



۳

با سه جرعه آب بنوشید

امام صادق (ع) فرمود: «آب را در یک نفس بنوشید، بلکه آن را در سه نفس بنوشید».

با دست راست آب بنوشید

۴

استفاده از دست راست در هنگام نوشیدن و غذا خوردن و دست چپ برای نظافت بدن، سنت توصیه شده است.



بعد از نوشیدن آب الحمدلله بگویید

۵

ما برای سپاسگزاری از خدا می‌گوییم «الحمدلله». از خدا تشکر می‌کنیم که به ما آب بی‌رنگ، بی‌بو، بی‌مزه اما خوش‌مزه داده است. نوشیدنی‌ای که خوش‌طعم‌ترین نوشیدنی روی زمین است!

