كيفية مأكله ومشربه ﷺ

أ. أقواله ﷺ وأفعاله الخاصّة بالطعام

١- غسل الأيدي قبل الطعام

أمر المصطفى ﷺ بغسل الأيدي قبل الطعام، ذلك أنهما أكثر عضوين يتمّ استخدامهما في الحياة اليوميّة ويتّسخان كثيرًا، وغسلهما ضروريٌّ جدًّا من ناحية الطهارة والنظافة من جهة، ومن الناحية الصحّيّة من جهةٍ أخرى، وهناك بَرَكَةٌ خاصّةٌ في غسل اليدين فعَنْ سَلْمَانَ رضي الله عنه قَالَ: ''قَرَأْتُ فِي التَّوْرَاةِ أَنَّ بَرَكَةَ الطَّعَامِ الوُضُوءُ بَعْدَهُ، فَذَكَرْتُ ذَلِكَ للنَّبِيِّ ﷺ فَأَخْبَرْتُهُ بِمَا قَرَأْتُ فِي التَّوْرَاةِ، فَقَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: **بَرَكَةُ الطَّعَامِ الوُضُوءُ قَبْلَهُ وَالوُضُوءُ بَعْدَهُ**''(٨٨).

(٨٨) سنن الترمذي، الأطعمة، ٣٩.

obeikandl.com

٢- البسملة قبل الطعام

إحدى سنن النبيّ ﷺ وسلوكيّاته الكماليّة هي بدء الطعام بالبسملة كما هو الحال عند بَدْءِ كلّ عملٍ طيّبٍ، وفي الحديث الذي روته السيّدة عائشة ﵂ نتعلّم ما يجب علينا فعله عند نسيان ذلك، حيث قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: "**إِذَا أَكَلَ أَحَدُكُمْ طَعَامًا فَلْيَقُلْ: بِسْمِ اللهِ، فَإِنْ نَسِيَ فِي أَوَّلِهِ فَلْيَقُلْ: بِسْمِ اللهِ فِي أَوَّلِهِ وَآخِرِهِ**"(٨٩)، وكما أن لكلّ عملٍ أسلوبه وأصوله وآدابه، فالبسملة هي من آداب الطعام وطقوسه الدينية، وليس استحباب البسملة مقصورًا على بدء الطعام فقط، بل تُندبُ البسملةُ وتُطلَب إبّان كلّ عملٍ، فعن جابر ﵁ أنه سمع رسول الله ﷺ يقول "**إِذَا دَخَلَ الرَّجُلُ بَيْتَهُ فَذَكَرَ اللهَ عِنْدَ دُخُولِهِ وَعِنْدَ طَعَامِهِ قَالَ الشَّيْطَانُ لَا مَبِيتَ لَكُمْ وَلَا عَشَاءَ وَإِذَا دَخَلَ فَلَمْ يَذْكُرْ اللهَ عِنْدَ دُخُولِهِ قَالَ الشَّيْطَانُ أَدْرَكْتُمْ الْمَبِيتَ وَإِذَا لَمْ يَذْكُرْ اللهَ عِنْدَ طَعَامِهِ قَالَ أَدْرَكْتُمْ الْمَبِيتَ والعشاء**"(٩٠).

أي إن الشياطين في كلّ مكانٍ لهم قادةٌ ورؤساء، فإذا ذُكِر اسم الله في أيّ مكانٍ يتواجدون فيه فإنهم سرعان ما يهربون، ولا يكون لهم أيُّ نصيبٍ من ذلك المكان؛ لأن المكان بورِكَ باسم الله، ولكن إن لم يُذكر اسمُ الله عند دخول المنزل يُخبرُ قائد مجموعة الشياطين في ذلك المكان مجموعَتَهُ وفرقته بأنهم يستطيعون المبيت في هذا المنزل، وأنهم يشاركون أصحابه في التناول من الطعام ما لم يُبدأ بالبسملة.

نهيه ﷺ عن الشروع في الطعام دون ذكر الله

ويستوقفنا في هذا الشأن حديثٌ رواه حُذَيفَةُ ﵁ فقال: "كُنَّا إِذَا حَضَرْنَا مَعَ النَّبِيِّ ﷺ طَعَامًا لَمْ نَضَعْ أَيْدِيَنَا حَتَّى يَبْدَأَ رَسُولُ اللهِ ﷺ فَيَضَعَ يَدَهُ،

(٨٩) سنن أبي داود، الأطعمة، ١٥؛ سنن الترمذي، الأطعمة، ٤٧.

(٩٠) صحيح مسلم، الأشربة، ١٠٣؛ سنن أبي داود، الأطعمة، ١٥؛ سنن ابن ماجه، الدعاء، ١٩.

وَإِنَّـا حَضَرْنَا مَعَهُ مَـرَّةً طَعَامًا، فَجَاءَتْ جَارِيَةٌ كَأَنَّهَـا تُدْفَـعُ، فَذَهَبَتْ لِتَضَـعَ يَدَهَـا فِـي الطَّعَامِ، فَأَخَذَ رَسُـولُ اللهِ ﷺ بِيَدِهَا، ثُمَّ جَـاءَ أَعْرَابِيٌّ كَأَنَّمَا يُدْفَـعُ فَأَخَذَ بِيَدِهِ، فَقَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: **إِنَّ الشَّيْطَانَ يَسْتَحِلُّ الطَّعَامَ أَنْ لَا يُذْكَرَ اسْمُ اللهِ عَلَيْـهِ، وَإِنَّـهُ جَاءَ بِهَذِهِ الْجَارِيَةِ لِيَسْـتَحِلَّ بِهَا فَأَخَـذْتُ بِيَدِهَا، فَجَاءَ بِهَذَا الْأَعْرَابِيِّ لِيَسْتَحِلَّ بِهِ فَأَخَذْتُ بِيَدِهِ، وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ، إِنَّ يَدَهُ فِي يَدِي مَعَ يَدِهَا**"[٩١]، ويُفهم من الحديث السـابق أن الشـيطان قد يسـتفيد من الطعام والشراب والمبيت، غير أنه لا يحصل على ذلك إلا بشرط عدم ذكر أهل البيـت اسـمَ الله عند دخـول منازلهم وعند طعامهم وعند شـرابهم؛ عندئذٍ يتمكّن الشيطان من دخول البيت ويشاركهم طعامهم، وكأن البسملة تمثل درعًا واقيًا معنويًّا من كلّ شيطانٍ رجيم.

ما نفهمه من قول النبي ﷺ "إِنَّ الشَّيْطَانَ يَسْتَحِلُّ الطَّعَامَ"

١. إن مشـاركة الشـيطان إيّانا فـي كلّ لقمةٍ نتناولها تعنـي أن المرء لا يشـبـع مهمـا أكثَرَ مـن الطعام، كما أن الشـيطان أيضًا قد يدخل أجسـامنا مـع الطعام الذي نأكله إذا لم نذكر الله، فالبسـملة تمثّل القفل المتين الذي يمنـع دخول الجنّ والشـياطين، وهي -أيضًا بالنسـبة للمسـلم- الحصن الحصيـن من شـتّى الأمـراض الحسّـيّة والمعنويّة، ومن ثـم فإننا نجد من يبدؤون طعامهم بالبسملة ينجون من أمراض كثيرة.

٢. تطرد البسملة الفيروسات والبكتريا المعنوية الموجودة في الطعام، وتُطهّره تطهيرًا معنويًّا، مثلما نُطهّر أطعمتنا من هذه الفيروسـات والبكتريا مادّيًّا.

٣. عدمُ ذكر اسـم الله عند بدء الطعام يفتح للشـياطين بابًا خاصًّا على نحو مسـتقلٍ يَلِجُونَ منه ويأخذون طعامهم، وينبغي أن نعلمَ أنّ أكلَهم من

(٩١) صحيح مسلم، الأشربة، ١٠٢؛ سنن أبي داود، الأطعمة، ١٥.

طعامنا لا يتشابه -أبدًا- مع طريقة أكلِنا وكيفيّة استخدامنا للأدوات، وإنما لهم طريقتهم الخاصّة التي لا يعلمها إلا الله.

وجوبُ قولِ البسملةِ حين تَذَكُّرِها

وفي هذا الشأن يروي لنا الصحابي الجليل أُمَيّةُ بنُ مَخْشِيّ ﷺ واقعةً غريبةً فيقول: "كَانَ رَسُولُ اللهِ ﷺ جَالِسًا وَرَجُلٌ يَأْكُلُ فَلَمْ يُسَمِّ حَتَّى لَمْ يَبْقَ مِنْ طَعَامِهِ إِلَّا لُقْمَةٌ فَلَمَّا رَفَعَهَا إِلَى فِيهِ قَالَ: بِسْمِ اللهِ أَوَّلَهُ وَآخِرَهُ، فَضَحِكَ النَّبِيُّ ﷺ ثُمَّ قَالَ: **مَا زَالَ الشَّيْطَانُ يَأْكُلُ مَعَهُ، فَلَمَّا ذَكَرَ اسْمَ اللهِ ﷻ اسْتَقَاءَ مَا فِي بَطْنِهِ**"[٩٢]، لقد كان الحبيب المصطفى ﷺ بشرًا مثلنا تمامًا من الناحية الفيسيولوجيّة، إلا أن الله أعطاه من الخصائص والمزايا مالم يسبق لغيره فكان يطّلع على عالم الغيب -إذا ارتضى الله ذلك، وبالقدر الذي يرتضيه له- الذي لا نعرفه ولا نُدركه، إلا أننا نؤمن به إيمانًا وتصديقًا، فالنبيّ ﷺ -عند هذه الحادثة في الحديث السابق- يبتسم لأنه يرى ما لا نراه، ويُبصر ما نعجز عن إبصاره، ثم يُخبرنا بما أطلعه الله عليه من الغيب، فيشرح لنا أنه ﷺ تبسّم لأن الشيطان يدخل -دون استئذانٍ- مكانًا لم يُدْعَ إليه، ويتناول طعامًا لا حقّ له فيه، ثمّ لما بَسْمَلَ الرجل استقاءَ الشيطان ما أكله فنال عقابه، ونستطيعُ ضرب مثالٍ توضيحيٍّ على ذلك؛ وهو اللصّ السارق الذي بعد أن سرق وجمع مالًا كثيرًا؛ جاءته الشرطة فجأةً وبدأت بملاحقته، فترك كلّ مسروقاته وأمواله وفرّ هاربًا لا يحمل منها شيئًا، وفورَ هُرُوبِهِ أُعيدت المسروقات إلى أربابها.

وعَنْ عَائِشَةَ ﵂ قَالَتْ: "كَانَ النَّبِيُّ ﷺ يَأْكُلُ طَعَامًا فِي سِتَّةٍ مِنْ أَصْحَابِهِ، فَجَاءَ أَعْرَابِيٌّ فَأَكَلَهُ بِلُقْمَتَيْنِ، فَقَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: **أَمَا إِنَّهُ لَوْ سَمَّى**

(٩٢) سنن أبي داود، الأطعمة، ١٥؛ سنن النسائي، آداب الأكل، ١٥.

لَكَفَاكُمْ"[٩٣]، إذًا فالبسملة تُبعد الشيطان عن المائدة وتطرحُ البَرَكَةَ في الطعام، وأما المائدة التي تُحْرَمُ من البسملة فتكون عديمةَ البركةِ كثيرةَ الشياطين، وبناءً عليه يجب علينا أن نسمّي قبل كلّ طعام ونذكر اسم الله وألا نسمح للشياطين أن يشاركوننا الطعام.

٣- الأكل باليد اليمنى

كان النبيّ ﷺ يأكل بيمينه ويأمر أصحابه بذلك، وكان يُعلّم هذه الأصول والآداب الإسلاميّة لِمَنْ لا يعرف آداب الطعام، فيُبَسِّطَ الأمرَ بأقوالٍ وأحاديث سَلِسَةٍ سهلةٍ دون أن يجرح شعور أحدٍ، حتى الأطفال الصغار كان يأمرهم بِلِينٍ ورأفةٍ دون غَضَبٍ أو غَضَبٍ، فهذا عمرو بن أبي سلمة -ربيب رسول الله ﷺ- يحدّثنا عن ذلك فيقول: "كُنْتُ غُلَامًا فِي حَجْرِ رَسُولِ اللهِ ﷺ وَكَانَتْ يَدِي تَطِيشُ فِي الصَّحْفَةِ فَقَالَ لِي رَسُولُ اللهِ ﷺ: **يَا غُلَامُ سَمِّ اللهَ وَكُلْ بِيَمِينِكَ وَكُلْ مِمَّا يَلِيكَ**"[٩٤]، ويتّضح من هذا الحديث أن رسول الله ﷺ كان يتعامل مع الأطفال الصغار بالرأفة واللين وليس بالغصب والغضب، وكان يرى أن الأفضل هو نصحهم وإرشادهم.

٤- عدم تناول الطعام باليد اليسرى

لم يأكل الرسول ﷺ بشماله قطّ، بل ونهى عن ذلك، ولهذا كان ينهى من حوله إذا أكلوا بشمالهم، فعن سلمة بن الأكوع ﷺ: "أَنَّ رَجُلًا أَكَلَ عِنْدَ رَسُولِ اللهِ ﷺ بِشِمَالِهِ فَقَالَ ﷺ: **كُلْ بِيَمِينِكَ**، قَالَ: لَا أَسْتَطِيعُ، قَالَ ﷺ: **لَا اسْتَطَعْتَ، مَا مَنَعَهُ إِلَّا الْكِبْرُ**، قَالَ: فَمَا رَفَعَهَا إِلَى فِيهِ"[٩٥]، كان نبيّنا ﷺ

(٩٣) سنن الترمذي، الأطعمة، ٤٧؛ سنن ابن ماجه، الأطعمة، ٧.

(٩٤) صحيح البخاري، الأطعمة، ٣،٢؛ صحيح مسلم، الأشربة، ١٠٨؛ سنن الترمذي، الأطعمة، ٤٧؛ سنن ابن ماجه، الأطعمة، ٨.

(٩٥) صحيح مسلم، الأشربة، ١٠٧.

يعلّم الناس البرّ ويدعوهم إليه وقضى حياته مضحّيًا في سبيل ذلك، كان رحمة الله للعالمين ﷺ لا يدعو بالسوء ولو حتى على ألدّ أعداء الإسلام؛ إلا أنه كان أحيانًا ما يُضطرّ إلى ذلك إن لم يكن بيده حيلة غير ذلك -مع العلم أنه لا يتجاوز عدد من دعا عليهم بضعة أشخاص- والسبب في أن الرسول دعا على هذا الرجل هو أنه تكبّر وتغطرس وعصاه وأظهر عناده، فقد أصرّ أن يأكل بشماله مع أنه يستطيع الأكل بيمينه، أمّا من كان مقطوع اليد اليمنى أو مفلوجها -أي مشلولها- فإنه قطعًا يُعفى من استخدام اليمنى وسيستخدم يده اليسرى، لكنّ ذلك الشخص أكل بشماله دون عُذْرٍ أو مرضٍ، وهل هناك أقبح من مخالفة الأنبياء والمرسلين وعنادهم! فنحن ننفّذ أقوال الأكبر منّا سنًّا دائمًا بكلّ احترامٍ وتقديرٍ، حتى إننا نعتبر ما يوصوننا به أمرًا -إذا ما كان القائل شخصًا نحبّه ونحترمه- يجب تنفيذه، وقد يستمع الإنسان في بعض الأحيان إلى نصيحة من هو أصغر منه سنًّا؛ ذلك لأن المرء قد يكون أصغر سنًّا لكنّه أكبر عقلًا، فكيف إذا كان الآمر هو حبيب القلوب رسول الله ﷺ، ومع ذلك فإن النبيّ ﷺ لم يُعاقبه وإنما أظهر إنكاره لهذا الفعل بقوله "لا اسْتَطَعْتَ"، فقد كان ﷺ لا بدّ إلا وأن يفعل شيئًا تجاه هذا السلوك القبيح، فقام بزجره ونهيه بأبسط طريقةٍ ألا وهي القول.

إنّ تناول الطعام باليمنى هو أنسب شيءٍ لفطرة الإنسان، ونظرًا لأنّ الأكل بالشمال مذمومٌ؛ فهذا يعني أنه مخالفٌ للفطرة الإنسانية، بيد أن هناك أناس يستخدمون اليد اليسرى بالاعتياد والفطرة منذ الصغر، وتحريم الأكل باليسرى بالنسبة إليهم يكون جورًا في حقهم، لذلك نطلب منهم تعلّم الأكل باليد اليمنى والتعوّد على ذلك قدر المستطاع، وسيستطيعون ذلك يقينًا إذا ما حاولوا وبذلوا جهدَهم، ولقد قال علماء الحديث أنه

إذا كانت يدُ المسلم اليمنى سليمة ويأكل اعتيادًا بشماله؛ فإن هذا يُعدّ مكروهًا، أمّا إذا نوى بأكله بالشمال عصيانًا للقيم الدينية واستخفافًا بها وتقليدَ غير المسلمين؛ فإن ذلك يُعدّ ذنبًا وإثمًا ومعصيةً يُلام عليه، وهنا يستوقفنا البيت التالي للشاعر "نجيب فاضل" حيث يقول:

سلّمت دومًا عقلي وفكري ليميني
وإن لم تكن لها حاجة لقطعت يساري

٥- تلبية الدعوة إلى الطعام

وممّا أوصى به المصطفى ﷺ من آداب الطعام أيضًا ألا يرفض الشخص الدعوة للطعام كأن يقول "لا أشتهيه" وهو جائع، فقد ورد عَنْ أَسْمَاءَ بِنْتِ يَزِيدَ ﵂، قَالَتْ: "أُتِيَ النَّبِيُّ ﷺ بِطَعَامٍ، فَعَرَضَ عَلَيْنَا، فَقُلْنَا لَا نَشْتَهِيهِ، فَقَالَ ﷺ: **لَا تَجْمَعْنَ جُوعًا، وَكَذِبًا**"(٩٦)، وهنا يأمر الرسول ﷺ الناس بوجوب تلبية الدعوة إلى الطعام إذا كان المدعوّ بحاجةٍ إليه.

