محمد میڈیکل کالج کے طلباء کا میگزین

مسیحا

ایڈیشن 2008

MUHAMMAD MEDICAL COLLEGE
MUHAMMAD MEDICAL COLLEGE
MIRPURKHAS

MMC Bringing out

3rd Annual Edition Of Messiah

A College Magazine

A Magazine of MM Cians

MESSIAH

EDITION - 2008

MUHAMMAD MEDICAL COLLEGE
MUHAMMAD MEDICAL COLLEGE
MIRPURKHAS

MMC Bringing out
3rd Annual Edition
Of Messiah
A College Magazine

بسم الله الرحمن الرحيم

شروع اللہ کے نام سے

جو بڑا مہربان اور نہایت رحم کرنے والا ہے

In The Name of Almighty ALLAH

The Most Benefecient The Most Merciful

مسیحا

۲۰۰۸

محمد میڈیکل کالج کے طلباء و طالبات کا سالانہ مجلّہ

زیرِ سربراہی : ڈاکٹر سید رضی محمد (مینیجنگ ٹرسٹی محمد فاؤنڈیشن ٹرسٹ)

سرپرست اعلیٰ : مسز علی محمد (چیئرپرسن محمد فاؤنڈیشن ٹرسٹ)
پروفیسر اقبال احمد خان (پرنسپل محمد میڈیکل کالج)

سرپرست : ڈاکٹر مسز اے ایچ محمد (ٹرسٹی محمد فاؤنڈیشن ٹرسٹ)
انجینئر سید تقی محمد (ٹرسٹی محمد فاؤنڈیشن ٹرسٹ)
ڈاکٹر سید ظفر عباس (میڈیکل سپرانٹنڈنٹ۔ محمد میڈیکل کالج اسپتال)
جناب ابراہیم سومرو (ٹرسٹی محمد فاؤنڈیشن ٹرسٹ)

اردو سیکشن

مدیرہ : شیریں خان (سالِ آخر)

نائب مدیران : فجر الزرا (سالِ چہارم)
فہد الزین (سالِ آخر)
حمیرا فاطمہ (سالِ چہارم)
شعیب حسن لغاری (سالِ دوم)

کمپوزنگ : عدنان احمد

لے آؤٹ ڈیزائننگ : مزمل شاہ

حمد

کمک طلب تھا یہ دل ، حلقۂ گمان میں تھا
پلک جو جھپکی تو معبود کی امان میں تھا

نجات بن کے کہاں سے اٹھا وہ حرف عجیب
مرے قلم میں نہ تھا ، نہ مرے بیان میں تھا

خدا تھا ، اور میں تھا ، اور کچھ نہ تھا موجود
بس اک وجود کا احساس درمیان میں تھا

مجھے عدم سے تعلق نہیں کہ میرا وجود
نہیں بھی جب تھا تو معبود کے دھیان میں تھا

نکل چکا تھا میں جب حلقۂ اطاعت سے
میں اس سے بھی ترے حلقۂ امان میں تھا

جو لطف آبلہ پا کے لیے تھا صحرا میں
کنار آب نہ تھا ، اور نہ سائبان میں تھا

رکھے تھے لعل و جواہر، دھرے تھے تاج و دول
مگر وہ تیرا محمدؐ عجب دھیان میں تھا

اسے خیالِ عذاب و ثواب کم تھا رضیؔ
جو اپنے رب کی رضامندی کے دھیان میں تھا

ڈاکٹر سید رضی محمد

نعت

نجانے کس گھڑی اس زندگی کی شام ہوجائے
قبل اسکے زباں پر مصطفیٰ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کا نام ہوجائے

وہ آقاؤں کے آقا ہیں وہ داتاؤں کے داتا ہیں
مرا بھی یا رسول اللہ (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) ذرا سا کام ہوجائے

اسی امید پہ ہوں آپکا دیدار ہونا ہے
میرے ناقص سے جذبے کو عطا انعام ہوجائے

محبت آپ کی لونڈی اخوت آپ کی سنت
غلاموں میں مرے مولا مرا بھی نام ہوجائے

ہزاروں مشکلوں میں آپ کے در کا سہارا ہے
گناہوں کا مرے مولا بس اب انجام ہوجائے

قلم میں تاب کیا کہ آپ کی مدح بیاں کرلے
جو خود قرآن میں رب کا یہی پیغام ہوجائے

مدینے کی گلی تو یا خدا مجھکو بھی دکھلا دے
مدینہ صبح ہوجائے مدینہ شام ہوجائے

حبیب آسی ہے ہوجائے سگِ دروازۂ احمد (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم)
درِ مولا پہ میری زندگی کی شام ہوجائے

ڈاکٹر حبیب چوہان

انتساب

ربِ بابرکت کی جانب سے

محمد میڈیکل کالج

کو پی ایم ڈی سی کی جانب سے

ملنے والا مکمل ریکوگنیشن (Recognition)

سے منسوب

پیش لفظ

مسیحا کا نیا شمارہ آپ کے ہاتھ میں ہے۔ ہم نے کوشش کی ہے کہ اس شمارے میں بھی وہ معیار برقرار رہے جو محمد میڈیکل کالج اور یہاں سے نکلنے والے جریدوں کا خاصہ بن گیا ہے۔ اس دفعہ بھی اردو سیکشن کا آغاز حمد اور نعت سے ہوتا ہے۔ مسیحا کے اول دو شمارے ہمارے عظیم فاؤنڈنگ چیئرمین ڈاکٹر سید علی محمد اور فاؤنڈنگ پرنسپل ڈاکٹر حسن میمن کے نام منسوب کیئے گئے تھے۔ موجودہ شمارہ الحمدللہ رب باری تعالیٰ کی جانب سے دی گئی ایک عظیم کامیابی کے نام منسوب ہے اور وہ ہے۔ پاکستان میڈیکل اینڈ ڈینٹل کونسل کی جانب سے محمد میڈیکل کالج کی مکمل (فل) رجسٹریشن۔ جیسا کہ آپ کو معلوم ہے کہ ۱۹۹۹ میں محمد میڈیکل کالج کے قیام کے بعد ۲۰۰۳ میں پی ایم ڈی سی نے کالج کو پرووینشل رجسٹریشن دی تھی۔ اس کے تحت کالج کے ڈاکٹرز کے چار بیچز کو رجسٹریشن ملتی رہی۔ لیکن ایک خلش باقی رہی کہ ڈاؤ، کنگ ایڈورڈ اور لیاقت میڈیکل کالجز کو جو فل رجسٹریشن ملی ہوئی ہے، وہ ہمیں کیوں حاصل نہیں۔ مزید برآں یہ کہ طلبہ کے سر پر بھی ایک کلہاڑی لٹکتی رہتی تھی۔ ۱۱ جون سے پی ایم ڈی سی نے انسپیکشن شروع کی اور ۱۵ جون کو پاکستان بھر کے بارہ انسپکٹرز نے چار گھنٹے تک مسلسل محمد میڈیکل کالج اور محمد میڈیکل کالج اسپتال کا انسپیکشن کیا۔ الحمدللہ محمد میڈیکل کالج کے تمام اساتذہ، طلبہ وطالبات، ان کے والدین اور اعزہ، تمام ملازمین، مریض اور ہر وہ جو نیک جذبات رکھتا ہے اور دعائیں دیتا ہے۔ مختصر یہ کہ محمد میڈیکل کالج فیملی کا فرد ہے، سب کو نوید ہو کہ اب محمد میڈیکل کالج کو مکمل (فل) رجسٹریشن مل گئی ہے۔ اب محمد میڈیکل کالج کا بھی وہی اسٹیٹس ہے جو ڈاؤ، کنگ ایڈورڈ اور لیاقت میڈیکل کالجز کا ہے۔ آپ سب کو بہت بہت مبارکباد۔ مسیحا کا نیا شمارہ اسی عظیم کامیابی کے نام منسوب ہے۔

خواتین کا احترام محمد میڈیکل کالج کے ہر پڑھنے اور پڑھانے والے کی روح میں بسا ہوتا ہے۔ چنانچہ خواتین کے نام سیکشن میں عدنان احمد اور شیریں خان کے مضامین ہیں۔ عدنان نے خواتین کی عظمت کے ساتھ ان کی ذمہ داریوں پر بھی روشنی ڈالی ہے۔ جب کہ شیریں نے خواتین کی عظمت کے ساتھ ان کے ساتھ ہونے والے مظالم پر قلم اٹھایا ہے۔ سال دوئم کی عذرا پروین نے تاریخ کی دو عظیم خواتین، یعنی حضرت فاطمہ زہرا اور ان کی عظیم دختر حضرت زینب کے کردار اور کارناموں کو منظوم خراج عقیدت پیش کیا ہے۔ پھر ایک نظم ایک ایسے شخص پر ہے جو ہنگامہ خیز زندگی گزار کر اللہ تعالیٰ کی عظیم نعمت یعنی بیٹیوں سے نوازا جاتا ہے تو محبتوں کے نئے معانی سے روشناس ہوتا ہے اور زندگی کا نیا مفہوم اس کی سمجھ میں آجاتا ہے۔ ڈاکٹر سید رضی محمد کی ایک غزل بھی ہے جس کے ابتدائی اشعار والدین کی عظمت پر ہیں۔

پھر سال دوئم کے محمد رضوان جاوید اور سال اول کے کفایت اللہ کے فکر آموز مضامین ہیں۔ شیریں خان کا مختصر افسانہ بھی فکر انگیز ہے۔

مزاحیہ مضامین میں ڈاکٹر صفات الرحمٰن شعبۂ امراض چشم اور محمد شکیل صدیقی اور فہد الزین حسین سال آخر کے مضامین خاصے دلچسپ ہیں۔ ان میں اشاروں اور کناؤں سے کس طرف اشارہ کیا گیا ہے۔ آپ پڑھیں اور بوجھیں۔

حصہ غزل میں ڈاکٹر حبیب چوہان، فجر ازرہ سال چہارم، لیاقت علی سال چہارم، حمیرا فاطمہ سال چہارم، شعیب حسین سال دوئم اور ڈاکٹر سید رضی محمد کی غزلیں شامل ہیں۔

حصہ نظم میں انجینئر سید تقی محمد کی خوبصورت نظم سعی بھی ہے دعا بھی ہے، شیریں احمد خان سال آخر، فجر ازرہ سال چہارم، حمیرا فاطمہ سال چہارم، صنم رسول سال دوئم اور اور ڈاکٹر سید رضی محمد کی نظمیں شامل ہیں۔

انگریزی سیکشن حسب معمول ڈاکٹر سیدہ آسیہ بتول کی کاوشوں اور محنتوں کے نتیجے میں جس معیار کو پہنچا ہے، کم سے کم میں نے حال میں کسی تعلیمی ادارے کا مجلہ اس معیار کا نہیں دیکھا۔ سندھی حصہ کی ترتیب وتزئین ڈاکٹر فیض محمد حالیپوٹا نے انجام دی ہے۔

آیئے اس مجلہ کو پڑھیں اور داد دیں کہ آج کا طالب علم مشہور عقیدے کے برخلاف، کتنا اچھا اور شستہ ادبی ذوق رکھتا ہے (رکھتی ہے)۔

فہرست مضامین

نمبر شمار	مضامین	مصنف	صفحہ
1	گردے ہمارے خون کے رکھوالے	محمد رضوان جاوید	1
2	عورت کا اصل مقام اور اس کی ذمہ داریاں	شیریں احمد خان	4
3	فروٹ مارکیٹ اور وہ بچہ	شیریں احمد خان	5
4	انسانیت کا معاشی قاتل کون؟	کفایت اللہ	6
5	مہک اٹھے ہیں لفظ	عبدالباسط	7
6	مٹکی	لیاقت علی	8
7	ماں	عدنان احمد	9
8	زندگی نجانے کیا ہے؟	مہوش میمن	14
9	ٹو سرو دِلو	فہدالزین حسین	15
10	نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا	شعیب حسین لغاری	17
11	انکل بیمار	صفات الرحمٰن	18
12	عورت کی حیثیت	شعیب حسین	18
13	جو لوگ کچھ نہیں کرتے کمال کرتے ہیں	محمد شکیل صدیقی	19
14	میں سردار نہیں ہوں	ادارہ	20
15	باتیں جن سے خوشبو آئے	عبدالرزاق	21
16	ماں	عبدالرزاق	21
17	مرض تکبر	شعیب حسین لغاری	22
18	حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی زندگی	عذرا پروین	22
19	شاعری سچ بولتی ہے	ڈاکٹر محمد جاوید راجپوت	23
20	اللہ جھوٹ نہ بلوائے	ڈاکٹر محمد جاوید راجپوت	24
21	یا سیدہ .... (نظم)	عذرا پروین	26
22	علی کی بیٹی .... (نظم)	عذرا پروین	26
23	اے ضبط فغاں سر ترے زانو سے نکالوں ...... (غزل)	ڈاکٹر سید رضی محمد	27
24	تشکیک کی دنیا میں تیقن کا نشاں ہے ...... (غزل)	ڈاکٹر سید رضی محمد	28
25	سعی بھی ہے دعا بھی ہے .... (نظم)	انجینئر سید تقی محمد	29
26	محمد میڈیکل کالج .... (نظم)	صنم رسول	30

فہرست مضامین

نمبر شمار	مضامین	مصنف	صفحہ
27	دوستوں سے اگر ملا ہم کو .... (غزل)	فجر الزارہ	31
28	نظر آتا ہے جو منظر نہیں ہے .... (غزل)	حبیب چوہان	31
29	نظر جہاں سے بچا کے دیکھو .... (غزل)	شعیب حسین	31
30	یاد آتے ہیں روز و شب کوئی .... (غزل)	لیاقت علی	32
31	یہاں اب بے وفا یا باوفا، کوئی نہیں رہتا ...... (غزل)	جاوید اسلم	32
32	برسات ہے، یہ رات ہے اور بس تم ہو ...... (غزل)	حمیرا فاطمہ	32
33	تم عام سا چہرہ تو زمانے کے لئے ہو ...... (غزل)	ڈاکٹر سید رضی محمد	33
34	بیٹیوں والوں کے نام ایک نظم	ڈاکٹر سید رضی محمد	34
35	بوڑھے برگد کی آخری گفتگو .... (نظم)	ڈاکٹر سید رضی محمد	35
36	نظر تمہاری .... (نظم)	فجر الزارہ	35
37	ادھورے خواب .... (نظم)	فجر الزارہ	35
38	تقابل .... (نظم)	ڈاکٹر سید رضی محمد	36
39	دل کو دکھنے کے سوا کام نہیں آتا ہے ...... (نظم)	ڈاکٹر سید رضی محمد	37
40	محبت .... (نظم)	حمیرا فاطمہ	38
41	فرق .... (نظم)	حمیرا فاطمہ	38
42	آنسوؤں کا نکھار .... (نظم)	حمیرا فاطمہ	39
43	میرے آنسو .... (نظم)	شیریں احمد خان	39
44	مجھ سے دور رہو .... (نظم)	شیریں احمد خان	40
45	علم کی روشنی .... (نظم)	ذکاء اللہ گوپانگ	40
46	تیری یاد کی قسم .... (نظم)	اللہ دین	41
47	ادھورا اظہار .... (نظم)	سردار محمد عامر خان مستوئی	41
48	خود سے ملنے کا گمان .... (نظم)	اللہ دین	41
49	دل میں آنے کے راستے ہیں بہت .... (نظم)	جاوید اسلم	42
50	جو بہت قانع مری جان نظر آتا ہے ...... (نظم)	لیاقت علی	42
51	پھول خواب اور موسم .... (نظم)	فجر الزارہ	42

گردے ہمارے خون کے رکھوالے

محمد رضوان جاوید
سال دوئم

جسم انسانی میں دونوں گردے بہت اہم ہیں ۔ یہ خون صاف کرتے اور کیمیائی لحاظ سے متوازن رہتے ہیں ۔خون سے فُضلہ اور زائد پانی بصورت پیشاب خارج کرتے ہیں ۔ اِن کی شکل سیم یا مٹر کے دانے جیسی اور جسامت اِنسانی مُٹھی جتنی ہوتی ہے۔

کمر کے تقریباً درمیان میں سینے کی پسلیوں کے نیچے ان کا مسکن ہے۔ یہ دراصل بڑی نفیس ری پروسینگ (Reprocessing) مشین ہے۔

گردے روزانہ 200 لیٹر خون نئے سرے سے چھان کر اِس میں سے فُضلہ اور زائد پانی صاف کرتے ہیں۔

خون، فُضلہ غذا اور سرگرم بافتوں کی ٹوٹ پھوٹ سے جنم لیتا ہے۔ ہمارے جسم میں غذا جسم کو مصروف رکھنے میں بہت اہم کردار ادا کرتی ہے۔

جب ہمارا جسم غذا سے مطلوبہ غذائیت حاصل کر لے تو باقی فُضلہ خون میں شامل ہوجاتا ہے۔ اگر گردے یہ فُضلہ جسم سے خارج نہ کریں تو یہ بڑھتے بڑھتے جسم میں زہر پھیلا دیتا ہے۔

خون کی چھنائی (Filtration) گردوں میں واقع چھوٹے چھوٹے خانوں میں ہوتی ہے جو نیفرون (Nephron) کہلاتے ہیں۔ ہر گردہ تقریباً 10 لاکھ نیفرون پر مشتمل ہے۔

ہر نیفرون میں خون کی ننھی مُنّی نس ہوتی ہے جو ''گول گچھا'' (Glomerulus) کہلاتی ہے۔ یہ پیشاب خارج کرنے والی نلی (Tubule) سے ملی ہوتی ہے۔ انہی نیفرون کے اندر انتہائی پیچیدہ عمل سے فُضلہ اور زائد پانی خون سے علیحدہ ہو کر پیشاب کے نظام تک پہنچتا ہے۔

سب سے پہلے نلکیوں میں وہ کیمیائی مادے داخل ہوتے ہیں جنہیں جسم ابھی استعمال کر سکتا ہے۔ گردے ان میں سے کارآمد مادے مثلاً سوڈیم، فاسفورس اور پوٹاشیم وغیرہ کی مناسب مقدار واپس جسم کو پہنچاتے ہیں۔ یوں گردے جسم میں مفید مادوں کا توازن بھی برقرار رکھتے ہیں۔ زندگی کی بقا کے لیے یہ توازن ضروری ہے اور زیادتی یا کمی نقصان دہ ہے۔

فضلہ الگ کرنے کے علاوہ گردے دو اہم ہارمون بھی پیدا کرتے ہیں۔

(۱) اریتھروپوئیٹن (Erythropoetin) یہ خون کے سُرخ خلیوں کی افزائش کرتا ہے۔

(۲) کیلسی فیرول (Calciferol) یہ وٹامن ڈی کی سرگرم شکل ہے جو ہڈیوں میں کیلشیم کی مقدار متوازن رکھتا ہے۔

گردوں کا فعل:

اگر آپ کے دونوں گردے صحتمند ہیں۔ تو اسکا مطلب ہے کہ وہ 100% فیصد حد تک اپنا کام کر رہے ہیں تاہم اِنسان کو اتنی دُرستی کی ضرورت نہیں ہوتی، کچھ لوگوں میں پیدائشی طور پر ایک گردہ ہوتا ہے مگر وہ صحتمند زندگی گزارتے ہیں۔

انسانی گردے کے سلسلے میں اُس وقت مُصیبت آتی ہے جب ان کا فعل 25% سے کم ہوجائے اور اگر فعل کی شرح 15% فیصد سے کم ہو تو زندہ رہنا مشکل ہوجاتا ہے۔

گردوں کے زیادہ تر امراض نیفرون پر حملہ آور ہوتے ہیں جن کے باعث وہ صفائی اور چھنائی کا کام صحیح طرح نہیں کرتے، زخم لگنے، زہر خوری کے باعث نیفرون بہت جلد خراب ہوتے ہیں۔

گردے کی بیماری پیدا کرنے میں بلند فشارِ خون اور ذیابیطس بہت اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

گول گچھے کے امراض :

امراض کے اس گروپ میں وہ بیماریاں شامل ہیں جو نیفرون کے اندر خون کی نسوں کو نشانہ بناتی ہیں۔ ان کے باعث پیشاب میں عموماً پروٹین کا اخراج بڑھ جاتا ہے یا خون آنے لگتا ہے۔ یہ بیماریاں آہستہ آہستہ گردوں کو تباہ کر دیتی ہیں۔ ایسی صورت میں مریض کو چاہیے کہ اپنا خون کا باؤ قابو میں رکھے۔

وراثتی و پیدائشی امراض :

گردے کے کچھ امراض وراثت میں بھی ملتے ہیں مثلاً گردوں کا پھولنا (Polycystic Disease) جس میں گردوں کے اندر کئی تھیلیاں بن جاتی ہیں۔ یہ تھیلیاں رفتہ رفتہ گردوں کا فعل متاثر کرتی رہتی ہیں اور پھر انہیں ناکارہ کر دیتی ہیں۔

گردے خراب ہونے کی وجوہ:

زہریلا مواد کھا لینے یا براہ راست چوٹ لگنے سے بھی گردے کا مرض جنم لے سکتا ہے۔ بعض ادویہ طویل عرصہ تک لی جائیں تو وہ بھی گردوں پر منفی اثرات مرتب کرتی ہیں۔ تحقیق کے مطابق جن ادویہ میں NSAID گروپ جیسے ایسپرین (Asprin) ایسٹی امائنوفین یعنی پیراسی ٹامول (Acetaminophen) وغیرہ شامل ہوتے ہیں، انکا تواتر سے استعمال گردوں کے لیے خطرناک ہے۔

اگر آپ کچھ ایسی ادویہ استعمال کر رہے ہیں تو اپنے معالج سے مشورہ ضرور کر لیں۔ یاد رہے کہ گردے خراب کرنے والے کئی عناصر کو ابھی تک پوری طرح سمجھا نہیں جا سکا۔

خون کے بہت زیادہ اخراج سے گردے فوری خراب ہو سکتے ہیں۔ تاہم زیادہ تر امراض میں گردے آہستہ آہستہ کام کرنا چھوڑتے ہیں ایسے لوگوں کو فالج اور حملہ قلب کے امکان بھی زیادہ ہوتے ہیں۔ گردے اگر خراب ہو جائیں تو پھر مصنوعی سہاروں یا نئے گردے لگا کر زندہ رکھا جاتا ہے۔

خرابی کی نشانیاں :

جن لوگوں کے گردے کام کرنا چھوڑ دیں شروع میں تو وہ اپنے آپ کو صحت مند محسوس کرتے ہیں۔ لیکن جیسے ہی مرض کی شدت بڑھتی ہے تو خون آنا، پیشاب کا بہت کم یا زیادہ آنا، تھکن محسوس ہونا، خارش ہونا، بھوک کی کمی، قے آنا، نیند کا زیادہ آنا اور توجہ کھو بیٹھنا اہم علامات ہوتی ہیں۔

طبی امتحان :

گردوں کے اندر بیماری یا خرابی دیکھنے کے لیے مندرجہ ذیل امتحان کیے جاتے ہیں۔

1۔ یوریا کی صفائی کا امتحان
Urea Clearence Test

2۔ کریٹینین کی صفائی کا امتحان
Creatinine Clearence Test

3۔ انٹراوینس پائی لوگرافی
I-V- Pyelography

4۔ پیراامائینوہپیوریٹ ٹسٹ
Pah Test

5۔ انولین کلیرنس ٹیسٹ
Inuline Clearence Test

مرض کا مقابلہ کیونکر ؟

بدقسمتی سے اگر گردے زیادہ خراب ہو جائیں تو علاج ناممکن ہو جاتا ہے اگر مرض کی شناخت بروقت ہو جائے تو مخصوص اقدامات کر کے انہیں مزید خراب ہونے سے بچایا جا سکتا ہے۔

غذا کا کردار:

ایسی غذائیں جن میں پروٹین اور کولسٹرول کی زیادتی ہوتی ہے گردے کے امراض کا سبب بن سکتی ہیں۔ پروٹین کی زیادتی زیادہ تر گوشت خور لوگوں میں عام ہے جبکہ ایسے لوگ جو سبزیاں اور پھل کثرت سے

استعمال کرتے ہیں گردوں کی بیماری سے بچ جاتے ہیں۔

خون میں کولسٹرول کی وجوہات میں چکنائی والی غذا کے زیادہ لینے یا سگریٹ نوشی بھی شامل ہیں۔ اس لئے ہمیں چاہیے کہ ایسی خوراک استعمال کریں جس میں پروٹین اور کولسٹرول کی مقدار ضرورت کے مطابق ہو اور سگریٹ نوشی سے پرہیز کریں۔

گردوں کی بیماریاں اور اسٹیرائیڈ ادویہ کا استعمال:

بعض لوگ گردوں کی بیماریوں سے نجات پانے کے لیے ایسی ادویات کا استعمال کرتے ہیں جو کہ اسٹرائیڈ (Steriod) کی بنی ہوئی ہوتی ہیں، جن سے وقتی طور پر تو افاقہ ہو جاتا ہے لیکن بعد میں یہ ادویہ گردوں کو مزید خراب کر دیتی ہیں اور گردے ناکارہ ہو جاتے ہیں۔

سٹرائیڈز اصل میں کولیسٹرول کے ماخذ ہوتے ہیں اور یہ جسم میں کولسٹرول کا لیول بڑھا دیتے ہیں جس سے گردوں کی بیماریاں بڑھنے لگتی ہیں۔

گردے کام کرنا چھوڑ دیں تو؟

جب گردے مکمل طور پر کام کرنے چھوڑ دیں تو جسم میں فاسد مادے اور پانی بھر جاتا ہے طبی اصطلاح میں اسے یوریمیا (Uremia) کہتے ہیں۔

ایسی حالت میں فوری اقدام یہ کرنا چاہیے کہ مریض کی رق پاشی (Dialysis) کیا جائے۔ رق پاشی کی دو اقسام ہیں۔

1۔ ہیمورق پاشی (Haemo Dialysis)

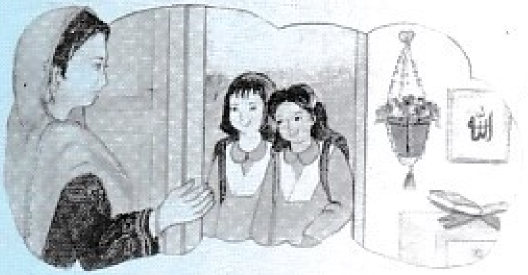
2۔ صفاقی رق پاشی (Peritoneal Dialysis)

اس طریقہ سے فضلہ اور زائد پانی خارج کر دیا جاتا ہے لیکن یہ طریقہ کار قدرے مہنگا ہے اور ساری عمر جاری رکھنا پڑتا ہے۔

اس کے علاوہ جان بچانے کا دوسرا طریقہ یہ ہے کہ مریض کے گردوں کو تبدیل کر دیا جائے اس عمل کو ٹرانس پلانٹیشن (Transplant-ation) کہتے ہیں۔ لیکن اس کے لیے ضروری ہے کہ جسم کے دفاعی نظام کو کمزور کیا جائے تاکہ جسم کا دفاعی نظام تبدیل شدہ گردے کو بیرونی عضو کے طور پر پہچان نہ سکے اور ختم نہ کر سکے۔ اس سلسلے میں مریض کو پوری عمر ادویات لینی پڑتی ہیں تاکہ دفاعی نظام کمزور رہے اور گردوں پر حملہ نہ کر سکے۔

بقیہ: عورت کا اصل مقام اور اس کی ذمہ داریاں

سے باہر بھی جانا ہوتا ہے جب کہ لوگوں نے Catagories بنائی ہوئی ہیں house wife اور working woman کی۔ میرے خیال میں جسے لوگ working woman کہتے ہیں وہ تو درحقیقت all rounder عورت ہے۔ ایک عورت جب نوکری کرتی ہے تو مرد کے مقابلے میں زیادہ ذمے داریاں نبھا رہی ہوتی ہے کیوں کہ ہمارے معاشرے میں کوئی یہ نہیں سوچتا کہ یہ بھی کام سے تھک کر آئی ہے بلکہ اسے مزید نکتہ چینی کا شکار بنایا جاتا ہے اور میاں صاحب بھی Co-operate نہ کریں تب تو سونے پہ سہاگہ ہی ہو جاتا ہے۔ آج کل کے دور میں جب تک میاں بیوی گاڑی کے دو پہیوں کی طرح مل کر نہ چلیں تو گاڑی کا چلنا دشوار ہی نہیں دن بہ دن ناممکن ہوتا جا رہا ہے۔ میں یہ نہیں کہتی کہ آپ بیوی کی ہر بات مانیں مگر کم سے کم اُس کو بھی اپنے خاندان کا ایک جزو سمجھتے ہوئے اس کا خیال تو رکھیں۔ میرے خیال میں ایک مسلمان عورت ہونے کے ناطے عورت کی بھی وہ ہی ذمے داریاں ہیں جو مرد کی ہیں جیسے اپنے ایمان کی رسّی کو مضبوطی سے تھامے رہنا اور قرآن وسُنت کی تعلیمات پہ عمل کرنا اور اگر ہم اسلام کو مکمل جاننے کی اور تحقیق کرنے کی جستجو اور کوشش کرتے رہیں تو شاید ایک دن سب مسائل خود بہ خود ہی حل ہو جائیں لیکن ہمارا سب سے بڑا المیہ یا draw back یہ ہی ہے کہ ہم اسلام کو اپنی درستگی یا دنیا و آخرت کی بھلائی کے بجائے ایک دوسرے کو نیچا دکھانے کے لیے جاننا چاہتے ہیں اور اس بات کا سب سے بڑا ثبوت یہ ہے کہ جہاں چار اسلام کو جاننے والے جمع ہوتے ہیں وہاں اکثر تنقید شروع ہو جاتی ہے (دنیا میں اللہ کے پیارے اَب بھی موجود ہیں تب ہی دنیا چل رہی ہے) اور ہم انسانیت اور حقوق العباد جیسی تمام چیزوں کو بھول جاتے ہیں۔ نہ جانے کب ہم لوگ (خاص طور پر ہماری قوم) آدمیت سے انسانیت کا سفر طے کر پائیں گے۔



عورت کا اصل مقام اور اس کی ذمہ داریاں

شیریں احمد خان (سالِ آخر)

آدم کی کائنات بے رنگ تھی وجودِ زن کے بغیر تو خدا تعالیٰ نے حوّا کو بھیج دیا اور اسے پہلے آدم کی زوجہ کا مقام دیا پھر اس کے بچوں کی ماں کا مقام دیا۔

رسول خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے کسی نے پوچھا کہ ماں باپ میں کس کا مقام یا درجہ سب سے بلند ہے تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے اُس کے تین بار پوچھنے پر کہا (ماں) کا اور پھر چوتھی بار (باپ) کا نام لیا"۔

خدا چاہتا تو بچہ مرد کے پیٹ سے بھی پیدا ہو سکتا تھا لیکن خدا نے یہ اعلیٰ مقام اور ذمے داری عورت ہی کو سونپی اس کے اندر مرد سے زیادہ برداشت اور ممتا پیدا کر دی اور خدا تعالیٰ نے تو مریم کے روپ میں یہ بھی دنیا کو دکھا دیا کہ عورت مرد کے بغیر بھی بچہ پیدا کر سکتی ہے اگر اللہ چاہے تو یہ ہے عورت کا اصل مقام۔

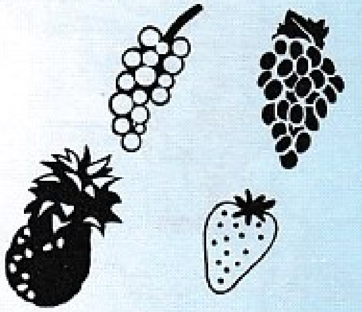
میں یہ نہیں کہتی کہ تمام عورتیں پارسا ہیں، دنیا میں فرنگی بلکہ اَب تو مسلمان گھرانوں میں پیدا ہوئی ایسی خواتین بھی موجود ہیں جن کی نظر میں پردہ تو دور کی بات اپنے تن پہ کپڑا چڑھانا تک بوجھل اور out of fasion ہے جب کہ حقیقت تو یہ ہے کہ خداوند عالم نے جس چیز کو عزت دینا چاہی اُسے پردے میں کر دیا جیسے قرآن جزدان میں، کعبہ غلاف میں، ویسے ہی عورت پردے میں۔

ایک مسلمان ہونے کے ناطے میری نظر میں عورت کا مقام حوّا، حلیمہ، فاطمہ، زینب، سکینہ سے شروع ہو کر ان تمام خواتین پہ ختم ہوتا ہے جو آج جہاز اُڑا رہی ہیں، سرجری (Surgery) کر رہی ہیں، بڑی بڑی طاقتور مشینریاں چلا رہی ہیں، کپڑا بنا رہی ہیں حتیٰ کہ کون سا ایسا شعبہ ہے جس میں اَب ہمیں خواتین نظر نہیں آتیں۔ ایک عورت گھر بھی سنبھالتی ہے اور نوکری بھی کرتی ہے، رشتے ناطے بھی نبھاتی ہے، اپنی تمام دینی اور دنیاوی ذمے داریاں پوری کرنے کی مسلسل جی توڑ کوشش کرتی رہتی ہے جب کہ اس کے برعکس ہمارے معاشرے نے عورت کو کیا دے دیا، کبھی معصوم لڑکیوں کو کاری کے خطاب سے نوازا تو کبھی کاری کر دیا۔ شرح خواندگی دوسرے ممالک کے مقابل ہماری عورت کا کم ہے، زچگی میں اموات سب سے زیادہ ہمارے ہاں ہوتی ہیں۔ لوگ کہتے ہیں کہ بے جا اس مسئلے کو highlight کیا جاتا ہے کہ سب پرانی باتیں تھیں اب ایسا نہیں لیکن میں نے خود عورت کی قرآن کے ساتھ شادی ہوتے ہوئے بھی دیکھی اور جائیداد کی خاطر ان کو کنواری اپنی مرضی کے خلاف تمام عمر گھر کی چار دیواری میں قید ہوا بھی دیکھا۔ اس مردوں کے معاشرے میں جب شادی کے لمبے عرصے تک اولاد پیدا نہیں ہوتی تو اس کا ذمے دار بھی عورت ہی کو ٹھہرایا جاتا ہے پھر چاہے مرد اس کا ذمے دار خود ہی کیوں نہ ہو۔ طب کے شعبے سے تعلق رکھنے کی وجہ سے میں یہ بات اچھی طرح جانتی ہوں کہ جب کوئی ایسا شادی شدہ جوڑا اس مسئلے کا شکار ہوتا ہے تو ایک اچھی ڈاکٹر ہمیشہ سب سے پہلے semen analysis کروانے کا مشورہ دیتی ہے کیوں کہ بچہ نہ ہونے کی بہت سی وجوہات میں ایک بڑی وجہ male factors بھی ہیں۔

اولادِ نرینہ خدا تعالیٰ کا ایک حسین تحفہ ہے لیکن آج بھی ہمارے معاشرے میں ایسے لوگ موجود ہیں کہ اگر وہ اولادِ نرینہ سے نہیں نوازے جاتے تو اس کا الزام بھی عورت ہی پر ڈالتے ہیں جب کہ "Y" کروموسوم جو کہ لڑکے کی پیدائش کا سبب بنتا ہے، مرد ہی کے نطفے میں پایا جاتا ہے۔

آج کل کے دور میں عورت کو گھر کا کام بھی کرنا ہوتا ہے اور گھر

بقیہ صفحہ نمبر 3 پر



فروٹ مارکیٹ اور وہ بچہ

شیریں احمد خان (سالِ آخر)

کبھی بھری مارکیٹ میں کہیں کسی کونے میں خاموش بیٹھ کر اگر غور کیا ہو آپ نے تو یہاں اس چہل پہل میں مختلف طبقات سے تعلق رکھنے والے کئی لوگ دکھائی دیں گے کچھ خریداری کرتے ہوئے تو کچھ اشیاء فروخت کرتے ہوئے۔

میرے سامنے کھڑے ایک کیلے کے ٹھیلے کا مالک بنا بیٹھا ایک 8یا9 سال کا بچہ ہے۔ میں بہت دیر سے اُسے دیکھے جا رہی تھی۔

وہ ہمارے گھر کے 8یا9 سال کے بچوں سے بہت مختلف ہے۔ ذمے داری سے گن کر کیلے دیتا ہے اور گن کر پیسے لیتا ہے اور سنبھال کر رکھتا ہے۔ میں سوچ رہی تھی کہ یہ سب اُسے کس نے سکھایا، مجھے نہیں لگتا کہ وہ کبھی اسکول گیا ہوگا۔ یوں لگتا ہے اُس کی صبح بھی مارکیٹ سے شروع ہوتی ہے اور شام بھی یہیں ڈھلتی ہے۔ اُس کے چہرے پہ بڑوں والے تاثرات (impressions) ہیں اور اُس کے چہرے کو دیکھ کر لگتا ہے کہ جیسے وہ پورا دن یہیں دھوپ میں گزار دیتا ہوگا۔ اچانک اُس ہی کی عمر کا ایک اور بچہ آیا اور اُس نے چھوٹی سی رنگین تھیلی میں کوئی چیز دی جسے دیکھ کے وہ بہت خوش ہوا اور اُس نے اپنے دانتوں کی مدد سے تھیلی کو کھولتے ہوئے جو بھی چیز اُس میں تھی پوری کی پوری منہ میں لے لی اور منہ کس کے بند کر لیا۔ جو کہ کسی سے پوچھنے پر مجھے معلوم ہوا کہ یہ تمبا کو یا گٹکے کی کوئی قسم ہوتی ہے جو بچہ وہ پیکٹ لے کر آیا تھا اُس نے ایک کیلا مانگا تو بچے نے ڈھونڈ کر ایک اچھا سا تازہ کیلا نکالا اور اُسے دے دیا وہ تو چلا گیا اور یہ پیک تھوک کر زور زور سے آوازیں کسنے لگا۔

’’کیلا لے لو کیلا۔۔۔15 روپے۔۔۔15 روپے‘‘

’’مال ایسا جیسے مکھن کا پیڑا‘‘

مجھے یہ جملہ سُن کر اچانک ہنسی آ گئی۔ میں نے سوچا کہ اس نے کبھی مکھن کا پیڑا کھایا ہوگا۔۔شاید نہیں مگر سُنا یا دیکھا ضرور ہوگا۔

اتنے میں دو 30یا32 سال کے آدمی وہاں آئے ایک نے اِسے گردن سے پکڑا اور دوسرے نے اس کے سر پہ چپت مارتے ہوئے کہا ’’مال ضائع مت کریو۔ دھیان لگا دھیان‘‘۔ بچہ! ’’استاد میں تو کب سے آواز لگا رہا ہوں‘‘۔

استاد! ’’چل بے (گالی دے کر)۔۔۔۔بحث مت کر مال پہ دھیان لگا‘‘۔ پھر ایک صاحب آئے اُنھوں نے ایک درجن کیلے لیے اس نے گن کر مال دیا اور بقیہ پیسے بھی اور پھر سنبھال کر پیسے ایک ڈبے کے نیچے ٹکا دیے۔

کچھ دیر بعد اس سے نسبتاً کچھ بڑا ایک بچہ گزرا جس کو آواز دے کر بچے نے کہا ’’یار میرا ڈبہ بھی لے جا، پانی لے آئیو‘‘ جواب ملا ’’چل بے بکری چل چل‘‘

بچہ! ’’چل۔۔۔۔(گالی)‘‘

میں بہت حیرت کے ساتھ اُسے مزید غور سے دیکھنے لگی پھر ایک اور بچہ جو کہ اس سے 4یا5 سال بڑا ہوگا، اپنا کیلے کا ٹھیلا لیے سامنے سے گزرا (جس کا مال اس کے مال سے کچھ زیادہ اچھا تھا) شاید اس بچے کی اُس سے بنتی نہیں ہوگی یا یہ اُس سے جلتا ہوگا بولا! ’’چل چل نکل لے یہاں سے۔۔۔یہ نہیں بکے گا‘‘۔

اُس نے کوئی جواب نہیں دیا اور نکل گیا۔ پھر میری گاڑی تو وہاں سے چل پڑی۔ دیر تک میں اُسی کیفیت سے گزرتی رہی اور سوچتی رہی کہ کیا

بقیہ صفحہ نمبر 14 پر

انسانیت کا معاشی قاتل کون؟

کفایت اللہ (سال اول)

اللہ تعالیٰ قرآن میں فرماتے ہیں کہ

ترجمہ: ''اور زمین پر چلنے والا کوئی نہیں جس کا رزق اللہ کے کرم پر نہ ہو''

دوسری جگہ سورہ الفاتحہ میں اللہ تعالیٰ نے اپنا پہلا تعارف ''رب العالمین'' کے جامع الفاظ سے کرایا ہے جس کے معنیٰ پورے عالم اور کائنات کا رب ہے۔ اور رب کا مفہوم ہے۔ ''کسی چیز کی ابتدا سے لیکر انتہا تک پرورش اور تربیت کرنا اور اسکے لیے سامان حیات مہیا کرنا''۔

ان آیات مبارکہ سے یہ بات واضح ہو جاتی ہے کہ اللہ تعالیٰ نے اس کائنات میں جتنے بھی مخلوقات پیدا کیے ہیں، ان سب کی ضروریات کو پورا کرنا اللہ تعالیٰ نے اپنے ذمہ لے لیا ہے۔

لیکن آج ہماری سوسائٹی میں اللہ تعالیٰ کے تمام مخلوقات میں محبوب اور اشرف انسان دو وقت کے کھانے کیلئے ترستا ہے، علاج نہ ملنے کی وجہ سے اپنی زندگی کھو بیٹھتا ہے، جہالت کی وجہ سے اپنے کو پہچان نہیں سکتا، اپنے رب کو پہچان نہیں سکتا، دنیا میں زندگی گزارنے کا سلیقہ نہیں جانتا، اپنے چھوٹے سے مفاد کے خاطر اجتماعیت کو پارہ پارہ کرنے سے دریغ نہیں کرتا۔ ایسی حالت میں انسانی ذہن میں ایک سوال ابھرتا ہے کہ رب کائنات، جس نے یہ کائنات بنائی اور اس میں انسان کو اشرف المخلوقات کا درجہ دیا اور انسان کے خاطر کائنات میں کروڑوں دوسری مخلوقات پیدا کیں۔ کیسے اپنے وعدے سے پھر سکتا ہے۔؟

اس سوال کے جواب کے لیے تاریخ انسانی پر ایک نظر دوڑانی پڑے گی ابتدا انسانیت سے لیکر آج تک مختلف ادوار میں انسانیت مختلف حالات میں رہی ہے۔ اگر کبھی حق غالب رہا تو کبھی باطل کے جھنڈے زمین پر لہرانے لگے، اگر کبھی لوگ امن وسکون، آرام اور انصاف کے ساتھ رہے تو کبھی ظالموں کے مظالم نے انسانی زندگی کو عذاب بنا دیا، اگر کبھی نمرود کی حکومت رہی تو ایک دن ابراھیمؑ نے بتوں کو توڑ کر انسانیت کی آنکھیں کھول دی، اگر کبھی فرعون نے بنی اسرائیل کو غلام بنا دیا تو کبھی عیسیٰؑ نے ان کو غلامی کی زنجیر سے آزادی دلادی، اگر کبھی ابوجہل نے عرب کو اپنے ماتحت رکھا تو کبھی محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے اپنا پیغام پوری دنیا میں پھیلا دیا۔ یہی سلسلہ چلتا رہا۔ حتیٰ کہ محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا صحیح اتباع کرنے والوں نے آیات الٰہی کا مطلب دنیا کو دکھا دیا۔ اسلامی حکومت کے زیر سایہ ہندوستان دنیا میں Golden Sparrow کے نام سے پہچانا جاتا تھا۔ ہندوستان کے معاشی نظام، معاشی خوشحالی اور مال و دولت کی فراوانی کی خبریں سن کر بیرونی دنیا کے تاجر بھی ہندوستان آنے کیلئے ترسنے لگے اور اس طرح کولمبس کا ۱۴۹۲ء میں امریکہ کو دریافت کرنا اور واسکوڈے گاما کا ہندوستان کی مغربی ساحل پر واقع ایک تجارتی بندرگاہ ''کالیکٹ'' پر پہنچنا ایک ہی سلسلے کی کڑیاں ہیں۔

واسکوڈے گاما کے ہندوستان آنے سے بیرونی دنیا اور ہندوستان کے درمیان تجارت کی داستان شروع ہو جاتی ہے اور مختلف اقوام ہندوستانی تاجروں کیساتھ تجارت کرنے لگتے ہیں۔ ۱۶۰۸ء میں کچھ یورپی کمپنیاں مل کر ایسٹ انڈیا کمپنی کے نام سے تجارت کرنے لگتی ہیں۔ ایسٹ انڈیا کمپنی کے سامنے شروع سے یہ سوال رہا کہ ہندوستانکے مال کے بدلے میں اُسے کونسی چیز فراہم کی جائے، کیونکہ یورپ کے پاس کوئی ایسی چیز نہیں تھی جو کوالٹی کے اعتبار سے ہندوستان کے مال کے سامنے بیچی جا سکے۔ اور اُن میں اتنی طاقت نہ تھی کہ اپنے سونے اور چاندی کے بدلے ہندوستان کا مال خرید سکیں، بلکہ وہ تو چاہتے تھے کہ ہندوستان کا مال و دولت لوٹ کر

یورپ لے جایا جا سکے۔ اس مقصد کے لیے انہوں نے ۱۶۱۲ء میں تجارتی کوٹھیاں قائم کیں اور پورے ہندوستان میں مال خرید کر اپنی کوٹھیوں میں جمع کرتے تھے اور پھر یورپ بھیجتے تھے۔ آہستہ آہستہ مقامی حکومتوں پر اثر ورسوخ قائم کرنا شروع کر دیا۔ جو یہاں تک بڑھا کہ حکومت کی تشکیل ایسٹ انڈیا کمپنی کی اشاروں کی محتاج بن گئی۔

یہی وہ سیاہ دور تھا جب برطانوی سامراج نے ہندوستان کی معیشت پر اپنا کنٹرول پیدا کرنا شروع کر دیا۔ زرعی پیداوار ایک ایک کر کے ہندوستانیوں کے ہاتھوں سے نکلنے لگے، سیاسی استحکام قصہ پارینہ بن گیا، ریاستیں خود سر ہوگئیں۔ اس ماحول میں ایسٹ انڈیا کمپنی نے ہندوستان کی دولت کو دونوں ہاتھوں سے لوٹنا شروع کر دیا۔

ہندوستانی دولت کا یورپ کے طرف بہاؤ کے بارے میں لارڈ میکالے لکھتا ہے کہ ”دولت کے دریا ہندوستان سے انگلستان کو بہتے چلے جاتے تھے“۔

یہی دولت آگے جا کر یورپ کی سیاسی، معاشی، عسکری اور سائنسی برتری کی بنیاد بنی۔ ہندوستان کی اسی دولت کو لیکر آج یورپی اقوام آزاد معاشی زندگی گزار رہے ہیں لیکن ہمارا پاکستان جو اس Golden Sparrow کا حصہ ہے آج بھی اسے بیرونی قرضوں نے مفلوج بنا کر رکھا ہے۔ آج نہ صرف پاکستان بلکہ تیسری دنیا کے ممالک میں ملٹی نیشنل کمپنیوں نے مقامی صنعت اور کاروباری لوگوں کو دیوالیہ بنا دیا ہے۔ ان ملٹی نیشنل کمپنیوں کی وجہ سے اگر ایک طرف پاکستان میں روز بروز بے روزگاری بڑھ رہی ہے تو دوسری طرف وہ ہر سال کروڑوں روپیہ لوٹ کر اپنے ملک لے جاتی ہیں۔ بڑی سے بڑی صنعت سے لیکر بسکٹ اور بچوں کی ٹافیوں تک کی صنعت پر ملٹی نیشنل کمپنیاں قابض ہیں۔ یہی کمپنیاں پاکستان اور تیسری دنیا کے چھوٹے سرمایہ کار کو ختم کر رہی ہیں، مزدوروں کو بیکاری کے منہ میں دھکیل رہی ہیں، آج کا مزدور اپنے بچے کو اسکول بھیجنے کا قابل نہیں رہا، اپنے بچے کا علاج نہیں کر سکتا، پورا دن محنت کر کے دو وقت کا کھانا مشکل سے ملتا ہے۔

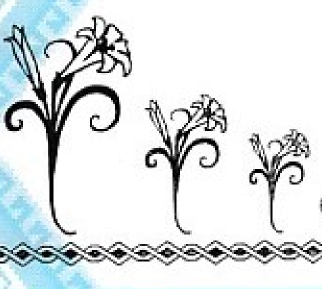
یہی حالات اس سوال کا جواب دے رہے ہیں کہ رب کائنات کبھی بھی اپنے وعدے سے پھر نہیں سکتا بلکہ یہ اس دنیا میں کچھ غاصب اور ظالم لوگ موجود ہیں۔ جنہوں نے دنیا کے کئی خطوں میں ایسے سسٹمز قائم کیے ہیں جن کے ذریعے پوری دنیا کی دولت ان چند لوگوں کے Accounts کی طرف بہتی چلی جا رہی ہے اور انسانیت کا زیادہ تر حصہ ذلت و پستی کی زندگی گزارنے پر مجبور ہے۔ ایسے حالات میں یہ آج کے نوجوان کے لیے ایک Challenge ہے کہ اگر ان ظالموں اور غاصبوں سے چھٹکارا حاصل نہیں کیا گیا تو آئندہ آنے والی نسل اور تاریخ کبھی بھی ہمیں معاف نہیں کرے گی۔

مہک اٹھے ہیں لفظ

☆ اہمیت دکھ کی نہیں ہوتی ہے بلکہ دکھ دینے والوں کی ہوتی ہے۔

☆ بعض لوگ ایسے ہوتے ہیں جن پر آنکھیں بند کر کے اعتبار کرنے کو دل چاہتا ہے، لیکن جب ضرورت پڑے تو وہ کہیں پر بھی نہیں ہوتے۔

☆ جو انسان اور جو محبتیں ہماری نصیب کی ہوں تو دنیا کی کوئی طاقت انہیں ہم سے چھین نہیں سکتی، وہ مل کر رہتی ہیں اور جو محبتیں ہمارے حصے کی نہ ہوں تو انہیں ساری دنیا کی طاقتیں بھی ہمارے حصے میں نہیں ڈال سکتی ہیں۔



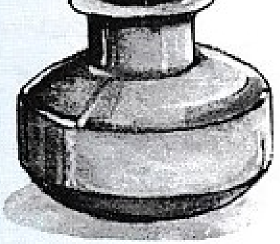
☆ جن لوگوں کو اپنی موت کا غم دے کر جانا ہے، انہیں زندگی میں کوئی خوشی تو دے جاؤ۔

☆ جو انسان بار بار محبت کرتا ہے وہ محبت کرنا جانتا بھی نہیں۔

☆ ماں ایک ایسا پھول ہے، جس کی خوشبو ختم نہیں ہوتی۔

عبدالباسط (سال آخر)

مٹکی



لیاقت علی
(سالِ آخر)

یہ آج ہی کے دن تھے اور تقریباً ایسا ہی موسم تھا اور ایسے ہی ماہ و سال تھے لیکن وقت اس سے بہت پہلے کا تھا اور کچھ لوگ اس آرزو کو لے کر چل رہے تھے کہ ایک ایسا ملک بنے گا، ایک ایسا سنہرا دیس جس کے اندر لوگوں کو آسانیاں ملیں گی اور وہ ذہنی طور پر، روحانی طور پر اور نفسیاتی طور پر آسانیوں کے اندر زندگی بسر کریں گے۔ ان لوگوں نے اپنی محنت، لگن اور جان و مال کی قربانیوں سے ایک خواب کو حقیقت میں بدل دیا بالکل ایک کسان کی طرح جو اپنے گھر کے اندر جا کر اپنی بھڑولی کھول کر اس میں سے اناج نکال کر یا بوری کی تناویں کاٹ کر اس میں سے دانے نکال کے جھولی بھر کے کھلے میدان میں جاتا ہے اور وہ اچھے بھلے دانے، اچھا بھلا اناج جس سے اس کے گھرانے کی زندگی کا سامان بڑی آسانی سے کیا جا سکتا تھا، باہر لے جا کر یا تو پودے کے ذریعے یا بیج در بیج ...... یا چھٹے کے ذریعے ایک عجیب و غریب زمین پر پھینک کر اس امید پر اور اس سوچ پر چلا آتا ہے کہ اس کے اندر سے اب ایسے ہی بے شمار دانے، ستر ستر، سات سات سو اور سات سات ہزار ہو کر نکلیں گے۔ یہ پہلے دینا ہوتا ہے پھر اس کے بعد لینا ہوتا ہے۔ ہم سب ان بزرگوں کی بوئی ہوئی فصلوں کی پیداوار ہیں جو انہوں نے قربانیوں کی صورت بوئی۔

ہم ایک دفعہ سندھ کے مشہور ریگستان تھر پارکر میں تھے اور کافی دور نکل گئے تھے۔ صحرا کو تو آپ جانتے ہیں کہ جب وہاں کوئی آدمی پھنس جائے تو بڑی پیاس لگتی ہے۔ ننگر پارکر ایک جگہ ہے اس کے بعد انڈیا کی سرحد شروع ہو جاتی ہے۔ اس کے سامنے رن کچھ ہے، دلدلی قسم کی جگہ ہے۔ وہاں ہم راستہ بھول گئے اور پیاس بھی بڑی شدت کی لگی اور خطرہ بھی ہو گیا کہ شاید ریگستان کے اس حصے میں کہیں پانی بھی ایسا نہ ملے گا جو پینے کے قابل ہو۔ جہاں ہم چل رہے تھے وہ نامانوس اور دلدلی علاقہ تھا۔ چلتے چلتے ہمیں ایک بڑا عجیب قسم کا درخت جو شاید صحرا کے اس دلدلی علاقے میں ہی ہو سکتا ہے، نظر آیا۔ اس علاقے کی سرحد کے قریب ہی سرخ رنگ کے پہاڑ تھے۔ وہ پہاڑ جن سے لاہور کی بادشاہی مسجد بنی ہوئی ہے۔ عجیب جگہ تھی۔ ہم خوف زدہ بھی تھے اور جب ہم نیچے پہنچے تو دیکھ کر حیران ہوئے کہ وہاں ایک ہینڈ پمپ لگا ہوا تھا۔ لیکن میرے ساتھیوں کو شک ہوا کہ کہیں یہ پانی زہریلا نہ ہو۔ خیر وہیں پر ایک پرانی وضع کی مٹکی بھی تھی۔ مٹی کی بنی ہوئی اور اس پر بہت ساری کائی جمی ہوئی تھی۔ اس کے گلے میں دھاگا ڈال کر ایک کارڈ لٹکا ہوا تھا۔ جس پر اردو اور سندھی میں ایک عبارت تحریر تھی کہ ''خبردار اس مٹکی کا پانی نہ پینا۔ سب سے پہلے اس مٹی کو اٹھا کر اس کے پانی کو نلکے میں ڈالیں اور جب وہ پورا بھر جائے تو پھر آپ ہینڈل چلائیں اور پانی پی لیں''۔ چنانچہ ہم نے مٹکی اٹھائی پانی اس میں ڈالا، ہینڈل چلایا اور پانی فٹافٹ چلنے لگا۔ ہم سب نے پانی پیا لیکن اس کے ساتھ ہی کارڈ پر ایک آخری ہدایت بھی تھی۔ ''یاد رکھیے! جاتے وقت اس مٹکی کو پانی سے بھر کر رکھ جائیں۔ اگر آپ نے پانی پی لیا ہے تو آپ کو پانی دینا بھی پڑے گا۔ ورنہ یہ ہمیشہ کے لئے سوکھ جائے گا اور وہ لوگ جو اس علاقے میں آئیں گے وہ ٹھنڈے پانی سے محروم ہو جائیں گے''۔

ہماری دنیا، ہمارا ملک، ہمارا شہر، ہمارا گھر بالکل اس مٹکی کی مانند ہے جو آنے والی دنیا، آنے والی قوموں اور آئندہ آنے والی ہماری نسلوں کے لئے آسانی یا پریشانی کا باعث بنے گی۔ اگر ہم نے اپنے اردگرد کچھ ایسی چیزیں چھوڑیں جو آنے والی نسلوں کے لئے آسانی کا سبب بنیں تو وہ

بقیہ صفحہ نمبر 14 پر

ماں

عدنان احمد

جنت ماں کے قدموں کے نیچے ہے (الحدیث)

اللہ تعالیٰ نے ماں کی شان اتنی بلند کی ہے کہ ماں کی عظمت اور شان کا اس سے اندازہ لگایا جا سکتا ہے کہ اس کے جسم کا سب سے کمتر عضو پیر ہے اس لئے جنت ماں کے پیر تلے بنائی گئی ہے، ماں ایک ایسا موضوع ہے کہ جس کی رفعتوں اور عظمتوں کو جو کہ اس کی ذات کے ساتھ اللہ تعالیٰ نے وابستہ کردی ہیں انہیں لفظوں میں بیان کرنا بہت مشکل ہے۔ قرآن مجید اور حدیث میں ماں کے احسانات کا بہت ذکر کیا گیا ہے اور ماں کے حقوق پر روشنی ڈالی گئی ہے۔

ماں قرآن کی روشنی میں

''اور اگر پہنچ جائے تیرے سامنے بڑھاپے کو ان میں سے ایک یا دونوں تو نہ کہہ ان کو اف اور نہ جھڑک ان کو اور کر ان سے بات ادب کی اور جھکا دے ان کے آگے کندھے عاجزی کے ساتھ نیاز مندی سے اور کہہ اے رب ان پر رحم کر جیسا پالا انہوں نے مجھ کو چھوٹا سا''۔

پھر سورہ لقمان کی آیت ہے:

''اور ہم نے تاکید کردی انسان کو اس کے ماں باپ کے واسطے پیٹ میں رکھا اس کو اس کی ماں نے تھک تھک کر اور دودھ چھڑانا اس کا دو برس میں حق مان میرا اور ماں باپ کا آخر مجھ ہی تک آنا ہے''۔

ماں احادیث کی روشنی میں

جب کوئی بات ضروری ہو اور کہنے والا بھی بڑی قدر و منزلت رکھتا ہو تو بات کی اہمیت میں مزید اضافہ ہو جاتا ہے، اسی طرح ماں کی عظمت بزرگی اور اس کے ادب و احترام کی قرآن پاک میں بار بار تاکید کی گئی ہے اور اس پر مزید اضافہ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی بہت سی احادیث میں فرمایا گیا ہے:

ابن ماجہ نے براویت حضرت ابوامامہؓ نقل کیا ہے کہ ایک شخص نے آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے دریافت کیا کہ اولاد پر ماں باپ کا کیا حق ہے، آپ نے فرمایا کہ دونوں ہی تیری جنت یا دوزخ ہیں''۔ مطلب یہ ہے کہ ان کی اطاعت وخدمت جنت میں لے جاتی ہے اور ان کی بے ادبی اور ناراضی دوزخ میں۔ ایک حدیث میں ارشاد ہے کہ شرک کے سوا تمام گناہوں کی جس قدر چاہے اللہ معاف فرمادیتے ہیں مگر والدین کی نافرمانی، کہ مرنے سے قبل دنیا میں بھی وبال پہنچاتی ہے''۔

ایک صحابی نے عرض کیا کہ جہاد میں جانے کا ارادہ رکھتا ہوں، حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے دریافت فرمایا تیری ماں زندہ ہے انہوں نے عرض کیا، جی ہاں، آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ ان کی خدمت کر ان کے قدموں کے نیچے تیرے لئے جنت ہے''۔

ماں باپ جیسے بھی ہوں ان کی خدمت کرنا فرض ہے، گو کہ وہ مشرک ہی کیوں نہ ہوں، حضرت امام قرطبیؒ فرماتے ہیں کہ حضرت اسماءؓ نے آنحضرت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے سوال کیا کہ میری والدہ مشرکہ ہے، مجھ سے ملنے کیلئے آئی ہے کیا میرے لئے جائز ہے کہ میں اس کی خاطر مدارات کروں، آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا ''صل امک'' یعنی اپنی ماں کی صلہ رحمی اور خاطر مدارات کرو۔

ایک صحابی حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوئے اور دریافت فرمایا کہ یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم: ماں اور باپ میں سے کس کی زیادہ خدمت کروں؟ حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا: ''صل امک ثم امک ثم امک ادناك فادناك'' (تفسیر مظہری)

یعنی صلہ رحمی اور خدمت کروانی ماں کی اور اپنی ماں کی پھر اپنی ماں کی اس کے بعد اپنے باپ کی اور اس کے بعد جو قریب تر رشتہ دار ہو اس کی پھر جو اس کے بعد ہو"۔

اقوال زریں

ماں کے قدموں تلے جنت ہے۔(الحدیث)

ماں ہی خدا کی سب سے اچھی مخلوق ہے۔(لیاقت علی خان)

ہماری ماں نے ہی ہمیں زندہ رہنے اور آزادی سے زندگی گزارنے کا سبق دیا ہے۔(مولانا شوکت علی)

ماں کی محبت حقیقت کی آئینہ دار ہے۔(مولانا حالی)

مجھے پھول اور ماں میں کوئی فرق نظر نہیں آتا۔(نادر شاہ)

دنیا کی سب سے حسین شے ماں اور صرف ماں ہے۔(محمد علی جوہر)

ماں کا پیار ایسا ہے جو کسی کو سیکھنے اور کسی کو بتانے کا نہیں۔(حکیم لقمان)

اگر مجھ سے ماں کو چھین لیا جائے تو میں پاگل ہو جاؤں گا۔ (فردوسی)

ماں سے ہمدردی کی توقع رکھنے کے بجائے ماں کا ہمدرد ہونا چاہیے۔(ارسطو)

ماں کی اصل خوبصورتی اس کی محبت ہے میری ماں دنیا کی سب سے خوبصورت ماں ہے۔(محمد علی جوہر)

سخت سے سخت دل کو ماں کی پرنم آنکھوں سے موم کیا جاسکتا ہے۔ (علامہ اقبال)

میری زندگی کا سیاہ ترین دن جب میری ماں اس دنیا سے رخصت ہوگئی۔(بشیر خواجہ)

ممتا کیا ہے؟

پیدا کرنے والے نے اپنی قوت تخلیق کا کچھ حصہ ماں کو عطا کر دیا ہے پھر اللہ تعالی نے اپنے بندے سے پیار کا کچھ حصہ ماں کو بخش دیا ہے، ماں اخلاص وایثار اور صبر وتحمل کا پیکر ہے اور محبت کا یہی جذبہ ماں کو پالنے پوسنے کا حوصلہ دیتا ہے، ماں ہر وقت اپنے بچے کی خدمت میں مگن رہتی ہے، غرض کہ اللہ نے ماں کے اندر جو جذبات پیدا کر دیئے ہیں انہیں لفظوں میں بیان نہیں کیا جاسکتا ہے، ممتا کیا ہے اسے ہم محسوس تو کر سکتے ہیں بیان نہیں کر سکتے، لیکن کچھ ادھوری باتیں کہہ سکتے ہیں، ماں کا لفظ سنتے ہی دل میں محبت اور عقیدت کے جذبات بھر جاتے ہیں، ماں ایک ایسا سایہ ہے کہ کتنی مشکلات اور تکلیفیں برداشت کر کے اپنے بچے کو پیار شفقت سے پالتی ہے، اس کیلئے ہر تکلیف کے سامنے ڈھال بن جاتی ہے، بچے کی خوشی سے خوش ہوتی ہے، بچے کو ذرا تکلیف میں دیکھ کر پریشان ہو جاتی ہے، بچہ بیمار پڑ جائے تو ماں کا بس نہیں چلتا کہ وہ بچے کی بیماری بھی خود ہی لے لے، لیکن بچے کو بیمار کرنا بھی اللہ کی طرف سے آزمائش ہوتی ہے، یہ درست ہے کہ کوئی ماں نبی نہیں بنی لیکن حضرت عیسی علیہ السلام کی پیدائش کی لئے بھی اللہ تعالی نے ماں کا وجود ضروری سمجھا باپ کا نہیں، ماں ایک روشنی کا مینار ہے، اس کی روشنی سے قوموں کا مستقبل روشن ہوتا ہے۔ ماں کی محبت اندھیروں کو روشن کر دیتی ہے، اور اس کی روشنی اندھیرے میں بھٹکنے سے بچالیتی ہے۔ ماں ایک ایسی نعمت ہے کہ اگر ایک دفعہ چھین لی جائے تو پھر کسی قیمت پر بھی واپس نہیں ملتی۔

ماں کی دعا

تین آدمیوں کی دعا قبول ہوتی ہے:

(۱)مظلوم کی دعا (۲) مسافر کی دعا (۳) ماں کی دعا اپنے بچے کیلئے۔

ماں خواہ جانوروں کی ہو یا انسانوں کی محبت کے جذبے سے اسی طرح سرشار ہوتی ہے۔

امیر سبکتگین سلطان سنجر کا ملازم تھا اس کے پاس صرف ایک گھوڑا تھا اور وہ اپنا وقت غریبی میں گزارتا تھا، جنگل میں جاتا اور شکار ہاتھ آجاتا تو شکار کر کے گزر اوقات کرتا، اس نے ایک روز ایک ہرنی کو دیکھا جو اپنے بچے کے ساتھ جنگل میں چر رہی تھی، سبکتگین نے گھوڑا دوڑایا ہرنی بھاگی مگر اس کا بچہ چھوٹا تھا بھاگ نہ سکا، سبکتگین نے اسے پکڑ لیا، اس کے ہاتھ پیر باندھ کر زین پر رکھ کر شہر کی راہ لی، ہرنی نے جب اپنے بچے کو اس حال میں دیکھا تو لوٹ پڑی سبکتگین کے گھوڑے کے پیچھے دوڑتی اور روتی تھی، سبکتگین

