



ایک
سگریٹ
اور

انور عنایت اللہ

ایک سگریٹ اور

(پاکستان میں نشیات کا استعمال اور اس کے اثرات)

انور عنائت اللہ

مشعل

آر-بی 5، سینڈ فلور، عوامی کمپلیکس

عثمان بلاک، نیو گارڈن ٹاؤن، لاہور 54600، پاکستان

انتساب

ان معصوم بچوں کے نام جو منشیات کے زہر سے اب تک محفوظ ہیں

ترتیب

۷	پہلی بات
۱۵	ذہنی آزمائش کا ایک کھیل
۱۹	مشیات کل اور آج
۲۹	ہمیادی معلومات
۳۸	مشیات کی چند مخصوصی قسمیں
۴۹	مشیات اور نئی نسل
۸۲	والدین کے لیے کام کی باتیں
۸۹	ایک چونکا دینے والا تجربہ
۱۰۶	روک تھام
۱۱۹	مشیات اور اسلام
۱۲۳	کیا سچ ہے، کیا جھوٹ
۱۲۹	چند مخصوص مریض
۱۳۰	آخری بات

پہلی بات

بعض واقعات بڑے تکلیف دہ ہوتے ہیں۔ جب یہ ایک ساتھ رونما ہوتے ہیں تو ان کی شدت، حساس انسان کو چھوڑ کر رکھ دیتی ہے۔ اس دن میرے ساتھ بھی کچھ ہوا۔ پچے کے پسند نہیں۔ مجھے شاید بہت پسند ہے۔ یہ میرے ایک عزیز دوست عارف کا اکلوتا بیٹا ہے۔ یہ پچھے مجھے ہمیشہ بہت پیار الگتا ہے۔ نہایت معصوم اور براہمیں۔ پچھلا سال اس قدر ہنگاموں میں گزر اک کئی دوستوں سے رابط نہیں رہا۔ پھر میں ملک سے باہر چلا گیا۔ واپس آیا تو ایک دن مجھے شاہد بہت یاد آیا۔ میں نے اسے تقریباً ڈیڑھ سال سے نہیں دیکھا تھا۔ اب تو اس کی عمر گیارہ بارہ سال ہو گی۔ اسی شام کو میں نے عارف کو فون کیا اور تھوڑی دیر کے بعد اس کے ہاں پہنچ گیا۔

رسی باتوں کے بعد جب میں نے شاہد کے بارے میں پوچھا تو یہاں کیک بھا بھی رو نے لگیں۔ پریشان ہو کر میں نے عارف کی طرف دیکھا۔ وہ بھی خاصے اداس لگے چند لمحوں کے بعد دھیسے لجھے میں انہوں نے بتایا۔ شاہد ایک خصوصی ہسپتال میں زیر علاج تھا۔ اتنی چھوٹی سی عمر میں ہیر وئن کا اسے ایسا چکا لگا کہ اب اس کی جان خطرے میں تھی۔ وہ کراچی کے ایک مشہور سکول میں زیر تعلیم تھا۔ ہیر وئن کی لائن اسے دیکھ لگی۔ عارف سے اس معصوم کی پہنچان کر دل بہت دکھا۔

دوسرے دن ابھی سوہی رہا تھا کہ فون کی گھنٹی بجی۔ بیزاری سے اٹھ کر گھر تک دیکھی۔ ساڑھے چھ بجے تھے۔ گھنٹی بجے جا رہی تھی۔ مجبوراً تھکی تھکی سی جماہی لے کر میں اٹھا

