

# Марафон



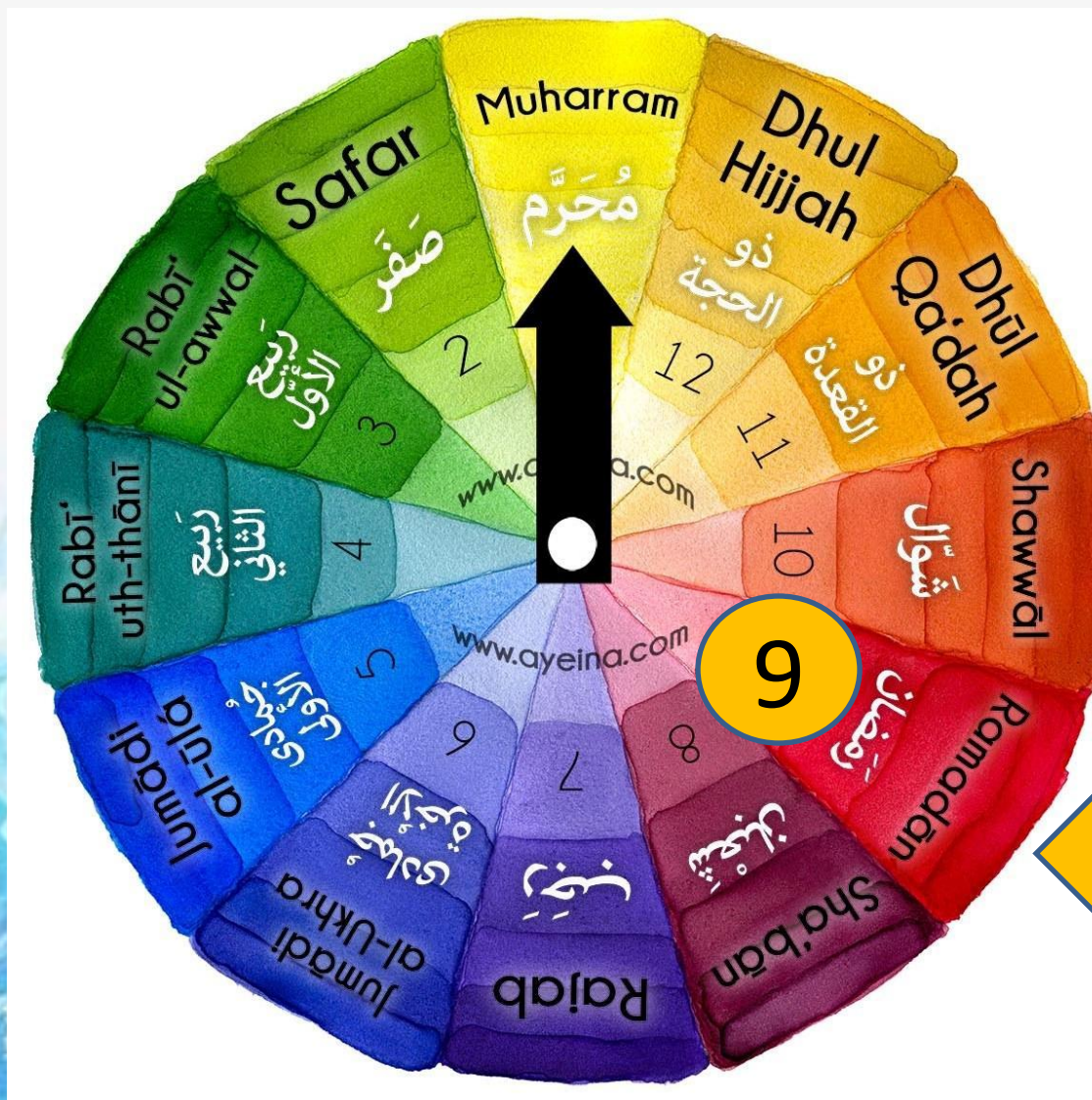
**30 Дней до Рамадана с  
Детьми**

**Посмотри на небо!**  
**Этот полумесяц приветствует наступление**  
**благословенного месяца Рамадан!**





# Рамадан-девятый месяц исламского лунного календаря!



**Рамадан-месяц Саума - поста в дневное время.  
Он должен быть совершен искренне  
ради довольства Аллаха.  
Так мы поклоняемся нашему Создателю.**





**Исламский пост означает отказ от еды и питья, включая воду.**



**Пора вставать на Сухур!**  
**Сухур на арабском означает предрассветный прием**





**Я так хочу спать. Не знаю, смогу ли я встать поесть...**



**Пророк Мухаммад (мир ему) советовал нам просыпаться до Фаджра (рассвета) и поесть немного во время Рамадана.**



Пророк сказал:  
«Ешьте сухур  
(перед рассветом),  
ибо в сухуре  
благодать».  
(Аль-Бухари)



**Так что иди и умойся, почисти зубы. А вкусный завтрак уже ждет тебя!**



Еще есть время до азана (призыва на молитву, когда пора начинать пост и совершать утреннюю молитву). Так что мы можем прочитать ночную молитву Тахаджуд и попросить Аллаха о Его милости.

