

## كيف كان النبي ﷺ يأكل ويشرب

### تمهيد:

جلس خالد مع أهله لتناول طعام الغداء، فكان يأكل بكلتا يديه، وكانت يده تخطف الأكل من جميع الإناء، فقال له أخوه أحمد: يا خالد تأدب في تناولك للطعام، وافعل كما كان النبي ﷺ يفعل عند الأكل.

فسأله خالد: كيف كان النبي ﷺ يأكل ويشرب؟ فأخبره أحمد بما يلي:

### أتعرّف على هدي النبي ﷺ في الأكل:





## صفة جلوسه ﷺ عند الأكل:

- أن يكون جالسًا على رُكبتيه وظهورِ قَدَميه.
  - أن يُنصِبَ الرَّجْلَ اليمنى ويجلس على اليسرى.
  - وكان ﷺ إذا أكل عند قوم لم يَخْرُجْ حتى يَدْعُو لهم، فدَعَا في منزل أبي عبدِ الله بن بَسْرٍ رَضِيَ اللهُ عَنْهُ فقال: «اللهم بارك لهم فيما رزقتهم، واغفر لهم وارحمهم».
- [أخرجه مسلم برقم: ٢٠٤٢]



## من هدي النبي ﷺ في الشرب



- يقول بسم الله
- يشرب وهو جالس
- يشرب باليمين
- يتنفس خارج الإناء ثلاثاً
- يحمد الله تعالى بعد فراغه

## كيف كان ﷺ يتنفس خارج الإناء ثلاثاً؟

- يشرب شربة ثم يبعد الإناء عن فيه ويتنفس خارج الإناء، ثم يشرب شربة، ثم يرفع الإناء ويتنفس خارجهُ، ثم يشرب شربة، ثم يرفع الإناء ويتنفس خارجهُ.

## فكر

علام يدل أكل النبي ﷺ مع الصغير والفقير؟

يدل على تواضعه صلى الله عليه وسلم و عدم تكبره على احد

## تعلمت أن

• من هدي النبي ﷺ في الأكل والشرب:

الأكل والشرب باليمين.

إذا أكل عند أحد دَعَا له.

لم يكن يعيبُ الطعام.

كان يشربُ جالسًا.

كان لا ينفخ في الشراب والأكل.

## معلومات اثرانية

قال عليه السلام: «مَا مَلَأَ ابْنُ آدَمَ وَعَاءَ شَرًّا مِنْ بَطْنٍ، حَسْبُ ابْنِ آدَمَ أَكْلَاتُ يُقْمَنَ صَلْبَهُ، فَإِنْ كَانَ لَا بَدَّ فُتِلَتْ لِبَطْنِهِ، وَتُلْتُ لِشَرَابِهِ، وَتُلْتُ لِنَفْسِهِ».

[أخرجه ابن حبان برقم: ٦٧٤]

يقول الأطباء:

حين يملأ الشخص معدته بالطعام والشراب فإن ذلك يؤثر على التنفس، ثم يؤثر على القلب، لأن الرئتين لا يقومان بعملهما على الوجه المطلوب، لعدم قدرتهما على التمدد أثناء التنفس، فإذا تنفس الممتلئ من الطعام والشراب ضغطت الرئتان على المعدة فاضطرب الهضم، لكن لو أن الإنسان ترك ثلث المعدة أو أكثر فارغاً من الطعام والشراب لتنفس بسهولة، ولم يؤثر ذلك على هضمه وجسمه، ويمكن معرفة ذلك حين يكثُر الإنسان من الطعام والشراب فإنه لا يستطيع الجري بسرعة لصعوبة التنفس لديه.

التقويم  
؟

س-١: أضعُ الكلمات الآتية في مكانها المناسب (يعيب - يمينه - يسمي):

أ - كان ﷺ ..... **يسمي** ..... قبل أن يأكل.

ب - كان ﷺ لا ..... **يعيب** ..... طعامًا.

ج - كان ﷺ يأكل ..... **بيمينه** .....

س-٢: أختارُ الإجابة الصحيحة بوضع علامة (✓) فيما يلي:

- إذا أكل النبي ﷺ عند أحد لم يخرج إلا وقد:

١- نصحه بتقديم طعام آخر ( ). ٢- طلب منه دعوة آخرين ( ).

٣- دعاه (✓)