© rasailojaraid.com

ہے۔ اس کتاب میں ۱۸ نومسلم افراد کے بیش تر واقعات میں بھی وہی مرکزی شخصیت ہیں۔ ان میں ہندو بھی ہیں، عیسائی بھی، مرد بھی اور عورتیں بھی۔ بھارت سے باہر کے بھی ہیں، مثلاً مائیکل جیکسن کے بھائی جرمن جیکسن۔ ہمارے کرکٹر محمد یوسف کی اور مشہور ومعروف کملا ثریا کی داستان بھی شامل ہے۔ ہر کہانی پڑھنے کے لائق ہے۔ ہم پیدایشی مسلمانوں پر یہ عجب اثر کرتی ہیں، دل گداز ہوتا ہے اور آنسو قابو میں نہیں رہتے۔ یہ دین کی قدر کرنے والے ہیں اور ہم ناقدرے ہیں۔ پھلت مظفر نگر یوپی (بھارت) سے ایک رسالہ ارمغان نکلتا ہے جس میں یہ کہانیاں آتی ہیں۔ اس کتاب کی پہلی تین جلدیں نظر سے نہیں گزریں۔ اس کتاب کا ہر واقعہ اپنے اندر بڑے سبق لیے ہوئے ہے۔ ہدایت کے یہ سفر ایمان کو تازہ کرتے ہیں۔ اس طرح کی کتابیں بہت عام ہوجائیں، ہر پڑھنے والا پڑھے تو اُمید ہے کہ پیدایشی/ خاندانی مسلمانوں کا ایمان بیدا رہوگا اور معاشرے پر خوش گوار اثرات پڑیں گے۔ (م-س)

اسلام ڈپریشن کا علاج، محمد ندیم خان۔ نظرثانی: ڈاکٹر خالد محمود۔ ناشر: مثال پبلشرز، حق سٹریٹ، ۲۳- اُردو بازار، لاہور۔ فون: ۰۳۰۲-۸۷۶۵۷۵۷۔ صفحات: ۱۲۸۔ قیمت: ۱۳۰ روپے۔

دنیا میں ذہنی دباؤ اور افسردگی (ڈیپریشن) کا مرض تیزی سے پھیل رہا ہے۔ عالمی ادارہ صحت کے مطابق خدشہ ہے کہ ۲۰۲۰ء میں ہر پانچواں شخص اس مرض کا شکار ہوگا، مگر پاکستان میں ابھی سے ۴۴ فی صد لوگ اس مرض کی گرفت میں ہیں۔ یہ مرض آگے بڑھ کر جرم یا خودکشی پر منتج ہوتا ہے۔ زیرنظر کتاب میں ڈیپریشن کا اہم محرک مادہ پرستی، حسد اور دولت وشہرت کے حصول میں ناکامی کو قرار دیا گیا ہے۔ اس بات کی وضاحت بھی کی گئی ہے کہ ڈیپریشن یا نفسیاتی امراض کا سبب صرف غربت نہیں ہے، اس لیے کہ مغربی ممالک میں خوش حالی کے باوجود ذہنی امراض اور خودکشی کی شرح سب سے زیادہ ہے۔ صرف امریکا میں ہر سال ۴۰ لاکھ افراد ڈیپریشن کا شکار ہوجاتے ہیں اور امریکا میں دنیا میں سب سے زیادہ سکون آور ادویات تیار کی جاتی ہیں (ص ۳۲)۔ دراصل تمام تر ترقی کے باوجود انسان کا اضطراب اور بے چینی، زندگی کا مقصد واضح نہ ہونے اور خدا سے دُوری کا نتیجہ ہے۔ مصنف، مغربی ماہرینِ نفسیات کی آرا اور اسلامی تعلیمات کی روشنی میں ڈیپریشن کا علاج بتاتے اور عمل کی راہیں سجھاتے ہیں۔ قرآنی آیات اور احادیث کا برمحل استعمال کتاب کی خوبی ہے۔ اسلام

© rasailojaraid.com