هغه چا روژه نده نيولې (روژه يې صحيح نده) چې ټول عمر پرلپسې روژې نيسي، يقينا چې (په مياشت کې) درې ورځې روژه نيول داسې دي لکه ټوله مياشت روژه نيول

له عبدالله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما څخه روايت دی، چې رسول الله صلى الله عليه وسلم فرمايلي: «ته په دوامداره توګه روژه نيسې او د شپې تهجد کوې؟» ما وويل: هو، هغه وفرمايل: «کله چې ته داسې کوې، نو له املې يې سترګې سترې او بدن ګمزورى کېږي هغه چا روژه نده نيولې (روژه يې صحيح نده) چې ټول عمر پرلپسې روژې نيسي، يقينا چې (په مياشت کې) درې ورځې روژه نيول داسې دي لکه ټوله مياشت روژه نيول» ما وويل: «زه تر دې هم زيات کولای شم» هغه وفرمايل: «نو د حضرت داود عليه السلام روژه ونيسه، هغه به يوه ورځ روژه نيوله او يوه ورځ به بوزه کېده، او د جګړې پر مهال به يې له ميدان څخه تېښته نه کوله».

[صحيح دی] [متفق عليه دی]

پېغمبر صلى الله عليه وسلم ته خبر ورسېد چې عبدالله بن عمرو رضى الله عنهما ټول کال پرله‌پسې روژې نيسي او نه يې ماتوي، او ټوله شپه لمونځ کوي او نه ويده کېږي؛ نو له دې کاره يې منع کړ او ورته يې وويل: "روژه نيسه او بوزه کېږه هم، تهجد کوه او ويده کېږه هم". او له پرله‌پسې روژو نيولو او ټولې شپې لمونځ کولو يې منع کړ، او ورته يې وفرمايل: بېشکه که ته دا کار وکړې، نو سترګې به دې کمزورې شي، ژورې به شي او دننه به لاړې شي، نفس به دې سترى، تن به دې ستومانه او کمزورى شي؛ نو هغه چا روژه نده نېولې چې ټول کال روژه کېږي؛ ځکه چې د نهې د مخالفت له وجې د روژې ثواب يې نه دى ترلاسه کړى، او نه بوزه شوى دى، ځکه چې تل به يې روژې نيولې. بيا يې ورته لارښوونه وکړه چې له هرې مياشتې څخه درې ورځې روژه ونيسي، نو داسې به وي لکه ټول کال چې روژه شوى وي؛ ځکه (په ثواب کې) هره ورځ د لسو ورځو سره برابره ده، او دا تر ټولو لږ زياتوالى دى چې له مخې يې نيکي څو چنده کېږي. نو عبد الله وويل: زه لدې زياته وړتيا ولرم. نو رسول الله صلى الله عليه وسلم وفرمايل: چې داسې ده نو د داود عليه السلام په څېر روژه ونيسه چې هغه د (نفلي) روژو نيولو لپاره تر ټولو غوره حالت دى، هغه به يوه ورځ روژه نيوله او بله ورځ به بوزه کېده، او د ښمن سره د مخ کېدو پر مهال به يې تېښته نه کوله؛ ځکه روژې نيولو يې بدن نه و کمزورى کړى.

http://www.sunnah.global/hadeeth/ps/show/6017