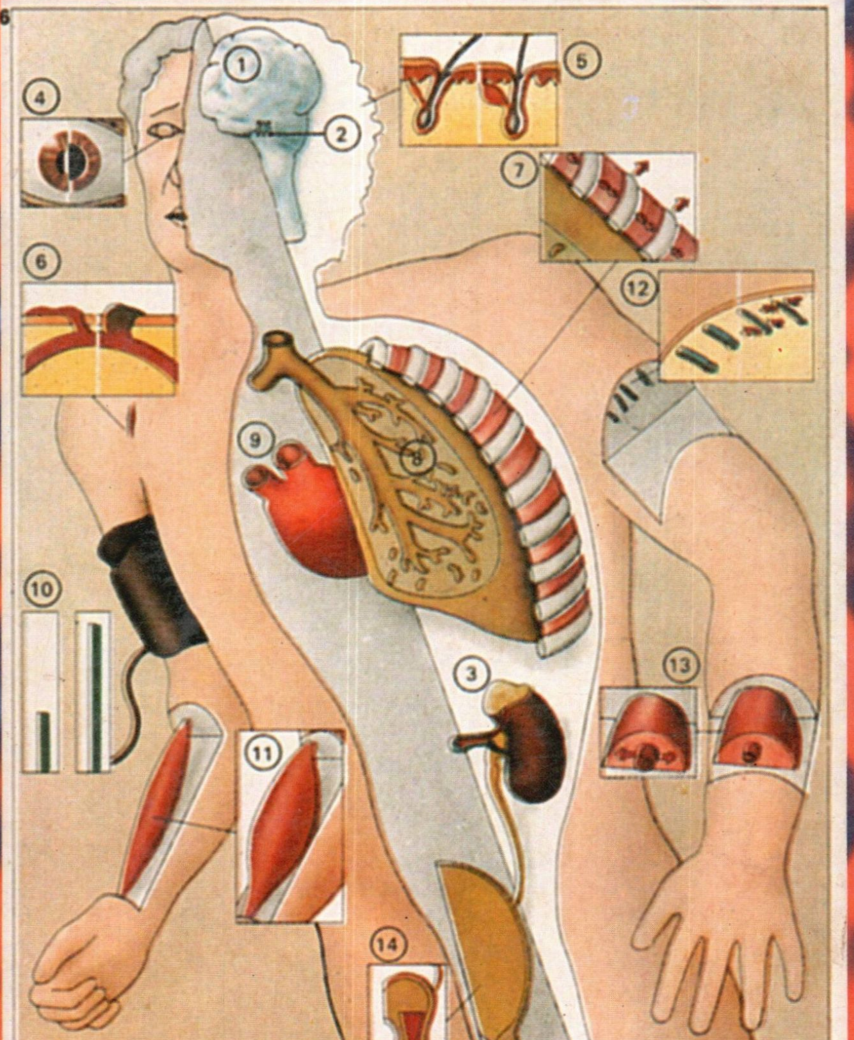
انسان جو جسم

حفيظ احسن

مترجم: بدر رضوان عباسي



سنڌي ٻوليءَ جو بااختيار ادارو

حيدر آباد سنڌ

سنڌي ٻوليءَ جي بااختيار اداري طرفان سائنسي سلسلي جو ڏهون ڪتاب

اسان جو جسم

حفيظ احسن

مترجم: بدر رضوان عباسي

سنڌي ٻوليءَ جو بااختيار ادارو

حيدرآباد - سنڌ

پاڪستان

1996ع

سنڌي ٻوليءَ جي بااختيار اداري جا سڀ حق ۽ واسطا قائم

ڇاپو : پهريون

سال : مارچ، 1996ع

تعداد : هڪ هزار

پاران ايم ايڇ پنهور انسٽيٽيوٽ آف سنڌ اسٽڊيز، ڄامشورو.
Digitized by M. H. Panhwar Institute of Sindh Studies, Jamshoro.

قيمت -/20 روپيا

مڻ جو هنڌ

سنڌي ٻوليءَ جو بااختيار ادارو
نيشنل هاءِ وي، حيدرآباد- سنڌ
71000

هي ڪتاب سنڌي ٻوليءَ جي بااختيار اداري جي ڪمپيوٽر تي ڪمپوز ٿيو ۽ اداري پاران اشاعتي نگران امين لغاري آزاد ڪميونيڪيشنز ڪراچي مان ڇپرائي پڌرو ڪيو.

پيش لفظ

موجوده دور ۾ سائنس هڪ خاص معنيٰ وارو لفظ آهي، جنهن جي معنيٰ جملي ڪائنات جو علم آهي. سنڌي ۾ سائنسي ڪتابن جي گهڻي کوٽ آهي، جنهن کي محسوس ڪندي سنڌي ٻوليءَ جي بااختيار اداري پنهنجي قائم ٿيڻ بعد سائنسي علمن ۽ موضوعن بابت سنڌي ۾ ڪتابن جي تياري ۽ ڇپائي کي اداري جي عملي پروگرام جو هڪ اهم مقصد بڻايو. هن مقصد لاءِ ٻارن لاءِ سائنسي مطالعي جي دلچسپي وارا ڪتابڙا تيار ڪرايا ويا آهن هي ڪتاب "اسان جو جسم" ان سلسلي جي هڪ ڪڙي آهي. هن ڪتاب سان هاءِ اسڪول سطح جي سنڌي شاگردن کي "حياتيات Biology" بابت هڪ مددي ڪتاب مهيا ٿيندو، جنهن سان انهن جي سائنسي علم ۾ واڌارو ٿيندو. ۽ عام پڙهندڙن لاءِ پڻ هڪ دلچسپ ۽ معلوماتي ڪتاب ثابت ٿيندو.

ادارو "اردو سائنس بورڊ" وارن جو ٿورائتو آهي، جن پنهنجي ڪتاب "*ھمارا جسم کیسے کام کرتا ھے*" جو هي ترجمو سنڌي ٻوليءَ جي بااختيار اداري پاران ڇپجڻ جي اجازت ڏني.

نبي بخش قاضي
چيئرمن

۹ مارچ، ۱۹۹۶ع
حيدرآباد - سنڌ

مهاڳ

تخليقي فڪر اسان جي تعليمي صورتحال جو هڪ ضروري پهلو آهي، جنهن کي اسان جي نظام ۾ نظرانداز ڪيو ويو آهي. ائين معلوم ٿئي ٿو ته اسان جي تعليمي ۽ ذهني عمل کي زندگي ڏيڻ واري هن قوت کي ڄاڻي واڻي دٻايو ويو آهي. انهيءَ ڪري هن ڳالهه جي سخت ضرورت آهي ته اسان جي شاگردن ۽ علم دوست ماڻهن لاءِ سائنسي ادب ۽ تنقيدي فڪر جي مطالعي جا دروازا کوليا وڃن.

هي ڪتاب جنهڪو سائنسي ادب ۽ فڪر سان تعلق رکي ٿو، انهي ڪري لکيو ويو آهي ته گهربل مواد ۽ ڄاڻ شاگردن ۽ سائنسي علم جي طالبن کي آساني سان حاصل ٿي سگهي، اميد آهي ته هي ڪتاب ترقي يافته سائنسي فڪر ۽ دانائي واري سوچ طرف رهنمائي ڪندو.

هن ڪتاب لکڻ جو خيال ”سنڌي ٻوليءَ جي بااختيار اداري“ طرفان پڌري ڪيل ”سنڌي ادب ۾ سائنسي ڪتابن جي لکڻ ۽ شايع ڪرڻ جي شديد ضرورت آهي ۽ اديب حضرات کي هن سلسلي ۾ اداري سان ڀرپور تعاون جي اپيل ڪجي ٿي“.

اها ڳالهه به قابل قدر آهي ته سنڌي ٻوليءَ جي بااختيار اداري جو سربراهه (اڳوڻو) ڊاڪٽر نبي بخش خان بلوچ آهي، جيڪو بذات خود سنڌي ٻوليءَ ۾ هڪ وڏي محقق جي حيثيت رکي ٿو.

منهنجو تعلق به اردو سائنس بورڊ سان آهي، جنهن جو خاص مقصد سائنسي علم جي خواهشمند شاگردن ۽ استادن لاءِ سائنسي ڪتاب شائع ڪرڻ آهي. مونکي اميد آهي ته پڙهندڙ هن ڪتاب مان فائدو حاصل ڪندا.

بدر رضوان عباسي

فهرست

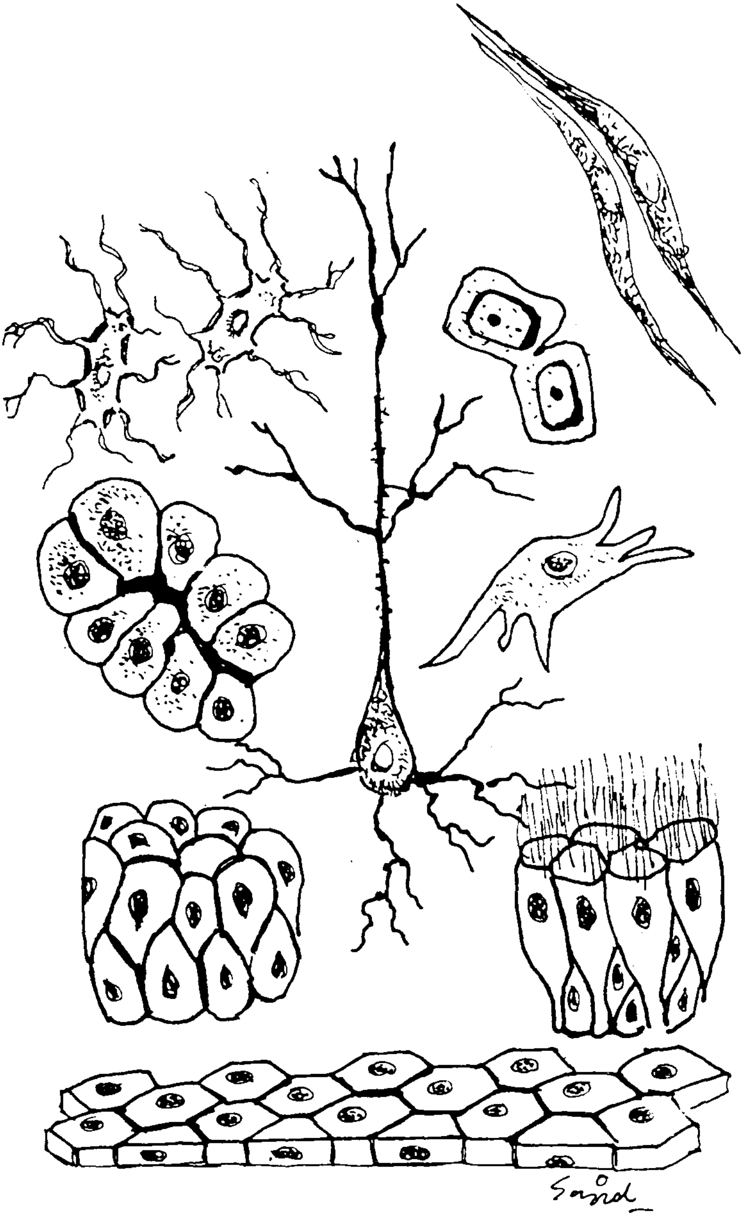
اسان پنهنجو منهن ڇا ۾ ڏسندا آهيون؟ 7
اسان جو جسم ڪيئن ٿو وڌي؟ 10
اسان جي جسم جو پيڙو 13
اسان جي چمڙي 17
اسين ڪيئن ٿا ڏسون؟ 20
اسان ذائقو ڪيئن ٿا چکون؟ 23
اسان ڪيئن ٿا سنگهون؟ 23
اسان ٿا ٻڌون؟ 25
اسان جو دماغ ڪيئن ٿو ڪم ڪري؟ 27
اسان ساهه ڪيئن ٿا کڻون؟ 32
اسان جي دل 34

اسان پنهنجو منهن ڇا ۾ ڏسندا آهيون؟

جيڪڏهن اسان هڪ وڏي آئيني جي سامهون بيهي پاڻ کي ڏسنداسين تہ اسان کي ڇا نظر ايندو؟

پنهنجو جسم، پنهنجو وجود: نڪ، ڪن، منهن، ڳچي، ٻانهون، ٽنگون، هٿ ۽ پير، مطلب تہ هڪ پورو وجود، پورو جسم، پر اها تہ اسان جي جسم جي هڪ معمولي جهلڪ آهي. ڇا توهان کي خبر آهي تہ اسان جي جسم اندر هڪ تمام وڏو ڪارخانو ڪم ڪري رهيو آهي؟.

اسان جي کَلَ يا چمڙيءَ جي هيٺيان جسم جي اندر هڏا، رڳون، دل، دماغ، ڦڦڙ ۽ ٻيا ڪيترائي اهڙا عضوا ۽ سرشتا آهن، جيڪي اسان جي جسم کي زنده رکن ٿا، گرم رکن ٿا ۽ چُرپر ڪرائين ٿا. اسان پنهنجين ٻانهن کي هيٺ مٿي ڪيون ٿا. اهي ڪيتري قدر نہ ڦرندڙ گهرندڙ ۽ لچڪدار آهن! وري جڏهن پنهنجي ڪرائيءَ تي هٿ گهمايون ٿا تہ اها ڪيتري قدر نہ سخت محسوس ٿئي ٿي! نرم گوشت هجي يا سخت هڏيون هجن، اهي سڀ سيلن (Cells) مان ٺهيل آهن. اسان جي جسم ۾ لکين بلڪ اربين سيل (Cells) موجود آهن. سيل تمام ننڍڙا هوندا آهن، جن کي اسان پنهنجن اکين سان ڏسي نٿا سگهون. انهيءَ ڪري انهن کي ڏسڻ لاءِ اسان کي خوردبينن جي مدد وٺڻي



پوندي آهي.

سڀ سيل هڪ ئي نموني جا نهيل هوندا آهن ۽ هر هڪ سيل تي هڪ سنهڙي، نرم ۽ سوراخدار جهلي (Cell membrane) چڙهيل هوندي آهي. سيل (Cell) ۾ اندر زندگي پيدا ڪرڻ وارو مادو هوندو آهي، جنهن کي ”پروٽو پلازم“ (Protoplasm) چيو ويندو آهي. هر سيل ۾ هڪ نيوڪليئس (Nucleus) هوندو آهي، جنهن تي ان سيل جي زندگي جو دارو مدار هوندو آهي. اهو نيوڪليئس ئي آهي جيڪو سيلن جي نسل کي وڌائي ٿو. ۽ ان مان نوان سيل ٺهن ٿا. هر نئين سيل ۾ پروٽوپلازم پنهنجو مرڪز ۽ ان جي چوڌاري نرم سوراخدار جهلي هوندي آهي، اسان جي جسم جو هر سيل جاندار آهي، انهي ڪري ان کي هميشه غذا جي ضرورت پوي ٿي. اسان اوهان ۽ سڀ ساهوارا رڳو انهن ئي سيلن مان ٺهيا آهيون. ائين اسان جو سمورو جسم انهن ئي سيلن جو ميڙ يا مجموعو آهي. اسان جي جسم جي اندر جيڪي سيل آهن، اهي گهڻن ئي قسمن ۽ مختلف شڪلين جا آهن. انهن ۾ ڪي ننڍا تہ ڪي وري تمام وڏا هوندا آهن. جيڪڏهن اسان جي جسم جا هڏا هڪ نموني جي سيلن مان نهيل آهن تہ وري اسان جون رڳون ٻئي قسم جي سيلن جون نهيل آهن. اسان جي چمڙيءَ جا سيل هڪ قسم جا آهن تہ رڳن ۽ غدودن جا وري ٻئي قسم جا آهن.

اسان جو جسم ڪيئن وڌي ٿو؟

اسان جو جسم انهي ڪري وڌندو رهي ٿو، جو نوان نوان سيل ٺهندا يا پيدا ٿيندا رهن ٿا. جڏهن هڪ سيل وڏي مڪمل ٿئي ٿو تہ اهو خود بہ خود پنهنجو پاڻ ٻن حصن ۾ ورهائجي وڃي ٿو. پوءِ اهي ٻئي حصا بہ وڌڻ کان پوءِ وڏيڪ ٻن حصن ۾ ورهائجي وڃن ٿا. اهڙي طرح هڪ سيل مان وڏي چار جيو گهرڙا ٺهي پون ٿا. وڌڻ، ورهائجڻ ۽ نون سيلن جي ٺهڻ جو اهو سلسلو هميشہ جاري رهي ٿو. اسان جي جسم جا هڏا جوڙيندڙ سيل ڀريائين بہ، پوءِ چار چار ٿي پنهنجو تعداد وڌائيندا رهن ٿا. اهڙي طرح اسان جي جسم جي باقي حصن جا سيل بہ پنهنجو تعداد وڌائيندا رهن ٿا. پر ڪي سيل اهڙا بہ آهن جيڪي ورهائجڻ جي باوجود تعداد ۾ وڌن نٿا. جهڙي طرح سان اسان جي دماغ جا سيل، پر انهن جو قدبت وڏو ٿئي ٿو. اسان جو جسم انهن سيلن کي لڳاتار ٻارڻ وانگر استعمال ڪندو رهي ٿو. اسان جي جسم ۾ چمڙي جي مٿان ۽ ان جي تهن جي هيٺيان هزارين سيل پنهنجي زندگي پوري ڪرڻ بعد الڳ ٿي وڃن ٿا. انهن مُردن يا ناڪاره سيلن جي جاءِ وٺڻ لاءِ اسان جو جسم نوان سيل پيدا ڪندو رهي ٿو. ڏينهن رات، هر گهڙي، هر منٽ بلڪ هر سيڪنڊ اسان جي جسم ۾ سيلن

جي نهڻ ۽ وڌڻ جو اهو عمل جاري رهي ٿو. انهي طرح سان اسان جو جسم وڏي ٿو ۽ زنده رهي ٿو. اسان جاڳندا يا ننڊ ۾ هجون، اسان جي جسم جا سيل پنهنجو ڪم ڪندا رهن ٿا. جيڪڏهن اهو سلسلو اهڙي طرح سان جاري نہ رهي تہ پوءِ نہ اسان زنده رهي سگهون ۽ نہ وري اسان جا جسم وڏي سگهن.

ڄمڻ کان تقريبن ست مهينا اڳ ئي ٻار جون اکيون، نڪ، ڪن ۽ منهن ٺهي تيار ٿين ٿا، ان جون ننڍڙيون ننڍڙيون ٺنگون ۽ ٻانهون بہ ٺهي تيار ٿي وڃن ٿيون، وڌيڪ چار مهينا گذرڻ کان پوءِ جڏهن اڃان ان جي ڄمڻ ۾ ٽي مهينا باقي هوندا آهن تہ ان جا ڇپر ۽ پرون بہ ٺهي پون ٿا پوءِ پيدا ٿيڻ کان بہ مهينا اڳ ٻار جي مٿي تي وار بہ ڄمڻ شروع ٿين ٿا.

