

الوسائل المفيدة للحياة السعيدة
(للحرمين و الجمعية)

సుఖమైన జీవితం కొరకు

ఉపయోగకరమైన సాధనాలు.

సుఖమైన జీవితం కొరకు ఉపయోగకరమైన సాధనాలు.

షేఖ్ అబ్దుల్ హక్ బిన్ నాసిర్ అస్సలదీ

సుఖమైన జీవితానికి ఉపయోగకరమైన సాధనాలు

రచన

షేఖ్ అబ్దుల్ హక్ బిన్ నాసిర్ అస్సలదీ రహిమహుల్లాహ్

తొలి పలుకులు

సర్వప్రశంసలు అన్నీ అల్లాహ్ కే చెందును. ఆయన తప్ప వేరే ఎవరూ దేవుడు లేరని, ఆయన ఒక్కడేనని, ఆయనకు ఎలాంటి భాగస్వామి లేడని నేను సాక్ష్యమిస్తున్నాను. మరియు మహమ్మద్ ఆయన దాసుడు, ఆయన ప్రవక్త అని కూడా నేను సాక్ష్యమిస్తున్నాను. అల్లాహ్ ఆయనపై, ఆయన కుటుంబంపై మరియు ఆయన సహచరులపై తన శుభాలను మరియు శాంతిని కురిపించుగాక.

హమ్ద్ వ సనా తరువాత: ప్రతీ వ్యక్తి ఆశించేదేమిటంటే అతనికి హృదయ ఉపశమనం, మనశ్శాంతి, సంతోషం కలగాలి. మరియు అతని మనస్సు నుండి బాధ, దుఃఖము తొలగిపోవాలి. దీనితోనే మంచి జీవితం లభిస్తుంది. మరియు దీనితోనే అసలైన సంతోషము, ఆనందము పరిపూర్ణమవుతుంది. వీటి కొరకు కొన్ని సాధనాలు కలవు. వాటిలో కొన్ని ధార్మికపరమైనవి, కొన్ని సహజపరమైనవి, కొన్ని ఆచరణాత్మకమైనవి. ఇవన్నీ సమీకరించబడటం అన్నది

విశ్వాసపరులలో మాత్రమే సాధ్యము. ఇక ఇతరులెవరైతే ఉన్నారో వారిలో తెలివైనవారు ఎంత కష్టపడినా, కొన్ని కారణాల వల్ల సంతోషం లభించినా, వారికి మరింత ప్రయోజనకరమైన, సుస్థిరమైన మరియు మంచి భవిష్యత్తును ఇచ్చే మార్గాలు లభించవు.

కాని నేను ఈ నా సందేశంలో ప్రతి ఒక్కరూ కోరుకునే ఆ ఉన్నత లక్ష్యం కోసం నాకు గుర్తొచ్చిన కారణాలను ప్రస్తావించబోతున్నాను.

వారిలో కొందరు వాటిలో చాలా పొందారు, కాబట్టి సుఖమైన జీవితం గడిపారు, శుభమైన జీవితం గడిపారు. వారిలో కొందరు వాటన్నిటిలో విఫలమయ్యారు, కాబట్టి దుఃఖజీవితం గడిపారు, దురదృష్టవంతుల జీవితం గడిపారు. వారిలో కొందరు మధ్యస్థులుగా ఉన్నారు, వారికి కలిగిన అనుగ్రహం మేరకు. మహాన్నతుడైన అల్లాహ్ అనుగ్రహించేవాడు, ప్రతి మేలులో ఆయననే సహాయం కోరబడును, ప్రతి చెడును తొలగించడంలోనూ ఆయననే ఆధారం.

అధ్యాయం: విశ్వాసం మరియు సత్కార్యాలు

అందుకు అత్యంత గొప్ప కారణం, దాని మూలం, దాని పునాది విశ్వాసం మరియు సత్కార్యం. అల్లాహ్ ఇలా సెలవిచ్చాడు:

﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنشَأَ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ (97)

﴿ఏ పురుషుడు గానీ, లేక స్త్రీ గానీ విశ్వాసులై, సత్కార్యాలు చేస్తే, అలాంటి వారిని మేము తప్పక (ఇహలోకంలో) మంచి జీవితం గడిపేలా చేస్తాము. మరియు వారికి (పరలోకంలో) వారు చేసిన

సత్కార్యాలకు ఉత్తమ ప్రతిఫలం తప్పక ప్రసాదిస్తాము.97) [అన్-నహ్: 97]

అందువలన మహోన్నతుడైన అల్లాహ్ విశ్వాసం మరియు సత్కార్యం కలిపినవారికి ఈ లోకంలో శుభమైన జీవితం, అలాగే ఈ లోకంలోను పరలోకంలోను మంచి ప్రతిఫలాన్ని ప్రసాదిస్తానని వాగ్దానం చేశాడు.

దీని యొక్క కారణం స్పష్టంగా ఉంది. ఎందుకంటే అల్లాహ్ పట్ల సత్యవిశ్వాసమును, సత్కర్మల కొరకు ప్రయోజనం కలిగించే, హృదయములను, గుణములను, ఇహపరాలను సంస్కరించే విశ్వాసమును కనబరిచే విశ్వాసపరుల వద్ద నియమ, నిబంధనలు కలవు. వాటిలో వారు తమపై వచ్చే సంతోషమునకు, ఆహ్లాదమునకు గల కారణములన్నింటిని మరియు దుఃఖము, బాధల కారణములన్నింటిని స్వాగతిస్తారు.

వారు ఇష్టమైన, సంతోషకరమైన విషయములను వాటిని స్వీకరించటం ద్వారా, వాటిపై కృతజ్ఞత తెలుపుకోవటం ద్వారా మరియు వాటిని ప్రయోజనకరమైన వాటిలో ఉపయోగించటం ద్వారా ఎదుర్కుంటారు. వారు వీటిని ఈ విధంగా ఉపయోగించినప్పుడు వాటితో సంతోషం చెందటం వలన, వాటి మనుగడ, వాటి పెరుగుదల విషయంలో ఆశ వలన మరియు కృతజ్ఞల యొక్క ప్రతిఫల ఆశ వలన వారి కొరకు కొన్ని గొప్ప విషయాల అనుభవం కలుగుతుంది. వాటి మేళ్లు మరియు వాటి శుభాలు ఈ సంతోషకరమైన విషయాల కంటే అధికంగా ఉంటాయి ఏవైతే వాటి ప్రతిఫలమో.

మరియు వారు అయిష్టకరమైన వాటిని, నష్టం కలిగించేవాటిని, బాధను, దుఃఖమును ఎంతవరకు ప్రతిఘటించటం సాధ్యమో అంతవరకు ప్రతిఘటిస్తూ, ఎంతవరకు తేలిక చేయటం సాధ్యమో అంతవరకు తేలిక చేస్తూ ఎదుర్కొంటారు. మరియు వేటి గురించైతే అసంభవమో వాటిపై మంచి సహనమును చూపుతారు. మరియు దీనితో అయిష్టకరమైన సూచనల నుండి, ప్రయోజనకరమైన ప్రతిఘటింపుల నుండి, అనుభవాలు, శక్తి నుండి మరియు సహనం, ప్రతిఫలము, పుణ్యము యొక్క ఆశ నుండి వారికి గొప్ప విషయాలు లభిస్తాయి. వాటి ముందు అయిష్టకరమైనవి బలహీనపడిపోతాయి. వాటి స్థానంలో సంతోషాలు, మంచి ఆశలు మరియు అల్లాహ్ అనుగ్రహం, ఆయన పుణ్యంలో ఆశ చోటుచేసుకుంటాయి. అదేవిధంగా దైవప్రవక్త సల్లల్లాహు అలైహి వసల్లం దీని గురించి ప్రామాణికమైన హదీసులో వివరిస్తూ ఇలా తెలిపారు:

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

విశ్వాసి సంగతి బహు ఆశ్చర్యమైనది. అతనికి సంబంధించిన ప్రతీ విషయంలో మేలు ఉంటుంది. అతనికి ఆనందం కలిగినప్పుడు అల్లాహ్'కు కృతజ్ఞత తెలుపుకుంటాడు. అతనికి అది మేలును ప్రసాదిస్తుంది. ఒకవేళ అతనికి కష్టం వస్తే సహనం వహిస్తాడు అది అతనికి మేలును చేస్తుంది. ఇది కేవలం విశ్వాసికి మాత్రమే లభ్యము. దీనిని ముస్లిం ఉల్లేఖించారు.

