# فولکلوریکه (دودیزه) درملنه

Ketabton.com

مولف: سید امرالله امید

کال: ۱۳۹۴

(c) ketabton.com: The Digital Library

# فولکلوریکه درملنه

## سید امرالله امید

۱۳۹۴ل کال

(c) ketabton.com: The Digital Library

بسم الله الرحمن الرحیم

# كتاب پېژندنه:


د كتاب نوم: فولكلوريكه (دوديزه) درملنه

ليكــوال: سيد امرالله اميد

خپرونـدى: د افغانستان ملي تحريك، فرهنګي څانګه

وېـبپـاڼـه: www.melitahrik.com

كمپوز: خپله ليكوال

چـاپشمېـر: ۱۰۰۰ ټوكه

چـاپـكـال: ۱۳۹۴ ل كال/ ۲۰۱۵م

د تحريك د خپرونو لړ: (۷۰)


يادونه: د چاپ حقوق له ملي تحريک سره خوندي دي او د کتاب د محتوا مسوليت ليکوال پورې اړه لري.

(c) ketabton.com: The Digital Library

## ډالــۍ

## هغوی ته چې لاهم له ناچارۍ ورځې د سونډ او سپېرکۍ درملنې ته ناست دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

# لیکلړ

شماره: سرلیک مخ


۱- فولکلور څه ته وایي ........................... ۱
۲- د فولکلور قلمرو ............................ ۴
۳- د فولکلور زماني بعد............................ ۷
۴- فولکلور او ولسي پوهه............................ ۸
۵- د فولکلوریکې درملنې تاریخچه.......................... ۹
۶- انساني دودیزه درملنه............................ ۱۳
۷- بېلابېلې دودیزې درملنې............................ ۱۴-۷۷
۸- پایله............................ ۷۸
۹- وړاندیز............................ ۸۰
۱۰- ماخذونه............................ ۸۱

(c) ketabton.com: The Digital Library

# مخکینۍ خبرې

مونوګراف لیکنه د هغه محصل رسمي مسوولیت دی، چې فراغت ته نږدې وي، محصل په دې مکلف دی چې د مونوګراف لیکنې لپاره موضوع پیدا کړي، له ادارې سره یې شریکه او د موافقې له ترلاسه کولو وروسته د لارښود استاد په لارښوونه او مرسته یاده موضوع تر خپلې وسې روښانه او ورباندې کار وکړي.

ما هم یاد مسوولیت ته په کتو د ((فولکلوریکه درملنه)) تر سرلیک لاندې موضوع وټاکله او ادارې راسره موافقه وکړه. دا چې فولکلور د ادب د یوې برخې په توګه ډېر پراخه او بیا فولکلوریکه درملنه د فولکلور د یوې غني برخې په توګه په ټولنه کې شتون لري، زما لپاره پر دې موضوع کار کول او دغه ارزښتونه راټولول په زړه پورې وو.

په دې مونوګراف کې مې هڅه کړې د فولکلوریکې درملنې له تاریخچې خبره پیل کړم او اوسنۍ فولکلوریکه یا ولسي درملنه ورسره د ارتباط له مخې وڅېړم، په دې برخه کې مې له با اعتباره سرچینو د فولکلوریکې درملنې په اړه تاریخي معلومات راواخیستل، ومې ژباړل او په هېواد کې د

(c) ketabton.com: The Digital Library

فولکلوریکې درملنې په اړه مې د بېلابېلو ځايونو له خلکو سره ولیدل، د يادې درملنې په باب مې د هغوی د تجربو په اړه معلومات تر لاسه او راټول کړل، لومړی دوه درملنې مې په دريو برخو وويشلې چې انساني درملنه، څارويزه يا حيواني درملنه او د کورنيو الوتونکو درملنه، بيا مې دوه لومړی برخې په دريو څانګو ووېشلې، چې عبارت دي له:

- انساني فولکلوريکه درملنه
- انساني روحاني  فولکلوريکه درملنه
- انساني خُرافاتي فولکلوريکه درملنه

څارويزه درملنه هم په پورته يادو درې برخو ويشل شوې ده او د الوتونکو درملنه بيا يوازې دوديزه بڼه لري. زه د دې مونوګراف په ليکنه کې د درانه او قدرمن استاد پوهنمل ولي الله فاضل صاحب د لارښوونو او لورينې ډېر پوروړی يم، چې ترې مننداوی يم.

درنښت

سيد امرالله اميد

(c) ketabton.com: The Digital Library

# سریزه

دودیزه یا فولکلوریکه درملنه زموږ په ټولنه کې دود ده، دا درملنه ډېر اوږ تاریخ لري او له پېړیو راهېسې یې په ولسونو کې رواج موندلی دی. هغه ټولنې چې د تمدن او پرمختګ له څغلې وروسته پاتې دي، فولکلوریکه درملنه پکې زیاته مروجه ده، د دې لامل دا دی چې یو خو دا درملنه ارزانه ده او بل اسانه. په دې سربېره فولکلوریکه درملنه د ولس له عقایدو، باورونو او تجربو سره هم نږدې اړیکه لري، له همدې امله خلک د خپلو ناروغیو د درملنې لپاره لومړی دودیزې یا فولکلوریکي درملنې ته مخه کوي.

په دې مونوګراف کې مې هڅه کړې د هېواد د بېلابېلو ځایونو د دودیزې درملنې په اړه معلومات راټول او دا روښانه کړم، چې زموږ ټولنه په فولکلوریکه برخه کې څومره غني ده. موږ همدا اوس چې د تکنالوژۍ له یون سره قدم اخلو، خو بیا هم زموږ په کلیو او بانډو کې دودیزه درملنه ښه په زور سره روانه ده. ما دا درملنه په دوه برخو وېشلې ده، لومړۍ برخه یې انساني درملنه او دویمه یې حیواني ده. انساني درملنه بیا په درېو برخو ویشل شوې، یوه هغه درملنه ده چې د صحرایي بوټو او طبعي طبي توکو څخه پکې ګټه اخیستل کېږي او ناروغ ته د درملنې لپاره ورکول کېږي، دویمه برخه یې روحاني یا عقیدوي درملنه ده چې له دم- دعا څخه عبارت ده او په ټولنه کې د باور وړ ده. درېیمه درملنه له ځینو ناسمو عقیدو سره تړاو لري، لکه کوډې، جادو، منترونه، ټوټکې او داسې نور. حیواني فولکلوریکه درملنه مې هم په درې ډوله ویشلې ده. یوه یې له دم – دعا سره

(c) ketabton.com: The Digital Library

تړلي، دويمه يې له بوټو او محلي درملو څخه چې د څارويو د ناروغيو پر مهال ترې ګټه پورته کېږي او درېيمه يې خُرافاتي ده.

همدا زار په دې کتاب کې د الوتونکو (مرغانو) او کورنيو الوتونکو درملنې ته هم پاملرنه شوې. ما دا موضوع د دې لپاره وټاکله چې يو خو زما لپاره په زړه پورې وه، بله دا چې هيله مې درلودله چې که خدای (ج) توان رانصيب کړ، نو د کتاب په بڼه به يې ټولنې ته وړاندې کړم. په دې مونوګراف کې مې هڅه کړې له باوري سرچينو ګټه واخلم او د ماخذ په توګه له هغو اثارو اقتباس وکړم، چې ګټور دي. په دې سربېره مې د کليو او بانډو له طبيبانو او مشرانو خلکو د دوديزې (فولکلوريکې) درملنې په اړه معلومات راټول او په دوديزه درملنه کې مې د هغوی له تجربو ګټه پورته کړې ده. همدا زار د فولکلوريکې درملنې د تاريخچې په اړه مې ځينې مطالب له فارسي سايټ څخه راخيستي او بيا مې پښتو ته ژباړلي دي.

غواړم د ښوونې او روزنې پوهنځي د پښتو څانګې له مشرتابه، درنو استادانو او په ځانګړي ډول قدرمن لارښود استاد پوهنمل ولي الله فاضل صاحب نه مننه وکړم چې د مونوګراف په اړه يې راسره پوره همکاري کړې. انسان نيمګړی دی، زما د مونوګراف دغه موضوع به ډېرې نيمګړتياوې ولري، په دې هيله چې زما کمی او ناسمې به قدرمن استادان او درانه لوستونکي راوبخښي.

درنښت

سيد امرالله اميد

(c) ketabton.com: The Digital Library

# د تحریك یادښت

د افغانستان ملي تحریك د (۱۳۹۳ ل) كال په پیل كې له خپلو ګرانو هېوادوالو سره ژمنه كړې وه چې د دې كال په بهیر كې به (شل عنوانونه) بېلا بېل دیني، علمي، ادبي او ټولنیز اثار خپلې ټولنې ته وړاندې كوي. ملي تحریك دا ژمنه د یاد كال د كب پر (۲۸)مه نېټه پوره او د یوې پرتمینې غونډې په ترڅ كې یې شل عنوانونه علمي اثار هېوادوالو ته وړاندې كړل. ملي تحریك په یاده غونډه كې ژمنه وكړه چې د (۱۳۹۴ ل) كال په بهیر كې به انشاء الله د خدای (ج) په نصرت ټول ټال سل (۱۰۰) عنوانه بېلابېل علمي اثار ټولنې ته وړاندې كوي. طبیعي خبره ده چې دا اسانه كار نه دی، ډېر زیات زیار او زحمت ته اړتیا لري، خو ملي تحریك ټینګ هوډ كړی چې خپله دا ژمنه به هم د تېرې ژمنې په څېر عملی كوي. دا اثر چې ستاسو په لاس كې دی د همدې (سل عنوانونو) ژمنه كړو اثارو له جملې څخه دی، چې د چاپ جامه اغوندي. ملي تحریك هیله لري چې له دې اثر څخه به زموږ هېوادوال په زړه پورې ګټه پورته كړي. ملي تحریك له ټولو هغو لیكوالو، ژباړونكو، سمونچارو، مالي او معنوي مرستندویانو او چاپ چارو څخه چې ددې اثارو د چاپ په دې ټول بهیر كې یې یو بل سره مرسته او ملګرتیا كړې او دا فرهنګي بهیر یې بریالی كړی، د زړه له كومې مننه كوي او كور ودانۍ ورته وایي.

د هېواد د فرهنګ د ښېرازۍ په هیله

د افغانستان ملي تحریك فرهنګي څانګه

(c) ketabton.com: The Digital Library



# فولکلور څه ته وايي؟

فولکلور ولسي پوهې ته وايي او د Folk (خلک) Lore (پوهه) له کلمې څخه اخیستل شوی، چې عامیانه باورونه له فولکلور څخه عبارت دي. فولکلور د کولتور جوړونې له اجزاوو څخه دی، په نړۍ کې ټول جوړ شوي کلتورونه که هغه د لومړنیو انساني ټولنو کولتورونه وو[چې تکنالوژي یې نه لرله]او که د اوسنیو ټولنو کولتورونه دي[ چې ټکنالوژي لري] د عامه فرهنګ څرګندوونکي دي. ولسي پوهه(فولکلور) د انساني رویشونو او د ټولنې له میراث څخه عبارت دی.

ځینو شفاهي ادبیات عامه فرهنګ ګڼلی دی، ځینو بیا ټول رسوم، مقررات، دود، ادب او هنر هغه که په لومړنۍ او وروسته پاتې ټولنه کې دي او که په پرمختللې او صنعتي جامعه کې چې په شفاهي ډول انتقالیږي، فولکلور یا ولسي پوهه ګڼلې ده.

زموږ د ژوندانه زیاته برخه چې موږ د عادت له مخې په میراث تر لاسه او جوړه کړې، ملي نه ده، بلکې بشري بڼه لري،

(c) ketabton.com: The Digital Library



په دې توګه ویلای شو چې د ژوندانه عامیانه بېلابېلې څرګندونې له عمومیت او قدامت حاکی دي، دغه عادات هر چېرې چې بشر دی، ځان څرګندوي او کولای شو اټکل کړو چې دا حالت د بشر له شروع او یا هم له ډېرو لرغونو دورو سره اړیکه لري.

هغه یو بل ته ورته ابزار چې د نړۍ په بېلابېلو ځایونو کې موندل شوي، نه یوازې د قومونو د اړیکو دلیل دی، بلکې د دې نظر تاییدوونکی دی، چې له تاریخ وړاندې ټولو انسانانو له دغو ابزارو ګټه پورته کړې، ځکه به یې نو عادت او رسوم هم سره ورته وو.

فولکلور یا ولسي پوهه که د موضوع له مخې کیسې او ترانې دي او یا نورې جنبې لري، په عمومي توګه د پرګنو د ژوندانه محصول دی. هغه هېوادونه چې یو له بله لرې او سره تګ راتګ نه لري، ولسي اشعار او سندرې لري، چې د مضون او اهنګ له مخې سره یو شان دي.

د ملتونو د پرتلنې اصل ته که وکتلای شي، نو د بېلابېلو نژادونو خلک که هغه هندي نژاده دي، که اروپايي نژاده، سور پوستي دي، تورپوستي دي او که سپین پوستي لیدل کېږي چې د دوی تر منځ ګډ فولکلوریک ارزښتونه موجود دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



سکاټلېنډی چوپان، روسی کب نیوونکی، ایرانی دایي، هندي بزګر او عرب اوښبه(شترچران) ښايي نالوستي او کله یې هم یو د بل په اړه نه وي اورېدلي، خو یوه مشترکه وجه لري او هغه عبارت دي له خندوونکو کیسو او افسانو څخه چې کله یې ظاهري بڼه سره په توپیر کې وي، خو موضوع د ټولو یو شان وي. له دې ځایه پوهېږو چې د بشر دا ډول تصورات د لومړنیو دورو ترانې، کیسې او باورونه هغه زمان ته رسېږي چې د دې ملتونو بېلابېلي کورنۍ سره په ګډه اوسېدلې او لا هم بېلې شوې نه وې. ویلای شو چې موږ نه یوازې خپل عادات، اداب، باورونه، انګېرنې او روایات له خپلو پلرونو یا هغو کسانو تر لاسه کړي، چې زموږ له نیکونو سره یو ځای اوسېدل، بلکې دا مو له ټولو نورو نژادونو څخه اخیستي دي، چې سر یې آن ماقبل التاریخ ته رسي.

فولکلور نوی علم دی، خو د هغې د مصالحو راټولول خورا سخت کار دی، دغه خزانه د نالوستو انسانانو د کیسې له خوندینې څخه عبارت ده، چې باید د یو هېواد لوستي کسان وریې وګرځي او په راټولونه کې یې همت وکړي. که د فولکلور په راټولونه کې لټي وشي، نو وېره شته چې موږ به د ټولنې د فولکلور (ولسي پوهې) زیا ته برخه هېره کړو.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## د فولکلور قلمرو:

که څه هم په نړۍ کې د ((فولکلور)) اصطلاح رامنځته کېدل او د ادب نړۍ ته يې ورپېژندنه څه د پاسه ۱۵۰ کاله په بر کې نيسي، خو تر دې دمه د ((فولکلور)) تعريف نه دی روښانه شوی او د ټولنپوهانو او فولکلوريستانو تر منځ سليقه يي اختلاف موجود دی. فولکلور هم د فرهنګ د عناصرو د يوې برخې په توګه او هم د هغې پوهې په توګه پېژندل کېږي، چې دا مواد موږ ته معرفي کوي. دا چې ((فولکلور)) د فرهنګ يو جز او د فرهنګ بشپړېدو يوه برخه ده، په اړه يې د نظر خاوندان اختلاف نه لري، خو دا چې ((فولکلور)) د فرهنګي موادو کومه جنبه په بر کې نيسي د هغوی تر منځ ورباندې اختلاف شته.

