

## ترشيد استهلاك الطعام في ضوء السنة النبوية

د. محمد عيسى الشريفين \*\*

د. أحمد عبد المولى مناعي \*

تاريخ قبول البحث: ٢٠١١/٥/١٦م

تاريخ وصول البحث: ٢٠١٠/٨/١٧م

### ملخص

يتجه هذا البحث إلى معالجة قضية اقتصادية واجتماعية ونفسية في ضوء الحديث النبوي الشريف، هي قضية الترشيد في استهلاك الطعام؛ إذ أكثر الناس في السرف والتبذير لا سيما في طعامهم وشرابهم حتى خرج الأمر منهم عن حد التعقل. ولا يخفى ما لهذا المسلك من تبعات ثقيلة تتضاف إلى أعباء الأمة.

وقد اهتدى الباحثان إلى أن يمكن الأمة معالجة هذا المرض من خلال اتباع التوجيهات النبوية الكريمة. فقد صُدِّرَ هذا البحث بتوطئة تكتنف البيان القرآني لقضية الترشيد؛ إيماناً بأن القرآن والسنة في التشريع متلازمان. وكشف هذا البحث من خلال مباحثه الثلاثة وما اكتشفته من مطالب وتفرعات عن المسالك النبوية والطرائق الشرعية في الحد من استهلاك الطعام. فكان ذلك من خلال بيان قيمة المطعم، وأنه في الحياة وسيلة لا غاية. وأن الحرص على حل ذلك الطعام، وعدم ذمه من أهم وسائل الترشيد فيه.

كما بين البحث أن اجتماع الطاعمين على الطعام، وعدم تفرقهم فيه، وأن صفة الجلوس إلى موائد الطعام، وهيئة الأكلين من ضروب الترشيد كذلك. وأخيراً فقد بين لنا أن تنظيم وقت الطعام، واختيار نوعيته مما له سُهْمَةٌ في مسائل الترشيد. وفي الخاتمة رصد الباحثان أهم ما وصلنا إليه من نتائج.

### Abstract

This research is about solving an economical, social and psychological issue in the light of the Hadith; it is rationalization of food consumption. This applies when people over consume and overspend, especially in their food and drink until it came out of rationality. Its obvious that this act will lead to heavy consequences to be added to our Nations' heavy burdens.

The two researchers conclude that it is possible to our Islamic nation to overcome this pandemic by the adherence to Prophet Muhammad's teachings. The research is also divided into three sections and a conclusion, in which both Quran and Hadith were the two inseparable Islamic recourses as the followings:

The first section addresses the food value, and it is a mean, not an aim, and praising not cursing it all contribute in regulating food consumption. The second section indicates that food rationalization is connected to the eaters' gathering, and their forms on food. The third section indicates regulating of food timing, and choosing its quality. In conclusion, the two researchers mentions the most achieved results.

### مقدمة:

في سائر أحوالها، ومختلف شؤونها. وهي تحاول جهداً أن تيراً منها مستعينة بما يوصف لها من كل دواء، ولكن النتائج ضعيفة، والآثار تكاد تكون معدومة. فقد أصيبت الأمة في هذا الزمان بأنواع من الأدوية ومن تلك الأدوية: الثقافة غير الواعية في الاستهلاك حتى تصدرت هذه الأمة سائر الأمم في الأخذ دون العطاء، والاستهلاك دون الإنتاج. والأصل أن تكون

الحمد لله واهب النعم حمداً طيباً مباركاً فيه،  
والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله وأصحابه  
أجمعين، وبعد:

فقد أصيبت الأمة في هذا الزمان بأنواع من الأدوية

\* أستاذ مساعد، جامعة البلقاء التطبيقية.

\* أستاذ مشارك، كلية الشريعة، جامعة آل البيت.

٣- لم يلق ترشيد استهلاك الطعام، وما يتصل به من الأسباب الحاملة عليه والآثار الناشئة عنه، والقوانين الضابطة له، والتوجيه النبوي فيه من عناية الباحثين الكافية؛ مما حدا بالباحثين أن يهتموا بذلك.

أمتنا سيدة الأمم في كل منقبة وفضيلة؛ فإن عندها من التشريع ما يؤهلها لذلك. وقد أردنا لبحثنا هذا أن يكون سُهْمَةً في العلاج الموصوف لداء الاستهلاك غير المنضبط.

### أهداف البحث:

- ١- بيان شمولية هذا الدين، وذلك من خلال ما للسنة النبوية المشرفة -أحد الوحيين- من عُلقة متينة بواقع الناس؛ إذ هي تخبرُ النفع فتدل عليه، وترصد الضُر فتحذر منه. كما هو شأنها في استهلاك الطعام، وإرشادها إلى ضبطه وتقنينه بما يوافق الأصول المرعية في الشريعة والواقع الاقتصادي والصحي.
- ٢- الكشف عما للسنة النبوية من سُهْمَةٍ في تقديم أفضل الحلول، وأهونها كُلفة لمشكلة السرف في الطعام، ذلك من خلال استتطاق النصوص الحديثية. وبيان المنهج النبوي في ربط مسألة الترشيد بقاعدة الجزاء الديني، والمسؤولية الأخلاقية؛ مما يجعل قبول هذا التوجيه محل رضى وتسليم.

- ٣- تقديم عمل علمي يثري المكتبة الحديثية يكون من شأنه العناية بموضوع عصري كترشيد الاستهلاك في الطعام، وقد نال من المنظمات والحكومات عناية خاصة؛ إذ خلت تلك المكتبة من مثل هذا العمل الكاشف عن مكانة السنة في التوجيه والإرشاد على النهج القويم.

### الدراسات السابقة:

لم نجد في حدود علمنا، وبحثنا الكثير وسؤالنا أهل المعرفة والعلم أحداً بحث موضوع ترشيد استهلاك الطعام في ضوء السنة النبوية، ما خلا مقالات عجلت تناولت المسألة من منظور اقتصادي أو صحي دون التعرض للتوجيه القرآني والنبوي وأثرهما في قبول المخاطبين هذا التوجيه.

### خطة البحث:

جعلنا هذا البحث في مقدمة وتوطئة وثلاثة مباحث

### مشكلة البحث:

تتلخص مشكلة البحث في النقاط الآتية:

- ١- مبالغة الكثير من الناس في استهلاك الطعام والسرف فيه بصورة لافتة للنظر مشعرة بنذير الخطر.
- ٢- تجاهل هؤلاء القوم ذمَّ الشريعة السرف والتبذير، وما رتبت عليهما من التبعات الدنيوية والأخروية.
- ٣- غفلة المسرفين عن عاقبة سرفهم في المستويات الاقتصادية والاجتماعية والصحية، وما لتلك العاقبة من أثر في ضنك العيش، ونكده.
- ٤- زهول عامة الأمة عن حل هذه المشكلة من خلال التوجيه النبوي الناطق عن الوحي، والهادي إلى أقوم سبيل بأحكم دليل.

### أهمية البحث:

- ١- كثرت الدعوات من المنظمات الصحية والبرامج الإعلامية إلى ترشيد الاستهلاك في الطعام والشراب وسائر النفقات؛ لما لذلك من أثر في حفظ النفس والمجتمع، وسلامة الوضع الاقتصادي للدول والشعوب حسب تصورهم. فأراد الباحثان أن يسلبا الضوء على مُكنة ذلك الترشيد من خلال استتطاق مفردات السنة النبوية، وبيان أنه أمر حاضر في التوجيه النبوي.
- ٢- وضع دعاة الترشيد طائفة من التوصيفات والأساليب البشرية لتحقيق ذلك الترشيد. لكنها تبقى قائمة على الظن والتخمين؛ بدليل ما يطرأ عليها من النقض والتغيير من حين إلى آخر. فأردنا أن نقدم الأساليب والتوصيفات النبوية لتحقيق ذلك الترشيد باعتبار أن السنة ناطقة بلسان الوحي المعصوم.

وخاتمة.

فأما المقدمة: فقد اشتملت على بيان مشكلة البحث، وأهميته، وأهدافه، وذكر خلوه عن دراسات سابقة تتصل به بالمنهجية التي أرادها الباحثان. كما عرضت خطة البحث، ونقسيته.

وأما التوطئة: فنوهت بهداية القرآن والسنة في شأن الترشيد. وصدّرت قبل ذلك ببيان حد الترشيد، والاستهلاك.

وأما المبحث الأول فكان بعنوان: الترشيد باعتبار قيمة المطعم، وجاء في ثلاثة مطالب:

المطلب الأول: الطعام وسيلة لا غاية.

المطلب الثاني: حل الطعام.

المطلب الثالث: مدح الطعام وعدم ذمه.

وأما المبحث الثاني فكان بعنوان: الترشيد باعتبار اجتماع الطاعمين وهيئاتهم. واكتنف مطلبين:

المطلب الأول: الاجتماع على الطعام.

المطلب الثاني: هيئة الطاعم، وصفة أكله.

وأما المبحث الثالث فكان بعنوان: الترشيد بتنظيم وقت الطعام وبنوعيته. واشتمل على مطلبين:

المطلب الأول: تنظيم وقت الطعام.

المطلب الثاني: نوعية الطعام.

وفي الخاتمة سجلنا فيها أهم النتائج.

### توطئة:

تعد هذه التوطئة مدخلاً أساسياً نقدم فيها بين يدي هذه الدراسة أموراً لا نكاد نراها تتفك عن جوهر البحث، بل هي ذات عُلقة بصلبه: كتعريف عنوان البحث لغة واصطلاحاً وبيان الموقف القرآني من قضية ترشيد الاستهلاك، وإشارته النافعة الماتعة في هذا الباب.

أولاً: تعريف ترشيد الاستهلاك:

(أ) في اللغة:

- الترشيد: قال ابن فارس: (الراء والشين والداد أصل واحد يدل على استقامة الطريق)<sup>(١)</sup>. (والرشد: الاستقامة على الحق مع تصلب فيه. والرشيد في صفات الله تعالى:

الهادي إلى سواء الصراط، والذي حَسُن تقديره فيما قدر)<sup>(٢)</sup>. يقال: (رشدَه القاضي ترشيداً جعله رشيداً)<sup>(٣)</sup>.

(والترشيد: حكم القاضي ببلوغ الشاب الرشد)<sup>(٤)</sup>.

- وأما الاستهلاك: فراجع إلى الجذر الثلاثي هلك. وهو (يدل على كسر وسقوط. منه الهلاك: السقوط)<sup>(٥)</sup>.

