

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

**Mutlu Bir Hayat İçin Faydalı
Yollar**

Mutlu Bir Hayat İçin Faydalı Yollar

Şeyh Abdurrahman b. Nasır es-Sa'dî

Mutlu Bir Hayat İçin Faydalı Yollar.

Yazar

Abdurrahman b. Nasır es-Sa'dî (Allah ona rahmet etsin)

Yazarın Önsözü

Hamt, bütün övgülerin kendisine ait olduğu Allah'a mahsustur. Şahitlik ederim ki tek ve hiç bir ortağı olmayan Allah'tan başka hak ilah yoktur. Yine şahitlik ederim ki Muhammed O'nun kulu ve Rasûlüdür. Allah'ın salatı, selamı ve bereketi onun, ailesinin ve arkadaşlarının üzerine olsun.

Bundan sonra: Kalbin huzuru, sükûneti, neşesi ve üzüntü ile kederin yok olması herkesin arzuladığı bir şeydir. Bu sayede güzel bir hayat elde edilir, sevinç ve mutluluk tamamlanır. Bunun için bir takım dinî, bir takım doğal ve bir takım amele dayalı sebepler vardır. Bunların hepsinin bir arada bulunması ise ancak Müminler için söz konusudur. Diğerlerine gelince, akıllıları bu huzuru elde etmek için çaba sarf etse de, onlara ancak bir yönüyle ve

bir sebeple ulaşabilirler. Ancak onlardan daha faydalı, daha kalıcı, daha güzel bir durum ve akıbet bakımından daha üstün olan yönler eksik kalır.

Ben, bu kitapçıkta herkesin peşinden koştuğu bu yüksek hedefe götüren sebeplerden bazılarını zikredeceğim.

Bu mutluluğu elde etmek için gayret gösterenlerin kimisi, bu sebeplerin birçoğunu yerine getirmiş, bunun sonucu olarak rahat bir hayat yaşamış, güzel bir şekilde geçinip gitmiştir. Kimileri ise bu sebeplerin tamamını elden kaçırmış, buna bağlı olarak bedbaht bir hayat yaşamış ve sefalet içerisinde bir ömür sürmüştür. Kimisi de bu hususta muvaffak kılındığı oranda ikisi arasında orta yollu bir hayat sürmüştür. Başarı Allah'tandır. Her türlü hayrı elde etmek, her türlü kötülükten korunmak için sadece O'ndan yardım isteriz. Muvaffak kılan, her hayırda ve her şerrin def'inde kendisinden yardım istenilen Allah'tır.

BÖLÜM

1- Mutlu bir hayata ulaşmanın en önemli sebebi, aslı ve esası, iman ve salih ameldir. Allah Teâlâ şöyle buyurmuştur:

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

(Erkek veya kadın, Mümin olarak kim salih amel işlerse, ona mutlaka güzel bir hayat yaşatırız. Onun mükâfatlarını, elbette yapmakta olduklarının en güzeliyle veririz.)

Nahl Suresi: 97. Ayet

Allah Teâlâ, iman ve salih ameli bir arada bulunduran kimselere, bu dünya hayatında hoş ve temiz bir hayat yaşatacağını, ayrıca hem bu dünyada, hem de ebedî kalınacak ahiret yurdunda güzel bir mükâfat vereceğini haber vermekte ve vadetmektedir.

Bunun sebebi gayet açıktır. Kalpleri ve ahlaki ıslah eden, dünya ve ahireti güzelleştiren salih amellerin ortaya çıkmasına sebep olan doğru imanla Allah'a iman edenler, kendilerine ulaşan tüm sevinç ve mutluluk sebeplerini, aynı şekilde kaygı, üzüntü ve keder sebeplerini karşılayacak temel prensiplere ve sağlam esaslara sahiptirler.

Onlar, sevinç ve mutluluk verici şeyleri kabul eder, bunlara şükreder ve bunları faydalı işlerde kullanırlar. Eğer bunları bu şekilde değerlendirirlerse, bu nimetlerden duydukları sevinç artar, onların devamı ve bereketi konusunda umut beslerler ve şükredenlere vaat edilen sevabı kazanmayı ümit ederler. Böylece, bu mutlulukların getirdiği nimetleri ve bereketleri aşan büyük kazançlar elde ederler.

Yine bu iman ve salih amel sahipleri, kendilerine gelen kederleri, sıkıntıları, üzüntüleri, ellerinden geldiği şekilde dayanma gücüyle karşılar, hafifletilmesi mümkün olan sıkıntıları hafifletmeye çalışır, başlarına gelen kaçınılmaz sıkıntılara da güzel bir sabırla katlanırlar. Böylelikle hoşlanmadıkları şeylerin ardından onlar için çok faydalı olan dayanıklılık, deneyim, güç, sabır, sevap ve mükâfat bekleme ümidi gibi büyük sonuçlar hasıl olur. Hoşlanmadıkları haller kaybolur gider ve onların yerini sevinç ve güzel ümitler, Allah'ın lütuf ve sevabını bekleyiş durumu alır. Nitekim Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem- bunu sahih bir hadiste şu sözleriyle ifade etmiştir:

«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»

«Müminin hali ne kadar da şaşılacak bir haldir! Şüphesiz onun her halinde bir hayır vardır. Kendisine bir mutluluk isabet etse, ona şükreder. Bu da onun için bir hayır olur. Şayet başına bir bela gelse, sabreder. Bu da onun için bir hayır olur. Bu durum, sadece Mümin için mümkündür.» Hadisi Müslim rivayet etmiştir.