٦- الأكل ممّا يليه

كان رسول الله ﷺ يأكل ممّا يليه ويأمر بذلك، وينقل لنا عمرو بن أبي سلمة ﵁ واقعةً حدثت له فيقول: قال لي رسول الله ﷺ "**سَمِّ اللهَ وَكُلْ بِيَمِينِكَ وَكُلْ مِمَّا يَلِيكَ**"(٩٧)، فلقد علّم الرسول ﷺ عمرو بن أبي سلمة ثلاثةَ آدابٍ من آداب الأكل دون أن يوبّخه، ضاربًا لنا بذلك أجمل نموذجٍ في التربية.

وسنوضّح لكم الحديث المذكور أعلاه:

(٩٦) سنن ابن ماجه، الأشربة، ٢٣.

(٩٧) صحيح البخاري، الأطعمة، ٢-٣؛ صحيح مسلم، الأشربة، ١٠٨؛ سنن الترمذي، الأطعمة، ٤٧؛ سنن ابن ماجه، الأطعمة، ٨.

١ـ سَمِّ الله.

البسملة هي أساس كلّ خيرٍ، وقد أمرنا الرسول ﷺ أن نجعل البسملةَ فاتحةً لأيّ عملٍ وشُرُوعٍ، وليست عند ابتداء الطعام فقط.

٢ـ كُلْ بيمينك

الجانب الأيمن واليد اليمنى فيه البركة والخير ولهذا كان النبي ﷺ ينتبه قدر المستطاع لطعام وشراب أهل بيته وأصحابه، وكان -في غاية اللطف- يعلّمهم السلوك المحمود وينهاهم عن السلوك المذموم دون تجريحٍ أو تشهيرٍ، ومن هذا المنطلق يجب تحرّي الدقّة في هذا الأمر خصوصًا مع الأطفال، لأن الطفل في هذه الأعمار يقلّد كلّ العادات التي يراها أمامه ويتعلمها بفطرته، وإذا ما تطبّع أو انفطر الطفلُ على سلوكٍ -سواء كان محمودًا أو مذمومًا- فإنّ هذا السلوك سيرافقه مدى حياته غالبًا ويكون من الصعب التخلّص منه أو نسيانه.

٣ـ كُلْ ممّا يليك

في الوقت الحاليّ عادة ما يُخصّص طبقٌ لكلّ فردٍ في أثناء الطعام، لكن في الولائم الخاصّة أو حفلات العُرس أو الزواج أو في حالات الطعام الجماعيّ عادة ما يوضع وعاء الحساء في وسط المائدة ويوضع الطعام في صينيّة واحدةٍ كبيرةٍ، وحينها تتّضح مدى أهمّيّة هذه الكلمة ''كُلْ مِمّا يَليك'' في العلاقات الإنسانيّة، فقد نقل النبيّ ﷺ البشر -الذين كانوا قبل أربعة عشر قرنًا من الزمان يأكلون ثم يمسحون بأكمامهم دون أيّ آدابٍ أو سلوكيّاتٍ معتبرة- نقلهم إلى الكمالات، وعلّمهم السلوكيّات الفاضلة والآداب الراقية، ومِن ذلك ما رواه عِكْرَاشِ بْنِ ذُؤَيْبٍ ﷺ قَالَ:

''بَعَثَنِي بَنُو مُرَّةَ بْنِ عُبَيْدٍ بِصَدَقَاتِ أَمْوَالِهِمْ إِلَى رَسُولِ اللهِ ﷺ، فَقَدِمْتُ عَلَيْهِ المَدِينَةَ فَوَجَدْتُهُ جَالِسًا بَيْنَ المُهَاجِرِينَ وَالأَنْصَارِ، قَالَ: ثُمَّ أَخَذَ بِيَدِي فَانْطَلَقَ بِي إِلَى بَيْتِ أُمِّ سَلَمَةَ فَقَالَ ﷺ: **هَلْ مِنْ طَعَامٍ؟** فَأُتِينَا بِجَفْنَةٍ كَثِيرَةِ الثَّرِيدِ وَالوَذْرِ، وَأَقْبَلْنَا نَأْكُلُ مِنْهَا، فَخَبَطْتُ بِيَدِي مِنْ نَوَاحِيهَا وَأَكَلَ رَسُولُ اللهِ ﷺ مِنْ بَيْنِ يَدَيْهِ، فَقَبَضَ بِيَدِهِ اليُسْرَى عَلَى يَدِي اليُمْنَى ثُمَّ قَالَ ﷺ: **يَا عِكْرَاشُ، كُلْ مِنْ مَوْضِعٍ وَاحِدٍ فَإِنَّهُ طَعَامٌ وَاحِدٌ**، ثُمَّ أُتِينَا بِطَبَقٍ فِيهِ أَلْوَانُ التَّمْرِ، فَجَعَلْتُ آكُلُ مِنْ بَيْنِ يَدَيَّ، وَجَالَتْ يَدُ رَسُولِ اللهِ ﷺ فِي الطَّبَقِ وَقَالَ ﷺ: **يَا عِكْرَاشُ، كُلْ مِنْ حَيْثُ شِئْتَ فَإِنَّهُ غَيْرُ لَوْنٍ وَاحِدٍ**''(٩٨).

٧- الاتّكاء أثناء الأكل

كان نبيُّنا ﷺ -الذي يقوم بكلّ أمرٍ على أكمل وجهٍ وأحسنه- قدوةً لأصحابه في تناول الطعام، وقد علَّم أصحابه الآداب الدينيّة والجلسات الحسنة، ونتعلّم من الحديث الشريف الذي رواه أبو جُحَيفَةَ وهب ابن عبد الله واحدةً من السلوكيّات النبويّة، حيثُ يروي عن رسول الله ﷺ قوله ''**لَا آكُلُ مُتَّكِئًا**''(٩٩)، فإن الاتّكاء أثناء تناول الطعام هو حال السلاطين القدامى والأغنياء المختالين والمغرورين المتغطرسين من الناس، فهؤلاء الأشخاص لا يدركون كمّيّة الطعام الذي يأكلونه لأنهم يتناولونه وهم متّكئون، ومعظم الأحيان يجلسون أمام المائدة ساعات طويلة فيأكلون وهم يتابعون أحاديثهم وقصصهم، ولهذا نهى الرسول ﷺ عن هذه الجلسة التي تُنسي الإنسان مقدار ما أكله وتبعث فيه الشعور بالغرور والكبرياء.

(٩٨) سنن الترمذي، الأطعمة، ٤١.

(٩٩) صحيح البخاري، الأطعمة، ١٣؛ سنن أبي داود، الأطعمة، ١٦؛ سنن الترمذي، الأطعمة، ٢٨؛ سنن ابن ماجه، الأطعمة، ٦.

٨- التواضع في الجلوس على المائدة

كان رسول الله ﷺ يجلس لتناول الطعام بتواضعٍ تامّ، وفي هذا الشأن تحكي لنا السيدة عائشة ﵂ "**أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ قَالَ لَهَا: يَا عَائِشَةُ لَوْ شِئْتُ لَسَارَتْ مَعِيَ جِبَالُ الذَّهَبِ، أَتَانِي مَلَكٌ فَقَالَ: إِنَّ رَبَّكَ يُقْرِئُ عَلَيْكَ السَّلامَ وَيَقُولُ لَكَ إِنْ شِئْتَ نَبِيًّا مَلِكًا وَإِنْ شِئْتَ نَبِيًّا عَبْدًا، فَأَشَارَ إِلَيَّ جِبْرِيلُ ضَعْ نَفْسَكَ فَقُلْتُ نَبِيًّا عَبْدًا**، قَالَتْ: وَكَانَ النَّبِيُّ ﷺ بَعْدَ ذَلِكَ لا يَأْكُلُ مُتَّكِئًا وَيَقُولُ ﷺ: **آكُلُ كَمَا يَأْكُلُ الْعَبْدُ وَأَجْلِسُ كَمَا يَجْلِسُ الْعَبْدَ**"[١٠٠].

وقد أخبر المصطفى ﷺ بقوله هذا أنه يولي اهتمامه أولًا لأن يكون عبدًا لله كما أنه أيضًا يجلس مثل الناس ويأكل مثلهم، وأكد ذلك بأفعاله، وكانت هذه المبادئ هي الفلسفة الأساسية لحياته ﷺ ومن ثم كان يتواضع أمام نعم الله ويشكره دومًا عند كل طعام.

٩- تناوُلُ الطعام جالسًا

تناول الطعام في حالة الجلوس المعتدل دون الاتّكاء أرضًا هو احترامٌ وتقديرٌ عظيمٌ للنعمة، وهو أيضًا تقديرٌ وشكرٌ لله ﷻ الذي أنعم علينا بها، وكان النبيّ ﷺ يُحقّق غاية التواضع في هيئات وكيفيّات جلساته، حتى إنه كان يجلس ويجثو على ركبتيه أحيانًا، فعن عبد الله بن بُسْر ﵁ قال: "أَهْدَيْتُ لِلنَّبِيِّ ﷺ شَاةً، فَجَثَا رَسُولُ اللهِ ﷺ عَلَى رُكْبَتَيْهِ، يَأْكُلُ، فَقَالَ أَعْرَابِيٌّ: مَا هَذِهِ الْجِلْسَةُ؟ فَقَالَ ﷺ: **إِنَّ اللهَ جَعَلَنِي عَبْدًا كَرِيمًا، وَلَمْ يَجْعَلْنِي جَبَّارًا عَنِيدًا**"[١٠١]، وفي روايةٍ أخرى عن أنس بن مالكٍ ﵁ قال: "رَأَيْتُ النَّبِيَّ ﷺ مُقْعِيًا يَأْكُلُ تَمْرًا"[١٠٢]، وبالطّبعِ ففي عهد النبي ﷺ كان الطعام

(١٠٠) ابن سعد: الطبقات الكبرى، ٣٨١/١.

(١٠١) سنن ابن ماجه، الأطعمة، ٦.

(١٠٢) صحيح مسلم، الأطعمة، ١٤٨.

يـؤكل علـى مائدةٍ أرضيّةٍ ولذلك كان الجميـع يجلس على الأرض، وكان الناس يتّخذون أشـكالًا متنوّعةً فـي كيفيّات وهيئات الجلوس، فمنهم من يجلس على ركبتيه، ومنهم من يجثو ومنهم من يجلس متربّعًا.

وكان لنبيّنا الكريم ﷺ جلسـات مختلفة متنوّعة وكانت هذه الجلسات تختلف بقلّة وكثرة الموجودين على المائدة، فإن لم تكن المائدة مزدحمة يجلـس متربّعًـا، أما إذا كانت مزدحمةً أو كان ثمّةَ من سـيأتون بعده فكان يجلـس علـى ركبتيه أو علـى ركبةٍ واحدةٍ لكي يُفسـح مكانًا للقادمين من بعده، وكان الرسول ﷺ لا يجلس ناصبًا ركبتيه أثناء الصلاة وفي المسجد، إلا أنه ورد أنه جلس بهذا الشكل خارج المسجد.

وينقل لنا أنس بن مالك ﷺ في الحديث السـابق أن الرسـول ﷺ كان يجلـس ناصبًا ركبتيه أرضًا وهو يأكل التمر وأنه كان لا يجلس في الصلاة أو داخل المسـجد هكذا احترامًا للعبادة والمسجد، وفي وقتنا الحاليّ ثمّة عائلاتٌ كثيرةٌ لا تزال تأكل على المائدة الأرضيّة، فإن كان عدد الجالسين علـى المائدة قليلًا جلسـوا متربّعين، أمـا إذا كان العدد كثيرًا فإنهم يجثون على ركبتيهم أو على ركبةٍ واحدةٍ وينصبون الأخرى أو يجلسون مُقْعين.

١٠- عدم انتقاد الطعام

لم ينتقد الرسول ﷺ طعامًا قطّ، ويقول أبو هريرة ﷺ في حديثٍ يتعلّق بهذا الشـأن: "مَا عَابَ رَسُـولُ اللهِ ﷺ طَعَامًا قَطُّ كَانَ إِذَا اشْـتَهَى شَيْئًا أَكَلَهُ وَإِنْ كَرِهَهُ تَرَكَهُ"[١٠٣]، ولم يوبّخ الرسول ﷺ أحدًا من زوجاته مطلقًا بسبب الطعام؛ إذ كان مثالًا للّطف وحسـن المعاملة، فكان إذا استحسـن الطعام تناول منه، وإلّا؛ تركه ولم يعنْهُ، ولم يُحرّمه.

(١٠٣) صحيح البخاري، المناقب، ٢٣، الأطعمة، ٢١؛ صحيح مسلم، الأشربة، ١٨٧-١٨٨؛ سنن أبي داود، الأطعمة، ١٣؛ سنن الترمذي، البر، ٨٤.

١١- الجلوسُ وتناوُلُ الطعام في جماعةٍ

من أهمّ الأمور الخاصّة بآداب الطعام هي أن تتناول الأسرة أو المجموعة وجبتها وطعامها جماعةً في وقتٍ واحدٍ مجتمعين قدر الاستطاعة، وأن لا يتناولوا طعامهم فرادى، ففي الحديث الشريف عن وَحْشِيّ بنِ حَربٍ ﷺ قال: ذات مرّةٍ قال أصحاب رسول الله ﷺ: "يَا رَسُولَ اللهِ إِنَّا نَأْكُلُ، وَلَا نَشْبَعُ، قَالَ ﷺ: **فَلَعَلَّكُمْ تَأْكُلُونَ مُتَفَرِّقِينَ؟** قَالُوا: نَعَمْ، قَالَ ﷺ: **فَاجْتَمِعُوا عَلَى طَعَامِكُمْ، وَاذْكُرُوا اسْمَ اللهِ عَلَيْهِ، يُبَارَكْ لَكُمْ فِيهِ**"(١٠٤)، كما نتعلّم أيضًا من حديث أبي هريرة ﷺ أنّ تناوُلَ الطعام في جماعةٍ يباركه ويجعله يكفي لأناس أكثر، يقول رسول الله ﷺ: "**طَعَامُ الِاثْنَيْنِ كَافِي الثَّلَاثَةِ وَطَعَامُ الثَّلَاثَةِ كَافِي الْأَرْبَعَةِ**"(١٠٥)، وفي رواية أخرى عن جابر بن عبد الله ﷺ -تتعلق بأن الجماعة تكون سببًا في بركة الطعام- يقول سمعت رسول الله ﷺ يقول: "**طَعَامُ الْوَاحِدِ يَكْفِي الِاثْنَيْنِ وَطَعَامُ الِاثْنَيْنِ يَكْفِي الْأَرْبَعَةَ وَطَعَامُ الْأَرْبَعَةِ يَكْفِي الثَّمَانِيَةَ**"(١٠٦).

١٢- الانتهاء من الطعام

من الآداب أن يُنهي المرء الطعام الذي أمامه أو يأكل منه قدر استطاعته، وفي هذا رُويَ عن أنس بن مالكٍ ﷺ أن رسول الله ﷺ "**أَمَرَنَا أَنْ نَسْلُتَ الْقَصْعَةَ قَالَ: فَإِنَّكُمْ لَا تَدْرُونَ فِي أَيِّ طَعَامِكُمْ الْبَرَكَةُ**"(١٠٧)، وفي روايةٍ أخرى عن أنس بن مالكٍ ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ "**إِذَا سَقَطَتْ لُقْمَةُ أَحَدِكُمْ فَلْيُمِطْ عَنْهَا الْأَذَى وَلْيَأْكُلْهَا وَلَا يَدَعْهَا لِلشَّيْطَانِ فَإِنَّكُمْ**

(١٠٤) سنن أبي داود، الأطعمة، ١٤؛ سنن ابن ماجه، الأطعمة، ١٧.

(١٠٥) صحيح البخاري، الأطعمة، ١١؛ صحيح مسلم، الأشربة، ١٧٩-١٨١؛ سنن الترمذي، الأطعمة، ٢١؛ سنن ابن ماجه، الأطعمة، ٢.

(١٠٦) صحيح مسلم، الأشربة، ١٧٩-١٨٠؛ سنن الترمذي، الأطعمة، ٢١؛ سنن ابن ماجه، الأطعمة، ٢.

(١٠٧) صحيح مسلم، الأشربة، ١٣٦؛ سنن أبي داود، الأطعمة، ٤٩؛ سنن الترمذي، الأطعمة، ١١.

لَا تَـدْرُونَ فِـي أَيِّ طَعَامِكُـمْ الْبَرَكَـةُ"(١٠٨)، وهنـا يحثّنـا الرسـول ﷺ على اسـتهلاك مـا وضـع مـن الطعام في الإنـاء وذلك من أجـل الحيلولة دون الإسـراف، وفـي عصرنا الآن؛ بعضُ المؤسّسـات المعاصـرة التي تعرض الطعـام فـي "بوفيه" مفتوحٍ يشـتري المرء منه الخبز والطعـام بما يزيد عن حاجته كثيرًا قائلًا: "سأدفـع ثمنًا موحّدًا، سواءً أخذتُ قليلًا أو كثيرًا"، ثم يلقيـه في القمامة دون أن ينتهي منه جميعًا، ولذلك أمرنا الرسـول الكريم ﷺ قبـل عصـورٍ مـن الزمن بأن نعتنـي بالطعام وإن كان لقمـةً واحدةً وألا نُسـرف فيه أبدًا، ويسـتوقفنا هنا حديث رسـول الله عن الانتهاء من الطعام الذي في الوعاء، فعن أبي اليَمَانِ المُعَلَّى بْنِ رَاشِدٍ، قَالَ: حَدَّثَتْنِي جَدَّتِي أُمُّ عَاصِمٍ -وَكَانَتْ أُمَّ وَلَدٍ لِسِـنَانِ بْنِ سَـلَمَةَ- قَالَتْ: "دَخَلَ عَلَيْنَا نُبَيْشَةُ الخَيْرِ وَنَحْنُ نَأْكُلُ فِي قَصْعَةٍ، فَحَدَّثَنَا أَنَّ رَسُولَ اللهِ ﷺ قَالَ: **مَنْ أَكَلَ فِي قَصْعَةٍ ثُمَّ لَحِسَهَا اسْتَغْفَرَتْ لَهُ القَصْعَةُ**"(١٠٩).

