

ملاوٹ

اس قوم کی قوتِ برداشت کمال ہے۔ لگتا ہے کسی آخری حد کا وجود ہی نہیں ہے۔ ہرچکہ، ظلم، نا انصافی اور قیامت گزرنے کے بعد بھی ویسی کی ویسی۔ ٹھنڈا سا پھر۔ کوئی چنگاری ہی نہیں جو آگ بن کر ہونے والی زیادتیوں کا ہاتھ تھام لے۔ نہیں جلا ڈالے۔ بر صغیر کی تاریخ بھی اسی مناسبت سے ہے۔ ہمارا اصل ہیر و کون ہے۔ اسکے متعلق بھی کچھ کہنا عبث ہے۔ وسطیٰ ایشیا کے ڈاکو، رہن ان اور ہارے ہوئے بادشاہ، ہماری قسمتوں کے مالک بن گئے۔ تاریخ بھی عجیب ہے۔ جسے لوں ہونا چاہیے تھا، وہ نجات دہندہ قرار دیا گیا۔ شائد ہماری "جیز" میں کوئی کمی ہے۔ بڑی باتیں، بڑے فیصلے چھوڑ دیجئے۔ معمولی ترین مسائل ملک کو اژدہ ہے کی طرح نگل چکے ہیں۔ قومی نیند ہے کہ ختم ہی نہیں ہوتی۔

آبادی پر کیا تصریح کیا جائے۔ ایک سیالاب ہے جس میں ملک کی ممکنہ ترقی غوطے کھارہی ہے۔ آج تک کسی سیاسی پارٹی کے قائد نے کھل کر یہ نہیں کہا کہ اس شرح سے بڑھتی ہوئی آفت کو کیسے کنٹرول کریگا۔ کوئی بھی مدلل فیصلہ نہیں کر سکتا۔ کوئی چین کی مثال تک نہیں دیتا۔ جہاں بچوں کی مخصوص تعداد پر خخت قانون سازی ہوئی تھی۔ چند دہائیوں میں چین میں اس عفریب کو قابو کر لیا گیا تھا۔ پر یہاں تو اس طرح کی قانون بنانے کی کوئی ہمت ہی نہیں کر سکتا۔ ہم سیکھنے کی حد سے بھی آگے گزر چکے ہیں۔ کوئی امید نہیں کہ قومی سطح کا کوئی بھی لیڈر ہمارے اس مہیب مسئلے پر سوچ و بچار کرنے کے بعد عملی اقدامات اٹھانے کی جرات کر پائیگا۔ نتیجہ کیا ہے کہ ہر طرف لوگ ہی لوگ ہیں۔ آبادی ہی آبادی، بچے ہی بچے۔ سوال یہ ہے کہ ان بائیکس کروڑ افراد کو غذا کس طرح مہیا کی جائیگی۔ اب تک گزارہ صرف اسلیے ہو رہا ہے کہ بنیادی طور پر پاکستان ایک زرعی ملک ہے۔ کھانے پینے کی اشیاء کافی حد تک موجود ہیں۔ پرنسپس سال کے بعد کیا ہوگا۔ اس تصور سے ہی خوف آتا ہے۔ دو دہائیوں میں آبادی تقریباً دو گنی ہو جائیگی۔ چالیس کروڑ لوگوں کی موجودگی میں ملک سانس کیسے لے پائیگا۔ اسکے متعلق سوچنے کی کسی کو فرصت نہیں۔

ان تمام معاملات کو چھوڑ دیجئے۔ صرف یہ غور کیجئے، کہ آپ کیا کھار ہے ہیں اور آپ کے بچے اور اہل خانہ کس طرح کی غذا استعمال کر رہے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ آپ نے اس پر کچھی سوچا ہو۔ مگر گمان ہے کہ اکثریت کو اندرازہ ہی نہیں کہ انتہائی محبت اور خلوص سے اپنے عزیز ترین لوگوں کو زہر دے رہے ہیں۔ اس زہر کا نام ہے "Processed Food" یعنی کھانے پینے کی وہ اشیاء جنکو فروخت کرنے سے پہلے ایک خاص مصنوعی نظام سے گزارا جاتا ہے۔ کوئی نہ کوئی کیمیکل، رنگ، ذائقہ اور اس طرح کی بے شمار خصوصیات مصنوعی طریقے سے پیدا کی جاتی ہیں۔ جسے ڈبے میں سیب کا جوس سمجھ رہے ہوتے ہیں، وہ قطعاً سیب کا اصل جوس نہیں۔ اس میں مصنوعی طریقے سے پھل کا ذائقہ پیدا کر کے لوگوں کو دھوکہ دیا جاتا ہے۔ ہمارے جیسے بے خبر لوگ ان تمام اشیاء کو خوشی سے استعمال کرتے ہیں۔

ایسے تمام ممالک جن میں نظام حکومت عام لوگوں کی حفاظت، ترقی اور فلاج پر قائم کیا گیا ہے۔ وہاں پر وسیع ڈنڈ فوڈ کے متعلق انتہائی متفقی رجھانات پائے جاتے ہیں۔ یوکے، ناروے، امریکہ، جرمنی اور دیگر مغربی ممالک حدرجہ تک ایسی تمام اشیاء پر پابندی لگا پکے

