

# 伊斯兰进餐的礼仪综述

﴿ جملة من آداب الأكل في الإسلام ﴾

[ chinese – صيني ]

穆罕默德·刷里哈·穆南吉德

**翻译:** 苏阿德

**校正:** 李霞

2009 - 1430

islamhouse.com

# ﴿ جملة من آداب الأكل في الإسلام ﴾

« باللغة الصينية »

تأليف: محمد صالح المنجد

ترجمة: سعاد

مراجعة: لي تشنغ شيا

2009 - 1430

islamhouse.com



## 奉普慈特慈的真主之名

一切赞颂全归养育众世界的主宰。祈求真主赐福我们的先知穆罕默德及其家属、众圣门弟子，并使他们吉庆、平安！

兄弟们，我们的话题是关于我们日常生活中必不可缺的礼节——进餐的礼仪。这是学者们费心详解的礼仪之一。关于这方面有很多《古兰明》明文和正确的《圣训》。我们曾在前面说过：伊斯兰法律对人类生活的各个方面都非常重视，穆斯林生活中涉及哪个方面的最多，伊斯兰法律就对哪方面的礼仪注解的更加精细。至于进餐的礼仪，在详细解释前，我们先言简意赅的介绍一下它的分支。首先我们祈求真主的援助！

**第一：进餐前洗两手。**伊玛目奈沙伊根据正确的传述线索，除了传述人穆罕默德·本·阿巴德（他也是诚实的）之外，其余的都属于两大部《圣训》的传述人。

أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا أَرَادَ أَنْ يَنَامَ وَهُوَ جُنُبٌ تَوَضَّأَ وَإِذَا أَرَادَ أَنْ يَأْكُلَ غَسَلَ يَدَيْهِ

如果主的使者（愿主祝福之，并使其平安）没有大净，

当他想睡觉时，就洗个小净；如果他想进餐时，就先洗两手。”

这段尊贵的《圣训》针对这个问题非常好。

**第二：进餐前诵念清高、清净的真主之名。**关于这方面的《圣训》有很多。例如，使者（愿主祝福之，并使其平安）说：

يَا غُلَامُ سَمِّ اللَّهَ

“孩子！你诵念真主之名。”，另一段《圣训》传述为：

يا غلام! إذا أردت أن تأكل فقل: باسم الله

“孩子，当你想吃东西时，你说：‘奉真主之名。’”

**第三：用右手吃。**使者（愿主祝福之，并使其平安）在这段“孩子”的《圣训》中说：

وَكُلْ بِيَمِينِكَ

“你用右手吃。”

**第四：靠近食物吃。**使者（愿主祝福之，并使其平安）在这段“孩子”的《圣训》中说：

اِذْنُ يَا بُنَيَّ

“孩子，你靠近点。”

**第五：吃靠自己这边的食物。**使者（愿主祝福之，并使

其平安)说:

وَكُلُّ بِمَأْيَلِكَ

“吃临近你的。”

**第六：集体进餐，不要单独进餐。**因为使者（愿主祝福之，并使其平安）说:

اجْتَمِعُوا عَلَى طَعَامِكُمْ وَاذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ تَعَالَى عَلَيْهِ يُبَارَكُ لَكُمْ فِيهِ

“你们一起用餐，你们诵念真主的尊名，真主在其中赐你们吉庆。”由此，一个人的食物够两人食用；两个人的食物够三、四个人食用；四个人的食物够五、六个人食用……如《伊本马哲圣训集》收录的一样，这是一段传述系统优秀的《圣训》。

