

## 83001 - Она страдает из-за полноты, есть ли какое-либо шариатское лечение этого?

### Вопрос

Я очень и очень полная, у меня очень огромный вес!! Хвала Аллаху, я совершаю ежедневную обязательную пятикратную молитву, а также добровольную молитву. Я не ем, пока не проголодаюсь. Пожалуйста, сообщите мне, есть ли какое-нибудь лечение, которое соответствует Корану и Сунне, и которое поможет мне сбросить вес?

### Подробный ответ

Полнота иногда возникает из-за болезни или гормональных нарушений в организме. В этих случаях для лечения необходимо обратиться к специалистам.

Иногда полнота возникает из-за чрезмерности в еде и из-за несоблюдения этикета употребления пищи по Шариату. В этом случае необходимо помнить, что перед едой следует говорить: **«С именем Аллаха»**, а после еды – **«Хвала Аллаху»**, и следует есть меньше. Передается от Микдама ибн Ма'ди Кариба, что он слышал, как Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: **«Сын Адама не наполнял сосуда худшего, чем живот. Любому достаточно небольшого количества пищи, которое выпрямит его спину. Если же это всё-таки необходимо, то в таком случае пусть будет треть желудка для еды, треть для питья и треть для дыхания»** <sup>[1]</sup>. Аль-Альбани в **«Сахих ат-Тирмизи»** сказал, что хадис достоверен.

Всевышний Аллах сказал:

﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾

**«Ешьте и пейте, но не излишествуйте, ибо Он не любит тех, кто излишествует»** <sup>[2]</sup>.

В Коране и Сунне нет какого-либо особо лечения полноты и лишнего веса, хотя Коран истинно является исцелением, как сказал Всевышний Аллах:

﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا﴾.

**«Мы ниспосылаем в Коране то, что является исцелением и милостью для верующих, а беззаконникам он не прибавляет ничего, кроме убытка»** <sup>[3]</sup>,

﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُم مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾.

**«О люди! К вам от вашего Господа явилось увещевание, исцеление для того, что в груди, верное руководство и милость для верующих»** <sup>[4]</sup>.

Ибн аль-Кайим, да помилует его Аллах, сказал: **«Коран является абсолютным исцелением для всех болезней: душевных и телесных, болезней этого мира и болезней, связанных с религиозным соблюдением (у людей). Но не каждый сможет получить (это исцеление). Если больной человек наилучшим образом станет лечиться им, станет лечить им больное место с полной верой в чудодейственную силу слов Аллаха, полностью принимая и убежденно веруя в это и исполнив все условия, то его болезнь обязательно сдастся»** <sup>[5]</sup>.

Также больному человеку следует читать **«му‘аууизат»**, то есть две последние суры Корана, и, подув на свои ладони, протирать себя ими. В этом, если пожелает Аллах, есть польза.

Сообщается от ‘Аиши, да будет доволен ею Аллах, что если Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, жаловался на что-либо, то он читал на свои руки две последние суры Корана, дул на них и протирал себя руками. **«Когда он стал жаловаться на болезнь, от которой умер, - сказала ‘Аиша, - я стала читать эти суры над ним, поплевывала на его руки и протирала ими его»** <sup>[6]</sup>.

В версии Муслима сказано: **«Когда заболел кто-либо из членов семьи Посланника Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, он читал, поплеывая, на него две последние суры Корана. Когда же он заболел той**

**болезнью, от которой умер, я читала над ним и протирала его самого его же руками, так как в его руках было больше благодати, чем в моих»**<sup>[7]</sup>. В версии, которую передал Йахья ибн Айуб сказано: **«...му'аууизат (то есть две последние суры)»**.

Также от 'Аиши передается, что Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, каждую ночь перед сном складывал кисти рук вместе, дул на них и читал суру **«аль-Ихляс»**, суру **«аль-Фалек»** и суру **«ан-Нас»**, а после протирает руками все части тела, которые мог, начиная с головы, лица и передней части тела. Так он делал трижды<sup>[8]</sup>.

Мусульман также может обратиться ко Всевышнему Аллаху с любой мольбой о благе в этой или следующей жизни, просить Его отдалить от него ненавистное ему, поэтому, просите Аллаха полного исцеления для себя, здоровья и красоты.

А Аллах знает лучше.

---

<sup>^1</sup> Ат-Тирмизи. Ас-Сунан, № 2380; Ибн Маджа. Ас-Сунан, № 3349.

<sup>^2</sup> Коран. Сура **«Преграды»** 7:31.

<sup>^3</sup> Там же. Сура **«Ночной перенос»** 17:82.

<sup>^4</sup> Там же. Сура **«Юнус»** 10:57.

<sup>^5</sup> Ибн аль-Кайим. Заду-ль-ма'ад. Т. 4. С. 322.

<sup>^6</sup> Аль-Бухари. Ас-Сахих, № 4439.

<sup>^7</sup> Муслим. Ас-Сахих, № 2192.

<sup>^8</sup> Аль-Бухари. Ас-Сахих, № 5018.