„Luați masa de Suhur pentru că este binecuvântare în ea.”

Anas (Allah să fie mulțumit de el) a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa) a spus: „Luați masa de Suhur pentru că este binecuvântare în ea.”
[Sahih (hadis autentic)] [Narat de Bukhari și Muslim]

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa) i-a încurajat pe credincioși să ia masa de *Suhur*, servită spre sfârșitul nopții înainte de începerea Postului, deoarece aceasta aduce binecuvântare și răsplată. El a îndemnat, de asemenea, să se petreacă ultimele momente ale nopții în rugăciune, pentru a întări sufletul și trupul în pregătirea Postului, oferind energie și ușurând dificultățile acestuia.

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