



فولکلوریکه (دودیزه) درملنه

Ketabton.com

مولف: سید امرالله امید

کال: ۱۳۹۴

فولکلوریکه درملنه

سید امرالله امید

۱۳۹۴ ال کال



کتاب پېژندنه:

- د کتاب نوم: فولکلوريکه (دوديزه) درملنه
ليکوال: سيد امرالله اميد
خپروندی: د افغانستان ملي تحريک، فرهنگي خانگه
وېبپاڼه: www.melitahrik.com
کمپوز: خپله ليکوال
چاپ شمېر: ۱۰۰۰ ټوکه
چاپ کال: ۱۳۹۴ ل کال / ۲۰۱۵ م
د تحريک د خپرونو لړۍ: (۷۰)

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

ڊالی

هغوی ته چي لاهم له ناچارې ورځې د سونډ او
سپړکی درملني ته ناست دي.

لیکچر

- شماره: سرلیک مخ
- ۱- فولکلور څه ته وايي ۱
 - ۲- د فولکلور قلمرو ۴
 - ۳- د فولکلور زماني بعد ۷
 - ۴- فولکلور او ولسي پوهه ۸
 - ۵- د فولکلوريکې درملنې تاريخچه ۹
 - ۶- انساني دوديزه درملنه ۱۳
 - ۷- بېلابېلې دوديزې درملنې ۱۴-۷۷
 - ۸- پايله ۷۸
 - ۹- وړاندیز ۸۰
 - ۱۰- ماخذونه ۸۱

مخکینی خبری

مونوگراف لیکنه دهغه محصل رسمي مسوولیت دی، چې فراغت ته نږدې وي، محصل په دې مکلف دی چې د مونوگراف 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 توگه ډېر پراخه او بیا فولکلوریکه درملنه د فولکلور د یوې غني برخې په توگه په ټولنه کې شتون لري، زما لپاره پر دې موضوع کار کول او دغه ارزښتونه راټولول په زړه پورې وو.

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

فولکلوريکې درملنې په اړه مې د بېلابېلو ځايونو له خلکو سره وليدل، د يادې درملنې په باب مې د هغوی د تجربو په اړه معلومات تر لاسه او راټول کړل، لومړۍ دوه درملنې مې په درېو برخو وویشلې چې انساني درملنه، څارویزه يا حیواني درملنه او د کورنیو الوتونکو درملنه، بیا مې دوه لومړۍ برخې په درېو څانگو ووېشلې، چې عبارت دي له:

- انساني فولکلوريکه درملنه
 - انساني روحاني فولکلوريکه درملنه
 - انساني ځرافاتي فولکلوريکه درملنه
- څارویزه درملنه هم په پورته يادو درې برخو ويشل شوې ده او د الوتونکو درملنه بیا يوازې دوديزه بڼه لري. زه د دې مونوگراف په ليکنه کې د درانه او قدرمن استاد پوهنمل ولي الله فاضل صاحب د لارښوونو او لورينې ډېر پورې يم، چې ترې منندوی يم.

درنښت

سید امرالله امید

سريزه

دوديزه يا فولکلوريکه درملنه زموږ په ټولنه کې دود ده، دا درملنه ډېر اوږد تاريخ لري او له پېړيو راهيسې يې په ولسونو کې رواج موندلی دی. هغه ټولني چې د تمدن او پرمختگ له څغله وروسته پاتې دي، فولکلوريکه درملنه پکې زياته مروه ده، د دې لامل دا دی چې يو خو دا درملنه ارزانه ده او بل اسانه. په دې سربېره فولکلوريکه درملنه د ولس له عقايدو، باورونو او تجربو سره هم نږدې اړيکه لري، له همدې امله خلک د خپلو ناروغيو د درملنې لپاره لومړی دوديزې يا فولکلوريکي درملنې ته مخه کوي.

په دې مونوگراف کې مې هڅه کړې د هېواد د بېلابېلو ځايونو د دوديزې درملنې په اړه معلومات راټول او دا روښانه کړم، چې زموږ ټولنه په فولکلوريکه برخه کې څومره غني ده. موږ همدا اوس چې د تکنالوژۍ له يون سره قدم اخلو، خو بيا هم زموږ په کليو او بانډو کې دوديزه درملنه ښه په زور سره روانه ده. ما دا درملنه په دوه برخو وېشلې ده، لومړۍ برخه يې انساني درملنه او دويمه يې حيواني ده. انساني درملنه بيا په درېو برخو ويشل شوې، يوه هغه درملنه ده چې د صحرايي بوټو او طبيعي طبي توکو څخه پکې گټه اخيستل کېږي او ناروغ ته د درملنې لپاره وړاندې کېږي، دويمه برخه يې روحاني يا عقيدوي درملنه ده چې له دم-دعا څخه عبارت ده او په ټولنه کې د باور وړ ده. درېيمه درملنه له څېنو ناسمو عقيدو سره تړاو لري، لکه کوډې، جادو، منترونه، ټوټکې او داسې نور. حيواني فولکلوريکه درملنه مې هم په درې ډوله ويشلې ده. يوه يې له دم-دعا سره

تړلې، دویمه یې له بوټو او محلي درملو څخه چې د څارویو د ناروغیو پر مهال ترې ګټه پورته کېږي او درېیمه یې ځرافاتي ده.

همدا زار په دې کتاب کې د الوتونکو (مرغانو) او کورنیو الوتونکو درملنې ته هم پاملرنه شوې. ما دا موضوع د دې لپاره وټاکله چې یو خو زما لپاره په زړه پورې وه، بله دا چې هیله مې درلودله چې که خدای (ج) توان رانصیب کړ، نو د کتاب په بڼه به یې ټولنې ته وړاندې کړم. په دې مونوګراف کې مې هڅه کړې له باوري سرچینو ګټه واخلم او د ماخذ په توګه له هغو اثارو اقتباس وکړم، چې ګټور دي. په دې سربېره مې د کلیو او بانډو له طبییانو او مشرانو خلکو د دودیزې (فولکلوريکې) درملنې په اړه معلومات راټول او په دودیزه درملنه کې مې د هغوی له تجربو ګټه پورته کړې ده. همدا زار د فولکلوريکې درملنې د تاریخچې په اړه مې څېنې مطالب له فارسي سایټ څخه راخیستي او بیا 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 یې راسره پوره همکاري کړې. انسان نیمګړی دی، زما د مونوګراف دغه موضوع به ډېرې نیمګړتیاوې ولري، په دې هیله چې زما کمی او ناسمې به قدرمن استادان او درانه لوستونکي راوبخښي.

درنښت

سید امرالله امید

د تحريك يادښت

د افغانستان ملي تحريك د (۱۳۹۳ ل) كال په پيل كې له خپلو گرانو هېوادوالو سره ژمنه كړې وه چې د دې كال په بهير كې به (شل عنوانونه) بېلا بېل ديني، علمي، ادبي او ټولنيز اثار خپلې ټولنې ته وړاندې كوي. ملي تحريك دا ژمنه د ياد كابل د كب پر (۲۸) مه نېټه پوره او د يوې پرتمينې غونډې په ترڅ كې يې شل عنوانونه علمي اثار هېوادوالو ته وړاندې كړل. ملي تحريك په ياده غونډه كې ژمنه وكړه چې د (۱۳۹۴ ل) كال په بهير كې به انشاء الله د خداى (ج) په نصرت ټول ټال سل (۱۰۰) عنوانه بېلابېل علمي اثار ټولنې ته وړاندې كوي. طبيعي خبره ده چې دا اسانه كار نه دى، ډېر زيات زيار او زحمت ته اړتيا لري، خو ملي تحريك ټينگ هوډ كړى چې خپله دا ژمنه به هم د تېرې ژمنې په څېر عملى كوي. دا اثر چې ستاسو په لاس كې دى د همدې (سل عنوانونو) ژمنه كړو اثارو له جملې څخه دى، چې د چاپ جامه اغوندي. ملي تحريك هيله لري چې له دې اثر څخه به زموږ هېوادوال په زړه پورې گټه پورته كړي. ملي تحريك له ټولو هغو ليكوالو، ژباړونكو، سمونچارو، مالي او معنوي مرستندويانو او چاپ چارو څخه چې ددې اثارو د چاپ په دې ټول بهير كې يې يو بل سره مرسته او ملگرتيا كړې او دا فرهنگي بهير يې بريالى كړى، د زړه له كومې مننه كوي او كور وداني ورته وايي.

د هېواد د فرهنگ د ښېرازۍ په هيله

د افغانستان ملي تحريك فرهنگي خانگه

فولکلور څه ته وايي؟

فولکلور ولسي پوهې ته وايي او د Folk (خلک) Lore (پوهه) له کلمې څخه اخیستل شوی، چې عاميانه باورونه له فولکلور څخه عبارت دي. فولکلور د کولتور جوړونې له اجزاوو څخه دی، په نړۍ کې ټول جوړ شوي کلتورونه که هغه د لومړنيو انساني ټولنو کولتورونه وو چې ټکنالوژي يې نه لرله او که د اوسنيو ټولنو کولتورونه دي [چې ټکنالوژي لري] د عامه فرهنگ څرگندوونکي دي. ولسي پوهه (فولکلور) د انساني رویشونو او د ټولني له ميراث څخه عبارت دی.

ځينو شفاهي ادبيات عامه فرهنگ گڼلی دی، ځينو بيا ټول رسوم، مقررات، دود، ادب او هنر هغه که په لومړني او وروسته پاتې ټولنه کې دي او که په پرمختللي او صنعتي جامعه کې چې په شفاهي ډول انتقالېږي، فولکلور يا ولسي پوهه گڼلې ده.

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

په دې توگه ويلاى شو چې د ژوندانه عاميانه بېلابېلې
خرگندونې له عمومييت او قدامت حاکی دي، دغه عادات هر
چېرې چې بشر دى، ځان خرگندويي او کولای شوا ټکل کړو چې
دا حالت د بشر له شروع او يا هم له ډېرو لرغونو دورو سره اړيکه
لري.

هغه يو بل ته ورته اېزار چې د نړۍ په بېلابېلو ځايونو کې
موندل شوي، نه يوازې د قومونو د اړيکو دليل دى، بلکې د دې
نظر تاييدوونکى دى، چې له تاريخ وړاندې ټولو انسانانو له
دغو اېزارو گټه پورته کړې، ځکه به يې نو عادت او رسوم هم
سره ورته وو.

فولکلور يا ولسي پوهه که د موضوع له مخې کيسې او ترانې
دي او يا نورې جنبې لري، په عمومي توگه د پرگنو د ژوندانه
محصول دى. هغه هېوادونه چې يو له بله لري او سره تگ راتگ
نه لري، ولسي اشعار او سندرې لري، چې د مضمون او اهنگ له
مخې سره يو شان دي.

د ملتونو د پرتلنې اصل ته که وکتلاى شي، نو د بېلابېلو
نژادونو خلک که هغه هندي نژاده دي، که اروپايي نژاده، سور
پوستي دي، تور پوستي دي او که سپين پوستي ليدل کېږي
چې د دوى ترمنځ گډ فولکلوريک ارزښتونه موجود دي.

سکا تېلېنډی چوپان، روسی کب نیوونکی، ایرانی-دایي، هندي بزگر او عرب اوشبهه (شترچران) بنایي 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 بېلابېلې کورنۍ سره په ګډه اوسېدلې او لا هم بېلې شوې نه وې. ویلای شو چې موږ نه یوازې خپل عادات، اداب، باورونه، انگېرنې او روایات له خپلو پلرونو یا هغو کسانو ترلاسه کړي، چې زموږ له نیکونو سره یو ځای اوسېدل، بلکې دا مو له ټولو نورو نژادونو څخه اخیستي دي، چې سړيې آن ماقبل التاريخ ته رسي.

