

زیور سفره چیست؟

برای سفره و آنچه در سفره به عنوان غذا گذشته می‌شود و حتی برای آغاز و اتمام غذا در روایات و احادیث آداب خاصی ذکر شده است که بهتر است یک مسلمان سفره طعام خود را به این آداب و سفارشات مزین کند.



برای سفره و آنچه در سفره به عنوان غذا گذشته می‌شود و حتی برای آغاز و اتمام غذا در روایات و احادیث آداب خاصی ذکر شده است که بهتر است یک مسلمان سفره طعام خود را به این آداب و سفارشات مزین کند.

به گزارش خبرنگار دین و اندیشه خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، از اموری که در روایات فراوان بر آن تاکید شده و از آداب مسلم غذا خوردن است، گفتن "بسم الله" در اول غذا و "الحمد لله" در آخر آن است.

همچنین در روایت آمده است که وقتی سفره را پیش روی پیامبر اسلام (ص) می‌گشودند؛ این دعا را می‌خواندند: "سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ مَا أَحْسَنَ مَا تَبْتَلِينَا، سُبْحَانَكَ مَا أَكْثَرَ مَا تُعْطِينَا. سُبْحَانَكَ مَا أَكْثَرَ مَا تُعَافِينَا. اللَّهُمَّ أَوْسِعْ عَلَيْنَا وَ عَلَى الْقُرَّاءِ الْمُؤْمِنِينَ وَ الْمُؤْمِنَاتِ وَ الْمُسْلِمِينَ وَ الْمُسْلِمَاتِ".

همچنین خواندن این دعا بعد از غذا مرسوم است: "الحمد لله رب العالمین، هنيئاً للأكلیین و بركة للبازلین، زاد الله النعم، دفع الله النقم، بحرمة سيد العرب و العجم، اللهم تقبل هذا الاحسان من محسنها، بحرمة محمد و آل محمد و بحرمة سورة الفاتحة مع الصلوات 1".

اما یکسری نکات نیز درباره غذاهایی است که از آن به عنوان زینت و زیور سفره یاد شده و یک مسلمان بهتر است در سفره غذای خود از آن بهره‌مند شود.

در دنیای کنونی، تحقیقات علمی نشان داده‌اند که مصرف میوه‌ها و سبزی‌ها در تداوم دادن سلامت بدن نقش بسیار مهمی ایفا می‌کند. در همین راستا و از منظر روایات اسلامی هم به مصرف کافی میوه‌ها و سبزی‌ها در وعده‌های غذایی تاکید شده است. پیامبر خدا (ص) در حدیثی در این باره فرمودند: "سفره‌هایتان را به سبزی آذین کنید؛ زیرا آن، همراه با گفتن بسم الله، شیطان را می‌رانند 2".

امام صادق (ع) نیز در حدیثی دیگر می‌فرمایند: "هر چیز را زیوری است و زیور سفره، سبزی است 3". پیامبر اکرم همچنین فرمودند: "من از سفره‌ای که سبزی در آن نباشد، نمی‌خورم 4".

منابع احادیث:

- 1- حلیة المتقین، باب آداب خوردن و آشامیدن
- 2- طب النبى، صفحه 11، مکارم الأخلاق، جلد 1، صفحه 382، حدیث 1278، بحار الأنوار، جلد 62، صفحه 300
- 3- الأمالی للطوسی، صفحه 304، حدیث 606، مکارم الأخلاق، جلد 1، صفحه 382، حدیث 1280، بحار الأنوار، جلد 66، صفحه 199، حدیث 1 دانش نامه احادیث پزشکی: 2 / 72
- 4- طب النبى، صفحه 11، بحار الأنوار، جلد 62