

ملخص كتاب  
الوسائل المفيدة للحياة السعيدة

സൗഭാഗ്യ ജീവിതത്തിന് ഉപകാരപ്രദമായ മാർഗ്ഗങ്ങൾ  
(എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിന്റെ സംഗ്രഹം)

ഗ്രന്ഥകാരൻ:

അബൂറഹ്മാൻ ബ്നു നാസിർ അസ്സുഅദി

(ഹിജ്റ 1307 - 1376)

അദ്ദേഹത്തിന്റെ കാലത്തിലെ വലിയ മുസ്ലിം പണ്ഡിതരിലും, സൂക്ഷ്മജ്ഞാനികളായ ഇമാമിങ്ങളിലും പെട്ട ആളായിരുന്നു അദ്ദേഹം.

المؤلف:  
عبد الرحمن بن ناصر  
الشعدي 1307-  
1376 هـ. من أبرز  
علماء المسلمين  
في عصره. واحد  
الأئمة المحققين.

ഗ്രന്ഥം രചിക്കാനുള്ള കാരണം

1973 ഇൽ ശൈഖ് ചികിത്സാവശ്യമല്ലാത്ത ലബ്ബാനിൽ യാത്ര പോയപ്പോൾ 'വിഷമം വെടിഞ്ഞ് ജീവിതം തുടങ്ങൂ' എന്ന അമേരിക്കക്കാരനായ ദിൽ കാർനീജി എന്നയാളുടെ പുസ്തകം വായിക്കുകയും അത് ഇഷ്ടമാവുകയും ചെയ്തു. അതിന്റെ വെളിച്ചത്തിലാണ് ഈ ഗ്രന്ഥം രചിച്ചത്.

سبب التأليف:  
لما سافر الشيخ إلى  
لبنان في رحلة علاجية  
عام 1373 هـ. قرأ هناك  
كتاب (دع القلق وابدأ  
الحياة) للكتاب  
الأمريكي ديل كارنيجي.  
فأعجب به، وألف على  
ضوئه هذا الكتاب.

1- അല്ലാഹുവിലുള്ള വിശ്വാസവും സൽകർമവും  
വിശ്വാസം അല്ലാഹു നൽകിയതിൽ ക്ഷമിക്കുന്നതിലേക്കും തൃപ്തിപ്പെടുന്നതിലേക്കും  
മനസ്സുതൃപ്തിയടയുന്നതിലേക്കും നയിക്കുന്നു.

1  
الإيمان بالله تعالى  
والعمل الصالح  
فالإيمان يقود إلى الصبر  
والرضا والشفاعة بما قسم  
الله.

2- വാക്ക് കൊണ്ടും പ്രവർത്തനം കൊണ്ടും സൃഷ്ടികളിലേക്ക് നന്മ ചെയ്യൽ.  
നന്മ നല്ലത് വരുത്തുകയും തിന്മയെ തടയുകയും ചെയ്യുന്നു.

2  
الإحسان إلى الخلق  
بالتقوى والفعل  
مماخير بحسب الخير ويدفع  
الفسن.

3- കർമം കൊണ്ടും ഉപകാര പ്രദമായ അറിവ് കൊണ്ടും വ്യാപൃതമാകൽ  
നിനക്ക് വിഷമമുണ്ടാക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾ ചിന്തിക്കുന്നതിൽ നിന്ന് അത് ഹൃദയത്തെ  
അശ്രദ്ധമാക്കുന്നു.

3  
الاشتغال  
يعمل أو علم نافع  
فهو ينهي القلب عن  
التفكير فيما يقلق.

4- ഇന്നത്തെ കർമവുമായി ചിന്തയെ വ്യാപൃതമാക്കൽ  
കഴിഞ്ഞു പോയതിൽ നീ ദുഃഖിക്കരുത്, വന്ന് ദുഃഖിക്കുന്നതിൽ നീ  
മനഃപ്രയാസമുള്ളവനാവുകയും ചെയ്യരുത്. നബി ﷺ മനഃപ്രയാസത്തിൽ നിന്നും  
ദുഃഖത്തിൽ നിന്നും രക്ഷ ചോദിക്കാനുണ്ടായിരുന്നു.

