



ذیابیطس
میں آپ تنہا نہیں!

ڈاکٹر صداقت علی

قسط نمبر - 4



Diabetic's Institute Pakistan

71-Jail Road, Lahore. UAN: 042-111-111-347
www.diabetespakistan.com

☆ امید کی کرنیں ☆

جاوید نے پہلے ڈایپلکس گروپ میں جانے کا فیصلہ کیا۔ استقبالیہ پر موجود ایک خاتون نے مسکراہٹ کے ساتھ اس کا استقبال کیا اور آنے کا مقصد پوچھا۔ جاوید نے بتایا کہ وہ ڈایپلکس گروپ میں شرکت کرنا چاہتا ہے۔
”آئیں میں آپ کو وہاں تک پہنچا دیتی ہوں،“ ایک بندروازے کے باہر پہنچ کر اس نے کہا ”آپ اندر تشریف لے جائیں۔“

جاوید اندر داخل ہوا تو اس نے دیکھا کہ بین افراد دائرے کی صورت میں کرسیوں پر بیٹھے ہوئے آپس میں بے تکلفی سے باتیں کر رہے ہیں جاوید ذرا ہٹ کر ایک خالی کرسی پر بیٹھ گیا۔ اس کے قریب پڑی میز پر ایک آدمی چائے کے برتن اور سامان ترتیب دے رہا تھا۔ اس شخص نے جاوید سے آنکھیں ملنے پر مسکرا کر سلام کیا۔ جاوید نے جواب دے کر دوسرا لوگوں پر نظر ڈالی، خالد اصل میں جاوید کو ڈھونڈ رہا تھا لیکن وہ نظر نہ آیا۔

ٹھیک 4 بجے میٹنگ کا باقاعدہ آغاز ہوا۔ جو شخص بھی بات شروع کرتا وہ اپنا نام لیتا اور پھر ذیابیطس کے مریض کی حیثیت سے اپنا تعارف کرواتا۔ کچھ لوگوں نے بتایا کہ ذیابیطس کی بیماری کی وجہ سے انہیں کیسے مشکل حالات کا سامنا کرنا پڑا اور پہبز کرنے میں کیا مشکلات پیش آئیں جبکہ کچھ نے پر جوش انداز سے بلڈ شوگر پر قابو پانے کا ذکر کیا۔ زیادہ تر نے ذیابیطس گروپ کی تعریف کی اور بتایا کہ کیسے ان کی زندگی بدل گئی، وہ اپنی صحت مندی کو اللہ کا فضل قرار دے رہے تھے۔ اکثر کا خیال تھا کہ تہائیں مغلل کر ہم بہت کچھ کر سکتے ہیں۔ اس دباؤ پیدا کرنے والی ڈینا میں لگتا ہے کہ ہمارے اختیار میں کچھ زیادہ نہیں ہے، تاہم اپنی صحت اور طرز زندگی کو ہم قابو میں رکھ سکتے ہیں اور جب ہم یہ کر گزرتے ہیں تو اس سے فرق پڑتا ہے۔

جاوید کو لوگوں کی باتیں سننے ہوئے کئی دفعہ محسوس ہوا جیسے لوگ خود اس کی کہانی اور واقعات سُنارہ ہے ہیں۔ تھوڑی ہی دیر میں جاوید کی جھجک اور شرم بھی قدرے کم ہو گئی۔ اسے جیرانی ہوئی کہ لوگ کس قدر کھل کر اپنے احساسات کا انطباق کر رہے تھے۔ جب کوئی بات کرتا تو دوسرے تمام لوگ توجہ اور خاموشی سے اس کی بات سننے۔ جاوید نے خاص طور پر نوٹ کیا کہ تمام لوگوں کی کوشش ہوتی کہ وہ بولنے والے شخص کی حوصلہ افزائی کریں۔ وہ یا تو اس کی تعریف کرتے یا اس شخص سے ملنے جلتے اپنے واقعات بیان کرتے جس سے بات کرنے والے کی حوصلہ افزائی ہوتی۔ کچھ لوگوں نے دوسروں کو اپنی رائے بھی دی لیکن ان کا انداز تقدیمی اور ہدایت نہیں تھا اور نہ نصیحت آموز بلکہ ان کی زیادہ باتیں اپنے تجربات پر مبنی تھیں۔ سب کا مجموعی خیال تھا کہ اس میٹنگ کی کشش ہی ہے جو انہیں یہاں لاتی ہے۔ اسے ان لوگوں سے اپنایت محسوس ہوئی۔

مینگ کے بعد کچھ لوگ فوری رخصت ہو گئے، باقی چھوٹے گروپوں میں بٹ کر باتیں کرنے لگے۔ ایک صاحب جاوید کے پاس آئے اور اپنا تعارف کرانے لگے۔ ان کا نام احسان تھا۔ جاوید نے احسان کو ذیابیطس پر قابو پانے میں ناکامی کے بارے میں بتایا۔ احسان نے انہیں کوئی سپانسر بنانے کا مشورہ دیا۔

”سپانسر کیا ہوتا ہے؟“ جاوید نے پوچھا۔

”سپانسر یہاں ہم را ہنما کو کہتے ہیں،“ احسان نے بتایا۔

”یہاں تو کوئی مجھ سے زیادہ تعلیم یا فتنہ نظر نہیں آتا،“ جاوید نے کہا۔

”یہاں را ہنما کیلئے زیادہ تعلیم یا فتنہ نہیں بلکہ ماؤں ڈایابیٹک ہونا ضروری ہے۔“

”لیکن میں تو ڈاکٹروں سے مدد چاہوں گا، میں کسی کا احسان نہیں لینا چاہتا۔“

”آپ پر کوئی بندش نہیں، آپ جیسا پندرہ کریں وہی کریں، ڈاکٹر بھی آپ کی خدمت کر کے خوشی محسوس کریں گے تاہم ماؤں ڈایابیٹک خدمت کا موقع پا کر احسان نہیں کرتے بلکہ قرض اتارتے ہیں۔“

”قرض اتارتے ہیں؟“

”جی ہاں! بھی ان لوگوں کی بھی کسی نے اسی طرح ہی مدد کی تھی۔“

وہ شخص مسکرا یا اور اس نے دھیمے لبھے میں کہا ”اگر وہ چاہے تو ذیابیطس سے بحالی کے پروگرام کا کچھ لٹڑ پچر لے سکتا ہے، جس سے اس گروپ اور اپنے مسلکے کو سمجھنے میں مدد ملے گی۔“

اگلے دن جاوید اور اس کی بیوی ”ڈپ“ بہنچ گئے۔ ملینک کے باہر آ رائشی پودے اور پھول بہت بھلے لگ رہے تھے۔ جب وہ شیشے کا دروازہ کھول کر اندر داخل ہوئے تو جاوید کی بیوی نے فوراً صاف سترھے اور پر سکون ماحول کو محسوس کیا۔ ریسپشن پر موجود خاتون نے مسکرا کر ان سے پوچھا، ”میں آپ کی کیا خدمت کر سکتی ہوں؟“

”میں ذیا بیٹس کا مریض ہوں اور علاج کے بارے میں معلومات چاہتا ہوں۔“ ریسپشنست نے ان کا نام پتہ پوچھ کر باہمیں طرف پڑے کمپیوٹر میں فیڈ کیا اور کہا، ”میں آپ کو ڈاکٹر خرم سے ملوادیتی ہوں، وہ یہاں کے کواؤ رڈنیٹر ہیں۔“ ریسپشنست انہیں سامنے ایک کمرے تک لے گئی۔

