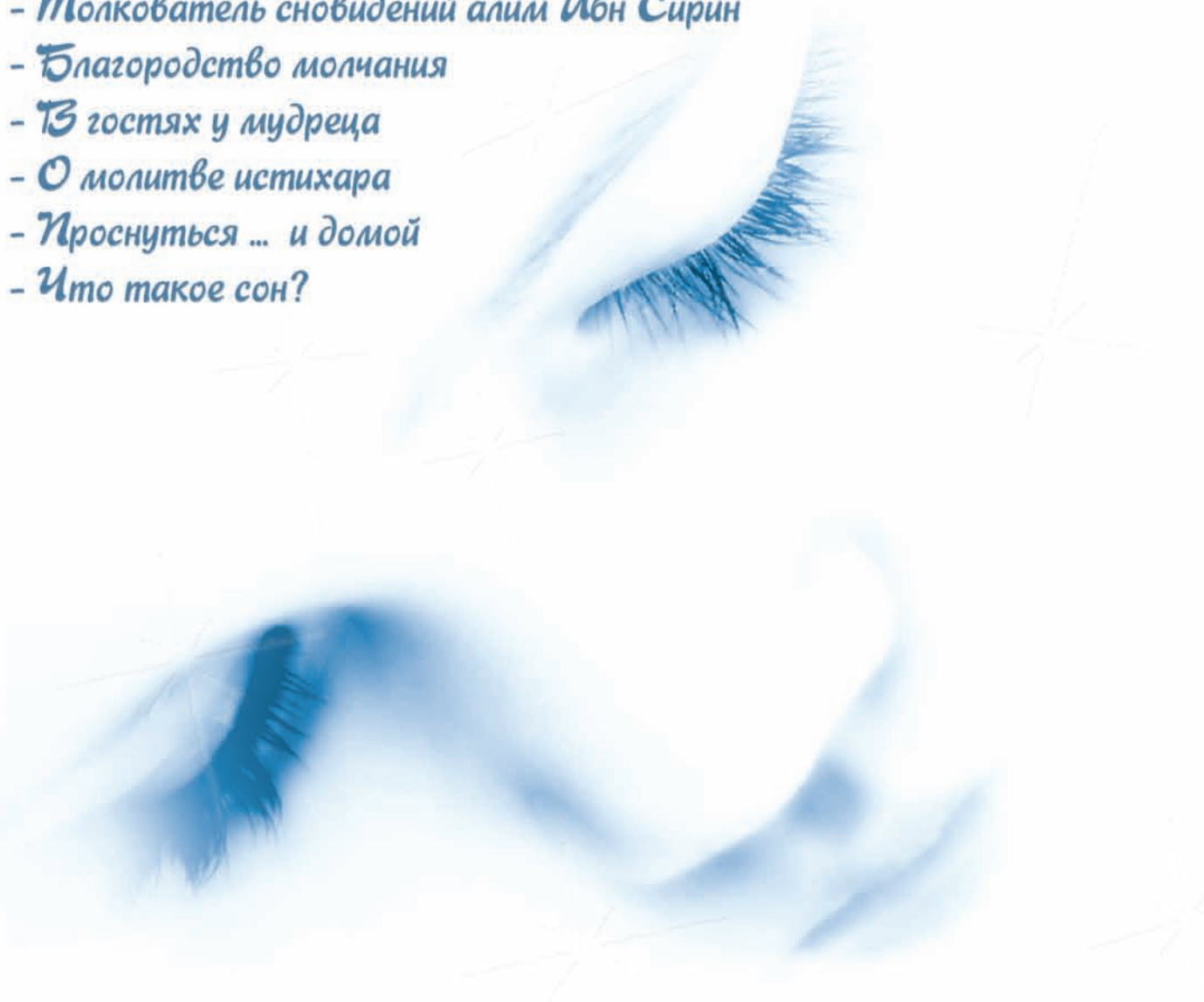


Золотой РОДНИК

Исламский духовно-просветительский журнал

СОН И СНОВИДЕНИЯ

- Здравствуйте, добрые мысли!
- Толкователь сновидений алим Ибн Сирин
- Благородство молчания
- В гостях у мудреца
- О молитве истихара
- Проснуться ... и домой
- Что такое сон?





« Аллах — нет божества, кроме Него, вечно живого, вечно сущего. Не властны над Ним ни дремота, ни сон. Ему принадлежит то, что на небесах, и то, что на земле... » (Сура «аль-Бакара», 2/255).

... « Из тех, кто на небесах и на земле, только Аллах ведаёт сокровенное, а [люди] не знают даже, когда их воскресят. Более того, [люди] не познали [сути] будущей жизни, они терзаются сомнениями относительно нее, они слепы перед ней »

(Сура «ан-Намль», 27/65-66).

Дорогой Читатель!

Этот номер нашего журнала посвящен явлению сна и сновидений. Сон и сновидения — явления из области сокровенного знания, доступного избранным Пророкам и праведникам. Эта тема широко освещена в Священном Коране и в сборниках хадисов.

Наука и медицина продолжают исследования этого таинственного явления.

Сон истолковывается как явление физическое, так и духовное. Состояние физического сна — необходимый отдых для тела, а состояние же духовного сна — положение, от которого человеку необходимо избавиться, сняв завесу между душой и истинным знанием, которое лишь одно по-настоящему и полно способно поддерживать человека в состоянии духовной бодрости и возвышенности.

Сон — один из даров Всевышнего, им нельзя злоупотреблять так же как и пренебрежительное отношение к нему может привести к серьезным нарушениям психики и общего состояния здоровья человека. Мусульманин, соблюдая меру во всем, должен в соответствии с адабом Ислама относиться ко времени сна. Мусульманин должен быть бдителен по отношению к своим мыслям, намерениям, желаниям, поступкам. Алимь утверждают, что излишний интерес к вопросам сновидений, придание сновидениям большего значения, зависимость от них, являются признаком ослабления веры, выражением стремления убежать от реальной действительности. А чем дальше человек от реальности, тем дальше от Всевышнего. Способов же убежания от действительности современное человечество освоило более, чем достаточно. Вот лишь самые известные из них: алкоголизм, наркомания, мечты, иллюзии; фильмы — как наиболее близкий аналог сна: яркая картинка, интригующие события, плотность событий; программа новостей: энергичное повествование о том, что происходит не с нами и нас вообще не касается; телеигры, в которых кто-то выигрывает приз и после просмотра у человека возникает иллюзия о том, что главное — не труд, а удача (реальность подменяется иллюзией).

Кстати, о сновидениях... Не зависит ли их содержание от нашего образа жизни и от того, насколько мы готовы расти духовно, созидать, трудиться. Истина проста: «несомненное условие счастья есть труд: во-первых, любимый и свободный труд; во — вторых, труд телесный, дающий аппетит и крепкий, успокаивающий сон».

Пусть Всевышний Аллах поможет каждому найти дело по душе, реализовать свои способности, на основе знания и доброго намерения строить свою жизнь, свой внутренний мир, отношения с людьми, быть счастливым и довольным человеком. А что касается жизненных сложностей, то многие из нас на своем опыте познали, что ничто так не стимулирует выносливость, как невыносимая жизнь.

С уважением ко всем Читателям, «Золотой Родник».

Русское издание журнала «ALTINOLUK»

ISSN: 1305-6565

Учредитель: АО «ALTINOLUK» в лице
Абдуллаха Серта

Координатор издания: Сельман Тан
Главный редактор: Рефида Калыкулова
Канонический редактор: Али Фаттахов
Художественный редактор: Алсу Зарипова
Корректор: Ирина Калмыкова

Редакционный совет: Азиз Ускюдарлы, Эрдоган Баш,
Ахмад Хамди, Мина Ябанли,
Зухра Хызалова, Суреяя Дмитрук

Отдел графики и дизайна: Ахмед Караташ, Халиль Эрмиш
Технический отдел: Митхат Кайхан
Турсунай Касымова

Адрес редакции: Altinoluk Yay.San.AS. Organize Sanayi
Bölgesi, Turgut Özal Cad. No: 117
İkitelli/ İstanbul, Türkiye

Телефон: +90 212 671 07 00 (17)
E-mail: zolotoyrodnik@mail.ru

- Все права защищены.
- При использовании материалов ссылка на журнал обязательна.
- Ответственность за статьи, опубликованные в журнале, несут авторы.
- Заказы на приобретение журнала направлять официальному распространителю и в региональные представительства.
- Редакция не несет ответственности за достоверность информации, содержащейся в рекламных объявлениях.

Представительства:

Российская Федерация:
Москва, тел: + 8 495 906 67 17 ;
E-mail: izdatelstvo-sad@yandex.ru
Санкт-Петербург, тел: + 8 904 556 83 96
Казань, тел: + 8 927 419 10 96 ; E-mail: kik@hitv.ru
Пермь, тел: + 8 909 100 14 93 ;
Уфа, тел: + 8 904 252 87 07 ; E-mail: sad-ural@yandex.ru
Первоуральск, тел: + 8 3439 25 34 40
Тюмень, тел: + 8 3452 24 23 10; + 8 3452 46 01 11
Челябинск, тел: + 8 3512 30 05 29
Пенза, тел: + 8 8412 31 09 69
Ростов-на-Дону, тел: + 8 8632 264 05 20; + 8 8632 264 31 11
Черкесск, тел: + 8 87877 27 019
Махачкала, тел: + 8 902 695 48 48
Камчатка, тел: + 8 41522 90 838; + 8 902 464 03 23
Украина - тел: + 8 067 922 93 69; E-mail: fatihsekili@hotmail.com
Казахстан - тел: + 7 3272 53 49 64; + 7 300 379 18 23,
E-mail: hsezer@rambler.ru
Кыргызстан - тел: + 996 312 531125; E-mail: bashak2006@yahoo.com
Азербайджан - тел: + 994 503717703;
E-mail: salihzekimerc@yahoo.com
Грузия - тел: + 995 99221073;
E-mail: ahmetyasinelif@hotmail.com
Турция - тел: E-mail: zolotoyrodnik@mail.ru

Содержание

Актуально

4 Здравствуйте, добрые мысли!



Наши мысли определяют то, что мы имеем на данный момент в своей жизни. Если внутри нас царствует мир и любовь, снаружи нас будет окружать то же самое. Внешнее равно внутреннему. Мысль значит очень многое.

Житейские советы

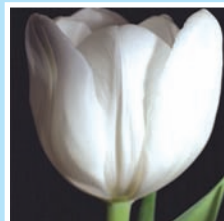
7 Как организовать время своей жизни



Время – это самый ценный капитал, находящийся в руках человека. Жизнь каждого человека насчитывает минуты, и в соответствии с имеющимся в его распоряжении временем, каждый сам волен его распределять по своему усмотрению.

Ахляк

12 Благородство молчания



Молчание помогает человеку внутренним взором увидеть себя, свое сердце, оно ведет к размышлению. Молчание в таком состоянии не бывает пустым, человеческое сердце в это время готово поминать Всевышнего Аллаха.

Тема номера

14 Сны и сновидения



Ислам отвел особое место явлению сновидения и обратил внимание на его значение. Сон является временем для отдыха. В сновидениях человеку открываются знания о сокровенном.

Медицина

20 Что такое сон?

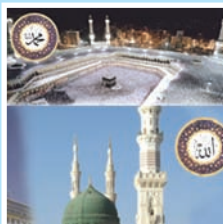


Что такое сон?
Сколько же необходимо спать без вреда для организма и можно ли вообще обойтись без него?

Из сада души

24 Когда человек засыпает душой...

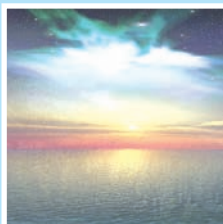
Когда человек засыпает душой, то погружается в сон неведения все его сознание. Он становится бдителен только для земного, только для бессмысленного с точки зрения вечности.



Портрет

28 Ибн Сирин - знаменитый толкователь сновидений

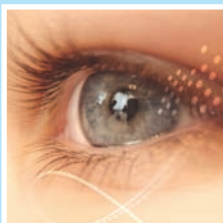
Абу Бакр Мухаммад б. Сирин аль-Басри - ученый алим, мухаддис, известный толкователь сновидений относился к поколению табиінов. По одним источникам, он родился в 34 (654) году в Басре, по другим - в 31 (651) или 33(653) году.



Детям и родителям

39 Аллах создал ГЛАЗА

Дорогой малыш, сегодня я хотела бы рассказать тебе о драгоценности, которую ты не видишь, но она позволяет видеть. Это наши глаза. Закрой их на минутку. Что ты видишь?



Мечети мира

44 Мечети Шотландии

В Великобритании живут 1,6 миллионов мусульман (по данным 2004 г.). Это выходцы из разных стран - Пакистана, Индии, Турции, Малайзии и стран Африки. Примерно 55 тыс. из них нашли свой дом в Шотландии.



Детская страничка

46 Из жизни снежинок

Я - снежинка. Я прилетела на землю с одним добрым ангелом. Их много у Ангела Микаила. Он - самый главный Ангел Всевышнего Аллаха, отвечающий за снег, дождь, ветер, за все природные явления.



Актуально

4 Здравствуйте, добрые мысли!

Житейские советы

7 Как организовать время своей жизни

В свете хадиса

10 Они войдут в Рай / Ложь - это сомнение

Ахляк

12 Благородство молчания

99 Имен Аллаха

13 Аль-Лятыф

Тема номера

14 Сон и сновидения

Пророк Ислама

18 Лучший из людей: отношение ко сну

Медицина

20 Что такое сон?

Из сада души

24 Когда человек засыпает душой

Портрет

28 Ибн Сирин - знаменитый толкователь сновидений

Из жизни

31 Два сновидения. Пробуждение

В свете фикха

32 Вопросы, касающиеся сна и сновидений

Советы врача

36 Все для полноценного сна

Размышление

38 Проснуться ... и домой

Детям и родителям

39 Аллах создал глаза

Притчи

42 В гостях у мудреца

Мечети мира

44 Мечеть в Шотландии

Детская страничка

46 Из жизни снежинок



Здравствуйте, добрые мысли!

■ Проф. Яшар Кандемир

Наши мысли определяют то, что мы имеем на данный момент в своей жизни. Если внутри нас царствует мир и любовь, снаружи нас будет окружать то же самое. Внешнее равно внутреннему. Мысль значит очень многое. Все, что окружает нас в какой-то мере плод наших мыслей: хороших или плохих. Анализируя мысли, мы можем понять почему с нами происходят те или иные события, мы можем сказать что у нас в данный момент внутри.

Мы должны опасаться плохих мыслей относительно себя и относительно других. Ибо любая плохая мысль, плохие устремления, намеренные размышления о плохом рано или поздно спровоцируют плохое и нежелательное для нас действие. В первую очередь, нам нужно выяснить, какие мысли мы носим о себе в глубине сознания, как мы к себе на самом деле относимся: как к лучшему творению Всевышнего, наделенного способностью любить, умением жертвовать, радоваться и ответственно решать проблемы, встающие перед нами, или же относимся к себе как к чему-то заброшенному и чуждому, не имеющему ценности.

Наши мысли отражаются даже на наших лицах. Люди добрых мыслей выглядят обычно светло, внутренняя красота их излучает свет, что даже, быть может, самые неправильные черты лица, обретают особое обаяние и тончайшую красоту. Плохие же мысли накладывают тень безобразности даже на самое совершенное с точки зрения физиологии лицо.

Чьи-то чужие недобрые мысли также могут иметь на нас плохое воздействие. Если человеку все время говорить, что он плохой, у него в конце концов не остается выбора как быть таким, каким его хотят видеть. Ведь у человека есть свойство оправдывать ожидания. Сказать о человеке, что он будет таким-то таким — то, значит в известном смысле повлиять на его выбор ... К примеру, уже стал

известным факт, что даже вода как живое существо способна реагировать на положительные или отрицательные влияния. Вода является веществом, способным воспринимать и переносить информацию. А информацией для воды является буквально все, что ее окружает. Японский ученый Эмото Масаро провел уникальные опыты с водой и зафиксировал результаты фотографически. Он изучил, как влияют на структуру воды различные звуки и даже слова. В лаборатории включалась гармоничная, мягкая музыка и тяжелый рок. Потом вода замораживалась, и обнаруживалось, что музыка нежная и гармоничная приводила к образованию геометрически правильных, красивых снежинок, а тяжелого рока — к беспорядочному нагромождению игл льда. Опыты «лингвистические» вызывают особое удивление. На емкость с водой наклеивалась бумага с напечатанными словами: «любовь», «мать» «я тебя убью». Оказалось, что даже напечатанная информация воспринимается водой. Слова «мать», «любовь» отражались в красоте и правильности снежинок, причем форма их была идентичной. Фраза «я тебя убью» приводила к образованию уродливых снежинок, будто взорванных изнутри. Выходит, вода ведет себя как живое существо, умеющее понимать смысл слов, слышать и различать красоту звуков?

А что же происходит с человеком физически и духовно, подверженному потоку негативной информации или находящемуся в пространстве, где преобладает враждебное, недоверчивое отношение людей друг к другу.

Человек плохих мыслей всегда озабочен тем, чтобы найти способы поддержать это состояние в себе, поэтому даже, если ему приходится менять обстановку своей жизни, он стремится «обставить» ее новыми «чужими», «врагами», «виноватыми». Потому что он, живя годами в состоянии недобрых мыслей, привык чувствовать себя в этом комфортно. Отсутствие привычной подпитки его негативных мыслей вызывает в нем дискомфорт. Избавиться от этого состояния требует больших усилий и работы.

Особое внимание при этом человек должен обратить на свой внутренний мир. Замкнутость человека на «своем» восприятии мира ведет к отдалению его от реальности. Может быть, реальность на самом деле не так уж и плоха, и люди не такие большие враги ему... Но человек недоверчивый начинает поверх реальной действительности проецировать мир из себя, и эти два мира неизбежно входят в состояние конфликта. При этом человек погружается в обман относительно себя и мира, в котором живет. И тогда его жизнь можно назвать псевдожизнью. И тут человеку приходится особо сложно: псевдожизнь притягивает к себе, так как не

требует усилий по построению внутреннего мира. Таким образом круг замыкается...

Лишь истинные знания, развитие, пребывание рядом с мудрыми людьми, у которых ясное и чистое сознание и столь же ясное и чистое сердце, помогут человеку выйти из этого порочного круга страха. Ведь всему виной неотработанные страхи человека: страх нелюбви, ненужности, отчужденности.

Пророк Мухаммад (салляллаху алейхи ва саллям) часто предупреждал своих учеников: *«Берегитесь плохих мыслей...»* (Бухари, Никях, 45; Адаб, 57, Муслим, Бирр, 28).