فولکلوريستان د فولکلور په تعريف کې يوه خوله نه دي، نه يوازې د نړۍ فولکلوريستان، بلکې د هر هېواد فولکلور پوهان په دې اړه بېلابېل نظريات او سپارښتنې لري.

د ((کيسو، اسطوره پېژندنې او د ستندرد فولکلور ويپوهنې)) په کتاب کې د فولکلو يو ويشت تعريفونه راغلي دي. ټولنپوهنان او په ځانګړي ډول ولس پېژندونکي فولکلور د قومي فرهنګ د يوې برخې په توګه مني. دا ډله ليکلي

(c) ketabton.com: The Digital Library



ادبیات، دودیز روایات، لکه اسطورې، کیسې، افسانې، متلونه، ترانې، انګېرنې او کیسې فولکلور ګڼي او د شفاهي ادبیاتو نور ډولونه لکه قواعد، جشنونه، مذهبي او غېر مذهبي مناسک او شعائر، دودیزې نڅاوې، هنرونه، لاسي صنایع، اوبدل او د خلکو عقیدې له فولکلوره جلا کوي او د فرهنګ یوه برخه یې ګڼي.

امریکایي عالم او ولسپوه ((ویلیام باسکام)) د فولکلور قلمرو تر ((شفاهي هنر)) پورې محدودوي. دی له فرهنګه یوازې اسطورې، افسانې، کیسې، ضرب المثلونه، کیسې، ترانې صنفونه که هغه په هرو تولنو(ابتدایي وي که پرمختللې او صنعتي) ورته فولکوروایي.

یو بل عالم ((باسکام)) نندار یز هنرونه، موسیقي، پوښاک، دودیزه درملنه، رسوم او باورونه د ((شفاهي هنرونو)) یا فولکلور برخه ګڼي او دا د قومونو د فرهنګ د اجزاوو په نوم یادوي.

ډنمارکي ایران پېژندونکي (( ګریستېن سن)) د فارسي اصطلاح (( علم انتقال عوام)) د فولکلور کلمې لپاره مناسبه ګڼي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



د فولکلور موضوعات موږ ته د پخوانیو تمدنونو او ملتونو د ژوندانه په اړه مهم مسایل چې په تاریخ کې نه دي ثبت شوي راپېژني. موږ ته دا ښکاره او روښانه کوي چې دا ډول دودونه خورا ټینګ او غښتلي وو، پېړۍ بلکې زرګونه کلونه ښايي پاتې کېدونکي وي. یوازې هغه وخت له منځه تللی شي، چې د فولکلور د عاداتو مانا، حکمت، ګروهه له خلکو ولاړه او هېره شي.

## د فولکلور ټولنیزه زمینه:

دا چې فولکلور له ټولنې او کولتور نه جلا شی نه دی، ځکه یې نو ماهیت په فرهنګي او ټولنیزې زمینې پورې تړلی دی. ممکنه ده د فولکلور فرهنګي او اجتماعي زمینه قومي، ژبني، جغرافیايي او شغلي کیفیت ولري. فولکلور په ټولنیزه برخه کې یو ارتباطي بهیر دی، چې کیسه کوونکي او کسیه اورېدونکي د کیسې په مټ سره وصل کېږي او ارتباطي اړیکه رامنځته کوي. دغه بهیر په وړه یا غټه برخه خلکو کې رامنځته کېږي. دغه ډله خلک کېدای شي یوه کورنۍ وي، د یوې ځانګړې کرۍ خلک وي، د یوې فابریکې کارګران وي، یو قوم یا یوه طایفه وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## د فولکلور زماني بعد :

د زماني بعد له مخې باید فولکلور د ((زمان)) د ژرندې تر پل لاندې ورکې او نرم شي او د زمان بېرته ګرځېدنه د فرد یا افرادو د شفاهي لېږد په واسطه باید نسل په نسل ادامه پیدا کړي. د فولکلور د ژوند تاریخ او د هغې د عناصرو زړښت او لرغونتوب د فولکلور د ماهیت د تشخیص لپاره نه دي، د فولکلور اوسنی شتون پخپله مور ته د فولکلور ماهیت او ځرنګوالی په ګوته کوي. د بېلګې په توګه یوه ټوکه، طنز یا شوخي، چې په هر زمان کې ویل شوې ده او په هنرمندانه ډول جوړه شوې ده په خپله فولکلور دی. دا مهمه نه ده چې په کوم تاریخ ویل شوې، یا دا چې په دودیزه توګه دا په کوم تاریخ او کړندود پورې تړلې ده.

## د فولکلور د لېږد (انتقال) واسطه:

فولکلور د لېږد یا انتقال په برخه کې شفاهي کیفیت لري.ډېری پوهان او فولکلور پېژندونکي په دې باور دي، چې د فولکلور عناصر په بېلابېلو بڼو پرته له دې چې لیکل شوي وي، د خلکو پر ژبو له یو شخص نه بل او له یوې ډلې نه بلې ته نسل په نسل په شفاهي ډول انتقالېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## فولکلور او ولسپوهنه:

فولکلور له انساني او اجتماعي علومو سره دوه ګونی تړښت لري، د دې علومو په بېلابېلو څانګو کې فولکلور زیات له ولسپوهنې سره چې کله د نظامونو، بنسټونو، فنونو، ادبیاتو او دودونو په اړه بحث کیږي، نو فولکلور د نړۍ د ژوندیو قومونو او ټولنیزې ژبپوهنې سره تړاو لري. کله چې وایو فولکور د فرهنګ یوه برخه ده، بیا نو هرومرو د ولسپوهنې تر څېړنو لاندې بحث دی. څېړونکي که فولکلور یا د ټولنې قومونه تر ژورې کتنې لاندې ونه نیسي، نو د هغه قوم او ټولنې له کولتوره به ناسم تصویر ولري.

## د فولکلور را ټولونې نقش او اهمیت:

فولکلور د دیني، اجتماعي، سیاسي او اقتصادي نهادونو د تصدیق او تجویز د غوراوي لپاره په ټولنه کې د هغوی دندې مخ ته وړي. ولسي پوهه (فولکلور) په دې کې مهمه ونډه لري، چې ارزښتونه، د یو نسل د زده کړو تدابیر او ځانګړتیاوې بل نسل ته انتقال کړي. فولکلور د دغو پېژندنو په انتقال سره د فرهنګ په غښتلتیا او دوام، ټولنې ته د ادابو او اخلاقي

(c) ketabton.com: The Digital Library



معیارونو په ورکړه او د ټولیزو مشترکاتو په اړه د ټولنې له افرادو سره مرسته کوي.

: (( فولکلور باید په هغه بڼه راټول شي چې په اولس کې موجود دی او سینه په سینه تر مونږه رارسېدلی دی، د دې تر څنګ باید یو فولکلور ټولوونکی دې ته هم متوجه وي، چې په فولکلور ټولونه کې د راوي معرفي کول، د ثبت نېټه، سیمه او داسې نور ملحوظات په ټینګه په پام کې ونیول شي))[1]

## د فولکلوریکې درملنې تاریخچه:

په لرغوني یونان کې ۴۶۰ کاله له میلاد وړاندې د بقراط په وخت کې فولکلوریک طب څرګند شو، دغه درملنه او روغتیا بخښنه په دې ګروهې پورې تړلې وه، چې ګواکې اسکولاپیوس( د درملنې رب النوع) انسانانو ته شفا ورکوي. د یونان د لرغونو کیسو له مخې اسکولاپیوس هغه رب النوع ګڼل کېده، چې د دوی په ګومان د ځمکې له تله راوتې و او له ځانه سره یې یو مار هم لاره.[دا ګروهه د دوی د نورو رب النوعو

[1] ناصر نصرالله، د پښتني فولکلور د چاپي مجموعو څېړندود، کابل، آزادی مطبعه، ۱۳۸۳ لمریز، ۶۶ مخ

(c) ketabton.com: The Digital Library



پر خلاف وه، ځکه چې نور رب النوعه يې د لمپ د غرونو له سرونو راوتي ګڼل].
دغې ګروهې له هغه ځايه سرچينه اخېستله، چې کله تېپيان پر ځمکه هوار پرېوزيت، نو د راحت احساس کوي او ويده کېږي، نو د ځمکې دغه ساحرانه اغېز يې د اسکولاپيوس په نوم رب النوعه ته منسوباوه، چې د هغوی په ګومان د ځمکې په تل کې يې شتون لاره. دغه وخت فولکلويک طبابت مذهبي بڼه لرله.
دغه لومړنی فکر په ((تسالي)) کې پيدا شو او بيا هغه مهال د نړۍ نورو برخو ته خپور شو، لکه مصر او روم ته او په مصر کې يو معبد د ((اسکلپيوس)) نوم غوره کړ.
له ميلاد وړاندې په څلورمه او دريمه پېړۍ کې د فولکلوريکو درملنو په سلګونه مرکزونه جوړ شول، چې هغو ځايونو ته به يې د درملنې په موخه ناروغان وروړل. په دې ځای کې فولکلوريکه مفکوره دا وه چې ناروغ ته په خوب کې روغتيا په برخه کېږي. يا دا چې ځېنې لارښوونې به ناروغ ته کېدلې چې له مخې به يې ناروغ ته روغتيا په برخ کېدله.
د اسکولاپيوس عبادت ځايونو جوړښت ته په ځير تيا دا خبره څرګندېږي، چې هغه مهال به د ناروغانو د درملنې لپاره په دې عبادت ځايونو کې ځانګړي ځايونه جوړېدل. لومړني عبادت

(c) ketabton.com: The Digital Library



ځایونه ساده او د سمڅو په بڼه وو، وروسته چې کله د اسکولاپیوس په نوم مرکزونه جوړ شول او د درمل ځایونو په نومونو ونومول شول بڼه یې کاملاً بدله وه. د بېلګې په ډول د اپیدروس عبادت ځای، چې د یونان په اپیدوس کې د اسکولاپیوس خورا مهمه زیارتګاه ده، چې تر اوسه یې کنډوالې شته او د پخواني عظمت له رونقه ډکې دي. د غه (معبد – درمل ځای) مخ په لمر جوړ شوی دی. دغه درمل ځای د مېلمستون، د ناروغانو لپاره د آرام ځلورو خونو، تشنابونو او فوارو لرونکی دی. د لوبو او تیاتر په ځایونو سربېره د اسپ ځغلولو سیالیو میدان هم لري.

دغه ډول فضاء رامنځته کولو ناروغانو ته اجازه ورکوله، چې په ځان مینځلو سره جسماً پاک شي او د لمبا، اسپ ځغلولو او تیاتر له سیالیو روحي ارام تر لاسه کړي. په لرغوني یونان کې به په دغو درمل ځایونو کې د ناروغ له بستر کېدا د مخه هم د روغتیا رب النوعه په نوم قرباني کېدله او له روغتیا حاصلولو وروسته هم. په دغو درمل ځایونو کې به له اسانو درملو ګټه پورته کېدله او په پرهېز کولو به ټینګار کېده.

کله به چې دغه لومړنۍ درملنې ( د ځان پاکول، غذایي پرهېز، روحي سکون) ناروغ ته تر سره شو، د شپې له خوا به یې دغه

(c) ketabton.com: The Digital Library



ناروغان د معبد هغه ځای ته وروړل، چې دوی یې تقدس ته قایل وو. هلته د اسکولاپیوس یوه لویه مجسمه وه، چې له عاج( د ژویو له غاښونو) او سرو زرو جوړه وه. ناروغانو به له خپلو نذرانو وروسته هلته استراحت کاوه او په خلوت کې به ناست وو، بیا به هلته ویده شول تر څو په خوب کې اسکولاپیوس ووینې. یونانیانو باور درلود چې اسکولاپیوس او د هغه لور ((هژیا)) د یو مار لرونکې وه. ۲

هغه مهال د اسکولاپیوس د روغتیا بخښنې شهرت زښت زیات شو او له میلاد وړاندې په پنځمه پیړۍ کې د طاعون ناروغۍ په پیدا کېدو سره یو بل معبد د اکروپولیس په سهیلي لمنو کې جوړ شو، چې د اسکولاپیوس په څېر یې یادې اسانتیاوې لرلې.

۲۳۹ کاله وړاندې له میلاده، کله چې په روم کې د طاعون ناروغي خپره شوه، د اپیدروس درملځای نه په الهام اخیستنه یو درملځای جوړ شو او د حیرانتیا خبره دا وه چې طاعون هم پای ته ورسېد.

[2] له هماغه وخته ده، چې اوس هم د طب نخښه(لوګو) په ځینو هېوادونو کې مار دی، یا په ځینو هېوادنو کې مار تر جام تاو او یا له امساء تاو دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library



په همدې ترتیب فولکلوریکه درملنه کرار کرار په یوه او بله بڼه په بېلابېلو ټولنو کې مروجه شوه او په هره ټولنه کې یې په دودیز، روحي او رواني لحاظ ریښې وځغلولې او اوس د نړۍ په بېلابېلو ولسونو کې جلا جلا بڼې لري.

## انساني دودیزه درملنه

### الف: ولسي ( فولکلوریکه) درملنه:

زموږ په ټولنه کې فولکلوریکه یا دودیزه درملنه په خوار پراخه کچه دوده ده، په کلیو، بانډو او آن په ښاریاتو کې دغه دود غښتلی او ډېری خلک په دې باور دي چې دغه درملنه اسانه او ارزانه ده، دلته له خپلې موضوع سره په اړیکه د فولکلوریکې یا ولسي درملنې بېلګې وړاندې کوو.

### د خوسکي پوستکي اغوستل:

په کور کلي کې اوس هم دا تریوه حده مروجه ده هغه ناروغ چې د محرقې (وچکۍ) په ناورغۍ اخته وي یا ځو ورځې پرلپسې تبې وکړي، یا په ملاریا ناروغۍ کې وران شي او تبه یې نه وځي، د کور-کلي د تجربه کارو خلکو له خوا ناروغ ته د

(c) ketabton.com: The Digital Library



خوسکي پوستکي اغوستلو توصیه کېږي. دا په دې ډول ده چې یو خوسکی به حلال کړای شي او پوستکی به یې د کمیس په شان وباسي[کلیوال ورباندې پوهېږي] ناروغ به جامې وباسي او دغه پوستکی به واغوندي. یوه شپه او یوه ورځ به په دې پوستکي کې تېره کړي. کلیوال او د دودیزې درملنې پلویان په دې آند دي، چې دغه پوستکی د ناروغ تبه وباسي او روغتیا یې په برخه کېږي. پخوا دا درملنه زښته زیاته مروجه وه، خو اوس کمه شوې او په یو نیم ځای کې ترې ګټه اخېستل کېږي.

