عظیم کامیابی - تیراکی

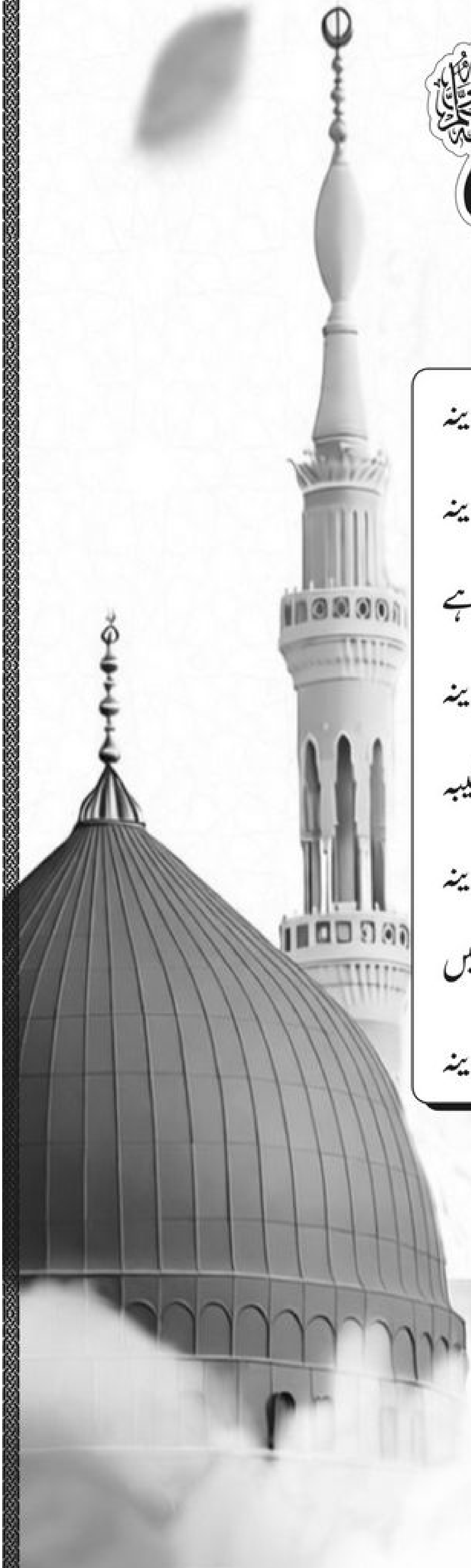
158
مدینہ، مدینہ

ہدیہ: 30 روپے

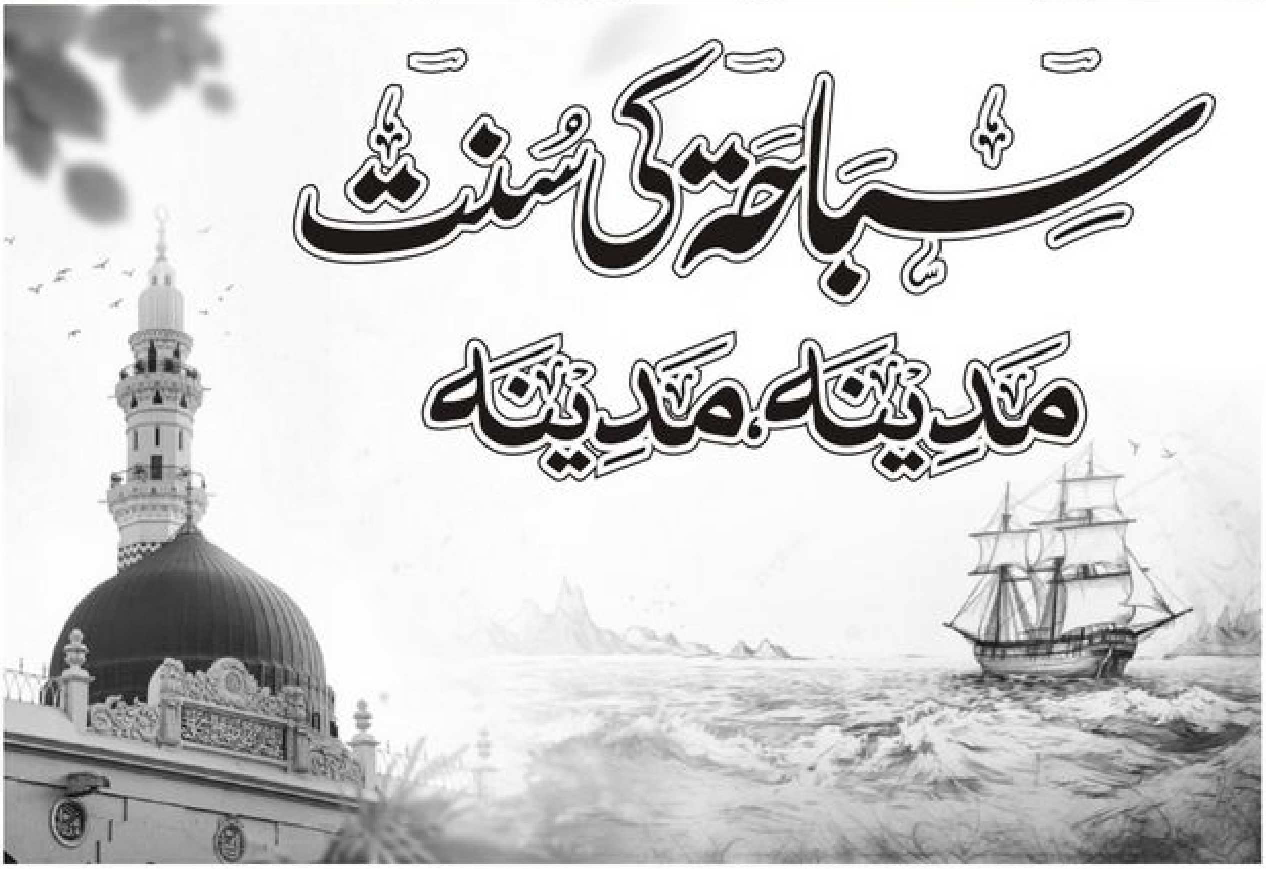
سیاحت کی سنت
مدینہ، مدینہ

تیراکی سیکھیے!

نعتِ رسول ﷺ



متاعِ جاں قرارِ دِل مدینہ
کرم کی آخری منزل مدینہ
ادب! یہ شہرِ محبوبِ خدا ہے
ہے تیرے سامنے اے دِل مدینہ
سکُون و امن کی بستی ہے طیبہ
تمنّاؤں کا حاصل ہے مدینہ
چلو حافظ دیارِ مُصطفیٰ میں
کہ بحرِ غم کا ہے ساحل مدینہ



اللہ تعالیٰ ہمیں ''سستی'' کے ''عذاب'' سے بچائیں......

''اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبِکَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْکَسَلِ''

یااللہ آپ کی پناہ اور حفاظت مانگتا ہوں ''کم ہمتی'' اور ''سستی'' سے......

''السباحۃ'' یعنی پانی میں تیرنا...... سستی کے عذاب کا ایک مؤثر اور مفید علاج ہے...... اور ہم مسلمانوں کے لیے سب سے بڑی بات یہ ہے کہ...... ہمارے رہبر و آقا حضرت محمد ﷺ نے ہمیں اس کی ترغیب دی ہے...... اور حضرات خلفاء راشدین نے اسے امت میں بطور قانون جاری فرمایا ہے......

تیراکی کے فضائل اور فوائد

تیراکی سیکھنے کے فضائل پر غور کیا جائے تو...... کئی پہلو سے ہمیں اس کی ترغیب ملتی ہے...... اور اگر تیراکی کے فوائد پر بات کی جائے تو ''اہل علم و حکمت'' نے اس پر بھی دل کھول کر لکھا ہے...... کچھ اعمال ایسے ہیں جو انسان کی ''عمر'' بڑھا دیتے ہیں...... یعنی اس کی مقرر عمر میں برکت ہو جاتی ہے...... جبکہ کچھ ''امراض'' ایسے ہیں جن کو ''قاتل العمر'' کہا جاتا ہے...... یعنی انسان

کی عمر کو قتل کرنے والے امراض...... ہم غور کریں تو ہمارے پاس سوائے اپنی عمر اور وقت کے اور کچھ بھی نہیں ہے...... اور ہماری عمر کا یہ وقت تیزی کے ساتھ گذرتا جارہا ہے...... ختم ہوتا جارہا ہے...... ہم اسے روک نہیں سکتے...... کوئی انسان اربوں کروڑوں روپے خرچ کرکے بھی اپنی عمر میں ایک منٹ کا اضافہ نہیں کرسکتا...... اب خدانخواستہ اگر ہمیں ''کسل'' یعنی ''سستی'' کا مرض لگ جائے تو وہ ہماری عمر کو...... اور ہمارے وقت کو کھا جاتا ہے...... حالانکہ ہم نے اپنے اسی ''وقت'' میں دنیا کے مسائل سے بھی نمٹنا ہے اور قبر اور آخرت کی تیاری بھی کرنی ہے...... دوسری طرف انسان کی طبیعت کچھ کھیل، کود اور راحت بھی چاہتی ہے...... ہمارے رہبر اور آقا حضرت محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ہمارا یہ مسئلہ بھی حل فرمادیا......

''جَزَی اللّٰہُ عَنَّا مُحَمَّدًا صلی اللہ علیہ وسلم مَّا ھُوَ اَھْلُہٗ''

آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے کچھ چیزیں ارشاد فرمادیں کہ ان میں تمہارے لیے...... راحت اور خوشی بھی ہے اور اجر و ثواب بھی...... ان چیزوں سے سستی کا عذاب بھی ٹوٹے گا...... اور تمہاری شخصیت بھی بنے گی...... ان چیزوں میں تم جو وقت لگاؤ گے...... وہ وقت ضائع نہیں ہوگا...... بلکہ وہ تمہارے لیے ''قیمتی'' بن جائے گا...... کیونکہ ان چیزوں میں وقت لگانے سے...... تمہارے لیے اسلام کے بڑے بڑے احکامات پر عمل کرنا آسان ہوجائے گا...... محدثین کرام نے لکھا ہے کہ یہ حدیث سند کے اعتبار سے ''حدیث صحیح'' ہے...... جس میں آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے اپنی پیاری اُمت کو قیمتی، پاکیزہ، مضبوط اور ترقی یافتہ ہونے کے بعض راز سمجھا دیئے ہیں...... آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ارشاد فرمایا......

ہر وہ چیز (یعنی عمل) جس میں اللہ تعالیٰ کا ذکر نہ ہو وہ غفلت اور کھیل کود ہے سوائے چار چیزوں کے (۱) آدمی کا اپنی بیوی کے ساتھ کھیلنا (۲) آدمی کا اپنے گھوڑے کو تربیت دینا (۳) تیراندازی کے دو ہدفوں کے درمیان چلنا (۴) تیراکی سیکھنا...... (النسائی والطبرانی)

اپنی بیوی کے ساتھ کھیلنا...... اس سے عفت، پاکدامنی، حیاء، گھریلو مضبوطی...... اور بے شمار فوائد حاصل ہوتے ہیں...... اولاد پر اس کا مثبت اثر پڑتا ہے...... خاندانی نظام مستحکم ہوتا ہے......

دوسری چیز شہسواری ہے...... اللہ تعالیٰ نے تاکید کے ساتھ مسلمانوں کو گھوڑے پالنے کا حکم فرمایا ہے...... اس سے جہاد و رباط جیسے فرض اعمال ادا ہوتے ہیں...... انسان میں بہادری اور سادگی کی صفات پیدا ہوتی ہیں...... اور دشمنان دین پر رعب پڑتا ہے...... قرآن و سنت شہسواری کے فضائل اور احکامات سے مکمل پردہ ہٹاتے ہیں......

تیسری چیز ''تیراندازی'' کا نورانی عمل ہے...... جس کے فضائل و مناقب پر درجنوں احادیث مبارکہ کا ذخیرہ اور امت کی روشن فاتحانہ تاریخ موجود ہے......

