فضل بعض الأمور المتعلقة بـ الطعام ـ السواك

الشيخ ندا أبو أحمد

الألوكة
alukah.net

الشيخ ندا أبو أحمد

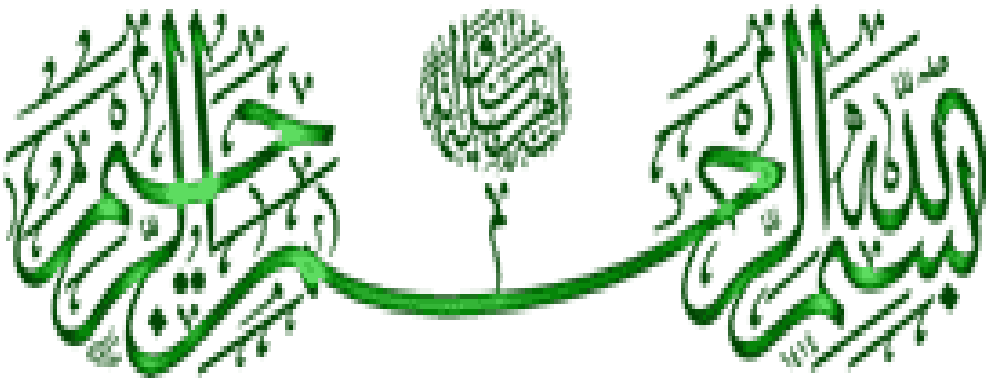
الكتاب الجامع للفضائل

(66)

فضل بعض الأمور المتعلقة بـ

الطعام - السواك

الشيخ/ندا أبو أحمد


بسم الله الرحمن الرحيم

فضل بعض الأمور المتعلقة بـ
(الطعام - السواك)

تمهيد

إنَّ الحمدَ لله نحمدُه، ونستعينُه، ونستغفره، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا، ومن سيئات أعمالنا، مَن يهد اللهفلا مضل له، ومَن يضلل فلا هادي له، وأشهد أن لا إله إلا الله، وحده لا شريك له، وأشهد أنَّ محمدًا عبدهُ ورسولُه.

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُواْ اتَّقُواْ اللّهَ حَقَّ تُقَاتِهِ وَلاَ تَمُوتُنَّ إِلاَّ وَأَنتُم مُّسْلِمُونَ﴾ (آل عمران: 102)

﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُواْ رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاء وَاتَّقُواْ اللّهَ الَّذِي تَسَاءلُونَ بِهِ وَالأَرْحَامَ إِنَّ اللّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا﴾ (النساء:1)

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا (70) يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَالَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَمَن يُطِعْ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا﴾ (الأحزاب: 70،71)

أما بعد....

فإن أصدق الحديث كتاب الله ــ تعالى ــ، وخير الهدي هدي محمد ﷺ، وشر الأمور محدثاتها، وكل محدثة بدعة، وكل بدعة ضلالة، وكل ضلالة في النار.

نبض الرسالة

أولًا: فضل بعض الأمور المتعلقة بالطعام:

1- فضل التسمية على الطعام.

2- فضل الأكل باليد اليمنى.

3- فضل الاجتماع على الطعام.

4- فضل الأكل من جوانب الطعام.

5- فضل انتظار الطعام الساخن حتى يذهب بخاره.

6- فضل التقاط اللقمة إذا سقطت، وإماطة ما بها من الأذى وأكلها، ولعق الأصابع.

7- فضل القيام عن الطعام قبل الشبع.

وعدم الشبع له فضائل وفوائد كثيرة ومنها: (ذكرت في ثنايا الرسالة):

8- فضل تفطير الصائم.

9- فضل إطعام المسلم.

10- فضل إطعام الزوجة.

11- فضل حمد الله تعالى عند الانتهاء من الطعام أو الشرب.

12- فضل غَسْلُ الْيَدِ بَعْدَ الطَّعَامِ.

13- فضل تغطية إناء الطعام أو الشراب عند قدوم الليل، وذكر اسم الله عليه.

ثانيًا: فضل السواك:

1- السِّوَاكُ أُمِرَ بِهِ النَّبِيُّ ﷺ وهذا يدل على فضله ومكانته في الإسلام.

2- السِّوَاكُ وَصِيَّةُ النَّبِيِّ ﷺ.

3- السِّوَاكُ سُنَّةٌ مُؤَكَّدَةٌ.

4- السِّوَاكُ حَقٌّ على كُلِّ مُسْلِمٍ.

5- السِّوَاكُ مِنَ الْفِطْرَةِ.

6- السِّوَاكُ يحبه النبي ﷺ وهو آخر ما فعل عند خروجه من الدنيا.

7- السِّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ.

8- السِّوَاكُ وصلاة الليل سببٌ لدنو الملائكة من العبد.

تتمة للفائدة أُذكر ببعض الفوائد والتنبيهات والآداب الخاصة بالسواك:

1- الأوقات التي يستحب فيها استخدام للسواك:

أ - السِّوَاكُ عِنْدَ الاستيقاظ مِن النوم.

ب - السِّوَاكُ عِنْدَ القِيَامِ لصلاة الليلِ.

جـ - السِّوَاكُ عِنْدَ الانْصِرَافِ مِنْ قِيَامِ الليلِ.

د - السِّوَاكُ عِنْدَ قِرَاءَةِ القُرْآنِ.

هـ - السِّوَاكُ عند الوضوء.

و - السِّوَاكُ عِنْدَ كل صلاة.

ز - التسوك يوم الجمعة.

ح - السِّوَاكُ عِنْدَ دُخُولِ البَيْتِ.

ط - السِّوَاكُ عند تغير رائحة الفم، أو عند اصفرار الأسنان.

2- لا مانع من التسوك بسواك الغير بإذنه.

3- إذا أعطى سواكًا فليقدم كبير السن على من دونه سنًّا.

4- يستحب الاستياك على اللسان.

5- هل يجوز الاستياك بالأصابع؟.

6- لا مانع من استخدام السِّواكُ للصَّائِم.

7- صفات المسواك.

8- منافع السواك.

9- السواك وأهمية تنظيف الأسنان.

10- الأمراض الناتجة من عدم العناية بالفم والأسنان.

11- ما يُستاك به.

12- ما لا يتسوك به.

13- المقارنة بين السواك وفرشاة الأسنان وغيرها.

14- يستحب غسل السواك بعد الاستياك لتخليصه مما علق به.

15- أماكن زراعة شجر الأراك.
16- كيفية الاستياك.
17- البدء بالجهة اليمنى عند التسوك.
18- أن يبدأ المرء في استياكه من الجانب الأيمن عرضًا.
19- مصدر السواك.
20- مكونات شجر الأراك: (التركيب الكيميائي لمسواك الأراك).
21- اكتشاف مواد جديدة في السواك.
22- أقوال وأبحاث العلماء والأطباء في المسواك.

أولًا: فضل بعض الأمور المتعلقة بالطعام:

1- فضل التسمية على الطعام:

أخرج الإمام أحمد والترمذي وابن ماجه من حديث عائشة -رضي الله عنها- قالت: " كَانَ رسولُ اللهِ ﷺ يأكلُ طعامًا في ستّةِ نفرٍ من أصحابِهِ، فجاءَ أعرابيٌّ فأكلَهُ بلُقمَتينِ، فقالَ رسولُ اللهِ ﷺ:" أما أنّهُ لو كانَ قالَ: بِسمِ اللهِ لَكَفاكُمْ، فإذا أكلَ أحدُكُم طعامًا فليقُل: بِسمِ اللهِ، فإن نَسِيَ أن يقولَ: بسمِ اللهِ في أوّلِهِ، فليقُلْ: بسمِ اللهِ في أوّلِهِ وآخرِهِ ". (صحيح ابن ماجه:2659) (صحيح الجامع:1323)

وللتسمية على الطعام فوائد عديدة، منها: حلول البركة في الطعام والشراب، ومنها: منعُ مشاركة الشيطان للعبد في طعامه وشرابه، ومنها: تذكر العبد ارتباطه بالله تعالى في جميع أموره؛ فهو يذكر الله تعالى عند أكله وشُربه، كما يذكره عند دخول بيته والخروج منه، وعند نومه واستيقاظه، وعند دخول الخلاء والخروج منه، وغير ذلك من الأحوال، وهو بذلك يحقّق اندراجه فيما حث الله تعالى عليه من الإكثار من ذِكره؛ قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا﴾(الأحزاب:41)، وبهذا يحوز على الفضل العظيم للذين يُكثرون من ذكر الله؛ كما في قوله تعالى: ﴿وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا﴾ (الأحزاب:35).

وقفة: عدم التسمية على الطعام سبب في زوال البركة، ومشاركة الشيطان هذا الطعام.

فقد أخرج الإمام مسلم عن جابر رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: " إِذَا دَخَلَ الرَّجُلُ بَيْتَهُ، فَذَكَرَ اللَّهَ عِنْدَ دُخُولِهِ وَعِنْدَ طَعَامِهِ، قَالَ الشَّيْطَانُ: لَا مَبِيتَ لَكُمْ، وَلَا عَشَاءَ، وَإِذَا دَخَلَ، فَلَمْ يَذْكُرِ اللَّهَ عِنْدَ دُخُولِهِ، قَالَ الشَّيْطَانُ: أَدْرَكْتُمُ الْمَبِيتَ، وَإِذَا لَمْ يَذْكُرِ اللَّهَ عِنْدَ طَعَامِهِ، قَالَ: أَدْرَكْتُمُ الْمَبِيتَ وَالْعَشَاءَ ".

وأخرج الإمام مسلم من حديث حذيفة ﷺ قال: " كُنَّا إِذَا حَضـرنَا مَعَ النَّبِيِّ ﷺ طَعَامًا لَمْ نَضَعْ أَيْدِيَنَا، حَتَّى يَبْدَأَ رَسُولُ اللهِ ﷺ، فَيَضَعَ يَدَهُ، وَإِنَّا حَضـرنَا مَعَهُ مَرَّةً طَعَامًا، فَجَاءَتْ جَارِيَةٌ كَأَنَّهَا تُدْفَعُ[1]، فَذَهَبَتْ لِتَضَعَ يَدَهَا فِي الطَّعَامِ، فَأَخَذَ رَسُولُ اللهِ ﷺ بِيَدِهَا، ثُمَّ جَاءَ أَعْرَابِيٌّ كَأَنَّمَا يُدْفَعُ، فَأَخَذَ بِيَدِهِ، فَقَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ:" إِنَّ الشـيطَانَ يَسْتَحِلُّ الطَّعَامَ أَنْ لاَ يُذْكَرَ اسْمُ اللهِ عَلَيْهِ، وَإِنَّهُ جَاءَ بِهذِهِ الْجَارِيَةِ لِيَسْتَحِلَّ بِهَا، فَأَخَذْتُ بِيَدِهَا، فَجَاءَ بِهذَا الأَعْرَابِيِّ لِيَسْتَحِلَّ بِهِ، فَأَخَذْتُ بِيَدِهِ، وَالَّذِي نَفْسـي بِيَدِهِ إِنَّ يَدَهُ فِي يَدِي مَعَ يَدَيْهِمَا ".

وأخرج ابن حبان والطبراني من حديث عبد الله بن مسعود ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: " من نسيَ أن يذكرَ اللهَ في أولِ طعامِه فليقل حين يذكرُ: بسمِ اللهِ في أولِه وآخرِه، فإنَّهُ يستقبلُ طعامًا جديدًا، ويمنعُ الخبيثَ ما كان يُصيبُ منهُ ". (السلسلة الصحيحة: **198**)

وفي هذا الحديثِ يقولُ النَّبيُّ ﷺ:" مَن نسِيَ أنْ يَذكُرَ اللهَ في أوَّلِ طعامِه"، أي: قبْلَ البَدءِ في الأكلِ،

" فلْيَقُلْ حينَ يَذكُرُ"، أي: عندما يَتذكَّرُ الآكِلُ أنَّه لم يُسَمِّ اللهَ، فلْيَقُلْ: "باسمِ اللهِ في أوَّلِه وآخرِه، فإنَّه يَستقبِلُ"، أي: يَبدَأُ ويستأنِفُ،" طعامًا جديدًا"؛ فإنَّه يَتِمُّ الوفاءُ بسُنَّةِ التَّسميةِ، وهذا مِن لُطفِ اللهِ ورَحمتِه، "ويَمنَعُ الخبيثَ ما كان يُصِيبُ منه"، أي: ويَمنَعُ الشَّيطانَ مِن تَناوُلِ ما كان يَتناوَلُه مِن الطَّعامِ غيرِ المُسمَّى عليه.

2- فضل الأكل باليد اليمنى:

والأكل باليمين من هدي النبي ﷺ وعدم التشبه بالشيطان:

فقد أخرج الإمام مسلم من حديث ابْنِ عُمَرَ- رضي الله عنهما- أَن رسول الله ﷺ قَالَ: " لاَ يَأْكُلَنَّ أَحَدٌ مِنْكُمْ بِشِمَالِهِ، وَلاَ يَشـرَبَنَّ بِهَا، فإِنَّ الشـيطَانَ يَأْكُلُ بِشِمالِهِ وَيَشـرَبُ بِهَا". قَالَ: وَكَانَ نَافِعٌ يَزِيدُ فِيهَا:" وَلاَ يَأْخُذُ بِهَا وَلاَ يَعْطِي بِهَا ".

1- تُدْفَعُ: أي لشدة سرعتها كأن شيئًا يدفعها.

- *وفي رواية:* " لِيأكُلْ أَحَدُكُمْ بِيَمِينِهِ، وَلْيَشْرَبْ بِيَمِينِهِ، وَلْيَأْخُذْ بِيَمِينِهِ، وَلْيُعْطِ بِيَمِينِهِ، فَإِنّ الشّيْطَانَ يَأْكُلُ بِشِمَالِهِ، وَيَشْرَبُ بِشِمَالِهِ، وَيُعْطِي بِشِمَالِهِ، وَيَأْخُذُ بِشِمَالِهِ ".

- *وفي رواية:* " إِذَا أَكَلَ أَحَدُكُمْ فَلْيَأْكُلْ بِيَمِينِهِ، وَإِذَا شَرِبَ فَلْيَشْرَبْ بِيَمِينِهِ، فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَأْكُلُ بِشِمَالِهِ وَيَشْرَبُ بِشِمَالِهِ ".

تنبيهان:

أ- إِنْ كَانَ هناك عُذْرٌ يَمْنَعُ الْأَكْلَ أَوْ الشُّرْبَ بِالْيَمِينِ مِنْ مَرَضٍ أَوْ جِرَاحَةٍ أَوْ غَيْرِ ذَلِكَ، فَلَا بأس من الأكل أو الشرب بالشِّمَالِ.

ب- هذه الأحاديثُ تدل على أنَّ الشيطانَ يأكلُ حقيقة؛ لظاهر النَّصوص السَّابقة، وتُشِير كذلك إلى أَنَّ الْإِنْسَانَ يَنْبَغِي أَنْ يتجنَّب الْأفعالَ التِي تشبهُ أفعالَ الشيطانِ.

قال الحافظ ابن حجر- رحمه الله-: " قال الطيبي: وتحريره لا تأكلوا بالشمال، فإن فعلتم كنتم من أولياء الشيطان، فإنَّ الشيطان حمل أولياءه على ذلك. **فقال الحافظ معلقًا على كلام الطيبي:** " وفيه عدول عن الظاهر، والأولى حمل الخبر على ظاهره، وأن الشيطان يأكل حقيقة؛ لأن العقل لا يحيل ذلك، وقد ثبت الخبر به فلا يحتاج إلى تأويله ".

3- فضل الاجتماع على الطعام:

أخرج أبو يعلى والطبراني في" المعجم الأوسط" عن جابر رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: " أحبُّ الطَّعامِ إلى اللَّهِ ما كَثُرَت عليهِ الأيدي ". **(صحيح الترغيب والترهيب: 2133)**

فمن السُّنَّة الاجتماع على الطعام، وعدم التفرُّق فيه، والاجتماع على الطعام أدعى للتواضع، ومجلبة للألفة والمحبة، وسبب لحصول البركة:

فقد أخرج الإمام أحمد وابن ماجه والبيهقي عن وحشي بن حرب رضي الله عنه قال: أَنّ أَصْحَابَ النّبِيّ ﷺ قَالُوا: يَا رَسُولَ اللّهِ؛ إِنّا نَأْكُلُ وَلَا نَشْبَعُ! قَالَ: فَلَعَلّكُمْ تَفْتَرِقُونَ؟ - *وفي رواية:* " فَلَعَلَّكُمْ تَأْكُلُونَ مُفْتَرِقِينَ؟"، قَالُوا: نَعَمْ، قَالَ:" فَاجْتَمِعُوا عَلَى طَعَامِكُمْ، وَاذْكُرُوا اسْمَ اللّهِ عَلَيْهِ، يُبَارَكْ لَكُمْ فِيهِ ". **(الصحيحة :664)**

وأخرج الإمام مسلم من حديث جابر ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: " طَعَامُ الْوَاحِدِ يَكْفِي الِاثْنَيْنِ، وَطَعَامُ الِاثْنَيْنِ يَكْفِي الْأَرْبَعَةَ، وَطَعَامُ الْأَرْبَعَةِ يَكْفِي الثَّمَانِيَةَ ".

- *وفي رواية:* " طَعامُ الرّجُلِ يَكْفِي رَجُلَيْنِ، وطَعامُ رَجُلَيْنِ يَكْفِي أرْبَعَةً، وطَعامُ أرْبَعَةٍ يَكْفِي ثَمانِيَةً ".

- *وفي رواية:* " كُلُوا جَمِيعًا وَلا تَفَرَّقُوا، فَإِنَّ طَعَامَ الْوَاحِدِ يَكْفِي الاثْنَيْنِ، وَطَعَامُ الِاثْنَيْنِ يَكْفِي الثلاثةَ والْأَرْبَعَةَ، كُلُوا جَمِيعًا وَلا تَفَرَّقُوا، فَإِنَّ البركة في الجماعة ". **(صحيح الجامع: 4501) (الصحيحة:1686)**

قال النووي-رحمه الله-: " هَذَا فِيهِ الْحَثُّ عَلَى الْمُوَاسَاةِ فِي الطَّعَامِ، وَأَنَّهُ وَإِنْ كَانَ قَلِيلًا حَصَلَتْ مِنْهُ الْكِفَايَةُ الْمَقْصُودَةُ، وَوَقَعَتْ فِيهِ بَرَكَةٌ تَعُمُّ الْحَاضِرِينَ عَلَيْهِ، وَاللهُ أَعْلَمُ ". **(شرح النووي على مسلم).**

وأخرج الطبراني من حديث ابن عمر-رضي الله عنهما- قال: قال رسول الله ﷺ: " كُلُوا جَمِيعًا وَلا تَفَرَّقُوا، فَإِنَّ طَعَامَ الْوَاحِدِ يَكْفِي الاثْنَيْنِ ".

- *وفي رواية:* " كُلُوا جَمِيعًا وَلا تَفَرَّقُوا، فَإِنَّ البركة مع الجماعة ". **(رواه ابن ماجه من حديث ابن عمر-رضي الله عنهما-) (صحيح الجامع: 4500)**

قال الحافظ ابن حجر-رحمه الله-: " فيؤخذ من الحديث أنَّ الكفاية تنشأ عن بركة الاجتماع، وأن الجمع كلما كثر ازدادت البركة ". **(فتح الباري، حديث :5392، باب: طعامُ الواحِد يَكفِي الاثنَينِ).**

وقال ابن القيم-رحمه الله-:" وللتسمية في أول الطعام والشـراب، وحمد الله في آخره، تأثيرٌ عجيب في نفعه واستمرائه، ودفع مضـرته، قال الإمام أحمد: إذا جمع الطعام أربعًا فقد كمل: إذا ذُكر اسم الله في أوله، وحُمد الله في آخره، وكثرت عليه الأيدي، وكان من حِل ". (**زاد المعاد:4 / 232**).

4- فضل الأكل من جوانب الطعام:

فقد أخرج الإمام أحمد والترمذي من حديث ابن عَبَّاسٍ- رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا- قَالَ: أُتِيَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ بِقَصْعَةٍ مِنْ ثَرِيدٍ فَقَالَ:" كُلُوا مِنْ جَوَانِبِهَا وَلاَ تَأْكُلُوا مِنْ وَسَطِهَا، فَإِنَّ الْبَرَكَةَ تَنْزِلُ فِي وَسَطِهَا ". (صحيح الجامع: **829**)

- *وفي رواية:*" إِنَّ الْبَرَكَةَ تَنْزِلُ وَسَطَ الطَّعَامِ، فَكُلُوا مِنْ حَافَّتَيْهِ[1] وَلَا تَأْكُلُوا مِنْ وَسَطِهِ ".