దైవప్రవక్త సల్లల్లాహు అలైహి వసల్లం ఇలా తెలియపరచారు విశ్వాసపరుడు తాను పొందే ప్రతి సంతోషము, బాధ వలన అతని లాభాలు, అతని మంచి, అతని ఆచరణల సత్ఫలితాలు రెట్టింపు అవుతాయని. కావున మంచి మరియు చెడు (సంతోషము మరియు బాధ) సంభవించిన ఇద్దరు వ్యక్తులను నీవు చూస్తావు వాటిని ప్రతిస్పందించే విషయంలో వారిలో చాలా పెద్ద వ్యత్యాసమును గమనించవచ్చు. దీనికి కారణం విశ్వాసం మరియు సత్కర్మల విషయంలో వారిలో వ్యత్యాసం ఉండటమే. ఈ రెండు లక్షణాలు (ఈమాన్ మరియు అమలె సాలిహ్) ఉన్న వ్యక్తి మంచిని, చెడును ముందుగానే మేము పేర్కొన్న కృతజ్ఞత, సహనంతో మరియు వాటికి సంబంధించిన విషయాలతో ఎదుర్కొంటాడు. కాబట్టి అతనికి ఆనందం, సంతోషము కలుగుతుంది. మరియు దుఃఖము, బాధ, ఆందోళన, హృదయ సంకోచం, జీవిత కష్టాలు తొలగిపోతాయి. మరియు ఇహలోకంలో అతని కొరకు ఉన్నతమైన జీవితము పరిపూర్ణమవుతుంది. మరియు మరొక వ్యక్తి ప్రియమైన విషయాలను గర్వం, కృతఘ్నుత మరియు అతిక్రమణతో స్వీకరిస్తాడు. అందువల్ల అతని నైతికత చెడిపోతుంది, మరియు వాటిని జంతువుల వలె దురాశ మరియు ఆత్మతతో స్వీకరిస్తాడు. అయినప్పటికీ, అతని హృదయం ప్రశాంతంగా ఉండదు, బదులుగా అనేక విధాలుగా చెల్లాచెదురుగా ఉంటుంది. అతని ప్రియమైనవి కనుమరుగైపోతాయనే భయం నుండి, మరియు వాటి నుండి తలెత్తే అనేక వ్యతిరేకతల నుండి, మరియు మనస్సులు ఒక పరిమితి వద్ద ఆగిపోవనే వాస్తవం నుండి

అది చెల్లాచెదురుగా ఉంటుంది, బదులుగా అవి ఎల్లప్పుడూ లభించవచ్చు లేదా లభించకపోవచ్చు అనే ఇతర విషయాల కోసం ఆరాటపడుతూ ఉంటాయి. అవి లభించినా కూడా, పైన పేర్కొన్న కారణాల వల్ల అతను ఆందోళనగానే ఉంటాడు. అతను ఇష్టం లేని విషయాలను ఆందోళన, భీతి, భయం మరియు విసుగుతో స్వీకరిస్తాడు. అందువల్ల అతనికి సంభవించే జీవిత కష్టం, మానసిక మరియు నరాల వ్యాధుల గురించి అడగాల్సిన పని లేదు. అతను భయానికి లోనవుతాడు, అది అతన్ని అధ్వాన్నమైన పరిస్థితులకు మరియు అత్యంత భయంకరమైన బాధలకు తీసుకువెళుతుంది. ఎందుకంటే అతను ప్రతిఫలాన్ని ఆశించడు, మరియు అతన్ని ఓదార్చే మరియు తేలిక చేసే ఓర్పు అతని దగ్గర ఉండదు

ఇదంతా అనుభవం ద్వారా గమనించబడింది. ఈ రకమైన ఒక వ్యక్తి గురించి నువ్వు ఆలోచించి, దానిని ప్రజల పరిస్థితులపై వర్తింపజేస్తే, తన విశ్వాసం ప్రకారం నడుచుకునే విశ్వాసికి మరియు అలా చేయని వ్యక్తికి మధ్య ఉన్న గొప్ప వ్యత్యాసాన్ని నీవు చూస్తావు. మరియు అది ఏమిటంటే, ధర్మం అల్లాహ్ యొక్క జీవనోపాధి పట్ల మరియు ఆయన తన వైవిధ్యభరితమైన అనుగ్రహం మరియు దయ నుండి తన దాసులకు ఇచ్చిన దాని పట్ల సంతృప్తిగా ఉండమని అత్యంత గట్టిగా ప్రోత్సహిస్తుంది.

ఒక విశ్వాసి అనారోగ్యం లేదా పేదరికంతో బాధపడుతున్నట్లయితే, లేదా ప్రతి ఒక్కరూ ప్రభావితం అయ్యే ఇబ్బందుల వల్ల బాధించబడితే, అప్పుడు - తన విశ్వాసంతో మరియు అల్లాహ్ తనకు విధించిన దాని పట్ల తనకున్న సంతృప్తి

మరియు సమ్మతి వల్ల అతను సంతోషంగా ఉంటాడు, అతను తన విధివ్రాతలో లేని దానిని తన హృదయంలో కోరుకోడు, అతను తన కంటే తక్కువ స్థాయి ఉన్నవారిని చూస్తాడు, మరియు అతను తనకంటే ఎక్కువ స్థాయి ఉన్నవారిని చూడడు, ఒక్కొక్కసారి అతని ఆనందం, సంతోషం మరియు ప్రశాంతత, ఈ లోకంలో అన్ని కోరికలు పొందిన వ్యక్తి కంటే కూడా ఎక్కువగా ఉండవచ్చు.

మరోవైపు, విశ్వాస ఆవశ్యకతలకు అనుగుణంగా జీవించని ఒక వ్యక్తికి, తనకు ఏదైనా పేదరికం లేదా ఏదైనా ప్రాపంచిక హాని జరిగినప్పుడు, అప్పుడు అతడు విపరీతమైన అసంతృప్తి, దుఃఖంతో బాధపడుతున్నట్లు మీరు పొందుతారు.

మరొక ఉదాహరణ తీసుకుందాం, భయం లేదా విభిన్న సమస్యలు ఉన్నప్పుడు, నిజమైన విశ్వాసి స్థిరంగా మరియు సంతృప్తి చెందినట్లు మీరు గమనిస్తారు, అతను ఈ సమస్యను తన ఆలోచనలు, మాటలు మరియు చర్యల ద్వారా సులభంగా పరిష్కరిస్తాడు, అతను ఇప్పటికే ఈ సమస్యకు పూర్తిగా సిద్ధంగా ఉన్నట్లు. ఈ పరిస్థితులు మనిషికి ప్రశాంతతను మరియు అతని మనస్సుకు స్థిరత్వమును కలిగిస్తుంది.

అదేవిధంగా, విశ్వాసం లేని వ్యక్తి ప్రమాదం ఎదురైనప్పుడు దీనికి పూర్తిగా వ్యతిరేకమైన స్థితిలో ఉంటాడు. అతని అంతరాత్మ కలత చెందుతుంది, అతని నరాలు ఒత్తిడికి గురవుతాయి మరియు అతని ఆలోచనలు చెల్లాచెదురుగా ఉంటాయి. అతనిలో భయం మరియు భీతి ఆవహిస్తాయి. బాహ్య భయం మరియు దాని సారాంశాన్ని వ్యక్తపరచలేని ఆంతరంగిక ఆందోళన అతనిపై

ఆధిపత్యం చెలాయిస్తాయి. ఈ రకమైన వ్యక్తులు, చాలా అభ్యాసం అవసరమయ్యే కొన్ని సహజ సాధనాలను పొందకపోతే, వారి బలం కూలిపోతుంది మరియు వారి నరాలు ఒత్తిడికి గురవుతాయి. అది, ఓర్పును ఇచ్చే విశ్వాసం లేకపోవడం వల్ల జరుగుతుంది, ముఖ్యంగా క్లిష్టమైన మరియు విచారకరమైన, కలతపెట్టే పరిస్థితులలో ఇది మరింత స్పష్టమవుతుంది.