(واستهلك المال: أنفقه، وأنفده... والمهلكة: المفاضة؛ لأنه يُهلك فيها كثيراً. ومفاضة هالكة من سلكها: أي هالكة للسالكين)<sup>(٦)</sup>.

### (ب) في الاصطلاح:

لم نعثر فيما طالعناه من مقالات تتعلق بترشيد الاستهلاك على تعريف مرضٍ لهذا التركيب، فضلاً عن أنه يوجد لجزئيه تعريف اصطلاحى؛ لذا نجتهد في محاولة وضع تعريف خاص بهذا التركيب الإضافي. فترشيد الاستهلاك هو: اتباع الطريقة المثلى في الإنفاق، للحد من السرف في الطعام وغيره.

ثانياً: هداية القرآن في ترشيد الاستهلاك:

إن مصادر التشريع في الإسلام لحمّة واحدة لا يُفرق بينها إلا على سبيل بيان الأولوية في تقرير الأحكام؛ لذا فإن دراسة أي موضوع في التوجيه النبوي لا تستغني عن التقريرات القرآنية التي تعد الأصل الأول في الهداية والإرشاد؛ فإن القرآن الكريم قد اشتمل على التوجيهات الأساسية لكثير من النظريات والعلوم وإن لم يفصل فيها القول.

إن الناظر في الآيات القرآنية يجدها قد اشتملت على قواعد مجملة في هداية المخاطبين إلى الحكم الأمثل في استثمار الموارد، وإنفاقها على الوجه الأصوب، ومن ذلك دعوته إلى الاقتصاد في النفقة، ومجانبة التبذير والإسراف.

ومن هذه القواعد المجملة قوله تعالى: ﴿وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَّعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا أَكْلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَانَ مُمْتَشَابِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَآتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ [الأنعام: ١٤١]، وقال تعالى: ﴿يَا بَنِي

أَدَمَ خُدُوا زَيْتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴿٣١﴾ [الأعراف: ٣١]. فالآية الأولى أطلقت النهي عن الإسراف، والثانية قيدته في الطعام والشراب، وكلاهما عقبتا على مخالفة هذا النهي بجملة تعليلية (إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ) لتسويغ النهي عن الإسراف؛ فإن فعله يبيغضه الله تعالى، ولا يجب فاعله.

ومن هذه القواعد أيضاً قوله تعالى: ﴿وَأْتِ ذَا الْقُرْبَىٰ حَقَّهُ وَالْمِسْكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَلَا تَبْذُرْ تَبْذِيرًا \* إِنَّ الْمُبْذِرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِرَبِّهِ كَفُورًا﴾ [الإسراء: ٢٦-٢٧]، ففي هذه الآية نهى عن التبذير وهو وضع المال في غير حقه، أو إنفاقه ولو درهما واحدا منه في الحرام، ذكره القرطبي<sup>(٧)</sup>. وجاء تأكيد النهي عن التبذير بطرائق شتى تكشف عن بشاعته، كالتعبير بالمفعول المطلق (تبذيراً) الذي من شأنه تقرير حكم الفعل المنهي عنه وتأكيد النهي الذي يتضمنه. وإقامة العلاقة بين المبذر وبين الشيطان، وهي بمثابة المقدمة الصغرى المفضية إلى مقدمة كبرى ونتيجة، وهي الكفران بأنعم الله والخروج عن حد طاعته ﴿إِنَّ الْمُبْذِرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ﴾ مقدمة صغرى، ﴿وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِرَبِّهِ كَفُورًا﴾ مقدمة كبرى، فالنتيجة الحاصلة من المقدمتين: إن المبذر كان لربه كفوراً. والأخوة بين المبذرين والشياطين مُشعرة بالمماثلة؛ إذ الأخ صنو أخيه. وفي كل ذلك ردع وزجر عن التبذير وإهلاك المال.

ومن هذه القواعد: قوله سبحانه: ﴿وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا﴾ [الإسراء: ٢٩]. وقوله تعالى: ﴿وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا﴾ [الفرقان: ٦٧].

فالآية الأولى نهى عن الإفراط والتفريط، ودعوة إلى الاعتدال في إنفاق المال. وموطن الشاهد قوله ﴿وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ﴾ فإن البسط فيه دلالة السعة والكثر، وكيف إذا كان مع ذلك ﴿كُلَّ الْبَسْطِ﴾.

فهذه اللفظة من الآية فيها أدنُّ بأن يستمتع المرء بنعم الله وأن لا يحجر نفسه عنها لكن دون الوقوع في مسرفة التبذير كما كان النهي من قبل عن الوقوع في مخصصة الإمساك.

وقد عقب على الإفراط في الإمساك والتفريط في البسط بقوله: ﴿فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا﴾ للإشارة إلى أن هذين الفعلين: القبض والبسط على الصورة المنهي عنها عاقبتهما الملامة والإفلاس على ما ذكره الجلال<sup>(٨)</sup> فاللوم على البخل والإمساك عن النفقة التي تكنتها حقوق وواجبات للخلق والخالق والإفلاس الناشئ عن إهلاك المال بسبب البسط كله. ولا شك في أن من اعتاد على البسط والتمتع بسعة من العيش إذا ما أصابه الإفلاس وضيق ذات اليد رجع نادماً متحسراً على ما فعل.

وأما الآية الثانية فهي وإن كانت قد سيقنت مساق الخبر إلا أنها تحمل في طياتها دلالة الإنشاء حسب تعبير أهل البلاغة. فهي في ظاهرها ثناء على المؤمنين الذين حملهم إيمانهم على الالتزام بأوامر الله تعالى ونواهيها. فهم لا يسرفون ولا يقترون. وإنما يضعون كل درهم في موضعه اللائق به. ودلالة الإنشاء فيها أن يكون المراد: أن يا معشر المؤمنين لا تسرفوا ولا تقتروا بل كونوا بين الطرفين قواماً.

فهذه الآيات الكريمة جميعها تمثل أصولاً عامة وقواعد كلية يمكن لأي باحث أن يفرع عليها، وأن يستنتق مفرداتها في كل منحى من مناحي توظيف المال واستثماره، ويدخل في ذلك دخولاً أولياً مجال الطعام والشراب وما يأتي عليهما من ضرورة الترشيد والاعتدال، والله أعلم.

ثالثاً: هداية السنة في ترشيد الاستهلاك:

جاءت السنة المشرفة رديف الكتاب العزيز تفصل مجمله، وتشرح غامضه. فالقرآن (أحوج إلى السنة من السنة إلى القرآن)<sup>(٩)</sup>؛ فإن ما جاء في القرآن من المبادئ الكلية والأصول العامة نجد شرحها وبيان كثير منها في سنة رسول الله ﷺ: إما بالقول أو بالفعل. فقد كانت

حياته ﷺ ترجمان القرآن.

### المطلب الأول: الطعام وسيلة لا غاية:

خلق الله الإنسان لعبادته وتوحيده؛ فقال -سبحانه- ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾ [الذاريات: ٥٥]. لذا فكل ما في الحياة وسيلة لتحقيق تلك الغاية ومنه الطعام، إذ يقصده المسلم ليقوى على تلك العبادة بخلاف الكافر الغافل عن هذه الغاية المنهمك في لذته وطعامه ﴿وَالَّذِينَ كَفَرُوا يَتَمَتَّعُونَ وَيَأْكُلُونَ كَمَا تَأْكُلُ الْأَنْعَامُ وَالنَّارُ مَثْوًى لَهُمْ﴾ [محمد: ١٢].

ومن الأحاديث التي تعضد ما قدمناه من المعنى قول رسول الله ﷺ: (يأكل المسلم في معي واحد، والكافر يأكل في سبعة أمعاء)<sup>(١٠)</sup>. وقد اختلف أهل العلم في دلالة (أل) المقترنة بالمسلم والكافر بين العهدية والجنسية. فذهب القائلون بالعهدية إلى أن هذا الحديث خاص بشخص بعينه: هو ذلك الذي كان كافراً ثم أسلم، وليس هذا شأن كل كافر<sup>(١١)</sup>.

أخرج الشيخان عن أبي هريرة ﷺ: أن رجلاً كان يأكل أكلاً كثيراً، فأسلم فكان يأكل أكلاً قليلاً، فذكر ذلك للنبي ﷺ فقال: (إن المؤمن يأكل في معي واحد والكافر يأكل في سبعة أمعاء)<sup>(١٢)</sup>.

وذهب القائلون بالجنسية إلى أن دلالة الحديث جارية في حكمها على كل مسلم وكل كافر في كل زمان ومكان<sup>(١٣)</sup>. ويرد على هذا الرأي ما يعكر صفوه ذلك أننا نجد في واقع الحال اليوم خلاف ذلك، إذ إن بعض أهل الكفر يتخففون من الطعام لخلاف بعض المسلمين الذين يعانون من البدانة ولا سيما ذوي اليسار منهم.

ولعل دلالة الحديث باقية على ظاهرها مع شيء من التأويل: إما أن المراد بدلالة الحديث الأغلبية، وإما يقصد بالمؤمن التام الإيمان الذي يشغله إيمانه وعبادة ربه عن الاستكثار من متاع الدنيا؛ إذ يعتقد أن ما عند الله خير وأبقى، وليس هذا لازماً في أحاد المؤمنين.

وأما الكافر فإن الذي يحمله على النقل من الطعام والشراب المحافظة على الصحة، وما أشبه ذلك<sup>(١٤)</sup>. وفي الحديث (الحض على النقل من الدنيا والزهد فيها والقناعة بالبلغة منها)<sup>(١٥)</sup>.

فما تقدم من الحديث عن هداية القرآن في ترشيد الاستهلاك وأنها جاءت في مبادئ كلية وقواعد مجملية تكفلت السنة بتثويرها وإبراز غوامضها. ف جاء بيان السنة في طائفة من الأحاديث والآثار التي ترشد المسلمين عامة إلى الطريقة المثلى في التعامل مع المال كسباً وإنفاقاً. وقد كان ذلك الإرشاد النبوي متمثلاً في جملة من الطرائق والصور، منها:

- ما ورد من فعله ﷺ، وكيف كان يعتدل في طعامه وإنفاقه.
- ما ورد من توجيهاته ﷺ لأناس بأعيانهم؛ إذ كان يراهم يفعلون فعلاً ما فينكر عليهم ثم يرشدهم إلى الأولى، أو يقرهم على ما فعلوا ويزيدهم إرشاداً وتوجيهاً.
- ما ورد من توجيهاته العامة ﷺ دون أن تختص بإنسان بعينه، بل هي للأمة على امتدادها في الزمان والمكان.
- ما سلكه ﷺ من مسالك الترغيب والترهيب التي من شأنها أن تحمل الطائع على المداومة على الفعل الصحيح وتحمل العاصي على الكف عن مخالفاته والعودة إلى مسلك الصواب.
- وفيما يستقبل من مفردات البحث كشف لذلك كله، وبيان لحقيقة الدور الذي تضطلع به السنة في تجلية قواعد ترشيد الاستهلاك في الطعام وحده إذ المقام يضيق عن إدخال مفردات آخر.

