

الطعام والشراب بلا إسراف



لا يستغني الإنسان عن الطعام والشراب في حياته، والمسلم يجعل كل حياته وأفعاله طاعة وعبادة لله تعالى، فهو لا ينظر إلى الطعام والشراب على أنهما هدف وغاية ينبغي أن يسعى إليهما، وإنما يجعل سعيه في طلب الطعام والشراب وسيلة يتوصل بها إلى الحفاظ على حياته، والتقوى على عبادة الله سبحانه وتعالى.

وعن سلوكيات تناول الطعام يقول واصف إبراهيم عماشة في كتاب «الإتيكيت الإسلامي وآداب التعامل»، إن الجلوس على طاولة السفرة له آداب اجتماعية يراعى اتباعها والافتداء بما كان يفعله رسول الله صلى الله عليه وسلم في حياته منها.

التسمية: بعد غسل اليدين يجب عليك أن تسمي الله تعالى، فقد ورد عن عائشة رضي الله عنها قالت: قال رسول الله -1- صلى الله عليه وسلم: «إذا أكل أحدكم طعاماً فليقل: بسم الله، فإن نسي في أول الطعام فليقل: بسم الله أولاً وآخره» صحيح أحمد وأبو داود والترمذي

والحديث الشريف يدل على أن التسمية مطلوبة عند وضع اليد في الطعام أو الأكل، فإن نسي أو ترك التسمية عمداً أو جهلاً في أول الأكل، فإنه يستطيع أن يتدارك ما فاتته ولو قبل اللقمة الأخيرة، وذلك بأن يقول: «بسم الله أوله وآخره» فإن ذلك كله وارد ويستحب أن يجهر بها لتنبهه غيره، وهذه التسمية سنة، وقال بعضهم: إنها واجبة، ورجح ذلك ابن القيم

والحكمة من التسمية حرمان الشيطان من مشاركة الأكل المسمى عليه في طعامه، فقد جاء في حديث رواه مسلم وأبو داود والنسائي: «إن الشيطان ليستحل الطعام الذي لم يذكر اسم الله عليه». صحيح مسلم وأبو داود

الأكل باليمين: عن جابر عن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: «لا تأكلوا بالشمال، فإن الشيطان يأكل بالشمال» -2- صحيح مسلم

وقد نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن الأكل بالشمال، فإن الشيطان يأكل بالشمال وأمر بالأكل باليمين، وذلك إذا لم يكن هناك عذر يمنعه من الأكل بيمينه فإن وُجد عذر جاز ذلك، ولا شيء عليه إن كان بيده مرض، أو جراحة أو كسر، أو غير ذلك، وليس من العذر الاعتياد، فإن قوماً اعتادوا استعمال شمائلهم في الكتابة وغيرها، ثم يحاولون أن يجعلوا من عاداتهم عذراً للأكل والشرب ومناولة الأشياء بالشمال، ولكن هذا لا يصلح عذراً، حيث يمكنهم أن يفعلوا ذلك بأيامانهم بسهولة

الأكل مما يلي الأكل: وعلى المرء أن يأكل مما يليه، فعن ابن عباس رضي الله عنهما أن النبي صلى الله عليه وسلم -3- قال: «البركة تنزل في وسط الطعام فكلوا من حافته ولا تأكلوا من وسطه» صحيح الترمذي

وعن عمر بن أبي سلمة قال: «كنت غلاماً في حجر النبي صلى الله عليه وسلم أي (يتربى عنده) وكانت يدي تطيش في الصحفة فقال لي: يا غلام سمّ الله وكل بيمينك وكل مما يليك» رواه البخاري ومسلم

ففي الحديثين ما يدل على كراهة الأكل من وسط الطعام أو من موضع غير الذي أمامه، وقال الشافعي: الأكل من أمام الآخرين اعتداء على حقهم، كما أن غيره قد يستقذره، وهذا في الثريد والمرق ونحوهما من المطبوخات، فإن كان المأكول فاكهة أو تمراً ونحوه مما يختلف بعضه عن بعض، ولا إيذاء فيه للغير فإن له أن يختار ولو من أمام غيره، إلا إذا قُسم ذلك وأعطى كل واحد نصيباً

التواضع في الجلسة: يُكره الأكل متكئاً، فعن أبي جحيفة قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «أما أنا فلا أكل -4- متكئاً» صحيح البخاري

لا يعيب الطعام: إن عيب الطعام له أثر سيئ على من يقدمه، ومن طهاه وأعدّه، والمؤمن حيي مؤانس بعيد عن -5- الإيذاء ولو بالإشارة، وقد علمنا رسول الله صلى الله عليه وسلم حسن الأدب في ذلك، فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: «ما عاب رسول الله صلى الله عليه وسلم طعاماً قط، إن اشتهاه أكله، وإن كرهه تركه» صحيح البخاري

في أثناء الطعام: لا ضير من الكلام في أثناء الطعام، فإن أعظم القضايا الدولية تناقش في أثناء الطعام، ولقد ثبت أن -6- النبي صلى الله عليه وسلم تكلم في أثناء الطعام، ونصح أصحابه وعلمهم كيف يأكلون، ومن الأدب ألا تراقب من يأكلون

