کۆمەڵێک ئادابی نان خواردن لە ئیسلامدا

[کردي – کوردی – kurdish]

نوسینی : محمد صالح المنجد

وەرگێڕانی: دەستەی بەشی زمانی کوردی لە ماڵپەڕی ئیسلام هاوس
پێداچونەوەی: پشتیوان سابیر عەزیز

١٤٣٠ - ٢٠٠٩

islamhouse.com

(جملة من آداب الأكل في الإسلام)

« باللغة الكوردية »

محمد صالح المنجد

ترجمة: فريق القسم الكردي بموقع دار الإسلام
مراجعة: بشتيوان صابر عزيز

١٤٣٠ - ٢٠٠٩

islamhouse.com

کۆمەڵێک ئادابی نان خواردن لە ئیسلامدا

الحمد لله رب العالمين، وصلى الله وسلم وبارك على نبينا محمدٍ وعلى آله وصحبه أجمعين.

خوشک وبرایانی بەڕێزم باس وخواستی ئەم جارەمان قسەکردنەلەسەر بابەتێکی گرنک کەبەشێوەیەکی بەردەوام پیویستمان پێەتی ئەویش بریتی یەلە(ئادابەکانی خواردن)کەزانایانی ئیسلام گفتوگۆی زۆریان لەبارەوەکردوە، ئەویش لە بەر زۆری ئەو دەقەپیرۆزانەی کەلەم بوارەدا هاتوون، هەروەک چەند جارێکیش ئاماژەمان پێکردوەشەریعەتی پیرۆزی ئیسلام گرنگی بەهەموو لایەنەکانی ژیانی ڕۆژانەی مرۆڤ داوە، بەئەندازەی ئەوەی بوارەکانی ژیانی موسڵمان فراوانترین دەقەکانیش لەبارەیانەوەفراوانتر دەبن وقسەیان لێ دەکەن، ئادابەکانی نان خواردن یەکێکەلەو بوارانەی کەشەریعەتی پیرۆزی ئیسلام بەگرنگ وەری گرتووە، پشت بەخوای گەورەومیهرەبان ئێمەلەباسی ئەمجارەماندا تیشک دەخەینەسەر کۆمەڵێک لەو ئادابەجوانانە، لەوانەش :--

یەکەم : دەست شۆرین پێش دەست کردن بەخواردن، ئیمامی نەسائی فەرموودەیەکی لەم بارەیەوەڕیوایەت کردوەکەئەو پیاوانەی گێڕاویانەتەوە، هەمان ئەو پیاوانەن کەلای هەردوو ئیمامی بوخاری وموسلیم جێگەی متمانەبوون، محمدی کوڕی عوبەیدەنەبێت، ئەویش بە(الصدوق = ڕاستگۆ) ناسراوە، لەو ڕیوایەتەدا هاتووە: (كان النبي صلى الله عليه وسلم: إذا أراد أن ينام وهو جنب توضأ، وإذا أراد أن يأكل غسل يديه) واتە: پێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) هەرکاتێک بیوویستایەبخەوێت ولەشی گران بوایەدەست نوێژی دەگرت ئەمجا دەخەوت، وەهەرکاتێکیش بیویستایەنان بخوات دەستەکانی دەشۆرد .

دووەم : ناوی خودا هێنان (بسم الله) ی کردن، بەم بارەیەشەوەفەرموودەگەلێکی ئیجگار زۆر هاتووە، وەک ئەو فەرموودەیەی کەپێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) فەرمانی کرد بەعەبدوڵڵای کوڕی عەباس وپێی فەرموو (يا غلام سم الله ....) واتەئەی کوڕی لاو – سەرەتا – ناوی خودا

بهێنەوبڵێ بسم الله، یان ئەو فەرموودەصەریحەی کەهاتوەودەفەرموێت : (یا غلام! إذا أردت أن تأكل فقل: باسم الله) واتە: ئەی کوڕی لاو هەرکاتێک وویستت کەبخۆیت بڵێ : بسم الله، بەناوی خوای گەورە.

سێهەم : بەدەستی ڕاستت بخۆیت : هەروەک لەدرێژەی فەرموودەکەی پێشوودا هاتووە، کەدەفەرموێت : (... وكل بيمينك ..). واتە: بەدەستی ڕاستت بخۆ .