(صحيح الترغيب والترهيب: **2123**) (صحيح الجامع: **1591**)

وفي رواية عند أبي داود بلفظ:" إذا أكَلَ أحدُكُم طَعامًا، فلا يأكُلْ مِن أعلَى الصَّحفةِ، ولَكِن ليأكل من أسفلِها ؛ فإنّ البرَكَةَ تنزِلُ من أعلاها ". (صحيح أبي داود:**3772**)

وأخرج الإمام أحمد وابن ماجه من حديث واثِلة بْن الأسْقَعِ اللَّيثِيّ ﷺ قال:" أخذَ رسولُ اللَّهِ ﷺ برأسِ الثَّريدِ فقالَ:" كلوا بسمِ اللَّهِ من حواليْها، واعفُوا رأسَها، فإنَّ البرَكةَ تأتيها من فوقِها ". (صحيح الجامع: **4499**) (صحيح ابن ماجه: **2667**)

وأخرج أبو داود عن عبد الله بن بُسر ﷺ قال: كان للنبي ﷺ قصعةٌ يقال لها الغرَّاء، يحملها أربعةُ رجالٍ، فلما أضحَوا وسجدوا الضحى، أُتِي بتلك القصعة، يعني وقد ثُرِد فيها، فالتفُّوا عليها، فلما كثُروا جثا رسول الله ﷺ، فقال أعرابيٌّ: ما هذه الجِلسة؟ قال النبي ﷺ:" إن

1- فَكُلُوا مِنْ حَافَّتَيْهِ: أي جانبيه، وليس المراد هنا خصوص التثنية، ويدل على هذا قول النبي ﷺ في الحديث الآخر:" كُلُوا مِنْ جَوَانِبِهَا وَلاَ تَأْكُلُوا مِنْ وَسَطِهَا".

الله جعلني عبدًا كريمًا، ولم يجعلني جبارًا عنيدًا"، ثم قال رسول الله ﷺ:" كُلُوا مِن حوالَيْها، ودَعُوا ذروتَها[1] يُبارَكْ فيها[2] ". (صحيح الجامع: 4504)

وأخرجه البيهقي والضياء في المختارة بلفظ:" كان للنبي ﷺ قصعة يقال لها: الغراء؛ يحملها أربعة رجال، فلما أصبح وسبحوا الضحى؛ أتى بتلك القصعة والتقوا عليها، فقال النبي ﷺ:" كُلُوا مِنْ جَوانِبِها، ودَعُوا ذِرْوَتَها؛ يُبَارَكْ لَكُمْ فِيها. ثُمَّ قال: خُذوا فَكُلوا؛ فوالذي نفس محمد بيده؛ لَيُفْتَحَنَّ عليكُمْ أَرْضُ فارس والروم، حتَّى يَكْثُرَ الطَّعام، فلا يُذْكَرُ اسم الله عليه ". (الصحيحة:393)

ففي هذه الأحاديث ينهى النبي ﷺ عن الأكل من وسط الإناء، فإذا كان الإناء يحتوي طعامًا من نوعٍ واحدٍ، فالسنة أن يأكل ما يليه، وإن احتوى أكثر من نوعٍ فلا بأس بأن يأكل من أعلى الإناء أو وسطه.

5- فضل انتظار الطعام الساخن حتى يذهب بخاره:

فقد أخرج البيهقي من حديث أَبِي هُرَيْرَةَ ﷺ أَنَّهُ ﷺ كَانَ يَقُولُ:" لَا يُؤْكَلُ طَعَامٌ حَتَّى يَذْهَبَ بُخَارُهُ ". (الصحيحة: ٣٩٢)

وأخرج الإمام أحمد من حديث أَسْمَاءَ ابْنَةِ أَبِي بَكْرٍ الصِّدِّيقِ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهما- أَنَّهَا كَانَتْ إِذَا ثَرَدَتْ غَطَّتْهُ شَيْئًا حَتَّى يَذْهَبَ فَوْرَةُ دُخَانِهِ، وَتَقُولُ: إِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللهِ ﷺ يَقُولُ:" إِنَّهُ أَعْظَمُ لِلْبَرَكَةِ ". (الصحيحة:659)

وأخرج الحاكم في المستدرك عَن جَابِرٍ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ:" أَبْرِدُوا الطَّعَامَ الْحَارَّ فَإِنَّ الطَّعَامَ الْحَارَّ غَيْرُ ذِي بَرَكَةٍ ".

1- ذروتها: الذروة - بالضم والكسر -: أعلى الشيء، والمراد الوسط.

2- والبركة: النماء والزيادة ومحلها الوسط، فاللائق إبقاؤه إلى آخر الطعام؛ لبقاء البركة واستمرارها، ولا يحسن إفناؤه وإزالته.

قال المناوي- رحمه الله- في" فيض القدير:1/77": "أَبْرِدُوا": ندبًا، بالطعام أي: أخروا أكله إلى أن يبرد، فتناولوه باردًا، وعلى هذا يكره استعمال الحار لخلوه من البركة ومخالفته للسنة، بل إن غلب على ظنه ضرره فيحرم". اهـ باختصار وتصرف

وقال الأستاذ عبد الدائم الكحيل في موسوعته: أثبتت الدراسات الطبية أن الإدمان على تناول الطعام والشراب الحار يهيئ خلايا الجسم لحدوث السرطان، وبخاصة في الجهاز الهضمي، وقد تمت مراجعة عشرات الدراسات السابقة، وتبيَّن أن الطعام الحار يؤثر سلبيًّا على جسم الإنسان ويرتبط بسرطان المريء، فمن الذي علم النبي الكريم ﷺ بأن الطعام الحار لا بركة به؟". (أسرار الإعجاز العلمي)

تنبيه: لا يستحب النفخ في الطعام أو الشراب استعجالًا لتبريده.

فقد أخرج الإمام أحمد وابن ماجه من حديث ابن عباس- رضي الله عنهما- قال: "نَهَى رسولُ اللهِ ﷺ عنِ النَّفخِ في الطعامِ والشَّرابِ". (صحيح الجامع: 6913)

وفي هذا الحديثِ منَعَ النبي ﷺ أنْ يَنفُخَ أحدٌ، أو يتنفَّسَ في الإناءِ الذي سيَشرَبُ منه، أو في إناءِ الطَّعامِ، وذلك بأنْ يكونَ الشَّرابُ أو الطَّعامُ ساخِنًا، فيُريدَ أنْ يُبرِّدَه، فيَنفُخَ فيه، أو يتنفَّسَ في الإناءِ وهو يشرَبُ منه، وقيل: علَّةُ النَّهيِ عن النَّفخِ حتى لا يطيرَ شيءٌ مِن الفَمِ مِن الرِّيقِ أو غيرِه، فيُصيبَ الشَّرابَ أو الطَّعامَ؛ فيَتقذَّرَ النَّاسُ، أو يَفسَدَ الشَّرابُ والطَّعامُ على مَن يُريدُ تَناوُلَه، فأمَرَ بالتَّأدُّبِ في ذلك. (الدرر السنية)

6- فضل التقاط اللقمة إذا سقطت، وإماطة ما بها من الأذى وأكلها، ولعق الأصابع:

إِذَا وَقَعَتْ اللُّقْمَةُ فَلْيُمِطْ الْآكِلُ عَنْهَا الْأَذَى وَلْيَأْكُلْهَا وَلَا يَدَعْهَا لِلشَّيْطَانِ، لِأَنَّهُ لَا يَدْرِي مَوْضِعَ الْبَرَكَةِ فِي طَعَامِهِ، وَقَدْ يَكُونُ فِي هَذِهِ اللُّقْمَةِ السَّاقِطَةِ، فَتَرْكُهَا يُفَوِّتُ عَلَى الْمَرْءِ بَرَكَةَ الطَّعَامِ.

فقد أخرج الإمام مسلم من حديث أَنسٍ ﷺ قَالَ: قال رسولُ اللَّه ﷺ: " إِذَا وَقَعَتْ لُقْمَةُ أَحَدِكُمْ فَلْيَأْخُذْهَا، فَلْيُمِطْ مَا كَانَ بِهَا مِنْ أَذًى وَلْيَأْكُلْهَا، وَلَا يَدَعْهَا لِلشَّيْطَانِ، وَلَا يَمْسَحْ يَدَهُ بِالْمِنْدِيلِ حَتَّى يَلْعَقَ أَصَابِعَهُ؛ فَإِنَّهُ لَا يَدْرِي فِي أَيِّ طَعَامِهِ الْبَرَكَةُ ".

- وفي رواية: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِذَا أَكَلَ طَعَامًا لَعِقَ أَصَابِعَهُ الثَّلَاثَ وَقَالَ:" إِذَا سَقَطَتْ لُقْمَةُ أَحَدِكُمْ فَلْيُمِطْ عَنْهَا الْأَذَى وَلْيَأْكُلْهَا، وَلَا يَدَعْهَا لِلشَّيْطَانِ، وَأَمَرَنَا أَنْ نَسْلُتَ الْقَصْعَةَ قَالَ:" فَإِنَّكُمْ لا تَدْرُونَ فِي أَيِّ طَعَامِكُمْ الْبَرَكَةُ ".

وعند مسلم أيضًا من حديث جَابِرٍ ﷺ قال: سمعت النَّبِيَّ ﷺ يقول:" إِنَّ الشيطَانَ يَحْضر أَحَدَكُمْ عِنْدَ كُلِّ شيءٍ مِنْ شَأْنِهِ، حَتَّى يَحْضرهُ عِنْدَ طَعَامِهِ، فَإِذَا سَقَطَتْ مِنْ أَحَدِكُمُ اللُّقْمَةُ فَلْيُمِطْ مَا كَانَ بِهَا مِنْ أَذَىً، ثُمَّ لْيَأْكُلْهَا، وَلاَ يَدَعْهَا لِلشيطَانِ، فَإِذَا فَرَغَ فَلْيَلْعَقْ أَصَابِعَهُ، فَإِنَّهُ لاَ يَدْرِي فِي أَيِّ طَعَامِهِ تَكُونُ الْبَرَكَةُ ".

والمتأمل لهذه الأحاديث يجد أن الشيطان حريصًا على مشاركة الإنسان في كل أموره؛ لينزع البركة من حياته، ويفسد عليه كثيرًا من شأنه، ومما يدلّ على حرص الشيطان على ملازمة العبد في كل أموره قوله ﷺ:" إِنَّ الشيطَانَ يَحْضر أَحَدَكُمْ عِنْدَ كُلِّ شيءٍ مِنْ شَأْنِهِ...".

7- فضل القيام عن الطعام قبل الشبع:

أخرج الترمذي وابن ماجه واللفظ له من حديث عبد الله بن عمر- رَضِيَ اللَّهُ عنهما- قال:" تجشَّأَ[1] رجلٌ عندَ النَّبيِّ ﷺ فقالَ:" كُفَّ جشاءَكَ عنَّا، فإنَّ أطولَكم جوعًا يومَ القيامةِ؛ أَكثرُكم شبعًا في دارِ الدُّنيا" (صحيح ابن ماجه: 2721)

- وفي رواية:" كُفَّ عَنَّا جُشَاءَكَ، فَإِنَّ أَكْثَرَهُمْ شِبَعًا فِي الدُّنْيَا أَطْوَلُهُمْ جُوعًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ ".

1- الجُشاء هو : خروج الهواء بصوت من المعدة عن طريق الفم عند حصول الشبع.

تنبيه: إذا تجشأ أحدهم فتجد بعض الحضور يقول له: هنيئا مرئيا ، أو: هنَّاك الله وأمراك، وهذه لا يعرف لها سنة، بل هي بدعة محدثة. (قاله ابن عقيل)

وجاء في تحفة الأحوذي: أن النهي عن الجشاء هو النهي عن الشبع؛ لأنه السبب الجالب له ". اهـ

والتجشؤ بصوت مرتفع ليس محرمًا، وإنما يعد فعله خلاف الأدب، إن كان بحضرة الآخرين، حتى لا يتأذوا من الصوت والرائحة، والأولى أن يكتمه قدر المستطاع، فإن غلبه فليضع يده على فمه[1]، أو يضع منديلًا، هذا إن كان بحضرة الآخرين، فإن كان ليس معه أحد فلا شيء فيه، إلا أنه يكره أن يبالغ الإنسان في الأكل حتى الشبع.

وأخرج الإمام أحمد والترمذي من حديث المِقْدَامِ بْنِ مَعْدِي كَرِبَ ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: " مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وِعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ[2]، بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أُكَلَاتٌ يُقِمْنَ[3] صُلْبَهُ، فَإِنْ كَانَ لا مَحَالَةَ، فَثُلُثٌ لِطَعَامِهِ، وَثُلُثٌ لِشَرَابِهِ، وَثُلُثٌ لِنَفَسِهِ ". **(صحيح الترمذي:2380) (صحيح الجامع:5674)**

- *وفي رواية*: " مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وِعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ، حَسْبُ الْآدَمِيِّ لُقَيْمَاتٌ[4] يُقِمْنَ صُلْبَهُ، فَإِنْ غَلَبَتْ الْآدَمِيَّ نَفْسُهُ فَثُلُثٌ لِلطَّعَامِ، وَثُلُثٌ لِلشَّرَابِ، وَثُلُثٌ لِلنَّفَسِ ".

وَرواهُ ابْن حِبَّانَ فِي صَحِيحِهِ بلفظ: " فَحَسْبُ ابْنُ آدَمَ أُكَلَاتٍ يُقِمْنَ صُلْبَهُ، فَإِنْ كَانَ فَاعِلًا لَا مَحَالَة، فَثُلُثٌ لِطَعَامِهِ، وَثُلُثٌ لِشَرَابِهِ، وَثُلُثٌ لِنَفَسِهِ "، *وَفِي لَفْظِ ابْنِ مَاجَه*: " فَإِنْ غَلَبَتْ ابْنَ آدَمَ نَفْسُهُ فَثُلُثًا لِطَعَامِهِ، وَثُلُثًا لِشَرَابِهِ، وَثُلُثًا لِنَفَسِهِ ".

1- وقد جاء في أسنى المطالب شرح روض الطالب: 1/ 180" للشيخ زكريا الأنصاري الشافعي أنه قال:" فإن تثاءب سُنَّ له أن يغطي فاه بيده ". قال ابن الملقن: والظاهر أنها اليسرى؛ لأنها لتنحية الأذى، قال الأذرعي وأُلْحِق بذلك التجشؤ. اهـ

2- قال طبيب العرب ابن كلدة: المعدة بيت الداء.

3- يُقِمْنَ: مِنْ الْإِقَامَة وَهَذَا إِشَارَة إِلَى الْغِذَاء الضَّرُورِيّ.

4- لُقَيْمَات: تَصْغِير لُقْمَة. أي دون عشر لقيمات، لأن جمع القلة بالألف والتاء لما دون العشرة.

قال ابن القيم -رحمه الله- في" كتابه زاد المعاد:4/ 17": **" ومراتبُ الغذاء ثلاثةٌ** أحدها: مرتبة الحاجة، والثانية: مرتبة الكفاية، والثالثة: مرتبة الفضلة، فَأَخْبَرَ النَّبِيُّ ﷺ: أَنَّهُ يَكْفِيهِ لُقَيْمَاتٌ يُقِمْنَ صُلْبَهُ، فَلَا تَسْقُطُ قُوَّتُهُ، وَلَا تَضْعُفُ مَعَهَا، فَإِنْ تَجَاوَزَهَا فَلْيَأْكُلْ فِي ثُلُثِ بَطْنِهِ، وَيَدَعِ الثُّلُثَ الْآخَرَ لِلْمَاءِ، وَالثَّالِثَ لِلنَّفَسِ، وَهَذَا مِنْ أَنْفَعِ مَا لِلْبَدَنِ وَالْقَلْبِ، فَإِنَّ الْبَطْنَ إِذَا امْتَلَأَ مِنَ الطَّعَامِ ضَاقَ عَنِ الشَّرَابِ، فَإِذَا وَرَدَ عَلَيْهِ الشَّرَابُ ضَاقَ عَنِ النَّفَسِ، وَعَرَضَ لَهُ الْكَرْبُ وَالتَّعَبُ بِحَمْلِهِ بِمَنْزِلَةِ حَامِلِ الْحِمْلِ الثَّقِيلِ، هَذَا إِلَى مَا يَلْزَمُ ذَلِكَ مِنْ فَسَادِ الْقَلْبِ، وَكَسَلِ الْجَوَارِحِ عَنِ الطَّاعَاتِ، وَتَحَرُّكِهَا فِي الشَّهَوَاتِ الَّتِي يَسْتَلْزِمُهَا الشِّبَعُ، فَامْتِلَاءُ الْبَطْنِ مِنَ الطَّعَامِ مُضِرٌّ لِلْقَلْبِ وَالْبَدَنِ، هَذَا إِذَا كَانَ دَائِمًا أَوْ أَكْثَرِيًّا، وَأَمَّا إِذَا كَانَ فِي الْأَحْيَانِ، فَلَا بَأْسَ بِهِ؛ فَقَدْ شَرِبَ أَبُو هُرَيْرَةَ ﷺ بِحَضْرَةِ النَّبِيِّ ﷺ مِنَ اللَّبَنِ، حَتَّى قَالَ: **وَالَّذِي بَعَثَكَ بِالْحَقِّ، لَا أَجِدُ لَهُ مَسْلَكًا**، وَأَكَلَ الصَّحَابَةُ بِحَضْرَتِهِ مِرَارًا حَتَّى شَبِعُوا، والشبع المفرط يُضْعف القُوى والبدن، وإن أخصبه، وإنما يَقْوَى البدن بحسب ما يَقْبلُ من الغذاء، لا بحسب كثرته، ولما كان في الإنسان جزء أرضي، وجزء هوائي، وجزء مائي، قسَّم النبي ﷺ طعامه وشرابه ونفسه على الأجزاء الثلاثة ". **(انظر كذلك الطب النبوي لابن القيم ص:12)**

قال صاحب" الفواكه الدواني":2/317": " ومن آداب الأكل أن تجعل بطنك ثلاثة أقسام: ثلثا للطعام، وثلثا للشراب، وثلثا للنفس، لاعتدال الجسد وخفته؛ لأنه يترتب على الشبع ثقل البدن وهو يورث الكسل عن العبادة، ولأنه إذا أكثر من الأكل لما بقي للنفس موضع إلا على وجه يضر به، وقيل: أن المعدة بيت الداء، والحمية[1] رأس الدواء، وأصل كل داء البَرْدَة[2].

وقال صاحب كتاب" سبل السلام": " وهذه الأحاديث وما في معناها، دَلِيلٌ عَلَى ذَمِّ التَّوَسُّعِ فِي الْمَأْكُولِ وَالشِّبَعِ وَالِامْتِلَاءِ، وَالْإِخْبَارُ عَنْهُ بِأَنَّهُ شَرٌّ؛ لِمَا فِيهِ مِنَ الْمَفَاسِدِ الدِّينِيَّةِ، وَالْبَدَنِيَّةِ،

1- الحمية خلو البطن من الطعام.

2- والبردة: التخمة وهي: ثقل الطعام على المعدة (انظراللسان:ج 83)، وقيل: هي إدخال الطعام على الطعام في المعدة قبل أن يتم هضم الأول. (قاله ابن خلدون).

