رئاسة الشؤون الدينية
بالمسجد الحرام والمسجد النبوي

தமிழ் | تاميلي | الوَسَائِلُ المُفِيْدَةُ لِلحَيَاةِ السَّعِيْدَةِ

மகிழ்ச்சியான வாழ்வுக்கான பயனுள்ள வழிமுறைகள்

தொகுப்பு
அஷ்ஷேக் அப்துர்ரஹ்மான் இப்னு
நாஸிர் அஸ்ஸஃதீ (ரஹ்)

ⓗ جمعية خدمة المحتوى الإسلامي باللغات ، ١٤٤٧هـ

السعدي ، عبدالرحمن
الوسائل المفيدة للحياة السعيدة - تاميلي. / عبدالرحمن
السعدي - ط١. .- الرياض ، ١٤٤٧هـ
٥١ ص ؛ ..سم

رقم الإيداع: ١٤٤٧/١٧٩٨٨
ردمك: ٠-٢٤٠-٥١٧-٦٠٣-٩٧٨

الوَسَائِلُ المُفِيْدَةُ لِلحَيَاةِ السَّعِيْدَةِ

மகிழ்ச்சியான வாழ்வுக்கான பயனுள்ள வழிமுறைகள்

الشَّيْخُ عَبْدُ الرَّحَمَنِ بْنُ نَاصِرٍ السَّعْدِيُّ

رَحِمَهُ اللهُ

தொகுப்பு

அஷ்ஷேக் அப்திர்ரஹ்மான் இப்னு நாஸிர் அஸ்ஸஃதீ (ரஹ்)

بِسْمِ اللهِ الرَّحمَنِ الرَّحِيمِ

மகிழ்ச்சியான வாழ்வுக்கான பயனுள்ள வழிமுறைகள்

தொகுப்பு

அஷ்ஷேக் அப்திர்ரஹ்மான் இப்னு நாஸிர் அஸ்ஸஃதீ (ரஹ்)

முன்னுரை

சர்வ புகழுக்கும் உரித்தானவனான அல்லாஹ்வுக்கே புகழனைத்தும்! அல்லாஹ்வைத் தவிர உண்மையாக வணங்கப்படத்தகுதியான இறைவன் வேறு எவரும் இல்லை என்றும், அவனுக்கு இணைகிடையாது என்றும் சாட்சி கூறுகிறேன். மேலும் நபி முஹம்மத் ஸல்லல்லாஹு அலைஹி வஸல்லம் அவர்கள் அவனின் அடியாரும் தூதருமாவார் என்றும் சாட்சி கூறுகிறேன். அவர்களின் மீதும், அவர்களின் குடும்பத்தார் மற்றும் தோழர்கள் மீதும் ஸலாத்தும் ஸலாமும் உண்டாவதாக.

பிறகு, உள்ளம் அமைதியாகவும்,

நிம்மதியாகவும், மகிழ்ச்சியாகவும் இருப்பதுடன், அதன் கவலைகள் மற்றும் துயரங்கள் நீங்கி இருப்பதென்பது ஒவ்வொருவருக்கும் தேவைப்படும் ஒன்று. அதன் மூலமே நல்ல வாழ்க்கை கிடைக்கின்றது. மகிழ்ச்சி மற்றும் ஆனந்தம் பரிபூரணம் பெறுகின்றது. இதற்கு மார்க்க ரீதியான, இயல்பு ரீதியான, மற்றும் செயல்முறை ரீதியான பல்வேறு காரணங்கள் உள்ளன. இவை அனைத்தும் ஒருங்கிணைந்து கிடைப்பது விசுவாசிகளுக்கு மட்டுமே சாத்தியம். மற்றவர்களைப் பொறுத்தவரை, அவர்களில் உள்ள அறிவாளிகள் பாடுபட்டு சில காரணிகளை சில விதங்களில் அடைந்துகொண்டாலும், அவற்றை விட எதிர்காலத்திலும் நிகழ்காலத்திலும் நிலையான, பயனுள்ள, அழகான வேறு பல வழிகளில் அவை அவர்களுக்குத் தப்பிச் செல்கின்றன.

எனினும், எனது இந்த நூலில், எல்லோரும் பாடுபடும் இந்த உயர்ந்த நோக்கத்திற்கான காரணங்களில், எனது நினைவில் வருபவற்றைக்

குறிப்பிடுகின்றேன்.

