

МАЛИКА УММ ЯХЬЯ

# МАЛЫШИ В ИСЛАМЕ

ЕСТЕСТВЕННОЕ РОДИТЕЛЬСТВО  
В ПОМОЩЬ МАМЕ-МУСУЛЬМАНКЕ



**Малика Умм Яхья**

**Мальши в Исламе. Естественное родительство в помощь маме-мусульманке / Малика Умм Яхья, — 2-е изд. Москва: Даруль-Фикр, 2021. — 240 с.**

Малика Умм Яхья. Русская мусульманка, приняла Ислам в 2008-м году, хвала Аллаху. Суннитка, следует ханафитскому мазхабу в фикхе. Редактор нескольких книг издательства «Даруль-Фикр». Преподает ханафитский фикх. Пишет художественную прозу и стихи, переводит исламские книги на русский язык с английского и арабского языков. Замужем.

Эта книга по уходу за ребенком до двух лет сочетает исламскую традицию с актуальными тенденциями, которые принято называть «естественным родительством». Естественное родительство опирается на знания об истинных потребностях ребенка, что соответствует фундаментальным принципам Ислама. В книге вы можете найти ответы на многие вопросы, волнующие мусульманок. Также в книге собраны фетвы касательно ухода за ребенком по двум мазхабам, распространенным в России: ханафитскому и шафиитскому.

© Издательский дом «Даруль-Фикр»

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# ВВЕДЕНИЕ

Началось всё с того, что я родила сына. И сразу же появилось куча вопросов. Часть из них была напрямую связана с *Шариатом* (например, как молиться с ребёнком на руках), часть касалась ухода за новорождённым. Сначала мне казалось, что должна быть книга по воспитанию детей, в которой были бы все ответы. Но я такую не нашла... Отдельные шариатские аспекты в книгах, разумеется, освещались — и я, хвала Аллаху, получила пользу. Многие ответы пришли позже. Параллельно я читала светские книги по воспитанию детей и уходу за грудничками, применяла знания на практике, наблюдала за тем, как растут дети друзей, — и постепенно начала представлять, как лучше ухаживать за малышом, как его воспитывать.

Иногда это были однозначные, исчерпывающие решения — обычно тогда, когда речь шла о *Шариате*, об исламском взгляде на ту или иную проблему. Иногда я просто склонялась к той или иной тактике ухода на основании доводов разума. Иногда решить было сложно — и тогда я старалась сочетать разные подходы, найти золотую середину между ними.

Эта книга — об уходе за ребёнком до двух лет с точки зрения Ислама (хотя в начале освещаются проблемы беременности и родов, а в конце приведены общие наставления по воспитанию детей). Я попыталась собрать те знания, которые получила за это время: здесь есть и шариатские *хукмы*, и психологические теории, и попросту мои размышления о том, как воспитывать ребёнка в немусульманской стране. Какие-то решения подсказал мой личный

опыт, отдельные темы мы подолгу обсуждали с сёстрами. *ИншаАллах*, если хоть что-то из этого вы найдёте для себя полезным, можно считать, что цель достигнута.

Ответы на шариатские вопросы в книге даются по двум *мазхабам*, распространённым в России: ханафитскому и шафиитскому.

# **ПРЕДИСЛОВИЕ. ИСЛАМСКИЙ ПРИЗЫВ И СОВРЕМЕННОЕ МАТЕРИНСТВО**

В книгах по материнству и ответственному родительству бесчисленные главы говорят о семье. Умерла ли семья? Что это такое — новая семья?

Западное отношение к материнству — это камень с миллионом сторон. Камень на шее Европы и Америки. Один из камней.

Я мусульманка, хвала Всевышнему. Истина посередине. Отчего-то получается так, что сейчас истина — посередине круга врагов, вооружённых копьями и книгами. В чем-то приходится спорить со всеми.

## **РАЗЪЯРЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ В БОРЬБЕ ЗА ВЛАСТЬ**

С одной стороны наступает феминизм и его утрированное чувство справедливости. Меня надо освободить, говорят они. Они хотят освободить меня от любви, которую я испытываю. От семьи, которая мне дорога. От чувства ответственности, которое я пытаюсь в себе воспитывать. Они говорят: «Посмотри вокруг, прими таблетку, не рожай больше детей». Эксперимент над женственностью обернулся разрушением европейской семьи. Европа вымирает, её население стремительно стареет. Радикальный феминизм побеждать не надо, он сам себя победил. Тем более

странно выглядят попытки вписать Ислам в феминизм. Из-за баррикад кричат: «Спасём мусульманок от унижения». Мусульманки отвечают: «Что вы, что вы, спасать нас не надо, в Исламе заложены основы феминизма (далее список из пятидесяти пунктов с *далилями*)». Ух! Хватит оправдываться. Не надо описывать исламское отношение к женщине в не-исламских оборотах. Нам не нужно защищаться. Вот в чём фокус.

Куда ни погляди, везде попытки извиниться, обрисовать гуманность.

— Вы носите *никаб*!

— А вы — ирокез!

— Мусульманка обязана рожать.

— Ничего она не обязана такого!

И это ещё не самый плохой вариант межконфессионального диалога. В худшем из них мусульманка начинает издеваться над традиционной исламской одеждой...

О, как же надоело это паясничанье перед Западом. Нет, разумеется, рассказывать про Ислам нужно, причём на понятном собеседнику языке. Но почему это звучит как бесконечные попытки оправдаться и понравиться? Не надо мерить *Шариат* западными мерками. Мы — иные. У нас свои мерки. И счастливая мусульманка в *никабе* и с семью детишками большинству западных якобы прогрессивных женщин понравится лишь тогда, когда снимет платок, забросит семью и станет несчастной.

### РАЗЪЯРЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ В БОРЬБЕ ЗА СЕМЬЮ

Не одним феминизмом живы Европа с Америкой. Женщины Запада сделали полный круг: они разрушили институт семьи, чтобы потом с сектантским усердием его восстанавливать. Появляется новая естественная семья: они глущат в себе цивилизованность и хотят стать индейцами (предпочтительно екуана). Они вспомнили о многом правильном: что женщина должна воспитывать детей; что хорошо рожать дома и хорошо кормить грудью; что Запад давно погас; что нужна новая нравственность. Они молодцы: у них много детей, они много носят их на руках, они разбираются в психологии. Их дети обычно отличаются отменным здоровьем: без лишних запретов они расцветают в свете материнской любви. Эти новые женщины по-своему интересны: они лечатся ароматерапией, не отдают младенцев в детские сады, шьют майки для кормления и тряпичных кукол, устраивают детям постарше многоступенчатые праздники, ведут блоги, занимаются благотворительностью. Они веселы и открыты миру.

Но, как правило, они тонут в каком-нибудь дремучем язычестве. Чаще всего это взрывоопасная смесь лунных фаз, гороскопов, славянского пантеона и масла ши. Иногда православная ересь. Иногда хороводы.

Опасность смешивается с пользой. От этих женщин можно взять много полезного. *Естественное родительство — новое, то есть хорошо забытое старое, веяние в воспитании. Это стиль ухода за ребёнком, который пред-*

полагает возврат к традиции. Практика естественного родительства обычно включает в себя естественные роды, грудное вскармливание до двух лет и больше, долгое ношение ребёнка в слинге и совместный сон. Учась у счастливых долгокормящих мам, можно стать консультантом по лактации и уходу за новорождённым. Полезные советы льются рекой. Кажется, что всё хорошо. Но как-то неожиданно выясняется, что в той или иной степени почти все они поклоняются женскому началу. Доходит до жутких плясок вокруг «старшей матери». Они часто пытаются навязать биологическую норму. Они выбирают религию по тому, сколько в ней кормят грудью. Если «естественным родительством» занимается немусульманка, надо ждать перегибов. Немусульманам мирское заслоняет всё.

Таких мам редко встретишь на улице. Зато они активно проводят время в интернете. Очень многие их ценности совпадают с исламскими. Но у них нет главного — *таухида*.

## **РАЗЪЯРЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ В БОРЬБЕ ЗА СТАНДАРТ ПОВЕДЕНИЯ**

Их больше всех. Они сражаются за то, чтобы быть «как все». Точнее, за то, чтобы все были «как все». Жажда унификации. Они всегда знают, что тебе делать. От них достаётся адептам «естественного родительства». От них достаётся мусульманкам. От них достаётся всем, кто делает не так, как, по их мнению, надо. А как им надо? Как было в СССР. Удивительно, кстати, что многие из них СССР не застали...

Нет, эти женщины не всегда безнадёжно воинственны. Иногда они робки и печальны: «А я вот пустышку не могу своему запихнуть! Пихаю, пихаю — всё без толку. Плюётся! Я извелась уже. Ну как ты без соски справишься, а? На груди всё время висит, что ли? Бедненькая!»

И, нет, они не во всех областях так пассивны. Но даже женщина, покорившая Северный полюс, может сломаться о рифы современного материнства и пробудить в себе спящее стадное чувство.

Они дети двадцатого века. Немного Фрейда, немного феминизма, немного Спока, много советского воспитания. Как быть с младенцем? Грудью кормить — максимум до полугода. Прикорм — зверскими темпами. Соки — с месячного возраста. Непременно кутать. Но гулять в любую погоду. Ни в коем случае не класть с собой в постель. На руках не носить — потом не отучишь. В детсад надо пораньше — социализовываться. Ты что, работать не хочешь?! Читай: без работы ты тунеядец, это противно. Сюда добавляется вялая (а порой и буйная) нелюбовь к *хиджабу* и всё возрастающее недоумение оттого, что кому-то дома не скучно.

Делать таким женщинам даават очень трудно: их просто раздражает «нестандартность» твоего поведения. Их бесит то, как ты воспитываешь ребёнка. Их напрягают хоть сколько-нибудь заметные проявления религиозных чувств. Это они — да, они! — советуют предаться «вере в душе». Что это значит? Это значит, что верить можно во что угодно, но выделяться ты не должен.

Они так боятся всего радикального. Так боятся! И решают следовать за обществом. Общество не может ошибиться, думают они. Они сами не замечают, как впитывают жестокие и воистину радикальные нравы современности. Общество заблуждается, и они вместе с ним.

Если с феминистками возможен диалог (пусть и на повышенных тонах), а с «естественными родителями» даже получается сотрудничать, то с искательницами «золотого стандарта» коммуникация быстро обрывается. Лучше всего прятаться и не поддаваться на провокации. И надеяться, что одна из этих женщин вдруг поднимет голову и примет Ислам. А там уже ничего не страшно. Можно и без пустышек.

### **ЭТА ЯРОСТЬ НЕ ПРИНОСИТ ПЛОДОВ**

Происходит так много непривычного. Есть женщины, которые сознательно не рожают детей, потому что беспокоятся о перенаселении планеты. Есть женщины, чьи мужья уходят в декретный отпуск и нянчат детей.

Книги пишут: «Сейчас всё иначе, новая эпоха». Но я так не думаю. У мусульманок по-прежнему много детей и традиционная семья. Эпоха одна — эпоха Ислама. Только держась за истину, можно сохранить семейные ценности. Вне истины они со временем становятся пылью. И как страшно смотреть на эту пыль.

# ПРЕДИСЛОВИЕ КО ВТОРОМУ ИЗДАНИЮ

Прошло десять лет. Теория привязанности не потеряла свою популярность и не обесценилась, но сейчас её обсуждают в соцсетях под глянцевыми картинками, а не на форумах конца нулевых. О материнстве записывают подкасты, белый шум для детского сна выложен в ютьюбе. Игрушек стало ещё больше, ванночки умеют складываться и выглядят, как последняя модель стильного планшета, про многогоразовые подгузники пишут и экологи, и врачи. На полках магазинов, помимо томиков Комаровского, появились книги других современных педиатров, а мамы выучили словосочетание «доказательная медицина». Из тени вышел не только младенец, которому нужны внимание, принятие и безусловная любовь, но и мама младенца, которой не очень-то легко, в то время как кругом все вторят, мол, раньше как-то справлялись — и ничего. Теперь говорить о послеродовых проблемах и необходимости заботиться о себе стало мейнстримом.

Фанатичных сторонников «естественного родительства» стало поменьше, зато слинг и грудное вскармливание стали модны повсеместно. С кормлением грудью в отдельных сообществах даже перекося — из-за так называемого «лактационного давления» женщины, у которых кормить грудью не получилось, чувствуют себя неполноценными. И это тоже неправильно. Хотя грудное вскармливание очень ценно, не ради него мы пришли в этот мир и не оно наша цель.

В новом издании есть несколько исправлений, и оно стало чуть короче по сравнению с первым: кое-что из того, что я писала десять лет назад, сейчас кажется не то что неправильным, но слишком безапелляционным. Да и быть кратким — всегда плюс.

Соответствовать высоким стандартам материнства мало у кого получается. А если у кого и получается, то не всегда, а приливами. По четвергам, например. Или по выходным. И виднеются две двери. Одна призывно сияет разбитным слоганом «долой эти ваши стандарты», другая светится равнодушно-серым цветом невроза. Но вам туда не надо. Искрящаяся ниточка посредине — это и есть ваше материнство. Нельзя опускать планку, нельзя биться в панике. Мы просто идём по натянутой сверкающей ниточке и непрестанно делаем *дуа*.

*11-е Раджаба 1441-го года по хиджре*





**ГЛАВА 1.  
БЕРЕМЕННОСТЬ**

**И** вот я оказалась объектом гипотетической тройной дискриминации — беременной женщиной-мусульманкой. Однако дискриминации как таковой не было. Сразу оговорюсь, что тогда я работала в артистической сфере, а училась в гуманитарном вузе. Гуманитариям и людям западного искусства вообще абсолютно всё равно, что на тебе надето и как ты выглядишь. К сожалению, им — по большому счёту — нет дела ни до того, что на тебе три лоскутка ткани, ни до того, что на тебе полный *хиджаб*. Они совершенно невозмутимы. *Хиджаб* для них — это форма протеста против системы. Они зачастую даже с тобой согласны, как согласны с левыми радикалами. Они почти дружелюбны и разве что могут иногда посплетничать о тебе за твоей спиной.

Практически сразу после *шахады*<sup>1</sup> я восстановилась в университете, практически сразу и забеременела. Поэтому беременность и сдача сессий слились в моей памяти воедино. Обычно будущие мамы быстро уходят в декрет, что имеет массу плюсов, или давно отучились, но не работают в принципе. Но я, будучи на 4-м курсе, пыталась доучиться (и даже собиралась с новорождённым на руках писать диплом, но всё-таки на 5-м курсе передумала).

В вузе, скорее всего, беременной женщине будут всячески сочувствовать и помогать. Но на десять симпатизирующих вам преподавателей найдётся один, который будет

---

<sup>1</sup> Шахада — это свидетельство, после произнесения которого человек становится мусульманином. Необходимо произнести следующее: Ашхаду алля иляха илляЛлах. Ва ашхаду анна Мухаммадан расулю Ллах. Смысл: Я свидетельствую, что нет никого достойного поклонения, кроме Аллаха. И я свидетельствую, что Мухаммад — Его Посланник.

решительно против вас, особенно после новости, что в декрет вы не собираетесь. В моём случае это был профессор Г. Я, кстати, так ему и не сдала его предмет — претензий с его стороны было слишком много, а у меня — слишком мало терпения. Он смотрел на меня с какой-то непостижимой усталостью и спрашивал, по какой причине я в прошлый раз уходила из университета, не в декрет ли. В этот момент я испытала чрезвычайную гордость за нашу *умму*: у мусульманок и вправду очень много детей, *маша* Аллах.

Это чувствуется в женских консультациях и в роддомах: в очередях почти каждый раз встречаешь мусульманку в *хиджабе*. Я как-то раз встретила совершенно сияющую сестру в белой *абае*, мы дали друг другу *салам*, и это было чудесно. А недавно в одном из московских роддомов в одной палате лежали две соблюдающие мусульманки! Учитывая то, что в столице женщин в платках встречаешь не каждый день на улицах, такой случай удивителен. Это доказывает очевидное — что мусульманки хотят быть жёнами и матерями, часто рожают и, как правило, с удовольствием воспитывают детей.

### ЧТО ДЕЛАТЬ?

Могут пригодиться следующие советы:

1. В холодное время года при омовении лучше использовать кожаные носки. Это такие специальные носки, их можно найти в магазинах при мечетях или в магазинах исламской одежды, они закрывают стопы

до щиколоток включительно. Если, сделав малое омовение, их надеть, то потом при совершении малого омовения можно не мыть ноги, а лишь протереть носки влажной рукой. Это будет заменять мытьё ног. Зимой или в публичных местах использовать кожаные носки очень удобно. На всякий случай добавлю, что, по всем четырём *мазхабам*, обычные носки так протирать нельзя: такое омовение не будет действительным.

*Шейх* Мустафа аль-Буга пишет: «Ты видишь, что все учёные, несмотря на разногласия по поводу условий, в целом, разрешали обтирать носки. Слова каждого учёного указывают на то, что носки, которые мы носим в наши дни, не похожи на те, протирание которых является действительным. Поэтому у тех, кто разрешает их обтирать, нет никаких доказательств и оснований (помимо общности названия, однако это не является весомым доводом при вынесении шариатского заключения)»<sup>2</sup>.

2. *Намаз* может потребовать больше времени, чем обычно. Если вы оказались вне дома, лучше найти укромное место. Лучше всегда молиться подальше от интересующейся публики, если есть возможность.
3. Во время беременности падает иммунитет, и больше вероятности простудиться. Да, масло чёрного тмина во время беременности противопоказано. Это к тому, что не надо поднимать иммунитет таким способом.

---

<sup>2</sup> Мустафа аль-Буга, «Бухус фи аль-фикх аль-мукарин».

4. Готовьтесь к тому, что в общественном транспорте никто вам уступать место не будет. Во-первых, потому что как раз тогда, когда многим особенно плохо, то есть в первом триместре, живота ещё нет. Не будешь же с табличкой ходить. Во-вторых, потому что просторные исламские платья скрывают и семимесячный живот. В-третьих, сейчас вообще мало кто уступает. Крепко держитесь за поручни, не носите тяжёлое (это вроде все знают, но я повторю). Если есть возможность и ехать далеко, берите такси. Во многих крупных городах есть женское такси, там все водители — женщины, наилучший вариант для мусульманки.
5. Особенно следите за тем, что вы едите, следите, чтобы еда была дозволенной по *Шариату*, по возможности отстраняйтесь от сомнительного. Теперь вы кормите не только себя, но и будущего ребёнка. Найдите время и изучите вопрос *халяля* и *харама* в еде согласно вашему *мазхабу*, составьте список запретных пищевых добавок и сомнительных продуктов (достаточно просто распечатать с проверенного исламского сайта). Если рядом с местом работы или учёбы нет халяльного кафе, берите еду с собой. Кроме того, старайтесь избегать продуктов с консервантами и искусственными красителями.

### **ХАЛЯЛЬНАЯ ЕДА**

Очень важно есть дозволенную по Исламу пищу!

*Шейх* Ашраф Али Танви пишет: «Если до рождения ребёнка родители изменились и стали праведными, то нет никакой причины, для того чтобы ребёнок был неправедным. Поступки родителей во время беременности самым сильным образом влияют на ещё не рождённого ребёнка. Сын праведника был непослушным. Однажды праведника спросили: «Это так странно! Вы так богобоязненны, почему же ваш сын такой непослушный?» Праведник ответил: «Однажды вечером меня пригласили на ужин к богачу (чей доход был сомнительным). После еды мой *нафс* разбушевался, и я занялся любовью с женой, и она забеременела. Это ребёнок — плод сомнительной еды»<sup>3</sup>.

### КАКУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ ВЫБРАТЬ?

Не так давно на одной московской кухне возник этот вопрос. Одна из сестёр как раз забеременела.

Есть два варианта: либо консультация, которая ближе к дому, либо консультация при проверенном роддоме. Первой может оказаться любая; последняя, как правило, хорошая, но обычно далеко. Если у вас под окнами расположился хороший роддом — это неслыханная редкость, и вам можно пропустить следующий абзац.

В чём плюсы ближайшей к вам женской консультации? В том, что она близко, а ездить туда надо будет часто. Ведь уже одно сидение в очередях может утомить так, что на долгую дорогу до дома потом просто не хватит. Есть одно

---

<sup>3</sup> Источник: darulfiqh.com

«но». Квалификация врача остаётся под вопросом. Если у вас есть какие-то серьёзные проблемы со здоровьем, которые могут сказаться на беременности, если медицинское ведение беременности — для вас неотъемлемая её часть, то, возможно, стоит подумать о том, чтобы подыскать себе проверенную консультацию, пусть и далеко. Для этого, в частности, можно посмотреть список роддомов, имеющих аттестат «Больница, благожелательная к ребёнку»<sup>4</sup>, и узнать, есть ли при них консультации.

### КАК ВЕСТИ СЕБЯ С ВРАЧАМИ?

*Cherchez la femme*<sup>5</sup>:

Во-первых, надо правильно выбрать врача. В идеале следует обратиться к женщине-мусульманке. Если таковая недоступна или её лечением не довольны, нужно искать женщину-немусульманку. Если и таковой не нашли, если нет никакой женщины, которую можно было бы проинструктировать<sup>6</sup>, и если есть реальная необходимость, мож-

---

<sup>4</sup> Это означает, что роддом соответствует требованиям ВОЗ/ЮНИСЕФ: медицинский персонал осведомлён о современном подходе к грудному вскармливанию, практикуется совместное пребывание мамы с ребёнком. В течение первого получаса после родов малыша приложат к груди, помогут наладить кормление грудью по требованию, не будут ребёнка ничем допаивать и не дадут ему пустышку.

<sup>5</sup> Ищите женщину (фр.).

<sup>6</sup> То есть объяснить ей, что и как нужно осмотреть, а потом точно рассказать о результатах осмотра.

но обратиться к мужчине, то есть мужчина может осмотреть вас только в чрезвычайной ситуации, когда женщина-врач недоступна. Если всё-таки пришлось обратиться к мужчине (а в большинстве случаев найти женщину-врача не составляет труда), то следует идти к врачу-мусульманину. Если и такового не нашли, тогда разрешается пойти к мужчине-немусульманину. Эту последовательность соблюдать обязательно! Нельзя просто записаться на приём и, увидев мужчину-врача, позволить ему осмотреть вас. Нужно искать женщину-гинеколога! Того же правила надо придерживаться, когда речь идёт о других докторах. Незадолго до родов вам, скорее всего, потребуется посетить ещё нескольких врачей (как минимум — четырёх: стоматолога, офтальмолога, отоларинголога и терапевта), чтобы убедиться, что всё в порядке, и тут опять же надо искать, в первую очередь, женщин-мусульманок. Хвала Аллаху, найти практикующих врачей-женщин довольно просто почти в любой медицинской области.

Когда врач будет выписывать вам лекарства, проверяйте их состав на наличие запретных компонентов. Особенно остро стоит вопрос с витаминами для беременных: практически во всех из них содержится желатин, употребление которого в пищу запрещено по *Шариату*.

Желатин — животный клей, представляющий собой экстракт клейких веществ хрящей и мяса (говядины, телятины) и употребляемый в кулинарии для быстрого приготовления студней, заливных, бламанже, желе. Изготов-

ливаётся и хранится в сухом виде в тонких, прозрачных пластинок или россыпью<sup>7</sup>.

В современном производстве желатин, как правило, получают из свиней, коров или рыб.

Желатин — это просто коллаген, растворённый в горячей воде. Коллаген — это животный белок, из которого на 90-95 процентов состоит кориум (соединительнотканная часть кожи). Когда производят желатин, с кожи слабым раствором кислот удаляют всё, кроме кориума: мясо, шерсть, нервы и так далее, — а потом кориум растворяют в горячей воде. Сам коллаген кожи остаётся коллагеном даже после обработки кислотой или щёлочью.

Рыбий желатин в принципе дозволен. Никакой свиной желатин не дозволен. Никакой желатин из быков не дозволен, если быков не забили по *Шариату*. Соответственно, если в составе вашего лекарства указан просто желатин, по умолчанию он запрещен, пока не доказано обратное, то есть если там не отмечено, что он рыбий или что имеется сертификат «Халяль».

Желатин может входить в состав оболочки таблетки, из него может быть сделана капсула. Если речь идёт о капсуле, то содержимое капсулы можно пересыпать в пустую капсулу из рыбьего желатина. Такие капсулы можно заказать в некоторых аптеках и на интернет-сайтах. Некоторые мусульмане пьют содержимое капсул в виде порошка — это неправильно и не имеет медицинского смысла: капсула нужна для действия лекарств.

---

<sup>7</sup> Похлебкин В. В. Кулинарный словарь. — М.: 2007. — С. 129.

Перечислю ещё запретные компоненты. Все недозволенные компоненты лекарств не перечислить, но назову некоторые самые распространённые.

**Лекарственные препараты из животных:** жёлчь, части поджелудочной железы (например, в панкреатине), печень барбарийской утки, свиной инсулин и так далее. Поскольку подавляющее большинство лекарств производят в немусульманских странах, животных, части которых используют для изготовления лекарств, не закалывают согласно исламским нормам. Более того, в фармакологии часто используют органы свиней. Слово “животный” в названии компонента или упоминание какого-то животного должно вас насторожить.

**Кровь, альбумин:** из крови делают, например, всем известный гематоген, однако кровь нельзя употреблять в пищу.

**Кармин:** краситель красного цвета, который иногда используют для подкраски витаминов, других таблеток и детских лекарственных сиропов. Его производят из насекомых, поэтому употреблять внутрь его в основе запрещено. Сам по себе кармин не лекарство, он влияет только на вид товара: если спросить у аптекаря аналог, скорее всего, вы его найдёте.

Поскольку лекарства с дозволения Аллаха — причина сохранения жизни и здоровья, при крайней необходимости можно лечиться и тем, что в основе запрещено по *Шариату*. Правило звучит так: если лекарство с запрещённым компонентом эффективно, если у него нет аналога и если

его выписывает врач, достойный доверия, то его можно использовать мусульманину.

### ХИДЖАБ

Я надеюсь, что вы носите *хиджаб*. Если нет, то следует начать его носить. Беременность — самое время поменять вашу жизнь к лучшему.

Почему надо носить *хиджаб*?

На вопрос отвечает *устаза* Зейнаб Ансари: «Знание о *хиджабе* мы получили из *аятов* Корана. В суре “*Ан-Нур*” Всевышний Аллах сказал (смысл): **“Скажи верующим женщинам, чтобы опускали взгляд (при виде того, на что им нельзя смотреть) и оберегали свои половые органы (от запретного). Пусть они не выставляют напоказ свои украшения, помимо того, что видно. И пусть прикрывают покрывалом вырез на груди (покрывая голову, шею и грудь) и не показывают свою красоту никому (то есть всё тело, кроме лица и кистей рук), кроме своих мужей, отцов, свекров, сыновей, сыновей своих мужей, братьев, сыновей братьев, сыновей сестёр или своих женщин, рабов, стариков, не испытывающих вожделения, и детей, которые не осознают женской наготы. И пусть они (мусульманки) не стучат ногами, сообщая об украшениях, которые скрывают. О верующие! Кайтесь перед Аллахом вы все, чтобы обрести успех”**<sup>8</sup>.

---

<sup>8</sup> Коран, 24:31. Перевод смысла — из авторского тафсира сайта [azan.ru](http://azan.ru).

В другом *аяте* Корана, в суре “Аль-Ахзаб”, сказано следующее (смысл): **“О Пророк! Скажи твоим жёнам, твоим дочерям и женщинам верующих, чтобы они опускали свои покрывала. Так их легче будет отличить (от рабынь и женщин лёгкого поведения), чтобы не причинить им обиды. Аллах — Прощающий, Милующий (верующих)”**<sup>9</sup>.

Один из самых известных *хадисов*, доказывающих обязательность *хиджаба*, звучит следующим образом: *“Аиша, да будет доволен ею Аллах, передаёт, что Асма, дочь Абу Бакра, да будет доволен им Аллах, пришла к Посланнику Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, в прозрачной одежде. Он подошёл к ней и сказал: “О Асма! Когда девушка достигает половой зрелости, нельзя ей показывать больше, чем это и это”. И он указал на лицо и кисти рук*<sup>10</sup>.

Итак, *хиджаб* должен закрывать всё тело женщины, кроме овала лица и кистей рук. Некоторые учёные из числа ханафитов сказали, что открытыми могут оставаться лицо, кисти рук, а также стопы. Одежда, которая выполняет функцию *хиджаба*, должна быть плотной и просторной. Другими словами, она должна быть такой, чтобы не были видны ни цвет кожи, ни очертания фигуры» (*конец ответа на вопрос устазы Зейнаб Ансари*).

Перед женщинами-мусульманками следует закрывать область от пупка до колен, поэтому при осмотре у женщины-гинеколога (и, уж тем более, у мужчины; *иншаАл-*

---

<sup>9</sup> Коран, 33:59. Перевод смысла — из авторского тафсира сайта [azan.ru](http://azan.ru).

<sup>10</sup> Абу Дауд.

лах, у вас получится обойтись осмотрами у женщин) надо следить, чтобы не было видно ничего из *аурата*, кроме того, что необходимо показать. Для этого можно надеть высокие непрозрачные чулки, их имеет смысл поискать в магазинах. Можно взять ненужные брюки, вырезать у них часть в соответствующем месте и надевать их под юбку для походов к врачу.

### КАК БЫВАЕТ?

У всех всё по-разному. Более того, каждая новая беременность у одной и той же женщины отличается от предыдущей. Это прописная истина, но всегда кажется, что у тебя самой точно ничего «по-разному» не будет, всё будет стандартно — и любые вариации представляются катастрофой. На самом деле, когда говорят: «У всех всё по-разному», — имеют в виду не только то, что одна женщина ест манго с квашеной капустой, а другая — тонны клубничного мороженого. Имеют в виду в том числе и трудности, и они свои у каждой. У кого-то — угроза прерывания беременности, у кого-то — отрицательный резус-фактор. Но, даже если ваша проблема редкая, не стоит думать, что она у вас одной. Посмотрите в интернете, спросите у вашего врача — наверняка найдутся похожие истории. Да и по большому счёту нет особенной разницы, тривиальная у вас проблема или нет. Трудность — всегда трудность, испытание — всегда испытание. *Делайте дуа*, просите Всевышнего о помощи.

У меня не было токсикоза. Первый и второй триместры я не ела мясо. В первые месяцы, кажется, все деньги уходили на суши — я их ела постоянно.

Вначале я много спала. Потом — всё меньше и меньше.

К тридцатым неделям я полюбила молоко неожиданной любовью. Пила много какао, злоупотребляла сладким, почти постоянно работала за компьютером. Никакого особенного гормонального бума я не заметила, хотя вроде его отлично заметил муж, о чём часто мне сообщал.

**Беременность — это не болезнь, её не надо каким-то особым образом «вести», если нет на то особых показаний.**

Обычно специальной одежды для беременных мусульманке не требуется: наша свободная женская одежда успешно выполняет эту функцию. Но, конечно, можно купить какое-нибудь красивое платьице — я одно купила. Вообще это вполне себе показатель — если живот становится заметен издали месяце на четвертом-пятом, значит, одежда слишком обтягивающая.

### **ОТВЕТЫ ШЕЙХА ФАРАЗА РАББАНИ НА ВОПРОСЫ О БЕРЕМЕННОСТИ**

**Вопрос:** Я бы хотела узнать, можно ли по Исламу, чтобы муж присутствовал при первом УЗИ? И можно ли ему присутствовать при родах? Это разрешено?

И ещё — что лучше читать женщине во время беременности?

**Ответ:** *Ва алейкум ассалам ва рахматуллах!*

Молюсь, что мой ответ застанет вас в добром здравии и расположении духа. Пусть Аллах одарит вас всеми благами и успехом в этом мире и в следующем.

Нет ничего неправильного в том, что муж присутствует на УЗИ и при родах.

Беременной женщине важнее всего делать следующее:

- 1) Проявлять постоянство в исполнении пяти ежедневных молитв и совершать их наилучшим образом. Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: «*Молитвы — лучшие из дел*»<sup>11</sup>.
- 2) Делать *дуа* перед сном и после каждой молитвы, чтобы ребёнок был праведным.
- 3) Не совершать запретное и не есть запретное.
- 4) Стараться читать Коран систематически, каждый день, и слушать хорошие чтения Корана.

И лишь Аллах даёт успех.

### **СИНДРОМ ДАУНА – ЭТО НЕ БОЛЕЗНЬ**

Есть специальные скрининг-тесты по крови, которые выявляют патологию плода. Они часто ошибаются. Первый и второй скрининги показали, что есть приличная вероятность того, что у моего ребёнка будет синдром Дауна. Мои родные (кроме мужа) настаивали на аборте. Врачи честно сказали, что ничего не знают наверняка, что бывает так, что анализы в норме, а ребёнок рождается необычный, а

---

<sup>11</sup> Ибн Хиббан.

бывает так, что все скрининги показывают патологию, а ребёнок — без отклонений. Генетики (их было аж двое) сказали, что конкретно у меня всё может объясняться проблемами с щитовидкой, но надо наблюдать... От биопсии плаценты и амниоцентеза (пробы околоплодных вод) я отказалась — это очень опасные анализы, после них высока вероятность выкидыша. Всю беременность мучалась неопределённостью. Пила *зам-зам*, делала *дуа*. У моего малыша нет синдрома Дауна, хвала Всевышнему.

Спустя некоторое время одной знакомой мусульманке тесты похожим образом показали большую вероятность синдрома Дауна у ребёнка. Ребёнок также родился без отклонений от нормы, хвала Аллаху. Это заставило меня задуматься о том, что, наверное, такие случаи происходят даже чаще, чем пишут в Интернете (а в Интернете пишут, что это происходит ну очень часто). Если вдруг это случилось с вами, успокойтесь. Всё во власти Всевышнего.

- 1) Тесты часто ошибаются. Даже со светской точки зрения. Врачи сами это признают. Более того, как можно с уверенностью что-то утверждать до того, как ребёнок родился? Чудеса случаются, и Всевышний может изменить привычный порядок вещей, поэтому даже в случае 100-процентной уверенности (которой не бывает даже в современной медицине) не стоило бы делать однозначных выводов до рождения ребёнка.
- 2) Аборт в Исламе строго запрещён (*харам*) спустя 120 дней после зачатия, кроме случаев, когда есть угроза жизни матери. Что касается аборта до 120 дней с мо-

мента зачатия, то в этом вопросе есть расхождение между *мазхабами*, и мнения самые разные, включая мнение о нежелательности, близкой к запретности (*макрух тахриман*) и запретности (*харам*). В любом случае не следует совершать аборт без веской причины до истечения 120-ти дней, даже если вы следуете мнению, что это разрешено.

- 3) Амниоцентез — это в большинстве случаев бессмысленно. Обычно его делают с одной только целью — узнать точнее, есть ли у ребёнка синдром Дауна, чтобы в случае подтверждения диагноза сделать аборт. Вероятность выкидыша после амниоцентеза — высокая. К тому же, амниоцентез начинают делать примерно с 16-й недели беременности, и обработка результатов занимает 2-3 недели. Посчитайте сами (считать надо со дня зачатия, если вы, конечно, его знаете): это практически точно больше 120-ти дней с момента зачатия! И, следовательно, подвергать себя и ребёнка этой процедуре вообще лишено смысла, так как аборт становится однозначно запретным.

На более ранних сроках (начиная с 8-й недели) делают биопсию хориона и биопсию плаценты — это как бы аналоги амниоцентезу в определении патологии плода. Однако риск выкидыша в результате этих анализов ещё выше, чем в результате амниоцентеза! Подумайте, сможете ли вы перенести то, что ребёнок умрёт в результате выкидыша, спровоцированного амниоцентезом, а результат затем покажет, что он был здоров...

4) Ребёнок с синдромом Дауна — это не проклятие. Это не приговор. Это не болезнь. До рождения ребёнка практически невозможно сказать, насколько сильно «лишняя» хромосома будет влиять на его развитие. Дети с синдромом Дауна разные, и то, что слово «даун» может восприниматься как ругательство, говорит только о нашем невежестве и плохом воспитании, но никак не о реальном положении вещей. Есть случаи, когда дети с диагнозом «синдром Дауна» ничем не отличаются от других, даже внешне, и лишь медицинская карта открывает их секрет. Конечно, таким детям требуется много внимания, любви и заботы, но они радуют своих родителей отнюдь не меньше, чем дети без этого диагноза. Многие из них учатся потом в самых обычных школах, некоторые поступают в университеты. В Интернете сейчас появляется всё больше информации о том, как воспитывать детей с синдромом Дауна, публикуются реальные истории.

Откровенно говоря, я думаю, что стремление отгородиться от «солнечных детей» и, более того, не дать им права жить — это вид фашизма, болезнь *нафса*. Не знаю, что движет людьми, которые придают такое значение лишней хромосоме. Есть люди со стандартным набором хромосом, и эти «правильные» люди делают жуткие вещи. Есть люди с синдромом Дауна, которые стремятся к хорошему.

Делайте *дуа*. Делайте правильный выбор.



**ГЛАВА 2.  
РОДЫ**

**Ж**енщины часто говорят о родах. Не все, не всегда, но сейчас всё чаще и чаще. И это нормально, вполне в духе традиции. Хуже, если женщины об этом не говорят.

В течение этих непрерывных разговоров лично я пришла к нескольким выводам.

