

حَدَّثَنَا ابْنُ مُقَاتِلٍ، أَخْبَرَنَا عَبْدُ اللَّهِ، أَخْبَرَنَا الْأَوْزَاعِيُّ، قَالَ حَدَّثَنِي
 يَحْيَى بْنُ أَبِي كَثِيرٍ، قَالَ حَدَّثَنِي أَبُو سَلَمَةَ بْنُ عَبْدِ الرَّحْمَنِ، قَالَ
 حَدَّثَنِي عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عَمْرٍو بْنِ الْعَاصِ - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا - قَالَ لِي
 رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ " يَا عَبْدَ اللَّهِ أَلَمْ أَخْبَرَ أَنَّكَ تَصُومُ
 النَّهَارَ وَتَقُومُ اللَّيْلَ ". فَقُلْتُ بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ. قَالَ " فَلَا تَفْعَلْ، صُمْ
 وَأَفْطِرْ، وَقُمْ وَنَمْ، فَإِنَّ لِحَسَدِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لِعَيْنِكَ عَلَيْكَ حَقًّا،
 وَإِنَّ لَزَوْجِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ لَزَوْرِكَ عَلَيْكَ حَقًّا، وَإِنَّ بِحَسْبِكَ أَنْ
 تَصُومَ كُلَّ شَهْرٍ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ، فَإِنَّ لَكَ بِكُلِّ حَسَنَةٍ عَشْرَ أَمْثَالِهَا، فَإِنَّ
 ذَلِكَ صِيَامُ الدَّهْرِ كُلِّهِ ". فَشَدَّدْتُ، فَشَدَّدَ عَلَيَّ، قُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ،
 إِنِّي أَجِدُ قُوَّةً. قَالَ " فَصُمْ صِيَامَ نَبِيِّ اللَّهِ دَاوُدَ عَلَيْهِ السَّلَامُ وَلَا تَزِدْ
 عَلَيْهِ ". قُلْتُ وَمَا كَانَ صِيَامُ نَبِيِّ اللَّهِ دَاوُدَ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - قَالَ "
 نِصْفَ الدَّهْرِ ". فَكَانَ عَبْدُ اللَّهِ يَقُولُ بَعْدَ مَا كَبُرَ يَا لَيْتَنِي قَبِلْتُ
 رُخْصَةَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ.



Rapporté par `Abdullah bin `Amr bin Al-`As : Le
Messager d'Allah (ﷺ) m'a dit : « Ô `Abdullah ! N'ai-je
pas appris que tu jeûnes tous les jours et que tu pries
toute la nuit ? » `Abdullah a répondu : « Oui, ô
Messager d'Allah (ﷺ) ! » Le Prophète (ﷺ) a dit : « Ne fais
pas cela ; jeûne quelques jours puis arrête quelques
jours, prie et dors aussi la nuit, car ton corps a un droit
sur toi, ta femme a un droit sur toi, et ton invité a un
droit sur toi. Il te suffit de jeûner trois jours par mois,
car la récompense d'une bonne action est multipliée
par dix, donc ce sera comme si tu jeûnais toute l'année.
» J'ai insisté (pour jeûner plus) et on m'a donné une
consigne plus difficile. J'ai dit : « Ô Messager d'Allah
(ﷺ) ! J'en suis capable. » Le Prophète (ﷺ) a dit : « Jeûne
comme le Prophète (ﷺ) David et ne jeûne pas plus que
cela. » J'ai demandé : « Comment jeûnait le Prophète
(ﷺ) David ? » Il a dit : « La moitié de l'année, »
(c'est-à-dire qu'il jeûnait un jour sur deux). Plus tard,
quand `Abdullah est devenu vieux, il disait : « J'aurais
mieux fait d'accepter la permission du Prophète
(c'est-à-dire de ne jeûner que trois jours par mois). »