„Už kiekvieną žmogaus kūno sąnarį

Abu Huraira (tebūnie Allahas juo patenkintas) perdavė, kad Pasiuntinys (ramybė ir Allaho palaima jam) pasakė: „Už kiekvieną žmogaus kūno sąnarį kiekvieną dieną, kai pakyla saulė, reikia atiduoti labdarą; teisingai spręsti tarp dviejų žmonių yra labdara; padėti žmogui su jo jojamuoju gyvuliu, tai yra padėti ant jo sėdėti arba pakelti ant jo daiktus, yra labdara; geras žodis yra labdara, kiekvienas žingsnis, kurį žmogus žengia į maldą, yra labdara; pašalinti nuo kelio tai, kas kenksminga, yra labdara.“

[Sachych] [رواه البخاري ومسلم]

Pranašas paaiškino, kad kiekvienas atsakingas (subrendęs) musulmonas turėtų kasdien duoti savanorišką labdarą už kiekvieną savo kaulų sąnarį, taip išreikšdamas dėkingumą Visagaliui Allahui už Jo malonę ir už tai, kad jis sukūrė jo kaulus su sąnariais, kurie leidžia jam griebtis ir išsitiesti. Ši labdara gali būti atliekama ne tik dovanojant pinigus, bet ir atliekant įvairius teisingus poelgius, pavyzdžiui: Elgtis sąžiningai ir sutaikyti nesutariančius asmenis. Padėti žmogui, kuriam reikia pagalbos su jo jojamuoju gyvuliu, padėti ant jo sėdėti arba užkelti ant jo daiktus. Geras žodis, nesvarbu, ar tai būtų zikr (Allaho atminimas), dua (maldavimas), salam (taikos palinkėjimas), ar kt. Kiekvienas žingsnis į maldą. Pašalinti nuo kelio tai, kas kenksminga.

http://www.sunnah.global/hadeeth/lt/show/66527