



زیر نگرانی

حضرت شیخ اظہر اقبال مدظلہ عالی



نماز اور تربیت

حصہ ششم

عمر: 6 سے 19 سال

مصنف: طارق محمود (طالب علم درس نظامی، ہدایہ اکیڈمی)

واٹس ایپ: +92-334-3156552

ای میل: pingtariqmahmood@gmail.com

ترجمان: محمد ثقلین ارشاد (طالب علم درس نظامی، ہدایہ اکیڈمی)

ای میل: saqlain.irshad0321@gmail.com

ویب سائٹس: www.hidayah.edu.pk اور www.ashjaaruljannah.com

نماز سے متعلق سوال و جواب

سوال 1: نماز میں خشوع (khushoo) کیا ہے؟

جواب: لفظ 'خشوع' کا مطلب یہ ہے کہ نماز کے دوران آپ کا دل پرسکون اور مطمئن رہے۔ اس کا مطلب یہ بھی ہے کہ نماز کے دوران آپ کا دماغ پرسکون اور مطمئن رہے۔

سوال 2: پرسکون دل اور دماغ کے ساتھ نماز پڑھنا یقیناً ایک بہترین احساس ہوگا۔ اگر میں ایسا کروں تو کیا ہوگا؟

جواب: آپ اپنی نماز پر توجہ (Concentration) مرکوز کر سکیں گے۔ آپ یہ سوچ سکیں گے کہ آپ اپنے اللہ ﷻ کے سامنے ہیں اور آپ اس سے ملاقات کر رہے ہیں (ما شاء اللہ)۔



زیر نگرانی

حضرت شیخ اظہر اقبال مدظلہ عالی



سوال 3: جی ہاں، میں متفق ہوں۔ لیکن میرا دل اور دماغ کبھی پرسکون نہیں ہوتے۔ نماز کے دوران میرے ذہن میں بہت سے خیالات اور احساسات آتے رہتے ہیں۔ کیا کروں؟

جواب: اپنی نماز شروع کرنے سے پہلے، اپنے دل میں خود سے کہیں: "پرسکون ہو جاؤ۔ مجھے اب نماز کے لیے خود کو پرسکون کرنا ہے۔" اور اپنی نماز شروع کرنے سے پہلے خود کو پرسکون کرنے کے لیے 3 سیکنڈ تک کھڑے رہیں۔

سوال 4: یہ ایک اچھا حل ہے، لیکن اگر نماز کے دوران میرے خیالات واپس آ جائیں تو کیا ہوگا؟

جواب: نماز کے دوران، ان الفاظ پر توجہ دیں جو آپ بول رہے ہیں۔ ان کے معنی سیکھیں اور بولتے وقت اس معنی کو یاد کریں۔ بار بار ان الفاظ پر توجہ مرکوز کرنے کی کوشش کریں جو آپ کہہ رہے ہیں۔

سوال 5: آہ! یہ ایک اچھا حل لگتا ہے۔ میں اپنے خشوع کو یقینی بنانے کے لیے اور کیا کر سکتا ہوں؟

جواب: یہ سوچیں کہ آپ اللہ ﷻ سے ملاقات کر رہے ہیں اور یہ ایک مختصر ملاقات ہے اس لیے مجھے جتنا ممکن ہو سکے توجہ مرکوز کرنی چاہیے۔

سوال 6: ٹھیک ہے۔ اگر مجھے نماز کے دوران پڑھے جانے والے الفاظ کے معنی معلوم نہ ہوں تو کیا کروں؟

جواب: آپ صرف الفاظ پر ہی توجہ مرکوز کر سکتے ہیں۔ یہ بھی آپ کی مدد کرے گا۔

سوال 7: جزاک اللہ خیر۔ کیا یہ سچ ہے کہ یہ ابلیس ہے جو میری نماز کے دوران میرے دل اور دماغ میں خیالات لاتا ہے؟

جواب: یہ ابلیس ہے۔ لیکن یہ آپ کے ایمان کی کمزوری اور نماز کے دوران توجہ مرکوز کرنے سے آپ کا انکار بھی ہو سکتا ہے۔ آپ کو توجہ مرکوز کرنے کا پکا ارادہ کرنا چاہیے اور کسی اور چیز کے بارے میں نہیں سوچنا چاہیے۔



