21 шаг, чтобы сказать «прощай» запретной связи и жить дальше

Статья Ихаба Хасана – активиста, который вот уже пятнадцать лет работает с молодежью.

Итак, вы, наконец, пришли в себя. Общение с той девушкой или тем парнем оказалось не самым лучшим событием в вашей жизни и совершенно не приближает вас к Аллаху. Вы знаете, что это ошибка, вы хотите оставить все в прошлом, жить нормальной жизнью, но все это так сложно, да и к тому же никто вас не понимает.

Даст Аллах, все образуется. Раз за разом мне приходилось слышать подобные истории, особенно при работе с молодыми людьми. Быть может, этот грех – единственный, убедить отказаться от которого чрезвычайно сложно. Я даже знал человека, который отрекся от ислама ради девушки. Такое встречается от того, что это последняя стрела Дьявола, которую тот направляет в верующего, ведь она чрезвычайно эффективна. Поэтому нам нужны конкретные, практические способы для выхода из этой ситуации.

Сам факт чтения вами данной статьи – это уже шаг в правильном направлении. Быть может, вам сейчас кажется все непреодолимым, но вы обязательно все преодолеете. Ведь Аллах говорит:

وَمَن يَتَّقِ ٱللَّـهَ يَجْعَل لَّهُۥ مَخْرَجًا ۝ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ

Тому, кто сознательно относится к Аллаху, Он даст выход и обеспечит его из источников, о которых тот и не думал. (Коран, 65:2–3)

В хадисе приводятся слова Аллаха:

Когда Мой раб идет ко Мне, Я к нему бегу. (Бухари)

Возможно, вы думаете, что покончить с отношениями не так легко, как говорят. Особенно учитывая, что Дьявол дни и ночи проводит за тем, чтобы вы полюбили запретный плод. Он убеждает вас, что похоть – это и есть любовь, учащая ваше сердцебиение, когда вы видите имя определенного человека – в электронной почте, телефоне, соцсетях.

Но поверьте: вы сильнее этого. Двигайтесь дальше, работайте в угоду Аллаху, и не будет у вас никаких сожалений.

В принципе, этого достаточно, но для упрощения далее представлен 21 практический шаг по тому, как покончить с запретными отношениями:

I. Просто покончите с этим

1) Полностью оборвите отношения

Хватит игр. Перестаньте делать «мини-шаги», сделайте один большой шаг и покончите с этим. Если думаете, что вы будете обрывать связь «по чуть-чуть», забудьте об этом. Из опыта известно, что попытки заменить привычные встречи телефонными разговорами и небольшими походами в кафе не помогают. Это просто не работает. Первый ваш шаг – полный разрыв отношений. По большому счету, это **единственный** настоящий шаг, который вам нужно сделать. Все остальное, о чем будет написано ниже, – это лишь объяснения, как справиться с собой после этого шага.

2) Не ставьте отношения в режим ожидания

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

Не время для сделок. Не пытайтесь убедить человека, что «когда придет время...» или «вернемся к этому, если к 19 годам никого иного не найдем» и т. п. По отношению к вам могут попытаться сделать то же самое. Не дайте этому случиться. От этого лишь будете чувствовать себя несчастными, все усложнится, и дорога в будущее будет перекрыта.

3) Обрубите все связи

Удалите все письма, смс, текстовые и голосовые сообщения, номер телефона и все, что напоминает об этом человеке. Насколько возможно, избегайте ситуаций, когда можете встретиться. Никаких бесед и уж тем более наедине. Не пытайтесь узнать, как дела у этого человека. Перестаньте следить за ним через соцсети и обрубите любые иные подобные пути.

4) Скажите, что все кончено

Если требуются последние слова, чтобы сообщить об окончании связи, выскажите их. Сделайте это по электронной почте – коротко, мягко и однозначно. Не оставляйте ничего, что бы дало возможность ответить. Покончите с этим, сообщив, что это вам нужно сделать ради Аллаха. И попросите больше не контактировать с вами. Чем быстрее вы это сделаете, тем лучше. Если ваши отношения только начались, то прекратить их намного легче. Потом будет хуже – не успеете понять, как окажетесь полностью погружены в них, и прекратить их уже будет нелегко (хотя по-прежнему возможно).

II. Контролируйте эмоции

5) Отключите радио

Речь сейчас не о том, можно или нельзя слушать музыку, а о том, что музыка включает ваши эмоции, когда вы особенно уязвимы. Каждая песня будет словно для вас двоих. Не подставляйте себя под удар.