چوارەم : نزیک کەوتنەوەلەخواردنەوە، لەم بارەیەشەوەپێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) هەر بەعەبدوڵلای کوری عەباسی فەرموو : (... أُدن يا بني)، واتە: نزیک ببەرەوەئەی کوڕی خۆشەویستم _ نزیک ببەرەوەلەنانەکەوە.

پێنجەم:لەبەردەمی خۆتەوەخواردن بخۆ، لەدرێژەی فەرموودەکەی عەبدوڵڵا هاتوەکەخۆشەویستمان پێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) فێری کرد وپێی فەرموو : (وكل مما يليک) ، واتە: لەبەردەمی خۆتەوەبخۆ .

شەشەم: کۆبونەوەلەسەر خوانی خواردن بەشێوەیەک نەبێت هەرکەس بۆخۆی بێت، چونکە پێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) دەفەرموێت : (اجتمعوا على طعامكم واذكروا اسم الله عليه يبارک لكم فيه) واتە: کۆببنەوەلەسەر خواردنەکەتان وناوی خودا بهێنن، خوای گەورەش بەرەکەتی تێ دەخات بۆتان . لەمەشەوەئەوەتێدەگەیەن کەخواردنی یەک کەس بەشی دوان دەکات، وەخواردنی دوو کەسیش بەشی چوار دەکات، وەخواردنی چوار کەشیش بەشی هەشت کەس دەکات، هەروەک چۆن لەفەرموودەیەکی صەحیحدا هاتوەکەئیبن ماجە ڕیوایەتی کردووە.

حەوتەم : ئەوەیەکەدەستی نەسڕێت بەدەستەسڕ هەتاوەکو پەنجەکانی دەلێسێتەوە، هەروەک لەفەرموودەیەکدا هاتوەکەئیمامی نەسائی ڕیوایەتی کردوەوفەرموودەکەش فەرموودەیەکی صەحیحە، پێغەمبەری خوا (صلى الله عليەوسلم) دەفەرموێت : (إذا أكل أحدكم الطعام فلا يمسح يده حتى يلعقها أو يلعقها، ولا يرفع الصفحة حتى يلعقها فإن آخر الطعام فيه البركة) واتە: هەرکەسێک لەئێوەخواردنی خوارد بادەستەکانی نەسڕێت تاوەکو ئەیانلێسێتەوە، وەبا ئەو دەفرەوقاپەی کەخواردنەکەی تێدا خواردوەهەڵنەگیرێت تاوەکو ئەیلێسێتەوە، چونکەکۆتای خواردن بەرەکەتی تێدایە.

هەشتەم : لێساندنەوەی ئەو دەفر وقاپەی کەخواردنەکەی تێدا بووە، وەک لەفەرموودەکەی پێشوودا باسمان کرد، چونکەکۆتایی خواردنیش بەرەکەتی تێدایە.

نۆیەم : ئەگەر هاتوو پارووپەکی لەدەست بەر بوویەوەبا وازی لێ نەهێنێت، جونکەپێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) فەرموویەتی : (إذا طعم أحدكم فسقطت لقمته من يده، فليمط ما رابه منها وليطعمها، ولا يدعها للشيطان)، واتە: ئەگەر هەرکەس لەئێوەخواردنی خوارد وپارووپەکی لەدەست بەربوویەوەبا ئەوەی خوڵاوی بووەبیسڕێت ولایببات، وئەوەی تریشی بخوات، وبەجێی نەهێڵێت بۆ شەیتان .

دەیەم : باکەمێک وازی لێ بهێنێت تاوەکو کەف وکوڵ وگەرمیەکی نامێنێت، پێغەمبەری ئازیزمان لەم بارەیەشەوەفەرموویەتی : (إنه أعظم للبركة) واتە: خواردنێک کەکەف وکوڵ وگەرمیەکەی نەمێنێت بەرەکەتی گەورەی تێدایە.

یازدەهەم : فوو نەکردن لەخواردن، دیارەئەمەش حیکمەتێکی گەورەی تێدایە، هەروەک زانستی سەردەم سەلماندویەتی ئەو خواردنەی کەفووی لێ بکرێت ڤایرۆساوی دەبێت ...

