“人们啊！在宗教中你们当远离过分，你们之前的人因为在宗教中过分而遭受毁灭。”

伊本·阿巴斯（愿主喜悦他俩）传述，他说：安拉的使者（愿主福安之）在射石的那天早晨，他骑着自己的骆驼说：“给我捡来一些石子吧！”我便为他捡了七颗石子，这是一些可投掷的石子（1），他将石子摊开在手心说：“就用类似这般大小的石子射石。”然后他说：“人们啊！在宗教中你们当远离过分，你们之前的人因为在宗教中过分而遭受毁灭。”

[正确的][伊本·马哲、奈萨仪和艾哈迈德辑录]

伊本·阿巴斯（愿主喜悦他俩）叙述道，辞朝那年，在宰牲节的早晨，他曾随同使者（愿主福安之）一起去射阿格白石柱，使者命令他为自己捡一些用以射石的石子，他便为使者捡了七颗石子，其中一颗石子像鹰嘴豆或棒子一般大小。先知（愿主福安之）将这些石子放在手心，然后摇了摇这些石子说：就用类似这般大小的石子射石。然后先知（愿主福安之）警告人们不要过分和极端，在宗教的事物中不要超越法度。之前的民族之所以遭到毁灭，就是因为他们在宗教事物中过分、极端和超越法度。

http://www.sunnah.global/hadeeth/zh/show/3395