

الوسائل المفيدة للحياة السعيدة

(للحرمين و الجمعية)

**Mwayen ki itil pou yon lavi ki
gen kè kontan.**

Mwayen ki itil pou yon lavi ki gen kè kontan.

Cheik Abdurrahman bin Nasir as-Sa'di

Mwayen ki itil pou yon lavi ki gen kè kontan

Konpozisyon

Cheikh Abdur-Rahman bin Nasir as-Sa'di, ke Allah gen mizèrikòd pou li.

Entwodiksyon an.

Lwanj pou Allah, li menm ki merite tout lwanj nèt. Mwen temwaye pa gen okenn lòt dye ki merite pou moun adore tout bon vre, eksepte Allah, li menm sèl poun adore, li pa gen asosye. Epi mwen temwaye Muhammad se sèvitè li ak Mesaje li. Se pou benediksyon ak lapè Allah sou li, sou fanmi li, ak sou tout konpayon li yo.

Aprè sa: Vreman vre, trankilite kè a, lapè ak kontantman ki ladanl, ansanm ak disparisyon sousi ak tristès, se sa tout moun ap chèche. Se ak bagay sa yo yon moun jwenn yon bèl lavi, epi li jwenn kè kontan ak lajwa nèt ale. Gen rezon ki gen rapò ak relijyon, gen rezon ki natirèl, epi gen rezon ki gen rapò ak pratik pou sa rive fèt. Men, li enposib pou yon moun jwenn tout rezon sa yo ansanm, eksepte si li se yon moun ki gen lafwa (konfyans nan Allah). Kanta pou lòt moun yo, menmsi yo ta rive jwenn kèk nan rezon sa yo paske moun ki gen lespri pami yo fè efò pou sa, gen anpil lòt kote ki pi itil, ki pi

solid, epi ki pi bon ni pou kounye a ni pou pita, ki chape anba men yo.

Men, nan ti liv sa a, mwen pral rasanble sa ki vin nan tèt mwen kòm rezon pou rive jwenn gwo objektif sa a, ki se sa tout moun sou latè ap chèche ak tout fòs yo.

Gen ladan yo ki rive jwenn anpil nan rezon sa yo, konsa yo viv yon lavi ki dous epi yo gen yon bèl lavi. Gen lòt menm ki echwe nan tout rezon sa yo, yo viv nan mizè epi yo gen yon lavi ki malere anpil. Epi gen lòt ankò ki nan mitan 2 sityasyon sa yo, tou depan de siksè Allah ba yo pou yo mete prensip sa yo an pratik." Se Allah sèl ki bay siksè, se nan li nou chèche sekou pou nou fè tout sa ki byen, epi se nan li nou chèche sekou pou nou evite tout sa ki mal.

CHAPIT: LAFWA AK BON AKSYON

Epi, pi gwo rezon pou sa, se rasin li ak fondasyon li, ki se lafwa ak bon aksyon. Men sa Senyè ki anwo nan syèl la di:

{مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أَنَّىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ (97)}

Nenpòt moun ki fè sa ki byen, kit li se gason oswa fanm, pandan li gen lafwa, nap fèl viv yon bèl lavi. Epi, nap rekonpanse yo pou pi bon sa yo te konn fè Sourat An-Nahl vèsè 97

Konsa, Allah ki anwo nan syèl la fè nou konnen epi li pwomèt moun ki gen lafwa epi ki fè bon aksyon, lap ba yo yon bèl lavi nan mond saa, epi lap

ba yo yon bèl rekonpans ni nan mond sa a, ni nan lavi ki pap janm fini an (paradia).

Rezon an klè konsa: paske moun ki gen yon lafwa ki korèk nan Allah, yon lafwa ki bay bon aksyon kòm rezilta epi ki ranje kè yo, konpòtman yo, lavi yo sou tè a ak lavi aprè a; moun sa yo gen prensip ak fondasyon solid nan men yo. Prensip sa yo ede yo Asepte nenpòt bagay ki rive yo, kit se bagay ki bay kè kontan ak lajwa, kit se bagay ki bay kè sote, sousi, ak tristès.

Yo resevwa(Asepte) tout sa yo renmen ak tout sa ki fè yo plezi ak yon kè kontan, yo di Allah mèsì pou sa, epi yo sèvi ak bagay sa yo nan sa ki itil. Lè yo sèvi ak benediksyon sa yo konsa, sa vin bay plis lajwa toujou nan kè yo, sa ba yo espwa pou benediksyon sa yo rete epi pou yo gen plis favè ladan yo, epi yo gen espwa pou yo jwenn rekonpans moun ki konn di mèsì yo. Tout bagay sa yo tèlman gran, yo depase nivo kè kontan premye benediksyon an te pote a.

"Epi, yo resevwa difikilte, malè, sousi ak tristès nan fason sa a: yo goumen ak sa yo kapab goumen, yo redwi sa yo kapab redwi epi yo montre yon bèl pasyans devan sa yo pa ka evite. Konsa, nan mitan difikilte sa yo, yo jwenn anpil bèl bagay: yo vin gen eksperyans ak fòs, yo jwenn rekonpans pou pasyans yo ak espwa yo mete nan Allah. Tout bèl bagay sa yo tèlman gran, yo fè difikilte yo disparèt, epi nan plas yo, yo vin jwenn kè kontan, bèl espwa, ak anvi pou yo resevwa favè ak rekonpans Senyè

mèt linivèa. Se sa menm Pwofèt la (Lapè ak benediksyon Allah kouvri li)te di nan yon diskou ki kòrèk:

«عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، إِنَّ أَصَابَتُهُ سَرَّاءُ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءُ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ»

Sa kap rive kwayan an se yon bagay ki estwòdinè! Tout sa ki rivèl se pou byen li. Si yon bon bagay rivèl, li di Allah mèsi, epi sa vin yon byen pou li. Si yon malè rive li, li fè pasyans, epi sa vin yon byen pou li tou. Se sèl moun ki gen lafwa ki gen privilèj sa a. Rapòte pa Mouslim.

