

Саидбегов А.М.

Преподаватель ЧОУ ВО
«Дагестанский теологический
институт имени Саида Афанди»

Гнев как порицаемое качество

Довольно-таки часто в повседневной жизни мы гневаемся по причине реально существующих проблем или трудностей, либо из-за сущих мелочей. Гневливость является достойным порицания качеством, проявлением дурного характера и губительным оружием. Если человек поддаётся гневу, он становится жертвой его пагубного воздействия, приносящего вред прежде всего самому человеку, а вместе с ним и всему обществу в целом.

Пророк (мир ему и благословение Аллаха) сказал:

«Силён не тот, кто может повергнуть других, силён тот, кто владеет собой во время гнева» (аль-Бухари и Муслим).

Гнев по Исламу считается одним из языков пылающего огня. Когда человек гневается, одна из тайных нитей его души устремляется к проклятому шайтану, сказавшему в своё время: *«О Аллах, ты создал меня из огня, а его (человека) создал из глины»*, притязая на превосходство его сущности над сущностью Адама (мир ему). Однако сущность глины - спокойствие и выдержка, а сущность пламени – полыхание, движение и нестабильность.

Гнев, конечно, не простая эмоция, и порой может казаться, что контролировать его невозможно. Но, используя правильные методы, вы можете узнать, как устранить свой гнев и успокоиться.

Несколько советов о том, как сдерживать гнев:

1) Необходимо приучать свою душу придерживаться таких достойных нравов как кроткость, терпение в поступках и суждениях. Во всём этом примером для нас является посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует) .

2) Когда что-то вызывает гнев человека, он должен сдерживать себя, помня о последствиях гнева и достоинстве умения сдерживать гнев наряду со способностью прощать тех, кто делает тебе что-то плохое.

3) Обращение к Аллаху с мольбой о помощи против проклятого шайтана.

«Сообщается, что однажды в присутствии пророка (да благословит его Аллах и приветствует) два человека вступили в перебранку между собой, и у одного из них покраснело лицо. Увидев это, посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует) сказал: «Поистине, я знаю такие слова, произнеся которые он обязательно успокоился бы. Если бы он сказал: «Прибегаю к Аллаху от проклятого шайтана»), - то перестал бы гневаться». (Аль-Бухари и Муслим).

4) Необходимо изменить положение, в котором находится человек, охваченный гневом.

Сообщается, что пророк (да благословит его Аллах и приветствует) сказал: «Если кто-нибудь из вас разгневается, когда будет стоять, пусть сядет, а если гнев его не пройдёт, тогда пусть ляжет». (Ахмад и Абу Дауд).

5) Необходимо замолчать.

«Сообщается, что однажды пророк (да благословит его Аллах и приветствует) сказал: «Если кто-нибудь из вас разгневается, пусть замолчит», - повторив свои слова трижды». (Ахмад, Ат-Тирмизи и Абу Дауд).

Ещё одним важным моментом, на который нужно обратить особое внимание, является воздержание от мольбы в состоянии гнева. В таком состоянии человек может сделать нехорошее дуа для своих детей, против самого себя и других. В случаях, когда муж гневается на жену или наоборот, или человек гневается, когда кто-либо причинил ему вред, нужно следовать примеру нашего Пророка (да благословит его Аллах и приветствует), как он поступал в таких случаях, а также примеру сподвижников, хороших людей

(авлия). Если кто-то поругал тебя и ты разгневался, будь уверен, что Пророк (да благословит его Аллах и приветствует), более достойный, чем ты, всегда проявлял терпение и умолкал, а в некоторых случаях просто улыбался и такими способами тушил тлеющий уголёк гнева.

б) Необходимо совершить омовение.

Сообщается, что пророк (да благословит его Аллах и приветствует) сказал: **«Поистине, гнев - от шайтана и, поистине, шайтан сотворён из огня, и если кого-нибудь из вас охватит гнев, пусть он совершит омовение».**

Прежде всего, напомните себе, что Всевышний все видит и слышит. Все ваши действия должны осуществляться с целью угодить Ему. Во-вторых, напомните себе о наградах, которые вы получите, если сможете побороть свой гнев.

Существует четыре степени людей находящихся в состоянии гнева. **Первая категория** – люди, которые гневаются быстро и быстро удовлетворяются, **вторая** – медленно гневаются и быстро удовлетворяются, **третья** – медленно гневаются и медленно удовлетворяются, **четвёртая** – быстро гневаются и медленно удовлетворяются. Эти четыре состояния, который нам описал Пророк (да благословит его Аллах и приветствует). Лучшая из них – вторая степень, когда человек медленно гневается и быстро удовлетворяется, то есть человека сложно разгневать, но при малейшем гневе он успокаивается. Это считается самым достойным.

Подытоживая вышесказанное, отметим, что рабам Аллаха необходимо формировать свой нрав в соответствии с нравами Всевышнего. Об этом также сказал Посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует): **«Перенимайте нравы Аллаха».** Подобно тому как Всевышний Аллах не гневается ради Себя, так и человеку не следует гневаться и мстить ради себя самого. Так, если бы Всевышний Создатель гневался бы ради Себя, то тогда Он в одно мгновение погубил бы все Свои творения.