मेरा परममित्र (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) ले मलाई तीन चिजका बारेमा अर्ती दिनु भयो: हरेक महिनामा तीन दिन रोजा राख्ने, चाश्तको समयमा दुइ रक्अत नमाज र सुत्नु भन्दा पहिला वित्र पढ्ने ।

अबू हुरैरह (रजियल्लाहु अन्हु) ले वर्णन गरेका छन्: मेरा परममित्र (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) ले मलाई तीन चिजका बारेमा अर्ती दिनु भयो: हरेक महिनामा तीन दिन रोजा राख्ने, चाश्तको समयमा दुइ रक्अत नमाज र सुत्नु भन्दा पहिला वित्र पढ्ने । [सही] [मुत्तफकुन अलैहि]

अबू हुरैरह (रजियल्लाहु अन्हु) बताउनु हुन्छ, उहाँका प्यारा र मित्र नबी (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) ले उनलाई तीनवटा कुराहरू गर्न प्रेरित गर्नुभयो : पहिलो: हरेक महिनामा तीन दिन रोजा बस्ने। दोस्रो: हरेक दिन चाश्तको बेलामा दुई रक्अत (नफ्ल) नमाज पढ्ने । तेस्रो: सुत्नुअघि वित्रको नमाज पढ्नु। यो सल्लाह विशेष गरी ती व्यक्तिको लागि हो जसलाई रातको अन्तिम प्रहरमा उठ्न नसक्ने डर छ।

http://www.sunnah.global/hadeeth/ne/show/4538