

## سبل السلام شرح بلوغ المرام من أدلة الأحكام

وتمامه بحسب بن آدم أكلات يقمن صلبه فإن كان فاعلا لا محالة وفي لفظ بن ماجه فإن غلبت بن آدم نفسه فثلثا لطعامه وثلثا لشرابه وثلثا لنفسه والحديث دليل على ذم التوسع في المأكول والشبع والامتلاء والإخبار عنه بأنه شر لما فيه من المفسد الدينية والبدنية فإن فضول الطعام مجلبة للسقام ومثبطة عن القيام بالأحكام وهذا الإرشاد إلى جعل الأكل ثلث ما يدخل المعدة من أفضل ما أرشد إليه سيد الأنام صلى الله عليه وسلم فإنه يخفف على المعدة ويستمد من البدن الغذاء وتنتفع به القوى ولا يتولد عنه شيء من الأدوية وقد ورد من الكلام النبوي شيء كثير في ذم الشبع فقد أخرج البزار بإسنادين أحدهما رجاله ثقات مرفوعا بلفظ أكثرهم شبعوا في الدنيا أكثرهم جوعا يوم القيامة قاله صلى الله عليه وسلم لأبي جحيفة لما تجشأ فقال ما ملأت بطني منذ ثلاثين سنة وأخرج الطبراني بإسناد حسن أهل الشبع في الدنيا هم أهل الجوع غدا في الآخرة زاد البيهقي الدنيا سجن المؤمن وجنة الكافر وأخرج الطبراني بسند جيد أنه صلى الله عليه وسلم رأى رجلا عظيم البطن فقال بأصبعه لو كان في غير هذا لكان خيرا لك وأخرج البيهقي واللفظ له وأخرجه الشيخان مختصرا ليؤتين يوم القيامة بالعظيم الطويل الأكل الشروب فلا يزن عند الله جناح بعوضة اقرأوا إن شئتم فلا نقيم لهم يوم القيامة وزنا وأخرج بن أبي الدنيا أنه صلى الله عليه وسلم أصابه جوع يوما فعمد إلى حجر فوضعه على بطنه ثم قال ألا رب نفس طاعمة ناعمة في الدنيا جائعة عارية يوم القيامة ألا رب مكرم لنفسه وهو لها مهين ألا رب مهين لنفسه وهو لها مكرم وصح حديث من الإسراف أن تأكل كل ما اشتهيت وأخرج البيهقي بإسناد فيه بن لهيعة عن عائشة قالت رأيت النبي صلى الله عليه وسلم وقد أكلت في اليوم مرتين فقال يا عائشة أما تحبين أن لا يكون لك شغل إلا جوفك الأكل في اليوم مرتين من الإسراف والله لا يحب المسرفين وصح كلوا واشربوا والبسوا في غير إسراف ولا مخيلة وأخرج بن أبي الدنيا والطبراني في الأوسط سيكون رجال من أمتي يأكلون ألوان الطعام ويشربون ألوان الشراب ويلبسون ألوان الثياب ويتشققون في الكلام فأولئك شرار أمتي وقال لقمان لابنه يا بني إذا امتلأت المعدة نامت الفكرة وخرست الحكمة وقعدت الأعضاء عن العبادة وفي الخلو عن الطعام فوائد وفي الامتلاء مفسد ففي الجوع صفاء القلب وإيقاد القريحة ونفاذ البصيرة فإن الشبع يورث البلادة ويعمي القلب ويكثر البخار في المعدة والدماغ كسبه السكر حتى يحتوي على معادن الفكر فيثقل القلب بسببه عن الجريان في الأفكار ومن فوائده كسر شهوة المعاصي كلها والاستيلاء على النفس الأمانة بالسوء فإن منشأ المعاصي كلها الشهوات والقوى ومادة القوى الشهوات والشهوات لا محالة الأطعمة فتقليلها يضعف كل شهوة

وقوة وإنما السعادة كلها في أن يملك الرجل نفسه والشقاوة كلها في أن تملكه نفسه قال ذو النون ما شبت قط إلا عصيت أو هممت بمعصية وقالت عائشة رضي الله عنها أول بدعة حدثت بعد رسول الله صلى الله عليه وسلم الشيع إن القوم لما شبت بطونهم جمحت بهم نفوسهم إلى الدنيا ويقال الجوع