ನನ್ನ ಗೆಳೆಯ (ಅವರ ಮೇಲೆ ಅಲ್ಲಾಹನ ಕೃಪೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯಿರಲಿ) ನನಗೆ ಮೂರು ವಿಷಯಗಳ ಉಪದೇಶ ಮಾಡಿದರು: ಪ್ರತೀ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಮೂರು ದಿನ ಉಪವಾಸ ಆಚರಿಸುವುದು, ಎರಡು ರಕ್ಅತ್ ದುಹಾ ನಮಾಝ್ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಮಲಗುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ವಿತ್ರ್ ನಮಾಝ್ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು

ಅಬೂ ಹುರೈರ (ಅಲ್ಲಾಹು ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಪ್ರೀತನಾಗಲಿ) ರಿಂದ ವರದಿ. ಅವರು ಹೇಳಿದರು: "ನನ್ನ
ಗೆಳೆಯ (ಅವರ ಮೇಲೆ ಅಲ್ಲಾಹನ ಕೃಪೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯಿರಲಿ) ನನಗೆ ಮೂರು ವಿಷಯಗಳ ಉಪದೇಶ ಮಾಡಿದರು: ಪ್ರತೀ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಮೂರು ದಿನ ಉಪವಾಸ ಆಚರಿಸುವುದು, ಎರಡು ರಕ್ಅತ್ ದುಹಾ ನಮಾಝ್ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಮಲಗುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ವಿತ್ರ್ ನಮಾಝ್ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು."
[صحيح] [متفق عليه]

ಅಬೂಹುರೈರ (ಅಲ್ಲಾಹು ಅವರ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಪ್ರೀತನಾಗಲಿ) ಇಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸುವುದೇನೆಂದರೆ, ಅವರ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರೀತಿಯ ಗೆಳೆಯರಾದ ಪ್ರವಾದಿಯವರು (ಅವರ ಮೇಲೆ ಅಲ್ಲಾಹನ ಕೃಪೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಯಿರಲಿ) ಅವರಿಗೆ ಮೂರು ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಉಪದೇಶ ಮಾಡಿದರು. ಒಂದು: ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಮೂರು ದಿನ ಉಪವಾಸ ಆಚರಿಸುವುದು. ಎರಡು: ಪ್ರತಿದಿನ ಎರಡು ರಕ್ಅತ್ ದುಹಾ ನಮಾಝ್ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು. ಮೂರು: ಮಲಗುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ವಿತ್ರ್ ನಮಾಝ್ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು. ಇದು ರಾತ್ರಿಯ ಕೊನೆಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಏಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಾರದು ಎಂದು ಭಯಪಡುವವರಿಗೆ.

http://sunnah.global/hadeeth/kn/show/4538