కాబట్టి, పుణ్యాత్ముడు మరియు పాపాత్ముడు, విశ్వాసి మరియు అవిశ్వాసి ఇద్దరూ బాధలను ఎదుర్కొని వాటిని సహజంగా ఎదుర్కోవడంలో దైర్యాన్ని మరియు ఔదార్యాన్ని పంచుకుంటారు, ఇది ప్రమాదాలను తేలికపరుస్తుంది, కాని ఒక విశ్వాసవంతుడు తన విశ్వాసం, సహనం, అల్లాహ్ పై నమ్మకం మరియు అతని నుండి ప్రతిఫలం కోసం ఆశ అనే బలం ఆధారంగా భిన్నమైన కీర్తిని కలిగి ఉంటాడు, ఈ కారణంగా అతని దైర్యం మరియు ఔదార్యం మరింత పెరుగుతుంది, దాని భయం కొనసాగుతుంది మరియు కష్టాలు అతనికి తేలికగా అనిపిస్తాయి. అల్లాహ్ తఆలా ఇలా సెలవిచ్చాడు :

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

(ఒకవేళ మీరు బాధపడుతున్నట్లయితే, నిశ్చయంగా వారు కూడా - మీరు బాధపడుతున్నట్లే - బాధపడుతున్నారు. మరియు మీరు అల్లాహ్ నుండి వారు ఆశించలేని దానిని ఆశిస్తున్నారు.)

[నిసా:104] వారికి అల్లాహ్ సహాయం, ఆయన ప్రత్యేకమైన తోడ్పాటు, మరియు ఆయన నుండి వచ్చే ఆదరణ లభిస్తుంది, అది భయాలను చెదరగొడుతుంది. మహోన్నతుడైన అల్లాహ్ ఇలా సెలవిచ్చాడు:

{...وَأَصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ}

{మరియు సహనం వహించండి నిశ్చయంగా అల్లాహ్ సహనం వహించే వారితో ఉంటాడు.} [అల్-అన్'ఫాల్: 46]

అల్లాహ్ యొక్క సృష్టిరాశుల పట్ల మాట మరియు ఆచరణ ద్వారా మేలు చేయడం. చింతను, వేదనను, ఆత్రుతను తొలగించే కారకాల్లోంచి ఒకటి ఏమిటంటే మాటలతో, చేతలతో, రకరకాల మంచితో సృష్టికి మేలు చేయటం. అవన్నీ మంచి, మేలైన పనులు. వాటి ద్వారానే అల్లాహ్ పుణ్యాత్ముల నుండి పాపాత్ముల నుండి వాటికి తగ్గట్టుగా చింతనను, వేదనను తొలగిస్తాడు. ఒక విశ్వాసి ఈ విషయాలను మరింత పరిపూర్ణమైన మార్గంలో పొందుతాడు, మరియు అతని మంచి ప్రవర్తనలో, అల్లాహ్ నుండి చిత్తశుద్ధి మరియు ప్రతిఫలం యొక్క ఆశ ఉంది, ఈ కారణంగా అతను ఈ విషయంలో ఇతర వ్యక్తుల నుండి పూర్తిగా భిన్నంగా ఉంటాడు.

తత్ఫలితంగా, అల్లాహ్ అతనికి మంచి చేయడానికి మార్గం సుగమం చేస్తాడు, ఎందుకంటే అతను అల్లాహ్ నుండి మంచిని ఆశిస్తాడు, మరియు అతని నిజాయితీ మరియు ప్రతిఫలం కోసం నిరీక్షణ కారణంగా, అల్లాహ్ అతని నుండి బాధాకరమైన విషయాలను తొలగిస్తాడు. అల్లాహ్ ఇలా సెలవిచ్చాడు:

{لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّنْ نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَن يَفْعَلْ ذَلِكَ اتَّيَعَا مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا (114)}

{వారు చేసే రహస్య సమావేశాలలో చాలా మట్టుకు ఏ మేలు లేదు. కాని ఎవరైనా దానధర్మాలు చేయటానికి, సత్కార్యాలు (మ'అరూఫ్) చేయటానికి లేదా ప్రజల మధ్య సంధి చేకూర్చటానికి

(సమాలోచనలు) చేస్తే తప్ప! ఎవడు అల్లాహ్ మన్నత కొరకు ఇలాంటి పనులు చేస్తాడో, అతనికి మేము గొప్ప ప్రతిఫలాన్ని ప్రసాదిస్తాము.114) [అన్ నిసా: 114]

అల్లాహ్ ఇలా తెలియజేశాడు: ఈ పనులన్నీ ఎవరి నుండి అయితే వెలువడతాయో వారికి మంచివి. మంచి అనేది మంచిని ఆకర్షిస్తుంది మరియు చెడును తొలగిస్తుంది. మరియు ప్రతిఫలం కోసం ఆశించే విశ్వాసికి అల్లాహ్ గొప్ప ప్రతిఫలాన్ని ఇస్తాడు. ఆ గొప్ప ప్రతిఫలంలో ఒకటి చింత, దుఃఖం, కష్టాలు మరియు అలాంటివి తొలగిపోవడం.

అధ్యాయం: పనులలో ఏదో ఒక పనిలోనైనా లేదా ఉపయోగకరమైన విజ్ఞానాలలో ఏదో ఒక విజ్ఞానంలోనైనా నిమగ్నమై ఉండటం.

మానసిక ఒత్తిడి మరియు ఆందోళన నుండి హృదయాన్ని రక్షించే ఒక మార్గం: మంచి పనులు చేయడం లేదా జ్ఞానాన్వేషణలో పాల్గొనడం. అలా చేయడం వల్ల, హృదయం ఆందోళన కలిగించే విషయాల నుండి దూరం అవుతుంది మరియు మంచి పనులలో నిమగ్నమై ఉంటుంది. అలా చేయడం వల్ల, బహుశా అతను చింత మరియు దుఃఖాన్ని కలిగించిన కారణాలను మర్చిపోవచ్చు. దాంతో అతని ఆత్మ సంతోషిస్తుంది మరియు అతని ఉత్సాహం పెరుగుతుంది. ఈ కారణం విశ్వాసి మరియు ఇతరుల మధ్య కూడా ఉమ్మడిగా ఉంటుంది. అయితే, విశ్వాసి తాను నేర్చుకునే లేదా

బోధించే జ్ఞానంలో, మరియు తాను చేసే మంచి పనులలో, తన విశ్వాసం, నిష్కాపట్యత మరియు ప్రతిఫలం కోసం ఆశించడం వల్ల విభిన్నంగా ఉంటాడు. అది ఆరాధన అయితే ఆరాధనే, మరియు అది ఒక లోకసంబంధమైన పని లేదా అలవాటు అయితే, దానికి ఒక మంచి సంకల్పాన్ని జత చేసి అల్లాహ్ కు విధేయత చూపడంలో సహాయం కోసం ఉద్దేశిస్తాడు. ఈ కారణంగా, చింత, దుఃఖం మరియు బాధలను తొలగించడంలో ఇది ఉన్నతమైన ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. ఆందోళన మరియు నిరంతర కష్టాలతో బాధపడి, వివిధ రకాల వ్యాధులు వచ్చినవారు ఎంతమంది! అతనికి బాధ మరియు ఆందోళన కలిగించిన కారణాన్ని మర్చిపోవడం, మరియు తన ముఖ్యమైన పనులలో ఒకదానిలో నిమగ్నమవడం అతని ప్రభావవంతమైన ఔషధంగా మారింది.

అందువల్ల, ఒక వ్యక్తి తనకు ఇష్టమైన అటువంటి విషయాలలో నిమగ్నం కావాలి ఎందుకంటే ఈ ఉపయోగకరమైన లక్ష్యాన్ని సాధించడానికి ఇది చాలా సముచితమైన మరియు సమర్థవంతమైన కారణం. అల్లాహ్ కు బాగా తెలుసు.

