د افغانستان اسلامي امارت
د ارشاد، حج او اوقافو وزارت
دمساجدو د ارشاد او انسجام ریاست
دارشاد او دعوت آمریت
دخطبو دتنظیم عمومي مدیریریت

د جمعې د خطبې لاربنود مؤرخ: ۱۴۴۳/۹/۱۴هجری قمری مطابق۱۴۰۱/۱/۲۶هجری شمسی

د روژې په میاشت کې داعتکاف فضیلتونه او مسائل

الحمد لله الذي جعل شهر رمضان سید الشهور وضاعف فیه الحسنات والأجور أحمده وأشكره إنه غفور شكور وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له شهادة أرجو بها الفوز بدار القرار والسرور وأشهد أن نبينا محمدا عبده ورسوله أشرف آمر ومأمور صلى الله عليه وعلى آله وصحبه ومن اقتفى أثرهم إلى يوم النشور أما بعد.

قال الله سبحانه وتعالى في محكم كتابه وهو اصدق القائلين: {وَإِذْ جَعَلْنَا الْبَيْتَ مَثَابَةً لِلنَّاسِ وَأَمْنًا وَاتَّخِذُوا مِنْ مَقَامِ إِبْرَاهِيمَ مُصَلًّى وَعَهِدْنَا إِلَى إِبْرَاهِيمَ وَإِسْمَاعِيلَ أَنْ طَهِّرَا بَيْتِيَ لِلطَّائِفِينَ وَالْعَاكِفِينَ وَالرُّكَّعِ السُّجُودِ} البقرة:(۱۲۵)

که څه هم د پیغمبرعلیه السلام د امت عمرونه او عملونه کم دی ، خو له بلی خوا الله ﷻ په دې امت باندې مهرباني کړی ده او د دې امت د عملونو د زیاتوالي لپاره یې روژه رالیږلې ده ، هغه میاشت چې لږ عمل په کې لوی ثوابونه لري او همدا راز په دې میاشت کې یې داسې عملونه را ښودلي دي چې په کولو سره یې د مسلمان ټول ګناهونه ښنل کیږي او د زیاتو اجرونو مستحق ګرځي او هم یې داسې وختونه را ښودلي دي چې په دغو وختونو کې عبادت کول د زیاتو اجرونو لامل ګرځي چې دهغه عملونو او وختونو څخه یو هم د رمضان د میاشت په لسو وروستیو ورځو کې اعتکاف دي.

د اعتکاف پیژندنه :
اعتکاف په لغت کې تم کیدل او احتباس ته وایي اود شریعت په اصطلاح کې عبارت دی له تم کیدو په خاص ځای کې چې مسجد دی د خاصو صفاتو سره چې عبارت دی له: نیت روژه، په مسجد کې اوسیدل او لږ تر لږه د یوې ورځې پورې. [دجمعې خطبې)
د اعتکاف حقیقت او اهداف:

ځینو علماؤ د اعتکاف په تعریف کې داسې لیکلي دي:(هو قطع العلائق عن كل الخلائق للاتصال بخدمة الخالق) دټولو مخلوقاتو سره علاقاتو قطع کول او د خپل خالق سره اړیکه ساتلو په امید دهغه په خدمت کې اوسیدل، اعتکاف بلل کیږي.

اعتکاف دالله ﷻ یادولو ته ځان د دنیوي کارونو او مصروفیتونو څخه فارغول دي.

اعتکاف خلوت دی، اعتکاف له دنیا څخه انقطاع ده او ددنیا دخلکو داختلاط څخه ګوشه نشیني ده.

اعتکاف دالله تعالی د هغو اولیاؤ، زاهدانو او غوره بندګانو سنت دی؛ کوم چې په نفسي خواهشاتو باندې هر وخت برلاسي ؤ او دخپلو نفسونو دسرکشی څخه په امن کې ؤ.

په اعتکاف کې انسان خپل ځان په کلي ډول دالله تعالی عبادت ته سپاري، ترڅود الله ﷻ قرب او نږدی والی ترلاسه کړي، او خپل نفس د ددنیوي مشغولتیا څخه چې د انسان دمطلب په مخ کې خنډګرځي لرې ساتل دي.

په اعتکاف کې خپل ځان او وخت د الله ﷻ ذکر ته ځانګړي کول دي.

