

## 141309 - هل من السنة الشرب قبل الطعام ؟

### السؤال

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

### الإجابة المفصلة

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 أَرْوَى ، 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 أَرْوَى ، وَأَبْرَأُ ، وَأَمْرًا ) .  
أروى : من الرّي ، أي : أشد ريا وأبلغه وأنفعه .

وأمرًا : أي أجمل إنسيًاغًا .

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

وَقِيلَ : أَبْرَأُ ، أَي أَسْلَمَ مِنْ مَرَضٍ أَوْ أَدَى يَحْضُلُ بِسَبَبِ الشُّرْبِ فِي نَفْسٍ وَاحِدٍ .

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

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

والله أعلم