'अल्लाहको निम्ति धेरैभन्दा धेरै सज्दा गर्ने गर; किनकि जब तिमीले अल्लाहका लागि एउटा सज्दा गर्छौ, अल्लाहले त्यसबापत तिम्रो एक दर्जा उच्च बनाउनुहुन्छ र तिम्रो एउटा पाप मेटाइदिनुहुन्छ।'

मादान बिन अबू तल्हा यामुरीले बयान गरेका छन्, मैले अल्लाहका रसूल (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) द्वारा मुक्त गरिएका दास थौबान (रजियल्लाहु अन्हु) लाई भेटें र भनें: "मलाई यस्तो कुनै कार्य बताइदिनुहोस्, जुन गर्नाले अल्लाहले मलाई स्वर्गमा प्रवेश गराउनुहुनेछ," अथवा मैले सोधें: "अल्लाहलाई सबैभन्दा प्रिय कार्य कुन हो?" उहाँ मौन रहनुभयो। मैले फेरि सोधें, उहाँ फेरि मौन रहनुभयो। तेस्रो पटक सोध्दा उहाँले भन्नुभयो: "मैले पनि यो कुरा अल्लाहका रसूल (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) सँग सोधेको थिएँ, उहाँले भन्नुभयो:'अल्लाहको निम्ति धेरैभन्दा धेरै सज्दा गर्ने गर; किनकि जब तिमीले अल्लाहका लागि एउटा सज्दा गर्छौ, अल्लाहले त्यसबापत तिम्रो एक दर्जा उच्च बनाउनुहुन्छ र तिम्रो एउटा पाप मेटाइदिनुहुन्छ।'" मअदान भन्छन्: "त्यसपछि म अबु दरदा (रजियल्लाहु अन्हु) सँग भेटें र उहाँलाई पनि यही प्रश्न सोधें। उहाँले मलाई ठ्याक्कै थौबानले जस्तै उत्तर दिनुभयो।"
[सही] [मुस्लिमले वर्णन गरेका छन्]

नबी (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) लाई सोधियो : कुन काम गर्दा स्वर्गमा प्रवेश गर्न सकिन्छ वा अल्लाहलाई सबैभन्दा बढी मनपर्ने कार्य कुन हो? नबी (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) ले प्रश्नकर्तालाई भन्नुभयो: नमाजमार्फत अत्यधिक सज्दा गर्ने गर, किनकि तिम्रो हरेक सज्दाको बदलामा अल्लाहले तिम्रो एक दर्जा बढाउनुहुन्छ र पाप क्षमा गर्नुहुन्छ।

http://www.sunnah.global/hadeeth/ne/show/3732