**第七、八：在舔手指或让小孩舔之前，不要用纸巾或其它东西擦手。**在《伊本马哲圣训集》中传述的正确的《圣训》，主的使者（）说:

قال رسول الله صلى الله عليه و سلم : إذا أكل أحدكم الطعام فلا يمسح يده حتى

يلعقها أو يلعقها ولا يرفع الصحيفة حتى يلعقها أو يلعقها فإن آخر الطعام فيه بركة

“如果你们某人吃完饭，让他舔完手，或者是让别人舔完手之后，再擦手；让他蘸完盘子，或者是让别人蘸完盘子

之后，再再收拾；的确，吉庆蕴含在最后的食物里。”这是第八点礼仪，第七点是舔手指；第八是蘸器皿（盘子、碗等），吉庆都蕴含在最后的食物中。

**第九：如果掉了一口食物，不要把它丢掉。**因为使者（愿主祝福之，并使其平安）在正确的《圣训》中说：

إذا طعم أحدكم فسقطت لقمته فليمط ما رابه منها ثم ليطعمها ولا يدعها للشيطان

“如果你们某人掉了一口食物，应把它捡起来，抹去上面的灰尘，然后吃掉它，不要把它留给恶魔。”

**第十：不要吃滚热的食物，等凉一点再吃。**因为使者（愿主祝福之，并使其平安）在正确的《圣训》中说：

إنه أعظم للبركة

“这是最有吉庆的食物。”指热气散去，不烫的食物。

**第十一：不要对着食物吹气，因为这里面有我们所不知的伤害。**

**第十二：从食物的一边开始吃。**使者（愿主祝福之，并使其平安）说：

قال عليه الصلاة والسلام: (كلوا من جوانبها ودعوا ذروتها -أي وسطها- يبارك لكم

فيها)

“你们从食物的边上开始吃，不要从中间开始，真主在这其中赐予你们吉庆。”使者（愿主祝福之，并使其平安）又说：

وقال صلى الله عليه وسلم: (كلوا باسم الله من حواليتها واعفوا رأسها، فإن البركة

تأتيها من فوقها)

“你诵念真主的尊名，从食物的两边开始吃，不要从上面开始，因为食物的吉庆在上面。”在正确的《圣训》中又说：

(إن البركة وسط القصعة فكلوا من نواحيها ولا تأكلوا من رأسها).

“吉庆降在食物的中间，你们应该从边上开始吃，不要从中间开始吃。”

**第十三：坐在地上吃。**因为使者（愿主祝福之，并使其平安）在正确的《圣训》中说：

أكل كما يأكل العبد، وأجلس كما يجلس العبد؛ فإننا أنا عبد)

“我像仆人那样吃，像仆人那样坐，我就是个仆人。”

在另一段《圣训》中说：

وقال أيضاً في الحديث الآخر: (أكل كما يأكل العبد، فوالذي نفسي بيده لو كانت الدنيا

تزن عند الله جناح بعوضة ما سقى منها كافراً شربة ماء).

“我像仆人一样吃东西，以掌握我生命的主宰发誓，假

若今世在真主看来相当于一个蚊子翅膀的价值，那么，他就不让卡菲尔从中喝一口水。”

**第十四：如果佣人端上食物，应让他同吃。**因为使者（愿主祝福之，并使其平安）在正确的《圣训》中说：

إذا أتى أحدكم خادمه بطعامه قد كفاه علاجه ودخانه؛ فليجلسه معه - يعني إجلاس

الخدم معهم - فإن لم يجلسه معه فليناوله أكلةً أو أكلتين

“你们中谁的仆人端上食物，应该让他坐下来一道用餐——因为他经受了炙热和烟熏才呈上这食物。如果他不能让佣人坐下与自己共餐，那么，让他分给佣人一些。”即：佣人辛苦地做了这些食物，忍受着炙热和烟熏呈上这些食物，应该奖励他与自己坐下来享用这些食物，与此同时，还应表现的谦逊。

**第十五：如果不喜欢某食物时，不要厌恶它，也不要发牢骚，不吃就行了。**如《圣训》所言的那样：

(إن اشتهاه أكله وإلا تركه)

“如果喜欢，就吃；不喜欢，就不吃。”当有人给使者（愿主祝福之，并使其平安）送来蜥蜴时，他没有吃，而是说：



(ولما قدم الضب للنبي صلى الله عليه وسلم ترك أكله، وقال: إنه لم يكن بأرض قومي؛

فأجدني أعافه).