ప్రస్తుత రోజు చేయవలసిన పనిపై సంపూర్ణ ఆలోచనను కేంద్రీకరించడం, చింత మరియు ఆందోళనలను తొలగించే వాటిలో ఒకటి, మరియు దానిని భవిష్యత్తు గురించి ఆలోచించకుండా మరియు గతం గురించి దుఃఖపడకుండా నిమగ్నం చేయడం. ఈ కారణంగానే ప్రవక్త సల్లల్లాహు అలైహి వసల్లం చింత మరియు దుఃఖం నుండి అల్లాహ్ యొక్క శరణు కోరారు. ఎందుకంటే, తిరిగి తీసుకురాలేని లేదా సరిచేయలేని గతం

పట్ల దుఃఖం ప్రయోజనం లేదు. మరియు భవిష్యత్తు భయం వల్ల కలిగే చింత హానికరంగా ఉండవచ్చు. కాబట్టి, దాసుడు తాను ఉన్న రోజులో మాత్రమే జీవించాలి. అతను తన శ్రద్ధ మరియు పట్టుదలను తన ప్రస్తుత రోజు మరియు సమయాన్ని సరిదిద్దడంలో కేంద్రీకరించాలి. నిశ్చయంగా, హృదయాన్ని దానిపై కేంద్రీకరించడం పనులను పూర్తి చేయడానికి కారణమవుతుంది, మరియు దాసుడు దాని ద్వారా చింత మరియు దుఃఖం నుండి ఓదార్పు పొందుతాడు. దైవప్రవక్త సల్లల్లాహు అలైహి వసల్లం ఏదైన దుఆ చేసినప్పుడు లేదా తన ఉమ్మత్ ను ఏదైన దుఆ చేయమని కోరినప్పుడు అల్లాహ్ తో సహాయమును అర్థించటం మరియు ఆయన అనుగ్రహమును కోరటంతో పాటు దేని గురించైతే దుఆ చేశామో దానిని పొందటం కొరకు ప్రయత్నం చేయటానికి ప్రేరేపించేవారు. మరియు దేనిని తొలగించమని దుఆ చేశామో దాని నుండి దూరంగా ఉండమని ప్రేరేపించేవారు. ఎందుకంటే దుఆ కార్యచరణతో ఇమిడి ఉంది. కావున దాసుడు ధర్మం, ప్రపంచం విషయంలో ప్రయోజనం కలిగించే వాటిలో శ్రమించాలి. మరియు తన లక్ష్యంలో సాఫల్యం చెందటానికి తన ప్రభువును అర్థించాలి. ఆ విషయంలో ఆయన సహాయమును అర్థించాలి. ఏ విధంగానైతే దైవప్రవక్త సల్లల్లాహు అలైహి వసల్లం తెలియపరచారో.

(اَحْرِصْ 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 تَفْخُحُ عَمَلِ الشَّيْطَانِ)

నీకు ప్రయోజనం చేకూర్చే కార్యాలను ఆశించు, వాటి గురించి అల్లాహ్ తో సహాయం అర్థించు, ఎన్నటికీ వెనుకంజవేయకు (ఆత్మవిశ్వాసం కోల్పోకు) ఒకవేళ నీకు అందులో ఏదైన సమస్య ఏర్పడితే 'ఒకవేళ నేను అలా చేసి ఉంటే ఇలా ఇలా అయ్యేది కాదు' అని అనకూడదు కానీ (ఖద్దరల్లాహు వమా షాల ఫల) 'అల్లాహ్ విధి ప్రకారం జరిగింది' ఆయన తలచినట్లు జరిగింది' అని అనుకోవాలి' తప్ప ఒకవేళ అని మాట్లాడకూడదు అది పైతానుకృత్యాలకు ద్వారాలు తెరుస్తుంది. దీనిని ముస్లిం ఉల్లేఖించారు. కావున దైవప్రవక్త సల్లల్లాహు అలైహి వసల్లం అన్ని పరిస్థితులలో ప్రయోజనకరమైన విషయాలను ఆశించాలని, సహాయమును అల్లాహ్ తో వేడుకోవాలని, హాని కలిగించే సోమరితనమైన దుర్గతికి లొంగకూడదని ఆదేశించారు. మరియు గతంలో వాటిల్లిన విషయములపై రోదన చేయకూడదని, అల్లాహ్ తీర్పును, ఆయన విధివ్రాతను అంగీకరించమని ఆదేశించారు.

మరియు విషయాలను రెండు భాగాలుగా చేశారు : ఒక విభాగంలో దాసుడు దానిని సేకరించడానికి లేదా దాని నుండి సాధ్యమైనదాన్ని సేకరించడానికి లేదా చెల్లించడానికి లేదా తగ్గించడానికి ప్రయత్నించవచ్చు, దీనిలో దాసుడు తన ప్రయత్నాన్ని చూపించి తన ఆరాధ్యదైవమును సహాయం కోరుకుంటాడు. రెండవ రకం ఏమిటంటే, దాసుడికి ఈ అధికారం లేదు, దాసుడు అటువంటి విషయాలతో సంతృప్తి చెందాలి,

సంతోషంగా ఉండాలి మరియు వాటిని అంగీకరించాలి, మరియు ఈ మూల్యాన్ని పరిగణనలోకి తీసుకుంటే ఆనందానికి మరియు దుఃఖము,చింతన దూరం అవటానికి కారణమవటంలో సందేహం లేదు.

**ఇది అల్లాహ్ యొక్క జిక్రీ (ఆయనను స్తుతించుట,
కీర్తించుట) ను ఎక్కువగా చేయాలనే ప్రాధాన్యతను
తెలియజేస్తుంది.**

హృదయ విశాలతకు మరియు దాని ప్రశాంతతకు అతి పెద్ద కారకాల్లోంచి ఒకటి అల్లాహ్ స్మరణను అధికంగా చేయటం. ఎందుకంటే హృదయ విశాలతలో మరియు దాని ప్రశాంతతలో మరియు దాని దుఃఖము,చింతన దూరమవటంలో ఇది విచిత్రమైన ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. అల్లాహ్ ఇలా సెలవిస్తున్నాడు:

{...إِلَّا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ}

జాగ్రత్తగా వినండి! కేవలం అల్లాహ్ ధ్యానమే (స్మరణయే) హృదయాలకు తృప్తినిస్తుంది. [రఅద్: 28] పైన పేర్కొనబడిన వాటిని పొందటంలో దాని ప్రత్యేకత వలన అల్లాహ్ స్మరణకు గొప్ప ప్రభావం కలదు. కాబట్టి దాసుడు దాని పుణ్యమును మరియు ప్రతిఫలమును ఆయనతో ఆశిస్తాడు.

అల్లాహ్ ప్రసాదించిన బయటి మరియు అంతర్గత అనుగ్రహాలను ప్రస్తావించడం. అల్లాహ్ ప్రసాదించిన బాహ్య మరియు రహస్య అనుగ్రహాలను ప్రస్తావించడం, వాటిని గుర్తించటం, ప్రస్తావించడం

వలన అల్లాహ్ అతని దుఃఖాలను మరియు చింతలను తొలగిస్తాడు, ఈ కారణంగా, అల్లాహ్ పట్ల దాసుడిలో కృతజ్ఞతాభావం కలుగుతుంది, ఇది అత్యున్నత ఆరాధన స్థానం, ఆ వ్యక్తి అవసరమైన స్థితిలో ఉన్నా లేదా అనారోగ్య స్థితిలో ఉన్నా లేదా అవి కాకుండా మరేవైనా ఆపదలు కావచ్చు. అల్లాహ్ తనకు ప్రసాదించిన అనేక అనుగ్రహాలను తన ప్రస్తుత కష్టాలు మరియు పరీక్షలతో పోల్చినప్పుడు, ప్రస్తుత బాధకు మరియు అల్లాహ్ తనపై ఇచ్చిన అపారమైన ఆశీర్వాదాలకు మధ్య ఎటువంటి సంబంధం కనిపించదు.

దీనికి విరుద్ధంగా, అల్లాహ్ ఒక వ్యక్తిని బాధ మరియు ఇబ్బందికరమైన పరిస్థితుల ద్వారా పరీక్షించవలసి వచ్చినప్పుడు, దాసుడు సహనం చూపి, సంతృప్తిపడి మరియు అంగీకారం చూపితే, కష్టాలను భరించడం సులభం అవుతుంది మరియు పరీక్షల భారం అతనికి తేలికగా అనిపిస్తుంది. అతడు అల్లాహ్ ఆరాధనగా సహనం మరియు సుముఖత యొక్క చర్యను స్వీకరించి అమలు చేస్తే, దీని వల్ల, జీవితంలోని చేదు పరిస్థితి కూడా మంచి మరియు తీపిగా అనిపించడం ప్రారంభిస్తుంది, అప్పుడు అతను ప్రతిఫలం పొందే ఆనందంలో సహనం యొక్క చేదును మరచిపోతాడు.

