



SUGAR
IS
BAD!

وفاقی سائنس



فہرست

صحت

۱. سائلنٹ کلر

۲. نئی زندگی

پچی کہانیاں

۳. ہمارا گھر مندر بن گیا تھا

سائنٹ کلر

مصنف: علی احمد

جرمن ماہر ڈاکٹر لوزل کا کہنا ہے جرمنی میں پانچ لاکھ افراد اس بیماری کے ابتدائی علاج کے دور سے گزر رہے ہیں جبکہ ایک لاکھ مبتلا ہونے کے بعد زیر علاج ہیں نتائج آنے میں وقت درکار ہوگا۔ طبی رپورٹ کے مطابق ان افراد کے پیٹ کی خاص رگ پانچ سینٹی میٹر تک پھولی ہوئی اور سوجن ہے جس کے سبب وہ کسی بھی وقت پھٹ سکتی ہے اور ایسے مریضوں کا فوری آپریشن لازمی قرار دیا ہے تاہم کچھ مریضوں کا علاج تشخیص کے بعد شروع کیا جائے گا، لڑا ساؤنڈ سکین سے ڈاکٹروں نے اس بیماری کا پتہ لگایا ہے لیکن جرمنی میں صحت سے منسلک ادارے سکریننگ کرنے کی ڈاکٹروں کو ادائیگی نہیں کرتے اسلئے کئی مریضوں کو خود ادائیگی کرنا ہوتی ہے جو ایک مہنگا علاج ہوتا ہے تاہم روٹین چیکنگ کے دوران اتفاق سے بذریعہ لڑا ساؤنڈ اگر معلوم ہو جائے کہ مریض اس بیماری میں مبتلا ہے تو اسکی ادائیگی صحت کا ادارہ کرتا ہے روٹین چیکنگ میں پیٹ کا لڑا ساؤنڈ یا گردے کی تکلیف سے مراد ہے۔ فیملی ڈاکٹرز کا کہنا ہے کہ پینٹھ برس سے زائد افراد کو باقاعدگی سے لڑا ساؤنڈ کروانا چاہئے اور خاص طور سے ان افراد کیلئے زیادہ اہم ہے جو موٹاپے میں مبتلا ہیں یا ذیابیطس ہونے اور بکثرت تمباکو نوشی کرتے ہیں یا کمر کے درد کی شکایت کرتے ہیں۔ پیٹ کے اندرونی نظام میں اکثر معمولی انفیکشن سے بھی اس بیماری میں مبتلا ہونے کا خدشہ ہوتا ہے کیونکہ انفیکشن کی صورت میں رگیں اکثر زیادہ پھول جاتی ہیں یا اتنی کمزور اور باریک ہو جاتی ہیں کہ پھٹ سکتی ہیں اور خون جاری ہونے کی صورت میں فوری موت بھی واقع ہو سکتی ہے، زیادہ تر مرد اس بیماری میں مبتلا ہیں کیونکہ مردوں کی روزمرہ زندگی گزارنے کا طریقہ خواتین سے مختلف ہوتا ہے مثلاً حفظان صحت پر زیادہ توجہ نہ دینا وغیرہ۔ لڑا ساؤنڈ سے فوٹوز حاصل کرنے کے بعد دوسرا قدم کمپیوٹر ٹومو گرافی سے مطلوبہ رگ کا پتہ لگانے کے بعد آپریشن لازمی ہوتا ہے، پیٹ چاک کرنے کے بعد زخمی رگ کے ساتھ مصنوعی عضو کیمپس لگا دی جاتی ہے جس سے خون کی سرکولیشن جاری رہتی ہے اور پوزیشن تبدیل کر دی جاتی ہے، سنٹینٹ گرافٹ کا استعمال کرتے ہوئے اینڈو ویس کیو لری کو مبی نیشن سے رگوں کو مضبوط کیا جاتا ہے اور مریض تین سے سات دنوں میں فٹ ہو جاتا ہے۔ ڈاکٹر لوزل کے مطالعے اور دستاویزی مواد کے پیش نظر ایک سو چوالیس افراد کے سنٹینٹ گرافٹ آپریشن ہوئے اور دو ہزار پندرہ میں اطالوی میگزین دی ایٹالین جرنل آف ویسکولر اینڈوویس کیولر سرجری کے عنوان سے شائع ہوئے جس میں تصدیق کی گئی کہ یہ ہی سائنٹ کلر کا کامیاب علاج ہے۔

