ماں کا دودھ (Breast Feeding)

حمل کی مدت مقرر ہے وَنُقِرُّ فِى ٱلۡأَرۡحَامِ مَا نَشَآءُ إِلَىٰٓ أَجَلٍ مُّسَمًّى 'اور جسے چاہتے ہیں اسے رحم (uterus) میں قرار دیتے ہیں (ٹھہرا دیتے ہیں) ایک معلوم (وقت) کی مدت کیلئے' (الحج۔۵)، پھر قَرَارٍ مَّكِينٍ (رحم، uterus) میں ٹھہرا دیتے ہیں إِلَىٰ قَدَرٍ مَّعۡلُومٍ ۝٢٢ ''ایک معلوم اندازے تک'' (المرسلات ۲۱۔۲۲)۔ ماں کے رحم سے انسان کی دنیا میں آمد یوں ہوتی ہے ثُمَّ نُخۡرِجُكُمۡ طِفۡلًا پھر تمہیں نوزائیدہ بچہ بنا کر خارج کرتے ہیں'' (سورۃ الحج۔۵)۔ اور سورۃ غافر کی آیت ۶۷ میں یہ بات یوں کہی گئی ثُمَّ يُخۡرِجُكُمۡ طِفۡلًا ''پھر تمہیں نوزائیدہ بچہ بنا کر خارج کرتے ہیں''۔ انسان جس سے تخلیق ہوتا ہے جب باپ کے پاس ہوتا ہے تو اسے پانی میں ''دھکا'' دیا جاتا ہے خُلِقَ مِن مَّآءٍ دَافِقٍ ۝٦ ''اسے پانی میں دھکا دیئے ہوئے سے بنایا گیا'' (سورۃ الطارق۔۶)۔ اور جب ماں کے رحم میں مکمل ہوتا ہے تو اس وقت بھی اتنا کمزور ہوتا ہے کہ 'خارج' کیا جاتا ہے۔ یہ روزانہ مشاہدے میں آنے والی اس قدر عیاں حقیقت ہے کہ کوئی اسے بھول سکے

وَضَرَبَ لَنَا مَثَلًا وَنَسِىَ خَلۡقَهُۥ

''اور ہمارے لئے مثال بیان کرتا ہے لیکن اپنی پیدائش کے متعلق بھول جاتا ہے'' (حوالہ سورۃ یٰس۔۷۸)

ماں جب بچے کو جنم دیتی ہے وہ طِفۡلًا کہلاتا ہے۔ ٱللَّهُ ٱلَّذِى خَلَقَكُم مِّن ضَعۡفٍ ''اللہ وہ ہے جس نے تمہیں کمزور پیدا کیا'' (حوالہ الروم۔۵۴) اللہ تعالیٰ نوزائیدہ انسان کی کمزوری کو مدنظر رکھتے ہوئے اس کے جسم کی ضرورت کے عین مطابق اس کے رزق کا انتظام ماں کے سینے میں کر دیتا ہے۔ قرآن مجید نے نصیحت کی ہے

وَٱلۡوَٰلِدَٰتُ يُرۡضِعۡنَ أَوۡلَٰدَهُنَّ حَوۡلَيۡنِ كَامِلَيۡنِ

''اور مائیں اپنی اولاد کو پورے دو سال دودھ پلائیں'' (حوالہ البقرۃ۔۲۳۳)

وَفِصَٰلُهُۥ فِى عَامَيۡنِ

''اور دودھ پلانے کی مدت دو سال ہے'' (حوالہ لقمان۔۱۴)

وَحَمۡلُهُۥ وَفِصَٰلُهُۥ ثَلَٰثُونَ شَهۡرًا

''اور حمل اور دودھ پلانے کی مدت تیس مہینے ہے'' (حوالہ الاحقاف۔۱۵)

اور چوپایوں کے متعلق ایک حقیقت یہ بیان فرمائی وَإِنَّ لَكُمْ فِى ٱلْأَنْعَـٰمِ لَعِبْرَةً ''اور بیشک چوپایوں میں بھی تمہارے لئے ایک سبق ہے'' (النحل۔۶۶،المومنون۔۲۱) نُّسْقِيكُم مِّمَّا فِى بُطُونِهِۦ ''ہم تمہیں اس میں سے پلاتے ہیں جوان کے بطن میں سے مِنۢ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَّبَنًا خَالِصًا سَآئِغًا لِّلشَّـٰرِبِينَ خالص دودھ (Raw Milk) ہوتا ہے، پینے والوں کیلئے خوش ذائقہ، مِنۢ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ''۔سورۃ النحل کی آیت ۶۶ کے ان الفاظ مِنۢ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ کا ترجمہ مترجمین کی اکثریت نے یوں کیا ہے ''جو گوبر اور خون کے درمیان ہوتا ہے، (Between excretions and blood)''۔ گوبر اور خون سے بھینس، گائے، بھیڑ بکری کے دودھ کا کوئی تعلق نہیں۔تمام دودھ دینے والے جانوروں میں دودھ بننے کا تعلق Mamary Glands سے ہوتا ہے جو تھنوں والے تھیلے (Udder) میں ہوتے ہیں۔(ماں کا دودھ بھی Mamary Glands میں بنتا ہے جو عورت کی ''زینت'' چھاتیوں میں ہوتے ہیں)