عام طرح ڇوڪريون ارڙهين سالن جي ڄمار تائين وڌنديون رهن ٿيون، جڏهن تہ ڇوڪرا ويهن کان ٻاويهن ورهن جي عمر تائين وڌندا رهن ٿا. ان کان پوءِ انسان جو جسم سگهارو ۽ مضبوط تہ ٿي سگهي ٿو، پر ان کان وڌيڪ ڊگهو ٿي نٿو سگهي.

ڇوڪريون، ڇوڪرن جي ڀيٽ ۾ وڌيڪ تيزي سان وڌن ٿيون. جڏهن ٻار پيدا ٿئي ٿو تہ ان جي جسم ۾ سڀ کان وڏي شيءَ ان جو مٿو هوندو آهي، پر مٿو جسم جي

ٻين حصن وانگر وڌي نٿو سگهي، بلڪ ڏهن سالن جي ڄمار تائين پهچڻ کان پوءِ پنهنجي شڪل کي مڪمل ڪري وٺي ٿو.

ٻار جون ٽنگون ۽ ٻانهون پيدائش وقت تمام ننڍڙيون هونديون، آهن، پر اٺن - نون سالن جي عمر کان پوءِ اهي وڏيڪ تيزي سان وڌڻ لڳن ٿيون. جڏهن ڇوڪري جي عمر تيرهن يا چوڏهن ورهن جي ٿئي ٿي تہ ان جو آواز گهرو ۽ ڳرو ٿيڻ شروع ٿئي ٿو ۽ ان جي منهن تي ڏاڙهي ۽ مڇن جي ساوڪ ظاهر ٿيڻ لڳي ٿي. اهڙي طرح ڇوڪرين جي جسم ۾ بہ تبديليون ٿيڻ لڳن ٿيون ۽ اسان انهن کي جوان ٿيڻ شروع ڪريون ٿا. يعني ننڍپڻ جو زمانو ختم ٿيو ۽ جواني جو دور شروع ٿيو.

اسان جو ڍانچو (پنجرو)

جهڙي طرح گهر جي پِتين ۾ سرن سان گڏ گارو يا سيمنٽ ۽ ڇت تي پڙچ يا لوهي شيخون ۽ مسالو نہ هجي تہ گهر بيهي نٿو سگهي ۽ نہ وري اهو زمين تي پنهنجو وزن قائم رکي سگهي ٿو. اهڙيءَ طرح جيڪڏهن اسان جي جسم ۾ هڏائون پنجرو نہ هجي تہ اسان بہ زمين تي بيهڻ ۽ هلڻ چلڻ جي لائق نہ هجون ها.

هڏن کان سواءِ اسان جي جسم ۾ مشڪون، سنڌ ۽ سٿپ (چربي) وارا ٽشو (Tissues) اسان جي ڍانچي کي مڪمل ڪن ٿا. مٿي کان وٺي ڪڙيءَ تائين اسان جي جسم ۾ بہ سئو ڇهہ (206) هڏا آهن. اهي هڏا شڪل ۽ بناوت جي اعتبار کان مختلف ٿين ٿا. اسان جي ٻانهن ۽ ٽنگن جا هڏا ڊگها ٿيندا آهن. هٿن ۽ پيرن جي آڱرين جون هڏيون ننڍيون، پر هڪ ٻئي سان ڳنڍيل هونديون آهن. اهڙي طرح مٿي ۽ ڪُلهن جون هڏيون هڪ ٻئي سان جڙيل هونديون آهن.

هڏا ٻاهر کان سخت، سفيد ۽ چمڪدار نظر اچن ٿا، ليڪن انهن جي اندر هڪ نرم يا گوري سان (نري جي اندر واري شيءِ) ڀريل شيءِ هوندي آهي جنهن کي مِکَ چئبو آهي.

رت جا ڳاڙها جزا جيڪي ڳاڙهي رنگ جي مِکُ مان ٺهن ٿا. ڏگهن گول هڏن، (جنهن کي نري بہ چئون ٿا) جي وچ واري حصي ۾ پيلي رنگ (Yellow) جي مِکُ هوندي آهي، جنهن کي اسان جي جسم يا هڏن جي اندر سٽپ يا وَهُ جو محفوظ تيل ذخيرو بہ چئي سگهون ٿا.

هڪ پڳل هڏو پنهنجو پاڻ کي ٺيڪ ڪرڻ جي صلاحيت رکي ٿو. پر بهتر ائين ٿيندو تہ جڏهن هڏ ڀڄي پوي تہ علاج لاءِ ڪنهن قابل ڊاڪٽر يا هڏين جي ماهر سان مشورو ڪيو وڃي، جيڪو پڳل هڏي جي چوڏاري ڪاٺ جون پٽيون جڪڙي مضبوطي سان ٻڌي ٿو. انهي عمل سان هڏي کي سهارو ملي ٿو ۽ اهو تڪل هڏو جلد ٺيڪ ٿي وڃي ٿو. اوهان جون هڏيون پاڻ ۾ مختلف طريقن سان ڳنڍيل ۽ جڙيل هونديون آهن. جتي بہ هڏيون هڪ ٻئي سان گڏجن ٿيون ان جڳهہ کي اسان "سَنڌُ" چئون ٿا.

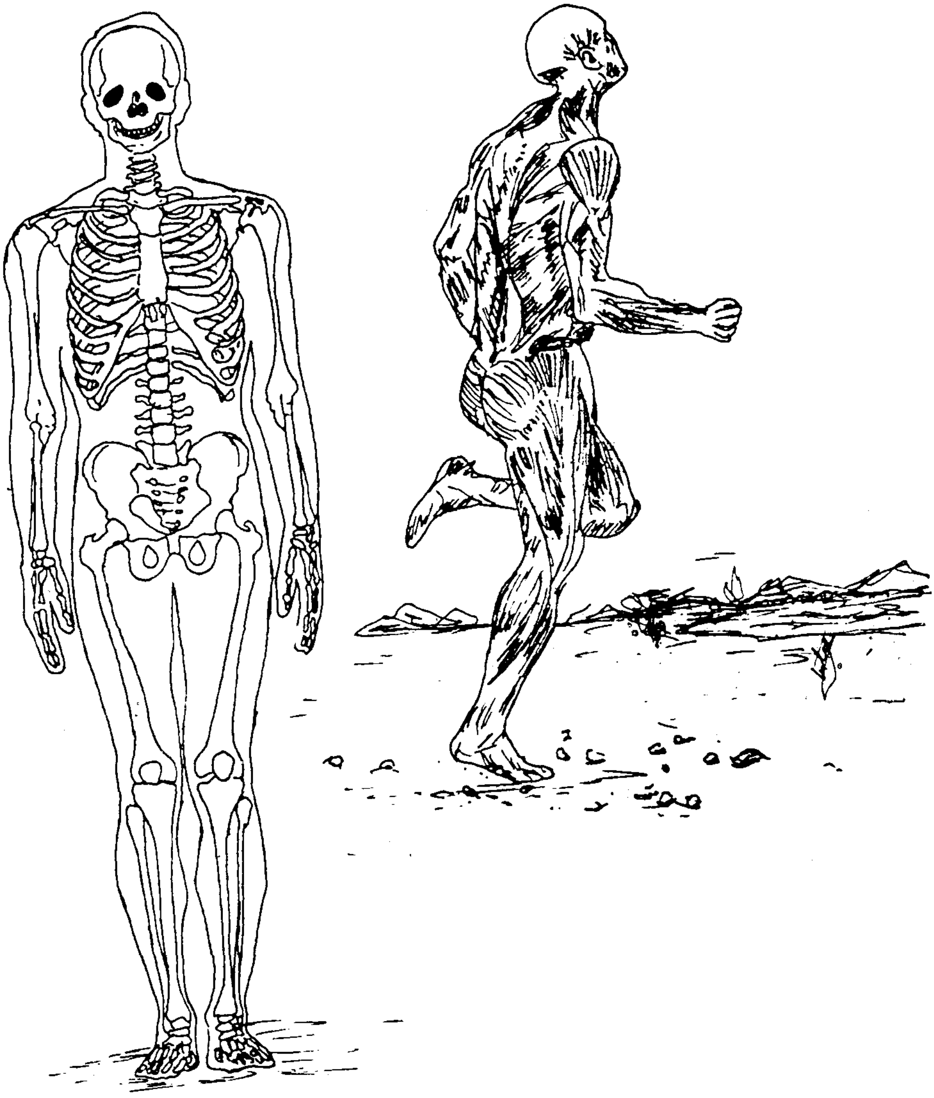
اسان جي هڏن ۽ سنڌن کي بہ مشين جي پرزن يا اوزارن وانگر سٽپ جي ضرورت پوي ٿي، پر اسان جو جسم پنهنجن هڏن لاءِ پاڻ سٽپ پيدا ڪري ٿو، جنهن سان اسان جي جسم جا هڏا آساني سان چُرپر ڪري سگهن ٿا. اسان جا سنڌ ۽ رڳون جسم جي مختلف قسمن جي حرڪتن ڪرڻ ۾ يعني اسان کي جهڪڻ، شين کڻڻ، کهيون ٻڌڻ لاءِ فوري طور تي حرڪت جي قوت ڏين

ٿيون.

