

الوسائل المفيدة للحياة السعيدة

(للحرمين و الجمعية)

Die nuttige middels vir 'n

gelukkige lewe

Die nuttige middels vir 'n gelukkige lewe

Die seun van Nasir as-Sa'di, Sjeik Abdurrahman

Nuttige middele vir 'n gelukkige lewe

Outeur

Die sjeik Abdurrahman bin Nasir as-Sa'di (mag Allah hom genadig wees)

Inleiding

Alle lof aan Allah aan Wie alle lof behoort, en ek getuig dat daar geen god is behalwe Allah alleen, sonder enige vennote nie, en ek getuig dat Muhammad Sy dienaar en boodskapper is, mag die seëninge en vrede van Allah op hom, sy familie en sy metgeselle wees.

Wat daarna volg: Voorwaar, die rus van die hart, sy kalmte en vreugde, en die verdwyning van sy bekommernisse en droefheid, is die strewe van elke mens. Daarmee word die goeie lewe verkry, en word vreugde en opgewektheid volmaak. Daarvoor is daar godsdienstige redes, natuurlike redes en praktiese redes. Al hierdie redes kan slegs by die gelowiges saamkom. Wat ander betref, selfs al verkry hulle dit uit een oogpunt of deur 'n rede waarvoor hulle verstandiges beywer, mis hulle dit uit ander oogpunte wat nuttiger, standvastiger en beter is in terme van toestand en uiteinde.

Maar in hierdie brief van my sal ek die redes noem wat by my opkom vir hierdie hoogste strewe, waarna almal soek.

Van hulle is daar diegene wat baie daarvan verkry het en dus 'n aangename lewe gelei het en 'n goeie lewe geleef het. En van hulle is daar diegene wat in alles daarvan misluk het en dus 'n lewe van ellende gelei het en 'n lewe van ongelukkigiges geleef het. En van hulle is daar diegene wat iewers tussenin is, volgens dit waartoe hy gelei is. En Allah is die Skenker van sukses, op Wie ons vertrou vir alle goeie dinge en om alle kwaad af te weer.

HOOFSTUK: Geloof en goeie dade

En die grootste van hierdie redes, en hul oorsprong en fundament, is geloof en goeie dade. Allah die Allerhoogste sê:

﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أَنَّىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ٩٧﴾

"Wie ook al goed doen, of dit nou manlik of vroulik is, terwyl hy 'n gelowige is, vir hom sal Ons verseker 'n goeie lewe laat lei, en Ons sal hulle gewis hulle beloning betaal volgens die beste van wat hulle gedoen het." [An-Nahl: 97].

So het die Allerhoogste aangekondig en belowe dat wie geloof en goeie dade verenig, 'n goeie lewe in hierdie wêreld sal hê, en 'n goeie beloning in hierdie wêreld en in die ewige tuiste.

En die rede daarvoor is duidelik, want diegene wat in Allah glo met 'n korrekte geloof, wat goeie dade voortbring wat die harte, karakter, die wêreld en die hiernamaals verbeter, het beginsels en fundamente waarmee hulle alles ontvang wat oor hulle pad kom van redes vir vreugde en blydschap, asook redes vir ang, bekommernis en hartseer.

Hulle ontvang die dinge waarvan hulle hou en wat hulle verbly met aanvaarding daarvan, dankbaarheid daarvoor, en deur dit te gebruik vir dit wat voordelig is. Wanneer hulle dit op hierdie manier gebruik, skep dit vir hulle geweldige sake uit die vreugde daaroor, die hoop op die voortbestaan en seën daarvan, en die verwagting op die beloning van die dankbares, wat in goedheid en seëninge hierdie vreugdes oortref waarvan dit die vrugte is.

En hulle ontvang onaangename dinge, skade, bekommernis en hartseer deur dit te weerstaan waar hulle kan, dit te verlig waar moontlik, en met mooi geduld vir dit wat onvermydelik is. Sodoende verkry hulle uit die gevolge van hierdie onaangename dinge — deur nuttige weerstand, ervaring en krag, en deur geduld en die hoop op beloning — groot sake waardeur die onaangename dinge vervaag, en in die plek daarvan vreugde, goeie hoop en verlange na Allah se guns en beloning kom, soos die Profeet ﷺ dit uitgedruk het in die korrekte hadith waarin hy gesê het:

«عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ»

"Wonderbaarlik is die saak van die gelowige, want sy hele saak is goed. As iets verblyends hom tref, is hy dankbaar en dit is goed vir hom. En as iets nadeligs hom tref, is hy geduldig en dit is goed vir hom. En dit geld vir niemand behalwe die gelowige nie." Oorgedra deur Muslim.

