

Izbjegavanje tretmana liječnika koliko god je moguće

Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Izbjegavaj lijek sve dok tvoje tijelo može podnijeti bolest, .1 a kada više ne mogne trpjeti bolest, uzmi lijek!"*

2. Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Čije zdravlje nadjača njegovu bolest – lijek neće ni uzimati!"*

Ključ zdravlja

Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Svaka stvar ima svoj ključ, a ključ zdravlja na Ovome .3 svijetu ima četiri odlike: malo govoriti, malo spavati, malo hodati i malo jesti."*

4. Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Postite – bićete zdravi!"*

Uzroci dugovječnosti

U djelu Men la jahduruhu-l-fekihu prenosi se od Allahov Poslanik, s.a.v.a.: *"Ko želi vječnost .5 – mada (osim za Boga) nema vječnosti! – neka rano doručkuje, nosi dobru obuću (toplu ili udobnu), oblači lahak ogrtač i što rjeđe se sastaje sa ženama."*

Neko je upitao: *'O Allahov Poslaniče, šta je to lahak ogrtač?'*

Odgovorio je: *'Neznatan dug.'*"

Ono što dovodi do prerane starosti

Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Ne izostavljajte večeru, makar to bile najlošije datulje! .6 Bojim se za svoju zajednicu da će stariti i slabiti usljed izostavljanja večere, jer u večeri je uistinu snaga i starca, i mladića."*

Najbolji lijek

Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Stomak je kuća svake bolesti, a dijeta je glava svakog lijeka."*

Tuga i bolest

Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Čije su brige brojne, tijelo mu je bolesno."* .8

9. Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Briga je pola starosti."*

Poticanje na čistoću

Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Zaista, Bog je lijep i voli lijepo, čist je i voli čistoću."* .10

11. Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Loš čovjek je onaj ko je prljav, neuredan!"*

12. Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Ne ostavljajte smeće da prenoći u vašim kućama! Iznosite ga danju jer ono je sjedište šejtana!"*

13. Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Kuća šejtana u vašim kućama je paukova kuća."*

Čistoća i zdravlje

Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Ko koristi odjeću, neka je očisti!"* .14

15. Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Ne ostavljajte u kući zamašćenu mesnu krpu jer ona je brlog šejtana!"*

16. Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Zaključavajte vaša vrata, zatvarajte vaše mješine za vodu i pokrivajte vaše posuđe!"*

17. U zbirci Musned Ibn Hanbela prenosi se od Ebu Hurejrea: *"Allahov Poslanik, s.a.v.a., nam je naredio da pokrivamo vodu za abdest, zatvaramo mješine za vodu i držimo suđe prevrnutim."*

18. Allahov Poslanik, s.a.v.a., je rekao: *"Obrezivanje nokata sprječava najveću bolest i donosi obilnu opskrbu"*