Анорексия: продукт западных идеалов?

Дословно термин «анорексия» можно перевести как «отсутствие аппетита». Это нервное расстройство, при котором человек отказывается употреблять пищу. Девяносто процентов страдающих этим заболеванием — это женщины и молодые девушки (Балч, стр.321). Несмотря на почти постоянное наличие голода больные отказываются от приема пищи по психологическим причинам. Точная причина анорексии неизвестна, однако в качестве наиболее важного фактора выступает, похоже, социальный — в частности, желание иметь стройную фигуру. Также большую роль играют такие факторы, как депрессия и низкая самооценка, поскольку они могут превратить человека в анорексика из стремления привлечь внимание или в качестве крика о помощи (Мерк, стр.415). В западном обществе, а также в рекламных сообщениях еда прочно ассоциируется с удовольствием, представлением о собственном теле и самоутверждением. Однако исламский подход к еде и питанию имеет существенные отличия и может указать выход из ловушки, в которой оказались многие люди, принявшие на веру западные идеалы.

В Исламе еда ассоциируется с данными нам Аллахом благами, проявлением щедрости и физическим здоровьем. Ислам не связывает пищу с представлением о собственном теле, самоутверждением или удовольствием, как это принято на Западе. Коран гласит: **«Он установил в ней (земле) незыблемые горы, возвышающиеся над ее поверхностью, вложил в нее благодать и распределил ее продукты в ней за четыре дня для (всех) искателей» (Коран, 41:10)**. Однако мусульманину следует понимать, что это благо создано не только для него, но также и для его гостей и других людей. Коран также советует: **«Они дают пищу беднякам, сиротам и пленникам из любви к Нему» (Коран, 76:8)**.

Об исламском подходе к питанию говорится также и в хадисах. Как передает Абдулла ибн Умар, Пророк (мир ему и благословение Аллаха) сказал: *«Тот, кто не принимает данного ему приглашения, ослушался Аллаха и Его Посланника. А тот, кто вторгается без приглашения, входит вором и выходит налетчиком» («Сахих» Бухари)*. Кроме того, он советовал: *«Давайте еду голодным, посещайте больных и освобождайте пленного» (Муслим)*. Также Пророк (мир ему и благословение Аллаха) перечислил продукты питания, которые могут восстановить здоровье: в частности, финики и ячмень. Саадом передаются следующие слова Посланника Аллаха (мир ему и Его благословение): *«Тот, кто утром будет съедать по семь фиников сорта «аджва», будет в этот день защищен от яда и магии» (Бухари)*.

Но нужно отметить, что западное общество и Ислам сходятся в одном — в том, что от питания зависит продуктивность жизнедеятельности.

На телевидении часто транслируются целые цепочки рекламных роликов продуктов питания, которые, как следует из рекламы, должны помочь людям лучше работать, учиться и заниматься спортом. В Исламе физическое здоровье увязывается с возможностью совершения мусульманином своих молитв: Пророк (мир ему и благословение Аллаха) советовал не совершать намаз на голодный желудок. В сборнике «Сахих» Муслима приводится следующее высказывание Пророка (мир ему и благословение Аллаха): *«Если ужин подан и раздается икамат на (ночной) намаз, начните с ужина».*

Несмотря на то почетное место, которое занимает еда в Исламе, анорексия затронула многих мусульманок. Нужно сказать, что неприятие пищи — это не единственное испытания для страдающих анорексией. Некоторые анорексики проходят также через состояние булимии, когда их настолько одолевает стремление к еде, что они начинают употреблять ее в огромных количествах, а после приема пищи вызывают у себя рвоту. В западном обществе такая рвота рассматривается как попытка избавить организм от нежелательных калорий или «раскаяться» за общественный грех переедания. В Исламе Пророк (мир ему и благословение Аллаха) советовал с самого начала приема пищи помнить, что «верующий ест

ASKIMAM.RU © 2009 - 2026 | Только для некоммерческого использования без изменений.

в одну кишку (то есть удовлетворяется небольшим количеством), а неверующий или лицемер — в семь (то есть ест слишком много)».

Наиболее заметными симптомами такого чередования голода и чрезмерного приема пищи являются следующие: резкая потеря веса (до 25%), слабое сердцебиение, ломкость волос, низкое давление, задержка полового созревания и отечность (Мерк, стр.415). Западные фильмы представляют худых женщин идеалом красоты; журналы пишут о великих жертвах, на которые обязана пойти девушка ради худобы; а газеты воздвигают женщин, отказавшихся от еды, на героический пьедестал. Видя все это, многие анорексики могут решить, что испытываемые ими симптомы — это лишь необходимая жертва на пути к некоему великому благу для них самих и всего человечества.

Однако Ислам рассматривает ущерб здоровью совсем с другой точки зрения. Ежегодно смерть настигает до 20% женщин, страдающих анорексией (Мерк стр.415), а в Исламе самоубийство запрещено. В сборнике «Сахих» Бухари приводится ряд наказаний, которым будут подвергаться люди, тем или иным образом лишивших себя жизни. Каким бы образом ни убивал себя человек, это не приемлемо в Исламе. Пророк (мир ему и благословения Аллаха) приводит ряд примеров: *«Убивший себя сталью (оружием) будет вечно обитать в адском огне: он будет держать это оружие в руке и постоянно бить себя им в живот. Выпивший яд и убивший тем самым себя будет пить его в адском огне, на который он обречен навечно. А убивший себя посредством падения с (вершины) горы будет постоянно падать в адском огне, где будет обитать вечно»*.

Однако последствия анорексии могут легко обернуться в «живой ад» для семьи и друзей. Когда анорексию не удается остановить в домашних условиях, многие анорексики попадают в больницу. Здесь их размещают в специальные палаты, где за ними ведут наблюдение. Доктора и медсестры заходят в комнату и принуждают жертв анорексии принять пищу. Иногда это происходит посредством внутривенного вливания. Анорексику разрешают покинуть больницу только, когда тот вернется к своему обычному образу приема пищи и достаточному весу (Мерк, стр.415). Как сообщается в «Медицинском справочнике Мерка»: «Лечение нацелено на достижение спокойной, участливой, стабильной среды с одновременным побуждением к приему адекватного количества еды».

Коран и хадисы могут дать важное наставление в этой области. Западный мир рассматривает прием пищи как некое приятное хобби. В западном понимании позитивный представление о своем теле добывается посредством жертвенной «красоты». Однако в Исламе еда — это символ благ Аллаха, путь к здоровью и богослужение. В Исламе хорошее представление о собственном теле добывается не посредством нанесения ущерба здоровью, а через восстановление физического, психического и духовного состояния. Известно, что мусульманки тоже хотят хорошо выглядеть и обладать идеальным телом, однако все это, а также хорошее здоровье, женщина может получить, если будет следовать Корану и хадисам. Хотя пророк Мухаммад (мир ему и благословение Аллаха) и говорил: *«Еда для двоих достаточна для троих, а еда для троих достаточна для четверых», — но он также сказал, что «...верующий должен наполнить желудок на треть водой, на треть — воздухом и на треть — едой» («Сахих» Бухари).*

Использованные материалы:
Коран, хадисы; muslimguide.com; www.hti.umich.edu/k/Qur’an/simple.html; «Медицинский справочник Мерка» Роберта Беркова (Вайтхаус Стейшн, Нью Джерси: Мерк и Ко, 1997); «Здоровье вашего ребенка» Джанет Занд, Рашель Уолтон и Боба Раунтри (Гарден Сити, Нью Йорк: издательская группа Авери, 1994).

Джамиат-уль-Улама (Квазулу-Натал, ЮАР)

ASKIMAM.RU © 2009 - 2026 | Только для некоммерческого использования без изменений.