### المبحث الأول

#### الترشيد باعتبار قيمة الطعام

في هذا المبحث أربعة مطالب تتصل جميعها بدلالة العنوان من حيث بيان اعتبار الطعام وسيلة لا غاية، وضرورة كونه حلالاً، وأن على الطاعم أن يعتدل فيه، وأن يمتدحه شاهداً بأنه منة الله على عباده، وعليهم شكرها. ثم تجد هذه المطالب تتظافر في بيان أثرها على الترشيد.

ولا شك في أن ظاهر الحديث ومنطوق عبارته تؤكد أن الطعام خاصة والانتفاع بما لا الدنيا عامة ليست غاية عند المؤمن بخلاف الكافر، بل إن المؤمن يأخذ من الدنيا ما يبلغه الآخرة متجاوزاً كثيراً من متاعها. وهذا ملحظ دقيق في عدم الاستكثار من المطعوم والمشروب وأثره بين في تحقيق ترشيد في الاستهلاك.

ويؤكد ما سبقناه أنفاً تحذير النبي ﷺ أتباعه من الاستكثار من الطعام والشراب؛ لأن في ذلك شراً يصيبهم. ويبين لهم أن الغاية من الطعام أن يقيم المرء أوده وهو متحقق بأكلات قليلة، فإن كان لا يكتفي بهن فله أن يزيد على أن لا يعدو للطعام ثلث البطن وللشراب كذلك، أخرج الترمذي عن المقدم بن معدي كرب ﷺ أنه قال: سمعت رسول الله ﷺ يقول: (ما ملأ آدمي وعاء شراً من بطن. بحسب ابن آدم أكلات يقمن صلبه، فإن كان لا محالة فتلت طعامه، وثلث لشرابه وثلث لنفسه)<sup>(١٦)</sup>.

وأخيراً فلو عدّ المسلمون اليوم الطعام وسيلة لاكتفوا بالقليل منه، ولو اكتفوا بالقليل لخت عن كواهلهم تبعات الإنفاق. وهذا له أثر كبير في اقتصاديات المجتمع والأفراد.

### المطلب الثاني: حل المطعم:

أمر الله تعالى عباده أن يأكلوا الحلال الطيب، وأن يكفوا عن الحرام، فقال سبحانه: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ﴾ [البقرة: ١٧٢]. وأمر بذلك عباده المرسلين، فقال: ﴿يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحاً إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ﴾ [المؤمنون: ٥١]. وقد نوه النبي ﷺ بما اشترك به المؤمنون والمرسلون في هذا الباب فقال ﷺ: (إن الله أمر المؤمنين بما أمر به المرسلين. فقال: ﴿يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحاً إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ﴾. وقال: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ﴾<sup>(١٧)</sup>. وهذا يدل دلالة واضحة على أن طيب المطعم وحل الكسب أمر ذو شأن في شريعة

الإسلام. وكان النبي ﷺ خير من ترجم ذلك في واقع الحياة؛ فكان شديد الحرص على حل مأكله؛ إذ هو القدوة لأمته في ذلك. فقد أخرج الشيخان من حديث أنس بن مالك ﷺ قال: مر النبي ﷺ بتمر في الطريق فقال: (لولا أنني أخاف أن تكون من الصدقة لأكلتها)<sup>(١٨)</sup>.

ولسائل أن يقول ما علاقة الحرص على حل المأكّل بترشيد الاستهلاك؟ فيأتيه الجواب من وجهين:

الأول: أن المؤمن يعتقد أنه سيسأل يوم القيامة عن مأكله ومشربه وسائر نفقاته: كيف اكتسبها؟ ومن أين جاء بها؟، وفيما أنفقها؟، قال رسول الله ﷺ (لا تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يُسأل عن عمره فيما أفناه، وعن علمه فيما فعل، وعن ماله من أين اكتسبه وفيما أنفقه، وعن جسمه فيم أبلاه)<sup>(١٩)</sup>. والطعام من جملة المال. فمتى علم المسلم ذلك حرص على الحلال وجانب الحرام. وأثر ذلك في الترشيد أن يأكل القليل؛ ليخفف عن نفسه من مؤونة السؤال، فإذا أكل قليلاً سئل قليلاً، وإذا استكثر من الطعام استكثر عليه في السؤال.

ولا يعني هذا أن المسلم مطلوب منه أن يقلل من الكسب الحلال، بل يزداد منه شريطة أن لا يسرف فيه على نفسه فيخرج بذلك عن حد الاعتدال، والمأذون به، بل ييمم بفضل ماله شطر أبواب الخير؛ إذ إن إنفاقه في تلك الأبواب أمر مندوب إليه، وما جور عليه.

ونحن -هنا- بصدد الحديث عن الطعام الذي يأكله العبد أن يقلل منه؛ إذ إن الإفراط فيه مدعاة للوقوع في السرف.

الثاني: أن الاقتصار على الكسب الحلال يستدعي من الكاسب جهداً كبيراً؛ لضيق مسالك الحلال، وقلة أبوابه، وعسرة تحصيله في مقابلة الكسب الحرام الذي اتسعت مسالكه في الناس وسهل عليهم نيله: كالغش، والخيانة، والسرقه، والربا، وبيع المحرم، ونحو ذلك مما لا جهد فيه ولا كلفة. فقد نقل ابن التين فيما ذكره عنه الحافظ ابن حجر في شرح حديث: (يأكل المسلم في معي واحد، والكافر يأكل في سبعة أمعاء)<sup>(٢٠)</sup> أن المعنى: (أن المؤمن

يأكل الحلال والكافر يأكل الحرام، والحلال أقل من الحرام في الوجود<sup>(٢١)</sup>. فمتى علم المسلم أن طلب الحلال يستأهل منه جهداً كبيراً، ودقة وحذراً في ذلك الكسب اكتفى بالقليل الصافي من الشوائب عن الكثير المتشابه استبراء لدينه ومأكله، وهذا يجعله يبتدئ في إنفاق ما اكتسبه من الحلال رجاء أن يغنيه عن مجهود أكبر وعمل أكثر؛ ذلك لأن معتقد المسلم أن الطعام وسيلة لا غاية ويكتفى من الوسيلة بما يحقق به الغاية ولو كان قليلاً.

### المطلب الثالث: مدح الطعام وعدم ذمه:

إن من طرائق الترشيد في المأكل والمشرب امتداح الطعام بوصفه نعمة من الله على عباده، والسكوت عن ذمه وذكر معايبه لا سيما وقت السعة وحين الشبع؛ فإن هذا المعيب يكون في يوم من الأيام من ألد الطعام وأطيبه أعني يوم العوز وساعة الفقر.

وقد ثبت عن النبي ﷺ أنه ما عاب طعاماً قط. أخرج الشيخان عن أبي هريرة ﷺ قال: (مَا عَابَ النَّبِيُّ ﷺ طَعَامًا قَطُّ إِنْ اشْتَهَاهُ أَكَلَهُ وَإِنْ كَرِهَهُ تَرَكَهُ)<sup>(٢٢)</sup>. وهذا الحديث أصل في عدم ذم الطعام.

فعلى المسلم أن يتحلى بهذا الأدب حيال أنعم الله تعالى: فإذا اشتهى الطعام أخذ منه حاجته، وإذا كرهه لا يذمه، بل يتركه لغيره، أعني لمن لا يذمه، وقد يكون هذا المتروك له، ولداً أو زوجة أو أخاً أو صديقاً أو من يطعم معه من آحاد الناس وعامتهم.

وأثر الترشيد في ممارسة هذا الأدب ظاهر بين فإن من مدح الطعام، وذكر محاسنه: في أصل خلقته، وإتقان صناعته يستدعي السامعين إلى الأكل منه حتى يقضوا منه وطَرَهُمْ ولا يتعفون عنه. في حين أن ذم الطعام، وإظهار عيوبه يجعل السامعين يكفون أيديهم، وتتفر نفوسهم منه، فيكون بذلك عرضة للإتلاف وفي ذلك التبذير والسرف، واستهلاك الطعام سفهاً واستكباراً عن نعمة الله. قَالَ ابْنُ بَطَّالٍ -عند شرح الحديث المتقدم-: (هَذَا مِنْ حُسْنِ الْأَدَبِ مَعَ اللَّهِ تَعَالَى؛ لِأَنَّهُ إِذَا عَابَ الْمَرْءُ مَا

كرهه من الطعام فقد رد على الله رزقه، وقد يكره بعض الناس من الطعام ما لا يكرهه غيره)<sup>(٢٣)</sup>. ولا يخفى ماللكلام من أثر في نفوس السامعين، خاصة إذا كان المتكلم قدوة والسامع طفلاً أو ساذجاً.

وقد يقال إذا سلمنا لكم أن ذم الطعام مدعاة لإتلافه والسرف فيه حين يعرض الناس عنه، وحين يلقي في القمامة فإن مدح الطعام فيه دعوة للناس أن يستزيدوا ويستكثروا منه حتى يجوزوا حد السرف، وحين إذ يكون المدح سبيلاً إلى الإسراف كما أن الذم سبيل إليه كذلك. ويجب أن ذلك أن المسلم الواعي لا تستزله مدحه لطعام فيزداد في الأخذ منه حتى يسرف فيه متجاهلاً سائر قواعد الترشيد النبوية التي تضبط عنده حركة الإنفاق.