اور ریسیور اٹھایا۔ دوسری طرف سے چپا شیر کی آواز سنائی دی۔ انہوں نے روتے ہوئے اطلاع دی رات کو مبارک کا انتقال ہو گیا۔ اسے دس بجے دفن کیا جا رہا ہے۔ چپا شیر میرے سے چچا نہیں تھے۔ اس طرح مبارک بھی میرا رشتہ دار نہ تھا۔ لیکن ان کے خاندان سے میرا قریبی تعلق تھا۔ اس لئے وہ لوگ رشتہ داروں سے زیادہ عزیز تھے۔ مجھے معلوم تھا کہ مبارک کو ہیر و نن کی لوت پڑ گئی تھی۔ یہ بھی معلوم تھا کہ مبارک جب سے جرمی سے واپس آیا تھا، اس لعنت سے چھنکارہ حاصل کرنے کی کوشش کر رہا تھا۔ اب تو اس نے سگریٹ پینا بھی چھوڑ دیا تھا۔ اسے سگریٹ کی لعنت تو برسوں پہلے لگی تھی جب وہ گرام سکول میں پڑھتا تھا۔ اسی لوت نے اسے منشیات تک پہنچا دیا تھا۔ وہ تواب سدھرا ہا تھا۔ وہ تو اپنے بوڑھے والدین کی خاطر، اپنی معموصہ بیٹی کی خاطر، تمام بری عادتوں سے چھنکارہ حاصل کرنے کی کوشش کر رہا تھا۔ بھی وہ چھپ چھپ کر وہ کمرے میں شراب ضرور پیا کرتا تھا اب تو اس نے شراب کو بھی مہینوں سے ہاتھ نہیں لگایا تھا۔ پھر جانے کیا ہوا کہ اچانک اس کا انتقال ہو گیا۔

بعد میں پتہ چلا کہ کئی دنوں سے جائیداد پر گھر میں جھگڑے ہو رہے تھے۔ کل رات بھی خاصی جھک جھک ہوئی۔ بات کچھ اتنی بڑھی کہ سب نے مبارک کو کسی بات پر برا بھلا کھا۔ شاید اس جھگڑے کے بعد اپنی اجھنوں سے چھنکارہ پانے کے لئے ایک عرصے کے بعد اس نے پہلی بار ہیر و نن کا سہارا لیا۔ پھر بے خیال میں شراب بھی پی۔ بہت ممکن ہے غلطی سے اتنی زیادہ خواراک لے لی ہو جو جان لیوا تابت ہوئی۔

مارک کی عمر چوتیس سال تھی۔ نہایت خوش شکل اور گہر و جوان تھا کراچی سے انجینئرنگ کی ڈگری لینے کے بعد اعلیٰ تعلیم کے لئے جرمی گیا تھا۔ وہاں وہ منشیات کے چکر میں آگیا۔ وہیں ایک معقول جرمن لڑکی سے شادی کی۔ پھر سنا کہ وہ لڑکی اسی منحوس لوت کی وجہ سے اسے چھوڑ گئی۔ جاتے ہوئے ایک پیاری بچی میاں کے حوالے کر گئی۔ وہ بچی رئیسہ تھی۔ اب وہ نوسال کی تھی اور کئی سال سے کراچی میں دادی کے پاس پل رہی تھی۔ میں نے جب بھی اسے دیکھا میرا دل بہت دکھا۔ ہمیشہ اس کی آنکھوں میں مجھے ایسی ترپا دیئے والی ادا سی نظر آئی جسے الفاظ کے ذریعے بیان نہیں کیا جا سکتا، صرف محسوس کیا جا سکتا ہے۔ ایسی تکلیف دہ ادا سی، جو حساس انسان کو مضطرب کر دیتی ہے اور دل کو مسوس

کر کھدیتی ہے۔ باپ کے مرنے کے بعد میں نے اس کی آنکھوں میں غم اور تہائی کے کرب کی ایسی بھلک دیکھی کہ میں کاپ گیا۔

ماں سے تو وہ عرصہ ہوا پچھر گئی تھی۔ اب وہ باپ کے سامنے سے بھی یاک یک محروم ہو گئی تھی۔ مبارک کی موت کی اطلاع پا کر بے اختیار میری آنکھوں میں اس مخصوص پچی کا پھرہ پھر گیا اور میں نے بے چین ہو کر سوچا..... اس مخصوص کا کیا قصور ہے جو ساری عمر تیسی کی آگ میں جھلتی رہے گی؟..... میرے عزیز دوست عارف کے نو عمر بیٹے شاہد کیا قصور ہے کہ اتنی چھوٹی سی عمر میں وہ زندگی اور موت کے درمیان معلق ہو گیا ہے؟..... آخر انالیبوں کا ذمہ دار کون ہے؟..... چند افراد یا وہ معاشرہ، وہ حالات جنہوں نے بہت سی موزی لعنتوں کو جنم دے کر شاہد اور رئیسہ جیسے بے شمار بے اہل بچوں کی زندگی کو جہنم بنادیا ہے؟ ان کے لاکھوں والدین کو موت کے دہانے تک پہنچا دیا ہے؟