جب وہ اندر داخل ہوئے تو ڈاکٹر خرم نے مسکرا کر ان کا خیر مقدم کیا اور انہیں بیٹھنے کیلئے کھا۔ جاوید نے آفس میں داخل ہوتے ہی نوٹ کیا کہ ان کا آفس کتنا صاف سترھا ہے! یہ ایک روشن کمرہ تھا جس میں ڈاکٹر صاحب کیلئے ایک قدرے چھوٹے سائز کی میز رکھتی تھی۔ ایک ٹیلی فون کے علاوہ کوئی چیز میز پر موجود نہ تھی۔ ڈاکٹر صاحب کی سائیڈ پر ایک ریک تھا جس پر ایک کمپیوٹر پڑا تھا۔ جاوید اور اس کی بیوی کرسیوں پر بیٹھ گئے تو ڈاکٹر صاحب بولے، ”جاوید صاحب مجھے خوشی ہے کہ آپ یہاں تشریف لائے۔ فرمائیں آپ ذیا بیٹس کے بارے میں کیا پوچھنا چاہتے ہیں؟“ جاوید کو خوشگوار حیرت ہوئی کہ ڈاکٹر صاحب کو پہلے ہی ان کا نام اور آنے کا مقصد معلوم ہے۔

”اچھا، پہلے یہ بتائیجے کہ آپ اپنے مریضوں کا علاج کیسے کرتے ہیں؟“
 ”اپنے مریضوں کے ساتھ مل کر، ڈاکٹر خرم نے جواب دیا ”ہمارے مریض گزرے ہوئے وقت میں بھالی کا جائزہ لیتے ہیں اور میں سُفتا ہوں، وہ بتاتے ہیں کہ انہیں کیا مشکلات پیش آئیں، کیا کامیابیاں حاصل ہوئیں اور ابھی مزید کیا کرنا باقی ہے، اس کے بعد ہم آئندہ کیلئے منصوبہ اور طریقہ کارطے کرتے ہیں۔“
 ”تو کیا ان ملاقاتوں میں جو ہدایات دی جاتی ہیں ان کی پابندی مریض کر پاتے ہیں؟“
 جاوید نے سوال کیا۔

”جی ہاں بالکل ایسا ہی ہے۔“ ڈاکٹر خرم نے مصر ہو کر کہا ”اگر یوں نہ ہوتا تو پھر ان ملاقاتوں کا کیا جواز رہ جاتا ہے؟“

”اس کا مطلب ہے کہ آپ مریض کی پوری ذمہ داری اٹھاتے ہیں،“ جاوید نے پوچھا۔
 ”حقیقت اس کے بر عکس ہے،“ ڈاکٹر خرم نے پروز و طریقے سے کہا ”ہم اپنے مریضوں کی ذمہ داریاں خود اٹھانے پر یقین نہیں رکھتے، ہر مریض اپنی عدمہ مگبہداشت کی صلاحیت رکھتا ہے، کچھ مریض محض کمزور نظر آتے ہیں، ہم ان کے ظاہر سے دھوکا نہیں کھاتے۔“

”تو پھر کسی مریض کی بلڈ شوگر کو آپ کیسے کنٹرول کرتے ہیں؟“ جاوید نے پوچھا۔
 ”پہلے میں ایک بات کی وضاحت کرنا چاہتا ہوں۔ ہم صرف کسی مریض کو اپنی بلڈ شوگر کنٹرول کرنے کی الہیت دیتے ہیں، ہمارے ہاں علاج کا مرکزی خیال یہی ہے۔ ہم شروع ہی سے مریض کو بتادیتے ہیں کہ بھالی اس کی اپنی ذمہ داری ہے۔ ہم اس کیلئے معاملات آسان بناتے ہیں،“
 ”ادھر دیکھو،“ اس نے میز پر پڑی ایک تختی کی طرف اشارہ کرتے ہوئے کہا یہ مریضوں کو ایک عملی سچائی کی یاد دلاتی رہتی ہے۔“

جو مریض اپنی صحت یا بیگی کی ذمہ داری
خود اٹھاتے ہیں
وہ تیزی سے صحت یا ب ہوتے ہیں

”کیا یہ بہت عجیب بات نہیں ہے؟“

”جی ہاں! یوں ہی ہے، اب میں آپ کے سوال کی طرف آتا ہوں،“ ڈاکٹر خرم نے کہا ”کسی بھی مریض کو اپنی بلڈ شوگر ٹھیک رکھنے کیلئے بنیادی طور پر ان چار چیزوں پر توجہ دینے کی ضرورت ہوتی ہے: غذا، ورزش، جذبات اور ادویات۔“

”اور ان کے متعلق راہنمائی کوئی ایک شخص نہیں بلکہ ماہرین کی ایک ٹیم دیتی ہے،“ جاوید نے خالد سے حاصل کردہ معلومات کی بناء پر بات کمل کر دی۔

”آپ تو بہت سمجھدار ہیں،“ امید ہے میں بھی آپ سے بہت کچھ سیکھوں گا،“ ڈاکٹر خرم نے کہا۔ ”میں نہیں سمجھتا کہ آپ مجھ سے کچھ سیکھ سکیں گے،“ جاوید نے کہا ”میں تو صرف اپنی بقاء کی جدوجہد کرنے والا ایک تھکا ہارا مریض ہوں۔“

”گلتا ہے تعریف ہضم کرنا آپ کیلئے بھی مشکل ہے، لیکن ہم آپ کو سب کچھ سیکھادیں گے،“ ڈاکٹر خرم نے مزہ لیتے ہوئے کہا ”بہت سے لوگوں کے گلے سے تعریف نہیں ابھرتی اور بہت سے لوگوں کے کانوں میں تعریف نہیں اترتی۔“

”میں سمجھتا ہوں ایسا اس لئے ہے کہ عملًا ہمیں زیادہ تعریف سننے کا تجربہ نہیں ہوتا،“ جاوید نے کہا ”ایسا کام بھی آسان نہیں ہوتا جس کے بارے میں یقین تو پختہ ہو لیکن عادت پختہ نہ ہو۔“

”یہاں آپ کو تعریف بھی ملتی رہے گی، تعریف کا آسان ساجواب یہ ہے: شکریہ“ ڈاکٹر خرم نے کہا۔
”میں آپ کا ممنون ہوں، آپ نے اہم فنکتہ سمجھایا ہے“ جاوید نے کہا ”آپ مجھے طریقہ کار
سمجھا رہے تھے۔“

”ہوتا یوں ہے کہ جب کوئی نیا مریض ہمارے پاس آتا ہے تو سب سے پہلے وہ میرے
پاس آتا ہے۔ میں معلوم کرتا ہوں کہ وہ کیا چاہتا ہے؟ پھر میں اس کے بارے کچھ معلومات حاصل
کرتا ہوں اور کمپیوٹر میں ڈال دیتا ہوں۔ معلومات کو ہمارے ہاں بہت عزت دی جاتی ہے اور انہیں
احتیاط سے رکھا جاتا ہے تاکہ تمام ماہرین اس سے استفادہ کرتے رہیں۔ جو چند منٹ میں
مریضوں پر صرف کرتا ہوں وہی مریض کے علاج کی راہیں متعین کرتی ہے۔“
”پھر کیا ہوتا ہے؟“

