Саҳарӣ бихӯред, зеро дар саҳарӣ хӯрдан баракат аст

Аз Анас ибни Молик (разияллоҳу анҳу) ривоят аст, ки гуфт: Паёмбар (саллаллоҳу алайҳи ва саллам) фармуданд: "Саҳарӣ бихӯред, зеро дар саҳарӣ хӯрдан баракат аст".

[Саҳеҳ] [متفق عليه]

Расули Худо (саллаллоҳу алайҳи ва саллам) мардумро ба саҳархӯрӣ ташвиқ мекарданд. Ва саҳархӯрӣ хӯрдани хӯрок дар охири шаб барои омодагӣ ба рӯза доштан аст. Зеро дар он баракат ва аҷру савоби зиёд аст. Ва бархостан дар охири шаб барои дуо ва неру гирифтан барои рӯза ва бо нашот будан барои он ва костан аз сахтии он вуҷуд дорад.

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