

رسول اللہ ﷺ کی پاکیزہ زندگی میں اعتدال و توازن

غازی عبدالرحمن قاسمی *

عبدالقدوس صہیب **

نبی کریم ﷺ کی حیات مقدسہ اور سیرت مطہرہ انسانی زندگی کے تمام شعبوں اور گوشوں کے بارے میں واضح ہدایات اور رہنمائی مہیا کرتی ہے جس پر عمل پیرا ہو کر دارین میں فلاح و کامیابی کا حصول ممکن ہے آپ ﷺ کے دینی تعلیمات کے حوالہ سے جملہ احکامات اور عبادات کی ادائیگی کے سلسلہ میں کیے گئے اقدامات میں شریعت کی پاسداری اور اعتدال و توازن کا حسین امتزاج نظر آتا ہے جو ایک طرف شریعت کے تقاضوں کو پورا کرتے ہیں تو دوسری طرف انسانی صحت و مصالح کو بھی متضمن ہیں۔ جو چیز حد اعتدال سے متجاوز ہو جاتی ہے بظاہر کمیت اور مقدار کے اعتبار سے زیادہ ہوتی ہے مگر اس کے تسلسل میں رفتہ رفتہ کمی واقع ہونا شروع ہو جاتی ہے جو کہ فساد و بگاڑ کے علاوہ شرعی احکامات کی پابندی میں حارج اور نقصان و خسران پر منبج ہوتی ہے اس لیے قرآن و سنت کا مطالعہ اور آپ ﷺ کا طرز عمل ایسے طریقے سے ادا کر کے امتثال کی حوصلہ شکنی کرتا ہے جس سے اعمال میں انقطاع و استحصار کی نوبت آجائے۔

کسی بھی دینی یا دنیاوی معاملہ میں افراط و تفریط سے صرف نظر کرتے ہوئے درمیانی راہ کو اختیار کرنا اعتدال کہلاتا ہے۔ (۱) قرآن کریم اور سنت رسول ﷺ میں اس حوالہ سے بکثرت نصوص وارد ہوئی ہیں جن کی تفصیل کا یہ موقع نہیں ہے مختصر اس پر روشنی ڈالی جاتی ہے۔

علامہ جلال الدین سیوطی (م- ۹۱۱ھ) نے امام ماوردی (م- ۴۵۰ھ) کے حوالہ سے باسند نقل کیا ہے۔ کہ حسن بن الفضل سے سوال ہوا کہ تم عرب و عجم کی مثالیں قرآن کریم سے نکالتے ہو «حَبِزُ الْأُمُورِ أَوْ سَاطِئُهَا» (۲) ”بہترین امور وہ ہیں جن میں میانہ روی اختیار کی جائے۔“ کی مثل بھی قرآن کریم میں پاتے ہو؟ تو اس نے جواب میں کہا کہ چار آیات میں یہ مثل بیان ہوئی ہے۔ (۳)

۱- وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَعُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا (۴)

اور وہ لوگ جب خرچ کرتے ہیں تو فضول خرچی نہیں کرتے اور نہ تنگی کرتے ہیں اور ان کا خرچ ان دونوں کے درمیان اعتدال پر ہوتا ہے۔

۲- وَلَا تَجْهَرُ بِصَلَاتِكَ وَلَا تُخَافُتْ بِهَا وَابْتَغِ بَيْنَ ذَلِكَ سَبِيلًا (۵)

اور نماز نہ بلند آواز سے پڑھو اور نہ آہستہ بلکہ اس کے درمیان کا طریقہ اختیار کرو۔

مذکورہ نصوص سے اعتدال و توازن کی اہمیت واضح ہو رہی ہے مگر اس کے باوجود قرآن کریم میں اسراف، حد سے

تجاوز اور غلو سے صراحتاً ممانعت فرما کر اس طرف اشارہ کر دیا کہ ہر حالت میں اعتدال ہی مطلوب ہے۔ (۶)

اسی طرح احادیث میں بھی تمام امور میں اعتدال و توازن سے کام لینے کا حکم دیا گیا۔ خواہ ان کا تعلق عقائد سے ہو یا

* لیچرر، شعبہ علوم اسلامیہ، گورنمنٹ ولایت حسین اسلامیہ ڈگری کالج ملتان، پاکستان۔

** چیئرمین شعبہ علوم اسلامیہ، بہاء الدین زکریا یونیورسٹی ملتان، پاکستان۔

عبادات اور معاملات سے بے اعتدالی کو کسی بھی جگہ پسند نہیں فرمایا گیا۔ عقائد میں غلو سے منع کرتے ہوئے فرمایا:

لَا تُظْرُونِي، كَمَا أَطْرَتْ النَّصَارَى ابْنَ مَرْيَمَ، فَإِنَّمَا أَنَا عَبْدُهُ، فَقُولُوا عَبْدُ اللَّهِ، وَرَسُولُهُ (۷)

مجھے اتنا نہ بڑھاؤ جتنا نصاریٰ نے عیسیٰ بن مریم کو بڑھایا ہے میں تو محض اللہ کا بندہ ہوں تو تم بھی یہی کہو کہ اللہ کا بندہ اور اس کا رسول۔

دین معاملات میں شدت کی دو صورتیں ہیں: پہلی یہ کہ ایک چیز واجب یا مستحب نہیں ہے اس کو واجب اور مستحب کا درجہ دیدینا۔ اور دوسری یہ کہ ایک چیز حرام اور مکروہ میں سے نہیں ہے بلکہ طیبات میں سے ہے اس کو حرام اور مکروہ کے دائرہ میں لے آنا آپ ﷺ نے اس سے منع فرمایا ہے جیسا کہ نصاریٰ نے اپنے آپ پر سختی کی تو اللہ تعالیٰ نے بھی ان پر سختی کر دی ان پر بجانب اللہ رھبانیت فرض نہیں تھی انہوں نے از خود اپنے اوپر اسے لازم کر لیا اور پھر اس کو نباہ نہ سکے۔ (۸)

ایک مرتبہ آپ ﷺ رات کے وقت حضرت ابو بکر اور حضرت عمر رضی اللہ عنہما کے پاس سے گزرے، حضرت ابو بکر رضی اللہ عنہ نماز میں پست آواز میں اور حضرت عمر رضی اللہ عنہ بلند آواز میں تلاوت کر رہے تھے۔ آپ ﷺ نے شیخین سے پست و بلند آواز میں تلاوت و قرأت کی وجہ کے بارے میں پوچھا؟ تو حضرت ابو بکر صدیق نے عرض کیا کہ میں اس ذات کو سن رہا تھا جو سرگوشی کو بھی سن لیتا ہے اور حضرت عمر نے عرض کیا میں سونے والے کو جگا رہا تھا اور شیطان کو بھگا رہا تھا اس پر آپ ﷺ نے فرمایا:

يَا أَبَا بَكْرٍ اِرْفَعْ مِنْ صَوْتِكَ شَيْئًا وَقَالَ لِعُمَرَ: «اُخْفِضْ مِنْ صَوْتِكَ شَيْئًا» (۹)

اے ابو بکر تم اپنی آواز تھوڑی بلند کرو اور حضرت عمر سے فرمایا اے عمر تم اپنی آواز تھوڑی پست کرو۔

اس حدیث سے معلوم ہوا آپ ﷺ نے حضرت شیخین کو اعتدال سے کام لینے کا حکم دیا۔

علامہ ابن الملک الکرماتی (م- ۸۵۴ھ) لکھتے ہیں:

وهذا يدل على أن الإفراط والتفريط غير محمود (۱۰)

اور اس حدیث نے اس پر بھی دلالت کی کہ افراط اور تفريط ناپسندیدہ ہیں۔

اسی طرح کا ایک اور واقعہ کتب حدیث میں مذکور ہے جو عبادت میں اعتدال پسندی اور توازن قائم کرنے کی طرف رہنمائی کرتا ہے۔ حضرت عبد اللہ بن عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ کا عبادت اس قدر اشتغال مسلسل ہوا کہ صوم النہار و قائم اللیل کا عملی مصداق بن گئے اور اسے عادت مستمرہ بنا لیا جب آپ ﷺ کو اس کا علم ہوا تو فرمایا: ”اے عبد اللہ مجھے معلوم ہوا ہے کہ تم دن کو روزہ رکھتے ہو اور رات کو کھڑے ہو جاتے ہو۔ میں نے کہا ہاں یا رسول اللہ! آپ ﷺ نے فرمایا: روزے بھی رکھو اور افطار بھی کرو۔ نماز کے لئے کھڑے ہوتے ہو تو رات کو سویا بھی کرو، اس لیے کہ:

فَإِنَّ لِحَسْبِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِعَيْنِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِرُؤُوكَ عَلَيْكَ

حَقًّا (۱۱)

تیرے جسم کا تجھ پر حق ہے۔ اور تیری آنکھوں کا تجھ پر حق ہے۔ تیری بیوی اور مہمان کا تجھ پر حق ہے۔

چونکہ اس طرز پر عبادت کی ادائیگی سے دیگر حقوق جو اپنی ذات اور بندوں سے متعلق ہیں ان میں کمی و کوتاہی کا اندیشہ تھا اس لیے آپ ﷺ نے ان کو اس سے منع فرمایا۔

اسی طرح کا واقعہ حضرت ابو برداء رضی اللہ عنہ کے بارے میں آتا ہے کہ وہ دنیاوی معاملات کو یکسر چھوڑ کر دن

رات عبادت میں مشغول تھے حضرت سلمان فارسی کی ان سے مواخات تھی ایک دن وہ ملاقات کے لیے تشریف لائے تو حضرت ام درداء کو پریشان پایا انہوں نے بتایا کہ تمہارے بھائی کو دنیاوی معاملات سے کسی قسم کا کوئی واسطہ نہیں ہے۔ اس پر حضرت سلمان فارسی رضی اللہ عنہ نے حضرت ابو درداء کو سمجھاتے ہوئے فرمایا:

إِنَّ لِرَبِّكَ عَلَيْكَ حَقًّا وَلِنَفْسِكَ عَلَيْكَ حَقًّا وَلَا هِلْكَ عَلَيْكَ حَقًّا فَأَعْطِ كُلَّ ذِي حَقٍّ حَقَّهُ- فَأَتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَذَكَرَ ذَلِكَ لَهُ فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: صَدَقَ سَلْمَانُ (۱۲)

تیرے رب کا تجھ پر حق ہے اور تیری جان کا تجھ پر حق ہے اور تیرے اہل خانہ کا تجھ پر حق ہے اس لئے ہر مستحق کا حق ادا کر۔ پھر نبی ﷺ کے پاس آئے اور آپ سے یہ بیان کیا تو نبی ﷺ نے فرمایا سلمان نے سچ کہا۔

ایک اور حدیث میں اعمال صالحہ کی بجآوری میں دوام اور استمرار اختیار کرنے کی ترغیب دیتے ہوئے فرمایا گیا:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ عَلَيْكُمْ مِنَ الْأَعْمَالِ مَا تُطِيشُونَ، فَإِنَّ اللَّهَ لَا يَمَلُّ حَتَّى تَمَلُّوا، وَإِنَّ أَحَبَّ الْأَعْمَالِ إِلَى اللَّهِ مَا دُوِمَ عَلَيْهِ، وَإِنْ قَلَّ (۱۳)

اے لوگو تم پر اتنا عمل کرنا لازم ہے جس کی تم طاقت رکھتے ہو کیونکہ اللہ ثواب دینے سے نہیں تھکتا جبکہ تم عمل کرنے سے تھک جاتے ہو اور اللہ کے نزدیک اعمال میں سب سے زیادہ پسندیدہ وہ عمل ہے جس پر دوام ہو اور اگرچہ وہ عمل تھوڑا ہو۔

امام نووی (م-۶۷۶ھ) نے اس حدیث سے مستنبط کرتے ہوئے لکھا ہے:

وفيه دليل على الحث على الاقتصاد في العبادة واجتناب التعمق وليس الحديث مختصا بالصلاة بل هو عام في جميع أعمال البر (۱۴)

اور اس حدیث میں عبادت میں میانہ روی اختیار کرنے اور سختی سے اجتناب کرنے کے بارے میں ترغیب ہے اور یہ حدیث صرف نماز کے ساتھ خاص نہیں بلکہ نیکی کی جمیع اقسام اور انواع کو شامل ہے۔

حضرت ربیعہ بن کعب اسلمی رضی اللہ عنہ آپ ﷺ کے وضو وغیرہ کے لیے پانی لاتے تھے ایک مرتبہ آپ ﷺ نے ان سے فرمایا مانگو؟ تو انہوں نے آپ ﷺ سے عرض کیا میں جنت میں آپ کی رفاقت چاہتا ہوں۔ اس پر آپ ﷺ نے فرمایا:

فَأَعِنِّي عَلَى نَفْسِكَ بِكَثْرَةِ السُّجُودِ (۱۵)

اپنے معاملہ میں سجدہ کی کثرت کے ساتھ میری مدد کرو۔

یہ روایت سجدہ کی اہمیت کو اجاگر کر رہی ہے مگر ایک دوسرے مقام پر سجدہ میں بھی اعتدال سے کام لینے کا حکم دیتے ہوئے فرمایا:

اعْتَدِلُوا فِي السُّجُودِ (۱۶) سجدوں میں اعتدال سے کام لو۔

قابل غور بات یہ ہے کہ شریعت نے صرف عبادات تک ان احکامات کو محدود نہیں رکھا بلکہ عام تعلقات میں بھی اسی فکر کو پروان چڑھایا۔ انسان مدنی الطبع ہے اور دوسرے انسانوں سے معاملات کے دوران دوستی و نفرت کا ہو جانا ایک فطرتی امر ہے بہت سے لوگ حالات کے تغیر اور واقعات کے تبدل سے محبت و نفرت میں شدت اختیار کر جاتے ہیں اس بارے میں بھی اعتدال اور توازن سے کام لینے کا حکم دیا گیا ہے۔ ارشاد نبوی ﷺ ہے:

أَحْبَبَ حَبِيبِكَ هَوْنًا مَا عَسَى أَنْ يَكُونَ بَغِيضَكَ يَوْمًا مَا، وَأَبْغَضَ بَغِيضَكَ هَوْنًا مَا عَسَى أَنْ يَكُونَ حَبِيبَكَ يَوْمًا مَا (۱۷)

اپنے دوست کے ساتھ میانہ روی کا معاملہ رکھو۔ شاید کسی دن وہ تمہارا دشمن بن جائے اور دشمن کے ساتھ دشمنی میں بھی میانہ روی ہی رکھو کیونکہ ممکن ہے کہ کل وہی تمہارا دوست بن جائے۔ معلوم ہو اوستی و دشمنی میں بھی حد سے تجاوز کرنا غلط ہے بلکہ میانہ روی سے تعلقات کو نبھایا جائے۔ اسی طرح حالت غم میں کچھ لوگ حد اعتدال سے تجاوز کر جاتے ہیں جو کہ شرعاً مذموم اور غیر محمود ہے اس بارے میں فرمایا:

لَيْسَ مِنْهَا مَنْ لَطَمَ الْخُدُودَ، وَشَقَّ الْجُيُوبَ، وَدَعَا بِدَعْوَى الْجَاهِلِيَّةِ (۱۸)
کہ وہ شخص ہم میں سے نہیں ہے جس نے اپنے چہرے کو پیٹا اور گریبان چاک کیا اور جاہلیت کی سی پکارے۔

امام ابن بطال (م-۳۲۹ھ) لکھتے ہیں:

