



شعبہ بزرگ شمیر. قسط: 21

تاریخ جموں و کشمیر

ابو محمد عبدالوہاب خان

- 15-4-84 آزاد کشمیر اسمبلی کے انتخابات جماعتی بنیادوں پر ہوئے۔
- 16-4-84 آزاد کشمیر مسلم کانفرنس نے 18 نشستیں حاصل کیں۔
- 16-4-84 سردار سکندر حیات خان آزاد کشمیر کے صدر منتخب ہو گئے۔
- 16-5-85 آزاد کشمیر اسمبلی میں مسلم کانفرنس نے 18 سیٹیں حاصل کیں۔
- 8-6-85 پاکستان نے سیاچن گلڈیشٹر پر بھارتی دعویٰ مسترد کر دیا۔ ہم اپنے حقوق کا تحفظ کریں گے۔ (صاحبزادہ)
- 16-6-85 سردار سکندر حیات آزاد کشمیر کا صدر منتخب ہوا۔
- 2-7-85 پاک بھارت مشترکہ وزارتی کمیشن کا سہ روزہ اجلاس شروع ہوا۔ اس موقع پر صدر ضیاء اور راجیو گاندھی نے فون پر بات چیت کی۔
- 5-7-85 پاک بھارت خارجہ سیکرٹریوں کے مابین ہاٹ لائن قائم کرنے کا فیصلہ ہوا۔
- 14-7-85 ”کشمیر پاکستان کی شہ رگ ہے۔“ وادی نیلم میں صدر ضیاء کا خطاب۔
- 30-9-85 سردار عبدالقیوم خان آزاد کشمیر کے صدر منتخب ہوئے۔
- 1-10-85 کنٹرول لائن پر دونوں ممالک کے فوجوں میں جھڑپیں ہوئیں۔
- 23-10-85 کشمیریوں کا حق خود ارادیت ہمارے لئے نہایت اہم مسئلہ ہے۔ (صدر ضیاء کا جنرل اسمبلی میں خطاب)
- نیویارک میں صدر ضیاء نے امریکی صدر ریگن اور بھارتی وزیر اعظم راجیو سے ملاقات کی۔
- 20-11-85 چین نے لداخ کے علاقے کو پاکستانی علاقہ قرار دیا۔ بھارت نے اس پر اعتراض کیا۔ چین نے یہ اعتراض مسترد کر دیا۔
- 1-12-85 سکرو کے قریب بس دریائے سندھ میں گرمی 29 افراد ہلاک۔
- 21-2-86 بھارت نے مقبوضہ کشمیر فوج کے حوالہ کر دیا۔ پرتشدد مظاہروں پر فائرنگ کر کے کئی کشمیری جاں بحق کر دیے۔
- 27-2-86 بھارت نے سیاچن کے مسئلے پر بات چیت سے انکار کر دیا۔

پیاز

راشد صدیقی

پیاز کو عربی میں بصل، اردو میں پیاز اور ہلتی زبان میں ٹرونگ کہتے ہیں۔ پیاز اپنی تمام اقسام کے ساتھ دنیا بھر میں وہ مشہور عام سبزی ہے جس کے بغیر کوئی سالن پکانا ممکن نہیں، اور نہ ہی کوئی سالن اس کے بغیر مزے دار بنتا ہے۔ یہ قدرت کا ایک عطیہ ہے اسے ہانڈی میں مصالحو کی جگہ استعمال کیا جاتا ہے۔ اس کا اچار بھی سرکہ وغیرہ میں ملا کر بنایا جاتا ہے۔ چٹنی بھی تیار کی جاتی ہے اور بطور سلا دہ بھی کھایا جاتا ہے۔

اجزاء:

نشاستہ، پروٹین، فاسفورس اور وٹامن بی، ای اور جی اس کے اجزاء ہیں۔ جب کہ اس کا مزاج گرم اور خشک۔ یہ سفید اور سرخ دو رنگوں میں ہوتا ہے۔

خصوصیت و علاج:

پیاز وہ نعمت ہے کہ جب قوم بنی اسرائیل صحرائے ”تیبہ“ میں من و سلویٰ کھاتے اکتا گئی تو اس نے حضرت موسیٰ علیہ السلام سے سبزی، کھیرے، گندم، مسور اور پیاز کی تمنا کی تھی۔

