Låt din tunga ständigt vara fuktig av att åminnas Allah

'Abdullah bin Busr (må Allah vara nöjd med honom) berättade att en man sa: "Allahs sändebud! Islams föreskrifter har blivit så många för mig, så underrätta mig om något som jag kan hålla fast vid." Han svarade: "Låt din tunga ständigt vara fuktig av att åminnas Allah."

[Autentisk] [Återberättad av at-Tirmidhi, Ibn Majah och Ahmad]

En man klagade till profeten över att de frivilliga handlingarna i dyrkan hade blivit så många för honom att han inte kunde omfatta dem alla på grund av sin svaghet. Han bad därför profeten att vägleda honom till en handling som var lätt men som gav stor belöning, och som han kunde hålla fast vid. Profeten visade honom då att den bästa och mest tillgängliga handlingen är att alltid ha sin tunga upptagen med att minnas Allah, oavsett tid och situation – genom att säga SubhanAllah, Alhamdulillah, La ilaha illa Allah, Allahu Akbar, be Allah om förlåtelse, åkallelse eller göra andra former av Dhikr.

http://www.sunnah.global/hadeeth/sv/show/4716