لَيْسَ مِنْهَا مَا مَطْلَبُ وَه بِنَامِي سُنَّتِ كِي بِي رُوِي كَرْنِ وَالَا نَهِيْنِ اُوْرِنِ اَقْتِدَا كَرْنِ وَالَا هِيْ اُوْرِنِ اَس طَرِيْقِي كُو اَخْتِيَارِ كَرْنِ وَالَا هِيْ جِس پَر هَم هِيْن۔ اَس لِيْ كِي كَال بِيْئِنَا اُوْرِ كَرِيْبَانِ پَهَاژ نَا جَابِلِيْتِ كِي كَام هِيْن۔ اَبِ النَّبِيِّ ﷺ نِيْ غَمِ اُوْر خُوْشِيْ مِيْنِ اَعْتِدَالِ سِيْ كَام لِيْنِيْ كَا حَكْمِ دِيَا هِيْ اُوْر مَصَابِ كِي وَتِ صَبْرِ كَرْنِيْ كِي تَرْغِيْبِ دِي هِيْ۔ (۱۹)
معاشی معاملات میں بھی اعتدال سے کام لینے کی ترغیب دیتے ہوئے فرمایا:
مَا عَالَ مِنْ اِفْتِصَادٍ (۲۰) جِس شَخْصِ نِيْ مِيَا نِيْ رُوِي اَخْتِيَارِ كِي وَه مَحْتَاَجِ نِهِيْنِ هُوْ كَا۔
ایک اور مقام پر فرمایا:

الْاِفْتِصَادُ فِي النَّفَقَةِ نِصْفُ الْمَعِيْشَةِ (۲۱)

خرچ کرنے میں میانہ روی اختیار کرنا معیشت کا نصف سرمایہ ہے۔

اسورہ رسول ﷺ میں اعتدال و توازن:

اَخْضَرْتِ ﷺ نِيْ اَعْتِدَالِ وَتَوَازِنِ كِي حُوَالِه سِيْ صَرَفِ دُو سُرُوِي كُو اَحْكَامَاتِ نِهِيْنِ دِيْ بَلْ كِه خُوْد بِيْ اِن پَر عَمَلِ پِيْر اهُو كَر دِ كَهْلَا يَاتَا كِه اَمْتِ كُو اَعْتِدَالِ اُوْر تَوَازِنِ كَا حَيَاتِ طَيِبِه سِيْ چِنْد اُمُوْر كَا تَنْزِيْ كَرِه دِلْچَسِيْ سِيْ خَالِيْ نِه هُوْ كَا۔
۱۔ پانی کے استعمال میں اعتدال:

انسان کو طہارت و نظافت کے لیے پانی کے استعمال کی ضرورت رہتی ہے اس بارے میں بھی سیرت رسول ﷺ سے رہنمائی ملتی ہے۔ آپ ﷺ وضو اور غسل کے لیے جو پانی استعمال کرتے تھے اس میں بھی اعتدال کو ملحوظ رکھتے تھے نہ بہت کم ہوتا تھا کہ طہارت ہی نہ ہو سکے اور نہ بہت زیادہ کہ اسراف کے دائرہ میں چلا جائے۔ چنانچہ حدیث میں آتا ہے:

أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَتَوَضَّأُ بِالْمِدَى، وَيَغْتَسِلُ بِالصَّاعِ (۲۲)

نبی ﷺ ایک مد سے وضو اور ایک صاع سے غسل کرتے تھے۔

نبی کریم ﷺ نے وضو اور غسل کے لیے جتنی مقدار کو استعمال کیا ہے (۲۳) کیا یہ متعین ہے؟ یا اس میں ضرورت کے وقت کمی و بیشی ہو سکتی ہے۔ بعض اہل علم کے ہاں یہ مقدار متعین ہے جبکہ دیگر اہل علم امام شافعی، امام احمد، امام سحاق بن راہویہ رحمہم اللہ علیہ کے ہاں آپ ﷺ کا یہ عمل تحدید کو بیان نہیں کر رہا ہے بلکہ یہ بتانا مقصود ہے کہ اتنی

مقدار کفایت کر جانی ہے۔ (۲۴) امام نوویؒ نے تو اس پر اہل علم کا اجماع نقل کیا ہے کہ وضو اور غسل میں پانی کی اتنی مقدار جو کفایت کر جائے مقرر و متعین نہیں ہے بلکہ قلیل و کثیر بھی کافی ہو سکتا ہے۔ (۲۵)

علامہ ابن تیمیہؒ (م-۷۲۸ھ) نے اس حدیث سے وضو اور غسل کے لیے پانی کے استعمال میں اعتدال سے کام لینے پر استدلال کیا ہے۔ وہ لکھتے ہیں:

الاقتصاد في صب الماء فقد ثبت عن النبي صلى الله عليه وسلم (۲۶)

پانی کے استعمال کرنے میں اعتدال سے کام لینا نبی کریم ﷺ سے ثابت ہے۔
وضو میں پانی کے استعمال میں اسراف سے منع کیا گیا ہے۔ ایک مرتبہ آپ ﷺ حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہ کے پاس سے گزرے اور وہ وضو کر رہے تھے آپ ﷺ نے فرمایا:

مَا هَذَا السَّرْفِ يَا سَعْدُ قَالَ: أَيْي الْوُضُوءِ سَرَفٌ قَالَ نَعَمْ، وَإِنْ كُنْتَ عَلَيَّ نَهْرٍ جَارٍ (۲۷)

یہ کیا اسراف ہے اے سعد؟ عرض کیا وضو میں بھی اسراف ہوتا ہے؟ فرمایا ہاں اگرچہ تم جاری نہر پر ہی وضو کر رہے ہو۔

ملا علی قاریؒ (م-۱۰۱۳ھ) اس حدیث کی تشریح میں لکھتے ہیں کہ حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہ کے وضو میں اسراف کی دو صورتیں ہو سکتی ہیں یا تو فعلاً کہ وہ تین بار سے زیادہ مرتبہ اعضاء کو دھورہے تھے یا مقداراً کہ ضرورت سے زائد پانی کو استعمال کر رہے تھے اس لیے آپ ﷺ نے ان کو بطور تنبیہ کے فرمایا کہ اسراف کوئی اچھی بات نہیں یا ان کو قریب کرنے کے لیے بطور نرمی کے یہ بات ارشاد فرمائی۔ باقی اس پر حضرت سعد رضی اللہ عنہ کا یہ عرض کرنا کہ کیا وضو میں بھی اسراف ہوتا ہے؟ اس کی وجہ یہ بیان کی گئی ہے کہ ان کا خیال تھا کہ نیکی اور عبادت کے کاموں میں اسراف نہیں ہوتا۔ اس پر آپ ﷺ نے نعم سے جواب دیا۔ باقی رہی یہ بات کہ نہر جاری میں اس طرح وضو کرنے سے کیسے اسراف ہے؟ اس کا جواب یہ ہے کہ اس میں وقت اور عمر کا ضیاع ہے یا شرعی حد سے تجاوز کرنا ہے اور دونوں صورتیں اسراف میں آتی ہیں۔ (۲۸)

علامہ شرف الدین طیبیؒ (م-۷۴۳ھ) نے آپ ﷺ کے فرمان « وَإِنْ كُنْتَ عَلَيَّ نَهْرٍ جَارٍ » کی ایک اور لطیف توجیہ ذکر کی ہے کہ آپ کا یہ فرمان بطور مبالغہ کے ہے کہ جس چیز مثلاً نہر میں اسراف اور تیز رفتاری متصور نہیں ہوتا جب اس میں بھی اسراف ہو سکتا ہے تو جن کاموں میں اسراف ہو سکتا ہے ان کی کیا حالت اور کیفیت ہوگی۔ اور یہ بھی احتمال ہے کہ اسراف سے مراد گناہ ہو۔ (۲۹) اسی طرح ایک اور حدیث میں بھی اس کی ممانعت ملتی ہے۔ حضرت عبد اللہ بن معقل رضی اللہ عنہ سے روایت ہے:

فَإِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: إِنَّهُ سَيَكُونُ فِي هَذِهِ الْأُمَّةِ قَوْمٌ يَعْتَدُونَ فِي

الطَّهْرِ وَالِدُّعَاءِ (۳۰)

میں نے نبی کریم ﷺ کو فرماتے ہوئے سنا کہ عنقریب اس امت میں ایسے لوگ پیدا ہونگے جو پاکی حاصل کرنے اور دعا میں حد سے تجاوز کریں گے۔