”پھر ان معلومات کو ایک ترتیب سے ماہرین کے پاس بھیجنتا ہوں۔ ابتدائی علاج کے ساتھ
ہی مریض کا رابطہ مریضوں کے گروپ سے بھی ہو جاتا ہے“ ڈاکٹر خرم نے تفصیل سے بتایا۔
”ڈاکٹر صاحب! میں نے آپ کا بہت وقت لیا ہے“ جاوید نے کہا ”میں کچھ ”ماڈل
ڈائیاکلکس“ سے بھی ملتا چاہتا ہوں۔“

ڈاکٹر خرم جھکا اور اپنے آفس انٹر کام پر بات کی۔ اس کی سیکرٹری مریم، چند لمحوں میں آگئیں
اور جاوید کو ایک کافرڈ کی شیٹ تھما دی۔

”یہ ان چھ افراد کے نام، ایڈریلیس اور فون نمبرز ہیں جو اس ادارے سے استفادہ کر چکے
ہیں۔ ان میں سے ہر ایک آپ سے ملاقات کر کے خوش ہو گا، ان سے گفتگو کے بعد آپ ہمارے
سٹیم کو بہتر طور پر سمجھنے لگیں گے“ ڈاکٹر خرم نے وضاحت کی۔

”ٹھیک“ جاوید نے ڈاکٹر خرم کا شکریہ ادا کیا، فہرست دیکھی اور ان میں سے تین سے
بات کرنے کا فیصلہ کیا: مسٹر طفیل، مسٹر لیق اور بالقیس بیگم۔

☆ ذمہ داریوں کا تعین ☆

جاوید نے طفیل صاحب کو فون کیا اور ان سے وقت مانگا۔

”آپ جب چاہیں تشریف لائیں، میرے پاس وقت ہی وقت ہے۔“
فون رکھتے ہوئے جاوید نے سوچا ”خوب ہے گی۔“

جب جاوید طفیل صاحب کے کمرے میں پہنچا تو اس نے ایک اوہیٹر عمر آدمی کو مسکراتے ہوئے پایا ”اچھا تو آپ ڈاکٹر خرم سے مل چکے ہیں، بڑی منجان مرخ شخصیت ہیں وہ ہیں نا؟“
”ایسی ہی بات لگتی ہے،“ جاوید نے جواب دیا۔
”کیا آپ خالد صاحب سے بھی مل چکے ہیں؟“
”بھی ہاں،“

”کیا انہوں نے آپ کو بتایا کہ وہ ماڈل ڈائیپلک ہیں۔“
”بالکل انہوں نے بتایا ہے لیکن یقین نہیں آتا، کیا واقعی ایسا ہے؟“ نوجوان نے پوچھا۔
”بہتر ہے کہ آپ مان ہی لیں، ہر چند کہ وہ ادارے میں آتے رہتے ہیں لیکن صرف دوسروں کی خدمت کیلئے۔ اپنی ذات کیلئے وہ ڈاکٹر کے ساتھ بہت کم وقت گزارتے ہیں، دراصل وہ نئے مریضوں کی تربیت میں خاص دلچسپی رکھتے ہیں۔“
”کیا مریضوں کی تربیت سے کوئی فرق پڑتا ہے؟“

”ہاں،“ طفیل صاحب نے کہا ”دیکھو! اپنے علاج کا تجربہ مجھے بتاتا ہے کہ ذیابیطس سے حوالی کے بارے میں میرا تصور اور ڈاکٹر کی سوچ میں برا فرق تھا۔ کئی دفعہ محض علمی کی وجہ سے میری بیماری بڑھ جاتی تھی۔“

”کیا یہاں بھی کسی وقت ایسا ہوتا ہے؟“ جاوید نے پوچھا۔
”نهیں،“ طفیل صاحب نے کہا ”ایسا یہاں کبھی نہیں ہوتا،“ طفیل صاحب نے مسکراتے ہوئے کہا ”لوگوں کو ذمہ دار بنانے کا بس ایک ہی طریقہ ہے اُنہیں ذمہ داریاں دے دیں۔ ذمہ داریاں خصوصی رویوں کو جنم دیتی ہیں، ننانچے خصوصی رویوں کو قائم رکھتے ہیں۔ یہاں ذمہ داریوں کا تعین کیا جاتا ہے۔“

☆ پہلا راز: ذمہ داریوں کا تعین ☆

”ذمہ داریوں کا تعین! وہ کیا ہے؟“ جاوید نے کہا۔

”یہ مادل ڈایجیک بننے کے تین رازوں میں سے ایک ہے،“ طفیل صاحب نے جواب دیا۔

جو ایڈ کی آنکھوں میں چمک تھی وہ مزید جانتا چاہ رہا تھا۔

طفیل صاحبوضاحت کرنے لگے ”ایک دفعہ جب کسی ذمہ داری کے بارے میں مریض

کو بتا دیا جاتا ہے اور اس پر مریض اور ڈاکٹر متفق ہو جاتے ہیں کہ کیا کرنا ہے، تب ہر ذمہ داری کو لکھ

لیا جاتا ہے۔ ڈاکٹر محضوں کرتے ہیں کہ ایک ذمہ داری اور اس کے معیار کی نشانہ ہی کو تحریر میں

لانے کیلئے ۲۵ سے زیادہ الفاظ کی ضرورت نہیں پڑتی، زور اس بات پر ہے کہ کوئی بھی اسے فوری

طور پر پڑھ سکے، اسکی ایک کاپی کمپیوٹر میں رہتی ہے اور ایک مریض کے پاس، چنانچہ ہر چیز واضح ہوتی

ہے اور اس طرح مریض اور معالج دونوں وقتاً فوتاً پیش رفت کا جائزہ لیتے رہتے ہیں۔“

”کیا ہر ذمہ داری آپ علیحدہ صفحے پر لکھتے ہیں؟“

”ہاں،“ طفیل صاحب نے جواب دیا۔

”اچھا تو بھروسہ ہر شخص ہاتھ میں یہ صفحات لئے پھرتا ہو گا؟“

”نہیں، حقیقتاً ایسا نہیں ہوتا،“ طفیل صاحب نے زور دے کر کہا ”ڈاکٹر ذمہ داری کے تعین

کیلئے 80:20 کے قانون پر یقین رکھتے ہیں۔ یہ قانون کہتا ہے کہ ہمیں 80 فیصد صحت یا بی

در اصل 20 فیصد ذمہ داریاں پوری کرنے پر حاصل ہوتی ہے لہذا ہم صرف اپنی 20 فیصد اہم ذمہ

داریوں پر ہی کھل کر بات کرتے ہیں۔ عموماً ان کی تعداد تین چار تک ہی محدود ہوتی ہے مثلاً غذا،

ورزش، جذبات اور دوا، تاہم اگر کوئی خاص تکلیف اس دوران شروع ہو جائے تو ہم پھر اس کیلئے