د محرقې لپاره:

کلیوال وایي چې شین اغزکی به وټکول شي یو ګیلاس شیره به یې په نهاره د یوې اونۍ لپاره وڅښل شي، د محرقې تبه به یې ووځي او ناروغ ته به خدای شفاء ورکړي. که شین اغزکی یې پیدا نه کړ، نو وچ به جوش کړای شي او یو ګیلاس اوبه به یې د یوې اونۍ لپاره وکارول شي، له دې سره به یې د محرقې تبه وځي او ناروغ به د روغتیا خاوند شي.

ښکر لګول:

(c) ketabton.com: The Digital Library



ښکر لګول په کليو او بانډو کې له پخوا رواج دی، خو اوس دغه دود کم او په يو نيم ځای کې ژوندی دی، ښکر په کور کلي کې سلمانيان(نايان) هغو ناروغانو ته لګوي، چې مردار داني وربانديې ختلې وي، يا د حساسيت له مخې لړمې شوي وي، يا يې ماشېره(معاشره) ناروغي وي[ ځان يې سور او پلې پلې شوی وي] طريقه داده چې د ناروغ د ولو منځ به په نشتر يا پاکي باندې ارې او زخمي کړای شي، بيا د ښاروي سوری شوی ښکر وربانديې ولګوي او د ښکر په څوکه باندې له زخمي شوي ځای څخه د خولې د فشار(کش) په زور وينه وباسي او پر ځمکه يې غورځوي، آن تر دې چې دوه يا درې پيالې وينه له ناروغه وباسي، بيا يې پر ټپونو ټوټه وتړي او ناروغ ته د استراحت کولو توصيه وکړي. په دې سره دوی ګومان کوي، چې ناپاکه وينه يې له ناروغه وايستله. باور دا وي چې څو ورځې وروسته ناروغ ښه کېږي او شفاء مومي.

رګ وهل:

د ځينو ناروغيو لپاره لکه پر پوزه د حساسيت له مخې بخار ختل(اسپا)، پړسوب، د يوې پښې سرتاسري درد چې رګ

(c) ketabton.com: The Digital Library



نساء هم ورته وايي او دانو ته ورته ناروغيو لپاره د پوزې پر څوکه او په پښنه کې د پوندې د پاسه يو اړخ ته رګ وهل کېږي. رګ په پاکي يا تېره تيغ وهل کېږي او پرېږدي چې له زخمه وينه وبهيږي. دا په دې تعبيرېږي چې غوټه شوې او ناپاکه وينه ترې ووتله.

زېړی:

د زېړي ناروغي له هغې ناروغۍ څخه عبارت ده، چې په طبابت کې وايروسي ناروغي ګڼل کېږي، دا ناروغي د وايرس له لارې انتقالېږي او درې ډولونه لري، چې په ولس کې په زېړ زېړي، تور زېړي او سپين زېړي شهرت لري. د دې ناروغۍ ولسي يا فولکلوريکه درملنه دا ده چې له غوړيو به په کلکه پرهېز کوي، هغه مېوې چې زېړ پوستکي لري، لکه ام او زرد الو ناروغ به يې نه خوري، نورې مېوې، لکه انار، شفتالو، ناک، منه، انګور او د ګنيو اوبه او خواږه به زيات خوري. په دې سربېره ناروغ ته دا توصيه هم کېږي چې ليمو او بادرنګ به زيات خوري، د زېړي ناروغانو ته نانزړه ورکول کېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



د پښو باد (درد) لپاره:
کله چې پښې درد کوي، نو دودیز یا کلیوالي علاج یې دادی چې د پندانې په تېلو دې غوړې کړي، که تېل نه پیدا کېږي پندانه دې وټکوي او پر پښتو دې د شپې له خوا وتړي، یا دې د پخې وطنۍ چرګې وازده باندې غوړې کړي. یا دې د اوربشو شنې پاڼې وریاندې کېږدي، یا دې د ګلباسي پاڼې وریاندې وتړي. یا دې د خوسکي پوستکی وریاندې وتړي، که درد یې زیات شو، نو بیا دې بویه چې دا یخنۍ ته اوښتی دی او د دوه ورځو لپاره دې وریاندې د پسه د لم پوستکی کېږدي.
د پښو د بادو بل علاج دا هم دی چې لور یا چوړکۍ به په اور کې سره کړای شي، بیا به وریاندې د پښو هغې برخې داغ کړای شي، چې دردمنې دي، د زېتونو په تېلو غوړول هم ګټور بلل شوي دي.
ښځه چې د اولاد په درد رنځوره وي:
کله چې مېرمن د اولاد زیږولو وخت ته نږدې وي له دردونو سخته په تکلیف وي، دا وخت د درد لپاره درمل ځکه نه ورکول

(c) ketabton.com: The Digital Library



کېږي، چې بیا یې اولاد نه پیدا کېږي، دا وخت ورته د ((الم)) په نوم یو یوناني درمل دی( سرې) دانې دي. دا به د یو نسوارو وار په اندازه وخوټولو شي، لږ غوندې غوړي هم پکې اچوي، بیا به د دانو سره یو ګیلاس د اولاد په درد رنځورې ښځې ته ورکړل شي، له دې سره به په څو شپبو کې ماشوم پیدا شي.

مارچیچلي درملنه:

د شوتلو وچ سابه به تاوده کړای شي او په چیچلي ځای به کېښودل شي. بل علاج یې دا دی چې د بکیانې پانې به وټکول شي او په چیچلي ځای به کېښودل شي. درېیم علاج یې دا دی چې چونګښه به مړه کړای شي، په منځ به یې بېله کړي او پر چیچلي ځای به یې کېږدي. دا کار د دې لپاره کوي چې د مار زهر راووځي او ناروغ ارامه شي.

ګوټې:

ګوټې یو ډول درمل دی چې په کلیو کې په هر کور کې وي، دغه درمل اکثره نویو پیدا شویو ماشومانو ته ورکول کېږي، په تېره هغه مهال چې دوی ژاړي او ګومان کېږي، چې په نس

(c) ketabton.com: The Digital Library



کې يې درد دی، يا يې سينه خرابه ده يا ټوخی لري. د ګوټي ترکيب په لاندې ډول دی:
ګل بنفشه د نسوار وار په اندازه، درې يا څلور دانې مرخانۍ، يو نسوار وار په اندازه باديان، د نسوارو وار شپږمه برخه سپېرکۍ، يو کنډوسکی خوږه ولې، لږ شان زوفاء(يو بوټی دی)، لږ شان سپستان او د يو پاولي په اندازه د کوکنارو غوزه. دا شيان به سره ميده کړای شي، بيا به په يو بوتل کې واچول شي، چې کله ماشوم ژاړي او د خېټې د درد ګومان ورباندې کېږي، نو د نسوارو د وار په اندازه په يو وړوکي جام کې اچول کېږي، لږه بوره هم ورسره ګډېږي، دا مرکب له يو ګيلاس اوبو سره په اور جوش کېږي، چې کله ښه جوش شو او اوبه نيم ګيلاس پاتې شوې. بيا ورته کتل کېږي چې يخ شي، دا مهال ګوټي تياره ده چې ناروغ ماشوم ته ورکړل شي. په يوه وړه قاشوغه باندې څلور يا شپږ قاشوغې د څو ورځو لپاره ورکول کېږي. بايد وويل شي چې ګوټي اته مياشتيني او لس مياشتيني ماشوم ته هم د ناروغۍ پر مهال ورکول کېږي.
که ملخوزې که باديان دي – دا همه راحت د ځان دي

(c) ketabton.com: The Digital Library



د ماشوم د برېښ او پېچ لپاره:

د ماشوم د برېښ او پېچ لپاره او هم دا چې که ماشوم جل وهلی وي، په یو ګیلاس اوبو کې یو چای وار په اندازه سپېرکۍ اچول کېږي، له جوشېدو وروسته ماشوم ته پر قاشوغه د ورځې څلور یا شپږ ځلې ورکول کېږي. د جل وهلي ماشوم لپاره د ځوزانو ګل او پلۍ به راټولې کړای شي، د یو موټي په اندازه به په اوبو کې جوش شي او اوبه به یې جل وهلي ناروغ ته ورکړل شی، د کلیوالو په ګومان ډېره ګټوره درملنه ده.

د ماشوم د نس ناستې لپاره:

د ماشوم د نس ناستې یا اسهال لپاره په ځېنو کلیو او بانډو کې د للمي کبلو له شنو څټو ګټه پورته کېږي. کلیوال په دې باور دي، چې که د للمي کبلو یو موټی شنې څټې وایشول شي، جوش شوی درمل د اسهال لپاره ګټور دی او که چېرته ناروغ ورسره کانګه(استفراق) لاره، نو بیا دې ورسره شین لاچي هم جوش کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



د نس ناستي دویم علاج:

د ماشوم د نس ناستي او جبی(ژبی) لپاره توره هرېړه، خرما او مردارسنګ درېواړه به پر یوې وړې خویه تیږې وسولول شي، بیا به د کاڼي دغه برخه په قاشوغه کې ووهل شي او له یوې قاشوغي(شربت خوړلو) په اندازه اوبو کې به ګډ کړای شي او ماشوم ناروغ ته ورکړل شي.

د اغېړ شوي ناروغ درملنه:

کله چې یو کس د زیات خوراک له امله اغېړ[زیات خوری] شي، نو د ایلني یو موټی شنې خټې ورته جوش کېږي، لړه ګوړه یا بوره هم پکې اچول کېږي او بیا که غټ و یو ګیلاس او که ماشوم و نیم ګیلاس ورته ورکول کېږي، دا درملنه په ځېنو خلکو کې زیات مروجه ده. وایي چې له دې سره یې ارګی تازه کېږي، حاجت یې کېږي او د اغېړ حالت یې ښه کېږي.

د مړې تبې علاج:

د دوه واره نسوارو په اندازه خاکشیر به یوولس ځله ومینځل شي، بیا به په یو لوښي کې واچول شي، یو اوسپنیز سیخ به په

(c) ketabton.com: The Digital Library



اور کې سور کړای شي، د سور شوي سیخ څوکه به خاکشیر کې کېښودل شي، دې ته د خاکشیر داغ کول وایي، بیا به پکې لږ شان بوره او یو ګیلاس اوبه واچوي او ناروغ ته به یې ورکوي.
دا مړه تبه باسي.

**د تبې بله درملنه:**

د تبې، سر درد او زړه ته طاقت ورکولو لپاره د آفتاب پرست ګل ګټور بلل شوی دی، دا ګل تبه لرې کوي، د بدن صفرا لرې کوي، زړه ته طاقت بخښي او د سر درد او د ګېډې چینجي دفع کوي. د پښتورګو کاڼي هم لرې کوي. طریقه داسې ده چې د افتاب پرست ګل پاڼې او ګلبرګ به د دېرشو ګرامو په اندازه په نیم لیتر اوبو کې جوش کړای شي، سهر او ماښام دې په نهار یو ګیلاس وڅښل شي. ۳ (۱۰، م ۲۶)

**د سپوږې درملنه:**

د غز نیمه لمدې لښتې څوکي ته به اور واچول شي، کله چې یې اور واخیست یو ډول غوړه مایع ورڅخه څاځي، دا مایع به په یو مسي لوښي کې وڅخول شي، بیا به پر سپوږې کېښودل شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



خوشال بابا هم د سپوږمي په اړه دا ډول نسخه لري:

نیم، د ښیه دواړه سره کړه – هر یو تول نیمه پیسه کړه [۴]
هم د شوي پاڼې روکه – پوره درې شېرشاهـــــي جوکه
بیا د ځوز وله یې مله کړه – څلـــورم دا ، درې هغه کړه
د پینځو پیسو مقدار کړه – ولې دا د هغو یـــــــار کړه
همه واړه سره ګس کړه – په لنګویي کښې یې تس نس کړه
له اوبو سره یې حل کړه – خپل مشکل وربانديې حـــــل کړه
سره واړه کېږه چاڼ کړه – دا دارو راحت د ځان کړه
او به نوشې په نهاره – تعطیل مـــه کـــړه دلداره
څه خو پورې په چنبل کړه – ویې مږه ښه یې اتکل کړه
اته ورځې دا رنګ کار کړه – خدای دې روغ کړه خپل روزګار کړه
غوښې مه خوره نه کبونه – نه ترشي بادي څیزونه
سپوږمۍ هرځای چې په تا وي – په دا کار به یې شفا وي
د خصیه د سپوږمي وروره – ښه دارو دي ویې ګوره
مجرب تجربه کار دي – د هر سپوږمي دا آزار دي

---

[٤] د خوشال طب نامه

(c) ketabton.com: The Digital Library



## د ژبې(جبې) بله درملنه:

ژبې یا جبې هغه ناروغي ده چې ګومان کېږي د ماشوم ستونی په درد دی، د دې لپاره ماشوم د کلي یوې تجربه کارې ښځې ته وړل کېږي او د ((ولې)) په لښته ورته جبې ګوري، ځینې ښځې یې د لاس په څلورمه ګوته ګوري. طریقه یې داده چې د ولې دوه لویشته نرۍ لښته به راوړي او په منځ کې به یې نري مالوچ تاو کړي، بیا به د مالوچو برخه د ژبې په ځانګړي[پخوا به سپبازول ګولۍ کارول کېدله] درمل کې ومښل شي، چې درمل واخلي، بیا به یې لښته قاطه کړي او ماشوم ته به یې په خوله کې ننباسي او ستونی (تالو) به یې ورباندې ښکته پورته کړي.

د ژبې درمل په دې ډول و: د ګلابو میده کړې پاڼې، تباشیر، سپین زنځ(لکه د مالګې په شان ماده ده، خاورۍ هم ورته وایي) دا به سره یو ځای کړای شول او د نسوار د وار په اندازه به د ژبې لپاره کارول کېدل.

(c) ketabton.com: The Digital Library



د پښو درد درملنه:

یو موټی مالګه به په یو چام اوبو کې جوش کړای شي، چې کله دا ترکیب لږ شان سوړ شو، نو د پښو بندونه، پنجه او له ښنګرو پورته برخه به وربانديې مالش کړای شي، که لیمځی و ښه تر ښه، که نه نو یوه تاري لته به تر پښو تاوه کړای شي. د مالګې دې ترکیب ته ((مالګوبی)) هم وایي.

د قبضیت لپاره:

ګل قند یو مشهور دودیز درمل دی، د اصیلو ګلابو پاڼې ټکول کیږي، بیا دا په شاتو کې ګډېږي او په مرتبان کې بندې ساتل کیږي، کله چې چا ته د قبضیت تکلیف پیدا شي، نو د یو نقل په اندازه به یوه شپه او بله شپه خوړل کیږي، تر څو د ناروغ قبضیت مات شي.

یادښت: که شات نه وي، نو پر ځای یې له ګوړې هم ګټه پورته کېدای شي، خو شات ډېر اغېزمن دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



**د قبضیت لپاره بله درملنه:**

که غټ کس د قبضیت ناروغي ولري، نو یوه ټوته چمبرخیال (د چمبرخیال پردې) به د شپې له خوا خیشتې شي او سهار په نهاره به ناروغ ته یو جام ورکړل شي. که عمل یې وشو ښه تر ښه، که نه بیا به یې هم تکرار کړي. نوي ماشوم ته یوه پیسه چمبرخیال په اوبو کې خیشت کېږي او په قاشوغه باندې ورته نیمه قاشوغه ورکول کېږي.