## **1. КЕСАРЕВО – ЭТО ПЛОХО**

У меня самой было кесарево. Нет, я не была запрограммирована на исключительно естественные роды, и ярко выраженной послеродовой депрессии у меня не было, и комплексов в связи со своей несостоятельностью тоже, хвала Аллаху. И шрам не раздражает. Но я прекрасно понимаю, что кесарево — это вредно как для ребёнка, так и для мамы. И чисто медицински, и психологически. Об этом много книг написано.

Ни в коем случае не надо идти на кесарево сечение из страха, что рожать будет больно. Кесарево — куда больнее, просто не сразу. На следующий день, когда мамы, родившие сами, нянчат своих малышек, тебе больно кашлять, больно смеяться и непонятно, как повернуться на бок, чтобы покормить своего ребёнка. Идя рожать, не надо даже думать, что вот, мол, как бы хорошо кесарево...

Если кесарево сечение делают по показаниям, другое дело. Тут следует проявить терпение: если так predetermined, значит, так надо.

Имейте в виду, что после кесарева сечения второго ребёнка можно родить самостоятельно! Что бы вам ни говорили (а говорят всякое), кесарево сечение почти никогда не означает, что теперь у вас каждый раз будет операция вместо нормальных родов. Нужно просто изучить тему и, конечно, делать *дуа*.

И вот ещё что. Нам следует помнить, что мы не можем узнать, как всё обстояло бы, если бы всё сложилось иначе. Аллах знает, а мы — нет. Мы не знаем, каким был бы ребёнок, если бы родился без помощи операции. Был бы он смелее, было бы развитие более гармоничным, любил бы он маму больше — неизвестно. У нас нет других вариантов. Есть лишь одна версия событий. Тут статистика (особенно которая касается психологии) немного лукавит: у нас нет возможности сравнить оба решения. В любом случае — так пожелал Всевышний. Одного этого достаточно для того, чтобы успокоиться. Он лучше знает, что полезнее Его рабам.

**2. ЧТОБЫ РОДЫ БЫЛИ ЕСТЕСТВЕННЫМИ  
(А ЕСТЕСТВЕННЫЕ РОДЫ — ЭТО НОРМАЛЬНЫЕ  
ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ РОДЫ, С МИНИМУМОМ  
БОЛИ), МОЖНО ПРИЛОЖИТЬ УСИЛИЯ И  
ИСПОЛЬЗОВАТЬ РАЗЛИЧНЫЕ СРЕДСТВА**

И тут нет предела совершенству. Можно прочитать книгу, можно — две, можно все девять месяцев ходить на курсы, смотреть видео про роды на корточках и изучать разные способы дыхания. И это снова не совсем панацея, потому что всё может пойти совершенно не так, как предполагаешь. Этот вроде бы очевидный факт от беременных отчего-то часто ускользает, даже от мусульманок...

Есть и другой нюанс. Многие техники и методы предполагают довольно интенсивное «раскрытие женского начала», которое, действительно, практически исключает

**неестественные роды.** Некоторые из этих методов совсем радикальны, и от них следует держаться подальше: это совершенно явные секты, которые основаны на откровенном *ширке* (многобожие). Другие методы — лишь совокупность психологических приёмов, и к ним можно отнестись с вниманием. Однако рано или поздно возникает вопрос: как далеко идти по этой дороге? Насколько мусульманке нужна эта унификация в женских функциях? Где разумная забота о ребёнке, а где берёт начало культ, близкий к языческому или языческий плоть от плоти?

Если утрировать, то любую трудность во время родов можно списать либо на некомпетентность современных врачей, либо на недостаточную подготовленность роженицы. А что такое подготовленная роженица? Это та, которая рождает естественно (зачастую дома), без анестезии, без медикаментозного вмешательства, без какого бы то ни было вмешательства в идеале и, конечно, практически без боли. Это по самому радикальному мнению.

Может ли всё это произойти, если женщина ни строчки не прочитала про роды и ни на какие курсы не ходила? Конечно, может. Более того, в этом и заключается пафос многих сект: лишь избавившись от причуд психики и издержек цивилизации, женщина может родить естественно.

Так ли это? Отчасти так. **Проблема в том, что для большинства современных женщин издержки цивилизации — это неотъемлемая часть их изломанной психики.** Вне сомнения, нам, живущим во время перед концом света, далеко до тех прекрасных женщин, которые рожали по де-

сять детей. И это надо признать. И, конечно, есть взаимосвязь (с точки зрения внешних причин) между праведностью и удалённостью от конца времён и естественными родами. Но возвратиться к чистому состоянию не так просто, как предлагают. И вот тут мусульманке надо быть особенно осторожной, ведь большинство современных направлений, связанных с «естественностью» рождения и воспитания, включает в себя те или иные виды язычества в более или менее явном виде. Предложение «разбудить в себе древние силы» и прочее — опасно. Это ведёт к *куфру* (неверие).

Конечно, нельзя не отметить, что и среди западных веяний отдельно взятые практические способы достижения цели (в данном случае, максимально естественных родов) могут быть нейтральными, без *ширка*. *Большой вопрос, впрочем, насколько адекватно заимствовать технологии у системы, пропитанной куфром. Одно дело — предметы материальной культуры. И совсем другое — психологические приёмы, подходы к воспитанию, способ отношения к рождению детей...*

Лучше всего держаться того, что пришло из Ислама. Если о том, как в Исламе решается ваш конкретный вопрос, связанный с родами, информацию получить трудно, следует проанализировать, нет ли сомнительного в том, что вам предлагают. Если это просто способ дышать во время схваток, техника релаксации — на здоровье. Если это призыв вспомнить о предназначении женщины и красоте родов — на здоровье, но в рамках Ислама. Если это стремление утвердить языческий матриархат, по мень-

шей мере, в женских умах — то надо бежать. И языческие практики встречаются чаще, чем кажется! Сёстры, будьте осторожны! Не поддавайтесь на провокации. Те, кто вас провоцирует тогда, когда вы крайне уязвимы, ответят за это в Судный день. Но нам тоже придётся отвечать — поэтому будем осторожны.

Настораживает и тенденция к унификации не на основе Ислама. Ведь какой у сект лозунг? В каждой женщине заключена способность рожать здоровых детей естественным способом и без усталости воспитывать их двадцать четыре часа в сутки. Это заманчиво. Наверняка так и было. Мусульманки первых веков Ислама, вероятно, успевали и это, и поклонение, и другие мирские дела. Проблема в том, что — в целом — мы совсем другие. Мы хуже. Мы не можем делать всё это одновременно. Для того чтобы пресловутая естественность была, что называется, в крови, в наше время надо родиться в горах и чтобы как минимум твои мама, бабушка и прабабушка тоже были горянками и передали тебе советы, как правильно следить за хозяйством и воспитывать детей. Но что делать нам, девушкам бетонных равнин, где самолёт увидеть проще, чем барана? *Один учёный говорил: «Вывозите детей в деревню. А то они потом увидят корову и решат, что это динозавр».* Надо признать: что бы мы ни делали, у нас никогда не будет стопроцентного естественного воспитания детей. Ведь естественное воспитание детей — это не просто заимствование отдельных мыслей и концепций. Естественность — это *фитра*, это окружение, это передача традиций изустно, это склад

ума и образ жизни. От большинства из нас всё это так же далеко, как далеки *саяфы* (праведные предшественники).

Я почти не сомневаюсь, что, спустя п-ное, весьма большое, количество психологических тренингов (представим даже, что все они не сомнительны), любая современная женщина может естественно родить и полностью, без сложных чувств, лишних порывов и комплексов вины, сосредоточить всё внимание на ребёнке. Но не пострадает ли при этом её поклонение? Сможет ли она сохранять хузур, практикуя «гармоничную естественность»? Сложный вопрос... Это крайне индивидуально. Одних Аллах создал так, что им легко даются роды и материнство. Других Он сделал иными. Те, кому это даётся легко, обычно склоняются к советам естественного материнства и самоотверженно их отстаивают, потому что им удаётся сочетать их с практикой Ислама. Другим роды и воспитание детей даются труднее, и не факт, что им следует бросаться в психологические войны с собой ради того, чтобы обрести призрачную естественность. Наш приоритет — это Ислам. Если теория и практика естественного чего бы то ни было мешает и без того хрупкому Исламу в нас — нам надо бросить всё и сосредоточиться на религии. Лучше больше делать *дуа* — и Всевышний может одарить нас прекрасными родами и прекрасными детьми, безо всяких усилий с нашей стороны.

Не надо забывать и о том, что любая мусульманка абсолютно естественно понимает многое из того, что долго и сложно объясняют светские книги, и практикует это.

Взять хотя бы отношение к рождаемости. Нередко очень трудно убедить немусульманку, что второй ребёнок — это не катастрофа. Наставлениям, что надо рожать много детей, посвящены огромные главы в женских книгах о естественном подходе к жизни. А мусульманкам для понимания этого не нужны медицинские данные и психологические выкладки — им достаточно *Сунны* Пророка, да благословит его Аллах и приветствует.

### **3. ТЕМ НЕ МЕНЕЕ, УЧИТЫВАЯ ВСЁ ЭТО, ХОРОШО БЫ ВСЁ-ТАКИ ПРОЧИТАТЬ НЕСКОЛЬКО КНИГ О РОДАХ И ПОСМОТРЕТЬ ПАРУ ФИЛЬМОВ О НИХ ЖЕ**

Это помогает настроиться на пресловутые естественные роды. По возможности всё-таки читайте про них больше, с осторожностью воспринимая лирические пассажи христианского толка и перечисление достоинств возвращения к природе. Интересуйтесь фактами. Можно заодно почитать и про воспитание детей до года.

### **4. ЕСТЕСТВЕННЫЕ РОДЫ, КАК ПРАВИЛО, ДАЮТ ПРОЧНЫЙ ФУНДАМЕНТ ДЛЯ ДАЛЬНЕЙШЕГО ВОСПИТАНИЯ РЕБЁНКА**

Чем более естественны роды, тем меньше стресса у ребёнка и тем меньше стресса у мамы. Естественные роды — это отличная предпосылка к дальнейшей привязанности,

они способствуют нормальному налаживанию отношений мамы и малыша.

Но вместе с этим следует знать, что многие ошибки при родах лечатся грамотным уходом за новорождённым.

И никакие естественные роды не гарантируют, что мама не устанет от материнства через три месяца после рождения ребёнка, не закончит кормить грудью через четыре и не отдаст младенца в ясли или к няне через полгода.

Надо прикладывать усилия и делать *дуа*.

### **ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ**

По возможности выбирайте роддом, где практикуется совместное пребывание мамы с ребёнком, где малыша прикладывают к груди сразу после родов, где к естественным родам и естественному уходу относятся с симпатией — не в теории, а на практике. Как правило, такие роддомы имеют аттестат «Больница, благожелательная к ребёнку».

Найдите список того, что обычно берут с собой в роддом, такие списки встречаются во многих журналах по родам и материнству или на женских интернет-сайтах. Соберитесь заранее.

### **КАК МОЛИТЬСЯ В РОДДОМЕ?**

Совершать *намаз* следует до вхождения в состояние послеродового очищения (*нифас*), то есть во время схваток также следует молиться. В роддом возьмите с собой компас и коврик (если разрешат его взять). *Намаз* можно делать и

без специального коврика, используя полотенце, простынь или другую чистую ткань. Можно и просто касаться лбом пола, если он чистый.

В родблоке, куда часто не разрешают проносить дополнительную одежду, можно закрыть *аурат* эластичными бинтами или простынями.

Договоритесь, чтобы в родблок вообще не заходили мужчины и чтобы вами занимались только врачи-женщины. В чрезвычайной ситуации вас может осмотреть мужчина, но нельзя открывать больше того, что надо осмотреть. Если складывается безвыходная ситуация и всё-таки мужчина зайдёт (даже если не лично к вам, но вас увидит), попробуйте закрыться по максимуму: те же бинты могут помочь. Просите врачебный халат, рубашку на несколько размеров больше, хотя бы врачебную шапочку.

Чтобы врачам было удобнее, они иногда заранее ставят катетер на руку, чтобы делать уколы: кожу на руке чуть ниже локтя дезинфицируют спиртом, вставляют иглу и фиксируют пластырем. Как в такой ситуации делать омовение?

По шафиитскому *мазхабу* надо делать омовение, затем *таяммум*, а потом (вероятно, уже после окончания послеродовых выделений) возместить *намаз*, совершённый с таким омовением, так как присутствие спирта на коже не прощается.

*Обратите внимание, что по шафиитскому мазхабу спирт с кожи всегда надо смывать водой, несмотря на то что он испаряется: пока вы не смыли водой, место по-прежнему испачкано наджасой.*

Поскольку это трудновыполнимо, ведь землю для *таммума* вам вряд ли разрешат в родблок пронести, шафитке можно на время перейти в вопросе омовения в ханафитский *мазхаб*. По ханафитскому *мазхабу* медицинский спирт не считается *наджасой*. Далее делаете омовение как обычно, руку моете как обычно, но только вокруг пластыря, а сам пластырь (он, как правило, водонепроницаемый) протираете мокрым пальцем. Если нельзя протереть — пропустите это место. Всё, теперь можно молиться.

*Примечание для шафииток: омовение по мазхабу имама Абу Ханифы делают примерно так же, как в шафиитском мазхабе, только протереть надо минимум ¼ часть головы, и следует учитывать, что выход крови нарушает омовение, а прикосновение мужчины — нет. Но, конечно, шафииткам будет лучше заранее уточнить, как именно делать омовение по другому мазхабу, потому что невозможно в двух словах пересказать то, о чем целые книги написаны...*

Не забывайте надевать *хиджаб* в часы посещений, если роддом предусматривает посещения.

После рождения ребёнка вам нельзя читать ему *сурь*, даже по памяти, поскольку вы будете без полного омовения.

### **ФЕТВА ШЕЙХА АМДЖАДА РАШИДА ПО ШАФИИТСКОМУ МАЗХАБУ**

Беременная женщина (как и не беременная) обязана молиться, пока она в сознании. Тем не менее, *Шариат* мягок по отношению к больным, таким, как беременная женщина, в том, как совершать *намаз*.

Если ей тяжело стоять, она может молиться сидя и может совершать *руку* (поясной поклон) сидя и совершать *суджда* (земной поклон) сидя, прикасаясь к земле. Если она не может сидеть, она может молиться в постели/полулёжа/лёжа на правом или левом боку, как ей удобно. В этом положении она может совершать *руку* и *суджда*, как мы упомянули выше. Если она не может и этого, можно молиться лёжа на спине, повернувшись лицом к *кибле* и развернув к *кибле* ступни, и совершать *руку* и *суджда*, как мы описали выше. Если ей трудно выполнить поясной и земной поклоны, она может обозначить поклоны движениями головы, и этого будет достаточно. Если же она не может пошевелиться, она может имитировать движения *намаза* движениями глаз. Если она не может и этого, она может представить себе движения молитвы в своём сердце, и Аллах по Своей Безграничной Милости примет такой *намаз* у этой женщины, как Он, Всевышний, сказал (смысл): **«Будьте предельно усердны на пути (воплощения религии) Аллаха. Он выбрал вас (сделав верующими) и не установил для вас никакого затруднения в религии»**<sup>12</sup>.

Наиболее сильное мнение в нашей школе — больной человек не может совмещать *намазы*, хотя некоторые наши *имамы*, такие, как *имам* ан-Навави, разрешили это больному, для которого тяжело исполнять *намазы* в положенное для них время. Поэтому он может совместить *намаз зуhr* (обеденный) с *намазом аsr* (послеобеденный) и *намаз магриб* (вечерний) с *намазом иша* (ночной) во время

---

<sup>12</sup> Коран, 22:78. Перевод смысла — из авторского тафсира сайта [azan.ru](http://azan.ru).

первого из этих двух *намазов* или во время второго, как проще. *Имам* Хатыб аш-Ширбини сказал в «*Аль-Мугни*»: «И это наилучшим образом сочетается с красотой *Шариата*, ведь Всевышний Аллах сказал (смысл): “Он выбрал вас (сделав верующими) и не установил для вас никакого затруднения в религии”».

### ОТВЕТЫ ШЕЙХА ФАРАЗА РАББАНИ НА ВОПРОСЫ О РОДАХ ПО ХАНАФИТСКОМУ МАЗХАБУ

Делайте много *зикра* и читайте Коран во время родов. Не думайте о боли как о тяжести. Благодарите Аллаха за то, что он наделяет вас материнством, о котором сказано: «*Рай — под ногами матерей*».

**Вопрос:** При отхождении вод входит ли женщина в состояние большого осквернения? (Если воды подтекают, а сами роды близки, но в течение периода времени ещё не наступают, может ли она молиться?)

**Ответ:** Обязанность молиться с неё не снимается до тех пор, пока она не входит в состояние *нифас*, а это когда на свет появилось больше, чем половина ребёнка. Если она не может молиться стоя, то она делает это сидя, если не может сидя, то лёжа с помощью движений головы. Если она не может делать малое омовение или ей чрезмерно тяжело это сделать, она может сделать *таяммум* на камне. Но помните: роды — это не тяжёлое бремя; что может быть лучше, чем производить на свет своего ребёнка, будучи в молитве?

**Вопрос:** Считаются ли воды (амниотическая жидкость) *наджасой*?

**Ответ:** Да. Это *наджаса*.

**Вопрос:** Грех ли это, если во время схваток и потуг с женщины спадает *хиджаб* в присутствии женщин-немусульманок (медицинского персонала)? Какие требования к закрытию *аурата*? Насколько много может быть открыто? Влияет ли на это решение то, как женщине удобней вести себя в родах? Например, мне известно, что некоторые сёстры срывают с себя платки из-за того, что они им мешают.

**Ответ:** Необходимо (перед родами) искать врача (акушерку и т. д.) из мусульманок. Если не удалось найти мусульманку, то можно обратиться к немусульманкам. Разрешено обнажить *аурат* лишь настолько, насколько необходимо для родоразрешения, не более. Будет хорошо, если с вами на родах сможет находиться соблюдающая родственница-мусульманка или близкая подруга, как для поддержки, так и для того, чтобы проследить, чтобы не зашёл никто из мужчин и чтобы из вашего *аурата* было открыто не более, чем необходимо.



**ГЛАВА 3.  
КНИГИ**



**Э**то глава о том, чего у нас нет. У нас практически нет книг об исламском подходе к уходу за новорождённым. Предполагаю, что где-то они есть на арабском, но не переведены. Оно и понятно: у русскоязычной *уммы* сейчас другие проблемы, омовение бы научиться правильно делать...

Хвала Аллаху, во многих переводных книгах можно найти указания, что именно надо делать сразу после рождения ребёнка (прочитать ему *азан*, например). Часто рассказывают, когда новорождённому брить голову, как выбирать имя, когда делать обрезание. Вообще о мусульманских обычаях, связанных с рождением детей, обычно знает любой мусульманин, даже не соблюдающий. С воспитанием всё сложнее, информации мало.

Впрочем, *машаАллах*, иногда говорят и про памперсы, и про совместный сон, но это всё крайне избирательно и, как правило, непонятно. Возможно, в этом также заключена мудрость: частности в подходах к воспитанию детей обусловлены временем, средой и местом. Но вот честно: как бы хотелось найти книжку, которая ответила бы на все твои дурацкие вопросы... Покупать ребёнку манеж или нет? Как вводить прикорм? Носить ли в слинге? Нужны ли подгузники? Однако такой книги нет.

А, как ни крути, маму-мусульманку, как и любую маму, это волнует. Плюс к этому её волнует много всего другого. Можно ли молиться, если срыгивания попали на одежду? Как молиться с ребёнком на руках? И всегда найдётся такая тема, которая не освещена ни в доступных тебе книгах по *фикху*, ни на проверенных сайтах. Если спросить напрямую не у кого (или те, у кого спрашиваешь, не дают ответа), ты остаёшься наедине со своими заботами.

С одной стороны, вроде всем известно, что надо спрашивать, если что-то неясно; с другой стороны, неизменно обнаруживается, что кругом лакуны, белые пятна и чёрные дыры. И если ответы на вопросы по *фикху* мало-помалу находятся, то однозначных ответов на бытовые вопросы по уходу за ребёнком, похоже, не предвидится. Есть определённые линии, способы, контуры. Всё крайне неопределённо — и, что самое сложное, рано или поздно приходится читать литературу светскую, причём, как я писала раньше, иногда вызывающе неисламскую. И вот как раз об этом — о светских книгах по уходу за ребёнком, по воспитанию, по педагогике — и написана эта глава.

Во время беременности я мало читала о воспитании детей, и сразу после выписки из роддома передо мной открылся целый большой мир. Началось всё с грудного вскармливания: мой малыш плохо набирал вес, я боялась, как все мамы, что у меня мало молока (особенно учитывая, что моя собственная мама кормила меня недели две), педиатр хотел переводить ребёнка на смесь, но я была полна решимости кормить грудью. Мне дали неделю сказали: «Если через неделю ребёнок не доберёт хотя бы минимальные 500 граммов в месяц, нужно будет ввести докорм». Я испугалась.

Всю эту неделю я сидела в Интернете на разных форумах по материнству, читала книги и статьи про грудное вскармливание и проникалась симпатией к методу так называемого «естественного родительства».

Естественное родительство — это приобретающий популярность на Западе и в России стиль ухода за ребёнком. Он предполагает возврат к традиции, к обычаям диких племён (ещё авторы зачастую спекулируют рассуждениями о «первобытной эпохе»). Сторонники этого метода говорят, что никто лучше мамы и её инстинктов/интуиции не знает, как вести себя с её ребёнком, и поэтому мама должна прислушиваться к себе, а не к новомодным веяниям в воспитании. Практика естественного родительства обычно включает в себя естественные роды, грудное вскармливание до двух лет и больше (без какого бы то ни было докорма смесью и без использования пустышек и бутылочек), долгое ношение ребёнка на руках и в слинге, совместный сон. Это основные элементы. Дополнительные — отказ от использования подгузников (вместо них практикуется «высаживание» практически с рождения), отказ от манежей, люлек, прыгунков и ходунков, от педиатрического прикорма, от детских садов, нередко — от принятого на Западе (и у нас) школьного обучения. Иными словами, это отказ от многих якобы «достижений цивилизации», в большинстве случаев — мнимых и небезопасных. Практические советы сочетаются с критикой прогресса и современного общества, что мне во многом близко, поэтому изучала естественное родительство я с интересом.

Хвала Аллаху, советы мне помогли: сын начал набирать вес, угроза кормления смесью отступила, а я стала сторонницей естественного ухода за ребёнком — настолько, насколько позволяют рамки *Шариата*.

О, я была бескомпромиссна! Никакой лояльности. Я совершенно не понимала, как можно уходить от ребёнка больше, чем на пять минут, как можно кормить грудью реже, чем раз в полчаса, и как можно укладывать малыша спать в люльку. Со временем категоричность всё-таки ушла: перед глазами пронеслось много разных историй, и я усвоила очевидное — что все дети разные и все мамы разные. Теперь я сочувствую подругам, которые не высыпаяются и поэтому отдают ребёнка на руки другим, понимая, что прикорм можно вводить и по педиатрическим правилам, и не падаю в обморок при виде соски.

Самое главное, впрочем, не это. Как бы нам это ни было важно, как бы сильно — с внешней точки зрения — это ни влияло на ребёнка, как бы прямо это ни относилось к сохранению здоровья и к заботе о близких, это — мирское. По крайней мере, куда в большей степени мирское, чем нам, женщинам, хочется представить. И на нас не лежит обязанность разбираться в каждом мирском вопросе. Много, конечно, непосредственно связано с религией. Да, заботиться о здоровье следует. Да, воспитывая ребёнка, привязанного к родителям, вы закладываете фундамент *адаба*. И, возможно, такой ребёнок будет сильнее стараться походить на родителей, что существенный плюс, если родители — соблюдающие мусульмане.

Досточтимый *шейх* Саид-афанди аль-Чиркави в книге «Побуждение внять призыву Корана» (т. 2) пишет: «Также здесь следует напомнить о том, что именно родители превращают детей в мусульман, в иудеев или в христиан. Например, если ребёнок с младенчества видит, что его

родители не знают даже, где *кибла*, если они и их дом лишены всяких признаков Ислама, если они не говорят друг с другом на родном языке, постоянно держат на столе бутылку и не знают ничего другого, кроме наслаждения едой и питьём, то разве ребёнок не будет на них похож? И кто будет виноват, если этот ребёнок, когда вырастет, станет плохим? Становление хорошего человека в такой семье — редкость. А если ребёнок будет видеть, что родители молятся, исполняют все остальные предписания Ислама, читают Коран, сидят с чётками на молельном коврике, если они будут обычными мусульманами, постоянно поминающими Аллаха, то, конечно же, этот ребёнок будет придерживаться поведения родителей. И разве они оставят своих детей, не научив их *иману* и Исламу? И воспитание плохого человека в такой семье — такая же редкость, как найти белую ворону среди чёрных».

Надо понимать, что полагаться следует на Всевышнего и что изучение ухода за ребёнком не должно стать для вас ценнее молитвы. Если ваши намерения чистые, то, даже если вы ошибётесь в каком-то из этих мирских вопросов, Всевышний устроит всё правильно, *иншаАллах*. Вот о чём надо помнить.

Это не означает, конечно, что не надо пытаться понять, как лучше воспитывать ребёнка. Любая мама понимает, что надо. И даже если бы она хотела сделать иначе, то, скорее всего, не смогла бы. Первые месяца два после родов я почти ни о чём не могла думать, кроме ухода за сыном. Я пила чай и думала, как правильнее повязать слинг. Я рас-

сказывала мужу, что мне принести поесть, и думала, что надо ещё набрать ванночку и заварить ромашку. Я читала книги по воспитанию детей — и думала про воспитание детей. Осознав, что можно и выбраться на кухню что-нибудь приготовить, я смогла это сделать не с первого раза. Ещё месяца два я готовила отвратительно: сама не могла есть. Как муж выдержал, не понимаю. Это были овощные рагу на скорую руку и пересушенное в духовке мясо. Но я была не в силах, готовя еду, концентрироваться на приготовлении еды. О чём я думала? О воспитании детей, о чём же ещё. *Отдыхала я от мыслей, выпекая сметанные коржики: тесто готовилось за пять минут, и получалось — в отличие от всего остального — вкусно.* Потом всё как-то выровнялось, я успокоилась. Львиная доля категоричности уходит, когда ребёнку исполняется год...

Тем не менее, естественное родительство дарит много полезных советов. И сложно сейчас воспитывать ребёнка, совершенно не используя эти методы. Иногда мамы используют их интуитивно, иногда по совету старших, иногда, как я, начитавшись всякой воспитательной литературы.

И тут нужно иметь в виду несколько вещей:

### **ИНТЕРНЕТ – СЕРЬЁЗНОЕ ПОДСПОРЬЕ**

На прилавках у нас по-прежнему доктор Спок, а в Интернете уже как минимум доктор Комаровский<sup>13</sup>. Там вам

---

<sup>13</sup> Так было во время написания этой книги. Сейчас разные иные хорошие педиатры издают книги и ведут интересные блоги в соцсетях. На слуху, например, имена Федора Катасонова, Сергея Бутрия и других.

могут ответить, например, совместимо ли лекарство с кормлением грудью. Там можно скачать нужные книги и получить консультации. Если вы Интернетом регулярно не пользуетесь, вероятно, в этом много достоинств, но в вопросах по уходу за ребёнком виртуально могут помочь, хотя надо проявлять осмотрительность.

### **ЧИТАТЬ НАДО КНИГИ, А НЕ ТО, ЧТО ВОКРУГ НИХ**

Мамы на форумах часто неадекватны и не имеют медицинского образования. Они проходят какую-то свою стадию в воспитании детей и поэтому зачастую беспелляционны в своих высказываниях. Читая их, у вас может сложиться заведомо неверное мнение о подходе естественного родительства как о фанатичном. Это не вполне правильно. Книга на книгу, конечно, не приходится. Но Марта и Уильям Сирсы пишут мягко, ни за что не осуждая, а как бы советуя. Ингрид Бауэр пишет о своём «методе естественной гигиены младенцев» тоже довольно нежно. Есть, несомненно, и более радикальные авторы. Но от прочтения книги картина в любом случае полнее и яснее, чем от проглядывания тематических статей и интернет-комментариев. Выбирайте признанные работы, а не сомнительные брошюры. Многие книги по естественному уходу изданы, поищите в магазинах. Если нет возможности, посмотрите в Интернете: можно распечатать, если сложно читать с экрана.

## **ДАННЫЕ СВЕТСКИХ КНИГ ОТНОСИТЕЛЬНЫ**

Если у вас нет медицинского образования, вы будете иметь дело не с научной, а научно-популярной литературой. Как бы хороша она ни была, она отстаёт от современной научной мысли на несколько лет, если не десятилетий. В светских книгах нет абсолютной истины, ко всему надо подходить критически. Автор мог передумать, исследования могли его опровергнуть, а книги говорят всё то же. Научно-популярная литература — это в определённом смысле опасная сфера: она написана так, чтобы ей верили, и напористо объясняет то, что не до конца ясно. Любое уверенное изложение действует на человека, а молодые мамы в высшей степени некритичны.

Научно-популярная литература по воспитанию детей — это всё-таки не совсем научно. Часть фактов немного передёргивается ради риторики, часть опускается — и в результате женщины, прочитавшие у Ледлофф о методах выращивания потомства в племени екуана, искренне верят, что никто до неё не знал о том, как вырастить ребёнка счастливым.

Есть и ещё один момент — занимательно-исторический. Все лейтмотивы естественного родительства уходят примерно на век назад. О том, как любить ребёнка, писали и Эрих Фромм, и Януш Корчак. Когда доктор Мендельсон рассказывает об ужасах больницы, в этом слышатся отголоски «Рождения клиники» Фуко. Одно время я думала, что если уж читать, то самые истоки. Я несколько ошиба-

лась. Это, возможно, полезно в плане понимания сути, но на практике совершенно не помогает...

До научно-популярной литературы открытия доходят медленно. Так, теории, которые учёные уже опровергли, десятилетиями продолжают преподаваться в школе. Не стоит верить всему, что написано в светских книгах.

Но, несмотря на весь этот скептический абзац, опыт показывает, что естественный уход за ребёнком во многом себя оправдывает, и будет разумно использовать эти знания — с должными оговорками.

### **ЧАСТЬ НАПИСАННОГО В СВЕТСКИХ КНИГАХ, КАК ПРАВИЛО, К НАМ НЕ ОТНОСИТСЯ**

В книгах по детской психологии целые главы посвящены, например, тому, как рассказать ребёнку о смерти. Акцент делается на неопределённости, непонимании, паническом страхе, который эта тема вызывает у немусульман. Хвала Аллаху, мы мусульмане. Мы лишены этого блуждания, этого заискивания перед мифами разных народов, этих безуспешных и осторожных попыток порассуждать о смысле жизни. Эти главы — не для нас.

Не для нас, скорее всего, и бесконечные уговоры авторов книг не думать о мнении людей вокруг. Мусульмане это и без них знают. Нет, я не идеализирую: к сожалению, в наше время игры на публику у всех предостаточно. Но всё-таки каждая мусульманка, особенно если она хотя бы раз сталкивалась с неприятием *хиджаба*, противопоставляет себя современному обществу куда более активно, чем

другие. В неисламской среде многие женщины именно с материнством осознают, что правильно — это не так, как модно на Западе. Мусульманка знает об этом и до рождения ребёнка.

Поэтому отдельные главы можно спокойно пролистывать. Мы ничего не потеряем, *иншаАллах*.

### **ЧАСТЬ НАПИСАННОГО В СВЕТСКИХ КНИГАХ МОЖЕТ БЫТЬ КУФРОМ**

И это самый важный момент. Самое страшное, что может быть, — это неверие. Поэтому, читая светские книги, надо быть осторожным.

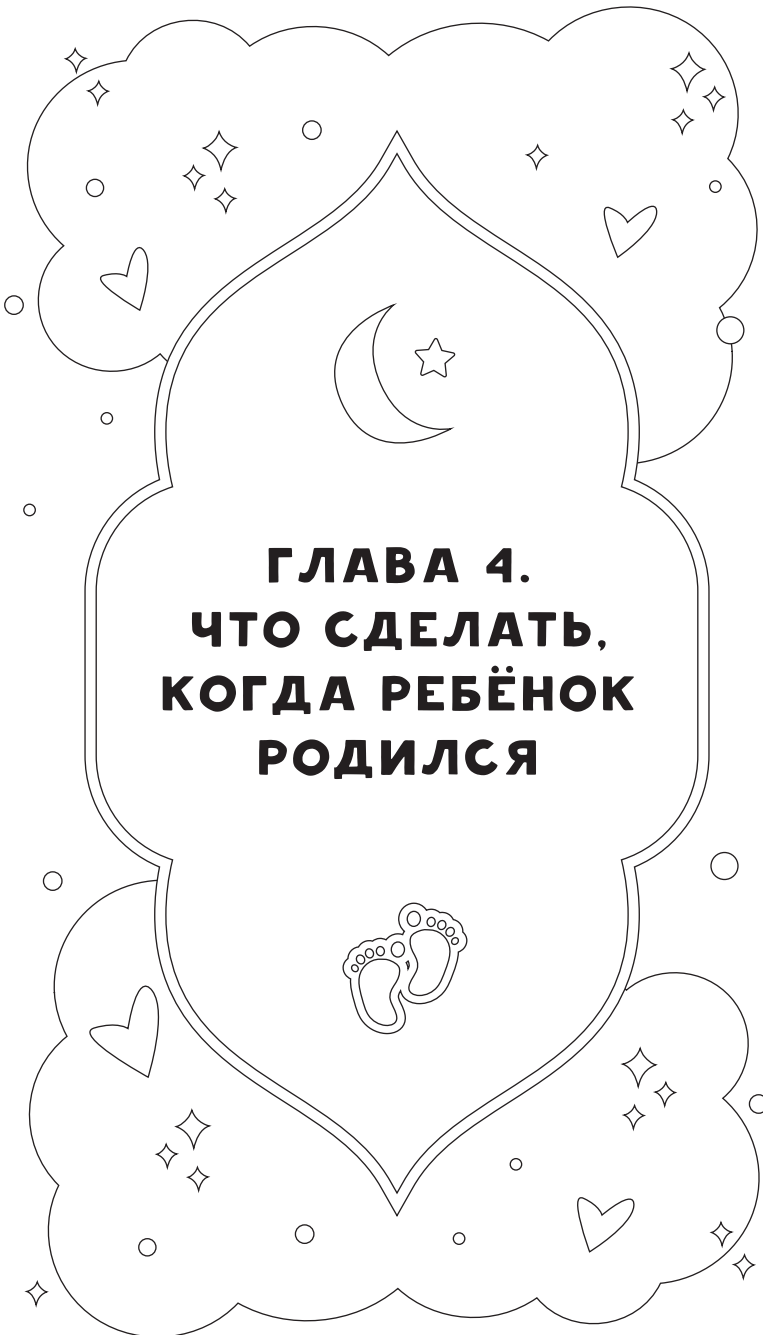
Воспитание детей — это такая область, вокруг которой растут языческие культы, приметы и суеверия. Она идёт об руку с рассуждениями о «мудрой природе» и «первобытных предках», чьи мохнатые детёныши плакали в лесу от страха. Советы по ароматерапии часто спрягаются с буддизмом и гороскопами. Всё это — не из Ислама.

Просто перестать читать книги по уходу за детьми — не выход: рано или поздно вам срочно понадобится информация, или в поликлинике всучат журнал про уход и воспитание, или услышите что-нибудь по телевизору, или перескажут знакомые. Если вам хватает сугубо исламской литературы, лучше ей и ограничиться, а не прочитывать десятки страниц про теорию эволюции в поисках ответа, чем лечить кашель или как приложить малыша к груди. Если так сложилось, что нужно обратиться к светским источникам, будьте осторожны.

Предками человека были не животные, а Адам, мир ему, и Хава. Человека создала не «мудрая природа», а Всевышний Аллах. Аллах не находится где-то и не проявляется в предметах. Если вы встречаете утверждения, противоречащие этим, не принимайте их на веру и не поддавайтесь сомнениям.

И это ещё не всё: никогда не знаешь, что именно можно встретить на следующей странице... Дорогие сёстры, учите *акыду*, будьте осторожны.

*ИншаАллах*, когда-нибудь все практические советы можно будет найти в книгах, написанных мусульманами. Это куда лучше.



**ГЛАВА 4.  
ЧТО СДЕЛАТЬ,  
КОГДА РЕБЁНОК  
РОДИЛСЯ**

## 1. РАСПРОСТРАНЕНИЕ РАДОСТНОЙ ВЕСТИ

Мусульманину желательно как можно быстрее сообщить всем родным и близким о рождении ребёнка. Это укрепляет узы дружбы и родства, способствует единению мусульман.

О важности распространения этой радостной вести сказано в Священном Коране.

Всевышний Аллах говорит (смысл): **«Тогда (чтобы удостоить её ещё большей радости) Мы сообщили ей радостную весть о (благословенном сыне) Исхаке, а вслед за Исхаком — о (внуке) Я'кубе»**<sup>14</sup>.

И Всевышний Аллах обрадовал госпожу Марьям вестью о рождении пророка Исы, мир ему, (смысл): **«О Марьям! Поистине, Аллах радуется тебе вестью о слове от Него, имя ему — Помазанник Иса, сын Марьям»**<sup>15</sup>.

Также Всевышний обрадовал Закарийю, мир ему, сказав (смысл): **«О Закарийя! Поистине, Мы радуем тебя вестью о мальчике [который станет твоим наследником, как ты и просил]. Имя ему Яхья»**<sup>16</sup>.

