وصی جعفری

شیر مادر کی اسلامی اور سائنسی اہمیت وافادیت

خالق کائنات نے جب کرہ ارض کو اپنی مخلوقات سے آباد کرنا چاہا تو اس نے پانی کو روانی سبزوں کو ہریالی اور گلوں کو نکہت عطا کرنے کے بعد دیگر مخلوقات کی تخلیق کا سلسلہ شروع کیا۔ جب یہ زمین ہر طرح سے سرسبز وشاداب اور پر بہار نظر آنے لگی تو اب قدرت نے روح بہار کے نزول کا ارادہ کیا اور لفظ ''کن'' نے مجسمہ آدم میں روح پھونک دی۔ انھیں اشرفیت کا تاج پہنا کر جنت کا مکیں بنایا گیا اور پھر دنیا کی عارضی سکونت کے لئے روانہ کردیا گیا۔ یہ ابو البشر جب کرۂ ارض پر آیا تو اب تقاضائے فطرت کے تحت حکم خداوندی سے حضرت حوا کو بھی وارد ارض ہونا پڑا اور یہیں سے بشریت کا آغاز ہوا، باپ، ماں، بیٹے بیٹیاں، بھائی اور بہن اس طرح سلسلہ درسلسلہ نسل بشریت آگے بڑھتی رہی۔

رب العالمین نے جب نسل بشریت کا آغاز کیا تو اس میں وہ تمام صفات وخصوصیات ودیعت کردیں جو بقائے نسل کے لئے ضروری تھیں۔ جہاں ماں باپ کی عظمتوں کا اعلان کیا گیا وہیں اولاد کی پرورش وپرداخت کے لئے ان کے حقوق کی ادائیگی کا تذکرہ کیا گیا۔ یہ بشر عرصہ دراز تک اپنی فطرت پہ قائم بھی رہا لیکن زمانہ کی چمک دمک فیشن کی باڑھ، حسن پرستی اور مادیت پسندی نے کہیں حقوق تلفی کی تو کہیں قوانین سے گریز کا راستہ اختیار کیا۔ نتیجہ یہ ہوا کہ انسان نے فطرت کے قوانین سے منہ موڑنا شروع کیا جس کی وجہ سے پریشانیوں، صعوبتوں، بیماریوں اور دیگر آفتوں کا سلسلہ شروع ہوگیا۔

سلسلہ نسل کا دارومدار اولاد پر ہوتا ہے۔ ہر انسان چاہتا ہے کہ اس کی نسل باقی رہے یہی نہیں بلکہ اس کی نسل میں اعلیٰ ظرف باصلاحیت، خوب سیرت اور ہنر مند اولادوں کا سلسلہ قائم ہو تا کہ ایک اچھا معاشرہ تشکیل پاسکے لیکن جہاں ایک طرف یہ خیالات ہوتے ہیں وہیں دوسری طرف انسان جذبات کے دھارے میں اتنا بہہ چکا ہوتا ہے اس کا خواب شرمندہ تعبیر نہیں ہو پاتا۔ اولاً تو شریک حیات کے انتخاب میں اس معیار کو قائم نہیں رکھ پاتا اور اگر شریک حیات کا انتخاب صحیح یا غلط ہو بھی گیا ہے تو پھر سلسلہ نسل کی شروعات اس انداز سے نہیں ہو پاتی کہ وہ اپنی اولاد کے تئیں اپنے مقصد میں کامیاب ہو سکے۔ دنیا میں بچے کی آمد کے بعد ہی اکثر اسے اس کے اولین حق یعنی شیر مادر کی فراہمی سے محروم رکھا جاتا ہے جس کی بنا پر نہ اس کی پرورش و پرداخت اچھی ہو پاتی ہے اور نہ ہی اس میں والدین کی خصوصیات کما حقہ، آپاتی ہیں اس لئے کہ یہ قانون فطرت ہے کہ جو بویا جاتا ہے وہی اگتا ہے۔ جب بچہ ماں کے دودھ سے محروم رکھا جائے گا تو پھر اس میں انسان کی خصوصیت کیسے پیدا ہو سکتی ہے! اسی لئے قرآن ، حدیث اور سائنس نے بھی اس بات پر زور دیا ہے کہ بچہ کو ماں کا دودھ پلایا جائے تا کہ انسانیت کو فروغ حاصل ہو سکے۔