په اعتکاف کې خپل ټول وخت عبادت او لمانځه ته فارغول دي؛ ځکه د اعتکاف اصلي مقصد د جماعت لمانځه ته انتظار کول دي او اعتکاف کوونکی ځان دملائکو سره تشبیه کوي ؛ هغوی چې د الله تعالی د حکم څخه سرغړونه نه کوي او هغه څه کوي چې ورته امر شوی وي او په شپه او ورځ کې د الله ﷻ تسبیح وایي او هیڅ ډول کوتاهي نه کوي.(فتاوى الهندية)

په اعتکاف کې زړه د الله تعالی پر عبادت باندې روزل دي؛ ترڅو دهغه له یاد څخه غافله نشي.

اعتکاف د زړه د تزکیې او د زړه د اصلاح او استقامت لپاره مشروع شوی دی، اعتکاف الله تعالی د رسیدو لپاره دسیر او سلوک لاره ده.

اعتکاف هغه عبادت دی چې بنده په کې په تنهایې سره د خپل خالق عبادت کوي ، هغه ته ژاړي او له خپل رب څخه غواړي ، په خپلو ګناهونو اعتراف کوي او هغه ته فریاد کوي، هلته چې پرته له الله تعالی نور څوک ورسره نه وي، نوره دنیا شاته پریږدي او یواځې خپل رب ته خپله ټوله توجه ور اړوي.

اعتکاف هغه مسنون عبادت دی چې پیغمبرعلیه السلام په خپل ټول ژوند کې تل کړی دی او تر وفات پورې یې نه دی پریښی.

اعتکاف هغه نفلي عبادت دی چې د الله تعالی په غوره زمکه مسجد کې ترسره کیږي.

د معتکف لپاره د زړه سکون د الله تعالی ذکر دی، او قرآن کریم یي ملګری دی، او لمونځ یی راحت دی، او رب سره مناجات یي خوښي ده او دعاء او عاجزي یي لذت دی.

د رمضان میاشت په آخري لسو ورځو کې اعتکاف ددې لپاره مسنون دی؛ ترڅو د هغه شپې عبادت یي نصیب شي

چې اجر یي تر زرو میاشتو غوره دی د لیلة القدر شپې عبادت.

پیغمبرعلیه السلام فرمایلي دي: (إِنِّي اعْتَكَفْتُ الْعَشْرَ الْأَوَّلَ أَلْتَمِسُ هَذِهِ اللَّيْلَةَ ثُمَّ اعْتَكَفْتُ الْعَشْرَ الْأَوْسَطَ ثُمَّ أُتِيتُ فَقِيلَ لِي إِنَّهَا فِي الْعَشْرِ الْأَوَاخِرِ فَمَنْ أَحَبَّ مِنْكُمْ أَنْ يَعْتَكِفَ فَلْيَعْتَكِفْ) مختصر صحيح مسلم للمنذري

ژباړه: ما د رمضان په لومړۍ لسیزه کې اعتکاف وکړ او دلیلة القدر شپه مې لټوله ، بیامې د رمضان په دوهمه لسیزه کې اعتکاف وکړ(ترڅو دلیلة القدر شپې فضیلت راته حاصل شي)بیا راته وویل شو چې لیلة القدر شپه د رمضان په آخري لسو ورځو کې ده . څوک چې ستاسو څخه غوره ګڼي چې د رمضان په آخري لسو ورځو کې اعتکاف وکړي نو معتکف دې شي. یعني که څوک غواړي چې دلیلة القدر شپې فضیلت حاصل کړي په رمضان آخري لسو ورځو کې دې اعتکاف وکړي.

د اعتکاف مشروعیت او فضیلت:

د روژې په وروستیو لسو ورځو کې اعتکاف مؤکد سنت دی ځکه رسول الله ﷺ د روژې په وروستیو لسو ورځو کې پر اعتکاف مواظبت کړی دی. [اللباب في شرح الكتاب]

اعتکاف مشروعیت د قرآن کریم په آیتونو دپیغمبرعلیه السلام په قولي او فعلي آحادیثو او د امت په اجماع سره ثابت دی.

۱-قرآن کریم : الله تعالی فرمایلي دي:{أَنْ طَهِّرَا بَيْتِيَ لِلطَّائِفِينَ وَالْعَاكِفِينَ} البقرة: (۱۲۵)

ترجمه: مونږ امر وکړ ابراهیم علیه السلام او اسماعیل علیه السلام ته چې پاک کړئ زما کور(بیت الله) دطواف کوونکو او اعتکاف کوونکو لپاره .