Строго и ясно в Исламе говорится о том, что верующий обязан не думать о своем брате плохо. Ислам призывает думать о других хорошо. Зачастую тот, кто думает о ком-то плохо, либо не обладает полнотой знания, либо делает лишь предположения, либо находится под влиянием своего мнительного характера. При этом каждый человек должен позаботиться о том, чтобы о нем люди искренне говорили хорошо. То есть, чтобы в сердцах и на устах людей были добрые мысли относительно каждого из нас. Обратимся к одному случаю, произошедшему во времена Пророка (салляллаху алейхи ва саллям). Однажды, когда Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) находился вместе со своими учениками, мимо них проходила похоронная процессия. Один из сахабов отозвался о покойном добрым словом. Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) тогда произнес: «Подтвердилось». Через некоторое время мимо них пронесли еще одного покойника. Об этом же покойном сказали, что он не был хорошим человеком. Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) снова произнес: «Подтвердилось». Благочестивый Умар (радыяллаху анху), не выдержав, спросил: «Что подтвердилось, о, Пророк Аллаха?» Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) ответил: «О первом человеке вы отозвались хорошо и, таким образом, его вхождение в Рай подтвердилось. О втором — Вы плохо отозвались, тем самым подтвердилось его попадание в Ад. Ведь мумины — свидетели Аллаха на Земле» (Бухари, Шахадат, 6).

Таким образом, мы должны так прожить нашу жизнь, чтобы провожающие нас в последний путь, искренне говорили: «Какой хороший был человек. Он был покорным рабом Аллаха». Некоторые невежественные люди не обращают внимания на мнения людей или пренебрегают им, говоря что Аллаху известно их состояние души, и что они не нуждаются в хорошем мнении людей. Между тем, будет более правильным прислушаться к словам Пророка (салляллаху алейхи ва саллям).

Ислам, предлагая те или иные нравственные принципы, обращает внимание и на нюансы. Думать плохо о человеке, которого мы не знаем, считается деянием ошибочным. Однако, если известно, что

какой-то человек не внушает доверия и нечестив, то предупредить об этом других — обязанность мусульман. Пророк (салляллаху алейхи ва саллям), когда услышал, что кто-то из одного племени хочет прийти к ним, предупредил свое окружение, сказав им, что это плохой человек из такого-то племени, и только потом пригласил последнего и принял его (Бухари, Адаб, 38, 48; Муслим, Бирр, 73).

Еще одна история поможет внести в эту тему большую ясность. Событие произошло после победного возвращения мусульман в Мекку. Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) решил послать помощь мекканцам, которые испытывали нужду и голод. Из сахабов Амр ибн Фаува аль-Ансари был выбран для этого дела, и он должен был найти себе помощника. Один человек, узнав об этом, предложил свою помощь, говоря что ему как раз по пути. Амр (радыяллаху анху) рассказал Пророку (салляллаху алейхи ва саллям) о своем спутнике. Однако у Пророка (салляллаху алейхи ва саллям) относительно этого человека были сомнения. Он предупредил Амра и попросил быть осторожным с этим человеком.

Когда спутники приблизились к одной деревне, помощник обратился к Амру: «Это моя деревня, у меня есть там одно дело, но я вернусь быстро. Жди меня здесь».

Когда он ушел, Амр (радыяллаху анху) вспомнил наставления Пророка (салляллаху алейхи ва саллям), собрал свои вещи и отдалился от этого места, быстро погоняя своего верблюда. Через некоторое время он увидел, что его спутник привел десять человек. Однако между ними было довольно приличное расстояние. Амр (радыяллаху анху) быстрее погнался своего верблюда и оставил их позади. Когда люди поняли, что не смогут догнать его, они вернулись обратно. Самое странное, что тот человек догнал Амра (радыяллаху анху), и как ни в чем не бывало, они дошли вместе до Мекки (Абу Давуд, Адаб, 29; Ахмад бин Ханбал, Муснад, 5, 289).

Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) — великий учитель нравственности — чувствовал и видел людей, какие они на самом деле, знал какие у них намерения, и что они из себя представляют, но без необходимости никому не говорил об этом. Из этой истории становится очевидным, что Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) предупредил о происходящем, чтобы защитить своего ученика от беды.

О человеке, который не вызывает чувства надежности и безопасности, в качестве предостережения можно высказать свое мнение. Однако отзываться плохо о человеке, не зная его истинного намерения — это действие, которое может вызвать гнев Всевышнего. Однажды Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) говорил о благостном воздействии садака для дающего и о значении садака.

Один из бедных учеников Пророка (салляллаху алейхи ва саллям) Абу Акиль аль-Ансари (радыяллаху анху) всю ночь носил воду, чтобы заработать немного фиников. Одну часть из которых он утром оставил на нужды семьи, а другую часть — отдал в распоряжение Пророка (салляллаху алейхи ва саллям), чтобы тот раздал садака Акиля нуждающимся. Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) был очень обрадован этим поступком своего ученика и читал для него много дуа. Но злоязычные мунафики стали надсмехаться над Акилем. Они отзывались о нем плохо, говоря, что у Всевышнего Аллаха нет потребности в финиках Акиля. Они стали унижать самого Акиля и принижать значение его помощи. Даже дошли до того, что стали говорить, что Акиль все это сделал ради того, чтобы получить похвалу Пророка (салляллаху алейхи ва саллям), то есть для показухи. После этого Всевышний Аллах ниспослал один аят Корана, которым указал на положение мунафиков: **«Они поносят тех, кто раздает добровольные пожертвования и тех, кто с трудом находит средства для жертвований. Они глумятся над ними, а Аллах поглумится над ними. Им уготованы мучительные страдания»** (Сура ат-Тауба, 9\79). Таким образом, может случиться, что если кто-то о хорошем, благочестивом человеке будет думать и говорить плохо, то может этим действием навлечь на себя гнев Аллаха.

... Мусульманин обязан по возможности оградить себя от того, чтобы о нем думали плохо, он не должен давать повода и провоцировать людей на плохие мысли. Обратимся к примеру Пророка (салляллаху алейхи ва саллям). Однажды ночью Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) проходил по улице вместе со своей супругой Сафией, а впереди них шли несколько мусульман. И чтобы мусульмане не думали о плохом и не суетились мыслями о том, кто идет рядом с Пророком (салляллаху алейхи ва саллям), он обратился к ним, чтобы они подождали его. И, догнав их, сказал, что идущая рядом с ним женщина — его супруга Сафия. Хотя при этом эти люди ни в коем случае не могли подумать о Пророке (салляллаху алейхи ва саллям) ничего плохого, но Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) посчитал нужным предупредить их. И сказал им, что Шайтан в теле человека может передвигаться по крови, и всегда лучше прояснить ситуацию, чтобы он не заронил в сердца ничего плохого (Бухари, Итикаф, 11; Муслим, Салям, 23-25). Думать хорошо — это особое состояние возвышенного духа. Добрые и чистые мысли делают мир вокруг светлее и теплее. Плохие же — вносят дисгармонию и боль.

Пусть Всевышний Аллах защитит нас от зла плохих мыслей и слов! Аминь!



КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ВРЕМЯ СВОЕЙ ЖИЗНИ

□ Абдуррахман Алиев

Время — это самый ценный капитал, находящийся в руках человека. Жизнь каждого человека насчитывает минуты, и в соответствии с имеющимся в его распоряжении временем, каждый сам волен его распределять по

своему усмотрению. Однако, неотвратимо наступит День Расчёта, когда с каждого спросится, как он использовал свой капитал, куда вложил его и какую прибыль получил, а, быть может, и понёс убыток.

Как бывает жаль, что человек, данный ему

жизненный капитал, порой растрчивает попусту, разбрасывая налево и направо. С другой стороны, есть такие люди, которые, понимая цену времени, проводят жизнь в тревоге, что не могли его использовать по назначению, или же такие, которые, уделяя время на незначительные дела, не находят времени на важные и главные. Такие люди трудятся, стараясь обеспечить свою жизнь, используя всё своё имеющееся время, однако им для этого не хватает 24 часов.

Вот несколько советов для современного человека, которые могут помочь ему правильно организовать время своей жизни.

Не позволяйте телевидению управлять вами.

Сегодня во всём мире самым злостным похитителем свободного времени человека является телевидение. Не покупайте, по возможности, вовсе телевизор, однако, если не можете обойтись без него, старайтесь контролировать себя, просматривая программы.

Упорядочьте время своего сна.

У каждого человека существует физиологическая, в основном, восьмичасовая потребность во сне, однако, в некоторых случаях, в зависимости от особенностей организма человека, шести часов бывает для этого достаточно. Естественно, что вторые получают преимущество во времени перед первыми в два часа, которые они будут иметь в своём распоряжении. Запомните, что, если вы не упорядочите время своего сна, то время бодрствования проведёте в полусонном состоянии, теряя таким образом драгоценные минуты вашего времени.

Начните свой день с утренней (фаджр) молитвы.

Это время является самым благоприятным для человека, как в физическом, так и в умственном отношении. Человек в это время прилива сил, за одну минуту получает такой заряд энергии, как за часы своего ночного сна, дающие энергию после дневной усталости. Не упустите же для себя это благодатное время! Так как после молитвы Посланник Аллаха (салляллаху алейхи ва саллям), своё время не тратил на пустой сон, а проводил бодрствуя, нам, встав на фаджр молитву, в первую очередь, необходимо провести это время с пользой

для себя (по желанию вы можете немного отдохнуть в предобеденное время или после обеда).

Планируйте свои действия.

Человек, следующий чётко намеченным планам и целям, своё время проводит насыщенно. Беззаботный же человек, который не имеет плана своих действий, подобен развевающемуся на ветру листочку, бесполезно упускающему драгоценное время. Постарайтесь составить гибкий график своих действий на день, неделю, месяц, год и даже возможно на несколько лет. По воле Аллаха, если вам будет дано прожить завтрашний день, определитесь сейчас в том, что будет вами сделано завтра ради Аллаха.

Шайтан и собственный нафс любят неопределённость. Поэтому Аллах, не в противостояние ли им установил наше конкретное время совершения молитвы, поста, Хаджа, закята?

Поставьте перед собой цель.

Человек в своей жизни имеет различные возможности определения и достижения поставленной цели, со временем осознавая, что может выполнить то, что ранее полагал неосуществимым. Например, постоянно, читая только две страницы Корана в день, не пройдёт и полугод, как вы можете закончить полностью чтение Священной Книги. Однако, кто будет беспорядочно подходить к этому, то читая один джуз (20 страниц) в день, то вовсе не читая, кто знает, сможет ли он не закончить чтение более, чем за год. Или, если вы в день будете читать книгу по 10 страниц (а это занимает не более получаса), то в месяц сможете прочесть 1-2 книги. Начав же чтение книги и не поставив перед собой никакой цели, через сколько месяцев вы сможете завершить её чтение?

Не оставляйте дело на полпути.

Недоделанная работа забирает у человека минуты его ценного времени. Например, когда после еды сразу скопившуюся посуду не помыть, то затем потребуются больше усилий и времени, чтобы оттереть подсохшие остатки еды на ней. Усвойте же для себя это упущенное время! В разговоре по телефону у вас возникла необходимость сделать запись - в этот момент, схватив оказавшийся под рукой листок и наспех оставив на краю стола, затем 20 минут его ищите! Итак, потратив на каждую

недоделанную работу хотя бы 5 минут вашего времени - в день один час пройдет впустую. Что вы ещё не успели сделать за этот час?

Отбросьте пустые дела.

Каждый человек, устраивая свою жизнь, делает такую работу, которая, в принципе, не является столь важной. Например, так ли необходимо очищать огурец от кожуры, готовя его к подаче на стол? Вот вам и потраченные минуты!

Научитесь отвергать бесполезное.

Чтобы человек этого столетия адаптировался к цивилизованной среде, ему необходимо постоянное общение с окружающими его людьми.

Эта необходимость естественна. Однако многие преследуют лишь свои личностные цели в этом общении; — для ведения разговоров на пространные темы, сплетни, на пересказ любовных историй, торговли. Так как потрачены многие часы на второстепенное, то беседе на полезные темы вы уже не сможете уделить своё время.

По этому вопросу хотелось бы сделать следующее важное замечание: не тратьте ценные минуты своего времени на пустые разговоры, если у вас есть возможность с пользой провести своё время.

Уточните время прихода и ухода ваших гостей.

Один из ваших друзей после обеда сообщил вам, что собирается к вам заглянуть, на что вы с удовольствием согласились. Однако, когда он придет в час, два, три, четыре часа? Неизвестно!

Проведённое время в ожидании друга полностью оторвало вас от полезных дел. А если время проходит в ненужных разговорах - впустую? Возможно, если бы каждый из вас более осознавал ценность дарованного Аллахом взаимно проведённого времени, и оно с большей пользой прошло бы для вас.

Уделив своё время для посещения друга, соответственно сообщите ему о времени своего прихода и ухода.

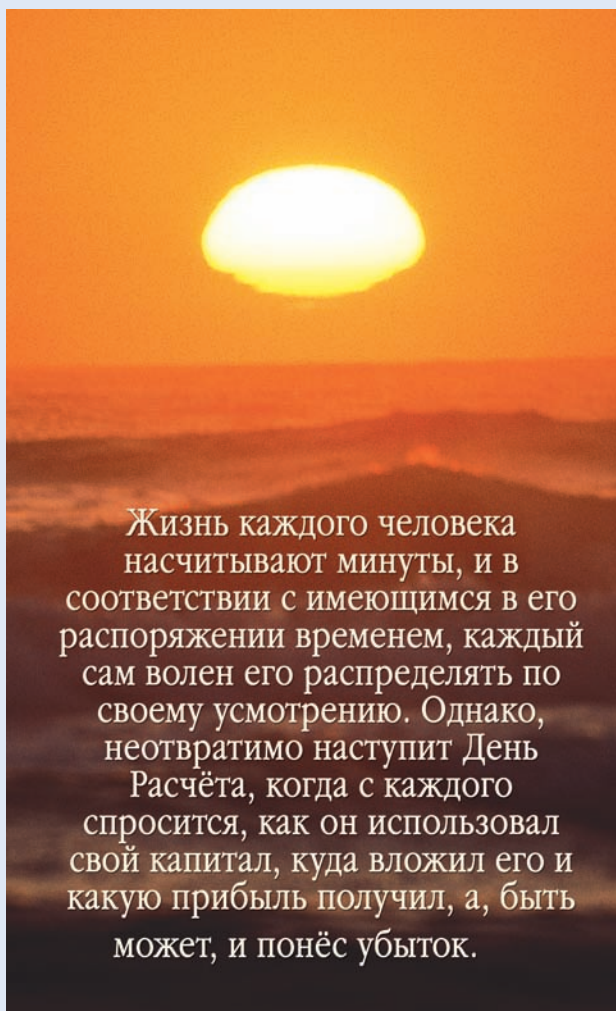
Цените свободные минуты.

Сегодня сколько вы прождали на остановке свой автобус? На это ожидание ушло несколько минут. Чтобы встретиться с одним человеком, вы потратили 15 минут своего времени, дожидаясь его прихода в своём кабинете. Всё это - свободно выпавшие минуты. Не лучше было бы провести это время, читая книгу, или делая тасбихат (помянуть Аллаха или читать определённые дуа), либо размышляя на полезные темы? Наиболее же важным свободным временем, проведённым в стенах собственного

дома, является промежуток времени от пробуждения до завтрака, и вечером до ужина. Обратите внимание, что 1-2 часа вы можете провести с пользой для себя.

Уже имеющееся в наших руках не должно быть достаточным.

Способности и опыт у каждого человека различны и непостоянны. И в подобном непостоянстве большое значение имеют наши приложенные старания и труды. Ценищему свой жизненный капитал и отдающему должное ему, Аллах откроет двери к успеху.



Они войдут в Рай



Передают со слов Абу Хурайры (радыяллаху анху), что Посланник Аллаха (салляллаху алейхи ва саллям) сказал:
«Люди, сердца которых подобны сердцам птиц, войдут в Рай»
(Муслим, Джаннат, 27; Ахмад бин Ханбал, Муснад, II, 331).

يَدْخُلُ الْجَنَّةَ أَقْوَامٌ أَفِيدَتُهُمْ مِثْلُ أَفِيدَةِ الطَّيْرِ

Объяснение хадиса

Ученые толковали этот хадис по-разному. Однако, судя по тому, что имам Навави поместил этот хадис в главе «Йакин ва Таваккуль», можно предположить, что, по его мнению «сердце, подобное сердцу птице» указывает на человека делающего таваккуль, то есть полностью положившегося на Аллаха. И это действительно так, ведь каждое утро птицы, находясь лишь во власти Аллаха, без страха и смятения отправляются на поиски пропитания, а к вечеру возвращаются сытыми, найдя уготованный для них удел. В Коране сказано: **«Как много животных, которые не носят (за собой) пропитание - Аллах кормит их и вас»**(29/60).

В одном из риваятов сказано, что когда Посланник Аллаха (салляллаху алейхи ва саллям) приказал гонимым мекканскими мушриками мусульманам переселиться в Медину, некоторые из них начали волноваться о том, как они смогут там находить свой хлеб. Это и послужило причиной ниспослания приведенного выше аята. Сам Всевышний Аллах напомнил, что полагаться надо на Него, ведь только Он дает пропитание.

Абдуль-Кадир Гейляни говорил: «Для человека самое почетное — обладать богобоязненностью. Тот, кто хочет быть сильным в своей религии, пусть уповает на Аллаха, надеется на Него, полагается на Него, потому что нет никакого сомнения, что упование исправляет сердце, укрепляет его и нравственно украшает, притягивает к Истине. Никогда не надейся на деньги, ни на причины, ибо это приводит к безвыходным ситуациям, к бессилию. Уповай на Аллаха Всевышнего, полагайся на Него, Он поддержит тебя, откроет тебе пути, на которые ты даже не рассчитывал, даст твоему сердцу силу». Имам Газали писал: «Некоторые люди думают, что упование — это пустить все на самотек, не предпринимать никаких усилий, чтобы заработать деньги, ничего не экономить, не беречься, например, змей, скорпионов, хищников, не пить лекарства при болезни, не изучать Шариат. Считать, что упование, все вышеперечисленное - это заблуждение...»

Уроки из хадиса

1. Тех, кто полагается на Аллаха ожидает Рай.
2. Таваккуль спасает человека от ненужных тревог и волнений, дает спокойствие и уверенность в завтрашнем дне.

Ложь — это сомнение



Абу Мухаммад аль-Хасан бин Али бин абу Талиб (радыяллаху анхума) передал, что слышал от Посланника Аллаха (салляллаху алейхи ва саллям) как тот сказал:
«Оставь сомнительное и обратись к тому, что не вызывает сомнений. Поистине, в правде успокоение, а ложь — это сомнение»

(Тирмизи, Кыямат, 60).

