

**الوسائل المفيدة للحياة السعيدة
(للحرمين و الجمعية)**

**Полезни напътствия за
щастлив живот**

Полезни напътствия за щастлив живот

Шейх Абдуррахман ибн Насир ес-Сеадий

Полезни напътствия за щастлив живот

Автор:

Шейх Абдуррахман ибн Насир ес-Сеадий

/рахимехуллах/

Въведение

Слава на Аллах, Комуто принадлежи всяка слава, и свидетелствам, че няма друг бог освен Аллах, Единствен е и няма Той съдружник, и свидетелствам, че Мухаммед е Негов раб и Пратеник, нека Аллах да благослови него, неговото семейство и сподвижниците му и с мир да ги дари.

Както следва: Покоят на сърцето, неговото спокойствие и радост, и премахването на грижите и скърбите му е целта, към която се стреми всеки. Чрез тях се постига добрият живот и се осъществяват истинската радост и вътрешното щастие. За това съществуват религиозни причини, природни причини и практически причини. Но всички те не могат да се съберат заедно освен у вярващите. А що се отнася до другите — дори и да достигнат нещо от това по един път или по една причина, за която разумните сред тях се борят и се стараят,

те са пропуснали по-полезни, по-трайни и по-добри по същност и по завършек причини.

В това мое послание ще спомена известните ми причини за постигане на тази най-висша цел, към която се стреми всеки.

Сред хората има такива, които са постигнали много от това, живели са блажен живот, и са имали добро житие. Но има и такива, които са претърпели неуспех във всичко това, и са живели живот на нещастие, и са имали участва на окаяните. А има и такива, които са по средата, според сполуката, която им е била дадена. Аллах дарява със сполука и от Него се търси помощ за всяко добро и за отблъскването на всяко зло.

Раздел: Вярата и праведните дела

Най-голямата предпоставка за постигане на това, основата и същността му, е вярата и праведните дела. Всевишният е казал:

{مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنَّىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿٩٧﴾}

На всеки вярващ, мъж или жена, който извършва праведно дело, Ние ще отредим прелестен живот. И ще им въздадем награда похубава от онова, което са вършили. (Ен-Нехл: 97).

И така Всевишният съобщава и обещава на онзи, който съчетае вярата с праведните дела,

прекрасен живот в земния свят и добра награда в земния свят и в отвъдния.

Причината за това е ясна, тъй като вярващите в Аллах с истинската вяра, която е плодотворна за праведното дело и поправя сърцата, нравите, земния живот и отвъдния, притежават устои и основи, с които посрещат всички случващи им се неща – както за радост и веселие, така и за тревога, грижи и скърби.

Те посрещат приятните и радостни неща, като ги приемат, проявяват признателност за тях и ги използват за това, което е от полза. Когато ги използват по този начин, това поражда у тях радост, стремеж към опазването им занапред и берекет, и надежда за наградата на признателните – все велики блага, надминаващи със своите добрини и благословения самите радости, на които всъщност това са плодовете.

И посрещат несгодите, вредите, тревогата и скръбта, като се противопоставят на онова, на което могат да се противопоставят, облекчават онова, което могат да облекчат, и проявяват достойно търпение към неизбежното. По този начин те придобиват от тези несгоди ползотворна устойчивост, опит и сила, а от търпението и очакването на възнаграждение и награда – велики неща, пред които несгодите изчезват, а на тяхно място идват радости, добри

надежди и стремеж към благодатта на Аллах и Неговата награда, както е казал Пророкът ﷺ в достоверен хадис:

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

„Чудно е положението на вярващия, наистина всяко нещо при него е добро: ако го застигне благоденствие, той е признателен /на Аллах/ и това е добро за него, и ако го сполети беда, той търпи и това е добро за него, и това не е за никой друг, освен за вярващия.“ Предаден от Муслим.

