

# سنة الحرام



جمعية الدعوة والإرشاد وتوعية الجاليات بالزلفي

هاتف: ٤٢٣٤٤٦٦ ٠١٦. فاكس: ٤٢٣٤٤٧٧ ٠١٦

31

# حاشية القرآن

أحكام الصيام – اللغة السنهالية



جمعية الدعوة والإرشاد ونوعية الجاليات في الزلفي

Tel: 966 164234466 - Fax: 966 164234477

## أحكام الصيام

أعدّه وترجمه إلى اللغة السنهالية:  
جمعية الدعوة والإرشاد وتوعية الجاليات بالزلفي  
الطبعة الرابعة: ١٤٤٢/٩ هـ

ح) شعبة توعية الجاليات بالزلفي، ١٤١٧ هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

شعبة توعية الجاليات بالزلفي

أحكام الصيام - الزلفي، ١٤١٧ هـ

٣٢ ص؛ ٨ × ١٢ سم

ردمك: ٩٩٦٠-٨١٣-٢٧-٤

(النص باللغة السنهالية)

١- أحكام الصيام أ. العنوان

١٧/٢٠١٣

ديوي ٢٥٢،٣

رقم الإيداع: ١٧/٢٠١٣

ردمك: ٩٩٦٠-٨١٣-٢٧-٤

# පටුන

## විෂය

## පිටු

1-උපවාසයේ විධිවිධාන.	5
2-රාමසාන් මාසයේ විශේෂය	8
3-රාමසානය නිශ්චිත ක්‍රම	12
4-චරප්‍රසාද ලබන්නන්	14
5-නිශ්චල කරන කාර්යයන්	17
6-නිශ්චල නොකරන කාර්යයන්	24
7-චෑදුගත් කරුණු	26
8-උපවාසයේ සුන්නතයන්	30
9-තරාචිත් සලාතය	35
10-කාලේන උපවාසයන්	37
11-උපවාසය තහනම් දිනයන්	39



# උපවාස ශිලප أحكام الصيام

## උපවාසයේ විධිවිධාන

රාමසාන් උපවාස ශිලපේ යෙදීම ඉස්ලාම් ධර්මයෙහි අනිවාර්ය කරුණු පහෙන් අතර, එකකි. නවිතායක මුහම්මදු (සල්) තුමා පැවසූ වදනක් ඉබ්නු උමර් (රලි) තුමා මෙසේ වාර්තා කරන්නේය.

[بُنِيَ الْإِسْلَامُ عَلَى خَمْسٍ: شَهَادَةِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ، وَإِقَامِ الصَّلَاةِ، وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ، وَالْحَجِّ، وَصَوْمِ رَمَضَانَ] (البخاري)

ඉස්ලාම් නැමැති ගොඩනැගිල්ල කුළුණු පහක් මත ගොඩනගා ඇත. එනම්, අල්ලාහ් හැර (අවනතවීමට) අත්කිසි දෙව් කෙනෙකු නොමැති බවත්, නබිතායක මුහම්මදු (සල්) තුමා අල්ලාහ්ගේ දුතයා බවත් සාකෂි දැරීම, දෛනික සලාතය (නැමදුම) ඉටුකිරීම, සකා තය හෙවත් අනිවාර්ය දානය ගෙවීම, හජ් කාර්යය ඉටුකිරීම හා රාමසාන් උපවාස ගීලයේ යෙදීම යනාදීන්ය. (ග්‍රන්ථය : බුහාරි)

සවිම් හෙවත් උපවාස ගීලය යනුනේ, අල් ලාහ් කරා ලොවීමේ චේතනාවෙන් ආජීරය උදාවූ පසු සිට ඉර බසින තෙක් කැම, බීම හා ලිංගික ආශ්වාදයෙහි යෙදීම යනාදී උපවා සය නිශ්චල කරන කාර්යයෙන් වැළකී සිටී මකි. රාමසාන්

උපවාසයේ යෙදීම අල්ලාහ්ගේ ආඥාව අනුව අනිවාර්යවේ. අල්ලාහ් මේ බව මෙසේ පවසන්නේය.

﴿فَمَنْ شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ﴾ [البقرة: 185]

එහෙයින්, මෙම මාසය අත්කර ගන්නා කවරෙකු හෝ අනිවාර්යයෙන්ම උපවාස (සවි මස) රැකිය යුතුයි. (අල්කුර්ආන්-2:185)

රාමසාන් උපවාසයේ යෙදීම වයසට පත් හා බුද්ධියලත් සෑම මුස්ලිමෙකුටම අනිවාර්ය වේ. වසර පහළොව සම්පූර්ණවීමෙන් හෝ ලිංගේන්ද්‍ර ස්ථානයේ රෝම පැළවීමෙන් හෝ හිනෙන් ධාතු පිටත්වීමෙන් හෝ මෙවැනි හේතුවෙන් පුද්ගලයෙකු වයසට පත්වූ බව හැඳින්වේ.