په یو بل آیت کریمه کې راځي:{ وَلا تُبَاشِرُوهُنَّ وَأَنْتُمْ عَاكِفُونَ فِي الْمَسَاجِدِ) البقرة (: ۱۸۷)

ترجمه: او تاسو د خپلو زنانه ؤ سره کوروالی مه کوئ په داسې حال کې چې تاسو اعتکاف کوونکي یاست په مسجدونو کې.

۲- احادیث: - عن ابن عمر رضي الله عنهما قال: **(كان رسول الله يعتكف العشر الأواخر من رمضان)** صحيح البخاری
ترجمه: د ابن عمر رضي الله عنهما څخه روایت دی چی هغه وفرمایل: رسول الله ﷺ د رمضان په وروستی لسیزه کې اعتکاف کاوه.
-په بل حدیث شریف کې راځي: **و عن عائشة رضي الله عنها أن النبي ﷺ يعتكف العشر الأواخر من رمضان حتى توفاه الله تعالى ثم اعتكف أزواجه بعده).**صحيح البخاري
ترجمه: د عائشه رضي الله عنها نه روایت شوی چې: رسول الله ﷺ د رمضان په وروستی لسیزه کې اعتکاف کاوه ترهغې پوری چې وفات شو بیا د هغه د وفات نه وروسته دپیغمبرعلیه السلام بیبیانو اعتکاف کاوه.
-په یو بل روایت کې د پیغمبرعلیه السلام داعتکاف په اړه داسې راغلي دي:
عن أبى هريرة رضي الله عنه قال: كان النبي ﷺ يعتكف في كل رمضان عشرة أيام فلما كان العام الذي قبض فيه اعتكف عشرين يو ما)صحيح البخاري
ترجمه: د ابو هریره رضي الله عنه څخه روایت دی هغه فرمايي: رسول الله -ﷺ- به هر رمضان کې لس ورځې اعتکاف کاوه او کوم کال کې چې وفات کیده شل ورځې اعتکاف یې وکړ.
-په یو بل حدیث شریف کې راځی:(من اعتكف معي فليعتكف العشر الأواخر) موطأ مالك
ژباړه: څوک چې له ما سره اعتکاف کوي ، د روژې په لسو اخیرو کې دې اعتکاف وکړي.
په یو بل حدیث کې د اعتکاف دفضیلت په اړه داسې راغلي دي: (ومن اعتكف يومًا ابتغاء وجه الله تعالى، جعل الله بينه وبين النار ثلاث خنادق، كل خندق أبعد مما بين الخافقين) شعب الإيمان - البيهقي
ترجمه: او څوک چې د الله ﷻ د رضا لپاره یوه ورځ اعتکاف وکړي الله تعالی به دده او دجنهم ترمنځ درې خندقه فاصله راولي چې د یو خندق فاصله به دبل خندق سره د زمکې او اسمان ترمنځ (یا دمشرق او مغرب) دفاصلې څخه زیاته ده .
وعن علي بن أبي طالب رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (من اعتكف عشرًا في رمضان، كان كحجتين وعمرتين) شعب الايمان للبيهقی والطبرانی في الاوسط وفي سنده ضعف
ترجمه: څوک چې په رمضان کې لس ورځې اعتکاف وکړي دا داسې دی لکه څوک چې دوه حجونه وکړي او دوه عمرې وکړي.

۳-اجماع: اتفقوا على أن الاعتكاف مشروع وأنه قربة . (اختلاف الأئمة العلماء)

ترجمه: امام ابن هبیره وايي: دفقهاؤ په دې اتفاق دی چې اعتکاف مشروع کاردی او عبادت دی.

۴-د فقهاؤ اومجتهدینو اقوال:

وقال الزهري عجبا من الناس كيف تركوا الاعتكاف ورسول الله صلى الله عليه وسلم كان يفعل الشيء ويتركه وما ترك الاعتكاف حتى قبض وفي الاعتكاف تفريغ القلب عن أمور الدنيا وتسليم النفس إلى بارئها والتحصن بحصن حصين وملازمة بيت الله تعالى. [المبسوط للسرخسي]

ژباړه: امام زهري رحمه الله فرمايي: خلکو ته تعجب کوم دوی څرنګه اعتکاف باندې عمل کول پریښی دی؟ پیغمبرعلیه السلام به کله یو کار کولو او کله به یې پریښودلو، خو اعتکاف یې تر وفات پورې نه دي پریښي.