So het hy ﷺ berig dat die gelowige se wins, goedheid en die vrugte van sy daade verdubbel in alles wat oor sy pad kom van vreugde of onaangenaamhede; daarom vind jy twee mense wat deur dieselfde gebeurtenis van voorspoed of teenspoed getref word, maar hulle verskil geweldig in hoe hulle dit ontvang, en dit is volgens die verskil in hul geloof en goeie daade. Hierdie persoon wat met hierdie twee eienskappe beskryf word, ontvang die goeie en die slegte met dit wat ons genoem het van dankbaarheid en geduld en wat daarop volg. Sodoende ontstaan daar vir hom vreugde en blydschap, en die verdwyning van bekommernis, droefheid, angs, benoudheid van die bors en die ellende van die lewe, en die goeie lewe word vir hom in hierdie wêreld volmaak. En die ander een ontvang die dinge waarvan hy hou met verwaandheid, ondankbaarheid en oormoed. So wyk sy karakter af en hy ontvang dit soos diere dit ontvang, met gierigheid en angs. Ten spyte daarvan is sy hart nie rustig nie, maar eerder op vele

maniere verward: verward uit vrees dat dit waarvan hy hou sal verdwyn, en deur die talle teenkantings wat dikwels daaruit voortspruit, en ook omdat die siel nie by 'n grens stop nie, maar voortdurend bly smag na ander dinge wat dalk mag gebeur of dalk nie. Selfs al sou dit wel gebeur, is hy steeds angstig weens die genoemde redes. Hy ontvang onaangename dinge met angs, radeloosheid, vrees en ergernis. Moet dus nie vra na die ellende van die lewe wat hom tref nie, of na die verstandelike en senuveesiektes, en die vrees wat hom tot die slegste toestande en die vreeslikste ontstellings kan lei nie; omdat hy nie op 'n beloning hoop nie, en geen geduld het wat hom vertroos of dit vir hom vergemaklik nie.

En dit alles word deur ervaring waargeneem. As jy na een voorbeeld van hierdie tipe kyk en dit vergelyk met die omstandighede van mense, sal jy die groot verskil sien tussen die gelowige wat volgens sy geloof handel, en die een wat nie so is nie. Dit is omdat die godsdiens — met die grootste klem — aanspoor tot tevredenheid met die voorsiening van Allah en met die verskeidenheid van Sy guns en vrygewigheid wat Hy aan Sy dienaars geskenk het.

Wanneer die gelowige beproef word met siekte, armoede of soortgelyke voorvalle waaraan almal blootgestel word, is hy — deur sy geloof en die tevredenheid en genoeë wat hy het met dit wat

Allah vir hom bestem het — sielsrustig. Hy verlang nie in sy hart na iets wat nie vir hom bestem is nie; hy kyk na diegene wat minder as hy het en nie na diegene wat bo hom is nie. Dit kan selfs wees dat sy blydschap, vreugde en rus groter is as dié van iemand wat al sy wêreldse begeertes verkry het, maar nie tevredenheid geskenk is nie.

Net so vind jy dat die een wat nie volgens die vereistes van geloof handel nie, wanneer hy met armoede beproef word of van sy wêreldse begeertes verloor, homself in die uiterste ellende en teenspoed bevind.

En nog 'n voorbeeld: Wanneer redes vir vrees ontstaan en ontstellende dinge 'n mens tref, vind jy die een met opregte geloof standvastig van hart en rustig van siel. Hy is in staat om hierdie saak wat hom oorval het, te hanteer en te bestuur met alles in sy vermoë deur denke, woord en daad, aangesien hy homself reeds voorberei het op hierdie ontstellende gebeurtenis. Hierdie is toestande wat 'n mens gerusstel en sy hart versterk.

Net so vind jy dat die een sonder geloof presies die teenoorgestelde is: wanneer vreesaanjaende dinge gebeur, word sy gewete ontsteld, sy senuwees gespanne en sy gedagtes verward. Vrees en angs oorweldig hom, en hy word getref deur beide eksterne vrees en 'n innerlike angskwaal waarvan die kern nie beskryf kan word nie. Hierdie tipe mense se kragte stort ineen en hulle senuwees knak

as hulle nie sekere natuurlike metodes aanleer wat baie oefening verg nie. Dit is as gevolg van die gebrek aan geloof wat 'n mens aanspoor tot geduld, veral in kritieke oomblikke en hartseer, ontstellende omstandighede.