اسان جي جسم جا هڏا رڳن سان ڍڪيل هوندا آهن. رڳون جسم جي ٻين حصن وانگر پڻ سيل مان ٺهن ٿيون، جسم جي اندر مختلف شڪلين ۽ بناوتن وارا هڏا آهن، جيڪي پنهنجي پنهنجي حصي جو ڪم ڪن ٿا، رڳن جا سڀ سيل هڪ ئي قسم جو ڪم ڪن ٿا. جڏهن رڳون پاڻ ۾ ملن يا هڪ ٻئي کي ڇڪن ٿيون تہ اُهي ڇڪجي سخت ٿي هڏن کي ڇڪين ٿيون، جنهن جي ڪري انهن هڏن ۾ حرڪت پيدا ٿئي ٿي.

جيڪي رڳون جسم جي ڪنهن عضوي يا هڏي کي ڇڪن ٿيون، اُهي ان کي ڌڪي نہ ٿيون سگهن، پوءِ اهي مشڪون جسم کي حرڪت ڏيڻ لاءِ ٻين رڳن سان ملي ڪري ڪم ڪن ٿيون.

انهن ئي رڳن جي مدد سان اسان پنهنجي ٻانهن کي هميشہ مٿي ۽ سڌو ڪري سگهون ٿا. يعني رڳن جو هڪ گروهہ اسان جي ٻانهن کي مٿي کڻي ٿو، جڏهن تہ ٻيو گروهہ ان کي هيٺ ڇڪي ٿو. رڳون اسان کي خوراڪ هضم ڪرڻ ۾ بہ مدد ڏين ٿيون اهي پنهنجو ڪم ڪار پاڻ ڪن ٿيون. رڳن کي اهو ڪم ڪرڻ لاءِ ڪنهن خاص هدايت يا مدد جي ضرورت نٿي پوي. اسان جي ”دل“ بہ اهڙي ئي قسم جي هڪ رڳ آهي، جيڪا هر گهڙي رات



ڏينهن ڌڙڪندي رهي ٿي ۽ اسان جي جسم ۾ رت چڪيندي ۽ ڌڪيندي رهي ٿي.

اسان جي چمڙي

جيڪڏهن اسان جي جسم تي چمڙي نہ هجي ها تہ اسان ڪيئن نظر اچون ها؟

اهو تصور ڪندي ئي اسان کي ڪل ياد اچيو وڃي ٿي، چمڙيءَ جي ڪم کي سمجهڻ لاءِ اسان کي پنهنجي جسم جي انهن حصن کي غور سان ڏسڻو پوندو، جيڪي کَل جي هيٺيان آهن، اسان جو سڄو جسم نہ رڳو چمڙي سان ڍڪيل آهي، پر اها اسان جي جسم لاءِ ان کان بہ وڌيڪ سنا ۽ فائديمند ڪم ڪري ٿي. اسان جي چمڙي جسم کي موسمن جي نقصانڪار اثرن کان محفوظ رکي ٿي ۽ ان سان گڏوگڏ اها انهن رطوبتن کي بہ محفوظ رکي ٿي، جن ۾ اسان جي جسم جا سڀ سيل زنده رهن ٿا.اسان جو جسم هر وقت گرمي ۽ تپش پيدا ڪندو رهي ٿو، جنهن جي ڪري اسان زنده رهون ٿا.

چمڙي يا کَل اسان جي جسم مان فالتو گرمي خارج ڪري جسم جي گرمائش کي مناسب سطح تي قائم رکي ٿي، جيڪڏهن اسان جي جسم مان فالتو گرمي خارج نہ ٿئي تہ اسان جو جسم تمام گهڻو گرم ٿي وڃي، ڪجهہ

گرمي ساهہ سان گڏ جسم مان خارج ٿئي ٿي، تہ ان جو وڏو حصو چمڙي ذريعي پگهر جي صورت ۾ خارج ٿي ويجي ٿو، پگهر چمڙي جي هينان غدودن ۾ نهي ٿو.

اسان جي چمڙي بہ جسم جي ٻين حصن وانگر سيلن جي نهيل آهي، اسان جي چمڙي جا ڪي تهہ تہ مرده يا ناڪاره ٿيندڙ سيلن جا نهيل آهن، اهي سيل ان وقت ڦُٽي بيڪار ٿي وڃن ٿا. جڏهن اسان پنهنجي چمڙي کي مهٽيون يا ڪپڙي سان صاف ڪريون ٿا.

ٻاهر وارن تهن جي هينان چمڙي جا نوان سيل نهن ٿا. کَل جي تمام هيناهين يا اندرين تهہ ۾ رت (Blood) جون نليون، تنتون سٽپ ۽ پگهر ناهيندڙ غدود آهن، کل کي پاڻي جي نقصانن کان بچائڻ لاءِ ضروري آهي تہ کَل هر وقت سٽپي رهي. اهو ڪم کل جو هينيون تهہ سرانجام ڏئي ٿو. ان جا غدود چمڙي جي ٻاهر واري سطح کي لاڳيتو سٽپ جو گهربل مقدار پهچائيندا رهن ٿا.

چمڙي جي اندر الله تعاليٰ سندس زخمن کي ٺيڪ ڪرڻ جي وڏي صلاحيت ڏني آهي، ڪي ننڍا وڏا معمولي زخم تہ خود بخود ٺيڪ ٿي وڃن ٿا. جيڪڏهن ڪنهن اوچتي ڌڪ ۽ ڦٽ جي ڪري اسان جي آڱر يا جسم جو ٻيو ڪو حصو ڦٽجي پوي ٿو تہ زخم مان رت وهڻ شروع ٿي وڃي ٿي، جنهن ڪري ان جڳهہ تي گڏ ٿيل روڳي

جيوڙا ۽ گند ڪچرو صاف ٿي وڃي ٿو، ان ڪان پوءِ رت ان هنڌ تي بيهي گهاٽو ٿيڻ شروع ٿئي ٿو. ان هنڌ تي ڄمي زخمي ٿيل حصي جو منهن خود بخود بند ڪري ڇڏي ٿو، انهي ڄميل رت ۾ رت جا ريزا هوندا آهن، جيڪي ڪٽيل چمڙي جي مرمت ڪرڻ جو ڪم ڏين ٿا. اهو ڄميل رت آهستي آهستي سخت ٿي چمڙي جو ٽڪرو يا حصو بڻجي وڃي ٿو، ان ۾ پاڻ ڪي جيوڙن جي نقصان پهچائڻ وارن اثرن ڪان بچڻ جي صلاحيت بہ هوندي آهي.

اسان ڪيئن ٿا ڏسون ؟

مختلف شين کي ڏسڻ لاءِ اسان کي پنهنجي ربُن، دماغ ۽ اکين جي ڪيترن ئي حصن کي ڪم ۾ آڻڻ جي ضرورت پوي ٿي، اسان جي اکين جون مشڪون هر طرح جي شين جي ڏسڻ ۾ اسان جي مدد ڪن ٿيون.

روشني اسان جي اک جي ان حصي مان گذري ٿي، جنهن کي اسان قرنيا چئون ٿا. اهو حصو انتهائي صاف ۽ شفاف هوندو آهي، قرينا اک جي ان رنگدار حصي کي ڍڪي ٿو، جنهن کي اسان ”اک جو پردو“ چئون ٿا، ان پردي جي وچ ۾ هڪ گول سوراخ هوندو آهي، جيڪڏهن اسان تيز روشني ۾ ڪو ڪتاب پڙهون ٿا تہ اهو سوراخ خودبخود اک جي ربُن جي حرڪت سان سوڙهو ٿي پوي ٿو، تہ جيئن فالتو روشني اک ۾ داخل ٿي اسان جي نظر کي نقصان نہ پهچائي.

جيڪڏهن اوهان ڪو ڪتاب گهٽ روشني ۾ پڙهو ٿا تہ اهو سوراخ ويڪرو ٿي پوي ٿو، تہ جيئن ضرورت مطابق روشني داخل ٿي سگهي. روشني قرنيا مان ان سوراخ ۾ داخل ٿيندي آهي جنهن کي عام طرح ”ماڻڪي“ چئون ٿا. ماڻڪيءَ جي پنيان ڪئميرا وانگر شفاف بلور هوندو آهي جيڪڏهن اسان ڪو ڪتاب اکين جي ويجهو ڪري پڙهون

ٿا ته اهو بلور خودبخود رڳن جي حرڪت سان ننڍو ٿي وڃي ٿو ته جيئن اسان جي نظرن جي سامهون ڪتاب جا لفظ صاف ۽ چٽا نظر اچن. جيڪڏهن ڪتاب اکين کان زياده فاصلي تي آهي ته اهو بلور سنهڙو ۽ ڊگهو ٿي وڃي ٿو، ته جيئن اسان آسانيءَ سان پڙهي ۽ ڏسي سگهون.

اسان پنهنجي اکين رستي جيڪو ڪجهه ڏسون ٿا، بلور ان جو عڪس اک جي پردي تي ڦهلائين ٿا، اک جي ان جاءِ تي اربين تنتي سيل روشني کي پاڻ طرف ڇڪين ٿا. اهڙي طرح تنتي سيل اسان جي دماغ کي اهڙو پيغام پهچائن ٿا ۽ اسان ڏسڻ لڳون ٿا. اسان کي ان ڳالهه جو احساس ناهي ٿيندو ته ڪو اسان جي اکين ۾ هر وقت ڳوڙها موجود هوندا آهن، ايستائين جو جيڪڏهن اسان نه به روئيندا هجون، پر اسان جون اکيون هميشه آليون يا پڳل رهنديون آهن.

اسان جون اکيون تمام نازڪ آهن ۽ قدرت هر وقت انهن کي ڌوئڻ ۽ صاف رکڻ جو بندوبست ڪري ڇڏيو آهي. ڳوڙها پيدا ڪرڻ وارن غدودن مان هڪ نمڪين مادو خارج ٿي اسان جي اکين کي ڌوئيندو رهي ٿو. اسان جا ڇپر اکين جي اڳيان هڪ قسم جي پردي جو ڪم ڏين ٿا ۽ هوا رستي اڏامندڙ ذرڙن، مٽي ۽ ڌوڙ کي اکين ۾ داخل ٿيڻ کان روڪين ٿا.