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

د فولکلور قلمرو:

که څه هم په نړۍ کې د ((فولکلور)) اصطلاح رامنځته کېدل او د ادب نړۍ ته یې ورپېژندنه څه د پاسه ۱۵۰ کاله په بر کې نیسي، خو تر دې دمه د ((فولکلور)) تعریف نه دی روښانه شوی او د ټولنپوهانو او فولکلوریستانو تر منځ سلیقه یي اختلاف موجود دی. فولکلور هم د فرهنگ د عناصرو د یوې برخې په توګه او هم د هغې پوهې په توګه پېژندل کېږي، چې دا مواد موږ ته معرفي کوي. دا چې ((فولکلور)) د فرهنگ یو جز او د فرهنگ بشپړېدو یوه برخه ده، په اړه یې د نظر خاوندان اختلاف نه لري، خو دا چې ((فولکلور)) د فرهنگي موادو کومه جنبه په بر کې نیسي د هغوی تر منځ ورباندې اختلاف شته.

فولکلوریستان د فولکلور په تعریف کې یوه خوله نه دي، نه یوازې د نړۍ فولکلوریستان، بلکې د هر هېواد فولکلور پوهان په دې اړه بېلابېل نظریات او سپارښتنې لري.

د ((کیسو، اسطوره پېژندنې او د ستندرد فولکلور وپېوهنې)) په کتاب کې د فولکلور یو ویشته تعریفونه راغلي دي. ټولنپوهان او په ځانګړې ډول ولس پېژندونکي فولکلور د قومي فرهنگ د یوې برخې په توګه مني. دا ډله لیکلي

ادبيات، دوديز روایات، لکه اسطوري، کيسې، افسانې، متلونه، ترانې، انگېرنې او کيسې فولکلور گڼي او د شفاهي ادبياتو نور ډولونه لکه قواعد، جشنونه، مذهبي او غېر مذهبي مناسک او شعائر، دوديزې نڅاوې، هنرونه، لاسي صنايع، او بدل او د خلکو عقيدې له فولکلوره جلا کوي او د فرهنگ يوه برخه يې گڼي.

امريکايي عالم او ولسپوه ((ويليام باسکام)) د فولکلور قلمرو تر ((شفاهي هنر)) پورې محدودوي. دی له فرهنگه يوازې اسطوري، افسانې، کيسې، ضرب المثلونه، کيسې، ترانې صنفونه که هغه په هرو ټولنو (ابتدایي وي که پرمختللي او صنعتي) ورته فولکلور وايي.

يو بل عالم ((باسکام)) ننداريز هنرونه، موسيقي، پوښاک، دوديزه درملنه، رسوم او باورونه د ((شفاهي هنرونو)) يا فولکلور برخه گڼي او دا د قومونو د فرهنگ د اجزاو په نوم يادوي.

ډنمارکي ايران پېژندونکي ((گريستن سن)) د فارسي اصطلاح ((علم انتقال عوام)) د فولکلور کلمې لپاره مناسبه گڼي.

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 ښایي پاتې کېدونکي وي. یوازې هغه وخت له منځه تللی شي، چې د فولکلور د عاداتو مانا، حکمت، گروهه له خلکو ولاړه او هېره شي.

د فولکلور ټولنیزه زمينه:

دا چې فولکلور له ټولني او کولتور نه جلا شی نه دی، ځکه یې نو ماهیت په فرهنگي او ټولنيزي زمينې پورې تړلی دی. ممکنه ده د فولکلور فرهنگي او اجتماعي زمينه قومي، ژبني، جغرافيايي او شعلي کیفیت ولري. فولکلور په ټولنيزه برخه کې یو ارتباطي بهیر دی، چې کیسه کوونکي او کسبه 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 کړۍ خلک وي، د یوې فابریکې کارگران وي، یو قوم یا یوه طایفه وي.

د فولکلور زماني بعد :

د زماني بعد له مخې بايد فولکلور د ((زمان)) د ژرندې تر پيل لاندې وړوکی او نرم شي او د زمان بېرته گړخېدنه د فرد يا افرادو د شفاهي لېږد په واسطه بايد نسل په نسل ادامه پيدا کړي. د فولکلور د ژوند تاريخ او د هغې د عناصرو زېږت او لرغونتوب د فولکلور د ماهيت د تشخيص لپاره نه دي، د فولکلور اوسنی شتون پخپله موږ ته د فولکلور ماهيت او څرنگوالي په څه کوي. د بېلگې په توگه يوه ټوکه، طنز يا شوخي، چې په هر زمان کې ويل شوې ده او په هنرمندانه ډول جوړه شوې ده په خپله فولکلور دی. دا مهمه نه ده چې په کوم تاريخ ويل شوې، يا دا چې په دوديزه توگه دا په کوم تاريخ او کړندود پورې تړلې ده.

د فولکلور د لېږد (انتقال) واسطه:

فولکلور د لېږد يا انتقال په برخه کې شفاهي کيفيت لري. ډېری پوهان او فولکلور پېژندونکي په دې باور دي، چې د فولکلور عناصر په بېلابېلو بڼو پرته له دې چې ليکل شوي وي، د خلکو پر ژبو له يو شخص نه بل او له يوې ډلې نه بلې ته نسل په نسل په شفاهي ډول انتقالېږي.

فولکلور او ولسپوهنه:

فولکلور له انساني او اجتماعي علومو سره دوه ګونې تړنېت 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 کېږي، نو فولکلور د نړۍ د ژوندیو قومونو او ټولنیزې ژبپوهنې سره تړاو لري. کله چې وایو فولکلور د فرهنگ یوه برخه ده، بیا نو هر ورو د ولسپوهنې تر څپرېنو لاندې بحث دی. څپرېونکي 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 راتولونې 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 فرهنگ په غښتلتیا او دوام، ټولنې ته د ادابو او اخلاقي

معیارونو په ورکړه او د ټوليزو مشترکاتو په اړه د ټولني له افرادوسره 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 ټولونکی 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))^۱

د فولکلوريکې درملنې تاریخچه:

په لرغوني یونان کې ۴۶۰ کاله له میلاد وړاندې د بقراط په وخت کې فولکلوريک طب څرګند شو، دغه درملنه او روغتیا بڅښنه په دې گروهې 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 گروهه د دوی د نورورب النوعو

^۱ ناصر نصرالله، د پښتني فولکلور د چاپي مجموعو څېړندود، کابل، آزادی مطبعه، ۱۳۸۳ لمريز، ۶۶ مخ

پر خلاف وه، حَکمه چې نور رب النوعه يې د لمپ د غرونو له سرونو راوتې گڼل].

دغې گروهې له هغه ځايه سرچينه اخېستله، چې کله تپيان پر حَکمه هوار پرپوزيت، نو د راحت احساس کوي او ويده کېږي، نو د حَکمې دغه ساحرانه اغېز يې د اسکولا پيوس په نوم رب النوعه ته منسوب او، چې د هغوی په گومان د حَکمې په تل کې يې شتون لاره. دغه وخت فولکلويک طبابت مذهبي بڼه لرله. دغه لومړنۍ 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 درېيمه پېړۍ کې د فولکلوريکو درملنو په سلگونه مرکزونو جوړ شول، چې هغو ځايونو ته به يې د درملنې په موخه ناروغان وروپل. په دې ځای کې فولکلوريکه مفکوره دا وه چې ناروغ ته په خوب کې روغتيا په برخه کېږي. يا دا چې ځينې لارښوونې به ناروغ ته کېدلې چې له مخې به يې ناروغ ته روغتيا په برخ کېدل.

د اسکولا پيوس عبادت ځايونو جوړښت ته په ځيرتيا دا خبره څرگندېږي، چې هغه مهال به د ناروغانو د درملنې لپاره په دې عبادت ځايونو کې ځانگړې ځايونه جوړېدل. لومړني عبادت

ځايونه ساده او د سمڅو په بڼه وو، وروسته چې کله د اسکولا پيوس په نوم مرکزونه جوړ شول او د درمل ځايونو په نومونو ونومول شول بڼه يې کاملاً بدله وه. د بېلگې په ډول د اپيدروس عبادت ځای، چې د يونان په اپيدوس کې د اسکولا پيوس خورا مهمه زيارتگاه ده، چې تر اوسه يې کنډوالي شته او د پخواني عظمت له رونقه ډکې دي. دغه (معبد - درمل ځای) مخ په لمر جوړ شوی دی. دغه درمل ځای د مېلمستون، د ناروغانو لپاره د آرام څلورو خونو، تشنابونو او فوارو لرونکی دی. د لوبو او تياتر په ځايونو سر بېره د اسپ ځغولو سياليو ميدان هم لري.

دغه ډول فضاء رامنځته کولو ناروغانو ته اجازه ورکوله، چې په ځان مينځلو سره جسماً پاک شي او د لمبا، اسپ ځغولو او تياتر له سياليو روحي آرام ترلاسه کړي. په لرغوني يونان کې به په دغو درمل ځايونو کې د ناروغ له بستر کېدا د مخه هم د روغتيا رب النوعه په نوم قرباني کېدله او له روغتيا حاصلولو وروسته هم. په دغو درمل ځايونو کې به له اسانو درملو گټه پورته کېدله او په پرهېز کولو به ټينگار کېده.

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

ناروغان د معبد هغه ځای ته وروړل، چې دوی يې تقدس ته قایل وو. هلته د اسکولا پیوس 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 اسکولا پیوس وويني. یونانیانو باور درلود چې اسکولا پیوس او د هغه لور ((هژیا)) د یو مار لرونکې وه. ۲

هغه مهال د اسکولا پیوس د روغتیا بڅښنې شهرت زښت زیات شو او له میلاد وړاندې په پنځمه پېړۍ کې د طاعون ناروغۍ په پیدا کېدو سره یو بل معبد د اکروپولیس په سهيلي لمنو کې جوړ شو، چې د اسکولا پیوس په څېر يې یادې اسانتیاوې لرلې.

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

۲ له هماغه وخته ده، چې اوس هم د طب نخښه (لوگو) په ځېنو هېوادونو کې مار دی، یا په ځېنو هېوادونو کې مار تر جام تاو او یا له امساء تاو دی.

په همدې ترتيب فولکلوريکه درملنه کرار کرار په يوه او بله بڼه په بېلابېلو ټولنو کې مروج شوه او په هره ټولنه کې يې په دوديز، روحي او رواني لحاظ ريښي وځغلولې او اوس د نړۍ په بېلابېلو ولسونو کې جلا جلا بڼې لري.

انساني دوديزه درملنه

الف: ولسي (فولکلوريکه) درملنه:

زموږ په ټولنه کې فولکلوريکه يا دوديزه درملنه په خوار پراخه کچه دوده ده، په کليو، بانډو او آن په ښارياتو کې دغه دود غښتلی او ډېری خلک په دې باور دي چې دغه درملنه اسانه او ارزانه ده، دلته له خپلې موضوع سره په اړيکه د فولکلوريکې يا ولسي درملنې بېلگې وړاندې کوو. د خوسکي پوستکي اغوستل:

په کور کلي کې اوس هم دا تريوه حده مروج ده هغه ناروغ چې د محرقې (وچکۍ) په ناروغۍ اخته وي يا شو ورځې پرلپسې تبې وکړي، يا په ملاريا ناروغۍ کې وران شي او تبه يې نه وځي، د کور-کلي د تجربه کارو خلکو له خوا ناروغ ته د

خوسکي پوستکي اغوستلو توصيه کېږي. دا په دې ډول ده چې يو خوسکۍ به حلال کړای شي او پوستکۍ به يې د کميس په شان وباسي [کليوال ورباندې پوهېږي] ناروغ به جامې وباسي او دغه پوستکۍ به واغوندي. يوه شپه او يوه ورځ به په دې پوستکي کې تېره کړي. كليوال او د دوديزې درملنې پلويان په دې آند دي، چې دغه پوستکۍ د ناروغ تبه وباسي او روغتيا يې په برخه کېږي. پخوا دا درملنه زښته زياته مروج وه، خو اوس کمه شوې او په يونيم ځای کې ترې گټه اخېستل کېږي.

د محرقې لپاره:

کليوال وايي چې شين اغزکۍ به وټکول شي يو گيلاس شيره به يې په نهاره د يوې اونۍ لپاره وڅښل شي، د محرقې تبه به يې ووځي او ناروغ ته به خدای شفاء ورکړي. که شين اغزکۍ يې پيدا نه کړ، نو وچ به جوش کړای شي او يو گيلاس اوبه به يې د يوې اونۍ لپاره وکارول شي، له دې سره به يې د محرقې تبه ووځي او ناروغ به روغتيا خاوند شي.

