Journal Of the Iraqia University (75-2) January (2026)

ISSN(Print): 1813-4521 OnLine ISSN:2663-7502
Journal Of the Iraqia University
available online at
https://iasj.rdd.edu.iq/journals/journal/view/247

الأحكام الفقهية المتعلقة بآداب الأكل وصحته -دراسة فقهية مقارنة-

د. خالد عبد الله محمود

جامعة الفلوجة/ كلية العلوم الإسلامية /قسم الشريعة

Jurisprudential Rulings Related to the Etiquettes and Health of Eating - A Comparative Jurisprudential Study -

Prepared byDr. Khalid Abdullah Mahmoud
Al-Falluja University / College of Islamic Sciences / Department of Sharia

ملخص البحث:

يهدف البحث إلى دراسة فقهية بآداب الأكل وصحته، ويبين أن من مقاصد الشريعة الإسلامية حفظ الصحة البدنية؛ لأن به يكون حفظ النفس، وذلك بدراسة جملة من المسائل الفقهية المتناثرة والمتعلقة بآداب الأكل وصحته من خلال ما أمر به الشرع أو نهى عنه، ويظهر الإعجاز التشريعي والعلمي الذي أقَرَّ به علماء الطب من خلال ما تم من دراسات وبحوث توضح أثر هذه الأحكام في حفظ الصحة، وقد جعلته في خمسة عشر مسألة تناولها البحث من ناحية فقهية وأخرى طبية تبين الفوائد الصحية لهذه الأحكام واخيراً الخاتمة.

Abstract of the research entitled:

The research aims to conduct a jurisprudential study on the etiquette and health of eating, showing that one of the objectives of Islamic law is to preserve physical health, as this contributes to the preservation of life. This is achieved by examining a series of scattered jurisprudential issues related to eating etiquette and health, based on what the Sharia commands or forbids. The legislative and scientific miracle acknowledged by medical scholars is demonstrated through studies and research that clarify the impact of these rulings on maintaining health. The study is organized into fifteen issues, addressing each from both a jurisprudential and medical perspective, highlighting the health benefits of these rulings, and concludes with a final summary.

المقدمة

لقد فرض الله تعالى الفرائض، وشرع لنا الأحكام التي فيها من المصالح والحِكم ما قد يُدرك بعضه ويخفى أكثرهُ، ومعرفة هذه الأحكام إنما تكون بالتفقه في الدين، فعلم الفقه من أعظم العلوم فائدة، وأعمها نفعاً، ولا عجب؛ فبه تُعرف الأحكام من حلال وحرام. والتفقه في الدين من أعظم الأماني، وفي سبيله تبذل نفائس الأوقات والأموال، كما أن إماطة اللثام عن الحِكم والمصالح والفوائد بما كشفه الأطباء منها من غير تكلف تزيد المؤمنين إيماناً مع إيمانهم، وتقيم الحجة على الكافرين، ولعل من المناسب ذكر ما قاله الإمام الشافعي – رحمه الله– في هذا الصدد حيث قال: "لا أعلم علماً بعد الحلال والحرام أنبل من الطب؛ إلا أن أهل الكتاب قد غلبونا عليه". وكان يتلهف على ما ضيع المسلمون من الطب ويقول: "ضيعوا ثلث العلم ووكلوه إلى اليهود والنصارى".(سير أعلام النبلاء للإمام شمس الدين محمد بن أحمد بن عثمان الذهبي (٥٧/١٠). ديوان الإمام الشافعي لأبي عبد الرحمن محمد بن إدريس بن العباس الشافعي، جمعه وشرحه ورتبه: محمد عبد الرحيم (٥٩). مناقب الإمام الشافعي لأبي الفداء إسماعيل بن عمر بن كثير، تحقيق: خليل إبراهيم ملا خاطر (٢٣٨،٢٣٧)وقال: – رحمه الله –"العلم علمان: علم الدين، وعلم الدنيا وهو الطب". (سير أعلام النبلاء للذهبي (٤١/١٠). ديوان الشافعي (٦٨)وهذا ابن القيم المتوفى سنة ٧٥١هـ.. (انظر شذرات الذهب في أخبار من ذهب لشهاب الدين أبي الفلاح عبد الحي أحمد بن العماد تحقيق: محمود الأرناؤوط (٢٩٢/٨).يبين إرشاد الله عباده إلى أصول الطب فيقول: "قواعد طب الأبدان ثلاثة: حفظ الصحة، والحمية عن المؤذي، واستفراغ المواد الفاسدة. فهذا الاستفراغ يقاس عليه كل استفراغ يؤذي انحباسه، والأشياء التي يؤذي انحباسها ومدافعتها عشرة: الدم إذا هاج، والمني إذا تبيَّغ تبيغ: هاج يقال تبيغ به الدم إذا هاج به. انظر لسان العرب لأبي الفضل جمال الدين محمد بن مكرم بن منظور مادة (بيغ) (٣٠٣/١٠) ، والبول، والغائط، والريح، والقيء، والعطاس، والنوم، والجوع، والعطش،

وكل واحد من هذه العشرة يوجب حبسه داء من الأدواء بحسبه.وأما الحمية فقال تعالى في آية الوضوء: { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ وَلَا جُنُبًا إِلَّا عَابِرِي سَبِيلٍ حَتَّى تَغْتَسِلُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَى أَوْ عَلَى سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُوًّا غَفُورًا} سورة النساء، من الآية: (٤٣). ، فأباح للمريض العدول عن الماء إلى التراب حمية له أن يصيب جسده ما يؤذيه، وهذا تنبيه على الحمية عن كل مؤذ له من داخل أو خارج، فقد أرشد سبحانه عباده إلى أصول الطب ومجامع قواعده". (زاد المعاد في هدي خير العباد، لشمس الدين أبي عبد الله محمد بن أبي بكر الزرعي ابن قيم الجوزية (٤/٦،٧). وهذا من أصدق الشواهد على أن الدين بمصادره لا يصادم العلم كما يزعمون؛ بل يرشده ويهذبه ويضبطه بما ينفعه ويبعده عن العبث، ومن هنا رأيت أن أجمع وأرتب جملة من الأحكام الفقهية المتعلقة بآداب الأكل وصحته التي أسهمت في المحافظة على صحة الإنسان البدنية، وأقوم بدراستها دراسة فقهية مقارنة مبينة ما توصل إليه العلماء في أثرها في المحافظة على الصحة مما يظهر فيه الإعجاز العلمي والتشريعي، وسميت الموضوع: "الاحكام الفقهية المتعلقة بآداب الأكل وصحته دراسة فقهية مقارنه لأقوال المجتهدين ومناقشة ادلتهم وبيان الراجح منها ".

أهمية الموضوع وسبب اختياره:

بالنظر إلى هذا الموضوع يتضح أنه على جانب كبير من الأهمية؛ حيث يبرز مدى عناية الإسلام بالطب الوقائي، من محاسن الإسلام – والإسلام كله محاسن– أن ميز المسلم وكرمه إذا ما قورن بغيره من الناس؛ لذلك وجهه لجملة من آداب الأكل والشرب هي قمة من قمم الإعجاز العلمي في الشريعة السمحة والتي تعد من القواعد المهمة في حفظ صحة الإنسان البدنية باتفاق الأطباء قديماً وحديثاً، وتتلخص دوافعي لاختيار الموضوع فيما يلي:اولاً: إن مثل هذه الدراسة فيها لفت لأنظار الباحثين لإظهار روعة الفقه الإسلامي، ولإمعان النظر في أسراره وحكمه ودقائقه وهم على يقين من أنهم سيكشفون للعالم بأسره حقائق–لا نظريات– ووقائع –لا فرضيات– تستحق تسخير وسائل وإمكانيات العلم الحديث.ثانياً: هذه الأحكام يعد من أبجديات المحافظة على الصحة؛ كما في آداب الأكل والشرب التي عقد لها الفقهاء فصلاً في وليمة العرس في فقه الأسرة؛ لكن ربط الناشئة بها على أنها أحكام شرعية لا مبادئ طبية يقوي من اهتمامهم وتمسكهم بها، ويزيدهم فخراً بدينهم الذي ما ترك خيراً إلا ودلهم عليه، وتكون بديلاً عن بعض الآداب الحديثة المخالفة للشرع؛ كالأكل باليد اليسرى، والإسراف في تناول الأطعمة، وغيرها.وقد قسمت الموضوع إلى عدة مسائل كما مبين.فالمسألة الأولى: حكم غسل اليدين قبل الطعام.المسألة الثانية: حكم غسل اليدين بعد الطعام.المسألة الثالثة: الفوائد الصحية لغسل اليدين قبل الطعام وبعده.المسألة الرابعة: حكم غسل الفم بعد الطعام.المسألة الخامسة: الفوائد الصحية لغسل الفم بعد الطعام.المسألة السادسة: حكم الأكل جالساً على الرجل اليسرى ناصباً اليمنى.المسألة السابعة: الفوائد الصحية للأكل جالساً على الرجل اليسرى ناصباً اليمنى.المسألة الثامنة: حكم تصغير اللقمة وإجادة المضغ وطول البلع.المسألة التاسعة: الفوائد الصحية لتصغير اللقمة وإجادة المضغ وطول البلع.المسألة العاشرة: حكم جعل البطن أثلاثاً للطعام والشراب والنَفَس.المسألة الحادية عشر: الفوائد الصحية لجعل البطن أثلاثاً للطعام والشراب والنَفَس.المسألة الثانية عشر: حكم تقديم الفاكهة قبل غيرها.المسألة الثالثة عشر: الفوائد الصحية لتقديم الفاكهة قبل غيرها.المسألة الرابعة عشر: حكم تخليل الأسنان إن علق بها شيء من الطعام.المسألة الخامسة عشرة: الفوائد الصحية لتخليل الأسنان إن علق بها شيء من الطعام.

المسألة الأولى حكم غسل اليدين قبل الطعام

اختلف الفقهاء في حكم غسل اليدين قبل الطعام، ولهم في ذلك مذهبان:

المذهب الأول:يرى القائلون به أن غسل اليدين قبل الطعام سنة.وإلى هذا ذهب الحنفية والمالكية على القول المقابل للمشهور. والشافعية والحنابلة على الصحيح من المذهب انظر: بدائع الصنائع للكاساني (٦٩/١). المبسوط للسرخسي (٦٧/١). حاشية رد المحتار لابن عابدين (٣٤٠/٦). مجمع الأنهر لداماد أفندي (١٨١/٤). الشرح الصغير للدردير (٧٥١/٤). أسهل المدارك للكشناوي (٣٥١/٣). المعونة للقاضي عبد الوهاب (١٧١٦/٣). الرسالة لابن أبي زيد (٢٧٦). مغني المحتاج للشربيني (٢٥٠/٣). روضة الطالبين للنووي (٣٤٠/٧). المغني لابن قدامة (٢١١/١٠). المبدع لابن مفلح (١٨٨/٧). شرح منتهى الإرادات للبهوتي (٣٥٧/٣).

المذهب الثاني:يرى القائلون به أن غسل اليدين قبل الطعام مكروه إلا إذا كان بهما أذى.

وإلى هذا ذهب المالكية على المشهور والإمام أحمد في رواية .(انظر: مواهب الجليل للحطاب (١٨٠/١). الشرح الصغير للدردير(٧٥١/٤). المعونة للقاضي عبد الوهاب (١٧١٥/٣). الرسالة الفقهية لابن أبي زيد (٢٧٦). الذخيرة للقرافي (٢٥٨/١٣). القوانين الفقهية لابن جزي (٤٢٩). الفروع لابن مفلح (٢٩٩/٥). المحرر لمجد الدين أبي البركات (٤٠/٢). الإنصاف للمرداوي (٣٥٧/٢١).الأدلة:أولاً: أدلة أصحاب المذهب الأول القائل بأنه يسن غسل اليدين قبل الأكل:استدل أصحاب هذا المذهب بالسنة والمعقول:

فمن السنة:

١- فما رواه أنس بن مالك – رضي الله عنه– قال: قال رسول الله ﷺ: " من أحب أن يَكْثُر خير بيته، فليتوضأ إذا حضر غداؤه وإذا رُفِع" (أشار إليه الترمذي في سننه بشرح تحفة الأحوذي (٤٧١/٥). ورواه ابن ماجه في سننه، كتاب الأطعمة، باب الوضوء عند الطعام (١٠٨٥/٢).

٢–وعن ابن عباس – رضي الله عنهما– عن النبي ﷺ أنه قال: "الوضوء قبل الطعام وبعده مما ينفي الفقر، وهو من سنن المرسلين" (رواه الطبراني في الأوسط (١٦٤/٧) رقمه (٧١٦٦). وذكره الهيثمي في مجمع الزوائد، كتاب الأطعمة، باب الوضوء قبل الطعام وبعده (٢٣/٥، ٢٤) وقال: فيه نهشل بن سعيد وهو متروك. وقال العراقي: الحديث ضعيف. المغني عن حمل الأسفار في الأسفار في تخريج مافي الإحياء من الأخبار لزين الدين أبي الفضل عبد الرحيم بن الحسين العراقي مطبوع مع إحياء علوم الدين (٣/٢).

٣–وعن سلمان– رضي الله عنه– أن النبي ﷺ قال: "بركة الطعام الوضوء قبله والوضوء بعده" (رواه الإمام أحمد في مسنده (١٣٥/٣٩, ١٣٦) رقم (٢١٧٨٣). وأبو داود في سننه بشرح عون المعبود، كتاب الأطعمة، باب في غسل اليد قبل الطعام (١٦٧/١٠). والترمذي بشرح تحفة الأحوذي، كتاب الأطعمة، باب الوضوء قبل الطعام وبعده (٤٧٠/٥).وجه الدلالة: قوله– عليه الصلاة والسلام– : "الوضوء" يريد بذلك غسل اليد كما قال جماعة من العلماء. (انظر: تكملة المجموع للمطيعي (٤٠٥/١٦). الآداب الشرعية لابن مفلح (٢١٤/٣). إطلاقاً للكل على الجزء مجازاً، أو بناءً على المعنى اللغوي والعرفي١٣) انظر: عون المعبود لشمس الحق العظيم آبادي (١٦٨/١٠). مرقاة المفاتيح لملا علي قاري (٤١/٨).

٢–وعن أم المؤمنين عائشة – رضي الله عنها– : " أن النبي ﷺ كان إذا أراد أن يأكل وهو جنب غسل يديه" (رواه الإمام أحمد في مسنده (٣٨٣/٤٢) رقم (٢٥٥٩٨) واللفظ له. وأبو داود في سننه بشرح عون المعبود، كتاب الطهارة، باب الجنب يأكل (٢٥٧/١) وسكت عنه.. والدارقطني في سننه مع التعليق المغني، كتاب الطهارة، باب الجنب إذا أراد أن ينام أو يأكل أو يشرب كيف يصنع؟ (١٢٦/١) وقال عنه: صحيح.

٣–وحديث "الغسل قبل الطعام أمان من الفقر وبعده أمان من اللمم" (اللمم بفتحتين: مقاربة الذنب. وقيل: هو الذنب. وقيل: هو الصغائر. وقيل: هو فعل الصغيرة ثم لا يعاوده. وقيل: هو طرف من جنون يلم الإنسان. المصباح المنير للفيومي (٢١٣) ، ورد في الشرح الصغير للدردير (٤ /٧٥١). والذخيرة للقرافي (٢٥٨/١٣). وقال في الذخيرة قبله: "إنه ورد في الصحيح" ولم أقف عليه بعد التتبع.وجه الدلالة: إنما هو أمن من الفقر لأن الله تعالى أجرى عادته أن من استهان بالطعام سَلَّطَ الله عليه الجوع بالقحط وغيره، وإذا لم يغسل يده التي بها وسخ ونحوه فقد أهان الطعام بخلطه بالوسخ الذي على اليد معه، فيُخشى عليه الفقر. (انظر الذخيرة للقرافي (٢٥٨/١٣). وأما المعقول، فقالوا:

١-إن اليد لا تخلو من تلوث في تعاطي الأعمال، فغسلها أقرب إلى النظافة والنزاهة (١٨) انظر: إحياء علوم الدين للغزالي (٣/٢). عون المعبود لشمس الحق العظيم آبادي (١٦٨/١٠).

٢-إن الأكل يقصد به الاستعانة على العبادة، فهو جدير بأن يجري مجرى الطهارة من الصلاة فيبدأ بغسل اليدين (انظر: تحفة الأحوذي للمباركفوري (٤٧٠/٤). مرقاة المفاتيح لملا علي قاري (٤١/٨).

