

В хадисе Посланника Аллаха (мир ему) сказано: «Кто даст пищу постящемуся, тот заслужит столько же сабава, сколько и постящийся. И ничего не убудет от сабава постящегося». Безусловно, в этот Рамадан многие из нас будут устраивать ифтары и приглашать на него друзей и близких. Будете ли вы сами гостем, или позовете сами гостей, знание определенных норм и правил приема пищи, сделает ифтар еще более продуктивным и соответствующим сунне Посланника Аллаха (мир ему):

Основные правила:

Поминание Аллаха перед и после еды

В хадисе сказано: «Если один из вас приступает к еде, пусть скажет «бисмиллях». Если же забудет сказать «бисмиллях», то вспомнив, пусть скажет «бисмилляхи аввалыху ва ахираху». Согласно другому хадису, Аллах доволен рабом, который когда ест и пьет восхваляет Его.

Совершение дуа

При разговении Пророк Мухаммад (мир ему) произносил следующее дуа: «Дахаба аль зама ва абталат аль-урук ва табата аль-аджр иншаАллах» («Жажда ушла, жилы снова заполнились и награда определенная, иншаАллах»). Есть правой рукой

«Когда один из вас кушает, пусть кушает правой, и когда пьет, то пусть пьет правой, потому что шайтан кушает левой рукой и пьет левой рукой».

Брать то, что ближе всего к вам лежит

Пророк (мир ему) сказал: «Приступая к еде, произнеси «Бисмиллях», ешь правой рукой, и с той стороны блюда, которая находится перед тобой». Если какое-либо блюдо лежит далеко от тебя, то не следует к нему тянуться через всех, вместо этого попросите кого-либо подать вам еду. И берите с краев тарелки, посланник Аллаха (мир ему) говорил: «Благодать нисходит в середину блюда, поэтому ешьте с края и не ешьте с середины».

Проявите терпение

Проявите терпение, ифтар – это не гонка, вы не должны спешить совершать разговение первым, как только пришло время.

Проявите умеренность

В хадисе сказано: «(Никогда) не наполнял человек сосуда, худшего, чем его собственное чрево! Достаточно сыну Адама (нескольких) кусочков пищи, благодаря которым он сможет поддерживать свои силы». Согласно другому хадису, одну треть желудка нужно заполнить едой, одну треть – жидкостью, остальное – воздухом.

Помните о манерах

Помните о правилах этикета во время приема пищи: не чавкайте, не играйтесь с едой, проявите уважение по отношению к пище, не разговаривайте в то время как у вас еда во рту, перед тем, как взять пищу себе, предложите ее также другим.

Общение

Подобные собрания существуют для совместного совершения дуа, общения с другими, поддержания дружеских отношений. Поэтому не стоит концентрировать свое внимание только на приеме пищи. Разговор во время еды – это сунна, но нужно помнить, что он должен быть о чем-либо хорошем и полезном, так как праздный разговор запрещен всегда, будь то во время или не во время еды.

Гигиена

Мойте руки перед едой и после еды, полощите рот после принятия пищи.

Избегать чрезмерности

«Ешьте и пейте, но не излишествуйте, ибо Он не любит тех, кто излишествует» (7:31).

Сайда Хайат