زیر نگرانی

حضرت شیخ اظہر اقبال مدظلہ عالی



سوال 8: ٹھیک ہے سمجھ گیا۔ اور نماز میں خضوع (khuzoo) کیا ہے؟

جواب: لفظ 'خضوع' کا مطلب ہے کہ نماز کے دوران آپ کے جسم کے تمام اعضاء پرسکون اور ٹھہرے ہوئے ہوں۔ لہذا، خشوع دل اور دماغ کا سکون ہے۔ اور خضوع جسم کے اعضاء کا سکون ہے۔

سوال 9: ما شاء اللہ، خشوع اور خضوع کے ساتھ اپنی نماز پڑھنے کا یہ ایک بہترین طریقہ لگتا ہے۔ میں خضوع کو کیسے یقینی بنا سکتا ہوں؟

جواب: اپنی نماز آہستہ پڑھیں۔ اپنی نماز میں جلد بازی نہ کریں۔ تیز رفتاری سے بھی نہیں۔ جو کوئی آپ کو نماز پڑھتے ہوئے دیکھے اسے یہ لگنا چاہیے کہ آپ اپنی نماز آہستہ پڑھ رہے ہیں۔

سوال 10: آہ! یہ ایک اچھا حل لگتا ہے۔ لیکن میں یہ کیسے یقینی بناؤں کہ میں بالکل بھی جلدی نہ کروں؟

جواب: جب آپ اپنی نماز آہستہ اور توجہ کے ساتھ پڑھیں گے تو آپ اپنے دل میں سکون محسوس کریں گے۔ آپ کو وہ احساس پسند آئے گا اور آپ اسے جاری رکھنا چاہیں گے۔ اس لیے، اپنی نماز آہستہ پڑھنا آسان ہو جائے گا۔

سوال 11: ٹھیک ہے۔ خوب۔ کیا خشوع ہونے سے خضوع میں بھی مدد ملتی ہے؟

جواب: جی ہاں، ایک پرسکون دل اور دماغ نماز کے دوران آپ کے جسم کو پرسکون کرنے میں بھی آپ کی مدد کرتا ہے۔

سوال 12: ٹھیک ہے میں سمجھ گیا۔ لیکن اگر میں سفر کر رہا ہوں اور میری فرض نماز کا وقت ختم ہو رہا ہو تو کیا کروں؟ کیا تب میں اپنی نماز جلدی نہیں پڑھ سکتا؟

جواب: سفر کے دوران بھی، جب نماز کا وقت آئے تو آپ کو فوراً اپنی نماز پڑھنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ تاہم، اگر آپ ایسا کرنے کے قابل نہیں ہیں، اور نماز کا وقت ختم ہونے والا ہے، تو آپ اپنی نماز تیز رفتاری سے پڑھ سکتے ہیں لیکن بہت تیز نہیں۔



سوال 13: کیا میں تنگ (Tight-fitting) کپڑوں میں اپنی نماز پڑھ سکتا ہوں؟

جواب: نہیں، آپ کو تنگ کپڑوں میں اپنی نماز نہیں پڑھنی چاہیے۔ کیونکہ ان سے آپ کے جسم کے پوشیدہ حصے نمایاں ہوتے ہیں خاص طور پر جب آپ رکوع اور سجدہ کرتے ہیں۔ یہ مکروہ تحریمی ہے، یعنی انتہائی ناقابل قبول سمجھا جاتا ہے۔ پھر آپ کو اپنی نماز دہرائی ہوگی۔

سوال 14: ٹھیک ہے، مجھے یہ معلوم نہیں تھا۔ ٹی شرٹ (t-shirt) کے بارے میں کیا خیال ہے؟ کیا میں ٹی شرٹ میں اپنی نماز پڑھ سکتا ہوں؟

جواب: ٹی شرٹس میں نماز نہ پڑھنے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔ کیونکہ وہ سجدے کے دوران اوپر کھسک سکتی ہیں، جس سے آپ کا ستر ننگا ہو سکتا ہے۔ اگر ایسا اتنی دیر کے لیے ہو جس میں آپ 3 بار 'سبحان اللہ' کہہ سکیں (3 سے 5 سیکنڈ)، تو آپ کو اپنی نماز دہرائی پڑے گی۔

سوال 15: اگر میری نماز کے دوران میرے ذہن میں خیالات آئیں اور میں لمبے وقت تک اپنے الفاظ پر توجہ دینا بھول جاؤں تو کیا ہوگا؟ کیا میری نماز قبول ہوگی؟