ثانيًا: أدلة أصحاب المذهب الثاني القائل بكراهة غسل اليد قبل الطعام:استدل أصحاب هذا المذهب بعمل أهل المدينة (عمل أهل المدينة: إجماع أهل المدينة حجة عند الإمام مالك؛ لأنها معدن العلم، ومنزل الوحي، وبها أولاد الصحابة، والعادة قاضية بعدم إجماع هذا الجمع الكثير من العلماء والمحصورين الأحقين بالاجتهاد إلا عن راجح. وقيل: إنه محمول على المنقولات المشتهرة؛ كالأذان والإقامة دون غيرها. وقيل: محمول على تقديم الرواية؛ فإن أهل المدينة كانوا أعرف بالأحاديث الناسخة والمنسوخة، وليس بحجة عند انفرادهم على مذهب الجمهور؛ لأنهم ليسوا كل الأمة، وقد خرج منها من هو أعلم من الباقين بها والبقاع لا أثر لها. انظر: حاشية التفتازاني على مختصر ابن الحاجب (٣٥/٢). الإبهاج في شرح المنهاج للسبكي (٣٦٤/٢). المستصفى من علم الأصول للغزالي (٥٤٤/١) ،والمعقول:فمن عمل أهل المدينة: فإن عمل أهل المدينة ترك غسل اليد قبل الطعام، وما تركوا ذلك إلا لعلمهم بحاله ﷺ، فما خالفوا الحديث إلا لكونه ﷺ فعل خلافه .(انظر الشرح الصغير للدردير (٧٥١/٤).

وأما المعقول، فقالوا:

١–إن غسل اليد قبل الأكل من زي الأعاجم، (انظر: المنتقى للباجي (٢٤٧/٧). المعونة للقاضي عبد الوهاب (١٧١٥/٣).. جاء في المعونة: " فيكره له الاقتداء بهم مع مضادتهم العرب واعتقادهم أنهم أبصر وأعرف بتدبير الأمور وسائر أمور النظافة؛ لأن التخلق بأخلاق العرب في الجملة أولى، والتعلق بآدابهم وسننهم أحق، إلا قدر ما ورد به الشرع بمنعه، (المعونة للقاضي عبد الوهاب (١٧١٥/٣). كما أنه لم يرو عن السلف (انظر: المعونة للقاضي عبد الوهاب (١٧١٥/٣). والمنتقى للباجي (٢٤٧/٧).

٢–إن لم يكن على يده وسخ فإن غسلها يكون إفساداً للماء بغير حكمة (انظر الذخيرة للقرافي (٢٥٨/١٣).

مناقشة الأدلة:

أولاً: مناقشة أدلة أصحاب المذهب الأول القائل باستحباب غسل اليدين قبل الأكل:استدلوا بحديث أنس –رضي الله عنه–: " من أحب أن يكثر ..."، فاعترض عليه: بأن إسناده ضعيف فيه جبارة بن المغلس .(جبارة بن المغلس الجماني، أبو محمد الكوفي. روى عن كثير بن سليم الراوي عن أنس نسخة وعن أبي شيبة جد أبي بكر وحماد بن زيد وسعيد بن الخمس وقيس بن الربيع وجماعة. وعنه ابن ماجه وابن أخيه أحمد بن الصلت ابن المغلس وأبو سعيد الأشج وأبو يعلى الموصلي وغيرهم. قال البخاري: حديثه مضطرب. وقال أبو حاتم: هو على يدي عدل، هو مثل القاسم بن أبي شيبة. وقال ابن عدي: في بعض حديثه لا يتابعه عليه أحد على أنه كان لايتعمد الكذب؛ إنما كانت غفلة فيه. وقال ابن حجر: ضعيف. مات سنة (٢٤١) هـ. انظر: تهذيب التهذيب لابن حجر (٣٢/٢). تقريب التهذيب لابن حجر) (٨٦/١). وكثير بن سليم .(كثير بن سليم الضبي، أبو سلمة المدائني. روى عن أنس بن مالك والضحاك بن مزاحم والحسن البصري وابن معين. وعنه أبو عامر العقدي ويحيى بن إسحاق السيلحيني وأبو تميلة يحيى بن واضح وغيرهم. قال ابن المديني: ضعيف. وقال النسائي: متروك. وقال أبو زرعة: واهي الحديث. وقال ابن حجر: ضعيف. انظر: تهذيب التهذيب لابن حجر (٥٥٤/٦). تقريب التهذيب لابن حجر (٤٩١/٢)، وهما ضعيفان. ينظر: (الزوائد للبوصيري (١٠٨٥/٢).. وأما استدلالهم بحديث سلمان: "بركة الطعام ... "، فاعترض عليه بما يلي:

١–الحديث قال عنه الترمذي: " لا نعرف هذا الحديث إلا من حديث قيس بن الربيع .(هو قيس بن الربيع الأسدي، أبو محمد الكوفي، من السابعة. يوثقه الثوري وشعبة، وقال ابن عيينة: ما رأيت بالكوفة أجود حديثاً منه. وقال حرب عن أحمد: روى أحاديث منكرة. وقال الجوزجاني: ساقط. وقال النسائي: متروك الحديث. مات سنة خمس وستين، وقيل: ثمان وستين. انظر: تهذيب التهذيب لابن حجر (٥٢٧/٦،٥٣٠). تقريب التهذيب لابن حجر (٤٨٨/٢). وهو يضعف في الحديث". وكذلك ضعفه جماعة من العلماء. (سنن الترمذي (٧٤١/٥). وانظر: شرح منظومة الآداب للحجاوي (٣٤٢). عون المعبود للعظيم آبادي (١٦٧/١٠). حاشية ابن القيم على سنن أبي داود (١٦٨/١٠). العلل لابن أبي حاتم (١٠٦٩/٩).

٢–قال الشيخ تقي الدين عن غسل اليدين قبل الطعام " قد يقال: كان هذا في أول الإسلام لما كان النبي ﷺ يحب موافقة أهل الكتاب فيما لم يؤمر فيه بشيء".(مجموع فتاوى شيخ الاسلام ابن تيمية (١٧٠/٢١). وقد أجيب عما سبق بما يلي:أما تضعيف الحديث فقد أجاب عنه المنذري. (هو عبد العظيم بن عبد القوي بن عبد الله بن سلامة المنذري، أبو محمد، ولد سنة إحدى وثمانين وخمسمائة، وقرأ القرآن وتأدب وتفقه، اختصر صحيح مسلم وسنن أبي داود، وصنف في المذهب، كان عالماً بالحديث صحيحه وسقيمه ومعلوله وطرقه، متبحراً في معرفة أحكامه ومعانيه ومشكله. من تصانيفه: الترغيب، والترهيب. توفي _رحمه الله_ سنة ست وخمسين وستمائة. انظر: تذكرة الحفاظ للإمام الذهبي (١٤٣٧/٤،١٤٣٨). شذرات الذهب لابن العماد (٤٧٩/٧،٤٨٠). فقال: "قيس بن الربيع صدوق، وفيه كلام لسوء حفظه لا يُخْرِج الإسناد عن حد الحسن". ينظر :(الترغيب والترهيب (١٥٠/٣،١٥١)الترجيح:الراجح –والله أعلم – هو المذهب الأول القائل باستحباب غسل اليد قبل الطعام؛ وذلك لأن بعض ما استدلوا به صحيح؛ كحديث أم المؤمنين عائشة –رضي الله عنها –، قال ابن العربي – وهو من علماء المالكية–: "والاقتداء بالحديث أولى" (الجامع لأحكام القرآن للقرطبي (١٨٨/٧). ولسلامة هذه الأدلة من المعارضة الصحيحة، ولما هو معلوم من الأدلة الأخرى في غسل اليدين من النجاسات ومن الأقذار، ولما يترتب على ترك ذلك من العلل والأمراض الناتجة من وجود الجراثيم باليدين وهي من الأضرار التي عُرِفَ عن الشريعة رفعها وإزالتها.

المسألة الثانية غسل اليدين بعد الطعام

اتفق الأئمة الأربعة على أن غسل اليدين بعد الطعام مندوب؛ إلا أن المالكية خصوا ذلك بما إذا كان فيها غمر (غمر: "الغمر _ بالتحريك _: الدسم والزهومة من اللحم. النهاية لابن الأثير (٣٨٥/٣). (انظر: حاشية رد المحتار لابن عابدين (٣٤٠/٦). تكملة البحر الرائق لمحمد بن حسين بن علي الطوري (٢٠٨/٨). مجمع الأنهر لداماد أفندي (١٨١/٤). الشرح الصغير للدردير (٧٥١/٤). المعونة للقاضي عبد الوهاب (١٧١٦/٣). أسهل المدارك للكشناوي (٣٥١/٣). مسالك الدلالة لأحمد الصديق (٤٠٤). الرسالة لابن أبي زيد (٢٧٦). إحياء علوم الدين للغزالي (٦/٢). روضة الطالبين للنووي (٣٤٠/٧). مغني المحتاج للشربيني (٢٥٠/٣). التكملة الثانية للمجموع للمطيعي (٤٠٥/١٦). المغني لابن قدامة (٢١١/١٠). الإنصاف للمرداوي (٣٥٧/٢١). كشاف القناع للبهوتي (١٧٢/٥). الشرح الكبير لابن قدامة (٣٥٧/٢١). شرح منتهى الإرادات للبهوتي (٣٧/٣). المبدع لابن مفلح (١٨٨/٧). شرح منظومة الآداب للحجاوي (٣٤٤). الآداب الشرعية لابن مفلح (٢١٢/٣).الأدلة:استدل الفقهاء لما ذهبوا إليه من أنه يسن غسل اليدين بعد الطعام بالسنة والأثر والمعقول:فمن السنة:

١–ما رواه أبو هريرة – رضي الله عنه – قال: قال رسول الله ﷺ: "من نام وفي يده غمر ولم يغسله فأصابه شيء، فلا يلومن إلا نفسه"(1) رواه الإمام أحمد في مسنده (٥٤٩/١٦) رقم (١٠٩٤٠). وأبو داود في سننه بشرح عون المعبود، كتاب الأطعمة، باب في غسل اليد من الطعام

(٢٣٧،٢٣٦/١٠) واللفظ له. والترمذي في سننه بشرح تحفة الأحوذي، أبواب الأطعمة، باب ما جاء في كراهية البيتوتة وفي يده غمر (٤٨٥/٥) وقال عنه:"حسن غريب" المرجع السابق. وابن ماجه في سننه، كتاب الأطعمة، باب من بات وفي يده ريح غمر (١٠٩٦/٢). وابن حبان كما في الإحسان لابن بلبان، كتاب الزينة والتطييب، ذكر الأخبار عما يستحب للمرء من إزالة الغمر من يده عند إرادته النوم بالليل (٣٢٩/١٢). والحاكم في المستدرك، كتاب الأطعمة، باب لا يمسح أحدكم يده بالمنديل حتى يلعق يده (١١٨/٤) وقال عنه:"صحيح على شرط الشيخين ولم يخرجاه بهذه الألفاظ. المرجع السابق (١١٩/٤). وحسنه المنذري في الترغيب والترهيب (١٥٤/٣). وقال ابن حجر: أخرجه أبو داود بسند صحيح على شرط مسلم فتح الباري (٤٩٢/٩).

٢-ما رواه أنس بن مالك – رضي الله عنه – قال: قال رسول الله ﷺ: " من أحب أن يَكْثُر خير بيته، فليتوضأ إذا حضر غداؤه وإذا رُفِع" (أشار إليه الترمذي في سننه بشرح تحفة الأحوذي (٤٧١/٥). (ورواه ابن ماجه في سننه، كتاب الأطعمة، باب الوضوء عند الطعام) (١٠٨٥/٢).

٣-وعن ابن عباس –رضي الله عنهما – عن النبي ﷺ أنه قال: "الوضوء قبل الطعام وبعده مما ينفي الفقر، وهو من سنن المرسلين" (رواه الطبراني في الأوسط (١٦٤/٧) رقمه (٧١٦٦). وذكره الهيثمي في مجمع الزوائد، كتاب الأطعمة، باب الوضوء قبل الطعام وبعده (٢٣/٥، ٢٤) وقال: فيه نهشل بن سعيد وهو متروك. وقال العراقي: الحديث ضعيف. المغني عن حمل الأسفار في الأسفار في تخريج ما في الإحياء من الأخبار لزين الدين أبي الفضل عبد الرحيم بن الحسين العراقي مطبوع مع إحياء علوم الدين (٣/٢).

٤- وعن سلمان –رضي الله عنه – أن النبي ﷺ قال: "بركة الطعام الوضوء قبله والوضوء بعده" (رواه الإمام أحمد في مسنده (١٣٥/٣٩, ١٣٦) رقم (٢١٧٨٣). وأبو داود في سننه بشرح عون المعبود، كتاب الأطعمة، باب في غسل اليد قبل الطعام (١٦٧/١٠). والترمذي بشرح تحفة الأحوذي، كتاب الأطعمة، باب الوضوء قبل الطعام وبعده (٤٧٠/٥). والحاكم في المستدرك، كتاب الأطعمة، باب الوضوء قبل الطعام وبعده بركة (١٠٧،١٠٦/٤). والبيهقي في السنن الكبرى مع الجوهر النقي في أبواب الوليمة، باب غسل اليد قبل الطعام وبعده (٢٧٥/٧).

أما من الأثر :فما روي أن عمر بن الخطاب – رضي الله عنه – إذا أكل ما لا دسم فيه يمسح كفه بباطن قدمه (ورد في مواهب الجليل للحطاب (٣٠٢/١) ولم أقف عليه في كتب السنة).أما من المعقول، فقالوا: إن بقاء الغمر يورث الجنون، أو البرص، أو أذية الهوام (انظر الشرح الصغير للدردير)(٧٥١/٤).

المسألة الثالثة الفوائد الصحية لغسل اليدين قبل الطعام وبعده من الآداب التي مصلحتها ظاهرة غسل اليدين قبل الطعام وبعده؛ وخاصة إذا كانت اليد متلوثة من جراء عمل أو غيره. (انظر مجلة الحكمة، العدد الثامن شوال, ١٤١٦ هـ، آداب الغذاء في الإسلام، د. سعد بن عبد الله الحميد). ، ومعلوم أنه لا يخلو مكان في الأرض من الجراثيم منها النافع ومنها الضار؛ ولكننا لا نعرف أين الجراثيم النافعة وأين الضارة، وسوء الظن هنا من أذكى الفطن؛ لذلك نعتبر أن الجراثيم الضارة موجودة في كل مكان، ونحن مضطرون أن نمس بأيدينا جميع الأشياء التي نحتاجها من حولنا، وعندما نريد تناول الطعام إذا لم نغسل أيدينا انتقلت الجراثيم من أيدينا إلى الطعام، ودخلت معه إلى أجوافنا، (انظر الحقائق الصحية في الإسلام د. عبد الرزاق الكيلاني (٩٧).وغيرها من أمراض القذارة، ومن هذه الجراثيم الفتاكة التي تهدد حياة الإنسان والتي تنتقل عن طريق تلوث اليدين ومصادر الماء والطعام فتصيب الجهاز الهضمي بأبلغ الأضرار ما جاء في إحصائية المعهد الطبي بأكاديمية العلوم الوطنية بالولايات المتحدة التي قدرت عدد المصابين بها في دول العالم الثالث ١٩٨٦ م كما يلي:

١-جرثومة السالمونيلا: وتسبب الحمى التيفودية التي تصيب ثلاثين مليوناً من الأشخاص على مستوى العالم.

٢-عصيات كولي: وتسبب النزلات المعوية الحادة التي تصيب ستمائة وثلاثين مليوناً من الأشخاص.

٣-عصيات الدسنتري: وتسبب النزلات المعوية أيضاً، وتصيب مائتين وخمسين مليوناً من الأشخاص.

٤-الكوليرا: وتصيب سبعة ملايين من الأشخاص.

٥-فيروس الالتهاب الكبدي الوبائي A: ويصيب خمسة ملايين من الأشخاص.