Konsa, Pwofèt la (Lapè ak Benediksyon Allah kouvri li) fè nou konnen ke moun ki gen lafwa a wè pwofi li, byen li, ak rezultat travay li yo double nan tout sa ki rive li, kit se nan kontantman, kit se nan difikilte. Se sak fè wap jwenn 2 moun ki tonbe nan menm sityasyon an, kit se yon bon bagay oswa yon malè ki rive yo, men fason yo resevwa sityasyon sa a diferan anpil anpil. Diferans sa a depann de nivo lafwa ak bon aksyon chak moun genyen. Moun sa a ki gen 2 kalite sa yo (lafwa ak bon aksyon), li resevwa ni bon bagay ni move bagay avèk rekonesans ak pasyans jan nou te dil la, ansanm ak tout sa ki mache avèk yo. Konsa, li vin jwenn kè kontan ak lajwa, epi tout sousi, tristès, kè sote, kè sere, ak mizè nan lavi a disparèt. Sa fè li jwenn yon bèl lavi nèt ale nan mond sa a. Lòt moun nan menm resevwa sa li renmen yo ak lògèy, ak awogans, epi

ak depasman. Konpòtman li vin gate, li resevwa benediksyon yo menm jan ak bèt, ak grangou ak kouri dèyè enterè sèlman. Malgre sa, kè li pa janm poze; okontrè, lespril gaye nan plizyè sans: li pè pou sal genyen yo pa fini, li gen anpil tèt chaje ki vin ak bagay sa yo, epi paske anvi moun pa janm gen limit. Li toujou ap swete lòt bagay ankò, li ka jwenn yo oswa li pa jwenn yo. Menm si li ta jwenn yo, li toujou rete ak kè sote pou menm rezon nou sot di yo. Lè malè rive li menm, li resevwal ak gwo kè sere, ak dekourajman, ak laperèz, epi ak kòlè. Pa mande kisa k rive l kòm mizè nan lavi a, ak tout kalite maladi nan tèt ak maladi kè, ak yon laperèz ki ka mennen li nan sityasyon ki pi rèd ak pi grav; paske li pa gen espwa pou okenn rekonpans, epi li pa gen pasyans pou konsolel epi fè chay la vin pi lejè pou li.

Tout sa nou sot di la yo se bagay nou ka wè ak pwòp zye nou nan esperyans lavi a. Si ou kalkile byen sou yon egzanp konsa epi ou gade jan moun ap viv, wap wè yon gwo diferans ant moun ki gen lafwa epi kap ajì dapre lafwa li, ak moun ki pa konsa. Diferans lan se paske relijyon an ankouraje moun anpil anpil pou yo gen satisfaksyon (kenbe kè yo kontan) ak sa Allah ba yo, epi ak tout kalite favè ak benediksyon li voye pou sèvitè li yo.

Konsa, lè yon moun ki gen lafwa tonbe nan maladi, nan mizè, oswa nenpòt lòt kalite difikilte konsa ki ka rive nenpòt moun, li jwenn lapè nan kèl gras ak lafwa li ak satisfaksyon li genyen ak sa Allah

deside ba li. Li pa kite kè li ap kouri dèyè bagay senyè toupwisan te prevwa pou li. Li gade moun ki nan pi move sityasyon pasel, li pa gade moun ki pi wo pase li. Sa ka rive menm ke lajwa li ak trankilite li depase lajwa yon moun ki gen tout richès latè nan menl men ki pa gen satisfaksyon nan kèl.

Menm jan an tou, wap jwenn moun sa a ki pa aji selon lafwa, depi malè rive li kit li tonbe nan mizè oswa li pèdi kèk nan bagay li te bezwen nan mond sa a, wap jwenn li nan yon eta kote li malere anpil epi li nan gwo soufrans.

Men yon lòt egzanp ankò: Lè gen bagay ki rive ki bay laperèz, epi malè tonbe sou yon moun, wap jwenn moun ki gen yon lafwa solid la gen kèl fèm, lespri li poze, epi li kapab jere epi dirije sityasyon sa a ki tonbe sou li a ak tout fòs li, kit se nan fason li kalkile, kit se nan pawòl li oswa nan aksyon li. Li prepare tèt li poul fè fas ak malè sa a ki rivèl la. Tout kalite konpòtman sa yo bay moun nan trankilite epi yo rann kè li pi solid.

Menm jan an tou, wap jwenn moun ki pa gen lafwa a nan yon sityasyon ki opoze nèt: depi gen bagay ki fèl pè kap pase, konsyans li boulvèse, nè li monte, epi lidel gaye nan Laperèz ak gwo krent anvayil, li vin gen 2 kalite kè sote ki tonbe sou li: yon laperèz ki soti deyò ak yon kòlè anndan li ki tèlman fò, pa gen mo pou esplike sa. Kalite moun sa yo, si yo pa jwenn kèk mwayen natirèl ki mande anpil fòmasyon, fòs yo ap fini epi nè yo ap depase yo. Sa

rive paske yo manke lafwa sa a ki pouse moun gen pasyans, sitou nan moman ki pi difisil yo ak nan sityasyon ki bay tristès ak gwo tèl chaje.