پہلے پہل پیاز کی اہمیت سے کیمیا دان اور علم طب کے موجد آگاہ نہ تھے۔ مگر بعد تحقیق جب اس میں وٹامن جی دریافت کی گئی تو معلوم ہوا کہ یہ وہ مفید اور کامیاب غذا ہے جس کی کچھ خصوصیات ہیں۔ اسے اگر کچی حالت میں سبزی کے طور پر پکایا جائے تو اس میں سے کچھ کم نہیں ہوتا بلکہ اس کے حیاتین کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ یہ ہر چند کم محنت طلب اور معمولی چیز ہے، مگر فوائد میں سب سے بڑھ کر ہے۔ اس کا پانی آنکھوں میں آنسو لاتا ہے۔ جب اسے کاٹا یا چھیلا جائے تو آنکھیں رونے لگتی ہیں۔

طب یونانی کے پرانے حکماء اس کے فوائد سے بخوبی آگاہ تھے اور اسے امراض کے سدباب کے لیے استعمال میں لاتے تھے۔ اس کے بارے میں دنیا کے مشہور مفکر حکیم پاتی گوراس نے ایک ضخیم کتاب تحریر کی ہے۔ روم کے مشہور زمانہ حکیم پلائنی نے پیاز کے تائیس فائدے تحریر کیے ہیں۔ جو زندہ گی کے لیے سنگ میل ہیں۔ اور جنہوں نے پیاز کی

اہمیت کو بے حد زیادہ کر دیا ہے اور مشہور عالم لوگوں نے اپنی آواز کو سریلی بنانے، رنگ کو گورا کرنے اور ذہن کو تیز کرنے کے لیے پیاز کو ذریعہ بنایا، انہوں نے ٹوٹی ہوئی ہڈیاں جوڑنے میں بھی پیاز سے مدد لی۔ یہ دنیا بھر کی مشہور سبزی ہے جو قدم قدم پر مختلف علاج معالجوں میں کام آتی ہے۔ اسے ہر دور میں ہر قسم کے انسانوں نے نعمت الہی تسلیم کیا ہے۔

جزائرِ غرب الہند میں آج بھی یہ رواج ہے کہ مریض کا کمرہ چھوت سے پاک کرنے اور جراثیم کشی کے لیے وہاں ہر روز پیاز چھیل کر پھیلا دی جاتی ہے۔

آئر لینڈ کے لوگ اسے کھانسی، نزلہ و زکام کے لیے بطور دوا استعمال کرتے ہیں۔ مصر والے اسے دیوتا خیال کر کے اس کی پوجا کرتے تھے اور قدیم مصر کے کاریگر اہرام بناتے ہوئے لاکھوں پونڈ پیاز ہر روز کھایا کرتے تھے۔ زمانہ وسطیٰ کے لوگ مریضوں کے پاس جانے سے پہلے ہاتھوں میں پیاز پکڑ لیا کرتے تھے یا پیاز کا پانی ہاتھوں میں لگا لیا کرتے تھے تاکہ مریض سے چھوت یا جراثیم اثر نہ کریں۔

(1) احتیاطی تدابیر

- ✽ پیاز کاٹ کر کھانے سے قبل اسے پانی سے دھولیں۔
- ✽ کچا پیاز کھانے اور پیاز پاس رکھنے سے طاعون اور دوسری وبائی امراض قریب نہیں آسکتیں۔
- ✽ اسے اگر پاس رکھا جائے یا دہی کے ہمراہ یا سادہ کھائی جائے تو مختلف امراض سے بچاتی ہے۔
- ✽ پانی کی خرابی کے باعث کوئی اندیشہ ہو تو اسے سرکہ کے ہمراہ کھانا چاہیے۔
- ✽ موسم برسات میں اس کا زیادہ استعمال کریں، موسمی بیماریاں قریب نہ آئیں گی۔ پیاز کا اچار کھانے سے ریاح کو فائدہ ہوتا ہے۔ پیاز سے تبدیلی آب و ہوا کا طبیعت پر منفی نتیجہ نہیں ہوتا۔

