نشے میں کہیں وہ تنہا نہ رہ جائے!

ڈاکٹر صداقت علی

یہ کتابچہ آپ کو بتاتا ہے کہ:

نشے کی بیماری کیا ہے؟

علاج کیسے ہوتا ہے؟

زندگی کیسے بدلتی ہے؟

Willing Ways
Making Miracles

www.willingways.org

71A جیل روڈ، لاہور 0300-7413639, 0304-1116699

50 Years
ہزاروں زندگیاں بدلنے کا سفر

ڈاکٹر صداقت علی ولنگ ویز کے ڈائریکٹر ہیں۔ 1974ء میں ایم بی بی ایس کے بعد انہوں نے امریکہ سے نشے کے علاج میں اعلیٰ تربیت حاصل کی۔ 1991ء میں امریکہ کے سفیر کی دعوت پر امریکہ کا سرکاری دورہ کیا۔ ڈاکٹر صداقت علی ولنگ ویز کے بانی اور 25 کتابوں کے مصنف ہیں۔ یوٹیوب پر ان کی 10,000 وڈیوز ہیں۔

ولنگ ویز نے 50 سال پہلے نشے کے مریضوں کی خدمت کا آغاز کیا، جب پاکستان میں ہیروئن کی وباء پھیلی۔ آج وہ اس شعبے میں تسلیم شدہ رہنما ادارہ ہے۔ نشے کی بیماری پر معلوماتی مواد کی اشاعت ولنگ ویز کا طرہ امتیاز ہے۔ ولنگ ویز میں علاج کے علاوہ مریضوں کے رہن سہن، خوراک اور ضروریات زندگی کا مکمل انتظام ہے۔ ہسپتال کا تمام عملہ کوالیفائیڈ ڈاکٹرز اور ماہرین نفسیات پر مشتمل ہے۔ بحال شدہ نشے کے مریضوں کی ایک کثیر تعداد ولنگ ویز کے سر کا تاج ہیں۔

نشے سے پانے والے ان گنت نوجوانوں کے خیالات جاننے کیلئے اس QR کوڈ کو استعمال کریں

آج ہی رابطہ کریں!

Willing Ways
Making Miracles

www.willingways.org

71A جیل روڈ، لاہور 0300-7413639, 0304-1116699

50 Years
ہزاروں زندگیاں بدلنے کا سفر

پیش لفظ

نشہ بازی کو کردار کی خرابی سمجھا جاتا ہے۔ سائنس ثابت کرتی ہے کردار کی خرابیاں بعد میں پیدا ہوتی ہیں۔ نشہ کرنے کی وجہ موڈ کی خرابی اور صحبت کا اثر ہے۔ خوشخبری یہ ہے کہ نشے کی بیماری کا علاج ہر سٹیج پر ممکن ہے۔ علاج کے نتیجے میں گھر خوشیوں سے بھر جاتا ہے۔ نشے کی بیماری کو سمجھنے کے بعد ہی آپ مریض کی مدد کر سکتے ہیں، پھر آپ آپس میں لڑنے کی بجائے، بیماری سے لڑتے ہیں۔ نشے سے نجات کیلئے چار باتیں سمجھنے کی ضرورت ہے:

- نشے کی بیماری آپ کا قصور نہیں لیکن نشے سے نجات آپ کی ذمہ داری ہے۔
- اکثر مریض علاج پر راضی نہیں ہوتا، اُسے فیملی انٹروینشن کے ذریعے راضی کرنا ہوگا۔
- نشے سے نجات کیلئے قوت ارادی بڑھانا اور نشے کی طلب کو گھٹانا ہوگا۔
- نشہ کم کرنا ممکن نہیں، نشہ مکمل طور پر چھوڑنا ہوگا اس کیلئے مکمل علاج ضروری ہے۔

نتیجہ: گھر میں اللہ کی برکت اور خوشحالی آجائے گی۔

آیئے سکینہ کی کہانی سنیئے !

آج کا دن سکینہ کیلیئے بہت ہی برا ثابت ہوا، آدھی رات کا وقت ہے اور وہ باورچی خانے میں بیٹھی فضا میں گھورے جا رہی ہے۔ نینداس سے کوسوں دور ہے۔ ایک ہی سوال بار باراس کے دماغ میں گونج رہا ہے، ''آخر میں اتنے سالوں میں اپنے خاوند کو نشے سے کیوں نہ روک سکی؟''

سامنے ان برتنوں کا ڈھیر ہے جو گڈو کی سالگرہ کے نتیجے میں اکٹھا ہو گیا ہے۔ وہ بڑبڑاتی ہے، ''یہ بھی کیا پارٹی تھی؟'' ''ابو کہاں ہیں؟'' بچے مسلسل پوچھتے رہے ''وہ کیک کیوں نہیں لا رہے؟'' گڈو، اس کی دو بہنیں اور رشتے داروں کے 12 بجے انتظار کرتے رہے۔ سکینہ نے گھر بھر کو سجانے میں کوئی کسر نہ اٹھا رکھی، .... اور پھر اس نے غلطی سے میاں سعید کو کیک لینے بھیج دیا۔''

کافی کے کپ میں چینی ڈالتے ہوئے، وہ سوچنے لگی، کس طرح بچے مایوس نگاہوں سے گھڑی کو تک رہے تھے۔ آخر اُسے بہانے سے بچوں کو واپس بھیجنا پڑا۔ بچوں نے سکینہ کی بنائی ہوئی کہانی پر یقین کر لیا۔

UNHAPPY BIRTHDAY
3:15
UN
HAPPY

بہت وقت بیت گیا، آخر میاں سعید لڑکھڑاتا ہوا آ گیا۔ وہ نشے میں دھت تھا۔ اس کی آنکھوں میں نشے کی گھناؤنی چمک تھی۔ جلد ہی سکینہ نے اسے موقع فراہم کر دیا۔ وہ آگے بڑھا، سکینہ کو زوردار تھپڑ رسید کیا اور گالیاں دیتا ہوا گھر سے نکل گیا۔

سکینہ اپنا گال سہلانے لگی۔ سکینہ کو اس کا گالیاں دینا بہت برا لگتا تھا۔ اسے خیال آیا ''کل صبح ناشتے کی میز پر سعید ایسے بیٹھا ہو گا جیسے کچھ ہوا ہی نہیں، آخر وہ اتنا بے خبر کیسے ہو سکتا ہے؟ کیا میں ہی پاگل ہوں؟'' سعید نے اسے ہمیشہ بے عزت کیا۔ سکینہ نے سب کچھ خاموشی سے برداشت کیا۔ اتنی ہمت پیدا کرنے میں بھی کئی سال لگے کہ وہ کسی سے اپنا دکھڑا بیان کر سکے۔ اب تو سہیلیاں بھی اس کی داستانِ غم سن سن کر عاجز آ چکی ہیں۔ عالیہ نے کہا، ''ضرور، تمہارے طریقے میں کوئی غلطی ہو گی جو سعید تمہاری نہیں سنتا۔''

''کیا واقعی......؟ وہ حیرانگی سے اس کا منہ تکنے لگتی۔ کیا میاں سعید کا کوئی قصور نہیں؟ کیا میرا ہی دماغ خراب ہے؟''

اس نے نظر اٹھا کر گھڑی کی طرف دیکھا اور بڑبڑائی ''کتنا ہی وقت گزر چکا ہے!''