جبکہ چوتھی چیز ''تیراکی'' ہے...... یہ زمین پانی سے بھری پڑی ہے...... زمین کا ستر فیصد سے زائد حصہ پانی ہی پانی ہے...... پانی میں اللہ تعالیٰ نے ''حیات'' اور ''زندگی'' رکھی ہے...... پانی میں جو ''برکت'' اُتاری گئی ہے...... وہ عام برکت نہیں ہے...... اس لیے ''پانی'' کے ساتھ جو بھی...... کسی طریقے سے جڑ جاتا ہے وہ غنی مالدار اور طاقتور ہو جاتا ہے...... اسی لیے حضرت آقا محمد مدنی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ''بحری جہاد'' یعنی سمندر میں جہاد کے اتنے اونچے اونچے فضائل ارشاد فرمائے ہیں...... ایسے فضائل جو خشکی اور پہاڑوں پر جہاد سے حاصل نہیں ہوتے...... اور جب آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو خواب میں اپنی امت کا وہ لشکر دکھایا گیا جو سمندر پر سوار ہو کر جہاد کے لیے جا رہا تھا تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم بہت زیادہ خوش ہوئے اور مسکراہٹ نے آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے نورانی چہرہ اقدس کا بوسہ لیا...... اور آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے مکمل اہتمام سے اس لشکر کا تذکرہ فرمایا...... اور حاضرین میں سے ایک خاتون کی درخواست پر...... ان کو اس لشکر میں شامل ہونے کی اجازت، بشارت اور دعاء بھی عطاء فرما دی...... اب سمندر کا جہاد...... بغیر تیراکی سیکھے کون لڑ سکتا ہے؟...... اور سمندروں کو عبور اور فتح کیے

بغیر...... دنیا بھر میں اسلام کیسے پہنچایا جا سکتا ہے؟...... آپ ﷺ نے قسطنطنیہ کے فتح ہونے کی بشارت دی...... وہ بھی بغیر سمندری جہاد کے حاصل نہیں ہو سکتا تھا...... ماضی کے مسلمانوں نے...... اپنے محبوب نبی ﷺ کے ان فرامین کو...... سر آنکھوں پر رکھا...... چنانچہ وہ سمندروں کو روندتے ہوئے دنیا کو فتح کرتے چلے گئے...... جبکہ آج کا مسلمان اسی بحث میں پڑا ہوا ہے کہ...... ''تیراکی'' کو ''سنت عمل'' کہہ سکتے ہیں یا نہیں؟...... انا للہ وانا الیہ راجعون......

یہ دیکھو! حضور اقدس ﷺ کے تخت مبارک سے آپ کی مسند شریف سے...... آپ کے خلیفہ...... سیدنا عمر بن خطاب...... فاروق اعظم رضی اللہ تعالےٰ عنہ...... اپنے گورنروں اور مفتوحہ علاقوں کے مسلمانوں کو حکم صادر فرما رہے ہیں......

''علموا اولادکم السباحة والرمی والفروسية'' (کنزالعمال، فیض القدیر)

ترجمہ: اپنی اولاد کو تیراکی، تیراندازی اور شہسواری سکھاؤ......

یہ تینوں چیزیں ایک باپ کی طرف سے...... اپنی اولاد کے لیے بہترین تحفے...... قیمتی تحفے...... ہمیشہ کام آنے والے تحفے...... دنیا و آخرت میں کامیاب بنانے والے تحفے...... بچوں کو حقیقی مرد...... اور ''قوی مؤمن'' بنانے والے تحفے......

کاش مسلمان حکمران ان احکامات پر غور کرتے اور ان ''مفید اعمال'' کو بطور ''قانون'' مسلمانوں میں جاری کرتے...... مگر ان بے چاروں کو تو ''کارہائے غلامی'' سے فرصت نہیں......

حیرت ہوتی ہے کہ...... مویشی پالنے کے فضائل اور فوائد اسلام میں ہیں...... مگر مویشیوں کی تمام اچھی نسلیں غیر مسلموں کے پاس ہیں...... ایک بار بندہ نے ''مویشی پالنے'' کی احادیث اور آثار جمع کئے...... مسلمان صرف انہی فضائل و فوائد کو مان کر چلتے تو آج ان کی معیشت کہاں سے کہاں پہنچ جاتی...... گھوڑا ہمارے محبوب نبی ﷺ کا پسندیدہ اور محبوب...... مگر مسلمان کو گھوڑے کی باتیں...... پرانی لگتی ہیں...... جبکہ غیروں نے گھوڑے کی ہر اچھی نسل پر قبضہ جما لیا...... اور وہ

اس کے ذریعہ سالانہ اربوں ڈالر کماتے ہیں...... تیر اندازی کے فضائل پڑھیں تو لگتا ہے کہ کوئی سچا امتی...... اپنے عظیم نبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے ان ''فرامین'' کو نظر انداز کر ہی نہیں سکتا...... مگر مسلمان کے ہاتھ میں تیر کمان کی جگہ موبائل ہے...... آج دنیا میں ''تیر اندازی'' کے مقابلے ہوتے ہیں...... ان میں پہلے سو ماہر افراد میں سے ایک بھی ''مسلمان'' نہیں...... انہوں نے اپنی دنیا اور اپنی صحت کے لیے ان چیزوں کو اپنا لیا...... جبکہ ہم ان بابرکت اعمال میں سنت کی خوشبو سونگھنے سے محروم رہے...... کاش ہر منبر اور محراب سے پورا ''دین اسلام'' بیان ہوتا......

کاش مسلمان حکمران...... اپنی قوم کے لیے ان نعمتوں کا سوچتے...... کاش ہر باپ اپنے بچوں تک یہ نعمتیں پہنچانے کی کوشش کرتا......

الحمدللہ...... جماعت ایک عرصہ سے...... ان اعمال اور ان سنتوں کے مسلمانوں میں ''احیاء'' کی محنت کر رہی ہے...... ہم کمزور اور قلیل لوگ ہیں...... ہماری محنت بھی بہت کمزور ہے...... مگر الحمدللہ...... چونکہ ان اعمال میں ''سنت'' کی روح پرور خوشبو مہکتی ہے...... اور اللہ تعالیٰ کو اپنے محبوب اور آخری نبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی اداؤں اور سنتوں سے بہت پیار ہے...... اس لیے ''الحمدللہ'' ہر محنت پر...... اللہ تعالیٰ کی عجیب نصرت ہوئی...... شہسواری کا مبارک عمل...... دس بارہ گھوڑوں سے شروع ہوا...... آج ماشاء اللہ چار مدارس کی بہار لگی ہوئی ہے...... ہر چند دن بعد گھوڑوں کے بابرکت مجموعے میں اضافہ ہوتا ہے...... جبکہ ہزاروں افراد شہسواری سیکھ چکے ہیں...... کئی ایک تو اب دوسروں کو سکھا رہے ہیں...... بے شمار مسلمانوں کو گھوڑے کی پیشانی میں رکھی گئی خیر و برکت سے حصہ ملا......

تیر اندازی کے عمل کے ساتھ...... دسیوں ہزار افراد جڑ چکے ہیں...... چھوٹے بچوں سے لے کر بزرگوں تک نے اس عمل کی خوشبو اور نورانیت حاصل کی ہے...... اور الحمدللہ کر رہے ہیں...... یہی حال ''تیراکی'' کا ہے......

بلاشبہ ہزاروں افراد ''جماعت'' کے ذریعہ...... اس مبارک سنت کا فیض حاصل کر چکے ہیں......اور ان شاء اللہ لاکھوں مسلمان اس نظام سے مستفید ہوں گے

والحمدللہ رب العالمین......

تیراکی کے فضائل پر کئی طریقے سے بات کی جاسکتی ہے......

مثلاً

(١) حدیث مبارکہ، صحابہ کرام کے اقوال و اعمال اس پر علامہ حضرت سیوطی رحمۃ اللہ علیہ نے ایک مستقل رسالہ بھی لکھا ہے...... ''الباحۃ فی فضل السباحۃ''......

(٢) ''سستی'' جوکہ ہماری شریعت میں ایک منحوس اور قاتل عمل ہے...... تیراکی اس کا علاج ہے......

(٣) ''المؤمن القوی'' کے فضائل...... تیراکی سے بھی قوت ملتی ہے......

(٤) بحری جہاد کے فضائل...... یہ فضائل بغیر تیراکی سیکھے حاصل نہیں ہو سکتے......

(٥) خدمت خلق کے فضائل...... تیراکی جاننے والے افراد سیلاب، بارش اور دیگر مصائب میں امت کے بہت کام آتے ہیں......

(٦) کفار کے کھیلوں سے دوری اور اسلامی کھیلوں کی ترویج کا معاملہ...... اس میں قیامت کے دن اپنی عمر اور وقت کے حساب کو شامل کیا جائے ......عام کھیلوں والے وقت کا ایک مسلمان کیا جواب دے گا؟

باقی رہے تیراکی کے فوائد تو ''اہل طب'' نے اس کے آٹھ بڑے فوائد لکھے ہیں......

(١) جلد بڑھاپا آنے سے روکنے کا ذریعہ ہے...... خصوصاً وہ افراد جن کی عمر 45 سال یا زیادہ ہو چکی ہے وہ اگر تیراکی کو معمول بنالیں تو ان شاء اللہ جلد بڑھاپے کا شکار نہیں ہوں گے......

۲ پانی میں حیات ہے...... تیرنے سے پانی کے مثبت اثرات جسم پر پڑتے ہیں...... جس سے تھکاوٹ اور تنگی دور ہوتی ہے اور طبیعت میں چستی اور نشاط پیدا ہوتی ہے......

۳ تیراکی دل کی صحت کے لیے بہترین ہے......

۴ تیراکی دمے کے مرض کا علاج اور سانس کی ہر تکلیف سے چھٹکارے کا ذریعہ ہے......

۵ تیراکی سے پھیپھڑے مضبوط اور کشادہ ہوتے ہیں......

۶ جوڑوں کے درد کے لیے بھی تیراکی اچھا علاج ہے......

۷ یہ بہت بہترین اور جامع ورزش ہے جو انسان کے پٹھوں کو مضبوط بناتی ہے......

۸ تیراکی دماغ اور ذہن کو فائدہ پہنچاتی ہے...... ٹینشن بے چینی اور خیالات کے ہجوم کو دفع کرتی ہے...... دماغ کی گرمی دور کرتی ہے اور ذہن کو بھی مضبوطی دیتی ہے......

دس روزہ دعوتی مہم

ان شاء اللہ پرسوں بروز بدھ مورخہ دس جون 2026ء سے...... ”فضل السباحۃ“ (یعنی تیراکی کے فضائل اور فوائد کی دعوت) کی دس روزہ مہم شروع ہو رہی ہے...... اہل ایمان کو اس عمل کی طرف متوجہ کریں...... خود بھی تیراکی سیکھیں...... جو سیکھ چکے ہیں وہ دوسروں کو سکھائیں...... اسے اپنی روزانہ کی ورزش کا اہم حصہ بنائیں...... اپنے بچوں کو خصوصی طور پر تیراکی سکھائیں...... اہل خیر اپنے خرچے پر غریب مسلمانوں کو تیراکی سکھانے کا بندوبست کریں...... اور اسی میں ان کو دین کے ”مبادیات“ اور ”اصول“ بھی ساتھ ساتھ سکھا دیں...... جزاکم اللہ خیرا......

لا الٰہ الا اللہ، لا الٰہ الا اللہ، لا الٰہ الا اللہ محمد رسول اللہ

اللّٰھم صل وسلم وبارک علیٰ سیدنا محمد وعلیٰ آلہ وصحبہ وبارک وسلم تسلیماً کثیراً کثیراً

لا الٰہ الا اللہ محمد رسول اللہ

مولانا طلحۃ السیف

تیراکی سیکھیے!

گذشتہ مضمون میں صحتمند کھیلوں کے حوالے سے جو گذارشات عرض کی تھیں ان سے اسلام کا مزاج سمجھنے کی طرف واضح رہنمائی ملتی ہے۔

اسلام اوّل تو یہ تعلیم دیتا ہے کہ مؤمن کا ہر عمل ''عبادت'' کی تعریف پر صادق آنا چاہیے۔ وہ بندہ ہے ہر حال میں ''بندہ'' ہی رہے۔ اس کا ہر کام اسی بندگی کا مظہر ہونا چاہیے۔ اس لیے کھیل کود اور تفریح جو انسانی فطرت اور ضرورت کے تقاضے ہیں ان کی بھی وہ شکلیں پسند کی گئیں اور ان کی ترغیب دی گئی جن میں اسی بندگی کا عنصر نمایاں ہے کہ وہ عبادت اور بندگی کے بڑے تقاضوں کی ادائیگی میں معاون بنتے ہیں۔

دوسری تعلیم یہ ہے کہ ''المؤمن القوی'' یعنی طاقتور اور صحتمند مؤمن اللہ تعالیٰ کے ہاں کمزور مؤمن سے زیادہ محبوب اور پسندیدہ ہے اور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے جن چیزوں سے ہمیشہ اللہ تعالیٰ کی پناہ مانگی ہے اور مانگنے کی تعلیم دی ہے ان میں عجز اور کسل یعنی بے کاری اور سستی نمایاں ہیں۔

طاقتور مؤمن، صحتمند مؤمن، زیادہ محبوب اور پسندیدہ اس لیے ہے کہ وہ اللہ تعالیٰ کی عبادت زیادہ کرسکتا ہے۔ اللہ تعالیٰ کی مخلوق کے زیادہ کام آسکتا ہے۔ محبوب ترین عبادات جہاد، حج، نماز، روزے زیادہ احسن طریقے سے ادا کرسکتا ہے۔ اعمال کی کثرت کرسکتا ہے وغیرہ۔ اگرچہ ''وفی کلٍ خیر'' کے جملے سے کمزوروں کو بھی تسلی دی گئی ہے کہ وہ بھی محروم نہیں۔ مقام خیر پر ہیں اور اپنی استطاعت کے مطابق محنت اور کوشش سے خیر کے خزانے پاسکتے ہیں۔