(2) آنکھوں کا علاج

- ✽ پیاز کا رس کپڑے میں چھان لیں اور ہمراہ سرمہ تین روز اسے کھل کر لیں جب رس خشک ہو جائے تو مزید رس ملا دیں، آنکھوں میں یہ سرمہ لگاتے رہیں۔ دھند، جالا، موتیا بند اور آشوب چشم کے لیے یقینی شفا ہے۔
- ✽ پیاز کے رس میں روئی کی بتی بنا کر تر کر لیں اور پھر اسے خشک کر کے تلوں کے تیل کے دیے میں جلا کر کا جل

تیار کر لیں یہ کا جل آنکھوں میں لگائیں۔ پھولا دور ہو جائے، گا بے حد کامیاب نسخہ ہے۔
 * اس کا پانی ہمراہ شہد آنکھوں کے امراض اور نظر کی کمزوری کے لیے آنکھوں میں لگانے سے غلیظ مواد خارج ہو جاتا ہے اور شفا ملتی ہے۔

(3) سرد رو

- * پیاز کاٹ کر سونگھ لیں درد ستر ختم ہو جائے گا۔ آزمودہ اور مجرب ہے۔
- * درد سر کے لیے پیاز کو کوٹ کر پاؤں پر ملنے سے بھی آرام آ جاتا ہے۔

(4) پیٹ کے لیے

- * بیج بھوک پیدا کرنے کا باعث ہے۔
- * یہ معدہ کو طاقت دینے میں بے حد مفید ہے۔
- * سفید پیاز کو خشک کر لیں اور خوب کوٹ کر سفوف بنا لیں اور احتیاط سے رکھ لیں۔ مریض کو آدھا پاؤدہی میں چھ ماشہ ملا کر کھلا دیں۔ اگر بے حد اسہال ہو تو ایک گھنٹہ بعد دوسری خوراک دے دیں صرف دو خوراکیں کافی ہیں.....؟
- * گھنٹے بعد ایک بار دست آئے گا اور پیش بھی ختم ہو جائے گی۔ غذا میں چاول اور دہی کے علاوہ اور کچھ نہ دیں۔
- * پیاز کارس اور کریلے کارس ہم وزن ملا کر ہیضہ کے مریض کو دینے سے اسہال بند ہو جاتے ہیں۔
- * پیاز آگ میں بھون لیں اور رس نکال کر گرم گرم پلائیں۔ پیٹ درد کو شفا حاصل ہوگی۔
- * چند کالی مرچیں اور آدھی چھٹانک پیاز پیس کر لسی بنا لیں۔ اس میں کسی قدر پانی شامل کر لیں اور ہیضہ کے مریض کو چھٹانک چھٹانک بھر دیتے رہیں۔ درد، گھبراہٹ اور تے کو افاقہ ہوگا اور چند خوراک کھانے سے مریض مکمل صحت مند ہوگا۔

* دہی اور پیاز کارس ملا کر پینے سے خونی پیش دور ہو جاتی ہے۔

(5) ہچکی روک

- * پیاز چھیل کر اسے دھولیں اور اس پر نمک چھڑک لیں۔ جب شدید ہچکی آرہی ہو تو یہ مریض کو دیں، ہچکی بند ہو جائے گی۔

E.N.T (6)

- ✽ پیاز کا ایک دو قطرہ ناک میں ٹپکائیں نکسیر بند ہو جائے گی۔
- ✽ پیاز گھوٹ لیں اور اسے گلے پر لگائیں۔ اس سے خناق، گلے کا درد اور گلے کے وجہ جانے کو آرام آ جائے گا۔
- ✽ پیاز کا ٹکڑا کر گلے پر لگائیں خناق، گلے کی سوجن اور گلے کے دیگر امراض ختم ہ جائیں گے۔
- ✽ یہ کانوں کے امراض کے لیے بے حد مفید ہے اس کا عرق ٹپکانے سے نقل سادھ اور دوی (کانوں کی گونج) کو فائدہ ہوتا ہے اور کانوں کی میل کو صاف کر دیتا ہے۔

گنج کا علاج (7)

- ✽ گنجا شخص پیاز کا پانی سر پر ملتا رہے تو بال گرنا بند ہو جائیں گے اور گرے ہوئے بال پھر آگ آئیں گے۔

آسان شیمپو (8)

