‚Nehmt die Sahur-Mahlzeit ein, denn im Sahur liegt fürwahr Segen.‘“

Über Anas ibn Malik - möge Allah mit ihm zufrieden sein - wurde überliefert, dass er sagte: „Der Prophet - Allahs Segen und Frieden auf ihm - sagte: ‚Nehmt die Sahur-Mahlzeit ein, denn im Sahur liegt fürwahr Segen.‘“

[Authentischer Text] [Muttafaqun alayh (Übereinstimmend bei al-Bukhari und Muslim verzeichnet)]

Der Prophet - Allahs Segen und Frieden auf ihm - ermutigte zum Sahur, und es ist das Essen am Ende der Nacht als Vorbereitung auf das Fasten, denn darin liegt Segen, viel Gutes an Lohn und Belohnung sowie das Aufstehen am Ende der Nacht für das Bittgebet, die Stärkung für das Fasten, die Aktivität dafür und die Erleichterung seiner Mühsal.

http://www.sunnah.global/hadeeth/de/show/4498