جسمانی قوت اور طاقت کا کلیہ یہ ہے کہ انسان جس قدر اپنے جسم کی قوت کو خرچ کرتا ہے اس میں اضافہ

ہوتا ہے۔ایسے وہ تمام کام جن میں قوت اور طاقت صرف ہوتی ہے،جسم کی قوت میں کمی کی بجائے اضافے کا سبب بنتے ہیں۔یہی حال دماغی قوت اور صلاحیت کو خرچ کرنے کا ہے۔اسی سبب سے وہ کھیل اور تفریحی سرگرمیاں محمود ٹھہرے ہیں کہ ان میں مشغولیت المؤمن القوی بننے میں مددگار اور معاون ثابت ہوتی ہے اور عجز و کسل سے اسی لیے پناہ مانگی گئی اور انہیں عاداتِ بد میں شمار کیا گیا کہ ان سے کمزوری آتی ہے۔

صحتمند کھیلوں میں جن کے نام سے احادیث مبارکہ میں ترغیب آئی ان کی فضیلت مسلّم ہے۔انسان خود کو ان میں مشغول کرلے اور ان کی عادت بنالے تو سب سے پہلی کمائی یہ ہے کہ عبادت کا ثواب حاصل کرتا ہے۔نبی کریم ﷺ کی سنت پر عمل کی فضیلت حاصل کرتا ہے۔اتباع رسول ﷺ کا اجر پاتا ہے۔اللہ تعالیٰ کے ہاں پسندیدگی کا مستحق ٹھہرتا ہے اور ان کے ذریعے المؤمن القوی بننے کا ہدف حاصل کرلیتا ہے۔

نبی کریم ﷺ نے ان میں چار کا نام لے کر ان کا شوق دلایا۔

حضرت جابر بن عبداللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

ہر وہ کام جس میں اللہ تعالیٰ کا ذکر نہ ہو لہو اور لغو ہے سوائے چار چیزوں کے......

(۱) تیراندازی کے اہداف کے درمیان چلنا

(۲) گھوڑے کی تربیت کرنا

(۳) بیوی سے دل لگی کرنا

(۴) تیراکی سیکھنا

صحتمند کھیلوں میں سب سے زیادہ فضیلت تیراندازی کی ہے۔اس کے بارے میں صحیح احادیث مبارکہ کا جس قدر ذخیرہ موجود ہے اس سے ایک بڑا مجموعہ مرتب کیا جاسکتا ہے۔اس کے ایک ایک جزء کی الگ فضیلت پر مستقل احادیث ہیں۔تیر بنانا، تیر چلانا، تیرانداز کو تیر پکڑانا اور تیر چلا کر ہدف کی طرف چل کر جانا تاکہ مشاہدہ کیا جاسکے کہ نشانہ درست لگا یا نہیں۔اس آخری عمل کو بھی مستقل فضیلت سے نوازہ گیا اور اسے جنت میں چلنے جیسا قرار دیا۔

گھڑسواری جہاد کے لئے دل اور جسم کی مضبوطی حاصل کرنے کا سب سے بہترین اور مؤثر ترین ذریعہ ہے۔جسم کی قوت کے لئے جتنی بھی ورزشیں کی جاتی ہیں ان میں کوئی بھی گھڑسواری کے برابر نہیں۔اس مشق میں سر سے پاؤں تک انسانی جسم کا ہر عضو اور اعضاء کے تمام اعصاب حرکت کرتے ہیں۔ان کا زور صرف

ہوتا ہے۔جسم کے ساتھ دماغ کو بھی مکمل حاضر رہنا پڑتا ہے اس طرح ارتکاز کی قوت میں ترقی ہوتی ہے۔ گھوڑے پر سوار شخص ذرا سا غافل ہو تو وہ لمحہ بھر میں گھوڑے کی پشت سے زمین پر آ گرتا ہے۔مروّجہ ورزشیں نہ تو ارتکاز کی ایسی مشق کراتی ہیں اور نہ ہی ان میں انسان کا پورا جسم بیک وقت حرکت میں ہوتا ہے۔اس طرح مروّجہ ورزشوں میں بہت سی ایسی ہیں جن سے بظاہر انسان کا جسم مضبوط ہو رہا ہوتا ہے۔ عضلات کھنچتے اور خوبصورت شکل اختیار کرتے نظر آتے ہیں لیکن ماہرین کے مطابق ان سے دل کا عمل بری طرح متاثر ہوتا ہے۔اس پر سخت دباؤ آتا ہے اور بسا اوقات وہ اچانک کام چھوڑ جاتا ہے۔آپ عموماً سنتے پڑھتے ہوں گے کہ جم میں ورزش کرتے بہت سے لوگ مشینوں پر گر کر اچانک دم توڑ جاتے ہیں۔لیکن گھڑ سواری کی مشقت انسان کو دل کی مضبوطی فراہم کرتی ہے۔آپ مشاہدہ کر سکتے ہیں کہ گھڑ سوار اور گھوڑوں کی صحبت میں رہنے والے لوگ عموماً مضبوط دل کے ہوتے ہیں اور طبی اعتبار سے بھی ان کے دل دوسروں کی نسبت زیادہ صحتمند اور فعال ہوتے ہیں۔

حلال نکاح میں بیوی سے دل لگی اور ملاعبت کرنا پاکدامنی کے حصول کا ذریعہ ہے۔ایمانی اعتبار سے تو یہ بات بلاشک ہے، موجودہ طبی اور سائنسی تحقیقات کے مطابق بھی حلال تعلقات میں گرمجوشی رکھنے والے حضرات دوسروں کی نسبت زیادہ صحتمند اور بری بیماری سے محفوظ رہتے ہیں۔

تیراکی گھڑ سواری کے بعد دوسری سب سے بہترین فل باڈی ایکسرسائز ہے۔اس میں بھی انسان کے عضلات محفوظ طریقے سے دباؤ کے بغیر متحرک ہوتے ہیں۔وزن کے دباؤ کے بغیر عضلات کی یہ تحریک دل پر بھی کوئی منفی اثرات نہیں ڈالتی۔اس طرح ایک محفوظ طریقے سے انسان کا پورا جسم قوت حاصل کرتا ہے۔اس سے پانی کا خوف دور ہوتا ہے۔یہ سمندری جہاد کا جزو لاینفک ہے۔سمندری جہاد کے فضائل سے کون مسلمان بے خبر ہو سکتا ہے۔نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے سمندر کے ایک جہاد کو خشکی کے سو بار جہاد کے برابر قرار دیا۔اس میں شرکت کرنے والوں کو جنت کی بشارت سے نوازہ۔بڑی بڑی فتوحات کی خوشخبری عطاء فرمائی۔اس میں چکر اور متلی آنے کو باعث اجر قرار دیا۔سمندری جہاد کا اس قدر شوق دلایا کہ روایت سننے والی صحابیہ اُمّ حرام رضی اللہ عنہا نے اپنے لیے اس میں شرکت کی سعادت مانگ لی۔زمین کا اکثر حصہ سمندر پر مشتمل ہے۔زمین کے بہت سے حصے تک رسائی صرف سمندروں کو عبور کر کے حاصل کی جا سکتی ہے خشکی کا کوئی راستہ اسلامی لشکروں کو وہاں تک نہیں پہنچا سکتا۔ہمیں پوری زمین کو فتنے سے پاک کرنے اور اس پر

اللہ تعالیٰ کے دین اور نظام کی حاکمیت قائم کرنے کا تاکیدی حکم دیا گیا ہے۔ یہ حکم سمندروں کو عبور کئے بغیر پورا ہونا ممکن ہی نہیں۔ لہٰذا مسلمانوں پر لازم ٹھہرا کہ وہ سمندری جہاد کی تربیت بھی اسی طرح حاصل کریں جس طرح خشکی کے جہاد کی کرتے ہیں۔ خشکی کے جہاد کی تیاری میں جو مقام گھڑ سواری کا ہے سمندری جہاد کے حوالے سے تیراکی کا وہی مقام ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے اسی لئے اس کا حکم فرمایا۔

امیر المومنین سیدنا عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے منقول ہے کہ انہوں نے اپنے تمام گورنروں کو خط بھیجا جس میں حکم تھا کہ تمام مسلمان اپنے بچوں کو تیر اندازی، گھڑ سواری، تیراکی اور کتابت سکھانے کا اہتمام کریں۔ ایک حدیث میں یہ بھی آیا ہے کہ بچوں کو ان فنون حرب کی تعلیم دینا والدین پر اولاد کا لازمی حق ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے زمانے میں اگرچہ تیر اندازی اور گھڑ سواری کی نسبت تیراکی کے مواقع کم دستیاب تھے۔ عرب میں دریا اور نہریں کم ہیں۔ چشموں پر ایسے مقامات خال خال ہی ملتے ہیں جہاں تیراکی کی جا سکے۔ لیکن جہاں موقع میسر آیا نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے اس عمل کو اختیار فرمایا۔ حدیث میں واقعہ منقول ہے کہ ایک سفر میں چشمے پر نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے صحابہ کرام کو جوڑے جوڑے بنایا اور ہر ایک شخص کو حکم فرمایا کہ وہ دوسرے کنارے سے تیر کر اپنے ساتھی کے پاس آئے۔ لیکن چونکہ مقاصد جہاد کی تکمیل اس کے بغیر مکمل ہونا ناممکن تھا اس لئے آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے اپنے اقوال سے اس کی بھرپور ترغیب ارشاد فرمائی اور اس موقع پر گھڑ سواری اور تیر اندازی کی طرح اس مشق میں بھی مقابلہ بازی کے رجحان کی حوصلہ افزائی فرمائی تاکہ امت میں یہ طریقہ عام ہو جائے۔ حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے زمانے میں چونکہ وہ اکثر علاقے اسلام کے زیر نگین آ گئے جہاں تک خشکی کے راستے سے رسائی ممکن تھی اور اب آگے اسلامی فتوحات کا راستہ سمندروں سے گذرنا تھا اس لئے انہوں نے اسے بطور امر کے نافذ فرما دیا کہ ہر مسلمان اپنی اگلی نسل کو اس لازمی جہادی تربیت کے زیور سے آراستہ کرے۔

المستطرف میں واقعہ لکھا ہے کہ ایک معقولی عالم کشتی میں سوار ہوئے۔ راستے میں ملاح سے نحو اور منطق کے کچھ سوالات کئے۔ اس نے لاعلمی کا اظہار کیا۔ پوچھا کہ تم نے یہ علوم حاصل نہیں کئے؟ وہ بولا نہیں۔ فرمایا کہ تم نے اپنی آدھی زندگی ضائع کر دی۔ تھوڑی سی دیر میں دریا میں طوفان آ گیا اور کشتی ڈولنے لگی۔ ملاح نے پوچھا حضرت آپ کچھ تیراکی جانتے ہیں؟ فرمایا نہیں۔ اس نے کہا پھر سمجھئے آپ نے اپنی پوری زندگی ضائع کر دی۔

یہ تو تفنن کی بات ہے لیکن اس سے قطع نظر یہ سوچیے کہ رسول اللہ ﷺ نے جن فنون کو حاصل کرنے کے تاکیدی امر ارشاد فرمائے ہوں، ان کے بے شمار فضائل بتا کر ترغیب دی ہو، ان کے ترک پر وعیدیں سنائی ہوں اور خود آپ نے جن میں مہارت تامہ حاصل فرمائی ہو۔ صحابہ کرام کے مابین مقابلے کرائے ہوں اور انعامات تقسیم فرمائے ہوں۔ صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین نے جنہیں شوق سے حاصل کیا ہو اور مہارت حاصل کی ہو۔ محدثین کرام نے جن پر ابواب باندھے ہوں۔ سلف صالحین کے ہر طبقے میں جن کا رواج رہا ہو۔ علماء کرام نے عوام الناس سے بڑھ کر جن میں انہماک رکھا ہو اگر ایک عالم دین یا طالبعلم نہ انہیں حاصل کرتا ہے اور نہ ہی ان کا شوق دل میں رکھتا ہے تو اس کا دین، اس کا علم اور اس کا اتباع سنت کامل ہو سکتا ہے؟......

