

## 230874 - هل ورد في السنة النهي عن إدخال الطعام على الطعام ؟

### السؤال

هل ورد حديث عن النبي صلى الله عليه وسلم فيه النهي عن إدخال الطعام على الطعام ؟

### ملخص الإجابة

أنه لم يثبت عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه نهى عن إدخال الطعام على الطعام ، ولكن عُرف ذلك عن الأطباء ، والذي ثبت عن النبي صلى الله عليه وسلم هو الحث على التقليل من الطعام وعدم الإكثار منه فوق الحاجة .

### الإجابة المفصلة

الحمد لله.

لا نعلم حديثاً عن النبي صلى الله عليه وسلم ينهى فيه عن إدخال الطعام على الطعام ، وهذا بكلام الأطباء أشبه ، بل هو معروف من كلامهم .

وقد حثنا الرسول صلى الله عليه وسلم على التقليل من الطعام والشراب ، وأن لا يأكل الإنسان أكثر من حاجته ، فقال صلى الله عليه وسلم : ( مَا مَلَأَ أَدَمِيَّ وَعَاءَ شَرًّا مِنْ بَطْنٍ ، بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أَكْلَاتُ يُقْمَنُ صُلبُهُ ، فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ : فَتُلْتُ لِبَطْنِهِ وَتُلْتُ لِشَرَابِهِ وَتُلْتُ لِنَفْسِهِ ) رواه الترمذي (2380) وصححه ، وصححه الألباني في " صحيح الترمذي " .

قال ابن القيم رحمه الله :

” فَأَخْبَرَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَنَّهُ يَكْفِيهِ لِقِيمَاتُ يُقْمَنُ صُلبُهُ ، فَلَا تَسْقُطُ قُوَّتُهُ ، وَلَا تَضْعُفُ مَعَهَا، فَإِنْ تَجَاوَزَهَا فَلْيَأْكُلْ فِي ثُلْثِ بَطْنِهِ ، وَيَدَعِ الثُّلْثَ الْآخَرَ لِلْمَاءِ، وَالثُّلْثَ لِلنَّفْسِ، وَهَذَا مِنْ أَنْفَعِ مَا لِلْبَدَنِ وَالْقَلْبِ ، فَإِنَّ الْبَطْنَ إِذَا امْتَلَأَ مِنَ الطَّعَامِ ضَاقَ عَنِ الشَّرَابِ، فَإِذَا وَرَدَ عَلَيْهِ الشَّرَابُ ضَاقَ عَنِ النَّفْسِ ، وَعَرَضَ لَهُ الْكَرْبُ وَالتَّعَبُ بِحَمْلِهِ بِمَنْزِلَةِ حَامِلِ الْحِمْلِ الثَّقِيلِ ، هَذَا إِلَى مَا يَلْزَمُ ذَلِكَ مِنْ فَسَادِ الْقَلْبِ ، وَكَسَلِ الْجَوَارِحِ عَنِ الطَّاعَاتِ ، وَتَحَرُّكِهَا فِي الشَّهَوَاتِ الَّتِي يَسْتَلْزِمُهَا الشَّبَعُ ، فَأَمْتِلَاءُ الْبَطْنِ مِنَ الطَّعَامِ مُضِرٌّ لِلْقَلْبِ وَالْبَدَنِ ” انتهى من “ زاد المعاد ” (4 / 17) .

وقال السفاريني رحمه الله في “ غذاء الألباب ” (2/110) :

” ينبغي للأكل أن يجعل ثلثاً للطعام وثلثاً للشراب وثلثاً للهواء؛ امتثالاً لما قال الرسول الشفيق الناصح لجميع الخلق المرشد للمنافع الدينية والدنيوية ... وقال الحارث بن كلدة طبيب العرب: ” الحمية رأس الدواء ، والبطنة رأس الداء ” وقال الحارث



أيضاً: “الذي قتل البرية , وأهلك السباع في البرية , إدخال الطعام على الطعام , قبل الانهضام ” انتهى.

والله أعلم .