ස්ත්‍රීන් මෙයට අමතරව මසප් (හයිල් පිට) විමෝද්‍ය වයසට පත්වෙති. කිසියම් පුද්ගල යෙකුට මෙයින් එකක් හෝ සිදුවන්නේනම්, ඔහු වයසට පත්වූ කෙනෙකු ලෙස හැඳින්විය හැක.

## රාමලාන් මාසයේ විශේෂය

අල්ලාහ් රාමසාන් මාසය, අනෙකුත් මාස වලට වඩා විවිධ උසස් දේවල් මගින් විශේෂ කර ඇත. ඒවා විශේෂයෙන් පවතින්නේ පහත සඳහන් අයුරින්ය.

1-උපවාසයේ යෙදී සිටින්නාට එයින් මිදෙන

තෙක් මලක් (සුරඳුන) වරුන් ඔහු වෙනු වෙන් ඉස්නි:කාර් කිරී (සමාව අයැදීම)මෙහි යෙදීම.

- 2- අල්ලාහ් තම ස්වර්ගය සැමදා අලංකාර කර, (එදෙස අමතා) මාගේ යහපත් ගිල දාසයන් තමන්ගේ අසිරුනාවයෙන් හා ශ්‍රමයෙන් ඉවත්වී මඟ වෙත කරා ඵමට (සැරසී) සිටිති යනුවෙන් පැවැසීම.
- 3- මුරෂ්ඨිකම් කරන සාතාන් වරුන් විලංගු කිරීම.
- 4- දහස් මසකට වඩා උතුම්වූ ‘ලෙයිලතුල් කද්ර්’ රාත්‍රිය මෙහි තිබීම.
- 5- රාමසාන් මාස අවසාන රාත්‍රියේ උපවාසයේ යෙදුන්නන්ට සමාව ලබා දීම.
- 6- අල්ලාහ් රාමසාන්හි සෑම රාත්‍රියෙහිම තර කාදියට නියමුවන් නිදහස් කිරීම.

7-රාමසාන් මාසයෙහි කෙරෙන උම්රාව හප් කර්තව්‍යයට සමානව පවතීම.

මෙම මාසයේ විශේෂයන් ගැන නතිනායක මුහම්මද් (සල්) තුමා මෙලෙස පවසන්නේය.

[مَنْ صَامَ رَمَضَانَ إِيمَانًا وَاحْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ] (البخاري ومسلم)

කවරකු විශ්වාසයෙන් හා චිත්ත පාරිශුද්ධියෙන් රාමසාන් උපවාසයේ යෙදෙන්නේද ? ඔහුගේ පෙර පාපයන් වෙනුවෙන් සමාව ලබා දෙනු ලැබේ. (ග්‍රන්ථය : බුහාරි හා මුස්ලිම්)

[كُلُّ عَمَلِ ابْنِ آدَمَ يُضَاعَفُ لَهُ الْحَسَنَةُ بِعَشْرِ أَمْثَالِهَا إِلَى سَبْعِ مِائَةٍ ضِعْفٍ. قَالَ اللَّهُ سُبْحَانَهُ : إِلَّا الصَّوْمَ، فَإِنَّهُ لِي وَأَنَا أُجْزِي بِهِ] (رواه ابن ماجه)

මිනිසා යෙදෙන උපවාස ශිලප හැර සෑම ක්‍රියාවක් සඳහාම දස ගුණය සිට හත්සියක් දක්වා කුසල් ගුණ කරනු ලැබේ. මක්නිසාද යත්, නිසැකයෙන්ම, උපවාසය මාහට අයත් එකකි. ඒ සඳහා කුලිය ලබා දෙන්නේද මාය. යනුවෙන් අල්ලාහ් පවසන්නේය.

(ග්‍රන්ථය : ඉබ්නු මාජා)

## රම්ලානය නිශ්චිත කිරීම

පහත සඳහන් කරුණු දෙකෙන් එකක් සිදුවීමෙන් රාමසාන් මස නිශ්චිත කළ හැක.

1-රාමසාන් මාසයේ හඳ දැකීම. හඳ දුටු විට උපවාසයෙහි යෙදීම අනිවාර්ය වේ. නබි මුහම්මද් (සල්) තුමා මේ බව මෙසේ පව සත්තේය.

