آیا شما را به کاری راهنمایی کنم که الله به سبب آن گناهان را محو می کند، و درجات شما را بالا می برد؟

از ابوهریره رضی الله عنه روایت است که رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمودند: «آیا شما را به کاری راهنمایی کنم که الله به سبب آن گناهان را محو می کند، و درجات شما را بالا می برد؟» گفتند: بلی ای رسول الله؛ فرمودند: «وضوی کامل گرفتن در سختی ها، و گام های زیاد به سوی مساجد، و پس از هر نمازی به انتظار نماز بودن؛ مواظبت بر این موارد مانند پاسداری در راه الله است».
[صحیح] [مسلم روایت کرده]

رسول الله صلی الله علیه وسلم اصحابش را پرسید آیا شما را به امری راهنما نباشم که الله متعال به سبب آن گناهان شما را از کتاب های حفظة - فرشتگان - محو و نابود می گرداند، و درجات شما را در بهشت بالا می برد؟ صحابه گفتند: بلی ای رسول الله؛ یعنی در این مورد به ما خبر دهید، فرمودند: اول: وضوی کامل گرفتن در زمان مشقت؛ مانند سردی، کمبود آب؛ درد بدن، و آب گرم. دوم: کثرت قدم زدن به مسجد برای نمازها از بهر دوری خانه، و کثرت تکرار آن. سوم: انتظار وقت نماز، و دل بستن به آن، و آماده شدن برای آن، و نشستن در مسجد برای انتظار نماز جماعت، پس هرگاه نماز را می گذارد در جای نماز خود منتظر نماز بعدی می باشد. سپس رسول الله صلی الله علیه وسلم خبر می دهد که مواظبت بر این موارد مانند سنگرنشینی و پاسداری واقعی در راه الله می باشد؛ زیرا راه های شیطان را بالای نفس می بندد، و امیالش را مغلوب می کند، و او را از پذیرش وسواس باز می دارد، بنابراین لشکر الله متعال به وسیله آن لشکر شیطان را شکست می دهد؛ و آن بزرگترین جهاد است، و آن بمثابۀ پاسداری در مقابل سنگر دشمن است.

http://www.sunnah.global/hadeeth/prs/show/3574