И така, Пророка ﷺ съобщава, че на вярващия му се умножават печалбата, благото и плодовете от делата във всичко, което го сполети – било то радост или беда. Ето защо двама души, които ги сполети едно и също събитие – добро или лошо – се различават изключително много в начина, по който го посрещат и приемат, и това е според разликата помежду им във вярата и праведните дела. Този, който е описан с тези две качества, посреща доброто и злото с упоменатата признателност и търпение, и онова, което произтича от тях. В резултат на това той изпитва радост и щастие, и се премахват грижата и скръбта, безпокойството, душевното притеснение и житейското злочестие, и така за

него се осъществява добрият живот в този свят. А другият посреща желаните неща с надменност, високомерие и своеволие. Вследствие на което нравите му се покваряват и ги посреща, както животните – с лакомия и ненаситност. И въпреки това сърцето му е неспокойно, дори е разпокъсано в много посоки: разпокъсано от страх да не изгуби желаните неща, от многото пречки, които произтичат от тях, и от това, че душите не се спират до определена граница, а постоянно копнеят за други неща, които могат да бъдат постигнати, а може и не. И дори ако предположим, че ги постигне, той отново е неспокоен поради споменатите причини. А бедите посреща с тревога, безпокойство, страх и раздразнение. Затова не питай за нещастieto в живота му, за душевните и нервни болести и за страха, който може да го доведе до най-лошото състояние и най-ужасните терзания; защото той не се надява на възнаграждение, нито има търпение, което да го утеши и облекчи.

И всичко това се наблюдава ясно чрез опита. Достатъчно е да се вгледаш в един-единствен пример от този род и да го приложиш към състоянията на хората, за да съзреш огромната разлика между вярващия, който действа според повелята на своята вяра, и онзи, който не е

такъв. Защото религията подбужда — с най-силния подтик — към задоволство с Божията отредба и с онова, което Той е дарил на Своите раби от многообразието на Своята благодат и щедрост.“

Вярващият, когато бъде изпитан с болест или бедност, или нещо подобно от положенията, на които всеки е изложен, той — чрез своята вяра и чрез доволството и удовлетворението си от онова, което Аллах му е отредил — е спокоен, не търси със сърцето си нещо, което не му е предопределено. Гледа онзи, който е под него, а не онзи, който е над него. И може би неговата радост, щастие и спокойствие са по-силни и по-големи от тези на онзи, който е получил всички земни блага, но няма насита и удовлетворение.

Така също, онзи, който не върши дела според изискванията на вярата, когато бъде изпитан с бедност или изгуби някои от земните блага, ще го откриеш в крайно нещастие и злочестие.

И друг пример: когато възникнат причини за страх и тревоги сполетят човека, ще намериш истински вярващия с непоклатимо сърце и спокойна душа, способен да управлява положението, което го е връхлетяло, с каквото е по силите му откъм мисъл, слово и дело, като е подготвил душата си за тази сполетяла го

тревога. Това са състояния, които носят покой на човека и укрепват сърцето му.

Също така ще откриеш, че лишеният от вяра е в противоположното състояние: щом се появят страхове, съвестта му се смущава, нервите му се напрягат, мислите му се разпръсват и го обземат страх и ужас. В него се съчетават външният страх и вътрешното безпокойство, чиято същност не може да бъде изразена. Ако този тип хора не разполагат с някои естествени средства, които изискват много тренировки, силите им рухват и нервите им се напрягат. Това се дължи на липсата на вяра, която предразполага към търпение, особено в критични моменти и при тъжни и тревожни обстоятелства.

И праведният, и грешникът, и вярващият, и неверникът придобиват смелост и притежават инстинкт, който смекчава и облекчава страховете. Но вярващият се отличава със силата на вярата си, търпението, упованието в Аллах и разчитането на Него, както и с надеждата си за награда от Него – неща, които увеличават неговата смелост, смекчават тежестта на страха и улесняват трудностите, както казва Всевишния:

﴿...إِنْ تَكُونُوا تَأْلَمُونَ فَإِنَّهُمْ يَأْلَمُونَ كَمَا تَأْلَمُونَ وَتَرْجُونَ مِنْ اللَّهِ مَا لَا يَرْجُونَ...﴾

...Ако ви боли и тях ги боли, както и вас е боляло, но вие се надявате на Аллах за онова, за което те не се надяват... (Ен-Ниса: 104). Така вярващите получават помощта на Аллах, и Неговата специална подкрепа и съдействие, което разпръсква страховете. Казва, Всевишен е Той:

{...وَأَصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ}

"И бъдете търпеливи, защото Аллах е с търпеливите!" (Ел-Енфал: 46).

Добротворството към творенията с думи и дела От причините, които премахват тревогата, скръбта и безпокойството, е добротворството към творенията с думи и дела, и всякакъв вид добрини. Всички те са добро и добротворство, и чрез тях Аллах премахва от праведния и грешника тревогите и скърбите съразмерно с тях, но вярващият има най-пълния дял и най-голямата част от тях, и се отличава с това, че неговото добротворство произтича от искреност и надежда за наградата при Аллах.

