تحریر : ڈاکٹر سید مبین اختر

کالم : ذہن کی دنیا

# ہر کھانے سے بدبو آتی ہے

(سچی کہانی فرضی نام کے ساتھ)

ہمارے پڑوسی بہت اچھے تھے۔ لیکن اب وہ ناراض ہوگئے ہیں ۔ کل تو ہماری ان سے بہت لڑائی بھی ہوئی۔ وہ بھی آخر انسان ہیں کب تک برداشت کریں گے۔ شکیلہ تو صبح وشام ان کے گھر میں پتھر پھینک رہی تھی۔ پتہ نہیں کس وقت گھر سے باہر نکل جاتی ہے اور چھوٹے بڑے پتھر اٹھالیتی ہے پھر ایک ایک کرکے ادھر اُدھر پھیکنا شروع کر دیتی ہے۔ کہتی ہے کوئی مجھے جھانک رہا ہے۔

شکیلہ کی والدہ بہت پریشان تھیں اور پریشانی میں ہی وہ اپنی بیٹی کی کیفیت بیان کر رہی تھیں۔ انہوں نے یہ بھی بتایا کہ ہم اس کو کھانا دیں تو اٹھا کر پھینک دیتی ہے کہ اس میں سے بدبو آرہی ہے۔ میلے کپڑے پہنے رہتی ہے۔ حلیہ کی تو بالکل بھی پرواہ نہیں، کوئی بات کرے تو گالیاں دیتی ہے۔ غصہ اتنا ہے کہ بلاوجہ سب کو مارپیٹ شروع کر دیتی ہے۔ الٹی سیدھی حرکتیں بھی کرتی ہے، کبھی غسل خانے میں بیٹھی خود سے باتیں کرنے لگتی ہے۔ کہتی ہے لوگ میرا پیچھا کر رہے ہیں، کبھی کہتی ہے چڑیل نظر آرہی ہے۔ پھر تھوکنا شروع کر دیتی ہے۔ رات کو سوتی بھی بہت کم ہے۔ کبھی تھوڑی دیر کے لیے سوجائے تو بار بار آنکھ کُھلتی رہتی ہے۔ ادھر اُدھر گھومنا شروع کر دیتی ہے۔ خود بھی بے چین ہوجاتی ہے اور گھر والوں کو بھی پریشان کرتی ہے۔ اب اگر کوئی رات کو اٹھ کر ادھر اُدھر ٹہلنا شروع کردے تو سب ہی کی نیند خراب ہوتی ہے۔

شکیلہ کی پھوپی نے بتایا کہ دو ڈھائی سال پہلے کی بات ہے۔ یہ کہتی تھی پھوپی کی شکل والی عورت میرے پیچھے لگی رہتی ہے۔ اس کے بعد تو یہ مجھ سے چڑنے لگی۔ یہ کہتی کہ پھوپی ہی تو میری دشمن ہیں۔ مجھ پر غصہ اور شک کرتی ہے۔ اور مجھے برا بھلا کہتی ہے اس سے تو سارے گھر والے پریشان ہیں۔ اپنے دونوں ہاتھ اوپر اٹھا کر کہتی ہے میرے چہرے کی سرجری کردو۔ پھر شادی کر دینا۔ ان باتوں سے بھلا کوئی خوش ہوگا۔ سب کو ہی غصہ آتا ہے۔ ان حرکتوں پر تو اس کی پٹائی ہوتی ہے۔ لیکن وقت کے ساتھ طبیعت مزید خراب ہورہی ہے اور اب چھ مہینے سے تو بہت زیادہ شدت ہے۔ اب تو یہ اپنے نئے نئے کپڑے الماری سے باہر نکال کر کاٹ دیتی ہے۔ اور پھر اٹھا کر باہر پھینک دیتی ہے۔ ایک سرکاری اسپتال سے اس کا علاج بھی کروایا۔ مگر اس نے دوائیں ہی پابندی نہیں کھائیں۔ جو تھوڑی بہت کھائیں ان سے نیند زیادہ آئی۔

شکیلہ کے بچپن کے بارے میں بھی معلومات حاصل کی گئیں۔ اس کی والدہ نے بتایا بالکل ٹھیک تھی۔ اچھی صحت مند تھی چھوٹی سی تھی کوئی 4 یا 5 سال کی کے اسکول میں داخل کروایا۔ بڑی خوشی سے اور بہت سے بچوں کی طرح اسکول جاتی رہی، میٹرک پاس کرلیا۔ اس کے

بعد گھر میں ہی رہی ۔کئی سال ٹھیک گزرے پھر الٹی سیدھی حرکتیں کرنی شروع کر دیں ۔اس وقت اس کی عمر 20 سال ہے ۔گذشتہ دو ڈھائی سال سے طبیعت خراب ہے ۔اس دوران اس کا مختلف جگہوں پر عاملوں اور باباؤں سے علاج ہوا۔گھر والے اسے عاملوں کے پاس بھی لے کر گئے لیکن مرض بڑھتا گیا۔اور جب اس کی حالت گھر والوں کے لیے نا قابل برداشت ہوگئی تو نفسیاتی ہسپتال لے کر آئے ۔

یہاں چند ہفتے میں مرض کی شدت میں پر قابو حاصل ہو گیا ۔اور اس کے رویے میں بہتری شروع ہوگئی ۔گھر والوں کو بتایا کہ یہ شدید ذہنی مریضہ ہے ۔اس کے ساتھ مار پیٹ ہرگز نہ کریں ۔کیونکہ آپ پہلے بھی دیکھ چکے ہیں سختی کا کوئی اثر نہیں ہوا بلکہ حالات اور خراب ہو کر سامنے آئے ۔

شکیلہ اس کے رویے میں کافی بہتری آ گئی ہے ۔نیند ٹھیک ہوگئی ،اب کھانا بھی کھانے لگی ہے ۔کبھی کبھار گھر سے باہر جانے کو کہتی ہے ۔گھر کے قریب ہی اس کی دادی رہتی ہیں ،وہاں چلی جاتی ہے ۔ان کے خاندان میں بھی ذہنی مرض ہے ،دادی اور ایک بھائی ذہنی مریض ہیں۔

شکیلہ کے گھر والے اگر بیماری کے آغاز پر ہی صحیح علاج کروا لیتے تو اور بھی جلد بہتری آجاتی ۔لیکن شدید ذہنی امراض کا شکار افراد کے اہل خانہ اکثر اوقات عاملوں یا باباؤں وغیرہ کے پاس بہت وقت ضائع کر دیتے ہیں ۔اب تو میڈیا پر بھی ان لوگوں کی خبریں اور تکلیف دہ باتیں دیکھنے کو ملتی ہیں ۔گذشتہ دنوں ایک جعلی پیر نے ایک زندہ شخص کو قبر میں لیٹنے کا حکم دیا اور وہ شخص قبر کھود کر اس میں لیٹ گیا ۔قبر سے باہر اس نے ایک نلکی نکال لی اور اپنے والدین سے کہا کہ اگر یہ نلکی میں ہلاتا رہوں تو سمجھ لینا کہ زندہ ہوں نلکی ہلنی بند ہو جائے تو سمجھ لینا کہ مر گیا ۔اس کے قبر میں لیٹنے کی خبر عام ہوگئی اور علاقے میں پھیل گئی تو اسے لوگ دیکھنے آنے لگے ۔پھر اس کے والدین کے تنگ آ کر مٹی ہٹا کر اس کو باہر نکال لیا ۔اس کے علاقے کے لوگوں نے کہا کہ ایسے لوگوں کو سزا ملنی چاہیئے جو معصوم لوگوں کو زندہ در گور کر رہے ہیں ۔حیرت اس وقت ہوتی ہے جب اس قسم کے واقعات سامنے آنے کے باوجود لوگ ذہنی امراض کے لیے ایسے ہی لوگوں کا سہارا لیتے ہیں ۔ضرورت اس بات کی ہے کہ لوگ ذہنی امراض کی علامات کو پہچانیں ۔یہ امراض قابل علاج ہوتے ہیں ۔

اپنے مسائل اور ذہنی امراض کے لئے مندرجہ ذیل پتہ پر خط لکھیں:

کراچی نفسیاتی ہسپتال ، ناظم آباد نمبر 3 ، کراچی