# نامردی (IMPOTENCE) کا علاج

اگر مرد دورانِ مباشرت اپنے عضوِ تناسل میں بالکل سختی محسوس نہ کرے یا اتنی دیر سختی برقرار نہ رکھ سکے کہ دخول ہو تو اس کیفیت کو نامردی (Impotence) کہتے ہیں۔

نامردی کی مندرجہ ذیل قسمیں ہوتی ہیں۔

## (1) جسمانی بیماریوں کی وجہ سے نامردی

(الف) پیدائشی طور پر عضو میں خرابی۔

(ب) کمر میں چوٹ اور غدہ (Prostate) کی جراحی، اعصاب (Nerves) کے زخم یا ٹوٹ پھوٹ۔

(ج) مختلف جسمانی بیماریاں مثلاً ذیابیطس وغیرہ۔

(د) عضوِ تناسل میں حادثاتی یا دورانِ جراحی زخم اور چوٹ۔

(ہ) خون میں جنسی کیمیاوی اجزاء (Sex Hormones) کی کمی۔

(و) ادویات کے استعمال کی وجہ سے مثلاً خواب آور گولیاں، ادویات بلند فشارِ خون و ذیابیطس، نشہ آور گولیاں، افیون، ہیروئن شراب وغیرہ۔

**علاج** : ان تمام بیماریوں کے علاج سے ان کی پیدا کردہ نامردی دور ہو سکتی ہے۔ البتہ کچھ بیماریاں ایسی ہیں جن میں علاج سے کھوئی ہوئی طاقت واپس لانا ممکن نہیں ہوتی۔

## (2) نفسیاتی نامردی

یہ اس شخص کی نامردی کو کہتے ہیں جو اوپر دی گئی کسی بیماری میں مبتلا نہ ہو اور پھر بھی سختی نہ آتی ہو اور مباشرت نہ کر سکتا ہو۔ یعنی نفسیاتی اور معاشرتی عوامل کی وجہ سے نامردی ہو جاتی ہے ماہرین کا خیال ہے کہ نامردی کے بیشتر مریض ان وجوہات کی بناء پر نامرد ہو جاتے ہیں ایسے عوامل مندرجہ ذیل ہیں جو اس قسم کی نامردی کو جنم دیتے ہیں۔

### (الف) نوجوانوں کی فکر و پریشانی :

خصوصاً جنسی صلاحیت کے بارے میں کیونکہ نوجوانوں میں جو تبدیلیاں جنسی اعضاء

میں آتی ہیں ان کو جنسی بیماری کی علامات سمجھ لیا جاتا ہے۔ مثلاً احتلام، منی کا رسنا، خصوصاً جنسی خیالات کے بعد یا خواتین یا ان کے افسانے اور تصاویر اور فلم کے قرب سے۔ مشت زنی کو جنسی، صحت کیلئے مضر سمجھنا۔ عضو کی ساخت کے بارے میں ناواقفیت کی وجہ سے یہ سمجھنا کہ چھوٹا ہے، بڑا ہے، جڑ سے پتلا ہے، نسیں ابھری ہوئی ہیں وغیرہ وغیرہ۔

منی کو خون سے بھی زیادہ قیمتی چیز سمجھنا اور اس کے فطری اخراج (احتلام، مباشرت، مشت زنی، جنسی تحریک) کو جنسی اور جسمانی صحت کیلئے سم قاتل سمجھنا، جب اتنی فکر اور پریشانی لئے ہوئے کوئی مرد بیوی کے پاس جائے گا تو اس کا فطری نظام جنس متحرک نہیں ہوسکتا اور وہ ضرور خیزش سے محروم رہے گا۔ جب پہلی دفعہ یہ حادثہ ہوجائے گا تو اس شخص کو یقین ہوجائے گا کہ وہ صحیح سمجھتا رہا ہے کہ وہ جنسی طور پر ناکارہ ہے اور پھر آئندہ وہ دماغ میں یہی خیال لئے مباشرت کی کوشش کرے گا اور ناکامی کا منہ دیکھے گا۔

## (ب) جھوٹی شرم :

جب نوجوانوں کے دل میں اوپر والے خیالات اور پریشانیاں ابھرتی ہیں تو وہ جھوٹی شرم کی وجہ سے کسی سے رجوع بھی نہیں کرتے۔ نہ والدین سے نہ اساتذہ سے اور نہ ہی ڈاکٹروں سے۔ اس کے علاوہ ہمارے بڑے بھی جنسی صحت کے بارے میں نوجوانوں کو کوئی تعلیم نہیں دیتے، بلکہ اگر غلطی سے ان کے منہ سے ایسا کوئی لفظ نکل بھی جائے تو ان کو سخت سست کہتے ہیں اور آئندہ کیلئے اس موضوع پر بولنے سے سختی سے روک دیتے ہیں۔ شادی کی رات سے قبل لڑکیوں کو تو یہ کہہ کر خاوند کے حوالے کردیا جاتا ہے کہ "جو وہ کہے وہ مان لینا" مگر لڑکوں کو تو اتنی بھی رہنمائی دینے والا کوئی نہیں ہوتا۔