شیر مادر کی خصوصیات:

شیر مادر کی پوری خصوصیات کا اندازہ کوئی نہیں لگا سکتا۔ اس میں کون کون سے جوہر نعال پوشیدہ ہیں وہ تو بس خالق کل کے ہی علم میں ہے۔ البتہ اب تک جن خصوصیات اور جواہرات کا اندازہ لگایا جاسکتا ہے وہی شیر مادر کی اہمیت کو اجاگر کرنے کے لئے کافی ہیں۔ اسی لئے ادارۂ عالمی صحت (WHO) نے ایک نعرہ دیا (Mother's milk is best for baby)

☆ ماں کے دودھ میں وہ تمام بنیادی اجزاء موجود ہوتے ہیں جو بچہ کی ہڈیوں، اعصاب (Nerves)، عضلات (Muscles) اور انسجہ (Tissues) کی غذائیت کے لئے

کافی ہوتے ہیں اور جب بھرپور غذائیت ملتی ہے تو اچھی نشوونما ہوتی ہے۔

☆ ماں کا دودھ پاک، مطہر اور صاف ہوتا ہے اس میں کسی طرح کے جراثیمی اثرات کا امکان نہیں ہوتا اور یہ ہر وقت دستیاب ہوتا ہے۔

☆ اس کا درجہ حرارت بہت ہی مناسب ہوتا ہے۔

جسم انسانی چھ اہم اجزاء سے تشکیل پاتا ہے جن کا تناسب حسب ذیل ہے۔

الف۔ پانی (H_2O) ۶۳ فیصد

ب۔ لحمیات (Protiens) ۱۷ فیصد

ج۔ شحمیات (Fats) ۱۲ فیصد

د۔ نشاستہ (Carbohydrate) ۱۲ فیصد

و۔ حیاتین (Vitamins) اور معدنیات (Minerals) ۷ فیصد

ماں کے دودھ میں یہ تمام ضروری اجزاء انتہائی تناسب کے ساتھ ہوتے ہیں اور جیسے جیسے بچہ کو ان اجزاء کی ضرورت ہوتی ہے قدرت اسی حساب اور مقدار میں وہ اجزاء دودھ میں فراہم کر دیتی ہے۔ ماں کا دودھ بچہ کو جتنا غذائیت فراہم کرتا ہے اتنا ہی اس میں جذباتی اور نفسیاتی اقدار بھی اجاگر کرتا ہے۔

شیر مادر کا اسلامی نظریہ:

اسلام نے شیر مادر کو اتنی اہمیت دی ہے کہ خود قرآن مجید میں اس کا تذکرہ وارد ہوا ہے اور جہاں رضاعت کی بات کہی گئی ہے وہیں اس کی مدت بھی بیان کی گئی ہے چنانچہ رضاعت کے سلسلہ میں ارشاد ہوتا ہے۔"والوالدات یرضعن اولادھن حولین کاملین لمن اراد ان یتم الرضاعۃ..."[1]

(ترجمہ) "جو شخص اپنی اولاد کو پوری مدت تک دودھ پلوانا چاہے تو اس کی خاطر سے مائیں اپنی اولاد کو پورے دو برس پلائیں" رضاعت کی اہمیت کا اندازہ اس بات سے بھی

لگایا جاسکتا ہے کہ جہاں قرآن نے ماؤں کو دودھ پلانے کا حکم دیا ہے وہیں باپ کو یہ حکم دیا گیا ہے کہ وہ اپنی مرضعہ بیوی کے لئے کھانے کپڑے وغیرہ کا انتظام کرے۔ اگر بیوی کو طلاق دے چکا ہے لیکن وہ مطلقہ عورت اس کے بچہ کو دودھ پلارہی ہے تو اس کے لئے بھی قرآن پاک میں حکم ہوا ہے کہ ''فان ارضعن لکم فاتوھن اجورھن۔''ؔ ترجمہ ''اگر وہ (مطلقہ عورت) بچے کو تمہاری خاطر سے دودھ پلائیں تو انھیں مناسب اجرت دو۔''

اگر شیر مادر کی کوئی اہمیت نہ ہوتی تو ارشاد ہوسکتا تھا کہ طلاق کے بعد عورت کی ذمہ داری نہیں کہ وہ اپنے شوہر کے بچہ کو دودھ پلائے۔ اب یہ باپ کا فرض ہے کہ وہ جیسے چاہے اپنے بچہ کی پرورش کا انتظام کرے۔ لیکن قرآن کا یہ حکم عورت کی اہمیت کو واضح کررہا ہے دوسری طرف شیر مادر کی اہمیت کی نشاندہی کررہا ہے۔

شیر مادر اور حدیث:

اگر ہم احادیث کا مطالعہ کریں تو اس میں بھی شیر مادر کی اہمیت کے تذکرے ملتے ہیں اور بچوں کی پرورش کے لئے شیر مادر کو منفعت بخش اور مفید قرار دیا گیا ہے۔ نیز اگر ماں موجود نہ ہو تو کیسی عورتیں دودھ پلانے کا حق رکھتی ہیں اور کن عورتوں کو شیر دہی پر مامور کیا جانا چاہئے اس کی بھی تاکید کی گئی ہے۔

چنانچہ آنحضرتؐ فرماتے ہیں کہ ''ایسی عورتوں سے دودھ نہ پلواؤ جو احمق (بے وقوف) ہوں یا جن کی آنکھ میں عیب ہو۔ کیونکہ دودھ بچہ میں اثر کرتا ہے۔''ؔ

آج کی Genetic Theory نے یہ ثابت کردیا ہے کہ ماں باپ کے اثرات بچے پر یقیناً مرتب ہوتے ہیں اور اکثر مشاہدہ میں بھی یہ بات آتی ہے کہ اگر ماں بے وقوف ہے تو اولاد بھی بے وقوف ہوتی ہے اور اگر ماں کی آنکھوں میں عیب ہے تو بچے بھی معیوب ہوجایا کرتے ہیں۔ اسی لئے اگر ماں کو دودھ نہ اترتا یا ماں کسی وجہ سے اپنے بچے کو دودھ نہ پلاسکتی ہو تو ایسے موقع کے لئے اچھی دایہ کا انتخاب کرنا چاہئے۔ چنانچہ مولائے کائنات حضرت علیؑ

فرماتے ہیں۔ ”دایہ ایسی ہو جو سیرت وصورت دونوں میں اچھی ہو کیونکہ دودھ بچہ میں سرایت کرتا ہے اور بچہ سیرت وصورت دونوں میں دایہ سے مشابہ ہوتا ہے“۔ یہی اور پھر فرماتے ہیں کہ ”بچہ کے لئے سب سے زیادہ تغذیہ بخش اور سب سے زیادہ مبارک اس کی ماں کا دودھ ہے۔“ ۵؎

مدت شیر دہی کے سلسلہ میں حضرت جعفر صادق فرماتے ہیں کہ ”جو لوگ ۲۱ مہینہ سے کم دودھ پلاتے ہیں وہ اپنے بچے پر ظلم کرتے ہیں۔“

شیر مادر جدید سائنس کی روشنی میں:

ایک عہد تک مغربی دنیا نے فطرت کے اس قانون سے گریز کیا اور اس گریز کو حسن کی بقا کا سبب سمجھا جاتا رہا۔ پورا سماج اس عمل کو صحیح اور حق بجانب تسلیم کرنے لگا۔ نتیجہ یہ ہوا کہ رفتہ رفتہ اس فیشن پرستی نے زحمت کی شکل اختیار کرلی اور جہاں بچوں کو ماں کا دودھ ملنے کی وجہ سے ان کی ذہنی وجسمانی نشو ونما میں خلل واقع ہوا وہیں ایسی عورتوں کو بھی طرح طرح کی پریشانیوں اور بیماریوں کا سامنا کرنا پڑا بالآخر عالمی ادارہ صحت (WHO) نے عورتوں کو Breast Feeding کی طرف متوجہ کرنے کے لئے طرح طرح کے پروگرام شروع کیے تاکہ مائیں اپنے بچوں کو دودھ پلانے کی طرف راغب ہوسکیں۔

بچوں پر شیر مادر کا اثر:

ماہرین امراض اطفال، اطباء اور سائنس داں اس بات پر متفق ہیں کہ شیر مادر بچوں کے لئے مندرجہ ذیل خصوصیات رکھتا ہے۔