ہیں۔ جن میں مضرِ صحت کیمیکل کسی بھی صورت میں استعمال کیا گیا ہو۔ ڈاکٹر جیسن کالٹن اور میرا کالٹن نے ایک فہرست شائع کی ہے جس میں تمام مضرِ صحت اشیاء کے استعمال کی نشاندہی کی گئی ہے۔ مغربی حکومتوں نے ان تمام پر پابندی عائد کر دی ہے۔ مگر ہمارے ہاں کسی کواں فہرست پر توجہ دینے کی ضرورت محسوس نہیں ہوئی۔ فہرست پڑھ کر رو نگٹے کھڑے ہو جاتے ہیں کہ ہم غذا کے نام پر کیسا مہلک زہر کھار ہے ہیں۔ سوڈا، کولا، پنیر اور دیگر اشیاء کو خاص رنگ دینے کے حوالے سے پڑولیم سے کشید ایک کیمیکل استعمال کیا جاتا ہے۔ امریکی صحت عامہ کے شعبوں نے اس کو زہر قرار دے کر مکمل طور پر ختم کر دیا ہے۔ مگر ہمارے ملک میں کھانے پینے کی اشیاء میں خاص رنگ دینے کیلئے یہ کیمیکل بے رحمی سے استعمال ہو رہا ہے۔ کیا کیک اور کیا بیکری میں بنی ہوئی مہنگی اشیاء۔ تمام خطرناک حد تک مضرِ صحت ہیں۔ کیونکہ ہم لوگوں کو جانور کی سطح پر زندہ رہنے کیلئے مجبور کر دیا گیا ہے۔ لہذا مقامی سطح پر کوئی پوچھ گچھ نہیں ہے۔

کئی اشیاء پر انہائی دیدہ زیب طریقے سے لکھا ہوتا ہے کہ اس میں کسی قسم کی کوئی چربی نہیں ہے۔ یعنی یہ Fat Free ہیں۔ ان اشیاء کو فروخت کرنے کیلئے اربوں روپے کے اشتہار چلائے جاتے ہیں۔ امیر لوگ خوش ہو کر یہ خریدتے ہیں۔ کیونکہ انکی قیمت عام چیزوں سے بہت زیادہ ہوتی ہے۔ اکثر اوقات، چربی کی جگہ کمپنیاں Olestra استعمال کرتی ہیں۔ آئس کریم پر بھی لکھا ہوتا ہے کہ اس میں موٹا پاپیدا کرنے والی کوئی چیز استعمال نہیں کی گئی۔ مگر Olestra خطرناک ترین کیمیکل ہے جس سے آنٹوں کے کینسر کی ابتداء ہو سکتی ہے۔ لندن میں کوئی بھی چیز جس میں Olestra استعمال ہوئی ہو، اسے منوع قرار دیا گیا ہے۔ مگر پاکستان میں اس کو بے دھڑک استعمال کیا جا رہا ہے۔ کسی کوکوئی پرواہ نہیں۔ کیا بچے، کیا بڑھے، کیا امیر، کیا غریب، تمام کیمیکل سے لبریز اشیاء مزے سے کھا رہے ہیں۔ خوبصورت پیکنگ میں موت خرید کر خوشیاں مناتے ہیں۔ ہماری مٹھائیاں جس طرح بنتی ہیں یا بنائی جاتی ہیں۔ اس ادنی طریقے کو دیکھ کر کوئی ذی شعور انسان کبھی بھی مٹھائی کو ہاتھ نہیں لگایتا۔ مگر برتنی مقاموں سے جگمگاتی ہوئی دکانوں میں مٹھائیاں اس خوبصورتی سے لگی ہوتی ہیں جیسے یہ امرت دھارا ہیں۔ پورے پاکستان میں ایک بھی مٹھائی بنانے والا کارخانہ یاد کاندار، ڈبے پر لکھنے کیلئے تیار نہیں کہ اس میں کونسے کیمیکل اور اجزاء استعمال ہوئے ہیں۔ بڑی سے بڑی دکان پر چلے جائیے۔ بالکل ایک جیسے حالات ہیں۔ کیونکہ ملک میں خریدنے والے کے کوئی حقوق نہیں، لہذا ہر کو نے میں، مضرِ صحت مٹھائی بکتی چلی جا رہی ہے۔ آپ کو میری عرض داشت پر یقین نہیں تو کسی جگہ سے اس شیرینی کا لیبارٹری ٹیسٹ کروالیں۔ دیکھ کر ہوش ٹھکانے آ جائیں۔ ہمارے ہاں تو غفلت کی انہتائی ہے کہ چائے کو سفید کرنے والے کیمیکل (Whitner) کو دودھ کی جگہ خوشی سے استعمال کیا جا رہا ہے۔ Tea Whitner کیا ہے، ذرا بھی غور سے تجزیہ کیجئے گا۔ عرض کروں گا کہ بوتل والے پانی کے اندر بھی مضرِ صحت اجزاء موجود ہیں۔ کسی مینگ میں چلے جائیے۔ پانی کی چھوٹی بوتلیں سجائی ہوئی نظر آئیں۔ لوگ انکو پینا زندگی کا حصہ بنانے کے ہیں۔ مگر پانی کے اندر کیا کیا کچھ ملا یا گیا ہے، کوئی اس پر توجہ دینے کیلئے تیار نہیں۔ شاہد آپ کے لیے خبر ہو کہ ہمارے ملک سے گرمیوں میں استعمال ہونے والا معروف ترین شربت، جاپان ایکسپورٹ کیا گیا۔ وہاں دکانوں پر بیچنے سے پہلے اسکا تجزیہ کیا گیا۔ جاپان کی تمام لیباڑیوں نے اسے مضرِ صحت قرار دیا۔ یہاں تک لکھا گیا کہ انسان تو کیا، اسے جانوروں کو بھی نہیں پلایا جا سکتا۔ جاپانی حکومت نے وہ تمام شربت سمندر میں ضائع کر دیا۔ جس کمپنی نے اسے منگوایا تھا، اسے بھی بھر پور جرمانہ ہوا۔ مگر ہمارے