So die vrome en die goddelose, en die gelowige en die ongelowige, deel beide in die aanleer van aangeleerde moed en in die natuurlike instink wat vrese versag en vergemaklik. Maar die gelowige onderskei homself deur die krag van sy geloof, sy geduld, sy vertroue op Allah en sy staatmaak op Hom, asook sy hoop op Sy beloning — dinge wat sy moed vergroot, die las van vrees verlig en moeilikhede vir hom vergemaklik, soos die Allerhoogste sê:

﴿...إِنْ تَكُونُوا تَأْمُونُ فَإِنَّهُمْ يَأْمُونُ كَمَا تَأْمُونُ وَتَرْجُونَ مِنْ اللَّهِ مَا لَا يَرْجُونَ...﴾

"...as julle pyn ly, ly hulle ook pyn net soos julle pyn ly, maar julle hoop van Allah op dit wat hulle nie hoop nie..." [An-Nisa: 104]. En hulle ontvang van die hulp van Allah, Sy spesiale bystand en Sy ondersteuning dit wat die vrese verdryf. En die Allerhoogste sê:

﴿...وَأَصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾

"...en wees geduldig. Voorwaar, Allah is met die geduldiges." [Al-Anfal: 46].

Welwillendheid teenoor die skepping deur woord en daad En van die redes wat bekommernis, droefheid en angs wegneem, is welwillendheid

teenoor die skepping deur woord en daad, en alle soorte goeie daade. Dit alles is goedheid en guns, en daardeur verdryf Allah bekommernisse en droefheid van sowel die vrome as die goddelose persoon volgens die mate van hul daade. Maar die gelowige het die volmaakte aandeel en deel daaraan, en hy onderskei homself daarin dat sy welwillendheid voortspruit uit opregtheid en die hoop op Allah se beloning.

En so vergemaklik Allah vir hom die verrigting van goeie daade vanweë die goedheid wat hy hoop om te verkry, en Hy verdryf onaangename dinge van hom weens sy opregtheid en sy hoop op beloning. Allah die Allerhoogste sê:

﴿لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّنْ نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنَ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَن يَفْعَلْ ذَلِكَ اتَّبِعْنَا إِنَّ اللَّهَ قَسِيبٌ أَجْرًا عَظِيمًا﴾ (114)

"Daar is geen goederigheid in baie van hulle geheime gesprekke nie, behalwe vir dié wat liefdadigheid gebied, of wat reg is, of versoening tussen mense teweegbring. En wie dit doen om die welbehag van Allah te soek, aan hom sal Ons 'n geweldige beloning skenk." [An-Nisa: 114].

So het die Allerhoogste berig dat al hierdie sake goed is van diegene van wie dit uitgaan, en goedheid bring goedheid voort en verdryf die slegte. En dat die gelowige wat op beloning hoop, deur Allah 'n geweldige beloning geskenk sal word; en as deel van daardie geweldige beloning: die

verdwyning van bekommernis, droefheid, vertroebeling van die siel en soortgelyke dinge.

HOOFTUK: Besig wees met 'n nuttige handeling of 'n nuttige wetenskap

En van die redes om angs te verdryf wat voortspruit uit gespanne senuwees en die besig wees van die hart met sekere ontstellende dinge, is om jouself besig te hou met 'n nuttige handeling of 'n nuttige wetenskap; want dit lei die hart af van dit wat hom angstig gemaak het. En dalk vergeet hy as gevolg daarvan die redes wat vir hom bekommernis en droefheid veroorsaak het, sodat sy siel verbly word en sy energie toeneem. Hierdie rede is ook iets wat die gelowige en die nie-gelowige in gemeen het. Maar die gelowige onderskei homself deur sy geloof, sy opregtheid en sy hoop op beloning terwyl hy besig is met daardie kennis wat hy leer of onderrig, of met die goeie dade wat hy verrig. As dit aanbidding is, dan is dit aanbidding; en as dit 'n wêreldse taak of 'n gewoonte is, gaan dit gepaard met 'n goeie nimmeltjie (voorneme) en die doel om dit te gebruik as hulp om Allah te gehoorsaam. Daarom het dit 'n doeltreffende uitwerking om bekommernisse, droefheid en hartseer te verdryf. Hoe baie mense is daar nie wat beproef is met angs en voortdurende probleme, sodat verskeie siektes hulle getref het nie? En dan was hulle doeltreffende

medisyne: (om die rede wat hulle ontsteld en angstig gemaak het te vergeet, en hulself besig te hou met een van hul belangrike take).

En dit is wenslik dat die werk waarmee 'n mens homself besig hou, iets moet wees waarby die siel aanklank vind en waarna dit verlang; want dit sal meer waarskynlik lei tot die bereiking van hierdie nuttige doelwit, en Allah weet die beste.

