

باب: 11

مُتَوَسِّطٌ مُقْتَصِدٌ

مُتَوَسِّطٌ اور **مُقْتَصِدٌ** یہ دونوں الفاظ اعتدال کے معنوں میں استعمال کیے جاتے ہیں۔ **مُقْتَصِدٌ**

کالفظ قرآن مجید میں اعتدال پسند لوگوں کے لیے آیا ہے۔ اعتدال یا میانہ روی کا مطلب ہے، تمام معاملات میں ایسی درمیان کی راہ اختیار کرنا جس میں نہ افراط ہو نہ تفریط۔ دوسرے الفاظ میں کسی کام میں نہ شدت ہو اور نہ کمی۔ یہ ایسی عظیم صفت ہے جو سرکارِ دو عالم صلی اللہ علیہ وسلم کی ذات گرامی میں بدرجہ اتم جلوہ گر نظر آتی ہے۔

دین اسلام کا نمایاں پہلو بھی یہی اعتدال اور میانہ روی ہے جو اسے دوسرے ادیان سے ممتاز کرتا ہے۔ اللہ نے مسلم امت کو "امت وسط" کا خطاب دیا ہے۔ وہ قرآن میں فرماتا ہے:

وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا لِتَكُونُوا شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ وَيَكُونَ الرَّسُولُ عَلَيْكُمْ شَهِيدًا

{ اور اسی طرح تو ہم نے تمہیں ایک امت وسط بنایا ہے تاکہ تم لوگوں پر گواہ ہو

اور رسول تم پر گواہ ہو (02:143)

حد سے تجاوز کرنا غلو کہلاتا ہے۔ انسان اپنے معاملات میں، خواہ وہ دینی ہوں یا دنیاوی، اُن میں غلو

نہ کرے۔ اللہ تعالیٰ فرماتا ہے:

قُلْ يَا أَهْلَ الْكِتَابِ لَا تَغْلُوا فِي دِينِكُمْ غَيْرَ الْحَقِّ وَلَا تَتَّبِعُوا أَهْوَاءَ قَوْمٍ

قَدْ ضَلُّوا مِنْ قَبْلُ وَأَضَلُّوا كَثِيرًا وَضَلُّوا عَنْ سَوَاءِ السَّبِيلِ

{ فرمادیجئے! اے اہل کتاب تم اپنے دین میں ناحق حد سے تجاوز نہ کیا کرو، اور نہ ہی لوگوں کی خواہشات کی پیروی

کیا کرو جو پہلے ہی گمراہ ہو چکے تھے، اور بہت سے لوگوں کو گمراہ کر گئے، اور سیدھی راہ سے بھٹکے رہے (05:77)

واضح رہے کہ "اعتدال" اسلام کے بنیادی اصولوں میں سے ایک بنیادی اصول ہے۔ انسان کے جسم کے لیے 98.4F کا درجہ حرارت ہو تو درست ہے۔ زیادہ حرارت بخار ہے اور کم، ضعف و کمزوری کا اشارہ دیتا ہے۔ قرآن شریف میں اِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ کی تلقین ہے۔ ٹیڑھے خطوط بہت سے ہوتے ہیں، اور خطِ مستقیم صرف ایک ہوتا ہے۔

اسلام نے تمام شعبہ ہائے زندگی میں اعتدال کا راستہ اختیار کرنے کی دعوت دی ہے۔ اور غلو و تقصیر یعنی زیادتی کرنے، یا کمی کرنے سے ڈرایا ہے۔ اس سے قبل یہودی، اللہ تعالیٰ کے بتائے ہوئے راستے سے ہٹ چکے تھے۔ وہ آیات الٰہی میں اپنی خواہشات کے مطابق تحریف و اضافہ کرتے تھے۔ حضرت عزیر علیہ السلام کو ابن اللہ یعنی خدا کا بیٹا کہتے تھے۔ چنانچہ اللہ نے قرآن میں انھیں "الْمَغْضُوبِ" سے تعبیر کیا۔ اسی طرح عیسائیوں نے بھی حضرت عیسیٰ علیہ السلام کی شان میں غلو سے کام لیا، اور انھیں تین خداؤں، (1) باپ یعنی خدا (2) بیٹا یعنی یسوع مسیح، اور (3) روح القدس کو ملا کر ایک خدا قرار دیا۔ ان کے ان خیالات کو تثلیث کہتے ہیں۔ اس طرح کہنے سے قرآن میں اللہ نے انھیں منع بھی فرمایا، اور کہا، "وَلَا تَقُولُوا ثَلَاثَةٌ" (مت کہو کہ معبود تین ہیں)۔ چنانچہ اللہ نے سورۃ الفاتحہ میں انھیں "الصَّالِّينَ" یعنی گمراہ قوم سے تعبیر کیا ہے۔

