“真主的使者－愿主福安之－每个月都斋戒三天吗？”阿依莎回答说：“是的。”

据阿达维雅传述说，她问阿依莎－愿主喜悦之－：“真主的使者－愿主福安之－每个月都斋戒三天吗？”阿依莎回答说：“是的。”阿达维雅问：“他在一个月的哪几天斋戒？”阿依莎回答说：“一个月中哪一天禁食，对他来说无关紧要。” [健全的圣训] [穆斯林传述]

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