دوازدەهەم : خواردن لەلاکانی ئەو دەفر وقاپەی کەخواردنەکەی تێدایەوواز هێنان لەناوەڕاستەکەی، هەروەک لەچەند فەرمودەیەکی صەحیحدا هاتووە: (كلوا من جوانبها ودعوا ذروتها –أي وسطها– يبارك لكم فيها) واتە: لەلاکانی خوادنەکەوەبخۆن وواز لەناوەندەکەی بهێنن، تاوەکو بەرەکەتی تێ بکەوێت بۆتان، هەروەها هاتووە : (كلوا باسم الله من حواليها واعفوا رأسها، فإن البركة تأتيها من فوقها) واتە: بەناوی خوای گەورەوەلەلاکانیەوەبخۆن وواز بهێنن لەناوەڕاستەکەی، چونکەبەرەکەتی خواردن لەناوەڕاست وسەرەکەیەوەدێت ، دیسان هەر لەم بارەیەوەپێغەمبەر (صلى الله عليه وسلم) فەرمویەتی: (إن البركة وسط القصعة فكلوا من نواحيها ولا تأكلوا من رأسها) ، واتە: بەرەکەتی خواردن لەناوەڕاستەکەیەوەیە، جا ئێوەش لەلاکانیەوەبخۆن، ولەناوەڕاست وسەرەکەیەوەنەخۆن .

سیازدەیەم : نان خواردن لەسەر زەوی، چونکەلەفەرموودەیەکی صەحیحدا هاتووە، (آكل كما يأكل العبد، وأجلس كما يجلس العبد؛ فإنما أنا عبد) واتە: دەخۆم وەکو چۆن بەندەیەک دەخوات، وەدادەنیشم وەکو چۆن بەندەیەک دادەنیشێت، بێگومان منیش تەنها بەندەیەکم، هەروەها فەرموویەتی:(آكل كما يأكل العبد، فوالذي نفسي بيده لو كانت الدنيا تزن عند الله جناح بعوضة ما سقى منها كافراً شربة ماء)،

واتە: دەخۆم وەکو چۆن بەندەبەک دەخوات، سوێند بێت بەو کەسەی کەگیانی منی بەدەستە ئەگەر دونیا بەئەندازەی باڵی مێشوولەیەک نرخی ببوایەلای پەروەردگار نەیدەهێشت بێباوەڕێک دڵۆپێک ئاوی لێ بخواتەوە.

گومانی تێدا نیەعەبد وبەندەش لەسەردەمی کۆندا هەر لەسەر زەوی نانیان خواردوە، ئەمەش بۆیەووتراوەتاوەکو مرۆڤ دوور بێت لەفیز و (تكبر) وخۆ هەڵکێشان .

چواردەیەم : ئەگەر خزمەتکارەکەت خواردنی بۆت هێنا هەستەولێی بگرە، چونکەپێغەمبەری خۆشەویست (صلى الله عليه وسلم) دەفەرموێت : (إذا أتى أحدكم خادمه بطعامه قد كفاه علاجه ودخانه؛ فليجلسه معه –يعني إجلاس الخدم معهم– فإن لم يجلسه معه فليناوله أكلةً أو أكلتين)، واتە: ئەگەر کەسێک لەئێوەخزمەتکارەکەی خواردنی بۆ هێنان، لەبەر ئەوەی ئەو خواردنەبۆنەکەی چووەبەسەر ئەو خزمەتکارەدا، با لەگەڵ خۆی دایبنیشێنێت وبخوات لەگەڵیدا، خۆ ئەگەر دایشی نەنیشاند لەگەڵیدا بخوات ئەوەبا پاروویەک یان دوو پارووی بداتی بیخوات.

چونکەوەک ئاشکرایەئەو خزمەتکارەماندوو بووەبەدروستکردنی ئەو خواردنەوەوبۆنی خۆشی چووەبەسەریدا، وئەویش مرۆڤەوحەزی لەخواردنی خۆشە، جا لەبەر ئەوەی ئەو کەسەگوناهبار نەبێت (وەک کوردەواری دەڵێت : نەفس ودەینی نەیەتەسەری) با بەشی بدات لەو خواردنە، لەلایەکەیتریشەوەئەم فەرمودەیەفێری تەواضع وخاکی بوونمان دەکات لەگەڵ ژێر دەستەکانی خۆماندا .