Konsa, moun ki mache dwat la ak moun kap fè mal la, moun ki gen lafwa ak moun ki pa genyen, yo tout ka sanble nan fason yo chèche gen kouraj epi nan fason nati yo ede yo sipòte laperèz. Men, moun ki gen lafwa a diferan gras ak fòs lafwa li, pasyans li, konfyans li totalman nan Allah ak espwa li genyen pou li jwenn rekonpans nan men li. Tout bagay sa yo fè kouraj li ogmante, yo diminye pwa laperèz sou do li, epi yo fè difikilte yo vin pi lejè pou li, jan Allah ki anwo nan syèl la di sa:

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

Si nap souffri (nan doulè), yo menm tou yap souffri menm jan ak nou. Men, nou menm, nou gen espwa poun jwenn nan men Allah sa yo menm yo pa gen espwa jwenn [An-Nisa:104]. Epi yo resevwa nan men Allah èd, sipò espesyal li, ak sekou li, sa ki vin gaye tout laperèz yo. Epi Allah, Sila a ki Trè Wo a, di:

﴿...وَأَصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾

Epi pran pasyans, anverite Allah kanpe ak moun ki gen pasyans yo. [Al-Anfal:46].

Fè byen ak kreyati yo, kit se nan pawòl, kit se nan aksyon. Pami rezon ki chase sousi, tristès, ak kè sote, se lè yon moun fè byen ak kreyati yo, kit se nan pawòl, nan aksyon, oswa nan nenpòt lòt kalite

jantiyès. Tout bagay sa yo se byen ak bèl zak yo ye. Gras ak aksyon sa yo, Allah chase sousi ak tristès ni pou moun ki mache dwat, ni pou moun kap fè mal, selon jan chak moun aji. Men, moun ki gen lafwa a jwenn pi gwo pati nan benefis sa a, paske sa ki fèl distenge tèt li, se paske jantiyès li soti nan yon kè ki sensè epi li espere jwenn rekonpans nan men mèt linivèa sèlman.

Konsa, Allah fè li vin fasil pou li rann sèvis epi fè byen, poutèt bèl bagay li espere jwenn yo. Epi, gras ak senserite li ak espwa li mete nan Allah, senyè toupwisan repouse malè yo lwen li. Men sa Allah ki anwo nan syèl la di:

﴿لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّن نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَن يَفْعَلْ ذَلِكَ اتَّبِعَا مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا ۝۱۱۴﴾

Pa gen anyen ki bon nan anpil nan konvèsasyon sekrè yo fè, eksepte sa ki fèt pou ankouraje moun bay lacharite, pou fè sa ki byen oswa pou mete lapè ant moun kap goumen. Nenpòt moun ki fè sa pou chèche satisfaksyon Allah, Nap ba li yon gwo rekonpans. [An-Nisa:114].

Konsa, Allah ki anwo nan syèl la fè nou konnen tout aksyon sa yo se bon bagay yo ye, kèlkeswa moun ki fè yo a. Bagay ki bon rale sa ki bon, epi yo repouse sa ki mal. Epi, moun ki gen lafwa a, ki espere rekonpans nan men Allah, senyè ap ba li yon gwo rekonpans. Pami gwo rekonpans sa a, genyen:

disparisyon sousi, tristès, tèt chaje, ak tout lòt bagay konsa.

CHAPIT: OKIPE TÈT OU AK YON TRAVAY OUBYEN YON SYANS KI ITIL

Pami mwayen pou chase enkyetid ki soti nan tansyon nè yo, ak lè kè a okipe ak bagay ki bay traka, genyen: Lè yon moun okipe tèt li ak yon travay oswa yon konesans ki itil; paske sa ap distrè kè a pou li pa ret okipe ak bagay sa a ki te boulvèsèl la. Epi, sa ka rive menm ke moun nan bliye tout rezon ki te lakòz li gen sousi ak tristès yo; konsa, nanm li vin kontan epi li vin gen plis enèji. Rezon sa a tou (okipe tèt ou ak travay), se yon bagay ki itil ni pou moun ki gen lafwa, ni pou moun ki pa genyen li. Men, moun ki gen lafwa a distenge tèt li ak lafwa li, senserite li, ak espwa li genyen pou li jwenn rekonpans nan men Allah nan fason lap aprann yon konesans oswa lap anseye li, epi nan tout bon aksyon lap fè. Si se yon adorasyon, li fèl kòm yon adorasyon si se yon travay pou lemond oswa yon abitud, li mete yon bèl entansyon ladan li epi li vize sèvi ak sa poul obeyi Allah. Se poutèt sa, travay sa a gen yon efè ki trè puisan pou chase sousi, tristès, ak tèt chaje. Gen anpil moun ki te soufri anba kè sote ak gwo lapenn ki te rann yo malad; men pi bon renmèd yo te jwenn se te: bliye rezon ki te ba yo tèt chaje a, epi okipe tèt yo ak yon travay enpòtan nan lavi yo.

