ஸஹ்ர் செய்யுங்கள். நிச்சயமாக ஸஹ்ர் செய்வதில் பறக்கத் (அபிவிருத்தி) இருக்கிறது

நபி ஸல்லல்லாஹு அலைஹிவஸல்லம் அவர்கள் கூறியதாக அனஸ் ரழியல்லாஹு அன்ஹு அவர்கள் அறிவிக்கிறார்கள் : ஸஹ்ர் செய்யுங்கள். நிச்சயமாக ஸஹ்ர் செய்வதில் பறக்கத் (அபிவிருத்தி) இருக்கிறது.
[சரியானது] [இதனை இமாம் புஹாரி, முஸ்லிம் ஆகிய இருவருமாக பதிவு செய்துள்ளனர்]

நபி (ஸல்லல்லாஹு அலைஹி வஸல்லம்) அவர்கள் ஸுஹுர் செய்வதை ஊக்குவித்தார்கள். ஸஹுர் என்பது இரவின் கடைசிப் பகுதியில் நோன்பு நோற்பதற்கு தயாராகும் நோக்குடன் உண்ணும் உணவாகும், அதிகமான நன்மை மற்றும் பரகத் (அபிவிருத்தி) கிடைக்கின்றமை, இரவின் கடைசிப் பகுதியில் தொழுது பிரார்த்திப்பதற்கான சந்தர்ப்பம் கிடைக்கின்றமை, நோன்பு நோற்பதற்கான வலிமையும்; அதற்கான புத்துணர்ச்சியும் கிடைக்கின்றமை, நோன்பின் கஷ்டத்தைக் குறைத்தல் போன்ற பல நன்மைகள் ஸஹர் செய்வதினால் கிடைக்கப் பெறுகின்றன. இதன் காரணமாக நபியவர்கள் ஸஹர் உணவை உண்ணுமாறு ஊக்குவித்துள்ளார்கள்.

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