## علاج :

## (1) علاج بذریعہ گفتگو :

یہ ذہن میں رہے کہ عضو تناسل کوئی بجلی سے چلنے والی موٹر نہیں ہے کہ جب چاہا بٹن دبا دیا اور موٹر چلالی، بلکہ عضو تناسل میں سختی آنا کچھ نہ کچھ بھوک لگنے کے عمل کی طرح ہے کہ جب اندرونی اور بیرونی عوامل صحیح ہوں گے تب تیز بھوک لگے گی، کھانا کھائے ہوئے چند گھنٹے گزر

جانے چاہئیں اور سامنے سجے سجائے اور خوشبودار کھانے ہونے چاہئیں اور ماحول بھی خوشگوار ہونا چاہیے۔ یعنی کوئی لڑائی جھگڑا نہ ہورہا ہو۔ اسی طرح عضو میں خوب سختی جب ہی آتی ہے جب پچھلی ہمبستری کو کچھ وقت گزر جائے، شریک حیات سے تعلقات خوشگوار ہوں وہ بناؤ سنگھار کئے ہوئے ہو اور ہمبستری کیلئے خواہش کا اظہار بھی کرے وغیرہ وغیرہ۔

نامردی کے مرض کو ٹھیک کرنے کیلئے ضروری ہے کہ پہلے جسمانی لمس کے ذریعے لطف حاصل کیا جائے۔ ایک دوسرے کے جسم سے لطف اندوز ہونے کیلئے جسم کے سب حصے استعمال کریں۔ مثلاً انگلیاں، ہاتھ، باہیں، ہونٹ، سینہ، ٹانگیں وغیرہ۔ علاج کا پہلا قدم یہ ہی ہے کہ خوب جسمانی لطف لیا جائے، جب یہ کامیابی سے کرلیں تو علاج کے اگلے قدم پر جاسکتے ہیں۔

## (2) نرمی کی حالت میں عضو کو اندام نہانی میں داخل کرنا :

اگر جسمانی لمس کے دوران یا ویسے ہی عضو میں معمولی خیزش محسوس ہو تو بسا اوقات اسی طرح اندام نہانی میں ٹھونس کر بعد میں خیزش پیدا کی جاسکتی ہے اور اگر جب نہ آئے تو کوئی نقصان کی بات بھی نہیں ہے۔

## (3) خواتین کیلئے مشورے :

ہمبستری نہ بھی ممکن ہو تب بھی خاوند کے بدن اور خصوصاً جنسی اعضاء پر ہاتھ پھیرنے کے ہر موقع سے فائدہ اٹھانا چاہیے کیونکہ اس سے علاج میں مدد ملے گی۔ عضو میں سختی لانے کیلئے مندرجہ ذیل عمل بھی مددگار ہوتے ہیں، یعنی عضو کو جڑ سے دبانا۔

عضو کو اوپر سے نیچے کی طرف دبانا وغیرہ وغیرہ۔ اگر ہمبستری کے دوران بیوی نیچے ہے تو کولہوں کے نیچے ایک تکیہ رکھ لینا چاہیے۔ بسا اوقات اوپر سے ہمبستری کریں تو عضو کی سختی میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ ہر دفعہ نئے طریقے (Pose) سے ہمبستری کرنے سے بھی علاج میں مدد ملتی ہے۔

## میاں بیوی کا باقاعدہ علاج :

اگر اوپر دیئے گئے طریقے کارگر نہ ہوں تو باقاعدہ علاج شروع کیا جاتا ہے۔ اس کیلئے آٹھ عمل ہوتے ہیں اور تقریباً دو تین ہفتوں کا وقت لگتا ہے۔ اس کیلئے دونوں میاں بیوی کا بھرپور تعاون بھی ضروری ہے اور ایک علیحدہ کمرہ بھی درکار ہے جہاں بچے اور دوسرے افراد نہ ہوں۔

اگر دونوں میاں بیوی ہسپتال آئیں تو اچھا ہے ورنہ خاوند کے ذریعے ہی دونوں کو ہدایات پہنچائی جاتی ہیں۔ علاج کیلئے ہر تیسرے دن آنا ضروری ہے۔

