



Hindi Urdu for Health

The Practice of Medicine in Hindi and Urdu

repositories.lib.utexas.edu/handle/2152/64261

Hindi Urdu Flagship | South Asia Institute | Department of Asian Studies | The University of Texas at Austin

Ayurvedic Practice

Ayurveda is an ancient Indian system of medicine that has developed and flourished at least since the time of the fourth Veda, Atharva-Veda. In fact, the sway of Ayurveda, literally, the “scripture of longevity” has been such on the mind of the populace that it has sometimes been called the fifth Veda. It is often thought of as a “holistic” system of medicine that brings into balance the three vital components of the body through the use of herbs and specific dietary practices. Scholars have pointed out that Ayurveda was so developed even in the ancient times that one can find references to surgery within it, referred to as “Shalya Chikitsa.” Not many Ayurvedic doctors practice Shalya Chikitsa now, for that part of medicine has been taken over by modern medicine and hospital based surgery. However, the principles of Ayurveda are still recognized to be universally applicable and therefore, very popular in India and the Indian diaspora. There are many reputed indigenous pharmaceutical companies that produce Ayurvedic medicine for sale all over the world.

AYURVEDIC DIAGNOSIS METHOD

Video URI: hdl.handle.net/2152/65492

Contents:

Hindi Transcription	2
Hindi Vocabulary	2
Hindi Questions	4
Urdu Transcription.....	5
Urdu Vocabulary	5
Urdu Questions	7

Hindi Transcription

नाड़ी देखने से पता चलता है जी... शरीर में तीन दोष होते हैं - वायु, पित और कफ... हम इससे रोग का अंदाजा लगाते हैं... वैद्य लोग कहते हैं नाड़ी रोग जानने का, कुछ दर्शन से और कुछ परश्न से, कुछ मरीज का परश्न सुनने से हम परख ले हैं और कुछ उसके दर्शन... जैसे नाखून पीले होंगे तो खून की कमी होगी... आंख पीली हो गई, पीलिया हो गया... हैं जी... और फफोले हो रहे हैं शरीर पे, दाफड पड रहे हैं, शीत पित हो गया... ये तो हो गया दर्शन से... और परखन से, खांसी, खुर-खुर करेगा, बोलती हांणा आवाज घरावैगी तो इसको भई ठंड लगी हुई है... तो ये, इस तरह रोग की पहचान हो जा है... और वायु, पित और कफ, ये तीनों, नाणी, हम जो ये देखते हैं, इनके नीचे अलग-अलग चाल है... अलग चाल है ये... एक बोला कैसे चाल है ये... एक बोला नाड़ी कैसे देखते हैं? मैंने कहा उससे, भई नाड़ी देखो, संस्कृत मैं मेरे पिताजी ने बताया था... (संस्कृत श्लोक) ये वायु, पित और कफ तीन दोष हैं... कर नाम है हाथ का, अंगुष्ठ मूले, अंगूठे की जड में, ये जो म्हारी धमनी, नाडी है, ये जीव की साक्षडी है, जीव को, जीव का सुख-दुख, शरीर का सुख-दुख बताने वाली है... वात रोग आस्सी किसम का है, पित रोग चालीस किसम का है और कफ के रोग बीस हैं... इसी से सारा जंजाल फैल जा है... वायु के साथ पित, पित के साथ कफ, कफ के साथ पित, ऐसे ये रोगों की, वो, रोगों की वो, हो जाती है, उत्पत्ति... तो फिर इसके हिसाब से हम इलाज करते हैं... हां, मेरे पिताजी कहा करते, मैंने ये सवाल करा अपने पिताजी से, रोग कैसे ठीक होगा? यार, रोग का भी क्या ठीक करना... कैसे? वायु बढ़ रही है, वायु बढ़ी हुई है, उसको घटा दें, इलाज हो गया... पित बढ़ा हुआ है, उसको घटा दो, पित जो नीचे दबा हुआ है, उसको उभार दो... ज्यादा तो शरीर का हम ठंडा और गरम देखे हैं... तो वायु बढ़ गी, तो उसको समन कर दिया जाये और पित बढ़ गया उसको समन कर दे, पित नीचे, वायु और कफ बढ़ गे... और पित दब गया, पित को उभार दो और वायु को समन कर दो, हो गया इलाज... तो इस तरह इलाज करने का हिसाब-किताब भी ये होया करै है जी, आ के, अपना देखभाल कै रोगी को, उसका ठीक ढंग से इलाज किया जाये तो सारा उसका समाधान हो सकता है... और जो, जो परहेज नहीं रखते, उनकै ज्यादा टाईम लग जा है फेर...