[إِذَا رَأَيْتُمُ الْهَيْلَالَ فَصُومُوا، وَإِذَا رَأَيْتُمُوهُ فَأَفْطِرُوا]

(متفق عليه)

මබලා හඳ දුටුවේනම්, උපවාස ගිලයෙහි යෙදෙන්න. තවද, මබලා හඳ දුටුවේනම්, උපවාසයෙන් නිදහස් වන්න.

(ග්‍රන්ථ : බුහාරි හා මුස්ලිම්)

නීති ගරුක (අවංක එක්) පුද්ගලයෙකු හඳුන්වීම රාමසාන් මාසය නිශ්චිත කිරීමට ප්‍රමාණවත්වේ. නමුත්, උපවාසයෙන් මිදීම සඳහා ඡව්වාල් මාසයට අයත් හඳු අවංක පුද්ගලයන් දෙන්නෙකු දිවීම අති වාර්යවේ.

2-භ:බාන් මාසය දින තිහකින්(30) සම්පූර්ණ කිරීම. මෙසේ සම්පූර්ණවීමෙන් තිස්එක (31) වැනි දින රාමසාන් මාසයේ පළමුවන දින ලෙස ගත යුතුයි. තනි මුහම්මදු (සල්) තුමා මෙසේ පවසන්නේය.

[... فَإِنْ غَمَّ عَلَيْكُمْ فَأَكْمِلُوا الْعِدَّةَ ثَلَاثِينَ يَوْمًا]

(البخاري ومسلم)

මබලා හඳ දැකීමට නොහැකි තරම් වලා කුලින් අහස වැසී තියුනු විටක දින තිහකින් (30) මාසය සම්පූර්ණ කරන්න.

(ග්‍රන්ථ : බ්‍රහාරි හා මුස්ලිම්)

## වරප්‍රසාද ලබන්නන්

ඉස්ලාම් ධර්මය පහත සඳහන් අය සඳහා උපවාසයෙහි නොයෙදී සිටීමට වරප්‍රසාදය ලබාදී ඇත.

### 1-රෝගීන්

තම රෝගයෙන් සුව ලැබීම අපේක්ෂා කළ හැකි රෝගීන් තමන්ට උපවාසයේ යෙදීම දුෂ් කර වන්නේනම්, මවුන් උපවාසයේ නොයෙදී සිට, එම

උපවාසයත් පසුව ඉටුකිරීමට හැක. නමුත් තම රෝගයෙන් සුව ලැබීම අපේක්ෂා කළ නොහැකි (ස්ථිර) රෝගීන් උපවාසයේ යෙදිය නොයුතුයි. එනමුත්, සෑම දිනයක් සඳු හාම මිස්කින් වරයෙකුට ග්‍රෑම් 55 ක ප්‍රමාණය බැගින් ආහාර සැපයීම හෝ ඔවුහු ආහාර පිළියෙලකර උපවාසයේ නොයෙදූ දිනයක් අනුව මිස්කින්වරුන් කැඳවා කෑම සපයා දීම අවශ්‍යවේ.

## 2-මගීන්

මගීන් තම ස්ථානයෙන් (ගමනක් සඳහා) පිටත්වූ අවස්ථාවෙහි සිට නැවත පැමිණෙන තෙක් උපවාසයේ නොයෙදිය හැක. ඔවුන් කුමන කාර්යයක් සඳහා ගමන් කළේද, එම කාර්යය



අවසන්වීමෙන් පසු එහි තැවති සිටි මේ අදහසක් නැතිනම්, මවුන් එහි සිටින තුරු ගමනෙහි සිටින්නන් සේම සැළකේ. මෙම තිත්තී කිලෝ මීටර 80 කට හා එයට අධික දුර ප්‍රමාණයෙන් යුත් ගමන් සඳහා පමණක් වලංගුවේ.

### 3-ගර්භණී හෝ කිරි දෙන මාතාවන්

ගර්භණී හෝ කිරි දෙන මාතාවන් තමන් ගැන හෝ තම දරුවන් ගැන හෝ බියෙන් පසුවන්නේනම්, උපවාසයේ නොයෙදී සිටිය හැක. මෙම කාරණයෙන් තිදහස්වූ විගස අතපසුවූ උපවාසයන් තැවත ඉටුකළ යුතුයි.

## 4-මහල්ලන්

උපවාසයේ යෙදීමට නොහැකි වයසට පත් මහල්ලන් උපවාසය නොයෙදිය යුතුයි. එය නැවත ඉටු කිරීමද අනවශ්‍යයවේ. එනමුත්, සෑම දිනයක් වෙනුවෙන් මිස්කින් වරයෙකුට ආහාර සැපයිය යුතුයි.

