„Јадете сехур, зашто навистина во сехурот има бериќет.“

Енес бин Малик, Аллах нека е задоволен со него, пренесува дека Божјиот пратеник, салаллаху алејхи ве селем, рекол: „Јадете сехур, зашто навистина во сехурот има бериќет.“

[صحيح] [متفق عليه]

Пратеникот, салаллаху алејхи ве селем, поттикнал на јадење сехур – оброкот што се јаде на крајот на ноќта како подготовка за пост – затоа што во него има бериќет: голема награда и добро, време погодно за дова во последната третина од ноќта, зајакнување на телото за пост, како и олеснување и полесно поднесување на гладот и напорот.

http://sunnah.global/hadeeth/mk/show/4498