Така Аллах му улеснява извършването на добрини заради благото, на което се надява, и отблъсква от него бедите поради неговата искреност и стремеж за награда. Всевишния казва:

{لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّنْ نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ
النَّاسِ وَمَن يَعْلَلْ لِّذَلِكَ اتِّبَاعًا مَّرَضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا (114)}

Няма добро в много от тайния им шепот, освен у онзи, който повелява подаяние или благодеяние, или помирение между хората. И който върши това в стремеж към благоволенieto на Аллах, Ние ще го дарим с огромна награда. (Ен-Ниса: 114).

И така Всевишният съобщава, че всички тези дела са добро за онзи, който ги е извършил, а доброто привлича добро и отблъсква зло. И че на вярващия, който се надява на награда, Аллах дава велико въздеяние. А част от това велико въздеяние е премахването на тревогата, скръбта, мъката и подобните на тях.

Раздел: Отдаването на някое от делата или на някоя от благородните науки.

Една от причините за отблъскване на тревогата, породена от нервно напрежение и заетостта на сърцето с някои помрачаващи неща, е заниманието с някаква дейност или с полезно знание; защото те отвличат вниманието на сърцето от заетостта му с онова нещо, което го е разтревожило. Поради това човек може да забрави причините, които са му причинили тревога и скръб, вследствие на което душата му се радва и активността му се увеличава. Тази причина също е обща за вярващия и за невярващия. Но вярващият се отличава със своята вяра, искреност и стремеж

за награда от Аллах в анагжирането си с онова знание, което придобива или преподава, и с доброто дело, което върши. Ако е богослужение, то то си е богослужение, а ако е земно занимание или навик, те са придружени от праведно намерение и целят да бъдат в помощ на покорството пред Аллах. Ето защо това има своето ефективно въздействие за прогонването на тревогата, скръбта и мъката. Колко много хора са били сполетени от безпокойство и постоянни несгоди, в резултат на което са ги връхлетели различни болести. Тяхното ефикасно лекарство се е оказало (да забравят причината, която ги е натъжила и обезпокоила, и да се заемат с някоя от важните си начинания).

Но е редно заниманието да бъде такова, с което душата намира спокойствие и за което копнее, защото това е по-благоприятно за постигането на тази полезна цел. И Аллах знае най-добре!

Съсредоточаване на цялата мисъл върху делата на настоящия ден. Сред нещата, които отблъскват мъката и безпокойството, е съсредоточаването на цялата мисъл върху делата на настоящия ден и отклоняването ѝ от грижите за бъдещето и от скръбта за миналото. Затова Пророка ﷺ е търсил закрила от мъката и безпокойството. Защото няма полза от скръбта

по отминали дела, които не могат да бъдат върнати, нито поправени, а мъката, която се поражда от страха за бъдещето, може да навреди. Затова рабът трябва да живее за настоящия ден, като вложи цялото си старание и усърдие в подобряването на настоящия си ден и време. Защото съсредоточаването на сърцето върху това води до усъвършенстване на делата и чрез него рабът намира утеха от мъката и безпокойството. Когато Пророка ﷺ отправя дуа или напътства своя уммет към някоя дуа, всъщност подтиква към усърдие и старание за постигането на онова, за което се моли, като това е съпроводено с търсене на помощ от Аллах и надежда за Неговата благодат. Също така подтиква да изостави онова, за чието отблъскване е правил дуа; защото дуата съпътства делото, та рабът усърдства в онова, което ще му е от полза в религията и земния живот, и иска от своя Господ успех за своето намерение, търсейки Неговата помощ за това, както е казал Пророка ﷺ:

(اَحْرَصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِزْ بِاللّٰهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِذَا أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَرُ اللّٰهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ)

„Стреми се към онова, което ти е от полза, моли за подкрепа от Аллах и не бъди безпомощен, и ако те сполети нещо, не казвай: „Ако бях

направил така, би станало така и така...“, ала казвай: „Аллах така е предписал и онова, което е пожелал, е сторил!“, защото „ако“ отваря работа на сатаната.“ Предаден от Муслим. И така Пророка ﷺ съчетал повелята човек да бъде усърден в полезните дела при всякакви обстоятелства, да търси помощ от Аллах и да не се поддава на безсилието, което е вредният мързел, с примиряването за отминалите и вече случили се дела и осъзнаването на предопределението и съдбата от Аллах.

Така той е разделил делата на два вида: едните са тези, за които рабът може да се стреми да ги придобие, или да придобие възможното от тях, или да ги отблъсне, или да ги облекчи. При тях рабът проявява своето усърдие и търси помощ от своя Господ. И вид, при който това е невъзможно – при него рабът се успокоява, задоволява се и се примирява, и без съмнение спазването на този принцип е предпоставка за радост и премахване на тревогата и скръбта.

ГЛАВА: ЧЕСТОТО СПОМЕНАВАНЕ НА АЛЛАХ

ОТ най-големите причини за успокояване на сърцето и покой му е честото споменаване на Аллах, тъй като то има чудно въздействие върху успокояването на сърцето и неговото

спокойствие, и премахването на грижата и мъката му, казва Всевишният Аллах:

(...أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ)

"О, да! При споменаването на Аллах сърцата се успокояват." (Ер-Раад: 28) Споменаването на Аллах има велико въздействие за постигането на желаното, заради своята особеност и заради това, което рабът очаква като награда и благоденствие.

Споменаването на явните и скритите благодати на Аллах, Също така и говоренето за явната и скрита благодат от Аллах, защото чрез познаването и споменаването ѝ Аллах отблъсква тревогата и скръбта и подтиква раба към признателност, която е най-висшата и най-възвишената степен, дори и ако рабът е в състояние на бедност, болест или други видове изпитания. Защото, ако той сравни благодатта от Аллах към него – която е неизброима и не може да се пресметне – с нещастията, което го е сполетяло, то нещастията няма никакво съотношение спрямо благодатта.

Нещо повече, когато Аллах изпитва раба с нежелани неща и нещастия и той изпълни в тях задължението за търпение, удовлетворение и покорство, тяхната тежест олеква и трудността им намалява. А надеждата на раба за награда и отплата за тях, както и служенето на Аллах чрез

изпълнение на задължителното проявяване на търпение и удовлетворение, превръщат горчивите неща в сладки, така че сладостта на наградата го кара да забрави горчивината на търпението.

Гледане към по-низшестоящите от нас. От най-полезните неща в това отношение е да се приложи напътствието на Пророка ﷺ в достоверния хадис, в който казва:

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

"Гледайте към онези под вас, а не гледайте към онези над вас, защото това е най-достойното, за да не пренебрегвате благата, дарени ви от Аллах." Предаден от Муслим. Когато рабът осъзнае този велик аспект, ще види, че превъзхожда мнозина от творенията в благоденствието и произтичащото от него, и в препитанието и произтичащото от него, независимо в какво положение се намира. Тогава неговите тревога, грижа и мъка ще изчезнат и ще се увеличат радостта и щастието му поради благата на Аллах, с които той превъзхожда други, които са в по-незавидно положение.

И колкото по-дълго рабът размишлява върху явните и скритите, религиозните и земните блага на Аллах, вижда, че неговият Господ го е

дарил с добро и го е предпазил от множество злини. И без съмнение това прогонва грижите и тревогите и поражда радост и щастие.

Раздел: Стремещът за премахване на причините, носещи тревоги, и за сдобиване с причините, носещи радост.

Сред причините, които водят до радост и премахват тревогата и скръбта, е стремещът да се премахват причините, които носят тревоги, и да се придобиват причините, които носят радост. Това става чрез забравянето на миналите неприятности, които човек не може да върне, и осъзнаването, че вглъбяването на мисълта в тях е безсмислено и невъзможно, и че това е глупост и лудост. Затова човек се бори със сърцето си да не размишлява върху тях, както и се бори със сърцето си срещу безпокойството за бъдещето, породено от въображаеми бедност, страх или други неприятности, които си представя в бъдещия си живот. И така той знае, че бъдещето е неизвестно – какво добро и зло, какви надежди и болки ще донесе – и че то е в ръцете на Всемогъщия, Всемъдрия, а рабите нямат власт над него, освен да се стремят да постигнат доброто и да отблъснат вредите. Рабът знае, че ако отклони мисълта си от тревогата за своето бъдеще, уповава се на своя Господ за