په اعتکاف کې ددنیايي کارونو څخه د زړه فارغول دي او خپل خالق ته دنفس تسلیمول دي او په مضبوطه قلاکې پناه اخیستل دي او دالله تعالی په کورکې پاتې کیدل دي.

قال عطاء: مثل المعتكف كمثل رجل له حاجة إلى عظيم فيجلس على بابه ويقول لا أبرح حتى تقضي حاجتي والمعتكف يجلس في بيت الله تعالى ويقول لا أبرح حتى يغفر لي فهو أشرف الأعمال إذا كان عن إخلاص.[المبسوط للسرخسي]

ژباړه: امام عطاء رحمه الله فرمايي: د معتكف مثال دهغه سړي دی چې کوم مشر ته يې ضرورت بند وي اودهغه په دروازه پريوځي او ورته ووايي چې زه به دلته ترهغې پروت يم ترڅو زما حاجت پوره کړی. معتكف هم دالله ﷻ په کورکې پريوزي او وايي چې تر هغې به دلته پروت يم ترڅو راته ببنښه وشي بناءً اعتکاف تر ټولو غوره عمل دی کله چې په اخلاص سره وي.

فقهاؤ ليکلي دي چې دقرآن کريم آيتونو او دپيغمبرعليه السلام لـه آحاديثو دا جوتيږي چـې د اعتکاف عمل داسلام څخه د مخه هم موجود ؤ او دا د نيکانو او بزرگانو عمل دی او اعتکاف ډيره اوږده تاريخي مخينه لري، آن تر دې چې د اعتکاف تاريخ تر ابراهيم عليه السلام ، اسماعيل عليه السلام او مريم عليه السلام زماني ته رسيږي.

د قرآن کريم د نزول نه وړاندی د رسول الله ﷺ په مبارک طبيعت کې د ټولو نه د بيلتون او د الله ﷻ په عبادت باندی د بوختيا انگيزه پيدا شوه، د هغې په نتيجه کې څو پرلپسي اونی دحراء په غار کې ميشت شو ګواکي دا د رسول الله ﷺ لومړنی اعتکاف ؤ چې په اغيز کې يې د هغه د معنويت او روحانيت مقام مرتبـه هغه ځـای تـه ورسيده چـې د قرآن نزول پيل شو او ددی اعتکاف په وروستيو ورځو کی د حراء غار کې د الهي وحي راوړونکي جبريل عليه السلام د (علق) سورت لومړني آيتونه پيغمبر عليه السلام ته وړاندي کړل، دغه پيښنه د رمضان په مياشت او وروستی لسيزه کې او د قدر په شپه کې وه په همدي خاطر د رمضان مياشت وروستی لسيزه د اعتکاف لپاره وټاکل شوه.
په يو بل روايت کې راځي چې عمر رضی الله عنه داسلام څخه دمخه د اعتکاف نذر نيولی ؤ او پيغمبر عليه السلام دهغه دپوښتني په ځواب کې ورته وفرمايل: (يا رسول الله إني نذرت في الجاهلية أن أعتكف ليلة في المسجد الحرام ، فقال النبي صلى الله عليه وسلم: أوف بنذرك فاعتكف ليلة) متفق عليه

ژباړه: ای الله رسوله! دجاهليت په زمانه کې مې نذر کړی ؤ چې په مسجد الحرام کې به يوه سپه اعتکاف کوم؟

پيغمبرعليه السلام ورته وفرمايل: په خپل نذر وفاء وکړه او يوه شپه اعتکاف وکړه.

د اعتکاف رکن:

د اعتکاف لپاره يو رکن دی چې هغه په مسجد کې پاتې کيدل دي او له مسجد څخه بدون د هغه ضرورته وتل چې شريعت ورته اجازه ورکړی ده چې هغه عبارت دی له قضای حاجت، خوراک ، څښاک ، دجمعي لمونځ، جواز نه لري.

