© rasailojaraid.com

حکیم محمد عمران مغل بی اے*

خاموش قاتل کا خاموش علاج

ہائی بلڈ پریشر اس قدر عام ہو چکا ہے کہ ادھر اس کا حملہ ہوا، ادھر مریض کو خاموشی سے میٹھی نیند سلا دیا۔ اس لیے اس کا نام عموماً خاموش قاتل مناسب سمجھا گیا ہے۔ اس مرض کو اپنے ہاں مہمان بنانے میں ہماری طرز بود و باش، خود غرضی، بے رخی، لا ابالی پن، لالچ، بغض و عناد کو بنیادی اہمیت حاصل ہے۔ ان میں لالچ میری دانست میں سر فہرست ہے۔

مجھے نہایت کم عمری میں حضرت استاذ الاساتذہ جناب مولانا سرفراز خان صاحب رحمۃ اللہ علیہ کے بارے میں جاننے کا اشتیاق پیدا ہوا۔ جب معلومات میں اضافہ ہوا تو حضرت صوفی صاحب المعروف سواتی صاحب رحمۃ اللہ علیہ سے بھی ملنے کا شوق پیدا ہوا۔ آخر ایک دن میں گوجرانوالہ ان کی خدمت میں آ پہنچا۔ پہلی بار استاذ عبد الحمید سواتی رحمۃ اللہ علیہ سے ملاقات ہوئی۔ ان کی گفتگو اور برتاؤ سے ظاہر ہو رہا تھا کہ میرے بارے میں اچھا تصور رکھتے ہیں۔ مجھے تو بس اتنا پتہ تھا کہ وہ ایک دینی مدرس ہیں۔ بہر حال خوب کھل کر باتیں ہوئیں۔ فرمانے لگے کہ میں آپ کی تحریریں پڑھتا رہتا ہوں۔ مجھے ہائی بلڈ پریشر کا سستا مگر تیر بہدف نسخہ بتائیں جو بارہ ماہ ملک کے ہر حصے میں مل بھی سکے اور آپ نے استعمال بھی کیا ہو۔ میں نے عرض کیا کہ یہ تو میرے لیے بائیں ہاتھ کا کھیل ہے اور نسخہ سستا بھی ہے اور اتنا موثر بھی کہ بلڈ پریشر کا مریض خدانخواستہ آخری دموں پر ہو تو بھی پہلی خوراک سے چند منٹوں میں اٹھ بیٹھتا ہے۔

دو بڑے چمچ تربوز کے بیجوں کے چھلکے سمیت کسی بھی طریقے سے رگڑ لیں۔ بعد میں تھوڑا پانی ملا کر پھر رگڑیں۔ پھر اسے چھان کر دن میں دو تین بار پانی میں ملا کر پی لیں۔ میٹھا شامل کر سکتے ہیں۔ ان شاء اللہ کسی دوسرے علاج کی ضرورت نہیں ہوگی۔ یہی نسخہ میں نے چند سال قبل ایک مریض کو فون پر بتایا تھا جو اسلام آباد کے ایک چوٹی کے ہسپتال میں بی پی کے ماہرین کے زیر علاج تھا اور آخری دموں پر تھا۔ میں نے فون پر یہی ہدایات دیں تو رات کو ہی ہسپتال کو خیر باد کہہ کر وہ گھر آ گیا تھا۔

ایک اور نسخہ بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ ان شاء اللہ تا زیست بلڈ پریشر آپ کو نہ ستائے گا:

انار دانہ، ادرک، پودینہ اور لہسن ہم وزن کی چٹنی بنا لیں۔ روٹی کا پہلا لقمہ اس چٹنی کے ساتھ کھائیں۔ پھر جتنی طلب ہو، کھانا کھا لیں، مگر آخری لقمہ پھر اسی چٹنی کا ہو۔ اللہ کے فضل سے آپ کا یہ عمل آپ کو ساری زندگی خاموش قاتل

*فاضل عربی، مستند درجہ اول طبیہ کالج لاہور۔ 0333-4058503

© rasailojaraid.com

© rasailojaraid.com

سے بچا کر رکھے گا اور تین چار ماہ کے لگا تار استعمال سے آپ کے کئی جسمانی روگ خصوصاً امراض دل، گردہ وجگر وغیرہ بھی ختم ہو جائیں گے۔

یاد رکھیں اس مرض میں پرہیز کو بڑا دخل ہے۔ نصف علاج تو گویا پرہیز ہی ہے۔ آلو گوبھی، چاول، پراٹھا، حلوائی اور بیکری کی تمام اشیاء، برف، چینی یا بوتلیں بالکل نہ پییں۔ ایک پرہیز بہت ضروری ہے اور وہ مرغی کا گوشت۔ انڈہ تو بالکل نہ لیں۔ بازار کی خور ونوش کی تقریباً ہر چیز میں کیمیکل کی ملاوٹ ہے جس سے کئی امراض جنم لے رہے ہیں۔ خصوصاً پھلوں کو دھوئے بغیر کھانے کی غلطی قطعاً نہ کریں کہ ان پر سپرے کیا جانے والا مادہ کئی بیماریوں کا منبع ہے۔

ماہنامہ الشریعہ کی خصوصی اشاعتیں

o بیاد: ڈاکٹر محمود احمد غازیؒ o

رفقا، اساتذہ اور تلامذہ کے قلم سے عالم اسلام کے ایک جلیل القدر عالم کی حیات وخدمات کا مفصل تذکرہ

[صفحات: ۶۰۰ - قیمت: ۲۵۰ روپے]

o ''جہاد - کلاسیکی وعصری تناظر میں'' o

کلاسیکی فقہی موقف، مولانا مودودی کی تعبیر، القاعدہ کے تصور جہاد، معاصر مسلم ریاستوں کے خلاف خروج و دیگر عنوانات پر مفصل علمی وتجزیاتی مقالات

[صفحات: ۶۶۴ - قیمت: ۲۵۰ روپے]

متون حدیث پر جدید ذہن کے اشکالات

—ایک تحقیقی مطالعہ—

تصنیف: ڈاکٹر محمد اکرم ورک

ذخیرۂ حدیث کی حفاظت واستناد، حفاظت قرآن، احادیث کے باہمی تضاد اور عقل عام اور مشاہدہ کے ساتھ ظاہری تعارض کے حوالے سے پچاس سے زائد موضوعات پر ۱۰۰ کے لگ بھگ احادیث نبویہ پر مستشرقین، منکرین حدیث اور اہل تجدد کے اعتراضات واشکالات کا خالص علمی وتحقیقی جائزہ۔

[صفحات: ۵۱۲۔ قیمت: ۲۵۰ روپے]

ناشر: الشریعہ اکادمی، گوجرانوالہ

© rasailojaraid.com