“它对我的仆人而言不是非法的，而我不喜欢。”

**第十六：检查椰枣中的虫子。**艾布达吾德传述的正确《圣训》：据艾耐斯传述：

عن أنس أن النبي صلى الله عليه وسلم كان يؤتى بالتمر فيه دودٌ، فيفتشه يخرج السوس

منه

有次有人给使者（愿主祝福之，并使其平安）送来的椰枣中有虫子，他仔细检查，挑出蛆虫。

**第十七：由使者（愿主祝福之，并使其平安）那传来的有关进餐后念的祈祷词有很多种。**托靠真主，我们将谈及这方面的话题，其中包括“感赞真主”，还有如果有人请你吃饭，你应答了邀请，吃过饭后你应对主人说什么；妥靠真主我们将在有关请客和应答邀请的礼节中提到这些，但是在进餐的礼仪中我们只谈到“感赞清高的真主！”，因为它的表达方式有很多种。

**第十八：如果某人炖了肉，他应多煮一些汤，送一碗给他的邻居。**使者（愿主祝福之，并使其平安）说：

قال صلى الله عليه وسلم: (إذا طبختم اللحم فأكثرُوا المرقّة، فإنه أوسع وأبلغ للجيران)

“如果你们炖肉时，你们应当往锅里多加些汤，这确能送些给邻居。”又说：

وقال أيضاً: (إذا طبخ أحدكم قدرًا فليكثر مرقها ثم يناول جاره منها)

“如果你们某人煮了肉，让他往锅里多加些汤，让邻居也吃上些。”即：汤和肉。

**第十九：如果有苍蝇落入器皿中，该如何处理呢？**关于这方面使者（愿主祝福之，并使其平安）是这样说的：

إذا وقع الذباب في إناء أحدكم فليغمسه، فإن في أحد جناحيه داء وفي الآخر شفاء،

فإنه يتقي بجناحه الذي فيه الداء)

“如果苍蝇落入你们某人的器皿里，那么，让他将其全身浸入；的确，在它的一只翅膀上有病菌，另一只翅膀上有解药。苍蝇常以有病菌的翅膀自卫。”在另一传述中提到：

(وإنه يقدم السمّ ويؤخر الشفاء، فإذا غمسه كله ذهب ذلك).

“的确，它的病菌提前，解药退后，如果将其全身浸入，病菌就消失。”

**第二十：不要打饱嗝。**先知（愿主祝福之，并使其平安）说：

قال النبي صلى الله عليه وسلم: (كف عنا جشاءك)

“不要在我们面前打饱嗝。” 在另一传述中提到:

وفي رواية: (أقصر من جشائك)

“抑制你们的饱嗝。” 饱嗝（我们曾在前面解释过）指：嘴里发出的饱胀的声音。

**第二十一：清洗手上剩余的食物残渣，特别是在想睡觉的时候。** 如使者（愿主祝福之，并使其平安）所说:

قال عليه الصلاة والسلام: (إذا نام أحدكم وفي يده ريح غمير - وهو رائحة اللحم

ودسامة اللحم وزهومته ودهنه - فلم يغسل يده فأصابه شيء فلا يلومن إلا نفسه)

“如果你们某人想睡觉时，但他手上有异味（即肉味、油脂、骨髓、肉油），而没有洗手，而后遭到不幸者，则当自咎其身。”

**第二十二：如果晚饭已备好，宵礼的时间也到了，应该先吃晚饭，不要推迟用餐。**

**第二十三：坐的姿势。** 左脚立起坐在右脚上，或是如《圣训》所述的那样盘着腿坐，不要靠着坐，因为先知（愿主祝福之，并使其平安）说:

قال النبي صلى الله عليه وسلم: (أما أنا فلا أكل متكئاً).

