بە ڕۆژووگرتن حسێب ناکرێت بۆ ئەو کەسەی هەموو ڕۆژەکانی ساڵ بەڕۆژوو دەبێت، ڕۆژووگرتنی سێ ڕۆژ لە هەموو مانگێک وەکو ڕۆژووگرتنی هەموو ساڵەکە وایە

لە عبدالله کوڕی عەمرو -ڕەزای خوایان لێبێت- کە پێغەمبەر -صلى الله عليه وسلم- فەرمووی: «تۆ هەموو ڕۆژێك بەڕۆژووێت وهەموو شەو شەونوێژ دەکەیت؟»، ووتم: بەڵێ، فەرمووی: «ئەگەر وا بکەیت چاوەکانت کز دەبن، ونەفس ەلاشەت هیلاك دەبێت، بە ڕۆژووگرتن حسێب ناکرێت بۆ ئەو کەسەی هەموو ڕۆژەکانی ساڵ بەڕۆژوو دەبێت، ڕۆژووگرتنی سێ ڕۆژ لە هەموو مانگێک وەکو ڕۆژووگرتنی هەموو ساڵەکە وایە»، ووتم: من لەوە زیاتر دەتوانم، فەرمووی: «ڕۆژوو بگرە وەکو ڕۆژووگرتنی داود -علیه السلام-، ڕۆژ نا ڕۆژێک بەڕۆژو دەبوو، وڕای نەدەکرد هەرکات بگەشتایە بە دوژمن».

[سەحیح - ڕاست)] [(البخاري ومسلم) هاوڕان لەسەری]

پێغەمبەر -صلى الله عليه وسلم- پێی ووترا کە عبد الله ی کوڕی عەمرو -ڕەزای خوایان لێبێت- هەموو ڕۆژێك بەڕۆژوو دەبێت وبە درێژایی ساڵ ڕۆژوو ناشکێنێت، وبە درێژایی شەو؛ نوێژ دەکات وناخەوێت، بۆیە پێغەمبەر -صلى الله عليه وسلم- نەهی لێکرد، وپێی فەرموو: ڕۆژانێك ڕۆژوو بگرە وڕۆژانێکی تر بیشکێنە، بەشێك لە شەو نوێژ بکە وبەشێکی تر بخەوە. ونەهی لێکرد لەوەی هەموو ڕۆژەکان بەدوای یەکدا بەڕۆژوو بێت وبە درێژایی شەو نوێژ بکات، وپێی فەرموو: تۆ ئەگەر وا بکەیت ئەوا چاوەکانت لاواز دەبن وئازاریان پێدەگات، وڕۆحت شەکەت ومماندوو دەبێت؛ بۆیە هەرکەسێك بەدرێژایی ڕۆژەکانی ساڵ بەڕۆژوو بێت ئەوا لەڕاستیدا ڕۆژووی نەگرتووە وبۆی حسێب ناکرێت، وپاداشتی دەستناکەوێت چونکە سەرپێچی کردووە، وسوودی وەرنەگرت لە ڕۆژوو نەگرتن چونکە خۆی گرتەوە لە خواردن وخواردنەوە. پاشان ڕێنمونی کرد بۆ ڕۆژووگرتنی سێ ڕۆژ لە هەموو مانگێکدا؛ چونکە پاداشتی ڕۆژووگرتنی یەك ڕۆژ؛ وەکو پاداشتی ڕۆژووگرتنی دە ڕۆژە، وئەمیش کەمترین بڕی چەندجاربوونی پاداشتی کردەوە چاکەکانە. عبد الله ووتی: من لەوە زیاتر دەتوانم. پێغەمبەر -صلى الله عليه وسلم- فەرمووی: کەواتە وەکو داود -علیه السلام- ڕۆژوو بگرە، ئەمیش باشترین جۆری ڕۆژووگرتنە، ئەو ڕۆژ نە ڕۆژێك بەڕۆژوو دەبوو، وئەگەر بگەیشتایە بە دوژمن؛ ڕای نەدەکرد، چونکە شێوازی ڕۆژووگرتنی نەدەبووە هۆی لاوازبوونی لاشەی.

https://sunnah.global/hadeeth/ku/show/6017