21710 - 推迟还补斋戒

السؤال

我在某一年来月经的数日当中没有封斋，已经过了好多年了，我至今未能还补所缺的斋戒，我现在想还补所缺天数的斋戒，但是我不知道必须要还补多少天的斋戒，我应该怎么办？

الإجابة المفصلة

一切赞颂，全归真主。

你必须要履行三件事情；

第一件事情：

为这么多年迟迟没有还补斋戒和疏忽大意的行为向真主忏悔，并且决心不会重蹈覆辙，再犯类似的错误，因为真主说：“信士们啊！你们应全体向真主悔罪，以便你们成功。”（24:31）；推迟还补斋戒是违抗真主的行为，因为这种行为而向真主忏悔是必须的（瓦直布）；

第二件事情：

根据自己的度量和侧重，马上开始封斋，真主只依各人的能力而加以责成；你认为自己在多少天当中没有封斋，就应该还补多少天的斋戒；如果你认为是十天，你就还补十天的斋戒；如果你认为还要更多一些或者更少一些，你就根据自己的度量和侧重而还补所缺的斋戒，因为真主说：“真主只依各人的能力而加以责成。”（2:286）；真主说：“你们应当尽力而为地敬畏真主。”（64:16）

第三件事情：

为没有封斋的每一天而给贫民施舍一顿饭，如果你有能力这样做，哪怕只给一个贫民施舍饭食也可以；如果你是穷人，没有能力施舍饭食，则你只要还补所缺天数的斋戒和忏悔就可以了，此外就没有任何罪责了。

为没有封斋的每一天必须要施舍的食物就是半升当地的主食（重量为一公斤半）。