«دَعْ مَا يُرِيْبُكَ إِلَى مَا لَا يُرِيْبُكَ؛ فَإِنَّ الصِّدْقَ طُمَأْنِينَةٌ، وَالْكَذِبُ رَيْبَةٌ»

Объяснение хадиса

В «Муснаде» Ахмада бин Ханбаля говорится, что, когда у праведного Хасана (радыяллаху анху) спросили: «Что ты помнишь из слов Пророка?», он привел этот хадис.

Для того, чтобы суметь отличить сомнительное, верующему следует обратиться к своему сердцу. Истина дарит ему успокоение, а ложь ввергает в смятение. В другой, слабой версии подобного хадиса от Абу Хурайры (радыяллаху анху) говорится, что, когда у Пророка (салляллаху алейхи ва саллям) спросили: «Как я смогу различить то, что внушает сомнение?» он ответил: «Положи руку себе на сердце. От запретного оно то трепещет, то замирает, от разрешенного оно обретает покой» (Хайсами, Маджамауз-заваид, X, 294).

Метод выявления правды прикладыванием руки к сердцу можно сравнить с современным «детектором лжи».

Истинная вера требует абсолютной уверенности. Слова и поступки, отталкивающиеся от такой веры тоже должны быть совершенно бесспорными в своей правдивости. Заниматься чем-то сомнительным означает балансировать на грани харама, а отказаться от сомнительного - все равно, что отступить от края, возможно, бездонной пропасти.

Щепетильное отношение к сомнительному помогает сохранить сами понятия «халяль» и «харам», особенно в наше время, когда мнимая свобода и вседозволенность стали размывать границы разрешенного и запрещенного. Отказ от сомнительного удаляет мусульман от самой возможности совершать грехи.

Уроки из хадиса

1. Чтобы избежать харама, то есть всего, что запрещено религией, необходимо избегать сомнительного и придерживаться только халяль — того, что разрешено.
2. Мусульманин должен относиться настороженно к тому, что не принимает его сердце, к чему не лежит душа.
3. Богобоязненные мусульмане, опасаясь впасть в большие грехи, стараются держаться вдали и от малых.

Один из сподвижников Пророка (салляллаху алейхи ва саллям) говорил, что, если человек чувствует в сердце беспокойство, а в теле слабость, если он испытывает недостаток в средствах существования, то, несомненно, это происходит от того, он произнес много лишних, пустых или недобрых слов. Умар (радыяллаху анху) предостерегал от многословия, обращая внимание на то, что тот, кто много говорит совершает ошибки и пятнает свою совесть. Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) обращался к человеку: «Корми голодных, пои жаждущих, призывай к добру, удерживай от зла. Если же на это не хватает сил, то (хотя) бы избегай слов, не приносящих благо».

Молчание — это украшение алима и спасение невежественного. Один из великих людей говорил о молчании как о сокровищнице, содержащей в себе семь тысяч благ, которые можно выразить семью предложениями, такими как: молчание — это служение Всевышнему; молчание — это истинное украшение без драгоценностей; молчание — это сила без применения силы, денег и власти; молчание — это крепость без стен; молчание — это состояние, пребывая в котором, не приходится ни у кого просить прощения; молчание — это отдых для ангелов, записывающих наши деяния; молчание — это сокрытие недостатков.

Молчание помогает человеку внутренним взором увидеть себя, свое сердце, оно ведет к размышлению. Молчание в таком состоянии не бывает пустым, человеческое сердце в это время готово поминать Всевышнего Аллаха. Слыша мелодию души, человек настраивается на более высокую и чистую волну. Храня молчание, человек спасает себя от ошибок, лжи, клеветы, сплетен, лицемерия, самовосхваления и от того, что его не касается. Храня внутреннее молчание, то есть очистившись от разговоров внутри себя, он обретает способность слушать Вселенную, многое



осознавать и отражать происходящее без искажений и помех, доброжелательно и ответственно.

Одного мудрого человека спросили: «Вы познали Аллаха? У Вас есть знание о Нем?» Мудрец склонил голову и через некоторое время ответил: «Кто познал Его, тот хранит молчание и постоянно пребывает в размышлениях».

Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) наставлял своих сподвижников, обращая внимание на то, что спасен лишь тот человек, чье молчание — это размышление, взор — это взгляд, извлекающий из увиденного и происходящего урок, а книга деяний его полна мольбами о прощении. Пророк

(салляллаху алейхи ва саллям) советовал быть поближе к тем, кто воздержан, скромнен, довольствуется малым и умеет хранить молчание, ибо такие люди постигли мудрость. Молчание — это мудрость, но мало кто постигает ее.

Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) указывал, что много ошибок совершает тот, кто говорит о том, что его не касается. Большинство грехов потомков Адама из-за их языка. В Судный День будет много грехов у того, кто говорил много бесполезных слов. Избегание чрезмерности и ненужных слов исходит от высокой нравственности человека. Насколько же счастлив тот, кто не говорит больше, чем требуется для поддержания земной жизни, для объяснения вопросов, касающихся вечной жизни, для согласия в жизни семейной.

Во всем должна соблюдаться мера. Человек должен знать, когда нужно говорить, а когда правильнее будет проявить благородство молчания. Если молчать, когда попираются права человека, нарушаются законы религии, то молчание превратится в преступление, деяние, недостойное для человека, знающего истину и обладающего благородством духа.



Аль-Лятыф

Имя «Аль-Лятыф» — одно из 99 Прекрасных Имен Аллаха. Арабское слово «лятыф» означает «быть добрым, милостивым», также это слово употребляется в значении «тонкий», «изящный». Имя Всевышнего Аллаха «Аль-Лятыф» означает «Знающий тонкости, нужды своих созданий во всех подробностях и удовлетворяющий их неведомыми путями; проявляющий милость к Своим созданиям, мягко и по-доброму обращающийся с ними».

В Коране имя Всевышнего Аллаха «Аль-Лятыф» встречается в семи местах. Вместе с тем, что это имя чаще связывают со значением «Обращающийся с добротой и милостью», в Священной Книге преобладает значение «Знающий все подробности и тонкости, недоступные никому, кроме Него». Так в 13-ом и 14-ом аятах суры «Аль-Мульк» говорится, что Аллах знает о всех тайных разговорах, о том, что таится у них в умах и сердцах — ни что не сокрыто от Создателя Всего Сущего: «Храните ли вы свои речи в секрете или же говорите о них вслух, Он ведает о том, что в груди. Неужели этого не будет знать Тот, Кто сотворил, ведь Он Проницательный (Аль-Лятыф), Сведущий (Аль-Хабир)».

В 16-ом аяте суры "Лукман" Благочестивый Лукман, наставляя своего сына, говорит, что Аллах знает обо всем, и даже если деяние его будет с горчичное зернышко, которое сокрыто внутри горы, в земле или на небесах — Аллах знает о нем: "О сын мой! Если нечто весом с горчичное зернышко будет внутри скалы, или на небесах, или в земле, то Аллах приведет (учтет) его. Воистину, Аллах Проницательный (Аль-Лятыф), Сведущий (Аль-Хабир).

В 34-ом аяте суры «Аль-Ахзаб», обращенном к благочестивым супругам Пророка Мухаммада (салляллаху алейхи ва саллям), Имя Аль-Лятыф также скорее указывает на Знание Аллаха: «и поминайте то, что читается в ваших домах из аятов Аллаха и мудрости. Воистину, Аллах - Проницательный (Аль-Лятыф), Ведающий (Аль-Хабир)». Вместе с этим в 100-м аяте суры «Юсуф», где Пророк Юсуф (aleyхиссалям) рассказывает о том, что Всевышний Аллах сделал его сон явью и одарил благами, слово «лятыф» связывают с проявленной Аллахом милостью: «...поистине, мой Господь добр, к кому желает».

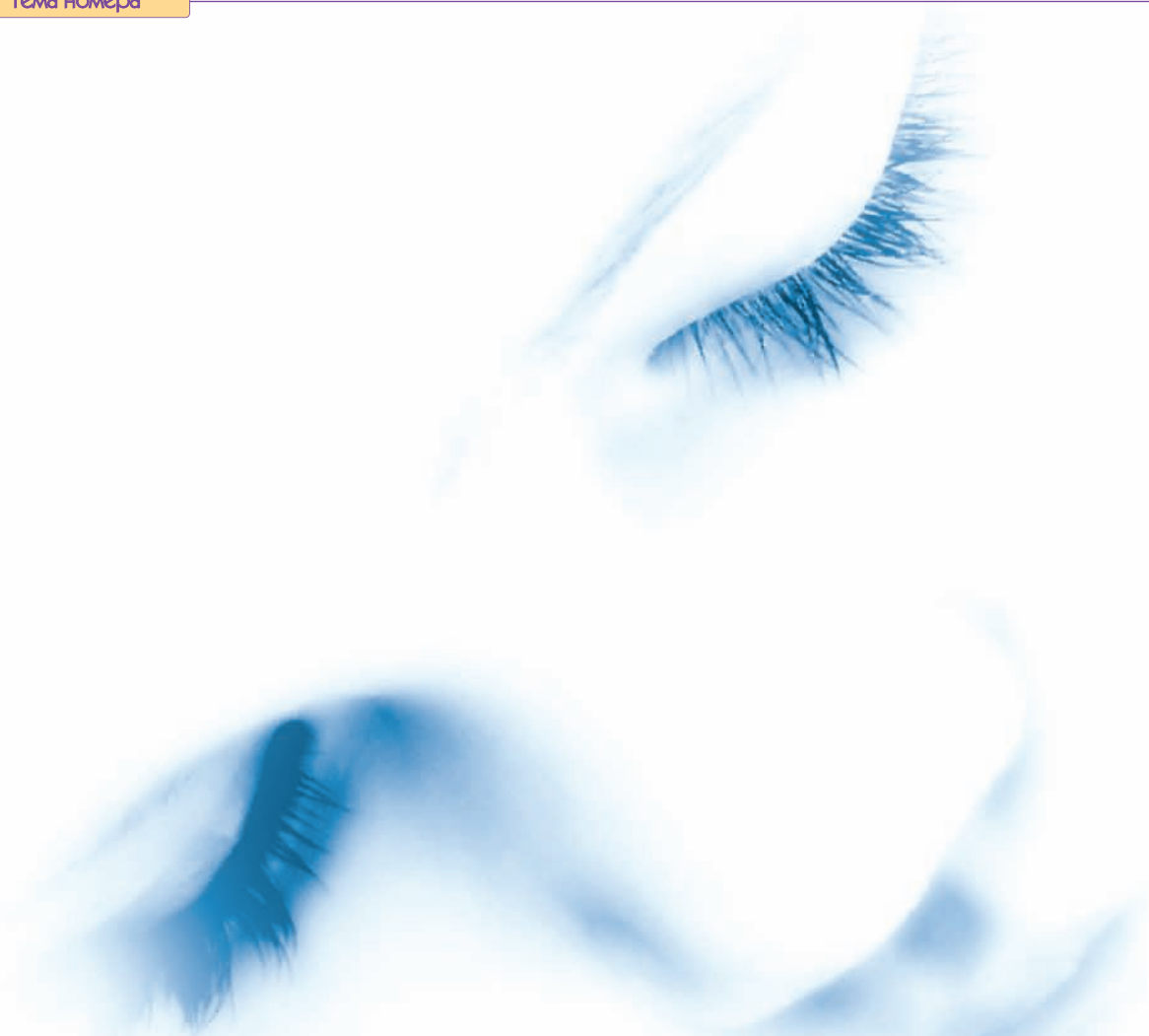
В 103-м аяте суры "Аль-Анам" сказано: «Взоры не могут постичь Его, а Он постигает взоры. Он - Проницательный (Аль-Лятыф), Сведущий (Аль-Хабир)». То есть Всевышний Аллах видит все и ведает обо всем не нуждаясь, подобно созданному, в каких-либо органах или условиях.

В хадисах имя Всевышнего «Аль-Лятыф» встречается среди «Прекрасных Имен Аллаха» в книге Тирмизи «Дават» (82) и в книге Ибн Маджа «Дуа» (10). Кроме того имя «Аль-Лятыф» вместе с именем «Аль-Хабир» можно найти в книге Муслима "Джанаиз" (103), и Насаи ("Джанаиз" 103).

Изучая значение имени «Аль-Лятыф», следует опираться на аяты Священного Корана. Нельзя связывать с именем Всевышнего другое значение слова лятыф — «быть тонким, небольшим» - Аллах превыше этого.

Имам Газали говорил, что доброта, соединившись с проницательностью, делают милость полнее, а высшей степени этими достоинствами обладает только Аллах. Ученый утверждал, что имя Всевышнего «Аль-Лятыф» должно вдохновлять человека относиться к другим по-доброму. Призывая к религии Аллаха и счастью в будущей жизни, мусульманин сам должен быть тонким и обходительным, ему не следует вступать в споры или проявлять чрезмерную строгость. А наилучший призыв — это подтверждение своих слов делами и личным примером.

Имя Всевышнего Аллаха «Аль-Лятыф» в значении «Проницательный, Знающий все подробности» связано с сыфатами Аллаха «субути» и Его именами «Аль-Хабир» (Сведующий) и «Аль-Алим» (Всеведающий); в значении «Милостиво обходящийся со своими рабами» с сыфатами «фили» и именами «Аль-Барр» («Благостный»), «Ар-Рахман» («Милостивый»), «Ар-Рауф» («Кроткий», «Мягкий»), «Аль-Карим» («Щедрый»); в значении «Непостижимый для взоров» с сыфатами «танзиhi» и именем «Аль-Батын» («Тайный»).



СОН И СНОВИДЕНИЯ

■ Ахмад Тахиров

Сон — одно из многих знамений Всевышнего Аллаха. В Коране говорится: «И [еще] из Его знамений — это ваш сон ночью и днем и то, что вы взыщете Его милости. Воистину, в этом — знамения для людей внемлющих» (Сура “ар-Рум”, 30/23). Явление сна — проявление Милости Всевышнего к рабам своим. Об этом ясно говорится в Коране:

«Именно Он сделал для вас ночь одеянием, сон — упокоением, а день — возвращением [к жизни]» (Сура “Фуркан” 25/47). В другом аяте подчеркивается: **«...даровали вам сон для отдохновения, сделали ночь покровом** (Сура “ан-Наба”, 78/9-10).

Ислам отвел особое место явлению сновидения и обратил внимание на его значение. Сон

является временем для отдыха. В сновидениях человеку открываются знания о сокровенном. Во сне были ниспосланы откровения для Пророков и Посланников Аллаха. Всевышний открывал знания о сокровенном только избранным людям: **«Он — Ведающий о сокровенном. И Он никому не откроет Своего сокровенного [решения], за исключением тех посланников, которыми Он доволен, к которым Он приставляет спереди и сзади стражей (т. е. ангелов)»** (Сура “Джин”, 72/26-27). В Коране сообщается, что во время сна на непокорных низводилось наказание: **«Неужели жители селений полагали, что Наша кара не настигнет их ночью, когда они спят?»** (Сура “Араф”, 7/97).

В Коране широки освящены вещие сны Пророков Аллаха. Вот некоторые из них: сон Юсуфа (aleyхиссалам) о поклонении ему одиннадцати звезд, солнца и луны, который был истолкован как его грядущее восхождение к вершинам власти и почтение, которое проявят к нему его братья и родители; сон двух узников, сидевших в одной тюрьме с Юсуфом, один из которых был освобожден, а другой — казнен; сон египетского царя о том, как тощая корова поглотила тучную, который был истолкован как предвестие наступления засухи и голода после ряда урожайных лет; сон Пророка Мухаммада (салляллаху алейхи ва саллям) о малом числе язычников в битве при Бадре, который, согласно толкованию, означал поражение язычников от рук мусульман («...как во сне показал тебе Всевышний неверных малочисленными»); сон Пророка Мухаммада (салляллаху алейхи ва саллям) о вступлении мусульман в Запретную мечеть с обритыми головами, который был истолкован как открытие мусульманами Мекки и их паломничество к Каабе: «Претворил Он в явь сновидение Посланника Своего»; сон матери Мусы (aleyхиссалам), которая положила своего ребенка в корзину и отпустила плыть по реке («...когда внушили матери твоей откровение...» - слово «откровение» в этом аяте означает сновидение); сон Ибрахима (aleyхиссалам) о принесении в жертву его сына Исмаила.

Известно, что первые божественные послания Мухаммаду (салляллаху алейхи ва саллям), из которых он узнал о своем предназначении,

пришли именно во сне. Что бы ни увидел во сне Посланник Аллаха (салляллаху алейхи ва саллям) в точности воплощалось в жизни. Айша (радыяллаху анха) говорила, что божественные откровения начали снисходить Пророку (салляллаху алейхи ва саллям) в виде вещих снов. Каждый увиденный им сон реализовывался в жизни так же явно, как наступал утренний рассвет (Бухари, «Бадуль- вахий», 3). В начале в снах к нему приходил ангел Джабраиль (aleyхиссалам). И таково его состояние продолжалось в течение шести месяцев (Риядус-салихин, Т. 4, стр. 391).

Убада Тубнус-Самит (радыяллаху анху) рассказывал: «Я спросил у Пророка (салляллаху алейхи ва саллям) относительно аята **«Предназначена радостная весть о доле благой в этой жизни и будущей»** (Сура «Юнус», 10/64). Он ответил: *«Здесь имеется в виду благая (радостная) весть — это вещие сны. Мумин или их увидит, или они будут ему показаны»* (Тирмизи, Руйя, 3(2276)). Известны следующие хадисы: «Ближе к Концу Света вещие сны истинно верующих будут все более и более правдивыми» (Тирмизи, «Сунан», 2275). «Наиболее правдивые сны — во время зари (перед утренней молитвой)» (Тирмизи «Сунан», 2279). Али ибн Абу Талиб (радыяллаху анху) говорил: «Нет разницы между сном дневным и сном ночным. Для возможности увидеть правдивый сон эти времена суток одинаковы. Нет разницы между снами мужчин и снами женщин» (Бухари).

Пророк Мухаммад (салляллаху алейхи ва саллям) иногда давал толкования снам своих сахабов (Кутубу Ситте, Т. 17, стр. 533-534). Тогда он после утренней молитвы, повернувшись лицом к молившимся за ним, спрашивал: **«Кто-нибудь видел сегодня ночью сон?»** (Тирмизи, «Сунан», 2299).

Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) говорил: **«Сновидения бывают трех видов: сон вещий — это добрая весть от Всевышнего. Сон от шайтана. И сновидение - разговор человека с самим собой»** (Кутубу Ситте, Т. 2, стр. 457-458).

* * *

Вещие сны. Говоря о значении вещих снов Пророк (салляллаху алейхи ва саллям), обращал внимание на то, что они составляют одну сорок шестую часть пророчества. На самом деле,

отрезок времени в шесть месяцев, когда Пророку (салляллаху алейхи ва саллям) передавались откровения через сновидения соответствует 1/46 части 23-летнего периода Пророчества (Бухари, «Табир», 26; Муслим, «Руйя», 6).