کا دل پسیج گیا، رحم کھا کر بچے کے ہاتھ پیر کھول کر آزاد کر دیا، ہرنی آئی بچے کو اپنے سامنے کرلیا اور آسمان کی طرف منہ اٹھا کر دعا کی، اس کی دعا قبول ہوگئی، سبکتگین کو خالی ہاتھ شہر آیا لیکن قدرت خداوندی نے اس کا دامن گوہر مراد سے بھر دیا، سبکتگین نے رات کے وقت حضرت محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو خواب میں دیکھا کہ حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اس سے فرماتے ہیں کہ ”اے سبکتگین اس محبت اور رحم کے سبب سے اللہ کی بارگاہ میں تجھے قرب حاصل ہوا اور تجھے بادشاہی کی عزت بخشی گئی“ ماں کی محبت اور پھر اس کی دعا کے اثرات سے سبکتگین ایک ادنی غلام سے تاریخ ساز شخصیت بن گیا اور محمد غزنوی جیسے نامور بادشاہ اور فاتح ہندوستان کا باپ کہلایا۔

حضرت موسیٰ علیہ السلام ایک دن کوہ طور پر تشریف لے جاتے ہیں، اللہ تعالیٰ سے گفتگو کرتے ہیں مگر حضرت موسیٰ علیہ السلام کو اندازہ ہوتا ہے کہ اللہ تعالیٰ کا انداز آج کچھ بدلا ہوا ہے، رحم وکرم کی وہ بارش جو پہلے ہوتی تھی آج نہیں ہو رہی، جو لہجے میں گھلاوٹ اور نرمی وشیرینی پہلے ہوتی تھی آج نہیں ہے، اللہ کے حضور سجدہ ریز ہو جاتے ہیں، گڑگڑاتے ہیں اور اللہ تعالیٰ سے توبہ واستغفار کے بعد عرض کرتے ہیں کہ یا اللہ مجھ سے کیا خطا ہوگئی ہے کہ آج منظر کچھ بدلا بدلا سا نظر آتا ہے۔ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں کہ ”موسیٰ کلیم کل تک تمہاری ماں زندہ تھیں وہ تمہارے لئے دعا کرتی تھیں، آج وہ حیات نہیں ہیں اور تمہارے حق میں دعا کرنے والا ہاتھ اٹھ گیا ہے“

عظمت والے لوگوں کی عظمت والی مائیں

ماں کا رشتہ تو ایسا ہے کہ جو ہر دور میں ہی مقدس اور احترام والا ہے، لیکن ان ماؤں کا کردار تعریف کے قابل ہے کہ جنہوں نے انبیاء، مذہبی رہنما، امام، اولیاء اللہ، صلحاء، فضلا، سیاستدان، مدبر، ڈاکٹر، انجینئر اور اساتذہ وغیرہ پیدا کئے، اور وہ مائیں جنہوں نے ایسے ایسے بہادر بیٹے پیدا کئے کہ جنہوں نے مظلوموں اور بے سہاروں کا ساتھ دیا اور ظالموں کے ساتھ ٹکرا گئے، اور جو طوفانوں کو بدلنے کا حوصلہ رکھتے ہیں اور ان کے سامنے ڈٹ کر کھڑے ہو جاتے ہیں۔

حضرت اسماعیل علیہ السلام کی ماں

حضرت ابراہیمؑ اللہ کے حکم پر حضرت حاجرہ اور ننھے سے بیٹے حضرت اسماعیل کو عرب کے تپتے ہوئے ریگستان میں چھوڑ جاتے ہیں وہاں دور دراز تک سبزے اور پانی کا نام ونشان نہیں ہوتا، اکیلے ماں بیٹا پریشان حال بیٹھے ہوئے ہیں، بیٹا پیاس سے بے حال ہونے لگتا ہے تو حضرت حاجرہ بے قرار اور بے چین ہو جاتی ہیں، پانی کی تلاش میں ادھر اُدھر نظر دوڑاتی ہیں تو پانی کہیں نظر نہیں آتا، اگر بچے کو چھوڑ کر پانی کی تلاش میں جاتی ہیں تو بچے کا خطرہ ہے اور اگر اسے ساتھ لے کر جاتی تو بھی مشکل ہے، سامنے ایک چھوٹی سی پہاڑی ہے سوچتی چلو اس پر چڑھ کر دور کہیں نظر دوڑائیں شاید پانی نظر آجائے، صفا پر جاتی ہیں، پانی نظر نہیں آتا پھر تھوڑی دور دوسری پہاڑی مروہ پر چڑھتی ہیں اس طرح وہ پانی کی تلاش میں صفا اور مروہ پہاڑیوں پر دوڑتی ہیں، ادھر اللہ تعالیٰ فرشتوں کو حکم دے رہا ہے کہ دیکھو غور کرو اس ماں کی محبت کی یہ ادا ہمیں تمام امت مسلمہ کے لئے فرض کرنا ہے، میں آنے والی نسلوں کو قیامت تک یونہی دوڑتا ہوا دیکھنا چاہتا ہوں۔

ماں کا فرماں بردار

حضرت موسیٰ علیہ السلام ایک بار اللہ تعالیٰ سے ہمکلام ہوتے ہیں تو ایک ایسے شخص کی شکایت کرتے ہیں جو نہایت بدمزاج اور فاسق وفاجر ہے، اللہ کے نیک بندوں کو تکلیف پہنچاتا ہے اور لوگوں کی زندگی اجیرن کئے رہتا ہے، اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں کہ اے موسیٰ! تم کیوں اس کی شکایت کرتے ہو جس کا حشر میں تمہارے ساتھ کروں گا۔ اس پر انہیں بہت تعجب ہوا اور وہ سوچتے ہیں کہ آج میں اس راز کا پتہ چلاؤں گا، اس شخص کی دکان پر پہنچتے ہیں اور دیکھتے ہیں کہ وہ قصاب ہے گوشت کاٹ کر بیچتا ہے اور ساتھ وہ لوگوں کو سخت سست بھی کہہ رہا ہے، آخر کار اس کا حال معلوم کرنے کیلئے گھر جاتے ہیں دیکھتے ہیں کہ اس کی ضعیف ماں جھولے پر پڑی ہے آہٹ پر آنکھ کھول کر اپنے فرزند کو دیکھتی ہے ایک گلاس پانی مانگتی ہے، پانی آنے تک پھر سو جاتی ہے مگر یہ بیٹا پانی لئے ہوئے انتظار میں کھڑا ہے۔ ماں کی آنکھ دوبارہ کھلتی ہے تو دیکھتی ہے فرماں بردار بیٹا پانی لئے کھڑا ہے۔ پانی پیتی ہے اور دعائیں دیتی ہے حضرت موسیٰ علیہ السلام جب یہ دیکھتے ہیں تو اللہ کے فرمان کو یاد کرتے ہیں اور ماں کی عظمت کا اندازہ ہوتا ہے۔

حضرت فاطمہ سلام اللہ علیہا کی ماں
حضرت خدیجہ سلام اللہ علیہا

حضرت خدیجہؓ حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی پہلی زوجہ مطہرہ تھیں اور جن کا نام نہایت عزت اور احترام سے لیا جاتا ہے، حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی بیٹی حضرت فاطمہ سلام اللہ علیہا کی ماں حضرت خدیجہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا جنہوں نے اپنی بیٹی کو سلیقہ مندی، وفا شعاری، صبر وشکر جیسی صفات سکھائیں، ان کی حلم و بردباری، صبر و تحمل، معاملہ فہمی جیسی صفات امت مسلمہ کی تمام عورتوں کیلئے مشعل راہ ہیں، حضرت خدیجہؓ کی بلندی اور عظمت کا اندازہ اس سے لگایا جاسکتا ہے کہ وہ جنت کی عورتوں کی سردار حضرت فاطمہ سلام اللہ علیہا کی ماں ہیں اور حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے پیارے نواسوں حضرت حسن علیہ السلام اور حضرت حسین علیہ السلام کی ماں حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی پیاری بیٹی حضرت فاطمہ سلام اللہ علیہا ہی تھیں کہ تربیت کی بدولت ان کے بیٹوں نے اسلام کی سربلندی کیلئے اپنی جانوں کے نذرانے پیش کردیئے۔ بیٹیوں نے بھی کوفہ و شام میں عظیم خطبے دے کر اپنے دین پر کوئی آنچ نہ آنے دی، ان کی یہ قربانیاں رہتی دنیا تک تمام مسلمانوں کیلئے روشن مثالیں ہیں۔

ماں کی ناراضگی

حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے زمانے میں ایک نوجوان تھا جس کا نام علقمہ تھا وہ اللہ کا فرماں بردار، نماز روزہ اور صدقہ خیرات کرنے اور نیک اعمال کرنے میں بہت کوششیں کرتا تھا وہ سخت بیمار پڑ گیا، اس نے اپنی بیوی کو حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی خدمت میں بھیجا، اس نے جاکر کہا کہ یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم میرا خاوند علقمہؓ نزع کی حالت میں ہے آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو خبر دینے کے ارادے سے آئی ہوں تاکہ ان کے حال کا آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو پتہ چل جائے تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے حضرت عمار، حضرت صہیب اور حضرت بلال حبشی رضی اللہ تعالیٰ عنہم کو بھیجا اور فرمایا کہ علقمہؓ کے پاس جاؤ اور ان کو کلمہ شہادت کی تلقین کرو صحابہ رضی اللہ عنہم ان کے پاس گئے تو ان کو نزع کی حالت میں پایا پس ان کو لا الہ الا اللہ کی تلقین کرنے لگے لیکن کلمہ ان کی زبان سے جاری نہ ہوسکا، تو صحابہ رضی اللہ تعالیٰ عنہم نے حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے پاس خبر بھیجی کی علقمہؓ کی زبان سے کلمہ شہادت نہیں نکلتا، آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ اس کے ماں باپ میں سے کوئی زندہ ہے لوگوں نے کہا یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ان کی ماں زندہ ہے جو بہت بوڑھی ہے، تو اس کی ماں کے پاس آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ایک آدمی بھیجا اور فرمایا کہ اس بڑھیا سے کہنا کہ اگر تو حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے پاس جانے کی طاقت رکھتی ہے تو چل ورنہ تو گھر میں آرام کر اور رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم خود تیرے پاس تشریف لے آئیں گے، اس آدمی نے بڑھیا کے پاس آکر حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد مبارک سنایا، بڑھیا نے کہا میری جان آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم پر قربان ہوجائے میں خود ہی آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوتی ہوں یہ کہہ کر وہ لاٹھی ٹیکتی ہوئی آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوئی اور آکر سلام عرض کیا، آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے سلام کا جواب دیا اور فرمایا کہ اے علقمہ کی ماں، تیرا لڑکا علقمہ کیسا تھا؟ بڑھیا نے عرض کیا یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم میرا لڑکا علقمہ بہت نماز پڑھتا تھا، روزے رکھتا تھا، اور صدقہ خیرات کرنے کا بہت زیادہ پابند تھا، آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا میں یہ نہیں پوچھتا یہ بتا کہ اس کا تیرے ساتھ کیا سلوک تھا؟ اس نے کہا یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم میں اس کے اوپر سخت ناراض ہوں آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے پوچھا تو اس سے کیوں ناراض ہے؟ کہنے لگی اے اللہ کے رسول وہ میرے اوپر اپنی بیوی کو ترجیح دیا کرتا تھا اور میری نافرمانی کرتا تھا، آپ نے فرمایا کہ بے شک علقمہؓ کو ماں کی نافرمانی نے زبان پر کلمہ شہادت جاری ہونے سے روک دیا، پھر آپ نے حضرت بلال حبشیؓ کو حکم دیا کہ بلال جاؤ بہت ساری لکڑیاں جمع کرو اور علقمہؓ کو لکڑیوں میں رکھ کر آگ لگادو۔

علقمہؓ کی ماں نے کہا یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم! کیا میرے سامنے میرے لخت جگر کو زندہ آگ میں جلایا جائے گا آپ نے فرمایا ہاں اور فرمایا کہ اے علقمہؓ کی ماں اللہ تعالیٰ کا عذاب اس سے بھی زیادہ سخت ہے اور باقی رہنے والا ہے، اگر تجھے پسند ہے کہ اللہ تعالیٰ اس کی مغفرت کردے تو اس سے راضی ہوجا اور اس کو معاف کردے کیونکہ اگر تو اس کو

معاف نہ کرے گی اور جب تو اس سے ناراض رہے گی تو قسم اس ذات کی جس کے قبضہ میں میری جان ہے، علقمہؓ کو اس کی نماز اس کے روزے اور اس کا صدقہ کچھ بھی نفع نہ دے گا۔ بڑھیا نے کہا یارسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم میں اللہ تعالیٰ کو گواہ بناتی ہوں اور اس کے فرشتوں کو اور جتنے مسلمان یہاں حاضر ہیں سب کو اس بات کا گواہ کرتی ہوں کہ میں اپنے لڑکے سے راضی ہوگئی اور میں نے معاف کردیا۔

آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے پھر حضرت بلال رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو بھیجا کہ جاؤ اور دیکھو علقمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی زبان پر کلمہ جاری ہوا یا نہیں؟ حضرت بلال گئے تو انہوں نے سنا کہ حضرت علقمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی زبان پر کلمہ جاری ہے اور کلمہ پڑھتے ہی ان کا انتقال ہوگیا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اس کے پاس تشریف لائے اور اس کے کفن دفن کا حکم فرمایا اور پھر اس کی نماز جنازہ ادا کی اور اس کے دفن میں شریک ہوئے اور اس کی قبر پر کھڑے ہوکر ارشاد فرمایا: ''اے گروہ مہاجرین اور انصار! جو شخص اپنی بیوی کو اپنی ماں پر فضیلت دے گا تو اس کے اوپر اللہ کی لعنت اور فرشتوں کی لعنت ہے اور تمام لوگوں کی لعنت ہے''۔ اللہ کی رضا ماں کی رضا میں ہے اور اللہ پاک کی ناراضگی ماں کی نارضگی میں ہے۔

ماں کی ذمہ داریاں

جہاں پر اللہ نے ماں کے قدموں کے نیچے جنت رکھ کے ماں کو اتنا بلند رتبہ عطا فرمادیا، وہیں ماں پر بہت ساری ذمہ داریاں بھی ڈال دیں، باپ کا کام تو کما کر لانا ہے اور اصل ذمہ داری تو ماں پر ہوتی ہے جس طرح ایک حکمران سے اس کی رعایا کے بارے میں پوچھ گچھ ہوگی، ایسے ہی بچوں کی تربیت کے بارے میں ماں سے پوچھ گچھ ہوگی۔

ماں حقیقت میں ایک گہوارہ ہے جس میں بچہ پرورش پاتا ہے، ماں کی گود بچے کے لئے پہلی درس گاہ ہوتی ہے جہاں سے بچہ تعلیم وتربیت کے ابتدائی مراحل طے کرتا ہے، اگر یہ گود دین واخلاق سے وابستہ ہو تو معاشرے کو بہترین افراد مہیا ہوتے ہیں، لیکن اگر یہ گود خود ہی دین واخلاق سے عاری ہو تو معاشرے کو چور، ڈاکو، زانی، شرابی ہی مہیا ہوسکتے ہیں ایک ماں ہی معاشرے کو بنانے اور بگاڑنے کی ذمہ دار ہوتی ہے، نیک مائیں اللہ کا ذکر کرتے ہوئے اور قرآن پاک کی تلاوت کرتے ہوئے بچے کو دودھ پلاتی ہیں تو اس نیکی کا سارا اثر دودھ کے ذریعے بچے کے اندر منتقل ہوتا جاتا ہے، گو بچہ اس وقت بول نہیں سکتا لیکن قرآن پاک کی تلاوت اور ذکر واذکار وغیرہ اس کے دماغ میں دودھ کے ذریعے حفظ ہورہے ہوتے ہیں۔ اور جو ماں بچے کو دودھ پلاتے وقت ٹی وی یا فلم وغیرہ دیکھ رہی ہوگی تو اس برائی کا اثر بھی بچے میں جائے گا، پیار ومحبت سے تو سب مائیں ہی اپنے بچوں کو پالتی ہیں لیکن اگر بچے کی پرورش اللہ اور اس کے رسول ﷺ کے بتائے ہوئے طریقہ پر نہ کی جائے تو بچہ بڑا ہوکر ماں باپ کا نافرمان نکلے گا، اس لئے کہ جب ماں نے بچے کو اللہ کی فرماں برداری نہیں سکھائی، اسے دین کی باتیں نہیں سمجھائیں، اسے اٹھتے بیٹھتے، چلتے پھرتے، سوتے جاگتے، کھاتے پیتے، ہر بات میں اللہ کا شکر کرنا نہیں سکھایا تو اسے ماں باپ کے احسانات کا بھی کیسے علم ہو، وہ پھر بڑا ہوکر یہی کہے گا سب مائیں ہی اپنے بچوں کو پالتی ہیں اگر آپ نے ہمیں پال لیا تو کونسا احسان کیا۔

قدیم زمانے کی مائیں اپنے بچوں کی تربیت پر بہت زور دیتی تھیں لیکن اب روشن خیالی کے دور میں زیادہ تر مائیں روشن خیال ہوگئیں ہیں اور گھر میں ٹک کر رہنا ان کے لئے مشکل ہوگیا ہے کچھ نوکروں کے چکر میں اور کچھ فیشن کی دوڑ میں شامل ہونے کیلئے بچوں کو ''آیا'' کے سپرد کردیا جاتا ہے، ملازموں کی صحبت میں رہ کر بچہ کیا کیا کچھ سیکھ جاتا ہے۔۔۔۔ بقول اکبرالہٰ آبادی۔۔۔

دودھ ڈبہ کا ہے اور تعلیم ہے سرکار کی
طفل میں بو آئے کیا ماں باپ کے اطوار کی

غور وفکر کی ضرورت :

انسان کے ہر کام کے کرنے کا کوئی نہ کوئی مقصد ہوتا ہے، اور میرا مقصد ''ماں'' پر مضمون لکھنے سے یہ نہیں کہ میرا نام شائع ہوجائے اور واہ واہ بہت اچھا مضمون لکھا ہے جیسی تعریف سنوں، بلکہ ماں کی عظمت اور بڑائی کے بارے میں غور وفکر کیا جائے کہ۔۔ ہم اپنے ماں باپ کی کتنی قدر کرتے ہیں؟۔۔۔ دوسری اقوام نے اپنے ماں باپ کیلئے اولڈ ہومز بنوا رکھے ہیں اور انہیں وہاں پر ہر طرح کی سہولتیں میسر ہوتی ہیں لیکن وہ وہاں پر اپنے

بچوں کے پیار کو ترستے رہتے ہیں لیکن بچوں کو ماں باپ کو دینے کیلئے ٹائم نہیں ہوتا کہ وہ دو گھڑی ماں باپ کے پاس بیٹھ سکیں لیکن دوستوں یاروں، پکنک اور عیاشی کی محفلوں کیلئے بہت ٹائم ہوتا ہے۔

یہ جو آج کل فضول سا مسئلہ چھڑا ہوا ہے کہ ''بہو کا ساس سسر کی خدمت کرنا فرض نہیں ہوتا'' اس فضول مسئلہ میں پڑ کر میری بہنیں گمراہ نہ ہوں، شوہر کی ماں کا درجہ تو ڈبل ہو جاتا ہے ۔

وہ شوہر جو اپنی بیوی کو تحفظ فراہم کرتا ہے اور اس کے بغیر عورت نا مکمل ہے، اس شوہر کی ماں بڑے لاڈ پیار سے ارمانوں سے بہو کو بیاہ کر لائے تو کیا شوہر کی ماں کا بہو پر کوئی حق نہیں؟

جب شوہر پر اپنی ماں کی خدمت کرنا فرض ہے اور خدمت نہ کر کے جہنم کا عذاب ہے تو بیوی (جیسے کہتے ہیں کہ میاں بیوی گاڑی کے دو پہیے ہوتے ہیں) کیسے اس عذاب سے بچ سکتی ہے؟ اگر بیویاں صحیح معنوں میں شوہروں کی ہمدرد اور وفادار ہیں جیسے کہ عموماً اظہار کیا جاتا ہے کہ ہم سے بڑھ کر تو آپ کا کوئی اور خیال کرنے والا نہیں، تو چاہیے کہ غور و فکر کریں کہ ان کے شوہر ان کو اپنی ماں پر بڑائی اور فضیلت تو نہیں دے رہے، اگر ایسا کر رہے ہیں تو یہ کوئی خوشی اور فخر کی بات نہیں بلکہ حضرت علقمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ والی حدیث یاد کریں اور اپنے شوہروں کو اللہ تعالیٰ اس کے فرشتوں اور سب لوگوں کی لعنت سے بچانے کی بھرپور کوشش کریں اور یہ کہ خود بھی ماؤں کے ساتھ مقابلے لگانے سے پرہیز کریں۔

اللہ رب العزت ہمیں عمل کرنے کی توفیق فرمائے ۔ آمین یارب العالمین

بقیہ مٹکی

ہمیں اچھے الفاظ میں یاد رکھیں گے اور ان میں سے کچھ لوگ ہمارے کام کو آگے بڑھائیں گے۔ اس طرح یہ دنیا کا نظام سدا خوبصورتی سے چلتا رہے گا۔ اگر ہم اس بات سے غافل رہے اور ہم نے قدرت کے بنائے ہوئے نظام میں بہتری کے بجائے بگاڑ پیدا کرنا شروع کر دیا تو نہ صرف آنے والی نسلیں ہمیں برے القاب سے یاد کریں گی بلکہ اس کا نتیجہ یہ ہوگا کہ ایک نہ ایک دن یہ دنیا تباہ ہو جائے گی۔ ہمارے بزرگوں نے اپنی قربانیوں اور کاوشوں سے ہمیں جو آسانیاں عطا کیں۔ ان خوبیوں کی وجہ سے ہم انہیں یاد کرتے ہیں۔ لہٰذا اب ہمارا فرض بنتا ہے کہ ہم اپنے بڑوں کے نقش قدم پر چلیں اور اس مٹکی کو آئندہ آنے والی نسلوں کے لئے خوبصورت سے خوبصورت بنائیں۔

بقیہ فروٹ مارکیٹ اور وہ بچہ

ہوگا۔ ایسے بچے کا اور ایسے کئی بچوں کا جو ہمارے ملک کی ہر فروٹ مارکیٹ میں موجود ہیں۔ یا بچپن ہی سے اپنے ننھے ننھے ہاتھ پاؤں لیے کمانے نکل پڑتے ہیں اور روز نہ جانے کتنوں کی جھڑکیاں کھاتے رہتے ہیں۔ یہ بچے گالیاں سہتے اور دیتے بڑے ہوئے ہیں اور زندگی کے اس اہم اور نازک دور میں جو ماحول انھیں ملتا ہے ویسی ہی ان کی ذہنیت بن جاتی ہے۔ جس کے اثرات ان کی ساری زندگی پہ مرتب ہوتے ہیں اور ان کے رگوں میں رچ بس جاتے ہیں۔ پھر اس ہی ذہنیت سے ساتھ یہ بڑے ہوتے ہیں اور گھر بساتے ہیں، بچے پیدا کرتے ہیں۔ مجھے سمجھ نہیں آتا ایک ایسا شخص کیسا شوہر اور باپ بنتا ہوگا اور کیا تربیت دیتا ہوگا اپنے بچوں کو۔ اپنے بچوں کے رُوپ میں ایک بار پھر اپنے وجود کو اُن ہی بھول بھلیوں سے گزرنے کے لیے چھوڑ دیتا ہوگا۔

زندگی نجانے کیا ہے؟

کبھی کبھی محسوس ہوتا ہے کہ زندگی آنسوؤں سے بھیگی ہوئی آنکھ ہے جس کے بند ہونے تک آنسو ختم نہیں ہوتے اور کبھی یوں محسوس ہوتا ہے کہ جیسے زندگی کوئی احساس ہے کہ ہم زندہ ہیں۔

اور بس..........!

میں نے خود سے پوچھا کہ آخر زندگی ہے کیا تو میری پلکوں پہ لرزتے ہوئے آنسوؤں سے آواز آئی۔

صرف آنسو!!

مہوش میمن (سال دوئم)

ٹُوسَرِود لَو

فہد الزین حسین
(سالِ آخر)

اس مضمون میں ہم ہمارے سر سے مراد ایک ایسی شخصیت کو لیتے ہیں جو سر ہیں اور ہمارے ہیں، ہمارے سے مراد بیک وقت بہت سوں کے یا یوں کہیئے بہت سے چاہنے والوں کے۔

ہم اُس شخصیت محترم کو ہرگز واضح نہ کرینگے کہیں کسی ناخوشگوار واقعہ کا الزام تو در کنار فردِ جرم ہی عائد نہ کروا بیٹھیں، مگر اس قدر ضرور ہے کہ وہ بہت سے چاہنے والے جن کا ذکر میں تعارف میں کر چکا ہوں مشکوک نہ رہیں گے۔

''اچھی شخصیت اچھی صفات پر مشتمل ہوتی ہے'' کہ مصداق ہمارے سر ایک اچھی شخصیت ہیں اور ہم ثابت کر سکتے ہیں، وہ اس طرح کہ ایم ایم سی کے سینئر ترین طالب علم ہونے کے ناطے ہمارے اپنے کچھ تجربات ہیں جن کی روشنی سے ہم اندھیروں میں اجالے کر سکتے ہیں مگر خاطر جمع رکھیے ہم ذرا ماضی میں جھانک لیں۔

ہماری ہمارے سر سے پہلی روبرو ملاقات

سرکاری عمارتوں کے دروازے جب ہم پر بند ہو چکے اور بہت سے دل جلوں کی طرح ہم نے بھی شعبہ طب کو حقارت سے دیکھنا شروع کیا تو ہمارے اس انداز کو نہ جانے کیوں شعبہ طب سے دیوانہ وار محبت سمجھا گیا پھر جیسے سب کے ابوؤں کے دوست ہوتے ہیں ہمارے ابو کے بھی ایک دوست کہیں سے برآمد ہوئے اور ایک غیر سرکاری میڈیکل کالج کا مشورہ دیتے ہوئے مشکوک انداز میں بولے ''نیا ہے، ٹھیک جا رہا ہے، آہستہ آہستہ ہی بات بنے گی''، ہم نہ سمجھ پائے مگر آج سوچتا ہوں کہ ابا کے وہ دوست پھر کبھی نظر نہیں آئے۔ اُسی دن ہم نے ہمارے سر کا نام پہلی بار سُنا۔ کچھ دن دھندلے سے گزرے مگر جس دن ہم محمد میڈیکل کالج کے داخلی دروازے پر تھے مطلع بالکل صاف تھا۔ اعلیٰ حکام سے ملاقات ہوئی مگر ہمارے سر ابھی تک پس منظر میں تھے۔ فارم پُر ہوا داخلہ ٹیسٹ میں بیٹھا دیئے گئے، بہت سے سوال تھے قدرے آسان تھے یعنی بہت مشکل نہ تھے ایک سوال جو آج ہمیں یاد آ رہا ہے اس کا اردو ترجمہ کچھ اس طرح سے تھا، سوال ''محمد میڈیکل کالج پاکستان کے کس شہر میں واقع ہے؟ ۔۔۔۔ ٹیسٹ خیر سے پاسنگ مارکس پر پاس کیا اور اب انٹرویو دینا تھا یعنی پوری زندگی میں ہماری ہمارے سر سے ملاقات وہ بھی روبرو۔ امیدواروں کی لمبی قطار ضرور تھی مگر وقت کچھ زیادہ نہ لگا اور ہم اجازت لے کر ہمارے سر کے سامنے بیٹھ گئے۔ پہلا دھچکا عمر دیکھ کر لگا، یعنی خیالی سر سے بالکل پرے! ہمارے دماغ میں ابا کے دوست کے مشکوک جملے گونجنے لگے ''نیا ہے، ٹھیک جا رہا ہے، آہستہ آہستہ ہی بات بنے گی''، اور بات اب سمجھ میں آئی کہ دورِ حاضر میں پاکستان کی خدمت اعلیٰ تعلیم یافتہ نوجوان پاکستانیوں سے بڑھ کر کوئی نہیں کر سکتا۔ خوش لباس ہمارے سر خوش اخلاقی سے سوال کرتے ہیں ''کیا بننا چاہتے ہیں''؟ سوال سُن کر ہمیں ہمارے سر کی خوش مزاجی کا بھی ثبوت مل گیا تھا یعنی ''کیا بننا چاہتے ہو''؟ مگر قدرے فرمابرداری سے جواب دیا ''ڈاکٹر'' ہمارے سر نے تبسم کیا جسے بہت بعد میں ہم نے مخصوص انداز کہنا شروع کیا تھا اور گزرتے وقت کے ساتھ ہم ہمارے سر کی حاضر جوابی کے بھی قائل ہو چکے تھے، مگر ہمارے اس بھولے جواب پر ہمارے سر صرف مسکراتے رہے اور کہا ''ڈاکٹر، پھر اس کے بعد''؟ ہم خاموش رہے اور دل ہی دل میں سوچا کیے کہ ڈاکٹر کے بعد بھی کچھ بننا ہوتا ہے کیا؟ دل سے جواب آیا ''ہاں'' شاید ہمارے سر ہم سے ''اچھا انسان'' یا پھر ''ذمہ دار باپ'' سُننا چاہ رہے ہوں، مگر تکلم فرمایا "Specialist" بنو اور ابھی سے اپنے آپ کو تربیت دو، دنیا

بہت آگے جا چکی ہے اور آپ کو بھی اپنی پہنچ کو بڑھائے رکھنا ہے''۔ ہمارے سر کی دور اندیشی کا یہ ایک منہ بولتا ثبوت تھا۔ ''بڑی کمال کی شخصیت ہیں'' دل سے آواز آئی۔ سوال ہوا کرکٹ کھیلتے ہو؟ ہم جو ابھی تک اپنے آپ کو اسپیشلسٹ بننے کی تربیت دینے پر غور کر رہے تھے اور سوچ رہے تھے کہ گھر پہنچ کر سب سے پہلے بال ترشوائیں گے، شیو بنوائیں گے تاکہ تربیت کا آغاز آج ہی سے ہو سکے سوال سُن کر چونکے ''جی سر''۔ کون سا کرکٹر پسند ہے؟ کنفیوژن اتنی تھی کے کرکٹروں کے بجائے بلوچ سرداروں کے نام یاد آرہے تھے، ''دیپک پاٹیل'' بوکھلاہٹ کے عالم میں شاید یہ ہی جواب منہ سے نکلا ''کیوں''؟ یہ سوال بوکھلاہٹ کو پریشانی میں بدلنے کے لیے کافی تھا جواب نہ سوجھا، دل زور زور سے دھڑکا کیا جی چاہا کہ بس اُٹھ کر بھاگ جائیں، ویسے بھی عمر کے اس حصے میں کسی پروفیشنل کالج میں داخلہ کا ایک باکمال شخصیت کو انٹرویو دینا اعصاب شکن حوصلہ چاہتا ہے۔ ''وہ اچھا انسان ہے'' ہم نے جان چھڑانی چاہی اور ہم قدرے کامیاب رہے، ہمارے سر مسکرائے اور کہا ''محنت سے پڑھنا، پوزیشن آنی چاہیے، ٹھیک ہے اب آپ جائیں'' ہم چل نکلے مگر دل و دماغ ہمارے سر کو آنے والے وقتوں کا آئیڈیل بنا چکے تھے۔ آنے والے وقتوں کا اس لئے کیوں کہ اس وقت کوئی فلمی ہیرو ہمارا آئیڈیل تھا۔

وقت سے بڑا استا دکوئی نہیں

سو ہمیں بھی بہت کچھ سیکھنے کو ملا ہمارے کالج کی عمارت میں غیر معمولی شان و شوکت کا اضافہ ہوا، ہمارے سر کے انداز خوب سے خوب تر ہوتے چلے گئے۔ کئی کٹھن مراحل اور اعصاب شکن نشیب و فراز سے گزرتے گزرتے آج ہمارا کالج چہاردہ مہتاب کی مانند اپنی آب و تاب کو برقرار رکھے ہوئے ہے (ماشاءاللہ)۔ ہمارے کالج نے وطن عزیز کی آبادی عظیم میں شان سے اضافے کا بھرپور اثر لیا جسکی ایک مثال یہ ہے کہ کالج کینٹین میں طلبہ کو انتہائی مجبوری کی حالت میں کمپارٹمنٹ برائے طالبات میں بیٹھنا پڑتا ہے خیر ہماری ہمدردیاں ان مجبور طلبہ کے ساتھ ہیں۔

بحثیت طالبعلم سالِ آخر، ہمارے سر ہمیں خیر سے ہر جمعرات کو ہمکلام و روبرو ہونے کا شرف بخشتے ہیں، جمعرات کے دن سے ہرگز یہ مطلب نہ لیا جائے کہ ہمارے سر اپنی شخصیت پیری، مریدی کا اثر لیے ہوئے ہیں نہ قطعی نہیں! اپنی آفیشل اور نجی مصروفیات کے باعث ہمارے سر یہی ایک دن ہمیں طبّی معلومات دینے کے لیے نکال پاتے ہیں۔

جمعرات۔۔۔۔۔۔ جمعرات۔۔۔۔۔۔ جمعرات۔۔۔۔۔۔

توقف فرمایئے، ذرا ہمیں جمعرات پر تھوڑا غور اور کر لینے دیجئے۔۔۔۔۔۔، مگر رہنے دیجئے یہ یقیناً حسنِ اتفاق ہی ہے۔

میں کپڑے بدل کر جاؤں کہاں

ہر وقت کی خوش لباسی احساس برتری کو جنم دے سکتی ہے۔ سادگی پسند اور شریف طبیعت کے مالک ہمارے سر نے بھی شاید یہی سوچ لیا ہو کہ کہا پتلون کو کوٹ سے یا پھر قمیض کو جوتوں کے رنگ سے ہم آہنگ کرنا، آدمی پڑھا لکھا ہو تو یہ تکلف برتنے میں تھوڑی بے تکلفی بھی چل جائے تو کون سی آفت آوے ہے۔ ویسے ہمارے کچھ بیباک رفیقوں کے خیال میں ہمارے سر ناصر کاظمی کی ایک غزل کے اس مصرے پر عمل پیرا ہوتے ہوئے محسوس ہونے لگے ہیں۔

میں کپڑے بدل کر جاؤں کہاں
اور بال بناؤں کس کے لئے

دوستوں کے اس خیال پر ہم قدرے ناراض ہوتے ہوئے کہتے ہیں ''ابھی تمہارا ذہن کچا ہے، سوچ میں پختگی وقت کے ساتھ آتی ہے، تم نہیں سمجھو گے ہمارے سر کے اس اندازِ کمال کو'' اور وہ ہمیں بڑی عجیب نظروں سے تکتے رہتے، ایسا نہ جانے وہ کیوں کرتے ہیں؟ مگر بعد میں ہم سوچتے ہیں کہ کہیں صرف ہمیں ہی ہمارے سر سے اس قدر والہانہ عقیدت تو نہیں؟ کیوں نہ سب کے خیالات جاننے کی کوشش کی جائے مگر ہم اب تک اس پر عمل پیرا نہ ہو سکے ہیں۔

وہ آرٹسٹ ہوتے

ہمارے سر اگر ہمارے سر نہ ہوتے، یا یوں کہیئے کہ وہ اگر وہ نہ ہوتے جو وہ ہیں یا یوں قدرے محفوظ رہے گا کہ اگر وہ شعبہ طب سے وابستہ نہ ہوتے تو کیا ہوتے؟ یہ سوال ہم صرف اور صرف اپنے خیالات کی حد میں رہتے ہوئے اپنے آپ سے کر رہے ہیں ہمارے خیال میں وہ آرٹسٹ

ہوتے۔۔۔۔۔اگر آپ کبھی اُن کی باتیں ہمہ تن گوش ہو کر سُنیں اور ساتھ ساتھ کھلی آنکھوں سے ان کے چہرے کا مطالعہ کریں تو یوں محسوس ہوگا کہ اگر وہ زبان سے کچھ ادا نہ بھی کریں تب بھی بات بخوبی سمجھ میں آجائیگی، مثلاً، ایک روز جمعرات تھی، آپ ہماری کیفیت بخوبی سمجھ سکتے ہیں ہم بڑی بے چینی سے ہمارے سر کی آمد کا انتظار کر رہے تھے، بازیابی کے اعلان کی نفی کرتے ہوئے ہمارے سر تشریف لائے، جو لباس زیب تن کئے ہوئے تھے وہ ہرگز ناصر کاظمی کی مذکورہ غزل کے مصرعہ کی عکاسی نہ کرتا تھا، سلام و جواب کے بعد شعبہ طب کی اس شاخ (جو جسم کے اُن عضوؤں کی بیماریاں سمجھاتی ہے جو کھال کے اندر ہوتے ہیں) کے دقیق مسائل نہایت خوش اسلوبی سے بیان کرنا شروع کئے۔ایک مقام پر کہنے لگے "اگر کسی مریض کو "Appendicitis" ہے اور آپ اگر اسکے پیٹ کا معائنہ کریں تو جیسے ہی آپ "Appendix" پر پہنچیں گے اور وہاں پر داہنے ہاتھ کی انگلیوں سے تھوڑا سا دباؤ ڈالیں گے تو اچانک سے مریض۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔ کریگا، اور ہمارے سر نے وہ تاثرات دیئے کہ یقیناً وہ نرم دل طالب علم جو سچے دل سے حصول علم کے لیے وہاں تشریف فرما تھے "Appendi-citis" کے مریضوں سے سچی ہمدردی کرنے لگے ہونگے اور ہم سمجھتے ہیں کے اچھے طبیب وہ ہی ہیں جنہیں مریضوں کا دوست بنے بغیر اُن سے دوستی کرنے کا فن آتا ہو، جو مریضوں کی تکالیف کو انسانیت کے ناطے اپنے دل میں محسوس کر سکتے ہوں اور ان کی اُن امیدوں کو پورا کرنے کی کوشش کرتے ہوں جن کی بدولت آج بھی شعبہ طب ایک مخلص اور باعزت شعبہ سمجھا جاتا ہے۔

خیر بات ہمارے سر کی ہو رہی تھی۔۔

ہمارا مشاہدہ ہمیں اس بات کی بھرپور اجازت دیتا ہے کہ ہم اپنی اس تحریر کو جتنا چاہے طول دے دیں مگر شمارے کے صفحات شاید ہمیں اجازت نہ دیں اور پھر بہت سے اہل ذوق طالب علم ہیں جیسا کہ میں نے تعارف میں کہا کہ "بہت سوں کہ" تو کچھ ذمہ داری ان پر بھی عائد ہونی چاہیے۔ہم اس دعا سے اپنے مضمون کا اختتام کرتے ہیں کہ اللہ تبارک و تعالیٰ ہمارے سر، دیگر اساتذہ کرام، ہمارے طالب علموں اور اس عمارت کہ جس کے داخلی دروازے کو مبارک نام سے سجایا گیا ہے اور اس عمارت سے منسلک ہر نام کو اپنی امان میں رکھے اور درجہ بہ درجہ ترقی کی منازل طے کرنے کا سلسلہ جاری و ساری رہے۔آمین۔

نوٹ: ہماری اس تحریر پہ اگر کسی جونیئر کو اعتراض ہے تو ہم ہرگز خاطر میں نہ لائیں گے اور اگر کسی سینئر کو اعتراض ہے تو اسے ہماری نادانی اور کم علمی کو مدنظر رکھتے ہوئے درگزر کر دیجئے گا۔

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا

شعیب حسین لغاری
(سال دوئم)

اللہ کی طرف سے ایک فرشتہ مقرر ہے، جو ہر رات اُتر کر یہ آواز دیتا ہے۔

اے 20 سال والو!	جدوجہد کرو، جدوجہد کرو، جدوجہد کرو۔
اے 30 سال والو!	زندگانی دنیا تمہیں دھوکہ نہ دے۔
اے 40 سال والو!	تم نے اپنے پروردگار کی ملاقات کے لئے کیا تیاری کی؟
اے 50 سال والو!	تمہارے پاس ڈرانے والا وقت آچکا ہے۔
اے 60 سال والو!	یہ ایسی کھیتی ہے کہ جس کے کاٹنے کا وقت آ گیا ہے۔
اے 70 سال والو!	تمہیں پکارا گیا ہے بس تم لبیک کہو۔
اے 80 سال والو!	تمہارے پاس قیامت آ گئی ہے اور تم غافل پڑے ہو۔

انکل بیمار

صفات الرحمٰن
(شعبۂ امراضِ چشم)

وفاداری فارما کی ۔ بے وفائی ڈاکٹر سے

نام تو اللہ جانے ان کا کیا تھا لیکن ان کی دائمی بیماریوں کے پیشِ نظر انہیں ''انکل بیمار'' کہتے تھے۔ ان کی بیماریوں کا شمار اتنا ہی مشکل تھا، جتنا ہمارے وطن میں وزیروں اور مشیروں کا شمار کرنا۔ باوثوق ذرائع کے مطابق انہیں پیدا ہوتے ہی ''گھٹی'' میں کئی بیماریوں کے ویکسین ''شہد'' کی طرح چٹوائے گئے۔ ٹی وی پر آنے والی ادویات کے اشتہارات کو وہ اس طرح دیکھتے تھے جیسے بچے چاکلیٹ اور ببل گم کے اشتہار کو دیکھتے ہیں۔ ہر کھانے کے بعد کوئی دوا ضرور استعمال کرتے اور کبھی کبھی تو دوا کی خوراکوں کے درمیان ''احتیاطاً'' اور ''تکلفاً'' کھانا بھی تناول فرما لیتے تھے۔

''انکل بیمار'' جب بھی گولیوں کی رنگ برنگی پیکنگ دیکھتے تو منہ میں پانی بھر آتا۔ کڑوی سے کڑوی گولیاں بھی چبا چبا کر جگالی کے انداز سے نگلتے تھے۔ فرماتے تھے کہ پانی کے ساتھ دوا نگل لینے سے اس کا فائدہ صرف معدہ کو ہوتا ہے۔ بیچارہ منہ تو منہ ہی دیکھتا رہ جاتا ہے۔ چبا کر گولی نگلنے کا فائدہ انکل کو تو نہ ہوا مگر دوسرے لوگ اس سے صحت یاب ہونا شروع ہو گئے۔ ہوا کچھ یوں کہ ایک دفعہ ان کا کوئی رشتہ دار ان سے ملنے کے لئے آیا جو معمولی بیمار تھا۔ انکل نے جلال میں آکر اسے پھونک جو ماری تو فوراً صحت یاب ہو گیا۔

''انکل بیماری'' ادویات کے سائیڈ ایفکٹس (Side Effects) سے بالکل محفوظ ہوتے تھے۔ اکثر کمپنیوں سے شکوہ فرماتے کہ آپ کی طرف سے فلاں دوائی کے Side Effects تو پندرہ گنوائے گئے تھے۔ جبکہ مجھے صرف چار ہوئے ہیں۔ یہ سب مختلف Side Effects کا کمال تھا کہ اگر انہوں نے سر درد کی گولی کھائی تو سر درد تو ٹھکانے آگیا لیکن معدہ خراب ہو گیا پھر معدے کی دوا نے پیٹ کی رونق بحال فرما کے گردوں سے چھیڑ خانی شروع کر دی۔ گردوں کا عملہ ڈیوٹی پر واپس آیا تو پھر دل نے تڑپنا شروع کر دیا اور اس ڈرامے کی آخری قسط میں سر درد پر سوار ہو گیا۔ انکل ایکسرے کے لئے یوں بن ٹھن کر جاتے جیسے فوٹو اسٹوڈیو تصویر کھنچوانے جا رہے ہوں اور ایکسرے کرواتے وقت سنبھل سنبھل کر بیٹھتے کہ کہیں ہڈیوں کا پوز خراب نہ ہو جائے۔ ان کی وفات پر ایک دواساز کمپنی نے اکیس گولیوں کی سلامی پیش کی کیونکہ انہوں نے اس کمپنی کو کافی نفع پہنچایا تھا۔ راہی ملکِ عدم ہونے سے چند لمحے قبل انکل نے فاتحانہ شان سے ڈاکٹر کی طرف دیکھا اور کہتے ہوئے آنکھیں بند کر لیں۔ کیوں۔ ناکام رہ گئے نا؟

عورت کی حیثیت

1۔ عورت محبت کے قابل ہے، مگر نفرت کے تیر بھی سہتی ہے۔
2۔ عورت پھول ہے، مگر کانٹے بھی اسی کی قسمت میں لکھے ہیں۔
3۔ عورت وفا ہے، مگر مرد کی بے وفائی کا داغ بھی اسی کے ماتھے پر سجتا ہے۔
4۔ عورت عظمت و ہمت کا پیکر ہے، مگر ریزہ ریزہ بھی اُسے ہی ہونا پڑتا ہے۔
5۔ عورت کائنات کی رنگینی ہے، مگر چولہے کا ایندھن رنگینی کو ختم کر دیتا ہے۔

شعیب حسین (سال دوئم)

جو لوگ کچھ نہیں کرتے کمال کرتے ہیں

محمد شکیل صدیقی (لیکچرار)

ہر معاشرے میں دو قسم کے افراد ملتے ہیں۔ایک وہ لوگ جو کچھ کرتے ہیں اور دوسرے وہ لوگ جو کچھ نہ کرتے ہوئے بھی کمال کرتے ہیں یہ بھی کیا فن ہے کہ آدمی کچھ نہ بھی کرے اور پھر بھی کمال کر جائے یہ بھی تو کمال ہے۔

ہر تعلیمی ادارے میں طلباء بھی دو قسم کے ہوتے ہیں ایک وہ جو کلاسز ڈراپ کر کے کمال دکھاتے ہیں جیسا کہ ایک صاحب جن کو یہ یقین ہے کہ ان کے والد ان کو اپنی سیٹ پر ڈاکٹر بنوا ہی دینگے سارا دن کالج میں ادھم دھاڑ کرتے پھرتے ہیں۔ ہر استاد کو ان سے شکایت ہے مگر یہ صاحب تو کمال دکھانے والے ہیں۔ ذرا سوچیے تو سہی، جو طلباء سارا سال کتابیں تک نہیں کھولتے وہ اگر ڈاکٹر بن بھی گئے تو اپنے فن کمال سے قبرستانوں کو آباد کرنا شروع کر دینگے۔ جس طرح پرانے زمانے میں چین میں جس ڈاکٹر کے ہاتھوں کسی مریض کا انتقال ہو جاتا وہ اپنے مطب کے باہر لالٹین لٹکا دیتا تھا اس طرح آنیوالے مریضوں کو معلوم ہو جاتا تھا کہ اس ڈاکٹر کے ہاتھ کتنے مریض مارے گئے تھے۔ ایک دن ایک آدمی مطب گیا جسکے باہر چار لالٹینیں لٹک رہی تھیں اس نے ڈاکٹر کو حال بتا کر دوائی لی اور پھر ڈاکٹر سے پوچھا کہ آپ کے مطب کے باہر صرف چار لالٹینیں لٹک رہی ہیں کیوں؟ ڈاکٹر نے جواب دیا میں نے آج ہی مطب کھولا ابھی صرف آدھا دن ہی گزر رہا ہے۔

مرنے سے پہلے اپنا کفن لے کر آیئے
حالت یہی رہی تو یہ لکھیں گے ڈاکٹر

طالب علموں کی ایک قسم وہ بھی ہوتی ہے جو سارا سال کچھ نہیں کرتے لیکن امتحانوں کے دنوں میں کاغذی گھوڑے دوڑانے کے لیے دشت تو دشت دریا بھی نہیں چھوڑتے اور دوسرے وہ جو سارا سال تو اپنے P.R کو اچھا کرنے کے لیے بہت کچھ کرتے لیکن کمرہ امتحان میں فارغ ہی رہتے ہیں۔

کسی کو اپنے عمل کا حساب کیا دیتے
سوال سارے غلط تھے جواب کیا دیتے

ہم سب یہ اعتراف کرتے ہیں کہ اس زمانے میں کام کرنے والوں کی کوئی کمی نہیں۔ کسی نے لگائی بجھائی کے لئے دیا سلائی بنائی تو کسی نے ہیروشیما پر ایٹم بم پھینک کر اپنے کی کمین ہونے کا ثبوت دیا۔ اب کولمبس ہی کو لیجئے۔ فارغ رہتا تو کتنا اچھا تھا کم از کم امریکا تو دریافت نہیں ہوتا لیکن کچھ نہ کرنے والے اتنا تو کرتے ہیں کہ کوئی بُرا کام نہیں کرتے۔ ویسے بھی کرنے والوں کا کیا بھروسہ۔ کبھی ہڑتال کی دھمکی تو کبھی تنخواہ بڑھانے کا مطالبہ کر دیا۔

ہمارے کالج میں جسے دیکھو یہ رونا روتا کہ میرے پاس کام بہت زیادہ ہے ہمارے یہاں کام کرنے والوں کی طبیعت بالعموم اور بندیوں کی طبیعت بلخصوص خراب ہی رہتی ہے بقول شاعر۔

ہوتا نہیں عیاں مگر ان کے مزاج سے
نیت خراب ہے کہ طبیعت خراب ہے

ایڈمنسٹریٹر کا کردار جسم میں روح کی مانند ہے۔ ان کا یہ کمال فن ہوتا ہے کہ اگر یہ کالج میں ہوں تو لگتا ہے کہ ان کے بغیر کالج نہیں چل سکتا اور کالج سے غیر حاضر ہوں تو سب حیراں ہوتے ہیں کہ ان کی موجودگی میں کالج چل کیسے رہا تھا۔ فارغ رہنے کا اصل مزہ ہی تب ہے کہ کرنے کو بہت سارے کام ہوں۔ فارغ رہنا اتنا آسان نہیں۔ یقین نا آئے تو ایڈمنسٹریٹر بن کر دیکھ لو۔

قارئین کرام! ملک وقوم کو ان دست بازو کی ضرورت ہے جو ہمہ تن اس کی ترقی کے لیے کوشاں رہیں۔۔ جو حوصلوں کے بجھے چراغوں کو نیا روپ دے سکتے ہیں۔۔ جو اس قوم کے دیے کی لو کو تیز کر سکتے ہیں جیسے کہ ہمارے ڈاکٹر سید رضی محمد۔

اپنا ہر ایک نوجواں ہے حامل ضرب کلیم
چیر کر دریا کی موجیں پار جا سکتے ہیں ہم

میں سردار نہیں ہوں!!!

دوست : سردار جی آپ کہاں پیدا ہوئے؟

سردار جی : پنجاب

دوست : کون سا حصہ؟

سردار جی : او حصہ حصہ کیا کر رہا ہے پورے کا پورا بدن پنجاب میں پیدا ہوا ہے۔

☆☆☆☆☆☆☆☆☆

دوست : سردار جی یہ پاکستان کے شوکت عزیز صاحب ہمیشہ شام کو ٹی وی پر کیوں آتے ہیں؟

سردار جی : اس لئے کہ وہ PM ہیں AM نہیں ہیں۔

☆☆☆☆☆☆☆☆☆

دوست : سردار جی آپ کیپسول کھانے سے پہلے اس کے دونوں سائیڈز کاٹ کر کیوں پھینک رہے ہیں۔

سردار جی : تاکہ Side effects سے بچ جاؤں۔

☆☆☆☆☆☆☆☆☆

ایم بی بی ایس کی ڈگری لینے کے بعد سردار جی گاؤں لوٹے۔ وہاں ٹارچ سے والدہ کی آنکھوں کا، والد کے کانوں کا اور بھائی کی ناک کا معائنہ کیا۔ پھر خوش ہو کر بولے "شکر ہے، بیٹری بالکل ٹھیک کام کر رہی ہے"۔

☆☆☆☆☆☆☆☆☆

سردار جی نوکر سے: اوئے بوٹے جا پودوں کو پانی دے۔

بوٹا : مگر پہلے ہی بارش ہو رہی ہے۔

سردار جی : او کام چور! بارش ہو رہی ہے تو کیا ہوا، جا میری چھتری لے جا۔

☆☆☆☆☆☆☆☆☆

محمد خان صاحب کی پچیسویں سالگرہ تھی۔ انہوں نے طے کیا کہ وہ اور ان کی بیوی یہ سالگرہ پشاور کے اسی ہوٹل میں منائیں گے جہاں انہوں نے ہنی مون منایا تھا۔ خان صاحب بارہ ستمبر کو روانہ ہوئے تاکہ ہوٹل اور کار وغیرہ کا انتظام کریں۔ مسز خان کو تیرہ ستمبر کو پہنچنا تھا۔ خان صاحب نے پشاور کے ہوٹل کے کمرے میں کمپیوٹر اور انٹرنیٹ کی سروس دیکھی تو بڑے خوش ہوئے اور بیوی کو ایک خط میل کر دیا مگر غلطی سے e-mail address میں ایک حرف بدل گیا۔

دوسری جانب ناتھ ناظم آباد میں نور خان صاحب کا انتقال ہو گیا۔ تعزیت کے لئے بیرون ملک اعزا کے بہت فون آئے۔ تدفین سے فارغ ہو کر مسز خان نے سوچا کہ کمپیوٹر پر میل چیک کی جائے شاید بیٹی کا خط آیا ہو۔ Inbox کھول کر پہلا خط پڑھتے ہی وہ بے ہوش ہو کر گر گئیں۔ ان کے بیٹے نے بھاگ کر سنبھالا۔ پوتے نے جلدی جلدی e-mail پڑھنی شروع کی۔

To : میری پیاری بیوی

Subject : میں پہنچ گیا ہوں

Date : بارہ ستمبر ۲۰۰۷ء

مجھے معلوم ہے کہ تم میرے اس خط کی توقع نہیں کر رہی ہو گی۔ یہاں پہنچ کر میری تو آنکھیں کھلی کی کھلی رہ گئیں۔ اب یہاں کمپیوٹر بھی ہیں اور ہم اپنے پیاروں کو e-mail بھیج سکتے ہیں۔ کل یہاں تمہاری آمد ہر طرح کنفرم ہو گئی ہے۔ میں بھی بے چینی سے تمہارا منتظر ہوں۔ آخر ہم نے اتنے سال اکٹھے گزارے ہیں۔ اب اکیلے کیسے رہوں؟

فقط تمہارا شوہر خان

نوٹ: یہاں گرمی بہت ہے۔

باتیں جن سے خوشبو آئے

☆ صرف ایک ہستی ہزاروں دکھوں کا مداوا ہو سکتی ہے۔

☆ محبت کرنے والے کبھی شہروں میں ویرانے پیدا کرتے ہیں اور کبھی ویرانوں میں شہر آباد کرتے ہیں۔

☆ کسی کا محل دیکھ کر اپنی جھونپڑی مت گراؤ۔

☆ اس کا غم نہ کر جو تجھے نہ ملا اسکی قدر کر جو تیرے پاس ہے۔

☆ دنیا میں بدترین دھوکا وہ ہے جو انسان اپنے آپ کو دیتا ہے۔

☆ اخلاق کا اچھا ہونا محبت الٰہی کی دلیل ہے۔

☆ کام سے غلطی، غلطی سے تجربہ، تجربے سے عقل، عقل سے خیال اور خیال سے نئی چیزیں بنتی ہیں۔

☆ تلوار کا وار جسم کو زخمی کرتا ہے لیکن بری بات روح کو گھائل کرتی ہے۔

☆ انسانوں سے مت مانگو ہو سکتا ہے کسی دن طعنہ زنی کریں۔ خدا سے مانگو کیونکہ بندوں کو دے کر خوش ہوتا ہے۔

ماں

☆ ماں ایک ایسا پھول ہے جس کی خوشبو ختم نہیں ہوتی۔

☆ ماں ایک ایسا درخت ہے جس کا سایہ زندگی کی تھکن کو دور کر دیتا ہے۔

☆ ماں ایک ایسا باغ ہے جس میں ہمیشہ بہار ہوتی ہے۔

☆ ماں آسمان کا چاند گلشن کا پھول بہاروں کی رونق اور خوشبو کا جزیرہ ہے۔

☆ ماں ٹھنڈی اور میٹھی چھاؤں کا نام ہے۔

☆ ماں سے بڑھ کر دنیا میں کوئی استاد نہیں۔

عبدالرزاق

مرض تکبر

(قرآن میں ابلیس کا واقعہ بیان کرنے کی ایک وجہ)

ابلیس کا جو قصہ قرآن میں بیان ہوا ہے، وہ افسانے کے طور پر بیان نہیں ہوا بلکہ اس سے مقصود اس امر کی وضاحت بھی ہے کہ ہمیں معلوم ہو جائے کہ تکبّر کی خرابی کس حد تک پہنچ سکتی ہے اور ہمیں کہاں پہنچا سکتی ہے۔ یہاں تک کے ابلیس نے حضور خداوندی میں بھی کس بیبا کی سے گستاخانہ کہہ دیا کہ میں تو آدمؑ کو سجدہ کرنے کے لئے تیار نہیں ہوں کیوں کہ میری تخلیق آگ سے ہوئی ہے جبکہ آدمؑ کو خاک سے بنایا ہے اور پھر واقعی سجدہ نہ کر کے ہمیشہ کے لئے ملعون ہو گیا لیکن تکبّر سے پھر بھی باز نہ آیا۔ اس واقعے کا پیغام یہ ہے کہ شیطان نے آدمؑ سے تکبّر کیا اور راندہ درگاہ ہوا۔ ہم بھی اگر آدمؑ زادوں سے تکبّر کریں گے تو شیطان (ملعون) کی طرح راندہ درگاہ کیئے جائیں گے۔

شعیب حسین لغاری (سال دوئم)

حضور صلی اللہ علیہ و آلہ وسلم کی زندگی

ایک دفعہ حضرت علی علیہ السلام نے حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے آپ کی زندگی گذارنے کے طریقے کے بارے میں پوچھا حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے جواب میں ارشاد فرمایا کہ:

- اللہ کی پہچان میرا سرمایہ ہے۔
- عقل میرے دین کی بنیاد ہے۔
- محبت میری پہچان ہے۔
- راہ حق کا شوق میری سواری ہے۔
- اللہ کا ذکر غمخوار ہے۔
- اعتماد میرا خزانہ ہے۔
- انسانی قرب کا احساس میرا رفیق ہے۔
- علم میرا ہتھیار ہے۔
- صبر میرا لباس اور اللہ کی رضا میری دولت ہے۔
- عفو وانکساری میری عزت،
- یقین کامل میری طاقت،
- جہاد میرا کردار،
- اللہ کی اطاعت میری پناہ گاہ،
- اور نماز میری آنکھوں کی ٹھنڈک ہے۔

عذرا پروین
(سال سوئم)

شاعری سچ بولتی ہے

ڈاکٹر محمد جاوید راجپوت
ایسوسی ایٹ پروفیسر سرجری

ڈاکٹر فیض محمد میمن صاحب

یہ کون پھر سے انہی راستوں میں چھوڑ گیا
ابھی ابھی تو عذابِ سفر سے نکلا تھا

مسیح صاحب

کو بہ کو پھیل گئی بات شناسائی کی
اس نے خوشبو کی طرح میری پذیرائی کی

ڈاکٹر حمید سموں صاحب

تو کہ ناواقفِ آدابِ غلامی ہے ابھی
رقص زنجیر پہن کر بھی کیا جاتا ہے۔

ڈاکٹر محمد علی

ڈھونڈتا پھرتا ہوں میں لوگوں میں شباہت اُس کی
کہ وہ خوابوں میں بھی لگتا ہے خیالوں جیسا

ڈاکٹر رحمت اللہ سومرو

یہ اعجاز ہے حسنِ آوارگی کا
جہاں بھی گئے داستاں چھوڑ آئے

شبیر صاحب

آتے جاتے ہوئے سب کی خبر رکھتا ہوں
نام عبدل ہے میرا سب پہ نظر رکھتا ہوں

بوجھو تو جانیں

اک تصویر کو دیکھا تو یہ صورت نکلی
جسے سمجھا تھا اناس وہ عورت نکلی

بلا عنوان

کرتا ہوں نصیحت تمہیں اے یار ہمیشہ
تنخواہ سے بس رکھو سروکار ہمیشہ
دروازے پہ حاکم کے لگاتے رہو چکر
گردش میں رہو صورتِ پرکار ہمیشہ

پروفیسر احمد علی صاحب

فراز اب کوئی سودا کوئی جنوں بھی نہیں
مگر قرار سے دن کٹ رہے ہوں یوں بھی نہیں
لب و ذہن بھی ملا گفتگو کا فن بھی ملا
مگر جو دل پہ گزرتی ہے کہہ سکوں بھی نہیں

بوجھو تو جانیں

بلی سے اس کی اَن بن ہے، چوہا بھی جانی دشمن ہے
چیل وکوے سے ڈرتا ہے، پھر بھی یہ سب سے لڑتا ہے

گائنی وارڈ

اے میرے بچے، میرے لختِ جگر پیدا نہ ہو
یاد رکھ پچھتائے گا تو میرے گھر پیدا نہ ہو
تجھ کو پیدائش کا حق ہے مگر پیدا نہ ہو
میں تیرا احسان مانوں گا اگر پیدا نہ ہو

بقلم خود

اب فرازؔ اپنے مسیحا سے بھی اُمید نہ رکھ
وہ تنگ دل ہے ترے زخم کی گہرائی بہت

کسی کے نام

یہ اُداسیوں کے موسم یونہی رائیگاں نہ جائیں
کسی یاد کو پکارو کسی درد کو جگاؤ
وہ کہانیاں ادھوری جو نہ ہوسکیں گی پوری
اُنھیں میں بھی کیوں سناؤں انھیں تم بھی کیوں سناؤ

اللہ جھوٹ نہ بلوائے

ڈاکٹر محمد جاوید راجپوت

ایسوسی ایٹ پروفیسر سرجری

ہمارے دوست کہنے لگے۔ چائے نہ بنوائی جائے کیونکہ چائے کا ''Miss-use'' ہوتا ہے۔

''میری سمجھ میں نہیں آیا کہ چائے کا ''Miss-use'' کیسے ہوتا ہے''۔

کہنے لگے کہ آپ چائے خود پئیں (اوقات کے علاوہ) ''دوستوں کو پلائیں'' اور مہنگے داموں فروخت کردی جائے۔ یعنی چائے نہ ہوئی اسمگلنگ کا مال ہوگیا۔

ایک تو حیدرآباد سے میرپور خاص آنا۔ وہ بھی سویرے سویرے۔ میرے ایک دوست کے مطابق تمہارا حال student life سے زیادہ مختلف نہیں۔ پہلے بھی صبح سوا سات بجے پوائنٹ پکڑنا ہوتا تھا اور اب بھی۔ پہلے تمہیں لیکچر کی فکر ہوتی تھی سو اب بھی۔ پہلے بھی کھانا کینٹین پر کھاتے تھے اور اب بھی۔ پہلے بھی کڑکی میں تھے اور MMC کی جاب کے بعد بھی کڑکی میں ہو۔ ہم نے عرض کی کہ ہماری پالیسی ہے ''وابستہ رہ شجر سے امید بہار رکھ''

تو جناب ذکر ہو رہا تھا چائے کا۔ ہماری وین کا ڈرائیور! اُف توبہ لگتا ہے کہ پچھلے جنم میں راکٹ چلاتا تھا۔ ایسے ایسے کٹ مارتا ہے کہ جسم کا جوڑ جوڑ درد کرنے لگتا ہے اور ہماری ساری ڈیکوریشن ہوا ہو جاتی ہے۔ سر چکرا رہا ہوتا ہے۔ دن میں تارے دکھائی دے رہے ہوتے ہیں۔ ایسے میں کالج میں چڑیا بٹھا کر جب ہسپتال کی راہ داریوں کو عبور کرنے کی کوشش کر رہے ہوتے ہیں تو مریض کے تیماردار (مبین صاحب زندہ مریض کے تیماردار ہوتے ہیں۔ فوت شدہ کے لواحقین ہوتے ہیں) مریض کی تکلیف کی جگہ ہماری کمر اور پیٹ میں انگلی چبھو کر بتاتے ہیں۔ اور وارڈ میں داخلہ کا استقبال بھنگی اپنی جھاڑو سے کچرے کے کور ڈرائیو کے ساتھ کرتا ہے۔

اس کے بعد آفس میں اپنی مخصوص نشست سنبھالنے کے بعد (سنبھالنے سے مجھے سانبھا یاد آیا۔ ارے او سانبھا کتنے آدمی تھے وہ) جب ہم چائے کی فرمائش کرتے ہیں تو وارڈ بوائے سَنی یہ خوش خبری سناتا ہے کہ یا دودھ نہیں یا شکر نہیں یا سرے سے چائے کی پتی ہی نہیں ہے اور بسا اوقات تو چائے نہ بننے کا سبب پانی کی عدم دستیابی بھی ہوتا ہے۔

