© rasailojaraid.com

اس لیے یہ [پی ایچ ڈی کے] روایتی تحقیقی مقالوں میں منفرد ہے''۔

اگرچہ، ابن فرید مرحوم کی کئی تحریریں ہمارے زیر مطالعہ رہی رہیں، لیکن اس کتاب نے مرحوم کی علمی وفکری قدرومنزلت کے باب اس مہارت اور محنت سے کھولے ہیں کہ انھیں دوبارہ پڑھنے اور دوسروں تک پہنچانے کی اُمنگ پیدا ہوئی ہے۔(س م خ)

نارمل زندگی، ترجمہ: خالد لطیف، تدوین ڈاکٹر شائستہ خالد: ناشر: اعزاز کامران پبلی کیشنز، لاہور۔ فون: ۰۳۰۰-۶۲۳۹۳۲۹۔ صفحات: ۲۵۶۔ قیمت (مجلد): ۳۰۰ روپے۔

سوائے چند مستثنیات کے، اللہ تعالیٰ انسانوں کی عظیم اکثریت کو نارمل زندگی عطا فرماتا ہے۔ لیکن کہیں پر خانگی اور سماجی ماحول، یا پھر خود فرد کے غیر معتدل رویے اس کی زندگی کو ناہنجار اور ابنارمل بنا دیتے ہیں۔ اس طرح وہ فرد اپنی ذات اور معاشرے کے لیے بھی آزمایش کا ذریعہ بن جاتا ہے۔

زیرنظر کتاب میں محنت سے دنیا کے معروف ماہرین نفسیات کے مشاہدات و تجربات کو یک جا کیا گیا ہے۔ اس طرح ارادی اور غیرارادی محرکات کا سراغ لگا کر، ان نفسیاتی صدمات اور نقصانات سے بچنے کی تدابیر بیان کی ہیں۔ ایک سائنسی موضوع ہونے کے باوجود زبان عام فہم اور پُراثر ہے۔(س م خ)

شوگر کو شکست دیجیے، مرتبہ: محمد متین خالد۔ ناشر: علم و عرفان، الحمد مارکیٹ، ۴۰-اُردو بازار، لاہور۔ فون: ۰۴۲-۳-۷۲۲۳۵۸۴۔ صفحات: ۳۱۸۔ قیمت (مجلد): ۶۰۰ روپے۔

اللہ تعالیٰ نے انسان کو صحت، صلاحیت اور ذہن کی اَنمول نعمت عطا فرمائی ہے۔ تاہم، وقت گزرنے کے ساتھ صحت اور صلاحیتِ کار میں ضُعف و اضمحلال پیدا ہوتا چلا جاتا ہے۔ عصرِ حاضر کے بہت سے مفاسد میں چند بیماریاں اتنی عام اور مہلک ہیں کہ مریض ان کا نام سن کر ہی ہمت چھوڑ دیتا ہے۔ ایسی ہی ایک عام بیماری شوگر یا ذیابیطس ہے۔

محمد متین خالد نے زیرنظر کتاب میں ایسے اکیاون مضامین مرتب کر کے پیش کیے ہیں، جو اس بیماری کے خوف سے آزادی، پنجہ آزمائی اور زندگی کو کارآمد بنا کر گزارنے کے گُر سکھاتے ہیں۔ یہ کتاب دل چسپ بھی ہے اور معلومات افزا بھی۔(س م خ)

© rasailojaraid.com