Epi, li bon pou travay wap fè a se yon bagay nanm ou santi li byen ladanl epi ou anvi fèl; paske sa ap rann li pi fasil pouw jwenn rezilta itil sa a wap chèche a, Allah sèlman ki gen konesans total sou tout bagay."

KONSANTRE TOUT LIDEW SOU TRAVAY WAP FÈ POU JOUNEN JODI A. Pami bagay ki chase sousi ak kè sote, se lè yon moun rasanble tout panse li sou travay lap fè jounen jodi a. Li dwe sispann bay tèt li pwoblèm pou sa kap vini demen, epi sispann tris pou sak te pase nan tan lontan. Se poutèt sa Pwofèt la (Ke Lapè ak benediksyon Allah kouvri li) te konn mande Allah pwoteksyon kont sousi ak tristès. Tristès pou bagay ki pase deja pa sèvi anyen, paske ou pa ka chanje yo ni ou pa ka ranje yo. Konsa tou, sousi ki soti nan laperèz pou lavni ka fè moun nan mal. Se sak fè yon moun dwe viv chak jou pou kont li; li dwe mete tout fòs li ak tout efò li poul ranje jounen jodi a ak moman lap viv kounye a. Paske, lè yon moun konsantre tout kè li sou sa, sa pèmèt li fini travay li byen nèt, epi sa edel bliye tout sousi ak tristès li te genyen. Epi Pwofèt la (lapè ak benediksyon Allah dou li), lè li fè yon priyè oswa li montre pèp li a kijan pou yo priye, li pa sèlman ankouraje yo mande senyè toupwisan an sekou ak espere nan favè li, men li pouse yo tou pou yo mete tout fòs yo ak tout efò yo nan travay pou yo reyalize sa yap mande a. Epi li dwe abandone tout sa ki lakòz malè li tap mande Allah chase a; paske priyè mache

men nan men ak aksyon. Konsa, sèvitè a dwe fè efò nan sa kap ba li benefis ni nan relijyon li, ni nan lavi li sou tè sa a, epi li dwe mande Mèt li siksè pou pwojè li yo, pandan lap mande Allah sekou pou sa, jan Pwofèt la (lapè ak Benediksyon Allah pou li) te di sa:

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

(Mete tout fòs ou nan sa kap ba ou benefis, mande Allah sekou, epi pa janm dekouraje. Si yon malè rive ou, pa di: «Sim te fè sa, se konsa sa tap ye»; men di pito: «Se sa Allah te deside, e li fè sa Li vle.» Paske, mo «si» a ouvri pòt pou travay Satan.) Rapòte pa Mouslim. Pwofèt la (Se pou lapè AK Benediksyon Allah kouvri li) mete ansanm 2 gwo prensip: Premyerman, li bay lòd pou nou toujou chèche tout sa ki itil nan nenpòt sitiyasyon, pou nou mande Allah sekou, epi pou nou pa janm kite dekourajman (ki se yon parès kap nwi nou) pran pye sou nou. Dezyèmman, li montre nou pou nou aksepte sa ki pase deja epi ki pa ka chanje, pandan nap rekonèt se volonte ak desizyon Allah ki akonpli.

Li separe bagay yo an 2 kategori: yon kategori kote sèvitè a (kwayan an) ka fè jefò poul reyalizel oswa poul reyalize sa ki posib ladanl, oswa poul anpechel rive oswa poul diminye sou li. Pou kategori sa a, sèvitè a dwe fè tout efò li epi li chache

sekou nan men Sila ki merite adore a. Epi gen yon lòt pati nan lavi a kote moun pa ka chanje anyen (sak fin pase deja oswa sitiasyon ki pa depann de ou); nan sitiasyon sa yo, sèvitè a dwe gen kè li poze, li dwe satisfè, epi li dwe aksepte sa. Pa gen okenn dout, lè yon moun swiv prensip sa a, se sa ki rann li kontan epi ki fè tout sousi ak tristès disparèt nan kè li.

CHAPIT: SONJE ALLAH ANPIL

Pami pi gwo rezon ki fè lide yon moun klè epi kè li poze: se sonje Allah anpil, toujou ap fe louwanj pou Allah. Paske, sa gen yon efè estrawòdinè pou ouvri lespri a, pou bay kè a trankilite, epi pou chase tout sousi ak tristès. Senyè toupwisan an ki anwo nan syèl la di:"

{...أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ}

Pa gen dout, se lè moun sonje Allah kè yo poze. [Ar-Rad:28] Sonje Allah senyè toupwisan an gen yon efè ki gran anpil pou pèmèt yon moun jwenn lapè sa a lap chèche a, poutèt fòs espesyal ki gen nan aksyon sa a menm, epi poutèt rekonpans ak benediksyon sèvitè a gen espwa lap jwenn nan men Mèt li.

PALE SOU BENEDIKSYON BONDYE YO, KIT SE SA KI PARÈT KLÈ, KIT SE SA KI KACHE, Menm jan an tou, pale sou benediksyon Allah yo, kit se sa ki parèt klè, kit se sa ki kache, se yon mwayen enpòtan. Paske, lè yon moun rekonèt benediksyon

sa yo epi li pale de yo, Allah sèvi ak sa pou li chase sousi ak tristès. Sa pouse sèvitè a poul gen rekonesans , ki se nivo ki pi wo yon moun ka rive ladanl, menm si moun sa a nan mizè, li malad, oswa li nan nenpòt lòt kalite kriz. Paske, si li konpare ant benediksyon mèt linivèa ba li yo — ki tèlman anpil li pa ka menm konte yo — ak malè ki rivèl la, lap wè malè a pa anyen devan pakèt benediksyon sa yo.