اب ہم بے بسی سے دوستوں کی طرف دیکھتے ہیں جو اس دوران درجہ بدرجہ وہاں جمع ہو چکے ہوتے ہیں۔ رحمت اللہ سومرو صاحب کی بیتا جوش میں آتی ہے اور وہ ایک پرچہ لکھ کر سَنی کے حوالے کرتے ہیں۔ (نہ جانے اس پرچی کا کیا اسرار ہے)۔ اب اسرار پر مجھے O.T ٹیکنیشن اسرار یاد آئے تو آپ ناراض نہ ہوں (ایک تو آپ ناراض بہت جلدی ہو جاتے ہیں) اور تھوڑی تاخیر سے چوتھائی کپ ایک نیم گرم محلول ہے ہم نوش جاں کرنے کی سعی کرتے ہیں۔ جو شاید کیمیائی تجزیئے کے بعد چائے ثابت ہو۔ اس کے بعد کام کا نمبر آتا ہے۔ ہمارا رخ عموماً آپریشن تھیٹر کی جانب ہوتا ہے۔ وہاں ہمارا سابقہ دو پہلوانوں سے ہوتا ہے۔ یہ صاحبان مریضوں کو ہوش و حواس سے بیگانہ کرنے کا فریضہ سرانجام دیتے ہیں۔ ایک کو میں ازراہ مذاق سرون کمار گجرال کہتا ہوں اور دوسرے دوست نے

Diploma in postpondology کر رکھا ہے۔

آگے بڑھئے ڈریں نہیں یہ ٹیم جو پنڈت ہری لال ہری کی قیادت میں زوردار طریقے سے ناشتہ کرنے میں مصروف ہے۔ O.T ٹیکنیشن کا گروپ ہے۔ یہ ہیں تو پانچ مگر گروپ آف ایٹ سے کسی طرح کم نہیں۔

یہ جو دائیں طرف لمبے قد کا نوجوان نظر آ رہا ہے۔ اُجے ہے۔ ''کام'' میں اچھا ہے۔ ان کے ایک دوست کا اکثر فون O.T میں آتا ہے۔ کبھی کبھی وہ فون سننے کا مجھے بھی شرف حاصل ہوا ہے۔ ایک نسوانی آواز ہوتی ہے میری آواز پہچانتے ہی بڑے ادب سے سلام کرتی ہیں اور میں اُجے کو آواز دیتا ہوں (کہ اپنا وبال خود سنبھالو)۔

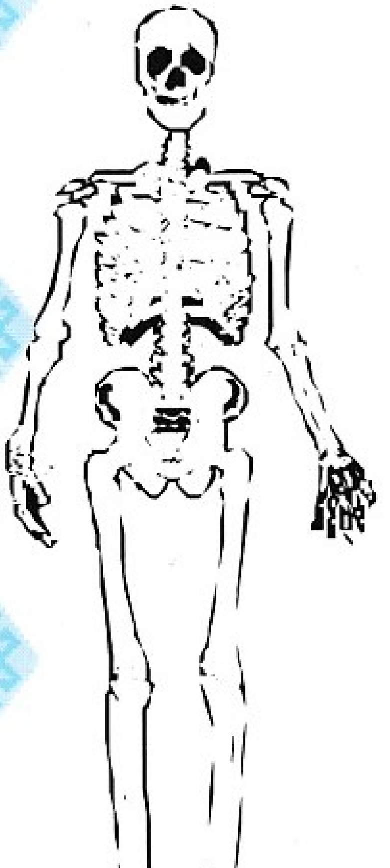
یہ بائیں جانب کھڑے مسکرا رہے ہیں، علی دوست ہیں۔ نہایت فرمانبردار کبھی ''نا'' نہیں کرتے ہمیشہ ''ہاں'' کرتے ہیں۔ اور یہ جو کرسی کے پیچھے چھپنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ ''نگاہِ مردِ مومن سے بدل جاتی ہیں تقدیریں'' کی مثال ہیں۔ اللہ رکھا ہیں۔ میں انہیں ''باز'' بھی کہتا ہوں مگر یہ نہیں آتے۔

یہ مسکین سا بچہ جو کونے میں کولر سے پانی پی رہا ہے غلام رسول ہے یا غلام حسین ہے۔ میں اکثر غلط ملط کر جاتا ہوں۔

اور جناب! اب باری ہے پنڈت ہری لال ہری سنگھ کی۔ ہر فن مولا ہیں۔ انفارمیشن کا چلتا پھرتا شاہکار۔ میر پور خاص میں کب، کہاں، کیا اور کیوں ہوا، انہیں سب معلوم ہے۔

اب آیئے Scrub area کی طرف۔ یہ وہ جگہ ہے جہاں آپریشن سے پہلے ہاتھ وغیرہ (نہیں صرف ہاتھ) دھوئے جاتے ہیں تاکہ مریض کے پیچھے پڑا جا سکے۔

اس سے مجھے اپنے ہاؤس جاب کا ایک واقعہ یاد آ گیا۔ وہاں کے آپریشن تھیٹر میں بعض اوقات پانی نہیں ہوتا تھا ایسے برے وقتوں کے لئے انتظامیہ نے ایک عدد ڈرم پانی کا مہیا کیا ہوا ہے اور پانی نکالنے کے لئے ایک جگ بھی (وہ جگہ نہیں جس میں روشن نام کیا جاتا ہے) گزرے وقتوں میں کبھی اس کا ایک عدد دستہ بھی ہوتا ہوگا جو کہ کسی ستم ظریف کی شدت پسندی کا شکار ہوا اور باقیات میں دو عدد سوراخ رہ گئے جو یہ پتا دیتے تھے کہ یہاں کبھی دستہ ہوتا تھا۔ مگر مشکل یہ آن پڑی کہ پانی بھرتے وقت ان سوراخوں سے پانی گرنے لگتا تھا۔ اس سے بچاؤ کے لئے ہم سے کچھ سال پہلے کے اہلِ عمل لوگوں نے کپڑے کا ایک ٹکڑا لگا کر انہیں بند کر دیا جو ہمارے زمانے بھی اسی طرح لگا رہا۔ وہ ڈرم بھی وہیں رہا۔ ابھی کچھ دنوں پہلے مجھے وہاں جانے کا اتفاق ہوا تو مستقل مزاجی دیکھ کر میں حیران رہ گیا ڈرم اور جگ اسی طرح موجود تھے حد تو یہ وہ کپڑا بھی اور مجھے احساس ہوا کہ ایک دفعہ پانی کی قلت کی وجہ سے ہم اسکرب نہیں ہو سکتے تھے۔ اور ہم بغیر ہاتھ دھوئے صرف اسپرٹ سے ہاتھ صاف کر کے gloves پہن لیا کرتے تھے۔ اب آپ سمجھ ہی گئے ہوں گے (خاصے سمجھ دار ہیں) کہ ہاتھ نہ دھوئے جائیں تو کتنا فائدہ ہوتا ہے یعنی ہاتھ دھو کر پیچھے پڑنے والا دراصل آپ کو infection لگانا چاہتا ہے۔ فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے۔



یا سیدہؑ

آپ کو جب بھی پکارا سیدہؑ
کھل گئے در مجھ پہ بارہ سیدہؑ

ہو نہیں سکتیں برابر آپ کے
مریم و حوا و سارا سیدہؑ

آپ کے بچوں کی ہے نظر کرم
میں نہیں ہوں بے سہارہ سیدہؑ

گر ملے خاک درِ شہ ایک بار
پھر نہ مانگوں کچھ دوبارہ سیدہؑ

کیا تھی میں ؟ اک ڈوبتا پتھر تھی میں
آپ ہی نے تو ابھارا سیدہؑ

میں ابھی اڑکر پہنچ جاؤں نجف
آپ بس کردیں اشارہ سیدہؑ

میں کہاں تک بے سروساماں رہوں
میرا کچھ کیجیے خدارا سیدہؑ

جب مصیبت آپ کی میں نے سنی
ہوگیا دل پارہ پارہ سیدہؑ

عذرا پروین (سال سوئم)

علی کی بیٹی

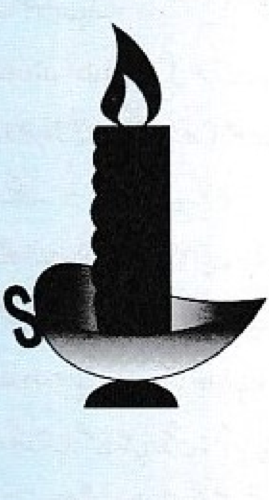
قدم قدم پر چراغ ایسے جلا گئی ہے علی کی بیٹی
یزیدیت کی ہر ایک سازش پہ چھاگئی ہے علی کی بیٹی

نہ کوئی لشکر ، نہ سر پہ چادر مگر نجانے پھر بھی کیونکر
غرور ظلم وستم کے پرزے اڑا گئی ہے علی کی بیٹی

یقیں نہ آئے تو کوفہ وشام کی فضاؤں سے پوچھ لینا
یزیدیت کے نقوش سارے مٹا گئی ہے علی کی بیٹی

خبر کرو اہلِ جور کو اب حسینیت انتقام لے گی
یزیدیت سے کہو، سنبھل جائے آگئی ہے علی کی بیٹی

عذرا پروین (سال سوئم)



غزل

اے ضبط فغاں سر ترے زانو سے ٹکا لوں
میں آخری لمحات میں عزت تو بچالوں

پھر تم کو دکھا دوں گا میں پندار غریباں
بس چند دقیقے میں اکیلے میں بتالوں

رخصت کے سمے سارا چمن تم کو مبارک
دوچار اگر پھول اٹھالوں ، تو اٹھالوں

احساس کی شدت بھی ہے اور پاسِ شرف بھی
اب دل کو بچاؤں میں یا دستار سنبھالوں

اک دور تھا بے چین رہا کرتا تھا میں ہر پل
ہر بات بتادوں تمہیں ، ہر زخم دکھا لوں

اے روح غزل اور بڑھا دکھ کی عطائیں
میں سینۂ الفاظ میں دھڑکن تو جگا لوں

کہہ دو یہ فرائض کے تسلسل سے کہ ٹھہرے
کچھ پل دلِ تنہا کے بھی ہمراہ بتالوں

چل دوں میں بس اب کام پہ یا ایک دفعہ اور
تکیے کو ہٹا کو تیری تصویر نکالوں

شاید وہ رضی مجھ کو بہت یاد کرے گا
اک بار ذرا اور اسے شکل دکھالوں

ڈاکٹر سید رضی محمد

غزل

تشکیک کی دنیا میں تیقن کا نشاں ہے
یارب ترے ہونے کی دلالت میری ماں ہے

گو تجھ سے ملی ، پھر بھی وسیلہ تو وہی تھی
اس پیکرِ خاکی کے رگ وپے میں جو جاں ہے

میں شرک سے ڈرتا ہوں، مگر تیری کریمی
اور ماں کی محبت میں تسلسل کا سماں ہے

میں کیسے تری بات کی تردید گزاروں
الفاظ تیری دین ہیں گو میری زباں ہے

اس بات پر رونا بھی بہت آیا ہنسی بھی
ڈیڈی کا جہاں نام تھا اب میرا وہاں ہے

وہ حامل ناموس محبت تھے مگر میں
چہرے پر تمناؤں کی فہرست عیاں ہے

اک جزو مرا محو ہے پروازِ فلک میں
اور ایک بہت نیچے ڈھلانوں پہ رواں ہے

دنیا نے مگر ایک بھی بات نہ جانی
اس آنکھ میں اک اور بھی تصویر نہاں ہے

اک نام سے وہ چہرہ نکھر جاتا ہے یک بیک
اک پل میں معمر ہے وہ اک پل میں جواں ہے

کچھ روز ہیں ، یہ راز چھپا لو تو بھلا ہو
یہ مردِ سکوں خیز بہت سوختہ جاں ہے

تم اُس کو کبھی پورا نہیں پاؤ گے اے دوست
تھوڑا سا یہاں ہے رضی تھوڑا سا وہاں ہے

ڈاکٹر سید رضی محمد

سعی بھی ہے دعا بھی ہے

تم اپنے گھر کی کھڑکی سے
فلک کی سمت تکتے ہو
کہیں روشن اجالوں کو
عروس جاں بناتے ہو
پرائے چاندتاروں کو

مگر یہ تو پرائے ہیں
پرائے چاندتاروں کی
چمک اپنی نہیں ہوتی
پرائے گھر کے ساجن کی
جھلک اپنی نہیں ہوتی

فلک سے ہٹ کے اب اپنے
ذرا گھر کی طرف دیکھو
جہاں ظلمت کا ڈیرا ہے
یہاں بھی چاندتارے تھے
مگر اب گھپ اندھیرا ہے

مگر اس بے ضیائی کی
وجہ آخر کو ملتی ہے
خود اپنے جسم میں جاں میں
ہزاروں بار تم بھی
پڑھا تو ہوگا قرآں میں

خدا نے قوم کی حالت
نہیں بدلی کہ جب تک وہ
خود اپنا آپ نہ بدلے
جو وجہِ زیردستی ہے
وہی اسباب نہ بدلے

مگر دیکھو ذرا جاناں
کبھی مایوس نہ ہونا
کہ مایوسی سزا بھی ہے
بظاہر خالی ہاتھوں میں
سعی بھی ہے دعا بھی ہے

تہی دستی میں بھی اپنے
دلوں کی آگ باقی ہے
تو پر امید کیوں نہ ہوں
وطن بے نور ہے اس میں
ہمیں خورشید کیوں نہ ہوں

چلو آؤ سعی کرلیں
اندھیرے غار کے منہ پر
پڑا پتھر سرک جائے
گھٹن سے نیم جاں دنیا
دوبارہ سے مہک جائے

چلو آؤ دعا مانگیں
ہماری سعئ پیہم سے
وطن پُرنور ہو جائے
اور ہر قلبِ حزیں اس میں
خوشی سے چور ہو جائے

چلو آؤ سعی کرلیں
چلو آؤ دعا کرلیں

انجینئر سید تقی محمد

محمد میڈیکل کالج

تو کہ تعبیر میرے خواب کی ہے
تجھ سے الفت بھی بے حساب کی ہے

تجھ سے خوشیاں مری ہیں وابستہ
تو مری منزلوں کا ہے رستہ

بس گیا ہے یوں میرے دل میں تو
جیسے پانی میانِ سینۂ جُو

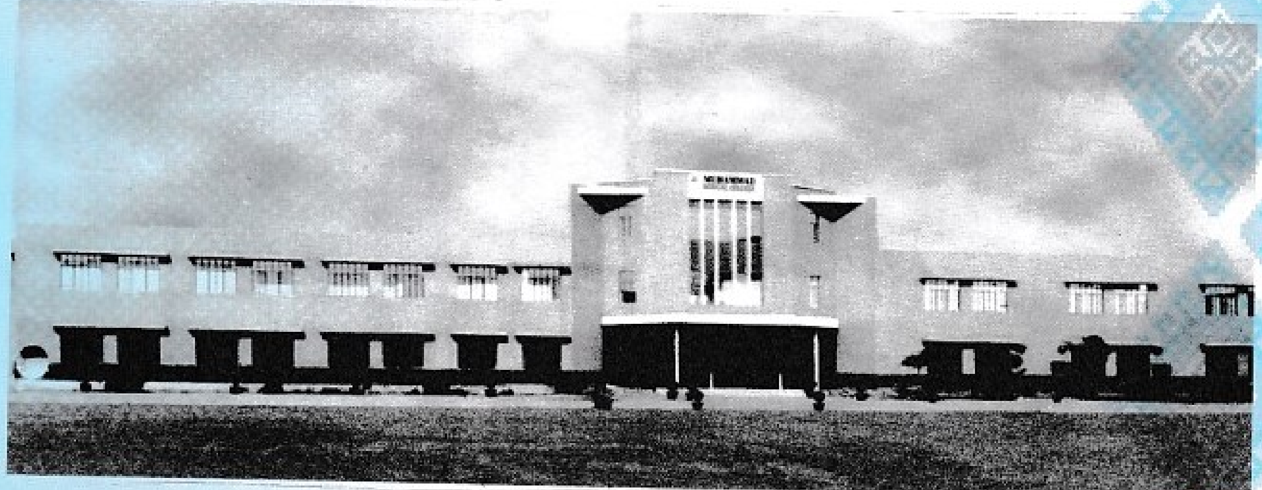
سر رضی کی وہ آہٹوں کا ڈر
اور اس ڈر کا کتنا میٹھا ثمر

سارے ٹیچر ہیں کتنے خوش گفتار
بے قراری میں میرے دل کا قرار

اے محمد (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کے نام کا کالج
اے ہر اک خاص و عام کا کالج

تیرا بدلا چکا نہیں سکتے
ہم تجھے بھول پا نہیں سکتے

صنم رسول (سال دوئم)



غزل

دوستوں سے اگر ملا ہم کو
صرف زخم جگر ملا ہم کو

جس کی چھاؤں میں آگ پلتی ہے
ایک ایسا شجر ملا ہم کو

غم جاناں کی اک تمنا تھی
غم دنیا مگر ملا ہم کو

تھی تمنا ہمیں بھی ساحل کی
ہر قدم پر بھنور ملا ہم کو

ہم سے ہر ایک نے وفا نہ کی
یہ وفا کا ثمر ملا ہم کو

جو ہمارے غموں پہ ہنستا ہے
آج با چشم تر ملا ہم کو

گلستاں چھوڑنے پہ اے زیرہ
عمر بھر کا سفر ملا ہم کو

فجر الزارہ (سال چہارم)

غزل

نظر آتا ہے جو منظر نہیں ہے
سرائے ہے یہ میرا گھر نہیں ہے

میں اپنے آپ میں ہی کھو گیا ہوں
کوئی الزام اب سر پر نہیں ہے

جو دیکھوں تو بڑے آشفتہ سر ہیں
مگر میرا کوئی ہمسر نہیں ہے

مقام منتہا گر ہے کدھر ہے؟
مری نظروں میں وہ منظر نہیں ہے

حبیب اتنا بتا دے کوئی مجھ کو
یہ ویرانہ ہے اس میں در نہیں ہے

حبیب چوہان

غزل

نظر جہاں سے بچا کے دیکھو
جو فاصلے ہیں مٹا کے دیکھو

بنا دے شاعر جو آدمی کو
وہ چوٹ تم بھی تو کھا کے دیکھو

تمہاری چاہت میں مٹ چلے ہم
کبھی تو پلکیں اُٹھا کے دیکھو

تمہارے سوا اپنا کوئی نہیں ہے
ہمیں کبھی تو بلا کے دیکھو

شعیب حسین (سال دوئم)

غزل

یاد آتے ہیں روز و شب کوئی
ہم سے روٹھا ہے بے سبب کوئی

جو ہوئی چھاؤں میں درختوں کی
وہ ملاقات تھی عجب کوئی

جب تجھے پہلی بار دیکھا تھا
وہ بھی تھا موسم طرب کوئی

کچھ خبر لے کے تیری محفل سے
دور بیٹھا ہے جاں بلب کوئی

نہ غمِ زندگی نہ دردِ فراق
دل میں یونہی سی ہے طلب کوئی

یاد آتی ہیں دور کی باتیں
پیار سے دیکھتا ہے جب کوئی

چوٹ کھائی ہے بار ہا لیکن
آج تو درد ہے عجب کوئی

جن کو مٹنا تھا مٹ چکے لیاقت
ان کو رسوا کرے نہ اب کوئی

لیاقت علی (سال چہارم)

غزل

یہاں اب بے وفا یا با وفا ، کوئی نہیں رہتا
کبھی اس گھر میں بھی رہتا تو تھا کوئی، نہیں رہتا

اگر غلطی سے میرا پوچھ بیٹھے وہ اکیلے میں
تو دیواروں سے یہ آئی صدا ، کوئی نہیں رہتا

کبھی جو مسکرا کے پوچھا بھی کہ کون ہے دل میں
جواب آنسو نے اُن کو دے دیا کوئی نہیں رہتا

کئی رہتے تھے اس دل کے نگر میں اک زمانے تک
مگر اے شخص ، جب سے تو ملا کوئی نہیں رہتا

کبھی جاوید وہ پوچھیں مرا تو اتنا کہہ دینا
مسافر تھا کوئی رخصت ہوا، کوئی نہیں رہتا

جاوید اسلم (سال دوئم)

غزل

حمیرا فاطمہ
سالِ چہارم

برسات ہے ، یہ رات ہے اور بس تم ہو
تنہائی کی سوغات ہے اور بس تم ہو

لاکھوں معاملات ہیں دنیا کے لاحق
لیکن تمہاری بات ہے اور بس تم ہو

بے چینیاں ہیں یاد کی اور بس میں ہوں
تنہائیوں کا ساتھ ہے اور بس تم ہو

پچھلا پہر ہے رات کا اور تیرگی ہے
شمع غم حیات ہے اور بس تم ہو

غزل

تم عام سا چہرہ تو زمانے کے لیے ہو
اور خاص فقط مجھ کو دکھانے کے لیے ہو

یہ ہاتھ تمہارا جو ہے یہ ہاتھ تمہارا
یہ ہاتھ فقط میرے سرہانے کے لیے ہو

رخصت کی وہ مسکان وہ آنسو وہ نگاہیں
اے کاش وہ سب لوٹ کے آنے کے لیے ہو

یہ ترک ملاقات کی تلقین مسلسل
ہو سکتا ہے کہ آگ بڑھانے کے لیے ہو

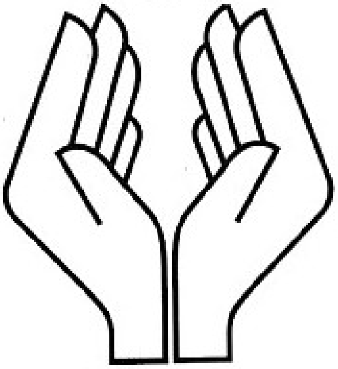
تو اتنا نہ کر عام ہر اِک اپنی ادا کو
اک آدھ تو بس مجھ کو منانے کے لیے ہو

اے محرمِ دل تیرے لیے تجھ سے بھی اک بات
شاید میرے سینے میں چھپانے کے لیے ہو

اے دوست میرے دل میں تیرے پیار کا تیشہ
اغراض کے اصنام گرانے کے لیے ہو

توہینِ محبت بھی ہے توہین وفا بھی
بے پیار تعلق جو زمانے کے لیے ہو

یارب مرے بچپن کی طرح ماں کا مرے ہاتھ
مجھ کو غم دنیا سے بچانے کے لیے ہو



ڈاکٹر سید رضی محمد

بیٹیوں والوں کے نام ایک نظم

نوجوانی کے تقاضے بھی عجب تھے جن میں
عمر قابو میں نہ تھی، نہ اسے بانہوں میں جکڑنے کی کوئی خواہش تھی
زندگی نام تھا ہیجان کا طغیانی کا
زیست کے ضابطوں کی بے سروسامانی کا
نظم وترتیب کی تہذیب کی ارزانی کا

جب حریفوں سے نہ تھے، خود سے تھے گتھم گتھا
مطمئن لمحوں سے لٹھم لٹھا
گرمئ خون سے ہکا بکا

پھر ہوا یوں کہ مہ ومہر کی کرنوں کی طرح
اپنے آنگن میں در آئے درخشاں چہرے
چاند سورج سے بھی تاباں چہرے
ہر دکھ و درد کا درماں چہرے

ہارمونوں کو ابلنے سے ذرا دیر کو فرصت جو ملی تو مجھ کو
بیٹیوں کے رخ پرنور کی تابانی میں
عاشقی کا نیا مفہوم سمجھ میں آیا
زندگی کا نیا مفہوم سمجھ میں آیا

ڈاکٹر سید رضی محمد

بوڑھے برگد کی آخری گفتگو

میں فیصلہ کن سمے کا اب رستہ دیکھتا ہوں
مگر مجھے چشمِ سرسری سے برتنے والے تماش بینو
تمارے دل میں ہوا کے پتے گراتے جھونکوں کی شدتوں کا حساب بھی ہے؟
میں جن کے مابین سینہ تانے کھڑا رہا ہوں
تمہیں خبر ہے کہ میں نے سورج کی کتنی حدت سلگتی لو دیتی آتما میں اتار لی ہے؟
تمہیں پتہ ہے کہ کتنے بے بال و پر پرندے
مری پناہوں میں کاٹ کر بے امان لمحے
بلندیوں میں نکل گئے ہیں؟
اداس لمحوں میں میرے سائے میں بیٹھنے والے رہ گزارو
اب آخری بات بھی بتا دوں
میں اتنا سخت جاں نہیں ہوں جتنا کہ لگ رہا تھا

ڈاکٹر سید رضی محمد

نظر تمہاری

نظر تمہاری کچھ کہہ رہی ہے
درد دل کو چھپائے پھرتے ہو
روگ اک تم لگائے پھرتے ہو
اسطرح مسکرائے پھرتے ہو
جیسے مجھکو بھلائے پھرتے ہو
نظر تمہاری کچھ کہہ رہی ہے
چھوڑ دو ضد کو آؤ آنکھوں میں
جیسے خوشبو بسی ہو سانسوں میں
اپنے چلنے کے راستے ہوں الگ
جیسے پگڈنڈیاں ہوں راہوں میں
نظر تمہاری کچھ کہہ رہی ہے

فجر الزارہ
(سال چہارم)

ادھورے خواب

میں اپنے ادھورے خواب مکمل ضرور کرتی
مگر
دن میں لوگوں کا اور
رات میں سناٹوں کا شور
مجھے سونے نہیں دیتا!

فجر الزارہ (سال چہارم)

تقابل بے لطف

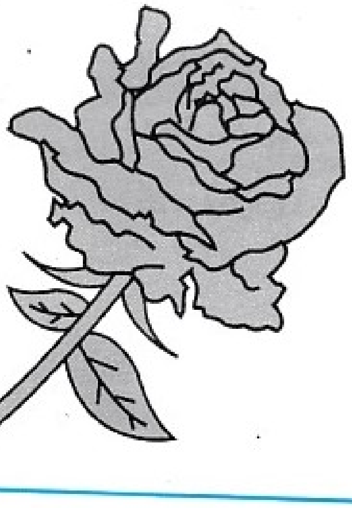
تم محبت کے تقابل پہ مصر ہو تو رہو
میں مگر ساتھ نہیں دے سکتا
اپنے محبوب کی مداحی تمہارا حق ہے
لیکن یہ حق تو ہر اک شخص کو ہے
اور تقابل میں تو اک بار عدالت بھی ہے جس کے باعث
صاحبِ راستگی اس امر سے کتراتے ہیں

پاس ناموسِ وفا کھیل تماشا تو نہیں
گرمئ جسم اتر جائے تو اس کھیل میں حدت نہ رہے
یہ محبت ہے کوئی فرض کفایہ تو نہیں
چند لوگوں کے ادا کرنے سے باقی کو ضرورت نہ رہے

تم سمجھتے ہو کہ عادت کے مطابق میں فقط رفعِ شر کی خاطر
مسکراؤں گا پگھل جاؤں گا
کینوس پر بنی تصویر میں ڈھل جاؤں گا

اے مرے دوست، محبت میں تقابل کیسا
تم کسی کو بھی یہ کس طرح بتاؤ گے تمہارا محبوب
اسکے محبوب سے بالاتر ہے
پھر محبت میں تو تذلیل کا عنصر ہی نہیں
(بے حسی کیسی ہے کہ تم نے یہ تقاضا بھی فقط مجھ سے کیا)

اور اگر پھر بھی مصر ہو تو سنو
مجھ کو اس ضمن میں اک شخص سے آگے کوئی دکھتا ہی نہیں
میری آنکھوں میں جو چہرہ ہے سر کتا ہی نہیں
سو مرے دوست مرے ربطِ دلی کے باوصف
آج میں ساتھ نہیں دے سکتا
ہاتھ میں ہاتھ نہیں دے سکتا
تم محبت کے تقابل پہ مصر ہو تو رہو



ڈاکٹر سید رضی محمد

دل کو دکھنے کے سوا کام نہیں آتا ہے

میں کہ ہر جذبۂ کم بخت کے ہمراہ نکل جاتا ہوں
سوچتا بھی نہیں کہ یہ احساس
مجھ کو کس منزلِ بے نام تک لے جائے گا
اور یہ بات تو تم کو بھی پتہ ہے میں نے
خود تو تکلیف اٹھائی ہے، بہت بار مگر
زندگی کے کسی ایڈونچر پر
تم کو یا اور کسی شخص کو تکلیف نہیں ہونے دی
(اپنی محرومیاں خود میں نے چنی ہیں اے دوست)

تم سمجھتے ہو کہ اس عمر کو برباد کیا ہے میں نے
یہ بتاؤ کہ کسی اور طرح سے جی کر
کون سی جنتِ گم گشتہ مجھے مل جاتی
بات یہ ہے کہ مرے دوست اگر
منطقی سائنسی افکار بسے ہوں سر میں
اور سینے میں بہت نرم سا دل رکھا ہو
(جس کو دُکھنے کے سوا کام ہی نہ آتا ہو)
تو یہی زندگی ہو پاتی ہے

اب میں اک تلخ حقیقت بھی تمہیں بتلا دوں
مجھ کو بس کچھ ہی ہنر آتے ہیں
زیست کرنے کا اگر لازمی جبر دوبارہ آیا
میں اسی طرح سے جی پاؤں گا
دل کے ٹکڑوں کو جو اس بار بہت بکھرے ہیں
پھر جیا تو بھی نہ سی پاؤں گا

ڈاکٹر سید رضی محمد

محبت

حمیرا فاطمہ (سال چہارم)

محبتیں رنگوں سے بجی
وہ تتلی ہے
کہ جن کے پر ہوا میں اڑتے پھرتے جگمگاتے ہیں
انہی رنگوں کی روشنی میں
سنہرے پل مہکتے ہیں

محبت ایسی تتلی ہے
جو اپنی جاں دیکر بھی
اپنے رنگ کھو کر بھی
سدا شاداب رہتی ہے
محبت ایسا موسم ہے
جو ہر موسم میں اپنا رنگ دیتی ہے
اور زندگی میں رنگ بھرتی ہے

محبت ہر فضا، ہر دور میں آزاد ہوتی ہے
یہ آزادی ہی ان رنگوں کی شادمانی کی ضمانت ہے
کہ محبت رنگ بکھیرتی ہوئی
اک خوش رنگ امانت ہے
چھپائے دل میں خود غرضی
جو تھپانے کو بڑھتے ہیں
وہ ناداں!
اس کی معصوم نزاکت کو یونہی برباد کرتے ہیں
محبت کب کسی زنداں میں قید ہو پائی
مگر قربان ہوتی ہے
یہ قربانی بھی اپنا رنگ چھوڑ جاتی ہے
صیاد کے ہاتھوں پر
محبت تو ایک جھونکا ہے ہوا کا
ہوا کب قید ہو پائی
نہ اس کو روک پاتے ہیں
یہ جائے تو سارے موسم روٹھ جاتے ہیں
مگر اس کے لبوں پر
کوئی بھی شکوہ نہیں ہوتا۔

فرق

یہ فرق کیوں ہے
ہم سب ہی مٹی کے کٹھ پتلے ہیں
سب کو ہی چوٹ لگنے پر درد ہوتا ہے
سب کو ہی خوشیاں اچھی لگتی ہیں
سب ہی ہنستے ہیں، روتے ہیں
محبت، نفرت کا احساس رکھتے ہیں
سب کی رگوں میں ایک ہی طرح کا لہو ہے
سب دھڑکتا دل رکھتے ہیں

تو پھر!
دولت کی بنا پر
ذات کی بنا پر
ہر بات کی بنا پر
آخر کیوں
یہ فرق کیوں ہے۔

حمیرا فاطمہ (سال چہارم)

آنسوؤں کا نکھار

وقت نے جب بھی کوئی سبق دینا چاہا
تو آنسوؤں کی اک لڑی!

میری آنکھوں کے کناروں سے نکل کر
میرے رخساروں کو دھوگئی

اور میری شخصیت میں نکھار آتا گیا
اب مجھے پھر محسوس ہوتا ہے
کہ شاید!
وقت میری شخصیت کو
کچھ اور نکھار دینا چاہتا ہے
کہ آنسوؤں نے پھر سے
میری پلکوں کو نم کرنا شروع کر دیا ہے

حمیرا فاطمہ (سال چہارم)

میرے آنسو

پہلے میں انھیں
باہر نہیں آنے دیتی تھی
اور اب چاہتی ہوں
مگر یہ باہر نہیں آتے
میرے آنسو

سَر د ہو کر
برف کی پہاڑیوں میں
تبدیل ہو چکے ہیں
اور میرے دیس میں
دھوپ نہیں نکلتی

شیریں احمد خان
(فائنل ائیر، ایم بی بی ایس)

تیری یاد کی قسم!

تیری یاد کی قسم!
جب بھی تیرا درد
سینے میں اٹھتا ہے
تیری زلفوں کے اندھیروں میں
تیری محبت کی پرچھائیوں میں
تیرے پیکر کی رنگنائیوں میں
اک سرمئی اجالا بن کر
کھوسا جاتا ہوں میں
فنا ہو جاتا ہوں میں

اللہ دین (سالِ آخر)

ادھورا اظہار

ہاسٹل کی سیڑھیوں کے سیکنڈ اسٹیپ (step) پر
بیٹھا میں یہ سوچتا ہوں
کہ یہ لفظ جو لکھتا ہوں
نیندیں جو لٹاتا ہوں
اداسی جو طبیعت میں پاتا ہوں
کیا میری تڑپ کا اظہار ہو سکتے ہیں؟
پھر مسکراتا ہوں
اور
سر جھٹک کر سوچوں سے یوں پیچھا چھڑاتا ہوں
کہ شاید میری تڑپ ابھی ادھوری ہے
میرا اظہار ابھی ادھورا ہے

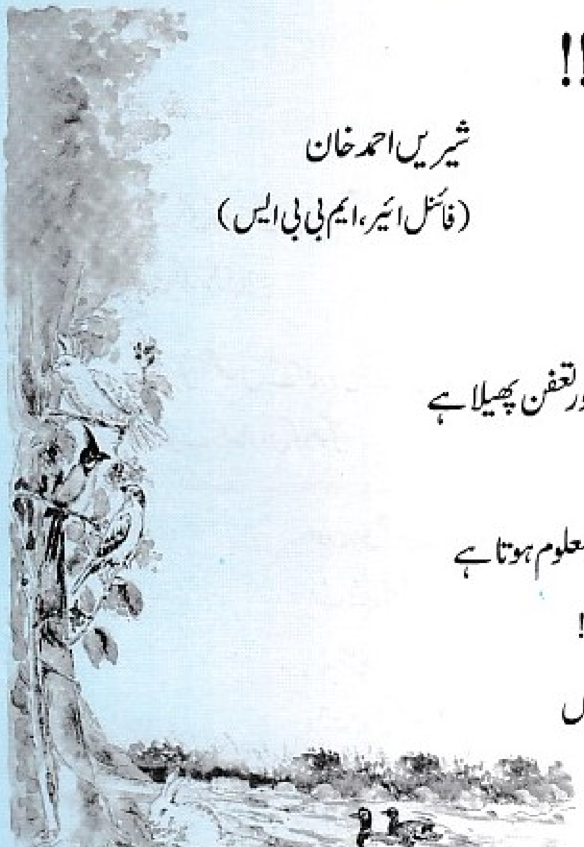
سردار محمد عامر خان مستوئی (سالِ اوّل)

خود سے ملنے کا گمان

لوگوں کی بھیڑ میں جلتے پاؤں کے آبلوں پہ چلتے ہوئے
خود کو تلاش کر رہا ہوں میں
شاید تیزی سے سڑک کے کنارے چلتے ہوئے
کوئی مجھ سے ٹکرائے
اور SORRY کہتے ہوئے
جب نگاہیں چار ہوں تو
چاروں آنکھیں میری ہوں

اللہ دین (سالِ آخر)

مُجھ سے دور رہو!!



شیریں احمد خان
(فائنل ائیر، ایم بی بی ایس)

مجھے پیار ہے
درختوں سے
پرندوں سے
ہواؤں سے
سمندر سے
اور اپنی کتابوں سے بھی
میں اِس قوم کی بچی ہوں
میرا خواب ہے پھولوں کا دیس

مگر یہ کیا؟؟
یہاں تو چاروں اور تعفن پھیلا ہے
یہ تو کوئی
گِدھوں کا دیس معلوم ہوتا ہے
مُجھ سے دُور رہو!!
میں ابھی زندہ ہوں

علم کی روشنی

ہے حقیقی خوشی علم کی روشنی
اک نئی زندگی علم کی روشنی

مال و دولت نہیں تو نہیں کوئی غم
اصل دولت مری علم کی روشنی

فہم و ادراک دنیا کو اس سے ملا
عقل کی آگہی علم کی روشنی

ظلمتیں ختم ہو، صبح آجائے گی
گر فروزاں رہی علم کی روشنی

چاند سورج کم و بیش ہوتے رہے
پر کبھی نہ گھٹی علم کی روشنی

کتنے بچے ہیں محروم تعلیم سے
کیوں نہ ان کو ملی علم کی روشنی

کامرانی نے چومے ہیں اس کے قدم
جس کو بھی مل گئی علم کی روشنی

ہم یہ سوچیں کبھی مل کے باہم ذکا
کیسے پائیں سبھی علم کی روشنی

ذکاءاللہ گوپانگ (فائنل ائیر)

تیری یاد کی قسم!

تیری یاد کی قسم!
جب بھی تیرا درد
سینے میں اٹھتا ہے
تیری زلفوں کے اندھیروں میں
تیری محبت کی پرچھائیوں میں
تیرے پیکر کی رنگنائیوں میں
اک سرمئی اجالا بن کر
کھو سا جاتا ہوں میں
فنا ہو جاتا ہوں میں

اللہ دین (سالِ آخر)

ادھورا اظہار

ہاسٹل کی سیڑھیوں کے سیکنڈ اسٹیپ (step) پر
بیٹھا میں یہ سوچتا ہوں
کہ یہ لفظ جو لکھتا ہوں
نیندیں جو لٹاتا ہوں
اداسی جو طبیعت میں پاتا ہوں
کیا میری تڑپ کا اظہار ہو سکتے ہیں؟
پھر مسکراتا ہوں
اور
سر جھٹک کر سوچوں سے یوں پیچھا چھڑاتا ہوں
کہ شاید میری تڑپ ابھی ادھوری ہے
میرا اظہار ابھی ادھورا ہے

سردار محمد عامر خان مستوئی (سالِ اوّل)

خود سے ملنے کا گمان

لوگوں کی بھیڑ میں جلتے پاؤں کے آبلوں پہ چلتے ہوئے
خود کو تلاش کر رہا ہوں میں
شاید تیزی سے سڑک کے کنارے چلتے ہوئے
کوئی مجھ سے ٹکرائے
اور SORRY کہتے ہوئے
جب نگاہیں چار ہوں تو
چاروں آنکھیں میری ہوں

اللہ دین (سالِ آخر)

غزل

دل میں آنے کے راستے ہیں بہت
دل سے جانے کی کوئی راہ نہیں

ہم نے تم کو شریکِ غم نہ کیا
تنہا رونا کوئی گناہ نہیں

اسکی آنکھوں میں رتجگے ہیں بہت
جسکے ہونٹوں پہ کوئی آہ نہیں

جس میں مجبوریوں کا رشتہ ہو
اور سب کچھ ہے وہ نباہ نہیں

وادیِ عشق سے ڈرو جاوید
کون ہے جو یہاں تباہ نہیں

جاوید اسلم (سال دوئم)

غزل

جو بہت قانع مری جان نظر آتا ہے
اپنی خواہش سے پریشان نظر آتا ہے

دیکھتا ہوں میں اسے جب بھی چرا کر نظریں
میری جانب ہی نگہبان نظر آتا ہے

اس پری چہرہ سے اظہارِ محبت میں مجھے
کیا نظر آتا ہے؟ طوفان نظر آتا ہے

جانے کیا دیکھتی ہے دنیا تری نظروں میں
مجھ کو تو قرب کا فرمان نظر آتا ہے

آئینہ دیکھتا ہوں جب بھی لیاقت مجھ کو
ان کہے جذبوں کا طوفان نظر آتا ہے

لیاقت علی
سال چہارم

پھول خواب اور موسم

ایک پھول ایسا تھا
جس نے میری روح کو
پاتال تک معطر کر دیا
ایک خواب ایسا تھا
جس نے میری آنکھوں میں
روشنیاں بھر دیں

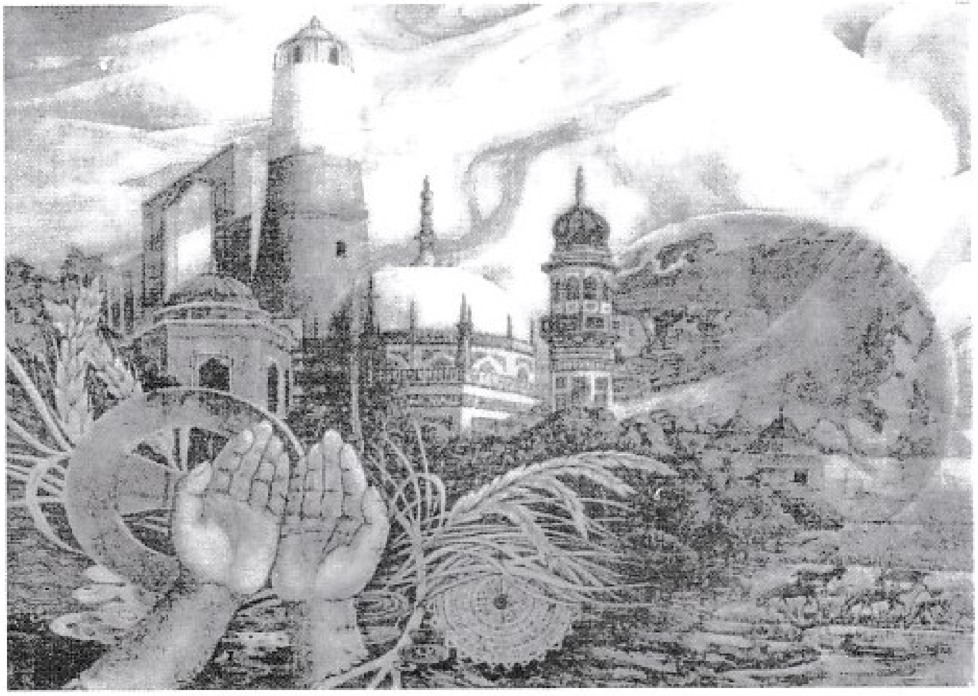
اور ایک موسم نے دل کے چمن میں
بے انتہا رونقیں پھیلا دیں
میں نے اُس پھول، اُس خواب
اور اُس موسم کو ملایا
تو تم بن گئے۔

فجر الزارہ (سال چہارم)

مسيحا

سنڌي سيڪشن

M–II



MUHAMMAD MEDICAL COLLEGE
MIRPURKHAS

مديرنامو

زيرسرپرستي:

پروفيسر سيّد رضي محمد

سرپرست اعليٰ:

مسز علي محمّد (چيئرپرسن محمد فائونڊيشن ٽرسٽ)

سرپرست:

پروفيسر غلام علي ميمڻ

مدير:

ڊاڪٽر فيض محمّد ميمڻ

نائب مديران:

- شاهد علي هاليپوٽو
- شاهنواز آريجو

ميمبر ايڊيٽوريل بورڊ:

- ماروي لغاري
- محمّد قذافي مري
- ذوالفقار مستوئي
- عبدالرزاق
- خالد انور سعيد عباسي
- انيتا رائوڄ

فهرست مضامين

نمبر	موضوع	ليکڪ	صفحو نمبر
1.	پنهنجي پاران	ڊاڪٽر فيض محمد	04
2.	اندروني بيمارين ۽ چمڙي	ڊاڪٽر شوڪت علي ميمڻ	06
3.	چمڙيءَ جا چٽ	ڊاڪٽر شوڪت علي ميمڻ	07
4.	ريبيز	ماروي لغاري	09
5.	دل جون بيماريون ۽ ان کان بچاءُ	ڊاڪٽر فضل الرحمان ميمڻ	13
6.	هيپاٽائٽس- سي	ڊاڪٽر بيڪا رام ديوراجاڻي	24
	اڇو تہ محبت کي سڃاڻون	عبدالرزاق مستوئي	34
7.	وچڙيل وجود	معمر قذافي مري	36
8.	منصوره ۽ مورخ	حافظ ارشد انيڙ	38
9.	حمد	خالد انورسعيد عباسي	46
10.	نعت	رفيق احمد هاليپوٽو	47
11.	وائي _ غزل	خالد انور سعيد عباسي	48
12.	غزل	خالد انور سعيد عباسي	49
13.	فائينل پيپر جي نانءُ	سمير رضا تنيو	49
14.	خواب	سمير رضا تنيو	50
15.	دل جي ڳالھ	رفيق احمد هاليپوٽو	50
16.	غزل _ نظم	ايم قذافي مري	51
17.	سرائڪي	وارث علي	52
18.	نفس	شعيب حسين لغاري	52
19.	شعر	ايم. قذافي مري	53
20.	سچل جو پيغام امن ۽ محبت	زين پنهيار	54
21.	اڇڙي ٿرجي ماڻهن ۽ جهنگلي جيوت تي خشڪساليءَ جا اثر	رپورٽ: مجيد منگريو	58

پنهنجي پاران

سيئي سُبحان جي، ڪر حوالي ڪم،
ٿي تحقيق تسليم ۾، لاهي غم وهم،
قادر ساڻ ڪرم، حاصل ٿئي حاج تو.

(شاهه)

21 جون تي آئون حسب معمول، اکين جي شعبي ۾ مريض ڏسي رهيو هوس. منجهند ڌاري، نائب قاصد اچي نياپو ڏنو تہ "ڊاڪٽر رضي صاحب توهان کي ياد ڪري رهيو آهي"! فرصت ملندي ئي آئون ڪاليج جي پرنسپال جي آفيس ۾ پهتس جتي محترم رضي صاحب سان ملاقات ٿي. سندس آفيس ۾ ان وقت ڊاڪٽر عبدالحميد سمون ۽ ڊاڪٽر شمس العارفين پڻ موجود هئا. رضي صاحب هٿ ڏکو ڪري، سنڌي زبان ۾ لکيل ڪجهہ مواد منهنجي حوالي ڪيو ۽ چيائين تہ ڪاليج طرفان شايع ٿيندڙ مئگزين "مسيحا" هن وئڪيشن دوران مڪمل ڪرڻي آهي ۽ "توهان کي ان جي سنڌي _ سيڪشن جو ڪم سنڀالڻو آهي"!
جيئن تہ محترم رضي صاحب انگريزي ۽ اردو زبان جو سٺو ڄاڻو آهي باقي سنڌي ٻولي بابت ڪيس گهٽ ڄاڻ آهي. تنهنڪري هن صاحب جو چوڻ هو تہ شاگردن طرفان ڏنل سنڌي مواد کي درست ڪري، وقت اندر مئگزين ۾ شايع ٿيڻ لاءِ موجود ڪري ڏجي!. مون ان وقت ڊاڪٽر عبدالحميد صاحب ڏانهن مدد لاءِ نهاريو. هن صاحب اشارن ڪناين سان اهو تاثر ڏنو تہ صاحب اهڙي ذميواري کڻڻ کان قاصر آهي ۽ مان ئي اهڙو مناسب ترين شخص آهيان جيڪو اها جوابداري احسن طريقي سان پوري ڪري سگهان ٿو. مطلب تہ ڊاڪٽر عبدالحميد صاحب اهڙي طرح هن ڪم کان پاڻ کي آجو ڪرڻ ۾ ڪامياب ٿي ويو.
25 _جون کان وئڪيشن شروع ٿي ويئي. ان ڪري ڇا ٿيو جو گذريل سال جن صاحبن "مسيحا" لاءِ ڪم ڪيو هيو. سي پنهنجي ماڳن ڏانهن هليا ويا ۽ ساڻن رابطو ٿي نہ سگهيو. بهرحال آئون الله تو آهر! ڇئي هن ڪم ۾ جُنبي ويس ۽ شاگردن کان سنڌي سيڪشن لاءِ مواد ڪٺو ڪرڻ شروع ڪيو ۽ ساڳئي وقت سنڌي ٻولي جي ڪن مهربان اديبن ۽ شاعرن سان ملاقاتون ڪري، هنن کان رهنمائي وٺڻ جو ارادو ڪيم.
5 جولاءِ تي ڊاڪٽر رضي صاحب سان سندس آفيس ۾ ٻيهر ملاقات ٿي. "مسيحا مئگزين ۾ سنڌي سيڪشن جي مواد، معيار ۽ ترتيب بابت ڪجهہ هدايتون ڏنائين. جيئن تہ هيءُ ڪم منهنجي لاءِ پڻ هڪ نئون ۽ نرالو تجربو هو. تنهنڪري مون محسوس ڪيو تہ اهو ڪم ڪيتري نہ اهميت رکي ٿو. شاگردن کي سنڌن ڪاليج مئگزين لاءِ ڪجهہ لکڻ جي دعوت ڏيڻ جو مطلب آهي تہ جيئن هو پنهنجي تحقيق خواهہ سوچ کي لفظن جو جامو پهرائڻ سگهن. اهڙي عمل ڪرڻ سان انهن ۾ تحقيق ۽ مشاهدي جي Insight پيدا ٿيندي ۽ ان سان گڏ شاگردن کي پنهنجي ٻوليءَ ۾ لکڻ جو تجربو پڻ حاصل ٿي سگهندو.

انهيءَ دوران ڪاليج جي جن، شاگردن، خواه شاگرديائين پنهنجون تحريرون مئگزين لاءِ موجود ڪري ڏنيون آهن. انهن شاگردن ڪي جس هجي جو هنن سنڌن تحريرن وسيلي، پنهنجي مادري زبان سنڌي سان محبت جو ثبوت ڏنو آهي ۽ ساڳئي وقت سنڌن تحريرن سان سنڌن ادبي لاڙن ۽ ثقافتي پسنديدگي جو پڻ ثبوت ملي ٿو.

هر تعليمي اداري طرفان مئگزين شايع ڪرڻ جو هڪ مقصد اهو به هوندو آهي ته ان مئگزين وسيلي ڪاليج ۾ ٿيندڙ تعليمي تدريسي سرگرمين جو پتو پئجي سگهي ۽ ساڳئي وقت مختلف ٻولين ۾ شاگردن ۽ سينئر پروفيسرن جون تحريرون شايع ڪري، ايندڙ وقت جي شاگردن ۾ "لکڻ" جي عمل لاءِ اتساهه پڻ پيدا ڪجي.

بهرحال هن مختصر وقت اندر، مون پنهنجو فرض ڪيتري قدر ادا ڪيو آهي، اهو مئگزين جي پڙهندڙن تي ڇڏيان ٿو...... انهيءَ اميد سان ته:

محبت پائي من ۾، رندا روڙيا جن،
تن جو صرافن، اڻ توريو اگهايو!

16 جولاءِ 2007

ڊاڪٽر فيض محمد ميمڻ
ڪنسلٽنٽ اکين جو شعبو
محمد ميڊيڪل ڪاليج
ميرپورخاص

اندروني بيمارين ۽ چمڙي

از: ڊاڪٽر شوڪت علي ميمڻ
ماهر امراض چمڙي ۽ پوشيده مرض

چمڙي نہ صرف انسان جي حُسن ۾ واڌارو ڪري ٿي پر انسان ڪي مختلف جيوڙن ڪان بچائي ٿي ۽ انهن کي اندر داخل ٿيڻ نٿي ڏئي. انهيءَ کان علاوه چمڙي اندروني بيمارين جي عڪاسي پڻ ڪري ٿي. جڏهن اندروني عضوا بيمار ٿين ٿا تڏهن چمڙي پڻ بيمار ٿيو پوي ۽ مختلف تبديليون ڏيکاري ٿي.

رت جي گهٽتائي ۽ چمڙي: رت جي گهٽتائي سبب چمڙي ڦڪي ٿيو وڃي. اکين جي چوڌاري هلڪا ڀڄيو وڃن, ڳلن, پيشانيءَ, مٿئين چپ ۽ نڪ تي ڇانهون يا گهيرا ٿيو اچن. زبان سفيد ۽ هموار ٿيو پوي. ننهن سفيد ۽ چمچي وانگر ڪڙا ٿيو وڃن ڪڏهن ڪڏهن رت جي گهٽتائي سبب سڄي بُت ۾ خارش ٿيو پوي ۽ چاپاڪي يا پت جي شڪايت بہ ٿيو پوي. رت جي گهٽتائي وارن ڪرڻ جو سبب بہ بڻجي سگهي ٿي.

جيري جون بيماريون ۽ چمڙي: جيري جي بيماري ۾ سائي سرفهرست آهي. سائي ۾ چمڙي, اکيون پيليون ٿي وينديون آهن. ڪڏهن ڪڏهن ننهن پڻ پيلا ٿي ويندا آهن. جيري جي سوزش سبب سڄي بت ۾ خارش پڻ ٿي سگهي ٿي. سٽيپ جي گهٽي مقدار ۽ جيري جو چولي دامن جو واسطو آهي. سٽيپ جي مقدار ۾ واڌ سبب اکين جي ڇپرن مٿان پيلاڻ مائل ۽ سوج بہ ٿي سگهي ٿي.

گرڙدن جون بيماريون ۽ چمڙي: گرڙدن جو خاص ڪم رت کي صاف ڪرڻ آهي ۽ زهريلن مادن کي پيشاب جي وسيلي ٻاهر ڪيڻ آهي. يوريا پڻ هڪ زهريلو مادو آهي. جنهن جي مقدار وڌي وڃڻ سان جسم ۾ شديد خارش ٿيو وڃي ۽ چمڙي خشڪ ٿي ويندي آهي ۽ وار پڻ ڪرڻ لڳندا آهن. ايبومن جي گهٽتائي سبب ننهن تي اڇاڻ مائل نشان ٿي ويندا.

هاضمي جو نظام ۽ چمڙي: معدي جي ڪمزوري ۽ هاضمي جي خرابي سبب ماٿهو ڪمزور ۽ سڪي بانس وانگر ٿيو وڃي. چمڙي بي رنگ ۽ کهري ٿيو پوي. ننهن جي گلابي رنگت ختم ٿيو وڃي ۽ سفيد ٿيو وڃن. پيٽ ۾ ڪيڙن سبب جسم ۾ خارش ۽ پت جي شڪايت ٿيو پوي. ڪڏهن ڪڏهن جسم تي ڦرڙيون بہ نڪري ايندڙيون آهن ۽ منهن ۾ چالا يا ڦاڪٽا نڪريو اچن.

حمل ۽ چمڙي: حمل جي دوران ۽ ويم کان پوءِ چمڙي ڪافي متاثر ٿيندي آهي. حمل جي دوران وزن وڌڻ جي ڪري پيٽ, سيني ۽ سٿرن تي سفيد لڪيرون بڻجي وينديون آهن. جيڪي اڻ مٽ ۽ ناقابل علاج آهن. وزن وڌڻ سبب پت جي وهڪري ۾ رڪاوٽ اچيو وڃي ۽ جسم ۾ خارش جي شڪايت ٿي پوندي آهي. سينور جو مرض بہ حمل جي دوران ٿي سگهي ٿو. ڇهري, نڪ, پيشاني تي ڇانهون نڪريو اچن. ڪجهه عورتن ۾ وار چمڪدار ۽ گهاٽا ٿي ويندا آهن ۽ ڪجهه عورتن ۾ وري وارن ڪرڻ جي شڪايت ٿي پوندي

آهي، جيڪي زچگي کان پوءِ وري واپس نڪرڻ لڳندا آهن. ڪجهه عورتن ۾ حمل جي دوران موهيڙا وڌيڪ ۽ تيز رفتاري سان نڪرندا آهن.

سرطان ۽ چمڙي: سرطان يا ڪينسر جسم ڪي اڏوهي وانگر ڪائي ڪوڪلو بنائي ڇڏيندو آهي. اندروني عضون جي سرطان ۾ جسم تي ڳوڙهيون نڪري اينديون آهن جيڪي سخت هونديون آهن ۽ انهن ۾ سور ڏوک هوندو درد هوندو آهي. بغلن، ٿونٽين، ڇڏن ۽ ڪنڌ جو رنگ ڪارو ٿي ويندو آهي.

ڪينسر جي سبب سڄي بت ۾ خارش ۽ پت جي شڪايت پڻ ٿي سگهي ٿي. ڪڏهن ڪڏهن سڄي بت ۾ نيل پڻ نڪري ايندا آهن. سرطان ۾ جسم جي قوت مدافيعت گهٽجو وڃي جنهن ڪري تپ، مٽ داڻا جلدي جلدي نڪري ايندا آهن. ڪڏهن ڪڏهن هٿن ۽ پيرن جون ترِيون سخت ۽ کهريون ٿي پونديون آهن.

ذهني مرض ۽ چمڙي: ذهني مريض ۾ خارش جي شڪايت عام هوندي آهي. ذهني مريض پريشاني جي عالم ۾ بي اختيار ڪنڌ مرين ۽ هٿن جي پوين حصن جي چمڙي سخت کهري ۽ خشڪ ٿي ويندي ۽ کنهڻ کان سواءِ آرام نہ ايندو آهي. ذهني مريضن ڪي هٿن ۽ پيرن جي ترين ۾ جلن جي شڪايت پڻ هوندي آهي ۽ ڪين پگهر پڻ گهڻو ايندو آهي.

ذهني مريض ڪي وارن پٽڻ ۽ ننهن چباڻڻ جي شڪايت پڻ هوندي آهي، جنهن جو ڪين احساس نہ هوندو آهي، انهن مٿين رد عمل کان سواءِ غصي جي حالت ۾ چمڙي ڳاڙهي ٿيو وڃي. ڊپ ۾ چمڙي سفيد ٿيو وڃي ۽ وار ڪانڊارجو وڃن. گرمي ۽ سردي جو احساس پڻ چمڙي ڏياريندي آهي.

انهيءَ ڪري ڪنهن بہ اندروني بيماري ۾ چمڙي ڪي اهميت نہ ڏيڻ پاڻ سان دشمني ڪرڻ برابر آهي.

چمڙي جا چِٽَ

از: ڊاڪٽر شوڪت علي ميمڻ (ماهر امراض چمڙي)

چمڙيءَ جا چٽ مختلف بيمارين جي ڪري ٿي سگهن ٿا جهڙوڪ:

1. بيهق البيض
2. ڇيپ
3. برص
4. ڪوڙهہ

(1) **بيهق البيض**: هن بيماري ۾ اڇاڻ مائل گول چٽا نظر ايندا آهن جن ڪي ڇڳي نموني ڏسڻ سان مٿن بهہ جهڙيون ڪلون نظر اينديون آهن. هي نشان گهڻو ڪري جسم جي ڪليل حصن مثلن، هٿن، منهن ۽ ٻانهن تي نظر ايندا آهن. ننڍا ٻار وڏن جي مقابلي ۾ هن بيماريءَ جو وڌيڪ شڪار ٿين ٿا. ڪڏهن ڪڏهن هنن نشانن ۾ خارش جي شڪايت پڻ ٿي پوندي آهي، صابڻ جو گهڻو استعمال ۽ خشڪ

موسم هن بيماري جا خاص سبب آهن. گهڻن ماڻهن جي خيال مطابق ڪئلشيم جي گهٽتائي هن بيماري جو سبب آهي جيڪو سراسر غلط آهي، صابڻ جو گهڻ استعمال ۽ موسم جي تبديلي سان هي نشان خودبخود ختم ٿيو وڃن. ٻئي صورت ۾ پنهنجي ڊاڪٽر سان مشورو ڪجي.

(2) **ڇيپ**: ڇيپ سينور جو هڪ قسم آهي. ڇيپ سينور جي سبب ٿيندو آهي. هن بيماري ۾ چٽن جو رنگ هلڪو سفيد يا پورو هوندو آهي. ڇيپ مٿئين ڌڙ ڇيلهه، ڪنڌ، ٻانهن ۽ منهن تي ٿي سگهي ٿي. اهي نوجوان جن کي پگهر گهڻو ايندو آهي اهي هن بماري جو وڌيڪ شڪار ٿين ٿا. هن چٽن ۾ ڪڏهن ڪڏهن خارش ٿي سگهي ٿي. ڇيپ جو علاج سينور مار دوائون آهن. هن بيماري ۾ علاج سان گڏوگڏ هيٺيان احتياط پڻ ڪرڻ گهرجن. 1. ڪوشش ڪري ڪپڙا روز تبديل ڪجن ڇاڪاڻ ته سينور جا جيوڙا ڪپڙن ۾ لڪي پوندا آهن ۽ ساڳن ڪپڙن جي ٻيهر پائڻ سان بيماري وري لڳيو وڃي. 2. جيڪڏهن روز ڪپڙا تبديل نه ڪري سگهجن ته ڪپڙن کي ابتو ڪري انهن کي استري ڪجي يا ته ڪپڙن کي ابتو ڪري تيز اس ۾ رکجي ته جيئن سينور جا جيوڙا مري وڃن. صحت ۽ صفائي جي اصولن تي عمل ڪري ٻين جا ڪپڙا استعمال نه ڪجن.

(3) **برص**: هن بيماري ۾ ڪير جهڙا سفيد چُٽا ٿي پوندا آهن. انهن چُٽن اندر موجود وار پڻ سفيد ٿي ويندا آهن. هي نشان جسم جي ڪنهن به حصي تي ٿي سگهن ٿا. پر منهن، هٿ، پير ۽ جسم جا اهي حصا جيڪي ڍڪيل نٿا هجن اهي وڌيڪ متاثر ٿيندا آهن. هن بيماري ۾ چمڙي جو رنگ ناهڻ وارا جزا ختم ٿيو وڃن جنهن جي ڪري متاثر چمڙي سفيد ٿيو وڃي. هي ڪا اندروني بيماري ڪونهي پر جيئن ته هي نشان بدنما نظر ايندا آهن انهيءَ ڪري انسان ذهني طور اپاهج ٿيو پوي، عام ماڻهن جي خيال مطابق مڇيءَ ۽ ڪير گڏ کائڻ سان هي بيماري ٿيو پوي جيڪو صرف هڪ وهم آهي.

هن بيماري جو علاج سوراليس ۽ سج جي روشني آهي پر هي دوائون صرف ۽ صرف چمڙيءَ جي ڊاڪٽر جي مشوري سان استعمال ڪجن ڇاڪاڻ ته هنن دوائن ۽ سج جي روشني سبب جسم تي ڦاڪٽا نڪري ايندا آهن. جيڪي وڌيڪ تڪليف ده هوندا آهن.

(4) **ڪوڙهه**: هن بيماري جو سبب هڪ جيوڙو آهي جيڪو ٽپ دق جي جيوڙي سان مشابهت رکي ٿو. هن بيماريءَ ۾ هڪ يا ڪيترائي سفيد، پورا، يا هلڪا ڳاڙها چٽ ٿيو پون. جتي جتي چُٽا ٿين ٿا. اهي حصا ڪيرا يا ٻيهس ٿيو پون ۽ ڪڏهن ڪڏهن ٽنتون سڄو پون.

ڪوڙهه جا ٻه قسم وچڙندڙ ۽ غير وچڙندڙ آهن. اسان جي ملڪ جي بدقسمتي آهي جو ڳتيل آبادي ۽ تعليم جي گهٽتائي سبب ڪوڙهه عام ٿي وئي آهي پر ساڳئي وقت خوشقسمتي پڻ آهي جو ستر فيصد ڪوڙهي غير وچڙندڙ ڪوڙجا مريض آهن. غير وچڙندڙ ڪوڙهه ۾ ٽن کان ڏهن سالن تائين ۽ وچڙندڙ ڪوڙ ۾ سڄي ڄمار دوائون کائڻيون پونديون آهن پر ڪوڙهه جو علاج بلڪل ممڪن آهي.

By: Marvi Laghari
4th year (3rd proof) MBBS

ريبيز RABIES

(Hydrophobia) (Black Warrant from Men's Best Friend)

ريبيز هڪ خطرناڪ وائرل بيماري آهي، ان کي هائيڊرو فوبيا (Hydrophobia) به چيو وڃي ٿو. ريبيز اصل ۾ جانورن جي بيماري آهي. خاص طور تي گوشت کائيندڙ جانور ۽ اهي جانور مختلف طريقن سان اِها بيماري انسانن ۾ منتقل ڪن ٿا. ريبيز بميماري جو وائرس انسان ۾ داخل ٿيڻ کان پوءِ انسان جي تنتي سرشتي (Center Nervous system) تي اثر انداز ٿئي ٿو.

جاگرافيائي لحاظ کان: Geographical Distribution of Rabies : دنيا ۾ تقريبن چاليهه اهڙا ملڪ آهن جيڪي ريبيز بيماري کان پاڪ آهن جن ۾ انگلينڊ، آسٽريليا، چائنا (تائيوان)، سائپرس Cyprus ، آئسلينڊ، آئرلينڊ، جاپان، مالٽا ۽ نيوزيلينڊ جهڙا ملڪ شامل آهن.

ريبيز بيماري گهٽجي تعداد ۾ اندو_ پاڪ نندي کنڊ ۾ ڏٺي وئي آهي. ڇو جو انهن ملڪن ۾ رولو ڪتن جو تعداد گهڻو آهي.