### عمل نمبر 1

جنسی معلومات کا سوال نامہ پُر کروایا جاتا ہے۔

پورے جسم کا معائنہ کیا جاتا ہے، خصوصاً جنسی اعضاء کا۔ اگر کوئی خرابی ہو تو بتائی جاتی ہے اور اگر معائنے پر ہر چیز بالکل صحیح نکلے تو یہ بھی بتا دیا جاتا ہے تاکہ کوئی غلط فہمی ہو تو وہ بھی دور ہو جائے۔

### عمل نمبر 2

بہتر جنسی عمل کیلئے میاں بیوی کا آپس میں تعاون، محبت اور پیار ضروری ہے۔ اگر کوئی مسئلہ یا مرض پیدا ہوتا ہے تو اس میں بھی آپس کی ناچاقی کا بہت دخل ہوتا ہے۔ اور اس لیئے اس کے علاج میں بھی دونوں کے تعاون کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ نہیں کہا جا سکتا کہ مسئلہ ایک فریق کا ہے اس لیئے دوسرے کو تعاون کی بالکل ضرورت نہیں ہے جیسے کہ عموماً مرد کہتے ہیں اور بیویاں ان پر الزام دیتی ہیں۔ اگر آپس میں عدم تعاون نہیں ہوگا تو مسئلہ بھی پیدا نہیں ہوگا اور اگر علاج میں تعاون نہیں ہوگا تو مسئلہ حل ہونے کے بہت کم امکانات ہیں۔ چنانچہ اس پہلے مرحلے پر میاں بیوی کو اپنے اختلافات ختم کر کے باہمی پیار محبت کی فضاء پیدا کرنا ضروری ہے کیونکہ اس کے بغیر نہ جنسی عمل ممکن ہے نہ صحیح علاج۔ زوجین کا آپس میں پیار و محبت اور ہمبستری نفل عبادت کے برابر ہے اور دُنیا میں سب سے زیادہ لطف کا عمل

ہے۔اس لطف کو حاصل کرنے کیلئے یہ بھی ضروری ہے کہ اپنے مثبت جنسی جذبات کا اظہار ایک دوسرے سے کیا جائے اور جو لطف محسوس ہو اس کا بھی کھل کر اظہار کیا جائے۔جنسی معاملات کا ایک دوسرے سے اظہار کرنا لطف اور جنسی صحت دونوں کیلئے ضروری ہے۔

اکثر مسائل اس وجہ سے بھی پیدا ہو جاتے ہیں کہ زوجین ایک دوسرے کے جذبات اور خیالات معلوم کرنے کے بجائے قیافہ پر انحصار کرتے ہیں اور بسا اوقات غلط فہمی کا شکار ہو جاتے ہیں، جس سے جنسی مسائل پیدا ہوتے ہیں۔اس کے علاوہ ایک دوسرے کے جنسی اعضاء کے بارے میں بھی معلومات ہونی چاہیے تا کہ ہمبستری کا صحیح طریقہ پتہ چلے۔اس کیلئے تصویروں کی مدد لینی چاہیے۔

## عمل نمبر 3

جسمانی لمس (جنسی لمس کے بغیر): دونوں میاں بیوی کو جسمانی لمس کا مشورہ دیا جاتا ہے اس طریقہ کار میں میاں بیوی دونوں اپنی خوابگاہ میں برہنہ لیٹ جاتے ہیں اور شوہر بیوی کے برہنہ جسم کے مختلف حصّوں کو ہاتھ لگا کر بیوی کو انتہائی جنسی لذت پہنچانے کی کوشش کرتا ہے۔شوہر اس مرحلے میں بیوی کی چھاتی اور اندام نہانی کو بالکل ہاتھ نہ لگائے۔یہ سلسلہ جاری رہنا چاہیے جب تک دونوں لذت محسوس کرتے ہیں۔مگر نصف گھنٹے سے زیادہ نہ ہونا چاہیے۔اس کے بعد بیوی شوہر کو یہی آسودگی پہنچاتی ہے۔مگر عضو تناسل کو ہاتھ نہیں لگاتی ہے۔میاں بیوی دونوں ایک دوسرے کو زبانی اور اشارتاً یہ بتاتے ہیں کہ وہ جسم کے کس حصّے میں اور کس طریقے سے زیادہ لذت محسوس کرتے ہیں۔یہ بھی اہم ہے کہ دونوں پسند کے مطابق خوشبو لگائیں اور کمرے کو بہتر انداز سے آراستہ کریں تا کہ سہاگ رات کا سا سماں پیدا ہو جائے۔