ان چند واقعات نے میرا دل اتنا دکھایا کہ میں نے منشیات کی ابتداء اور انتہا کی داستان سنانے کا فیصلہ کیا تاکہ میں ایک عام تاری کو خبردار کر سکوں کہ خطرہ ان کے گھر سے باہر منت لارہا ہے، ہر اس پاکستانی کے سر پر منت لارہا ہے جو غفلت کی نیند سور ہا ہے۔

میری یہ کتاب منشیات کے مراحل اور مسائل کے بارے میں ہے۔ اس کے باوجود میں نے اس کا نام ”ایک سگریٹ اور“ رکھا ہے۔ آپ پوچھیں گے یہ نام کیوں رکھا؟ بڑا مناسب سوال ہے۔

ایک جملے میں اس کے دو علیحدہ علیحدہ جواب ہو سکتے ہیں۔ پہلا تو یہ کہ میں سگریٹ کو بھی منشیات کی ایک قسم سمجھتا ہوں جو اتنی ہی خطرناک ہے۔ دوسرا جواب یہ کہ سگریٹ نوشی اور منشیات کا قریبی تعلق ہے، جو گہرا بھی ہے اور قدرے چونکا دینے والا بھی میری تحقیق کی رو سے سگریٹ کے عادی مرد اور عورتیں منشیات کے چکر میں آسانی سے آ جاتے ہیں۔ دوسرے لفظوں میں تمبا کو کا زہر..... نیکوٹین (Nicotine) انسان کے نظام جسم میں، انسان کے خون میں موجود ہو تو وہ بڑی خندہ پیشانی سے دیوانگی کے ساتھ منشیات کا استقبال کرتا ہے۔

سگریٹ نوشی کے سلسلے میں بعض غلط فہمیاں ہیں۔ پہلے انہیں دور کرنا ضروری

ہے۔ پہلی غلط فہمی یہ ہے کہ صرف سگریٹ پینے والے ہی کینسر جیسے موزی مرض کا شکار ہوتے ہیں۔ جدید تحقیق نے یہ ثابت کر دیا ہے کہ ان کے علاوہ وہ لوگ بھی اس کا شکار ہوتے ہیں جو خود سگریٹ نہ پیتے ہوں لیکن روزانہ چند گھنٹے، سگریٹ پینے والوں کے قریب، اس کے دھویں میں بسرا کرتے ہوں۔ یہ بات گھروں کے علاوہ دفتروں میں بھی ہو سکتی ہے۔ یعنی یہ کہ سگریٹ کا دھواں بھی صحت کے لئے مضر ہے۔

عام طور پر یہ سمجھا جاتا ہے کہ کوئی بچا ایک آدھ بار سگریٹ پھونک لے تو وہ اس کا عادی نہیں ہو سکتا۔ حالیہ تحقیق نے یہ بات بھی ثابت کر دی ہے کہ سگریٹ کا دھیو، بچوں یا نومنہ کوں اور ڈاکیوں کو اتنی ہی چاہیدتی اور تیزی سے قابو میں کرتا ہے جتنی برق رفتاری سے نشیات کی بدروج اپنے ناجربہ کا رشکار کوڈ بوج لیتی ہے۔