Bu hadiste Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem-, Mümin kimsenin yaşadığı, hoşuna giden veya gitmeyen her durumda elde edeceği ganimetin, hayrın ve yaptığı amellerden doğacak sevabın katlanacağını haber vermektedir. Bizler,

hayırlı veya şerli bir durumla karşı karşıya gelen iki ayrı kimsenin bu olaya karşı tutumlarının büyük ölçüde çok farklı olduklarını görebiliriz. Bu tutum, onların iman ve salih amel bakımından farklılıklarına göre değişir. İman ve salih amele sahip bir kimse, hayrı ve şerri sözünü ettiğimiz şükür, sabır ve buna bağlı olan haller ile karşılaşır. Böylelikle sevinir ve neşelenir; endişesi, kederi, kaygısı, sıkıntıları ve hayatın getirdiği mutsuzlukları ortadan kalkar. Böylece dünyada hoş ve güzel bir hayat yaşar. İman ve salih amel vasıflarına sahip olmayan kimse ise, sevdiği durumları küstahlık, şımarıklık ve azgınlıkla, hayvanların karşıladıkları gibi açgözlülükle ve kaygıyla karşılaşır. Ama kalbi asla rahat etmez. Bilakis, birçok yönden dikkati dağılmış durumdadır. Sevdiği şeyleri kaybetme korkusu ve çoğunlukla onlardan kaynaklanan problemlerden ötürü düşünceleri darmadağınaktır. Ayrıca insan arzuları belli bir noktada durmaz, aksine sürekli bir şekilde daha fazlasını ve farklısını arzu eder. Ancak bu sınırsız istekler bazen olur, bazen de olmaz. Bu isteklerin hepsinin yerine geldiğini varsaysak bile böyle bir kimse, sözü geçen sebeplerden ötürü yine huzursuz ve tedirgindir. Hoşuna gitmeyen durumları ise, huzursuzluk, sabırsızlık, korku ve endişelerle karşılaşır. Karşı karşıya kaldığı hayat sıkıntılarını, fikri ve sinirsel rahatsızlıkları, bazen en kötü hallere ve en çok rahatsız eden noktalara

ulaşacak korkularını ise sorma gitsin. Çünkü böyle bir kimse, ne bu hallerinden dolayı herhangi bir sevap beklentisi içinde olabilir, ne de kendisini teselli edecek ve sıkıntılarını hafifletecek bir sabrı olabilir.

Bütün bunlar tecrübeyle sabittir. Bu türden bir örnek üzerinde düşünür ve insanların durumlarına uygularsanız, inancına uygun hareket eden Mümin ile böyle olmayan kişi arasındaki büyük farkı görürsün. Din, Allah'ın rızkına, lütuf ve çeşitli ihsanlarıyla kullarına verdiklerine kanaat etmeyi en üst seviyede teşvik eder.

Mümin bir kimse, herkes gibi hastalık ya da fakirlikle imtihan olduğu zaman imanı, kanaati ve Allah'ın kendine verdiği kismete razı olması sebebiyle mutlu ve gözü aydın olur. Kendisi için takdir edilmemiş bir durumu kalbinden hiçbir zaman geçirip talep etmez. Daima kendisinden aşağı mertebede olanlara bakar, kendisinden yukarıda olanlara göz dikmez. Hatta bazen onun sevinç, neşe ve rahatı, bütün dünyevi arzularını elde etmiş, fakat kendisine kanaat verilmemiş olan kimseden daha da fazla olur.

Diğer taraftan imanının gerektirdiği salih amelleri işlemeyen bir kimseyi, fakirlik veya dünyevi arzularından bazılarını elde edememek

gibi bir durumla imtihan olması halinde, onu son derece bedbaht ve sıkıntılı olarak bulursun.

Başka bir örnek vermek gerekirse, korkuya sebep olacak hadiselerin ortaya çıktığı ve insana rahatsızlık veren olayların meydana geldiği bir dönemde, imanı sağlam, kalbi sebat üzere olan mutmain bir kimseyi, bu sıkıntılara karşı başarıyla yaklaşp idare ederken görürsün. Karşı karşıya kaldığı bu olayları güç sınırları içinde düşünce, söz ve amel ile yönlendirebilme imkânına sahiptir. O kendisini bu türden sıkıntılara karşı hazırlamıştır. İşte bunlar, insanı rahatlatan ve kalbine sebat

veren hallerdir.

Diğer taraftan iman sahibi olmayan bir kimse, bu durumun tam aksine korktuğu durumlarla karşılaştığı zaman, kalbi bunlara tahammül edemez, sinirleri gerilir, düşünceleri dağınıklaşır, korku ve dehşete kapılır. Kelimelerle anlatılması mümkün olmayan derin bir huzursuzluk ve haricî korkular etrafını sarar. Uzun süre alıştırmaya ihtiyaç duyulan birtakım doğal sebeplerin kendisinde bulunmaması durumunda bu tip insanların, gücü tükenir ve sinirleri gerilir. Bunun sebebi ise sahibini sabırlı olmaya sevk edecek bir imanının olmamasıdır. Özellikle de kritik anlarda, sıkıntılı ve rahatsızlık veren durumlar karşısında böyledir.

