



(تسحروا فإن في السحور بركة)

من السنة تناول السحور

عن أنس بن مالك رضي الله عنه قال قال النبي صلى الله عليه وسلم: **تسحروا فإن في السحور بركة** رواه البخاري (1923)، ومسلم (1095).

الحديث دليل على أن الصائم مأمور بالسحور لأن فيه خيراً كثيراً وبركة عظيمة دينية ودنيوية، وذكره للبركة من باب الحسن على السحور، والترغيب فيه.

والسحور بفتح السين ما يؤكل في وقت السحر، وهو آخر الليل، وبضم السين (السُّحور) أكل السحور.

عن جابر بن عبد الله رضي الله عنهما قال: **مَنْ أَرَادَ أَنْ يَصُومَ فَلْيَسْحَرْ بِشَيْءٍ** واه أحمد (14533)، وصححه الألباني في "السلسلة الصحيحة" (2309)

وهذا الأمر في الحديث أمر استحباب لا أمر إيجاب بدليل أن النبي صلى الله عليه وسلم واصل وواصل أصحابه معه، **والوصال** أن يصوم يومين فأكثر فلا يفطر بل يصوم النهار مع الليل.

فضل السحور

وفي السحور بركة عظيمة تشمل منافع الدنيا والآخرة.

1. فمن بركة السحور التقوى على العبادة، والاستعانة على طاعة الله تعالى أثناء النهار من صلاة وقراءة وذكر، فإن الجائع يكسل عن العبادة كما يكسل عن عمله اليومي وهذا محسوس.
2. ومن بركة السحور مدافعة سوء الخلق الذي يتبرأ الجوع، فالمتسرح طيب النفس حسن المعاملة.
3. ومن بركة السحور أنه تحصل بسببه الرغبة في الازدياد من الصيام لخفة المشقة فيه على المتسرح، فيرغب في الصيام ولا يتضايق منه.
4. ومن بركة السحور إتباع السنة، فإن المتسرح إذا نوى بسحوره امتحان أمر النبي صلى الله عليه وسلم والاقتداء بفعله كان سحوره عبادة، يحصل له به أجر من هذه الجهة وإذا نوى الصائم بأكله وشربته تقوية بدنها على الصيام والقيام كان مثاباً على ذلك.
5. ومن بركة السحور أن الإنسان يقوم آخر الليل للذكر والدعاء والصلاه وذلك مظنة الإجابة ووقت صلاة الله والملائكة

على المتسحرين لحديث أبي سعيد رضي الله عنه الآتي قريباً.

6. ومن بركة السحور أن فيه مخالفة لأهل الكتاب والمسلم مطلوب منه بعد التشبه بهم، قال النبي صلى الله عليه وسلم: فصل ما بين صيامنا وصيام أهل كتاب أكلة السحور.

7. ومن بركة السحور صلاة الفجر مع الجماعة، وفي وقتها الفاضل، ولذا تجد أن المصلين في صلاة الفجر في رمضان أكثر منهم في غيره من الشهور، لأنهم قاموا من أجل السحور.

فينبغي للصائم أن يحرص على السحور ولا يتركه لغلبة النوم أو غيره وعليه أن يكون سهلاً ليناً عند إيقاظه للسحور، طيب النفس، مسروراً بامتثال أمر رسول الله ﷺ حريصاً على الخير والبركة؛ ذلك لأن نبينا صلى الله عليه وسلم أكد السحور، فأمر به وبين أنه شعار صيام المسلمين والفارق بين صيامهم وصيام أهل الكتاب ونهى عن تركه.

ويحصل السحور بأقل ما يتناوله الإنسان من مأكول أو مشروب، فلا يختص بطعم معين .

وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: **نعم سحور المؤمن التمر** رواه أبو داود(2345)، وصححه الألباني في " صحيح أبي داود".

وعن أبي سعيد الخدري قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: **السحور أكلة بركة فلا تدعوه ولو أن يجرع أحدكم جرعاً من ماء فإن الله ومملكته يصلون على المتسحرين** رواه أحمد (11003)، وحسنه الألباني في " صحيح الجامع " (3683).

أفضل وقت للسحور

عن زيد بن ثابت رضي الله عنه قال: تسحرنا مع النبي صلى الله عليه وسلم ثم قام إلى الصلاة قلت كم كان بين الأذان والسحور قال قدر خمسين آية رواه البخاري (1921)، ومسلم (1097).

هذا الحديث دليل على أنه يستحب تأخير السحور إلى قبيل الفجر، فقد كان بين فراغ النبي ﷺ ومعه زيد رضي الله عنه من سحورهما، ودخولهما في الصلاة قدر ما يقرأ الرجل خمسين آية من القرآن، قراءة متوسطة لا سريعة ولا بطئية، وهذا يدل على أن وقت الصلاة قريب من وقت الإمساك.

والمراد بالأذان هنا الإقامة، سميت أذاناً لأنها إعلام بالقيام إلى الصلاة، وقد ورد في " صحيح البخاري" (576) أنه قيل لأنس - راوي الحديث - : **كم كان بين فراغهما من سحورهما ودخولهما في الصلاة قال قدر ما يقرأ الرجل خمسين آية.**

وتعجيز السحور من منتصف الليل جائز لكنه خلاف السنة، فإن السحور سمي بذلك لأنه يقع في وقت السحر وهو آخر الليل. والإنسان إذا تسحر نصف الليل قد تفوته صلاة الفجر لغلبة النوم، ثم إن تأخير السحور أرفق بالصائم وأدعى إلى النشاط؛ لأن من مقاصد السحور تقوية البدن على الصيام، وحفظ نشاطه، فكان من الحكمة تأخيره. فينبغي للصائم أن يتقيد بهذا



الأدب النبوى، ولا يتعجل بالسحور.

ومن آداب الصيام التي نصَّ عليها أهل العلم ألا يسرف الصائم في **وجبة السحور**، فيملاً بطنه بالطعام، بل يأكل بمقدار، فإنه ما ملأ آدمي وعاءً شرًّا من بطن. وممَّى شبع وقت السحر لم ينتفع بنفسه إلى قريب الظهر، لأنَّ كثرة الأكل تورث الكسل والفتور، وفي قوله عليه السلام: **نَعِمْ سَحُورُ الْمُؤْمِنِ التَّمْ** إشارة إلى هذا المعنى، فإنَّ التمر بالإضافة إلى قيمته الغذائية العالية فهو خفيف على المعدة سهل الهضم، والشبع إذا قارنه سهر الليل ونوم النهار فقد فات به المقصود من الصيام والله المستعان.

المرجع

أحاديث الصيام للفوزان، ص 75-81.

أحاديث أخرى:

(صوموا لرؤيته وأفطروا لرؤيته)

(بني الإسلام على خمس)

(أتاكم رمضان شهر مبارك فرض الله عز وجل عليكم صيامه)

(الصيام جنة فلا يرث ولا يجهل)

(إلا الصوم فإنه لي وأنا أجزي به...)

(من صام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه)

(من قام ليلة القدر إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه)

(اقرءوا القرآن فإنه يأتي يوم القيمة شفيعاً لأصحابه)

(من فطر صائماً كان له مثل أجره)

(عمرة في رمضان تعبد حجة)

(الذين يفطرون قبل تحلة صومهم)

(من أكل أو شرب ناسياً)



(لا يزال الناس بخير ما عجلوا الفطر)

(يفطر على رطبات)

(ثلاثة لا ترد دعوتهم - ومنهم - الصائم حين يفطر)

(كان رسول الله يعتكف العشر الأواخر)

(أحيا الليل وأيقظ أهله وشد المئزر)