اسی سال، لندن انسٹی ٹیوٹ آف سکائٹری (London Institute of Psychiatry) میں ایک ولپسپ تجربہ ہوا جو بعد کو بصیرت افروز ثابت ہوا۔ اس کے لئے جنوبی لندن کے ایک سکول کی چھ سو طالبات کا انتخاب ہوا۔ ان کی عمریں گیارہ سے سول سال تک تھیں۔ سگریٹ نوشی کے سلسلے میں ان پر تجربہ ہوئے..... جن سے یہ ثابت ہوا کہ صرف تین سگریٹوں کا زہر، بچوں کو اس لعنت کا غلام بنایا سکتا ہے۔ اس کے معنی یہ ہوئے کہ نشیات کی لات کی طرح، سگریٹ پینے کی عادت بھی انسان کو آسانی سے پڑ سکتی ہے۔

یہ بات شاید آپ کو کچھ عجیب لگے۔ لیکن اپنی اس کتاب کے لئے سال بھر تک میں نے جو کام کیا ہے اس سے بھی بھی اندازہ ہوا کہ سگریٹ نوشی نشیات کے زہر کی ابتدا ہے۔ مواد جمع کرنے کے لئے میں نے نہ صرف ایسے ماہرین کے ساتھ کام کیا ہے جو براہ راست نشیات کا مقابلہ کر رہے ہیں بلکہ ایسے ڈاکٹروں سے بھی تبادلہ خیال کیا ہے جو نشوٹ کے عادی مریضوں کے علاج اور ان کی بحالی میں لگے ہوئے ہیں۔ اپنے طور پر میں نے بہت سے مریضوں سے بھی علیحدہ علیحدہ بات چیت کی ہے تاکہ یہ معلوم کر سکوں کہ وہ کس طرح اس دلدل میں پہنچے۔ ان سے یعنی مریضوں اور ڈاکٹروں سے گفت و شنید کر کے جو نتیجے میں نے اخذ کئے اس کی تفصیلات میں آگے چل کر پیان کروں گا۔ فی الحال یہ سننے کے میری تحقیق کی رو سے نشیات کے عادی مریضوں کی تقریباً ننانوے فیصد تعداد ایسے مردوں

اور عورتوں پر مشتمل تھی جو سگریٹ پیا کرتے تھے!
لوگوں نے ایک سگریٹ اور مانگ کر اپنے جھوٹے سکون کے تلاش کی ابتدائی۔

اس کے بعد ان کی طلب آہستہ بڑھ گئی اور ایک مرحلہ پر پہنچ کر اس نے ایک اور رخ اختیار کیا جسے وقت نے بے حد خطرناک ثابت کیا۔ اب وہی لوگ تڑپ کر بے چین ہو کر ہیر و ن کی ایک اور خوراک مانگنے لگے ہیں۔ جب یہ خوراک ان کی قوت خرید سے باہر ہو گئی تو پھر انہوں نے چوریاں شروع کر دیں۔ جب اس سے بھی جسم کی پیاس نہیں بجھی تو وہ تشدید پر اتر آئے، پکڑے گئے، سزا میں بھگتیں اور آخر کار ہیر و ن کی خوراکیں مانگتے مانگتے، معاشرے میں ہر طرح ذلیل ہوتے ہوئے ترپتے ہوئے اس جہان فانی سے کوچ کر گئے۔

اس مرحلہ پر بہت ممکن ہے آپ کے ذہن میں ایک اور خیال ابھرے۔ نشیات کے زہر بھرے شوق پر اب تک بہت کچھ لکھا گیا ہے۔ اس کے باوجود میں نے اسی موضوع پر پر ایک اور کتاب لکھنے کی زحمت کیوں کی؟ یہ سوال بجا ہے کیونکہ واقعی اس موضوع پر انگریزی میں آپ کوئی کتابیں مل جائیں گے۔ مجھے یقین ہے کہ آئندہ بھی لکھی جائیں گی لیکن اردو میں ایک جامع کتاب کی اب بھی کمی ہے۔ انگریزی میں جو کتابیں لکھی گئی ہیں اور جن میں اس خطرناک مسئلے کے بہت سے پہلوؤں پر روشنی ڈالی گئی ہے ان میں سے کوئی بھی ایسی نہیں ہے جس میں پاکستانی مسائل پر غور کیا گیا ہو۔ یہ سب غیر ملکی قارئین کے لئے لکھی گئی ہیں۔

