প্রত্যেক মাসে (নফল) সাওম পালন করলে তেরো, চৌদ্দ ও পনেরো তারিখে পালন করো।

আবূ যার রাদিয়াল্লাহু ‘আনহু থেকে বর্ণিত, রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন, “প্রত্যেক মাসে (নফল) সাওম পালন করলে তেরো, চৌদ্দ ও পনেরো তারিখে পালন করো।” ক্বাতাদাহ ইবন মিলহান রাদিয়াল্লাহু ‘আনহু থেকে বর্ণিত, তিনি বলেন, ‘রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম আমাদেরকে তেরো, চৌদ্দ ও পনেরো
তারিখে সাওম পালন করার জন্য আদেশ করতেন। ইবন আব্বাস রাদিয়াল্লাহু ‘আনহুমা থেকে
বর্ণিত, তিনি বলেন, ‘রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম আবাসস্থল ও সফর কোথাও (তিন) দিনের সাওম পালন ছাড়তেন না।’ [হাসান] [এটি ইবন মাজাহ বর্ণনা করেছেন।]

আবূ যার রাদিয়াল্লাহু ‘আনহু থেকে বর্ণিত, রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহ আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেন, হে আবূ যার “যখন তুমি সাওম পালন কর” তার বাণী: প্রত্যেক মাসে অর্থাৎ যে কোনো মাসে। “তিনটি” অর্থাৎ তেরো, চৌদ্দ ও পনেরো তারিখে সাওম পালন করো। অর্থাৎ মাসের তেরো তারিখ এবং তারপর দুই দিন। আর এ তিন দিনকে ‘আইয়ামে বীদ’ তথা সাদা দিন নাম রাখা হয়েছে। কারণ এ দিনগুলোর রাত চাঁদের কারণে আলোকিত। প্রত্যেক মাসের এ দিনগুলোতে সাওম পালন করা মানদূব বা উৎসাহ প্রদানকৃত । ইবন আব্বাস রাদিয়াল্লাহু ‘আনহুমা থেকে বর্ণিত, তিনি বলেন, ‘রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম সাদা দিনগুলোতে সাওম পালন করা ছাড়তেন না। আর তা হলো মাসের তেরো, চৌদ্দ ও পনেরো তারিখ। কারণ, এ তিন দিন শুরু থেকে শেষ পর্যন্ত চাঁদনী রাত। তাই আল্লাহর শুকরিয়া জ্ঞাপনার্থে এ দিনগুলোতে সাওম পালন করা সময় উপযোগী। তার বাণী: “আবাসস্থল ও সফরে” অর্থাৎ, তিনি সফরে এবং আবাস উভয় অবস্থাতেই এ সাওমগুলো পালন করতেন। সুতরাং এ দিনগুলোর সাওম পালন করা সুন্নাতে মুআক্কাদাহ। আইয়ামে বীদ’ এর সাওমকে প্রাধান্য দেওয়ার কারণ হলো, তা মাসের মধ্যবর্তী সময়। আর যে কোনো বস্তুর মধ্যম হওয়া অধিক শ্রেয়। দেখুন: আল-ফাতহ্ (৪/২২৭), মিরকাতুল মাফাতীহ (৪/৫৬৬) ফাইযুল কাদীর (১/৩৯৫) দলীলুল ফালেহীন (৭/৭২)

https://sunnah.global/hadeeth/bn/show/10108