Okontrè, pou bagay moun pa renmen yo ak malè yo, lè Allah teste yon sèvitè ak yo, epi sèvitè a montre li gen pasyans, satisfaksyon ak soumisyon devan yo, fado yo vin pi lejè pou li epi yo vin pi fasil. Lè sèvitè a ap espere rekonpans pou sa epi lap adore Allah nan fason li montre pasyans ak satisfaksyon an, sa fè bagay ki anmè yo vin dous. Konsa, dousè rekonpans lan fè li bliye jan pasyans la te anmè.

Gade moun ki pi ba pase nou (nan nivo byen materyèl). Pami bagay ki pi itil nan sityasyon sa a (pou moun jwenn satisfaksyon ak kè poze), se sèvi ak konsèy Pwofèt la (se pou lapè ak benediksyon Allah kouvri li) te bay nan yon diskou ki fyab , kote li te di:

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

(Gade moun ki pi ba pase nou, epi pa gade moun ki pi wo pase nou; paske se pi bon mwayen pou nou pa meprize benediksyon Allah ba nou.) Rapòte pa

Mouslim. Paske, si sèvitè a mete vizyon nòb sa a devan zyel, lap wè li pi byen pase yon pakèt moun nan kesyon lasante (ak tout benediksyon ki mache avèl), ak nan kesyon resous (ak tout sak mache avèk li), kèlkeswa jan sityasyon li ye. Lè sa a, tout kè sotel, sousil, ak tristès li ap disparèt; epi lajwal ak satisfaksyon li ap ogmante poutèt benediksyon Allah ba li yo, kote li wè li pi byen pase anpil lòt moun ki pi ba pase li.

Plis sèvitè a ap medite sou byenfè Allah yo, sa ki vizib ak sa ki kache yo, sa ki gen rapò ak relijyon an ak lavi sou tè a, se plis lap wè Senyè li a ba li anpil byen epi li pwotejel kont plizyè malè. Epi pa gen dout, sa ap chase tout tèt chaje ak tristès, epi lap pote lajwa ak kontantman.

CHAPIT: FÈ JEFÒ POU DISPARÈT REZON KI POTE SOUSI YO, EPI CHÈCHE MOYEN KI POTE KÈ KONTAN YO

Pami rezon ki pote kè kontan epi ki chase sousi ak tristès, se lè yon moun fè jefò poul disparèt sa ki lakòz sousi yo epi chèche sa ki pote lajwa yo. Sa fèt lèw bliye move bagay ki te pase deja nan laviw, sa ou pa ka chanje yo; ou dwe konnen ke pèdi tan ap panse ak bagay sa yo se yon aksyon ki san sans epi ki enposib, se menm yon fòm foli. Konsa, moun nan dwe goumen ak kè li pou li sispann reflechi sou sa. Menm jan an tou, li dwe goumen ak kè li pou li pa gen kè sote pou sa kap vini nan lavni, kit se povrete

oswa laperèz li sèlman ap imajine nan tèt li sou rès lavi li. Moun nan dwe konnen ke sa kap vini nan lavni se bagay ki kache; li pa konnen kisa kap rive, kit se byen oswa mal, kit se espwa oswa doulè. Tout bagay sa yo nan men Allah ki gen Tout Pouvwa a e ki gen tout Sajès la. Lèzòm pa gen okenn pouvwa sou sa, eksepte jefò yap fè pou yo jwenn sa ki bon epi evite sa ki mal. Lè sèvitè a konnen sa, si li detounen panse li poul pa gen kè sote pou lavni li, si li konte sou Mèt li pou li ranje lavil, epi li mete konfyans li nan Allah pou sa; si li fè sa, kè li ap poze, sitistasyon li ap ranje, epi tout sousi ak kè sote li ap disparèt.

Sèvi ak Lapriyè. Pami bagay ki pi itil pou yon moun konsidere konsènan lavni li, se sèvi ak lapriyè sa a Pwofèt la (ke lapè ak Benediksyon Allah kouvri li) te konn fè a:

«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 senyè toupwisan an , ranje pou mwen relijyon mwen ki se pwoteksyon pou tout zafèm. Ranje pou mwen lavim sou tè sa a kote map chèche mwayen poum viv. Ranje pou mwen lavim aprè lanmò kote mwen gen poum tounen an. Fè lavi sa a sèvi kòm yon okazyon poum fè plis byen chak jou, epi fè lanmò sèvi kòm yon repo pou mwen anba

tout kalite mal. Rapòte pa Mouslim. Epi konsa tou, li di:

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

"O Allah! Se mizèrikòd ou mwen espere, pa lagem sou kont pwòp tèt mwen menm pou yon bat zye, epi ranje tout zafèm yo pou mwen, pa gen okenn divinite (ki merite adorasyon) sof Ou." Rapòte pa Abou Dawoud avèk yon sanad sahih. Konsa, si sèvitè a toujou ap repete lapriyè sa a — ki gen ladan li tout sa ki bon pou lavni li nan relijyonl ak nan lavi li— ak yon kè ki konsantre, ak yon entansyon ki sensè, pandan lap fè tout jefò li poul reyalize sal mande a; senyè toupwisan an ap ba li sa li te mande a, sa li te espere a, ak sa li te travay pou li a. Lè sa a, tout sousi li yo ap tounen lajwa ak kè kontan.

