Min älskade vän gav mig tre råd: att fasta tre dagar varje månad, att be två Rak’ah Duha-bön och att be Witr-bönen innan jag lägger mig

Abu Hurayrah (må Allah vara nöjd med honom) berättade: "Min älskade vän gav mig tre råd: att fasta tre dagar varje månad, att be två Rak’ah Duha-bön och att be Witr-bönen innan jag lägger mig."

[Autentisk] [Al-Bukhari och Muslim]

Abu Hurayrah (må Allah vara nöjd med honom) berättar att hans älskade vän profeten personligen gav honom en viktig rekommendation med tre specifika handlingar: 1. Att fasta tre dagar varje månad. 2. Att be två Rak’ah Duha-bön varje dag. 3. Att be Witr-bönen innan han sover. Profeten rekommenderade att be den innan sömn för den som inte är säker på att han kommer att vakna i slutet av natten.

http://www.sunnah.global/hadeeth/sv/show/4538