سبحان الله وبحمده مئة مرة

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم :

من قال: حين يصبح وحين يمسي: سبحان الله وبحمده، مئة مرة، لم يأت أحد يوم القيامة، بأفضل مما جاء به، إلا أحد قال مثل ما قال، أو زاد عليه.

رواه مسلم

"التسبيح" هو التنزيه، أي: أنزه الله عن كل ما لا يليق بذاته، من الشريك والزوجة والولد، والنقائص.