] |
| 50 گرام  | د کاهو [سلاته] تخم   |
| 50 گرام  | لاچي                 |
| 100 گرام | مصري                 |

ټول څيزونه وړه کړئ او سحر او مانېام ترينه يوه يوه قاشوغه په اوبو يا د پټيو سره په نهره خورئ يا صرف د اوده کيدو په وخت 2 قاشوغې په پټيو کښې اچوئ او څښئ يې. (که شوگر وي نو مصري پکښې مه اچوئ)

### د بينايي، ذهني، د سترگو د کمزوري او د حافظې د قوت د پاره نسخه

|          |                |
|----------|----------------|
| 100 گرام | د کدو شريف تخم |
| 100 گرام | د بادامو چغجی  |
| 100 گرام | سونف [کاگه]    |

دا ټول خيزونه ميده كړئ او د اوډه كيدو په وخت دوه قاشوغې په پټيو كښې اچوئ او څښئ، دا سفوف [پاوډر] د بينايي، ذهني او دماغي كمزورۍ، د سترگو د كمزورۍ او د حافظې د قوت د پاره فائده مند دي.

### په بدن د درد روحاني علاج

”يَاغْنِي“ (يعنې اے د هر څيز نه به پروا) د ملا د تير، د پنډو، د جوړونو يا په وجود كښې چې هر چرته درد وي، د گرځيدو په وخت، په ناسته په ولاړه هر وخت يې لولئ **إِنَّ شَاءَ اللَّهُ الْكَرِيمُ!** درد به ختم شي- (مدني پنج سوره، ص 269)

د شوگر، د وجود د غټ والي، فيتې ليور [د ځيگر واژگه]، د وزن كمولو د پاره، د وجود نه د زياتې واژگې، د جوړونو درد، د خرمن د مرضونو، خاربن، د پوناڼو، كيس او د معدې په مرضونو كښې ډيره فائده منده نُسْخه

50 گرام

كريله

25 گرام

د ايلوويرا چير

3 گرام

ادرک

نيم

ليمبو

15 عدد

د پوديني پانې

5-3 عدد

تور مرچ

دا وره كړئ او په 2 كلاسه اوبو كښې يې واچوئ او روزانه ترينه سحر په نهړه څښئ نو ښه ده گنې هرڅه وخت لږ لږ څښلې كيدې شي.

### د گرمكو د پاره نُسْخه

مرخني (د سوا بيرې په شان يوه ميوه ده، دا خوږه وي-) 11 دانې د لويو د پاره او د ماشومانو د پاره د 5 نه 7 دانو پورې د شپې په يو يا نيم گلاس اوبو كښې واچوئ

او سحر يي چان کړئ او پۀ نهړه يي څښئ۔ اِنَّ شَاءَ اللّٰهُ الْکَرِيم! د گرمکو سره سره د هائي بلډ پريشر د پاره هم فائده مند دے۔

### د شوگر د مريضانو د پاره

”پنير بوتې“ تقريباً 10 دانې پۀ يو يا دوه کلاسه اوبو کښې واچوئ۔ سحر يي چان کړئ او اوبه يي وڅښئ۔ اِنَّ شَاءَ اللّٰهُ الْکَرِيم! د شوگر د مرض د پاره فائده منده ده۔

### پۀ زياتو بلغمو کښې فائده رسوونکې نُسْخه

سپستا 250 گرام

مرخني 250 گرام

بهي دانه [د بيو تخم] 60 گرام

دا درې واړه څيزونه غټ غټ وټکوئ او يو ځائے يي کړئ او کيردئ۔ هره شپه ترينه 2 قاشوغې پۀ يو کلاس اوبو کښې اچوئ۔ سحر چې کله دا وه ويشوئ او نيمې اوبه پاتې شي نو هغه چان کړئ او پۀ نهړه يي څښئ۔ د بلغمو خارجولو د پاره فائده مند دے۔

