لاَ يَزَالُ لِسَانُكَ رَطْبًا مِنْ ذِكْرِ اللَّهِ». "ستا ژبه دې تل د الله په يادولو لنده وي

له عبدالله بن بسر رضي الله عنه څخه روايت دى چې يو سړي وويل: اې د الله رسوله! يقينا چې د اسلام احكام پر ما ډېر شوي دي، نو ماته داسې يو څه راوښيه چې زه پرې په ټينګه عمل وکړم، هغه وفرمايل: «لاَ يَزَالُ لِسَانُكَ رَطْبًا مِنْ ذِكْرِ اللَّهِ». "ستا ژبه دې تل د الله په يادولو لنده وي".
[صحيح]

يو سړي رسول الله صلى الله عليه وسلم ته شكايت وكړ چې نفلي عبادتونه پرې زيات شوي دي تر دې چې د كمزور له امله يې نه شي ادا كولاى، بيا يې له رسول الله صلى الله عليه وسلم څخه پوښتنه وكړه چې داسې يو ساده عمل ته يې لارښوونه وكړي چې اجر يې ډېر وي، نو دى به پرې په دوامداره توګه ټينګار وكړي. نو هغه ته رسول الله - صلى الله عليه وسلم - لارښوونه وكړه چې په هر وخت او حالاتو كې د الله تعالى په يادولو سره خپله ژبه تازه او خوځنده وساتي لكه: تسبيح (سبحان الله) ويل، تحميد (الحمد لله) ويل، استغفار (استغفر الله) ويل او داسې نور.

https://sunnah.global/hadeeth/ps/show/4716