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

السؤال

هل هدا 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 ـ فيما وقفنا عليه ـ 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 نسبه 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 حديثا فيما نعلم " انتهى.

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

عَنْ مِقْدَامِ بْنِ مَعْدِي كَرِبَ رضي الله عنه قَالَ : سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ : (مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وِعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ ؛ بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أُكُلَاتٌ يُقِمْنَ صُلْبَهُ ؛ فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ فَثُلُثٌ لِطَعَامِهِ وَثُلُثٌ لِشَرَابِهِ وَثُلُثٌ لِنَفَسِهِ) 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 (ثلثا للطعام وثلثا للشراب وثلثا 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 الوضاع في المسند المرفوع ترويجا له ...

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

وقال السفاريني في غذاء الألباب (2/110) :

" ينبغي للآكل 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 أكلات يقمن صلبه إلى آخره لسلموا من الأمراض , والأسقام ولتعطلت المارستانات ودكاكين الصيادلة . قال الحافظ ابن رجب : وإنما قال هذا ; لأن أصل كل داء التخم قال بعضهم : أصل كل داء البَرْدَة 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 , والبطنة رأس الداء) ورفعه 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 .