В одном из хадисов передается: «Расулюллах (салляллаху алейхи ва саллям) сказал: «Пророчество и посланничество завершено. После меня уже не будет послано ни Пророка, ни Посланника». Когда такая весть расстроила джамаат, он добавил: «Но есть те, кто принесет добрую весть». Когда его спросили: «О, Пророк Аллаха! Как понять это, и кто они те, которые принесут добрую весть?». Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) ответил: *«Это праведный, вещий сон мусульманина. Он является частью из частей пророчества»* (Кутубу Ситте, Т.2, стр. 457-458). То, что вещий сон является частью из частей Пророчества, означает, что сон мусульманина включает в себя часть знания Пророчества. Необходимо уточнить, знания, заключенные в Пророчестве, из вечности (Риядус-салихин, Т.4, стр. 394).

Особенностью вещих снов является то, что они бывают четкими и ясными. Они до мельчайших подробностей запечатлеваются в памяти. Такие сны редко забываются. Увидевший вещий сон обычно пребывает в состоянии одухотворенности и радости. Имам Ахмад говорил: «Хорошие сны радуют верующего, не вводят его в заблуждение». Вещие сны — от Аллаха и представляют собой радостные сообщения или же носят характер предупреждения, предостережения, чтобы человек пробудился и жил, проявляя бдительность и внимательность. Немало людей, которые видели вещие сны и после этого отдалялись от плохих деяний, не совершали грехов и исправляли свой характер.

Мусульманин способен видеть вещие сны в той мере, в какой его повседневное поведение схоже с образом жизни и культурой поведения Пророка Мухаммада (салляллаху алейхи ва саллям). Пророк (салляллаху алейхи ва саллям)

предупреждал, что сны становятся явью, согласно толкованию первого толкователя. Он говорил: *«Не рассказывайте сон случайным людям»* (Кутубу Ситте, Т. 17, стр. 532).

В одном из хадисов говорится: «Не рассказывайте (вещий сон), кроме как любимому, уважаемому вами человеку (который растолкует только в хорошую и наилучшую сторону), или тому, кто умен и мудр, чтобы правильно растолковать» (Тирмизи, «Сунан», 2283). Вещие сны нуждаются в толковании со стороны знающих людей, достигших нравственного совершенства, благочестия, имеющих крепкую веру, владеющих знанием тафсира (толкования Корана), хадисов, фикха (исламского законовещения). То есть тех мусульман, которые наиболее близки к свету пророчества и истинной религии.

**Хороший,
добрый, правдивый
сон — от Всевышнего,
Милость Его и
Щедрость. За такой сон
мусульманин должен
благодарить
Всевышнего, как и за
все блага,
ниспосланные Им.**

* * *

Второй вид снов — это сны от Шайтана. Эти сны, внушаемые человеку Шайтаном, чтобы испугать его, испортить ему настроение, навевать ему неприятные и тягостные мысли. Обычно человек в таких сновидениях является участником катастроф, конфликтов, он падает с высоты и т.д.

Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) во многих хадисах рекомендовал никому не рассказывать о плохом сне. Он говорил, что плохие сны от Шайтана, и будет правильнее никому не рассказывать их содержание. Также нельзя рассказывать даже хороший сон человеку, который проявляет явную неприязнь к видевшему сон, или же человеку, про которого известно, что он грешник и не соблюдает повеления Всевышнего. Если человек, которому был рассказан сон, не сведущ в вопросах толкования сновидения и имеет плохую нравственность, его случайные толкования могут отрицательно повлиять на человека и подвигнут его к беспокойству и тревогам (Кутубу Ситте, Т.17, стр. 532). Джабир (радыяллаху анху) рассказывал: «Пророк

(салляллаху алейхи ва саллям) говорил: «Если кто-то из вас увидит страшный сон, пусть повернется на левую сторону и плюнет три раза; при этом пусть три раза произнесет «аузу», прибегая к защите Всевышнего от зла Шайтана, и пусть перевернется на другой бок... Поступившему так, этот плохой сон никогда не принесет зла» (Муслим, «Руйя», 5; Абу Давуд, «Адаб», 88; Ибн Маджа, Табир, 4; Риядус-салихин, стр. 399).

Тот, кто видел плохой сон, не должен плевать в буквальном смысле, а должен произнести три раза сочетание звуков «тьфу-тьфу-тьфу». «Плюнуть в левую сторону три раза» означает показать пренебрежительное отношение к Шайтану, изгнать его из сна, унижить и ослабить его, выразить ему свое презрение. Проснувшись, необходимо сразу произнести слова защиты: «Аузу билляхи минаш-шайтани-р-раджим», прибегая от зла Шайтана к Аллаху. Мусульмане, начиная любое дело, обращаются ко Всевышнему и просят Его защиты и покровительства. Такое поведение является признаком того, что мусульманин не забывает о Всевышнем, верит в Него, и намеревается свои дела совершать в русле, одобренном Им. После плохого сна переворачиваться с одного бока на другой означает менять положение тела, надеясь на изменение содержание сна в лучшую сторону.

Особенностью снов от Шайтана является то, что они запутаны, не запоминаются, вносят тревогу и смуту в сознание человека, у таких снов нет толкования. Однажды к Пророку (салляллаху алейхи ва саллям) прибежал один бедуин и рассказал ему о том, что видел во сне, как его голову отсекли, и она откатилась, и что это серьёзно взволновало его. Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) сказал ему: «Не давайте слугам Шайтана забавляться (играть) вами в ваших снах. Никому не рассказывайте об этих снах» (Муслим).

В одном из хадисов также передано: «...Если же кому-то приснится что-то плохое и неприятное, пусть не рассказывает об этом никому, а встанет и совершит намаз» (Кутубу Ситте, Т.17, стр.530).

* * *

Третий вид снов — отражение состояний человека или каких-то навязчивых идей, прокручивание событий минувшего дня,

впечатления, мысли человека, его деяния и т.д. Например, человек днем или вечером кушал соленое и видит во сне, что он пьет много воды или же он видит проблему, которая мучает его. Такие сны не поддаются толкованию. Такого рода сновидения Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) характеризовал как «речь нафса» или «разговор нафса».

* * *

О положении того, кто не видел сна, но утверждает об обратном.

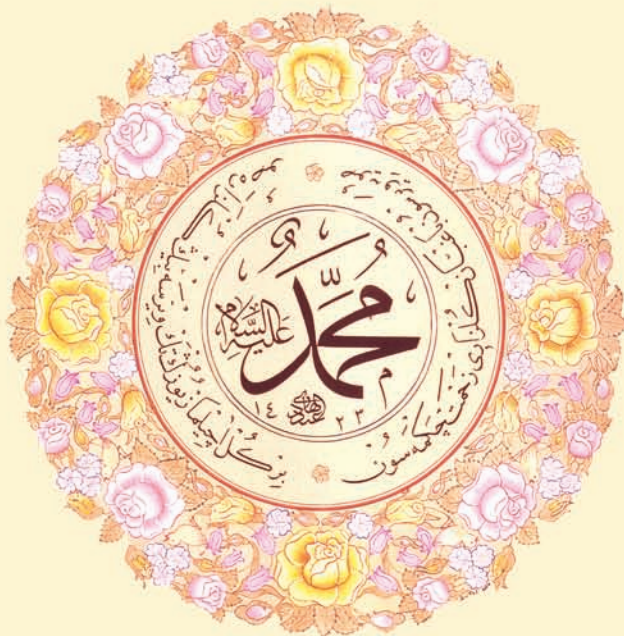
Как передает Ибн Умар (радыяллаху анху) Пророк Мухаммад (салляллаху алейхи ва саллям) говорил: «Большая ложь — говорить о том, что видел такой-то сон, хотя на самом деле никакого сна не было, это похоже на клевету» (Бухари, Табир, 45). Говорить о том, что видел во сне то, чего на самом деле не видел, считается большой ложью. Сделавший подобное, в первую очередь наводит клевету на Всевышнего. Он утверждает, что видел то, что на самом деле ему не было показано Всевышним. Такое положение считается большим грехом.

Люди, без всякого сомнения, остаются под влиянием снов. А использовать это свойство людей, используя ложь о сновидениях, означает иметь плохое намерение. За такое деяние будет наказание в Судный день. Пророк (салляллаху алейхи ва саллям), говоря о тяжести наказания в Ахирате, передал мучение лжецов таким описанием: им будет приказано застегнуть друг в друга два зернышка ячменя. Это страшное наказание, потому что невозможно соединить две части зерен ячменя, чтобы сделать петельку... Но так как человек не сможет этого сделать, мучения его будут продолжаться.

* * *

Хороший, добрый, правдивый сон — от Всевышнего, Милость Его и Щедрость. За такой сон мусульманин должен благодарить Всевышнего, как и за все блага, ниспосланные Им.

Да поможет нам Всевышний Аллах быть благодарными и чуткими людьми. Аминь.



ЛУЧШИЙ ИЗ ЛЮДЕЙ: ОТНОШЕНИЕ КО СНУ

Мурат Кая

Пророк Мухаммад (салляллаху алейхи ва саллям) учил своих последователей с большим почтением относиться ко времени сна. Сон является одним из видов поклонения Аллаху, если отнестись к нему осознанно. Следование примеру Пророка (салляллаху алейхи ва саллям) в том, как он относился к сну — залог поддержания в человеке гармонии души и тела, залог хорошего самочувствия, укрепления связи со Всевышним.

Распорядок дня и ночи Пророка (салляллаху алейхи ва саллям) в основе своей был определенным и подчинялся правилам, которым и обучал он своих учеников. Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) начинал день еще до рассвета: он вставал на ночной намаз тахаджуд, много молился, читал Коран и совершал зикр. После утреннего намаза он никогда не ложился. Если предоставлялась возможность, то он немного отдыхал после обеда. Этот отдых называется *кайлюля*. В связи с этим Пророк Мухаммад (салляллаху алейхи ва саллям) говорил:

«Подкрепляйте пост с помощью предупреденной пищи, а для того, чтобы встать на полуночный намаз, ложитесь отдыхать после обеда» (Хаким, 1/588). Он не ложился спать раньше ночного намаза (Бухари, Мавакит, 23). Ночь должна быть отведена отдыху. Хорошо отдохнувший человек легко может встать на ночную молитву-тахаджуд и набраться духовных сил, и после этого целый день может трудиться без усталости и радостно.

У Пророка (салляллаху алейхи ва саллям) был свой метод отхода ко сну. Он отдавал предпочтение правой стороне, правой руке — ложась отдыхать, он ложился на правый бок. Этому можно найти и медицинское объяснение: сердце и желудок находятся с левой стороны, и поскольку это жизненно важные органы, то зажимание их может нанести определенный вред организму. По этой причине врачи советуют ложиться на правый бок. Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) ложился на правый бок и правую руку клал под правую щеку. Когда Пророк Мухаммад (салляллаху алейхи ва

саллям), по тем или иным причинам, спал не у себя дома он ложился на правый бок, приподняв правый локоть и подложив ладонь на правую щеку. Этим способом он пользовался обычно когда у него не было подушки или ему приходилось спать прямо на земле. Так он поступал, когда намеревался немного отдохнуть или же после ночного намаза, чтобы не пропустить утренний намаз (Муслим, Мусафирин, 121-122).

Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) говорил о том, что не следует спать на животе. Тахфа бин Кайс (радыяллаху анху) рассказал следующую историю: «Однажды я заснул прямо в мечети, лежа на животе. Во сне чувствую, как кто-то толкает меня и говорит: «Это тот самый вид отдыха, который вызывает гнев Аллаха». Когда я пришел в себя и осмотрелся, то увидел, что передо мной стоит Пророк Мухаммад (салляллаху алейхи ва саллям)» (Абу Дауд, Адаб, 94).

Подобное положение во время сна противоречит не только правилам приличий и Сунне Пророка, но и вредно для здоровья.

Постель Пророка (салляллаху алейхи ва саллям) была скромна. Он спал на белом покрывале и укрывался белым, как саваном. Во время сна он лежал лицом в сторону Киблы. Он помнил о смерти всегда. Мусульманин, готовясь ко сну и укладываясь в постель, тоже не должен упускать из виду, что это путешествие в мирах может оказаться последним, и он никогда не сможет вернуться в земную жизнь...

Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) время отхода ко сну сопровождал молитвами. Он произносил: «О Аллах! Я поручил себя Тебе! Я обратился к Тебе! Прося Твоей милости и опасаясь Твоего гнева, я надеюсь только на Тебя! У меня против Тебя нет защиты от Тебя же! Я уверовал в ниспосланные Тобой книги и в посланных Тобой Пророков».

Одному из своих сподвижников Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) советовал:

«Если ты ляжешь отдыхать, прочитай эту молитву, и в эту ночь вдруг внезапно умрешь, то умрешь мусульманином. Пусть эта молитва будет последним, что ты произнес перед сном!» (Бухари, Даават, 7).

Известны и другие молитвы, которые Пророк Мухаммад (салляллаху алейхи ва саллям) читал перед сном или же после пробуждения.

Например, перед тем как лечь спать, он говорил: «О Аллах! Я умираю и оживаю с Твоим именем!»

Когда он просыпался, то говорил: «Слава Аллаху, который оживил меня после смерти! Возвращение наше только к Нему!» (Бухари, Даават, 8). Пророк Мухаммад (салляллаху алейхи ва саллям) советовал сподвижникам:

«Когда кто-нибудь из вас пожелает отдохнуть, пусть он сначала вытряхнет постель, так как после того, как он встал, туда могло что-нибудь попасть. Затем пусть он скажет: «О Аллах! Я лег в постель с Твоим именем и опять же с Твоим именем встану ото сна. Если Ты желаешь забрать мою душу во сне, то прости мои прегрешения! Если же Ты решишь подарить мне жизнь, то сохрани меня от различных напастей!» (Бухари, Даават, 13).

Пророк Мухаммад (салляллаху алейхи ва саллям) подчеркивал, что тот, кто лег без поминания Аллаха, многое потерял (Абу Дауд, Адаб, 25) Сам он каждый вечер перед сном читал суры «Ихляс», «Фалек», «Нас», затем дул на свои ладони и проводил ими по всему телу (Бухари, Фадаилуль Куран, 14). Он советовал своей дочери Фатиме (радыяллаху анху) перед сном прочитывать 33 раза «Аллаху Акбар», 33 раза «Субханаллах» и 33 раза «Альхамдулиллях» (Бухари, Даават, 11). Поминание Всевышнего помогает забыть о житейских трудностях и дневных заботах.

Между тем следует отметить, что сон Пророка (салляллаху алейхи ва саллям) многим отличался от сна обыкновенного человека. Сердце его было всегда пробужденным, состояние беспечности не было свойственно ему.

Известно, что даже когда Пророк Мухаммад (салляллаху алейхи ва саллям) спал, его душа и сердце бодрствовали, неустанно поминая Аллаха (Бухари, Манакиб, 24) Чтобы в полной мере испытать пользу от зикра (поминания), нужно достичь такого состояния, когда сердце и ночью продолжает поминать Всевышнего Аллаха. В связи с этим, один из праведников сказал: «Чтобы благодать от зикра, совершенного утром, продолжалась целый день, и чтобы благодать от зикра, совершенного вечером, сохранялась всю ночь, нужно и во сне поминать Аллаха. Благодаря этому искренние и честные сердца достигли больших духовных высот».

«Я сделал для вас сон успокоением и отдыхом, и
сделал ночь для вас успокоением и отдыхом, и
сделал день периодом для занятия хозяйством».

(Сура «Ан-Наба», 78/9-11)

ЧТО ТАКОЕ СОН?

■ Мансур Хасаншин

Что такое сон? Сколько же необходимо спать без вреда для организма и можно ли вообще обойтись без него?

Сон — это естественный физиологический процесс пребывания в состоянии с минимальным уровнем активного сознания и пониженной реакцией на окружающий мир, присущий млекопитающим, птицам, рыбам и некоторым другим животным, а также насекомым (например, дрозофилы). Во время сна в мозгу и во всем организме протекает множество активных процессов, в частности вырабатываются гормон роста и половой гормон тестостерон, отвечающие за рост и половое развитие человека.

СТРУКТУРА СНА

Сон включает в себя ряд стадий, закономерно повторяющихся в течение ночи. Появление этих стадий обусловлено активностью различных структур мозга. Во время сна у человека периодически чередуются две основные фазы: медленный и быстрый сон, причём в начале сна преобладает длительность медленной фазы, а перед пробуждением — растёт длительность быстрого сна. Сон у большинства людей состоит из 4-6 волнообразных циклов, длительностью 80—100 мин. Каждый цикл включает фазы «медленного», или ортодоксального, сна (МС), на долю которого приходится 75 % сна, и «быстрого», или парадоксального (БС), составляющего около 25 %. Медленный сон (син.: медленноволновой сон, ортодоксальный сон).

По современным представлениям медленный сон состоит из четырех стадий, каждая из которых имеет свои важные физиологические особенности: так если в первой стадии человек находится в полусонном состоянии и у него могут интуитивно появляться идеи, способствующие успешному решению той или иной проблемы, то четвертая стадия характеризуется самым глубоким сном. В это время человека разбудить очень сложно; возникают 80 % сновидений, и именно на этой стадии возможны приступы лунатизма и ночные кошмары, однако человек почти ничего из этого не помнит. Предполагают, что медленный сон связан с восстановлением энергозатрат. Быстрый сон (син.: быстроволновой сон, парадоксальный сон, стадия быстрых движений глаз, или сокращенно БДГ-сон, REM-сон). Колебания электрической активности мозга во время быстрого сна напоминает состояние бодрствования. Вместе с тем в эту стадию человек находится в полной неподвижности, вследствие резкого падения мышечного тонуса. Однако глазные яблоки очень часто и периодически совершают быстрые движения. Существует отчетливая связь между БДГ и сновидениями. Если в это время разбудить спящего, то в 90 % случаев можно услышать рассказ о ярком сновидении. Фаза быстрого сна от цикла к циклу удлиняется, а глубина сна снижается. Быстрый сон прервать труднее, чем медленный, хотя именно быстрый сон ближе к порогу бодрствования. Прерывание быстрого сна вызывает более тяжёлые нарушения психики по сравнению с нарушениями медленного сна. Часть прерванного быстрого сна должна восполняться в следующих циклах. Предполагают, что быстрый сон обеспечивает функции психологической защиты, переработку информации, ее обмен между сознанием и подсознанием. Слепым от рождения снятся звуки и ощущения, БДГ у них нет.

ФУНКЦИИ СНА

1. Сон обеспечивает отдых организма.
2. Сон играет важную роль в процессах метаболизма. Во время медленного сна высвобождается гормон роста. Быстрый сон: восстановление пластичности нейронов, и



обогащение их кислородом; биосинтез белков и РНК нейронов.

3. Сон способствует переработке и хранению информации. Сон (особенно медленный) облегчает закрепление изученного материала, быстрый сон реализует подсознательные модели ожидаемых событий. Последнее обстоятельство может служить одной из причин феномена дежавю.