فقہاء صحابہ، ائمہ دین وعلم اور اپنے قریبی زمانے کے اسلاف تک دیکھ لیجیے کہ ان میں تیراندازی، نشانہ بازی، گھڑسواری، تیراکی، تلوار بازی اور دیگر فنون حرب کے حصول کا کتنا اہتمام رہا اور انہوں نے ان میں کیسی کیسی مہارت حاصل کی۔ عقل متحیر رہ جاتی ہے کہ اتنی دینی مصروفیت اور علمی شغل کے باوجود انہوں نے یہ سب کیسے کر لیا؟ یہ سب انہوں نے اس لیے کیا کہ یہ سب کام مقاصدِ دین کی تکمیل کے ذرائع ہیں اور رسول اللہ ﷺ کا امر اور سنت ہیں۔

گرمی کا موسم تیراکی کی تعلیم کی ذمہ داری پوری کرنے کا بہترین وقت اور موقع ہے۔ خود سیکھیں کہ اپنی ذمہ داری ہے اور شریعت کا حکم ہے۔ اپنی اولاد کو سکھائیں کہ یہ آپ پر ان کا حق ہے اور حقوق کا سوال ہوگا۔ گلی گلی سوئمنگ پول کھلے ہیں۔ وہاں جا کر چڈیاں ملبوس کر کے پاؤں پانی میں ڈال کر آم اور تربوز کھانے کی بجائے حق سمجھ کر تیراکی سیکھیں۔ رسول اللہ ﷺ کے امر کی تعمیل سمجھ کر تیراکی سیکھیں اور سمندر کے عظیم فضائل والے جہاد کی شمولیت کی نیت اور دعاء کر کے تیراکی سیکھیں۔ تفریح اور چھٹی کا یہ وقت ایک عظیم عبادت بن جائے گا۔ وقت اور طاقت ہمارے پاس اللہ تعالیٰ کا دیا ہوا سب سے قیمتی اور بہترین سرمایہ ہیں۔ یہ سرمایہ اللہ تعالیٰ کی رضا جوئی کے کاموں میں صرف کرنا ہی ہمارے لیے کامیابی کی کلید ہے۔

مفتی محمد منصور احمد

عظیم کامیابی - تیراکی

اللہ کریم ہمارے اساتذہ کرام کو بہترین جزائے خیر عطا فرمائے۔ بچپن میں ہمارے ایک استاذِ محترم اکثر عربی ادب کا یہ دلچسپ واقعہ سنایا کرتے تھے کہ ایک طالب علم، جس نے ابھی ''علمِ نحو'' کی تعلیم حاصل کرنا شروع کی تھی، اتفاقاً اُسے دریا میں کشتی کے سفر کی ضرورت پیش آگئی۔ جب وہ کشتی میں بیٹھا اور کشتی چلی تو اُس نے ''ملاح'' پر رعب ڈالنے کے لیے اُس سے پوچھا:

''بھائی! آپ نے ''نحو'' (عربی گرائمر) کا علم حاصل کیا ہے؟''

ملاح بے چارا کیا جانے کہ ''نحو'' کس چڑیا کا نام ہے، اُس نے سادگی سے نفی میں جواب دیا کہ:

''نہیں! میں نے تو نحو کا علم حاصل نہیں کیا۔''

اِس پر طالب علم نے رعب جھاڑتے ہوئے کہا:

''اوہ! آپ نے تو اپنی آدھی عمر ضائع کر دی۔''

طالب علم کا یہ تبصرہ بے محل تھا، لیکن زمانہ شناس ملاح خاموش رہا۔ کشتی آگے چلی تو اچانک دریا کی لہریں تیز ہو گئیں اور کشتی ہچکولے لینے لگی۔ صاف نظر آ رہا تھا کہ اب معاملہ کشتی کے ملاح کے ہاتھ سے نکلنے والا ہے۔ تب اُس نے طالب علم سے پوچھا:

''میاں! آپ نے کبھی تیراکی سیکھی ہے؟''

طالب علم، جس نے کبھی تیراکی کی الف ب بھی نہیں سیکھی تھی، صاف نفی میں سر ہلا دیا کہ:

''نہیں، میں نے تیراکی نہیں سیکھی۔''

ملاح نے ایک نظر ڈوبتی کشتی کو دیکھا اور درد بھرے لہجے میں کہا:

''افسوس کہ آپ نے اپنی پوری زندگی ضائع کر دی۔''

سچی بات یہ ہے کہ تیراکی جیسی مفید انسانی مہارت جس نے نہیں سیکھی، اُس نے ''پوری'' زندگی نہیں ضائع کی تو کم از کم زندگی کی ایک بہت بڑی خوبی اور نعمت سے ضرور محروم رہا۔

آخر ''تیراکی'' کی اتنی اہمیت تو تھی کہ مفسرِ قرآن، ابن عمِ رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم، سیدنا حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما فرماتے ہیں کہ ہم لوگ حالتِ احرام میں تھے، یعنی حج یا عمرے کا احرام ہم نے باندھ رکھا تھا۔ اتنے میں امیر المؤمنین سیدنا حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ تعالےٰ عنہ مجھ سے فرمانے لگے:

''آؤ! میں تمہارے ساتھ غوطہ لگانے کا مقابلہ کروں، دیکھیں ہم میں سے کس کا سانس لمبا ہے۔'' (عوارف المعارف، سہروردی، دار المعرفۃ)

یہاں دلچسپ بات یہ ذہن میں آئی کہ سیدنا حضرت عمر رضی اللہ تعالےٰ عنہ کی سن پیدائش عیسوی کیلنڈر کے اعتبار سے 583ء ہے اور سیدنا حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما کا سن پیدائش اس اعتبار سے 619ء ہے۔ اس طرح ان دونوں حضرات کی عمروں میں تقریباً پینتیس سال سے زائد کا فرق ہے۔ ظاہر ہے کہ اتنے فرق کے ساتھ تیراکی کا باہمی مقابلہ صرف وقت گزاری اور تفریح کے لیے نہیں ہوسکتا، بلکہ یقیناً اس طرح حضرت عمر رضی اللہ تعالےٰ عنہ نوجوانوں کو تیراکی جیسے مفید اور اہم مشغلے کی طرف بھرپور طریقے سے متوجہ بھی فرما رہے تھے۔ پھر اگر یہ واقعہ حضرت عمر رضی اللہ تعالےٰ عنہ کی خلافت کے دور کا ہے تو اس دور کا زمانہ عیسوی کیلنڈر کے اعتبار سے 634ء تا 644ء بنتا ہے۔ اس حساب سے آپ کا یہ تیراکی کا ذوق وشوق اور اس میں مقابلے کا جذبہ پچاس برس سے زائد عمر کے وقت کا ہے۔

سیدنا حضرت عمر رضی اللہ تعالےٰ عنہ اور دیگر جلیل القدر صحابۂ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین کا یہ ذوق وشوق صرف طبعی نہ تھا، بلکہ خود انہوں نے رحمتِ دوعالم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے ''تیراکی'' کی اہمیت اور فضیلت سن رکھی تھی۔

امام نسائی رحمہ اللہ نے ''السنن الکبریٰ، 8889'' میں وہ حدیث نقل فرمائی ہے جو سیدنا جابر رضی اللہ تعالےٰ عنہ سے مروی ہے کہ اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے بظاہر دنیا کے کام نظر آنے والے جن چار مشغلوں کو لغو اور بے کار کاموں سے مستثنیٰ فرمایا ہے، اُن میں سے ایک ''تعلّم السباحۃ'' یعنی تیراکی سیکھنا بھی ہے۔

اللہ تعالیٰ نے ہمیں دین اسلام کی شکل میں ایک ایسی عظیم نعمت عطاء فرمائی ہے جس کی صحیح قدر و قیمت

کا اندازہ نہ ہونے کی وجہ سے ہم دنیا اور اہلِ دنیا کے بنائے ہوئے دیگر فلسفوں اور طریقوں سے بہت جلد متاثر ہوجاتے ہیں اور بہت سے مواقع پر صحیح اسلامی ذوق سے محروم رہتے ہیں۔

صرف کھیل کود اور تفریح کے بارے میں ہی آپ اسلامی تعلیمات کا جائزہ لیں تو آپ کو اندازہ ہوگا کہ دنیا کے کسی مذہب اور ازم میں اس سے بہتر بات کا تصور بھی نہیں ہوسکتا۔ اسلام نے تیراکی کے فن کو جو اہمیت دی ہے، اس کے پس منظر میں بے شمار دینی و روحانی فوائد ہیں۔

یہ ایسی بہترین ورزش ہے جس سے جسمانی قویٰ مضبوط ہوتے ہیں۔ اس میں جہاد کی تربیت بھی ہے، کیونکہ کسی بھی جنگ میں ندی، نالے اور دریا عبور کرنے کی ضرورت پیش آنا بالکل فطری امر ہے اور آج کی جنگ کے اعتبار سے تو سمندری راستوں کو جو اہمیت حاصل ہے، وہ کسی سے پوشیدہ نہیں۔

اسی طرح تیراکی کا فن بوقتِ ضرورت دوسرے انسانوں کی جان بچانے کے کام بھی آسکتا ہے۔

خالص طبی نقطۂ نظر سے بھی تیراکی ایک بہترین مشغلہ ہے اور اس میں درج ذیل فوائد حاصل ہونا روزمرہ کا تجربہ ہے:

وزن میں کمی اور کیلوریز کا استعمال:

جب تیراکی میں پانی کے خلاف مسلسل مزاحمت ہوتی ہے تو کیلوریز تیزی سے جلتے ہیں اور وزن کنٹرول میں رہتا ہے۔

دل کی صحت میں بہتری:

تیراکی کے ذریعے چونکہ دورانِ خون بہتر ہوتا ہے، اس لیے بلند فشارِ خون (بلڈ پریشر) اور دورۂ قلب (ہارٹ اٹیک) جیسے جان لیوا امراض سے حفاظت رہتی ہے۔

پٹھوں کی مضبوطی:

تیراکی میں پورے جسم کے پٹھے مسلسل کام کرتے ہیں، جس سے ان کی لچک بڑھتی ہے اور وہ مضبوط ہوتے ہیں۔

نظامِ تنفس کی بہتری:

تیراکی میں سانس کو کنٹرول کرنے سے پھیپھڑوں کی مشق بڑھتی ہے اور سانس کی بیماریوں سے حفاظت

رہتی ہے۔

ایک حدیث شریف میں رسولِ اکرم ﷺ نے انسان کے اسلام کی خوبی کی ایک نشانی یہ بتائی ہے:

مِنۡ حُسۡنِ إِسۡلَامِ الۡمَرۡءِ تَرۡ كُهٗ مَا لَا يَعۡنِيۡهِ (الترمذی:1489)

"انسان کے اسلام کی خوبی یہ ہے کہ وہ ان کاموں کو چھوڑ دے جن کا اُسے کوئی فائدہ نہ ہو"

اگر غور فرمائیں تو آج کل کے مروجہ زیادہ تر کھیل "لایعنی" کاموں میں شامل ہوتے ہیں۔ایسے بے کار کھیلوں کو چھوڑ کر "تیراکی" کو اختیار کرنا دین و دنیا کے اعتبار سے بہترین کامیابی ہے۔

اللہ کریم ہم سب کو دین کی صحیح سمجھ اور اس پر عمل کی توفیق عطاء فرمائے۔آمین ثم آمین

وَصَلَّى اللّٰهُ عَلَى النَّبِيِّ الْكَرِيمِ وَعَلٰى آلِهٖ وَصَحْبِهٖ أَجْمَعِينَ

بقیہ: تیراکی سیکھنے کا سفر

یہاں اندھے جذبات موت ہیں۔یہاں اپنے آپ کو بے خوف و بہادر ثابت کرنا بے وقوفی ہے۔یہاں لوگوں کی باتوں وطعنوں سے متاثر ہو کر چھلانگ لگا دینا نادانی ہے۔

ایسے خوف کو دور کرنے کے لئے بچاؤ (Safety) واحتیاطی تدابیر بڑھائی جاتی ہیں یا خوف کا سبب ختم کیا جاتا ہے۔

مثلاً یا تو آپ گہرے پانی کے بجائے کم گہرے پانی کا انتخاب کریں گے جہاں آپ کو ذہنی اطمینان ہو کہ یہاں اگر میں کھڑا رہوں تو نہیں ڈوبتا، یا پھر بچاؤ یا سیفٹی جیسے فلوٹ (مثلاً لائف جیکٹس، ہوا بھری ہوئی ائیر ٹائٹ بوتلیں، کین، پرانے زمانے میں بکرے کی کھال کی مشک وغیرہ) پہن کر اسی گہرے پانی میں اُتر جائیں گے، لمبے سفر کے لئے سیفٹی فلوٹ پاس ہوگا تو آپ مطمئن ہوں گے کہ اگر بالفرض میں تھک گیا تو فلوٹ کے سہارے پانی پر ہی آرام کر کے دوبارہ آگے سفر مکمل کرلوں گا۔

یعنی اس خوف کو آپ نے محفوظ احتیاطی تدابیر اختیار کر کے دور کرنا ہے۔

(جاری ہے)