Salih kimseler ve günahkârlar, Müminler ve kâfirler, cesaret toplama ve korkuları hafifleten, rahatlatan içgüdüyü elde etme noktasında ortaktırlar. Fakat Mümin şahsiyet, iman gücü, sabrı, Allah'a tevekkülü, O'na güvenip dayanması ve O'ndan mükâfat umması gibi belirgin özellikleri sayesinde cesaretini daha da arttırır, korkulacak şeylerin kendi üzerindeki etkisini azaltır, zorluklar gözünde küçülür. Yüce Allah şöyle buyurmuştur:

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

(Eğer siz acı çekiyorsanız, kuşkusuz onlar da sizin acı çektiğiniz gibi acı çekiyorlar. Bununla beraber siz, Allah'tan onların ümit edemeyecekleri şeyleri ümit ediyorsunuz.) (Nisa Suresi: 104. ayet) Böylece onlar, korkuları darmadağın eden Allah'ın yardımını, özel birlikteliğini ve desteğini elde ederler. Allah Teâlâ şöyle buyurmuştur:

﴿وَأَصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾

(Sabredin! Kuşkusuz Allah sabredenlerle beraberdir.) (Enfal Suresi: 46. Ayet)

2- Üzüntüyü, kederi ve tedirginliği ortadan kaldıran sebeplerden birisi de güzel söz ve davranışlarla ve çeşitli iyiliklerle tüm canlılara ihsanda bulunmaktır. Çünkü bunların hepsi hayır

ve ihsandır. Allah Teâlâ yapılan iyiliklere göre, hem iyi kimselerden, hem de kötü kimselerden üzüntü ve kederleri bertaraf eder. Fakat Müminin bunlardan alacağı payı ve nasibi daha fazladır ve yaptığı iyiliği ihlasla ve Allah'ın mükâfatını umarak yapma niteliğine sahiptir. Üzüntüyü, kederi ve tedirginliği ortadan kaldıran sebeplerden birisi de güzel söz ve davranışlarla ve çeşitli iyiliklerle tüm canlılara ihsanda bulunmaktır. Çünkü bunların hepsi hayır ve ihsandır. Allah Teâlâ yapılan iyiliklere göre, hem iyi kimselerden, hem de kötü kimselerden üzüntü ve kederleri bertaraf eder. Fakat Müminin bunlardan alacağı payı ve nasibi daha fazladır. Yaptığı iyiliği ihlasla ve Allah'ın sevabını umarak yapma niteliğine sahiptir.

Bu nedenle Allah Teâlâ, ona ümit ettiği doğrultuda hayır yapmasını da kolaylaştırır. İhlaslı olması ve mükâfatını Allah'tan ümit etmesi sebebiyle de hoşuna gitmeyen şeyleri de ondan uzaklaştırır.

﴿لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّنْ نَّبْوَاهُمْ إِلَّا مَنَ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ
بَيْنَ النَّاسِ وَمَن يَفْعَلْ ذَلِكَ اتَّبِعْنَا إِنَّ اللَّهَ قَسِيفٌ لُّؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا

﴿114

(Bir sadaka vermeyi veya iyilik yapmayı yahut da insanların arasını düzeltmeyi emredenlerin ki hariç, onların aralarındaki gizli konuşmaların çoğunda hiçbir hayır yoktur.

Kim bunları sırf Allah'ın rızasını kazanmak için yaparsa, biz ona büyük bir mükâfat vereceğiz.)

(Nisa Suresi: 114. Ayet)

Allah Teâlâ, bütün bu hususları kim yaparsa yapsın, yapılanın hayır olduğunu haber vermektedir. Hayır, hayrı getirir ve şerri uzaklaştırır. Aynı şekilde yaptığı hayrın mükâfatını Allah'tan bekleyen Mümin kimseye Allah pek büyük bir mükâfat verir. Bu büyük mükâfatın kapsamı içerisinde sıkıntıların, kederlerin ve benzeri hallerin son bulması da vardır.

BÖLÜM

Sinirlerin gerginliğinden ve kalbin bazı sıkıntılarla meşgul olmasından kaynaklanan kaygıyı gidermenin sebeplerinden biri, bir işle meşgul olmak veya faydalı bir ilimle uğraşmaktır. Çünkü bu, kalbi onu endişelendiren meseleyle meşgul olmaktan alıkoyar. Belki böylelikle kalbi, kendisine üzüntü ve keder veren bu sebepleri unuttur, ruhu ferahlar ve çalışma azmi, gayreti artar. Bu yöntem, Mümin ve diğer insanlar arasında ortak bir etkindir. Fakat Mümin; imanı, samimiyeti, öğrendiği veya öğrettiği ilimle veya yaptığı hayırlı işle Allah rızasını gözetmesi bakımından diğerlerinden ayrılır. Yaptığı hayırlı iş eğer bir ibadet ise, o ibadetle uğraşmış olur. Şayet dünyevî bir iş veya alışkanlık ise, salih bir niyet ile birlikte

bu işi yapmış ve bu yolla Allah Teâlâ'ya itaat etmek için destek bulma maksadını gütmüş olur. Bu da üzüntü ve kederi gidermede büyük bir etkiye sahiptir. Nice insan kaygı ve sıkıntılarla imtihan edilmiş, bu yüzden çeşitli hastalıklara yakalanmıştır. Onun en etkili ilacı ise, kendisini üzen ve endişelendiren sebebi unutmaması ve önemli bir işle meşgul olması olmuştur.

Kişinin meşgul olduğu iş, ruhunun huzur bulduğu ve arzuladığı bir iş olmalıdır. Çünkü bu, istenen faydalı sonucun elde edilmesini daha da kolaylaştırır. Allah en iyi bilendir.

Aynı şekilde endişe ve tasayı gideren şeylerden bir diğeri de, zihnin tamamını bugünün işine odaklamak, gelecek endişesinden ve geçmişe dair üzüntülerden uzak tutmaktır. Bu sebeple Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem-, (Buhâri ve Müslim'in rivayet ettiği hadiste) üzüntü ve tasadan Allah'a sığınmıştır. Geçmişte olup biten ve geri getirilemeyecek şeyler için üzülmünün bir faydası yoktur; aksine, gelecekle ilgili korkuların sebep olduğu kaygı zarar verebilir. O halde kul, bu gününe bakmalıdır. Ciddiyetini ve çabasını gününü ve içinde bulunduğu zamanı iyileştirmeye odaklamalıdır. Eğer kulun kalbi buna odaklanırsa, işleri eksiksiz yapar ve bu sayede, üzüntü ve tasanı teselli bulur. Aynı şekilde endişe ve tasayı gideren şeylerden bir diğeri de, zihnin tamamını