پاکی میں تجاوز کرنے سے مراد یہ ہے کہ وہ اعضاء وضو کو تین بار سے زائد بار دھوتے رہیں گے یا استنجاء، وضو اور غسل میں پانی کے استعمال میں اسراف کریں گے۔ اور دعا میں تجاوز یہ ہے کہ کسی چیز کی جتنی ضرورت ہے اس سے زائد مانگنا یا کسی چیز کی حاجت نہیں ہے اس کے بارے میں سوال کرنا۔ (۳۱)

۲- عبادات میں اعتدال:

نماز اور روزے کے جو فضائل احادیث میں بیان ہوئے ہیں ان کی تفصیل کا موقع نہیں ہے۔ مگر یہ بات واضح ہے کہ قرب الہی اور حصول تقویٰ میں ان عبادات سے بڑھ کر کوئی اکسیر نہیں ہے۔ مگر آپ ﷺ کا ان عبادات کی ادائیگی میں بھی اعتدال نمایاں تھا۔ حضرت جابر بن سمرہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں:

وَصَلَاتُهُ فَصَدًا (۳۲) اور نبی کریم ﷺ کی نماز معتدل ہوتی تھی۔

حضرت ابو حمید الساعدی رضی اللہ عنہ آپ ﷺ کے رکوع کے بارے میں فرماتے تھے:

إِذَا رَكَعَ اعْتَدَلَ، فَلَمْ يَنْصِبْ رَأْسَهُ، وَمَنْ يُفْنِعْهُ (۳۳)

رسول کریم ﷺ جس وقت رکوع فرماتے تو اعتدال کرتے یعنی اپنے سر کو نہ نیچا کرتے نہ اونچا کرتے۔ (بلکہ آپ ﷺ سر مبارک اور پشت مبارک برابر رکھتے تھے)

حضرت براء بن عازب رضی اللہ عنہ سے روایت ہے:

رَمَعْتُ الصَّلَاةَ مَعَ مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَوَجَدْتُ قِيَامَهُ فَرَكَعَتَهُ، فَأَعْتَدَلَهُ بَعْدَ رُكُوعِهِ، فَسَجَدَتُهُ، فَجَلَسَتُهُ بَيْنَ السَّجْدَتَيْنِ، فَسَجَدَتُهُ، فَجَلَسَتُهُ مَا بَيْنَ التَّسْلِيمِ وَالْإِنْصِرَافِ، قَرِيبًا مِنَ السَّوَاءِ (۳۴)

کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کے ساتھ نماز ادا کرنے میں غور کیا تو میں نے آپ ﷺ کا قیام رکوع اور رکوع کے بعد اعتدال پھر سجدے میں پھر آپ ﷺ کا دونوں سجدوں کے درمیان بیٹھنا پھر سجدہ اور اس کے بعد بیٹھنا سلام کے درمیان اور نماز سے فارغ ہونا تقریباً برابر تھے۔

کتب حدیث و سیر میں تین صحابہ کرام کا واقعہ آتا ہے کہ وہ آپ ﷺ کی عبادت کی کیفیت و حالت دریافت کرنے آئے، جب ان سے بیان کیا گیا تو انہوں نے آپ ﷺ کی عبادت کو بہت کم خیال کرتے ہوئے کہا کہ ہم ﷺ کی برابر ہی کس طرح کر سکتے ہیں، آپ ﷺ کے تو اگلے پچھلے گناہ سب معاف ہو گئے ہیں، ایک نے کہا میں رات بھر نماز پڑھوں گا اور دوسرے نے کہا کہ میں ہمیشہ روزہ رکھوں گا اور تیسرے نے کہا کہ میں نکاح نہیں کروں گا اور عورتوں سے الگ تھلگ رہوں گا۔ جب یہ باتیں آپ ﷺ تک پہنچیں تو آپ ﷺ نے فرمایا:

أَنْتُمْ الَّذِينَ فُلْتُمْ كَذَا وَكَذَا، أَمَا وَاللَّهِ إِنِّي لَأَحْشَاكُمُ لِلَّهِ وَأَتَقَاكُمْ لَهُ، لِكَيْتِي أَصُومُ وَأُفْطِرُ، وَأُصَلِّي وَأُفْقِدُ، وَأَتَزَوَّجُ النِّسَاءَ، فَمَنْ رَغِبَ عَنِّي فَلَيْسَ مِنِّي (۳۵)

تم لوگوں نے یوں یوں کہا ہے؟ اللہ کی قسم! میں اللہ تعالیٰ سے تمہاری بہ نسبت بہت زیادہ ڈرنے والا اور خوف کھانے والا ہوں، پھر روزہ رکھتا ہوں اور افطار بھی کرتا ہوں، نماز پڑھتا ہوں اور سوتا بھی ہوں اور عورتوں سے نکاح بھی کرتا ہوں، یاد رکھو جو میری سنت سے روگردانی کرے گا، وہ میرے طریقے پر نہیں۔

چونکہ یہ طرز حیات اعتدال سے دور تھا اور اپنے نفوس کو جائز و مشروع حقوق سے جبری محروم کرنا تھا اس لیے آپ ﷺ نے اس سے منع فرمایا۔ آپ ﷺ کے روزوں کی کیفیت کے بارے میں حضرت انس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں:

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُفْطِرُ مِنَ الشَّهْرِ حَتَّى نَظُنَّ أَنْ لَا يَصُومَ مِنْهُ، وَيَصُومُ حَتَّى نَظُنَّ أَنْ لَا يُفْطِرُ مِنْهُ شَيْئًا، وَكَانَ لَا تَشَاءُ تَرَاهُ مِنَ اللَّيْلِ مُصَلِّيًا إِلَّا رَأَيْتَهُ، وَلَا نَائِمًا إِلَّا رَأَيْتَهُ (۳۶)

کہ رسول اللہ ﷺ کسی مہینہ میں افطار کرتے جاتے یہاں تک کہ ہم خیال کرتے کہ رسول اللہ ﷺ اس مہینے میں روزہ نہیں رکھیں گے اور روزہ رکھتے جاتے اور ہم گمان کرتے کہ آپ اس مہینہ میں افطار نہیں کریں گے اور رات میں اگر کوئی نماز پڑھتا ہو ادیکھنا چاہتا تو دیکھ لیتا اور سونے کی حالت میں دیکھنا چاہتا تو دیکھ لیتا۔

اس حدیث سے بھی معلوم ہوتا ہے کہ آپ ﷺ روزوں اور نماز کی ادائیگی میں اعتدال و توازن کو ملحوظ رکھتے تھے۔ علامہ ابن تیمیہؒ لکھتے ہیں:

والأحاديث الموافقة لهذا كثيرة في بيان أن سنته التي هي الاقتصاد: في العبادة، وفي ترك الشهوات؛ خير من رهبانية النصارى، التي هي: ترك عامة الشهوات من النكاح وغيره، والغلو في العبادات صوماً وصلاة (۳۷)

بہت سی احادیث اس بات کی موافقت میں موجود ہیں کہ عبادت اور خواہشات کے ترک کرنے میں آپ کی سنت میانہ روی ہے جو کہ نصاریٰ کی رهبانیت سے بہت بہتر ہے ان کے ہاں رهبانیت کا مطلب یہ تھا کہ عمومی خواہشات مثلاً نکاح وغیرہ کو بالکل ترک کر دینا اور عبادات، نماز و روزہ میں غلو کرنا۔

۳۔ رفع صوت تلاوت قرآن میں اعتدال:

قرآن کریم کی تلاوت بڑے اجر و ثواب کی بات ہے لیکن اس انداز میں تلاوت کرنا کہ پاس بیٹھے شخص کو جو دیگر معمولات میں مصروف ہے یا سونے والے کی نیند میں خلل واقع ہو تو یہ شرعاً غیر مناسب ہے۔ آپ ﷺ رات کو جب قرآن پاک کی تلاوت فرماتے تو رفع صوت میں بھی حسن اعتدال نمایاں تھا۔ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے:

كَانَتْ قِرَاءَةُ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِاللَّيْلِ يَرْفَعُ طَوْرًا، وَيَخْفِضُ طَوْرًا
نبی کریم کی رات میں قرأت کبھی بلند آواز سے فرماتے اور کبھی آہستہ آواز میں۔ (۳۸)