٦-فيروس النزلات المعوية: ويصيب مائة وأربعين مليوناً من الأشخاص.ويذهب ضحية هذه الأمراض (أمراض القذارة) ثلاثة ملايين من الأشخاص نصفهم من الأطفال نتيجة عدم الاهتمام بنظافة اليدين وغسلهما قبل الطعام (انظر رحلة الإيمان في جسم الإنسان د. حامد أحمد حامد (٣٤٩). وهذه الجراثيم تلتصق بسطح الجلد والذي يحتوي على أثلام وأخاديد وما يفرزه من دهن وعرق يساعد على التصاق تلك الجراثيم وبيوض الطفيليات بالجلد وحفظها بين ثناياه. (انظر روائع الطب الإسلامي د. محمد نزار الدقر (٢٧/٤).أما غسل اليدين بعد الطعام فلأن بقاياه تلوث الأنامل، ويمكن أن تتفسخ إذا بقيت، وأن تشكل ضمن حرارة الجسم وسطاً ملائماً لتكاثر الجراثيم واستحالتها إلى خطر داهم الذي حذر منه النبي) ﷺ (

انظر: روائع الطب الإسلامي د. محمد نزار الدقر (٢٧/٤). الحقائق الصحية في الإسلام لعبد الرزاق الكيلاني (٩٧)كما أن النوم دون غسل ما في يده من دسم مجلبة للهوام، والحشرات تجذبها رائحة الدسم وزهومته، فترتع في بدن النائم وفراشه، وقد تؤذيه أشد الأذى. (انظر الحقائق الصحية في الإسلام لعبد الرزاق الكيلاني (١٠٣). المسألة الرابعة غسل الفم بعد الطعام

غسل الفم بعد الطعام من الآداب التي جاء بها الشارع الحكيم وقد ذهب المالكية والشافعية والحنابلة إلى أنه يندب غسل الفم بعد الطعام. (لم أقف للحنفية على قول في المسألة فيما بين يدي من كتبهم، والله أعلم).الأدلة:استدل الفقهاء لذلك بالسنة والمعقول :فمن السنة:

١-ما روي أن ابن عباس – رضي الله عنهما – أخبر أن النبي ﷺ شرب لبناً فمضمض وقال: "إن له دسماً"

(رواه البخاري في صحيحه بشرح فتح الباري، كتاب الوضوء، باب هل يمضمض من اللبن (٣٧٤/١) واللفظ له. ومسلم بشرح النووي، كتاب الحيض، باب نسخ الوضوء مما مست النار (٢٨٦/٤).وجه الدلالة:يدل الحديث على استحباب المضمضة من كل شيء دسم (فتح الباري لابن حجر (٣٧٤/١).عن سويد بن النعمان – رضي الله عنه – أخبر أنه خرج مع رسول الله ﷺ عام خيبر، حتى إذا كانوا بالصهباء _ وهي أدنى خيبر _ فصلى العصر ثم دعا بالأزواد، فلم يؤت إلا بالسويق، فأمر به فثرِّي فأكل رسول الله ﷺ وأكلنا، ثم قام إلى المغرب فمضمض ومضمضنا، ثم صلى ولم يتوضأ (صحيح البخاري:١/ ٥٢، برقم (٢٠٩) باب من مضمض من السويق ولم يتوضأ. وجه الدلالة:يدل الحديث على استحباب المضمضة بعد الأكل، لإزالة بقاياه بين الأسنان ونواحي الفم (انظر فتح الباري لابن حجر (٣٧٣/١).وأما من المعقول، فقالوا:إن غسل الفم بعد الطعام نوع من النظافة المشروعة كالسواك (انظر المنتقى للباجي)(٢٤٧/٧)المسألة الخامسة الفوائد الصحية لغسل الفم بعد الطعام إن للهدي النبوي في غسل الفم بعد الطعام حفظاً لصحة الأسنان ووقايتها من النخر والتسوس؛ ذلك أن بقايا الطعام في الفم وبين ثنايا الأسنان يمكن أن تتخمر وتتفسخ، متحولة ضمن الفم إلى مزرعة جرثومية خطيرة يمكن أن تترعرع فيها الجراثيم وتتكاثر بسهولة، مؤدية إلى حالات مرضية قد تكون عواقبها وخيمة، (انظر: روائع الطب الإسلامي د. محمد نزار الدقر (٤١/٤). ذلك أن صحة الأسنان أساس صحة البدن؛ لذا جاء الترغيب في تخليل الأسنان، وغسل الفم، والسواك، فالتخليل يُخرج ما بين الأسنان من الطعام؛ حتى لا يتخمر ويذيب ميناء الأسنان، والمضمضة وغسل الفم يقذف بقايا الطعام، والسواك ونحوه يقضي على ما تبقى من الجراثيم ومن فضلات الطعام والشراب (انظر: الحقائق الصحية في الإسلام د. عبد الرزاق الكيلاني (٩٨)كما أن إهمال العناية بنظافة الفم يزيد من احتمالات الإصابة بسرطان الفم والبلعوم. (انظر: نشرة الطب الإسلامي، العدد الثاني، مقالة أوجه الارتباط بين القيم الإسلامية والإصابة بالسرطان، د. أحمد القاضي، د. أشرف غور (٧/١).ومن الثابت علمياً أن الفم لا يكاد يخلو من الميكروبات، وأن بقايا الأطعمة _وخاصة النشويات_ هي السبب الرئيسي في الإصابة بنخر (تسوس) الأسنان. ولما كان عمل الأسنان مهماً جداً بالنسبة لمضغ الطعام، والمساعدة على هضمه، وإصابتها أو إصابة اللثة قد تكون سبباً لبعض الأمراض التي تصيب أعضاء كثيرة في جسم الإنسان؛ لذا كان الاهتمام بنظافتها أمراً مهماً. (الطب الإسلامي (٣) الوقاية في الإسلام، د. محمود الحاج قاسم (١٢٠،١١٩/١)المسألة السادسة حكم الأكل جالساً على الرجل اليسرى ناصباً اليمنى من المعلوم أن لهيئة الجلوس أثراً في انحدار الطعام، وفي هضم الطعام؛ ولذلك فقد اهتم الشرع ببيان هيئة الجلوس المستحبة.وقد اتفق الأئمة الأربعة على أنه يسن أن يجلس على الرجل اليسرى ناصباً اليمنى. (انظر: حاشية رد المحتار لابن عابدين (٣٤٠/٦). الشرح الصغير للدردير (٧٥٦/٤). المنتقى للباجي (٢٤٧/٧). حاشية العدوي على شرح أبي الحسن لرسالة ابن أبي زيد (٤٣١/٢). إحياء علوم الدين للغزالي (٤/٢). فتح الباري لابن حجر (٤٥٢/٩). كشاف القناع للبهوتي (١٧٥/٥). الإنصاف للمرداوي (٣٦٧/٢١). زاد المعاد لابن القيم (٢٢١،٢٢٠/٤). الآداب الشرعية لابن مفلح (١٥٩/٣). شرح منظومة الآداب للحجاوي (٣١٤). وزاد الحنفية والمالكية: أحسن الجلسات للأكل هي الإقعاء، على الوركين ونصب الركبتين، ثم الجثي على الركبتين وظهور القدمين، ثم نصب الرجل اليمني والجلوس على اليسرى. (انظر: حاشية ابن عابدين (٧٥٦/٦). حاشية العدوي على شرح أبي الحسن لرسالة ابن أبي زيد (٤٣١/٢)، (ذكر ابن مفلح هيئات أخرى منها التربع والافتراش. انظر: الآداب الشرعية (١٥٩/٣). الأدلة:استدل الفقهاء لهذه الهيئات بالسنة : فمن السنة :

١- ما رواه أنس بن مالك _رضي الله عنه_ قال : "رأيت النبي ﷺ مقعياً يأكل تمراً".(رواه مسلم في صحيحه بشرح النووي، كتاب الأشربة، باب استحباب تواضع الآكل وصفة قعوده (٢٣٩/١٣)وجه الدلالة "مقعياً": "أي جالساً على إليته ناصباً ساقيه".(شرح النووي على صحيح مسلم (٢٣٩/١٣).

٢-وعن أنس -رضي الله عنه- قال: أتي رسول الله ﷺ بتمر، فجعل النبي ﷺ يُقَسِمه وهو محتفز .(محتفز: أي مستعجل مستوفز يريد القيام. النهاية لابن الأثير (٤٠٧/١). يأكل منه أكلاً ذريعاً. (رواه مسلم في صحيحه بشرح النووي، كتاب الأشربة، باب استحباب تواضع الآكل وصفة قعوده (٢٣٩/١٣, ٢٤٠) وجه الدلالة:قولة محتفزاً أي غير متمكن في جلوسه (انظر: شرح النووي على صحيح مسلم (٢٣٩/١٣).

٣-ما روى عبد الله بن بُسر قال: " أُهْدِيت للنبي ﷺ شاة فجثى رسول الله ﷺ على ركبتيه يأكل، فقال أعرابي: ما هذه الجلسة؟ فقال: "إن الله جعلني عبداً كريماً ولم يجعلني جباراً عنيداً " (رواه أبو داود في سننه بشرح عون المعبود، كتاب الأطعمة، باب في الأكل من أعلى الصحفة (١٠/١٧٧, ١٧٨) وسكت عنه. وابن ماجه في سننه، كتاب الأطعمة، باب الأكل متكئاً (٢/١٠٨٦) واللفظ له. والبيهقي في السنن الكبرى مع الجوهر النقي. كتاب الصداق، باب الأكل متكئاً (٧/٢٨٣). وقال في الزوائد: إسناده صحيح رجاله ثقات (٢/١٠٨٦). وقال ابن حجر عنه: إسناده حسن. فتح الباري (٩/٤٥٢).

المسألة السابعة الفوائد الصحية للأكل جالساً على الرجل اليسرى ناصباً اليمنى يحتاج الجهاز الهضمي إلى كمية كبيرة من الدم ليستطيع القيام بما يلزم لاستقبال الطعام الوارد والتهيؤ لهضمه؛ لذا كان الإجراء الطبي الصحيح لذلك وجوب الجلوس حتى تكون الجملة العصبية والعضلية في حالة الهدوء والاسترخاء، وتزداد قابلية الجهاز الهضمي لتقبل الطعام والشراب وتمثله بشكل صحيح، وثني الساقين تحت الجسم لحصر الدم في منطقة الجهاز الهضمي، مع وضع الساق اليسرى منثنية واليمنى مرتكزة على القدم لجعل المعدة حرة طليقة بعيدة عن أي ضغط مسلط باتجاهها من الخارج، وهذا الوضع هو الأصح لعمل الجهاز الهضمي في حالة الجلوس على الأرض حول السفرة من استعمال الكراسي حول مائدة الطعام. أما الجلوس على المقعدة (متربعاً) فيؤدي إلى انبساط المعدة، وإلى أن تأخذ المعدة مجالاً واسعاً، فتزيد قابليتها لأخذ الطعام والمزيد منه. أما الإقعاء بنصب الساقين أو أحدهما مما يضيق حيز المعدة ويقلل اتساعها، مما يؤدي بها إلى الامتلاء بمقدار أقل من الطعام؛ حيث يشعر المرء بالشبع بآلية انعكاسية، فيقل مطعمه ولا يصاب بالتخمة. (انظر: روائع الطب الإسلامي لمحمد نزار الدقر (٤/٢٩، ٣٤). الحقائق الصحية في الإسلامي د. عبد الرزاق الكيلاني (١٥٤)بل إن مخالفة الهدي النبوي في الأكل جالساً قد تؤدي إلى الوفاة؛ كما في الأكل في حال القيام؛ حيث يؤدي إلى انعكاسات عصبية شديدة تقوم بها نهايات العصب المبهم المنتشرة في بطانة المعدة، وهذه الانعكاسات إذا حصلت بشكل شديد ومفاجئ قد تؤدي إلى انطلاق شرارة النهي العصبي الخطيرة Vagalinhibation لتوجه ضربتها القاضية للقلب، فيتوقف محدثاً الإغماء أو الموت المفاجئ. كما أن الاستمرار على عادة الأكل والشرب واقفاً تعتبر خطرة على سلامة جدران المعدة وإمكانية حدوث تقرحات فيها؛ حيث يلاحظ الأطباء الشعاعيون أن قرحات المعدة تكثر في المناطق التي تكون عُرْضة بصدمات اللقم الطعامية وجرعات الأشربة بنسبة تبلغ (٩٥٪) من حالات الإصابة بالقرحة. كما أن حالة عملية التوازن أثناء الوقوف ترافقها تشجنات عضلية في المريء تعيق مرور الطعام بسهولة إلى المعدة محدثة – في بعض الأحيان – آلاماً شديدة تضطرب معها وظيفة الجهاز الهضمي. (انظر روائع الطب الإسلامي لمحمد نزار الدقر (٤/٣٤)قلت: يرى بعض الأطباء أن ما ذكره المؤلف غير منطقي من منظور علم وظائف الأعضاء وعلم التشريح، فلو قدم دليل أو برهان علمي على ما ذكره لكان أولى .

المسألة الثامنة حكم تصغير اللقمة، وإجادة المضغ، وطول البلع

مما لاشك فيه أن الهضم يبدأ في الفم؛ فالأضراس تطحن الطعام، مما يسهل عملية الهضم في المعدة؛ ولذا فإن تصغير اللقم، وإجادة مضغها، وطول البلع، مما اتفق المالكية والشافعية والحنابلة على أنه مستحب. (انظر: حاشية العدوي على شرح أبي الحسن لرسالة ابن أبي زيد (٢/٤٢٧،٤٢٨). الشرح الصغير للدردير (٤/٧٥٤). الجامع لأحكام القرآن للقرطبي (٨/١٨٨). مسالك الدلالة في شرح متن الرسالة لأحمد بن الصديق (٤٠٣،٤٠٤). الذخيرة للقرافي (٣/٢٥٨). القوانين الفقهية لابن جزي (٤٢٩). الرسالة لابن أبي زيد (٢٤٧). إحياء علوم الدين للغزالي (٢/٥). مغني المحتاج للشربيني (٣/٢٥٠). غذاء الألباب شرح منظومة الآداب لمحمد السفاريني (٢/١١٨, ١١٩). مطالب أولي النهى للرحيباني (٥/٢٤٤). كشاف القناع للبهوتي (٥/١٧٥). الإنصاف للمرداوي (٢١/٣٥٩). الآداب الشرعية لابن مفلح (٣/١٦٢). الأدلة:لم أقف له على أدلة نصية فيما طالعته من كتب الفقهاء؛ إلا أنه يمكن أن يستدل لذلك بما روى الإمام مسلم عن كعب بن مالك. (كعب بن مالك بن أبي كعب بن القين بن كعب الأنصاري السلمي، يقال: أبو بشير، ويقال: أبو عبد الرحمن. شهد العقبة وبايع بها، وتخلف عن بدر، وشهد أحداً وما بعدها، وتخلف في تبوك هو أحد الثلاثة الذين تيب عليهم، مات بالشام في خلافة معاوية. انظر: الإصابة لابن حجر (٥/٣٠٩). الاستيعاب لابن عبدالبر (٣/٢٨٦،٢٩٠).- رضي الله عنه - " أن رسول الله ﷺ كان يأكل بثلاث أصابع، فإذا فرغ لعقها" (لعقها: أي أَكَلها والمراد ما بإصبعه من الطعام). انظر المصباح المنير للفيومي (٢١٢). (رواه مسلم في صحيحه بشرح النووي، كتاب الأشربة، باب استحباب لعق الأصابع) (١٣/٢١٦،٢١٧). وجه الدلالة:أكله -عليه الصلاة والسلام- بثلاث أصابع دليل على أنه كان يُصَغِّر اللقمة .أما من المعقول، فقالوا: إن تكبير اللقمة قد يغص به لكثرته. (انظر: الآداب الشرعية لابن مفلح) (٣/١٦١). وأما إجادة المضغ، فقالوا: إنه مستحب؛ لما فيه من شرافة النفس، ومراعاة المعدة، والبعد عن الاغتصاص باللقمة، مع التأدب مع الجليس. (انظر غذاء الألباب للسفاريني (٢/١١٩). كما أنه إذا أجاد مضغ الطعام، سَهُل بلعه، وَخَفَّ على المعدة. (انظر: الشرح الصغير للدردير)(١/٧٥٤). (مسالك الدلالة لأحمد الصديق)(٤٠٣). المسألة التاسعةالفوائد الصحية لتصغير اللقمة،

وإجادة المضغ، وطول البلع معلوم أن الهضم يبدأ من الفم؛ فالأضراس تطحن المواد المغذية وتنعمها لتسهيل تفكيكها، ويسهل اللسان تحريكها داخل الفم لمزجها جيداً بإفرازات غدد اللعاب، وفي اللعاب خميرتان هما: (البتواكين ptyalin والمالتاز maltase)، وهاتان الخميرتان تشتركان معاً في تفكيك المواد الكربوهيدراتية غير قابلة للذوبان في الماء، وتحويلها إلى أنواع من السكر البسيط الذي يذوب في الماء، وهذا التحويل يصبح تاماً إذا طالت مدة بقاء اللقمة في الفم؛ بحيث تنعم وتمزج جيداً باللعاب. (انظر :أمراض الجهاز الهضمي ومعالجتها) د. أمين رويحة (٤٣،٤٤).

