



## 178267 - Он желает непрерывно поститься, чтобы бросить курить

---

### Вопрос

Можно ли мне поститься ежедневно, чтобы Аллах помог мне бросить курить? Зная, что Сунной пророка, да благословит его Аллах и приветствует, является пост по понедельникам и четвергам, но я желаю лишь покаяться и избавиться от этого бедствия, и не хотел бы противоречить пути пророка, да благословит его Аллах и приветствует.

### Подробный ответ

Хвала Аллаху.

Если под ежедневным постом подразумеваете непрерываемый пост, разговляясь при этом только в дни, когда поститься запрещено (два праздничных дня и три дня после дня жертвоприношения), то более верное мнение ученых в этом вопросе, что это порицаемо (макрух) и запрещено.

Для более подробной информации обратитесь к ответу на вопрос № [144592](#).

Если же Вы хотите ежедневно поститься в некоторое время года, то в этом нет ничего плохого. На это указывают предания от пророка, мир ему и благословение. 'Аиша, да будет доволен её Аллах, передала, что Хамза ибн 'Амру аль-Аслями спросил посланника Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует: **О посланник Аллаха, я человек, который поститься продолжительное время. Могу ли я поститься и во время путешествия?** На что он ответил: **Если пожелаешь - постись, а если пожелаешь - разговляйся** (аль-Бухари № 1806 и Муслим № 1890).

Усама ибн Зейд, да будет доволен им Аллах, сказал, что посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, постился так продолжительно, что можно было бы сказать: **Он никогда не разговляется**, (а иногда) разговлялся так долго, что можно было бы сказать: **Он никогда не поститься** (ан-Насаи № 2319; аль-Албани в **Сахих ан-Насаи** сказал, что хадис



достоверен).

‘Аиша, да будет доволен её Аллах, сказала: **Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, постился так, что мы думали, что он никогда не прервёт свой пост. А после не соблюдал пост, что мы думали, что он не будет поститься. И я никогда не видела, чтобы посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, постился весь месяц, кроме месяца Рамадан, и я никогда не видела его постящимся в какой-либо месяц больше, чем в Ша‘бан (аль-Бухари № 1833 и Муслим № 1956).**

Ибн Теймия, да помилует его Аллах, сказал:

**Что же касается продолжительного непрерывного поста в течение некоторого времени года, то пророк, да благословит его Аллах и приветствует, соблюдал его. Он постился так, что стали говорить, что он не разговляется. А после не постился, что стали говорить, что он никогда не поститься. И также выстаивание друг за другом целых ночей в молитве: он выстаивал последние десять ночей месяца рамадан, и иногда выстаивал другие ночи. На это указывает Сунна (Маджму‘ аль-фатауа. Т. 22. С. 304).**

А лучше этого пост пророка Дауда, мир ему. Он постился день, а в следующий -разговлялся. Передается от ‘Абдуллаха ибн ‘Амру, да будет доволен им Аллах, что он сказал: **Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, узнал, что я пощусь непрерывно и совершаю ночные молитвы. И тогда он или передал мне, или сказал мне при встрече: „О ‘Абдуллах, мне сообщили, что ты постишься и не разговляешься, и молишься по ночам. Постись и не соблюдай пост, молись по ночам и спи, ибо, поистине, у твоего тела есть право на тебя, и у глаз твоих есть право на тебя, и у жены твоей есть право на тебя“ . Тогда я сказал: „Я сильнее для этого!“ Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: „Тогда соблюдай пост Дауда, мир ему“ . Спросил: „Как?“ Пророк ответил: „Он постился день, и день разговлялся. И не убегал при встрече врага“ (аль-Бухари № 1841 и Муслим № 1962).**

В одном из преданий сказано **...это наиболее справедливый пост (аль-Бухари № 3165 и Муслим № 1962), в другом – нет (поста) лучше этого (аль-Бухари № 1840 и Муслим № 1962).**



Ибн Кайим, да помилует его Аллах, сказал: В двух сборниках „Сахих“ передается достоверное предание от пророка, что он сказал: „Лучший пост – пост Дауда“, в другой версии предания сказано: „Нет поста лучше, чем пост Дауда, и он постился через день“. Это очевидный, удаляющий все сомнения, текст указывает на то, что пост через день лучше, чем непрерывный пост (Тахзиб ас-сунан. Т. 7. С. 71).

Поэтому, каждому человеку лучше выбирать то из дополнительных поклонений, что он в состоянии соблюдать постоянно, но не в ущерб другим благим деяниям.

Подумайте, что Вы в состоянии соблюсти, и проявляйте усердие в этом, соблюдайте те дополнительные виды поклонения (как пост, так и другие), что достоверно передаются от пророка, да благословит его Аллах и приветствует.

Что же касается желания бросить курить, то это благое дело. Нам хотелось бы ободрить Вас продолжать этот путь, быть целеустремленным в борьбе с собой. Несомненно, пост поможет Вам в этом и более, старайтесь совершать больше праведные деяния и проводить время в благородном обществе, чтобы тяга к курению не вернулась.

Смотрите ответ на вопрос № [47565](#).

А Аллаху ведомо лучше.