جواب: اگر آپ نماز شروع کرنے سے پہلے خشوع اور خضوع کے بارے میں سوچتے ہیں، تو ان شاء اللہ نماز کے دوران آپ کا ذہن زیادہ نہیں بھٹکے گا۔ اگر یہ لمبے وقت کے لیے بھٹکتا ہے، تو اپنی نماز ختم کرنے کے بعد اللہ ﷻ سے دعا کریں کہ وہ آپ کی نماز قبول کرے۔

سوال 16: کیا میں اپنی نماز دہرا سکتا ہوں اگر میں پہلی بار اس سے مطمئن نہ ہوں؟

جواب: نہیں، اگر آپ اپنی نماز سے مطمئن نہیں ہیں تو آپ اسے دہرا نہیں سکتے۔ آپ کو اللہ ﷻ سے دعا کرنی چاہیے کہ وہ آپ کی نماز قبول کرے۔ اور اگلی بار بہتر کرنے کی کوشش کریں۔ ورنہ، آپ وسوسہ (شکوہ و شبہات) کی بیماری میں مبتلا ہو سکتے ہیں اور آپ ہمیشہ بہت سی چیزوں کے بارے میں شک میں رہیں گے۔

سوال 17: نماز شروع کرنے سے پہلے نماز کے فرائض (Obligations) کیا ہیں؟

جواب: 7 فرائض ہیں، جو درج ذیل ہیں:

- نماز پڑھنے کی جگہ صاف ہونی چاہیے۔



زیر نگرانی

حضرت شیخ اظہر اقبال مدظلہ عالی



- آپ کا جسم صاف ہونا چاہیے (اور آپ نے وضو کیا ہو)۔
- آپ کے کپڑے صاف ہونے چاہئیں۔
- آپ کا ستر ڈھکا ہونا چاہیے۔
- آپ کا رخ قبلہ کی طرف ہونا چاہیے۔
- آپ کو نماز پڑھنے کی نیت کرنی چاہیے۔
- آپ کو نماز صرف اس کے مقررہ وقت میں پڑھنی چاہیے۔

سوال 18: جزاک اللہ خیر۔ اب مجھے نماز سے پہلے کی چیزیں معلوم ہو گئیں۔ کیا میری نماز کے دوران بھی کچھ فرائض ہیں جن کا خیال رکھنا ہے؟

جواب: جی ہاں، آپ کو اپنی نماز کے دوران 6 کام کرنے چاہئیں:

- تکبیر تحریمہ: نماز کے شروع میں اللہ اکبر کہنا۔
- قیام: نماز پڑھتے ہوئے کھڑا ہونا (اس شخص کے لیے جو ایسا کر سکتا ہو)۔
- قرأت: قرآن پاک کی تلاوت۔
- رکوع: قیام کے بعد جھکنا۔
- دو سجود: نماز کی ہر رکعت میں 2 سجود۔
- قعدہ: التحیات پڑھنے کے وقت کے برابر بیٹھنا۔

سوال 19: جزاک اللہ خیر۔ میں ان 13 فرائض کو یاد کرنے کی کوشش کروں گا۔ کیا آپ ہر فرض نماز کا وقت بھی بتا سکتے ہیں؟

جواب: جی ہاں، وہ درج ذیل ہیں:

- فجر: صبح صادق سے طلوع آفتاب تک۔
- ظہر: دوپہر سے لے کر جب آپ کا سایہ آپ کے قد سے دوگنا ہو جائے۔
- عصر: جب آپ کا سایہ دوگنا ہو جائے اس وقت سے لے کر سورج غروب ہونے تک۔
- مغرب: سورج غروب ہونے سے لے کر شفق (شفق - غروب آفتاب کے بعد آسمان میں ظاہر ہونے والی سفیدی) تک۔
- عشاء: شفق سے لے کر صبح صادق (فجر) تک۔



زیر نگرانی

حضرت شیخ اظہر اقبال مدظلہ عالی



سوال 20: مجھے رات کو تہجد کی نماز میں اللہ ﷻ کی عبادت کرنے کا خیال بہت پسند ہے۔ لیکن میں فجر سے پہلے نہیں اٹھ سکتا۔ کیا کروں؟

جواب: سونے سے پہلے 2 رکعت نفل نماز پڑھیں اور اللہ ﷻ سے دعا کریں کہ وہ آپ کو تہجد کے لیے جاگنے میں مدد کرے۔