6) Не задавайтесь ненужными вопросами

Перестаньте размышлять о том, что сейчас думает о вас тот человек. И не предоставляйте этому человеку возможности дать вам об этом знать. Пусть более важные вещи займут ваши мысли. Не устраивайте себе час «гляденья в потолок» перед сном. Лучше почитайте книжку. Считайте, что у того человека все прекрасно без вас – и возможно, тот человек будет иметь такое же мнение о вас. Пробудите в себе чувство собственного достоинства.

7) Знайте, что тот человек вам не пара

Если что-то начинается неправильно, то не думайте, что потом все будет прекрасно. Помните: вы никогда не любили этого человека ради Аллаха, независимо от того, сколько вы разговаривали о религии. Вам нужно лишь то, у чего будет правильный фундамент.

Этот факт должен предостеречь от плохих начинаний. Но следует отметить: если человек находится в неисламских отношениях, и при этом уместен брак, то у такого человека есть возможность раскаяться и начать с верного фундамента – правильного намерения на брак и подобающего этикета. Если этот случай – ваш, то принимайте решение уже сейчас, не продолжайте строить отношения на старом порочном фундаменте.

III. Заполните пустоту

8) Выплесните все

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

Поговорите с Аллахом, расскажите Ему своими словами, как вы себя чувствуете. Если хотите, поплачьте перед Ним. Делайте все, чтобы стать ближе к Нему. Если вы не совершали ранее тахаджуд по ночам, начните делать маленькие шажочки к этому. У Аллаха всегда открыты двери.

9) Делайте то, что любите

Делайте вещи, которые вам действительно нравятся. Конечно, важно исполнять богослужения (намаз и др.), но, помимо них, делайте также и те вещи, которые вам по-настоящему нравятся. Играйте в спортивные игры, ходите в походы и т. д. Заполните время тем, что займет вас. И пусть ваши мысли не уходят, куда не следует.

IV. Восстановите отношения с Аллахом

10) Перестаньте искать любовь в совершенно неуместных местах

Пусть ваше сердце заполнит ваша любовь к Аллаху. Есть удовлетворение, которого добыть можно лишь у Милостивого Аллаха, и которое вам не дадут никакие люди. Знайте: Он всегда заботился о вас, когда у вас не было никого, кроме Него, к кому можно было бы обратиться. Попросите Его простить вас и доверьтесь Ему. Он не оставит вас. И не бойтесь быть иногда в одиночестве… только вы и ваш Создатель.

11) Попросите Аллаха о лучшей замене

Вы знаете историю Умм Салямы, которая после смерти своего замечательного мужа попросила Аллаха дать ей лучшую замену. В результате ее новым мужем стал пророк (мир ему и благословение Аллаха). Помните, что Аллах – Величайший Мастер планирования. Попросите Его дать вам того, кто приблизил бы вас к Аллаху и осчастливил бы вас. Чтобы заслужить это, просто живите своей жизнью. Когда пророк (мир ему и благословение Аллаха) умер, Ибн Аббас (да будет доволен им Аллах) стал, согласно сообщениям, больше поститься и молиться. Когда его спросили о причине, он ответил:

– Я хочу жениться, а ведь аят гласит:

وَٱلطَّيِّبَٰتُ لِلطَّيِّبِينَ وَٱلطَّيِّبُونَ لِلطَّيِّبَٰتِ

Чистые женщины – для чистых мужчин, и чистые мужчины – для чистых женщин. (Коран, 24:26)

12) Сделайте после этого доброе дело

إِنَّ ٱلْحَسَنَٰتِ يُذْهِبْنَ ٱلسَّيِّـَٔاتِ

Добрые дела стирают плохие. (Коран, 11:114)

Итак, вы чувствуете, что оступились, наделали ошибок. Сделайте же теперь что-нибудь хорошее. Раздайте милостыню. Совершите молитву ночью, когда все спят. Накормите голодных. Продержите несколько дополнительных дней поста. Просто будьте благодарны, что Аллах спас вас от того, что могло стать еще хуже. Аллах – Прощающий, Милостивый.

V. Мыслите здраво

13) Прекратите мечтать о браке

В молодости люди проводят слишком много времени в думах о браке. Поразительно, но это,

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

возможно, в еще большей степени касается религиозной молодежи, поскольку они предпочитают думать о браке, а не о чем-то запретном. Но если вы не готовы, то, значит, вы не готовы. Аллах говорит:

وَلْيَسْتَعْفِفِ ٱلَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّىٰ يُغْنِيَهُمُ ٱللَّهُ مِن فَضْلِهِۦ

Пусть соблюдают целомудрие те, кто не находит средств для брака, пока Аллах не даст им средства по Своей милости. (Коран, 24:33)