## عمل نمبر 4

معلوم کریں کہ گزشتہ تجربہ کیسا رہا؟ دونوں میاں بیوی کو لطف آیا کہ نہیں؟ اگر نہیں آیا تو اس عمل کو بار بار دہراتے رہیں جب تک کہ مزہ آنے لگے۔

جب مزہ آنے لگے تو اگلا قدم اٹھائیں۔اس دور میں بھی پچھلا عمل دھرانا ضروری ہے۔ صرف اتنا اضافہ کرنا ہوگا کہ خاتون کی چھاتیوں کو بھی اس عمل میں شریک کریں یعنی ان پر بھی ہاتھ لگائیں یا منہ سے چوسیں وغیرہ اور اسی طرح اندام نہانی پر بھی ہاتھ پھیریں اور انگلی ڈالیں اور زیادہ سے زیادہ لطف دینے کی کوشش کریں۔ بیوی کو بھی چاہیے کہ خاوند کے جسم کے علاوہ عضو اور فوطوں پر بھی ہاتھ پھیرے اور لطف دینے کی بھرپور کوشش کرے۔اگر پسند ہو تو ذرا سا تیل لے کر عضو پر لگائیں تاکہ عضو میں لمس کے دوران زیادہ لطف آسکے۔اس کے ساتھ ساتھ یہ بھی ضروری ہے کہ میاں بیوی اطمینان سے ایک دوسرے کے جنسی اعضاء کو دیکھ لیں تاکہ مباشرت کے وقت پریشان نہ ہوں۔

## عمل نمبر 5

معلوم کریں کہ کیا پچھلے عمل میں بھرپور مزہ آیا؟ اگر نہیں تو مزید تین رات تک اسی عمل کو دھرائیں بلکہ اس کو مزید بھی جاری رکھیں جب تک اس عمل سے دونوں میاں بیوی لطف اندوز نہ ہونے لگیں۔ اگر عمل نمبر 4 سے بھرپور طریقے سے دونوں میاں بیوی لطف اندوز ہو چکے ہیں تو پھر اگلا عمل شروع کیا جائے مگر یہ یاد رہے کہ پچھلے سارے عمل جنسی زندگی کا حصہ بن جانے چاہئیں اور موجودہ عمل سے قبل بھی کرنے ضروری ہیں۔

یہ معلوم ہونا چاہیے کہ عضو میں سختی خود بخود آتی ہے، انسان کی مرضی کے مطابق نہیں بلکہ ماحول اور جذبات کے زیر اثر ہوتی ہے۔ اگر ماحول ایسا ہے کہ جذبات ابھر رہے ہیں تو خود بخود سختی آجائے گی اور اگر ماحول جنسی جذبات کو سرد کرنے والا ہے تو کتنی ہی کوشش کریں سختی نہیں آئے گی، بلکہ شعوری کوشش کرنے سے اور کم ہو جائے گی۔اسی لیئے یہ تمام جنسی عمل بتائے جا رہے ہیں تاکہ جنسی جذبات کو بڑھانے میں مدد ملے۔ جب پیار و محبت کی فضاء میں جسمانی لمس ہوگا اور خصوصاً عضو کی مالش کی جائے گی تو اکثر اوقات عضو میں سختی آجائے گی۔ جب عضو کی مالش سے سختی آجائے تو بیوی کو چاہیے کہ عضو کو چھوڑ دے اور باقی جسم سے لمس کرے۔ اور عضو کی سختی ختم ہونے تک ایسا کرتی رہے۔ پھر عضو کا لمس کرے مگر سختی

آنے کے بعد دوبارہ چھوڑ کر توجہ جسم کے دوسرے حصّوں کی طرف کر لے۔ اس عمل کو عضو سے چھیڑ چھاڑ (Penile Teasing Technique) کہتے ہیں اس عمل کو تقریباً آدھے گھنٹے یا جتنی خواہش ہو، جاری رکھیں۔

تصویر

## عمل نمبر 6

اگر عمل نمبر 5 لطف، اور کامیابی کے ساتھ مکمل کرلیا ہے تو اگلے عمل کی طرف بڑھیں ورنہ پچھلے عمل کو دہراتے رہیں جب تک کہ اس میں لطف اور کامیابی حاصل نہ ہوجائے۔ عمل نمبر 6 کیلئے بھی ضروری ہے کہ پہلے عمل نمبر 4 اور 5 کریں اور پھر اس عمل کا آغاز کریں۔ اس عمل کیلئے میاں بیوی دی گئی تصویر کے مطابق اپنے جسم کرلیں، یعنی خاوند چت لیٹ جائے اور بیوی اس کے اوپر بیٹھ جائے تا کہ اس کی اندام نہانی خاوند کے عضو کے بالکل قریب ہو۔ پہلے بیوی عضو کی مالش کرے جب اس میں سختی آجائے تو اپنے ہی ہاتھ سے پکڑ کراس کو اپنی اندام نہانی میں ڈال لے۔ پھر دونوں اسی طرح لطف اندوز ہوتے رہیں۔ میاں بیوی میں سے کوئی بھی نہ ہلے اور جب خواہش ہو تو عضو کو باہر نکال لیں۔

