«Посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует) запретил людям поститься беспрерывно. Тогда люди сказали: "А разве ты сам не постишься беспрерывно?" — на что он сказал: "Поистине, я не таков, как вы! Меня кормят и поят свыше!"»

Со слов ‘Абдуллаха ибн ‘Умара (да будет доволен им Аллах) сообщается, что Посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует) запретил людям поститься беспрерывно. Тогда люди сказали: «А разве ты сам не постишься беспрерывно?» — на что он сказал: «Поистине, я не таков, как вы! Меня кормят и поят свыше! Тот из вас, кто хочет поститься беспрерывно, пусть делает это не дольше рассвета следующего дня».

[Достоверный] [Согласован Аль-Бухари и Муслимом]

Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) запретил своим сподвижникам поститься, не прерываясь на разговение, из чувства сострадания и жалости к ним. Однако сподвижники в силу своего сильного стремления к поступкам, приближающим их к Аллаху, не хотели оставлять такой пост и желали следовать примеру Пророка, который сам постился беспрерывно. Так они сказали ему: «А разве ты сам не постишься беспрерывно?» После чего Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) поведал им, что его питает и поит Сам Аллах, а потому он не нуждается в обычной пище и питье, и сказал, что тот, кто все-таки хочет поститься беспрерывно, пусть делает это до предрассветного времени следующего дня, а затем обязательно разговляется. Законы и постановления исламского Шариата являются щадящими и легкими, они не содержат в себе каких-либо затруднений, чрезмерности и излишней дотошности, поскольку подобное возлагает на людей непомерное бремя и заставляет их страдать, тогда как Всевышний Аллах не возлагает на человека сверх его возможностей. Более того, облегчение и упрощение деяний, возлагаемых на человека, более продуктивно с точки зрения продолжительности их совершения, и гораздо безопаснее с точки зрения того, что они могут наскучить человеку и вызвать у него чувство отвращения. В таком подходе и заключаются те справедливость и равновесие, которые Аллах установил на Земле, поскольку с одной стороны человек исполняет свой долг перед Всевышним, а с другой — создает необходимые условия для нормального существования собственного тела и души.