ڈاکٹر نثار محمد *

شہد.........فيه شفآء للنّاس

عربی میں شہد کی مکھی کو نحل کہتے ہیں اور اسی نام پر قرآن کریم کی ایک سورۃ کا نام "النحل" (شہد کی مکھی) رکھا گیا ہے۔

اگرچہ شہد کا استعمال زمانہ قدیم سے ہو رہا تھا۔ لیکن اس کے اندر طبّی فوائد سے کوئی بھی واقف نہیں تھا۔ تا آنکہ قرآن کریم نے اس کے اندر چھپی ہوئی طبّی فوائد کی نشاندہی کر کے طبّی دنیا کے ماہرین کو ورطۂ حیرت میں ڈال دیا۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے۔ واوحی ربك الی النحل ان اتخذی من الجبال بیوتاً ومن الشجر ومما یعرشون ۔ ثمّ کلی من کل الثمرات فاسلکی سبل ربك ذللاً ۔ یخرج من بطونها شراب مختلف الوانه فيه شفآء للناس ان فی ذالك لاية لقوم يتفكرون۔ (۱)

ترجمہ۔ اور تیرے رب نے شہد کی مکھی کو حکم دیا ہے کہ پہاڑوں درختوں اور ان چھتوں میں گھر بنائے۔ جو اس کیلئے بنائے جاتے ہیں۔ پھر ہر قسم کے میوؤں میں سے کھا۔ پھر اپنے رب کی تجویز کردہ راہوں پر چل۔ انکے پیٹ سے پینے کی ایک ایسی چیز نکلتی ہے جس کے رنگ مختلف ہیں۔ اس میں لوگوں کے لئے شفاء ہے بیشک اس میں فکر کرنے والوں کے لئے نشانی ہے۔

قرآن کریم نے شہد کے بارے میں " فيه شفاء للناس " کہہ کر اسکو نہ صرف بطور دوا استعمال کرنے کی ترغیب دی۔ بلکہ محققین اور طب کے پیشے سے منسلک افراد کو شہد کے طبّی فوائد اور مختلف بیماریوں کیلئے اس کی افادیت معلوم کرنے کی طرف بھی راغب کرنے کی کوشش کی۔

چونکہ قرآن کریم نے اس کی طبّی اہمیت پر روشنی ڈالی ہے۔ اسلئے رسول کریمؐ نے بھی مختلف احادیث میں اس کی طبّی خصوصیات کے بارے میں ہدایات دیں۔ ان میں چند احادیث بطورِ نمونہ کے پیش کی جاتی ہیں۔

۱) علیکم بالشفائین العسل والقرآن (۲) تمھارے لئے شفا کے دو مظہر ہیں۔ شہد اور قرآن

۲) ان کان فی شیء من ادویتکم خیر ففی شرطة محجم اور شربة عسل (۳)

ترجمہ ۔ تمھاری دواؤں میں اگر کسی چیز میں بھلائی کا کوئی عنصر پایا جاتا ہے۔ تو وہ پچھنے لگانے اور شہد پینے میں ہے۔