4. Сон — это приспособление организма к изменению освещенности (день-ночь).

5. Сон восстанавливает иммунитет.

НЕОБХОДИМАЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ СНА

Обычная средняя норма сна составляет 7-8 часов. Однако это лишь усредненные цифры, исходя из которых нельзя судить о том, плохой или хороший у вас сон. Нас не удивляет, что у каждого свой рост или размер обуви, но спать, как считается, все должны одинаковое время. При этом людей, которые спят много, обычно считают лентяями. Но индивидуальная потребность во сне может колебаться от 3 до 12 часов. Причем время сна, необходимое конкретному человеку, удивительно постоянно. Хотя сегодня вы можете спать дольше, чем завтра, в зависимости от обстоятельств, однако количество часов сна за неделю или месяц почти одно и то же — разница от недели к неделе обычно не превышает получаса. Известно, что Наполеон спал 4-6 часов в сутки, а Эйнштейн, наоборот был долгоспящим, так же как и многие другие одаренные личности.

ЧЕМ ГРОЗИТ НЕДОСТАТОЧНЫЙ ИЛИ ИЗЛИШНИЙ СОН?

Человек, долго лишенный сна, начинает видеть предметы как бы в кривом зеркале, сквозь туманную дымку. Он видит сновидения наяву. Длительное (10 дней) лишение сна может привести к смерти. Мировой рекорд продолжительности бодрствования, поставленный специально для "Книги Гиннеса", составил 12 суток (288 ч). Таким образом, можно

сделать вывод, что потребность во сне является абсолютной для человека, как и для всех представителей животного мира.

Люди, спящие меньше или больше срока, соответствующего их потребностям, более предрасположены к болезням, нежели те, кто спит в меру. В результате исследования, проведенного в течение десяти лет на семьдесят одной тысяче женщин, было отмечено два важных момента. Один из них показал зависимость роста сердечных приступов от длительной бессонницы, другой указал на увеличение проблем со здоровьем у тех, кто спал излишне долго. Склонность ко сну порождает такие болезни как ожирение, сахарный диабет, повышение кровяного давления, уменьшение мышечной массы, ослабление иммунной системы и депрессию.

УТРЕННИЙ НАМАЗ СНИЖАЕТ РИСК ЗАБОЛЕВАНИЙ СЕРДЦА

Регулярная утренняя молитва у мусульман позволяет значительно снизить риск возникновения заболеваний сердца и артериосклероза. Об этом свидетельствуют результаты исследований Ассоциации кардиологов в Иордании.

Иорданские медики, указывают, что причиной возникновения ряда опасных сердечно-сосудистых заболеваний является слишком продолжительный сон (более восьми часов). Дело в том, что частота сердцебиения во время долгого сна падает до 50 ударов в минуту, а это, в свою очередь, приводит к затруднению кровообращения, закупорке сосудов, ослаблению сердечной мышцы. В результате увеличивается риск инфаркта или инсульта. Избежать этого, по мнению ученых, можно, если делать непродолжительные перерывы во сне. После четырех часов сна желательно пробудиться хотя бы на 15 минут и сделать какие-нибудь движения. Именно это обеспечивают ежедневные молитвы на рассвете, считают иорданские кардиологи. В исследовании указывается, что мусульмане, ежедневно прерывающие свой сон на утреннюю молитву, гораздо лучше других сумели сохранить здоровье сердца и сосудов.



СИЕСТА

Послеполуденный кратковременный сон-отдых — сиеста — является историческим элементом культуры многих народов. Чаще всего он встречается в жарких странах. Недавнее исследование, проведенное в Греции (совместно с университетом Афинской медицинской школы и Гарвардским Университетом) показало, что получасовой отдых-дрёма хотя бы трижды в день снижает риск гибели от сердечного приступа на 37 %. Послеполуденный сон, являясь советом Пророка Мухаммада (салляллаху алейхи ва саллям), использующего этот метод, известен как кайлюля. Время этого сна начинается после молитвы аз-зухр и продолжается до времени аль-аср. Благодаря этому отдыху обеспечивается подготовка к ночной молитве. Такой сон увеличивает как продолжительность жизни, так и способствует благоденствию.

Ученые, сумели установить, что короткий сон днем укрепляет память и облегчает припоминание важных фактов. Исследование было проведено в США, где практика короткой сиесты в рабочее время уже стала популярной во многих корпорациях. Исследователи полагают, что первая фаза сна (не быстрый сон), период, когда нам не снятся сны, может играть решающую роль в процессе запоминания фактов. В это время наблюдается как раз то состояние, которое требуется для «складирования» фактов так, чтобы их потом с легкостью можно было извлечь из памяти. Однако, если вы спите дольше и переходите в стадию быстрого сна, сопровождающуюся сновидениями, эффект предыдущей стадии может свестись к нулю.

Тем не менее, ученые предупреждают, что, хотя короткая сиеста может помогать припоминать факты в течение дня, пока неясно, насколько продолжителен этот эффект для долгосрочной памяти.

Среди знаменитых любителей сиесты — сэр Уинстон Черчилль, который регулярно прибегал к послеобеденному сну, после чего принимал ванну. Он не нарушал ритуала даже во время Второй мировой войны. 20-минутным сном готовила себя к еженедельной встрече с парламентариями премьер-министр Великобритании Маргарет Тэтчер.



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Когда человек засыпает душой...

■ Осман Нури Топбаш

...Некий чужестранец задумчиво шел по дороге, когда ему навстречу вышло дикое животное. Он, убегая, от страха прыгнул в колодезь, находившийся неподалеку. Падая на дно колодезя, он зацепился за ствол дерева, выросшего корнями в стенку колодезя. Этот ствол, нисколько не смущаясь, не переставая, грызли две мышки. Одна из них была черная, другая — белая. На дне колодезя какое-то невиданное страшное чудовище уже готово было его проглотить. Две змеи появились откуда-то и шипели в ожидании того, когда он упадет к ним. Человек находился на грани жизни и смерти, великий страх обуял все его существо. Его положение требовало принятия немедленного решения и быстрых действий. Нельзя было терять ни минуты. Он должен был как-то выбраться из этого колодезя, пока мышки не перегрызли ствол дерева. Размышляя о своем положении, человек оглядывался по сторонам. И что он видит? Медовые соты... Когда-то пчелы в дупле этого дерева собрали мед. В человеке возникло острое желание попробовать этот мед. Сладостное предвкушение наслаждения затмило все остальные чувства. Душистый мед овладел его разумом. Он подумал про себя: «В таком месте такой свежий и душистый мед... неуместно, но все же так хочется попробовать его на вкус, а затем, не теряя времени, я буду карабкаться наверх». Так он разрешил себе немного расслабиться. Мед ему очень понравился. Он стал лакомиться, растягивая удовольствие, и, войдя во вкус, рассудил так: «Такой удивительный мед где я еще смогу попробовать. Раз уж он мне попался, пожалуй, наемся от души». И после погружения в

сладостное удовольствие, он перестал ощущать опасность и перестал заботиться и думать о своем спасении. Но такое его поведение никоим образом не останавливало деятельности ретивых мышек и настороженно ожидающих свою жертву змей. И когда мышки наконец-то сделали свое дело, ствол обломился и несчастный человек нашел свою гибель на дне колодезя.

Эта притча о человеке и его беспечности. В ней содержится множество символических образов. Колодезь является символом земной жизни, обитатели колодезя — символизируют мирское и желание насладиться (нафс), черная и белая мышки символизируют день и ночь, то есть время, которое поглощает человеческую жизнь, мед — это обманчивые мирские наслаждения. Чужестранец же — это образ человека, посланного в этот мир для испытаний, и погибающего из-за своей забывчивости и беспечности. Чтобы любому человеку не оказаться в ситуации, подобной той, что описана в этой притче, важно быть пробужденным, быть начеку, не впадать в беспечность, искать пути для того, чтобы спастись. Сама природа человека требует подобного поведения. Человек только тогда может находиться в естественном состоянии счастья и умиротворенности, когда проводит жизнь, соответствующую своему предназначению. И счастье человека зависит от того, насколько он осведомлен о смысле своего существования и причине своего создания, и как он в зависимости от этого знания строит свою жизнь, насколько готов противостоять различного рода опасностям. И если же человек забыл дорогу к своему сердцу, погрузился в сон безразличия, затоптал сокровище



своей души, то вместо полноты жизни его ожидает постоянное страдание и существование, полное разочарования, наполненное горечью и болями, и конец его будет страшен. Какая горькая беспечность жить, не зная своего места в мироздании, смысла рождения и смерти, не зная природы нафса и его истины. Жить в подобном заблуждении значит не уметь использовать пребывание на этой земле как благодатную возможность обретения вечной жизни. О, как горько положение тех, о сердцах которых сказано в Коране: **«...Горе тем, чьи сердца черствы к наизиданиям Аллаха! Они — в явном заблуждении»** (Сура «аз-Зумар», 39/22).

Когда человек засыпает душой, то погружается в сон неведения все его сознание. Он становится бдителен только для земного, только для бессмысленного с точки зрения вечности. Он остается бодрствующим только лишь в отношении земных благ. Чуткость, глубина мысли, сочувствие, пронизательность покидают его. Он проявляет слабость в следовании прямому пути. Грехи, как теплый ветерок, начинают приятно нежить его. Человек становится глух и нечувствителен к своим грехам. Люди перестают различать греховное и чистое.

Они не ощущают того, что живут во грехе и что вокруг себя распространяют разрушительные волны греховного. Беспечность их окутала так, что они ведут себя словно глухие и слепые. Всевышний о них говорит: **«Глухие, слепые, не сойдут они [с ложного пути]»** (Сура «аль-Бакара», 2/18).

История двух людей, каждый из которых не слышит, не понимает другого, приведенная в сборнике «Маснави» знаменитого поэта — суфия и духовного наставника Джалялетдина Руми, образно представляет картину человеческой полудремы сознания, заключенного в застенки лишь «своего» восприятия мира. История такова. Некто спросил знакомого, почему тот не навещает своего больного соседа. Знакомый был туговат на ухо и к тому же слегка глуповат, не в смысле, что глуп совсем, но был уж слишком заиклен на себе. Однако через несколько дней нерадивый сосед

погрузился в размышления, в результате которых пришел к мнению, что о нем все могут подумать плохо и составил себе план диалога, который может произойти между ним и больным, в случае, если он пойдет его посетить. Чтобы не показать, что он не будет слышать больного, сосед составил замечательный диалог, которым остался сам весьма доволен, ибо почувствовал себя существом благородным, достойным всяческих похвал за столь чуткое отношение к больному. Глухой ни в коем случае не хотел показывать свой недостаток, глухоту, и решил напрячься и следить за движениями губ больного, чтобы приблизительно понять, что тот будет говорить ему. Он пришел навестить больного, выучив наизусть свою речь. Предположительно так все должно было обстоять. Глухой спросит: «Как ты чувствуешь себя мой дражайший сосед?» Больной ответит: «Спасибо, я чувствую себя намного лучше, уже хорошо». Затем глухой спросит: «Кушал ли ты что-нибудь?» Больной слабым голосом ответит: «Я выпил сладкого шербета и еще покушал немного супа». Глухой поздравит его: «Да пойдет тебе на здоровье еда твоя. Приятного тебе аппетита». Затем снова задаст вопрос больному: «Кто из врачей тебя посещает? Кто следит за твоим состоянием?» Больной ответит: «Такой — то такой приходит». Затем глухой, дабы усилить духовную поддержку, произнесет: «Да, у этого врача хорошая репутация. Хорошо, что позвал его, раз он пришел, значит все идет на лад»...

Примерно таков был набросок разговора, после которого глухой мог считать себя праведным человеком. Довольный и бодрый, глухой немедленно поспешил привести в исполнение намерение навестить больного и прослыть добродетельным и чутким соседом. Ведь каждому человеку хочется и нравится быть хорошим.

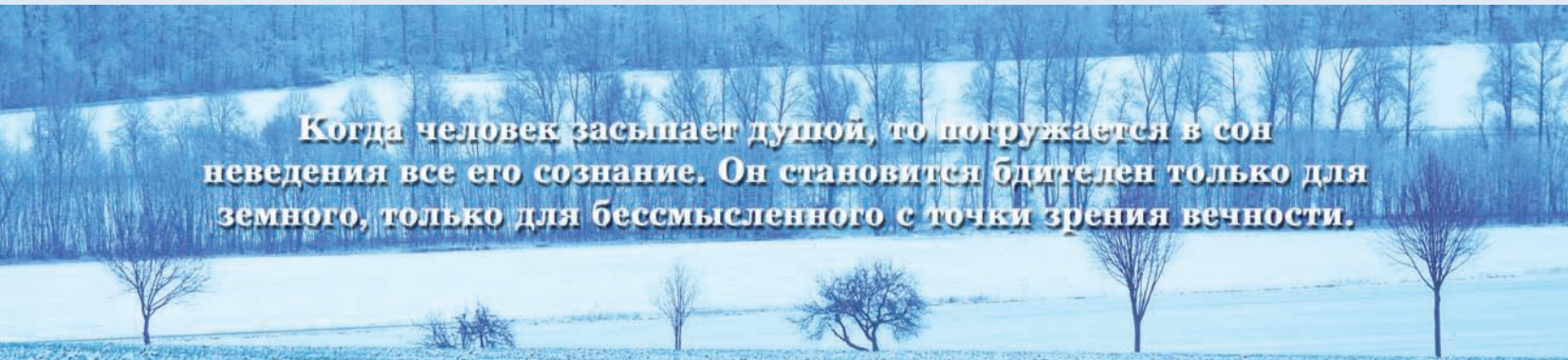
Придя в дом больного, он, как и планировал, сначала спросил: «Как ты, мой многострадальный сосед?» Сосед, дрожа от боли, еле произнес: «Мне так плохо, что кажется, я умираю». Но ответа больного глухой не услышал, и продолжал вести сочиненный еще дома диалог и проговорил: «Ну,

Слава Всевышнему». Эти слова не понравились больному. Он про себя горько подумал: «Почему мой сосед не желает мне добра. Он хочет, чтобы я умер?» Глухой же продолжал исполнять свой долг участливого соседа и задал ему еще один вопрос: «Что ты кушал? Есть ли у тебя аппетит?» Подавленный обидой и недоумением больной зло прохрипел: «Ты только что напоил меня ядом!» Глухой на это продолжал выдавать подготовленный текст и сказал: «Приятного тебе аппетита!» Больной стал пуще прежнего выходить из себя. Он не был из тех людей, кто обладал зрелой личностью, был мало образован и воспитан. Вопросы глухого не иссякали и он продолжал: «Приходит ли кто навещать тебя?»

Собравший почти последние силы больной во гневе прошипел: «Кто еще может прийти ко мне, конечно же Азраиль! Ты, сосед, пока я совсем не

соседа: «Я считал этого человека хорошим, а он оказался врагом мне. Я и не подозревал о том, какой он ядовитый, злой, недоброжелательный!» После этого больной еще долго упивался длинными проклятиями. Он кричал из последних сил, от отчаяния приподнимая голову с подушки: «Да разве так можно! Больного посещают для того, чтобы ободрить. А этот человек выжал из меня последние силы, он пришел сделать мне больно и мстит мне за что-то. А я его никогда не обижал»... Так к его физическим болям прибавились муки душевные...»

Глухой хотел выглядеть хорошим. Он своей глупостью бросил в огонь сердце больного. Он совершил грех неискренности и грех, исхивший из желания выглядеть в глазах других хорошим человеком. Так он нарушил, сам того не ведая, права соседа. А больной не смог совладать собой,



Когда человек засыпает душой, то погружается в сон неведения все его сознание. Он становится бдителен только для земного, только для бессмысленного с точки зрения вечности.

вышел из себя, отправился бы восвояси!»

Но глухой как не слышал своего собеседника, так ничего не понял из его состояния. Он с завидным спокойствием продолжал задавать вопросы, пребывая в мире своего неведения. Слегка покачивая головой, он рассуждал: «Ты радуйся тому, что именно он приходит к тебе» и, получив огромное удовольствие от того, что выполнил долг соседа, попросил разрешения покинуть больного, обещая прийти в следующий раз. Когда он выходил из дома, самодовольно говорил про себя: «Как хорошо все получилось... Я посетил соседа, теперь никто про меня ничего плохого не скажет. И еще этому несчастному сделал приятное своим визитом». Лишь в реальности все обстояло по-другому. Глухой не заработал саваб, а только усугубил свой убыток. И больной тоже после его посещения утопал в ругательствах и черными словами выказывал свое недоумение поступком

чем и был испытан. Вместо того, чтобы постараться понять причину поведения глухого, он погрузился в состояние осуждения и думал только плохо о своем посетителе. И сам же себе навредил еще больше, погрузившись в темные мысли. О, сколько есть таких людей, которые любое дело совершают не для того, чтобы достичь довольства Всевышнего, а ради удовлетворения своего тщеславия. Так они относятся и к поклонениям, примешивая к ним многое от нафса, но, непременно надеясь заработать саваб, и получить доступ в Рай... А между тем, они совершают нечто иное, как тайный грех и малый ширк: любой вид ибады, совершенной не ради Всевышнего, есть грех. Намаз, совершенный с намерением, чтобы видели другие, если внешне и похож на намаз, то внутреннее его содержание испачкано ширком. Как воду в сосуде портит капля зловонной жидкости, таким же испорченным бывает

поклонение, совершенное спящим и беспечным сердцем. Уши человека предназначены слышать звуки, глаза – видеть мир. А в каком состоянии находится бдительность души, в способность которой входит умение слушать тайные смыслы и звуки бытия? В каком состоянии находится у человека зрение сердца, которое одно лишь может увидеть потоки Милости Всевышнего и созерцать Божественные тайны...

Мавляна советовал: «Если сон одолевает тебя, то усни на пути Всевышнего, не сходи с пути Истины. Может быть, когда ты заснешь на пути Всевышнего, попадется тебе добрый спутник — человек чистый и совершенный, и пробудит тебя от сна и иллюзий и приведет тебя к Истине». Когда сердце стучит для того, чтобы достичь довольства не раба, а Всевышнего, то и намерения и дела обретают особое значение. В таком случае, чтобы

правду, беспечность на бодрое размышление, упорство в грехах на таубу, то тебе будет сложно продвигаться по этому пути».

Однажды благочестивый Джунайд Багдади во время совершения джаназа (погребального) намаза произнес не четыре такбира как положено, а пять. После совершения обряда мусульмане обратились к нему: «О, Джунайд, во время выполнения джаназа намаза чтение пяти такбиров невиданное дело. Почему вы так сделали?» Джунайд Багдади так ответил: «Четыре такбира я произнес за покойного. А пятый такбир произнес за живых, которые еще мертвее, чем этот покойный. Может быть, они придут в себя и проснуться до того, как наступит их смерть».