وہ جانتی تھی کہ سعید بے مقصد سڑکوں پر گھوم رہا ہو گا۔ اس کے دل سے دعا نکلی یا اللہ وہ خیریت سے ہو! وہ سعید کی تلاش میں نکل پڑی۔ پھر سوچا ''اسے میری جوتی برابر پرواہ نہیں اور میں ہوں کہ اس کی فکر میں مری جا رہی ہوں۔''

اس کی آنکھوں میں آنسو تیرنے لگے۔ وہ بت بنی رہی، آنسو اس کے گالوں پر بہتے رہے جنہیں پونچھنا بھی اس نے گوارا نہ کیا۔ اس کے ذہن میں ایک ہی خیال گھوم رہا تھا، ''میں اتنی بے بس کیوں ہوں؟''

کبھی کبھی وہ سعید کو خوب برا بھلا کہتی، لیکن اُس کی ذمہ داریاں اُٹھانے سے باز نہ آتی۔ میاں سعید کسی عزیز کی خوشی غمی میں شرکت نہ کرتا تو اس کیلئے بہانے کرتی، اپنی جمع پونجی میں سے نشے کیلئے رقم دیتی اور اس کے نشئی دوستوں کیلئے کھانے پکاتی، جب وہ نشے سے لڑکھڑاتا تو اُسے سہارا دیتی، اُٹھا کر بستر پر ڈالتی۔

یہ اکیلی سکینہ کا مسئلہ نہ تھا۔ بلاک سی کے آخری گھر میں خواجہ رؤف ٹی وی کے سامنے بیٹھے تھے۔ وہ اپنے بائیس سالہ بیٹے عارف کے گھر آنے کا انتظار کر رہے تھے۔ انہیں یہی ایک خوف کھائے جا رہا تھا، ''میرا بیٹا نشے میں ٹن ہو کر گھر آئے گا اور جھگڑا ہو گا، پھر وہ سو جائے گا اور میں ساری رات جاگتا رہوں گا۔''

یہاں سے آدھ کلومیٹر دور ثمینہ پاگل ہو رہی ہے۔ نچلی منزل میں مقبول اور اس کے دوست نشے میں مشغول ہیں اور وہ اُن کیلئے کھانا بنا رہی ہے۔ لیکن کچھ بھی نہیں کر سکتی۔ وہ چھ ماہ سے حاملہ ہے۔

ساتھ والے گھر میں لالہ نیاز کا بیٹا ہیروئن پینے سے باز نہیں آتا۔ وہ بیٹے کا چوکیدارا کر کے تھک چکے ہیں۔ اگرچہ اُسے سڑک پر نہیں دیکھنا چاہتے لیکن بیٹے کو گھر سے نکالنے کی دھمکیاں دیتے رہتے ہیں۔ وہ بے بس ہیں لیکن کسی سے مشورہ نہیں کرتے، وہ اس آگ میں تنہا جل رہے ہیں۔

سامنے جلال سنز سے پچھلی گلی میں فاطمہ صحن میں چہل قدمی کرتے ہوئے سلیم کا انتظار کر رہی ہے۔ گھر سے زیورات غائب ہیں۔ وہ سوچ رہی ہے، ''کیا اس نے زیور کوکین کی نذر کر دیئے؟'' سلیم ہر شام دوستوں کے ساتھ شراب پیتا ہے۔ رات گئے ٹن ہونے کے بعد کوکین کرتا ہے تا کہ صبح سویرے گھر پہنچنے سے پہلے چاک و چوبند ہو جائے۔

یہ سب گھرانے نشے کی بیماری کے نشانے پر ہیں! سبھی کچھ کر نہیں پا رہے۔ تنہا تنہا بیچارگی سے زندگی گزار رہے ہیں۔ شیم انہیں باندھ کر رکھے ہوئے ہے، کوئی بولڈ اسٹیپ نہیں لینے دیتی۔ گھر میں تصادم کی فضا، چوریاں، ٹریفک کے حادثے، لاقانونیت، بدنامی طلاقیں اور خودکشیاں... یہ بیماری بہت ظالم ہے۔

Milk

آیئے دیکھتے ہیں،سکینہ کیا غلطیاں کررہی ہے؟

- کئی سال سے سعید روزانہ نشہ کرتا ہے، پھر بھی وہ اسے کیک لینے بھیجتی ہے جو سالگرہ میں مرکزی اہمیت رکھتا ہے۔ شراب پینے کے بعد کیک، بیٹا اور بیوی اس کے ذہن سے اتر جاتے ہیں۔سکینہ سمجھتی ہے سالگرہ کی وجہ سے وہ نشہ نہیں کرے گا۔نشہ کرنا اُس کی مجبوری بن گئی ہے۔اگر میاں سعید نے احساس ذمہ داری سے ٹھیک ہونا ہوتا تو وہ اب تک ہو چکا ہوتا۔ بیماری میں ذمہ داریاں نہیں دی جاتیں، علاج دیا جاتا ہے تاکہ مریض تندرست ہوکر ذمہ داریاں اٹھا سکے۔
- وہ نشے کے مریض کیلئے بہانے بنا کر آسانی پیدا کرتی ہے۔وہ خاوند کو اس دباؤ سے نکالتی ہے جو دوسروں کے انگلی اُٹھانے سے ہوتا ہے۔وہ خاوند سے اس وقت نشے پر بات کرتی ہے جب وہ دُھت ہو، جب اُس کا دماغ کام نہیں کرتا۔ یہ مار کھانے کا عمدہ طریقہ ہے۔نشہ سعید کی زندگی میں مشکلات پیدا کرتا ہے اور سکینہ وہ مشکلات دور کرتی ہے۔ زندگی چل رہی ہے۔میاں سعید کوئی مسئلہ نہیں، اُس کا کام دھندہ چل رہا ہے۔اُس کی نظر میں صرف سکینہ کا دماغ خراب ہے۔ خود فریبی کے جال میں پھنسا سعید اپنی بیماری نہیں دیکھ سکتا۔