---

* اسسٹنٹ پروفیسر شعبۂ علوم اسلامیہ 'اسلامیہ کالج پشاور

۴) عن ابو سعید الخدری قال قد جآء الرجل الی النبیؐ فقال اِنّ اخی استطلق بطنه،فقال رسول اللهؐ اسقه عسلاً فسقاه ثم جآء فقال سقیته،فلم یزده اِلاّاستطلاقاً فقال له،ثلاث مراتٍ ثم جآء الرابعة فقال اسقه عسلاً فقال لقد سیقته،فلم یزده الا استطلاقاً فقال رسول الله ﷺ صدق الله وکذب بطن اخیك فسقاه فبرا (۴) ترجمہ۔ابو سعید الخدری کہتے ہیں کہ ایک آدمی رسول اللہؐ کی خدمت میں حاضر ہوا اور کہا کہ اسکے بھائی کو اسہال کی شکایت ہے۔رسول اللہؐ نے فرمایا۔کہ اسے شہد پلاؤ۔وہ پھر آکر کہنے لگا کہ شہد پینے سے اس کے اسہال میں مزید اضافہ ہوا۔پھر آپ نے فرمایا اسے شہد پلاؤ۔اسی طرح تین مرتبہ وہ آدمی آتا رہا۔چوتھی بار آپؐ نے فرمایا جاؤ اسے شہد پلاؤ اللہ نے سچ کہا ہے اور تیرے بھائی کا پیٹ جھوٹ کہتا ہے۔اس آدمی نے پھر اسے شہد پلایا۔اور وہ ٹھیک ہو گیا۔جدید طب سے پتہ چلا ہے کہ شہد میں غذائیت کے تقریباً وہ تمام اجزاء شامل ہیں۔جنکی ضرورت انسانی جسم کو پڑتی ہے۔(۵) اسکے علاوہ انسانی جسم کو جتنی بھی کیمیائی مرکبات کی ضرورت پڑتی ہے۔ان میں سے تقریباً ہر عنصر شہد میں موجود ہوتا ہے۔انسانی صحت کو برقرار رکھنے اور کمزوری کو دور کرنے کیلئے وٹامن بی کی مختلف اقسام کی ضرورت ہوتی ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے شہد میں وٹامن بی کی تقریباً تمام قسمیں بڑی وافر مقدار میں فیاضی کیساتھ جمع کی ہیں۔رسول اللہؐ نے فرمایا۔ من لعق العسل ثلاث غدوات فی کل شهرٍ لم یصبه عظیم من البلاء (۶)

ترجمہ۔ جو شخص ہر مہینے صبح کیوقت تین دن تک شہد چاٹ لے۔اسے کوئی بڑی بیماری نہیں ہوگی۔

شہد کے اجزائے ترکیبی :

حرارے / کیلوری ☆ فی 100 گرام	کاربوہائڈریٹ فی 100 گرام	پروٹین فی 100 گرام
315	74.4 تا 76.5	0.3 تا 2.67
کیلشئم فی 100 ملی گرام 7.7 تا 8	فاسفورس 12 تا 23.3	سلفر (گندھک) 0.8
کلورین 26.3	لوہا (آئرن) 0.9 تا 0.2	پوٹاشیم 35
سوڈیم 7.1	میگنیشیم 2.0	تانبا 04.
وٹامن بی ۱ 0.01	وٹامن بی ۲۔ وٹامن بی ۳ 0.2 - 0.04	وٹامن سی 4
سکروز 12 تا 80 %	آسان ساخت کی مٹھاس 60 تا 93%	(۷)

☆ حرارہ / کیلوری: یہ حرارتی توانائی کا نام ہے۔ اس سے مراد حرارت کی وہ مقدار ہے جو ایک کلوگرام پانی کے درجہ حرارت کو ایک سنٹی گریڈ تک بڑھاتا ہے اس کو حرارہ یا کلوری کہتے ہیں۔

کسی ایک علاقے کے شہد کی اجزائے ترکیبی کسی دوسرے علاقے سے مختلف ہو سکتی ہے۔ یہاں تک کہ رنگ اور ذائقہ کے اختلافات بھی علاقوں کے ردّوبدل کی بنا پر بدل سکتے ہیں۔(۸)

شہد اور امراض جان۔

اسہال اور امراض بطن کی شکایت عام طور پر آنتوں میں سوزش کیوجہ سے ہوتی ہے۔ جس میں مریض کو بار بار رفع حاجت کی ضرورت پڑتی ہے۔ اور بدن سے کافی مقدار میں پانی اور نمکیات خارج ہو جاتی ہیں۔ پانی کی کمی کی وجہ سے گردے متاثر ہو جاتے ہیں۔
اس کیلئے ضروری ہے کہ مریض کو وقفے وقفے سے نمک اور گلوکوز پانی میں ملا کر پلایا جائے۔ تاکہ مریض کے بدن کی ضروریات پوری ہوتی رہیں۔ شہد میں نہ صرف پانی اور گلوکوز ہوتا ہے۔ بلکہ توانائی بہم پہنچانے والے عناصر بھی ہوتے ہیں۔ جس کی بناء مریض جلد یابد یر صحتیاب ہو جاتا ہے(۹) اسی بنا پر رسول کریمؐ نے پیٹ کے درد اور اسہال کی شکایت کو رفع کرنے کے لئے شہد کا استعمال تجویز فرمایا۔ شہد میں مٹھاس کے باوجود یہ ذیابیطس کے مریضوں کے لئے مضر نہیں۔ کیونکہ شہد میں ڈکسٹروز (Dextrose) کے ساتھ شہد کی مکھی کے منہ سے ایک خاص قسم کا مادہ شامل ہو جاتا ہے جو شہد کی مٹھاس کو ذیابیطس کے مریضوں کے لئے مفید بنا دیتا ہے۔(۱۰)