**د پښتورګو د کاڼي علاج:**

د پښتورګو د کاڼي ناروغی په کلیو او بانډو کې ډېرې دي، د دې لپاره څو ډوله فولکلوریکې درملنې شته، لومړی درملنه داده چې د ګیلاسو(الوبالو) ډکي، د چارمغزو پردې او د جوارو څڼې سره یو ځای واېشول شي او سهار په نهار یو ګلاس یاد جوش شوی درمل [له چاڼ کېدو وروسته] وڅښل شي، دغه درملنه د یوې اونی لپاره دوام پیدا کوي او ډېره ګټوره ده. په دې درملنې سره په پښتورګو کې واړه کاڼي په حرکت راځي او

(c) ketabton.com: The Digital Library



داسې باور هم موجود دی چې په پښتورګي کې غټ کاڼي[چې د حالب له لارې یې وتل ممکن نه وي] ماتوي او اطراح کېږي.

بله درملنه د اصیلې مارکونډۍ په نوم یو ډول ګرد شان اغزی دی، چې په دښتو او شګو کې موندل کېږي، دغه مارکونډۍ به د چایو د وار هومره په دوه ګیلاسه اوبو کې جوش کړای شي، تر هغې جوش شي چې اوبه یو ګیلاس پاتې او نورې وچې کړي، بیا دې سهار په نهار دا اوبه وڅښي. کلیوال وایي چې دا درملنه تریوې اونۍ غځولای شي کوم جانبي عوارض نه لري.

د پښتورګو کاڼي بله درملنه:

د کورني چرګ شا تېینګه به لومړی وچه کړي، بیا به یې ښه مېده کړي او له ململ ټوټې به یې وباسي، بیا به یې سهار په نهاره څو سهاره له اوبو سره وخوري. دا د پښتورګو غوره علاج بلل شوی دی.

د پښتورګو د کاڼي بله درملنه:

یو پاو اوربشې به په دوه لیتره اوبو کې جوش کړی شي، بیا به له یوې لتې چاڼ کړای شي او اوبه به یې درې سهاره په نهار ناروغ ته ورکړي، له دې سره به د پښتورګو واړه کاڼي وغورځي او که خیری یا چرک یې لاره نو هم به ورسره لرې شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



**د پښتورګو بله درملنه:**

که په پښتورګي کې کاڼی وي، یا پښتورګی د چرک له امله درد کوي، نو هر سهار دی د زیتونو تېل یوه چای خوري قاشوغه په نهاره خوري، له دې سره به یې د پښتورګي کاڼی وغورځي او که خیری وي، نو پاک به شي.

**د پښتورګو بله درملنه:**

د چینار پوټکي او د جوارو بوټي بېخ (پنجه) به سره جوش کړای شي او څلور سهاره په نهاره به یو یو ګیلاس ناروغ ته ورکړل شي، د پښتورګو کاڼي به یې وغورځېږي او که خیری وي پښتورګي به یې پاک شي. دا هم وایي چې د شین بندکي ټکول او یو ګیلاس شیره څښل د پښتورګو لپاره ډېره ګټوره ده. د الوبالو ډنډې، چارمغزو پردې او د جوارو څڼې به جوش کړای شي او یو ګیلاس به په نهاره د څلورو یا پنځو ورځو لپاره ناروغ ته ورکړل شي، که کاڼی وي وبه غورځېږي او که چرک وي پاک به شي.

**د لوړ فشار درملنه:**

د لوړ فشار لپاره د هوګې استعمال ګټور دی، په دې سربېره د کرېږې (کریلې) خوړل، د کرېږې جوس نیم ګیلاس سهار مهال

(c) ketabton.com: The Digital Library



ښنل، خمزوري داني، ازغکی، زېتونو پاڼې او د غنمو د پاکو بوسو جوشول او یو کیلاس ښنل د لوړ فشار لپاره کلیوالي نسخه ده.

**ښځینه تکلیف او درد لپاره:**

کله چې ښځینه و ته په خپل میاشتني تکلیف کې ستونزه پیدا شي، درد او برېښ ورسره وي، نو یو وار شین چای، مات کړی چارمغز له پوټکي سره او لږه ګوړه به سره جوش کړي، بیا دې یو ګیلاس ناروغې مېرمنې ته ورکړي. له دې سره به یې برېښ او درد آرام شي. دې درمل ته ((چاوه)) هم وایي.

**د غاښونو بدبویۍ درملنه:**

که غاښونه بدبویي لري او یا وریۍ مېکروبي شوې وي، د لښتیو پر غاړه یو ډول بوټی دی، بند کی ورته وایي، دا وښو ته ورته خو لږ څه کلک بند بند بوټی دی دا به واخلي او ځو ډکي به په لاس کې قوده کړي، بیا به یې پر خپلو غاښونو ومښي، له دې سره به غاښونه پاک شي، مېکروب به یې ووژل شي او بدبویي به یې له منځه لاړه شي، دا عمل دې یوه اونۍ تکرار کړي. همدا راز د دې موخې لپاره دنداسه هم استعمالېږي، چې هم غاښونه ورباندې پاکېږي او هم ورسره شونډې رنګ اخلي. د دنداسې کارېدنه ډېره مروجه ده او په شعر او شاعرۍ کې هم ترې ډېره یادونه شوې ده، لکه چې وایي:

د دنداسې خوله دې رانکړه –د سبو ډکه خوله دې څه میراتومه

(c) ketabton.com: The Digital Library



**د پښو چاودنو او ګنده بوي درملنه:**

کله چې پښې چاودې وي او یا ترې بد بوی ځي، نو درملنه یې داده چې نکریزې به وریاندې پورې شي، له دې سره د پښو چاودونه ښه کېږي او د بدبویۍ درملنه هم ورسره کېږي. نکریزې په افغاني کلتور کې ډېرې مروجې دی او د سینګار لپاره هم کارول کېږي.

راځۍ چې ټول لاسونه سره کړو – سبا اختر دی د بابا کاله ته ځونه

**د پلۍ شوې خولې درملنه:**

سپین زنځ [یو ډول ښېښې ته ورته د مالګې په څېر توکی د] به په خوله کې ونیسي او اوبه به یې توکوي، له دې سره د خولې پلۍ ورکېږي او ناروغ شفاء مومي.

**د زخم قېصرۍ درملنه:**

کله چې کوم زخم بابېړی وکړي، وپړسېږي او زوې ترې روانې وي، دې حالت ته یې قېصري وايي، درملنه یې داده چې د غنمو په اوړو کې به لږ غوړي واچوي او حلوا شانتې به ترې جوړه کړي، پر زخم به یې کېږدي، دې ته ګزک حلوا هم وايي. له دې سره به د زخم قېصري ووځي او زخم به په جوړېدو شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



د اسهال درملنه:

د سنځلې پاڼې به جوش کړای شي او یو ګیلاس به ناروغ ته ورکړل شي. په دې سربېره نیم پاو بادیان، لس دانې سپین لاچي او څلور دانې تور لاچي به سره مېده کړي، بیا به پکې لږه بوره ورګډه کړي، د اسهال ناروغ ته به یوه ډکه کپه له اوبو سره ورکړل شي، ډېره ګټوره درملنه ګڼل کېږي. یا دا چې شین چای به مېده کړای شي او د نسوارو وار په اندازه به ناروغ ته ورکړل شي. که ناروغ ته د پېچش تکلیف پیدا و، نو د کوکنارو وچې غوزې او د لیمو وچ پوټکي به سره مېده کړای شي او یوه کپه به د پېچش ناروغ ته ورکړل شي. دا درمل څو وخته ورکولای شي.

د صفرا کڅوړې د کاڼي درملنه:

د صفرا کڅوړې د کاڼي درملنې لپاره به له (۳۰-۴۰) ګرامه د اېلنې تازه پاڼې په یو لیتر اوبو کې وخوټول شي، د ۴۸ ساعتونو په اوږدو کې دې د خوراک په منځ کې وکارول شي. یا دې د یوې لویې قاشوغې په اندازه په اوبو کې وخوټوي او هر وخت دې د خوړو نه مخکې یوه پیاله وڅښل شي، په دې شرط

(c) ketabton.com: The Digital Library



چې د ایلنې پاڼې په سیوري کې وچې شوې وي. دغه درملنه د صفرا د کاڼي د له منځه وړلو لپاره ګټوره بلل شوې ده. ۵: (۷، م ۱۶۰)

د ماشوم د اسهال لپاره:

د ماشوم د اسهال لپاره به خواږه ماسته په وړه قاشوغه ماشوم ته درې وخته ورکړل شي، اسهال به یې ورسره ښه شي. د غټ ناروغ لپاره چې د اسهال تکلیف ولري د امروت او کېلو خوړل ګټور بلل شوي دي. په دې سربېره د غټ ناروغ د اسهال لپاره کورنۍ کپه ډېره ګټوره ده، د کپې ترکیب په دې ډول دی چې یو پاو بادیان، نیمه توله تور لاچي، د نیمې تولې نیم شین لاچي به سره وټکول شي او بوره به پکې ګډه کړای شي، د اسهال او پېچش پر مهال ډېره ګټوره نخسه ګڼل کېږي.

د اسهال لپاره بله درملنه:

د ام زړی به مات کړای شي، نیني پې به کړای شي بیا به ښه مېده کړای شي، له بورې یا ګوړې سره به یوه کپه (نسوارو وار په

(c) ketabton.com: The Digital Library



اندازه) ناروغ ته له اوبو سره ورکړل شي، ډېره مجربه نسخه ګڼل کېږي.

سربدالي:

کله داسې وي، چې د محرقې ناروغۍ وروسته ناروغ ته دوامدار ګنګسیت او د سر درد پیدا شي، په دودیزه بڼه د دې علاج دا دی، چې د بادامو په غوړیو به خپلې شقیقې غوړې کړي او د دې درملنې ته به درې یا څلور شپې ادامه ورکړي، د سرګنګسیت به یې ورسره ښه شي.

د خېټې چینجیو درملنه:

په خېټه کې د هر ډول چینجیو لپاره به د خواږه انار ځتې جوش کړای شي، یا د شفتالو پاڼې جوش کړای شي او ماشوم ته دوه قاشقې د وخت د درې ورځو لپاره وکړل شي، نو چینجي به یې له خېټې وغورځېږي. دا درملنه د لویانو لپاره هم کارول کېږي. بل علاج یې دا دی، چې د دښتې وچ خړیږي به وټکول شي، چې مېده شول د نسوارو د یو وار په اندازه به ماشوم ته له اوبو یا شیدو سره ورکړل شي. که تازه خړیږي پیدا کېدل، نو یوه اندازه

(c) ketabton.com: The Digital Library



به پاخه کړای شي او ناروغ ته به ورکړل شي. له دې سره به یې د خېټې چینجي وغورځېږي او ناروغ به روغتیا ومومي.

د خېټې چینجیو دویمه درملنه:

که ګومان وي چې د ماشوم په خېټه کې به چینجي وي، یا یې رنګ زېړ او کم خونه وي، نو د جوار دانې په اندازه اینجه به ورکړل شي، له دې سره به یې د خېټې چینجي وغورځېږي او په لږه موده کې به یې رنګ ځای ته راشي.

د ملاریا علاج:

چره نک او شمکی (بوټي دي) به وټکول شي او یو ګیلاس جوس (اوبه) به یې د ملاریا ناروغ ته ورکړل شي. یا به زوال(بوټی دی) جوش کړای شي او یو ګیلاس اوبه به یې ناروغ ته ورکړل شي. په دې سربېره به ناروغ ته د ترو انارو یو ګیلاس اوبه ورکړل شي. البته دا درملنه د دریوو ورځو لپاره ده. له دې سره د ملاریا ناروغی علاج کېږي او ناروغ روغتیا مومي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



د ښارښت علاج:

ښارښت یو له هغو ناروغیو څخه ده، چې د حساسیت په بڼه په انسان کې پیدا شي، په کور کلي کې ورته ((سره مخه)) هم وایي. د دې کورنی یا فولکلوریک علاج دا دی چې ناروغ به یوه ورځ پر خپل سر او وچولي د ولې شنې پاڼې تړي. له دې سره به یې ښارښت ارام شي. کله چې دا ښارښت د لړمی په بڼه وي، چې د ناروغ پر بدن وړې پلۍ ته ورته چاپونه پیدا شي، نو ناروغ ته به سره کالي واغوستل شي او د سپېرکۍ لوګی به ورته وشي. دا درملنه به د درې یا څلورو ورځو لپاره دوام پیدا کوي.

د سوزاک علاج:

ځیګ ځیګکی او د دښتې ازغي، یا مارکونډۍ(یو ډول ازغی دی) سره ټکول کیږي، بیا یې یو ګیلاس جوس په نهاره د درې ورځو لپاره د سوزاک نارو ته ورکول کیږي.

د دې ناروغۍ په اړه خوشال بابا دا نسخه تجویز کوي.

دچمبې ګل درې درمه – دبادرنګ زړي اکرمه[6]

[6] د خوشال طب نامه

(c) ketabton.com: The Digital Library



دا څلور درمه ټول کړه – همه واړه سره تول کړه
واړه بنه سره مېده کړه – اوبه ګرمې ورسره کړه
چې یې کښته کړې تر کومې – پرې به بول بسته د رومي

## د سوزاک بله درملنه:

د انارو پوستکي جوشوي او ناروغ ته ورکول کېږي چې ویې څښي، په دې سربېره ناروغ ورباندې اودس هم کولای شي. دغه علاج د ښاربښت لپاره هم ګټور ګڼل شوی دی، ناروغ کولای شي د انارو پوستکي جوش کړي او بیا ورباندې ځان ومینځي، یا ورباندې هغه ځایونه ومینځي چې ښاربښت کوي.

## د شکر درملنه:

د مرخاڼۍ دانې او پاڼې به وټکول شي، له جوشولو وروسته به چاڼ کړای شي او بیا به نیم ګیلاس اوبه په نهاره څښل کېږي، دا درملنه په بدن کې شکره کموي او لوړېدو ته یې نه پرېږدي.

## د شکر دویمه درملنه:

ترخه (دانې دي) به نیني کړای شي، بیا به یې نیني مېده کړای شي او د نسوارو نیم وار په اندازه به په یو ګیلاس اوبو کې

(c) ketabton.com: The Digital Library



واچول شي، سهار مهال به یې په نهاره څښي، د شکر لپاره مفیده درملنه ده.

د شکر درېیمه درملنه:

د پیپل ونې هغه زېلۍ چې د ونو په ډډونو پورې زوړندې وي دا غوځوي او مېده مېده کوي یې، بیا یې په اوبو کې جوشوي، چې یخې شوې یادې ځېلۍ پکې خیشتې کړای شي او هر سهار یې د شکرې ناروغ ته یو یو ګیلاس په نهاره ورکوي. وایي چې شکره ورسره کنټرولېږي.