- وہ نشے سے پیدا ہونے والے حالات پر سڑتی کڑھتی ہے۔ وہ اندھا دھند خاوند کا پیچھا کرتی ہے۔ وہ چیک کرتی رہتی ہے کہ وہ کیا کرر ہا ہے؟ بُری خبروں کے انتظار میں رہتی ہے۔ وہ سہیلیوں اور والدہ سے مشورے کرتی ہے یا پھر نشے کی بیماری سے تنہا لڑتی ہے۔ سکینہ کے مسائل بڑھتے جا رہے ہیں۔ تکلیف دہ حالات نشے کی بیماری کا نتیجہ ہیں۔ اُسے ایک معالج کی ضرورت ہے جو ہر قدم پر راہنمائی دے۔ اُسے گھر میں خوشحالی واپس لانے کیلئے مسلسل کونسلنگ کی ضرورت ہے۔
- بہت سے لوگ نشہ کرتے ہیں لیکن تقریباً نارمل زندگی گزارتے ہیں، کسی کو تکلیف نہیں دیتے۔ نشہ کرنے والوں میں سے کوئی 20% آہستہ آہستہ زیادہ نشہ کرنے لگتے ہیں اور اُن میں کردار کی خرابیاں پیدا ہونے لگتی ہیں۔ نشہ کرنے کا راز بھی کردار کی خرابیوں سے کھلتا ہے۔ لوگ سمجھتے ہیں وہ کردار کی خرابیوں سے نشے کی راہ پر جاتے ہیں۔ حالانکہ معاملہ اس سے اُلٹ ہے۔ نشے کا جنون جھوٹ، چوری چکاری اور لڑائی جھگڑے پر مجبور کرتا ہے۔
- سکینہ کی پہلی ترجیح یہ ہے کہ کسی کو پتا نہ چلے، جبکہ پہلی ترجیح یہ ہونی چاہیے کہ سعید کو نشے کی بیماری سے نجات ملے۔ نشے سے نجات کے بغیر کچھ حاصل نہیں ہوگا۔

تیلی بجھ بھی جائے تو چولہا جلتا رہتا ہے!

لوگ لطف اُٹھانے، تھکن بھگانے اور چستی لانے کیلئے نشہ کرتے ہیں۔کوئی شخص جس وجہ سے بھی نشہ کرے، وہ اُس سے نشے کا مریض نہیں بنتا۔ نشے کی بیماری تب شروع ہوتی ہے، جب جسم نشے کے خلاف چلتا ہے۔

اب وہ نشہ کرنے کے باوجود پیاسا رہتا ہے۔اُسے اب کسی وجہ کی ضرورت نہیں ہوتی، بس نشے کی ضرورت ہوتی ہے۔

اب نشہ شروع کرنے کی ''اصلی تے وڈی'' وجہ دور بھی کردیں تو وہ نشہ کرتا رہے گا۔ ماچس کی تیلی بجھ بھی جائے تو چولہا جلتا رہتا ہے۔نشہ کرنے والوں میں سے 20% نشے کے مریض بن جاتے ہیں۔اُن کے جسم میں نشے سے نپٹنے کا نظام خراب ہو جاتا ہے۔مریض کا نشہ تیزی سے اترنے لگتا ہے،اس لئے وہ زیادہ نشہ کرتا ہے۔دوسری بات یہ کہ نشہ جسم میں جا کر زہریلا ہونے لگتا ہے،اس لئے وہ اپ سیٹ رہتا ہے۔ وہ اور نشہ کرتا ہے۔نشے کی بیماری میں گھریلو زندگی تلخ ہو جاتی ہے اور گالی گلوچ اور ہاتھا پائی تک کی نوبت آجاتی ہے۔

مریض کی ول پاور کام کرتی ہے اور نہ ہی اہل خانہ کی؛ علاج نہ کیا جائے تو نشے کی بیماری بڑھتی رہتی ہے۔

میرے خلاف سازشیں کرتے ہو۔
میرا ٹرمپ سے رابطہ ہے۔
چھوڑوں گا نہیں کسی کو
چرس
لڑ گئی ہے،
کچھ کرنا
پڑے گا!

لاکھوں افراد شراب یا دیگر منشیات کا استعمال کرتے ہیں۔سب مریض نہیں بنتے ۔مریض کو نشے کے علاوہ کچھ نہیں سوجھتا، وہ نشہ کرنے سے رُک نہیں سکتا، وقت جگہ اور مقدار پر اپنا کنٹرول کھو دیتا ہے اور نشے کیلئے کچھ بھی کرنے کیلئے تیار رہتا ہے۔نشہ کرنے سے پہلے کوئی کیسا بھی ہو، نشے کے استعمال سے کردار کی خرابیاں ابھر کر سامنے آنے لگتی ہیں۔اچھے بھلے لوگ نشے کی بیماری میں مبتلا ہونے کے بعد بے پناہ دُکھ دینے لگتے ہیں۔

نشے میں مبتلا پیارے کو علاج میں کیوں لایا جائے؟

لوگ کہتے ہیں یہ بیماری نہیں ہے، نشے کا مریض جان بوجھ کر مرض کو گلے لگاتا ہے۔ایسے تو لوگ جان بوجھ کر موٹاپے کا شکار ہوتے ہیں، ایسے تو لوگ خود سُست طرز زندگی سے ذیابیطس میں مبتلا ہوتے ہیں، غیر ذمہ دارانہ اقدامات سے بلڈ پریشر اور دل کے امراض کو دعوت دیتے ہیں، کینسر کے ہاتھوں جان گنواتے ہیں! لیکن سچ یہ ہے کہ لوگ جان بوجھ کر اپنے آپ کو تباہی کے حوالے نہیں کرتے، ایسا انجانے میں ہو جاتا ہے۔یہ اُن کی غلطی نہیں ہوتی، لیکن ان تمام بیماریوں سے نکلنا اُن کی ذمہ داری ہوتی ہے۔علاج میں مریض نشے سے نجات کا ہنر سیکھ کر ذمہ دار انسان بنتا ہے۔اس کی زندگی میں اعتماد، حوصلے اور امید کی شمعیں روشن ہو جاتی ہیں۔

مریض علاج پر راضی کیوں نہیں ہوتا؟

مریض علاج پر تیار کیوں نہیں ہوتا؟ وہ مدد کیلئے بڑھایا جانے والا ہاتھ کیوں جھٹک دیتا ہے؟

اس لئے کہ وہ نشہ چھوڑنے کی کئی ناکام کوششیں کر چکا ہوتا ہے۔ وہ علاج کو ایک فضول اور تکلیف دہ مشق سمجھتا ہے۔ وہ نشہ جاری رکھنا چاہتا ہے تاکہ اُسے تکلیف نہ ہو۔ علاج کا کہیں تو وہ جھگڑا اور الزام تراشی کرتا ہے۔

- ”میرے حالات کو کیا ہوا ہے؟ سب کچھ ٹھیک ٹھاک ہے۔“
- ”نشہ کرتا ہوں، چوری تو نہیں کرتا، اپنے آپ کو تکلیف دیتا ہوں کسی کو تو کچھ نہیں کہتا۔“
- ”بس آپ ٹھیک ہو جائیں، موسم بدل جائے، میں جب چاہے نشہ چھوڑ سکتا ہوں۔“
- ”آپ نے میری زندگی برباد کر دی ہے، اب آپ دخل نہ دیں، اگلے مہینے میں نشہ چھوڑ دوں گا۔“