شہد --- یرقان (JAUNDICE) اور امراض جگر (HEPATITIS) کیلئے :

یرقان کے مریضوں کے لئے ابلے ہوئے پانی میں شہد پلایا گیا۔ اور وہ سب کے سب شفایاب ہو گئے۔ اسکے علاوہ تپ دق (T.B) کے مریضوں کے لئے شہد ایک بہترین ٹانک کے طور پر کارآمد پایا گیا ہے۔ دل کے مریضوں کو شہد پلا کر انکے درد کی شدت میں کمی پائی گئی۔(۱۱)

استسقاء جگر کا ایک موذی اور خطرناک مرض ہے۔ اس مرض میں پیٹ میں پانی بھر جاتا ہے اور پھر ڈاکٹر سرنج کے ذریعے مریض کے پیٹ سے پانی نکالتے ہیں۔ شہد میں اللہ تعالیٰ نے اس مرض کو کم کرنے کی صلاحیت رکھی ہوئی ہے۔ شہد کے مسلسل استعمال سے اس مرض سے نجات مل سکتی ہے۔ اگرچہ شہد کے ذریعے علاج ذرا طویل ہے۔ مگر افاقہ ضرور ہوتا ہے۔(۱۲)

شہد بحیثیت جراثیم کُش Antiseptic :

جرمنی میں حال ہی میں تحقیقات سے پتہ چلا ہے کہ شہد میں ایک جراثیم کُش عنصر پایا جاتا ہے۔ جس کو پروپلس (Proplis) کہتے ہیں۔ یہ عنصر پیپ اور سوزش پیدا کرنے والے جراثیم کو مارتا ہے۔ اس بناء پر یہ ناک کان اور گلا (E.N.T) اور نظامِ تنفس کے سوزشوں کے لئے مفید ہے۔ زکام اور انفلوئنزا کے وائرس شہد کی وجہ

سے خود بخود مر جاتے ہیں اور مریض بہت جلد صحت یاب ہو جاتا ہے۔ (۱۳)

آنکھوں کی عام جلن اور سوزش کیلئے ایک سلائی خالص شہد میں ڈبو کر آنکھوں میں لگانے سے آنکھوں کی سوزش اور جلن نہ صرف ختم ہو جاتی ہے۔ بلکہ آنکھوں کو ٹھنڈک بھی محسوس ہونے لگتی ہے۔ (۱۴) چونکہ شہد میں کسی بھی قسم کا بیکٹیریا زندہ نہیں رہ سکتا۔ لہٰذا یہ مختلف قسم کی دوائیوں اور چیزوں کو سٹور کرنے کا بہترین ذریعہ ہے (۱۵) آج کل دوائیوں کے اثرات کو تادیر بحال رکھنے کیلئے اس میں معمولی مقدار میں الکحل ملایا جاتا ہے۔ لیکن اگر یہی کام شہد سے وسیع پیمانے پر لیا جائے تو شہد کی مکھیوں کو پالنے کی صنعت کافی ترقی کر سکتی ہے۔

شہد کی مکھیاں اور دوائی کی جڑی بوٹیاں :

