

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 و فکری قدر و منزلت 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: ۶۲۳۹۳۲۹-۲۳۰۰-۰۳۰۰۔ 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 خاگی اور سماجی ماحول، یا پھر خود فرد کے غیر معتدل رویے اس کی زندگی کو ناخوار اور اہنار بنا دیتے ہیں۔ اس طرح وہ فرد اپنی ذات اور معاشرے کے لیے بھی آزمائش کا ذریعہ بن جاتا ہے۔ زیر نظر کتاب میں محنت سے دنیا کے معروف ماہرین نفسیات کے مشاہدات و تجربات کو یک جا کیا گیا ہے۔ اس طرح ارادی اور غیر ارادی 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 پُر اثر ہے۔ (س م خ)

شوگر کو شکست دیجیے، مرتبہ: محمد متین خالد۔ ناشر: علم و عرفان، الحمد مارکیٹ، ۴۰-اُردو بازار، لاہور۔ فون: ۵۸۳۵۸۳۲۲۳-۳-۰۴۲۔ صفحات: ۳۱۸۔ قیمت (مجلد): ۶۰۰ روپے۔

اللہ تعالیٰ نے انسان کو صحت، صلاحیت اور ذہن کی اُمتوں نعمت عطا فرمائی ہے۔ تاہم، وقت گزرنے کے ساتھ صحت اور صلاحیت کار میں ضعیف و اضمحلال پیدا ہوتا چلا جاتا ہے۔ عصر 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 زیر نظر کتاب میں ایسے اکیاون مضامین مرتب کر کے پیش کیے ہیں، جو اس بیماری کے خوف سے آزادی، پنچہ آزمائی اور زندگی کو کارآمد بنا کر گزارنے کے گر سکھاتے ہیں۔ یہ کتاب دل چسپ بھی ہے اور معلومات افزا بھی۔ (س م خ)