ولهذا كان من الآداب: التريث في تناول الطعام، وضرورة مضغه جيداً، واستهجان كل من يحاول ازدراده بعجالة. (انظر: أمراض المعدة وعملية هضم الطعام د. هشام المانع (٤١)يقول ابن القيم متحدثاً عن تصغير اللقمة: " إن الأكل بالخمسة –أي الأصابع– والراحة يوجب ازدحام الطعام على آلاته وعلى المعدة، وربما انسدت الآلات فمات وتغصب الآلات على دفعه والمعدة على احتماله ولا يجد له لذة ولا استمراء"(زاد المعاد) (٢٢٢/٤)إن التناول السريع للطعام يؤدي إلى ابتلاع كمية كبيرة من الهواء، وهذا الهواء عندما يصل إلى المعدة وتصبح حرارته مثل حرارة الجسم يتمدد، مما يؤدي لحدوث نفخة في المعدةومضغ الطعام جيداً يفيد بتقطيع الطعام، مما يُحَسِّن هضمه في المعدة؛ وخاصة أن مضغ الطعام يزيد من إفراز اللعاب الذي يحوي أنزيم الأميلاز الذي يجزئ النشاء، كما يساعد اللعاب على عملية البلع. (انظر :الإعجاز العلمي في الحديث النبوي الشريف لعبد الرحيم ماردیني) (١٩١)والإنسان المتأني في تناول طعامه يستخلص منه الفيتامينات والمعادن والعصائر الضرورية لبناء الجسم ؛ بل والأكثر من ذلك هو أنه يبطل تأثير أي سموم أو معادن ضارة يحتويها الطعام.(انظر :ثبت علمياً لمحمد كامل عبد الصمد)(٢٢،٢١/٣).

وقد تأكد العلماء من هذه الحقيقة بعد أن قرر ستة من المحاربين اليابانيين الانتحار في أحد المعتقلات عن طريق تناول بعض الثمار السامة التي تنمو بالقرب من نافذة زنزانتهم، فالتهم أربعة منهم الثمار بسرعة، في حين راح الاثنان الآخران يمضغانها ببطء ولفترة طويلة، وفي صباح اليوم التالي كان الأربعة قد فارقوا الحياة وبقي الآخران على قيد الحياة، وقد حاولا تكرار المحاولة يوماً بعد يوم؛ لكنه لم يحدث لهما شيء، والأغرب أن صحتهما قد تحسنت وتخلصا من آلامهما الجسمية والنفسية؛ حيث تبين أن السموم قد تكسرت وأبطل لعابهما تأثيرها، فلم يبق من الثمار سوى العناصر الغذائية المفيدة التي ساعدت على تجدد حيوية جسديهما. (انظر :ثبت علمياً لمحمد كامل عبد الصمد)(٢٢/٣). المسألة العاشرة

حكم جعل البطن أثلاثاً للطعام والشراب والنفساتفق الفقهاء على أنه يندب جعل البطن أثلاثاً: ثلثاً للطعام، وثلثاً للشراب، وثلثاً للنفس. (انظر: حاشية رد المحتار لابن عابدين (٣٣٩/٦). المبسوط للسرخسي (٢٦٦/٣٠). أسهل المدارك للكشناوي (٣٥٠/٣). حاشية الصاوي على الشرح الصغير للدردير (٧٥٢/٤). القوانين الفقهية لابن جزي (٤٢٩). الرسالة لابن أبي زيد مع حاشية العدوي (٤٢٦/٢). مسالك الدلالة لأحمد الصديق (٤٠٣). كشاف القناع للبهوتي (١٧٩/٥). الإنصاف للمرداوي (٣٦٩/٢١). الآداب الشرعية لابن مفلح (١٨٣/٣). غذاء الألباب للسفاريني (١٠٦،١٠٥/٢)

الأدلة:استدلوا لما ذهبوا إليه من أنه يندب للآكل أن يجعل البطن أثلاثاً للطعام وللشراب وللنفس بالسنة والمعقول:فمن السنة:

١-ما رواه المقدام بن معد يكرب – رضي الله عنه – أن النبي ﷺ قال: "ما ملأ ابن آدم وعاءً شراً من بطنه، حسب ابن آدم أكلات يُقِمْن صلبه، فإن كان لا محالة، فثلث طعام، وثلث شراب، وثلث لنفسه". (رواه الإمام أحمد في مسنده (٤٢٢/٢٨ ,٤٢٣) رقم (١٧١٨٦) واللفظ له. والترمذي بشرح تحفة الأحوذي، كتاب الزهد، باب ما جاء في كراهية كثرة الأكل (٤٤،٤٣/٧) وقال: حسن صحيح. (٤٤/٧) ورواه وابن ماجه، كتاب الأطعمة، باب الاقتصاد في الأكل وكراهة الشبع (١١١١/٢). والحاكم في المستدرك، كتاب الأطعمة، باب أكثر الناس في الدنيا شبعاً أكثرهم في الآخرة جوعاً (١٢١/٤). وصححه الذهبي في تلخيص المستدرك (١٢١/٤). وقال ابن حجر في الفتح: حديث حسن (٤٣٨/٩). ورواه ابن حبان كما في الإحسان لابن بلبان، كتاب الرقائق، باب الفقر والزهد والقناعة، ذكر الأخبار عما يجب على المرء من ترك الفضول في قوله (٤٤٩/٢).

٢–ما رواه أنس –رضي الله عنه – عن النبي ﷺ أنه قال: "أصل كل داء البَرَدة" رواه ابن الجوزي في العلل المتناهية، تحقيق: إرشاد الحق (١٧٨/٢). وابن حبان في المجروحين (٢٠٤/١). وقال ابن رجب في جامع العلوم والحكم: لا يصح رفعه (٣٨٤/٢). وجه الدلالة:"البردة: هي التخمة".(غريب الحديث للخطابي) (٢٦٣/٣). (النهاية لابن الأثير) (١١٥/١).وثقل الطعام على المعدة. سميت بذلك لأنها تُبرد المعدة؛ فلا تستمرئ الطعام. (النهاية لابن الأثير)(١١٥/١). وقيل إدخال الطعام على الطعام.(انظر: حاشية الصاوي على الشرح الصغير (٧٥٢/٤).

أما من المعقول، فقالوا:

١–إن جعل البطن أثلاثاً فيه اعتدال الجسد وخفته؛ لأنه يترتب على الشبع ثقل البدن، وهو مما يورث الكسل عن العبادة.(انظر المرجع السابق).

٢–"الشبع من الحلال يقسي القلب، ويقلل الحفظ، ويفسد العقل، ويكثر الشهوات، ويقوي جنود الشيطان، ويفسد الجسد".(حاشية الصاوي على الشرح الصغير للدردير) (٧٥٢/٤).

٣-نقل ابن حجر عن القرطبي قوله: "لو سمع بقراط. (بقراط: هو أحد أشرف أهل بيته وأعلاهم نسباً، تعلم صناعة الطب من أبيه إيراقلديس ومن جده أبقراط. عاش خمساً وتسعين سنة، وهو أول من دون صناعة الطب وأظهرها، ألف نحو ثلاثين كتاباً أشهرها اثنا عشر كتاباً). (انظر عيون الأنباء في طبقات الأطباء لموفق الدين أبي العباس أحمد بن القاسم بن خليفة بن يونس السعدي المعروف بابن أبي أصيبعة)، تحقيق: د. نزار رضا (٥٣،٤٣). بهذه القسمة، لعجب من هذه الحكمة" (فتح الباري لابن حجر) (٤٣٨/٩).

٤-قال الحارث بن كَلَدَة . (كان الحارث بن كَلَدَة طبيباً في العرب حكيماً، أمر رسول الله . صلى الله عليه وسلم . سعد بن أبي وقاص أن يأتيه ويستوصفه في مرض نزل به، مات أول الإسلام).(انظر: الإصابة في تمييز الصحابة لابن حجر) (٣٠١/١, ٣٠٢).: "الذي قتل البرية، وأهلك السباع في البرية، إدخال الطعام على الطعام قبل الانهضام"(٩٤) جامع العلوم والحكم لابن رجب (٣٨٤/٢).

المسألة الحادية عشرة الفوائد الصحية لجعل البطن أثلاثا للطعام والشراب والنفس

الوصية النبوية بالتقليل من الطعام في قوله ﷺ: "ما ملأ ابن آدم وعاءً شراً من بطنه" تُعَدُّ قمة من قمم الإعجاز الصحي والوقائي والغذائي، فهي من معجزات الرسول ﷺ وجوامع كلمه، وحكمته العالية، ومن القوانين التي سنها الرسول ﷺ للأكل. وهذا النظام يعتبر أساساً للحياة البشرية إذا أراد الإنسان أن يعيش سليماً معافىً من الأمراض، فيكفي الإنسان لقيمات يُقِمْن صلبه. (انظر صحتك في الغذاء لمحمد السيد أرناؤوط) (٢١٠).

إن هذا التقسيم يجعل هواء الزفير والشهيق ينساب عبر جهاز التنفس دون أن يضغط الحجاب الحاجز أثناء حركته على المعدة فيضربها ويزعجها، وفي ذلك إشارة إلى علاقة التنفس بملء المعدة من الطعام.والطعام بحاجة إلى هضم، والهضم لا يتم بدون مفرزات المعدة، فإذا امتلأت المعدة بالطعام فأين تجد العصارات الهاضمة مكاناً لها؟ فمن ملأ معدته بالطعام والشراب، ولم يدع فيها متنفساً، شعر بعد ذلك بالتخمة وَعُسْر الهضم، بينما لو اتبع هذا التقسيم فقد اتبع أفضل وسيلة لإتمام عملية الهضم، وتحريك الطعام، وامتزاجه جيداً بالعصارات الهاضمة، كما أنه يحافظ على درجة حموضة المعدة، وتوازن الضغط الهوائي داخلها وداخل التجويف البطني والقفص الصدري. (انظر :الإبداعات الصحية لرسول الإنسانية د. مختار سالم)(١٩٢). وقد ابتكر العلماء في الولايات المتحدة طريقة جديدة لإنقاص الوزن، وذلك بإدخال بالون إلى المعدة وينفخ بشكل يملأ ثلث المعدة، ويبقى ثلثا المعدة الآخران فارغين للطعام والشراب. (انظر: الإعجاز العلمي في السنة النبوية د. صالح بن أحمد رضا)(٢٧١،٢٧٠/١).

قلت: المعدة عبارة عن عضو مجوف خالٍ من الهواء يتمدد كلما زاد ملؤه ويقول الدكتور محمد الجزيري – وهو من كبار أساتذة كلية الطب في جامعة دمشق –: قد كنت أول ما عُيِّنْتُ مدرساً في كلية الطب أقرر فائدة شرب الماء مع الطعام آخذاً بالحديث الصحيح: "... ثلث لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث لنفسه"، وقد لاحظت فائدة ذلك بالتجربة على نفسي وعلى مرضاي الذين أصبح عددهم يزيد الآن على نصف مليون، وكان الطلبة آنذاك يعارضونني؛ لأنهم يجدون في الكتب التي بين أيديهم والمأخوذة عن الأجانب ضد ذلك، وكنت أصر على رأيي وأخالف تلك الكتب، وأخيراً منذ سنين جاء علم الطب نفسه يقرر ما ذكره الحديث الشريف ويوصي بشرب الماء مع الطعام؛ لأنه تبين للأطباء أن شرب الماء مع الطعام يفيد في زيادة إفرازات العصارات كلها في المعدة والكبد والأمعاء، ويساعد مهمة جهاز الهضم بتليين الطعام وصياغته كعجينة تنفذ فيها العصارات الهاضمة ويمنع القبض، وكنت أوصي المصابين بالقبض (الإمساك) المزمن بكثرة شرب الماء مع الطعام، وكانت توصية ناجحة مائة بالمائة .(انظر :الإعجاز العلمي في السنة النبوية د.صالح بن أحمد رضا (٢٧٣،٢٧٢/١).وقد تبين أن تخفيض السعرات الحرارية المستهلكة بمقدار الثلث يقضي تماماً على ظهور سرطان الثدي . (انظر :نشرة الطب الإسلامي، العدد الثاني، أوجه الارتباط بين القيم الإسلامية والإصابة بالسرطان د. أحمد القاضي، د. أشرف عذر) (٧١١،٧١٠)قلت: يرى المشرف أن هذه فرضية لها بعض ما يدل عليها لكنها ليست أكيدة حتى اليوم.وكثير من الأمراض تنتج عن الإفراط في الطعام والشراب، وسببها إدخال الطعام على المعدة قبل هضم الطعام السابق، والزيادة في القدر الذي يحتاجه البدن، والإكثار من الأغذية المختلفة التركيب. (انظر :نشرة الطب الإسلامي، العدد الرابع، الإسلام والوقاية من الأمراض، محمد كامل أحمد) (٢٠٥).

وقد وضعت مدرسة الدكتور (إلكسندر بوجومولتز) _ العلامة الروسي _ التي تبحث في أسرار الشيخوخة والحيوية وطول العمر قواعد بها يمكن تجديد أعضاء الجسم كله بواسطة تجديد أنسجة وخلايا النسيج الرابط بين الأعضاء؛ ومنها تجنب الأكل إلى حد الشبع ومنها أن يكون الغذاء بسيطاً في مكوناته وصحياً يسهل هضمه، وأن يتجنب إرهاق معدته بما لا يناسبها، وأن يتناول طعامه في جو مرح. (انظر :من الأسرار الصحية للصيام، لأحمد عبد الرؤوف هاشم (١٧٠)وأما مدرسة العالم الأمريكي (جابلورد هاورز) صاحب كتاب "عش مائة عام" المشهور يرى أن تناول كميات كبيرة من الغذاء أكثر مما ينبغي يؤدي في نظره إلى حدوث نوع من التسمم البطيء بالجسم، ويؤدي إلى كثرة النفايات في الجسم، وبالتالي حدوث ضعف عام، ووضع نظاماً يسميه النظافة الداخلية يعتمد على الصوم لمدة سبعة أيام بالبعد عن كل أنواع الغذاء التقليدية، ويعتمد فيه فقط على كميات قليلة من الزبادي والعسل الأبيض أو الحساء وشوربة الخضار وسلطة الخضار وعصير الفاكهة والسوائل الدافئة، ويطبق هذا النظام

مرتين في كل عام: مرة في الربيع، ومرة في الخريف. ومن وصاياه ألاّ يأكل المرء بشراهة ونهم.وفي دراسة إحصائية للدكتور/ حسني الغندور على (١٨) حالة سنها ما بين (٨٠-١٦٠) عاماً بمصر وجد أنهم جميعا يتمتعون بصحة جيدة، وجهاز هضمي كفء، مع عدم تناول كميات كبيرة من الطعام. (انظر: من الأسرار الصحية للصيام لأحمد عبد الرؤوف هاشم)(١٧٢،١٧١).ويرى الدكتور مختار سالم "أن كل محاولات علاج السمنة بالأدوية والعقاقير الصحية ثبت فشلها وخطورتها أيضاً على حياة المريض ويؤكد خبراء الطب الحديث على أن العلاج الأساسي لجميع حالات السمنة لا يمكن أن ينجح إلا عن طريق الاعتدال في تناول الطعام، واتباع نظم غذائية خاصة، وهذا هو كل ما يتبع في دول أوروبا وأمريكا حالياً.(الإبداعات الصحية لرسول الإنسانية د. مختار سالم)(١٩١). المسألة الثانية عشرة حكم تقديم الفاكهة قبل غيرها ذهب الشافعية والحنابلة إلى استحباب تقديم الفاكهة على غيرها.(انظر: إحياء علوم الدين للغزالي (١٦/٢). مغني المحتاج للشربيني (٢٥٠/٣). الآداب الشرعية لابن مفلح (١٩٨/٣). غذاء الألباب للسفاريني (١٥٠/٢). ولم أقف للحنفية على قول في المسألة، والله أعلم). ويمكن القول بأنه مذهب المالكية ؛ حيث جاء في الشرح الصغير : " والسنة في اللحم أن يؤكل بعد الطعام" (١٠٥) للدردير (٧٥٦/٤).الأدلة:استدلوا لذلك بالكتاب والسنة والمعقول:فمن الكتاب: قوله تعالى: {وَفَاكِهَةٍ مِمَّا يَتَخَيَّرُونَ، وَلَحْمِ طَيْرٍ مِمَّا يَشْتَهُونَ} سورة الواقعة، الآيات: (٢٠،٢١)وجه الدلالة:في الآية تنبيه على تقديم الفاكهة قبل باقي الأطعمة. (نظر إحياء علوم الدين للغزالي)(١٦/٢).أما السنة:فيمكن أن يستدل لهم بما رواه أبو هريرة _ رضي الله عنه _ في خروج النبي ﷺ وصاحبيه من الجوع، وذهابهم إلى بيت الأنصاري، وإدخال امرأته إياهم، ومجيئ الأنصاري وفرحه بهم وإكرامه لهم، والذي جاء فيه: " فانطلق فجاءهم بعذق. (العذق: الكِباسة؛ وهي جامع الشماريخ، ويطلق على أنواع من التمر). (انظر المصباح المنير للفيومي (١٥٢). فيه بسر وتمر ورطب فقال: كلوا من هذه وأخذ المدية، (المدية: الشفرة. المصباح المنير للفيومي (٢١٦). فقال له رسول الله ﷺ : "إياك والحلوب!" فذبح لهم، فأكلوا من الشاة ومن ذلك العذق وشربوا، فلما أن شبعوا ورووا قال رسول الله ﷺ لأبي بكر وعمر: "والذي نفسي بيده، لتسألن عن هذا النعيم يوم القيامة، أخرجكم من بيوتكم الجوع، ثم لم ترجعوا حتى أصابكم هذا النعيم".(رواه الإمام مسلم في صحيحه بشرح النووي، كتاب الأشربة، باب جواز استتباعه غيره إلى دار من يثق برضاه بذلك) (٢٢٢/١٣،٢٢٣،٢٢٦).وجه الدلالة:قال النووي – رحمه الله – "وفيه دليل على استحباب تقديم الفاكهة على الخبز واللحم". شرح النووي على صحيح مسلم (٢٢٦/١٣) أما من المعقول، فقالوا:

١-إنه أصلح في باب الطب. (انظر: الآداب الشرعية لابن مفلح)(١٩٨/٣).