آج کل جڑی بوٹیوں سے دوائی بنانے کے لئے کیمیاوی طریقے استعمال کیے جاتے ہیں۔ ان پودوں کے پھلوں، پھولوں، تنوں اور پتوں سے کیمیاوی اجزاء کے ذریعے انکے جوہر اور خلاصے حاصل کئے جاتے ہیں۔ شہد کی مکھی میں اللہ تعالیٰ نے یہ صلاحیت رکھی ہے کہ وہ ہر مفید پودے کے پھولوں سے رس چوس کر اس سے شہد بناتی ہے۔ اور یوں اس شہد میں اس پودے کا جوہر اپنی بہترین شکل میں موجود ہوتا ہے۔ لہٰذا اگر کسی علاقے میں دوائی کی مخصوص جڑی بوٹیاں پائی جاتی ہوں تو شہد کی مکھی کے ذریعے قدرتی طریقے پر ان جڑی بوٹیوں کے جوہر اور خلاصے حاصل کئے جا سکتے ہیں۔ اور اس طرح اس مخصوص علاقے کا شہد نہ صرف شہد ہوتا ہے۔ بلکہ اس مخصوص جڑی بوٹی کا بہترین جوہر بھی ہوتا ہے۔ اور وہ مخصوص مرض کے لئے بہترین دوا بھی ثابت ہو سکتا ہے۔ شاید یہی وجہ ہے کہ رسول کریمؐ نے شہد کی مکھی کو مارنے سے منع فرمایا ہے۔ حضرت عبداللہ ابن عباسؓ فرماتے ہیں کہ نہی رسول اللہ ﷺ عن قتل اربع من الدواب النملة والنحلة والهدهد والصرد (۱۶)

ترجمہ۔ چیونٹی، شہد کی مکھی، ہُدہُد اور چڑیٰ ممولہ ☆

شہد کا جوہر :

قرآن کریم نے شہد میں شفاء دینے والے عنصر کی طرف اشارہ کر کے ارشاد فرمایا۔

يخرج من بطونها شراب مختلف الوانه فيه شفاء للناس (۱۷)

ترجمہ :۔ انکے پیٹوں سے مختلف رنگ کے سیال مادے نکلتے ہیں۔ جن میں لوگوں کیلئے شفاء ہے۔

☆ شہد کی مکھی کے علاوہ باقی تین چونکہ ان کیڑوں کو کھاتے ہیں جو فصلوں اور درختوں کو نقصان پہنچاتے ہیں۔ اس لئے یہ میوہ دار درختوں کو دوسرے خطرناک حشرات الارض سے بچانے کا باعث بنتے ہیں۔

درج بالا آیت میں شہد کی مکھی کے پیٹ سے مختلف رنگ کے مادوں کے خارج ہونے کے بارے میں بتایا گیا ہے۔ جدید طبی اصطلاح میں ان مادوں کو خامرے / انزائم (Enzyme) کہا جاتا ہے۔ اور حقیقت میں یہی خامرے (رطوبتیں) مختلف بیماریوں کیلئے تریاق ہیں۔

شہد کی مکھی کے بچے چونکہ اسی رطوبت کو کھاتے ہیں اسلئے یہ اپنے پیدائشی وزن سے 350 گنا زیادہ بڑھتے ہیں۔ جبکہ انسانوں اور دوسرے حیوانوں کے بچے بڑا ہونے پر اپنے پیدائشی وزن سے 20 تا 25 گنا بڑھتے ہیں۔ اس سے معلوم ہوتا ہے کہ پوری حیوانی دنیا میں شہد کی مکھی کے بچوں کی بڑھنے کی رفتار دوسرے تمام حیوانات سے بہت زیادہ ہوتی ہے۔ (۱۸)

حوالہ جات

1) قرآن کریم النحل 16 : 69 اسکے علاوہ سورہ محمد 15:47 میں بھی جنت کے مختلف مشروبات کی نہروں کے ضمن میں شہد کی نہر کا ذکر ہوا ہے۔

2) ا۔ حافظ عبداللہ ابن ماجہ القزوینی۔ سنن ابن ماجہ 'کتاب الطب باب العسل' مکتبہ الفاروقیہ ملتان۔

ب۔ حافظ ابی عبداللہ الحاکم 'مستدرک کتاب الطب' دار المعرفۃ بیروت۔

3) ا۔ محمد بن اسمٰعیل بخاری، صحیح بخاری کتاب الطب باب الدواء بالعسل' سعید کمپنی کراچی