ذمہ داریوں کا خاص تعین کرتے ہیں۔“

”دلچسپ“ جاوید نے تبصرہ کرتے ہوئے کہا ”میرے خیال میں اب ذمہ داریوں کے تعین کی اہمیت کو سمجھ پکا ہوں۔ یہ بنیادی طور پر اس فلسفے پر مبنی ہے کہ کوئی چیز کسی کیلئے بھی غیر متوقع نہ ہو اور ہر کوئی ابتداء سے جانتا ہو کہ اس کی ذمہ داریوں کی نوعیت کیا ہے؟ اس طرح یہ بھی ممکن ہو جاتا ہے کہ ہم وقتاً فتاً ایک منٹ نکالیں، اپنے گوازد بھیں اپنی کارکردگی کو دیکھیں اور جائزہ لیں کہ آیا وہ ہمارے گواز کے مطابق ہے یا نہیں؟“

”یقیناً،“ طفیل نے اتفاق کیا ”صرف یہ بلکہ ہم جب ایک بار یہ سمجھ جاتے ہیں کہ ہمیں کیا کرنا ہے تو پھر ڈاکٹر صحت یا بی کے معیار کو واضح کرتے ہیں، پچ تو یہ ہے کہ وہ ہم سے جو توقعات رکھتے ہیں ان کی تصویر کھینچ کر دکھاتے ہیں۔“

”وہ اپنی توقعات کی تصویر کیسے کھینچتے ہیں؟“ جاوید نے سوال کیا۔

”کیوں نہ میں ایک مثال سے واضح کروں؟“ طفیل نے تجویز دی ”جب میں ابتداء میں بیہاں علاج کیلئے آیا تو میری بلڈ شوگر بے قابو تھی۔ کبھی میری بلڈ شوگر اتنی کم ہو جاتی تھی کہ میں پسینے سے بھیگ جاتا تھا اور کبھی شوگر بڑھ کر پیشاب میں 2% تک آتی تھی، بہت سے معلجین اس سلسے میں میری مدد کرنے میں ناکام رہے تھے، میں کوئی کام کا ج نہ کر پاتا تھا، میرا دل تیز تیز دھڑکتا تھا، جسم سرد یوں میں بھی پسینے میں شرا بور ہو جاتا تھا، نقاہت حد سے زیادہ ہوتی تھی۔ میرے اہل خانہ بتاتے تھے کہ اس دوران میں ”بہکی بہکی“ باتیں کرتا تھا۔ جب بلڈ شوگر چیک کرتا تو وہ 350 ملی گرام ہوتی، پیشاب چیک کیا جاتا تو شوگر کثر 2% نکلتی۔ یوں میں عجیب مصیبت میں گرفتار تھا۔ آخرا کار میں اس ادارے میں آیا اور مجھے مشاہدے کیلئے داخل کر لیا گیا۔“

☆ پہلا راز: ذمہ دار یوں کا تعین ☆

میرے ساتھ ذمہ دار یوں کا تعین کیا گیا۔

”میری پہلی ذمہ داری یہ تھی: شوگر کو یکساں رکھنے میں جو مشکلات درپیش ہیں انہیں پہچانوں اور ان کا ایسا حل تلاش کروں جس پر عمل کرنے سے یہ مسئلہ حل ہو جائے۔“

”مگر مجھے معلوم نہیں تھا کہ مجھے کیا کرنا چاہیے؟ اس لئے میں نے ڈاکٹر خرم کو انٹر کام پر زحمت دی، جب انہوں نے فون کا جواب دیا تو میں نے کہا، میری بلڈ شوگر قابو میں نہیں آ رہی۔..... اس سے پہلے کہ میں منہ سے کوئی اور لفظ ادا کرتا، انہوں نے کہا ”شا باش! آپ کو بلڈ شوگر قابو میں لانے کیلئے ہی یہاں رکھا گیا ہے.....“ اور پھر فون کے دوسرا طرف مکمل سکوت تھا۔

میں نے ہکلاتے ہوئے کہا ”مجھے معلوم نہیں کہ اس مشکل کو کیسے حل کرنا ہے؟“

”طفیل،“ انہوں نے کہا ”آئندہ کیلئے آپ کی ذمہ دار یوں میں سے ایک یہ ہے کہ آپ شوگر کٹھوں کرنے میں اپنی مشکلات کو خود پہچانیں اور حل کریں، لیکن چونکہ ابھی آپ نئے ہیں اس لئے یہاں آئیں، میرے پاس، پھر ہم بات کرتے ہیں۔“

جب میں وہاں پہنچا تو انہوں نے کہا ”مجھے بتائیں، طفیل، آپ کی شوگر کیوں کٹھوں نہیں ہو رہی؟ مگر بہتر ہے کہ آپ ان دشوار یوں کا احاطہ کریں جو آپ کو عملی طور پر پیش آ رہی ہیں۔“

”عملی دشوار یا؟“ میں نے دھرایا ”عملی دشوار یوں سے آپ کا کیا مطلب ہے؟“

”میرا مطلب ہے، ڈاکٹر نےوضاحت کرتے ہوئے کہا“ ”مجھے اس انداز میں بتاؤ کہ مسئلے کے وہ پہلو نمایاں ہو جائیں جنہیں دیکھا اور پرکھا جاسکے۔“

میں نے پوری تفصیل سے مشکل بیان کر دی کہ کس طرح پیش اب میں شوگر کبھی بہت زیادہ آنے لگتی ہے اور کبھی مجھے ”ہائپ“ ہونے لگتے ہیں۔

”ٹھیک ہے، طفیل! اب مجھے بتاؤ کہ عملی طور پر تم کیا دیکھنا چاہتے ہو؟“

”میں نہیں جانتا،“ میں نے کہا ”میں کچھ سیکنڈ تک حیرت کی تصویر بنا انہیں سنتا رہا۔“

”پہلے آپ کو یہ فرق جانا چاہیے کہ اب کیا ہو رہا ہے اور آپ کیا چاہتے ہیں؟“

☆ پہلا راز: ذمہ دار یوں کا تعین ☆

”میں چاہتا ہوں کہ ”ہائپو“ نہ ہو، خون میں شوگر نارمل رہے اور پیشاب میں شوگر بھی نہ آئے“ میں نے کہا۔

پھر ڈاکٹر نے کہا اچھا! آپ اس کے بارے میں اب کیا کرو گے؟“

”ہاں! تو میں غذا میں زبردست پرہیز کر سکتا ہوں تاکہ پیشاب میں شوگر نہ آئے۔“

”اس طرح آپ کا مقصد حل ہو جائے گا؟“ انہوں نے پوچھا۔

”نہیں“ میں نے کہا ” بلکہ اس طرح تو ”ہائپو“ کثرت سے ہونے لگیں گے۔“

”تب تو آپ کا حل اچھا نہیں، اسکے علاوہ آپ کیا کر سکتے ہیں؟“

”میں پھر غذا کم نہیں کرتا بلکہ دوا گھٹا دیتا ہوں،“ میں نے کہا۔

”تو کیا پھر وہ کچھ حاصل ہو جائے گا جو آپ چاہتے ہیں؟“

”نہیں“ میں نے کہا ” اس طرح تو خون میں شوگر بڑھ جائے گی۔“

”تب یہ بھی ایک برا حل ہے۔ آپ اور کیا کر سکتے ہو؟“

”میں پھر ورزش بڑھا سکتا ہوں،“ میں نے ایک دو لمحے کے لئے سوچا اور کہا ” اس طرح بھی بات نہیں بنے گی۔“