مریض جانتا ہے کوئی بات بگڑے گی تو آپ سنبھال لیں گے۔ آپ فوراً اسے بچانے کے لئے دوڑیں گے۔ وہ تسلی میں رہتا ہے؟ نشے کا مزہ وہ لیتا رہتا ہے اور آپ مصیبتیں اٹھاتے رہتے ہیں۔ یہ سب کچھ بدل سکتا ہے۔

آیئے سکینہ کی کہانی کو آگے بڑھاتے ہیں۔

سکینہ نے بتایا، ''وہ دفتر میں کام کے دوران بھی تھوڑی پیتا رہتا ہے، لیکن گھر پہنچتے ہی ساری کسر نکال دیتا ہے۔ وہ رات دس بجے تک دھت ہو جاتا ہے۔ پھر میری ڈیوٹی شروع ہو جاتی ہے۔''

ہم نے پوچھا، ''کیا آپ کے شوہر سگریٹ بھی پیتے ہیں؟''

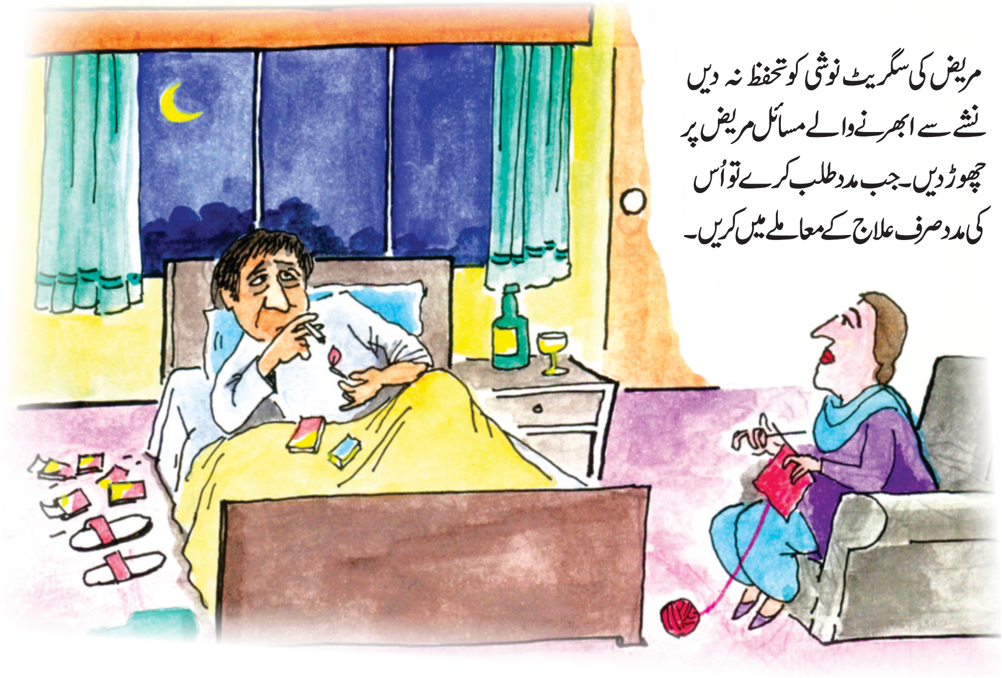
''جی ہاں! مسلسل سگریٹ پیتے ہیں''، شراب پیتے ہوئے وہ بے سدھ ہو جاتے ہیں۔ درمیان میں اٹھتے ہیں اور کہتے ہیں، ''خبردار جو تم نے میری بوتل کو ہاتھ لگایا، ایسے میں دبک کے بیٹھ جاتی ہوں۔''

''کیا وہ مدہوشی میں سگریٹ پیتے ہوئے اپنے آپ کو جلا سکتے ہیں؟''

سکینہ نے کہا، ''یہی تو میرا ڈراؤنا خواب ہے۔ مجھے ہر روز خطرہ رہتا ہے۔''

''ایک لمحہ کے لئے ٹھہریئے!''، ہم نے مداخلت کی، ''آخر آج تک ایسا کیوں نہیں ہوا؟''

سکینہ نے آہ بھری، ''میں رات بھر جاگ کر ان پر نظر رکھتی ہوں۔ میں سوشل میڈیا میں مگن ہو جاتی ہوں، وہ اپنی دھن میں پیئے جاتے ہیں۔ اس دوران جب وہ سگریٹ سلگاتے ہیں تو میں خاص طور پر چوکس رہتی ہوں۔''



مریض کی سگریٹ نوشی کو تحفظ نہ دیں
نشے سے ابھرنے والے مسائل مریض پر
چھوڑ دیں۔جب مدد طلب کرے تو اُس
کی مدد صرف علاج کے معاملے میں کریں۔

”سگریٹ ختم ہوتے ہی میں ٹوٹا ان کے ہاتھ سے پکڑ کر ایش ٹرے میں پھینک دیتی ہوں۔ میری اس حرکت پر وہ بُرا مناتے ہیں، مجھ پر غراتے ہیں اور دوبارہ سگریٹ سلگا لیتے ہیں، ایک دفعہ پھر انہیں اونگھ آجاتی ہے۔ میں دوبارہ سگریٹ ان کے ہاتھ سے لے کر ایش ٹرے میں پھینک دیتی ہوں۔ وہ غصہ کرتے ہیں، تیسری بار پھر وہ سگریٹ سلگا لیتے ہیں، یوں یہ کھیل ان کے بے ہوش ہونے تک جاری رہتا ہے۔“

”تو یہ بات ہے“، ہم نے کہا، ”آپ ان کے سرہانے بیٹھ کر نگرانی کرتی ہیں تاکہ وہ اپنے آپ کو جلا نہ ڈالیں۔“

سکینہ نے اثبات میں سر ہلایا، ”رات بھر سگریٹ کی چھینا چھپٹی اور شوہر کی رکھوالی کرنا بڑا مشکل کام ہے۔“

”آپ یہ کام چھوڑ کیوں نہیں دیتیں؟ آخر یہ آپ کی ذمہ داری تو نہیں؟“

”لیکن مجبوری ہے، مجھے یہ وسوسہ سونے نہیں دیتا کہ میاں سعید کو کچھ ہو نہ جائے“، سکینہ نے بے بسی سے کہا۔

”آپ انہیں علاج میں کیوں نہیں لے جاتیں؟“، میں نے پوچھا۔

وہ مانتا جو نہیں ہے“، سکینہ نے بے بسی سے کہا۔

اب ذرا اس منظر سے نگاہ ہٹا لیجئے۔ ابھی آپ نے سکینہ کی بے بسی کا حال پڑھا۔ شوہر شراب میں ڈوب رہا ہے۔ سکینہ اُسے روز کے روز بچا رہی ہے کیونکہ وہ علاج کے لئے آمادہ نہیں۔ یہ ڈنگ ٹپاؤ پالیسی چلتی رہتی ہے۔