بنکر لگول:

بنکر لگول په کلیو او بانډو کې له پخوا رواج دی، خو اوس دغه دود کم او په یونیم ځای کې ژوندی دی، بنکر په کور کلي کې سلمانیان (نایان) هغو ناروغانو ته لگوي، چې مردار دانې ورباندې ختلې وي، یا د حساسیت له مخې لږمۍ شوي وي، یا یې ماشپره (معاشره) ناروغي وي [ځان یې سور او پلۍ پلۍ شوی وي] طریقه داده چې د ناروغ د ولو منع به په نشتر یا پاکي باندې اړې اړې او زخمي کړای شي، بیا د څاروي سوري شوی بنکر ورباندې ولگوي او د بنکر په څوکه باندې له زخمي شوي ځای څخه د خولې د فشار (کش) په زور وینه وباسي او پر ځمکه یې غورځوي، آن تر دې چې دوه یا درې پیالې وینه له ناروغه وباسي، بیا یې پر ټپونو ټوټه وتړي او ناروغ ته د استراحت کولو توصیه وکړي. په دې سره دوی گومان کوي، چې ناپاکه وینه یې له ناروغه وایستله. باور دا وي چې څو ورځې وروسته ناروغ ښه کېږي او شفاء مومي.

رگ وهل:

د ځپنو ناروغيو لپاره لکه پر پوزه د حساسیت له مخې بنخار ختل (اسپا)، پړسوب، د یوې پښې سرتاسري درد چې رگ

نساء هم ورته وایي او دانو ته ورته ناروغیو لپاره د پوزې پر
خوکه او په پنبه کې د پوندې د پاسه یو اړخ ته رگ وهل کېږي.
رگ په پاکي یا تېره تبغ وهل کېږي او پرېږدي چې له زخمه
وینه وبهږي. دا په دې تعبیرېږي چې غوټه شوې او ناپاکه
وینه ترې ووتله.

زېږی:

د زېږي ناروغي له هغې ناروغۍ څخه عبارت ده، چې په طبابت
کې وایروسي ناروغي گڼل کېږي، دا ناروغي د وایرس له لارې
انتقالېږي او درې ډولونه لري، چې په ولس کې په زېږ زېږي،
تور زېږي او سپین زېږي شهرت لري. د دې ناروغۍ ولسي یا
فولکلوریکه درملنه داده چې له غوړیو به په کلکه پرهېز کوي،
هغه مېوې چې زېږ پوستکي لري، لکه ام او زرد الو ناروغ به یې
نه خوري، نورې مېوې، لکه انار، شفتالو، ناک، مڼه، انگور او
د گڼیو اوبه او خواړه به زیات خوري. په دې سرېږه ناروغ ته دا
توصیه هم کېږي چې لیمو او بادرنګ به زیات خوري، د زېږي
ناروغانو ته نانزړه ورکول کېږي.

د پښو باد (درد) لپاره:

کله چې پښې درد کوي، نو دوديز يا کليوالي علاج يې دادی چې د پندانې په تېلو دې غوړې کړي، که تېل نه پيدا کېږي پندانه دې وټکوي او پر پښتو دې د شپې له خوا وتړي، يا دې د پخې وطنۍ چرگې وازده باندې غوړې کړي. يا دې د اوريشو شنې پانې ورباندې کېږدي، يا دې د گلباسي پانې ورباندې وتړي. يا دې د خوسکي پوستکي ورباندې وتړي، که درد يې زيات شو، نو بيا دې بويه چې دا يخنۍ ته اوښتی دی او د دوه ورځو لپاره دې ورباندې د پسه د لم پوستکي کېږدي.

د پښو باد وبل علاج دا هم دی چې لوريا چورکۍ به په اور کې سره کړای شي، بيا به ورباندې د پښو هغې برخې داغ کړای شي، چې دردمنې دي، د زېتونو په تېلو غوړول هم گټور بلل شوي دي.

بنځه چې د اولاد په درد رنځوره وي:

کله چې مېرمن د اولاد زيږولو وخت ته نږدې وي له دردونو سخته په تکليف وي، دا وخت د درد لپاره درمل ځکه نه ورکول

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 یونسوارو وار په اندازه وڅوټولو شي، لږ غوندې غوړي هم پکې اچوي، بیا به د دانو سره یو گیللاس د اولاد په درد رنځورې بنځې ته ورکړل شي، له دې سره به په خوشېبو کې ماشوم پیدا شي.

مارچيچلي درملنه:

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

گوټي:

گوټي 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 گومان کېږي، چې په نس

کې یې درد دی، یا یې سینه خرابه ده یا ټوخی لري. د گوتې ترکیب په لاندې ډول دی:

گل بنفشه د نسوار وار په اندازه، درې یا څلور دانې مرخانی، یو نسوار وار په اندازه بادیان، د نسوارو وار شپږمه برخه سپرکي، یو کنډوسکی خوږه ولې، لږ شان زوفاء (یو بوټی دی)، لږ شان سپستان او د یو پاولي په اندازه د کوکنارو غوزه. دا شیان به سره میډه کړای شي، بیا به په یو بوتل کې واچول شي، چې کله ماشوم ژاري او د خپټې د درد گومان ورباندې کېږي، نو د نسوارو د وار په اندازه په یو وړوکي جام کې اچول کېږي، لږه بوره هم ورسره گډېږي، دا مرکب له یو گیلایس اوبو سره په اور جوش کېږي، چې کله ښه جوش شو او اوبه نیم گیلایس پاتې شوې. بیا ورته کتل کېږي چې یخ شي، دا مهال گوتې تیاره ده چې ناروغ ماشوم ته ورکړل شي. په یوه وړه قاشوغه باندې څلور یا شپږ قاشوغې د څو ورځو لپاره ورکول کېږي. باید وویل شي چې گوتې اته میاشتیني او لس میاشتیني ماشوم ته هم د ناروغۍ پر مهال ورکول کېږي.

که ملخوزي که بادیان دي - دا همه راحت د ځان دي

د ماشوم د برېښ او پیچ لپاره:

د ماشوم د برېښ او پیچ لپاره او هم دا چې که ماشوم جل وهلی وي، په یو گیلاس اوبو کې یو چای وار په اندازه سپرکی اچول کېږي، له جوشېدو وروسته ماشوم ته پر قاشوغه د ورځې خلور یا شپېر ځلې ورکول کېږي. د جل وهلي ماشوم لپاره د عوزانو گل 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 شي، د کلیوالو په گومان ډېره گټوره 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 خټو گټه پورته کېږي. کلیوال په دې باور دي، چې که د للمي کبلو یو موټی شنې خټې واپشول شي، جوش شوی درمل د اسهال لپاره گټور دی او که چېرته ناروغ ورسره کانگه (استفراق) لاره، نو بیا دې ورسره شین لاجي هم جوش کېږي.

د نس ناستې دویم علاج:

د ماشوم د نس ناستې او جبی (ژی) لپاره توره هرپره، خرما او مردار سنگ درېواړه به پریوې وړې خویه تیږې وسولول شي، بیا به د کاني دغه برخه په قاشوغه کې ووهل شي او له یوې قاشوغې (شربت خوړلو) په اندازه اوبو کې به ګډه کړای شي او ماشوم ناروغ ته ورکړل شي.

د اغېر شوي ناروغ درملنه:

کله چې یو کس د زیات خوراک له امله اغېر [زیات خوری] شي، نو د ایلني یو موټی شنې خټې ورته جوش کېږي، لږه ګوره 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 ځپنو خلکو کې زیات مروج ده. وایي چې له دې سره یې ارګی تازه کېږي، حاجت یې کېږي او د اغېر حالت یې بڼه کېږي.

د مړې تېې علاج:

د دوه واره نسوارو په اندازه خاکشیر به یوولس ځله و مینخل شي، بیا به په یو لوبني کې واچول شي، یو اوسپنیز سیخ به په

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

د تبي بله درملنه:

د تبي، سردرد او زړه ته طاقت ور کولو لپاره د آفتاب پرست گل گهټور بلل شوی دی، دا گل تبه لرې کوي، د بدن صفرا لرې کوي، زړه ته طاقت بخښي او د سردرد او د گېډې چينجی دفع کوي. د پښتورگو کاني هم لرې کوي. طریقه داسې ده چې د آفتاب پرست گل پانې او گلبرگ به د دېرشو گرامو په اندازه په نیم لیتر اوبو کې جوش کړای شي، سهر او ماښام دې په نهار یو گیللاس وڅښل شي.^۳ (۱۰، م ۲۶)

د سپوږني درملنه:

د غز نیمه لمډې لښتې څوکی ته به اور واچول شي، کله چې یې اور واخست یو ډول غوړه مایع ورڅخه څاڅي، دا مایع به په یو مسي لوبني کې وڅخول شي، بیا به پر سپوږني کپنودل شي.

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

نیم، د نښه دواړه سره کړه - هر یو تول نیمه پیسه کړه^۴
هم د شوي پانې روکه - پوره درې شپږ شاهي جوکه
بیا د څوزوله یې مله کړه - څلورم دا، درې هغه کړه
د پینځو پیسو مقدار کړه - ولې دا د هغوی یو کړه
همه واره سره گس کړه - په لنگويي کښې یې تس نس کړه
له اوبو سره یې حل کړه - خپل مشکل ورباندې حل کړه
سره واره کپړه چان کړه - دا دار وراحت د ځان کړه
اوبه نوشې په نهاره - تعطیل مه کړه دلداره
څه خو پورې په چنبل کړه - ویې مږه بڼه یې اټکل کړه
اته ورځې دارنگ کار کړه - خدای دې روغ کړه خپل روزگار کړه
غوښې مه خوره نه کبونه - نه ترشي بادي څیزونه
سپوږني هرځای چې په تاوي - په دا کار به یې شفا وي
د خصیه د سپوږني وروره - بڼه دارودي ویې گوره
مجرب تجربه کار دي - دهر سپوږني دا آزار دي

^۴ د خوشال طب نامه

د ژبی (جبی) بله درملنه:

ژبی یا جبی هغه ناروغي ده چې گومان کېږي د ماشوم ستونی په درد دی، د دې لپاره ماشوم د کلي یوې تجربه کارې بنسټ ته وړل کېږي او د ((ولې)) په لښته ورته جبی گوري، ځینې بنسټ یې د لاس په څلورمه گوټه گوري. طریقه یې داده چې د ولې دوه لویشته نری لښته به راوړي او په منځ کې به یې نري مالوچ تاو کړي، بیا به د مالوچو برخه د ژبی په ځانگړي [پخوا به سببازول گولی کارول کېدله] درمل کې ومښل شي، چې درمل واخلي، بیا به یې لښته قاطه کړي او ماشوم ته به یې په خوله کې نښاسي او ستونی (تالو) به یې ورباندې ښکته پورته کړي.

د ژبی درمل په دې ډول و: د گلابو میده کړې پانې، تباشیر، سپین زنج (لکه د مالگې په شان ماده ده، خاوری هم ورته وایي) دا به سره یوځای کړای شول او د نسوارد وار په اندازه به د ژبی لپاره کارول کېدل.

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 بښګرو پورته برخه به ورباندې مالش کړای شي، که لیمخی 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:

گل قند یو مشهور دودیز درمل دی، د اصیلو ګلابو پانې ټکول کېږي، بیا دا په شاتو کې ګډېږي او په مرتبان کې بندې ساتل کېږي، کله چې چاته د قبضیت تکلیف پیدا شي، نو د یو نقل په اندازه به یوه شپه او بله شپه خوړل کېږي، ترڅو د ناروغ قبضیت مات شي.

یادښت: که شات نه وي، نو پر خای یې له ګورې هم ګټه پورته کېدای شي، خوشات ډېر اغېزمن دي.

د قبضيت لپاره بله درملنه:

که غټ کس د قبضيت ناروغي ولري، نو يوه توتو چمبرخيال (د چمبرخيال پردې) به د شپې له خوا خيشتې شي او سهار په نهاره به ناروغ ته يو جام ورکړل شي. که عمل يې وشو بڼه تر بڼه، که نه بيا به يې هم تکرار کړي. نوي ماشوم ته يوه پيسه چمبرخيال په اوبو کې خيشت کېږي او په قاشوغه باندې ورته نيمه قاشوغه ورکول کېږي.

