সুনান আত তিরমিজী (ইসলামিক ফাউন্ডেশন)

হাদিস নাম্বারঃ ২৩৮৩

৩৯/ সংসারের প্রতি অনাসক্তি (كتاب الزهد عن رسول الله ﷺ)

পরিচ্ছেদঃ অধিক আহার অপছন্দনীয়।

باب مَا جَاءَ فِي كَرَاهِيَةِ كَثْرَةِ الأَكْلِ

আরবী

حَدَّثَنَا سُوَيْدُ بْنُ نَصْرٍ، أَخْبَرَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ الْمُبَارَكِ، أَخْبَرَنَا إِسْمَاعِيلُ بْنُ عَيَّاشٍ، حَدَّثَنِي أَبُو سَلَمَةَ الْحِمْصِيُّ، وَحَبِيبُ بْنُ صَالِحٍ، عَنْ يَحْيَى بْنِ جَابِرٍ الطَّائِيِّ، عَنْ مِقْدَامِ بْنِ مَعْدِيكَرِبَ، قَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم يَقُولُ " مَا مَلأَ آدَمِيٌّ وِعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أُكُلاَتٌ يُقِمْنَ صُلْبَهُ فَإِنْ كَانَ لاَ مَحَالَةَ فَثُلُثٌ لِطَعَامِهِ وَثُلُثٌ لِشَرَابِهِ وَثُلُثٌ لِنَفَسِهِ " .
حَدَّثَنَا الْحَسَنُ بْنُ عَرَفَةَ، حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ بْنُ عَيَّاشٍ، نَحْوَهُ . وَقَالَ الْمِقْدَامُ بْنُ مَعْدِيكَرِبَ عَنِ النَّبِيِّ صلى الله عليه وسلم وَلَمْ يَذْكُرْ فِيهِ سَمِعْتُ النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم . قَالَ أَبُو عِيسَى هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ .

বাংলা

২৩৮৩. সুওয়ায়দ ইবন নাসর (রহঃ) ..... মিকদাম ইবন মা’দীকারিব রাদিয়াল্লাহু আনহু থেকে বর্ণিত। তিনি বলেন, আমি রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম-কে বলতে শুনেছিঃ পেটের চেয়ে মন্দ কোন পাত্র মানুষ ভরাট করে না। পিঠের দাঁড়া সোজা রাখার মত কয়েক লোকমা খানাই আদম সন্তানের জন্য যথেষ্ট। আরো বেশী ছাড়া যদি তা সম্ভব না হয় তবে পেটের এক তৃতীয়াংশ খানার জন্য, এক তৃতীয়াংশ পানির জন্য আরেক তৃতীয়াংশ শ্বাস-প্রশ্বাসের জন্য রাখবে।

সহীহ, ইবনু মাজাহ ৩৩৪৯, তিরমিজী হাদিস নম্বরঃ ২৩৮০ [আল মাদানী প্রকাশনী]

হাসান ইবন আরাফা (রহঃ) ... ইসমাঈল ইবন আইয়্যাশ (রহঃ) সূত্রে অনুরূপ বর্ণিত আছে। তবে এই সনদে মিকদাম ইবন মা’দীকারিব রাদিয়াল্লাহু আনহু থেকে سَمِعْتُ النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم এর স্থানে عَنِ النَّبِيِّ صلى الله عليه وسلم বর্ণিত আছে। হাদীসটি হাসান-সহীহ।

English

Miqdam bin Ma'dikarib said:
"I heard the Messenger of Allah (S.a.w) saying: 'The human does not fill any container that is worse than his stomach. It is sufficient for the son of Adam to eat what will support his back. If this is not possible, then a third for food, a third for drink, and third for his breath."

হাদিসের মান: সহিহ (Sahih) পুনঃনিরীক্ষিত

পাবলিশারঃ ইসলামিক ফাউন্ডেশন বর্ণনাকারীঃ মিকদাম (রাঃ)

Link — https://www.hadithbd.com/hadith/link/?id=37737

হাদিসবিডির প্রজেক্টে অনুদান দিন