بنیادی سوال وہی ہے۔میاں سعید علاج کے لئے رجوع کیوں نہیں کرتا؟

جواب: اُسے نشے سے سرور ملتا ہے اور نشے کی مصیبتیں دوسرے اُٹھاتے ہیں، یوں مریض کو لگتا ہے کہ اُسے کوئی مسئلہ نہیں ہے۔

اگلا سوال: مصیبتیں دوسرے لوگ کیوں اُٹھاتے ہیں؟

جواب: دوسروں کی مصیبتیں اُٹھانا نیکی کا کام ہے۔انسانی ہمدردی کے تحت، کلچر کے زیر اثر ایسا کرتے ہیں۔

اس بات سے کیا سبق ملتا ہے؟

بیماری میں تکلیف ہی انسان کو علاج پر مجبور کرتی ہے۔نشے کی بیماری سے کسی کو تکلیف ملنی ہے، تو اس بات کو یقینی بنائیں کہ وہ تکلیف خود مریض کو ہی ملے، کیونکہ صرف وہی اس تکلیف سے فائدہ اٹھا سکتا ہے۔

جب نشہ مریض کی زندگی میں مشکلات پیدا کرتا ہے اور اہل خانہ وہ مشکلات دور کرتے ہیں تو اسے سہولت کاری کہتے ہیں۔سہولت کار جان بوجھ کر ایسا نہیں کرتے۔کامن سینس انہیں ایسا کرنے پر مجبور کرتی ہے۔مریض ہمیشہ سے ایسا نہیں تھا، اچھی یادیں مجبور کرتی ہیں کہ اُسے کوئی تکلیف نہ ہونے دیں۔وہ نشے کی بیماری کو نہیں سمجھتے۔وہ اُسے بیمار نہیں بگڑا ہوا، دُکھی اور بے چارہ سمجھتے ہیں۔وہ نہیں جانتے کہ سہولت کاری سے بیماری بڑھتی رہتی ہے۔

سکینہ صرف مصیبتیں نہیں اُٹھاتی، سعید پر چڑھائی بھی کرتی ہے۔ تاہم جب بھی وہ نشے کے ہاتھوں کسی مصیبت میں گرفتار ہونے لگتا ہے، تڑپ تڑپ کر مدد کرنے لگتی ہے، سعید میں موجود نشے کی بیماری کو یہ انتظام سوٹ کرتا ہے۔

ہم نے سکینہ سے پوچھا، ''آپ کو ایمرجنسی میں کہیں جانا پڑے تو آپ کے شوہر کا کیا بنے گا؟''

''میں اپنے پڑوسی خادم حسین سے کہوں گی وہ سعید کا خیال رکھیں''، سکینہ نے پریشانی سے کہا۔

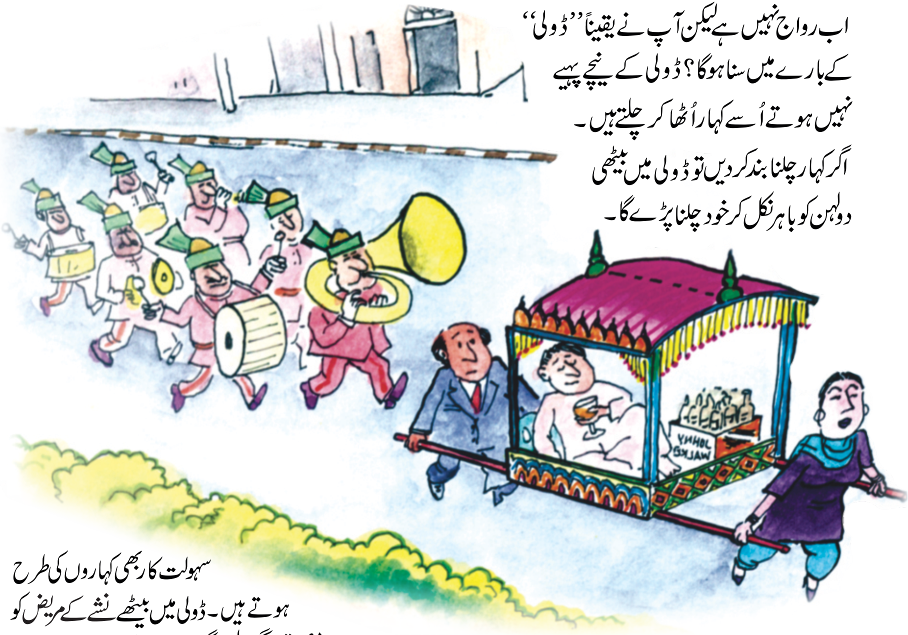
''فرض کیجئے کہ آپ کے پڑوسی کی آنکھ لگ جائے؟''

''اللہ نہ کرے! اسی لئے تو میں کہیں جاتی ہی نہیں ہوں۔ کبھی مجھے سعید سے بے پناہ محبت تھی، اب اکثر مجھے بہت بُرا بھی لگتا ہے۔ میں لمبا نہیں سوچتی، جس دن جیسے جذبات ہوں ویسے جگاڑ لگاتی رہتی ہوں۔''

آیئے! ہم میاں سعید کے اہل خانہ پر نظر ڈالتے ہیں۔ سہولت کاری کے بغیر نشہ کرنا ممکن ہی نہیں۔ سکینہ بغیر تنخواہ کے نرس، چوکیدار، مینجر، سوشل ورکر اور فائر فائٹر کے فرائض انجام دے رہی ہے۔ سکینہ سہولت کاری نہ کرتیں تو میاں سعید کا جینا دوبھر ہو جاتا۔ ان پر اتنی مصیبتیں آتیں کہ دن میں تارے نظر آتے اور وہ خود علاج کیلئے منت سماجت کرتا ہے۔

اگر نشے کی تکلیفیں فیملی کو ملیں اور نشے کا مزہ مریض کو تو وہ علاج کا خواہش مند کیونکر ہو گا؟

اب رواج نہیں ہے لیکن آپ نے یقیناً ''ڈولی''
کے بارے میں سنا ہوگا؟ ڈولی کے نیچے پہیے
نہیں ہوتے اُسے کہار اُٹھا کر چلتے ہیں۔
اگر کہار چلنا بند کردیں تو ڈولی میں بیٹھی
دولہن کو باہر نکل کر خود چلنا پڑے گا۔



سہولت کار بھی کہاروں کی طرح
ہوتے ہیں۔ ڈولی میں بیٹھے نشے کے مریض کو
مصیبتیں گھیر لیں گی تو وہ علاج کیلئے فریاد کرے گا

بیوی کے علاوہ والد کی سہولت کاری نے بھی بہت گل کھلائے ہیں۔ میاں شریف صنعت کار ہیں۔ اس مرد شریف نے سعید کو کینیڈا میں پڑھایا۔ واپسی پر وہ شراب کا تحفہ لے کر آیا۔ آتے ہی چیف ایگزیکٹو لگا دیا۔ پھر سمجھا کہ کام کی زیادتی کی وجہ سے سعید بھیا پر اعصابی دباؤ ہے۔ انہوں نے ذمہ داریوں کا بوجھ ہلکا کر دیا۔ پوری احتیاط رکھی کہ لوگ اور کام اُن سے ذرا دور ہی رہیں۔ اس کی لکھی ہوئی رپورٹیں غلطیوں کا پلندہ ہوتیں۔ بیٹا کام نہیں کر پا رہا تھا۔ وہ اپنے بیٹے سے اشارے کنائے میں بات کرتے رہے لیکن کوئی نتیجہ نہ نکلا۔ وہ سوچتے رہے کیا کروں؟

کاروبار سے الگ کرنے کی دھمکیاں دیں، خرچے روکے، منتیں کیں، روئے، دھوئے، کوئی نتیجہ نہ نکلا۔ عہدے پر برقرار رکھا اور آزاد چھوڑ دیا۔ کام کی دیکھ بھال ملازم کرنے لگے۔ وہ غلط ملط رپورٹوں کو درست کر کے بعد فائل میں لگا دیتے۔ دوسرے الفاظ میں میاں شریف نے بیٹے کو بڑا عہدہ دیا، بڑی تنخواہ اور پُرتعش زندگی بھی دی اور اس کے حصے کا کام بھی کیا۔ جہاں تک میاں سعید کا تعلق ہے، وہ بضد ہے کہ شراب نے اس کو ہرگز متاثر نہیں کیا۔ اگر ابا سہولت کاری نہ کرتے تو میاں سعید سنگین مسائل میں گھر جاتے اور علاج کا سوچتے۔ شراب سے نجات کا سوچتے۔

بلی کے گلے میں گھنٹی کیسے باندھیں؟

پھر کیا فیصلہ ہوا؟ نشہ بیماری ہے یا مستی؟ دراصل یہ ایک بیماری ہے جس میں بہت مستی ہے۔ کسی کو یہ بتانے کی ضرورت نہیں کہ ایک نشے کے مریض کے ساتھ رہتے ہوئے کیسا محسوس ہوتا ہے؟ آپ اسے روز محسوس کرتے ہیں۔ مریض ہر وقت نشے کی طلب کا شکار رہتا ہے۔ اہل خانہ جو کچھ کرتے ہیں وہ وقتی ضرورتوں کو پورا کرتا ہے۔ تاہم نشے کی بیماری اس سے بڑھتی رہتی ہے۔ آپ مریض کو نشہ کم کرنے کیلئے نہیں کہتے، نشہ چھوڑنے کیلئے بھی نہیں کہتے، کیونکہ وہ ایسا کر نہیں سکتا، آپ اُسے علاج کیلئے کہتے ہیں کیونکہ وہ ایسا کر سکتا ہے۔

ایک دن میں دفتر آیا تو سکینہ میرا انتظار کر رہی تھی۔

''آپ کیسے تشریف لائیں؟''، میں نے گفتگو کا آغاز کیا۔

''یوٹیوب پر آپ کی ایک وڈیو اچانک سامنے آ گئی۔ میری آنکھیں کھل گئیں۔ پھر وڈیوز کی برسات ہو گئی۔''

''ولنگ ویز کے دروازے نشے کے مریضوں پر پچاس سال پہلے کھلے، اس دوران بہت سا لٹریچر، کتابیں اور وڈیوز بنتی رہیں''، میں نے انکساری سے کہا۔

''میں نے بہت کچھ سیکھا لیکن امید کی کرنیں تب نظر آئیں جب ان مریضوں کی وڈیوز دیکھیں جو نشہ چھوڑنے کے بعد شاندار زندگی گزار رہے ہیں''، سکینہ کے چہرے پر امید کی شمع روشن تھی۔

''ہاں! وہ سب ہمارے چمکتے ستارے ہیں۔ وہ سب ہمارے بچے ہیں اور ان مریضوں کیلئے روشن مستقبل کی نوید ہیں جو اب بھی نشے کی دلدل میں ہیں۔''

''میں حیران ہوں وہ اپنی کہانی کیسے شیئر کرتے ہیں؟''، سکینہ نے پوچھا۔

''شیئرنگ کیلئے جرأت چاہیے! شیم سے نجات کے ساتھ ہی نشے سے نجات ملتی ہے، روحانی بیداری ملتی ہے۔''

''میں نے ان مریضوں سے ملاقات کی تو مجھے پتا چلا کہ شیم سے نکلنا کس قدر ضروری ہے، تاہم ایک سوال میرے ذہن میں اٹکا ہوا ہے۔ مریض گھر پر نشہ کیوں نہیں چھوڑ سکتے؟ داخل ہونا ہی کیوں ضروری ہے؟''

''نشہ چھوڑنے پر تکلیفیں ہوتی ہیں تو مریض نشہ کرنے پر مجبور ہو جاتا ہے۔ ہسپتال میں ہر قسم کی مدد موجود ہوتی ہے۔ داخلے کا ایک بہت بڑا مقصد مریض میں نشے سے پاک زندگی کا ذوق وشوق پیدا کرنا ہے۔''

—MAXIM—

”گھر پر سمجھانا بجھانا کیوں کام نہیں آتا؟“ سکینہ سے پوچھے بغیر نہ رہا گیا۔

”ہسپتال میں مریض کو ایک معقول عرصہ نشے کے بغیر گزارنے کا موقع ملتا ہے، یہ ذہن سازی ایک نادر موقع ہوتا ہے۔ باقی بیماریوں کی طرح ماہرین کا مشورہ اور مدد ضروری ہے۔ کیا آپ کسی شوگر کے مریض سے کہیں گے کہ بس میٹھا چھوڑ دو، تمہیں ڈاکٹر کی ضرورت نہیں؟ سوچیں! اگر کوئی دل کا مریض ہو، تو کیا آپ سمجھانا بجھانا کافی سمجھیں گے؟ کیا آپ کسی کو قوت ارادی سے کھانسی یا الٹی روکنے کیلئے کہیں گے؟ نشے کے مریض کو پہلے ان ڈور، علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔“

”علاج میں ایسا کیا ہوتا ہے؛ علاج کیوں کامیاب ہوتا ہے؟“ سکینہ نے سوال کیا۔

”علاج میں جب جسم سے نشہ نکل رہا ہوتا ہے تو ماہرین کسی تکلیف کے بغیر ”صبر“ کی منزل تک لے جاتے ہیں۔ ضرورت کے مطابق، دواؤں کا استعمال بھی کیا جاتا ہے تاکہ کوئی تکلیف نہ ہو۔ 24 گھنٹے نگرانی میں مریض اپنے آپ کو محفوظ تصور کرتا ہے۔ علاج میں دوسرے مریضوں سے بھی مدد ملتی ہے، جیسے پرندے اکٹھے پرواز کرتے ہوئے پراسرار طریقے سے ایک دوسرے کی مدد کرتے ہیں۔ مریض کو سکھایا جاتا ہے کہ کیسے پُرسکون رہنا ہے، نشے کو ”ناں“ کیسے کہنا ہے؟ فیملی کونسلنگ میں خاندان کو مریض کی صحیح مدد کرنا بھی سکھایا جاتا ہے۔“