Абдуллах бин Бушр (радыяллаху анху) рассказывал, что однажды к Пророку Мухаммаду (салляллаху алейхи ва саллям) пришли два бедуина,



«...Горе тем, чьи сердца черствы к наизиданиям Аллаха! Они — в явном заблуждении» (Сура «аз-Зумар», 39/22).

спасти от беспечности и сна души, необходимо очистить сердце от хлама суеты мирского и наполнить чистым содержанием. По преданию, однажды Юнус (aleyхиссалям) попросил Ангела Джабраила (aleyхиссалям): «Покажи мне самого искреннего человека на земле». Ангел же указал на больного проказой. И ноги его гнили от этой болезни, и глаза были потеряны. Он же молил: «О, мой Аллах! То, что было мне дано через эти ноги и руки, дал мне Ты. И то, от чего я стал отдален, то отдален Тобой. О, мой Аллах! Ты оставил в моем сердце единственное желание: единение с Тобой!»

Мудрый говорит: «О, путник на пути Истины! Пока не поменяешь нетерпение на терпение, не заменишь забывчивость на зикр (постоянное поминание Аллаха), неблагодарность на благодарность, бунтарство на покорность, жадность на щедрость, сомнение на доверие, лицемерие и показуху на искренность, ложь на

чтобы задать вопросы. Один из них обратился к Пророку: «О, Пророк Аллаха! Кто самый лучший и благочестивый из людей?» Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) ответил: «Тот у кого длинная жизнь и совершено им много благих деяний». Другой бедуин просил: «Ты мне о таком деянии скажи, чтобы я стал привязан к нему». Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) сказал: «Пусть уста твои будут влажны от поминания Аллаха, от зикра» (Ахмад бин Ханбал, IV, 188). В Коране говорится: **«Поминай в душе Аллаха в покорности и страхе, поминай про себя, не вслух, и утром и вечером и не будь из тех, кто пренебрегает предписаниями] Аллаха»** (Сура «аль-Араф», 7/ 205).

Да поможет нам Всевышний обрести и не потерять бодрость духа, чистоту сознания и пробужденность сердца. Аминь!

ИБН СИРИН - ЗНАМЕНИТЫЙ ТОЛКОВАТЕЛЬ СНОВИДЕНИЙ

Ринат Касымов

Абу Бакр Мухаммад б. Сирина аль-Басри - ученый алим, мухаддис, известный толкователь сновидений относился к поколению табиinov. Он родился в Басре, по одним источникам в 34 (654) году по другим - в 31 (651) или 33(653) году. Его появление на свет совпало со временем второго года правления благочестивого халифа Усмана (радыллаху анху).

Отец Ибн Сирина происходил из селения Джерджария, что располагалось в одном из районов Ирана, где он и был взят в плен воинами знаменитого полководца Халида бин Валида во время одного из сражений. Анас б. Малик, к которому Сирина был определен, освободил его. Мать ибн Сирина Сафия тоже была освобожденной рабыней благочестивого Абу Бакра (радыллаху анху). Ибн Сирина с малых лет с большим почтением относился к своей матери, при ней он почти не мог говорить. Ибн Сирина отличался мягкостью характера, скромностью, добротой, богобоязненностью, жизнью в такве. Сестра Ибн Сирина Хафса и его родные братья

Яхья, Ма'бед, Анас были признаны как передатчики хадисов, которым доверяли. Ибн Сирина с детства сердцем и разумом был привязан к получению знаний, он учился, присутствуя на уроках, духовных беседах благочестивой Айши (радыллаху анха), Зайда бин Сабита, Хасана б. Али, Абу Хурайры, Абдуллаха б. Аббаса, Джундаба б. Абдуллаха, Самира б. Джундаба, Имрана б. Хусайна, Хузайфы б. Аль-Ямани, Абу Саида Худри, Абу Дарды (алеихимуррыдван). Наибольшее влияние на него оказал Анас б. Малик (радыллаху анху). Отмечено, что Ибн Сирина встречался с 30 сахабами, а также получал знания у табиinov: Абида ас-Салмани и Кады Шурайха. Его знания использовали многие мусульмане, в числе которых были Ша'би, Катада б. Диамы, Айюб ас-Сахтияни, Асим аль-Ахваль, Абдуллах б. Авн, Ибн Абу Аруба, Халид аль-Хазза, Авзаи.

Ибн Сирина имел широкое религиозное образование: он знал наизусть Коран - был хафизом, он прославился как толкователь Корана



— был муфассиром, при этом Ибн Сирин передавал своим ученикам толкования только тех аятов, которые изучал непосредственно от сахабов. В свое время он более всего был знаменит как знаток хадисов и исламского законовещения — фикха. Также он владел искусством стихосложения и знанием счета (математики). По отношению ко всем наукам он отличался предельной щепетильностью и внимательностью, всегда боялся допустить какую-либо неточность. Несмотря на то, что он был признан муджтахидом, по многим вопросам фикха он обращался за подтверждением, советом и знаниям к сахабам. Его взгляды на вопросы исламского законовещения (фикха) собраны в научной работе доктора наук Ахмада б. Муса б. Хасир ас-Сахли.

Алимы видели в нем ученого мухаддиса, знаниям которого можно было доверять без сомнения: он был известен своей внимательностью и брал хадисы только у достоверных передатчиков. Хадисы, переданные им, нашли место в шести самых достоверных источниках хадисов — Кутубу Ситте. Ибн Сирин придавал большое значение иснаду. В те годы ученики не могли оценить необходимость подобной щепетильности, однако когда

произошла путаница, они поняли чуткость своего учителя и пользу научного подхода в изучении хадисов. В последние столетия Ибн Сирин стал известен как мусульманский толкователь сновидений. При этом, Ибн Саад, Халиф б. Хаййят, Ахмад б. Хатиб аль-Багдади в своих трудах не упоминали о нем как о толкователе сновидений. В то же время Бухари («Табирур-руйя», 10, 12, 19, 26), Муслим («Руййя», 6), Джахиз и Абу Нуям в своих сборниках поместили хадисы, переданные им. Ибн Халлики указывал на то, что Ибн Сирин обладал широкими познаниями в области толкования сновидений (Вафайят, iv. 182). Захаби передал несколько примеров из его толкований и указывал на талант Ибн Сирина в толковании сновидений (Алами 'нубала', iv, 614, 617-618).

Ибн Халдун писал о том, что Ибн Сирин в этой области знания был известным алимом. Правила и условия, критерии, установленные им в толковании сновидений, были переданы из поколения в поколение (Мукаддима, стр. 462).

Вместе с тем, первые источники не давали сведения о написании Ибн Сирином какого-либо произведения, содержащего толкование сновидений. Ибнун — Надими зафиксировал, что у Ибн Сирина было написано произведение под названием «Табирур-руйя». Рудани писал о том, что Ибн Сирина принадлежит произведение под названием «Ибаратур-руйя». Многие алимы сходились во мнении, что Ибн Сирин не мог написать подобного, апеллируя к принципиальности Ибн Сирина, который противился даже тому, чтобы записывались хадисы. Они говорили о том, что трудно представить, чтобы у алима такого масштаба была бы книга, содержащая в себе толкование сновидений. И вследствие такого мнения предполагалось, что в более поздние времена книги толкований сновидений подписывали именем Ибн Сирина, что явственно говорило о радении поздних толкователей сновидений воспользоваться авторитетом этого алима в этой области знаний. В большинстве изданий подобного рода указаны имена тех толкователей, кто жил уже после Ибн Сирина.

Произведения, которые относили перу Ибн Сирина были переведены на многие европейские языки. Как бы там ни было, на сегодняшний день в мире Ибн Сирин известен как толкователь

сновидений. Сведений о его жизни сохранилось мало. Известны рассказы и истории из его жизни, которые в свое время духовные наставники использовали в качестве воспитательного материала, рассказывая своим ученикам. Приведем некоторые из этих историй.

Ибн Сирий подразделял сны на три вида: от нафса, от шайтана, от Милости Аллаха. Тому, кто остался под влиянием сна, он говорил: «Не обманывайся. Когда ты пробужден, стремись к тому, чтобы выполнять повеления Аллаха».

Как-то к нему пришел один человек и сказал: «Я видел во сне, как вешаю на свинью бисерные бусы». Ибн Сирий сказал ему: «Ты хочешь найти в стоге соломы золото. После этого не старайся передать мудрость тем, кто невежественен (не смыслит в том, что ты говоришь)».

Ибн Сирий сторонился всех тех, кто вводил порицаемые нововведения. Он старался иметь с людьми чистые отношения: не быть причиной для сплетен и сам не позволял никому при себе говорить о других в их отсутствие. Ибн Сирий считал, что даже слова «такой-то такой по знаниям выше другого», являются сплетней. Потому что, если услышит об этом тот человек, то испытает от этого неудовольствие.

Ибн Сирий часто говорил: «Берегитесь зависти, никому не завидуйте». «Если человек путь держать в Ад, то чему же завидовать? Если человек добр и держит путь в Рай, то нужно стараться быть рядом с ним и стараться многое делать так, как делает он».

Однажды Ибн Сирий спросил у одного человека: «Как ты, как дела у тебя?» Тот ответил ему: «Я чувствую себя так, как чувствовал бы человек, у которого большая семья, и при этом он имеет 500 дирхемов долга». Услышав это, Ибн Сирий пошел домой и принес этому человеку 1000 дирхемов. Многие знали о том, что Ибн Сирий не спрашивает человека о состоянии его дел, если не может при этом помочь.

Один человек пришел к Ибн Сирию и рассказал свой сон: «Я видел во сне Азраила (алейхиссалам). Я спросил у него: «Когда забереешь мою душу?» Он мне вместо ответа показал пять пальцев. Что это могло бы значить? Скажите мне, что это: пять месяцев, лет, минут?» Ибн Сирий улыбнулся и ответил: «Ты и сам знаешь. Есть пять вещей, о которых никто не

знает. Смерть - одна из них. Видимо, Азраиль (алейхиссалам) напомнил тебе об этом».

В доме Ибн Сирия каждую пятницу готовили «пазузу» (сладкое блюдо), он угощал им детей и всех приходящих к нему гостей.

Всевышний благословил ему большое потомство (по некоторым источникам, у него родился 41 ребенок). Однако кроме Абдуллаха, он всех их похоронил при своей жизни. При этом окружающих потрясала глубина его веры. Они не видели его жалующимся. С его уст не сходили слова: «Он — Тот, кто дает и Тот, кто забирает». И это были не просто слова, он говорил это своим состоянием.

Ибн Сирий был современником знаменитого суфия Хасана Басри. Иногда их связывали сильнейшие узы дружбы, иногда между ними происходило отчуждение. Причина этого была в разнице их характеров и темпераментов. Хасан Басри был благородным, жестким, строгим, печальным, многословным человеком. Ибн Сирий отличался мягким, доброжелательным нравом, был осторожен в словах.

Однажды один человек пришел к Ибн Сирию в страшном волнении и сказал: «Я видел во сне, как одна птица унесла из мечети прекрасный драгоценный камень». Ибн Сирий встал со своего места и произнес: «В таком случае, пойдёмте, видимо, Хасан Басри перешел в мир иной».

Ибн Сирий зарабатывал на жизнь торговлей. По одному из преданий, он взял для продажи оливковое масло, и когда увидел, что в него попала мышь, вылил все масло, предназначенное для торговли, из-за чего не смог расплатиться с долгами и по этой причине он был посажен в тюрьму. В период Абдуллаха б. Зубайра он совершил Хадж.

Ибн Сирий жил, боясь Дня Отчета. Его лицо изменялось, когда речь заходила о могиле и саване. При этом он очень легко принял смерть: умер красиво и легко в 729 году, на 110 году своей жизни. Оставшийся за ним долг в 40.000 дирхемов был выплачен его единственным сыном Абдуллахом.

Ибн Сирий похоронен рядом со своим другом Хасаном Басри, их могила находится под одним куполом в городе Басра, что находится на территории современного Ирака.

Два сновидения

Жили некогда два брата. Старший из них был владельцем огромного хозяйства, которое состояло из земель, садов, отар и пастбищ. Его богатство было настолько огромным, что слава о нем гремела не только по всей округе, но была известна и за морем. Младший же брат находился у старшего в работниках. Младший работал, не покладая рук своих: и в мороз, в дождь, и в жару, чтобы только разрешить дела своего старшего брата, который давал ему кров и хлеб.

Однажды в жаркий день младший брат, изнуренный работой, от усталости прислонился к дереву и незаметно для себя заснул. Через некоторое время старший брат подошел к нему, небрежно толкнул его ногой и закричал: «Вставай! Разве можно спать в разгар работы. Нет дармового хлеба». Младший брат спросонья вскочил, как ошпаренный и проговорил: «О, брат мой! Зачем разбудил меня... Мне снился такой замечательный сон... О, это было прекрасно! Мне приснилось, что я владею бесчисленными садами и землями, на меня работают тысячи людей, я владею лошадьми и у меня хорошая техника. Ох, если бы ты не разбудил меня, я бы еще немного наслаждался своим богатством». Старший брат зло и самодовольно проговорил: «Тебе это только снилось. А мне принадлежит все, о чем ты мечтаешь. Я купаюсь во всем этом богатстве...»

Младший брат окончательно проснулся. Его считали юным мудрецом. Он рассеянно посмотрел вдаль и произнес: «О, брат мой, знаешь ли ты... Мы оба видим сны. Разница лишь в том, что мой сон заканчивается, как только я открываю глаза и просыпаюсь. А твой сон закончится, как только ты сомкнешь глаза...».

* * *

Пробуждение

Один человек годами копил деньги и уже рассчитывал целый год жить, ни в чем себе не отказывая, как неожиданно перед ним явилась Смерть. Человек умолял, упрашивал, приводил тысячи аргументов для того, чтобы Смерть позволила ему пожить еще немного, но она и слышать ничего не хотела.

- Дай мне пожить еще хоть три дня, и я отдам тебе половину моего богатства, - молил человек. Смерть, казалось, не слышала его.

- Ну хорошо, дай мне только один день, и я отдам тебе все, что заработал непосильным трудом за все эти годы. Смерть была неумолима. Человек успел написать только эту записку: "Если у тебя есть деньги на достойную жизнь, не теряй времени даром на погоню за богатством. Живи! Мои деньги не помогли мне купить даже одного часа жизни!"



Вопросы, касающиеся сна и сновидений

■ Проф. Хамди Дондурен

О дневном сне

Сон — это великое благо, дарованное человеку Всевышним, чтобы тот мог отдохнуть и подготовиться к следующему дню. То, что сон — это благо очень хорошо известно тем, кто какое-то время был лишен сна. Обычно потребность во сне человек удовлетворяет в конце дня, то есть ночью. Но иногда человек испытывает потребность отдохнуть и в течение дня. И здесь возникает вопрос, может ли человек спать в любое время, в какое захочет. Существуют ли какие-либо рекомендации с точки зрения Ислама. Освящая эту тему, стоит обратить внимание на то, что существует несколько разновидностей дневного сна. Вот некоторые из них.

Сон, называемый *гайлюля* — это сон, в который человек погружается после восхода солнца. Примерно 40-50 мин. после восхода солнца считается неблагоприятным временем для сна. Пророк Мухаммад (салляллаху алейхи ва саллям), подвигая представителей своей Уммы вставать с зарей и приниматься за работу с намерением получить довольство Аллаха, говорил о том, что сон в это время является причиной лишения бараката во всем: в питании, во времени, в жизни; сон в это время — принесет нужду и различного рода неблагоприятности, а также может стать причиной забывчивости и рассеянности. Человек, проведший это

время во сне, в течение дня будет испытывать слабость и тяжесть, у него будет плохое настроение и не возникнет желания работать. Такое состояние, возможно, замечал на себе каждый человек. В таком состоянии духа начинать новое дело может отрицательно повлиять на его исход. Между тем, тот, кто спит положенное время, а после восхода солнца бодр и полон желания трудиться, обретает баракат и духовное умиротворение.

Сон, называемый *файлюля* — это сон после полуденного («аср» или «икенде») намаза до времени наступления вечернего намаза. Спать в это время опасно тем, что состояние сна может повлиять на правильную работу головного мозга. Как не парадоксально, именно в это время на человека нисходит желание подремать. Сон в это время сокращает жизнь, является причиной головной боли. По мнению ученых, такой сон не дает отдыха человеческому организму, а, напротив, приносит усталость и бессилие. А вот несколько минут сна после обеда никому не повредит. Этот сон называют сон *кайлюля*. Пророк Мухаммад (салляллаху алейхи ва саллям) сам часто применял этот вид сна и советовал отдохнуть после обеда и своим сподвижникам (Ибн Маджа, Саум, 22). Этот сон способствует удлинению времени жизни и увеличению ризка. Полчаса сна в это время равны двум часам ночного сна.

О молитве истихара

Человек в любых делах должен советоваться со Всевышним. Для этого и предназначена молитва. В молитве человек обращается ко Всевышнему с просьбой о помощи, о поддержке, просит руководства и наставления в своих делах. Истихара — один из способов обращения ко Всевышнему за помощью в разъяснении тех вопросов, относительно которых из-за сомнения или нерешительности человек не знает как правильнее нужно поступить. В хадисах описано, что Пророк Мухаммад (салляллаху алейхи ва саллям) советовал своим сахабам обращаться к истихаре. Сообщается, что Джабир (радыяллаху анху) передал: «Посланник Аллаха (салляллаху алейхи ва саллям) учил нас как следует испрашивать благословения Аллаха во всех делах подобно тому (, как он учил нас той или иной) суре Корана. Он говорил: «Когда кто-нибудь из вас захочет сделать что-либо, пусть совершит дополнительную молитву в два rakata, а потом скажет: «О Аллах, поистине, я прошу Тебя помочь мне Твоим знанием и укрепить меня Твоим могуществом, и я прошу Тебя о Твоей великой милости, ибо, поистине, Ты можешь, а я не могу, Ты знаешь, а я не знаю, и Тебе известно всё о сокрытом (от людей)! О Аллах, если Ты знаешь, что это дело станет благом для моей религии, для моей жизни и для исхода моих дел (или же он сказал: ...для этой жизни и жизни будущей), то предопредели его мне, и облегчи его для меня, а потом дай мне Твое благословение на это. Если же Ты знаешь, что это дело станет злом для моей религии, для моей жизни и для исхода моих дел (или же он сказал: ...для этой жизни и жизни будущей), то отвори его от меня, и отвори меня от него и предопредели мне благо, где бы оно ни было, а потом

приведи меня к удовлетворённости им!» (Бухари, «Тахаджуд», 25; «Даваат», 49; «Таухид», 10. Тирмизи, «Витр», 18; Ибн Маджа, «Акаама», 188; Ахмад б. Ханбал, III, 344).