د اعتکاف شرطونه:
د اعتکاف له شرطونو څخه ځيني په لاندې ډول دي:
۱-د اعتکاف لپاره نيت شرط دی.
۲-داعتکاف لپاره مسجد شرط دی؛ هغه مسجد چې پنځه وخته لمونځ په کې کيږي. پرتـه لـه مسجد څخه اعتکاف نـه صحيح کيږي.
۳-مسنون او د روژې اعتکاف بايد له يوی ورځی څخه کم نه وي.
۴-د مسنون اعتکاف لپاره روژه شرط ده او دجماع څخه ځان ساتل هم شرط دي؛ څوک چې اعتکاف ته کښيني بايد روژه وي، ، معتکف د انساني عذر نه پرته او جمعی لمانځه ته د تللو نه پرته نشي کولای چې مسجد نـه بهرشي کـه بی عذره ديو ساعت لپاره بهر شي اعتکاف يې فاسديږي او كه چا په شپه كې پـه قصد يـا هيری سره كوروالی وكړ اعتکاف يې باطليږي[الاختيار لتعليل المختار]
څکه په يو حديث کې د عائشه صديقي رضي الله عنها نه روايت دی چې وفرمايل:**(عن عائشةَ، أنها قالت: السُّنَّةُ على المُعْتَكِفِ أن لا يَعُودَ مريضاً، ولا يَشْهَدَ جنازة، ولا يَمَسَّ امرأةً، ولا يُباشِرَها، ولا يَخْرُجَ لِحَاجَةٍ إلا لِما لا بُدَّ منه، ولا اعتكافَ إلا بِصَوْمٍ، ولا اعتكافَ إلا في مسجدٍ جَامعٍ).** سنن أبي داود ت الأرنؤوط
د عايشه صديقه رضي الله عنها نه روايت دی چې وه يې فرمايل: (د معتكف لپاره شرعی ضابط او فرمـان دادی چې د رنځور پوښتني ته دی نه وځي، جنازی لمانځه کې دې ګډون نـه کوي، د ښځې سره دی ملاسته اولوبې نه کوي، د

خپلو اړتياؤ لپاره دی هم د مسجد نه بهر نه ځي، بی د هغو اړتيا ؤ چې خلاصون تری نشته او اعتکاف پرتـه لـه روژي نه کيږي او اعتکاف نه کيږي؛ مگر په جامع مسجد کې).

امام علاء الدين سمرقندي داسي ليکلي دي: (أن أحد ركني الصوم وهو الإمساك عن الجماع شرط في باب الاعتكاف فكذلك الركن الآخر وهو الإمساك عن الأكل والشرب وهذا لأن الاعتكاف مجاورة بيت الله تعالى والإعراض عن الدنيا والاشتغال بخدمة المولى وهذا لا يتحقق بدون ترك قضاء الشهوتين إلا بقدر ما فيه ضرورة وهو الأكل والشرب في الليالي ولا ضرورة في الجماع)تحفة الفقهاء ژباړه: د روژې یو رکن د کورولي څخه ځان ساتل دي چې دا داعتکاف لپاره هم شرط دی او بل رکن يي دخوراک او څښاک څخه ځان ساتل دي ؛ ځکه په اعتکاف کې د بيت الله سره هم نشيني ده، ددنيا څخه مخ اړول دي اود خالق په حضورکي مصروفه کيدل دي او داکار د دواړه شهوتونو د پريښودلو څخه ناشونی دی؛ مګر دضرورت په اندازه چې هغه هم په شپه کې خوراک او څښاک دی خو کوروالي ته په کی هيڅ اړتيا نشته.

البته زنانه کولای شي چې د کور په مسجد کې اعتکاف وکړي؛ ترڅو زنانه هم داعتکاف له فيض څخه بې برخې نشي.

۵-همدا راز د زنانه ؤ د اعتکاف لپاره شرط ده چې د حيض او نفاس څخه به پاکې وي. له حيض او نفاس سره اعتکاف جواز نه لري ځکه اعتکاف عبادت دی او عبادت پرته له طهارت څخه درست نه دی.

۶- په جنابت سره اعتکاف شروع کول حرام کاردی، خو که چيرې په معتکف باندې احتلام واوري روژه يي نه فاسديږي، خو لازم ده چې ژر غسل وکړي.

د اعتکاف آداب:

دا هغه آداب دي چې بايد داعتکاف پروخت مراعت شي ترڅو داعتکاف له عبادت څخه هغه څه په لاس راشي د کوم لپاره اعتکاف مشروع شوی دی:

۱-روژې دآخيری لسو ورځو اعتکاف لپاره مسنون طريقه داده چې د نولسمي روژې په مازيګر د لمر دغروب څخه مخکې به دکورڅخه ووزي او مسجد ته به داخل شي.