''علاج کے نام سے سعید کی جان کیوں جاتی ہے؛ آخر کیوں؟''، سکینہ کی آواز میں تڑپ تھی۔

''وہ سوچتا ہے کہ نشے کے بغیر نہیں رہ سکتا۔ وہ خود کو نشے کے چنگل میں جکڑا ہوا محسوس کرتا ہے، اُسے لگتا ہے کہ نشے کے بغیر اسے سکون اور انرجی نہیں ملے گی، پھر اسے نشہ چھوڑنے کے حوالے سے اپنی ذاتی کوششیں یاد آتی ہیں جو ناکام ہوئیں۔ مایوسی میں وہ علاج کو ایک فضول اور تکلیف دہ کوشش سمجھتا ہے''، میں نے وضاحت کی۔

''وہ تو کہتا ہے مجھے کوئی مسئلہ نہیں! میں تو جب چاہوں نشہ چھوڑ سکتا ہوں! علاج میں جاؤں گا تو خوامخواہ بدنامی ہوگی''، سکینہ ایک عام بہانے کا ذکر کرتی ہے۔

''مریض کے ساتھ نرمی اور سمجھداری سے بات کرنا ہوگی، مریض کو راضی کرنے کیلئے آپ فیملی انٹروینشن کا راستہ اپنائیں، انٹروینشن ایک مؤثر، سائنسی اور جذباتی طریقہ ہے، جس میں محبت زندگی بچاتی ہے، اس میں مریض کو علاج پر راضی کیا جاتا ہے۔''

50 Years
ہزاروں زندگیاں بدلنے کا سفر
Willing Ways
Making Miracles
لاہور | اسلام آباد | کراچی
آج ہی رابطہ کریں! 0304-1116699

’’فیملی انٹروینشن میں کیا ہوتا ہے؟‘‘

’’فیملی انٹروینشن میں مریض کے اہل خانہ اور قریبی دوست ٹریننگ کے بعد مریض سے اکٹھے بات کرتے ہیں۔ اس طریقے میں کوئی جھگڑا نہیں ہوتا، یہ محبت، احساس اور الفاظ کے چناؤ کا معاملہ ہے، یہ مریض کا دل موہ لینے کی بات ہے۔ پُرسکون ماحول میں ایسے وقت بات کی جاتی ہے جب کوئی تازہ وقوعہ نہیں ہوا ہوتا۔ انٹروینشن ٹیم میں خاص طور پر کوئی ایسا شخص بھی شامل کیا جاتا ہے جو مریض پر خاص اثر ورسوخ رکھتا ہو اور مریض اس کی بات سنتا ہو۔‘‘

’’ہم نے تو اسے سینکڑوں دفعہ سمجھایا کہ وہ تباہ و برباد ہو جائے گا اور ہمیں بھی لے ڈوبے گا۔ لیکن وہ بے شرم اور ڈھیٹ ہو چکا ہے، اس پر اثر ہی نہیں ہوتا‘‘، سکینہ نے بھڑاس نکالی۔

’’لعنت ملامت کا کوئی فائدہ نہیں، محبت، احترام اور فکر کے ساتھ حقائق بیان کئے جاتے ہیں، شرم نہیں دلائی جاتی، نجومی بن کر خوفناک پیش گوئیاں اور بدشگونیاں نہیں کی جاتیں۔ جو بربادی اور منفی نتائج نکلے ان کی بات کی جاتی ہے۔ علاج سے جو بہتری آسکتی ہے اُس کی بات کی جاتی ہے۔‘‘

Family Intervention

’’ہم بھی تو یہی کہتے ہیں‘‘، سکینہ نے اصرار کیا، ’’ہماری بات کا تو کوئی اثر نہیں ہوتا۔‘‘

’’نہیں فرق ہے، صحیح جملے یہ ہیں: ہم تم سے محبت کرتے ہیں، اور تمہیں صحت مند دیکھنا چاہتے ہیں! ہم چاہتے ہیں کہ تمہاری زندگی بہتر ہو! ہم سب مل کر تمہاری مدد کرنا چاہتے ہیں! مریض خود فریبی کے چنگل میں اپنی بربادی نہیں دیکھ سکتا، اس لئے اسے نرمی کے ساتھ حقائق دکھائیں اور کہیں، ’’تمہاری فیملی پریشان ہے، تمہارے بچے اپ سیٹ ہیں! تم کبھی ایسی زندگی گزارنا نہیں چاہتے تھے! ہم چاہتے ہیں کہ تم ہماری زندگی میں واپس آجاؤ!‘‘

’’سعید کہتا ہے، مجھے علاج کی ضرورت نہیں، میں خود ہی نشہ چھوڑ دوں گا، میں قید میں رہنا نہیں چاہتا۔‘‘

’’جواب میں کہیں، اگر ایسا ہوتا تو تم اب تک نشہ چھوڑ چکے ہوتے۔ ہم چاہتے ہیں کہ تم مدد حاصل کرو کسی مشکل میں نہ پڑو اور آسانی سے نشہ چھوڑ دو۔ محبت سے، لیکن مضبوطی سے علاج کا راستہ دکھائیں!‘‘

’’اگر مریض پھر بھی نہ مانے تو؟‘‘

’’فیملی کو کامیابی کیلئے سخت مگر محبت بھرا راستہ چننا ہوگا۔ اُسے بتائیں کہ اب آپ اس کی مدد صرف علاج کی حد تک کریں گے، نشے کی مصیبتیں اور باقی معاملات اُسے خود ہی سنبھالنا پڑیں گے۔ چند دن اس حکمت عملی پر عمل کریں اور دوبارہ بات کریں۔‘‘

''اس سے کیا فرق پڑے گا؟''

''جب آپ عزت اور احترام سے اسے اپنی ذمہ داریاں اٹھانے کیلئے کہیں گے تو وہ خود فریبی سے نکل آئے گا۔ وہ علاج کیلئے خواہشمند ہو جائے گا۔''

''سعید علاج کو ہمیشہ سزا کی نظر سے دیکھتا ہے؛ دوسری طرف نشہ وہ کرتا ہے، مالی نقصان، جھگڑے، اعتماد کا ٹوٹنا، اور ذہنی دباؤ، سب کو سہنا پڑ رہا ہے۔ ہم انتظار کرتے رہے کہ شاید سب کچھ خود ہی ٹھیک ہو جائے گا۔ اگر وہ نشہ چھوڑ بھی دے تو کیا ہوگا؟ کیا علاج کے بعد کچھ بدلے گا؟''، سکینہ غبار نکال رہی تھی۔