ذائقو يا چکڻ

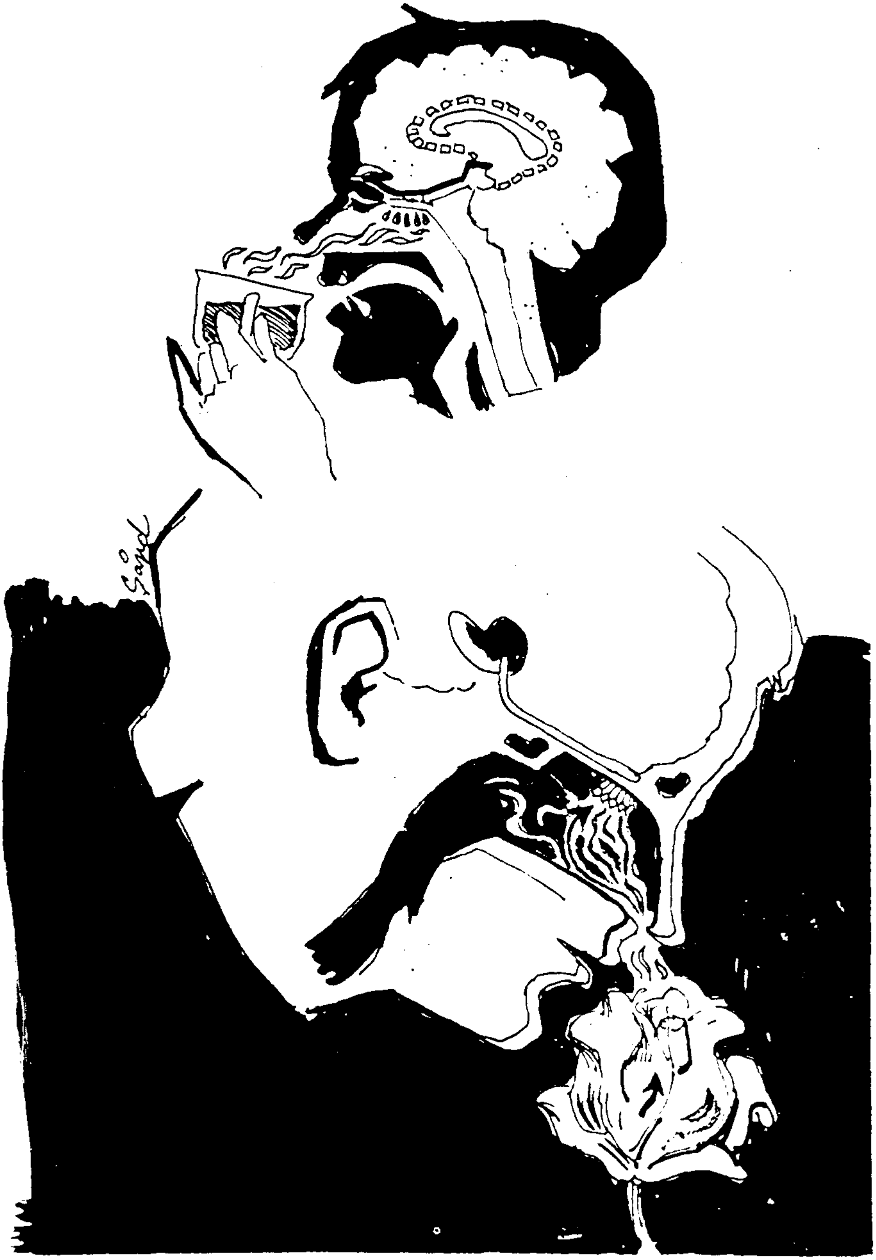
اوهان ڪنهن خشڪ شيءِ جو مزو يا ذائقو ان وقت تائين محسوس نٿا ڪري سگهو، جيستائين اها خشڪ آهي. جيڪڏهن اسان ڪا ڪاڌي جي شيءِ پنهنجي زبان تي رکندا آهيون تہ اها آلي ٿي پوي ٿي. اوهان جي زبان جي آسپاس ۽ ان جي هيٺيان ٿي غدود اهڙا آهن، جيڪي ذائقو ڏيارينڌڙ پاڻيٺ / پڪ تيار ڪن ٿا.

اها پاڻيٺ اسان جي وات ۾ شيءِ کي آلو ڪري ٿي، تہ جيئن اسان ان جو ذائقو محسوس ڪري سگهون.

اسان جي ذائقي جي حس دماغ کي اهو پيغام ڏئي ٿي تہ ذائقو ڪَڙو، ڪَٽو، مِٺو، چهرو ۽ خوشبودار آهي، فرض ڪريو تہ اوهان ڪو تيز خوشبوءِ وارو ميوو کائو ٿا، تہ توهان پنهنجي زبان سان گڏوگڏ سنگهڻ واري حس سان بہ ان جو ذائقو محسوس ڪيو ٿا.

سنگهڻ جو حواس

هڪ ڪتو پنهنجو پيڇ لوڏي اسان کي خبر ڏيئي ٿو تہ سندس مالڪ گهٽي مان اچي رهيو آهي، جيتوڻيڪ ان پنهنجي مالڪ کي اجان ڏٺو بہ نہ آهي، يعني هڪ ڪتو پنهنجي مالڪ جي خاص بوءِ سنگهي وٺي ٿو. ڪتي جي سنگهڻ وارا حواس اسان جي حواس کان وڌيڪ تيز آهن،

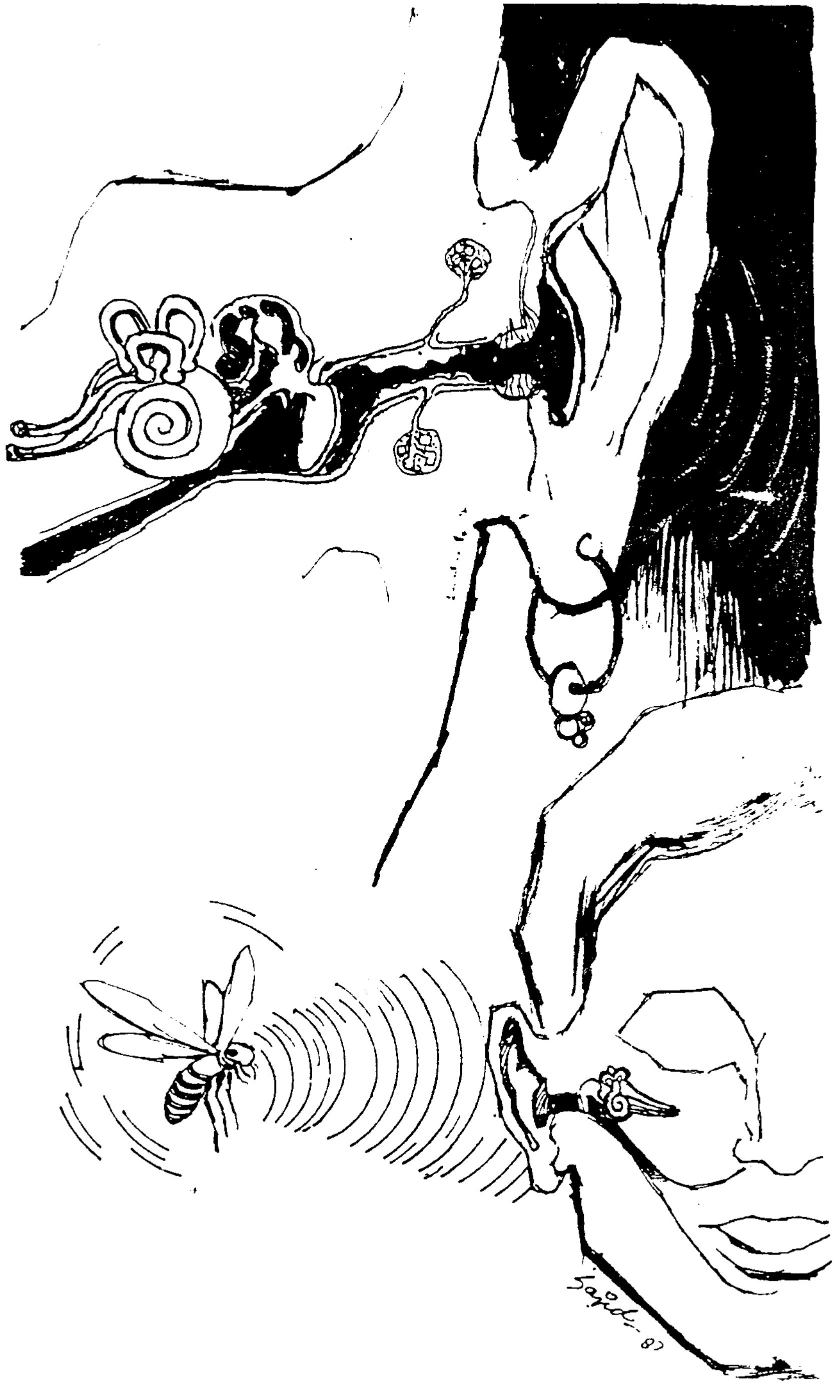


پڻ پوءِ بہ ڪتا، ٻليون ۽ ڪي ٻيا جانور ڪيترين ئي اهڙين شين جي بوءِ محسوس نٿا ڪري سگهن، جهڙي طرح انسان ڪيترين بيشمار شين جي بوءِ محسوس ڪري سگهي ٿو.اوهان نڪ ذريعي ساهہ کڻي خوشبوءِ ۽ بدبوءِ محسوس ڪريو ٿا، پر اها ڳالهہ ياد رکڻ گهرجي تہ اسان جي نڪ جو واسطو اسان جي سنگهڻ واري حواس سان نہ هوندو آهي! اسان خاص تنتي سيلن ذريعي سنگهون ٿا، جيڪي دماغ جي ويجهو اوهان جي نڪ جي اونهائيءَ ۾ هوندا آهن.

