„Soll ich euch nicht auf etwas hinweisen, womit Allah die Sünden auslöscht und die Rangstufen erhöht?

Von Abu Hurayrah - möge Allah mit ihm zufrieden sein - wird überliefert, dass der Gesandte Allahs - Allahs Segen und Frieden auf ihm - sagte: „Soll ich euch nicht auf etwas hinweisen, womit Allah die Sünden auslöscht und die Rangstufen erhöht?“ Sie sagten: „Doch, o Gesandter Allahs.“ Er sagte: „Die vollständige Durchführung der Gebetswaschung trotz Widerwillen, das häufige Schreiten zu den Moscheen und das Warten auf das nächste Gebet nach dem Gebet. Dies ist der Ribat (Wache halten im Krieg).“

[Authentischer Text] [Überliefert von Muslim]

Der Prophet - Allahs Segen und Frieden auf ihm - fragte seine Gefährten, ob sie möchten, dass er sie auf Taten hinweist, die zur Vergebung der Sünden, ihrer Auslöschung aus den Büchern der Engel und zur Erhöhung der Stufen im Paradies führen. Die Gefährten sagten: „Ja, das wollen wir.“ Er sagte: Erstens: Die komplette und vollständige Durchführung der Gebetswaschung trotz Schwierigkeiten, wie Kälte, Wasserknappheit, körperlichen Schmerzen oder heißem Wasser. Zweitens: Häufiges Schreiten - d. h. zu Fuß - zu den Moscheen, auch wenn das Haus weit entfernt ist, und das häufige Wiederholen dieser Handlung. Drittens: Das Warten auf die Gebetszeit, die Verbundenheit des Herzens mit dem Gebet, die Vorbereitung darauf und das Sitzen in der Moschee in Erwartung des Gemeinschaftsgebetes. Wenn man dann das Gebet verrichtet hat, wartet man an seinem Gebetsplatz auf das nächste Gebet. Dann erklärte der Prophet - Allahs Segen und Frieden auf ihm -, dass diese Dinge die wahre Standfestigkeit sind, weil sie die Wege des Satans zur Seele blockieren, die Begierden überwinden und die Seele davon abhalten, Einflüsterungen anzunehmen. Dadurch besiegt die Partei Allahs die Soldaten des Satans. Das ist das größte Abmühen, und es ist wie das Wachen an der Grenze des Feindes.

http://sunnah.global/hadeeth/de/show/3574