

## 225943-کیا نبی مکرم صلی اللہ علیہ وسلم اور صحابہ کرام جسمانی کسرت اور ورزش کیا کرتے تھے؟

سوال

میں ورزش اور جسمانی کسرت کرنا چاہتا ہوں، لیکن میں یہ بھی چاہتا ہوں کہ یہ ورزش اسلامی تعلیمات کی روشنی میں کروں، تو کیا نبی مکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے آج کل کی ورزشیں اور جسمانی کسرت کی ہے؟ آپ صلی اللہ علیہ وسلم اور صحابہ کرام پانی میں تیر اکی کیسے کیا کرتے تھے؟

پسندیدہ جواب

سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: (کمزور مومن سے طاقت ورمومن اللہ تعالیٰ کے ہاں بہتر اور محظوظ ہے، اور سب اہل ایمان میں خیر ہے۔) صحیح مسلم: (2664)

حدیث میں مذکور طاقت میں ایمانی اور جسمانی ہر طرح کی قوت شامل ہے، جیسے کہ ہم اس کی تفصیلات سوال نمبر: (10238) میں بیان کرچکے ہیں۔

اسی طرح اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے:

﴿وَقَالَ رَبُّهُمْ يَٰٰيُّهُمْ إِنَّ اللَّهَ قَدْ يَعْلَمُ لَكُمْ طَالُوتَ بِكُلِّ قَاتِلٍ يَّكُونُ لَهُ الْكَلْكَلُ عَلَيْنَا وَعَنْنَا أَعْنَىٰ بِالْكَلْكَلِ مِنْهُ وَلَمْ يُؤْتَ سَيِّدَهُ مِنَ النَّاسِ قَالَ إِنَّ اللَّهَ أَضْطَفَهُ طَلَيْمَمْ وَزَادَهُ بَطْشَفَىٰ الْعِلْمَ وَأَنْجَمْ وَأَنْجَمْ وَاللَّهُ يُعْلِمُ تَلَكَرْ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ﴾۔

ترجمہ: ان کے بنی نے ان سے کہا کہ: "اللہ نے تمہارے لیے طالوت کو بادشاہ مقرر کیا ہے۔" وہ کہنے لگے: "بجل! ہم پر حکومت کا حقدار وہ کیسے بن گیا؟ اس سے زیادہ تو ہم خود حکومت کے حقدار ہیں اور اس کے پاس تو کچھ مال و دولت بھی نہیں۔" بنی نے کہا: "اللہ نے تم پر حکومت کے لیے اسے ہی منتخب کیا ہے۔ اور ذہنی اور جسمانی امیتیں اسے تم سے زیادہ دی ہیں اور اللہ جسے چاہے ابھی حکومت دے دے وہ بڑی وسعت والا اور جانے والا ہے۔" [ابقرۃ: 247]

"فرمان باری تعالیٰ: (وَزَادَهُ بَطْشَفَىٰ الْعِلْمَ وَأَنْجَمْ)۔ کامطلب یہ ہے کہ: اللہ تعالیٰ نے طالوت کو تم پر علم اور جسمانی فوکیت دی ہے، یعنی اس کی رائے بڑی ٹھوس ہوتی ہے اور جسمانی طور پر بھی وہ بہت مضبوط ہے اور انہی دونوں کی بدولت بادشاہت کے امور اچھے طریقے سے سرانجام ہوتے ہیں؛ کیونکہ جب بادشاہ کی رائے بھی ٹھوس ہو اور اپنی درست رائے کو صحیح انداز سے لاگو کرنے کی بھی صلاحیت رکھتا ہو تو یہ درجہ کمال ہے، اگر ان دونوں میں سے کوئی ایک چیز بھی نہ رہے تو معاملہ دگر گوں ہو جائے گا۔ لہذا اگر کوئی شخص جسمانی طور پر تو بڑا مضبوط ہو لیکن قوت فیصلہ نہ ہو تو اس سے حکومت میں رخنہ پیدا ہو جائے گا اور قانون کی بالادستی قائم نہیں رہے گی، بلکہ اپنی قوت کا استعمال حکمت کے بغیر کرے گا، اور اگر کوئی شخص صاحب علم تو بہے لیکن وہ اپنے علم کی روشنی میں کیے گئے فیصلے پر عمل درآمد نہیں کرو سکتا تو اسے اپنی قوت فیصلہ کا کوئی فائدہ نہیں ہو گا۔" ختم شد  
"تفسیر سعدی" (ص 107)