Hoofstuk: Die konsentrasie van alle gedagtes op die take van die huidige dag En van die dinge waarmee bekommernis en angs verdryf word, is om al jou gedagtes te fokus op die take van die huidige dag, en om op te hou om jouself te bekommer oor die toekoms of te treur oor die verlede. Daarom het die Profeet ﷺ beskerming gesoek teen bekommernis en hartseer. Want om te treur oor sake van die verlede wat nie teruggebring of reggestel kan word nie, help niks; en die bekommernis wat ontstaan weens vrees vir die toekoms, kan skadelik wees. Daarom moet 'n mens die "kind van sy dag" wees, en al sy erns en pogings daarop rig om sy huidige dag en tyd te verbeter. Want om die hart daarop te fokus, lei tot die voltooiing van werk en gee die mens vertroosting teen bekommernis en hartseer. En wanneer die Profeet ﷺ 'n smeekbede (dua) gemaak het of sy gemeenskap na 'n smeekbede gelei het, dan spoor hy hulle aan — tesame met die soeke na hulp by Allah en die begeerte na Sy guns — om ernstig en

hard te werk om dit waarvoor hulle vra, te verwesenlik en te verkry. En om afstand te doen van dit wat hy vra om te verdryf; want die smeekbede (dua) gaan hand aan hand met die daad. So moet die dienaar hard werk aan dit wat hom bevoordeel in godsdienste en wêreldse sake, en sy Heer vra vir die sukses van sy doel, en Sy hulp daarvoor soek, soos hy ﷺ gesê het:

(أَحْرَصُ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِزْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِذَا أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَّرَ اللَّهُ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنْ لَوْ تَفَتَّحَ عَمَلُ الشَّيْطَانِ)

"Streef na dit wat jou baat, en soek hulp by Allah en moenie moedeloos word nie. En as iets jou tref, moenie sê: 'As ek maar net so gedoen het, sou dit so en so gewees het nie,' maar sê eerder: 'Dit is die voorbeskikking van Allah, en wat Hy wil, doen Hy,' want 'as' maak die deur oop vir die werk van die Sjaitan." Oorgedra deur Muslim. So het hy ﷺ die bevel om in elke toestand na nuttige sake te streef, hulp by Allah te soek en nie toe te gee aan onvermoë nie wat skadelike luiheid is gekombineer met die aanvaarding van sake uit die verlede wat reeds afgehandel is, en die erkenning van die beskikking en voorbeskikking van Allah.

En hy het sake in twee dele verdeel: 'n deel waar die dienaar kan probeer om dit te verkry of te bereik wat moontlik is, of om dit af te weer of te verlig. Hierin moet die dienaar sy uiterste bes doen

en die hulp van sy Aanbidde (Allah) soek. En 'n deel waarin dit nie moontlik is nie; hiervoor moet die dienaar gerusgestel wees, tevrede wees en dit aanvaar. Daar is geen twyfel dat die nakoming van hierdie beginsel 'n rede is vir blydschap en die verdwyning van bekommernis en droefheid nie.

HOOFSTUK: Om Allah gereeld en baie te gedenk (Dhikr)

En van die grootste redes vir die verruiming van die bors en die rustigheid daarvan is om Allah baie te gedenk; want dit het 'n wonderlike uitwerking op die verruiming en kalmte van die bors, en die verdwyning van bekommernis en droefheid. Allah die Allerhoogste sê:

﴿...أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾

"...Kyk! In die gedenke van Allah vind die harte rus." [Ar-Ra'd: 28]. Want die gedenke van Allah het 'n groot uitwerking op die verkryging van hierdie doel vanweë die besondere eienskappe daarvan, asook weens die beloning en vergelding wat die dienaar daarvoor hoop om te ontvang.

Om oor Allah se openlike en verborge gunste te praat En net so ook om oor Allah se openlike en verborge gunste te praat; want deur dit te ken en daarvan te vertel, verdryf Allah bekommernis en droefheid. Dit spoor die dienaar aan tot dankbaarheid, wat die hoogste en edelste rang is, selfs al is die dienaar in 'n toestand van armoede,

siekte of ander soorte beproewinge. Want as hy die gunste van Allah teenoor hom — wat nie getel of bereken kan word nie — vergelyk met die teenspoed wat hom getref het, sal die teenspoed weglaatbaar wees in vergelyking met die gunste.

Trouens, wanneer Allah die dienaar beproef met teenspoed en rampe, en hy sy plig van geduld, tevredenheid en onderwerping nakom, dan word die swaarheid daarvan ligter en die las daarvan minder. Die dienaar se hoop op die vergoeding en beloning daarvan, en sy aanbidding van Allah deur geduldig en tevrede te wees, maak bitter dinge soet; die soetheid van die beloning laat hom die bitterheid van die geduld vergeet.