مولانا زبیر طیب

تیراکی کیا ہے؟

تیراکی......کس قدر خوبصورت عمل اور مہارت ہے۔کیا آپ کو ڈوبنے کا خوف لگتا ہے؟پانی گہرا معلوم ہوتا ہے؟دریا دیکھ کر دل دھڑکتا ہے؟سمندر کی لہریں پریشان کرتی ہیں؟خود کو یا بچوں کو پانی کے قریب دیکھ کر فکر ہوتی ہے؟پانی کے حادثات کی خبریں سن کر دل بیٹھ جاتا ہے؟پانی کا خوف اپنے اندر پاتے ہیں؟جی ہاں!یہ سب ہوتا ہے جب انسان پانی کو دیکھتا تو ہے لیکن پانی کو سمجھتا نہیں......پانی کے قریب تو جاتا ہے لیکن تیراکی نہیں جانتا۔

اچھا یہ تیراکی کیا ہے؟کیا صرف ایک کھیل ہے؟کیا صرف تفریح کا نام ہے؟کیا صرف مقابلوں میں میڈل جیتنے کا ذریعہ ہے؟......نہیں، ہرگز نہیں......تیراکی اس سے کہیں زیادہ ہے۔یہ تو نعمت ہے۔یہ ایک ذمہ داری ہے۔یہ ایک مہارت ہے۔یہ ایک حفاظت ہے۔یہ ایک اعتماد ہے۔یہ ایک صلاحیت ہے......ذرا سوچیں!اگر کوئی شخص گاڑی چلانا جانتا ہو تو راستہ اس کے لیے آسان ہو جاتا ہے۔اگر کوئی شخص لکھنا پڑھنا جانتا ہو تو علم کے دروازے اس پر کھل جاتے ہیں۔اگر کوئی شخص تیراکی جانتا ہو تو پانی اس کے لیے خوف نہیں رہتا۔وہ پانی میں راستے بنانا جانتا ہے۔اسلام تیراکی کی بات کیوں کرتا ہے؟کیونکہ اسلام کمزور انسان نہیں چاہتا۔اسلام بے بس انسان نہیں چاہتا۔اسلام ایسا مسلمان چاہتا ہے جو جسمانی طور پر بھی مضبوط ہو اور ذہنی طور پر بھی تیار ہو۔اچھا تیراکی سیکھنے سے کیا ملتا ہے؟

پہلی چیز تیاری......رسول اللہ ﷺ نے اس کی ترغیب فرمائی اور صحابہ کرام اور سلف صالحین نے اسے اپنے عمل میں جاری فرمایا۔اسلام تیاری کا دین ہے،اسلام قوت حاصل کرنے کا حکم دیتا ہے،قرآن اعلان کرتا ہے:ان(کفار)کے مقابلے کے لیے جہاں تک ہو سکے قوت تیار رکھو۔ذرا غور کریں قوت کا لفظ آیا ہے۔صرف ہتھیار کا نہیں،صرف فوج کا نہیں،صرف سامان کا نہیں۔قوت یعنی طاقت،قوت یعنی صلاحیت،

قوت یعنی تیاری، قوت یعنی وہ سب کچھ جو امت کو مضبوط بنائے۔ ہمارے اسلاف عبادت گزار بھی تھے اور طاقتور بھی۔ وہ تہجد بھی پڑھتے تھے اور گھوڑے بھی دوڑاتے تھے۔ وہ قرآن بھی پڑھتے تھے اور دریا بھی عبور کرتے تھے۔ تاریخ کے صفحات کھولیں تو معلوم ہوتا ہے کہ جب مسلمان مصر پہنچے، جب مسلمان شام پہنچے، جب مسلمان عراق پہنچے، جب مسلمان وسط ایشیا تک پہنچے، تو ان کے راستے میں دریا بھی آئے، سمندر بھی آئے اور موجیں بھی آئیں۔ لیکن وہ رکے نہیں۔ نہر، دریا اور سمندر ان کے عزم کے سامنے دیوار نہ بن سکے۔ حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے لشکر نے دریائے دجلہ عبور کیا۔ اس موقع پر سپاہیوں کی زبان پر یہ یقین تھا: حَسْبُنَا اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ پھر وہ پانی میں اُتر گئے۔ حضرت سلمان فارسی رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں ”میں دریائے دجلہ میں امیر لشکر حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے ساتھ تھا لشکر پانی میں اس طرح جا رہا تھا جیسے خشک زمین پر چل رہا ہو۔ یہ جنگ جو مدائن میں ہوئی، اس سے بڑھ کر حیران کن واقعہ کوئی نہ دیکھا گیا۔ اس دن کو ”یوم الماء“ کے نام سے پکارا جانے لگا۔ اس واقعہ کو اہل فارس حیرت سے دیکھ رہے تھے اور انگشت بدنداں تھے کہ وہ دریا کی بپھری موجوں کو کس پُرسکون انداز سے عبور کر رہے ہیں۔ جب لشکر اسلام نے دریا کو عبور کر لیا اور مدائن میں داخل ہونے لگے تو لوگ چیخ چیخ کر ایک دوسرے سے کہنے لگے ”خدا کی قسم دیو آمدند، دیو آمدند یعنی جن آگئے، ہمارا انسانوں سے نہیں بلکہ جنات سے واسطہ ہے۔

بعد میں اسلامی لشکروں نے دریائے جیحون اور سیحون جیسے بڑے اور طاقتور دریا عبور کیے، اندلس کے فاتحین نے سمندری سفر کیے، مسلمان ملاح بحرِ ہند اور بحرِ عرب کے سینے پر چلتے رہے۔ زیادہ دور نہیں جاتے ابھی قریب زمانے ہی کے ہمارے ایک پیارے مجاہد فی سبیل اللہ مولانا طلحہ رشید شہیدؒ نے تیراکی میں اس قدر مہارت حاصل کی ہوئی تھی کہ گہرے سوئمنگ پول میں سکہ ڈالا جاتا۔ وہ ایک غوطہ لگاتے اور پھر ان کے ہاتھ میں وہ سکہ کچھ ہی لمحوں میں موجود ہوتا تھا۔ جو قوم کبھی سمندروں میں اپنے گھوڑے ڈال دیا کرتی تھی آج وہ 10 فٹ گہرے سوئمنگ پول سے کیوں ڈرتی ہے؟ جو قوم دریا عبور کر کے فتوحات حاصل کرتی تھی آج اس کے نوجوان پانی میں اترنے سے کیوں گھبراتے ہیں؟ کہیں ایسا تو نہیں ...... کہ ہم نے اپنے دین کا ایک اہم پہلو بھلا دیا ہے؟ آج ایک بچہ پانچ سال کی عمر میں موبائل چلانا سیکھ لیتا ہے لیکن پندرہ سال کی عمر میں بھی تیرنا نہیں جانتا۔ وہ گیم میں جنگ جیت لیتا ہے لیکن حقیقی زندگی میں سو میٹر دوڑ نہیں سکتا۔

دوسری چیز جان کی حفاظت ...... پانی یہ نہیں پوچھتا کہ تم امیر ہو یا غریب، پڑھے لکھے ہو یا ان پڑھ......

پانی کے اندر وہی محفوظ رہتا ہے جو اس کے ساتھ چلنا جانتا ہے۔آپ نے دیکھا ہوگا گذشتہ برس ہمارے ہاں شدید سیلاب آیا۔گاؤں کے گاؤں پانی میں ڈوب گئے۔ان میں سے چند ایسے تھے جنہوں نے تیرنا سیکھا ہوا تھا انہوں نے نہ صرف خود اپنی جان کی حفاظت کی بلکہ دوسروں کی بھی حتی الامکان مدد کی۔

تیسری چیز جسمانی صحت...... پورا جسم حرکت کرتا ہے، پٹھے مضبوط ہوتے ہیں، سانس بہتر ہوتی ہے، دل زیادہ طاقتور بنتا ہے۔تیراکی صرف ایک کھیل نہیں یہ جسمانی عبادت کی تیاری ہے۔یہ قوت کی تعمیر ہے۔یہ اعتماد کی تربیت ہے۔یہ جہاد کے لیے جسم بنانے کی محنت ہے۔نیت کریں کہ اَللّٰھُمَّ إِنِّی أَتَعَلَّمُهَا تَقَوِّيًا عَلَى طَاعَتِكَ وَإِعْدَادًا لِنُصْرَةِ دِينِكَ اے اللہ! میں یہ مہارت تیری اطاعت میں قوت حاصل کرنے اور تیرے دین کی خدمت کی تیاری کے لیے سیکھتا ہوں۔

یاد رکھیں! تیراک کا جسم پانی میں ہوتا ہے۔لیکن اس کا دل خوف کے اوپر تیر رہا ہوتا ہے۔پانی انسان کا سارا خوف نچوڑ کر ختم کر دیتا ہے اور امتیں بھی اسی طرح مضبوط بنتی ہیں پہلے وہ اپنے خوف پر قابو پاتی ہیں پھر کمزوری پر قابو پاتی ہیں اور پھر دنیا ان کی طاقت کو تسلیم کرتی ہے۔اگر ہم چاہتے ہیں کہ ہماری نسل باہمت ہو۔اگر ہم چاہتے ہیں کہ ہمارے بچے جسمانی طور پر مضبوط ہوں۔اگر ہم چاہتے ہیں کہ ان میں اعتماد، جرأت اور استقامت پیدا ہو تو انہیں تیراکی سکھاؤ۔جب بچہ پانی میں اترتا ہے تو وہ صرف تیرنا نہیں سیکھتا وہ خوف پر قابو پانا سیکھتا ہے وہ اپنے جسم پر اعتماد کرنا سیکھتا ہے وہ مشکل حالات میں خود کو سنبھالنا سیکھتا ہے اور یہی صفات آگے چل کر بڑے کارنامے انجام دیتی ہیں۔

لہٰذا...... تیراکی سے محبت کریں۔اپنے گھروں میں اس کا ذوق پیدا کریں اور اپنے شہروں میں اس کا رواج پیدا کریں۔اپنے مدارس، اسکولوں اور جامعات میں اس کا مطالبہ کریں۔بچے، نوجوان اور بوڑھے سبھی تیراکی سیکھیں۔اگر آپ صاحب ثروت ہیں تو اپنی کسی خالی زمین پر سوئمنگ پول بنائیں اور صدقہ جاریہ کی نیت کر کے اپنے علاقے کے بچوں، بڑوں کو تیراکی سیکھنے کا موقع فراہم کریں یہ ایک بہت عظیم صدقہ جاریہ ہوگا۔اگر آپ سوشل میڈیا پر ایکٹو ہیں اور آن لائن اثر و رسوخ ہے تو تیراکی کی مہم کو دین کی دعوت سمجھ کر چلائیں۔اگر آپ تیراکی کے متعلق لکھ سکتے ہیں تو اس کے بارے میں لکھیں۔اگر آپ اپنے حلقہ احباب میں اس بارے میں کوئی بات کر سکتے ہیں تو ضرور کریں یقیناً یہ بہترین عمل اور آپ کے لیے بہترین صدقہ جاریہ ہوگا۔

مولانا محمد ہارون

اسلام کا نظامِ صحت اور تیراکی کی اہمیت

اسلام کا تصورِ صحت وقوت

اسلام دین فطرت ہے، جو انسان کی روحانی تربیت کے ساتھ ساتھ جسمانی صحت، قوت اور مہارتوں کی بھی تعلیم دیتا ہے۔ اسلام سستی، کاہلی اور تن آسانی کو ناپسند کرتا ہے اور چستی، توانائی اور نشاطِ انسانی کو پسند کرتا ہے۔ چونکہ شریعتِ مطہرہ کے تمام احکام عین انسانوں کی مصلحت اور فلاح کے مطابق نازل کیے گئے ہیں، اس لیے اسلامی تعلیمات پر مسلمانوں کو خوشی خوشی عمل کرنا چاہیے اور جسم و روح کی بالیدگی کے ساتھ زندگی کے اعلیٰ مقاصد کی طرف متوجہ ہونا چاہیے۔ اسلام میں ایسی تمام سرگرمیوں کی حوصلہ افزائی کی گئی ہے جو انسان کو مضبوط، متوازن اور معاشرے کے لیے مفید بنائیں۔ تیراکی انہی بہترین سرگرمیوں میں شامل ہے۔ یہ نہ صرف ایک مفید کھیل اور کثیر الفوائد ورزش ہے بلکہ ایک ایسا حیاتیاتی ہنر بھی ہے جو بسا اوقات انسانی جان بچانے کا واحد ذریعہ بن جاتا ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے مبارک ارشادات، صحابہ کرام کے آثار اور فقہائے امت کے اقوال سے معلوم ہوتا ہے کہ اسلام جسمانی تربیت کو کس قدر اہمیت دیتا ہے۔

اسلامی وایمانی پہلو (احادیثِ مبارکہ کی روشنی میں)

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے جسمانی طور پر مضبوط مسلمان کی تعریف کرتے ہوئے ارشاد فرمایا:

"الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ" (صحیح مسلم)

ترجمہ: طاقتور مؤمن اللہ تعالیٰ کے ہاں کمزور مؤمن سے زیادہ بہتر اور زیادہ محبوب ہے۔