میرا فلسفہ یہ ہے کہ کسی بھی دشمن سے جنگ کرنے کے لئے ضروری ہوتا ہے کہ پہلے اس کے بارے میں زیادہ سے زیادہ معلومات جمع کی جائیں۔۔۔۔۔ اس کی خصوصیات، اس کی قوت کاراز، جملہ کرنے کے اس کے طریقے اور انداز۔۔۔۔۔ یہ سب جانتا ضروری ہوتا ہے۔ اس کی منصوبہ بندیوں کو جانے بغیر نہ اس سے جنگ کی جاسکتی ہے اور نہ اس کے حملوں کو کامیابی سے روک کر اسے ہر ماحذ پر شکست دی جاسکتی ہے۔ نشیات کے خلاف جنگ تو ہم سب کو مل کر لڑنی ہو گی۔ اس لئے ضروری ہے کہ میری طرح آپ سب بھی اس کے منحوس چہرے کو اچھی طرح پہچان کر اپنے آپ کو کیل کانٹے سے لیں کر لیں۔ میری کتاب کو یہی مقصد حاصل کرنے کی ایک ادنیٰ کوشش سمجھئے۔

اس اہم معاشرتی مسئلے میں میری دلچسپی کی سب سے اہم وجہ بعض واقعات ہیں جن کا ذکر میں کر چکا ہوں اور جن کی وجہ سے میرا دل بہت دکھاتا۔ جب میں نے یہ فیصلہ کر لیا کہ مجھے عام فہم انداز میں مشیات پر ایک کتاب اردو میں لکھنی ہے تو میں نے اس موضوع سے متعلق بہت سی کتابوں کا مطالعہ کیا۔ مجھے اردو میں ایسی کوئی تصنیف نظر نہیں آئی جو سیدھے سادھے لفظوں میں ایک عام قاری کی معلومات میں اضافے کے لئے لکھی گئی ہو اور اس میں بنیادی مسائل کے ساتھ ساتھ مشیات کے تمام ضروری پہلوؤں پر روشنی ڈالی گئی ہو۔

میں نے سوچا اب تک میں نے اردو اور انگریزی میں درجن بھر کتا ہیں لکھی ہیں۔ ان کی اکثریت من گھڑت کہانیوں کی ہے۔ اب کیوں نہ مشیات پر کوئی ایسی کتاب لکھوں جو ایک عام قاری کو اس نئی لعنت کے بارے میں اتنی بنیادی معلومات فراہم کر دے کہ وہ خود یا اس کے قریبی عزیز آسانی سے اپنے آپ کو اس سے بچاسکیں۔

جب ایسی کتاب لکھنے کا مضمون ارادہ کر لیا اور گرد و پیش کا جائزہ لیا تو حیرت ہوئی کہ اتنے اہم اور خطرناک مسئلے کے بارے میں بھی ہمارے اکثر بھائی، بہنیں اور نوجوان کس قدر را علم ہیں۔ دنیا کے ہر موضوع پر ان کی معلومات وسیع ہیں لیکن اپنے اس خطرناک دشمن کے بارے میں ان کا تصور اب تک واضح نہیں ہے جو چکے چکے ان کے درمیان گھس آیا ہے اور جس نے ان کی معاشرتی زندگی کی جڑوں پر حملہ کر دیا ہے اور اب وہ گھن کی شکل میں ان کی زندگی کی بنیاد کھو کھلی کئے جا رہی ہے۔

ان کی علمی اوبے حسی دیکھ کر میں نے سوچا۔

یہ غنیمت ہے کہ ہمارے یہاں ایک چھوٹا سا تعلیم یافتہ، روشن خیال طبقہ ایسا بھی ہے جو مشیات کے خطرے سے خاف ہے، جسے احساس ہے کہ حملہ ہو چکا ہے اور اب وہ اور اس کا کتبہ، اس کے معصوم بچے اور عزیز واقار ب اس نئے دشمن کی زدیں ہیں۔ یہ طبقہ اس کے بارے میں بہت کچھ جانتا چاہتا ہے کیونکہ اسے معلوم ہے، اب اس کے بچے اور بچیوں کے سکول، کالج اور یونیورسٹیاں بھی اس لعنت سے محفوظ نہیں ہیں۔ وہ پریشان ہو کر اپنی معلومات میں اضافے کے لئے ادھر ادھر دیکھتا ہے تو اسے دشمن کے بارے میں ایسی کوئی مربوط معلومات، ایک محقر مگر جامع کتاب کی صورت میں نہیں ملتیں جسے پڑھ کر وہ