bugünün işine odaklamak, gelecek endişesinden ve geçmişe dair üzüntülerden uzak tutmaktır. Bu sebeple Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem-, üzüntü ve tasadan Allah'a sığınmıştır. Geçmişte olup biten ve geri getirilemeyecek şeyler için üzülmenin bir faydası yoktur; aksine, gelecekle ilgili korkuların sebep olduğu kaygı zarar verebilir. O halde kul, bu gününe bakmalıdır. Ciddiyetini ve çabasını gününü ve içinde bulunduğu zamanı iyileştirmeye odaklamalıdır. Eğer kulun kalbi buna odaklanırsa, işleri eksiksiz yapar ve bu sayede, üzüntü ve tasasına teselli bulur. Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem-, bir dua ettiğinde veya ümmetine bir dua öğrettiğinde, aslında Allah'a dayanmayı, O'nun lütfunu ummayı teşvik ederken, aynı zamanda kişinin istediği şeyin gerçekleşmesi için ciddi çaba göstermesini ve gayret etmesini de vurgulamaktadır. Uzaklaştırılmasını istediği şeylerden kaçınmalıdır, çünkü dua, fiili çabayla birlikte olmalıdır. Kul, dinde ve dünyada kendisine fayda verecek şeyleri yapmaya çalışır ve Rabbinden maksadının gerçekleşmesini ve bu hususta ona yardım etmesini diler. Zira Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem- şöyle buyurmuştur:

(أَحْرَصُ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَأَسْتَعِينُ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزُ، وَإِذَا أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَّرَ اللَّهُ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ)

«Sana fayda verecek şeyler için hırslı ol! Allah'tan yardım iste ve aciz olma! Bir sıkıntıya uğrarsan da; "Keşke şöyle yapsaydım, şöyle şöyle olurdu." deme! Fakat "Bu, Allah'ın taktiridir, O dilediğini yapar." de. Zira "keşke" sözü Şeytan'ın ameline kapı açar.» Hadisi Müslim rivayet etmiştir. İşte Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem-, her durumda faydalı işlere karşı hırslı olmayı emretmekle birlikte, Allah'tan yardım dilemeyi, zararlı bir tembellik olan acizliğe boyun eğmemeyi öğütlemiştir. Aynı zamanda, gerçekleşmiş ve artık geri dönülemeyecek olan işlere karşı teslimiyet göstererek Allah'ın kaza ve kaderini kabul etmeyi de vurgulamıştır.

Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem-, kulun karşı karşıya kaldığı durumları iki kısma ayırmıştır: Bir kısmı, kulun elde etmeye çalışabileceği veya en azından bir kısmını kazanabileceği ya da engelleyebileceği veya hafifletebileceği şeylerdir. Bu tür durumlarda kul, elinden gelen çabayı gösterir ve Rabbine dayanıp yardım diler. Diğer kısım ise kulun herhangi bir şekilde müdahale edemeyeceği durumlardır. Bu durumda kul, huzur içinde olup rıza gösterir ve teslimiyetle hareket eder. Şüphesiz ki bu prensibe uymak, insanın mutlu olmasına ve üzüntü ile kederinin yok olmasına vesile olur.

BÖLÜM

Kalbin ferahlamasının ve rahatlamaının en büyük sebeplerinden biri de (Allah'ı çokça zikretmektir). Zira bunun kalbin ferahlaması ve rahatlamaı üzerinde ve de onun endiŖe ve üzüntüsünün giderilmesinde inanılmaz bir etkisi vardır. Yüce Allah Ŗöyle buyurmuştur:

﴿...أَلَا يَذْكُرُ اللَّهُ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾

(Unutmayın ki kalpler Allah'ı anmakla huzur bulur.) (Ra'd Suresi: 28. Ayet) Çünkü Allah'ı zikretmenin, bu istenilen Ŗeyi elde etmede büyük bir etkisi vardır ve kul, bunun karŖılığında sevap ve mükâfat umar.

Aynı Ŗekilde Allah'ın maddi ve manevi bütün nimetlerinden bahsetmek, onların farkında olmak ve bunlar hakkında konuŖmak üzüntü ve kederi giderir. Fakirlik, hastalık ve benzeri musibetler içinde bulunsa bile kulu, en yüce ve üstün derece olan Ŗükür mertebesine teŖvik eder. Kendisine Allah'ın verdiğı sayısız, hesapsız nimetleri başına gelen musibetlerle kıyaslayacak olsa, musibetlerin nimetlere oranla hiçbir payı yoktur. Aynı Ŗekilde Allah'ın maddi ve manevi bütün nimetlerinden bahsetmek, onların farkında olmak ve bunlar hakkında konuŖmak üzüntü ve kederi giderir. Fakirlik, hastalık ve benzeri musibetler içinde

bulunsa bile kulu, en yüce ve üstün derece olan şükür mertebesine teşvik eder. Kendisine Allah'ın verdiği sayısız, hesapsız nimetleri başına gelen musibetlerle kıyaslayacak olsa, musibetlerin nimetlere oranla hiçbir payı yoktur.

Allah kulunu musibet ve belalarla imtihan ettiğinde, o kul sabır, razı olma ve teslimiyet görevini yerine getirdiğinde, o sıkıntıların yükü hafifler, zorluğu azalır. Kul, bu sıkıntıların karşılığında alacağı ödül ve sevap umuduyla ve sabır ve razı olma görevini yerine getirerek Allah'a ibadet ettiğinde, acı şeyler tatlı hale gelir ve sabrının acılığı, ödülünün tatlılığı ile unutulur.