Когда родился Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, рабыня его дяди Абу Ляхаба по имени Сувейба обрадовала того вестью о рождении племянника. От радости Абу Ляхаб дал ей свободу. За это Всевышний Аллах каждый понедельник даёт ему утолить жажду из выемки, которая образуется при сжатии кулака у основания большого пальца<sup>17</sup>.

<sup>14</sup> Коран, 11:71. Перевод смысла — из авторского тафсира сайта [azan.ru](http://azan.ru).

<sup>15</sup> Коран, 3:45. Перевод смысла — из авторского тафсира сайта [azan.ru](http://azan.ru).

<sup>16</sup> Коран, 19:7. Перевод смысла — из авторского тафсира сайта [azan.ru](http://azan.ru).

<sup>17</sup> «Фатх аль-Бари», Китаб ан-никах, 9/124.

## 2. ПОЗДРАВЛЕНИЕ ОТЦА НОВОРОЖДЁННОГО

Желательно поздравить отца ребёнка, сделав следующее *дуа*:

بَارَكَ اللهُ لَكَ فِي الْمَوْهُوبِ لَكَ، وَشَكَرْتَ الْوَاهِبَ، وَبَلَغَ أَشُدَّهُ،  
وَرَزَقْتَ بِرَّهُ

[Транскрипция:] «*БаракаЛлаху ляка филь-мавхуби ляка, ва шакарталь-вахибя ва баляга ашуддаху ва рузикта биррах*». [Перевод: «*Да сделает Аллах для тебя благословенным того, кто был дарован тебе, да воздашь ты Дарителю благодарностью, да достигнет новорождённый полной зрелости и да будет тебе дано увидеть проявления его почтительности!*»]

На эти слова отцу ребёнка желательно ответить:

بَارَكَ اللهُ لَكَ وَبَارَكَ اللهُ عَلَيْكَ

[Транскрипция:] «*БаракаЛлаху ляка ва баракаЛлаху алейка*» (или: «*АджзальяЛлаху савабак*»). [Перевод: «*Да благословит тебя Аллах*» (или: «*Пусть увеличит Всевышний твоё вознаграждение*»)]<sup>18</sup>.

Эти *дуа* могут читаться как при рождении мальчика, так и при рождении девочки. Ведь проявлять различие между ними в радости — особенность *джахилии*, потому что в те времена радовались при появлении на свет мальчика и печалились при рождении девочки.

---

<sup>18</sup> Аль-Хатыб аш-Ширбини, «Мугни аль-Мухтадж», 4/296.

### 3. АЗАН И ИКАМАТ НОВОРОЖДЁННОМУ НА УХО

Желательно сразу после рождения ребёнка (как мальчика, так и девочки) прочесть в его правое ухо *азан*, а в левое — *икамат*.

Доказательства этому: От Абу Рафии, да будет доволен им Аллах, передаётся: *«Я видел, как Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, после того как Фатима родила Хасана, сына Али, прочитал в его ухо азан»*<sup>19</sup>.

Имам аль-Байхаки приводит в «Шу'аб»<sup>20</sup> от Хасана ибн Али, да будет доволен им Аллах, что Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: *«У кого родится ребёнок, пусть прочтёт ему азан в правое ухо, а икамат — в левое. Это защитит его от Умм ас-Сибьян»*<sup>21</sup>.

Смысл этого — и Аллах знает лучше: смысл чтения *азана* и *икамата* новорождённому состоит в том, чтобы эти священные слова были первым, что услышит младенец. В них содержится упоминание о величии Всевышнего, слова *шахады*, признание которой делает человека мусульманином. Эти слова как бы внушаются младенцу при появлении в этом мире, так же, как они внушаются умирающему, покидающему этот мир.

Есть и другой смысл: звуки *азана* отпугивают *шайтана*, который с нетерпением ожидает появления на свет нового

---

<sup>19</sup> Ат-Тирмизи, 1514; Абу Дауд, №5105.

<sup>20</sup> «Шу'аб уль-Иман», №8619.

<sup>21</sup> Джинн женского пола.

человека, чтобы завладеть им и сбить с истинного пути. И в словах *азана* содержится призыв к Аллаху, к Исламу, и это и есть та чистота — *фитра* — с которой рождается каждый человек. И этот призыв должен предшествовать зову *шайтана*.

Передаётся от Абу Хурайры, да будет доволен им Аллах, что Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: **«Каждого младенца при рождении касается шайтан. И все они кричат от этого прикосновения, кроме Марьям и её сына Исы»<sup>22</sup>.**

Затем Абу Хурайра, да будет доволен им Аллах, добавил: **«Если хотите, читайте:**

وَإِنِّي أَعِيذُهَا بِكَ وَذُرِّيَّتَهَا مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

[Транскрипция:] **“Инни у’изуха бика ва зурриййатаха мина-ш-шайтани раджим”**. [Перевод: **“И я прошу Тебя защитить её и её потомство от проклятого шайтана<sup>23</sup>”<sup>24</sup>**»].

### 4. ТАХНИК

Желательно после рождения ребёнка положить ему в рот прожёванный кусочек финика.

Делается это так: финик разжёвывается, небольшая его часть берётся пальцем и кладётся новорождённому в рот,

<sup>22</sup> Аль-Бухари, №4274.

<sup>23</sup> Это дуа сделала мать Марьям при рождении дочери.

<sup>24</sup> Коран, 3:36. Перевод смысла — из авторского тафсира сайта [azan.ru](http://azan.ru).

затем лёгкими движениями пальца массируется полость рта справа налево, так, чтобы прожёванной массой охватить всю ротовую полость.

При отсутствии финика можно использовать любой сладкий продукт.

*Тахник* — это *Сунна* Пророка, да благословит его Аллах и приветствует. Благодаря этому укрепляются мышцы полости рта и языка, и ребёнок подготавливается к принятию материнской груди.

Желательно, чтобы это делал знающий и/или благочестивый мужчина, чтобы ребёнок получил его *баракат*. Но если в окружении такого мужчины нет, то это может сделать благочестивая женщина.

Приведём несколько *хадисов*, указывающих на желательность этой процедуры:

Передаётся от Абу Мусы, да будет доволен им Аллах: «У меня родился сын. Я отправился к Пророку. Он дал ему имя *Ибрахим*. Затем сделал ему *тахник фиником*»<sup>25</sup>.

Передаётся от Аиши, да будет доволен ею Аллах, что Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, приходил, когда рождался ребёнок, делал им *дуа*<sup>26</sup> и делал *тахник*<sup>27</sup>.

---

<sup>25</sup> Аль-Бухари, №5467; Муслим, №2145.

<sup>26</sup> Имам ан-Навави толкует слова хадиса «фа юбаррик 'aleyhim» как «делал им *дуа*, проводил по ним рукой, чтобы они получили от *баракат*».

<sup>27</sup> Муслим, №2147.

От Анаса ибн Малика, да будет доволен им Аллах, передают, что Умм Салим родила ребёнка: *«Вместе с новорождённым ребёнком Абу Тальхи я отправился к Посланнику Всевышнего. Он спросил: «Есть ли у тебя финики?» Я ответил: «Да», — и дал ему их. Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, взял, прожевал и после, вынув прожёванное, положил в рот младенца и сделал тахник. Пророк назвал его ‘Абдуллахом»*<sup>28</sup>.

### 5. ИМЯНАРЕЧЕНИЕ

#### [5.1. КОГДА?]

Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: *«При рождении ребёнка нужно принести в жертву животное. Животное закалывается на седьмой день. В этот же день ребёнку дают имя и бреют голову»*<sup>29</sup>.

Этот *хадис* указывает, что имя даётся на седьмой день. Однако есть и другой *хадис*, из которого следует, что *сунна* — давать имя в день рождения ребёнка.

Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: *«Ночью у меня родился сын, я назвал его именем праотца своего — Ибрахимом»*<sup>30</sup>.

Из этих *хадисов* следует, что давать имя можно как в день рождения ребёнка, так и на седьмой день.

Также, если ребёнок умер до имянаречения, желательно все равно дать ему имя.

---

<sup>28</sup> Аль-Бухари, №5470; Муслим, №2144.

<sup>29</sup> Абу Дауд, №2837; Ат-Тирмизи, №1522.

<sup>30</sup> Муслим, №2315.

### [5.2. ПРАВО ОТЦА]

Когда родители ребёнка не могут прийти к согласию относительно имени, право дать ему имя отдаётся отцу. На это указывают вышеприведённые *хадисы*. Также говорят про человека: такой-то сын такого-то, и это закреплено в Священном Коране. Всевышний Аллах говорит (смысл): «**Называйте их (приёмных детей) по их отцам. Это наиболее справедливо перед Аллахом**»<sup>31</sup>.

### [5.3. КАКИМИ ИМЕНАМИ ЖЕЛАТЕЛЬНО НАЗЫВАТЬ ДЕТЕЙ?]

На это родители должны обязательно обращать внимание. Дать ребёнку хорошее, красивое имя — это их обязанность.

Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: «**Поистине, в Судный День вас будут призывать вашими именами и именами ваших отцов. Так нарекайте же детей красивыми именами!**»<sup>32</sup>

Самыми любимыми для Аллаха именами являются Абдуллах и Абдур-Рахман.

Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: «**Поистине, самые любимые имена для Всевышнего — ‘Абдуллах и ‘Абдур-Рахман**»<sup>33</sup>.

Также к желательным именам относятся имена пророков.

---

<sup>31</sup> Коран, 33:5. Перевод смысла — из авторского тафсира сайта [azan.ru](http://azan.ru).

<sup>32</sup> Абу Дауд, №4948.

<sup>33</sup> Муслим, №2132.

Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: «*Давайте своим детям имена пророков*»<sup>34</sup>.

Дозволяется назвать ребёнка больше, чем одним именем, однако ограничиться одним лучше, ведь Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, давал всем своим детям одно имя.

Дозволено давать детям также хорошие прозвища, например, прозвища сподвижников, такие, как ‘Умар аль-Фарук, Хамза Асадуллах или Халид Сайфуллах.

### **[5.4. ИЗМЕНЕНИЕ ИМЕНИ С ПЛОХИМ СМЫСЛОМ]**

Важно, чтобы имя, которые родители дают ребёнку, не имело дурного смысла, не дало бы впоследствии повода задеть его честь, стать поводом для издевательств. Достоверно известно, что Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, менял людям имена с плохим смыслом.

Передаётся от Абу Хурейры, да будет доволен им Аллах, что имя сподвижницы Зейнаб было Бара (Благочестивая), ей сказали: «Ты как будто хвалишь себя». И Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, назвал её Зейнаб<sup>35</sup>.

### **[5.5. КАКИЕ ИМЕНА ДАВАТЬ НЕЖЕЛАТЕЛЬНО?]**

К именам, которые мусульманам нежелательно давать детям, относятся:

---

<sup>34</sup> Абу Дауд, №4950.

<sup>35</sup> Аль-Бухари, №5839; Муслим, №2141.

- А) Имена, указывающие на достоинства, например, Афлях (преуспевающий), Наджах (счастливый), Барака (благодать). Например, если спросишь: «Есть ли среди вас Нафи' (полезный)?» — и тебе ответят: «Нет», — получится, как будто среди присутствующих нет ни одного полезного человека.
- Б) Имена, образованные от слов с неприятным людям смыслом, например, Харб (война), Кальб (собака), Хайя (змея), Мурра (горечь) и т. п.

Аль-Бухари передаёт в «Сахих» от Са'ида ибн аль-Мусайяба, который передаёт от отца, который передаёт от его деда, который сказал: «Я пришёл к Пророку, да благословит его Аллах и приветствует, и он спросил: «Как тебя зовут?» Я ответил: «Хазн»<sup>36</sup>. Тогда он сказал: «Ты — Сахль»<sup>37</sup>. Но [дед] сказал: «Я не изменю имя, которое мне дал отец». И Ибн Мусайяб сказал: «И с тех пор эта «жесткость» не покидает нас».

- В) По мнению имама Малика, нежелательно давать имена ангелов, например, Джibriль, Микаиль, Исрафиль. Также от него передаётся мнение о нежелательности давать имена по названиям сур Священного Корана, такие, как «Таха», «Ясин», «Хамим». Однако большинство сошлось на том, что нет нежелательности в назывании детей именами ангелов и именами по названиям сур Корана.<sup>38</sup>

---

<sup>36</sup> Что значит «жесткий».

<sup>37</sup> «Мягкий».

<sup>38</sup> Имам ан-Навави, «Аль-Маджму'», 8/436.

- Г) Нежелательно давать детям имена, связанные с Фараоном, такие, как Фир'авн, Карун, Хаман.
- Д) Также нежелательно давать имена *шайтанов*, например, аль-Вальхан, аль-Аджда' и т. п.

Аш-Ша'би передаёт от Масрука, который сказал: «Однажды я встретил Умара ибн аль-Хаттаба, и он спросил меня: “Ты кто?” Я ответил: “Масрук ибн аль-Аджда’”. И Умар, да будет доволен им Аллах, сказал: “Я слышал, как Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, говорит: «Аль-Аджда’ значит «шайтан»»»<sup>39</sup>.

### **[5.6. КАКИЕ ИМЕНА ДАВАТЬ ЗАПРЕЩЕНО (ХАРАМ)?]**

- А) Является *харамом* давать имена, указывающие на поклонение кому-либо, кроме Аллаха. Например, Абд аль-Кааба, Абд ан-Набий, Абд аль-‘Узза и подобные.
- Б) Также запретны имена вроде Сейид ан-Нас (господин людей), Сейид аль-Араб и т. п., так как эти эпитеты относятся лишь к Пророку, да благословит его Аллах и приветствует.
- В) Также запрещено называть именами и эпитетами, принадлежащими лишь Всевышнему Аллаху, такими, как Ас-Самад, Аль-Халик, Ар-Разик<sup>40</sup>.

---

<sup>39</sup> Абу Дауд, №4957.

<sup>40</sup> Ханафиты позволяют называть человека именами Аллаха, кроме имён Аллах и ар-Рахман. (Вахба аз-Зухайли. Мусульманская семья в современном мире).

- Г) Запрещено давать имена вроде Малик аль-Мулук и Шахин Шах (царь царей) или Султан ас-салятын (правитель правителей)
- Д) Запрещены имена, похожие на клички, унижающие честь человека, например, Касыр (короткий), Ахрас (немой) и т. п. Всевышний Аллах сказал (смысл): **«Не выискивайте друг у друга недостатки и не давайте друг другу оскорбительных прозвищ»**<sup>41</sup>.

### 6. АКЫКА

Слово «акыка» в арабском языке означает волосы, сбритые с головы младенца. Учёные по *фикху* называют этим словом жертвоприношение по случаю рождения ребёнка.

По мнению учёных трёх *мазхабов*, жертвоприношение является *мустахаббом* — желательным действием. Ханафиты же не считают его ни *ваджибом* (обязательным), ни *мустахаббом*. Поэтому кто хочет, может делать, кто хочет, может не делать<sup>42</sup>.

Является *сунной* закалывать за мальчика двух баранов, а за девочку одного. Это мнение шафиитов и ханбалитов.

Имам Малик сказал: «За каждого новорождённого, будь это мальчик или девочка, — один баран, поскольку передаётся, что Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, сделал *акыку* за Хасана и Хусейна по одному барану»<sup>43</sup>.

---

<sup>41</sup> Коран, 49:11. Перевод смысла — из авторского тафсира сайта [azan.ru](http://azan.ru).

<sup>42</sup> Абу Бакр аль-Касани, «Бадаи'ас-санаи'», 5/69.

<sup>43</sup> Абу Дауд, №2841.

Из Сунны — совершение *акыки* на седьмой день после рождения, но, если сделаешь раньше или позже, это дозволено. Желательно сказать при забивании животного:

بِسْمِ اللَّهِ، اللَّهُمَّ لَكَ وَإِلَيْكَ عَقِيْقَةٌ

[Транскрипция:] «*Бисмилляхи, Аллахумма ляка ва иляйка акыкату* [за такого-то<sup>44</sup>]». [Перевод:] «*С именем Аллаха. О Всевышний, Тебе [принадлежит] и к Тебе [возвращается] акыка [за такого-то]*», — как это передаёт наша госпожа Аиша, да будет доволен ею Аллах, что Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, приказал им так делать<sup>45</sup>.

Желательно разделить тушу на части, отрезая каждую кость в месте сочленения суставов, и не ломать кости без нужды. Это подкрепляется словами Пророка, да благословит его Аллах и приветствует. Он, да благословит его Аллах и приветствует, сказал дочери Фатиме, да будет доволен ею Аллах: «*Отправьте женщине, принимавшей роды, ногу жертвенного животного. Ешьте [это мясо] и кормите [им] других, и не ломайте кости этого животного*»<sup>46</sup>.

Желательное действие совершения *акыки* возложено на отца.

---

<sup>44</sup> Вместо «такого-то» произносится имя ребёнка, за которого делается акыка.

<sup>45</sup> Абдур-Раззак в «Аль-Мусаннаф», № 7963; Аль-Байхаки в «Ас-Сунан аль-Кубра», № 3039.

<sup>46</sup> Абу Дауд.

Маликиты и ханбалиты говорят, что нет нежелательности в том, что *акыку* будет делать не отец или человек сделает её сам за себя, когда вырастет. Шафииты говорят о том, что *акыка* за новорождённого — *сунна* для того, на ком лежит обязанность его содержать, (из своих средств, а не средств новорождённого).

Для *акыки* подходит любое животное, которое подходит для жертвоприношения, то есть без явных недостатков и так далее. Большинство учёных сошлось на том, что животное для *акыки* должно быть овцой, коровой или верблюдом. Большинство шафиитов и маликитов сказало, что корову или верблюда можно принести за семерых детей, а барана — за одного ребёнка.

Желательно мясо зарезанного животного приготовить, съесть в семейном кругу, часть можно раздать как *садака*.

## 7. БРИТЬЁ ВОЛОС

Желательно сбрить все волосы на голове ребёнка на седьмой день после рождения после совершения *акыки*. Недостаточно для выполнения *сунны* побрить часть головы или укоротить волосы. После этого желательно собрать волосы, взвесить их и раздать бедным золото и серебро на вес этих волос<sup>47</sup>.

Джа‘фар ибн Мухаммад передаёт от своего отца: «*Фатима, да будет доволен ею Аллах, взвесила волосы Хасана,*

---

<sup>47</sup> Аль-Хатыб аш-Ширбини, «Мугни аль-Мухтадж», 4/67.

Хусейна, Зейнаб и Умм Кульсум и в качестве подаяния выплатила серебро, равное весу этих волос»<sup>48</sup>.

Шафииты и маликиты сошлись на том, что желательно брить голову как мальчикам, так и девочкам. В ханбалитском мазхабе желательность бритья головы относится только к мальчикам.

## **8. ОБРЕЗАНИЕ**

Под обрезанием имеется в виду удаление крайней плоти, закрывающей головку полового члена, у мужчин.

Есть много хадисов об обрезании.

Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: **«К фитре (естеству)<sup>49</sup> относится пять вещей: обрезание, бритьё волос на лобке, выщипывание волос под мышками, подстригание ногтей и укорачивание усов»<sup>50</sup>.**

Передаётся, что Джабир, да будет доволен им Аллах, сказал: **«Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, на седьмой день после рождения Хасана и Хусейна принёс за них в жертву животное и сделал им обрезание».**

Женское обрезание состоит в удалении так называемого «капюшона», прикрывающего клитор<sup>51</sup>.

---

<sup>48</sup> Малик в «Муватта», 2/501.

<sup>49</sup> Есть два вида фитры: фитра сердца, то есть познание Аллаха, любовь к Нему и очищение сердца от всего, помимо Него, и фитра тела. К последней относятся упомянутые вещи.

<sup>50</sup> Аль-Бухари, № 5889; Муслим, № 257.

<sup>51</sup> Не имеются в виду варварские практики удаления клитора и тому подобное. Женское обрезание, сделанное по правилам, не лиша-

### [8.1. ХУКМ ОБРЕЗАНИЯ]

По мнению *имамов* Малика, аш-Шафии и Ахмада, обрезание является *ваджибом*, то есть обязательным.

*Имам* Малик сказал: «Тому, у кого нет обрезания, не разрешается быть *имамом* в *намазе*, и его свидетельство не принимается». Однако от него же передаётся другое мнение — о том, что обрезание — *сунна* (желательно). Мнение *имама* Абу Ханифы также заключается в том, что это желательно.

По мнению шафиитов, женское обрезание является обязательным, у маликитов — желательным, а по ханафитскому *мазхабу* это почтение, оказываемое мужу, потому что эта процедура делает половое сношение более приятным для него.

### [8.2. КОГДА НУЖНО ДЕЛАТЬ ОБРЕЗАНИЕ?]

Большинство учёных высказалось за то, что обрезание становится обязательным по достижению совершеннолетия.

Но лучше сделать обрезание ребёнку с первых дней его жизни. По шафиитскому *мазхабу*, желательно делать его на седьмой день, а нежелательно — до седьмого дня. А по маликитскому и ханбалитскому *мазхабам* обрезание желательно делать в возрасте от семи до десяти лет<sup>52</sup>.


---

ет женщину удовольствия от полового акта. Скорее, наоборот, хирургическая операция по обнажению клитора (то есть женское обрезание) часто приводит к повышению чувствительности.

<sup>52</sup> Подготовлено по материалам книги шейха Юсуфа Хаттара Мухаммада «Ат-Тарбия аль-имания ва-н-нафсия лиль-ауляд».



**ГЛАВА 5.  
ГРУДНОЕ  
ВСКАРМЛИВАНИЕ**



**И**менно с вопросов о том, как кормить грудью, для меня началось материнство. Я рожала в роддоме, где не было совместного пребывания матери с ребёнком, малыша ко мне приносили по часам и оставляли на тридцать минут. Сказать, что ребёнку надо давать грудь, даже если молоко из неё не бьёт фонтаном, мне никто не удосужился. Один раз нянечка попробовала вложить мою грудь малышу в рот, дико сдавила её, так что я чуть не закричала, и с возгласом: «Да у тебя там ничего нет!» — всё бросила и ушла. После кесарева я провалялась в роддоме неделю, исправно по часам любовалась на младенца, кормить его даже особо и не пыталась (молока-то нет! — как мне казалось), молоко себя не обнаруживало, грудь не наливалась. Как-то, перед очередным режимным кормлением, я пожаловалась:

— Но у меня совсем нет молока!

Нянечка (другая) весело и грубо откликнулась:

— Ну, а пообщаться-то со своим ребёнком хотите?

— Хочу, — пролепетала я, опешив от вопроса.

Вот, собственно, и всё, что мне рассказал медперсонал. Ещё один раз медсестра крайне болезненно надавила на грудь, вызвав радостную струйку молока, и ушла, убедившись, что вроде как всё в порядке. Несмотря на многообещающую струйку, сжегиваться ничего особенно не сжегивалось, да я и не пыталась, потому что приливов не ощущала.

Меня утешала дружелюбная соседка по палате, родившая третьего ребёнка через три дня после меня. Она убеждала, что молоко будет и что без совместного пребывания с младенцем трудно наладить грудное вскармливание. В общем, правильные вещи она говорила, но мне не ве-

рилось. Глядя на неё, румяную, с фонтанами молока, мне казалось, что вот она — биологически образцовая мать. А у меня дурная наследственность, и молока не будет. На всё Воля Аллаха, конечно, думала я. Но ярко выраженного энтузиазма всё же не было.

Я размышляла, ковыляя по роддомовскому коридору: «И вот заберу я ребёнка домой, и начну его кормить, и молока не будет — как мне узнать об этом? Вдруг я так и буду его прикладывать к пустой груди, а он будет голодать?» Воображение услужливо рисовало самые ужасные картины. Я паниковала и даже договорилась в отделении новорождённых, что мне покажут, как купать и пеленать. Но главный вопрос оставался без ответа — как кормить-то? Врачи говорили, что я сама разберусь, перед выпиской советовали сцеживаться и не давать две груди в одно кормление. Я ехала домой с зелёным мирно спящим конвертом на руках и в дикой, дикой панике.

Не помню, как пережила первый день, кажется, руки тряслись, кормила по требованию, мучилась нервной головной болью. На следующий день пришёл педиатр: она оказалась очень милой, понимала все материнские тревоги, вручила листочек с чёткими инструкциями, как капать перекись водорода в пупок и что делать, если будут гноиться глазки. Она меня утешила во всём, кроме одного: я по-прежнему не понимала, как кормить ребёнка. Когда через пару недель выяснилось, что малыш набрал триста граммов вместо положенных хотя бы пятисот, я распаниковалась окончательно и ринулась читать книжки.

Мой вопрос решался просто, на самом деле. Налицо была проблема толкования, очень знакомая и в исламских кругах. Дело в том, что кормить ребёнка по требованию — это кормить его часто. Если ребёнок требует грудь раз в три часа, это значит, что либо у него сильный стресс и он слишком слаб и растерян, чтобы активно просить грудь, либо вы с перепугу не замечаете его сигналов. В этом случае надо кормить «по требованию матери», когда мама сама предлагает ребёнку грудь раз в час-полтора. Если он крепко спит, надо будить, тормошить, обтирать водой или давать грудь, пока он спит, поймав сосательное движение.

Мораль истории такова: информация о том, как правильно кормить, по-прежнему на вес золота. Да, женские консультации всё чаще и чаще раздают буклеты и журналы с общими правилами, но этих правил многим не хватает. Как всегда, нужен комментарий — разъяснение, что именно имеется в виду и как поступать в конкретной ситуации.

Не представляется возможным в одной главе рассказать обо всём, что связано с кормлением грудью.

В последнее время всё большее распространение приобретает новая профессия — консультант по грудному вскармливанию. В официальном перечне профессий такой специальности пока в России нет. Тем не менее, число консультантов растёт. Кто это такие? Это женщины, которые окончили курсы по подготовке консультантов по грудному вскармливанию, которые в тонкостях знают процесс кормления грудью и, что немаловажно, которые сами кормили грудью как минимум одного ребёнка как минимум до по-

лутора лет. У них есть знания, у них есть опыт, и они могут помочь молодой маме. Раньше, когда все тонкости ухода за новорождённым передавались из поколения в поколение, когда маленькие девочки наблюдали, как их мамы кормят грудью их братьев и сестёр, нужды в консультантах не было. Консультировали бабушки, мамы, другие родственники, подруги. Да и сама женщина, наблюдая за тем, как воспитывают других детей, постигала азы ухода за малышом и была готова к материнству задолго до рождения первого ребёнка.

Сейчас всё, к сожалению, изменилось: в том, как кормить грудью, мало кто разбирается. В СССР, например, налаживать грудное вскармливание должен был педиатр, опираясь на государственную установку «свернуть кормление грудью примерно к году». Следуя неправильным советам, мамы кормили всё меньше, по режиму, переводили на смесь всё чаще и отлучали от груди всё раньше. Некомпетентность в вопросах грудного вскармливания достигла ужасающих масштабов. И сейчас молодым мамам зачастую просто не к кому обратиться. Иногда нужен толковый совет по конкретному вопросу, иногда — полный ликбез, иногда — просто поддержка. *Утешения знакомых часто не помогают, а удручают. Ты мучительно бьёшься за то, чтобы малыш не отказался от груди, и тут тебе говорят: «Да ну, тоже мне, нашла проблему: меня кормили смесью, и ничего. Покормила месяц — и хватит!» После таких комментариев руки опускаются! Не слушайте эти вредные советы! Кормление грудью — это очень и очень важно как для ребёнка, так и для мамы! Это стоит всех*

*усилий!* И вот нашёлся выход — консультации по лактации. Консультанты помогают маме наладить грудное вскармливание, учат правильному подходу к кормлению, отвечают на самые разнообразные вопросы, оказывают психологическую поддержку.

Не стесняйтесь обращаться к консультантам по грудному вскармливанию: они могут помочь решить самые разнообразные проблемы: лактостаз, отказ от груди, кормление двойни и даже тройни, кормление недоношенных детей и тому подобное. К сожалению, консультация может стоить относительно дорого, но посчитайте, сколько денег у вас уйдёт на смеси и бутылочки и сколько уйдёт на это времени. Может, всё же лучше вызвать консультанта? Это отнюдь не реклама, поскольку сама я не консультирую. Но разум говорит, что надо обращаться к тем, кто может стать причиной для улучшения нашего состояния.

Впрочем, теоретически в большинстве случаев вы и без консультантов можете замечательно кормить грудью. Консультанты многим нужны именно затем, чтобы придать уверенности в собственных силах, чтобы уверить вас, что вы всё делаете правильно. Во многих центрах дают бесплатные консультации по телефону, и можно спросить совета на тематических форумах в Интернете. Скорее всего, этого вам будет достаточно.

Нам надо помнить, что грудное вскармливание по *Шариату* обладает множеством достоинств. Женщина получает огромное вознаграждение от Всевышнего Аллаха, кормя грудью своего ребёнка. К сожалению, сейчас мно-

гие мусульманки забывают об этом и, продержавшись пару месяцев, переводят ребёнка сначала на смешанное, а потом — полностью на искусственное вскармливание. Между тем, наладить нормальное грудное вскармливание в течение двух лунных лет — это не самая сложная задача.

### **ЗАЧЕМ КОРМИТЬ ГРУДЬЮ?**

Всевышний Аллах говорит в Коране (смысл): **«Матери должны кормить своих детей грудью два полных года, если они хотят довести кормление грудью до конца. А отец ребёнка обязан обеспечивать питание и одежду матери, согласно установленному (принятому обычаем и согласно своим возможностям). На человека не возложено больше его возможностей. Нельзя использовать ребёнка для причинения вреда его матери и его отцу. На наследника [отца возложены] такие же обязанности. Если они (родители) пожелают отнять ребёнка от груди, посоветовавшись и придя к [взаимному] согласию, то на них не будет греха. Если вы захотите нанять кормилицу для ваших детей, то на вас не будет греха, если вы заплатите ей, согласно установленному [договору — не уменьшая и не задерживая выплату]. Бойтесь Аллаха и знайте, что Аллах видит все, что вы делаете»<sup>53</sup>.**

Современный ханафитский учёный, *шейх* Мухаммад ибн Адам аль-Кавсари объясняет: «Приведённый *аят* оз-

---

<sup>53</sup> Сура аль-Бакара, 2:233. Перевод смысла — из авторского тафсира сайта [azan.ru](http://azan.ru).

начает, что кормление грудью — это моральная и религиозная обязанность матери, хотя её и нельзя принудить к выполнению этой обязанности через суд. Утверждение Всевышнего Аллаха (смысл): **“Матери должны кормить своих детей грудью два полных года ...”** — указывает, что грудное вскармливание в течение двух лет — это право ребёнка по отношению к матери.

Однако, если есть уважительная причина (например, мать слишком больна или слаба, или её молоко не подходит ребёнку, или она беременна), то мать может прекратить кормить грудью. Всевышний Аллах сказал (смысл): **“...Если они (родители) пожелают отнять ребёнка от груди, посоветовавшись и придя к [взаимному] согласию, то на них не будет греха...”** — следовательно, если родители вместе решат, что лучше отлучить ребёнка от груди, то в этом нет ничего страшного, если это не повредит ребёнку. Аналогичным образом, если родители решат, что ребёнку нужна кормилица, то в этом тоже нет ничего страшного, ведь Всевышний Аллах сказал (смысл): **“Если вы захотите нанять кормилицу для ваших детей, то на вас не будет греха, если вы заплатите ей, согласно установленному [договору — не уменьшая и не задерживая выплату]”**» *(конец слов шейха Мухаммада ибн Адама аль-Кавсари).*

Обратите внимание, что случаев, когда мать действительно не может кормить грудью, так что ребёнка лучше отлучить от груди, гораздо меньше, чем кажется. Как правило, мама по косвенным признакам заключает, что молока стало меньше, и, не разобравшись, в чем дело (действи-

тельно ли его стало меньше и, если да, то как увеличить его количество) переводит ребёнка на смешанное вскармливание (смесь + грудное молоко), которое постепенно превращается в полностью искусственное.

Итак, если родители решают, что лучше отлучить ребёнка от груди, на них нет греха. Но не стоит принимать такое решение поспешно! Отсутствие грудного вскармливания или сокращение его срока — это исключение, а отнюдь не правило. Что касается болезней матери, то сейчас почти всегда можно подобрать лекарства, совместимые с кормлением грудью. Ситуации же, когда молоко не подходит ребёнку, вообще единичны.

Учёные говорят, что еда лежит в основе наших деяний. Лучшая еда для ребёнка до двух лет — это материнское молоко. Перед каждым кормлением женщине желательно делать намерение на поклонение. Она должна искать довольство Аллаха, выполняя свой долг перед ребёнком.

### **НЕМНОГО О ГРУДНОМ МОЛОКЕ**

- Грудное молоко проходит через пищеварительную систему ребёнка в два раза быстрее, чем искусственные смеси. Оно подходит ребёнку лучше, чем любое детское питание. Ферменты грудного молока помогают усваивать максимальное количество необходимых элементов во время каждого кормления.
- Грудное вскармливание снижает риск возникновения аллергии.

- Компоненты грудного молока помогают противостоять инфекциям и создают идеальные условия для формирования иммунитета.
- Грудное молоко меняет состав по мере роста ребёнка и как бы подстраивается под него.
- Оно содержит жиры и сахара, необходимые для развития мозга.
- Кормление грудью успокаивает ребёнка и удовлетворяет его потребность в сосании.
- Грудное вскармливание формирует крепкую связь между матерью и ребёнком, а мы знаем, насколько это важно в Исламе.
- Помимо прочего, кормление грудью удобно (не требуется стерилизовать бутылочки и подогревать смесь) и экономично.
- И, в конце концов, грудное вскармливание не требует высоких технологий и не загрязняет окружающую среду.

### КАК КОРМИТЬ ГРУДЬЮ?

Ситуация в странах бывшего СССР в отношении грудного вскармливания пока безрадостна. Советская система здравоохранения рекомендовала такой уход за новорождённым, чтобы женщина не позже, чем через год после родов, могла выйти на работу, отдав отлучённого от груди ребёнка в ясли. Педиатры последовательно советовали женщине совершать действия, приводящие в итоге к раннему прекращению грудного вскармливания. В результате цепочка передачи знания о кормлении грудью прервалась:

у матерей тех женщин, которые рожают сейчас, как правило, весьма печальный опыт грудного вскармливания. Атеистическая система добилась того, что мусульманки, живущие на территории России, разуверились в том, что Аллах дал им тело, способное производить молоко. Но, на самом деле, женщина, которая не может выкормить своего ребёнка, — это редкость. *Интересно, что, чем больше мама кормит грудью, тем более крепкими становятся её материнские чувства: гормон пролактин влияет на мозг, делая женщину уравновешенной и отзывчивой. Может быть, мамы советского времени были так скупы в проявлении эмоций, потому что редко сохраняли грудное вскармливание?*

Первое и главное, что нужно запомнить: молока у вас достаточно — его ровно столько, сколько требуется вашему ребёнку. Даже если вам кажется иначе. Действительно, есть женщины, у которых молоко не вырабатывается или лактация сильно снижена. Таких женщин очень мало, и практически всегда это связано с серьёзной болезнью, о которой они знают задолго до родов. Если вы просто боитесь, что молока мало, то, скорее всего, это не так.

Большинство страхов беспочвенны. Когда обычно мама решает, что молока мало? Когда малыш часто кричит и капризничает. Когда он прикладывается к груди каждые пятнадцать минут. Когда не чувствуется приливов молока. Когда невозможно ничего сцедить. Когда грудь не «каменеет» и остаётся мягкой. Но всё это совершенно не свидетельствует о том, что молока нет! Я, например,

*вообще не знаю, что такое прилив... Они, наверное, у меня были, но прошли незамеченными...*

Есть только два показателя, по которым можно определить, хватает ли молока.

- Во-первых, это прибавки в весе, причём сверяться надо не по устаревшей таблице прибавок, которой пользовались в советское время, а по новой — которая рассчитана именно на кормление грудью, а не смесью<sup>54</sup>.
- Во-вторых, это количество мочеиспусканий в день. Если вам тревожно, есть простой способ выяснить, хватает ли ребёнку молока — снимите с крохи подгузник на двадцать четыре часа и посчитайте количество мочеиспусканий. Если их шесть и меньше, молока, действительно, не хватает. Если ребёнок мочится чаще, можете успокоиться (особенно если мочеиспусканий — десять и больше).

---

<sup>54</sup> В СССР в медицинской среде бытовала таблица примерного набора веса у детей первого года жизни: в месяц ребёнок должен весить столько-то, в три — столько-то, к полугоду — столько-то. Однако она была составлена по наблюдениям за детьми на искусственном вскармливании. Но у грудничков принципиально другая динамика! Дети на грудном вскармливании часто очень быстро набирают вес в первые месяцы, а к полугоду набор сильно снижается. Ориентируясь на старые таблицы, врач может решить, что двухмесячный кроха, которого кормят грудью, страдает ожирением, и посоветует «меньше кормить грудью». И диапазон нормы у детей на грудном вскармливании немного иной. Новые таблицы при необходимости можно найти в Интернете.

