

OCTOBER 2015



# کارنامہ پختہ

# سائبر سوسائٹی

# ڈاٹ

READING SECTION  
Online Library For Pakistan

READING SECTION  
Online Library For Pakistan

[WWW.PAKSOCIETY.COM](http://WWW.PAKSOCIETY.COM)

[WWW.PAKSOCIETY.COM](http://WWW.PAKSOCIETY.COM)

# WWW.PAKSOCIETY.COM

READING  
Section

## معدہ

☆ معدے کا نظام درست کرنے کے لیے ترش پھل استعمال کرنے چاہئیں جن میں لیموں، ترش انار، آلوچہ اور آلو بخارا شامل ہیں۔

## گردے

☆ گردوں کی صفائی کے لیے پانی زیادہ مقدار میں پییں اور آم، انگور، کیلا اور پیتا استعمال کریں۔

## اعصابی

☆ انگور، سیب، ناشپاتی، کیلا، انجیر، جامن اور کھجور کا استعمال کریں۔

## وانت

☆ وانتوں کی مضبوطی کے لیے سنگترہ، مالٹا، کینو وغیرہ استعمال کریں۔ کیونکہ ان میں گیاشیم پایا جاتا ہے جو ہڈیوں کی مضبوطی کے لیے کارآمد ہوتا ہے۔

## بلڈ پریشر

☆ ہائی بلڈ پریشر کے لیے ناشپاتی کا استعمال مفید ہے۔



آپ کی بیماریوں کا علاج آپ کے کچن میں

پیشاب کی جلن دور کرنے کے لیے

☆ پیشاب کی جلن کو دور کرنے کے لیے ایک چمچ

## گھریلو مسائل کے آسان حل

گھر کی چار دیواری کے اندر رہ کر آپ بہت سے ایسے کام کر سکتی ہیں جو نہ صرف آپ کے لیے معاشی برتانیوں کا حل ہوں گے بلکہ آپ ان سے بہت سے گھریلو فوائد حاصل کر سکیں گی۔ اس کتاب میں ہم نے روزمرہ کی گھریلو زندگی میں کام آنے والے ٹوٹکے درج کیے ہیں۔ منگائی اور مصروفیت کے اس دور میں یہ گھریلو ٹوٹکے آپ کے لیے گوہر نایاب ثابت ہوں گے۔ ہر ٹوٹکے کو آسان اور موثر انداز میں درج کیا گیا ہے تاکہ آپ ان سے بھرپور استفادہ کر سکیں۔ یاد رکھیں، گھریلو عورت وہی ہے جو کم خرچ میں گھر کو جنت کا نمونہ بنا سکتی ہے۔ عورت کی پہچان اس کے گھر کے طریقے اور سلیقے سے ہوتی ہے جو کم آمدنی میں بھی گھر کو صاف اور ستھرا اور خوب صورت بنا سکتی ہے۔

## انسانی جسم

☆ انسانی جسم کے لیے پھلوں کی اہمیت

## دماغ

☆ کھجور، بادام سیب، انگور، سنگترہ، اخروٹ۔ کیونکہ ان تمام پھلوں میں فاسفورس زیادہ ہوتا ہے۔

## دل

☆ دل کی کمزوری دور کرنے کے لیے سنگترہ، انار اور مالٹا بہترین پھل ہیں۔

## جگر

☆ جگر خراب ہو جائے تو ٹماٹر، انار، اناس، آڑو اور لیموں استعمال کریں۔ کیونکہ ان پھلوں میں ترشی اور نمکیات ہوتے ہیں جو جگر کے افعال کو درست رکھتے ہیں۔

بھون کر رکھ لیں۔ روزانہ صبح دو بڑے چمچے استعمال کریں اور موسم کے مطابق گرم یا ٹھنڈے پانی کے ساتھ کھائیں۔

## زبان کی لکنت کے لیے

☆ زبان کے نیچے تیزپات کاسفوف بنا کر رکھنا یا پھرتا ہی توڑ کر رکھنا، لکنت زبان کو درست کرتا ہے۔

☆ پانی میں دار چینی ڈال کر ابال لیں اور اس سے غرار کریں۔

☆ پانی میں نمک ڈال کر ابالیں اور غرارے کریں۔

## قے اور الٹی کے لیے

☆ وھنیا ایک تولہ گھوٹ چھان کر مصری ملا کر کوٹ کوٹ پلا میں قے بند ہو جائے گی۔

## بلغھی کھانسی کے لیے

☆ ہلدی کو آگ میں بھون کر باریک پیس لیا جائے اور ایک ماشہ خوراک نیم گرم پانی کے ساتھ کھائی جائے بلغھی کھانسی چند روز میں اچھی ہو جاتی ہے۔

سرخ مرچ کے بیج ایک ماشہ باریک پیس کر ایک تولہ گڑ میں ملا میں اور ان کی گولیاں پندرہ عدد بنالیں، ہر روز بوقت صبح ایک گولی استعمال کریں۔ بلغھی کھانسی رفع ہو جائے گی۔

## داد (چنبیل)

☆ روغن کلونجی روزانہ تین مرتبہ مالش کریں۔ ان شاء اللہ چند دنوں میں داد ختم ہو جائے گا۔

## دانت اور مسوڑھے کا درد

☆ شہد کو سر کے میں گھولیں اور اس کی کلیاں صبح شام کریں، دانت اور مسوڑھے مضبوط ہو جائیں گے۔

## دکھتے دانت

چائے والا اجوائن خراسانی کاسفوف ہمراہ پانی روزانہ استعمال کریں۔

## خشک کھانسی کے لیے

☆ خشک کھانسی اور دمہ کے لیے روزانہ ایک تولہ اسپغول دودھ یا پانی کے ساتھ چالیس روز تک استعمال کریں۔

## سر درد کے لیے

☆ سر درد اور مرگی کے امراض میں الایچی کا شربت بنا کر استعمال کرنا مفید ہے۔

## آدھے سر کا درد

☆ اگر آدھا سر درد کر رہا ہو تو سر کے جس حصے میں درد ہو رہا ہو اس کی ناک کے مخالف نتھنے میں شہد کی بوندیں ڈال دیں، درد بند ہو جائے گا۔

## بد ہضمی کے لیے

☆ دانہ الایچی خورد و تولہ، مرچ سیاہ ایک تولہ، نمک سیاہ ایک تولہ، نوشادر دو تولہ، تمام اشیا کو کوٹ کر چورن بنالیں اور ڈبے یا شیشی میں بند کر لیں۔ حسب ضرورت تقریباً "آدھا ماشہ" ہمراہ پانی صبح دوپہر اور شام ہر کھانے کے بعد استعمال کریں۔

## پیٹ کا درد

☆ ایک چٹکی بیٹھا سوڈا ایک گلاس پانی کے ساتھ استعمال کرنے سے پیٹ کا درد دور ہو جائے گا۔

## نزلہ زکام کے لیے

☆ بار بار نزلہ زکام ہونے والے حضرات کو بھنے ہوئے چنوں کا آٹا ایک چھٹانک، مغز بادام دس دانے، سونف آدھ تولہ اور تخم خشخاش تین ماشہ ان تمام اشیا کو گڑ میں ملا لیں۔ پھر ہلکی آنچ پر پانچ تولے چینی ملا کر

## چھینکیں آئیں تو...

☆ اگر آپ کو بہت چھینکیں آئیں اور رکتی نہ ہوں تو آدھا گلو دودھ میں ایک چائے کا چمچہ ہلدی، ایک چمچہ اجوائن اور تھوڑی سی ویسی شکر لے کر اتنی دیر تک پکائیں کہ دودھ ایک کپ رہ جائے۔ اس دودھ کو روزانہ رات کو ایک ہفتہ تک پیئیں، نزلہ زکام اور چھینکوں میں مفید ہے۔

## کانچ کا معاملہ

☆ اگر غلطی سے کانچ کا ٹکڑا یا ذرے کھالیے ہوں تو اس متاثرہ شخص کو بہت سارے کیلے کھلا دیں۔ کانچ نکل جائے گا۔

## زہریلے جانور کے کاٹے کا علاج

☆ اگر زہریلا جانور کاٹ لے تو کسی کھل میں مولیاں کوٹ کر کپڑے میں سے چھان کر رس کا عرق نکال لیں، کالی ہوئی جگہ پر دو تین دفعہ لگا دیں، ہر قسم کی جلن اور تکلیف ختم ہو جائے گی۔ مولی کا عرق جتنا زیادہ پرانا ہوگا اتنا ہی جلد اثر کرے گا۔ اگر شہد کی مکھی، بچھو یا ایسے ہی دوسرے زہریلے جانور نے کاٹ لیا ہے تو پیاز کا عرق نکال کر کالی ہوئی جگہ پر لگانے سے کافی آرام آجاتا ہے۔

## آگ سے جلنے کے داغ

☆ ایک پاؤ سرسوں کے تیل میں آدھا پاؤ کٹا ہوا گڑ ڈالیں۔ ان دونوں کو ہلکی آچ پر اتنی دیر پکائیں کہ گڑ

جل کر سیاہ ہو جائے، چولہے سے اتارنے کے بعد گڑ نکال لیں اور تیل کو بوتل میں ڈال کر رکھ دیں۔ روزانہ رات کو سوتے وقت اسے داغ پر لگائیں اور صبح دھولیں، ایک مہینے کے استعمال سے داغ دور ہو جائیں گے۔

☆ دانٹوں کی صفائی نہایت ضروری ہے، لیکن دیکھا گیا ہے کہ اکثر صفائی رکھنے کے باوجود بھی مسوڑھوں سے خون آتا ہے اور ان میں درد بھی رہتا ہے ان کا علاج یہ ہے کہ پھٹکری میں ذرا سائمنک ملا کر مسوڑھوں پر مل لیں دن میں دو بار یہ عمل کرنے سے درد اور بلیڈنگ کو کافی افاقہ ہوگا۔

## گر میوں میں جلدی امراض

☆ گر میوں میں اگر جلدی امراض حملہ کر دیتے ہیں، بعض اوقات خون کے فاسد ہونے کی وجہ سے بھی جسم پر خارش ہو جاتی ہے۔ اس مرض کے دور کرنے کے لیے کر میوں کا رس نکال کر دو چمچہ روزانہ صبح کے وقت پیئیں چند روز کے استعمال کے بعد خون صاف ہو جائے گا اور چہرے کی رنگت نکھرے جائے گی۔

## گرم چائے سے جلنے کے لیے

☆ گرم چائے یا کافی پینے سے زبان جل جاتی ہے، اس کے لیے اگر آپ چینی کے چند دانے لے کر اپنی جلی ہوئی زبان پر ڈال دیں تو آپ کی زبان کو فوراً ہی اس پریشانی سے نجات مل جاتی ہے۔

## ماسیگرین سے نجات

☆ چند کافور کی گولیاں لے کر انہیں پیس لیں اور پھر

پانی میں ملا کر سونے سے پہلے اپنی پیشانی پر ملیں۔ ماسیگرین یا آوھے سز کا درد فوراً ختم ہو جائے گا۔

## بندناک کھولنا

☆ تھوڑی سی کالی مرچ اور اجوائن لیں اور انہیں گرم تیل میں ملا دیں اور پھر اسے سونگھیں۔ اس عمل سے بندناک فوراً کھل جائے گی۔ اس کے علاوہ خالص بادام کا تیل ایک قطرہ دونوں ناک کے نتھنوں میں ڈالیں۔ اس سے ناک کھل جائے گی۔

دانے لے کر پیس لیں، ایک چمچہ شہد پیا کریں اور وار چینی کے دو تین چھوٹے ٹکڑے دن میں چوس لیا کریں۔

## آنکھوں کا درد دور کرنے کے لیے

☆ آنکھیں دکھتی ہوں تو گو بھی کے پتوں کی ٹکیہ بنا کر آنکھوں پر باندھنے سے درد رفع ہو جاتا ہے۔

## غذا اور غذا سیت

## جلے ہوئے گوشت کو ٹھیک کرنے کے لیے

☆ کبھی کبھی گوشت پکاتے ہوئے جل جاتا ہے۔ اس کو ٹھیک کرنے کے لیے پہلے دیگی چولہے سے اتار کر جلا ہوا گوشت بغیر جلے گوشت سے علیحدہ کر لیجیے اور مسالا پھینک دیجئے۔ پھر دوسری دیگی میں گھی ڈال کر پیاز براؤن کیجئے اور تازہ مسالا بھون لیں اور گوشت تیار ہونے کے بعد تھوڑی سی میٹھی بھی ڈال لیں۔ اس طرح جلے ہوئے گوشت کی بو دور ہو جائے گی اور گوشت ٹھیک ہو جائے گا۔

## پیاز کو کرپسی کرنے کے لیے

☆ پیاز کو کرپ اور اچھا براؤن کرنے کے لیے پہلے سلائس کیے ہوئے پیاز کو پندرہ منٹ کے لیے وہی میں بھگو دیں، پھر فرائی کریں، اس سے پیاز کا رنگ بہت اچھا آتا ہے۔

## پیاز خستہ کرنے کے لیے

☆ پیاز کو فرائی کرنے سے پہلے اگر دودھ میں ڈبو لیا جائے تو پیاز خستہ ہو جاتا ہے۔

## اندوں کی بو

☆ کیک میں اندوں کی بو دور کرنے کے لیے اگر اس آمیزے میں ایک چمچہ شہد کا ڈال دیا جائے تو اندوں کی

## لو سے بچاؤ کے لیے

☆ دھنیے کے پانی میں چینی ملا کر پیس۔ گرمیوں کے موسم میں بار بار پانی پیتے رہنے سے لو لگنے کا خطرہ مل جاتا ہے۔ ایک الائچی ہر وقت منہ میں رکھنے سے اس سے محفوظ رہا جاسکتا ہے۔ آم کی کیری کا شربت پینا مفید ہے۔ لیموں کے رس میں ایک گلاس پانی اور پسی ہوئی مصری ڈال کر پینے سے لو کا اثر کم ہو جاتا ہے۔

## خارش کا علاج

☆ خارش خشک وتر کی صورت میں لیموں کا رس پانچ گرام، عرق گلاب دس گرام اور چینی کا تیل پندرہ گرام تینوں کو ملا کر خارش والی جگہ پر لگانے سے چند روز میں افاقہ ہو جائے گا۔

## گرہ اور مٹانے کی پتھری کے لیے

☆ گرہ اور مٹانہ کی پتھریاں ایک ماہ تک کھیرے کی قاشوں پر کالا نمک اور نوشادر لگا کر کھانے سے پیشاب کے راستے ٹوٹ کر نکل جاتی ہیں۔

## خونی بوا سیر کے لیے

☆ کریلے کے پتوں کا پانی پانچ تولہ گائے کے ایک پاؤ گھی میں ملا کر پکا یا جائے، جب پانی جل جائے تو باقی ماندہ گھی بوا سیر خونی بادی کے مسوں پر لگانے سے چند دنوں میں مسے غائب ہو جاتے ہیں اور جلن تو ایک ہی دفعہ لگانے سے دور ہو جاتی ہے۔

## نظر کی کمزوری دور کرنے کے لیے

☆ اگر آب روزانہ ایک امرود نہار منہ چالیس دن تک بلا ناغہ کھا میں تو نظر کی کمزوری دور ہو جائے گی۔

## قوت حافظہ کے لیے

☆ نسیان دور کرنے کی خاطر کلونجی کے سات عدد

کر گر پڑے تو سمجھ لیں کہ انڈا ابھی کچا ہے۔

بو نہیں آتی۔

## کریلوں کی کڑواہٹ

## بھنڈیوں کو خستہ کرنے کے لیے

☆ کچا آم لے کر کاٹ لیں۔ تھوڑے سے پانی میں ابال لیں۔ جب جوش آجائے تو اس میں کریلے کاٹ کر ڈال دیں۔ چارپانچ جوش دیں اور کریلے نکال دیں۔

☆ بھنڈیوں کو خستہ کرنے کے لیے پکاتے وقت اس میں چند قطرے لیموں کا رس ڈال دیں یا پھر ایک چمچ وہی ڈال دیں۔

کریلوں کی کڑواہٹ دور ہو جائے گی۔

## چاول کی نرماہٹ کے لیے

### سالن گاڑھا کرنا

☆ چاول دم پر رکھتے وقت احساس ہو کہ چاول سخت رہ گئے ہیں تو کوئی کپڑا یا اخبار گیلا کر کے ڈھکن کے اندر رکھیں اور پھر دم وے دیں تو چاول ذرا نرم ہو جائیں گے اور اگر چاول نرم ہو گئے ہوں تو خشک کپڑا یا اخبار تہہ کر کے ڈھکن کے اندر رکھ دیں، زائد پانی خشک ہو جائے گا اور چاول کھلے کھلے پکیں گے، یعنی ہر دانہ الگ الگ ہوگا۔

☆ اگر سالن پتلا ہو گیا ہے اور آپ کے پاس ٹماٹریا پیاز نہیں ہے تو بھنی ہوئی سوچی سالن میں ڈال دیں۔ اس سے سالن گاڑھا ہو جائے گا اور ذائقہ بھی اچھا ہوگا۔

## مکھن کی نرماہٹ کے لیے

☆ مکھن نرم کرنے کے لیے ایک آسان ساحل یہ ہے کہ ایک کھلے منہ کے پیالے میں گرم پانی بھر کر مکھن اس میں ڈال دیں، مکھن چند ہی منٹ میں نرم ہو جائے گا۔

## گوشت کی بساند دور کریں

☆ قربانی اور بازار سے خریدے ہوئے گوشت میں اکثر بساند آتی ہے جو بہت پکانے پر بھی نہیں جاتی۔ اس بساند کو ختم کرنے کے لیے نہایت سستا اور آزمودہ نسخہ ہے، وہ یہ کہ چھلنی میں آٹا چھانسنے کے بعد بیچ جانے والی بھوسی کو جمع کر کے گھر میں رکھیں۔ جب گوشت خرید کر لائیں اور اس میں بساند محسوس ہو تو گوشت پر آئے کی بھوسی اچھی طرح چھڑک کر اسے پندرہ منٹ تک رکھے رہنے دیں اور پھر دھو لیں۔ بساند بالکل ختم ہو جائے گی۔

### مٹر کا گلانا

☆ مٹر گلانے کے لیے مٹر کے دانوں کو پانی میں بھگو کر معمولی سی شکر یا کھانے کا سوڈا اور پودینے کی چند پتیاں ڈال کر پکا میں، مٹر کے دانے کم وقت میں گلانے کے لیے یہ نسخہ سب سے آسان اور آزمودہ ہے۔

## اناج کو کیڑوں سے محفوظ رکھنا

## ابلے انڈے کی پہچان

☆ عموماً گھروں میں مہینہ بھر کا اناج ایک ہی وقت میں خرید لیا جاتا ہے اور اناج میں کیڑے مکوڑے پیدا ہو جاتے ہیں۔ طویل عرصہ اناج ہر قسم کے مضر اثرات سے محفوظ رکھنے کے لیے اناج کے ڈبوں میں تیزبات کے پتے ڈال دیں، اناج تازہ رہے گا اور کیڑوں سے

☆ اگر آپ نے یہ دیکھنا ہو کہ انڈہ ٹھیک طور پر ابلا ہے یا نہیں تو انڈے کو پانی سے نکال کر گھما کر دیکھیں، اگر لٹو کی طرح سے گھوم جائے تو سمجھ جائے کہ انڈا ابل گیا ہے اور اگر ٹھیک سے نہیں گھومے بلکہ لڑکھڑا

اناج کی حفاظت ہو جائے گی۔

## گاجر دیر تک تازہ رکھنا

☆ گاجریں بہت جلد مرجھاسی جاتی ہیں۔ پکانے سے پہلے گاجروں کو برف کے ٹخ پانی میں بھگو دیں، گاجریں تازہ ہو جائیں گی، صاف اور نکھری ہوئی محسوس ہوں گی۔

## سالن میں نمک کا زیادہ ہونا

☆ سالن میں اگر نمک زیادہ ہو جائے تو اخروٹ کے برابر ایک کونلے کا ٹکڑا سالن میں ڈال دیں۔ دس منٹ بعد نکال کر پھینک دیں، زائد نمک خود بخود ختم ہو جائے گا۔

## گوشت جلد گلانے کے لیے

☆ گوشت گلانے کے کئی طریقے ہیں، مثلاً "ایک کلو گوشت میں اگر ایک کھانے کا چمچہ کچا پیپٹا ڈال دیا جائے تو گوشت گل کر خستہ ہو جائے گا یا پھر تریوز کا خشک یا تازہ چھلکا گوشت پکاتے وقت ڈال دیں۔ گوشت کو گلانے وقت تھوڑی سی شکر ڈال دیں تو گوشت جلد گل جائے گا۔ گوشت کی مناسب سے آدھی یا ایک دو چھالیہ کے ٹکڑے ڈالنے سے بھی گوشت گل جاتا ہے۔

## پیاز کی جلن سے بچنے کے لیے

☆ پیاز کاٹتے وقت آنکھوں سے آنسو بہنے لگتے ہیں۔ اگر پیاز کاٹنے سے پہلے ریفریجریٹر میں رکھ دیں، پھر کاٹیں تو آنکھوں میں جلن پیدا نہیں ہوگی، نہ ہی آنسو آئیں گے۔

## چائے کے بہتر ذائقے کے لیے

☆ چائے کی پتی کا استعمال بڑے محتاط انداز سے کرنا

چاہیے، کیونکہ اس کا زیادہ استعمال چائے کو خراب کر دیتا ہے اور اس کی اگر کمی ہو جائے تب بھی چائے کے ذائقے میں خرابی پیدا ہو جائے گی۔ چٹنی چائے کی پتی آپ کو درکار ہو اس کی آدھی مقدار ڈالیں اور آدھی پتی کو چھلنی میں ڈالیں جس سے چائے چھانی جاتی ہے۔ جب قہوہ چھلنی سے گزرے گا تو اس میں موجود تازہ چائے کی پتی کی قوت بھی قہوے میں شامل ہو جائے گی اور یوں یہ عمل چائے کو مطلوبہ ذائقہ تک لے جائے گا۔

## مچھلی کی بو دور کرنے کے لیے

☆ مچھلی کی بو کم کرنے کے لیے اسے پکاتے ہوئے ایک دو باتوں کا خیال رکھیں تو مچھلی کی بو پکتے ہوئے کافی حد تک کم ہو جاتی ہے۔ مثلاً "جس مسالے کو بھوننا ہے اس میں تھوڑا سا سرکہ ڈال دیں، اس طرح بو کم ہو جائے گی۔

## لیموں دیر تک محفوظ رکھنے کے لیے

☆ لیموں بہت مفید ہے، لیکن یہ سال بھر دستیاب نہیں رہتا، انہیں تازہ حالت میں محفوظ رکھنے کے لیے آسان طریقہ یہ ہے کہ ایک کلو لیموں کا رس نکالیں۔ انہیں برف جمانے کی ٹرے میں ڈال کر جما دیں، جب ضرورت ہو ایک ٹکڑا نکال لیں اور استعمال کریں، ہر موسم میں تازہ لیموں کے رس سے لطف اٹھائیں، یہ رس خراب نہیں ہوتا۔

## فرش جوڑتے بیگ سب چمک دار

☆ جی ہاں فلور ویکس لگانے سے بیک وقت آپ کا فرش بھی چمک سکتا ہے اور بیگ جوڑتے بھی آزمائش شرط ہے۔

## فرش کی چمک کے لیے

## چھلنی کی صفائی کے لیے

☆ اسٹین لیس اسٹیل کی چھلنی کو صاف کرنے کے لیے اسے آگ پر گرم کریں۔ صاف ہو جائے گی۔

چائے کے مگ صاف کرنے کے لیے

☆ چائے یا کافی کے مگ سے چائے کی پتی یا کافی کے داغ دھسے دور کرنے کے لیے ان میں بیکنگ سوڈا ڈال کر ملکے ہاتھ سے رگڑیں۔ سب داغ صاف ہو جائیں گے۔

## تیل کے داغ مٹانے کے لیے

☆ اونی کپڑوں سے تیل کے داغ مٹانے کے لیے متاثرہ جگہ پر ذرا سادھی لگائیں اور کچھ دیر بعد دھولیں۔ تیل کے داغ صاف ہو جائیں گے۔

## ٹوتھ برش کو صاف رکھنے کے لیے

☆ ٹوتھ برش کو بیکنگ سوا سے پاک رکھنے کے لیے اسے ہفتے میں ایک بار نمک ملے گرم پانی سے دھوئیں۔ برش صاف ہو جائے گا۔

## سیاہی کے داغ

☆ سیاہی کے داغ دور کرنے کے لیے آلو کو چھیل کر اس کے دو ٹکڑے کر لیں، پھر جہاں سیاہی کا داغ ہو اس جگہ پر خوب ملیں، معمولی اور ہلکے قسم کے داغ دور ہو جائیں گے۔

## شیشے کے برتن چمکائیں

☆ شیشے کے نازک برتن صاف کرنے اور ان برتنوں میں چمک پیدا کرنے کے لیے تین چمچے سرکہ پانی میں ملا کر رکھ دیں، تمام برتن دھونے کے بعد سرکہ ملے پانی سے برتن کھنگال لیں۔ شیشے کے برتن خوب چمک اٹھیں گے۔

☆ فرش اگر پرانا ہو تو صفائی کے بعد بھی چمکتا دکھائی نہیں دیتا، فرش کی کھوپٹی ہوئی چمک لوٹانے کا آسان نسخہ یہ ہے کہ ایک پیسلی میں بیکنگ پاؤڈر ڈال کر ابالیں، جب پانی میں جوش آجائے تو احتیاط سے فرش پر پھیلا دیں، جھاڑو یا برش سے فرش کو رگڑیں، فرش صاف ہو کر چمک اٹھے گا۔ ہر ہفتے یا پندرہ دن بعد یہ عمل کرنے سے فرش کے دھبے صاف ہو جائیں گے اور فرش بھی خوب صاف ہو جائے گا اور اس پر مٹی بھی جمع نہیں ہوگی۔

## کپڑوں کے داغ کے لیے

☆ کپڑوں پر سالن یا کسی اور شے کا بد نما نشان ہو تو لیموں کاٹ کر اس کا عرق متاثرہ جگہ پر لگائیں اور کپڑے کو پانی سے دھولیں، داغ صاف ہو جائے گا۔

## نان اسٹک برتن کے داغ دور کرنے کے لیے

☆ نان اسٹک کے برتن جب زیادہ استعمال ہوں تو ان میں دھبے پڑ جاتے ہیں، ان دھبوں کو صاف کرنے کے لیے تین کپ پانی، نان اسٹک کے برتن میں ڈالیں اور اس میں ایک کھانے کا چمچ سرکہ، ایک کھانے کا چمچ بیکنگ پاؤڈر اور ایک کھانے کا چمچ نمک ڈال کر پانچ سے دس منٹ تک ابالیں، پھر نرم برتن دھونے والے فوم سے اور صابن سے رگڑ کر دھولیں۔ نان اسٹک پین اور پیتلیاں وغیرہ بالکل نئی ہو جائیں گی۔

## کپڑوں پر بال پین کے داغ دور کرنے کے لیے

☆ کپڑوں پر بال پین کے داغ بہت مشکل سے صاف ہوتے ہیں لیکن اس کے لیے ایک آسان ترکیب یہ ہے کہ بال پین کے دھبے کے اوپر ہری مرچ کاٹ کر خوب ملیں، پھر عام پاؤڈر سے دھو کر استری کر لیں، داغ صاف ہو جائے گا۔





## قالین کی صفائی

لیکن اگر جوتوں کی پالش میں چند قطرے لیموں کے رس کے ملا دیں تو پالش کرنے سے جوتے میں چمک آجاتی ہے اور وہ بالکل نئے محسوس ہوتے ہیں۔

### پان کے داغ

☆ کپڑوں پر پان کے داغ بہت بد نما لگتے ہیں اور کوشش کے باوجود صاف نہیں ہوتے، لیکن اگر پان کے داغ دور کرنے کے لیے ایک کچا امرود کاٹ کر داغ پر ملا جائے اور پھر داغ والی جگہ کو پانی سے دھو ڈالا جائے تو پان کے داغ دور ہو جاتے ہیں۔

### کپڑے پر گھی کا داغ

☆ اگر کسی کپڑے پر گھی کا داغ پڑ جائے تو اس حصے پر لیموں اور نمک لگا کر ملیں اور صابن سے دھولیں۔

### چائے کے داغ کو دور کرنا

☆ جس جگہ چائے یا کافی گر جائے تو وہاں فوراً نمک چھڑک دیں اور خشک ہونے کے بعد گرم پانی میں سرف ڈال کر دھولیں۔ کافی کے دھبے صاف کرنے کے لیے اسپرٹ سے صاف کر لیں۔ کافی کے گہرے داغ ہوں تو پیٹرول سے صاف کریں۔

### ریفریجریٹر کو پھپھوندی سے بچائیے

☆ جب آپ شہر سے باہر جا رہے ہوں تو طویل

☆ قالین پر برسوں سے پڑے داغ دھبے صاف کرنے کے لیے داغ دھبوں پر پہلے نمک چھڑک کر آدھے گھنٹے کے لیے چھوڑ دیں، پھر قالین دھولیں۔ ہر نوعیت کے داغ اور نشانات پہلی ہی کوشش میں یکسر صاف ہو جائیں گے۔ قالین بھی چمک اٹھے گا۔

### شیشے پر پینٹ کے دھبے

☆ شیشے پر پینٹ کے دھبے پڑ جائیں تو سرکہ گرم کریں، کپڑے کی مدد سے شیشے صاف کریں تو تمام دھبے مٹ جائیں گے۔

## تصاویر کی صفائی

☆ گھروں میں آویزاں تصاویر عموماً "گردوغبار کی وجہ سے کم ہی عرصے میں میلی نظر آنے لگتی ہیں۔ انہیں صاف کرنے کے لیے اسٹیج کی مدد سے نیم گرم پانی سے دھوئیں، پھر ریشمی کپڑے سے تصویر صاف کر لیں۔ اس سے تصویر بالکل شفاف ہو جائے گی، خراب ہونے سے بھی محفوظ رہے گی۔

### جوتوں میں نیاپن لائیں

☆ گردوغبار سے جوتوں کا نیاپن برقرار نہیں رہتا،

# کارآمد گھریلو ٹوٹکے

سیم کی پتیاں رکھ دی جائیں تو کتابیں دیمک سے محفوظ رہتی ہیں۔

## چیونگم کا داغ

☆ چیونگم کپڑے پر چیک جائے تو بڑی مشکل سے اترتی ہے، بچوں کو منع کریں، چیونگم کپڑوں پر نہ چپکائیں، چھری ذرا گرم کر کے چیونگم اتاریں پھر اسپرٹ میں بھگو دیں، اس کے بعد صابن سے دھو لیں۔

## موم کے داغ

☆ آج کل لوڈ شیڈنگ کے باعث گھروں میں موم جتی استعمال ہو رہی ہے، ویسے تو موم جتی کو کسی چیز میں رکھ کر جلایا جاتا ہے، مگر پر بھی اگر آب کے قالین پر موم کا نشان لگ جائے تو پہلے اس دھبے کو سخت ہونے دیں، پھر تیز دار چیز مثلاً "چھری کی مدد سے اسے اتار لیں اور پھر متاثرہ حصے پر صاف بلا سنگ پیپر کا ٹکڑا بچھا کر گرم استری پھیر کر داغ اتار لیں۔ اگر یہ داغ ہلکا ہو تو تارپین کا تیل لگا کر رگڑ لیں۔

## مکھن یا چکنائی کے داغ

☆ مکھن کے داغ قالین پر لگنے کی صورت میں اس کی صفائی نشو سے کریں۔ نشو میں جذب کرنے کی بے پناہ صلاحیت ہوتی ہے۔ کپڑے پر تارپین کا تیل لگا کر صاف کر لیں۔ مگر اس کے قریب سگریٹ یا دیا سلائی نہ جلائیں، کیونکہ اس سے آگ لگنے کا خدشہ ہے۔

## گریس کے داغ

☆ گریس کے داغ پر عام استعمال کا ٹالکم پاؤڈر چھڑکیں۔ یہ داغ جذب کر لے گا۔ پھر ٹالکم پاؤڈر کو ویکيوم سے صاف کر لیں۔

## خون کے داغ

عرصے تک ریفریجریٹر بند رکھنا چاہتی ہوں تو صاف کرنے کے خشک کر لیں۔ اب اس کے اندر کافی سارا ٹالکم پاؤڈر چھڑک دیں۔ کافی عرصے ریفریجریٹر بند رکھنے کے باوجود پھپھوندی یا کیڑے نہیں لگیں گے۔

## کپڑوں سے زنگ کے داغ دور کرنا

☆ اگر کپڑے پر زنگ کا داغ لگ جائے تو دودھ میں ایک گھنٹہ کپڑے کو زنگ والے حصے کی طرف سے ڈبو دیں، پھر صابن سے دھو لیں۔

## جلنے کے نشانات مٹائیں

☆ جلد حادثاتی طور پر جل جائے تو نا صرف بہت تکلیف ہوتی ہے بلکہ جلد پر آبلے پڑ جاتے ہیں، آبلوں سے محفوظ رہنے کے لیے ایک آلوصاف کریں، اس کے چھوٹے ٹکڑے آہستگی سے جلد پر رگڑیں، جلن ختم ہو جائے گی اور آبلے بھی نہیں پڑیں گے۔ یہ نہایت آزمودہ نسخہ ہے۔

## جلنے کے داغ

☆ بچوں کی یونیفارم سفید ہوتی ہے۔ صبح سویرے استری کرتے وقت بعض دفع استری سے جلنے کا داغ یونیفارم پر رہ جاتا ہے۔ آپ تھوڑی دیر کے لیے اس دھبے پر گیموں کا رس اور نمک لگا کر رکھ دیں، دھوپ میں پھیلائیں تو بہتر ہے، پھر سرف سے دھو لیں۔ رنگین کپڑے پر داغ پڑ جائے تو آپ کارن فلوریا نشاستہ میں پانی ملا کر پتلا کریں، کپڑے پر لگا کر سوکھنے دیں، اس کے بعد دھو لیں۔

نوٹ: رنگین کپڑے پر لگائیں تو زنگ کٹ جائے گا۔

## الماری کو دیمک سے بچایے

☆ الماری کو دیمک سے بچانے کے لیے اس میں اگر

ہو جائے گا۔

## ٹی پائٹ صاف کرنے کے لیے

☆ کیتلی کے زیادہ استعمال سے اندرونی حصہ کالا ہو جاتا ہے، آپ اس کیتلی میں پانی اور بیٹھا سوڈا آدھا چائے کا چمچہ ڈال کر تین سے چار منٹ تک ابالیں، اس کے بعد اچھی طرح سے دھولیں۔ کیتلی دوبارہ چمک جائے گی۔

## چینی کے برتنوں کے داغ دھبوں اور چمک کے لیے

☆ چینی کے برتنوں پر اکثر دھبے پڑ جاتے ہیں جو بڑے بد نما لگتے ہیں۔ ان کے اس نقص کو دور کرنے کے لیے سرکے میں ذرا سائمنک ملا کر برتن کو صاف کیا جائے تو یہ دھبے دور ہو جاتے ہیں۔

## سلور کے برتنوں کو چمکانا

☆ سلور کے برتنوں پر عام طور پر میل کی تھیں جم جاتی ہیں اور داغ دھبے بری طرح سے برتن کو بد نما بنا دیتے ہیں۔

سلور کے ایسے برتنوں کو جو بد نما اور میل دار ہو رہے ہوں، چمک دار بنانے کے لیے پرانے گوبے پر صابن یا سرف لگا کر برتن صاف کریں۔

## عینک کے شیشے کی صفائی

☆ عینک کا شیشہ جب گندا ہو جائے تو اسے اخبار کے کاغذ سے صاف کریں شیشہ بالکل صاف ہو جائے گا۔

## غسل خانے، صحن یا باورچی خانے میں کائی دور کرنے کی ترکیب

☆ غسل خانے، صحن یا باورچی خانے میں مسلسل نمی رہے تو کائی جم جاتی ہے، اسے دور کرنے کے لیے پینچنگ پاؤڈر کو متاثرہ مقام پر چھڑک دیں اور پندرہ بیس

☆ قالین پر خون کے داغ لگنے کی صورت میں اسے ٹھنڈے پانی سے صاف کریں، اس کے لیے بہتر ہے کہ فریج کا پانی لیا جائے۔ اگر خون جم گیا ہو تو اسٹیچ کے ٹکڑے پر ڈر جنٹ لگا کر صاف کریں۔

## جوس کے داغ

☆ قالین پر جوس کے داغ لگ جائیں تو اسے ٹھنڈے پانی سے صاف کریں، اگر داغ گہرا ہو تو پانی میں تھوڑا سا سوڈا ملا کر صاف کریں۔

## چاکلیٹ کے داغ

☆ چاکلیٹ کے داغ لگ جانے کی صورت میں اسے گرم پانی سے صاف کرنا ہرگز مناسب نہیں، بلکہ ٹھنڈے پانی سے صاف کریں۔ اگر ڈر جنٹ ملے پانی میں سرکہ ملا کر انہیں صاف کریں تو زیادہ مناسب ہوگا۔

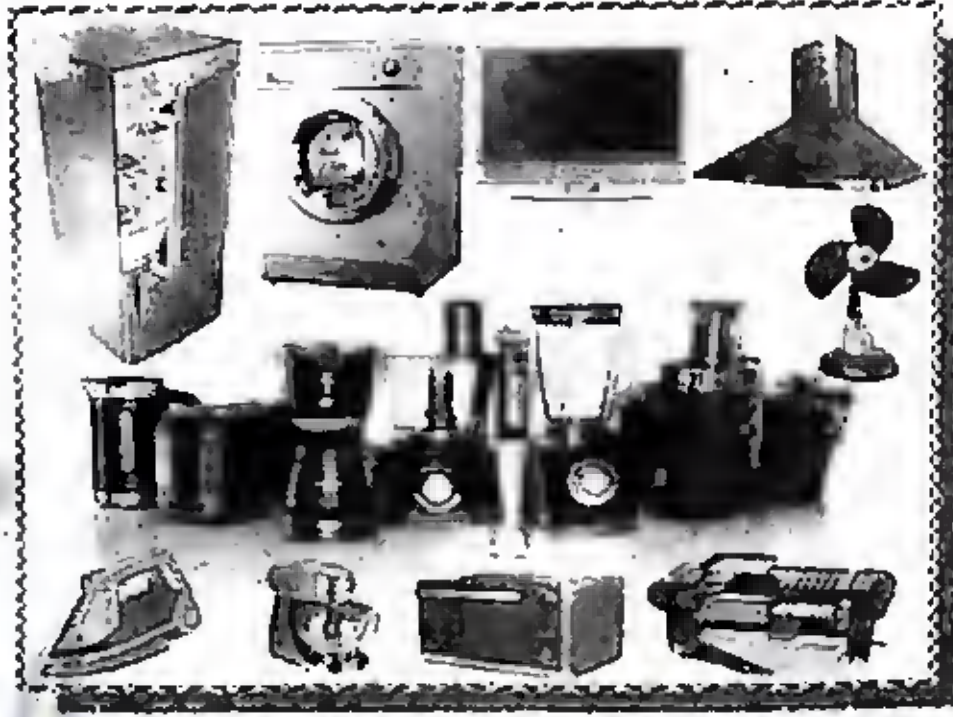
## پینے کے داغ

☆ پینے کے داغ اکثر قمیص کی بغلوں پر پڑ جاتے ہیں۔ اگر پانی میں سفید سرکہ ملا میں اور صرف بغلوں والے حصے کو پکڑ کر اسے پانی سے دھولیں اور دھوپ میں ڈال کر خشک کر لیں، داغ صاف ہو جائیں گے۔  
لوہے کی کڑا ہی صاف کرنے کے لیے

☆ اگر لوہے کی کڑا ہی بہت زیادہ سیاہ ہو جائے تو اسے کالی کڑا ہی میں لسی ڈال کر تین دن تک کے لیے چھوڑ دیں۔ بعد میں ماتھ لیں۔ کڑا ہی بالکل صاف ہو جائے گی۔

## قمیص کا کالر صاف کرنے کے لیے

☆ اکثر قمیص دھلنے کے بعد اس کا کالر صاف نہیں ہوتا، قمیص دھونے سے پہلے اس کے کالر پر تھوڑا سا شیمو لگا کر رکھیں، پھر قمیص دھولیں، کالر صاف



وقت پڑا رہنے دیں پھر دھو ڈالیں۔

**ریفریجریٹر کی اندرونی پیلاہٹ دور کرنا**

☆ اگر فریج کا دروازہ پیلا ہو گیا ہو یا اس پر دھبے پڑ گئے ہوں تو تھوڑا سا صابن لے کر اسے نیم گرم پانی میں گھولیں پھر اس میں لیموں کا رس اور ذرا سا نمک ملا دیں پھر اس محلول سے فریج کو اندر سے صاف کر ڈالیں بعد میں اسے کسی سوتی کپڑے سے خشک کر لیں۔

**گرینڈر کے بلیڈ کو تیز کرنے کے لیے**

☆ گرینڈر کے بلیڈ کو تیز کرنے کے لیے گرینڈر میں ایک کھانے کا چمچ بیٹھا سوڈا ڈال کر تقریباً "دس منٹ تک چلائیں" بلیڈ تیز ہو جائے گا۔

**ریفریجریٹر کی صفائی کے لیے**

☆ ریفریجریٹر کی صفائی کے لیے گرم پانی میں کھانے کا سوڈا ملا کر کسی نرم کپڑے سے صفائی کریں۔ ایک پیالی پانی میں ایک چائے کا چمچ کھانے کا سوڈا کافی ہوتا ہے۔

**حسن و خوب صورتی کے ٹوٹکے**

**کنزورناختوں کو مضبوط کرنے کی ترکیب**

منٹ کے بعد جھاڑو سے اچھی طرح جگہ کو رگڑیں۔  
کالی اتر جائے گی۔

**فریجپر کی صفائی کے لیے**

☆ فریجپر کے داغ دھبے دور کرنے کے لیے براؤن شو بالٹس لے کر یا قہوے کا پانی ملیں فریجپر صاف ہو جائے گا۔

**سونے کے زیورات کے داغ دھبے دور کرنا**

ایک پیالی پانی میں ایک چمچ ایمونیا ملا کر سونے کے زیورات کو اس میں رکھ دیں۔ چند لمحوں کے بعد دھو لیں۔ داغ دھبے دور ہو جائیں گے۔

**فریجپر کی خراشیں دور کرنا**

☆ فریجپر پر اگر کسی وجہ سے خراشیں پڑ جائیں تو سیال آئیوڈین ملنے پر یہ خراشیں دور ہو جاتی ہیں۔

**مشینیں**

**پلاسٹک کی واشنگ مشین کی صفائی**

☆ اگر پلاسٹک کی واشنگ مشین گندی ہو جائے یا اس پر داغ پڑ جائیں تو انہیں صاف کرنے کے لیے لیموں کا رس اور نمک ملا کر رگڑیں۔ بعد ازاں کچھ

# کارآمد گھریلو ٹوٹکے

☆ ہو جائے کی۔ دودھ بڑے فائدے کی غذا ہے۔ اگر کوئی آدھے سر کے درد میں مبتلا ہو تو سورج طلوع ہونے سے قبل گرم دودھ کے ساتھ جلیبی کھانے سے یقینی فائدہ ہوگا۔ گرم دودھ کے ساتھ اسپنول کا چھلکا یا گلفنڈ کھانے سے قبض دور ہو جاتا ہے۔ یہ ترکیب بوا سیر سے نجات کے لیے بھی موزوں ہے۔

جھائیاں دور کرنے کے لیے

☆ اگر چہرے پر جھائیاں نکلی شروع ہو گئی ہیں تو آپ ایک ٹیمبل اسپون دہی، ایک ٹیمبل اسپون شہد اور ایک ٹی اسپون انڈے کی سفیدی اچھی طرح ملا کر اپنے چہرے پر لگائیں اور چند دنوں میں کمال دیکھیں۔

آنکھوں کے گرد حلقے دور کرنا

☆ اپنی آنکھوں کے گرد بڑنے والے حلقوں اور گہرے داغ دھبوں کو صاف کرنے کے لیے ایک ٹی اسپون بادام کا تیل، ایک ٹی اسپون ککڑی کارس اور ایک ٹی اسپون آلو کارس ملا کر لگائیں۔

پان یا کتھے کا داغ دور کرنا

☆ کپڑے پر پان یا کتھے کا داغ پڑ جائے تو وہ کپڑے دھونے کے صابن سے دور نہیں ہوتا، بلکہ اس کے لیے متاثرہ جگہ کو دودھ سے اچھی طرح دھوئیں۔



☆ اگر آپ کے ناخن کمزوری کی وجہ سے ٹوٹ جاتے ہیں تو ایک گلاس نیم گرم پانی میں ایک چمچہ جیلائن ملائیں اور پھر اس میں ایک تازہ لیموں پھوڑ کر گرم گرم پی جائیں۔

جسم کی بدبو دور کرنے کی ترکیب

☆ اگر جسم میں بدبو پیدا ہو جائے تو انگور کے عرق میں تھوڑا سا عرق گلاب ملا کر ایک ماہ تک اس کی جسم پر مالش کریں۔ بدن سے ہر قسم کی بدبو کا خاتمہ ہو جائے گا۔

پپوٹوں کی سوجن دور کرنا

☆ شدید دھوپ کی وجہ سے اگر پپوٹے سوج جائیں تو ان پر چائے کی استعمال شدہ تھیلیاں رکھیں، سوجن جلد ختم ہو جائے گی۔

لمبی پلکوں کو خمیدہ بنانے کی ترکیب

☆ رات کو پلکوں پر کیسٹر آئل لگا کر سوئیں۔ دن کو منہ ہاتھ دھونے کے بعد ان پر تھوڑی سی ویزلین لگا کر انہیں نیچے سے اوپر کی طرف اٹھائیں، چند روز یہ عمل جاری رکھیں۔

کیل مہاسے اور داغ دھبے دور کرنے کے لیے

☆ سنگترے کے چھلکے سکھا کر پیس لیں اور دودھ یا پانی کے ساتھ ملا کر روزانہ ایٹن کی طرح اسے داغ دھبوں پر لگائیں یا جو کے آٹے کے ساتھ ملا کر چہرے پر اس کا ٹیپ کریں اور مسل کر اتار لیں۔ چہرہ چند ہفتوں میں ہی کیل مہاسوں اور داغ دھبوں سے پاک ہو جائے گا۔

جلد کا سیاہ پن دور کریں

☆ اگر آپ کی جلد سیاہ ہے یا بے رونق ہے تو یوں کریں کہ روزانہ چہرے پر دودھ ملیں۔ سارے جسم پر اگر تیل لیا کریں تو جلد بے حد خوب صورت اور صاف

☆ صبح منہ دھونے کے بعد منہ پر ٹھنڈے پانی کے چھپا کے مارے، اس سے ایک تو مہاسے اور دانے ختم ہو جائیں گے، دوسرے چہرے پر شگفتگی پیدا ہو جائے گی۔

## کہنی کے سیاہ دھبے دور کرنے کے لیے

☆ لیموں کاٹ کر رس نکال لیں۔ چھلکوں میں آدھا چائے کا چمچہ دودھ ڈالیں اور کہنی پر خوب رگڑیں، چند مرتبہ کے استعمال سے کہنیاں صاف ہو جائیں گی۔

## سر کے کجج کے لیے

☆ لیموں کے رس میں پسا ہوا آملہ ملا کر سر پر مالش کریں۔ پھر سرد دھولیں۔ ایک ثابت لیموں کو سرسوں کے تھوڑے سے تیل میں ملا لیں اور تیل چھان کر سر پر مالش کریں۔ لیموں کے بیج پیس کر روزانہ سر پر لپی لگائیں، جہاں کجج ہو پھر آملہ کے پانی سے سرد دھولیں، خالص کشر آملہ رات کو ملیں۔

## موٹاپا دور کرنے کے لیے

☆ موٹاپا دور کرنے کے لیے کلونجی لے کر لیموں کے رس میں بھگو دیں اور فریج میں ایک رات رکھ دیں اور پھر بوتل میں رکھ کر دھوپ میں رکھ دیں، اسے گرینڈ کریں اور روزانہ نہار منہ آدھا چمچہ استعمال کریں۔

☆ - دال مسور ایک چمچہ چار گلاس پانی میں ڈال کر پکائیں یہاں تک کہ ایک گلاس پانی رہ جائے، پھر صبح اس میں لیموں کے چند قطرے اور نمک ڈال کر پیئیں، یہ نسخہ چالیس دن استعمال کریں۔ وزن میں واضح کمی محسوس ہوگی۔

## چہرے پر اضافی بالوں کا خاتمہ

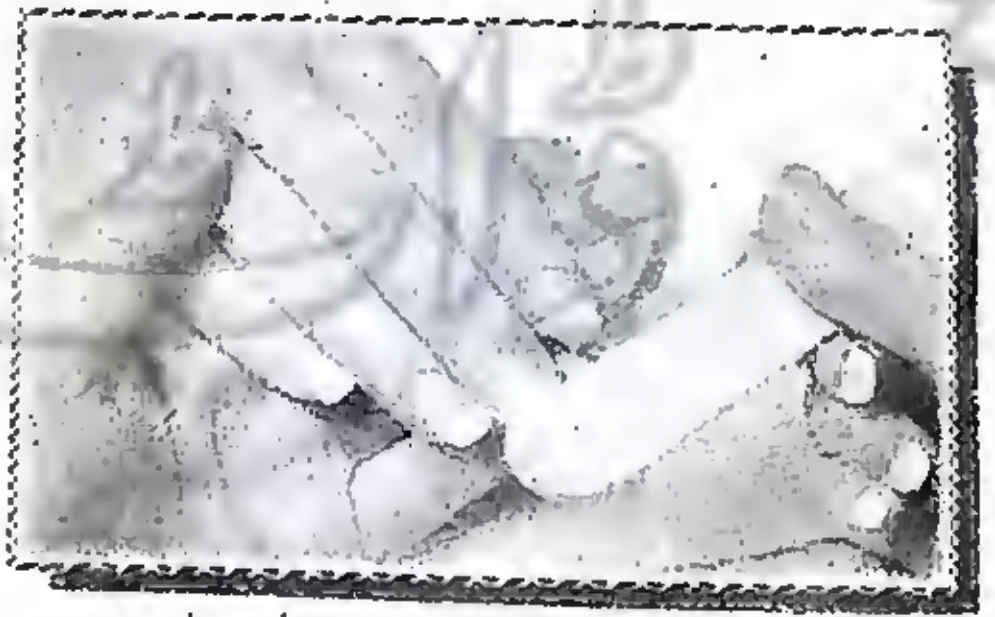
☆ ایک چمچہ اگر بتی کی راکھ اور اس میں دو حصے پانی یا دودھ شامل کریں، اس مرکب کو بالوں پر لگادیں اور

## خشک ہونٹوں کے لیے

☆ بادام اور ناریل کا تیل ملا جلا پانچ ٹی اسپون لے لیں، پھر اس میں نصف لیموں کا رس لیں۔ اس لوشن کو ریفریجریٹر میں رکھ دیں۔ دن میں تین سے چار بار ہونٹوں پر یہ لوشن لگائیں۔ خشک ہونٹ نرم ملائم ہو جائیں گے۔

## فیس اسکرب

☆ چار ٹی اسپون جو پاؤڈر، دو ٹی اسپون چاول کا پاؤڈر، چٹکی بھر ہلدی اور دو ٹی اسپون ملتانی مٹی ملا کر اچھی طرح پیس لیں اور خشک جا رہے میں رکھ لیں۔ استعمال کے وقت ایک ٹی اسپون عرق گلاب میں ذرا سایہ مرکب ڈال کر چہرے پر لگائیں۔ پندرہ منٹ بعد چہرہ صاف کر لیں۔ بلیک ہیڈز کا یقینی خاتمہ ہو جائے گا۔

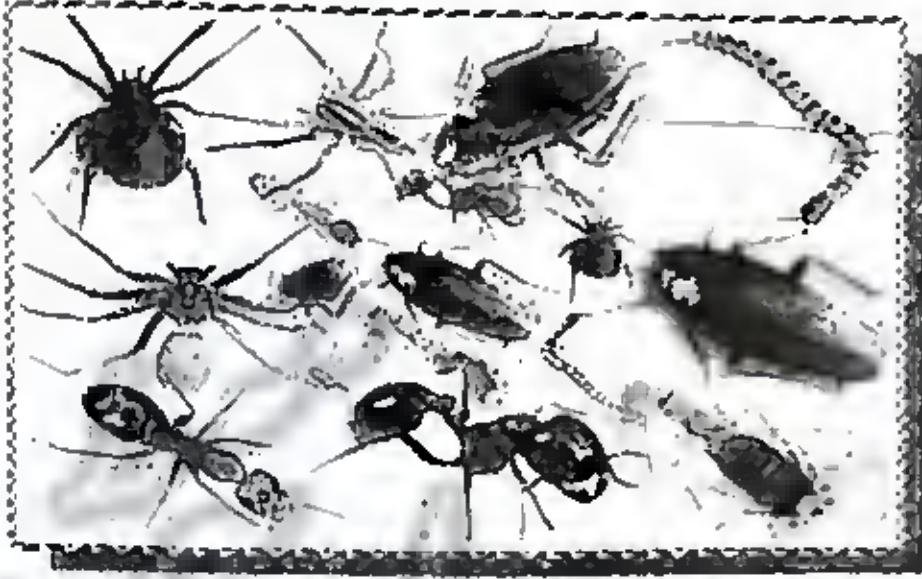


## گھر میں مٹی کیور کیجیے

☆ ہفتے میں ایک بار گھر پر مٹی کیور کرنے کا طریقہ کچھ یوں ہے کہ نصف کپ شہد میں دو لیموں کا رس اور چار ٹی اسپون شکر ملا لیں۔ اب اس مرکب کو اچھی طرح دونوں ہاتھوں پر ملیں۔ پانچ منٹ بعد ہاتھ دھولیں ہاتھ نہ صرف نرم ملائم ہو جائیں گے بلکہ چمک بھی اٹھیں گے۔

## مہاسے اور دانے ختم کرنے کے لیے

کیڑوں مکوڑوں کو بھگانے کی ترکیبیں



پسو کو بھگانے کا طریقہ

☆ جس گھر میں پسو ہوں اس میں پہاڑی پودینہ لاکر رکھ دیں۔ اس کی بو سے پسو بھاگ جائیں گے۔

چھبر سے نجات کی ترکیب

☆ تلخی کے پتوں کا رس نکال کر جسم پر مالش کر لیں۔ چھبر آپ کے نزدیک نہیں آئیں گے یا یوکلپٹس آئل، روغن سنگترہ، روغن الائچی اور روغن سرسوں کو باہم ملا کر جسم پر لگائیں۔

کھٹل دور کرنے کا طریقہ

☆ گندھک جلا کر اس کی دھونی دینے سے کھٹل بھاگ جاتے ہیں۔

جو میں مارنے کی ترکیب

☆ اگر سر میں جو میں پڑ جائیں تو چقدر کے پتے ایک کلو پانی میں اچھی طرح جوش دے لیں۔ پھر اس پانی سے دو تین روز تک سر کو دھوئیں، جو میں مر جائیں گی۔

مکھیوں کو بھگانے کی ترکیب

☆ مکھیوں کو بھگانے کے لیے نیم کی سوکھی پتیاں جلانی چاہئیں۔ ان کی بو اور دھوئیں سے یہ بھاگ

خشک ہو جائے تو اوپر کی جانب مل کر مٹائیں۔ یہ عمل روزانہ تقریباً دو ماہ کریں، نتیجہ بہترین نکلے گا۔

آنکھوں کے گرد حلقے دور کرنے کے لیے

☆ اس کے لیے ٹھنڈے پانی میں روئی کے دو پھائے بھگو کر نیچوڑ لیں اور ان پر عرق گلاب چھڑک کر آنکھوں پر رکھیں، تقریباً پندرہ منٹ روزانہ یہ عمل کرنے سے حلقے دور ہو جائیں گے یا پھر آنکھوں کے گرد حیاتین ای کا تیل لگائیں۔

بالوں کی خشکی دور کرنے کے لیے

☆ بالوں کی خشکی کو دور کرنے کے لیے خشکاش کو اچھی طرح پیس کر اسے دودھ میں گھول کر اس سے سر کو دھوئیں تو خشکی دور ہو جاتی ہے۔

خواتین کے ہونٹوں کے بال دور کرنے کے لیے

☆ خواتین کے ہونٹوں کے غیر ضروری بال ختم کرنے کے لیے ایفون کو سر کے میں حل کر کے پندرہ بیس منٹ تک ابٹن کی طرح لگائیں۔ پھر ہاتھوں سے اچھی طرح رگڑ کر دھولیں۔

چہرے پر سے دھوپ کا اثر ختم کرنے کے لیے

☆ گرمیوں میں تیز دھوپ کی وجہ سے یا لو کے تھپیڑے لگنے سے چہرہ بھلس جاتا ہے۔ اکثر دھوپ میں نکلنے سے رنگ بھی کالا ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ ایسی صورت میں چہرہ گرم پانی سے دھو کر اس پر ٹماٹر کا رس ملیں۔

چیونٹیاں یا دیمک کے خاتمے کے لیے

☆ گھر میں دیمک لگ گئی ہو یا چیونٹیاں بھر گئی ہوں تو پستکری سرسوں کے تیل میں ملا کر ڈالیں، سب چیونٹیاں غائب ہو جائیں گی۔

ان پر نکادیں۔ تختہ کو خوب صورت بنانے کے لیے اپنی پسند کا کوئی رنگ کر لیں۔

کیڑوں میں چمک پیدا کرنے کی ترکیب

☆ دس چھٹانک کلف میں ایک چھوٹا چمچ سہاگہ شامل کر دیجیے اور کپڑے اس میں ڈبو کر پھیلا دیجیے، استری کرنے سے کپڑے میں چمک آجائے گی۔

قالین صاف کرنے کا آسان طریقہ

☆ ایک کپڑے کو روغن تارپین اور گرم پانی میں بھگو لیں اور پھر اس کپڑے سے قالین کو صاف کریں تو اچھی صفائی ہوگی۔

پلاسٹک کے جگ اور گلاس صاف کرنے کی ترکیب

☆ اگر پلاسٹک کے جگہ اور گلاس پیلے ہو جائیں تو گرم پانی میں نمک ملا کر اس سے دھوئیں۔

پکے ہوئے کھانے کا نمک کم کرنے کی ترکیب

☆ اگر غلطی سے کھانا پکاتے ہوئے نمک زیادہ ڈال دیا جائے تو مندرجہ ذیل ترکیب استعمال کریں۔

☆ گوندھے ہوئے آٹے کی ٹکیہ بنا بیچئے اور سالن میں ڈال دیں اور کچھ دیر بعد نکال لیں، ایک بار ایسا کرنے سے نمک کم ہو جائے گا۔

☆ لکڑی کا جلتا ہوا کونکہ لیں، اسے اچھی طرح دھوئیں، سیاہی نکلی بند ہو جائے تو سالن میں ڈال دیں اور پکا میں، پھر کونکہ نکال لیں تو نمک کی زیادتی کم ہو جائے گی۔

☆ ایک سفید کاغذ کا ٹکڑا سالن میں ڈال دیں، تھوڑی دیر کاغذ نمک کو جذب کر لے گا اور نمک کم ہو جائے گا۔

جائیں گی۔ کلو نجی کے دھوئیں سے بھی مچھر اور کھیاں بھاگ جاتے ہیں، صنوبر کی لکڑی کی دھوئی سے یہ ہی فائدہ ہوتا ہے۔

متفرق

پھنسے ہوئے گلاس نکالنے کی ترکیب

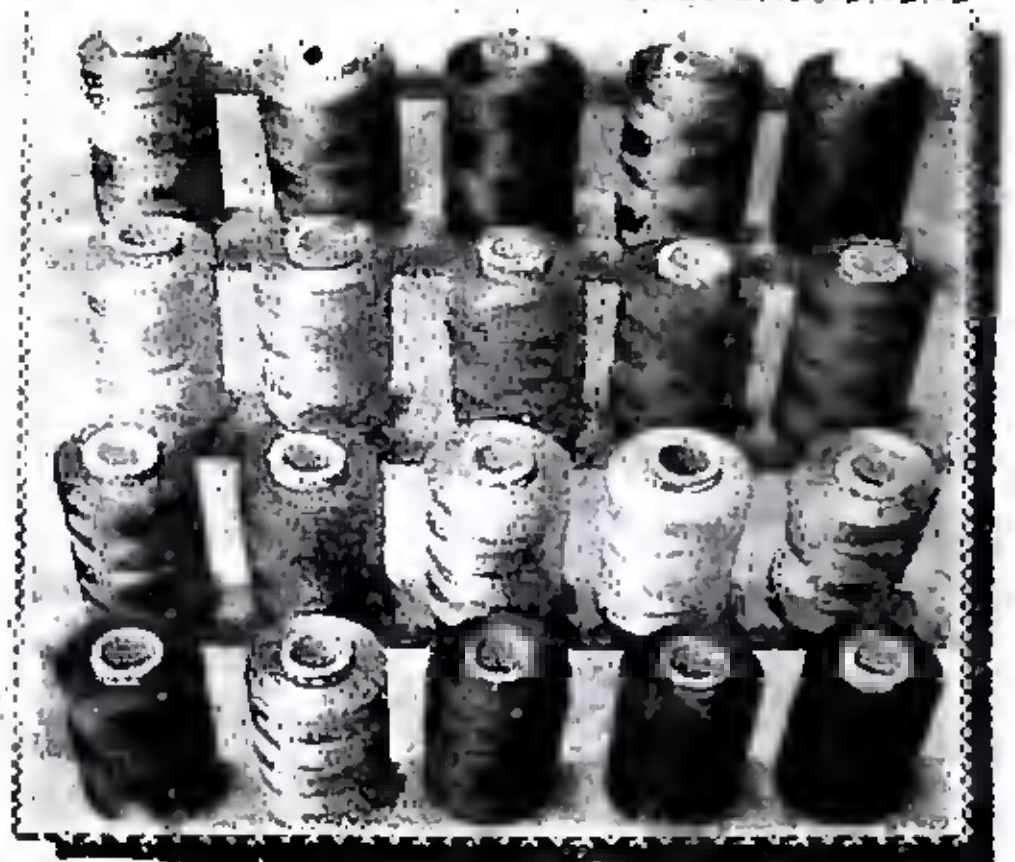
☆ ایک گلاس دوسرے گلاس میں پھنس جائے تو انہیں کھینچ کر نکالنے سے گریز کریں، بلکہ شیشے کے پھنسے ہوئے یہ گلاس فریج میں رکھ دیں، خود بخود علیحدہ ہو جائیں گے۔

بالوں سے چیونگم نکالنے کی ترکیب

☆ چیونگم اگر بالوں سے چپک جائے تو اسے چھڑانا کافی تکلیف دہ ثابت ہو سکتا ہے۔ اس کے لیے روئی کو بے لی آئل میں بھگو کر بالوں میں لگائیں، چیونگم آسانی سے اتر جائے گی۔

دھاگے کی نلکیوں کو الجھاؤ سے بچانا

☆ دھاگے کی نلکیوں کو الجھنے سے بچانے کے لیے لکڑی کا چھوٹا سا تختہ لے کر اس پر برابر فاصلے سے چند کیل ٹھونک دیں، پھر گھر میں بڑی ہوئی تمام نلکیاں







ہاتھوں سے مرچ کی جلن دور کرنے کے لیے  
☆ اکثر مرچیں پینے سے یا ہری مرچ کاٹنے سے  
ہاتھوں میں جلن پیدا ہو جاتی ہے، اس جلن کو دور  
کرنے کے لیے تھوڑا سا تیل پانی میں ملا کر ہاتھوں پر  
لگائیں اور پانچ منٹ بعد دھو ڈالیں یا پانی میں تھوڑا تیل  
ڈال کر ہاتھوں پر ملیں۔

آٹے اور چینی کو چیونٹیوں سے بچانے کے  
لیے

☆ آٹے اور چینی کے مریٹانوں میں چند لوٹکیں ڈال  
دینے سے سرخ چیونٹیاں نہیں آتیں۔

تلنے کے دوران تیل کم خرچ کرنے کے لیے

☆ تیل میں تھوڑا سا سرکہ شامل کر دیا جائے تو  
پکوڑے اور دیگر پکوان تیل کم جذب کریں گے۔

تیل سے مچھلی کی بو ختم کرنے کے لیے

☆ مچھلی تلنے کے بعد تیل کو قابل استعمال بنانے کے  
لیے اس میں لہسن کے دو چار جوے اچھی طرح جلا  
لیں، مچھلی کی بو ختم ہو جائے گی۔

المونیم کے برتن سے جلی چیز دور کرنے کی  
ترکیب

المونیم کے برتن میں اگر کوئی چیز پکاتے ہوئے جل  
کر چپک جائے تو اس برتن میں ایک پیاز کاٹ کر پانی  
میں ابالیں، ایسا کرنے سے تھوڑی دیر بعد برتن سے جلا  
ہوا کھانا چھوٹ جائے گا اور برتن بالکل صاف ہو جائے  
گا۔

پھولوں کو زیادہ دیر تک تازہ رکھنا

☆ پھولوں کو زیادہ دیر تک تازہ رکھنے کا ایک طریقہ یہ  
بھی ہے کہ گل دستے میں صابن کے فالتو ٹکڑے رکھ

سیے جائیں۔

نقلی پھولوں اور پتوں کو تازے کچے دودھ سے  
صاف کریں، بالکل چمک جائیں گے۔

بلی کے بال صاف کرنے کے لیے

☆ اگر آپ کے گھر میں پالتو بلیاں ہیں اور وہ گھر میں  
صوفوں پر بستر پر سوتے ہوئے پانی جاتی ہیں یا قالین پر  
وہاں سے اٹتے ہوئے اپنے بال چھوڑ جاتی ہیں جو خاص  
طور پر چھوٹے بچوں کے لیے نقصان دہ بھی ہو سکتے ہیں  
اور کھانے وغیرہ میں بھی شامل ہو سکتے ہیں۔ اگر آپ  
صوفے یا قالین پر کھانا کھا رہے ہوں۔ اس کا ایک  
آسان حل یہ ہے کہ اپنی انگلی پر کوئی چپکانے والی ٹیپ  
لیپٹ کر اسی جگہ پر پھیریں، سب بال وغیرہ اس ٹیپ  
سے چپک جائیں گے اور آپ کو ایک ایک بال الگ  
الگ چننا نہیں پڑے گا۔ پھر آپ اس ٹیپ کو آسانی  
سے اتار کر کوڑے وان میں ڈال دیں۔

گوشت گلانے کے لیے

☆ اگر گوشت نہ گلے تو لہسن کے درمیان والی ڈنڈی  
دھو کر ڈال دیں گوشت فوراً گل جائے گا۔

کولڈ ڈرنک کو جلد ٹھنڈا کرنا

☆ کولڈ ڈرنک کی بڑی بوتل اگر جلد ٹھنڈی کرنی ہو تو  
اس کا ڈھکن کھولنے کے فوراً بعد مضبوطی سے  
ڈھکن بند کر کے فریجز میں رکھ لیں، بوتل جلد ٹھنڈی

ہو جائے گی۔

کر استری سے چمٹ جاتے ہیں۔ اس صورت میں استری کو آلو سے صاف کرنا چاہیے۔ استری تیز گرم کر کے کھروالے سوتی کپڑے پر قدرے دباؤ دے کر استری پھیری جائے۔ استری کی ٹخلی سطح صاف ہو جائے گی۔ استری کو بیٹھے سوڈے کے محلول سے بھی صاف کیا جاسکتا ہے۔

## خالص شہد کا پتالگانے کے لیے

خالص شہد کا پتالگانے کے لیے روئی کو شہد میں قد کر کے جلا لیں۔ اگر شہد اصلی ہوگا تو سارا جل جائے گا۔ اس کے علاوہ شہد کے چند قطرے زمین پر گر کر اکریں۔ اگر اسے اٹھانا چاہیں اور یہ موتی کی شکل اختیار کر لیں اور ارد گرد نہ پھیلے تو بالکل خالص ہوگا، ورنہ ملاوٹ آمیز ہوگا۔

## گلاب کے پھولوں کو زیادہ پیدا کرنے کے لیے

☆ چائے کی پتیاں جو استعمال کی جا چکی ہوں ان کو گلاب کے پودے میں ڈالنے سے پھول بڑے اور تعداد میں زیادہ نکلیں گے اور خوشنما بھی ہوں گے۔ روزانہ ایسا کرنے سے بہتر اثر ہوگا۔

## پتنگوں سے نجات کے لیے

خصوصاً برسات کے موسم میں روشنی دیکھ کر بلب یا لائٹنیں وغیرہ کے قریب بہت سے پتنگے یا برساتی کیرے وغیرہ آجاتے ہیں اور بہت تنگ کرتے ہیں۔

## گلاب کے پھولوں کو بڑا کرنے کے لیے

☆ گلاب کے پھولوں کو بڑا کرنے کے لیے انڈے کے چھلکوں کو پس کر گلاب کی کیاری میں ڈال دیں، پھول بڑے اور خوب صورت نکلے گے۔

ان کو بھگانے کے لیے بلب، لائٹنیں، لیمپ اور ٹیوب لائٹ وغیرہ کے قریب کچھ پیاز کاٹ کر رکھ دیا جائے، پتنگے برساتی کیرے بھاگ جائیں گے۔

## گوٹا کناری کی حفاظت کے لیے

☆ اگر آپ کے پاس گوٹا کناری کافی تعداد میں موجود ہے تو اس کی حفاظت کریں۔ ورنہ کالا پڑ سکتا ہے۔ اس کی حفاظت کے لیے ضروری ہے کہ اسے مومی لفافے میں اچھی طرح بند کر کے رکھ دیں۔ اسی طریقے سے دوپٹے اور قمیص بھی جن پر سلمی ستارہ یا تلے کا کام کیا گیا ہو یا گوٹا کناری لگایا گیا ہو وہ ایک تو بھگنے سے بچائیں۔ ان کی تھیں الٹی کر کے لگائی جائیں۔ انہیں نمی اور ہوا سے بچانے کے لیے پلاسٹک کے لفافوں میں بند کر کے رکھا جائے، اس طرح یہ خراب ہونے سے بچے رہیں گے۔

## اچار کو خراب ہونے سے بچانے کے لیے

☆ اگر اچار خراب ہو رہا ہو تو اس میں لیموں کا عرق یا سرکہ ڈال دیں تو ان شاء اللہ خراب نہیں ہوگا۔

## سرخ مرچیں باریک پینے کی ترکیب

☆ اگر سرخ ثابت مرچیں پیتے وقت ان کے بیج ثابت رہتے ہوں تو ان مرچوں میں ایک ٹیبل اسپون پکانے کا تیل ڈال کر پیسیں، مرچیں بالکل باریک پس جائیں گی۔

## پانی کو جراثیم سے محفوظ کرنے کے لیے

☆ عام پانی کو پینے کے قابل بنانے کے لیے ڈیڑھ لیٹر پانی کی بوتل میں پانی بھر کے سورج کے سامنے رکھیں۔ تین سے چھ گھنٹے میں پانی ہر قسم کے جراثیم سے محفوظ

## استری کی سطح سے جلے کپڑوں کو صاف کرنا

بعض اوقات ریشمی اور نائیلون کے کپڑے جل



دوٹی اسپون  
دوٹی اسپون  
تین لی اسپون

شہد  
گلیسرین  
کریم

ترکیب :

ان تمام چیزوں کو ایک پیالے میں ڈال کر اچھی طرح مکس کریں کہ ہر چیز کریم کے ساتھ یک جان ہو جائے۔ اب اس پیسٹ کو چہرے اور گردن پر لگائیں۔ تقریباً "پندرہ منٹ لگا رہنے دیں۔ پھر صاف پانی سے منہ دھولیں۔ اس سے جھریاں دور ہوں گی اور جلد شاداب ہو جائے گی۔

## مہندی بالوں کی حفاظت کے لیے

☆ ایک کپ مہندی لیں۔ اسے پانی میں گھول لیں۔ آدھے لیٹروں کارس ملائیں، چار لوٹکیں پیس کر شامل کریں۔ ایک انڈے کی زردی ملا دیں۔ وار چینی کا

ہو جائے گا۔ یہ پانی ایک ہفتہ تک پینے کے قابل رہے گا۔

## پالش سے جوتے چمکانے کی ترکیب

☆ جوتے چمکانے کے لیے پالش میں تھوڑا سا سرکہ ملا کر پالش کریں تو جوتے چمک اٹھیں گے۔

## بارش سے گیلا جوتا نرم کرنے کی ترکیب

☆ بارش میں جب جوتا بھیک جاتا ہے تو خشک ہونے پر سخت ہو جاتا ہے۔ اس صورت میں ویزلین لگا کر اسے نرم کیا جاسکتا ہے۔

## رنگ کیسے بنائے جاتے ہیں

☆ آپ مندرجہ ذیل طریقوں سے اپنی مرضی کے رنگ بنا سکتی ہیں۔ مثلاً "نارنجی رنگ بنانے کے لیے سرخ رنگ میں زرد رنگ ملایا جائے۔ سبز رنگ بنانے کے لیے نیلے رنگ میں زرد رنگ ملایا جائے، بھورا رنگ بنانے کے لیے سبز اور سرخ رنگ کو ملایا جائے۔ کانسی رنگ بنانے کے لیے سرخ رنگ کو پیلے رنگ میں ملائیں۔ انگوری رنگ کے لیے سبز اور سفید رنگ کو ملایا جائے۔ سلٹی رنگ بنانے کے لیے کالے یا نیلے رنگ میں سفید رنگ ملانا چاہیے۔ گلابی رنگ بنانے کے لیے سرخ اور سفید کو ملا دیا جائے، بادامی رنگ بنانے کے لیے سفید اور پیلا رنگ ملا دیا جائے۔

## بالوں کو سفید ہونے سے بچانے کا طریقہ

سیکا کائی، ماش کی دال اور میتھی باریک پیس لیں، پھر اس سفوف سے سرد دھویا جائے، نہ صرف بال سفید ہونا بند ہو جائیں گے بلکہ جھڑیں گے بھی نہیں۔

جھریاں ختم کرنے کے لیے

اشیاء :

بیس

ایک لی اسپون

گی اور آنکھیں بے حد حسین اور پر تشش معلوم ہوں گی۔

چہرے کے گڑھے دور کرنے کا طریقہ

☆ تھوڑی سی ملتان مٹی لے کر عرق گلاب میں ملائیں۔ پھر چہرے پر تقریباً "پندرہ منٹ" کے لیے لپ کر دیں۔ بعد میں تازے پانی سے منہ دھولیں۔ چند دنوں میں گڑھے دور ہو جائیں گے۔

ہاتھوں کی صفائی

☆ اگر ہاتھوں پر میل وغیرہ جم جائے تو کیلے کے چھلکے بار بار گزرنے پہ میل دور ہو جائے گا۔  
☆ گلیسرین میں چند قطرے لیموں کے رس کے ڈال کر ہاتھوں پر ملنے سے بھی ہاتھ صاف اور نرم و ملائم ہو جاتے ہیں۔

☆ نمائز کارس ہاتھوں پر ملنے سے بھی ہاتھ نرم و ملائم ہو جاتے ہیں۔

☆ زیتون کا تیل ملنے سے بھی ہاتھ صاف اور نرم و ملائم ہو جاتے ہیں۔

دانتوں کی پیلاہٹ دور کرنا

☆ ایک چمچہ کھانے والا میٹھا سوڈا، نمک، سہاگہ لے کر کسی بوتل میں رکھ لیں۔ روزانہ اس سے دانت صاف کریں۔ دانتوں کی پیلاہٹ دور ہو جائے گی۔

☆ سرسوں کے تیل میں ایک چائے کا چمچہ نمک ملا کر دانتوں پر لگانے سے دانت سفید ہو جاتے ہیں۔

☆ لیموں کے چھلکے سکھا کر پیس لیں۔ ان میں نمک ملا لیں۔ دانت روزانہ اس سے صاف کرنے سے تمام میل دور ہو جائے گا۔

سفید رنگ کرنے کا طریقہ

☆ کھیرے کا رس نکال لیں، چائے کا نصف چمچہ، گلیسرین اور اتنا ہی عرق گلاب سب کو ملا کر لگانے سے

چھوٹا سا ٹکڑا پیس کر آخر میں ملائیں اور مندی کو دو گھنٹہ کے لیے ڈھانگ کر رکھ دیں۔ سر میں اچھی طرح لگائیں۔ دو تین گھنٹے بعد تازے پانی سے سر دھولیں، بعد میں شیمپو کریں، مہینہ میں ایک بار یہ عمل کریں۔

بال ملائم کرنے کے لیے

☆ نہانے سے پہلے بالوں میں تیل لگایا کریں تو بال ملائم ہو جائیں گے اور اس طرح ان کی جڑیں بھی مضبوط ہو جائیں گی۔



بھنویں گھنی کرنے کے لیے

☆ رات کو سوتے ہوئے بھوؤں پر روغن زیتون کی مالش کیجیے۔ اس سے بھنویں چند دنوں میں گھنی ہو جائیں گی۔ اکثر سوتے وقت زیتون کا تیل پلکوں میں لگایا جائے، پلکیں بھی گھنی اور چمک دار ہو جاتی ہیں۔

پلکیں لمبی اور گھنی کرنے کے لیے

1 - پلکوں کی جڑوں میں روئی کی مدد سے صاف شدہ کشر آئل لگائیے، اس سے پلکیں لمبی اور گھنی ہو جائیں گی۔

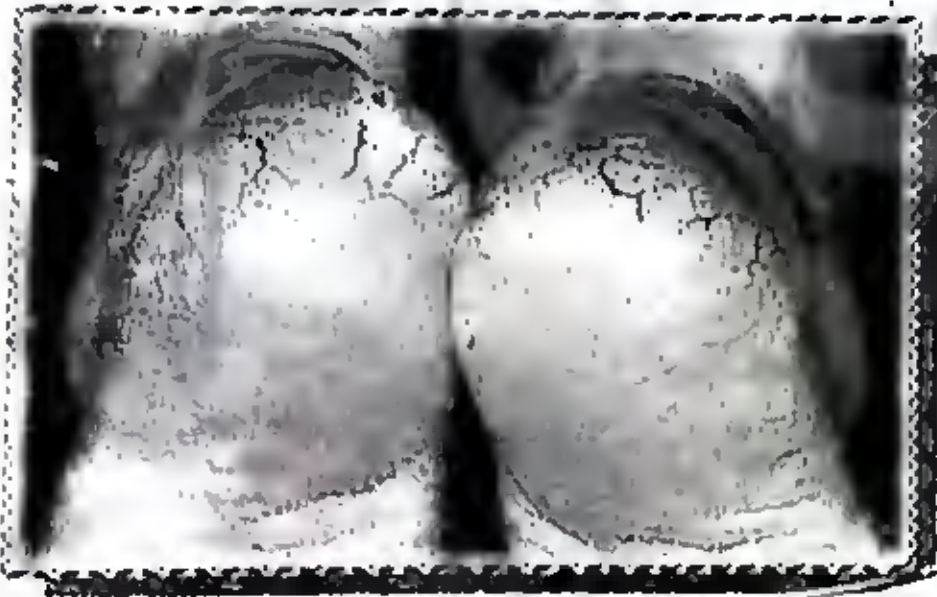
2 - اصلی شہد اور کشر آئل دونوں برابر لیں اور کسی شیشی میں ملا کر رکھ لیں۔ روزانہ رات کو سوتے وقت پلکوں میں لگائیے۔ پندرہ دنوں میں پلکیں لمبی ہو جائیں

چمک دار بنانے کے لیے ان پر لیموں کا رس ملیں صرف چند بار ایسا کرنے سے ناخن چمک دار ہو جاتے ہیں۔  
بال چمکیلے، لمبے اور گھنے کرنے کے لیے

☆ آملہ خشک، ہڑ خورہ، ریشھا اور بیری کے پیتے ہم دزن لے کر چار تولہ پانی میں جوش دیں اور ٹھنڈا کر کے رکھ لیں۔ اس سے ہر تیسرے روز بال دھونے سے بال لمبے اور سیاہ ہو جائیں گے۔

☆ سرسوں کی کھلی بھی بالوں کے لیے بہت مفید ہے۔ سرد ہونے سے دو گھنٹے قبل پانی میں بھیگی ہوئی سرسوں کی کھلی کا پانی نتھار کر سرد ہو میں۔

☆ بیری کے پتے لے کر انہیں چٹنی کی طرح باریک پیسیں۔ جھاگ نکال کر بیس منٹ تک سر میں خوب ملیں اور پھر سرد ہو ڈالیں۔ صابن کا استعمال نہ کریں۔ اس سے بال لمبے، چمکیلے اور گھنے ہو جائیں گے۔



## پھٹی ایریاں

☆ سردیوں میں پھٹی ایریاں خاص طور پر تکلیف دیتی ہیں۔ ان سے نجات کا آسان حل یہ ہے کہ چار میبل اسپون گلیسرین میں لیموں کا رس اور ایک چوتھائی پسی ہوئی پھٹکری ملا لیں۔ دن میں تین بار یہ مرکب پھٹی ایریوں پر لگائیں، چند دنوں کے استعمال سے افاقہ ہوگا۔

رنگ صاف ہو جاتا ہے اور روزانہ رات کو سوتے وقت لگانے سے آہستہ آہستہ اس سے چہرہ ہلکا سا ہلہچ ہونا شروع ہو جائے گا۔

## ناخن کانیل دور کرنے کے لیے

☆ دروازہ بند کرتے ہوئے یا کسی چوٹ سے اگر انگلی کا ناخن نیلا پڑ جائے تو اس نیلا ہٹ کو دور کرنے کے لیے قابل برداشت گرم پانی لیں اور اس میں دس منٹ تک ناخن کو ڈبو رکھیں تو نیلا ہٹ دور ہو جائے گی۔

## ناخن لمبے کرنے کے لیے

☆ لہسن کا پانی لگانے سے ہی ناخن مضبوط ہو جاتے ہیں۔ آپ ناخن برہانا چاہتی ہیں تو لہسن کا پانی نکال کر رات کو سوتے وقت ناخن پر لگایا کریں۔ ایک ہفتہ یہ عمل کریں، آپ کے ناخن تیزی سے بڑھیں گے، ٹوٹیں گے نہیں، اگر آپ کی جلد حساس ہے تو اس میں تھوڑا سا کشر آئل ملا لیں۔ اس سے خارش نہیں ہوگی۔

## ناخن ٹوٹنے کے لیے

☆ وٹامن سی کی ایک گولی ضرور کھائیں۔ ایک لیموں کا رس پانی میں ملا کر روزیہ کریں۔ چار لیموں لے کر ان کا رس نکالیں۔ اس میں تھوڑی سی پسی ہوئی پھٹکری ملا لیں اور شیشی میں رکھ لیں۔ 20 منٹ کے لیے یہ مخلول روزیہ سے ناخن پر لگا خشک ہونے دیں اور پھر ہاتھ دھو لیں۔

## ناخنوں کو چمک دار بنانا

☆ جسمانی خوب صورتی میں ناخنوں کو بھی بڑا دخل ہے، لیکن اکثر خواتین ان پر زیادہ توجہ نہیں دیتیں۔ چمک دار ناخن بہت بھلے معلوم ہوتے ہیں۔ ناخنوں کو

# کارآمد گھریلو ٹوٹکے

چھوڑنے سے پہلے پیٹ کے نیچے تکیہ رکھ کر اٹھے ہو کر لیٹ جائیں پندرہ منٹ تک اسی طرح لیٹی رہیں۔ چند ہفتوں میں پیٹ چھوٹا ہو جائے گا۔

ناف میں تیل لگانے کے حیرت انگیز فوائد

☆ سرکی خشکی، دماغ کی خشکی۔

☆ نسیان اور ضعیف دماغ

☆ آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا جانا اور سر کا چکرانا

☆ حتیٰ کہ بعض مریضوں کی آنکھیں پک جاتی

تھیں، لیکن جب یہ نسخہ استعمال کیا تو فائدہ ہوا۔

☆ ہونٹوں کا پکنا، خشکی کے مسائل ہونا، ہونٹوں کی

سیاہی کے لیے اسیری نسخہ ہے۔

☆ ناف میں تیل کا لگانا نگاہ کو تیز کرتا ہے۔ جسم کی

سستی، کاپلی اور ڈھیلے پن کو دور کرتا ہے۔

برسات کے موسم میں بستر اور گدوں کو نمی

سے بچانے کے لیے

☆ برسات کے موسم میں بستر اور گدوں وغیرہ کو نمی

اور سیلن سے بچانے کے لیے ٹالکم پاؤڈر استعمال

کریں۔ اگر گدے پر تھوڑے سا ٹالکم پاؤڈر چھڑک

کر اوپر بیڈ شیٹ بچھائی جائے تو وہ نمی سے محفوظ رہیں

گے۔

چائے کی خوشبو میں اضافہ کرنا

☆ چائے خوشبودار ہو تو آدمی کو دل کو لبھاتی ہے اور

اگر بد ذائقہ ہو تو کوئی بھی اسے پینا پسند نہیں کرتا۔

چائے کی خوشبو کو مزید تیز کرنے کے لیے آگ کے

قریب کاغذ بچھا کر اس پر چند منٹ کے لیے چائے کی پتی

بکھیر دیں۔ پھر اس سے چائے تیار کریں۔ چائے کی

خوشبو میں اضافہ ہو جائے گا۔

فریزر میں پڑے ہوئے گوشت کو پکانا

☆ فریزر میں پڑا ہوا گوشت اگر جم جائے تو اسے پانی

کنگھے صاف کرنے کا طریقہ

☆ کنگھے میلے بہت بڑے لگتے ہیں۔ ویسے بھی کنگھے

زیادہ میلے ہو جائیں تو جراثیم پیدا ہونے لگتے ہیں۔

لہذا ضروری ہے کہ ہر 15 روز کے بعد کنگھوں کو

دھونا چاہیے۔ ایک برتن میں پانی گرم کریں اور کسی

تسلے میں کنگھے ڈال دیں۔ اب کنگھوں پر سرف چھڑک

دیں۔ کھولتا ہوا پانی کنگھے میں ڈالیں اور رکھ دیں۔ پانی

نیم گرم رہ جائے تو آپ برش سے کنگھے صاف کریں۔

صاف پانی سے دھو کر تھوڑے سے پانی میں ڈبوں کے

چند قطرے ڈال دیں۔ اس میں کنگھے بھگو کر نکال لینے

کے بعد دھوپ میں سکھالیں۔ کنگھے صاف تھرنے

ہو جائیں گے۔

وزن میں جاوٹی کمی لانے والی پچائے

اشیاء :

چائے بنانے کے اجزاء۔

اسپغول

شہد

کلونجی

آدھے لیموں کا جوس

کالی مرچ چپسی ہوئی

سیب کا سرکہ

پورینہ

چلی ساس

ترکیب :

دو کھانے کے چمچے

ایک کھانے کا چمچ

ایک چٹکی

ایک چٹکی

ایک چائے کا چمچ

دو سے تین پتے

تین سے چار قطرے

☆ یہ سب چیزیں ایک گلاس نیم گرم پانی میں ملا کر چھ

کپ چائے بنائیں۔ اور دن میں تقریباً "چھ بار" صبح

ناشتا سے آدھا گھنٹہ قبل ایک کپ پھنسا اور باقی پانچ

کپ وقفے وقفے سے پورا دن استعمال کریں۔

پیٹ چھوٹا کرنے کی ترکیب

☆ پیٹ چھوٹا کرنے کے لیے روزانہ صبح بستر

☆ میں ہرگز نہ ڈالیں، بلکہ اسے اس وقت پڑا رہنے دیں جب تک وہ اپنی اصلی حالت پر نہ آجائے، کیونکہ پانی میں گوشت کی غذائیت کھو جاتی ہے۔

ابے ہوئے نرم چاولوں کو سخت کرنا

☆ اگر کبھی اتفاق پابے احتیاطی سے چاول زیادہ ابل جائیں اور نرم ہو جائیں تو گرم پانی نچوڑنے کے بعد چھلنی میں اوپر سے ٹھنڈا پانی ڈال کر نچوڑ لیں۔ چاول سخت ہو جائیں گے۔

روٹی کو نرم بنانے کے لیے

☆ اگر آٹے کو نیم گرم پانی سے گوندھ کر کچھ وقت کے لیے پڑا رہنے دیں تو روٹی نرم اور مزے دار بنے گی۔

انڈے کا چھلکا با آسانی اتارنا

☆ اگر انڈے کا چھلکا با آسانی نہ اترتا ہو تو تھوڑا سا سرکہ لے، اس پانی میں ڈال دیں، جس میں انڈا ابلا گیا ہو۔

بلینڈر صاف کرنے کے لیے

☆ بلینڈر کو استعمال کرنے کے بعد صاف کرنے کے لیے اس میں اتنا پانی ڈالیں کہ وہ پانی کے اندر ڈوب جائیں۔ پھر اس میں صابن یا واشنگ پاؤڈر ڈال کر چلائیں۔ ایک منٹ کے بعد سارا پانی نکال کر اس کو دھو لیں اور خشک کر کے رکھ لیں۔

ایر فریشنر بنانے کے لیے

☆ بازار میں قسم قسم کے ایر فریشنرز ملتے ہیں جو خاصی قیمت کے ہوتے ہیں۔ آپ خود بہت کم پیسوں میں اسے گھر پر اس طرح تیار کر سکتے ہیں کہ سفید سرکہ میں یو کلیٹس کی پتیاں ڈال کر دو ہفتے کے لیے رکھ دیں، پھر چھان لیں اور سرکہ کو برالوں میں ڈال کر کمروں میں

رکھ دیں۔ خوشبو ہر طرف پھیل جائے گی۔

تھرماس کی بدبو دور کرنے کے لیے

☆ تھرماس بدبو دار ہو جاتا ہے، اگر تھرماس میں تھوڑا

سرکہ ڈال کر ہلا لیں اور پھر ٹھنڈے پانی سے دھو ڈالیں تو بدبو دور ہو جائے گی۔

بادام تازہ رکھیں

☆ بادام چند سال تک بالکل تازہ رکھنے کے لیے تقریباً ایک کھانے کا چمچ چینی اس برتن میں ڈال دیں۔ جس میں بادام رکھے ہوئے ہیں۔ بادام بالکل تازہ رکھیں گے۔

ٹین کی چیزوں کا زنگ صاف کرنے کے لیے

☆ ٹین کی چیزوں سے زنگ صاف کرنے کے لیے واشنگ پاؤڈر میں پسا ہوا نمک ملا کر خوب رگڑ کر دھو لیں تو داغ دور ہو جائیں گے۔

استری کے داغ

☆ استری کے نیچے براؤن داغ دور کرنے کے لیے ذرا سا ٹوٹھ پیسٹ مل دیں۔ تقریباً دس منٹ بعد جب ٹوٹھ پیسٹ سوکھ جائے تو صاف کپڑے سے پونچھ لیں۔

☆ استری جل جائے تو اس کے اوپر بیکنگ سوڈا مل دیں۔ تھوڑی دیر بعد ریگ مال سے صاف کر لیں۔

گوشت کی بساند دور کرنے کا حل

☆ گوشت میں اگر ہلکی سی خاص قسم کی بساند محسوس ہو تو ایک کھانے کا چمچ آٹے کی بھوسی چھڑک دیں اور دس منٹ بعد دھو لیں۔

بوتلوں کی صفائی

☆ بوتلوں کی صفائی کے لیے بوتل میں تھوڑا سا

## دبسی سرجری

☆ جسم کے کسی حصے میں شیشہ چبھ جائے تو پیاز آدھا کاٹ کر توڑے پر ہلکا سا گرم کریں اور زخم پر باندھ لیں۔ ایک دو گھنٹے کے بعد پٹی کھول کر پیاز زخم سے ہٹالیں۔ شیشے کی نوک نظر آرہی ہوگی۔ پٹی وغیرہ سے شیشہ نکال دیں۔

## گوشت پر مکھیاں نہ بیٹھیں

☆ سفید ممل کا ایک ٹکڑا لے کر اسے سرکہ ملے پانی میں بھگو کر گوشت کے اوپر ڈال دیں۔ مکھیاں نہیں بیٹھیں گی۔

کچن کی ڈراز کو کیڑے مکوڑے سے بچانے کے لیے

☆ کچن کی درازوں میں اکثر کیڑے مکوڑے پیدا ہو جاتے ہیں۔ ان درازوں میں تیز پات کے پتے رکھ دیں تو کوئی کیڑا اور از کے اندر نہیں آئے گا۔

## کپڑوں کی سفیدی قائم رکھنے کے لیے

☆ سفید کپڑوں کی پیلاہٹ دور کرنے کے لیے سوتی کپڑوں کو کھنگالتے وقت پانی میں لیموں کا رس ملا لیں اور پھر کپڑوں کو نچوڑ کر سکھا دیں۔ جبکہ ریشمی کپڑوں کی پیلاہٹ دور کرنے کے لیے انہیں کھنگالتے وقت پانی میں سفید سرکہ یا نمک ملائیں۔

میدہ، آٹا اور بیسن کو کپڑوں سے بچانے کے لیے

☆ میدہ، آٹا اور بیسن برسات میں جلد سیل جاتا ہے اور اس میں کیڑے پڑ جاتے ہیں۔ ان چیزوں کو محفوظ رکھنے کے لیے ان کے برتن میں چند تیز پات کے پتے ڈال دیں۔ میدہ کو نمی اور سیلین سے بچانے کے لیے اس میں بلائنگ پیپر کا ایک ٹکڑا ڈال دیں تو میدہ نمی

واشنگ پاؤڈر اور ایک انڈے کا چھلکا چل کر بوتل کے منہ میں ڈال دیں اور بوتل کو ہلائیں پھر یہ سب الٹ کر باہر نکال دیں اور دھو کر صاف کر لیں۔

## آلوؤں کی مٹھاس ختم کرنے کے لیے

☆ اگر آلو زیادہ میٹھے ہوں تو انہیں چھیل کر نمک ملے پانی میں چند منٹ کے لیے بھگو دیں۔ اس طرح سے آلوؤں کی مٹھاس کم ہو جائے گی۔

## خراب گلہ کا علاج

☆ آج کل گلہ خراب ہونے کی شکایت عام ہے۔ اس کا بہت ہی آسان اور شرطیہ علاج یہ ہے۔

ایک انچ کا اورک کا ٹکڑا چبائیں اور 30 منٹ تک کچھ نہ کھائیں اور پھر دیکھیں جاوولی اثر۔

## نرم ٹماٹر کو سخت بنانے کے لیے

☆ ٹماٹر اگر بڑے بڑے بہت نرم ہو گئے ہوں تو ان کو نمک ملے پانی میں گھنٹہ بھر کے لیے ڈبو دیں سخت ہو جائیں گے۔

## کافی یا چائے کو گرم کرنے کے لیے

☆ چائے کا قہوہ یا کافی اگر ٹھنڈی ہو جائے اور دوبارہ گرم کیا جائے تو ذائقہ خراب ہو جاتا ہے۔ اس لیے اسے گرم کرنے کے لیے ایک پین میں پانی گرم کر کے چائے یا کافی دانی کو ابلتے پانی میں رکھ کر کچھ دیر گرم ہونے دیں۔ اس طرح ذائقہ خوشبو دونوں ہی قائم رہیں گے۔