☆ شیر مادر بچوں کی زندگی کی بہترین بنیاد ہے۔

☆ یہ بچوں کو مکمل غذائیت فراہم کرتا ہے۔

☆ یہ بچوں کو تندرست وتوانا رکھتا ہے

☆ یہ مختلف قسم کے تغذیہ سے بچوں کو محفوظ رکھتا ہے۔ ایسے بچے ہیضہ، پیچش اور پیٹ کی

دیگر بیماریوں سے محفوظ رہتے ہیں۔

☆ شیر مادر بچوں میں حساسیت (Allergies) سے تحفظ کا ایک اہم ذریعہ ہے۔

☆ یہ ضیق النفس (Asthama) سے بچوں کو محفوظ رکھتا ہے۔

☆ ایک امریکی محقق کے مطابق پہلا رقیق مادہ جو Colustrum کہلاتا ہے (ولادت کے بعد عورت کے پستانوں سے آتا ہے) نومولود کے لئے اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ اس میں ہر خطرناک بیماری سے بچاؤ کے مادے ہوتے ہیں جو تمام عمر اس بچے کی نشوونما میں مدد کرتے ہیں۔

☆ ماں کا دودھ نہ صرف یہ کہ بچوں کی دماغی نشوونما کرتا ہے بلکہ یہ جسم میں ایسی قوت مدافعت پیدا کرتا ہے جس کی وجہ سے بچہ عام کمزوری اور متعدی امراض سے محفوظ رہتا ہے۔

☆ بعض ماہرین نے یہ تجربہ بھی کیا ہے کہ جن بچوں کی پرورش ماں کے دودھ سے ہوتی ہے ان میں ماں باپ کی محبت ان بچوں کے مقابلہ میں زیادہ ہوتی ہے جن کی پرورش ماں کے دودھ کے علاوہ دیگر ذرائع سے ہوتی ہے۔

رضاعت کے فوائد:

اگر کوئی عورت اسلامی احکامات اور سائنسی نظریات کے پیش نظر اپنے بچے کو دودھ پلاتی ہے تو نہ صرف یہ کہ اس کا بچہ صحت مند اور تندرست وتوانا ہوگا بلکہ خود ماں کو بھی اس سے مندرجہ ذیل فوائد حاصل ہوں گے۔

۱۔ ایسی عورتوں کا سلسلہ تولید وتناسل برقرار رہتا ہے۔

۲۔ یہ خون نفاس کو روکنے میں معاون ثابت ہوتا ہے۔

۳۔ اس سے ماں کی جسمانی قوت مدافعت میں اضافہ ہوتا ہے۔

۴۔ اکثر شیر دہندہ عورت دوران رضاعت حاملہ ہونے سے محفوظ رہتی ہے۔

۵۔ دودھ پلانے والی عورتیں ثدیین (Breasts) اور رحم (Uterus) کے سرطان

(Cancer) سے محفوظ رہتی ہیں۔

۶۔ پیدائش سے قبل کی پیٹ پر جمی ہوئی چربی دودھ پلانے سے گھل جاتی ہے۔ جس سے پیٹ بڑھتا نہیں ہے۔

۷۔ پہلے چھ ماہ میں ماں کا دودھ نہ صرف یہ کہ بچوں کی نشوونما میں اہم رول ادا کرتا ہے بلکہ اس سے مالی منفعت، وقت کی بچت کے ساتھ ساتھ خاندان دیگر تک ودو سے بھی محفوظ رہتا ہے۔

ان تمام نظریات کے پیش نظر ہم یہ کہہ سکتے ہیں ماں اپنے بچوں کو دودھ پلا کر نہ صرف یہ کہ قانون فطرت کی پابندی کر کے مستحق اجر وثواب ہوتی ہے بلکہ خود اپنی اور اپنی اولاد کے صحت مند ہونے کا سبب بھی بنتی ہے۔

حوالے:

۱۔ سورہ بقرہ: ۲۳۳

۲۔ سورہ طلاق: ۶

۳۔ حلیۃ المتقین فارسی ص۔ ۹۱

۴۔ حلیۃ المتقین فارسی ص۔ ۹۰

۵۔ حلیۃ المتقین فارسی ص۔ ۹۰

☆☆☆