

914. **Amesema Mtume Muhammad Mustafa s.a.w.w.**, *Al-Ithna- 'Asheriyah*, Uk. 92:

*“Kuna mema matatu ambayo Allah swt huyapenda katika watu:
Ufupi katika uzungumzaji, usingizi mfupi, na ulaji mdogo;*

*Na mambo matatu ambayo hayamfurahishi Allah swt:
Kuzungumza kupita kiasi, Kulala kupita kiasi, na Kula kupita kiasi.”*

915. **Mtume Muhammad Mustafa s.a.w.w. Amesema**, *Kanz-ul-'Ummal*, Hadithi no. 26002:

*“Jaribuni kuwa wasafi kila muwezavyo. Kwa hakika Allah swt ameweka misingi ya Islam juu ya usafi;
hivyo kamwe mtu mchafu hawezi kuingia Jannah mpaka awe msafi.”*

916. **Al Imam Amiril Muuminin 'Ali ibn Abi Talib a.s.**, *Amesema Ghurar-ul-Hikam*, Uk. 356:

“Kula kupita kiasi kunasababisha wingi wa magonjwa.”

917. **Amesema Al Imam Musa al-Kadhim a.s.**, *Khisal-i-Sadduq*, Uk. 125:

*“Zipo Sunnah tano kuhusu kichwa na tano zingine kuhusu mwili.
Sunnah tano zinazohusiana na kichwa ni:*

1. Kuosha mdomo,
2. kunyoa mashurubu,
3. kuchana nywele,
4. kupitisha maji kupita mdomo na
5. pua.

Sunnah tano zinazohusiana na mwili ni:

1. Kukaa jando,
2. kunyoa nywele za sehemu za siri,
3. kunyoa nywele kwenye mabega,

4. kupunguza na kukata makucha, na

5. kusafisha na kuosha sehemu za siri (kwa maji au kwa karatasi, kwa kitambaa, au chochote kile kinachoweza kukufaa n.k.)”

918. **Al Imam 'Ali ibn Abi Talib a.s.** alimwambia **Al Imam Hasan ibn 'Ali ibn Abi Talib a.s.**, *Wasa'il ush-Shi'ah*, J. 24, Uk. 245:

“Je nikufundishe mema manne ambayo hautahitaji dawa ya matibabu ya aina yoyote ?

“Naam” alijibu Al Imam Hasan ibn 'Ali ibn Abi Talib a.s.

Kwa hayo Al Imam 'Ali ibn Abi Talib a.s. alimjibu:

- 1. Usikae kula chakula hadi uwe una njaa;*
- 2. Na usiondoke juu ya meza ya chakula bila ya kubakiza njaa kidogo;*
- 3. Tafuna chakula chako vyema mdomoni mwako;*
- 4. Na unapotaka kwenda kulala, uende ukajisaidie haja.*

Iwapo utatekeleza haya basi kamwe hautahitaji matibabu ya aina yoyote.”

Source URL:

<https://www.al-islam.org/hadith-za-mtume-s-na-ma-imamu-amiraly-m-h-datoo-0/usafi-katika-islam>