पुण्य भनेको उच्च व्यवहार हो र पाप भनेको जुन कुरा तिम्रो मनमा सङ्का पैदा गर्छ र तिमी चाहँदैनौ कि मानिसहरूले त्यसलाई थाहा पाउन»।

नव्वास बिन सिमआन अल-अन्सारी (रजियल्लाहु अन्हु) ले बयान गरेका छन्: मैले रसूलल्लाह (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) लाई भलाइ (पुण्य) र पापको बारेमा सोधेँ। उहाँले भन्नुभयो: «पुण्य भनेको उच्च व्यवहार हो र पाप भनेको जुन कुरा तिम्रो मनमा सङ्का पैदा गर्छ र
तिमी चाहँदैनौ कि मानिसहरूले त्यसलाई थाहा पाउन»। [सही] [मुस्लिमले वर्णन गरेका छन्]

नबी (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) लाई पुण्य र पापको बारेमा सोधियो, उहाँले भन्नुभयो: अल्लाहसँग तक्वाको साथ राम्रो स्वभाव देखाउनु नै सबैभन्दा ठूलो गुण हो। मानिसहरूसँग सहनशीलता, क्रोधलाई कम गर्नु, हँसिलो अनुहार, मधुर बोली, सम्बन्ध जोड्नु, आज्ञापालन, दयालुता, परोपकार, राम्रो संगत र मेलमिलापपूर्ण बसोबास गर्नु हो। पाप भनेको, जुन मनभित्र शङ्कास्पद कुराहरूको रूपमा उत्पन्न हुन्छ र जसमा आत्मा निश्चिन्त हुन सक्दैन। मनमा त्यसबाट शङ्का उत्पन्न हुन्छ र त्यसलाई पाप हो कि भन्ने डर रहन्छ। आत्माले यो पापलाई प्रकट गर्न चाहँदैन, किनकि यो प्रतिष्ठित र आदर्श व्यक्तिहरूको नजरमा कुरूप देखिन्छ। यो यस कारण हो कि आत्मा स्वाभाविक रूपमा आफ्नो राम्रो पक्ष अरूलाई देखाउन चाहन्छ। यदि आत्माले आफ्नो केही कर्म अरूले थाहा पाउन मन पराउँदैन भने, त्यो पाप हो, जसमा कुनै भलाई हुँदैन।

http://www.sunnah.global/hadeeth/ne/show/4308