د پښتورگو د کاني علاج:

د پښتورگو د کاني ناروغۍ په کليو او بانډو کې ډېرې دي، د دې لپاره خو ډوله فولکلوريکې درملنې شته، لومړۍ درملنه داده چې د گيلاسو(الوبالو) ډکي، د چارمغزو پردې او د جوارو څڼې سره يو ځای واپشول شي او سهار په نهار يو گلاس ياد جوش شوی درمل [له چان کېدو وروسته] وڅښل شي، دغه درملنه د يوې اونۍ لپاره دوام پيدا کوي او ډېره گټوره ده. په دې درملنې سره په پښتورگو کې واړه کاني په حرکت راځي او

داسې باور هم موجود دی چې په پښتورگي کې غټ کاني [چې د حالب له لارې يې وتل ممکن نه وي] ماتوي او اطراح کېږي. بله درملنه د اصیلې مار کونډۍ په نوم يو ډول گرد شان اغزی دی، چې په دښتو او شگو کې موندل کېږي، دغه مار کونډۍ به د چایو د وار هومره په دوه گيلاسه اوبو کې جوش کړای شي، تر هغې جوش شي چې اوبه يو گيلاس پاتې او نورې وچې کړي، بيا دې سهار په نهار دا اوبه وڅښي. کليوال وايي چې دا درملنه تريوې اونۍ غځولای شي کوم جانبي عوارض نه لري.

د پښتورگو کاني بله درملنه:

د کورني چرگ شاتينگه به لومړی وچه کړي، بيا به يې ښه مېده کړي او له ململ ټوټې به يې وباسي، بيا به يې سهار په نهاره څو سهاره له اوبو سره وخوري. دا د پښتورگو غوره علاج بلل شوی دی.

د پښتورگو د کاني بله درملنه:

يو پاو اوريشې به په دوه لیتره اوبو کې جوش کړی شي، بيا به له يوې لټې چان کړای شي او اوبه به يې درې سهاره په نهار ناروغ ته ورکړي، له دې سره به د پښتورگو واړه کاني وغورځي او که خیري يا چرک يې لاره نوهم به ورسره لري شي.

د پښتورگو بله درملنه:

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

د پښتورگو بله درملنه:

د چینار پوټکي او د جوارو بوټي بېخ (پنجه) به سره جوش کړای شي او څلور سهاره په نهاره به یو یو گیللاس ناروغ ته ورکړل شي، د پښتورگو کانی به یې وغورځوي او که خیری وي پښتورگي به یې پاک شي. دا هم وایي چې د شین بندکي ټکول او یو گیللاس شیره څښل د پښتورگو لپاره ډېره ګټوره ده. د الوبالو ډنډې، چارمغزو پردې او د جوارو څښې به جوش کړای شي او یو گیللاس به په نهاره د څلورو یا پنځو ورځو لپاره ناروغ ته ورکړل شي، که کانی وي و به غورځوي او که چرک وي پاک به شي.

د لوړ فشار درملنه:

د لوړ فشار لپاره د هوگې استعمال ګټور دی، په دې سربېره د کرپې (کرېلې) خوړل، د کرپې جوس نیم گیللاس سهار مهال

څښل، خمزوري دانې، ازغکی، زېتونو پانې او د غنمو د پاکو بوسو
جوشول او يو کيلاس څښل د لوړ فشار لپاره کليوالي نسخه ده.
بنځينه تکليف او درد لپاره:

کله چې بنځينه و ته په خپل مياشتني تکليف کې ستونزه پيدا
شي، درد او برېښ ورسره وي، نويو وار شين چای، مات کړی چارمغز
له پوتکي سره او لږه گوږه به سره جوش کړي، بيا دې يو کيلاس
ناروغې مېرمنې ته ورکړي. له دې سره به يې برېښ او درد آرام شي.
دې درمل ته ((چاوه)) هم وايي.

د غاښونو بدبويی درملنه:

که غاښونه بدبويي لري او يا وری مېکروبي شوې وي، د لښتيو پر
غاړه يو ډول بوتی دی، بندکی ورته وايي، دا وښو ته ورته خو لږ څه
کلک بند بند بوتی دی دا به واخلي او څو ډکي به په لاس کې قوده
کړي، بيا به يې پر خپلو غاښونو ومښي، له دې سره به غاښونه پاک
شي، مېکروب به يې ووژل شي او بدبويي به يې له منځه لاړه شي، دا
عمل دې يوه اونۍ تکرار کړي. همدا راز د دې موخې لپاره دنداسه
هم استعمالېږي، چې هم غاښونه ورباندې پاکېږي او هم ورسره
شونډې رنگ اخلي. د دنداسې کارېدنه ډېره مروج ده او په شعر او
شاعری کې هم ترې ډېره يادونه شوې ده، لکه چې وايي:

د دنداسې خوله دې رانکړه - د سبو ډکه خوله دې څه ميرا تومه

د پښو چادونو او گنده بوي درملنه:

کله چې پښې چاودې وي او يا ترې بد بوی ځي، نو درملنه يې داده چې نکريزې به ورباندې پورې شي، له دې سره د پښو چاودونه ښه کېږي او د بدبويۍ درملنه هم ورسره کېږي. نکريزې په افغاني کلتور کې ډېرې مروجې دي او د سينگار لپاره هم کارول کېږي. راځۍ چې ټول لاسونه سره کړو-سبا اختر دی د بابا کاله ته ځونه د پلۍ شوې خولې درملنه:

سپين زنج [يو ډول ښېښې ته ورته د مالگې په څېر توکی د] به په خوله کې ونيسي او اوبه به يې توكوي، له دې سره د خولې پلۍ ورکېږي او ناروغ شفاء مومي.

د زخم قېصرۍ درملنه:

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

د اسهال درملنه:

د سنځلې پانې به جوش کړای شي او يو گيلاس به ناروغ ته ورکړل شي. په دې سربېره نيم پاو باديان، لس دانې سپين لاجي او څلور دانې تور لاجي به سره مېده کړي، بيا به پکې لږه بوره ورگډه کړي، د اسهال ناروغ ته به يوه ډکه کپه له اوبو سره ورکړل شي، ډېره گټوره درملنه گنبل کېږي. يا دا چې شين چای به مېده کړای شي او د نسوارو وار په اندازه به ناروغ ته ورکړل شي. که ناروغ ته د پېچش تکليف پيدا و، نو د کوکنارو وچې غوزې او د لېمو وچ پوټکي به سره مېده کړای شي او يوه کپه به د پېچش ناروغ ته ورکړل شي. دا درمل څو وخته ورکولای شي.

د صفرا کڅوړې د کاني درملنه:

د صفرا کڅوړې د کاني درملنې لپاره به له (۳۰-۴۰) گرامه د اېلني تازه پانې په يو ليتر اوبو کې وخوټول شي، د ۴۸ ساعتونو په اوږدو کې دې د خوراک په منځ کې وکارول شي. يا دې د يوې لويې قاشوغې په اندازه په اوبو کې وخوټوي او هر وخت دې د خوړو نه مخکې يوه پيالو وڅښل شي، په دې شرط

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

د ماشوم د اسهال لپاره:

د ماشوم د اسهال لپاره به خواړه ماسته په وړه قاشوغه ماشوم ته
درې وخته ورکړل شي، اسهال به یې ورسره بڼه شي. د غټ ناروغ
لپاره چې د اسهال تکلیف ولري د امروت او کپلو خوړل گټور
بلل شوي دي. په دې سر بېره د غټ ناروغ د اسهال لپاره کورنۍ
کپه ډېره گټوره ده، د کپې ترکیب په دې ډول دی چې یو پاو
بادیان، نیمه توله تور لاجي، د نیمې تولې نیم شین لاجي به
سره وټکول شي او بوره به پکې گډه کړای شي، د اسهال او
پېچش پر مهال ډېره گټوره نخسه گڼل کېږي.

د اسهال لپاره بله درملنه:

د ام زړې به مات کړای شي، نینې به کړای شي بیا به بڼه مېده
کړای شي، له بورې یا گورې سره به یوه کپه (نسوارو وار په

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

سربدالي:

کله داسې وي، چې د محرقې ناروغۍ وروسته ناروغ ته دوامدار گنگسيت او د سردرد پيدا شي، په دوديزه بڼه د دې علاج دا دی، چې د بادامو په غوړيو به خپلې شقې غوړې کړي او دې درملنې ته به درې يا څلور شپې ادامه ورکړي، د سر گنگسيت به يې ورسره بڼه شي.

د خبټې چينجيو درملنه:

په خبټه کې د هر ډول چينجيو لپاره به د خواره اناړ خټې جوش کړای شي، يا د شفتالو پاڼې جوش کړای شي او ماشوم ته دوه قاشقې د وخت د درې ورځو لپاره وکړل شي، نو چينجي به يې له خبټې وغورځېږي. دا درملنه د لويانو لپاره هم کارول کېږي. بل علاج يې دا دی، چې د دبنتې وچ خړپړي به وټکول شي، چې مېده شول د نسوارو د يو وار په اندازه به ماشوم ته له اوبو يا شيدو سره ورکړل شي. که تازه خړپړي پيدا کېدل، نويوه اندازه

به پاخه کړای شي او ناروغ ته به ورکړل شي. له دې سره به يې د خپټې چينجي وغورځېږي او ناروغ به روغتيا ومومي.

د خپټې چينجيو دويمه درملنه:

که گومان وي چې د ماشوم په خپټه کې به چينجي وي، يا يې رنگ زېړ او کم خونه وي، نو د جوار دانې په اندازه اينجه به ورکړل شي، له دې سره به يې د خپټې چينجي وغورځېږي او په لږه موده کې به يې رنگ ځای ته راشي.

د ملاريا علاج:

چره نک او شمکی (بوټي دي) به وټکول شي او يو گيلاس جوس (اوبه) به يې د ملاريا ناروغ ته ورکړل شي. يا به زوال (بوټي دی) جوش کړای شي او يو گيلاس اوبه به يې ناروغ ته ورکړل شي. په دې سربېره به ناروغ ته د تروانارو يو گيلاس اوبه ورکړل شي. البته دا درملنه د دريوو ورځو لپاره ده. له دې سره د ملاريا ناروغی علاج کېږي او ناروغ روغتيا مومي.

د بنارښت علاج:

بنارښت 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 کورنۍ یا فولکلوریک علاج دا دی چې ناروغ به یوه ورځ پر خپل سر او وچولي د ولې شنې پانې تړي. له دې سره به یې بنارښت آرام شي. کله چې دا بنارښت د لړمۍ 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 سپرکۍ لوڅی به ورته وشي. دا درملنه به د درې یا څلورو ورځو لپاره دوام پیدا کوي.

د سوزاک علاج:

ځيگ ځيگکۍ او د دښتې ازغي، یا مار کونډۍ (یو ډول ازغۍ دی) سره ټکول کېږي، بیا یې یو گیللاس جوس په نهاره د درې ورځو لپاره د سوزاک نارو ته ورکول کېږي.

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

د چمبې گل درې درمه – د بادرنګ زړي اکرمه^۶

^۶ د خوشال طب نامه

داخلور درمه ټول کره - همه واره سره ټول کره
واره بڼه سره مېده کره - اوبه گرمې ورسره کره
چې یې کښته کرې تر کومي - پرې به بول بسته درومي
د سوزاک بله درملنه:

د انارو پوستکي جوشوي او ناروغ ته ورکول کېږي چې ويې
څښي، په دې سر بېره ناروغ ورباندې اودس هم کولای شي. دغه
علاج د ښارښت لپاره هم گټور گڼل شوی دی، ناروغ کولای
شي د انارو پوستکي جوش کرې او بیا ورباندې ځان ومینځي،
یا ورباندې هغه ځایونه ومینځي چې ښارښت کوي.

د شکر درملنه:

د مرخانۍ دانې او پانې به وټکول شي، له جوشولو وروسته به
چان کړای شي او بیا به نیم گیللاس 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 نینې کړای شي، بیا به یې نینې مېده کړای
شي او د نسوارو نیم وار په اندازه به په یو گیللاس اوبو کې

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

د شکر درېيمه درملنه:

د پيپل ونې هغه زېلۍ چې د ونو په ډډونو پورې زوړندې وي دا غوڅوي او مېده مېده کوي يې، بيا يې په اوبو کې جوشوي، چې يخې شوي يادې څېلۍ پکې خيشتې کړای شي او هر سهار يې د شکرې ناروغ ته يو يو گيلاس په نهاره ورکوي. وايي چې شکره ورسره کنترولېږي.