” صحیح! آپ سدھرتے جا رہے ہو،“ تب ڈاکٹر نے مسکراتے ہوئے کہا ” کوئی اور حل جو آپ کیلئے ممکن ہو؟“

” ہو سکتا ہے کہ میں یہ سب حل ملا کر کام نکال لوں،“ میں نے کہا ” اور ساتھ ہی اپنے جذبات کو پر سکون رکھنے کی کوشش کروں۔“

” یہ کوشش قابل قدر ہو سکتی ہے۔“ انہوں نے کہا۔

☆ پہلا راز: ذمہ دار یوں کا تعین ☆

”اگر میں دو کم کروں، پر ہیز بڑھا دوں اور ہلکی ورزش شروع کروں اور سکون کی مشقیں کروں تو میں اس مسئلے کو حل کر لوں گا“ اوه! یہ تو مجرہ ہو گیا۔ بہت بہت شکریہ، آپ نے میری مشکل آسان کر دی۔“

انہوں نے مداخلت کی ”آپ نے خود اسے حل کیا ہے؟“ میں نے صرف آپ سے وہ سوالات کئے ہیں جو آپ خود اپنے آپ سے کر سکتے تھے، اب یہاں سے ہٹکوڑا پنی مشکلیں خود حل کرنا شروع کروتا ہم اگر آپ کو میری ضرورت پڑتے تو جھک محسوس نہ کرنا۔“

انہوں نے مجھے کھادیا کہ ذمہ داری کا تعین کیسے کرتے ہیں تاکہ مستقبل میں میں خود اپنے طور پر سب کچھ کر سکوں۔

پھر وہ کھڑے ہو گئے، انہوں نے سیدھا میری آنکھوں میں دیکھا اور کہا ”شabaش! طفیل آئندہ بھی جب آپ کو مشکلیں پیش آئیں تو یہ طریقہ یاد رکھنا۔“

جاوید نے اپنی چھوٹی سی نیلی نوٹ کپ میں کچھ نکات تفصیلی طور پر لکھے اور آگے کی طرف بھک کو پوچھا ”اگر ماڈل ڈائیپلک بننے کیلئے ذمہ دار یوں کا تعین تین رazoں میں سے ایک ہے تو دوسرے دو کیا ہیں؟“

طفیل صاحب مسکرائے اور کہا ”آپ یہ لیئے سے کیوں نہیں پوچھتے؟“

”ٹھیک ہے!“ جاوید نے طفیل صاحب سے مصافحہ کرتے ہوئے کہا ”وقت دینے کا بے حد شکریہ“

”بندہ حاضر ہے،“ طفیل صاحب نے جواب دیا، ”کبھی کسی نے مجھے بھی وقت دیا تھا۔“

طفیل صاحب کے دفتر سے نکلتے ہوئے جاوید نے سوچا ”چونکہ ذیابیٹس دائری مرض ہے اس لئے یہ یقیناً سمجھ میں آنے والی بات ہے کہ آخر کوئی اس وقت تک ذیابیٹس پر قابو کیسے پاسکتا ہے جب تک وہ مرض کی نوعیت اور علاج کا صحیح طریقہ اچھی طرح سے نہ جان لے؟“ جاوید نے عمارت کا راستہ طے کیا اور دوسری منزل پر جانے کیلئے لفت پکڑی۔ جب وہ لیتک کے دفتر پہنچا تو وہ اس کی کم عمری سے بہت متاثر ہوا۔ لیتک شاید تیس کے لگ بھگ ہو گا۔

”اچھا، آپ ڈاکٹر خرم سے مل چکے ہیں؟ بڑی منجان مرخ شخصیت ہیں وہ! کیا خیال ہے؟ کیا آپ خالد صاحب سے ملے؟ کیا انہوں نے ماڈل ڈائیپک ہونے کا بتایا؟“

”بالکل انہوں نے کہا تو تھا لیکن یقین نہیں آتا،“ جاوید نے کہا۔

”آپ کو یہ بات مانی ہی پڑے گی، میں نے کبھی ان کی طبیعت خراب نہیں دیکھی۔“

”آپ بھی تو بہت فٹ نظر آ رہے ہیں،“ جاوید نے کہا۔

”جی ہاں! بالکل،“ لیتک نے اکشاف کیا۔ دراصل جب میں پہلی دفعہ علاج کیلئے آیا تھا تو ہڈیوں کا ڈھانچہ بن چکا تھا۔ ۷ سال کی عمر میں ذیابیٹس ہو جانا کوئی مذاق نہیں ہے۔ سعودی عرب میں ملازمت کے دوران اچانک میرا جسم کھلانا شروع ہو گیا۔ ہسپتال میں دکھایا تو شوگر نکلی۔ انسولین کا استعمال شروع ہوا۔ ہسپتال والے میری زبان نہیں سمجھتے تھے اور میں ان کی۔ ایک رات میری اپنی غلطی سے ”ہائپو“ ہو گیا۔ میں گھبرا کر پاکستان آ گیا، یہاں ہر کوئی ترس کھارہا تھا۔ جتنے مذہ اتنی باتیں۔ میں تو مایوس ہو گیا تھا۔ تب مجھے اس سسٹم کا پتا چلا۔ یہاں بھی انسولین لگی لیکن کبھی ”ہائپو“ نہیں ہوا کیونکہ انہوں نے.....“

”ذمہ دار یوں کا تعین کیا تھا“ جاوید نے بات کاٹی۔

”درالص میں ذمہ دار یوں کے تعین کے بارے میں کچھ نہیں کہہ رہا تھا۔ وہ تو آپ جانتے ہیں میرا اشارہ حوصلہ افزائی کی طرف تھا۔“

”حوصلہ افزائی؟ کیا ماذل ڈایپیک بننے کا دروس راز میں ہے؟“

”جی ہاں! ڈاکٹر جو ”سلوک“ میرے ساتھ کرنا چاہتے تھے وہ انہوں نے تفصیل سے مجھے بتا دیا تھا۔“

”وہ کیا تھا؟“ جاوید نے پوچھا۔

”پہلی بات یہ کہ وہ کسی لگی لپٹی کے بغیر میری صحت کے بارے میں بے لگ رائے دیں گے، درسی بات انہوں نے یہ کہی تھی کہ وہ مجھے صحت مند کیا ہے ہیں اور یہ بھی چاہتے ہیں کہ میں زندگی سے لطف اٹھاؤں۔ مزید یہ کہ انہوں نے مجھے خبردار بھی کیا تھا کہ ہوسکتا ہے شروع میں یہ بات ہم دونوں کیلئے زیادہ خوشگوار نہ ہو۔“

”کیوں؟“ جاوید نے پوچھا۔

”جیسا کہ مجھے اس وقت انہوں نے اس کی وجہ یہ بتائی کہ نہ تو اکثر ڈاکٹر اس طرح کام کرتے ہیں اور نہ ہی لوگ ان کے عادی ہوتے ہیں، پھر انہوں نے مجھے یقین دلایا تھا کہ یہ طریقہ میری صحت یابی میں بہت مددگار ثابت ہو گا۔“

”کیا آپ مجھے کوئی مثال دے کر سمجھا سکتے ہیں کہ آپ کیا کہنا چاہ رہے ہیں؟“

”یقیناً،“ لیقی نے کہا ”جب میرے ڈاکٹر نے میرے ساتھ ذمہ دار یوں کا تعین کر لیا تو انہوں نے بار بار مجھا اپنی پیش رفت کا مکمل ریکارڈ رکھنے اور انہیں دکھانے کیلئے کہا۔ اس کے علاوہ انہوں نے میرے اہل خانہ کو بھی کچھ ”خفیہ ہدایات“ دے رکھی تھیں۔“