### د کريلي (Bitter Melon) فائدي

کريله د خپل مزاج پۀ لحاظ سره وچه او گرمه ده۔ د دې ډيرې فائدي دي مثلاً مُصَفِّي خُون (يعنې د وينې صفا کولو والا ده)۔ د خرمن پۀ مرضونو، پوناکو، دانو، خاربن کښې فائده منده ده۔ د بلغمي طبيعت والؤ د پاره خاص طور فائده منده ده۔ د شوگر، مليريا، د خيټې د چينجو، د هيضې پۀ مرض کښې، د ځيگر د وازگې، د لورې پۀ کمي، فالج، د جوړونو پۀ درد، د گردې پۀ کاني او د کولمو، د معدې د کمزورۍ د پاره فائده منده ده البته د گرم مزاج والا دې يي زياته نه استعمالوي۔

## د کريلې جوس

د کريلې جوس دې پرله پسې نه څښلې کيږي بلکې درې ورځې څښل او درې ورځې دمه يا پينځه ورځې څښل او درې ورځې دمه کول مناسب ده ځکه چې پرله پسې د يو مزاج والا دوايي استعمال فائده مند نه وي- د چا طبيعت چې وچ يا گرم وي هغوئ دې هم خاص طور په دمه دمه استعمالوي گڼې نو په طبيعت کښې به يې گرمي يا خشکي زياته شي-

د کريلې په جوسو کښې د نيم ليمبو اوبه يا د لږ شان تور مرچ اچول د دې فائده زياتوي- **اِنَّ شَاءَ اللّٰهُ الْکَرِيْمُ!**

## د صحت مندي او زيات عمر نُسْخه (واقعه)

منقول دي چې پخوا د يو گس ډير عمر وو- د هغوئ نه چې د ډير عمر د راز پوښتنه وکړه شوه نو هغوئ جواب ورکړو: ” چې کله مونږ خوراک پخوا نوښه يې پخوا او چې کله مونږه خوراک کوو نوښه يې چقوو او خورو يې او لا ماړه نه يو چې دډوډۍ نه بس کوو-“ (بُستَان العارفين، ص 89)

## بیمارو نه د حفاظت بهترينه نُسْخه

**خوږو او محترموا اسلامي ورونو!** د الله پاک د رضا حاصلولو د پاره د سُنَّت مطابق خوراک څښاک کوئ نو د ډيرو بيمارو نه به محفوظ يئ- د نفس په خوښه چې مو څه زړه ته کيږي هغه مه خورئ مثلاً پږې، پراتې، فاسټ فوډ، زنگر، شوارما وغيره په قلاړه د هضم کيدونکو خوراكونو نه ځان ساتئ او د واورې پخې اوبه، کولډ ډرنکس، رنگا رنگ سوډا واټرې وغيره هم مه څښئ بلکې د څه نا څه پيدل تلو او د لږ شان ورزش کولو عادت جوړ کړئ **اِنَّ شَاءَ اللّٰهُ الْکَرِيْمُ!** ستاسو معده به صحيح وي- معده د بيمارو کور او پرهيز د دويانو سر دے- که د معدې ټيک ساتلو

او صحت ته د زيان رسوونکو خوراكونو نه بچ شوی نو د هائي کولیسټرول (Cholesterol)، شوگر، بلډ پریشر، د ځيگر د وازگې (Fatty Liver) وغيره سره سره به د ډيرو پريشانو نه محفوظ شی۔ طبيبان وايي چې تقريباً 80 فيصده بيماري د ځيټې د خرابيدو په وجه هم پيدا کيږي۔

په عبادت باندې د قوت موندلو په نيت سره د ښه صحت په باره کښې د معلوماتو د پاره د مکتبه المدینه دا رسالې، کتاب سموس، وزن کم کړنه کاريټه، د فيضان ست جلد 1 باب پيټ کافل مدينه او گهريلو علاج نومې کتابونه ولولئ۔ د دې کتابونو د فري ډاؤن لوډ کولو د پاره د دعوت اسلامي ويب سائټ [www.dawateislami.net](http://www.dawateislami.net) ته لاړشئ۔