Om te kyk na diegene wat minder as ons het En van die mees voordelige dinge in hierdie verband is om dit toe te pas waartoe die Profeet ﷺ ons gelei het in die korrekte Hadith (Hadith Sahih), waar hy gesê het:

(انظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ أَسْفَلُ مِنْكُمْ وَلَا تَنْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ فَإِنَّهُ أَجْدَرُ أَنْ لَا تَزِدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ)

"Kyk na diegene wat onder julle is (wat minder as julle het) en moenie kyk na diegene wat bo julle is nie, want dit is beter sodat julle nie die guns van Allah op julle geringag nie." Oorgedra deur Muslim. Want as die dienaar hierdie belangrike uitkyk voor sy oë hou, sal hy sien dat hy baie ander mense oortref in gesondheid en alles wat daarmee

saamgaan, asook in rykdom en voorsiening, ongeag wat sy omstandighede is. Sodoende verdwyn sy angs, bekommernis en droefheid, en neem sy blydskap en dankbaarheid toe vir die gunste van Allah waarin hy ander oortref wat minder as hy het.

En hoe langer die dienaar peins oor Allah se openlike en verborge gunste, sowel godsdienstig as wêrelds, hoe meer sien hy dat sy Heer vir hom baie goeie dinge gegee het en verskeie euwels van hom afgeweier het. Daar is geen twyfel dat dit bekommernisse en droefheid verdryf, en vreugde en blydskap bring nie.

HOOFSUK: Die strewe om die oorsake van bekommernis te verwyder en die oorsake van vreugde te verkry

En van die redes wat vreugde bring en bekommernis en droefheid laat verdwyn, is die strewe om die oorsake wat bekommernis bring te verwyder en om die oorsake wat vreugde bring te verkry. Dit word gedoen deur die teenspoed van die verlede wat hy nie kan terugdraai nie, te vergeet, en deur te besef dat dit sinloos en onmoontlik is om sy gedagtes daaraan te wy, en dat dit dwaasheid en waansin is. Daarom moet hy teen sy hart stry om nie daaroor te peins nie. Net so moet hy teen sy hart stry teen die angs oor wat in die toekoms kan gebeur, soos ingebeelde armoede, vrees of ander probleme wat hy homself in sy toekomstige lewe

voorstel. Hy weet dus dat die toekomstige sake onbekend is wat betref die goeie en slegte, of die hoop en pyn wat daarin mag lê, en dat dit in die hande van die Magtige, die Wyse (Allah) is. Die dienaars het geen beheer daaroor nie, behalwe om te strewe om die goeie dinge te verkry en die skade daarvan af te weer. Die dienaar weet dat as hy sy gedagtes wegstuur van die angs oor sy toekomstige sake, op sy Heer vertrou vir die regstelling daarvan en daarin berus, sy hart tot rus sal kom, sy omstandighede sal verbeter en sy bekommernis en angs sal verdwyn.

Die gebruik van smeking (Du'a) En van die mees voordelike dinge om in ag te neem vir toekomstige sake, is die gebruik van hierdie smeking (Du'a) wat die Profeet ﷺ gereeld gemaak het:

«اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِي الَّذِي هُوَ عِصْمَةُ أَمْرِي وَأَصْلِحْ لِي دُنْيَايَ الَّتِي فِيهَا مَعَاشِي، وَأَصْلِحْ لِي آخِرَتِي الَّتِي إِلَيْهَا مَعَادِي، وَاجْعَلْ الْحَيَاةَ زِيَادَةً لِي فِي كُلِّ خَيْرٍ، وَالْمَوْتَ رَاحَةً لِي مِنْ كُلِّ شَرٍّ»

"O Allah, verbeter vir my my godsdien wat die beskerming van my sake is, en verbeter vir my my wêreldse lewe waarin my bestaan is, en verbeter vir my my hiernamaals waarheen my terugkeer is. Maak die lewe vir my 'n toename in elke goeie ding, en maak die dood vir my 'n rus van elke kwaad." Oorgedra deur Muslim. En ook sy ﷺ woorde:

«اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو فَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ»

"O Allah, op U barmhartigheid hoop ek; moet my daarom nie vir 'n oomblik aan myself oorlaat nie, en verbeter al my sake vir my. Daar is geen god behalwe U nie." Oorgedra deur Abu Dawood met 'n korrekte ketting van oordrag (isnad sahih). As die dienaar hierdie smeking — wat die verbetering van sy godsdienstige en wêreldse toekoms bevat — met 'n teenwoordige hart en opregte bedoeling herhaaldelik uitspreek, terwyl hy sy uiterste bes doen om dit te verwesenlik, dan sal Allah vir hom dit gee waarvoor hy gevra, gehoop en gewerk het. Sy bekommernis sal dan verander in blydschap en vreugde.