”یہ بڑی دلچسپ بات ہے“ جاوید نے کہا ”وہ ایسا کیوں کرتے تھے؟“

”جب تک میں ان کے کچھ اور مریضوں سے نہیں ملا تھا میں یہی سوچتا رہا کہ وہ میری جاسوسی کرتے ہیں، بعد ازاں مجھے پتا چلا کہ وہ اصل میں کیا چاہ رہے تھے؟“

”اصل میں وہ کیا چاہ رہے تھے؟“ جاوید نے جاننا چاہا۔

”وہ چاہ رہے تھے کہ میرے اہل خانہ مجھر نگہ ہاتھوں پکڑیں، لیق نے کہا۔

”کیا کہا؟ آپ کو نگہ ہاتھوں پکڑیں؟“ جاوید نے دھرایا۔

لیق نے بات جاری رکھتے ہوئے کہا ”بہت سے گھروں میں اہل خانہ اپنا بہت سا وقت مریضوں کو نگہ ہاتھوں پکڑنے میں گذارتے ہیں۔ آپ بتاسکتے ہیں کہ وہ مریضوں کو کس حالت میں پکڑنا چاہتے ہیں؟“ اس نے جاوید سے پوچھا۔

جاوید مسکرا کر کہا ”جب وہ آدھی رات کو فرنج میں سے کھیرنکال کر کھا رہے ہوں، کیک پر ہاتھ صاف کر رہے ہوں یا باتھروم میں جھپپ کے آم کھا رہے ہوں۔“

”بالکل صحیح! یہاں شبت چیز پر زور دیا جاتا ہے اور اہل خانہ تو لیقین کی جاتی ہے کہ مریضوں کو اس وقت پکڑیں جب وہ پرہیز کر رہے ہوں اور ہدایات پر عمل کر رہے ہوں،“ لیق نے جواب دیا ”ادھر دیکھیں دیوار کی طرف،“ لیق نے دیوار پر لگی ایک تختی کی طرف اشارہ کرتے ہوئے کہا۔



مریضوں کی قوت ارادی بڑھانے میں ان کی مدد گریں
انہیں غذا، ورزش، سکون اور دوا کی پابندی
کرتے ہوئے ”رنگے ہاتھوں“ پکڑیں

”جب اہل خانہ پر ہیر کرتے ہوئے پکڑتے ہیں تو کیا ہوتا ہے؟“

”پھر وہ ہماری حوصلہ افزائی کرتے ہیں، لیق نے مسکراتے ہوئے کہا۔

”مطلوب؟“ جاوید نے جانتا چاہا۔

”ہوں! جب وہ دیکھتے ہیں کہ ہم نے کہیں بیٹھے سے انکار کیا ہے اور پرہیزی غذا کو ترجیح دی ہے تو وہ ہمارے پاس آتے ہیں اور ہمیں چھوٹے ہیں، وہ اکثر اپنا ہاتھ ہمارے کندھے پر رکھتے ہیں یا پھر منظر ادوستانہ انداز میں چھوٹے ہیں۔“

”جب وہ چھوٹے ہیں تو کیا آپ کو گھبراہٹ نہیں ہوتی؟“ جاوید نے پوچھا۔

”نہیں،“ لیق نے پر زور طریقے سے کہا ”اس کے برکس یہ چیز بڑی مددگار ثابت ہوتی ہے، میں جانتا ہوں کہ وہ میرا بہت خیال رکھتے ہیں اور وہ مجھے پھلتے پھولتے اور سخت مندد لیکھنا چاہتے ہیں، مجھے پتا چل جاتا ہے کہ وہ میری لکنی پروادہ کرتے ہیں۔“

”غالباً میں نے پہلے کبھی نہیں سنًا کہ اہل خانہ ایسے بھی کر سکتے ہیں،“ جاوید نے بات کا شے ہوئے کہا ”اس طرح تو آپ بہت اچھا محسوس کرتے ہو گے؟“

☆ دوسرے از: حوصلہ افزائی ☆

”چیزِ بھی ایسا ہی ہوتا ہے، لیق نے تائید کی ”اور اس کی کئی وجہ ہیں۔ سب سے پہلے تو جیسے ہی میں ڈاکٹر کی ہدایات پر عمل کرتا ہوں مجھے فوراً گھر میں ہی تعریفِ مل جاتی ہے۔“

”دوسرًا جب میں ادارے میں جاتا ہوں تو لیب رپورٹ کے فوراً بعد ہی مجھے سراہا جاتا ہے۔ ڈاکٹر مجھے ٹھیک طرح سے بتادیتے ہیں کہ میں نے کیا کارنامہ کیا ہے؟ مجھے یہ بھی پہلے چل جاتا ہے کہ وہ مجھ سے مغلظ ہیں اور انہیں میری کارکردگی کا علم ہے۔“

”تیسرا یہ کہ میرے معانی اور چاہنے والے مستقل مزاج ہیں۔“

”مستقل مزاج؟“ جاوید اس کا مطلب جانا چاہتا تھا۔

”ہاں،“ لیق نے زور دے کر کہا ”جب میں تعریف اور حوصلہ افزائی کا مستحق ہوتا ہوں تو وہ ایسا ضرور کرتے ہیں، چاہے ان کیلئے زندگی کے کسی اور شعبے میں حالات ناسازگاری کیوں نہ ہوں یعنی مجھ سے ان کا برتاب اس موقع پر خاص میری کارکردگی کے حوالے سے ہی ہوتا ہے اور میں اسے حقیقتاً بہت پسند کرتا ہوں۔“

”تیسرا راز کیا ہے؟“ جاوید نے بیتابی سے پوچھا۔

لیقِ مہمان کی اس بے قراری پر بہنا، اپنی کرسی سے اٹھا اور کہا ”آپ یہ بلقیس بیگم سے کیوں نہیں پوچھتے؟ میں جانتا ہوں کہ آپ ان سے بھی گفتگو کا ارادہ رکھتے ہیں۔“

”اچھا، آپ کے وقت کا بہت بہت شکر یہ۔“

”اچھی بات ہے،“ لیق نے زور دیتے ہوئے کہا ”میرا قرض اتر گیا.....“

جاوید مسکرایا، وہ یہ بات پہلے بھی سن چکا تھا، وہ عمارت سے نکلا اور ٹھیکنے لیئے نزد کی پارک میں چلا گیا۔ وہ تازہ سیکھی ہوئی باتوں کوڑہ نشین کر رہا تھا۔ جو کچھ اس نے سُنا تھا وہ اس کی سادگی اور افادیت سے بہت مناثر نظر آ رہا تھا۔

چھل قدمی کے دورانِ نتائج کے بارے میں اس کا تجسس بڑھنے لگا، وہ واپس ادارے میں آیا، رسپشنسٹ سے ملا اور ان سے کہا کہ وہ بلقیس بیگم سے ان کی ملاقات کا وقت نئے سرے سے کل صحیلے لے لے۔ پھر جاوید نے رازداری سے پوچھا ”جیسا کہ ذیابیطس کا مرض دائی ہے تو پھر مریض تو یہاں مستقل کا بک بن جاتے ہوں گے۔“

”نبیم، مریم نے کہا“ یہاں تو نئے مریض کچھ عرصہ تک ہی باقاعدہ آتے ہیں۔“

”مجھے بتاؤ، کیا مریضوں میں سے بہت سے انہیں جلد چھوڑ جاتے ہیں؟ کیا یہاں نئے

لوگ آتے رہتے ہیں؟“

”ہاں، اس پہلو سے سوچیں تو ایسے لوگوں کی تعداد کافی ہوتی ہے۔“

”آہا!“ جاوید نے سوچا ”آخر کاروہ کسی منفی پہلو کی تہہ تک پہنچنے ہی والا ہے۔“

”وہ مریض کہاں چلے جاتے ہیں جو اس ادارے کو چھوڑ جاتے ہیں؟“ جاوید نے پوچھا۔

”وہ اپنی صحت اور خوشحالی کی ذمہ داریاں خود اٹھاتے ہیں۔ یہ وہی ”مطمئن“ لوگ ہیں جن

سے آپ ملاقاتیں کر رہے ہیں،“ مریم نے جلدی سے جواب دیا۔ ”مریضوں کے ساتھ چند ماہِ عمدہ

تال میل کے بعد ہم کہتے ہیں کہ جاؤ اب اپنا خیال رکھو اور یاد رکھو کہ آپ پر قرض ہے جو کہ آپ

ذیابیطس کے کسی مریض کی خدمت کر کے ہی اُتار سکتے ہو۔“

جاوید، مس مریم کے آفس سے نکلا اور اپنے سر کو جھکتے ہوئے سڑک پر چلنے لگا۔

اس رات جاوید ٹھیک طرح سے سونے سکا۔ اگلے دن وہ ماڈل ڈائیٹک بننے کے تیرے راز

سے واقف ہونے والا تھا، یہ بے قراری اسی وجہ سے تھی۔

اگلی صبح جاویدا پنی بیوی کے ہمراہ بلقیس بیگم کے گھر پہنچا۔ قریباً ساٹھ سالہ، بہت اسماڑ اور خوش بہاس خاتون نے ان کا خیر مقدم کیا، معمول کی طرح اس نے وہی جملہ سننا ”آپ ڈاکٹر خرم سے ملے ہیں، بڑی زبردست شخصیت ہے ان کی، کیوں ایسا ہی ہے نا؟“، مگر اب جاویدا اس بات کا اتنی اچھی طرح قائل ہو چکا تھا کہ دل سے کہہ سکے ”ہاں! ایسا ہی ہے!“

”کیا آپ خالد صاحب سے بھی ملے ہیں؟“

”جی ہاں۔“

”کیا انہوں نے اپنے ماڈل ڈائیٹیک ہونے کے متعلق بتایا؟“، بلقیس بیگم نے پوچھا۔

”میں ان کے متعلق یہی کچھ تو سنتا آ رہا ہوں،“ جاویدا نے ہنستے ہوئے کہا۔

”آپ اس پر مکمل یقین کر سکتے ہو وہ تو عام لوگوں سے بھی زیادہ صحت مند ہیں۔“

”کیا آپ کا ڈاکٹر خرم سے رابطہ رہتا ہے؟“ جاویدا نے کہا۔

”حتمی طور پر بہت ہی کم کم، سوائے اس وقت کے جب میں کوئی غلطی کر بیٹھوں؟“، بلقیس بیگم نے کہا۔

جاوید کو یہ سن کر اچانک دھکا لگا۔ اس نے کہا ”آپ کا مطلب ہے کہ ڈاکٹر خرم سے آپ کا
ٹاکرایہ بھی ہوتا ہے جب آپ کوئی غلطی کر بیٹھیں؟“

”جی ہاں، البتہ بالکل ایسا نہیں مگر قریباً ایسا ہے، بلقیس بیگم نے کہا۔
”مگر انہیں کیسے پتا چلتا ہے کہ آپ کوئی غلطی کر بیٹھی ہیں؟“، جاوید نے کہا۔
”میری HbA1c رپورٹ چنانی کھاتی ہے، پھر ان کے اور ذراائع بھی ہیں۔“
”مگر یہاں تو اپنی ذمہ داریاں پوری کرتے ہوئے کپڑے کارواج ہے؟“
”یہ بھی ہے،“ بلقیس بیگم نے زور دیتے ہوئے کہا ”مگر آپ کو میرے بارے میں کچھ جانا
پڑے گا میں ماڈل ڈائیپلک ہوں۔“

”کیا سب مریضوں کے ساتھ ایک جیسا سلوک نہیں کیا جاتا؟“
”قطعی نہیں! مختلف مریضوں کیلئے مختلف حکمت عملی کی ضرورت ہوتی ہے، بعض اوقات تو ایک
مریض کے ساتھ بھی وقت کے ساتھ ساتھ حکمت عملی بدلتی پڑتی ہے، آپ یہاں مساوات کی توقع نہ
رکھیں۔ اس سے زیادہ غیر مساوی کچھ نہیں کہ غیر مساوی لوگوں کے ساتھ مساوی سلوک کیا جائے۔“
”کیا ڈاکٹر خرم کم بھی آپ کو سراہتے بھی ہیں؟“، جاوید نے پوچھا۔

”کبھی کبھی، مگر انہیں اکثر ایسا نہیں کرنا پڑتا کیونکہ یہ ”نیک کام“ میں خود ہی کر گذرتی ہوں“
بلقیس بیگم نے جواب دیا۔

جاوید مسکرا�ا، بلقیس بیگم کی حس مزاح اسے اچھی لگی۔

”اگر کبھی تعریف کو دل چاہے تو میں ڈاکٹر خرم کو تعریف کیلئے خود ہی کہہ دیتی ہوں۔“

”لیکن ایسا کرتے ہوئے آپ کے اعصاب کیسے ساتھ دیتے ہیں؟“ جاوید نے پوچھا۔

”یہ بہت آسان ہے، یہ بالکل ایک شرط کی طرح ہے، اگر وہ تعریف کرتے ہیں تو میں جیت جاتی ہوں۔“

”مگر جب وہ ایسا نہیں کرتے تو؟“ جاوید نے قطع کلامی کرتے ہوئے کہا۔

”تب میں صرف برابر رہتی ہوں،“ بلقیس بیگم نے جواب دیا۔

جاوید بولا ”اگر آپ سے کوئی غلطی ہو جائے تو وہ کیا کرتے ہیں؟“

”اگر میں کوئی سمجھنے غلطی کرتی ہوں، تب وہ مجھے ”تنبیہہ“ کرتے ہیں۔“

”کیا؟“ نوجوان نے چونکتے ہوئے پوچھا۔

”تنیبہ، بلقیس بیگم نے دھرا یا۔

”کیا یہ ماؤل ڈایپیک بننے کا تیسراز ہے؟ جاوید نے حیرت سے پوچھا۔

”جی!“ بلقیس بیگم نے ہستے ہوئے وضاحت کی ”اگر آپ کو اس ادارے سے وابستہ ہوئے

مدتوں گذر جائیں اور آپ اپنی ذمہ داریوں کو مہارت سے پورا کرتے ہوں، پھر بھی آپ سے نگین غلطی ہو جائے تو کوآرڈینیٹ فوری ر عمل دیتے ہیں۔“