Боязнь, что молока будет мало, будто сидит в крови молодых мам постсоветского пространства. Подруга, чей трехмесячный малыш весит уже семь кило и, *машаАллах*, прекрасно себя чувствует, постоянно делилась со мной опасениями, что молока крайне мало. Многие, к сожалению, именно из-за этого страха (хотя, на самом деле, всё у них было в порядке) вводили детям смесь и сворачивали кормление не то что к двум годам, но сильно раньше года. Женщина, которая долго кормит грудью, воспринимается как что-то необычайное. Один раз, когда сыну было всего шесть месяцев, я объясняла знакомой, что вожу его везде с собой, потому что кормлю каждые два часа... «Что, до сих пор?» — недоуменно посмотрела на меня мать, кажется, двоих детей. И это отнюдь не говорит о моей какой-то особой доблести, нет. Вне критических ситуаций любая женщина может кормить своих детей грудью очень и очень долго. Надо просто соблюдать несколько простых правил.

### ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ

- 1) Приложите ребёнка к груди как можно раньше, желательно сразу после родов.
- 2) Кормите младенца по требованию. Это означает, что ребёнку надо предлагать грудь на каждый его писк, не дожидаясь истерик. Даже если вам кажется, что ребёнок нервничает по другой причине, — сначала предложите грудь, а потом разбирайтесь. Если ребёнок не просит грудь в течение полутора-двух с половиной часов, пред-

ложите её сами. Если надо — разбудите (особенно это касается новорождённых). Ни в коем случае не делайте перерывов на 3 часа, как часто советуют. Это приведёт к снижению выработки молока. Чем больше ребёнок проводит у груди и чем чаще он прикладывается, тем больше молока будет в следующий раз.

- 3) Не используйте соски и бутылочки. Вообще. Если вы кормите ребёнка по требованию (см. пункт первый), то потребность в сосании он будет удовлетворять во время прикладываний к груди. Если нужно допоить ребёнка, то давайте жидкость из чашки, ложки или пипетки. Использование пустышек и бутылочек может испортить захват груди, и грудничок перестает эффективно высасывать молоко.
- 4) Научите ребёнка правильно захватывать грудь. Обратитесь за помощью к консультанту по грудному вскармливанию или к опытной маме, которая долго и безболезненно кормила хотя бы одного ребёнка.
- 5) Организуйте как минимум 2-3 ночных кормления (с трёх до семи утра). Ночные кормления задают тон дневным.

Если вы уже перевели ребёнка на смешанное или полностью искусственное вскармливание и теперь жалеете об этом, то можно увеличить количество молока или попробовать восстановить лактацию с нуля. Это реально. Вот для этого надо непременно обратиться к консультанту по грудному вскармливанию и, конечно же, делать *дуа*.

Сейчас издаётся все больше хороших книг о грудном вскармливании. Очень подробно и полезна книга Марты и

Уильяма Сирсов; она так и называется — «Грудное вскармливание». Среди того, что издано в России, это, наверное, одно из лучших руководств по тому, как кормить грудью.

Грудное вскармливание можно сохранить в самых разнообразных сложных условиях, даже если ребёнок попал в больницу, если мама попала в больницу, если мама снова беременна, если мама может кормить лишь одной грудью... Каждая из этих ситуаций специфична, но не надо отчаиваться! *ИншаАллах*, маме-мусульманке будет большое вознаграждение за то, что она продолжила кормить грудью, несмотря на трудности.

### **ФЕТВА ШЕЙХА МУХАММАДА ИБН АДАМА АЛЬ-КАВСАРИ ПРО КОРМЛЕНИЕ ГРУДЬЮ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ**

**Вопрос:** Разрешено ли беременной (срок — 6 недель) женщине кормить свою восьмимесячную дочку грудью? Каков шариятский *хукм* относительно этого?

**Ответ:** Во имя Аллаха, Милостивого ко всем на этом свете и лишь к уверовавшим — на том.

Беременной женщине разрешено кормить ребёнка грудью. В *хадисе*, переданном *имамом* Муслимом в своём «*Сахих*», Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: **«Я думал запретить «гейла» (кормление грудью во время беременности), но я видел, что у византийцев и персов детей кормят грудью во время беременности и детям это не вредит».**

Следовательно, этой беременной женщине разрешается кормить грудью своего восьмимесячного ребёнка.

А Аллах знает лучше.

### ЧТО ТАКОЕ ОТКАЗ ОТ ГРУДИ?

Случается так, что ребёнок сам перестаёт брать грудь, отказываясь от неё. Почему? Есть множество причин, и по ним выделяют ложный и истинный отказы.

Ложный отказ от груди — это, как ясно из названия, отказ ненастоящий, временный, несерьёзный. Почему так случается?

- Что-то болит (ухо, горло, зубы, шея — всё, что угодно, и малышу больно глотать, или у него заложен нос, или просто плохое самочувствие, или реакция на погоду; пройдёт болезнь — пройдёт и отказ, *иншаАллах*).
- Молоко течёт слишком сильно, малыш захлёбывается (можно давать одну грудь два раза подряд и не кормить на приливах — ждать, пока пройдут).
- Первое осознание себя, примерно месяца в три, малыш упирается ручками и ножками в маму, вертит головой, проверяет, что мама будет делать (надо «доказать свою надёжность» — продолжать предлагать грудь, по-прежнему не давать пустышек и бутылочек; если в три месяца малыш начал вроде как отказываться, скорее всего, это именно такой период — скоро, *иншаАллах*, всё вернётся в норму).

- Малыш отвлекается на каждый шорох, подолгу рассматривает предметы вокруг себя (ничего страшного, это любознательность и только, надо продолжать предлагать грудь, как бы «ориентируя» малыша).

Подлинный отказ — это уже сложнее, и он вызван глубокими психологическими причинами. Он всегда указывает на то, что что-то глобально не в порядке. Как правило, причина кроется в неправильном уходе: малышу предлагают соску вместо мамы, или кормят по режиму, а надо чаще, или оставляют спать в кроватке одного, или вообще «дают прокричаться», не утешая сразу. Из-за всего этого ребёнок теряет доверие к маме и ко всему миру. Доверие нужно восстанавливать, и порой на это могут уйти недели, но, конечно, оно стоит того. Что делать? Свести использование пустышки на нет, кормить только грудью, носить на руках (при этом важно в этот период не отдавать малыша на руки другим членам семьи — только мама), не отходить далеко, предлагать грудь часто, но не силой. Можно подождать, пока младенец начнёт засыпать, и предложить ему грудь, пока он в полусне. Это похоже на своего рода битву, тяжёлую как для мамы, которая чувствует себя ненужной, так и для ребёнка, которого будто бы «обидели». Но со временем, если проявлять терпение, малыш начнёт снова брать грудь. И тут уже важно не допускать прежних ошибок...

Иногда отказ связан изменениями в жизни семьи, подчас печальными, например, развод родителей, порой просто стрессовыми, например, переездом. Вообще лю-

бой повторяющийся стресс для младенца может повлечь отказ. Возьмём сеансы массажа: если малышу они не нравятся и изо дня в день он от них страдает, в то время как мама — мама, которая должна защищать! — стоит рядом и не спасает от злой тети-массажистки, ребёнок может обидеться и выразить это одним доступным ему способом — отказаться от маминой груди. Помогает всё тот же мягкий уход (совместный сон, ношение на руках и в слинге и так далее).

*Если массаж необходим по медицинским показаниям, возможно, лучше уходить (хорошо, если при этом малыши остаётся с кем-то знакомым, но не с вами, а не один на один с «врагом») и возвращаться за пару минут до конца сеанса массажа, чтобы выступить в роли спасительницы.*

Аналогично могут влиять частые походы в гости, посещение мест, где собирается много людей. Большое разнообразие напрягает новорождённых, по всей видимости... Если малыш отказывается от груди при том, что никаких сосок и бутылочек вы не используете, много носите его на руках и всё время рядом с ним, надо подумать, не произошло ли за последнее время что-то необычное, что могло напугать, взволновать ребёнка. Может быть, вы начали заниматься с ним по какой-нибудь методике раннего развития типа бэби-йоги? Может быть, его затискала любящая бабушка? Может быть, вы сами из-за чего-то очень сильно переживаете, и ребёнку это передаётся? Попробуйте найти причину, чтобы она не повторилась вновь.

### ЧЕМ ВРЕДНА ПУСТЫШКА?

Зачастую именно покупка пустышки новорождённому символизирует для современных женщин материнство. Младенец и соска так тесно связаны между собой в нашем сознании, что мы порой не можем себе представить, что без этого резинового агрегата можно обойтись. Тем не менее, обойтись без соски можно, нужно, а главное — несложно, если не начинать вообще её использовать. Доводы против использования пустышки:

- 1) Соска очень вредит грудному вскармливанию. Дело в том, что женская грудь — это сложный механизм и выработка молока в ней происходит по принципу «спрос-предложение». То, сколько грудь вырабатывает молока, напрямую зависит от того, сколько молока нужно ребёнку. А как ребёнок даёт понять, что молока нужно больше? Правильно — продолжая сосать грудь! Если вместо того, чтобы предложить ребёнку грудь, мы даём ему соску, он будет требовать молока у соски. В результате у мамы молока станет не хватать — и придётся в срочном порядке увеличивать лактацию!

Иногда говорят, что, мол, ребёнок не может всё время хотеть есть, он хочет просто пососать. Это абсурд. Во-первых, организм новорождённого устроен так, что тот может пить мамино молоко хоть 24 часа без перерыва. Во-вторых, так называемый сосательный рефлекс в конечном итоге служит одной цели

— добывать пищу. Но вместе с этим удовлетворяются и другие потребности малыша, в том числе — в эмоциональном общении с мамой. В-третьих, есть только один предмет, который ребёнок должен сосать, — это мамина грудь. Даже если он хочет «просто пососать», чтобы успокоиться и уснуть, не стоит давать ему суррогаты.

- 2) Однако вред пустышки — не только в том, что из-за неё снижается лактация, так как грудь не получает достаточной стимуляции. Ещё одна проблема заключается в том, что грудь ребёнок сосёт совсем не так, как соску. Даже самые продвинутые пустышки со временем портят правильное прикладывание малыша к маминой груди. Это может проявляться по-разному. У мамы могут появиться трещины и ссадины, или ребёнок начнёт сильно заглатывать воздух в процессе кормления и от этого много срыгивать, или — что самое плохое — малыш может вообще отказаться от груди, предпочтя ей соску.
- 3) В семьях, где используется пустышка, часто нарушена эмоциональная связь между мамой и ребёнком. Мама «служит» для кормления, в то время как в случаях страха, беспокойства, желания заснуть ребёнок обращается к соске. Получается, что он с пелёнок привыкает к «суррогатному» удовлетворению своего желания пообщаться, утешиться, успокоиться. Это, конечно, нехорошо. Прибавим сниженное количество молока из-за отсутствия достаточной стиму-

ляции, неправильное прикладывание (из-за той же соски) — и нередко получаем полный отказ от груди.

Можно подумать: хорошо, пустышка — это вредно, но от пары раз ничего не будет. К сожалению, с большой вероятностью, будет. Во-первых, пара раз легко переходят в десять и двадцать. Во-вторых, ребёнок быстро привыкает к соске — и может за эти самые пару раз испортить себе прикладывание или обидеться на маму. Есть много случаев, когда пустышку использовали редко, но последствия были плачевными, мама много жалела и с трудом отучала.

Если вы раздумываете, покупать соску или не покупать, — не покупайте; если размышляете, начинать её использовать или не начинать, — не начинайте; если думаете прекратить использовать — прекращайте. Польза от пустышки превышает вред от неё только в случае, если ребёнок полностью на искусственном вскармливании или если мама и ребёнок временно разлучены (например, один из них в больнице). В ситуации грудного вскармливания по требованию соска не нужна и вредна.

### **КАК ОТЛУЧИТЬ РЕБЁНКА ОТ ГРУДИ?**

Подумайте, когда именно лучше отлучить. По шафиитскому *мазхабу* дозволено кормить до семи лунных лет! По ханафитскому *мазхабу* — до двух.

Важно, чтобы отлучение проходило постепенно и мягко. Резкое отлучение — это очень сильный стресс как для

малыша, который привык к груди, так и для мамы, у которой таким образом возникнут лактостаз (застой молока).

Следует медленно начать убирать кормления. Посчитайте, сколько их в день.

Обычно их можно разделить на 4 группы:

- 1) короткие дневные;
- 2) длительные дневные на засыпание;
- 3) длительное вечернее на засыпание;
- 4) ночные.

Надо начинать отказываться от кормлений по порядку — сначала от первой группы, потом от второй и т. д. Последними обычно уходят ночные кормления.

Приучаем засыпать без груди. Это может быть сложно, тут требуется постепенность, мягкость. Ещё важно, чтобы сама мама не сомневалась, что собирается отлучать. Если мама сомневается, ребёнок это чувствует и может сильнее капризничать.

Будьте готовы к неожиданным истерикам. В течение дня маме, возможно, имеет смысл вести более активный образ жизни: когда мама садится с книжкой или за компьютер, ребёнок может воспринять это как предложение быстренько организовать себе незапланированное кормление. Также помогает одежда без пуговиц и молний — чтобы не было соблазна.

Лучше сделать так, чтобы полное отлучение (то есть отказ от всех кормлений) не совпадало с каким-то другим стрессом (болезненное прорезывание зубов, детский сад, поездка отдыхать, больница или другие потрясения).

Если отлучать плавно, проблем с грудью возникнуть не должно: количество молока медленно будет сокращаться, и постепенно оно исчезнет. На всякий случай добавлю, что нельзя перевязывать грудь.

Курс на отлучение важно взять как можно раньше, в идеале — за полгода до полного отлучения.

Несколько важных моментов:

- 1) Готовясь к отлучению от груди, лучше частично передоверить укладывание ребёнка спать другим членам семьи: папе, бабушке и т. д. Так, например, сначала укладывать спать днём может бабушка, а мама продолжает (с грудью) укладывать на ночной сон. Смысл этого в том, чтобы ребёнок привыкал засыпать без прикладывания к груди.
- 2) Вспомните ситуации, в которых ребёнок прикладывается к груди днём. По возможности избегайте их. Например, если ребёнок приходит «подкормиться», когда вы садитесь пить чай на диване, постарайтесь не садиться на диван. И наоборот: вспомните ситуации, в которых ребёнок редко просит грудь, и постарайтесь чаще их создавать. Например, если ребёнок не просит грудь в гостях, больше ходите в гости!
- 3) Будьте готовы к тому, что вам самим после последнего (прощального) кормления может стать плохо, грустно. Это частично гормоны, частично — ощущение утраты прежней связи с ребёнком. Эти чувства должны вскоре пройти (если отлучение было постепенным).

- 4) Примите как факт, что прежнего идеального средства утешения у вас больше не будет. Если ребёнок расстроен, если он капризничает, вы больше не сможете утешить его грудью. Ищите другие способы – и лучше продумать их заранее, чтобы не нервничать вместе с малышом.
- 5) Ни в коем случае не используйте «традиционный» способ отлучения — намазать грудь горчицей или ещё чем-нибудь неприятным. Это жестоко. Это подрывает доверие ребёнка к матери.
- 6) Главное правило — медленно, нерезко! Уменьшайте продолжительность кормлений, заменяйте их на другие проявления заботы (массаж или поглаживание, например); пока не отлучили, не лишайте ребёнка прикладывания, если у него сильный стресс.
- 7) Ни в коем случае не используйте гормональные таблетки для подавления лактации. Никаких лекарств понадобится не должно. Лекарственный метод сейчас практически не используют даже для подавления лактации сразу после родов (если такое требуется).

**МОЖНО ЛИ КОРМИТЬ РЕБЁНКА  
ДОЛЬШЕ ДВУХ ЛУННЫХ ЛЕТ?  
[ФЕТВА ШЕЙХА АМДЖАДА РАШИДА  
ПО ШАФИИТСКОМУ МАЗХАБУ]**

Если ребёнку меньше семи лунных лет, то мать может кормить его или её грудью (напрямую). Если же ребёнку исполнилось семь лунных лет (что для большинства детей

является возрастом различения [добра и зла]), то, по всей видимости, для матери становится запретным кормить его грудью. <...> Тем не менее, лучше отлучить ребёнка от груди до достижения им семилетнего возраста, чтобы образ кормления грудью не отпечатался в детском сознании, из-за чего в дальнейшем (после наступления возраста различения [добра и зла]) ребёнок может впасть в заблуждение.

**Дополнение (по ханафитскому мазхабу):** Максимальный период грудного вскармливания — два (лунных) года. Кормить ребёнка дольше этого срока запрещено.

### **ПОСТ БЕРЕМЕННОЙ И КОРМЯЩЕЙ ЖЕНЩИНЫ [ФЕТВА ШЕЙХА АМДЖАДА РАШИДА ПО ШАФИИТСКОМУ МАЗХАБУ]**

**Вопрос:** Группа сестёр хотела бы знать шариатские *хукмы*, связанные с постом беременной и кормящей женщины, и что требуется в качестве искупления.

**Ответ:** Обсуждение поста беременной (или кормящей) женщины следует поделить на:

1. *хукм* в отношении соблюдения ею поста и в отношении нарушения;
2. каким образом ей следует восстанавливать пропущенные посты;
3. что с неё требуется в качестве материального штрафа (*фидья*), если она нарушает пост;
4. размер штрафа.

### 1. Хукм соблюдения поста и хукм его несоблюдения

На беременной или кормящей женщине лежит обязанность поститься в месяц Рамадан, если она не боится навредить себе или навредить ребёнку. Например, если она боится заболеть, или что её уже существующая на данный момент болезнь может ухудшиться, или что её выздоровление от имеющейся болезни замедлится. В этих случаях ей дозволено нарушить пост. Подобным образом ей дозволено не поститься, если она боится за ребёнка, например, [она боится, что] будет выкидыш или что уменьшится количество молока и в результате этого ребёнок может заболеть или его уже имеющаяся болезнь ухудшится.

### 2. Восстановление пропущенных постов

Если беременная или кормящая женщина нарушила пост, на ней лежит обязанность возместить каждый пропущенный день, вне зависимости от того, нарушила она его из-за боязни за себя или за ребёнка.

### 3. В каком случае требуется материальное искупление

Материальное искупление требуется, если она нарушает пост исключительно из-за страха за ребёнка. Однако, если она не постится, лишь боясь за себя или боясь за себя и за ребёнка, штраф не нужен.

### 4. Размер *фидьи*

Размер штрафа составляет один *мудд* основного продукта питания в её местности (например, рис) за каждый пропущенный день. Один *мудд* равен 0,51 литра. В нашем [шафиитском] *мазхабе* не дозволено отдавать

деньгами по соответствующей стоимости. Ханафиты позволяют отдавать деньгами. Разрешено последовать этому мнению при желании (*конец слов шейха Амджада Рашида*).





**ГЛАВА 6.  
МОЛОЧНОЕ  
РОДСТВО**

**С**ейчас многим кажется, что это не совсем актуально: кормилиц нет или почти нет, о молочных родственниках особо не слышно. И, к сожалению, мысль несколько раз покормить чужого ребёнка (а уж тем более — разрешить кому-нибудь покормить своего) часто вызывает труднообъяснимую брезгливость и моральные муки. Мамы иногда даже начинают ревновать ребёнка к подруге, которая по душевной доброте успокаивает грудью малыша, с которым осталась посидеть.

В общем, понять это можно: мы долгое время жили в обществе, где кормить до шести месяцев было подвигом, где к женскому молоку относились как к сомнительной субстанции, полной инфекций и аллергенов, где перед каждым кормлением грудь мыли и смазывали зелёной (ни того, ни другого делать не надо — это смывает защитную смазку, что грозит трещинами и раздражением на сосках). Если мамы не кормили сами и боялись, что их молоко вредно, то, конечно, им будет казаться дикой мысль, что их родного ребёнка будет кормить чужая тётя.

В том, что у вашего ребёнка появится молочная мама или что вы станете молочной мамой чьему-нибудь малышу, нет ничего плохого. Плюсов, наоборот, масса: этот ребёнок становится кормилице *махрамом* (то есть тем, на ком нельзя жениться или за кого нельзя выходить замуж), при необходимости при нём можно снять платок, как при любом другом *махраме*, и он может сопроводить кормилицу в *хадж*. К ребёнку, которого ты кормила грудью, относись совсем иначе: он, действительно, становится родным, на него по-другому смотришь и испытываешь чувства, близкие к истинно материнским. Мы как-то обсуждали с подругой, что кормление грудью — это прекрас-

ный способ обзавестись десятком детей: много радости и мало трудностей.

Если вдруг вы решили нанять кормилицу своему ребёнку (неважно, будет она кормить грудью или вы будете забирать у неё сцеженное молоко), надо, чтобы возраст её ребёнка совпал с возрастом вашего, потому что состав молока со временем меняется, «подгоняясь» под нужды малыша. *Впрочем, повторюсь, что в большинстве случаев постоянная кормилица не нужна, и лучше потратить время на восстановление лактации у мамы, чем на поиски кормилицы.* Если же речь идёт о том, чтобы другая женщина несколько раз покормила вашего сына или вашу дочку, совершенно не принципиально, сколько лет её собственному ребёнку: новорождённый не отравится молоком, «рассчитанным» на грудничка постарше. Если вы доверяете тому, кто будет кормить вашего ребёнка, и если эта женщина ничем не больна, то ничего страшного не должно случиться. Конечно, если ваш ребёнок — аллергик, стоит быть аккуратнее. Если склонности к аллергии не замечено, можно не волноваться: скорее всего, аллергии не будет и сейчас. *А вообще питанию кормящей мамы, даже в первые три месяца, уделяется болезненно повышенное внимание: все эти миллионы запретов... Нельзя же есть варёную курицу с гречкой каждый день! Всё очень индивидуально: один малыш и в первый день жизни никак не среагирует на плитку шоколада, съеденную мамой; другой и в четыре месяца может покрыться красными пятнами, оттого что мама поела той самой гречки.*

А вот что должно вас беспокоить, так это богобоязненность женщины, которая будет кормить вашего ребёнка. Через молоко передаётся очень и очень многое, недаром молочный ребёнок и молочная мама становятся *махрамами*. Представляете, двоюродные братья и сёстры — не *махрамы*, хотя родство кровное и довольно близкое, а женщина, которая всего несколько раз покормила мальчика, становится навсегда для него запретной. Как же прочна связь, которая образуется через грудное вскармливание! Недаром о тех ценностях, которые закладываются в детстве, говорят, что они впитаны с молоком матери... *Имам аль-Джувейни* рассказывал, что однажды, когда он был ещё младенцем, его один раз покормила рабыня и он всю свою жизнь ощущает дурное влияние того кормления. А *Абдуль-Фаттах аль-Базм* в примечаниях к *шарху* на «*Хикам*» *Ибн Атаилляха* пишет, что *Хасан аль-Басри* был таким красноречивым, потому что его в младенчестве кормила грудью *Умм Саляма* — жена Пророка, да благословит его Аллах и приветствует. Поэтому важно следить, чтобы женщина, которая кормит вашего малыша, была мусульманкой, богобоязненной, соблюдающей. Тогда, *иншаАллах*, он воспримет от неё всё благое.

**Чтобы отношения молочного родства установились, по ханафитскому мазхабу, достаточно всего один раз покормить ребёнка грудью. По шафиитскому мазхабу, требуется пять кормлений.**

И вот ещё две ситуации, в которых имеет смысл обратить внимание на шариатский аспект молочного родства:

### 1. Если вы хотите усыновить ребёнка.

Если вы решили взять на воспитание сироту возрастом младше двух лунных лет, то стоит подумать о том, чтобы кормить этого ребёнка грудью. Почему? Во-первых, ребёнок станет вам *махрамом*, и тогда, даже после того как он достигнет возраста различения и — тем более — совершеннолетия, вам не будет нужно носить перед ним полный *хиджаб*, он сможет сопровождать вас в *хадж*, можно будет оставаться друг с другом наедине. Это весомое преимущество. Во-вторых, кормление поможет вам сблизиться с малышом, поможет ему адаптироваться. И, конечно, не стоит забывать, что грудное молоко полезней всяких смесей.

Только нужно учитывать, что ребёнок должен быть младше двух лунных лет.

Если вы уже кормите грудью (своего ребёнка), достаточно будет просто начать кормить ребёнка, взятого на воспитание. Вполне возможно, вначале он будет отказываться от груди, но это можно преодолеть.

Если в данный момент вы грудью не кормите (и даже если у вас вообще пока нет своих детей), можно попробовать «раскачать лактацию» с нуля (такой процесс называется релактация). Это возможно даже для нерожавшей женщины. Однако здесь требуется помощь специалистов — консультантов по грудному вскармливанию. Это может потребовать усилий, но результат стоит того.

### 2. Если в роддоме ребёнка докармливают чужим молоком.

Будьте очень осторожны! Молочное родство устанавливается не только тогда, когда ребёнок высасывает молоко напрямую из груди, но и тогда, когда он пьёт сцеженное женское молоко из какой-либо посуды. Иногда в роддомах, без вашего ведома, новорождённого могут докормить чужим молоком.

*Вообще-то обычно никакого докорма не требуется: если мама прикладывает малыша к груди сразу после рождения и кормит по требованию, то тех капель молозива, которые появляются в первый день, крохе достаточно. А дальше молоко прибывает по мере того, как ребёнок сосёт грудь: чем больше сосёт, тем больше прибывает. Но в наших роддомах этот факт не всегда учитывают, к груди прикладывают не сразу, совместное пребывание не везде есть, ребёнка приносят по часам и часто докармливают, обычно смесью, но иногда и молоком от какой-нибудь особо молочной мамы, которую дружно расцеживают всем роддомом. Во избежание таких ситуаций ищите по возможности роддом с совместным пребыванием и добивайтесь, чтобы малыша приложили к груди сразу после рождения!*

Получается, что у вашего ребёнка появляется молочная мать, о которой вы ничего не знаете! Это чревато серьёзными последствиями: ведь, когда ребёнок вырастет, он, ни о чём не подозревая, может вступить

в брак со своим молочным родственником. Это было бы ужасно... Предупредите врачей, чтобы они не кормили ребёнка ничьим молоком без вашего ведома!

В принципе, если докорма не избежать, докорм женским молоком лучше докорма смесью, просто вам следует самим выбрать кормилицу из тех, кто лежит в роддоме, предварительно узнав, что она за человек. Если вы узнали, что вашего ребёнка покормили чужим молоком, выясните, кто кормилица, свяжитесь с ней, чтобы в будущем не произошло непоправимое.

### **МОЛОЧНОЕ РОДСТВО ПО ШАФИИТСКОМУ МАЗХАБУ [ФЕТВА МУХАММАДА АЛЬ-АНДЫХИ]**

Молочное родство возникает в результате вскармливания женщиной грудным молоком чужого ребёнка при наличии следующих условий:

1. необходимо, чтобы молоко было женским. К примеру, если мальчик и девочка выпьют молоко одного и того же животного, молочное родство не устанавливается.
2. чтобы кормилице было не менее девяти лет, а ребёнку — не более двух. Также необходимо, чтобы вскармливание проходило в пять приёмов. Например, один приём засчитывается, даже если ребёнок оторвался от груди и сразу же вернулся либо оторвался, чтобы перейти на другую грудь. А если ребёнок несколько раз оторвался, отказываясь, то сколько раз он ото-

рвался, столько приёмов и засчитывается. Если всё молоко выцедили одним разом, но кормили пять раз, либо наоборот, а кормили всего один раз, то засчитывается только одно кормление.

А если кормилица засомневается в том, сколько раз она кормила ребёнка или сколько лет было ребёнку во время кормления, то тогда молочного родства не будет.

В том случае, если при кормлении будут соблюдены все вышеупомянутые обстоятельства, кормилица становится молочной матерью ребёнка, а он — её молочным сыном или дочерью. Муж кормилицы становится молочным отцом. Его дети — молочными братьями и сёстрами этого ребёнка. Кровные или молочные родители кормилицы становятся молочными дедушками и бабушками. А дети кормилицы — его братьями и сёстрами. Её (кормилицы) братья и сёстры (ребёнка) — дядями и тётями. Отец мужа кормилицы — дедушкой, а его (мужа кормилицы) брат — дядей тому ребёнку — и так далее все остальные родственники.

Брак между молочными родственниками по *Шариату* запрещается. В том случае, если муж даст развод жене или скончается, то любой ребёнок, которого вскормит его бывшая жена (или вдова во 2-й ситуации), становится молочным ребёнком не только кормилицы, но и её бывшего мужа. Молочного родства между ребёнком и бывшим мужем кормилицы не возникает только тогда, когда кормилица в момент кормления ребёнка будет только что родившей или беременной от другого мужа и с момента

беременности пройдёт столько времени, за которое начнется процесс выработки молока.

Если мужчина будет утверждать, что некая женщина — его молочная сестра (или любая другая близкая родственница, с которой ему запрещено вступать в брак), то ему запрещается на ней жениться, но при условии правдивости его признания. Например, он утверждает, что некая женщина — его дочь, а она оказалась старше его по возрасту, тогда брак между ними не запрещён. А если оба супруга признают, что между ними есть молочное родство, препятствующее продолжению брака, они должны расстаться. Следовательно, муж даёт жене калым (*махр*), соответствующий её уровню и статусу вместо оговорённого при заключении брака, если у них была половая связь. Если же связи не было, то он ничего не должен. В случае, если муж утверждает, что они с супругой молочные родственники, а она это опровергает, то брак расторгается. Он обязан дать жене оговорённый *махр*, если у них была половая связь, а если нет, то половину *махра*. Если же жена утверждает, что они молочные родственники, а муж отрицает, то принимают слово мужа, подкреплённое клятвой, что её выдали замуж по её согласию. Если её выдал замуж *муджбир* (отец или дедушка) без её согласия на то, то оправдывают её. Брак расторгается, и муж обязан дать ей *махр*, соответствующий её уровню и статусу, если у них была половая связь, а если нет — то не должен. Кормление грудью подтверждается свидетельством двух мужчин или одного мужчины и двух женщин, либо свидетельством

четырёх женщин. Кормилица тоже может выступать в качестве свидетеля, если не требует платы за оказанные ею услуги. Свидетели должны помнить точную дату кормления, количество кормлений, попадание молока в желудок ребёнка.

### **МОЛОЧНОЕ РОДСТВО ПО ХАНАФИТСКОМУ МАЗХАБУ [ФЕТВА ШЕЙХА АШРАФА АЛИ ТАНВИ]**

1. После рождения ребёнка мать должна (*ваджиб*) кормить его грудным молоком. Однако, если отец ребёнка богат и может позволить нанять кормилицу, на матери не будет греха в случае оставления этого.
2. Не дозволено кормить грудью чужого ребёнка без разрешения мужа. Однако, если ребёнок крайне голоден, до такой степени, что есть вероятность, что он умрёт, если его не покормить, то разрешено покормить его, не спросив дозволения мужа.
3. Максимальный период грудного вскармливания — 2 года. Кормить ребёнка после двух лет — *харам*.
4. Если ребёнок начал есть твёрдую пищу и из-за этого женщина перестала кормить до истечения срока в два года — в этом нет вреда.
5. Когда ребёнок пьёт молоко другой женщины, она становится его [молочной] матерью. Муж этой женщины становится молочным отцом. Дети этой женщины рассматриваются как его молочные братья и сестры, и *никях* с

ними — *харам*. Все отношения, которые запретны для родственников по крови, также запретны по линии молочного родства.

Согласно мнению большинства учёных, это правило применяется, только если ребёнок выпил молоко до достижения им двух лет. Если же он пил молоко другой женщины после двух лет, то она не становится его матерью, и её дети не будут рассматриваться как его братья и сёстры.

Поэтому, если случится так, что они женятся, их брак будет действительным. По мнению *имама* Абу Ханифы, *рахматуллахи алейхи*, срок продлевается до двух с половиной лет (то есть если ребёнок был накормлен и после двух лет, но до достижения двух с половиной, а затем вступил в брак с ребёнком этой женщины, то брак недействителен). Но существует согласие учёных в том, что если это происходит после двух с половиной лет, то оно не влияет на родство, и никах действителен.

6. Момент, когда молоко проходит внутрь через горло ребёнка, — и есть момент, когда все вышеупомянутые отношения становятся запретны. Не имеет значения — мало молока или много.
7. Если ребёнок пил молоко не прямо из груди, а молоко было сначала сцежено — и в этом случае все описанные выше отношения — *харам*. То же самое — в случае, если молоко было влито через нос ребёнка. Однако если оно зашло через уши — то это не считается [молочное родство не устанавливается].

8. Если ребёнку дают молоко женщины, смешанное с водой, лекарством или другой субстанцией, то надо определить: больше молока, или другого, или [их] поровну. Если молока ровно столько же или больше, то эта женщина становится молочной матерью и все отношения [о которых речь шла выше] — *харам* для этого ребёнка. Если же воды, лекарства и т. д. было больше, то она не считается его молочной матерью.
9. Молоко женщины смешивается с коровьим или козьим молоком, и его пьёт ребёнок. Проверьте, чего больше: если молока женщины ровно столько же или больше, то отношения устанавливаются. И ребёнок становится её молочным сыном или дочерью.
10. Если случается, что у девственницы появляется молоко и его выпил ребёнок, то отношения родства устанавливаются, и она становится для него запретной, а также её дети и т. д. [в соответствии с правилами обычного родства].
11. Если вдруг ребёнок выпил молоко женщины, которой нет в живых (например, оно было сцежено и хранилось... — прим. пер.), то даже в этом случае отношения устанавливаются.
12. Двое детей пили молоко одной и той же коровы или козы. Это никак не повлияет на их отношения, они не станут братом и сестрой.
13. Мужчина выпил молоко своей жены. Она не становится запретной для него, однако он совершил большой грех, потому что грудное молоко после двух (или, по

другому мнению, двух с половиной — прим. пер.) лет — *харам*.

14. Если мальчик и девочка пили молоко одной и той же женщины, то они не могут жениться вне зависимости от того, было это в одно и то же время или одного кормили на несколько лет раньше другого.
15. Девочка пила молоко жены Бакира (имя — просто как пример). Эта девочка не может выйти за Бакира, его отца, дедушку, прадедушку и других родственников по прямой восходящей линии. Кроме того, она не может выйти замуж за сыновей Бакира. И также она не может выйти замуж за сыновей Бакира от другой жены.
16. [Ещё один пример] Аббас пил молоко Хадиджи. У мужа Хадиджи Кадира была другая жена Зайнаб, с которой он развёлся. В этом случае Аббас не может жениться на ней, потому что по молочному родству Кадир — «молочный» отец Аббаса, а *никях* с бывшей женой отца, как мы знаем, не дозволен. И также Кадир не может жениться на жене Аббаса после её развода с Аббасом, потому что он рассматривается как свёкор. Аббас также не может жениться на сестре Кадира, потому что она теперь его молочная тётя по отцу, а он — её племянник. Не имеет значения, является она молочной или кровной сестрой Кадира. Однако Кадир может жениться на сестре Аббаса.
17. [Ещё один пример] У Аббаса есть сестра по имени Саджида. Она пила молоко одной женщины, но Аббас не пил. В этом случае он может жениться на этой женщине.

18. Сын Аббаса пил молоко Зейнаб. Аббасу разрешено жениться на Зейнаб.
19. [Ещё один пример] Кадир и Закир — два брата. У Закира есть молочная сестра, на ней ему не дозволено жениться, а Кадиру — дозволено. В этом нужно разобратся, потому что вопросы подобного рода — сложны для понимания. Именно поэтому мы дали подробные примеры. И если вдруг возникнет нужда — обращайтесь к образованному и разумному учёному.
20. [Ещё один пример] Мужчина сделал предложение женщине или женился на ней. Затем пришла другая женщина и сообщила им, что кормила их обоих. Кроме этой женщины, никто другой не заявил и не засвидетельствовал об этом. Тогда между ними не устанавливается молочное родство лишь на основании того, что она говорит. Их *никях* действителен. Однако если есть два надёжных и богобоязненных свидетеля мужчины или один надёжный богобоязненный мужчина и две женщины, свидетельствующие об этом, то тогда молочное родство устанавливается. *Никях* между ними — *харам*. Но без свидетелей их родство не устанавливается.

Однако если свидетельствует лишь один мужчина, или одна женщина, или только несколько женщин (без мужчины) и человек в сердце чувствует, что они говорят правду, то им не следует жениться, потому что нет пользы от вхождения в сомнительное без нужды. Однако если *никях* уже совершён, то он остаётся действительным.

21. Не дозволено в приготовлении лекарств использовать грудное молоко. Если это уже сделано, то это *харам* и также *харам* — его принимать (внутри) или использовать (в качестве мази и т. д.). Также не дозволяется капать его в глаза или уши в качестве лекарства. Говоря вкратце, не дозволено извлекать выгоду из человеческого молока или использовать его в каких-то личных целях (имеется в виду, что молоко предназначено только для кормления ребёнка) (*конец слов шейха Ашрафа Али Танви*).





**ГЛАВА 7.  
ПОДГУЗНИКИ**



**С**начала кажется, что вариант только один — памперсы, то есть одноразовые подгузники. Потом понимаешь, что вариантов всё же два — памперсы и подгузники многоразовые. А ещё спустя какое-то время я узнала, что есть ещё один вариант — без подгузников вообще.

## ПАМПЕРСЫ

Это, разумеется, удобно. Надел — и всё. Известный многим доктор Комаровский — обеими руками за памперсы (при грамотном их использовании, у него там куча условий и оговорок). Сторонники естественного ухода памперсы не любят. Это очевидно, ведь памперсы — достояние цивилизации. Какие минусы?

Памперсы неэкологичны: миллионы неразлагающихся подгузников неизбежно не разлагаются на свалках.