فَإِنَّ فُضُولَ الطَّعَامِ مَجْلَبَةٌ لِلسَّقَامِ، وَمُثَبِّطَةٌ عَنِ الْقِيَامِ بِالْأَحْكَامِ، وَهَذَا الْإِرْشَادُ إِلَى جَعْلِ الْأَكْلِ ثُلُثَ مَا يَدْخُلُ الْمِعْدَةَ مِنْ أَفْضَلِ مَا أَرْشَدَ إِلَيْهِ سَيِّدُ الْأَنَامِ ﷺ، فَإِنَّهُ يُخَفِّفُ عَلَى الْمِعْدَةِ وَيَسْتَمِدُّ مِنَ الْبَدَنِ الْغِذَاءَ وَتَنْتَفِعُ بِهِ الْقُوَى وَلَا يَتَوَلَّدُ عَنْهُ شَيْءٌ مِنَ الْأَدْوَاءِ، قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ: يَا بُنَيَّ إِذَا امْتَلَأَتِ الْمِعْدَةُ نَامَتِ الْفِكْرَةُ وَخَرِسَتِ الْحِكْمَةُ وَقَعَدَتِ الْأَعْضَاءُ عَنِ الْعِبَادَةِ، وَفِي الْخُلُوِّ عَنِ الطَّعَامِ فَوَائِدُ وَفِي الِامْتِلَاءِ مَفَاسِدُ، فَفِي الْجُوعِ: صَفَاءُ الْقَلْبِ، وَإِيقَادُ الْقَرِيحَةِ، وَنَفَاذُ الْبَصِيرَةِ، وَمِنْ فَوَائِدِهِ كذلك كَسْرُ شَهْوَةِ الْمَعَاصِي كُلِّهَا، وَالِاسْتِيلَاءُ عَلَى النَّفْسِ الْأَمَّارَةِ بِالسُّوءِ، فَإِنَّ مَنْشَأَ الْمَعَاصِي كُلِّهَا الشَّهَوَاتُ، وتقليل الْأَطْعِمَةُ يُضَعِّفُ كُلَّ شَهْوَةٍ وَقُوَّةٍ، وَإِنَّمَا السَّعَادَةُ كُلُّهَا فِي أَنْ يَمْلِكَ الرَّجُلُ نَفْسَهُ وَالشَّقَاوَةُ كُلُّهَا فِي أَنْ تَمْلِكَهُ نَفْسُهُ وأما الشِّبَعَ: فيُورِثُ الْبَلَادَةِ، وَيُعْمِي الْقَلْبَ، وَيُكْثِرُ الْبُخَارَ فِي الْمَعِدَةِ وَالدِّمَاغِ فَيَثْقُلُ الْقَلْبُ بِسَبَبِهِ عَنِ الْجَرَيَانِ فِي الْأَفْكَارِ". اهـ بتصرف

ويسبب كذلك كثرة النَّوْمِ، فَإِنَّ مَنْ أَكَلَ كَثِيرًا؛ شَرِبَ كَثِيرًا، فَنَامَ طَوِيلًا، وَفِي كَثْرَةِ النَّوْمِ؛ خُسْرَانُ الدَّارَيْنِ، وَفَوَاتُ كُلِّ مَنْفَعَةٍ دِينِيَّةٍ، وَدُنْيَوِيَّةٍ.

وقال الإمام مالك- رحمه الله-: " ومن طب الأطباء؛ أن ترفع يدك من الطعام وأنت تشتهيه ".

فالإنسان يمسك عن الأكل قبل الشبع اقتداء برسول الله ﷺ وحتى لا يقع في التخمة المهلكة، والبطنة المذهبة للفطنة. **وقد ذُكر أن هارون الرشيد الخليفة العباسي** اجتمع عنده أربعةٌ من الأطباء، فطلب منهم أن يَصِفُوا له الدواءَ الذي لا داء فيه، فتكلم ثلاثة منهم، وقال الرابعُ منهم: ألا يأكل الإنسان حتى يشتهيَ الطعام، وأن يرفع يده وهو يشتهيه ". فاستحسن الخليفة هذا الرأي. **(راجع إحياء علوم الدين:3/ 87، والآداب الشرعية والمنح المرعية لابن مفلح المقدسي :2/ 365)**

فعلى الإنسان أن يقتصد في مطعمه، ومشربه، وملبسه، وهذه من أخلاق النبوة.

فقد أخرج الإمام أحمد وأبو داود أن النبي ﷺ قال: **" إن الهَدْيَ الصالح، والسَّمْتَ الصالح، والاقتصادَ، جزءٌ من خمسةٍ وعشرينَ جزءًا من النُّبوة ". (صحيح الجامع:1993)**

فالعاقل من يأكل ليعيش، لا أن يعيش ليأكل.

وعدم الشبع له فضائل وفوائد كثيرة منها: -

صفاء القلب ورقته، كسر الشهوة في النفس وحفظ الجوارح، صحة البدن، التفرغ للعبادة، قهر الشيطان، تذكر حال الفقراء والمساكين، شكر النعمة، وغير ذلك من الفوائد والفضائل والتي يضيق في هذا المقام حصرها. **وعلى هذا ينبغي على الإنسان منا أن يقوم عن الطعام قبل الشبع.**

- الغزاليُّ ذكر في بيان فوائد الجوع، وآفات الشبع، عشر فوائد قيمة، وذكر في الفائدة الأ ولى فقال:

" أن الشبع يورث البلادة، ويعمي القلب، ويكثر البخار في الدماغ؛ فيثقل القلب بسببه عن الجريان في الأفكار، وعن سرعة الإدراك ". **(الإحياء:3/ 84)**

وذكر في الفائدة الثانية:" أن الشبع يفسد رقَّة القلب وصفاءَه، الذي به يتهيَّأ لإدراك لذَّة المثابرة، والتأثُّر بالذكر"، وأورد عن أبي سليمان الداراني قوله:" إذا جاع القلب وعطش، صفا ورَقَّ، وإذا شبع عمي وغلظ **(المصدر السابق :3/ 85)**

وقال- رحمه الله- في الفائدة الخامسة:" إن الإفراط في الشبع يزيدُ في قوة الشهوات، وهي منشأ المعاصي"، ونقل عن ذي النون المصريِّ قوله: ما شبعتُ قطُّ إلا عصَيتُ، أو هممتُ بمعصية ". **(المصدر السابق :3/ 86 بتصرف)**

ونقل عن أبي سليمان الداراني أيضًا قوله: " إن الشبعَ يُدخِلُ على البدن ستَّ آفاتٍ، فذكر منها: فقد حلاوة المناجاة، وتعذر حفظ الحكمة، وثقل العبادة، وزيادة الشهوات ".**(المصدر السابق :3/ 87)**

- ***وقال ابن رجب الحنبلي -رحمه الله- في" جامع العلوم والحكم":*** " إنَّ قلَّة الغذاء تُوجِبُ رقَّة القلب، وقوة الفَهم، وانكسار النفْس، وضعف الهوى والغضب، وكثرة الغذاء توجب ضد ذلك ". **(جامع العلوم والحكم لابن رجب الحنبلي :2/ 469)**

- ***وقال محمد بن واسع -رحمه الله-:*** " من قلَّ طعامُه فهِم وأفهم، وصفا ورق؛ وإن كثرة الطعام لتثقل صاحبه عن كثير مما يريد ". **(المصدر السابق:2/ 471) (المورد العذب المعين من آثار أعلام التابعين:2/162)**

وقال الإمام القرطبي -رحمه الله- في" تفسيره ": " إن في قلة الطعام منافعَ كثيرةً، منها: أن يكون الرجل أصح جسمًا، وأجود حفظًا، وأزكى فهمًا، وأقل نومًا، وأخف نفسًا، وفي كثرة الأكل كظُّ المعدة، ونتن التخمة، ويتولد منه الأمراض المختلفة ". **(تفسير القرطبي:7/ 192).**

وقد مر بنا ما ذكره البيهقي في "شعب الإيمان: 5/22" عن الحليمي -رحمه الله- أنه قال: " وكل طعام حلال، فلا ينبغي لأحد أن يأكل منه ما يثقل بدنه؛ فيحوجه إلى النوم، ويمنعه من العبادة، وليأكل بقدر ما يسكن جوعه، وليكن غرضه من الأكل أن يشتغل بالعبادة ويقوى عليها ". اهـ.

وقد اتَّفق الأطباء من الروم، والهند، والفرس، على أن الأمراض كلَّها متولِّدةٌ من ستة أشياء، فذكر منها: الأكل على الشبع. **(الرحمة في الطب والحكمة للسيوطي ص:21)**

تنبيه: يجوز الأكل حتى الشبع أحيانًا:

فالشِّبَعُ قد ورد تفسيره في معاجم اللغة بأنه ضدّ الجوع، والشبع بهذا المعنى جائز؛ **لما في الصحيحين**: **أن جابرًا ﷺ صنع طعامًا فدعا له النبيُّ ﷺ أهلَ الخندق، ثم قال النبي ﷺ لجابر ﷺ، ائذن لعشرة، فأذن لهم فأكلوا حتى شبعوا..** الحديث.

وفي صحيح البخاري: **أن النبي ﷺ أعطى أبا هريرة ﷺ لبنًا فشرب، فما زال يقول: اشرب، حتى قال له: والذي بعثك بالحق ما أجد له مسلكًا.**

وأما الشبع الزائد على المعتاد: فمكروه شرعًا، ومذموم طبعًا ما لم يفض إلى ضرر، فإذا أفضى إلى ضرر حُرم.

- ***قال في منار السبيل***:" ويكرَهُ أكلُه كثيرًا بحيث يؤذيهِ، ويجوز بحيث لا يؤذيه ".

- ***وقال في الإقناع***:" ومع خوفِ أذًى، وتخمةٍ يحرم ".

- ***وقال في الإنصاف***:" وَكَرِهَ الشَّيْخُ تَقِيُّ الدِّينِ أَكْلَهُ حَتَّى يُتْخَمَ، وَحَرَّمَهُ أَيْضًا، وَهُوَ الصَّوَابُ ".

فمما حرمه بعض أهل العلم الإفراط في الأكل كثيرًا حتى يتضرر به.

وقال بعض الحكماء:" أكبر الدواء تقدير الغذاء ".

وقد بيَّن النبي ﷺ هذا المعنى بيانًا شافيًا يغني عن كلام الأطباء، **فقال في الحديث الذي مر بنا**:" **مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وِعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ، بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أُكُلَاتٌ يُقِمْنَ صُلْبَهُ، فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ فَثُلُثٌ لِطَعَامِهِ وَثُلُثٌ لِشَرَابِهِ وَثُلُثٌ لِنَفَسِهِ** ". **(رواه أحمد والترمذي، وصححه الألباني في صحيح الجامع:5674)**

قال علماؤنا: لو سمع بقراط هذه القسمة، لعجب من هذه الحكمة.

ويذكر أن الرشيد كان له طبيب نصراني حاذق، فقال لعلي بن الحسين بن واقد: ليس في كتابكم من علم الطب شيء؟- والعلم علمان: علم الأديان وعلم الأبدان-، فقال له

علي: قد جمع الله الطب كله في نصف آية من كتابنا. فقال له: ما هي؟ قال: **قوله تعالى**: ﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا﴾. فقال النصراني: ولا يؤثر عن رسولكم شيء من الطب. فقال عليّ بن الحسين بن واقد: جمع رسول الله ﷺ الطب في ألفاظ يسيرة. قال: ماهي؟ قال: المعدة بيت الأدواء، والحمية رأس كل دواء، وأعط كل جسد ما عوّدته[1]، فقال النصراني: ما ترك كتابكم ولا نبيكم لجالينوس طبًّا!".

8- فضل تفطير الصائم:

فقد أخرج النسائي في الكبرى وابن خزيمة من حديث زيد بن خالد الجهني ﷺ *قال: قال رسول الله* ﷺ:

" من جَهَّزَ غازيًا أو جهز حاجا أو خلفَهُ في أَهْلِهِ، أو أفطر صائمًا كان لَهُ مثلُ أجورهم، من غيرِ أن ينقصَ من أجورهم شيء ". (صحيح الترغيب والترهيب:1078)

أخرج الترمذي من حديث زيد بن خالد الجهني ﷺ *قال: قال رسول الله* ﷺ: " مَن فطَّرَ صائمًا كانَ لَهُ مثلُ أجرِهِ، غيرَ أنَّهُ لا ينقُصُ من أجرِ الصَّائمِ شيئًا ". (صحيح الترمذي: 807) (صحيح الجامع: 6415)

وفي هذا الحديثِ يقولُ رسولُ اللهِ ﷺ:" مَن فطَّرَ صائمًا"، أي: أطعَمَه حين وجَبَ الإفطارُ،" كان له مثْلُ أجْرِهِ"، أي: مثْلُ أجْرِ هذا الصَّائمِ،" غيرَ أنَّه لا ينقُصُ من أجْرِ الصَّائمِ شيئًا"، أي: لكلَيْهما أجْرٌ، لا يأخُذُ هذا من أجْرِ هذا، ولعَلَّه أردَفَ بالتَّنبيهِ على عدَمِ نُقصانِ أجْرِ الصَّائمِ؛ حتَّى لا يُتَوَهَّمَ مِن إعطاءِ الَّذي أطعَمَه مثْلَ أجْرِه نُقصانُ بعْضِ أجْرِ الصَّائمِ، وهذا من عظيمِ فضْلِ اللهِ على عِبادِه، وواسِعِ كَرمِه وفضْلِه عليهم.

1- قال ابن القيم: "هذا الحديث إنما هو من كلام الحارث بن كلدة طبيب العرب، ولا يصح رفعه إلى النبي ﷺ. قاله غير واحد من أئمة الحديث" (الطب النبوي)

9- فضل إطعام المسلم:

أخرج ابن أبي الدنيا في قضاء الحوائج والبيهقي في" شعب الإيمان" عن أبي هريرة ﷺ قال: سئل رسول الله ﷺ أي الأعمال أفضل؟ قال:" أَنْ تُدْخِلَ عَلَى أَخِيكَ الْمُسْلِمِ سُرُورًا، أَوْ تَقْضِيَ عَنْهُ دَيْنًا، أَوْ تُطْعِمَهُ خُبْزًا ". (الصحيحة :1494)

10- فضل إطعام الزوجة:

أخرج البخاري ومسلم من حديث سعد بن أبي وقاص ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: " إِنَّكَ لَنْ تُنْفِقَ نَفَقَةً تَبْتَغِي بِهَا وَجْهَ اللَّهِ إِلَّا أُجِرْتَ عَلَيْهَا، حَتَّى مَا تَجْعَلُ فِي فَمِ امْرَأَتِكَ ".

11- فضل حمد الله تعالى عند الانتهاء من الطعام أو الشرب:

فيستحب بعد الانتهاء من الطعام أن يحمد العبد ربه، ويشكره على ما أنعم به عليه، ويعترف بفضل الله عليه، ويُسن أَن يَقول ما ورد من حمد اللهﷻ والدُّعاء بَعد تَمام الأكل.

فقد أخرج الإمام أحمد وأبو داود والترمذي من حديث مُعَاذِ بنِ أَنسٍ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: " مَنْ أَكَلَ طَعَامًا فَقَالَ:" الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنِي هَذَا وَرَزَقَنِيهِ مِنْ غَيْرِ حَوْلٍ مِنِّي وَلَا قُوَّةٍ، غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ ". (صحيح الترمذي: 3348) (صحيح الجامع:6086) (صحيح الترغيب والترهيب: 2042)

- وحمد الله بعد الطعام أو الشراب سبب لمرضاة الله-عز وجل-.

فقد أخرج الإمام مسلم من حديث أنس بن مالك ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: " إِنَّ اللَّهَ لَيَرْضَى عَنْ الْعَبْدِ أَنْ يَأْكُلَ الْأَكْلَةَ[1] فَيَحْمَدَهُ عَلَيْهَا، أَوْ يَشْرَبَ الشَّرْبَةَ فَيَحْمَدَهُ عَلَيْهَا ".

1- الْأَكْلَةَ: بفتح الهمزة: المرة الواحدة من الأكل، وقيل: بضم الهمزة، وهي اللقمة.

12- فضل غَسْلُ الْيَدِ بَعْدَ الطَّعَامِ:

وَالْغَسْلُ مُسْتَحَبٌّ قَبْلَ الْأَكْلِ وَبَعْدَهُ.

قال الحافظ ابن حجر- رحمه الله- في الفتح: " قَدْ يَتَعَيَّن النَّدْب إِلَى الْغَسْل بَعْد اللَّعْق لِإِزَالَةِ الرَّائِحَة ".

وَقَالَ ابْنُ رَسْلَانَ- رحمه الله-: " وَالْأَوْلَى غَسْلُ الْيَدِ بِالْأُشْنَانِ، أَوْ الصَّابُونِ، أَوْ مَا فِي مَعْنَاهُمَا ".

(انظر تحفة الأحوذي:5/ 485)

وأخرج ابن ماجه من حديث أبي هريرة ﷺ أن النبي ﷺ أكل كتفَ شاةٍ فمضمضَ، وغسل يديهِ وصلّى" **(صحيح ابن ماجه:405)**

- **ويتأكد غسل اليد من بقايا الأكل قبل النوم:**

فقد أخرج البزار والطبراني من حديث ابن عَبَّاسٍ- رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا- قال: قال رسول الله ﷺ: " مَنْ بَاتَ وَفِي يَدِهِ رِيحُ غَمَرٍ[1]، فَأَصَابَهُ شَيْءٌ، فَلاَ يَلُومَنَّ إِلاَ نَفْسَهُ ". **(صحيح الترغيب والترهيب: 2168)**

مر بنا الحديث الذي أخرجه البخاري في الأدب المفرد وأبو داود والترمذي من حديث أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: " مَنْ نَامَ وَفِي يَدِهِ غَمَرٌ وَلَمْ يَغْسِلْهُ، فَأَصَابَهُ شَيْءٌ، فَلاَ يَلُومَنَّ إِلاَ نَفْسَهُ ". **(صحيح الجامع:6115)**

وفي هذا الحديث يقول النبي ﷺ: " مَن نامَ وفي يَدِه غَمَرٌ"، وهي: بَعضُ آثارِ اللَّحمِ مِن دسَمٍ وغَيرِه؛ نَتيجةَ عدَمِ غَسْلِ اليَدِ،" فأصابَه شيءٌ" عطف على بات، والمعنى: وصله شيءٌ من إيذاء الهوام، أو الحَيواناتِ المؤذيَةِ لأن الهوام، وذوات السموم ربما تقصده في نومه لرائحة الطعام التي في يده فتؤذيه، وقيل: أو من الجان؛ وقوله:" فلا يلومن إلا نفسه" لأنه مقصر في حق نفسه ". اهـ**(انظر مرقاة المفاتيح لعلي القاري-رحمه الله-)**

---

1 - الغمر: بفتح الغاء والميم؛ وهو الدسم والزهومة من اللحم.(النهاية في غريب الحديث والأثر لابن الأثير).

وقال المناوي في فيض القدير: وقوله ﷺ:" وفي يده غمر" بفتح الغين المعجمة، والميم بعدها راء: ريح لحم، أو دسمه، أو وسخه.

13- فضل تغطية إناء الطعام أو الشراب عند قدوم الليل، وذكر اسم الله عليه:

يُسَنُّ تغطية الإناء المكشوف عند قدوم الليل، وإيكاء السقاء: أي: إغلاقه، وذكر اسم الله عند ذلك.

وأخرجه الإمام مسلم من حديث جابر ﷺ بلفظ: " غَطُّوا الإِنَاءَ[1]، وَأَوْكُوا السِّقَاءَ، فَإِنَّ فِي السَّنَةِ لَيْلَةً يَنْزِلُ فِيهَا وَبَاءٌ، لاَ يَمُرُّ بِإِنَاءٍ لَيْسَ عَلَيْهِ غِطَاءٌ، أَوْ سِقَاءٍ لَيْسَ عَلَيْهِ وِكَاءٌ، إِلاَّ نَزَلَ فِيهِ مِنْ ذلِكَ الْوَبَاءِ"

وعند البخاري بلفظ: " وَأَوْكُوا قِرَبَكُمْ، وَاذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ، وَخَمِّرُوا آنِيَتَكُمْ، وَاذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ، وَلَوْ أَنْ تَعْرُضُوا عَلَيْهَا شيئًا ".

وفي الحديث بيان العِلَّة التي من أجلها أُمر المسلم بتغطية- الإناء؛ وذلك أنه في إحدى ليالي كل سَنَة ينزل وباء، والوباء هو: المرض، فلا يترك إناء، ولا سقاء مكشوفًا إلا نزل فيه، فكم من إنسان أصابه المرض بعد شربه لإناء مكشوف أصابه ما نزل من الوباء، ولا يعلم أنه بسبب تفريطه بهذه السُّنَّة!

وفي الحديث دلالة على أهمية الحفاظ على هذه السُّنَّة، حتى أرشد النَّبي ﷺ إلى أدنى الأمور لحفظ الإناء، بأن: من لم يجد ما يغطِّي به إناءه أن يعرض على إنائه شيئًا ولو عودًا.

فقد أخرج البخاري من حديث جابر ﷺ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ: " أَطْفِئُوا الْمَصَابِيحَ إِذَا رَقَدْتُمْ، وَغَلِّقُوا الْأَبْوَابَ وَأَوْكُوا الْأَسْقِيَةَ، وَخَمِّرُوا الطَّعَامَ وَالشرابَ، وَأَحْسِبُهُ قَالَ: وَلَوْ بِعُودٍ تَعْرُضُهُ عَلَيْهِ ".

