24414 - عن عمر قال : كنا مع رسول الله صلى الله عليه وسلّم إذ أتى على رجل فقالوا : ما أفطر منذ كذا وكذا قال : لا صام ولا أفطر أو ما صام وما أفطر فلما رأيت غضب رسول الله صلى الله عليه وسلّم قلت : يا رسول الله صوم يومين وإفطار يوم ؟ قال : ويطيق ذلك أحد ؟ قلت : يا رسول الله صوم يوم وإفطار يوم ذاك صوم أخي داود قلت : يا رسول الله صوم يوم وإفطار يومين ومن يطيق ذاك ؟ قلت يا رسول الله صوم يوم الأثنين ؟ قال : ذاك يوم ولدت فيه ويوم أنزل علي النبوة قلت : يا رسول الله صوم يوم عرفة ويوم عاشوراء ؟ قال : أحدهما يكفر سنة والآخر يكفر ما قبلها وما بعدها .

(ن ع وابن جرير : وصححه) (الحديث في صحيح مسلم كتاب الصيام باب استحباب ثلاثة أيام من كل شهر رقم (197) ص)