Böyle bir durumda en faydalı olan şeylerden biri de, Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem-'in sahih bir hadiste bize rehberlik ettiği şu tavsiyeye uymaktır: Böyle bir durumda en faydalı olan şeylerden biri de, Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem-'in sahih bir hadiste bize rehberlik ettiği şu tavsiyeye uymaktır:

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

«Hayat şartları sizinkinden daha aşağı olanlara bakınız; sizden daha iyi olanlara bakmayınız. Zira bu, Allah'ın üzerinizdeki nimetini hor görmemeniz için daha uygun bir davranıştır.» Hadisi Müslim rivayet etmiştir. Eğer kul, bu büyük vizyonu göz

önünde bulundurursa, durumu ne olursa olsun; sağlık, rızık ve bunlara bağlı meselelerde, birçok insandan daha üstün olduğunu görür. Hali ne kadar zor olursa olsun, bu bilinç sayesinde kaygısı, endişesi ve üzüntüsü ortadan kalkar. Ayrıca, Allah'ın kendisine bahsettiği nimetler karşısında sevinci ve memnuniyeti artar; çünkü bu nimetler bakımından kendisinden daha aşağıda olan pek çok kişiden üstün olacaktır.

Kul, Allah'ın açık ve gizli, dinî ve dünyevî nimetlerini ne kadar uzun süre tefekkür ederse, Rabbinin kendisine iyilik verdiğini ve kendisinden birçok kötülüğü uzaklaştırdığını o kadar iyi görecektir. Şüphesiz bu durum, endişeleri ve üzüntüleri giderir, sevinç ve mutluluğu getirir.

BÖLÜM

Mutlu olmanın, üzüntü ve kederi gidermenin yollarından bir diğeri de, üzüntüye yol açan nedenleri ortadan kaldırmaya ve mutluluğu getiren sebepleri elde etmeye çalışmaktır. Bunun yolu ise, geçmişte yaşanan ve geri döndürülmesi mümkün olmayan sıkıntıları unutmak, bunlar üzerine düşünmenin boş ve anlamsız bir uğraş olduğunu bilmek ve bunun bir akılsızlık ve delilik olduğunu anlamaktır. Bu yüzden insan, kalbini bu tür düşüncelerden uzaklaştırmak için çaba göstermelidir. Aynı şekilde, gelecekte

karşılaşabileceği fakirlik, korku veya başka sıkıntılar gibi hayalinde canlandırdığı olumsuzluklara dair endişelerini de kalbinden uzaklaştırmak için mücadele etmelidir. Böylece kul, gelecekte neler olacağını -hayırlı mı, şerli mi, umut verici mi, yoksa acı verici mi -bilemeyeceğini ve tüm bunların kudretli ve hikmet sahibi Allah Teâlâ'nın elinde olduğunu anlar. Kulların elinde olan ancak, bunların hayırlı olanlarını elde etmek, zararlı olanlarını önlemek için çabalamaktan ibarettir. Ayrıca kul, gelecekteki işleri hakkında kaygılanmayı bıraktığında, bunların düzelmesi için Rabbine tevekkül ettiğinde ve O'na güven duyduğunda, kalbinin huzur bulacağını, işlerinin yoluna gireceğini ve endişe ile kaygının ondan uzaklaşacağını bilir.

Geleceği göz önünde bulundururken yapılabilecek en faydalı şeylerden biri de Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem-'in şu duasını okumaktır: Geleceği göz önünde bulundururken yapılabilecek en faydalı şeylerden biri de Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem-'in şu duasını yapmaktır:

«اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِي الَّذِي هُوَ عِصْمَةٌ 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»

«Allah'ım! Bütün işlerimin başı olan dinim konusunda hataya düşmekten beni koru!

Yaşadığım şu dünyadaki işlerimin yolunda gitmesini sağla! Dönüp varacağım ahiretimi kazanmama yardım et! Hayatım boyunca daha çok hayır yapmama imkân ver! Her türlü kötülükten kurtulmamı sağlayacak bir ölüm nasip et.» (Müslim rivayet etmiştir.) Aynı şekilde şu duasını okumaktır:

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

«Allah'ım! Senin rahmetini umuyorum. Beni göz açıp kapayıncaya kadar bile nefsimle baş başa bırakma ve benim bütün işlerimi düzelt. Senden başka hak ilah yoktur.» (Ebû Dâvud sahih bir senetle rivayet etmiştir.) Kul, dinî ve dünyevî geleceğinin ıslahını içeren bu duayı, temiz bir kalp, halis bir niyetle ve bu uğurda bir gayretle okursa, Allah onun uğruna dua ettiği, umut ettiği ve çaba gösterdiği bu şeyi yerine getirir. Onun derdi, sevinç ve mutluluğa dönüşür.

BÖLÜM

Kulun başına gelen bir musibet geldiğinde, kaygı ve endişelerini gidermede en faydalı yollardan biri de, bu sıkıntıyı hafifletmeye çalışmaktır. Bunun için önce, meselenin ulaşabileceği en kötü ihtimali göz önünde bulundurmalı ve kendisini buna hazırlamalıdır. Bunu yaptıktan sonra, elinden geldiğince sıkıntıyı hafifletmeye gayret etmelidir.

İşte bu hazırlık ve faydalı çaba sayesinde, üzüntü ve kederi ortadan kalkar. Ayrıca, bu çaba hem faydalı şeyleri elde etmeye hem de mümkün olan zararları bertaraf etmeye vesile olur.

Eğer kul, korkuya sebep olan olaylarla, hastalıklarla veya sevdiği şeylerden mahrum kalmasına yol açan fakirlikle karşılaşır, bunu sükûnetle ve kendisini en ağır ihtimallere hazırlayarak karşılamalıdır. Çünkü insanın, başına gelebilecek sıkıntılara karşı kendini alıştırması, onların etkisini hafifletir ve şiddetini azaltır. Özellikle de, elinden geldiğince bu sıkıntılarla mücadele etmeye çalışırsa, hem zihni bu musibetlere takılı kalmaz hem de bu uğurda faydalı bir çaba içinde olur. Ayrıca, sıkıntılara karşı direnme gücünü yenilemeye gayret ederken, Allah'a güvenmeli ve O'na dayanmalıdır. Şüphesiz ki, bütün bunlar insanın gönlünün ferahlamasına ve huzur bulmasına büyük katkı sağlar. Bunun yanında, kul, bu sabrın hem dünyada hem de ahirette büyük bir mükâfat getireceğini umar. Nitekim bu yöntem, tecrübeyle sabit olmuş ve bunu uygulayan pek çok kişi tarafından doğrulanmıştır.

BÖLÜM

Sinirsel kalp hastalıklarının, hatta bedensel hastalıkların bile en büyük tedavi yollarından biri de kalbin güçlü olması, kötü düşüncelerin meydana

getirdiği vehim ve kuruntulardan rahatsızlık duymaması ve onlara tepki vermemesidir. Öfke ve kafa karışıklığı, acı veren sebeplerdendir. Her kim hoşlanılmayan olayların gerçekleşmesinden, sevdiklerinin yok olmasından tasalanırsa, bu durum onu, insanların pek çok zararını gördüğü, kötü etkileri olan endişelere, depresyona, kalp ve bedensel hastalıklara, sinir krizlerine sürükler.

Kalp, Allah'a dayanıp tevekkül ettiğinde, kuruntulara teslim olmayıp, kötü hayallere kapılmadığında, Allah'a güvenip O'nun lütfunu umduğunda endişeler ve üzüntüler ondan uzaklaşır; birçok bedensel ve ruhsal rahatsızlıklar yok olup gider. Böylece kalp, ifade etmenin mümkün olmadığı bir kuvvete, ferahlık ve mutluluğa kavuşur. Nice hastaneler, kuruntu ve bozuk hayallerin etkisiyle doludur. Bu tür şeyler, güç sahibi birçok kişinin kalbini etkilediğı gibi, zayıfların üzerinde de daha büyük etkiler bırakmıştır. Nice insanları akılsızlığa ve deliliğe sürüklemiştir. Sağlıklı olan kişi, Allah'ın kendisini sağlıklı kıldığı, kalbini güçlendiren ve endişesini gideren faydalı sebepleri elde etmek için ortaya koyduğu mücadelesinde kendisine başarı bahşettiğı kişidir. Yüce Allah şöyle buyurmuştur: Kalp, Allah'a dayanıp tevekkül ettiğinde, kuruntulara teslim olmayıp, kötü hayallere kapılmadığında, Allah'a güvenip O'nun lütfunu

umduğunda endişeler ve üzüntüler ondan uzaklaşır; birçok bedensel ve ruhsal rahatsızlıklar yok olup gider. Böylece kalp, ifade etmenin mümkün olmadığı bir kuvvete, ferahlık ve mutluluğa kavuşur. Nice hastaneler, kuruntu ve bozuk hayallerin etkisiyle doludur. Bu tür şeyler, güç sahibi birçok kişinin kalbini etkilediği gibi, zayıfların üzerinde de daha büyük etkiler bırakmıştır. Nice insanları akılsızlığa ve deliliğe sürüklemiştir. Sağlıklı olan kişi, Allah'ın kendisini sağlıklı kıldığı, kalbini güçlendiren ve endişesini gideren faydalı sebepleri elde etmek için ortaya koyduğu mücadelesinde kendisine başarı bahşettiği kişidir. Yüce Allah şöyle buyurmuştur:

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

(Kim Allah'a tevekkül ederse, O kendisine yeter.) (Talâk Suresi: 3. Ayet) Yani, onun din ve dünya işleriyle ilgili önem verdiği her şeye yetecektir.

Allah'a güvenen kimsenin kalbi güçlüdür, kuruntular onu etkilemez ve meydana gelen hadiselerden rahatsız olmaz. Çünkü bu durumun nefsin zaafından biri olduğunu, zayıflığından ve hakikati olmayan korkularından kaynaklandığını bilir. Aynı şekilde Allah'ın kendisine tevekkül eden kimseye tam anlamıyla yeterli geleceğini garanti ettiğini de bilir. Dolayısıyla Allah'a tevekkül eder ve

vaadiyle huzur bulur. Böylece endişesi ve kaygısı ortadan kalkar. Zorluğu kolaylıkla, üzüntüsü neşeye ve korkusu güvene dönüşür. Bu yüzden, Yüce Allah'tan esenlik diler, bize güçlü ve kararlı bir kalp ve tam bir güven bahşetmesini niyaz ederiz. Çünkü Allah, tevekkül edenlere her türlü hayrı vaat etmiş ve her türlü kötülükten ve zarardan onları koruyacağını bildirmiştir.

BÖLÜM

13 - Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem- şöyle buyurmuştur:

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

«Mümin bir erkek, (eşi olan) Mümin bir kadına nefret beslemesin. Onun bir huyundan hoşlanmasa da, bir başka huyundan hoşlanır.» (Müslim rivayet etmiştir.)

Hadiste son derece önemli iki faydalı bilgi vardır:

Bunlardan birincisi: Eşinize, akrabunuza, arkadaşunuza, iş arkadaşunuza, ilişki ve bağlantı içinde olduğunuz insanlara nasıl davranmanız gerektiğine dair bir rehberliktir. Öncelikle karşınızdakinde muhakkak bir kusur, eksiklik veya hoşlanmadığınız bir şey olduğu gerçeğini kabullenmelisiniz. Onun olumsuz bir yönüyle karşılaştığınız zaman ise, bunu aranızdaki iletişimi güçlendirmek ve sevgi ilişkisini devam ettirmek

için üzerinize düşen sorumluluklarınız veya gereksinim duyduğunuz şeylerle kıyaslamalısınız. Onun iyi yönlerini, özel ve genel faydalarını hatırlayarak değerlendirmelisiniz. İşte, bu kusurları görmezden gelme ve güzel yönleri göz önünde bulundurma sayesinde dostluk ve ilişki devam eder, huzur sağlanır ve siz de rahat edersiniz.