١٣- الطعام والشراب بمقدار

مـن الضـروريّ جـدًّا والمهـمّ بالنسـبة للروح وسـلامة البنيـة تحقيق التوازن في المأكل والمشـرب وعـدم الإفراط فيه، فقد قال ﷺ في حديثٍ عن مِقْدَامِ بنِ مَعْدِيْ كَرِبَ ﷺ: "**مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وِعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ، بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أُكُلَاتٌ يُقِمْنَ صُلْبَهُ، فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ فَثُلُثٌ لِطَعَامِهِ وَثُلُثٌ لِشَرَابِهِ وَثُلُثٌ لِنَفَسِـهِ**"(١١٠)، وفي روايةٍ إن المقوقس أرسـل مـع الهدية طبيبًا، فقال لـه النبي ﷺ: "**ارْجِـعْ إِلَى أَهْلِكَ، نَحْنُ قَوْمٌ لَا نَأْكُلُ حَتَّى نَجُوع، وإِذَا أَكَلْنَا**

(١٠٨) صحيح مسلم، الأطعمة، ١٣٦؛ سنن أبي داود، الأطعمة، ٥٠؛ سنن الترمذي، الأطعمة، ١١.

(١٠٩) سنن الترمذي، الأطعمة، ١١.

(١١٠) سنن الترمذي، الزهد، ٤٧؛ سنن ابن ماجه، الأطعمة، ٥٠.

لَا نَشْبَع"[١١١]، وقد تطرّق الرسول ﷺ هنا إلى موضوعٍ مهمٍّ يتعلّق بسلامة الإنسان وصحّته، وهو أن تناوُل القليل من الطعام يمنع الأمراض ويُعيقها، والحقيقة أن الأشخاص الذين لا يأكلون إلا وهم جائعون، وعندما يأكلون لا يشبعون لا تمتدّ إليهم يد الأمراض إلا قليلًا، وهو الأمر الذي تحدّث عنه الرسول ﷺ قبل أربعة عشر قرنًا من الزمان، والذي يُفهم فهمًا جيّدًا في وقتنا الحاليّ، فكثرةُ الطعام تؤدّي إلى تشغيل الأعضاء الداخليّة أكثر من اللازم وهو ما يتسبّب في إنهاكها دائمًا إلى أن يتمّ إضعافها وتقصيرها، وعندئذٍ تتضاءلُ -إلى أن تنعدم- مناعةُ الجسد ضدّ الأمراض، وعلى الفور يتأثّر الجسد بالفيروسات والبكتريا، ومن ثم تبدأ رحلة الأمراض والمعاناة.

ومما قرّره الأطبّاء والمتخصّصون؛ أن مرض "السكّر" يظهر في سنّ الستين نتيجةً لضعف عضو "البنكرياس" الذي يفرز مادّة "الأنسولين" غير أننا نراه في هذه الأيام يظهر في سنوات الطفولة وذلك بسبب سوء التغذية الزائدة، وهذا الوضع يُشكّل خطرًا داهمًا على سلامة الإنسان وصحّته، بالإضافة إلى أن أمراض السكّر والضغط وأسقام القلب أمراضٌ يندر التعافي منها ويصعب ويُكلِفُ علاجُها، فلا بد للإنسان الذي أُصيب بهذه الأمراض أن يغيّر نمط حياته وأسلوبها إلى أسلوبٍ صحّيٍّ آخر يكون أفضل للجسم وأرخص تكلفةً، وذلك النمط هو التقليل من الطعام كما أخبر رسولنا الكريم ﷺ، كما أن المنهجيّةَ واضحةٌ، فثلثُ المعدة للطعام، وثلثٌ للشراب، وثلثٌ للتنفّس، فإذا ما طبّقنا نظام التغذية بهذه الطريقة نكون قد ابتعدنا عن الأمراض ولن نحرم أنفسنا في أيّ وقتٍ من تذوّق نِعَمِ الله في هذه الدنيا، ولا ننسى أننا بذلك نغيّرُ تدريجيًّا تصرّفاتنا كلّها

(١١١) الحلبي: إنسان العيون (السيرة الحلبية)، ٣/ ٢٩٩.

ونحوّلها من عاداتٍ إلى عبادات، ومن تصرّفات عاديّة إلى اتّباعٍ وإحياءٍ لسنّة النبيّ ﷺ، إذًا فعلى الإنسان ألّا يصل به الأمر إلى أن يكون الطعام والشراب هو هدفه في الحياة لأن أساس الحياة هو العبادة، ويلزم لهذه العبادة القوّة والنشاط والحيويّة ولكي تتحقق هذه الأمور يجب على المرء أن يأكل ولكن دون إفراطٍ ولا تفريطٍ، وإلا سيبتعد عن الغاية والهدف المنشود، ولقد بيّن الرسول الكريم ﷺ أن المسلم يتناول طعامه في معيٍّ واحدٍ بينما الكافر يتناوله في سبعة أمعاءٍ، فوضح لنا المبدأ الأساسيّ لديننا في هذا الشأن في تشبيهٍ جميل، فعن أبي هريرة ﷺ قال: جاء ضيف إلى رسول الله ﷺ، وكان هذا الضيف وقتئذ كافر، فأمر الرسول ﷺ له بحليب الماعز، فشرب الضيف وانتهى منه وظل هكذا حتى شرب سبعة أكواب، أسلم هذا الضيف في الصباح التالي، فأمر الرسول ﷺ له بالحليب ثانية، شربه الضيف فأحضر له الرسول ﷺ مرةً أخرى، غير أنه لم يشربه بأكمله، وعليه قال الرسول ﷺ: "**يَأْكُلُ الْمُسْلِمُ فِي مِعًى وَاحِدٍ، وَالكَافِرُ يَأْكُلُ فِي سَبْعَةِ أَمْعَاءٍ**"(١١٢)، لايؤمن الكفار بالآخرة لأنهم لا يؤمنون بالله، ومن ثمّ فإن غايتهم في الحياة الدنيا تذوُّق كلِّ شيءٍ والاستمتاع به، والمعدة والشهوات بالنسبةِ إليهم فوق كلّ شيءٍ فلا يجب أن يكون المسلم مثلهم، عليه أن يهتمّ بطعامه وشرابه ويبتغي رضا الله في جميع أعماله، وهناك مثال آخر عن مقدار الطعام عَنْ ابْنِ عُمَرَ ﷺ، قَالَ: تَجَشَّأَ(١١٣) رَجُلٌ عِنْدَ النَّبِيِّ ﷺ، فَقَالَ: "**كُفَّ عَنَّا جُشَاءَكَ فَإِنَّ أَكْثَرَهُمْ شِبَعًا فِي الدُّنْيَا أَطْوَلُهُمْ جُوعًا يَوْمَ القِيَامَةِ**"(١١٤).

(١١٢) صحيح البخاري، الأطعمة، ١٢.

(١١٣) الجشاءُ: التقرُّعُ، وهو تنفّس المعدة عند امتلائها.

(١١٤) سنن الترمذي، القيامة، ٣٧.

١٤- إكرام الضيف

عن أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: ''**مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلَا يُؤْذِي جَارَهُ، وَمَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلْيُكْرِمْ ضَيْفَهُ، وَمَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلْيَقُلْ خَيْرًا أَوْ لِيَسْكُتْ**''(١١٥)، وفي رواية أخرى عَنْ أَبِي شُرَيْحٍ العَدَوِيّ ﷺ، قَالَ: سَمِعَتْ أُذُنَايَ، وَأَبْصَرَتْ عَيْنَايَ، حِينَ تَكَلَّمَ النَّبِيُّ ﷺ فَقَالَ: ''**مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللهِ وَاليَوْمِ الآخِرِ فَلْيُكْرِمْ جَارَهُ، وَمَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللهِ وَاليَوْمِ الآخِرِ فَلْيُكْرِمْ ضَيْفَهُ جَائِزَتَهُ**، قَالَ: وَمَا جَائِزَتُهُ يَا رَسُولَ اللهِ؟ قَالَ ﷺ: **يَوْمٌ وَلَيْلَةٌ، وَالضِّيَافَةُ ثَلَاثَةُ أَيَّامٍ، فَمَا كَانَ وَرَاءَ ذَلِكَ فَهُوَ صَدَقَةٌ عَلَيْهِ، وَمَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللهِ وَاليَوْمِ الآخِرِ فَلْيَقُلْ خَيْرًا أَوْ لِيَصْمُتْ**''(١١٦).

إنّ جائزةَ الضيف المذكورةَ في الحديث؛ هي تقديم الأطعمة والأشربة له بحيثُ تكونُ زائدة على الطعام والشراب الخاصّ بالمنزل، فإذا انتهى اليوم الأول تبدأ مراسم الضيافة في اليوم الثاني والثالث على السواء، فيُقدّم للضيف في اليوم الثاني والثالث و يُكرم من الأطعمة والأشربة اليوميّة المعتاد وجودها في المنزل، أما إذا أقام الضيف فوق ثلاثة أيّامٍ فهو عندئذٍ لم يعد ضيفًا، وصاحب المنزل ليس مجبرًا على إكرامه أو مضطرًّا لذلك، أما إذا داوم على إكرامه فله الثواب، وهو عند الله صدقة.

أما الضيف فليس له أن يُضيّق على المضيف ويُثقِّل عليه، والوضع هنا لا يختلف باختلاف حال صاحب المنزل من فقرٍ أو غنًى، وكما يتسبب

(١١٥) صحيح البخاري، الأدب، ٣١، ٨٥، الرقاق، ٢٣؛ صحيح مسلم، الإيمان، ٧٤-٧٧؛ سنن أبي داود، الأدب، ١٢٣؛ سنن الترمذي، القيامة، ٥٠؛ سنن ابن ماجه، الأدب، ٤.

(١١٦) صحيح البخاري، الأدب، ٣١، ٥٨، الرقاق، ٢٣؛ صحيح مسلم، اللقطة، ١٤؛ سنن أبي داود، الأطعمة، ٥؛ سنن الترمذي، البر، ٤٣؛ سنن ابن ماجه، الأدب، ٥.

الضيفُ في تعطيل الغنيّ عن عمله، فإنه أيضًا -إذا أطال الإقامة- قد يترك الفقير في حالة أشدّ بؤسًا وفقرًا وعسرًا.

١٥- تنظيف اللقمة التي سقطت وتناولها

عن جابر بن عبد الله ﷺ أن رسول الله ﷺ قال "**إِذَا وَقَعَتْ لُقْمَةُ أَحَدِكُمْ فَلْيَأْخُذْهَا فَلْيُمِطْ مَا كَانَ بِهَا مِنْ أَذًى وَلْيَأْكُلْهَا وَلَا يَدَعْهَا لِلشَّيْطَانِ وَلَا يَمْسَحْ يَدَهُ بِالْمِنْدِيلِ حَتَّى يَلْعَقَ أَصَابِعَهُ فَإِنَّهُ لَا يَدْرِي فِي أَيِّ طَعَامِهِ الْبَرَكَةُ**"[١١٧]، وفي رواية أخرى عن أنس بن مالك ﷺ "أَنَّ رَسُولَ اللهِ ﷺ كَانَ إِذَا أَكَلَ طَعَامًا لَعِقَ أَصَابِعَهُ الثَّلَاثَ قَالَ وَقَالَ ﷺ: **إِذَا سَقَطَتْ لُقْمَةُ أَحَدِكُمْ فَلْيُمِطْ عَنْهَا الْأَذَى وَلْيَأْكُلْهَا وَلَا يَدَعْهَا لِلشَّيْطَانِ، وَأَمَرَنَا أَنْ نَسْلُتَ الْقَصْعَةَ قَالَ** ﷺ: **فَإِنَّكُمْ لَا تَدْرُونَ فِي أَيِّ طَعَامِكُمْ الْبَرَكَةُ**"[١١٨]، فينبغي على المسلم ألا يُسرف حتى في اللقمة التي تسقط أرضًا، وإذا ما سقطت على أرضٍ جافّةٍ فإنّ أفضل شيءٍ هو تنظيفها وتناولها، أما إذا سقطت على أرضٍ متّسخةٍ أو مبلّلة فيجب أن نلتقطها ونعطيها للحيوانات الأليفة التي نربّيها في المنازل مثل القطط وغيرها، وبهذا نبتعد عن الإسراف، وما نراه في وقتنا الحاليّ من إلقاء نعم الله التي لا تعدّ ولا تحصى في القمامة -في حين أن ثمّة أناسًا يعانون من الجوع في أماكن كثيرةٍ- يُعدّ إسرافًا محضًا وتبذيرًا لا مبرّر له، ولا بدّ أن يؤلم هذا الأمرُ ضمائرنا، ومن ثمَّ يجب علينا الابتعاد عن مثل هذه السلوكيّات الخاطئة من الإسراف والتبذير بما في ذلك إلقاء الطعام في القمامة.

١٦- القيام من على المائدة معًا

كما أنه يجب الجلوس معًا على المائدة؛ كذلك يجب أيضًا الانتظار إلى أن يقوم الجميع معًا، وهذا أحد الأوامر التي أمر بها الرسول ﷺ

(١١٧) صحيح مسلم، الأشربة، ١٣٦؛ سنن أبي داود، الأطعمة، ٤٩؛ سنن الترمذي، الأطعمة، ١١.

(١١٨) صحيح مسلم، الأشربة، ١٣٦؛ سنن أبي داود، الأطعمة، ٤٩؛ سنن الترمذي، الأطعمة، ١١.

في آداب الطعام ففي روايةٍ عن عبد الله بن عمر ﷺ يقول: قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: **"إِذَا وُضِعَتِ الْمَائِدَةُ، فَلَا يَقُومُ رَجُلٌ، حَتَّى تُرْفَعَ الْمَائِدَةُ، وَلَا يَرْفَعُ يَدَهُ، وَإِنْ شَبِعَ، حَتَّى يَفْرُغَ الْقَوْمُ، وَلْيُعْذِرْ، فَإِنَّ الرَّجُلَ يُخْجِلُ جَلِيسَهُ، فَيَقْبِضُ يَدَهُ، وَعَسَى أَنْ يَكُونَ لَهُ فِي الطَّعَامِ حَاجَةٌ"**(١١٩)، فيجب علينا أن نراعي هذا الأمر خاصّةً مع الضيوف المدعوّين إلى منزلنا حينما نتناول الطعام معًا، فربّما لا يستطيعون تناول الطعام خجلًا أو قلقًا أو اضطرابًا، وينبغي أيضًا أن نضع في الاعتبار أن الأطفال يأكلون ببطءٍ وألا نقوم من على مائدة الطعام قبل أن ينتهي الضيوف من طعامهم.

١٧- تنظيف الأيدي بعد الطعام

كان الرسول ﷺ يتناول الأطعمة الصلبة بأصابعه الثلاثة ويأمر أصحابه أن يتناولوها مثله، وهي الإبهام والسبّابة والوسطى، وقد كانت يداه ﷺ دائمًا نظيفتين وطاهرتين أثناء الطعام، ذلك أنه كان يواظب على غسلها قبل الأكل وبعده، ولهذا كان يأكل بعض الأطعمة بيده، ثم يلعق أصابعه بعد الانتهاء من الطعام، وربما يبدو هذا غريبًا على بعض الناس في وقتنا الحاليّ، لكن الغرابةَ تزول إذا فهمنا واستوعبنا أحوال ذلك الزمان، وأنّ الناس كانوا يتضوّرون جوعًا ويعيشون قحطًا شديدًا ولا يجدون ما يقتاتون به من الطعام والشراب، ولا يجدون ما يُعدّون به طعامهم من آنيةٍ أو أوعيةٍ أو ملاعق أو مغرفة، فعند معرفتنا لذلك لن نستغرب أو نتعجّب من تناولهم الطعام بأيديهم، وفي هذا الشأن نجد روايتين إحداهما عن عبد الله بن عباسٍ ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: **"إِذَا أَكَلَ أَحَدُكُمْ طَعَامًا فَلَا يَمْسَحْ يَدَهُ حَتَّى يَلْعَقَهَا أَوْ يُلْعِقَهَا"**(١٢٠)، والأخرى عن كعب بن مالك ﷺ

(١١٩) سنن ابن ماجه، الأشربة، ٢١.

(١٢٠) صحيح البخاري، الأشربة، ٥٢؛ صحيح مسلم، الأشربة، ١٢٩؛ سنن أبي داود، الأطعمة، ٥١؛ سنن ابن ماجه، الأطعمة، ٩.

قال: ''رَأَيْتُ النَّبِيَّ ﷺ يَلْعَقُ أَصَابِعَهُ الثَّلَاثَ مِنْ الطَّعَامِ''(١٢١)، وفي روايةٍ أخرى لكعب بن مالك ﷺ: ''أَنَّ رَسُولَ اللهِ ﷺ كَانَ يَأْكُلُ بِثَلَاثِ أَصَابِعَ فَإِذَا فَرَغَ لَعِقَهَا''(١٢٢).

١٨- غسل الأيدي بعد الطعام

مثلما أمر الرسول ﷺ بغسل الأيدي قبل الأكل أكّد أيضًا على فضيلة غسلها بعده، ويروي لنا سلمانُ الفارسيُّ ﷺ روايةً عن غسل الأيدي فيقول: ''قَرَأْتُ فِي التَّوْرَاةِ أَنَّ بَرَكَةَ الطَّعَامِ الْوُضُوءُ قَبْلَهُ فَذَكَرْتُ ذَلِكَ لِلنَّبِيِّ ﷺ فَقَالَ ﷺ: **بَرَكَةُ الطَّعَامِ الْوُضُوءُ قَبْلَهُ، وَالْوُضُوءُ بَعْدَهُ**''(١٢٣)، وهناك رواية عن أبي هريرة ﷺ يحثّ فيها على غسل اليدين حتى قبل النوم، فيقول مرفوعًا: ''**مَنْ نَامَ وَفِي يَدِهِ غَمَرٌ، وَلَمْ يَغْسِلْهُ فَأَصَابَهُ شَيْءٌ، فَلَا يَلُومَنَّ إِلَّا نَفْسَهُ**''(١٢٤)، ربما أراد المصطفى ﷺ في هذا الحديث أن يوضّح الضرر الذي قد يقع بسبب الحشرات التي تشمّ رائحة الطعام مثل العقرب والثعبان وغيرها، ولقد كان الرسول ﷺ يلعق أصابعه من الطعام الدسم ومن الدهون التي تلتصق بها، لكنه قطعًا كان يمسحها أو يغسلها بعد ذلك، وكما أن غسل الأيدي قبل الطعام من آداب الطعام فإن غسلها بعده أيضًا يُعدّ شرطًا من شروط النظافة البسيطة أكثر من كونه من آداب الطعام، لأنه ربما تكون الأيدي نظيفة قبل الطعام غير أنها بالطبع تتلوّث وتتلطّخ بالدهون وتتّسخ أثناء الطعام، ومن ثمّ فكما تُزال وتنظّف البقايا والدهون وغيرها من الأشياء التي تلوث الأيدي، فإن هذا يُعدّ أيضًا وقايةً للصحّة.

