هر روز که خورشید طلوع می کند

از ابوهریره رضی الله عنه روایت است که رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمودند: «هر روز که خورشید طلوع می کند، در ازای هریک از مفاصل انسان صدقه ای لازم است؛ همین که میان دو نفر به عدالت صلح و آشتی برقرار کند صدقه است؛ یا اگر به کسی کمک کند تا سوار مرکبش شود یا بارش را برای او روی مرکبش بگذارد، صدقه است، سخن نیکو صدقه است، و هر گامی که به سوی نماز برمی دارد صدقه است، و این که خار و خاشاک (و هر چیز آزاردهنده ای) را از سر راه بردارد صدقه به شمار می رود».

[صحیح] [متفق علیه]

رسول الله صلی الله علیه وسلم می فرمایند که بر هر مسلمان در برابر هریک از مفاصل استخوانهایش صدقه ای لازم است، و به شکل تطوع برای الله متعال تقدیم بدارد جهت سپاسگزاری بابت تندرستی اش، و این که استخوان هایش به شکل مفاصل قرار داده تا این که بتواند آن ها را بسته و باز نماید، و این که این صدقه توسط همه کارهای خیر قابل انجام است و تنها منوط به پول دادن نیست، که از جمله: رعایت عدالت میان دو طرف متخاصم مصداق صدقه است، برای سوار شدن انسان عاجز بر حیوانش یا کمک نمودن به وی برای حمل بارش بر آن مصداق صدقه است، و سخن نیک که شامل هر سخنی نیکویی می شود مانند ذکر و دعاء مصداق صدقه است، و هر گامی که برای نماز بر می داری مصداق صدقه است، و دور کردن هر چیزی که موجب اذیت و آزار دیگران می شود مصداق صدقه است.

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