سوال 21: میں ایک مسلمان لڑکا ہوں۔ کیا میں اپنی فجر کی نماز گھر پر پڑھ سکتا ہوں؟

جواب: نہیں۔ مسجد میں نماز پڑھنا محمد ﷺ کی سنت ہے۔ فجر کو جمعہ کی نماز جتنا ہی اہم سمجھیں۔

سوال 22: اگر مجھے نماز کے دوران چھینک آجائے تو کیا ہوگا؟ کیا میں 'الحمد لله' کہہ سکتا ہوں؟

جواب: نہیں، آپ نہیں کہہ سکتے۔ اگر کسی اور کو چھینک آئے تو آپ 'یرحمک الله' بھی نہیں کہہ سکتے۔

سوال 23: اگر نماز کے دوران کوئی مجھے 'السلام علیکم' کہے تو کیا مجھے جواب دینا چاہیے؟

جواب: نہیں، آپ جواب نہیں دے سکتے۔ آپ کو صرف اپنی نماز پر توجہ دینی چاہیے۔

سوال 24: اگر مجھے نماز کے دوران پیشاب یا پاخانے کی حاجت محسوس ہو تو کیا کروں؟

جواب: اپنی نماز تھوڑی جلدی ختم کرنے کی کوشش کریں۔ فوراً اپنی نماز توڑنے کا مشورہ نہیں دیا جاتا۔ اور اگر نماز کا وقت ختم ہونے والا ہے، تو آپ کو یقیناً اپنی نماز جلدی ختم کرنے کی کوشش کرنی چاہیے اور پھر ٹوائلٹ جانا چاہیے۔ ہاں، اگر یہ کوئی ہنگامی صورتحال ہے جو آپ کے لیے بالکل ناقابلِ برداشت ہے، تو آپ اپنی نماز توڑ سکتے ہیں۔



زیر نگرانی

حضرت شیخ اظہر اقبال مدظلہ عالی



تربیت سے متعلق سوال و جواب

سوال 1: آپ نے اوپر کہا کہ میرا رخ قبلہ کی طرف ہونا چاہیے۔ میں جانتا ہوں کہ قبلہ کعبہ ہے۔ کعبہ کیا ہے؟

جواب: یہ مکہ مکرمہ شہر میں واقع ایک مکعب (Cube) نما عمارت ہے۔ یہ اللہ ﷻ کا گھر ہے اور اس کی عبادت کے لیے بنائی گئی پہلی مسجد ہے۔ مدینہ منورہ کے ساتھ ساتھ یہ زمین پر سب سے مقدس مقام ہے۔ ہم ہمیشہ اپنا رخ کعبہ کی طرف کر کے نماز پڑھتے ہیں۔

سوال 2: کعبہ کے حوالے سے میری کیا ذمہ داریاں ہیں؟

جواب: آپ کو عمرہ اور حج کے لیے جتنا ممکن ہو کعبہ کی زیارت کرنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ جب بھی آپ کعبہ جائیں تو مدینہ منورہ کی زیارت کرنا بھی ضروری ہے۔

سوال 3: مجھے اللہ ﷻ سے دعا کرنا پسند ہے۔ میں اس سے کچھ دنیاوی چیزیں مانگتا ہوں لیکن کیا مجھے کچھ اور بھی مانگنا چاہیے؟

جواب: جی ہاں، اپنی دنیا کے لیے دعا کرنا اچھی بات ہے۔ لیکن آپ کو جنت الفردوس بھی مانگنی چاہیے۔ اور اپنے گناہوں کی معافی مانگنی چاہیے۔ آخر میں، اللہ ﷻ کا شکر ادا کریں اس پر جو اس نے آپ کو دیا ہے۔ جب بھی آپ اس سے دعا کریں تو یہ 3 کام کریں۔

سوال 4: بہت سے رائیڈرز (Riders) آرڈر کی گئی چیزیں دینے میرے گھر آتے ہیں۔ ایک مسلمان لڑکی کے طور پر، مجھے ان کے ساتھ کیسے پیش آنا چاہیے؟