د شکر څلورمه درملنه:

د سنڅلو پانې جوشوي او يو گيلاس په نهاره د شکر ناروغ ته ورکوي، کليوال په دې باور دي چې دغه درملنه په وينه کې شکر کنترولوي او لوړېدا ته يې نه پرېږدي.

د شکر پنځمه درملنه:

د زيتون پانې به جوش شي او درې وخته به يوه يوه پيالې د چايو په شان وڅښل شي، وايي چې شکره ورسره کنترولېږي او لوړېدا ته يې نه پرېږدي. په دې سربېره د دوه ډوله خوړو

استعمال هم د شکرې لپاره گټور بلل شوی دی، چې یو پینمکی (یو ډول تریخ شین د نبات خټو ته ورته بوټی دی) بل کړپړه چې پاخه شي او د شکر ناروغ ته ورکړل شي، د شکرې په کمېدا کې گټور بلل کېږي او ولسي خلک په دې باور دي چې دا د شکرې ناروغ ته گټه لري.

د شکر ناروغۍ شپږمه درملنه:

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

(۹، م ۱۴۲)

د شکر ناروغۍ اومه درملنه:

بربو به میده کړای شي، هر سهار به په نهاره یو نسوارو وار په اندازه له اوبو سره د شکر ناروغ ته ورکړل شي، له دې سره به یې شکر کنترولوي او نه به لوړېږي.

د شکر ناروغۍ اتمه درملنه:

د شپې مهال به د درې دانې بېنډۍ (لېږو) بېخونه غوڅ او په نیم گیلاس اوبو کې به ودرول شي، سهار د دې بېنډیو نه یو ډول مواد اوبو ته بنکته شوې وي، بېنډۍ به لرې کړای شي او د شکر ناروغ به په گیلاس کې پرته اوبه به په نهاره وڅښي. له دې سره شکر کنترولېږي او د لوړېدا مخه یې نیول کېږي. دا درملنه تجربه شوې، اسانه او ارزانه ده.

د وینې د غوړ درملنه:

د غټې گوتې هومره سونډ یا ادرك به د چایو پر ځای په یو چایبر کې واچول شي، که څو پانې چای هم ورسره واچول شي باک نه لري، بیا به د چای غونډې څو پیالې هغه ناروغ ته

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

د وينې لوړ فشار درملنه:

جذبېلک يو ډول د نگريزو په شان پانې دي، چې په جوشو او بو يا چايو کې د چايو دوه واړه په اندازه اچول کېږي [دا مهال د اوبورنگ د چايو په څېر اوږي] دا د چايو په څېر څښل کېږي، د وينې لوړ فشار تېتوي او ډېر گټور درمل بلل کېږي. ياد بوتی په بدخشان ولايت کې پيدا کېږي.

د وينې غوړ بله درملنه:

د وينې غوړ د کمېدا لپاره د کدو پاخه سابه ډېر گټور بلل شوي دي، دا سابه د کلسترولو معالجه کوي، دا سابه د A ویتامين په پراخه اندازه لري، پروټيني مواد پکې نه شته، ځکه خو د چاغوالي او بدن د وزن زياتېدا لامل نه گرځي.^۸ (۱۱)، م (۱۴۰)

خله (سینه بغل):

د خلې يا سينه بغل او د بدن د نرمښت لپاره او يا که په خپته درد وي، فولکلوريک علاج يې دا دی چې کليوال يو وار بارتنگ جوش کړي او ناروغ ته يې ورکړي له دې سهر خله (سينه بغل) شفاء مومي. که د خلې لومړۍ ورځ وه نو خاکشیر ورته جوش کړي، دانې يې نه ورکوي او اوبه يې ناروغ ته ورکول کړي، له دې سره د ماشوم سينه نرمېږي او ناروغي يې جوړېږي.

د پېچ ناروغۍ لپاره:

د پېچ ناروغۍ لپاره د (درې تخمه) په نوم ترکيبي درمل جوړېږي، چې پکې بارتنگ، سپغول او خاکشیر سره يوځای کړي. بيا به خام يوه کپه ناروغ ته له اوبو سره ورکړل شي، دا درملنه تر درې ورځو هره ورځ درې وخته دوام پيدا کوي. بله درملنه يې د کوکنارو پردې او وچه دنيا ده چې سره ميده شي او ناروغ ته ورکړل شي، ډېره مجربه نسخه گڼل شوې ده.

د خلې بله درملنه:

د ماشوم د خلې يا سينه بغل لپاره بريوښه ميده کوي او د ناروغ ماشوم سينه ورباندې مالش کوي، بيا د ماشوم پر سينه تاوده

مالوچ تړي. له دې سره د ماشوم ساه اخيستل ښه کېږي او سينه يې 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 يو جامگي کې جوش کړای شي او اوبه به يې 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 زيات استعماله يې ډډه کېږي، يوازې يوه ورځ يو وخت ورکول کېږي.

د شپږي ناروغۍ درملنه:

د شپږي (سرخکان) ناروغ درملنه په دې ډول ده چې د ناروغ ماشوم ډډې به لوڅې کړای شي، خاکشیر په لاس کې ونيسي او د ناروغ بدن ته به يې ورپو کېږي، له دې سره به د چای يو وار په اندازه خاکشیر په اوبو کې جوش کړای شي او همدې ناروغ ته به ورکړل شي، له دې سره به يې شپږی په يو وار راووځي او د ناروغ زړه به ورسره سپک شي، چې شپږی راووت بيا به نور

خاکشیر نه ورکوي، حَکَکه چې خاکشیر گرم دی اوزیات ورکول
ناروغ ته د زیان لامل گرځي.

د ماشوم د خلې (سینې) بله درملنه:

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

د ټوخي علاج:

د ټوخي لپاره دودیزیا فولکلوریک علاج دا دی چې د چایو د
وار په اندازه ((گل 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 غټ او وړو کي ناروغ لپاره کارول کېږي.

د ټوخي او تبې لپاره:

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

جوړپېړي. دا شربت له دولسو يوناني بوټو او توکيو جوړ دی، چې عبارت دي له: زفا پنځه تولې، زېړه هرپړه دوه دانې، گل بنفشه يو توله، سپستان دېرش دانې، مرخاڼې پنځوس دانې، خطمي يو توله، خبازي يو توله، پاتوخته (برگ سروېشان) پنځه تولې، قندهاری انځر شل دانې، ترنجبیل دوه تولې، گلابو پانې دوه تولې.

د جوړولو طريقه يې داده چې په يو نيم چارک اوبو کې به دا دولس قلمه بوټي او توکي د شپې له خوا خيسته کړای شي، سهار به يې جوش کړي، تر هغه چې له يادو توکيو څخه درې پاوه اوبه پاتې شي، چېن به يې کړي، يو پاو بوره به پکې واچوي، بيا به يې جوش کړي، چې کله يخ شي، دا د ((زوفا)) په نوم شربت دی. دا شربت به په داسې طريقه استعمالوي چې يوه قاشقه شربت او دوه قاشقه اوبه به سره يوځای کوي او بيا به يې ناروغ ته ورکوي.

د ټوخلې علاج:

د ټوخلې لپاره فولکلوريک علاج دا دی، چې د شينتاغي په نوم مرغه به بنکار کړي، بيا به يې پوخ کړي او بنوروا او غوښه

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

مستیاره که بڼه مېده شي – د خوږې گوږې سره شي^۹
په نهاره یې څوک خورینه – هر رنگ ټوخي ورکوبینه
تبه هم پرې صحت مومي – درد او برېښ پرې د ملا درومي
د معدې درد لپاره:

د معدې د درد لپاره دوه دانې تور لاجي ټکوي، پوستکي یې لري کوي او دانې یې له لږې گوږې 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 بڼه 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 گډ کړای شي، درې سهاره به په نهاره دا یو یو پاو

^۹ خوشال طب نامه

ماسته و خوري. د معدې تکلیف به یې ورسره ښه شي. دا درملنه د خپټې ناروغۍ (بې نظمۍ) لپاره هم گټوره ده.
د ملا درد درملنه:

پنجري چې يوناني 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 درد لپاره درې سهاره په نهاره د دوه وطنیو هگیو زېړ په یو کیلاس 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:

مالکونډی، واخله میده کره – ښې شکرې ورسره کره^{۱۰}
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

^{۱۰} د خوشال طب نامه

د پیچ علاج:

د پیچ 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]، بارتنگ د نسوارو وار په اندازه او سپغول د نسوارو وار په اندازه.

دا درې درمله به سره یوځای کړي، په دوه گیلاسه 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 سربیره د پیچ لپاره بله درملنه داده چې ماسته او سپغول به سره گډ 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 ځآن دې پرې موږ 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 سپری وي، چې غوږونه یې خوږېږي، نو د غواوو غوږي به په اور سره کړي، چې لږ شان ترم شول، مالوچ (پاغونده) به پکې لمده کړي او د ناروغ په غوږ کې به دوه شاخکي وڅخوي، د غوږ د باندي برخې به هم ورباندي غوږې

کړي. له دې سره د غوږ درد ارامېږي او ناروغ روغتیا مومي. دا درملنه د ستوني درد او ټوخي لپاره هم کارول کېږي. د غوراجې درملنه:

غوراجه هغه ناروغي ده، چې په غوږ کې دننه دانه پيدا شي او بيا ترې اوبه (زوې) روانې وي، د دې لپاره د هوگې په اندازه پياز او د بادامو په اندازه د غواوو غوړي په يوه قاشوغه اوبو کې سره په اور ايسنودل کېږي، چې جوش شول، نو لږ به ورته وکتل شي، بيا به د غوراجې په غوږ کې ناروغ ته دوه څاخکي وڅخول شي. دا درملنه په درې يا څلورو ورځو کې خپل اثرات ښکاره کوي، دانه وچېږي او ناروغ ورسره صحت پيدا کوي.

د ناست غږ درملنه:

چې د چا غږ ناست وي، نوزنکۍ (زيره) به په شيدو کې جوش کړای شي او ناروغ ته به دوه سهاره يو يو گيلاس په نهاره ورکړل شي، له دې سره به يې غږ خپل حالت ته راوغرځي.

د نظر کموالي يا شبکورۍ درملنه:

د وړوکي څاروي توري به په سيخ کې پوخ کړای شي او ناروغ ته به څو ورځې ورکړای شي، له دې سره به يې د سترگو د ليد (ديد)

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

د سترگو ښارښت درملنه:

کله چې سترگې سوزي، خارښت کوي، اوبه کوي او يا يې د لمر ښا ته نه شي غړولای، نو درملنه يې داده چې یو نسوارو وار په اندازه پتاسه رنگ به لږ تود شي، بيا به وټکول شي، له رنجو سره يو ځای به په سترگو پورې شي. دا درملنه درې ورځې دوام پيدا کوي او ورسره د سترگو درد او سوخت ښه کېږي.

د سترگو ليد زياتېدا:

د سترگو د ليد يا ((ديد)) د زياتېدا لپاره د گازرو خوراک تر ټولو زيات مشهور دی، گازرې د سترگو ديد زياتوي، بدن پياوړی کوي، قبضيت لري کوي، د زړه درزا کموي، د مټانې کاني ماتوي، د تشو بولو سوخت له منځه وړي او د زېږي لپاره هم گټورې بلل شوې دي.

د وينې درولو درملنه:

کله چې د کوم کس سر يا کوم بل ځای زخمي شي او وينه يې نه بندېږي، بوره به وټکول شي، يوه ټونگه رانجه به هم پکې واچول شي

او پر زخم به پورې شي، يا د زخم خوله به ترې ډکه شي. له دې سره وینه درېږي او تپ يا زخم ښه کېږي.

د زخم بله درملنه:

د زخم بله درملنه داده، چې يو لوپشت تاري ټوکر ته به اور واچول شي، ايره به يې پر زخم کېښودل شي، ترڅو وینه يې ودرېږي، دا درملنه په کور کلي کې زښته زياته رواج ده.