İkinci faydalı bilgi ise; endişe ve kaygının ortadan kalkması, gönül huzurunun devam etmesi, zorunlu veya gönüllü sorumlulukların yerine getirme konusunda istikrarın sağlanmasıdır. Kim, Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem-'in bildirdiği bu asıla uymaz, aksine meseleyi tersine çevirerek yalnızca kötü yönleri odaklanır ve güzelliklere gözlerini kaparsa, o kişi mutlaka kaygıya kapılır, mutlaka ilişkilerinde sıkıntılar yaşar. Bu durumda, kendisi ile bağlantısı olan kimselerle arasındaki sevgi azalır ve her birinin koruması gereken birçok hak zedelenir.

Yüksek irade sahibi birçok insan, felaketler ve sıkıntılar meydana geldiğinde sabırlı olmaya ve iç huzurlarını bozmamaya kendilerini yönlendirirler. Fakat önemsiz, basit meseleler söz konusu olduğunda endişelenirler ve huzurları bozulur. Bunun sebebi, büyük meselelere karşı kendilerini hazırlamış, ancak küçük meseleleri göz ardı etmiş olmalarıdır. Böylece önemsiz küçük meseleler

onlara zarar vermiş ve rahatlarını kaçırmıştır. Akıllı kişi kendisini büyük ve küçük sıkıntılara karşı hazırlar ve bunlara dair, Allah'tan onu bir göz açıp kapayıncaya kadar dahi kendi haline bırakmamasını isteyerek yardımına başvurur. İşte o zaman, büyük sıkıntılar kendisine kolay geldiği gibi, küçük sıkıntılar da ona kolay gelir. Böylece kendisi huzurlu, kalbi sakin ve rahat kalmaya devam eder.

BÖLÜM

Akıllı insan; gerçek hayatın mutluluk, huzur dolu bir hayat olduğunu ve bunun çok kısa olduğunu bilir. Bu nedenle, endişe ve sıkıntılara kapılarak ömrünü harcamaz. Çünkü böyle yapmak, gerçek bir hayatla çelişir. O halde insan, hayatının büyük bir kısmının hüznü ve sıkıntılar içinde boşa gitmesine izin vermemelidir. Bu konuda salih kişi ile günahkâr kişi arasında bir fark yoktur. Fakat Mümin, bu anlayışı en iyi şekilde kavrayan hem dünyada hem de ahirette bundan en fazla istifade eden kişidir.

Aynı şekilde bir musibet ile karşılaştığında veya bir şeyden korktuğunda sahip olduğu dini ve dünyevi diğer bütün nimetleri, başına gelen bu musibetle kıyaslar. Bu kıyaslama durumunda, içinde bulunduğu nimetlerin ne kadar çok olduğunu ve başına gelen sıkıntıların ise ne kadar

önemsiz kaldığını açıkça görecektir. Aynı şekilde bir musibet ile karşılaştığında veya bir şeyden korktuğunda sahip olduğu dini ve dünyevi diğer bütün nimetleri, başına gelen bu musibetle kıyaslar. Bu kıyaslama durumunda, içinde bulunduğu nimetlerin ne kadar çok olduğunu ve başına gelen sıkıntıların ise ne kadar önemsiz kaldığını açıkça görecektir.

Ayrıca kendisine bir zararın gelmesinden korktuğu olasılığı, ondan selamette olacağı birçok olasılıkla karşılaştırır. Böylece zayıf olasılığın birçok güçlü olasılığın önüne geçmesine izin vermez. Dolayısıyla endişesi ve korkusu kaybolur. İhtimaller arasında başına gelebilecek en büyük olasılığı tasavvur eder. Böylece eğer böyle bir şey başına gelirse de buna hazırlıklı olur. Başına gelmemiş olanı engellemeye ve başına gelmiş olanı ortadan kaldırmaya veya hafifletmeye çalışır.

İnsanların, özellikle kötü sözler söylemek suretiyle size verdiği sıkıntıların aslında size zarar vermediğini, aksine onlara zarar verdiğini bilmek de faydalıdır. Tabi ki sizin de bunlarla meşgul olup duygularınızı kontrol etmesine izin vermediğiniz sürece. Bu durumda size de onlara zarar verdiği gibi zarar verecektir. Eğer bunları önemsemezseniz size hiç bir zarar vermeyecektir. İnsanların, özellikle kötü sözler söylemek suretiyle size verdiği sıkıntıların aslında size zarar vermediğini, aksine

onlara zarar verdiğini bilmek de faydalıdır. Tabi ki sizin de bunlarla meşgul olup duygularınızı kontrol etmesine izin vermediğiniz sürece. Bu durumda size de onlara zarar verdiği gibi zarar verecektir. Eğer bunları önemsemezseniz size hiç bir zarar vermeyecektir.

Hayatınızın düşüncelerinize bağlı olduğunu bilin. Eğer bunlar dinde veya bu dünyada size fayda sağlayan düşüncelerse, hayatınız iyi ve mutlu olur. Aksi halde ise tam tersi olur. Hayatınızın düşüncelerinize bağlı olduğunu bilin. Eğer bunlar dinde veya bu dünyada size fayda sağlayan düşüncelerse, hayatınız iyi ve mutlu olur. Aksi halde ise tam tersi olur.