4  
إشغال الفكر بعمل  
اليوم  
فلا تجزن عما مضى ولا  
تهتم بما سيأتي. فقد كان  
النبي ﷺ يستعيد بالله من  
الهم والتجزن.

5- അല്ലാഹുവിനെ സ്മരിക്കൽ വർദ്ധിപ്പിക്കൽ  
അല്ലാഹുവിനെ ഓർക്കൽ ഹൃദയത്തിന് ശാന്തിയും സമാധാനവും നൽകും.

5  
الإكثار من ذكر الله  
تعالى  
فذكر الله يجلب الطمأنينة  
والسكينة للقلب.

6- അല്ലാഹുവിന്റെ പ്രത്യക്ഷവും പരോക്ഷവുമായിട്ടുള്ള അനുഗ്രഹങ്ങളെ എണ്ണൽ അത് നന്ദി കാണിക്കാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുകയും മനഃപ്രയാസത്തെ മറപ്പിക്കുകയും ചെയ്യും.



7- നിന്നേക്കാൾ താഴെയുള്ളവരിലേക്ക് നോക്കൽ നീ ഇപ്പോൾ ഉള്ള അവസ്ഥക്ക് സ്മൃതി പറയുന്നതിലേക്ക് അത് നയിക്കും. നിന്റെ ദുഃഖത്തെയും മനഃപ്രയാസത്തെയും അത് നീക്കുകയും ചെയ്യും.



8- കഴിഞ്ഞത് മറക്കൽ കഴിഞ്ഞു പോയത് തിരിച്ചെടുക്കാൻ സാധിക്കുകയില്ല. അതുമായി വ്യാപൃതമാകൽ പാഴായതും മണ്ടത്തരവുമാണ്.



9- അല്ലാഹുവിനോട് പ്രാർത്ഥിക്കൽ ഹദീസിൽ വന്നത് പോലെ, തന്റെ മത- ഭൗതിക- പാരത്രിക കാര്യങ്ങൾ നന്നാക്കാൻ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നത് പോലെ.



10- ഏറ്റവും മോശം സാഹചര്യം കണക്കാക്കൽ ഒരു വിപത്ത് വന്നാൽ അത് ഏറ്റവും മോശം സാഹചര്യമായി കണക്കാക്കണം. അത് വിപത്ത് വരുമ്പോൾ അതിനെ ലളിതമാക്കും. വിപത്ത് വന്നാൽ അത് ലഘൂകരിക്കാൻ കഴിവിന്റെ പരമാവധി പരിശ്രമിക്കണം.



11- മിഥ്യാധാരണകളിലും ഭാവനകളിലും അകപ്പെടരുത് മിഥ്യാധാരണകൾ നിനക്ക് മോശം ചിന്തകൾ ഉണ്ടാക്കും, അത് മോശമായവ സംഭവിക്കുകയും ചെയ്യും. മനഃപ്രയാസങ്ങൾക്കും രോഗങ്ങൾക്കും കാരണമാണത്.



12- ഹൃദയം അല്ലാഹുവിൽ അവലംബിക്കലും അവന് മേൽ ഭരമേൽപ്പിക്കലും (ആദ് അല്ലാഹുവിൽ ഭരമേൽപ്പിക്കുന്നുവോ അവന് അല്ലാഹു മതിയായവനാകുന്നു.)



13- മറ്റുള്ളവരുടെ തെറ്റുകളെ സഹിക്കുകയും അവരുടെ ഉപദ്രവങ്ങളിൽ ക്ഷമിക്കുകയും ചെയ്യൽ എല്ലാ മനുഷ്യരിലും ന്യൂനതകളും, കുറവുകളും, നീ വെറുക്കുന്നതായ കാര്യങ്ങളും ഉണ്ടാകും. ആയതിനാൽ നീ അവന്റെ നല്ല വശത്തിലേക്ക് നോക്കുക.



14- നിസ്സാര കാര്യങ്ങളിൽ ഇടപെടാതിരിക്കുക ദുരന്തങ്ങളും വലിയ കാര്യങ്ങളും സഹിക്കാൻ മനസ്സിനെ പാകപ്പെടുത്തുന്ന പോലെ നിസ്സാര കാര്യങ്ങളിൽ നിന്ന് വിട്ടു നിൽക്കാനും മുൻഗണന നൽകേണ്ടതാണ്.