وهناك عِلَّة أخرى من تغطية الأواني، وهي: أنَّ الشيطان حريص على إفساد طعام الإنسان، واستحلاله.

1- غَطُّوا الإناءَ أي: اجْعَلوا فوْقَ كُلِّ إناءٍ فيهِ طَعامٌ أوْ شَرابٌ غِطاءً.

فقد أخرج الإمام مسلم من حديث جابر ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: " غَطُّوا الإِنَاءَ، وَأَوْكُوا السِّقَاءَ، وَأَغْلِقُوا الْبَابَ، وَأَطْفِئُوا السراجَ، فَإِنَّ الشيطَانَ لاَ يَحُلُّ سِقَاءً، وَلاَ يَفْتَحُ بَابًا، وَلاَ يَكْشِفُ إِنَاءً، فَإِنْ لَمْ يَجِدْ أَحَدُكُمْ إِلاَّ أَنْ يَعْرُضَ عَلَى إِنَائِهِ عُودًا، وَيَذْكُرَ اسْمَ اللهِ ".

وفي الحديث بيان سُنَّة أخرى، وهي: عند إيكاء السقاء، وتغطية الإناء، يُسَنَّ ذكر اسم الله تعالى، كأن يقول:" بسم الله"، ولا شكّ أنَّ في هذا إبعاد للشياطين أن تستحله.

ثانيًا: فضل السواك:

السِّواكُ: عودٌ يُقطَعُ من شَجرةِ الأَراكِ[1]، ويُستَخدَمُ في تَنظيفِ الفَمِ والأسنانِ، ويُطيِّبُ الفَمَ، ويُزيلُ الرَّوائحَ الكَريهةَ، وهو مأخوذ من(ساكَ) إذا دَلك، وهو في الاصطلاح: استعمال عود أو نحوه في الأسنان، ليذهب الصفرة وغيرها عنها. **(انظر نيل الأوطار:102/1)**

والسواك له فضائل وفوائد كثيرة، ومما يدل على هذا:

1- السِّوَاكُ أمِرَ بِهِ النَّبِيُّ ﷺ وهذا يدل على فضله ومكانته في الإسلام:

فقد أخرج الإمام أحمد من حديث ابْنِ عَبَّاسٍ- رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا- قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: " أُمِرتُ بِالسِّوَاكِ حَتَّى خَشِيتُ أَنْ يُوحَى إِلَيَّ فِيهِ ". **(صَحِيحِ التَّرْغِيبِ والترهيب:213)**

وأخرج الإمام أحمد من حديث وَاثِلَةَ بْنِ الْأَسْقَعِ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: " أُمِرْتُ بِالسِّوَاكِ حَتَّى خَشِيتُ أَنْ يُكْتَبَ عَلَيَّ[2] ". **(صحيح الجامع :1376)**

1- شجرة الأراك من الفصيلة الأركية وهي شجرة دائمة الخضرة تنمو في المناطق الحارة.

2- هذا الحديث ضعفه بعض أهل العلم، لكن قال الألباني- رحمه الله- في السلسلة الصحيحة:" وهذا إسناد حسن في الشواهد رجاله كلهم ثقات غير ليث وهو ابن أبي سليم، وهو ضعيف لاختلاطه "، (وقد ضعفه الألباني في ضعيف الترغيب والترهيب:145)

وأخرج البزار من حديث أنس بن مالك ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: " لقد أُمِرتُ بالسواكِ حتى خشيتُ أن أُدْرَدَ[1] ". (صحيح الترغيب والترهيب: 214) (صحيح الجامع: 1375)

وأخرج الطبراني في الأوسط من حديث سهل بن سعد ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: " أمَرني جِبريلُ عليه السَّلامُ بالسِّواكِ حتَّى ظنَنْتُ أنْ سأَدْرَدُ ". (الصحيحة 1556)

وأخرجه الطبراني أيضًا في الأوسط من حديث عبد الله بن عباس- رَضِيَ اللهُ عَنْهُمَا- قال: قال رسول الله ﷺ: " لقدْ أُمِرْتُ بِالسِّواكِ حتى خِفْتُ على أسْنانِي[2] ". (صحيح الجامع: 5119) (السلسلة الصحيحة: 1556)

قال ابن عبدِ البَرِّ-رحمه الله-:" فَضلُ السِّواكِ مُجتمَعٌ عليه، لا اختلافَ فيه ". (التمهيد:7/200).

2- السِّوَاكُ وَصِيَّةُ النَّبِيِّ ﷺ:

لما أُمِرَ النبي ﷺ بالسواك، وذلك لفضله؛ فحث أمته عليه وأكثر عليهم فيه.

فقد أخرج البُخارِيُّ من حديث أَنَسٍ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: " لَقَدْ أَكْثَرْتُ عَلَيْكُمْ فِي السِّوَاكِ ".

أي: بالغت في تكرير طلبه منكم، وإيراد الأخبار المرغبة فيه؛ لقد أكثرت عليكم؛ فحقيق أن تفعلوا، ما دام أكثرت عليكم ورغبتكم، فالمتوقع منكم أن تفعلوا.

1- حتى خَشِيتُ أنْ أَدرَدَ: أي: خَشِيتُ على أسناني أنْ تَذهَبَ، وهذا يَدُلُّ على المُبالغةِ في الأمْرِ بالسِّواكِ والحَثِّ على تَنظيفِ الفَمِ والأسنانِ؛ وذلك لأنَّ السِّواكَ مَطهَرَةٌ للفَمِ، مَرضاةٌ للرَّبِّ.

2- حتى خِفْتُ على أسناني: أي: خِفْتُ أنْ تَتآكَلَ أسناني مِن كَثرةِ التَّسوُّكِ، وهذا يدُلُّ على أهميَّةِ التَّسوُّكِ والمُبالغةِ فيه.

3- السِّوَاكُ سُنَّةٌ مُؤكَّدَةٌ:

فقد أخرج البُخارِيُّ ومسلم منْ حديث أَبِي هُرَيْرَةَ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: " **لَوْلاَ أَنْ أَشُقَّ عَلَى أُمَّتِي، لأَمَرْتهُمْ بِالسِّوَاكِ عِنْدَ كُلِّ صَلاَةٍ** ".

و" **لَوْلاَ** " في اللغة حرف امتناع، أي: يمتنع شيء لوجود شيء آخر، فامتنع الوجوب، لوجود المشقة،

وهذا فيه دليل على أن السواك في الأصل ليس بواجب؛ لأن المشقة في إيجابه نفت وجوبه، إذ الندب في هذه الحالة هو المفهوم. وهو قول المذاهب الأربعة، وهو الراجح.

قال الشافعي-رحمه الله-:" فيه دليل على أن السواك ليس بواجب؛ لأنه لو كان واجبًا لأمرهم، شق عليهم به أو لم يشق ".

فالقول بعدم وجوبه صار قول أكثر أهل العلم، بل ادعى بعضهم فيه الإجماع[1]، لكن حكي عن إسحاق ابن راهويه وداود الظاهري أنهما قالا: هو واجب لكل صلاة[2]، ولكنه ليس شرطًا.

واحتج من قال بوجوبه بالأمر به؛ **كما في الحديث الذي أخرجه ابن ماجه:**" **تسوكوا** ". **(رواه ابن ماجه، وضعفه الألباني في ضعيف ابن ماجه: 58)**

وأخرج الإمام مالك في الموطأ وأحمد عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ: " **عليكم بالسواك**". **(صحيح الترغيب والترهيب: 210)**

لكن قال ابن حجر-رحمه الله-:" ولا يثبت منها شيء ". **(فتح الباري: 376/2)**

أي: هذه الأوامر لم تثبت في أحاديث صحيحة. وعلى هذا فالسواك سنة مؤكدة.

1- قال النوويُّ- رحمه الله-:" السِّواكُ سُنَّةٌ ليس بواجبٍ في حالٍ مِن الأحوالِ، لا في الصَّلاةِ ولا في غَيرِها، بإجماعِ مَن يُعتَدُّ به في الإجماعِ ". (شرح النووي على صحيح مسلم:142/3).

2- قال ابنُ قُدامةَ- رحمه الله-:" أكثَرُ أهلِ العلمِ يَرَونَ السِّواكَ سُنَّةً غيرَ واجبٍ، ولا نعلَمُ أحدًا قال بوجوبِه إلَّا إسحاقَ وداودَ". (المغني:71/1).

قال ابنُ مفلح -رحمه الله-:" اتَّفَقَ العُلَماءُ على أنَّه سُنَّةٌ مؤكَّدةٌ؛ لحثِّ الشَّارِعِ، ومواظَبَتِه عليه، وترغيبِه فيه، ونَدبِه إليه ". (المبدع:**67/1**).

4- السِّوَاكُ حَقٌّ على كُلِّ مُسْلِمٍ:

فقد أخرج البزار من حديث ثَوْبَانَ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ:" حَقٌّ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ السِّوَاكُ، وَغُسْلُ يَوْمِ الْجُمُعَةِ، وَأَنْ يَمَسَّ مِنْ طِيبِ أَهْلِهِ إِنْ كَانَ ". (صَحِيح الجَامِع :3153)

- وفي رواية:" ثلاثٌ حَقٌّ على كُلِّ مُسلمٍ: الغُسلُ يومَ الجُمُعةِ، والسِّواكُ، ويَمَسُّ مِن طِيبٍ إن وَجَد ". (السلسلة الصحيحة: **1796**)

وقوله ﷺ:" حَقٌّ على كُلِّ مُسلِمٍ السِّواكُ": أي أنَّ السِّواكَ حَقٌّ على كُلِّ مُسلِمٍ أنْ يَحمِلَه لِيُكثِرَ استِخدامَه في أغلَبِ الأوقاتِ، فهو يُطَيِّبُ الفَمَ، ويُزِيلُ القَلَحَ وبَقايا الطَّعامِ مِنَ الأسنانِ.

5- السِّوَاكُ مِنَ الْفِطْرَةِ:

فقد أخرج الإمام مُسلم من حديث عَائِشَةَ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا- قَالَتْ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ:" عَشْرٌ[1] مِنَ الْفِطْرَةِ[2]: قَصُّ الشَّارِبِ، وَإِعْفَاءُ اللِّحْيَةِ، وَالسِّوَاكُ، وَاسْتِنْشَاقُ الْمَاءِ، وَقَصُّ الْأَظْفَارِ، وَغَسْلُ الْبَرَاجِمِ، وَنَتْفُ الْإِبِطِ، وَحَلْقُ الْعَانَةِ، وَانْتِقَاصُ الْمَاءِ، قَالَ الرَّاوِي[3]: ونسيت الْعَاشِرَة إِلَّا أَن تكون الْمَضْمَضَة ".

- زادَ قُتَيْبَةُ، قالَ وكِيعٌ: انْتِقاصُ الماءِ: يَعْنِي الاسْتِنْجاءَ.

1- قوله:" عشر": مبتدأ بتقدير عشرة خصال، أو عشرة أفعال أو خصال عشرة، أو أفعال عشرة.

2- وقوله "من الفطرة": أي أصلُ الخِلقَةِ الَّتي يكونُ عليها كلُّ مَولودٍ، والمُرادُ بها: السُّنَّةُ وأصلُ الإسلامِ. قال المباركفوري: والفطرة: بكسر الفاء بمعنى الخلقة، والمراد ههنا السنة أي من السنن القديمة التي اختارها الله تعالى للأنبياء الذين أمرنا أن نقتدي بهم فكأنها أمر جبلي فطروا عليه. اهـ

وهذه الخِصالَ يَتعلَّقُ بها أُمورٌ دينيَّةٌ ودُنيويَّةٌ، مِثلُ تَحسينِ الهيئةِ، وتَنظيفِ البَدَنِ جُملةً وتَفصيلًا، والاحتياطِ للطَّهارةِ، وحُسنِ مُخالَطةِ النَّاسِ بكَفِّ ما يَتأذَّى بريحِه عَنهم، ومُخالَفةِ شأنِ الكُفَّارِ من المَجوسِ واليَهودِ والنَّصارى

3- والراوي هو: مُصعَبٌ- وهو ابنُ شَيبةَ-.

6- السِّوَاكُ يحبه النبي ﷺ وهو آخر ما فعل عند خروجه من الدنيا:

فقد أخرج البخاري من حديث عَائِشَةَ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا- قَالَتْ: " إِنَّ مِن نِعَمِ اللَّهِ عَلَيَّ: أَنَّ رَسولَ اللَّهِ ﷺ تُوُفِّيَ في بَيْتِي، وفي يَومِي، وبيْنَ سَحْرِي ونَحْرِي، وأَنَّ اللَّهَ جَمَع بيْنَ رِيقِي ورِيقِهِ عِنْدَ مَوْتِهِ؛ دَخَلَ عَلَيَّ عبدُ الرَّحْمَنِ وبِيَدِهِ السِّوَاكُ، وأَنَا مُسْنِدَةٌ رَسولَ اللَّهِ ﷺ، فَرَأَيْتُهُ يَنْظُرُ إلَيْهِ، وعَرَفْتُ أنَّه يُحِبُّ السِّوَاكَ، فَقُلتُ: آخُذُهُ لَكَ؟ فأشَارَ برَأْسِهِ: أنْ نَعَمْ، فَتَنَاوَلْتُهُ، فَاشْتَدَّ عليه، وقُلتُ: أُلَيِّنُهُ لَكَ؟ فأشَارَ برَأْسِهِ: أنْ نَعَمْ، فَلَيَّنْتُهُ، فأمَرَّهُ، وبيْنَ يَدَيْهِ رَكْوَةٌ فِيهَا مَاءٌ، فَجَعَلَ يُدْخِلُ يَدَيْهِ في المَاءِ فَيَمْسَحُ بهِما وجْهَهُ، يقولُ: لا إلَهَ إلَّا اللَّهُ، إنَّ لِلْمَوْتِ سَكَرَاتٍ، ثُمَّ نَصَبَ يَدَهُ، فَجَعَلَ يقولُ: في الرَّفِيقِ الأعْلَى، حتَّى قُبِضَ ومَالَتْ يَدُهُ ".

حصل ذلك الاستياك على مشارف خروج روحه ﷺ، وكان ذلك تهيئًا للقاء ملك الموت، وملائكة الرحمة.

واستعدادًا للقاء الملأ الأعلى.

7- السِّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ:

فقد أخرج البخاري معلقًا ووصله الإمام أحمد والنسائي من حديث عَائِشَةَ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا- قالت: قَالَ رسول الله ﷺ: " السِّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ، مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ ". (صحيح الجامع: 3695) (صحيح الترغيب والترهيب: 209) (صحيح النسائي: 5)

وأخرج الإمام أحمد والطبراني في الأوسط من حديث عبد الله بن عمر- رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا- قال: قال رسول الله ﷺ: " عليكُمْ بالسواكِ، فإنه مَطْيبةٌ للفمِ، ومرضاةٌ للربِّ ". (صحيح الجامع: 4068) (السلسلة الصحيحة: 2517)

8- السِّوَاكُ وصلاة الليل سببٌ لدنو الملائكة من العبد:

فقد أخرج البيهقي في" شعب الإيمان" منْ حديث جَابِرٍ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: " إِذَا قَامَ أَحَدكُمْ يُصَلِّي مِنَ اللَّيلِ فَلْيَسْتَكْ فَإِنَّ أَحَدكُمْ إِذَا قَرَأَ فِي صَلاَتِهِ وَضَعَ مَلَكٌ فَاهُ عَلَى فِيهِ وَلاَ يَخْرُجُ مِنْ فِيهِ شَيْءٌ إِلاَّ دَخَلَ فَمَ الْمَلَك ". (صحيح الجامع:720)

قال المناوي- رحمه الله- في" فيض القدير:412/1": " وقوله ﷺ:" إِذَا قَامَ أَحَدكُمْ": أي إذا أراد القيام، كقوله تعالى: ﴿فَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ﴾ (النحل: 98)،" فَلْيَسْتَكْ": أي يستعمل السواك،

" وَضَعَ مَلَكٌ": يحتمل أن المراد به كاتب الحسنات، ويحتمل غيره ". اهـ

وأخرج ابن المبارك في الزهد ومحمد بن نصر في"الصلاة" والبيهقي في" السنن" عَنِ ابْنِ شِهَاب قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: " إِذَا قَامَ الرَّجُل فَتَوَضَّأَ لَيْلًا، أَوْ نَهَارًا فَأَحْسَنَ وضُوءهُ، وَاسْتَنَّ، ثُمَّ قَامَ فَصَلَّى، أَطَافَ بِهِ مَلَكٌ، وَدَنَا مِنْهُ، حَتَّى يَضَع فَاهُ عَلَى فِيهِ، فَمَا يَقْرَأُ إِلاَّ فِي فِيهِ، وَإِذَا لَمْ يَسْتَنَّ أَطَافَ بِهِ وَلَمْ يَضَع فَاهُ عَلَى فِيهِ، وَكَانَ رَسُولُ اللهِ ﷺ لاَ يَقُومُ إِلَى الصَّلاَةِ حَتَّى يَسْتَنَّ ". (صَحِيح الجَامِع:723)

وأخرج البزار بإسناد جيد عَنْ عَلِيٍّ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: " إن العبدَ إذا تَسَوَّك ثم قامَ يُصلي، قام المَلَكُ خَلفه، فَيَستَمِعُ لقراءتِه، فيدنو منه -أو كلمة نحوها- حتى يضعَ فاه على فِيه، فما يخرجُ من فيه شيءٌ من القرآنِ إلا صارَ في جوفِ المَلَكِ، فَطَهِّروُا أفواهكم للقرآن". (وروى ابن ماجه بعضه موقوفًا) (صَحِيح التَّرْغِيبِ والترهيب:215) (الصحيحة:1213)

تنبيه: ورد في فضل السواك أحاديث لا تصح ومنها:

- *ما أخرجه الإمام أحمد وابن خزيمة والحاكم في والبيهقي في" السنن الكبرى" عَنْ عَائِشَةَ -رضي الله عنها- عَنِ النَّبِيِّ ﷺ أَنَّهُ قَالَ:* " فَضْلُ الصَّلَاةِ بِالسِّوَاكِ، عَلَى الصَّلَاةِ بِغَيْرِ سِوَاكٍ، سَبْعِينَ ضِعْفًا ".

- *وأخرجه أبو يعلى في "مسنده" والبيهقي في" شعب الإيمان" بلفظ:* " تَفْضُلُ الصَّلَاةُ الَّتِي يُسْتَاكُ لَهَا عَلَى الصَّلَاةِ الَّتِي لَا يُسْتَاكُ لَهَا سَبْعِينَ ضِعْفًا ".

- *وأخرجه البيهقي في" السنن الكبرى" بلفظ:* " صَلَاةٌ بِسِوَاكٍ خَيْرٌ مِنْ سَبْعِينَ صَلَاةً بِغَيْرِ سِوَاكٍ ".

وأخرجه أبو نعيم عَن ابْن عَبَّاس-رضي الله عنهما- أنَّ رَسُول الله ﷺ قَالَ: لِأَن أُصَلِّي رَكْعَتَين بِسِوَاكٍ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ أنْ أُصَلِّي سَبْعِين رَكْعَة بِغَيرِ سِوَاكٍ ".

وكلها أحاديث ضعيفة لا تصح.