اسان ڪيئن ٻڌون ٿا؟

اسان جي منهن جي ساڄي ۽ کاٻي ٻنهي طرفن تي جيڪي ٻاهريان ڪن نظر اچي رهيا آهن، اهي ٻڌڻ جي قوت جا سڀ کان اهم حصا نہ آهن، اوهان جي ٻڌڻ جا اصل عضوا تہ اوهان جي مٿي ۾ اندر آهن. جيڪڏهن اسان پنهنجي وات مان ڪاوڙ ڀريل آواز ڪيندا سين تہ ان جا اثر چند سيڪنڊن ۾ هوائي لهرن وانگر ڦهلبا، جن جو ٻاهريون حصو جيڪو اوهان کي نظر اچي رهيو آهي،اهو ان لهرن کي گڏ ڪري ڪن جي سنهڙي پردي تائين پهچائي ٿو، ان پردي ۾ اندر ئي پاسي کان ننڍڙيون هڏيون آهن، آوازي لهرون انهن هڏين ۾ چُرپر پيدا ڪن ٿيون.

جتان آواز جون لهرون هڪ اهڙي نالي طرف سفر ڪن



تيون، جيڪي ساموندي ڪوڏ وانگر آهن. ان ناليءَ ۾ هزارين تنتي سيل آهن، اهي سيل ڪنهن باجي جي اهم نشانن وانگر هڪ ترتيب ۾ نظر اچن ٿا. ساموندي ڪوڏ وانگر اها نالي جنهن جو مٿي ذڪر آيو آهي، رطوبتي مادي سان ڀريل هوندي آهي، آواز جي لهرن سان ان مادي ۾ به چرپر پيدا ٿئي ٿي ۽ تنتي سيل اهو پيغام دماغ جي ٻڌڻ واري وچين حصي تائين پهچائين ٿا.

اسان جو دماغ ڪيئن ڪم ڪري ٿو؟

اوهان جيڪي ڪجهه سچيو ٿا ۽ جيڪي ڪجهه ڪريو ٿا، اوهان جو جسم جيڪا به چرپر ڪري ٿو، اهي سڀ ڳالهيون صرف ان ڪري ئي ممڪن آهن ته اوهان جو شاندار دماغ اوهان جي هر سوچ ۽ هر عمل کي ضابطي ۾ رکي ٿو.

اوهان جو شاندار دماغ اوهان جي سوچن، خوابن ۽ منصوبن کي عملي شڪل ڏيڻ جي طاقت رکي ٿو. اوهان صرف پنهنجي دماغ جي ئي ڪري هلو چلو، ڳالهيون ڪريو، لکو، پڙهو، ڏسو ۽ ٻڌو ٿا، ذائقو محسوس ڪريو ٿا کلو ۽ روئو ٿا اسان جو دماغ اسان جي ساهه ۽ دل جي ڌڙڪن کي به ضابطي ۾ رکي ٿو.

اسان جو دماغ اسان کي زنده رکي ٿو. انساني جسم ۾

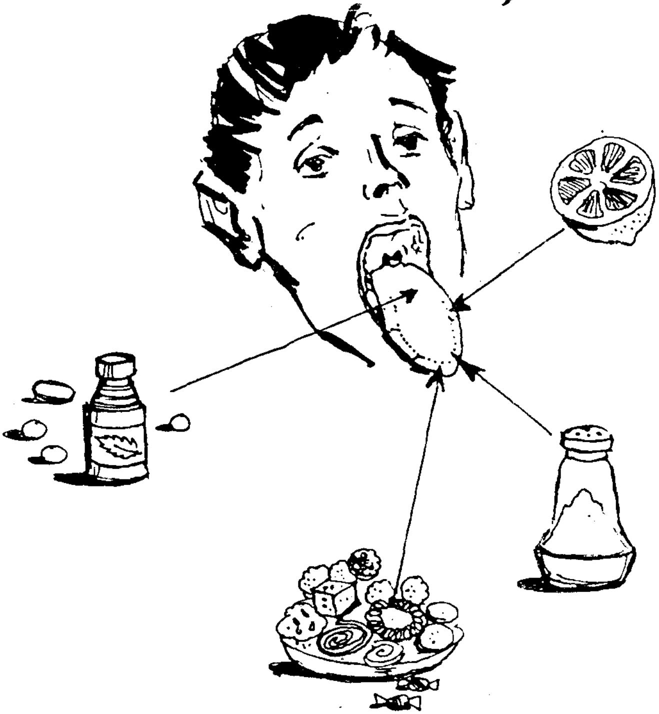
دماغ ڪان وڏيڪ ڪابہ عمدي ۽ اعليٰ شيءِ نہ آهي. اوهان کي اهو سمجهڻ گهرجي تہ پوري جسم کي ضابطي ۾ رکڻ لاءِ اوهان جو دماغ هڪ حڪمران جي حيثيت رکي ٿو.

اسان جي دماغ جو سڀ کان وڏو حصو، سوچڻ وارو آهي، جنهن کي سيريبرم (Cerebrum) يعني وڏو دماغ چيو وڃي ٿو. هي حصو روز مره جي سيني ضروري ڪمن ۾ اوهان جي مدد ڪري ٿو. ان جي مدد سان ڪتاب پڙهڻ ۽ جيڪي ڪجهہ اوهان پڙهيو آهي ان کي سمجهڻ ۽ ياد ڪرڻ جو عمل ٿئي ٿو. دماغ جي هن حصي کي اوهان جا اعصاب پيغام پهچائين ٿا ۽ اوهان سنگهڻ، ذائقي محسوس ڪرڻ، ڏسڻ ۽ ٻڌڻ جي لائق ٿيو ٿا.

دماغ جي هن حصي جي مدد سان ئي اوهان ڪنهن شيءِ جي خواهش ڪيو ٿا، ڪا اميد پنهنجي دل ۾ پيدا ڪريو ٿا. دماغ جو اهو حصو اوهان جي خوابن ۽ منصوبن کي تيار ڪري انهن کي آخري شڪل ڏيئي مڪمل ڪري ٿو.

هر اها ڳالهہ جيڪا اوهان سوچيو، سکو يا ڪنهن شيءِ جو انتخاب ڪريو ٿا، اهو خيال يا منصوبو اوهان جي دماغ جي ان حصي ۾ جمع ٿئي ٿو.

دماغ جو اهو حصو توهان جي رڳن کي چُرپُر ڪرڻ لاءِ هدايت ڏئي ٿو، اوهان جڏهن ڪنهن طرف وڃڻ، اُٿڻ چاهيو



ٿا، تہ دماغ جي ھن سوچڻ واري حصي جا پيغام ۽ ھدايتون دماغ جي ھڪ ٻئي حصي سريبيلم (Cerebellum) مان گذرن ٿا، جنھن کي اسان ”ننڍو دماغ“ چئون ٿا.

ھي حصو جسم جي رڳن کي دماغ جي سوچڻ واري حصي مان حاصل ٿيندڙ پيغامن کي چڱي طرح ڇنڊي ڇاڻي مڪمل ڪرڻ جي ھدايت ڏئي ٿو، دماغ جو اھو حصو ربڙ جي ھڪ بال جيترو وڏو آھي، ھي دماغ جي سوچڻ واري حصي جو مددگار يا معاون حصو آھي ۽ سوچڻ واري حصي جي مدد کان سواءِ ڪم ڪو نٿو ڪري سگھي. اوھان جي دماغ جو ٽيون اھم حصو اھو آھي، جيڪو اعصابن ذريعي اسان جي اھڙن رڳن تي ضابطو رکي ٿو، جنھن جي باري ۾ اسان ڪڏھن بہ ڪجھہ نٿا سوچون. انھيءَ حصي کي ميڊيولا (Medulla) چئون ٿا.

اوھان ائين سمجھو تہ دماغ جو اھو حصو اسان جي اھڙن رڳن کي ان وقت ضروري ھدايتون ڏئي ٿو انھن کي صحيح ۽ درست طريقي سان ڪم ڪرڻ لاءِ تيار رکي ٿو، جڏھن اسان ٻين ڪيترين ئي ڳالھين جي باري ۾ سوچي رھيا ھوندا آھيون، دماغ جي سوچڻ وارو سريبيرم اسان جي دماغ جو سڀ کان وڏو حصو آھي، ۽ ائين سمجھو تہ دماغ جو سڀ کان زيادہ وڏو حصو ان تي مشتمل آھي، ان جي مٿان ھڪ سنھڙو پڙدو چڙھيل آھي، ان جي ٻاھر تھن ۾

اربين تنتي سيل موجود آهن.

دماغ کي انساني جسم جو اهم مرڪز چوڻ گهرجي، جيڪو ان جي تمام وڏي ۽ پيچيده اعصابي نظام کي ڪنٽرول (Control) ڪري ٿو. دماغ اسان جي جسم جي هر حصي کان پيغام وصول ڪري ٿو، اهو پيغام ان کي جسم ۾ پکڙيل اعصابي نظام ذريعي پهچي ٿو.