Памперсы могут быть вредны для ребёнка: там жуткий химический состав. Не уверена, что соприкосновение детской кожи с каким-нибудь полиакрилатом натрия может быть с какой-либо точки зрения полезно или хотя бы не вредно. *Вообще я за то, чтобы всё, что вокруг ребёнка, было, по возможности, из естественных материалов. Только это труднодостижимо, к сожалению.* Конечно, это вред недоказуемый...

Памперсы мешают ребёнку осознать и изучить своё тело. Ребёнок должен знать, как он устроен. И он всё проверяет сам. Если малыш всё время в подгузнике, он будет думать, что у него между ног — памперс. Такая анатомия. Учитывая то, что первые впечатления, первое осознание себя крайне важны для человека, сомневаюсь, что такие представления о своём строении хорошо отразятся на пси-

хике. *Здесь вред одинаков как от одноразовых, так и от многоразовых подгузников.*

Когда ребёнок делает свои дела в памперс, он отвыкает контролировать свои мышцы, не видит взаимосвязи между желанием сходить в туалет и собственно процессом опорожнения мочевого пузыря и кишечника. Впоследствии это может дурно сказаться на приучении к горшку и, более того, перерасти в серьёзную проблему, такую, как недержание мочи. Разумеется, это всё крайне индивидуально. Вполне вероятно, что есть дети, которые сутками бегают в памперсах безо всяких последствий. Но всё же именно отсутствие координации между желанием сходить в туалет и работой соответствующих мышц — это, вероятно, самая большая проблема, связанная с памперсами. Если вы используете их в уходе за ребёнком, следите, чтобы он почаще от них отдыхал: так будет гораздо лучше.

Есть также теория, что, если мальчики носят памперсы, у них снижается репродуктивная способность. Это не доказано, и многие врачи критикуют эту теорию. Вкратце: под одноразовым подгузником слишком тепло — и это вредно. Так это или нет, сказать сложно. Мне кажется, что нет, но я не медик. *Тут надо помнить, впрочем, что речь идёт о правильном использовании памперсов. Тот же доктор Комаровский, например, пишет, что оптимальная температура в комнате — в районе 18-20 градусов. Ещё он уточняет, что днём лучше памперсы надевать пореже. Разумеется, если лето и в квартире под тридцать, а ре-*

*бёнок всё время в памперсах, совершенно неясно, как будет поживать его репродуктивная система — и не только она.*

Памперсы — это не самый плохой вариант, если использовать их с умом: почаще менять и почаще давать ходить без них. Памперсы почти незаменимы, когда идёте в гости или зимой на прогулке. Даже ярые сторонницы естественного ухода нередко надевают на своих детей памперсы в этих ситуациях. Ночью тоже удобно использовать именно одноразовые подгузники. И в разных сложных ситуациях памперсы — просто спасение.

Выбор памперсов — дело сложное, надо подбирать наиболее приемлемое для вас сочетание цены и качества. Что подходит одному ребёнку, не подходит другому. Иногда реакции почти моментальные (сама видела, как буквально за несколько часов ношения подгузника чуть грубее, чем обычно, кожа малыша стала красной и раздражённой), иногда требуется подольше времени, чтобы определить, подходит или не подходит та или иная модель.

### **МНОГОРАЗОВЫЕ ПОДГУЗНИКИ**

Многоразовые подгузники можно сделать самим (сложить марлю во много слоёв и подкладывать в трусики или сшить вдобавок несколько подгузников на завязочках и класть марлю непосредственно в них), а можно купить в магазине, причём наборы могут быть самые разнообразные: от тех же марлевых вкладок до сложных конструкций вроде вкладыша из шерсти или шёлка, тканевого подгуз-

ника и шерстяных штанишек, которые надеваются поверх всего этого и отлично впитывают влагу.

В целом, это куда более «естественно», чем памперсы: и экологично, и ребёнок чувствует, когда сходил в туалет, поэтому с пониманием этой нехитрой взаимосвязи всё в порядке.

Но есть и свои проблемы. Во-первых, это всё же труднее для мамы: менять подгузники надо по мере намокания, а это в первые месяцы жизни может быть очень часто.

Во-вторых, раздражения на коже появляются и от ткани (более того, у многих чувствительных детей кожа краснеет от ткани даже больше, чем от памперсов).

В-третьих, простые тканевые подгузники легко сбиваются. Чтобы они не сбивались, их надо фиксировать, например, специальными шерстяными штанишками. И вот тут я, честно говоря, не совсем понимаю, как это сочетается с закаливанием. Мне кажется правильным, чтобы новорождённый был одет легко, по минимуму. Вписать сюда шерстяные штанишки не представляется возможным...

Я расспросила знакомых. Сестра Марьям, которая использует покупные многоразовые подгузники в уходе за дочерью, рассказала:

### **«Начну с объективной критики.»**

1. На сайте продавца среди плюсов этих подгузников указана экономия. Это относительно. Во-первых, стоит учитывать не только комплект системы пеленания (10-15 тысяч рублей в зависимости от количества), но и то, что для них необходимы дорогие

стиральные средства, и то, что возможно придётся докупать подгузники из-за утраты ими первоначальных качеств. Поясняю: со временем при стирке они становятся дубовыми, не выдерживают никаких порошков кроме суперэкологических, да и то в итоге всё равно. На сайте указано, что этими же подгузниками потом смогут пользоваться и другие дети, – это неправда. Это возможно лишь при очень щадящем использовании и если чередовать их с обычными памперсами. Во-вторых, при сравнении сумм, затрачиваемых родителями на одноразовые подгузники, продавцы лукавят, выбрав по цене самые дорогие подгузники и увеличив количество расходуемых штук. В общем, если единственная причина пользоваться покупными многократными подгузниками вместо памперсов — это экономия, забудьте об этом. В принципе, можно и самим изготовить подобную систему, если задаться целью.

2. Удобство. Завязывать завязочки гораздо менее удобно, чем залеплять липучки на памперсах. Особенно если малыш не любит одеваться. Однако в системе как альтернатива есть подгузники на липучках.
3. Стирка. Как принято говорить, «характерные детские загрязнения» придётся сначала очистить водой (можно душем под напором), а затем уже класть в машинку, особенно с возрастом, когда эти загрязнения увеличиваются в массах и объёмах. Согласитесь, куда приятней, сказав «фу», просто кинуть грязный

бумажный подгузник в мусорный бак, чем идти чего-то застирывать да и ещё и руками трогать.

Завязочки путаются, и придётся тратить время на то, чтобы распутывать их, вешать бельё после стирки, а некоторым — даже и гладить.

### Переходим к плюсам:

1. Естественный материал. Вы пробовали надеть на себя нечто из пластика и полиэтилена и ходить в этом сутками? Учитывая, что полиэтилен покрывает треть вашего тела? Именно это заставляет мам пользоваться натуральными подгузниками. Синтетические шарики из непонятных материалов впитывают испражнения ребёнка, затем его кожа парится под синтетическим колпаком в испражнениях. Плюс к этому зачастую мамы привыкают к использованию памперсов и в результате редко «проветривают» малышей, не оставляют их просто в штанишках или без всего.
2. Экологическая, социальная ответственность. Всем известно, что использованные памперсы сложно утилизировать и наносят вред окружающей среде. Мне (лично мне) кажется более правильным стараться нанести природе как можно меньше вреда, и такой метод гигиены как тканевые подгузники хорошо подходит для этого.
3. Ребёнок чувствует своё тело и легко приучается к горшку. Многие дети сразу просят снять с них подгузник, как только он становится мокрым или гряз-

ным, в то время как дети с памперсами иногда трудно приучаются к горшку, не понимают, что от них хотят. Моя девочка с полугода уже понимала, что такое горшок, а первый ребёнок — «памперсный» — горшка боялся до двух лет. Впрочем, может быть, это и не связано, а лишь мои догадки.

4. Натирание. Моему ребёнку натирали все бумажные подгузники, даже самые дорогие. Признаю, что это, возможно, индивидуально.

### Вопросы:

— Удобно ли ребёнку ходить в таком подгузнике?

Да, удобно.

— Шерстяные штанишки летом тоже надеваются? Не жарко ли?

Не было жарко, ребёнок носил летом, шерсть дышит.

— Не протекает ли такая система?

Ночью, если долго не менять, протекает, днём, как правило, нет. Если такой ребёнок, даже будучи мокрым, но в шерстяных штанишках сидит где-то, то сами шерстяные штанишки сухие и пятен он не оставляет. Если же носить подгузник без шерстяных штанишек, то о том, что ребёнок намок, становится понятно по мокрому пятну на его одежде, но с ребёнка не капает, он просто немного влажный.

Скажу, что со временем я перестала геройствовать и все же иногда надеваю обычный памперс на улицу или на сон».

## ЕСТЕСТВЕННАЯ ГИГИЕНА МЛАДЕНЦЕВ

Строго говоря, это отказ от каких бы то ни было подгузников. Мамы, практикующие этот метод, «высаживают» ребёнка над тазом или раковиной практически с рождения. *Мой муж шутил: «Опять ты читаешь, как высаживать ребёнка ещё до рождения».* Ничего нового или революционного в этом нет: так часто ухаживали за детьми, когда никаких памперсов не было. Среди этнических мусульманок много тех, кому этот способ знаком: им объяснили их мамы, а тем — их мамы и так далее. В общем, очень правильный способ получения знаний.

Возможно, вам покажется, что это безумно — отказ от подгузников: мы ведь так к ним привыкли, что младенца даже трудно представить без памперса. Но всё-таки подумайте: может быть, стоит попробовать? Суть метода состоит в том, что мама наблюдает за ребёнком, следит за «сигналами», которые он подаёт, когда хочет в туалет. И вы удивитесь, он их подаёт: покряхтывает, тревожится, сморщит как бы внутрь себя. Замечая это, мама высаживает его на руках над какой-нибудь ёмкостью и сопровождает это характерным звуком (например, «пс-пс» и «а-а»). Со временем мама и ребёнок начинают так понимать друг друга, что мама буквально чувствует, когда высадить малыша. А ребёнок, в свою очередь, быстро привыкает к такому способу ходить в туалет и ждёт, пока мама его высадит. Всё вроде просто.

У этого метода много плюсов. Ребёнок всегда чистый, в то время как и с одноразовыми, и с многоразовыми под-

гузниками получается, что есть промежуток времени, когда малыш буквально носит *наджасу* на себе. Между мамой и ребёнком возникает определённое нежное взаимопонимание. Приучение к горшку происходит естественно. Отказ от подгузников — это экологично и экономично.

Какие проблемы?

Во-первых, это требует времени и сосредоточенности, особенно на начальных этапах. Поэтому, если, например, у вас много детей, может быть трудновато. Есть, конечно, и многодетные мамы, которые прекрасно справляются. Они говорят, что ребёнок в любом случае требует внимания, подгузники тоже надо менять, пусть уж лучше это внимание будет направлено на высаживание.

Во-вторых, сложно начать, сложно отказаться от привычных памперсов. Но лучше начинать раньше, потому что позже ребёнок забывает, что надо подавать сигналы, привыкает к подгузникам. Я попробовала, когда моему малышу было десять месяцев. Безрезультатно. Но это, конечно, уже граница, хотя я читала и про успешное начало высаживания с годовалым ребёнком! Немного жалею, что не хватило решимости начать раньше: то времени не было, то ещё что-то, сплошные отговорки...

С *наджасой*, конечно, могут быть проколы... Если вы начинаете с новорождённым, то обычно всё проходит нормально, и уже через месяц-два малыш ничего не упускает и ждёт вашей помощи. Если начинаете позже, то «притирка», достижение взаимопонимания, может занять больше времени. К тому же, бывают срывы, кризисы, когда ребёнок

перестаёт высаживаться, — и тогда приходится за ним убирать, пока всё не вернётся в норму.

Если вас заинтересовал этот способ, можно почитать книгу Ингрид Бауэр — именно она назвала его методом естественной гигиены самых маленьких (она всё это пишет с заглавных букв, но я думаю, не стоит). Книжка увлекательная — настолько, насколько может быть увлекательной книжка про то, как младенцы ходят в туалет. Есть там, конечно, перегибы, например, призывы высаживать ребёнка на улице где угодно, что не вполне соответствует исламскому этикету. Но, в целом, это такой очень практичный путеводитель по высаживанию, и от него можно получить пользу (не забываем, конечно, что книга светская и в ней могут встречаться неисламские формулировки).

### **ДЕЛИКАТНЫЕ ВОПРОСЫ**

*Один важный момент, который, наверное, уместно упомянуть в главе про подгузники.*

Запором у нас обычно называют задержку стула на двое суток — и более. Мне так и говорили: нет стула двое суток — значит, это запор, надо что-то делать. И дальше предлагалась куча вариантов того, что можно сделать с несчастным ребёнком: клизма, газоотводная трубочка, слабительное. Оказывается, есть один нюанс: это, в общем, верное правило про запор НЕ КАСАЕТСЯ малышей на исключительно грудном вскармливании. Если ребёнок ест только ваше молоко (никакой смеси; прикорма пока нет), то он имеет полное право не опорожнять кишечник

несколько дней! Вообще называют, в среднем, десять. Да, именно так: ребёнок может не ходить в туалет «по-большому» десять дней. Почему? Всё просто: материнское молоко очень хорошо усваивается, настолько хорошо, что никаких «остатков» в кишечнике практически нет. Когда накопится — ребёнок сходит в туалет, надо просто подождать. Такая вот информация... В своё время этот медицинский факт меня поразил. К сожалению, многие педиатры не знают об этом — и начинаются бесконечные клизмы, к которым младенец привыкает и вскоре уже не может опорожнить кишечник сам. Вреда от этой суеты с клизмами гораздо больше, чем кажется.

Если ваш малыш на полностью грудном вскармливании и вам кажется, что у него запор, понаблюдайте. Ведёт ли он себя во всём прочем как обычно? Если да, то можно немного подождать. Если нервничаете, помогите ему своей диетой — введите в свой рацион чернослив, свёклу. Можете сами принять слабительное — через молоко всё частично передаётся. Иногда у новорождённых бывают проблемы с мышцами сфинктера, и тогда малышам можно помочь, помассировав эту область. Ни в коем случае не вводите мыло, как бы вам это ни советовали!

Конечно, ждать в таких случаях — непросто. И каждый конкретный случай надо рассматривать отдельно: это вам решать, сколько ждать и стоит ли вообще. Я один раз ждала неделю, но переживала страшно, хотя всё закончилось позитивно. Если чувствуете, что всё, надо что-то предпринять, делайте, что считаете нужным. Главное — своими действиями не навредить ребёнку.



**ГЛАВА 8.  
ШТУКИ И ШТУЧКИ**

**З**ападная цивилизация предлагает огромное количество аксессуаров для воспитания детей. Невооружённым глазом видно, что большинство всех этих кроваток и колясок — просто средство заработать деньги на молодых родителях. Нужны ли все эти штуки и штучки, на самом деле?

## КОЛЯСКА

Согласитесь, трудно придумать что-нибудь неудобнее коляски. Она громоздкая. Её трудно спускать по ступенькам, трудно и поднимать по ним, ведь пандусов почему-то либо нет, либо они издевательски не подходят к ширине коляски. Она дорогая: дешёвые варианты совсем монструозные и весят по десять кило. Её трудно затащить в общественный транспорт. И самое главное — мама далеко. Ближе — это когда на руках у мамы.

Сторонники естественного ухода считают, что на улице в коляске ребёнок испытывает такой стресс, что либо крепко засыпает, либо непрерывно плачет. И когда мы говорим: «Малыши хорошо спят на улице», — мы глубоко ошибаемся. Они засыпают в надежде, что всё пройдет, никто не обидит и мама разбудит. Так ли это? Когда речь идёт о кроватке, очевидно, что всё так или почти так: положила в кроватку — плачет или спит так, что не добудишься; положила рядом с собой — не плачет, спит не так крепко. С прогулкой сложнее. Всё-таки взрослые тоже часто спят очень крепко на свежем воздухе. *Может, тоже от стресса?* Как проверить, действительно младенцу некомфортно или он спокойно себе уснул? Не знаю... Думаю, здесь маме лучше опираться на свои чувства. Мой ребёнок каждую прогулку долго капризничал, плакал,

иногда засыпал богатырским сном: мне показалось, что правильнее не возить его в коляске. Полностью отказаться от неё как-то не получилось, но использование сократилось значительно.

А как же тогда гулять, если без коляски? Как и дома — на руках или в слинге. Конечно, это для нас непривычно, ведь, к сожалению, коляска прочно вошла в наш быт, но можно попробовать. Вдруг будет удобно и без неё?

### СЛИНГ

Слинг (или перевязь) — это как раз аксессуар, который сторонники естественного родительства пропагандируют. Это, грубо говоря, большой лоскут ткани, которым можно примотать ребёнка к себе и носить его. Именно так носят ребёнка мамы во многих диких племенах. Бедуинки, кстати, судя по всему, тоже носили своих малышей в слингах: это логично, они же кочевницы.

Ребёнка надо почаще носить на руках. *Рассуждения о том, что к рукам приучать не надо, явно ошибочны. Новорождённый как бы уже привык к рукам — за то время, пока находился в утробе матери. Он привык к тому, чтобы его носили. Лишая его ваших рук, вашего тепла, вы не удовлетворяете одну из важнейших его потребностей.* Слинг хорош, в первую очередь, тем, что освобождает руки мамы. Если бы можно было постоянно держать малыша на руках, было бы отлично. Но маме нужно делать разные свои дела, нужно гулять, к тому же, руки быстро устают.

Говорят, что слинг правильно распределяет нагрузку (в особенности, слинг-шарф — просто длинный кусок ткани, который можно разнообразно на себя наматывать) и полезен для самого ребёнка, для развития его мышц. Говорят и обратное — что это неестественное положение для малыша, особенно когда речь о вертикальных позах. Я пока не определилась, кто прав, поэтому расскажу в общих чертах.

Слинг можно сшить самим, а можно купить в магазине. Видов масса. Основные — слинг с кольцами и слинг-шарф. В первом можно носить ребёнка прямо с рождения, а второй лучше начать использовать позже, но в нём удобнее носить детей постарше.

Всегда внимательно читайте инструкции к слингам и соблюдайте технику безопасности. Вот основные правила:

- 1) Будьте осторожнее, чем обычно, чтобы не ударить малыша, например, о дверной косяк: первое время будет немного необычно, потом, *иншаАллах*, привыкнете.
- 2) Вначале лучше сажать ребёнка в слинг над диваном.
- 3) Наклоняться надо, придерживая слинг руками.
- 4) Следите, чтобы ребёнок не мог выпасть: такое может случиться, например, если в слинге с кольцами бортик расположен слишком низко или если малыш постарше особенно активный.
- 5) Лучше не использовать слинг-сумку. Это такой тип слинга, в котором ребёнок довольно сильно изогнут, как бы в форме «банана» (не путать со слингом с кольцами, никаких колец тут нет). В таком слинге

подбородок малыша может быть сильно прижат к груди, а это затрудняет дыхание, что, в свою очередь, опасно.

Есть и другие правила — обычно они подробно описаны в инструкциях, советую обратить внимание.

У меня со слингом не совсем сложилось. Вначале я боялась его использовать из-за операции (позже узнала, что есть мамы с кесаревым сечением, которые практически с первых дней после выписки носили детишек в слинге). Потом я поняла, что мне неудобно использовать слинг дома. Смысл там в чем? Ты надеваешь слинг на себя, ходишь по дому, делаешь всякую домашнюю работу, готовишь, попутно время от времени кормя ребёнка грудью прямо в слинге, ведь кормить надо часто в первые месяцы. Но в то время у нас гостили наши друзья, и везде, кроме своей комнаты, я ходила в полном *хиджабе*. В слинге было неудобно. Большую часть времени я проводила у себя и кормила малыша, а со слингом спускалась поесть и поболтать с сёстрами, то есть такого, чтобы постоянно со слингом, не было. На улице я носила его то в слинге, то на руках, причём на руках даже чаще. Дело в том, что я живу в отдельном доме и в то время гуляла с ребёнком у себя во дворе, далеко от дома не отходила: ношу на руках, сидим на скамеечке, снова ношу... Я как-то не тратила время на надевание слинга (хотя, в принципе, это совсем недолго). А потом наступила зима, и моему ребёнку так не нравилось одеваться, что, как бы легко я ни одевала его, всё закачивалось истерикой. О слинге я и не вспоминала...

Но этот аксессуар всё равно очень мне помог, пусть я и не использовала его на всю катушку.

Тут всё по-разному, причём куда более по-разному, чем с остальными вещами. Одной маме слинг может не пригодиться вначале, потому что ребёнок отказывается просто «носиться» и требует укачивания, что проще на руках. Другой слинг может не пригодиться позже. Третья мама будет носить двух детей-погодок одновременно (это абсолютно реально!). Кстати, слинг отлично помогает в магазине: ребёнок не пугается, не сносит на своём пути сто стеклянных баночек с горошком, не мёрзнет в особенно холодных отделах и не капризничает. Посмотрите, может быть, слинг поможет и вам.

### **БУТЫЛОЧКИ, СТЕРИЛИЗАТОРЫ ДЛЯ БУТЫЛОЧЕК, ЁРШИКИ ДЛЯ БУТЫЛОЧЕК И ТАК ДАЛЕЕ**

Если вы кормите ребёнка грудью, ничего из этого вам не должно понадобится. Наличие в доме штук для искусственного вскармливания психологически ослабляет маму: если с кормлением какие-то проблемы, легче махнуть на всё рукой и наполнить бутылочку.

### **МОЛОКООТСОС**

Обычно тоже не пригождается. Если вы кормите ребёнка по требованию, то у вас вырабатывается столько молока, сколько ему нужно. Сцеживаясь, вы как бы «посылаете

запрос» на большее количество молока — и тогда могут образоваться застои. Поэтому сцеживаться не надо. Если чувствуете сильный дискомфорт (так бывает поначалу, когда молока приходит много, а новорождённый всё не высасывает), сядите до облегчения, до состояния комфорта, не больше. Молокоотсос может помочь в критических ситуациях, например, когда мама или ребёнок в больнице или когда маме срочно надо отлучиться.

### МАНЕЖ

При всей вроде как лояльности манеж вызывает у меня нервную дрожь. Купить манеж мне советовали все, как только ребёнок начал ползать. «Он вам ничего не даст сделать», — уверенно говорили знакомые. Я слушала истории про детей, которые плакали, когда с манежем приходилось расстаться года в три. Я читала про малышей, которые сидят и смиренно читают журналы. Голова шла кругом.

Но мой ребёнок ползал, как варан, по всему дому — и было ясно, что никакого манежа он не потерпит. Что там, он нервничал даже тогда, когда его сажали на кровать и не спускали, когда он хотел спуститься (сам он тогда не умел). Иногда, конечно, он мог и тихо посидеть, но крайне редко. Манеж мне казался клеткой. Золотой клеткой для моего малыша.

Чем больше я читала книг по детской психологии, тем правильней мне казалось моё отношение к манежу. Манеж — это способ облегчить жизнь маме, причём несильно облегчить. Для ребёнка же это катастрофа. Дети любо-

пытны, они хотят всё потрогать, пощупать, разузнать, как устроен этот мир, проверить свои силы. Если мы не дадим им это, мы их сломаем. Более того, я думаю, именно нам, мусульманам, важно давать детям свободу в младенчестве, чтобы нереализованные детские стремления не переросли в сопротивление истине *Шариата*. Маленькие мусульмане должны наиграться в детстве, недаром есть мнение, что не надо усердствовать в обучении детей до достижения ими семи лунных лет. Достаточно обучить общим вещам, основным предписаниям Ислама

И поэтому дети, которые смиренно сидят в манеже, кажутся мне уже немного искалеченными...

Да, чем быстрее малыш ползает, тем труднее за ним следить. А когда он начинает ходить, надо быть ещё внимательнее. Да, некоторые домашние дела переносятся на то время, когда годовасик спит (таких дел немного — мытьё сантехники, например). Зато ребёнку весело, он удовлетворяет свои желания, его не травмирует необходимость сидеть под замком. Он быстрее развивается и реже недоволен. Отказаться от манежа — значит подарить своему ребёнку беззаботное младенчество. Я думаю, это стоит того.

### ХОДУНКИ И ПРЫГУНКИ

Ходунки — это такое устройство, куда можно посадить ребёнка и он, перебирая ногами, может как бы ходить. Прыгунки — это устройство вроде мешка на веревочках-резинках; его можно закрепить, и тогда в этом мешочке ребёнок сможет прыгать.

Как мне кажется, это такая улучшенная версия манежа, то есть ребёнок вроде никуда не вылезет и ничего особо сильно не разрушит, но вместе с этим может перемещаться по дому (или бешено прыгать), и ему не совсем (или совсем не) скучно. Маме, конечно, полегче: можно отпустить ребёнка и спокойно постоять помыть посуду или порезать картофелины не на четыре части, как обычно, а соломкой. На этом польза от ходунков и прыгунков заканчивается.

Ходунки не помогают развитию ребёнка, и он с их помощью не научится ходить быстрее. Наоборот, привыкнув к постоянной поддержке, малыш будет хуже ощущать своё тело. Изучению мира такое передвижение тоже не вполне способствует: для детей первого года жизни изучать — это трогать, тянуть в рот, передвигать. Дети, проводящие много времени в ходунках, часто перестают чувствовать свои габариты: научившись ходить по-настоящему, они даже могут с разбега врезаться в стену, не рассчитав силы.

*Тут надо оговориться: от того, что ребёнок недолго побудет в ходунках или даже посидит в манеже, ничего не случится, иншаАллах. Действительно недолго. Проблемы начинаются тогда, когда ребёнок проводит так много времени. Если вы хотите использовать эти вещи редко, можно их и приобрести. Только вот стоит ли тратить на это деньги ради считанных часов? Решать вам.*

На самом деле, можно обойтись без большинства вещей, которые ассоциируются у нас с воспитанием ребёнка. Более того, многие из этих вещей совершенно бесполезны, а некоторые и вовсе вредны.





**ГЛАВА 9.  
ИГРУШКИ**

**З**а год в доме накопилось три коробки игрушек, при том, что мы с мужем их не покупали. Вообще. Родственники и друзья каждый раз приходят в гости с игрушкой. Игрушки достаются от выросших детей знакомых. Ворох мягких игрушек достался, в конце концов, от меня: я помню, как они стояли в моей детской, и вот теперь мой сын теребит того самого плюшевого котика, которого мне подарила бабушка. И я совсем не довольна тем, что игрушек так много: всё хочу собраться, решиться и убрать львиную их долю в кладовку. Но пока не собралась.

Почему мне не нравятся эти кучи игрушек?

Во-первых, потому что я вижу, что ребёнку неинтересно. Ему интересны взрослые вещи. И на лоточек с мукой или карандаш с ластиком он променяет целый ящик пластмассовых штучек. А если он и берёт в руки игрушку, то вскоре забывает о ней. В одной книжке я прочитала совет, что нужно приучать детей относиться к игрушкам бережно, ценить их. Для этого можно приколотить к стене полочки и расставлять игрушки там (а не сваливать кучей в коробку), аккуратно снимать их оттуда по одной, а потом ставить на место. Совет толковый, но я не могу избавиться от вопроса: «А хочу ли я, чтобы ребёнок ценил игрушки?» Хочу ли я, чтобы он ценил что-то мирское? Бережно клал на полочку, охранял? Поспособствует такая тактика тому, что ребёнок приучится к порядку, или тому, что он начнёт гоняться за земными вещами и мериться самокатами? Или увлечённость мирским — это только от общения с увлечёнными мирским? Не знаю... Пока склоняюсь к идее потихоньку уменьшить количество игрушек, но никаких полочек не колотить... *Есть и штуки, от которых мороз по коже. О, как меня пугают дети, которые в три месяца*

*играют с погремушкой в форме автомобильной сигнализации, а в три года разъезжают на игрушечных чёрных джипах. Воочию видишь, как малышей с младенчества подсаживают на земную страсть к наживе...*

Во-вторых, мне не нравятся эти игрушки, потому что почти все они пластмассовые. Холодные на ощупь. Совершенно не экологичные. Абсолютно безликие. Ролан Барт (французский культуролог, он нам не пример, но западное буржуазное общество критиковал удачно), кстати, писал, что пластик — холодный материал будущего, принимающий любую форму, — завоёвывает Европу. Пугающее описание. Пластиковые игрушки неприятны, инстинктивно с ними не хочется связываться. Они выглядят так, будто на ребёнка не хотели тратить эмоций. Даже дорогие пластмассовые игрушки стоимостью в несколько прожиточных минимумов вызывают такие мысли. К тому же, в пластике много всего вредного...

Есть в наших необъятных коробках и игрушки, которые мне симпатичны. Деревянные. Да, именно, как в анекдотической фразе про деревянные игрушки, прибитые к полу. Дерево — один из лучших материалов. Оно тёплое на ощупь. Оно довольно тяжёлое, поэтому создаётся ощущение чего-то настоящего, не поддельного. Дерево дешёво — и вы сами можете выстругать ребёнку игрушки, если умеете обращаться с инструментами. Можно и купить: дешёвые варианты — на русских ярмарках, там встречаются, например, милые крашенные ёжики на колёсиках; дорогие и довольно красивые — у западных эко-фирм, специали-

рующихся как раз на деревянных игрушках. Ещё хороший вариант — тряпичные куклы.

Третья проблема — это то, что почти все современные игрушки — музыкальные. Типа развивающие. А музыка — *харам*, по всем четырём *мазхабам*. Между тем, даже в отличной лошадке-качалке прячется музыкальный фокус: нажмёшь на ушко — услышишь развесёлую мелодию. Как с этим быть, непонятно. Кое-где мы с мужем достали батарейки, это помогает.

И самое главное — не стоит думать, что какой-нибудь навороченный мобиль над кроватью, или железная дорожка, или игрушечный вертолёт добавят ребёнку счастья. Ему ничего этого не нужно, серьёзно. Ему нужны мама, папа, молоко, родительское внимание. Ни новорождённый, ни малыш постарше не требуют, на самом деле, больших вложений. Играть можно и с банкой из-под печенья. Даже веселее.



**ГЛАВА 10.  
ПРИКОРМ**

**И** снова про еду. Вообще невероятно, как много внимания мы уделяем еде... Невěřительно и печально... Когда же речь идёт о ребёнке, то еда, как хорошо было подмечено в одной из книжек, становится натурально «мерилом любви». Удивительно, но в представлениях большинства мам ребёнок постоянно голодает: сначала ему не хватает молока, потом он «чуть-чуть клюёт», «размазывает всё по тарелке» и, похоже, вообще не собирается обращаться с едой так, как положено с ней обращаться. Ситуация отличается горьким комизмом, мамы восхищаются изобретательностью паранойи. Нет, я ничем не лучше этих мам. Мне тоже иногда бывает тревожно. Но, хвала Аллаху, я уяснила одну простую мысль, и она меня утешает. Вот она: **маловероятно, что ребёнок, которого кормят грудью по требованию, будет голодать.** Но всё по порядку.

Итак, вы успешно наладили грудное вскармливание (если нет, посмотрите ещё раз главу 5; если что-то не получается, подумайте, не вызвать ли консультанта). Вы кормите ребёнка по требованию, и молока, как ни странно, хватает. Месяц, второй, третий... И вот на горизонте появляется новая причина для беспокойства — прикорм, то есть взрослая еда. С прикормом, как водится, связана куча предрассудков, большая часть которых берёт начало во всё том же советском подходе к уходу за детьми. У этнических мусульман предрассудков, хвала Всевышнему, поменьше: мамы-мусульманки успешнее сохраняли правильные традиции кормления. Но и в исламские народы проникли советские идеи, поэтому классическое: «Соки надо вводить с месяца по капельке», — можно услышать как в Москве, так и в горном селении Дагестана. Надо быть осторожнее, всё сверять с *Шариатом* и больше размышлять — даже

когда речь идёт о детских творожках и весёлых маленьких ложках в цветочек.

### **КОГДА СЛЕДУЕТ ВВОДИТЬ ПРИКОРМ?**

О, на этот счёт есть множество теорий: когда исполнится месяц; когда начнёт сидеть; когда прорежется первый зуб... *Кстати, имейте в виду, что у немусульман есть обычай дарить «на первый зуб» серебряную ложечку. Однако использовать (и даже хранить!) серебряную и золотую посуду по Шариату запрещено (харам), поэтому, если у вас есть знакомые немусульмане, предупредите их, чтобы они не делали таких подарков.* Компетентные врачи (из ВОЗ<sup>55</sup> в том числе), опираясь на новейшие исследования, говорят, что здесь важно сочетание трёх факторов:

- 1) Детский организм должен быть готов, то есть пищеварительная система должна созреть для переваривания взрослой пищи, и необходимо, чтобы пропал выталкивающий рефлекс (это защитный механизм, который предохраняет от попадания в рот посторонних предметов). Это происходит лишь после шести месяцев!
- 2) Ребёнок способен сидеть на руках у мамы с её поддержкой.
- 3) Нужно, чтобы появился так называемый пищевой интерес, то есть ребёнок должен интересоваться взрослой пищей и хотеть её попробовать.

---

<sup>55</sup> Всемирная Организация Здравоохранения.

Необходимо, чтобы сочетались все три фактора! Если малыш в четыре месяца хватает еду со стола и жаждет её попробовать, подождите до шести месяцев. Если малышу уже шесть с половиной месяцев, но ему совершенно не интересно, что вы едите, а предложенные кусочки он отталкивает — подождите, пока проснётся пищевой интерес, не впихивайте в него еду. Рано или поздно он захочет есть взрослую пищу — вот тогда и будете кормить его кашами и котлетками. Если поторопиться, потом можно ещё долго жаловаться на отсутствие аппетита у ребёнка. Есть даже радикальные педиатры, которые вообще не советуют вводить прикорм до года. Это, думаю, чересчур, лучше придерживаться золотой середины. Но смысл ясен: не надо торопиться, как бы вам ни хотелось накормить ребёнка. Это что касается ситуации, когда у малыша нет интереса к еде и после шести месяцев.

**А до шести месяцев ни под каким видом не давайте ребёнку взрослой пищи!** Такое, преждевременное, введение прикорма очень опасно: помимо нежелания есть, ребёнок рискует заработать болезни желудка. И — да — к сокам это тоже относится, что бы там ни было написано на бутылочках. *Вообще соки — штука сильно концентрированная, они раздражают слизистую, поэтому лучше вводить их после двух лет! Никак не в два месяца, как иногда рекомендуют, не в четыре и даже не в шесть!* К сожалению, многие педиатры используют устаревшие схемы и по-прежнему, как и при коммунистах, настаивают на раннем введении прикорма. Это неправильно и крайне вредно! Отчего в со-

ветское время считали иначе? Сложно сказать. С питанием детей первого года жизни в СССР глобально всё было не так. Государство стремилось к тому, чтобы женщина — женщина нового времени, освобождённая от тяжкой участи воспитания детей! — могла максимум через год после родов отдать ребёнка в ясли и вернуться на работу. Кормление грудью было досадной помехой. Поэтому его старались свернуть рано, и — сознательно или несознательно — врачи в этом участвовали. Их советы по грудному вскармливанию оказывались настолько неправильными, что выработка молока снижалась и многих детей начинали докармливать смесями, а потом и вовсе прекращали кормить грудью. Смеси тогда были ещё хуже, чем сейчас, и перевести ребёнка пораньше на взрослую еду было меньшим злом. Вот одна из причин. К тому же, отношение к грудному молоку было специфическим, и даже те мамы, которые, по Воле Всевышнего, всё-таки сохранили грудное вскармливание, считали, что их молоко — это «некалорийная невкусная водичка», которая со временем вообще становится бесполезной. Но это не так! До года грудное молоко — это основная пища для ребёнка, и того, что в нём содержится, достаточно. *Есть мнение, что и после года оно остаётся основной пищей, хотя его энергетическая ценность снижается.* Плюс к этому в СССР из-за дефицита продуктов был некий перегиб в подходе к питанию: еда становилась объектом постоянного внимания, о ней много говорили, выясняли, кто что где достал. Неудивительно, что и новорождённых по-быстрому вовлекали в эту суету:

мамы даже не задумывались, что до какого-то момента их детям вообще не нужна взрослая еда — та самая еда, ради которой люди стояли сутками в очередях.

На самом деле, лучше поздно, чем рано. Не спешите, подождите, пока ребёнок будет готов. Мы ведь не думаем, что он бодро затопает по роддому сразу после того, как перережут пуповину, и не учим его в месяц завязывать шнурки.

### КАК ВВОДИТЬ ПРИКОРМ?

С тем, когда начинать, вроде разобрались: итак, ребёнку шесть месяцев и два дня, он сидит у вас на коленях, стучит ложкой по столу, с неподдельным интересом следит за тем, как вы едите, и сам может ухватить кусочек морковки двумя пальцами. Чтобы немножко помочь возникновению пищевого интереса, берите ребёнка с собой за стол, сажайте на колени. *У моего сына первым прикормом стал кусочек черничного пирога с моей тарелки. Я даже не заметила, как он его схватил: догадалась по довольной улыбке и черно-синим пятнам от черники на руках, щеках и одежке. Потом, правда, прикорм стал чуть менее экстравагантным.*

Теперь точно: пора вводить прикорм. Как? Грубо говоря, есть два вида прикорма: педиатрический и педагогический. Первый — это как обычно советуют педиатры: начинаем с каш или овощей, всё приготовлено по специальным диетическим рецептам. Нюансы, рецепты, продукты и последовательность введения блюд вам может

рассказать любой педиатр (только про соки, пожалуйста, его не слушайте — не вводите соки). Мне не очень нравится эта схема, и я объясню, почему.