Хадисы об истихаре были переданы такими великими сахабами как Ибн Масуд, Абу Аюб аль-Ансари, Абу Бакр, Абу Саид аль-Худри, Саад бин Абу Ваккас, Абдуллах б. Аббас, Абдуллах б. Умар, Абу Хурайра, Анас б. Малик (радыяллаху анхума). Их передачи вместе с достоверной цепочкой передач нашли свое место в сборниках сахих Бухари, шариха (толкователя) Айнии, каждый из риваятов был зафиксирован в книге толкований хадисов «Умдатуль - Каари». Нужно отметить, что между передачами существуют незначительные расхождения в текстах.

О том, какие суры или аяты нужно читать во время совершения намаза истихара, в хадисах нет точного указания. Однако известно о предпочтительном: в первом ракаате после «Фатихи» следует читать суру «Кафирун», во втором ракаате после суры «Фатиха» следует читать суру «Ихляс». Имам Навави подобное предпочтение расценивал как «мустахаб». Имам Газали о предпочтении чтения именно этих сур упомянул в своем знаменитом труде «Воскрешение наук о вере».

Процесс совершения истихары включает в себя следующее: совершение двух rakatov намаза, испрашивание совета у Всевышнего относительно конкретного дела или намерения, засыпание в состоянии омовения сразу после молитвы, повернувшись в направлении к Кибле. Истихару можно совершать три дня или же семь дней подряд. Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) свои молитвы повторял по три раза, и при этом известно, что Анасу б. Малику Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) советовал совершать этот намаз семь

раз подряд (перевод «Таджрид-и Сарих, IV, 143).

Имам Навави говорил: «Совершающий истихару должен полностью отказаться от внутреннего личного желания и положиться на волю Всевышнего. Именно это и будет испрашиванием благого у Всевышнего, а не у самого себя».

О чтении двух последних аятов суры «Бакара»

«Мы не знали ни одного разумного человека, который бы заснул, не прочитав перед сном два последних аята суры «Бакара». Эти слова принадлежат благочестивым Умару и Али (радыяллаху анхума). Они слышали о величайшей значимости этих двух аятов от Пророка Мухаммада (салляллаху алейхи ва саллям) непосредственно. И сами после этого на протяжении всей жизни читали эти аяты перед сном.

Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) говорил о том, что тот, кто ночью будет читать два последних аята суры «Бакара», ему этого будет достаточно. Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) продолжал: «Всевышний Аллах этими двумя аятами завершил суру «Бакара», и дал их мне из сокровищницы, что находится под Аршем. Учите их, сообщите о них своим женщинам и детям, обучите их. Потому что это молитва, и дуа, и Коран». Как прекрасен смысл этих аятов: «Посланник и верующие уверовали в то, что ниспослано ему от Господа. Все уверовали в Аллаха, в Его ангелов, Его писания, Его посланников, не делая различия между пророками Его. Они говорят [при этом]: "Мы услышали и повинемся! В твоей [власти] простить, Господи наш, к Тебе мы возвращаемся". Аллах спрашивает с каждого только в

меру его возможностей. Добрые деяния идут на пользу ему, злые деяния идут ему во вред. [Верующие говорят]: "Господи наш! Не наказывай нас, если мы позабыли или ошиблись. Господи наш! Не возлагай на нас бремя, которое возложил на прежние поколения. Господи наш! Не возлагай на нас то, что нам не под силу. Сжался, прости нас и помилуй, Ты — властелин наш. Так помоги нам против люда неверующего" (Сура «аль-Бакара», 2/285-286). Последуем же примеру и совету Пророка (салляллаху алейхи ва саллям): выучим сами, обучим этим аятам своих близких и родных, и, начиная с этого момента и до самого последнего вздоха, перед сном будем читать эти аяты, иншаАллах.

Об адабе (культуре) отхода ко сну мусульманина

Одна треть нашей жизни проходит в состоянии сна. Сон — одно из величайших благ, дарованных Всевышним. Человек во сне отдыхает, набирается сил и готовит свое тело для следующего дня. Безусловно, нельзя подумать о том, что Ислам, который все детали нашей жизни учел и дал нам рекомендации, не мог не уделить внимания такому важному моменту, как сон. Адаб отхода ко сну — интересная и полезная тема.

Итак, о чем нужно позаботиться прежде, чем отправиться в постель? Сон — это маленькая смерть и, зная об этом, необходимо предусмотреть некоторые моменты.

Известно, что никому не гарантирована возможность проснуться утром. Поэтому, тот человек, у которого не доделаны важные дела или есть долги, не должен ложиться в постель, не написав завешания. В листе завешания должны

быть записаны долги денежные, моральные, долги по намазу и посту, а также извещено о том, что должны сделать близкие в случае его смерти.

Перед погружением в сон мусульманин должен покаяться в грехах и совершить тауба. Перед сном рекомендуется читать следующие дуа и аяты из Корана: пять первых аятов суры «Бакара», 285 и 286 аяты суры «Бакара», аят «аль-Курси», суры «Ясин», «Саджда», «Мульк», «Кафирун». Затем прочесть суры «аль-Ихляс», «аль-Фаляк», «ан-Нас» и после этого ладонями провести по всему телу, начиная с головы и лица и до ног. Перед сном важно сделать намерение и для следующего дня. Мусульманин должен выразить готовность встретить новый день с намерением украсить его добрыми и полезными делами. И помимо этого, перед сном нужно сделать намерение на то, чтобы проснуться ночью для совершения ночного ибадата. В одном из хадисов Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) говорил: «Даже тот, кто уснул с намерением встать на намаз-тахаджуд, но при этом из-за глубокого сна, не смог проснуться, только благодаря своему намерению получит такой саваб, как за совершение намаза. И сон его будет принят как садака...».

Если засыпать с намерением отдохнуть для того, чтобы с еще большей силой и энергией совершать поклонения, то сон будет принят Всевышним Аллахом как богослужение. В привычку мусульманина должно войти, проснувшись ночью, произносить слова: «О, мой Аллах, прости меня!»

В постель желательно ложиться, совершив омовение. В одном из хадисов сообщается, что тому, кто лег в постель в состоянии омовения, будет засчитано, что он провел всю ночь, совершая богослужение.

Имам Газали тоже сообщал о том,

что душа человека, перед сном совершившего омовение, возвысится до Арша и сны, которые ему приснятся, будут знаковыми и вещими.

Сунной считается, прежде чем лечь в постель, почистить зубы мисваком, спать на правом боку, лицом в направлении Каабы.

Много спать вредно как с точки зрения медицины, так и с точки зрения религии. Тем, кто хочет быть ближе ко Всевышнему, рекомендуется спать столько, сколько необходимо для отдыха. По этой причине, не рекомендуется ложиться спать, когда сна еще нет.

Нужно стараться просыпаться в предрассветное время, еще до наступления времени утреннего намаза. Вставать в это время — обрести баракат. Существует хадис, в котором говорится, что сон после наступления времени утреннего намаза до полного восхода солнца тормозит, препятствует ризку. Благочестивый Ибн Аббас (радыяллаху анху), когда был свидетелем того, что его сын спит после восхода солнца, сказал ему:

«О, сын мой! Разве можно спать в то время, когда раздается ризк (пропитание). Спать в это время — признак лени, причина забывчивости и невнимательности».

Перед сном следует произнести следующее дуа:

«О, Аллах! Я предал тебе свой нафс. Я обратился к Тебе. Свои дела поручил тебе. Ты — опора моя. Уповая на Тебя и надеясь на Твою Милость я все прошу у тебя, о, мой Аллах! Ты единственная дверь, к которой прибегаю я. И спасение мое только у Тебя. Я поверил Книге, которую ниспослал Ты и в Пророка, которого послал Ты. О, мой Аллах! Я умираю с Твоим именем на устах, и хочу воскреснуть с Твоим именем на устах».

Все для полноценного отдыха

■ Мансур Хасаншин

Приведенные ниже рекомендации покажутся Вам достаточно банальными, но даже частичное их выполнение может значительно улучшить Ваш сон.

Ваша спальня

1. Постель

Средний срок службы матраса составляет 8-10 лет. За это время в нем накапливаются разные опасные вещества. Следует отметить, что взрослый постельный клоп может прожить без пищи вплоть до одного года, поэтому стоит чаще производить чистку кёровати.

2. Подушка

Желательно спать на низкой подушке. Это позволит избежать головных болей и проблем с позвоночником, связанных с неестественно согнутым положением головы.

3. Постельное белье

Желательно использовать мягкое хлопчатобумажное белье. Атласные простыни конечно красивы, но слишком скользят и не пропускают воздух. Не используйте никакой синтетики.

4. Атмосфера

Раньше считалось, что в холодном помещении спится лучше, однако это не подтвердилось. На

самом деле, каждый человек должен сам выбрать для себя оптимальный температурный режим. Следует, однако, избегать чрезмерной сухости атмосферы. Зимой позаботьтесь о том, чтобы отопительные приборы были снабжены увлажнителями или, по крайней мере, набросьте перед сном на батарею влажное полотенце. Этот совет адресован в первую очередь страдающим бронхитом и астмой.

5. Освещение

Избыточный солнечный свет может существенно ухудшить качество сна. В спальне желательно повесить темные шторы.

6. Шум

Тишина в спальне является неременным условием спокойного сна. Если Вас беспокоит шум на улице, особенно у автомагистралей, не пожалейте денег на установку новых оконных рам со звукоизоляцией.

7. Часы

Часто перед важными событиями сон нарушается из-за того, что человек боится проспать и просыпается несколько раз за ночь, чтобы посмотреть, работает ли будильник. В этой ситуации поставьте два или три будильника с интервалом в 5-10 минут и ваш сон будет гораздо спокойнее.

Гигиена сна

1. Соблюдайте режим сна.

Для поддержания нормального "хода" Ваших биологических часов всегда вставайте в одно и то же время в будни и выходные, вне зависимости от того, сколько Вы спали. После ночного намаза рекомендуется лечь спать как можно раньше. Это способствует полноценному сну, а также помогает проснуться ночью для поклонения Аллаху и не проспять утренний намаз. Айша (радыяллаху анха) сказала: «Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) ложился спать рано и поднимался с постели под конец ночи».

2. Сократите время сна.

Человек обычно спит больше времени, чем ему необходимо. Сокращение времени сна может существенно улучшить его глубину и эффективность.

3. Никогда не заставляйте себя спать.

Если у Вас не получается заснуть, то желательно почитать Коран, а затем обратиться с мольбой к Всевышнему. Исследование, проведенное в 2002 в Оксфордском университете, показало, что традиционный способ борьбы с бессонницей, а именно счет, является неэффективным. Такая умственная деятельность настолько скучна, что проблемы и тревоги неизбежно выходят на поверхность.

4. Не бойтесь бессонницы.

Ошибочно надеяться, что применение снотворных средств излечит от бессонницы. Самое лучшее средство от бессонницы – это правильный режим труда и отдыха, прогулки на свежем воздухе и регулярная физическая работа.

5. Регулярно занимайтесь физическими упражнениями.

Физическая нагрузка является одним из наиболее эффективных антистрессорных средств. Лучшее время для занятий: с 17 до 20 часов. Следует, однако, прекратить занятия минимум за 90 минут до сна.

6. Уменьшите потребление стимуляторов. Обычно человек ежедневно потребляет значительные количества кофеина содержащегося в кофе, чае, различных тонизирующих напитках и шоколаде. Стимулирующие эффекты кофеина достигают пика через 2-4 часа после потребления. Постарайтесь принимать кофеинсодержащие продукты не позднее, чем за 6-8 часов до сна.

7. Бросьте курить. Никотин, содержащийся в сигаретах, обладает еще большим стимулирующим

эффектом, чем кофеин. Прекращение курения может значительно улучшить сон.

8. Не ложитесь спать голодным или с переполненным желудком.

Избегайте приема пищи позже, чем за 2-3 часа до сна. Старайтесь не употреблять за ужином продуктов, которые вызывают газообразование (орехи, бобовые или сырые овощи). Если Вы придерживаетесь диеты, то не ложитесь спать голодным. Съешьте легкую закуску (банан или яблоко).

9. Соблюдайте ритуал отхода ко сну.

Перед отходом ко сну регулярно выполняйте действия, направленные на психическое и физическое расслабление. Желательно сделать омовение. Затем можно прочитать три последние суры из Корана. После этого надо подуть в ладони и протереть ими свое тело, начиная с лица и головы (повторить все это 3 раза). Как оговаривается в одном из хадисов Пророка Мухаммада (салляллаху алейхи ва саллям), человек проговоривший и сделавший все упомянутое, будет сохранен, от всего дурного до самого утра. Также полезно читать перед сном аят «аль-Курси» и последние два аята суры «аль-Бакара»

10. Соблюдайте рекомендации Пророка (салляллаху алейхи ва саллям): нежелательно также спать на животе. Пророк (мир ему и благословение) всегда наставлял выбирать подходящее время и поведение при отходе ко сну. Он не рекомендовал спать утром (на рассвете до восхода солнца) – в наиболее благоприятное для человеческой активности и жизнедеятельности время. Также он запрещал спать на заходе дня (примерно 40 минут до вечернего намаза), так как это негативно влияет на разум человека. В хадисе сказано, что тот, кто спал в это время и проснулся психически здоровым, "пусть благодарит Аллаха". Однако, Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) спал и наставлял других вздремнуть в послеполуденное время.

Хотелось бы напомнить, что каждый человек должен сам для себя определить оптимальную продолжительность сна. Помните: спать больше необходимого является расточительством времени и вредным для здоровья, но и недосыпание также пагубно. Шестилетнее исследование нескольких миллионов взрослых показало, что среди тех людей, которые спят 6—7 часов в сутки, смертность ниже, чем среди тех, кто спят 8 часов.

Проснуться... и домой!

■ Азиз Ускударлы

Земная жизнь — чужбина для души человека... Она стремится возвратиться туда, откуда родом... Как отломившиеся крошки магнита тянутся к своей основе, так и душа человека испытывает тоску бездомья и одиночества. Душа человека вечна, ее создал Всевышний и передал людям знание об этом: «**И вдохнул Я в него душу (созданную Мною вечной)**» (Сура «Сад», 38/72).

Тело человека — из земли. Оно живет на земле, питается из земли, утоляет жажду из земли и, в конце концов, исчезнет в ней, смешиваясь с землей. Земля для души человека — гостинный двор. Сколько ей придется быть гостем — неизвестно. Известно лишь одно: человек вернется, когда к нему придет смерть. В начале душа пребывала в мире душ, затем во чреве матери, затем произошло рождение в земную жизнь, затем — смерть-возвращение. Надгробные камни — это следы, напоминающие о пребывании человека на чужбине. После долгой и томительной разлуки душа возвращается к своему Истинному Хозяину. Первый человек, первый Пророк Адам (aleyхиссалам) был создан в Раю. Он был ниспослан на землю и познал горечь разлуки. В разлуке с Господом он провел долгие годы в слезах и терзаниях. Горечь этой разлуки выпала и на долю его потомков. С него начинается история человеческого бездомья, поиск покоя, желание вернуться к источнику, освобождение от ярма разобщенности. Человек переживает трагическую честность мышления: он не может один! Его обуревают то желание, распознать которое с годами он мог и разучиться: лишь ведет себя так, словно потерял что-то важное, словно нужно найти что-то главное, он ищет, испытывает тревогу, бессилие, бесприютность, тоску по гармонии. На самом же деле

им одолевает стремление вернуться в вечность к Создателю. Путь души известен: **"Воистину, мы принадлежим Аллаху, и, поистине, к Нему мы и вернемся"** (Сура «Аль-Бакара», 2/156). Господь ниспосылает разлуку и страдания, чтобы всякий раз Его рабы обращались к Нему, были с Ним, прерывали связь со всем, кроме Него, и этим достигали высоких степеней духовности. Обладающие мудростью и склонностью к размышлениям благочестивые люди с терпением и благодарностью воспринимают трудности, выпавшие на их пути. Душа, помнящая об Аллахе, радостная душа, она не имеет страха. Аромат доброго, разумного и уютного дома, очарование и обаяние домашнего тепла исходят от нее. Сердце, поминающее Всевышнего, наполнено светлой грусти и желания скорейшего достижения Истинного Дома. Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) говорил, что, когда духовный свет волеется в сердце человека, оно становится щедрым и радостным... Признаком этого является то, что человек отдаляется от обманчивой мирской жизни и устремляется к жизни вечной,

подготавливаясь к ней еще до наступления смерти. Земная жизнь для такого человека — бескорыстное и искреннее служение. Сталкиваясь на чужбине с радостью и горем, люди, проснувшиеся и стремящиеся домой, проявляют терпение, покорность и довольство происходящим. Для них счастье — это смерть, после которой достижение Дома.

О Аллах! Сделай нас из числа людей благочестивых, даруй нам возможность жить на чужбине так, чтобы в один миг легко и радостно достичь Дома! Аминь!



«Мы создали человека из смешанной
капли, подвергая его испытанию, и
сделали его слышащим и зрячим»

(Сура "Инсан", 76/2).

Аллах создал ГЛАЗА

□ Мария Миллер

Дорогой малыш, сегодня я хотела бы рассказать тебе о драгоценности, которую ты не видишь, но она позволяет видеть. Это наши глаза. Закрой их на минутку. Что ты видишь? Правильно — ничего не видно, везде только темнота. А теперь открой: вокруг светло, ты видишь, что я рядом, если я попрошу тебя принести мне синюю книгу, тебе не составит труда быстро ее найти. Не трогая кошку, ты можешь сказать, что она пушистая. То есть, глаза помогают нам ориентироваться в пространстве, различать цвета, особенности предметов. Известно, что благодаря глазам мы получаем до 95% информации об окружающем мире!

У человека и у многих животных по 2 глаза. Однако у скорпиона их 7, а у рака-щитня их 3. Глаза

животных Всевышний устроил особым образом. Так, например, кошки хорошо ориентируются в темноте, рыбы прекрасно видят под водой, орел может разглядеть свою добычу с километровой высоты.

Давай посмотрим, что же представляет из себя глаз? Глаз имеет форму не вполне правильного шара. Объектив нашего глаза, как и фотоаппарата - состоит из частей. Передняя часть — плотная прозрачная роговица. Она обеспечивает глазу сохранение формы и оберегает от различных внешних вредных воздействий.

Другая часть нашего объектива — хрусталик. Он способен с помощью мышц изменять свою кривизну и «наводить фокус», автоматически устанавливая резкое изображение того предмета, который привлек

наше внимание. Хрусталик по совместительству выполняет и еще одну функцию — светофильтра: не пропускает опасные для светочувствительной оболочки ультрафиолетовые лучи.

За пропуск света отвечает зрачок, который автоматически, в зависимости от яркости, может сжиматься или расширяться. Еще у нас есть радужка, которая отвечает за цвет глаз — у разных людей она окрашена в разные цвета: голубой, коричневый, серый. Это зависит от количества меланина. У людей, не имеющих меланина, радужка практически белая, их называют альбиносами.

