بهترین روزه پس از روزه ی رمضان، روزه گرفتن در ماهِ الله، محرّم است؛ و بهترین نماز پس از نماز فرض، نماز شب می باشد.

از ابوهریره رضی الله عنه روایت است که رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمودند: «أَفْضَلُ الصِّيَامِ بَعْدَ رَمَضَانَ شَهْرُ اللهِ المُحَرَّمُ، وَأَفْضَلُ الصَّلاَةِ بَعْدَ الفَرِيضَةِ صَلاَةُ اللَّيْلِ»: «بهترین روزه پس از روزه ی رمضان، روزه گرفتن در ماهِ الله، محرّم است؛ و بهترین نماز پس از نماز فرض، نماز شب می باشد».
[صحیح است] [به روایت مسلم]

روزه گرفتن ماه محرم که اولین ماه سال هجری قمری می باشد، بهترین روزه بعد از روزه ی رمضان است. چون محرم ابتدای سال جدید است و آغاز کردن آن با روزه از برترین اعمال می باشد؛ بنابراین شایسته و سزاوار هر مسلمانی است که بر روزه گرفتن این ماه حریص باشد و روزه ی این ماه را بدون عذر ترک نکند. و اینکه از ماه محرم به "ماه الله" یاد می شود، خود دلیلی بر تعظیم و بزرگداشت و مزیت این ماه بر سایر ماه ها می باشد. و از میان نمازهای نافله، نماز شب بهترین آنها می باشد چون خشوع در آن بیشتر است و با حضور قلب و خلوت با رب همراه است؛ الله متعال می فرماید: «إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيلًا» [مزمل: 6] «بی گمان، شب زنده داری [بر نفس] دشوار است و برای گفتار [و نیایش] مناسب تر و استوارتر است». و از طرفی شب وقت آرام گرفتن و استراحت می باشد که اگر به عبادت گذرانده شود، برای نفس انسان سخت و دشوارتر است و بدن را بیشتر خسته می کند و به این ترتیب نزد الله بهتر و افضل است.

http://www.sunnah.global/hadeeth/fa/show/11261