Allah a Spus: „Toate faptele Fiilor lui Adam sunt pentru ei înșiși, în afară de Post, care este pentru Mine, și Eu îi voi răsplăti pentru acesta. Postul este un scut. Dacă unul dintre voi posteşte, nu trebuie să folosească un limbaj indecent și nu trebuie să ridice vocea la mânie, iar dacă cineva îl jignește sau caută ceartă, trebuie să spună: «Postesc!» (Jur) pe Cel în Mâna Căruia se află sufletul lui Mohammed, mirosul care vine din gura celui care posteşte este mai bun înaintea lui Allah decât parfumul de mosc. Cel care posteşte are parte de

Abu Hurairah (Allah să fie mulțumit cu el) a relatat că Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa) a spus: Allah a Spus: „Toate faptele Fiilor lui Adam sunt pentru ei înșiși, în afară de Post, care este pentru Mine, și Eu îi voi răsplăti pentru acesta. Postul este un scut. Dacă unul dintre voi posteşte, nu trebuie să folosească un limbaj indecent și nu trebuie să ridice vocea la mânie, iar dacă cineva îl jignește sau caută ceartă, trebuie să spună: «Postesc!» (Jur) pe Cel în Mâna Căruia se află sufletul lui Mohammed, mirosul care vine din gura celui care posteşte este mai bun înaintea lui Allah decât parfumul de mosc. Cel care posteşte are parte de două momente de fericire: atunci când îşi întrerupe Postul şi atunci când Îl va întâlni pe Domnul său Atotputernic și Sublim.”

[Sahih (hadis autentic)] [Narat de Bukhari și Muslim]

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa) a spus că Allah Preaînaltul Spune într-un Hadis Qudsi (sacru): Fiecare acțiune a Fiului lui Adam este multiplicată de la 10 la 700 de ori, cu excepția postului, care este pentru Mine, deoarece în ceea ce privește Postul, acolo nu există ipocrizie, iar Eu îl răsplătesc, așadar Eu sunt Singurul care cunoaște nivelul răsplății și multiplicarea faptelor bune. Apoi a spus: (Postul este un scut) și o protecție, un adăpost și o fortăreață puternică de Focul Iadului, deoarece îl face pe om să se abțină de la păcate și dorințe, iar Focul este înconjurat de dorințe. Așadar atunci când omul ține Post, el nu ar trebuie să aibă relații sexuale și nu ar trebuie să folosească un limbaj obscen și nici să se certe sau să ridice vocea. Dacă în Ramadan cineva este insultat, să spună: țin Post și poate astfel acel om se oprește. Dacă acel om insistă să lupte cu adevărat, atunci omul ar trebui să se lupte cu el provocându-i cea mai mică daună. Apoi Profetul (Pacea și binecuvântarea lui

Allah fie asupra sa) a jurat pe Cel în mâna Căruia se află sufletul său că schimbarea mirosului gurii celui care postește, din cauza Postului, este mai plăcută la Allah în Ziua Judecății decât mirosul moscului și este mai răsplătită decât parfumul recomandat în zilele de Vineri și în adunările de Pomenire (a lui Allah). Persoana care ține Post are două bucurii: atunci când își rupe postul el este bucuros pentru că foamea și setea i-au fost potolite și el a putut să își îndeplinească postul și ușurarea cu ajutorul Domnului său si pe viitor atunci cand va mai posti. Iar atunci când își întâlnește Domnul el se bucură de răsplata pentru postul său.

http://www.sunnah.global/hadeeth/ro/show/3546