“Setiap sendi daripada tubuh manusia mempunyai sedekah

Daripada Abu Hurairah رضي الله عنه, beliau berkata, Rasulullah صلى الله عليه وسلم bersabda: “Setiap sendi daripada tubuh manusia mempunyai sedekah. Setiap hari yang matahari terbit, di mana seseorang mendamaikan secara adil antara dua orang merupakan sedekah. Membantu seseorang menaiki tunggangannya atau mengangkat barangnya ke atasnya adalah sedekah. Ucapan yang baik adalah sedekah. Setiap langkah yang diambil menuju solat adalah sedekah. Mengalihkan gangguan dari jalan juga adalah sedekah.”

[صحيح] [متفق عليه]

Rasulullah صلى الله عليه وسلم menjelaskan bahawa setiap Muslim yang mukallaf perlu setiap hari memberikan sedekah bagi setiap sendi daripada sendi-sendi tulangnya secara sukarela kepada Allah Ta‘ala, sebagai tanda syukur atas kesihatan dan Allah menjadikan tulangnya dengan sendi-sendi agar dia mampu menggenggam dan melepaskan sesuatu. Sedekah itu dilaksanakan melalui amal-amal kebajikan dan tidak terhad kepada pemberian harta sahaja, antaranya: Menyatukan dan memperbaiki hubungan antara dua pihak yang berselisih adalah sedekah. Bantuan kamu kepada orang yang lemah untuk menaiki tunggangannya atau mengangkat barangnya adalah satu sedekah. Ucapan yang baik, sama ada zikir, doa, salam, atau seumpamanya adalah sedekah. Setiap langkah yang engkau ambil menuju solat adalah sedekah. Menyingkirkan gangguan di jalanan adalah sedekah.

http://www.sunnah.global/hadeeth/ms/show/4568