§§§

یہ کسی فلم یا لیبٹ کا نام نہیں بلکہ دنیا بھر میں کئی انسان اس خاموش قاتل کے شکار ہیں یہ قاتل انسان کے وجود میں آنے کے بعد اسے اپنی گرفت میں لے لیتا ہے انحصار اس بات پر بھی کرتا ہے کہ انسان کس خطے یا ماحول میں زندگی بسر کر رہا ہے روزمرہ کی مصروفیات کیا ہیں، کیا معقول اور صحت مند غذاؤں کا استعمال کیا جا رہا ہے، مکمل نیند لیتا ہے، اور کس شعبے سے تعلق رکھتا ہے۔ دنیا میں پچھلی بیماریاں قدیم ہونے کے ساتھ آج کل سائنس کی طرح ترقی بھی کر رہی ہیں سائنس ماہرین جتنا ان بیماریوں کی تہہ یا جڑوں میں جا کر ان کا مطالعہ اور مقابلہ کرتے ہوئے علاج کے طریقے دریافت کر رہے ہیں اتنی ہی تیزی سے کئی بیماریاں انسانوں کی اپنی غیر ذمہ داری اور لاپرواہی سے جنم لے رہی ہیں اور روز بروز کئی نئی بیماریاں کا شکار ہو کر انسان موت کے منہ میں جا رہے ہیں، کسی نے زیادہ کھا لیا تو بیمار ہو گیا کم کھا یا تو بیمار، زیادہ خواب و خرگوش کے مزے لیتا رہا تو بیمار نیند پوری نہیں ہوئی تو بیمار یہ کہنا مناسب ہو گا کہ انسان کچھ کرے یا نہ کرے بیمار ہو ہی جاتا ہے۔ کوئی سوچ بھی نہیں سکتا کہ البرٹ آئین سٹائن معمولی لیکن خطرناک حد تک پیٹ کی موٹی رگ کے پھیل اور سوج جانے سے موت کا شکار ہوا تھا۔ کئی بیماریوں کی اردو میں ٹرانسلیشن کرنا ناممکن ہونے کے ساتھ اردو میں لکھنا نہایت دشوار ہوتا ہے اور اگر حرف بہ حرف درست طریقے سے یعنی ججے کر کے نہ لکھا جائے تو مطالعہ کرنے میں دقت پیش آتی ہے تاہم ہمیشہ سے میری کوشش رہی ہے کہ انگریزی کے حروف کی درست اور صحیح الفاظ میں بامعنی لکھنے کے ساتھ ساتھ مختصر تشریح بھی کروں اور کسی حد تک کامیاب بھی رہا ہوں اس کالم میں بھی کچھ ایسے پیچیدہ طبی الفاظ شامل ہیں جنہیں اردو رسم الخط میں تحریر کرنے میں کافی محنت کی ہے تاکہ دوران مطالعہ آسانی رہے۔ حالیہ طبی رپورٹ کے مطابق پیٹ کے اندر پلٹے والی قدیم بیماری کا واضح طور سے مطالعہ کیا گیا جس کے نتائج منفی ظاہر ہوئے ہیں، جرمن ماہرین کا کہنا ہے صرف جرمنی میں پینٹھ برس سے زائد کے افراد جن کی تعداد پانچ لاکھ ہے اس بیماری میں مبتلا ہیں، پیٹ کی اس بیماری کو کسی بھی زبان میں ادا کرنا نہایت مشکل ہے جبکہ مکمل جانکاری حاصل کرنا اور زیادہ مشکل۔ اینڈو میٹل اینیو رسم جسے آؤرنک اینیو رسم بھی کہا جاتا ہے ایک مہلک اور جان لیوا بیماری ہے۔ زیادہ تر افراد اسکی علامات اور اثرات سے واقف نہیں کیونکہ یہ خاموشی سے جسم اور خاص طور پر پیٹ میں نہایت خاموشی سے پروان چڑھتی ہے اور اسی لئے اسے خاموش قاتل یعنی سائنٹ کلر کہا جاتا ہے۔



ہمارا گھر مندر بن گیا تھا

مصنف: شیخ محمد عثمان فاروق

ایک مضمون دیکھنے کچھ اس طرح لکھا ہے کہ "گھروں سے دریافت ہونے والی عجیب اشیاء کوئی مالا مال تو کوئی خوف سے نڈھال"

اس میں مغربی ممالک میں مختلف گھروں سے پرانے مکینوں کی چھوڑی ہوئی اشیاء کے بارے میں بتایا گیا ہے۔ آسٹریا میں کسی گھر میں مکین کو ہاتھ روم کی دیوار سے ایک کوریائی میزائل ملا۔ ایک امیر جرمن باشندے کو اپنے گھر کے تہ خانے سے جنگ عظیم کے دور کے ہتھیار ملے جن میں ایک نیک اور توپ بھی شامل تھی۔ اسی طرح ایک دوسرے ملک چیک ری پبلک میں گھر کے اندر کسی کام کے سب کھدائی کی گئی تو کسی گرجا گھر کی چار صد سال پرانی گھنٹی ملی۔

لیکن یہ جرائی کی بات نہیں ہے۔ پاکستان میں بھی ایسی اشیاء نکلتی رہتی ہیں۔

اور ایسی ہی کچھ اشیاء مجھے ماضی کی وادیوں میں لے جا رہی ہیں۔۔۔ نوشکی۔ بلوچستان کا ایک دور افتادہ مقام ہے جو تقریباً ایران جانے والی شاہ راہ پر واقع ہے۔ یہ قصبہ انگریزوں نے نہایت ہی منصوبہ بندی سے بنایا تھا۔ تمام سڑکیں گلیاں کشادہ اور ایک دوسرے کے سے قائمہ زاویہ بناتی ہوئی ملتی ہیں۔ یہ 1954 - 55 کا زمانہ تھا۔ ہم اسی خوبصورت قصبے میں رہتے تھے۔ مکان کا نمبر بھی ابھی تک یاد ہے۔ یہ 102 تھا۔ انگریزوں نے اپنے لئے ایک ٹینس کورٹ بھی بنایا ہوا تھا۔ جس کے فرش پر ہم خانے بنا کر اسٹاپو وغیرہ کھیلا کرتے تھے۔

قیام پاکستان سے قبل یہاں ہندو کافی تعداد میں تھے کیونکہ ارد گرد کے علاقوں کے لئے یہ ایک بہت بڑا تجارتی مرکز تھا اور ہندو اس تجارت کے کرتا دھرتا تھے۔ قیام پاکستان کے بعد کافی تعداد میں ہندو یہاں سے ہجرت کر کے بھارت چلے گئے تھے لیکن پھر بھی ان کی ایک کافی تعداد رہ گئی تھی۔

ایک دن اباجان مرحوم نے گھر کے صحن میں کیاری بنا کر مختلف پھول لگانے کا ارادہ کیا۔ دروازے کے قریب ہی ایک مناسب جگہ دیکھ کر کھدائی کی۔ ہم بچے بھی اباجان کا ساتھ دے رہے تھے اور مٹی اٹھا اٹھا کر قریب ہی ڈھیر کرتے جا رہے تھے۔ اچانک ایک چھوٹا سا پتھر نیچے گرا۔ میں چونک گیا کہ پوری مٹی میں پتھر نہیں تھا یہ کہاں سے نکل آیا۔ اسے اٹھایا اور اسے دیکھنے لگا۔ بھائی جان جو قریب ہی کھڑے تھے انہیں بھی تجسس ہوا اور وہ بھی کام چھوڑ کر میرے قریب آگئے اور اسکی مٹی صاف کرنے لگے۔ اور ہماری حیرت کی انتہا نہیں رہی کہ وہ پتھر نہیں تھا بلکہ ایک گائے کی شکل کا کھلونا تھا۔

میں اس وقت چار پانچ برس کا تھا۔ میں نے تو اسی وقت اس سے کھیلنا شروع کر دیا۔

اباجان مرحوم نے کیاری میں بیج بودے۔ ایک دو پھیریاں بھی اباجان مرحوم نے کہیں سے لا کر لگا دیں۔ ایک دو دن گزر گئے۔ ہم نے گائے کی جانب زیادہ توجہ نہیں دی۔

