330 - استعينوا بطعام السحر على صيام النهار وبالقيلولة على قيام الليل .

رواه ابن ماجه وابن أبي عاصم والحاكم عن ابن عباس رفعه والطبراني ومحمد بن نصر عن زمعة بلفظ استعينوا بقائلة النهار على قيام الليل وبأكلة السحر على صيام النهار وأورده الضياء في المختارة والحاكم وصححه لكن فيه زمعة ضعيف لخطأه وإن كان صدوقا وأورده في اللآلئ والدرر من رواية البزار [صفحة 130] عن ابن عباس بلفظ استعينوا على قيام الليل بقيلولة النهار وعلى صيام النهار بأكلة السحر انتهى .

وروى البزار كما في اللآلئ من حديث قتادة سمعت أنسا يقول ثلاث من أطاقهن أطاق الصوم : من أكل قبل أن يشرب وتسحر وقال يعني نام بالنهار وقت القيلولة وكذا جاء الأمر بالقيلولة عند الطبراني عن أنس مرفوعا بلفظ قيلوا فإن الشياطين لا تقيل ولمحمد بن نصر من حديث مجاهد قال بلغ عمران عاملا له لا يقيل فكتب إليه أما بعد فقل فإن الشيطان لا يقيل ومن حديث إسماعيل من عياش عن أبي فروة أنه قال القائلة من عمل أهل الخير وهي مجمة للفؤاد مقواة على قيام الليل وعن خوات بن جبير أنه قال نوم أول النهار حمق ووسطه خلق وآخره خرق ولمحمد بن نصر أيضا عن الفضل بن الحسن وقد مر بقوم في السوق فرأى منهم ما رأى أنه قال أما يقيل هؤلاء ؟ قالوا لا قال إني لأرى ليلهم ليل سوء