اس حدیثِ مبارکہ سے واضح ہوتا ہے کہ اسلام میں جسمانی طاقت اور صحت بذاتِ خود ایک مطلوبہ صفت ہے، بشرطیکہ وہ خیر کے کاموں میں استعمال ہو۔ تیراکی چونکہ پورے جسم کی بہترین ورزش ہے، اس لیے یہ

اس ایمانی قوت کے حصول کا بہترین ذریعہ ہے۔

ایک اور روایت میں حضورِ اکرم ﷺ نے ان تفریحات کا استثناء فرمایا جو انسان کو لغو کاموں سے نکال کر کارآمد بناتی ہیں۔ ارشادِ نبوی ﷺ ہے:

"كُلُّ شَيْءٍ لَيْسَ مِنْ ذِكْرِ اللهِ فَهُوَ لَهْوٌ وَلَعِبٌ إِلَّا أَرْبَعًا: مَشْيُ الرَّجُلِ بَيْنَ الْغَرَضَيْنِ، وَتَأْدِيبُهُ فَرَسَهُ، وَمُلَاعَبَتُهُ أَهْلَهُ، وَتَعْلِيمُ الرَّجُلِ السِّبَاحَةَ" (سنن النسائی الکبریٰ)

ترجمہ: ذکرِ الٰہی کے علاوہ ہر چیز لغو اور کھیل ہے، ماسوائے ان چار چیزوں کے: (۱) آدمی کا دو نشانوں کے درمیان چلنا (نشانہ بازی کی مشق)، (۲) اپنے گھوڑے کو سدھانا، (۳) اپنے اہل خانہ کے ساتھ خوش طبعی کرنا، اور (۴) انسان کا تیراکی سیکھنا۔

مذکورہ بالا حدیث اس بات کی صریح دلیل ہے کہ جو کھیل یا تفریح انسان کو اللہ کی یاد سے غافل نہ کرے اور شریعت کے دائرے میں ہو، وہ نہ صرف مباح (جائز) ہے بلکہ اگر ان تعمیری مقاصد کے تحت اختیار کی جائے تو وہ عبادت اور نیکی میں شمار ہوتی ہے۔

عسکری و بحری افادیت (جہاد فی سبیل اللہ)

اسلامی تاریخ میں بحری اسفار اور بحری جہاد کو جو عظمت حاصل ہے، وہ محتاجِ بیان نہیں۔ وہ تمام احادیث جو بحری جہاد کی فضیلت پر مبنی ہیں، وہ بالواسطہ تیراکی کی افادیت و اہمیت کو خوب اجاگر کرتی ہیں۔

سنن ابن ماجہ کی صحیح روایت کے مطابق حضورِ اقدس ﷺ نے ارشاد فرمایا:

"غَزْوَةٌ فِي الْبَحْرِ خَيْرٌ مِنْ عَشْرِ غَزَوَاتٍ فِي الْبَرِّ"

ترجمہ: سمندر میں ایک بار جہاد کرنا خشکی پر دس غزوں سے افضل ہے۔

ظاہر ہے کہ جب پانی میں عسکری سرگرمیاں انجام دی جائیں گی، تو وہاں شریک ہر فرد کے لیے تیراکی کا لزوم ناگزیر ہوگا۔ جو شخص تیراکی کی بنیادی مہارتوں سے ناواقف ہو، وہ بحری مہمات میں نہ صرف اپنی جان خطرے میں ڈالتا ہے بلکہ پوری جماعت کے لیے بوجھ بن سکتا ہے۔ اس لیے ایک مسلمان کے لیے دفاعی تناظر میں بھی تیراکی سیکھنا اور اس میں مہارت حاصل کرنا ازحد ضروری ہے۔

تاریخی وثقافتی پہلو (عرب معاشرہ اور عہدِ سلف)

قدیم عرب ثقافت اور مابعد اسلام کے دور میں بھی تیراکی کو اتنی قابل قدر مہارت سمجھا جاتا تھا کہ جو شخص تیراکی، تیر اندازی اور کتابت (لکھنا پڑھنا) جانتا تھا، عرب معاشرے میں اسے ”کامل“ (مردِ مکمل) کا لقب دیا جاتا تھا:

"وَكَانَ الْعَرَبُ يُطْلِقُونَ اسْمَ الْكَامِلِ عَلَى كُلِّ رَجُلٍ يَكْتُبُ وَيُحْسِنُ الرَّمْيَ وَيُجِيدُ السِّبَاحَةَ"

امیر المؤمنین حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اپنے دورِ خلافت میں اسلامی سلطنت کے تمام گورنرز کے نام یہ تاریخی حکمنامہ جاری فرمایا تھا:

"عَلِّمُوا أَوْلَادَكُمُ السِّبَاحَةَ وَالرِّمَايَةَ، وَمُرُوهُمْ فَلْيَثِبُوا عَلَى الْخَيْلِ وَثْبًا"

ترجمہ: اپنی اولاد کو تیراکی اور تیر اندازی سکھاؤ، اور انہیں حکم دو کہ وہ گھوڑوں کی پیٹھ پر چھلانگ لگا کر سوار ہونا سیکھیں۔

یہ اثر اس بات کی محکم دلیل ہے کہ سلف صالحین کے نزدیک نجی اور قومی تربیت میں ان کھیلوں کو ایک اساسی درجہ حاصل تھا۔

فقہی پہلو (احکام، آداب اور شرعی حدود)

فقہائے اسلام نے ان تمام کھیلوں اور سرگرمیوں کو نہ صرف جائز بلکہ مستحسن قرار دیا ہے جن میں جسمانی فائدہ ہو اور شریعت کی حدود پامال نہ ہوں۔ حجاج بن یوسف جیسے سخت گیر شخص کا قول امام جلال الدین سیوطی رحمۃ اللہ علیہ نے اپنے مستقل رسالے ”البَاحَة فِي فَضْلِ السِّبَاحَة“ میں نقل کیا ہے کہ اس نے اپنے بچوں کے معلم سے کہا تھا:

میرے بچوں کو کتابت سے پہلے تیراکی سکھاؤ کیونکہ انہیں لکھنے والا تو مل جائے گا لیکن کوئی ایسا نہیں ملے گا جو ان کی زندگی بچانے کے لیے ان کی طرف سے تیر سکے۔

حجۃ الاسلام امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ ”احیاء علوم الدین“ میں فرماتے ہیں:

بچے کو کھیل اور کھیل کود کی اجازت ہونی چاہیے تاکہ اس کا جسم مضبوط ہو اور پڑھائی کا بوجھ ہلکا ہو سکے۔

جبکہ علامہ ابن عابدین شامی رحمۃ اللہ علیہ نے فتاویٰ شامی میں واضح کیا ہے کہ ایسے کھیلوں میں مشغول ہونا مستحسن ہے جن میں بدن کی قوت اور اعلائے کلمۃ اللہ کی تیاری کا عنصر پایا جائے۔

فقہی ابحاث کی روشنی میں تیراکی کے لیے درج ذیل شرعی حدود کا لحاظ رکھنا فرض ہے:

۱ سترِ عورت کی پاسداری: مرد کے لیے ناف سے لے کر گھٹنے تک کے حصے کو ڈھانپنا فرض ہے۔ جدید دور کے چست اور مختصر سوئمنگ کاسٹیومز جو گھٹنوں سے اوپر ہوں، شرعاً ناجائز ہیں۔ تیراکی کے دوران ایسا لباس ضروری ہے جو ستر کو چھپائے۔

۲ مرد و زن کا اختلاط: مخلوط سوئمنگ پولز، جہاں مرد و خواتین یکجا ہوں، بالاتفاق حرام ہیں۔ خواتین کے لیے مکمل باپردہ، مخصوص اور محفوظ سوئمنگ پولز کا ہونا شرط ہے۔

۳ فرائض سے غفلت: تیراکی کا وقت ایسا نہ ہو جس سے نمازیں قضا ہوں یا دیگر دینی و دنیوی واجبات میں خلل آئے۔

فکری و تربیتی پہلو (نفسیاتی و فکری اثرات)

فکری اور نفسیاتی نقطۂ نظر سے تیراکی انسان کے اندر بلا کا اعتماد پیدا کرتی ہے۔ پانی ایک ایسا عنصر ہے جس میں انسان اگر اپنے حواس کھو دے تو ڈوب جاتا ہے اور اگر وہ پرسکون رہ کر تکنیک کا استعمال کرے تو پانی اسے سطح پر برقرار رکھتا ہے۔ یہ عمل انسان کو حقیقی زندگی کے بحرانوں سے لڑنا سکھاتا ہے۔ یہ نوجوانوں میں جرات، مستقل مزاجی اور موجوں کے خلاف تیرنے کا حوصلہ پیدا کرتی ہے، جو کہ ایک زندہ مؤمن کا فکری خاصہ ہے۔

طبی اور جسمانی افادیت (جدید سائنس کی نظر میں)

جدید علمِ طب (میڈیکل سائنس) کے مطابق تیراکی کائنات کی واحد ورزش ہے جسے ”فل باڈی ورک آؤٹ“ کہا جاتا ہے۔ اس کے چند اہم طبی فوائد درج ذیل ہیں:

عضلات کی یکساں مضبوطی: پانی میں جسم کے تقریباً تمام عضلات (Muscles) ایک ساتھ حرکت کرتے ہیں، جس سے جسم متوازن اور سڈول بنتا ہے۔

کم اثر ورزش: دوڑنے یا وزن اُٹھانے سے جوڑوں پر دباؤ پڑتا ہے، لیکن پانی میں جسم کا وزن کم

محسوس ہونے کی وجہ سے یہ ورزش جوڑوں کے درد کے مریضوں اور بوڑھے افراد کے لیے بھی یکساں مفید ہے۔

نظامِ تنفس اور قلبی صحت: یہ دل کی دھڑکن کو متوازن کرتی ہے، خون کی روانی کو بہتر بناتی ہے اور پھیپھڑوں کی کارکردگی کو بڑھاتی ہے۔

موٹاپے کا علاج: یہ کیلوریز جلانے کا تیز ترین ذریعہ ہے، جو چربی کو پگھلا کر انسان کو متحرک رکھتا ہے۔

ذہنی صحت: پانی کا لمس اور اس میں کی جانے والی ورزش قدرتی طور پر بننے والے کیمیکلز، جنہیں آپ جسم کا اپنا "پین کلر" یا "خوشی کا ہارمون" کہہ سکتے ہیں، پیدا کرتی ہے، جس سے ذہنی دباؤ، تشویش اور ڈپریشن کا خاتمہ ہوتا ہے۔

معاشرتی پہلو اور دورِ حاضر کا المیہ

آج کا معاشرہ، خصوصاً ہماری نوجوان نسل "اسکرین ایڈکشن" کا شکار ہو کر رہ گئی ہے۔ موبائل فونز، ویڈیو گیمز اور سوشل میڈیا کے بے جا استعمال نے نوجوانوں کو جسمانی طور پر مفلوج اور ذہنی طور پر چڑچڑا بنا دیا ہے۔ معاشرے میں سستی، چربی کا بڑھنا اور تنہائی پسندی عام ہو رہی ہے۔

اگر مسلم سوسائٹی میں تیراکی، گھڑ سواری اور نشانہ بازی جیسے نبوی کھیلوں کا رواج دوبارہ قائم کیا جائے، تو معاشرے سے بے راہ روی، وقت کا ضیاع اور منفی سرگرمیوں کا خاتمہ ہو سکتا ہے۔ یہ سرگرمی نوجوانوں کو نظم و ضبط اور صحت مند طرزِ زندگی کی طرف راغب کرتی ہے۔

اس لئے موجودہ تعلیمی اداروں میں جب بھی موسمِ گرما یا دیگر تعطیلات ہوں، والدین اور سرپرستوں کو چاہیے کہ وہ اپنے بچوں کو کسی بیہودہ اور لغو تفریحی پروگرام میں بھیجنے کے بجائے تیراکی سیکھنے کے کورسز میں داخل کروائیں۔ مساجد اور اسلامی مراکز کو بھی چاہیے کہ وہ شرعی حدود کے اندر رہتے ہوئے نوجوانوں کے لیے ایسے سوئمنگ کلبز کا انعقاد کریں جہاں کھیل بھی ہو اور سنتِ نبوی کا احیاء بھی۔

مسلمانوں خصوصاً نوجوانوں کو چاہیے کہ وہ تیراکی جیسی مفید سرگرمی کو اسلامی آداب کے مطابق اپنائیں تاکہ وہ جسمانی طور پر قوی، ذہنی طور پر بیدار اور ایک "مردِ کامل" بن کر دین و ملت کی خدمت کے لائق بن سکیں۔

بحری جہاد اور تیراکی

مولانا محمد نعمان خلیل

اللہ تعالیٰ امت محمدیہ کو فتوحات والا بحری جہاد نصیب فرمائیں۔

بحری جہاد، بری جہاد سے دس گنا افضل ہے۔(الحاکم والطبرانی)