فَرْثٍ کا مادہ ''ف ر ث'' ہے۔ ''اَلْفَرْثُ غذا جب وہ اوجھڑی کے اندر رہے'' (تاج)۔ابن فارس نے کہا کہ ہر اس چیز کو کہتے ہیں جو ریزہ ریزہ ہوگئی ہو۔ فَرَثَ ۔اس نے بکھیر دیا۔لین نے تصریح کی ہے کہ فَرْثٍ سے مراد جانور کی خوراک کی وہ حالت ہے جس میں ہضم ہونے کیلئے ریزہ ریزہ ہو چکی ہوتی ہے۔ غذا جزو بدن بننے سے قبل ریزہ ریزہ ہوتی ہے اور جزو بدن بنے والے اجزاء (Nutrients) الگ الگ ہوتے ہیں جو ان پر مشتمل ہوتے ہیں water, carbohydrates, proteins, fats, vitamins, and minerals

مِنۢ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ میں دَمٍ خون کو کہتے ہیں۔خون کیا ہے؟ یہ زندگی بخش وہ مائع ہے جو مسلسل گردش کرتے ہوئے انسان کے جسم کے تمام اعضاء اور ریشوں کو غذائیت بہم پہنچاتا ہے۔معدے اور چھوٹی آنت میں مختلف عملوں کی وجہ سے کھائی ہوئی غذا کے یہ فَرْثٍ الگ الگ ہوئے اجزاء خون میں اس وقت تک شامل نہیں ہوسکتے جب تک مزید ریزہ ریزہ (process) کرکے انہیں جذب ہونے کے قابل نہ بنالیا جائے۔غذا کے جزو بدن بننے کا مفہوم یہ ہے کہ ریزہ ریزہ کئے ہوئے اجزاء آنتوں میں جذب ہوکر خون میں شامل ہوجاتے ہیں اور گردش کرتے ہوئے خون میں سے جسم کے تمام حصوں (Cells) کو مطلوبہ غذا اور طاقت (nutrients and energy,calories) میسر آجاتی ہے۔

مِنۢ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ میں فَرْثٍ اور دَمٍ کے مابین کیا شئے ہے؟ وہ ہے لَّبَنًا یعنی دودھ۔دودھ ان خصوصیات کا حامل ہے جو ریزہ ریزہ ہوئی غذا اور خون کے درمیان کی حالت ہے۔ فَرْثٍ اور دَمٍ کے درمیان والی چیز وہ کہلائے گی جو الگ

الگ، بکھیرے ہوئے اجزاء یعنی **water, carbohydrates, proteins, fats, vitamins, and minerals** سے کچھ بہتر حالت لیکن خون سے کم حالت میں ہو۔ آیت مبارکہ میں ”لَّبَنًا“ یعنی دودھ کو جزو بدن بننے کے لائق غذا اور خون جس میں جزو بدن بننے کے لائق غذا شامل ہو چکی ہوتی ہے کے مابین کی خصوصیت کا حامل بتایا گیا ہے۔

قرآنِ مجید نے نوزائیدہ بچے کو دو سال تک ماں کا دودھ پلانے کی نصیحت کی ہے اور میڈیکل سائنس بھی آخر کار اسی نتیجے پر پہنچی کہ دو سال تک ماں کا دودھ پلانا بچے پر بہترین اثرات مرتب کرتا ہے اور ماں کے دودھ کا مکمل نعم البدل کچھ بھی نہیں۔ اللہ بہترین رازق ہے۔ ماں کی چھاتی سے بہنے والے دودھ کے اجزاء کی نوعیت بچے کے جسم کی ضرورت کے مطابق بدلتی رہتی ہے۔ سبحان اللہ! اور جن ماؤں کا بچہ ”وقت سے پہلے“ پیدا ہوتا ہے **(premature infant)** ان کے دودھ کی نوعیت دوسری ماں کے دودھ سے مختلف ہوتی ہے۔ سبحان اللہ! اللہ رازق ہے۔ ماں کے دودھ اور چھاتی سے دودھ پلانے کے ماں اور بچے کیلئے فوائد کے متعلق انسائکلو پیڈیا اینکارٹا سے بشکریہ اقتباس:

For the first three to four days after the baby's birth, the mil k released from the mother's breast is colostrum, a thick, yellowish fluid rich in protein, a ntibodies, and other infection-fighting agents that is more concentrated than mature breast milk. It is also lower in fats and carbohydrates. Colostrum is replaced by early, or tr ansitional, milk, which is thinner, lighter in color, and more plentiful. Within about two weeks of the baby's birth, early milk is replaced by bluish-white mature milk. The mother of a premature infant has milk higher in protein and salt concentrations that meet her bab y's special needs.

THE BENEFITS OF BREAST-FEEDING

Perhaps the most important advantage to breast-feeding is that b reast milk provides an infant with significant protection against chronic diseases such as allergies and asthma; and infectious diseases including meningitis, diarrhea, ear infe ctions, and pneumonia. The immune components of breast milk constantly change to meet the i nfant's need to be protected against new infections. As the infant's own immune system grows more capable, the concentration of antibodies and anti-infection agents in the milk gradually declines. Breast-feeding also benefits the mother by reducing her risk of developing ovarian cancer, pre-menopausal breast cancer, osteoporosis, and hip fractures in later life. Breast-feeding facilitates bonding between a mother and infant that is emotiona lly satisfying to both participants. The mother develops nurturing behaviors. The infan t, in turn, learns trust. (Microsoft Encarta Reference Library 2003).