Ang Propeta, pagpalain siya ni Allah at pangalagaan, ay nagsisikap na mag-ayuno sa Lunes at Huwebes

Ayon kay A-ieshah-malugod si Allah sa kanya-ay nagsabi:Ang Propeta, pagpalain siya ni Allah at pangalagaan, ay nagsisikap na mag-ayuno sa Lunes at Huwebes

[Tumpak] [Isinalaysay ito ni Imām Ibnu Mājah - Isinaysay ito ni At-Tirmidhīy - Isinaysay ito ni Imām An-Nasā'īy - Isinaysay ito ni Imām Aḥmad]

Ipinapaliwanag sa atin A-ieshah-malugod si Allah sa kanya-buhat sa Sugo ni Allah-pagpalain siya ni Allah at pangalagaan-Na siya ay nagsisikap at nag-iintensiyon sa pag-aayuno ng lunes at huwebes,sapagkat ang mga gawain ay iniaalay (sa dalawang araw na ito) kay Allah pagkataas taas Niya,Kayat ninanais niya- pagpalain siya ni Allah at pangalagaan-na iniaalay ang mga gawain niya, na siya ay nag-aayuno.at sapagkat si Allah-Pagkataas-taas Niya,ay nagpapatawad dito(lunes at huwebes) sa bawat Muslim,maliban sa mga hindi nagkakasundo,tulad ng nabanggit sa iba pang mga Hadith.

http://www.sunnah.global/hadeeth/tl/show/6183