HOOFSTUK: Om die slegste moontlikhede te voorsien

En van die mees voordelige redes vir die verdwyning van angs en bekommernisse wanneer die dienaar deur rampe getref word, is om dit te probeer verlig deur die slegste moontlikhede te voorsien wat die saak kan bereik, en homself daarop voor te berei. As hy dit gedoen het, moet hy daarna strewe om te verlig wat moontlik verlig kan word na die beste van sy vermoë. Deur hierdie voorbereiding en hierdie nuttige strewe, sal sy bekommernisse en droefheid verdwyn, en sal daardie poging aangewend word om voordele te

verkry en die skade af te weer wat binne die dienaar se bereik is.

As redes vir vrees, siekte, armoede of die verlies van verskeie geliefde dinge hom dus tref, laat hom dit met kalmte ontvang en sy siel daarop voorberei — trouens, selfs op die ergste moontlike graad daarvan. Want om die siel voor te berei om teenspoed te verduur, maak dit makliker en neem die swaarheid daarvan weg, veral as hy homself besig hou om dit af te weer na die beste van sy vermoë. Sodoende verenig hy die voorbereiding van die siel met nuttige strewe wat hom aflei van die gepieker oor rampe, en hy stry teen homself om die krag van weerstand teen teenspoed te hernu, terwyl hy daarvoor op Allah vertrou en goeie vertroue in Hom het. Daar is geen twyfel dat hierdie dinge 'n enorme voordeel inhou vir die verkryging van vreugde en die verligting van die gemoed nie, tesame met die beloning waarop die dienaar hoop in hierdie lewe en die hiernamaals. Dit is iets wat waargeneem en beproef is, en die voorbeelde van diegene wat dit ondervind het, is baie talryk.

HOOFSTUK: Sterkte van die hart en om nie ontsteld of emosioneel oorweldig te word nie

En van die grootste behandelings vir senuweeagtige hartsiektes, en selfs ook vir liggaamlike siektes, is: sterkte van die hart en om

nie ontsteld of emosioneel oorweldig te word deur die wanvoorstellings en verbeeldings wat deur slegte gedagtes teweeggebring word nie. Want wanneer 'n mens hom oorgee aan verbeeldings en toelaat dat sy hart beïnvloed word deur negatiewe prikkels, soos vrees vir siektes, of woede en verwarring oor pynlike gebeure, of die verwagting dat slegte dinge gaan gebeur en goeie dinge gaan verdwyn, dan dompel dit hom in bekommernis, droefheid, en hart- en liggaamlike siektes. Dit lei ook tot senuwee-ineenstortings wat slegte gevolge het, waarvan die mense al reeds die vele nadele aanskou het.

Vertroue op Allah (Tawakkul) En wanneer die hart op Allah steun en op Hom vertrou, en nie oorgee aan wanvoorstellings nie en ook nie deur slegte verbeeldings oorheers word nie, en op Allah vertrou en op Sy guns hoop, dan word bekommernisse en droefheid daardeur verdryf. Baie liggaamlike en hartsiektes verdwyn dan, en die hart verkry 'n krag, verligting en vreugde wat nie in woorde uitgedruk kan word nie. Hoeveel hospitale is nie vol van pasiënte van wanvoorstellings en bese verbeeldings nie, en hoeveel het hierdie dinge nie die harte van baie sterk mense beïnvloed nie, wat nog te sê van die swakkes! En hoeveel het dit nie gelei tot dwaasheid en waansin nie. Die gesonde persoon is hy wat deur Allah genees is en wat Hy gehelp het om teen sy eie siel te stry om die nuttige

oorsake te verkry wat die hart versterk en angs verdryf. Allah die Verhewe sê:

{...وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ...}

"...en vir hom wat op Allah vertrou, is Hy voldoende..." [Surah al-Talaq: 3] Dit wil sê: Hy is voldoende vir hom in alles wat vir hom belangrik is in sy godsdiens en sy wêreldse sake.

Die persoon wat op Allah vertrou, het 'n sterk hart wat nie deur wanvoorstellings beïnvloed word nie. Gebeure ontstel hom nie, want hy weet dat dit voortspruit uit die swakheid van die siel, en uit 'n vrees en moedeloosheid wat geen werklikheid het nie. Hy weet ook dat Allah volle genoegsaamheid verseker het vir diegene wat op Hom vertrou. Hy vertrou dus op Allah en vind rus in Sy belofte; sodoende verdwyn sy bekommernis en angs, en sy moeilikheid verander in gemak, sy hartseer in blydschap, en sy vrees in veiligheid. Ons vra die Verhewe Allah om vir ons gesondheid te skenk, en om ons te begunstig met sterkte en standvastigheid van die hart, asook met die volkome vertroue (Tawakkul) waarvoor Allah aan die mense daarvan elke goeie ding belowe het en die afwering van elke slegte en skadelike ding.