ملا علی قارئی (م- ۱۰۱۴ھ) لکھتے ہیں:

آپ ﷺ کا خلوت میں بلند آواز میں تلاوت کرنا بھی معتدل انداز میں ہوتا تھا اور جب کوئی سونے والا پاس ہوتا تو پھر آہستہ آواز میں تلاوت فرماتے۔ (۳۹)

اس لیے کہ تلاوت قرآن کا ذاتی فائدہ ہے اور بلند آواز سے تلاوت اگر کسی کے لیے تکلیف کا باعث بنے تو ایذاء مسلم کے حرام ہونے کی وجہ سے منع ہے۔

۴۔ خطبہ و وعظ میں اعتدال:

انسانی نفوس کی اصلاح اور قلوب و طبائع کی بہتری کے لیے وعظ و نصیحت اور تذکیر اپنا ایک الگ مقام رکھتے ہیں یہی وجہ ہے کہ قرآن کرم میں نصیحت و موعظت کے حوالہ سے بہت سی آیات ہیں لیکن اس کام کے لیے بھی حکمت و دانائی ضروری ہے تاکہ بات موثر اور دلنشین ثابت ہو۔ آپ ﷺ وعظ و نصیحت اور خطبہ میں دیگر امور کی رعایت کے علاوہ اعتدال بھی سے کام لیتے تھے کیونکہ طویل گفتگو سے سامعین کے اکتا جانے کا اندیشہ ہوتا ہے۔

حضرت ابن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے:

يَتَحَوَّلُنَا بِالْمَوْعِظَةِ فِي الْأَيَّامِ، كَرَاهَةَ السَّامَةِ عَلَيْنَا (۴۰)

نبی کریم نے ہمارے اکتا جانے کے خوف سے ہمیں نصیحت کرنے کے لئے کچھ دن مقرر کر دیئے تھے۔

امام نووی لکھتے ہیں:

وفي هذا الحديث الاقتصاد في الموعظة لئلا تملها القلوب فيفوت مقصودها (۴۱)
اور اس حدیث سے معلوم ہوا وعظ و نصیحت میں میانہ روی ہونی چاہے تاکہ دل اکتانہ جائیں جس سے مقصود فوت ہو جائے گا۔

امام مظہر الدین الزیلعی (م۔ ۷۷۷ھ) راوی کی بات کی وضاحت کرتے ہوئے لکھتے ہیں:

كان رسول الله عليه السلام لا يعظنا متواليًا كيلا نمل، فلا يؤثّر كلامه في قلوبنا عند ملالتنا، بل يعظنا فيه يومًا دون يوم، ووقتًا دون وقت، ويطلب وقتًا نكون فيه مجموعي الخواطر فيعظنا فيه، وكذلك ليفعل المشايخ والوعاظ في تربية المريدين (۴۲)

نبی کریم ﷺ ہمیں مسلسل وعظ نہیں فرماتے تھے تاکہ ہم اکتانہ جائیں کیونکہ اکتانہ کی صورت میں کلام ہمارے دلوں میں پوری طرح موثر نہیں ہوگا بلکہ دنوں کے وقفہ اور مختلف اوقات میں وعظ و نصیحت فرماتے تھے اور ایسے وقت کا انتخاب فرماتے جس میں ہم پوری دلجمعی سے متوجہ ہوں اسی طرح مشائخ اور واعظین کو چاہیے کہ وہ اپنے مریدوں کی تربیت میں ایسا کیا کریں۔

اسی طرح ایک اور حدیث میں ہے آپ ﷺ نے فرمایا:

لَقَدْ رَأَيْتُ أَوْ أُمِرْتُ أَنْ أَمْحُوزَ فِي الْقَوْلِ، فَإِنَّ الْجَوَازَ هُوَ خَيْرٌ (۴۳)

مجھے حکم دیا گیا ہے کہ گفتگو میں توسط اختیار کروں کیونکہ درمیانے انداز میں ہی خیر ہے۔

حضرت جابر بن سمرہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں:

وَكَانَتْ حُطْبَتُهُ قَصْدًا (۴۴) آپ ﷺ کا خطبہ اعتدال پر ہوتا تھا۔

معلوم ہوا دعوت و تبلیغ اور خطبات میں میانہ روی اور اعتدال سے کام لیا جائے تاکہ لوگ اس سے دور نہ بھاگیں

بلکہ ان کے دل اس بات کے مشتاق ہوں کہ وہ ایسی مجالس میں بار بار جائیں۔

۵۔ خوش طبعی میں اعتدال:

خوش طبعی اور مزاح فطرتا ہر شخص میں ودیعت رکھا گیا ہے انسان جب کسی کام میں شدید ذہنی اور جسمانی مشقت کرتا ہے تو دل میں خواہش ہوتی ہے کہ اپنے آپ کو تروتازہ کرے جس کے مختلف طریقے ہیں جن میں سے ایک خوش طبعی اور مزاح بھی ہے۔ جس سے طبیعت میں انقباض ختم ہو جاتا ہے اور انبساط کی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ اسلام قطعاً ایسے طرز حیات کی حوصلہ افزائی نہیں کرنا کہ انسان زاہد خشک بن کر ہر وقت کرخنگلی اور سختی کے تاثرات لیے پھرے اور اپنے اہل خانہ و دیگر احباب کے ساتھ یہی رویہ اختیار کرے۔ اپنی بیوی کو خوش کرنے کے لیے اس کے منہ میں لقمہ ڈالنا بھی اجر و ثواب کا باعث ہے۔ (۴۵) اور کسی مسلمان کی طرف مسکرا کر دیکھنا بھی صدقہ اور عبادت قرار دیا گیا ہے۔ (۴۶) آپ ﷺ کے مسکرانے کے بارے میں حضرت عبد اللہ بن الحارث بن جزء فرماتے ہیں کہ میں نے آپ ﷺ سے زیادہ کسی کو مسکراتے اور تبسم فرماتے ہوئے نہیں دیکھا۔ (۴۷) لیکن اس میں بھی اعتدال کا پہلو دیکھنے کو ملتا ہے حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ میں نے آپ ﷺ کو کبھی اس طرح لٹکھلا کر ہنستے ہوئے نہیں دیکھا کہ حلق نظر آنے لگے بلکہ آپ ﷺ صرف تبسم فرماتے تھے۔ (۴۸) لیکن کبھی کبھار آپ ﷺ کا اس طرح مسکرانا بھی ثابت ہے کہ دندان مبارک ظاہر ہو گئے۔ (۴۹) لیکن ہر وقت ہنسنے سے منع کیا گیا ہے کیونکہ اس سے دل مردہ ہو جاتا ہے اور چہرے کا نور

کھوجاتا ہے۔ (۵۰) الغرض اپنے اہل خانہ اور دوستوں کے ساتھ خوش طبعی کرنا بھی سیرت رسول ﷺ سے ثابت ہے۔ ایک سفر کے دوران آپ ﷺ نے حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کے ساتھ دوڑ کا مقابلہ کیا اس وقت سیدہ دہلی پتلی تھیں دوڑ میں جیت گئیں آپ ﷺ خاموش رہے کچھ عرصہ کے بعد پھر ایک سفر میں آپ ﷺ نے حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کے ساتھ دوڑ کا مقابلہ کیا اس وقت سیدہ کا جسم کچھ بھر چکا تھا آپ ﷺ دوڑ میں آگے نکل گئے اور ہنستے ہوئے فرمایا هَذِهِ بَيْنَكَ (۵۱) آج کی یہ جیت اس دن کا بدلہ ہو گئی۔

اسی طرح روایات میں آتا ہے کہ ایک شخص نے آپ ﷺ سے سواری طلب کی جس پر آپ ﷺ نے فرمایا میں تمہیں سواری کے لیے اونٹنی کا بچہ دوں گا۔ اس نے عرض میں اس بچے کا کیا کروں گا؟ اس پر آپ ﷺ نے فرمایا: وَهَل تَلْدُ الْإِبِلَ إِلَّا النَّوْثُ (۵۲) اونٹ کو اونٹنی ہی تو جنتی ہے۔