మన కంటే తక్కువ స్థితిలో ఉన్నవారిని చూడటం, ఈ విషయంలో అత్యంత ఉపయోగకరమైన విషయాలలో ఒకటి, ప్రవక్త (సల్లల్లాహు అలైహి వసల్లం) ప్రామాణిక హదీసులో బోధించిన దానిని ఉపయోగించడం. ఆయన ఇలా సెలవిచ్చారు:

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

మీ క్రింది స్థాయి వారిని (సంపదలో, అందంలో, సంతానంలో) చూసుకోండి, మీ పై అంతస్తుల వారిని చూడకండి, ఇలా చేయడం వలన అల్లాహ్ ప్రసాదించిన అనుగ్రహాలకు కృతఘ్నుత పాలవకుండా ఉండగలరు. దీనిని ముస్లిం ఉల్లేఖించారు. దాసుడు ఈ గొప్ప ఆలోచనా విధానాన్ని తన కళ్ళ ముందు ఉంచినప్పుడు, అతని ప్రస్తుత పరిస్థితితో సంబంధం లేకుండా శ్రేయస్సు మరియు సంబంధిత విషయాలు, పోషణ మరియు సంబంధిత విషయాలలో అతను అల్లాహ్ యొక్క అనేక మంది దాసుల కంటే ఉన్నతంగా ఉన్నట్లు కనుగొంటాడు, దీని వల్ల అతని ఆందోళన, దుఃఖము, విచారం మరియు చింతలు తొలగిపోతాయి. అతని క్రింద ఉన్నవారికి అందుబాటులో లేని అల్లాహ్ అనుగ్రహాల వలన అతని సంతోషము, ఆనందం అధికమవుతుంది.

దాసుడు అల్లాహ్ యొక్క స్పష్టమైన మరియు అంతర్గత ఆశీర్వాదాల గురించి, మతపరమైన మరియు ప్రాపంచిక ఆశీర్వాదాల గురించి ఎంత ఎక్కువసేపు ఆలోచిస్తే, తన ప్రభువు తనకు మంచినిచ్చాడని మరియు అనేక చెడులను తన నుండి తొలగించాడని చూస్తాడు, మరియు ఇది చింతలను మరియు దుఃఖములను దూరం చేస్తుందని మరియు ఆనందం మరియు సంతోషమును అనివార్యం చేస్తుందని ఎటువంటి సందేహం లేదు.

దుఃఖములను కలిగించే కారణాలను తొలగించటంలో
మరియు సుఖ సంతోషములను కలిగించే కారణాలను
పొందటంలో కృషి చేయటం

సుఖ సంతోషాలను అనివార్యం చేసే, దుఃఖము చింతనలను తొలగించే కారకాలలో ఒకటి దుఃఖములను కలిగించే కారణాలను తొలగించటంలో మరియు సుఖ సంతోషములను కలిగించే కారణాలను పొందటంలో కృషి చేయటం. అది, తొలగించటం సాధ్యం కానటువంటివి తనపై గతంలో జరిగిన అయిష్టమైన వాటిని మరచిపోవటం ద్వారా మరియు గతంలో జరిగిన వాటిని గుర్తు చేసుకుంటూ ఉండిపోవటం అనేది నిష్ప్రయోజనమైన, అసంభవమైన పని అని, ఇది మూర్ఖత్వం మరియు పిచ్చి అని తెలుసుకోవటం ద్వారా సాధ్యమగును. అప్పుడు మనిషి తన మనస్సును వాటి ఆలోచనలో ఉండటం నుండి దూరంగా ఉంచటానికి ప్రయత్నిస్తాడు. మరియు అదేవిధంగా భవిష్యత్తులో సంభవించే పేదరికం, భయం లేదా ఇతర అసహ్యకరమైన వాటి గురించి ఆలోచించి కలవరపడటం నుండి తన మనస్సును దూరంగా ఉంచటానికి ప్రయత్నిస్తాడు. భవిష్యత్తులో జరగబోయే మంచి, చెడు, ఆశలు, బాధలు తెలియవని మరియు అవి సర్వాధిక్యం, విజ్ఞత కలవాడి చేతిలో ఉన్నాయని మరియు వాటి మేళనను పొందటానికి, వాటి చెడులను దూరం చేయటానికి ఖృషి చేయటం తప్ప దాసుల చేతిలో ఏదీ లేదని మనిషి తెలుసుకుంటాడు. మరియు దాసుడు ఇదీ తెలుసుకుంటాడు

భవిష్యత్తులో తనకు సంభవించే వాటి విషయంలో ఆందోళన చెందటం నుండి తన ఆలోచనను త్రిప్పుకుని, తన సంస్కరణ ఉన్న వాటిలో తన ప్రభువుపై నమ్మకమును కలిగి ఉండి, ఈ విషయంలో మనశ్శాంతి పొందితే అతని మనస్సు కుదుటపడుతుంది. మరియు అతని పరిస్థితులు చక్కదిద్దుకుంటాయి. మరియు అతని దుఃఖము, ఆందోళన తొలగిపోతాయి.

దుఆను ఉపయోగించటం, భవిష్యత్తును గమనించడంలో అత్యంత ఉపయోగకరమైన విషయం ఏమిటంటే, ప్రవక్త (సల్లల్లాహు అలైహి వసల్లం) ఉపయోగించిన ఈ ప్రార్థనను ఉపయోగించడం:

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

అల్లాహుమ్మ అస్లిహ్ లీ దీనీయల్లజీ హువ ఇస్మతు అమ్మీ వ అస్లిహ్ లీ దున్యాయల్లతీ ఫీహ్ మఆషీ, వ అస్లిహ్ లీ ఆఖిరతీయల్లతీ ఇల్లైహ్ మఆదీ, వజ్ అలిల్ మౌత రాహతన్ లీ మిన్ కుల్లి షర్రీన్. (ఓ అల్లాహ్! నా సమస్త విషయాలకు రక్షణగా ఉన్న నా ధర్మాన్ని సరిదిద్దు. మరియు నా జీవనోపాధి ఉన్న నా ఈ లోకాన్ని సరిదిద్దు. మరియు దేని వైపు నా తిరిగి వెళ్ళడం ఉందో ఆ నా పరలోకాన్ని సరిదిద్దు. మరియు ప్రతి మంచిలో నా కోసం జీవితాన్ని ఒక పెరుగుదలనుగా చేయి. మరియు ప్రతి చెడు నుండి మరణాన్ని కాపాడు.) దీనిని

ముస్లిం ఉల్లేఖించారు. మరియు ఇదేవిధంగా ఆయన సల్లల్లాహు అలైహి వసల్లం వచనాలు:

«اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو فَلَا تَكْلِنِي إِلَىٰ نَفْسِي طَرْفَةً عَيْنٍ وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ»

«ఓ అల్లాహ్ నేను నీ కారుణ్యమును ఆశిస్తున్నాను కావున నీవు నన్ను కను రెప్పపాటు కూడా నా మనస్సుకు అప్పగించకు. మరియు నా కొరకు నా ప్రతి పనిని తీర్చి దిద్దు, నీవు తప్ప సత్య ఆరాధ్యదైవం ఎవడూ లేడు» అబూ దావూద్ దీనిని సహీహ్ సనద్ తో ఉల్లేఖించారు. దాసుడు ఎప్పుడైతే ఈ దుఆను దేనిలోనైతే అతని ధార్మిక, ప్రాపంచిక భవిష్యత్తు ప్రయోజనం ఉన్నదో దానిని ఏకాగ్రతతో, సత్యసంకల్పంతో తన లక్ష్యమును సాధించటానికి కృషితో ఉచ్చరిస్తాడో అల్లాహ్ అతని కొరకు అతను దుఆ చేసినది, ఆశించినది, తాను అమలు చేసినది ప్రసాదిస్తాడు. మరియు అతని దుఃఖము- సంతోషము, ఆనందములో మారిపోతుంది.

అధ్యాయం: అత్యంత చెడు అవకాశాల అంచనా వేయడం

ఆందోళన మరియు దుఃఖాన్ని తొలగించడానికి అత్యంత ఉపయోగకరమైన మార్గాలలో ఒకటి ఏమిటంటే, ఒక వ్యక్తిపై ఒక సమస్య తలెత్తినప్పుడు, అతను చెడు ముగింపు గురించి ఆలోచించే విధంగా మరియు అలా చేసినప్పుడు తనను తాను సంతృప్తిపరిచే విధంగా దానిని తగ్గించడానికి ప్రయత్నించాలి, అతని అవకాశాల ప్రకారం తగ్గించగల వాటిని తగ్గించాలి. ఒక ఉపయోగకరమైన

ప్రయత్నం తరువాత, అతని చింతలు మరియు దుఃఖాలు తొలగించబడతాయి మరియు ఈ విధంగా, దాసుడికి లాభం పొందడానికి మరియు నష్టాన్ని తొలగించడానికి మార్గాలు అందుబాటులో ఉంటాయి.