میانہ روی کی تلقین کے ضمن میں رسول اکرمؐ کے سامنے ہونے والا ایک مشہور واقعہ ہمارے سامنے ہے۔ بخاری شریف کی حدیث 4720 میں حضرت انس بن مالکؓ سے روایت حدیث کا حاصل یہ ہے کہ:

نبی مکرمؐ کی خدمت میں تین افراد پہنچے، جن میں سے:

- ایک کا کہنا تھا کہ میں رات بھر نماز پڑھوں گا
- دوسرے کی خواہش تھی کہ وہ لگاتار روزے رکھے گا
- جب کہ تیسرے نے بتایا کہ وہ کبھی شادی نہیں کرے گا

آنحضرتؐ نے جب یہ سب کچھ سنا تو فرمایا:

"اللہ کی قسم! میں اللہ تعالیٰ سے تمہاری نسبت بہت زیادہ ڈرنے والا ہوں، پھر بھی میں روزے رکھتا ہوں اور افطار بھی کرتا ہوں۔ میں نماز پڑھتا ہوں اور سوتا بھی ہوں، اور ساتھ ساتھ عورتوں سے نکاح بھی کرتا ہوں۔ یاد رکھو جو میری سنت سے روگردانی کرے گا، وہ میرے طریقے پر نہیں۔"

اعتدال کا راستہ ہمیشگی کے قیام میں بھی بہت مددگار ثابت ہوتا ہے۔ آنحضرتؐ کو وہ عمل پسند تھا جس میں ہمیشگی ہو۔ **اعتدال** اور ہمیشگی سے متعلق بخاری شریف کی چند حدیثیں درج ذیل ہیں:

حدیث 19: نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم ایسے سہل کام کرنے کی تلقین فرماتے جن پر ہمیشگی بھی قائم رہ سکے۔ راوی: حضرت عائشہؓ۔

حدیث 42: حضورؐ کا ارشاد ہے کہ اپنے نیک اعمال کی ذمہ داری اس قدر لو جتنی تم میں طاقت ہو۔ یعنی ایسے کام کرو جسے ہمیشہ کر سکو۔ راوی: حضرت عائشہؓ۔ (دیکھیں حدیث 19)۔

حدیث 1063: رسول اکرمؐ نے فرمایا کہ اللہ کے نزدیک سب سے زیادہ پسندیدہ نمازیں اور روزے داؤد علیہ السلام کی ہیں۔ وہ نصف رات سوتے تھے، ایک تہائی رات قیام (یعنی عبادت) کرتے، پھر چھٹا حصہ سوتے۔ وہ ایک دن روزہ رکھتے تھے اور ایک دن افطار کرتے تھے۔ راوی: عبداللہ بن عمروؓ۔

حدیث 1085: نبی کریمؐ نے مجھ سے فرمایا کہ میں نے تمہارے بارے میں سنا ہے کہ تم رات کو قیام کرتے ہو اور دن کو روزے رکھتے ہو۔ میں نے عرض کیا، جی ہاں۔ آپؐ نے فرمایا "تم ایسا کرتے رہو گے تو تمہاری طبیعت متاثر ہو جائے گی۔ تمہاری جان اور تمہارے بال بچوں کا بھی تم پر حق ہے۔ لہذا سب کا خیال رکھو"۔ راوی: عبداللہ بن عمروؓ۔

حدیث 6052 و 6048: ارشادِ نبویؐ ہے کہ کسی کو اس کا عمل (نار جنم سے) نجات نہیں دلائے گا مگر یہ کہ اللہ سے اپنی رحمت میں ڈھانک لے۔ اور فرمایا، اپنے قول و عمل میں مماثلت پیدا کرو۔ اللہ کی قربت حاصل کرو۔ صبح و شام اور رات کے آخری حصہ میں عبادت کرو۔ اور اعتدال کو اختیار کرو تو تم منزل مقصود (جنت) تک پہنچ جاؤ گے۔ اور فرمایا، اللہ کے نزدیک سب سے پسندیدہ عمل وہ ہے جس میں مداومت اختیار کی جائے، اگرچہ کہ کم ہو، اور فرمایا، اُن ہی اعمال کی پابندی کرو جن کی تم میں طاقت ہو۔

راویان: ابو ہریرہؓ، حضرت عائشہؓ، علقمہؓ

غرض زندگی کے ہر شعبہ میں **اعتدال** اور میانہ روی کی اشد ضرورت ہے کیوں کہ پرسکون زندگی گزارنے میں اعتدال و میانہ روی بڑا اہم کردار ادا کرتی ہیں۔ اللہ تعالیٰ ہمیں رسول صلی اللہ علیہ وسلم کی سیرت کے اس اہم پہلو پر عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین