38594 - Он страдает от забывчивости, недостатка внимания и неорганизованности

Вопрос

Думаю, у меня есть личные проблемы. Например, я быстро забываю, у меня нет сосредоточенности, но есть лень, беспечность и неорганизованность в своей работе. У меня слабая личность: не могу отказать другим людям, а потом очень сильно жалею. Есть другие проблемы, о которых я не хочу упоминать. Это несмотря на то, что Аллах даровал мне блага. Я успешен в профессиональной и личной жизни, хвала Аллаху. Иногда говорят, что я умен, образован и даже гений, и я думаю, что в этих словах есть доля истины, но проблема в том, что эти личные проблемы, о которых я упомянул, меня очень беспокоят. Я надеюсь, вы посоветуете мне, как решить эти проблемы, и что вы также будете молиться за меня.

Подробный ответ

Хвала Аллаху.

Первое.

Вы должны благодарить и восхвалять Аллаха за милости, которые Он даровал вам: за ислам и истинное руководство, хорошее здоровье, способность слышать, видеть и говорить и другие бесчисленные блага, перечислить которые невозможно, но среди которых также успех в вашей профессиональной и семейной жизни, которые вы упоминаете. Вы должны произносить слова хвалы и благодарности Аллаху, потому что как много людей лишены этих милостей Аллаха!

Если человек доволен тем, что Аллах предписал ему, и знает о Его милости в том, что Он даровал ему, то он будет спокоен в душе, сердце его найдет покой, а страх и печаль исчезнут. Обычно это помогает решить многие проблемы, которые беспокоят человека и

лишают сна, такие как: недостаток внимания, застенчивость и так далее.

Второе.

Будьте уверены, что все проблемы, о которых вы говорите, можно решить, улучшить и изменить, но это зависит от того, действительно ли вы этого хотите, и готовы ли вы обратиться к средствам, помогающим на этом пути. Один из наилучших способов — это обращение к Аллаху с просьбами улучшить ваш нрав и наставить вас, а также защитить вас от зла своей души. Старайтесь часто обращаться к Аллаху с подобными мольбами /ду‘а/, переданными от Посланника Аллаха, да благословит его Аллах и облагодетельствует.

К одним из способов улучшения памяти и уменьшения забывчивости относится тренировка своей памяти и приучение себя запоминать аяты из Книги Аллаха. Чем больше человек запоминает, тем ему легче, тем более воодушевленным он становится, и у него появляется возможность запоминать больше и больше.

Другой способ - перестать слишком много смотреть, слушать, говорить, есть и спать, чтобы ваше сердце было готово запоминать то, что полезно, поскольку слишком много отвлекающих факторов делают вас рассеянным. Под слишком большим количеством подразумевается те из них, в которых нет необходимости, и от чего нет пользы.

Также поможет и оставление запретных действий и всего запретного, особенно в пище, напитках и в том, что человек смотрит. Об этом аш-Шафи‘и, да помилует его Аллах, написал свои знаменитые стихотворные строки:

«Я пожаловался Ваки‘у на плохую память, и он посоветовал мне оставить грехи.

Он сказал: „Знай, что знание - это свет, а свет Аллаха не будет дарован грешнику“».

Третье.

Нет ничего плохого в чтении книг о самоорганизации, которые помогут вам научиться методам организации, принятия решений и контроля над своими чувствами беспокойства и

застенчивости, а также общению с людьми.

Мы просим Аллаха дать вам силы и успех в этом мире и в будущей жизни.