“কতক জিকির রয়েছে প্রতিটি ফরয সালাতের পর, যে ব্যক্তি এগুলো পাঠ করবে সে বঞ্চিত হবে না। তেত্রিশবার সুবহানাল্লাহ, তেত্রিশবার আল হামদু লিল্লাহ এবং চৌত্রিশবার আল্লাহু আকবার বলা।”

কা‘ব ইবন ‘উজরাহ রাদিয়াল্লাহু আনহু থেকে বর্ণিত, তিনি বলেন: রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেন: “কতক জিকির রয়েছে প্রতিটি ফরয সালাতের পর,
যে ব্যক্তি এগুলো পাঠ করবে সে বঞ্চিত হবে না। তেত্রিশবার সুবহানাল্লাহ, তেত্রিশবার
আল হামদু লিল্লাহ এবং চৌত্রিশবার আল্লাহু আকবার বলা।” [সহীহ] [ইমাম মুসলিম এটি বর্ণনা করেছেন]

নবী সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়াসাল্লাম কিছু যিকির সম্পর্কে জানিয়েছেন, যা বললে ব্যক্তি ক্ষতিগ্রস্ত বা অনুশোচনাগ্রস্ত হবে না; বরং এই বাক্যগুলোর জন্য সে সওয়াব পাবে। এই যিকিরগুলো একের পর এক বলা হয় এবং ফরয সালাতের পরে বলা হয়। সেগুলো হলো: তেত্রিশ বার "সুবহানাল্লাহ", অর্থাৎ আল্লাহকে সব ধরনের অসম্পূর্ণতা থেকে পবিত্র ঘোষণা করা। তেত্রিশ বার "আলহামদুলিল্লাহ", অর্থাৎ আল্লাহর পরিপূর্ণ প্রশংসা করা এবং তাঁর প্রতি ভালোবাসা ও মহব্বত প্রকাশ করা। চৌত্রিশ বার "আল্লাহু আকবার", অর্থাৎ আল্লাহ সবচেয়ে মহান, সবকিছুর চেয়ে বড় এবং মর্যাদাবান।

http://www.sunnah.global/hadeeth/bn/show/6259