## නිශ්චල කරන කාර්යයන්

### 1-ඕනෑකමින් ආහාර පාන අනුභව කිරීම

අමතකවීමෙන් ආහාර පානය කළේනම්, එයින් උපවාසයට කිසියම් බාධාවක් හෝ සිදු නොවන්නේය. නබි

මුහම්මද් (සල්) තුමා මේ බව මෙසේ පවසන්නේය.

[مَنْ نَسِيَ وَهُوَ صَائِمٌ فَأَكَلَ أَوْ شَرِبَ فَلَيْتَمَّ

صَوْمَهُ... (مسلم)

‘කවරෙකු අමතක වීමෙන් ආහාර පානය කළේද, මහු තම සවමය සම්පූර්ණ කරන්න.

(ග්‍රන්ථය : මුස්ලිම්)

නාභය මාර්ගයෙන් ජලය කුසතුළ යෑමද, නහරය මාර්ගයෙන් ආහාර යැවීමද හා රුධිරය යැවීමද උපවාසය නිශ්චල කරයි. කුමක් නිසාදයත්, මෙය උපවාසයෙහි යෙදෙන්නාට ආහාර දීමකි.

## 2-ලිංගික ආශ්වාදයේ යෙදීම

උපවාසයෙහි යෙදී සිටින්නා ලිංගික ආශ්වාදයේ යෙදුන විගස ඔහුගේ උපවාසය නිශ්චලවේ. ඔහු මෙම උපවාසය නැවත ඉටුකළ යුතු අතර, ඒ සඳහා කඟ්ඟාරා (වන්දිය)වක්ද ගෙවිය යුතුයි. කඟ්ඟාරා යනු, වහලෙක් නිදහස් කිරීම. එය කළ නොහැකිනම්, අධික චච මාස දෙකක් උපවාසයෙහි යෙදීම. මෙම මාස දෙකතුල ආගමික හෝ ලෝකික හේතු වෙන් තොරව උපවාසයේ යෙදීමෙන් වැළකී සිටිය නොහැක.

ආගමික හේතූන් ලෙස හඳින්වන්නේ ඊද් (අවුරුදු) හා (දුල් හජ් මස 11,12 හා 13 දින) අයිසාමුත් තෂ්රික් (යන උපවාසයේ යෙදීමට

තහනම්වූ) දිනයන් වීම. ලොකික හේතූන් ලෙස හැඳින්වන්නේ ලෙඩවීම හා උපවාසය අතපසු කිරීමේ අදහසින් තොරව ගමනෙහි යෙදීම. හේතුවක් නොමැතිව (අඛණ්ඩ උපවාසයේ) දිනයක් හෝ අතපසු කළේද, අඛණ්ඩ තාවය පැවතීම සඳහා තැවත අගසිටම උපවාසය ආරම්භ කළ යුතුයි. මාස දෙකක් අඛණ්ඩව උපවාසයේ යෙදීම අපහසු වන්නේද, මිස්කින් (දිළිත්දත්) හැට (60) දෙනෙකුට ආහාර සැපයිය යුතුයි.

### 3-ධාතු ජිට්ඨරීම

සීමිත, ආශ්වාදයෙහි යෙදීම යනාදි කාර්යය යන් මගින් සිය කැමැත්තෙන් ධාතුව පිට කිරීම. මෙයින් උපවාසය

නිශ්චලවේ. මෙවන් උපවාස නැවත ඉටුකම් යුතු නමුත්, කඟ්ඟාරා දීම අනවශ්‍යවේ. හිතෙන් ධාතු පිටවුවහොත්, උපවාසය නිශ්චල නොවන්නේය.

### 4-ලේ පිටකිරීම

නහරය මාර්ගයෙන් ලේ පිට කිරීම හෝ ලේ දැන් දීමෙන් උපවාසය නිශ්චලවේ. නමුදු, පරීක්ෂණයක් සඳහා ලේ ස්වල්පයක් පිට කිරීමෙන් උපවාසයට කිසිදු හානියක් නොසිදුවේ. එසේම ස්වභාවයෙන් නාහයෙන් හෝ තුඩාල යෙන් හෝ දැන් ගැලවීමෙන් හෝ ලේ පිටවුයේ නම්, උපවාසයට හානියක් නොවන්නේය.

