Allah Uzvišeni kaže: 'Svako djelo koje uradi sin Ademov pripada njemu, osim posta! Uistinu, post je Moj i Ja nagrađujem za njega.'

Ebu Hurejre, radijallahu anhu, prenosi da je Allahov Poslanik, sallallahu 'alejhi ve sellem, rekao: "Allah Uzvišeni kaže: 'Svako djelo koje uradi sin Ademov pripada njemu, osim posta! Uistinu, post je Moj i Ja nagrađujem za njega.' Post je štit! Kada neko od vas bude postio, neka ne govori ružne riječi i neka ne diže glas, raspravljajući se. Ako ga neko bude vrijeđao ili se sukobio s njim, neka kaže: 'Ja postim!' Tako mi Onoga u Čijoj je ruci Muhammedova duša, zadah iz usta postača kod Allaha je ljepši od mirisa miska! Postač ima dvije radosti: kada se iftari i kada sretne svoga Gospodara, radovat će se svome postu."

[صحيح] [متفق عليه]

U ovom hadisu, Poslanik, sallallahu alejhi ve sellem, obavještava nas da je Allah Uzvišeni u hadisi kudsiju rekao: "Sva dobra djela koja čovjek čini uvećavaju se od deset do sedam stotina puta, osim posta, jer on pripada Meni, u njemu nema pretvaranja i Ja ću za to posebnu nagradu dati, nagradu čiju samo vrijednost Ja poznajem." Zatim je rekao: "Post je štit", tj. njime se štiti od Vatre, s obzirom da se kroz post suzdržavamo od prohtjeva i grijeha, a Vatra je prekrivena "okružena" prohtjevima i strastima. "Kada neko od vas bude postio, neka ne govori ružne riječi (la jerfus - لا يرفـــــث)", odnosno izraz refes koji se ovdje spominje može da ukazuje na spolni odnos i sve što vodi ka njemu, te ga se postač treba kloniti, a isto tako može da se odnosi na svaki ružan govor. "...i neka ne diže glas...", raspravljajući se, tj. neka ne galami i neka ne ulazi u rasprave i prepirke. "Ako ga neko bude psovao ili se sukobio s njim", tokom ramazana, neka kaže: "Ja postim", jer možda će ovaj prestati i povući se. Međutim, ukoliko ovaj nastavi i napadne ga, postač će se postepeno braniti, shodno tome kako situacija zahtijeva. Zatim se Allahov Poslanik, sallallahu alejhi ve sellem, zakleo Onim u Čijoj ruci je njegova duša, da je promjena mirisa usta postača zbog posta draža Allahu na Sudnjem danu od mirisa miska, te da je za to veća nagrada od korištenja miska koji se preporučuje petkom i u skupovima zikra. Postač ima dvije radosti: kada iftari, radostan je zbog svog iftara jer su nestali glad i žeđ, pošto mu je dozvoljeno da prekine post, i radostan je zbog toga što je upotpunio svoj post i završio svoj ibadet, a to je Allahova blagodat, Koji mu je olakšao sve to, i Koji će ga pomoći u narednom postu. "...i kada sretne svoga Gospodara, radovat će se svome postu.", tj. post će mu donijeti velike nagrade i sevape.