دماغ انهن پيغامن کي وصول ڪري ان جي ضروري ڇنڊ ڇاڻ ڪري ٿو ۽ پوءِ صحيح فيصلو ڪري جسم جي مختلف حصن کي حرڪت ۽ عمل جون ضروري هدايتون ڏيئي ٿو.

فرض ڪريو تہ اسان هڪڙي جڳهہ تي ويٺا آهيون ۽ اسان اٿڻ چاهيون ٿا تہ اسان لاءِ اها هڪ معمولي ڳالهہ آهي، پر ان ڪم ڪرڻ لاءِ دماغ کي رڳن جي تقريبا ٻہ سئو (200) جوڙن کي حڪم موڪلڻا پون ٿا، جيئن اوهان اٿي بيهي سگهو. ڪجهہ تنتي سيل اوهان جي جسم جي ٻين سيلن کان زياده ڊگها آهن، هڪ تنتي سيل اوهان جي دماغ کان وٺي اوهان جي ڪرنگهي (Vertebra) جي آخري ڇيڙي تائين ڦهلجي سگهي ٿو.

هر تنتي سيل دماغ ۾ بجلي جي تيزي وانگر حرڪت ڪري ٿو، ان ڪري جسم ۾ پيغام پهچائڻ جو اهو نظام تمام بهتر طريقي سان جاري رهي ٿو. جسم اندر ڪجهہ

پيغام تہ 200 ميل في ڪلاڪ جي رفتار سان سفر ڪن ٿا.

اسان ساهہ ڪيئن کڻون ٿا؟:

جيترا پيرا اوهان ساهہ کڻون ٿا، اوترائي پيرا آڪسيجن گئس اوهان جي ڦڦڙن ۾ داخل ٿئي ٿي، آڪسيجن گئس اسان جي زندگي لاءِ تمام ضروري آهي، اسان جو ساهہ ان جو گهڻو مقدار هوا مان جذب ڪري ڦڦڙن ۾ پهچائي ٿو.

جڏهن اسان جي ڦڦڙن ۾ آڪسيجن گئس داخل ٿئي ٿي تہ هڪ ٻي گئس ڪاربن ڊاءِ آڪسائيڊ ان مان خارج ٿئي ٿي.

اسان جي ساهہ کڻڻ جو سرشتو اهڙيءَ طرح سان سدائين ڪم ڪندو رهي ٿو، ۽ اُها هوا جنهن ۾ آڪسيجن شامل آهي، اسان جي نڪ ذريعي اسان جي جسم ۾ داخل ٿئي ٿي، هوا ۾ لَت ۽ ڌوڙ جا ذرا ۽ جراثيم ترندا رهن ٿا، جنهن ڪي نڪ جا وار ۽ ان جي اندر لڳلڳدار رطوبت جو تهہ ان کي ڦڦڙن ۾ داخل ٿيڻ کان روڪي ٿو، نڪ رستي ڦڦڙن ۾ داخل ٿيندڙ هوا ان جي اندر پکڙيل رت جي نالين جي حرارت سان گرم ٿي وڃي ٿي. اها صاف، سٿري هوا ڦڦڙن ۾ داخل ٿيڻ کان پهرين هڪ ٻي نالي مان گذري ٿي جنهن کي اسان ”ساهہ نالي“ چوندا آهيون.

ساهہ نلي ڊگهي نالي آهي، جا هيٺ پهچي ٻن حصن ۾

ورهائجي وڃي ٿي. اهي ٻئي نليون اسان جي ڦڦڙن سان ڳنڍيل آهن، ڦڦڙن ۾ داخل ٿيڻ کان پوءِ اهي ٻئي نليون ڪيترين ٻين ننڍين ننڍين ۽ سوڙهين نالين ۾ ورهائجي وڃن ٿيون، تمام ننڍڙيون ناليون اربن جي تعداد ۾ هوا جي ننڍڙين ننڍڙين ٿيلهين جي صورت ۾ ڦهليل آهن، ان مرحلي تي اسان جي ڦڦڙن ۾ هوا جي انهن ٿيلهن ۾ آڪسيجن، ڪاربن ڊاءِ آڪسائيڊ گئسن جي مٽا سٽا ٿيندي رهي ٿي. هوا جي ان ننڍين ٿيلهين جي چوڌاري رت جون سنهڙيون نليون وڪوڙيون بيٺيون هونديون آهن، ساهه ذريعي جيتري به آڪسيجن اسان جي ڦڦڙن ۾ داخل ٿئي ٿي، اها هوا جي انهن ننڍين ننڍين ٿيلهين مان رت جي نالين ۾ پهچي ٿي، پوءِ رت انهن کي جسم جي سيلن تائين پهچائي ٿي. ان سان گڏوگڏ رت ۾ مليل ڪاربن ڊاءِ آڪسائيڊ انهن سيني ننڍڙين ننڍڙين رت نلين مان گذرندي ڦڦڙن جي هوا ٿيلهين ۾ پهچي ٿي ۽ اهڙي طرح ڦڦڙن ۾ آڪسيجن جي داخل ٿيڻ ۽ ڪاربن ڊاءِ آڪسائيڊ خارج ٿيڻ جو ڪم مڪمل ٿئي ٿو.

جڏهن اوهان پنهنجي ڦڦڙن مان ساهه ٻاهر ڪڍو ٿا ته ڪاربن ڊاءِ آڪسائيڊ ان سان گڏ ٻاهر نڪري ٿي، ۽ جڏهن اسان ساهه اندر کڻون ٿا ته آڪسيجن گئس ڦڦڙن ۾ داخل ٿئي ٿي، پر اسان کي انهي خيال ۾ نه رهڻ گهرجي ته ساهه کڻڻ جو اهو سلسلو اسان جا ڦڦڙ ڪري رهيا آهن، بالڪل

نـ.۱. اهو ڪم دراصل اسان جون اهڙيون رڳون ڪن ٿيون جيڪي اسان جي پاسرين جي وچ ۾ آهن، ۽ هڪ خاص مڙيل ڏگهي رڳ جنهن کي اسين پيٽ جو پردو چئون ٿا، جيڪو اسان جي ڦڦڙن جي هيٺيان هوندو آهي، خاص طرح اهو ڪم سر انجام ڏئي ٿو.

ساهه کڻڻ جي عمل سان اسان جي ڇاتي هيٺ مٿي ٿيندي رهي ٿي.

جڏهن اسان ساهه اندر کڻون ٿا تہ اسان جون پاسريون مٿي ٿين ٿيون، تڏهن ائين محسوس ڪندا آهيون تہ ڄڻ اسان جو سينو ڦوڪڻي وانگر ڦوڪجي ويو آهي. جڏهن اسان ساهه ٻاهر ڪڍون ٿا تہ اسان کي ائين لڳي ٿو تہ ڄڻ اسان جو سينو سُسي رهيو آهي.

اسان جي دل

جيترا پيرا اوهان جي دل ڌڙڪي ٿي تہ اها دراصل ڪنهن شي کي ڌڪيندي رهي ٿي، اسان جي دل لڳاتار اسان جي رت کي ڌڪيندي رت جي نالين مان گذاريندي اسان جي جسم جي مختلف حصن کي پهچائي ٿي. اصل ۾ اسان جي دل جا ٻہ حصا آهن، هڪ حصو نيري جهلڪ وارو رت (Deoriemateat blood) وصول ڪري ٿو، جيڪو

هاڻي هاڻي جسم جي سلين کي آڪسيجن ۽ خوراڪ ڏيئي چڪو آهي. دل جو اهو حصو ڦڦڙن کي اهو نيري جهلڪ وارو رت پهچائي ٿو، جتي اهو ڪاربن ڊاءِ آڪسائيڊ کي پاڻ کان جدا ڪري ٿو ۽ آڪسيجن جو تازو مقدار حاصل ڪري ٿو.

پيو حصو نئين تيار ٿيل رت (originated blood) کي دل جي ويجهو هڪ وڏي شريان جنهن کي "Orotal" چوندا آهن، ذريعي انهيءَ رت کي جسم ۾ روانو ڪري ٿو، اسان سيني جي دل بناوت، ماپ ۽ وزن ۾ گهٽو ڪري هڪ جهڙي ۽ هڪ جيتري هوندي آهي.

اسان جي دل جو وزن هڪ پائونڊ کان ٿورو گهٽ هوندو آهي پراڻي زماني ۾ ماڻهو سمجهندا هئا ته مهرباني، رحم ۽ محبت جا جذبا دل ۾ پيدا ٿين ٿا. هڪ سخي ۽ دلير شخص کي وڏي دل رکڻ وارو انسان سمجهيو ويندو هو، حالانڪ اهڙي ڳالهه نه آهي هڪ سخي ۽ دلير انسان جي دل به ماپ ۽ وزن ۾ ايتري ئي هوندي، جيتري عام انسان جي دل هوندي آهي.

دل جو تعلق ڇو ته اسان جي رت جي گردش جي نظام سان آهي، ان ڪري اسان اوهان کي ٻڌائينداسين ته اسان جي جسم جو رت ڪهڙي طرح سفر ڪري ٿو. اسان جي جسم ۾ اسان جي رت هڪ منٽ کان به گهٽ عرصي ۾

پورو چڪر هٽي مڪمل ڪري ٿو. اهڙي طرح ڏينهن ۾ هزارين چڪر پورا ڪري ٿو، پنهنجي گردش دوران رت جسم جي سيلن کي خوراڪ ۽ آڪسيجن پهچائي ٿو، ساڳئي وقت گردش دوران توهان جي سيلن مان فالتو ۽ سڙيل مادي کي بہ گڏ ڪندي وڃي ٿي، يعني رت کي پاڪ ۽ صاف بہ ڪندي وڃي ٿي.