CHAPIT: "EVALYE PI MOVE SITYASYON KI KA RIVE YO"

Youn nan mwayen ki pi itil pou chase kè sote ak sousi lè yon malè rive yon sèvitè, se poul fè jefò poul diminye pwa malè sa a. Sa fèt lè li imajine pi move rezilta sityasyon an ka bay, epi li prepare tèt li (sikolojikman) pou li aksepte sa. Yon fwa li fin prepare lespril, se poul fè jefò poul diminye dega yo otan li kapab. Avèk preparasyon sa a ak jefò itil sa a, sousi li ak tristès li ap disparèt, epi tout enèji li ap konsantre pito nan chèche sa ki bon epi evite malè li kapab evite yo.

Konsa, si rezon ki fè moun pè parèt devan li, oswa rezon ki bay maladi, oswa pòvrete ak mank sa li bezwen nan lavi a; se pou li resevwa sa ak kè poze epi pou li prepare nanm li pou li sipòte sa, menm nan nivo ki pi rèd la. Paske, lè yon moun prepare nanm li pou aksepte difikilte, sa rann difikilte a vin pi lejè epi li retire fòs li genyen poul kraze moral moun nan. Sitou si moun nan okipe tèt li nan goumen kont difikilte sa a selon kapasite li. Lè sa a, 2 bagay sa yo ap rankontre: preparasyon lespri a (akseptasyon) ak jefò itil (aksyon) ki anpeche moun nan rete ap konsantre sou malè a sèlman. Konsa, lap goumen ak tèt li poul toujou gen fòs pou li reziste, pandan li mete tout konfyans li nan Allah. Pa gen dout, bagay sa yo gen yon gwo benefis pou bay kè kontan ak lapè, ansanm ak rekonpans li espere jwenn kounye a ak nan lavni. Sa se yon bagay tout moun ka wè epi anpil moun deja fè eksperyans li.

CHAPIT: "FÒS KÈ A, AK JAN POU LI PA KITE TOUT BAGAY TWDOUBLEL OUBYEN SEKWEL"

Youn nan pi gwo remèd pou maladi kè ki gen rapò ak nè yo, e menm pou maladi fizik yo tou, se: fòs kè a, ak jan pou moun nan pa kite tèt li twouble oswa sekwe anba fo imajinasyon ak move lide ke panse negatif yo pote. Kòlè ak twoub lespri se pami rezon ki bay doulè; lè yon moun ap atann malè rive oswa li pè pèdi sa li renmen, sa plonjel nan sousi,

nan tristès, ak nan maladi nan kè ak nan kò. Sa ka menm mennen nan yon dekonpozisyon nève (nèvozite) ki gen move konsekans sou moun nan, e anpil moun deja wè ak zye yo tout dega sa ka lakòz.

Mete konfyans nan Allah, Lè kè a apiye sou Allah epi li mete konfyans li nan Li, li pa lage kòl nan fo imajinasyon, ni li pa kite move lide dominel. Okontrè, li mete konfyans li nan senyè toupwisan an epi li espere benediksyon Li. Konsa, tout sousi ak tristès ap disparèt, epi anpil maladi nan kò ak nan kè ap geri. Kè a vin jwenn yon fòs, yon soulajman, ak yon lajwa ki tèlman gwo moun pa ka jwenn mo pou esplikel. Gade konbyen lopital ki plen ak moun ki malad sèlman poutèt fo imajinasyon ak move lide! Gade konbyen bagay sa yo kraze kè anpil moun ki te parèt fò, nou pa bezwen pale pou moun ki fèb yo! Sa mennen anpil moun nan foli ak pèdi tèt yo nèt. Moun ki an sante toutbon se moun Allah pwoteje epi Li ba li fòs poul goumen ak tèt li poul chèche mwayen ki itil pou fòtifye kè li epi chase kè sote. Senyè toupwisan an ki anwo nan syèl la di:

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

Nenpòt moun ki mete tout konfyans li nan Allah, Senyè a sifi pou li (Allah ase pou li). [At-Talaq:3] Vle di, li sifi pou li nan tout sa ki konsène zafè relijyon li ak lavi li sou tè a.

Moun ki mete konfyans li nan Allah (Al-Mutawakkil) gen yon kè ki djanm; fo imajinasyon

pa gen pouvwa sou li, epi evènman lavi a pa boulvèsèl. Li konnen byen ke laperèz sa yo se siy feblès nanm nan epi se yon pè ki san fondman. Anplis de sa, li konnen Allah pwomèt moun ki mete konfyans yo nan Li yon pwoteksyon total. Konsa, li fè Allah konfyans epi kèl poze paske li kwè nan pwomès Li. Lè sa a, sousil ak kè sote li disparèt; difikilte li yo tounen fasilite, tristès li tounen lajwa, epi laperèz li tounen sekirite. Nap mande senyè ki anwo nan syèl la pou li ban nou lasante, pou li fè nou favè ban nou yon kè ki djanm ak yon lafwa ki solid, ak yon konfyans total, paske Allah garanti moun ki gen kalite sa yo tout kalite byen epi li pwoteje yo kont tout mal ak tout dega.

CHAPIT: PREPARE NANM OU POU SIPÒTE DEFO LÒT MOUN.