بيماري جو سبب: Causative Agent of Rabies

هن بيماري جو سبب هڪ Cyssariruslype 1 آهي جيڪو RNA جو ٺهيل آهي ۽ هي وائرس Rhabdoviridae serotgpoe_1 فيملي سان تعلق رکي ٿو. هي وائرس انسان جي تنتي سرشتي تي اثرانداز ٿئي ٿو ۽ ان جي تنتي خلين (Nerve cells) ۾ داخل ٿي ان جي سائٽوپلازم (Cytoplasm) کي نقصان رسائي ٿو ۽ ان کي Negri bodies جي شڪل ۾ تبديل ڪري ٿو ۽ اهي Negribodies ريبيز بيماري جي ڊائگنوسز ۾ مدد ڏين ٿيون. ريبيز وائريس ٻن قسمن جو ٿئي ٿو اسٽريٽ وائرس (Street Virus) جيڪو ڇتي ڪتي جي گگ (Saliva) ۾ ۽ ان جي دماغ ۾ موجود هوندو آهي ۽ ٻيو فڪزڊ وائرس (Fixed virus) آهي جيڪو اسٽريٽ وائرس مان ٺي جنم وٺي ٿو ۽ هي وائريس ريبيز خلاف ويڪسين ٺاهڻ ۾ ڪم اچي ٿو.

ريبيز ڦهلجڻ جو ذريعو: Source of Reservoir of Rabies

ريبيز ڪيترن ئي جانورن مان پکڙجي سگهي ٿي جن ۾ ڪتو ٻلي، لومڙي، گدڙ چرخ، ٻولڙو چيتو نور گهوڙو اُٺ، رڍ ۽ ٻڪري اچي وڃن ٿا. پر آمريڪا ۾ هن بيماري جو ذريعو چمڙا (vampire bats) آهن.

گهٽي تعداد ۾ اها بيماري ڪتن جي ذريعي پکڙجندي ڏٺي وئي آهي. هنن جانورن جي چتي ٽيڻ جو سبب سردين ۾ گهٽي بک جي وجهه سان آهي ان صورت ۾ اهي جانور ڪنهن اهڙي مُئل پکي يا جانور جو گوشت کائيندا آهن جنهنکري اهي چتا ٿين ٿا.

ريبيز انسانن ۾ ڪيئن منتقل ٿئي ٿي:

انسان ۾ اها بيماري مختلف طريقن سان منتقل ٿئي ٿي جن ۾:

(1) ڪنهن ريبيز واري جانور جو ماڻهو کي چڪ هڻڻ سان

(2) ريبيز واري جانور جو انسان جي جسم ۾ ڪنهن زخم چٽڻ سان

(3) ساهه جي ذريعي به اهو وائرس انسان ۾ منتقل ٿئي ٿو جنهن جو اهم ڪارڻ چمڙا آهن

(4) هڪ ماڻهو مان ٻي ماڻهو ۾ ريبيز جي منتقلي گهٽ ڏٺي وئي آهي. پر احتياط ضروري آهي ڇو ته ريبيز واري مريض جي ٿُڪ Saliva ۾ به اهو وائرس موجود هوندو آهي. ها اگر ريبيز واري مريض جي ڪارنيا Cornea يا ڪنهن ٻي عضوي جي پيوند ڪاري سان اها بيماري ٻي ماڻهو ۾ منتقل ٿي سگهي ٿي.

اڪيوبيشن پيريڊ (Incubation period)

چتي جانور جي چڪ هڻڻ کان وٺي، بيماري جون علامتون نظر اچڻ تائين جي وچ واري عرصي کي انيڪوبيشن پيريڊ چئبو آهي ۽ ريبيز جو انڪيوبيشن پيريڊ مختلف آهي جيڪو 30 کان 90 ڏينهن تائين يا 5 ڏينهن تائين به ٿي سگهي ٿو. تازي تحقيق جي مطابق 7 سالن تائين به ٿي سگهي ٿو.

ريبيز بيماري جو انڪيوبيشن پيريڊ مختلف ڳالهين تي دارومدار رکي ٿو جيئن:

(1) چڪ ڪهڙي جاءِ تي آهي

(2) چڪ ڪيترو گهرو آهي

(3) چڪ ڪيترا دفعا لڳل آهي

(4) وائرس جو جسم ۾ داخل ٿيڻ جو تعداد ڪيترو آهي

(5) ڪپڙي جي وجهه سان ڪو بچاءُ ٿيو يا نه

(6) ڪهڙي جنس جي جانور چڪ پاتو آهي

(7) يا پوءِ ان ماڻهو جي اڳ ۾ ڪا ويڪسينيشن ٿيل هئي يا نه

اگر چتي جانور جو چڪ منهن، گردن، يا سيني وغيره تي آهي ته ريبيز بيماري جو انڪيوبيشن پيريڊ ننڍو ٿيندو ۽ بيماري جون علامتون جلد ظاهر ٿي ويندي ون.

ريبيز بيماري جون علامتون:

اهڙيون خاص علامتون (prodasmal symptoms)ريبيز بيماري جون ڪجهه آهن. جيڪي ريبيز ٿيڻ ڏانهن اشارو ڪن ٿيون جيئن چڪ واري جڳهه تي سُرسراهٽ يا سور ٿيڻ، مٿي ۾ سور ٿيڻ، بي چيني، گلي ۾

سور ٿيڙ (Sore Threat) ۽ 3 کان 4 ڏينهن تائين بخار جو رهڻ. اهي سڀ شروعاتي علامتون آهن انهن سان گڏ ريبيز واري مريض ۾ پاڻي کان خوف ٿيڻ تنهنڪري هِن بيماري کي هائيڊروفوبيا Hydrophobia بہ چيو وڃي ٿو ڇو جو جڏهن ريبيز وارو مريض پاڻي جو آواز يا پاڻي کي ڏسندو آهي تہ ان جا ڳيهڻ Deglutition وارا مسلز خود بخود سڪڙجڻ لڳندا آهن. هن خوف مان مريض پاڻي کان پري ڀڄندو آهي ۽ اِها علامت ڪتن ۾ موجود هوندي آهي. انهن علامتن کان علاوه مريض کي عجيب و غريب آواز ٻڌڻ ۾ ايندا آهن. ۽ ريبيز وارو مريض گوڙ ۽ تيز روشني بہ برداشت نہ ڪري سگهندو آهي.

ريبيز واري مريض جو موت اڪثر دوري پوڻ جي وجهہ سان يا ڪوما ۾ وڃڻ سان يا پوءِ Respiratory paralysis جي وجهہ سان ٿيندي آهي. تنهنڪري ريبيز واري مريض جو بروقت علاج ٿيڻ ئي ان کي هن خطرناڪ بيماري کان بچائي سگهي ٿو.

ڊائگونوسز: (Diagnosis)

هن بيماري جو ڊائگنوسز تشخيص مختلف ڳالهين مان ڪري سگهجي ٿو:

1. مريض جي چتي ڪتي جي چڪ هڻڻ واري هسٽري مان
2. ريبيز مان بيماري جي ڪا علامت ظاهر ٿيڻ مان
3. چڪ هڻڻ واري ڪتي جي دماغ ۾ Negro bodies موجود هجڻ مان

چڪ هڻڻ واري ڪتي کي 10 کان 14 ڏينهن تائين زير نگراني رکيو ويندو آهي. اگر ان ڪتي ۾ ريبيز آهي تہ ان ڪتي جي 5 ڏينهن جي اندر اندر موت ٿي ويندي.

ريبيز بيماري جون ويڪسينون Vaccines for Rabies:

ريبيز خلاف سڀ کان پهرين ويڪسين پاسچر (Pasteur) 1883ع ۾ ٺاهي وئي هئي ۽ هينئر ريبيز خلاف ٽن قسمن جون ويڪسينون استعمال ٿي رهيون آهن:

1. نروس ٽِشو ويڪسين Nervous Tissue Vaccine (NTV): اِها ويڪسين ٻن طريقن سان ٺاهي وئي آهي. (1) هڪ اِها بالغ جانور جي دماغ ۾ فڪزڊ وائريس جي واڌ ڪري ٺاهي وئي آهي. (2) ۽ ٻي اها کير پياڪ چوهي جي دماغ (جيڪو 9 ڏينهن کان بہ ننڍو هجي) مان ٺاهي وئي آهي.
2. ڊڪ ايمبريون ويڪسين Duck Embryo Vaccine: اها ويڪسين نالي سان ئي خبر پوي ٿي تہ ٻدڪ جي ايمبريو Embryo مان ٺاهي وئي آهي.
3. سيل ڪلچر ويڪسين (Cell Culture Vaccine): گهٽي اثر جي وجهہ سان هن ويڪسين جو استعمال گهٽجي ٿي رهيو آهي. هي ويڪسين ٻن قسمن جي آهي (1) هيومين ڊپلائيڊ سيل ويڪسين. Human Diploid cell vaccine انسان جي هي ويڪسين فڪزڊ وائريس کي 8 انسان جي ڊپلائيڊ فائبروبلاسٽ خليي (Diploid fibroblast cell) ۾ واڌ ڪري ٺاهي وئي آهي ۽ هن ويڪسين کي ڪتي جي چڪ لڳڻ کان پهرين ۽ پوءِ ٻنهي صورتن ۾ استعمال ڪري سگهجي.

(2)سيڪنڊ جنريشن ٽشو ڪلچر ويڪسين Second Generation Tissue culture vaccine: هي ويڪسين گهٽي اثرائتي ۽ سستي هئڻ جي ڪري گهٽي استعمال ٿئي ٿي. هنن ويڪسينن جو مقصد انسان جي جسم ۾ ريبيز خلاف Antibodies تيار ڪرڻ ۽ وائرس کي ٿنتي سرشتي (CNS) تائين پهچڻ کان روڪڻ آهي. ڪڏهن ڪڏهن اهي ويڪسينون ٻه ڪم نه ڪنديون آهن. اگر جانور جو چڪ منهن يا مٿي تي آهي ته جو ويڪسين جيستائين (Antibodies) ٺاهڻ شروع ڪندي آهي ان کان اڳ وائريس CNS تائين رسائي ڪري چڪو هوندو آهي ۽ بيماري جون علامتون ظاهر ٿيڻ شروع ٿي وينديون آهن.

ريبيز کان ڪهڙي طريقي بچي سگهجي ٿو: گهٽي تعداد ۾ هن بيماري جو ذريعو ڪتا رهيا آهن تنهنڪري:

1. رولو ڪتن ۽ جن ڪتن جو ڪو مالڪ نه هجي انهن کي ختم ڪرڻ گهرجي يا پوءِ ويڪسين لڳڻ گهرجي.
2. هر پالتو ڪتي لاءِ لائسنس ۽ رجسٽريشن ٿيڻ گهرجي
3. اُهي ڪتا ۽ ٻليون جن کي ڪو ريبيز وارو جانور چڪ هڻي ويو هجي انهن کي فورن ختم ڪرڻ گهرجي
4. ماڻهن کي ريبيز بيماري جي ڄاڻ ڏيڻ گهرجي ته اُهي ڪيئن پنهنجي پالتو جانور جي سار سنڀال لهن ريبيز کان بچاءَ لاءِ
5. اُهي ڊاڪٽر، نرسون وغيره جو عملو جيڪو ريبيز واري مريض جو علاج ڪري رهيا آهن انهن کي گهرجي ته اهي ماسڪ، دستانه، چشمو (Goggles) ۽ ايپرن پائين پنهنجي بچاءَ لاءِ.

دل جون بيماريون ۽ ان کان بچاءُ

ڊاڪٽر فضل الرحمان ميمڻ- دل جي بيمارين جو ماهر

اڄڪلھ جي مصروف دور ۾ دل جون بيماريون عام ٿي ويون آهن. هر گھر يا خاندان جو ڪو نہ ڪو فرد دل جو مريض ضرور آهي. هونئين تہ دل جو مرض ڪنهن بہ شخص کي ٿي سگھي ٿو. جنهن ۾ جنس يا عمر جي ڪابہ قيد ڪانهي. پر ڪجھ عنصر اهڙا آهن. جيڪي دل کي روڳي بنائڻ ۾ اهم ڪردار ادا ڪن ٿا. جيڪڏهن اسان ان کي سڃاڻي انهن کان بچڻ جي ڪوشش ڪريون تہ ڪافي حد تائين اسان جي دل هڪ اهم بيماري يعني دل جي دوري هارٽ اٽيڪ کان بچي سگھون ٿا. ان کان بچڻ جاہ طريقا آهن.

1. عام ماڻهن کي انهيءَ بيماري ۽ ان کي پيدا ڪرڻ وارن عنصرن جي باري ۾ ھدايو وڃي.
2. انهن تمام عنصرن جي نشاندهي پوءِ انهن کي روڪڻ يا انهن کي اهڙي ممڪن حد تائين بدلائڻ جو اهي دل جي بيماري جو باعث نہ ٿين. دل کي خوف پھچائڻ وارين شريانين جو تنگ ٿيڻ آهي ان کي (Hero sclerosis) چوندا آهن.

اهو عمل وچ واري عمر يا ان کان پھرين شروع ٿي ويندو آهي. پر ان کي هارٽ اٽيڪ يا دل جي دوري جي شڪل اختيار ڪرڻ ۾ ڪيترائي سال لڳي ويندا آهن دل جي شريانين جي تنگي ۽ سختي انهيءَ عمل جي ڪري ٿيندي آهي. جنهن ۾ ڪوليسٽرول ۽ خون جا ڪجھ جزا شريانين جي اندورني سطح تي هڪ پريان هڪ تي ڄمڻ شروع ٿي ويندا آهن. آخرڪار هو عمل پھرين شريانين جي تنگي پوءِ انهن کي مڪمل بند ڪرڻ جو باعث ٿي ويندو آهي. دل جو سور يا انجائنا انهيءَ سلسلي جي ابتدائي علامت آهي. شروع ۾ اها علامت ڪا بہ جسماني مشقت مثلن ورزش ڪرڻ، سيڙهيون چڙهڻ، تيز هلڻ، ماني کائڻ کانپوءِ ڪو محنت وارو ڪم ڪرڻ سان ظاهر ٿيندي آهي. انهيءَ کانپوءِ آهستي آهستي وڌندي ويندي آهي ۽ آرام واري حالت ۾ بہ سور ٿيندو آهي. هڪ يا هڪ کان وڌيڪ شريانين جي مڪمل بندش دل جي دوري جي صورت ۾ ظاهر ٿيندي آهي. دل جي شريانين جو اندريون قطر ائين تنگ ٿي ويندو آهي. جئين پاڻي جي ننڍين پائپن کي ڪٽ لڳي وڃي. ڪافي ريسرچ ۽ تجربن ڪانپوءِ اها ڳالھ ثابت ٿي وئي آهي تہ ڪافي عمل دل جي شريانين جي سختي وڌائڻ ۽ دل جي دوري جو باعث ٿيندا آهن. انهن کي (Risk Factors) چئبو آهي. انهن کي ٻن گروپن ۾ ورهائي سگھجي ٿو.

1. هڪ اهي جن کي اسان ختم يا تبديل نٿا ڪري سگھون.

عمر: وچ واري عمر ڪانپوءِ دل جي دوري جو خطرو وڌي ويندو آهي.

جنس: مردن ۾ عورتن جي نسبت هارٽ اٽيڪ جي شرح وڌيڪ هوندي آهي. اهي عورتون جيڪي مانع حمل گوريون کائين ٿيون يا سيون لڳائين ٿيون انهن کي هارٽ اٽيڪ جلدي ٿي

سگهي ٿو. عام طور سان عورتن ۾ اهو مرض حيض بند ٿيڻ کانپوءِ يعني 45 سالن کان وڌيڪ عمر جي عورتن ۾ ٿيندو آهي.

خانداني يا موروثي: بعض خاندانن ۾ دل جي بيمارين جي شرح گهڻي هوندي آهي. ڪجھ قومن ۾ مثلن جي ڄاڻ ۾ اهو مرض گهٽ آهي.

2. ٻيا اهي جن کي ختم يا تبديل ڪري سگهجي ٿو.

(1). سگريٽ نوشي

(2). هاءِ بلڊ پريشر

(3). ذهني دٻاءُ

(4). خون ۾ چربي جي وڌيل مقدار (ڪوليسٽرول)

(5). موٽاپو يا وزن وڌيڪ هجڻ

(6). جسماني طور سان گهٽ ڪم ڪرڻ

(7). باقائدي سير نہ ڪرڻ

(8). ذيابطيس يا خون ۾ کنڊ جي زيادتي

اسان جي ڪوشش اها هئڻ گهرجي تہ شريانين ۾ تنگي جي عمل کي روڪيو وڃي يا آهستي آهستي ان کي گهٽ ڪيو وڃي ۽ اهي سڀ عمل جيڪي ان ۾ مددگار آهي يا انهن کي ختم ڪيو وڃي يا اهڙي طرح تبديل ڪيو وڃي جو انهن جو اثر گهٽ ۾ گهٽ ٿئي.

هارٽ اٽيڪ کان ڪئين بچي سگهجي ٿو:

زندگي اڻمول آهي ان جي حفاظت ڪريو. هر ممڪن حد تائين تمام عملن مڪمل توجہ ۽ ڪنٽرول تمام ضروري آهي جيڪي دل جي دوري جو باعث بڻجي سگهن. خيال رکڻ کپي توهان جي دل قيمتي آهي انهي کي تڪڻ کان بچايو. انهيءَ کي بچائڻ لاءِ هيٺ ڏنل هدايتن تي عمل ڪريو ۽ پنهنجي دوستن ۽ گهر وارن کي بہ انهيءَ تي عمل ڪرن جي تلقين ڪريو.

سگريٽ نوشي ڏسندي واسندي خودڪشي:

تمباڪو نوشي صحت کي خراب ڪرڻ ۽ موت جي ويجهو آڻڻ جو اهم سبب آهي. سگريٽ پيئڻ وارن ماڻهن ۽ سگريٽ نہ پيئڻ وارن تي ريسرچ ڪئي وئي تہ خبر پئي تہ سگريٽ پيئڻ وارا ماڻهو اوسطن 5 کان 8 سال اڳ ۾ گذاري ويا ۽ انهن ۾ دل جي بيمارين جي شرح تقريبن ٻيڻي ٿي ويندي آهي. انهن ۾ ڦڦڙن، سينو گلي ۽ خوراڪ جي نالي ۾ ڪينسر جو خطرو بہ ڏهوڻو وڌي ويندو آهي. اڌ رنگ جي حملي ۾ خطرو بہ وڌي ويندو آهي. سگريٽ پيئڻ وارن جو خون گهاٽو ٿي ويندو آهي. جنهن ڪري اهو دل جي دوري ۽ اڌ رنگ جو باعث ٿيندو آهي. ان ڪري سگريٽ پيئڻ وارن لاءِ تنبيهہ آهي تہ اها بند ڪريو ۽ پنهنجي دل کي بچايو.

پنهنجو وزن گهٽ ڪريو. انهيءَ کي هڪ حد تائين رکو ۽ وڌڻ نہ ڏيو

سگريٽ نوشي کان مڪمل پرهيز

متوازن غذا جو استعمال ڪريو. انهيءَ ۾ لوڻ ۽ چڪنائي گهٽ کان گهٽ استعمال ڪريو. تازو ميوو ۽ ڀاڄيون استعمال ڪريو.

باقائدگي سان صبح جو سير ڪريو. روزانه هلڪي ڦلڪي ورزش ڪريو

پنج وقت نماز باقائدگي سان ادا ڪريو

مسلسل ويهڻ جي بجاءِ هلڻ وارا ڪم ڪريو جيڪي توهان کي چست ۽ توانا رکن

بلند فشارخون يعني بلڊ پريشر
خاموش دشمن

جسم ۾ موجود شريانين ۾ ڊوڙڻ واري خون جي دٻاءُ کي بلڊ پريشر چوندا آهن. دل جي ڌڙڪڻ سان گڏ اهو دٻاءُ گهٽ وڌ ٿيندو رهندو آهي. مٿي واري حد کي (Systolic) ۽ هيٺ واري حد کي (Diastolic)بلڊ پريشر چوندا آهن. وڌيل بلڊ پريشر ۾ دل کي نارمل کان وڌيڪ ڪم ڪرڻو پوندو آهي، جنهن ڪري دل ۽ ان جي شريانين ۾ دٻاءُ اچان وڌي ويندو آهي جيڪو آخر ڪار هارٽ اٽيڪ جو سبب ٿي پوندو آهي. اهو ئي وڌيل بلڊ پريشر فالج ۽ گردن جي ناڪاره ٿيڻ جو سبب بڻبو آهي ۽ اکين جي بينائي به متاثر ٿيندي آهي.

بلڊ پريشر جي بيماري ڪنهن به شخص کي ڪنهن به عمر ۾ ٿي سگهي ٿي. پر ڪجهه عنصر ان کي اچان به وڌائين ٿا. خاص ڪري وزن جي زيادتيءَ سگريٽ نوشي، کاڌي ۾ لوڻ جو گهڻو استعمال، مرغن غذا، ورزش جي ڪمي، ذهني پريشاني، وڏي عمر.

هر بالغ: صحتمند مردن ۽ عورتن کي سال ۾ هڪ دفعو بلڊ پريشر ضرور چيڪ ڪرائڻ گهرجي. اهو هر صورت ۾ 90/140 کان وڌيڪ نه هئڻ گهرجي. جيڪڏهن بلڊ پريشر 90/149 کان وڌيڪ آهي ته هيٺين هدايتن تي عمل ڪري انهيءَ کي نارمل ڪريو.

پنهنجو وزن گهٽ ڪريو. انهيءَ کي هڪ حدتائين رکو ۽ وڌڻ نه ڏيو

سگريٽ نوشي کان مڪمل پرهيز

متوازن غذا جو استعمال ڪريو. انهيءَ ۾ لوڻ ۽ چڪنائي گهٽ ۾ گهٽ استعمال ڪريو. تازو ميوو ڀاڄيون استعمال ڪريو.

باقائدگي سان صبح جو سير ڪريو. روزانه هلڪي ڦلڪي ورزش ڪريو.

پنج وقت نماز باقائدگي سان ادا ڪريو.

مسلسل ويهڻ جي بجاءِ هلڻ ڦرڻ وارا ڪم ڪريو جيڪي توهان کي چست ۽ توانا رکن.

مسلسل ٽن مهينن تائين اهو عمل ڪرڻ کانپوءِ به توهان جو بلڊ پريشر نارمل به ٿئي ۽ اهو 100/160 کان وڌيڪ آهي ته فورن ڊاڪٽر سان ملو ۽ ان جي مشوري سان دوائون شروع ڪريو.

گهڻو ڪري بلڊ پريشر جو سبب معلوم ٿي ڪونه ٿيندو آهي. انهيءَ جو علاج سڄي عمر پيو هلندو آهي. بلڊ پريشر جو مريض پاڻ کي بيمار تصور ئي ڪونه ڪندو. ڇو ته گهڻن ماڻهن ۾ انهيءَ مريض جي خاص علامت ظاهر ئي ڪونه ٿيندي. آخرڪار اهو دل جي دوري، فالج ۽ گردن جي بيمارين جو باعث بڻبو آهي. انهيءَ ڪري ان کي خاموش دشمن چوندا آهن. بلڊ پريشر جي علاج سان گڏ ضروري آهي ته جسماني ۽ ذهني دٻاءُ کان به حد بچاءُ ڪجي.

ذهني دٻاءُ کان ڪيئن بچجي:

اڄڪلهه جي مصروف دور ۾ هر شخص ڪنهن نه ڪنهن طرح سان ذهني دٻاءُ جو شڪار آهي. پر حد کان وڌيڪ ذهني دٻاءُ بلڊ پريشر ۽ دل جي دوري جو باعث بڻجي سگهي ٿو. هيٺ ڏنل تجويزن تي عمل ڪري توهان ذهني دٻاءُ کي گهٽ ڪري سگهو ٿا.

انهن سڀني ڪمن جي فهرست تيار ڪريو جيڪي توهان جي ذهني دٻاءُ جو باعث آهن. مثلن آفيس دير سان پهچڻ، ٻارن کي اسڪول ڇڏڻ، وڻڻ وغيره. سڀن کي ترتيب ڏيو وقت کان 15 منٽ پهرين گهر مان نڪرو.

جڏهن به پريشان ڪن حالات سان دوچار ٿيو ته فورن دماغ کي سڪون طرف آڻيو. ڊگها ڊگها ساهه کڻو پنهنجي بدن کي مڪمل ڍرو ڇڏيو. گڏ درود شريف به پڙهو. ائين ڪرڻ سان توهان پُرسڪون ٿي ويندا ۽ خون جو دٻاءُ ڪنٽرول ۾ رهندو.

نماز پابندي سان پڙهو پاڻ کي گهٽي کان گهڻو مصروف رکو دوائون باقائدي استعمال ڪريو.

انهن هدايتن تي عمل ڪري توهان پنهنجو پاڻ کي انهيءَ موتمار مرض مان بچائڻ جي ڪوشش ڪري سگهو ٿا.

ٻوٽن کان حاصل ٿيل غذائن يعني ميوا، ڀاڄيون، داليون ۽ ميوه جات ۾ ڪوليسٽرول جي مقدار تمام گهٽ هوندي آهي.

اسان جي ملڪ پاڪستان ۾ مرغن کاڌا، چڪنائي سان ڀريل خوراڪ تمام گهڻو شوق سان کاڌي ويندي آهي. ديسي گيهه جو گهڻو استعمال ٿيندو رهيو آهي. دعوتن ۾ به چڪنائي ۽ گيهه جو تمام گهڻو استعمال ڪلوريز کي وڌائڻ جو باعث بڻبو آهي. ان جي ڪري ماڻهو دل جي دوري جي وڌندڙ خطرن سان دوچار آهن.

غذا ۾ ٻن طرح جي چڪنائي هوندي آهي. سير شده (Saturated) ۽ غير سير شده (Un_Saturated).

سير شده چڪنائي: هي ڳائي گوشت، ڊيري مصنوعات، مکڻ، کير، بيضي نباتاتي تيلن مثال طور آئل ۽ ناريل جي تيل ۾ ملندي آهي. ان جو براه راست تعلق دل جي بيماري سان آهي.

غير سير شده چڪنائي: اها چڪنائي خون ۾ ڪوليسٽرول وڌائڻ سبب ڪونہ ٿي بڻجي. گهڻو ڪري سورج مکي، سويا بين، مڪئي، ڪينولا نرم ماجرين ۽ مڇين ۾ هوندا آهن.

ڪوليسٽرول (ٽوٽل) عام ماڻهو لاءِ 180 ملي گرام کان گهٽ

دل جي مريضن لاءِ 160 ملي گرام کان گهٽ

چربي (ترائي گليسرائيڊ) 150 ملي گرام کان گهٽ

LDL ڪوليسٽرول عام ماڻهو لاءِ 100 ملي گرام کان گهٽ

LDLڪوليسٽرول دل جي مريضن لاءِ 180 ملي گرام کان گهٽ

HDL_35 گرام کان وڌيڪ هئڻ گهرجي

ڪوليسٽرول جي ڪنٽرول لاءِ هدايتون.

ويهہ سال کان وڌيڪ عمر سڀني ماڻهن جو ٽوٽل ۽ HD_2 ڪوليسٽرول چيڪ ڪرائڻ گهرجي ۽ ان کان پوءِ هر پنجن سالن کان پوءِ چيڪ ڪرائبو رهجي.

باقائدي ورزش ۽ جسماني ڪم ڪرڻ گهرجي.

جيڪڏهن HDL ڪوليسٽرول 35 mgکان گهٽ آهي تہ وزن گهٽ ڪرڻ، باقائدي ورزش ڪرڻ ۽ سگريٽ نوشي بند ڪرڻ سان ان کي وڌائڻ ۾ مدد ملندي آهي.

جيڪڏهن LDL ڪوليسٽرول ٻن مختلف موقعن تي 13 mg /D کان گهٽ اچي ٿو ۽ مريض شروع ۾ ٻڌايل بہ يا ٻن کان وڌيڪ خطري جا عنصر (Risk Factors) موجود آهن تہ غذا ۾ ڪنٽرول ڪرڻ کپي.

وزن ۾ گهٽتائي آڻجي.

باقائدي ورزش ڪرڻ گهرجي

باقائدي ٿوم جو استعمال LDLڪوليسٽرول کي 9 تائين گهٽ ٿو ڪري ڇڏي. وچين سائيز جي ٿوم يا هڪ ڪيپسول 900_800 ملي گرام خشڪ ٿوم ڪافي آهي.

باقائدي مڇي ۽ سمنڊ مان حاصل ڪيل خوراڪ بہ ڪوليسٽرول کي گهٽائڻ ۾ مدد ڪري ٿي.

تازين ڀاڄين جو استعمال گهڻو ڪجي.

مکڻ ۽ پنير ۽ ديسي گيهہ کان پرهيز ڪجي.

کير مان ٿلهيل شيون جنهن ۾ 2 سيڪڙو چربي هجي گهٽ کائڻ گهرجي.

وڏو گوشت ۽ چربي واري گوشت کان مڪمل پرهيز ڪجي. انهن سڀني ڳالهين تي عمل ڪرڻ کان پوءِ بہ ڪوليسٽرول گهٽ نہ ٿئي تہ پوءِ ڪوليسٽرول گهٽائڻ وارين دوائن کي ڊاڪٽر جي مشوري سان شروع ڪرڻ کپي.

ياد رکو! اڪثر رت ۾ ڪوليسٽرول جي گهڻي بلند سطح جي بہ ڪا خاص نشاني ظاهر ڪونہ ٿيندي آهي. رت ۾ ڪافي عرصي تائين ڪوليسٽرول جي بلند سطح دل جي مهلڪ دوري جي صورت ۾ ظاهر ٿيندي

آهي. انهي ڪري انهي کي خاموش قاتل جو نالو ڏنو ويو آهي. ان ڪان پهرين جو ڪوليسٽرول توهان تي حملو ڪري ته توهان ان کان بچائڻ جا هر ممڪن اقدام ڪري وٺو.

ورزش (Exercise) جون هدايتون:

هر صحتمند شخص کي روزانو اڌ ڪلاڪ باقائدي ورزش ڪرڻ کپي.

ورزش يا سير روزانه باقائدي سان ڪجي يا هفتي ۾ هڪ يا ٻه دفعا ناغو ڪري سگهجي ٿو

جسماني طور سان فٽ ۽ چاڪ ۽ چوبند رهڻ جي ڪوشش ڪرڻ گهرجي

ٿي سگهي ته شام جو هلڪي ڦلڪي گيم ۾ ضرور حصو وٺڻ کپي

موٽاپو يا وزن جي زيادتي:

عام طور تي ڪنهن به شخص کي ٿلهو يا اوور ويٽ ان وقت چئبو آهي جڏهن ان شخص جو وزن ان جي جسم ۽ جنس جي مناسبت سان 20 سيڪڙو گهٽ هجي ۽ اهو چرٻي جي شڪل ۾ هجي ۽ نه ڪي گوشت يا پاڻي جي شڪل ۾ هجي

موٽاپو تڏهن ٿيندو آهي جڏهن انسان ضرورت کان وڌيڪ ڪيلورائيز (Calories) وٺندو آهي. موٽاپو دل جي بيمارين پيدا ڪرڻ ۾ اهم ڪردار ادا ڪري ٿو. ان جا ڪجهه ڪارڻ هي آهن.

(1) موٽاپو ڪوليسٽرول ۽ چرٻي جي مقدار کي وڌائي ٿو. HDL ڪوليسٽرول کي گهٽائي ٿو جيڪو جسم لاءِ فائديمند آهي

(2). بلڊ پريشر جو ڪارڻ ٿئي ٿو.

(3). شوگر يا ذيابطيس جو باعث بڻجي ٿو. اهي سڀ ملي دل جي دوري جو باعث ٿين ٿا يا جيڪڏهن هي سڀ گڏ نه هجن ته به موٽاپو بذات خود به دل جي دوري جو باعث ٿئي ٿو. هي پتي ۾ پٿري ۽ سنڌن ۾ سور جو باعث نه ٿئي ٿو.

الڪوهل کان مڪمل پرهيز ڪيو وڃي.

ذيابطيس يا رت ۾ ڪنڊ جي زيادتي:

ذيابطيس انهن اهم عنصرن مان هڪ آهي جيڪي براه راست دل جي دوري جو باعث ٿين ٿا دل جي شريانين جي مريض جي شرح شوگر جي مريضن ۾ 55 سيڪڙو وڌيڪ آهي جڏهن ته عام ماڻهن ۾ اها شرح 4.2 سيڪڙو آهي. ذيابطيس جي مريضن ۾ دل جي شريانين جي تنگي 80 سيڪڙوهوندي آهي. گهڻو ڪري هر شريان هنڌ هنڌ تان تسبيح جي داڻن وانگر بند هوندي آهي. اهڙي طرح رت جي وڏي شريان ۾ تنگي جي شرح 10.15 سڪڙو عام ماڻهن جي نسبت وڌيڪ هوندي آهي شگر جي مريضن ۾ دل جي دوري جي شرح عام ماڻهن کان 50 سيڪڙو ۽ عورتن ۾ 150 عام ماڻهن کان وڌيڪ آهي. اهڙي طرح ذيابطيس جي مريضن ۾ دل جي دوري جي ڪري موت جي شرح مردن ۾ ٻيڻي ۽ عورتن ۾ چوڻي وڌيڪ آهي. شگر جي مريضن ۾ سور محسوس ڪرڻ جي حِس به اڪثر گهٽ ٿي ويندي آهي. ان ڪري شديد دوري جي صورت ۾ انهن کي

صرف معمولي سور محسوس ٿيندو آهي يا بلڪل ڪونه ٿيندو آهي. (25سيڪڙو) صرف اچانڪ ڪمزوري ، چڪر اچڻ، دل جي ڌڙڪڻ تيز محسوس ٿيڻ، ساهه گهٽ ٿيڻ. شگر جا مريض ان کي گئس سمجهي نظر انداز ڪري ڇڏين.

اسان کي بچاءَ لاءِ ڇا ڪرڻ گهرجي:

(1). ذيابطيس جا مريض شگر کي ڪنٽرول ۾ رکن.

(2). پنهنجون شگر جون دوائون ۽ انسولين جي سُئي باقائدي لڳارائين.

(3). وزن گهٽ ڪن، چڪنائي گهٽ ۽ مٺو گهٽ کان گهٽ استعمال ڪن.

(4). شگر جي مريضن ۾ هاءِ بلڊ پريشر جي شرح به عام ماڻهن کان 50 سيڪڙو وڌيڪ هوندي آهي. انهن ٻنهي جو گڏ هئڻ ته دل لاءِ اچان خطرناڪ آهي.

(5). بلڊ پريشر کي سختي سان ڪنٽرول ڪرڻ به دل جي دوري کي روڪڻ ۾ انتهائي مددگار ثابت ٿيندو آهي.

(6). سگريٽ نوشي بند ڪرڻ ضروري آهي.

(7). روزانا باقاعدي ورزش نه صرف دل جي دوري ۾ ڪمي جو ڪارڻ ٿئي ٿي پر شگر کي به ڪنٽرول ڪري ٿي.

(8). باقائدي ڪوليسٽرول چيڪ ڪرائڻ کپي.

ياد رکو! دل جي شريانين جو مرض پيدا ڪرڻ ۽ ان جا مددگار به يا وڌيڪ گڏ ٿيڻ تمام گهڻو خطرناڪ آهي.
ان ڪري ذيابطيس ۽ بلڊ پريشر ٻئي گڏجي تمام گهڻو خطرناڪ آهن.

نوٽ: آئنده قسط ۾ غذا جي متعلق اهم معلومات فراهم ڪئي وينديي.

ڪوليسٽرول (رت ۾ ڇربي جي زبان تي هڪ خاموش قاتل)

آمريڪن هارٽ ايسوسيئيشن جي هدايتن موجب توهان جي روزاني کاڌي ۾ ڪوليسٽرول جو مقدار 200 mg کان گهٽ هئڻ کپي. اهو صرف جانورن مان حاصل ٿيل غذا ۾ ملندو آهي. عام حالات ۾ ڪوليسٽرول جسم ۾ توانائي جو ذريعو هئڻ کان سواءِ ٻيا به ڪيترائي ڪم سر انجام ڏيندو آهي. اسان جي جسم ۾ ڪوليسٽرول جو 70 سيڪڙو جسم جي اندر جگر مان ئي ٺهندو آهي. باقي 30 سيڪڙو غذا مان حاصل ٿيندو آهي. جيڪڏهن اسان غذائي ڪوليسٽرول نه وٺنداسين ته به اسانجو جسم پنهنجي ضرورت مطابق ان کي حاصل ڪري وٺندو آهي. ڪوليسٽرول جي زيادتي به بلڊ پريشر کي وڌائڻ ۽ دل جي دوري جو خطرو ٿيڻ جي ذميوار آهن.

ڪوليسٽرول ننڍي وڏي گوشت . بيضن، کير، ڏهي، مکڻ، پنير وغيره ۾ تمام گهڻو هوندو آهي.

مرغي ۽ مڇي ۾ ڪوليسٽرول جو مقدار سڀ کان گهٽ هوندو آهي.

بيضي جي زردي، گردي، ڪليجي ۽ مغز ۾ ڪوليسٽرول سڀ کان وڌيڪ هوندو آهي.

روزمره خوراڪ ۾ ڪل ڪيلوريز جي باري ۾ هدايت

جزا	STEP_I	STEP_II
نشاستو	55٪	55٪
پروٽين	15٪	15٪
چربي	30٪	20٪
ڪوليسٽرول	300 ملي گرام کان گهٽ	200 ملي گرام کان گهٽ

عام ماڻهو کي STEP_I غذا وٺڻ گهرجي. جڏهن ته جن ماڻهن ۾ اڳ ۾ ذڪر ڪيل 2 يا ان کان وڌيڪ خطري جا عوامل (Risk Factors) موجود هجن انهن کي STEP_II غذا شروع ڪرڻ گهرجي.

عام غذائي جڏن ۾ ڪوليسٽرول جو مقدار

خوراڪ	مقدار	ڪوليسٽرول (ملي گرام)
مغز	3.5 آئونس	2000
جگر مرغي	3.5 آئونس	555
گڙدو يا بڪي	3.5 آئونس	275
جگر ڳئون	3.5 آئونس	300
بيدي جي زردي	هڪ آئونس	252
ڪريب (ڪيڪڙو)	3.5 آئونس	150
لوبسٽر (پڪيل)	3.5 آئونس	100
پنير	3.5 آئونس	85
ڳئون جي ٻچي (گابي) جو گوشت	3.5 آئونس	70
مرغي، سيني جو گوشت	3.5 آئونس	70
ڳئون جو گوشت	3.5 آئونس	67
آئس ڪريم	هڪ ڪپ	40
مکڻ	هڪ وڏو ڪپ	35
کير (بغير ڪريم نڪتل)	هڪ ڪپ	14
کير (کير نڪتل)	هڪ ڪپ	2
مرجرين	هڪ وڏو ڪپ	0

پاڪستان ۾ ملندڙ تيلن ۾ چربي جو مقدار

گيهه/آئل جو نمونو	سير شده	مونو سير شده	پولي سير شده	چربي جو مقدار
ڪسان سن فلاور آئل	14.9	19.6	61.0	95.5
سن فلاور آئل	(10.3)	(19.5)	(65.7)	
نوتري سويابين آئل	15.2	20.9	58.8	94.9
سويابين آئل	(14.4)	(23.3)	(57.9)	
ملڪ پيڪ خاص گهي	62.1	22.6	2.3	87.0

گھي	61.9	(28.7)	(3.7)	
ڊالڊا ويجيٽيبل گھي	35.2	46.9	8.7	90.8
پام آئل	49.3	37.0	(9.3)	
ڪينولا آئل				
آليو آئل				
(زيتون)				

خوراڪ جون هدايتون

هڪ عام مريض لاءِ روزانو ضرورت

روزانو ڪيلوريز جو تعداد 30 x Kg Normal Weight 20 x Kg over Weight	1200_1800
ڪل ڪوليسٽرول	200 ملي گرام
ڪل سٽپ	30 ملي گرام يا ان کان گھٽ
سير شده سٽپ	11 گرام يا ان کان گھٽ
خوردني تيل	ٻہ چمچا (10 ml) تائين
خوردني لوڻ	6_4 گرام روزانو يا ان کان گھٽ

هڪ عام گھراڻي جي دل جي مريض لاءِ مثالي مينو

صبح جو ناشتو

کاڌو	ڪيلوريز	ڪوليسٽرول mg (ملي گرام)	سٽپ (گرام)
هڪ عدد ڦلڪو (چپاتي)	160	1	1.5
يا ٻہ عدد سلائس 80x2	160	1	1.5
دليو يا هڪ ڪپ ڪارن فليڪس	160	1	1.5
هڪ پيالي ڏهي يا کير	150	4	0.2
+ هڪ ڪپ چانهہ	30	_	_
1/2 چمچو کنڊ سان گڏ	350	_	17.2

ٻنپهرن کان پهرين چانهہ

چانهہ جو هڪ ڪپ	30	_	_
ٻہ عدد بسڪٽ	60	Traces	.1
هڪ عدد صوف	80	_	_

ٻنپهرن جي ماني

کاڌو	ڪيلوريز	ڪوليسٽرول	سٽپ گرام
ٻہ عدد ڦلڪا يا مانيون 160x2	320	2	3.2
مڇي يا مرغي جي پاچي جي	250	36	2

هڪ پليٽ			
يا ننڍو گوشت بغير چربي (60 گرام)	300	56	6
سلاد کيرو موري بند گوبي 1/2 ڪپ	40	-	-
صوف هڪ يا گريپ فروٽ	80	-	-
	750	38_58	11_5

شام جي چانهه

هڪ ڪپ چانهه	30		-
ٻه عدد بسڪيٽ	60	Traces	1
هڪ گلاس اسڪمڊ کير	140		
هڪ گلاس تازو جوس	140		
گريپ فروٽ	-		
	140		

رات جي ماني

هڪ عدد ماني	120	1	1.6
ڀاڄي هڪ ننڍي پليٽ	175	40	2.3
مرغي يا مڇي 40 گرام			
يا سبزي گوشت يا مٽر پالڪ، ساڳ، شلجم وغيره	100	20	1
يا چانور + دال	160	Traces	1
(3 آئونس + 1 آئونس)			
فروٽ صوف 1 عدد	80		
يا ڪينو زيتون يا مالٽو			
يا هڪ ننڍي پليٽ ڪسٽر	50		2
			1_4
	220_450		

سمهڻ وقت جيڪڏهن چاهيو ته:

هڪ گلاس اڪمڊ کير	140	-	0.2

مٿي بيان ڪيل مينو تمام گهٽ خرچ ۾ توهان جي ضرورت مطابق مڪمل ڪيلوريز (1800_1200) ۽ تمام گهٽ ڪوليسٽرول (200 ملي گرام تائين تمام گهٽ چڪنائي (20) گرام فراهم ڪرڻ ڪانسواءِ هڪ مڪمل بيلنس خوراڪ به آهي. توهان پنهنجي روزانه ڪيلوريز جي ضرورت هن ڏنل فارمولي تحت ڪڍي سگهو ٿا.

وزن ڪلو گرام ۾ 30x عام ماڻهو لاءِ

وزن ڪلو گرام ۾ 20x ٿلهي ماڻهو لاءِ

توهان ڏنل چارٽ جي مدد سان پنهنجي هڪ ڏينهن جو مينو خود ٺاهي سگهو ٿا. اهو خيال رکجو ته ڪيلوريز جي ورهاست مختلف وقتن ۾ ڏنل مثالي مينو وانگر هئڻ گهرجي. هي ڪيلوريز مختلف کاڌن جي 100 گرام ۾ هونديون آهن.

اهم هدايتون خوراڪ لاءِ:

- بيدي ۽ ڳاڙهي گوشت کان پرهيز ڪريو
- سفيد گوشت يعني مڇي مرغي استعمال ڪريو
- صرف رکو گوشت بغير چربي جي استعمال ڪريو
- سڪمڊ کير يعني ڪريم نڪتل کير استعمال ڪريو
- گيهه ۽ سير شده سٽپ کان مڪمل پرهيز ڪريو
- ڊيري مصنوعات به گهٽ کان گهٽ استعمال ڪريو
- مکڻ گهٽ استعمال ڪريو
- غير سير شده چڪنائي استعمال ڪريو. (هي نباتاتي تيلن، سورج مکي، زيتون، مڪئي، سويا بين، ڪينولا ۽ مڇي ۾ هوندي آهي
- ڪابه اهڙي غذا نه کائو جيڪا سٽپ ۾ تريل هجي ۽ ان جي مٿان سٽپ نظر ايندو هجي
- ڀاڄيون ۽ ميوا ڀيا سڀ گهڻو استعمال ڪريو
- ڊبل روٽي تي مکڻ يا مارجين نه لڳايو
- پڊنگ تي ڪريم نه لڳايو
- چاڪليٽ، مٺائي، بسڪيٽ، پسيٽري ۽ آئس ڪريم نه کائو
- ڪر ڪرا ۽ لوڻ لڳل ميوا استعمال نه ڪريو
- نهاري، سري پا يا، ڪليجي، گُردا ۽ مغز وغيره کائڻ سختي سان منع آهي
- گيهه ۽ کنڊ مان ٺهيل شيون گهٽ کائو پر ان بدران ميوو استعمال ڪريو
- لوڻ جو استعمال به گهٽ ڪريو ۽ تمباڪو نوشي کان پرهيز ڪريو

هڪ دفعو وري به ياد رکو ته زندگي انمول آهي. پنهنجي دل جي حفاظت ڪريو. ائين نه ٿئي ته توهان جي دل توهان جي ئي هٿان ٽُٽي نه وڃي.

Dr. Bikha Ram Devrajani
FCPS
Assistant Professor Medicine

هيپاٽائيٽس سي

آثار - نشانيون ۽ معلومات

جگر جي جسم ۾ اهميت:

- o زندگي جي لاءِ ضروري
- o 1.5 ڪلو گرام وزن. جوان مردن ۽ عورتن ۾ ڪروڙن جيو گھرڙن تي مشتمل.
- o واحد عضوو جيڪو ٻيهر ٺهي سگهي ٿو جيڪڏهن 75 سيڪڙي تائين به ڪٽيو وڃي.
- o بائل (پتي جو پاڻي) خارج ڪندو آهي جيڪو چربي کي هضم ۽ جذب ڪرڻ ۾ مدد ڪندو آهي.
- o رت جا پلازما ۽ رت ڄمڻ ۾ مدد ڪندو آهي انفيڪشن سان وڙهڻ ۾ مدد ڪندو آهي.
- o رت مان فضول ۽ زهريلن مادن کي صاف ڪندو آهي.
- o وٽامنز ۽ معدنيات جو ذخيرو پيدا ڪندو آهي.

هيپاٽائيٽس ڇا آهي؟

هيپاٽائيٽس جگر جي سوڄ کي چوندا آهن هي مرض ٻن قسمن جو هوندو آهي.

1. گھٽ مُدي وارو مرض: Acute (A,B,C)
2. مستقل رهڻ وارو مرض : Chronic (B,C,D)

گھڻو ڪري مختلف جراثيمن (Virus) جي ڪري ٿيندو آهي.

مثال طور: A,B,C,D,E

A,B,C تي هڪ نظر

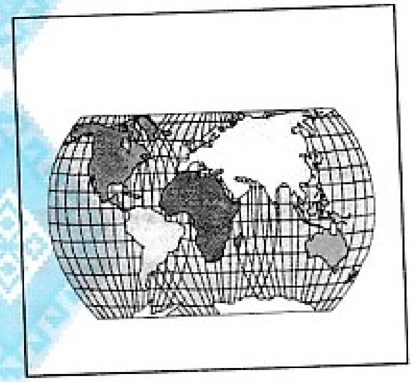
	هيپاٽائيٽس C	هيپاٽائيٽس B	هيپاٽائيٽس A
دنيا ۾ مبتلا ماڻهن جو مرض	15 لک ماڻهو سالانه	40 ڪروڙ ماڻهو	17 ڪروڙ ماڻهون
مرض ڦهلجڻ جا سبب يا ڪارڻ	اثر انداز ٿيل خوراڪ ۽ پاڻي	اثر انداز ٿيل مريض جي رت جي منتقلي	گھٽي پاڻي رت مان
سال ۾ مرڻ وارن جو تعداد (دنيا ۾)	4500	ڏهه لک	اندازو معلوم نه آهي
آمريڪا ۾ مرڻ وارن جو تعداد (سال ۾)	100 ماڻهون	5 کان 6 ماڻهون	8 کان 10 ماڻهون
ويڪسين (Vaccine)	موجود آهي	موجود آهي	موجود نه آهي

هيپاٽائيٽس بي

دنيا ۾ هيپاٽائيٽس بي جي مرض مان ورتل ماڻهن جو تعداد ايڊز جي مرض مان ورتل ماڻهن جي تعداد کان 100 دفعا وڌيڪ آهن

دريافت 1960

گھڻي ڀاڱي ايشيا ۾:



o چائنا	13 ڪروڙ ماڻهو
o ڪوريا	26 لک ماڻهو
o جاپان	17 لک ماڻهو
o برازيل	37 لک ماڻهو
o اٽلي	09 لک ماڻهو

آمريڪا ڏهه لک ماڻهون – نئون ڪيس سالانه هڪ لک

پاڪستان ۾ تعداد تقريباً 5٪ سيڪڙو ماڻهون

20 ڪروڙ | هڪ ڪروڙ هيپاٽائيٽس

هيپاٽائيٽس سي
تعارف

- تمام ننڍو جيوڙو
- 6 خاندانن Genotype 1,2,3,...... تي مشتمل
- جلدي جلدي پنهنجي شڪل مٽائڻ
- ويڪسين ۾ ناڪامي
- علاج ۾ سُٺي درجي جي ڪاميابي نه ملڻ

هيپاٽائيٽس سي
عالمي منظر نامو

- 170 ڪروڙ ماڻهون
- HCV Antibody +ve
- 80٪ مريض ڪرونڪ (مستقل هجڻ جو مرض)

هيپاٽائيٽس سي
آمريڪا

- o سروي 1988 – 1994
- o 3.9 ملين آمريڪي HCV Antibody +ve
- o 2.7 ملين آمريڪي ڪرونڪ (مستقل) مريض

- رت جي منتقلي سان مرض جي ڦهلجڻ ۾ واضح گهٽتائي.
- نسن جي انجيڪشن سان نشي وارين دوائن جي استعمال وارن ماڻهن ۾ واڌارو.
- هر سال 35000 هزار ماڻهون
- موجوده حال ۾ (1.8/100)

هيپاٽائيٽس سي

فرانس ۽ يورپ

- 1.2 / 100 HCV Antibody +ve
- 500,000 – 400,000 ماڻهون هيپاٽائيٽس سي ۾ مبتلا
- 60٪ رڳن جي وسيلي نشي آور دوائن جي استعمال ڪرڻ وارا
- 25٪ ماڻهون جيل ۾ رهڻ وارا
- هر سال 5000 هزار نوان ماڻهون

هيپاٽائيٽس بي ۽ سي
(ڳوٺ ڦلڪارو ماتلي)

ڊاڪٽر مالڪ شيخ

تعاون: Roch Pakistan

- ٽوٽل تعداد : 190 ماڻهون
- هيپاٽائيٽس بي : 09 ماڻهون (4.7 سيڪڙو)
- هيپاٽائيٽس سي : 43 ماڻهون (22.63 سيڪڙو)

هيپاٽائيٽس بي ۽ سي (ماتلي)

تعاون: Roch Pakistan

ٽوٽل ماڻهون	:	189
مرد	:	092
عورتون	:	097

عمر 12 کان 70 سال ايوريج 36 سال

هيپا ٽائيٽس سي جي مرض ۾ مبتلا ماڻهن جو ·' : 22 (11.64٪)

هيپا ٽائيٽس بي جي مرض ۾ مبتلا ماڻهن جو تعد 06 (3.17&)

هيپاٽائيٽس بي ويڪسين جن ماڻهن کي لڳائي وئي . 04 (2.11٪)

ٽوٽل نتيجا

ٽوٽل ماڻهون جن کي هيپاٽائيٽس بي ۽ سي جو ٽيسٽ ڪيو ويو: 261

هيپاٽائيٽس بي	:	19 (7.27)
هيپاٽائيٽس سي	:	36 (13.79)
مرد	:	169
عورتون	:	92

شهر	:	ڪوٽڙي
جڳهه	:	ميمڻ اسپتال ڪوٽڙي
تاريخ	:	05_03_2006
ڏينهن	:	آچر
تعاون	:	ميڪٽر انٽر نيشنل

هيپاٽائيٽس بي ۽ سي (سنڌ جي صورتحال)

ماڙوڙا اسڪول ڪنڊيارو

ٽوٽل ٻار جن کي ٽيسٽ ڪيو ويو	:	400 ٻار
هيپاٽائيٽس بي	:	03 ٻارن (ڇوڪرين) ۾
هيپاٽائيٽس سي	:	صرف 01 ٻار ۾

هالا جي ويجهو هڪ ڳوٺ جي صورتحال

- ٽوٽل ماڻهون جن کي ٽيسٽ ڪيو ويو : 545
- هيپاٽائيٽس بي ۾ مبتلا ماڻهون : 56
- هيپاٽائيٽس سي جو سيڪڙو : 10.27٪
- هيپاٽائيٽس بي ويڪسين جو سيڪڙو : 3٪

هيپاٽائيٽس بي

حيدرآباد

- (BSAg +ve) رت جو عطيو ڏيڻ وارا : 3٪
- هيپاٽائيٽس بي جي ويڪسين رت جو عطيو ڏيڻ وارا : 10٪
- هيپاٽائيٽس بي جي ويڪسين عام ماڻهن ۾ : 10٪

هيپاٽائيٽس بي ويڪسين ۽ ميڊيڪل ۽ پيرا ميڊيڪل اسٽاف

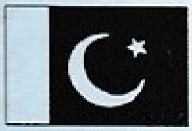
تحقيق (اسري ۽ لمس)

- ٽوٽل ماڻهون : 923
- ايوريج عمر : 29.6 سال
- ايوريج ڪم ڪرڻ جو مدو : 7.5 سال
- هيپاٽائيٽس بي جي ويڪسين شده ماڻهن جو تعداد : 596 (64.6٪)
- هيپاٽائيٽس بي جي مرض ۾ مبتلا ماڻهن جو تعداد : 18 (4.7٪)

هيپاٽائيٽس بي جي ويڪسين جو سيڪڙو

- ڊاڪٽر
- نرسنگ اسسٽنٽ
- مريضن جي سوئي حادثاتي طور تي چُڀڻ
- مريضن جي سوئي حادثاتي طور تي چُڀڻ جي سڀ کان وڌيڪ سيڪڙو 82.2٪ نرسن ۾ معلوم ڪئي ويئي آهي.

هيپاٽائيٽس سي پاڪستان ۾



قومي انگ اکر جو نو ھُجڻ

حانظ آباد تحقيق

آبادي	12500
گهر	504
ماڻهون	313
هيپاٽائيٽس سي	06 ماڻهون

هيپاٽائيٽس سي
پاڪستان – آپريشن ٿيٽر اسٽاف
تحقيق ڊاڪٽر مجيب (ڪراچي)

ٽوٽل ماڻهون	:	114
هيپاٽائيٽس سي	:	04٪
هيپاٽائيٽس بي	:	7.5٪
هيپاٽائيٽس بي ويڪسين شده	:	3.6٪

هيپاٽائيٽس سي
پاڪستان

سرهوسز (سخت ۽ پٿر جهڙو جگر)	99 – 2000
جگر جو ڪينسر (سرطان)	سرهوسز
1993 – 1995	
هيپاٽائيٽس بي 60٪	58٪ هيپاٽائيٽس بي
هيپاٽائيٽس سي 18٪	25٪ هيپاٽائيٽس سي

جگر جو ڪينسر (سرطان)

هيپاٽائيٽس بي 70٪

هيپاٽائيٽس سي 13٪

هيپاٽائيٽس سي

اسريٰ اسپتال حيدرآباد

رت جي منتقلي کان پهريان هيپاٽائيٽس سي جو ٽيسٽ 17 جولائي 2002

ٽي مهينا رت جا عطيا	250
هيپاٽائيٽس سي ۾ مبتلا	11 ماڻهون
سيڪڙو	4.4٪
بنگلا ديش (سيڪڙو)	15٪
آمريڪا	1.8٪

ڳمن آباد تحقيق

هر ٽيون گهر :

- ٽوٽل ماڻهون چيڪ ڪيا ويا	333
- هيپاٽائيٽس سي ۾ مبتلا	73 (21.2٪)
- هيپاٽائيٽس بي جي ويڪسين شده	30 (937٪)

رسڪ فيڪٽر:

- گلاس سرنج جو استعمال
- گذريل آپريشن
- گذريل ڪامڻ (سائي)
- جراح جو علاج
- حجم ڪان شيو
- گذريل اسپتال ۾ داخلا

هيپاٽائيٽس سي ۽ شادي شده زندگي

اسريٰ جي تحقيق

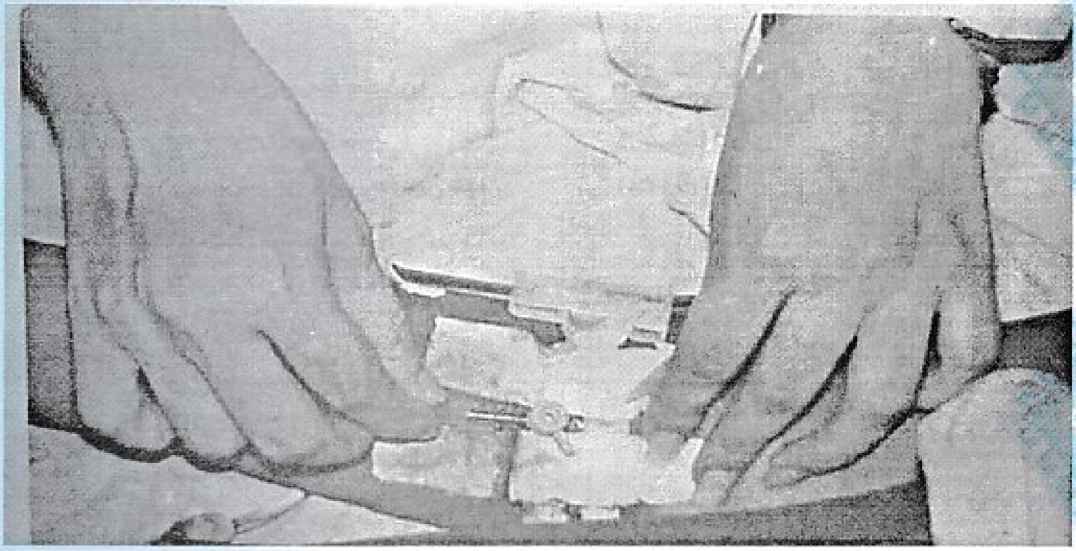
ٽوٽل ماڻهون جن جو ٽيسٽ	:	82
ٽوٽل ماڻهون جيڪي هيپاٽائيٽس سي ۾ مبتلا نہ هئا	:	70
ٽوٽل ماڻهون جيڪي هيپاٽائيٽس سي ۾ مبتلا هئا	:	12 (14.6٪)

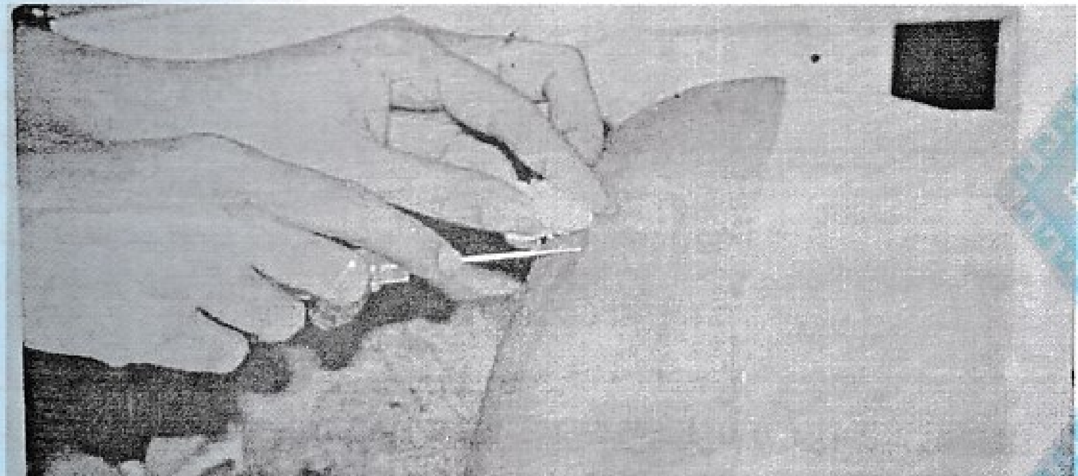
ڪو بہ رسڪ فيڪٽر معلوم نہ ٿيو

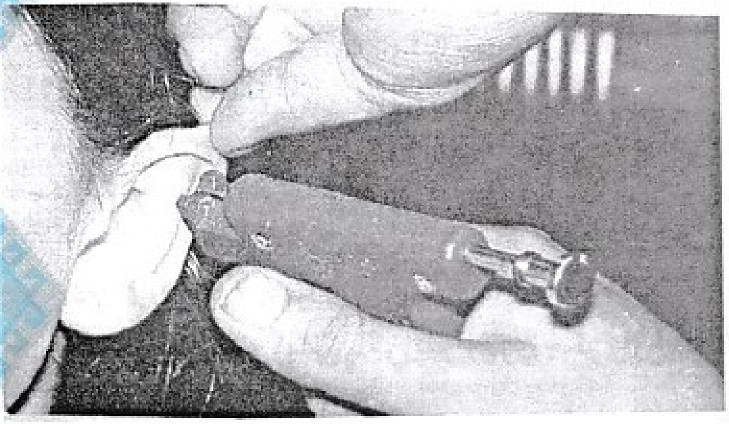
هيپاٽائيٽس سي ڦهلجڻ جا سبب ۽ طريقا

رت وسيلي- (خراب رت) استعمال ٿيل سرنج يا اوزارن وسيلي - رطوبت جي وسيلي ماءُ ڪان ٿيڻ واري ٻار ۾ منتقل ٿيڻ مختلف ملڪن ۾ ڦهلجڻ جا سبب ۽ ڪارڻ - ماءُ ڪان ٻارڙ ۾ - رڳن ۾ خراب انجيڪشن ۽ جنسي لاڳاپن ۾ لا پرواهي- رت ڪان ڦيلجڻ ۾ سڄي دنيا ۾ واضح گهٽتائي

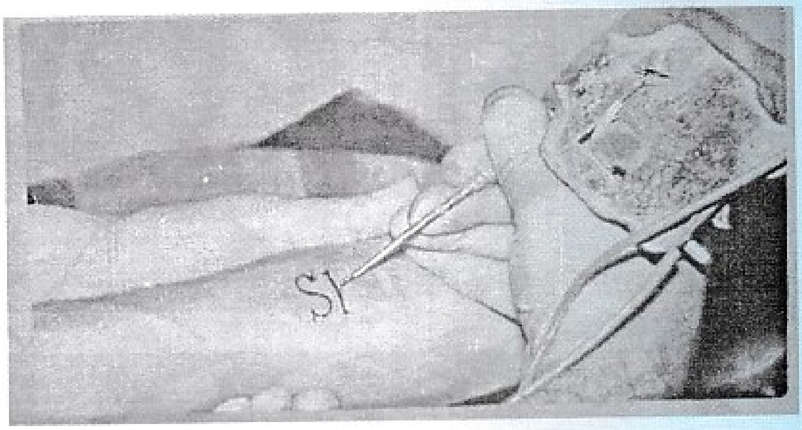
مرض ڦهلجڻ جو سبب







مرض ڦهلجڻ جو سبب



هيپاٽائيٽس بي – نتيجو

- ٻارن ۾ان جي نشاني تمام گهٽ
- ٽارن ڇاول ٻارن ۾ ڪابه نشاني نہ آهي
- وڏن ۾ صرف ٪60 ان جي نشاني آهي

نشانيون

- نزلو يا زڪام، اُلٽي جو اچڻ، جسم ۾ سور، بخار، بُک جو گهٽ لڳڻ، ڪامڻ (سائي) ٪1 ماڻهن ۾ شديد سوڄ
- (٪80 ماڻهون موت جو شڪار ٿي ويندا آهن.

هيپاٽائيٽس بي – جسم ۾ سفر

جن ماڻهن ۾ جراثيم رهجي ويندو آهي

جراثيم تمام سُست رفتار يا نہ هُئڻ جي برابر جگر کي نقصان ڏيندو آهي. رت ۾ وائرس نہ هوندو آهي. ALT نارمل هوندو آهي. HBeAg بہ موجود نہ هوندو آهي.

دائمي (مستقل) هيپاٽائيٽس

آهستي آهستي جگر کي نقصان ٿيندو آهي. ان ۾ ALT وڌيل هوندو آهي ۽ HBeAg ۽وائرس ب موجود هوندو آهي. وقت سر علاج نہ ٿيڻ جي صورت ۾ جگر پٿر (Cirrhosis) جهڙو ٿي ويندو آهي.

پٿر جهڙو جگر (Cirrhosis)

جگر ننڍو ۽ پٿر جهڙو ٿي ويندو آهي. جزن جي تعداد ۾ گهٽتائي ٿي ويندي آهي ۽ ڪيترا ئي ڏاڳا پيدا ٿي ويندا آهن. اصلي حالت ۾ جگر جو اچڻ نا ممڪن ٿي ويندو آهي.

جگر جو ڪينسر (سرطان)

- جگر جو ڪينسر گهڻي ڀاڱي پٿر جهڙي جگر وارن مريضن ۾ هوندو آهي.
- جلد تشخيص ۽ بروقت علاج سان ئي زندگي ۾ اضافو ٿي سگهي ٿو.
- جگر جي ڪينسر جي دنيا ۾ سڀ کان وڏو سبب هيپاٽائيٽس بي آهي.