پازدەیەم : ئەگەر حەزی لەخواردنێک نەکرد با بەکەم سەیری نەکات و ئاخ وئۆف هەڵنەکێشێت و بڵێت: ئاخ لەدەست ئەم جۆرەخواردنانەڕزگارمان نابێت، وەک هەندێک کەس کردوویانەبەپیشەی خۆیان هەرکاتێک خواردنێکیان بەدڵ نەبوو تانەی لێ دەدەن وقسەی پێ دەڵێن، بەڵکو لەئادابەجوانەکانی ئاینی پیرۆزی ئیسلامەهەر خواردنێک حەزت لێی نەکرد و ئیشتهات نەچویەسەری دەستی لێ بکێشێتەوەوبچیتەدواوەبەبێ هیچ ناڕەزایی دەربڕینێک، وەک لەفەرموودەیەکدا هاتووە: (إن اشتهاه أكله وإلا تركه) واتە: ئەگەر ئیشتهای ئەو خواردنەی برد بیخوات، وەئەگەر نا با وازی لێ بهێنێت، وەهەروەها هاتووە: (ولما قدم الضب للنبي صلى الله عليه وسلم ترك أكله، وقال : إنه لم يكن بأرض قومي؛ فأجدني أعافه) ، کـــاتێک خواردنی گۆشتی (ضب = بزنەمژە) یـان هێنایەخزمەت پێغەمبەری

خــوا (صلى الله عليه وسلم) وازى لێهێنا ونەيخوارد وفەرمووى : ئەمەلەزەوى گەلەكەى مندا نەمبينيوە، پيشانم بدەن، پاشان وازى لێهێنا ونەيخوارد (بەڵام هاوەڵەكانى تر خواردنيان) .

شازدەيەم : پشكنينى خورما لەكرم وگەنيوى، ئەبوداود لەفەرموودەيەكى صەحيحدا ڕيوايەتى كردووەلەئەنەسى كوڕى ماليكەوە(ڕەزاى خواى لێ بێت) كەگێڕاويەتيەوە: (أن النبي صلى الله عليه وسلم كان يؤتى بالتمر فيه دودٌ، فيفتشه يخرج السوس منه) ، واتە: خورمايان هێنا بۆ پێغەمبەرى خوا (صلى الله عليه وسلم) كەكرمى تێدا بوو، ئەويش خورماكەى پشكنى و خراپ بووەكەى لێ لابرد .

هەڤدەيەم : دوعا ونزا وذكرى پاش نان خواردن، ئاشكرايەلەم بارەيەشەوەفەرموودەيەكى زۆر ڕيوايەت كراوەكەناوبانگترينيان ئەمانەن : –

– تورومذى وابن ماجەوئەبوداود ڕيوايەتيان كردووە كەپێغەمبەرى خوا (صلى الله عليه وسلم) فەرموويەتى : (من أكل طعاماً فقال الحمد الله الذي أطعمني هذا ورزقنيه، من غير حول مني ولاقوةٍ، غفر له ماتقدم من ذنبه) واتە: هەركەسێک نان بخوات و بڵێ : سوپاس وستايش بۆ ئەو خوايەى كەئەم خواردنەى پێداوم وڕزق وڕۆزى پێبەخشيوم، بەبێ هيچ هێز ودەسەڵاتێكى خۆم، خواى گەورەلەگوناهەكانى پێشووترى خۆش دەبێت).

– ئيمامى بوخارى وتورموذى ڕيوايەتيان كردوەكەپێغەمبەرى خوا (صلى الله عليه وسلم) هەركاتێک لەخواردن ببوايەتەوەوخواردنــەكەيان هەڵبگرتايە، دەيفــەرموو : (الحمد لله حــمداً كثيراً طيباً مباركاً فيــه غيرَ [مكفيٍ ولا] مودَّع، ولا مستغنىً عنهُ رَبنا) ، واتە: سوپاس وستايش بۆ خواى گەورە، سوپاس وستايشێكى ئێجگار زۆر وبەرەكەتدار، كەبەس نيەلەبەرامبەر نيعمەتەكانى تۆدا، وەهەرگيز بێنيازيش نابين لەبەرامبەريدا ئەى پەروەردگارمان .

