الطعام الطيب من أدوات بناء الحضارة

د. مصطفى فايز

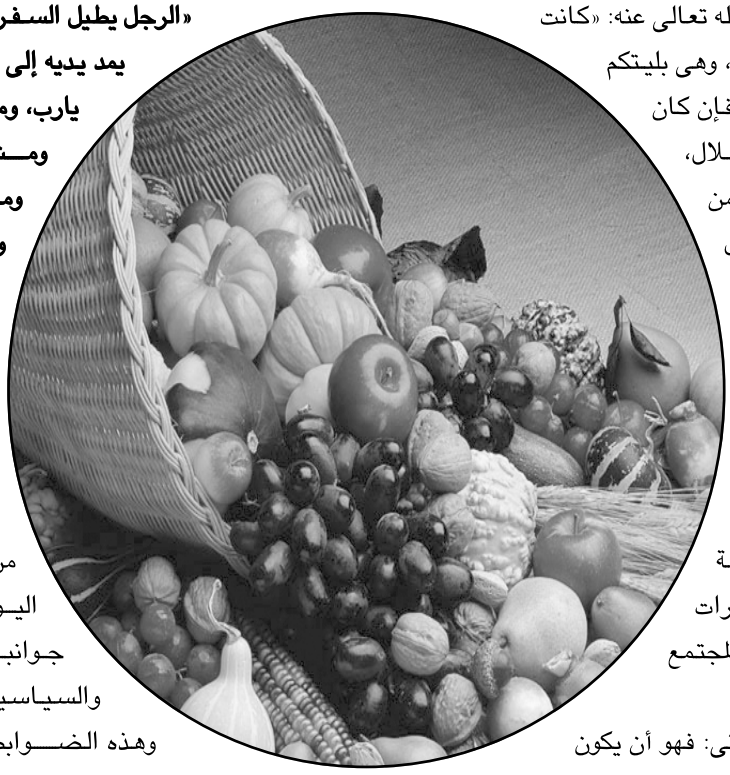
من أهم أسباب شيوع سوء الأخلاق فى المجتمعات والحضارات الإنسانية سوء الطعام، والنبى ﷺ يقول: «أطب مطعمك تكن مستجاب الدعاء» وهو حديث مكون من مقطعين، الأول- وهو لب كلامنا الآن- «أطب مطعمك» وهو أمر يطلب فيه رسول الله ﷺ، أن يطيِّب الإنسان مطعمه، وهو أحد الإرشادات النبوية الجامعة التى تندرج ضمن القواعد الأساسية لبناء الحضارة وتحقيق رخاء المجتمع، ويمكن للإنسان أن يطيب مطعمه على ثلاثة مستويات: مصدر الطعام، نوعه، وسلوك تناوله.

وعن المستوى الأول: يجب أن يكون مصدر الطعام حلالا، ومعنى هذا أن يكون مصدر الدخل حلالا ليس فيه شىء من الرشوة أو السرقة أو الاختلاس أو الاغتصاب أو التدليس أو الغش. وإن قصة آدم عليه السلام فى القرآن بينت نكد أكل الطعام المخالف «جعلته سببًا للطرد من الجنة»، قال تعالى: ﴿فَلَمَّا ذَاقَا الشَّجَرَةَ بَدَتْ لَهُمَا سَوْءَاتُهُمَا وَطَفِقَا يَخْصِفَانِ عَلَيْهِمَا مِن وَرَقِ الْجَنَّةِ وَنَادَاهُمَا رَبُّهُمَا أَلَمْ أَنْهَكُمَا عَن تِلْكُمَا الشَّجَرَةِ وَأَقُل لَّكُمَا إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمَا عَدُوٌّ مُّبِينٌ (٢٢) قَالا رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ (٢٣) قَالَ اهْبِطُوا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ وَلَكُمْ فِي الأَرْضِ مُسْتَقَرٌّ وَمَتَاعٌ إِلَى حِينٍ﴾ [الأعراف:٢٢-٢٤] . وقال الحسن

البصرى، رضى الله تعالى عنه: «كانت بلية أبيكم آدم أكله، وهى بليتكم إلى يوم القيامة». فإن كان الطعام من مال حلال، وهو مما أحل الله من المطعومات، دخل الطاعم حد استجابة الدعاء، ومن ثم أصبح قادرًا على رؤية الأمور من منظور سليم وتقييمها ببصيرة جلية واتخاذ القرارات المناسبة لإصلاح المجتمع وإعمار الكون.