النوق یہ ناقہ کی جمع ہے اور وہ مادہ اونٹنی کو کہتے ہیں۔ تمام اونٹ چھوٹے ہوں یا بڑے اونٹنی کے ہی بچے ہوتے ہیں۔ اور آپ ﷺ کے اس فرمان کہ میں تجھے اونٹنی کا بچہ دوں گا اس سے سائل کو وہم ہوا کہ وہ تو سواری کے قابل نہیں ہوگا تو اسے لینے کا کیا فائدہ؟ جبکہ آپ ﷺ کی بات کا مطلب یہ نہیں تھا کہ اسے کوئی چھوٹا بچہ دوں گا بلکہ مزاحیہ بات ارشاد فرمائی جب کہ مقصود بڑا اونٹ ہی تھا جو اس کی سواری کے کام آتا باقی آپ ﷺ کی اس بات سے اس طرف بھی اشارہ ہوا کہ اگر وہ شخص آپ ﷺ کی بات میں غور کرتا تو اسے یہ کہنے کی نوبت ہی نہ آتی اس سے یہ بھی معلوم ہوا کہ انسان کسی بات کو سنتے ہی اس کی تردید اور سوالات میں نہ پڑ جائے بلکہ اس میں غور و فکر کرے۔ (۵۳) اسی طرح ایک مرتبہ حضرت انس رضی اللہ عنہ سے خوش طبعی کرتے ہوئے فرمایا:

يَا ذَا الْأُدْنَيْنِ (۵۴) اے دوکانوں والے۔

آپ ﷺ کا اس جملہ سے مقصود مزاح اور خوش طبعی تھی اور مزید یہ کہ ان کی ذکاوت و فطانت اور پوری توجہ سے بات سننے پر تعریف کا اظہار تھا۔ (۵۵) آپ ﷺ کی خوش طبعی، مزاح اور ظرافت کے بہت سے واقعات ہیں اختصار کے پیش نظر اسی پر اقتصار کیا جا رہا ہے مگر اس بارے میں واضح رہے کہ مزاح حد اعتدال سے متجاوز نہیں ہونا چاہیے اور دوسروں کے لیے باعث تکلیف بھی نہ ہو۔ اسی لیے تو ایک حدیث میں فرمایا:

لَا تُمَارِ أَحَاكًا، وَلَا تُمَارِحُهُ (۵۶) اپنے بھائی سے جھگڑانہ کرو اور نہ ہنسی مذاق کرو۔

یعنی ایسا مذاق نہ کرو جو اس کے لیے اذیت کا باعث بنے۔ (۵۷) ایک مرتبہ صحابہ کرام رضی اللہ عنہم نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ آپ بھی تو ہم سے خوش طبعی اور مزاح فرماتے ہیں اس پر آپ ﷺ نے جواباً فرمایا:

إِنِّي لَا أَقُولُ إِلَّا حَقًّا (۵۸) میں اس خوش طبعی میں بھی سچی بات کہتا ہوں۔

معلوم ہوا مزاح ایسا ہو جس میں جھوٹ کی آمیزش نہ ہو، وگرنہ جس شخص نے لوگوں کو ہنسانے کی خاطر جھوٹ بولا اس کے لیے ہلاکت اور تباہی کی وعید بیان ہوئی ہے۔ (۵۹)

اس حوالہ سے اہل علم نے جن امور کی طرف توجہ دلائی ہے وہ قابل غور ہیں جس سے اس بات کا سمجھنا آسان ہے کہ کونسے مزاح اور مذاق کی ممانعت ہے اور جو مزاح شرعاً مباح ہے اس کے لیے کیا شرائط ہیں۔

امام غزالی (م-۵۰۵ھ) نے لکھا ہے اگر کوئی شخص اس مزاح اور خوش طبعی پر قدرت رکھتا جو آپ ﷺ اور صحابہ کرام رضی اللہ عنہم سے منقول ہے کہ مزاح میں سچی بات کہی جائے اور کسی کو تکلیف نہ پہنچے اور نہ اس میں مبالغہ سے کام لیا جائے بلکہ کبھی کبھار کیا جائے تو اس میں کوئی حرج نہیں ہے۔ اس کے بعد وہ لکھتے ہیں:

ولكن من الغلط العظيم أن يتخذ الإنسان المزاح حرفة يواظب عليه ويفرط فيه ثم يتمسك بفعل الرسول صلى الله عليه وسلم (٦٠) لیکن یہ بہت بڑی غلطی ہے کہ انسان مزاح کو پیشہ بنالے اور اس پر مواظبت اختیار کرتے ہوئے حد سے تجاوز کر جائے اور پھر آپ ﷺ کے فعل سے دلیل بھی پکڑے۔ مشہور عالم امام نووی (م- ۶۷۶ھ) لکھتے ہیں:

قال العلماء: المزاح المنهي عنه، هو الذي فيه إفراط ويُداوم عليه، فإنه يُورث الضحك وقسوة القلب، ويُشغل عن ذكر الله تعالى والفكر في مهمات الدين، ويؤول في كثير من الأوقات إلى الإيذاء، ويُورث الأحقاد، ويُسقطُ المهابة والوقارَ فما ما سلّم من هذه الأمور فهو المباح الذي كان رسولُ الله يفعلُه، فإنه إنما كان يفعلُه في نادر من الأحوال لمصلحة وتطبيب نفس المخاطب ومؤانسته، وهذا لا مَنع قطعاً، بل هو سنةٌ مستحبةٌ إذا كان بهذه الصفة (٦١)

”علماء نے کہا ہے کہ ایسے مزاح سے منع کیا گیا ہے جس پر دوام ہو اور حد سے تجاوز کی نوبت آجائے اس لیے کہ یہ بات بہت زیادہ ہنسنے اور دل کی سختی کا باعث بنتی ہے اور اللہ تعالیٰ کے ذکر اور دین کے اہم امور میں غور و فکر سے روکتی ہے۔ اور اکثر اوقات اس کا انجام ایذاء اور عناد کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے اور اس سے انسان کا رعب و دبدبہ اور وقار بھی ختم ہو جاتا ہے جو شخص ان باتوں سے خود کو محفوظ رکھ سکے تو اس کے لیے مزاح وغیرہ مباح ہے اس لیے کہ آپ ﷺ بھی بسا اوقات مصلحت کی وجہ سے مزاح فرماتے تھے جس کا مقصد مخاطب کے ساتھ دل لگی اور موانست و محبت کا اظہار ہوتا تھا اور یہ بالکل منع نہیں ہے بلکہ سنت مستحبہ ہے جبکہ اس صفت کی رعایت رکھی گئی ہو۔“

۶۔ کھانے پینے میں اعتدال:

ہر شخص کو زندگی کی بقا اور صحت کے حصول کے لیے کھانے کی ضرورت پیش آتی ہے اگر کثرت طعام کا معمول بنا لیا جائے یا ضرورت سے کم پر اکتفاء کو عادت مستمرہ بنا لیا جائے تو انسانی صحت کے لیے نہایت مضر ہے۔ لیکن اگر سنت طریقتہ کے مطابق کھانا کھایا جائے تو صحت و تندرستی کے علاوہ اس پر اجر و ثواب بھی ملے گا۔ اس حوالہ سے بھی آپ ﷺ کا طرز عمل ہمارے لیے مشعل راہ ہے۔ آپ ﷺ کی غذا معتدل اور سادہ تھی۔ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ آپ ﷺ نے کبھی دو دن مسلسل جو کی روٹی سیر ہو کر نہیں کھائی تھی یہاں تک کہ آپ ﷺ کی وفات ہو گئی۔ (۶۲) ایک مرتبہ روٹی کے ایک ٹکڑے پر کھجور رکھی اور فرمایا یہ روٹی کا سالن ہے۔ (۶۳) حضرت جابر رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں ایک مرتبہ میں آپ ﷺ کے پاس آیا آپ ﷺ کے روٹی کا ٹکڑا اور سرکہ تھا فرمایا سرکہ بھی عمدہ سالن ہے کھاؤ۔ (۶۴) ابو سلیمان علامہ خطابی (م- ۳۸۸ھ) لکھتے ہیں کہ آپ ﷺ کی اس کلام کا مفہوم یہ ہے کہ کھانے کی اشیاء میں اعتدال ہونا چاہیے۔ (۶۵) آپ ﷺ تربوز کو تر کھجور کے ساتھ ملا کر کھاتے تھے اور فرماتے تھے ہم کھجور کی گرمی کو تربوز کی ٹھنڈک سے اور تربوز کی ٹھنڈک کو کھجور کی گرمی سے دور کرتے ہیں۔ (۶۶) اس کا مقصد یہ تھا کہ برودت اور حدت میں اعتدال رہے۔