هەژدەيەم : مرۆڤى باوەڕدار هەركاتێک گۆشتى لێنا، هەوڵبدات كەئاوى زياترى تێبكات وبەشى دەرو دراوسێكانيشى لێ ببات، هەروەک پێغەمبەرى خوا (صلى الله عليه وسلم) فەرموويەتى : (إذا طبختم اللحم فأكثروا المرقة، فإنه أوسع وأبلغ للجيران) واتە: ئەگەر گۆشتتان لێنا ئاوى زياترى تێبكەن، چونكەبەو شێوەيەزياد دەكات ودەگاتەدراوسێكانيش، هەروەها لەم بارەيەوەفەرموويەتى : (إذا

طبخ أحدكم قدراً فليكثر مرقها ثم يناول جاره منها)، واتە: هەر کاتێک کەسێک لەئێوەمەنجەڵێک خواردنی لێنا، با ئاوی زیاتری تێ بکات، پاشانیش بەشی دراوسێکەی لێ بدات .

نۆزدەیەم : چی دەکەیت ئەگەر هاتوو مێشێک کەوتەناو خواردنەکەتەوە؟ ئیمامی بوخاری و ابن ماجەفەرموودەیەکیان ڕیوایەت کردووە، کەپێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) ڕێنومای ئیمانداران دەکات لەم بارەیەوەودەفەرموێت : (إذا وقع الذباب في إناء أحدكم فليغمسه، فإن في أحد جناحيه داء وفي الآخر شفاء، فإنه يتقي بجناحه الذي فيه الداء) ، واتە: ئەگەر هاتوو مێشێک کەوتەناو دەفر وقاپی یەکێک لەئێوەوە، ئەوەبا مێشەکەنوقم بکات لەناو ئەو شتەی کەلەناو قاپەکەدایە، چونکەیەکێک لەباڵەکانی نەخۆشی پێوەیەوباڵەکەی تریشی شفای پێوەیە، بەمەش خۆت دەپارێزی لەو نەخۆشیەی کەبەو باڵەوەیەتی .

بیستەم : لەکاتی خواردندا مڵچەمڵچ نەکات ، لەم بارەیەشەوەپێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) فەرموویەتی : (كف عنا جشاءک) واتە: ئەم مڵچەمڵچەمان لێ دوور بخەروە، لەڕیوایەتێکی تردا هاتووە (أقصر من جشائک)، واتە: واز بێنەلەو مڵچەمڵچەت .

بیست ویەکەم : شۆرین وپاکردنەوەی دەستەکان پاش نان خواردن، بەتایبەت ئەگەر هاتوو وویستی بخەوێت، ابن ماجەفەرموودەیەکی صەحیحی بۆ ڕیوایەت کردووین لەپێغەمبەری ئازیزمانەوەکەتێیدا ئەم ڕەوشتەجوانەی بۆ ڕوون کردوینەتەوە، ودەفەرموێت : (إذا نام أحدكم وفي يده ريح غمرٍ – وهو رائحة اللحم ودسامة اللحم وزهومته ودهنه – فلم يغسل يده فأصابه شيءٌ فلا يلومن إلا نفسه)، واتە: ئەگەر هەرکەسێک لەئێوەوویستی بخەوێت وبەدەستەکانیەوەپاشماوەی بۆنی غەمر مابێیتەوە_ غەمر بریتیەلەبۆنی گۆشت وچەوریەکەی – بەڵام دەسەکانی نەشۆری، ئەگەر هاتوو پاشان تووشی هەرشتێک بوو لۆمەی کەس نەکات خۆی نەبێت .

بیست ودووەم : ئەگەر هاتوو نان وخوان ئامادەکراو لەو کاتەشدا کاتی نوێژکردن بوو، ئەوەبا دەست بکات بەخواردنی نانەکەی وپەلەی لێ نەکات، وەک لەفەرموودەیەکی صەحیحدا هاتووەکەئیمامي بوخاري وموسلیم ڕیوایەتیان کردوە: (إذا حضر العشاء وأقيمت الصلاة فابدءوا بالعشاء) واتە: ئەگەر نان وخوان ئامادەکرا بۆ نان خواردنی ئێوارە، ولەوکاتەدا قامەتی کرد بۆ نوێژ کردن، ئێوەدەست بکەن بەنان خواردن .