ثم إن مدح الطعام الذي عرفناه في حديث رسول الله ﷺ لم يكن خاصاً بالشهي، عالي الثمن، لذيذ المطعم: كاللحم واللبن حسب؛ فإن هذا مما يقتضيه واقع هذين النوعين، فهما من الأطعمة التي ترغب فيها النفوس وتشتهيها لا سيما مع ما وصل إليه الإنسان من القدرة على التفنن في تصنيع هذين النوعين بأشكال ونكهات جديدة تناغم مذاق الإنسان وشهيته، بل إن هذا المدح قد توجه منه ﷺ إلى الطعام المتواضع قليل الثمن الذي يطيقه الناس ويقدرين عليه، كقوله ﷺ: (نِعْمَ الْإِدَامُ الْخَلُّ)<sup>(٢٤)</sup> فالخل إدام لا يخلو منه بيت لا سيما بيوت الفقراء. فترى مدح النبي ﷺ إياه يحمل الطاعم له على أن يكتفي به ولا يحقرنه، ويحمل من قدم إليهم أن يكونوا كذلك؛ إذ إن الزهد فيه والعدول عنه سبيل إلى هجرانه ثم إتلافه، أخرج الإمام أحمد عن جابر ﷺ، قال: قال رسول الله ﷺ: (نِعْمَ الْإِدَامُ الْخَلُّ إِنَّهُ هَلَكَ بِالرَّجُلِ أَنْ يَدْخُلَ عَلَيْهِ النَّفْرُ مِنْ إِخْوَانِهِ فَيَحْتَقِرَ مَا فِي بَيْتِهِ أَنْ يُقَدِّمَهُ إِلَيْهِمْ وَهَلَكَ بِالْقَوْمِ أَنْ يَحْتَقِرُوا مَا قَدَّمَ إِلَيْهِمْ)<sup>(٢٥)</sup>. فهب أن المرء احتقر الخل أو ما في منزلته من الطعام فازورت عنه نفسه أو استحيا أن يكرم به ضيفه فإنه مضطر حين إذ أن يتكلف ما لا يطيق، وأن تمتد عيناه إلى ما ليس في مكنته، فيقع في المحذور ويدخل

في هذا المحذور الإسراف دخولاً أولاً.

وقد نوه الخطابي بهذا المعنى عند شرحه لهذا الحديث، فقال: قصده في الحديث: الاقتصاد في المأكل، ومنع النفس من ملاذ الأطعمة، كأنه يقول: ائتمموا بالخل وما كان في معناه مما تخف مؤنته، ولا يعز وجوده، ولا تتأنقوا في المطعم<sup>(٢٦)</sup>.

وفي جملة أفعال النبي ﷺ ما يؤكد لنا استثماره للطعام الذي يزهد فيه الناس عامة؛ يضرب بذلك لنا مثلاً حسناً للترشيد والاقتصاد في المأكل. تأمل قوله ﷺ: (لَوْ دُعِيْتُ إِلَى زِرَاعٍ أَوْ كُرَاعٍ لَأَجِبْتُ وَلَوْ أُهْدِيَ إِلَيَّ زِرَاعٌ أَوْ كُرَاعٌ لَقَبِلْتُ)<sup>(٢٧)</sup>، والكراع هو: (ما دون الركبة من الساق)<sup>(٢٨)</sup>، أي من النعم. والناس يزهدون فيه، ولا تشتهيهم أنفسهم؛ إما لحقارته، وإما لعدم فائدته خاصة إذا كان عندهم من اللحم ما يستغنون به عنه. ولكن النبي ﷺ لو دعي إلى هذا الكراع لأجاب. فهب أنه لم يجب الدعوة إليه إذن لتقرر في الأذهان أن الكراع لا قيمة له وعلى الداعي أن لا يدعو الناس إليه، بل عليه أن يتلفه كما يتلف الجلد والريش والشعر والفرث والدم من النعم كما يفعل الناس عادة. فأكل النبي ﷺ هذا الكراع تنويه بعدم تركه وإتلافه. وفي ذلك كف عن إهلاك المال وإتلاف الطعام بسبب ما يعتقد الناس من ردايته وحقارته، كما أن فيه دعوة إلى استثمار كل شيء من الغنم والمعز ونحوهما سوى ما حرم كالدوم والفرث.

وقد أرشد النبي ﷺ أمته في هذا الباب إلى أمر ذي أهمية، هو قوله ﷺ: (إِذَا وَقَعَتْ نُفْمَةٌ أَحَدِكُمْ فَلْيَأْخُذْهَا فَلْيَمِطْ مَا كَانَ بِهَا مِنْ أَدَى وَلْيَأْكُلْهَا وَلَا يَدَعَهَا لِلشَّيْطَانِ)<sup>(٢٩)</sup>. ومعنى هذا: أن لا يحقر المسلم ما وقع من طعامه على الأرض ويستغني عنه؛ فإنه باب من السرف، ولا نعود أطفالنا على ذلك فيشربون على هذا الخلق حتى يأتي بعدهم جيل ربما يزدرون نعمة الله ولا يحفظونها. وكل ما في الأمر أن يميظ ما أصاب لقمته من أذى ثم يأكل الصالح منه. ومثل هذا الحديث قول النبي ﷺ: (إِذَا وَقَعَ الذُّبَابُ فِي إِثَاءِ أَحَدِكُمْ فَلْيَغْمِسْهُ

كَلَّهُ ثُمَّ لِيَطْرَحْهُ، فَإِنَّ فِي أَحَدِ جَنَاحَيْهِ شِفَاءٌ وَفِي الْآخَرِ دَاءٌ)<sup>(٣٠)</sup>. أما حال كثير من الناس اليوم فعلى خلاف هذا، فإن في فعلهم هذا مسرفة وتبذير.

وفي ذلك كله دعوة للناس في هذا الزمان أن يفقهوا فعل رسول الله ﷺ في قبول الطعام وعدم ذمه؛ إذ هم حين يتاعون شيئاً من الطعام يحاولون أن يتخلصوا مما لا تشتهيهم أنفسهم فيذهب هدرًا مع إمكانية استثماره أو تقديمه للمحتاجين.

### المبحث الثاني

#### الترشيد باعتبار اجتماع الطاعمين وهيئاتهم

ندب الإسلام أتباعه إلى الاجتماع على الطعام، والجلوس إليه بالهيئة المناسبة؛ لما لذلك من أثر في الصحة، والقصد في النفقة، كما سيتضح لنا ذلك آتياً.

#### المطلب الأول: الاجتماع على الطعام:

قال تعالى: ﴿لَيْسَ عَلَيْكُمْ جُنَاحٌ أَنْ تَأْكُلُوا جَمِيعًا أَوْ أَشْتَاتًا﴾ [النور: ٦١]. فعبارة الآية تؤكد جواز الأكل في حالتي الاجتماع والإفراد. وهذا مما لا يُحتاج في فهمه إلى تأمل كبير، لكن النكتة التي نستشهد بها على ما يتصل ببحثنا هي: تقديم قوله تعالى (جميعاً) في الذكر على قوله: (أشتاتاً)؛ والتقديم له في قوانين البلاغة قيمة الصدارة والأهمية. وكأننا نلمح من الآية الكريمة أنها وإن أباحت الحالتين للطاعمين إلا أن الاجتماع على الطعام أولى بدلالة تقديم قوله تعالى (جميعاً).

وفي السنة ما يؤكد ذلك ويعضده، بل وتدعو إليه صراحة؛ ذلك لتحقيق جملة من الحكم نأخذ منها ماله اتصال بجوهر بحثنا. ففي قول النبي ﷺ (طَعَامُ الْإِثْنَيْنِ كَافِي الثَّلَاثَةِ وَطَعَامُ الثَّلَاثَةِ كَافِي الْأَرْبَعَةِ)<sup>(٣١)</sup>. وفي لفظ مسلم عن جابر ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: (طعام الرجل يكفي رجلين، وطعام رجلين يكفي أربعة، وطعام أربعة يكفي ثمانية)<sup>(٣٢)</sup> دلالة واضحة على أن الاجتماع على الطعام سبيل إلى ترشيده؛ إذ إن (مطلق طعام القليل يكفي الكثير)<sup>(٣٣)</sup>، ومعنى الحديث: (أن الطعام الذي



حسب، بل هو يومئ بإشارته وفحواه إلى دلالة الترشيد في الاستهلاك؛ لأن الاجتماع على الطعام طريقة مثلى في الإنفاق كما تقدم.

إن المسلمين في هذا الزمان سلكوا مسالك غيرهم في تناول أطعمتهم، فتراهم إذا وضعوا الطعام تخطفته الأيدي من كل ناحية فيضع كل واحد منهم شيئاً في صحفته ثم ينفرد عن غيره ظانين أن هذا الفعل حضاري. ولا معارضة لهذا الفعل في ديننا شريطة أن لا يضع الطاعم في صحفته إلا قدر حاجته، أو ما يظن انه سيأكله ولا يبقى منه شيئاً؛ لأن إبقاء أي شيء مدعاة للإتلاف. وشريطة أن يبقى الاجتماع، ولا يكون التفرق لتحصل البركة في طعام الطاعمين.

### المطلب الثاني: هيئة الطاعم وصفة أكله:

سن لنا رسول الله ﷺ عند الطعام هيئة نتبعها وصفة لتناول الأكل نفعها، وما ذلك إلا لحكمة دقيقة نلح منها ما ينفعنا في ترشيد الاستهلاك ومجانبة السرف والتبذير.

فقد ثبت عنه ﷺ أنه كان إذا جلس إلى طعامه جلس مقعياً، فعن أنس بن مالك قال: (رَأَيْتُ النَّبِيَّ ﷺ مُقْعِيًا يَأْكُلُ تَمْرًا) (٣٨)، والإقعاء: (أن يجلس على ركيه مستوفراً غير متمكن) (٣٩)، وقال ابن حجر: (المستحب في صفة الجلوس للأكل أن يكون جاثياً على ركيبيه وظهور قنميه، أو أن ينصب اليمنى ويجلس على اليسرى) (٤٠).

كما ثبت عنه ﷺ كراهة أن يأكل العبد متكئاً، أخرج البخاري من حديث أبي جحيفة انه قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ (لَا أَكُلُ مُتَكِّئًا) (٤١)، وفسر الاتكاء بأن (يَتَمَكَّنُ فِي الْجُلُوسِ لِلْأَكْلِ عَلَى أَيِّ صِفَةٍ كَانَ، وَقِيلَ أَنْ يَمِيلَ عَلَى أَحَدِ شِقَيْهِ، وَقِيلَ أَنْ يَعْتَمِدَ عَلَى يَدِهِ الْيُسْرَى مِنَ الْأَرْضِ) (٤٢).

