21979 ـ الأيام التي يشرع فيها صيام النافلة

السؤال

ما هي الأيام التي يشرع فيها صيام النافلة؟ أعني كم يوماً من الشهر يصومه الفرد، وفي أي الأيام تحديدا من الأسبوع يصوم المسلم؟ كما أريد التعرف على التوقيت الصحيح لكل من الإفطار والسحور .

ملخص الإجابة

الصيام المستحب: منه ما هو أسبوعي: كيوم الاثنين والخميس، ومنه ما هو شهري: كصيام ثلاثة أيام من كل شهر، ومنه ما هو سنوي: إما أيام معينة: كيوم عاشوراء ويوم عرفة، وإما فترات: كصيام ست أيام من شوال، وصيام ما تيسر من شهر المحرم، وشعبان.
وعلى كل: يمكن للمسلم أن يتطوع بصيام أي يوم من أيام السنة، إلا ما ورد النهي عنه، كيومي العيدين، وأيام التشريق إلا لمن لم يجد الهدي.
وأحب الصيام إلى الله: صيام يوم وإفطار يوم، لمن قدر عليه، ولم يضعفه عما هو أولى.

الإجابة المفصلة

الحمد لله.

الحكمة من مشروعية صيام النوافل

من حكمة الله تعالى أن شرع لعباده ما يتطوعون ويتقربون به إليه بعد أداء الفرائض من جنس العبادات التي افترضها عليهم، ورتَّب عليها الأجور العظيمة كما في قوله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عن ربه عزَّ وجلَّ: (وَمَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ عَبْدِي بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ مِمَّا افْتَرَضْتُ عَلَيْهِ، وَمَا يَزَالُ عَبْدِي يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالنَّوَافِلِ حَتَّى أُحِبَّهُ، فَإِذَا أَحْبَبْتُهُ كُنْتُ سَمْعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ وَبَصَرَهُ الَّذِي يُبْصِرُ بِهِ وَيَدَهُ الَّتِي يَبْطِشُ بِهَا وَرِجْلَهُ الَّتِي يَمْشِي بِهَا، وَإِنْ سَأَلَنِي لأُعْطِيَنَّهُ وَلَئِنْ اسْتَعَاذَنِي لأُعِيذَنَّهُ) رواه البخاري (6502).

أقسام صيام النوافل

وصيام النوافل ينقسم إلى قسمين رئيسين:

التطوع المطلق

- **أولهما: التطوُّع المطلق (غير المحدد بوقت أو حالة معينة) فيمكن للمسلم أن يتطوع بصيام أي يوم أراد من أيام السنة، إلا ما ورد النهي عنه كيومي العيدين لأن صيامهما محرم، وأيام التشريق (الأيام الثلاثة بعد عيد الأضحى) فالصيام فيها محرم إلا في الحج لمن ليس عنده هدي، وماعدا تقصُّد صيام يوم الجمعة وحده وورود النهي عنه، ومن أفضل صور التطوع المطلق صيام يوم و فطر يوم لمن قدر عليه، كما جاء في الحديث: (أَحَبُّ الصَّلاةِ إِلَى اللَّهِ صَلاةُ دَاوُدَ عَلَيْهِ السَّلام، وَأَحَبُّ الصِّيَامِ إِلَى اللَّهِ صِيَامُ دَاوُدَ وَكَانَ يَنَامُ نِصْفَ اللَّيْلِ وَيَقُومُ ثُلُثَهُ وَيَنَامُ سُدُسَهُ وَيَصُومُ يَوْمًا وَيُفْطِرُ يَوْمًا) رواه البخاري (1131)، ومسلم (1159)، ويشترط في الأفضلية ألاَّ يضعفه عمّا هو أولى كما في روايةٍ للحديث: (كَانَ يَصُومُ يَوْمًا وَيُفْطِرُ يَوْمًا وَلا يَفِرُّ إِذَا لاقَى) رواه البخاري (1977)، ومسلم (1159).**

التطوع المقيد

- **ثانيهما: التطوُّع المقيد: وهو أفضل من التطوُّع المطلق من حيث العموم.**

وينقسم التطوع المقيد إلى قسمين:

- **الأول: المقيّد بحال الشخص، كالشاب الذي لم يستطع الزواج، كما في حديث عَبْد اللَّهِ بن مسعود رضي الله عنه: كُنَّا مَعَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ شَبَابًا لا نَجِدُ شَيْئًا، فَقَالَ لَنَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: (يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مَنْ اسْتَطَاعَ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ، فَإِنَّهُ أَغَضُّ لِلْبَصَرِ وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وِجَاءٌ) رواه البخاري (5066)، ومسلم (1400). فإن مشروعية الصيام في حقه تتأكد مادام أعزب، ويزداد التأكد كلما ازدادت المثيرات له، من غير تحديد بأيام معينة.**

- **الثاني: المقيد بوقت معين، وهذا متنوع فبعضه أسبوعي، وبعضه شهري وبعضه سنوي.**

- **فالأسبوعي هو استحباب صيام الاثنين و الخميس، فعن عَائِشَةَ رضي الله عنها قَالَتْ: (إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَتَحَرَّى صِيَامَ الاثْنَيْنِ وَالْخَمِيسِ) رواه النسائي (2320)، وغيره و صححه الألباني في "صحيح الجامع الصغير" (4897)، وسئل صلى الله عليه وسلم عن صيام يَوْمَ الاثْنَيْنِ وَيَوْمَ الْخَمِيسِ قَال: (ذَانِكَ يَوْمَانِ تُعْرَضُ فِيهِمَا الأَعْمَالُ عَلَى رَبِّ الْعَالَمِينَ، فَأُحِبُّ أَنْ يُعْرَضَ عَمَلِي وَأَنَا صَائِمٌ) رواه النسائي (2358)، وابن ماجه (1740)، وأحمد**

(8161)، وصححه الألباني في "صحيح الجامع" (1583)، وسُئِلَ عَنْ صَوْمِ الاثْنَيْنِ فَقَالَ: (فِيهِ وُلِدْتُ وَفِيهِ أُنْزِلَ عَلَيَّ) رواه مسلم (1162).

- والشهري هو استحباب صيام ثلاثة أيام من كل شهر فعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: (أَوْصَانِي خَلِيلِي بِثَلَاثٍ لا أَدَعُهُنَّ حَتَّى أَمُوتَ صَوْمِ ثَلاثَةِ أَيَّامٍ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ وَصَلاةِ الضُّحَى وَنَوْمٍ عَلَى وِتْرٍ) رواه البخاري (1178) ومسلم (721). والمستحب كونها أوسط الشهر الهجري المسماة أيام البيض فعن أَبِي ذَرٍّ رضي الله عنه قَالَ: قَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: (إِذَا صُمْتَ شَيْئًا مِنْ الشَّهْرِ فَصُمْ ثَلاثَ عَشْرَةَ وَأَرْبَعَ عَشْرَةَ وَخَمْسَ عَشْرَةَ) رواه النسائي (2424)، وابن ماجه (1707)، وأحمد (210)، وصححه الألباني في "صحيح الجامع الصغير" (673).

- والسنوي منه ما هو يوم معين و منه ما هو فترة يسن الصوم فيها.

فمن الأيام المعينة:

1. يوم عاشوراء وهو اليوم العاشر من شهر محرم فعن ابْنَ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا وَسُئِلَ عَنْ صِيَامِ يَوْمِ عَاشُورَاءَ، فَقَالَ (مَا عَلِمْتُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ صَامَ يَوْمًا يَطْلُبُ فَضْلَهُ عَلَى الأَيَّامِ إِلاَّ هَذَا الْيَوْمَ وَلا شَهْرًا إِلا هَذَا الشَّهْرَ يَعْنِي رَمَضَانَ) رواه البخاري (2006)، ومسلم (1132). ويسن أن يصوم معه يوما قبله أو يوما بعده لمخالفة اليهود.