جواب: ان سے نرم آواز میں بات نہ کریں۔ کسی بھی غیر ضروری گفتگو سے گریز کریں۔ اپنا حجاب کریں۔ اس بات کو یقینی بنائیں کہ جب رائیڈر باہر ہو تو آپ اپنے گھر کا مرکزی دروازہ زیادہ دیر تک کھلا نہ رکھیں۔ دروازے کو کھلا چھوڑ کر ادھر ادھر نہ جائیں (Unattended نہ چھوڑیں)۔



زیر نگرانی

حضرت شیخ اظہر اقبال مدظلہ عالی



سوال 5: ایک دن میرے چچا میرے گھر آئے۔ میں بہت مصروف تھی۔ میں نے اپنے دل میں ناخوشی محسوس کی کیونکہ میرے پاس انہیں دینے کے لیے وقت نہیں تھا۔ مجھے برا لگا۔ کیا یہ ٹھیک ہے؟

جواب: جب بھی کوئی مہمان آپ کے گھر آئے تو کھلے دل سے اس کا گرم جوشی سے استقبال کریں۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ وہ مدعو ہیں (Invited) یا غیر مدعو (Uninvited)۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ وہ ملاقات کے لیے آئے ہیں یا کسی بحث و مباحثے کے لیے۔ آپ کو ہمیشہ اپنے مہمانوں کا گرم جوشی سے استقبال کرنا چاہیے۔

سوال 6: ٹھیک ہے، اگر مہمان کسی عجیب (Odd) وقت پر آجائیں، مثلاً رات 10 بجے۔ تو پھر کیا کریں؟

جواب: صورتحال کو دیکھیں۔ اگر وہ آپ کے رشتہ دار ہیں، تو وہ شاید کسی اہم کام سے آئے ہیں۔ آپ انہیں گھر کے اندر بلا سکتے ہیں۔ دوسروں کے لیے، آپ اپنے والدین کے مشورے کے مطابق کر سکتے ہیں۔ لیکن غیر رشتہ داروں کو عجیب اوقات میں گھر کے اندر نہ بلانا ہی بہتر ہے۔

سوال 7: ٹھیک ہے یہ اچھی بات ہے۔ مجھے کس وقت کسی کے گھر بطور مہمان نہیں جانا چاہیے؟

جواب: آپ کو دوپہر، رات یا صبح سویرے کسی کے گھر جانے سے گریز کرنا چاہیے۔ آپ صبح 11 بجے سے لے کر شام تک کسی کے گھر جا سکتے ہیں۔ اگر آپ کو کسی خاص وقت پر مدعو کیا گیا ہے، تو آپ کو اسی وقت جانا چاہیے (مثلاً رات 9:30 بجے)۔

سوال 8: مجھے اپنی انگلیوں کے جوڑ چٹخانے (Knuckles crack) کرنے، یعنی انگلیوں کو کھینچنا اور موڑنا تاکہ آواز آئے) کی طلب محسوس ہوتی ہے۔ کیا یہ ٹھیک ہے؟

جواب: اس عادت کو چھوڑنے کی کوشش کریں۔ انگلیاں چٹخانا دوسروں کو پریشان (Uncomfortable) کرتا ہے۔ آپ تنہائی میں انہیں چٹھا سکتے ہیں۔ لیکن اس عادت کو چھوڑنا ہی سب سے بہتر ہے۔ کیونکہ آپ کی انگلیوں کو کوئی نقصان پہنچ سکتا ہے۔ انگلیاں اللہ ﷻ کی عطا کردہ ہیں۔ ہمیں ان کا خیال رکھنا چاہیے۔



زیر نگرانی

حضرت شیخ اظہر اقبال مدظلہ عالی



سوال 9: میں کھانا کھا رہا ہوں اور اچانک ایک نوالہ (لقمہ) میرے ہاتھ سے گر کر فرش پر گر جاتا ہے۔ کیا کروں؟

جواب: اگر نوالہ کسی کپڑے (دسترخوان/ٹیبل اسپریڈ) پر گرے، تو آپ اسے اٹھا کر کھا سکتے ہیں۔ اگر یہ فرش پر گر جائے تو بہتر ہے کہ اسے کپڑے/مکوڑوں/چیونٹیوں کو ڈال دیں۔ گرے ہوئے نوالے کی وجہ سے لگنے والے داغ یا گندگی کو صاف کرنے کی کوشش کریں۔

سوال 10: اگر میں کسی کی توجہ حاصل کرنا چاہوں، تو کیا میں دوسرے لوگوں (مثلاً دوستوں، کزنز یا دیگر) کو کمر سے لے کر گھٹنوں تک کے حصے پر چھو سکتا ہوں؟