هيپاٽائيٽس بي- علاج

دنيا ۾ HBV جو علاج ممڪن آهي.

1. ويڪسين VACCINE

جراثيم جو ڪجهه حصو جيڪو جگر کي نقصان نہ آهي ڏيندو. خاص ڪري ٿي انجيڪشن لڳايا ويندا آهن جنهن مان 85 - 95٪ ڪاميابي حاصل ٿيندي آهي.

WHO	ENJIRIX_B
WHO	HEBER BIOVAC BC.
19 سال کان گهٽ	10 KG
19 سال کان وڌيڪ	20 KG

2. انٽر فيرون INTERFERON

قدرتي طور تي جسم جي اندر ۾ حاصل ٿيندڙ ڪيميائي مرڪب جيڪو ليبارٽري ۾ تيار ڪيو ويندو آهي. هي اثر انداز ٿيل جيو گهرڙن کي ختم ڪندو آهي. صرف 20٪ – 17 مستقل سوڄ وارن ماڻهن کي فائدو پهچائيندو آهي.

علاج 4 مهينا ٽوٽل رقم : Rs. 150,000

3. ليمي ووڊن LAMIVVIDIN

وائرس جي پکيڙ کي روڪيندو آهي.

انٽر فيرون جي برابر يا ان کان بهتر نتيجو آهي.

4. ايڊي فوور ADEFOVIR

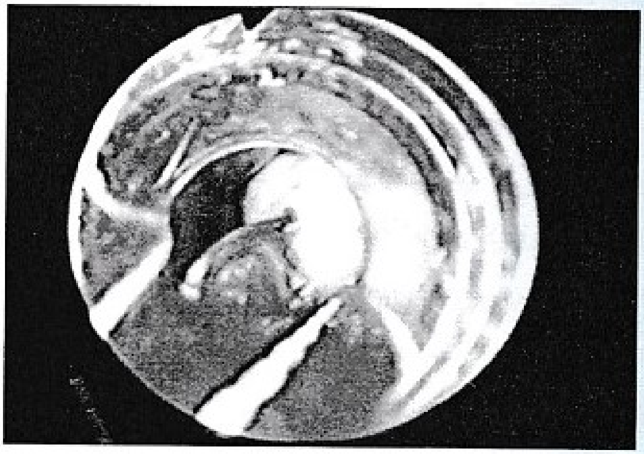
وائرس جي پکيڙ کي روڪيندو آهي.

ليمي ووڊن کان بهتر نتيجو

پاڪستان ۾ 2004 جي آخر ۾ دستياب ٿيندي.

هيپاٽائيٽس سي
(بچاءُ)

- تعليمي معلوماتي پروگرام
- ڪڏهن به استعمال ٿيل سرنج کي ٻيهر پنهنجي استعمال ۾ نه آڻيو ۽ نه ئي ان تي ڀروسو ڪيو.
- هميشه اسڪرين شده رت استعمال ڪجي.
- جنسي ميلاپ پنهنجي شريڪ حيات جي حد تائين رکجي.
- هڪٻئي جو بليڊ، ٽوٿ برش، استعمال نه ڪرڻ گهرجي.
- جيڪڏهن هيپاٽائيٽس سي جي مريض جي استعمال شده سرنج يا سوئي لڳي وڃي ته RNA جو ٽيسٽ ڪرايو.
- حمل واري عورت کان ٻار ۾ منتقل ٿيڻ جو امڪان 7٪ – 2 آهي.



عبدالرزاق مستوئي
سال چوٿون MBBS

اڇو ته محبت کي سڃاڻون

هڪ دفعي ڪجھ نوجوان اردو جي جڳ مشهور شاعر فيض احمد فيض کي ڪنهن محفل ۾ ورائي ويا ۽ ڪائنس پڇيائون ته سائين اسان هن دنيا لاءِ ڪجھ ڪرڻ چاهيون ٿا پر اسان جي ڪو رهنمائي ڪرڻ وارو ناهي، اوهان ٻڌايو ته اسان ڇا ڪيون؟ فيض احمد فيض ڪين مختصراً جواب ڏنو ته "محبتون ڪريو"

"اور بهي دکھ هيں دنيا ميں محبت کے سوا"

سوشلسٽ فيض احمد فيض معاشري کي بدلائڻ لاءِ نوجوانن کي آخرڪار محبتون ڪرڻ جي صلاح ڏنائي. اسان وٽ هڪ اهم مسئلو لفظن جي غلط معنيٰ ۽ تشريح ۽ غلط استعمال جو به آهي. اها ڳالھ سمجھڻ گهرجي ته جيستائين ڪنهن به لفظ جي صحيح وصف يا تشريح نه ٿي ٿئي ته ان حوالي سان ٿيندڙ هر عمل بجاءِ فائدي ڏيڻ جي ويتر انفرادي توڙي اجتماعي طرح نقصانڪار ثابت ٿئي ٿو.

اسلام ۾ انسان جي تخليق جو مقصد عبادت ٻڌايو ويو آهي، پر اسان اڄ تائين اهو ڄاڻڻ جي ڪوشش نه ڪئي آهي ته "عبادت" لفظ مان ڇا مراد آهي؟

ڇا لمبي ٿي عمل عبادت ۾ اچن ٿا جيڪي اسان کي مولانن ٻڌايا آهن يا ان کان اڳتي به ڪجھ آهي؟

گناھ ۽ جنسيات (Sex) توڙي جو اهي به الڳ شيون آهن پر اسان وٽ انهن جي غلط تشريح ڪري ڪين اهڙي طرح ڳنڍيو ويو آهي جو جنسيات (Sex) اسان جي معاشري جو اهو مسئلو بڻجي ويو آهي. ساڳي طرح محبت جي موضوع تي دنيا جون لائبريريون سٽيون پيون آهن. دل وَ دماغ ۾ريا پيا آهن ۽ ڪيترين زندگيون محبت جا داستان بڻجي ويون آهن. ڇا هي اهائي محبت ۽ پيار آهي جنهن کي فيض احمد فيض دنيا بدلائڻ جو باعث ٿو سمجھي. ڪٿي ائين ته ناهي ته اسان پيار ۽ محبت جي معنيٰ ئي ناهي سمجھي ۽ دنيا کي بهتر بنائڻ بدران پنهنجي زندگي کي خراب ۽ برباد ڪرڻ سان گڏ معاشري کي به نقصان پهچائي رهيا آهيون ۽ حقيقت ۾ اهڙي خوشي يا مسرت جيڪا توهان کي پنهنجي زندگي ٻئي سان Share ڪرڻ دوران ملي، پياري آهي!

پيار فقط پيار ئي هوندو آهي. پيار نه مادي (Mate rid) ٿيندو آهي، نه ئي وري روحاني (Spiritual) پيار کي توهان ورهائي نه ٿا سگھو محبت جيڪڏهن خوشي جو ۽ مسرت جو نالو آهي ته پوءِ اها فقط محبوب جي وصال سان ئي ملي سگھي ٿي. جيڪڏهن توهان محبوب ماڻڻ ۾ ڪامياب ويو ته توهانجي محبت ڪامياب چئبي. ناڪامي ڪنهن به صورت ۾ قابل مسرت نه ٿي سگھي. اهي ماڻهو جيڪي چون ٿا ته جدائي يا وڇوڙو تڪليف ۽ ايذاءَ ڏيند اآهن. ايذاءَ ۾ مزي جي ڳالھ نقط ذهني مريض ئي ڪري سگھي ٿو. دراصل اسان جنهن معاشري ۾ رهون ٿا اتي پيار تي سوين پهرا، قرب تي ڪهاڙين جا ڇاپا ڇانيل آهن. عشق جي راهن ۾ ڪاوا اپا آهن. هتي پيار ماڻڻ پلصراط تان گذرڻ برابر آهي. اسان بزدل ٿي چڪا آهيون ۽ اها ڳالھ واضح آهي ته بزدل ماڻهو ڪڏهن به محبت نٿو ڪري سگھي!

اسان هر وقت اها رٽ لڳايو ويٺا آهيون ته :

"ڳولهيان ڳولهيان مَ لهان شالَ مَ ملان هوت"

چوڻ آهي تہ: "انگور کٽا آهن"

يا "هلي پاڻ نہ سگهي لک لعنت گوڏن تي"

ڀٽائي جي هيڏي ساري رسالي مان سيني عاشقن کي فقط اهائي مٽين سٽ ياد هوندي آهي ۽ ويٺا پاڻ کي دلاسا ڏيندا آهن. حالانڪ ڀٽائي جو سڄو رسالو محبوب ماڻڻ لاءِ ڀاڄائڻ لاءِ ۽ وصال جي مزي جي منظرن سان ڀريو پيو آهي. ڏٺو وڃي تہ دنيا ۾ مال، اسباب ۽ آسودگي سونهن، صحبت، عقل، عزت، علم قدرت جون وڏيون نعمتون آهن، پر انسان کي حقيقي راحت بہ وري انسان جي قرب مان ملي ٿي. اهو تڏهن ممڪن آهي جڏهن انسان ۾ اخلاق هجي. انسان "انس" مان ورتل آهي. جنهن جي معنيٰ پيار، محبت آهي. محبت جون ڪيتريون ئي شاخون هجن ٿيون جيئن، خلوص، خدمت، مروت، مساوات، همدردي، حياءَ، اخلاق، امانت، الفت، معاف ڪرڻ، ٻئي کي سمجهڻ، عزت ۽ اهميت ڏيڻ.

هر انسان ۾ هڪ پيو انسان هوندو آهي. جنهن جو نالو ضمير ۽ اعليٰ سوچ آهي. ضمير ۽ شعور جو حاصل، جيئن مهر، مهرباني، مروت، محبت مساوات، محترم ۽ محترم المقام سان حاصل ٿئي ٿو. هر دور ۾ ڪامل انسان حضرت انسان جي ذهن سازي، تنظيم سازي ۽ انسانن جي اخلاق کي معراج تي پهچائڻ جي ڪوشش ڪئي آهي. ڪنهن ڏاهي اخلاق سازي بابت چيو آهي تہ "ٽاري ميوي سان جهڪندي آهي" جنهن انسان ۾ اخلاق جو ميوو هوندو ان ۾ عاجزي ۽ انڪساري هوندي، ان ۾ وڏائي نہ هوندي اسان جي پياري پيغمبر کي هتي اخلاق جي عروج تي پهچائڻ لاءِ موڪليو ويو. ضرورت ان ڳالهہ جي آهي تہ اسان هڪ ٻئي کي سمجهيون، هڪ ٻئي جو خيال رکون. حقيقت ۾ اسان تقليد پسند (Trend Follower) ٿي چڪا آهيون، هر شيءِ جي تقليد اسان جي عادت ٿي چڪي آهي، بغاوت اسان جي مزاجن مان نڪري "انڪار" جو فن اسان وساري چڪا آهيون. ارڏايون اسان وٽان لڏي چڪيون آهن. زندگي جي معاشري جو کهڙو بہ پهلو هجي، اسان آمنا صدقنا جا قائل ٿي چڪا آهيون. معاشري ۾ تبديلي تڏهن ئي ممڪن آهي جڏهن اسان تقليد پسند ٿيڻ بجاءِ قدامت توڙ ٿيندا سون. جڏهن اسان فقط لفظي پيار نہ ڪنداسين. جڏهن اسان پيار صرف دل ۾ نہ پاليندا سون پر چپن تائين بہ آڻيندا سون!

پيار اظهار ٿيڻ چاهيندو آهي. يقين ڪريو پيار معجزو ناهي. جهڙي طرح شاعري آرٽ آهي، رقص آرٽ آهي، مصوري آرٽ آهي، تهڙي طرح، پيار، محبت بہ هڪ فن(Art) آهي جيڪو پنهنجي ليکي نٿو اچي سگهي، هر فن وانگر محبت بہ سکڻي پوندي آهي. هر شيءِ وانگر محبت حاصل ڪرڻ لاءِ بہ محنت جي ضرورت هوندي آهي ۽ يقين ڪريو جڏهين اسان جدائين ۽ دورين جي عذاب کان نفرت ڪري وصل يا سنجوڳ کي ئي محبت جي منزل سمجهندي برائيون ڪوڙيون روايتون (Trend) کي ٻئي ڏينداسون تڏهن ئي هي ڌرتي ڳيرن جو ديس، رابيل جي خوشبوءِ، پوپٽن جا رنگ، ماکي جي لار، ڀٽائي جو تنبورو ٻڌجي پوندي!

معمر قذافي مري

فورٿ پيئر MBBS

”وچڙيل وجود“

هڪ ڏينهن ناصر پنهنجي دوست حسين سان ملڻ سندس آفيس ۾ ويو جيڪو هڪ اداري ۾ آفيسر هو اتي سندس ملاقات هڪ ڪومل ڪل مک، ڪينچلي ڇوڪري سان ٿي.

ناصر هي آهي، اسان جي آفيس اسسٽنٽ مس عاليه، حسين ناصر سان سندس تعارف ڪرائيندي چيو ۽ هي آهي منهنجي ننڍپڻ جو دوست ناصر، سامهون ويٺل سنهڙي چيلهه واري، چنچل ادائن واري عاليه، هڪ نظر سان ناصر جي دل کٽي ويئي ۽ ناصر سندس خيالن ۾ گم ٿيڻ لڳو ڪهڙن خيالن ۾ گم ٿي ويو آهين، ناصر، نه حسين اهڙي ڳالهه ناهي، مڙيئي دنيا جي سوچن ۾.

ناصر اڄڪلهه توهان جون ڪهڙيون مصروفيتون آهن، حسين پڇيو. يار حسين، بس صبح کان وٺي شام تائين رڪشا هلائي مڙئي پيٽ گذر پيو ڪندو آهيان، ناصر وراڻيو.

هڪ ڏينهن عاليه پنهنجي سهيلي عيني کي ڏسڻ لاءِ اسپتال نڪتي، جيڪا اسپتال ۾ ايڊمٽ (داخل) هئي، هلو! رڪشا، محمد ميڊيڪل ڪاليج وٺتو آهي. ويهو سامهون واري شيشي ۾ ناصر جي اک پوئين سيٽ تي ويٺل مس عاليه تي پئي، مس عاليه کي به متس شڪ پئجي ويو ته هُن سان شايد اڳي به ملاقات ٿيل آهي. عاليه کي ڏسڻ سان ئي ناصر جي دل اُجود ٿيڻ لڳي ۽ نيٺ دل جهلي پڇيائين، توهان مس عاليه ته نه آهيو. توهان ناصر ته نه آهيو حسين جا دوست، جي بلڪل، ناصر وراڻيو.

توهان ڪيترو پڙهيل آهيو ناصر، مس عاليه رومال سان لپسٽڪ اگهندي چيو. مان اڃان پنجين ڪلاس ۾ هيم ته بابا سائين جن اڪيلو ڪري ڇڏي ويم. اڃا بابا جي قبر جي مٽي به نه سُڪي ته وڏو ڀاءُ به اوچتو وڇڙي ويم. گهر ۾ صرف مان ۽ جيجل رهجي وياسين، امڙ جي خدمت ۽ گهر جو سڄو وزن به مٿي تي پيم، نيٺ پيٽ پالڻ جي لاءِ رڪشو ڏهاڙي تي هلائڻ شروع ڪيم. ناصر جي اکين ۾ لڙڪ وهندو ڏسي عاليه جي دل ۾ سندس لاءِ محبت اڃا به وڌي ويئي ۽ اتي ئي ناصر کي پنهنجو ڪري ويئي، ڪهڙي وارڊ ۾ هلڻو آهي، ناصر پڇيو دل جي وارڊ ۾، ناصر توهان رڪشو سائيڊ ۾ ڪري عيني کي ڳولڻ ۾ منهنجي مدد ڪريو. عاليه چيو. عيني نالي منهنجي سهيلي ايڊمٽ آهي. عاليه رسيپشن تي ويٺل ڇوڪري کان پڇيو. ٽئين نمبر ڪمري ۾، اچو اچو ناصر اندر اچو دروازي تي بيٺل ناصر کي سڏيندي عاليه چيو. هائي عيني ڪيئن آهي، طبيعت عاليه پڇيو. بلڪل صحيح، عيني هي آهي منهنجو دوست ناصر، ڏاڍي پلي چونڊ ڪئي اٿئي، عيني چيو دير مليو پر درست مليو عاليه گلن جو بڪيٽ عيني جي سيرانديءَ ۾ رکندي چيو. وقت گذرڻ سان گڏ عاليه ۽ ناصر هڪ ٻئي جي تمام ويجهو اچڻ لڳا ۽ نيٺ هڪ جسم هڪ جان ٿي ويا. عاليه به ڏاڍي شريف ۽ خدمتگار هئي، پنهنجي ور سان گڏ سَسُ جون به وڏيون خدمتون ڪرڻ لڳي. هڪ ڏينهن عاليه جي آفيس مان دير ڪرڻ تي ناصر فون ڪري آفيس مان سندس باري ۾ پڇيو عاليه ته طبيعت ناساز هئڻ جو چئي اڄ جلدي ۾ آفيس

مان وئي هلي، پٽيوالي چيو.

ناصر کي اجايا وهم ۽ شڪ ٿيڻ لڳا. هو پريشان ٿي گهر جي گهٽي وٽ ڪرسي رکي ويهي رهيو. شام جو عاليه بي حال ۽ ڪمزور حالت ۾ اچي پيڊ تي ليٽي پئي. ڪيڏانهن وئي هئين، ڪيڏانهن به ڪونه. اتي ئي هيس، عاليه چيو. تون مون سان ڪوڙ ٿي ڳالهائين. ناراض نه ٿي ناصر، سڀ ڪجهه ٻڌايان ٿي. پهريان ٻڌاءِ ماني ڪاڏي اٿئي. نه ٿي کپي تنهنجي ماني، ناهي ضرورت تنهنجي ماني جي. ناصر نرڙ تان پگهر اگهندي چيو امان ڪٿي آهي. ناصر، ٻڌايو پليز امان ڪٿي آهي. عاليه بيڊ تان سڌي ٿيڻ جي ڪوشش ڪندي پڇيو. ناهي تنهنجي پڇڻ جي ضرورت. تون بي شرم آهين. بي حيا آهين تو منهنجي عزت مٽي ۾ ملائي ڇڏي آهي تون منهنجي جذبن جو ۽ منهنجي وجود جو قاتل آهين.

مون توکي پنهنجي زندگي پئي سجهيو. پر تون گندگي... بس ڪر ناصر. الله جو نالو اٿئي، مون کي سمجهڻ جي ڪوشش ڪر. ناصر پليز ناصر منهنجي ڳالهه ته ٻڌ. نٿو ٻڌڻ چاهيان تنهنجي ڳالهه. چور چوري ڪري ڪيئن چوندو ته چوري مون ڪئي. پليز ناصر منهنجي ڳالهه ته ٻڌ ناصر پليز.

ڏاهه من گهڙت ڪوڙ ٻڌاءِ بهانو.

ناصر مون تي اعتبار ڪر. مان آفيس ۾ هيم ته منهنجي Low B.P ٿي ويئي ۽ چڪر اچڻ لڳا ڊاڪٽرياڻي کي ڏيکارڻ لاءِ ويس ته ڊاڪٽرياڻي ڊرپ لڳائي. تنهنجي لاءِ ليٽ ٿي ويئي.

پليز ناصر مان اهڙي ناهيان. پليز مون تي اعتبار ڪر ناهي مون کي تنهنجي ضرورت. نڪري وڃ منهنجي گهر مان عاليه بيگ ۾ ڪپڙا وجهي، گهر کي آخري پيرو ڏسندي گهر مان نڪري پنهنجي پيڻ ڪائنات جي گهر هلي وڃي ٿي.

ناصر ٻئي هٿ وارن ۾ وجهي بيڊ تي ڪري پيو ۽ هن کي ننڊ اچي ويئي. امڙ ڪيس ماني کائڻ لاءِ چوي ٿي. ناصر انڪار ڪري ٿو. امڙ به پٽ کي پريشاني ۾ ڏسي ڳڻتيون ڪائيندي ڏسي نيٺ وڃي پنهنجي ور ۽ پٽ ڏي هلي ويئي. ناصر هن جهان ۾ اڪيلو رهجي ويو.

هڪ رات خواب ۾ ڪنهن دوست ناصر کي عاليه جي پاڪدامني بابت ٻڌايو ته هوءَ بلڪل شريف ۽ نيڪ ڇوڪري هئي. صبح جو اٿي ناصر عاليه کان معافي وٺڻ لاءِ عاليه کي ڳولڻ نڪتو اوچتو هن جي نظر موٽر سائيڪل تي سوار هڪ ڳاڙهن وارن واري مائي تي پئي. ڪيس شڪ پيو ته هي عيني ئي ٿي سگهي ٿي. سائي بتي ٻري ۽ ناصر موٽر سائيڪل واري جو پيڇو ڪري عيني کي هڪ گهر ۾ داخل ٿيندو ڏسي، گهر جو دروازو ڪڙڪايو ته عيني دروازو کوليو ناصر توهان هينئر هن حالت ۾ هيتري عرصي کان پوءِ. ها عيني، عاليه جي ڪا خبر ڏيو.

ها! ناصر عاليه ويچاري ته تنهنجي مهڻن، تهمتن ۽ طعنن جا بار کڻي نه سگهي ۽ هن خودڪشي ڪري ڇڏي ها! هوءَ مري ويئي، بس ائين ٻڌي ناصر به ڪري پيو ۽ وڃي عاليه جي ديس وسايائين.

منصوره ۽ مورخ

حافظ ارشد انيڙ

هونئن تہ سموري سنڌ تاريخ آهي پر جيڪا ڳالهہ ۽ جا حيثيت سانگهڙ ضلعي جي آهي سنڌ جي ڪنهن ٻي ماڳ جي نہ آهي. آءُ پنهنجي هن مضمون ۾ سانگهڙ ضلعي جي هڪ آڳاٽي شهر جنهن جو هڪ نالو برهمڻ آباد تہ ٻيو نالو منصوره آهي. ان جي باري ۾ ان جي تاريخ جو هن حوالي سان ذڪر ڪندس تہ ان ڪي ڪهڙن ڪهڙن مورخ قابل ذڪر مقام سمجهي دنيا جي ڪتابن، سفرنامن تاريخ ۽ جاگرافي جي ڪتابن ۾ ان ڪي جڳهہ ڏني آهي، ان جو ذڪر ڪيو آهي ۽ ان جي تاريخ بيان ڪئي آهي. هن شهر جو ذڪر سنڌ جي مورخن بہ ڪيو آهي. عرب سياحن بہ هن جي واکاڻ ڪئي آهي. تہ فارسي تاريخ نويسن بہ هن جو ذڪر ڪيو آهي ۽ ان سان گڏ انگريز محققن ۽ مورخن بہ هن شهر جي باري ۾ لکيو آهي. ڪو زمانو هو جڏهن تاريخ جي ذريعي پراڻن شهرن ۽ ماڳن جي معلومات حاصل ٿيندي هئي. پر اج اهو زمانو آهي جو آثار قديمہ Archaeology جي ذريعي تاريخي واقعن ۽ ماڳن جي ڇنڊڇاڻ ۽ ڳولا پئي ڪئي پئي وڃي ڇاڪاڻ تہ Archaeology هڪ اهڙو علم آهي جيڪو سائنسي بنيادن تي اسان ڪي معلومات مهيا ڪري ٿو. تاريخ وارا ڪا ڳالهہ ٻڌ سڌ، افواهن، ڪن جا ڳالهين، ذاتي راين ۽ عقيدن جي اختلاف سبب گهٽ وڌ ٻڌائي سگهن ٿا، پر هي علم زمين سان تعلق رکي ٿو ۽ مٽي انهن مڙني تعصبن، نفرتن ۽ ذاتي راين کان مٿاهين ٿيندي آهي. ڌرتي جيڪا مقدس ماءُ آهي جيڪا سچي هوندي آهي ۽ سمورو سچ ٻڌائيندي آهي.

ابوالحسن: بلاذري جا حالات مدائني جي روايتن تي ٻڌل آهن. هن جيڪي بہ لکيو آهي سو مدائني کان روايت ڪيو ائين مدائني بابت مورخن جون اختلافي روايتون آهن.

سڀ کان آڳاٽو جنهن مورخ هن شهر جي ڳالهہ ڪئي آهي سو آهي يعقوب "بلاذري" (1) جنهن پنهنجي جڳ مشهور ڪتاب ۾ اسلامي فتوحات جو ذڪر ڪندي سنڌ جي ڳالهہ ڪئي آهي ۽ سنڌ ۾ اسلامي فتوحات جو ذڪر ڪيو آهي. هن بزرگ منصوره ۽ برهمڻ آباد بہ جدا جدا شهر، ڪري بيان ڪيو آهي. بلاذري جي معلومات قابل احترام آهي هن سنڌ جي ذڪر خير سان پنهنجي ڪتاب جي عزت افزائي ڪئي آهي. پر سندس معلومات ٻڌل ڳالهين ۽ روايتي تاريخ نويسي جي بنياد تي آهي، هن جي ڪتاب ۾ ڪيترائي تضاد نظر اچن ٿا. ڇاڪاڻ تہ ڪئين ٻڌي ڳالهہ ائين ئي ٿيندي آهي. هن بزرگ 279 هجري ۾ وفات ڪئي هئي. ساڳي ئي دور ۾ تقريبا ساڳي وقت جو لکيل ٻيو ڪتاب احمد بن عمر ابن رستہ جو "الاعلاق النفيسہ" (2) آهي هن بزرگ 290 هہ ڌاري هي ڪتاب لکي پورو ڪيو هو. هن بزرگ بہ منصوره ۽ سنڌ جي سنڌو درياءَ ڪي پنهنجي ڪتاب ۾ بيان ڪيو آهي. ساڳي دور جو هڪ ٻيو بزرگ (3) ابن خرداذ بہ ولادت 211 هہ وفات "300" هجري سندس پورو نالو ابو القاسم عبيد الله بن عبدالله ابن خرداذ بو هو هن جي جڳ مشهور ڪتاب جو نالو "المسالڪ والممالڪ" آهي. هن صاحب سنڌ جي شهرن ڪي بيان ڪندي ڪتاب جي 56 ص

منصوره کي لکيو آهي. پر جن سياحن منصوره کي ڏٺو ۽ هن شهر ۾ پنهنجي سر پاڻ آيا هتي مهينن جا مهينا رهيا حڪمران توڙي عوام سان ميل ملاقاتون ڪيائون تن منصوري کي برهمڻ آباد ۽ برهمڻ آباد کي منصوره سڏيو آهي اهو به اهڙي وضاحت سان جو ڪابه شڪ ۽ شبهي جي گنجائش باقي نه ٿي رهي. المسالڪ والممالڪ ۾ ابن اسحاق ابراهيم بن محمّد الفارسي (4) الاصطخري (وفات 340 هجري) لکيو آهي ته سنڌ جو شهر منصوره آهي جنهن جو سنڌي نالو برهمڻ آباد آهي. ڪتاب جي صفحي 102 تي تفصيل سان منصوري جي باري ۾ لکيو اٿس (5) ابن حوقل پنهنجي ڪتاب "صورت الارض" ۾ جي صفحن 270، 274ع 276 علي بن حسين مسعودي جيڪو بغداد جو رهاڪو هو ۽ منصوري ۾ به آيو (346) تنهن پنهنجي ٻن ڪتابن. التنبيه والاشراف ۽ مروج الذهب ۾ سنڌ جي شهرن ۽ منصوره جي متعلق تفصيل سان حالات لکيا آهن. التنبيه والاشراف جي صفحي (7) 55 ۽ مروج الذهب جي صفحي 214 تي لکيو اٿس. پر ان کان سواءِ التنبيه والاشراف جي 32 _ 54، 89، 96، 130 ۽ 238 صفحن تي پڻ منصوره جو نالو ورتو آهي.

(8) ياقوت حموي (وفات 626هـ پنهنجي ڪتاب معجم البلدان جي جلد 8 صفحو 77 ۽ صفحو 170 ۽ 211 تي به منصوره جي باري ۾ لکيو آهي. هن مختلف ماڻهن جي روايتن سان اها ڳالهه بيان ڪئي آهي ته منصوره جو اڳاتو نالو برهمڻ آباد هو پر اسلام جي آمد کان پوءِ مسلمانن هن شهر جو نالو ڦيرائي منصوره رکيو آهي.

جن عالمن منصوره جا حالات ۽ سنڌ ڀٽاندر بيان ڪيا آهن تن مان مشهور عالم محدث حافظ (9) ابن حزم به آهي جنهن جمهرت الانساب ۾ هباري خاندان ۽ عمر بن عبدالعزيز هباري جا حالات بيان ڪندي لکيو آهي ته هبارين جي حڪومت جو خاتمو محمود غزنوي بن سبڪتگين جي هٿان ٿيو جمهرت ص 118.

محمود غزنوي جي فتوحات ۽ حملن جو ذڪر ڪندي (10) علامه ابن اثير پنهنجي مشهور ڪتاب التاريخ لڪامل جي نائين جلد جي صفحي 119 تي منصوره جو حال بيان ڪيو آهي ۽ اها ڳالهه وضاحت سان بيان ڪئي آهي ته هباري عربن جي حڪومت جو سنڌ ۾ خاتمو محمود غزنوي جي هٿان ٿيو _ لکيو اٿس ته شهر جي ماڻهن جي اڪثريت جو قتلام ڪيو ويو. گهڻا ٻڏي به هئا ۽ ٿورا وڃي ڪي بچيا (واضح رهي ته هي مورخ محمدو غزنوي جو مداح آهي). (11) ابو ريحان البيروني پنهنجي ٻن ڪتابن "في تحقيق ما الهند" ۾ ۽ قانون مسعودي ۾ منصوره جي باري ۾ لکيو آهي. في تحقيق ماللهند ۾ لکي ٿو ته محمود بن قاسم بهمنوا جو شهر فتح ڪيو ۽ ان جو نالو منصوره رکيائين ۽ ملتان فتح ڪري تنهنجو نالو وري معموره رکيائين. ڪتاب البلدان ۾ احمد بن ابوبڪر (12) بن محمد همداڻي به منوصره جو ذڪر خير ڪيو آهي. مشهور محدث (13) مفسر ۽ مورخ علامه ابن جرير طبري پنهنجي معرڪته الارا ۽ ڪتاب تاريخ طبري ۾ منصوره ۽ برهمڻ آباد جي باري ۾ لکيو آهي هن بهمڻ ارد شير جي ٻڌايل شهرن جو ذڪر ڪندي سنڌ جي برهمڻ آباد جو به ذڪر ڪيو آهي. طبري جلد 1 ص 287 (14) بشاري مقدسي جنهن جو نالو پورو نالو شمس الدين ابي عبدالله آهي

تنهن پنهنجي ڪتاب احسن التقاسيم في معرفتہ الاقاليم ۾ منصوره جي عمارتن، باغن، بازارين، مسجد، ماڙهن، ميون دريائن ۽ شهر جي تمام گهڻي واکاڻ ڪئي آهي (15) نزهتہ المتشاق ۾ شريف ادريسي صفحي 30 ۽ 31 تي منصوره جا حالات قلمبند ڪيا آهن ۽ پوري تفصيل سان منصوره بابت لکيو آهي (16) بزرگ بن شهريار پنهنجي عجائب الهند ۾ منصوره جي واکاڻ ڪئي آهي ۽ سنڌي ٻولي جي سڀ کان آڳاٽي شعري مجموعي ۽ سڀ کان قديم سنڌي ترجمي ۽ تفسير جو ذڪر ڪيو آهي. منصوري کي هن صفحي 3 _ 4 ۽ 5 تي جڳهہ ڏني آهي. (17) قاضي رشيد بن زبير (462هه) پنهنجي ڪتاب "الذخائر والتحف" سنڌ جي حڪمران موسيٰ بن عمر بن عبدالعزيز هباري (271هه) پاران موڪليل عباسي خليفي معتمد کي موڪليل سوکڙين جو ذڪر ڪيو آهي. هو لکي ٿو تہ: موسيٰ هباري هڪ هاٿي، خوبصورت اٺ چاندي جون ٺي مورتيون مشڪ، عنبر، ريشمي ڪپڙا، هرڻ ۽ ٻيا بيشمار قيمتي تحفا معتمد عباسي کي موڪليا هئا. هن خليفي واثق جي زماني ۾ منصوري جي مقتول حڪمران عمران بن موسيٰ بن يحيٰ بن خالد برمڪي جي ملڪيت جو تفصيل هن طرح سان لکيو آهي. عمران جي قتل ٿيڻ کان پوءِ خليفي جيڪا ان جي ملڪيت هٿ آئي ان ۾ پنج ڪروڙ درهمن جي دولت شامل هئي، جنهن مان خليفي پنهنجو دسترخوان ٺهرايو هو جنهن جون رڪيبيون ۽ ٻيو سمورو سامان سون جو هو.

عيون الانباءَ في طبقات الاطباءَ ۾ ابن ابي اصيبہ (18) بہ منصوري شهر جو ذڪر ڪيو آهي (19) علامہ عبدالڪريم سمعاني پنهنجي ڪتاب الانساب ۾ منصوري شهر جي عالمن، محدثن ۽ مدرسن جو احوال قلمبند ڪيو آهي (20) "المعجم ما استعجم" جي مصنف ابي عبيد عبدالله اندلسي بہ مختصر طريقي سان منصوري بابت احوال لکيا آهن (21) ابن البلخي فارس نامي (تاليف 510) ۾ منصوره ان جي حاڪمن ۽ سنڌ جي حالات تي ڪافي روشني وڌي آهي. (22) ابن النديم پنهنجي تصنيف الفهرست ۾ منصوري جي عالمن ابو محمّد المنصوري ۽ ٻين محدثن جو ذڪر ڪيو آهي ۽ منصوري جي عالمن جي تصنيفات جو بہ بيان ڪيو آهي. هو لکي ٿو تہ ; ابو محمّد منصوري جا ٽي ڪتاب تمام گهڻو مشهور آهن ۽ انهن جا نالا هي آهن المصباح الڪبير، ڪتاب الهاوي ۽ ڪتاب البر _ المصباح الڪبير مان معلوم ٿئي ٿو تہ هن بزرگ المصباح الصفير بہ لکيو هو (23) "ڪتاب المختصر في اخبار البشر" ۾ ابو الفداءِ بہ جلد اول ۾ منصوري جا حالات بيان ڪيا آهن (24) موسيٰ الخوارزمي مشهور مسلمان جاگرافي دان پنهنجي ڪتاب "صورت الارض" ۾ منصوره کي الاقليم الثاني هيٺ بيان ڪندي صفحي 10 تي منصوري جي بيهڪ ۽ ڦاڪن متعلق لکيو آهي. هندوستان جي آڳاٽن مورخن مان زين الدين محمّد بن حسن الصفاني، جيڪو امام صاغاني جي نالي سان مشهور هو ۽ جيڪو جلال الدين خوارزم شاه جي ديبل جي حملي وقت هن ملڪ ۾ گهمي ڦري رهيو هو تنهن پنهنجي ڪتاب (25) العباب الذاخر والباب والفاخر ۾ سنڌ جي شهرن ديبل ۽ منصوره جا حالات بيان ڪيا آهن ۽ لکيو اٿس تہ ڪهڙي طرح سان چنيسر سومري کي جلال الدين خوارزم شاه شڪست ڏني هئي. (26) قويني پنهنجي مشهور ڪتاب جيڪو هن شهر ۽ ماڳن جي متعلق لکيو آهي.

"آثار البلاد" ۾ منصوري جي تعمير ۽ تخريب جا واقعا پڻ ڪيا آهن. (27) مراصد الاطلاع ۾ صفحي الدين بغدادي (وفات 749) پڻ منصوره ڪي اختصار ڪان ڪم وٺندي بيان ڪيو آهي. (28) حمد الله مستو في نزهت القلواب ۾ جهان ڪشا ۽ جويني جي مصنف (29) عطا ملڪ جويني (659هه) خوارزم شاه جي پاڄ، چنگيز خان هٿان شڪست خوارزمي سلطنت جا پويان پساه بيان ڪندي جلال الدين خوارزم شاه جي سنڌ ۾ آمد هيٺ سنڌ جي شهرن ۽ ماڳن ڪي ذڪر ڪندي منصوري جو بہ نالو ورتو آهي. هندستان جي مورخن مان طبقات ناصري جي مصنف (30) منهاج سراج ڪتاب جي پهرين جلد ۾ ٽن هنڌن تي منصوره جو نالو ورتو آهي صفحي 189، 412 ۽ 745 تي منصوره متعلق ٿورو گهڻو لکي ويٺو آهي (31) علامي ابو الفضل آئين اڪبري ۾ منصوره وري بکر کي سڏي ويٺو آهي (32) تاريخ الصند تصنيف محمّد قاسم برلاس، ۾ پڻ منصوره جو ذڪر ملي ٿو. سنڌ جي مورخن مان (33) چچ نامو (34) تحفته الڪرام (35) معصومي، (36)ملڪي نامو (37) جنت السنڌ (38) تمدن سنڌ، (39) ڳالهيون ڳوٺ وڻن جون (40) مير معصوم بکري (41) ڊاڪٽر بلوچ جي مضمونن ۽ ڪتابن ۾ پڻ منصوره جو احوال معلوم ٿئي ٿو. چچ نامي واري سيني سنڌ جي مورخن ڪان وڌيڪ برهمڻ آباد ۽ منصوره جا حالات بيان ڪيا آهن. جديد عربي ڪتابن مان نزهه الخواطر تصنيف (42) عبدالحي لکنوي ۽ رجال السند والهند (43) قاضي اطهر مبارڪپوري جي ڪتابن ۾ پڻ ڪافي مواد منصوره ۽ ان جي عالمن متعلق ملي ٿو (44) نواب صديق علي خان پڻ منصوري کي نہ وساريو آهي ۽ هن بہ منصوره جو ذڪر ڪيو آهي. اردو تصنيفات مان عرب وهند ڪي تعلقات (45) سيد سليمان ندوي علماءِ هند، مولوي رحمان علي، (46) "سنڌ عهد رسالت ۾ (47) "سنڌ ۾ عربون ڪي حڪومتين (48) قاضي اطهر مبارڪپوري، تاريخ سنڌ ابو ظفر ندوي (49) آئينہ (50) حقاتت نما (51) نجيب خان اڪبر آبادي (52) آب ڪوثر شيخ محمّد اڪرام (53) مولانا محمد اسحاق ڀٽي جي ڪتاب فقها ۽ هند (54) معجم البلدان ڊاڪٽر غلام جيلاني برق (55) تاريخ سنڌ اعجاز الحق قدوسي، برهان پور کي سنڌي اوليا (56) هندوستان عربون ڪي نظر مين، ڀين ڪافي ڪتابن منصوره، برهمڻ آباد ۽ ان جي عالمن متعلق ڪافي حالات معلوم ٿين ٿا. سنڌي ڪتابن مان قديم سنڌ ڀيرو مل (57) قديم سنڌ (58) مرزا سيچ الوحيد (59) جو سنڌ آزاد نمبر (60) مشاهير سنڌ مولانا دين محمد وفائي ۽ ڪجهہ ڪتاب جن جو مان اڳ ذڪر ڪري آيو آهيان تن ۾ تہ تفصيل سان سنڌ جي هن شهر جا حالات بيان ڪيا ويا آهن ۽ ڪيترا ڪتاب جيڪي هن وقت زير طبع آهن جن ۾ پڻ انشاءَ الله هن شهر جي متعلق ڪافي معلومات اسان کي حاصل ٿينديون آخر ۾ سنڌ جي هڪ عالم جا انگريزي ۾ لکيل مضمون ۽ مقالا پڻ منصوره متعلق اسان کي ڪافي معلومات مهيا ڪن ٿا. منهنجي مراد آهي محمّد حسين پنهور، هينئر انهن انگريز عالمن ۽ مصنفن جو ذڪر ڪندس جن هن شهر جي کوٽائي ڪئي. ڳولي لڌو ۽ ان جي متعلق اسان کي معلومات مهيا ڪئي.

منصوره ۾ جيڪي سياسي يا مذهبي شخصيتون گهمڻ ڦرڻ يا ڪن ڀين سياسي مقصدن سان آيون تن ۾ هيئيان نالا قابل ذڪر آهن. عربي ٻولي جو مشهور شاعر 1 مطيع بن اياس هشام تعلبي جي ڏينهن ۾ سنڌ ۾

آيو ۽ منصوره ۾ اچي ترسيو هو. 2 ابو عباده وليد بن عبيد البحتري جيڪو پنهنجي مشهور نالي بحتري سان ڄاتو سڃاتو وڃي ٿو سو پڻ سنڌ جي عباسي گورنرن جي دور ۾ سنڌ ۾ آيو هو ۽ هو صاحب به سنڌ جي پر رونق ۽ گادي واري شهر منصوره ۾ ٺئي اچي رهيو هو (معجم البلدان، ياقوت حموي، ب س _ ص 51 عمر بن حفص جي دور اقتدار ۾ مشهور علوي دائي عبدالله لاشتر (جيڪو حضرت علي رضہ جي فوجن جي ڪمانڊر ۽ خاص مشير مالڪ الاشتر جي پونيرن مان هو) علوي پڻ سنڌ ۾ آيو. عمر بن حفص جي گورنري جو زمانو 142 هجري کان 151 تائين رهيو ۽ هي عباسي دور خلافت جو مهڙيون دور هو. مشهور خارجي داعي حسان بن مجاهد همداني خارجي پڻ عمر بن حفص جي ڏهاڙن ۾ سنڌ ۾ آيو هو ۽ منصوري ۾ 142 هجري ۾ اچي ترسيو هو. حوالي لاءِ ڏسو الڪامل ابن الايثر جلد 5 ص 455. (61) تاريخ الحڪماءَ جي مصنف ابراهيم بن فرزارون، جيڪو بغداد جو رهاڪو هو عنسان بن عباد جي ڏهاڙن ۾ منصوري ۾ آيو هو ۽ ڇهن مهينن لاءِ منصوري ۾ ٽڪيو هو. غسان بن عباد 213 هجري کان وٺي پورا ٽي سال يعني 316 تائين سنڌ جو والي رهيو. اموي خاندان جي حڪمرانن تقريبا 40، 45 سال حڪومت ڪئي هن خاندان طرفان مشهور گورنر حڪم بن عوانہ ڪلبي، عمروبن قاسم، يزيد بن عرار، منصور بن جمهور ڪلبي ۽ بيا هئا. روايت ڪيو وڃي ٿو تہ منصوري ۽ اموي گهراڻي جا ڪل چار گورنر هن شهر ۾ ٽڪي سگهيا (62) "يعقوبي" يعني احمد بن يعقوب (346هه) به پنهنجي مشهور تاريخ ۾ منصوره جو ذڪر ڪيو آهي. انهن ڪان سواءِ مشهور مورخ، محدث مفسر، ۽ تمام گهڻن ڪتابن جي مصنف علامہ جلال الدين (63) سيوطي پنهنجي ڪتاب تاريخ بغداد ۾ بہ منصوري جي محدثن ۽ عالمن جا تفصيل سان حالات قلمبند ڪيا آهن. جيڪي ڪنهن نہ ڪنهن وقت هتان هجرت ڪري يا سير سفر جي سانگي بغداد ۾ ترسيا هيا.

(64) تاريخ ابن خلدون ۾ علامہ ابن خلدون هباري سلطنت جي زوال ۽ منصوره جي تباهي جو ذڪر ڪندي لکيو آهي تہ: عربن جي اسلامي حڪومت جو خاتمو محمود غزنوي جي هٿان آيو هو ۽ هن پورا تفصيلي حالات لکندي اهو وضاحت سان لکيو آهي تہ هبارين ۽ منصوره جي حڪومت ختم ڪرڻ لاءِ منصوره وارن جي اسماعيلي ٿيڻ جو افسانو محمود غزنوي جي طرفدار مورخن ڄاڻي واڻي گهڙيو هو. مٿين مورخن کان سواءِ ابن خلڪان، طبقات الفقهاءَ ۾ ابو اسحاق شيرازي ۽ حاجي خليفي پڻ پنهنجي ڪتاب ۾ منصوره جو ذڪر ڪيو آهي.

مٿي ڄاڻايل ڪتابن کان سواءِ بين ڪتابن ۾ بہ منصوره ۽ برهمڻ آباد جو ذڪر يا نالو ملي ٿو. جيڪڏهن پوري تفصيل سان انهن جا نالا لکيا وڃن تہ شايد نالا لکندي ئي ورق وترا ٿي ويندا.

مددي ڪتاب:

1. فتوح البلدان : ابو الحسن يعقوب بلاذري (وفات 279)
2. اعلاق النفيسہ : ابن رستہ (290هه)
3. المسمالڪ والممالڪ : ابن خردازبو (211_200)

4. = = : اصطخري (340)
5. صورت الارض : ابن حوقل
6. التنبیہ والاشراف: علي بن حسین مسعودي (346)
7. مروج الذهب : مسعودي
8. معجم البلدان : یاقوت حموي (626)
9. جمهرت الانساب : حافظ ابن حزم (چوٿین ۽ پنجین صدي)
10. التاریخ الکامل: ابن اثیر (چوٿین ۽ پنجین صدي)
11. في تحقیق ماللهند: ابو ریحان البیروني (چوٿین ۽ پنجین صدي)
12. قانون مسعودي : بو ریحان البیروني
13. کتاب البلدان: ابوبکر همداني
14. صورت الارض: موسیٰ الخوارزمي
15. تاریخ طبري: ابن جریر طبري
16. احسن التقاسیم في معرفتہ القالیم بشاري مقدسمي
17. نزهتہ المشتاق: شریف ادریسي
18. الذخائر والتحف: قاضي رشید بن زبیر (462)
19. عیون الانباءَ في طبقات الاطباءَ: ابن ابي اصیبہ
20. الانساب: عبدالکریم سعاني (563)
21. المعجم ما استعجم: ابي عبدالله انداسي
22. فارس نامو: ابن البلخي
23. الفهرست: ابن الندیم
24. المختصر في اخبار البشر: ابوالفداءَ
25. العیاب الزاخر واللباب الفاخر: زین الدین محمدؔ بن حسن صفاني
26. آثار البلاد : قزویني
27. مراصد الاطلاع: صفي الدین بغدادي (749)
28. نزهہ القلوب: حمدالله المستوفي
29. جهان کشا ۽ جویني : عطا ملک جویني
30. طبقات ناصري: قاضي منهاج سراج
31. آئین اکبري: علامي ابوالفضل
32. تاریخ الهند: محمد قاسم برلاس

33. تاريخ الحڪماءَ: ابراهيم بن فزارون

34. تاريخ بغداد: جلال الدين سيوطي

35. تاريخ ابن خلدون: عبدالرحمــن ابن خلدون

36. تاريخ يعقوبي: علامہ يعقوب

37. تاريخ ابن خلڪان: علامہ ابن خلڪان

38. طبقات الفقهاءَ: ابو اسحاق شيرازي

39. ڪشف الظنون: حاجي خليفہ

40. نزهه الخواطر: علامہ عبدالحي لڪنوي

41. رجال السند والهند: قاضي اطهر مبارڪپوري

42. سند عهد رسالت ۾: قاضي اطهر مبارڪپوري

43. هندوستان مين عربون ڪي حڪومتين: قاضي اطهر مبارڪپوري

44. ابجد العلوم: نواب صديق علي خان

45. علماءِ هند: مولوي رحمان علي

46. عرب و هند ڪي تعلقات: سيد سليمان ندوي

47. عربون ڪي جهازراني: سيد سليمان ندوي

48. تاريخ سنڌ: ابوظفر ندوي

49. آئينہ حقيقت نما: نجيب خان اڪبر آبادي

50. تاريخ سنڌ: اعجاز الحق قدوسي

51. آب ڪوثر: شيخ محمّد اڪرام

52. معجم البلدان (اردو) ل ڊاڪٽر غلام جيلاني برق

53. فقهاءِ هند: مولانا محمّد اسحاق ڀٽي

54. برهان پور ڪي سنڌي اولياءَ: راشد برهان پوري

55. چچ نامو: علي ڪوفي

56. تحفه الڪرام: مير قانع

57. تاريخ معصومي: مير معصوم بڪري

58. جنه السنڌ: رحيم داد مولائي شيدائي

59. تمدن سنڌ: رحيم داد مولائي شيدائي

60. مير معصوم بڪري: پير حسام الدين راشدي

61. ڳالهيون ڳوٺ وڻن جون: پير حسام الدين راشدي

62. قديم سنڌ: ڀيرو مل

63. قديم سنڌ انجا شهر ۽ ماڻهو: شمس العلماءِ مرزا قليچ بيگ

64. الوحيد سنڌ آزاد نمبر: علامه دين محمد وفائي

65. مشاهير سنڌ: علامه دين محمّد وفائي

66. سنڌ صدين کان : ترتيب ۽ ترجمو ممتاز مرزا

67. سنڌي ٻولي جي مختصر تاريخ: ڊاڪٽر نبي بخش خان بلوچ

68. لاڙ جي ادبي تاريخ: خواجه غلام علي الانا

69. الرحيم جا مختلف نمبر ۽ پرچا: علامه قاسمي صاحب

خالد انور سعيد عباسي
فائينل بيئر MBBS (2007)

حمد

جو ساڳ سدا خدا،
سوئي تہ خدا آهي.

جيڪو آ فدا هن تي،
تنهن تي هو فدا آهي.

ڪو ڪينَ ڇڏِي سگهندو،
مون کان تہ جُدا آهي.

جيڪو بہ ٿئي غافل،
ان لاءِ سزا آهي.

زخمن جو آهي مرهم،
دردنَ جي دوا آهي.

تنهنجو بہ آهي "عباسي"،
جيئن سڀ جو خدا آهي.

نعت

بحضور سرور ڪائنات ﷺ

رفيق احمد هاليپوٽو
فائنل ييئر

مان ڪوشش ڪيان ٿو ڪيڏي، "احمد" جي ثنا لِکجي ئي نہ ٿي،
هن منڙي نالي کي چُمندي، منهنجي تہ زبان ٿڪجي ئي نہ ٿي.

هي عرش، فرش ۽ صحرا، خالق خلقيا تنهنجي صدقي،
هر هنڌ گوجي ٿي، تنهنجي ئي ثنا، ٻي ڪابہ صدا ٻُڌجي نہ ٿي.

ڪڏهن زُلفن جا، رُخسارن جا، پيو قسم کڻي خود پاڻ خُدا،
خالق جي، زبان ساراهہ ڪندي، قرآن ۾ صفا رُڪجي ئي نہ ٿي.

آ عشق نبيءِ ايمان پنهنجو محشرجو کهڙو غم ڪجي،
هن نانءَ اندر اهڙو آمزو ٻي پاسي دل مُڙجي ئي نہ ٿي.

پنهنجي دردن، پنهنجي سُورن جي، مون توکي ڏني دانهن آقا،
تون بحر عطا، مان بحر خطا، تنهنجي هيڏي سخا ڀُلجي ئي نہ ٿي.

تنهنجو باب عنايت آهہ کُليل هر وقت حقيرن لئہ موليٰ،
منهنجي درد جي تون ئي آهين دوا، ٻي هنڌ شفا ڏسجي ئي نہ ٿي.

خالد انور سعيد "عباسي"
فائنل ييئر MBBS

وائي

اک جي ڌڙڪڻ ۾
ڪو رازُ رکيل آهي.

1. تون غور ته ڪر پيارا!
دل جي ڌڙڪڻ ۾
ڪو رازُ رکيل آهي

2. ٿون مُرڪ سان موهين ٿو
ٿُنهنجي مرڪڻ ۾
ڪو رازُ رکيل آهي

3. هيرو ٿو جرڪي پيو
هن جي جرڪڻ ۾

ڪو راز رکيل آهي
ڪو راز رکيل آهي.

غزل

تو کان تنهنجي ڳالھ لِڪايان،
پاڻ کان پنهنجي ڳالھ لڪايان.

تون ئي آن، من جي اندر ۾،
تو کان ڪهڙي ڳالھ لِڪايان.

هر شيءِ ٺيٺ ته ظاهر ٿيندي،
ڪنهن کان ڪنهن جي ڳالھ لِڪايان.

سڀ سان پيو اوريان "عباسي"،
سڀ کان هڪڙي ڳالھ لِڪايان.

خالد انور سعيد "عباسي"
فائنل ييئر MBBS

غزل

ڪڏهن اِنڪار نيٽن ۾
ڪڏهن اِقرار نيٽن ۾

ڪڏهن ڪن ڳُجَهه جون ڳالهيون،
ڪڏهن اظهار نيٽن ۾

ڪڏهن ڪنهن ناهه جون ڳالهيون،
ڪڏهن تقرار نيٽن ۾

چوي ٿي دل وجي ويهان،
"عباسي" يار نيٽن ۾

سُمير رضا تنيو
MBBS

"فائنل ييئر جي نانءُ"

اِي پرديسي!
جڏهن بہ ڪنهن ساحل تي،
لهرن جي اڇ وچ ڏسين تہ
مُنهنجيُون يادون نہ وِسارجان!

اي پرديسي!
جڏهن بہ ڪنهن شهر جي شام ۾
آسمان تي پکين جون ٽوليون ڏسين تہ
مُنهنجيون ٻوليون نہ وسار جان!

اي پرديسي!
جڏهين بہ ڪا ڊائري لکين تہ!
مُنهنجو نانءُ پنهنجي نانءُ سان لِکڻ نہ
وِسارجان!

[illegible] رضا تنيو
MBBS

خواب

نيڻن ۾ خواب آڻي ٿي،
رات رڳو عذاب آڻي ٿي.

ٽانڊن جهڙا ڏک ساڻ ڪري،
يادون بي حساب آڻي ٿي.

اڌورا ارمان اکين ۾ اوتي ڇڏ،
پتيون پتيون ٿيل گلاب آڻي ٿي

ڏکي دل ٽٽي وِڪري وڃي ٿي،
چندرما رخ تي نقاب آڻي ٿي.

رفيق احمد هاليپوٽو
فائنل سال MBBS

دِل جي ڳالهه

ڳالهه دِل جي چوان جي اجازت ملي،
زندگي نانءُ تنهنجي ڪيان جي اجازت ملي.

گلابن جي گُلن جهڙا سُهڻا پرين!
تنهنجو درشن ڪيان جي اجازت ملي.

دل ڏئي توکي دل مان وٺان،
اهو سودو مان ڪيان جي اجازت ملي.

”رفيق“ جو صرف سوال آ هڪڙو
پيار مان تو سان ڪيان جي اجازت ملي.

ايم قذافي مري
فورٿ پيئر ايم بي بي ايس

غزل

اسان پاڻ قرضي، وفائون بہ قرضي،
اسان جون پريۃ وٽ، صدائون بہ قرضي.

ڏسڻ سان پلڪون بہ جهڪجي وڃن ٿيون،
نهاريو پلا ڪيئن، نگاهون بہ قرضي.

هي سُرمائي شامون ۽ رنگين راتيون
هي بادل هي بجليون، هوائون بہ قرضي

هي جوڀن جوانيءَ سندا جواڻ جذبا
۽ هٿ جون لڪيرون، ڪٿائون بہ قرضي

هي گيڙوءَ جا ڪپرا، تنبوري جون تارون
هي محفل ۽ مجلس، مداحون بہ قرضي

هي مهراڻ مستيون، هي واهڻ ۽ وستيون
۽ "راهل" سنديون، سيئي راهون بہ قرضي

اسان پاڻ قرضي، وفائون بہ قرضي،
اسان جون پريۃ وٽ، وفائون بہ قرضي.

نظم

ٻڏا توکي ڪٿي ڳوليون،

لٽيل ڪنهن شام پاڇي ۾،
اتر يا لاڙ ڪاڇي ۾،

خزائن ۾ بهارن ۾،
يا نرگس جي نهارن ۾،

مينا جي درن پويان
يا ٿر جي ٿوهرن پويان

ڪنهن مسجد جي منارن ۾
ياڻ مندر جي مهارن ۾،

چئو ڪٿي روح کي روليون،
ٻڏاءِ توکي ڪٿي ڳوليون،

هي رڻ پٽ جا سيئي راڳا
سڄي ڌرتي ڪري ياڳا

هنن ويران گلين ۾،
۽ ڪومايل ڪي ڪلين ۾،

پوراين جيان پيرا
ڪٽي آڪاش ڏي پيرا

ٻنهي ٻانهن کي ٻاڪاري
اميدن جون جهليون جهوليون
ٻڏاءِ توکي ڪٿي ڳوليون.

وارث علي جکراڻي "ويچارو"
فرسٽ ييئر ايم بي بي ايس.

سرائڪي

سچن جا سردار سرائڪي
سڄي پاڪستان جا ساهه سرائڪي
عامر ۽ سلطان خان آهن

تنهنجا اوا سردار سرائڪي
تو تان منهنجي هر شيءِ گهورَ
سهڻا منهنجا گهوٽ سرائڪي

"وارث سوڍو ايا سنڌي
ڪيو پنهنجو سِرُ گهور تان سرائڪي

شعيب حسين لغاري
پهو سال ايم بي بي ايس.

"نفس"

- نفس پرستي کان دوري اختيار ڪريو تہ جيئن دنيا ۽ آخرت ۾ توفيق الاهي حاصل ڪري سگهو
- تنهنجو نفس تو کان يقيني طور تي اهو ڪم وٺندو
- جنهن لاءِ تو انهيءَ کي مايوس ڪيو آهي.
- جنهن جي نفس ۾ خود انهيءَ جي نفس جي عزت هوندي
- اهو پنهنجي خواهشن کي بي وقت سمجهندو
- بهترين عمل اهو آهي، جنهن ذريعي توهان جي نفس کي مجبور تي ويڄو پوي
- توهان جي نفس جي سڌاري لاءِ اهوئي ڪافي آهي تہ جيڪا شيءِ ٻين لاءِ ناپسند ڪيو ٿا انهيءَ کي پنهنجي لاءِ بہ پسند نہ ڪيو
- نفس جي پيروي عقل جي دشمن آهي
- نفس جي پيروي بينائي کان محروميءَ وانگر آهي.

زين پنهيار
1st year MBBS

سچل جو پيغام امن ۽ محبت

حق موجود

ڏسو عشق جو هي انصاف
سڀئي مذهب ڪيائين معاف
ڪي وڃڻ ڪيهيو تن اندر طواف
سچو انهي ڳالهه ۾ جنين نہ آهي خلاف
وادي ۾ وحدت جي جُڙي "ل" نہ "ڪ"
الانسان سِرّي وانا سَرّه، غازين اي خلاف
سچو مذهب عشق جو سوئي آهي صاف.

پوري انساني تاريخ جي ساه و سفيد اوراق کي اُٿلائي پُٿلائي ڏسجي ٿو تہ تاريخ مذهب ۽ مت جي نانءَ تي ٿيندڙ جنت و جدل، قتل وغارت، المناڪ ۽ شرمناڪ واقعن سان ڀر پئي آهي. "تاريخ جي تاريڪ بابن جو باريڪ بينيءَ سان جائزو وٺنداسين تہ اها حقيقت عالم آشڪار ٿي پوندي تہ هر دور ۾ دين ڌرم، مذهب ۽ فرقي جي نانءَ تي انسانيت جي جيڪا تذليل ٿي آهي سا شايد ڪنهن ٻئي بنياد تي ٿي هُجي.

مذهبن ملڪ ۾ ماڻهو مُنجهايا
شيَي، پيري، بزرگي بيحد ٻُلايا،
ڪِن نِوڙي نمازون پڙهيون، ڪِن مندر وسايا
اوڏانهن ڪِين آيا عقل وارا عشق ڏي

هر دور ۾ حق ۽ سچ کي دٻائڻ، هيسائڻ ۽ زير ڪرڻ لاءِ هر دور جي نمرودن، فارعونن ۽ ابوجهن پنهنجي وسان ڪين گهٽايو آهي پر جڏهن بہ انسانن جي عظمت تي امتحان جي گهڙي آئي تہ عشق انسانن، اوليائن، امامن اوشاقن، عاشقن ۽ مستانن جو روپ ڌاري سُپوري سَزا وار بڻيو پر انسان جي عظمت جو وار ونگو ٿيڻ نہ ڏنو.

آمہ جي آغوش ۾ پلجندڙ عبدالله جي يتيم فرزند "الانسان سِري وانا سِرّہ" جي مُفيسر "محمّدِ مصطفيٰ احمد مجتبيٰ" کان وڌيڪ انسانيت جو علمبردار ٻيو ڪير ٿو ٿي سگهي؟ سندن پُوري حيات طيبيٰ مان مذهب ۾ مت جي بُنياد تي ڪنهن کان بہ نہ نفرت جو هڪ بہ دليل تاريخ ۾ نہ ٿو ملي. طائف ۾ پٿر لڳا حضرت محمّد مصطفيٰ ﷺ دعا لاءِ هٿ کنيا. مڪي ۾ عورت گند اُڇلايو بيمار ٿي محمّد ﷺ پُڇڻ آيو. در علي رضہ جو هجي سوالي ۾ خالي نہ موٽي. ڪربلا جو تپندڙ صحري حسين ع تني تنها "هل من ناصر ينصرنا" جي صدا هڻندي امام ضعيف ڪلهن تي ايڪهتر (71) جنازہ کنيا.

جڏهن جڏهن اسلام ملوڪيت جو محتاج ٿيو ۽ فاجر ۽ فاصق حڪمرانن جي دربار جو دربان بڻيو تہ صُوفين، سرويچن ۽ عاشقن مذهب جي اهڙي انسان دشمن روپ خلاف بغاوت جو علم سربلند ڪيو.

آن الحق جو اعلان ڪندڙ "حُسين بن منصور" کان وٺي "بايزيد بُسطاني" کان وٺي سُبحاني ما اعظم شاني جو اظهار ڪندڙ "فريدين عطار" کان وٺي جنيد بغدادي تائين، وحدت منجهان ڪثرت ۽ ڪثرت منجهان ڪُلُ جي فلسفي "لطيف سرڪار" کان وٺي "سچل سائين" تائين مذهب جي مونجهاري مان نڪرندڙ صُوفين جو هڪ آڻ کُٽ ڪافلو آهي.

سچل ڪلهوڙن جي دور ۾ هوش سنڀاليو ۽ ٽالپرن جي دور ۾ وحدت جي وجود جو بحري بيقرار بڻيو اُن حاڪمن جو درباري ٿيڻ ۽ مُنافقي جو دامن پڪڙڻ بدران "ان الحق" واري منصوري واٽ ورتي.

آيجها ڪم ڪريجي جنهن وچ الله آپ بڻيجي
اِها تڪبير فنا في الله والي پهلي پهر پڙهيجي،
مار نگارا ان الحق دا، سُوري سِر چڙهيجي،
وِچ ڪفر ءِ اسلام ڪڏانهان، عاشق تان نہ اڙيجي،
سبُحاني ما اعظم شاني سچو سر تسليجي.

سچل مذهبي پيش امام جي خَسيس پٽي کي پنهنجي نوڪِ قلم سان اِهڙو تہ خُوار ۽ خراب ڪيو آهي جنهن جو مثال تصوف جي دُنيا ۾ ملڻ مشڪل آهي.

مسجد وِچ ڪاڻ ٽُڪُردي ڏيونِ ٻانگ صلواتان
منهن چِٻي، ڏاڙهي ڏنگي، خام پڙهن خلواتان
عالم ليکي روزي رکيندي پر هِنِ ڪاوڻ ڏِيان آفاتان
سچل راهہ اِهيا نہ سچ ديہ پرهہ واليان پيان باتان.

مُلي جي اصليت کي وڏيڪ واضح ڪندي چئي ڏنائين:

زک ڪِ وِرد وضيفي اڳوان جُنهڻ جُنهڻ پِهون ڪريندي
مسجد وچ مُراڪي تڙڪي مڪيان ويک مريندي
رجعت ڪاڻ دنيادي، سچل نوئين سبق پڙهيندي

سچل هندن کي زوري مسلمان بنائڻ جهڙي ڳُڏي ڪم کي شديد تنقيد جو نشانو بڻايو آهي

سچل سارو سچ ٿيو منجهان ڪثرت ڪُل
"الف" مئونآدم ٿيو ڪري هنگامو هُل
هندو مومن هِڪ ٿيو ڪول نہ ہي ڪنهن ڀُل
"خلق الاشياء فهُو عينها" اِهو آڻ عمل،
ٿج گلابي گُل، مئو مارني منصور جيان.

سچل جي فڪر ۾ انسان "سِرالاهي" آهي ۽ قرآن انسان جي عظمت جو گواه آهي.

پاڻ پنهنجو پاڻ ئي صورت منجهہ سُڃاڻ
الله الله چو چَوين، پاڻ ئي الله ڄاڻ
تون ئي ڏسندڙ تون ئي ٻڌندڙ شاهد آهہ قرآن
ناهي شڪ گمان، سچل سائين هيڪڙو.

سچل پنهنجي اندر جي اُڌمن جو اظهار ڪرڻ کان ڪونہ ٿو مُڙي، هو سماج جي سيني رسمن خلاف بغاوت ڪرڻ جو سڏ ٿو ڏي

ٽوڙ رواج رسمون، ساريون مرد ٿئي مردانو
پاڻ بيغانو مُور نہ ڄاڻين، آهين يار يگانو
وَهم ڪيو سچل ہانهپ وارو شِملو ٻڌ شاهانو.