Epi nan pawòl Pwofèt la (ke lapè ak benediksyon Allah sou li):

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

Yon kwayan pa dwe rayi yon kwayant (egzanp : madann li); si gen yon karaktè lakay li li pa renmen, lap jwenn yon lòt karaktè lakay li ki fè li plezi. Rapòte pa Mouslim.

Gen 2 gwo benefis nan sa:

Premye a se: konsèy sou fason pouw aji ak madanm ou, fanmiw, zanmiw, moun ou annafè avèl, ak tout moun ou gen yon relasyon oswa yon koneksyon avèl. Ou dwe prepare lespriw pouw

aksepte san mank, moun sa a ap genyen yon defo, yon mankman, oswa yon bagay ou pa renmen lakay li. Lèw remake sa, konpare defo sa a ak devwa ou genyen oswa sak pi bon pou ou a, ki se kenbe koneksyon an solid epi prezève afeksyon an. Fè sa nan sonje tout bèl kalite li genyen, ansanm ak objektif patikilye ak jeneral ki nan relasyon an. Se lèw chwazi fèmen zyew sou move kote yo epiw konsantrew sou bon kalite yo, se sèlman lè sa a relasyon an ak koneksyon an ap dire, epi wap jwenn yon repo ak yon kè poze total.

Dezyèm benefis la se: disparisyon sousi ak kè sote, ak prezans yon lespri ki klè . Sa pèmèt moun nan kontinye fè devwa li dwe fè yo ak sa yo rekòmandel fè yo, epi sa bay yon soulajman ant 2 pati yo. Men, moun ki pa swiv konsèy sa a Pwofèt la (se pou lapè ak Benediksyon Allah kouvri li)te bay la — okontrè, li fè lekontrè, li konsantre sèlman sou defo epi li vin avèg devan kalite yo — moun sa a pap manke pa gen kè sote. Relasyon lanmou ki genyen ant li menm ak moun ki bò kote l yo ap gate, epi anpil nan devwa yo te dwe respekte youn anvè lòt ap fini pa kraze.

Anpil moun ki gen gran volonte abitye tèt yo ak pasyans epi ak kè poze devan gwo dezas ak tout kalite kontraryete. Men, pou bagay ki senp e ki pa gen enpòtans, yo konn enkyete, epi lapè lespri yo vin twouble. Rezon ki fè sa a, se paske yo prepare nanm yo pou gwo zafè yo, men yo neglije preparel

pou ti bagay yo, sa ki vin tounen yon mal pou yo epi ki afekte trankilite yo. Moun ki gen sajès la, bò kote pal, li prepare nanm li ni pou ti bagay yo, ni pou gwo bagay yo, epi li mande Allah pou edel ak yo, epitou pou li pa janm livre li bay pwòp tèt li, menm pou yon bat zye. Lè sa a, ti bagay yo ap vin fasil pou li, menm jan gwo bagay yo te fasil pou li. Epi lap rete ak yon nanm ki anpè, yon kè ki poze, epi lap jwenn soulajman.

CHAPIT: PA KITE TÈT OU PÈDI DÈYÈ SOUSI YO.

Moun ki gen lespri konnen byen ke lavi toutbon an, se lavi ki gen kè kontan ak kè poze a, e lavi sa a kout anpil. Li pa dwe rann lavi sa a pi kout toujou lè lap plonje tèt li nan sousi ak tristès, paske sa se kontrè ak yon lavi ki an sante. Li dwe veye lavil pou li pa kite yon gwo pati ladanl gaspiye nan sousi ak traka. Nan pwèn sa a, pa gen diferans ant moun ki bon ak moun ki mekan, men kwayan an gen pi gwo avantaj nan aplike prensip sa a, paske li jwenn benefis yo kounye a ak nan lavni.

Konparezon ant benediksyon Allah yo ak malè ki rive a. Li bon tou, si yon malè rive yon moun oswa si li pè pou yon malè pa rive li, poul fè yon konparezon ant rès benediksyon li genyen yo — kit se nan relijyonl oswa nan lavil sou tè a — ak malè ki rivèl la. Nan moman konparezon sa a, lap wè aklè

konbyen benediksyon li genyen yo anpil, epi lap wè jan malè ki te frapel la vin parèt piti epi li pèdi fòs.

Menm jan an tou, moun nan dwe konpare ant malè li pè kap rivèl la ak anpil lòt posiblite ki genyen poul sove anba malè sa a. Li pa dwe kite yon sèl ti posiblite ki fèb genyen batay sou yon pakèt lòt posiblite ki pi fò; konsa, sousil ak laperèz li ap disparèt. Anplis de sa, li dwe imajine pi gwo malè ki te ka rivèl, epi li prepare nanm li poul aksepte sa si sa ta rive toutbon. Pandan lap fè sa, se poul fè jefò poul anpeche sak pa rive a rive, epi poul retire oswa diminye pwa sa ki te rive deja a.

Mal moun ap fèw (oswa pawòl yap di sou ou), se sou tèt pa yo sa ret tonbe; sa pap fèw anyen ditou toutotan ou pa okipe lespriw ak sa. Pami bagay ki itil yo, se pouw konnen ke mal moun ap fèw, sitou nan move pawòl yo, sa pap fèw mal ou menm, men pito se yo menm li fè mal. Sof si se ou menm ki okipe lespriw ap panse ak sa, epiw kite li donmine santimanw, lè sa a, lap fèw mal menm jan li fè yo mal la. Men, siw pa bay sa okenn enpòtans, li pap fèw anyen ditou.

