ሁሉም የሰው ልጅ መገጣጠሚያ አጥንቶች ምፅዋት አለባቸው።

ከአቡ ሁረይራ (ረዲየሏሁ ዐንሁ) - አላህ መልካም ሥራቸውን ይውደድላቸውና - እንደተላለፈው እንዲህ አሉ: «የአላህ መልክተኛ
(የአላህ ሶላትና ሰላም በእርሳቸው ላይ ይስፈንና) እንዲህ ብለዋል: "ሁሉም የሰው ልጅ መገጣጠሚያ አጥንቶች ምፅዋት አለባቸው። ፀሀይ በምትወጣበት ቀናት ሁሉ፤ በሁለት ሰዎች መካከል ማስታረቅ ምፅዋት ነው። ሰውዬውን መጓጓዣው ላይ እንዲወጣ ማገዝ ፣ እርሷ ላይ
ማሸከም ወይም እቃውን እርሷ ላይ መጫን ምፅዋት ነው። መልካም ንግግር ምፅዋት ነው። ወደ ሶላት የሚራመዳት ሁሉም እርምጃ ምፅዋት
ነው። ከመንገድ ላይ ቆሻሻን ማስወገድ ምፅዋት ነው።"» [ሶሒሕ ነው።] [ቡኻሪና ሙስሊም ዘግበውታል።]

ነቢዩ (የአላህ ሶላትና ሰላም በእርሳቸው ላይ ይስፈንና) ሁሉም ቀን በሁሉም ለአቅመ አዳም በደረሰ ሙስሊም ላይ ሁሉ በመገጣጠሚያ አጥንቶቹ ቁጥር ያህል ለሰጠው ጤንነት ለማመስገንና አጥንቶቹን መጨበጥና መዘርጋት በሚችል መልኩ ስለገጣጠመው ለአላህ ብሎ መመፅወት እንደሚገባው ገለፁ። ይህቺም ምፅዋት በመልካም ተግባራት ባጠቃላይ እንደሚፈፀምና ገንዘብ በመስጠት ላይ ብቻ እንዳልታጠረ ገለፁ። ከነርሱም መካከል: በተጣሉ ሁለት ሰዎች መካከል ማስታረቅና መፍረድ ምፅዋት ነው። መጓጓዣው ላይ ለመውጣት ለተሳነው ሰውዬ በማሰቀልህ ወይም እቃውን በመጫን ማገዝህ ምፅዋት ነው። ዚክር፣ ዱዓ ማድረግ፣ ሰላምታ ማቅረብና ሌሎችም መልካም ንግግሮች ምፅዋት ናቸው። ወደ ሶላት የምትራመዳት ሁሉም እርምጃ ምፅዋት ናት። መንገድ ላይ የሚያውክን ነገር ማስወገድም ምፅዋት ነው።

https://sunnah.global/hadeeth/am/show/4568