

Home > Umakini Katika Swala > Utangulizi

Uwezo wa kuelekeza mazingatio kwa uzito unaotosheleza kukamilisha lengo mara tano kwa siku ni ujuzi unaohitaji kuendelezwa. Wale watu ambao wamejifunza jinsi ya kumakinika na wakaweza kutumia akili zao kwenye jambo maalum wakati wowote inapobidi wanaukubali ukweli huu. Kwa bahati mbaya, ni vigumu sana kumakinika katika kitendo cha Swala kwa sababu tu ni kitendo cha ibada cha kurudiwa rudiwa. Matokeo yake, juhudi inayohitajika kukamilisha jukumu hili inaongezeka kwa kiasi kikubwa.

Ile mikakati 25 kwa ajili ya umakinikaji ndani ya Swala iliyojadiliwa ndani ya kijitabu cha Swala inaweza kugawanywa zaidi kwenye makundi matatu: – ile ambayo inapaswa kuchambuliwa na kueleweka; – ile ambayo ni ya kutekelezwa kabla ya Swala, – na iliyobakia inayotekelezwa baada ya kumaliza Swala yako.

Kitabu hiki cha mazoezi kinajumuisha mazoezi ya siku 30 ya kuongeza kwa umuhimu kabisa umakinikaji wako ndani ya Swala na kutatua yale matatizo ya mawazo na sauti zinazovuruga.

Source URL: <https://www.al-islam.org/sw/umakini-katika-swala-jameel-kermalli-utangulizi>