انسان جسمانی طور پر صحیح سلامت اور قوت والا ہو تو اسی جسمانی طاقت کے بل بوتے پر اسے نماز، روزہ، نج، اور جادو وغیرہ جسمانی عبادات کرنے کی صلاحیت حاصل ہوتی ہے۔ جبکہ انسان کمزور ہو یا کسی بیماری میں بستلا ہو تو بہت سے عبادات میں تعطل کا شکار ہو جاتا ہے، جیسے کہ سنن ابو داود: (3107) میں ابن عمر و رضی اللہ عنہما کہتے ہیں کہ نبی مکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: (جب کوئی آدمی کسی مریض کی عیادت کے لیے جائے تو وہ کہے: (اللَّهُمَّ اشْفُعْ عَنِّي كَمَا شَفَّاكَ مَنْدُوا، أَوْ يَعْشِي لَكَ إِلَى صَلَوةٍ)۔ ترجمہ: یا اللہ! اپنے بندے کو شفایا ب فرماء، تیرے دشمن کو زخمی کرے گا یا تیرے لیے نماز ادا کرنے کے لیے چل کر جائے گا۔) اس حدیث کو البانی رحمہ اللہ نے سلسلہ صحیح: (1365) میں حسن قرار دیا ہے۔

بدن کو مضبوط بنانے والے مختلف کھلیل اور جسمانی ورزش کرتے ہوئے کچھ آداب ملحوظ خاطر رکھنے چاہیں، جن میں سے کچھ درج ذیل ہیں:  
- ثواب کی امید رکھیں: آپ بدن مضبوط بنانے کے لیے یہ نیت رکھیں کہ مضبوط بدн کے ساتھ عبادات کریں گے، اور مظلوم کا ساتھ دیں گے۔

- ورزش میں کوئی شرعی مخالفت نہ پائی جائے، مثلاً: گیم میں شریک دونوں افراد ایک دوسرے کے سامنے جھکلیں، نہ بھی چہرے پر ماریں، ستر برہنہ نہ کریں، گیم میں جوانہ لگائیں اور اسی طرح کی دیگر شرعی قباحتیں گیم میں نہیں ہوئی چاہیں۔

- کھلیل اللہ تعالیٰ کی اطاعت، عبادات اور والدین کی خدمت جیسی دیگر اہم اور ضروری چیزوں میں رکاوٹ نہ بنیں۔

- اس میں بہت زیادہ پیسہ خرچ نہ ہو کہ دولت کے پھرے اڑا دے، کھلیل کوئی بھی بہر حال میں میانہ روی پر مبنی ہونا چاہیے۔

اس بارے میں مزید کے لیے آپ سوال نمبر: (218489) اور (20198) کا جواب ملاحظہ کریں۔

ہمیں احادیث میں ایسی کوئی بات علم نہیں ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم آج کل کی معروف ورزشیں کرتے ہوں؛ کیونکہ اللہ تعالیٰ نے آپ صلی اللہ علیہ وسلم پر ہر قسم کی نعمت مکمل فرمائی تھی، اور آپ کو مکمل جسمانی اور ایمانی قوت عطا کی تھی۔

اس حوالے سے ہمیں احادیث مبارکہ میں جن چیزوں کا ذکر ملتا ہے وہ ذیل میں ہیں:

1- بنی مکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے رکانہ رضی اللہ عنہ سے ان کے اسلام قبول کرنے سے پہلے کشی کی تھی اور انہیں چت کر دیا تھا، جیسے کہ سنن ابو داود: (4078) میں ہے کہ بنی مکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے رکانہ سے کشی کی اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے انہیں پچھاڑ دیا۔  
اس حدیث کو ابیانی نے ارواء الغلیل (5/329) میں حسن قرار دیا ہے۔

2- آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنی اہلیہ مختارہ سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا کے ساتھ دوڑ لگائی، جیسے کہ سنن ابو داود: (2578) اور مسند احمد: (26277) میں سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا سے مروی ہے، آپ کہتی ہیں کہ: (میں ایک بار آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے ہمراہ ایک سفر میں گئی اور میں ابھی دو شیرہ ہی تھی ابھی مجھ پر گوشت نہیں چڑھا تھا اور نہ ہی میں موٹی ہوئی تھی، آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے لوگوں سے کہا: (چلو بھی تم آگے چلو) تو لوگ آگے چلے گئے، پھر آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے مجھے کہا: (آؤ، میں تمہارے ساتھ دوڑ لگاتا ہوں) تو میں نے آپ کے ساتھ دوڑ کا مقابلہ کیا اور میں دوڑ میں جیت گئی، اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے خاموشی اختیار کی۔ پھر جب میرا جسم بھاری بھر کم ہو گیا اور جسم پر گوشت چڑھ گیا اور مجھے یہ واقعہ بھی بھول چکا تھا پھر میں آپ کے ہمراہ ایک سفر میں گئی تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے لوگوں سے کہا: (چلو بھی تم آگے چلو) تو لوگ آگے چلے گئے، پھر آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے مجھے کہا: (آؤ، میں تمہارے ساتھ دوڑ لگاتا ہوں) تو میں نے آپ کے ساتھ دوڑ کا مقابلہ کیا اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم مجھ سے دوڑ جیت کے اور پھر آپ صلی اللہ علیہ وسلم مسکانے لگے، اور آپ فرماتے تھے: (یہ جیت اس ہار کے بد لے میں ہے) اس حدیث کو ابو داود رحمہ اللہ نے روایت کیا ہے اور ابیانی رحمہ اللہ نے اسے صحیح قرار دیا ہے۔

3- نشانہ بازی، چنانچہ صحیح بخاری: (3373) میں سیدنا سلمہ بن اکوع رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ: "آپ صلی اللہ علیہ وسلم ایک بار بنی اسلام کے کچھ لوگوں کے پاس سے گزرے تو لوگ تیر اندازی کے ذریعے نشانے لگا رہے تھے، تو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: (بنا سما عیل! اتیر اندازی کرو، تمہارا جد امجد بھی تیر انداز تھا۔ نشانہ بازی جاری رکھو ہیں بنو فلاں کے ساتھ ہوں) تو اس پر ایک ٹیم نے تیر اندازی بند کر دی، ان کا کہنا تھا کہ: اللہ کے رسول! ہم کیسے آپ کے خلاف تیر اندازی کر سکتے ہیں؟ تو اس پر آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: (میں تم سب کے ساتھ ہوں)"

اس بات میں کوئی دوڑا نہیں ہے کہ صحابہ کرام دوڑ، کھڑ دوڑ، اور فنوں قتال کی مشقیں کیا کرتے تھے یہی وجہ ہے کہ صحابہ کرام نہایت جنگجو اور بہادر تھے۔

اس قسم کی چیزوں کی مہیت ہر زمانے اور حالات کے اعتبار سے الگ ہوتی ہے۔

تیر اکی کے بارے میں یہ ہے کہ :

نبی مکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے یہ توثیق ہے کہ آپ نے فرمایا: (ہر وہ چیز جس کا تعلق ذکر الہی سے نہیں ہے تو وہ "لَعْبٌ" ہے۔ سو ائے چار چیزوں کے: خاوند کا ابھی یہوی کے ساتھ کھیلنا، گھوڑے کے مالک کا اپنے گھوڑے کو سدھانا، آدمی کا دو نشانوں کے درمیان دوڑانا، اور آدمی کا تیر اکی سیکھنا) اس حدیث کو نسانی رحمہ اللہ نے "السنن الکبریٰ" (8889) میں روایت کیا ہے اور البانی رحمہ اللہ نے اسے سلسلہ صحیح: (315) میں صحیح قرار دیا ہے۔

ہمیں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے عمل سے یہ کہیں نہیں ملا کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے خود بھی تیر اکی کی ہو۔

لیکن جو الفاظ مشہور ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے حکم دیا کہ اپنے بچوں کو تیر اکی، تیر اندازی اور گھر سواری سکھاؤ، تو ان الفاظ میں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے کوئی حدیث ثابت نہیں ہے۔

ایک حدیث میں کچھ اس طرح کے الفاظ ہیں کہ: (اپنے بیٹوں کو تیر اکی اور تیر اندازی سکھاؤ، اور خواتین کو دھاگا بنانا سکھاؤ) یہ حدیث بھی سخت ضعیف ہے۔  
مزید تفصیلات کے لیے آپ "السلسلۃ الضعیفۃ" از علامہ البانی (3876، 3877) دیکھیں۔