устрояването му и и Му се довери с пълно спокойствие —, знае, че когато постъпи така, сърцето му се успокоява, състоянието му се поправя и от него се отнемат грижата и безпокойството.“

Прибягване към дуа- молба От най-полезното при обмислянето на бъдещите дела е използването на тази дуа, която Пророка ﷺ отправял:

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

„О, Аллах, приведи в ред религията ми, която е защита за делата ми, и приведи в ред земния ми живот, в който е моето препитание, и приведи в ред отвъдния ми живот, към който е моето завръщане, и направи живота надбавяне за мен във всяко добро, а смъртта – покой за мен от всяко зло.“ Предаден от Муслим. Също така е казвал:

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

„О, Аллах, за Твоята милост копнея, не ме поверявай на самия мен дори за миг, и приведи в ред всичките ми дела, няма друг бог освен Теб". Предават го Ебу Давуд с достоверен иснад. Когато рабът усърдно отправя тази дуа, в която е доброто за неговото религиозно и

земно бъдеще, с присъстващо сърце и искрено намерение, като същевременно полага усилия, за да постигне това, Аллах ще изпълни за него това, за което Го е зовял, на което се е надявал и за което се е трудил, и тревогата му ще се превърне в радост и щастие.

РАЗДЕЛ: ПРЕДВИЖДАНЕ НА НАЙ-ЛОШИТЕ ВЪЗМОЖНОСТИ

Една от най-полезните предпоставки за премахването на тревогата и грижите, когато някое нещастие сполети раба, е той да се стреми да го отслаби, като си представи най-лошия възможен изход, до който могат да доведат нещата, и да подготви себе си за това. Когато направи това, трябва да се стреми да облекчи това, което може да бъде облекчено, доколкото е възможно. Посредством тази подготовка и тези полезни усилия, неговите грижи и тревоги ще изчезнат и полагането на тези усилия ще бъде за сдобиване с ползи и за премахване на вредите, които са по силите на раба.

Така, когато го сполетят предпоставките за страх, болести, бедност и липса на разнообразните неща, които обича, нека посрещне това със спокойствие и подготвяне на душата за тях, дори за най-тежкото възможно нещо. Защото подготвянето на душата да понася трудностите ги облекчава и премахва

тяхната тежест, особено ако занимае себе си с тяхното отблъскване според възможностите си. Тогава у него се съчетават подготвянето на душата с полезното старание, което го отвлича от тревогата за нещастията, и се бори с душата си, за да обнови силата на съпротивата срещу трудностите, заедно с разчитането си в това на Аллах и доброто доверие в Него. И няма съмнение, че тези неща имат огромна полза за постигането на радост и успокояването на сърцата, заедно с това, на което рабът се надява като незабавна и бъдеща награда. Това е наблюдавано и изпитано, и случаите от тези, които са го изпитали, са многобройни.

Раздел: Силата на сърцето и отсъствието на тревожност и прибързана реакция

От най-великите лечения на нервните болести на сърцето, а също и на телесните болести, е: силата на сърцето и неговото самообладание и неподатливост спрямо илюзиите и въображенията, които лошите мисли носят. Гневът, безпокойството, очакването на неприятности и изчезването на обичани неща са сред болезнените причини, които водят до тревоги и скърби, сърдечни и телесни болести, и нервен срив със своите лоши последствия, чиито многобройни вреди хората са наблюдавали.

Упованието в Аллах. Когато сърцето разчита на Аллах и Му се уповава, без да се поддава на илюзии и без да бъде обладано от лоши фантазии, довери се на Аллах и закопнее за Неговата благодат, тогава тревогите и грижите се премахват от него, и изчезват много от телесните и сърдечните болести. А сърцето получава такава сила, успокоение и радост, които не могат да бъдат изразени. Колко болници са пълни с пациенти, страдащи от илюзии и порочни фантазии! И колко много тези неща са повлияли на сърцата на мнозина силни, да не говорим за слабите, и колко често са водели до глупост и лудост! Спасен е онзи, когото Аллах е спасил и напътил в борбата с душата си, за да постигне полезните предпоставки и причини, които укрепват сърцето и премахват безпокойството му. Всевишният е казал:

﴿...وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ...﴾

"И който се уповава на Аллах, Той му е достатъчен." (Ет-Таяк: 3). т. е. достатъчен за него за всичко, което го засяга по отношение на религията му и земния му живот.