భయం, రోగాలు, లేదా తాను ఇష్టపడే వివిధ రకాల విషయాలు లేకపోవడం వల్ల పేదరికం వంటి కారణాలు అతనికి సంభవించినప్పుడు, వాటిని ప్రశాంతతతో మరియు వాటికి అలవాటు పడేలా ఆత్మను స్థిరపరచడం ద్వారా స్వీకరించాలి. మరింత స్పష్టంగా చెప్పాలంటే, వాటిలో సంభవించే సాధ్యమైనంత చెత్త పరిస్థితికి కూడా సిద్ధపడాలి. ఎందుకంటే, కష్టాలను భరించడానికి ఆత్మను స్థిరపరచుకోవడం వాటిని తేలిక చేస్తుంది మరియు వాటి తీవ్రతను తొలగిస్తుంది. ముఖ్యంగా, తన సామర్థ్యం మేరకు వాటిని ఎదుర్కోవడంలో నిమగ్నమై ఉంటే, ఆత్మను స్థిరపరచుకోవడం మరియు ఆపదల గురించి చింతించకుండా చేసే ప్రయోజనకరమైన ప్రయత్నం రెండూ ఒకేచోట చేరతాయి. అతను వాటిని ఎదిరించే శక్తిని పునరుద్ధరించడానికి తనతో పోరాడాలి, అదే సమయంలో దానిలో అల్లాహ్ పై ఆధారపడాలి మరియు ఆయన పట్ల మంచి నమ్మకం కలిగి ఉండాలి. ఈ విషయాలకు సంతోషం మరియు హృదయ ప్రశాంతతను పొందడంలో గొప్ప ప్రయోజనం ఉంటుందనడంలో సందేహం లేదు, అంతేకాకుండా దాసుడు ఆశించే తక్షణ మరియు రాబోయే ప్రతిఫలం కూడా లభిస్తుంది. ఇది అనుభవపూర్వకంగా గమనించబడింది మరియు దీనిని ప్రయత్నించిన వారి సంఘటనలు చాలా ఉన్నాయి.

అధ్యాయం: హృదయం యొక్క బలం మరియు దానిపై

కలత, ప్రభావం పడకపోవడం

చెడు ఆలోచనలు తెచ్చే భ్రమలు మరియు ఊహల వల్ల హృదయం కలత చెందకపోవడం మరియు ప్రభావితం కాకపోవడం అనేది మానసిక వ్యాధులకు, అంతేకాకుండా శారీరక వ్యాధులకు కూడా అత్యంత గొప్ప నివారణలలో ఒకటి. అవాంఛిత సంఘటనలు మరియు ప్రేమను కోల్పోవటానికి దారితీసే బాధాకరమైన కారణాలలో కోపం మరియు ఆందోళన ఒకటి. అవి అనారోగ్యం, దుఃఖం, శారీరక మరియు గుండె జబ్బులు మరియు చాలా చెడు ప్రభావాలను కలిగి ఉన్న నాడీ రుగ్మతకు దారితీస్తాయి మరియు వాటి వల్ల కలిగే చాలా నష్టాలు ప్రజలు చూస్తారు.

అల్లాహ్ పై నమ్మకం, మరియు ఎప్పుడైతే హృదయం అల్లాహ్ ను నమ్మి, ఆయనపై ఆధారపడి, భ్రమల ముందు లొంగిపోకుండా, తప్పుడు ఆలోచనలకు దానిపై అధికారం లేకుండా, అల్లాహ్ పై విశ్వాసం ఉంచి, అతని దయ కోసం ఎదురుచూస్తే, దాని వల్ల అతని దుఃఖాలు, ఆందోళనలు తొలగిపోతాయి. మరియు అతని హృదయ మరియు శారీరక రుగ్మతలు చాలా తొలగిపోతాయి, మరియు అతని హృదయం వర్ణించలేని శక్తిని, ఆనందాన్ని మరియు సంతోషాన్ని పొందుతుంది. చాలా ఆసుపత్రులు రోగులతో, భ్రమలతో మరియు చెడు ఆలోచనలతో నిండి ఉన్నాయి, బలహీనులే కాకుండా, ఈ విషయాలు చాలా శక్తివంతమైన వ్యక్తుల హృదయాలపై గొప్ప ప్రభావాన్ని చూపాయి మరియు చాలా మూర్ఖత్వానికి మరియు

పిచ్చికి కారణమయ్యాయి! మరియు నైపుణ్యం కలిగిన మరియు ఆరోగ్యకరమైన వ్యక్తి అంటే అల్లాహ్ శాంతి మరియు శ్రేయస్సుతో ఆశీర్వాదిస్తాడు మరియు తన ఆత్మతో పోరాడటానికి శక్తిని ఇస్తాడు, తద్వారా అతను హృదయాన్ని బలోపేతం చేసే మరియు ఆందోళన నుండి ఉపశమనం పొందే ప్రయోజనకరమైన కారణాలను పొందగలడు. అల్లాహ్ తఆలా ఇలా సెలవిస్తున్నాడు:

{وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ...}

మరియు అల్లాహ్ మీద నమ్మకం ఉంచుకున్న వానికి ఆయనే చాలు. [అత్ తలాఖ్: 3] అంటే, అతని ధార్మిక మరియు లోకసంబంధమైన విషయాలలో అతనికి ముఖ్యమైనవన్నీ దానితో సరిపోతాయి.

అల్లాహ్ ను విశ్వసించే వ్యక్తి శక్తివంతమైన హృదయమును కలిగి ఉంటాడు, భ్రమలు దానిని ప్రభావితం చేయవు, సంఘటనలు దానిని కలవరపరచవు; ఎందుకంటే ఇది బలహీన మనస్సు, పిరికితనం మరియు వాస్తవం లేని భయం వల్ల అని అతనికి తెలుసు, అదే సమయంలో తనను నమ్మిన వారికి అల్లాహ్ సంపూర్ణ సమ్మద్ధిని ప్రసాదిస్తాడని కూడా అతనికి తెలుసు, కాబట్టి అతను అల్లాహ్ ను నమ్ముతాడు మరియు ఆయన వాగ్దానం పట్ల సంతృప్తి చెందుతాడు. కాబట్టి అతని దుఃఖం మరియు ఆందోళన అంతమవుతాయి, మరియు అతని కష్టం సరళత్వంగా, అతని దుఃఖం మరియు విచారం ఆనందంగా మరియు అతని భయం శాంతిగా మారుతుంది. అందువల్ల, మేము శ్రేయస్సు కోసం అల్లాహ్ ను ప్రార్థిస్తున్నాము. మరియు మాకు శక్తివంతమైన

హృదయమును, స్థిరత్వము కలిగిన హృదయమును ప్రసాదించమని వేడుకుంటున్నాము. మరియు అల్లాహ్ ప్రతీ మేలును ప్రసాదించే, ప్రతీ అసహ్యకరమైన వాటిని, కీడును తొలగించే సంపూర్ణ నమ్మకమును ప్రసాదించమని అర్థిస్తున్నాము.

అధ్యాయం: ఇతరుల లోపాలను భరించడానికి

మనస్సును స్థిరపరచుకోవడం.

ప్రవక్త సల్లల్లాహు అలైహి వసల్లం ప్రవచనము:

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

ఒక విశ్వాసి, ఒక విశ్వాసిరాలుని ద్వేషించకూడదు, ఆమెలో ఒక వేళ మీకు నచ్చని గుణం కనిపిస్తే, ప్రియమైనది మరొకటి కనిపిస్తుంది'. దీనిని ముస్లిం ఉల్లేఖించారు.