اسان جي جسم ۾ دل ۽ رت جي گردش جو نظام نهايت ئي اهم آهي، انهيءَ نظام رستي اسان جي جسم کي هر گهڙي ۽ هر وقت نئين طاقت ۽ نئين شڪتي حاصل ٿئي ٿي، رت جي نظام ۾ ڪا گڙبڙ ٿي پوي تہ انساني جسم اندران توڙي ٻاهران ٻنهي طرفن کان درست ۽ تندرست رهي نٿو سگهي. چمڙيءَ تي ڦٽ ۽ ڦرڙيون پيدا ٿين ٿيون، ۽ اسان بيمار ٿي پئون ٿا. جسم کي صحتمند رکڻ لاءِ سٺي خوراڪ صفائي ۽ مناسب توجهہ ۽ سار سنڀال رکڻ جي ضرورت هوندي آهي.

❋

SINDHI LANGUAGE AUTHORITY

سنڌي ٻوليءَ جو بااختيار ادارو

پڙهندڙ نَسُل . پَ نَ

The Reading Generation

1960 جي ڏهاڪي ۾ عبدالله حسين ” اُداس نسلين“ نالي ڪتاب لکيو. 70 واري ڏهاڪي ۾ وري ماڻِڪَ ”لُڙهندڙ نَسُل“ نالي ڪتاب لکي پنهنجي دورَ جي عڪاسي ڪرڻ جي ڪوشش ڪئي. امداد حُسينيءَ وري 70 واري ڏهاڪي ۾ ئي لکيو:

انڌي ماءُ ڄڻيندي آهي اونڌا سونڌا ٻارَ
ايندڙ نسل سَمورو هوندو گونگا ٻوڙا ٻارَ

هر دور جي نوجوانن کي اُداس، لُڙهندڙ، ڪَڙهندڙ، ڪُڙهندڙ، ٻَرندڙ، ڇُرندڙ، ڪِرندڙ، اوسيئڙو ڪندڙ، ياڙي، ڪانئو، ياجوڪڙُ، ڪاوڙيل ۽ وِڙهندڙ نسلن سان منسوب ڪري سگهجي ٿو، پَر اسان اِنهن سڀني وِچان ”پڙهندڙ“ نسل جا ڳولائو آهيون. ڪتابن کي ڪاڳر تان کڻي ڪمپيوٽر جي دنيا ۾ آڻڻ، ٻين لفظن ۾ برقي ڪتاب يعني e-books ناهي ورهائڻ جي وسيلي پڙهندڙ نسل کي وَڌڻ، ويجهَڻ ۽ هِڪَ ٿِئي کي ڳولي سَهڪاري تحريڪ جي رستي تي آڻِڻ جي آسَ رکون ٿا.

پَڙهندڙ نَسل (پَنَ) ڪا بہ تنظيمَ ناهي. اُنَ جو ڪو بہ صدر، عُهديدار يا پايو وِجهندڙ نہ آهي. جيڪڏهن ڪو بہ شخص اهڙي دعوىٰ ڪري ٿو تہ پَڪَ ڄاڻو تہ اُهو ڪُوڙو آهي. نہ ئي وري پَنَ جي نالي ڪي پئسا گڏ ڪيا ويندا. جيڪڏهن ڪو اهڙي ڪوشش ڪري ٿو تہ پَڪَ ڄاڻو تہ اُهو بہ ڪُوڙو آهي.

جھڙيءَ طَرَح وِٽن جا پَنَ ساوا، ڳاڙھا، نيرا، پيلا يا ناسي ھوندا آھن اھڙيءَ طرح پڙھندڙ نَسُل وارا پَنَ بہ مختلِف آھن ۽ ھوندا. اُھي ساڳئي ئي وقت اُداس ۽ پڙھندڙ، پَرندڙ ۽ پڙھندڙ، سُست ۽ پڙھندڙ يا وِڙھندڙ ۽ پڙھندڙ بہ ٿي سگھن ٿا. ھِن لفظ ۾ پَنَ ڪا خُصوصي ۽ تالي لڳل ڪِلَب Exclusive Club نہ آھي.

ڪوشش اھا ھوندي تہ پَنَ جا سڀ ڪَم ڪار سَھڪاري ۽ رَضاڪار بنيادن تي ٿين، پر ممڪن آھي تہ ڪي ڪم اُجرتي بنيادن تي بہ ٿِين. اھڙي حالت ۾ پَنَ پاڻ ھِڪَٻِئي جي مدد ڪَرڻ جي اُصولَ ھيٺ ڏي وَٺُ ڪندا ۽ غيرتجارتي non-commercial رھندا. پَنَن پاران ڪتابن کي ڊِجيٽائِيز digitize ڪرڻ جي عَملَ مان ڪو بہ مالي فائدو يا نفعو حاصل ڪرڻ جي ڪوشش نہ ڪئي ويندي.

ڪتابن کي ڊِجيٽائِيز ڪرڻ کان پوءِ ٻيو اھم مرحلو وِرھائڻ distribution جو ٿيندو. اِھو ڪم ڪرڻ وارن مان جيڪڏھن ڪو پيسا ڪمائي سگھي ٿو تہ ڀلي ڪمائي، رُڳو پَنَن سان اُن جو ڪو بہ لاڳاپو نہ ھوندو.

پَنَن کي ڪُليل اڪرن ۾ صلاح ڏجي ٿي تہ ھو وَسَ پٽاندڙ وڌِ کان وَڌِ ڪتاب خريد ڪَري ڪتابن جي ليکڪَن، ڇپائيندڙن ۽ ڇاپيندڙن کي ھِمٿائِن. پر ساڳئي وقت عِلم حاصل ڪرڻ ۽ ڄاڻ کي ڦھلائڻ جي ڪوشش دوران ڪَنھن بہ رُڪاوٽَ کي نہ مڃن.

شيخ اَيازَ علمَ، چاڻ، سمجھہَ ۽ ڏاهپَ کي گيتَ، بيتَ، سِٽَ، پُڪارَ سان تَشبيھہ ڏيندي انهن سيني کي بَمن، گولين ۽ بارودَ جي مدِ مقابل بيهاريو آهي. اياز چوي ٿو تہ:

گيتَ بہِ جڻ گوريلا آهن، جي ويريءَ تي وار ڪَرن ٿا.

... ...

جئن جئن جاڙ وڌي ٿي جَڳَ ۾، هو ٻوليءَ جي آڙ ڇُپن ٿا؛
ريتيءَ تي راتاها ڪن ٿا، موتي مَنجھہِ پھاڙ ڇُپن ٿا؛

... ...

ڪالھہَ هُيا جي سُرخ گُلن جيئن، اڄڪلھہ نيلا پيلا آهن؛
گيتَ بہِ جڻ گوريلا آهن........

... ...

هي بيتُ اَٿي، هي بَم- گولو،
جيڪي بہ ڪٽين، جيڪي بہ ڪٽين!
مون لاءِ ٻنهي ۾ فَرَقُ نہ آ، هي بيتُ بہ بَمَ جو ساٿي آ،
جنهن رِڻ ۾ رات ڪَيا راڙا، تنهن هَڏَ ۽ چَمَ جو ساٿي آ ـ

اِن حسابَ سان اڄڪلھہ جي پاڻ تي اِهو سوچي مَڙهڻ تہ "هاڻي ويڙهہ ۽ عمل جو دور آهي، اُن ڪري پڙهڻ تي وقت نہ وڃايو" ناداني جي نشاني آهي.

پَنَن جو پڙهڻ عام ڪِتابي ڪيڙن وانگر رُڳو نِصابي ڪتابن تائين محدود نہ هوندو. رڳو نصابي ڪتابن ۾ پاڻ کي قيد ڪري ڇڏڻ سان سماج ۽ سماجي حالتن تان نظر کڃي ويندي ۽ نتيجي طور سماجي ۽ حڪومتي پاليسيون policies اڄڪلھہ ۽ نادانن جي هٿن ۾ رهنديون. پَنَ نِصابي ڪتابن سان گڏوگڏ ادبي، تاريخي، سياسي، سماجي، اقتصادي، سائنسي ۽ بين

ڪتابن کي پڙهي سماجي حالتن کي بهتر بنائڻ جي ڪوشش ڪندا.

پَڙهندڙ نَسُل جا پَنَ سيني کي **چوڻ، چالاڪ ۽ ڪينئن** جهڙن سوالن کي هر بَيانَ تي لاڳو ڪرڻ جي ڪوشش ڏين ٿا ۽ انهن تي ويچار ڪرڻ سان گڏ جوابَ ڳولڻ کي نه رڳو پنهنجو حق، پر فرض ۽ اٽل گهرج unavoidable necessity سمجهندي ڪتابن کي پاڻ پڙهڻ ۽ وڌ کان وڌ ماڻهن تائين پهچائڻ جي ڪوشش جديد ترين طريقن وسيلي ڪرڻ جو ويچار رکن ٿا.

توهان به پڙهڻ، پڙهائڻ ۽ ڦهلائڻ جي اِن سهڪاري تحريڪ ۾ شامل ٿي سگهو ٿا. بَس پنهنجي اوسي پاسي ۾ ڏِسو، هر قسم جا ڳاڙها توڙي نيرا، ساوا توڙي پيلا پن ضرور نظر اچي ويندا.

وڻ وڻ کي مون ڀاڪي پائي چيو ته ”منهنجا ڀاءُ
پهتو منهنجي من ۾ تنهنجي پَنَ پَنَ جو پڙلاءُ“.
- اياز (ڪلهي پاتم ڪينرو)