አንዳችሁ የበላ ጊዜ በቀኙ ይብላ። የጠጣም ጊዜ በቀኙ ይጠጣ። ሰይጣን የሚበላውም በግራው፤ የሚጠጣውም በግራው ነውና።

ከኢብኑ ዑመር (ረዲየሏሁ ዐንሁማ) - አላህ መልካም ሥራቸውን ይውደድላቸውና - እንደተላለፈው: ነቢዩ (የአላህ ሶላትና ሰላም
በእርሳቸው ላይ ይስፈንና) እንዲህ ብለዋል: "አንዳችሁ የበላ ጊዜ በቀኙ ይብላ። የጠጣም ጊዜ በቀኙ ይጠጣ። ሰይጣን የሚበላውም
በግራው፤ የሚጠጣውም በግራው ነውና።"
[ሶሒሕ ነው።] [ሙስሊም ዘግበውታል።]

ነቢዩ (የአላህ ሶላትና ሰላም በእርሳቸው ላይ ይስፈንና) አንድ ሙስሊም ሲበላም ሆነ ሲጠጣ በቀኝ እጁ እንዲሆን አዘዙ። በግራው ከመብላትና ከመጠጣትም ከለከሉ። ይህም ሰይጣን የሚበላውም ሆነ የሚጠጣው በግራው ስለሆነ ነው።

http://www.sunnah.global/hadeeth/am/show/58122