Уповаващият се в Аллах е със силно сърце, не се влияе от илюзиите и не се обезпокоява от събитията, защото знае, че това произлиза от слабост на душата, от малодушие и от страх,

който няма реална основа. Заедно с това той знае, че Аллах се е погрижил да осигури пълна достатъчност на този, който Му се уповава, затова се доверява на Аллах и е спокоен за Неговото обещание. Така неговата тревога и безпокойство изчезват, трудността му се заменя с лекота, тъгата му – с радост (арабската дума „тарах“ означава: тъга), а страхът му – със сигурност. Затова молим Аллах Всевишния за благополучие, да ни дари със сила и непоколебимост на сърцето и с пълно упование, с което Той е поема грижата да осигури на онези, които го притежават, всяко добро и да отблъсне всяко зло и вреда (арабската дума „дайр“ означава: вреда).

РАЗДЕЛ – Приучаването на душата към проява на търпимост спрямо недостатъците на другите.

Пратеника на Аллах ﷺ казва:

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

„Нека вярващ не мрази вярваща! Ако не одобрява нещо от нейния нрав, друго ще му хареса.“ Предаден от Муслим.

Две големи ползи:

Първата от тях: Напътствието за отношението към съпругата, роднината, приятеля, партньора и всеки, с когото имаш връзка и взаимоотношения, гласи, че е нужно

да привикнеш към мисълта, че в тях неминуемо ще има недостатък, несъвършенство или нещо, което не одобряваш. И когато откриеш това, го съпостави с онова, което е твое задължение или което е редно да направиш, за да запазиш силата на връзката и обичта, като си припомняш добрите им качества, както и личните и общи цели. По този начин, пренебрегвайки лошите страни и забелязвайки добрите, приятелството и връзката ще се запазят, ще се постигне пълно спокойствие и ще го придобиеш.

Втората полза: премахването на тревогата и безпокойството, запазването на чистотата, постоянството в изпълнението на задължителните и желателните права и постигането на спокойствие между двете страни. А онзи, който не се ръководи от това, което е споменал Пророка ﷺ – а напротив, забелязва недостатъците и е сляп за добрите качества – неизбежно ще се тревожи, ще се помрачи обичта помежду им и ще бъдат прекъснати много от правата, които и двамата са длъжни да опазват.

Иного от хората с висок дух приучават себе си по време на бедствия и неспгоди към търпение и спокойствие. Но при незначителните, дребни неща те се тревожат и спокойствието им се помрачава. Причината за

това е, че са подготвили душите си за големите неща, а са ги пренебрегнали при малките, които им вредят и се отразяват на спокойствието им. Благоразумният подготвя себе си както за малките, така и за големите неща, моли Аллах за помощ за тях и да не го оставя наразчита на себе си дори и за миг. При това положение малкото ще му бъде улеснено, както и голямото. Така той остава със спокойна душа, спокойно сърце и отпочинал.

РАЗДЕЛ: ВЪЗДЪРЖАНЕ ОТ РАЗМИШЛЕНИЯ ВЪРХУ ТРЕВОГИТЕ.

Разумният знае, че неговият правилен живот е живот на щастие и спокойствие и че е твърде кратък. Затова не бива да го скъсява с тревоги и отдаване на несгоди, тъй като това е против правилния живот. Той ревностно пази живота си, за да не стане голяма част от него плячка на грижите и скърбите. В това отношение няма разлика между праведния и грешника, но вярващият има най-големия дял в постигането на това качество, както и ползотворна участ в земния живот и в отвъдния.

Съпоставянето между богатата на Аллах и бедите, които застигат човек. Редно е също така, когато го сполети нещо неприятно или се страхува от него, да направи сравнение между останалите блага, с които разполага, били те

религиозни или светски, и неприятността, която го е сполетяла. Защото при сравнението ще стане ясно колко многобройни са благата, с които е дарен, и колко незначителна е сполетялата го беда.

По същия начин сравнява между страха от възможна вреда и множеството вероятности за безопасност от нея, като не позволява на слабата вероятност да надделее над многото силни такива и така премахва своята тревога и страх. Той преценява и най-тежките възможни последствия, които могат да го сполетят, като подготвя душата си за тяхното настъпване, в случай че се случат, и се стреми да предотврати това, което все още не се е случило, както и да премахне или смекчи вече настъпилото.