بحری شہید، بری شہید سے بلند مقام اور زیادہ اجر پاتا ہے۔

بحری ساحل کا رباط، بری سرحد کے رباط سے سینکڑوں درجہ بڑھ کر ہے، کیوں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا ارشاد گرامی ہے: تین دن ساحل کا رباط، سال بھر کے رباط کے لیے کافی ہے۔(مسند أحمد)

بحری جہاد میں پانی کی موجوں کی جولانیوں سے صرف سر چکرانے کا اجر، بری جہاد کے خون میں لت پت ہونے کے برابر ہے۔(المستدرك للحاكم)

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے امت کو بحری جہاد کی بشارتیں دیں اور سب سے پہلے بحری جہاد کرنے والوں کو مغفرت اور دخول جنت کی نوید سنائی ہے۔(صحیح مسلم، ۴۹۳۴)

بحری جہاد کی مختصر تاریخ:

خلیفہ سوم حضرت سیدنا عثمان غنی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے دورِ خلافت میں شام کے گورنر حضرت سیدنا امیر معاویہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ اور حضرت سیدنا عبداللہ بن أبی سرح رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی سرکردگی میں سب سے پہلا بحری بیڑہ تیار کیا گیا، جس کے ساتھ ہی اللہ تعالیٰ نے بری دنیا کے ساتھ ساتھ بحری دنیا میں بھی اسلام کو قوت عطاء فرمائی۔ بعد ازاں اُموی دورِ خلافت میں بحری جہاد پروان چڑھا اور خلافت عثمانیہ میں اس عظیم جہاد کو بہت وسعت ملی اور بحری جہاد کے عظیم سپہ سالار خیر الدین باربروسا رحمۃ اللہ علیہ نے یورپی ممالک کے مشترکہ بحری اتحاد کو شکست دے کر پورے بحیرہ روم کو عثمانی سلطنت کی گویا جھیل بنا دیا۔

انسان کا دیگر مخلوقات سے تعلق:

اللہ تعالیٰ نے انسان کا کائنات کی دیگر مخلوق کے ساتھ مضبوط تعلق جوڑا ہے، یہی وجہ ہے کہ قرآن کریم میں کائنات کی مختلف چیزوں کو بیان فرمایا گیا ہے، تاکہ انسان جہاں ان سے عبرت وموعظت لے سکے، وہیں ان سے اپنا تعلق اور انہیں استعمال میں لانے کی تدبیر بھی کر سکے، اگر قرآن کریم میں کائنات کی ان چیزوں کے متعلق راہنمائی نہ ہوتی تو انسان انہیں اپنا معبود ومقدس بنالیتا، چنانچہ مذاہبِ عالم کی تاریخ کے مطالعہ سے معلوم ہوتا ہے کہ جن لوگوں کے سامنے ان مخلوقات کی حقیقت واضح نہیں تھی تو انہوں نے ہر اُس چیز کو اپنا معبود بنالیا جو طاقت میں ان کے دائرہ اختیار سے باہر تھی۔

تیراکی عظیم سنت:

تیراکی بحری جہاد کا عظیم عنصر ہے، اسی لیے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے جہاں بحری جہاد کی بشارتیں سنائیں، وہیں بحری جہاد کی تیاری کے لیے تیراکی کی سنت بھی جاری فرمادی۔ امام نسائی رحمۃ اللہ علیہ کی کتاب السنن الکبریٰ میں حسن درجہ کی روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ارشاد فرمایا:

كُلُّ شَيْءٍ لَيْسَ فِيهِ ذِكْرُ اللهِ فَهُوَ لَهْوٌ وَلَعِبٌ إِلَّا أَرْبَعَ، مُلَاعَبَةُ الرَّجُلِ امْرَأَتَهُ، وَتَأْدِيبُ الرَّجُلِ فَرَسَهُ، وَمَشْيُهُ بَيْنَ الْغَرَضَيْنِ، وَتَعْلِيمُ الرَّجُلِ السَّبَّاحَةَ۔

(السنن الکبری للنسائی، رقم الحدیث: 8889)

ترجمہ: ہر وہ چیز جس میں اللہ تعالیٰ کا ذکر نہ ہو وہ فضول کھیل ہے، سوائے چار چیزوں کے:

1- شوہر کا اپنی بیوی سے محبت کا اظہار کرنا

2- اپنے گھوڑے کو سدھانا

3- تیر کے دو ہدفوں کے درمیان چلنا

4- تیراکی سیکھنا، سکھانا

تیراکی کے مقصد اور اس کی اہمیت کے پیش نظر جب حضرت سیدنا عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اہل شام کے لیے حکم نامہ جاری فرمایا تو اس میں تیراکی کو بطورِ خاص ذکر فرمایا، چنانچہ آپ نے خط میں لکھا:

أَنْ عَلِّمُوا أَوْلَادَكُمُ السِّبَاحَةَ وَالرَّمْيَ وَالْفُرُوسِيَّةَ (فضائل الرمی للقراب، رقم

الحدیث: ۱۵)

ترجمہ: اپنے بچوں کو تیراکی، تیراندازی اور گھڑسواری سکھاؤ۔

تیراکی اور صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین:

صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین میں حضرت سیدنا اسید بن حضیر، سعد بن عبادہ اور رافع بن خدیج رضوان اللہ علیہم اجمعین ماہر تیراک مانے جاتے تھے، اہل عرب کے ہاں ''الکامل'' کی اصطلاح مشہور تھی اور یہ ان لوگوں کے لیے بولی جاتی تھی، جو کتابت، تیراکی اور تیراندازی میں ماہر ہوتے تھے اور یہ تینوں وصف ان صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین میں پائے جاتے تھے (فیض القدیر) اسی طرح حضرت سیدنا عبد اللہ بن زبیر رضی اللہ تعالیٰ عنہ بھی ماہر تیراک تھے۔ ایک مرتبہ مکہ مکرمہ میں سیلاب اُمڈ آیا اور بیت اللہ کا طواف رک گیا، تب حضرت سیدنا عبد اللہ بن زبیر رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے تیراکی کرتے ہوئے بیت اللہ کا طواف کیا (الباحة فی فضل السباحة) سیرت طیبہ کے بعض مصادر میں یہ بات بھی مذکور ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے چھ سال کی عمر میں تیراکی سیکھی، جب آپ کی والدہ محترمہ آپ کو مدینہ منورہ اپنے ننھیال سے ملوانے لے گئی تھیں۔

بحری جہاد، آخری زمانے کی اہم ضرورت:

اللہ تعالیٰ نے امت محمدیہ کے آخری زمانے کو جہاد اور فتوحات سے مالا مال فرمانا ہے، دین اسلام کا غلبہ اور تمام ادیان باطلہ کا مغلوب ہونا یقینی اور حتمی طور پر طے ہے، اس کے لیے جس طرح بری جہاد کا ہونا ضروری ہے، اسی طرح بحری جہاد کا ہونا بھی ناگزیر ہے، کیوں کہ بحری تسلط کے بغیر دشمنان دین سے نمٹنا اور روئے زمین پر عدل وانصاف کا قیام نہ صرف مشکل بلکہ ناممکن ہے۔

تیراکی کے فوائد:

تیراکی میں جہاں بحری جہاد کی تیاری ہے، وہیں اس میں جسمانی، بدنی، روحانی اور اخلاقی بہت سے فوائد ہیں، اہل علم اور اہل فن نے اس بارے میں بہت کچھ لکھا ہے، اہل ذوق انہیں ضرور ملاحظہ فرمائیں۔

اللہ تعالیٰ ہمیں تیراکی کی سنت قائم کرتے ہوئے بحری جہاد کی تیاری کرنے کی توفیق اور تیراکی کے روحانی، اخلاقی اور بدنی فوائد نصیب فرمائیں۔

مولانا عبدالحفیظ امیرپوری

تیراکی

سنت بھی تربیت بھی صحت بھی

اللہ تعالیٰ نے انسان کو بے شمار نعمتوں سے نوازا ہے، اور ان نعمتوں میں سب سے عظیم نعمت صحت اور جسمانی قوت ہے۔ انسان جب تک صحت مند ہوتا ہے تو اسے زندگی کی خوبصورتی، عبادت کی لذت اور محنت و مشقت کی طاقت کا صحیح احساس ہوتا ہے، لیکن جب یہی صحت کمزور پڑ جاتی ہے تو دنیا کی تمام آسائشیں بھی بے معنی محسوس ہونے لگتی ہیں۔ اسلام ایک ایسا مکمل اور جامع دین ہے جو انسان کی روح، اخلاق اور جسم تینوں کی تربیت کرتا ہے۔ یہ دین انسان کو نہ صرف عبادت گزار بنانا چاہتا ہے بلکہ ایک مضبوط، باہمت، متحرک اور کارآمد انسان بھی دیکھنا چاہتا ہے۔ اسی مقصد کے لیے اسلام نے ان تمام اسباب کو اختیار کرنے کی ترغیب دی ہے جو جسمانی قوت، ذہنی توازن اور عملی مہارت کو بڑھائیں۔ انہی مفید اور تعمیری سرگرمیوں میں سے ایک نہایت اہم سرگرمی ''تیراکی'' ہے۔

آج کی جدید دنیا میں انسان کی زندگی مشینی ہو چکی ہے۔ دن رات کی مصروفیات، اسکرینوں کے ساتھ وقت گزارنا، بیٹھے رہنے کی عادت اور جسمانی محنت کی کمی نے انسان کو مختلف بیماریوں میں مبتلا کر دیا ہے۔ موٹاپا، دل کی بیماریاں، ذہنی دباؤ، کمزوری، پٹھوں کا سکڑاؤ اور سانس کی تکالیف عام ہو چکی ہیں۔ ایسے حالات میں ''تیراکی'' ایک ایسی مکمل ورزش ہے جو انسان کے جسم کے ہر حصے کو متحرک کرتی ہے، دل کو مضبوط بناتی ہے، پھیپھڑوں کی صلاحیت کو بڑھاتی ہے اور ذہن کو سکون عطا کرتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ دنیا بھر میں اسے بہترین اور مکمل جسمانی ورزشوں میں شمار کیا جاتا ہے۔

''تیراکی'' کی ایک بڑی خصوصیت یہ ہے کہ یہ ہر عمر کے افراد کے لیے موزوں ہے۔ بچے، نوجوان، بڑے اور بزرگ سب اپنی جسمانی حالت کے مطابق اس سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ پانی جسم کا وزن کم کر دیتا ہے جس کی وجہ سے جوڑوں اور ہڈیوں پر دباؤ نہیں پڑتا۔ اسی لیے وہ افراد بھی ''تیراکی'' سے فائدہ اٹھا سکتے

ہیں جو عام ورزشیں کرنے سے قاصر ہوں۔ ”تیراکی“ صرف جسمانی قوت ہی نہیں بڑھاتی بلکہ انسان میں خود اعتمادی، جرأت اور برداشت بھی پیدا کرتی ہے۔

”تیراکی“ کے صرف جسمانی نہیں بلکہ ذہنی اور نفسیاتی فوائد بھی بہت زیادہ ہیں۔ آج کے دور میں ذہنی دباؤ، اضطراب اور پریشانی ایک عام مسئلہ بن چکے ہیں۔ پانی میں تیرنا انسان کو ایک عجیب سا سکون اور راحت دیتا ہے۔ پانی کی ٹھنڈک، حرکت کی روانی اور جسمانی دباؤ میں کمی انسان کے اعصاب کو پرسکون کرتی ہے۔ اس سے ذہنی تناؤ کم ہوتا ہے اور انسان تازگی اور خوشی محسوس کرتا ہے۔

”تیراکی“ صرف ایک کھیل نہیں بلکہ ایک مفید اور مطلوب مہارت ہے۔ علاوہ ازیں ”تیراکی“ سیکھنا جہاد کی تیاری میں سے ہے۔ اللہ تبارک وتعالیٰ کا ارشاد ہے:

”اور ان کے لیے جتنی کر سکو قوت کی صورت میں اور تیار بندھے گھوڑوں کی صورت میں تیاری رکھو، جس کے ساتھ تم اللہ کے دشمن کو اور اپنے دشمن کو ڈراؤ گے اور ان کے علاوہ کچھ دوسروں کو بھی جنھیں تم نہیں جانتے، اللہ انہیں جانتا ہے اور تم جو چیز بھی اللہ کے راستے میں خرچ کرو گے وہ تمھاری طرف پوری لوٹائی جائے گی اور تم پر ظلم نہیں کیا جائے گا۔ (الأنفال)

جہادی سمندر کے فضائل احادیثِ کتب میں بے شمار ہیں۔ ام حرام رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا: ”سمندر کے سفر میں جس کا سر چکرائے اور قے آجائے تو اس کے لیے ایک شہید کا ثواب ہے اور جو ڈوب کر مر جائے اس کو دو شہیدوں کا ثواب ہے۔ سنن ابی داؤد 2493“