وعلى بعض أهل العلم كراهة الأكل متكئاً بعلل منها:

- مماثلة أن في ذلك مواطنة، لفعل الجبابة وأهل الكبر (٤٣)، فقد أخرج أبو الشيخ عن عائشة رضي الله عنها، قالت: قلت يا رسول الله: كُلْ جعلني الله

يشبع الواحد يكفي قوت الاثنين، ويشبع قوت الاثنين قوت الأربعة) (٣٤) وعند الطبراني من حديث ابن عمر ما يرشد إلى العلة في ذلك (كُلُوا جَمِيعًا وَلَا تَفْرُقُوا) فَإِنَّ (الْكَفَايَةَ تَنْشَأُ عَنِ بَرَكَةِ الْاجْتِمَاعِ، وَإِنْ الْجُمُعُ كُلَّمَا كَثُرَ إِزْدَادَتْ الْبَرَكَةُ) (٣٥)، فقد أخرج أبو داود وابن حبان من طريق وَحْشِيِّ بْنِ حَرْبٍ عَنْ أَبِيهِ عَنْ جَدِّهِ أَنَّ أَصْحَابَ النَّبِيِّ ﷺ قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّا نَأْكُلُ وَلَا تَشْبَعُ قَالَ: (فَلَعَلَّكُمْ تَفْتَرِقُونَ) قَالُوا: نَعَمْ، قَالَ: (فَاجْتَمِعُوا عَلَى طَعَامِكُمْ وَادْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ عَلَيْهِ يُبَارِكْ لَكُمْ فِيهِ) (٣٦) فدل هذا الحديث على أن الاجتماع على الطعام سبيل إلى البركة التي متى حصلت في الطعام كفت الطاعمين، وأغنتهم عن طلب غيره، وفي هذا ضرب من الترشيد. ينضاف إلى ذلك أن الاجتماع على الطعام هو بذاته يسهم في الترشيد؛ لأنه من جملة الطرق المثلى فيه.

وثمة علة أخرى فإن المقصود من الأكل هو قيام الأود لا مطلق الشبع؛ لذا كان طعام الواحد كافي الاثنين، بمعنى: لو كان ثمة طعام يصل بالطاعم الواحد إلى الشبع الكامل فإن مشاركته غيره في ذلك الطعام يبلغ به وبصاحبه حد النصف. وفي ذلك قيام الأود وحفظ الحياة؛ إذ الطعام بحد ذاته ليس غاية كما قدمنا.

نلاحظ مما تقدم أن من أراد حقيقة الترشيد فليشرك معه في طعامه غيره، أو ليأخذ نفسه على أن يكتفي بطعام الواحد على فرض أن غيره يشاركه في هذا الطعام. فإذا كان الرغيف الواحد يكفي اثنين فلا يأخذ منه الطاعم إلا النصف. ويترك النصف الآخر لوجبة أخرى.

ولا يقال إن ما ذكرتموه هو غاية في المثالية بجانب الواقع. فيقال له بل قد وقع. فهذا النبي ﷺ يثني على الأشعريين خيراً حين كانوا يجتمعون على الطعام إذا قل طعام عيالهم أخرج الشيخان من حديث أبي موسى الأشعري عن النبي ﷺ قوله: (إِنَّ الْأَشْعَرِيِّينَ إِذَا أَرْمَلُوا فِي الْعَزْوِ أَوْ قَلَّ طَعَامُ عِيَالِهِمْ بِالْمَدِينَةِ جَمَعُوا مَا كَانَ عِنْدَهُمْ فِي تَوْبٍ وَاحِدٍ ثُمَّ اقْتَسَمُوهُ بَيْنَهُمْ فِي إِنَاءٍ وَاحِدٍ بِالسُّوْيَةِ فَهُمْ مِنِّي وَأَنَا مِنْهُمْ) (٣٧) فهذا الحديث لا يقف عند دلالة منطوقه: بضرورة التكافل الاجتماعي

فدائك منكناً، فإنه أهون عليك، قالت: فأصغى برأسه حتى كاد أن تصيب جبهته الأرض ثم قال: (لا بل أكل كما يأكل العبد)<sup>(٤٤)</sup>.

– وقيل: إن الأكل منكناً يتأذى منه الطاعم؛ إذ لا ينحدر الطعام في مجاريه سهلاً، ولا يستسيغه الأكل هنيئاً<sup>(٤٥)</sup>.

– وقيل: إن معنى قوله ﷺ: (لا أكل منكناً): أي (إني إذا أكلت لم أقعد متمكناً فعل من يريد الاستكثار منه، ولكن أكل بلغة، فيكون قعودي له مستوفزاً)<sup>(٤٦)</sup>، ويؤكد هذا ما أخرجه ابن أبي شيبه من طريق إبراهيم النخعي قال: (كانوا يكرهون أن يأكلوا تكأة مخافة أن تعظم بطونهم)<sup>(٤٧)</sup>.

ففي هذا التعليل الأخير ما يبين لنا أن الأكل على الصفة الثابتة عن رسول الله ﷺ كما تقدم ذكره له سُهْمَةٌ في أن يقلل الأكل من طعامه، وهو مقصد الترشيح وغايته.

وقد أوضحت لنا سنة النبي ﷺ الصفة اللائقة بالأكل عند أكله خاصة إذا كان بين أصحابه فلا يعظم في لقمته، بل يتواضع فيها فلا يقرن في أكله بين تمرتين مثلاً استزادة من التمر قبل غيره؛ فإن في ذلك سرفاً ومخيلة، فقد أخرج الشيخان من حديث ابن عمر ﷺ قال: (نَهَى النَّبِيُّ ﷺ أَنْ يَقرنَ الرَّجُلُ بَيْنَ التَّمْرَتَيْنِ جَمِيعاً حَتَّى يَسْتَأْذِنَ أَصْحَابَهُ)<sup>(٤٨)</sup>، والقران بين التمرتين: تعظيم للقيمة وتكبير في حجمها، وهذا يتنافى مع ما أمر به النبي عليه الصلاة والسلام حين قال: (حَسْبُ الْإِنْسَانِ لُقْمَاتٌ يُقْمَنَ صُلْبَهُ)<sup>(٤٩)</sup>، واللقيمات: جمع لقيمة.

وصيغتها الصرفية بالتصغير دالة على صغر حجم اللقمة، يضاف إلى ذلك أن التعبير بقوله لقيمات أي قليلة ومعدودة؛ إذ هي وسيلة وليست بغاية. وهذا كله ينسجم مع النهي المتقدم في حديث ابن عمر عن أن يقرن الرجل بين تمرتين.

وإذا تأملنا فعل رسول الله ﷺ في أكله بأصابع ثلاثة عرفنا ما يؤكد المعنى الذي ذكرناه آنفاً؛ إذ الأصابع الثلاثة لا تستطيع أن تجمع اللقمة الكبيرة بخلاف ما يصنعه بعض الناس اليوم من تناول بعض الأطعمة ببسطة كفهم

مجانبين بذلك فعل رسول الله ﷺ وسنته، فقد أخرج مسلم من حديث كعب بن مالك قال: (كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يَأْكُلُ بِثَلَاثِ أَصَابِعٍ وَيَلْعَقُ يَدَهُ قَبْلَ أَنْ يَمْسَحَهَا)<sup>(٥٠)</sup>.

والللق للقف أو الأصابع فيه تخلص لهما مما علق بهما من الطعام. وليس ذلك من أجل تتبع البركة في الطعام فقط إذ ثبت عنه ﷺ أمره: (يَلْعَقُ الْأَصَابِعَ وَالصَّحْفَةَ وَقَالَ إِنَّكُمْ لَا تَذُرُونَ فِي آيَةِ الْبِرْكَه)<sup>(٥١)</sup>، بل لأن في لعقهما انتفاعاً بهذا العالق وعدم إذهابه هدرًا وتبذيراً.

ولا يقال: إن فيما تقولون مبالغة فلا يكون حجم العالق من الطعام بالأصابع واليد ذا بال، فيجاب بأن هذا القليل هو على أصابع طاعم واحد فكيف لو جمعنا ما يعلق على أصابع أفراد الأمة جميعاً، فكم يكون حجم هذا العالق؟ يضاف إلى ذلك أن تنبيه النبي ﷺ على هذا العالق القليل مدعاة إلى الاهتمام بالكثير بطريق الأولى.

ولا يخفى على ذي لب أن هذه السنة في تناول الطعام تسهم في الترشيح فيه، والإقلال منه وتلكم الغاية.

### المطلب الثالث: ذكر اسم الله على الطعام:

إن إرادة الاقتصاد في الطعام والشراب لا تكون باتباع إرشادات حسية مادية حسب بل ثمة أمور غابت عن مجال إدراكنا الحسي يحصل بها الترشيح: هي نزول البركة في الطعام الحاصلة بإخبارات الإنسان لربه الذي رزقه وأعطاه اعترافاً بنعمته وذكره له في أول الطعام وآخره؛ فإن ذلك من الغيب الذي لا يقر به إلا المتقون.

إن الله تعالى امتدح عباده المتقين في صدر سورة البقرة بأنهم يؤمنون بالغيب: ﴿ذَلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِلْمُتَّقِينَ \* الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ﴾ [البقرة: ٢-٣]. فبدأ سبحانه بذكر الإيمان بالغيب لما له من أثر في ثبات صفة الإيمان، وحلول المؤمن في مقام التقوى.

ونحن المسلمين إذ نصدق رسول الله في كل ما أتى به نثق بأن إرشاده إيانا إلى ذكر الله تعالى أول الطعام وآخره هو سبب حلول البركة في طعامنا وإذا

نزلت البركة فيه أغنى وكفى، وربما كان القليل قاضياً للحاجة؛ ولعل سر ذلك كله أن الشيطان لا يجد إلى طعام الذاكر سبيلاً.

فقد قال النبي ﷺ لمن شكا إليه أنهم يأكلون ولا يشبعون: (فاجتمعوا على طعامكم واذكروا اسم الله عليه يبارك لكم فيه)<sup>(٥٢)</sup>، فجعل النبي ﷺ من أسباب كفاية الطعام الاجتماع عليه، وذكر اسم الله بين يديه؛ لتحل البركة المنشئة للكفاية مع بقاء الأكلين هم هم وقدرة الطعام هو هو، لكن المتغير هو أن هذا الطعام الذي كان لا يكفي صار بذكر الله والاجتماع عليه يكفي. والكفاية هنا مادية، والله تعالى أعلم.

إن هذا التوجيه النبوي ليس خاصاً بهؤلاء كما يفهم من ظاهر الحديث، بل هو عام لأفراد الأمة جميعاً، فعن عائشة رضي الله عنها قالت: قال رسول الله ﷺ (إذا أكل أحدكم فليذكر اسم الله تعالى فإن نسي أن يذكر اسم الله تعالى في أوله فليقل بسم الله أوله وآخره)<sup>(٥٣)</sup>، ومن شدة الحرص على هذا المسلك الحسن أنه ﷺ أرشد الناسي لذكر الله أول الطعام أن يبتدأه حين يذكره.

