

وَالَّذِينَ يَجْتَنِبُونَ كَبَائِرَ الْإِنَّمِ وَالْفَوَاحِشِ وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ<sup>٤</sup>

وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ:

لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرَعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ.

## ДАВАЙТЕ КОНТРОЛИРОВАТЬ ГНЕВ ВО ВСЕХ СФЕРАХ ЖИЗНИ

### Многоуважаемые мусульмане!

Однажды к Пророку (с.а.с.) пришёл человек и сказал: «О Посланник Аллаха! Дай мне наставление». Наш любимый Пророк (с.а.с.) ответил ему: «**Не гневайся!**» Тот человек несколько раз повторил свою просьбу. Но каждый раз Посланник Аллаха (с.а.с.) говорил: «**Не гневайся!**».<sup>1</sup>

### Высокочитимые верующие!

Мы – человеческие существа. Как требование нашего творения мы иногда бываем весёлыми, а иногда грустными. Иногда мы ведём себя спокойно, а иногда раздражённо. Нашей обязанностью является не быть в плену негативных эмоций и наполнять жизнь смыслом с помощью хороших качеств.

### Дорогие мусульмане!

Одна из эмоций, которые мы испытываем, будучи людьми, – это гнев. Если правильно использовать гнев, он может помочь нам победить нападки на наши семьи, нашу родину и наши ценности. Однако пребывание в плену гнева приводит к непоправимым проблемам. Это может отдалить нас от милости Аллаха и любви людей. Поддаваться гневу приводит к насилию, беспокойству и беспорядку в обществе.

### Высокочитимые верующие!

Гнев верующего – на стороне истины и против лжи. Гнев верующего – друг угнетённого и враг угнетателя. Гнев верующего – сострадание и милосердие для хороших и преграда для плохих. Другими словами, гнев верующего – ключ к добру и замок к злу.

Когда гнев охватывает разум, исчезают познание и сознание. Человек не видит и не слышит. Когда гнев охватывает сердце, чувства притупляются, а сердце ожесточается. Любовь и уважение уменьшаются, а насилие и ненависть усиливаются. Когда гнев преобладает нафсом,

терпение и устойчивость исчезают. Речь становится грубой, а человек – жестоким.

### Высокочитимые мусульмане!

К сожалению, с каждым днём мы слышим всё больше и больше поучительных новостей о людях, поддавшихся гневу. Гнев в семье, в социальных сетях, в транспорте, в разных сферах жизни становится причиной многих печальных событий. В момент гнева разрушаются родственные, дружеские и братские узы, и остаются только неприязнь, ненависть и вражда. Разрушаются семьи, гаснут очаги, гибнут жизни и рушатся надежды.

### Дорогие верующие!

Всевышний Господь в одном из аятов говорит: «**Те, которые избегают великих грехов и мерзостей и прощают, когда гневаются.**»<sup>2</sup> Так давайте же сделаем сострадание противоядием от гнева. Будем относиться к каждому сотворённому существу с состраданием. Будем избегать любых видов насилия, ненависти и притеснений. Давайте освободимся от рабства гнева, встав на путь прощения. Давайте очистим наши сердца от вражды, ненависти и мести.

### Многоуважаемые мусульмане!

Достоцитимый Пророк (с.а.с.) в одном из своих хадисов говорит следующее: «**По-настоящему силён не тот, кто побеждает многих в поединке, а тот, кто хорошо владеет собой в гневе.**»<sup>3</sup> Так давайте же обуздаем свой гнев терпением. Давайте будем стойко переносить бедствия и сохранять самообладание. Будем прибегать к Аллаху перед лицом трудностей. Во время гнева, будем говорить:

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ «Я прибегаю к Аллаху от зла проклятого шайтана», – как учил нас достоцитимый Пророк (с.а.с.). Совершим омовение, если это возможно. Попытаемся избавиться от гнева, сев, если мы стоим, или ложась, если мы сидим.<sup>4</sup>

Я завершаю свою проповедь следующим аятом, где наш Всемогущий Господь описывает благочестивых рабов: «**...которые делают пожертвования в радости и в горе, сдерживают гнев и прощают людей. Воистину, Аллах любит творящих добро.**»<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Бухари, Адаб, 76.

<sup>2</sup> Шура, 42/37.

<sup>3</sup> Бухари, Адаб, 76; Муслим, Бирр, 107.

<sup>4</sup> Бухари, Адаб, 44; Абу Давуд, Адаб, 3.

<sup>5</sup> Али Имран, 3/134.