## عمل نمبر 7

اگر پچھلا عمل صحیح ہوا تو اگلا عمل شروع کریں مگر اس کا آغاز بھی عمل نمبر 4 سے کریں پھر 5 پر جائیں اور پھر نمبر 6 کے مطابق بیوی عضو کو اندام نہانی میں ڈال لے اور اس کے بعد میاں بیوی باری باری حرکت کریں، مگر آہستہ آہستہ۔ اس عمل سے بھرپور لطف حاصل کرنا اصل مقصد ہے۔ یہ عمل بھی خواہش کے مطابق جاری رکھا جاسکتا ہے۔ اگر اس عمل کے دوران انزال ہوجائے تو کوئی فکر کی بات نہیں ہے۔ بس عمل ختم کریں اور پھر اگلے دن جب خواہش ہو عمل دہرائیں۔ کسی بھی عمل کے دوران اگر انزال ہوجائے تو کوئی فکر کی بات نہیں ہے۔ اس کے بعد اگر عمل کو مزید جاری رکھنے کی خواہش نہ ہو تو اگلے دن تک ملتوی کریں۔

## عمل نمبر 8

اگر پچھلا عمل لطف اور کامیابی کے ساتھ مکمل ہوگیا ہے تو عمل نمبر 8 کریں۔ اس کے آغاز سے قبل بھی عمل نمبر 6,5,4 اور 7 کریں، پھر جب علیحدہ علیحدہ باری باری ہلکی ہلکی حرکت کر چکیں تب دونوں میاں بیوی ساتھ ساتھ حرکت کریں اور جتنی زور سے چاہیں کریں اور اس عمل سے بھی خوب لطف اندوز ہوں۔ اس کی فکر نہ کریں کہ ساتھی کو مزہ آیا ہے کہ نہیں بلکہ خود لطف اندوز ہونے کی کوشش کریں۔ اور ساتھی کو بھی لطف کے اظہار سے ہی مزید مزہ آئے گا۔ یہ عمل انزال تک جاری رہ سکتا ہے۔

دو تین ہفتوں تک اسی طرح عمل کرتے رہیں اور لطف اندوز ہوتے رہیں۔ اس کے بعد اگر شدید خواہش ہو تو دوسری کسی حالت میں بھی مباشرت کی جاسکتی ہے۔

اذهب الباس رب الناس واشف
انت الشافی لا شفاء الا شفائک
شفاء لا یغادر سقما

ترجمہ:- ''اے لوگوں کے رب تکلیف کو دور فرما اور شفا دے تو ہی شفا دینے والا ہے تیری شفا کے سوا کوئی شفا نہیں ہے ایسی شفا دے جو ذرہ بھی مرض نہ چھوڑے۔ (مدارج النبوۃ)

*****************************

## کراچی نفسیاتی ہسپتال کی خصوصیات

(1) نفسیاتی امراض کے جدید اور موثر علاج کی سہولت۔
(2) جنسی امراض کا موثر علاج۔
(3) ذہنی علاج کی مشین (E.C.T. Machine) کی تیاری اور فروخت کا انتظام جس سے دوسرے ذہنی معالج بھی مستفید ہو رہے ہیں۔
(4) کراچی نفسیاتی ہسپتال کے مجلے کا اجراء جو باقاعدگی سے ملک اور بیرون ملک مقیم ڈاکٹروں کو ارسال کیا جاتا ہے۔
(5) ملک کا واحد اسکول جہاں سزا کے بغیر جدید نفسیاتی طریقوں سے تعلیم دی جاتی ہے۔
(6) مریضوں کے کوائف کمپیوٹر میں محفوظ رکھے جاتے ہیں۔
(7) کتب خانہ LIBRARY جو نفسیات، طب، تعلیم اور مذہب کے موضوعات پر جدید ترین کتب اور جرائد کے وسیع ذخیرہ پر مشتمل ہے۔
(8) دواخانہ جہاں سے معیاری ادویات ارزاں نرخوں پر دستیاب ہیں۔
(9) کالج برائے فزیشن و سرجن سے منظور شدہ۔