ثم إن هذا التوجيه ليس خاصاً كذلك بالكبار البالغين، بل هو خلق يعلمه ﷺ للصغار لينشئوا عليه فعن عمر ابن أبي سلمة قال: كنت غلاماً في حجر رسول الله ﷺ وكانت يدي تطيش في الصحفة فقال لي رسول الله ﷺ: (يا غلام سم الله وكل بيمينك وكل مما يليك فما زالت تلك طعمتي بعد)<sup>(٥٤)</sup>، فأمره أولاً بذكر الله قبل أن يأمره بأن يأكل بيمينه وبأن يأكل مما يليه، مع أن هذه الأخير هو السبب الرئيس في نشوء هذا التوجيه النبوي.

إن الذي لا يذكر اسم الله على طعامه يجعل الشيطان يستحله منه، ويشاركه فيه، فعن حذيفة قال: رسول الله ﷺ: (إن الشيطان يستحل الطعام أن لا يذكر اسم الله عليه)<sup>(٥٥)</sup>. وعن جابر بن عبد الله ﷺ أنه سمع النبي ﷺ يقول: (إذا دخل الرجل بيته فذكر الله عند دخوله وعند طعامه قال الشيطان لا مبيت لكم ولا عشاء وإذا دخل فلم يذكر الله عند دخوله قال الشيطان أدركتم المبيت وإذا لم يذكر الله عند طعامه قال أدركتم المبيت

والعشاء)<sup>(٥٦)</sup>. ولا يذهبن الذاهون في تأويل هذا الحديث مذاهب تخرجهم عن حقيقته؛ فإن ظاهره مراد، وإن حقيقته كما في ظاهره.

وقد ورد أن كفاية الطعام مع ذكر الله تعالى، وأن هذه الكفاية على الحقيقة فقد كان النبي ﷺ يأكل طعاماً في سنة من أصحابه فجاء أعزبي فأكله بلقمتين فقال رسول الله ﷺ: (أما إنه لو سمى لكفأكم)<sup>(٥٧)</sup>.

وقد جعل النبي ﷺ ذكر الله تعالى يكتف الطعام في آخره كما اكتفاه في أوله؛ إذ أرشد الطاعمين إلى أن يذكروا الله ﷻ بعد فراغهم من طعامهم حامدين شاكرين، فعن أبي أمامة أن النبي ﷺ كان إذا رفع مائدته قال: (الحمد لله كثيراً طيباً مباركاً فيه غير مكفي ولا مودع ولا مستغنى عنه ربنا)<sup>(٥٨)</sup>، وفي رواية عنه أن النبي ﷺ قال: (الحمد لله الذي كفانا وأزوانا غير مكفي ولا مكفور)<sup>(٥٩)</sup>، وعن أنس قال ﷺ: قال رسول الله ﷺ: (من أكل طعاماً فقال الحمد لله الذي أطعمني هذا ورزقنيه من غير حول مني ولا قوة غير له ما تقدم من ذنبه)<sup>(٦٠)</sup>.

ففي جملة هذه الأحاديث معان جليلة، منها: الشاء على الله تعالى أن أنعم على عباده بطعامهم وشرابهم، وأن رزقهم إياه على ضعفهم وقلة حليتهم، وأن جعل لهم فيه شيباً ورباً.

وفي ذلك كله استندار لنعم الله تعالى واستزادة منها؛ إما بمجيء غيرها، أو باستدامتها، أو بهما معاً. ودليل ذلك أن الحمد مدعاة الزيادة لما تضمنه من الاعتراف بالنعمة، وتعظيم المنعم؛ لقوله تعالى: ﴿لِنُنْشِرَنَّكُمْ وَلِنُرِيَنَّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ﴾ [إبراهيم: ٧].

وفي كل ما قدمنا عُقبة بالترشيد؛ إذ إن الطاعمين قد يجلسون إلى طعام كثير، فإذا ذكروا اسم الله في أوله وحمدوه في آخره كفاهم منه القليل واستبقوا ما بقي لطاعمين آخرين، أو لهم في وقت آخر، وإذا تركوا ذكر الله أوله وآخره استحل الشيطان طعامهم وشاركهم فيه، فكان هو وجنوده طاعمين معهم، لهم نصيب من ذلك

الطعام. كما أن عدم ذكر الله ﷻ يذهب ببركة الطعام، فيأكل الأكل ولا يشبع، وحينئذ ربما لا يستبقي من الكثير شيئاً. والأمر كله مداره على اليقين بالله، والثقة بما جاء عن رسوله ﷺ.

### المبحث الثالث

#### الترشيد بتنظيم وقت الطعام وبنوعيته

إن من ينظر في سيرة النبي ﷺ يجد أنه كان غاية في التنظيم في أموره كلها. ومن تلك الأمور تنظيمه لطعامه وشرابه، وتنظيمه في اختيار مطعمه ومشروبه. فلا تتصور أنه عليه الصلاة والسلام لم يجعل لوجبات طعامه أوقاتاً، ولا في نوعية ذلك الطعام دقة في الاختيار، بل كان فيهما قنوة في التنظيم الحكيم الذي نلمح فيه نباهة حتى في شأن الطعام ومواعيده ونوعياته. وفي هذا المبحث كشف لمكانة تنظيم أوقات الطعام واختياره وأثر ذلك في ترشيد الاستهلاك.

#### المطلب الأول: تنظيم وقت الطعام:

من أهم ركائز التنظيم في تناول وجبات الطعام حتى يكون لها أثر في الاقتصاد والترشيد هو أن يجعل الطاعم لطعامه وقتاً يعود فيه نفسه ومعدته على أخذ الطعام. وإنا نلمح أن الصيام الذي كان يكثر النبي ﷺ منه فيه ترجمة عملية لذلك: فالصيام يكتفه طرفان من الليل والنهار يقع في أولهما السحور وفي الآخر الفطر. وهذا تنظيم للوقت الذي يتناول فيه الطاعم طعامه. وأثر ذلك في الترشيد ظاهر؛ فإن الاقتصاد على وجبتين في وقتين متباعدين أدل على التقليل من تناول الطعام من ذلك الذي يعود نفسه وأولاده على أن يكون للطعام وجبات ثلاثة على نحو ما يفعله الناس اليوم يضاف إلى ذلك ما يتناوله الناس مما يسمى بالوجبات البيئية: أي تلك الأكلات والمشروبات التي تتخلل الوجبات الثلاثة، فإنها لو جمعت لملت الوجبات الثلاثة الرئيسية التي يحرص الناس عليها. ولما كان النهار هو وقت اليقظة، وزمن تناول الطعام المذكور آنفاً وكان الليل زمن الانقطاع عن ذلك كله فإن صيام النبي ﷺ في النهار كان توجيهاً

وتنظيماً لترشيد ذلك الطعام ومجانبة كثرته.

ولا نعني بصيام النبي ﷺ هاهنا ما كان في رمضان حسب بل ما كان يفعله منه في سائر أيام السنة.

أخرج الشيخان من حديث عائشة رضي الله عنها قالت: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يَصُومُ حَتَّى نَقُولَ لَا يُفْطِرُ وَيُفْطِرُ حَتَّى نَقُولَ لَا يَصُومُ وَمَا رَأَيْتُ رَسُولَ النَّبِيِّ ﷺ اسْتَكْمَلَ صِيَامَ شَهْرٍ إِلَّا رَمَضَانَ وَمَا رَأَيْتُهُ أَكْثَرَ صِيَامًا مِنْهُ فِي شَعْبَانَ<sup>(٦١)</sup>.

وفي رواية عنها قالت: (لَمْ يَكُنِ النَّبِيُّ ﷺ يَصُومُ شَهْرًا أَكْثَرَ مِنْ شَعْبَانَ فَإِنَّهُ كَانَ يَصُومُ شَعْبَانَ كُلَّهُ)<sup>(٦٢)</sup>، وليس الأمر قصراً على شعبان، ولا على شهر بعينه وإنما كان دينه في الصيام ﷺ هكذا؛ بدليل جملة أقواله التي تدعو المسلمين إلى الإكثار من الصيام كحثه على صيام المحرم، وصيام الستة من شوال، وثلاثة أيام من كل شهر والأيام البيض والأثنين والخميس من كل أسبوع، وصيام التسع الأوائل من ذي الحجة، وتاسوعاء وعاشوراء ويوم عرفة، وغير ذلك، وفي كل ذلك أحاديث قد ثبتت صحتها.

فلو أن المسلمين جعلوا نصف عامهم صياماً أو ثلثه أو رבעه مع المحافظة على وجبتين من الطعام لا تكلف فيهما ولا سرف لكان لذلك أثر كبير على اقتصادهم وترشيد الاستهلاك عندهم فضلاً عن الفوائد والحكم الأخرى.

وننبه هاهنا على أن تنظيم الطعام في وقتين بسبب الصيام يجب أن يراعى فيه سائر القواعد التي تحمل المسلم على التقليل من الطعام وعدم الإيغال فيه، ولا يجعل الصيام سبباً في الإكثار من الأكل تعويضاً عما فاتته سائر النهار؛ فإن كل قاعدة في الترشيد حتى توتي أكلها لا بد من أن تطبق في منظومة القواعد الأخرى؛ فإنها غير مجدية استقلالاً.

ومما يجب مراعاته في هذا الباب مجانبة الشبع، وترك النخمة لقوله عليه الصلاة والسلام: (مَا مَلَأَ أَدَمِيَّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أَكْلَاتُ يِقْمَنُ صُلْبُهُ فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَ فَنَلْتُ لِبَطْنِي وَنَلْتُ لِشَرَائِهِ وَنَلْتُ

لِنَفْسِهِ<sup>(٦٣)</sup> فلا يصلح لمن صام نهاره وقلل من وجبات طعامه أن يسرف فيها عند الإفطار.

وإذا دعا غيره إلى طعام فليدعه إلى الأكل دون أن يجبره عليه، عملاً بقول النبي ﷺ: (إِذَا دُعِيَ أَحَدُكُمْ إِلَى طَعَامٍ فَلْيُجِبْ فَإِنْ شَاءَ طَعِمَ وَإِنْ شَاءَ تَرَكَ)<sup>(٦٤)</sup> فإن المدعو أعرف بمقدار حاجته؛ لذا فإن ما يفعله الناس اليوم من التشديد على المدعوين بالأكل مجانية للسنة وياب من أبواب المسرفة؛ فإن هذا الطعام المتبقي، أو الذي تركه الطاعمون يمكن لصاحبه أن يتعاهد به الفقراء والمعوزين فيسد جوعتهم، ويوقع الطعام في موقعه، ومن آثار ذلك الترشيد والاقتصاد.

