الزهري أخبرني سعيد بن المسيب وأبو سلمة بن عبد الرحمن أن عبد الله بن عمرو بن العاص قال .

أخبر رسول الله أنى أقول لأصومن النهار ولأقومن الليل ما عشت له قال فقلت له قد قلت بأبي وأمي قال فإنك لا تستطيع ذلك فصم وأفطر ونم وقم وصم من الشهر ثلاثة أيام ثم قال .

الحسنة بعشرة أمثالها ومثل ذلك صيام الدهر قال فقلت إني أطيق أفضل من ذلك قال فصم يوما وأفطر يوما وذلك صيام داود وهو أعدل الصيام .

قال فقلت إني أطيق أفضل من ذلك قال قال رسول الله لا أفضل من ذلك