

115864 - حديث (نحن قوم لا نأكل حتى نجوع وإذا أكلنا لا نشبع) لا أصل له

السؤال

هل هذا الحديث صحيح : (نحن قوم لا نأكل حتى نجوع ، وإذا أكلنا لا نشبع) ؟

الإجابة المفصلة

الحمد لله.

لم نعثر على هذا الحديث - بعد البحث والتفتيش - في كتب السنة النبوية ، ولم يذكره - فيما وقفنا عليه - سوى برهان الدين الحلبي في "السيرة الحلبية" (3/295) من غير إسناد ولا عزو لكتب الأثر ، ولذلك فلا تصح نسبة الحديث إلى النبي صلى الله عليه وسلم ، كما قد يكون في معناه بعض التردد .

قال الشيخ الألباني رحمه الله :

" هذا القول الذي نسبته إلى النبي صلى الله عليه وسلم لا أصل له " انتهى.

"السلسلة الصحيحة" (رقم/3942)

وجاء في "فتاوى اللجنة الدائمة" المجموعة الثانية (3/224) :

" هذا اللفظ المذكور ليس حديثاً فيما نعلم " انتهى.

على أن الأدب الذي تضمنه هذا الكلام ، مازال أهل العلم ، وأهل العقل والحكمة يقولون به : أنه لا ينبغي للإنسان أن يدخل طعاماً على طعام آخر في بطنه ، بل ينتظر حتى تطلب نفسه الطعام وتشتهيه ، فإذا اشتتهه وأعطاه حاجتها منه ، فليقتصد في تناوله ، ولا يملأ بطنه منه ، بحيث يتجاوز حد الاعتدال والتوسط في ذلك .

عَنْ مِقْدَامِ بْنِ مَعْدِي كَرَبَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ : (مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ ؛ بِحَسَبِ ابْنِ آدَمَ أَكَلَاتُ يُقْمَنُ صُلْبُهُ ؛ فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ فَتُلُتْ لِبَطْنِهِ وَتُلْتُ لِشَرَابِهِ وَتُلْتُ لِنَفْسِهِ) رواه أحمد (16735) والترمذي (2380) ، وقال الترمذي : هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ ، وصححه الألباني .

قال صاحب " الفواكه الداواني " (2/317) :

(ومن آداب الأكل) المقارنة له (أن تجعل بطنك) ثلاثة أقسام (ثلثاً للطعام وثلثاً للشراب وثلثاً للنفس) لاعتدال الجسد وخفته ؛ لأنه يترتب على الشبع ثقل البدن وهو يورث الكسل عن العبادة ، ولأنه إذا أكثر من الأكل لما بقي للنفس موضع إلا على وجه

يضر به ، ولما ورد : المعدة بيت الداء ، والحمية رأس الدواء ، وأصل كل داء البردة . والحمية خلو البطن من الطعام ،

والبردة إدخال الطعام على الطعام ، ولفظ المعدة إلخ من كلام بعض الحكماء أدخله بعض الوضعاء في المسند المرفوع

ترويجا له ...

ومن كلامهم أيضا ما قاله مالك : ومن طب الأطباء أن ترفع يدك من الطعام وأنت تشتهييه... وقال سحنون : كل شيء يعمل على الشبع إلا ابن آدم إذا شبع رقد .. "

وقال السفاريني في غذاء الألباب (2/110) :

" ينبغي للأكل أن يجعل ثلثا للطعام وثلثا للشراب وثلثا للهواء .. ، امتثالا لما قال الرسول الشفيق الناصح لجميع الخلق المرشد للمنافع الدينية والدنيوية ، والمنقذ من الهلاك ، والمفاسد صلى الله عليه وسلم فهو الحكيم الناصح ، والعليم الذي أتى بالعلم النافع ، والحق الواضح . ولهذا قال الحافظ ابن رجب عن هذا الحديث : إنه أصل عظيم جامع لأصول الطب كلها . وقد روي أن ابن ماسويه الطبيب لما قرأ هذا الحديث في كتاب أبي خيثمة قال : لو استعمل الناس هذه الكلمات يعني من قوله صلى الله عليه وسلم : **حسب ابن آدم أكالات يقمن صلبه إلى آخره** لسلموا من الأمراض ، والأسقام ولتعطلت الممارسات ودكاكين الصيادلة . قال الحافظ ابن رجب : وإنما قال هذا ؛ لأن أصل كل داء التخم قال بعضهم : أصل كل داء البردّة وروي مرفوعا ولا يصح رفعه . ، وقال القرطبي في شرح الأسماء : لو سمع بقراط بهذه القسمة لعجب من هذه الحكمة . وفي الإحياء ذكر هذا الحديث يعني تقسيم البطن أثلاثا لبعض الفلاسفة فقال : ما سمعت كلاما في قلة الأكل أحكم من هذا ، ولا شك أن أثر الحكمة فيه واضح ، وإنما خص الثلاثة بالذكر ؛ لأنها أسباب حياة الحيوان ولأنه لا يدخل البطن سواها .. وقال (الحارث بن كلدة) طبيب العرب : " الحمية رأس الدواء ، والبطننة رأس الداء) ورفعهم بعضهم ولا يصح أيضا قاله الحافظ ، وقال الحارث أيضا : الذي قتل البرية ، وأهلك السباع في البرية ، إدخال الطعام على الطعام ، قبل الانهضام " انتهى . والله أعلم .