HOOFTUK: Om die siel voor te berei om die tekortkominge van ander te verdra

En in die woorde van die Profeet ﷺ:

«لَا يَفْرَكُ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً إِنْ كَرِهَتْ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا خُلُقًا آخَرَ»

"'n Gelowige man behoort nie 'n gelowige vrou te haat nie; as hy een van haar eienskappe haat, sal hy tevrede wees met 'n ander een van haar eienskappe." Oorgedra deur Muslim.

Twee groot voordele:

Die eerste een is: Die leiding aangaande die behandeling van jou vrou, familie, vriende, kollegas, en almal met wie jy 'n verhouding of kontak het. Jy behoort jouself daarop voor te berei dat daar noodwendig 'n fout, tekortkoming of iets waarvan jy nie hou nie in hulle sal wees. As jy dit vind, vergelyk dit dan met dit wat van jou verwag word om die band sterk te hou en die liefde te bewaar, deur sy goeie eienskappe en sy spesifieke sowel as algemene goeie oogmerke te onthou. Deur hierdie oor-die-kop-sien van die slegte punte en die raaksien van die goeie punte, sal die vriendskap en band voortduur, en sal jy volkome rus vind.

Die tweede voordeel is: Die verdwyning van bekommernis en angs, die behoud van reinheid (in die verhouding), die volgehoue nakoming van verpligte en aanbevole regte, en die verkryging van rus tussen beide partye. En wie nie leiding soek by dit wat die Profeet ﷺ genoem het nie — maar eerder die saak omkeer deur op die slegte punte te fokus en blind te wees vir die goeie punte — sal ongetwyfeld angstig raak. Die liefde tussen hom en diegene met wie hy kontak het, sal ongetwyfeld

versuur, en baie van die regte wat elkeen van hulle moes bewaar, sal verbreek word.

En baie mense met hoë ambisies berei hulleself voor op geduld en kalmte wanneer rampe en ontstellende dinge gebeur. Maar met onbenullige, klein sake raak hulle angstig en word hulle gemoedsrus versteur. Die rede hiervoor is dat hulle hulself voorberei het op die groot sake, maar hulself nagelaat het met die klein sake; daarom benadeel dit hulle en beïnvloed dit hulle rus. Die vasberade persoon berei homself voor op sowel klein as groot sake en vra Allah om hulp daarmee, en dat Hy hom nie vir 'n oomblik aan homself oorlaat nie. Op daardie stadium word die klein sake vir hom maklik, net soos die groot sake vir hom maklik geword het. En hy sal met 'n geruste siel, 'n kalm hart en in vrede bly.

HOOFSTUK: Om nie toe te gee aan bekommernisse nie

Die verstandige persoon weet dat sy ware lewe 'n lewe van geluk en kalmte is, en dat dit baie kort is. Daarom behoort hy dit nie nog korter te maak deur bekommernis en om toe te gee aan troebel gedagtes nie, want dit is teenstrydig met die ware lewe. Hy is dus suinig met sy lewe sodat dit nie grootliks deur sorg en hartseer geroof word nie. Hierin is daar geen verskil tussen 'n goeie mens en 'n slegte mens nie, maar die gelowige het die

grootste aandeel hieraan, en die mees nuttige voordeel in hierdie wêreld en die hiernamaals.

Die vergelyking tussen die gunste van Allah en die teëspoed wat hom tref En dit is ook wenslik dat wanneer teëspoed hom tref of wanneer hy daarvoor vrees, hy 'n vergelyking tref tussen die oorblywende gunste wat hy geniet – hetsy godsdienstig of wêreldlik – en die teëspoed wat hom getref het. By hierdie vergelyking sal dit duidelik word hoeveel gunste hy nog het, en hoe gering die teëspoed is wat hom getref het.

Net so moet hy 'n vergelyking tref tussen die skade wat hy vrees mag gebeur, en die vele moontlikhede dat hy daarvan gespaar sal bly. Hy moenie toelaat dat 'n swak moontlikheid die vele sterk moontlikhede oorwin nie; sodoende sal sy bekommernis en vrees verdwyn. Hy moet die ergste moontlike gevolge wat hom kan tref in ag neem, en sy siel voorberei om dit te aanvaar indien dit sou gebeur, terwyl hy daarna strewe om dit wat nog nie gebeur het nie af te weer, en dit wat reeds gebeur het weg te neem of te verlig.

Die skade wat mense berokken, is teen hulleself, solank jy jou nie daaraan steur nie En van die nuttige dinge is om te weet dat mense se seermaak van jou, veral met slegte woorde, jou nie skaad nie maar eerder hulle skaad. Dit is tensy jy jouself besig hou deur daaraan aandag te gee, en toelaat dat dit jou gevoelens oorheers; in daardie geval sal dit jou

skaad net soos dit hulle geskaad het. Maar as jy geen ag daarop slaan nie, sal dit jou glad nie skaad nie.

