- روى الشيخان وغيرهما مرفوعا : [[تسحروا فإن في السحور بركة]] . وروى مسلم وأبو داود والترمذي والنسائي وابن خزيمة مرفوعا : [[فضل ما بين صيامنا وصيام أهل الكتاب أكلة السحور]] . وروى الطبراني ورواته ثقات مرفوعا : [[البركة في ثلاثة : في الجماعة والثريد والسحور]] . وفي رواية للطبراني وابن حبان في صحيحه مرفوعا : [[إن ا ﷻ وملائكته يصلون على المتسحرين]] . وروى أبو داود والنسائي وابن خزيمة وابن حبان في صحيحيهما عن العرباض بن سارية قال : دعاني رسول ا ﷻ A إلى السحور في رمضان فقال : هلم إلى الغذاء المبارك . يعني السحور كما في رواية ابن حبان . وروى ابن ماجه وابن خزيمة في صحيحيهما والبيهقي مرفوعا : [[استعينوا بطعام السحور على صيام النهار وبالقيلولة على قيام الليل]] . وفي رواية : وبقيلولة النهار على قيام الليل . وروى النسائي بإسناد حسن : [[السحور بركة أعطاكن ا ﷻ تعالى إياها فلا تدعوه]] . وروى البزار والطبراني مرفوعا : [[ثلاثة ليس عليهم حساب فيما طعموا إن شاء ا ﷻ تعالى إذا كان حلالا : الصائم والمتسحر والمرابط في سبيل ا ﷻ]] . وروى الإمام أحمد وإسناده حسن مرفوعا : [[السحور خير كله بركة فلا تدعوه ولو أن يجرع أحدكم جرعة من الماء فإن ا ﷻ تعالى وملائكته يصلون على المتسحرين]] . وفي رواية لابن حبان في صحيحه : [[تسحروا ولو بجرعة من ماء]] . وروى الطبراني مرفوعا : نعم السحور التمر وقال يرحم ا ﷻ المتسحرين . وفي رواية مرفوعا : [[نعم سحور المؤمن التمر]] . رواه أبو داود وابن حبان في صحيحه . وا ﷻ تعالى أعلم .

- (أخذ علينا العهد العام من رسول ا ﷻ A) أن نتسحر من الحلال دون الشبهة في كل ليلة نصوم يومها ولا نترك ذلك أبدا امتثالا لأمر الشارع A لنا لا لعلة أخرى لأن تلك العلة إن كانت للتقوية على الصيام فذلك حاصل بنية امتثال الأمر لا يحتاج إلى نية وإن كانت لعلة ثواب فالثواب حاصل لكل من أخلص في عمله وإن كانت للشهوة مع غفلته عن النية الصالحة فلذلك خارج عن الشريعة فلا تتكلم عليه . وسمعت سيدي عليا الخواص C يقول : ينبغي للمتسحر أن لا يزيد على ثلاث لقم أو ثلاث تمرات فإن السر في التقوية على الصوم بالسحور حاصل بالأكل القليل فليس في الكثير فائدة كما أن نوم القيلولة ينفع من يقوم الليل ولو كان قدر ثلاث درج كما جرب . وكان سيدي الشيخ عبدالعزيز الديريني يقول : النوم بعد الزوال دواء للسهر الآتي والنوم قبل الزوال دواء للسهر الماضي . وسمعت سيدي عليا الخواص C يقول : لا ينبغي لعبد أن يتسحر إلا بنية ولا ينام إلا بنية وكذلك ينبغي لكل من عمل عملا يتعدى نفعه للناس

أن ينوي بذلك نفع الناس ليثاب عليه وأما نفع نفسه فحاصل بحكم التبعية فأي شيء يضر الطباخ إذا قام من الليل فغسل اللحم وهيأه في القدر وأوقد عليه النار حتى غذي منه نحو الثلاثمائة نفس أن ينوي بذلك نفع من يأكل من العاجزين عن الطبخ لكبر أو عدم عيال وغير ذلك فإنه لا يعطيهم طعامه إلا بثمنه فالثمن حاصل على كل حال وإنما لم نقل بحصول الثواب له إذا لم ينو نقع الناس لحديث : إنما الأعمال بالنيات . وهذا لم ينو فلقد فاز وا عبيد ا الخلص الذين عبدوه امتثالا لأمره ورأوا الفضل له تعالى عليهم في تأهيلهم لذلك وخسر ذلك المقام عبيد الثواب والعلل الدنيوية . { وا غفر رحيم }