٢-وجاء في التفسير الكبير: "الحكمة في تقديم الفاكهة قبل اللحم ... لأنها ألطف وأسرع انحدارًا، وأقل حاجة إلى المكث الطويل في المعدة للهضم، ولأن الفاكهة تحرك الشهوة للأكل واللحم يدفعها..." (ينظر:الرازي)(١٣٤/٢٩). المسألة الثالثة عشرة الفوائد الصحية لتقديم الفاكهة قبل غيرها من الطعام إن تناول الفاكهة قبل الوجبة الغذائية له فوائد صحية جيدة؛ لأن الفاكهة تحوي سكر بسيط سهل الهضم وسريعة الامتصاص، فالأمعاء تمتص هذه السكر بمدة قصيرة تقدر بالدقائق، فيرتوي الجسم، وتزول أعراض الجوع ونقص السكر، في حين أن الذي يملأ معدته مباشرة بالطعام المتنوع يحتاج إلى ما يقارب ثلاث ساعات حتى تمتص أمعاؤه ما يكون في غذائه من سكر، وتبقى عنده أعراض الجوع لفترة أطول.إن السكر البسيط بالإضافة إلى أنه سهل الهضم والامتصاص فإنه مصدر الطاقة الأساسي لخلايا الجسد المختلفة، ومن هذه الخلايا التي تستفيد استفادة سريعة من السكر البسيط هي خلايا جدار الأمعاء والزغابات المعوية؛ حيث تنشط بسرعة عندما يصلها السكر الموجود بالفاكهة، وتستعد للقيام بوظيفتها على أتم وأكمل وجه لامتصاص مختلف أنواع الطعام والتي يأكلها الشخص بعد الفاكهة، وربما كانت هذه هي الحكمة من تقديم الفاكهة على اللحم. (انظر مع الطب في القرآن الكريم د. عبد الحميد دياب، د. أحمد قرقوز) (٥٢). في قوله تعالى: {وَأَمْدَدْنَاهُمْ بِفَاكِهَةٍ وَلَحْمٍ مِمَّا يَشْتَهُونَ} سورة الطور، آية: (٢٢). وغيرها من الآيات، وكذا في قوله ﷺ: " إذا أفطر أحدكم فليفطر على تمر ".(رواه الإمام أحمد في مسنده (١٦٣/٢٦) رقم (١٦٢٢٥). وأبو داود في سننه مع عون المعبود، كتاب الصيام، باب ما يفطر عليه (٣٤٤/٦). ورواه الترمذي مع تحفة الأحوذي، أبواب الصيام، باب ما جاء ما يستحب عليه الإفطار (٣١١/٣) وقال عنه: "حسن صحيح". وابن ماجه في سننه، كتاب الصيام، باب ما جاء على ما يستحب الفطر (٥٤٢/١). والحاكم في المستدرك، كتاب الصوم، باب استحباب الإفطار على التمر (٤٣١/١، ٤٣٢) وقال عنه: صحيح على شرط البخاري ولم يخرجاه (٤٣٢/١). والبيهقي في سننه مع الجوهر النقي، كتاب الصيام، باب ما يفطر عليه (٢٣٨/٤).يقول السيوطي: " إن أكل البطيخ قبل الطعام يغسل البطن غسلاً، ويذهب بالداء أصلاً".(المنهج السوي والمنهل الروي في الطب النبوي لابن طولون)[٢٧٥]. ويعد تناول الفاكهة قبل تناول الطعام أحد أهم أسباب علاج الإمساك. (انظر: أمراض الجهاز الهضمي ومعالجتها د. أمين رويحة)(١١٤،١١٣)المسألة الرابعة عشرة حكم تخليل الأسنان بعد الأكل إن علق بها شيء من الطعام وفي هذه المسألة أعرض حكم تخليل الأسنان بعد الأكل إن علق بها شيء من الطعام، ويحسن قبله أن أعرف التخليل فأقول:التخليل في اللغة: أصله من إدخال الشيء في خلال الشيء؛ وهو وسطه. والتخليل: تفريق شعر

اللحية وأصابع اليدين والرجلين في الوضوء، ليبلغ الماء أصول الشعر، وتعاهد الفرج التي بين الأصابع. (انظر: النهاية لابن الأثير (٧٣/٢). الدر النقي لابن المبرد (٧٦،٧٤/١)والمراد به هنا : "استعمال الخِلال (وهو العود) لإخراج ما بين الأسنان من الطعام".(النهاية لابن الأثير (٧٣/٢). وقد اتفق المالكية والشافعية والحنابلة على أنه يندب تخليل الأسنان إن علق بها شيء.(انظر: الشرح الصغير للدردير (٧٥٢/٤). أسهل المدارك للكشناوي (٣٥١/٣). الرسالة لابن أبي زيد مع حاشية العدوي (٤٢٨/٢). مسالك الدلالة لأحمد الصديق (٤٠٤). إحياء علوم الدين للغزالي (٦/٢). مغني المحتاج للشربيني (٢٥٠/٣). كشاف القناع للبهوتي (١٧٨/٥). شرح منتهى الإرادات للبهوتي (٣٧/٣). الإنصاف للمرداوي (٣٧٤/٢١). الآداب الشرعية لابن مفلح (١٦٨/٣). غذاء الألباب للسفاريني) (١٢٢/٢). (لم ينص الحنفية على هذه المسألة؛ إلا أنهم نصوا على أنه يستحب السواك عند تغير رائحة الفم بمأكول، وعند اصفرار الأسنان، ولا شك أن السواك أفضل من التخليل في إزالة الرائحة والاصفرار. كما أنهم يستدلون بحديث أبي هريرة: "من أكل فما تخلل فليلفظ..."، فمن هنا يمكن القول: إنهم يرون استحباب تخليل الأسنان بعد الأكل. انظر سنن أبي داود: ٩/١ برقم (٣٥) باب الاستتار في الخلاء.الأدلة:استدل الفقهاء لما ذهبوا إليه من استحباب تخليل الأسنان بعد الأكل إن علق بها شيء بالسنة والأثر:فمن السنة:

١–ما رواه أبو أيوب– رضي الله عنه– قال: خرج علينا رسول الله ﷺ فقال: "حبذا المتخللون!"، قالوا: وما المتخللون يا رسول الله؟ قال: "المتخللون بالوضوء والمتخللون من الطعام، أما تخليل الوضوء فالمضمضة والاستنشاق، وأما تخليل الطعام فمن الطعام، إنه ليس شيء أشدّ على الملكين من أن يريا بين أسنان صاحبهما شيئاً وهو يصلي". (أورده الهيثمي في مجمع الزوائد، كتاب الأطعمة، باب تخليل الأسنان (٢٩/٥ ،٣٠)، قال: في إسناده واصل بن السائب وهو ضعيف.، ورواه ابن حبان في المجروحين)(٨٣/٣) وضعفه كذلك بواصل بن السائب.

٢–وعن سعد بن معاذ _رضي الله عنه _ قال: قال رسول الله ﷺ: "نقوا أفواهكم بالخلال؛ فإنها مجالس الملائكة، وليس أَضَرُّ على الملائكة من بقايا ما بين الأسنان".(رواه الديلمي كما في كنز العمال) (٣٨٠/١٥) رقمه (٤٠٨٣٩).

٣–وعن أبي هريرة _ رضي الله عنه _ قال: قال رسول الله ﷺ: "من أكل فما تخلل فليلفظه، ومن لاك بلسانه فليبتلع، من فعل فقد أحسن، ومن لا فلا حرج ".(رواه أبو داود في سننه بشرح عون المعبود، كتاب الطهارة، باب الاستتار في الخلاء (٣٧،٣٦/١) واللفظ له وسكت عنه. وابن ماجه في سننه، أبواب الطهارة، باب الارتياد للغائط والبول (١٢٢،١٢١/١). والبيهقي في سننه مع الجوهر النقي، كتاب الطهارة، باب الإيتار في الاستجمار (١٠٤/١). والحاكم في المستدرك، كتاب الأطعمة، باب الأكل مع مجذوم في قصعته (١٣٧/٤). وابن حبان في صحيحه كما في الإحسان في تقريب صحيح ابن حبان لعلاء الدين علي الفارسي، كتاب الطهارة، باب الاستطابة، ذكر الأمر بالاستتار لمن أراد البراز عنده (٢٥٧/٤). والحديث حسنه النووي، انظر: المجموع (٩٥/٢). وقال الحاكم: صحيح الإسناد ولم يخرجاه. المستدرك (١٣٧/٤). وأما من الأثر:فما روي عن ابن عمر– رضي الله عنهما– قال: "ترك الخلال يوهن. (يوهن: الوهن: الضعف. مختار الصحاح للرازي)(٦٥٥). الأسنان" قال الهيثمي في مجمع الزوائد: أخرجه الطبراني في الكبير ولم أقف عليه في المطبوع منه. وذكر أن رجاله رجال الصحيح (٣٠/٥). المسألة الخامسة عشرة الفوائد الصحية لتخليل الأسنان إن علق بها شيء من الطعام إن الأمراض التي تحدث نتيجة إهمال تنظيف الأسنان والتي أهمها نخر الأسنان الذي ينتج عن بعض الخمائر التي تفرزها بعض الجراثيم، وكذلك عن المواد الحمضية الناشئة عن تخمر السكائر؛ ولذا كان إخراج ما بين الأسنان من بقايا الطعام مهم لتنظيف الأسنان مما علق بها من الطعام والذي يوهن الأضراس ويتلفها، كما أنه يُحْدِث نخراً للأسنان، وينشر الروائح الكريهة؛ ولذا فعلى من يريد حفظ صحة أسنانه ومن ورائه حفظ صحة جميع بدنه؛ لأن صحة الأسنان أساس صحة البدن عليه أن يعتني بتخليل أسنانه بعد كل طعام ويتمضمض بالماء ليقذف بهذه البقايا خارجاً، ويعقب ذلك بدلك أسنانه بالفرشاة مع المعجون أو بالسواك للقضاء على ما تبقى من الجراثيم ومن فضلات الطعام والشراب من فمه .(انظر: الحقائق الصحية في الإسلام د. عبد الرزاق الكيلاني (٩٨). روائع الطب الإسلامي د.محمد نزار الدقر) (٤١/٤).

الخاتمة

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات، والصلاة والسلام على المبعوث رحمة للأنام، وعلى آلة الطيبين الطاهرين، وأزواجه أمهات المؤمنين، ومن سار على دربهم واقتفى أثرهم إلى يوم الدين، وبعد:فيطيب في ختام هذا البحث أن أسوق أبرز النتائج التي تمخضت عن هذا البحث.الأولى: من مقاصد الشريعة الإسلامية حفظ النفس، وأبرز البحث أثر الأحكام الفقهية في تحقيق النظافة التي تمثل حجر الزاوية في الوقاية من كثير من الأمراض المعدية والفتاكة وغيرها، وبهذا يكون قد سبق في إرساء قواعد الطب الوقائي.الثانية: إظهار النصوص الشرعية التي تحوي إشارات صحية أو علمية يُعد فتحاً لأبواب جديدة للمعرفة، وأولى الناس بهذا هم المسلمون؛ فالحكمة ضالة المؤمن أنى وجدها فهو أولى الناس بها؛ خاصة وأن

المسلمين يقرؤون هذه النصوص ويثقون بها ويفهمون مرادها، وعليهم ألا يقصروا عملهم على الربط بين ما تكشفه الحضارة الغربية والنصوص الشرعية.الثالثة: شمول الإسلام لكل جوانب الحياة، والذي كان مثار تساؤل وعجب منذ القدم، ومن ذلك ما شرعه من آداب تناول الطعام، فدين لم يغفل هذه النواحي لن يغفل ما هو أعظم منها. الرابعة: الإسلام دين صالح لكل زمان ومكان؛ فهو يراعي الظروف والأحوال التي يعيشها الناس في الأماكن والأزمنة المختلفة، ويفي بمتطلبات الحياة.الخامسة: الوسطية والاعتدال سمة من سمات التشريع الإسلامي؛ ومن ذلك في العادات مما ظهر في هذا البحث تقسيم البطن أثلاثاً للطعام والشراب والنفس، والنهي عن الإكثار من الأكل بحيث يؤذي نفسه، والنهي عن تقليل الطعام بحيث يضره، والنهي عن إدمان اللحم.السادسة: استحباب غسل اليد قبل الطعام وبعده؛ وذلك لأن غسل اليدين من النجاسات ومن الأقذار، يترتب على ترك ذلك من العلل والأمراض الناتجة من وجود الجراثيم باليدين وهي من الأضرار التي عُرِفَ عن الشريعة رفعها وإزالتها.السابعة: إن غسل الفم بعد الطعام نوع من النظافة المشروعة كالسواك فإن للهدي النبوي في غسل الفم بعد الطعام حفظاً لصحة الأسنان ووقايتها من النخر والتسوس؛ ذلك أن بقايا الطعام في الفم وبين ثنايا الأسنان يمكن أن تتخمر وتتفسخ.الثامنة: استحباب تخليل الأسنان بعد الأكل إن علق بها شيء، ولذا كان إخراج ما بين الأسنان من بقايا الطعام مهم لتنظيف الأسنان مما علق بها من الطعام والذي يوهن الأضراس ويتلفها، كما أنه يُحْدِث نخراً للأسنان، وينشر الروائح الكريهة؛ ولذا فعلى من يريد حفظ صحة أسنانه ومن ورائه حفظ صحة جميع بدنه؛ لأن صحة الأسنان أساس صحة البدن.وختاماً أسأل المولى القدير أن ينفع بهذا البحث، وأن يتقبله مني خالصاً لوجهه الكريم، وصلى الله على نبينا محمد وعلى آلة وصحبه وسلم تسليماً كثيراً.

المصادر والمراجع

القرآن الكريم.

٢ –أحكام القرآن. تأليف: أبي بكر أحمد بن علي الرازي الجصاص المتوفى سنة ٣٧٠ هـ.

٣– إحياء علوم الدين. تأليف: أبي حامد محمد بن محمد الغزالي المتوفى سنة ٥٠٥هـ.

٤– أسهل المدارك شرح إرشاد السالك في فقه إمام الأئمة مالك. تأليف أبي بكر بن حسن الكشناوي. الطبعة الثانية، بيروت، دار الفكر، (بدون تاريخ).

٥– الإبداعات الصحية للرسول الإنسانية. لمختار السالم. الطبعة الأولى، بيروت، مؤسسة المعارف ، ١٤١٦هـ / ١٩٩٥م.

٦– الإبهاج في شرح المنهاج على منهاج الوصول الى علم الأصول للقاضي البيضاوي المتوفى سنة ٦٨٥ هـ. تأليف: علي بن عبد الكافي السبكي المتوفى سنة٧٥٦هـ. وولده تاج الدين عبد الوهاب بن علي السبكي المتوفى سنة ٧٧١هـ. (بدون طبعة)، بيروت، دار الكتب العلمية، (بدون تاريخ).

٧– الآداب الشرعية. تأليف: عبد الله محمد ابن مفلح المقدسي المتوفى سنة ٧٦٣هـ. الطبعة الثالثة، بيروت، مؤسسة الرسالة، ١٤١٩هـ/ ١٩٩٩م

٨– الاستيعاب في أسماء الأصحاب. تأليف: أبي عمر يوسف بن عبد الله بن محمد بن عبد البر بن عاصم النمري القرطبي المالكي المتوفى سنة ٤٦٣هـ. الطبعة الأولى، مصر، مطبعة السعادة، ١٣٢٨هـ.

٩– الإصابة في تمييز الصحابة. تأليف: شهاب الدين أبي الفضل أحمد بن علي بن محمد بن علي الكناني العسقلاني المصري الشافعي المتوفى سنة ٨٥٢هـ.

١٠– الإعجاز العلمي في الحديث النبوي الشريف. لعبد الرحيم ماردِيني. الطبعة الأولى، بيروت، دار الآية، دمشق، دار المحبة ٢٠٠٢م.

١١– الإعجاز العلمي في السنة النبوية. لصالح أحمد رضا. الطبعة الأولى، الرياض، مكتبة العبيكان ، ١٤٢١هـ /٢٠٠١م.

١٢– الإمام الشافعي. لأبي الفداء إسماعيل مناقب بن عمر بن كثير الدمشقي المتوفى سنة ٧٧٤هـ.

