

خطة تلخيص النص حول فضول النظر، الطعام، والمخالطة: **أولاً: فضول النظر: ** * تعريف فضول النظر: النظر يملء العين لما لا يحل النظر إليه، عكس غض البصر. * دليل شرعي على غض البصر: آيات قرآنية وأحاديث نبوية تؤكد أهمية غض البصر وحفظ الفرج. * آثار فضول النظر: يُعدّ سهماً مسموماً من سهام إبليس، يدعو للاستحسان، ويدخل الشيطان مع النظرة ليزين المنظر ويوقد نار الشهوات، ويشغل القلب عن مصالحه. **ثانياً: فضول الطعام: ** * آثار فضول الطعام: يُعدّ من أسوأ ما يملأ به ابن آدم بطنه، يحرك الجوارح للمعاصي ويثقلها عن الطاعات، يُسبب نوم الفكرة وخمول الحكمة. * أدلة شرعية ونصائح: أحاديث نبوية عن كفاية الطعام، وقصة شباب بني إسرائيل، وسنة النبي ﷺ وأصحابه في الجوع، وقول إبراهيم بن أدهم. **ثالثاً: فضول المخالطة: ** * تعريف فضول المخالطة: داء عُضال يجلب الشر، يُسبب خسارة الدنيا والآخرة. * تقسيم الناس في المخالطة: أربعة أقسام: 1. كالغذاء: العلماء الصالحون. 2. كالدواء: من يُحتاج إليهم في المصالح. 3. كالداء: من لا يُريح معهم دين ولا دنيا. 4. كالسّم: أهل البدع والضلالة. **الخاتمة: ** النص يحذر من فضول النظر، الطعام، والمخالطة، ويبيّن آثارها السلبية على القلب والدين، ويُرشد إلى الحلول الشرعية والطرق الصحيحة للتعامل معها.