د شکر څلورمه درملنه:

د سنځلو پاڼې جوشوي او یو ګیلاس په نهاره د شکر ناروغ ته ورکوي، کلیوال په دې باور دي چې دغه درملنه په وینه کې شکر کنټرولوي او لوړېدا ته یې نه پرېږدي.

د شکر پنځمه درملنه:

د زیتون پاڼې به جوش شي او درې وخته به یوه یوه پیاله د چایو په شان وڅښل شي، وایي چې شکره ورسره کنټرولېږي او لوړېدا ته یې نه پرېږدي. په دې سربېره د دوه ډوله خوړو

(c) ketabton.com: The Digital Library



استعمال هم د شکرې لپاره ګټور بلل شوی دی، چې یو پنمکی(یو ډول تریخ شین د نبات ښتو ته ورته بوټی دی) بل کړیږه چې پاخه شي او د شکر ناروغ ته ورکړل شي، د شکرې په کمېدا کې ګټور بلل کېږي او ولسي خلک په دې باور دي چې دا د شکرې ناروغ ته ګټه لري.

د شکر ناروغۍ شپږمه درملنه:

بادرنګ د شکرې ناروغۍ د کمېدا لپاره ګټور بلل شوی، هغه کسان چې د شکر ناروغي لري د بادرنګ زیات استمال به یې ناروغي کنترول او راکمه کړي، بادرنګ د کاربوهایدریت مادې په لرلو سره په وینه او تشو بولو کې د قندي موادو د زیاتېدا مخه نیسي او د شکر ناروغانو ته ګټور بلل شوي. ۷

(۹، م ۱۴۲)

(c) ketabton.com: The Digital Library



د شکر ناروغۍ اومه درملنه:

بربو به ميده کړای شي، هر سهار به په نهاره يو نسوارو وار په اندازه له اوبو سره د شکر ناروغ ته ورکړل شي، له دې سره به يې شکر کنترو وي او نه به لوړيږي.

د شکر ناروغۍ اتمه درملنه:

د شپې مهال به د درې داني بېنډۍ (لېړو) بېخونه غوڅ او په نيم ګيلاس اوبو کې به ودرول شي، سهار د دې بېنډيو نه يو ډول مواد اوبو ته ښکته شوې وي، بېنډۍ به لرې کړای شي او د شکر ناروغ به په ګيلاس کې پرتې اوبه به په نهاره وڅښي. له دې سره شکر کنتروليږي او د لوړېدا مخه يې نيول کيږي. دا درملنه تجربه شوې، اسانه او ارزانه ده.

د وينې د غوږ درملنه:

د غټې ګوتې هومره سونډ يا ادرک به د چايو پر ځای په يو چايبر کې واچول شي، که څو پاڼې چای هم ورسره واچول شي باک نه لري، بيا به د چای غونډې څو پيالې هغه ناروغ ته

(c) ketabton.com: The Digital Library



ورکړل شي چې د وينې غوړ يې زيات وي، دا درملنه به تر يوې اونۍ دوام وکړي، کليوال باور لري چې د ناروغ د وينې غوړ ورسره کمېږي او روغتيا پيدا کوي.

د وينې لوړ فشار درملنه:

جمبېلک يو ډول د نګريزو په شان پاڼې دي، چې په جوشو اوبو يا چايو کې د چايو دوه واره په اندازه اچول کېږي[دا مهال د اوبو رنګ د چايو په څېر اوړي] دا د چايو په څېر څښل کېږي، د وينې لوړ فشار ټيټوي او ډېر ګټور درمل بلل کېږي. ياد بوټی په بدخشان ولايت کې پيدا کېږي.

د وينې غوړ بله درملنه:

د وينې غوړ د کمېدا لپاره د کدو پاخه سابه ډېر ګټور بلل شوي دي، دا سابه د کلسترولو معالجه کوي، دا سابه د A ويټامين په پراخه اندازه لري، پروټيني مواد پکې نه شته، ځکه خو د چاغوالي او بدن د وزن زياتېدا لامل نه ګرځي.[8] : (۱۱، م ۱۴۰)

خله(سينه بغل):

(c) ketabton.com: The Digital Library



د خلې یا سینه بغل او د بدن د نرمښت لپاره او یا که په خېټه درد وي، فولکلوریک علاج یې دا دی چې کلیوال یو وار بارتنګ جوش کړي او ناروغ ته یې ورکړي له دې سهر خله (سینه بغل) شفاء مومي. که د خلې لومړی ورځ وه نو خاکشیر ورته جوش کېږي، داني یې نه ورکوي او اوبه یې ناروغ ته ورکول کېږي، له دې سره د ماشوم سینه نرمېږي او ناروغي یې جوړېږي.

د پېچ ناورغی لپاره:

د پېچ ناروغی لپاره د (درې تخمه) په نوم ترکیبي درمل جوړېږي، چې پکې بارتنګ ، سپغول او خاکشیر سره یو ځای کېږي. بیا به خام یوه کپه ناروغ ته له اوبو سره ورکړل شي، دا درملنه تر درې ورځو هره ورځ درې وخته دوام پیدا کوي. بله درملنه یې د کوکنارو پردې او وچه دنیا ده چې سره میده شي او ناروغ ته ورکړل شي، ډېره مجربه نسخه ګڼل شوې ده.

د خلې بله درملنه:

د ماشوم د خلې یا سینه بغل لپاره بربو ښه میده کوي او د ناروغ ماشوم سینه ورباندې مالش کوي، بیا د ماشوم پر سینه تاوده

(c) ketabton.com: The Digital Library



مالوچ تړي. له دې سره د ماشوم ساه اخیستل ښه کېږي او سینه یې نرمېږي.

د ماشوم د تبې لپاره:

د ماشوم د تبې لپاره د خاکشیر استعمال ډېر دود دی، د نسوارو وار په اندازه خاکشیر به په یو جامګي کې جوش کړای شي او اوبه به یې د شربت په قاشغو درې څلور قاشغې ورکړي، له دې سره تبه کمېږي او ماشوم د راحت احساس کوي، د ټوخي لپاره هم ورکول کېږي، خو له زیات استعماله یې ډډه کېږي، یوازې یوه ورځ یو وخت ورکول کېږي.

د شېرې ناروغۍ درملنه:

د شېرې (سرخکان) ناروغ درملنه په دې ډول ده چې د ناروغ ماشوم ډډې به لوښې کړای شي، خاکشیر په لاس کې ونیسي او د ناروغ بدن ته به یې ورپو کړي، له دې سره به د چای یو وار په اندازه خاکشیر په اوبو کې جوش کړای شي او همدې ناروغ ته به ورکړل شي، له دې سره به یې شېری په یو وار راووځي او د ناورغ زړه به ورسره سپک شي، چې شېری راووت بیا به نور

(c) ketabton.com: The Digital Library



خاکشیر نه ورکوي، ځکه چې خاکشیر ګرم دی او زیات ورکول ناروغ ته د زیان لامل ګرځي.

د ماشوم د خلې (سینې) بله درملنه:

کله چې ماشوم خله وي، یا یې سینه بنده وي او ټوخېږي، نو کلیوال د نسوارو وار په اندازه سوډر ورته په سینه مښي، بیا ورباندې تاوده مالوچ ږدي او سینه یې په یو دسمال تړي چې مالوچ ترې ونه غورځېږي. له دې سره د ماشوم ټوخی ښه کېږي او آرام کوي.

د ټوخي علاج:

د ټوخي لپاره دودیز یا فولکلوریک علاج دا دی چې د چایو د وار په اندازه ((ګل خیرو)) چې یو یوناني بوټی دی جوشوي او په نهاره یې ناروغ ته ورکوي، دغه درملنه تر درې څلورو ورځو دوام پیدا کوي او د غټانو او وړوکي ناروغ لپاره کارول کېږي.

د ټوخي او تبې لپاره:

هغه ټوخی چې تبه ورسره ملګرې وي، په کورني طب یا فولکلوریکه درملنه کې ورته د ((زوفا)) په نوم شربت

(c) ketabton.com: The Digital Library



جوړیږي. دا شربت له دولسو یوناني بوټو او توکیو جوړ دی، چې عبارت دي له: زفا پنځه تولې، زیړه هریړه دوه دانې، ګل بنفشه یو توله، سپستان دېرش دانې، مرخاڼی پنځوس دانې، خطمي یو توله، خبازي یو توله، پاتوځنه(برګ سروښان) پنځه تولې، قندهاری انځر شل دانې، ترنجبیل دوه تولې، ګلابو پاڼې دوه تولې.

د جوړولو طریقه یې داده چې په یو نیم چارک اوبو کې به دا دولس قلمه بوټي او توکي د شپې له خوا خیشته کړای شي، سهار به یې جوش کړي، تر هغه چې له یادو توکیو څخه درې پاوه اوبه پاتې شي، چڼ به یې کړي، یو پاو بوره به پکې واچوي، بیا به یې جوش کړي، چې کله یخ شي، دا د ((زوفا)) په نوم شربت دی. دا شربت به په داسې طریقه استعمالوي چې یوه قاشقه شربت او دوه قاشقه اوبه به سره یو ځای کوي او بیا به یې ناروغ ته ورکوي.

د ټوخلې علاج:

د ټوخلې لپاره فولکوریک علاج دا دی، چې د شینتاغي په نوم مرغه به ښکار کړي، بیا به یې پوخ کړي او ښوروا او غوښه

(c) ketabton.com: The Digital Library



به یې په ناروغ درې ځلور وخته وخوري. دا علاج په کور – کلي کې ډېر منلی او د خلکو په باور اغېزمن دی. وایي چې له دې سره ټوخلې ښه کېږي او ناروغ شفاء مومي.

مستیاره که ښه مېده شي – د خوږې ګوړې سره شي[۹]

په نهاره یې څوک خورینه – هر رنګ ټوخې ورکوینه

تبه هم پرې صحت مومي – درد او برېښ پرې د ملا دروميي

د معدې درد لپاره:

د معدې د درد لپاره دوه دانې تور لاچي ټکوي، پوستکي یې لرې کوي او دانې یې له لږې ګوړې یا بورې سره یو ځای کوي او د کپې په څېر یې له شیدو یا اوبو سره یو ځای ناروغ ته په نهاره ورکوي. وایي چې دا درملنه تر پنځو ورځو پورې خپل اثرات ښکاره کوي او د معدې درد ورسره ښه کېږي.

د معدې بله درملنه:

که ناروغ د معدې له درده شکایت لري، نو د نسوارو وار په اندازه وچ نانا( اېلنی) به مېده کړای شي او په یو پاو خوږو مستو کې به ګډ کړای شي، درې سهاره به په نهاره دا یو یو پاو

---

[۹] خوشال طب نامه

(c) ketabton.com: The Digital Library



ماسته وخوري. د معدې تکلیف به یې ورسره ښه شي. دا درملنه د خېټې ناروغۍ (بې نظمۍ) لپاره هم ګټوره ده.

د ملا درد درملنه:

پنجري چې یوناني درمل دی او د زردالو ونې له کنډ څخه جوړېږي، د یو نسوار وار په اندازه به د ملا درد ناروغ ته ورکړل شي، له دې سره به یې د ملا تکلیف ښه شي.

د جنسي کمزورۍ درملنه:

د جنسي کمزورۍ او د ملا د درد لپاره درې سهاره په نهاره د دوه وطنیو هګیو زېړ په یو ګیلاس پخو شویو شودو کې یو ځای کېږي او بیا څښل کېږي. له دې سره د ملا درد ښه کېږي او جنسي کمزورتیا هم ورسره له منځه ځي.

خوشال بابا په دې اړه دا نسخه وړاندې کوي:

مالکونډۍ واخله میده کړه – ښې شکرې ورسره کړه[10]

یو یو کف په هر سبا خوره – یو یو کف په هر بیګاه خوره

هیڅ پرهېز ورسره نه شته – نه له مالګې، نه نور څه شته

ستا شهوت به صد چندان کا- په زوروالي به دې ځوان کا

[10] د خوشال طب نامه

(c) ketabton.com: The Digital Library



## د پېچ علاج:

د پېچ یا په کولمو کې د غوټې او درد لپاره په کور کلي کې خلک د ((درې تخمه)) په نوم یو درملیز ترکیب جوړوي، دا ترکیب عبارت دی له: خاکشیر [د نسوارو وار په اندازه]، بارتنګ د نسوارو وار په اندازه او سپغول د نسوارو وار په اندازه.

دا درې درمله به سره یو ځای کړي، په دوه ګیلاسه اوبو کې به جوش کړای شي او بیا به ناروغ ته ورکړل شي. چې درې ورځې دا درمل تکرار شي ناروغ ورسره روغتیا مومي. په دې سربېره د پېچ لپاره بله درملنه داده چې ماسته او سپغول به سره ګډ کړای شي او ناروغ ته به که ماشوم وي، نو د وخت یوه قاشوغه او که ناروغ غټ وي، نو یوه ماست خوري کاسه ماسته دې وخوري او ځان دې پرې موړ کړي.

## د غوږونو درملنه:

دا درملنه خورا عامه ده، چې کله ماشوم ژاړي، یا داسې ماشوم وي، چې له د غوږونو له درده شکایت کوي، یا مشر سړی وي، چې غوږونه یې خوږېږي، نو د غواوو غوړي به په اور سره کړي، چې لږ شان تړم شول، مالوچ (پاغونده) به پکې لمده کړي او د ناروغ په غوږ کې به دوه ځاځکي وڅڅوي، د غوږ د باندې برخې به هم وربانديې غوړې

(c) ketabton.com: The Digital Library



کړي. له دې سره د غوږ درد ارامېږي او ناروغ روغتیا مومي. دا درمله د ستوني درد او تېوخې لپاره هم کارول کېږي.

**د غوراجې درملنه:**

غوراجه هغه ناروغي ده، چې په غوږ کې دننه دانه پیدا شي او بیا ترې اوبه(زوې) روانې وي، د دې لپاره د هوګې په اندازه پیاز او د بادامو په اندازه د غواوو غوړي په یوه قاشوغه اوبو کې سره په اور ایښودل کېږي، چې جوش شول، نو لږ به ورته وکتل شي، بیا به د غوراجې په غوږ کې ناروغ ته دوه څاڅکي وڅڅول شي. دا درملنه په درې یا څلورو ورځو کې خپل اثرات ښکاره کوي، دانه وچېږي او ناروغ ورسره صحت پیدا کوي.

**د ناست غږ درملنه:**

چې د چا غږ ناست وي، نو زنکۍ (زیره) به په شیدو کې جوش کړای شي او ناروغ ته به دوه سهاره یو یو ګیلاس په نهاره ورکړل شي، له دې سره به یې غږ خپل حالت ته راوګرځي.

**د نظر کموالي یا شبکورۍ درملنه:**

د وړوکي څاروي توری به په سیخ کې پوخ کړای شي او ناروغ ته به څو ورځې ورکړای شي، له دې سره به یې د سترګو د لید(دید)

(c) ketabton.com: The Digital Library



کموالی له منځه لاړ شي او که شبکوري لري، نو هم به ورسره ورکه شي.

