Mein geliebter Freund, Allahs Segen und Frieden auf ihm, empfahl mir drei Sachen: Das Fasten von drei Tagen in jedem Monat, zwei Gebetseinheiten vormittags (zu verrichten) und das Witr-Gebet zu verrichten, bevor ich schlafe

Von Abu Hurayrah - möge Allah mit ihm zufrieden sein - wird überliefert, dass er sagte: "Mein geliebter Freund, Allahs Segen und Frieden auf ihm, empfahl mir drei Sachen: Das Fasten von drei Tagen in jedem Monat, zwei Gebetseinheiten vormittags (zu verrichten) und das Witr-Gebet zu verrichten, bevor ich schlafe."
[Authentischer Text] [Muttafaqun alayh (Übereinstimmend bei al-Bukhari und Muslim verzeichnet)]

Abu Hurayrah - möge Allah mit ihm zufrieden sein - berichtete, dass sein Geliebter und sein Freund, der Prophet - Allahs Segen und Frieden auf ihm -, ihm einen Rat gab und ihn mit drei Eigenschaften/Taten beauftragte: Erstens: Das Fasten von drei Tagen in jedem Monat. Zweitens: Zwei Gebetseinheiten vormittags (das Duha-Gebet) jeden Tag. Drittens: Das Witr-Gebet vor dem Schlafen, falls man befürchtet, nicht am Ende der Nacht aufzuwachen.

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