2. يوم عرفة، وهو اليوم التاسع من ذي الحجة، واستحبابه خاص بمن لم يكن واقفاً بعرفة،كما قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ في فضل الثلاث الماضية كلها (ثَلاثٌ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ وَرَمَضَانُ إِلَى رَمَضَانَ فَهَذَا صِيَامُ الدَّهْرِ كُلِّهِ صِيَامُ يَوْمِ عَرَفَةَ أَحْتَسِبُ عَلَى اللَّهِ أَنْ يُكَفِّرَ السَّنَةَ الَّتِي قَبْلَهُ وَالسَّنَةَ الَّتِي بَعْدَهُ وَصِيَامُ يَوْمِ عَاشُورَاءَ أَحْتَسِبُ عَلَى اللَّهِ أَنْ يُكَفِّرَ السَّنَةَ الَّتِي قَبْلَهُ) رواه مسلم (1162).

أما الفترات التي يسن الصوم فيها فمنها:

- شهر شوال: يسن صيام ستة أيام منه، لقول رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ (مَنْ صَامَ رَمَضَانَ ثُمَّ أَتْبَعَهُ سِتًّا مِنْ شَوَّالٍ كَانَ كَصِيَامِ الدَّهْرِ) رواه مسلم (1164). وراجع السؤال رقم: (7859).

- شهر محرم: يسن صيام ما تيسَّر منه للحديث: (أَفْضَلُ الصِّيَامِ بَعْدَ رَمَضَانَ شَهْرُ اللَّهِ الْمُحَرَّمُ، وَأَفْضَلُ الصَّلاةِ بَعْدَ

الْفَرِيضَةِ صَلاةُ اللَّيْلِ) رواه مسلم (1163).

- شهر شعبان: كما ثبت عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قَالَتْ: (كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَصُومُ حَتَّى نَقُولَ لا يُفْطِرُ وَيُفْطِرُ حَتَّى نَقُولَ لا يَصُومُ فَمَا رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اسْتَكْمَلَ صِيَامَ شَهْرٍ إِلا رَمَضَانَ وَمَا رَأَيْتُهُ أَكْثَرَ صِيَامًا مِنْهُ فِي شَعْبَانَ، كَانَ يَصُومُ شَعْبَانَ كُلَّهُ كَانَ يَصُومُ شَعْبَانَ إِلا قَلِيلاً) رواه البخاري (1969)، ومسلم (1156).

و على المسلم الراغب في الخير أن يعلم عظم فضل التطوع لله بالصيام كما جاء في الحديث عن النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: (مَنْ صَامَ يَوْمًا فِي سَبِيلِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ بَاعَدَ اللَّهُ وَجْهَهُ مِنْ جَهَنَّمَ سَبْعِينَ عَامًا) رواه النسائي (2247)، وصححه الألباني في "صحيح سنن النسائي" (2121).

نسأل الله أن يجعلنا ممن يباعدون عن جهنم وحرها ويكونون من أصحاب النعيم.

التوقيت الصحيح للسحور والإفطار

أما التوقيت الصحيح للسحور والإفطار: فكما في تعريف الصيام أنه: التعبد لله تعالى بالإمساك عن الأكل والشرب وسائر المفطرات من طلوع الفجر إلى غروب الشمس، كما قال تعالى: {وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ ثُمَّ أَتِمُّوا الصِّيَامَ إِلَى اللَّيْلِ} البقرة/187، فيبدأ الصائم الإمساك عن المفطرات من تحقق طلوع الفجر وحتى غروب الشمس كما قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عن وقت الإفطار: (إِذَا أَقْبَلَ اللَّيْلُ مِنْ هَا هُنَا وَأَدْبَرَ النَّهَارُ مِنْ هَا هُنَا وَغَرَبَتْ الشَّمْسُ فَقَدْ أَفْطَرَ الصَّائِمُ) رواه البخاري (1818)، ومسلم (1841).

أما وقت السحور فذهب جمهور الفقهاء إلى أنه ما بين نصف الليل الأخير إلى طلوع الفجر الثاني ويسن تأخيره عند جمهور العلماء ما لم يخش طلوع الفجر الثاني للآية السابقة ولقوله صلى الله عليه وسلم عليه وسلم: (عجلوا الإفطار وأخروا السحور) رواه الطبراني، وصححه الألباني في "صحيح الجامع" (3989)، ولأن المقصود بالسحور التقوّي على الصوم، وما كان أقرب إلى الفجر كان أعون على الصوم. نسأل الله أن يجعلنا من المتقيدين بشرعه العاملين به، وصلى الله وسلم على نبينا محمد.

والله أعلم.