از رخصت هایی که الله متعال برای شما قرار داده، استفاده کنید.

از جابر بن عبدالله رضی الله عنه روایت است که رسول الله صلی الله علیه وسلم در یکی از سفرها دید که گروهی از مردم ازدحام نموده و شخصی را زیر سایه گرفته اند. پرسید: «مَا هَذَا؟»: «قضیه چیست؟» گفتند: روزه است. رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمود: «لَيْسَ مِنَ الْبِرِّ الصِّيَامُ فِي السَّفَرِ»: «روزه گرفتن در سفر، عمل نیکی محسوب نمی شود». و در روایت مسلم آمده است: «عَلَيْكُمْ بِرُخْصَةِ اللَّهِ الَّتِي رَخَّصَ لَكُمْ»: «از رخصت هایی که الله متعال برای شما قرار داده، استفاده کنید».

[صحیح است] [متفق علیه]

جابر رضی الله عنه خبر می دهد که رسول الله صلی الله علیه وسلم در سفر فتح مکه در رمضان، افرادی را دید که اطراف مردی دراز کشیده، ازدحام کرده و برای او سایه درست کرده اند؛ چنانکه در روایت ابن جریر آمده است؛ بنابراین در مورد وضعیت او سوال می کند که پاسخ می دهند: وی روزه دارد و تشنگی او را به این حال و روز انداخته است. این بود که رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمودند: روزه گرفتن در سفر، عمل نیکی محسوب نمی شود. بلکه از رخصت و ارفاقی که الله متعال در این زمینه برای شما قائل شده، استفاده کنید. الله متعال از شما نمی خواهد که برای عبادت او خود را شکنجه کنید. و این مساله در حالت سختی و مشقت شدید می باشد چنانکه نصوص دیگری مبنی بر جواز روزه گرفتن در سفر می باشد.

http://www.sunnah.global/hadeeth/fa/show/4503