Стремитесь к другим целям, совершите что-то реальное. Вся ваша жизнь, особенно молодость, состоит не в том, чтобы быть приложением к другому человеку. Вы – личность, индивидуальность. Как говорил пророк (мир ему и благословение Аллаха):

Воспользуйтесь молодостью, пока не пришла старость. (Хаким)

14) Проанализируйте ситуацию

Здраво оцените место брака в нынешней вашей жизни. Действительно ли настало для этого время? Если нет, то скоро ли оно настанет? Есть ли вещи, которые нужно совершить до того, как будете готовы? Посоветуйтесь с хорошими, праведными и знающими людьми. Используйте это время для развития ваших отношений с родителями. Узнайте их мнение, поговорите с ними о своих чувствах. Вы получите полезную информацию и укрепите свои отношения с ними.

15) Знайте, что и это пройдет

Один мой учитель говорил: все в этой жизни начинается с малого, а потом возрастает, и лишь беда приходит сразу большой, а потом уменьшается. Пройдет время – и все останется в прошлом. Вы посмóтрите назад и поразитесь: неужели вот это было проблемой? как вообще эта ситуация могла причинять такие беспокойства? Знайте, что отказ от запретного лишь укрепит ваш брак, когда вы, по милости Аллаха, найдете настоящего спутника жизни.

VI. Станьте лучше

16) Узнайте больше о себе

Раскопайте свои таланты. Займитесь тем, что вы всегда хотели попытаться сделать, но не делали. Развивайте свои навыки в той сфере, которой наслаждаетесь. Уделите время тем вещам, которыми будет сложно заняться после того, как женитесь и будете меньше времени уделять себе.

17) Делайте вещи, улучшающие самочувствие

В это трудное время позаботьтесь о себе – о разуме, теле и душе. Почитайте книгу, усиленно займитесь учебой, ешьте здоровую пищу, займитесь физическими упражнениями, пейте побольше воды, хорошо одевайтесь, больше слушайте и читайте Коран, прослушайте хорошую лекцию, станьте волонтером на исламском мероприятии... в общем делайте все, что обычно доставляет вам чувство удовлетворения от совершённого хорошего поступка. Будьте добры к себе.

18) Узнавайте о настоящей любви

Узнавайте о том, что действительно собой представляет халяль-любовь. Да, она существует. И это не то, о чем многие подумали, и не то, что изображается Голливудом. Настоящая, халяль-любовь – это когда пророк (мир ему и благословение Аллаха) плакал, когда увидел

ожерелье Хадиджи (да будет доволен ею Аллах), хотя прошло уже немало времени после ее смерти. Это когда она поддерживала его, в то время как весь мир ополчился на него. Это когда человек хочет, чтобы его вторая половинка делала добро, и тем самым они могли вместе оказаться в вечном раю. Это отнюдь не встреча девушки на вечеринке и самоубийство из-за того, что нельзя быть вместе (извини, Шекспир, но это так). Узнайте, что в действительности означает настоящая любовь, и это поможет вам быстро оставить в прошлом запретные отношения.

VII. Получите поддержку от других людей

19) Найдите успешный пример

Проводите время и беседуйте с достойными молодыми, религиозными людьми, которые состоят в счастливом браке. Спросите у них совета, используйте их пример в своей жизни. Они помогут вам правильно взглянуть на будущее. Спросите их о том, как они пришли к своему браку. Попросите у них совета, учитесь у них.

20) Облокотитесь о своих друзей

Для этого и есть друзья. Теперь у вас есть возможность развить более крепкие связи с вашими братьями и сестрами (братья – с братьями, а сестры – с сестрами, или вы совсем не поняли смысл данной статьи). Теперь будет намного легче проводить с ними время и помогать друг другу улучшаться. Не всегда в будущем у вас будет такая роскошная возможность.

21) Будьте среди праведных

Будьте с людьми, которые, как вы знали, не хотели бы, чтобы вы оказались в этой запретной связи. Друг, который обзывает вас дураком за обрыв этой связи, – отнюдь не тот, кто вам сейчас нужен, общения с таким человеком лучше сейчас избегать. Если кто-нибудь из праведных друзей знал об этой запретной связи, поговорите с ними, дайте им знать, что вы встаете на нормальные рельсы. Это хороший способ побудить себя к этому. Даст Аллах, они поддержат вас на этом пути. Если они не знали о запретной связи, то нет нужды совершать такие признания: просто наслаждайтесь провождением с ними времени, ведь это делает вас лучше.

Прошу Аллаха сделать нас сильными, и чтобы Он укрепил браки мусульман и удерживал нас от совершения неугодных Ему поступков!

Источник (англ.): muslimmatters.org

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