### يو علاج هم يقيني نه دے

د تجربه کوونکو محاوره ده: اَلْعِلَاجُ رَمَى السَّهْمُ فِي الظُّلُمَاتِ يعنې علاج په تيارو کښې غشي ويشتل دي۔ مطلب دا دے چې که علاج هر څنگه هم وي د هغې نه شفا حاصليدل ”ظني [گمانی]“ دي، يقيني نه دي، کوم خلق چې د شرطيه علاج کولو بورډونه لگوي هغوئي ته هم په داسې جملو ليکلو کښې احتياط کول پکار دي ځکه چې شفا من جَانِبِ الله (يعنې د الله پاک د طرف نه) ده او که الله پاک وغواړي نو شفا به ميلاوېږي که هغه نه غواړي نو دواي د زهرو کار هم کول شي لکه څنگه چې د دويانو د ري ايکشن ډير واقعات هره ورځ مخې ته راځي بلکې کله نا کله خو په اخبارونو کښې هم چاپ کيږي۔ زمونږه توجه صرف او صرف د الله پاک طرف ته پکار ده او د هغه نه سوال کول پکار دي چې نَسْأَلُ اللهَ الْعَافِيَةَ يعنې مونږه د الله پاک نه د عافيت سوال کوو۔

## د خلقو د خلو نه اوریدلے شوے علاج خطرناک ثابتیدے شي

یاد ساتی چې د کتابونو یا د خلقو خلو نه اوریدلے شوو نُسَخو مطابق علاج کول خطرناک هم ثابتیدے شي. خاص تاکید دے چې په دې رساله کښې ورکړے شوې هره یوه نسخه د خپل طبیب د مشورې نه بغیر مه استعمالوئ! اگر که دا نسخه هم د هغې بیماری د پاره وي، کومه چې ستاسو وي. د خلقو طبعي حالتونه مختلف وي ځکه ستاسو د جسماني حالت نه خبر ستاسو خاص طبیب وئیلے شي چې ستاسو د پاره کومه یوه نسخه صحیح ده او کومه یوه صحیح نه ده. په کتاب کښې د علاج طریقې بیانول بیله خبره ده او د خاص مرض علاج کول بیله خبره ده.

پیاره بجر کا ابھی ہو جائے گا علاج جاؤ اُٹھا کے لاؤ مدینے کی تھوڑی دھول

(وسائلې بخشش، ص 243)

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيب! ❀❀❀ صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّد

## د خلقو نه هسي اور بدلے علاج خطرناک ثابتيدے شي

ياد ساتي! د کتابونو يا د خلقو د بنودلو شوو نسخو مطابق علاج کول  
خطرناک هم ثابتيدے شي. خاص تاکيد دے چې په دې رساله کښې  
ورکړې شوې يوه نسخه هم د خپل طبيب سره مشوره کولو نه بغير  
مه استعمالوئ. اکر که دا نسخه د هم هغې بيماري د پاره وي په کومه  
چې تاسو اخته يئ. د خلقو طبيعي (قلب - عي) کيفيتونه (يعنې  
Temperaments) مختلف وي نو ځکه ستاسو د جسماني  
کيفيتونو (يعنې Physical conditions) نه خبر ستاسو مخصوص  
طبيب بهتر وئيلے شي چې ستاسو د پاره کومه نسخه موافقه کيدے  
شي او کومه نه. په کتاب کښې د علاج طريقې بيانول بيله خبره ده  
او د کوم خاص مريض علاج کول بيله خبره ده.

پياره بزرگه! همي هو پائے گا علاج پادانها کے لاء دینے کی تحویلی وحوال  
(وسائل بخشش، ص 243)



فيضان مدينه محلّه سوداگران، زره سبزي منڊني کراچي

UAN +92 21 111 25 26 92 0313-1139278

www.maktabatulmadinah.com / www.dawateislami.net

feedback@maktabatulmadinah.com / ilmia@dawateislami.net