١٣– الأمراض المشتركة بين الإنسان والحيوان. لأحمد طلعت عدوي. القاهرة، الدار المصرية اللبنانية ، ١٤١٩هـ/ ١٩٩٨م.

١٤– الإنصاف في معرفة الراجح من الخلاف على مذهب الإمام أحمد بن حنبل. تأليف: علاء الدين أبي الحسن علي بن سليمان المرداوي المتوفى سنة ٨٨٥هـ. مطبوع مع المقنع والشرح الكبير. تحقيق: عبد الله بن عبد المحسن التركي. (بدون طبعة)، توزيع وزارة الشؤون الإسلامية والأوقاف والدعوة والإرشاد بالمملكة العربية السعودية١٤١٩هـ/ ١٩٩٨م.

–١٥ الترغيب والترهيب من الحديث الشريف. تأليف: الحافظ عبد العظيم بن عبد القوي المنذري المتوفى سنة ٦٥٦هـ. ضبط أحاديثه وعلق عليه: مصطفى محمد عمارة. (بدون طبعة) بيروت، دار الفكر، ١٤٠١هـ ١٩٨١م.

-١٦ التعليق المغني على سنن الدارقطني. تأليف: الحافظ أبي الطيب محمد شمس الحق العظيم آبادي المتوفى سنة ١٣١٠هـ. مطبوع مع سنن الدارقطني. (بدون طبعة) لاهور، مطبعة فالكن (بدون تاريخ).

١٧- الثمر الداني في تقريب المعاني شرح رسالة ابن أبي زيد القيرواني. جمع الأستاذ المحقق: الشيخ صالح عبد السميع الآبي الأزهري. (بدون طبعة)، القاهرة، مطبعة المشهد الحسيني، (بدون تاريخ).

١٨- الجامع المسند الصحيح المختصر من أمور رسول الله ﷺ وسننه وأيامه (صحيح البخاري).

١٩- الحقائق الصحية في الإسلام. لعبد الرزاق الكيلاني. الطبعة الأولى، دمشق دار القلم ، ١٤١٧هـ / ١٩٩٦م.

٢٠- الدر المنتقى في شرح الملتقى. تأليف: محمد بن علي بن محمد المعروف بعلاء الدين الحصكفي المتوفى سنة ١٠٨٨هـ. مطبوع بهامش مجمع الأنهر لداماد أفندي. الطبعة الأولى بيروت، دار الكتب العلمية ١٤١٩هـ/ ١٩٩٨م.

٢١- الدر النقي في شرح ألفاظ الخرقي. تأليف: جمال الدين أبي المحاسن بن حسن بن عبد الهادي الحنبلي الدمشقي الصالحي المعروف بابن المبرد المتوفى سنة ٩٠٩هـ. إعداد: الدكتور رضوان مختار بن غربية. الطبعة الأولى، جدة، دار المجتمع ، ١٤١١هـ / ١٩٩١م.

٢٣- الذخيرة. تأليف: شهاب الدين أحمد بن إدريس القرافي المتوفى سنة ٦٨٤هـ.

٢٤- الرسالة الفقهية (باكورة السعد). تأليف: أبي محمد عبد الله بن أبي زيد عبد الرحمن القيرواني المتوفى سنة ٣٨٦هـ. مطبوع مع غرز المقالة في شرح غريب الرسالة لأبي عبد الله محمد بن منصور بن حمامة المغراوي. الطبعة الثانية، بيروت، دار الغرب ١٩٩٧م.

-٢٥ السنن الكبرى للبيهقي. للحافظ أبي بكر أحمد بن الحسين البيهقي المتوفى سنة ٤٥٨هـ.

٢٦- الشرح الصغير. تأليف: أحمد بن محمد بن أحمد الدردير المتوفى سنة ١٢٠١هـ.

٢٧- الشرح الكبير. تأليف: شمس الدين أبي الفرج عبد الرحمن بن أبي عمر محمد بن أحمد بن قدامة المقدسي المتوفى سنة٦٨٢هـ. مطبوع مع المقنع والإنصاف. تحقيق: عبد الله بن عبد المحسن التركي.

٢٨- الصوم والصحة. لنجيب الكيلاني. الطبعة الأولى، بيروت، مؤسسة الرسالة، ١٣٩٨هـ/١٩٧٨م.

-٢٩ العلل المتناهية في الأحاديث الواهية. لعبد الرحمن بن الجوزي التميمي المتوفى سنة ٥٩٧هـ.

٣٠- الفروع. تأليف: شمس الدين المقدسي أبي عبد الله محمد بن مفلح المتوفى سنة ٧٦٣هـ.

٣١- القوانين الفقهية. تأليف: أبي عبد الله محمد بن أحمد بن محمد بن جزي الكلبي المتوفى سنة ٧٤١هـ. الطبعة الأولى، بيروت، دار الكتاب العربي، ١٤٠٤هـ / ١٩٨٤م.

٣٢- المبدع في شرح المقنع. تأليف: أبي إسحاق برهان الدين إبراهيم بن محمد بن عبد الله بن محمد بن مفلح المتوفى سنة٨٨٤هـ. الطبعة الأولى، دمشق، المكتب الإسلامي ١٣٩٩هـ/١٩٧٩م.

٣٣- المبسوط. تأليف: شمس الدين محمد بن أحمد السرخسي المتوفى سنة ٤٨٣هـ.

٣٤- المجروحين من المحدثين والضعفاء والمتروكين. تأليف: الإمام محمد بن حبان بن أحمد أبي حاتم التميمي البستي المتوفى سنة ٣٥٤هـ. تحقيق: محمود إبراهيم زايد. (بدون طبعة)، بيروت، دار المعرفة، (بدون تاريخ).

٣٥- المحرر في الفقه على مذهب الإمام أحمد بن حنبل. تأليف: مجد الدين أبي البركات عبد السلام بن عبد الله بن تيمية الحراني المتوفى سنة ٦٥٢هـ. مطبوع معه النكت والفوائد السينية على مشكل المحرر لابن مفلح. القاهرة، مطبعة السنة المحمدية، ١٣٦٩هـ/ ١٩٥٠م.

-٣٦ المستدرك على الصحيحين في الحديث. للحافظ أبي عبد الله محمد بن عبد الله المعروف بالحاكم النيسابوري المتوفى سنة ٤٠٥هـ. مطبوع معه تلخيص المستدرك للذهبي. (بدون طبعة)، بيروت، دار الفكر، ١٣٩٨هـ/ ١٩٧٨م.

٣٧- المستصفى في علم الأصول. تأليف: أبي حامد محمد بن محمد الغزالي المتوفى سنة ٥٠٥هـ.

٣٨- المصباح المنير. لأحمد بن محمد بن علي الفيومي المقرئ المتوفى سنة ٧٧٠هـ.

-٣٩ المعجم الأوسط. للحافظ أي القاسم سليمان بن أحمد الطبراني المتوفى سنة ٣٦٠هـ.

٤٠- المعونة على مذهب عالم المدينة الإمام مالك بن أنس. تأليف: القاضي عبد الوهاب البغدادي المتوفى سنة ٤٢٢هـ. تحقيق ودراسة: حميش عبد الحق. (بدون طبعة)، مكة المكرمة، المكتبة التجارية، (بدون تاريخ).

-٤١ المغني عن حمل الأسفار في الأسفار في تخريج ما في الإحياء من الأخبار.

٤٢- المغني. تأليف: موفق الدين أبي محمد عبد الله بن أحمد بن محمد بن قدامة المقدسي المتوفى سنة ٦٢٠هـ. تحقيق: عبد الله بن عبد المحسن التركي، وعبد الفتاح محمد الحلو. الطبعة الثالثة، الرياض، دار عالم الكتب، ١٤١٧هـ/١٩٩٧م.

-٤٣ المنتقى شرح موطأ مالك. لأبي الوليد سليمان بن خلف الباجي الأندلسي المتوفى سنة ٤٩٤هـ.

٤٤- النهاية في غريب الحديث والأثر. لمجد الدين أبي السعادات المبارك بن محمد الجزري ابن الأثير المتوفى سنة ٦٠٦هـ. تحقيق: محمود محمد الطناجي. (بدون طبعة)، المكتبة الإسلامية، (بدون تاريخ).

٤٥- أمراض الجهاز الهضمي ومعالجتها. لأمين رويحة. الطبعة الرابعة، بيروت، دار القلم ، ١٩٨١م.

٤٦- أمراض المعدة وعملية هضم الطعام. لهشام المانع. الطبعة الأولى، جدة، الدار السعودية ، ١٤٠٨هـ/ ١٩٨٨م.

-٤٧ بدائع الصنائع في ترتيب الشرائع. تأليف: علاء الدين أبي بكر بن مسعود الكاساني المتوفى سنة ٥٨٧هـ. (بدون طبعة)، بيروت، دار الكتب العلمية، (بدون تاريخ).

-٤٨ تحفة الأحوذي شرح جامع الترمذي. تأليف: أبي العلاء محمد المباركفوري المتوفى سنة ١٣٥٣هـ.

٤٩- تذكرة الحفاظ. للإمام أبو عبد الله شمس الدين الذهبي المتوفى سنة ٧٤٨هـ.

٥٠- تقريب التهذيب. تأليف: شهاب الدين أحمد بن علي بن حجر العسقلاني المتوفى سنة ٨٥٢هـ.

٦٠- تكملة المجموع. تأليف: محمد نجيب المطيعي. مطبوع مع المجموع للنووي.

-٦١ تلخيص المستدرك. تأليف: الحافظ شمس الدين أبي عبد الله محمد بن أحمد الذهبي المتوفى سنة ٧٤٨هـ. مطبوع مع المستدرك على الصحيحين للحاكم. (الطبعة بدون)، بيروت، دار الفكر، ١٣٩٨هـ/١٩٧٨م.

٦٢- تهذيب التهذيب. تأليف: شهاب الدين أحمد بن علي بن حجر العسقلاني المتوفى سنة ٨٥٢هـ.

٦٣- ثبت علمياً. لمحمد كامل عبدالصمد. الطبعة الرابعة، القاهرة، الدار المصرية اللبنانية ، ١٤٢٠هـ / ١٩٩٩م.

-٦٤ جامع الترمذي المعروف بسنن الترمذي. لأبي عيسى محمد بن عيسى بن سورة الترمذي المتوفى سنة ٢٧٩هـ. مطبوع معه تحفة الأحوذي للمباركفوري. الطبعة الأولى، بيروت، دار الكتب العلمية، ١٤١٠هـ / ١٩٩٠م.

-٦٥ جامع العلوم والحكم في شرح خمسين حديثاً من جوامع الكلم. لأبي الفرج عبد الرحمن بن شهاب الدين البغدادي الشهير بابن رجب الحنبلي المتوفى سنة ٧٩٠هـ. تحقيق: الشيخ علي محمد معوض والشيخ عادل أحمد عبد الموجود. (بدون طبعة) الرياض، مكتبة العبيكان، ١٤١٨هـ/ ١٩٩٧م.

-٦٦ الجوهر النقي. تأليف: علاء الدين بن علي بن عثمان المارديني الشهير بابن التركماني المتوفى سنة ٧٤٥هـ. مطبوع مع السنن الكبرى للبيهقي. إعداد الدكتور يوسف عبد الرحمن المرعشلي.

٦٧- حاشية الدسوقي على الشرح الكبير. تأليف: الشيخ محمد عرفة الدسوقي المتوفى سنة ١٢٣٠هـ.

٦٨- حاشية الصاوي على الشرح الصغير. تأليف: أحمد بن محمد الصاوي المالكي المتوفى سنة ١٢٤١هـ. مطبوع مع الشرح الصغير. (بدون طبعة)، مصر، دار المعارف، ١٣٩٢هـ.

٦٩- حاشية العدوي على الخرشي. تأليف: علي بن أحمد الصعيدي العدوي المتوفى سنة ١٨٩هـ.

٧٠- حاشية العلامة التفتازاني على شرح عضد الملة لمختصر المنتهى الأصول لابن الحاجب.

-٧١ حاشية رد المحتار على الدر المختار شرح تنوير الأبصار. تأليف: محمد أمين الشهير بابن عابدين المتوفى سنة ١٢٥٢هـ. مطبوع مع الدر المختار للحصكفي، الطبعة الثانية، بيروت، دار الفكر، ١٤١٢هـ/ ١٩٩٢م.

٧٢- ديوان الإمام الشافعي لأبي عبد الله محمد بن إدريس بن العباس الشافعي المتوفى سنة ٢٠٤هـ.

٧٣- رحلة الإيمان في جسم الإنسان. لحامد أحمد حامد. الطبعة الأولى، دمشق، دار القلم،١٤١١هـ/١٩٩١م.

٧٤- روائع الطب الإسلامي (المحرمات في الإسلام وأثرها في صحة الفرد والمجتمع).

-٧٥ زاد المعاد في هدي خير العباد. تأليف: شمس الدين أبي عبد الله محمد بن أبي بكر الزرعي الدمشقي المتوفى سنة ٧٥١هـ. حقق نصوصه وخرج أحاديثه وعلق عليه: شعيب الأرناؤوط، عبد القادر الأرناؤوط. الطبعة السابعة والعشرون، بيروت، مؤسسة الرسالة، ١٤١٥هـ /١٩٩٤م.

-٧٦ سنن ابن ماجه. للحافظ أبي عبد الله محمد بن يزيد القزويني المتوفى سنة ٢٧٥هـ.

-٧٧ سنن أبي داود. للحافظ أبي داود سليمان بن الأشعث السجستاني الأزدي المتوفى سنة ٢٧٥هـ.
-٧٨ سنن الدارقطني. للإمام علي بن عمر الدارقطني المتوفى سنة ٣٨٥هـ. مطبوع معه التعليق المغني.
٧٩- شذرات الذهب في أخبار من ذهب. للإمام شهاب الدين أبي الفلاح عبد الحي أحمد بن العماد المتوفى سنة ١٠٨٩هـ. حققه وعلق عليه: محمود الأرناؤوط، إشراف: عبد القادر الأرناؤوط. الطبعة الأولى، دمشق، بيروت، دار ابن كثير، ١٤٠٨هـ/١٩٨٨م.
-٨٠ شرح صحيح مسلم. لمحي الدين أبي زكريا يحيى بن شرف النووي المتوفى سنة ٦٧٦هـ.
٨١- شرح منتهى الإرادات المسمى دقائق أولي النهى لشرح المنتهى. تأليف: منصور بن يونس بن إدريس البهوتي المتوفى سنة ١٠٥١هـ. الطبعة الأولى، بيروت، عالم الكتب، ١٤١٤هـ/ ١٩٩٣م
٨٢- شرح منظومة الآداب لابن عبد القوي (فتح الوهاب شرح الآداب). تأليف: موسى بن أحمد الحجاوي الصالحي المتوفى سنة ٩٦٨هـ. الطبعة الأولى، المملكة العربية السعودية، دار ابن الجوزي ١٤٢٤هـ/ ٢٠٠٣م.
٨٣- صحتك في الغذاء. لمحمد السيد أرناؤوط. الطبعة الأولى، بيروت، دار الجيل، ١٤١٢هـ/١٩٩٢م.
٨٤- عيون الأنباء في طبقات الأطباء. لموفق الدين أبي العباس أحمد بن القاسم بن خليفة السعدي المعروف بابن أبي أصيبعه. تحقيق: نزار رضا. (بدون طبعة)، بيروت، دار مكتبة الحياة، (بدون تاريخ).
٨٥- غذاء الألباب شرح منظومة الآداب. تأليف: الشيخ محمد السفاريني الحنبلي. (بدون طبعة)، دار الإتحاد، (بدون تاريخ).
٨٦- غريب الحديث. تأليف: أبي سلطان حمد بن محمد إبراهيم الخطابي البستي المتوفى سنة ٣٨٨هـ
-٨٧ فتح الباري شرح صحيح البخاري. للإمام الحافظ أحمد بن حجر العسقلاني المتوفى سنة ٨٥٢هـ. مطبوع مع صحيح البخاري. الطبعة الأولى، القاهرة، دار الريان للتراث، ١٤٠٧هـ/ ١٩٨٧م.
٨٩- كشاف القناع عن متن الإقناع. تأليف: منصور بن يونس بن إدريس البهوتي المتوفى سنة ١٠٥١هـ. راجعه وعلق عليه: هلال مصيلحي ومصطفى هلال. (بدون طبعة)، بيروت، دار الفكر، ١٤٠٢هـ/ ١٩٨٢م.
٩٠- لسان العرب. لأبي الفضل جمال الدين محمد بن مكرم بن منظور المتوفى سنة ٧١١هـ.
٩١- مجلة الحكمة، العدد الثامن، شوال ١٤١٦هـ.
٩٢- مجمع الأنهر في شرح ملتقى الأبحر. تأليف: عبد الرحمن بن الشيخ محمد بن سليمان المعروف بداماد أفندي المتوفى سنة ١٠٧٨هـ. مطبوع بهامشه الدر المنتقى للحصكفي.
٩٣- مجموع فتاوى شيخ الإسلام أحمد بن تيمية المتوفى سنة ٧٢٨هـ. جمع وترتيب: عبد الرحمن بن محمد بن قاسم العاصمي النجدي وابنه محمد. (بدون طبعة)، المدينة المنورة، مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف، ١٤١٦هـ/ ١٩٩٥م.
٩٤- مختار الصحاح. لمحمد بن أبي بكر بن عبد القادر الرازي المتوفى سنة ٧٧٠هـ.
- ٩٥ مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح. للعلامة ملا على القاري نور الدين علي بن سلطان الهروي المكي الحنفي ومعه أجوبة الحافظ ابن حجر العسقلاني على رسالة القزويني. تحقيق: صدقي محمد جميل العطار. (بدون طبعة)، مكة المكرمة، المكتبة التجارية، (بدون تاريخ).
٩٦- مسالك الدلالة في شرح متن الرسالة. تأليف: أبي الفيض أحمد بن محمد بن الصديق. (بدون طبعة)، بيروت، دار الفكر، (بدون تاريخ).
-٩٧ مسند الإمام أحمد. للإمام أحمد بن حنبل الشيباني المتوفى سنة ٢٤١ هـ. الطبعة الثانية، بيروت، دار إحياء التراث العربي، ١٩٩٣م/ ١٤١٤هـ. الموسوعة الحديثية إشراف: عبد الله بن عبد المحسن التركي وشعيب الأرناؤوط وتحقيق: مجموعة من المحققين. الطبعة الأولى، بيروت، مؤسسة الرسالة، ١٤٢١هـ/ ٢٠٠١م.
٩٨- مطالب أولي النهى في شرح غاية المنتهى. تأليف: مصطفى السيوطي الرحيباني المتوفى سنة ١٢٤٣هـ مطبوع معه تجريد زوائد العناية والشرح للشيخ حسن الشطي. الطبعة الثانية، بيروت ١٤١٥هـ/ ١٩٩٤م.
٩٩- مع الطب في القرآن الكريم. لعبد الحميد دياب وأحمد قرقوز.
١٠٠- مغني المحتاج إلى معرفة معاني ألفاظ المنهاج. تأليف: محمد الخطيب الشربيني المتوفى سنة ٩٧٧هـ. الطبعة الثانية، بيروت، المكتب الإسلامي، ١٤٠٥هـ/ ١٩٨٥م.