د تپ يا زغم بله درملنه:

د زخم د پاسه د پسه د لم پوستکي د دوه يا درې ورځو لپاره ورباندې تړل کېږي، وايي چې له دې درملنې سره زخم ښه کېږي او ناروغ شفاء مومي.

د مات لاس يا پښې درملنه:

کله چې د کوم کس لاس يا پښه ماته شي، نو په کور-کلي کې يو نيم کس د ماتې گوډې کار کوي. طريقه داده چې دورمې (غورگې) به پر منځ بېلې شي، بيا به پر يوې مناسبې ټوټې د هگي زېړ ووهل شي، مات لاس به په حکمت کش کړای شي او چې کله يې يقين خاص شو، چې لاس خپل ځای ته راغی، نو د هگي پټۍ به ترې تاوه شي، د ټوټې په دويم پټ کې به دورمې کېښودل شي او ټوټه به ترې

تاوه شي، دا تاوه کړې توتپه او پتې به لس يا خوارلس ورځې د ناروغ تر لاس تاوه وي، ترڅو مات هډوکی جوش واخلي.

که فرضاً هډوکی سم جوش نه واخېستی او کورډ جوړ شوی و، نو د بيا ماتېدو يا پخواني مات حالت ته د راگرځېدو لپاره ورباندې جوش کړي بانجان او خام کب (ماهي) ږدي، د ماهي د اېنسودلو طريقه داده چې ماهي به په منځ دوه پړکه کوي، خپته به يې تشه او پرمات شوي لاس به يې يوه شپه او ورځ وتړي، لاس بېرته ماتېږي او د دويم ځل تر لولو لپاره آماده کېږي.

د ټکېدلي ځای درملنه:

که کوم کس له بامه راغورځېدلی وي، يا له اوبن، اس يا له خره پرېوتی وي، يا چا بدېد وهلی وي، يا يې لاس يا کوم بل ځای ټکېدلی وي او له امله يې سپری ضعف او بې سدی حالت ته رسېدلی وي، نو درملنه يې داده چې شوده به پاخه کړي، وطنی دوه يا درې هگۍ به د شيدو په گيلاس کې ماتې کړي، د غواوو سره کړي غوړي به ورباندې واړوي، لږه بوره يا گوره به پکې هم واچوي او ناروغ ته به يې ورکړي.

د ټکېدلي ځای د درملنې لپاره يوه بله نسخه دا هم ده، چې کورکمن به په غوړيو کې سور کړای شي، بيا به پر ټکېدلي ځای وتړل شي. له دې سره ټکېدلی ځای ښه کېږي او دردونه يې آرامېږي.

د پښې واړه اوښتل:

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

د گرمۍ وهلي او تې لپاره:

زاول (زول) یو ډول غرنی بوټی دی، زېر رنگ لري په اوبو کې به جوش کړای شي او درې ورځې یو یو ګیلاس اوبه یې هغه ناروغ ته ورکول کېږي، چې گرمۍ وهلی وي او یا یې تبه وي. شاطره هم د تې لپاره ګټور بوټی ګڼل کېږي، شین بوټی دی، ټکول کېږي او اوبه یې ناروغ ته د تې 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

غږغږه او بيا يې تېره کړي، له دې سره سالنډي له منځه ځي او هم ورته د شين ټاغي غوښه او بنوروا گټوره بلل شوې ده.
د کمزورتيا درملنه:

که ناروغ د کمزورتيا احساس لري او ناروغۍ ځپلی وي، نو د وطنيو چرگانو (پنځې چرگې) بنوروا به ورکړل شي، تورمرچ استعمال ورسره ډېر گټور ښودل شوی، وايي چې له دې سره به ناروغ تقويه شي او کمزوري به يې لري شي.

د دانې درملنه:

کله داسې وي چې د ناروغ پر بدن غټه دانه راوخېژي، ولسي درملنه يې داسې ده، چې پر يوه ټوټه باندي به لوند شوی سپغول واچول شي او بيا به دغه پټۍ پر دانه وتړل شي، دا پټۍ دانه پخوي، دانه سر پيدا کوي او بيا ماتېږي، چې ماته شي، نو په فشار به وينه او زوه ترې وايستل شي او د دانې زړی به وايستل شي.

بله طريقه يې دا ده چې د خميرې سره به لږه ايره گډه کړي او خيشت شوی بارتنگ به ورسره يو ځای کړي دا پټۍ به پر دانه وتړي. درېيمه طريقه يې د گزک حلوا ده، هغه داسې چې لږ غوړي په يو لوبښي کې په اور ږدي، بيا پکې لږې اوبه اچوي، لږ اوږه هم ورسره

گلهوي، چې په اور سره شول ترې پټې جوړوي او پر دانه يې ږدي، په ورځ دوو کې دانه سر پيدا کوي، ماتېږي او زوه يې وځي.
د خپټې پرسوب او بادو درملنه:

د هغه ناروغ درملنه چې د خپټې پرسوب ولري، يا فکر کېږي، چې بدن يې اوبه اخیستي، يا د بدن له بادو شکایت لري، د دې لپاره يو ترکیب جوړېږي، چې عبارت دی له: صېر يو توله، شحمې انزل(مړغونۍ) يو توله، سقمونیه يو توله، توره هرپره (هلپله) يو توله. دغه څلور توکي به بېل بېل وټکول شي او په درې سوه گرامه شاتو کې به گډ کړای شي، بيا به ناروغ ته د يوې جوارو دانې په اندازه هره شپه په مړه خپټه ورکول کېږي. دا درملنه به تر يوې میاشتې دوامداره ساتي. يوناني طبیبان په دې باور دي، چې له دې درملنې سره د خپټې پرسوب، چاغوالي، بادو او په بدن کې د اضافي ذېرمه شويو اوبو مخه نیول کېږي او ناروغ اضافي وزن بايلي.
خوشال بابا د هلپلې په اړه وايي: ”

چې هر رنځ لره فايده ده – هلپله ده هلپله ده

هلپله شفاء د تن ده – هم د مرد ده هم د زن ده

که درست عمريې څوک خورينه – هېڅ علت به نه ورځينه

” د خوشال طب نامه ۱۹۱ مخ

ب: روحاني درملنه:

د زېږي روحاني درملنه:

ځېنې خلک په هر کلي کې شته، چې د زېږي لپاره دم و دعا کوي، ناروغ په قرآني ایتونو دموي او د څو پرلپسې ورځې لپاره یې د دم لپاره راغواړي. ناروغ ته پرېهز هم توصیه کوي او د څو ورځې په تېرېدو سره د ناروغ په سترگو کې زېږ والی په کمېدو شي او ناروغ شفا پیدا کړي. زېږی د فاتحې په سورت د اوه ځله په ویلو سره درې ورځې دمېږي.

د مارچيچلی روحاني درملنه:

د مار چيچلي لپاره روحاني علاج د آیات کرسې په مبارک آیات د ناروغ دمول دي، طریقه یې دا ده چې یو روحاني شخص چې اجازه ۱۲ ولري راځي او مارچيچلی په داسې انداز دموي، چې چيچل شوي ځای ته یې د لاس په رابنکلو زهر راټولوي او پرله پسې څو څو ځله په یاد مبارک ایت ناروغ دموي. کله چې زهر بېرته چيچل شوي ځای ته راټول شول، نو بیا یې د لاس د

۱۲ اجازه دي ته وايي چې دمگري بايد د دمولو لپاره له کوم روحاني شخص څخه د دمولو اجازه ترلاسه کړي وي

فشاریا 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 چيچلي بله درملنه:

مار چيچلی په سورت فاتحه (الحمد لله) باندې يوولس ځله دمپري، له هر ځل ويلو دمخه به بسم الله الرحمن الرحيم وايي. زهر به د لاس په کشولو هغه ځای ته راټولوي، چې چيچل شوی دی. په همدې طريقه مار نیول کېږي هم.
(م، ۲)

د مچۍ یا لړم چيچلي درملنه:

که کوم کس مچۍ یا لړم وچيچي، نو په سورت اخلاص (قل هو) باندې دې اوه ځله دم کړي. په اوه ځله قل هو الله احد ... او درې ځله درود شريف ويلو باندې په مچې یا غومبسي یا دمچيو په چک چوف کولو سره مچې نیولای شي، نه دې شي چيچلای، خو په دې شرط چې اجازه ولري.

د سینې ناروغۍ روحاني درملنه:

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

د سترگو د گل روحاني درملنه:

په یو مسي لوبني 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 سترگو له گلله چاپېره غرځوي او بیا به یې په
مسي لوبني کې په پرتو اوبو کې اچوي، ترڅو ټول سورت
ووېل شي او اوه واړه غنم دانې اوبو ته وغورځوي. دا غنم دانې به
بیا په پاکو روانو اوبو کې غورځوي. دا دمومل اوه ورځې دوام
پیدا کوي او الله (ج) د سورت یاسین په برکت د سترگې گل لري
کوي. دا درملنه ډېره مجربه ده.

د غونډې شلېدلو (شکېدلو) روحاني درملنه:

کله چې د یو چا غوښې وشلېږي، یا په ملا کې یې څرک وشي، چې برېښ هم ورته وایي، نو دردمنه برخه په لاس مښل کېږي او د فاتحې مبارکې سورې په درې ځلې قرأت کولو دمېږي. دا درملنه درې ورځې دوام پېدا کوي. د غاښ درد روحاني درملنه:

د غاښ درد لپاره پنځلس ځله د لیلا ف قریش سورت لوستل کېږي او د یوې شنې ونې د لښتې په غوڅولو سره غاښ دمېږي. طریقه یې داده، چې لومړی دمگړی یوې شنې ونې ته درېږي، د شنې ونې یوه نرې لښته په لاس کې نیسي، بیا پنځه ځله د لیلا ف قریش مبارک سورت وایي، بیا ناروغ ته وایي ((په حکم د خدای سره ستا د غاښ چینجی غوڅ کړم)) ناروغ وایي: ((هو)) بیا د لښتې یوه برخه غوڅه کړي او لرې یې وغورځوي، بیا پنځه ځله یاد سورت لولي، بیا ناروغ ته وایي ستا د غاښ چینجی غوڅ کړم، هغه ورته وایي: ((هو)) بیا د لښتې بله برخه په چاقو غوڅه کړي، بیا پنځه ځله هماغه مبارک سورت وایي او پر ناروغ غږ کوي، چې ستا د غاښ چینجی غوڅ کړم، ناروغ

چې کله د درېيم ځل لپاره ((هو)) وکړي، نو ورباندې چوف وکړي او ورته ووايي چې ستا د غاښ چينجی غوخ شو.

د خلې (سینه بغل) درملنه:

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

د غلنکې درملنه:

غلنکه هغې ناروغۍ ته وايي چې د يو کس د سترگې په يوه برخه کې دانه پيدا شي، په کور کلي کې يې روحاني علاج دا دی چې دوه ځله الحمد لله او درې ځله سورت اخلاص (قل هو الله) باندې هره ورځ د درې ورځو لپاره دمېږي. طريقه يې دا ده چې لوتې به دم کړای شي او له سترگې به هره لوته د بسم الله په ويلو سره تاوه کړای شي، بيا به دا لوتې په اوبو کې واچول شي، چې ويلي شي.

(م، ۲)

د غوړ درد درملنه:

که د چا غوږ درد کوي، نو پینځه ځله د بسم الله الرحمن الرحيم په ویلو سره په : (أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ...) بشپړ سورت باندې دمپړي.

(م، ۲)

د شري(سرخکان) درملنه:

هغه ماشوم چې شری ورباندې ختلی وي، په ((چهار قل)) باندې به لږې غټې وریجې درې ځله دم کړي، بیا به ناروغ ته هره ورځ اوه دانې وریجې ورکوي، چې روغې یې تېرې کړي، له دې سره د شري ناروغۍ کمپړي او ناروغ روغتیا مومي.

(م، ۲)

د زخو درملنه:

د جمعې په مبارکه ورځ د جمعې له لمانځه وروسته به په اوداسه باندې په دې مبارک آیات (لا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ) درې ځلي یوه اندازه اوربشي دم کړي، بیا به هره اوربشه له یوې زخې تاوه وي، دغه اوربشي به بیا په نمجن ځای کې بنخوي چې ورستې شي. په داسې ځای کې دې نه بنخوي چې د شنه کېدو وپړه یې وي.