(١٢١) صحيح مسلم، الأشربة، ١٣١.
(١٢٢) سنن أبي داود، الأطعمة، ٤٤؛ سنن الترمذي، الأطعمة، ٩.
(١٢٣) سنن أبي داود، الأطعمة، ١١؛ الترمذي: الشمائل المحمدية، ١٥٤-١٥٥.
(١٢٤) سنن أبي داود، الأطعمة، ٥٣.

١٩- استخدام السواك بعد الطعام

كان رسول الله ﷺ يوصي أصحابه باستخدام السواك كما كان يستخدمه هو بنفسه فور دخوله المنزل، وفي روايةٍ عن شُرَيحٍ قال: سَأَلْتُ عَائِشَةَ ﵂ ''قُلْتُ: بِأَيِّ شَيْءٍ كَانَ يَبْدَأُ النَّبِيُّ ﷺ إِذَا دَخَلَ بَيْتَهُ؟ قَالَتْ: بِالسِّوَاكِ''(١٢٥)، ويمكن أن نفسّر ذلك بأنّ أوّل شيءٍ كان يفعله المصطفى ﷺ عند دخوله المنزل هو استخدام السواك، وهذا كفيلٌ بتوضيح مدى أهمّيّته وعنايته بنظافة أسنانه، وأنه لا بدّ له أن يكون حسن المظهر أمام أهل بيته، ولقد كان رسول الله ﷺ يستخدم السواك دائمًا، وفي هذا يقول أبو موسى ﵁: ''دَخَلْتُ عَلَى النَّبِيِّ ﷺ وَطَرَفُ السِّوَاكِ عَلَى لِسَانِهِ''(١٢٦)، وهذا يوضّح أن رسول الله ﷺ لم يكن يستعمل السواك في أوقات الصلاة فقط أو في أوقات معروفةٍ من اليوم فقط، بل كان يستخدمه كلّ وقتٍ وحين، وفي رواية عن حذيفة ﵁ ''أَنَّ رَسُولَ اللهِ ﷺ كَانَ إِذَا قَامَ مِنْ اللَّيْلِ يَشُوصُ فَاهُ بِالسِّوَاكِ''(١٢٧)، وفي رواية أخرى عن أمّنا عائشة ﵂ ''كُنَّا نُعِدُّ لَهُ سِوَاكَهُ وَطَهُورَهُ فَيَبْعَثُهُ اللهُ مَا شَاءَ أَنْ يَبْعَثَهُ مِنْ اللَّيْلِ فَيَتَسَوَّكُ وَيَتَوَضَّأُ وَيُصَلِّي''(١٢٨).

أي إنه ﷺ كان يتسوّك حينما يقوم ليلًا، فنحن في المعتاد نغسل وننظّف أسناننا بعد الطعام، أما الرسول ﷺ فكان ينظّفها بعد الطعام وقبل الصلاة وبعدها، وأيضًا عند قيام الليل، كما أنه بيّن فوائد السواك، فقال في روايةٍ عن السيدة عائشة ﵂ ''**السِّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ**''(١٢٩) وفي هذا الحديث يوضح لنا الرسول ﷺ أسباب توصيته لنا باستخدام السواك:

(١٢٥) صحيح مسلم، الطهارة، ٤٣-٤٤؛ سنن النسائي، الطهارة، ٧.

(١٢٦) صحيح مسلم، الطهارة، ٤٥.

(١٢٧) صحيح البخاري، الوضوء، ٧٣، التهجد، ٩؛ صحيح مسلم، الطهارة، ٤٦-٤٧؛ سنن أبي داود، الطهارة، ٣٠. سنن النسائي، الطهارة، ١، قيام الليل، ١٠-١١؛ سنن ابن ماجه، الطهارة، ٧.

(١٢٨) صحيح مسلم، المسافرين، ١٣٩؛ سنن النسائي، السهو، ٦٧، قيام الليل، ٢، ٢٥، ٤٣؛ سنن ابن ماجه، الإقامة، ١٢٣.

(١٢٩) سنن النسائي، الطهارة، ٤؛ صحيح البخاري، الصوم، ٢٧.

١- طهارةٌ للفم:

مـن الضـروريّ أن يكون الفم نظيفًا طاهـرًا، ذلك أن نظافة الفم تمنـع الرائحة الكريهة وتحمي الأسـنان من التسوّس والتلف، وخاصّةً أن رائحة الفـم الكريهـة أمرٌ لا يحتمله أو يتقبّله أحد فـي مجتمعنا الحاليّ، كما أكّد الطبّ الحديث أنّ تسوُّس الأسنان يتسبب في أمراض القلب.

٢- الفوز برضوان الله

هـذا الجسـد هـو نعمة الله لنـا، ويجب علينـا أن نعتني بـه، لأنه أمانة الله لدينـا، وإذا أهملناه سنحاسـب على خيانة الأمانـة ومن ثمّ يجب علينا الاعتناء به وحمايته جيّدًا، ولقد كان الرسول ﷺ يوصي أصحابه بالسواك، وبيّن أنه لم يأمر به حتى لا يشـقّ على أمّته، ففي روايةٍ عن أبي هريرة رضي الله عنه قـال: قال الرسـول ﷺ: "**لَوْلَا أَنْ أَشُـقَّ عَلَى أُمَّتِي أَوْ عَلَـى النَّاسِ لَأَمَرْتُهُمْ بِالسِّـوَاكِ مَعَ كُلِّ صَلَاةٍ**"[١٣٠]، وهذا الحديث الشـريف الذي يوضّـح مدى أهمّيّة نظافة الفم والأسنان يضـع أمام الناس أمورًا كثيرة منها أمران مهمّان:

أوّلهما: التسوّك في اليوم خمس مرّات:

كان رسـول الله ﷺ يتسـوّك في اليوم خمس مرّاتٍ مـع كلّ صلاةٍ مرّةً، وحتى عند قيام الليل، لكنّنا اليوم نجد أناسًا يصعب عليهم غسل أسنانهم مرّةً واحدةً في اليوم بل تراهم ينسون أحيانًا.

وثانيهما: الأمر:

لـم يقل الرسـول ﷺ لأوصيت بل يقول لأمـرت، والفرق بين الوصيّة والأمـر واضـح، وهـو أن الوصيّة ندبٌ واسـتحباب، أما الأمـر فهو ما لا

(١٣٠) صحيح البخاري، الجمعة، ٨، التمني، ٩، الصوم، ٢٧؛ صحيح مسلم، الطهارة، ٤٢؛ سنن أبي داود، الطهارة، ٢٥؛ سنن الترمذي، ١٨؛ سنن النسائي، الطهارة، ٦، المواقيت،٢٠؛ سنن ابن ماجه، الطهارة، ٧.

مجـال لتركه ويُعاقب الإنسـان على تركه، لكنّـه ﷺ لم يأمر بذلك حتى لا يشقّ على أمّته، وقد فكّر أن يأمرهم به ويكلّفهم بفعله إلا أنه يعلم أنّ إرادة البشر ضعيفة؛ فهم يضجرون سريعًا من فعل بعض الأمور حتى وإن كانت متعلّقةً بصحّتهم وسلامتهم، في حين أن الصحّة هي أصل كلّ شيءٍ، كما أن الفم والأسـنان التي بداخله من أهمّ الأعضاء في جسـدنا، أي إنه يجب علينا الاقتداء بالرسـول ﷺ في اهتمامه بنظافة وسـلامة أسـنانه وفمه وألّا نهمل أسناننا حتى وإن لم يأمرنا بذلك.

٢٠- الدعاء بعد الطعام

عـن معـاذ بن أنس قال: قال رسـول الله ﷺ: "**مَـنْ أَكَلَ طَعَامًا ثُمَّ قَالَ: الْحَمْـدُ لِلهِ الَّـذِي أَطْعَمَنِي هَذَا الطَّعَامَ، وَرَزَقَنِيهِ مِنْ غَيْرِ حَوْلٍ مِنِّي وَلَا قُوَّةٍ، غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ وَمَا تَأَخَّرَ**"(١٣١)، هناك بعض المفاهيم التي يوضّحها الحديث الشريف منها:

١- أن الطعام والرزق ليس بِيَدِ الإنسان، فهو لا يملك مهارة عصفورٍ ليحصل على رزقه، أو لأنه في بعض الأحيان لا يستطيـع أن يأكل ما أمامه لأنه مُحرّم عليه.

٢- أعمال الإنسـان وأفعاله لا تغيّر النتيجة، بمعنى أنه لا يملك القوّة أو القـدرة علـى ذلك، والإنسـان يـأكل ليعيش ويحيا ورغـم ذلك فإنه لا يضمن حياته، والله هو من يُحييه.

٣- إذا تدبّـر المـرء هـذه الأمـور وأدركهـا غُفر لـه ما تقدّم مـن ذنبه، والدعاء بعد الطعام له أنواع شتّى، منها:

(١٣١) سنن أبي داود، اللباس، ٤١؛ سنن الترمذي، الدعوات، ٥٦؛ سنن ابن ماجه، الأطعمة، ١٦.

أ. حمد الله

عَـنْ أَبِـي أُمَامَةَ ﷺ أَنَّ النَّبِـيَّ ﷺ كَانَ إِذَا رَفَـعَ مَائِدَتَـهُ قَالَ: ''**الْحَمْدُ لِلّٰهِ كَثِيـرًا طَيِّبًـا مُبَارَكًا فِيـهِ غَيْرَ مَكْفِيٍّ وَلَا مُوَدَّعٍ وَلَا مُسْـتَغْنًى عَنْـهُ رَبَّنَا**''(١٣٢)، وفـي هـذا الحديـث الشـريف يتبيّن لنا كيفيّـة دعاء الرسـول ﷺ وما يقوله أثناء الدعاء بالنسبة لنا أمرٌ في غاية الأهمّيّة، فيجب علينا أن نحمد الله ﷻ ونشكر فضله وندعوه كما كان يدعوه نبيّه ورسوله الكريم ﷺ.

١- يجب حمد اللّه وشكره:

لقد خلق الله الإنسان في أحسن تقويمٍ، وقد خلق كلّ شيءٍ في الكون للإنسان، ونُسِّق تبعًا وطبقًا له، لقد خلق الله الإنسان من لحمٍ وعظمٍ وخلق لـه أيضًـا الغـذاء الذي يلائم بنيته وجسـده، وكمـا أن لهذا الغـذاء ضروبًا وأنواعًـا كثيـرةً في الدنيا فـإن مقاديره وكمّيّاته أيضًا كثيرةٌ بحيث يسـتطيع الإنسان الحصول على كلّ ضروب الطعام، ورغم أننا نحصل على أقواتنا بسـهولةٍ ويسـرٍ إلا أننـا لا نحمـد الله ﷻ الذي منحنا هـذه النعم إلا قليلًا، ففي العلاقات الإنسانيّة إذا ما قدّم أحدهم لنا معروفًا نشعر أنه يجب علينا شكره، فهل نشكر الله حقّ شكره وهو الذي أغدق علينا كلّ نعمه هذه دون حسـاب؟ إنه لا يريد منا سـوى حمده وشكره مقابل هذه النعم الوفيرة وما أجمل هذا القول ''عباد النعم كثيرٌ لكن عباد المنعم قليلٌ''.

٢- يجب أن ندعوا من صميم قلوبنا:

يتحـدّث هـذا الحديـث الشـريف عـن كيفية الدعـاء وعن المشـاعر والعواطـف التـي يُحسُّ بها أثناءه. نعم، لا بـدّ أن يكون الدعاء طيبًا، أيضًا يجب أن يكون ما ندعو الله به وما نطلبه منه أمورًا طيبةً طاهرةً، فيجب أن ندعو الله بما هو حلال وبالطرق الحلال وألا ندعوه بغية المحرمات، كما

(١٣٢) صحيح البخاري، الأطعمة، ٥٤؛ سنن أبي داود، الأطعمة، ٥٢؛ سنن الترمذي، الدعوات، ٥٥؛ سنن ابن ماجه، الأطعمة، ١٦.

أنـه يجب أن ندعو الله ونحمده ابتغـاء مرضاته وليس رياءً أو تظاهرًا، وأن يكون مكان الدعاء طيّبًا طاهرًا وليس نجسًا مُحرّمًا.

٣- الدعاء الطيّب المبارك:

وثمّـةَ أمـرٌ آخر يجب الانتباه إليه عند الدعـاء ألا وهو المواظبة عليه، والإكثار منه وتجديد النشاط دائمًا حتى يُحافظ المرءُ على حيويّته وإقباله، ويجب على كلّ صاحب عملٍ أو وظيفةٍ يريد النجاح فيها؛ أن يطوّر نفسه ويـؤدّي أفضـل مـا لديه ويحاول إتمامـه على أكمل وجهٍ، قـال ﷺ: ''**وَإِنَّ أَحَـبَّ الْأَعْمَـالِ إِلَى اللهِ مَا دُووِمَ عَلَيْهِ، وَإِنْ قَلَّ**''(١٣٣)، مشـجّعًا الناس على مداومة كلّ ما هو مندرجٌ تحت العبادة، وكأنّه يقول لنا "القليل الدائم خير من الكثير المؤقّت" فلَأَنْ تدعو الله على الدوامِ في كلّ يومٍ سـاعةً واحدةً؛ خيـرٌ مـن أن تجلس يومًا كاملًا تدعوه ثم تتوقّف عن الدعاء طيلةَ حياتك، وهكذا دَوَالَيكَ في سائر العبادات.

٤- دعاء غير مودّع ولا مستغنًى عنه:

ومـن أهـمّ أركان الدعاء أيضًا أن يكون مقبولًا عند الله غير مودّعٍ، فلا بدّ للإنسـان حينما يدعو ربّه؛ أن يعرف ما يريد، وأن يدعوا بأشـياء يمكن قبولها، وعلى المرء أن يطلب من الله ما يتناسبُ معه وألّا يطلب منه تعالى ما لا يُقبل أو ما يخالف سنّة الله.

٥- حمدًا كثيرًا طيّبًا:

علينا أن نتوسّـع في الدعاء عندما ندعو، فلا نقول "الصلاة والسـلام عليـه" بـل نقول "ألـفُ ألفِ صلاةٍ وألفُ ألفِ سـلامٍ عليـه" ولا نقلّل من الدعاء بل نزيد منه قدر المستطاع.

(١٣٣) صحيح مسلم، صلاة المسافرين وقصرها، ٣٠.

ب. شكرُ من أعدّوا الطعام وقدّموه والدعاء لهم:

ذات يـوم صَنَـعَ أَبُو الْهَيْثَمِ بْنُ التَّيْهَانِ ﷺ لِلنَّبِـيِّ ﷺ طَعَامًا فَدَعَا النَّبِيَّ ﷺ وَأَصْحَابَهُ فَلَمَّا فَرَغُوا قَالَ ﷺ: "**أَثِيبُوا أَخَاكُمْ**، قَالُوا: يَا رَسُـولَ اللهِ، وَمَا إِثَابَتُهُ؟ قَالَ ﷺ: **إِنَّ الرَّجُلَ إِذَا دُخِلَ بَيْتُهُ فَأُكِلَ طَعَامُهُ، وَشُرِبَ شَرَابُهُ، فَدَعَوْا لَهُ فَذَلِكَ إِثَابَتُهُ**"(١٣٤).

٢١- عدمُ تناول الطعام في أوعيةٍ ذهبيّةٍ أو فضّيّة:

لم يأكل الرسول ﷺ في أوعيةٍ من فضّةٍ أو ذهبٍ ونهى عن الأكل فيها، فقـال ﷺ فـي روايـة عن حذيفة ﷺ: "**لَا تَلْبَسُـوا الْحَرِيـرَ وَلَا الدِّيبَاجَ، وَلَا تَشْرَبُوا فِي آنِيَةِ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ، وَلَا تَأْكُلُوا فِي صِحَافِهَا**"(١٣٥).

فيجـب على المسـلمين أن يتحـرّوا الدقّة خاصّةً فـي أدوات المطبخ وأشـيائه فـلا يجـوز الأكل في أوعيـةٍ ذهبيّـةٍ أو فضّيّةٍ، فعَنْ أُمِّ سَـلَمَةَ ﷺ، زَوْجِ النَّبِـيِّ ﷺ، أَنَّ رَسُـولَ اللهِ ﷺ قَالَ: "**الَّذِي يَشْـرَبُ فِـي إِنَاءِ الفِضَّةِ إِنَّمَا يُجَرْجِرُ**(١٣٦) **فِي بَطْنِهِ نَارَ جَهَنَّمَ**"(١٣٧).

٢٢- عدم الجلوس على مائدةٍ بها طعامٌ أو شرابٌ محرّمٌ:

وقد نهى الرسـول ﷺ عن جلوس المؤمنين على الموائد التي تحتوي علـى خمـرٍ أو طعامٍ محرّمٍ، فقال في رواية عن جابـر ﷺ: **وَمَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِـاللهِ وَاليَـوْمِ الآخِرِ فَـلَا يَجْلِسْ عَلَى مَائِـدَةٍ يُدَارُ عَلَيْهَـا بِالخَمْرِ**"(١٣٨)، إذن يجـب علـى المؤمـن التقيّ ألا يقبل بشـرب الخمـر، وأن يكـون واضحًا فـي ذلك، لأن هذا مـا يتطلّبه الإيمان منه، وعـدم الجلوس على مثل هذه

(١٣٤) سنن أبي داود، الأطعمة، ٥٤.

(١٣٥) صحيح مسلم، اللباس، ٤.

(١٣٦) يجرجر: يجرعها جرعاً متواتراً و له صوتٌ كصوت الجرجرة التي يُخرجها البعير من حنجرته.

(١٣٧) صحيح البخاري، الأشربة، ٢٨؛ صحيح مسلم، اللباس، ١.

(١٣٨) سنن الترمذي، الأدب، ٤٣.

الموائـد السُّـكْرِيّة يكـون بمثابـة رسـالة مهمّةٍ للذيـن اعتادوا على شُـرْبِهِ، وسـيكون مانعًـا لهـم من تناول الشـراب علـى الأقل طوال فتـرة الطعام، ومـن يدركون مدى حساسـية هذا الأمر؛ سـيقطعون تدرجيًـا عادة وضـع الشـراب علـى المائدة، وربمـا يكون هـذا التصرّف وسـيلةً ناجحةً لإنقاذ هؤلاء الأشخاص من الإدمان.

