

Абу Али аль-Аш'ари

# Сто сунн на каждый день

Москва | Даруль-Фикр  
1437 х | 2016 г



Абу Али аль-Аш'ари / «Сто сунн на каждый день»  
/ – 1-е издание. Москва, 2016. – 40 с.

Канонический редактор: Магомедов Магомед  
Гаджиевич

Дизайн обложки: Эдуард Димасов

© Издательский дом «Даруль-Фикр»  
© Мусульманский женский портал  
«Анниса-тудей»

---

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Хвала Аллаху, Который одарил нас благим примером, мир и благословение нашему Господину Мухаммаду, его роду и сподвижникам.

Каждый мусульманин осознает важность и значимость Сунны Посланника Аллаха, да благословит его Аллах и да приветствует, но это осознание мало у кого отражается в повседневной практике. Многие думают, что соблюдение Сунны – это что-то крайне сложное и трудное, но, на самом деле, это не так. Мы должны превратить следование Сунне из политического лозунга сектантов в наше знамя, из их слов – в наши дела.

Мы собрали 100 сунн, то есть желательных действий из Сунны, которые человек может совершать в течение своего дня, не затрачивая на это много времени и



при этом получая огромную награду: как заходить в туалет, как есть и пить, как ложиться спать, как пробуждаться ото сна, как одеваться, как входить в дом и другие действия, которые мы совершаем по многу раз в день. Совершая простые повседневные дела согласно Сунне Посланника Аллаха, да благословит его Аллах и да приветствует, мы бы могли получать постоянную награду и привнести баракат в нашу жизнь. Также, где это будет необходимо, мы снабдим читателя различными дуа на арабском языке с переводом и транслитерацией, а также с пояснениями имама аль-Газали из соответствующих разделов «Ихья улюм ад-дин».

Подражать во всем любимому – разве это не признак любви? А в ком нет этого подражания, в том нет и любви.

---

И мы должны помнить слова  
Всевышнего Аллаха:

قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ  
ذُنُوبَكُمْ ۗ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ

Смысл: «Скажи: Если вы любите Аллаха, то следуйте за мной, и тогда Аллах возлюбит вас и простит вам ваши грехи, ведь Аллах – Прощающий, Милосердный»<sup>1</sup>.

Любовь Аллаха к нам и Его прощение наших грехов связаны с нашим следованием за Посланником Аллаха, да благословит его Аллах и да приветствует. Пусть Аллах дарует нам тауфик следования

---

<sup>1</sup> Сура «Аль-Имран», аят 31.



Сунне Его Любимца, да благословит его  
Аллах и да приветствует.

---

## СУННЫ ПОСЕЩЕНИЯ ТУАЛЕТА

1. Заходить в туалет с покрытой головой.
2. Заходить в туалет в обуви (тапках).
3. Читать следующее дуа перед входом в туалет:

بِسْمِ اللَّهِ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ

Транслитерация: **«Би-сми Лляхи, Алла-хумма, инни а`узу би-ка мин аль-хубси валь-хабаиси!»**

Перевод: «О Аллах, поистине, я прибегаю к Тебе от порочности и дурных поступков (возможно также, что под «хубс» и «хабаис» имеются в виду джины обоого пола)».

4. Заходить в туалет с левой ноги.
5. Справлять нужду сидя. Не следует справлять нужду стоя.



Имам аль-Газали добавляет: «Во время справления нужды опираться в большей степени на левую ногу».

6. Не следует во время справления нужды сидеть лицом или спиной к кибле.

7. Не разговаривать в туалете.

8. Проявлять осторожность, чтобы капельки мочи не попали на одежду или тело.

Имам аль-Газали добавляет: «Не совершать аль-истинджа (очищение от мочи и кала) в том же месте, котором он справил нужду».

В наших реалиях это означает сначала смыть испражнения так, чтобы капельки, попадая на нечистоты (наджас), не попадали, отскакивая, на одежду или тело, а затем уже подмываться.

9. После справления нужды очистить себя водой и совершить «аль-истибра»





(дополнительные действия для устранения остатков мочи, как-то подвигаться, поприсесть, покашлять и др.) от мочи.

Имам аль-Газали добавляет: «Не следует чрезмерно углубляться в мысли об «истибра», потому что это приведет к наущениям шайтана, и это станет крайне сложным. А влагу, которую человек ощущает, пусть он считает остатками воды, которой он подмывался. Если же эти мысли не будут давать ему покоя, то пусть он еще раз промоет водой, но нельзя давать шайтану властвовать над собой через наущения».

10. Очищаться и туалетной бумагой (в наших реалиях), и водой. И о тех, кто так делает, был ниспослан аят:

فِيهِ رِجَالٌ يُحِبُّونَ أَنْ يَتَطَهَّرُوا ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُطَهَّرِينَ



Смысл: «**В ней – люди, которые любят очищаться. И Аллах любит очищающихся**»<sup>2</sup>

11. Выходить из туалета с правой ноги.

12. Прочитать дуа после выхода из туалета:

عُفْرَانِكَ

Транслитерация: «*Гуфрана-ка!*»

Перевод: «Прости!»

13. После справления нужды совершить омовение.

Имам аль-Газали говорит: «Ни разу не видели, чтобы Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и да приветствует, после справления нужды не совершал омовения»<sup>3</sup>.

---

<sup>2</sup> Сура «Ат-Тауба», аят 108.

<sup>3</sup> См. Ибн Маджа, № 354

---

## СУННЫ ЕДЫ

Мы принимаем пищу несколько раз в день, и зачастую для нас это просто рутинное действие. Мы не обращаем внимания на то, как надо есть и с каким намерением, хотя это акт поклонения, который может принести нам награду и баракат.

Первое, что должно быть в нашем сердце, – это благодарность Аллаху за то, что Он наделил нас пропитанием, в то время как многие на этой земле в наше время испытывают голод и не могут найти даже хлеб и воду.

Второе – наша еда должна быть дозволенной (халяль), особенно когда это касается мяса.

Третье – у нас должно быть намерение поесть, чтобы получить силы на поклонение



и другие действия, которыми Аллах будет доволен.

Далее мы перечислим ряд сунн, которые желательно нам всем практиковать каждый день во время приема пищи:

1. Постелить перед едой скатерть на пол.
2. Вымыть руки до запястий.
3. Снять обувь до начала еды.
4. Принимать пищу, сидя на полу.
5. Перед едой произнести:

بِسْمِ اللّٰهِ

Транслитерация: «**Би-сми Ллях**».

Перевод: «С именем Аллаха».

Имам аль-Газали добавляет: «Следует произнести басмалу вслух, чтобы напомнить об этом окружающим».

6. Есть правой рукой.
7. Есть, если получается, тремя пальцами.
8. Не следует есть очень горячую еду.



9. Не следует дуть на еду.

10. Надо брать еду с той стороны блюда, которая ближе.

11. Если кусочек еды упал, то надо поднять его, подуть на него и съесть.

12. Во время еды не следует молчать все время.

13. Не следует критиковать еду.

14. Следует полностью очистить посуду после еды. Делая так, следует просить прощения у Аллаха.

15. После еды желательно облизать пальцы.

16. Прочитать дуа после еды.

Например:

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنِي هَذَا وَرَزَقَنِيهِ مِنْ غَيْرِ حَوْلٍ مِنِّي

وَلَا قُوَّةَ



Транслитерация: *«Альхамдулилляхи  
ллязи ат'амани хаза ва разаканихи мин  
гайри хавлин минни ва ля куввах».*

Перевод: «Хвала Аллаху, Который  
накормил меня этим и наделил, хотя я не  
обладаю ни силой, ни мощью для этого».

17. Собрать еду с пола перед уходом.

18. Помыть руки после еды.

19. Прополоскать рот.

---

## СУННЫ ПИТЬЯ

1. Перед питьем следует произнести:

بِسْمِ اللّٰهِ

Транслитерация: «*Би-сми Ллях*».

Перевод: «С именем Аллаха».

2. Мусульманину следует пить, держа стакан правой рукой. Шайтан пьет, держа стакан левой рукой.

3. Следует сначала присесть, а потом попить.

4. Не следует пить из горла. Правильным будет сначала налить в стакан, а потом уже пить оттуда.

5. Следует выпивать содержимое стакана в три глотка, каждый раз отдаляя стакан от рта.



6. После питья сказать:

الْحَمْدُ لِلَّهِ

«*АльхамдулиЛлях*».

Перевод: «Хвала Аллаху».





## СУННЫ СНА

Ночь – это время множества грехов и соблазнов, поэтому ночью следует защищаться от разных искушений шайтана. И сон – одна из таких защит.

В наше время повальная болезнь человечества – это просмотр телевизионных программ. В большинстве семей по ночам в основном смотрят телевизор.

Конечно, в религиозной семье дома просто не может быть телевизора, но если ребенок (практикующий мусульманин) живет с несоблюдающими родителями и никак не может избавить свой дом от этой напасти, то ему следует защитить, в первую очередь, себя, потому что вред от телепередач огромен, в частности, телевидение съедает наше время.



И если мы поразмыслим над разными суннам отхода ко сну, то увидим, что они защищают нас от бесцельной траты времени.

1. Будет сунной ложиться спать сразу после ночного (иша) намаза.

В книгах по фикху упоминается, что разговаривать и общаться на темы, не касающиеся религии, также нежелательно после ночного намаза. Исключением может стать общение с гостем.

2. Засыпать в состоянии омовения.

3. Перед сном использовать сивак.

Это одна из сунн, которую можно исполнять каждый день, и большинство мусульман знает о ней, но мало кто ее выполняет. Согласно книгам по фикху, чистка зубов зубной пастой перед сном также может считаться исполнением этой

---

сунны, если будет сопровождаться соответствующим намерением.

4. Спать в другой одежде, отличной от повседневной.

5. Спать на правом боку.

6. Повернуться лицом в сторону киблы.

7. Перед сном прочитать суру «Аль-Мульк».

8. Перед сном прочитать аят аль-Курси.

9. Прочитать дуа:

اللَّهُمَّ فِني عَذَابِكَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَكَ

Транслитерация: «*Аллахумма кынни азабака йаума таб'асу 'ибадак*».

Перевод: «О Аллах, защити меня от Твоей кары в тот День, когда Ты воскресишь Своих рабов!»

---

## СУННЫ ОДЕЖДЫ

1. Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и да приветствует, любил одежду белого цвета.

Что касается женской одежды, то некоторые считают, что для женщин желателен черный цвет, но это не соответствует действительности, хотя и нежелательности в этом нет. Этот вопрос, скорее, относится к обычаям местности.

2. Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и да приветствует, надевая одежду, начинал с правой стороны тела.

Если человек надевает рубашку, джуббу или какую-то другую одежду с рукавами, то следует начинать с правой стороны.

3. Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и да приветствует, снимая одежду, начинал с левой стороны.



4. Подол мужской одежды должен быть выше щиколоток, а женщины, наоборот, должны опускать подол своей одежды ниже щиколоток.

Вокруг этого вопроса сейчас масса спекуляций, но традиционные книги по фикху, как ханафитского мазхаба, так и шафиитского, едины в том, что если подол одежды опускается ниже щиколоток без высокомерия и показушничества, то это нежелательно (макрух), а если с показушничеством и высокомерием, то это запрещено (харам).

Для понимания подобных хадисов следует обращаться к книгам по фикху, а не исключительно к собственному пониманию.

5. Сунна совершать намаз в головном уборе.



6. Надевая обувь, следует начинать с правой ноги.

7. Снимая обувь, следует начинать с левой ноги.

---

## СУННЫ ВХОЖДЕНИЯ В ДОМ

Наша религия уделяет особое значение семье, и можно сказать, что в мусульманских народах семья стоит во главе угла. А символ семьи – дом, в котором человек проживает.

Мы перечислим некоторые сунны, касающиеся вхождения в дом и выхода из дома.

1. Дуа, которое следует читать при выходе из дома:

بِسْمِ اللَّهِ ، تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ

Транскрипция: *«Бисмиллях тавак-кальту`аляллах ва ля хавля ва ля куввата илля биллях»*.



Перевод: «С именем Аллаха, уповаю на Аллаха, нет мощи и силы ни у кого, кроме Аллаха».

2. Дуа, которое следует читать при входе в дом:

بِسْمِ اللّٰهِ وَجِئْنَا وَبِسْمِ اللّٰهِ خَرَجْنَا وَعَلَى رَبِّنَا تَوَكَّلْنَا

Транскрипция: **«Бисмиллях валяджна ва бисмилляхи хараджна ва аля раббина таваккальна».**

Перевод: «С именем Аллаха мы вошли, с именем Аллаха мы вышли, и на Господа нашего мы полагаемся».

3. Домочадцев следует поприветствовать словами: **«Ассаляму аляйкум».**

Очень важно в семье формализовать отношения, чтобы легче было сохранять адаб и дух Ислама. Зачастую отношения в семье становятся чересчур фамильярными,





и некоторые исламские адабы начинают восприниматься как формальность, исполняемая лишь в присутствии гостей. Чтобы это избежать, следует скрупулезно практиковать исламские нормы и адабы в повседневной жизни.

4. Следует дать понять о своем приходе каким-то знаком, будь то кашель, приветствие, стук и тому подобное, даже если это твой собственный дом. Возможно, жена выглядит неподобающе, и ей следует быстро привести себя в порядок.

---

## РАЗЛИЧНЫЕ СУННЫ

1. Сивак – это одна из величайших сунн Посланника Аллаха, да благословит его Аллах и да приветствует. Большинство практикующих мусульман знают о ней, но ленятся практиковать ее постоянно.

Согласно ханафитскому мазхабу, сивак желательно использовать во время омовения, но не перед намазом, поскольку это может вызвать кровотечение десен, а согласно шафиитскому мазхабу, это желательно, как во время омовения, так и перед намазом.

2. Совершать полное омовение (гусль) в пятницу.

3. Использовать благовония.

К этому вопросу следует относиться немного более внимательно и стараться покупать качественные благовония, потому



что дешевые обычно имеют очень резкий запах и могут причинить неудобства окружающим.

4. Для мужчины отпускать бороду длиной в обхват кулака.

Согласно шафиитскому мазхабу, это сунна, а бритье бороды – нежелательно (макрух), а согласно ханафитскому мазхабу, это обязательно (ваджиб), а бритье бороды – запрещено (макрух тахриман).

5. Сделать омовение дома, перед тем как пойти в мечеть.

6. Заходить в мечеть с правой ноги.

7. Выходить из мечети с левой ноги.

8. Приветствовать мусульман словами ***«Ассаламу алейкум ва рахматуллахи ва баракатух»***.

К недостаткам мусульман нашей местности относится то, что обычно они приветствуют друг друга, только если



знакомы, а если встречаются незнакомого человека и понимают, что он мусульманин, то здороваются в очень редких случаях.

9. Проявлять милость к тем, кто младше.

10. Уважать тех, кто старше.

11. Уважать, почитать и слушать родителей.

12. Посещать больного.

Посетив больного, вы исполните сунну и поддержите человека. Даже если не получается его посетить, следует узнать о его здоровье, расспросить, чем конкретно он болеет, и предложить свою помощь.

13. Хорошо относиться к соседям.

Следует угощать соседей едой, разными сладостями, даже если они не мусульмане, чтобы показать красоту нашей религии.

14. Заботиться о бедных и нуждающихся.

В наше время из-за развития средств связи стало очень легко помочь



нуждающимся, и поэтому мусульмане должны стараться пользоваться этим.

15. Поддерживать хорошие отношения с родственниками.

К сожалению, среди мусульман стала распространяться смута, и члены одной семьи начинают ссориться, терять связь друг с другом, забывать друг друга. Причина всему – мирское и погружение в дела этого мира.

16. Чтить гостей, даже если это люди невысокого ранга.

17. Не готовить для гостей слишком дорогие блюда, которые вы не позволяете себе каждый день.

Гостеприимство уходит, в частности, из-за чрезмерности в угощениях, которые готовят для гостей. Хозяева не могут себе позволить такие угощения каждый день и поэтому становятся негостеприимны.



18. Обмениваться подарками.

Когда ты уделяешь другому человеку внимание и делаешь ему подарок, даже если это нечто незначительное, то другой человек хочет ответить тебе тем же, и это сближает людские сердца.

19. Советоваться со своими учителями, родителями и другими уважаемым людьми в значимых для вас вопросах.

«Шура» (умение попросить совет) – это важное качество для социальной стабильности, как в общественной жизни, так и в личной. Но советоваться не означает делать все что тебе скажут: посоветовавшись с хорошими людьми, надо потом просто выбрать решение, которое может принести наибольшую пользу.

---

## ОКОНЧАНИЕ

Это будет последней частью сунн, которые мы хотели бы перечислить и напомнить мусульманам, но они наиболее сложные в исполнении, потому что требуют не просто действий, но действий сердца, сосредоточенности ума, а это трудно.

1. Размышлять о творении Аллаха. Это один из самых частых призывов в Коране – размышлять над творениями Всевышнего Аллаха. И это ключ к познанию существования Аллаха и Его Единства в творении и управлении этим миром.

Разнообразие мира творений указывает на Его Могущество, Мудрость и Знание.

Но для большинства людей все это превратилось в просмотр «National Geographic» и рассказы о том, как



очередной крокодил съедает очередную зебру, то есть в развлечение.

## 2. Повелевать благое.

Большинство людей неправильно понимают аят:

أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ

Перевод смысла: **«Неужели вы станете призывать людей к добродетели, предав забвению самих себя?»<sup>4</sup>**.

Подавляющее большинство людей делает из этого аята вывод, что нельзя другим делать замечания и призывать к благу, если ты сам это не практикуешь, но это неправильное понимание. Имам аль-Байдави в своем тафсире указывает, что Аллах порицает людей не за то, что они

---

<sup>4</sup> Сура «аль-Бакара», аят 44.





повелевают благое, а то, что они сами оставили добродетель.

Поэтому есть две обязанности: совершать благое и повелевать благое. И если человек перестает выполнять одну обязанность, то это не означает, что он должен перестать выполнять и другую.

### 3. Порицать запретное.

Тут есть условие: нужно знать, что порицаемое запретно согласно всем ученым Ислама, либо согласно мазхабу человека, который совершает это действие.

### 4. Постоянно поминать Аллаха.

### 5. Читать Коран ежедневно.

Чтобы Коран был частью нашей повседневной жизни, надо изучить, как правильно его читать, а затем следует учить Коран наизусть и повторять заученное.

6. Во всех нуждах и проблемах обращаться к Аллаху.



Если Пророка, да благословит его Аллах и да приветствует, постигала какая-то трудность, он спешил совершить два ракаата и просить у Аллаха решения этой проблемы.

Мы просим у Аллаха, чтобы Он дал нам тауфик воплощать в жизнь все перечисленные нам сунны в нашей повседневной жизни и Аллах, если будет на то Его воля, озарит наши сердца через постоянство (истикамат) в Его религии.



## СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	3
Сунны посещения туалета .....	7
Сунны еды .....	11
Сунны питья.....	15
Сунны сна.....	17
Сунны одежды .....	20
Сунны вхождения в дом.....	23
Различные сунны .....	26
Окончание .....	31

---

**КНИГИ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА  
«ДАРУЛЬ-ФИКР»**

**1. Ашариты – Ахлю-Сунна валь-Джама’а.** Сборник статей, освещающих истинное вероубеждение суннитов, в лице ашаритов и матуридитов. Составлена редакцией сайта [darulfikr.ru](http://darulfikr.ru)

**2. Озарение сердец.** Данная книга представляет собой сборник статей в которой раскрываются самые насущные и спорные вопросы, такие как проведение мавлида, чтение Корана на могилах, тавассуль, истигаса, следование мазхабу, акыда праведных предков, суфизм и многое другое. Составлена редакцией сайта [darulfikr.ru](http://darulfikr.ru)

**3. Анализ современного состояния шариатского знания.** Большая статья шейха Саида Фуды в которых он проводит анализ современного состояния Уммы, системы исламского образования и причин,



приведших к распространению заблуждений среди мусульман.

**4. Комментарии к «Акыда ас-Санусия».** Перевод книги «Матн Умм аль-Барахин», которую написал имам ас-Сануси, снабженный комментариями шейха Абу Адама ан-Наруиджи.

**5. Акыда ат-Тахавийя.** Перевод известного и распространенного текста по вероубеждению Ахлю-Сунна - «Акыда ат-Тахавийя» имама Абу Джа'фара ат-Тахави. В этой книге он передает и разъясняет убеждения большинства мусульман или Победоносной Общины.

**6. Расскажи мне об Исламе: Краткая энциклопедия для начинающих.** Вы недавно приняли Ислам? Или недавно начали соблюдать предписания религии? Или, может быть, знакомый немусульманин просит Вас дать почитать что-то об Исламе? Тогда наша



книга - для Вас. Составлена редакцией сайта darulfikr.ru

**7. Разъяснение имана, ислама и тасаввуфа (Аль-Макасид).** Перевод книги имама ан-Навави, «Макасид фи ат-Таухид валь Ибадат ва усуль ат-Тасаввуф». В первой ее части говорится о правильном вероубеждении, во второй части изложены правила поклонения согласно шафиитскому мазхабу. Заключительная часть освещает принципы пути суфиев.

**8. Жизнь и убеждения имама Абуль-Хасана аль-Аш'ари.** Сокращенный перевод биографии имама Абуль-Хасана аль-Аш'ари из книги «Табакат шафиийя аль-кубра» шафиитского ученого Таджуддина ас-Субки.

**9. Убеждения спасенной общины.** Книга шейха Саида Фуды в которой он сокращенно изложил классический труд суннитского богословия – книгу «Аль-И'тикад» Абу Бакра аль-Байхакы.



**10. Сады познавших Аллаха.** Перевод книги великого имама ан-Навави – «Бустан аль-'арифин», посвященной вопросам нравственности мусульманина, его духовного самосовершенствования. Это руководство по приобретению похвальных нравственных качеств, побуждение к следованию по пути, ведущему к счастью в обоих мирах.

**11. Сорок хадисов о женщинах.** Эта книга — собрание жемчужин мудрости Сунны, книга о женщинах и для женщин. Ее автор попытался раскрыть тему сущности женщины, ее роли в обществе, прав и обязанностей невест, жен, матерей и дочерей. Каждый хадис приводится с разъяснениями и комментариями Абу Али. Автор Абу Али аль-Аш'ари.

**12. Комментарии Абу Али аль-Аш'ари к «Малфузат» (Изречениям) шейха Масихуллаха аль-Джалялабади.**



Наш сайт:  
Исламский образовательный портал  
**darulfikr.ru**

Желающие помочь материально могут  
пополнить счет телефона (Билайн):  
**+7 963 400 34 43**

Мы нуждаемся в Ваших дуа за  
работников издательского дома.