### 5-වමනය කිරීම

හිතාමතාම වමනය කිරීමෙන් උපවාසය නිශ්චලවේ. නමුත්, ස්වභාවයෙන් වමනය පිට වීමෙන් ප්‍රශ්නයක් නොමැත.

ඉහත සඳහන් කාර්යයන් උපවාසයෙහි යෙදෙන්නෙකු දැනුවත්ව, සිහි බුද්ධියෙන් හා හිතා මතාම කළේනම්, මහු කළ උපවාසය නිශ්චලවේ. ජරීෆා (ආගමික) තිතිරිතින් හෝ වෙලාවන් නොදැනීමෙන් උපවාසය කළ විට උපවාසය නිශ්චල නොවන්නේය. උදාහරණ යක් වශයෙන්, ෩ ජීරය උදා නොවූ බව සිතීම, ඉර බැස ගිය බව සිතීම වැනි හේතූන්ය.

එසේම මනකයෙක් කළේනම්, නිශ්චල වේ. අමනක වීමෙන් කළේනම්, වලංගු වේ. එසේම, සිය කැමැත්තෙන් කළේනම්, නිශ්චලවේ. බල කිරීමෙන් කළේනම්, මහුගේ උප වාසය වලගුවේ. එය නැවත ඉටුකිරීම අනවශ්‍යවේ.

### 6-භය්ලු භා නිගාඪ ජිට්ඨිම

ස්ත්‍රියෙකු හයිර් (මසජ්චිම) හෝ නිගාඪ (දරු ප්‍රසූතියෙන් පසු පිටත්වන) රුධිරය දුටු විගස උපවාසය නිශ්චලවේ. මක්නිසාද යත්, මසජ්චු හා රුධිරය පිටවූ ස්ත්‍රීන් උපවාසයෙහි යෙදීම තහනමය. රාමසානයෙන් පසු අතපසු වූ උපවාසයන් නැවත ඉටුකළ යුතුයි.



## නිශ්චල නොකරන කාර්යයන්

- 1-තැම, පිනීම හා උෂ්ණයෙන් මිදීම  
සඳහා (ගරීරය) ජලයෙන් ගිතල  
කිරීම.
- 2-ෆජීරය උදාවීම තහවුරුවන තෙක්  
රාත්‍රී කාලයේ කැම, බීම හා ලිංගික  
ආශ්වාද යෙහි යෙදීම.
- 3-දහවල් කාලයේ මිනැම වෙලාවක  
මිස්වාක් කිරීම. මෙය සතුටුදායක  
ක්‍රියාවෙකි.
- 4-ආහාරයන් හැර අන් අනුමත  
මාෂධයෙන් වෙදකම් කිරීම.  
ආහාරයන් (ග්ලූකෝසු) රහිත  
එන්තන් (Injection) කළ හැක. ඇස්  
හා කණ් හි බෙහෙත් දැමීම, (එහි

රසය උගුරට දැනුණද ප්‍රශ්නයක් නොමැත) ඇස්මා රෝගය වෙනුවෙන් ස්ප්‍රේ (Spray) කිරීම, කුසට ගත නොවන පරිදි ආහාර යෙහි රස බැලීම, කට හා නාභය සේදීම. (නමුත්, කුසට ගතවන පරිදි නොකළ යුතුයි.) හා සුවද විලවුත් භාවිතා කිරීම, එකී සුවදය වුම්බනය කිරීම. යනාදියෙන් උපවාසය නිශ්චල නොවන්නේය.

5-මසප්චු හා රුධිරය පිටත්වූ ස්ත්‍රීන්ට රාත්‍රී කාලයේ එය අවසන් වූයේද, උදා වන තෙක් ස්නානය කිරීම පමාකර උප වාසයෙහි යෙදිය හැක. පසුව උදේ සලා තය ඉටු කිරීම සඳහා ජල ස්නානය කළ යුතුයි. මෙසේම ජල ස්නානය

අනිවාර්යවූ (ජිනුබ්) අයද කළ යුතුයි.

### වැදගත් කරුණු

- 1- කාගිරිවරයෙකු රාමසාත් දහවල් කාලයේ ඉස්ලාම් දහම වැළඳ ගන්නේනම්, ඒදින ඉතිරි කාලයේ කැම ඛීමෙන් වැළකී සිටීම වාජිබිය. නැවත ඉටු කිරීම අනවශ්‍යවේ.
- 2- උපවාසය සඳහා රාත්‍රී කාලයෙහි නියයන් (සිත්සනනින් අධිශ්ඨානය) කළ යුතුයි. මෙසේ නියයනය කිරීම ආජීරය උදාවීමට පෙර රාත්‍රී කාලයේ කුමන වෙලාවක හෝ කළ යුතුයි. මෙය අනිවාර්ය උපවාසය සඳු භාය. සුන්නත් (කාලීන) උපවාසයනම්,

ෆජ්රය උදාවීමෙන් පසුද නියයනය කළ හැක. දහවල් උදාවුවද කිසිදු ප්‍රශ්නයක් නොමැත. නමුත්, කිසිදු ආහාර පානයක් අනුභව කිරීමෙන් වැළකී සිටීම මෙයට කොන්දේසියෙකි.