- ✽ پیاز کا رس جوؤں والے سر پر ملیں جوئیں مر جائیں گی۔
- ✽ پیاز کو پیس کر اس کا لیپ بالوں میں دینے سے سیاہ بال اگنے شروع ہو جاتے ہیں۔

جلدی امراض (9)

- ✽ بدن پر سیاہ داغ ہو تو اس پر پیاز کا عرق لگاتے رہنے سے ختم ہو جاتا ہے۔
- ✽ خارش میں پیاز کا رس ملنے سے آرام آ جاتا ہے اور خارش دور ہو جاتی ہے۔

پیشاب کی بیماری (10)

- ✽ نصف چھٹانک پیاز کا پانی صبح سویرے پلاتے رہنے سے گردہ و مثانہ کی پتھری ریزہ ریزہ ہو کر خارج ہو جاتی ہے۔ یہ پانی نہار منہ پینا شرط ہے۔
- ✽ پیاز کا پانی عام پانی میں ڈال کر اس قدر پکائیں کہ یہ آدھا رہ جائے۔ یہ پانی پیشاب کی جلن والے مریض کو دیں۔ یقینی شفا نصیب ہوگی۔

- ✽ اگر پیشاب بند ہو اور مثانہ کا تشنج (جکڑاؤ، کھچاؤ) ہو تو پیاز کو باریک پیس کر آٹے کے ساتھ کھولتے پانی میں ڈال کر پلٹس (لیپ، ضماد: Poultice) بنالیں اور پیٹ پر باندھ دیں۔ یقیناً پیشاب جاری ہو جائے گا اور تشنج مثانہ و

شفا ہوگی۔

• نصف چھٹانک پیاز کا پانی صبح سویرے پلاتے رہنے سے گردہ و مثانہ کی پتھری ریزہ ریزہ ہو کر خارج ہو جاتی ہے۔ یہ پانی نہار منہ پینا شرط ہے۔

• پیاز کا پانی عام پانی میں ڈال کر اس قدر پکائیں کہ یہ آدھا رہ جائے۔ یہ پانی پیشاب کی جلن والے مریض کو دیں۔ یقینی شفا نصیب ہوگی۔

(11) اجرائے حیض

• اگر بلغمیت اور سردی سے حیض بند ہو گیا ہو تو پیاز کو خوب گھی میں سرخ کر لیں اور روٹی کو خوب چبڑ کر اس میں حل کر کے کھائیں، حیض جاری ہو جائے گی۔ ۹۔ پیاز کا بیج سدہ (غلیظ مواد کی گانٹھ) کو کھولتا ہے۔

(12) سوجن، پھوڑے

• اسے پکا کر روموں پر لپ کر دینے سے ورم تحلیل ہو جاتے ہیں۔

• بھنی ہوئی پیاز پھوڑوں پر باندھ دینے سے درد اور سوجن ختم ہو جاتی ہے اور پھوڑے پھٹ جاتے ہیں۔ پیاز کو آگ پر بھون لیں اور چھلکا اتار کر گھی میں بریاں کریں۔

• یہ گرم گرم پیاز بوا سیر کے مسوں پر باندھ دیں۔ مسے ختم ہو جائیں گے اور درد فوراً بند ہو جائے گا۔

(13) نمونیہ

• آٹھ دس پیاز خوب کوٹ لیں، گودہ بنا کر آگ پر پکائیں، اس میں سرکہ اور روٹی ملا لیں، چند منٹ ہلائیں اور پھر نمونیہ (ذات الریہ) میں قابل برداشت گرم حالت میں پوٹلی بنا لیں۔ اور حصہ ماؤف کی جانب سینہ پر رکھیں۔ جب یہ سرد ہو جائے تو دوسری پوٹلی تیار کر کے سینہ پر رکھیں۔ جب تک حالت درست ہونے کی طرف رجحان نہ ہو یہ عمل جاری رکھیں نمونیہ ٹھیک ہو جائے گا اور کسی بھی دیگر علاج سے پہلے مریض شفا یاب ہو جائے گا۔

(14) تلی

• تلی کے ورم کا سب سے کامیاب علاج پیاز ہی ہے۔ پیاز کچل کر اسے زخم پر باندھ دیں، زخم کو آرام آ جائے گا۔