И самая важная часть глаза — это сетчатка — подобна пленке в фотоаппарате — на ней происходит восприятие света и передача информации мозгу. Благодаря особым клеткам сетчатки (палочкам и колбочкам) мы различаем цвета. Человеческий глаз содержит 123 миллиона палочек, отвечающих за чёрно-белое зрение, и семь миллионов колбочек (им мы обязаны цветовым зрением). Благодаря такому обилию светочувствительных клеток наш глаз способен воспринимать около пяти миллионов цветовых оттенков!

Управляет всем актом зрения мозг. Он координирует движения глаз, фокусирует хрусталики, приводит в действие “диафрагму”, настраивает “дальномер” и т.п. Причем все это происходит за миллионную долю секунды!

Кроме того, глаза помогают не только видеть нам, но и окружающие люди могут многое узнать по нашим глазам. Вспомни знаменитую пословицу «глаза — зеркало души». Действительно, все эмоции, которые мы переживаем: будь то страх, радость, горе, удивление, восхищение — все они находят отражение в наших глазах!

А также, в наши дни, ученые научились благодаря глазам, проводя осмотр оболочки и радужек, диагностировать многие заболевания!

Согласись, нельзя не восхищаться тем, насколько же мудро и совершенно Аллах создал наши глаза!

Уроки для родителей

В свободное время пройдите с ребенком несколько несложных уроков на тему: «Аллах создал глаза».

Урок первый: Наши глаза

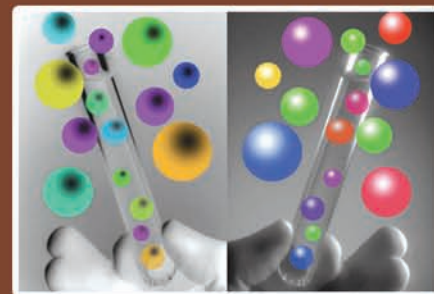
Посмотрите друг другу в глаза. Пусть малыш посмотрит в зеркало на свои глаза. Задайте ему вопрос о сходстве и различии его и ваших глаз. Где радужка? Зрачок? Пусть попробует понаблюдать за зрачком в светлой и темной комнатах.

Урок второй: Важность глаз

Для чего нам нужны глаза? Ресницы? Могли бы мы читать и писать, если не видели? Могли бы ориентироваться? Могли бы быстро ходить? Пусть ребенок продолжит «Аллах дал мне глаза, поэтому я могу...»

Урок третий: Здоровье

Существует много глазных болезней. Например, близорукость (человек плохо видит вдаль), дальнозоркость (человек плохо видит вблизи), катаракта и глаукома (ухудшают зрение), «куриная слепота» (плохое зрение в темноте), а также опасны инфекционные



заболевания и травмы. Проведите беседу на эти темы. Пусть ребенок уяснит, что глаза необходимо беречь, что не следует читать при плохом освещении, долго сидеть за компьютером и т.д.

Урок четвертый: Манеры

Объясните, что неприлично долго и пристально разглядывать человека. Некрасиво смотреть по сторонам, когда с тобой разговаривают другие. Важно использовать глаза в благих целях — смотреть на дозволенное и сторониться греховного. Пусть малыш расскажет, как мы можем использовать глаза, чтоб Аллах был нами доволен (например, просмотр познавательных передач, чтение Корана и религиозной литературы).

Урок пятый: Посмотрим на мир другими глазами

Предложите ребенку сочинить небольшой рассказ о жизни в аквариуме: с точки зрения хозяина аквариума, аквариумных рыбок, кота, живущего в одной квартире с аквариумом. Это задание поможет ему научиться смотреть на одни и те же вещи с разных сторон.

Урок шестой: Сунна

Что Пророк (салляллаху алейхи ва саллям) сообщал нам о глазах? Найдите и прочитайте вместе с ребенком хадисы о глазах, зрении, о пользе использования сурьмы.

Выучите молитвы, защищающие от сглаза.

Посланник Аллаха (салляллаху алейхи ва саллям) обращался к Аллаху за защитой от джиннов и дурного глаза, а когда были ниспосланы две предохраняющие суры “аль-Фаяк” и “ан-Нас”, он стал читать (эти суры), отказавшись от любых иных (слов).

Урок седьмой: «Поговорим» глазами

Покажите ребенку следующие действия глазами:

- сощуриться (внимательно смотреть на что-нибудь)
- подмигнуть (согласиться)
- широко открыть глаза (удивиться)
- вытаращить глаза (испугаться)
- зажмуриться (испугаться)
- опустить взгляд (стыдиться, стесняться)
- смотреть вдаль (мечтать)

Пусть ребенок угадает, что означает то или иное действие. Затем поменяйтесь ролями.

И в конце воздадим хвалу Аллаху, Господу миров, Который наградил нас бесценными дарами. Да станем мы благодарными рабами! Аминь!

О Аллах, помоги мне поминать Тебя, благодарить Тебя и должным образом поклоняться Тебе!

"Аллахумма, а"ин-ни "аля зикри-кя, ва шукри-кя ва хусни "ибадати-кя".





В ГОСТЯХ У ЦУДРЕЦА

■ Рашид Садретдин

* * *

Однажды к Учителю пришел его лучший ученик и спросил:

- Многоуважаемый Учитель, я прекрасно читаю Коран, я знаю фикх, хорошо разбираюсь в вопросах акиды, дисциплинированно выполняю все Ваши задания, встаю на ночной намаз, постоянно читаю зикр, могу ли я теперь называться человеком мудрым, алимом или арифом?

Учитель, помолчав, произнес:

- О мой Аллах, прости меня, я оказался никчемным наставником, ибо мой ученик стал еще глупее, чем когда впервые обратился ко мне.

И с этими словами Учитель попросил своего ученика покинуть его обитель.

* * *

Один молодой человек пришел к Учителю и попросил:

- Я хочу быть Вашим учеником и узнать все то, что знаете Вы, возьмите меня к себе.

Учитель ответил:

- Нет, ты мне не подходишь.

Молодой человек выразил свое недовольство и воскликнул:

- Как так? Но почему? Вы должны хотя бы испытать меня!

Учитель посмотрел на него внимательно и сказал:

- Ты уже сам сейчас испытал и показал себя, не приняв мой отказ с подобающим достоинством.

* * *

В дом своего Учителя пришел ученик. Недолго пробыв у него, он заметил одну особенность: все часы в доме стояли. Ученик решил спросить Учителя о причине этого.

Учитель, предупредив вопрос ученика, сказал:

- Я и так потерял слишком много времени впустую, чтобы еще и смотреть на часы.

* * *

К старику-отшельнику приехал в гости его родственник из столицы. Зайдя на порог, он приветствовал старика и завел следующую беседу:

- Ты не устал от одиночества, здесь, в пустынных горах, где не сыщешь ни одной живой души для разговора и времяпрепровождения?

Старик так ответил ему:

- Я не одинок. Я каждый день слушаю пение птиц, сладкозвучное журчание ручья. Я общаюсь на прогулке со своим верным псом. Я люблюсь закатом. Я встречаю рассвет. Я дышу чистотой гор. Я счастлив этим.

- Но ты же совсем не видишь людей, - с сомнением проговорил гость.

- В городских стенах, за которыми ты живешь, в многолюдной толпе, вы еще более одиноки, но не понимаете этого. Вы не замечаете друг друга за бесконечной суетой и непониманием. Твое одиночество исходит от людей, мое же знаменует истинный вкус к жизни, - отвечал старик.

* * *

Однажды царь посетил мудреца, о котором говорили, что тот знает великую тайну превращения металла в золото. Царь попросил старика:

- Открой мне тайну, Учитель, и до конца дней своих ты не будешь ни в чем нуждаться. Тебе я сам буду воздавать царские почести.

Старик отвечал:

- А готов ли ты ради этого знания пожертвовать своей властью?

- Как ты смеешь говорить об этом! — возмутился царь. - Я могу немедленно приказать, чтобы тебя наказали.

- Нет, ты, не можешь, - сказал старик. - Мое тело не боится физической боли, а до души моей ты добраться не сможешь. Ее хозяин — Всевышний. А какое мне дело от лишений, которым грош цена.

- Ты умный человек, пожалуй, я отпущу тебя, и ничего не потребовав взамен, даже вознагражу, — смягчился царь, выслушав Учителя.

На что Учитель, улыбаясь, произнес:

- Благодарю тебя, вот ты и узнал секрет превращения металла в золото, который жаждал заполучить. Твои угрозы - лишь пустой кусок ржавого металла, но их ты превратил в золото, проявив великодушие и милосердие.

* * *

Многие люди приходили за мудрым советом к поэту и учителю Джалялятдину Руми или Мавляне (так называли его в народе). Однажды к нему пришла соседка с мальчиком и высказала просьбу:

— Мы бедны. Наш сын постоянно просит у нас сахар. Я уже испробовала все способы, но ребенок не слушается меня. Он ест слишком много сахара. Мы выбиваемся из сил. Пожалуйста, скажите Вы ему, что это плохо. Он послушается, потому что он Вас очень уважает.

Руми посмотрел на ребенка, на доверие в его глазах, и произнес:

— Приходите через три недели.

Женщина была в полном недоумении и думала: «Почему через три недели?! Люди приходили из далеких стран, и учитель помогал им решать большие проблемы сразу... А нам не может сразу помочь. Ведь что ему стоит попросить мальчика...»

Но она ничего не сказала и была на пороге учителя через три недели. Мудрец внимательно посмотрел на ребенка и вновь произнес:

— Приходите еще через три недели.

Тут женщина не выдержала и осмелилась спросить, в чем дело. Но учитель не ответил, а лишь повторил сказанное.

Когда они пришли в третий раз, учитель сказал мальчику:

— Сынок, послушай мой совет, не ешь много сахара, это вредно для здоровья.

— Раз Вы мне советуете, я больше не буду этого делать, — ответил мальчик.

После этого мать попросила ребенка подождать ее на улице. Когда он вышел, она спросила мудреца, почему он не произнес этих слов в первый же раз. Учитель признался ей, что сам любил кушать сахар, и, прежде чем давать такой совет, ему пришлось самому избавляться от этой слабости. Сначала он решил, что трех недель будет достаточно, но ошибся...

Истинный учитель никогда не станет учить тому, чего не прошел сам. Он должен быть честен, и в первую очередь с собой. Его слова не должны расходиться с делом.



Мечети Шотландии

■ Лилия Азимова

В Великобритании живут 1,6 миллионов мусульман (по данным 2004 г.). Это выходцы из разных стран — Пакистана, Индии, Турции, Малайзии и стран Африки. Примерно 55 тыс. из них нашли свой дом в Шотландии. Эта область расположена на севере Великобритании и вместе с Англией, Уэльсом и Северной Ирландией образует Соединенное Королевство. Кроме мусульман, постоянно живущих в этой части Великобритании, есть те, которые приезжают сюда на учебу, по делам бизнеса или в качестве туристов. Всё возрастающее число исповедующих Ислам требует создания школ для мусульман, Исламских центров и мечетей.

Большинство мусульман Шотландии живут в крупных городах — Эдинбурге, Глазго, Абердине и Данди. Именно здесь действуют крупные мечети.

Мечеть в Эдинбурге

В Эдинбург, столицу Шотландии, мусульмане начали активно приезжать с 1958 г., и теперь здесь живет около 10 тыс. семей, исповедующих Ислам. Вначале мусульмане совершали молитвы в небольшой квартире, которую снимали специально для религиозных целей. Но по мере роста общины возникла необходимость найти более подходящее и просторное место. Поиски помещения завершились приобретением земли и здания, предоставленных Городским советом. Здание представляло собой замок 18 века, давно требующий восстановления. Создавая здесь мечеть, ее устроители сохранили основные черты этого старинного сооружения, его дух, добавив элементы исламской архитектуры. Здание, не утратив связи с историей шотландской земли и гармонично вписываясь в окружающую природу, зажило новой жизнью.

В мечети есть несколько помещений для



верующих. Это основной зал для молитвы, который способен вместить 750 человек, а также зал для 350 человек, который используется во время пятничной молитвы, для проведения лекций и семинаров по Исламу и является местом встреч и общения мусульман. В мечети Эдинбурга, так же как и в мечети Глазго, есть библиотека и учебные аудитории.

Центральная мечеть в Глазго

В одном из крупных городов Шотландии, городе Глазго, располагается несколько мечетей, самая первая из которых была открыта в 1944 г. Но ни одна из них не может сравниться по своей величественности с Центральной мечетью, расположенной в живописном месте на берегу реки Клайд. Большой вызолоченный купол и тонкий, легкий минарет видны издали. История возведения мечети охватывает двадцать лет. Ее строительство, завершившееся в 1984 г., стоило 3 миллиона

фунтов стерлингов. Мечеть занимает площадь в 1,2 га (4 акра) и является одной из самых больших мечетей в Европе. Здание способно вместить около 2500 молящихся. В архитектурном отношении мечеть представляет собой сочетание современного дизайна и традиционных исламских черт. Так, внутренний двор мечети выдержан в традиционном арабском стиле — с одной стороны двора расположен сад, с другой идет ряд арочных окон. Мечеть построена из красного камня, местного материала, традиционно используемого для строительства многих домов в Глазго.

Позднее рядом с мечетью было построено здание Исламского центра. Здесь есть спортивный зал, учебные комнаты, библиотека и кафе. Это культурный, религиозный и социальный центр, оказывающий поддержку не только тем, кто исповедует Ислам, но всем нуждающимся в помощи.

ИЗ ЖИЗНИ СНЕЖИНОК

■ Турсунай Касымова

Я – снежинка. Я прилетела на землю с одним добрым ангелом. Нас послал на землю по Воле Всевышнего Ангел Михаил. Он – самый главный Ангел Всевышнего Аллаха, отвечающий за снег, дождь, ветер, за все природные явления. У каждой снежинки, прилетающей на землю, есть свой ангел. Сколько снежинок или дождинок спустилось на землю, столько и ангелов. Мне так хорошо жилось на небесах... Но и на землю мне нужно. В нас, снежинках, нуждается земля. Зимой мы укрываем землю пушистым одеялом. Согреваем собой растения, насекомых, животных. По весне мы все дружно превращаемся в воду. В нас есть нужные микроэлементы для растений. Они нужны им для роста. А еще наша вода насыщена кислородом. Мы помогаем земле дышать.

Мы, снежинки, маленькие творения Всевышнего. Мы постоянно помним о Нем. Мы дружно произносим «Аллах», «Аллах». И нам так радостно и счастливо от этого! А кто знает, сколько же я вешу? Отвечу сама: около миллиграмма. А моя соседка – три миллиграмма... Мы между собой называем ее толстушкой. Она не обижается, ей нравится быть большой.

Нас спустилось с небес целые миллиарды. На каждую местность прилетает «своя» снежинка. Мои подружки все такие красивые и разные! Есть среди нас «аристократки», у них крупная и сложная форма узора на крыльях. Есть и просто большие мохнатые снежинки – хлопья. В прошлом году мои сестренки были похожи на небольшие медленно кружащиеся блюдца. Их размеры ученые посчитали – 10 сантиметров в поперечнике! А наши старшие сестры были похожи на медленно падающие с неба шапки из белого пушистого меха. Их послали в Сибирь. Крылья их доходили в диаметре до 30 сантиметров. Высокие, рыхлые сугробы росли просто на глазах. А иногда наши подружки играют в прятки с ветрами и спускаются на землю в виде «алмазной пыли».

Я слышала, что в прошлом году к концу зимы снежный покров Земли достиг веса 13 500 миллиардов тонн. Мы, маленькие творения, а как соберемся вместе, своим весом оказываем влияние на Землю. Но это еще не все. Мы все вместе сразу превращаемся в одно большое зеркало. Мы отражаем в космос почти 90 процентов лучистой энергии Солнца. А еще мы охлаждаем землю. Мы как большой холодильник для Земли.

Мы, снежинки, постоянно движемся, встречаемся друг с другом. В этом нам помогает ветер. Он переносит нас с одного места на другое. Люди говорят о нашем путешествии: пурга, буран, буря. Иногда никто не может догадаться – с неба ли столько снежинок, или с земли...

А кто скажет, почему у меня шестиугольная форма? Еще никто из земных жителей не ответил на этот вопрос. Я тоже не раскрою вам эту тайну. Вот вам и возможность сделать открытие. Сделайте свои предположения, пока не наступила весна.

А пока я посылаю вам большой салюм. Я сама могу и не долететь до каждого из вас. Но тогда вам передадут от меня салюм мои подружки. Посмотрите на небушко, скоро и к вам прилетят снежинки в окружении ангелов...

Помогите Розалии
догнать братика Анвара



В буквенной абракадабре найдите названия животных:

*Корова, верблюд, осёл, лев, волк, слон, лягушка,
голубь, обезьяна, овца, лошадь, козёл, кит*





Лучший Пример - 1, 2, 3



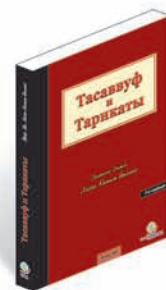
История Пророков - 1, 2, 3, 4, 5



Вакф Благотворительность
Служение



Медицина Пророка



Тасаввуф и Тарикаты



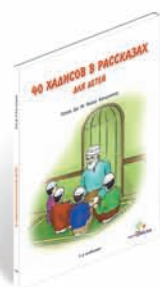
Кувшин Воды



Земная жизнь и её блага



Истории из Корана



40 Хадисов в рассказах



Мои первые шаги



Исламское Вероучение



Основы
Исламских Знаний



Тропой Знаний
к Истине



Мухаммад (сас)



Ислам Вера Поклонение



Мухаммад Мустафа (сас)



Беседы и Наставления



Женщина в Исламе



Рассказы из уст
нашего пророка



Жены Пророка



Учусь читать Коран



Суры Священного
Корана



Последний Вдох



Беседы
с духовным наставником



Нравственность
Мусульманина



40 Священных
Хадисов



Учусь Тахрату
и Намазу



Хадж и Умра



Рамадан и Пост



Курбан



Исповедь Сатаны



Дуа и Суры



Открытка 1



Открытка 2



CD
Расточительство

Наши книги и журнал «Золотой Родник» Вы можете приобрести, обратившись в офис, к региональным представителям, и в магазинах, продающих исламскую литературу. Вы можете заказать их наложенным платежом, позвонив по телефону, отправив заявку по почте, SMS или Интернету.

Книги и журнал Золотой Родник можно заказать:

Почтовый адрес: 125412 г. Москва, а/я 28

Офис: г. Москва, м. Петровско-Разумовская, ул. Ангарская, 21

Тел / Факс: 8 (495) 9066717 - 7074666, 8 (905) 7347083 - www.sadpress.ru / izdatelstvo-sad@yandex.ru