

میں غوطہ لگا کر آنکھیں کھول دینا۔ جوان ٹھنڈا پانی لیں اور بزرگ نیم گرم پانی استعمال کریں جن سے صالح خون پیدا ہو غذا کا کھانا تازہ سبزی اور پھل صرف موسم کے مطابق شلجم کچا یا پکا کر کھانا گا بجر بند گو بھی، آم، مسمی انجیر، کھجور، ٹماٹر، انناس، چقندر، انار، انگور کا کھانا عمدہ اور آنکھوں کے امراض سے بچنا، کھانوں میں دال چینی، لونگ، فلفل سیاہ، فلفل دراز، زعفران، ڈالنا، زمررد، سرسبز گھاس، رواں صاف پانی کو دیکھنا، عنبر کا سونگھنا، روغن بنفشہ، کدو بادام کا بالوں میں لگانا بار بار کنگھی کرنا، دیسی مرغ، تینتر ٹیڑ، ہرن کا گوشت جو مل سکے کھانا، پہاڑی پودینہ کھانوں میں ڈالنا، سوتے وقت روزانہ مرہ ہلیدہ کھانا شلجم اور بادام مصری کے ساتھ کھانا دن کو مرہ آملہ کھانا وغیرہ ایسے امور ہیں کہ ان سے تازہ لیت نظر کمزور نہ ہوگی اور امراض چشم سے حفاظت رہے گی۔

علاج :-

ایک نہایت زود اثر تفرامت کہتر بقیمت بہتر مجرب نسخہ آنکھوں کے بیسیوں امراض کے لیے عرض کرتا ہوں گھر میں ہر وقت تیار رکھیں اور چھوٹا بڑا ہر کوئی صبح و شام تکلیف ہو یا نہ ہو برابر ڈالتے رہیں۔

ھو المشافی، ایک بڑی بوتل عرق گلاب مگر بالکل خالص عرق میں تین برتی کے قریب پھٹکڑی پیس کر ملا لیں پس لاجواب (EYE LOTION) تیار ہے اس لوشن کو ڈراپر سے آنکھوں میں ڈالتے رہیں۔

(۲) آملہ خشک کو اندازے کے دودھ میں ایک دو جوش دے خشک کر کے ہم وزن مصری یا چینی ملا کر روزانہ چھ ماشہ ہمراہ پانی صاف استعمال کیا کریں۔
(۳) روغن ریتون مگر سبز نہری رنگت کی سلائی آنکھوں میں متواتر لگانے سے نظر تیز اور جالا پھولا بھی کٹ جائے گا۔

(۴) خمیرہ گاؤ زبان سادہ اور جوارش جالینوس کا استعمال گاہے بگاہے ہوتا ہے۔
(۵) سونف جس سے عرق نہ نکالا گیا ہو ایسے سونف کی رنگت سبز ہوگی گھاس کی رنگت والے سونف سے عرق کشید کیا گیا ہو گا یا سفید ہو گا سبز سونف صبح و شام تولہ تولہ سے زیادہ کھانا مگر بعد میں ایک گھنٹہ تک پانی نہ پینا بینائی کو تیز کرتا ہے۔ بقیہ صفحہ ۳۰ پر