٢٣- عدم ازدراء أيّ نعمةٍ:

عن جَابِر بْن عَبْدِ اللهِ قَالَ: ''كُنْتُ جَالِسًـا فِي دَارِي فَمَرَّ بِي رَسُـولُ اللهِ ﷺ فَأَشَـارَ إِلَيَّ فَقُمْتُ إِلَيْهِ فَأَخَذَ بِيَدِي فَانْطَلَقْنَا حَتَّى أَتَى بَعْضَ حُجَرِ نِسَـائِهِ فَدَخَـلَ ثُـمَّ أَذِنَ لِي فَدَخَلْتُ الْحِجَابَ عَلَيْهَا فَقَـالَ ﷺ: **هَلْ مِنْ غَدَاءٍ** فَقَالُوا نَعَـمْ فَأُتِـيَ بِثَلَاثَةِ أَقْرِصَـةٍ فَوُضِعْنَ عَلَى نَبِيٍّ[١٣٩] فَأَخَذَ رَسُـولُ اللهِ ﷺ قُرْصًا فَوَضَعَهُ بَيْنَ يَدَيْهِ وَأَخَذَ قُرْصًا آخَرَ فَوَضَعَهُ بَيْنَ يَدَيَّ ثُمَّ أَخَذَ الثَّالِثَ فَكَسَرَهُ بِاثْنَيْنِ فَجَعَلَ نِصْفَهُ بَيْنَ يَدَيْهِ وَنِصْفَهُ بَيْنَ يَدَيَّ ثُمَّ قَالَ ﷺ: **هَلْ مِنْ أُدُمٍ** قَالُوا لَا إِلَّا شَيْءٌ مِنْ خَلٍّ قَالَ ﷺ: **هَاتُوهُ فَنِعْمَ الْأُدُمُ هُوَ**''[١٤٠]، لا نستطيع الجزم بـأن رسـول الله ﷺ كان يحبّ الخـلّ كثيرًا، وأنه كان يطلبـه في كلّ طعامٍ، وربما لأنّ الخلّ فحسب كان هو الإدام الوحيد الموجود في منزله ﷺ نظرًا لقلّة الإمكانيّات المادّيّة.

ونريد هنا أن نلخّص السلوكيّات والإرشادات النبويّة الخاصّة بالطعام؛ فيجب غسـل الأيدي قبل الأكل وذكر اسـم الله عند البدء بالطعام، والأكل باليميـن وإجابـة الدعوة إلى الطعام، وعلى كلّ فـردٍ أن يأكل ممّا يليه وأن يجيـب الدعـوة إلـى الطعـام، وألا يأكل متّكئًـا، وأن يجلس علـى المائدة بتواضـعٍ وألا ينتقـد الطعام أو يعيبه، وكذلك أيضًا يُندَب تناوُل الطعام في

(١٣٩) أي: على مائدةٍ من خوص، وقيلَ هو كساءٌ من وبرٍ أو صوف، ولعلّه منديلٌ وُضِعَ عليه الطعام.

(١٤٠) صحيح مسلم، الأشربة، ١٦٧، ١٦٩؛ سنن أبي داود، الأطعمة، ٣٩؛ سنن الترمذي، الأطعمة، ٣٥؛ سنن ابن ماجه، الأطعمة، ٣٣.

جماعةٍ، وينبغي إنهاء الطعام المسكوب في الإناء، والاعتدال في جلسة الطعام والشراب، وعدم تناول الطعام بشراهَةٍ، وتنظيف اللقمة التي تسقط وتناولها، والقيام من الطعام مع الجماعة إذا وُجدت، وغسل الأيدي بعد الأكل ثم التسوّك أو غسل الأسنان، وحمد الله على الطعام وتقديم الشكر لمن أعدّوه وقدَّموه، وأخيرًا لا يجوز تناول الطعام في آنيةٍ من فضّةٍ أو ذهبٍ، أو الجلوس على مائدةٍ بها طعامٌ أو شرابٌ محرّمٌ، ولا ازدراء أيّ نعمةٍ أو مقتها.

ب. طريقة الرسول ﷺ في الشرب

عندما ندرس متون الأحاديث وكُتب الطبقات نجد أن أنواع المشروبات التي كانت موجودةً في عهد النبيّ ﷺ تقريبًا خمسة عشر نوعًا، بيد أنه أكثر ما ذُكر في الأحاديث من المشروبات التي شربها الرسول ﷺ هي العسل وعصير التمر وعصير العنب الجاف واللبن، ويذْكُر أنس ابن مالك هذه المشروبات التي شربها الرسول ﷺ موضحًا لِمَن خلفه أنه قد حافظ على القدح المتبقّي له من الرسول ﷺ فقَالَ: ''لَقَدْ سَقَيْتُ رَسُولَ اللهِ ﷺ بِقَدَحِي هَذَا الشَّرَابَ كُلَّهُ: الْعَسَلَ وَالنَّبِيذَ، وَالْمَاءَ وَاللَّبَنَ''(١٤١)، كما يوضّح أيضًا أن والدته تحتفظُ بقدحٍ آخر، فعن أنس ﷺ قال: ''كَانَ لِأُمِّ سُلَيْمٍ قَدَحٌ مِنْ عَيْدَانٍ، فَقَالَتْ: سَقَيْتُ فِيهِ رَسُولَ اللهِ ﷺ كُلَّ الشَّرَابِ الْمَاءَ، وَالْعَسَلَ، وَاللَّبَنَ، وَالنَّبِيذَ''(١٤٢)، وفي رواية أخرى بما يتعلّق بشراب رسول الله ﷺ عَنْ عَائِشَةَ ﷺ قَالَتْ: ''كُنَّا نَنْبِذُ لِرَسُولِ الله ﷺ فِي سِقَاءٍ، فَنَأْخُذُ قَبْضَةً مِنْ تَمْرٍ، أَوْ قَبْضَةً مِنْ زَبِيبٍ، فَنَطْرَحُهَا فِيهِ، ثُمَّ نَصُبُّ عَلَيْهِ الْمَاءَ، فَنَنْبِذُهُ غُدْوَةً، فَيَشْرَبُهُ عَشِيَّةً، وَنَنْبِذُهُ عَشِيَّةً، فَيَشْرَبُهُ غُدْوَةً''(١٤٣).

(١٤١) صحيح مسلم، الأشربة، ٩؛ الترمذي: الشمائل المحمدية، ١٦٣.

(١٤٢) سنن النسائي، الأشربة، ٥٨.

(١٤٣) سنن أبي داود، الأشربة، ١٠؛ سنن ابن ماجه، الأشربة، ١٢.

١- المشروبات التي كان يفضّلها الرسول ﷺ بوجهٍ عامٍ:

أ. اللبن

إن اللبن أحد المشروبات التي كان الرسول ﷺ يحبّها ويشربها، خاصّةً وأنه كما ذُكر سابقًا قد اختاره من بين المشروبَين اللذَين قُدِّمَا له ليلة المعراج، وكان يضيف كوبًا من الماء البارد إلى اللبن -إن توفّر له ذلك- عندما يكون الجوّ حارًّا، ويشربه بهذه الطريقة، كما كان رسول الله ﷺ يحبّ اللبن، حتى إنه ذات مرّةٍ أخبرنا أن اللبن فقط هو الغذاء الوحيد الذي يُغني عن الطعام والشراب، وفي روايةٍ عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ ﷺ، قَالَ: كُنْتُ فِي بَيْتِ مَيْمُونَةَ فَدَخَلَ رَسُولُ اللهِ ﷺ وَمَعَهُ خَالِدُ بْنُ الْوَلِيدِ ﷺ فَجَاؤوا بِضَبَّيْنِ مَشْوِيَّيْنِ عَلَى ثُمَامَتَيْنِ، فَتَبَزَّقَ رَسُولُ اللهِ ﷺ فَقَالَ خَالِدٌ: إِخَالُكَ تَقْذُرُهُ يَا رَسُولَ اللهِ، قَالَ **أَجَلْ**، ثُمَّ أُتِيَ رَسُولُ اللهِ ﷺ بِلَبَنٍ فَشَرِبَ، فَقَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: "**إِذَا أَكَلَ أَحَدُكُمْ طَعَامًا فَلْيَقُلْ: اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيهِ، وَأَطْعِمْنَا خَيْرًا مِنْهُ، وَإِذَا سُقِيَ لَبَنًا فَلْيَقُلْ: اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيهِ، وَزِدْنَا مِنْهُ، فَإِنَّهُ لَيْسَ شَيْءٌ يُجْزِئُ مِنَ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ إِلَّا اللَّبَنُ**"(١٤٤).

ب. الماء

أمرهُ بأن تكون المياه طاهرة:

كان الرسول ﷺ يهتمّ كثيرًا بجودةِ المياه التي يشربها، وإذا نظرنا إلى الأحاديث جيّدًا سنجد أنه ﷺ لم يشرب أيّ نوعٍ من الماء، بل نراهم كانوا يحضّرون له المياه العذبة من خارج المدينة، وتروي لنا السيدة عائشة ﷺ في هذا الأمر: "أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ كَانَ يُسْتَعْذَبُ لَهُ الْمَاءُ مِنْ بُيُوتِ السُّقْيَا"(١٤٥)، كما توجد روايات توضح أنها كانت بالقرب من المدينة سبعة عيون

(١٤٤) سنن أبي داود، الأشربة، ٢١.

(١٤٥) سنن أبي داود، الأشربة، ٢٢.

ماءٍ وكان الشباب من الصحابة يذهبون إليها ويحضرون الماء وفق دورٍ وترتيبٍ معيّن.

شرابه ﷺ ما بات من الماء:

أما الأمر الآخر الذي اهتمّ به الرسول ﷺ في شرب الماء هو ما بات أو بقيَ منها، وتستوقفنا هنا هذه الرواية عن جابر بن عبد الله ﷺ حيثُ يقول: "دَخَلَ رَسُولُ اللهِ ﷺ، عَلَى رَجُلٍ مِنَ الْأَنْصَارِ، وَهُوَ يُحَوِّلُ الْمَاءَ فِي حَائِطِهِ، فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللهِ ﷺ: **إِنْ كَانَ عِنْدَكَ مَاءٌ بَاتَ فِي شَنٍّ**(١٤٦) **فَاسْقِنَا، وَإِلَّا كَرَعْنَا** قَالَ: عِنْدِي مَاءٌ بَاتَ فِي شَنٍّ، فَانْطَلَقَ، وَانْطَلَقْنَا مَعَهُ إِلَى الْعَرِيشِ فَحَلَبَ لَهُ شَاةً عَلَى مَاءٍ بَاتَ فِي شَنٍّ فَشَرِبَ، ثُمَّ فَعَلَ مِثْلَ ذَلِكَ بِصَاحِبِهِ الَّذِي مَعَهُ"(١٤٧)، وتقول أمّنا عائشة ﷺ عن حبّه للشراب البارد "كَانَ أَحَبُّ الشَّرَابِ إِلَى رَسُولِ اللهِ ﷺ الحُلْوَ البَارِدَ"(١٤٨)، وللشراب أيضًا آدابٌ كما هو الطعام ويمكن أن نعدَّ هذه الآداب كالتالي.

٢- الأمور التي حثّنا عليها عند تناول الشراب:

أ. التسمية قبل تناول الشراب

يجب ذكر اسم الله قبل تناول الماء أو أي مشروبٍ آخر، وحمد الله بعد الانتهاء، وقد كان الحبيب ﷺ يشرب الماء والمشروبات الأخرى متفرّقةً إلى ثلاث دفعات وفي هذا يقول: "**لَا تَشْرَبُوا وَاحِدًا كَشُرْبِ البَعِيرِ، وَلَكِنْ اشْرَبُوا مَثْنَى وَثُلَاثَ، وَسَمُّوا إِذَا أَنْتُمْ شَرِبْتُمْ، وَاحْمَدُوا إِذَا أَنْتُمْ رَفَعْتُمْ**"(١٤٩).

(١٤٦) القربة الصغيرة التي يوضع فيها الماء، ويكون فيها باردًا أكثر من غيرها.

(١٤٧) سنن ابن ماجه، الأشربة، ٢٥.

(١٤٨) الترمذي: **الشمائل المحمدية**، ١٦٩.

(١٤٩) **سنن الترمذي**، الأشربة، ١٣.

ب. الشرب باليد اليمنى

عن عبد الله بن عمر ﷺ أَنَّ رَسُولَ اللهِ ﷺ قَالَ: "**إِذَا أَكَلَ أَحَدُكُمْ فَلْيَأْكُلْ بِيَمِينِهِ وَإِذَا شَرِبَ فَلْيَشْرَبْ بِيَمِينِهِ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَأْكُلُ بِشِمَالِهِ وَيَشْرَبُ بِشِمَالِهِ**"(١٥٠).

ج. الساقي آخر من يشرب

ونتعلّم من أقوال رسولنا ﷺ أن من يسقي الناسَ الماءَ أو غيرها من أنواع الشراب يجب أن يكون آخر من يشرب، فيقول المصطفى ﷺ في رواية عن أبي قتادة ﷺ "**إِنَّ سَاقِيَ الْقَوْمِ آخِرُهُمْ شُرْبًا**"(١٥١).

كان الصحابة ﷺ في غاية التعب والإرهاق وهم عائدون من سفر، وقد انتهت مياه الشرب التي بحوزتهم، فطلب الرسول ميضأته، -أي الأداة التي يضع فيها الماء- وقد كان بها القليل من الماء، وأحضر أبو قتادةَ الحارثُ بنُ ربعيٍّ ﷺ قدحًا، فملأ له الرسول ﷺ القدحَ من ميضأته، فشرب الصحابة جميعهم حتى ارتووا ولم يتبقّ فيهم عاطش، فملأ الرسول قدحًا آخر وطلب من أبي قتادة أن يشرب، فرفض أبو قتادة أن يشرب قبل الرسول ﷺ وقال: لن أشرب قبل أن تشرب أنت يا رسول الله، وعندئذٍ قال رسولنا قوله المذكور في الحديث "**إِنَّ سَاقِيَ الْقَوْمِ آخِرُهُمْ شُرْبًا**"(١٥٢).

د. عدم النفخ في الشراب

لا يجوز النفخ في قدح الماء أو أيّ مشروبٍ آخر أثناء تناوله، فعن أبي سعيد الخدريّ ﷺ "أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ نَهَى عَنِ النَّفْخِ فِي الشُّرْبِ فَقَالَ

(١٥٠) صحيح مسلم، الأشربة، ١٠٥.

(١٥١) صحيح مسلم، المساجد، ٣١١؛ سنن الترمذي، الأشربة، ٢٠؛ سنن أبي داود، الأشربة، ١٩؛ سنن ابن ماجه، الأشربة، ٢٦.

(١٥٢) سبق تخريجه، حاشية رقم (١٥٠).

رَجُـلٌ: القَـذَاةُ أَرَاهَا فِي الإِنَاءِ؟ قَالَ: **أَهْرِقْهَا**، قَـالَ: فَإِنِّي لَا أَرْوَى مِنْ نَفَسٍ وَاحِدٍ؟ قَالَ ﷺ: **فَأَبِنِ القَدَحَ إِذًا عَنْ فِيكَ**"[١٥٣]،وقد نهى رسـول الله ﷺ عن النفـخ والتنفّس في القـدح، وعادة ما يكون النفخ في القدح بغرض تبريد السـائل السـاخن حتى لا يحرق الفم، وعندما نهى الرسـول ﷺ عن ذلك قال رجلٌ سـائلًا: "القذاة آراها في الإناء؟" فأمره الرسـول ﷺ أن يسـكب هـذه القـذاة، وفي وقتنا الحاليّ يمكننا أن نزيل مثل هذه الأشـياء بالملعقة أو بغيرهـا مـن الأدوات، والنفـخ في الشـراب ربما يُبعِد مـا فيه من فتات أو غيرها لكن ذلك لا يكفي لكي نشـربه، لا بدّ من سـكب هذه الأشـياء، وهناك نواحٍ صحّيّةٌ هي السرّ في النهي عن النفخ في الإناء... فعندما ينفخ شـخصٌ مريضٌ في القدح تنتقل الميكروبات والفيروسـات بداخله، وإذا ما شرب منه آخرون سيصابون بهذه الميكروبات ويمرضون، ويتّضح من ذلك أنه ﷺ كان يهتمّ كثيرًا بالحفاظ على سلامة الإنسان وصحّته، وأفضل طريقةٍ لعدم النفخ في القدح -كما سنشـرح في العنصر التالي- هو شـرب الماء متفرّقًا على ثلاث دفعات مسـتردًّا نفسـه بعد كلّ مرّةٍ، وعندما يشرب هكذا لن تكون هناك ضرورةٌ للنفخ في القدح، لأن ذلك النفس سـيكفيه، فمـن يريـد أن يشـرب دفعةً واحدةً مشـروبًا -يتعذّر الانتهاء من شـربه في نفسٍ واحدٍ- لا شـكّ أنه سـيتنفّس بينما يواصل شـربه، وعندئذٍ سـيتنفّس داخـل القـدح دون أن ينزع فمه عنه، وهذا هـو المحذور الصحّيّ، والذي بسـببه تنتقل البكتريا والفيروسـات الضارّة، وأفضل طريقةٍ لمنع ذلك هي تناول المشروب ثلاثًا وأخذُ نَفَسٍ بعد كلّ مرّةٍ، وحينما قال الرجل أنه لن يرتوي أو يشـبع من الماء في نفسٍ واحدٍ؛ أمره الرسـول ﷺ أن ينزع فمه عن القدح، أي لا يشـربه دفعةً واحدةً بل يأخذ نفسًـا ويشربه على دفعاتٍ، ويتّضـح مـن ذلـك أن الرسـول ﷺ بيّن لنا أن الشـرب متفرّقًـا على ثلاث

(١٥٣) سنن الترمذي، الأشربة، ١٥.

دفعـاتٍ هـو الأفضل صحّيًّا، فندبه لنا، وأن الشـرب مـرّة واحدةً هو مضرٌّ صحّيًّا فجعله مكروهًا وليس محرّمًا.

