

141309 - هل من السنة الشرب قبل الطعام ؟

السؤال

هل من السنة أن يشرب الشخص ثلاث رشقات من الماء قبل تناول الطعام ؟

الإجابة المفصلة

الحمد لله.

ليس في السنة النبوية ما يدل على استحباب شرب الماء ، أو رشقات منه ، قبل تناول الطعام.

ولعل من ظن ذلك من السنة إنما توهمه لأجل ما ما ثبت في السنة من استحباب أن يكون الشرب على ثلاث دفعات . وهذا غير ما ظنه السائل ؛ فإن استحباب ذلك لا علاقة له بالطعام ؛ فسواء شرب قبل الطعام أو بعده أو في أثنائه ، أو في غير ذلك من الأحوال ؛ استحباب له أن يجعل شربه على ثلاث دفعات .

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رضي الله عنه قال : (كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَتَنَفَّسُ فِي الشَّرَابِ ثَلَاثًا ، وَيَقُولُ : إِنَّهُ أَرَوَى ، وَأَبْرَأُ ، وَأَمْرًا) . رواه مسلم في صحيحه (2028) .

قال ابن القيم: "معنى تنفسه في الشراب إبانته القدح عن فيه ، وتنفسه خارجه ، ثم يعود إلى الشراب " . زاد المعاد (4 / 210)

وفي الشرب بهذه الطريقة حكم جملة ، وفوائد مهمة ، وقد نبه صلى الله عليه وسلم على مجامعها بقوله : (إِنَّهُ أَرَوَى ، وَأَبْرَأُ ، وَأَمْرًا)

أروى : من الرِّي ، أي : أشد ريا وأبلغه وأنفعه .

وأمرًا : أي أجمَل إنسياعًا .

وأبرأ : من البرء وهو الشفاء ، أي : يبرئ من شدة العطش ودائه ، لتردده على المعدة الملتهبة دفعات ، فتسكن الدفعة الثانية ما عجزت الأولى عن تسكينه ، والثالثة ما عجزت الثانية عنه .

وَقِيلَ : أَبْرَأُ ، أَيِ أَسْلَمَ مِنْ مَرَضٍ أَوْ أَدَى يَحْصُلُ بِسَبَبِ الشُّرْبِ فِي نَفْسٍ وَاحِدٍ .

ينظر : "شرح صحيح مسلم" للنووي (13 / 199) .

قال ابن القيم: "ومن آفات الشرب نهلةً واحدة أنه يخاف منه الشَّرَق ، بأن ينسدَّ مجرى الشراب لكثرة الوارد عليه ، فيغصَّ به ، فإذا تنفس رويداً ثم شرب أمن من ذلك". انتهى " زاد المعاد " (4 / 231) .

والله أعلم