3-උපවාස ගිලයේ යෙදෙන්නා උපවාසයෙන් මිදෙන වෙලාවේ තමා කැමති දේ ගැන ප්‍රාර්ථනා කළ හැක. මේ ගැන මුහම්මදු තබී (සල්) තුමා මෙසේ පවසන්නේය.

[إِنَّ لِلصَّائِمِ عِنْدَ فِطْرِهِ لِدَعْوَةَ مَا تُرِيدُ]

(سنن ابن ماجه)

‘නිශ්චයෙන්ම උපවාසයේ යෙදෙන්නා උප වාසයෙන් මිදෙන වෙලාවන්හි

කරන පුර් වනාවන් ප්‍රතික්ෂේප කරනු නොලැබේ’.

(ග්‍රන්ථය : ඉතිහාස මාජා)

උපවාසයෙන් මිදෙන අවස්ථාවේ පහත සඳහන් පුර්වනාව උසුරිය යුතුය.

ذَهَبَ الظَّمَاُ وَأَبْتَلتِ العُرُوقُ وَتَبَّتِ الأَجْرُ إِن

[شَاءَ اللهُ] (أبو داود)

‘දහවළ මෙම වචනල්ලනල් උරුක්කු ව සභනල් අප්පුරු ඉන්ෂා අල්ලාහ්’ පිපාසය සංසිදේ. තරයන් තෙත් විය. අල් ලාහ් සිතන්නේද, කුලියද ලැබෙන්නේය.

(ග්‍රන්ථය : අබුදාවුද්)

4-මිනිසෙකු දහවළ කාලයෙහි රාමසාන් උප වාසය බව දැනගත් විගස සිට

උපවාසය නිශ්චල කරන කරුණුවලත් වැළකී සිටීම වාපිතිය. එසේම, එම උපවාසය නැවතද ඉටුකළ යුතුයි.

- 5- තම වගකීමයන් ඉෂ්ට කිරීම සඳහා කළා (අතපසුවූ) උපවාසයන් වහාම ඉටු කිරීම සතුටුදායක කරුණකි. එය පමාකිරීමටද, එය අඛණ්ඩව හෝ අඛණ්ඩයෙන් තොරව හෝ ඉටු කිරීමටද හැක. නමුත්, හේතු රහිතව ඊළඟ රාමසානය පැමිණ තෙක් ප්‍රමාද කළ නොහැක.

# උපවාසයේ සුන්හතයන්

## 1-සතර කිරීම

තනි මුහම්මදු (සල්) තුමා සහර් කිරීම පිළි බදුව මෙසේ පවසන්නේය.

[تَسَحَّرُوا فَإِنَّ فِي السُّحُورِ بَرَكَهً] (متفق عليه)

සහර් කරන්න. කුමක්නිසාද යත්, සහර් කිරීම තුළ බරකත් (අල්ලාහ්ගේ විස්තීරණ භාවය) තිබෙන්නේය.

(ග්‍රන්ථ : චූහාරි හා මුස්ලිම්)

රාත්‍රියෙහි අවසාන වෙලාව තෙක් සහර් කිරීම ප්‍රමාද කිරීම සුන්නත්ය. තනි මුහම්මදු (සල්) තුමා මෙසේ පවසන්නේය.

[مَا تَزَالُ أُمَّتِي بِخَيْرٍ مَا عَجَّلُوا الْفِطْرَ وَأَخْرُوا  
السُّحُورَ] (أحمد)

මගේ උම්මත්වරු උපවාසයෙන් මිදීම  
ඉක් මත්කර හා උපවාසයෙහි යෙදීම  
(ආරම්භය) ප්‍රමාද කර සිටින තෙක්  
යහපත් ක්‍රියාවෙහි යෙදී සිටිති.  
(ග්‍රන්ථය : අහ්මද්)

## 2-උපවාසය මිදීම

ඉර බැසීම ස්ථිරවන්නේනම්,  
උපවාසයෙන් මිදීමට ඉක්මන්විය යුතුයි.  
ඉදුණු රට ඉදියෙන් හෝ එය  
නොලැබෙනවිට වියලි රට ඉදියෙන් හෝ  
එයද නොලැබෙන විට ප්ලයෙන් හෝ  
එයද නොලැබෙන විට පහසුවෙන්



ලැබෙන කිසියම් දෙයකින් හෝ උපවාසය ආරීම සුන් තත් කරුණකි.