هـ. شراب الماء ونحوه على ثلاث مرّات ودون عجلة

من أهم الأشياء التي فعلها الرسول ﷺ وأمرنا بفعلها هي كيفيّة شرب الماء وغيرها من المشـروبات، عن أنس بن مالك ﷺ قال: "كَانَ رَسُـولُ اللهِ ﷺ يَتَنَفَّسُ فِي الشَّرَابِ ثَلَاثًا"(١٥٤)، وفي رواية أخرى عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُـولُ اللهِ ﷺ: "**لَا تَشْـرَبُوا وَاحِدًا كَشُـرْبِ البَعِيرِ، وَلَكِنْ اشْرَبُوا مَثْنَى وَثُلَاثَ، وَسَـمُّوا إِذَا أَنْتُمْ شَـرِبْتُمْ، وَاحْمَدُوا إِذَا أَنْتُمْ رَفَعْتُمْ**"(١٥٥)، كان رسول الله ﷺ يشرب الماء رويدًا رويدًا دون استعجالٍ ويتنفّس بين الواحدة والأخـرى وكان يتنفّس ثلاثًا وفي بعـض الأحيان مرّتين، وهذا الاختلاف يتعلّـق بقلّـة الماء وكثرتها، عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِـكٍ ﷺ قال: "**كان النبيّ ﷺ إِذَا شَـرِبَ تَنَفَّسَ ثَلَاثًا، وَقَالَ: هُوَ أَهْنَأُ، وَأَمْرَأُ، وَأَبْرَأُ**"(١٥٦)، وهو يُشـير في هذا الحديـث إلـى أهمّيّة طريقة الشـرب هذه مـن الناحية الصحّيّـة، ولقد عبَّر الرسول عن مراحل الشرب ثلاثًا حين قال:

١- هو أهنأ: أي أكثر شعورًا بالهناءة.

٢- أمرأ: أي يكون طريق الماء إلى المعدة أسـهل، ومن يشـرب الماء ثلاثًا يُروى عطشه ويذهب ظمأه.

٣- أبرأ: شـرب المـاء ثلاثًا أفضل من الناحية الصحّيّـة وأفيدُ للمعدة كمـا أسـلفنا، ففي العصـور القديمة لم تكن هناك في المنـزل أقداحٌ كثيرةٌ

(١٥٤) صحيح البخاري، الأشربة، ٢٦؛ صحيح مسلم، الأشربة، ١٢٣؛ سنن أبي داود، الأشربة، ١٩؛ سنن الترمذي، الأشربة، ١٣؛ سنن ابن ماجه، الأشربة، ١٨.

(١٥٥) سبق تخريجه، حاشية رقم (١٤٧).

(١٥٦) سنن أبي داود، الأشربة، ١٩؛ سنن الترمذي، الأشربة، ١٣.

للشراب، ولذا كانت هذه الأقداح تُستخدم بشكلٍ مشترَكٍ، كما أنها لم تكن للماء فقط، بل كان يُشرب فيها الماء والحليب وعصير الفاكهة، وفي بعض الأحيان يجتمع أناسٌ في منزلٍ فيتبادلون استخدام نفس القدح سويًّا، وهذه العادة ما زالت سائدةً في كثيرٍ من مدن العالم وقراها ومراكزها في الحفلات والدعوات، وكان يتمّ تقديم الشربات والماء وماء زمزم بهذا الشكل فكانوا يملؤون القدح بالشراب ويعطونه شخصًا بعد آخر، وهكذا كان يشرب ما يقارب من أربعين شخص أو أكثر من ذلك حسب عدد المجتمعين، أحيانًا أخرى كان يوضع القليل من الشراب في القدح ويمرّ على الجميع ويشرب كلّ شخصٍ منه جرعةً أو جرعتين، وفي هذه الحال يتنفّس الجميع داخل القدح وهذا ضارٌّ بالصحّة فقد يكون بين هؤلاء الجماعة من هم مرضى، ويتسبّب هذا الأمر بنقل المرض لأخرين، ولذلك يُندب إلغاءُ هذه العادة.

و. عدم النفخ داخل القدح

نهى الرسول ﷺ عن التنفُّس داخل القدح الذي يستخدم للشرب، فعن أبي قتادة ﷺ "أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ نَهَى أَنْ يُتَنَفَّسَ فِي الْإِنَاءِ"(١٥٧).

السؤال المطروح هنا ماذا يجب على المرء أن يفعل إن كان يشعر بالظمإ الحاد؟ وأراد أن يروي عطشه بسرعةٍ فائقة؟

نقول: بما أنه لن يستطيع شرب القدر المطلوب من الماء مرّةً واحدةً فهو مُجبرٌ على أن ينفخ داخل القدح، أي يشهق ويزفر، ومن ثم يُدْخِل نَفَسَهُ داخل القدح فيقعُ في المحذور المنهيّ عنه، وأفضل طريقة لتجنُّب هذا المحظور؛ هي الهدوء وشرب السائل ثلاثًا، أي يشرب قليلًا ثمّ ينزع

(١٥٧) صحيح البخاري، الوضوء، ١٩؛ صحيح مسلم، الطهارة، ٦٥، الأشربة، ١٢١؛ سنن أبي داود، الأشربة، ٢٠؛ سنن الترمذي، الأشربة، ١٥، ١٧؛ سنن النسائي، الطهارة، ٤٢.

فمه عن القدح ويشهق ثم يزفر، ثم يعود إلى الشرب ثانيةً، ثمّ يتوقّف ويتنفّس، ثم يتابع شرابه ويختم في المرّة الثالثة، فتتحقّق -بهذه الطريقة من الشرب- الاستراحة والتنفّس السليم وعدم النفخ في الإناء.

ز. عند تقديم الشراب يجب البدء بأكبر القوم ثمّ مَن على يمينه

إذا كانت المشروبات -مثل الماء والحليب والليمون والشربات- يتمّ تقديمها في مجلسٍ أو جماعةٍ فيجب على من يُقدِّم الشراب أن يبدأ باليمين، لأنّ نبيَّنا الكريم ﷺ أعطى القدح الذي في يده بعد أن شربَ للشخص الجالس عن يمينه، واستمرّ انتقال القدح هكذا تيامُنًا، فعن أنس بن مالك ﷺ "أَنَّ رَسُولَ اللهِ ﷺ أُتِيَ بِلَبَنٍ قَدْ شِيبَ بِمَاءٍ وَعَنْ يَمِينِهِ أَعْرَابِيٌّ وَعَنْ يَسَارِهِ أَبُو بَكْرٍ فَشَرِبَ ثُمَّ أَعْطَى الْأَعْرَابِيَّ وَقَالَ ﷺ: **الْأَيْمَنَ فَالْأَيْمَنَ**"[١٥٨]، وفي روايةٍ أخرى لهذا الحديث أن سيّدنا عمر كان في هذا المجلس وكان يجلس أمام رسول الله ﷺ، فلمّا انتهى النبيّ ﷺ من شُرْبِ الحليب قال عمر ﷺ: هل أُعطي أبا بكرٍ عن يسارك؟..-وظنّ الفاروقُ أنّ أبا بكرٍ أولى من الأعرابيّ الذي على يمين النبيّ ﷺ- فلم يلتفت النبيّ لقول الفاروق عمر ﷺ، بل أعطى الأعرابيّ قائلًا: "**الْأَيْمَنَ فَالْأَيْمَنَ**"، مع أن النبيّ ﷺ يقبل الاقتراحات من أصحابه وينزل على آرائهم أحيانًا، إلّا أن ذلك كلّه ينحصر فيما لا قاعدة له ولا تشريع فيه، أما ما فيه قاعدةٌ فلا تُقبل الآراء حوله أبدًا، والقاعدة هنا تقول "أن مَن يشرب يُعطي مَن على يمينه"، وهكذا دواليك إلى أن يشرب الجميع، فلم يرضَ النبيّ ﷺ أن يُخالف القاعدة، وإنما أراد أن يعلّم أصحابه ومِن خلفِهم أحبابَه فقال "**الْأَيْمَنَ فَالْأَيْمَنَ**".

---

(١٥٨) صحيح البخاري، الأشربة، ١٤، ١٨؛ صحيح مسلم، الأشربة، ١٢٤؛ سنن أبي داود، الأشربة، ١٩؛ سنن الترمذي، الأشربة، ١٩؛ سنن ابن ماجه، الأشربة، ٢٢.

عَنْ سَهْلِ بْنِ سَعْدٍ ﷺ ''أَنَّ رَسُولَ اللهِ ﷺ أُتِيَ بِشَرَابٍ فَشَرِبَ مِنْهُ وَعَنْ يَمِينِهِ غُلَامٌ وَعَنْ يَسَارِهِ الْأَشْيَاخُ فَقَالَ ﷺ لِلْغُلَامِ: **أَتَأْذَنُ لِي أَنْ أُعْطِيَ هَؤُلَاءِ؟** فَقَالَ الْغُلَامُ: وَاللهِ يَا رَسُولَ اللهِ لَا أُوثِرُ بِنَصِيبِي مِنْكَ أَحَدًا''(١٥٩)، فلقد بيّن النبيّ ﷺ أهمّيّة التيامن، فلمّا انتهى من الشرب نظر فوجد عن يمينه غلامًا -وهو عبد الله ابن عمه العبّاس، وكان في العاشرة من عمره- وعن شماله شيوخًا كبار السنّ، ولقد كان النبيّ ﷺ هو منبع الأصالة واللطافة، فلم يشأ أن يتناسى وجود الغلام عن يمينه، أو أن يجرح شعوره ويتجاوزه إلى مَن يجلس عن شماله من الشيوخ، وإنّما خاطبه -محترمًا أولويّته حسب القواعد والأصول- قائلًا: ''**أَتَأْذَنُ لِي أَنْ أُعْطِيَ هَؤُلَاءِ؟**''، وكأنّه يقول له ''الدور دورك، ولك أن تأذن لهؤلاء''، وبذلك حافظ على القاعدة ولم يخرقها، كما حافظ على شعور الطفل ولم يكسر خاطره، وأكّد على أهمّيّة احترام حقوق الأطفال، لكنّ عبد الله بن عبّاسٍ ﷺ قال ''لا أؤثر بنصيبي منك أحدًا''.

ولقد فعل الرسول هذا الأمر ليوضّح للجميع ويُعلم كلّ شخصٍ هناك ما يلي:

١- الاهتمام بالإنسان حتى وإن كان طفلًا.

٢- وإن كان كبيرًا فلا يجوز خرق القواعد لأجله.

وينبغي ألّا يُفهَمَ رفضُ عبد الله بن عبّاس ﷺ لسؤال الرسول ﷺ على أنهُ عصيانٌ له، وإنما كان بهذا الرفض يأمل أن يشرب من القدح الذي شرب منه رسول الله ﷺ، وأن تُلامسَ شفتاه المكان الذي لامسته شفتا حبيبه رسول الله ﷺ.

(١٥٩) صحيح البخاري، المساقاة، ١٠، المظالم، ١٢، الهبة، ٢٢-٢٣، الأشربة، ١٩؛ صحيح مسلم، الأشربة، ١٧.

ح. النهي عن الشرب في آنيةٍ من ذهبٍ أو فضّةٍ

لا يجوز الشربُ في أقداحٍ من ذهبٍ أو فضّةٍ، ذاك أن الرسول ﷺ نهى عن الشرب في مثل هذا النوع من الأقداح.

يقول حذيفة ﷺ لقد نهانا رسول الله ﷺ عن لبس الحرير والشرب في آنيةٍ من فضّةٍ أو ذهبٍ فقال: "**فَإِنَّهَا لَهُمْ فِي الدُّنْيَا وَلَكُمْ فِي الْآخِرَةِ**"(١٦٠)، وفي روايةٍ أخرى عن أمّ سلمة ﷺ أَنَّ رَسُولَ اللهِ ﷺ قَالَ: "**الَّذِي يَشْرَبُ فِي آنِيَةِ الْفِضَّةِ إِنَّمَا يُجَرْجِرُ فِي بَطْنِهِ نَارَ جَهَنَّمَ**"(١٦١).

ط. النهي عن الشرب من القرَب والآنية مكسورة الفوّهات

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الخُدْرِيِّ ﷺ قَالَ: "نَهَى رَسُولُ اللهِ ﷺ عَنِ اخْتِنَاثِ الأَسْقِيَةِ"، يعني أن تُكسر أفواهها فيُشرب منها"(١٦٢)، ولقد أخبر علماء الحديث أن النهي هنا ليس من باب التحريم ولكنّه مكروهٌ، والسبب في النهي والكراهة هو أنّ الآنيةَ مثلُ الإبريق والجرّة من حيث استقرار السموم والأضرار بداخلها، وكما أثبت الطّبّ الحديث؛ فإنّ الأواني المكسورةَ تكون أكثر عرضةً لتراكم الميكروبات والجراثيم، وذلك لأنها حتى لو غُسِلت جيّدًا فإن الميكروبات تبقى حيّةً -بل وتتراكم- داخل الأجزاء المكسورة -خصوصًا في البورسلين-، ولنفترض جدلًا أنّ قدحًا ما مكسورٌ فوهُ، وأردنا أن نشرب به، فإذا وضعنا فيه الشاي أو القهوة أو غير ذلك من أنواع المشروبات الساخنة؛ فإنّ جزءًا ما مِن هذا المشروب سيتخلّل داخل الأجزاء المكسورة من الإناء وسيُلامس الميكروبات والبكتريا المتراكمة هناك. وبالطبع؛ سيقوم المشروب بنقلها ونشرها وتعميمها على باقي أجزاء الشراب إلى أن تدخل إلى جوف من يشرب

(١٦٠) صحيح البخاري، الأشربة، ٢٨.

(١٦١) صحيح مسلم، اللباس، ١-٢.

(١٦٢) صحيح البخاري، الأشربة، ٢٢-٢٣؛ صحيح مسلم، الأشربة، ١١٠-١١١.

من ذلك الإناء، وبذلك يتحقّق الضرر والمرض، لذلك ندبنا النبيّ ﷺ إلى ترك الشرب من كلّ قربةٍ أو آنيةٍ مكسورةٍ.

ي. النهي عن الشرب قائمًا

لا ينبغي لنا أن نشرب ونحن واقفون على أقدامنا، بل علينا أن نشرب ونحن جلوسٌ قدر المستطاع، فعن أنس بن مالكٍ ﷺ "أن النَّبِيّ ﷺ نَهَى أَنْ يَشْرَبَ الرَّجُلُ قَائِمًا قَالَ قَتَادَةُ فَقُلْنَا فَالْأَكْلُ فَقَالَ ﷺ: **ذَاكَ أَشَرُّ أَوْ أَخْبَثُ**"[١٦٣]، وفي رواية أخرى قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: "**لَا يَشْرَبَنَّ أَحَدٌ مِنْكُمْ قَائِمًا فَمَنْ نَسِيَ فَلْيَسْتَقِئ**"[١٦٤]، وتناول الشراب وقوفًا على الأقدام محظورٌ من الناحية الصحّيّة أيضًا، ولهذا يوصي الأطبّاء في عصرنا الحاليّ بشرب الماء في حالة الجلوس، ونجد كثيرًا من المقالات التي توضّح ذلك، وخلاصة قول الأطبّاء هو كالتالي: "إذا شرب الإنسان وهو جالس يتجمّع الشراب أوّلًا في المعدة ويختلط بالحامض فتموت الميكروبات ثم يصل إلى المُصران الإثنا عشر"، وعليه إذا ما اتّبع الإنسان أصول الشرب جالسًا ينجو من الكثير من الأمراض بما فيها "الكوليرا"[١٦٥] أما من يشربون المشروبات اعتباطًا وهم قائمون فإنهم أكثر عرضةً للإصابة بالأمراض.

٣- كيف كان الرسول ﷺ يشرب الماء

تُشرب المياه جلوسًا إذا لم يكن هناك ما يمنع، ولقد نهى الرسول ﷺ أصحابه عن ذلك، قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ :"**لَا يَشْرَبَنَّ أَحَدٌ مِنْكُمْ قَائِمًا فَمَنْ**

(١٦٣) صحيح مسلم، الأشربة، ١١٣؛ سنن الترمذي، الأشربة،١١.

(١٦٤) صحيح مسلم، الأشربة، ١١٦.

(١٦٥) الكوليرا: مرض مُعدٍ من أمراض الإسهال تحدث الإصابة به إثر ابتلاع غذاء أو ماء ملوث ببكتريا الكوليرا، موقع الصحة العالمية الالكتروني.

نَسِيَ فَلْيَسْتَقِئ"[١٦٦]، ونجد في كتب الحديث أن الروايات التي تتعلّق بتناول الرسول ﷺ الشراب وهو جالس أقلّ من الروايات التي تتعلّق بتناوله الشراب واقفًا، وبالنظر إلى متون الأحاديث؛ يكون من الخطإ استنتاج وادّعاء أن شرب المياه وقوفًا على القدمين سُنَّة.. ذاك أن جميع الروايات في هذا الأمر تتحدّث عن مواقف وسلوكيّاتٍ استثنائيّة للرسول ﷺ، فحينما ينصّ الحديث على رؤيةِ الصحابيّ النبيّ يشرب واقفًا؛ فهذا لا يعني أنه كان يفعل ذلك دائمًا وإنما هي سلوكيّاتٌ استثنائيّةٌ -ربما لبيان وتشريع الجواز-، ولا يجوز أن نستخرج حكمًا عامًّا من حالاتٍ استثنائيّة، أما الروايات التي تتعلّق بتناوله ﷺ الشراب جالسًا فهي قليلةٌ جدًّا لأن هذا الفعل كان يتكرّر باستمرارٍ عدّةَ مرّاتٍ في اليوم، غير أن من رأى الرسول ﷺ للمرة الأولى ينقل ويحدّث بكلّ ما يراه، حتى تلك الأمور التي يفعلها النبيّ ﷺ باستمرارٍ، أما الصحابة الذين كانوا بصحبة سيدنا رسول الله ﷺ دومًا فقد نقلوا لنا ما كان يفعله من تصرّفاتٍ وسلوكيّاتٍ على غير ما اعتادوه، ومن ثمّ نجد أن الروايات التي تذكر أنه شرب واقفًا هي الأكثر.

وأخيرًا يمكننا أن نقول إن الرسول ﷺ دائمًا ما كان يشرب الماء وهو جالس، غير أنه كان يشرب واقفًا في بعض الأحيان لعذرٍ ما أو لبيان جواز ذلك، ويجب ألا ننسى أن هذا الأمر استثنائيّ، وليست طريقته المعتادة في شرب الماء، ولنلقِ الآن نظرة على الحالات والأوضاع التي شرب فيها الرسول واقفًا.