15- ജീവിതം ചുരുങ്ങിയ കാലമാണ് യഥാർത്ഥത്തിലുള്ള ജീവിതം - ചുരുങ്ങിയതാണെങ്കിലും - സൗഭാഗ്യവും സമാധാനവുമുള്ളതാണ്. അതിനെ ധാരാളമായി മനഃപ്രയാസം കൊണ്ടും, ദുഃഖങ്ങൾ വലിച്ചിഴച്ച് കൊണ്ടും ന്യൂനതയുള്ളതാക്കരുത്.



16- അധികം വിഷമത്തിനും മനഃപ്രയാസത്തിനും ഒരു യാഥാർത്ഥ്യവുമില്ല. വിഷമം ഉണ്ടാക്കിയ ധാരാളം കാര്യങ്ങളും സംഭവിച്ചിട്ടില്ല, ആയതിനാൽ ദുർബലമായ സാഹചര്യങ്ങൾ ധാരാളം ശക്തമായ സാഹചര്യങ്ങളെ അതിജയിക്കാൻ നീ വിടരുത്.



17- ജനങ്ങളുടെ ഉപദ്രവങ്ങളിൽ അസ്വസ്ഥനാകരുത്. ജനങ്ങളുടെ ദ്രോഹം അവർക്ക് തന്നെയാണ് ദ്രോഹമായിട്ടുള്ളത്, നീ അവയുമായി വ്യാപൃതമായാൽ അവ അവർക്ക് ദ്രോഹമായത് പോലെ നിനക്കും ദ്രോഹമാകും.



18- നിന്റെ ജീവിതം നിന്റെ ചിന്തകളെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു. ചിന്തകൾ നിനക്ക് ദീനീനോ, ദുർബ്ബലനോ ഉള്ള ഗുണം നൽകുന്നതാണെങ്കിൽ നിന്റെ ജീവിതം നല്ലതും സൗഭാഗ്യമുള്ളതുമാണ്, ഇല്ലെങ്കിൽ ഫലം വിപരീതമാണ്.



19- ജനങ്ങളിൽ നിന്ന് നീ നന്ദി പ്രതീക്ഷിക്കരുത്. നീ നിനക്ക് കടമയുള്ളവരോടോ അല്ലാത്തവരോടോ നന്മ ചെയ്താൽ അത് അല്ലാഹുവുമായിട്ടുള്ള നിന്റെ ഒരു ഇടപാടാണ്. അതിന് അവരിൽ നിന്ന് നന്ദി ലഭിക്കാത്തത് നീ പരിഗണിക്കേണ്ടതില്ല.



20- നിനക്ക് ഗുണം ലഭിക്കുന്നതിൽ നീ നിന്റെ മനസ്സിനെ വ്യാപൃതമാക്കുക. ദ്രോഹമുള്ള കാര്യങ്ങൾ മനഃപ്രയാസവും ദുഃഖവും കൊണ്ട് വരും, ആയതിനാൽ ഉപകാരപ്രദമായ കാര്യങ്ങൾ കൊണ്ട് നീ അല്ലാഹുവിനോട് സഹായം തേടുക.



21- കർമ്മങ്ങൾ സമയബന്ധിതമായി പൂർത്തിയാക്കുക. കർമ്മങ്ങൾ സമയത്തിന് പൂർത്തിയാക്കിയിട്ടില്ലെങ്കിൽ മുമ്പത്തെ കർമ്മങ്ങൾ വരാനിരിക്കുന്നവയോട് ചേരുകയും അത് നിന്നെ തിരക്കുള്ളതാക്കുകയും ചെയ്യും.



22- മുൻഗണനാക്രമം പാലിക്കുക. ഏറ്റവും പ്രാധാന്യമുള്ളത് ആദ്യം പിന്നെ അടുത്തത് എന്ന വിധം തുടങ്ങുക, നിനക്ക് മടുപ്പും വിരസതയും ഉണ്ടാവാതിരിക്കാൻ നിന്റെ മനസ്സിന് താൽപര്യമുള്ളത് നീ തെരഞ്ഞെടുക്കുക. കൂടിയാലോചന നടത്തുക, കൂടിയാലോചന നടത്തിയവൻ വേദിക്കുകയില്ല.

