

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

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 آدَمِيٌّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ ، بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أَكْلَاتُ يُقِمُّنْ صُلْبَهُ ، فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ : فَتُلُثْ لِطَعَامِهِ وَتُلُثْ لِشْرَابِهِ وَتُلُثْ لِنَفْسِهِ) رواه الترمذي (2380) وصححه ، وصححه الألباني في " صحيح الترمذي " .

قال ابن القيم رحمه الله :

" فَأَخْبَرَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَنَّهُ يَكْفِيهِ لَقِيمَاتُ يُقِمُّنْ صُلْبَهُ ، فَلَا تَسْقُطُ قُوَّتُهُ ، وَلَا تَضَعُفُ مَعَهَا ، فَإِنْ تَجَاوَزَهَا فَلْيَأْكُلْ فِي ثُلُثِ بَطْنِهِ ، وَيَبْدَعْ الثُّلُثَ الْآخَرَ لِلْمَاءِ ، وَالثَّلَاثَ لِلنَّفْسِ ، وَهَذَا مِنْ أَنْفَعِ مَا لِلْبَدَنِ وَالْقَلْبِ ، فَإِنَّ الْبَطْنَ إِذَا امْتَلَأَ مِنَ الطَّعَامِ ضَاقَ عَنِ الشَّرَابِ ، فَإِذَا وَرَدَ عَلَيْهِ الشَّرَابُ ضَاقَ عَنِ النَّفْسِ ، وَعَرَّضَ لَهُ الْكُزْبُ وَالتَّعَبُ بِحَمْلِهِ بِمَنْزِلَةِ حَامِلِ الْجَمَلِ الثَّقِيلِ ، هَذَا إِلَى مَا يَلْزَمُ ذَلِكَ مِنْ فَسَادِ الْقَلْبِ ، وَكَسَلِ الْجَوَارِحِ عَنِ الطَّاعَاتِ ، وَتَحَرُّكُهَا فِي الشَّهَوَاتِ الَّتِي يَسْتَلْزِمُهَا الشَّبَعُ ، فَاِمْتِلَاءُ الْبَطْنِ مِنَ الطَّعَامِ مُضِرٌّ لِلْقَلْبِ وَالْبَدَنِ " انتهى من " زاد المعاد " (17/4) .

وقال السفاريني رحمه الله في " غداء الألباب " (2/110) :

" ينبغي للآكل أن يجعل ثلثاً للطعام وثلثاً للشراب وثلثاً للهواء؛ امتتالا لما قال الرسول الشفيق الناصح لجميع الخلق المرشد للمنافع الدينية والدينيوية ... وقال الحارث بن كلدة طبيب العرب: " الحمية رأس الدواء ، والبطنة رأس الداء " وقال الحارث أيضا: " الذي قتل البرية ، وأهلك السباع في البرية ، إدخال الطعام على الطعام ، قبل الانهضام " انتهى .

والله أعلم .