أ. ما هي الأحوال التي شرب الرسول ﷺ فيها واقفًا؟

عندما كان يتعذّر على رسول الله ﷺ شرب الماء جالسًا كان يشربها واقفًا، وإذا ما استقرأنا الروايات نجده قد شرب واقفًا في الأحوال التالية:

(١٦٦) سبق تخريجه، حاشية رقم، (١٦٣)

١- شرب ما يتبقّى من ماء الوضوء

عادةً ما يتوضّأ الفرد جاثيًا أو واقفًا على قدميه، لكن مع وجود الكرسيّ المنخفض أو غيره من الأدوات يتوضّأ جالسًا، وفي عهد الرسول كان يستخدم الإبريق والجرَّة في أثناء الوضوء، فكان المرء يتوضّأ جالسًا ويصبّ أحدُهم له الماء من الجرّة، لكن رسول الله ﷺ كان يتوضّأ واقفًا لأنه لم يُرِدْ أن يساعده أحدٌ في الوضوء، فكان -تواضعًا منه- يصبّ الماء لنفسه بنفسه.

٢- شربُه من قربة المياه المعلّقة على الحائط:

هناك روايتان توضّحان أن رسول الله ﷺ كان يشرب الماء واقفًا من القربة المعلّقة على الحائط، ولقد حدثت هاتان الواقعتان عند عائلتين فقيرتين، فربما يكون الرسول ﷺ قد شرب واقفًا لأنه لم يكن هناك عندئذٍ وعاءٌ آخر يشرب منه، فعن أنس بن مالك ﷺ "أن رسول الله ﷺ ذهب لزيارة أمّ سليمٍ ﷺ دَخَلَ عَلَيْهَا، وَعِنْدَهَا قِرْبَةٌ مُعَلَّقَةٌ، فَشَرِبَ مِنْهَا، وَهُوَ قَائِمٌ، فَقَطَعَتْ فَمَ الْقِرْبَةِ تَبْتَغِي بَرَكَةَ مَوْضِعِ فِيِّ رَسُولِ اللهِ ﷺ"(١٦٧)، وفي رواية أخرى عن كَبْشَةَ ﷺ قالت: "دَخَلَ عَلَيَّ رَسُولِ اللهِ ﷺ فَشَرِبَ مِنْ فيِّ قِرْبَةٍ مُعَلّقَةٍ قَائِمًا فَقُمْتُ إِلَى فِيهَا فَقَطَعْته"(١٦٨)، وأما كبشةُ المذكورة في الحديث؛ فهي إحدى نساء الأنصار، وهي أخت الشاعر المشهور "حسّان بن ثابت" وإحدى النساء اللائي كان يذهب الرسول ﷺ لزيارتهنّ من حينٍ لآخر.

٣- شرب ماء زمزم

ماء زمزم: هي مياهٌ تخرج من بئر زمزم المجاور للكعبة المشرّفة، وكانت بئر زمزم -المغطّاة حاليًا- مكشوفةً في تلك الفترة، وكان الرسول ﷺ

(١٦٧) سنن الترمذي، الأشربة، ١٨؛ سنن ابن ماجه، الأشربة، ٢٠؛ سنن الدارمي، الأشربة، ١٩.

(١٦٨) الترمذي: الشمائل المحمدية،١٧٥؛ سنن الدارمي، الأشربة، ١٩.

يشـرب من ماء زمزم قائمًا؛ وفي هذا يقول عبد الله بن عبّاسٍ ﷺ: ''سَـقَيْتُ رَسُولَ الله ﷺ مِنْ زَمْزَمَ فَشَرِبَ وَهُوَ قَائِمٌ''(١٦٩).

ب. الأمـور التي يراعيها النبيّ ﷺ عندما يشرب من منابع المياه التي يلتقيها في الطريق

لقـد علّمنا الرسـول ﷺ ما يجب علينا فعله عند اسـتخدام المياه ليس فقـط في المنزل أو حديقة المنـزل أو الأماكن التي نحتفظ فيها بالماء، بل أيضًا في الصحراء وعند قمّة الجبل والسهول والهضاب، فعَنِ ابْنِ عُمَرَ ﷺ قَالَ: مَرَرْنَا عَلَى بِرْكَةٍ، فَجَعَلْنَا نَكْرَعُ فِيهَا، فَقَالَ رَسُولُ الله ﷺ: ''**لَا تَكْرَعُوا، وَلَكِنِ اغْسِلُوا أَيْدِيَكُمْ، ثُمَّ اشْرَبُوا فِيهَا، فَإِنَّهُ لَيْسَ إِنَاءٌ أَطْيَبَ مِنَ الْيَدِ**''(١٧٠)، وفـي روايـةٍ أخـرى عن عبد الله بن عمـر ﷺ قال ''نَهَانَا رَسُـولُ الله ﷺ أَنْ نَشْرَبَ عَلَى بُطُونِنَا، وَهُوَ الْكَرْعُ''(١٧١).

لا يجوز كذلك شرب الماء بيدٍ واحدةٍ وفي هذا يقول عبد الله بن عمر ﷺ أيضًـا: ''**لَا يَلَـغْ أَحَدُكُمْ، كَمَا يَلَـغُ الْكَلْبُ، وَلَا يَشْـرَبْ بِالْيَدِ الْوَاحِدَةِ، كَمَا يَشْـرَبُ الْقَوْمُ الَّذِينَ سَـخِطَ الله عَلَيْهِمْ، وَلَا يَشْرَبْ بِاللَّيْلِ مِنْ إِنَاءٍ حَتَّى يُحَرِّكَـهُ، إِلَّا أَنْ يَكُـونَ إِنَـاءً مُخَمَّرًا**''(١٧٢)، ولا سـيّما أن الأشـخاص الذين يعيشون في المناطق الحارّة مناخيًّا، يحتاجون إلى الماء كثيرًا أثناء سفرهم، ويتنفعون ممّا يصادفون في طريقهم من بئرٍ أو نبـعٍ أو غيرها.

وفي الأوقات الحارَّة تفضّل الحيوانات السامّة مثل الثعابين والعقارب وغيرها الأماكنَ الرطبةَ، ومن ثمّ أمر الرسول ﷺ من يريدون إطفاء ظمئهم

(١٦٩) صحيح البخاري، الحج، ٧٦، الأشربة، ٧٦؛ صحيح مسلم، الأشربة، ١١٧، ١١٩؛ سنن النسائي، المناسك، ١٦٦؛ سنن ابن ماجه، الأشربة، ٢١.

(١٧٠) سنن ابن ماجه، الأشربة، ٢٥.

(١٧١) سنن ابن ماجه، الأشربة، ٢٥.

(١٧٢) سنن ابن ماجه، الأشربة، ٢٥.

أن يشـربوا براحتيهم وألا يلغوا بأفواههم إلى الماء، لكي يرَوا الماء الذي يشـربونه ويتأكّدوا من سـلامته من الحيوانات الضارّة، وكما ينهى الرسول ﷺ عـن الشـرب بالفم مـن الأماكن المفتوحة كالبئـر والبركة وغيرها؛ فقد نهـى أيضًـا عن الشـرب مـن الآنيـة التي لا يُرى مـا بداخلهـا، وذلك لأن جـرّةَ الميـاه وغيرها من الأواني معرّضةٌ دائمًا لأن يكون بها هذا النوع من الضرر، ولهذا نهى النبيّ ﷺ أصحابه عن الشرب من الآنية التي لا يُرى ما بداخلها وهو ما يسـمّى اختناث الأسـقية، فعَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ ﷺ، قَالَ: ”نَهَى رَسُـولُ اللهِ ﷺ، عَنِ اخْتِنَاثِ الْأَسْـقِيَةِ وَإِنَّ رَجُلًا بَعْدَ مَا نَهَى رَسُـولُ اللهِ ﷺ عَـنْ ذَلِكَ قَامَ مِنَ اللَّيْلِ إِلَى سِـقَاءٍ، فَاخْتَنَثَـهُ، فَخَرَجَتْ عَلَيْهِ مِنْهُ حَيَّةٌ“[١٧٣]، ويمكن أن نقول -باختصارٍ- في نهاية دراسة ما يتعلّق بالشرب؛ يجب أن نسـمّي عندما نشـرب وأن نشـرب باليمين، وأن يكون الساقي هو آخر من يشـرب، ولا يجوز النفخ في المشروبات، أو شربها في حال الوقوف، بل يجـب علينا أن نشـربها على ثلاث دفعـاتٍ وألا نتنفّس داخل القدح، وأن يبدأ السـاقي باليمين عند تقديم الشـراب، ولا يجوز الشـرب في آنيةٍ من ذهبٍ أو فضّةٍ، ويجب ألا نشرب من الأقداح أو القرب مكسورةَ الأفواه.

(١٧٣) سنن ابن ماجه، الأشربة، ١٩.

القسم الرابع

آداب رسول الله ﷺ في الضحك

obeikandl.com

الضَحِك في حياة رسول الله ﷺ

الضحـك؛ هو آلةُ التعبير عن الشـعور الذي يعترض الإنسان في مواقف تبعث على السرور وتثير لديه النشوة، ويتأتّـى لإظهـار السـعادة أو الاندهاش، وهـو على ثلاثة أشكال الضحك والتبسّم والقهقهة.

أمـا "التبَسُّـمُ": فهـو انبسـاطُ الوجه بسـبب السـعادة والسـرور وفتـح الفـم بقـدر صغيـرٍ يُظهر الأسـنان دون إصـدار صـوتٍ، فـإن كان بصـوتٍ يسـمعه البعيـد فهي "قهقهةٌ"، وإن سمعه من بجانبه فقط فهو "ضحك".

ومـن ثـمّ سـمّيت الأسـنان التـي فـي مقدّمـة الفـم "ضواحك" أي الأسنان الضاحكة، وهناك آيات في القرآن الكريم تُبيّن الضاحك وعلامَ ضحك وفيما ضحك، منها:

obeikandl.com

أ. أنـه مـن الطبيعيّ الضحك على حادثةٍ خارقةٍ للطبيعـة ﴿حَتَّى إِذَا أَتَوْا عَلَى وَادِ النَّمْلِ قَالَتْ نَمْلَةٌ يَا أَيُّهَا النَّمْلُ ادْخُلُوا مَسَاكِنَكُمْ لَا يَحْطِمَنَّكُمْ سُلَيْمَانُ وَجُنُودُهُ وَهُمْ لَا يَشْـعُرُونَ ۝ فَتَبَسَّمَ ضَاحِكًا مِنْ قَوْلِهَا وَقَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَـكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ﴾(١٧٤).

ب. أن المضحك والمبكي هو الله ﴿وَأَنَّهُ هُوَ أَضْحَكَ وَأَبْكَى﴾(١٧٥).

ج. أن الضحـك يعبّـر عـن السـخرية والاسـتهزاء ﴿إِنَّـهُ كَانَ فَرِيقٌ مِنْ عِبَادِي يَقُولُـونَ رَبَّنَا آمَنَّا فَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا وَأَنْتَ خَـيْرُ الرَّاحِمِينَ ۝ فَاتَّخَذْتُمُوهُمْ سِـخْرِيًّا حَتَّى أَنْسَـوْكُمْ ذِكْرِي وَكُنْتُمْ مِنْهُمْ تَضْحَكُـونَ﴾(١٧٦)، وفي آية أخرى يقول الله تعالى ﴿فَلَمَّا جَاءَهُمْ بِآيَاتِنَا إِذَا هُمْ مِنْهَا يَضْحَكُونَ﴾(١٧٧).

د. أن المشـركين يضحكـون مـن المؤمنيـن في الدنيـا، وأن المؤمنين سـيضحكون منهـم فـي الآخـرة ﴿إِنَّ الَّذِيـنَ أَجْرَمُـوا كَانُوا مِـنَ الَّذِيـنَ آمَنُوا يَضْحَكُـونَ ۝ وَإِذَا مَرُّوا بِهِمْ يَتَغَامَزُونَ ۝ وَإِذَا انْقَلَبُوا إِلَى أَهْلِهِمُ انْقَلَبُوا فَكِهِينَ ۝ وَإِذَا رَأَوْهُـمْ قَالُـوا إِنَّ هَؤُلَاءِ لَضَالُّونَ ۝ وَمَا أُرْسِـلُوا عَلَيْهِمْ حَافِظِينَ ۝ فَالْيَوْمَ الَّذِيـنَ آمَنُوا مِنَ الْكُفَّارِ يَضْحَكُونَ ۝ عَلَى الْأَرَائِـكِ يَنْظُرُونَ ۝ هَلْ ثُوِّبَ الْكُفَّارُ مَـا كَانُـوا يَفْعَلُـونَ﴾(١٧٨)، وإذا نظرنا إلى الأحاديث نجد أن الرسـول ﷺ لم يضحـك مقهقهًـا قـطّ وكان جـلّ ضحكه التبسّـم، وهو أن تظهـر نواجذه -والنواجـذ هـي: الأسـنان التـي تبدأ بعـد النابين- دون أن يصـدر صوتًا،

(١٧٤) سُورَةُ النَّمْلِ: ١٨/١٩.
(١٧٥) سُورَةُ النَّجْمِ: ٥٣/٤٣.
(١٧٦) سُورَةُ الْمُؤْمِنُونَ: ٢٣/١٠٩-١١٠.
(١٧٧) سُورَةُ الزُّخْرُفِ: ٤٣/٤٧.
(١٧٨) سُورَةُ الْمُطَفِّفِينَ: ٨٣/٢٩-٣٦.

أي إنّ ضحكه ﷺ هو التبسّم، وقد كان المصطفى ﷺ يضحك لما يثير الضحك فعلًا، ومن الأمور التي أثارت تبسّم سيدنا رسول الله ﷺ عدم تغلّب بعض الأشخاص على نقاط ضعفهم، ومحاولاتهم استغلال الفرص، والسلوكيّات الجميلة المفاجئة لدى البعض الآخر، واعترافاتهم الصادقة بما في نيّاتهم، وحركاتهم الطفولية، وتصرّفاتهم الطبيعية حسب فطرتهم، وممّا يضحكه ﷺ الأمور الغريبة التي تصادَف نادرًا، والكلمات الفكاهيّة، ومن ثمّ فعلينا أن نلقي نظرةً على نمط حياة رسول الله ﷺ كي لا نتجاوز الحدّ فيما يتعلّق بالضحك، ولا نفرّط فيه.

أ. الضحك في حياة رسول اللَّه ﷺ

١- تبسُّمه ﷺ

مع أن الرسول ﷺ لم يضحك مقهقهًا قطّ، إلا أن الابتسامة لم تكن تفارق محيّاه الأزهر الأنور، حتى في أضجر لحظاته وأحزنها؛ كان يُخفي حزنه وضيقه ولا يُظهره لمن حوله، بل كان يزيد من ابتسامته خاصّةً إذا التقى بمن يحبّ، لكيلا يشعرهم بمعاناته وأحزانه ﷺ.

أ. تقول السيدة عائشة رضي الله عنها: "مَا رَأَيْتُ رَسُولَ الله ﷺ ضَاحِكًا حَتَّى أَرَى مِنْهُ لَهَوَاتِهِ إِنَّمَا كَانَ يَتَبَسَّمُ"(١٧٩).

ب. أما عبد الله بن الحارث رضي الله عنه فيقول: "ما رأيت أحدًا أكثر تبسّمًا من رسول الله ﷺ"(١٨٠)، وكما يُفهم من الأحاديث الشريفة كان الرسول ﷺ دائم التبسّم، وكان يخلق جوًّا لطيفًا وبديعًا لمن حوله ويمنحهم شعورًا بالسرور والسكينة.

(١٧٩) صحيح البخاري، الأدب، ٦٨.

(١٨٠) سنن الترمذي، المناقب، ١٠.

٢- تبسُّمه ﷺ تخفيفًا عن الناس

يقول جريرُ بنُ عبدِ الله ﷺ: ''مَا حَجَبَنِي النَّبِيُّ ﷺ مُنْذُ أَسْلَمْتُ وَلَا رَآنِي إِلَّا تَبَسَّمَ فِي وَجْهِي''(١٨١)، كان عبد الله بن جرير من رؤساء قبيلته، ولقد أسلم السنة العاشرة للهجرة قبل وفاة الرسول ﷺ تقريبًا بأربعين يومًا والسبب في قوله "ما حجبني النبي ﷺ من شيءٍ قطّ"، أنه لم يُشعره بالحرج من كونه تأخّر في إسلامه.

٣- نهيه عن كثرة الضحك

كان الرسول ﷺ -الذي كان دائم البسمة طلقَ الوجه- يأمر أصحابه أيضًا بأن تكون وجوههم طلقة متبسّمة، فكان يضحك لما يثير الضحك حتى إنه كان يتجاوب ويمزح هو الآخر، ومع ذلك كان لا يحبّ كثرة الضحك، وينهاهم عنها، وذلك لأن الضحك الكثير أو الزائد عن حدّه يؤدي إلى الغفلة عن الله، ولهذا نهى الرسول ﷺ أصحابه عن ذلك فقال في روايةٍ عن أبي هريرة ﷺ: ''**وَلَا تُكْثِرِ الضَّحِكَ، فَإِنَّ كَثْرَةَ الضَّحِكِ تُمِيتُ الْقَلْبَ**''(١٨٢)، وفي روايةٍ أخرى عن أبي هريرة ﷺ أيضًا قال: قال رسول الله ﷺ: ''**وَاللهِ لَوْ تَعْلَمُونَ مَا أَعْلَمُ لَضَحِكْتُمْ قَلِيلًا وَلَبَكَيْتُمْ كَثِيرًا**''(١٨٣)، فقد أوصى الذين يخشون اليوم الآخر بترك كثرة الضحك، ومحاولة البكاء.

٤- ما ضحك النبي ﷺ مُقَهْقِهًا

ما كان رسول الله ﷺ يضحك مقهقهًا قطّ، ففي روايةٍ عن السيدة عائشة ﷺ تقول ''مَا رَأَيْتُ رَسُولَ اللهِ ﷺ ضَاحِكًا حَتَّى أَرَى مِنْهُ لَهَوَاتِهِ إِنَّمَا كَانَ

(١٨١) صحيح البخاري، الجهاد، ١٠.