''ولنگ ویز کا مقصد صرف نشہ چھڑوانا نہیں، بلکہ زندگی کو ایک نئے، خوبصورت راستے پر ڈالنا ہے۔ سعید کی سوچنے سمجھنے کی صلاحیت بہتر ہو جائے گی۔ جہاں چیخ و پکار ہے، وہاں محبت ہوگی۔ جہاں اب کھانے کی میز پر پریشانی رہتی ہے، وہاں قہقہے گونجیں گے۔ جہاں گھر میں نشوں کی بدبو رہتی ہے، وہاں خوشبو، پاکیزگی، اور اللہ کی برکت ہوگی!''، میں نے تفصیل سے بتانا شروع کیا، ''ذرا سوچیں! جو پیسے نشے پر خرچ ہوتے تھے، وہ اب خاندان پر خرچ ہوں گے۔ سعید کو اپنی زندگی پر اختیار ہوگا، نئے خواب دیکھے گا۔ آہستہ آہستہ سب کچھ بدل جائے گا، لوگ پہلے انگلی اٹھاتے تھے، پھر وہ اللہ کے فضل سے ہر دل عزیز ہو جائے گا۔''

’’مجھے تو لگتا ہے اس کی تو فطرت ہی خراب ہے، اگر اس کا کردار اچھا ہوتا تو وہ نشہ کرتا ہی کیوں؟‘‘، سکینہ روہانسی ہورہی تھی۔

’’نشہ کردار کی خرابی نہیں، بیماری ہے، کردار بعد میں خراب ہوتا ہے۔آخر مریض نے نشہ کیوں کیا؟ وجوہات کا ازالہ کیا جاتا ہے۔کوئی پریشانی؟ تکلیف؟ ڈپریشن یا کوئی اور وجہ؟ دوسرے مریضوں کی زندگی آئینے کی طرح کام کرتی ہے۔نشے کے خراب اثرات دیکھنے کا موقع ملتا ہے، جب کردار کی خامیوں پر کام کیا جاتا ہے تب نشے کی طلب کم ہوجاتی ہے اور قوت ارادی بڑھ جاتی ہے۔‘‘

’’تو یہ ہے نشے سے نجات کا نسخہ؟‘‘، سکینہ کے چہرے پر اطمینان کی جھلک تھی، ’’تو اگلا قدم اب فیملی انٹروینشن ہوگا؟ اگر وہ پھر بھی راضی نہ ہوا؟‘‘

’’پھر اسے کرائسز انٹروینشن کے ذریعے مرضی کے خلاف علاج میں لایا جائے گا‘‘، میں نے واضح جواب دیا۔

’’اور کرائسز انٹروینشن کب ہوگا؟‘‘

جب وہ مدہوش ہو یا ایکسیڈنٹ ہو یا پولیس پکڑے یا جب بھی کرائسز ہوگا، جرم کرئے یا چوری چکاری تو کرائسز انٹروینشن کیا جائے گا۔‘‘

طے پایا کہ فیملی انٹروینشن کے ذریعے سعید کو علاج میں لایا جائے گا۔سعید آسانی سے علاج پر راضی ہوگیا۔

AMBULANCE
1122
MAXIM

کیا آپ کا پیارا نشے میں مبتلا ہے؟ کیا آپ بے بس محسوس کرتے ہیں؟ یہ وقت ہے کہ آپ اس کی زندگی بچانے کے لئے قدم اٹھائیں۔ ولنگ ویز محبت، دیکھ بھال اور تربیت کا مرکز ہے، آرام دہ کمرے، عزت و احترام اور صحت مند ماحول، زندگی کو سنوارنے میں مدد دیتا ہے۔ ولنگ ویز نشے کے خلاف جنگ میں آپ کا سب سے موثر اتحادی ہے۔

ولنگ ویز ایک محفوظ اور مثبت جگہ ہے۔ جہاں محبت، عزت اور مہارت سے علاج کیا جاتا ہے۔ یہ صرف نشہ چھوڑنے کا نہیں، زندگی بدلنے کا عمل ہے۔ آپ ماضی کو چھوڑ کر ایک نئے، روشن مستقبل کی طرف بڑھیں گے۔

یہ وقت ہے کہ ہم اپنے پیارے کو زندگی کا دوسرا موقع دیں! فیصلہ آج کریں، تاکہ کل خوشگوار ہو۔ روشن مستقبل سامنے آئے۔

آج ہی علاج کا فیصلہ کریں، تاکہ کل وہ ایک کامیاب، خوشحال اور عزت دار زندگی گزار سکے۔

ولنگ ویز میں ایک روشن مستقبل آپ کے پیارے کا انتظار کر رہا ہے! فیصلہ آج کریں، تاکہ کل پچھتانا نہ پڑے!

نشے سے نجات پانے
والوں کے انٹرویو

آخر نشہ آپ کے بچے کا مقدر کیوں رہے؟

آج ہی رابطہ کریں!

Willing Ways
Making Miracles

لاہور | اسلام آباد | کراچی

0304-1116699

50 Years
ہزاروں زندگیاں بدلنے کا سفر

نشے سے نجات
پانے کے بعد

کیا وہ صبح سب سے پہلے نشہ کرتا ہے؟ کیا وہ نشے میں دھت رہتا ہے؟ کیا وہ بے سکون اور تلخ رہتا ہے؟ کیا وہ نشہ کرنے اور بیچنے والوں سے جڑا رہتا ہے؟ کیا پولیس اور کورٹ کچہری کے معاملات آپ کو پریشان کرتے ہیں؟ کیا وہ نشے کے لئے کچھ بھی کر گزرتا ہے؟ کیا اس کی صحت انتہائی خراب ہے؟ اگر ان سوالوں کا جواب ہاں میں ہے تو مریض کو فوری علاج کی ضرورت ہے۔ آپ خود اپنے مریض کا علاج نہیں کر سکتے، جذباتی وابستگی علاج میں رکاوٹ بنتی ہے۔

50 برس پہلے جب ولنگ ویز کے دروازے نشے کے مریضوں پر کھلے، چند ہی لوگ جانتے تھے کہ نشے کی بیماری کیا ہے؟ اس سے بھی کم لوگ یہ جانتے تھے کہ نشے کے مرض سے بحالی ممکن ہے۔ ولنگ ویز کے جامع علاج سے ان گنت تباہ حال زندگیاں سنبھل گئیں اور سینکڑوں گھر ٹوٹنے سے بچ گئے، زخم مندمل ہو گئے، بے شمار لوگوں کا وقار بحال ہوا۔ آج ولنگ ویز نشے کے علاج میں تسلیم شدہ راہنما ادارہ ہے۔ آخر نشہ آپ کے بچے کا مقدر کیوں رہے؟

آج ہی رابطہ کریں!

نشے سے نجات پانے والوں کے انٹرویو

Willing Ways
Making Miracles

ہزاروں زندگیاں بدلنے کا سفر

لاہور | اسلام آباد | کراچی

0304-1116699