Rann laviw bèl ak panse ki itil. Epi konnen byen ke laviw se rezilta panse ou. Si ou okipe lespri ou ak panse ki itil, kit se pou relijyonw oswa pou lavi ou sou tè a, laviw ap tounen yon lavi ki gen kè kontan ak soulajman. Men, si se lekontre, laviw ap tounen yon kalfou tristès ak tèt chaje.

"Fè tout sa wap fè pou Allah, pa pou moun." Youn nan bagay ki pi itil pou chase sousi, se pou ou prepare tèt ou ,pouw pa janm mande remèsiman nan men pèsonn, esepite nan men Allah. Konsa, lèw fè byen pou yon moun (kit se yon moun ki gen dwa sou ou, kit se yon moun ki pa genyenl), konnen byen ke se ak Allah wap regle. Pa bay remèsiman moun wap ede a enpòtans, menm jan Allah te di moun pa li yo:

﴿إِنَّمَا نَطْعُمُكُمْ لَوَجْهِ اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلَا شُكْرًا ۝٩﴾

9: Se sèlman pou nou fè Bondye plezi nap ba nou manje; nou pa bezwen ni kado, ni remèsiman nan men nou. (Sourat Al-Insān, vèsè 9)

Sa vin pi enpòtan toujou nan relasyon ak fanmiw ak pitit ou, paske ou gen yon lyen ki fò anpil avèk yo. Konsa, depi ou prepare nanm ou pouw sispann voye repwoch (oswa atann remèsiman) ba yo, wap bay yo soulajman epi w ap jwenn soulajman paw tou. Youn nan mwayen pouw jwenn lapè, se pouw chèche fè sa ki byen epi travay sou sa selon kapasite natirèl ou, sanw pa fòse tèt ou depase limit nan yon fason kap baw tèt chaje epi kap fèw pèdi tout benefis la paske w pran yon chemen ki pa dwat. Sa a se yon prèv sajès: se konnen kijan pouw pran sityasyon ki parèt anmè pou fè yo tounen bagay ki dous ak klè. Konsa, jwa ou ap ogmante epi traka ou yo ap disparèt.

Okipe tèt ou ak sa ki itil, epi kite sa ki danjere, Mete bagay ki itil yo devan zyew epi travay pou w reyalize yo; pa bay bagay ki nwizib yo atansyon. Konsa, wap rive detounen lespriw de tout sa kap pote sousi ak tristès. Sèvi ak repo ak konsantrasyon lespriw pouw ka akonpli travay ki pi enpòtan yo.

Finis travay yo imedyatman (nan moman an). Youn nan bagay ki pi itil, se finis travay yo imedyatman (nan moman an), pouw ka libere tan ou pou lavni. Paske, si travay yo pa finis nan lè yo, ansyen travay ki te rete dèyè yo ap rasanble sou ou, epi nouvo travay yo ap vin ajoute sou yo; lè sa a, chay la ap vin twò lou pou ou. Men, siw finis chak bagay nan lè li dwe finis an, wap pare pou nouvo travay kap vini yo avèk yon lespri ki klè ak yon fòs pouw aji.

Klasman priyorite yo ak Konsiltasyon, Li bon pou ou chwazi nan travay ki itil yo sa ki pi enpòtan yo an premye (prijorite). Fè diferans ant sa nanm ou renmen epi ou gen gwo anvi pou li, paske siw fòse tèt ou fè saw pa renmen, sa ap baw degoutans, fatig, ak tristès. Sèvi ak yon reflesyon ki sen ak konsiltasyon (mande konsèy) pouw rive fè sa, paske moun ki mande konsèy pa janm regrèt. Etidye saw vle fè a avèk anpil swen; siw wè gen benefis ladanl toutbon epiw deside aji, mete konfyans ou nan Allah paske senyè toupwisan an renmen moun ki mete konfyans yo nan li.

E tout louwanj se pou Allah, Senyè toupwisan an.

Epi se pou benediksyon ak lapè Allah sou Mèt nou an, Muhammad, ak sou fanmi li ak konpayon li yo.

الفهرس

Mwayen ki itil pou yon lavi ki gen kè kontan.	2
Mwayen ki itil pou yon lavi ki gen kè kontan	2
Konpozisyon	2
Cheikh Abdur-Rahman bin Nasir as-Sa'di, ke Allah gen mizèrikòd pou li	2
Entwodiksyon an	2
CHAPIT: LAFWA AK BON AKSYON	3
CHAPIT: OKIPE TÈT OU AK YON TRAVAY OUBYEN YON SYANS KI ITIL	10
CHAPIT: SONJE ALLAH ANPIL	13
CHAPIT: FÈ JEFÒ POU DISPARÈT REZON KI POTE SOUSI YO, EPI CHÈCHE MOYEN KI POTE KÈ KONTAN YO	15
CHAPIT: "EVALYE PI MOVE SITYASYON KI KA RIVE YO"	17
CHAPIT: "FÒS KÈ A, AK JAN POU LI PA KITE TOUT BAGAY TWOUBLEL OUBYEN SEKWEL"	18
CHAPIT: PREPARE NANM OU POU SIPÒTE DEFO LÒT MOUN.	20
CHAPIT: PA KITE TÈT OU PÈDI DÈYÈ SOUSI YO.	22