عظمیم ملک میں وہی شربت دھڑلے سے بیچا جا رہا ہے۔ اسے صحت کی ضمانت بتایا جاتا ہے۔ گرمیوں میں اسے اکسیر ثابت کیا جاتا ہے۔ سب کچھ سب کے سامنے ہورہا ہے۔ مگر کسی کے کان پر جوں تک نہیں ریلگتی۔ چند مثالیں دیکھ عرض کروں گا کہ جو کچھ ہم کھارہ ہے ہیں، اس سے مہلک بیماریوں میں حد درجہ اضافہ ہورہا ہے۔ غور کیجئے۔ کینسر، شوگر، بلڈ پریشر جیسی بیماریاں وباء کی طرح کیوں پھیل رہی ہیں۔ کوئی جواب دینے کیلئے تیار نہیں۔

مسئلہ یہ ہے کہ کیا کیا جائے۔ آخر زندہ بھی رہنا ہے اور کھانا پینا بھی ہے۔ سفید چینی کی مثال سامنے رکھئے۔ یہ حد درجہ خطرناک چیز ہے۔ چینی بذات خود زہر کی تاثیر رکھتی ہے۔ اس تجارت میں کھربوں روپے شامل ہیں، لہذا اسے بنڈ نہیں کیا جاسکتا۔ دیسی گڑ یادیسی شکر، کیمیکل ذدہ چینی کا بہترین نغم البدل ہے۔ شائد مشورہ پسند نہ آئے مگر کسی امیر آدمی کے گھر جائیے۔ وہ چائے کے ساتھ براون شوگر پیش کریگا۔ کئی شوگر مل ماکان میرے ذاتی دوست ہیں۔ اکثریت گھر میں اپنی مل کی بنی ہوئی چینی استعمال نہیں کرتے۔ اگر آپ کو میٹھے کا بہت شوق ہے تو دیسی گڑ سے بہتر کوئی چیز نہیں۔ گوشت کی طرف نظر ڈالیے۔ چکن کو غیر فطری طریقے سے وزنی کرنے کیلئے مہلک دوائیاں (Steroids) استعمال کیے جاتے ہیں۔ چوزے کی خوراک میں ہروہ دوائی ملی ہوئی ہے، جو اسے جلد از جلد بڑا کرے اور وہ خوب موٹا تازہ ہو جائے۔ مرغی کی غذا کی فیکٹریوں میں کیا کیا خطرناک اجزاء استعمال کیے جا رہے ہیں، اسکا تصور کرنا بھی محال ہے۔ حل کیا ہے۔ آپ دیسی مرغیوں کے استعمال کی طرف جائیے۔ بازار میں ملنے والی پیک شدہ چکن کو دور سے سلام کیجئے اور گزر جائیے۔ زہر سے آلو دھکن کھانے سے بہتر ہے کہ آپ کچھ بھی نہ کھائیے۔ کوئی ہلکی پھلکی چیز استعمال کر لیجئے۔

ہمارے ملک میں "پروسیسڈ فود" کے نام پر جو بھی انک دھنده ہورہا ہے، اسے ختم تو نہیں کیا جاسکتا۔ کیونکہ اس میں طاقت و رتین طبیعے کے مالی مفادات ملوث ہیں۔ زہر سے ملاوٹ ذدہ، دیدہ زیب اشیاء کھانے سے بہتر ہے کہ بالکل سادہ اشیاء استعمال کریں۔ جنکا آپ کو اندازہ ہے کہ انہیں کس طرح پروان چڑھایا گیا ہے۔ مگر اس ملک میں ملاوٹ کا کیا گلہ کرنا۔ کھانے پینے کی اشیاء تو ملاوٹ ذدہ ہیں ہی، مگر یہاں تو ایمان اور انسان تک ملاوٹ ذدہ ہیں۔

راوٰ منظر حیات