١٠١- مواهب الجليل لشرح مختصر خليل. تأليف: أبي عبد الله محمد بن محمد بن عبد الرحمن المغربي المعروف بالحطاب المتوفى سنة ٩٥٤هـ. مطبوع بهامشه التاج والإكليل لمختصر خليل للمواق. الطبعة الثالثة، بيروت، دار الفكر، ١٤١٢هـ/١٩٩٢م.

١٠٢- نشرة الطب الإسلامي، العدد الثالث الوقاية في الإسلام.

(بدون طبعة) بيروت، دار الكتب العلمية، (بدون تاريخ).

-١٠٣الإحسان في تقريب صحيح ابن حبان. تأليف: أبي حاتم محمد بن حبان البستي المتوفى سنة ٣٥٤هـ. ترتيب الأمير: علاء الدين علي بن بلبان الفارسي المتوفى سنة ٧٤٩هـ. حققه وخرج أحاديثه وعلق عليه: شعيب الأرناؤوط. الطبعة الأولى، بيروت، مؤسسة الرسالة، ١٤٠٧هـ/ ١٩٨٧م.

- ١٠٤الجامع لأحكام القرآن. تأليف: أبي عبد الله محمد بن أحمد الأنصاري القرطبي المتوفى سنة ٦٧١هـ. راجعه وضبطه وعلق عليه: الدكتور محمد إبراهيم الحفناوي، وخرج أحاديثه: الدكتور محمد حامد عثمان. الطبعة الأولى، القاهرة، دار الحديث، ١٤١٤هـ /١٩٩٤م.

- ١٠٥العلل. للحافظ أبي محمد عبد الرحمن بن أبي حاتم محمد بن إدريس الحنظلي الرازي المتوفى سنة ٣٢٧هـ. تحقيق: فريق من الباحثين، إشراف: د. سعد بن عبد الله الحميد و د. خالد بن عبد الرحمن

- ١٠٦المعجم الكبير: للحافظ أبي القاسم سليمان بن أحمد الطبراني المتوفى سنة ٣٦٠هـ. تخريج: حمدي عبد المجيد السلفي. الطبعة الثانية، بغداد، مطبعة الأمة، ١٤٠٤هـ / ١٩٨٤م.

تحرير الحافظين الجليلين العراقي وابن حجر. (بدون طبعة)، بيروت، دار الكتاب العربي، دار الريان، ١٤٠٧هـ /١٩٨٧م. الطبعة الثالثة، بيروت، دار الكتاب العربي، ١٤٠٢هـ/١٩٨٢م.

١٠٧-تكملة البحر الرائق شرح كنز الدقائق. تأليف: محمد بن حسين بن علي الطوري.

الجريسي. الطبعة الأولى، الرياض، مطابع الحميضي، ١٤٢٧هـ/ ٢٠٠٦م.

- ١٠٨-روضة الطالبين وعمدة المفتين. تأليف: أبي زكريا يحيى بن شرف النووي المتوفى سنة ٦٧٦هـ.

- ١٠٩شرح ابن القيم على سنن أبي داود. للحافظ شمس الدين ابن قيم الجوزية المتوفى سنة ٧٥١ هـ.

ضبط ومراجعة: صدقي جميل العطار. الطبعة الأولى، بيروت، دار الفكر، ١٤١٥هـ.

الطبعة الأولى، المملكة العربية السعودية، حائل، دار الأندلس، ١٤١٤هـ/١٩٩٣م

-١١٠-كنز العمال في سنن الأقوال والأفعال. لعلاء الدين علي المتقي بن حسام الدين الهندي البرهان فوري المتوفى سنة ٩٧٥هـ. ضبطه وفسر غريبه: الشيخ بكري حياني، وصححه ووضع فهارسه ومفتاحه: الشيخ صفوة السقا. (الطبعة الأولى)، حلب، مكتبة التراث الإسلامي، (بدون تاريخ).

١١١-مجمع الزوائد ومنبع الفوائد. للحافظ نور الدين علي بن أبي بكر الهيثمي المتوفى سنة ٨٠٧هـ.

١١٢-المجموع. تأليف: أبي زكريا محي الدين بن شرف النووي المتوفى سنة ٦٧٦هـ.

١١٣-من الأسرار الصحية للصيام. لأحمد عبد الرؤوف هاشم.

١١٤-نشرة الطب الإسلامي، العدد الثاني، أبحاث وأعمال المؤتمر العالمي الثاني من الطب الإسلامي إشراف: الدكتور عبد الرحمن عبد الله العوضي، المحرر دكتور أحمد رجائي الجندي.

وبهامشه كتاب الإكمال في ذكر من له رواية في مسند الإمام أحمد من الرجال سوى من ذكر في -١١٥- تهذيب الكمال. تأليف: أبي المحاسن شمس الدين محمد بن حمزة الحسيني المتوفى سنة ٨٥٥هـ.

ويليه كتاب تقريب التهذيب. تأليف: شهاب الدين أحمد بن علي بن حجر العسقلاني المتوفى سنة ٨٥٢هـ.، ضبط ومراجعة: صدقي جميل العطار، الطبعة الأولى، بيروت، دار الفكر، ١٤١٥هـ.

Sources and References

1- The Holy Quran:

2- Ahkam al-Quran. Authored by: Abu Bakr Ahmad ibn Ali al-Razi al-Jassas, died 370 AH.

3- Ihya Ulum al-Din. Authored by: Abu Hamid Muhammad ibn Muhammad al-Ghazali, died 505 AH.

4- As-hal al-Madarik Sharh Irshad al-Salik fi Fiqh Imam al-Aima Malik. Authored by Abu Bakr bin Hasan al-Kashnawi. Second edition, Beirut, Dar al-Fikr, (no date).

5- The Prophet's Humanitarian Health Innovations. By Mukhtar al-Salim. First edition, Beirut, Al-Ma'arif

Foundation, 1416 AH / 1995 AD.
6- Al-Ibhaj fi Sharh al-Minhaj ala Minhaj al-Wusul ila Ilm al-Usul by Al-Qadi al-Baydawi, died 685 AH. Authored by: Ali ibn Abd al-Kafi al-Subki, died 756 AH, and his son Taj al-Din Abd al-Wahhab ibn Ali al-Subki, died 771 AH. (No edition), Beirut, Dar al-Kutub al-Ilmiya, (no date).
7- Al-Adab al-Shar'iya. Authored by: Abd Allah Muhammad ibn Muflih al-Maqdisi, died 763 AH. Third edition, Beirut, Al-Risala Foundation, 1419 AH / 1999 AD.
8- Al-Istiyab fi Asma' al-Ashab. Authored by: Abu Umar Yusuf ibn Abd Allah ibn Muhammad ibn Abd al-Barr ibn Asim al-Namiri al-Qurtubi al-Maliki, died 463 AH. First edition, Egypt, Al-Sa'ada Press, 1328 AH.
- The Scientific Miracle in the Noble Hadith. By Abdul Rahim Mardini. First edition, Beirut, Dar Al-Ayah, Damascus, Dar Al-Mahabba 2002.
11- The Scientific Miracle in the Prophetic Sunnah. By Saleh Ahmad Reda. First edition, Riyadh, Obikan Library, 1421 AH / 2001 AD.
12- Imam Al-Shafi'i. By Abu Al-Fida Ismail Manaqib ibn Umar ibn Kathir Al-Dimashqi, died in 774 AH.
13- Zoonotic Diseases (Diseases Common Between Humans and Animals). By Ahmed Talaat Adawi. Cairo, Egyptian Lebanese Publishing House, 1419 AH / 1998 AD.
14- Al-Insaf in Knowing the Correct Opinion in Disputes According to the School of Imam Ahmad ibn Hanbal. By Ala Al-Din Abu Al-Hasan Ali ibn Suleiman Al-Mardawi, died in 885 AH. Printed with Al-Muqni' and Al-Sharh Al-Kabir. Edited by: Abdullah ibn Abdul Mohsen Al-Turki. (No edition), distributed by the Ministry of Islamic Affairs, Endowments, Dawah, and Guidance in the Kingdom of Saudi Arabia, 1419 AH / 1998 AD.
15- Encouragement and Warning from the Noble Hadith. By Al-Hafiz Abdul Azim ibn Abdul Qawi Al-Mundhiri, died in 656 AH. Hadiths arranged and commented by: Mustafa Muhammad Amara. (No edition), Beirut, Dar Al-Fikr, 1401 AH / 1981 AD.
16- The Enrichin- Al-Thamar al-Dani fi Taqrib al-Ma'ani: Commentary on the Treatise of Ibn Abi Zaid al-Qayrawani. Compiled by the verified scholar: Sheikh Saleh Abdul Samee' al-Aby Al-Azhari. (No edition), Cairo, Al-Mashhad Al-Husseini Printing Press, (No date).
18- Al-Jami' al-Musnad al-Sahih al-Mukhtasar min Umur Rasul Allah ρ wa Sunanihi wa Ayyamihi (Sahih al-Bukhari).
19- Al-Haqa'iq al-Sihhiyya fi al-Islam by Abdul Razzaq al-Kilani. First edition, Damascus: Dar al-Qalam, 1417 AH / 1996 AD.
20- Al-Durr al-Muntaqa fi Sharh al-Multaqa. Authored by: Muhammad ibn Ali ibn Muhammad, known as Ala al-Din al-Haskafi, passed away in 1088 AH. Printed with marginal notes by Majma' al-Anhur for Damad Effendi. First edition, Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyya, 1419 AH / 1998 AD.
21- Al-Durr al-Naqi fi Sharh Alfaz al-Khiraqi. Authored by: Jamal al-Din Abi al-Mahasn ibn Hasan ibn Abdul Hadi al-Hanbali al-Dimashqi al-Salihi, known as Ibn al-Mubarrad, passed away in 909 AH. Prepared by: Dr. Ridwan Mukhtar ibn Gharbiya. First edition, Jeddah: Dar al-Mujtama', 1411 AH / 1991 AD.
23- Al-Dhakira. Authored by: Shihab al-Din Ahmad ibn Idris al-Qarafi, passed away in 684 AH.
24- Al-Risala al-Fiqhiyya (Bakuru al-Sa'd). Authored by: Abi Muhammad Abdullah ibn Abi Zaid Abdul Rahman al-Qayrawani, passed away in 386 AH. Printed with... g Commentary on Sunan Al-Daraqutni. By Al-Hafiz Abu Al-Tayyib Muhammad Shams25. Al-Sunan Al-Kubra by Al-Bayhaqi, by Al-Hafiz Abu Bakr Ahmad ibn Al-Husayn Al-Bayhaqi, who died in 458 AH.
26. Al-Sharh Al-Saghir, authored by Ahmad ibn Muhammad ibn Ahmad Al-Dardir, who died in 1201 AH.
27. Al-Sharh Al-Kabir, authored by Shams Al-Din Abu Al-Faraj Abdul Rahman ibn Abu Umar Muhammad ibn Ahmad ibn Qudamah Al-Maqdisi, who died in 682 AH. Printed with Al-Muqni' and Al-Insaf. Verified by Abdul Allah ibn Abdul Mohsin Al-Turki.
28. Fasting and Health by Najib Al-Kilani, First Edition, Beirut, Al-Risalah Foundation, 1398 AH / 1978 AD.
29. Al-'Ilal Al-Mutanahiyah fi Al-Ahadith Al-Wahiyah by Abdul Rahman ibn Al-Jawzi Al-Tamimi, who died in 597 AH.
30. Al-Furu' by Shams Al-Din Al-Maqdisi Abu Abdullah Muhammad ibn Muflih, who died in 763 AH.
31. Al-Qawanin Al-Fiqhiyah by Abu Abdullah Muhammad ibn Ahmad ibn Muhammad ibn Juzayy Al-Kalbi, who died in 741 AH. First Edition, Beirut, Dar Al-Kitab Al-Arabi, 1404 AH / 1984 AD.
32. Al-Mubdi' fi Sharh Al-Muqni' by Abu Ishaq Burhan Al-Din Ibrahim ibn Muhammad ibn Abdullah ibn Muhammad ibn Muflih, who died in 884 AH. First Edition, Damascus, Al-Maktab Al-Islami, 1399 AH / 1979