### المطلب الثاني: نوعية الطعام:

تسهم نوعية الطعام بسهمه طيبة في ترشيد الاستهلاك، ومحاولة الحد منه؛ ذلك إذا فقه المسلم الإرشاد النبوي في هذا الباب وأجراه على مسلكه.

إن من يطالع الأثر المروي عن عمر -رضي الله عنه-، وله حكم المرفوع:- (نُهِنَا عَنْ التَّكْلِيفِ)<sup>(٦٥)</sup>، وينعم النظر في دلالاته ينتهي إلى أنه عام في شؤون المسلم وأحواله؛ إذ العبرة- كما تقرر- بعموم اللفظ لا بخصوص السبب.

فالتكليف المذكور في النهي ورد في باب الاستكثار من السؤال، أو في شأن السؤال عما يستأهل البحث والدرس، لكن دلالاته العامة تقتضي أن حكم النهي جارٍ في كل شيء ومن ذلك النهي عن التكليف في الطعام. وتظهر أهمية هذا الفقه حين نرقب واقع المسلمين اليوم في شأنهم مع التبذير والسرف في الطعام والشراب. فقد أصبح المسلم يبالغ لا في الإكثار في الطعام حسب بل في نوعيته التي تستدعي أثماناً باهظة، ونفقات كثيرة على الرغم من أنه يمكن أن يكتفي بالقليل أولاً ثم بالمتواضع من الطعام.

إن التكليف في البابين يؤدي بالمسلم إلى مخاطر جسيمة، من أهمها: الإسراف مع ضيق يده حتى يحمل نفسه من النفقات ما لا يحتمل مدفوعاً بضرورة الالتزام بالعادة والتقليد. ومنها: ازدياد نعمة الله عليه، وعدم

شكرها؛ فهو يُجهز من الطعام فوق حاجته ثم يرمي بالزائد منها إلى الخراب والتلف؛ إذ لا تبقى رغبته فيه بعد الشبع كما كانت قبل الأكل منه وبهذا تنحط نوعية الطعام عنده؛ مما يحمله على الزهد فيه، والمبادرة إلى التخلص منه. ومنها: ما يترتب عليه من إيذاء نفسه حين يتناول من الطعام ماله في كثرته ضرر واضح من السمنة، وارتفاع ضغط الدم، والسكري، وزيادة الدهون.

فالمسلك الأسلم أن يعتدل المسلم في طعامه وشرابه حجماً ونوعية، وفي ذلك الخير كله كما تقرر عند الأطباء.

إن النبي ﷺ حين نهى أمته عن التكلف بالقول ترجم لهم ذلك بالفعل، خاصة في طعامه وشرابه. فكان ﷺ يأتدب بالأسودين، ويكتفي بهما غالب أيامه، ولا يكلف نفسه فوق طاقتها، فعن عائشة -رضي الله عنها- أنها قالت لعروة ابن الزبير: (ابن أخي إن كنا لننظر إلى الهلال ثم الهلال ثلاثة أهلة في شهرين وما أوقدت في أبيات رسول الله ﷺ ناراً، فقلت: يا خالة ما كان يعيشكم قالت: الأسودان التمر والماء إلا أنه قد كان لرسول الله ﷺ جيران من الأنصار كانت لهم منائح وكانوا يمنحون رسول الله ﷺ من البانها فيسقينها)<sup>(٦٦)</sup>، وعن ابن عباس -رضي الله عنه- يصف طعام رسول الله ﷺ وأهله- قال: (كان أكثر خبزهم خبز الشعير)<sup>(٦٧)</sup>. فتأمل في مطعمهم: التمر والماء، وخبز الشعير. ولو أراد النبي ﷺ أن يستكثر من ملاذ الدنيا لتكلف لها ما يمكنه من متاعها كأن يقترض من أغنياء أصحابه، أو يأمرهم بأن يعينوه بأموالهم ما يحقق له متعته. لكنه ﷺ نهى عن التكلف، وحمل نفسه على مقتضى نهيه.

ومن أنواع الطعام التي يغفل الناس عن تعاهدها وهي ذات سُهْمَة في مسالك الترشيد المرققة.

فقد أوصى النبي ﷺ أبا ذر بذلك فقال: (يَا أَبَا ذَرٍّ إِذَا طَبَخْتَ مَرَقَةً، فَأَكْثِرْ مَاءَهَا، وَتَعَاهَدْ جِيرَانَكَ)<sup>(٦٨)</sup>.

فيؤخذ من فحوى هذا الحديث الإرشاد إلى طبخ المرققة؛ فإنها زهيدة الثمن وكثيرة الفائدة وهي إدام لعدد كبير من الناس، يضاف إلى ذلك أنها أصلح للبدن وأخف

**الهوامش:**

- (١) ابن فارس: أبو الحسين أحمد، معجم مقاييس اللغة، تحقيق عبد السلام هارون، دار الجيل، بيروت، ط١، ١٤١١هـ/١٩٩١م-، ٣٩٨/٢.
- (٢) الفيروزآبادي: محمد بن يعقوب، القاموس المحيط، مؤسسة الرسالة، ط٢، ١٤٠٧هـ/١٩٨٧م-، مادة رشد، ص ٣٦٠.
- (٣) الفيومي: أحمد بن محمد، المصباح المنير في غريب الشرح الكبير، د.ط، ت، ٢٢٦/١.
- (٤) مصطفى، إبراهيم، وآخرون، المعجم الوسيط، المكتبة العلمية، طهران، د.ط، ت. مادة رشد، ٣٤٧/١.
- (٥) ابن فارس، معجم مقاييس اللغة، ٦٢٦.
- (٦) ابن منظور: محمد بن مكرم، لسان العرب، دار صادر، بيروت، د.ط، ت، مادة هلك، ٥٠٥١٠.
- (٧) القرطبي، محمد بن أحمد، الجامع لأحكام القرآن، دار إحياء التراث العربي، د.ط، ١٩٩٦م-، ٢٤٧/١٠، ٢٤٨، بتصريف.
- (٨) السيوطي، عبد الرحمن بن أبي بكر، تفسير الجلالين، الطبعة الثانية، ١٤٠٩هـ/١٩٨٨م-، بيروت، ٢٨٥.
- (٩) من قول مكحول الشامي. أنظر: الخطيب البغدادي، أحمد بن علي، الكفاية في معرفة أصول علم الرواية، بتحقيق النماطي، ط١، ١٤٢٣هـ/٢٠٠٣م- دار الهدى، مصر، ٨١/٢.
- (١٠) الحديث عن أبي هريرة أخرجه الشيخان: - البخاري، محمد بن إسماعيل، الجامع الصحيح، دار الفحاء، دمشق، ط٢، ١٤١٩هـ/١٩٩٩م-، الأطعمة، باب المؤمن يأكل في معي واحد، برقم ٥٣٩٦، واللفظ له.
- مسلم بن الحجاج، صحيح مسلم، دار السلام الرياض، ط١، ١٤١٩هـ/١٩٩٨م-، الأشربة، باب المؤمن يأكل في معي واحد، والكافر يأكل في سبعة أمعاء، برقم ٥٣٧٩ (١٨٦).
- (١١) ممن ذهب إلى هذا الرأي الطحاوي: أبو جعفر أحمد ابن محمد، في كتابه: شرح مشكل الآثار، تحقيق شعيب الأرنؤوط، مؤسسة الرسالة، ط١، ١٤١٥هـ، ١٩٩٤م-، ٢٥٧/٥، ٢٥٨.

على المعدة. وفي قوله ﷺ: (وتعاهد جيرانك) إرشاد آخر إلى ما يسهم في الترشيد؛ إذ إن كثرة المرققة -زهيدة الكلفة- أوسع للعدد الأكثر من الناس من الجيران حتى لو كانوا من الأغنياء فهذا يسهم في سد حاجة الجيران فلا يتكفون إنفاقاً من أموالهم لشراء طعامهم لذلك اليوم. وفي كل ما تقدم سبيل إلى الترشيد على الصعيدين: الفردي، والجمعي.

**الخاتمة:**

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على النبي الكريم، وبعد:

هذه جملة النتائج التي خلص إليها الباحثان بعد أن رتعا في رياض السنة.

- (١) الكتاب والسنة متلازمان في الهدى إلى مسائل الترشيد في الاستهلاك، غير أن الكتاب أجمل، والسنة فصلت؛ إذ هي رديفة والقاضية عليه.
- (٢) في الكتاب والسنة دواء حقيقي لكل داء استعصى علاجه؛ غداً هما تنزيل رب العالمين الخبير بخلقهم، والعليم بأحوالهم وما يصلح لهم.
- (٣) يمكن معالجة السرف في الاستهلاك باتباع الهدى النبوي من خلال اعتبار قيمة المطعم وأنه في حياة الأمة وسيلة، وعليها أن تتحرى حله؛ إذ الحرام أيسر عليها في تبيده، كما أن ذكر محاسن الطعام والكف عن مساوئه مما له أثر في الترشيد.
- (٤) اجتماع الأمة وعدم فرقتها لم يعد ضرورة في نصرتها على أعدائها حسب، وإنما ضرورة كذلك لمجانبة السرف والتبذير؛ فإن في اجتماعهم على الطعام وسلوكهم الهدى النبوي في الجلوس إليه وصفة تناوله أثراً في الحد من استهلاكه.
- (٥) تبين لنا أن الفوضى في تناول الطعام، وعدم انضباطه في أوقات منظمة ونوعيات محتملة طريق إلى السرف والتبذير، وأن عكس ذلك سبيل إلى الترشيد في الاستهلاك.

