

عن عبد الله بن عباس رضي الله عنهما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم للعباس بن عبد المطلب رضي الله عنه : يا عباس ! يا عماء ! ألا أعطيك ألا أمنحك ألا أحبك ألا أفعل بك عشر خصال إذا أنت فعلت ذلك غفر الله لك ذنبك أوله وآخره وقديمه وحديثه وخطأه وعمده وصغيره وكبيره وسره وعلايته عشر خصال أن تصلي أربع ركعات تقرأ في كل ركعة بفاتحة الكتاب وسورة فإذا فرغت من القراءة في أول ركعة فقل وأنت قائم سبحان الله والحمد لله ولا إله إلا الله والله أكبر خمس عشرة مرة ثم تركع فتقول وأنت رافع عشرًا ثم ترفع رأسك من الركوع فتقولها عشرًا ثم تهوي ساجدًا فتقول وأنت ساجد عشرًا ثم ترفع رأسك من السجود فتقولها عشرًا ثم تسجد فتقولها عشرًا ثم ترفع رأسك من السجود فتقولها عشرًا فذلك خمس وسبعون في كل ركعة تفعل



ذلك في أربع ركعات وإن استطعت أن تصلّيها في كل يوم مرّة
فافعل فإن لم تستطع ففي كلّ جمعة مرة فإن لم تفعل ففي كلّ شهر
مرة فإن لم تفعل ففي كلّ سنة مرّة فإن لم تفعل ففي عمرك مرّة



D'après 'Abdallah Ibn 'Abbas (qu'Allah les agrée lui et son père), le Prophète (que la prière d'Allah et Son salut soient sur lui) a dit: « Ô 'Abbas ! Ô mon oncle! Ne veux tu pas que je te fasse un don, une offre, une faveur? Ne veux tu pas que je te fasse profiter de dix caractéristiques?

Si tu fais cela Allah te pardonnera tes péchés, les premiers et les derniers, les anciens et les récents, ceux faits par erreur ou volontairement, les petits et les grands, les cachés et ceux qui sont apparents, dix caractéristiques!

Tu pries quatre unités de prière en lisant dans chaque unité la Fatiha du livre et une sourate.

Lorsque tu as terminé la lecture au début de la raka'a dit alors que tu es debout « Sobhanallah Wal



Hamdoulilah Wa La Ilaha Illa Allah Wallahou Akbar » quinze fois, puis tu te mets en inclinaison et tu le dit dix fois alors que tu es en inclinaison, puis tu relève ta tête de l'inclinaison et tu le dit dix fois, puis tu te prosterne et tu le dit dix fois alors que tu es prosterné, puis tu relève ta tête de la prosternation et tu le dit dix fois, puis tu te prosternes et tu le dit dix fois, puis tu relèves ta tête de la prosternation et tu le dit dix fois. Ceci fait soixante quinze fois dans chaque unité de prière et tu fais cela dans les quatre unités de prière. Si tu peux la prier chaque jour fais le, si tu peux la prier chaque semaine fais le, si tu ne le fais pas alors une fois chaque mois, si tu ne le fais pas alors une fois chaque année, si tu ne le fais pas alors une fois dans ta vie ».

(Rapporté par Abou Daoud dans ses Sounan n°1297)