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 بنځي
کړي.
(م، ۲)

بنځه چې په اولاد دردمنه وي:

هغه بنځه چې په اولاد دردمنه وي او د اولاد د پیدا کېدا شپې
شماری، 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 بنځې ته ورکول کېږي. په ساخت کې
دغه مبارک آیات لیکل کېږي: (لَا يَسْتَوِي أَصْحَابُ النَّارِ
وَأَصْحَابُ الْجَنَّةِ أَصْحَابُ الْجَنَّةِ هُمُ الْقَائِمُونَ)

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

إِذَا السَّمَاءُ انشَقَّتْ O وَأَذِنَتْ لِرَبِّهَا وَحَقَّتْ O وَإِذَا الْأَرْضُ مُدَّتْ O
د ستوني درد درملنه:

په کور کلي کې چې د چا ستونی درد کوي، مشران وايي چې هډي يې دي، يا هغه ناروغان چې په ستوني کې يې غوتې (تانسلونه) وي او له درده شکایت کوي، کليوال يې هډي بولي، د هډي نيول يا هډي منبل هغه طريقه ده چې د لاس په مړوند او يا د پښې په پنډۍ کې منبل کېږي. طريقه داده چې يو کس چې د هډي منبلو اجازه ولري د ناروغ لاس نيسي او د مړوند برنۍ برخه د خپلې غټې گوتې په فشار سره مښي، داسې ويل کېږي چې کله په ستوني کې غوتې پيدا شي، نو قيصري يې د لاس مړوند يا د پښې پنډۍ ته وځي او هلته غوتې پيدا کېږي، کله چې دا غوتې ومنبل شي، نو مانا يې داده چې د ستوني غوتې ورسره هوارېږي او ناروغ شفا مومي. په پنډۍ کې يې د منبلو طريقه همدا ده، د پنډۍ په منځنۍ برخه کې دا غوتې منبل کېږي، خو بايد وويل شي چې د منبلو پر مهال په سورت فاتحه (الحمد لله) باندي او ه ځله دمېږي او درې ورځې دا کرڼه ترسره کېږي.

د نزلې بندېدو درملنه:

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

د پښې رگ نيول:

کله ناروغ د پښې له رگه شکايت لري او وايي چې پښه يې (رگ نساء) دی، يا دا چې د پښې رگ 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 رگ نيسي، يا دا چې دې درملنې ته ((رگ نيول)) وايي. طريقه داسې ده چې ناروغ به سم دم ودرېږي، د اجازې خاوند به د ده شاته کېنېني، څو ځله الحمد لله شريفه به ووايي، بيا به د ناروغ رگ د پوندي د پاسه (دپلو په برخه کې) په دوو گوتو ټينگ ونيسي او له دمولو

^{۱۳} ملغوزي نسوار له پساړيانو سره پيدا کېږي، عينا نسوار دې خو څه خوشبويي يې پکې گډه کړي وي

سره به ورباندې دومره فشار راوړي، چې یا به ناروغ چغه وهي او یا به بې حسه کېږي، دا رگ نیول دوه یا درې ځلې د درې ورځو لپاره نیول کېږي. هغه کسان چې رگ نیسي وایي چې دغه رگ د بل رگ تر فشار لاندې راغلی دی، د وینې جریان یې تر فشار لاندې دی، کله چې و نیول شي د وینې جریان بند شي او د ډېر فشار له امله وینه پر هغه رگ روانه شي چېرته چې مانع وجود لري. په دې ترتیب ډېری ناروغان وایي چې د رگ له نیولو سره یې مشکل حل کېږي او ډاکټر یا عملیاتو ته یې اړتیا نه پېښېږي.

ج: خرافاتي درملنه:

د زېږي درملنه:

د زېږي خرافاتي درملنه داده چې د کوم زیارت ((بند)) به د زېږي ناروغ په غاړه کې واچوي. ((بند)) له یو ډکي (لرگي) تاوشوی تار دی، چې په زیارت وهل شوی، یا د زیارت مجاور دم کې او د تبرک په نوم ناروغ ته په غاړه کې اچول کېږي. [په ننګرهار کې د گردې غوث زیارت بند ډېر مشهور دی او د زېږي

ناروغان يې په غاړه کې اچوي. [يا ناروغ زيارت ته بيايي، د ننگرهار د بڼپوې ولسوالۍ نه د کونړ پر لور د نورگل اړونده سيمه کې د لويې لارې پر سر يو زيارت د زېري بابا په نوم شهرت لري، چې ځېنې کسان ورځي او د زيارت نه ناروغ ته بند راوړي.

د پښو بادو (درد) درملنه:

په کور کلي کې د پښو بادو (درد) لپاره خرافاتي علاج دا وي چې کليوال زيارت ته ځي او د قبر کاني په خپلو پښو مښي، يا په زيارت کې څو پرلپسې ورځې تېروي، هلته لمونځونه کوي او د خپل تکليف د ښه کېدو سوالونه کوي. [د ننگرهار، بڼپوې ولسوالۍ د شگې په سيمه کې ياسين بابا زيارت د بادو لپاره ډېر مشهور دی او له لرې لرې ځايونو ورته خلک په دې نيت څلور يا اوه پنجشنبې راځي، يا په زيارت کې شپې کوي]

د مارچيچلي درملنه:

د مارچيچلي لپاره خرافاتي علاج پر ناروغ د ځېنو منترونو ويل دي، چې په اسلام مبارک دين کې اساس نه لري. ځېنې

پاروگران په کور کلي کې مارچيچلی په منتر دموي او د لاس په کش کولو غواړي د مار خپاره شوي زهر بېرته چيچلي خای ته راغونډ کړي. دلته موږ يو منتر د بېلگې په توگه 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 شکرگنج مددوار. توبکش زهر هفتادودو گروه مار و هفت گروه غنډل، ونودونه گروه زنبور و عقرب و سگ دیوانه. از همین ادمي، سر از مغر، از گوشت از پوست، از رگ از پا، فراید به هوده ی بابا ادم صفي الله، به هوده ی نوح نجی الله، به هوده ی موسی کلیم الله، به هوده ی عیسی روح الله. هدر شو بدر شوای زهر (مار)^{۱۴} 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، ۱۴)

^{۱۴} دا منتر د مار، لرم، غونبسی، مچی، لېوني سپي او غونډل د چيچلي ناروغ لپاره ويل کيږي، کله چې هدر شو، بدر شو ته ورسې بيا نو د هر هغي حشري نوم اخلي چې دا ناروغ يې چيچلی وي. که مار وي د مار، که مچی وي د مچی او که د لېوني سپي...

په غوږ کې د حشري نوتلو علاج:
که په غوږ کې کوم مېږی، گونگوتپه، ماشی، یا کومه بله حشره
نوتله، نو د را ایستلو لپاره یې یو منتر دی، طریقه یې داده
چې غوږ به بنکته و نیول شي او ټکان به ورکول کېږي او دا منتر
به ورباندې تر پینځو ځلو لولي. منتر په لاندې ډول دی.
(پردت، پردت، پرداتي، کراماتي، گنادي، کېږي، وپږي،
اوتي مېږي چل، به حکمي خدا به اجازه ی پیر استاد.)
(م، ۴)

بڼځه چې په اولاد دردمنه وي:
کله چې د بڼځې ماشوم پیدا کېږي او په اولاد دردمنه وي، نو د
درد دکمولو او ماشوم په اسانه پیدا کېدا لپاره یې خرافاتي
درملنه دا ده چې یو منتر درې ځله په توش قلم یا پنسل په
هڅۍ باندې لیکل کېږي او هڅۍ دردمنې بڼځې ته ورکوي،
چې په لاس کې یې موټی کړي او د درد پر مهال په هڅۍ باندې
لږ لږ زور راوړي. منتر په دې ډول دی: ((مراجیزې، خړې مرا
جایزې، زن دهقان را زاید یا نه زاید.))

(م، ۲)

د بد غږ درملنه:

که يو ماشوم نوی پيدا شوی وي، يا کوم ماشوم سنت شوی وي، يا يې پربندن کوم زخم وي، يا د غټ سپري پربدن زخم وي، له دې وېرې چې بد غږ يې ونه وهي، يا د بېلماخو بنځو او سپړيو غږ ورباندې ورنه شي، نو د فېروزي گوته به په لاس کړي. ماشوم ته به سلېمانۍ مری په پښه کې واچول شي. که ماشوم نوی سنت شوی وي، نو د سنتې شوې (پرې شوې) غوښې پوټی به په تار کې واچول شي او په پښه کې به يې ورته د څو ورځو لپاره وتړي، ځنې کليوال په دې باور دي چې دا کړنه د بد غږ مخه نيسي.

د ماشوم د وېرې او ډار درملنه:

که ماشوم په خوب کې ژاړي، زړه يې شټنکې وهي او گومان کېږي، چې وېرې اخېستی، يا د پېريانو د سيوري وېره ده، نو په يوتار کې به د لېوه غاښ، وړوکی چاقو، بربو او کنجکه واچول شي او د ماشوم په سوزني کې به ماشوم ته پر ټټر بند کړای شي، يا دې ورته د بالښت لاندې کېښودل شي. ويل کېږي چې دا د بد غږ او د پېريانو د سيوري لپاره گټور دی او د ماشوم وېره ورسره ختمېږي.

حيوانی دودیزه درملنه:

الف: دودیزه خارویزه درملنه:

د سورنگي: (بیخ وهلي) خاروي درملنه

دا هغه ناروغي ده، چې خاروی د شپې مهال په ژمي کې یخ ته پاتې شي، نو په دې مرض اخته شي. د ناروغي نخبې دادي چې د خاروي تبه وي او له خولې یې کياخې (اوبه) عي. د دې ناروغي د علاج لپاره کلیوال د گورې یا بادیانو شربت جوړوي او په یوه توتو ډوله ناوه کې یې خاروي ته په خوله کې اړوي. په دې سربېره پر خاروي برستن تړي او له یخه یې ساتي [شنه بادیان د گورې له شربت سره ورکول د خاروي برېښ او درد ته هم ښه دي] برستن تر هغه پر خاروي تړلي وي، ترڅو ښه شوی نه وي او یاده درملنه په اونی کې درې ځلې تکرارېږي.

د خاروي پړسوب:

کله چې خاروی ((مله)) وخورې یا د بلې ناروغي له امله ورته د گېډې پړسوب پیدا شي، نو څو ډوله درملنه لري. لومړی دا چې ایلنی [شین وي که وچ] په شرومبه کې خاروي ته په خوله کې

واړول شي. دویم ډول يې دا ده چې د چړه ايز تپړپک د کارتوس باروت(دارو) په کوچو يا شپومبو کې څاروي ته ورکړل شي. درپيم او وروستی علاج يې دا دی چې د څاروي د تشي په برخه کې يو وړوکی سوری وکړای شي او په دې سره يې په خپته 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 لوشلاي، 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 غټې وريجې پخوي او په شپومبو يا شيدو کې يې څاروي ته درې څلور ورځې سر په سر ورکوي، خو د دې ترڅنګ د څاروي غولانځې کرار کرار لوشي، تر څو غوټه شوي شوده ترې ووځي. دې ناروغۍ ته (بوغمه) هم وايي.

د څاروي د ټوخي درملنه:

کله چې پسه ټوخي له ۲-۳ وطنۍ هگۍ ورته په خوله کې ماتوي او وراړوي يې، که غوايي يا غوا ټوخي، نو بيا له ۱۰-۱۵ پورې هگۍ ورته اړوي. يا ورته د ((کوري)) په نوم [د غره يو بوټی دی] 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 څاروی زخمي شي، د ((يک انداز)) په نوم [د توره پانې په شان يو بوټی دی] بوټی وچ او ميده شي او پر زخم واچول شي. همدا راز د زارومبۍ په نوم درملنه هم شته چې يوه ټوټه ټوکر به وسوزول شي او ايره به يې پر زخم کېښودل شي.

د څاروي نس ناستي درملنه:

کله چې د شنو وبنو پر مهال څاروی وابنه خوري، نو کله نا کله د څاروي د نس ناستي لامل شي، کليوال د دې ناروغۍ د

درملنې لپاره د څاروي مخې ته د مالگې گټې بډي، څاروی پر هغه گټې ژبه راکاږي او خټي يې. په ورځ دوو کې د څاروي د اسهال د بندېدو لامل شي.