రెండు గొప్ప ప్రయోజనాలు కలవు:

వాటిలో ఒకటి: భార్య, బంధువు, సన్నిహిత స్నేహితుడు, వ్యవహారికుడు, మరియు మీకు సంబంధం ఉన్న ప్రతీ వ్యక్తితో ఎలా వ్యవహరించాలనే దానిపై మార్గదర్శకత్వం, మరియు మీ మనస్సు అందులో లోపం లేదా మీకు నచ్చని విషయం ఉన్నదని స్వీకరించాలి. కాబట్టి ప్రేమకు మరియు అవసరమైన లేదా సముచితమైన ప్రేమకు మధ్య సన్నిహిత సంబంధాన్ని కొనసాగించడానికి అవసరమైన లేదా సముచితమైనదాన్ని మీరు కనుగొన్నప్పుడు, దానిలో కనిపించే సాధారణ మరియు ప్రముఖ లక్షణాలు మరియు ఉద్దేశ్యాలను గుర్తుంచుకోండి, తద్వారా

చెడులను విస్మరించి, లక్షణాలను మీ ముందు ఉంచుకుంటే, అనుకూలత మరియు సంబంధం ఎల్లప్పుడూ స్థిరంగా ఉంటుంది. మరియు మీరు పూర్తి ఆనందం మరియు సంతోషాన్ని పొందుతారు.

రెండవ లాభం: దుఃఖం, ఆందోళనలు తొలగిపోవటం, చైతన్యం, నిజాయితీ స్థిరత్వం, స్వచ్ఛంద, తప్పనిసరి హక్కుల నిరంతర నెరవేర్పు, రెండు పక్షాల మధ్య మనశ్శాంతి లభిస్తుంది. ప్రవక్త ﷺ వర్ణించిన దాని నుండి మార్గదర్శకత్వం పొందకుండా, విషయాన్ని తిప్పికోట్టి, చెడులపై దృష్టి సారించి, సద్గుణాలను మరియు లక్షణాలను విస్మరించిన వ్యక్తి ఖచ్చితంగా కలవరపడతాడు మరియు విచారంగా ఉంటాడు, మరియు అతనికి మరియు అతనికి చెందిన వ్యక్తికి మధ్య ప్రేమ మసకబారుతుంది. మరియు వారిలో ప్రతి ఒక్కరూ రక్షించాల్సిన చాలా హక్కులు ముక్కలుగా విచ్ఛిన్నమవుతాయి.

ఎంతో ధైర్యంగల చాలామంది ప్రతికూల పరిస్థితులు, ప్రమాదాలు, బాధాకరమైన సంఘటనల సమయాల్లో సహనానికి, సంతృప్తికి అలవాటుపడతారు. కానీ వారు సాధారణ మరియు చిన్న విషయాలపై ఆందోళన చెందుతారు మరియు అసంతృప్తి చెందుతారు. ఎందుకంటే పెద్ద విషయాలు జరిగినప్పుడు వారు తమను తాము సర్దుబాటు చేసుకున్నారు మరియు చిన్న విషయాలను విడిచిపెట్టారు. దాని కారణంగా వారు దాని ద్వారా హాని చేయబడ్డారు మరియు వారి ఆనందం మరియు ఆనందాన్ని ప్రభావితం చేశారు. అందువల్ల, జ్ఞాని పెద్ద మరియు చిన్న విషయాలన్నింటికీ తనను తాను సిద్ధం చేసుకుంటాడు మరియు

అల్లాహ్ ను సహాయం కోసం అడుగుతాడు మరియు కంటి రెప్పపాటులో కూడా తనను తన ఆత్మకు అప్పగించవద్దని వేడుకుంటాడు. ఆ సమయంలో, పెద్ద విషయాలు అతనికి సులభతరం అయినట్లే, చిన్న విషయాలు అతనికి సులభంగా మారుతాయి. మరియు అతను ఆత్మ సంతృప్తితో మరియు మనశ్శాంతితో జీవిస్తాడు.

అధ్యాయం: చింతలకు లొంగిపోకుండా ఉండటం.

విజ్ఞానంతుడికి అతని జీవితం ఆరోగ్యకరమైన జీవితమని, అదృష్టం మరియు సంతృప్తితో కూడిన జీవితమని మరియు అది చాలా చిన్నదని తెలుసు. అందువల్ల అతను దానిని దుఃఖానికి మరియు బాధలకి అప్పగించడం ద్వారా మరింత తగ్గించడం మంచిది కాదు, ఎందుకంటే ఇది ఆరోగ్యకరమైన జీవితానికి వ్యతిరేకం. అందువలన, తన శరీరంలో ఎక్కువ భాగం దుఃఖం, ఆందోళన మరియు కోపం మరియు దుఃఖానికి కోల్పోకుండా ఉండటానికి అతను తన జీవితం పట్ల దయతో ఉంటాడు. ఈ విషయంలో పుణ్యాత్మునికి, పాపాత్మునికి మధ్య తేడా లేదు, కాని విశ్వాసపరునికి ఈ వర్ణనను దృవీకరించటం వలన ఇహపరాలలో సంపూర్ణ భాగము మరియు ప్రయోజనకరమైన వాటా కలుగును.

అల్లాహ్ యొక్క అనుగ్రహాలను మరియు అతనికి సంభవించిన కష్టాలను పోల్చి చూడటం, అంతేకాకుండా అతను ఏదైనా ప్రతికూలత లేదా అసహ్యకరమైన పరిస్థితిని ఎదుర్కున్నప్పుడు లేదా ఏదైనా రకమైన భయాన్ని కలిగి ఉన్నప్పుడు, అతను పొందిన

మతపరమైన మరియు ప్రాపంచిక అనుగ్రహాలను మరియు అనుకూలం కాని పరిస్థితిని పోల్చి చూస్తే, అతను పొందే అనుగ్రహాలు చాలా చాలా ఉన్నాయని మరియు అతను ఎదుర్కొనే ఇబ్బందులు మరియు పరీక్షలు చాలా చిన్నవి అని స్పష్టమవుతుంది.

అదేవిధంగా తనకు జరగబోయే చెడుపట్ల తనకున్న భయానికి, ఆ చెడు నుంచి రక్షణకు, విముక్తికి ఉన్న అనేక ఇతర అవకాశాల మధ్య కూడా పోల్చుకోవాలి. కాబట్టి బలహీనమైన, అప్రధానమైన అవకాశాలను బలమైన, అనేక అవకాశాలను అధిగమించనివ్వకూడదు. దీని ద్వారా అతని భయం, ఆందోళన మాయమవుతాయి. తనకు సాధ్యమైనంత ఘోరమైన సమస్య సంభవిస్తుందని కూడా అతను భావించాలి, ఆపై అది సంభవిస్తే దానిని ఎదుర్కోవటానికి తనను తాను సిద్ధం చేసుకోవాలి మరియు అది జరగకపోతే దానిని నివారించడానికి సాధ్యమైనంత వరకు ప్రయత్నించాలి లేదా అది సంభవించినట్లయితే దానిని తొలగించడం లేదా తేలికపరచడం చేయాలి.

మానవుల పట్ల హానికరమైన విషయాలను మీరు పట్టించుకోకపోతే, అవి మీపై ప్రభావం చూపవు. మరియు ప్రయోజనకరమైన విషయాలలో ఒకటి, ప్రజలు మీకు చేసే హాని, ముఖ్యంగా చెడు మాటల ద్వారా జరిగే హాని మీకు కాదు, వారికి మాత్రమే నష్టం కలిగిస్తుందని మీరు తెలుసుకోవడం. ఒకవేళ మీరు వాటి గురించి చింతించడంలో మిమ్మల్ని మీరు నిమగ్నం చేసుకుంటే, మరియు మీ భావాలను వాటికి వశం చేసుకునేలా

అనుమతిస్తే, అప్పుడు అవి వారికి నష్టం కలిగించినట్లే మీకు కూడా నష్టం కలిగిస్తాయి. కానీ మీరు వాటిని ఏ మాత్రం పట్టించుకోకపోతే, అవి మీకు ఏ మాత్రం హాని చేయవు.

మీ జీవితాన్ని ప్రయోజనకరమైన ఆలోచనలతో శుభప్రదంగా ఉంచుకోండి. మరియు తెలుసుకో, నీ జీవితం నీ ఆలోచనల పర్యవసానం. ఒకవేళ నీ ఆలోచనలు నీ ధర్మంలో లేదా ఈ లోకంలో నీకు ప్రయోజనం కలిగించేవి అయితే, నీ జీవితం మంచిది మరియు సంతోషంగా ఉంటుంది. లేకపోతే, దాని విషయం దీనికి విరుద్ధంగా ఉంటుంది.

