آیا رسول الله صلی الله علیه وسلم سه روز از هر ماه را روزه می گرفت؟ گفت: بله.

از معاذه عدویه روایت است که از عایشه رضی الله عنها پرسید: آیا رسول الله صلی الله علیه وسلم سه روز از هر ماه را روزه می گرفت؟ عایشه رضی الله عنها گفت: بله. پرسیدم: چه روزهایی از ماه روزه می گرفت؟ عایشه رضی الله عنها فرمود: «برایش مهم نبود که چه روزهایی از ماه روزه بگیرد».
[صحیح است] [به روایت مسلم]

از معاذه عدویه روایت است که از عایشه سوال نموده: آیا رسول الله صلی الله علیه وسلم سه روز از هر ماه را روزه می گرفت؟ و عایشه گفته است: بله؛ یعنی: حداقل سه روز در هر ماه را روزه می گرفت. معاذه در ادامه می گوید: پرسیدم: چه روزهایی از ماه را روزه می گرفت؟ و عایشه رضی الله عنها به وی خبر می دهد که ایشان این سه روز را از اول، وسط و آخر ماه بطور متصل یا منفصل روزه می گرفت. و روز معین و مشخصی را برای گرفتن روزه ی این سه روز تعیین نکرده بود، زیرا این سه روز در هر روزی که باشد، ثواب حاصل می شود؛ و هر طور که می خواست این روزها را روزه می گرفت؛ گاهی مشغولیت ها ایشان را از مراعات روز خاصی برای گرفتن روزه ی این سه روز باز می داشت، یا شاید برای بیان جواز چنین می کرد؛ همه اینها در حق ایشان شایسته و افضل است.

http://www.sunnah.global/hadeeth/fa/show/10111