- (١٢) البخاري، المرجع السابق، برقم ٥٣٩٧، واللفظ له، مسلم، المرجع السابق، برقم ٥٣٧٩ (١٨٦).
- (١٣) ممن ذهب إلى هذا الرأي: الطيبي: الحسين بن محمد، في شرحه على مشكاة المصابيح، دار الكتب العلمية، ط١، ١٤٢٢هـ/٢٠٠١م-، ٨/ ١٥٠.
- (١٤) ذكر هذه المعاني وأوضح منها ابن حجر العسقلاني: أحمد بن علي في فتح الباري، دار مصر للطباعة، ط١، ١٤٢١هـ/٢٠٠١م-، ٩/ ٦١٥.
- (١٥) ابن الملقن، عمر بن علي، التوضيح لشرح الجامع الصحيح، وزارة الأوقاف القطرية، ١٤٢٩هـ/٢٠٠٨م، ٢٦/١٤١.
- (١٦) الترمذي، محمد بن عيسى، الجامع الكبير (السنن)، دار الغرب الإسلامي، تحقيق بشار عواد معروف، الزهد، باب ما جاء في كراهية كثرة الأكل برقم ٢٣٨٠، واللفظ له، قال الترمذي: حسن صحيح، النسائي، السنن الكبرى، الوليمة، باب ذكر القدر الذي يستحب للإنسان، من الأكل، برقم ٦٥٦٠، البيهقي الآداب، باب كراهية كثرة الأكل، برقم ٤٦٣.
- (١٧) من حديث أبي هريرة، أخرجه مسلم في صحيحه، الزكاة، باب قبول الصدقة من الكسب الطيب، برقم ١٠١٥ (٦٥).
- (١٨) البخاري، اللقطة، باب: إذا وجد تمر في الطريق، برقم ٢٤٣١، واللفظ له، مسلم، الزكاة، باب تحريم الزكاة على رسول الله ﷺ، برقم ٢٤٧٩ (١٦٥).
- (١٩) الترمذي، أبواب صفة القيامة والرقائق والورع، باب في القيامة، برقم ٢٤١٧، وقال الترمذي عقبه: هذا حديث حسن صحيح.
- (٢٠) سبق تخريجه.
- (٢١) فتح الباري، ٦١٤/٩.
- (٢٢) البخاري، الأطعمة، باب ما عاب النبي ﷺ طعاماً، برقم ٥٤٠٩، مسلم، كتاب الأشربة، باب لا يعيب الطعام، برقم ٢٠٦٤ (١٨٧).
- (٢٣) ابن بطال، علي بن خلف، شرح ابن بطال على صحيح البخاري، دار الكتب العلمية، بيروت، ط١، ١٤٢٢هـ/٢٠٠٣م-، ٩/ ٥٠٦.
- (٢٤) مسلم، الأشربة، باب فضيلة الخل والتأدم فيه، برقم
- ٢٠٥٢، أبو داود، الأطعمة، باب في الخل، برقم ٣٨٢٠.
- (٢٥) مسلم، الأشربة، باب فضيلة الخل والتأدم فيه، برقم ٢٠٥٢، أبو داود، الأطعمة، باب في الخل، برقم ٣٨٢٠، مسند أحمد برقم ١٤٤٥٦، واللفظ لأحمد.
- (٢٦) الخطابي، أبو سليمان، معالم السنن، دار المعرفة، دون ط ولا تاريخ، ٣٢٨/٥، ٣٢٩.
- (٢٧) البخاري، النكاح، باب من أجاب إلى كراع، برقم ٥١٧٨.
- (٢٨) ابن الأثير، محمد الجزري، النهاية في غريب الحديث، المكتبة العلمية، بيروت، د. ط، ٤/ ١٦٥.
- (٢٩) مسلم، الأشربة، باب استحباب لعق الأصابع والقصعة وأكل اللقمة الساقطة...، برقم ٢٠٣٣ (١٣٤).
- (٣٠) البخاري، الطب، باب إذا وقع الذباب في الإناء، برقم ٥٧٨٢.
- (٣١) البخاري، الأطعمة، باب طعام الواحد يكفي الأثنين، برقم ٥٣٩٢، مسلم، الأشربة، باب فضيلة المواسة في الطعام، برقم ٢٠٥٨.
- (٣٢) مسلم، الأشربة، باب فضيلة المواسة في الطعام القليل، برقم ٢٠٥٨ (١٧٨).
- (٣٣) القسطلاني، شهاب الدين أحمد، إرشاد الساري لشرح صحيح البخاري، دار الفكر، ط١، ١٤١٠هـ/١٩٩٠م، ١٢/١٨٧.
- (٣٤) فتح الباري ٦٠٩/٩.
- (٣٥) المرجع السابق ٦٠٩/٩.
- (٣٦) أبو داود، الأطعمة، باب في الاجتماع على الطعام، برقم ٣٧٦٤، ابن حبان، الصحيح، الأطعمة، باب آداب الأكل، برقم ٥٢٢٤، والحديث حسن العراقي إسناده كما في المغني عن حمل الأسفار في الأسفار في تخريج ما في الأحياء من الآثار، انظر: إحياء علوم الدين دار المعرفة بيروت ٥/٢.
- (٣٧) البخاري، الشركة، باب الشركة في الطعام والنهد والعروض، برقم ٢٤٨٦، مسلم فضائل الصحابة، باب من فضائل الأشعريين رضي الله عنهم، برقم ٢٥٠٠.

- (٣٨) مسلم، الأشربة، باب استحباب تواضع الآكل، برقم ٢٠٤٤ (١٤٨).
- (٣٩) النهاية في غريب الحديث، ٨٩/٤.
- (٤٠) فتح الباري، ٦١٧/٩.
- (٤١) البخاري، الأطعمة، باب الأكل متكناً، برقم ٥٠٨٨.
- (٤٢) فتح الباري، ٦١٧/٩.
- (٤٣) انظر: ابن بطال، شرح ابن بطال على صحيح البخاري، ٦/٤٩٨، المناوي، محمد عبد الرؤوف، فيض القدير شرح الجامع الصغير من أحاديث البشير النذير، دار الكتب العلمية، ١٤١٥هـ/١٩٩٤م، ٧٣/١.
- (٤٤) أبو الشيخ، محمد بن عبد الله، أخلاق النبي ﷺ وآدابه، ت الوينان، دار المسلم، الرياض، ط١، ١٤١٨هـ/١٩٩٨م، ص ٣٩١، برقم ١٤٠، والحديث حسنه الهيثمي: أنظر: الهيثمي، علي بن أبي بكر، مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، دار الكتب، العلمية، ١٤٠٢هـ، ١٩٨٢م، ١٩/٩، وقال الألباني صحيح، الألباني، محمد ناصر الدين، سلسلة الأحاديث الصحيحة وشيء من فقهها وفوائدها، مكتبة العارف، الرياض، ١٤١٥هـ/١٩٩٥م، ٨٢/٢.
- (٤٥) ذكره ابن الأثير، النهاية، ١/١٩٣.
- (٤٦) النهاية، ١/١٩٣.
- (٤٧) ابن أبي شيبه، عبد الله بن محمد، المصنف، دار الفكر، بيروت، ١٤١٤هـ/١٩٩٤م، كتاب الأطعمة باب من كان يأكل متكناً، برقم ٥، ٥٦٥/٥.
- (٤٨) البخاري، الأطعمة، باب القران في التمر، برقم ٢٤٨٩، مسلم، الأشربة، باب نهى الآكل مع جماعة عن قران تمرتين ونحوهما برقم ٢٠٤٥ (١٥١).
- (٤٩) ابن ماجه، محمد بن يزيد، السنن، دار الرسالة، دمشق، ت. شعيب الأرنؤوط، ط١، ١٤٣٠هـ/٢٠٠٩م، الأطعمة، باب الاقتصاد في الأكل وكراهية الشبع، برقم ٣٣٤٩.
- (٥٠) مسلم، الأشربة، باب استحباب لعق الأصابع، برقم ٢٠٣٢.
- (٥١) سابق، برقم ٢٠٣٣ (١٣٣).
- (٥٢) سبق تخرجه والحكم عليه.
- (٥٣) أبو داود، الأطعمة، باب التسمية على الطعام، برقم
- ٣٧٦٧، الترمذي، الأطعمة، باب ما جاء في التسمية على الطعام، برقم ١٨٥٨، وقال عقبه: هذا حديث حسن صحيح.
- (٥٤) البخاري، الأطعمة، باب لتسمية على الطعام والأكل باليمين، برقم ٥٣٧٦، مسلم، الأطعمة، باب التسمية على الطعام، برقم ٣٧٦٧.
- (٥٥) مسلم، الأشربة، باب آداب الطعام والشراب وأحكامهما، برقم ٢٠١٧ (١٠٢).
- (٥٦) مسلم، الأشربة، باب آداب الطعام والشراب وأحكامه، برقم ٢٠١٨ (١٠٣).
- (٥٧) الترمذي، الأطعمة، باب ما جاء في التسمية على الطعام، برقم ١٨٥٨، وقال عقبه: هذا حديث حسن صحيح.
- (٥٨) البخاري، الأطعمة، باب ما يقول إذا فرغ من طعامه، برقم ٥٤٥٨.
- (٥٩) سابق، برقم ٥٤٥٩.
- (٦٠) أبو داود، اللباسن باب، برقم ٤٠٢٣، الترمذي، الأطعمة، باب ما يقول إذا فرغ من الطعام، برقم ٣٤٥٨، قال الترمذي عقبه: هذا حديث حسن صحيح. وقد صححه الألباني، أنظر صحيح الترمذي للألباني، برقم ٢٧٥١.
- (٦١) البخاري، الصوم، باب صوم شعبان، برقم ١٩٦٩، مسلم، الصيام، باب صيام النبي ﷺ في غير رمضان، برقم ١١٥٦ (١٧٥).
- (٦٢) سابق، برقم ١٩٧٠.
- (٦٣) الترمذي، محمد بن عيسى، الجامع الكبير (السنن)، دار الغرب الإسلامي، تحقيق بشار عواد معروف، الزهد، باب ما جاء في كراهية كثرة الأكل برقم ٢٣٨٠، واللفظ له، قال الترمذي: حسن صحيح، النسائي، السنن الكبرى، الوليمة، باب ذكر القدر الذي يستحب للإنسان، من الأكل، برقم ٦٥٦٠، البيهقي الآداب، باب كراهية كثرة الأكل، برقم ٤٦٣.
- (٦٤) مسلم، النكاح، باب الأمر بإجابة الداعي إلى الدعوة، برقم ١٤٣١ (١٠٦).
- (٦٥) البخاري، الاعتصام بالكتاب والسنة، باب ما يكره من كثرة السؤال وتكلف ما لا يعنيه، برقم ٧٢٩٣.



(٦٦) سبق تخريجه.

(٦٧) الترمذي، الزهد، باب ما جاء في معيشة النبي ﷺ،

برقم ٢٣٦٠، وقال عقبه: حسن صحيح.

(٦٨) مسلم، البر والصلة والآداب، باب الوصية بالجار

والإحسان إليه، برقم ٢٦٢٥ (١٤٢).