### 3-පුර්වතා කාරීම

උපවාසයේ යෙදී සිටින කළු, විශේෂයෙන් ඉෆ්තාර් (මිදෙන) වෙලාවෙහි පුර්වතා කළු යුතුයි. කුමක්නිසාදයත්, තනි මුහම්මදු (සල්) තුමා මේ බව මෙසේ පවසන්නේය.

[ثَلَاثُ دَعَوَاتٍ مُسْتَحَابَاتٌ، دَعْوَةُ الصَّائِمِ، وَدَعْوَةُ الْمَظْلُومِ، وَدَعْوَةُ الْمُسَافِرِ] (البيهقي)

පුර්වතාවත් තුනක් පිළිගනු ලැබේ. ඒවා සායම් වරයා (උපවාසයෙහි යෙදෙන්නා)ගේ පුර්වතාව, අපරාධයට

ලක්වත්තාගේ පුර්ව නාව හා මගියාගේ පුර්වනාව.

(ග්‍රන්ථය : බයිහකී)

රාමසාන් මාසයේ රාත්‍රී නැමදුමෙහි යෙදීම උපවාසයෙහි යෙදෙන්නාට අවශ්‍ය වේ. නබි මුහම්මදු (සල්) තුමා මෙසේ පවසන්නේය.

[مَنْ قَامَ رَمَضَانَ إِيمَانًا وَاحْتِسَابًا، غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ

مِنْ ذَنْبِهِ] (متفق عليه)

කවරෙකු හෝ විශ්වාසයෙන් හා චිත්ත පාරි ශුද්ධියෙන් රාමසාන් මාස රාත්‍රී නැමදුමෙහි යෙදී සිටින්නේනම්, ඔහුගේ පෙර පාපයන් සඳහා සමාව දෙනු ලැබේ.

(ග්‍රන්ථ : බුහාරි හා මුස්ලිම්)

එනිසා, මුස්ලිම්වරයා තරාවිහි  
සලාතයෙහි ඉමාම්වරයා සමග සමුහ  
වගයෙන් සම්පූර්ණයෙන් යෙදිය යුතුයි.  
මක්නිසාද යත්, තනි මුහම්මද් (සල්)  
තුමා මෙසේ පවසන්නේය.

[مَنْ قَامَ مَعَ إِمَامِهِ حَتَّى يَنْصَرِفَ كُتِبَ لَهُ قِيَامُ لَيْلَةٍ]  
(أهل السنن)

කවරෙකු ඉමාම්වරයා අවසන් කරන  
තෙක් මහු සමග රාත්‍රී නැමදමහි යෙදී  
සිටින්නේද, මහු පුරා රාත්‍රියම  
සලාතයෙහි යෙදුන අයෙකු සේ  
සැළකේ. (ග්‍රන්ථය : අහ්ලුස් සුනන්)

එසේම අධික ලෙස සදකා (දානය)  
කිරීම රාමසාන් මාසයේ කරන (උතුම්)  
ක්‍රියාවකි. මේ ගැන තනි මුහම්මද් (සල්)  
තුමා මෙලෙස පවසන්නේය.

[أَفْضَلُ الصَّدَقَةِ رَمَضَانَ] (الترمذي)

දානයෙන් (සදකා) උතුම් දානය රාමසාන් මාසයේ කරන දානයෙකි.

(ග්‍රන්ථය : නිර්මිදි)

තවද, වැඩි වැඩියෙන් අල්කුර්ආනය පාරා යනය කිරීමට උත්සාහය කළ යුතුයි. මන්ද, රාමසාන් මාසය, අල්කුර්ආනයේ මාසයයි. අල් කුර්ආනය පාරායනය කරන්නාට අකුරක් සදහා කුසලක් ලැබෙන්නේය. එක කුසලක් දස ගුණයෙන් සමන්විතකි.