اس موضوع پر اتنی احادیث ہیں کہ یہ مختصر رسالہ صرف سمندری جہاد کے فضائل کے لیے ناکافی ہے۔ اس لیے صرف اس حدیث کا بطور مشتے از خروارے تذکرہ کیا ہے۔

دین اسلام میں والدین پر یہ ذمہ داری عائد ہوتی ہے کہ وہ اپنی اولاد کی دینی، اخلاقی اور جسمانی تربیت کا اہتمام کریں۔ اسی مقصد کے تحت احادیثِ نبویہ میں بچوں کو ”تیراکی“ سکھانے کی ترغیب دی گئی ہے، جیسا کہ درج ذیل روایات سے معلوم ہوتا ہے۔

آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ارشاد فرمایا: ”ہاں، والد پر اولاد کا حق یہ ہے کہ وہ اسے لکھنا، تیرنا اور تیر اندازی سکھائے اور اسے اچھے اخلاق کی تعلیم دے۔“ (شعب الإيمان للبيهقي، 8298)

ایک اور روایت میں نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے منقول ہے: ”اپنی اولاد کو تیرنا اور تیر اندازی سکھاؤ، اور مؤمنہ

عورت کے لیے بہترین مشغلہ اس کا گھر میں سوت کاتنا ہے۔"

(جامع المسانید والسُّنَن الهادی لأقوم سَنَن، 1122)

صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین کی زندگیوں میں بھی جسمانی قوت اور"تیراکی" میں مہارت کا خاص اہتمام ملتا ہے۔امیر المومنین حضرت عمر اور حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما ایک دوسرے سے غوطہ خوری کا مقابلہ کرتے تھے۔عبداللہ بن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان کرتے ہیں:

امیر المومنین حضرت عمر اور ابن عباس رضی اللہ عنہما ایک دوسرے سے غوطہ خوری کا مقابلہ کرتے تھے کہ ہم پانی میں غوطہ لگاتے ہیں اور دیکھتے ہیں کہ ہم میں سے کون پانی کے نیچے زیادہ دیر تک رہتا ہے اور محلی ابن حزم میں ہے:

امیر المومنین حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے بہت محبت کیا کرتے تھے اور ان کے ساتھ کھیلا کرتے تھے اور وہ دونوں حالت احرام میں غوطہ خوری کا مقابلہ کیا کرتے تھے کہ ہم میں سے کون زیادہ لمبا غوطہ لگاتا ہے۔ المحلی لابن حزم ۲۷۹/۷

ابن ابی الدنیا نے مجاہد رحمۃ اللہ علیہ سے بیان کیا ہے وہ کہتے ہیں:

(ایک سال) بیت اللہ میں سیلاب آیا تو میں نے عبداللہ بن زبیر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو تیرتے ہوئے طواف کرتے دیکھا۔اسے فاکہی نے اخبار مکہ میں بھی نقل کیا ہے۔ ["الإصابة" لابن حجر (۸۲/۴)]

یہاں سے ایک بات یہ بھی معلوم ہوئی کہ صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین "تیراکی" کے ماہر بھی تھے۔

آج کی مسلم نسل کے لیے ان اسلاف کی زندگیوں میں بڑا سبق ہے۔افسوس کے ساتھ کہنا پڑتا ہے کہ آج کا نوجوان جسمانی کمزوری، سستی اور غیر مفید مشاغل کا شکار ہے۔موبائل فون، سوشل میڈیا اور غیر ضروری مصروفیات نے ہماری جسمانی اور ذہنی صحت کو متاثر کر دیا ہے۔ضرورت اس بات کی ہے کہ ہم اپنی زندگی میں ایسی مفید سرگرمیوں کو جگہ دیں جو ہمیں مضبوط، فعال اور کارآمد بنائیں۔

"تیراکی" نہ صرف ایک جسمانی ورزش ہے بلکہ ایک مکمل تربیتی عمل ہے جو انسان میں صبر، برداشت، قوت اور اعتماد پیدا کرتا ہے۔ایک صحت مند جسم انسان کو بہتر عبادت، بہتر محنت اور بہتر خدمت کے قابل بناتا ہے۔ اسلام بھی ایسے ہی انسان کو پسند کرتا ہے جو اپنے آپ کو کمزور نہ رکھے بلکہ مضبوط اور فعال ہو۔اس لیے ہمیں چاہیے کہ ہم "تیراکی" جیسے مفید فن کو سیکھیں، اپنی نسلوں کو سکھائیں اور اسے اپنی روزمرہ زندگی کا حصہ بنائیں۔

حصہ اوّل

ڈاکٹر اُسامہ

تیراکی سیکھنے کا سفر

اللہ تعالیٰ اہل ایمان میں الفروسیہ کی سنت وقوت کو جاری فرمائیں، جس کا اہم ستون سنت السباحہ یعنی تیراکی ہے۔

یہ الفروسیہ کا عجیب حسن ہے کہ تیر اندازی ایک مضبوط قوت فیصلہ، توجہ کا ارتکاز رکھنے والا دماغ تیار کرتی ہے، لیکن اسے سیکھنے کے لیے آغاز میں مضبوط جسم ضروری ہے، جبکہ تیراکی ایک چست، مضبوط و لچکدار جسم تیار کرتی ہے لیکن اسے سیکھنے کے لئے سب سے پہلے نڈر، بے خوف و مطمئن دماغ انتہائی ضروری ہے۔

اسی سے اندازہ لگالیں کہ اسلام نے جو بچپن میں ہی والد کے ذمے الفروسیہ کے ان دوفنون کو سکھانا اولاد کا حق بنایا ہے، وہ بچے کے لئے کتنا اہم وضروری ہے، تیراکی و تیر اندازی کے نتیجے میں نڈر، بے خوف، مطمئن، توجہ کے ارتکاز و مضبوط قوت فیصلہ رکھنے والا دماغ، طاقتور، مضبوط، لچکدار، نہ تھکنے والا چست صحت مند جسم کیا ہر بچے کا حق نہیں؟ کیا ہم نے یہ حق پورا کیا؟

آئیے! آسان طریقے سے اس ترتیب کو سمجھتے ہیں جس سے ہم تیراکی سیکھنے کو سمجھ سکتے ہیں، اپنے درجے کا تعین کر سکتے ہیں اور آگے بڑھنے کا لائحہ عمل طے کر سکتے ہیں۔

نفسیاتی تیاری، پانی سے دوستی، فلوٹینگ، مختلف اسٹروکس کی درست تکنیک، طاقت، زیادہ دیر تیراکی کرنے کی برداشت واسٹیمنا، اسپیڈ۔

پہلے 2،3 درجات کو اس مضمون میں ہم مفصل بیان کرنے کی کوشش کرتے ہیں کہ یہ ابتدائی انتہائی اہم بنیاد ہیں۔

1۔نفسیاتی تیاری

تیراکی سے نابلد شخص کے لئے تیراکی سیکھنے کے لئے سب سے پہلی چیز اس کا نفسیاتی طور پر تیراکی سیکھنے کے لئے تیار ہونا ہے، تیراکی سیکھنے کی مضبوط نیت، ارادہ، و پرجوش عزم ہو۔

اس کے لئے تیراکی کے فضائل، فوائد، ضرورت و تیراکی نہ جاننے کے نقصانات ذہن نشین ہوں۔

2۔ پانی سے دوستی

اب تیراکی سیکھنے کا انتہائی اہم مرحلہ وہ ہے پانی سے دوستی۔۔۔یعنی آپ پانی میں بالکل مطمئن ہوں، ہشاش بشاش ہوں تب ہی آپ تیراکی کی فنی باریکیوں کو اپنے اوپر لاگو کرسکیں گے۔خوفزدہ آدمی۔۔۔جس پرڈوب جانے کا خوف سوار ہو وہ کسی ہدایت، کسی تکنیک پر اچھے طریقے سے عمل نہیں کرسکے گا۔

تیراکی سیکھنے میں سب سے بڑی و پہلی رکاوٹ ہے وہ ہے پانی کا خوف۔

پانی میں اگر نئی تیراکی سیکھنے والے کی بجائے کوئی ماہر تیراک بھی خوفزدہ ہو جائے تو اس سے دل کی دھڑکن تیز ہو جاتی ہے، سانس اکھڑ جاتی ہے، ہاتھوں اور پاؤں کی حرکت میں توازن و ترتیب قائم نہیں رہتا، باڈی پوزیشن و بیلنس خراب ہو جاتا ہے جس سے بندہ اپنے آپ کو ڈوبتا ہوا محسوس کرتا ہے نتیجتاً مزید خوفزدہ ہوتا ہے اور اس خوف سے درجہ بالا علامات و اثرات مزید بگڑتی چلی جاتی ہیں۔

اس لئے تیراکی سیکھنے یا سکھانے میں جلد بازی، بے صبری، خوف کو بڑھا سکتی ہے۔جسمانی طاقت سے پہلے ذہنی بے خوفی و اطمینان زیادہ ضروری ہے کہ مضبوط باڈی بلڈر پول میں موت کے خوف سے چیختا ہوا نظر آئے گا جبکہ دوسری طرف چھوٹا سا کمزور بچہ پانی پر آرام سے لیٹا مسکرا رہا ہوگا۔

آیئے! تیراکی سیکھنے میں خوف کی اس بڑی دیوار کو سمجھنے کی کوشش کرتے ہیں۔کیونکہ اگر یہ دیوار دور ہوگئی تو تیراکی کی مہارت کی انتہائی منزلیں بھی آسان ہو جائیں گی۔

تیراکی سیکھنے میں حائل خوف کی دو اقسام ہیں، جن کو دور کرنے کے علیحدہ علیحدہ طریقے ہیں۔

1۔حقیقی خوف

2۔نفسیاتی خوف

حقیقی خوف: یعنی خطرہ حقیقت میں موجود ہو، مثلاً پانی آپ کے قد سے بھی زیادہ گہرا ہے اور آپ کو تیراکی نہیں آتی۔ پانی کا بہاؤ بہت تیز ہے اور آپ جانتے ہیں کہ میری مہارت اتنی عمدہ نہیں، دوسرا کنارہ دور ہے اور آپ سمجھتے ہیں کہ مجھے تیراکی میں مہارت تو ہے لیکن ابھی میرا جسمانی اسٹیمنا اتنی لمبی تیراکی کا متحمل نہیں یا پہلے سے ہی تھکا ہوا ہے۔

بقیہ صفحہ ۱۶ پر

بسم اللہ الرحمن الرحیم

ادعیہ نبویہ (صلوٰۃ اللہ علیٰ صاحبہا)

يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ اَسْتَغِيْثُ اَصْلِحْ لِيْ شَأْنِيْ كُلَّهُ وَلَا تَكِلْنِيْ اِلٰى نَفْسِيْ طَرْفَةَ عَيْنٍ اَبَداً

ابن السنی فی عمل الیوم واللیلۃ، رقم: 48، بسند حسن

ترجمہ اے زندہ رہنے والے! اے قائم رکھنے والے! میں آپ کی رحمت کے ذریعے سے فریاد کرتا ہوں کہ میرا سب حال درست فرما دیجیے اور کبھی بھی پلک جھپکنے کے برابر بھی مجھے میرے نفس کے سپرد نہ فرمائیے۔

يَا وَلِيَّ الْاِسْلَامِ وَ اَهْلِهٖ! ثَبِّتْنِيْ بِهٖ حَتّٰى اَلْقَاكَ

الطبرانی فی الاوسط، رقم: 661

ترجمہ اے اسلام اور مسلمانوں کے مددگار! مجھے اسلام پر ثابت قدم رکھیے یہاں تک کہ میں آپ سے آملوں۔

حَسْبُنَا اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَكِيْلُ، تَوَكَّلْنَا عَلَى اللّٰهِ رَبِّنَا

ترمذی رقم: 3243

ترجمہ اللہ ہمیں کافی ہے اور (وہ) بہترین کارساز ہے۔ ہم اپنے پروردگار اللہ ہی پر بھروسہ کرتے ہیں۔

سریہ کرز بن جابر رضی اللہ تعالیٰ عنہ شوال 6 ہجری:

غابہ کی چراگاہ سے عرینہ قبیلہ کے لوگ مرتد ہو کر نبی کریم ﷺ کی اونٹیاں چرا کر بھاگ گئے اور ان اونٹیوں کی نگرانی کرنے والے صحابہ کرام کو بڑی بے دردی سے شہید کر دیا۔ آپ ﷺ نے کرز بن جابر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے ساتھ ایک لشکر روانہ فرمایا۔ عرینہ کے مرتدین پکڑے گئے اور حرۃ شرقیۃ کے کنارے پر انہیں اسی انداز میں قتل کر کے قصاص لیا گیا۔

حرۃ کا شرقی کنارہ جہاں یہ مرتدین قتل کیے گئے۔

غابہ کی چراگاہ