Abandona o que te deixa em dúvida, pelo que não te deixa em dúvida, pois, a veracidade conforta, e a mentira atromenta a alma

Abu Al-Hawrá as-Sa’di disse: "Eu perguntei a al-Hasan ibn Ali (que Allah esteja satisfeito com ambos): 'O que você guardou do Mensageiro de Allah (que a paz e as bênçãos estejam com ele)?' Ele respondeu: 'Guardei do Mensageiro de Allah (que a paz e as bênçãos estejam com ele)'": "Abandona o que te deixa em dúvida, pelo que não te deixa em dúvida, pois, a veracidade conforta, e a mentira atromenta a alma."
[Sahih] [Narrado por Tirmizi, An-Nassai e Ahmad]

O Profeta (que a paz e as bênçãos estejam com ele) ordenou abandonar o que você tem dúvidas, seja nas palavras ou ações, se são proibidas ou não, se são haram (ilícitas) ou halal (lícitas), e se voltar para aquilo sobre o qual não há dúvida, aquilo que se tem certeza de sua bondade e permissibilidade. Pois o coração se sente tranquilo e em paz com isso, enquanto o que é duvidoso traz inquietação e perturbação ao coração.

http://www.sunnah.global/hadeeth/pt/show/4564