“至于我，不靠着吃东西。”

**第二十四：禁止趴着吃东西。** 因为有正确的《圣训》传述：

(النهي أن يأكل الرجل منبطحاً على بطنه).

“禁止趴着吃东西。”

**第二十五：不要吃的过饱。** 因为使者（愿主祝福之，并使其平安）说：

فثلث لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث لنفسه، حسب ابن آدم لقيماً يقمن صلبه

“三分之一为食物，三分之一为饮品，三分之一留下呼吸。几口能直起腰的食物，人们就足够了。” 一顿饭中食物和饮品种类繁多是受指责的。

**第二十六：用三个手指吃。** 据正确的《圣训》传述：

أنه عليه الصلاة والسلام كأن يأكل بثلاثة أصابع، وكان إذا أكل طعاماً لعق أصابعه

الثلاث

“使者（愿主祝福之，并使其平安）曾用三个手指吃饭，吃完后舔三个手指。”

**第二十七：与别人一起吃东西时，不要一口吃两个椰枣。**

据《圣训》传述：

أن النبي صلى الله عليه وسلم: (نهى عن الإقران) وقال: (إلا أن يستأذن الرجل أخاه).

先知（愿主祝福之，并使其平安）禁止一个人一口吃下两颗椰枣，除非他得到兄弟的许可。即：两个椰枣或其它水果，或是可以单个吃的果实，也不要两个两个地吃，除非主人家允许（他这样吃）。

**第二十八：禁止坐在摆有非法物的餐桌前进餐，这是有法律论断的。《圣训》：**

(أن النبي صلى الله عليه وسلم نهى عن الجلوس على مائدة يشرب عليها الخمر).

“先知（愿主祝福之，并使其平安）禁止坐在饮酒的餐桌前进餐。”

**第二十九：每样食物都适量地吃上些。有《圣训》证明：**先知（愿主祝福之，并使其平安）就着椰枣吃西瓜，并说：

كان يأكل البطيخ بالرطب ويقول: نكسر حر هذا ببرد هذا، وبرد هذا بحر هذا

“我们同吃两种食物，以此可以调节冷热。” 这证明使者（愿主祝福之，并使其平安）适量地享用各种食物。

**第三十：如果吃了蒜、葱、韭菜，就不要去清真寺，也不要给欲去清真寺的人吃这些东西。**

**第三十一：重视伊斯兰教中所提及的具有特殊营养的食**

品。如“椰枣”

先知（愿主祝福之，并使其平安）说：

النبي صلى الله عليه وسلم قال: (بيت لا تمر فيه كالبیت لا طعام فيه)

“没有椰枣的家犹如没有食品的家。”

وفي حديثٍ آخر: (بيت لا تمر فيه جياعٌ أهله)

在另一《圣训》中提到：“家里没有椰枣，家人会挨饿的。”

又说：

قال: (كلوا الزيت وأدهنوا به)

“你们食用它的油，使用这种油。”同样还有橄榄油和醋，

使者（愿主祝福之，并使其平安）说：

قال: (نعم الإدام الخل)

“是的，醋就是菜。”吃过醋之后，人的食欲增加。同时使者（愿主祝福之，并使其平安）自身还喜欢南瓜和羊小腿。有《圣训》中传述的食品还有馍馍。不要轻视、小看它。即：不要随便丢它。如果人们看见它，应该重视它，因为我们受命爱惜它；如果看见它丢在地上，应捡起放在高处，或是喂牲口。这是一些进餐的礼仪及有关方面的教法论断。关于请客、应邀及待客的礼节也与此密切相关，另外与此相关

的还有关于食品方面的，例如：如果请客的主人是穆斯林，就不要问他有关食物的问题，如：这是从哪来的？你在哪买的等等。？