Во-первых, это как-то неправильно — кормить ребёнка протёртой едой космонавтов, а себе класть на тарелку совсем другое. Не будешь же прятаться по углам. Ребёнок, как легко заметить, хочет есть то, что едят родители.

Во-вторых, если все идёт хорошо, многие педиатры советуют увеличивать порции невероятными темпами. Но такие большие порции (в районе ста граммов и даже больше!) для малышей не подходят: никакое молоко больше в желудок не влезет. Такие объёмы взрослой пищи полностью вытесняют кормления: в результате мама может перестать кормить вообще. Поэтому увеличивайте порции не так сильно, кормите по аппетиту: сначала взрослая пища, потом давайте запить грудным молоком. Продолжайте кормить грудью по требованию. И, конечно, не впихивайте в ребёнка еду, ведь ваше молоко пока полностью удовлетворяет все его потребности, взрослая еда для него — это, скорее, познание мира, чем способ насытиться.

Есть и другой способ введения прикорма — педагогический, или педприкорм (это очень забавно, потому что сокращение от «педиатрический прикорм» — точно такое же). Что это значит? Это значит, что ребёнок получает микропорции той еды, которая лежит на тарелке мамы. Любой еды. Мама ест творог — ребёнку дают крошку творога. Мама ест яблоко — ребёнок получает малюсенький кусочек яблока. И так — до трёх микродоз (микродоза —

это примерно со спичечную головку) каждого понравившегося малышу продукта. Первое время ребёнок может выплёвывать кусочки, но со временем привыкает. Количество этих микродоз тоже постепенно увеличивается, малыш знакомится со всё большим количеством продуктов, а к году уже ест вместе со взрослыми — абсолютно то же самое, что и они. Сторонники этого способа говорят, что не стоит бояться того, что ребёнок подавится. Постепенно он учится жевать, в то время как многие дети, выросшие на баночных пюре, потом с трудом переходят к пище кусочками и долго испытывают трудности с жеванием.

Чем этот способ введения прикорма хорош? Минимум психологических проблем у ребёнка — он ест то же, что и мама. Малыш учится жевать, привыкает к тому, что едят в семье, учится самостоятельно принимать пищу (помимо микродоз, мама даёт ему погрызть небольшие кусочки фруктов и овощей — разумеется, под присмотром).

Чем этот способ меня не устраивает? Во-первых, нет никаких исследований — и неясно, нет ли у такого подхода к детскому питанию отдалённых последствий. Во-вторых, для аллергиков это не очень подходит (у сторонников педприкорма есть, впрочем, теории, как кормить аллергиков в этом ключе, — это такие компромиссные варианты). В-третьих, для педприкорма надо, чтобы мама и папа питались правильно. Но это не всегда так. *Хотя питание по Исламу — это здоровое питание. Особенно в немусульманской стране, где выбор халяльных колбас и сосисок ограничен, а в большинстве полуфабрикатов и деликатесов — харамные компоненты.*

Чтобы определиться с методом введения прикорма, надо узнать детали. Если вам интересен педприкорм, уточните нюансы у специалистов. Если вы хотите педиатрический прикорм, поговорите с врачами. Но самое разумное здесь, на мой скромный взгляд, найти золотую середину.

Кормите не баночными пюре, а готовьте сами. *Последнее время участилось количество отравлений фабричным детским питанием — будьте осторожны.* Можно следовать рекомендациям педиатров, что за чем вводить. Я в своё время не следовала и давала понемножку всего подряд, но сейчас думаю, что безопаснее вначале давать продукты одного вида: сначала овощи, потом каши и так далее, — а попозже можно расслабиться. Следите за реакцией — нет ли аллергии. Не пюрируйте без нужды. Ешьте то же, что даёте ребёнку, постарайтесь всей семьёй перейти на здоровое питание. Если время от времени ребёнку перепадёт не самый диетический продукт (например, жареный хинкал), скорее всего, ничего страшного не случится, но это не должно войти в привычку. Продолжайте кормить грудью по требованию, давайте запить взрослую еду молоком. Это то, как бы я стала вводить прикорм сейчас. Когда я, собственно, его вводила, то практиковала педприкорм, но сейчас склоняюсь к менее радикальному варианту. Весь этот абзац — моё частное мнение. В отличие от правил грудного вскармливания (подробнее в главе 5), которые относительно чётко определены, с прикормом всё куда менее ясно. Поступайте так, как вам кажется правильным.

### КАК КОРМИТЬ РЕБЁНКА?

Учите его произносить перед едой: «*БисмиЛлях*». Пока он не говорит, говорите за него. Если хотя бы один из присутствующих за столом скажет: «*БисмиЛлях*», — *сунна* считается выполненной, хотя лучше, если это произнесёт каждый.

Не впихивайте в него еду и не уговаривайте. Одним словом, не надо пытаться накормить ребёнка во что бы то ни стало. Не надо рассказывать ему сказки, играть в машину и гараж (как можно догадаться, рот — это гараж, а ложка — автомобиль), не надо просить его съесть что-то за маму и за папу. Не хочет — не надо, проголодается — попросит. Детям надо не очень много — куда меньше, чем нам кажется. Иначе вы просто отобьёте здоровый аппетит.

Не превращайте еду в средство награды или наказания («какой молодец — держи конфетку»). Еда — это просто еда. Если вы не хотите, чтобы в будущем ваш ребёнок видел в этих самых конфетах символ любви и заедал ими дурное настроение, не награждайте ими в знак одобрения. *Вообще, чем позже малыш узнает, что такое конфеты, тем лучше. Но как-то так получается, что дети всё равно пробуют их довольно рано, особенно если мама любит сладкое.*

Не отвлекайте и не развлекайте ребёнка едой («не надо залезать на подоконник, пойдём, я тебе дам оладушек», «ну чего ты скучаешь, возьми яблочко», «подожди, мама чистит картошку, погрызи пока сухарик»). Вы хотите, чтобы, став постарше, ваш ребёнок ел, вместо того чтобы проя-

вить смелость? Или ел, когда скучно? Или ел, вместо того чтобы попросить совета у друга? То, чему мы учим детей, пока они совсем маленькие, превращается в привычки, в своего рода психологические паттерны. Важно не допустить ошибок.

Сажать ли ребёнка в детский стул? Неожиданный вопрос, правда? И я не знаю на него ответа. Мне кажется, начинать лучше, посадив малыша к себе на колени: так ему интереснее. И мне так было удобнее. Но допускаю, что большинству мам удобнее иначе. *У нас стул как-то сразу не пошёл: малыш сопротивлялся, плакал и совсем его не любил. Я попробовала пару раз и не стала мучить ребёнка. Ближе к году, впрочем, стул вызвал неожиданный энтузиазм и у него, и у меня: я могла спокойно поесть, не снимая ежесекундно ребёнка со стола, а ему, видимо, понравилось сидеть одному и сосредоточенно тыкать ложкой в тарелку. Долго это не продлилось. В год и три месяца он начал есть, стоя на настоящем взрослом стуле, несмотря на то что приходится стоять всю трапезу. Видимо, взрослость стоит того.*

Не торопите малыша, пока он ест. Это может занять много времени, особенно когда он всерьёз начнёт учиться обращаться с приборами. Пусть учится, пусть медленно пережёвывает, пусть подносит ко рту на ложке по чуть-чуть (это ведь сложно — набрать полную ложку!). *Этот совет, впрочем, работает и с детьми постарше: не торопите их, если едят медленно. Я слышала жуткую историю про то, как воспитательница в детском саду всегда клала второе блюдо прямо в суп тем, кто медленно ел: если ребё-*

*нок не успевал доесть суп, ему доставалось неаппетитное месиво из недоеденного первого блюда, в котором плавало мясо и, например, гречка. Просто кошмар.*

Устраивайте перекусы между основными приёмами пищи. Обычно считают, что основных приёмов пищи должно быть три и как минимум два перекуса (яблоко, сырник, булочка — что-то вроде этого; фрукты лучше всего). Но я беру за основу модель с двумя основными приёмами пищи: утром и ближе к вечеру. А небольших перекусов (у ребёнка) много, около четырех-пяти. Мне это кажется более умеренным.

### **КАК ПРАВИЛЬНО ПРИНИМАТЬ ПИЩУ ПО СУННЕ?**

#### **[ФЕТВА ШЕЙХА ФАРАЗА РАББАНИ]**

С именем Аллаха, Милостивого ко всем на этом свете и только к уверовавшим — на том.

*Ва алейкум ассалам ва рахматуллах.*

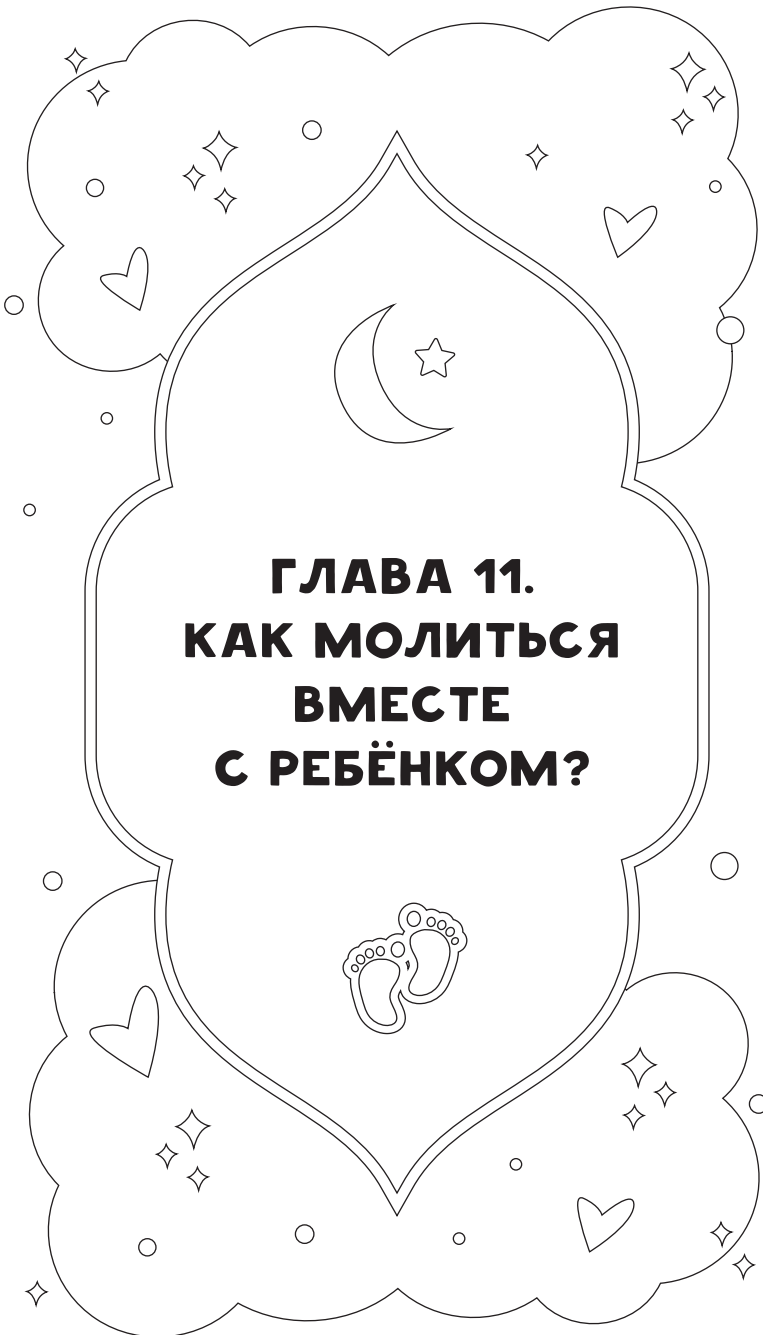
Молюсь, чтобы Вы и Ваша семья были здоровы и пребывали в состоянии *имана* и близости ко Всевышнему Аллаху.

Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, оставил нам много указаний, как питаться по *Сунне*. Вот некоторые из них:



1. Ваше тело вверено вам, и у него есть свои права. Не разрешается урезать себя в еде, если это вредит здоровью или ослабляет вас физически.

2. Необходимо есть умеренно и правильно, чтобы сохранялись физическая сила и хорошее состояние для выполнения религиозных обязательств, в том числе, чтобы вы могли читать *намаз* стоя и поститься в месяц Рамадан. Невыполнение религиозных обязанностей — это грех, тем не менее, никто не несёт ответственности за случаи, выходящие за рамки контроля, такие, как болезнь или недомогание.
3. Не рекомендуется переедать. Есть больше, чем нужно, предосудительно (и даже запрещено, когда причиняет вред).
4. *Сунной* является ограничивать порцию еды, так чтобы её было просто достаточно для пополнения сил и хорошего состояния, чтобы вы могли выполнять религиозные обязанности.
5. *Сунной* является есть правильно (хорошо) — с вышеуказанными ограничениями — и благодарить Аллаха за данные Им блага.
6. *Сунной* является есть вместе с другими и приглашать гостей на трапезу. Большое вознаграждение получает тот, кто приглашает гостей и кормит их.
7. Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, проявлял сдержанность в еде, это одна из главных особенностей его подхода к питанию. Следует есть не спеша. Предпочтительно разжёвывать еду хорошо, полностью проглатывать то, что во рту, прежде чем брать следующую порцию, и соблюдать этикет трапезы, даже если вы голодны.

8. Важно усвоить питание по *Сунне* — начинать трапезу с именем Аллаха, есть только правой рукой, хвалить вкусную еду и не критиковать невкусную, проявлять сдержанность в еде, заканчивать трапезу раньше всех, прославлять Аллаха после еды и так далее. Важно помнить и напоминать другим обо всём этом как о необходимом.
9. Следует иметь благородное намерение при приёме пищи, например, забота о теле, намерение получить достаточно сил для выполнения религиозных обязанностей и совершения благих поступков, выражение благодарности Всевышнему Аллаху за Его дары (это побуждает большую любовь к Аллаху), следование *Сунне* Пророка Мухаммада, да благословит его Аллах и приветствует. И надо относиться к еде как к средству пропитания, а не источнику наслаждения.
10. Важно знать, какие продукты питания Пророк Мухаммад, да благословит его Аллах и приветствует, больше всего восхвалял, учиться любить их и включить их в своё питание. К этим продуктам относятся финики, мёд, мясо и так далее. Важно помнить, что умеренность в еде — ключевая *Сунна* (*конец слов шейха Фараза Раббани*).



**ГЛАВА 11.  
КАК МОЛИТЬСЯ  
ВМЕСТЕ  
С РЕБЁНКОМ?**



**М**ы часто слышим о том, что можно молиться с ребёнком на руках. Чтобы малыш не плакал, мама иногда берёт его на руки во время *намаза*. Часто дети, только научившись ходить, забираются на одного из родителей, пока тот молится. Это невероятно трогательно!

Но, чтобы такая молитва была действительной, нужно соблюсти определённые условия (которые различаются по *мазхабам*). Это очень важный момент, и надо подойти со всей серьёзностью. Итак, начнём.

### **НАДЖАСА И ОЧИЩЕНИЕ ОТ НЕЁ**

Сначала надо разобраться, что именно считается *наджасой*. Мама маленького ребёнка постоянно сталкивается с тремя видами *наджасы*: испражнения ребёнка, его моча и его срыгивания. *Кстати, не стоит сильно волноваться, если малыш много срыгивает. Допустимо, если ребёнок срыгивает примерно две столовых ложки (или меньше) каждый раз и даже если он один раз в день срыгивает фонтаном! Это всё — от незрелости нервной системы, со временем пройдёт. В норме срыгивания сохраняются где-то до шести месяцев.*

По *мазхабу имама Абу Ханифы* прощаемое количество человеческой мочи и испражнений на одежде для *намаза* — это размер дирхама (примерно с пятирублевую монету). Измерять точно не нужно. Если не удалить такое количество *наджасы* перед *намазом*, *намаз* будет действителен, однако удалять рекомендуется. Рано или поздно всё равно нужно смыть, чтобы избежать распространения нечистот.

В *мазхабе имама аш-Шафии* количество *наджасы* значения не имеет: в любом случае её необходимо смыть, иначе *намаз* не будет действителен.

Что касается мочи, то нужно иметь в виду, что, по *мазхабу имама аш-Шафии*, моча мальчика, находящегося на исключительно грудном вскармливании (то есть он пьёт только молоко мамы, никакой взрослой пищи; лекарства не в счёт), очищается простым брызганием воды поверх испачканного места. Как только ребёнку вводят прикорм — это правило перестаёт действовать.

Что касается срыгивания, то по шафиитскому *мазхабу* любое срыгивание считается *наджасой* — следовательно, молиться в одежде, испачканной срыгнувшим молоком, нельзя, и нельзя в *намазе* держать на руках ребёнка, на котором (или на одежде которого) есть этот вид *наджасы*. Однако если грудной ребёнок срыгнёт и дотронется ртом до груди матери, то это прощается.

По ханафитскому *мазхабу* в этом вопросе есть теоретическое облегчение, которое на практике малоприменимо: срыгиваемое молоко считается *наджасой*, если количество срыгиваемого больше количества, которое ребёнок (который срыгнул) может без чрезмерного напряжения удержать во рту, но при этом надо подсчитывать объём всего срыгиваемого по одной причине. Поскольку ребёнок срыгивает часто, а причина одна — незрелость нервной системы, это облегчение здесь мало что облегчает. Тем не менее, как я указала выше, малое количество такой *наджасы* (размер дирхама) прощается на одежде для *намаза*. Впрочем, в любом случае срыгивания рекомендуется смывать.

Итак, в общем виде правило обычное: необходимо, чтобы на одежде для намаза не было *наджасы* (или, по *мазхабу имама Абу Ханифы*, допустимо, чтобы было прощаемое её количество). Если мы молимся, держа ребёнка на руках, то к одежде и телу ребёнка применяется такое же правило.

### **А ЕСЛИ НА РЕБЁНКЕ ПОДГУЗНИК? [ФЕТВА НАИЛИ АКБАРАЛИ ПО ХАНАФИТСКОМУ МАЗХАБУ]**

*Ассаламу алейкум ва рахматуллах!*

Я молюсь, что мой ответ застанет вас в добром здравии и расположении духа.

**Наджаса и её отношение к молитве:** одним из условий действительности намаза является то, что молящийся должен быть чист от *наджасы*, количество которой превышает прощаемое количество, и под этим имеется в виду чистота тела, одежды и места молитвы<sup>56</sup>. Прощаемое количество для человеческих испражнений и мочи не превышает то, что может уместиться во «внутренней» ладони<sup>57</sup>.

**Хукм с разъяснением:** если во время молитвы человек держит ребёнка, который не приучен к горшку, и на теле или одежде ребёнка находится *наджаса* в количестве, превышающем прощаемое, то намаз нарушается. <...><sup>58</sup>

---

<sup>56</sup> «Маракиль-Фалях», 291.

<sup>57</sup> «Маракиль-Фалях», 222.

<sup>58</sup> «Хашият» ат-Тахтави, 291.

Если ребёнок приучен к горшку, это не нарушает *намаз*, поскольку *наджаса* в этом случае приписывается ребёнку, а не молящемуся<sup>59</sup>.

«Игровые» действия, такие, как *суджда* над ребёнком или когда ребёнок хлопает по молящемуся, не нарушают молитвы.

**Советы:** лучше стараться совершать *намаз*, пока ребёнок спит, если действия малыша вас отвлекают. Также можно посадить его в манеж или дать ему игрушку, чтобы он отвлёкся от ваших действий. Можно попросить вашего супруга, старших детей или друзей последить за ребёнком, пока вы молитесь.

Если ребёнок уже относительно большой, можно попробовать превратить это в игру. Многие дети копируют, как их родители молятся, особенно земной поклон.

Очень важно помочь ребёнку понять, что поклонение требует спокойствия и сосредоточенности. Следует обучить его этому, повторяя, сочувствуя и проявляя терпение к особенностям этого возраста.

И лишь Аллах даёт успех.

### **[ФЕТВА ШЕЙХА ХАМЗЫ КАРАМАЛИ ПО ШАФИИТСКОМУ МАЗХАБУ]**

Во Имя Аллаха, Милостивого ко всем на этом свете и только к уверовавшим — на том.

---

<sup>59</sup> «Рагд аль-Мухтар», 1:269-270.

*АльхамдулиЛлях*, материнство — это великое благо. Но, как и с любым благом этого мира, с ним связано много испытаний. Одно из них — это исполнение действительной молитвы.

Самое полезное правило, о котором следует помнить, имея дело с *наджасой* и испачканными вещами, — это «уверенность не отменяется сомнением». Если вы уверены, что ваш ребёнок чист (потому что, например, вы только что его искупали, вымыли его интимные части спереди и сзади водой), и не уверены, что он после этого справил малую или большую нужду в подгузник, то вы можете полагать, что он чист, и вы не обязаны проверять его подгузник. Если в дальнейшем вы проверите подгузник и обнаружите, что он грязный, вы можете считать, что он стал грязным в самый последний момент перед тем, как вы проверили.

Если, тем не менее, вы уверены, что подгузник грязный (потому что, например, вы можете определить это по запаху даже в противоположной части дома), то *намаз* нарушается, если считается, что вы держите (*хамиль*) вашего ребёнка (например, он сидит у вас на коленях или опирается на вас), или если ребёнок схватил вас напрямую или за одежду. Но если ребёнок просто касается вашего тела или одежды «чистой частью» своего тела или одежды, и вы не поддерживаете его никаким образом, и он не хватается за вас или за вашу одежду, то молитва не нарушается (взято из «*Хашият аль-Джамаль ‘аля Фатхуль-Ваххаб*»; отметим, что речь идёт о «чистой части»; если же ребёнок касается вашего тела или одежды частью своего тела или одежды,

которая испачкана *наджасой*, то *намаз* нарушается, даже если вы не держите ребёнка).

Надеюсь, всё понятно.

И Всевышний Аллах знает лучше.

**А ЧТО С ЛИШНИМИ  
ДВИЖЕНИЯМИ В НАМАЗЕ?  
[ФЕТВА МУСТАФЫ ЭЛЬКАББАНИ  
ПО ШАФИИТСКОМУ МАЗХАБУ]**

Три движения любой частью тела (кроме следующих шести: губы, уши, язык, пенис, ресницы и пальцы), следующих друг за другом, нарушают *намаз*. Одно или два таких движения *намаз* не нарушают. «Следующий друг за другом» здесь значит то, что обычно под этим понимается. Некоторые учёные указали, что это значит, что между этими действиями прошло время, меньшее, чем требуется для прочтения суры «Аль-Ихляс».

В качестве исключения вытягивание руки и отведение её обратно без перерыва считается за одно движение. Это не относится к другим частям тела.

Надеемся, дальнейшие разъяснения помогут понять это правило:

Вытягивание обеих рук, чтобы взять ребёнка, и моментальное отведение их обратно будет считаться за два движения (одно за каждую руку) и, следовательно, *намаз* не будет нарушен.

Наклон и выпрямление, чтобы взять ребёнка, вызовут затруднение, так как наклон и выпрямление считаются

за два движения и ещё потребуется как минимум одно дополнительное движение, чтобы взять ребёнка.

Есть ещё одно соображение: человек, держащий ребёнка, должен следить за тем, чтобы были выполнены все обязательные части намаза. Например, необходимо, чтобы часть внутренней стороны ладони (это может быть внутренняя сторона всего одного пальца каждой руки) коснулась пола во время земного поклона. Также необходимо, чтобы человек совершал поклоны только с одной целью — совершить поклон (то есть нельзя нагнуться, чтобы поднять ребёнка, а затем решить, что, раз движение уже совершено, можно продолжить поклон).

И в этом нет разницы между обязательными и желательными намазами и также между намазом в одиночестве и намазом джамаатом.

А Всевышний Аллах знает лучше (*конец фетвы шейха Мустафы Элькаббани*).

*По ханафитскому мазхабу намаз нарушает не конкретное количество движений, а лишь такое их число и такой их характер, при котором постороннему человеку покажется, что молящийся не в намазе.*

### **МОЖНО ЛИ ПРОПУСТИТЬ НАМАЗ, ПЕРЕНЕСЯ ЕГО НА ТО ВРЕМЯ, КОГДА РЕБЁНОК УСНЁТ?**

**[ФЕТВА ШЕЙХА ФАРАЗА РАББАНИ  
ПО ХАНАФИТСКОМУ МАЗХАБУ]**

**Вопрос:** А что делать мамам, которым никто не помогает? Можно ли отложить намаз на то время, когда ребёнок уснёт?

Ответ: *Ваалейкум ассалам.*

В *фикхе* есть правило (если есть только два варианта) — «меньшее зло допускается, чтобы избежать большего зла». Откладывание *намаза* до той поры, когда его время уже выйдет, — это большой грех. Молитва с несколько отвлечённым вниманием или с небольшими дополнительными движениями порицается. Однако небольшие дополнительные движения, у которых есть уважительная причина, прощаются и не порицаются.

Следует стараться быть в *хузуре* во время *намаза*. Однако матерям нет необходимости восполнять молитвы, совершённые с некоторой рассеянностью или с дополнительными движениями.

Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: **«Сильный верой лучше и более любим Аллахом, чем слабый верой, хотя в обоих есть благое. Полагайтесь на Аллаха и не будьте неспособны».**

Одно из значений словосочетания «сильный верой» в этом *хадисе* — это тот верующий, который использует лучшие и наиболее эффективные внешние средства и внутренне полагается на Аллаха.

Следовательно, матери должны организовать свой день так, чтобы молиться (и исполнять другие религиозные обязанности) наилучшим образом: в начале времени, со всеми *суннами*, с *хузуром*.

И лишь Аллах даёт успех.

*Вассалам (конец фетвы шейха Фараза Раббани).*

## МАЛЫШИ В ИСЛАМЕ

---

В шафиитском *мазхабе* также нельзя исполнять *намаз* позже положенного времени по причине ухода за ребёнком.



**ГЛАВА 12.  
ЯСЛИ  
И ДЕТСКИЙ САД**

**М**ожно ли отдавать ребёнка в ясли? Нужен ли ему детский сад? Отчего-то этими вопросами задаются не все родители. Для большинства матерей (и для многих мусульманок, к сожалению!) детсад — это неизбежность, признак детства. Дети ходят в детский сад. Так ли?

Отдавая малыша на воспитание другим людям, мы наносим непоправимый урон его психике, снимаем с себя ответственность и лишаемся вознаграждения за его воспитание. Чем младше ребёнок, тем больше ущерб. Лет до трех-четырех отдавать ребёнка в детский сад однозначно не стоит. Надо ли делать это позже? Опять же, скорее, нет, чем да.

Детей отдают в ясли и детские сады по нескольким причинам.

Во-первых, вынужденно, когда мама одна и не может не работать. Надеюсь, у вас не такая ситуация. Если именно такая, то я крайне сочувствую, мои *дуа* — за вас. Может быть, вам могут помочь родственники? Любящие бабушка и дедушка или дядя и тётя, как правило, куда лучше любого воспитателя.

Во-вторых, люди просто не представляют, что можно как-то иначе. Многим кажется, что ясли и детские сады, наоборот, развивают малыша, помогают ему социализоваться.

## **ПОЧЕМУ НЕ НАДО ОТДАВАТЬ РЕБЁНКА В ДЕТСКИЙ САД ДО ДВУХ-ТРЁХ ЛЕТ?**

Чтобы понять, что до двух-трёх лет никуда ребёнка отдавать не надо, достаточно вспомнить о грудном вскармливании. В Коране указывается срок длиной в два года.

Кормление грудью предполагает, что кормилица заботится о ребёнке, не отпуская его надолго от себя.

Выросшие «садииковские» дети иногда обижаются: мол, мы ходили в сад, и ничего, маму любим. Я их понимаю, это ведь правда: хорошие люди, хорошие мусульмане выросли, *маша Аллах*. Но воспитание определяется многими факторами, не только наличием или отсутствием детского сада. У нас нет альтернативной версии себя. Может быть, без детсада мы были бы немного лучше и немного мягче. Аллах знает лучше.

Любовь и забота, которую родитель дарит ребёнку, развивают его гораздо лучше любой прогрессивной техники. Недавно выяснилось, что в ответ на любовь в детском мозге формируются новые структуры. Это означает, что, недополучив родительской ласки, дети на физическом уровне становятся другими. Какими? Обычно более агрессивными, менее надёжными и заботливыми, менее чуткими. Они ожесточаются — в той или иной степени.

Если рано отдать малыша в ясли, его связь с мамой нарушается. А ведь для гармоничного развития «привязанность» к матери необходима, особенно на первом году жизни. Отношения с родителями проецируются на отношения с людьми вообще — в частности, на будущие отношения вашего ребёнка с его собственными детьми. Вероятнее всего, он будет воспитывать их так же, как вы — его. И цепь недолюбленности продлится.

Это очень странно — сначала мы отталкиваем детей от себя, а потом жалуемся, что не можем найти контакт с ними...

Недостаток материнской любви может буквально сказаться на здоровье ребёнка: иммунная система тех, кого любили, сильнее.

Даже образцовый воспитатель уделяет ребёнку внимания гораздо меньше, чем мама. Детский сад — это своего рода фастфуд: никакого индивидуального подхода, полезность сомнительна, зато экономит время. Но ведь внимание жизненно важно для ребёнка! Если его понимают, если его утешают, когда он плачет, стресс не разрушает его изнутри. Эмоции, которые младенец испытывает по большей части, обычно становятся доминирующими в его жизни: если малыш знает, что о нём позаботятся, он растёт спокойным, весёлым, активным. Эмоционально развитые дети сообразительнее, их сердца более восприимчивы.

В промежутке от года до двух ребёнок учится самоконтролю. А это уже напрямую связано с *Шариатом*, ведь впоследствии, *иншаАллах*, именно путём самоконтроля он будет воздерживаться от запретного и исполнять предписания религии. Мы должны помочь нашим детям научиться самоконтролю, и лишь родители могут полноценно сделать это, поскольку лучше всего запреты и требования вести себя определённым образом воспринимаются от близких, любящих людей. Ведь ребёнку свойственно хотеть обрадовать маму, и поэтому она может мягко, без запугивания и угроз воспитать в нём ответственность за свои поступки.

Что касается социализации, то дети до трёх лет вообще не склонны играть вместе. Это им может доставить удовольствие, но недолго.

До двух-трёх лет ясли несут только разрушения. Если есть хоть какая-то возможность не отдавать туда ребёнка, не делайте этого.

### **ПОЧЕМУ НЕ НАДО ОТДАВАТЬ РЕБЁНКА В ДЕТСКИЙ САД ВООБЩЕ?**

Во-первых, потому, что большинство детских садов в России неисламские, а неисламские детские сады не очень рассчитаны на детей мусульман. Там кормят *харамом*. Там девочки играют вместе с мальчиками. *А в наше время «женихом и невестой» дразнят с пелёнок, да и дети немусульман зачастую годам к четырём уже по-своему осведомлены, что есть флирт: подражая телегероям, девочки кокетничают, а мальчики дёргают их за косички.* Там дети могут научиться не совсем тому, чему бы вы хотели, чтобы они научились, потому что у немусульман даже прибаутки порой проскакивают запрещённые *Шариатом*. *Взять хотя бы: «Ладушки, ладушки! Где были? У бабушки. Что ели? Кашку. Что пили? Бражку». Бражка — это алкогольный напиток, между прочим. Я заменяю на «простоквашку».*

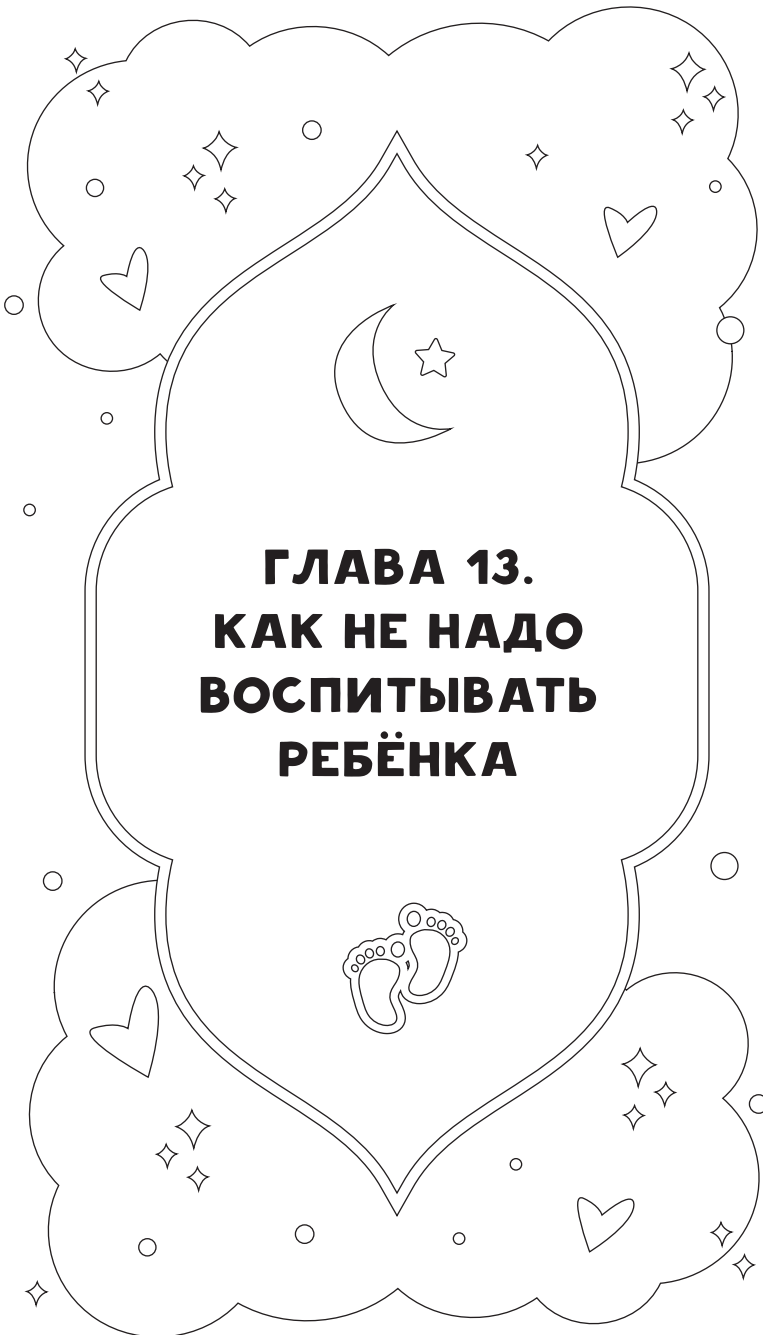
Если рядом есть исламский детский сад, после четырёх лет можно подумать о таком варианте. Но всё равно помните, что при прочих равных мама и папа дают ребёнку гораздо больше, чем воспитатели. Плюс тут только один: если в семье неблагоприятно, если родители сами не соблюдают, но хотят, чтобы дети выросли праведными мусульманами, то, возможно, отдать ребёнка в исламский детский сад будет лучше для него. Ведь домашнее воспи-

тание предполагает воспроизведение семейных ценностей. Если эти ценности лишь отдалённо исламские, надо ли их воспроизводить? В конце концов, вырастить ребёнка в Исламе важнее других аспектов воспитания... Но лучше, конечно, воспитывать его в соблюдающей мусульманской семье. Тогда никакой детсад не будет нужен.

Почему? Потому что социализация, которая так радует родителей, неизбежно проходит за счёт стресса разлучения с семьёй. Потому что нет ничего такого, что бы вы сами не могли бы сделать для ребёнка, а детсадовский воспитатель мог бы. Освоить развивающие игры нетрудно.

Понятно, что ребёнку после четырёх лет надо больше общаться с другими детьми и развивать самостоятельность. Да и мама вполне может (и должна) отпускать его от себя. Это вполне можно устроить, организовав с сёстрами «домашний детский сад». Договоритесь с подругами сидеть с детьми по очереди: так можно и успеть свои дела сделать, и попрактиковаться в исламской педагогике.

Детский сад — это вовсе не необходимость. Чаще всего это досадная помеха в развитии детей. Если есть выбор, выбирайте домашнее воспитание.



**ГЛАВА 13.  
КАК НЕ НАДО  
ВОСПИТЫВАТЬ  
РЕБЁНКА**

**С**овременная психология — куда более коварная вещь, чем кажется. Ведь она рассчитана на немусульман, причём на немусульман в преддверии конца света. Западная цивилизация изо всех сил старается отбить у людей тягу к истине, к неизблемым идеалам. И это часто удаётся. Большинство современных людей абсолютно лишены ориентиров. Их ценности — это страсти *нафса*, который они путают со своим настоящим «я», и убеждённость в относительности истины.

Как так происходит? Сначала людей одурманивают атеизмом — и вот они уже не верят в существование Аллаха. Для них это мёртвый концепт, абстрактная художественная идея, *астагфируЛлах*. Но напоминания о логосе остаются — это чувства, которые без религии не к чему применить. Стыд, например. И есть два пути справиться с такими эмоциями.

Первый — это опустить их на низший уровень, поставив творений на место Творца, *аузубиЛлях*. Так поступают почти все немусульмане: они продолжают искать довольства, но не Аллаха, а людей. И все смутные ощущения, теплящиеся в сердце, все чувства, которые надо испытывать перед Всевышним, — всё это переходит на качественно иную, низменную, ступень. Мучаясь от иллюзий, немусульмане беспокоятся, но не могут поймать, осознать причину беспокойства. Так рождаются неврозы, разрастаются страхи. Это битва, которую не выиграть.