ب۔ حوالہ نمبر 2- الف　　4) ا۔ حوالہ نمبر 3-الف،

ب۔ امام احمد بن حنبل، مسند احمد ج :3 ص :93,19 'دار الفکر بیروت لبنان۔　پ۔ حافظ ابی عیسیٰ محمد بن عیسیٰ الترمذی، سنن ترمذی کتاب الطب باب ماجاء فی العسل۔ ایچ۔ ایم سعید کمپنی کراچی 1985ء

5) دیکھئے (500) Answers to Bee Questions : P: 67 - A-1 Root Company Medina Ohio U.S.A

6) دیکھئے حوالہ نمبر 2-الف　7) ا۔ ڈاکٹر خالد غزنوی 'طب نبوی اور جدید سائینس ج :1 ص :158' الفیصل ناشران اردو بازار لاہور 1987ء

ب۔ دیکھئے Dr. Tajamul Hussain, Food Compositoin for Pakistan "HONEY" Department of Human Nutrition NWFP Agricultural University of Peshawar

8) دیکھئے C.P. Dadant, First Lesson in Bee Keeping P: 32, Journal Printing Co. U.S.A, 1954

9) ا۔ حکیم محمد عبداللہ، خواص شہد ص :58' ادارہ مطبوعات سلیمانی، اردو بازار لاہور

ب۔ حافظ نذر محمد، طب نبوی ص: 88، پاک مسلم اکادمی اردو بازار لاہور، 1984

پ۔ سلیم احمد صدیقی، شہد---ایک بہترین قدرتی غذا اور دوا ص : 107 فیروز سنز لمیٹڈ، کراچی 1989

10) دیکھئے Composition of Australian Honeys C.S.I.R.O (1974 Australia)

11) دیکھئے حوالہ نمبر 7- الف 12) دیکھئے حوالہ نمبر 9- پ

13) دیکھئے حوالہ نمبر 5 اور 7 الف ص :189 14) دیکھئے حوالہ نمبر 9-الف ص :38

15) دیکھئے حوالہ نمبر 5 ص: 67

16) ا۔ ابو داؤد سلیمان سجستانی، سنن ابو داؤد باب الادب 'مکتبہ امدادیہ ملتان

ب۔ امام احمد بن حنبل 'مسند احمد ج :1 ص :332 دار الفکر بیروت لبنان

پ۔ سنن ابی ماجہ' ابواب الصید باب ما ینھی عن قتله

17) قرآن کریم النحل 16 : 69 18) طب نبوی اور جدید سائنس ج 1 ص :194 تا 197

بقیہ صفحہ نمبر ۴۵ سے

دفاع افغانستان کونسل کی سرگرمیاں

ہے۔ اسی طرح متحارب گروپوں سے اسلحہ واپس لیا ہے۔

(۵) افغان حکومت تمام مسائل پر عالمی قیادت اور اداروں سے مذاکرات کیلئے تیار ہے اس لئے افغانستان پر سلامتی کونسل کی پابندیاں بلاجواز اور ظالمانہ ہیں۔ خطہ میں تمام ممالک کیلئے اس کے منفی اثرات مرتب ہوں گے۔

ہماری اپیل ہے کہ

- ☆ افغانستان پر عائد پابندیاں ختم کی جائیں آپ کا ملک انسانی ہمدردی کی بنیاد پر اس مسئلہ پر موثر کردار ادا کرے
- ☆ این جی اوز کو انسانی بنیادوں پر ریلیف کا کام کرنے دیا جائے۔ اس میں رکاوٹیں نہ ڈالی جائیں۔
- ☆ اقوام متحدہ کی نگرانی میں او آئی سی کا نمائندہ وفد افغان حکومت سے مذاکرات کرے۔
- ☆ افغانستان سے متنازعہ مسئلہ پر عالمی قوانین اور عدالتی طریقہ کار اختیار کیا جائے نہ کہ ویٹو پاور کا ندھا استعمال کیا جائے۔