

## 11153 - الإسراف في الأكل والشرب في رمضان

### السؤال

ما رأيكم فيمن يكثر أنواع الطعام والحلويات في رمضان؟

### الإجابة المفصلة

الإسراف في كل شيء مذموم ومنهي عنه، لا سيما في الطعام والشراب، قال الله تعالى: (وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ) الأعراف/31.

وقال النبي صلى الله عليه وسلم: (مَا مَلَأَ آدَمِيٌ وِعَاءً شَرًا مِنْ بَطْنِهِ، بِخَسْبِ ابْنِ آدَمَ لُقْنِيَّاتٍ يُقْفَنَ صُلْبَهُ، فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ، فَثُلُثُ لَطَعَامِهِ، وَثُلُثُ لِشَرَابِهِ، وَثُلُثٌ لِتَفْسِيهِ) رواه الترمذى (3349) وابن ماجه (2380). وصححه الألبانى فى صحيح الترمذى (1939).

والإسراف في الطعام والشراب فيه مفاسد كثيرة:

منها: أن الإنسان كلما تنعم بالطيبات في الدنيا قل نصيبه في الآخرة.

روى الحاكم عن أبي جحيفة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ شِبَاعًا فِي الدُّنْيَا أَكْثُرُهُمْ جُوعًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ).

ورواه ابن أبي الدنيا وزاد: فما أكل أبو جحيفة ملء بطنه حتى فارق الدنيا.

صححه الألبانى فى السلسلة الصحيحة (342).

وقال عمر رضي الله تعالى عنه: والله إنني لو شئت لكتت من ألينكم لباسا، وأطيبكم طعاما، وأرقكم عيشا، ولكني سمعت الله عز وجل عير قوما بأمر فعلوه فقال: (أَدْهَبْتُمْ طَبِيبَاتَكُمْ فِي حَيَاتِكُمُ الدُّنْيَا وَاسْتَمْتَغَثْتُمْ بِهَا فَالْيَوْمَ تُجْزَوْنَ عَذَابَ الْهُونِ بِمَا كُنْתُمْ تَسْتَكْبِرُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَبِمَا كُنْتُمْ تَفْسُقُونَ) الأحقاف / 20. حلية الأولياء (1/49).

ومنها: أن الإنسان ينشغل بذلك عن كثير من الطاعات، كقراءة القرآن الكريم، والتي ينبغي أن تكون هي الشغل الشاغل للمسلم في هذا الشهر الكريم، كما كانت عادة السلف.

فتتجد المرأة تقضي جزءاً كبيراً من النهار في إعداد الطعام، وجزءاً كبيراً من الليل في إعداد الحلويات والمشروبات.

ومنها: أن الإنسان إذا أكل كثيراً أصابه الكسل، ونام كثيراً، فيضيع على نفسه الأوقات.

قال سفيان الثوري رحمه الله : إذا أردت أن يصح جسمك ويقل نومك أقلل من طعامك .

ومنها : أن كثرة الأكل تورث غفلة القلب .

قيل للإمام أحمد رحمه الله : هل يجد الرجل من قلبه رقةً وهو شبع ؟ قال : ما أرى . أي : ما أرى ذلك .

والله أعلم .