د شیدو د کمښت درملنه:

کله چې یو څاروی خپل شوده کم کړي، نو ورته ماسته وریجې ورکول کېږي، له دې سره د څاروي شیدې زیاتېږي. د جوارو د اوږو له گروېدو سره هم د شیدو د زیاتېدا تمه کېدای شي.

د څاروي دنس چوره کېدلو درملنه:

کله داسې پېښه شي چې څوک یو څاروی په لینده، یا کانی وولي، نو یوه گوتمی ځای یې وپرسېږي، دې حالت ته کلیوال د مال دنس چوره کېدل وايي. څاروی ورنه نا ارامه وي، علاج یې دا دی چې په یوه ټوټه لامده لیمڅي کې به مالگه واچوي، یو کانی به په اور کې سور او بیا به یې په دې لیمڅي کې تاو کړي، سم دواړه به په لیمڅي کې تود تاوشوی کانی د څاروي

پر پرسېدلې (چوره) ځای د ټکور لپاره کېښودل شي. دوه ورځې چې دا طریقه تکرار شي څاروی ښه کېږي. د څاروي د قبضیت درملنه:

که څاروی قبض وي او له امله يې خپته پرسېدلې وي، نارامه وي، نو نیم من توربانجان به جوش کړای شي، چې ښه وڅوټېدل لاس به پکې ووهي چې مېده او غوټې يې هوارې شي، بیا به څاروي ته په خوله کې واپول شي. په یو ساعت کې دننه به يې قبضیت مات شي. اوسنۍ درملنه يې دا هم ده چې یو بوتل غټه پیپسي به په خوله کې ورواپول شي، له دې سره يې هم قبضیت ماتېږي.

د څاروي د تېک ناروغۍ درملنه:

د تېک ناروغي په څارويو کې ډېره وي، دا یو ډول ناروغي ده چې څاروی پکې له پښو فلجېږي، سومان يې چينجي کوي او له حرکت پرېوزي. علاج يې دا دی چې د اوږي به يې په سرو شگو کې ګرځوي، ترڅو د سومانو لاندینی برخې يې داغ او چينجي يې مړه شي، له دې سره څاروی ښه کېږي. که د ژمي دا ناروغي ورپېښه شوه، نو په ژاولنو خټو کې به وګرځول شي،

چې مېکروب او چینجی ترې په خټو کې پریوزی. له دې سره
هم څاروی ښه کېږي.

ب: روحاني څارویزه درملنه

د شیدود کمښت روحاني درملنه:

کله چې څاروی شوه کم کړي، نو په کلي کې یو روحاني
شخص ورته په الحمد لله او وروستیو څلورو ستورتونو ډوډۍ
دموي او څاروي ته یې ورکوي.

غوا چې لغتې وهي:

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.

څاروی چې توریې اخېستی وي:

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

علاج دادی چې د کلي په ملا يا کوم بل روحاني او متقي شخص به ورته په سورة فاتحه او ((چهار قُل)) سکرک دم شي اوبيا خاروي ته خو وخته ورکړل شي.

ج: خرافاتي خارويزه درملنه.

غوا چې لغتې وهي:

په کور و کلي کې يونيم کس کوډې او طلسم کوي، د هغې غوا يا خاروي لپاره چې د لوشلو پر مهال نه درېږي او لغتې وهي، په يوه پاڼه کاغذ کې د فرعون، نمرود، شداد او هامان نومونه ليکي اوبيا يې د يو تاويز په بڼه پوښ کړي او د غوا په ښکريا لکۍ پورې يې وتړي. چې دا کړنه په ښکاره ډول په خرافاتي عقايدو پورې تړلې ده.

کورني الوتونکي چې د نس ناستې ناروغي ولري:

د کورنيو الوتونکو د نس ناستې ناروغي کورنی درمل دادی، چې د جوارو اوږه ورته په مستو کې گډېږي او ورکول کېږي. د تيتراسکلين کپسول هم ورته په خوله کې اچول کېږي، که چرگوري واړه وي ورته په اوبو يا اوږو کې يو کپسول گډېږي او اوبه ورته ايښودل کېږي.

مېرز، زرکه او چرگ چې په جنگ کې زخمي شي :
مېرز، زرکه يا چرگ چې په جنگ کې زخمي شي، په زخم يې رانجه
اچول کېږي او تود تېکور ورکول کېږي. بله درملنه يې داده، چې
تاري لتې ته به اور واچول شي او ايره به يې په تپي ځای باندې
کېښودل شي.

د مېرز، زرک او چرگ د توغکي درملنه:
که مېرز، زرک او چرگ د توغکي په ناروغۍ اخته وي، نو نخبه يې
داده، چې له خولې يې اوبه بهېږي او تبه لري، درملنه يې داده چې
پياز به ورته مېده مېده شي او په خوله کې به ورکړل شي، يا شدو پي
(يو ډول بوټی دی) ورکول کېږي.

چرگه چې خامې هگۍ اچوي:
هغه چرگه چې له کوم ځای نه غورځېدلې وي او خامې هگۍ اچوي،
درملنه يې داده چې په غوړو کې به ورته د جوارو نينې وکړي، بيا به
يې ورته کېږدي چې ويې خوري، يا به وازده وييلې کړي او مخې ته به
يې کېږي. له دې سره به يې ناروغي ښه شي.

کورني الوتونکي چې پښه ماته شي:
د چرک، چرگې، فيل مرغ، هيلی، زرک يا مېرز چې پښه ماته شي، نو د
پښې شاوخوا به يې د دورمو (کړکو) ډکي کېښودل شي او په ډېر
حکمت به په ټوټه وټرل شي، دوه اونۍ وروسته به يې مات شوی ځای
پرانيزي، تمه ده چې مات هلوکي به يې جوړ شوی وي.

د کورنیو الوتونکو پر خان چې دانه وي :
د کورنی الوتونکی پر خان چې دانه وي، نو درملنه یې داده، چې په یخو
اوبو کې به د بارتنگ پټی جوړه کړي او په دانه به یې پورې کړي، یا به
اینخت (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 هوگې
یو پلی به په منخ مات کړي، په دانه به یې وسولوي، په درې څلورو
ورځو کې به دانه وچه شي.

پایله

د پایلې په توگه ویلای شو چې فولکلوریکه درملنه زموږ په هېواد کې پراخې ریښې لري، که دا غني پانگه راتوله شي گټور اثار ترې پنځېدلای او د څېړنو لپاره څېړونکو ته ښه توکي په لاس ورتلای شي. که څه هم دغه مونوگراف 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 راتولونې 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 توگه دغه توکي مطالعه شي او وکتل شي چې موثریت او گټورتوب یې په څه کې دی. ایا دا توکي په عصري طبابت کې د استعمال وړ دي، ایا د دې توکو جانبي عوارض شته، ایا گټورتوب یې علمي دی، که یوازې د

ناروغانو د تسکین په اړه یوه سرچینه ده؟ که په راتلونکې کې د
طبعې علومو او فولکلورستانو ګډه څېړنه ترسره شي، نو دا او دې
ته ورته پوښتنې به پکې ځواب شي.
زه دا کار نیمګړی او نا بشپړ ګڼم، خو تمه لرم چې هر ورو به د
فولکلوریکې درملنې په اړه د څېړنو د ماڼۍ لپاره د خامو موادو
یوه ډېرمه وي.

درنښت

وړاندیز

زه د ننگرهار پوهنتون محترم مشرتابه ته وړاندیز کوم، چې د محصلينو مونوگرافونه دې د موضوعاتو د همغږۍ او نږدې والي له مخې سره بېل، د کتاب په بڼه دې چاپ او ټولنې ته وړاندې کړي. دغه مونوگرافونه چې د محصلينو د زيار محصول دی او درنو استادانو په پوره اخلاص کتلي او په اړه يې مسلکي سپارښتنې کړي، د ټولنې لپاره د خیر پیغام لري، ډېر داسې څه شته چې په مونوگرافونو کې راټول شوي، خو د يادې موضوع په اړه هېڅ کوم اثر نه دی چاپ شوی. هيله مې دا ده چې د پوهنتون محترمه اداره د دې هڅه وکړي چې د محصلينو د مونوگرافونو د چاپ او خپراوي لپاره شرايط برابر کړي، چې په ټولنه کې ترې خلک گټه پورته کړي.

درنښت

ماخذونه:

۱. اخندزاده غلام فاروق، ننگرهار، بښپوه، شگه، عمر ۵۸ کاله
۲. اخندزاده محمد حسن، ننگرهار، بښپوه، شگه، عمر ۸۲ کاله
۳. حاجي بي بي، ننگرهار، بښپوه، شگه، عمر ۷۵ کاله
۴. حاذق ملا عبدالخليل، کورنی طبيب، کامه، ننگرهار، عمر ۷۵ کاله، مړ
۵. خټک، خوشال خان، طب نامه، چاپ ۱۹۸۶ م کال، شرکت پرنټنگ پریس چوک نسبت روډ، لاهور
۶. خاطر، خليل الرحمن، ننگرهار، حصار شاهي، عمر ۴۵ کاله
۷. سعید، سعید خان، غزنی، اندر ولسوالی، عمر ۶۲ کاله.
۸. صافی، ملا محمد دین، ننگرهار، بښپوه، برکاشکوټ، عمر ۷۳ کاله
۹. مشوانی عبدالقیوم زاهد، کورنی طبيب، ۱۳۸۰ لمريز، دانش کتابتون، قصه خواني بازار، پشاور.
۱۰. ناصر نصرالله، د پښتني فولکلور د چاپي مجموعو ټپرندود، کابل، آزادی مطبعه، ۱۳۸۳ لمريز

۱۱. زاوه وال، تاج الدین عاجز، ویې پېژنه ویې خوره، ۱۳۸۳ لمريز، د دانش خپرندويه ټولنې تخنيکي خانگه، قصه خواني بازار، پېښور
۱۲. شينوارى پروفيسور الحاج انجنير صالح گل، معالجه بالغذا، ۱۳۷۹ لمريز، برهان پرنټنگ پرس،
۱۳. شينوارى پروفيسور الحاج صالح گل، خواړه او روغتيا، ۱۳۸۵ لمريز، البيروني مطبعه، پېښور
۱۴. <http://www.seemorgh.com/culture/۲۰۸۲/۱۴۴۲۶.html>

د لیکوال چاپ اثار:

- 1 - ترخې خاطر (ناول) چاپ
- 2 - ستوري کيسه کوي (ناول) چاپ
- 3 - د خدای په کور کې (د لنډو کيسو ټولگه)

چاپ

- 4 - د بناپيرو په حرم کې (طنزیه ټولگه) چاپ
- 5 - روهي ناروغ (طنزیه ټولگه) چاپ
- 6 - وزر (د وجيزو ټولگه) چاپ
- 7 - ربنستيا به وايو (نثري ټولگه) چاپ
- 8 - دا هماغه هندوستان دی (د هند يونليک)

چاپ

- 9 - يوزرو يو د ليلونه (ژباړه) چاپ
- 10 - فکريه کار دی (نثري ټولگه) چاپ
- 11 - فولکلوریکه درملنه (همدا اثر)



مننه او کور وداني

د افغانستان ملي تحريک د هېواد پال او فرهنگپال شخصيت ښاغلي (محمود کرزي) څخه د زړه له تله مننه کوي چې د دې اثر چاپ ته يې اوږه ورکړه. ملي تحريک وياړي چې د علمي اثارو د چاپ لړۍ يې پيل کړې ده. دا لړۍ به دوام لري. موږ له ټولو درنو هېوادوالو څخه په خورا درنښت هيله کوو چې په خپل معنوي او مادي وس د کتابونو د چاپ دا لړۍ لا پسې وغځوي.

يو ځل بيا د دې اثر له ژباړن او چاپوونکي څخه د زړه له تله مننه کوو چې د دې اثر د ژباړلو او چاپولو جوگه شول.

په فرهنگي مينه

د افغانستان ملي تحريک



د افغانستان ملي تحريک

www.melitahrik.com

د خپرونو لړ: ۷۰

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