يا وڏيڪ چيائين:

اِهائي وَيل ٿي ڏِري ڏُور ڪرڻ جي
گڏ مذهب ۾ مان ساڄهر ساڻ سويل
هِندو مومن سان ملي محبت جا ڪر ميل
مٿان ٿِيئي اويل پوءِ اوپر سج نہ اُڀري

سچل لاثاني ڪردار جو مٿلاشي هُيو. اُن سڀني مذهبن کان بالاتر ٿي عِشق جي اعليٰ منظرن کي رَسي "ان الحق" جو نعرو هنيو. ڪيس فتوائن جو فڪر ناهي، هو زماني جي مِهڻن ۽ طعنن کان بي نياز ٿي فرمائي ٿو:

نہ ۾ مُلان، نہ ۾ قاضي نہ ۾ سبق پڙهاوان
نہ ۾ ڪعبي، نہ ۾ قِبلا، مڪي مُور نہ جاوان،
نہ ۾ سُني، نہ ۾ شيعي، سيّد ڪئين سڏاوان
نہ ۾ نانڪ ، نہ ۾ لڇمڻ، گنگا مُور نہ جَاوان
يار تہ ميڏا دَرَسَ دَرازي، بس سچو ناءُ سڏاوان

اڄ وري زماني کي سچل جي ڏاڍي ضرورت آهي. مذهبن مُلڪ مونجهائي ڇڏيا آهن. جهاد جي ناءُ تي ڄَلادن جا قاتل دَستا "آدم ٻو آدم ٻو" ڪندا ٿا وتن. مسجدن ۾ موت جو راڪاس ڪاهجي پيو آهي. قرآن جا ورق وِڪري پيا آهن. مندر ۽ ڪليسائون مُحفوظ نہ آهن. امام بارگاهن جو تقدس پائمال ٿو ٿئي. سنگيدن جي سائي ۾ کهڙا سجدا ٿيندا.

ڪير ٿو چوي شيطان ڪان خطرو آ سائين
انسان کي انسان ڪان خطرو آ سائين.
آهي ڪا بارگاه جا سلامت ڏسي پوءِ اڄ
اڄ گاريهر ڪان قرآن کي خطرو آ سائين.
صدا موجود

اڇڙي ٿر جي ماڻهن ۽ جهنگلي جيوت تي خشڪسالي جا اثر

رپورٽ: مجيد مگريو

سنڌ ۾ پنجاب جي سرحد کان ريگستان شروع ٿئي ٿو جيڪو انڊيا (ڀارت) جي سرحد سان ٽڪرائيندو ڏکڻ ۾ رڻ ڪڇ تائين پکڙيل آهي. انهيءَ ريگستان کي ٻن حصن ۾ ورهايو ويو آهي. هڪ ضلع ٿرپارڪر وارو حصو جنهن ۾ ضلعي ٿرپارڪر جا چارئي تعلقه ڇاڇرو ننگرپارڪر، مٺي ۽ ڏيپلو اچي وڃن ٿا. جڏهن ته ضلع ميرپورخاص جو تعلقه عمر ڪوٽ جو ڏاکڻيون ۽ اوڀرندو حصو انهيءَ ٿر جو حصو آهن. جنهن ٿر جي پکيڙ 22000 هزار ڪلوميٽر چورس آهي. جڏهن نارو ڏورو مان لگهندڙ کوکرا پار ريلوي لائين کان اتر طرف شروع ٿيندڙ ٿر جيڪو عمر ڪوٽ تعلقي کان شروع ٿيندو سانگهڙ ضلعي جي تعلقي کپرو ۽ سانگهڙ کي پار ڪندو ضلعي نوابشاه جي تعلقي نوابشاهه خيرپور ضلعي جي تعلقي نارا، ٺري ميرواهه، ڪوٽ ڏيجي، سکر ضلعي جي تعلقي روهڙي، پنو عاقل، ضلعي گهوٽڪي جي تعلقي ڏهرڪي، ميرپور ماٿيلي ۽ اوٻاوڙو کي ڇهندو پنجاب جي سرحد سان ملي ٿو. هن ٿر کي سازدا نارا ريجن جو نالو ڏنو آهي. جڏهن ته عام طور تي هي ٿر اڇڙو ٿر (White Desert) جي نالي سان سڏيو وڃي ٿو. هن ٿرجي پکيڙ 23000 چورس ڪلوميٽر آهي جيڪو سنڌ جي پنجن ضلعن جي 11 تعلقن تي مشتمل آهي.

هن ٿر کي اڇڙو ٿر ان ڪري سڏيو ويندو آهي جو هن ٿر جي واري بلڪل سفيد ۽ برساتن ۾ گهڻ سرسبز ٿيندي آهي. هن ٿر ۾ هڪ اهڙي وارياسي پٽي آهي جيڪا پنجاب جي سرحد کان شروع ٿيندي تعلقي کپرو جي ٽڙ راڻاهو کان ڏکڻ طرف ڪراس ڪندي عمر ڪوٽ تعلقي جي سرحد کي ڇهندي ختم ٿئي ٿي. انهيءَ پٽيءَ کي ڊرينهه چيو ويندو آهي. اڇڙو ٿر کي جاگرافيائي طور چئن اهم حصن ۾ ورهائي سگهجي ٿو جيڪي هن طرح آهن:

1. مهراڻو 2 رُج 3. ٿر (مرڪز) 4 ڊرينهه

1. **مهراڻو:** درياءَ مان سکر بيراج کان نڪرندڙ نارا ڪئنال جيڪو عمر ڪوٽ ۾ ڇوڙ ڪري ٿو انهيءَ جي ڪاٻي طرف تقريبا 5 کان 8 ڪلوميٽرن تائين زرعي آبادي ڪئي وڃي ٿي. انهي زرعي آباديءَ سان گڏوگڏ نارا ڪئنال جي ڪاٻي طرف اڇڙي ٿر جي اٽڪ پٽن جو سلسلو شروع ٿئي ٿو. زرعي آباديءَ کان سروع ٿيندڙ ٿر جي حصي کي تقريباً ڏهن ڪلوميٽرن تائين جي علائقي کي مهراڻو چيو ويندو آهي. مهراڻي جي علائقي ۾ هڪ طرف زرعي آباديون، ٻئي طرف خوبصورت واريءَ جا ڍڳا ۽ انهن جي وچ ۾ وري ڪٿي ڪٿي قدرتي ڍنڍين جو دلڪش منظر ڏاڍو سهڻو لڳندو آهي. مهراڻو زرعي آبادي واري علائقي ۽ ٿر جو وچ وارو علائقو يا پُل طور سڃاتو وڃي ٿو. ٻين لفظن ۾ مهراڻو معنيٰ منهن وارو (علائقو) ٿيندي، مطلب ته ٿر جي منهن وارو يا شروعات وارو حصو به چئي سگهجي ٿو.

هي علائقو زرعي آباديءَ جي ويجهو هئڻ ۽ قدرتي ڍنڍين هجڻ سبب ٿر جي پيٽ ۾ وڏيڪ آباديءَ وارو علائقو آهي. مهراڻي ۾ رهندڙ ماڻهن جي گذر جو ذريعو چوپائي مال کان سواءِ ٻني ٻارو ڪرڻ، لابارو ڪرڻ، مزدوري ڪرڻ، مڇي مارڻ يا هيڪڙ ٻيڪڙ سرڪاري يا غير سرڪاري نوڪريون ڪرڻ به هوندو آهي. مهراڻي کي ٿر جو "ڪسيارو" علائقو به سڏيو وڃي ٿو.

رَڄ: مهراڻي واري علائقي کان پوءِ رڄ شروع ٿئي ٿي. رڄ جو علائقو مهراڻي ۽ اصل ٿر جي وچ وارو علائقو هوندو آهي. هي به ڏکڻ کان اتر طرف هڪ ڊگهي پٽي آهي. جنهن جي ويڪر ڪٿي گهٽ ته ڪٿي وڏيڪ هوندي آهي. هي وسيع علائقو ڪوهن تائين پکڙيل هوندو آهي. رڄ ۾ ماڻهن جي آبادي ڳوٺن جي صورت ۾ نه هوندي آهي. صرف سياري جي موسم ۾ چراگاهن جي ڳولا ۾ مارواڙا مال ڪاهيو اچيو وانڊيون (عارضي اجها) ڪن. رڄ ۾ آبادي نه هئڻ، بر ٿي بر هجڻ ۽ پري تائين پکڙيل هئڻ ڪري هن کي ٿر جو اڙانگو علائقو سمجهيو وڃي ٿو. ٿر جي رڄ واري علائقي ۾ لوڪل ماڻهن جي رهنمائيءَ کان سواءِ سفر نٿو ڪري سگهجي. ٿر جي انهيءَ مشڪل بابت ڀٽائي فرمائي ٿو:

واقف نه وٽڪار جي، ٻاري سڄڻ ٻر،
ور وسيلا سپرين، ٽڪيس ڏوري ٿر.

رڄ ۾ آبادي نه هئڻ ۽ پاڻيءَ جا کوهه نه هجڻ سبب ڪيترائي ماڻهو مال جا پيرا ڪڻندي رڄ جي راهه ۾ وڃي رب کي پيارا ٿيا. ان ڪري ٿر جي ڪجهه ماڻهن ڪٿي ڪٿي پنهنجي هڙان وڙان پاڻيءَ جا ٽانڪا ٺهرايا آهن.

رڄ ۾ برسات وسڻ کانپوءِ ساوڪ سٺي ٿيندي آهي ۽ وٽڪار به هوندي آهي پر زير زمين پاڻي کارو هوندو آهي، ان ڪري انساني آباديءَ جو هڪ جاءِ تي رهڻ مشڪل هوندو آهي. رڄ ۾ گهڻو ڪري لاڻا، ٿوهر، ڪرڙ ٽاڪارين جا وڻ ججهي تعداد ۾ ٿين ٿا. رڄ ۾ زير زمين پاڻيءَ جي سطح 60 کان 120 فٽن تائين هوندي آهي. رڄ ۾ جهنگلي جيوت به گهڻي تعداد ۾ هوندي آهي. جنهن ۾ هرڻ جام هوندا آهن.

ٿر (مرڪز): هن علائقي کي مرڪز ٿر يا اصل ٿر طور تصور ڪيو ويندو آهي. عام طور تي هن کي ٿر جي نالي سان ئي سڏيو وڃي ٿو. هن ٿر جي آبادي ننڍين ننڍين ڳوٺن تي مشتمل هوندي آهي. اهي ڳوٺ گهڻو ڪري ڪوهن (تڙن) جي نالي سان سڏيا ويندا آهن. اهي کوهه هڪ ٻئي کان به کان ائن ميلن جي مفاصلي تائين پري پري هوندا آهن. هتي زير زمين پاڻي گهڻو ڪري مٺو هوندو آهي پر ڪٿي ڪٿي پاڻي ٻاڙو يا کارو به هوندو آهي. هن علائقي ۾ پاڻيءَ جي زير زمين سطح 50 کان 150 فوٽن جي گهرائي تائين هوندي آهي. جن کوهن جو پاڻي کارو يا ڪڙو هوندو آهي. ته اتان جا ماڻهو پيئڻ لاءِ پاڻي پري وارن کوهن تان ائن ۽ گڏهن تي پري ڪٺي ايندا آهن.

ڍرينهن: هن ٿر ۾ سفيد واريءَ جي هڪ اهڙي پٽي جيڪا بلڪل کير جهڙي سفيد هوندي آهي. هن واريءَ ۾ ڊيڄ ٿيندي آهي، هن ۾ ڪنهن به قسم جو ڪک پن يا ٻوٽو ڪونه ٿئي، هن پٽيءَ کي مقامي طور ڍرينهه

چونڊا آهن. هن جي ويڪر ٻن کان پنجن ميلن تائين به آهي. زباني راين ۾ ڏند ڪٿائن مان معلوم ٿئي ٿو ته قديم زماني ۾ هتان کان "سرسوتي" درياءَ وهندو هو جيڪو وقت جي ويرن سان گڏوگڏ پنهنجو وهڪرو وڃائي چڪو آهي. ۽ پوءِ درياءَ جو اهو پيٽ سفيد واريءَ جا دڙا ٿي ويو. معمولي هوا تي هيءَ واري سفر ڪندي نظر ايندي آهي. هوا جي جهوٽن يا هٽ پير هٽڻ سان واري جهاز وانگر گهوگهٽ وارا آواز ڪندي وهڻ شروع ڪندي آهي.

2. واريءَ جي هن پٽيءَ ۾ گاهه يا وڻ ڪونه ٿين. ڪٿي ڪٿي ڍرينهه جي وچ ۾ ٽڪرن ٽڪرن ۾ ڪجهه ٻوٽا سرن جا به ٿين ٿا. هن پٽيءَ ۾ زير زمين پاڻي تمام ويجهو ملي ۽ سٺو هوندو آهي. ڪٿي ڪٿي ننڍا تس يا کوهيون کڻڻ سان به پاڻي نڪري ايندو آهي. اڇڙي ٿر جي مشهور ڍنڍ پور چنڊ به ڍرينهه جي پٽيءَ ۾ آهي. ان کان سواءِ هن ڍرينهه ۾ ڪجهه ٻيون به ايڪڙ ٻيڪڙ ڍنڍون آهن. هن پٽيءَ ۾ واقف ماڻهو کانسواءِ ڪير به سفر ڪري نٿو سگهي ڇو ته واٽ کانسواءِ هلندڙ ماڻهو جانور يا گاڏي واريءَ جي ڏڀڻ ۾ غرق ٿي ويندي. هي پٽي پاڪستان جي لاءِ سرحدي دفاع جو اهم ذريعو آهي.

اڇڙو ٿر سوين سالن کان سدائين سرڪاري، غيرسرڪاري توڙي سياسي آقائن جي نظرن کان اوجهل رهيو آهي. اڇڙي ٿر ۾ ڪا به بنيادي سهولت ميسر ناهي. ويتر مالڪ جي طرفان مينهن جي مهرباني گهٽ هئڻ يا نه هئڻ سبب ٿري ماروئڙا هميشه مصيبتن جي منهن ۾ رهيا آهن. حڪومت جا ڪارندا يا ٻيا آقا هميشه آبادي گهٽ هئڻ ۽ علائقو مشڪل هجڻ جا بهانا ٻڌائي اڇڙي ٿر مسئلن کان ڪن لاتار ڪندا رهيا آهن. اڇڙي ٿر ۾ گذريل پنجن سالن کان برسات تمام گهٽ پوڻ يا نه پوڻ جي ڪري ٿهري ڏڪار رهيو آهي. اڇڙي ٿر جي سماجي مسئلن جي لسٽ ته تمام ڊگهي آهي. پر هتي مختصرن اهم مسئلن جي نشاندهي ڪجي ٿي:

سوڪهڙي جا ماروئڙن تي اثر: اڇڙي ٿر جي ماڻهن جو روزگار جو ذريعو صرف چوپايو مال هوندو آهي اڇڙي ٿر ۾ برسات جي وسڪاري ۾ ڪوبه فصل ڪونه ٿئي ان ڪري ماڻهن جي جياپي جو واحد وسيلو چوپايو مال هوندو آهي. مال ۾ گهڻو ڪري ٻاڪرو مال وڏيڪ ڌارين ڇو ته ڏڪار ۾ ٻڪن ۾ صرف اهو مال جيئرو رهي سگهي ٿو. ٻاڪري مال کان سواءِ اٺن مال ۾ ڪجهه ڳائو مال به ڌارين. اڇڙي ٿر جي چوپائي مال ۾ ٻاڪرو مال ڪرنگهي جي هڏيءَ جي حيثيت رکي ٿو. اڇڙي ٿر ۾ لڳاتار ڏڪار هئڻ ڪري گاهه ٻوٽا سڪي ويا آهن. مينهن نه وسڻ ڪري ٿر جو اهم وڻ ڪنڊي به پنهنجي ساوڪ ۽ جوڀن وڃائي چڪي آهي. جڏهن ڏڪار ۾ گاهه ۽ ڪک پن ختم ٿي ويندا آهن ته ٿري ماڻهن جي مال لاءِ ڪنڊيءَ جو وڻ ئي واحد سهارو هوندو آهي. پر هاڻي انهيءَ جا پن ڪڙا ٿي وڃڻ ڪري چرڻ سان ٻاڪري مال ۾ اچي بيماري پئي آهي جو رت مائل ٽيڪ ذريعي مال مريو وڃي. هيل ڦوگ جي وڻ نه ڦوگي جهلي ۽ نه ئي وڻ سائو رهيو آهي. لاڻو به سڪي ٺوٺ ٿي ويو آهي. هيل پيرون ۾ پڪا به جهولن ۾ جهڪن ڇاٽي پٽ ڪري ڇڏيا تنهن ڪري اهي ماروئڙن جو خاص سهارو ٿي نه سگهيا. ڏڪار جي ڪري ڪنڊين جا وڻ سياري ۾ وڏجي چڪا هئا ان ڪري سنگر به

گهٽ ٿيو. ٿر جا ماڻهو جهنگلي ميوات سنگر، پيرون، پپون ۽ مليرڙو وغيره کائيندا آهن جنهن لاءِ ڀٽائي گهوٽ فرمائي ٿو تہ:

آٿين ۽ چاڙهين ڏٿ ڏهاڙي سومرا،
سٿا ڪيو سيد چئي سائون سڪائين،
منجهان لنب لطيف چئي چانور ڪپو چاڙهين.

پنجن سالن کان لڳاتار سوڪهڙي جي ڪري هر شيءِ سڪي وئي آهي ۽ مال جا چراگاه ختم ٿي چڪا آهن جنهن ڪري هن وقت تائين سٺ سيڪڙو مال مري ويو آهي. صحيح ۽ پوري خوراڪ نہ ملڻ ڪري ٻار ۽ ٻڍا يا جوان بہ بيمارين جي ور چڙهي چڪا آهن. هن وقت تائين ڪيترن ئي ڳوٺن جي ٻارن ۾ دست، الٽي ۽ ارڙي جي بيمارين جا اطلاع مليا آهن. پر ٿر جا ماڻهو بيمارين ۽ مرڻ کي خدا جي رضا سمجهي صبر ڪيو ويٺا آهن. اهي ڪنهن بہ در ڪابہ دانهن ڪا نہ ٿا ڏين. ڀٽائيءَ جي ان بيت وانگر ماڻهو بلڪل خاموش آهن جنهن ۾ شاهہ صاحب فرمائي ٿو تہ:

نهائين ڪان نيهن سک منهنجا سپرين،
سڙي سارو ڏينهن، ٻاهر ٻاڦ نہ نڪري

اڄڙي ٿر جا ماڻهو لڏ پلاڻ تمام گهٽ ڪندا آهن هو هڪ جاءِ تي پنهنجي اباڻي ڳوٺ ۾ رهڻ کي وڏيڪ ترجيح ڏيندا آهن. صرف اڪيلا مرد گهڻو ڪري ٿر، رڄ يا مهراڻي علائقي ڏانهن ڪجهہ وقت لاءِ لڏي ويجي وانديون ڪندا آهن. هن وقت پنجاهہ سيڪڙو ماڻهو عارضي اجهن ڏانهن لڏ پلاڻ ڪري چڪا آهن. ڏڪار سبب مال ڏهرو هجڻ ڪري لڏ پلاڻ دوران هنن جو مال وڏيڪ مريو وڃي ٿو.

آمدرفت جا مسئلا: جيئن تہ اڄڙو ٿر تمام وسيع علائقو آهي جنهن ۾ آبادي تڙيل پکڙيل آهي. اڄڙي ٿر جي ريگستان ۾ ڪوبہ وڏو ڳوٺ يا شهر نہ آهي ريگستان کي ويجهو لڳندڙ شهر ڇور، هٿونگو ٽنڊو مٺا خان، چوٽياريون، چونڊڪو روهڙيہ، پنو عاقل، ميرپور ماٿيلو ڏهرڪي ۽ اوباوڙو آهن. اڄڙي ٿر کان انهن شهرن تائين ڪابہ ريگيولر ٽرانسپورٽ نہ هلندي آهي. گهوٽڪي، سکر ۽ خيرپور واري علائقي ۾ ڪابہ عوامي گاڏي نہ هلندي آهي. صرف ڪپرو تعلقي واري ٿر ۾ ٻن روٽن تي ايڪڙ ٻيڪڙ هفتي ۾ هڪ دفعو ڪيڪڙو هلندو آهي. اهو بہ جيڪڏهن خراب ٿي پوي تہ ٻن هفتن تائين ڪابہ سواري نہ ٿي ملي سگهي. اهي روٽ هڪ ڪپرو ۽ هٿونگو کان ڪارڪي، اسو ڏهر، جيٺهار رابلائو راٺاهو وڪيار واءِ مگريا، وريائو ۽ لکئي وارو آهي. ٻيو روٽ ڪپرو هٿونگو کان جونگاهو هاٿو ڏيئوئي، محمدائو چرڪار، جمون تڙ رڪٽائو جنيتاهو سومارائو ۽ جاتو جن وارو تائين آهي.

جڏهن تہ باقي سموري ٿر ۾ صرف پيرين پيادل، اٺن تي يا ذاتي ٽيڪسي تي سفر ڪري سگهجي ٿو. اڄڙو ٿر ۾ ٽيڪسي ڪرائڻ لاءِ بہ شهرن ڏانهن وڃڻو پوي ٿو ٻيو تہ اهي ٽيڪسيون عام ماڻهو جي پهچ کان تمام

مهانگيون آهن. بيماري وغيره جي حالت ۾ اچڻ وڃڻ جون سهولتون نہ هئڻ گهٽو ڪري ماڻهو هٿرادو علاج ۽ سڳڻ ڌاڳن تي ڀاڙيو ويهن، ڇو تہ شهرن تائين پهچڻ هنن جي وس کان ٻاهر هوندو آهي.
اڇڙي ٿر ۾ ڪٿي بہ ڪوبہ روڊ ناهي ڪنهن بہ حڪومت هڪ ڪلو ميٽر جيترو روڊ ٺهرائڻ گوارا نہ سمجهيو. صرف ڪٿي ڪٿي عرب شڪارين جا نڪتل ڪچا رستا آهن يا ڪٿي وري تيل ڳوليندڙ ڪمپني وارن جون گاڏيون نظر ايندڙيون آهن. ٿر ۾ عوامي ٽرانسپورٽ نہ هجڻ سبب ٿري ماڻهن سان سوين مسئلا آهن ۽ اهي سدائين پريشانين جو شڪار رهندا آهن.
صحت ۽ پاڻي جا مسئلا: پوري اڇڙي ٿر ۾ ڪابہ اسپتال ناهي ۽ نہ وري ڪو ڊاڪٽر آهي. شهرن تائين پهچڻ جڏهن غريبن جي پهچ کان پري آهي تہ پوءِ انهي ڪي ديسي علاج وارا طريقا اختيار ڪرڻا پون ٿا خاص ڪري عورتون ڊليوري ڪيسن دوران مريو وڃن. ننڍا ٻار بہ بيمارين جي وڳهي جان وڃايو ويهن. ٿوري گهڻي بيماريءَ جي ٿري ماڻهو پرواهہ ڪونہ ڪن ان ڪري پوءِ انهن ڪي خطرناڪ بيمارين جو منهن ڏسڻو پوي ٿو. ٿر جا ماڻهو عام طور تي ڪمزوري، دستن ارڙيءِ، ٽي بي ۽ ڪينسر جو شڪار رهندا آهن. گهڻو بيمار هئڻ جي صورت ۾ بہ هو صرف هڪ دفعو مس ڪنهن ڊاڪٽر تائين پهچي سگهندا آهن. لڳاتار علاج نہ هئڻ ڪري هڪ دفعي وارو علاج پنهنجو اثر وڃائي ڇڏيندو آهي. پاڻي کارو يا ڪڙو هجڻ ڪري بيمارين ۾ اجان بہ اضافو ٿئي ٿو جتي پاڻي مٺو نہ هوندو آهي تہ اتان جي ماڻهن کي مجبورن ڏهہ پندرهن ميل پري کان پاڻي پري ڪني اچڻو پوندو آهي. انهيءَ سڄي مسئلي ۾ مرد ۽ عورتون برابر جا شريڪ هوندا آهن. پر عورتون مردن جي بنسبت گهڻو مشڪلات جو شڪار هونديون آهن. اڇڙي ٿر ۾ ڪٿي بہ سرڪار طرفان ڪوبہ ٽانڪو تلاءُ، کوهہ يا نلڪو وغيره نہ ڏنو ويو آهي. سرڪار طرفان ڪابہ ڊاڪٽرن جي ٽيم اڇڙو ٿر جي ماروئڙن جي ساهتا نہ ڪئي آهي. جڏهن ماڻهن جي مرڻ جا اطلاع ايندا آهن تہ بہ چار ماڻهو مرڻ سرڪار سڳوري جي نظر ۾ ڪو مسئلو نہ هوندو آهي پر جڏهن ڪجهہ ڊزن ماڻهن جي مرڻ جا اطلاع ايندا آهن تہ سرڪار جا هڪ ٻہ ڊاڪٽر ڪنهن هڪ ٻن ڳوٺن جو دورو ڪري پوءِ ڇوندا تہ اسان سموري ٿر ۾ طبي سهولتون ڏنيون آهن. شايد هنن جو ڏوهہ نہ آهي! جو هڪ ڳوٺ تائين جو سفر ئي سرڪاري ڪامورن کي ڏينهن جا تارا ڏيکاريو ڇڏي.
تعليم جا مسئلا: اڇڙي ٿر جي پوري علائقي ۾ ڪوبہ مڊل اسڪول يا هاءِ اسڪول ڪونہ آهي. پر هي ٿر پرائمري اسڪولن جي نعمت کان بہ محروم آهي. صرف ڪپرو تعلقي يا ٻين هنڌن تي چند اسڪول آهن پر اهي بہ لوڪل استاد نہ هئڻ سبب بند پيل آهن. شهرن جي اسڪولن ۾ پنجاهہ ٻارن تي پنج استاد موجود آهن. پر ٿر ۾ ويهن ٻارن تي هڪ استاد نٿو ڏئي سگهجي ڇو تہ هڪ استاد لاءِ 40 ٻار شرط آهن. اهو شرط بہ صرف ٿر جي لاءِ آهي. ٻيو تہ ٿر جي ڏورانهين علائقي ۾ ڪوبہ استاد وڃڻ لاءِ تيار نہ آهي. سرڪاري اداري سازدا جو چوڻ آهي تہ اڇڙي ٿر ۾ خواندگي جي شرح 11 سيڪڙو آهي پر اسان سمجهون ٿا تہ اهو ڏڪو آهي. اڇڙي ٿر ۾ جڏهن ڪوبہ پرائمري اسڪول نٿو هلي سگهي تہ پوءِ 11 سيڪڙو ڪيئن ٿي؟ اسان جي نظر ۾ اڇڙي ٿر جي عورتن ۾ تعليم ڪجهہ بہ نہ آهي جڏهن تہ مردن ۾ صرف 5 سيڪڙو خواندگيءَ جي شرح آهي.

اج تائين ڪنهن به سرڪاري ڪاموري يا سياسي ماڻهوءَ اڇڙو ٿر ۾ ڪوبه اسڪول کولائڻ يا ان کي هلائڻ جي ڪوشش نه ڪئي آهي. ڪجهه وقت اڳ سانگهڙ جي سابق ڊي او تعليم حاجي ولي محمد نظاماڻي ڪپرو تعلقو ۾ ڪافي اسڪول قائم ڪيا ۽ انهن کي باقاعده هلائڻ جي ڪوشش ڪئي. آمدرفت جي سهولت نه هئڻ ۽ لٽريسي ريٽ گهٽ هئڻ سبب هي ٿر ميڊيا جي نظرن کان اوجهيل رهيو آهي. جڏهن ميڊيا جو ڌيان نه رهيو ته پوءِ سرڪار سڳوريءَ کي ڪير جاڳائي. جتان جو عوام اڻڄاڻ ۽ ميڊيا خاموش هجي ته ڪامورا شڪرانا ادا ڪندا ته هتي اسان سڪون سان رهي سگهون ٿا. ڇو ته انهن جي پٺيان ڪو ٽيڪار ڪرڻ وارو ڪونه هوندو آهي.

جهنگلي جيوت تي سوڪهڙي جا اثر:

اڇڙي ٿر ۾ جهنگلي جيوت به جججهي تعداد ۾ موجود آهي جنهن ۾ هرڻ، تلور، گدڙ، لومڙ، تتر، ٻاٽيهر ۽ ٻيا پکي اچي وڃن ٿا. اڇڙي ٿر ۾ سياري جي موسم يا وسڪاري ۾ سدائين شڪارين جا ٽولا ڏسڻ ۾ ايندا آهن. عرب شڪارين ته تلور جي پٺيان سموري ٿرجي پينگ ڪري ڇڏي آهي. اڇڙي ٿر جي جهنگلي جيوت ۾ خاص هرڻ تمام گهڻي اهميت رکي ٿو. شڪارين جا ٽولا ڪڏهن ڪڏهن اٺ ڏهه هرڻ به ماري ايندا آهن. سرڪار سڳوريءَ جو خاص "شڪار کاتو" مطلب ته هر جانور ۽ پکي جي شڪار ڪرائڻ وارو کاتو واقعي آهي به ائين شڪار کاتو هميشه شڪارين جي رهنمائي ڪندي نظر ايندو آهي. جڏهن شڪاري ٽولن جا ٽولا هرڻ ماري ايندا آهن ته به شڪار کاتو خاموش هوندو آهي. ڇو ته اهو آئي ٽي شڪار کاتو سو جهڙوڪ هنن جو فرض پورو ٿي ويو. ڏهه ٻارنهن سال اڳ هڪ بااثر شڪارين جي ٽولي اڇڙي ٿر جي جمعي ٽڙ جي علائقي ۾ 112 هرڻ ماريا پر انهن تي ڪوبه قدم کڻي نه سگهيو.

اڇڙي ٿر ۾ لڳاتار ڏڪار رهڻ ڪري جهنگلي جيوت به موت جي منهن ۾ آهي. پکي پکڻ مرڻ لڳا آهن. گذريل سال انڊيا جي بارڊر لڳ 150 هرڻن جي مري وڃڻ جا اطلاع مليا. هن وقت به ڪٿي ڪٿي هرڻن جي مري وڃڻ جا اطلاع آهن. پيو ته هيل هرڻ تمام ڏٻرا ٿي ويا آهن ۽ اهي بيمارين جو شڪار آهن. اندازو آهي ته ايندڙ ڪجهه وقت ۾ هرڻن جي وڏيڪ مرڻ جو انديشو آهي. هرڻن کان سواءِ هر ٿر مان تلور به گهٽ ٿي چڪي آهي تترن جو مٺيون ٻوليون به ٻڌڻ ۾ ڪونه ٿيون اچن. هن سال پيرون ۽ سنگر گهٽ هئڻ ۽ هر شيءِ سڪي وڃڻ ڪري جهنگلي جيوت به ختم ٿيڻ لڳي آهي. اڇڙي ٿر ۾ ڪٿي ڪٿي موجود ڊنڊون سڪي وڃڻ ۽ کوهن جو پاڻي کارو ٿي وڃڻ ڪري به جهنگلي جيوت تي ناڪاري اثر پيا آهن. ان کان سواءِ ڪافي پکي ۽ هرڻ لڏ پلاڻ ڪري چڪا آهن. ڏڪار جي ڪري هرڻ مهراڻي ۽ ڊنڊن ڏانهن ايندا آهن جتي هو آسانيءَ سان شڪار ٿي ويندا آهن. تازو هڪ مهينو اڳ شڪارين جي هڪ ٽولي مهراڻي ۾ 4 هرڻ ماريا آهن پر اهي خبرون ميڊيا تائين به نه پهچي سگهيون آهن.

سوڪهڙي جا سموري سنڌ تي برا اثر پيا آهن پر نظرانداز ٿيل اڇڙو ٿر وڌيڪ عذاب ڀوڳي رهيو آهي. اڇڙي ٿر جي ماروئڙن ڏانهن ڪو به ڌيان ڏيڻ لاءِ تيار ڪو نه آهي. سرڪار سڳوري، ڊونر ادارا يا اين جي اوز

جيستائين انگريزي ميڊيا ۾ سوين ماڻهن جي مري وڃڻ جون خبرون نٿا پڙهن تيستائين هنن لاءِ ڪو وڏو مسئلو ناهي. اڇڙو ٿر هر بنيادي سهولت کان محروم آهي. پر اسان جي آڻائن ۾ ڪارندن لاءِ ڪجهه به نه آهي. اڇڙي ٿر جي ڏتڙيل عوام جي فوري مدد لاءِ هتي ڪجهه تجويزون ڏجن ٿيون.

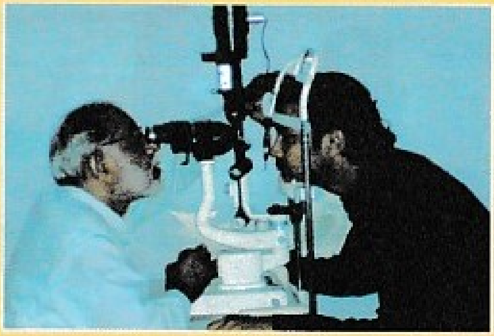
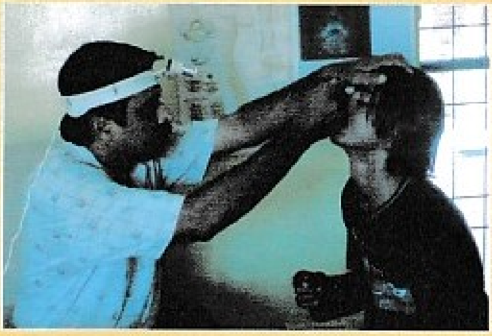
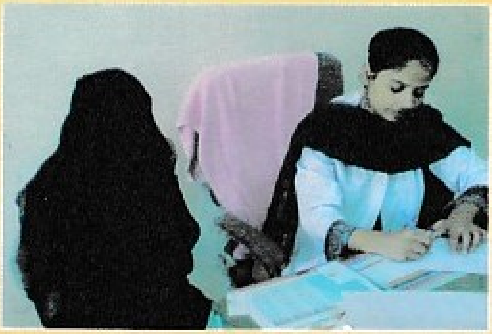
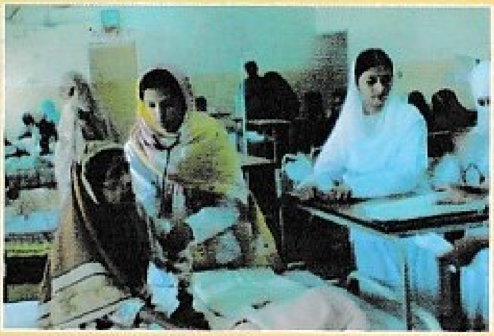
سفارشون:

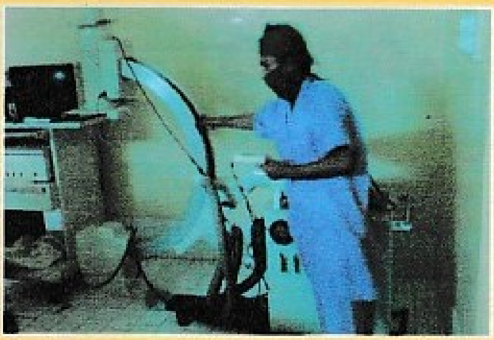
1. اڇڙي ٿر جي سمورين ديهن کي آفت ستيل علائقو قرار ڏئي فوري طور هنگامي بنيادن تي ٿر جي ماڻهن جي مدد ڪئي وڃي.
2. اڇڙي ٿر جي ڏڪار ستيل عوام کي تمام سستي اگهه تي ڪڻڪ فراهم ڪئي وڃي ۽ مال لاءِ چارو مفت ڏنو وڃي.
3. اڇڙي ٿر ۾ جتي جتي ضرورت آهي. اتي کوهه ۽ ٽانڪا ڏنا وڃن ۽ جتي نلڪن جي ضرروت آهي اتي نلڪا مهيا ڪيا وڃن.
4. اڇڙي ٿر جي سموري علائقي ۾ اهم ترڙن تي موبائل اسپتالون قائم ڪيون وڃن. مفت دوائون ۽ علاج جون سهولتون ڏنيون وڃن.
5. اڇڙي ٿر ۾ اسپيشل بنيادن تي اتان جي لوڪل ماڻهن کي ميٽرڪ ليول تي ڀرتي ڪري اسڪول قائم ڪيا وڃن. لوڪل ميٽرڪ پاس ماڻهو نه ملڻ جي صورت ۾ شهري علائقن جي استادن کي ٿر جي اسڪولن ڏانهن موڪليو وڃي ۽ انهن کي خاص "ٿر الائونس" ڏنو وڃي.
6. پرائمري تعليم پاس ڪرڻ کان پوءِ ٿر جي ٻارڙن کي وڌيڪ تعليم ڏيڻ لاءِ ٿر سان لڳندڙ شهرن ۾ حڪومت طرفان "ٿر هاسٽل" تيار ڪيا وڃن ۽ اتي ٿري ٻارن کي تعليم ۽ رهائش جون مفت سهولتون ڏنيون وڃن.
7. اڇڙي ٿر ۾ اهم ترڙن تائين حڪومت جي طرفان فور ويل بسن جي سهولت ڏني وڃي.
8. وڌيڪ آباديءَ وارن اوٺهن کوهن تي پاڻي ڇڪڻ لاءِ ڊيزل انجڻ مهيا ڪيو وڃي.

سنڌ جي ايرڊ زون جو علائقو

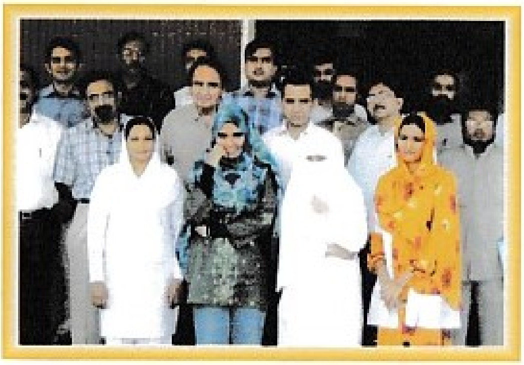
نمبر	ريجن	پکيڙ چورس ڪ.م	آبادي 1981ع مطابق	آباديءَ جي گهاٽائي چورس ڪ.م	خواندگي شرح	يونين ڪائونسلون	ديهون	چوپايو مال (ملين ۾)	سراسري برسات ملي ميٽرن ۾
1.	ڪوهستان	43000	5,54,426	13	13	26	200	3.0	150.200
2.	ٿر (ٿرپارڪر)	22000	14,72,784	51	13	45	260	3.5	200.350
3.	نارا (اڇڙو ٿر)	23000	3,12,381	15	11	17	160	3.4	100.150
4.	ٽوٽل	88000	23,39,591	26.33	12.33	88	620	9.9	150.233

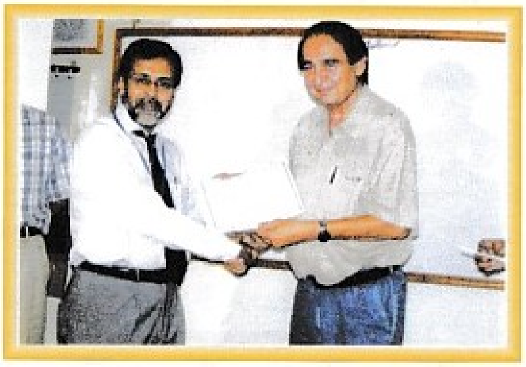
MMC HOSPITAL



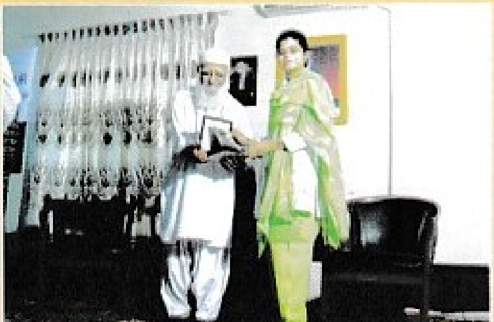
ACLS WORKSHOP



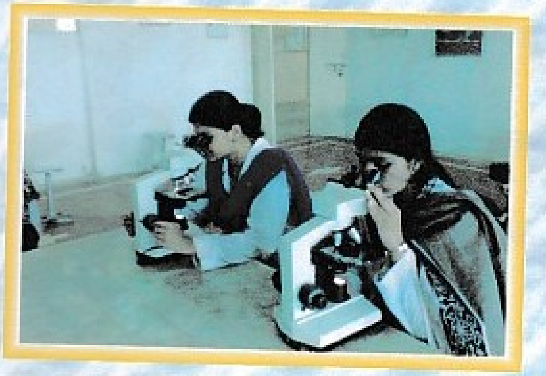


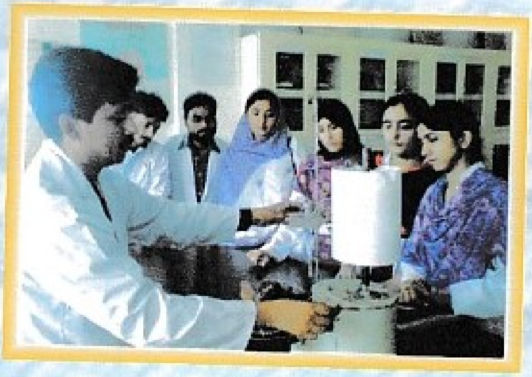
ACLS WORKSHOP

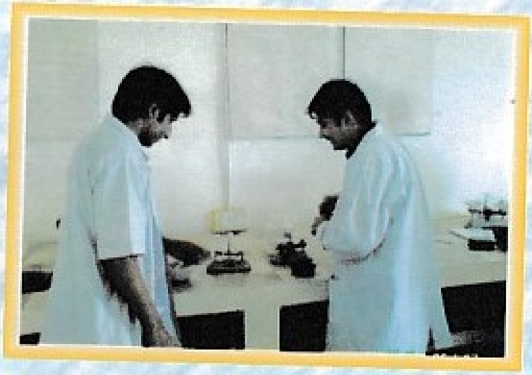
MMC SYMPOSIUM



STUDENTS AT WORK







POSITION HOLDERS 2006

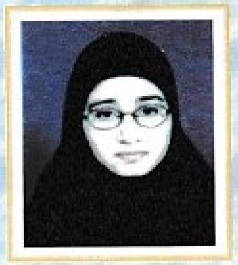
FINAL YEAR

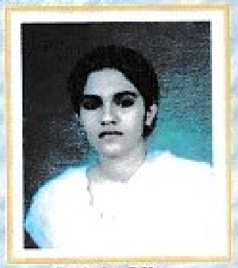
Aasia Batool
1st Position

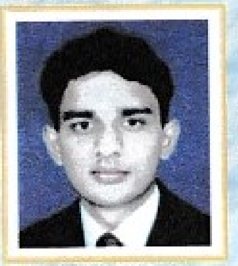
Hina Khan
2nd Position

Yasir Sindhi
3rd Position

FOURTH YEAR


Sana
1st Position


Shirin Khan
2nd Position


Faisal Irshad
3rd Position

THIRD YEAR

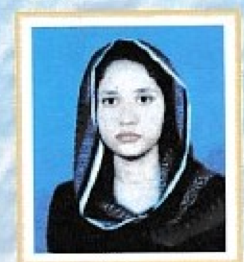
Huma Shaukat
1st Position

Marvi Laghari
2nd Position

Anita
3rd Position

SECOND YEAR

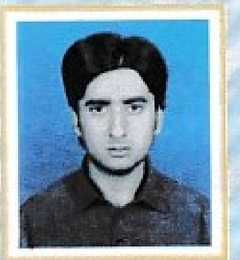
Maria
1st Position


Sawina
2nd Position

Ayesha
3rd Position

FIRST YEAR

Jaweria Mehmood
1st Position


Ahsan Khalid
2nd Position

Saba
3rd Position

MUHAMMAD MEDICAL COLLEGE

Picture Section

BEST GRADUATE 2006-07

DR. AASIA BATOOL

DR AASIA BATOOL GET FIRST PRIZE IN PAPER PRESENTATION IN SYMPOSIUM OF PAKISTAN SOCIETY FOR THE STUDY OF LIVER DISEASES

For whom does the bell tolls? It tolls for thee...

Aun Muhammad
11 Years

The bell tolls with malicious glee,
The reason is it tolls for thee,
This is said by the undertaker,
Its time for you to meet your maker.

Tolled for quite enough has the bell,
Without you we shall do quite well,
Afterworld dawns upon thou,
It is time to make your last vow.

Hatred for the bell is what thy eyes carry,
But then they close, your eyes get weary,
But before that thy life passes before thy eyes,
In the afterworld thou shall have many a surprise.

The undertaker carries his spade,
Thy life has gone, your duties are paid,
Thou shall not be missed by the utter most,
Thou shall slowly turn into a ghost.

The ground now has a six foot hole,
In it shall be sucked your soul,
Thy eyes close, thy body is what the undertaker carries,
Calls upon you from the afterworld does Hades.

Your eyeballs go slowly to thy head,
Its time for you to go to bed,
Thy hands on thy chest, thy hand carrying flowers,
On thou, of sand there will be showers.

On thou shall crawl insects of different kinds,
The dirt will crush you from thy head to thy hinds,
Thy body shall never see the light of day,
Thou shall be forgotten in many a way.

Thou may have experienced a nice way to die,
Or thou may grieve and think why,
Thou may think thou shall not go to hell,
All of this depends on whether toll shall the bell.

The caterpillars have turned into butterflies again

Ailia Muhammad
Age 13

The caterpillars have turned into butterflies again,
And I thought I would be left behind,
But I wasn't,
And that's because you helped me,
You showed me how to build my cocoon,
And how to get in,
Just like any other time.
Just like all my life you have done,
Crossing the bridges first so you could see if it was safe.

Some would say you were just doing your job
But I know better
I know that's not why you do it
I suppose the others don't understand that you do it in love,

That you wouldn't let mountains keep you away,
You've always been my pillar of strength.
The ink in my pen,
The river that guides me,
And the light I see each day.

But all that's not the reason I call you my father.
I guess the real reason I can call you "Dad",
Is because you take some burden off but leave some on,
Because you give me the light in the dark cave,
But leave me to find the way.
Because you taught me how to learn,
And survive.
And for that, dear Dad,
I thank you,
For what you've done and what you've made me.
You see, the caterpillars have turned into butterflies again.

HOW I LOVE YOU!

Khalid Anwar Saeed Abbasi
Final year, MBBS

With my heart, from its core;
I love, love, love you more.

With your shining eyes in a pair,
And your smooth and silky hair;
With your laughs and your smiles,
And your fragrance spreading to the miles.
I am the sea, you are the shore;
I love, love, love you more.

With the beauty and the grace,
That is forever on your face;
Your sympathy, your compassion,
Your love for all that never lessens.
Each day makes you prettier than ever before;
I love, love, love you more.

With my heart, from its core;
I love, love, love you more.

TRY AND TRY AGAIN

Khalid Anwar Saeed Abbasi,
Final year MBBS

Try, try, and ever try,
For touching the vast blue sky.

God becomes of that man,
Who trusts no sky to be too high;
Try, try, and ever try,
For touching the vast blue sky.

You thus must so shape your life,
You must respond to the cry;
Try, try, and ever try,
For touching the vast blue sky.

So lift your head, and try you must,
For you can't ever ask the question 'why?'
Try, try, and ever try,
For touching the vast blue sky.

SMILE... FOREVER!

Zakaullah Gopang,
Final year, MBBS

Smile is like a star,
Which gives sparkle to the face.

Smile is like a sun,
Giving brightness to every one.

Smile is like a night,
Hiding all the sorrows from the life.

Smile is like a dream,
Could it ever truly become real?

So, always, my dears, keep smiling!

NEVER

Rafique Ahmed Halepoto,
Final year, MBBS

Never look for colours,
Never look for face;
Just give one glance,
And see what you can trace.

Remember, my dear, and bear in your mind,
A faithful friend is hard to find;
But if you find good and true,
Never forget the old or new.

JUST LIKE WE

Rafique Ahmed Halepoto,
Final year, MBBS.

You are more
Important to me
Than anything else
In my life.
We will be together
Forever, sharing
Our lives and our love;
You and me,
Just like we...

HOPES

Hina Khan,
House Surgeon, MMCH.

Hopes are like
Many waves in the sea,
When combined
Can destroy anything.
Throb like the heart,
Flow like the blood,
Waft the fragrance like the flowers.
So keep your hopes alive;
Because,
When hopes are there,
Then
Desires are born,
And
We are taught how to achieve
Our goals.
They
Provide a path,
Lead to the destiny.
So,
Never lose the heart,
Nor the hope
Of
Your destiny,
Your desires,
Your goals,
And
Your tomorrow.

UNTIL TODAY

Rafique Ahmed Halepoto,
Final year, MBBS.

I see your affection in my mind,
Your touch so gentle, your face so kind;
When you pass by me, your smile brings sunshine,
I feel it deeply, like a true rhyme.

I will love you more than you'll ever know,
I will love you more than I'll ever show.

Never before I felt this way,
Never before... until today...

COMMENTS CORNER

The previous copies of *Messiah –A Magazine of the MMCians* were sent throughout the country and outside as well. And the work was appreciated by all those who read the magazines, and sent us feedback. Some of the comments sent to us from far and wide are being selected as a pat on the shoulders of the team behind *Messiah*, and to boost us all morally and emotionally.

Well done, *Messiah*!

To the readers of Messiah,
I am an American medical student studying in Prague, Czech Republic. I had the pleasure of meeting Aasia Batool in Harlow, England where we attached together for three weeks. During this time she gave me a copy of Messiah magazine which I read.ÊI found it to be well-written with a wide range of articles to choose from. I found especially interesting the article which compared embryology to quote from the Q'uran. I also found Aasia's article about her father very heart-wrenching and emotional.ÊI wish you all best of luck in your studies and I would be interested in reading more editions of Messiah in the months to come.

Sincerely,
Vlasta Dvorak

To all the readers of Messiah magazine,
Hello all! My name is Dr. Nigel Abreo, I'm currently training to be a surgeon in Princess Alexandra Hospital; Harlow, England. Having met Miss Batool and her wonderful family I had the opportunity to read your school magazine and gain further insight into your school and culture. Having been to several universities in Canada and Europe I have been exposed to a variety of school magazines and I found yours truly unique. First of all it was warming to see that those facets of the medical world that are common to all be it student, doctor or professor not only exist in your community but appear to be vibrant, cohesive and dedicated toward creating the necessary environment to achieve success in our noble pursuit. Furthermore I found uniquely enlightening the incorporation of religion into the world of academia; while many in my culture hold religion and science at opposite ends of the spectrum your magazine sowed many of the ways two can be seen as one. In closing may I wish all students the courage and strength to succeed, the doctors the fortitude and perseverance and the professors the patience and wisdom to educate. May God bless you all.

Sincerely,
Dr. Nigel Abreo

How Doctors Think

When a panel of doctors were asked to vote on adding a new wing to their hospital, the Allergists voted to scratch it and the Dermatologists advised not to make any rash moves.

The Gastroenterologists had sort of a gut feeling about it, but the Neurologists thought the administration had a lot of nerve, and the Obstetricians felt they were all labouring under a misconception.

The Ophthalmologists considered the idea short-sighted; the Pathologists yelled, "Over my dead body", while the Paediatricians said, "Oh, Grow up!"

The Psychiatrists thought the whole idea was madness, the Radiologists could see right through it, and the Surgeons decided to wash their hands of the whole thing.

The Internists though t it was a bitter pill to swallow, and the Plastic Surgeons said, "This puts a whole new face on the matter."

The Podiatrists thought it was a step forward, but the Urologists felt the schemeÊ wouldn't hold water.

The Anaesthesiologists thought the whole idea was a gas and the Cardiologists didn't have the heart to say no.

In the end, the Proctologists left the decision up to some butt in administration.

BEAUTIFUL WORDS

I count him braver who overcomes his desires than him who conquers his enemies; for the hardest victory is the victory over self.
Aristotle

The question in life is not whether you get knocked down. You will. The question is, are you ready to get back up... And fight for what you believe in?
Dan Quayle

Happiness does not depend on outward things, but on the way we see them.
Leo Tolstoy

Be humble, be big in mind and soul, be kindly, you will like yourself that way and so will other people.
Norman Vincent Peale

All the fun is locking horns with impossibilities.
Claes Oldenburg

...grant that I may become beautiful in my soul within, and that all my external possessions may be in harmony with my inner self. May I consider the wise to be rich, and may I have such riches as only a person of self-restraint can bear or endure.
Plato

The butterfly counts not months but moments, and has time enough.
Rabindranath Tagore

A life of reaction is a life of slovery, intellectually and spiritually. One must fight for a life of action, not reaction.
Rita Mae Brown

There jis not enough darkness in all the world to put out the light of even one small candle.
Robert Alden

The supreme happiness of life is the conviction that we are loved; loved for ourselves, or rather, loved inspite of ourselves.
Victor Hugo

Medical Education

Teaching, Learning and Assessment

Dr. Aqil-ur- Rehman Rajput
MBBS, MCPS, FCPS

Medical education is regularly challenged with new innovative ideas in the field of curricula, teaching, learning and assessment. It differs from other educations in various ways. Here the student has to deal with living human beings after he/ she clears the first two year of MBBS, and this process continues for the rest of his life. Here the medical student is taught about human anatomy and physiology- the formation of human body, the various systems and organs, and how these systems and organs work. The next step of the education is that what changes occur in these systems and organs when they are attacked by different disease producing organisms. With clinical assessment, the pathological abnormalities produced are detected and the treatment is done to bring back the system to normal physiological functions.

A student who is admitted in the medical college enters in a different new atmosphere and educational activities.

Before admission in the medical college he was in an atmosphere where he was playing with the frogs and rabbits and came to know about the basic structure of living beings and knew the terminology of the subject.

Here in the medical college the students take few weeks to adjust themselves in this new atmosphere. Here the subjects are new, and the teachers are new.

On the first day of their college, they are given an introductory lecture by the head of the institution in which they are told about the college curriculum. They are also told that the students have to maintain a progress book, as they will be assessed periodically to judge how much they have received the knowledge, how much they remember and how much they can reflect back. They are assessed by the respective teachers. The teaching is done according to the syllabus. This process involves many teachers to judge:

1. The capacity of the student to understand what he has been taught.
2. To remember the subject that has been taught to him.
3. To reproduce the same subject whenever he is asked about it.
4. The quality of one's memory.
5. How much he has been attentive during the teaching hours.
6. How much responsibility he feels about his subjects of learning.
7. His carelessness will spoil all the things and his attention will give him reward.
8. His punctuality in the class room and practical is also being observed.
9. His activities are also closely observed by the teachers, whether he goes to the library and consults different reference books related to the subject and the journals. Whether the student attends the tutorial classes or not and takes active part in it.
10. And finally the teaching of the teachers by a vigilant team of the college. A good teacher is he, who transfers the knowledge to the students in a smooth and simple way and the student in feed back expresses his reflection to

THE SOLUTION

Contributed by: *Anum Hameedi*

Finding his student a bit confused in the anatomy, a professor asked him to go slow and learn only two pages daily from his textbook. He offered to check his progress daily.

Using the trick, the student did really well and until one day when the professor asked him, "Where is the prostate?"

"In the neck", the student answered confidently.

The professor lost his patience and shouted at the student. But the student was sure this was what was written in his text book. He took the book to the professor to show him that he was right.

The professor looked inside the book. The last line of the 2nd page read, "Prostate is situated in the neck…"

The professor turned the page and realised his own mistake: the first line of the 3rd page stated, "…of the urinary bladder."

THE MYSTERIOUS BED:

Contributed by: *Anum Hameedi*

This mysterious case happened in a hospital in the intensive care unit, where patients always died on bed no. 3, and on all Sundays, at exactly 11 in the morning, regardless of their medical condition.

At first, everyone thought it to be a co-incidence. But when the 12th patient died on the consecutive Sunday at 11 in the morning, the entire hospital staff was worried. Some even suggested it to be a super-natural incidence, and some claimed the bed was haunted.

This time, the hospital administration was asked to solve the mystery. Trying to keep the incidence quiet, a secret inquiry was carried on.
On the coming Sunday, bed no. 3 was kept empty and all the staff gathered outside to see the mystery unveil before them. Some were holding prayer books, some had holy verses on their lips, and other holy objects.

It was 1 minute before 11. They all held their breath and waited.

The clock ticked towards 11. The mystery was about to reveal.

And then Michael, the part-time Sunday sweeper, entered the intensive care unit, humming a tune, and plugged off the life support system of bed no. 3 and plugged in his vacuum cleaner.

THE DOCTOR AND THE MECHANIC:

Contributed by: *Anum Hameedi*

A doctor was talking to the mechanic. "You get paid too much for your work."

The mechanic laughed sarcastically, "This coming from a doctor?"

"Well we save lives. You save cars. There *has* to be a difference."

The mechanic answered patiently. "Yeah, but you see, doc, you have always the same model. It hasn't changed since Adam. But we have to keep up to date with the new models coming every month."

EDITOR'S NOTE: I am sure none of the doctors will agree with the above argument, everyone coming up with their own reasons. Being a doctor, I didn't either. But the guy has a point –even if we don't agree. Don't you think?

EATING, DRINKING AND LIVING MEDICINE!

When a panel of doctors was asked to vote on adding a new wing to their hospital, the Allergists voted to scratch it and the Dermatologists advised no rash moves. The Gastroenterologists had a gut feeling about it, but the Neurologists thought the administration had a lot of nerve, and the Obstetricians stated they were all

"Your GP?" scoffed the cardiologist. "What a waste of time. Tell me, what sort of pathetic, useless, non-sense advice did he give you?"
"He told me to come and see you."

A DIFFICULT CASE:

Two psychiatrists were at a convention. As they conversed over a drink, one asked, "What was your most difficult case?"

The other replied, "I had a patient who lived in a pure fantasy world. He believed that an uncle in South America was going to die and leave him a fortune. All day long he waited for a letter to arrive from an attorney. He never went out, he never did anything, he merely sat around and waited for this fantasy letter from this fantasy uncle. I worked with this man eight years."

"What was the result?"

"It was an eight-year struggle. Every day for eight years, but I finally cured him. And then that stupid letter arrived...!"

TELL ME HOW!

Ben was working at his yard one day, pushing a tree through the saw, when he accidentally cut off all of his fingers. He quickly ran down the street to the emergency room. The doctor quickly examined his hands and asked for the fingers.
"I don't have the fingers." Ben gasped through his pain.
"What do you mean you don't have the fingers? We aren't living in the Dark Ages here! I can reattach those fingers and you'd be as good as new! Why didn't you bring the fingers?"
"Gosh, Doc!" Ben yelled sarcastically. "How was I supposed to pick them up?!"

PHOBIA:

A man went to a psychiatrist for his phobia. "Doc," he said, "I've got trouble. Every time I get into bed, I think there's somebody under it. I get under the bed, I think there's somebody on top of it. Top, under, top, under. You gotta help me, I'm going crazy!"
"Just put yourself in my hands for two years," said the psychiatrist, "Come to me three times a week, and I'll cure your fears."
"How much do you charge?"
"A hundred dollars per visit."
"I'll think about it," said the man.

Six months later the doctor met the man on the street.
"Why didn't you ever come to see me again?" asked the psychiatrist.
"For a hundred dollars a visit? My neighbour cured me for ten dollars."
"Is that so! How?"
"He told me to cut the legs off the bed!"

OUCH! IT HURTS!

One day a lady goes to the doctor and complains, "Doctor, I ache all over. It hurts everywhere I touch."

The doctor listens quietly, then examines her. "Touch your elbow." The lady touches the elbow and winces in genuine pain.

The doctor then asks her, "Touch your head." The lady touches her head and jumps in agony.

The doctor, surprised, asks her to touch her knee. On doing that too, the lady screams out in pain.

To the utter surprise of the doctor, everywhere the lady touches, it hurts like hell. The doctor is at a loss. He asks the lady to get some tests and X-rays done, and come back a few days later.

When the lady returns for the next visit, the doctor smiles at her warmly and claims, "I have found the cause of all your pains."

"Really?" The lady is nearly at tears. "What is it?"

"You've got a broken finger." The doctor said.

LAUGHING GAS

Various Contributors

FORGETFUL:

The man looked a little worried when the doctor came in to administer his annual physical, so the first thing the doctor did was to ask whether anything was troubling him.
"Well, to tell the truth, Doc, yes," answered the patient. "You see, I seem to be getting forgetful. No, it's actually worse than that. I'm never sure I can remember where I put the car, or whether I answered a letter, or where I'm going, or what it is I'm going to do once I get there - if I get there. So I really need your help. What can I do?"

The doctor mused for only one or two beats, then answered in his kindliest tones, "Pay me in advance."

IT WORKS, DOESN'T IT?

A woman came to the hospital, and was seen by a young doctor. After a long consultation, the lady began to scream and ran out. She was stopped by a senior doctor who asked her the matter. The lady explained in a horrified voice. After assuring the patient, the senior went to find the young doctor.

"What's the problem with you?" He demanded upon finding the younger physician. "Mrs. Thomas is a 78 year old lady, with 6 adult married children and 14 grandchildren. And you told her she is pregnant?"

Without looking up, the young doctor replied in a calm voice, "Does she still have her hiccups?"

USEFUL MEDICAL TERM:

The man told his doctor that he wasn't able to do all the things around the house that he used to do. When the examination was complete he said, "Doc, I can take it. Tell me in plain English what is wrong with me."

"Well, in plain English, you're just lazy," the doctor replied.

"Okay," the man said. "Now give me the medical term so I can tell my wife."

PHYSICS AND MEDICINE:

As pre-med students at college, the class had to take a difficult class in physics. One day the professor was discussing a particularly complicated concept.

A student rudely interrupted to ask, "Why do we have to learn this stuff?"
"To save lives," The professor responded quickly and continued the lecture.

A few minutes later, the same student spoke up again. "So how does physics save lives?" he persisted.

"It keeps idiots like you from graduating medical school," replied the professor.

And went back to his lecture, leaving the class smiling at the embarrassed student.

THE CARDIOLOGIST:

A patient was waiting nervously in the examination room of a famous highly-qualified Cardiologist.
"So who did you see before coming to me?" asked the Cardiologist.
"My local General Practitioner."

BEFORE THEY WERE DOCTORS!

Contributed by:
***Anum Hameedi** (Third year, M3BS)*

Examiner asks a first year medical student in his first practical exam. "What is abdominal reflex done to see?"

The student answers: "To see whether the abdomen is present or not."

After a long and serious operation, Emily went into a coma. Try as they might, the doctors just could not bring her out of it. When her husband James was came into the intensive care unit to see her, the doctors gave him the bad news.

"We just cannot wake her. I am afraid it does not look too good." The doctor told James in a gloomy voice.

James looked at Emily and said in a soft, trembling voice, "But doctor, how can that happen? She is only 45 years old!"

"37!" came the weak correction from Emily.

Professor: "What will happen if a seed goes into the trachea."

The student kept staring blankly at the professor.

Professor: "Come on, I know you know the answer. Just try and tell it to me." The professor was so sure since he had told the answer about a million times in the class. But unfortunately, that particular student had been sleeping all those times.

Student: "Sir, it will... I think... Won't it... It will GERMINATE!"

HISTORY-TAKING BLUNDERS

Various Contributors

The following are actual sentences taken from patient's medical charts. This is why they shout at us for "proper history taking"!

* Patient has two teenage children, but no other abnormalities.

* Patient has chest pain if she lies on her left side for over a year.

* On the second day, the knee was better, and then on the third day it disappeared.

* The patient is tearful and crying constantly. She also appears to be depressed.

* The patient has been depressed since she began seeing me in 1993.

* Discharge status: Alive, but without my permission.

* Healthy-appearing decrepit 69-year old male, mentally alert but forgetful.

* The patient refused autopsy.

* The patient has no previous history of suicides.

* Patient has left white blood cells at another hospital.

* Patient's medical history has been remarkably insignificant with only a 40-pound weight gain in the last three days.

* Patient had waffles for breakfast and anorexia for lunch.

* She is numb from her toes down.

* The skin was moist and dry.

* Occasional, constant, infrequent headaches.

* Patient was alert and unresponsive.

* She stated that she had been constipated for most of her life until she got a divorce.

* Rectal examination revealed a normal-size thyroid.

* I saw your patient today, who is still under our car for physical therapy.

* The patient was to have a bowel resection.

* However, he took a job as a stockbroker instead.

* Skin: somewhat pale but present.

* Patient was seen in consultation by Dr. ____, who felt we should sit on the abdomen and I agree.

* Large brown stool ambulating in the hall.

GRAPE FRUIT: Protects against heart attacks; Promotes weight loss; Helps stops strokes; Combats Prostate Cancer; Lowers cholesterol.

GRAPES: Save eyesight; Conquers kidney stones; Combats cancer; Enhances blood flow; Protects your heart;

GREEN TEA: Combats cancer; Protects your heart; Helps stops strokes; Promotes Weight loss; Kills bacteria.

HONEY: Heals wounds; Aids digestion; Guards against ulcers; Increases energy; Fights allergies.

LEMONS / LIMES: Combat cancer; Protects your heart; Controls blood pressure; Smoothes skin; Stops scurvy.

MANGOES: Combat cancer; Boosts memory; Regulates thyroid; Aids digestion; Shields against Alzheimer's.

MUSHROOMS: Control blood pressure; Lowers cholesterol; Kills bacteria; Combats cancer; Strengthens bones.

OATS: Lower cholesterol; Combats cancer; Battles diabetes; Prevents constipation; Smoothes skin.