Maak jou lewe aangenaam met nuttige gedagtes En weet dat jou lewe 'n gevolg van jou gedagtes is; as dit gedagtes is oor dit wat vir jou voordelig is in jou godsdienst of jou wêreldse sake, dan sal jou lewe goed en gelukkig wees, andersins is die teendeel waar.

Dat jou optrede ter wille van Allah moet wees en nie ter wille van die mense nie En van die mees nuttige dinge om bekommernis te verdryf, is om jouself daarop voor te berei om nie dankbaarheid van enigiemand behalwe Allah te verwag nie. As jy goed doen aan iemand wat 'n reg oor jou het, of aan iemand wat geen reg oor jou het nie, weet dan dat dit 'n handeling tussen jou en Allah is. Moet jou dus nie steur aan die dankbaarheid van die een aan wie jy die guns bewys het nie, soos wat die Verhewe Allah gesê het oor die uitverkorenes van Sy skepping:

﴿إِنَّمَا نُنْطِئُكُمْ لُجَّةَ اللَّهِ لَا تُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلَا شُكْرًا ۝۹﴾

"Ons voed julle slegs ter wille van Allah; ons verlang van julle geen beloning of dankbaarheid nie." (Surah al-Insan: 9) [Surah al-Insan: 9].

En dit word veral beklemtoon in die behandeling van jou familie en kinders, of diegene met wie jy 'n sterk band het. Wanneer jy jouself voorberei om slegte dinge van hulle weg te hou, het jy ander

gerusgestel en self tot rus gekom. En van die dinge wat rus bring, is om deugsame daade aan te gryp en daaraan te werk volgens jou natuurlike dryfkrag, sonder die oormatige inspanning wat jou angstig maak; anders keer jy met leë hande terug sonder om die deug te verkry omdat jy die verkeerde pad gevolg het. Dit is deel van wysheid. Jy moet ook probeer om troebel sake in suiwer en soet sake te verander; sodoende vermeerder die suiwerheid van jou vreugdes en verdwyn die sorge.

Besigwees met dit wat nuttig is en nie dit wat skadelik is nie Hou die nuttige dinge voor oë en werk daaraan om dit te bereik, en moenie aandag gee aan die skadelike dinge nie; sodat jy sodoende jou aandag aflei van die sake wat bekommernis en hartseer bring. Maak gebruik van rus en die versameling van jou kragte vir die belangrike take.

Handel sake onmiddellik af En van die nuttige dinge is om take onmiddellik af te handel sodat jy in die toekoms vry kan wees; want as take nie afgehandel word nie, hoop die oorblywende vorige take by jou op en word die toekomstige take daarby gevoeg, wat die las swaarder maak. As jy egter alles op sy tyd afhandel, pak jy toekomstige sake met helder denke en kragtige optrede aan.

Die rangskikking van prioriteite tesame met raadpleging En jy behoort van die nuttige take die belangrikste eerste te kies, en onderskei tussen dit waarna jou siel neig en waarvoor jy 'n sterk

begeerte het, want die teenstrydige daarvan veroorsaak verveling, moegheid en somberheid. Gebruik korrekte denke en raadpleging hiervoor, want hy wat raad vra, is nooit spyt nie. Bestudeer wat jy wil doen baie deeglik, en as die voordeel duidelik is en jy vasbeslote is, vertrou dan op Allah; voorwaar, Allah het diegene lief wat op Hom vertrou.

En alle lof behoort aan Allah, die Heer van die wêrelde.

En mag die vrede en seëninge van Allah op ons meester Muhammad wees, en op sy familie en sy metgeselle.

الفهرس

Die nuttige middels vir 'n gelukkige lewe	2
Nuttige middele vir 'n gelukkige lewe	2
Outeur	2
Die sjeik Abdurrahman bin Nasir as-Sa'di (mag Allah hom genadig wees)	2
Inleiding	2
HOOFSTUK: Geloof en goeie dade.....	3
HOOFSTUK: Besig wees met 'n nuttige handeling of 'n nuttige wetenskap	10
HOOFSTUK: Om Allah gereeld en baie te gedenk (Dhikr)	13
HOOFSTUK: Die strewe om die oorsake van bekommernis te verwyder en die oorsake van vreugde te verkry	15
HOOFSTUK: Om die slegste moontlikhede te voorsien.....	17
HOOFSTUK: Sterkte van die hart en om nie ontsteld of emosioneel oorweldig te word nie.....	18
HOOFSTUK: Om die siel voor te berei om die tekortkominge van ander te verdra.....	20
HOOFSTUK: Om nie toe te gee aan bekommernisse nie	22