

## بحار الأنوار

[334] اشتملت عليه المعدة وأسرع في هضمه، فإذا أكل الغليظ بعده لم تقبله المعدة، فتنفرت منه فيفسد. ومنهم من منع من الابتداء باللطيف مطلقا، معللين بأنه إذا ورد المعدة وأخذت في هضمه كان هضمه قبل الغليظ، فينفذ في الامعاء ويختلط به بعض غير المنهضم من الغليظ، ويصل إلى الامعاء، ويصير سببا للسدة. ومنهم من منع من الجمع بينهما مطلقا، وما ورد في الخبر على تقدير صحته هو المتبع. ثم شرع عليه السلام في بيان زمان الاكل ومقدار الازمنة بين الاكلات، فجعل له طريقين: أحدهما أن يأكل في كل يوم أكلة واحدة عند مضي ثمان ساعات من النهار والثاني أن يأكل في كل يومين ثلاث أكلات، والاعتیاد بهما لا سيما بالاول أعون على الصوم، وعلى قلة النوم، لكنهما مخالفان لما ورد من الاخبار في فضل التغدي والتعشي، وفضل مباحرة الغذاء، وفضل السحور في الصوم وغير ذلك من الاخبار. ويمكن حمله على أنه عليه السلام علم بحسب حال المخاطب أن ذلك أصلح له فأمره بذلك، فيكون ذلك لمن كانت معدته ضعيفة لا تقدر على الهضم مرتين في كل يوم، وقد جرب أن ذلك أصلح التدابير لاصحاب تلك الحالة. أو يكون المراد بالغذاء ما يأكله بقدر شهوته من الاغذية الغليظة المعتادة، فلا ينافي مباحرة الغذاء بشئ قليل خفيف ينهضم في ثمان ساعات، ويمنع من انصباب الصفراء في المعدة. بل يمكن أن يكون ما ذكره عليه السلام من الابتداء بأخف الاغذية إشارة إلى ذلك، فيحصل عند ذلك المباحرة في الغذاء كل يوم والتعشي أيضا، لان بعد ثمان ساعات يحصل التعشي بأكثر معانيه. وفي القاموس: الوجبة الوطيفة، ووجب يجب وجبا أكل أكلة واحدة في النهار كأوجب ووجب. ووجب عياله وفرسه عودهم أكلة واحدة. والوجبة الاكلة في اليوم والليلة، وأكلة في اليوم إلى مثلها من الغد - انتهى - . ثم أكد عليه السلام ما ذكره مرتين لشدة الاهتمام بقلة الاكل، وترك الطعام مع

---