OLIVE OIL: Protects your heart; Promotes Weight loss; Combats cancer; Battles diabetes; Smoothes skin;

Onions: Reduce risk of heart attack; Combats cancer; Kills bacteria; Lowers cholesterol; Fights fungus.

ORANGES: Support immune systems; Combats cancer; Protects your heart; Straightens respiration.

PEACHES: Prevent constipation; Combats cancer; Helps stops strokes; Aids digestion; Helps haemorrhoids;

PEANUTS: Protects against heart disease; Promotes Weight loss; Combats Prostate Cancer; Lowers cholesterol; Aggravates diverticulitis.

PINEAPPLES: Strengthens bones; Relieves colds; Aids digestion; Dissolves warts; Blocks diarrhoea.

PRUNES: Slows aging process; prevents constipation; boosts memory; Lowers cholesterol; Protects against heart disease.

RICE: Protects your heart; Battles diabetes; Conquers kidney stones, Combats cancer; Helps stops strokes.

STRAWBERRIES: Combats cancer; Protects your heart; boosts memory; Calms stress.

SWEET POTATOES: Saves your eyesight; Lifts mood; Combats cancer; Strengthens bones.

TOMATOES: Protects prostate; Combats cancer; Lowers cholesterol; Protects your heart.

WALNUTS: Lowers cholesterol; Combats cancer; Boosts memory; Lifts mood; Protects against heart disease.

WATER: Promotes Weight loss; Combats cancer; Conquers kidney stones; Smoothes skin.

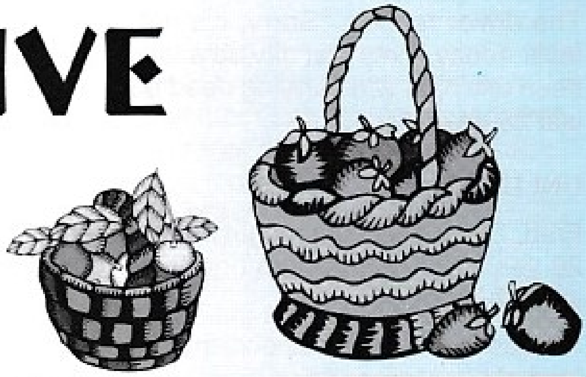
WATERMELON: Protects prostate; Promotes Weight loss; Lowers cholesterol; Helps stops strokes; Controls blood pressure.

WHEAT GERM: Combats Colon Cancer; Prevents constipation; Lowers cholesterol; Helps stops strokes; Improves digestion.

WHEAT BARN: Combats Colon Cancer; Prevents constipation; Lowers cholesterol; Helps stops strokes; Improves digestion.

YOGURT: Guards against ulcers; Strengthens bones; Lowers cholesterol; Supports immune systems; Aids digestion.

ALTERNATIVE MEDICINE



Contributed by
Anum Hameedi *(Third year, MBBS)*

APPLES: Protect your heart; prevents constipation; Blocks diarrhoea; Improves lung capacity; Cushions joints.

APRICOTS: Combat cancer; Controls blood pressure; Saves your eyesight; Shields against Alzheimer's; Slows aging process.

ARTICHOKES: Aid digestion; Lowers cholesterol; Protects your heart; Stabilizes blood sugar; Guards against liver disease.

AVOCADOS: Battles diabetes; Lowers cholesterol; Helps stops strokes; Controls blood pressure; Smoothes skin.

BANANAS: Protect your heart; Quiets a cough; Strengthens bones; Controls blood pressure; Blocks diarrhoea.

BEANS: Prevent constipation, Helps haemorrhoids, Lowers cholesterol; Combats cancer; Stabilizes blood sugar.

BEETS: Control blood pressure; Combats cancer; Strengthens bones; Protects your heart; Aids weight loss.

BLUEBERRIES: Combat cancer; Protects your heart; Stabilizes blood sugar; Boosts memory; Prevents constipation.

BROCCOLI: Strengthens bones; Saves eyesight; Combats cancer; Protects your heart; Controls blood pressure.

CABBAGE: Combats cancer; Prevents constipation; Promotes weight loss; Protects your heart; Helps haemorrhoids.

CANTALOUPE: Saves eyesight; Controls blood pressure; Lowers cholesterol; Combats cancer; Supports immune system.

CARROTS: Save eyesight; Protects your heart; Prevents constipation; Combats cancer; Promotes weight loss.

CAULIFLOWER: Protects against Prostate Cancer; Combats Breast Cancer; Strengthens bones; Banishes bruises; Guards against heart disease.

CHERRIES: Protect your heart; Combats Cancer; Ends insomnia; Slows aging process; Shields against Alzheimer's.

CHESTNUTS: Promote weight loss; Protects your heart; Lowers cholesterol; Combats Cancer; Controls blood pressure.

CHILI PEPPERS: Aid digestion; Soothes sore throat; Clears sinuses; Combats Cancer; Boosts immune system.

FIGS: Promote weight loss, Helps stops strokes; Lowers cholesterol; Combats Cancer; Controls blood pressure.

FISH: Protect your heart; Boosts memory; Protects your heart; Combats Cancer; Supports immune system.

FLAX: Aids digestion; Battles diabetes; Protects your heart; Improves mental health; Boosts immune system.

GARLIC: Lowers cholesterol; Controls blood pressure; Combats cancer; kills bacteria; Fights fungus.

The driver replied, "Sorry, it's not really your fault. Today is my first day as a taxi driver –I've been driving a van carrying dead bodies for the last 25 years."

UNLUCKY!!!

Fred, Frank and Tommy got a jail sentence for 20 years but got granted one thing to take to jail with them.

Fred asked for all the alcohol in the world, every kind of beer, wine etc.

Frank come up and asked for all the books in the world, scientific ones, funny ones etc.

Tommy come up and asked for all the cigarettes in the world, Red & White, K2, Gold Leaf etc.

20 years pass on and the police officers open Fred's door, and he is so drunk that he lies unconscious on the floor.

They open Frank's door and he walks out with a very posh accent, it has turned out that he was the smartest person in the world through reading all the books.

But when they opened Tommy's door, they found out that he was still normal and all the cigarettes were still there, and then he asked the officers, "Could I have a lighter, please?"

A FATHER'S SERMON:

A minister's young son sat on the floor of his father's office watching him write a sermon.

"How do you know what to say?" the boy asked.

"Why, God tells me." His father replied.

"Well, then why do you keep crossing things out?"

An Ideal Interview

Q. Can you drop a raw egg onto a concrete floor without cracking it?
A. Concrete floors are very hard to crack!

Q. If it took eight men ten hours to build a wall, how long would it take four men to build it?
A. No time at all it is already built.

Q. If you had three apples and four oranges in one hand and four apples and three oranges in the other hand, what would you have?
A. Very large hands.

Q. How can you lift an elepahant with one hand?
A. It is not a problem, since you will never find an elephant with one hand.

Q. How can a man go eight days without sleep?
A. He sleeps at night.

Q. If you throw a red stone into the blue sea what it will become?
A. It will become wet or it will sink, as simple as that.

Q. What looks like half apple?
A. The other half.

Q. What can you never eat for breakfast?
A. Dinner.

Q. Bay of Bengal is in which state?
A. Liquid.

Interviewer said "I shall either ask you ten easy questions or one really difficult question. Think well before you make up your mind!" The boy thought for a while and said, "My choice is one really difficult question."

"Well, good luck to you, you have made your own choice! Now tell me this.

"What comes first, day or night?"

The boy was jolted in reality, as his admission depended on the correctness of his answer. He thought for a while and said, "It's the DAY, sir!"

"How?" the interviewer asked,
"Sorry sir, you promised me that you will not ask me a SECOND difficult question!"

At this point, the deputy takes out his nightstick and starts beating the hell out of the lawyer and says, "Do you want me to stop or just slow down?"

URGENT HEART TRANSPLANT:

A man has a heart attack and is brought to the hospital casualty. The doctor tells him that he will not live unless he has a heart transplant right away. Another doctor runs into the room and says, "You're in luck, two hearts just became available, so you will get to choose which one you want. One belongs to an attorney and the other to a social worker".

The man quickly responds, "The attorney's." The doctor says, "Wait! Don't you want to know a little about them before you make your decision?"

The man says, "I already know enough. We all know that social workers are bleeding hearts and the attorney's probably never used his. So I'll take the attorney's!"

ANGEL?

Sitting in a bar, newly-married starry-eyed Darryl said to a perfect stranger, "You know, my wife's an angel."

"I envy you," the other man snorted. "Mine's still alive."

THE WAY TO THE PARADISE:

Contributed by *Anum Hameedi*

A maulvi sahib dies and stands in the line to paradise right behind a guy in plain shalwar qameez.

As the line approaches the paradise door, the angel at work asks the guy in front, "Who are you?"

The guy replies, "I am Rehmat Khan, the public coach driver from Karachi."

The angel considers for only a fraction of a second, then smiles and allows the guy to enter the paradise.

The driver steps into the paradise and it was the maulvi sahib's turn. He stands with his head held high and without being asked proclaims, "I am the Maulana of the Jamia Mosque."

The angel looks at the Maulvi sahib and consults the list in front of him. After looking through it for a while, the angel frowns and asks him to wait for a while. "I am sorry, but you are on the waiting list. You will have to pass some tests before I can allow you the entry into the paradise."

The Maulvi sahib is shocked. "Wait a minute. How can this be possible? You instantly allowed that bus driver to enter without a single question. But I have to go through the tests. How can you do this to me?"

The angel smiles patiently. "Up here, we have to consider the scores you have made while on earth. By the records, that driver has much higher score than you."

"What?" The Maulvi sahib cries out. "That driver has more score than I do? I have spent all my life speaking and spreading the word of God."

"That is true," says the angel. "But while you were busy preaching, people slept. Whereas, when that driver drove his bus, the people in the back stayed up and awake and prayed throughout the journey."

THE DRIVER

Contributed by: *Anum Hameedi*

A passenger on the way tapped the taxi driver's shoulder on the way to ask him a question. The driver screamed wildly, lost control of the car, nearly hit a bus, went upon the footpath, and stopped centimetres from a shop window.

For a second everything went quiet in the taxi. Then the driver said, "Look mate, don't ever, ever do that again. You scared the daylights out of me!"

The passenger apologised and said, "I didn't realise that a little tap would scare you so much."

LOL
(LAUGH OUT LOUDER)

Various Contributors

"Blessed are the ones who can laugh at themselves, for they shall never cease to be amused."

THE INJURIES

An old pirate was telling the stories of his adventure-filled life to his grandchildren. The children listened in awe as the pirate told, "See this wooden leg? I got this when a shark attacked me on the high seas. I fought it off by myself, and returned to the shore with one leg."

The children had their mouths hung open. The pirate went on, "See this hook where my hand should be? I got this while fighting my enemies. I killed them after they had my arm cut off."

The children shuddered in horror. And then a little girl pointed at his eye, "What about this eye patch?"

"Oh this," the old pirate sighed. "Blame a sea gull's dung for this one."

The children were taken aback. "How could sea gull dung make you blind?"

"Well, it did," the pirate said. "I went to wipe it off, but I hadn't gotten used to the hook yet."

A Lawyer Named Strange:

A lawyer named Strange died, and his friend asked the tombstone maker to inscribe on his tombstone, "Here lies Strange, an honest ma, and a lawyer."

The inscriber insisted that such an inscription would be confusing, for passersby would tend to think that three men were buried under the stone.

However he suggested an alternative: He would inscribe, "Here lies a man who was both honest and a lawyer.

"That way, whenever anyone walked by the tombstone and read it, they would be certain to remark: "That's Strange!"

SMART LAWYERS!

A lawyer runs a stop sign and gets pulled over by a Sheriff's Deputy. The lawyer thinks that he is smarter than the Deputy because he's sure that he has a better education. He decides to prove this to himself and have some fun at the deputy's expense. Deputy says, "License and registration, please."

Lawyer says, "What for?"

Deputy says, "You didn't come to a complete stop at the stop sign."

Lawyer says, "I slowed down, and no one was coming."

Deputy says, "You still didn't come to a complete stop. License and registration, please."

Lawyer says, "What's the difference?"

Deputy says, "The difference is, you have to come to a complete stop, that's the law. License and registration, please!"

Lawyer says, "If you can show me the legal difference between slow down and stop, I'll give you my license and registration and you give me the ticket, if not, you let me go and don't give me a ticket."

Deputy says, "Sounds fair. Exit your vehicle, sir."

faster.

25. Griffin's Thought: When you starve with a tiger, the tiger starves last.

26. Manly's Maxim: Logic is a systematic method of coming to the wrong conclusion with confidence.

27. Cann's Axiom: When all else fails, read the instructions.

28. Macaluso's Doctrine: You've never been as sick as just before you stop breathing.

29. Knebel's Law: It is now proved beyond doubt that smoking is one of the leading causes of statistics.

30. The Law of Selective Gravity, or the Buttered-Side Down Law: An object will fall so as to do the most damage.

31. Stale's Law: No matter how careful one is in resealing the inner liner in a cereal box, it will tear where it is glued to the box.

32. William's Law: There is no mechanical problem so difficult that it cannot be solved by brute strength and ignorance.

33. School Kid's Conclusion: Don't let your school come between your education.

34. Somebody said it: Never be pessimistic and say "I will not succeed" say "I will fail!"

35. The ages of man: spills, thrills, drills, ills, pills, wills

36. Men's Conclusion: A man can talk for hours about one single subject, to do that women don't need a subject.

Cont. STUPID CRIMINALS

Arkansas: Seems this guy wanted some beer pretty badly. He decided that he'd just throw a cinder block through a liquor store window, grab some booze, and run. So he lifted the cinder block and heaved it over his head at the window. The cinder block bounced back and hit the would-be thief on the head, knocking him unconscious. Seems the liquor store window was made of Plexi-Glass. The whole event was caught on videotape.

Baggy clothes may save your life: a 13-year-old boy in Belgrade, Yugoslavia fell 130 feet from his hi-rise apartment and survived with only minor injuries. Witnesses said Daniel Gurgus' baggy sweater caught tree branches on the way down.

England: A German "tourist," supposedly on a golf holiday, shows up at customs with his golf bag. While making idle chatter about golf, the customs official realizes that the tourist does not know what a "handicap" is. The customs official asks the tourist to demonstrate his swing, which he does--backward! A substantial amount of narcotics was found in the golf bag.

Indiana: A man walked up to a cashier at a grocery store and demanded all the money in the register. When the cashier handed him the loot, he fled--leaving his wallet on the counter.

Industrial thieves broke into the Bilgetek plant in Canasta, Wash., by crossing a metal catwalk and then blew it up, having forgotten it was their only means of escape.

New York: As a female shopper exited a convenience store, a man grabbed her purse and ran. The clerk called 911 immediately and the woman was able to give them a detailed description of the snatcher. Within minutes, the police had apprehended the snatcher. They put him in the cruiser and drove back to the store. The thief was then taken out of the car and told to stand there for a positive ID. To which he replied, "Yes Officer, that's her. That's the lady I stole the purse from."

Newark: A woman was reporting her car as stolen, and mentioned that there was a car phone in it. The policeman taking the report called the phone, and told the guy that answered that he had read the ad in the newspaper and wanted to buy the car. They arranged to meet, and the thief was arrested.

LAWS OF NATURE

Khadeeja Sundas *(Third year, MBBS)*

1. Murphy's First Law: Nothing is as easy as it looks.

2. Murphy's Second Law: Everything takes longer than you think.

3. Murphy's Third Law: In any field of scientific endeavor, anything that can go wrong will go wrong.

4. Murphy's Fourth Law: If there is a possibility of several things going wrong, the one that will cause the most damage will be the one to go wrong.

5. Murphy's Fifth Law: If anything just cannot go wrong, it will anyway.

6. Murphy's Sixth Law: If you perceive that there are four possible ways in which a procedure can go wrong and circumvent these, then a fifth way, unprepared for, will promptly develop.

7. Murphy's Seventh Law: Left to themselves, things tend to go from bad to worse.

8. Murphy's Eighth Law: If everything seems to be going well, you have obviously overlooked something.

9. Murphy's Ninth Law: Nature always sides with the hidden flaw.

10. Murphy's Tenth Law: Mother Nature is a bitch.

11. Murphy's Eleventh Law: It is impossible to make anything foolproof, because fools are so ingenious.

12. Schmidt's Observation: All things being equal, a fat person uses more soap than a thin person.

13. Nick the Greek's Law of Life: All things considered, life is 9 to 5 against.

14. Nowlan's Theory: He who hesitates is not only lost, but several miles from the next freeway exit.

15. Van Roy's Law: Honesty is the best policy - there's less competition.

16. Van Roy's Truism: Life is a whole series of circumstances beyond your control.

17. Agnes' Law: Almost everything in life is easier to get into than out of.

18. Clarke's Conclusion: Never let your sense of morals interfere with doing the right thing.

19. Goda's Truism: By the time you get to the point where you can make ends meet, somebody moves the ends.

20. Johnny Carson's Definition: The smallest interval of time known to manis that which occurs in Manhattan between the traffic signal turning green and the taxi driver behind you blowing his horn.

21. Wilner's Observation: All conversations with a potato should be conducted in private.

22. The Phone Booth Rule: A quarter always gets the number nearly right.

23. Zall's Laws: (1) Any time you get a mouthful of hot soup, the next thing you do will be wrong. (2) How long a minute is, depends on which side of the bathroom door you're on.

24. Ettore's Observation: The other line moves

STPUID CRIMINALS AND THEIR STUPIDITIES!

Khushnuda Zehra
Fourth year, MBBS

Chicago: A man was wanted for throwing bricks through jewelry store windows and making off with the loot. He was arrested last night after throwing a brick into a Plexiglas window...the brick bounced back, hit him in the head and knocked him cold until the police got there.

Portsmouth, RI: Police charged Gregory Rosa, 25, with a string of vending machine robberies in January when he: 1. fled from police inexplicably when they spotted him loitering around a vending machine and 2. later tried to post his $400 bail in coins.

Kentucky: Two men tried to pull the front off a cash machine by running a chain from the machine to the bumper of their pickup truck. Instead of pulling the front panel off the machine, though, they pulled the bumper off their truck. Scared, they left the scene and drove home. With the chain still attached to the machine. With their bumper still attached to the chain. With their vehicle's license plate still attached to the bumper.

A lawyer defending a man accused of burglary tried this creative defense: "My client merely inserted his arm into the window and removed a few trifling articles. His arm is not himself, and I fail to see how you can punish the whole individual for an offense committed by his limb." "Well put," the judge replied. "Using your logic, I sentence the defendant's arm to one year's imprisonment. He can accompany it or not, as he chooses." The defendant smiled. With his lawyer's assistance he detached his artificial limb, laid it on the bench, and walked out.

A man was arrested for stealing a car. When he was taken to court for his arraignment the judge asked, "How do you plead?" Instead of saying guilty or not guilty the man said: "Before we go any further, judge, let me explain why I stole the car." The judge ruled in record time.

A pair of Michigan robbers entered a record shop nervously waving revolvers. The first one shouted, "Nobody move!" When his partner moved, the startled first bandit shot him.

An off-duty police officer in Newark, NJ, had a pistol-shaped cigarette lighter, which he had been using all night while drinking at a local tavern. After many hours and drinks, he apparently mistook his 32 revolver for the lighter. When he went to light his cigarette, he shot and killed John Fazzola, who was seated 5 stools away at the bar...

An unidentified man in Buenos Aires pushed his wife out of an eighth-floor window but his plan to kill her failed when she became entangled in some power cables below. Seeing she was still alive, the man jumped and tried to land on top of her. He missed...

Ann Arbor: The Ann Arbor News crime column reported that a man walked into a Burger King in Ypsilanti, Michigan at 7:50am, flashed a gun and demanded cash. The clerk turned him down because he said he couldn't open the cash register without a food order. When the man ordered onion rings, the clerk said they weren't available for breakfast. The man, frustrated, walked away.

Arizona: A company called "Guns For Hire" stages gunfights for Western movies, etc. One day, they received a call from a 47-year-old woman, who wanted to have her husband killed. She got 4-1/2 years in jail.

Cont. on page 48

HAPPINESS

Faisal Irshad,
Final year, MBBS.

To make a woman happy, a man only needs to be:

1. A friend
2. A companion
3. A lover
4. A brother
5. A father
6. A master
7. A chef
8. An electrician
9. A carpenter
10. A plumber
11. A mechanic
12. A decorator
13. A stylist
16. A psychologist
17. A pest exterminator
18. A psychiatrist
19. A healer
20. A good listener
21. An organizer
22. A good father
23. Very clean
24. Sympathetic
25. Athletic
26. Warm
27. Attentive
28. Gallant
29. Intelligent
30. Funny
31. Creative
32. Tender
33. Strong
34. Understanding
35. Tolerant
36. Prudent
37. Ambitious
38. Capable
39. Courageous
40. Determined
41. True
42. Dependable
43. Passionate

* WITHOUT FORGETTING TO: *

44. Give her compliments regularly
45. Love shopping
46. Be honest
47. Be very rich
48. Not stress her out
49. Not look at other girls

* AND AT THE SAME TIME, MUST ALSO*

50. Give her lots of attention, but expect little yourself
51. Give her lots of time, especially time for herself
52. Give her lots of space, never worrying about where she goes

* IT IS VERY IMPORTANT: *

53. Never to forget: * Birthdays * Anniversaries * Arrangements she makes

FINALLY SEE HOW TO MAKE A MAN HAPPY:

1. Just leave him alone

DARE TO BE OUTSPOKEN...

Various Contributors

This is an actual job application!

NAME: Greg Bulmash

DESIRED POSITION: Reclining. HA But seriously, whatever's available. If I was in a position to be picky, I wouldn't be applying here in the first place.

DESIRED SALARY: $185,000 a year plus stock options and a Michael Ovitz style severance package. If that's not possible make an offer and we can haggle.

EDUCATION: Yes.

LAST POSITION HELD: Target for middle management hostility.

SALARY: Less than I'm worth.

MOST NOTABLE ACHIEVEMENT: My incredible collection of stolen pens and post-it notes.

REASON FOR LEAVING: It sucked.

HOURS AVAILABLE TO WORK: Any.

PREFERRED HOURS: 1:30-3:30 p.m., Monday, Tuesday, and Thursday.

DO YOU HAVE ANY SPECIAL SKILLS?: Yes, but they're better suited to a more intimate environment.

MAY WE CONTACT YOUR CURRENT EMPLOYER?: If I had one, would I be here?

DO YOU HAVE A CAR?: I think the more appropriate question here would be "Do you have a car that runs?"

HAVE YOU RECEIVED ANY SPECIAL AWARDS OR RECOGNITION?: I may already be a winner of the Publishers Clearinghouse Sweepstakes.

DO YOU SMOKE?: Only when set on fire.

WHAT WOULD YOU LIKE TO BE DOING IN FIVE YEARS?: Living in the Bahamas married to a fabulously wealthy super model who thinks I'm the greatest thing since sliced bread. Actually, I'd like to be doing that now.

DO YOU CERTIFY THAT THE ABOVE IS TRUE AND COMPLETE TO THE BEST OF YOUR KNOWLEDGE?: No, but I dare you to prove otherwise.

THINK YOU ARE SMART?

Durr-e-Shehwar,
Final year, MBBS

WORLD'S EASIEST QUIZ

(Passing requires 4 correct answers)

1) How long did the Hundred Years' War last?

2) Which country makes Panama hats?

3) From which animal do we get cat gut?

4) In which month do Russians celebrate the October Revolution?

5) What is a camel hair brush made of?

6) The Canary Islands in the Pacific are named after what animal?

7) What was King George VI's first name?

8) What colour is a purple finch?

9) Where are Chinese gooseberries from?

10) What is the colour of the black box in a commercial airplane?
Remember, you need 4 correct answers to pass.

Check your answers below.

ANSWERS TO THE QUIZ

1) How long did the Hundred Years War last? 116 years
2) Which country makes Panama hats? Ecuador
3) From which animal do we get cat gut? Sheep and Horses
4) In which month do Russians celebrate t he October Revolution?
November
5) What is a camel hair brush made of? Squirrel fur
6) The Canary Islands in the Pacific are named after what animal? Dogs
7) What was King George VI's first name? Albert
8) What colour is a purple finch? Crimson
9) Where are Chinese gooseberries from? New Zealand
10) What is the colour of the black box in a commercial airplane?
Orange (of course)

What do you mean, you failed? Me, too.

(And if you try to tell me you passed, you lie!)

COLLEGE LIFE

BEFORE I CAME TO COLLEGE I WISH I HAD KNOWN...

- that it didn't matter how late I scheduled my first class I'd sleep right through it.

- that I would change so much and barely realize it.

- that you can love a lot of people in a lot of different ways.

- that college kids throw airplanes, too.

- that every clock on campus shows a different time.

- that if you were smart in high school - so what?

- that I would go to a party the night before a final.

- that chem labs require more time than all my other classes put together.

- that you can know everything and fail a test.

- that you can know nothing and make it through a test.

- that I could get used to almost anything I found out about my room mate.

- that home is a great place to visit.

- that most of my education would be obtained outside my classes.

- that I would be one of those people my parents warned me about.

- that free food served at 10:00 is gone by 9:50.

- that Sunday is a figment of the world's imagination.

- that physiology is really biochemistry, biochemistry is really histology, histology is really pathology, and pathology is really medicine.

- that it is a really good idea to go places alone.

- that it's possible to be alone even when you're surrounded by friends.

- that friends are what makes this place worthwhile!

Faisal Irshad *(Final year, MBBS)*

QUESTIONS NEEDING ANSWERS

Syeda Amtul Sughra,
Final year, MBBS.

Ø Why do we press harder on a remote control when we know the batteries are getting dead?
Ø Why do banks charge a fee on "insufficient funds" when they know there is not enough money?
Ø Why does someone believe you when you say there are four billion stars, but check when you say the paint is wet?
Ø Why doesn't glue stick to the bottle?
Ø Why do they use sterilized needles for death by lethal injection?
Ø Why doesn't Tarzan have a beard?
Ø Why does Superman stop bullets with his chest, but ducks when you throw a revolver at him?
Ø If people evolved from apes, why are there still apes?
Ø Why is it that no matter what color bubble bath you use the bubbles are always white?
Ø Why do people constantly return to the refrigerator with hopes that something new to eat will have materialized?
Ø Why do people keep running over a string a dozen times with their vacuum cleaner, then reach down, pick it up, examine it, then put it down to give the vacuum one more chance?
Ø Why is it that no plastic bag will open from the end on your first try?
Ø How do those dead bugs get into those enclosed light fixtures?
Ø When we are in the supermarket and someone rams our ankle with a shopping cart then apologizes for doing so, why do we say, "It's all right"? Well, it isn't all right, so why don't we say, "That hurt, you stupid idiot"?
Ø Why is it that whenever you attempt to catch something that's falling off the table you always manage to knock something else over?
How come you never hear father-in-law jokes?

MOTHERS

Minahil Haqque
(Fourth year, MBBS.)

1. My mother taught me TO APPRECIATE A JOB WELL DONE. "If you're going to kill each other, do it outside. I just finished cleaning."

2. My mother taught me RELIGION. "You better pray that will come out of the carpet."

3. My mother taught me about TIME TRAVEL. "If you don't straighten up, I'm going to knock you into the middle of next week!"

4. My mother taught me LOGIC. "Because I said so, that's why."

5. My mother taught me MORE LOGIC. "If you fall out of that swing and break your neck, you're not going to the store with me."

6. My mother taught me FORESIGHT. "Make sure you wear clean underwear,! in case you're in an accident."

7. My mother taught me IRONY. "Keep crying, and I'll give you something to cry about."

8. My mother taught me about the science of OSMOSIS. "Shut your mouth and eat your supper."

9. My mother taught me about CONTORTIONISM. "Will you look at that dirt on the back of your neck!"

10. My mother taught me about STAMINA. "You'll sit there until all that spinach is gone."

11. My mother taught me about WEATHER. "This room of yours looks as if a tornado went through it."

12. My mother taught me about HYPOCRISY. "If I told you once, I've told you a million times. Don't exaggerate!"

13. My mother taught me the CIRCLE OF LIFE. "I brought you into this world, and I can take you out."

14. My mother taught me about BEHAVIOR MODIFICATION. "Stop acting like your father!"

15. My mother taught me about ENVY. "There are millions of less fortunate children in this world who don't have wonderful parents like you do."

16. My mother taught me about ANTICIPATION. "Just wait until we get home."

17. My mother taught me about RECEIVING. "You are going to get it when you get home!"

18. My mother taught me MEDICAL SCIENCE. "If you don't stop crossing your eyes, they are going to get stuck that way."

19. My mother taught me ESP. "Put your sweater on; don't you think I know when you are cold?"

20. My mother taught me HUMOR. "When that lawn mower cuts off your toes, don't come running to me."

21. My mother taught me HOW TO BECOME AN ADULT. "If you don't eat your vegetables, you'll never grow up."

22. My mother taught me GENETICS. "You're just like your father."

23. My mother taught me about my ROOTS. "Shut that door behind you. Do you think you were born in a barn?"

24. My mother taught me WISDOM. "When you get to be my age, you'll understand."

25. And my favorite: My mother taught me about JUSTICE. "One day! you'll have kids, and I hope they turn out just like you.

CHILDREN

Minahil Haqque
(Fourth year, MBBS.)

- A child will not spill on a dirty floor.

- A youth becomes a man when the marks he wants to leave on the world have nothing to do with tires.

- An unbreakable toy is useful for breaking other toys.

- Avenge yourself; live long enough to be a problem to your children.

- For adult education, nothing beats children.

- Having children will turn you into your parents.

-For the first 2 years of their lives, you dream for your child to start walking and speaking. For the next 18 years, you just wish them to shut up and settle down.

- If you have trouble getting your children's attention, just sit down and look comfortable.

- Insanity is inherited; you get it from your kids.

- It rarely occurs to teenagers that the day will come when they'll know as little as their parents.

- Never lend your car to anyone to whom you have given birth.

- One child is often not enough, but two children can be far too many.

- You can learn many things from children . . . like how much patience you have.

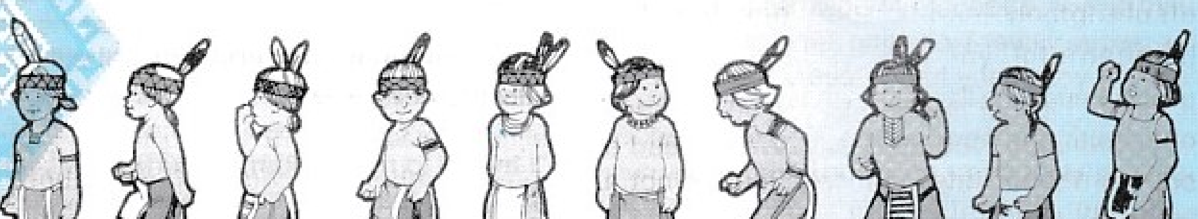
- Summer vacation is a time when parents realize that teachers are grossly underpaid.

- The first sign of maturity is the discovery that the volume knob also turns to the left.

- There are three ways to get things done:

1) do it yourself
2) hire someone to do it
3) forbid your kids to do it

- Those who say they "sleep like a baby" haven't got a baby.



Q. What do "bulletproof vests," "fire escapes," "windshield wipers," and "laser printers" have in common?
A. All were invented by women.

--------- --------- --------- --------- -----

Q. What is the only food that doesn't spoil?
A. Honey.

------------ --------- --------- --------- -----

Q. Which day are there more "collect calls" than any other day of the year?
A. Father's Day!

------------ --------- --------- --------- -----

In Shakespeare' s time, mattresses were secured on bed frames by ropes. When you pulled on the ropes the mattress tightened, making the bed firmer to sleep on. Hence the phrase...... . "Goodnight, sleep tight!"

------------ --------- --------- --------- -----

It was the accepted practice in Babylon 4,000 years ago that for a month after the wedding, the bride's father would supply his son-in-law with all the "mead" he could drink. Mead is a honey-beer and because this period of their calendar was lunar based, this was the "honeymoon."

------------ --------- --------- --------- -----

In English pubs, ale is ordered by pints and quarts. So in old England, when customers got unruly, the bartender would yell at them, "Mind your pints and quarts, and settle down." It's where we get the phrase "Mind your P's and Q's!"

------------ --------- --------- --------- -----

Many years ago in England, pub frequenters had a whistle baked into the rim, or handle, of their ceramic cups. When they needed a refill, they used the whistle to get some service. "Wet your whistle" is the phrase inspired by this practice.

------------ --------- --------- --------- -----

~.~.~.~.~.~. ~.~AND FINALLY~.~.~ .~.~.~.~

------------ --------- --------- --------- -----

At least 75% of people who read this will try to lick their elbow

---

***Cont.* THE DOCTOR WHO BECAME A WRITER;**

saw as pointless speculation rather than the delivery of facts, by referring to what he calls the " Effect" to describe the public's tendency to discount one story in a newspaper they may know to be false because of their knowledge of the subject, but believe the same paper on subjects with which they are unfamiliar: "untruthful in one part, untruthful in all".

Michael Crichton has been much criticised on his views which he openly described in *State of Fear*, rejecting the theory of Global Warming. Presidential candiadate Al Gore has even quoted the above novel by saying "The planet has a fever. If your baby has a fever, you go to the doctor [...] if your doctor tells you you need to intervene here, you don't say 'Well, I read a science fiction novel that tells me it's not a problem'".

In *Next*, Crichton has written about a character with negative role by the same name and background as that of a critic who had written against Crichton.

Crichton leaves for work at 6 in the morning, and keeps working until 3 in the evening. But as he approaches the end of his book, his working hours keep getting longer and longer. Eventually he starts coming back after dinner to work some more in the evening.

Michael Crichton may have left the field of medicine, but he has explored much more after that. He has inspired a generation of young, bright people to pursue the career of healing and caring. His *ER* series in particular, has been a great influence on the minds of millions of viewers world wide.

"I try not to make too many judgements about the books that come out of me. I just write them and carry on. I try not to define myself, or what I do, because any definition is limiting. I like to leave the future open."

The man walked away slowly with a small bag holding all his belongings.

The first thing that hit him was the immense quantity of people. People everywhere, families, loners, kids with their skateboards, all going about their lives confidently, knowing exactly where they were going and what they were doing. They were going to spend Christmas with they're families.

Well, so was he. He smiled. He hadn't told his wife he was going to be home for Christmas. It would be a nice surprise for Claire.

Boy, would she panic when she saw him. Claire was a born worrier. She'd complain that she had no time for preparing anything and how he was always thinking of himself.

He kept walking, smiling as he remembered Christmases passed, before he had been taken.

People stared at him as he walked along smiling vacantly.

Eventually he reached his destination. The place looked deserted.

"Oy," a wrinkled old man, bundled up protectively from the cold, came up to him with a shovel, "and what do you think you're up to?"

The man didn't answer, what business was it of his if he was going to spend Christmas with his wife?

It was twilight now. Claire would be setting the table, her golden hair gleaming.

He remembered how her soft hazel eyes used to meet his over the dinner table. And how devastated those eyes were when he was taken away. Grief and fury battling against each other, a frenzied appeal for help screaming at him through her eyes, though she stood mute.

It had been twenty, thirty years since he had seen her, but he was sure her beauty would have remained unwithered.

The snow crunched beneath his feet as his pace quickened. At last, he would now be with Claire.

The wrinkled old man leant against his shovel and watched as the man opened the gate.

As the gate creaked open, he gazed in compassion at the man.

The man entered the cemetery and made his way to a long neglected tombstone.
"Claire," he murmured, and a tear trickled down his cheek unnoticed.

And the light of one lone star gleamed alone in the dusk.

Cont. Medical Education

For formation of new methods of assessment, certain guidelines are to be prepared, and under these guidelines, the assessors are to be trained by arranging workshop and every assessor must undergo this training by attending atleast four workshops on different methods of assessment.

Similar workshops should also be arranged for the students so that they can come to know that under what methods they will be assessed.

Finally in the medial education all these methods of teaching and assessment are to improve the quality of learning and knowledge or performance.

At the end of the educational session of final year MBBS, the successful candidates are awarded a license, a Bachelor's degree of surgery and medicine to deal with the human life, thus all these objectives become increasingly important.

Destination

"Journeys end in lovers meeting"

Twelfth Night
William Shakespeare

By:
Fatima Muhammad
2nd Year MBBS

"I couldn't believe my luck..."
"So I told her to ditch the jock..."
"Just *love* your new haircut..."
"I never believed she was *that* kind of girl, if you know what I mean...."

He stirred. Weird what one could overhear at the metro these days. He shoved his hands deeper in his pockets and glanced at the young couple sitting near him. Their heads bent close together. The girl was smiling while the boy was blushing furiously.

He smiled and cast back his thoughts to the days when he sat with girls and blushed like that. He couldn't remember. Probably there had never been any such days.

A bum sat opposite them, snoring loudly. An old woman sat nearby was knitting, eyes intent on her work, fingers never stopping. Knitting furiously, as if lives depended on it.

A couple of teenage girls gossiped in a corner, completely aware of the teenage boys checking them out from another corner, while pretending they weren't.

They were now going through a tunnel. The darkness enveloped everyone.

He couldn't remember the last time darkness had been so welcome. No, scratch that. He could.

Maybe a hundred years ago, he could see the light of one star gleaming alone through the bars of his window. The only window in his prison, a tiny opening looking out on the world from the cramped space he had been living in for so long, he couldn't remember a time when he was free. Times when he was tired of being strong, when he ached so badly to see a really friendly face or see a genuine smile. Then the tears would come unbidden, trickling down his cheeks making his pillow wet. His whole body would writhe with misery and he'd screw his eyes shut as tight as possible.

He sighed as the tunnel ended and the unwelcome light trickled through, such as it was.

He folded his hands in his lap and slumped lower in his seat. He would be arriving soon. Unconsciously he traced the multiple scars criss-crossing his right hand with the fingers of his left hand. He really couldn't remember where they had come from. He didn't want to either. The blurry images of soldiers laughing and the smell of blood that haunted his nightmares made him sure of that.

A girl sitting opposite him was staring at his hand in fascination. He shoved his hands back in his pockets and scowled at her. She smiled hesitantly at him. It was an embarrassed smile, the kind of smile he used to smile when caught stealing sweets as a boy. It made him scowl more deeply and glare at her. She grinned at him in response. Disconcerted, he looked away. It had been a genuine smile, devoid of ulterior motives.

Destination reached, the doors opened and passengers began to trickle outside. A Voice informed them where they had arrived and where the metro would now be going.

Crichton discussed the social and legal implications of it. He finished the novel in 10 days! And when the publishers called back to have it revised for hard cover, Crichton insisted that it got published in paper back: he simply did not have time or money for the fuss. Yet he got convinced and later the book got an Edgar award. Instead of celebrations, Crichton had other worries: what if his professors at Harvard found out about it? "Medicine was serious business, and any student who was writing thrillers, was obviously not showing proper seriousness." No one found out, not even when the book was sold to the movies.

Michael Crichton got his MD in 1969 and did his post-doctoral fellowship study at the , , in 1969–1970. Finally, he decided that he could, after all, make a living with his writing skills. He left medicine and began writing full-time. The first book that was published under his own name was *The Terminal Man* in 1970, which was adapted for movie in 1974. "Medicine really wasn't for me. I didn't like being on call; I didn't like getting called at night. I just wasn't suited for a physician's life." This coming from the maker of the *ER* series!

Ever since 1975, from his novel *The Great Train Robbery*, Crichton never needed to use a pseudonym. The same novel was adapted for movie in 1979 and gave another Edgar award to Crichton.

His most famous works include *Congo* (1980; movie in 1995), *Sphere* (1987; movie in 1998), *Jurassic Park* (1990; movie in 1993) *Rising Sun* (1992; movie in 1993), *Disclosure* (1993; movie in 1994), *The Lost World* (1995; movie in 1997), *Airframe* (1996), *Timeline* (1999; movie in 2003), *Prey* (2002), *State of Fear* (2004), and *Next* (2006).

Jurassic Park and its sequel, *The Lost World*, were such huge block-busters, that a dinosaur was named after Crichton: .

Michael Crichton has written and directed several motion pictures, including movie based on writer Robert Cook's novel *Coma* (1978), his own novel *The Great Train Robbery* (1979), *Twister* (1996), and the smash-hit drama series on life in an emergency room, *ER* (1994, 1997, and later years for later seasons) of which he was creator, writer and executive producer.

There have been non-fiction works written from his pen as well. These include *Five Patients* (1970), *Jasper Johns* (1977), *Electronic Life* (1983) and *Travels* (1980). But of course, his fame lies with the fiction writing.

His work not just surrounds the medical writing, but includes many other genres of science fiction; from genetic bioengineering to computers to disasters. "I've had an interest for a long time; I did my college thesis in the 1960s on a computer, which was a huge IBM mainframe... I got interested in personal computers in the late 70s and started writing on computers back then. So my interest just developed as time went on..."

Michael Crichton never stops amazing his fans. He has even released a computer game by the name of *Amazon*, which was a graphic text adventure game, in 1984 in the USA. *Amazon* sold more than 100,000 copies. However his next computer game release *Timeline* (2000) proved a far cry from success.

In 1988, he was The Visiting Writer at the . He is a vibrant speaker and leaves much for the critics to talk about and many controversies for the world. His controversial speeches include *"Aliens Cause Global Warming"*, *"Environmentalism as Religion"*, and *"Why Speculate?"*. Crichton has commented that belief in purported scientific theories without a factual basis is more akin to than . He also articulates his belief that it is the tendency of modern to cling stubbornly to elements of their faith in spite of what he would contend is evidence to the contrary. Crichton cites what he contends are misconceptions about , second-hand smoke, and global warming as examples. He criticized the media for engaging in what he

Cont. on page 39

THE DOCTOR WHO BECAME A WRITER; AND THE WRITER WHO INSPIRED A WORLD: MICHAEL CRICHTON

Aasia Batool,
House Physician,
MMCH

With advancing times, the literary world is expanding to include all boundaries. And as it is progressing in fantasy and wild-imagination, it is also enveloping real life. Medical fiction and writings are no exception. Let us suffice to say that as the literature is giving serious thoughts to more and more real life stories, the field of medicine is becoming increasingly dramatic.

And who can write on medical life better than one who has "seen it all and done it all"? As a faithful admirer of literature, as well as a doctor, my admiration has never lessened even a nanogram for the writer Michael Crichton.

Michael Crichton, (pronounced *Cry-ton*), was born on October 23, 1942, in Chicago, Illinois and was raised up in Roslyn, Long Island, New York. He was the eldest of 2 sisters and a brother, who was to become his co-author for a book in the years to come, *Dealing: Or the Berkeley-to-Boston Forty-Brick Lost-Bag Blues.*

Crichton's father, John Henderson Crichton, was a journalist. Watching his father typing away on the type-writer inspired young Michael to do the same. When he was in third grade, he wrote a script for a puppet show at school. Later on, he found writing to become his passion; his classmates would find him writing extra-assignments only because he "loved writing" so much. His mother would take the children to museums, telling them this would expand their thought horizons. The exposure, though despised by the younger ones at that time, turned out to be a great help in the future for their character-building.

At the age of 14, he wrote an article on his family trip to Sunset National Crater Monument in Arizona, which got published in New York Times' travel section. This encouraged him and he wrote even more for the town newspaper, school paper and later, for the college paper at Harvard's, the Harvard Crimson.

Though he says he always wanted to become a writer, Crichton never thought he could really make a living out of it. So, whether the doctors out there like the idea or not, he chose to become a medical doctor for earning his bread.

During the medical school years, Crichton was in need of money to make his way through the years. He chose to use the skill he was God-gifted with: writing fiction. He wrote paperback thrillers and sent them to his publishers in New York in the hope that they buy fast and pay him even faster. "I didn't agonize over whether I was expressing myself; I didn't worry about art; I was writing under a pseudonym, at very high speed." He writes in his preface of the new edition of his student-life novel *A Case of Need.* In the desperate need for money to pay back his debts through the publishing of his novels, all Crichton ever really cared about was writing something that the paperback market would buy instantly without fuss. "In my novels, the women were all beautiful; the men all drove Ferraris; and nearly everybody carried a gun." He used pseudonyms for his work: John Lange and Jeffery Hudson, both somehow pointing towards his very long height. *Lange* is a word used in German, Danish and Dutch for "tall one". And Sir Jeffery Hudson was a dwarf in the English Queen's court in the 17^{th} century.

His first serious work was under the name Jeffery Hudson, *A Case of Need.* The novel was written when Crichton was still an undergraduate in 1968, at the age of 25 years. At that time, abortion was illegal in USA and

writing a story called (*Banku Babu's Friend*), also known as *The Alien*, which, for the first time, gave the concept of friendly aliens. Perhaps this was one of the contributing factors towards 80s movie *E.T*, by Stephen Speilburg.

60s and 70s gave some extremely huge SF hits in the cinemas. The all-time favourites included *2001: A Space Odyssey* (1968), which director Stephen Spielburg calls "the big bang of science fiction". Other mega hits were *Fahrenheit 451*(1966), *Planet of the Apes* (1968), *A Clockwork Orange* (1971), *THX 1138* (1971), *Solaris* (1972), *Logan's Run* (1976), *Alien* (1979), *Star Trek: the Motion Picture* (1979), and of course, my favourite, *Star Wars* saga (1977, 80, 83).

By 1980, New Wave Age faded and Cyberpunk Movement took over. SF writers turned away from the traditional optimism and support for progress of traditional SF, a contribution to which was William Gibson's *Neoromancer*. A strong interest in future-set stories gave birth to New Space Opera, much of which was inspired by *Star Trek* series on both TV and cinema, and *Star Wars* saga. Older writers continued to entertain their readers: Arthur C. Clarke, Isaac Asimov. While newer ones had their mark: Greg Bear, Iain M. Banks, Paul J. Mc Auley and Michael Swanwick.

Movies such as *E.T: The Extraterrestrial* (1982), the dark *Blade Runner* (1982), the funny *Back to the Future trilogy* (1985, 89, 90), and the robotic *The Terminator* (1984, 91, 2003) and *Robocop* (1987), were instant hits.

By the time 90s and 2000s arrived, the world had turned to SF mania. And though comic books and SF novels continued to excite SF fans, or "fen" as they call themselves in plural, better special effects and tremendous technology ended up attracting a gigantic number of viewers towards cinema theatres and, as technology further progressed, home theatres. Computer-human relationship/encounters were major concerns that were brought into question by movies like *Terminator*, (), (), (), (1995), (1999) and (). Disaster movies were no less hits: and both from . *Independence Day* (1996) and *Men in Black* (1997) on alien encounter and *Jurrassic Park* (1993) and *Godzilla* (1998) on genetic bioengineering. Games made SF all the more appealing for the new generation with games like *Metal Gear*.

2000s saw no end. *Star Wars* (1999, 2002, 2005) and *Star Trek* series, and superhero genre (*Spiderman, Superman, X-men, Batman, Fantastic Four* etc.) continued to captivate the fans. Effects of SF on politics and vice versa were studied on a broader horizon with movies like *The Matrix trilogy* (1999, 2003, 2003), *Minority Report* (2002), *V for Vendetta* (2006) and *Children of Men* (2006).

Today, science fiction is a world of never-ending horizons to discover and in return, it only proves to pay back an explorer. The fascination of a fan increases as they grow from enjoying sheer absurd work with no reputation as a separate field, to a universe which has earned the respect and significance that was long due for it.

Like Damon Knight put it: "...*[Science Fiction] means what we point to when we say it.*" Did that make sense to you? It didn't make much to me. But like I said, that's the beauty of arts; its so blurred, you can have endless fun trying to explain it to yourself.

And then come the greatest names of all times in not only in SF, but literary world itself: H. G. Wells and Jules Verne.

Jules Verne, also known by many to be the "father of science fiction", was the first ever "full-time" SF novelist. Unforgettable classics such as *Journey to the Centre of the Earth* (1864), *From the Earth to the Moon* (1865) and *20,000 Leagues Under the Sea* (1869) brought romantic adventures in harmony with the SF.

On the other hand, H. G. Wells brought social issues into his SF stories through timeless hits like *The Time Machine* (1895) and *War of the Worlds* (1898).

The 19th century also saw famous writers of other genres contributing towards SF, like Arthur Conan Doyale, Mark Twain, Rudyard Kipling and Jagadananda Roy.

Came 20th century and SF travelled many steps ahead. Olaf Stapledon, thought to be the next great SF writer after H. G. Wells and Jules Verne, gifted SF with *Last and First Men* (1930), (), (), and ().

Cinema and movies brought more to the SF world by producing silent, black and white movies from 1900s through 1920s on novels like *Frankenstein, Dr. Jekyll and Mr. Hyde* and *20,000 Leagues Under the Sea.*

Now came the times of modern SF writing. This was the time when pulp magazines were born and though SF became popular among the common people, it brought no respectable position for SF in the world of literature.

30s is also considered to be the Golden Age for the Sci Fi superhero comic books and the graphic magazines. Within a short time, superheroes including the immortal names of Superman, Batman, Spiderman, X-men, Thor, Green Lantern were household names.

In late 1930s we see John Campbell coming into the scene. He was the editor of the Astounding Magazine, and together with a generation of young writers who worked under his shadow, he brought the First Revolution of SF, known as the Golden Age in the 40s and 50s. This was an era of an altogether new style in SF writing, which saw the coming of young and famous writers like Isaac Asimov, the writer of *I Robot*, who said for Campbell, "We were extensions of himself; we were his literary clones." Campbell's role went as far as supporting L. Ron Hubbard's new religion Scientology.

The Golden Age ended with the writers turning towards other magazines and seeking greater freedom of expression with newer genres coming into fashion.

Throughout 30s, 40s and 50s sci fi movies continued to struggle hopelessly. Even as high budget movies were made, none of it made a serious impact and they were still "that crazy Buck Rogers stuff", referring to British movie *Buck Rogers* released in the 30s. Even the movie adaptation of classic novels made no difference.

The 1960s saw the Second Revolution in SF: the New Wave Age. This era brought considerable reputation to the Sci Fi genre. The writers brought wider scopes of human nature, social issues and sophistication into it and pushing boundaries of what was "acceptable" in SF work. This was also when mainstream writers started giving respect to the genre and contributing into it.

In 1962, South Asia made contribution by

SCIENCE FICTION –THROUGH THE AGES

Aasia Batool,
House Physician, MMCH

Fiction, in any form it is in, fascinates all of us. It has the magic to take us to the dream world where the possibilities of the human nature can be explored. Fantasy fiction takes a step further and creates a world for us where nothing is impossible. Science fiction, my friends, goes even beyond that: it makes that impossible believable, through explanations and reasoning.

And this is the charm that continues to follow its readers. From the moment we start stealing science fiction comic books from our elder brothers' drawers to the time we step in the cinemas for the latest movie in The Matrix trilogy, science fiction never stops unveiling its hidden magic.

The most annoying thing I came across with while researching for this article, was the fact there is no single complete definition of science fiction, or sci fi (SF). In fact there were "collections" of the definitions given by different people in different times. But then again, being a person of science and not arts, it was my fault to actually try to find a definition in the first place. This is the beauty of arts, literature, fiction, and last but not the least, science fiction: there is a world of endless scopes and possibilities which are so blurred; you can have endless fun trying to explain it to yourself. SF is to be enjoyed and admired, not put into limiting definitions.

Over the times, SF has evolved into a recognised field of work. From being a piece of childish trash, it has become a "serious business". But like I said, there are endless limitations, and so its genres and fields are diverse and it is hard for a researcher or a writer to categorise it. Ah, the beauty of it all!

There is "hard" SF that gives rigorous details on science and its explanations. Then there is "soft" SF, one that gives more importance to social issues and art of story telling.

With time, writers and movie makers have introduced more and more elements into the SF field. There have been time travel, alternative history, space travel and aliens, robots and superhuman, military SF and disasters, and of course, cyberpunk. Now we have more serious and "real" social and political issues being discussed by the SF writers and directors.

There is dispute over when did SF writing actually began. Some people even call India's Ramayana and some Greek work as SF. They also say Shakespeare's The Tempest as a work of SF. Jonathan Swift's Gulliver's Travels is thought to be a work of SF as well.

But the first actual SF novel, accepted by all, comes from the famous lady writer of all times (leaving a tear of pride in the eyes of all of us who belong to her gender), Mary Shelley, by the name of *Frankenstein* (1818). She also wrote *The Last Man* and *Roger Dodsworth: The Reanimated Englishman*. However, we also find Dutch writer Willem Bilderdijk writing his novel in 1813 by the name of *Kort verhaal van eene aanmerkelijke luchtreis en nieuwe planeetontdekking (Short account of a remarkable journey into the skies and discovery of a new planet)*. At around the same time, another famous name is seen on the scene; Edgar Allan Poe, writing a short SF story in 1835.

In 1859, we find the first SF poem by Victor Hugo. This was followed by a Russian poem on this topic in 1889.

And what an experience it was! Dazzling diamonds and other jewels simply blinded the viewers. But the two most remarkable ones for me were two diamonds: First Star of Africa and Koh-i-Noor. You hear the Koh-i-Noor stories all your life and one glance at the large gleaming stone tells you what all the fuss is about.

The Martin Tower at a distance has further jewels at display. One being the largest diamond ever found in the world, Cullinan, with its pieces on display. It was found to be of 621 grams weight, and was cut into 9 major and 96 small stones.

After a little rest at the newly added benches at the Towers, we went to the Salt Tower, famed for the imprisonment of many famous prisoners who have left their marks as graffiti over the walls. To this day there are many ghost stories connected with the Salt Tower, and it is said that dogs refuse to enter this place.

The oldest, White Tower was next. This splendid structure is now home to displays from the Royal armouries including original armours worn by Henry VIII and Charles I, plus a display of a massive collection of weapons and the infamous instruments of torture.

Another tower that caught my attention was the Bloody Tower, also known as the Garden Tower, which is to this day known to be haunted by the two young princes who were allegedly murdered in there.

There were many other towers, all having their own attraction, but try as I did; there was too little time to explore them all. Other towers include, Bell Tower, Beauchamp Tower, Deveraux Tower, Flint Tower, Bowyer Tower, Brick Tower, Constable Tower, Broad Arrow Tower, Lanthorn Tower, Wakefield Tower, Byward Tower, St Thomas's Tower, Cradle Tower, Develin Tower, Middle Tower, and Well Tower.

Throughout the tower passages, were the Yeoman Wardens, popularly known as Beefeaters. Dressed in their long, loose, dark blue and red uniforms, they are seen guiding the tourists, telling stories to the children, getting photographed by holiday-makers and adding colour to the ancient beauty of the Towers. In principle, their duty is to look after the prisoners and guard the royal crowns and jewels. And they have been doing this ever since 1485, and have their homes inside the fortress.

Then there are the ravens. These black birds have their wings clipped so that they cannot fly away. They have been at the Tower from a time unknown, and there is a legend that if they ever leave, bad luck would fall upon the Tower, the monarchy and the entire kingdom!

Soon it was time to leave. Walking idly, we headed towards the exit. On the way was the Traitor's Gate, the water entrance to the Tower. The name was given on account of the history telling many traitors to the monarchy passing through this gate. I leaned over the wall above it and stared down at the water level that covered the stone pathway, thinking of the many historic as well as forgotten names that were forced through that gate. Many thoughts and questions jumped to my mind. Most of which could not be answered except by the names lost in the lanes of history.

Finally, it was evening by the time we came out of the Towers, where another sight awaited us. The Tower Bridge that stands on the Thames River, right in front of the Towers, was opening to allow the passage of a ship. We joined the flock of tourists who had stopped for the view, as the ship slowly passed.

As I stood there, a strange thought struck me. Centuries ago, the Tower was being built by the native men at the orders of their masters. At the very spot where I stood, men and women walked around staring at and constructing the Tower with awe. Who could have thought, at that time, that one day, that Tower would be surrounded by buildings mightier and larger than it? That a time would come when the Tower would be flocked by people, common people, paying money to come in the Tower and think about history and its fascination, think about them and their lives?

TIME TRAVEL THROUGH THE TOWERS

Aasia Batool,
House Officer, MMCH

History is as captivating for its reader as a fairy tale for a child: with brave heroes, beautiful heroines, thrilling wars, fascinating ends. Though the gory, the blood, the torture and the terrorizing ends set both a lot apart.

And there is no better way to travel the lanes of history, than to visit the very monuments that bear witness to its happenings. So in the words of Alec McCowen:

"To understand England and its history, and the English too, you have to understand the Tower."

I had been to England before, and even though I made several attempts on convincing my family upon visiting London Towers, the historic fortress, I was never luckier than glancing at the towers from a bus or a ferry.

I finally got lucky in summer 1999.

It was the last Sunday of August, and my family was being the usual it is on a holiday: lazy. It wasn't hard to notice that I was the only one actually interested in the unimportant, petty visiting of old broken buildings. And I proved it by managing to drag everyone out of their cosy beds and into the half cloudy, half sunny day of London August.

Taking the Underground Travel Tickets from Zone 5 to Zone 1, we arrived at Tower Hill Underground Station. Stepping out of the Station, I smelt the usual aura of London: intense and jolly, accommodating and congested, leisure and work, fun and stress; all mixed in one breath. Walking on foot, we arrived at the London Towers. It was a long queue of tourists on a Sunday of summer vacations. On the way in, there were stands carrying free leaflets on the historical background and maps of the Towers.

Standing on the banks of River Thames, the Tower of London is by far one of the most famous and well preserved historical buildings in the world. The oldest part was built in 1078 AD, at the orders of the Norman King William the Conqueror, to guard the river approach to London. The earliest structural building, built at that time, was the Great Tower. The stone used was Caen Stone, that was brought specially from France at the orders of the King. Gundulf, Bishop of Rochester, was appointed as the architect. The majestic construction of the Tower was awe inspiring for the Anglo-Saxon people of London, who had only just seen the downfall of their King Harold II, at the hands of the Norman King William.

Throughout 12^{th} and 13^{th} centuries, several monarchs made changes and additions to the structure. The Great Tower was whitewashed, so that it became the "White Tower", which was particularly for the use of Kings and Queens. There have been many additions of other smaller towers, extra buildings, walls and walkways, gradually evolving into the splendid example of castle, fortress, prison, palace and finally museum that it proudly represents today.

Today the military use of the Towers is no more. The last prisoner to set his foot in the Towers was in 1941. Although it officially remains Royal Palace, it is no longer used as a royal residence.

After buying the tickets and walking through the pathways, we went straight to the Crown Jewels. As if the thought that I was about to set my eyes upon the world famous jewels and crowns was not breath-taking enough, the entry made it all the more intimidating: Through the iron gates that opened smoothly with machines controlling them, you feel like stipping into a scene straight out of a James Bond movie!

BEAUTY OF MATH!

1 x 8 + 1 = 9
12 x 8 + 2 = 98
123 x 8 + 3 = 987
1234 x 8 + 4 = 9876
12345 x 8 + 5 = 98765
123456 x 8 + 6 = 987654
1234567 x 8 + 7 = 9876543
12345678 x 8 + 8 = 98765432
123456789 x 8 + 9 = 987654321

1 x 9 + 2 = 11
12 x 9 + 3 = 111
123 x 9 + 4 = 1111
1234 x 9 + 5 = 11111
12345 x 9 + 6 = 111111
123456 x 9 + 7 = 1111111
1234567 x 9 + 8 = 11111111
12345678 x 9 + 9 = 111111111
123456789 x 9 + 10 = 1111111111

9 x 9 + 7 = 88
98 x 9 + 6 = 888
987 x 9 + 5 = 8888
9876 x 9 + 4 = 88888
98765 x 9 + 3 = 888888
987654 x 9 + 2 = 8888888
9876543 x 9 + 1 = 88888888
98765432 x 9 + 0 = 888888888

Brilliant, isn't it?
And look at this symmetry:

1 x 1 = 1
11 x 11 = 121
111 x 111 = 12321
1111 x 1111 = 1234321
11111 x 11111 = 123454321
111111 x 111111 = 12345654321
1111111 x 1111111 = 1234567654321
11111111 x 11111111 = 123456787654321
11111111 x 11111111 = 1234567898654321

Now, take a look at this...

101%

From a strictly mathematical viewpoint:

What Equal 100%? What does it mean to give MORE than 100%?

Ever wonder about those people who say they are giving more than 100%?

How about ACHIEVING 101%?

What equals 100% in life?

Here's a little mathematical formula that might help answer these questions:

If:
A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z

Is represented as:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26

If:
H-A-R-D-W-O-R-K

8+1+18+4+23+15+18+11 = 98%

And:
K-N-O-W-L-E-D-G-E

11+14+15+23+12+5+4+7+5 = 96%

But:
A-T-T-I-T-U-D-E

1+20+20+9+20+21+4+5 = 100%

THEN, look how far the love of God will take you:

L-O-V-E-O-F-G-O-D

12+15+22+5+15+6+7+15+4 = 101%

Therefore, one can conclude with mathematical certainty that:

While Hard Work and Knowledge will get you close, and Attitude will get you there, It's the Love of God that will put you over the top!

o Illusions,
o Hallucinations,
o Text book phobia,
o Fatigue,
o Patient will be found lost in a fantasy world of his/her own,
o Depression,
o Anaemia,
o Dehydration with sunken eyes,
o Disoriented with time, place and person,
o Some patients may even go in a coma. Females have a higher tendency for developing it.

DIFFERENTIAL DIAGNOSIS:
This condition should be differentiated from Lovaria, which has mimics the same symptoms and signs. It can be differentiated from Examination Fever through a simple Chest X-Ray, which will show cardiomegaly in Lovaria.

DIAGNOSIS:
Examination Fever is mainly diagnosed on the basis of history, in which the patient will give a history of forthcoming exams.

CT scan of the brain will confirm the diagnosis, which will show atrophic changes in the memory area.

TREATMENT:
Though it is very difficult to deal with such cases, the treatment options involve both surgical and medical.

Medical Treatment:

SYMPTOMATIC:
o Bed rest,
o Stop exposure to text books,
o Provide the patient with movies and music

SPECIFIC:
o Cap. Copymycin 500 mg OD (given during the exam)
o Inj. Bribocyclin (Rs.) 10,000 IV (to examiner)
o Tab. Entertainmento cream Local Application (as an anti-allergic)

Surgical Treatment:
There are 2 types of surgical procedures:

1. An open surgery to remove the whole system of examination under general anaesthesia. This is offered to the examination board.
2. Local incision can be given to remove the question paper from the examination board one day before the exams under local anaesthesia.

PREVENTION AND IMMUNIZATION:
"Potent source Antigen" given yearly as soon as the child starts going to school.

TAKE LIFE AS MATHEMATICS

Add your friends
subtract your enemies.
Divide your sorrows
and
multiply your joys.

Contributed by:
Sameer Raza Tunio,
Fourth year, MBBS.

EXAMINATION FEVER

Abdul Razak Mastoi,
Fourth year, MBBS.

INTORDUCTION:

It is also known as EXAMINARIA or EXAMPHOBIA. It is far more dangerous than hepatitis, more lethal than cancer and more feared of than AIDS. At present, it is under research in many famous universities and schools around the world.

DEFINITION:

The definitions are different from different sources:

o According to the professor examiner: "It is a terrible chronic condition in which fever and anxiety develop originating from fear of exams."

o According from professor invigilator: "It is a hypertensive condition in which the students develop allergy against textbooks."

EPIDEMIOLOGY:

o It is endemic throughout the world, but turns epidemic towards the time of exams.

o It affects students of all ages and from every background.

o Incidence is 95%

o Females are more affected than the males.

o Recurrence rate is 99.9%

AETIOLOGY:

The exact cause is not known yet, but according to the latest studies, the highly infectious FEARO-VIRUS TENIONELLA PSYCONIUM is suspected to be the main culprit. It is not visible under the ordinary or electron microscope. However, strangely, many students claim to have seen it and state that it is an ugly, devil-shaped organism.

PATHOGENESIS:

Much less is known about the pathogenesis. The hypothesis is that, the Fearovirus enters directly into the brain, after breaking the blood-brain barrier, and releases a toxin "Refranin", which decreases memory and concentration powers of the patient. This is done by inhibiting the scholastic receptors in the memory area. Those who are deficient of this area, are spared –they should be grateful to God for this blessing.

Receptors for the hyper-sensitivity reaction are in the eyes, which are stimulated while studying text books. This is termed as "Type 5 Hypersensitivity Reaction. The mechanism is yet to be defined, which is much different from other hypersensitivity reaction types. As a result of this reaction, fever develops.

CLINICAL FEATURES:

Clinically, the chief presenting complaint is of high-grade fever, even though the temperature does not really rise on examination.

Other symptoms are:

o Headache,
o Blurred vision,
o Insomnia,
o Anxiety,
o Watery diarrhoea,
o Confusion,

7. To critically think about their own rituals and the way they live their life. To bring Islam to the 21^{st} Century. To unite the youth together with youth bodies and groups.

Vice Versa:

To communicate more with youth from Muslim countries. To remember that there are others in the world and Islam has an Ummah. We are not on our own little environment.

REPLIER NO. 2:

1. I would describe myself as a well established youth in my community. I was brought up in an adequately sheltered and protected environment by my parents, and was always encouraged to do my best and pursue my goals with determination and dedication. I achieved excellent results in my GCSEs and A Levels, and am currently reading a degree in Electrical and Electronic Engineering. I also teach in the Madressa and at Mosque, and tutor a couple of students in my spare time. I am twenty years old, married and live together with my family in London.