تتمة للفائدة أُذكر ببعض الفوائد والتنبيهات والآداب الخاصة بالسواك:

1- الأوقات التي يستحب فيها استخدام السواك:

يستحب السواك في جميع الأوقات، وخصوصًا في الأوقات الآتية[1]:

أ- السِّوَاكُ عِنْدَ الاستيقاظ مِن النوم:

فقد أخرج الإمام أحمد من حديث ابنِ عُمَرَ -رَضِيَ اللهُ عَنْهُما- قَالَ: كان رَسُولِ اللَّهِ ﷺ لا يَنامُ إلَّا والسِّواكُ عند رأسِهِ، فإذا اسْتيقَظَ بَدأَ بِالسِّواكِ ". (صحيح الجامع: 4872)

وأخرج الطبراني من حديث ابنِ عُمَرَ- رَضِيَ اللهُ عَنْهُما- قَالَ:" كان رَسُولِ اللَّهِ ﷺ لا يتعارَّ[2] منَ الليلِ إلَّا أجرى السواكَ على فيهِ ". (صَحِيح الجَامِع :4842)

وأخرج الإمام مسلم من حديث عائشة- رضي الله عنها- قالت: كنا نعد لرسول الله ﷺ سواكه وطهوره فيبعثه الله[3] ما شاء أن يبعثه من الليل فيتسوك ويتوضأ ويصلي ".
وعند ابن أبي شيبة بلفظ:" كان رسول الله ﷺ لا يرقد من ليل فيستيقظ إلا تَسَوَّك ".
(صَحِيح الجَامِع :4853)

1- قال النووي- رحمه الله-:" لكن في خمسة أوقاتٍ أشدّ استحبابًا، أحدها: عند الصلاة سواء كان متطهرًا بماء أو بِتُراب، أو غير متطهر؛ كمن لم يجد ماءً ولا ترابًا، الثاني: عند الوضوء، الثالث: عند قراءة القرآن، الرابع: عند الاستيقاظ من النوم، الخامس: عند تغير الفم، وتغيرُه يكون بأشياء منها: ترك الأكل والشرب، ومنها: أكل ما له رائحة كريهة، ومنها: طول السكوت، ومنها: كثرة الكلام ". (شرح النووي على مسلم:3 181).

2- تعارَ: أي أرق وتقلب في فراشة ليلًا مع كلام وصوت.

3- فيبعثه الله: أي يوقظه من النوم.

ب - السِّوَاكُ عِنْدَ القِيَامِ لصلاة الليلِ:

فقد أخرج البُخَارِيُّ من حديث حذيفة بن اليمان ﷺ قال: " كَانَ النبيُّ ﷺ إِذَا قَامَ مِنَ اللَّيْلِ، يَشُوصُ فَاهُ بالسِّوَاكِ[1] ".

- *وفي رواية:* " أَنَّ النبيَّ ﷺ كَانَ إِذَا قَامَ لِلتَّهَجُّدِ مِنَ اللَّيْلِ يَشُوصُ فَاهُ بالسِّوَاكِ ". (أخرجه البخاري)

فالنبي ﷺ كان إذا أرادَ أنَ يَقومَ إلى صَلاةِ اللَّيلِ والتَّهجُّدِ يَشوصُ فاه بِالسِّواكِ، أي: يُمِرُّه على أسنانِه ويَدْلُكُها به؛ وذلك لِتَطهيرِ رائحةِ الفمِ؛ لقِراءةِ القرآنِ والدُّعاءِ في الصَّلاةِ، فرائحةُ الفَمِ تَتغيَّرُ بالنَّومِ، فيكونُ السِّواكُ تَطهيرًا له، ولا فرق بين نوم الليل ونوم النهار إذا تغيرت رائحة الفم، والأغلب أن رائحة الفم تتغير بنوم الليل دون نوم النهار.

جـ- السِّوَاكُ عِنْدَ الانْصِرَافِ مِنْ قِيَامِ الليلِ:

فقد أخرج الإمام أحمد وابن ماجه واللفظ له من حديث عبد الله بن عباس- رضي الله عنهما- قال:

" كَانَ رسولُ اللَّهِ ﷺ يصلِّي باللَّيلِ رَكعتَينِ رَكعتَينِ، ثمَّ ينصرِفُ فيستاكُ[2] ". (صحيح ابن ماجه: 237) (صحيح الترغيب والترهيب:212) (صحيح الجامع:4961)

د - السِّوَاكُ عِنْدَ قِرَاءَةِ القُرْآنِ:

وأخرج البيهقي في" شعب الإيمان" من حديث سمرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: " طيِّبوا أفْواهكُم بالسِّواك؛ فإنَّها طُرُقُ القُرآنِ ". (صحيح الجامع :3939)

- *وفي رواية:* " طيِّبوا أفْواهكُم؛ فإنَّ أفواهَكُم طريقُ القرآنِ ". (صحيح الجامع :3940)

1- يَشُوصُ فَاهُ بالسِّوَاكِ: أي يدلك أسنانه بالسواك.

2- فيَسْتاكُ: قيل: يستخدِمُ السِّواكَ؛ لتَطْييبِ فَمِه وأسنانِه بعدَ كلِّ أربعِ رَكَعاتٍ، وقيل: يُسلِّمُ بعدَ كلِّ رَكعتَينِ ويَسْتاكُ، كما في رِوايةِ أحمدَ: "كان رسولُ اللهِ ﷺ يُصلِّي مِن اللَّيلِ رَكعتَينِ، ثمَّ ينصرِفُ، فيَسْتاكُ"؛ فبيَّنَ أنَّ الأمْرَ واسعٌ، وأنَّه على استحبابِ السِّواكِ بين كلِّ أربعِ رَكَعاتٍ، أو بَعدَ كلِّ ركعتينِ يُسلِّمُ فيهما.

وأخرجه ابنِ ماجَه عن عليِّ بنِ أبي طالبٍ ﷺ قال: " إنَّ أفواهَكم طُرُقٌ للقُرآنِ فطيِّبوها بالسِّواكِ ". (الصحيحة :1213)

هـ- السِّوَاكُ عند الوضوء:

فقد أخرج الإمام مالك والبيهقي الطبراني في الأوسط من حديث أبي هريرة وعليّ- رضي الله عنهما- قالا: قال رسول الله ﷺ: " لَوْلَا [1] أن أشُقَّ على أمتي، لأمرْتُهم بالسواكِ مع كلِّ وضوءٍ ". (صحيح الجامع: 5317)

وأخرج الحاكم والبيهقي من حديث أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: " لولا أنْ أشُقَّ على أمَّتي، لفَرَضتُ عليهم السواكَ مع الوضوءِ،... ". (صحيح الجامع: 5319)

سؤال: متى يستعمل السواك عند الوضوء؟!

بداية لابد أن نعلم أن الأئمة الأربعة اتفقوا على أن السواك سنة عند الوضوء، لكن اختلفوا هل هو من سنن الوضوء، أم سنة منفصلة عن الوضوء؟

فذهب الحنفية والمالكية، وهو رأي للشافعية: أن الاستياك سنة من سنن الوضوء؛ لأنه ﷺ قال كما مر بنا:" لَوْلَا أن أشُقَّ على أمتي، لأمرْتُهم بالسواكِ مع كلِّ وضوءٍ ".

وقال الحنابلة - وهو الرأي الأوجه عند الشافعية-: أن السواك سنة خارجة عن الوضوء، متقدمة عليه، وليست منه. **لكن ماذا يترتب على هذا الخلاف من الناحية العملية؟ وهل هو قبل التسمية أم بعدها؟**

والجواب: أن السواك لو كان من سنن الوضوء، فمعنى ذلك أن نقول: بسم الله، ونتسوك ثم نغسل الكفين، ولو أنه ليس من سنن الوضوء، فنتسوك، ثم نقول: بسم الله، ثم نغسل الكفين.

1- قال القاضي البيضاوي-رحمه الله-:" لولا " كلمة تدل على انتفاء الشيء لثبوت غيره ، والحق أنها مركبة من (لو) الدالة على انتفاء الشيء لانتفاء غيره و(لا) النافية، فدل الحديث على انتفاء الأمر لثبوت المشقة لأن انتفاء النفي ثبوت فيكون الأمر منفيا لثبوت المشقة.

والراجح: أنه خارج عن الوضوء(سنة منفصلة)، فتستاك أولًا، ثم تسمي الله، ثم تشرع في غسل الكفين.

وماذا لو تيمم أو اغتسل؟

إذا كان التيمم بديلًا عن الوضوء فمعناه أن الاستياك سيحصل حتى ولو تيمم، وتبعًا لهذا، فإنه يستاك قبل التيمم؛ قبل أن يبدأ بضرب الكفين يستاك. وكذلك في الغسل قبل أن يفيض الماء عليه.

و - السِّوَاكُ عِنْدَ كل صلاة:

فقد أخرج البخاري ومسلم من حديث أَبِي هُرَيْرَةَ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: " لَوْلَا أَنْ أَشُقّ عَلَى أُمّتِي، لأَمَرْتهُمْ بِالسّوَاكِ عِنْدَ كُلّ صَلَاةٍ ".

- *وفي رواية:* " لَوْلَا أَنْ أَشُقَّ علَى أُمَّتي، لَأَمَرْتُهُمْ بالسِّوَاكِ مع كُلِّ صَلَاةٍ ". (أخرجه البخاري ومسلم)

وأخرج الإمام أحمد والنسائي في" السنن الكبرى" من حديث أَبِي هُرَيْرَةَ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: " لَوْلَا أَنْ أَشُقَّ عَلَى أُمَّتِي، لَأَمَرْتُهُمْ عِنْدَ كُلِّ صَلَاةٍ بِوُضُوءٍ، ومَعَ كُلِّ وُضُوءٍ بِسِوَاكٍ، وَلَأَخَّرْتُ عِشَاءَ الْآخِرَةِ إِلَى ثُلُثِ اللَّيْلِ ". (صَحِيحِ التَّرْغِيبِ والترهيب:200) (صحيح الجامع:5318).

وأخرج البزار وأبو يعلى والحاكم من حديث العباس بن عبدالمطلب ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ ﷺ: " لَوْلَا أَنْ أَشُقَّ علَى أُمَّتي أوْ علَى النَّاسِ، لَأَمَرْتُهُمْ بالسِّوَاكِ مع كُلِّ صَلَاةٍ ".

- *وفي رواية:* " لولا أشقُّ على أمتِي، لفرضتُ عليهمُ السواكَ عندَ كلِّ صلاةٍ، كما فرضتُ عليهمُ الوضوءَ" (صحيح الترغيب والترهيب:208)

وأخرج الإمام أحمد عَنْ زينب بنت جحش -رضِيَ اللهُ عَنْهَا- قَالَتْ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللهِ ﷺ يَقُولُ: " لَوْلَا أَنْ أَشُقّ عَلَى أُمّتِي، لأَمَرْتهُم بِالسّوَاكِ عِنْدَ كُلّ صَلَاةٍ، كَمَا يَتَوَضّئون ". (صحيح الترغيب والترهيب:207)

فالحِكمةِ مِن السِّواكِ عندَ الصَّلاةِ: أنَّ المُصلِّيَ يُناجي ربَّه، ويَقرَأُ القرآنَ، وتَسمَعُه الملائكةُ مِن فيهِ؛ فناسَبَ ذلك ألَّا يكونَ فَمُه له رائحةٌ مُتغيِّرةٌ أو غيرُ طيِّبةٍ.

وقد أخرج البُخَارِيُّ- باب السواك الرطب واليابس للصائم" معلقا" والنسائي- باب الترغيب في السواك- من حديث عَنْ عَائِشَةَ- رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا- عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ: " السِّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ، مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ ".

ومر بنا الحديث الذي أخرجه البيهقي في" شعب الإيمان" من حديث جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: " إِذَا قَامَ أَحَدكُمْ يُصَلِّي مِنَ اللَّيلِ فَلْيَسْتَكْ[1] فَإِنَّ أَحَدكُمْ إِذَا قَرَأَ فِي صَلَاتِهِ وَضَعَ مَلَكٌ فَاهُ عَلَى فِيهِ، وَلَا يَخْرُجُ مِنْ فِيهِ شَيْءٌ إِلَّا دَخَلَ فَمَ الْمَلَك ". (صحيح الجامع :٧٢٠).

ومر بنا كذلك الحديث الذي أخرجه ابن المبارك في الزهد من حديث ابْنِ شِهَاب ﷺ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: " إِذَا قَامَ الرَّجُل فَتَوَضَّأَ لَيْلًا، أَوْ نَهَارًا فَأَحْسَنَ وضُوءهُ، وَاسْتَنّ، ثُمّ قَامَ فَصَلّى، أَطَافَ بِهِ[2] مَلَكٌ، وَدَنَا مِنْهُ، حَتّى يَضَع فَاهُ عَلَى فِيهِ، فَمَا يَقْرَأُ إِلَّا فِي فِيهِ، وَإِذَا لَمْ يَسْتَنّ أَطَافَ بِهِ وَلَمْ يَضَع فَاهُ عَلَى فِيهِ، وَكَانَ رَسُولُ اللهِ ﷺ لَا يَقُومُ إِلَى الصّلَاةِ حَتّى يَسْتَنّ ". (صحيح الجامع:٧٢٣).

- وقد ذهب الحنفية إلي أن السواك مستحب عند كل صلاة [3] وعند كل وضوء وكل ما يغير الفم وعند اليقظة وقالوا: ليس السواك من خصائص الوضوء ". (حاشية المختار على الدر المختار:**1**/ ١١٣)

1- يستك: أي يتسوك.

2- أطاف به: يقال أطاف به القوم إذا حلقوا حوله حلقة وإن لم يدوروا، وطافوا إذا داروا حوله، مثال ذلك قول الحارث بن عمرو ﷺ أتيت رسول الله ﷺ وهو بمنى أو بعرفات وقد أطاف به الناس، وعن أنس ﷺ قال رأيت النبي ﷺ والحلاق يحلقه وقد أطاف به أصحابه، أي: اجتمعوا حوله، وفي المعنى اللغوي: أطاف به: ألم به.

3- حكى أبو حامد الإسفراييني عن داود الظاهري- رحمه الله- أنه أوجبه في الصلاة. وحكى الماوردي أنه واجب ولا تبطل الصلاة بتركه. (طرح التثريب:٦٣/1)

قال النووي - رحمه الله-: وقد أنكر أصحابنا المتأخرون على الشيخ أبي حامد وغيره نقل الوجوب عن داود وقالوا مذهبه: سنة كالجماعة.

- وذهب الحنابلة إلى أن السواك سنة مستحبة عند كل صلاة. للحديث:" لولا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة ". وسنة أيضًا عند الوضوء؛ وذلك لتغير الفم أو رائحة الأسنان بنوم، أو جوع، أو سكوت طويل، أو كلام كثير". **(المغني لابن قدامه:72/1)**

قال بعض الفقهاء: " اتفق العلماء على أنه سنة مؤكدة لحث الشارع ومواظبته عليه وترغيبه وندبه إليه ". **(مقدمة النساك في معرفة السواك، للملا القاري ص: ١٨)**

ز- التسوك يوم الجمعة:

أخرج البخاري ومسلم عن عَمرِو بن سُلَيمٍ الأنصاريِّ قال: أشهَدُ على أبي سعيدٍ ﷺ قال: أشهدُ على رسولِ اللهِ ﷺ قال: " الغُسلُ يومَ الجُمُعةِ واجبٌ على كلِّ محتلمٍ، وأن يَستنَّ، وأنْ يمسَّ طِيبًا إنْ وَجَد ".

وأخرج أبو داود وأحمد وابن خزيمة وابن حبان من حديث أبي سعيدٍ وأبي هُرَيرَة -رَضِيَ اللهُ عنهما- أنَّ رسولَ اللهِ ﷺ قال: " مَن اغتَسَلَ يومَ الجُمُعة، واستنَّ، ومسَّ من طِيب إنْ كان عِندَه، ولبِسَ أحسنَ ثِيابِه، ثمَّ خرَج حتى يأتيَ المسجدَ، ولم يَتخطَّ رِقابَ الناسِ، ثم ركَعَ ما شاءَ اللهُ أن يَركَعَ، وأَنصَتَ إذا خرَج الإمامُ، كانتْ كفَّارةً لِمَا بينها وبينَ الجُمُعة التي قَبْلَها ".

ح- السِّوَاكُ عِنْدَ دُخُولِ البَيْتِ:

فقد أخرج الإمام مُسلم منْ حديث شُرَيْح بن هَانِئ قَالَ: سَأَلْتُ عَائِشَةَ- رَضِيَ اللهُ عَنْهَا- بِأَيِّ شَيْءٍ كَانَ يَبْدَأُ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِذَا دخل بَيته؟ قَالَت: بِالسِّوَاكِ ".

وهذا دليل على أهمية تطييب الفم عند مقابلة الأهل والاقتراب منهم؛ فإن طيب رائحة الفم مما يعزِّز الرضا والحب بين الزوجين.

وأخرج الإمام مسلم من حديث عروة بن الزبير-رَضِيَ اللهُ عنهما- قال: " كنت أنا وابن عمر مستندين إلى حجرة عائشة، وإنا لنسمع ضربها بالسواك تستن[1]".

ط - السِّوَاكُ عند تغير رائحة الفم، أو عند اصفرار الأسنان:

لأن السواك إنما شُرع لتطييب الفم وتطهيره وتنظيفه، فإذا تغيَّر فقد تحقق السبب المقتضي له. **(انظر شرح العمدة في الفقه-كتاب الطهارة- لشيخ الإسلام ابن تيمية ص:217)**

وَقَالَ اِبْنُ الْهُمَامِ- رحمه الله- فِي شَرْحِ الْهِدَايَةِ: " وَيُسْتَحَبُّ السواك فِي خَمْسَةِ مَوَاضِعَ: اِصْفِرَارُ السِّنِّ، وَتَغَيُّرُ الرَّائِحَةِ، وَالْقِيَامُ مِنَ النَّوْمِ، وَالْقِيَامُ إِلَى الصَّلَاةِ، وَعِنْدَ الْوُضُوءِ ". اهـ

وقد مر بنا الحديث الذي أخرجه البخاري عَنْ عَائِشَةَ- رَضِيَ اللهُ عَنْهَا- عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ: " السِّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ ".

وكان أبو هُرَيرَةَ ﷺ يقول كما في مسند الإمام أحمد: " لقد كنتُ أستَنُّ قَبْلَ أنْ أنامَ، وبَعدَما أستيقِظُ، وقَبْلَما آكُلُ، وبَعدَما آكُلُ، حينَ سمِعتُ رسولَ اللهِ ﷺ يَقولُ ما قالَ ". **(قال شعيب الأرناؤوط: صحيح)**

1- تستن: أي تتسوك؛ لأن السواك له صوت.

2- لا مانع من التسوك بسواك الغير بإذنه:

فقد عنون البخاري في صحيحه:" باب من تسوك بسواك غيره" وساق حديث عائشة -رضي الله عنها- قالت: دَخَلَ عبدُ الرَّحْمَنِ بنُ أَبِي بَكْرٍ ومعهُ سِواكٌ يَسْتَنُّ به، فَنَظَرَ إِلَيْهِ رَسولُ اللَّهِ ﷺ، فَقُلتُ له: أَعْطِنِي هذا السِّواكَ يا عَبْدَ الرَّحْمَنِ، فأعْطانِيهِ، فَقَصَمْتُهُ[1]، ثُمَّ مَضَغْتُهُ فأعْطَيْتُهُ رَسولَ اللَّهِ ﷺ، فاسْتَنَّ به وهو مُسْتَسْنِدٌ إلى صَدْرِي ".

وفيه مُحافظةُ النبيِّ ﷺ على سنَّةِ الاستياكِ في مرَضِه الشَّديدِ، وهو تأكيدٌ على فضلِ السِّواكِ.

وأخرج أبو داود من حديث عبد الله بن كعب ﷺ قال: " كان رسول الله ﷺ إذا استنَّ أعطى السواك الأكبر وإذا شرب أعطى الذي على يمينه ". (صحيح أبي داود:40)

ومر بنا كذلك الحديث الذي أخرجه أبو داود واللفظ له والبيهقي والبغوي في" شرح السنة" من حديث عائشة- رضي الله عنها- قالت: " كان النبيُّ ﷺ يستاكُ، فيُعطيني السواكَ لأغسلَه، فأبدأُ به فأستاكُ، ثم أغسلَه وأدفعُه إليه ". (صحيح أبي داود: 52)

إذًا استعمال سواك الغير بإذنه لا حرج فيه، لكن يغسل أولًا، ثم يستعمله[2]، وغير الغسل يقص مكان الاستعمال، ويبدأ باستعماله بعد ذلك، كما بينت عائشة- رضي الله عنها- ذلك في الحديث السابق بقولها:" فَقَصَمْتُهُ " يعني: كسرته. قال بعضهم:" قضمته" بالضاد، وهو الأكل بأطراف الأسنان، وريق الزوجة لزوجها والزوج لزوجته لا نفرة فيه، فقد كان ﷺ يمص لسان عائشة -رضي الله عنها-.

1- فقصَمْتُه، يعني: كسَرتِ الموضعَ الَّذي كان يَتسوَّكُ منه عبدُ الرَّحمنِ بنُ أبي بكرٍ، ثمَّ مضَغْتُه؛ لتُليِّنَه للنبيِّ ﷺ.

2- هذا بخلاف ما إذا كان المتسوك هو النبي ﷺ فلا يغسل رجاء بركة ريقه، كما في حديث عائشة- رضي الله عنها-، وحديث أبي داود وفيه:" كان رسول الله ﷺ إذا استنَّ أعطى السواك الأكبر..".

3- إذا أعطى سواكًا فليقدم كبير السن على من دونه سنًّا:

فقد أخرج البخاري في صحيحه تحت عنوان:" باب دفع السواك إلى الأكبر" من حديث عبد الله بن عمر -رضي الله عنهما- قَالَ: أَنَّ النبيَّ ﷺ قالَ: " أَرَانِي أَتَسَوَّكُ بِسِوَاكٍ، فَجَاءَنِي رَجُلَانِ، أَحَدُهُما أَكْبَرُ مِنَ الآخَرِ، فَنَاوَلْتُ السِّوَاكَ الأَصْغَرَ منهمَا، فقِيلَ لِي[1]: كَبِّرْ، فَدَفَعْتُهُ إلى الأَكْبَرِ منهمَا ".

- *وعند الإمام مسلم بلفظ:* " أَرانِي في المَنامِ أَتَسَوَّكُ بِسِواكٍ، فَجَذَبَنِي رَجُلانِ، أَحَدُهُما أَكْبَرُ مِنَ الآخَرِ، فَناوَلْتُ السِّواكَ الأَصْغَرَ منهما، فقِيلَ لِي: كَبِّرْ، فَدَفَعْتُهُ إلى الأَكْبَرِ".

ومر بنا الحديث الذي أخرجه أبو داود من حديث عبد الله بن كعب ﷺ قال: " كان رسول الله ﷺ إذا استنَّ[2] أعطى السواك الأكبر وإذا شرب أعطى الذي على يمينه ". **(صحيح أبي داود:40)**

قال ابن بطال-رحمه الله-:" في الحديث تقديم ذي السن في السواك، ويلتحق به الطعام، والشراب، والمشي، والكلام ". **(فتح الباري:357/1).**

وفي الحديث أيضًا: أن استعمال سواك الغير برضاه ليس بمكروه. إلا أن المستحب أن يغسله، ثم يستعمله.

1- القائلُ للنبيِّ ﷺ: كَبِّرْ، هو جِبريلُ -عليه السَّلامُ-.

2- أي استاك.

4- يستحب الاستياك على اللسان:

وذلك للحديث الذي أخرجه البخاري من حديث أبي موسى الأشعري ﷺ قال: " أَتَيْتُ النبيَّ ﷺ فَوَجَدْتُهُ يَسْتَنُّ بِسِوَاكٍ بيَدِهِ يقولُ: أُعْ أُعْ[1]، والسِّوَاكُ في فِيهِ، كَأَنَّهُ يَتَهَوَّعُ ".

وأخرجه أبو داود بلفظ: " أَتَيْنَا رسولَ اللهِ ﷺ نَسْتَحْمِلُه فرَأَيْتُه يستاكُ على لسانِه. قال أبو داودَ: وقال سليمانُ: قال: دَخَلْتُ على النبيِّ ﷺ وهو يَسْتاكُ، وقد وَضَعَ السواكُ على طرفِ لسانِه[2] وهو يقولُ: إهْ إهْ؛ يعني: يَتَهَوَّعُ ". (صحيح أبي داود: 49)

وهذا الحديثُ يُظهِرُ مَدَى مُبالَغةِ النبيِّ ﷺ في التَّسوُّكِ والتَّنظُّفِ، حيثُ يُخبِرُ أبو مُوسى الأشعريُّ ﷺ أنَّ النبيَّ ﷺ كان يَسْتَنُّ بسِواكٍ، يُنظِّفُ به أسنانَه، وكان ﷺ يَبلُغُ بالسِّواكِ إلى أقاصي الحَلْقِ حتَّى يَصدُرَ منه صَوتٌ كأنَّه سَوفَ يَتقيَّأُ ويقولُ: أُعْ أُعْ، وهذا مُحاكاةٌ لصَوتِه عندَ استخدامِ السِّواكِ؛ وذلك مِن مُبالَغتِه ﷺ في تَنظيفِ أسْنانِه.

1- وقوله: "أع" هذا حكاية فعل، هذه في اللغة يقال حكاية فعل، الراوي يريد أن يحكي، ما هو الصوت الذي صدر من النبي ﷺ.

2- فجعل السواك على طرف لسانه، والمراد الطرف الداخل، وليس الطرف الخارج؛ كما جاء في رواية أحمد: "يستن إلى فوق" (قال محققو المسند: إسناده صحيح على شرط الشيخين).

ولهذا قال هنا: كأنه يتهوع، أي كأنه يتقيأ، له صوتٌ كصوت المتقيئ: أع، كما ذكر في الحديث، فيستفاد منه مشروعية السواك على اللسان طولًا، حتى يدخل إلى الداخل، حتى كأنه يتهوع، وهذه سنة مجهولة.

ففيه أن السواك لا يختص بالأسنان، وإنما يشمل اللسان أيضًا، وأن التنظيف والتطييب فيه إزالة الأذى من كل ما هو داخل الفم.

5- هل يجوز الاستياك بالأصابع؟

قال ابن قدامه-رحمه الله-:" وإن استاك بأصبعيه أو خرقة فقد قيل لا يصيب السنة لأن الشرع لم يرد به ولا يحصل الإنقاء به حصوله بالعود، والصحيح أنه يصيب بقدر ما يحصل من الإنقاء ولا يترك القليل من السنة للعجز عن كثيرها والله أعلم ". **(المغني: / 109)**

وعلى هذا فإن الاستياك بالإصبع على سبيل القربة؛ لا دليل عليه، لكن لا بأس بالاستياك بالإصبع إذا كان على سبيل النظافة، ولم يوجد سواك، فلا مانع بعد الأكل مثلًا، أن يدلك أسنانه بأصبعه.

6- لا مانع من استخدام السِّواكُ للصَّائِم:

اتفق أهل العلم رحمهم الله على أنه لا بأس في الاستياك للصائم أول النهار، واختلفوا في الاستياك للصائم بعد الزوال، فذهب بعض الشافعية والحنابلة إلى أنه لا يجوز أن يستاك الصائم بعد الزوال، ***ودليلهم الحديث الذي رواه البزار والطبراني من حديث علي وخَبَّاب - رضي الله عنهما- قالا: قال رسول الله*** ﷺ:" **إذا صُمتُم، فاستاكوا بالغَداةِ، ولا تستاكوا بالعَشِيِّ؛ فإنَّه ليس من صائم تيبس شفتاه بالعشي، إلا كانت نورًا بين عينيه يوم القيامة ".**

(ضعيف) (ورواه الدارقطني، والبيهقي وغيرهما موقوفًا)

وقالوا كذلك: أن النبي ﷺ **قال:**" **لخلوف فم الصائم أطيب عند الله من ريح المسك ". (رواه البخاري ومسلم)**

قالوا: هذه الرائحة يستحب بقائها فلا نذهبها بالسواك.

- بينما ذهب فريق من أهل العلم إلى أنه لا يُكرَهُ للصَّائِمِ استعمالُ السِّواكِ في أيِّ وقتٍ، سواءٌ كان قبل الزَّوالِ أو بعد الزَّوالِ، وهو مَذهَبُ الحنفيَّة، وقولٌ للشَّافعيِّ، وروايةٌ عن أحمد، وبه قالت طائفةٌ مِن السَّلَف، واختارَه ابنُ تيميَّة، وابنُ القيِّم، والشَّوكانيُّ، وابنُ باز، وابنُ عُثَيمين-رحمهم الله-.

وهذا هو الراجح: لعموم الأدلة التي تدل على سنية السواك فإن النبي ﷺ لم يستثن وقتًا دون وقت والعام يجب بقاؤه على عمومه إلا أن يرد مخصص. **وقد مر بنا قول النبي** ﷺ: " **لولا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسِّواك عند كل صلاةٍ**". **وقوله** ﷺ: " **لولا أن أَشُقَّ على أمتي لأمرتُهم بالسِّواك عند كلِّ وُضوءٍ**". فيدخل في ذلك الصلاة والوضوء للصائم وغير الصائم؛ قبل الزوال وبعد الزوال.

قال ابن عبد البر- رحمه الله- كما في التمهيد:7/198": في هذا الحديث إباحة السواك في كل الأوقات لقوله ﷺ: " **مع كل وضوء**"، " **مع كل صلاة**" والصلاة تجب في أكثر الساعات، بالعشي والهجير والغدوات".

- واستدلوا كذلك بما أخرجه البخاري معلقًا ووصله الإمام أحمد والنسائي منْ حديث عَائِشَةَ -رَضِيَ اللهُ عَنْهَا- قالت: قَالَ رسول الله ﷺ: " **السِّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ، مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ** ".

(صحيح الجامع :**3695**) (صحيح الجامع :**4068**) (صحيح الترغيب والترهيب:**209**) (صحيح النسائي: **5**)

وأخرج الإمام أحمد والطبراني في الأوسط من حديث عبد الله بن عمر- رَضِيَ اللهُ عَنْهُمَا- قال: قال رسول الله ﷺ: " **عليكم بالسواكِ فإنه مطيبةٌ للفمِ، ومرضاةٌ للربِّ** ". **(صحيح الجامع: 4068) (السلسلة الصحيحة: 2517)**

وجهُ الدَّلالة: أنَّه إذا كان السِّواكُ مَرضاةً للرَّبِّ؛ فمَرضاةُ اللهِ مَطلوبةٌ دائمًا، وفي كلِّ وقتٍ دُونَ استثناءٍ.

- وهناك حديث أخرجه البخاري معلقًا بصيغة التمريض عن عامر بن رَبيعة ﷺ ***قال:*** " **رأيتُ رسولَ الله** ﷺ **ما لا أُحْصي يَستاك وهو صائِمٌ** ". **(وهو حديث ضعيف ويغني عنه ما سبق من الأدلة)**

وقال ابن القيم- رحمه الله-: " وأجمع الناسُ على أن الصائم يتمضمض وجوبًا واستحبابًا، والمضمضةُ

أبلغُ من السواك، وليس الله غرض في التقرب إليه بالرائحة الكريهة، ولا هي من جنس ما شُرِعَ التعبُّدُ به، وإنما ذكر طيب الخلوف عند الله يوم القيامة حثًا منه على الصوم، لا حثًا على إبقاء الرائحة ، بل الصائم أحوج إلى السواك من المفطر. وأيضًا فإن محبته للسواك أعظم

من محبته لبقاء خلوف فم الصائم. وأيضًا فإن الخلوف لا يزول بالسواك، فإن سببه قائم، وهو خلو المعدة عن الطعام، وإنما يزول أثره، وهو المنعقد على الأسنان واللثة. وأيضًا فإن النبي ﷺ علم أمته ما يستحب لهم في الصيام، وما يكره لهم، ولم يجعل السواك من القسم المكروه، وهو يعلم أنهم يفعلونه، وقد حضهم عليه بأبلغ ألفاظ العموم والشمول، وهم يشاهدونه يستاك وهو صائم مرارًا كثيرة تَفُوتُ الإحصاء، ويعلم أنهم يقتدون به، ولم يقل لهم يومًا من الدهر: لا تستاكوا بعد الزوال، وتأخير البيان عن وقت الحاجة ممتنع، والله أعلم". اهـ باختصار **(زاد المعاد:324/4)**

أما الرد على الفريق الأول الذين قالوا بعدم جواز الاستياك للصائم بعد الزوال، مستدلين بحديث علي وخَبَّاب -رضي الله عنهما- فهو حديث ضعيف جدًّا، فلا يُحْتَجُّ به. **(قال الحافظ ابن حجر في التلخيص الحبير:62/1: إسناده ضعيف).**

وأما الاستدلال بقولهم: " هذه الرائحة يستحب بقائها فلا نذهبها بالسواك ". فهذا الكلام فيه نظر، لسببين:

الأول: لأن الخُلُوف رائحة تنبعث من المعدة بسبب خلوها من الطعام، وليس من الفم، فالسواك لا يزيل الخلوف، ولا مدخل له فيه (كما مر بنا من كلام ابن القيم). ثم إنه قد تحصل هذه الرائحة في أول النهار إذا لم يستحر الصائم والجميع متفق على جواز السواك في أول النهار.

الثاني: أن كثيرًا من العلماء قالوا: إن هذه الرائحة هي عند الله تعالى، فلا تعلق لذلك بأمور الحياة الدنيا، والسواك يزيد رائحة الفم عند الله تعالى طيبًا إلى طيب، فإن السواك أيضًا هو مما يرضي الله سبحانه، وهو من الأعمال المشروعة المستحبة. فتبين مما سبق أن السواك مستحب للصائم من غير تفريق بين أول النهار وآخره.

تنبيهات خاصة بالصائمين عند استخدام السواك:

1- يرى بعض السلف أنه لا فارق بين السواك اليابس أو الرطب بالنسبة للصائم لأنه لم يأت نص صحيح في التفريق بين يابس السواك ورطبه.

سُئل ابن سيرين -رحمه الله- عن السواك الرطب بالنسبة للصائم؟ فقال: " لا بأس به "، فقيل إنه جريدة وله طعم، قال:" الماء له طعم، وأنت تتمضمض به ". **(رواه ابن أبي شيبة:9171)**

وقال ابن عُلية-رحمه الله-: " السواك سنة للصائم والفطر، والرطب فيه واليابس سواء ". **(التمهيد لابن عبد البر:7/199)**

2- لا بأس باستعمال السواك بنكهة النعناع والليمون وما شابه ذلك ما لم تكن ضارّة، ولكن على الصّائم أن يجتنب استعمال ما فيه نكهة ويقتصر أثناء صيامه على السّواك الطبيعي.

3- إذا بقي في فم الصائم شيء من أثر السواك، فعليه حينئذ أن يزيله دون أن يفضي به ذلك إلى وسوسة؛ فإن كثيرًا من الصائمين يشقُّون على أنفسهم، ويبالغون ويشدِّدون؛ فيشدِّد الله تعالى عليهم، وربما يبتلون بألوان من البلايا والشكوك بسبب مبالغتهم، حتى إن منهم مَن يجد مشقة عظيمة في المضمضة والاستنشاق، وهذه من الآصار والأغلال التي وضعها الله تعالى عن هذه الأمة، **قال الله تعالى:** ﴿لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا﴾ **(البقرة:286)**، **قال الله تعالى:** " قد فعلت". فكل الآصار والأغلال التي كانت على الأمم السابقة قد وضعها الله تعالى عن هذه الأمة، فينبغي تجنب العسر والمشقة والتشديد الذي هو مدعاة العقوبة والمؤاخذة، ومآله إلى كراهية الإنسان للعبادة.

4- استخدام معجون الأسنان داخل في معنى تطييب الفم، وسبب لنظافة الأسنان واللثة وطيب رائحتها، والاعتياد عليه لدى الصغار والكبار من المعاني الحسنة المطلوبة، واستعماله في أثناء الصيام جائز؛ لأنه ليس طعامًا، ولا يذهب إلى الجوف، وإنما هو داخل الفم ثم يخرجه، فهو كالمضمضة، وربما كان أبلغ في التنظيف من السواك، بَيد أن السواك يكون في جيب المؤمن، ويحقِّق به الاتباع في كل وقت، مما لا يتسنَّى معه استخدام الفرشة ونحوها.

7- صفات المسواك:

ذكر الفقهاء استحباب السواك بعود متوسط الغلظ والطول، وحدوه بغلظ الخنصر، وأن يكون خاليًا من العُقَد، وأن لا يكون رطبًا يلتوي لأنه إذا كان كذلك فلا يزيل الأذى، وأن لا يكون يابسًا يجرح الفم أو يتفتت فيه، ولا شك أن تطلب ذلك من باب الكمال وإلا فإن الأدلة الواردة في السواك لم تقيد سواكًا دون آخر بل يجوز الاستياك بكل عود يحقق مقصود الشارع في الأمر بالسواك والحث عليه.

8- منافع السواك:

قال ابن القيم-رحمه الله-: " وفي السواك عدة منافع: أنه يطيِّب الفم، ويشد اللِّثَة، ويقطع البلغم، ويجلو البصر، ويذهب بالحَفَر[1]، ويصح المعدة، ويُصفِّي الصوت، ويعين على هضم الطعام، ويُسهِّل مجاري الكلام، وينشِّط للقراءة والذكر والصلاة، ويطرد النوم، ويُرضي الرب، ويُعْجبُ الملائكة، ويُكثر الحسنات" **(زاد المعاد:4/323)**

9- السواك وأهمية تنظيف الأسنان:

إن الأسنان من أجلِّ نعم الله على خلقه، ولذلك فإنه يجب على المسلم أن يتعهدها بالرعاية والنظافة وإزالة ما يتخلل بينها من فضلات الطعام حتى لا تتعفن وتتكاثر الجراثيم.

والسواك خير من يوقف سيرها، ويمنع تجمعها، ويمنع رائحة الفم الكريهة ويطهر الأسنان واللثة من سموم الجراثيم التي تزحف عبر الدورة الدموية وعبر الأمعاء ومن ثم إلي بقية

1- الحفر: داء يفسد أصول الأسنان.

أجزاء الجسم.

وفي ذلك يقول الدكتور ظافر الصابوني: " إن السواك يقوم مقام الفرشاة ومعجون الأسنان في وقت واحد، فهو فرشاة بأليافه الرقيقة المناسبة للتنظيف، وهو معجون بما يحويه من مواد مطهرة، وبلورات سيليس، وحوامض، ومواد عطرية، وأملاح معدنية، ونشا، ومواد صمغية، فهو كمنظف آلي يزيل الفضلات من بين الأسنان مشابهًا بذلك الفرشاة وكمطهر قاتل للجراثيم مشبها بذلك المعاجين المطهرة كيميائيًا وجرثوميًا". اهـ **(السواك بين الطب والشريعة: ص52)**

10- الأمراض الناتجة من عدم العناية بالفم والأسنان:

1- الطَلَم (وسخ الأسنان نتيجة إهمال السواك).

2- القَلَح (نوع آخر من وسخ الأسنان نتيجة إهمال السواك).

3- اصطباغ الأسنان وتلوينها.

٤- طُرامة الأسنان (الخضرة على الأسنان).

5- تجير الأسنان (الصفرة على الأسنان).

٦- نخر الأسنان (التسوس).

7- التهابات الفم.

8- التهابات اللثة.

9- تقرحات الفم واللسان .

10- التقيح السني.

11- رائحة الفم الكريهة (البخر) **(كتاب السواك والعناية بالأسنان. د. عبد الله عبد الرزاق)**

11- ما يُستاك به:

يستاك بعود الأراك - وهو الأفضل- أو الجَريدِ أو غَيرِهما من الأعوادِ، واستحبَّ الجمهورُ عدا الحنابلةِ التسوُّكَ بِعودِ الأراكِ، وأمَّا الحنابلةُ فمَذهبُهم التَّساوي بين جميعِ ما يُستاكُ به[1]. (الإنصاف للمرداوي:94/1).