بیست وسێهەم : بەشێوەیەکی زۆر جوان دابنیشێت بۆ نان خواردن، بەو مەرجەی شان دانەدا ، یان بەپاڵ کەوتەنەوەنەبێت، لەم بارەیەشەوەپێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) فەرمویەتی : (أما أنا فلا آكل متكئاً)، واتە: بەڵام من بەشاندادانەوەنان ناخۆم .

بیست وچوارەم : نان نەخواردن بەشێوەیەک لەسەر سکی ڕاکشا بێت، وەک ڕیوایەت کراوەلەپێغەمبەری خواوە(صلى الله عليه وسلم) (نهى أن يأكل الرجل منبطحاً على بطنه)، واتە: پێغەمبەری خوا قەدەغەی کردوەلەهەرکەسێک کەلەسەر سکی ڕاکشابێت ونان بخوات .

بیست وپێنجەم : تەواو تێر نەخۆیت، بەشێوەیەک تا بیتەقاقاتی تێ بکەیت وپاشان نەتوانیت هەناسەبدەیت یان بجوڵێیت، لەفەرموودەیەکی صەحیحدا هاتوەکەسەروەرمان فەرموویەتی : (فثلث لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث لنفسه ....) واتە: گەدەی‌بکا بەسێ بەشەوە، سێ یەکێکی بۆ خواردن، وەسێ یەکێکی تری بۆ ئاو خواردنەوە، وەسێ یەکێکیشی بۆ هەناسەدان .

بیست وشەشەم : نان خواردن بەسێ پەنجە، لەفەرموودەیەکی صەحیح وارد بووەکە: (أنه عليه الصلاة والسلام كان يأكل بثلاثة أصابع، وكان إذا أكل طعاماً لعق أصابعه الثلاث)، واتە: پێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) بەسێ پەنجەی نانی دەخوارد، وەهەرکاتێک نانی بخواردایەهەرسێ پەنجەکەی دەلێسایەوە.

بیست وحەوتەم : ئەگەر هاتوو کەسێکی تری لەگەڵ بوو لەخواردندا، ڕەچاوی ئەوەبکات کەدوو دوو لەو شتەنەخوات، وەک خورما و میوەدوو دوو هەڵیان نەگرێت، مەگەر ئەو کەسەی کەلەگەڵیەتی ڕێگای بدات و بڵێت قەیناکات بەو شێوەیەبخۆ، وەک لەفەرموودەیەکدا هاتووە: (نهى عن الإقران، إلا أن يستأذن الرجل أخاه) واتە: پێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) قەدەغەی کردووەکەدوو دوو خورما یان میوەیان هەرشتێکی تر هەڵبگیرێت بۆ خواردن، مەگەر برادەرەکەی ڕێگای بدات .

بیست وهەشتەم : لەسەر خوان وسفرەیەک دانەنیشێت کەخواردنی حەرامی لەسەر بێت، وەک گۆشتی بەراز وعەرەق و شتی تریش، هەروەک وارد بووە: (أن النبي صلى الله عليه وسلم نهى عن الجلوس على مائدةٍ يشرب عليها الخمر). واتە: پێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) قەدەغەی کردوەلەسەر خوان وسفرەیەک دابنیشیت کەعەرەقی لەسەر بخورێتەوە.

بيست ونۆيەم : مام ناوەند وخاكى ومتواضع بيت لەخواردندا، تەنانەت واباشەمرۆڤى باوەڕدار هێندە ئيسراف نەكات لە كۆكردنەوەی ژمارەيەكی زۆر لەخواردن وپاشانيش نەخۆرێت، بگرە ئەمە دەچێتە خانەی حەراميشەوە، چونكە پێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) زۆر جار خواردنێكی خواردوەكەخواردنی متواضع وسادەبووە، وەك ڕیوايەت كراوەلێيوەی : (كان يأكل البطيخ بالرطب ويقول: نكسر حر هذا ببرد هذا، وبرد هذا بحر هذا)، واتە: كاڵەک، يان بەلەهەجەی هەندێک لەعەرب شووتی دەخوارد بەخورماوە ودەيفەرموو : گەرمايی ئەم خورمايەبەفێنكی وساردی ئەم شوتيەدەشكێنين، وەفێنكی وســاردی ئەم شوتيەش بەگەرمای ئەم خورمايەدەشكێنين .