Hindi Vocabulary

Pulse	नाड़ी
Body	शरीर
Three ailments (according to Ayurveda)	तीन दोष
Air	वायु
Bile	पित
Phlegm	कफ
Diagnosis	रोग का अंदाजा
Sacred glimpse	दर्शन
To touch	परश्न
Patient	मरीज
Test	परख
Nails turn yellow	नाखून पीले होंगे

Blood loss	खून की कमी
Eyes turn yellow	आंख पीली हो गई
Jaundice	पीलिया
Blistering	फफोले हो रहे हैं
	दाफड पड रहे हैं
To test	परखन
Cough	खांसी
Pitta ailment due to cold	शीत पित
Will make a wheezing sound	खुर-खुर करेगा
Voice will be raspy	आवाज घरावैगी
Felt cold	ठंड लगी
Identifying a disease	रोग की पहचान
Air, bile, and kapha (three doshas of Ayurveda)	वायु, पित और कफ
How to check the pulse	नाडी कैसे देखते हैं
Have distinct movement	अलग-अलग चाल
	कर
Hand	हाथ
Thumb	अंगुष्ठ
Base of thumb	अंगूठे की जड
Artery	धमनी
Life	जीव
Joy and sorrow	सुख-दुख
One who forecasts joy and sorrow	सुख-दुख बताने वाली
Ailments of air are of 80 kinds	वात रोग आस्सी किसम का है
Bile ailments are of 40 kinds	पित रोग चालीस किसम का है
Kapha ailments are of 20 kinds	कफ के रोग बीस हैं
Problem, difficulty	जंजाल
Produce	उत्पत्ति
How will the disease get better	रोग कैसे ठीक होगा
If air is dominant, reduce it.	वायु बढ़ी हुई है, उसको घटा दें
If bile is too high, reduce it.	पित बढ़ा हुआ है, उसको घटा दो

If bile is too low, raise it.	पित्त जो नीचे दबा हुआ है, उसको उभार दो
Cold	ठंडा
Hot	गरम
Summon, notice	समन
Bookkeeping	हिसाब-किताब
Caretaking	देखभाल
Proper treatment	ठीक ढंग से इलाज
Solution	समाधान
Avoid	परहेज

Hindi Questions

1. शरीर के क्या अंग देखने से पता लगता है कि मरीज़ को क्या रोग है?

- 1 आँखें
- 2 नाखून
- 3 त्वचा
- 4 सब

2. वायु, पित्त और कफ़ के रोगों को कैसे ठीक किया जाता है?

- 1 अगर पित्त बढ़ी हो तो उसे घटा कर
- 2 पित्त जो नीचे दबा है, उसे उभार कर
- 3 वायु बढ़ी हो तो उसे घटा कर
- 4 ऊपर दिये गए सब से

Urdu Transcription

ناڑی دیکھنے سے پتہ چلتا ہے جی۔۔۔ شریر میں تین دوش ہوتے ہیں۔۔۔ وایو، پت اور کف۔۔۔ ہم اس سے روگ کا اندازہ لگاتے ہیں۔۔۔ ویدیہ لوگ کہتے ہیں ناڑی روگ جاننے کا، کچھ درشن سے، کچھ پرشن سے، کچھ مریض کا پرشن سننے سے ہم پرکھ لے ہیں اور کچھ اس کے درشن۔۔۔ جیسے ناخون پیلے ہو گئے تو خون کی کمی ہو گئی۔۔۔ آنک پیلی ہو گئی، پیلیا ہو گیا۔۔۔ ہیں جی۔۔۔ اور ففولے ہو رہے ہیں شریر پہ، دافر پڑ رہے ہیں، شیت پت ہو گیا۔۔۔ یہ تو ہو گیا درشن سے۔۔۔ اور پرشن سے، کھانسی، کھر کھر کریگا، بولتی ہانا آواز گھراویگی تو اس کو بھئی ٹھنڈ لگی ہوئی ہے۔۔۔ تو یہ، اس طرح روگ کی پہچان ہو جا ہے۔۔۔ اور وایو، پت اور کف، یہ تینوں، ناڑی، ہم جو یہ دیکھتے ہیں، ان کے نیچے الگ الگ چال ہے۔۔۔ الگ چال ہے یہ۔۔۔ ایک بولا کیسے چال ہے یہ۔۔۔ ایک بولا ناڑی کیسے دیکھتے ہیں؟ میں نے کہا اس سے، بھئی ناڑی دیکھو، سنسکرت میں میرے پتا جی نے بتا تھا۔۔۔ (سنسکرت بلاک) یہ وایو، پت اور کف تین دوش ہیں۔۔۔ کر نام ہے ہاتھ کا، انگٹھ مولے، انگوٹھے کی جڑ میں، یہ جو ہماری دھمنی، ناڑی ہے، یہ جیوہ کی ساچھڑی ہے، جیوہ کو، جیوہ کا سکھ دکھ، شریر کا سکھ دکھ بتانے والی ہے۔۔۔ وات روگ اسی قسم کا ہے، پت روگ چالیس قسم کا ہے اور کف کے روگ بیس ہیں۔۔۔ اسی سے سارا جنجال پھیل جا ہے۔۔۔ وایو کے ساتھ پت، پت کے ساتھ کف، کف کے ساتھ پت، ایسے یہ روگوں کی، وہ، روگوں کی وہ، ہو جاتی ہے، انپرتی۔۔۔ تو پھر اس کے حساب سے ہم علاج کرتے ہیں۔۔۔ ہاں، میرے پتا جی کہا کرتے، میں نے یہ سوال کرا اپنے پتا جی سے، روگ کیسے ٹھیک ہوگا؟ یار، روگ کا بھی کیا ٹھیک کرنا۔۔۔ کیسے؟ وایو بڑھ رہی ہے، وایو بڑھی ہوئی ہے، اس کو گھٹا دیں، علاج ہو گیا۔۔۔ پت بڑھا ہوا ہے، اس کو گھٹا دو، پت جو نیچے دبا ہوا ہے، اس کو ابھار دو۔۔۔ زیادہ تو شریر کا ہم ٹھنڈا اور گرم دیکھے ہیں۔۔۔ تو وایو بڑھ گئی، تو اس کو سمن کر دیا جائے اور پتا بڑھ گیا اس کو سمن کر دے، پت نیچے، وایو اور کف بڑھ گئے۔۔۔ اور پت دب گیا، پت کو ابھار دو اور وایو کو سمن کر دو، ہو گیا علاج۔۔۔ تو اس طرح علاج کرنے کا حساب کتاب بھی یہ ہویا کرے ہے جی، ا کے، اپنا دیکھ بھال کے روگی کو، اس کا ٹھیک ڈھنگ سے علاج کیا جائے تو سارا اس کا سماتھان ہو سکتا ہے۔۔۔ اور جو، جو پریبز نہیں رکھتے، ان کے زیادہ ٹائم لگ جا ہے پھر۔۔۔

Urdu Vocabulary

Pulse	ناڑی
Body	شریر
Three ailments (according to Ayurveda)	تین دوش
Air	وایو
Bile	پت
Phlegm	کف
Diagnosis	روگ کا اندازہ
Sacred glimpse	درشن
To touch	پرشن
Patient	مریض
Test	پرکھ
Nails turn yellow	ناخون پیلے ہو گئے
Blood loss	خون کی کمی
Eyes turn yellow	آنک پیلی ہو گئی

Jaundice	پیلیا
Blistering	ففولے ہو رہے ہیں
	دافر پڑ رہے ہیں
To test	پرکھن
Cough	کھانسی
Pitta ailment due to cold	شیت پت
Will make a wheezing sound	کھر کھر کریگا
Voice will be raspy	آواز گھراویگی
Felt cold	ٹھنڈ لگی
Identifying a disease	روگ کی پہچان
Air, bile, and kapha (three doshas of Ayurveda)	وايو، پت، اور کف
How to check the pulse	ناڑی کیسے دیکھتے ہیں
Have distinct movement	الگ الگ چال
	کر
Hand	ہاتھ
Thumb	انگشٹھ
Base of thumb	انگوٹھے کی جڑ
Artery	دھمنی
Life	جیوہ
Joy and sorrow	سکھ دکھ
One who forecasts jow and sorrow	سکھ دکھ بتانے والی
Ailments of air are of 80 kinds	وات روگ اسی قسم کا ہے
Bile ailments are of 40 kinds	پت روگ چالیس قسم کا ہے
Kapha ailments are of 20 kinds	کف کے روگ بیس ہیں
Problem, difficulty	جنجال
Produce	اتپرتہ
How will the disease get better	روگ کیسے ٹھیک ہوگا
If air is dominant, reduce it.	وايو بڑی ہوئی ہے، اس کو گھٹنا ہے
If bile is too high, reduce it.	پت بڑی ہوئی ہے، اس کو گھٹنا ہے
If bile is too low, raise it.	پت جو نیچے دبا ہوا ہے، اس کو ابھار دو
Cold	ٹھنڈا

Hot	گرم
Summon, notice	سمن
Bookkeeping	حساب کتاب
Caretaking	دیکھ بھال
Proper treatment	ٹھیک ڈھنگ سے علاج
Solution	سمادھان
Avoid	پرہیز

Urdu Questions

جسم کے کونسے حصے کو دیکھ کر روگ کی پہچان ہوتی ہے؟

- 1 آنکھیں
- 2 ناخون
- 3 جلد
- 4 یہ سارے حصے

وایو، پت، اور کف کے روگ کو کیسے ٹھیک کیا جاتا ہے؟

- 1 اگر پت بڑی ہو تو اسے گھٹا کر
- 2 پیٹ جو نیچے دبا ہے، اسے ابھار کر
- 3 وایو بڑی ہو تو اسے گھٹا کر
- 4 اوپر دئے گئے سب سے