نہ جانے ہندوؤں کو کیسے اس کا علم ہو گیا۔

غالباً باقی مرحومہ یا بھائی جان میں سے کسی نے اسکول میں میں تذکرہ کیا تھا اور کسی ہم جماعت کو وہ گائے دکھائی بھی تھی۔ اس کے بعد تو ہندو خواتین کا ہمارے گھر تانتا بندھ گیا۔ وہ نہ جانے کیا کیا چیزیں لے کر آئیں، اور اس مقدس پوتر دھرتی جہاں سے لکڑی کی گائے نکلی تھی کے پھیرے لگاتیں۔ پھر کسی نادیدہ ہستی کو ہاتھ جوڑ کر پرنام کرتیں اور سر نہوڑائے بیٹھ جاتیں۔ دھیمی دھیمی آواز میں کوئی اشلوک پڑھتیں۔ اس کیاری کی مٹی کو اپنی انگلی سے چھوئی اور نہ جانے کیا رسومات کرتیں۔ ان کے پاس ایک چھوٹی سی گھنٹی ہوتی تھی اسے ہلکی ہلکی آواز میں بجاتی تھیں۔ ان کی کوشش ہوتی کہ جب والدین نہ ہوں اس وقت آئیں اور اپنی رسومات ادا کریں۔ یہ کیا ہو رہا تھا اس کا تو ہم بچوں کو علم نہیں تھا لیکن ان کے آنے سے ہم خوش بہت ہوتے تھے کیوں کہ وہ طرح طرح کی مٹھائیاں، لڈو وغیرہ پیتل کی تھالیوں میں رکھ کے لاتیں اور کیاری کے گرد ان کو لیکر گھومتے اور ہمیں بھی پرشاد ہے کہہ کر دیتی تھیں۔ ہمارا گھر تو ایک قسم کا مندر بن گیا تھا۔ بعد میں امی آئیں تو ہمیں بہت غصہ ہوتی تھیں۔ خیر بعد میں اباجان نے وہ گائے وہاں کے ایک معتبر ہندو کو دے دی تھی۔ ہندو اس مقام سے بہت سی مٹی بھی کھود کر لے گئے تھے۔ ان کا کہنا تھا کہ یہ پوتر مٹی ہے۔ اس کے بدلے میں ہندوؤں نے کہیں اور سے مٹی لا کر ڈال دی تھی۔

اس طرح کا ایک قصہ ابن صفی (مشہور جاسوسی ناول نگار۔۔۔ عمران فریدی اور کیپٹن حمید کے کرداروں کے خالق) کے فرزند جناب احمد صفی بھی بیان کرتے ہیں۔ وہ کہتے ہیں کہ راولپنڈی میں نانا ابو کو جو گھر فوج کی طرف سے الاٹ ہوا وہ اس سے قبل کسی ہندو خاندان کا تھا جو ہجرت کر گیا تھا۔ والدہ مرحومہ نے بتایا کہ ایک کمرے کی دیوار دھری بنی ہوئی تھی اور اس پر ہاتھ مارتے تو جیسے برتنوں کے جھنجھٹانے کی آواز آتی تھی۔۔۔ نانا ابو کے سخت حکم کی وجہ سے کسی نے بھی اس دیوار کو نہ چھیڑا۔ بعد کو جب یہ مکان کسی اور کو بیچا گیا تو یہ معلوم ہوا کہ انہوں نے اس دیوار کو توڑا تو اندر سے گرہتی کا پورا سلمان برآمد ہوا۔ شلڈ کسی کے جہیز کے لیے رکھا گیا تھا۔۔۔ اور نہ جانے اس سلمان کے علاوہ کیا کیا لٹکا ہو جس کا پتہ ہی نہ چل سکا۔۔۔ ہجرت کے زمانے میں ایسے بہت سے واقعات ملتے ہیں۔

اس طرح کا ایک واقعہ جنگ اخبار کے کالم "ناقابل فراموش" میں بھی چھپا تھا۔ ایک مسلمان خاندان