AD.
33. Al-Mabsut by Shams Al-Din Muhammad ibn Ahmad Al-Sarkhasi, who died in 483 AH.
34. Al-Majru- Al-Muharrar in Jurisprudence according to the School of Imam Ahmad ibn Hanbal. Author: Majd al-Din Abi al-Barakat Abd al-Salam ibn Abdullah ibn Taymiyyah al-Harrani, who passed away in 652 AH. Printed together with the annotations and beneficial notes on the problematic parts of Al-Muharrar by Ibn Muflih. Cairo, Al-Sunnah Al-Muhammadiyah Press, 1369 AH / 1950 AD.
- Al-Mustadrak 'ala al-Sahihayn in Hadith. By Al-Hafidh Abu Abdullah Muhammad ibn Abdullah, known as Al-Hakim Al-Nisaburi, who passed away in 405 AH. Printed together with Al-Takhlis Al-Mustadrak by Al-Dhahabi. (No edition), Beirut, Dar Al-Fikr, 1398 AH / 1978 AD.
- Al-Mustasfa in the Science of Usul (Principles of Islamic Jurisprudence). Author: Abu Hamid Muhammad ibn Muhammad Al-Ghazali, who passed away in 505 AH.
- Al-Misbah Al-Munir. By Ahmad ibn Muhammad ibn Ali Al-Fayoumi Al-Muqri, who passed away in 770 AH.
- Al-Mu'jam Al-Awsat. By Al-Hafidh Al-Qasim Sulayman ibn Ahmad Al-Tabarani, who passed away in 360 AH.
- Al-Mu'awwanah according to the School of the Scholar of Medina, Imam Malik ibn Anas. Author: Al-Qadi Abd al-Wahhab Al-Baghdadi, who passed away in 422 AH. Edited and studied by: Humaysh Abd al-Haq. (No edition), Mecca, Al-Maktabah Al-Tijariyah, (No date).
- Al-Mughni 'an Hamal al-Asfar fi al-Asfar fi Takhrij ma fi al-Ihya' min al-Akhbar.
- Al-Mughni. Author: Muwaffaq al-Din Abi Muhammad Abd Allah ibn Ahmadhin from- Stomach Diseases and the Process of Food Digestion. By Hisham Al-Manea. First Edition, Jeddah, Saudi Publishing House, 1408 AH / 1988 AD.
- 47 Bada'i' al-Sana'i' fi Tartib al-Shara'i'. Authored by: Ala al-Din Abi Bakr ibn Mas'ud al-Kasani, died 587 AH. (No edition), Beirut, Dar al-Kutub al-'Ilmiyya, (no date).
- 48 Tuhfat al-Ahwazi Sharh Jami' al-Tirmidhi. Authored by: Abu al-Ala Muhammad al-Mubarakfuri, died 1353 AH.
- 49 Tadhkirat al-Huffaz (Memoir of the Preservers). By Imam Abu Abdullah Shams al-Din al-Dhahabi, died 748 AH.
- 50 Taqreeb al-Tahdhib. Authored by: Shahab al-Din Ahmad ibn Ali ibn Hajar al-Asqalani, died 852 AH.
- 60 Takmilat al-Majmu'. Authored by: Muhammad Najib al-Muti'i. Printed with al-Nawawi's Majmu'.
- 61 Talkhis al-Mustadrak. Authored by: Al-Hafiz Shams al-Din Abu Abdullah Muhammad ibn Ahmad al-Dhahabi, died 748 AH. Printed with al-Hakim's al-Mustadrak 'ala al-Sahihayn. (Edition not specified), Beirut, Dar al-Fikr, 1398 AH / 1978 AD.
- 62 Tahdhib al-Tahdhib. Authored by: Shahab al-Din Ahmad ibn Ali ibn Hajar al-Asqalani, died 852 AH.
- 63 Scientifically Proven. By Muhammad Kamel Abd al-Samad. Fourth Edition, Cairo, Dar al-Masriya al-Lubnaniya, 1420 AH / 1999 AD.
- 64 Jami' al-Tirmidhi, known as Sunan al-Tirmidhi. By Abu Isa Muhammad ibn '
64. Al-Jami' al-Tirmidhi, known as Sunan al-Tirmidhi, by Abu Isa Muhammad ibn Isa ibn Surah al-Tirmidhi, who passed away in 279 AH. Published with Tuhfat al-Ahwazi by al-Mubarakfuri. First edition, Beirut, Dar al-Kutub al-Ilmiyya, 1410 AH / 1990 AD.
-65. Jami' al-Ulum wa al-Hikam fi Sharh Khamsin Hadithan min Jawami' al-Kalim, by Abu al-Faraj Abdul Rahman ibn Shahab al-Din al-Baghdadi, known as Ibn Rajab al-Hanbali, who passed away in 790 AH. Edited by Sheikh Ali Muhammad Muawwad and Sheikh Adel Ahmed Abdel-Mawgood. (No edition) Riyadh, Obikan Library, 1418 AH / 1997 AD.
-66. Al-Jawhar al-Naqi, authored by Alaa al-Din ibn Ali ibn Uthman al-Mardini, known as Ibn al-Turkmani, who passed away in 745 AH. Published with Al-Sunan al-Kubra by al-Bayhaqi. Prepared by Dr. Yusuf Abdul Rahman al-Mur'ashli.
67. Hashiyat al-Dusuqi 'ala al-Sharh al-Kabir, authored by Sheikh Muhammad 'Irfah al-Dusuqi, who passed away in 1230 AH.
68. Hashiyat al-Sawi 'ala al-Sharh al-Saghir, authored by Ahmad ibn Muhammad al-Sawi al-Maliki, who passed away in 1241 AH. Published with Al-Sharh al-Saghir. (No edition), Egypt, Dar al-Ma'arif, 1392 AH.
69. Hashiyat al-Adawi 'ala al-Kharshi, authored by Ali ibn Ahmad al-Saidi al-Adawi, who passed away in 189

AH.
70. Hashiyat al-'Allama al-Taftazani 'ala Sharh 'Uzud al-Millah li Mukhtasar al-Muntaha.
-71 Marginal Notes on Al-Muhtar's Refutation of Al-Durr Al-Mukhtar: Explanation of Tanwir Al-Absar. Authored by: Muhammad Amin, commonly known as Ibn Abidin, who passed away in 1252 AH. Published along with Al-Durr Al-Mukhtar by Al-Haskafi, second edition, Beirut, Dar Al-Fikr, 1412 AH / 1992 AD.
72- The Diwan of Imam Al-Shafi'i by Abu Abdullah Muhammad ibn Idris ibn Al-Abbas Al-Shafi'i, who passed away in 204 AH.
73- The Journey of Faith in the Human Body. By Hamid Ahmad Hamid. First edition, Damascus, Dar Al-Qalam, 1411 AH / 1991 AD.
74- Masterpieces of Islamic Medicine (The Prohibitions in Islam and Their Impact on the Health of the Individual and Society).
75- Zad Al-Maad in the Guidance of the Best of Servants. Authored by Shams al-Din Abu Abdullah Muhammad ibn Abi Bakr Al-Zur'i Al-Dimashqi, who passed away in 751 AH. His texts were verified, hadiths were classified and commented on by: Shu'ayb Al-Arna'ut, 'Abdul Qadir Al-Arna'ut. Twenty-seventh edition, Beirut, Al-Risala Foundation, 1415 AH / 1994 AD.
76- Sunan Ibn Majah. By Al-Hafiz Abu Abdullah Muhammad ibn Yazid Al-Qazwini, who passed away in 275 AH.
77- Sunan Abu Dawud. By Al-Hafiz Abu Dawud Sulayman ibn Al-Ash'ath Al-Sijistani Al-Azdi, who passed away in 275 AH.
78- Sunan Al-Daraqutni. By Imam Ali ibn Umar Al-Daraqutni, who passed away in 385 AH. Published along with the commentary Al-Mughni.
79- Nuggets of Gold in the Reports of Those Who Were Golden. By Imam
80. Explanation of Sahih Muslim by Muhyi al-Din Abu Zakariya Yahya ibn Sharaf al-Nawawi, deceased in 676 AH.
81. Explanation of 'Muntaha al-Iradat' called 'Daqa'iq Awli al-Nuha' for explaining 'al-Muntaha,' authored by Mansur ibn Yunus ibn Idris al-Bahuti, deceased in 1051 AH. First edition, Beirut, Alam al-Kutub, 1414 AH / 1993 AD.
82. Explanation of the 'Poem of Etiquette' by Ibn Abd al-Qawi (Fath al-Wahhab Explanation of Etiquette), authored by Musa ibn Ahmad al-Hajawi al-Salihi, deceased in 968 AH. First edition, Kingdom of Saudi Arabia, Dar Ibn al-Jawzi, 1424 AH / 2003 AD.
83. 'Your Health in Food' by Muhammad al-Sayyid Arnaout. First edition, Beirut, Dar al-Jeel, 1412 AH / 1992 AD.
84. 'Uyoon al-Anbaa fi Tabaqat al-Atibba' by Muwaffaq al-Din Abu al-Abbas Ahmad ibn al-Qasim ibn Khalifa al-Saadi, known as Ibn Abi Osaybah. Edited by Nizar Rida. (No edition), Beirut, Dar Maktabat al-Hayat, (no date).
85. 'Ghidha' al-Albab, Explanation of the Poem of Etiquette' authored by Sheikh Muhammad al-Saffarini al-Hanbali. (No edition), Dar al-Ittihad, (no date).
86. 'Gharib al-Hadith,' authored by Abu Sultan Hamad ibn Muhammad Ibrahim al-Khattabi al-Busti, deceased in 388 AH.
87. 'Fath al-Bari, Explanation of Sahih al-Bukhari' by Imam al-Hafiz Ahmad ibn Hajar al-Asqalani, deceased in 852 AH. Printed with
89- Kashaf al-Qina' 'an Matn al-Iqna'. Authored by: Mansur ibn Yunus ibn Idris al-Bahuti, who died in 1051 AH. Reviewed and annotated by: Hilal Musailhi and Mustafa Hilal. (Unpublished edition), Beirut, Dar al-Fikr, 1402 AH / 1982 AD.
90- Lisan al-Arab. By Abu al-Fadl Jamal al-Din Muhammad ibn Makram ibn Manzur, who died in 711 AH.
91- Al-Hikma Magazine, Issue Eight, Shawwal 1416 AH.
92- Majma' al-Anhur fi Sharh Multaqa al-Abhur. Authored by: Abdul Rahman ibn Sheikh Muhammad ibn Sulayman, known as Damad Afandi, who died in 1078 AH. Printed with his marginal notes in Al-Durr al-Muntaqa li Al-Haskafi.
93- Majmu' Fatawa Shaykh al-Islam Ahmad ibn Taymiyyah, who died in 728 AH. Collected and organized by: Abdul Rahman ibn Muhammad ibn Qasim al-Asmi al-Najdi and his son Muhammad. (Unpublished edition), Medina, King Fahd Complex for the Printing of the Holy Qur'an, 1416 AH / 1995 AD.
94- Mukhtar al-Sihah. By Muhammad ibn Abi Bakr ibn Abd al-Qadir al-Razi, who died in 770 AH.

95- Marqat al-Mafatih Sharh Mishkat al-Masabih. By the scholar Mulla Ali al-Qari Nur al-Din Ali ibn Sultan al-Harawi al-Makki al-Hanafi, along with the answers of Hafiz Ibn Hajar al-Asqalani to the Risala of al-Qazwini. Edited by: Sidqi Muhammad Jamil al-Attar. (Unpublished edition), Mecca, Al-Maktaba al-Tijariyya, (no date).
96- Masalik
89- Kashaf al-Qina' 'an Matn al-Iqna'. Authored by: Mansur ibn Yunus ibn Idris al-Bahuti, who died in 1051 AH. Reviewed and annotated by: Hilal Musailhi and Mustafa Hilal. (Unpublished edition), Beirut, Dar al-Fikr, 1402 AH / 1982 AD.
90- Lisan al-Arab. By Abu al-Fadl Jamal al-Din Muhammad ibn Makram ibn Manzur, who died in 711 AH.
91- Al-Hikma Magazine, Issue Eight, Shawwal 1416 AH.
92- Majma' al-Anhur fi Sharh Multaqa al-Abhur. Authored by: Abdul Rahman ibn Sheikh Muhammad ibn Sulayman, known as Damad Afandi, who died in 1078 AH. Printed with his marginal notes in Al-Durr al-Muntaqa li Al-Haskafi.
93- Majmu' Fatawa Shaykh al-Islam Ahmad ibn Taymiyyah, who died in 728 AH. Collected and organized by: Abdul Rahman ibn Muhammad ibn Qasim al-Asmi al-Najdi and his son Muhammad. (Unpublished edition), Medina, King Fahd Complex for the Printing of the Holy Qur'an, 1416 AH / 1995 AD.
94- Mukhtar al-Sihah. By Muhammad ibn Abi Bakr ibn Abd al-Qadir al-Razi, who died in 770 AH.
95- Marqat al-Mafatih Sharh Mishkat al-Masabih. By the scholar Mulla Ali al-Qari Nur al-Din Ali ibn Sultan al-Harawi al-Makki al-Hanafi, along with the answers of Hafiz Ibn Hajar al-Asqalani to the Risala of al-Qazwini. Edited by: Sidqi Muhammad Jamil al-Attar. (Unpublished edition), Mecca, Al-Maktaba al-Tijariyya, (no date).
96- Masalik97. Musnad Imam Ahmad. By Imam Ahmad ibn Hanbal al-Shaybani, who died in 241 AH. Second edition, Beirut, Dar Ihya al-Turath al-Arabi, 1993 AD / 1414 AH. Hadith Encyclopedia supervised by: Abdullah ibn Abdul Mohsen Al-Turki and Shoaib Al-Arnaout, verified by: a group of researchers. First edition, Beirut, Al-Risala Foundation, 1421 AH / 2001 AD.
98. Talab Awli al-Naha fi Sharh Ghayat al-Muntaha. Authored by: Mustafa al-Suyuti al-Rahibani, who passed away in 1243 AH. Printed together with Tajrid Zawa'id al-Inayah and Sharh by Sheikh Hasan al-Shatti. Second edition, Beirut 1415 AH / 1994 AD.
99. Medicine in the Holy Quran. By Abdul Hamid Diab and Ahmad Qarqouz.
100. Mughni al-Muhtaj ila Ma'rifat Ma'ani Alfaz al-Minhaj. Authored by: Muhammad al-Khatib al-Sharbini, who died in 977 AH. Second edition, Beirut, Al-Maktab Al-Islami, 1405 AH / 1985 AD.
101. Mawahib al-Jalil li Sharh Mukhtasar Khalil. Authored by: Abu Abdullah Muhammad ibn Muhammad ibn Abdul Rahman al-Maghribi, known as al-Hattab, who passed away in 954 AH. Includes at its margin Al-Taj wa al-Iklil of Mukhtasar Khalil by Al-Mawaq. Third edition, Beirut, Dar al-Fikr, 1412 AH / 1992 AD.
102. Islamic Medicine Bulletin, Issue Three: Prevention in Islam. (No edition) Beirut, Dar al-Kutub al-Ilmiya, (no year). -103 Al-Ihsan in Approximating Sahih Ibn Hibban. Author: Abu Hatim Muhammad ibn Hibban al-Busti, passed away in 354 AH. Edited by Prince: Alaa al-Din Ali ibn Balban al-Farsi, passed away in 749 AH. Verified, hadiths extracted and commented on by: Shuayb al-Arna'ut. First edition, Beirut, Al-Resalah Foundation, 1407 AH / 1987 AD.
-104 Al-Jami' li Ahkam al-Qur'an. Author: Abu Abdullah Muhammad ibn Ahmad al-Ansari al-Qurtubi, passed away in 671 AH. Reviewed, edited, and commented on by: Dr. Muhammad Ibrahim al-Hafnawi, hadiths extracted by: Dr. Muhammad Hamid Othman. First edition, Cairo, Dar al-Hadith, 1414 AH / 1994 AD.
-105 Al-‘Illal. By al-Hafiz Abu Muhammad Abd al-Rahman ibn Abi Hatim Muhammad ibn Idris al-Hanzali al-Razi, passed away in 327 AH. Verified by a team of researchers, supervised by Dr. Saad ibn Abdullah al-Humaid and Dr. Khalid ibn Abd al-Rahman.
-106 Al-Mu'jam al-Kabir: By al-Hafiz Abu al-Qasim Sulayman ibn Ahmad al-Tabarani, passed away in 360 AH. Hadith authentication by: Hamdi Abdul Majid al-Salafi. Second edition, Baghdad, Al-Ummah Press, 1404 AH / 1984 AD. Edited by the two noble hafizes Al-Iraqi and Ibn Hajar. (No edition), Beirut, Dar al-Kitab al-Arabi, Dar al-Rayan, 1407 AH / 1987 AD. Third edition, Beirut, Dar al-Kitab al-Arabi, 1402 AH / 1982 AD.

107- Al-Bahr al-Raqiq Commentary on Kanz al-Daqa'iq. Author: Muhammad bin Husayn bin Ali al-Turi al-Juraisi. First edition, Riyadh, Al-Humaidi Press, 1427 AH / 2006 CE.
- 108- Rawdat al-Talibin wa 'Umdat al-Muftin. Author: Abu Zakariya Yahya bin Sharaf al-Nawawi, passed away in 676 AH.
- 109- Explanation of Ibn al-Qayyim on Sunan Abi Dawood. By the Hafiz Shams al-Din Ibn Qayyim al-Jawziyya, passed away in 751 AH. Edited and reviewed by: Sadiq Jamil al-Attar. First edition, Beirut, Dar al-Fikr, 1415 AH. First edition, Kingdom of Saudi Arabia, Hail, Dar al-Andalus, 1414 AH / 1993 CE.
- 110- Kanz al-A'mal fi Sunan al-Aqwal wa al-Af'al. By Alaa al-Din Ali al-Muttaqi bin Husam al-Din al-Hindi al-Burhan Furi, passed away in 975 AH. Edited and explained its difficult terms: Sheikh Bakri Hayani; verified and prepared its index and key: Sheikh Safwah al-Saqqa. (First edition), Aleppo, Islamic Heritage Library, (no date).
111- Majma' al-Zawa'id wa Manba' al-Fawa'id. By the Hafiz Nur al-Din Ali bin Abi Bakr al-Haythami, passed away in 807 AH.
112- Al-Majmu'. Author: Abu Zakariya Muhyiddin bin Sharaf al-Nawawi, passed away in 676 AH.
113- Secrets of Health in Fasting. By Ahmad Abdul Raouf Hashim.
114- Islamic Medicine Bulletin, Issue 2, Research and Proceedings of the Conference.
115- Tahdhīb al-Kamāl. Author: Abu al-Mahāsin Shams al-Dīn Muhammad ibn Hamza al-Husayni, who died in 855 AH.
Followed by Kitāb Taqrīb al-Tahdhīb. Author: Shihāb al-Dīn Aḥmad ibn ʿAlī ibn Ḥajar al-ʿAsqalānī, who died in 852 AH.
Edited and reviewed by: Ṣudqī Jamīl al-ʿAṭṭār, First Edition, Beirut, Dār al-Fikr, 1415 AH.