

ملخص كتاب
الوسائل المفيدة للحياة السعيدة

ટૂંકું પુસ્તક

સૂખી જીવન માટેના ફાયદાકારક ઉપાયો

લેખક : અબ્દ અલ-રહેમાન બિન નાસિર અલ-સાદી (અલ્લાહ તેમના પર રહેમ કરે) (1307-1376 હિજરી) તે તેમના સમયના પ્રખ્યાત વિદ્વાનો અને સંશોધન વિદ્વાનોમાંના એક હતા.

પુસ્તક લખવાનું કારણ : જ્યારે તે 1373 હિજરીમાં સારવાર માટે લેબનોન ગયા અને ત્યાં તેમણે ડેલ કાર્નેગી નામ ના લેખકનું એક પુસ્તક વાંચ્યું જેનું શિર્ષક હતું "તમારી ચિંતાઓ છોડી દો અને જીવન શરૂ કરો." આ પુસ્તક તેમને ખૂબજ પસંદ આવ્યું. તે પુસ્તકને ધ્યાનમાં રાખીને તેમણે આ પુસ્તક તૈયાર કર્યું.

(1) અલ્લાહ પર ઈમાન અને સારા કાર્યો:

ઈમાન આપણને ધીરજ, સંતોષ અને અલ્લાહે જે કંઈ આપ્યું છે તેમાં સંતોષ શિખવે છે.

(2) પોતાને કોઈ કામમાં અથવા ઉપયોગી જ્ઞાન મેળવવામાં વ્યસ્ત રાખવું:

જે હૃદયને વિચારોથી મુક્ત કરે છે.

(3) આજ ના કામમાં તમારા મનને લગાવો:

જે વિતી ગયું છે તેના પર ગમ ન કરો અને ભવિષ્યમાં શું થશે તેની ચિંતા ન કરો. આપણા

(4) વાણી અને કાર્યોમાં બીજાઓ પ્રત્યે દયાળુ બનો :

ભલાઈ કરવાથી ભલાઈ આવે છે અને બૂરાઈ દૂર થાય છે

(5) અલ્લાહનો વારંવાર ઝિક્ર કરો : અલ્લાહનો ઝિક્ર હૃદયને સુફૂન આપે છે

(6) અલ્લાહે અતા કરેલ નેઅમતોને યાદ કરો :

જે દિલમાં શુક પેદા કરે છે અને દુઃખ ભૂલી જવાય છે.

(7) જેઓ તમારા કરતા ઓછા સુખી સંપન્ન છે તેમને જૂઓ:

જે તમારામાં અલ્લાહ નો શુક કરવા ની ભાવના પેદા કરે છે અને તમારા દુઃખ અને ચિંતાને દૂર કરે છે.

(8) ભૂતકાળને ભૂલી જાઓ:

ભૂતકાળ પાછો લાવી શકાતો નથી. તે વિશે વિચારવું ગાંડપણ છે.

(9) અલ્લાહને દુઆઓ કરવી :

એક હદીસમાં દર્શાવ્યા મુજબ આ દુનિયા અને આખિરતની સુધારણા માટે દુઆઓ કરવી

(10) સૌથી ખરાબની અપેક્ષા રાખો:

મુસીબતના સમય સૌથી ખરાબ ની અપેક્ષા રાખવી કારણ કે આનાથી તે મુસીબત હલકી લાગશે જ્યારે તે આવશે. જ્યારે મુસીબત આવી જાય ત્યારે તેને ઓછી કરવા માટે પૂરેપૂરી કોશિશ કરવી જોઈએ

(11) તમારી જાતને ભ્રમણા અને વિચારોમાં ન છોડો:

ભ્રમણા ખરાબ વિચારોને જન્મ આપે છે અને તેમાંથી અનિચ્છનીય વસ્તુઓ થાય છે અને તે બધી સમસ્યાઓ અને રોગોનું કારણ બને છે.

(12) હૃદયનો ભરોસો અલ્લાહ પર છે :

અને જે અલ્લાહ પર ભરોસો રાખે છે તે તેના માટે પૂરતો છે

(13) બીજાની ભૂલો સહન કરવી અને તેમની હેરાનગતિ પ્રત્યે ધીરજ રાખવી.:

દરેક મનુષ્યમાં કોઈને કોઈ ખામી કે ઉણપ અથવા કંઈક એવું હોય છે જે બીજાને ગમતું નથી.તેથી તેની બીજી સારી બાજુઓ જુઓ.

(14) તમારી જાતને નાની નાની બાબતોમાં વ્યસ્ત ન રાખો :

જો તમે તમારી જાતને આગળ મોટી તકલીફો માટે તૈયાર કરી હશે, તો પછી નાની બાબતો પ્રથમ પ્રાથમિકતામાં દૂર થઈ જશે.

(15) જીવન ટૂંકું છે :

વાસ્તવિક જીવન ટૂંકું છે પણ સુખી અને સંતુષ્ટ છે ભ્રમ અને અપ્રિય વિચારોથી તેને વધારે ટૂંકું ન કરો.

(16) ઘણી ચિંતાઓ વાસ્તવિકતામાં ભ્રમણા છે :

ઘણી ખલેલ પહોંચાડે તેવી બાબતો બનતી નથી, તેથી નબળી સંભાવનાને મજબૂત સંભાવના પર હાવી ન કરો.

(17) લોકોની વેદનાની ચિંતા કરશો નહીં :

લોકોની પીડા તેમની પોતાની છે.જો તમે તેમની વેદના વિશે પોતાને વ્યસ્ત કરી લેશો તો તમને નકશાન થશે.

(18) તમારું જીવન તમારી ચિંતાઓને આધીન છે :

જો તમારી ચિંતાઓ આ દુનિયા કે પરલોકના હિતની છે, તો તમારું જીવન શુદ્ધ અને સુખી છે, જો નહીં, તો મામલો ઊંઘો છે.

(19) લોકો તમારો આભાર માને તેની રાહ ન જુઓ :

જો તમે કોઈ હકદાર કે હકદાર નથી તેવા વ્યક્તિ પર અહેસાન કરો છો તો તમારો મામલો અલ્લાહ સાથે છે તો તેમના આભાર ન માનવા ની પરવા ન કરો.

(20) તમારી જાતને એવી બાબતોમાં વ્યસ્ત રાખો કે જેનાથી તમને ફાયદો થાય :

નકામી વસ્તુઓ દુઃખ અને મુશ્કેલી લાવે છે લાભદાયી પ્રવૃત્તિઓમાં તમારી જાતને વ્યસ્ત રાખો.

(21) કામ સમયસર કરો :

જો તમે આ નહીં કરો તો અગાઉનું કામ અને આવનારું કામ એકઠું થઈ જશે અને તમને વ્યસ્ત રાખશે.

(22) જરૂરિયાત મુજબ કામનું આયોજન કરો :

જે કામ સૌથી મહત્વપૂર્ણ હોય તે પહેલાં શરૂ કરો અને તમને જે ગમે તે કાર્યથી પ્રારંભ કરો જેથી તમને કંટાળો ન આવે અને સલાહ લો કારણ કે સલાહ લેનાર શરમિંદા નથી થતો.