د سترګو ښاربښت درملنه:

کله چې سترګې سوزي، خاربښت کوي، اوبه کوي او یا یې د لمر رڼا ته نه شي غړولای، نو درملنه یې داده چې یو نسوارو وار په اندازه پټاسه رنګ به لږ تود شي، بیا به وتړکول شي، له رنجو سره یو ځای به په سترګو پورې شي. دا درملنه درې ورځې دوام پیدا کوي او ورسره د سترګو درد او سوخت ښه کېږي.

د سترګو لید زیاتېدا:

د سترګو د لید یا ((دید)) د زیاتېدا لپاره د ګازرو خوراک تر ټولو زیات مشهور دی، ګازرې د سترګو دید زیاتوي، بدن پیاوړی کوي، قبضیت لرې کوي، د زړه درزا کموي، د مثانې کاڼې ماتوي، د تشو بولو سوخت له منځه وړي او د زېړي لپاره هم ګټورې بلل شوې دي.

د وینې درولو درملنه:

کله چې د کوم کس سر یا کوم بل ځای زخمي شي او وینه یې نه بندېږي، بوره به وتړکول شي، یوه ټونګه رانجه به هم پکې واچول شي

(c) ketabton.com: The Digital Library



او پر زخم به پوري شي، یا د زخم خوله به ترې ډکه شي. له دې سره وینه دریږي او ټپ یا زخم ښه کیږي.

### د زخم بله درملنه:

د زخم بله درملنه داده، چې یو لوښت تاري ټوکر ته به اور واچول شي، ایره به یې پر زخم کېښودل شي، تر څو وینه یې ودریږي، دا درملنه په کور کلي کې زښته زیاته رواج ده.

### د ټپ یا زغم بله درملنه:

د زخم د پاسه د پسه د لم پوستکی د دوه یا درې ورځو لپاره وربانديې تړل کیږي، وایي چې له دې درملنې سره زخم ښه کیږي او ناروغ شفاء مومي.

### د مات لاس یا پښې درملنه:

کله چې د کوم کس لاس یا پښه ماته شي، نو په کور- کلي کې یو نیم کس د ماتې ګوډې کار کوي. طریقه داده چې دورمې( غوړګې) به پر منځ بیلې شي، بیا به پر یوې مناسبې ټوټې د هګۍ زېړ وو هل شي، مات لاس به په حکمت کش کړای شي او چې کله یې یقین خاص شو، چې لاس خپل ځای ته راغی، نو د هګۍ پټی به ترې تاوه شي، د ټوټې په دویم پټ کې به دورمې کېښودل شي او ټوټه به ترې

(c) ketabton.com: The Digital Library



تاوه شي، دا تاوه کړې تو ته او پتې به لس یا څوارلس ورځې د ناروغ تر لاس تاوه وي، تر څو مات هډوکی جوش واخلي.

که فرضاً هډوکي سم جوش نه واخېستی او کوږ جوړ شوی و، نو د بیا ماتېدو یا پخواني مات حالت ته د راګرځېدو لپاره وربانديې جوش کړي بانجان او خام کب(ماهي) ږدي، د ماهي د ایښودلو طریقه داده چې ماهي به په منځ دوه پړکه کوي،خېټه به یې تشه او پر مات شوي لاس به یې یوه شپه او ورځ وتړي، لاس بېرته ماتېږي او د دویم ځل تړلو لپاره اماده کېږي.

د تېکېدلي ځای درملنه:

که کوم کس له بامه راغورځېدلی وي، یا له اوښ، اس یا له خره پرېوتی وي، یا چا بدبد وهلی وي، یا یې لاس یا کوم بل ځای تېکېدلی وي او له امله یې سړی ضعف او بې سدۍ حالت ته رسېدلی وي، نو درملنه یې داده چې شوده به پاخه کړي، وطنۍ دوه یا درې هګۍ به د شیدو په ګیلاس کې ماتې کړي، د غواوو سره کړې غوړي به وربانديې واړوي، لږه بوره یا ګوړه به پکې هم واچوي او ناروغ ته به یې ورکړي.

د تېکېدلي ځای د درملنې لپاره یوه بله نسخه دا هم ده، چې کورکمن به په غوړیو کې سور کړای شي، بیا به پر تېکېدلي ځای وتړل شي. له دې سره تېکېدلی ځای ښه کېږي او دردونه یې آرامېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



**د پښې واړه اوښتل:**

کله چې پښه کاواکه کېښودل شي، یا بېواکه قاط شي، برېښ کوي یا وپړسېږي، کلیوال وایي چې واړه یې اوښتي دي، د دې علاج لپاره به لیمڅی لږ تود کړي، د شړشمو په تېلو به پښه غوړه کړي، مالګوبی به وریاندې ووهل شي، بیا به وریاندې تود لیمڅی وتړي، په دوه درې ورځو کې پښه ښه کېږي او درد یې له منځه ځي.

**د ګرمۍ وهلي او تبې لپاره:**

زاول (زول) یو ډول غرنی بوټی دی، زېړ رنګ لري په اوبو کې به جوش کړای شي او درې ورځې یو یو ګیلاس اوبه یې هغه ناروغ ته ورکول کېږي، چې ګرمۍ وهلی وي او یا یې تبه وي. شاطره هم د تبې لپاره ګټور بوټی ګڼل کېږي، شین بوټی دی، تکول کېږي او اوبه یې ناروغ ته د تبې لپاره ورکول کېږي. شاطره د سرې مخې(حساسیت) او پوستکي ناروغیو ته هم ګټوره ده.

**د سالنډۍ درملنه:**

د سالنډۍ یا نفس تنګۍ لپاره په کور کلي کې غوره علاج دا ګڼل شوی، چې سویه(خرګوش) به ښه سترې کړي، بیا به یې حلاله کړي، یوه قاشوغه توده وینه به یې ناروغ ته ورکړي، چې لومړی یې

(c) ketabton.com: The Digital Library



غړغړه او بیا یې تېره کړي، له دې سره سالنډي له منځه ځي او هم ورته د شین تاغي غوښه او ښوروا ګټوره بلل شوې ده.

د کمزورتیا درملنه:

که ناروغ د کمزورتیا احساس لري او ناروغی ځپلی وي، نو د وطنیو چرګانو (پخې چرګې) ښوروا به ورکړل شي، تور مرچ استعمال ورسره ډېر ګټور ښودل شوی، وایي چې له دې سره به ناروغ تقویه شي او کمزوري به یې لرې شي.

د دانې درملنه:

کله داسې وي چې د ناروغ پر بدن غټه دانه راوخېژي، ولسي درملنه یې داسې ده، چې پر یوه ټوټه باندې به لوند شوی سپغول واچول شي او بیا به دغه پټۍ پر دانه وتړل شي، دا پټۍ دانه پخوي، دانه سر پیدا کوي او بیا ماتېږي، چې ماته شي، نو په فشار به وینه او زوه ترې وایستل شي او د دانې زړی به وایستل شي.

بله طریقه یې دا ده چې د خمیرې سره به لږه ایره ګډه کړي او خیشت شوی بارتنګ به ورسره یو ځای کړي دا پټۍ به پر دانه وتړي.

دریيمه طریقه یې د ګزک حلوا ده، هغه داسې چې لږ غوړي په یو لوښي کې په اور بږدي، بیا پکې لږې اوبه اچوي، لږ اوړه هم ورسره

(c) ketabton.com: The Digital Library



ګډوي، چې په اور سره شول ترې پتې جوړوي او پر دانه يې ږدي، په ورځ دوو کې دانه سر پیدا کوي، ماتېږي او زوه يې وځي.

د خېټې پړسوب او بادو درملنه:

د هغه ناروغ درمنله چې د خېټې پړسوب ولري، يا فکر کېږي، چې بدن يې اوبه اخيستي، يا د بدن له بادو شکایت لري، د دې لپاره يو ترکيب جوړېږي، چې عبارت دی له: صبېر يو توله، شحمې انزل(مړغونی) يو توله، سقمونيه يو توله، توره هرېړه( هلېله) يو توله. دغه څلور توکي به بېل بېل وټکول شي او په درې سوه ګرامه شاتو کې به ګډ کړای شي، بیا به ناروغ ته د يوې جوارو دانې په اندازه هره شپه په مړه خېټه ورکول کېږي. دا درملنه به تر يوې مياشتې دوامداره ساتي. یوناني طبيبان په دې باور دي، چې له دې درملنې سره د خېټې پړسوب، چاغوالي، بادو او په بدن کې د اضافي ذېرمه شويو اوبو مخه نيول کېږي او ناروغ اضافي وزن بايلي.

خوشال بابا د هلېلې په اړه وايي: [١١]

چې هر رنځ لره فايده ده – هلېله ده هلېله ده
هلېله شفاء د تن ده – هم د مرد ده هم د زن ده
که درست عمر يې څوک خورينه – هېڅ علت به نه ورځينه

[١١] د خوشال طب نامه ١٩١ مخ

(c) ketabton.com: The Digital Library



## ب: روحاني درملنه:

### د زېړي روحاني درمنله:

ځينې خلک په هر کلي کې شته، چې د زېړي لپاره دم و دعا کوي، ناروغ په قرآني ايتونو دموي او د څو پرلپسې ورځې لپاره يې د دم لپاره راغواړي. ناروغ ته پرهېز هم توصيه کوي او د څو ورځې په تېرېدو سره د ناروغ په سترګو کې زېړ والی په کمېدو شي او ناروغ شفا پيدا کړي. زېړی د فاتحې په سورت د اوه ځله په ويلو سره درې ورځې دمېږي.

### د مارچيچلی روحاني درملنه:

د مار چيچلي لپاره روحاني علاج د ايات کرسي په مبارک ايات د ناروغ دمول دي، طريقه يې دا ده چې يو روحاني شخص چې اجازه [۱۲] ولري راځي او مارچيچلی په داسې انداز دموي، چې چيچل شوي ځای ته يې د لاس په راښکلو زهر راټولوي او پرله پسې څو څو ځله په ياد مبارک ايت ناروغ دموي. کله چې زهر بېرته چيچل شوي ځای ته راټول شول، نو بيا يې د لاس د

[۱۲] اجازه دي ته وايي چې دمګري بايد د دمولو لپاره له کوم روحاني شخص څخه د دمولو اجازه ترلاسه کړې وي

(c) ketabton.com: The Digital Library



فشار یا په خوله د کش کولو له لارې د ناروغ له بدنه باسي، چې له دې سره د ناروغ وجود سپک او دردونه یې کم شي.

د مار چیچلي بله درملنه:

مار چیچلی په سورت فاتحه (الحمدلله) باندې یوولس ځله دمېږي، له هر ځل ویلو دمخه به بسم الله الرحمن الرحیم وایي. زهر به د لاس په کشولو هغه ځای ته راټولوي، چې چیچل شوی دی. په همدې طریقه مار نیول کېږي هم.

(م، ۲)

د مچۍ یا لړم چیچلي درملنه:

که کوم کس مچۍ یا لړم وچیچه، نو په سورت اخلاص (قل هو) باندې دې اوه ځله دم کړي. په اوه ځله قل هو الله احد ... او درې ځله درود شریف ویلو باندې په مچې یا غومبسې یا د مچیو په چک چوف کولو سره مچې نیولای شې، نه دې شي چیچلای، خو په دې شرط چې اجازه ولرې.

(c) ketabton.com: The Digital Library



د سینې ناروغۍ روحاني درملنه:

د سینې ناروغان د فاتحې په سورت څو ورځې هره ورځ دمېږي او هر ځل ورباندې اوه ځله سوره فاتحه (الحمد لله) ویل کېږي. الم نشرح لک صدرک... باندې هم دمېږي.

د سترګو د ګل روحاني درملنه:

په یو مسي لوښي کې به لږې اوبه واچول شي، اوه دانې غنم به د سورت یاسین په تلاوت په داسې ډول دم کړي چې کله هر ((مبین)) ته رسي، نو یوه دانه غنم به ورباندې دموي، د بسم الله په ویلو به یې د سترګو له ګله چاپېره ګرځوي او بیا به یې په مسي لوښي کې په پرتو اوبو کې اچوي، تر څو ټول سورت وویل شي او اوه واړه غنم دانې اوبو ته وغورځوي. دا غنم دانې به بیا په پاکو روانو اوبو کې غورځوي. دا دمول اوه ورځې دوام پیدا کوي او الله(ج) د سورت یاسین په برکت د سترګې ګل لرې کوي. دا درملنه ډېره مجربه ده.

د غوښې شلېدلو (شکېدلو) روحاني درملنه:

(c) ketabton.com: The Digital Library



کله چې د یو چا غوښې وشلېږي، یا په ملا کې یې څرک وشي، چې برېښ هم ورته وايي، نو دردمنه برخه په لاس مښل کېږي او د فاتحې مبارکې سورې په درې ځلې قرآت کولو دمېږي. دا درملنه درې ورځې دوام پیدا کوي.

د غاښ درد روحاني درملنه:

د غاښ د درد لپاره پنځلس ځله د لیلاف قریش سورت لوستل کېږي او د یوې شنې ونې د لښتې په غوځولو سره غاښ دمېږي. طریقه یې داده، چې لومړی دمګری یوې شنې ونې ته درېږي، د شنې ونې یوه نرۍ لښته په لاس کې نیسي، بیا پنځه ځله د لیلاف قریش مبارک سورت وايي، بیا ناروغ ته وايي((په حکم د خدای سره ستا د غاښ چینجی غوځ کړم)) ناروغ وايي: ((هو)) بیا د لښتې یوه برخه غوځه کړي او لرې یې وغورځوي، بیا پنځه ځله یاد سورت لولي، بیا ناروغ ته وايي ستا د غاښ چینجی غوځ کړم، هغه ورته وايي: ((هو)) بیا د لښتې بله برخه په چاقو غوځه کړي، بیا پنځه ځله هماغه مبارک سورت وايي او پر ناروغ غږ کوي، چې ستا د غاښ چینجی غوځ کړم، ناروغ

(c) ketabton.com: The Digital Library



چې کله د درېیم ځل لپاره ((هو)) وکړي، نو ورباندې چوف وکړي او ورته ووایي چې ستا د غاښ چینجی غوښ شو.

د خلې (سینه بغل) درملنه:

خله یا سینه بغل درې ځله په درود شریف دمېږي، د درې ورځو لپاره، د فاتحې په سورت هم څلوېښت ځله دمېږي.

د غلنکې درملنه:

غلنکه هغې ناروغۍ ته وایي چې د یو کس د سترګې په یوه برخه کې دانه پیدا شي، په کور کلي کې یې روحاني علاج دا دی چې دوه ځله الحمدلله او درې ځله سورت اخلاص( قل هو الله) باندې هره ورځ د درې ورځو لپاره دمېږي. طریقه یې دا ده چې لُوټې به دم کړای شي او له سترګې به هره لوټه د بسم الله په ویلو سره تاوه کړای شي، بیا به دا لُوټې په اوبو کې واچول شي، چې ویلې شي.

(م،۲)

د غوږ درد درملنه:

(c) ketabton.com: The Digital Library



که د چا غوږ درد کوي، نو پنځه ځله د بسم الله الرحمن الرحيم په ویلو سره په : (أَلَمۡ نَشۡرَحۡ لَکَ صَدۡرَکَ...) بشپړ سورت باندې دمېږي.