2. The area that I have grown up in is multicultural (environment) with all faiths and races showing tolerance to each other and living in harmony. Therefore, although there have been many incidents of racism in the country in the last twenty years, I have not personally been affected by these. When it came to things like praying and fasting in school, the schools in London are quite understanding and provide the necessary facilities for Muslim students. If there are any problems however, the community has always been supportive to the youth.

3. If anything, I feel that the surrounding community has woken up after these events to find out more about Islam and what it stands for. The majority of the people I know have come to realise that these incidents have been caused by a few radical people and it is not what Islam teaches. Furthermore, it has given young Muslims an opportunity to research into the religion themselves to increase their own faith in Islam whilst also educating their friends.

4. There are always going to be a few who react without much thought to these kinds of events, especially in those areas where the Muslim population is not very large. This attitude is mainly due to ignorance and I feel it is our duty to educate the people to remove this stereotypical image of Islam.

5. I feel those youths living in Muslim countries are quite lucky as they have fewer problems dealing with those issues faced by those who are living in the west. However, they may not get the opportunity to learn from other faiths and experience different cultures the way we do. We also have the opportunity to take advantage of the more developed lifestyle in the west but have a greater responsibility to show non-Muslims the true meaning of Islam through our actions and etiquettes.

6. I think our role is to meet with them in places such as Islamic camps where different opinions on current issues can be discussed as this would open the minds of youth from both backgrounds. This would also highlight our similarities and differences for the betterment of ourselves.

7. Those living in the west can learn to create a similar environment as that of living in a Muslim country whilst living in the west, and their confidence in being Muslims rather than being apologetic about it. A lesson to be learnt by those in Muslim countries is to show tolerance and unity to all faiths and sects, and not assume that those who are not like them are always wrong.

of Muslim youngsters in west to bring on the betterment for the Muslims living in Muslim countries?

7. What do you think are the lessons to be learnt from young Muslims living in west by the young Muslims living in the Muslim countries? And vice versa?

ANSWERS:

Replier No. 1:

1. I was born in 1985 in Essex and grew up there. I attended primary schooling and then went on to a grammar school in Southend. Here I completed my GCSEs and A Level with good grades Alhamdulilah.

Currently I am studying Physics and Space Research at the University of Birmingham starting my 3rd year very soon Insha Allah.

I like to play cricket, tennis and golf in my spare time and also tutor physics.

2. The experiencing can be quite different depending on where you live as I have found. In Chelmsford where I grew up there isn't a large community and therefore for Muslim friends there were not many, just extended family. In school and on the journeys to school it was quite tough especially the older I got. This is because of the "boyish" tendencies that come to that age group e.g. girlfriends, alcohol, drugs etc.

Although this may sound nasty it is not so. The schooling system is very disciplined and tough. Therefore in school this is not a problem and the open-mindedness of the other students accept that not everyone does the same as them. They therefore respect the other view and sometimes change their habits to suit.

This respectfulness to some extent has made the experience of growing up in a predominantly non-Muslim country "easy" and maybe "easier" than Muslim countries where strict rulings force people to follow even if it stunts their growth.

In Birmingham where the community is large it is much easier to find Muslim friends and shape your life around the community. This helps to stay away from the haraam around.

Yet with all of this I would say that if one has a strong family environment which uphold Islamic principles then one can enjoy the benefits of the western environment, e.g. the education, the sport etc. This however differs from individual to individual.

3. Yes definitely. Muslims have come under the media spotlight and immediately we enter into peoples minds because of the negative image they have seen on TV. However most of the western population are inquisitive and will not jump to quick conclusions especially here in Britain. All people want is to be able to live in peace and Muslims should show immaculate characteristics. If one upholds good Akhlaq then the message of true Islam will go out.

4. Its very hard to generalise. On the streets in my surroundings there isn't a lot of anger and hatred. One can quite freely live their lives. However it is all based on individuals and the area they live in.

It is natural for people to feel anger at the Muslims around the world if their lives are being affected by so called Muslims, but it is the Muslims' duty to show otherwise through their characteristics.

5. It is very hard to answer this question when one has not been in the situation. Preferably it should be that we are all brothers in faith. All youth should work together to display true Islam.

6. Once again display true Islam. Muslim youth in the west cannot do much about the regimes in Muslim countries however the perception of Islam can be slowly changed.

LIFE IN THE WEST

Aasia Batool,
House Officer, MMCH.
Special thanks to *Dr. S. Qamar Abbas, Harlow, Essex.*

In the year 2005, I was on my visit to the United Kingdom for the 10th time. But it was the first one after the infamous 9/11 that has changed everything around the world. No matter where we live or what background we belong to, all of us are affected by it in some way or the other –for better or for worse.

The last time before this one that I went to UK was in 2001. I had returned only about a month before 9/11. The year 2005 visit was almost 4 years later, and only 10 days after the 7/7 bombings in London. And this time I noticed a difference that was just not ignorable. People somehow had begun to become more and more aware of their identities, and wanted to preserve it. Muslim youth, especially, appeared more drawn in with the issues of how to find their place in the global world this world is becoming, while living in the West.

I was doing an attachment at a hospital in Essex when I was joined at the table in the canteen during a break by an Arab doctor. After a nice chat, she asked me if I was having any problems in the UK. It was only when she pointed at my headscarf that I understood what she meant from that question. I had never had come across anything like a racist comment throughout my stay and I told her so. She then shared her unpleasant experiences which took my aback. I returned home that day thinking about the changes in the racial and political scenes. I wanted a picture from a wider point of view.

The visit and my brother's willingness to help in his social circle were a perfect opportunity for me to do just that. With my brother's co-operation I sent the questionnaire to some bright and ambitious young people. The replies that came only showed how eager the contributors were to be heard and understood by their Eastern friends.

The questionnaire is being printed first, followed by the answers, one after another. I do hope you will find it as thought-provoking and remarkable as I did.

<u>QUESTIONNAIRE:</u>

1. How would you describe yourself, with a brief life history and current position?
2. How did you find the experience of growing up as a Muslim in a predominantly non-Muslim country?
3. Do you think the situation has changed for Muslims esp. for young Muslims in west after 9/11 and 7/7?
4. During my time here in Essex, UK, while doing a clinical attachment at a hospital, I came across an Arab doctor who was distressed at the attitude of Western population towards the Muslims around the world, in wake of recent events. What do you think of such opinions?
5. How do you relate yourself to the young Muslims living in Muslim countries?
6. What do you think should be the role

WORDS OF WISDOM FROM THE WISE

Hina Khan,
House Surgeon, MMCH.

FRIENDS:

1. "The road to a friend's house is never long." *Danish proverb*
2. "He who has a thousand friends Has not a friend to spare. While he who has one enemy, Shall meet him everywhere." *Ralph Waldo Emerson*
3. "Be courteous to all, but intimate with few, and let those few be well tried before you give them your confidence. True friendship is a plant of slow grow, and must undergo and withstand the shock of adversity before it is entitled to the appellation." *George Washington.*
4. "True friends stab you in the front." *Oscar Wilde.*

BELIEF:

1. "You can fool some of the people all of the time, and all of the people some of the time. But you cannot fool all of the people all of the time." *Abraham Lincoln.*
2. "Those who stand for nothing, will fall for anything." *Alexander Hamilton.*

IGNORANCE AND STUPIDITY:

1. "Only two things are infinite, the universe and human stupidity, and I am not sure about the former one." *Albert Einstein.*
2. "Half the world is composed of idiots, the other half of people clever enough to take indecent advantage of them." *Walter Kerr.*
3. "Nothing in the world is more dangerous than sincere ignorance and consciencious stupidity." *Martin Luther King, Jr.*
4. "Men are born ignorant, not stupid. They are made stupid by education." *Bertrand Russel.*

JUSTICE:

1. "It is better that ten guilty escape than one innocent suffer." *William Blackstone.*
2. "A court is a place where what was confused before become more unsettled than ever." *Henry Waldorf Francis.*
3. "The penalty for laughing in a courtroom is six months in jail. If it were not for this penalty, the jury would never hear the evidence." *H. L. Mencken.*
4. "The more laws, the less justice." *Marcus Cicero D. Officiis.*

KNOWLEDGE:

o "Real knowledge is to know the extent of one's ignorance. *Confucius.*

GENIUS:

1. "Genius is 1% inspiration and 99% perspiration." *John Dryden.*
2. "When nature has work to be done, she creates a genius to do it." *Ralph Waldo Emerson.*
3. "Difference between genius and stupidity is that, genius has its limits." *Anonymous.*
4. "Everyone is born with genius, but most people only keep it for few minutes." *Edgard Varese.*

deserve all of it. This brings me to the value of

gratitude. We have so much to be grateful for. Our parents, our teachers and our seniors have done so much for us that we can never repay them. Many people focus on the short comings, because obviously no one can be perfect. But it is important to first acknowledge what we have received. Nothing in life is permanent but when a relationship ends, rather than becoming bitter, we must learn to savour the memory of the good things while they lasted.

"The fifth lesson I learnt is that we must always strive for excellence. One way of achieving excellence is by looking at those better than ourselves. Keep learning what they do differently. Emulate it! But excellence cannot be imposed from the outside. We must also feel the need from within. It must become an obsession. It must involve not only our mind but also our heart and soul. Excellence is not an act but a habit. I remember the inspiring lines of a poem which says that your reach must always exceed your grasp. That is heaven on earth. Ultimately, your only competition is yourself.

"The sixth lesson I have learnt is never give up in the face of adversity. It comes on you suddenly without warning. One can either succumb to self-pity, wring your hands in despair or decide to deal with the situation with courage and dignity. Always keep in mind that it is only the test of fire that makes fine steel. A friend of mine shared this incident with me. His eight-year old daughter was struggling away at a jigsaw puzzle. She kept at it for hours but could not succeed. Finally, it went beyond her bedtime. My friend told her, "Look, why don't you just give up? I don't think you will complete it tonight. Look at it another day." The daughter looked with a strange look in her eyes, "But, dad, why should I give up? All the pieces are there! I have just got to put them together!" If we persevere long enough, we can put any problem into its perspective.

"The seventh lesson I have learnt is that while you must be open to change, do not compromise on your values. Mahatma Gandhi Ji often said that you must open the windows of your mind, but you must not be swept off your feet by the breeze. You must define what your core values are and what you stand for. And these values are not so difficult to define. Values like honesty, integrity, consideration and humility have survived for generations. Values are not in the words used to describe them as much as in the simple acts. At the end of the day, it is values that define a person more than the achievements. Because it is the means of achievement that decide how long the achievements will sustain. Do not be tempted by short cuts. The short cut can make you lose your way and end up becoming the longest way to the destination.

"And the final lesson I learnt is that we must have faith in our own ideas even if everyone tells us that we are wrong. There was once a newspaper vendor who had a rude customer. Every morning, the customer would walk by, refuse to return the greeting, grab the paper off the shelf and throw the money at the vendor. The vendor would pick up the money, smile politely and say, "Thank you, Sir." One day, the vendor's assistant asked him, "Why are you always so polite with him when he is so rude to you? Why don't you throw the newspaper at him when he comes back tomorrow?" The vendor smiled and replied, "He can't help being rude and I can't help being polite. Why should I let his rude behaviour dictate my politeness?"

"In my youth, I thought of myself as a rebel and was many times, a rebel without a cause. Today, I realize that my rebellion was another kind of conformity. We defied our elders to fall in line with our peers! Ultimately, we must learn to respond instead of reacting. When we respond, we evaluate with a calm mind and do whatever is most appropriate. We are in control of our actions. When we react, we are still doing what the other person wants us to do. I wish you all the best in your life and career. I hope you achieve success in whatever way you define it and what gives you the maximum happiness in life. Remember, those who win are those who believe they can."

LESSONS OF LIFE

Selected by
Aliya Zaman Raja,
House Physician, MMCH.

NOTE: This is an address by Azim Premji, Chairman, Wipro Corporation, in the "Shaping Young Minds Program" (SYMP) organized by the All India Management Association (AIMA) in collaboration with the Bombay Management Association (BMA) on February 9, 2004 at NCPA in Mumbai. This thought provoking lecture has been selected for the readers of Messiah for your interest. Read and enjoy!

"I am very happy to be here with you. It is always wonderful to be with young people. The funny thing about life is that you realize the value of something only when it begins to leave you. As my hair turned from black, to salt and pepper and finally salt without the pepper, I have begun to realise the importance of youth. At the same time, I have begun to truly appreciate some of the lessons I have learnt along the way. I hope you will find them useful when you plan your own career and life.

"The first thing I have learnt is that we must always begin with our strengths. From the earliest years of our schooling, everyone focuses on what is wrong with us. There is an imaginary story of a rabbit. The rabbit was enrolled in a rabbit school. Like all rabbits, it could hop very well but could not swim. At the end of the year, the rabbit got high marks in hopping but failed in swimming. The parents were concerned. They said, "Forget about hopping. You are anyway good at it. Concentrate on swimming." They sent the rabbit for tuitions in swimming. And guess what happened? The rabbit forgot how to hop! As for swimming, have you ever seen a rabbit swim? While it is important for us to know what we are not good at, we must also cherish what is good in us. That is because it is only our strengths that can give us the energy to correct our weaknesses.

"The second lesson I have learnt is that a rupee earned is of far more value than five found. My friend was sharing me the story of his eight year-old niece. She would always complain about the breakfast. The cook tried everything possible, but the child remained unhappy! Finally, my friend took the child to a supermarket and brought one of those ready-to-cook packets. The child had to cut the packet and pour water in the dish. After that, it took two minutes in the microwave to be ready. The child found the food to be absolutely delicious? The difference was that she had cooked it! In my own life, I have found that nothing gives as much satisfaction as earning our rewards. In fact, what is gifted or inherited follows the old rule of come easy, go easy. I guess we only know the value of what we have if we have struggled to earn it.

"The third lesson I have learnt is no one bats a hundred every time. Life has many challenges. You win some and lose some. You must enjoy winning. But do not let it go to the head. The moment it does, you are already on your way to failure. And if you do encounter failure along the way, treat it as an equally natural phenomenon. Don't beat yourself for it or any one else for that matter! Accept it, look at your own share in the problem, learn from it and move on. The important thing is, when you lose, do not lose the lesson.

"The fourth lesson I have learnt is the importance of humility. Sometimes, when you get so much in life, you really start wondering whether you

she has already won (15), among which S.T. Dupond Golden PEN Award in 2002, Premio Principe de Asturias and Companion of Hunour from the Royal Society of Literature, both in 2001 and many other prizes and awards.

Doris Lessing's novels have shown the Royal Swedish Academy the writers vision of global catastrophe, which lead people to a more primitive life; and how chaos gave birth to primitive qualities of a human being, giving hope to humanity. These traces of her writings are very good depicted in her most recent fantasy novel Mara and Dann (1999) and its sequel The Story of Dann and Mara' Daughter, as well as Griot and the Snow Dog (2005).

The **Intergovernmental Panel on Climate Change (IPCC)** and **Albert Arnold (Al) Gore Jr.** have received congratulations on this year's **Nobel Prize for peace**. They have earned it for making people acquainted with the global warming problem. The two awardees will share the prize in half for being equally committed to the problem of man-made climate changes.

The Nobel Prize for peace given to two fighters against global warming shows the acknowledgement of the problem by the Norwegian Nobel Committee and thus attract more attention to this global event, even though still reject the fact of its mere existence.

Thus the Nobel Prize for peace in 2007 is awarded to Al Gore as one of the most environmentally aware and active politicians, ass wel as to the IPCC "for their efforts to build up and disseminate greater knowledge about man-made climate change, and to lay the foundations for the measures that are needed to counteract such change".

The **Nobel Prize in economics** this year was awarded "for having laid the foundations of mechanism design theory" to **Leonid Hurwicz**, from the University of Minnesota, MN, USA, **Eric S. Maskin**, from the Institute of Advanced Study, NJ, USA, and **Roger Myerson**, from the University of Chicago, IL, USA.

Leonid Hurwicz is the founder of the **mechanism design theory**, which was further developed by the other two awardees. This new theory has helped many to understand the properties of optimal allocation mechanisms in situations, when information about individual preferences and available technologies is used among many players, who use that information to satisfy their own interests and for t heir own profit.

One Million of 100-Year-Olds by 2050, Half of Them to Face Dementia

More and more people live to 100 and beyond, yet the fight against **age-related diseases** assumes the same importance as global warming and terrorism, according to a leading scientist.

Dr Guy Brown, a neuroscientist from the Cambridge University, is warning that gradual increase in lifespan implies that more and more elderly people have to spend the last decades of their life in the struggle against disability and dementia.

Babies born nowadays are expected to live to the age of 100, while it is predicted that the **number of centenarians** will increase by 100 times by the year 2074. However, the increased lifespan is believed to be spoiled by deteriorating health - in future half of the 100-year-olds will be dying with dementia.

Dr Brown, an expert in the degenerative disease, insists that much more funds must be invested into the research of age-related diseases and the care of elderly people. He thinks the issue is a real nightmare that might soon become reality and it is difficult to imagine the **psychological consequences** of being in danger of developing dementia.

It appears that we will need many hospices as we need maternity hospitals.

It also means that people in Pakistan and Mirpurkhas must stay away from harmful agents like smoking, alcohol, water not boiled and junk food.

As Dr Brown said, *'the future is not just old, it's extremely old"* and '*Death is not the enemy, it is an integral part of our life.'*

discoveries led to a new technology, named gene targeting in mice. This technology is applied in many areas of biomedicine, which encompasses basic experiments, researches and development of therapies.

The new technology is used to make particular genes inactive and such experiments have led to understanding of the roles of various genes in embryonic development, aging, adult physiology and diseases. Thanks to this technology over ten thousand mouse genes were made inactive, which means that scientists have researched the significance of about a half of all genes in the mammalian genome by "knocking out" certain genes. The gene targeting technology has already produced over 500 mouse models of human disorders, such as cardiovascular, neuro-degenerative diseases, diabetes, cancer and many others.

Thus **Mario R. Capecchi**, from the University of Utah, **Sir Martin J. Evans**, from the Cardiff University in the UK, and **Oliver Smithies**, from the University of North Carolina, have been awarded the Nobel Prize of 2007 in medicine "for their discoveries of principles for introducing specific gene modifications in mice by the use of embryonic stem cells".

The **Nobel Prize in physics** was awarded to two European scientists - a Frenchman and a German - for their discovery of a physical effect, known today as **Giant Magnetoresistance** or GMR. **Albert Fert** and **Peter Grüaut;nberg** have discovered this effect independently, both in 1988. The name Giant Magnetoresistance is something beyond understanding for the majority of people, yet everyday many encounter devices, based on this phenomenon - hard disk drives.

A hard disk stores information in form of magnetized small areas, which are scanned by read-out heads to retrieve the information. Since all devices tend to miniaturize more sensitive read-out heads are necessary to retrieve information from smaller and smaller magnetized information areas on hard disks. However, not much has changed since 1997, when the first read-out head based on the GMR effect was produced, as it was under constant development and even the hard disks of today are based upon this physical phenomenon.

It should be mentioned that the GMT effect was discovered thanks to techniques developed during the 70s, when scientists tended to produce very thin layers of various materials. Thus they are of opinion that if GMR would work, they would be able to produce layers of only a few atoms thick, so the GMR could also be considered one of the first applications of nanotechnology.

This years' **Nobel Prize in Chemistry** went to a German scientist, **Gerhard Ertl**, "for his studies of chemical processes on solid surfaces". This prize is an acknowledgement of the importance of Ertl's studies in surface chemistry, which is, in its turn, important for the chemical industry in general. This new branch of the chemical industry should help us understand such processes as iron rusting, or how fuel cells interact and function, or how the catalysts in cars work. People didn't notice it, but the surface chemistry has spread its activity very wide. For example, thanks to surface chemistry it became possible explaining the destruction of the ozone layer of the planet: scientists have discovered that some reactions take place on small crystals of ice in the stratosphere. As another example of the benefit of the surface chemistry could be brought the semiconductor industry, which depends on the knowledge, acquired by this branch of chemical industry.

Gerhard Ertl's accomplishment in the area is that he founded an experimental school of thought, where he showed the reliability of the results attained in this area of research. This scientist has left a priceless impact on this branch of chemistry: his methodology has become a basis both for academic research and for industrial development.

The 2007 **literature Nobel Prize** was given to the English writer **Doris Lessing**, for "that epicist of the female experience, who with scepticism, fire and visionary power has subjected a divided civilisation to scrutiny".

There is not much to say about the work of Doris Lessing, except that this prize is to complement a bunch of other literature prizes

introduced, there is no reason to suppose that the future of vaccines will be any less remarkable than their past.

Most significant technological innovation since 1800

BBC asked its listeners this year "what has been the most significant technological innovation since 1800".

From the hundreds of listeners' nominations and together with their five experts,Êvoting was opened onÊa final 10.Ê Here are the results...

59.4%	-	Bicycle
7.8%	-	Transistor
7.8%	-	Electro-magnetic induction ring
6.3%	-	Computer
4.6%	-	Germ theory of infection
4.5%	-	Radio
4.0%	-	Internet
3.4%	-	Internal Combustion Engine
1.1%	-	Nuclear Power
1.1%	-	Communications Satellite

The most important inventions and discoveries

An American Science Community has concluded after one of its researches that Mendeleev's periodic table of elements was the most important discovery the humanity made... even more important than the discovery of iron.

The Community has published a list of 10 most important discoveries the humanity ever made. The results of this research were based on answers of a survey conducted by the community.

According to that survey:

- the second most important discovery, following the Mendeleev's period table of elements, was the discovery of **iron processing** (Egypt 3500 B.C.);

- **transistor** discovery was the invention (John Bardeen and colleagues in 1948);

- fourth invention was declared the **glass processing** (circa 2200 B.C in South-Western Iran);

- fifth discovery was named the invention of the **optical microscope** in the 17th century;

- invention of **concrete** by John Smeaton was placed on the sixth place among the inventions;

- the seventh invention in the list was given to the **steel processing**, found about year 300 B.C. in India;

- **brass processing** in about 5000 B.C. on the present territory of Turkey has taken the eighth entry in the list;

- ninth position was taken by the discovery of **diffraction of Roentgen rays** in 1912 by Max von Laue;

- the last, but not the least, was named Henry Bessemer's **iron processing technology**, invented in 1856.

It should be mentioned that the entire list contained about 50 most important discoveries, among which the most important were the Gutenberg's alloy of plumb tin and stibium (used for printing-press), rubber, ceramic and dynamite invention.

This way the American Science Community named the periodic table elements the most important - the invention which was actually 'dreamt of' and some of its elements literally made up. And, as one could see, Newton didn't even get close with the apple falling on his head

The Nobel Prize 2007

It is a fact that the most renown and prestigious scientific award is the Nobel Prize, which takes place once a year in the Swedish capital. The Nobel Prize is awarded in five nominations: Medicine, Physics, Chemistry, Peace and Economics (the latter only since 1969).

This year's first **Nobel Prize for medicine** was awarded to three scientists, who have dedicated their researches to genetics. Their researches have brought them to breaking discoveries concerning embryonic stem cells and ways of recombining the DNA code in mammals. These

year from diarrhoea. In 2000 this figure had dropped to 1.8 million. Because oral rehydration has saved more than 50 million children's lives over the last 25 years, a large chunk of the adult population in developing countries is alive today.

The pill: Emblem of liberation
Carl Djerassi

The pill offers women the ability to decide on their own whether or when to become pregnant, thus undermining the historical dominance of men in reproduction. The repercussions of this have been cultural, economic, professional, and educational and have affected millions of people. No drug has had such an enormous effect on christianity. The discipline of epidemiology has probably been improved more through the thousands of studies on the pill than through those on virtually any other drug. Moreover, the pill is the preferred method of reversible contraception in more than half the countries in the world. It is one of the few drugs to have remained essentially unchanged decades after its synthesis testament to its enduring value.

Risks of smoking: All done and dusted
Simon Chapman

Two landmark studies in 1950 led to a growing body of evidence for the harmful effects of tobacco. Since then, the prevalence of smoking has fallen in countries where tobacco control is taken seriously. For all the money poured into cancer research in recent decades, most of the progress in reducing cancer mortality has been due to deaths avoided through successful tobacco control. Despite the efforts of the tobacco industry to fight back, smoking has been transformed from a pleasant, mannered pastime to a badge of low education, social disadvantage, and ostracism. The end game for smoking may well be just 20 years away in nations where smoking is currently in free fall.

Sanitation: Pragmatism works
Johan P Mackenbach

In the 1800s acute infectious diseases that killed male breadwinners were a major cause of poverty. Believing that diseases were caused by air contaminated by poor urban drainage, governments built new sewage disposal and water supply systems. This revolutionised public health in Europe, and mortality from infectious diseases fell dramatically. Nowadays we know that better water supply and sanitation can cut diarrhoea among children in developing countries by about a fifth. The 19th century sanitary revolution shows that effective intervention does not always need accurate knowledge, that environmental measures may be more effective than changing individual behaviour, and that universal measures may be better than targeted measures in reducing health inequalities.

Tissue culture: Solving the mysteries of viruses and cancer
Yvonne Cossart

Tissue culture allows cells to be grown on an industrial scale, yielding vaccines and other biological products such as recombinant factor VIII for haemophilia. Tissue culture techniques have been crucial in the work of more than a third of the Nobel prize winners for medicine since 1953. Without cell culture we would lack vaccines against measles, mumps, and rubella and would still depend on much more expensive and reactogenic vaccines for polio, rabies, and yellow fever. We would be unable to karyotype patients with suspected genetic disorders or perform in vitro fertilisation. Monoclonal antibodies now used for diagnostic and therapeutic purposes would not be available. Gene therapy and the use of stem cells to repopulate damaged organs would be beyond imagination.

Vaccines: Conquering untreatable diseases
Michael Worboys

Vaccines have saved millions of lives and spared generations the suffering and long term consequences of infections. The vaccines we have today are grounded in the knowledge and techniques that Louis Pasteur introduced with his rabies vaccine. Pasteur's breakthrough in 1885 represented the medical conquest of an untreatable disease. In the 21st century, smallpox has been eradicated, and in countries such as the United Kingdom once common childhood diseases such as diphtheria, whooping cough, measles, rubella, polio, mumps, and rubella are rare memories. As new vaccines and vaccine delivery systems continue to be

insulin to hepatitis B vaccine to trastuzumab (Herceptin), an understanding of DNA permeates myriad developments in treatment. The evidence already before us is dramatic but is nothing compared with the tsunami to come.

Evidence based medicine: Increasing, not dictating, choice

Kay Dickersin, Sharon E Straus, Lisa A Bero

In a world without evidence based medicine, a boy with asthma might have his treatment changed every six weeks as new drug samples are dropped off at his doctor's surgery. Most women with early breast cancer would still be undergoing mastectomy instead of lumpectomy and radiation. Now they can choose. Evidence based medicine is about making decisions that are based on the best available evidence, not dictating what clinicians do. The systematic synthesis of evidence is the foundation of all medical discoveries and of good clinical practice. The question has moved beyond- Why is evidence based medicine important? Why is it not already a reality? And how can we all work together to make it a reality, quickly?

Germ theory: Invisible killers revealed

Harry Burns

Semmelweis's work on hand washing and Lister's antisepsis techniques helped to turn the germ theory of disease into clinical reality. The theory was eventually universally accepted after further work by Koch and Pasteur. These insights into the prevention and treatment of infectious disease moved us from a society at the end of the 19th century in which infection typically caused 30% of all deaths to one at the end of the 20th in which less than 4% of deaths were due to infection. The fall in childhood mortality profoundly affected family size and fertility. Our understanding of hygiene, sanitation, and pathology from the development of germ theory has done more to extend life expectancy and change the nature of society than any other medical innovation.

Imaging: Revealing the world within

Adrian M K Thomas, John Pickstone

At the root of sophisticated 21st century medical imaging we find the chance discovery of x rays by Wilhelm Roentgen in a physics laboratory in the 19th century. The discovery led to an array of visualisation and interventional techniques that permeate modern practice. Imaging came into its own as an aid to surgery and evolved to modern digital radiology, such as computed tomography, which has transformed investigative medicine. X rays became a mainstay of cancer treatment, and modern imaging is now used to guide interventions such as angioplasty and stent insertion. Without x rays, doctors like Roentgen would be working in the dark.

Immunology: Making magic bullets

D Michael Kemeny, Paul A MacAry

Understanding how the immune system distinguishes host cells from ?foreign? cells has made organ transplantation feasible, saving thousands of lives. Understanding the biological weapons in our immune system has resulted in antisera and monoclonal antibody technology. Monoclonal antibodies are used to diagnose and monitor disease, to ensure the quality of food and other biological materials, and to test for trace amounts of drugs and toxins. They have also been used to treat otherwise intractable diseases such as rheumatoid arthritis and to target anticancer agents precisely to the tumour- the magic bullet approach. More than a third of all drugs currently being developed by drug companies are monoclonal antibodies, and this technology will enable many more medical milestones to be reached.

Oral rehydration therapy: The simple solution for saving lives

Olivier Fontaine, Paul Garner, M K Bhan

Oral rehydration solution to replace the water and electrolytes lost through vomiting and diarrhoea was initially used only by paediatric specialists in tertiary referral hospitals. When it was tested in refugee camps in the 1970s, mortality fell dramatically. Since then this simple and cheap oral solution, given at home or in healthcare centres, has been integral to the World Health Organization's diarrhoeal disease control programme. In the 1980s nearly five million children under 5 years old died each

Medical milestones: summaries

Anaesthesia: Symbol of humanitarianism
Stephanie J Snow

By the end of the 19th century anaesthesia was proclaimed as one of the civilising factors of the Western world, and it remains today the most vivid example of medicine's capacity to diminish human suffering. Anaesthesia continues to develop: muscle relaxants and techniques such as spinal anaesthesia have brought new benefits; anaesthetists have extended their practice to intensive care and management of chronic pain; and new inhaled and intravenous anaesthetic agents have facilitated the development of day case surgery. The detail of anaesthesia will surely continue to evolve. But nothing is likely to be as significant as the demonstrations by 19th century pioneers such as John Snow and James Young Simpson of the potential of anaesthesia to alleviate the pain of surgery.

Antibiotics: The epitome of a wonder drug
Robert Bud

The discovery of antibiotics heralded a dramatically new approach to infection control and health care, enabling nations to prosper and overturning the concept of health as a moral duty. Penicillin is the iconic antibiotic. Its introduction into clinical practice was widely celebrated, and its benefits (protection against wound infection and a potential syphilis epidemic) were critical in Europe during and after the second world war. Antibiotics also dramatically changed health services in the postwar years. Fast throughput in general practice was possible because antibiotics could be swiftly administered or prescribed after a short consultation. Surgeons undertook more complex operations on patients now protected from infection. Now, the emergence of genomics has given rise to the prospect of selecting many completely new antibiotics.

Chlorpromazine: Unlocking psychosis
Trevor Turner

From the 1950s, when chlorpromazine came into use, the numbers of inmates in asylums began to fall dramatically, and over the next few years antidepressants and antipsychotics arrived en masse. A new world of a truly biological as well as psychosocial psychiatry had begun. Without the discovery of drugs such as chlorpromazine, our modern, multiskilled mental health workforce might never have emerged. The modern emphasis on users of mental health services and their carers would have been impossible. The progress initiated by the discovery of chlorpromazine means that we can replace baggy terms such as paranoid schizophrenia with temporal lobe hyperdopaminergia, and we may yet eradicate the monsters of stigma and neglect that still beset mentally ill people.

Computers: Transcending our limits
Alejandro R Jadad, Murray W Enkin

Since the Stone Age we have evaluated, interpreted, calculated, and computed. With the human brain?s insatiable urge for self improvement, it began building tools to enhance itself. Thus, over the second half of the 20th century, we developed powerful resources to communicate unlimited amounts of knowledge and to change the way we learn, live, and heal. Computer technology can help us achieve optimal levels of health and wellbeing regardless of who or where we are. It can help us transcend our cognitive, physical, institutional, geographical, cultural, linguistic, and historical boundaries.

Discovery of DNA structure: The best is yet to come
John Burn

Watson and Crick's 1953 report of DNA structure as a double helix and their recognition, at a stroke, of the digital basis of genetic information opened the floodgates to further discoveries. The most dramatic evidence of that flood is the human genome project, humanity's biggest research endeavour, permitting rapid progress in linking gene sequence variants to thousands of genetic disorders. Identifying gene mutations in common diseases such as eczema exposes relevant pathogenic pathways and enables new interventions for these conditions. From human

Medical Milestones 2007

The BMJ's poll to find the greatest medical breakthrough since 1840.

Which of the medical breakthroughs of the past 166 years is the most important? If we could have only one of them, which would it be?

BMJ readers were asked to tell, in less than 100 words, what their choice would be.

The top 15 nominations were then championed by individual doctors and leaders in their field. about their chosen milestone.

The 15 nominations were then put to the public vote, and between 5 and 14 January 2007 over 11000 votes were cast.

Results of poll (Alphabetical order)

Most important advance

	Number	Proportion (%)
Anaesthesia	1574	13.9
Antibiotics	1642	14.5
Chlorpromazine	73	0.6
Computers	405	3.6
Discovery of DNA structure	1000	8.8
Evidence-based medicine	636	5.6
Germ theory	843	7.4
Immunology	182	1.6
Medical imaging (x-rays, etc.)	471	4.2
Oral contraceptive pill	842	7.4
Oral rehydration therapy	308	2.7
Risks of smoking	183	1.6
Sanitation (clean water and sewage disposal)	**1795**	**15.8**
Tissue culture	50	0.4
Vaccines	1337	11.8
Total Respondents	11341	100.0

Visitor category

	Number	Proportion (%)
Doctor	**3198**	**28.6**
Nurse/midwife	330	3.0
Other healthcare professional	677	6.1
Academic researcher	1144	10.2
Public health/Health policy	487	4.4
Student	1582	14.2
Librarian/Information specialist	188	1.7
Education	462	4.1
Industry	437	3.9
Member of the public	2438	21.8
Press/media	220	2.0
Total Respondents	11163	100.0

Country

	Number	Proportion (%)
Australia	315	2.8
Bulgaria	573	5.0
Canada	604	5.3
Germany	200	1.8
India	256	2.3
Italy	547	4.8
Spain	324	2.8
United Kingdom	**4281**	**37.7**
United States	2270	20.0
Other countries	1992	17.5
Total respondents	11362	100.0

WHO data, 5.5 million people die every year due to stroke. He said that over 300,000 people die in Pakistan, mostly elderly, due to stroke.

He suggested that these figures can be lowered by taking preventive measures against smoking, hypertension, diabetes, overeating, obesity, lack of exercise etc. He suggested that all people who have high risk of disease must see their physician regularly.

Dr. Sarwar Jamil Siddiqui of Dow University of Health Sciences said that most common disease encountered in the patients admitted in the neurology ward is stroke. He said that about 1/3rd of people above age of 45 suffer from hypertension. He emphasised the importance of controlling hypertension in preventing stroke. He praised the Muhammad Medical College Hospital for running free clinics for the patients of diabetes & hypertension.

Dr. Mohammad Wassay of Agha Khan University, who is also the president of Pakistan Stroke society, explained the methods of treatment in the first few day after stroke. He said that the patient who had the stroke have high risk of developing another stroke. He also motioned about the coincidence of stroke and ischemic heart disease.

Prof. Aqeel-ur-Rehman Rajput described the various method of diagnosing and treating stroke.

Lastly Principal Muhammad Medical College Prof. Iqbal Ahmed Khan described the pathology of stroke and thanked the audience.

Society of Surgeons opens its Mirpurkhas Chapter

The meeting of society of Surgeons was held on 12th September 2007 at Muhammad Medical College, Mirpurkhas. This meeting was held to consider request to open its Mirpurkhas chapter. This was attended and presided over by Prof. Manzar Saleem, the ex-president of society of surgeon, the central secretary, Dr. Shams Nadeem Alam, President of Karachi chapter, Dr. Rizwan Azami, the secretary of Karachi Chapter, Prof. Muhammad Najamuddin Shabbir and member of the executive committee Dr. Kazi Jalaludin Hyder.

Dr. Shams Nadeem Alam, the central secretary of society of surgeon, coordinated the meeting. After briefly informing the audience about purpose of meeting he invited Prof. Manzar Saleem to give the briefing about the society of surgeon. Prof. Manzar Saleem gave a detailed account of the society and praised the services of Muhammad Medical College and Muhammad Medical College Hospital for serving the poor and deprived people in Mirpurkhas. The general body of surgeon of Mirpurkhas chapter was announced by Dr. Sham Nadeem Alam and its elected following members as office bearer.

1. Dr. Syed Razi Muhammad
President

2. Dr. Rehmatullah Soomro
General Secretary

3. Dr. Aziz ur Rehman
Treasurer

Prof. Dr. Razi Muhammad and Dr. Rehmatullah Soomro were recommended to be the central council of the society. In the end Prof. Dr. Syed Razi Muhammad thanked the honorable office bearer of the Society of Surgeons for coming to Mirpurkhas to attend the 5th Medical Symposium of Muhammad Medical College and for announcing the Mirpurkhas chapter. He termed this a great day in the history of Mirpurkhas. He told the audience about his recent visit to the 500th anniversary of formation of Royal College of Surgeon, Edinbraugh (RCS). The RCS had a very humble beginning and yet with endless efforts made by its members, its enjoys a leading place among the surgical institutions of the world. He hoped and prayed that one day Muhammad Medical College and Society of Surgeon will enjoy the similar fate.

Professor Manzar Saleem, a Professor of Dow University of Health Sciences gave state of Art lectures on "management of acute abdomen" Earlier in scientific session for junior doctors and students; Dr. Aasia Batool presented a paper on "How good is conventional Interferon based treatment to eradicate Hepatitis C virus with Genotype 3. Dr. Sana Khokar presented a paper on "Despite having primary immunization program, is Pakistan facing the burden of vaccine preventable diseases?". Dr. Aliya Zaman Raja presented a paper on "CHRONIC RENAL FAILURE – The first Retrospective Study of Rural Area of Pakistan". Dr. Yasir Laghari presented a paper on "Inguinal hernia first ever case series in Mirpurkhas". Dr. Faizan Qaisar presented a paper on "Outcome of upper GI bleed in patient who had EARLY ENDOSCOPY compared with LATE ENDOSCOPY". Dr. Abdullah Laghari presented a paper on "Do our liver patients die more if they get admitted over weekends?". Lastly Miss Shireen Khan, a student of final year, gave a nice presentation on development of oral Submucous fibrosis due to increasing use of Pan, Gutka, Challia & Manpuri, etc. In the scientific session of the afternoon, Dr. Uzma Bukhari presented a paper on "Morphological study of thyroid epithelial tumors & differential expression of cytokeratin 19 in neoplastic follicular patterned lesions of thyroid". Dr. Ali Raza Uraizee presented a paper on "Surgical indication in thoracic tuberculosis". Dr. Syed Qaiser Hussain Naqvi presented a paper on "To determine the role of FNAC with histological confirmation in the diagnosis of tuberculous mastitis, and to highlight its importance by determination of frequency, clinical history, clinical presentation and laboratory investigations in our setup". Dr. Faiz Muhammad Halepota presented a paper on "Analysis of 1014 External Dacryocystorhinostomies Operations (DCR). Retrospective Study of 26 years (1981-2007)". Prof. Ghulam Ali Memon presented a state of art paper on "Reconstruction of breast immediate versus delayed and recent advance in reconstruction of breast". Professor Nazir Ahmed Solangi presented a paper on "Fire in the belly". Dr. Anwar Ali Akhund presented a paper on "To see the accuracy and role of fine needle aspiration cytology in peripheral lymphadenopathy in our setup". Dr. Seema Mumtaz presented a paper on "Is there a role of health education in prevention of nutrition deficiency in pregnant women".

The symposium was attended by Professor Mumtaz Memon, Presidnet of Pakistan of Physiologist from Liaquat University, Prof. Nazir Ahmed Solangi, Vice Principal, Prof. Anwar Akhund and Dr. Qaiser Naqvi from Nawabshah Medical College, Prof. Najam Shabbir, Dr. Nadeem Alam and Dr. Jalal from Karachi. In the end, chairman of scientific session, Dr. Syed Zafar Abbas thanked the audience.

Pre-Symposium Seminar on Stroke held at Muhammad Medical College Mirpurkhas

A pre-symposium seminar was held at Muhammad Medical College on "stroke". This seminar was held jointly by Muhammad Medical College & Pakistan Stroke Society. It started by recitation of Holy Quran by Mr. Abdul Aziz, a student of final year MBBS. Dr. Shams ul Arifeen was the stage secratory. Medical Superintendent of Muhammad Medical College Hospital Dr. Syed Zafar Abbas gave the introductory remarks. He mentioned that research carried out at Muhammad Medical College Hospital Mirpurkhas showed that the risk factors were similar as elsewhere in the world. However unlike the established data, our doctors have found intracerebral bleeding was more common then the blockage of blood vessels supplying to the brain.

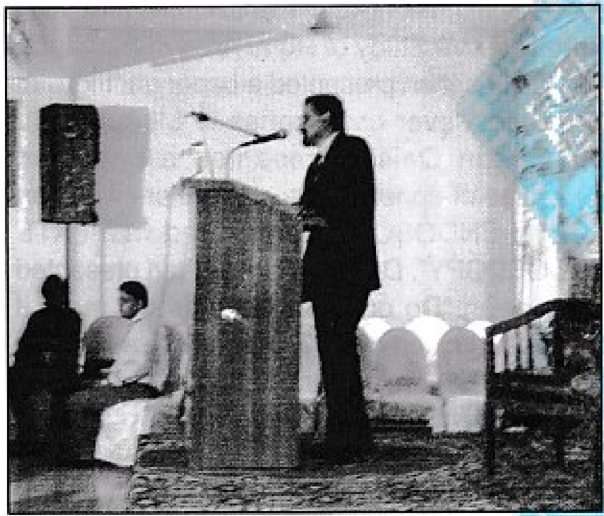
Dr. Farrukh Shahab of Liaquat National Hospital Karachi told the audience that according to

5th Annual Symposium and Pre –Symposium Seminar

held at Muhammad Medical College Mirpurkhas

5th Annual Symposium of Muhammad Medical College was held on 12th Sept 2007. The theme of Symposium was "Promotion of Medical Education in Rural Pakistan". The symposium was held jointly by Muhammad Medical College & Society of Surgeon of Pakistan. Professor Waseem Jafri of Aga Khan University was the chief guest. He spoke on the theme and said that a good curriculum is the one that prepares the students to treat the patients properly. He urged the teacher community to put more emphasis on diseases common in Pakistan and in rural population. He advised the students and teachers to make full use of modern technology including internet. Later he inaugurated the poster competition in which large number of students and junior doctors, mostly from Muhammad Medical College had presented their research on posters. He went to all the posters and talked to the authors individually. He also emphasized that these posters should be submitted for publications.

Earlier Managing Trustee of Muhammad Foundation Trust, Professor Syed Razi Muhammad gave the welcome address. He explained that in many countries health education of rural regions has emerged as a separate discipline. He raised the question who were we making doctors for? He asked whether we accept that health is a basic requirement that society must provide to all its citizens. He was very critical of the discrepancy of health



care facilities in urban and rural population. He explained that only 20% of government budget and private sector spending are for 70% of population of Pakistan. He said that only 15% of doctors and 18% of hospital beds are available for this population.

Professor Rizwan Azami of Aga Khan University congratulated the administration and faculty of Muhammad Medical College for holding symposium on such an important issue. He also resented the fact that very little resources are allocated to large rural / poor urban population. He stressed the importance of bridging the gap between rural & urban population. He said that establishing a private medical college in Mirpurkhas is a very unique event for which Professor Syed Razi Muhammad deserved all the praise.

putting patients at risk

- o Never discriminate unfairly against patients or colleagues
- o Never abuse your patients' trust in you or the public's trust in the profession. You are personally accountable for your professional practice and must always be prepared to justify your decisions and actions.

- · Be willing to contribute to the education of students.
- o Develop the skills, attitudes and practices of a competent teacher.
- o Make sure that students are properly supervised.
- o Be honest and objective when appraising or assessing the performance of students, including those they have supervised or trained. Patients may be put at risk if a doctor describes as competent any student who has not reached or maintained a satisfactory standard of practice.

The responsibilities of students

Students must accept responsibility for their own learning, including achieving the curricular outcomes defined before starting their work at MMC.

As future doctors, students should understand and wherever appropriate, follow the duties of a doctors given above, from their first day of study, and understand the consequences if they fail to do so. In particular, students must appreciate the importance of protecting patients, even if this conflicts with their interests or those of friends or colleagues. If students have concerns about patient safety, they must report these to the Principal of Muhammad Medical College.

Students must follow the regulations and guidance issued by the PM&DC, Federal and Provincial Health Departments and other organizations about their duties and responsibilities. They should also be aware of any departmental guidance for healthcare workers, which may have an affect on their practice once they have gained registration.

Students must be aware that it is an offence for anyone who is not a registered doctor to pretend to be a qualified doctor and to practice medicine independently.

Students must be aware of the responsibilities of doctors mentioned above and must continuously strive to become a good doctor.

Final Words

The process of Medical Education is a complex and dynamic one. No document has ever expressed it completely and fully. Even those partially describing the principles need continuous revision and improvement. However, I believe that the responsibilities of doctors and medical students described around the globe are all summarised in above document. Muhammad Medical College has provided leadership in producing doctors in a rural setting who have attained a very high standard in dealing with medical problems faced by our community, and in attempting and passing national and international postgraduate examinations. I, with my international experience, and my team will continue to strive for improvement in standards and attempt to update the curriculum and modernise the teaching methodology to international standards. (The author is a fellow and examiner of Royal Colleges of Surgeons of UK)

prevention, assessment and targeting of population needs, and awareness of environmental and social factors in disease.

Clinical teaching should adapt to **changing patterns in health care** and should provide experience of primary care and of community medical services as well as of hospital based services.

Learning systems should be informed by modern educational theory and should draw on the wide range of technological resources available. Teachers and students should make use of technological resources available at MMC. Teachers and departments schools should be prepared to share these resources to their mutual advantage.

Systems of assessment should be adapted to the new style curriculum, should encourage appropriate learning skills and should reduce emphasis on the uncritical acquisition of facts.

The design, implementation and continuing review of curricula demands a Curriculum Committee which has been formed under my supervision. It will provide the establishment of effective **supervisory structures** with interdisciplinary membership and adequate representation of junior staff and students.

Summary of the recommendations for MMC staff

Reducing the burden of factual knowledge

Learning through curiosity

Developing appropriate attitudes

Developing essential skills

Defining the core curriculum

Introducing special study modules with time

Developing system-based and integrated curricula

Developing communication skills

Promoting community health medicine

Adapting to the changing patterns of health care

Developing appropriate learning systems

Developing appropriate assessment schemes

Establishing sound supervisory structures

The responsibilities of doctors

Patients must be able to trust doctors with their lives and health. To justify that trust you must show respect for human life and you must:

- Make the care of your patient your first concern
- Protect and promote the health of patients and the public
- Provide a good standard of practice and care
  - Keep your professional knowledge and skills up to date
  - Recognise and work within the limits of your competence
  - Work with colleagues in the ways that best serve patients' interests
- Treat patients as individuals and respect their dignity
  - Treat patients politely and considerately
  - Respect patients' right to confidentiality
- Work in partnership with patients
  - Listen to patients and respond to their concerns and preferences
  - Give patients the information they want or need in a way they can understand
  - Respect patients' right to reach decisions with you about their treatment and care
  - Support patients in caring for themselves to improve and maintain their health
- Be honest and open and act with integrity
  - Act without delay if you have good reason to believe that you or a colleague may be

the academic and pastoral support systems available to students. Although, all members of staff have clear direction in this regard, I have to admit that the burden tends to fall upon a small group of dedicated staff.

Promoting community health medicine

MMC does its level best to raise public awareness of key issues affecting the nation's health. However, difficulties are there including difficulties in funding teachers of public health medicine and the perception amongst students that the subject is not taught in an interesting way and is not relevant to their professional development as doctors. Sufficient resources must be found to resolve the first of these issues and our teachers should consider ways of delivering the teaching of community health medicine in a more stimulating way, thereby raising its profile throughout the entire undergraduate course.

Promoting research culture:

Research is immensely important not only for gaining new knowledge, but also to enhance the individual's understanding of existing knowledge. I feel very proud of the way our research culture is progressing. Not only individual students and teachers are encouraged to carry research, a symposium is being held every year for the last five years. It is mandatory for final year students to participate in paper or poster presentation.

Principal Recommendations

Despite achieving limited success in above areas, I request and expect my staff to continue to work on following lines:

The **burden of factual information** imposed on students in undergraduate medical curricula should be appropriately reduced. The emphasis should be on understanding the principles, concepts and core factual knowledge, rather than facts described in small print in text and reference books.

Learning through curiosity, the exploration of knowledge, and the critical evaluation of evidence should be promoted and should ensure a capacity for self-education; the undergraduate course should be seen as the first stage in the continuum of medical education that extends throughout professional life.

Attitudes of mind and of behaviour that befit a doctor should be inculcated, and should imbue the new graduate with attributes appropriate to his/her future responsibilities to patients, colleagues and society in general.

The **essential skills** required by the graduate at the beginning of the pre-registration year must be acquired under supervision, and proficiency in these skills must be rigorously assessed.

A **'core curriculum'** encompassing the essential knowledge and skills and the appropriate attitudes to be acquired at the time of graduation should be defined.

The 'core curriculum' should be as much **system-based** as possible. Its component parts being the combined responsibility of basic scientists and clinicians **integrating** their contributions to a common purpose, thus eliminating the rigid pre-clinical/clinical divide and the exclusive departmentally based course. Where this is difficult, horizontal integration should be aimed.

Once the desired aims of the 'core curriculum' have been achieved and it is firmly in place, it should be augmented by a series of **'special study modules'** which allow students to study in depth areas of particular interest to them, that provide them with insights into scientific method and the discipline of research, and that engender an approach to medicine that is questioning and self-critical.

There should be emphasis throughout the course on **communication skills** and the other essentials of basic clinical method.

The theme of community **health medicine** should figure prominently in the curriculum, encompassing health promotion and illness

professional development. A wide range of innovative teaching and learning techniques were used, including role-plays, group discussions, supervised interviews with real patients and simulated patients.

I personally try to improve students' communication skills during their attendance at the **clinical skills centre at MMC** which holds regular sessions between 3.30 to 6.30 pm for 4 days a week.

The teaching of ethical and legal issues relevant to medicine

This should cover the key ethical and legal dilemmas confronting the contemporary practitioner. As mentioned, it is covered as a part of Forensic Medicine in 3rd Year MBBS. Moreover, while teaching history taking and clinical examination, all subject specialists are strongly advised to cover ethical and legal issues.

The importance of ethical and legal knowledge and understanding should not be underestimated. One group of pre-registration house officers reported to an inspection team of GMC (General Medical Council UK) that they considered their training in ethics the best preparation for work as a practicing doctor.

Developing appropriate schemes of assessment

Assessment has been described as a" tail that wags the dog". The assessment system should reflect the aims and objectives of the curriculum. It should not dominate the curriculum to such an extent that students are unable to take full advantage of the learning opportunities available. Furthermore, we must not rely too much on one particular assessment tool as various tools are suitable for testing a particular skill. Hence a mix of assessment tools is used to test a range of different skills and abilities.

Although MMC is a fully recognised and registered Medical College with Pakistan Medical & Dental Council, affiliated with University of Sindh, it has its own examination department headed by a Controller of Examination. Apart from regular "end of chapter test", and other assessments, MMC holds three terminal tests every year. These are held at regular sessions in the similar pattern as Final Examination. Result is sent to the parents who are encouraged to visit the examination department and meet concerned teacher to discuss the progress of their son/ daughter. These formative assessments provide students with timely and constructive feedback on their progress.

Theory examination consists of two papers. Paper 1 consists of "One best answer" type of multiple questions with no negative marking. Paper two consists of a long essay question, few short questions and a portion which had structured short notes, though teachers are being encouraged to replace this with extended matching items (EMI). In department of Surgery, I have already achieved this.

In practical / viva examinations also, we use assessments that are fit for purpose. For example, OSCEs are employed to provide a valid and reliable test of clinical, communication and reasoning skills.

Providing feedback to students

We recognise the importance of putting in place systems designed to provide students (and their parents) with feedback about their academic performance. This structure is immensely important and, positively contributes to improve students' were enthusiasm about their medical studies. However, while formal structures are important, they are not, of themselves, sufficient. Those supervising students must understand the importance of their role and commit the necessary time and effort to it.

Providing student support

Our administrative and academic staff is very friendly and approachable to students. The students are provided at the beginning and then at regular intervals the comprehensive information about the curriculum, including details of assessments and examinations, and

structured clinical examinations). There are regular sessions between 3.30 to 6.30 pm for 4 days a week.

Developing system-based, integrated curricula

As mentioned above, although the examinations (defined by someone as the tail that wags the dog) are still subject based, and the traditional pre-clinical and clinical divide has to be retained, we try to develop horizontal integration and are in the process of designing our curriculum around systems of the body. In other words, following PMDC's division of subjects, we have maintained a clear distinction between pre-clinical and clinical courses; nevertheless we have demonstrated a commitment to integrate basic scientific knowledge and clinical practice. However, I anticipate and dream a day when clinicians will take an active part in basic science teaching and, in turn, basic scientists will be actively involved in clinical teaching. The boldness and vision of this approach will hopefully engender enthusiasm in teachers and students alike.

I am determined to ensure that students have contact with patients as soon as possible in the course. Often this experience would be gained in primary care and in community settings, with students to visit patients in their homes in their first weeks at medical school. This early and gradual exposure to patients should be perceived by students as being particularly relevant to their professional development.

Adapting to the changing patterns of health care

Developing community-based teaching is a large undertaking and has resources implications, not the least of which is the funding of students receiving teaching in community settings.

Community-based medicine is wider than general practice and more teaching and experience should be taking place with this branch of medicine. A very strong department of Community Medicine has been established. Due to its location and close liaison with local community, MMC is in a very strong position to gain leadership in Community Oriented Medical Education (COME).

Developing appropriate attitudes

The inculcation of appropriate attitudes is one of the most difficult tasks facing medical colleges. However, it is essential for the welfare of patients and the professional development of doctors that this is successfully achieved at an early stage.

From the first day of the course students should be made aware of the professional standards that they will have to meet as doctors.

A number of positive steps are taken at MMC to emphasise the professional attitudes and skills required by doctors. Students are required to sign a professional ethical code at the beginning of the course, which ensured an early and positive commitment to good ethical practice. Regular emphasis is placed on ethical practice during various learning activities. Ethics and laws regulating medical practice are taught during third year MBBS as part of Forensic Medicine and students are examined on the subject at the end of 3rd year.

During training the final year students to prepare them for pre registration house officer, lot of emphasis is put on ethics and professional conduct.

Developing communication skills

Most medical schools of west have made a large investment in resources and effort to support the teaching of communication skills. More and more importance is placed on testing communication skills by examination bodies like Royal Colleges of Surgeons etc. Muhammad Medical College has successfully integrated the teaching of communication skills throughout its curriculum. This ensured that communication is regarded as an essential part of training, and is recognised by the students as central to their

Reducing the burden of factual information

The identification of core material has been proved to result in significant reductions in the amount of formal teaching and didactic learning. In many cases the introduction of progressive, integrated and system-based programmes had facilitated the removal of much duplicated and thus redundant material. In some courses lectures had largely given way to a variety of other learning methods, for example small-group work, seminars, interactive workshops, video presentations and debates.

Establishing sound supervisory structures

Introduction of integrated and system-based curricula is both challenging and rewarding experience at MMC. The teachers enjoy dynamic leadership while, at the same time, junior doctors and students are given the opportunity to influence curricular change.

I am making every attempt to develop a management structure in which lines of responsibility and accountability are clear. Although distinction between the pre-clinical and clinical phases of training has been retained as there is very clear guideline and demarcation by the Pakistan Medical & Dental Council (PM&DC) to take examinations of preclinical and clinical subjects separately, all attempts are made to ensure that the two parts of the course are being coordinated adequately.

From this year, we aim to establish supervisory structures that allow both clinicians and basic scientists to play a key role. The central management of the curriculum serves to break down departmental divides and helps to drive through change.

Supporting staff development and training

We have placed staff development at the heart of our new curricula. Staff is involved in the design, development and implementation of new courses, and encouraged to develop their own teaching knowledge and skills.

I am also making attempts to introduce training courses/ workshops for staff. Such courses would cover a range of topics including the principles of learning and teaching, the reflective practitioner, teaching small groups and teaching clinical skills. Initial training of this kind is vital and would be compulsory for all new staff, rather than, a voluntary undertaking.

I have established independent medical education department under me. This is charged with responsibility for overseeing staff development and for ensuring that staff is kept informed of current best practice in teaching and education. This department will potentially be a great resource to MMC, which can be called upon to help plan, develop and implement future curricular change including proposals for student assessment.

The availability of learning resources

There has been a noticeable shift towards learning through curiosity and self-directed learning. This is vital if MMC is to engender in students the commitment to lifelong learning that will help them to maintain the standard of their professional practice in the future. However, in order to assist the transition from directed learning to self-directed learning it may be necessary for students to be given more initial guidance in organising their work.

The move towards self-directed learning has required MMC to provide students with the requisite learning resources and facilities. This challenge has been met with varying degrees of success. **Internet library** has been developed. New laboratories have been started in almost all the departments. The staff of our departments is very adequate compared to much larger colleges.

I personally supervise the **clinical skills centre at MMC** to prepare students for their first pre-registration house officer (PRHO) post. This centre is designed to meet a range of needs, including provision for formal teaching and self-directed learning, and also served as a permanent location for OSCEs (objective

The Core Curriculum

The core would include all the knowledge, skills, attitudes and behavior that every medical graduate in Pakistan should be expected to demonstrate.

Two of the skills which are fundamental to the practice of clinical medicine are:

a. The ability to 'communicate clearly, sensitively and effectively with patients in order to elicit symptoms of illness and explain the diagnosis, investigations and management, and with colleagues from a range of health and other professions who may be involved in the patient's care'.

b. The ability to 'perform a full physical examination' in order to identify any signs of disease. This examination will include the need both to observe the appearance of the patient, to feel, percuss and auscultate the body as may be relevant to the symptoms.

All departments must have lists of the knowledge, skills, attitudes and behaviour that must be demonstrated in order to graduate with a medical degree (MBBS). There is no provision to avoid any of these requirements. It has been clearly stated in the prospectus of MMC that all graduates must meet the core outcomes set by the MMC.

It is sometimes argued that, because some doctors go into specialties which do not involve direct patient contact, or choose to enter careers unrelated to medicine, it should be possible for them to acquire a medical degree without demonstrating all the knowledge, skills, attitudes and behavior discussed below. This fails to recognise that the point of a medical course is to produce a doctor fit for clinical practice. What doctors then choose to do with their career is a matter for them.

Being able to exercise the core skills is necessary to meet patients' expectations and to secure patients' safety. Doctors who graduate at MMC are required to enter a one year pre registration house job Programme which involves a range of clinical experience, much of it based in emergency departments and involving a wide range of unselected and acutely ill patients. By awarding a medical degree through University of Sindh, MMC is confirming that the graduate is fit to practice as a PRHO to the high standards.

It is for individual departments of MMC to design detailed curricula and schemes of assessment to meet the knowledge, skills, attitudes and behaviour that we require of all medical graduates.

Most departments have made good progress towards identifying the core elements upon which their medical course would be based. We are, however, encouraging all departments to clearly outline explicit statements summarising their thinking and expectations of students.

The different approaches towards curriculum delivery may result in a variety of models ranging from traditional programmes, which identify core content and skills, to more novel problem-based curricula, which base their core on a number of common clinical problems or conditions. This is quite acceptable to us.

Introducing special study modules (SSMs)

The programmes need to be well structured and offer students a wide variety of topics. They also need to be of sufficient length to allow students ample opportunity to refine research and team working skills. One example is an eight week paramedical SSM offering a choice of non-medical and medically related topics such as business law and the history of medicine. However, I believe that we need to make good progress in core material before advancing to SSMs.

RESPONSIBILITIES OF MEDICAL COLLEGES, DOCTORS & MEDICAL STUDENTS

Author:
Professor Dr. Syed Razi Muhammad
MBBS (Dow), FRCS, FRCSED, Dip Urology, MBA, MED.
Managing Trustee & Professor of Surgery

People from all wakes of life including doctors, medical students, their parents, patients and other members of society often come to me and ask about the duties and responsibilities of medical colleges, doctors including medical teachers and medical students. Though, these are vigorously discussed and debated topics in western world, very little information is available locally. As a result, even the doctors are not fully aware of their rights and responsibilities. I have been planning for long time to write on the issue but other more urgent work has always delayed the task.

Hence when the editor of English section of Messiah, Dr. Aasia Batool approached me to write an article, I thought it a golden opportunity to take the issue and also to present my planning for evolution of academic programming and curriculum development at Muhammad Medical College. I would like to admit in the beginning that I have taken extensive help from the papers and reports presented in Western Europe and Northern America. Hence many ideas presented here are original while others aren't.

Responsibilities of a medical college (with reference to MMC) & medical teacher

The aim of a Medical teacher and Medical College is to protect, promote and maintain the health and safety of the public by ensuring proper standards in the practice of medicine. In exercising that responsibility we will always put the safety of patients above all other considerations.

We want a profession that is able to accommodate people with a range of ambitions, different faiths and backgrounds, as well as those with disabilities, not least because varied perspectives will make valuable contributions to the profession and the population it serves.

Selecting students for admission

We try our best to ensure that only those who are fit to become doctors are allowed to enter Muhammad Medical College (MMC). We have put in place valid, open, objective and fair selection procedures. We have published information about the admission system, including guidance about the basis on which places will be offered. The staff responsible for selecting students, headed by Engineer Syed Taqi Muhammad and Dr. Faiz Muhammad Memon includes individuals with a range of expertise and knowledge. All those involved in selecting students are trained to apply guidelines about entry requirements consistently and fairly.

Curriculum

A curriculum committee, headed by me has been formed at MMC.

Contents

01 The Responsibilities Of Medical Colleges, Doctors & Medical Students
(MAIN ARTICLE)
(Dr. S. Razi Muhammad)
09 5th Annual Symposium and Pre-Symposium Seminar
12 Medical Milestones 2007

THOUGHT-STIRRERS

19 Lessons of Life
(Aliya Zaman Raja)
21 Thank the Lord
(Aliya Zaman Raja)
22 Words of Wisdom from the Wise
(Hina Khan)
23 Life in the West ***(Editor)***

BRIGHT AND BREEZY

26 Examination Fever
(Abdul Razak Matoi)
27 Take Life As Mathematics
(Sameer Raza Tunio)
28 Beauty of Math
29 Time Travel Through The Towers
(Aasia Batool)
31 Science Fiction Through the Ages
(Aasia Batool)
34 The Doctor Who Became a Writer
(Aasia Batool)
36 Destination, a short story
(Fatima Muhammad)

LAUGHTER THERAPY

38 Fun Facts
40 Children
(Minahil Haqque)
41 Mothers
(Minahil Haqque)
42 College Life
(Faisal Irshad)
42 Questions Needing Answers
(Syeda Amtul Sughra)
43 Think You Are Smart?
(Syeda Durr-e-Shehwar)
44 Dare to be Outspoken
(Various Contributors)
45 Happiness
(Faisal Irshad)
46 Stupid Criminals and Their Stupidities
(Khushnuda Zehra)
47 Laws of Nature
(Khadija Sundas)
49 LOL
(Various Contributors)
51 An Ideal Interview

DOCTOR'S CORNER

52 Alternative Medicine
(Anum Hameedi)
54 Before They Were Doctors
(Anum Hameedi)
54 History Taking Blunders
(Various Contributors)
55 Laughing Gas
(Various Contributors)
58 Home Remedies
(Khushnuda Zehra)
59 Medical Education
(Dr. Aqil-ur-Rehman Rajput)
61 How Doctors Think
61 Beautiful Words

62 COMMENTS CORNER

VERSES AND RHYMES

63 Never
(Rafique Ahmed Halepoto)
63 Just Like We
(Rafique Ahmed Halepoto)
63 Hopes
(Hina Khan)
63 Until Today
(Rafique Ahmed Halepoto)
64 How I Love You!
(Khalid Anwar Saeed Abbasi)
64 Try, Try, And Try Again
(Khalid Anwar Saeed Abbasi)
64 Smile...Forever!
(Zakaullah Gopang)
65 The Caterpillars have turned into butterflies again
(Ailiya Muhammad)
65 For whom the bell tolls?
(Aun Muhammad)

MESSIAH

2008

A Magazine of the MMCians

DR. S. RAZI MUHAMMAD
MANAGING TRUSTEE

PATRON-IN-CHIEF

MRS. RAZIA ALI MUHAMMAD
(CHAIRPERSON, MFT)

PROF. DR. IQBAL AHMED KHAN
(PRINCIPAL, MMC)

PATRONS

DR. A.H. MUHAMMAD (TRUSTEE, MFT)
ENGR. S. TAQI MUHAMMAD (TRUSTEE, MFT)
DR. S. ZAFAR ABBAS (MEDICAL SUPERINTENDENT MMCH)
MR. IBRAHIM SOOMRO (TRUSTEE, MFT)

ENGLISH SECTION

EDITOR

DR. AASIA BATOOL

LAYOUT & DESIGNING

MUZAMMIL SHAH

EDITOR BOARD

DR. ALIYA ZAMAN RAJA
DR. HINA KHAN
FAISAL IRSHAD (FINAL YEAR)
MINAHIL HAQUE (4TH YEAR)
AMNA HAMEEDI (3RD YEAR)