

## الدر المنثور

وأخرج ابن السنن وأبو نعيم عن أنس قال : قال رسول الله صلى الله عليه وآله " أصل كل داء البردة " .

وأخرج ابن السنن وأبو نعيم من حديث أبي سعيد الخدري .  
مثله .

وأخرج أبو نعيم عن عمر بن الخطاب قال : إياكم والبطنة في الطعام والشراب فإنها مفسدة للجسد مورثة للسقم ومكسلة عن الصلاة وعليكم بالقصد فيهما فإنه أصلح للجسد وأبعد من السرف وإن الله تعالى ليبغض الخبر السمين وإن الرجل لن يهلك حتى يؤثر شهوته على دينه .  
وأخرج البيهقي في شعب الإيمان عن أروطة قال : اجتمع رجال من أهل الطب عند ملك من الملوك فسألهم ما رأس دواء المعدة ؟ فقال كل رجل منهم قولا وفيهم رجل ساكت فلما فرغوا قال : ما تقول أنت ؟ قال : ذكروا أشياء وكلها تنفع بعض النفع ولكن ملاك ذلك ثلاثة أشياء .

لا تأكل طعاما أبدا إلا وأنت تشتهي ولا تأكل لحما يطبخ لك حتى تنعم انضاجه ولا تبتلع لقمة أبدا حتى تمضغها مضغا شديدا لا يكون على المعدة فيها مؤونة .

وأخرج البيهقي عن إبراهيم بن علي الموصلي قال : أخرج من جميع الكلام أربعة آلاف كلمة وأخرج منها أربعمئة كلمة وأخرج منها أربعون كلمة وأخرج منها أربع كلمات .  
أولها لا تثقفن بالنساء والثانية لا تحمل معدتك ما لا تطيق والثالثة لا يغرنك المال والرابعة يكفيك من العلم ما تنتفع به .

وأخرج أبو محمد الخلال عن عائشة " أن النبي صلى الله عليه وآله دخل عليها وهي تشكي فقال لها : يا عائشة لازم دواء والمعدة بيت الأدواء وعودوا بدنا ما اعتاد " .

وأخرج البيهقي عن ابن محب عن أبيه قال : المعدة حوض الجسد والعروق تشع فيه فما ورد فيها بصحة صدر بصحة وما ورد فيها بسقم صدر بسقم .

وأخرج الطبراني في الأوسط وابن السنن وأبو نعيم معافى الطب النبوي والبيهقي في شعب الإيمان وضعفه عن أبي هريرة قال : قال رسول الله صلى الله عليه وآله " المعدة حوض البدن والعروق إليها واردة فإذا صحت المعدة صدرت العروق بالصحة وإذا فسدت المعدة صدرت العروق بالسقم " .