آپ ﷺ تین انگلیوں کے ساتھ کھانا کھاتے تھے۔ (۶۷) علامہ ابن جوزی (م- ۵۹۷ھ) نے لکھا ہے کہ ایک یا دو انگلیوں کے ساتھ کھانا تناول کرنے سے اتمام نہیں ہوگا (کھانا جلدی ختم نہیں ہوگا پوری طرح کھایا بھی نہیں جائے گا اور

وقت زیادہ صرف ہوگا) اور چار یا پانچ انگلیوں سے کھانا منہ کے لیے تکلیف دہ ہو سکتا ہے اس لیے اعتدال میں انگلیوں کے ساتھ ہی کھانے میں ہے۔ (۶۸) الغرض آپ ﷺ نے امت کو کھانے کے آداب بھی سکھائے اور ایک مختصر جملہ میں پوری بحث کو سمیٹ دیا فرمایا:

كُلُوا وَاشْرَبُوا وَابْسُوا وَتَصَدَّقُوا، فِي غَيْرِ اسْرَافٍ وَلَا مَحِيلَةٍ (۶۹)

کھاؤ، پیو اور پہنو اور خیرات کرو لیکن اسراف اور تکبر نہ کرو۔

مذکورہ حوالوں سے معلوم ہوا نبی کریم ﷺ کا تمام عبادات اور جملہ معاملات میں نمایاں پہلو حالت اعتدال کو برقرار رکھنا تھا۔ جس پر عمل کرنے کی اشد ضرورت ہے کہ نہ تو عبادات اور معاملات میں بالکل کوتاہی کی نوبت آجائے اور نہ ہی ایسے طریقے سے امتثال کہ دیگر حقوق واجبہ و فرائض متاثر ہو جائیں۔ آٹھویں صدی ہجری کے مشہور عالم حافظ ابن قیم الجوزی (م-۷۵۱ھ) کے درج ذیل تبصرے پر بحث کو سمیٹا جاتا ہے۔

أن الاقتصاد والاعتصام بالسنة عليهما مدار الدين (۷۰)

میانہ روی اور سنت کو مضبوطی سے پکڑنے پر دین کا مدار ہے۔

خلاصہ بحث:

قرآن و سنت اور آپ ﷺ کی سیرت سے عبادات سمیت زندگی کے تمام معاملات میں اعتدال اور توازن سے کام لینے کی طرف رہنمائی ملتی ہے۔ آپ ﷺ نے اپنے متعدد ارشادات عالیہ میں نہ صرف اس کا حکم دیا بلکہ جہاں اعتدال سے تجاوز اور غلو کے اثرات دیکھے تو فوری طور پر اس کی گرفت کی اور سابقہ امتوں کی دین میں غلو کی وجہ سے ہلاکت کی وعیدیں سنا کر ڈرایا۔ اور صرف اسی پر اکتفا نہیں فرمایا بلکہ خود بھی عمل پیرا ہو کر امت کو تعلیم دی کہ عبادات میں تسلسل اور دوام کے ساتھ ساتھ اعتدال کو بھی ملحوظ رکھا جائے۔ تجربہ اور مشاہدہ بھی اس بات کی تائید کرتا ہے کہ جو معاملات حد اعتدال سے متجاوز ہو جائیں وہ اپنی اصلی شکل اور حیثیت کھو دیتے ہیں بسا اوقات تو وہ امور جاری رکھنے ہی دشوار ہو جاتے ہیں اس لیے خالق کائنات اور اس کے حبیب مصطفیٰ ﷺ نے اس حوالہ سے واضح ہدایات اور احکامات دیے جن پر عمل پیرا ہو کر سعادت دارین کو حاصل کیا جاسکتا ہے۔

حوالہ جات و حواشی

- (۱) الشریف الجرجانی، علی بن محمد، التعريفات، بيروت، دار الكتب العلمية، ۱۴۰۳ھ، جلد ۱، صفحہ ۱۳۷
- (۲) ابن ابی شیبہ، ابو بکر، عبد اللہ، المصنف، الرياض، مكتبة الرشد، ۱۴۰۹ھ، جلد ۷، صفحہ ۱۷۹، رقم الحدیث: ۳۵۱۲۸
- (۳) السیوطی، جلال الدین، عبدالرحمن بن ابی بکر، الانتقان فی علوم القرآن، المئیدۃ المصریہ العامہ للکتاب، ۱۳۹۴ھ، جلد ۴، صفحہ ۴۸
- (۴) الفرقان: ۶۷
- (۵) الاسراء: ۱۱۰
- (۶) الانعام: ۱۴۱، البقرہ: ۱۹۰، النساء: ۱۷۱
- (۷) البخاری، محمد بن اسماعیل، الجامع الصحیح، دار طوق النجاة، ۱۴۲۲ھ، جلد ۴، صفحہ ۱۲۷، رقم الحدیث: ۳۴۴۵

- (۸) ابن تیمیہ الحرانی، اقتضاء الصراط المستقیم، جلد ۱، صفحہ ۳۲۲
- (۹) ابوداؤد، السنن، جلد ۲، صفحہ ۳۷، رقم الحدیث: ۱۳۲۹
- (۱۰) ابن الملک الکرمانی، شرح المصابیح، جلد ۲، صفحہ ۱۵۳
- (۱۱) البخاری، الجامع الصحیح، جلد ۳، صفحہ ۳۸، رقم الحدیث: ۱۹۶۸
- (۱۲) البخاری، الجامع الصحیح، جلد ۳، صفحہ ۳۹، رقم الحدیث: ۱۹۷۵
- (۱۳) مسلم بن الحجاج، ابوالحسن، الصحیح، بیروت، دار احیاء التراث العربی، سن، جلد ۱، صفحہ ۵۳۰، رقم الحدیث: ۷۸۲
- (۱۴) النووی، یحییٰ بن شرف، المنہاج شرح صحیح مسلم بن الحجاج، بیروت، دار احیاء التراث العربی، ۱۳۹۲ھ، جلد ۶، صفحہ ۷
- (۱۵) مسلم، الصحیح، جلد ۱، صفحہ ۳۵۳، رقم الحدیث: ۴۸۹
- (۱۶) البخاری، الجامع الصحیح، جلد ۱، صفحہ ۱۱۲، رقم الحدیث: ۵۳۲
- (۱۷) الترمذی، محمد بن عیسیٰ، ابوعیسیٰ، السنن، مصر، مکتبۃ ومطبعۃ مصطفیٰ البانی الحلبي، ۱۳۹۵ھ، جلد ۴، صفحہ ۳۶۰
- (۱۸) البخاری، الجامع الصحیح، جلد ۲، صفحہ ۸۱، رقم الحدیث: ۱۲۹۴
- (۱۹) ابن بطل، علی بن خلف، ابوالحسن، شرح صحیح البخاری، الرياض، مکتبۃ الرشد، ۱۴۲۳ھ، جلد ۳، صفحہ ۲۷۷
- (۲۰) ابن ابی شیبہ، عبداللہ بن محمد، ابوبکر، المسند، الرياض، دار الوطن، ۱۹۹۷ء، جلد ۱، صفحہ ۲۶۰، رقم الحدیث: ۳۹۰
- (۲۱) الطبرانی، سلیمان بن احمد، ابوالقاسم، المعجم الاوسط، القاہرہ، دار الحرمین، سن، جلد ۷، صفحہ ۲۵
- (۲۲) الترمذی، السنن، جلد ۱، صفحہ ۸۳، رقم الحدیث: ۵۶
- (۲۳) حنفیہ اور اہل عراق کے نزدیک مد دور رطل اور صاع آٹھ رطل کا ہوتا ہے۔ جبکہ امام شافعی و امام مالک اور اہل حجاز کے نزدیک مد ایک رطل اور ثلث رطل اور صاع پانچ رطل اور ایک ثلث رطل کا ہوتا ہے۔ (ابن بطل، شرح صحیح البخاری، جلد ۱، صفحہ ۳۰۲) مد میں تقریباً ایک سیر پانی اور صاع میں چار سیر پانی کا وزن بنتا ہے۔
- (۲۴) الترمذی، السنن، جلد ۱، صفحہ ۸۳
- (۲۵) النووی، المنہاج شرح صحیح مسلم بن الحجاج، جلد ۶، صفحہ ۷
- (۲۶) ابن تیمیہ الحرانی، احمد بن عبدالحلیم، مجموع الفتاویٰ، السعودیہ، مجمع الملک فہد للطباعة المصحف الشریف، ۱۴۱۶ھ، جلد ۲، صفحہ ۵۳
- (۲۷) احمد بن حنبل، ابوعبداللہ، المسند، موسسۃ الرسالہ، ۱۴۲۱ھ، جلد ۱، صفحہ ۶۳۷، رقم الحدیث: ۷۰۶۵
- (۲۸) ملا علی القاری، ابوالحسن، مرقاة المفاتیح شرح مشکوٰۃ المصابیح، بیروت، دار الفکر، ۱۴۲۲ھ، جلد ۲، صفحہ ۴۲۱
- (۲۹) الطیبی، الحسین بن عبداللہ، شرف الدین، شرح الطیبی علی مشکوٰۃ المصابیح، الرياض، مکتبۃ نزار مصطفیٰ الباز، ۱۴۱۷ھ، جلد ۳، صفحہ ۸۰۶