سيهەم : نزيكی مزگەوت نەكەوێتەوەئەگەر هاتوو سير وپيايزي خواردبوو، وەدەرخواردی كەسێكيشی نەدا كەهاتوچۆی مزگەوت دەكات، لەفەرموودەيەكی ِصەحيحدا هاتوەكەئيمامی بوخاری وموسليم ڕيوايەتيان كردووە، كەپێشەوای ئازيزمان دەفەرموێت : (من أكل ثوما أو بصلا فليعتزلنا أو ليعتزل مسجدنا ...) واتە: هەر كەس سير يان پيازی خوارد با لامان جێ بهێڵێت، يان مزگەوتمان بەجێ بهێڵێت ...

سی ويەكەم : گرنگی دان بەو خواردنانەی كەشەريعەت بەگرنگی باسی كردوون، وەک خورما و زەيتی زەيتون، لەفەرموودەيەكدا هاتوەكەپێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) فەرموويەتی : (بيتٌ لا تمر فيه كالبيت لا طعام فيه) واتە: هەر ماڵێک خورمای تێدا نەبێت وەک ئەوەوايەخواردنی تێدا نەبێت، لەفــەرموودەيەكی تــردا هاتووە (بيت لا تمر فيه جياعٌ أهله) واتە: هەر ماڵێک خورمای تێدا نەبێت خەڵكەكەی برسيان دەبێت، هەروەها فەرمووشيەتی : (كلوا الزيت وادَّهنوا به) واتە: زەيتی زەيتون بخۆن و خۆشتانی پێ بهەنوون .

يان هەر خواردنێكی تر كەمرۆڤ خۆی حەزی لێدەكات وئيشتهای دەچێتەسەری بەو مەرجەی لەخواردنەحەرامەكان نەبێت، وەک ئەوەی پێغەمبەری خوا (صلى الله عليه وسلم) بەطەبيعەتی خۆی حەزی لەخواردنی كولەكەخانمی كردووە، يان لەسركەی خــورما .

هەر لەڕيزی گرنگی دان بەخواردن، ئەوەيەكەمرۆڤی باوەڕدار ڕێزی نان بگرێت وفڕێی نەداتەشوێنی قێزەون و بێ نرخەوە، يان لەبەر پێی خەڵكدا دايبنێت، وەكاتێكيش كەڕەق بوويەوەو بەكەڵكی خواردن نەدەهات ئەوەزۆر بەڕێزەوەهەڵی بگرێت وبيدات بەئاژەڵان يان دانی بنێت لەبەردەم باڵندەوپەلەوردا

چونکەنان نیعەمەتێکی گەورەی خودایەوکەسیش تامی ئەو نیعمەتەنازانێت کاتێک نەبێت کەزۆر برسی بێت لەجێگایەکی چۆڵەوانیدا ودەستی بەکەسیش نەگات و خەریک بێت بەهیلاک بچێت، بەڵام لەو کاتەدا کەسێک بێت و یەک دوو نان و جامێک ئاوی بدات بەدەستەوە، لەبارەی ڕێزی نانیشەوەپێغەمبەری خوا (صلی اللە علیە وسلم) فەرموویەتی : (أكرموا الخبز) ، واتە: ڕێزی نان بگرن .

بەڵێ خۆشەویستان ئەوەی باسکرا کۆمەڵێک بوو لە ئادابە جوانەکانی نان خواردن کە پێغەمبەری خۆشەویستمان (صلی اللە علیە وسلم) ئیماندرانی بۆ ڕێنومایی کردووە، ئەمەش بەڵگەیە لە کامڵی وتەواوی شەریعەتی پیرۆزی ئیسلام کەبەچ شێوەیەک تەنانەت گرنگی داوەبەخواردن وخواردنەوەو ئادابي زۆر جوان وشیرنی بۆ داناوە، کەلەهیچ ئاین وڕێسا ویاسایەکی دەستکردی مرۆڤەکاندا گرنگی پێ نەدراوە، بگرەهەر پشتگۆێش خراوە.

لەکۆتایدا لەخوای گەورەئەپاڕێینەوەبەڕەحم ومیهرەبانی خۆی لێمان ببورێت ولەڕۆژی دوایدا بمانخاتەبەر شەفاعەتی پێغەمبەری ئایزیزمان (صلی اللە علیە وسلم) .

وصلى الله وسلم على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم .