من الغم وكذلك بدنه وفمه ونشفه من شراب فيه دسم
وكان النبي صلى الله عليه وسلم يغسل يبلل يديه ووجهه
وذراعيه ورأسه وقال هكذا الوضوء مما مست النار
والحمد لله الذي اطعمه وسقاه وجعله من المسلمين وجعل
لما اكل ما غاد ومخرجا ويذيب الطعام بالذكر
والصلوة ولا ينام عليه فيقسو قلبه فيصلي ركعتين
بعد الطعام شكرا لله تعالى على نعمته فاذا فرغ
من الاكل ذكر حسابه يوم القيمة فان الله تعالى يسأله
عن النعيم وهو اكل خبز البر والنوم في الظل وشرب
الماء الفرات مبردا والصحة والامن ولا يدخر طعاما
لغد ويكيل الطعام عند الاخذ والاعطاء ولا يهيله
فان ذلك يذهب البركة   في فضايل
بعض الاطعمة والفواكه والاشربة في الحديث ان
جبرائيل عليه السلام امر نبينا صلى الله عليه وسلم باكل الهريسة
ليشتد بها ظهره لقيام الليل فاكل منها فاعطى النبي
صلى الله عليه وسلم قوة اربعين رجلا في البطش والجماع
واحب الطعام الى النبي صلى الله عليه وسلم الدبا وانه يزيد

العقل

القلب عند ذكر الله تعالى ومرقة العدس وخبز الشعير
من اكلة الانبيا عليهم السلام وهو مبارك واللحم
يزيد في قوة السمع والبصر والدماغ ويزيد سبعين
قوة لا يزيدها غيره واطيب اللحم لحم الظهر والتلبينة
يسرو عن الحزين ويجم فواد المريض والخل من
انفع الادم والتمر ادام والعنب ادام وفاكهة
والمزازة سنة وهي اكل العنب بالخبز وكان
صلى الله عليه وسلم اذا جيء بالحلوا والطيب لم يرد اما
حتى يصيب من هذا ويشم من هذا ومن لقم حلوا اخاه
لم يذق مرارة القيمة قال النبي صلى الله عليه وسلم
من تصبح بسبع تمرات عجوة لم يضره ذلك اليوم سم
ولا سحر ومن اكل التمر وترا لم يضره وكان غداءه
وكان صلى الله عليه وسلم يأكل التمر ويجعل نوى التمر
على سبابته ووسطاه فيرمي بها   السنة ان
يأكل البطيخ بالتمر والعنب بالزبيب ورطبا للوز بادم
والجوز بيابسهما فان ذلك يغضب الشيطان و
لا يقرن الرجل في الجمع بين التمرتين حتى يستاذن صاحبه

Copyright © King Saud University