



Hakkani TV

Sohbats by  
Hadrat Shaykh Muhammad Mehmet Adil al-Hakkani

## ПОСТ И ВРЕМЯ ДЛЯ СНА

Шейх Мухаммад Адиль ар-Раббани رحمته الله  
11 апреля 2022/10 Рамадан 1443  
Молитва Фаджр, Дерга Акбаба

*Ас-саяту уа с-саламу аля Расулина Мухаммадин Сайиди ль-аввалина уа ль-ахирин. Мадад йа Расулаллах, мадад йа Садаты Асхабы Расулиллях, мададйа Машайхина, Дастур. Мадад йа Шейх Абдулла аль-Фаизи ад-Дагестани, Мухаммад йа Шейх Назим аль-Хаккани. Дастур. Тарикатуна ас-сохба, уа ль-хайру филь джамия.*

А'узу Биллахи мин аш-шайтани раджим. БисмиЛлахи р-Рахмани р-Рахим.

Наш Святой Пророк ﷺ говорит:

الأعمال أشقها أفضلُ

Лучшее из дел - это трудное.

То, что мы подразумеваем под словом "трудное", - это то, что тяжело для нашего эго. Именно эти дела приносят нам больше савабов/наград. Конечно, на первом месте стоит Джихад, Великий Джихад - это борьба со своим эго. Тот, кто ведет эту борьбу, приобретает нечто ценное для себя и получает больше милостей Аллаха ﷻ.

Сейчас идет Рамадан. В некоторых странах людям трудно соблюдать пост, но они должны поститься. И что они делают? Они ставят все с ног на голову. Они спят днем и бодрствуют ночью. Приемлем ли такой пост? - Да, он принимается, но физической и духовной пользы в нем гораздо меньше. Помимо пользы, которую люди получают от поста, они причиняют вред своему здоровью. Они ложатся спать во время Сахура и спят день, просыпаясь ближе к Магрибу. Что же это такое? Они молятся Фаджр, пропускают Зухр, и спят в запретное время Вакт аль-Караха, после молитвы Аср. Так какая от этого польза? Они не получают той пользы от поста для своего организма. Голодание - это большая польза для здоровья человека. Наш Святой Пророк ﷺ сказал: "تَصِحُّوا صَوْمًا", "Поститесь, и у вас будет хорошее здоровье". Но когда это делается подобным образом, нет в этом никакой пользы. Это не оздоравливает организм. Во время голодания, когда желудок человека пуст, все больные клетки, по мудрости Аллаха ﷻ, поглощаются и выводятся из тела. Люди избавляются от них и получают пользу, так как их организм начинает лучше работать. Это одновременно и энергия для тела, и очищение от больных клеток.

Когда вы едите и спите, это негативно влияет на организм, и он опять начинает хуже работать.

Также во время поста, наш Святой Пророк ﷺ советовал нам полуденный сон - Кайлула. Он может длиться 15 минут, 30 минут, час или самое большее два часа. Это лучше делать после Зухра, и до Зухра тоже хорошо. Но не ложитесь спать после Асра. Многие

[www.hakkani.org](http://www.hakkani.org) / [www.hakkaniyeyineri.com](http://www.hakkaniyeyineri.com)



Hakkani TV

Sohbats by  
Hadrat Shaykh Muhammad Mehmet Adil al-Hakkani

люди этого не знают. Спать после Асра плохо. Хорошо ложиться спать после Магриба. Но после Асра, да защитит нас Аллах<sup>ﷻ</sup>, это безумие. Конечно, это нужно взять на заметку тем людям, которые еще об этом не знают. Время после Асра обычно составляет два часа до Магриба, согласно нашему Ханафитскому мазхабу. Но сейчас они увеличили его. Поэтому, избегайте ложиться спать в запретное время [за два часа до Магриба].

Аллах<sup>ﷻ</sup> донес до нас эти знания в мельчайших подробностях через Святого Пророка<sup>ﷺ</sup>. Что бы он ни делал, его Сунна полезна для всего человечества, как для тела, так и для души. Не только мусульмане, но и немусульмане проводят исследования, изучая этот вопрос. Они соглашаются и принимают это как истину, но их это все равно не позволяет им произнести прекрасную Калима Шахаду.

Пусть Аллах<sup>ﷻ</sup> придаст силы нашей вере. Пусть Он<sup>ﷻ</sup> пошлет руководство людям, иншаАллах.

Ва мин Аллахи ат-Тауфик. Аль-Фатиха.

<http://www.hakkani.org>