اپنے اور اپنے کنبے کے بچاؤ کی کوشش کر سکے۔ ایسی ذی ہوش قاری کو، اس کی ضرورت کا مواد فراہم کرنے کے لئے میں نے یہ کتاب.....”ایک سگریٹ اور.....لکھی ہے۔ جگ کی ابتدا تو ایسے ہی قارئین کریں گے۔ اس کے بعد دوسرے ان کے ساتھ شامل ہو جائیں گے۔

مشکل سائنسی اصطلاحات کا سہارا لئے بغیر، میں نے آسان زبان استعمال کی ہے، اپنے قاری کو خطروہ کی وہ گھنٹی سنوانے کی کوشش کی ہے جو خدا جانے کب سے ہمارے ارد گرد نج رہی ہے لیکن ہم میں سے اکثر نے اس پر اب تک دھیان نہیں دیا ہے۔ اگر اب بھی ہم نے اس خطرے کو محسوس نہیں کیا اور گھنٹی کی آواز پر دھیان نہیں دیا تو میرالقین کیجھے ہمارے دیکھتے ہی دیکھتے نہ ہمارا یہ معاشرہ باقی رہے گا اور نہ ہم۔

میں نے کہیں بھی دانتاً اعداد و شمار کا حوالہ نہیں دیا ہے تاکہ کسی مرحلے پر بھی قاری کو بوریت کا احساس نہ ہو۔ جن واقعات اور حالات یا کردار کے حوالے دیے ہیں، وہ سب کے سب مستند ہیں۔ صرف ملینوں کے نام میں نے عمدأً بدل دیئے ہیں تاکہ ان کی حرمت پر کوئی آنچ نہ آئے۔

بجھے معلوم ہے، ہمارے بہت سے سرکاری اور غیر سرکاری ادارے ہمارے معاشرے کو مشیات سے پاک کرنے کے لئے بڑی جدوجہد کر رہے ہیں لیکن اس کے باوجود انہیں خاطر خواہ کامیابی نہیں ہوئی کیونکہ یہ مسئلہ ایسا ہے کہ اس پر جلد قابو پایا نہیں جا سکتا۔ مسائل جو اس سے وابستہ ہیں، بہت سے ایسے ہیں، بہت اچھے ہوئے ہیں اور بے حد مشکل بھی۔ دشمن بھی طاقتور ہے اور ساتھ ساتھ با اثر۔ اس پر قابو پانے کی راہیں طویل اور دشوار گزار ہیں۔

سچ پوچھئے تو یہ مسئلہ ایسا ہے کہ اسے صرف حکومت اور سماجی ادارے حل نہیں کر سکتے۔ ان کی انفرادی کوششیں دشمن کو چوتھی نہیں کر سکتیں۔ اس لئے اس وقت سب سے اہم ضرورت اس بات کی ہے کہ ملک کا ہر فرد عوام اور ہمارا نوجوان طبقہ خصوصاً اس خطرے کے تمام پہلوؤں سے واقف ہو کر اس سے نجات حاصل کرنے کی کوشش کرے۔ اسے ہمیشہ کے لئے ختم کرنے کے لئے سب کی مشترکہ کوششیں بہت ضروری ہیں۔ میری یہ عاجزانہ کوشش بھی اسی سلسلے کی ایک کڑی ہے۔