بھارت سے ہجرت کر کے آیا تو اس خاندان کو کراچی میں کوئی فلیٹ الاٹ ہوا۔ وہ اس میں رہنے لگے۔ ایک دن کسی نے دروازہ کھٹکھٹایا تو پتہ چلا کہ کوئی اجنبی ہے۔ اس نے بتایا کہ وہ ہندوستان سے آیا ہے اور ہجرت سے پہلے اسی فلیٹ میں رہتا تھا۔ اس نے یہ بھی کہا کہ وہ ہندو ہے۔ دو تین دن فلیٹ میں آتا رہا۔ پھر ایک دن اس نے راز دارانہ انداز میں کہا کہ اس کے پاکستان آنے کا ایک مقصد ہے۔ اس نے یہ بھی کہا کہ محلے والے اس خاندان کے اخلاق، کردار اور ایمانداری کی بہت تعریف کر رہے تھے۔ اس ہندو نے کہا کہ یہ سب کچھ معلوم کرنے کے بعد اسے امید واثق ہے کہ مقصد میں کامیابی ہو جائے گی۔ اس تمہید کے بعد اس ہندو نے کہا کہ ہمارے کے وقت جب وہ ہندوستان جا رہا تھا تو اس کے پاس بہت سا سونا تھا لیکن اس وقت کے حالات میں اسے لے جانا بہت دشوار تھا۔ آخر اس ہندو کو ایک ہی حل سمجھ میں آیا کہ سونا اسی فلیٹ میں چھوڑ دیا جائے اور بعد میں حالات صحیح ہو جائیں تو لے جائے۔ اس ہندو نے سونے کو باریک سی تار میں تبدیل کیا اور گھر کی چھت اور دیواروں میں بچھی ہوئی بجلی کی تاروں کے ساتھ ساتھ یہ سونے کی تار بھی بچھادی۔ اس ہندو نے کہا کہ اب اسکی بہن یا بیٹی کی شادی ہے اور وہ اس امید پر پاکستان آیا ہے کہ اسے اپنا سونا مل جائے گا

پاکستانی نے بغیر کسی تردد کے کہا "مجھے تو اس کا علم نہیں لیکن جناب یہ آپ کی امانت ہے۔ آپ بلا کسی تاہل کے اپنی امانت لے جا سکتے ہیں"

ہندوستان سے آئے ہوئے فرد کا منہ حیرت سے کھلا کا کھلا رہ گیا۔ وہ تو سوچ کر آیا تھا کہ سنے مالک مکان کو اس میں سے نصف حصہ دے دے گا لیکن یہاں تو ایسی کوئی بات ہی نہیں تھی۔ خیر قصہ مختصر سابق مالک نے پوری رات لگا کر بجلی کی تاروں کے ساتھ لگا ہوا اپنا سونا نکال لیا۔ اس نے سنے مالک مکان کو ایک بار پھر اپنی پیش کش دہرائی لیکن پاکستانی کا کہنا تھا کہ وہ شے جس کا مکان سے کسی طرح کا تعلق ہی نہیں بنتا وہ کیسے لے سکتا ہے۔

قصہ مختصر ہندوستانی باشندے نے سونے کی تاریں لیں۔ اس نے جانے کیا انتظام کئے تھے کہ بحیریت اپنے ملک چلا گیا۔ وہاں جا کر بحیریت سے پہنچ جانے کی اطلاع دی۔ دو مہینے بعد اس کی طرف سے شادی کارڈ بھی آیا جس میں اس پورے پاکستانی خاندان کو شرکت کی دعوت دی گئی تھی۔

ناقابل فراموش میں شائع شدہ کہانی سے اندازہ ہوتا تھا کہ یہ غالباً 1960 یا 1961 کا قصہ ہے۔ ہمارے بزرگ بتاتے ہیں کہ جب وہ مشرقی پنجاب یا بھارت کے دیگر علاقوں سے ہجرت کر کے پاکستان آئے اور الاٹ شدہ مکان میں داخل ہوئے تو ایسے لگتا تھا کہ اصل مکین کہیں نزدیک ہی گئے ہیں۔ جانے والے ہندوؤں کو کامل یقین تھا کہ واپس اپنے گھروں میں آئیں گے

- قرہ العین حیدر اپنی کتاب ”روشنی کی رفتار“ صفحہ 116 پر لکھتی ہیں کہ جب اسپین سے مسلمان نکل کر مراکش پہنچ رہے تھے تو وہ اپنے اندلی گھر کی چابیاں مراکش میں دیواروں پر ٹانگ دی تھیں انہیں امید تھی کہ واپسی ہوگی۔

§§§