వ్యవహారం సృష్టితాల కొరకు కాకుండా అల్లాహ్ కొరకు ఉండాలి, దుఃఖం మరియు ఆందోళనను తొలగించడానికి అత్యంత ప్రయోజనకరమైన వాటిలో ఒకటి, అల్లాహ్ నుండి తప్ప కృతజ్ఞతను ఆశించకూడదని మీరు మీ స్వయాన్ని స్థిరపరుచుకోవడం. మీరు మీపై హక్కు ఉన్నవారికి లేదా హక్కు లేనివారికి మేలు చేస్తే, మీరు అల్లాహ్ తో చేసే ఒక వ్యవహారం అని తెలుసుకోండి. కాబట్టి, మీరు దయ చూపిన వ్యక్తి యొక్క కృతజ్ఞతను పట్టించుకోండి. అల్లాహ్ తన ప్రత్యేక సృష్టి గురించి ఇలా సెలవిచ్చాడు:

(إِنَّمَا نُنْعِمُكُمْ لَوْلَا أَنَّهُ لَا تَرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلَا تَشْكُرُونَ 9)

వాస్తవానికి మేము అల్లాహ్ ప్రసన్నత కొరకే మీకు ఆహారం తినిపిస్తున్నాము. మేము మీ నుండి ఎలాంటి ప్రతిఫలం గానీ, లేదా కృతజ్ఞతలు గానీ ఆశించటం లేదు. [అల్ ఇన్సాన్: 9]

కుటుంబ సభ్యులు మరియు పిల్లలు మరియు మీకు సన్నిహిత సంబంధం ఉన్నవారితో వ్యవహరించేటప్పుడు ఇది మరింత ఖచ్చితమైనది మరియు తప్పనిసరి అవుతుంది. అందువలన, ఈ ప్రజల నుండి చెడు మరియు చెడును తొలగించడానికి మిమ్మల్ని మీరు సిద్ధం చేసుకున్నప్పుడల్లా, మీరు మిమ్మల్ని మీరు ఓదార్చుకున్నారు మరియు సంతోషంగా ఉన్నారు. సంతోషం మరియు శాంతి యొక్క కారణాల నుండి ఎంచుకోండి (లేదా లక్షణాలతో గౌరవించబడాలి), మరియు మీకు ఇబ్బంది కలిగించే సంకోచం లేకుండా హృదయపూర్వక ఆధిపత్యంతో (ప్రేరణతో) వాటిపై పనిచేయండి మరియు మీరు శ్రమతో కూడిన మార్గంలో నడిచినందున లక్షణాలను పొందకుండా మీ మార్గంలో తిరిగి రావడంలో విఫలమవుతారు. మరియు ఇది వివేకం మరియు ధైర్యానికి సంబంధించిన విషయం. మరియు మీరు అసహ్యకరమైన మరియు బాధాకరమైన విషయాల నుండి శుభ్రమైన మరియు అప్లౌడకరమైన విషయాలను ఎంచుకుంటారు, తద్వారా ఆనందం మరియు ఆనందాన్ని పెంచుతారు మరియు దుఃఖాన్ని మరియు ఉదాసీనతను అంతం చేస్తారు.

హానికరమైనదాన్ని విడిచి, ఉపయోగకరమైనదానితో నిమగ్నమై ఉండడం. ప్రయోజనకరమైన విషయాలను మీ ఉద్దేశ్యంగా చేసుకోండి మరియు వాటిని నెరవేర్చడానికి కృషి చేయండి మరియు హానికరమైన విషయాలపై దృష్టిని ఆకర్షించకండి, తద్వారా దుఃఖం మరియు పశ్చాత్తాపానికి కారణమయ్యే కారణాల నుండి మీరు సురక్షితంగా ఉంటారు

మరియు ముఖ్యమైన పనులపై ఆనందం ద్వారా మరియు మీ హృదయాన్ని కేంద్రీకరించడం ద్వారా మీరు సహాయం పొందుతారు.

పనులను వెంటనే పూర్తి చేయడం, ప్రయోజనకరమైన విషయాలలో ఒకటి వర్తమానంలో పనులతో వ్యవహరించడం: సమయం మరియు భవిష్యత్తులో వాటి గురించి ఖచ్చితంగా ఉండటం; ఎందుకంటే అదే సమయంలో పనులు పూర్తి కాకపోతే మిగిలిన పనులు మీపై పడతాయి, తదుపరి పనులు కూడా దానితో చేర్చబడతాయి, దీని వల్ల దాని బరువు పెరుగుతుంది, కానీ మీరు ప్రతి పనిని దాని సమయానికి డీల్ చేసినప్పుడు, మీరు ఆలోచనా శక్తి మరియు పని శక్తితో భవిష్యత్తు పనిపై దృష్టి పెట్టగలుగుతారు.

ప్రాధాన్యతలను క్రమబద్ధం చేయడం, సలహా తీసుకోవడం, మరియు మీరు అన్ని ప్రయోజనకరమైన పనులలో అత్యంత ముఖ్యమైనదాన్ని ఎంచుకోవడం సముచితం (అప్పుడు అంతకంటే తక్కువ ముఖ్యమైనది), మరియు మీ హృదయం దేని వైపు మొగ్గు చూపుతుంది మరియు మీరు దేనిపై ఎక్కువ ఆసక్తి కలిగి ఉన్నారు (మరియు దీనికి విరుద్ధంగా), ఎందుకంటే దీనికి విరుద్ధమైన ఉదాసీనత, అనారోగ్యం, దుఃఖం, దుఃఖాన్ని సృష్టిస్తుంది. ఈ విషయంలో స్వచ్ఛమైన ఆలోచన మరియు కౌన్సిలింగ్ నుండి సహాయం పొందండి, ఎందుకంటే చేసేవాడు ఎప్పుడూ పశ్చాత్తాపపడడు మరియు మీరు చేయాలనుకుంటున్న పనిని నిశితంగా అధ్యయనం చేస్తాడు, అప్పుడు సలహా (ఆసక్తులు, మంచితనం) ధృవీకరించబడి, మీరు దానిని పరిష్కరిస్తే, అప్పుడు

అల్లాహ్ పై పూర్తి విశ్వాసం కలిగి ఉండండి, నిశ్చయంగా అల్లాహ్ విశ్వసించేవారిని ప్రేమిస్తాడు.

మరియు సర్వస్తోత్రాలు ప్రశంసలు అల్లాహ్ కు మాత్రమే అంకితం ఆయనే సమస్త లోకాలకు ప్రభువు!

మరియు అల్లాహ్ మన నాయకుడు అయిన ముహమ్మద్ పై, ఆయన కుటుంబముపై, ఆయన సహచరులపై శుభాలను, శాంతిని కలిగించుగాక.

విషయసూచిక

సుఖమైన జీవితం కొరకు ఉపయోగకరమైన సాధనాలు.	2
సుఖమైన జీవితానికి ఉపయోగకరమైన సాధనాలు.....	2
రచన	2
షేఖ్ అబ్దుర్హక్మన్ బిన్ నాసిర్ అస్సఅదీ రహిమహుల్లాహ్.....	2
తొలి పలుకులు	2
అధ్యాయం: విశ్వాసం మరియు సత్కార్యాలు	3
అధ్యాయం: పనులలో ఏదో ఒక పనిలోనైనా లేదా ఉపయోగకరమైన విజ్ఞానాలలో ఏదో ఒక విజ్ఞానంలోనైనా నిమగ్నమై ఉండటం.	11
ఇది అల్లాహ్ యొక్క జిక్ (ఆయనను స్తుతించుట, కీర్తించుట) ను ఎక్కువగా చేయాలనే ప్రాధాన్యతను తెలియజేస్తుంది.....	15
దుఃఖములను కలిగించే కారణాలను తొలగించటంలో మరియు సుఖ సంతోషములను కలిగించే కారణాలను పొందటంలో కృషి చేయటం.....	18
అధ్యాయం: అత్యంత చెడు అవకాశాల అంచనా వేయడం.....	20
అధ్యాయం: హృదయం యొక్క బలం మరియు దానిపై కలత, ప్రభావం పడకపోవడం	22
అధ్యాయం: ఇతరుల లోపాలను భరించడానికి మనస్సును స్థిరపరచుకోవడం.	24
అధ్యాయం: చింతలకు లొంగిపోకుండా ఉండటం.	26