جواب: نہیں، کمر سے گھٹنوں تک کا حصہ سختی سے پرائیویٹ (ستر کا) حصہ ہے۔ آپ وہاں کسی کو نہیں چھو سکتے، چاہے کوئی بھی وجہ ہو۔ آپ کسی کو اس کے بازوؤں پر چھو کر اس کی توجہ حاصل کر سکتے ہیں۔

سوال 11: میرے پاس اسٹڈی ٹیبل نہیں ہے، اور میں صرف زمین پر بیٹھ سکتا ہوں۔ مجھے کیسے بیٹھنا چاہیے؟

جواب: اپنی کمر کو کسی سہارے سے لگائے بغیر نہ بیٹھیں۔ ورنہ، کمر کے مسائل شروع ہو سکتے ہیں۔ آپ کسی بھی قسم کا بیک ریست کشن (Back-rest cushion) خرید سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ، فرش ڈیسک استعمال کریں (جسے رحل کہا جاتا ہے)۔

سوال 12: اگر میرے پاس اسٹڈی لیمپ نہ ہو تو کیا کروں؟ کیا کمرے کی روشنی میں پڑھنا ٹھیک ہے؟

جواب: کمرے کی روشنی پڑھنے کے لیے کافی روشن نہیں ہو سکتی۔ آپ کی آنکھیں آپ کو اللہ ﷻ کی طرف سے تحفے میں ملی ہیں۔ بہتر ہے کہ ایک پورٹیبل ٹیبل لیمپ خرید لیں۔

سوال 13: آپ کے گھر کچھ مہمان آتے ہیں۔ ان کے ساتھ 3 بچے ہیں۔ اور آپ گھر میں 3 بچے ہیں۔ آپ کی امی 9 پیسٹریاں (Pastries) بناتی ہیں۔ آپ انہیں کھانا چاہتے ہیں۔ کیا کریں؟

جواب: سب سے پہلے، اس بات کو یقینی بنائیں کہ جو 3 مہمان بچے ہیں ان میں سے ہر ایک کو 2-2 پیسٹریاں ملیں۔ اس طرح، مہمان بچے 6 پیسٹریاں کھائیں گے۔ پھر، 3 پیسٹریاں بچ جائیں



زیر نگرانی

حضرت شیخ اظہر اقبال مدظلہ عالی



گی۔ پھر آپ تینوں 1-1 پیسٹری لے سکتے ہیں۔ دوسرے الفاظ میں، اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ کے مہمان آپ سے زیادہ کھائیں۔

سوال 14: ٹھیک ہے، تو اگر مجھے مہمانوں کو دیا گیا کوئی کھانا کھانے کو نہ بھی ملے، تو کیا یہ ٹھیک ہے؟

جواب: بالکل، مہمان اللہ ﷺ کی طرف سے بھیجے جاتے ہیں۔ وہ آپ کے گھر میں برکت لاتے ہیں۔ اگر آپ ان کا خیال رکھیں گے تو ان شاء اللہ بعد میں اللہ ﷺ آپ کو اس سے کہیں زیادہ دے گا۔

سوال 15: کیا مجھے عام طور پر اپنا کھانا جلدی کھانا چاہیے یا آہستہ؟

جواب: آپ کو اپنا کھانا جلدی نہیں کھانا چاہیے۔ اپنا کھانا آہستہ آہستہ لیں اور اسے اپنے منہ میں اچھی طرح چبا کر کھائیں۔

سوال 16: کیا چھوٹے نوالے لینا اور آہستہ آہستہ کھانا سنت ہے، یا یہ صرف ایک عام نصیحت ہے؟

جواب: ہمارے نبی محمد ﷺ کی زندگی کا طریقہ سب سے متوازن طریقہ ہے۔ جسے عربی میں 'اعتدال' کہا جاتا ہے۔ یہ نہ تو 'انتہا پسندانہ' طریقہ زندگی ہے اور نہ ہی 'جاہلانہ'۔ لہذا، اگر آپ بڑے یا بہت چھوٹے نوالے نہیں لے رہے، یا اگر آپ بہت آہستہ یا بہت تیزی سے نہیں کھا رہے، تو ہم اسے سنت یا آداب (عملی رویے کے اصول) کا نام دے سکتے ہیں۔

واللہ اعلم بالصواب