## ہلدی کا داغ دور کرنے کے لیے

☆ ہلدی کا داغ اگر کپڑوں پر لگ جائے تو ٹائری چھڑک کر صابن سے دھو لیں۔ ٹائری نہ ہو تو لیموں کا رس مل کر چند منٹ بعد سرف سے دھو لیں۔



☆ سے بچا رہے گا۔  
 ڈبل روٹی کے سلائس کاٹنے کے لیے  
 ☆ چھری کو گرم پانی میں ڈبو کر اس سے سلائس  
 کاٹنے جائیں تو آسانی سے کٹ جاتے ہیں۔

## پودوں کی جڑوں کو دیمک سے بچانا

☆ پودوں کی جڑوں میں بھی دیمک لگ جاتا ہے۔  
 اگر گھر میں لگائے گئے پودوں کی جڑوں یا کیاری میں  
 دیمک داخل ہو جائے تو مٹی کا تیل چھڑک دینا  
 چاہیے۔ راکھ کو چھان کر کیاری میں ڈالا جائے۔ اس  
 طرح سے پودوں کو دیمک سے نجات حاصل ہوگی اور  
 وہ سرسبز و شاداب رہیں گے۔

## چیونٹیوں سے نجات کے لیے

☆ چیونٹیاں گھروں میں جگہ جگہ سوراخ بنا لیتی ہیں  
 اور بہت ہی پریشانی کا باعث بنتی ہیں۔ چنانچہ ان سے  
 نجات پانے کے لیے ان کے بلوں پر مٹی کا تیل ایک  
 چمچ بھر کر ڈال دیا جائے تو چیونٹیوں سے چھٹکارا حاصل  
 ہو جائے گا۔

☆ جہاں چیونٹیاں بھگانا مقصود ہوں ہینگ رکھ دیں تو  
 وہ بھاگ جائیں گی۔ ہینگ کی جگہ ہلدی بھی استعمال کی  
 جاسکتی ہے۔

## چھپکلیوں سے نجات کے لیے

☆ گھروں کی کھڑکیاں، روشن دان اور دروازوں کی  
 درزیں چھپکلیوں کا مسکن ہوتے ہیں۔ ان سے نجات

## گھر کو مکھیوں سے بچانے کے لیے

☆ کچن سے مکھیاں بھگانے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ  
 کچن میں تازہ پودینہ کھلا رکھیں۔ اس طرح مکھیاں  
 نہیں آئیں گی، کمروں میں تازہ پودینے کی جڑیں کسی  
 برتن کے اندر پانی میں بھگو کر رکھ دیں۔

## کھٹل سے نجات

☆ سرخ مرچیں پانی میں ملا کر اسپرے کرنے سے  
 کھٹل ختم ہو جاتے ہیں۔

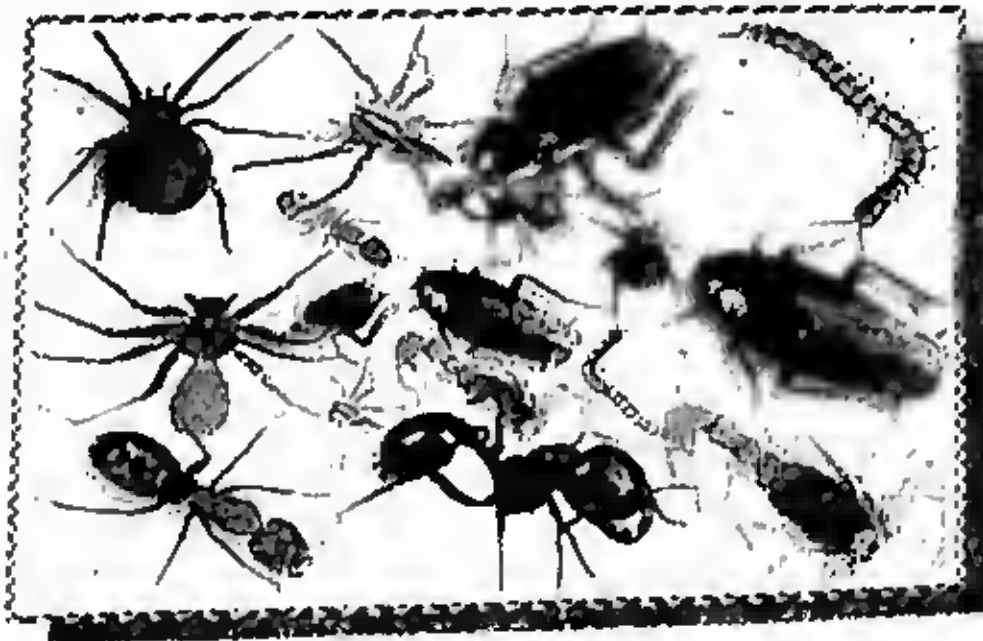
☆ اجوائن پیس لیں اور تیز گرم پانی میں ملا کر اسپرے  
 کریں۔

☆ تیم کے تے رکھ دینے سے اور نیم کے پانی کا چھڑکاؤ  
 دینے سے بھی ختم ہو جاتے ہیں۔

☆ فرنیچر کی خالی جگہوں پر پودینے کی شاخیں ٹھونس  
 دیں۔

☆ کھٹلوں سے نجات کے لیے نیلا تھو تھا، چونے کی  
 قلعی ملا کر دیواروں اور سوراخوں میں بھر دیں۔

## دیمک سے نجات



☆ میں ڈال کر نمل کا کپڑا بھگو کر صاف کرنا چاہیے۔  
کچے رنگ کے کپڑوں کے لیے

☆ کچھ کپڑے ایسے ہوتے جن کا رنگ اس قدر کچا ہوتا ہے کہ انہیں پانی میں ڈالتے ہی ان کا رنگ نکلنا شروع ہو جاتا ہے۔ اگر ایسا ہو تو پانی میں ایک چھوٹا چمچہ پسی ہوئی پھٹکری یا ایک بڑا چمچہ پسا ہوا نمک ڈال دیں تو کپڑے کا رنگ کم اترے گا۔

## کریلے کی کڑواہٹ دور کرنا

☆ کریلا بہت کڑوا ہوتا ہے اسی بنا پر لوگ اسے پسند نہیں کرتے۔ اگر کریلے کی کڑواہٹ دور کرنی ہو تو کریلے کو کاٹ کر نمک لگا کر تین چار گھنٹے تک بڑا رہنے دیں، پھر اسے نچوڑ دیں، کڑوا پانی نکل جائے گا اب صاف پانی سے دھو کر پکائیں کڑواہٹ نہیں ہوگی۔  
ہچکی روکنے کے لیے

☆ بعض اوقات مسلسل ہچکی لگ جاتی ہے۔ تھوڑی سی چینی کھالینے سے آرام آ جاتا ہے۔  
گو بھی کی بو دور کرنے کے لیے

☆ گو بھی کی بو دور کرنے کے لیے پکاتے وقت اگر اس میں تھوڑا سرکہ ملا دیا جائے تو گو بھی کی ناگوار بو دور ہو جائے گی۔

## زعفران کی خوشبو تیز تر کرنے کے لیے

☆ زعفران کو اگر لیموں کے رس میں بھگویا جائے یا تھوڑے سے گرم پانی میں بھگویا جائے تو اس کی خوشبو اور اثرات زیادہ دیر پا ہوں گے۔

## کوئلہ جلتے وقت کم خرچ ہو

☆ کوئلہ جلتے وقت تھوڑا سا نمک چھڑک دیا جائے تو کوئلے زیادہ دیر تک جلیں گے۔

پانے کے لیے ایسی جگہوں میں مثلاً "روشن دانوں میں انڈوں کے خول رکھ دینے چاہیں۔ چنانچہ چھپکلیاں وہاں نہیں آئیں گی اور گھر چھپکلیوں کی آمدورفت سے محفوظ رہے گا۔

## مکھیوں سے باورچی خانے کو محفوظ رکھنا

☆ باورچی خانے کو محفوظ رکھنے کے لیے جھار پونچھ کر کے پانی میں نمک اور کپڑے دھونے والا سوڈا ڈال کر گرم کریں اور اس سے فرش کو دھولیں۔ اس طرح گھی وغیرہ سے جمی ہوئی چکنائی صاف ہو جائے گی اور دیگر کپڑے، مکھیاں وغیرہ بھی داخل نہ ہوں گے۔

## بھڑوں کے چھتے ختم کرنا

☆ گندھک اور لسن کی دھونی دینے سے بھڑ مر جاتے ہیں، اگر ان کے چھتوں پر مٹی کا تیل، سرکہ ڈال دیا جائے تو وہ مر جاتے ہیں۔

## پاؤں کا پسینہ کم کرنا

☆ اگر آپ کے پاؤں میں پسینہ بہت آتا ہے تو گرم پانی میں سرکہ یا لیموں کا عرق ڈال کر اس سے پاؤں دھوئیں۔

پکتے ہوئے کھانے میں زہریلی چیز کا شک دور کرنے کے لیے

☆ کھانا پکاتے ہوئے اگر آب کو شک ہو جائے کہ کھانے میں زہریلی کوئی چیز گر گئی ہے تو چمچہ سے مشکوک چیز لے کر آگ میں ڈال دیں، اگر نیلے رنگ کے شعلے نکلیں تو سمجھ لیں کہ کھانا زہریلا ہو گیا ہے۔

## سنگ مرمر کی آرائشی اشیاء کی صفائی

☆ یہ گندی ہو جائیں تو انتہائی بھدی لگتی ہیں۔ اس صورت حال میں امونیا کے چند قطروں کو نیم گرم پانی

## گھبراہٹ اور سستی دور کرنے کا نسخہ

☆ موسم گرما میں گھبراہٹ اور سستی محسوس ہوتی ہے اور کام کاج میں بھی دل نہیں لگتا۔ رات کو سوتے وقت یا صبح نہار منہ پودینے کی چائے بنا کر پیئیں سارا دن طبیعت ہشاش بشاش رہے گی۔

## نمک کی نمی دور کرنا

☆ نمک کی نمی دور کرنا مطلوب ہو تو نمک والی میں چند دانے چاولوں کے ڈال دیں نمی دور ہو جائے گی۔

## اینٹی سہیٹک ایجنٹ

☆ ایک گلاس پانی کو لوہے کی کڑاہی میں 20 منٹ تک ابالیں۔ آدھا چمچ نمک ملا دیں۔ جب ٹھنڈا ہو جائے تو اس محلول کو ایک بوتل میں محفوظ کر لیں۔ یہ محلول ہلکی خراشوں اور معمولی زخموں کے لیے گھریلو ساختہ اینٹی سہیٹک ایجنٹ کے طور پر فوری دستیاب ہوگا۔

## پانی کا کھارا پن دور کرنا

کنویں یا بورنگ کا پانی اکثر نمکین اور بھاری ہوتا ہے۔ اس کو ہلکا کرنے کے لیے آپ ایک بالٹی میں ایک چائے کا چمچ بورک پاؤڈر اور ایک چائے کا چمچ سرکہ ملا دیں۔ آپ آسانی سے نہانے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔

## لیموں کو محفوظ کرنا

جب لیموں سستے مل رہے ہوں تو زیادہ مقدار میں خرید لیں۔ تمام لیموں کا رس نکال کر اسے برف جمانے والی ٹرنے میں جمالیں۔ جم جانے کے بعد یہ کیوبز نکال کر تھیلی میں ڈال کر فریژر میں رکھ دیں اور ضرورت کے مطابق ایک ایک کیوب نکال کر استعمال کریں۔

## بچے کے ذہنی ریشمز کے آرام کے لیے

☆ بچے کو اگر ذہنی ریشمز ہو جائیں تو آدھا حصہ سرسوں کا تیل اور آدھا حصہ پانی ملا کر لگائیں اور پیپہر باندھ دیں۔ دونوں کو اتنا ملانا ہے کہ تیل اور پانی کی رنگت دودھیا ہو جائے۔

## گرمی وانوں سے نجات کے لیے

☆ بچوں یا بڑوں کو گرمی دانے نکل آئیں تو ایک پاؤ ڈی، ملٹل کے کپڑے میں باندھ کر لٹکادیں جب پانی بخڑ جائے تو جتنا ٹوٹھ پک کے سرے پر نیلا تھوٹھا آٹا ہے اتنا اس میں ملا کر دانوں پر لگائیں۔ دو تین دفعہ لگانے سے ہی سکون آجائے گا۔

## بو اسیر کے لیے

☆ تین قطرے روغن کلونچی اور تین قطرے روغن نیم ایک ایک سیون شہد میں ملا کر منہ میں رکھ کر اوپر سے پانی پی لیں۔ روزانہ استعمال کرنے سے بو اسیر کو آرام آجائے گا اور وزن بھی کم ہوگا۔

## پھوڑے کا منہ بنانے کے لیے

☆ بعض اوقات ایسا پھوڑا نکل آتا ہے جس کا منہ نہیں بنتا اور وہ سخت تکلیف دیتا ہے ایسے میں پتھر حیٹ (ایک بودا) کا ایک پتالے کر اور سرسوں کا تیل اچھی طرح لگا کر توے پر دونوں طرف سے گرم کر کے پھوڑے پر باندھ دیں۔ اگر صبح لگایا ہے تو شام کو دوسرا باندھیں۔ ان شاء اللہ تین سے چار دفعہ کرنے سے منہ بن کر پھوٹ جائے گا۔

## سردی سے آواز بیٹھ جائے تو

☆ اگر سردی سے آواز بیٹھ جائے تو اس صورت میں تھوڑا سا اور کالے کر اس پر نمک لگا کر کھائیں۔ آواز ٹھیک ہو جائے گی۔

## آنکھوں کی کمزوری

آنکھوں کی نظر کمزور ہو تو ایک کپ خشخاش دھو کر سکھالیں۔ اس میں آدھا کپ بادام، آدھا کپ سونف، آدھا کپ سوکھا دھنیا اور مصری ملا کر پیس لیں اور صبح شام ایک کپ دودھ کے ساتھ ایک چمچ کھالیں۔ ان شاء اللہ کچھ ہفتوں میں نمایاں بہتری ہوگی۔

## لمبے کالے اور گھنے بال

ایک پیالی پانی میں لیموں کا رس نکال کر اس میں آٹے کا سفوف ڈال کر حل کر لیں۔ یہ آمیزہ بالوں پر لگانے سے بال لمبے کالے اور گھنے ہو جائیں گے۔

## اوون صاف کرنا

اوون صاف کرنے کے لیے گرم پانی اور بیکنگ پاؤڈر کا آمیزہ بنا کر رکھ لیں جب بھی اوون صاف کرنا ہو اسٹینج کے ساتھ یہ آمیزہ لگا کر دھویں کو صاف کر لیں دھبے آرام سے صاف ہو جائیں گے۔

سبزیوں کے وٹامن ضائع ہونے سے بچائیں سبزیوں کو یا چنوں وغیرہ کو ابالتے وقت اگر چند قطرے ناریل کا تیل ڈال دیا جائے تو وٹامن ضائع ہونے سے بچ جاتے ہیں۔

## لہسن زیادہ دیر محفوظ کرنا

لہسن کو اگر لمبے عرصے تک محفوظ اور تازہ رکھنا ہو تو سارے لہسن کو چھیلے اور ایک درمیانے سائز کے شیشے کے جار کے اندر ڈال دیں۔ اس کے بعد جار میں اتنا زیتون کا تیل ڈال لیں کہ تمام لہسن کے جوئے مکمل طور پر اس سے ڈھک جائیں۔ پھر جار کو اچھی طرح بند کر کے فریج میں رکھ دیں۔

## سرسوں کے تیل کی سطح پر جھاگ ختم کرنا

اکثر لوگ جب سرسوں کے تیل میں کوئی چیز فرائی کرتے ہیں تو اس پر بہت سا جھاگ آجاتا ہے۔ اس جھاگ کو ختم کرنے کے لیے سرسوں کے تیل کو اچھی طرح گرم کریں اور فرائی کرنے سے پہلے لہسن کے پانچ یا چھ جوئے تیل میں ڈال کر انہیں اچھی طرح سے جلا کر نکال دیں۔ اب اس میں کچھ بھی فرائی کر لیں۔ بار بار کے استعمال کے باوجود بھی تیل پر جھاگ نہیں آئے گی۔

## بچے ہوئے صابن کا استعمال

بچے ہوئے صابن کے ٹکڑوں کو کسی برائے موزے میں جمع کر لیں۔ قمیص کے کالر اور کف دھوتے وقت اسے رگڑیں تو وہ جلدی صاف ہو جائیں گے۔

## جائفل کو محفوظ رکھنا

جائفل کو زیادہ عرصے محفوظ رکھنا ہو تو چونے کے پانی میں کچھ دیر کے لیے بھگو دیں۔ پھر نکال کر خشک کر لیں۔ کیڑے مکوڑوں سے محفوظ ہو جائے گا۔

## ہری سبزیوں کا رنگ برقرار رکھنا

مٹریا پالک جب تک جاتی ہیں تو ان کا رنگ سبز کے بجائے پیلا یا گہرا ہو جاتا ہے اس کے لیے ابالتے وقت ایک چمکی کھانے کا سوڈا ڈال دیں۔ سبزیاں ہرے رنگ کی ہی رہیں گی۔

## اروی کی جلن دور کرنا

اروی چھیلنے اور کاٹنے کے بعد ہاتھ دھو کر اگر ان پر آدھا لیموں کاٹ کر رگڑ لیا جائے تو خارش فوراً ختم ہو جاتی ہے۔

## جلی ہوئی دال یا سبزی کی بو دور کرنا

# کارآمد گھریلو ٹوٹکے

دیں 'مرچ کم ہو جائے گی۔

آنکھوں کی سرخی دور کرنے کے لیے

بکری کے دودھ میں روئی کے پھائے بھگو کر آنکھوں پر رکھیں، چند یوم ایسا کرنے سے آنکھوں کی سرخی دور ہو جائے گی۔

گوشت کی بو دور کرنا

اگر گوشت والے کپڑے کو سرکہ اور پانی سے تر کر دیا جائے اور گوشت اس میں لپیٹ کر رکھا جائے تو بو نہیں آئے گی۔

منہ کی بند بو دور کرنے کے لیے

رات کو منہ صاف کریں اور اورک کا ایک انچ کا ٹکڑا منہ میں چبائیں اور کوشش کریں یہ رس ایک منٹ منہ میں رہے اس کے بعد پانی نہ پیئیں اور بس۔ صبح دیکھیں بو نام کی چیز کو نہیں پائیں گے۔ اگر یہ عمل ہر کھانے کے بعد کریں تو تمام دن منہ کی بو آب کے قریب بھی نہیں بھٹکے گی اور آپ کا پیٹ بھی کبھی خراب نہیں ہوگا۔

جلد کی نکھار کے لیے

ایک لیموں میں دو چھوٹے سوراخ کر لیں اور اس میں مصری کے چھوٹے ٹکڑے ڈال دیں۔ پھر سلور فوائل میں لپیٹ دیں۔ اب لیموں کو تقریباً " 30 سیکنڈز کے لیے چولہے پر رکھیں اور پھر ٹھنڈا کر کے فریج میں رکھ دیں استعمال کرتے ہوئے اس کے ایک سے دو قطرے منہ پر لگائیں اور ایک منٹ بعد دھو لیں۔

بچوں کے قبض کے لیے

اگر چھوٹے بچے ہوں تو تھوڑی ہینگ لے کر ایک چائے کا چمچہ گرم پانی میں گھول لیں۔ پھر بچے کی ناف پر

پکاتے ہوئے اگر دال یا سبزی کچھ جل گئی ہو تو اس میں زیرے اور ٹماٹر کا بگھار ڈال دیں۔ جلنے کی بو دور ہو جائے گی بلکہ بالکل نہیں آئے گی۔

بیگن کا چھلکا اتارنے کے لیے

بیگن کا بھرتہ بنانے سے پہلے بیگن کے اوپر تیل لگائیں تو چھلکے آرام سے اتر جائیں گے۔

آنکھوں کو چونے سے بچانے کے لیے

آنکھ میں اگر چونے کی چھینٹ پڑ جائے تو تھوڑی سی پھٹکری پانی میں گھول کر آنکھوں میں پانی ڈالیں۔ اس سے جلن اور کھٹک دور ہو جائے گی۔

مسور کی دال جلد گلانے کے لیے

مسور کی دال پکاتے وقت اگر اس میں ہلدی یا گھی شروع میں ہی ڈال دیں تو اس سے دال جلدی گل جائے گی۔

پاؤں صاف رکھنے کے لیے

گرم پانی میں دو تھپے سرکہ ڈال کر اپنے پاؤں پندرہ منٹ کے لیے پانی میں ڈال دیں۔ یہ عمل ہفتہ میں ایک مرتبہ دو ہر امیں۔ پاؤں اتنے صاف ہو جائیں گے کہ جیسے کبھی زمین پر اترے ہی نہیں۔

کچے رنگ پکے کرنے کے لیے

جو کپڑے رنگ چھوڑتے ہیں انہیں کچھ دیر کے لیے ملتان میٹھی پانی میں بھگو دیں۔

سالن میں تیز مرچوں کو کم کرنے کے لیے

اگر مرچ تیز ہو جائے تو ایک پیاز براؤن کر کے اخبار

پر پھیلا دیں، تھوڑی دیر میں خستہ ہو جائے گی ہاتھ سے پھیل کر سالن میں ڈال دیں اور ایک لیموں کا رس ڈال

READING  
Section

# کارآمد گھریلو ٹوٹکے

لگا کر بسی نرم کپڑے سے سکائی کریں۔

اگر بڑے بچے ہوں تو ایک منقہ لے کر آدھی پیالی گرم پانی میں ہلکا سا پکائیں۔ پھر رات کو سونے سے پہلے بچے کو منقہ کھلا کر یہی پانی بھی پلا دیں مگر خیال رہے کہ اس کے بعد کوئی اور چیز نہ کھائیں۔

شہد کی مکھی کے زہر سے بچاؤ کے لیے

اگر شہد کی مکھی کاٹ لے تو اس پر پیاز رگڑیں۔

مکھی کے کانے کا زہر ختم ہو جائے گا۔

بیٹھی آواز کو درست کرنے کے لیے

اگر آواز بیٹھ جائے تو گڑا ل کر چاول پکائیں۔ رات کو خوب پیٹ بھر کر کھائیں اور کچھ دیر بعد پانی کے دو گھونٹ پی لیں۔ دو تین دن ایسا کرنے سے آواز کھل کر سریلی ہو جائے گی۔

کپڑے دھوتے وقت صابن کم خرچ کرنے کے لیے

کپڑوں کو دھونے سے پہلے گرم پانی میں تھوڑی پھٹکری اور چاک کا چورا ڈال دیں۔ یوں صابن کم لگے گا، کپڑے بھی اچلے دھلیں گے۔

پیروں کی بدبو سے نجات کے لیے

ایک عدد گول بینگن کے چار حصوں میں برابر تقسیم کر کے ایک دیکھی میں سیر بھر پانی ابا لیں۔ جب پانی نیم گرم رہ جائے تو اس سے دونوں پیر دھولیں۔ ایک دفعہ عمل کرنے سے ایک سال تک پیروں سے بدبو نہیں آئے گی۔ اگر عمل کو ایک ہفتہ پابندی سے کریں تو پیروں سے بدبو ہمیشہ کے لیے ختم ہو جائے گی۔

ہاتھوں کی مہندی کارنگ گہرا کرنے کے لیے

ہاتھوں میں کئی مہندی کارنگ گہرا کرنے کے لیے ہاتھوں پر سے مہندی اتارنے کے بعد دونوں ہاتھوں میں سرسوں کا تیل لگائیں۔ تھوڑی دیر بعد رنگ میں گہری چمک آجائے گی۔

بیگ کی زپ صحیح کرنے کے لیے

آپ کے پرس، قمیص یا پتلون وغیرہ کی زپ اگر خراب ہو کر پھٹتی ہو تو اس پر موم رگڑیں۔ زپ بالکل ٹھیک ہو جائے گی۔

الرحی کے لیے

جب چھینکوں کا سلسلہ شروع ہو جائے اور ناک سے بے تحاشا پانی بہے تو سفیدے کے چار پانچ سبز پتے لے کر ہتھیلیوں پہ مسلیں، پھر ان ہتھیلیوں کو ناک



لگا دیں جہاں سے بن کو سیا جاتا ہے۔ پھر اسے اچھی طرح خشک ہونے دیں۔ اس کے بعد اس طرح ایک اور کوٹ لگائیں اور اسے بھی مکمل خشک کر لیں۔ اب آپ کے بٹن ٹوٹ کر نہیں گریں گے کیونکہ نیل پالش دھاگوں کو مضبوطی سے ایک جگہ جما دے گی۔

## سوئی کو زنگ سے بچانے کے لیے

سوئی دھاگے کی ضرورت ہر گھر میں رہتی ہے، لیکن کراچی کی نم آلود فضا میں سوئیاں بہت جلد زنگ آلود ہو جاتی ہیں۔ اپنی سوئیں کو زنگ سے بچانے کے لیے انہیں سیاہ رنگ کے کپڑے میں لپیٹ کر رکھیں۔ ان پر کبھی زنگ نہیں لگے گا۔

## مٹر کو دیر تک محفوظ کرنے کے لیے

مٹر چونکہ صرف سردیوں میں ہی دستیاب ہوتے ہیں۔ اس لیے مٹر محفوظ کرنے کے لیے انہیں چھیل کر کھولتے ہوئے پانی میں ڈال دیں۔ اگر پانچ کلو مٹر ہوں تو ایک کھانے کا چمچ چینی اور دو کھانے کے چمچ سفید سرکہ ڈال دیں۔ چند منٹ بعد چھلنی میں ڈال کر پانی نکال دیں۔ ٹھنڈا ہونے پر محفوظ کر دیں۔

جینز کا رنگ خراب ہونے سے بچانے کے لیے

جینز کا رنگ خراب ہونے سے بچانے کے لیے ایک بالٹی پانی میں چار کھانے کے چمچ سرکہ ڈالیں اور اس پانی سے جینز دھوئیں۔

## ہونٹوں کی سیاہی دور کرنے کے لیے

اگر آپ کے ہونٹ سیاہی مائل ہوتے جا رہے ہیں تو ایک چائے کا چمچ جو کا آنا، ایک چائے کا چمچ نمائز کا رس اور ایک چائے کا چمچ شہد لے کر مکس کریں اور پورے چہرے کے علاوہ ہونٹوں پر بھی اس کا لپ

کے قریب لے جا کر لمبے لمبے سانس لیں، تقریباً پندرہ منٹ ایسا کریں یہ ہی عمل چار یا پانچ دن مسلسل کریں۔

## خونی و بادی بو اسیر کے لیے

بادی و خونی بو اسیر کے لیے شہد خالص لے کر اس کے ساتھ سفوف کر نجوہ ایک ماشا ملا کر چائیں، دوسرے روز دو ماشے، تیسرے روز تین ماشے حتیٰ کہ گیارہ ماشے شہد میں ملا کر چائیں۔ بارہویں روز ایک ماشا گھٹا کر چائیں۔ یعنی دس ماشے تیرہویں روز نو ماشے، چودھویں روز آٹھ ماشے، پندرہویں روز سات ماشے، سولہویں روز چھ ماشے، سترہویں روز پانچ ماشے، اٹھارویں روز چار ماشے، انیسویں روز تین ماشے، بیسویں روز دو ماشے اور اکیسویں روز ایک ماشے چائیں۔ ان شاء اللہ خونی بو اسیر ختم ہو جائے گی۔

## جوڑوں کے درد کے لیے

کدو کش کی ہوئی تازہ اورک کو ایک پیالی ابلتے ہوئے پانی میں ملا کر پینے سے گھٹیا کا درد ختم ہو جاتا ہے اور طبیعت میں تازگی آجاتی ہے۔ تھرماس میں چائے کی طرح بنا کر رکھ لیں اور دن میں تین دفعہ استعمال کریں۔

## منہ کے چھالے دور کرنے کے لیے

منہ میں اگر چھالے پڑ جائیں تو دو تولہ سما کہ پیس کر ایک تولہ گلیسرین میں ملائیں، پھر پانچ تولہ شہد میں حل کر لیں اور انگلی سے صبح و شام چھالوں پر لگائیں، ایک دن میں چھالیں دور ہو جائیں گے۔

شرش پر لگے ہونٹوں کو مضبوط کرنے کے لیے شرش پر لگے ہوئے بٹن ٹوٹنے سے بچانے کے لیے ٹرانسپورٹ نیل پالش لے کر اسے عین اس جگہ

# کارآمد گھریلو ٹوٹکے

پین میں تھوڑا نمک چھڑک دیں اور پھر اس میں انڈا توڑ کر ڈالیں۔ انڈا فرائی کرنا ہو تو تیل کو زیادہ گرم نہیں کرنا چاہیے۔

کرلیں۔ آدھے گھنٹے بعد گیلی انگلیوں کی مدد سے آہستہ آہستہ دائروں کی صورت میں اتار دیں۔ اس عمل کو روزانہ دہرانے سے آپ کا چہرہ چمک اٹھے گا اور ہونٹ قدرتی گلابی نظر آنے لگیں گے۔

## بڑھا ہوا پیٹ کم کرنے کے لیے

حسب ضرورت لوکی سفید زیرہ کڑی پتا اور نمک ڈال کر پانی ابالیں، صبح اسے نہار منہ پیئیں۔ اس سے بڑھا ہوا پیٹ کم کرنے میں مدد ملے گی۔

## گردے کی پتھری دور کرنے کے لیے

گردے میں اگر پتھری ہے تو اس کے اخراج کے لیے بھٹے کے بالوں کو پانی میں ابالیں اور یہ جو شانہ دن میں تین بار استعمال کریں۔ اس سے پیشاب کی نالی کی جلن بھی دور ہوگی۔

## عینک کے شیشے صاف کرنے کے لیے

اگر عینک کے شیشے پر داغ پڑ جائیں تو بجھا ہوا چونا یا چاک پانی میں بھگو کر اس پانی سے عینک کے شیشے صاف کریں۔ عینک چمک جائے گی۔

## آئی ماسک تیار کرنے کے لیے

آئی ماسک تیار کرنے کے لیے ایک کپے آلو کو کش کریں اور چمچے کی مدد سے دبا کر اس کا جوس نکال لیں۔ اس جوس میں استعمال شدہ ٹی بیگنز کو بھگو میں اور انہیں دس سے پندرہ منٹ کے لیے آنکھوں کے نیچے رکھ لیں۔ پندرہ منٹ کے بعد ٹھنڈے پانی سے دھو لیں۔

## پودوں میں پھول زیادہ اگانے کے لیے

موتیسے یا چنبیلی کے پودے میں پھول زیادہ لانے کے لیے کسی یا رودھ والی دیگی دھو کر اس کا پانی گملے میں ڈالیں۔

## ہارمون کی خرابی کی وجہ سے موٹاپا دور کرنے کے لیے

ایک لیٹر کریلے کے جوس میں ایک پاؤ کالے چنے بھگو کر توڑے پر بھون لیں۔ جب سوکھ جائیں تو اس میں ایک کپ میٹھی دانہ، ایک کپ سونف ڈال کر اتنا پکائیں کہ بالکل خشک ہو جائے۔ پھر اس کو پیس کر پاؤڈر بنا لیں۔ دن میں دو مرتبہ صبح و شام استعمال کریں۔

## پودوں کی حفاظت کے لیے

پودے جلنے لگیں، جڑوں کو کیرا لگ جائے یا مرجھانے لگیں تو تھوڑے سے پانی میں آدھا چمچ رانی کا گھول کر گملوں یا کپاریوں میں ڈال دیں۔

## انڈے کی زردی کو ٹوٹنے سے بچانے کے لیے

اکثر جب انڈا فرائی کیا جاتا ہے تو وہ فرائی پین کے پینڈے سے چمک جاتا ہے اور پلیٹ میں نکالتے ہوئے زردی بھی ٹوٹ جاتی ہے۔ اس کا ٹوٹکا یہ ہے کہ فرائی