### තරාවිභ් සලාතය

තරාවිභ් සලාතය, රාමසාන් මාසයේ සමූ භයෙන් (ජ්මාඅතෙන්) ඉටු කරන නැමදුමකි. එකී කාලය ඉමා

සලාතයෙක් පසු සිට ෩෪ ට උදාවෙන තෙක්ය. නබි මුහම්මදු (සල්) තුමා රාමසාන් මාසයෙහි රාත්‍රී නැමදුම ඉටු කරන ලෙස උනන්දුකර ඇත. එනම් සෑම රකාඅත් දෙකේදීම සලාම් දෙන පරිදි රකාඅත් එකොළී හක් (11) ඉටු කිරීම සුන්නත්ය. රකාඅත් එකොළීහට වඩා අධිකව ඉටු කිරීමෙන් ප්‍රශ් නයක් නොමැත.

තරාවිභ් සලාතයෙහි යෙදී සිටින්නන්ට අපහසුවක් නොවන පරිදි එය සෙමින් හා දීර්ඝ වශයෙන් ඉටුකිරීම සුන්නත්ය. කරදර යක් නොවන්නේද, තරාවිභ් සලාතය සඳහා ස්ත්‍රීන් (දේවස්ථානය කරා) පැමිණීමත් ප්‍රශ්න යක් නොමැත. නම අලංකාරයන් ප්‍රදර්ශනය නොකර, සුවද විලවුන්

නොතවරා හා තමන් ආවරණය කර පැමිණීම කොන්දේසියෙකි.

### කාලීන උපවාසයන්

තනි මුහම්මදු (සල්) තුමා පහත සඳහන් දිනයන්හි සුන්නත් හෙවත් කාලීන උපවාස වල යෙදෙන ලෙස උනන්දුකර, උත්සාහකර ආත. ඒවා මෙසේය.

1-භව්වාල් මාසයේ දින හයක්. ඒ බව තනි මුහම්මදු (සල්) තුමා මෙසේ පවසන්නේය.

[مَنْ صَامَ رَمَضَانَ وَاتَّبَعَهُ سِتًّا مِنْ شَوَّالٍ كَانَ  
كَصِيَامِ الدَّهْرِ] (مسلم)

කවරෙකු රාමසාන් උපවාසයේ යෙදී සිට, (පසුව) ඒ සමගම ඡව්වාල් මාසයේ දින හයක් උපවාසයේ යෙදෙන්නේනම්, ඔහු තම ජීවිතය පුරාම උපවාසයෙහි යෙදුන අයෙකු සේ සැළකේ. (ග්‍රන්ථය : මුස්ලිම්)

2-සෑම සතූදා හා බ්‍රහස්පතින්දා දිනයන්.

3-සෑම මාසයක්ම දින තුනක්. එනම්, ‘අයි යාමුල් බිල්’ යනුවෙන් හැඳින්වන සෑම මාසයෙන්ම 13, 14 හා 15 යන දිනයන්.

4-ආජුරා දිනය. එනම්, මුහර්රම් මාසයේ දස වන දිනයෙකි. මේදින සමග මේදිනට පෙර හෝ පසු දිනයක් එකතුකර උපවා සයේ යෙදීම සතුටුදායකය.

5-අරූගා දිනය. එනම්, දුල්හඬු මාසයේ තව වැනි දිනය.

## උපවාසය තහනම් දිනයන්

1-රදුල් ඊතර් (රාමසාන් නොත්ති අවුරුදු) හා රදුල් අල්හා (හඬු අවුරුදු) දිනයන්.

2-අයියාමුත් තෂ්රික් හෙවත් සැක සහිත තේදිනයන්. එනම් හඬු මාසයේ 11, 12 හා 13 යන දිනයන්. එනමුත්, කර්බාන් (කැපීම කිරීමට) සතෙක් නොලැබූ හඬු කිරාන් හෝ හඬු තමන්තුළ කරන්නාට මේදිනයන් තහනම් නොවන්නේය.

3-හයිල් (මසජ්වීම) හා නිෆාස් (රුධිරය) පිට වන දිනයන්.



4-තම සැමියා ගමෙහි සිටිනවිට මහුගේ අනවසරයෙන් බිරිඳ කාලීන උපවාසයේ නොයෙදිය යුතුයි. තව් මුහම්මද් (සල්) තුමා මෙසේ පවසන්නේය.

[لَا تَصُومُ الْمَرْأَةُ وَبَعْلُهَا شَاهِدٌ إِلَّا بِإِذْنِهِ غَيْرَ  
(رَمَضَانَ) [متفق عليه]

ස්ත්‍රියෙක් තම සැමියා ගමෙහි සිටින කළ මහුගේ අවසරයෙන් තොරව රාමසාන් උපවාසය හැර අන් උපවාසයන්හි යෙදිය නොහැක.

(ග්‍රන්ථ : චූහාරි හා මුස්ලිම්)

وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه وسلم  
والحمد لله رب العالمين.