۲-مخکې له دې چې اعتکاف ته کيني بايد خپل نوکان واخلي ، د خپل د سر ويښتان هم کم کړي، خپل بدن پاک کړي.

۳-اعتکاف کوونکی بايد له هرډول رياء او نورو دنيوي مقاصدو څخه په پاک نيت سره اعتکاف ته داخل شي.

۳-په کارده چې داعتکاف پروخت د اعتکاف هدف او مقصد په نظر کې ونيول شي او په هر وخت کې معتکف ته ور په ياد وي او دا ورته ياده وي چې ځان او وخت يې دالله ﷻ عبادت ته ځانګړی کړی دی او د زړه په حضور سره په اعتکاف کې تل موجود وي.

۴- بايد معتکف پرته له کوم ضروري او اړين کارڅخه له مسجد نه بيرون ونه وځي.

۵- په شپه او ورځ کې په خپلو اعمالو او اورادو باندې ترکيز وکړي لکه په جماعت سره لمونځ کول، د سنتو لمونځونو اهتمام کول، د مستحبو لمونځونو خيال ساتل دمثال په ډول د اشراق لمونځ، دشپې قيام الليل، دهر اودس

څخه وروسته لمونځ ، د ماښام د سنتو پسې شپږ رکعته لمونځ ، دشپې د اذکارو لوستل، د ورځې دمختلفو وختونو اذکار ويل، دقرآن کريم زيات تلاوت کول، دموذن اذان نه وروسته آذان ته جواب ويل او داسې نور.

۶- معتکف بايد کوښښ وکړي چې د لمانځه لپاره د خوبه وختي پاڅي او دلمانځه لپاره تياری ونيسي، د لمانځه لپاره اودس وکړي او په خشوع او خضوع سره سنت لمونځونه ادا کړي.

۶-معکتف بايد وخت غنيمت وګڼي او نفل لمونځونه زيات وکړي او ددې لپاره چې په يو عبادت کې زيات ستړی نشي مختلف نفلي عبادتونه وکړي، هغه داسې چې کله دې لمونځ وکړي ، کله دې بيا تلاوت وکړي ، کله دې

تسبيح، تهليل اوتحميد ووايي، کله دې دعاء وغواړي، کله بيا استغفار ووايي، کله دې په پيغمبرعليه السلام درود ووايي.

۷-معتکف باید خوراک کم وکړي، خبری کمي وکړي او خوب کم وکړي؛ ځکه ددې شیانو کم کول زړه نرم ساتي، او نفس کې خشوع زیاتیږي، وجود په ډیر خوب او خوراک سره سستي پیدا کوي او وخت ضایع کیږي.

۸-معتکف باید کوښښ وکړي چې په اودس باندې وي، ترڅو دشیطان له وسوسو څخه په امن کې وي.

۹-که چیرې په مسجد کې له یو څخه زیات معتکفین موجود وي، دوی باید یو بل ته په صبر توصیه وکړي، یوبل ته د وخت څخه دسالمي استفادې په اړه توصیه وکړي او کوښښ دې وکړي چې دعبثو خبرو څخه ځانونه وژغوري او یودبل سره په عباداتو کې او دخوب څخه په راپاڅیدلو کې مرسته وکړي.

۱۰-زیات زیارت کوونکي او دزیارت کوونکو سره زیات وخت ضایع کولو څخه باید ډډه وشي.

۱۱- پرته له ضرورته د مبایل استعمال اعتکاف ته زیان اړوي او دمعتکف وخت ضایع کوي.

۱۲-ډول ډول خوراکونه معتکف ته راوړل په عبادت کې دمعتکف دثقل باعث ګرځي او هم مسجد کې دخوراکي توکو دبوی دخورید لامل ګرځي بایدچې دزیاتو خوراکونو څخه ځان وساتي.

۱۳-ځیني کسان اعتکاف داستراحت او خوب لپاره فرصت ګڼي او په مسجد کې زیات وخت په خوب تیروي چې په دې کار سره معتکف د زیاتو اجرونو څخه محرومیږي او دعبادت فرصت یې له لاسه وځي چې داکار داعتکاف دفلسفې څخه مخالف کارده.

۱۴-معتکف باید کوښښ وکړي چې داعتکاف حالت کې د اخستلو او خرڅولو او معاملاتو داجراآتو څخه ځان وساتي.

والسلام علیکم ورحمة الله وبرکاته