Endişeleri gidermenin en faydalı yollarından biri de, yaptığınız işlerin karşılığını yalnızca Allah'tan beklemeye kendinizi alıştırmmanızdır. Üzerinizde hakkı olan veya olmayan herhangi birine bir iyilik yaptığınızda, şunu bilin ki aslında bu sizinle Allah arasında olan bir alışveriştir. Bu yüzden kendisine iyilikte bulunduğu kimsenin teşekkür edip etmemesine aldırmayın! Zira Allah Teâlâ seçkin kulları hakkında şöyle buyurmuştur: Endişeleri gidermenin en faydalı yollarından biri de, yaptığınız işlerin karşılığını yalnızca Allah'tan beklemeye kendinizi alıştırmmanızdır. Üzerinizde hakkı olan veya olmayan herhangi birine bir iyilik yaptığınızda, şunu bilin ki aslında bu sizinle Allah

arasında olan bir alışveriştir. Bu yüzden kendisine iyilikte bulunduğu kimsenin teşekkür edip etmemesine aldırmayın! Zira Allah Teâlâ seçkin kulları hakkında şöyle buyurmuştur:

﴿إِنَّمَا نَطْعُمُكُمْ لَوَجْهِهِ اللَّهُ لَا نُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلَا شُكْرًا ۝ ۹﴾

(Biz size ancak Allah'ın yüzü için yediriyoruz. Sizden ne bir karşılık, ne de bir teşekkür bekliyoruz.) (İnsan Suresi: 9. Ayet)

Bu durumu, aileniz ve çocuklarınıza olan ilişkileriniz ve onlarla olan bağınızın gücü de doğrulamaktadır. Kötülüğü onlardan uzaklaştırmaya karar verdiğiniz her zaman, siz huzur bulmuş olursunuz ve onlar da huzur bulurlar. Rahatın bir diğer sebebi de, faziletleri benimseyip uygularken bunu içten bir istekle yapmaktır; zorlamaya girip kendini sıkıntıya sokmak ise seni başarıya ulaştırmaz, aksine geri dönüp faziletten mahrum kalmana sebep olur. Hikmet gereği sıkıntılı görünen durumları saf ve tatlı hale getirmeyi bilmektir. Böylece nimetlerin tadı daha da artar sıkıntılar ortadan kalkar.

Faydalı işleri daima göz önünde bulundurmalı ve onları gerçekleştirmek için çalışmalısın. Üzüntü ve kederi getiren sebeplerden uzak kalmak için de zararlı işlere iltifat etmemelisin. Ayrıca önemli işlere odaklanmak için dinlenmekten ve zihnini toplamaktan da destek almalısın. Faydalı işleri

daima göz önünde bulundurmalı ve onları gerçekleştirmek için çalışmalısın. Üzüntü ve kederi getiren sebeplerden uzak kalmak için de zararlı işlere iltifat etmemelisin. Ayrıca önemli işlere odaklanmak için dinlenerek ve zihnini toplayarak (kendi kendine) destek almış olursun.

Faydalı şeylerden biri de, meseleleri zamanında hallederek kendinize gelecekte boş vakit ayırmaktır. Çünkü meseleler çözülmezse, önceki meselelerin geri kalanı üzerinize yığılacak ve sonraki meseleler de onlara eklenerek yükleri iyice ağırlaşacaktır. Eğer her şeyi vaktinde çözerseniz, gelecekteki meselelerinize daha güçlü bir zihin ve daha büyük bir enerjiyle yaklaşabilirsiniz. Faydalı şeylerden biri de, işleri zamanında hallederek kendine gelecekte boş vakit ayırmaktır. Çünkü işler çözülmezse, öncekilerin geri kalanı üzerinize yığılacak ve sonraki işler de onlara eklenerek yükleri iyice ağırlaşacaktır. Eğer her şeyi vaktinde çözerseniz, gelecekteki işlere daha güçlü bir zihin ve daha büyük bir enerjiyle yaklaşabilirsiniz.

Aynı şekilde faydalı işlerin arasında en önemlisini seçmelisin. Aynı zamanda neye daha çok ilgi duyduğunu ve gönlünün neye yöneldiğini de dikkate almalısın. Çünkü bunun aksine hareket etmek rahatsızlık, bıkkınlık ve sıkıntıya sebep olur. Bu konuda sağlam düşünceye ve istişareye başvurmalısın. Zira istişare eden asla pişman

olmaz. Ayrıca yapmak istediğin Şeyi dikkatlice araştırarak incelemelisin. Eğer faydalı olduğuna kanaat getirir ve karar verirsen, artık Allah'a güven.      Allah, kendisine güvenenleri sever. Aynı Şekilde faydalı işlerin arasında en önemlisini seçmelisin. Aynı zamanda neye daha çok ilgi duyduğunu ve gönlünün neye yöneldiğini de dikkate almalısın.      bunun aksine hareket etmek rahatsızlık, bıkkınlık ve sıkıntıya sebep olur. Bu konuda sağlam düşünceye ve istişareye başvurmalısın. Zira istişare eden asla pişman olmaz. Ayrıca yapmak istediğin Şeyi dikkatlice araştırarak incelemelisin. Eğer faydalı olduğuna kanaat getirir ve karar verirsen, artık Allah'a güven.      Allah, kendisine güvenenleri sever.

Hamt,  lemlerin Rabbi olan Allah'a mahsustur.

Allah; Efendimiz Muhammed'e, ailesine ve ashabına salat ve selam etsin.

Fihrist

Mutlu Bir Hayat İçin Faydalı Yollar	2
Mutlu Bir Hayat İçin Faydalı Yollar	2
Yazar	2
Abdurrahman b. Nasır es-Sa'dî (Allah ona rahmet etsin)	2
Yazarın Önsözü	2
BÖLÜM	3
BÖLÜM	11
BÖLÜM	15
BÖLÜM	17
BÖLÜM	19
BÖLÜM	20
BÖLÜM	23
BÖLÜM	25