1- *ودليل الجمهور ما أخرجه الإمام أحمد واللفظ له والبزار عن عبدِ اللهِ بن مسعود ﷺ* أنَّه كان يَجْتني سِواكًا مِن الأَراكِ، وكان دَقيقَ السَّاقَين، فجَعَلَت الرِّيحُ تَكفَؤُه[2]، فضَحِكَ القومُ منه، فقال رسولُ اللهِ ﷺ:" ممَّن تَضْحَكون؟ قالوا: يا نبيَّ اللهِ! مِن دِقَّةِ ساقَيْه، فقال:" والَّذي نَفْسي بيدِه، لَهُما أثقَلُ في الميزانِ مِن أحُدٍ ". (قال شعيب الأرناؤوط: سنده حسن) (الإرواء:104/1)

وأخرج البخاري في تاريخه والطبراني في الكبير عن أبي خيرة الصباحي ﷺ قال: كنت في الوفد، فزودنا رسول الله ﷺ بالأراك وقال: استاكوا بهذا ". (إسناده ضعيف)

2- *ودليل الحنابلة ما أخرجه البخاري ومُسلم منْ حديث عن عائشةَ -رَضِيَ اللهُ عنها- قالت:* " تُوفِّي النبيُّ ﷺ في بَيتي وفي يومِي، وبينَ سَحْري ونَحْري، وكانت إحدانا تُعَوِّذُهُ بدُعاءٍ إذا مَرِضَ، فذهبتُ أُعَوِّذُهُ، فرَفَع رأسَه إلى السَّماءِ، وقال: في الرَّفيقِ الأعْلَى، في الرَّفيقِ الأعْلَى، ومرَّ عبدُ الرَّحمنِ بنُ أبي بكرٍ، وفي يدِهِ جَريدَةٌ رَطْبةٌ، فنظرَ إليه النبيُّ ﷺ، فظَنَنْتُ أنَّ له بها

1- وذكَر بعضُ الفُقهاءِ السِّواكَ بالأُصبَعِ والخِرقة، فقال ابن قدامة:" إنِ استاكَ بأُصبَعِه أو خِرقةٍ، فقد قيل: لا يُصيبُ السنَّة؛ لأنَّ الشَّرعَ لم يَرِدْ به، ولا يحصُلُ الإنقاءُ به حصولَه بالعُودِ، والصَّحيحُ: أنَّه يصيبُ بِقَدرِ ما يحصُلُ مِن الإنقاءِ، ولا يُتركُ القليلُ مِن السُّنة للعَجزِ عَن كَثيرِها، والله أعلم. (المغني:72/1). وقال الشيخ ابن عثيمين:" الصَّحيحُ أنَّه يحصُل أيضًا بالخِرقةِ أو بالأصبَعِ، لكنَّ العُودَ أفضَلُ ". (شرح رياض الصالحين:226/5). وممَّا يؤدِّي إلى المقصودِ مِن إزالة التغَيُّرِ فرشاةُ الأسنانِ والمعجون؛ قال ابن عثيمين- رحمه الله-: استعمالُ الفُرشاةِ والمعجونِ يُغني عن السِّواكِ ". (الموقع الرسمي لابن عثيمين- مكتبة الفتاوى/ فتاوى نور على الدرب النصية- الطهارة).

2- تكفؤه: أي تميله.

حاجةً، فأخذتُها، فمضَغْتُ رأسَها، ونَفَضْتُها، فدفَعْتُها إليه، فاسْتَنَّ بها كأحسَنِ ما كان مُسْتَنًّا، ثم ناوَلَنِيها، فسقطتْ يدُهُ، أو: سقطتْ مِن يدِهِ، فجمعَ اللهُ بين رِيقي ورِيقهِ في آخِرِ يومٍ مِنَ الدُّنيا وأوَّلِ يومٍ مِنَ الآخِرةِ ".

ومن ثم استحب الفقهاء إذا لم يوجد عود الأراك التسوك بجريد النخل، ويليه التسوك بعود شجرة الزيتون وقد رويت في ذلك أحاديث لم تصح عن النبي ﷺ. والصواب أن كل عود مُنقٍّ غير مضر يقوم مقام السواك عند عدمه في التنظيف وإزالة ما يعلق بالأسنان من أذى.

وكذلك فرشاة الأسنان المعروفة نافعة واستخدامها مفيد.

قال النووي -رحمه الله-: ويستحب أن يستاك بعود من أراك وبأي شيء استاك مما يزيل التغير حصل السواك ". **(شرح مسلم:3/143)**

وقال ابن عبد البر-رحمه الله-:" وكان سواكُ القوم الأراك والبَشَامَ. وكُل ما يجلو الأسنان ولا يؤذيها ويطيب نكهة الفم فجائزٌ الاستياك به ". اهـ**(الاستذكار لابن عبد البر:3/ 272).**

وقال ابن القيم -رحمه الله-:" وأصلح ما اتخذ السواك من خشب الأراك ونحوه ولا ينبغي أن يؤخذ من شجرة مجهولة فربما كانت سمًّا ". **(زاد المعاد:4/322)**

12- ما لا يتسوك به:

ذكر أهل العلم أنه يحرم التسوك بالأعواد السامة أو ما ليس بطاهر، وكذلك يكره الاستياك بكل عود يُدْمي أو يحدث ضررًا أو مرضًا.

قال ابن القيم-رحمه الله-:" وأصلح ما اتخذ السواك من خشب الأراك ونحوه ولا ينبغي أن يؤخذ من شجرة مجهولة فربما كانت سمًّا ". **(زاد المعاد:4/322)**

13- المقارنة بين السواك وفرشاة الأسنان وغيرها:

أثبتت الأبحاث الطبية والكيميائية أن السواك يفوق فرشاة الأسنان وغيرها من سائر المنظفات بفوارق كثيرة منها:

(1) يعتبر المسواك الفرشاة الطبيعية المثالية المزودة طبيعيًا بمواد مطهرة ومنظفة.

(٢) منظف آلي ميكانيكي يقوم بطرح الفضلات من بين الأسنان.

(٣) مزود بألياف طبيعية غزيرة وقوية لا تنكسر تحت الضغط، بل لينة لتتخذ الشكل المناسب لتدخل بين الأسنان وفي الشقوق فتزيح منها الفضلات دون أن تؤذي اللثة.

(٤) منظف كيماوي مستمر لأن الفرشاة بعد عشرين دقيقة فقط من استعمال معجون الأسنان يعود مقوي لجراثيم الفم لحالته الأولي.

(٥) يقوم السواك بمفرده بوظيفة ميكانيكية كيميائية أما الفرشاة فتحتاج كل مرة إلى معجون.

(٦) معظم معاجين الأسنان عبارة عن مواد صابونيه فقط وإنما السواك به مادة العفص بتركيز عالٍ وبطعم جيد؛ وهي مادة لعلاج التهابات اللثة.

(7) يتعذر استعمال الفرشاة والمعجون في كل وقت بالمقارنة لإمكانية حمل السواك في كل مكان.

(8) الفرشاة تستخدم لشهور طويلة وهذا أدعى لزيادة احتمال الإصابة بأضرار وجراثيم، أما السواك فلا يطول أكثر من أيام أو أسبوع ويقطع الجزء المستعمل، ويستعمل جزء جديد مكانه.

(9) سهولة التحكم في قطر وطول السواك (رفيع – سميك - طويل - قصير - قاس - لين).

(10) للسواك طعم مميز يسبب الزيادة في إفراز اللعاب.

(11) وجود المواد العطرية الزيتية في السواك يُطيِّب بها فم المتسوكين وتغطى على رائحة الفم الكريهة إن وجدت .

(12) عدم العناية بالفرشاة بعد الاستعمال يسبب معظم أمراض الأسنان. (**السواك بين الطلب والشريعة**: **ص58**)

14- يستحب غسل السواك بعد الاستياك لتخليصه مما علق به:

فقد أخرج أبو داود واللفظ له والبيهقي والبغوي في" شرح السنة" من حديث عائشة- رضي الله عنها- قالت: " كان النبيُّ ﷺ يستاكُ، فيُعطيني السواكَ لأغسلَه، فأبدأُ به فأستاكُ، ثم أغسلَه وأدفعُه إليه ". (صحيح أبي داود: 52)

وكانت عائشة - رضي الله عنها- تستاك بسواك رسول الله ﷺ قبل غسله، ترجو بركة ريقه. وهذا يدل على عظيم أدبها، وكبير فطنتها؛ ثم تغسله بعد ذلك تأدبًا وامتثالًا لما أمرها به ﷺ.

ومن فوائد غسل السواك: تليينه بعد جفافه؛ لأن السواك يتعرض للجفاف، فالغسل يفيد في تنظيفه وتليينه، وهذه سنة الغسل؛ لأن التسوك بالسواك الجاف، يسبب جرح اللثة، وخروج الدم.

15- أماكن زراعة شجر الأراك:

تنمو أشجار الأراك عادة في الأماكن الحارة الاستوائية وتكثر في الصحاري وتكون قليلة في المناطق الجبلية أما في المملكة العربية السعودية فهي توجد بكثرة وخاصة في منطقة عسير خصوصًا أبها وجيزان كذلك ينمو في مصر في الصعيد، وطور سيناء وكذلك في السودان وإيران وشرق الهند.

16- كيفية الاستياك:

اختلف الفقهاء في الاستياك؛ هل يكون باليد اليمنى، أو باليد اليسرى؟.

- فذهب جمهور أهل العلم (الأحناف والمالكية والشافعية وبعض المتأخرين من الحنابلة) إلى أن الأفضل الاستياك باليد اليمنى، لعموم حديث عائشة-رضي الله عنها- قالت: " كانَ النبيُّ ﷺ يُعْجِبُهُ التَّيَمُّنُ، في تَنَعُّلِهِ، وتَرَجُّلِهِ، وطُهُورِهِ، وفي شَأْنِهِ كُلِّهِ". (متفق عليه). ولأن

السواك طاعة وقربة لله تعالى فلا يكون باليد اليسرى[1].

- **وذهب طائفة أخرى من العلماء إلى استحباب الاستياك باليد اليسرى**؛ لأنه من باب إزالة الأذى وهذا هو المشهور من مذهب الإمام أحمد، واختاره شيخ الإسلام ابن تيمية -رحمه الله-[2].

وبعض العلماء فصل في هذه المسألة فقال: إذا كان المتسوك يقصد تحصيل السنة عند الصلاة، وعند الوضوء، وعند قيام الليل وغير ذلك من القربات؛ استعمل اليد اليمنى، وإذا كان لمجرد التنظيف فقط لإزالة الأذى؛ فباليد اليسرى.

والراجح: أن الأمر في هذا واسع، لعدم ثبوت النص الخاص في المسألة، وهذا ما ذهب إليه الشيخ ابن عثيمين-رحمه الله- في" شرحه الممتع " حيث يرى أن الأمر في ذلك واسع لعدم ثبوت نص واضح، ونقل عن بعض المالكية التفصيل في ذلك، فإن تسوك لتطهير الفم عقب أكل أو نوم أو نحوه فيكون باليسرى؛ لأنه لإزالة الأذى. وإن تسوك لتحصيل السنة فباليمنى؛ لأنه مجرد قربة وعبادة ". **(انظر الشرح الممتع: 1/ 127)**

وقفة:

هناك مسألة متفرعة من الأدب السابق وهي: ما حكم السواك بحضرة الناس؟

- من قال أن السواك من باب إزالة القذر والوسخ؛ كره السواك بحضرة الناس. (اختاره بعض المالكية[3]).

قال القرطبي-رحمه الله-: " يتجنب استعمال السواك في المساجد والمحافل، وحضرة الناس، ولم يرو أنه تسوك في المسجد ولا في محفل من الناس؛ لأنه من باب إزالة القذر والوسخ، ولا

1- (انظر رد المحتار: 1/ 234)، (مواهب الجليل: 1/ 265)، (إعانة الطالبين: 1/ 45)، (طرح التثريب: 2/ 71).

2- قال شيخُ الإسلام ابن تيمية:" وذلك لأن السواك من باب إماطة الأذى فهو؛ كالاستنثار والامتخاط ونحو ذلك، مما فيه إزالة النجاسات؛ كالاستجمار ونحوه باليسرى، وإزالة الأذى واجبها ومستحبها باليسرى". اهـ (مجموع الفتاوى: 21/ 108).

3- (انظر الفواكه الدواني: 1/265) (حاشية العدوي: 1/183).

يليق بالمساجد، ولا محاضر الناس، ولا يليق بذوي المروءات فعل ذلك في الملأ من الناس".

اهـ(المفهم:**509/1**).

- ومن قال أن السواك من باب التعبد، فلم يكره السواك بحضرة الناس. وهو الصواب.

(انظر حاشية ابن عابدين:169/1).

وقد استدلوا بما رواه البخاري من حديث أبي موسى الأشعري ﷺ قال: " أَتَيْتُ النبيَّ ﷺ فَوَجَدْتُهُ يَسْتَنُّ بسِوَاكٍ بيَدِهِ يقولُ: أُعْ أُعْ[1]، والسِّوَاكُ في فِيهِ، كَأَنَّهُ يَتَهَوَّعُ ".

ذكر الحافظ ابن حجر- رحمه الله-: أنه يؤخذ من الحديث أن السواك من باب التنظيف والتطيب، لا من باب إزالة القاذورات؛ لكونه ﷺ لم يختف به، وبوبوا عليه: "استياك الإمام بحضرة رعيته". **(فتح الباري، شرح حديث:244).**

وقد ذكر ذلك ابن دقيق العيد-رحمه الله- حيث رد القول بأنه لا يتسوك بحضرة الناس مستدلًا بحديث أبي موسى الأشعري ﷺ السابق، ثم قال:" إن بعضهم ترجم على هذا الحديث:" استياك الإمام بحضرة رعيته". **(انظر مواهب الجليل:266/1).**

ومن خلال ما سبق هل يكره التسوك في الخلاء؟

كره بعض فقهاء الحنفية السواك في الخلاء. **(درر الأحكام:10/1)**

ولعلهم رأوا أن السواك من باب التطيب، ولم يعتبروه من باب إزالة القاذورات، وأنه عبادة، فيه مرضاة للرب.

والصحيح عدم الكراهة، والكراهة حكم شرعي يحتاج إلى دليل، ولا دليل في المسألة.

والسواك فيه جانب تطهير للفم، فلا يصح التعليل أنه من باب التطيب فقط.

1- وقوله: "أع" هذا حكاية فعل، هذه في اللغة يقال حكاية فعل، الراوي يريد أن يحكي، ما هو الصوت الذي صدر من النبي ﷺ.

17- البدء بالجهة اليمنى عند التسوك:

*فقد أخرج النسائي من حديث عائشة-رضي الله عنها-*أن رسولَ اللهِ ﷺ كان يحبُّ التيامُنَ[1] ما استطاعَ، في طُهورِه[2]، وتنعُّلِه[3]، وترجُّلِه[4] ". (صحيح النسائي: 5255)

وأخرجه أبو داود عَنْ عَائِشَةَ- رضي الله عنها- قَالَتْ: " كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يُحِبُّ التَّيَمُّنَ مَا اسْتَطَاعَ فِي شَأْنِهِ كُلِّهِ؛ فِي طُهُورِهِ، وَتَرَجُّلِهِ، وَنَعْلِهِ ". قَالَ مُسْلِمٌ:" وَسِوَاكِهِ"، وَلَمْ يَذْكُرْ فِي شَأْنِهِ كُلِّهِ.

قَالَ أَبُو دَاوُد:" رَوَاهُ عَنْ شُعْبَةَ مُعَاذٌ وَلَمْ يَذْكُرْ سِوَاكَهُ ".

- *وفي رواية:*" كَانَ النبيُّ ﷺ يُعْجِبُهُ التَّيَمُّنُ، في تَنَعُّلِهِ، وتَرَجُّلِهِ، وطُهُورِهِ، وفي شَأْنِهِ كُلِّهِ ". **(البخاري)**

قال المرداوي عن البداءة في الاستياك من الجانب الأيمن:" مستحب بلا نزاع ".

(الإنصاف: 1/ 55).

1- التَّيامُّن: من الألفاظ المشتركة أي التي لها معنيان فيطلق على التبرك بالشيء من اليُمن - بضم الياء - وهو البركة تقول تيُمنًا بهذا الأمر أي تبركًا فيه. ويطلق ويراد به الابتداء باليمين قبل الشمال وهو المراد في الحديث كالابتداء باليد أو الرجل اليمنى مثلًا. قَالَ النَّوَوِيّ:" هَذِهِ قَاعِدَة مُسْتَمِرَّة فِي الشَّرْع هِيَ أَنَّ مَا كَانَ مِنْ بَاب التَّكْرِيم وَالتَّشْرِيف كَلُبْسِ الثَّوْب وَالسَّرَاوِيل وَالْخُفّ وَدُخُول الْمَسْجِد وَالسِّوَاك وَالِاكْتِحَال وَتَقْلِيم الْأَظْفَار وَقَصّ الشَّارِب وَتَرْجِيل الشَّعْر وَنَتْف الْإِبْط وَحَلْق الرَّأْس وَالسَّلَام مِنْ الصَّلَاة وَغَسْل أَعْضَاء الطَّهَارَة وَالْخُرُوج مِنْ الْخَلَاء وَالْأَكْل وَالشُّرْب وَالْمُصَافَحَة وَاسْتِلَام الْحَجَر الْأَسْوَد وَغَيْر ذَلِكَ مِمَّا هُوَ فِي مَعْنَاهُ يُسْتَحَبّ التَّيَامُن فِيهِ ، وَأَمَّا مَا كَانَ بِضِدِّهِ كَدُخُولِ الْخَلَاء وَالْخُرُوج مِنْ الْمَسْجِد وَالِامْتِخَاط وَالِاسْتِنْجَاء وَخَلْع الثَّوْب وَالسَّرَاوِيل وَالْخُفّ وَمَا أَشْبَهَ ذَلِكَ فَيُسْتَحَبّ التَّيَاسُر فِيهِ ، وَذَلِكَ كُلّه لِكَرَامَةِ الْيَمِين وَشَرَفهَا ". وَاَللَّهُ أَعْلَم اِنْتَهَى.

2- وَطُهُورِهِ: بضم الطاء، والمراد به فعل الطهارة في الوضوء والغسل.

3- تنعُّله: أي حين لبسه للنعلين فإنه يبتدئ باليمنى منهما.

4- وَتَرَجُّلِهِ: أي تسريح شعره ودهنه وتجميله فإنه يبتدئ بالجهة اليمنى منه.

18- أن يبدأ المرء في استياكه من الجانب الأيمن عرضًا:

واستحب الفقهاء أن يبدأ المرء في استياكه من الجانب الأيمن عرضًا لأن الاستياك طولًا قد يجرح اللثة،

فقد مر بنا الحديث الذي أخرجه البخاري من حديث حذيفة بن اليمان رضي الله عنه قَالَ: " أَنَّ النبيَّ ﷺ كانَ إذَا قَامَ لِلتَّهَجُّدِ مِنَ اللَّيْلِ يَشُوصُ فَاهُ بالسِّوَاكِ ".

قال ابن العربي- رحمه الله-: "والشوص هو الاستياك عرضًا ". **(عارضة الأحوذي لابن العربي:40/1)**

وقال النووي- رحمه الله- في شرحه على مسلم:1/184:" والشوص: دلك الأسنان بالسواك عرضًا[1] ".

وقال النووي- رحمه الله- أيضًا: " والمستحب أن يستاك الإنسان عرضًا ولا يستاك طولا لئلا يدمي لحم أسنانه فإن خالف واستاك طولًا حصل السواك مع الكراهة ويستحب أن يمر السواك أيضًا على طرف أسنانه وكراسي أضراسه وسقف حلقه إمرارًا لطيفًا ويستحب أن يبدأ في سواكه بالجانب الأيمن من فيه ولا بأس باستعمال سواك غيره بإذنه ويستحب أن يعود الصبي السواك ليعتاده ". اهـ **(شرح مسلم:3/143)**

وذكر الشوكاني- رحمه الله- في كتابه" نيل الأوطار:1/129" معنى الشوص؛ فقال: " وقيل الإمرار على الأسنان من أسفل إلى فوق، وخالفه الخطابي فقال: هو دلك الأسنان بالسواك والأصابع عرضًا ". اهـ

وقيل: الاستياك يكون عرضًا على الأسنان، وطولًا على اللسان كما ثبت في السنة.

والأرجح: أنه يختار الطريقة التي تكون أكثر نظافة وأقل ضررًا، طولًا أو عرضًا؛ إذ المقصود أن يحصل التطييب والتنقية.

1- ذكر الشوكاني- رحمه الله- في كتابه" نيل الأوطار:1/129" معنى الشوص؛ فقال:" وقيل الإمرار على الأسنان من أسفل إلى فوق، وخالفه الخطابي فقال: هو دلك الأسنان بالسواك والأصابع عرضًا". والأرجح أنه يختار الطريقة التي تكون أكثر نظافة وأقل ضررًا، طولًا أو عرضًا؛ إذ مقصود السواك التنظيف.

19- مصدر السواك:

تعتبر شجرة الأراك هي المصدر الرئيسي للمساويك وأحسن أنواع المساويك هي التي تتخذ من هذا الصنف من الأشجار. ويفضل عدم اتخاذ أي سواك من أشجار غير معروفة لأنه ربما تكون سامة أو على الأقل ضاره باللثة وبالأسنان، وكان الرسول ﷺ يتخذ مساويكه عادة من شجر الأراك وتؤخذ هذه المساويك من جذور الأراك ومن الأشجار التي يبلغ عمرها ما بين السنتين والثلاثة، وهو عادة إما جافًا أو أخضرًا، وله طعم حراق ورائحة خاصة لوجود مادة السنجرين Sinnigrin به التي لها علاقة بالخردل وهي مكونه من اتحاد زيت الخردل" أليل" مع سكر العنب اليميني وزيت الخردل كما هو معروف له رائحة حادة وطعم حرَّاق. **(السواك والعناية بالأسنان، د. عبد الرزاق مسعود السعيد، ص: ٣٤)**

20- مكونات شجر الأراك (التركيب الكيميائي لمسواك الأراك):

ولعل إلقاء نظرة على التركيب الكيميائي لمسواك الأراك يجعلنا ندرك أسباب الاختيار النبوي الكريم، **وهو الذي وصفه الرب جل وعلا فقال:** ﴿إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَى﴾ وتؤكد الأبحاث المخبرية الحديثة أن المسواك المخضر من عود الأراك يحتوي على" العفص" بنسبة كبيرة وهي مادة مضادة للعفونة، مطهرة، قابضة تعمل على قطع نزيف اللثة وتقويتها، كما تؤكد وجود مادة خردلية هي" السنجرين " Sinnigrin ذات رائحة حادة وطعم حراق تساعد على الفتك بالجراثيم.