Вредата от хората си тегне върху самите тях, докато ти не ѝ обръщаш внимание. От полза е да знаеш, че вредата от хората към теб, особено в лошите думи, не вреди на теб, а на тях самите, освен ако не ангажираш съзнанието си с нея и не ѝ позволиш да завладее чувствата ти. Тогава тя ще ти навреди, както вреди и на тях. Но ако не ѝ обръщаш внимание, с нищо няма да ти навреди.

Облагороди живота си с благотворни мисли, и знай, че животът ти е следствие от твоите мисли. Ако те са насочени към онова, което ти носи полза в религията или в земния живот,

тогава животът ти е добър и щастлив, а в противен случай е точно обратното.

Да бъде отношението заради Аллах, а не заради творенията. Сред най-полезните неща за прогонването на тревогата е да приучиш себе си да не търсиш признателност освен от Аллах. Когато проявиш добротворство към онзи, който има право над теб, или онзи, който няма право, знай, че това е твое отношение с Аллах, и не обръщай внимание на признателността на онзи, към когото си постъпил с добро, както казва Всевишният Аллах относно избраниците сред творенията Му:

﴿إِنَّمَا نَطْعُمُكُمْ لِرُوحِهِ اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلَا شُكْرًا ۝۹﴾

"...[и казват]: "Храним ви в името на Аллах. Не искаме от вас нито отплата, нито благодарност!" (Ел-Инсан: 9).

Това е особено важно в отношението към семейството и децата поради силната връзка с тях. Когато приучиш душата си да отблъскваш злото от тях, си донесъл спокойствие и си намерил спокойствие. И от причините за спокойствие е придобиването на добродетели и следването им съгласно вътрешния подтик, без насилване, което те тревожи и те оставя разочарован от непостигането на добродетелта, понеже си поел по крив път. Това е от мъдростта – да се превръщат неприятните

неща в чисти и приятни, с което се увеличава чистотата на насладите и изчезват неприятностите.

Ангажирането с полезното, а не с вредното. Постави си за цел полезните неща, труди се за тяхното постигане, и не обръщай внимание на вредните, за да се отвлечеш така от причините, носещи грижа и скръб. И търси подкрепа в спокойствието и съсредоточаването на душата върху важните дела.

Делата трябва да се приключват незабавно. Сред полезните неща е своевременното приключване на делата и освобождаването за бъдещето; защото, когато делата не се приключат, предишните се натрупват, към тях се прибавят и последващите, с което тежестта им се засилва. А когато приключваш всяко нещо в отреденото му време, ще подходиш към бъдещите дела със сила в мисълта и сила в делото.

Подреждане на приоритетите със съветване. Редно е да избираш от полезните дела най-важните, а след това следващите по важност, и да разграничаваш между това, към което твоята душа клони и силно желае, защото обратното поражда отегчение, скука и душевно смущение. За това търси подкрепа в правилното мислене и допитването, защото не съжалява този, който се допитва. Прочуи

обстойно това, което възнамеряваш да направиш, и щом се увериш в ползата и вземеш твърдо решение, тогава се уповавай в Аллах. Наистина, Аллах обича уповаващите се.

Слава на Аллах, Господа на световите

Аллах да благослови и с мир да дари нашия Пророк Мухаммед, семейството му и сподвижниците му.

Index

Полезни напътствия за щастлив живот	2
Полезни напътствия за щастлив живот	2
Автор:	2
Шейх Абдуррахман ибн Насир ес-Сеадий /рахимехуллах/	2
Въведение.....	2
Раздел: Вярата и праведните дела	3
Раздел: Отдаването на някое от делата или на някоя от благородните науки.	10
ГЛАВА: ЧЕСТОТО СПОМЕНАВАНЕ НА АЛЛАХ.....	13
Раздел: Стремeжът за премахване на причините, носещи тревоги, и за сдобиване с причините, носещи радост. ...	16
РАЗДЕЛ: ПРЕДВИЖДАНЕ НА НАЙ-ЛОШИТЕ ВЪЗМОЖНОСТИ	18
Раздел: Силата на сърцето и отсъствието на тревожност и прибързана реакция.....	19
РАЗДЕЛ – Приучаването на душата към проява на търпимост спрямо недостатъците на другите.	21
РАЗДЕЛ: ВЪЗДЪРЖАНЕ ОТ РАЗМИШЛЕНИЯ ВЪРХУ ТРЕВОГИТЕ.....	23