

کیمیائی اور مشینی امراض انہی غدود جاذبہ اور غدودناقلہ کے افعال کم و بیش ہونے سے پیدا ہوتے ہیں۔ مثلاً غد جاذبہ کا فعل تیز ہو جائے تو کبھی یرقان ہو جاتا ہے، کبھی جسم فضلات سے اتنا بو جھل ہو جاتا ہے کہ مریض کو سانس چڑھتا ہے، چکر آتے ہیں، گھبراہٹ ہوتی ہے، جسم پر بھر بھراہٹ اور ہیجان ہو جاتا ہے، بلڈ پریشر بڑھتا ہے، قبض ہو جاتی ہے اور پیشاب کی مقدار گھٹ جاتی ہے۔ اس کے برعکس اگر غدودناقلہ کا فعل تیز ہو جائے تو جسم سے خون اور ضرورت کے اجزاء بھی خارج ہو جاتے ہیں۔ جس سے مریض اکثر مر جاتا ہے مثلاً ہیضہ میں رطوبات کا اخراج خون و جسم سے اس قدر ہوتا ہے کہ جسم خالی ہو جاتا ہے۔ خون گاڑھا ہو کر رکنے لگتا ہے اور مریض چل بستا ہے۔ اگر پسینے کے غدودناقلہ ضرورت سے زیادہ رطوبات کا اخراج کریں تو جسم نہایت سرد ہو جاتا ہے۔ اسے گرم کرنا مشکل ہو جاتا ہے۔ خون قبض یا جریان (بلڈ پریشر) کی صورت اختیار کر جائے تو فوراً موت واقع ہونے کا خطرہ ہے۔

اگر ہم پیارے نبی حضرت محمد ﷺ کے اصولوں کے مطابق غذا کھائیں تو ہم بہت ساری بیماریوں سے بچ سکتے ہیں۔ آپ ﷺ نے فرمایا ”پیٹ کے تین حصے کرو۔ اس میں ایک حصہ غذا، ایک حصہ میں پانی ڈالو اور ایک حصہ خالی چھوڑو۔“ علامہ ابن العربی فرماتے ہیں ”اگر بقراط حکیم اس تقسیم کو سن لیتے تو اس حکمت پر حیران رہ جاتے۔“ آپ کا یہ بھی ارشاد ہے کہ ”غذا کو چبا چبا کر استعمال کرو۔“ ہم مندرجہ بالا احادیث پر عمل کر کے 80% بیماریوں سے بچ سکتے ہیں۔

ہم جو غذا کھاتے ہیں اس کو جزو بدن بننے میں معدہ بہت اہم کردار ادا کرتا ہے۔ معدہ ہی کھائی ہوئی خوراک کو مختلف مراحل سے گزار کر جسم و خون کا حصہ بناتا ہے۔ انسانی معدے کو صحیح رکھنے کے لیے غدود جاذبہ اور غدودناقلہ بہت اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ لیکن بد قسمتی سے ہم معدے کی پروا کیے بغیر جی بھر کر خوراک کھاتے ہیں۔ اس سے جسم کو توانائی حاصل ہونے کے بجائے جسم میں موجود توانائی بھی ختم ہو جاتی ہے۔

معدے کی بیماریاں: (۱) معدے کا السر (۲) معدے میں تیزابیت کا بڑھ جانا (۳) معدے کے عضلات کی کمزوری
معدے کا السر: جب انسان چٹ پٹی غذا اور تیز مرچ مصالحہ دار غذا استعمال کرتے ہیں تو شروع شروع میں کچھ نہیں ہوتا، لیکن لگاتار استعمال سے نم معدہ پر زخم ہو جاتا ہے۔ معدے کے السر کا سبب غیر معیاری خوراک بھی ہے۔ آج جو بھی چیزیں بازار میں آتی ہیں ان میں مختلف اشیاء کی ملاوٹ کی ہوتی ہے۔ جب یہ ملاوٹ شدہ خوراک انسان کے معدے میں پہنچتی ہے تو معدے کے اندر زخم پیدا کر دیتی ہے۔ مختلف ادویات کو اپنی مرضی سے بغیر تحقیق کے استعمال کرتے ہیں تو بھی معدے کے السر کا سبب بنتے ہیں۔

معدے کے عضلات کی کمزوری: سرد غذاؤں کا زیادہ استعمال کرنے سے معدے کے اندر سردی بڑھ جاتی ہے جس سے معدے کے عضلات کمزور ہو جاتے ہیں اور خوراک صحیح طرح ہضم نہیں ہوتا۔



افغانستان کی تاریخ

عبدالرحیم روزی

656ھ جب وزیر ابن علقمی کی سازش اور ایما پر ہلاکو خان نے بنو عباسیہ کی خلافت کا خاتمہ کر دیا۔ اس کے بعد افغانستان کا یہ خطہ طوائف الملوکی کی آماجگاہ بن گیا۔ بعض نے براہ راست حکمرانی کی اور بعض نے باہر رہ کر اسے تابع رکھا۔ جن

کی اجمالی فہرست اور عہد حکومت کی مدت المنجد فی اللغة والأعلام کے مطابق درج ذیل ہے:

882-820ء طاہریہ کی حکومت 205-259ھ ان کی حکومت کا خاتمہ صفاریہ نے کیا

902-868ء حکومت صفاریہ 254-289ھ سامانیوں نے ختم کیا۔

999-874ء سامانی سلطنت 261-390ھ غزنویوں نے حکومت چھین لی۔

1187-962ء سلاطین غزنوی سلطنت 351-582ھ غوریوں نے خاتمہ کر دیا۔

1157-1037ء سلاطین سلاجقہ چنگیز خان نے خاتمہ کر دیا۔

1231-1099ء سلاطین خوارزم چنگیز خان اور تیمور لنگ نے ختم کیا۔

1215-1148ء سلاطین غوری 543-612 خوارزم شاہ نے افغانستان پر قبضہ کیا۔

1320-1290ء سلاطین خلجی ان کے خاتمہ پر تعلق آئے۔

1413-1320ء سلاطین تغلق امیر تیمور نے خاتمہ کر دیا۔

1507-1405ء سلاطین تیموریہ شاہ اسماعیل صفوی نے ایران میں اور شیبانیوں نے ماوراء النہر میں ان کا خاتمہ کر دیا۔

1526-1415ء سلاطین لودھی ظہیر الدین بابر نے خاتمہ کر دیا۔

1736-1501ء صفوی سلاطین نادر شاہ نے خاتمہ کر دیا۔ اصفہان سے نہ صرف ان کو نکال دیا بلکہ افغانستان کو فتح

کر کے اسے سلطنت ایران کے ماتحت کر دیا اور اپنی بادشاہت کا اعلان کر دیا۔

739ء - 1151ھ نادر شاہ نے ہندوستان پر چڑھائی کر کے مغلوں کو لوٹا۔ ایک لاکھ سے زائد انسان اپنی جان سے

ہاتھ دھو بیٹھے، عثمانیوں پر بھی غالب آیا۔ ”شامت اعمال ماصورت نادر گرفت“ کے ضرب المثل میں اسی واقعے کی طرف اشارہ ہے۔ اس کے ظلم و ستم سے لوگ تنگ آ گئے تھے۔ بالآخر احمد شاہ ابدالی نے ان کا قصہ تمام کر دیا۔ (المنجد فی اللغة والاعلام)

1858-1526ء عہد سلطنت مغلیہ

1747ء - 1160ھ نادر شاہ ایرانی کو اس کے ایک کمانڈر احمد شاہ ابدالی نے قتل کر ڈالا اور خاندان افغانیہ غزنویہ