”وہ کیا کرتے ہیں؟“ جاوید نے پوچھا۔

”جو نبی اپنی غلطی کا پتہ چلتا ہے وہ حقائق کی تصدیق کرتے ہیں، پھر وہ میں فون کرتے ہیں

یا بلا تے ہیں، اپنا ہاتھ میرے کندھے پر رکھتے ہیں.....“

”کیا یہ آپ کیلئے تکلیف دنیبیں ہوتی؟“ جاوید نے پوچھا۔

”یقیناً ہوتا ہے، خصوصاً جب ان کے چہرے پر مسکراہٹ نہیں ہوتی تو میں جانتی ہوں کہ کیا

ہونے والا ہے۔“

”وہ سیدھا میری آنکھوں میں دیکھتے ہیں،“ انہوں نے بات جاری رکھتے ہوئے کہا ”اور

مجھے ٹھیک ٹھیک بتاتے ہیں کہ میں نے کیا غلط کیا ہے، پھر وہ مجھے بتاتے ہیں کہ وہ اس بارے میں کیسا

محسوں کر رہے ہیں؟ آیا وہ ناراض ہیں، غصے میں ہیں، مایوس ہیں یا جو کچھ بھی۔“

”وہ اس کلیئے کتنا وقت لیتے ہیں؟“ جاوید نے پوچھا۔

”قریباً تیس سینٹ مگر کبھی یہ چند سینٹ بھی صد یوں پر محیط ہوتے ہیں،“ بلقیس بیگم نے رازداری سے کہا۔

”اور پھر کیا ہوتا ہے؟“ جاوید نے اپنی کرسی کے کونے پر سرکتے ہوئے پوچھا۔

”وہ کچھ لمحوں کلیئے خاموشی کے ساتھ اپنے کہے ہوئے الفاظ کو سُننے والے کے ذہن میں اُترنے دیتے ہیں، بلاشبہ وہ الفاظ گھرائی میں اتر جاتے ہیں۔“

”پھر؟“ جاوید نے پوچھا۔

”پھر وہ مجھے بتاتے ہیں کہ وہ مجھے کتنا ذمہ دار سمجھتے ہیں، اور میرے کس قدر معرفت ہیں، وہ اس بات کو یقینی بناتے ہیں کہ میں سمجھ لوں کہ ان کی ناراضگی کے پس پرداہ بے پناہ احترام ہے، وہ کہتے ہیں کہ اس بد پر ہیزی سے قطع نظر میرا عمومی برداشتے داغ ہے، وہ جلد ہی مجھ سے دوبارہ ملنے کے بارے میں اشتیاق کا اظہار کرتے ہیں بشرطیکہ میں اچھی طرح یہ بات جان لوں کہ وہ مجھ سے دوبارہ بد پر ہیزی کی توقع نہیں رکھتے۔“

جاوید نے بات کا ٹھٹھے ہوئے کہا ”یہ چیز آپ کو انتہائی محتاط رہنے پر مجبور کرتی ہو گی؟“

”یقیناً،“ بلقیس بیگم نے پرزو در طریقے سے اثبات میں سر ہلایا ”سب سے پہلے وہ عموماً مجھے کوتا ہی کے فوراً بعد تنیبہ کرتے ہیں، دوسرے مجھے میری غلطی اچھی طرح واضح کر کے بتاتے ہیں، یوں لگتا ہے کہ وہ صورت حال پر چھا گئے ہیں، میں جان لیتی ہوں کہ میں بد پر ہیزی کر کے حق نہیں سکتی، تیسرے وہ مجھ پر میری ذات کے حوالے سے حملہ نہیں کرتے بلکہ صرف میری کارکردگی پر بات کرتے ہیں اور مجھے اپنادفاع کرنے کی کوئی ضرورت محسوس نہیں ہوتی، میں ان پر یا کسی اور شخص پر الزام لگا کر اپنی غلطی کو صحیح ثابت کرنے کی کوشش نہیں کرتی، میں جانتی ہوں کہ وہ حق بچ کی آواز ہیں اور چوتھی بات یہ کہ وہ مستقل مزاج ہیں۔“

”کیا اس کا مطلب یہ ہے کہ چاہے ان کے دیگر معاملات احسن طریقے سے چل رہے ہوں، وہ آپ کو آپ کی غلطی پر تنیبہ ضرور کرتے ہیں۔“

”جی ہاں،“ انہوں نے جواب دیا۔

”یہ سلسلہ کتنی دیر چلتا ہے؟“ جاوید نے پوچھا۔

”عام طور پر ایک منٹ تک،“ اس نے کہا ”اور جب یہ ایک منٹ ختم ہو جاتا ہے تو یہ سلسلہ بھی ختم ہو جاتا ہے۔ یہ تنیبہ مختصر ہوتی ہے مگر میں گارنٹی سے کہتی ہوں کہ آپ اسے بھول نہیں سکتے..... اور پھر عام طور پر دو بارہ ویسی غلطی نہیں کرتے۔“

”میرا خیال ہے کہ جو کچھ آپ کہنا چاہ رہی ہیں وہ میں سمجھ گیا ہوں،“ جاوید نے کہا۔

”جب ہمارے اوس ان بحال ہوتے ہیں تو ہم اپنی غلطی پر بُنی مذاق بھی کرتے ہیں۔“
 ”آپ تعریف اور تنبیہہ کے معاملے میں کیسے نہ بول لیتے ہیں؟“ جاوید نے پوچھا۔
 بلقیس بیگم نے کہا ”یقیناً، ڈاکٹر خرم نے ہمیں سمجھایا ہے کہ اپنی غلطی پر ہنسنے کی کیا اہمیت ہے؟
 اس طرح ہمیں پھر سے پرہیز کرنے میں مدد ملتی ہے۔“
 ”اور آپ کی غلطی پر آپ کے اباں خانہ کچھ نہیں کہتے؟“
 ”کیوں نہیں وہ بھی ڈاکٹر خرم سے سب سیکھ گئے ہیں۔“
 ”آپ کے خیال میں اس طرح تنبیہہ اتنی موثر کیوں ہوتی ہے؟“ اس نے پوچھا۔
 ”آپ یہ ڈاکٹر خرم ہی سے پوچھنا،“ بلقیس بیگم اپنی میز سے اٹھی اور جاوید کو لے کر دروازے کی طرف چل پڑی۔
 جاوید نے وقت دینے پر شکریہ ادا کیا تو بلقیس بیگم مسکرا کیں اور کہا ”آپ جانتے ہو کہ میرا جواب کیا ہو گا؟“ وہ دونوں ہنسنے۔
 برآمدے میں سے گذرتے ہوئے اسے احساس ہوا کہ اس خاتون نے کتنے ٹھوڑے وقت
 میں اسے کتنی زیادہ معلومات دی ہیں۔ وہ سوچ رہا تھا کہ ماڈل ڈائیپلک بنانا کس قدر آسان ہے ایہ
 تینوں راز واقعی فہم و فراست سے بھرے ہوئے ہیں مگر وہ اس بات پر حیرت زد تھا کہ ذمہ داری کا
 تعین، تعریف و حوصلہ افرائی اور تنبیہہ کیوں کمر موثر ہیں؟

(جاری ہے.....)
 بقیہ جمع 15 اکتوبر کو پڑھئے