(١٨٢) سنن الترمذي، الزهد، ٢؛ مسند الإمام أحمد، ٤٥٩/١٣.

(١٨٣) صحيح البخاري، الرقاق، ٢٧؛ البخاري: الأدب المفرد، ١١٢/١؛ صحيح مسلم، الصلاة، ١١٢، الفضائل، ١٣٤.

يَتَبَسَّمُ"[١٨٤]، ذاك أن رسول الله ﷺ كان يحيا ابتغاء مرضاة الله، فكان أكثر ما يفعله في المواقف التي تثير ضحك الناس هو أن يبتسم، فقد كان هدفه الوحيد ﷺ أن يفوز الناس بالآخرة.

ب. السلوكيات والوقائع التي أضحكت رسول الله ﷺ

١- سلوكيّاتٌ غير متوقّعةٍ

أ. فرار نساء قريش عند سماعهنّ صوت سيدنا عمر رضي الله عنه

"اسْتَأْذَنَ عُمَرُ بْنُ الْخَطَّابِ رضي الله عنه عَلَى رَسُولِ اللهِ ﷺ وَعِنْدَهُ نِسْوَةٌ مِنْ قُرَيْشٍ يَسْأَلْنَهُ وَيَسْتَكْثِرْنَهُ عَالِيَةً أَصْوَاتُهُنَّ عَلَى صَوْتِهِ، فَلَمَّا اسْتَأْذَنَ عُمَرُ رضي الله عنه تَبَادَرْنَ الْحِجَابَ، فَأَذِنَ لَهُ النَّبِيُّ ﷺ فَدَخَلَ وَالنَّبِيُّ ﷺ يَضْحَكُ، فَقَالَ: أَضْحَكَ اللهُ سِنَّكَ يَا رَسُولَ اللهِ بِأَبِي أَنْتَ وَأُمِّي، فَقَالَ ﷺ: **عَجِبْتُ مِنْ هَؤُلَاءِ اللَّاتِي كُنَّ عِنْدِي لَمَّا سَمِعْنَ صَوْتَكَ تَبَادَرْنَ الْحِجَابَ**، فَقَالَ: أَنْتَ أَحَقُّ أَنْ يَهَبْنَ يَا رَسُولَ اللهِ، ثُمَّ أَقْبَلَ عَلَيْهِنَّ فَقَالَ: يَا عَدُوَّاتِ أَنْفُسِهِنَّ أَتَهَبْنَنِي وَلَمْ تَهَبْنَ رَسُولَ اللهِ ﷺ! فَقُلْنَ: إِنَّكَ أَفَظُّ وَأَغْلَظُ مِنْ رَسُولِ اللهِ ﷺ، قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: **إِيهٍ يَا ابْنَ الْخَطَّابِ وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ مَا لَقِيَكَ الشَّيْطَانُ سَالِكًا فَجًّا إِلَّا سَلَكَ فَجًّا غَيْرَ فَجِّكَ**"[١٨٥].

ب. حال من يهربون من المطر

في رواية عن السيدة عائشة رضي الله عنها أن رسول الله ﷺ لَمَّا رَأَى القَوْمَ مِن القَحْطِ خَطَبَ خُطْبَةً قَصِيرَةً فِي مَكَانٍ مَفْتُوحٍ ثُم صَلَّى وَدَعَا: "فَأَنْشَأَ اللهُ سَحَابَةً فَرَعَدَتْ وَبَرَقَتْ، ثُمَّ أَمْطَرَتْ بِإِذْنِ اللهِ، فَلَمْ يَأْتِ مَسْجِدَهُ حَتَّى سَالَتِ السُّيُولُ، فَلَمَّا رَأَى سُرْعَتَهُمْ إِلَى الْكِنِّ ضَحِكَ ﷺ، حَتَّى بَدَتْ نَوَاجِذُه"[١٨٦].

(١٨٤) صحيح البخاري، التفسير، ٤٦(٢).

(١٨٥) صحيح البخاري، الأدب، ٦٨.

(١٨٦) سنن أبي داود، الاستسقاء، ٢.

٢- الأقوال المبالغ فيها

أ. حال الطمّاع الجشع

عَـنْ أَبِي ذَرٍّ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُـولُ اللهِ ﷺ: ''إِنِّـي لَأَعْلَمُ آخِرَ أَهْلِ الْجَنَّةِ دُخُـولًا الْجَنَّـةَ، وَآخِـرَ أَهْلِ النَّارِ خُرُوجًـا مِنْهَا، رَجُلٌ يُؤْتَى بِهِ يَـوْمَ الْقِيَامَةِ، فَيُقَالُ: اعْرِضُوا عَلَيْهِ صِغَارَ ذُنُوبِهِ، وَارْفَعُوا عَنْهُ كِبَارَهَا، فَتُعْرَضُ عَلَيْهِ صِغَارُ ذُنُوبِـهِ، فَيُقَالُ: عَمِلْتَ يَوْمَ كَذَا وَكَذَا كَـذَا وَكَذَا، وَعَمِلْتَ يَوْمَ كَذَا وَكَذَا كَذَا وَكَذَا، فَيَقُولُ: نَعَمْ، لَا يَسْتَطِيعُ أَنْ يُنْكِرَ وَهُوَ مُشْفِقٌ مِنْ كِبَارِ ذُنُوبِهِ أَنْ تُعْرَضَ عَلَيْهِ، فَيُقَالُ لَهُ: فَإِنَّ لَكَ مَكَانَ كُلِّ سَيِّئَةٍ حَسَنَةً، فَيَقُولُ: رَبِّ، قَدْ عَمِلْتُ أَشْيَاءَ لَا أَرَاهَا هَا هُنَا''، فَلَقَدْ رَأَيْتُ رَسُولَ اللهِ ﷺ ضَحِكَ حَتَّى بَدَتْ نَوَاجِذُهُ''(١٨٧)، ففي الحديث يطمع الشخص بعد أن غفرت صغائره في أن تتحوّل كبائره إلى حسـنات فيُثاب عليها، وقد يُعاقب على هذا الجشـع، بيد أنه لا يُدرك ذلك، وهنا ضحك الرسول ﷺ من طمع الرجل في كسب الثواب.

ب. حال من يُعبّر عن حيرته وارتباكه بصدقٍ

عَنْ عَبْدِ اللهِ بْنِ مَسْـعُودٍ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُـولُ اللهِ ﷺ: ''إِنِّي لَأَعْلَمُ آخِرَ أَهْـلِ النَّـارِ خُرُوجًا مِنْهَا، وَآخِرَ أَهْلِ الْجَنَّةِ دُخُـولًا الْجَنَّةَ، رَجُلٌ يَخْرُجُ مِنَ النَّارِ حَبْوًا، فَيَقُولُ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى لَهُ: اذْهَبْ فَادْخُلْ الْجَنَّةَ، فَيَأْتِيهَا فَيُخَيَّلُ إِلَيْـهِ أَنَّهَـا مَلْأَى، فَيَرْجِعُ فَيَقُولُ: يَـا رَبِّ، وَجَدْتُهَا مَـلْأَى، فَيَقُولُ اللهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى لَهُ: اذْهَبْ فَادْخُلِ الْجَنَّةَ، قَالَ: فَيَأْتِيهَا، فَيُخَيَّلُ إِلَيْهِ أَنَّهَا مَلأَى، فَيَرْجِعُ فَيَقُولُ: يَا رَبِّ، وَجَدْتُهَا مَلأَى، فَيَقُولُ اللهُ لَهُ: اذْهَبْ فَادْخُلْ الْجَنَّةَ، فَإِنَّ لَكَ مِثْـلَ الدُّنْيَا وَعَشَـرَةَ أَمْثَالِهَا -أَوْ إِنَّ لَكَ عَشَـرَةَ أَمْثَالِ الدُّنْيَـا-، قَالَ: فَيَقُولُ: أَتَسْـخَرُ بِـي -أَوْ أَتَضْحَـكُ بِي- وَأَنْتَ الْمَلِكُ؟، قَالَ: لَقَدْ رَأَيْتُ رَسُـولَ اللهِ

(١٨٧) صحيح مسلم، الإيمان، ١٩٠؛ سنن الترمذي، صفة جهنم، ١٠.

ﷺ ضَحِكَ حَتَّى بَدَتْ نَوَاجِذُهُ"(١٨٨)، وفي هذا الحديث نرى أن مشهدًا من مشاهد اليوم الآخر قد أضحك رسول الله ﷺ، والشيء الآخر الذي يستوقفنا هنا هو:

إن قول عبد الله بن عباس ﷺ أنه رأى رسول الله ﷺ يضحك حتى بدت نواجذه دليلٌ على أن رسول الله ﷺ لم يضحك هذه الضحكة كثيرًا، وأنها كانت بسبب أمرٍ نادرٍ غريبٍ.

ج . صمت من أدرك خطأه بعد اعتراضه على رسول الله ﷺ

عَنْ ابْنِ عُمَرَ ﷺ قَالَ: "لَمَّا كَانَ رَسُولُ اللهِ ﷺ بِالطَّائِفِ قَالَ ﷺ: **إِنَّا قَافِلُونَ غَدًا إِنْ شَاءَ اللهُ**، فَقَالَ نَاسٌ مِنْ أَصْحَابِ رَسُولِ اللهِ ﷺ: لَا نَبْرَحُ أَوْ نَفْتَحَهَا، فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ: **فَاغْدُوا عَلَى الْقِتَالِ**، قَالَ فَغَدَوْا فَقَاتَلُوهُمْ قِتَالًا شَدِيدًا وَكَثُرَ فِيهِمْ الْجِرَاحَاتُ، فَقَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: **إِنَّا قَافِلُونَ غَدًا إِنْ شَاءَ اللهُ**، قَالَ فَسَكَتُوا، فَضَحِكَ رَسُولُ اللهِ ﷺ"(١٨٩).

٣- اعترافاتٌ صادقةٌ

الحادثة التي وقعت بين الرجل العجوز وامرأته

كان "أبو رافع" -مولى رسول الله ﷺ- وامرأته "سلمى" يعيشان حياةً بسيطةً، وكانا على حظٍّ ضعيفٍ من الثقافة، يتبادلان المشادّات الكلاميّة وأحيانًا يتطوّر الأمر إلى أن يصل إلى المناوشات اليدوية، لكنهما كانا يحبّان رسول الله ﷺ من صميم قلبيهما، وذات يومٍ أتت امرأة أبي رافع -مولى رسول الله ﷺ- إلى رسول الله ﷺ تستأذنه على أبي رافع قد ضربها، قالت: "قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ لِأَبِي رَافِعٍ: **مَا لَكَ وَلَهَا يَا أَبَا رَافِعٍ؟** قَالَ: تُؤْذِينِي

(١٨٨) صحيح البخاري، الرقاق، ٢٧؛ صحيح مسلم، الإيمان، ١٨٦.

(١٨٩) صحيح البخاري، الأدب، ٦٨؛ صحيح مسلم، الجهاد، ٨٢.

يَا رَسُولَ اللهِ، فَقَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: **بِمَ آذَيْتِيهِ يَا سَلْمَى؟** قَالَتْ: يَا رَسُولَ اللهِ، مَا آذَيْتُهُ بِشَيْءٍ، وَلَكِنَّهُ أَحْدَثَ وَهُوَ يُصَلِّي، فَقُلْتُ لَهُ: يَا أَبَا رَافِعٍ إِنَّ رَسُولَ اللهِ ﷺ قَدْ أَمَرَ الْمُسْلِمِينَ إِذَا خَرَجَ مِنْ أَحَدِهِمُ الرِّيحُ أَنْ يَتَوَضَّأَ، فَقَامَ فَضَرَبَنِي، فَجَعَلَ رَسُولُ اللهِ ﷺ يَضْحَكُ وَيَقُولُ: **يَا أَبَا رَافِعٍ إِنَّهَا لَمْ تَأْمُرْكَ إِلَّا بِخَيْرٍ**"(١٩٠).

٤- أجوبةٌ غير متوقّعة

عن أبي هُرَيْرَةَ ﷺ قَالَ: "أَتَى رَجُلٌ النَّبِيَّ ﷺ فَقَالَ: هَلَكْتُ، وَقَعْتُ عَلَى أَهْلِي فِي رَمَضَانَ، قَالَ ﷺ: **أَعْتِقْ رَقَبَةً**، قَالَ: لَيْسَ لِي، قَالَ ﷺ: **فَصُمْ شَهْرَيْنِ مُتَتَابِعَيْنِ**، قَالَ: لَا أَسْتَطِيعُ، قَالَ ﷺ: **فَأَطْعِمْ سِتِّينَ مِسْكِينًا**، قَالَ: لَا أَجِدُ، فَأُتِيَ النبيّ ﷺ بِعَرَقٍ فِيهِ تَمْرٌ، فَقَالَ ﷺ: **أَيْنَ السَّائِلُ؟ تَصَدَّقْ بِهَا**، قَالَ: عَلَى أَفْقَرَ مِنِّي! وَاللهِ مَا بَيْنَ لَابَتَيْهَا أَهْلُ بَيْتٍ أَفْقَرُ مِنَّا، فَضَحِكَ النَّبِيُّ ﷺ حَتَّى بَدَتْ نَوَاجِذُهُ"(١٩١)، جاء رجلٌ فقيرٌ إلى رسول الله ﷺ يسترشد منه طريق التوبة وقد ندم على ما اقترفه من الإثم، فدلّه على طريق التوبة، فكانت هناك بعض الأمور التي يجب على هذا الرجل فعلها، فأخبر ذلك الرجل الرسول ﷺ أنه لن يستطيع فعل الأمور نظرًا لكونه فقيرًا قليل المال كثير العيال، وفي نهاية هذا الحوار سمع النبي ﷺ جوابًا لم يكن يتوقّعه، فضحك معبّرًا عن تعجّبه واستغرابه.

٥- سلوكيّات الأشخاص ذوي الطبيعة الفظّة والغليظة

كان الرسول ﷺ يتبسّم حيال تصرّفات بعض البدو الذين يعيشون في الصحراء وفي طبعهم نوع من الغلظة الفطريّة، ومثال ذلك ما رواه

(١٩٠) مسند الإمام أحمد، ٢٧/٦؛ ابن الأثير: أسد الغابة، ٤٧٨/٥-٤٧٩؛ ابن حجر: الإصابة، ٣٣٣/٤.

(١٩١) صحيح البخاري، الأدب، ٦٨؛ سنن الترمذي، الصوم، ٢٨؛ سنن ابن ماجه، الصيام، ١٤.

أَنَس بْن مَالِك ﷺ قَالَ: ''كُنْتُ أَمْشِي مَعَ رَسُولِ اللهِ ﷺ وَعَلَيْهِ بُرْدٌ نَجْرَانِيٌّ غَلِيظُ الْحَاشِيَةِ فَأَدْرَكَهُ أَعْرَابِيٌّ فَجَبَذَ بِرِدَائِهِ جَبْذَةً شَدِيدَةً قَالَ أَنَسٌ فَنَظَرْتُ إِلَى صَفْحَةِ عَاتِقِ النَّبِيِّ ﷺ وَقَدْ أَثَّرَتْ بِهَا حَاشِيَةُ الرِّدَاءِ مِنْ شِدَّةِ جَبْذَتِهِ ثُمَّ قَالَ: يَا مُحَمَّدُ مُرْ لِي مِنْ مَالِ اللهِ الَّذِي عِنْدَكَ، فَالْتَفَتَ إِلَيْهِ فَضَحِكَ ثُمَّ أَمَرَ لَهُ بِعَطَاءٍ''[١٩٢]، لقد كان هدوءُ النبيّ ﷺ وتحمّلُه مثل هذه التصرّفات الهمجيّة من البدْوِ والأعراب الغلاظ، إلى جانب تبسّمِه في وجوههم واستيعابه لهم وعدم تعنيفهم؛ كلُّ ذلك كان كفيلًا بفتح قلوبهم للرسالة السماويّة وإحكام زَرْعِ الإيمان فيها، فقد يكون الإنسان قُرويًّا أو أعرابيًّا أو حتى فقيرًا لم يتعلّم فنّ التعامل مع الآخرين؛ إلا أنّ ذلك لا ينفي عنه حقيقةَ كونه إنسانًا، فلا ينبغي لنا أن نقلّل من شأنه بسبب سلوكيّاته الفظّة، وإنما الواجبُ استيعابُه والصبرُ عليه وتعليمُه فنونَ اللطافة وحسنَ التعامل مع الآخرين بطريقةٍ تحفظُ عليه كرامته ولا تجرح مشاعره.

٦- الفُكاهة

يروي لنا صُهَيبُ الروميّ ﷺ -وهو من الأوائل في الإسلام ومن الصحابة الكرام الذين عانوا في سبيل الدعوة إلى الإسلام كثيرًا من المشقّات والظروف القاسية- فيقول: ''قَدِمْتُ عَلَى النَّبِيِّ ﷺ، وَبَيْنَ يَدَيْهِ خُبْزٌ وَتَمْرٌ، فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ: **ادْنُ فَكُلْ**، فَأَخَذْتُ آكُلُ مِنَ التَّمْرِ، فَقَالَ النَّبِيُّ ﷺ: **تَأْكُلُ تَمْرًا وَبِكَ رَمَدٌ؟** قَالَ، فَقُلْتُ: إِنِّي أَمْضُغُ مِنْ نَاحِيَةٍ أُخْرَى، فَتَبَسَّمَ رَسُولُ اللهِ ﷺ''[١٩٣].

فيمكن أن نستلهمَ من تبسّمِ النبيّ ﷺ ضرورةَ المحافظةِ والمداومة على طلاقة الوجه وتزيينه بالتبسّم، وينبغي أن نضحك في المواقف التي

(١٩٢) صحيح البخاري، الأدب، ٦٨.

(١٩٣) سنن ابن ماجه، الطب، ٣.

تثيـر الضحـك ولكـن دون الإكثار منـه، وألا نضحك علـى عيوب الناس وأخطائهـم لعـدم إحراجهـم، وأن نراعـي عـدم الضحك بصـوتٍ مرتفـع لا سيما في المجالس العامّة، وأن نحافظ على سِمَةِ السكِينة والوقار.

فقد كانت هذه هي حياة مفخرة الإنسانيّة سيدنا محمد ﷺ ويجب على أمّته التي تحبّه وتفديه أن تسير على نهجه وتقتدي به.

obeikandl.com