أما المستوى الثانى: فهو أن يكون الطعام نفسه طيبًا فى مذاقه، وفى إعداده، والذى يطلب هذا النوع من الطعام هو رقيق القلب، رهيف الحس، لا يدفعه الجوع لملء البطن دون تلذُّذ بالتذوق والاستحسان، وهى صفة نراها فى الفتية الذين آمنوا بربهم وزادهم هدى: ﴿فَلْيَنظُرْ أَيُّهَا أَزْكَىٰ طَعَامًا فَلْيَأْتِكُم بِرِزْقٍ مِّنْهُ وَلْيَتَلَطَّفْ وَلَا يُشْعِرَنَّ بِكُمْ أَحَدًا﴾ [الكهف:١٩]. فلم يدفعهم الجوع إلى طلب أى أكل ولو كان حلالا فى ذاته وفى مصدره، بل طلبوا أن يكون مرتبطًا بأنه الأزكى. ثم تشير الآية إلى كمية الطعام وأنها برزق منه، ولم يقولوا: فليأتكم به، وهنا نرى العلاقة مع الطعام نتيجة تزكية النفس، ونرى فى حديث الرسول ﷺ أن تزكية النفس من طيب المطعم؛ حيث ذكر:

«الرجل يطيل السفر، أشعث، أغبر، يمد يديه إلى السماء: يارب، يارب، ومطعمه حرام، ومشربه حرام، وملبسه حرام، وغُذى بالحرام، فأنى يستجاب له؟!».



من السُّنة النبوية أن يكون مصدر الطعام حلالا.. وأن يكون طيبًا فى مذاقه.. وأن نلتزم بآداب تناوله

وأما المستوى الثالث: فيختص بآداب تناولنا الطعام؛ لما لها من أثر فى حياتنا اليومية بجميع جوانبها الاجتماعية والسياسية والاقتصادية. وهذه الضوابط المأخوذة من القرآن والسنة تشكل عناصر مهمة فى البناء الحضارى للمجتمع الإسلامى بل والبشرى، ومنها:

١- قوله تعالى: ﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾[الأعراف:٣١].

فالكمُّ مهم ينظمه رسول الله، ﷺ، حيث قال: «ما ملأ آدمى وعاء شرًا من بطنه، حسب ابن آدم ثلاث أكلات يقمن صلبه، فإن كان لا محالة فثلث لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث لَنفَسه». ويدرك السلف الصالح هذا المعنى فيقول ابن ماسويه الطبيب لما قرأ هذا الحديث: «لو استعمل الناس هذه الكلمات لسلموا من الأمراض والأسقام، ولتعطلت المارستانات «المصحات» ودكاكين الصيادلة». ويُسأل

نهى الله تعالى عن الإسراف فى الطعام.. وجعل إنفاقه طريقًا لتكفير الذنوب.. واشترط أن يكون من أحسن الطعام وأعلاه

الإمام أحمد بن حنبل: «هل يجد الرجل فى قلبه رقة وهو شبع؟ قال: ما أرى ذلك». وقال إبراهيم ابن أدهم: «من ضبط بطنه ضبط دينه، ومن ملك جوعه ملك الأخلاق الصالحة، وإن معصية الله بعيدة عن الجائع، قريبة من الشبعان، والشبع يميت القلب».

٢- بل جعل الله سبحانه وتعالى الإطعام طريقًا لتكفير الذنوب، واشترط أن يكون من أحسن الطعام وأعلاه.

٣- وسنَّ لنا رسول الله ﷺ آداب الطعام، وأجملها فى التؤدة والتمهل فى الأكل، وعدم العجلة والإسراع فيه، فقال لابن عباس رضى الله عنه: «يا غلام، سمِّ الله، وكل بيمينك، وكُل مما يليك». وقال ﷺ: «من أكل طعامًا، فقال الحمد لله الذى أطعمنى هذا ورزقنيه من غير حول منى ولا قوة، غفر له ما تقدم من ذنبه»

علينا إذن أن نرجع إلى الطعام الحلال، ونتخير الطعام الطيب، ونضبط سلوكنا فى تناوله، فنصبح بذلك قادرين على القضاء على الشر فى أنفسنا، وعلى الفساد فى مجتمعاتنا، وعلى الاختلال فى العالم، وهذه دعوة لبناء الحضارة الإسلامية السليمة. فالطعام الطيب جزء من نفسية المسلم الطيب القادرة على بناء حضارة عادلة تستمر وتبقى عبر الأجيال.