(م،۲)

د شري(سرخکان) درملنه:

هغه ماشوم چې شرى ورباندې ختلى وي، په (( چهار قُل)) باندې به لږې غټې وريجې درې ځله دم کړي، بيا به ناروغ ته هره ورځ اوه دانې وريجې ورکوي، چې روغې يې تېرې کړي، له دې سره د شري ناروغی کمېږي او ناروغ روغتيا مومي.

(م، ۲)

د زخو درملنه:

د جمعې په مبارکه ورځ د جمعې له لمانځه وروسته به په اوداسه باندې په دې مبارک ايات (لا إله إلا الله وحده لا شريک له، له الملک وله الحمد وهو على کل شيء قدير)درې ځلې يوه اندازه اوربشې دم کړي، بيا به هره اوربشه له يوې زخې تاوه وي، دغه اوربشې به بيا په نمجن ځاى کې ښخوي چې ورستې شي. په داسې ځاى کې دې نه ښخوي چې د شنه کېدو وېره يې وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



که د یکشنبې په ورځ یې دموي، نو پورتنی مبارک ایت به په ((می)) یا میو دانو باندې چوف کړای شي او طریقه یې همدا ده، چې له زخو تاوه ولو وروسته به یې په نمجن ځای کې ښځې کړي.

(م،۲)

ښځه چې په اولاد دردمنه وي:

هغه ښځه چې په اولاد دردمنه وي او د اولاد د پیدا کېدا شېبې شماري، دوه ډوله روحاني درملنه ورته ترسره کېږي، یو ډول یې دا ده چې ساخت ورته لیکل کېږي او بیا دغه ساخت په اوبو کې مینځل کېږي او دردمنې ښځې ته ورکول کېږي. په ساخت کې دغه مبارک ایات لیکل کېږي: (لَا يَسۡتَوِيٓ أَصۡحَٰبُ ٱلنَّارِ وَأَصۡحَٰبُ ٱلۡجَنَّةِۚ أَصۡحَٰبُ ٱلۡجَنَّةِ هُمُ ٱلۡفَآئِزُونَ)

بله طریقه یې د تاویز ده چې دغه مبارک ایاتونه پر سپین کاغذ لیکي، تاویز کوي یې او ناروغې مېرمنې ته یې ورکوي:

إِذَا ٱلسَّمَآءُ ٱنشَقَّتۡ O وَأَذِنَتۡ لِرَبِّهَا وَحُقَّتۡO وَإِذَا ٱلۡأَرۡضُ مُدَّتۡO

د ستوني درد درملنه:

(c) ketabton.com: The Digital Library



په کور کلي کې چې د چا ستونی درد کوي، مشران وايي چې هډې يې دي، يا هغه ناروغان چې په ستوني کې يې غوټې (تانسلونه) وي او له درده شکايت کوي، کليوال يې هډې بولي، د هډي نيول يا هډي مښل هغه طريقه ده چې د لاس په مړوند او يا د پښې په پنډۍ کې مښل کېږي. طريقه داده چې يو کس چې د هډي مښلو اجازه ولري د ناروغ لاس نيسي او د مړوند برنۍ برخه د خپلې غټې ګوتې په فشار سره مښي، داسې ويل کېږي چې کله په ستوني کې غوټې پيدا شي، نو قيصري يې د لاس مړوند يا د پښې پنډۍ ته وځي او هلته غوټې پيدا کېږي، کله چې دا غوټې ومښل شي، نو مانا يې داده چې د ستوني غوټې ورسره هوارېږي او ناروغ شفا مومي. په پنډۍ کې يې د مښلو طريقه همدا ده، د پنډۍ په منځنۍ برخه کې دا غوټې مښل کېږي، خو بايد وويل شي چې د مښلو پر مهال په سورت فاتحه (الحمدلله) باندې اوه ځله دمېږي او درې ورځې دا کړنه ترسره کېږي.

د نزلې بندېدو درملنه:

(c) ketabton.com: The Digital Library



د نزلې بندېدلو ولسي اسانه او ارزانه درملنه داده، چې ځينې مشران خلک له ځانه سره ملغوزي نسوار ګرځوي، کله چې يې پوزه بنده وي او يا د زکام پر مهال د پوزې د بندښت نه شکايت لري، نو يوه ټونګه ملغوزي نسوار په پوزه کې کش کوي، له دې سره پرنجېږي او نزله يې خلاصېږي. [۱۳]

د پښې رګ نيول:

کله ناروغ د پښې له رګه شکايت لري او وايي چې پښه يې (رګ نساء) دی، يا دا چې د پښې رګ يې له پښې نيولې تر ملا پورې درد کوي، دا مهال ناروغ سخت په تکليف وي او ډاکټران ورته د عملياتو توصيه کوي، روحاني علاج يې دا دی يو کس چې اجازه لري د ناروغ رګ نيسي، يا دا چې دې درملنې ته ((رګ نيول)) وايي. طريقه داسې ده چې ناروغ به سم دم ودرېږي، د اجازې خاوند به د ده شاته کښېني، څو ځله الحمدلله شريفه به ووايي، بيا به د ناروغ رګ د پوندې د پاسه (ډيلو په برخه کې) په دوو ګوتو ټينګ ونيسي او له دمولو

[۱۳] ملغوزي نسوار له پساريانو سره پيدا کيږي، عيناً نسوار دي خو څه خوشبويي يې پکې ګډه کړې وي

(c) ketabton.com: The Digital Library



سره به ورباندې دومره فشار راوړي، چې يا به ناروغ چغه وهي او يا به بې حسه کېږي، دا رګ نيول دوه يا درې ځلې د درې ورځو لپاره نيول کېږي. هغه کسان چې رګ نيسي وايي چې دغه رګ د بل رګ تر فشار لاندې راغلی دی، د وينې جريان يې تر فشار لاندې دی، کله چې ونيول شي د وينې جريان بند شي او د ډېر فشار له امله وينه پر هغه رګ روانه شي چېرته چې مانع وجود لري. په دې ترتيب ډېری ناروغان وايي چې د رګ له نيولو سره يې مشکل حل کېږي او ډاکټر يا عملياتو ته يې اړتيا نه پېښېږي.

ج: خرافاتي درملنه:

د زېړي درملنه:

د زېړي خرافاتي درملنه داده چې د کوم زيارت ((بند)) به د زېړي ناروغ په غاړه کې واچوي. ((بند)) له يو ډکي(لرګي) تاوشوی تار دی، چې په زيارت وهل شوی، يا د زيارت مجاور دم کړی او د تبرک په نوم ناروغ ته په غاړه کې اچول کېږي. [په ننګرهار کې د ګردي غوث زيارت بند ډېر مشهور دی او د زيړي

(c) ketabton.com: The Digital Library



ناروغان یې په غاړه کې اچوي.] یا ناروغ زیارت ته بیایي، د ننګرهار د ښېوې ولسوالۍ نه د کونړ پر لور د نورګل اړونده سیمه کې د لویې لارې پر سر یو زیارت د زېړي بابا په نوم شهرت لري، چې ځینې کسان ورځي او د زیارت نه ناروغ ته بند راوړي.

د پښو بادو ( درد ) درملنه:

په کور کلي کې د پښو د بادو(درد) لپاره خرافاتي علاج دا وي چې کلیوال زیارت ته ځي او د قبر کاڼي په خپلو پښو مښي، یا په زیارت کې څو پرلپسې ورځې تېروي، هلته لمونځونه کوي او د خپل تکلیف د ښه کېدو سوالونه کوي. [د ننګرهار، ښېوې ولسوالۍ د شګې په سیمه کې یاسین بابا زیارت د بادو لپاره ډېر مشهور دی او له لرې لرې ځایونو ورته خلک په دې نیت څلور یا اوه پنجشنبې راځي، یا په زیارت کې شپې کوي]

د مارچیچلي درملنه:

د مارچیچلي لپاره خرافاتي علاج پر ناروغ د ځینو منترونو ویل دي، چې په اسلام مبارک دین کې اساس نه لري. ځینې

(c) ketabton.com: The Digital Library



پاړوګران په کور کلي کې مارچیچلی په منتر دموي او د لاس په کش کولو غواړي د مار خپاره شوي زهر بېرته چیچلي ځای ته راغونډ کړي. دلته موږ یو منتر د بېلګې په توګه وړاندې کوو.

کیان کیان به نام خدا، خدای هر دو جهان، سه سرور و سه سلطان، کش کرو به نام مردان، به هودی شیخ فریدالدین شکرګنج مددوار. تو بکش زهر هفتادو دو ګروه مار و هفت ګروه غندل، و نودو نه ګروه زنبور و عقرب و سګ دیوانه. از همین ادمي، سر از مغر، از ګوشت از پوست، از رګ از پا، فراید به هوده ی بابا ادم صفي الله، به هوده ی نوح نجي الله، به هوده ی موسی کلیم الله، به هوده ی عیسی روح الله. هدر شو بدر شو ای زهر ( مار )[14] به حق یا پیر یا مرشد یا پیشوا، به حق محمد مصطفی به حق لا اله الا الله محمد رسول الله به حکمی خدا، به اجازه ی پیر استاد.

(م، ۴)

[14] دا منتر د مار، لړم، غونبسې، مچې، لېوني سپي او غونډل د چیچلي ناروغ لپاره ویل کېږي، کله چې هدر شو، بدر شو ته ورسي بیا نو د هر هغې حشرې نوم اخلي چې دا ناروغ یې چیچلی وي. که مار وي د مار، که مچۍ وي د مچۍ او که د لیوني سپي...

(c) ketabton.com: The Digital Library



پـه غوږ کې د حشرې ننوتلو علاج:

که پـه غوږ کې کوم مېږی، ګونګوټه، ماشی، یا کومه بله حشره ننوتله، نو د را ایستلو لپاره یې یو منتر دی، طریقه یې داده چې غوږ به ښکته ونیول شي او ټکان به ورکول کېږي او دا منتر به ورباندې تر پنځو ځلو لولي. منتر پـه لاندې ډول دی.

((پردت، پردت، پرداتي، کراماتي، کُنادي، کېږي، وېږي، اوتي مېري چل، به حُکمې خدا به اجازه ی پیر استاد.))

(م، ۴)

ښځه چې پـه اولاد دردمنه وي:

کله چې د ښځې ماشوم پیدا کېږي او پـه اولاد دردمنه وي، نو د درد د کمولو او ماشوم پـه اسانه پیدا کېدا لپاره یې خُرافاتي درملنه دا ده چې یو منتر درې ځله پـه توش قلم یا پنسل پـه هګۍ باندې لیکل کېږي او هګۍ دردمنې ښځې ته ورکوي، چې پـه لاس کې یې موټی کړي او د درد پر مهال پـه هګۍ باندې لږ لږ زور راوړي. منتر پـه دې ډول دی: (( مراجایزې، خرې مرا جایزې، زن دهقان را زاید یا نه زاید.))

(c) ketabton.com: The Digital Library



(م، ۲)

**د بد غږ درملنه:**

که یو ماشوم نوی پیدا شوی وي، یا کوم ماشوم سنت شوی وي، یا یې پر بندن کوم زخم وي، یا د غټ سړي پر بدن زخم وي، له دې وېرې چې بد غږ یې ونه وهي، یا د بېلماځو ښځو او سړیو غږ ورباندې ورنه شي، نو د فېروزې ګوته به په لاس کړي. ماشوم ته به سلېمانۍ مرۍ په پښنه کې واچول شي. که ماشوم نوی سنت شوی وي، نو د سنتې شوې (پرې شوې) غوښې پوټۍ به په تار کې واچول شي او په پښنه کې به یې ورته د څو ورځو لپاره وتړي، ځینې کلیوال په دې باور دي چې دا کړنه د بد غږ مخه نیسي.

**د ماشوم د وېرې او ډار درملنه:**

که ماشوم په خوب کې ژاړي، زړه یې شټنکې وهي او ګومان کېږي، چې وېرې اخیستی، یا د پېریانو د سیوري وېره ده، نو په یو تار کې به د لېوه غابښ، وړوکی چاقو، بربو او کنجکه واچول شي او د ماشوم په سوزني کې به ماشوم ته پر ټټر بند کړای شي، یا دې ورته د بالښت لاندې کېښودل شي. ویل کېږي چې دا د بد غږ او د پېریانو د سیوري لپاره ګټور دی او د ماشوم وېره ورسره ختمېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حیواني دودیزه درملنه:

## الف: دودیزه څارویزه درملنه:

### د سورنګي: (یخ وهلي) څاروي درملنه

دا هغه ناروغي ده، چې څآروی د شپې مهال په ژمي کې یخ ته پاتې شي، نو په دې مرض اخته شي. د ناروغۍ نخښې دادي چې د څاروي تبه وي او له خولې یې کیاڅې (اوبه) ځي. د دې ناروغۍ د علاج لپاره کلیوال د ګوړې یا بادیانو شربت جوړوي او په یوه ټوټه ډوله ناوه کې یې څاروي ته په خوله کې اړوي. په دې سربېره پر څاروي برستن تړي او له یخه یې ساتي [شنه بادیان د ګوړې له شربت سره ورکول د څاروي برېښن او درد ته هم ښه دي]برستن تر هغه پر څاروي تړلي وي، تر څو ښه شوی نه وي او یاده درملنه په اونۍ کې درې ځلې تکرارېږي.

### د څاروي پړسوب:

کله چې څاروی ((مله)) وخوري یا د بلې ناروغۍ له امله ورته د ګېډې پړسوب پیدا شي، نو څو ډوله درملنه لري. لومړی دا چې ایلنی[شین وي که وچ] په شړومبه کې څاروي ته په خوله کې

(c) ketabton.com: The Digital Library



واړول شي. دويم ډول يې دا ده چې د چره ايز ټوپک د کارتوس باروت(دارو) په کوچو يا شړومبو کې ځاروي ته ورکړل شي. دريم او وروستی علاج يې دا دی چې د ځاروي د تشي په برخه کې يو وړوکی سوری وکړای شي او په دې سره يې په خېټه کې ايساره هوا وايستل شي.

د غوا د غولانځې غوټه کېدلو درملنه:
کله د غوا غولانځه د نامعلومو علتونو له امله غوټه شي، ډېر ځله د نوې لنګې شوې غوا غولانځه چې د کور خلک ورنه په سمه توګه شوده ونه شي لوشلای، د کنډ(لومړۍ او دويمې ورځې شوده) د غوټه کېدو لامل شي او د غوا غولانځه ورسره کلکه شي. د دې ناروغۍ د علاج لپاره کليوال غنمې وريجې پخوي او په شړومبو يا شيدو کې يې ځاروي ته درې څلور ورځې سر په سر ورکوي، خو د دې تر څنګ د ځاروي غولانځې کرار کرار لوشي، تر څو غوټه شوې شوده ترې ووځي. دې ناروغۍ ته (بوغمه) هم وايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



د څاروي د ټوخي درملنه:

کله چې پسه ټوخېږي له ۲ – ۳ وطنۍ هګۍ ورته په خوله کې ماتوي او ور اړوي يې، که غوايي يا غوا ټوخېږي، نو بيا له ۱۰–۱۵ پورې هګۍ ورته اړوي. يا ورته د ((کورى)) په نوم [د غره يو بوټى دى] ټکول کېږي او څاروي ته ورکول کېږي. همدا راز يو پاو تاوده غوړي (د غواوو غوړي) د ټوخي درملنې په موخه څاروي ته په خوله کې اړول کېږي.