- (۳۰) ابوداؤد، السنن، جلد ۱، صفحہ ۲۴، رقم الحدیث: ۹۶
- (۳۱) الزیدانی، الحسین بن محمود، المفاتیح فی شرح المصابیح، الکویت، دار النوادر، ۱۴۳۳ھ جلد ۱، صفحہ ۴۰۴
- (۳۲) النسائی، السنن، جلد ۳، صفحہ ۱۱۰، رقم الحدیث: ۱۴۱۸
- (۳۳) النسائی، السنن، جلد ۲، صفحہ ۱۸۷، رقم الحدیث: ۱۰۳۹
- (۳۴) مسلم، الصحيح، جلد ۱، صفحہ ۳۴۳، رقم الحدیث: ۴۷۱
- (۳۵) البخاری، الجامع الصحيح، جلد ۷، صفحہ ۲، رقم الحدیث: ۵۰۶۳
- (۳۶) البخاری، الجامع الصحيح، جلد ۳، صفحہ ۳۹، رقم الحدیث: ۱۹۷۲
- (۳۷) ابن تیمیہ الحرانی، اقتضاء الصراط المستقیم، جلد ۱، صفحہ ۳۲۵
- (۳۸) ابوداؤد، السنن، جلد ۲، صفحہ ۳۷، رقم الحدیث: ۱۳۲۸
- (۳۹) ملا علی القاری، مرقاة المفاتیح شرح مشکوٰۃ المصابیح، جلد ۳، صفحہ ۹۱۰
- (۴۰) البخاری، الجامع الصحيح، جلد ۱، صفحہ ۲۵، رقم الحدیث: ۶۸
- (۴۱) النووی، المنہاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، جلد ۱، صفحہ ۱۶۴
- (۴۲) الزیدانی، المفاتیح فی شرح المصابیح، جلد ۱، صفحہ ۳۱۰
- (۴۳) ابوداؤد، السنن، جلد ۴، صفحہ ۳۰۲، رقم الحدیث: ۵۰۰۸
- (۴۴) النسائی، السنن، جلد ۳، صفحہ ۱۱۰، رقم الحدیث: ۱۴۱۸
- (۴۵) البخاری، الجامع الصحيح، جلد ۵، صفحہ ۱۷۸، رقم الحدیث: ۴۴۰۹
- (۴۶) الترمذی، السنن، جلد ۴، صفحہ ۳۳۹، رقم الحدیث: ۱۹۵۶
- (۴۷) الترمذی، السنن، جلد ۵، صفحہ ۶۰۱، رقم الحدیث: ۳۶۴۱
- (۴۸) البخاری، الجامع الصحيح، جلد ۸، صفحہ ۲۴، رقم الحدیث: ۶۰۹۲
- (۴۹) البخاری، الجامع الصحيح، جلد ۳، صفحہ ۳۲، رقم الحدیث: ۱۹۳۶
- (۵۰) الطبرانی، سلیمان بن احمد، ابو القاسم، مکارم الاخلاق، القاہرہ، بیروت، دار الکتب العلمیہ، ۱۴۰۹ھ، جلد ۱، صفحہ ۳۱۲، رقم الحدیث: ۱
- (۵۱) احمد بن حنبل، المسند، جلد ۴، صفحہ ۳۱۳، رقم الحدیث: ۲۶۲۷۷
- (۵۲) ابوداؤد، السنن، جلد ۴، صفحہ ۳۰۰، رقم الحدیث: ۴۹۹۸
- (۵۳) الزیدانی، المفاتیح فی شرح المصابیح، جلد ۵، صفحہ ۱۹۲
- (۵۴) ابوداؤد، السنن، جلد ۷، صفحہ ۳۰۶۳، رقم الحدیث: ۵۰۰۲
- (۵۵) ملا علی القاری، مرقاة المفاتیح شرح مشکوٰۃ المصابیح، جلد ۷، صفحہ ۳۰۶۳

- (۵۶) الترمذی، السنن، جلد ۴، صفحہ ۳۵۹، رقم الحدیث: ۱۹۹۵
- (۵۷) الزیدانی، المفاتیح فی شرح المصابیح، جلد ۵، صفحہ ۱۹۳
- (۵۸) الترمذی، السنن، جلد ۴، صفحہ ۳۵۷، رقم الحدیث: ۱۹۹۰
- (۵۹) ابوداؤد، السنن، جلد ۴، صفحہ ۲۹۷، رقم الحدیث: ۴۹۹۰
- (۶۰) الغزالی، محمد بن محمد، ابو حامد، احیاء علوم الدین، بیروت، دار المعرفۃ، سن ۳، جلد ۳، صفحہ ۱۲۹
- (۶۱) النووی، یحییٰ بن شرف، ابوزکریا، الاذکار، بیروت، دار الفکر للطباعة والنشر والتوزیع، ۱۴۱۳ھ، جلد ۱، صفحہ ۳۲۷
- (۶۲) الترمذی، السنن، جلد ۴، صفحہ ۵۷۹، رقم الحدیث: ۲۳۵۷
- (۶۳) ابوداؤد، السنن، جلد ۳، صفحہ ۲۲۵، رقم الحدیث: ۳۲۵۹
- (۶۴) التسانی، السنن، جلد ۷، صفحہ ۱۳، رقم الحدیث: ۳۷۹۶
- (۶۵) الخطابی، ابوسلیمان، حمد بن محمد، معالم السنن، حلب، المطبعة العلمیہ، ۱۳۵۱ھ، جلد ۴، صفحہ ۲۵۴
- (۶۶) ابوداؤد، السنن، جلد ۳، صفحہ ۳۶۳، رقم الحدیث: ۳۸۳۶
- (۶۷) مسلم، الصحیح، جلد ۳، صفحہ ۱۶۰۵، رقم الحدیث: ۲۰۳۲
- (۶۸) ابن جوزی، عبدالرحمن، ابو الفرج، کشف المشکل من حدیث الصحیحین، الرياض، دار الوطن، سن ۲، جلد ۲، صفحہ ۱۳۰
- (۶۹) البخاری، الصحیح، جلد ۷، صفحہ ۱۳۰
- (۷۰) ابن قیم الجوزیہ، شمس الدین، محمد بن ابی بکر، اغاثۃ اللہفان من مصاید الشیطان، السعودیہ، مکتبۃ المعارف، سن ۱، جلد ۱، صفحہ ۱۳۱