Второй путь ещё печальнее. Понимая разрушительность этих переживаний, психологи учат уничтожать их. Полностью. И тогда от человека остаётся только оболочка. Между его *нафсом* и поступками больше не стоят даже эти призрачные границы. Вот он — человек последних

времён. Он признаёт, что духовно слаб, и гордится этим. Одновременно он кичится своей силой, прогрессом науки, либеральными взглядами. Он отстаивает свою неполноценность: ни в чём нет основ, мол, не только он, но вообще никто ничего не знает. Ему не за что умереть, и умирать он боится. Ещё пару веков назад даже немусульмане такими не были.

К чему я это? Это не бесцельное наставление, нет. Читая о тактике воспитания детей в светских книгах, не принимайте всё на веру.

Современные психологи<sup>60</sup> пишут о чувстве стыда перед неопределёнными окружающими людьми и советуют бороться с ним, перестать ждать оценки извне. Отчасти они правы: что люди скажут, совершенно неважно. Но ведь есть другой аспект, о котором западная наука забывает или не знает вовсе! Человек должен испытывать стыд перед Всевышним Аллахом, должен бояться Его наказания, должен ожидать Его оценки. Другое дело, что в религиозном сознании это уравновешивается надеждой на Его Милость. Люди же в целом, в неисламском обществе, редко бывают милосердны. Но мы знаем точно, что Аллах Милостив.

Популярные брошюры по психологии целенаправленно учат двум вещам: прекратить обращать внимание на других, прислушаться к себе и вместе с этим простить свои недостатки, принять себя таким, какой ты есть. Сомни-

---

<sup>60</sup> Здесь и дальше я имею в виду не всех психологов поголовно (есть и исламские психологи!), а лишь некоторую их часть. К сожалению, эта часть чересчур усердно пишет книги.

тельно раскрепощённое существо, простившее и неизменно прощающее себе все прегрешения, — это и есть долгожданный идеал. Жизнь без неврозов, сосредоточенность на своём *нафсе*, отсутствие каких бы то ни было авторитетов... Нет, конечно, человек, постоянно оглядывающийся на других, играющий на публику, — это тоже крайне дурно. Но путь современной психологии — тупиковый. Она не может излечить духовные болезни, она способна лишь перевести их в более приятную для человека плоскость. От духовных болезней, воистину, лечит только Ислам.

Современные психологи высмеивают людей со строгими правилами и хвалят тех, кто потакает своим желаниям. Тот, кто забыл о себе и старается не исполнять прихоти свои *нафса*, считается невротиком. Или кем-то вроде этого. Считается, что человек не может подавлять свои желания без вреда для психики, что скромный и воспитанный ребёнок — всегда запуганный и печальный. В западном обществе это, может быть, и так. Ценности, не подкреплённые истинной религией, деградируют, превращаются в голые схемы, которые при всем желании весьма трудно привить ребёнку без ущерба для его психики. Почему? Потому что непонятно, кто стоит за ними — за этими ценностями. Непонятно, кто их выдумал и чем этот человек был одержим. Когда речь идёт об Исламе, всё иначе. У нас есть Коран, у нас есть неопровержимые доводы. Наши ценности — от Всевышнего. То, что мы стараемся привить ребёнку, действительно, имеет смысл. Исламское общение и исламские отношения в семье строятся по благодатной

модели. Поэтому ребёнок в довольно раннем возрасте может проявлять высочайший *адаб* к родителям и при этом оставаться активным, подвижным и любопытным, то есть полностью здоровым психически.

Многие психологи советуют не считать собственные установки полностью истинными. Надо, мол, признавать, что они работают далеко не всегда. Но это не так! Ислам — абсолютен. Ислам — это религия для всего человечества. Нам нельзя считать, что мы не на истинном пути. Наоборот, мы должны быть убеждены, что Ислам — единственное спасение, и благодарить Всевышнего за то, что мы мусульмане. Сомнение, мать отрицания, сопутствует умирающей западной цивилизации. Якобы здоровый западный человек толерантен, он всё считает немножко верным и немножко ошибочным. «Истина у каждого своя», — говорит он. Это форма сумасшествия, не находите? И на таком умопомешательстве строится море психологических изысков и тьма психологических изысканий. Только они ничему не помогут... *Разумеется, во всех мирских вопросах логично предоставлять ребёнку весьма большую свободу. Психотерапевты так настаивают на лояльности во всём не потому ли, что для них всё — мирское?..*

Однако, разумеется, о религии нужно рассказывать так, чтобы ребёнку было понятно. Не игнорируйте вопросы, ведь в Исламе на всё есть ответы.

На Западе сейчас стараются растить детей как друзей. В Исламе — другая тактика. Элемент дружеских отноше-

ний, безусловно, есть — ребёнок должен доверять вам. Но нельзя строить отношения с детьми на чистой дружбе, где все во всём равны. У родителей и детей — разные обязанности и права.

Продолжаем про передачу ценностей из поколения в поколение. Психологи говорят, что императивы («есть такое слово “надо”») нужны редко, что почти во всём следует опираться на желания индивида. Нет, они на полном серьёзе так говорят! Немножко маскируются, впрочем, всё та же сказка: сейчас новые времена, патриархальная семья уходит в прошлое, цели коллектива не важны, нормы не могут диктоваться извне, надо прислушиваться к себе. Разрушительная сила *нафса* возводится на пьедестал. Это неправильно. Думаю, все мусульмане понимают, что это неправильно. Правила и нормы имеют смысл лишь тогда, когда исходят от Всевышнего, а не от нашего *нафса*. Любое дело, сделанное не ради Аллаха, не имеет никакой ценности. Да, вне сомнений, в каждом из нас есть небольшая чистая часть, которая хочет поклоняться и больше ничего. Но, к сожалению, не её имеют в виду психологи. Они говорят только о *нафсе* — эгоистической душе. Мы не можем полагаться на неё, она предаёт нас и обманывает, она заодно с *шайтаном*. Мы как раз обязаны соблюдать нормы, которые мы знаем извне — из *Шариата*, и это единственные нерушимые повеления. Безусловно, в мирском ребёнку нужна свобода: если он не хочет есть кашу — пусть не ест; если ему не нравится играть в ладушки — не учите; если ему не хочется сидеть в манеже — выкиньте манеж. Но

нельзя говорить о полной свободе в нравственных ценностях, в вероучении, в соблюдении *адаба*. Вы должны объяснить ребёнку, что это единственно правильный путь, что никакой другой истины нет. Конечно же, объяснять нужно мягко (подробнее в главе 14), но тем не менее. Мы не можем сказать ребёнку: «Определи сам, что для тебя хорошо». Но мы можем помочь ему понять, почему хорошо именно это. В том, что «непереваренные» установки выходят боком, есть резон. Наша задача — не просто вдолбить малышу, что Ислам — это правильно, но воспитать его так, чтобы его разум с лёгкостью понимал это.

К терпению западные психологи тоже относятся специфически. Они признают, что терпение — навык важный, если знаешь, ради чего ты терпишь. И добавляют: «Нельзя делать терпение образом жизни...» Можно! Ведь наша цель — в жизни следующей. Я убеждена, что нужно приучать детей проявлять *сабр*. Но пока не знаю, как именно. Думаю, не жёсткостью, а своим примером, историями о терпеливых праведниках, объяснением нашей *акыды*.

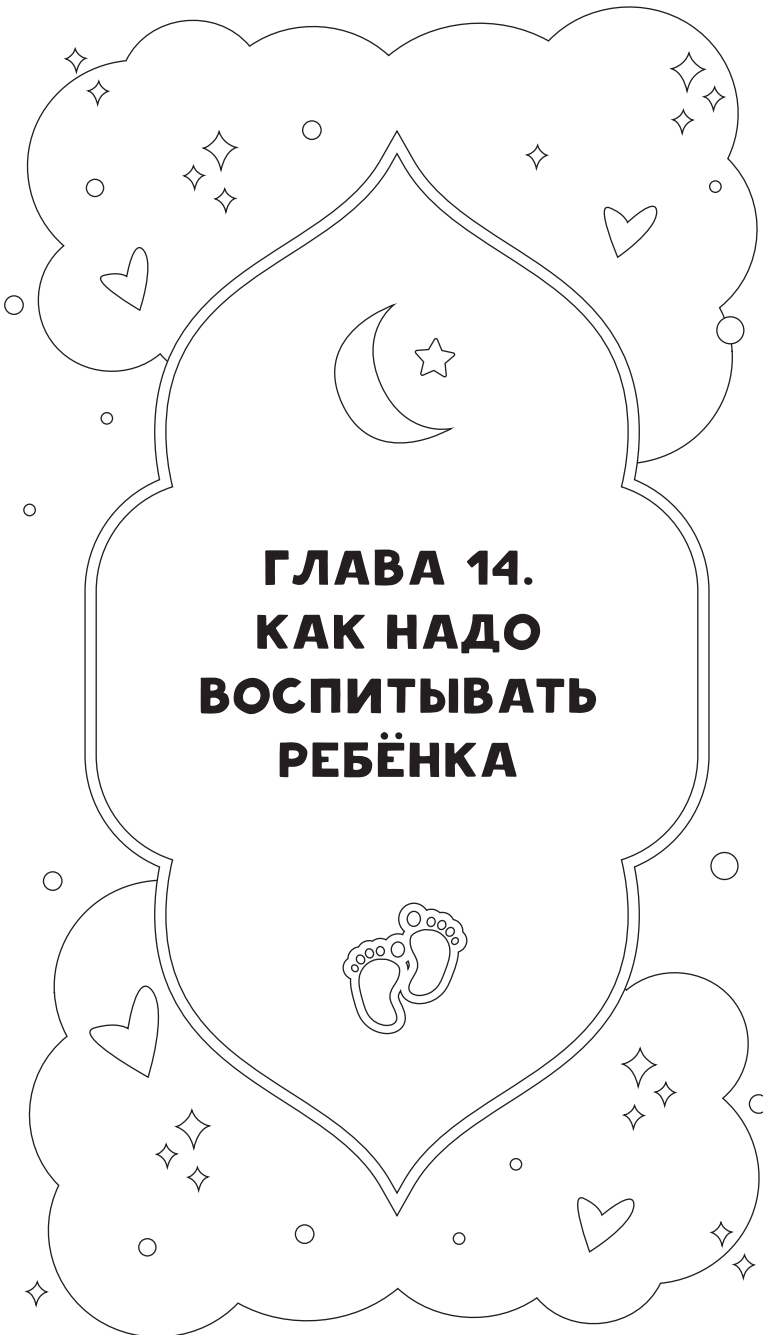
Тем не менее, мне не кажется, что надо отвергать всё, что пишут в книгах по психологии родительства. Я почерпнула из них много практических советов и несколько мудрых общих идей. Например, узнала, что у детей долгое время способность к обобщению — довольно слабая. И даже если четырехлетний ребёнок понимает, что горячую плиту в вашем доме трогать нельзя, то это вовсе не означает, что он не будет пытаться потрогать горячую конфорку в доме, например, у бабушки. Бабушке надо объ-

## МАЛЫШИ В ИСЛАМЕ


---

*яснить внуку или внучке, что эта плита — тоже опасная и горячая.*

Всё и всегда следует взвешивать на весах *Шариата*.  
Ведь мы, *иншаАллах*, воспитываем мусульман.



**ГЛАВА 14.  
КАК НАДО  
ВОСПИТЫВАТЬ  
РЕБЁНКА**



**Н**аверное, эта глава, одна из самых важных. Всё, что вы прочитали до этого, отражает отдельные элементы ухода — главным образом, за ребёнком младше двух лет. Это тоже воспитание, возможно, воспитание в куда большей степени, чем нам иногда кажется. От того, как долго малыша кормили грудью, от того, сажали его в манеж или нет, от того, давали ему пустышку или нет, действительно, зависит многое. Его привязанность к родителям, доверие к миру, склонность к самосовершенствованию, способность любить, умение слушать и даже умение подчиняться — всё это, во многом, возникает за счёт правильного ухода. Поэтому не стоит недооценивать материнский труд в первые годы жизни ребёнка. Ведь даже то, как часто мама носила малыша на руках, может быть связано с тем, насколько легко ему будет даваться поклонение.

Ребёнок — это *аманат* от Всевышнего, и на нас лежит обязанность воспитывать детей в Исламе, стараться сделать всё возможное, чтобы уберечь их от духовных бед. Нам и в голову не придёт — *иншаАллах* — бросить нашего крошечного малыша в огонь. С таким же усердием нужно оберегать его от огня Ада...

Но как? Как сделать так, чтобы в этом маленьком человеке начали проявляться достоинства? Чтобы недостатков было как можно меньше? Чтобы он тянулся к истинной религии? Чтобы он учился понимать и размышлять, ведь разум так ценится в Исламе? Как нам себя вести? Как надо воспитывать ребёнка?

В исламском воспитании — в отличие от нюансов ухода за новорождённым — чётких указаний и руководства от учёных гораздо больше.

**НАСТАВЛЕНИЕ ПО ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ  
[ШЕЙХ АШРАФ АЛИ ТАНВИ,  
ДА СМИЛУЕТСЯ НАД НИМ АЛЛАХ]**

Не следует забывать о том, что воспитание детей в нужном ключе — задача первостепенной важности. Причина в том, что, какие бы плохие и хорошие привычки люди ни усвоили в детстве, они не оставят их до конца своих дней.

С младенчества и до тех пор, пока дети не достигнут зрелости, следует строго придерживаться следующих вещей:

1. Позаботьтесь о том, чтобы ребёнка кормила грудью набожная, религиозная женщина. Молоко имеет большое влияние на будущую жизнь человека.
2. У женщин есть привычка пугать ребёнка, упоминая милицию, или других устрашающих людей, или страшные вещи. Это дьявольская привычка. Дети из-за неё вырастают малодушными.
3. Установите режим кормления (и грудного, и впоследствии, после отлучения) — это делает ребёнка здоровым<sup>61</sup>.

---

<sup>61</sup> Раньше говорили, что кормление грудью по режиму полезнее для ребёнка. И сейчас многие педиатры поддерживают это мнение. Однако кормление по режиму (особенно раз в три часа или реже, как многие советуют) не подходит для новорождённого, который готов сосать круглые сутки, и это для него естественно: его желудок устроен так, что может переваривать молоко без перерыва. Более того, кормление по режиму в первые месяцы жизни ребёнка может навредить лактации — и количество молока снизится. Впоследствии, где-то после трех-четырех месяцев, режим обычно

4. Держите ребёнка в чистоте и опрятности. Это также влияет на его здоровье.
5. Не нужно излишне наряжать ребёнка.
6. Если это мальчик, не позволяйте его волосам быть длинными.
7. Если это девочка, не давайте ей носить украшения, пока она не достигнет того возраста, когда начнёт носить *хиджаб*. Это может быть опасно для её жизни. Также есть и другая причина: нехорошо прививать девочке любовь к драгоценностям, пока она ещё маленькая и её ум не окреп.
8. Пусть у вас будет заведено поручать детям обязанность раздавать еду, одежду, деньги и так далее бедным людям. Подобным же образом просите их раздавать еду, конфеты и так далее своим братьям, сёстрам и другим детям. Это поможет им практиковать щедрость. Однако не забывайте, что вы не имеете права просить их отдавать то, что принадлежит им. Просите их раздавать лишь то, что принадлежит вам. Никому не дозволено просить ребёнка раздавать вещи или предметы, которые являются его собственностью с точки зрения *Шариата*.
9. Говорите с ними о вреде переедания. Однако не называйте их поимённо [такой-то переедает]. Говорите в

---

устанавливается сам собой — и лучше не ускорять этот процесс. На протяжении всего первого года жизни ребёнка лучше кормить грудью по требованию, однако с течением времени сам ребёнок начинает требовать «по режиму».

- общем, что тот, кто ест очень много, похож на огромного быка (или что-нибудь в этом духе).
10. У мальчиков вырабатывайте склонность к ношению белых одежд и создавайте в их сердце неприязнь к пёстрому и разноцветному, говоря, что эти одежды — женские и что он мужчина [и не пристало мужчинам носить такое]. Всегда приводите подобное сравнение.
  11. Девочкам же не позволяйте слишком много внимания уделять причёскам, возне с волосами и одеваться «модно» и «стильно».
  12. Если ребёнок добивается чего-то или настаивает на чем-то, не выполняйте всех его желаний, иначе он станет испорченным.
  13. Не позволяйте ребёнку говорить громко или вовсе кричать, особенно если это девочка. Если она говорит в громкой кричащей манере, то нужно отчитать её и высмеивать подобную манеру. Если этого не сделать, то привычка останется и тогда, когда девочка вырастет.
  14. Защитите ребёнка от общения и разговоров с детьми дурных нравов, которые не заинтересованы в обучении, которые щеголяют одежками или привыкли к экстравагантным блюдам.
  15. Научите ребёнка ненавидеть эти вещи:
    - гневаться;
    - лгать;
    - завидовать;
    - красть;
    - сплетничать;

- защищать что-либо, что он (она) сказал(а) или сделал(а);
- без необходимости сочинять;
- говорить излишне без пользы;
- смеяться без необходимости и излишне;
- обманывать кого-либо, вводить в заблуждение;
- не думать о том, где граница между плохим и хорошим.

Если вы обнаружили в нём одну из вышеперечисленных черт или застали за перечисленными занятиями, то немедленно остановите и предупредите его [чтобы не совершал подобного].

16. Если он сломал что-либо или начал бить кого-то, накажите его соответственно, чтобы он не повторял этих поступков. [В этих случаях] любовь к ребёнку, утешение и дозволение чего бы то ни было всегда приводит к тому, что он становится запущенным или испорченным.
17. Не позволяйте ребёнку слишком рано ложиться спать.
18. Развивайте в нём привычку рано просыпаться.
19. Как только он достигнет возраста семи лет — приучайте к *намазу*.
20. Как только он достиг возраста, когда может ходить в *медресе*<sup>62</sup>, в первую очередь, обучите его чтению Корана.

---

<sup>62</sup> Шесть-семь лунных лет.

21. Приложите все усилия для того, чтобы его обучал религиозный учитель.
22. Не позволяйте ему пропускать уроки в *медресе*.
23. Отведите время, когда вы будете [регулярно] рассказывать ему истории о праведниках.
24. Не позволяйте ребёнку смотреть книги, в которых рассказываются любовные истории и истории, противоречащие *Шариату*, непристойности, или то, что не приносит пользы, любовные поэмы и так далее.
25. Обеспечьте его книгами, в которых освещены разные аспекты Ислама, и книги, которые дают необходимые мирские знания.
26. Когда ребёнок вернулся из *медресе*, позвольте ему играть, чтобы он был занят и чтобы он не стал апатичным. Однако эти игры не должны содержать греха и не должно быть опасности физического вреда — чтобы не поранился.
27. Не давайте ребёнку деньги на фейерверки, петарды, музыкальные инструменты или подобные бесполезные вещи — лишь трата денег.
28. Ребёнок не должен иметь привычку смотреть матчи, игры и так далее.
29. Всегда обучайте детей ремеслу, или хобби, или занятию, которое сможет принести им пользу в момент нужды, и они смогут прокормить семью.
30. Научите девочек писать до такой степени, чтобы они могли писать необходимые письма и разрабатывать сметы трат по хозяйству.

31. Дети должны быть приучены к тому, что у них есть своё занятие. В противном случае они будут ленивыми и несамостоятельными. Вы должны также учить их расстилать свою постель ночью, вставать рано утром и убирать её. Они должны держать свою одежду в чистоте. Вещи, которые порвались или разошлись, они должны зашивать сами. Одежду, независимо от того, чистая она или грязная, нужно держать в месте, недоступном для моли.
32. Девочек учите, чтобы они проверяли драгоценности перед сном и утром, когда проснулись.
33. Следует устроить так, чтобы девочки внимательно следили за приготовлением пищи, шитьём, прядением, чисткой, покраской и другой работой, которая делается по дому, чтобы они учились этим вещам.
34. Если ребёнок делает что-то хорошее, хвалите его, вознаграждайте его, так, чтобы он почувствовал себя счастливым. Если он совершил дурное, отзовите его в сторону или в отдельное место и сделайте так, чтобы он понял, что совершил дурное, и что другие будут думать о нём плохо, и что кто бы ни узнал об этом, он будет думать о нём плохо. Предупредите его, чтобы он не повторял подобное, и объясните ему, что хорошие дети не совершают такие вещи. Если же он снова совершит то же самое — накажите его соответственно.
35. Обязанность матери — воспитывать уважение к отцу в сердце ребёнка.

36. Не позволяйте ребёнку ничего делать тайно, независимо от того, игра это, еда или другое. Если он делает что-то скрытно, вы должны сразу понять, что он считает это дурным. Если это действительно что-то дурное, то научите его отстраниться от него. Если же это что-то хорошее, например, еда или питьё, — научите его делать это в присутствии других.
37. Организуйте детям физическую работу, которая бы держала их здоровыми, энергичными и не позволяла бы лени взять верх. Если это мальчик, он должен делать гимнастику, поднимать тяжести и ходить несколько километров [в день]. Что касается девочек, им необходимо молоть зерно и прясть. Польза подобного труда в том, что они не будут считать такую работу ниже своего достоинства.
38. Научите их при ходьбе не делать шаги слишком быстрыми и не поднимать взгляда.
39. Выработывайте в них привычку быть кроткими. В их манере речи, ходьбы, общения и так далее не должно быть хвастовства. Их нужно научить кротости, чтобы они, сидя со сверстниками, не хвастали своей одеждой, домом, семьёй, книгами, ручками, чернилами, тетрадками и так далее.
40. Иногда давайте им немного денег, чтобы они купили то, что им хочется. Однако воспитывайте в них привычку не скрывать то, что они покупают.
41. Научите их этике принятия пищи, сидения и стояния на *маджлисах*. Далее мы перечислим некоторые правила.

### Этика принятия пищи:

1. Есть правой рукой.
2. Произносить: «*БисмиЛлях*», — в начале еды.
3. Брать то, что лежит перед тобой.
4. Не начинать раньше остальных.
5. Не смотреть на еду с вождением, не разглядывать её.
6. Не смотреть на едящих.
7. Не есть очень быстро.
8. Хорошо прожёвывать пищу.
9. Не брать следующий кусок до тех пор, пока не разжевали и не проглотили тот, что во рту.
10. Следить за тем, чтобы жир или другие жидкости не попадали на одежду.
11. Пальцы не должны слишком сильно пачкаться.

### Этика поведения на маджлисах:

1. Кого бы вы ни встретили, говорите уважительно и мягко.
2. На собраниях не плюйтесь и не сморкайтесь. Однако если есть необходимость в этом, извинитесь и пойдите в другое место.
3. Если вам нужно чихнуть или зевнуть, прикройте рот рукой и постарайтесь сделать это беззвучно.
4. Не поворачивайтесь ни к кому спиной.
5. Не протягивайте ноги в сторону кого-либо.
6. Не сидите подпирая рукой подбородок.
7. Не хрустите пальцами.
8. Не смотрите ни в чью сторону несколько раз и без необходимости.
9. Сидите с достоинством.

10. Не говорите избыточно.
11. Не клянитесь по пустяковым делам.
12. Насколько это возможно, не начинайте бесед. Если другой человек заговорил с вами, внимательно выслушайте, чтобы он не расстроился. Однако, если это греховная беседа, не слушайте, остановите его или покиньте это место.
13. Не перебивайте человека до тех пор, пока он не завершил то, что хотел сказать.
14. Если кто-то пришёл и захотел сесть на *маджлисе*, где нет мест, подвиньтесь так, чтобы ему было где сесть.
15. При встрече или расставании говорите: «*Ассаляму алейкум*». Отвечая на салам, говорите: «*Ва алейкум ассалям*». Не произносите других форм приветствия и прощания (*конец слов Аирафа Али Танви*).

### ОБЩИЕ СОВЕТЫ

Когда речь идёт о воспитании мальчиков, есть мнение, что после двух лет воспитание должны полностью взять на себя отцы. Насколько это осуществимо в наши дни, не знаю, но, безусловно, после двух лет роль отцов в воспитании мальчиков значительно возрастает. В светской книжке я читала о том, что мать продолжает играть основную роль в жизни мальчишек примерно до шести лет, а потом отец становится главной фигурой. Думаю, это, скорее, особенность западной культуры. Опыт показывает, что в Исламе дети практически с рождения тянутся к родителю своего пола: девочки — к маме, мальчики — к папе. Но важно

усвоить, тем не менее, что, даже если после двух лет мальчик переходит под папино крыло, он не должен автоматически лишаться материнского внимания, и хорошо было бы, если бы этот переход был постепенным. И наоборот, если о ребёнке до двух лет заботится, в основном, мать, он не должен в эти нежные месяцы лишаться отцовского внимания. Аналогично и с девочками: отцам следует находить для них время, беседовать с ними. Есть много *хадисов* о достоинстве дочерей.

У Абу Дауда, в известном сборнике *хадисов*, сказано, что тот, кто воспитает трёх дочерей, отдаст их замуж и сохранит хорошие отношения с ними, — тот попадёт в Рай.

Имам аль-Бухари привёл несколько *хадисов* в своей книге «*Адаб аль-муфрад*», указывающих, что если у человека есть две или три дочери и он даст им исламское воспитание, то эти дочери станут для него защитой от огня Ада.

Анас, да будет доволен им Аллах, передал, что Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: **«Если человек успешно вырастит двух дочерей до достижения ими зрелости, то в День Суда я и этот человек будем подобны этому (и Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, соединил указательный и средний палец, что значило — так же близко, как эти два пальца)»**<sup>63</sup>.

До двух лет ребёнок очень привязан к матери. В современном обществе это отчего-то порицается, кругом говорят, что надо рано проявлять самостоятельность. Но

---

<sup>63</sup> «Сахих» Муслима.

малыши, рано оторванные от своих мам, испытывают тяжелейший стресс, для них будто рушится мир. Вы ведь наверняка видели, как годовалые дети плачут, когда мамы уходят? Зачем же подвергать их таким переживаниям? Они уж точно не будут сидеть на ваших коленях до совершеннолетия, время пролетит быстро. Не отдавайте их в детский сад, не уходите от них надолго, не передавайте их дедушкам и бабушкам на воспитание. Отучение от привязанности индивидуально и должно происходить естественно. Вместе с этим после года мама вполне может (и даже должна!) время от времени уходить и оставлять ребёнка с кем-то другим — с тем, кому он доверяет: с его папой, с его тётей, с вашей подругой.

Когда ребёнку исполняется примерно год, становятся актуальны первые запреты. В идеале их должно быть очень мало (не больше трёх), и надо неукоснительно требовать их соблюдения: например, не трогать горячее, не уничтожать живое без причины (прихлопнуть укусившего комара можно, а вот бабочку убивать не стоит), не рвать книги с шариатскими знаниями. Если запретов становится много, ребёнок перестаёт относиться к ним серьёзно, они начинают его раздражать. А ведь какая у нас цель, помимо очевидной — оградить малыша от физического вреда? Надо понемногу приучать его к мысли, что есть строгие запреты, что их ни в коем случае нельзя нарушать и что это не сложно. Воистину, *Шариат* — не труден. Есть хорошее исламское высказывание на английском: «Shari'ah isn't difficult, we are difficult» (дословно: *Шариат* не тяжёлый, мы

тяжёлые — то есть *Шариат* легко соблюдать, но нам часто это трудно из-за того, что наши сердца загрязнены).

Надо понимать, что в поведении ребёнка обусловлено его возрастом, а что — особенностями характера. Руководствуясь этим знанием, важно с самого начала пресекать дурные привычки, не связанные с возрастом. Марта и Уильям Сирсы приводят такой пример: двухлетки не могут усидеть спокойно, и это нормально; в то же время уже можно учить их, что залезать на стол не следует.

Говорите с ребёнком — чем больше, тем лучше. Для мальчиков это, кстати, важнее, чем для девочек: они обычно начинают говорить позже и часто испытывают трудности в этом. Обратите внимание: с ребёнком следует разговаривать, а не сюсюкать. *Имам* Абу Хамид аль-Газали пишет: «Четыре вещи являются признаком невежества — спор с тем, кто знает больше, доверие тому, кого не проверил, убеждённость в том, что находишься в безопасности от женской хитрости, и сюсюканье с детьми». Во-первых, дети понимают гораздо больше, чем мы можем представить. *Иногда мне кажется, что мой сын скрывает свой интеллектуальный уровень, проявляя исключительную сообразительность только от скуки. Несколько недель назад мои волнения развились настолько, что уже стали заметны окружающим: ребёнок отказывался собирать пирамидку и расставлять кубики. Вообще я мама спокойная, альхамдулиЛлях, но тут затревожилась. И вот однажды, пропустив дневной сон, под вечер, со слипающимися глазами, сын подошёл к кубикам и быстро сложил высокую пи-*

рамидку. Я была поражена. На следующий день он, конечно же, не проявил к пирамидке особого интереса и, как обычно, носился по дому с дикими криками. Но я чётко поняла одно — что мой ребёнок, машаАллах, знает, понимает и умеет гораздо больше, чем показывает мне. Во-вторых, дети нас копируют, они подражают нашей речи. Если мы будем говорить с ними, коверкая слова, не произнося букву «р», используя якобы детскую лексику, они будут говорить так же. Согласитесь, легче с самого начала разговаривать с детьми нормально, почти как со взрослыми, чем потом таскать по логопедам.

Делайте домашние дела вместе с ребёнком. Это немного непривычно, нужно приноровиться. Но, как показывает теория и подтверждает практика, дети хорошо переносят то, что мама при них занимается работой по дому. Вообще малыши гораздо лучше понимают физический труд. Если мама сидит за компьютером, ребёнок воспринимает это как безделье (до определённого возраста). Если мама моет посуду или стирает бельё, совсем другое дело. Более того, для ребёнка лучше, если вы будете при нём делать что-то по дому, а не ждать, пока он уснёт. Во-первых, так вы сами не будете сильно уставать, а малышу гораздо комфортнее, когда маме хорошо. Во-вторых, ребёнок, наблюдая, быстро развивается. В-третьих, правильнее, если ребёнок будет осознавать, что мир крутится не вокруг него, что у мамы есть дела (особенно если ребёнок первый и особенно после года). Но добиваться этого надо, не бросая его одного в кроватке или в манеже! Он должен ощущать, что вы ря-

дом, и при этом заняты. Как это сделать? Например, когда малыш станет постарше, сажайте его рядом с собой на пол и займите чем-нибудь, похожим на то, что делаете вы. Если вы печёте пироги, дайте ему помесить кусочек теста. Если вы стираете, дайте ему поиграть с водой и одноразовыми стаканчиками (например). Если вы чистите картошку, позвольте ему покатасть по полу мытую картофелину (следите, чтобы не съел!). Если вы гладите бельё, разрешите ему поперекидывать майки и рубашки из корзины на стул и обратно (бельё, конечно, будет падать на пол, но беда не велика).

И вот ещё одно соображение... Неправильно думать, что ребёнок имеет дурные намерения. Конечно, буквально вы так не думаете. Ни одна мама не скажет, что её малыш злонамеренный. Но именно это убеждение стоит за мыслями вроде «он плачет, он хочет меня построить», «он всё прекрасно понимает, но как будто делает это назло», «не берите ребёнка на руки — приучите, потом не слезет». Тем самым мы словно подтверждаем, что ребёнок — существо не самое приятное в иные моменты. Но ведь это не так. У детей чистая *фитра*, они не хотят родителям зла. Ни сознательно, ни подсознательно. Если ребёнок чего-то требует, значит, это ему жизненно необходимо. И любой ребёнок с первых дней жизни хочет порадовать маму, сделать ей приятно (на этом, например, во многом строится принцип высаживания — малыш подстраивается под маму, ждёт её). Дети любят нас, Всевышний Аллах сделал так, что они любят своих родителей априори. Иногда мамам кажется, что кроха на них злится или что малыш их не любит. Это паранойя, это личные

проблемы мамы, это особенности советского менталитета, который вытравливается медленно и проявляется даже в тех, кто СССР толком не застал. Ребёнок — хороший, он не «выкидывает фортели», не «фокусничает». Если думать иначе, то фундамент взаимного доверия может пошатнуться с первых часов жизни малыша. Именно на предпосылке, что ваш ребёнок — хороший, должно строиться общение с ним.

### КАК ОБЩАТЬСЯ С РЕБЁНКОМ

Ю. Б. Гиппенрейтер — российский психолог, она известна своими — отчасти революционными для нашего сознания — книгами о том, как именно надо общаться с детьми. Об этом методе общения говорят, что он невероятно эффективен и вместе с тем совершенно нетипичен для современной российской семьи, то есть такой семьи, где все немного друг друга не понимают и не очень хотят понять до конца. Но исламская семья — это не типичная российская семья. В истинно исламской семье отношения строятся на мягкости, соблюдении *адаба*, спокойном разрешении разногласий. В этом плане, конечно, метод Гиппенрейтер (как и любой другой современный метод) для мусульман не первостепенен: у нас и без этого есть указания, как строить подобные отношения. Поэтому я долго думала, на самом деле, стоит ли рассказывать о достижениях психологии, но в итоге решила всё-таки обрисовать предлагаемый способ общения именно потому, что он учитывает нынешнее состояние общества и демонстрирует в деталях, как можно разрешать конфликты.

Этот метод опирается на две тактики:

1. «Активное слушание». Что это означает? Это своего рода эхо: если ребёнок испытывает сильные эмоции, которые беспокоят его, надо поговорить с ним особым образом. Точнее, не поговорить, а «активно его послушать». Это означает, что вы примерно повторяете то, что он сказал, при этом отмечая его чувства (как бы помогая ему их осознать).

*Пример: ребёнок явно расстроен, он вбегает, срывает с себя шапку, отшвыривает её.*

- Ты не в духе...
- Мы бежали, и... и я упал...
- Ты упал...
- Да, я упал... И никто даже не обернулся...
- Тебе было больно. Но никто не посмотрел...
- Угу, никто не посмотрел, все убежали.
- Ты остался один.
- И никто мне не помог!
- Да, так бывает. Тебе было обидно.
- Конечно, обидно!
- Наверное, они увлеклись.
- Да. Игра была интересная. И я их потом догнал.
- Ты их догнал...
- Но играть стало неинтересно.
- Неинтересно, потому что обидно.
- А позавчера упал Али, и я это видел и тоже убежал, потому что надо было спрятаться.
- И тебе стыдно.

— Да, стыдно, ведь ему тоже было обидно... В следующий раз, если кто-то упадёт, я не убегу.

Если в общении с взрослыми ваше «эхо» может быть пространным, тут следует говорить кратко. Ребёнок, испытывая сильные чувства, не будет слушать длинные тирады.

«Активно слушать» можно даже малыша, который ещё не говорит. Парадокс, но это так. Более того, мамы делают это интуитивно, озвучивая действия и возможные чувства малыша. Например, когда ребёнок хочет спать, мы говорим что-нибудь вроде: «Тебе скучно катать машинку. Ты хочешь спать».

2. **Объяснение своих чувств.** Если «активное слушание» работает тогда, когда сильные чувства испытывает ребёнок, то тут речь идёт о ситуации, когда сильные чувства испытывает родитель. Если вы злитесь на ребёнка, если он сделал что-то неприятное, если вы устали или сильно раздражены, скажите об этом. Но соблюдайте одно правило: нужно говорить только о себе, о своих переживаниях, а не о ребёнке. Это можно назвать «Я-сообщениями».

*Пример:*

*Плохо: Меня раздражает, что **ты** кричишь.*

*Хорошо: Меня раздражает, когда кричат.*

В русском языке такому типу сообщений помогают безличные и неопределённо личные конструкции: «я расстраиваюсь, когда разбрасывают игрушки»,

«мне не нравится, когда не благодарят за подарки»  
— и так далее.

Надо отметить, что такой метод общения — вовсе не панацея и не способ добиться от ребёнка желаемого. Это лишь средство помочь ему разобраться в себе, лучше понять его, укрепить доверие между вами. Если при помощи такого общения выявится, чего именно хочет ребёнок, следует подумать, можно ли ему это позволить. Например, если малыш не хочет ужинать и выясняется, что причина в том, что он хочет сам выбирать блюда, может быть, стоит предоставить ему выбор из двух или трёх блюд, одинаково полезных. Не игнорируйте вашего ребёнка — попробуйте найти решение, которое устроит и его, и вас.

В то же время всё-таки надо помнить, что большинство чувств, в особенности связанных с дурными качествами, исходят от *нафса*. И более глубокое и полное лечение даёт Ислам, наука вероучения (*акыда*), наука *тасаввуф*. Ведь как, к примеру, избавиться от желания заполучить внимание людей, от беспокойства, вызванного этим стремлением? Через очищение своего сердца, через понимание того, что от людей ничего не зависит, что всё — от Всевышнего. В то время как метод «активного слушания» помогает разрешать проблемы, которые возникают, когда человек не вполне себя контролирует<sup>64</sup>, Ислам учит самоконтролю. Лучший психологический тренинг — это изучение *акыды*.

---

<sup>64</sup> Что вполне понятно, когда речь идёт о ребёнке.

## ИСЛАМСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

Я сторонник мнения, что до шести-семи лет ребёнка лучше не загружать исламскими знаниями и — тем более — неисламскими.

Эда Ле Шан пишет: «Теперь уже невозможно раскрыть журнал или газету и не натолкнуться на описание очередного «прорыва» в педагогике: двухлетних детей учат читать и писать, трехлетних — разбираться в геометрии, четырехлетних — говорить по меньшей мере на двух иностранных языках. Мне кажется, подобный подход к обучению маленьких детей — свидетельство нездорового, кривобокого мировоззрения. <...> Специалисты новой волны, в частности, заявляют, будто к шести годам ребёнок усваивает фантастические объёмы информации — «едва ли не больше, чем за всю дальнейшую жизнь». Даже если принять эту гипотезу (к чему я не склонна), что она на самом деле нам даст? Парадокс заключается в том, что даже если ребёнок действительно усвоил все эти факты, это произошло не механически и не при обучении по сознательно спланированной программе. <...> Упор на ускоренное развитие в раннем детстве с неизбежностью связан с механически накоплением фактов, так как умение рассуждать и оценивать зависит от степени зрелости и жизненного опыта, а этому маленького ребёнка не научишь»<sup>65</sup>.

---

<sup>65</sup> Ле Шан Э. Мудрая книга для умных родителей. Главная книга родителей, которые желают своим детям счастья. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2009.

Форсирование раннего развития может привести к психологическим травмам, тут нужно быть осторожным. Мне близка мысль, что раннее интеллектуальное развитие действует в младенчестве те части мозга, которые должны бы заниматься другим — освоением моторики, движения.

До возраста различения добра и зла (это обычно как раз шесть-семь лет) ребёнок впитывает исламские устои, наблюдая за родителями. Если родители — соблюдающие мусульмане, то малыш уже к двум годам будет примерно повторять движения *намаза*. Дети копируют нас, как хорошее, так и плохое. Чтобы воспитать детей в Исламе, важно самим соблюдать *Шариат*.

Есть вещи, которым можно учить с младенчества: что есть надо правой рукой; что перед едой надо говорить: «*БисмиЛлях*», — а после еды: «*АльхамдулиЛлях*»; что одежду лучше начинать надевать с правой руки или ноги, а снимать — с левой; что, когда чихнёшь, следует сказать: «*АльхамдулиЛлях*», — и другие сунны и *адабы*. Конечно же, следует рассказывать про основы Ислама: что нас и всё вокруг создал Аллах, что мы мусульмане, что мы молимся и постимся и так далее. Важно при этом сообщать не только о запретах, но и о радостях и возможностях, которые нам даёт Ислам, об исламских праздниках, о нашем Пророке, да благословит его Аллах и приветствует, о его доблестных сподвижниках. Ещё хорошо читать ребёнку Коран, разные *салаваты*, тексты религиозных книг. *Лучше всего, конечно, если мама знает какие-то исламские тексты (матны) наизусть и читает их ребёнку, заодно и сама*

повторяет. С запоминанием у меня всё обстоит не самым радужным образом, к сожалению, поэтому я просто время от времени напеваю сыну «алиф ба» — арабский алфавит.

Истинная религия должна естественно входить в жизнь ребёнка, ведь Ислам отвечает на все вопросы. Пусть Всевышний Аллах сделает так, чтобы наши дети стали праведными мусульманами. *Амин.*

### ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ПОСЛЕ СЕМИ ЛУННЫХ ЛЕТ [ФЕТВА ХАМЗЫ КАРАМАЛИ]

**Вопрос:** Хочется уточнить один момент: мы должны начать относиться к детям как ко взрослым относительно соблюдения религии, когда они достигают возраста 7-ми лет, и быть мягкими, а уже с 10-ти лет начинать требовать от них соблюдения? Например, моя дочь, которая приближается к семилетию (по лунному календарю) должна начать носить *хиджаб*, но в то же время я не должна расстраиваться, если она не делает этого до 10 (лунных) лет? Так ли?

**Ответ:** Во имя Аллаха, Милостивого ко всем на этом свете и лишь к уверовавшим — на том!

Всевышний Аллах сказал в Коране: «**О верующие! Защищите себя и свои семьи от Огня, топливом для которого (станут) люди и камни**»<sup>66</sup>.

---

<sup>66</sup> Сура ат-Тахрим, 66:6. Перевод смысла — из авторского тафсира сайта [azan.ru](http://azan.ru).

### После семи лет:

Когда детям исполняется семь полных лунных лет, становится обязательным для их родителей или опекунов обучать их выполнению предписаний религии, таких, как молитва и пост (если они в состоянии). Их также следует воспитывать так, чтобы они выполняли важнейшие *сунны*, например, использование *сивака* и посещение *джамаат-намазов* (для мальчиков). Если необходимо, то методы могут быть жёсткими; если дети не слушают без каких-то угроз, то надо применить эти угрозы, однако они могут быть использованы только в случае необходимости<sup>67</sup>. Это больше, чем просто мягко им что-то рекомендовать. Смысл в том, что детей надо приучать ко всему заблаговременно: неверно будет резко взвалить на них религиозные обязанности, когда они станут *мукалляфами*, то есть теми, на кого возложены религиозные обязанности. К моменту достижения зрелости они уже должны совершать то, что от них требуется.

### В идеале:

Если родители заботятся о том, чтобы дать хорошее воспитание детям, устроив им такую атмосферу, которая привлекает их к религии, то дети будут с удовольствием выполнять религиозные обязанности — и нужен будет лишь небольшой толчок (поощрение) со стороны родителей для того, чтобы они начали молиться, поститься и носить *хиджаб*, например.

---

<sup>67</sup> «Тухфат аль-Мухтадж» и Хаваши, 1/448-450.

Зачастую всё, что требуется, — это купить девочке новый молельный коврик или платок и сказать ей, что это подарок, и она будет с нетерпением ждать возможности надеть свой новый красивый *хиджаб* или расстелить красочный коврик и молиться на нём так же, как делает это вся семья. Если её мама придаёт большое значение религии и другие женщины и девочки, которых она знает, соблюдают *Шариат*, она захочет походить на них.

Хорошее общество — это очень важно: родители должны приложить усилия к тому, чтобы у детей были хорошие друзья-мусульмане. Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, сказал истину: «**Человек — на религии своего друга, смотрите внимательно, кого вы берёте в друзья**»<sup>68</sup>.

<...>

**Дети — это ответственность:**

Дети-мусульмане, растущие в западном обществе, нуждаются в особо пристальном внимании. К сожалению, зачастую единственное исламское воспитание, получаемое ими, — это то, что они по воскресеньям посещают *мечети* или *медресе*, где их заставляют молча сидеть (зачастую под угрозой наказания), несмотря на то что они умирают от скуки. И если в их памяти это запечатлется как всё, что они знают об Исламе, то, когда они вырастут, неудивительно, что их унесёт одно из неисламских течений, которые окружают их повсюду.

---

<sup>68</sup> Тирмизи, Абу Дауд.

Родители должны воспитывать своих детей так, чтобы они любили свою религию и своего Пророка, да благословит его Аллах и приветствует. А любовь можно привить только в атмосфере любви.

А Аллах знает об этом лучше.

### **ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ КОРАНУ [ФЕТВА ШЕЙХА МУХАММАДА ИБН АДАМА АЛЬ-КАВСАРИ]**

**Вопрос:** Хотелось бы узнать, в каком возрасте ребёнку следует начать изучать Коран. Когда родители должны начать обучать ребёнка чтению Корана? И в каком возрасте лучше начинать заучивать Коран наизусть? Я слышал, что до семи лет ребёнок должен только играть и обучать его не следует, а с семи лет родители должны научить его молиться и так далее. Это верно?

**Ответ:** С именем Аллаха, Милостивого ко всем на этом свете и только к уверовавшим – на том.

Родители несут ответственность за религиозное и светское образование своего ребёнка. Детей необходимо обучать Книге Аллаха — как правилам её чтения, так и воплощению в жизнь установлений, которые содержатся в ней. Также следует обучать ребёнка правилам поведения, основам Ислама, куда входит *акыда*, положение о Единстве Аллаха и Его атрибутов, *сира* благословенного Посланника Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, базовые знания о том, что дозволено и что запретно, *фикх* молитвы, поста и так далее.

С точки зрения Ислама, нет какого-то определённого возраста, до или после наступления которого родителям дозволено (или, наоборот, не дозволено) обучать ребёнка Корану или любому другому аспекту исламского знания. У детей могут быть разные умственные способности и уровень интеллектуального развития. Некоторые дети взрослеют раньше своих сверстников. Иногда можно увидеть, что дети по возрасту одинаковы, однако разница в интеллектуальном развитии между ними большая.

Следовательно, решение в каждом конкретном случае должны принимать родители. Если они замечают наличие таланта и прекрасной памяти у своего ребёнка, будет мудро с их стороны начать обучать его Корану, даже в довольно раннем возрасте. Особенно это важно потому, что заучивать наизусть очень эффективно именно в детстве. В истории Ислама бывали случаи, когда ребёнок рождался со знанием многих *сур* Корана, потому что его мать регулярно читала Коран, когда была беременна.

Тем не менее, если занятия отрицательно влияют на ребёнка, родителям следует начать заниматься с ним, когда он немного повзрослеет. Некоторые дети, у которых нет успехов в заучивании наизусть, хорошо усваивают другие аспекты знаний, например, приобретают хорошие привычки, легко справляются с работой по дому и так далее. Таких детей лучше сначала обучить правилам поведения в обществе, вместо того чтобы преподавать им более важные аспекты знания.

Тем не менее, в целом, по опыту известно, что запоминание наиболее эффективно именно в раннем возрасте. Есть множество примеров, когда дети семи лет заучивали наизусть Коран и это не принесло абсолютно никакого вреда. Я сам (говорю не ради хвастовства, пусть Аллах уберёжет меня от этого, а чтобы привести личный пример) начал заучивать Коран в возрасте семи лет. По милости Всевышнего Аллаха я завершил заучивание в девять лет и ни секунду не жалею о том, что сделал это тогда. В таком раннем возрасте человек запоминает настолько крепко, что, даже если он впоследствии небрежен в повторении заученного (как я, да простит меня Аллах), оно долго не забывается.

Пусть Аллах вдохновит детей этой *уммы* на получение, практику и распространение исламского знания, чтобы они стали источником наставления на правильный путь для всего человечества.

А Аллах знает лучше.

### [ФЕТВА СУХАЙЛЬ ХАНИФ]

**Вопрос:** Что говорит ханафитский *мазхаб* о прикосновении детей к Корану? Можно ли давать детям Коран, если хочешь научить их уважительно относиться к нему?

**Ответ:** С именем Аллаха, Милостивого ко всем на этом свете и только к уверовавшим — на том.

Все суннитские учёные едины в том, что взрослому человеку разрешено брать в руки Коран только в состоянии ритуальной чистоты. Что касается детей, то *имам аль-Хаскафи* в «*Дурр аль-Мухтар*» говорит следующее:

«Прикосновение ребёнка к Корану не порицается, нет вреда в том, чтобы дать ему Коран, если в этом есть необходимость, потому что заучивание Корана в юном возрасте подобно резьбе по камню».

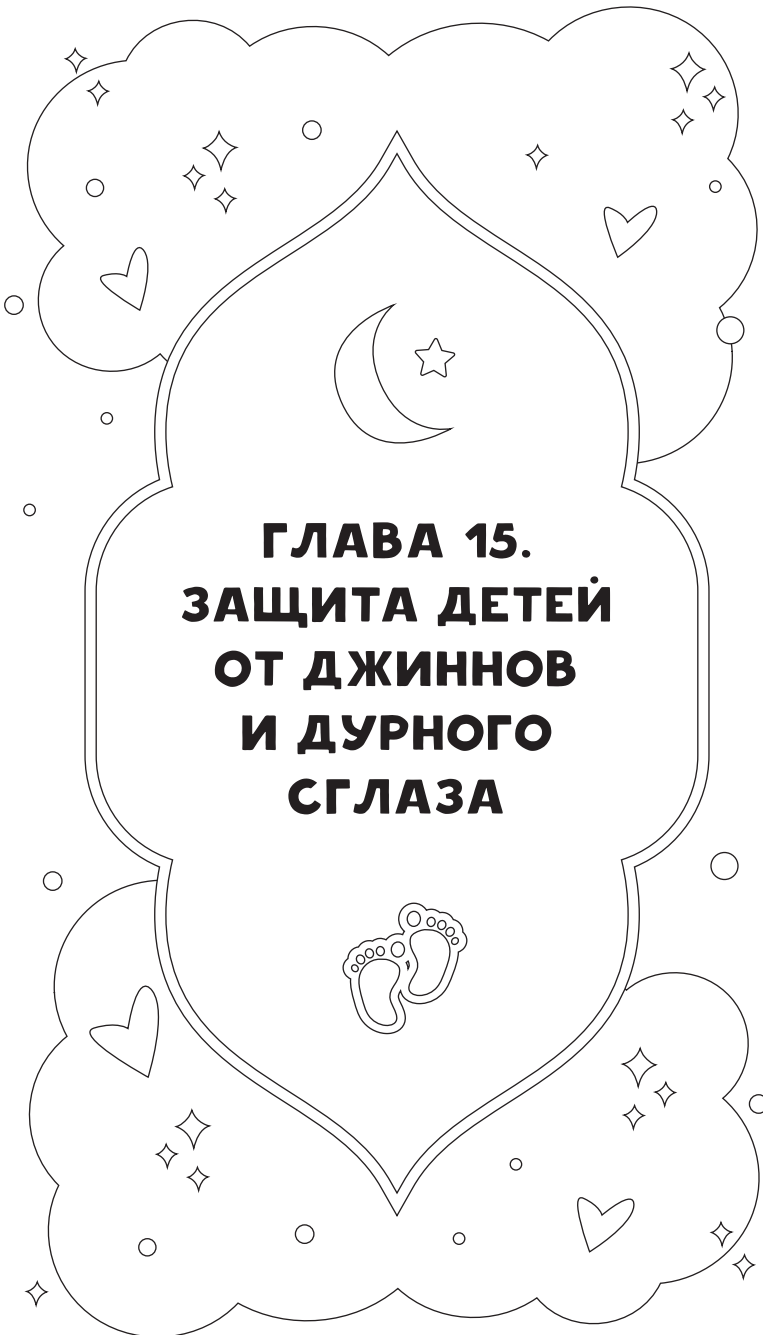
*Имам Ибн Абидин* в своём комментарии к словам *имам аль-Хаскафи* по поводу необходимости говорит, что повеление каждый раз совершать омовение будет тяжестью для ребёнка, а если отложить обучение ребёнка до того, как он станет взрослым, будет упущена возможность воспользоваться уникальной способностью детей к заучиванию наизусть. Это говорит о том, как пишет *Тахтави*, что нельзя давать ребёнку Коран или просить его принести Коран, если ты не обучаешь ребёнка.

По мере взросления следует побуждать детей к тому, чтобы они совершали омовение, прежде чем прикасаться к Корану. По своему личному опыту могу сказать, что у моих племянника и племянницы выработалось уважительное отношение к Корану из-за того, что они не могут прикасаться к нему без ритуального омовения. Такое уважение, которого не добиться просто словами о том, что Коран – это особая книга. Они стали выделять Коран среди других книг и воодушевлённо, совершив омовение, говорили: «Теперь мы можем дотронуться до Корана!»



И, конечно, необходимо следить, чтобы маленькие дети не проявляли небрежность в отношении Корана, когда читают или несут его.

А Аллах знает лучше.





**ГЛАВА 15.  
ЗАЩИТА ДЕТЕЙ  
ОТ ДЖИННОВ  
И ДУРНОГО  
СГЛАЗА**



**Д**ля того, чтобы уберечь детей от вреда *шайтана* или же влияния дурного глаза нам не обойтись без руководства Посланника Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует.

Сообщается, что Ибн ‘Аббас, да будет доволен Аллах ими обоими, сказал: «*Посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, часто просил защиты для Хасана и Хусейна, произнося слова:*

أَعِيذُكُمْ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ، مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ، وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَامَّةٍ

[Транскрипция:] «*У’изукума би-кялимати-Ляхи-т-таммати мин кулли шайтанин ва хамматин ва мин кулли ‘айнин лямматин!*» [Перевод: «*Прибегаю к совершенным словам Аллаха, чтобы они защитили вас от любого шайтана, и любого (ядовитого) существа, и от всякого дурного глаза!*»] – и он говорил: «*Поистине, так ваш праотец (Ибрахим, мир ему) просил у Аллаха защиты для Исма‘ила и Исхака*»<sup>69</sup>.

Если *дуа* читать на мальчика, то надо сказать «*У’изука*» (أَعِيذُكَ), если на девочку «*У’изуки*» (أَعِيذُكِ), если на двух мальчиков или двух девочек «*У’изукума*», если на более трёх мальчиков «*У’изукум*» (أَعِيذُكُمْ), если на более трёх девочек «*У’изукунна*» (أَعِيذُكُنَّ), если на более трёх и мальчиков и девочек «*У’изукум*».

Также надо знать, что *дуа* родителей за своих детей принимается.

<sup>69</sup> Аль-Бухари, №3371.

От Абу Хурайры, да будет доволен им Аллах, передаётся, что Пророк Мухаммад, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: **«Нет сомнения в том, что три дуа будут приняты: мольба притесняемого, мольба путника и мольба родителей за своего ребёнка»**<sup>70</sup>.

Поэтому нам необходимо чаще обращаться к Аллаху с мольбами за своих детей, включая в них просьбу о защите от джиннов, шайтанов и сглаза.

Передают со слов Абу Хурайры, что Пророк, да благословит его Аллах и приветствует, сказал: **«Дурной глаз — это истина»**<sup>71</sup>.

Некоторые думают, что ребёнка сглазить могут только посторонние люди, однако, это не так. Ребёнка сглазить могут даже родители. Ведь мы все любимся своими детьми, а это порой может привести к сглазу. И на этот случай в *Сунне* мы находим решение.

Передают со слов Анаса, да будет доволен им Аллах, что посланник Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует, сказал:

مَا شَاءَ اللَّهُ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ

**«Если человек, увидевший нечто такое, что ему понравилось, скажет: [транскрипция:] “Ма шаа Ллах, ля куввата илля би-Ллях” [перевод: “Так пожелал Аллах,**

---

<sup>70</sup> Ибн Маджа, №3862.

<sup>71</sup> Аль-Бухари, №5197.

*нет силы ни у кого, кроме Аллаха”], с этим не случится ничего дурного».*<sup>72</sup>

Сообщается, что Са’ид бин Хаким, да будет доволен им Аллах, сказал:

اللَّهُمَّ بَارِكْ فِيهِ

*«Когда Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) опасался сглазить что-либо, он говорил: [транскрипция:] “Аллахумма, барик фи-хи” [перевод: “О Аллах, благослови это”], и с этим не случалось ничего дурного».*<sup>73</sup>

Хоть иснады последних двух хадисов и являются слабыми, однако они годятся для практики в подобных делах, согласно мнению авторитетных хадисоведов. И Шейх уль-Ислам ан-Навави привёл эти два хадиса в своей книге «Аль-Азкар», что говорит о допустимости их практики<sup>74</sup>.

---

<sup>72</sup> Ибн ас-Сунни в «Амаль аль-йаум ва-л-лейля», №208.

<sup>73</sup> Ибн ас-Сунни в «Амаль аль-йаум ва-л-лейля», №209.

<sup>74</sup> На основе статьи «Дуа для защиты детей от шайтана и сглаза» на сайте darulfkr.ru.

## ЭПИЛОГ.

### НЕЯСНЫЕ ВЫВОДЫ

Чувства, которые мама испытывает к своему ребёнку, многогранны, противоречивы, таинственны.

Ты берёшь его на руки впервые в жизни, и тебе кажется, что ты хорошая мама, потому что родила его, такого, какой он есть. И тебе кажется, что ты плохая мама. Последнее, говорят, навсегда. Какую бурю чувств вызывают бодрые слингомамы, которые даже шнурки завязывают с двойней в слинге. О, это как Эверест. Или как там эта гора называется.

В твоих *дуа* становится на одного человека больше.

Ребёнок учит не любить этот мир, уничтожая всё мирское на своём пути. Он стучит по полу твоим мобильником, бьёт чашки, рвёт книжки. Обматываешь ручки шкафов скотчем. Он всё равно как-то достаёт пару брошюрок. Собираешь страницы по комнате. На полках уже стоит несколько пустых обложек. Непонятно, где их содержимое... Гости говорят, что книжки рвать нехорошо. А то ты не знаешь. Ты чего, ты ничего, сама бы рада, чтоб не рвал. Хорошо, что тома по *фикху* стоят высоко.

Вспоминаешь детство, ищешь на улице камешки, которыми можно писать на асфальте. Ложишься на пол, мир такой странный. Пол почему-то грязный, а сверху кажется, что чистый. Начинаешь понимать, почему так хочется вертеть в руках папины очки и мамины заколки.

Ты осваиваешь новую профессию, повышаешь квалификацию. Узнаешь столько деталей. На детской одежде

надо проверять кнопки: на некачественной они очень тугие и иногда ржавые; такие кнопки отлетают через неделю.

Копятся вещи, ребёнок растёт по непонятным законам: то ему в год по-прежнему впору кофточка, которую он носил в шесть месяцев, то длиннющая футболка становится слишком короткой за несколько недель.

Он умеет справляться с твоим ноутбуком, главным образом — знает, как выключить. В вордовских файлах появляются странные нерасшифровываемые записи. Один раз умудрился послать с моего ящика e-мейл папе.

Когда ты делаешь омовение, он открывает все ящики, и ты давно всё вытащила оттуда, ну, почти всё. Вещи переезжают на полки выше. Из нижнего бакалейного ящика мука, рис, макароны, сода, горох, чечевица и ещё много всего переехало на столешницу. Это даже удобнее, думаешь ты.

Сначала ты борешься за стерильность, варишь погребушки в кипятке, так что они превращаются в помятый пластмассовый комок. Потом успокаиваешься, читаешь умные книжки, и вот уже ребёнок усердно лижет пол, твои резиновые тапки, немытую картошку и камни из сада. Для иммунитета так лучше, утешаешь ты себя. Бабушки падают в обморок.

Когда ты делаешь *намаз*, он встаёт напротив тебя и повторяет твои движения. *Маша Аллах*, думаешь ты. Теперь бы только понять, как сделать *суджуд*. И это не так сложно, как кажется.

С введением прикорма липкие следы от рук остаются везде. На папиных штанах, на маминой юбке, на папиных карандашах, на маминых чётках. До сих пор заметен отпечаток масляной детской ручки на стеклянной двери в спальню. На уровне моей груди где-то — успел, пока неслась в ванную мыть руки.

И вот уже он играет с липким тестом для хинкала, с гладким тестом для пиццы. Я смешиваю гречку, пшено и овсянку, учу отделять зёрна. История Золушки, ну надо же, хороший пример.

Ему смешно, когда мама нервничает (если залезать на край дивана и качаться), смешно, когда мама ойкает, (если запрыгнуть ей на спину, пока она спит), смешно, когда мама чихает. Быть мамой — это очень смешно. Честно. Я не знала, что я такая смешная, пока не стала мамой.

Воспитание ребёнка пробуждает в тебе общительность: то ли ты становишься уверенней, то ли привыкаешь говорить с малышом без умолку, то ли ещё что. Ты по-прежнему считаешь себя хмурым социопатом, а все вокруг уже называют тебя хохотушкой.

Ты осваиваешь новые интонации, разные тембры. Иногда пытаешься говорить жёстко, как строгие воспитательницы. Никогда так не говорила, но раньше было некому. Плохо, конечно, ты, вон, читаешь про психологически правильные методы общения с детьми, но невозможно не примерить на себя эту роль. И вот ты строго так: «Чего дя? Ничего не дя. Положи на место». Звучит забавно.

Ребёнок заматывается в твои шёлковые платки: они ему до пят. Кутается в твою одежду, уморительно заворачивается в твою куртку.

Ночью ты обнимаешь его и вдруг замечаешь, что он, *маша* Аллах, как-то вытянулся. Это удивляет.

Ты слышишь, что таких уже отдают в сад, присматриваешься, он машет тебе чайной ложкой, как можно, думаешь ты. Такой маленький. Независимо от возраста — маленький.

Мамы пятилетних детей говорили тебе, что не помнят первые годы жизни сыновей или дочек. Ты спрашиваешь, чем мазать пупок, они напрягают память — ничего. Ты не понимаешь, как так. И вот твоему ребёнку всего год с небольшим, а тебе уже кажется, что ты его таким и родила: в трусах, с сухарём за щекой, с игрушкой-каталкой. Не знаю насчёт пупка, чего там с пупком, говорите?

Хотелось бы у кого-нибудь учиться. У старшего поколения, например. Но они учат чему-то не тому. Родители новообращённых мусульман говорят о советском: четвертушку желтка в месяц, ранний прикорм соками, грудью кормить недолго, смеси сейчас хорошие, не то что в СССР, дисциплинировать с младенчества, не видишь, что ли, он хочет тебя построить, ишь ты, фокусник, пусть плачет, доктор Спок одобрил. Этнические мусульмане должны бы быть дальше от советских норм, но нет, то же самое, только грудью кормят долго, а так всё то же: детей надо отдавать в сад; если плачет, молока не хватает...

На полу поварёшки, ластики, карандаши, носки, подставки под книги, подушки, кастрюли, кухонные весы. Кажется, что игрушками не интересуются в принципе. Ребёнку нужны игрушки? Нонсенс!

Все вещи делятся на те, что нельзя, те, что можно, и те, что можно, если срочно надо что-то сделать. Например, вон та стальная штуковина. Такой ударишь кого-нибудь — будет ай-яй-яй. Но если надо открыть дверь в кладовку, то можно и штуковину. Штуковина безопаснее коллекции ёршиков для унитаза. Что ёршики делают в кладовке? Прячутся. Всей толпой. Туалет — очень, очень плохое место для ёршиков.

Читала, что взрослые думают, будто развивают воображение у детей, приучая их верить в небылицы вроде Деда Мороза. Мы, конечно, такого не рассказываем, мы мусульмане. Но речь вот о чём: воображение развивается не от чужих историй, а от своих игр. Чем рассказывать сказку, иногда лучше дать ребёнку некрашенных кубиков. Или ещё что-нибудь невыразительное. Историю пусть придумает сам.

Всё, что ты видишь вокруг, возвращает тебя к воспитанию ребёнка. Зеркала — чтобы показывать ему его отражение. Окна — чтобы смотреть на дождь. Тыква — чтобы сварить с ней кашу. Каждая вещь — это какая-то игра, новая тайна, новый неясный вывод.

*1-е Зуль-Каада 1431 г. по хиджре*

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение .....</b>	<b>4</b>
<b>Предисловие.....</b>	<b>6</b>
<b>Исламский призыв и современное материнство .....</b>	<b>6</b>
Разъярённые женщины в борьбе за власть .....	6
Разъярённые женщины в борьбе за семью .....	8
Разъярённые женщины в борьбе за стандарт поведения.....	9
Эта ярость не приносит плодов .....	11
<b>Предисловие ко второму изданию .....</b>	<b>12</b>
<b>ГЛАВА 1. БЕРЕМЕННОСТЬ .....</b>	<b>15</b>
Что делать?.....	17
Халяльная еда .....	19
Какую консультацию выбрать? .....	20
Как вести себя с врачами?.....	21
Хиджаб.....	25
Как бывает? .....	27
Ответы шейха Фараза Раббани на вопросы о беременности.....	28
Синдром Дауна — это не болезнь.....	29
<b>ГЛАВА 2. РОДЫ .....</b>	<b>33</b>
1. Кесарево — это плохо.....	34
2. Чтобы роды были естественными (а естественные роды — это нормальные физиологические роды, с минимумом боли), можно приложить усилия и использовать различные средства .....	35

---

3. Тем не менее, учитывая всё это, хорошо бы всё-таки прочитать несколько книг о родах и посмотреть пару фильмов о них же .....	40
4. Естественные роды, как правило, дают прочный фундамент для дальнейшего воспитания ребёнка... 40	
Практические советы.....	41
Как молиться в роддоме? .....	41
Фетва шейха Амджада Рашида по шафиитскому мазхабу .....	43
Ответы шейха Фараза Раббани на вопросы о родах по ханафитскому мазхабу .....	45
<b>ГЛАВА 3. КНИГИ.....</b>	<b>47</b>
Интернет — серьёзное подспорье.....	53
Читать надо книги, а не то, что вокруг них.....	54
Данные светских книг относительно .....	55
Часть написанного в светских книгах, как правило, к нам не относится.....	56
Часть написанного в светских книгах может быть куфром.....	57
<b>ГЛАВА 4. ЧТО СДЕЛАТЬ, КОГДА РЕБЁНОК РОДИЛСЯ .....</b>	<b>59</b>
1. Распространение радостной вести.....	60
2. Поздравление отца новорождённого.....	61
3. Азан и икамат новорождённому на ухо .....	62
4. Тахник .....	63
5. Имянаречение.....	65
6. Акыка .....	70

7. Бритьё волос.....	72
8. Обрезание.....	73
<b>ГЛАВА 5. ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ .....</b>	<b>75</b>
Зачем кормить грудью?.....	81
Немного о грудном молоке.....	83
Как кормить грудью?.....	84
Практические советы.....	87
Фетва шейха Мухаммада ибн Адама аль-Кавсари про кормление грудью во время беременности.....	89
Что такое отказ от груди? .....	90
Чем вредна пустышка?.....	93
Как отлучить ребёнка от груди?.....	95
Можно ли кормить ребёнка дольше двух лунных лет? [фетва шейха Амджада Рашида по шафиитскому мазхабу] .....	98
Пост беременной и кормящей женщины [фетва шейха Амджада Рашида по шафиитскому мазхабу].....	99
<b>ГЛАВА 6. МОЛОЧНОЕ РОДСТВО .....</b>	<b>103</b>
Молочное родство по шафиитскому мазхабу [фетва Мухаммада аль-Андыхи].....	109
Молочное родство по ханафитскому мазхабу [фетва шейха Ашрафа Али Танви] .....	112
<b>ГЛАВА 7. ПОДГУЗНИКИ .....</b>	<b>119</b>
Памперсы .....	120
Многоразовые подгузники.....	122
Естественная гигиена младенцев.....	127
Деликатные вопросы.....	129

---

<b>ГЛАВА 8. ШТУКИ И ШТУЧКИ</b> .....	<b>131</b>
Коляска .....	132
Слинг.....	133
Бутылочки, стерилизаторы для бутылочек, ёршики для бутылочек и так далее.....	136
Молокоотсос .....	136
Манеж .....	137
Ходунки и прыгунки .....	138
<b>ГЛАВА 9. ИГРУШКИ</b> .....	<b>141</b>
<b>ГЛАВА 10. ПРИКОРМ</b> .....	<b>145</b>
Когда следует вводить прикорм? .....	147
Как вводить прикорм? .....	150
Как кормить ребёнка?.....	154
Как правильно принимать пищу по Сунне? [фетва шейха Фараза Раббани].....	156
<b>ГЛАВА 11. КАК МОЛИТЬСЯ ВМЕСТЕ С РЕБЁНКОМ?</b> .....	<b>159</b>
Наджаса и очищение от неё .....	160
А если на ребёнке подгузник? .....	162
[Фетва Наили Акбарали по ханафитскому мазхабу] .....	162
[Фетва шейха Хамзы Карамали по шафиитскому мазхабу] .....	163
А что с лишними движениями в намазе? [фетва Мустафы Элькаббани по шафиитскому мазхабу] ....	165
Можно ли пропустить намаз, перенеся его на то время, когда ребёнок уснёт? [фетва шейха Фараза Раббани по ханафитскому мазхабу] .....	166

<b>ГЛАВА 12. ЯСЛИ И ДЕТСКИЙ САД.....</b>	<b>169</b>
Почему не надо отдавать ребёнка в детский сад до двух-трёх лет? .....	170
Почему не надо отдавать ребёнка в детский сад вообще? .....	173
<b>ГЛАВА 13. КАК НЕ НАДО ВОСПИТЫВАТЬ РЕБЁНКА .....</b>	<b>175</b>
<b>ГЛАВА 14. КАК НАДО ВОСПИТЫВАТЬ РЕБЁНКА .....</b>	<b>183</b>
Наставление по воспитанию детей [шейх Ашраф Али Танви, да смилуется над ним Аллах] .....	185
Общие советы .....	193
Как общаться с ребёнком.....	199
Исламское воспитание .....	203
Воспитание детей после семи лунных лет .....	205
Обучение детей Корану .....	208
<b>ГЛАВА 15. ЗАЩИТА ДЕТЕЙ ОТ ДЖИННОВ И ДУРНОГО СГЛАЗА .....</b>	<b>213</b>
<b>Эпилог. Неясные выводы.....</b>	<b>217</b>

*Пусть Аллах по Своей Милости  
примет этот труд и простит  
ошибки и недостатки, который  
он содержит! Пусть Аллах  
благословит и вознаградит  
всех тех, кто помогал в издании  
книги! Да ниспошлет Аллах  
благословения и мир своему  
любимому Посланнику Мухаммаду,  
его семье, его сподвижникам,  
и тем, кто следует за ними до  
самого Судного дня! Амин.*

*[ИД «Даруль-Фикр»]*

## КНИГИ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА «ДАРУЛЬ-ФИКР»

1. *Ашариты – Ахлю-Сунна валь-Джама’а*. Сборник статей, освещающих истинное вероубеждение суннитов, в лице ашаритов и матуридитов.
2. *Озарение сердец*. Сборник статей, в котором раскрываются самые насущные и спорные вопросы, такие как следование мазхабу, акыда праведных предков, суфизм и многое другое.
3. *Анализ современного состояния шариятского знания*. Автор: Шейх Саид Фуда.
4. *Комментарии к «Акыда ас-Санусия»*. Автор: шейх Абу Адам ан-Наруиджи.
5. *Акыда ат-Тахавийя*. Автор: Имам Абу Джа’фар ат-Тахави.
6. *Расскажи мне об Исламе: Краткая энциклопедия для начинающих*. Составлена редакцией сайта [darulfikr.ru](http://darulfikr.ru)
7. *Сады познавших Аллаха*. Автор: Имам ан-Навави.
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» Таджуддина ас-Субки.
9. *Убеждения спасенной общины*. Перевод книги шейха Саида Фуды, в которой он сокращенно изложил книгу «Аль-И’тикад» аль-Байхаки.
10. *Разъяснение имана, ислама и тасаввуфа (Аль-Макасид)*. Перевод книги имама ан-Навави «Макасид фи ат-Таухид валь Ибадат ва усуль ат-Тасаввуф».

11. *Сорок хадисов о женщинах.* Автор: Абу Али аль-Аш'ари.
12. *Комментарии Абу Али аль-Аш'ари к «Малфузат» (Изречениям) шейха Масихуллаха аль-Джалялабади.*
13. *Сто сунн на каждый день.* Автор: Абу Али аль-Аш'ари.
14. *Правда о суфизме.* Автор: Курамухаммад-хаджи Рамазанов.
15. *Разъяснение основ веры.* Перевод книги по исламскому вероучению имама Ибн Джузайя аль-Кальби «Ан-Нур аль-мубин».
16. *Прекрасные имена Аллаха и их краткое толкование.* Автор: Ахмад Абу Яхья.
17. *Власть Сунны.* Автор: шейх Мухаммад Таки Усмани.
18. *Прямой путь.* Сборник статей шейха Саида Фуды.
19. *Признаки Судного дня.* Автор: Абу Али аль-Аш'ари.
20. *Сохранение веры.* Сборник статей.
21. *Этика обращения со священным Кораном.*  
Автор: Шейх уль Ислам Яхья ибн Шараф ан-Навави.
22. *Матери правоверных.* Автор: Мухаммад Фатхи Мус'ад.
23. *Знамя салавата.* Автор: Абу Али аль-Аш'ари.
24. *Сокрушительный удар по убеждениям шиитов.*
25. *Тот не из нас. 40 предостережений Посланника Аллаха, да благословит его Аллах и приветствует.* Автор: Абу Али аль-Аш'ари.
26. *Жизнеописание Пророка Мухаммада, да благословит его Аллах и приветствует.* Автор: Абуль-Хасан ан-Надви.

# ПОСЕТИТЕ НАШ САЙТ: DARULFIKR.RU

Darulfikir.ru — исламский образовательный портал, целью которого является распространение истинного вероубеждения *Ахлю-Сунна валь-Джама'а*.

## **МЫ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:**

Instagram: <https://www.instagram.com/darulfikir>

ВКонтакте: <https://vk.com/darulfikir>

Facebook: <https://www.facebook.com/darulfikirweb>

Telegram: <https://t.me/darulfikir>

Youtube: <https://www.youtube.com/darulfikirmedia>

# НАШ ПАРТНЁР: GARIB MEDIA

**Garib Media** — исламский видео-портал, основная цель которого — это донесение до широкого круга зрителей вероубеждения *Ахлю-Сунна валь-Джама'а*, доведение основных постулатов школ исламского права, а также воспитание нравов путем красивых проповедей и наставлений от ученых и проповедников современности.

## СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ:

Youtube: <https://www.youtube.com/user/GaribMedia>

Instagram: <https://www.instagram.com/garibmedia>

ВКонтакте: <https://vk.com/garibmedia>

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/GaribMedia>

Telegram: <https://tele.click/garibmedia>

Twitter: <https://twitter.com/GaribMedia>

















Малика Умм Яхья

**МАЛЫШИ В ИСЛАМЕ**  
**Естественное родительство**  
**в помощь маме-мусульманке**

Дизайн: *Татьяна Фёдорова*

Вёрстка: *Ихсан Джеентаев*

Издательский дом  
«Даруль-Фикр»

Бумага офсетная. Гарнитура «Миньон».  
Печать офсетная. Тираж 3 000 экз.