اپنے اس کام میں میرے کئی ہم خیال دوستوں نے میری رہنمائی کی ہے۔ میں ان سب کا ممنون ہوں۔ جب میں امریکہ گیا تو وہاں یو ایس انفارمیشن ایجنسی (U.S. Information Agency) نے مجھے کئی سہولتیں فراہم کیں۔ ان کے تعاون سے میں نے واشنگٹن ڈی سی میں مشیات سے متعلق کئی اداروں کا دورہ کیا اور اب تک جو کام ہوا ہے اس کے بارے میں خاصاً مواد جمع کیا۔ اسی طرح کینیڈا کے شہر ایڈمنٹن (Edmonton) میں ایک مقامی ادارے سے متعلق جناب خلیل اللہ نے بھی فراغدی سے میری طرف دست تعاون بڑھایا۔ کینیڈا میں یہ دیکھ کر حیرت ہوئی کہ امریکہ کے مقابلے میں وہاں کے عوام کی اکثریت اب تک خواب غفلت میں مست ہے۔ بہر حال میں ان تمام امریکین اور کینیڈین اداروں اور ان کے بہت سے افراد کا بھی ممنون ہوں۔

پاکستان میں سب سے زیادہ میری رہبری میرے دوست اور محترم دانشور، ڈاکٹر سید ہارون احمد نے کی۔ وہ ملک کے مشہور ماہر نفیات ہونے کے علاوہ ایک مخلص سماجی کارکن بھی ہیں۔ انہیں بھی میری ہی طرح اسکا شدت سے احساس ہے کہ جب تک ہمارا معاشرہ، مشیات جیسی تمام لعنتوں سے پاک نہیں ہو جاتا، ہماری قوم کے وہ خواب بھی پورے نہیں ہو سکتے جن کے لئے ہم سب نے انھک جدوجہد اور بے شمار قربانیوں کے بعد یہ آزاد ملک حاصل کیا تھا۔ ڈاکٹر سید ہارون احمد نے تفصیلی تبادلہ خیال کیلئے نہ صرف وقت دیا بلکہ چند مخصوص مریضوں کے بارے، ان کے صحیح ناموں کے اظہار کئے بغیر، اہم معلومات بھی فراہم کیں۔ یہ تفصیلات میرے لئے مشعل راہ بنیں۔ میں موصوف کا تہہ دل سے مشکور ہوں۔

میں اپنی کوششوں میں کسی حد تک کامیاب ہو سکا، اس کا جواب ”ایک سگریٹ اور“ کے مطالعے کے بعد آپ خود دے سکیں گے۔

انور عنایت اللہ

کراچی

۱۲ ستمبر ۱۹۹۰ء

ذہنی آزمائش کا ایک کھیل

آئیے۔ پہلے آپ کی معلومات کا امتحان لیں..... آئیے ذہنی آزمائش کا ایک کھیل کھیلیں۔

جب میرے ذہن میں منشیات کے بارے میں ایک الیکٹریک کتاب لکھنے کا خیال آیا جس سے عام قاری بھی مستفید ہو سکیں تو میں نے تمام نشر آور دواؤں سے متعلق بہت سی معلومات جمع کیں۔ ان کی بنیاد پر کئی اعلیٰ تعلیم یافتہ اور روشن خیال دوستوں سے تبادل خیال کیا تو ایک دلچسپ حقیقت کا اکٹشاٹ ہوا۔ ان میں سے نوے فیصد کی معلومات وابجی سی تھیں۔ اس کے معنی یہ تھے منشیات کے بارے میں بڑی اکثریت کو پتہ ہی نہیں تھا کہ ترقی یافتہ دنیا میں منشیات کے خطرے کے بارے میں اس قدر دو ایلا کیوں ہو رہا ہے۔ اسے سوچ کر میں نے چند سوالات ترتیب دیئے۔ انہیں میں اب بھی وقت فرمائپنے دانشور ساتھیوں پر آزماتا رہتا ہوں۔ اس سے پہلے کہ آپ میری اس کتاب کا تفصیلی مطالعہ کریں۔ ازراہ کرم میرے مندرجہ ذیل سوال نامے میں سے صحیح جواب ڈھونڈنا لئے کی کوشش کریں۔ میں نے اپنے سوالوں کے جواب اگلے صفحے پر دیے ہیں۔ آپ سے درخواست ہے صفحہ پلٹنے بغیر ذہنی آزمائش کے اس معلوماتی کھیل میں حصہ لیجئے اور اپنے گھر والوں کو بھی اس میں شامل کیجئے۔