د څاروي د زخم درملنه:

کله چې څاروى زخمي شي، د ((يک انداز)) په نوم [د توره پاڼې په شان يو بوټى دى] بوټى وچ او ميده شي او پر زخم واچول شي. همدا راز د زاړومبۍ په نوم درملنه هم شته چې يوه ټوټه ټوکر به وسوزول شي او ايره به يې پر زخم کېښودل شي.

د څاروي نس ناستې درملنه:

کله چې د شنو وښو پر مهال څاروى واښه خوري، نو کله نا کله د څاروي د نس ناستې لامل شي، کليوال د دې ناروغۍ د

(c) ketabton.com: The Digital Library



درملنې لپاره د څاروي مخې ته د مالګې ګټ ږدي، څاروی پر هغه ګټ ژبه راکاږي او څټي يې. په ورځ دوو کې د څاروي د اسهال د بندېدو لامل شي.

د شیدو د کمښت درملنه:

کله چې يو څاروی خپل شوده کم کړي، نو ورته ماسته وريجې ورکول کېږي، له دې سره د څاروي شيدې زياتېږي. د جوارو د اوړو له ګړوب سره هم د شودو د زياتېدا تمه کېدای شي.

د څاروي د نس چوره کېدلو درملنه:

کله داسې پېښه شي چې څوک يو څاروی په لينده، يا کاڼي وولي، نو يوه ګوتمۍ ځای يې وپړسېږي، دې حالت ته کليوال د مال د نس چوره کېدل وايي. څاروی ورنه نا ارامه وي، علاج يې دا دی چې په يوه ټوټه لامده ليمڅي کې به مالګه واچوي، يو کاڼی به په اور کې سور او بيا به يې په دې ليمڅي کې تاو کړي، سم دواره به په ليمڅي کې تود تاوشوی کاڼی د څاروي

(c) ketabton.com: The Digital Library



پر پړسېدلي(چوره) ځای د ټکور لپاره کېښودل شي. دوه ورځې چې دا طریقه تکرار شي ښاروی ښه کېږي.

د ښاروي د قبضیت درملنه:

که ښاروی قبض وي او له امله یې خېټه پړسېدلې وي، نا ارامه وي، نو نیم من توربانجان به جوش کړای شي، چې ښه وخوټېدل لاس به پکې ووهي چې مېده او غوټې یې هوارې شي، بیا به ښاروي ته په خوله کې واړول شي. په یو ساعت کې دننه به یې قبضیت مات شي. اوسنۍ درملنه یې دا هم ده چې یو بوتل غټه پیپسي به په خوله کې ورواړول شي، له دې سره یې هم قبضیت ماتېږي.

د ښاروي د تبک ناروغۍ درملنه:

د تبک ناروغي په ښارویو کې ډېره وي، دا یو ډول ناروغي ده چې ښاروی پکې له پښو فلجېږي، سومان یې چینجي کوي او له حرکته پرېوزي. علاج یې دا دی چې د اوړي به یې په سرو شګو کې ګرځوي، تر څو د سومانو لاندینۍ برخې یې داغ او چینجي یې مړه شي، له دې سره ښاروی ښه کېږي. که د ژمي دا ناروغي ورپېښه شوه، نو په ژاولنو ختو کې به وګرځول شي،

(c) ketabton.com: The Digital Library



چې مېکروب او چینجي ترې په ختهو کې پرېوزي. له دې سره هم ځاروی ښه کېږي.

ب: روحاني ځارویزه درملنه

د شیدو د کمښت روحاني درملنه:

کله چې ځاروی شوده کم کړي، نو په کلي کې یو روحاني شخص ورته په الحمدلله او وروستیو څلورو ستورتونو ډوډۍ دموي او ځاروي ته یې ورکوي.

غوا چې لغتې وهې:

هغه غوا چې د لوشلو پر مهال نه ودرېږي او لغتې وهي، د کور مېرمنه ورسره سخته په تکلیف وي، د دې غوا لپاره روحاني علاج دادی چې یو روحاني شخص راوستلای شي، غوا به دم کړي او یا به ورته ډوډۍ دم کړي. ډوډۍ ورته درې وخته په سورت فاتحه دمېږي.

ځاروی چې توریې اخېستی وي:

دا یو ډول ناروغي ده چې ځاروي ته پیدا شي، ځاروی پکې په یو ځای نه درېږي، هڅه کوي پرې وشلوي او وتښتي، هر څوک چې یې خوا ته ورځي ورنه ډارېږي، د دې لپاره روحاني

(c) ketabton.com: The Digital Library



علاج دادی چې د کلي په ملا یا کوم بل روحاني او متقي شخص به ورته په سورة فاتحه او ((چهار قُل)) سکړک دم شي او بیا ځاروي ته ځو وخته ورکړل شي.

ج: خرافاتي ځارویزه درملنه.

غوا چې لغتې وهي:

په کورو کلي کې یو نیم کس کوډې او طلسم کوي، د هغې غوا یا ځاروي لپاره چې د لوشلو پر مهال نه دریږي او لغتې وهي، په یوه پاڼه کاغذ کې د فرعون، نمردو، شداد او هامان نومونه لیکي او بیا یې د یو تاویز په بڼه پوښ کړي او د غوا په ښکر یا لکۍ پورې یې وتړي. چې دا کړنه په ښکاره ډول په خرافاتي عقایدو پورې تړلې ده.

کورني الوتونکي چې د نس ناستې ناروغي ولري:

د کورنیو الوتونکو د نس ناستې ناروغۍ کورنۍ درمل دادی، چې د جوارو اوړه ورته په مستو کې ګډیږي او ورکول کیږي. د تیترا سکلین کپسول هم ورته په خوله کې اچول کیږي، که چرګوړي واړه وي ورته په اوبو یا اوړو کې یو کپسول ګډیږي او اوبه ورته ایښودل کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



مېږ، زرکه او چرګ چې په جنګ کې زخمي شي:
مېږ، زرکه یا چرګ چې په جنګ کې زخمي شي، په زخم یې رانجه اچول کېږي او تود ټکور ورکول کېږي. بله درملنه یې داده، چې تاري لتې ته به اور واچول شي او ایره به یې په ټپي ځای باندې کېښودل شي.
د مېږ، زرک او چرګ د ټوغکي درملنه:
که مېږ، زرک او چرګ د ټوغکي په ناروغۍ اخته وي، نو نخښه یې داده، چې له خولې یې اوبه بهېږي او تبه لري، درملنه یې داده چې پیاز به ورته مېده مېده شي او په خوله کې به ورکړل شي، یا شدوپۍ (یو ډول بوټی دی) ورکول کېږي.
چرګه چې خامې هګۍ اچوي:
هغه چرګه چې له کوم ځای نه غورځېدلې وي او خامې هګۍ اچوي، درملنه یې داده چې په غوړو کې به ورته د جوارو نینې وکړي، بیا به یې ورته کېږدي چې ویې خوري، یا به وازده ویلي کړي او مخې ته به یې کېږي. له دې سره به یې ناروغي ښه شي.
کورني الوتونکي چې پښه ماته شي:
د چرګ، چرګې، فیل مرغ، هیلۍ، زرک یا مېږ چې پښه ماته شي، نو د پښې شاوخوا به یې د دورمو(کړکو) ډکي کېښودل شي او په ډېر حکمت به په ټوټه وتړل شي، دوه اونۍ وروسته به یې مات شوی ځای پرانیزي، تمه ده چې مات هډوکی به یې جوړ شوی وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



**د کورنیو الوتونکو پر ځان چې دانه وي:**

د کورني الوتونکي پر ځان چې دانه وي، نو درملنه یې داده، چې په یخو اوبو کې به د بارتنګ پټې جوړه کړي او په دانه به یې پورې کړي، یا به اینځټ(شین بوټی دی) وټکوي او تود به یې کړي، په یوه لته کې به یې واچوي او پر دانه به یې پورې کړي. بله درملنه یې داده چې د هوګې یو پلی به په منځ مات کړي، په دانه به یې وسولوي، په درې څلورو ورځو کې به دانه وچه شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



# پایله

د پایلې په توګه ویلای شو چې فولکلوریکه درملنه زموږ په هېواد کې پراخې ریښې لري، که دا غني پانګه را ټوله شي ګټور اثار ترې پنځېدلای او د څېړنو لپاره څېړونکو ته ښه توکي په لاس ورتلای شي. که څه هم دغه مونوګراف به د کمیت او کیفیت په لحاظ دومره څه ونه لري چې حساب ورباندې وشي، خو د فولکلوریکې درملنې ښار ته د یوې دروازې حیثیت لرلای شي. دا راټولونې به د دې لامل شي، چې څېړونکو ته وړ موادو برابر او زموږ د ټولنې د فولکلوریکې درملنې اساسي توکي معرفي کړي. په دې سربېره که یو وخت زموږ په هېواد کې د دوا درمل بوټي تر مطالعې لاندې نیول کېږي، نو کېدای شي چې په عصري توګه دغه توکي مطالعه شي او وکتل شي چې موثریت او ګټورتوب یې په څه کې دی. ایا دا توکي په عصري طبابت کې د استعمال وړ دي، ایا د دې توکو جانبي عوارض شته، ایا ګټورتوب یې علمي دی، که یوازې د

(c) ketabton.com: The Digital Library



ناروغانو د تسکين په اړه يوه سرچينه ده؟ که په راتلونکي کې د طبعي علومو او فولکلوريستانو ګډه څېړنه ترسره شي، نو دا اوديې ته ورته پوښتنې به پـکې ځواب شي.

زه دا کار نيمګړی او نا بشپړ ګڼم، خو تمه لرم چې هرومرو به د فولکلوريکې درملنې په اړه د څېړنو د ماڼۍ لپاره د خامو موادو يوه ذېرمه وي.

## درنښت

(c) ketabton.com: The Digital Library



## وړاندیز

زه د ننګرهار پوهنتون محترم مشرتابه ته وړاندیز کوم، چې د محصلینو مونوګرافونه دې د موضوعاتو د همغږۍ او نږدې والي له مخې سره بېل، د کتاب په بڼه دې چاپ او ټولنې ته وړاندې کړي. دغه مونوګرافونه چې د محصلینو د زیار محصول دی او درنو استادانو په پوره اخلاص کتلي او په اړه یې مسلکي سپارښتنې کړي، د ټولنې لپاره د خیر پیغام لري، ډېر داسې څه شته چې په مونوګرافونو کې راټول شوي، خو د یادې موضوع په اړه هېڅ کوم اثر نه دی چاپ شوی. هیله مې دا ده چې د پوهنتون محترمه اداره د دې هڅه وکړي چې د محصلینو د مونوګرافونو د چاپ او خپراوي لپاره شرایط برابر کړي، چې په ټولنه کې تري خلک ګټه پورته کړي.

درنښت

(c) ketabton.com: The Digital Library



# ماخذونه:

١. اخندزاده غلام فاروق، ننګرهار، ښېوه، شګه، عمر ۵۸ کاله
٢. اخندزاده محمد حسن ، ننګرهار، ښېوه، شګه، عمر ۸۲ کاله
٣. حاجي بي بي، ننګرهار، ښېوه، شګه، عمر ۷۵ کاله
۴. حاذق ملا عبدالخلیل، کورنی طبیب، کامه، ننګرهار، عمر ۷۵ کاله، مړ
۵. خټک، خوشال خان، طب نامه، چاپ ۱۹۸۶ م کال ، شرکت پرنټنګ پرېس چوک نسبت روډ، لاهور
٦. خاطر،خلیل الرحمن، ننګرهار، حصارشاهي، عمر ۴۵کاله
٧. سعید، سعید خان، غزنی، اندړ ولسوالۍ، عمر ۶۲ کاله.
٨. صافی، ملا محمد دین، ننګرهار، ښېوه، برکاشکوټ، عمر ۷۳ کاله
۹. مشوانی عبدالقیوم زاهد، کورنی طبیب، ۱۳۸۰ لمریز، دانش کتابتون، قصه خواني بازار، پشاور.
۱۰. ناصر نصرالله، د پښتني فولکلور د چاپي مجموعو ځېړندود، کابل، آزادۍ مطبعه، ۱۳۸۳ لمریز

(c) ketabton.com: The Digital Library



۱۱. زاوه وال، تاج الدين عاجز، ويې پېژنه ويې خوره، ۱۳۸۳ لمريز، د دانش خپرندويه ټولنې تخنيکي څانګه، قصه خواني بازار، پېښور
۱۲. شينواری پروفيسور الحاج انجنير صالح ګل، معالجه بالغذا، ۱۳۷۹لمريز، برهان پرنټنګ پرس،
۱۳. شينواری پروفيسور الحاج صالح ګل، خواړه او روغتيا، ۱۳۸۵لمريز، البيروني مطبعه، پېښور
۱۴. http://www.seemorgh.com/culture/۲۰۸۲/۱۴۴۲۶.html

(c) ketabton.com: The Digital Library



## د لیکوال چاپ اثار:

1 – ترخې خاطر (ناول) چاپ
2 – ستوري کیسه کوي (ناول) چاپ
3 – د خدای په کور کې ( د لنډو کیسو ټولګه)
چاپ
4 – د ښاپیرو په حرم کې (طنزیه ټولګه) چاپ
5 – روحي ناروغ (طنزیه ټولګه) چاپ
6 – وزر (د وجیزو ټولګه) چاپ
7 – رښتیا به وایو (نثري ټولګه) چاپ
8 – دا هماغه هندوستان دی( د هند یونلیک)
چاپ
9 – یو زرو یو دلیلونه (ژباړه) چاپ
10 – فکر په کار دی (نثري ټولګه) چاپ
11 – فولکلوریکه درملنه (همدا اثر)

(c) ketabton.com: The Digital Library

# مننه او کور ودانی

د افغانستان ملي تحریک د هېواد پال او فرهنګپال شخصیت ښاغلي (محمود کرزي ) څخه د زړه له تله مننه کوي چې د دې اثر چاپ ته یې اوږه ورکړه. ملي تحریک ویاړي چې د علمي اثارو د چاپ لړۍ یې پیل کړې ده. دا لړۍ به دوام لري. موږ له ټولو درنو هېوادوالو څخه په خورا درنښت هیله کوو چې په خپل معنوي او مادي وس د کتابونو د چاپ دا لړۍ لا پسې وغځوي.

یو ځل بیا د دې اثر له ژباړن او چاپوونکي څخه د زړه له تله مننه کوو چې د دې اثر د ژباړلو او چاپولو جوګه شول.

په فرهنګي مینه

د افغانستان ملي تحریک

(c) ketabton.com: The Digital Library

د خپرونو لړ: ۷۰

د افغانستان ملي تحریک
www.melitahrik.com

**Get more e-books from www.ketabton.com**
**Ketabton.com: The Digital Library**