وأكد الفحص المجهري لمقاطع السواك وجود بلورات السيليكا وحماضات الكلس والتي تفيد في تنظيف الأسنان كمادة تزلق الأوساخ والقلح عن الأسنان. وأكد د. طارق الخوري وجود الكلورايد مع السيليكا وهي مواد تزيد بياض الأسنان، وعلى وجود مادة صمغية تغطي الميناء وتحمي من التسوس، إن وجود الفيتامين ج وثري ميتيل أمين يعمل على التئام جروح

اللثة وعلى نموها السليم، كما تبين وجود مادة كبريتية تمنع التسوس ". **(روائع الطب الإسلامي محمد نزار الدقر ج 4)**

- **ويقول الدكتور عبد الرازق مسعود: المسواك يحتوى على مواد عديدة مفيدة لا توجد في أي معجون أو منظف أسنان آخر والمواد التي وجدت بالمسواك هي:**

(1) العفص. (٢) السنجرين Sinnigrin. (3) ألياف سيليولوزية.

(4) كلوريد الصوديوم. (5) بيكربونات البوتاسيوم. (٦) كلوريد البوتاسيوم.

(7) أكسالات الكالسيوم. (8) زيوت عطرية. (9) أملاح معدنية.

(١0) بلورات السيليس. (١1) عنصر الحديد. (12) عنصر الفوسفات.

(١3) عنصر الصوديوم. (١٤) عنصر الفحمات. (15) عنصر الكبريتات.

(١٦) مادة مانعة للتخمر اكتشفها بحيث كيوديل. (١7) عنصر الكلور.

(18) مبيدات جراثيم تشبه البنسلين اكتشفها العالم رودات(كما سيأتي) (19) عنصر الكالسيوم.

(20) مواد سكرية مختلفة مثل الجالاكتوز والنشا والمواد الصمغية. (21) أملاح نشادرية.

(٢2) مواد غير معروفة.

كما أن ألياف السواك أفضل من شعيرات الفرشاة لعدة أسباب منها:

١- ألياف المسواك قوية ومتينة ولينة وسيليولوزية وغير قاسية كألياف الفرشاة التي تخدش الأنسجة وتسحلها.

2- ألياف المسواك تحتوي على مواد كيماوية تفوق أي معجون.

3- ألياف المسواك دقيقة ورقيقه لا تؤذي اللثة بعكس شعيرات الفرشاة.

4- ألياف المسواك ذات فعالية في تقلل كميات الترسبات القلحية عن الفرشاة.

5- ألياف المسواك يتم تغيرها باستمرار عدة أيام أو كل أسبوع ويستخدم جزء أو قطعة جديدة عكس الفرشاة والتي تستمر شهور.

6- ألياف المسواك غير قابلة للتلوث لوجود مواد مطهرة بها مثل العفص والسنجرين عكس الفرشاة.

7- ألياف المسواك مغطاة بطبقة فلينية تحميها من الجراثيم.

8- ألياف المسواك من السهل التحكم في صلابتها وطراوتها وذلك بتقليل عدد أليافها أو دَقُّها قليلًا فتقل صلابتها لذلك فألياف المسواك تناسب جميع الحالات على عكس الفرشاة.

9- ألياف المسواك لينة وقوية لا تتكسر تحت الضغط وتتخلل الأسنان من جميع الجهات عكس الفرشاة.

١٠- ألياف المسواك والمواد الطبيعية والكيماوية الموجودة فيه لا يستطيع أحد أن يغشها عكس الفرشاة والمعاجن المختلفة فيمكن غشها بسهولة ". **(السواك والعناية بالأسنان. د. عبد الله عبد الرزاق).**

21- اكتشاف مواد جديدة في السواك:

اكتشف العالم رودات خبير علم الجراثيم والأوبئة بجامعة روستوك في ألمانيا أن في المسواك مواد مضادة للعفونة تشبه البنسلين في تأثيره وهي مجهولة التركيب.

يقول العالم رودات: بدأت أبحاثي على مسحوق خشب الأراك وبللته بالماء ثم وضعته على مزارع الجراثيم، فظهرت على المزارع آثار كتلك التي يقوم بها البنسلين. **واستنتجت أمرين**:

الأول: أن هناك حكمة كبيرة وراء استعمال السواك مبللًا بالماء لما يحويه من مادة مضادة للجراثيم. وحتى لو استعمل السواك جافًا فهناك اللعاب الذي يمكنه حل هذه المادة.

الثاني: أنه يجب تغيير السواك من حين لآخر، حيث يفقد مادته الهامة المقاومة للجراثيم من طول الاستعمال.

هذا وقد أجرى العالم رودات تجاربه على مزرعة للميكروبات العنقودية وقد اختار هذا النوع من الميكروبات لسببين: **الأول**: أنها من الجراثيم المقاومة جدا في العناصر البدنة وفي

المزارع.

والثاني: لأنها من أهم أنواع الجراثيم الموجودة في الفم والتي تؤدي إلى الإصابة بكثير من أمراض الأسنان.

وقد وضع الباحث مزرعة الميكروبات العنقودية وفي وسطها مسحوق خشب السواك المبلل، وقد وضعها في درجة حرارة مقدارها ٣٧ درجة مئوية. وبعد ١٨ ساعة ظهرت نتيجة أثر خشب المسواك في الحلقة التي اختفي منها أثر الجراثيم. **(حياتك بين الصحة والمرض)**

وصدق رسول الله ﷺ حيث قال: " السِّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ ". **(أخرجه الإمام أحمد والنسائي عنْ عَائِشَةَ) (صحيح الجامع :3695) (صحيح الترغيب والترهيب:209)**

وأخرج البُخَارِيُّ منْ حديث أَنَسٍ رضي الله عنه قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: " لَقَدْ أَكْثَرْتُ عَلَيْكُمْ فِي السِّوَاكِ ".

وأخرج الطبراني في الأوسط من حديث عبد الله بن عباس-رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا- قال: قال رسول الله ﷺ:

" لقدْ أُمِرْتُ بِالسِّواكِ حتى خِفْتُ على أسْنانِي ". **(صحيح الجامع: 5119) (السلسلة الصحيحة: 1556)**

22- أقوال وأبحاث العلماء والأطباء في المسواك:

أ- قال الدكتور فوزي رزيق أستاذ علم الهستولوجيا (علم الأنسجة وبيولوجيا الخلية) بجامعة القاهرة: " المسواك يغنى عن الفرشاة وهو أفضل منها ".

وقال أيضًا: " توصى بعض الجامعات بإجراء مساج بالأصبع للثة وذلك لتحريك الدم في النسيج اللثوي، وهذا واضح في طريقة استعمال السواك الذي يجب أن يطبق باتجاه رأسي لمحور السن واللثة وهذا يساعد على تنشيط الدورة الدموية. والمسواك أفضل من الفرشاة من ناحيتين: أولًا: ميكانيكيًا: فهو يفوق الفرشاة لأنه يسير على سطح كل سن ويدخل بين الأسنان على عكس الفرشاة.

ثانيًا: كيميائيًا: وهنا لا توجد أي ميزة للفرشاة والمعجون على السواك، حيث أنه بعد عشرين دقيقة فقط من استعمال الفرشاة والمعجون يعود مستوى الجراثيم للفم لحالته الأولي، وهذه نتيجة حُصِل عليها بعد إجراء تجارب عديدة في مصر وألمانيا الغربية ".

ب - جاء في مجلة جمعية أطباء الأسنان الأمريكية: " أن أكثر المعاجين المستعملة في الولايات المتحدة ليست طبية ولا صحية ".

جـ- قال الدكتور عبد الغني حمزة عميد كلية الصيدلة: " أن السواك يحتوي على مواد كيماوية مثل العفص وهو مطهر للفم والأسنان، وكذلك به مادة السنجرين وهي مادة قاتلة لجراثيم الفم ".

د - العالم رودات وهو مدير معهد علم الجراثيم والأوبئة في جامعة روستوك بألمانيا الديمقراطية: وجد أن في المسواك مواد مضادة للعفونة وقاتلة للجراثيم.

هـ- قال الأستاذ الدكتور محمد سعيد الجريدلي رئيس قسم الأنسجة المرضية للفم بجامعة القاهرة:

" المسواك يفوق الفرشاة والمعجون من الناحية الكيماوية والميكانيكية بمرات عديدة ".

وقال أيضًا: " إن السواك يفوق من الناحية الكيماوية والميكانيكية الفرشاة والمعجون بمرات عديده حيث أنه بمفرده يقوم مقامهما معًا كما أن معظم المعاجين عبارة عن مواد صابونية فقط.

بينما ثبت بشكل قاطع أنه يوجد في السواك حمض العفص بتركيز عال وبطعم جيد ومقبول، وهذا الحمض له عمل فعال في الأمراض العضوية وخاصة في الالتهابات اللثوية، حيث يتدخل في عملية تحويل مُولِّد الليفين إلي ليفين ويوضع بين الخلايا. ونحن أطباء الأسنان في مصر نصف للمرضى الذين يعانون من التهابات اللثة هذه الوصفة العلاجية: حامض العفص:20 ٪، جليسرين:٨٠.

وطريقة استعمالها تكون بغمس الإصبع بهذا المحلول ودلك اللثة بها، مع العلم أنه كلما كانت نسبة حمض العفص أعلى كلما كان التأثير أفضل وأجود، ويمنعنا من زيادة نسبته عن ٢٠ ٪ طعمه اللاذع وغير المقبول في بعض الأحيان، في حين أن وجوده في السواك بنسبة أكبر أو أعلى بكثير من20 ٪ وطعمه مقبول، وله رائحة طيبة ونكهة، وهذه ناحية ينفرد بها السواك كميزة رائعة، ولذلك فان السواك يفوق الفرشاة ومعجون الأسنان بكثير".

و- ***قال الدكتور محمد وليد حمودة:*** " الوسائل التي تنظف بها الأسنان؛ عود الأراك بأشعاره الطبيعية النباتية، وما يحويه من مواد حمضية، ومواد مطهرة، وبلورات سيليس، وحماضات، ومواد عطرية، وأملاح معدنية ".

ز- ***قال الدكتور عبد الغني السروجي نقيب أطباء الأسنان في سوريا:*** " اهتم النبي ﷺ بالسواك فقال:

" **لَوْلَا أَنْ أَشُقَّ عَلَى أُمَّتِي، لأَمَرْتهُمْ بِالسِّوَاكِ عِنْدَ كُلِّ صَلَاةٍ**" - **وفي رواية:**" **مع كُلِّ صَلَاةٍ**".- **وفي رواية:**"**مع كلِّ وضوءٍ**". ولو نظرنا إلى السواك لوجدنا أنه يتكون كيميائيًا من ألياف السيليلوز، وبعض الزيوت الطيارة، وبعض الأملاح المعدنية؛ أهمها كلوريد الصوديوم؛ وهو ملح الطعام، وكلوريد البوتاسيوم، وأكسالات الجير، ولو نظرنا إلى السواك لوجدناه فرشاة طبيعية مزودة بأملاح معدنية، ومواد عطرة، ومسحوق مطهر".

ح- ***قال الدكتور تحسينت كيوديل:*** " أن السواك يحتوي على مادة تمنع تسوس الأسنان ".

ط - قامت جامعة مِنيسوتا (Minnesota of University) بأمريكا بعدة أبحاث على المسلمين الزنوج الذين يستعملون المسواك فوجدوا أن أسنانهم ولثاتهم سليمة إذا قورنت بالذين يستعملون الفرشاة والمعجون.

ك- قال الدكتور ظافر العطار من جامعة دمشق: " إن تركيب هذا النبات عبارة عن ألياف حاويه على بيكربونات صوديوم وهي المادة المفضل استخدامها في معجون الأسنان من قبل مجمع معالجة الأسنان التابع لجمعية طب الأسنان الأمريكية ليستعمل كمادة سنية وحيدة تقي من العضويات المجهرية التي تغزو فرشاة الأسنان وبه مواد أخرى مثل العفص الذي يساعد على شفاء اللثة في حالة حدوث التهابات ". **(من كتاب السواك والعناية بالأسنان . د. عبد الله عبد الرزاق ص: ٥١)**

- ***وقال في موضع آخر:*** " بلغني من الدكتور الأيوبي أن الأستاذ حلباوي وكيل شركة أودل لمعاجين الأسنان يفكر في إنتاج معجون سيسميه " المسواكين"، مما يدل على أن الغرب مهتم بالسواك، والمسواك يحتوى على مادة بيكربونات الصوديوم وهي المادة التي أوصى بها مجمع معالجة الأسنان والتابع لجمعية أطباء الأسنان الأمريكية لتستعمل في المواد السنيه المنظفة، وهي مادة مطهرة، لها أثرها الفعال ضد الجراثيم، كما أن وسط السواك وسط قلوي، وهذا الوسط مفيد في الوسط الفموي، لأن النخر يحدث عن تكوين الأحماض التي أيضًا تخرش وتهيج الأنسجة اللثوية، وللمسواك طعم مقبول معطر، يزيد الفم رائحة ونكهة طيبة، كما أن التعود على السواك يجعل المسلم يقلع عن كثير من العادات الضارة مثل التدخين للكبار، ومص الأصابع للصغار".

ل- أجرت كلية الصيدلة بجامعة الرياض عدة أبحاث على السواك فاتضح منها:

(أ) بالمسواك مادة السنجرين وهي مادة مطهرة قوية تساعد على الفتك بالجراثيم.

(ب) بالمسواك حمض العفص الذي يعتبر مطهرًا وقابضًا يوقف النزيف.

(ج) بالمسواك مواد مبيدة للجراثيم اكتشفها العالم رودات (كما مر بنا).

(د) بالسواك مواد عطريه زيتيه ذات نكهة طيبة تطيب رائحة الفم برائحة زكية.

(هـ) بألياف المسواك كميات عديده من الأملاح التي تساعد على التنظيف وبلورات السيليس التي هي حوالي ٤٪ تقريبًا وهي مواد زالقة للأوساخ وتزيل القلح عن الأسنان.

(و) بالمسواك صموغ، ونشا، وأملاح تساعد على توزيع المواد الفعالة به، لأنها تشكل لها سواغًا، وتجعل اللعاب قوامًا لزجًا يساعد على النظافة.

خاتمة

وبعد...

فهذا آخر ما تيسَّر جمعه في هذه الرسالة.

وأسأل الله- تعالى- أن يكتب لها القبول، وأن يتقبَّلها منّي بقبول حسن، كما أسأله سبحانه وتعالى أن ينفع بها مؤلفها وقارئها، ومَن أعان على إخراجها ونشرها.....إنه ولي ذلك والقادر عليه.

هذا وما كان فيها من صواب فمن الله وحده، وما كان من سهو أو خطأ أو نسيان فمنِّي ومن الشيطان، والله ورسوله منه براء، وهذا شأن أي عمل بشري فإنه يعتريه الخطأ والصواب، فإن كان صوابًا فادعُ لي بالقبول والتوفيق، وإن كان ثم خطأ فاستغفر لي:

وإن وجدت العيب فسد الخللا جلّ من لا عيب فيه وعلا

فاللّهُمَّ اجعل عملي كله صالحًا ولوجهك خالصًا، ولا تجعل لأحد فيه نصيبًا

والحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات.

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين، وصلّى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

هذا والله – تعالى- أعلى وأعلم.

سبحانك اللّهُمَّ وبحمدك، أشهد أن لا إله إلا أنت، أستغفرك وأتوب إليك

المحتويات

تمهيد 3
نبض الرسالة 4
أولًا: فضل بعض الأمور المتعلقة بالطعام: 7
1- فضل التسمية على الطعام: 7
2- فضل الأكل باليد اليمنى: 8
3- فضل الاجتماع على الطعام: 9
4- فضل الأكل من جوانب الطعام: 11
5- فضل انتظار الطعام الساخن حتى يذهب بخاره: 12
6- فضل التقاط اللقمة إذا سقطت، وإماطة ما بها من الأذى وأكلها، ولعق الأصابع: 13
7- فضل القيام عن الطعام قبل الشبع: 14
وعدم الشبع له فضائل وفوائد كثيرة منها: - 18
تنبيه: يجوز الأكل حتى الشبع أحيانًا: 20
8- فضل تفطير الصائم: 21
9- فضل إطعام المسلم: 22
10- فضل إطعام الزوجة: 22
11- فضل حمد الله تعالى عند الانتهاء من الطعام أو الشرب: 22
12- فضل غَسْلُ الْيَدِ بَعْدَ الطَّعَامِ: 23
13- فضل تغطية إناء الطعام أو الشراب عند قدوم الليل، وذكر اسم الله عليه: 24
ثانيًا: فضل السواك: 25
1- السِّوَاكُ أُمِرَ بِهِ النَّبِيُّ ﷺ وهذا يدل على فضله ومكانته في الإسلام: 25
2- السِّوَاكُ وَصِيَّةُ النَّبِيِّ ﷺ: 26
3- السِّوَاكُ سُنَّةٌ مُؤَكَّدَةٌ: 27
4- السِّوَاكُ حَقٌّ على كُلِّ مُسْلِمٍ: 28

5- السِّوَاكُ مِنَ الْفِطْرَةِ: 28
6- السِّوَاكُ يحبه النبي ﷺ وهو آخر ما فعل عند خروجه من الدنيا: 29
7- السِّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ: 29
8- السِّوَاكُ وصلاة الليل سببٌ لدنو الملائكة من العبد: 30
تتمة للفائدة أُذكر ببعض الفوائد والتنبيهات والآداب الخاصة بالسواك: 32
أ- السِّوَاكُ عِنْدَ الاستيقاظ مِن النوم: 32
ب - السِّوَاكُ عِنْدَ القِيَامِ لصلاة الليلِ: 33
جـ- السِّوَاكُ عِنْدَ الانْصِرَافِ مِنْ قِيَامِ الليلِ: 33
د - السِّوَاكُ عِنْدَ قِرَاءَةِ القُرْآنِ: 33
هـ- السِّوَاكُ عند الوضوء: 34
و - السِّوَاكُ عِنْدَ كل صلاة: 35
ز- التسوك يوم الجمعة: 37
حـ- السِّوَاكُ عِنْدَ دُخُولِ البَيْتِ: 37
ط - السِّوَاكُ عند تغير رائحة الفم، أو عند اصفرار الأسنان: 38
2- لا مانع من التسوك بسواك الغير بإذنه: 39
3- إذا أعطى سواكًا فليقدم كبير السن على من دونه سنًّا: 40
4- يستحب الاستياك على اللسان: 41
5- هل يجوز الاستياك بالأصابع؟ 42
6- لا مانع من استخدام السِّواكُ للصَّائِمِ: 42
تنبيهات خاصة بالصائمين عند استخدام السواك: 45
7- صفات المسواك: 46
8- منافع السواك: 46
9- السواك وأهمية تنظيف الأسنان: 46
10- الأمراض الناتجة من عدم العناية بالفم والأسنان: 47
11- ما يُستاك به: 48

12- ما لا يتسوك به:..... 49
13- المقارنة بين السواك وفرشاة الأسنان وغيرها:..... 49
14- يستحب غسل السواك بعد الاستياك لتخليصه مما علق به:..... 51
15- أماكن زراعة شجر الأراك:..... 51
16- كيفية الاستياك:..... 51
17- البدء بالجهة اليمنى عند التسوك:..... 54
18- أن يبدأ المرء في استياكه من الجانب الأيمن عرضًا:..... 55
19- مصدر السواك:..... 56
20- مكونات شجر الأراك (التركيب الكيميائي لمسواك الأراك):..... 56
21- اكتشاف مواد جديدة في السواك:..... 58
22- أقوال وأبحاث العلماء والأطباء في المسواك:..... 59
خاتمة..... 63