سوال نمبر 1۔ منشیات تک پہنچنے سے پہلے بچے اور نوجوان سب سے پہلے کون سی نشہ آور چیز استعمال کرتے ہیں؟

-- تمبا کو، سگریٹ کی شکل میں۔

-- چرس۔

سوال نمبر ۲۔ جو لوگ بیس سال کی عمر سے پہلے منشیات کے چکر میں نہیں آتے ہیں لیکن اس سے بعد آئے تو کیا وہ ان سے اتنی آسانی سے بچ نکل سکتے ہیں جتنی آسانی سے بڑی عمر کے لوگ اس سے چھکارہ حاصل کرتے ہیں؟

سوال نمبر ۳۔ جو لوگ ہیرون کے بغیر ترپتے رہتے ہیں کیا وہ اس کو اس لئے

استعمال کرتے ہیں کہ:

-- اس سے انہیں لطف آتا ہے۔

-- اس کے ذریعہ انہیں فرار کا راستہ نظر آتا ہے۔

یا ان کے ہم عدوست ان کا خوشی سے استقبال کرتے ہیں۔

سوال نمبر ۴۔ پاکستان میں کس عمر کے لوگ اس لعنت کا زیادہ شکار ہیں؟

-- دس سال سے ترہ سال تک کے۔

-- اٹھارہ سے چھپس سال تک کے۔

-- چھپس سے پینتیس سال تک کے۔

-- چھتیس سے سانچھ سال تک کے۔

سوال نمبر ۵۔ اس نئے کے شکار کو پہلی بار کون اس راستے پر لگاتا ہے؟

-- منشیات کے پیشہ درتا جر

-- ان کے دوست احباب --

اتفاقاً کوئی انجانا ساختی۔

-- اخبارات، فلم اور ٹیلی ویژن۔

سوال نمبر ۶۔ مندرجہ ذیل منشیات میں سے انسانی زندگی کے لئے سب سے

زیادہ خطرناک کون ہی ہے؟

-- سگریٹ۔

-- ہیرون۔

-- چرس۔

-- افیون --

-- کوکین --

سوال نمبر ۷۔ فوری طور پر کون سی نشہ آور دو اسپ سے زیادہ خطرناک ہے؟

-- ماری اوانا (Marijuana) --

-- کوکین --

-- تمباکو کے ذریعہ بنتے والی تکوٹھن --

سوال نمبر ۸۔ ہیر و تن چکھنے والا شخص کب اس کا عادی بن جاتا ہے؟

-- پہلے ہی دن --

-- چار پانچ مرتبہ چکھنے کے بعد --

-- بیس بائیس بار استعمال کرنے کے بعد --

-- ہر شخص کے لئے اس کا اثر اور اس کی شدت مختلف ہے۔

سوال نمبر ۹۔ مندرجہ ذیل میں سے کون سی نشہ آور دو اکوش راب کے ساتھ ملا کر

کبھی نہیں پینا چاہئے؟

-- کوکین --

-- سگریٹ --

-- نیند لانے والی عام طبقی گولیاں جو Sedatives کہلاتی ہیں۔

سوال نمبر ۱۰۔ حاملہ عورت اگر نشہ کی عادی ہوتوا سے کیا کرنا چاہئے؟

-- اسے چاہئے کہ فوراً ہر طرح کا نشہ چھوڑ دے کیونکہ یہ اس کے ہونے والے

بچے کے لئے نقصان دہ ہوتا ہے۔

-- حمل کے ٹھہرنا کے چھیس ہفتواں کے بعد فوراً نشہ کرنا چھوڑ دینا چاہئے۔

سوالات کے جوابات

نمبر ۱۔ تمباکو سگریٹ کی شکل میں۔

نمبر ۲۔ اگر بیس سال کی عمر سے پہلے انہیں نشہ کی عادت پڑ گئی تو وہ بڑی مشکل ہی