அவர்களில் சிலர் அவற்றில் அதிகமானவற்றை அடைந்து, மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கையை வாழ்ந்தார்கள். அது நல்ல ஒரு வாழ்க்கை. வேறு சிலர், அவையனைத்திலும் தோல்வியடைந்து, துன்பமான வாழ்க்கையை வாழ்ந்தார்கள். அது நட்டமான ஒரு வாழ்க்கை. மேலும் சிலர், அவர்கள் அருள்பாலிக்கப்பட்ட அளவுக்கு ஏற்ப, அவ்விரண்டுக்கும் இடைப்பட்ட நிலையில் உள்ளனர், அல்லாஹ்வே எல்லா நன்மைகளையும் அடையவும், எல்லா தீமைகளையும் தவிர்க்கவும் துணைநிற்பவன், அருள் புரிபவன்.

பிரிவு : ஈமான் மற்றும் நற்செயல்கள்

அதற்கான காரணிகளில், மிக முக்கியமானதும், தலையானதும், அடிப்படையானதும், ஈமானும் நல் அமல்களும் ஆகும், அல்லாஹ் கூறுகின்றான்:

﴿مَنْ عَمِلَ صَٰلِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُۥ حَيَوٰةً طَيِّبَةً ۖ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا۟ يَعْمَلُونَ ﴿٩٧﴾﴾

ஆண்; அல்லது, பெண்களில் எவர்கள் நம்பிக்கை கொண்டவர்களாக இருக்கும் நிலையில் நல்லதை செய்வார்களோ நிச்சயம் நாம் அவர்களை நல்ல வாழ்க்கை வாழச் செய்வோம். இன்னும், அவர்கள் செய்து கொண்டிருந்தவற்றில் மிக அழகியதைக் கொண்டு அவர்களின் கூலியை நிச்சயம் அவர்களுக்குக் கொடுப்போம். (அந்நஹ்லு : 97).

நம்பிக்கையையும், நற்செயல்களையும் ஒன்று சேர்த்துக்கொண்டவர்களுக்கு, இவ்வுலகில் நல்வாழ்வும், இவ்வுலகிலும் நிரந்தர வாழ்விலும் அழகான நற்கூலியும் உண்டு என அல்லாஹ் கூறி வாக்களித்துள்ளான்.

அதற்கான காரணம் தெளிவாக உள்ளது. ஏனெனில், அல்லாஹ்வின்மீது சரியான ஈமான் கொண்ட நம்பிக்கையாளர்கள், உள்ளங்களையும், பண்புகளையும், உலகையும், மறுமையையும் சீராக்கிக் கொடுக்கும் நல் அமல்களையும் செய்வார்கள். அவர்களிடம் உள்ள அடிப்படைகள் ஊடாக, மகிழ்ச்சி மற்றும்

சந்தோஷத்திற்கான காரணங்களையும், கவலை, மனக்குழப்பம் மற்றும் துக்கங்களுக்கான காரணங்களையும் எதிர்கொள்வார்கள்.

அவர்கள் மகிழ்ச்சியான மற்றும் இன்பமான விடயங்களை ஏற்றுக் கொண்டு, அவற்றிற்காக நன்றி செலுத்தி, பயனுள்ள வழியில் பயன் படுத்துகின்றனர். இவ்வாறு பயன் படுத்தும் போது, அதனால் ஏற்படும் மகிழ்ச்சி, அவை நிலையாகவும், பரகத் பெற்றதாகவும் இருக்கவேண்டும் என்ற ஆசை, நன்றி செலுத்துவோருக்கான கூலியில் எதிர்பார்ப்பு போன்ற முக்கியமான வேறு பல பலன்களையும் அவை தருகின்றன. அவை ஏற்கனவே கூறப்பட்ட மகிழ்ச்சிகளை விட நன்மைகளாலும், பரகத்களாலும் அதிகமாக இருக்கும்.

அவர்கள் துன்பங்கள், துயரங்கள், கவலைகள், மனக்கசப்புகளை சந்திக்கும் போது, தம்மால் போராடித் தவிர்க்க முடியுமானவற்றைத் தவிர்த்தும், தணிக்க முடியுமானவற்றைத் தணித்தும்,

தவிர்க்கவே முடியாதவற்றில் பொறுமையைக் கடைப்பிடித்தும் எதிர்கொள்வார்கள். இதனால் இந்த சிரமங்களின் விளைவுகளாக ஏற்பட்ட பயனுள்ள போராட்டங்கள், அனுபவங்கள், வலிமை, பொறுமை மற்றும் நற்கூலியை எதிர்பார்த்தல் போன்றவற்றின் மூலம் பிரமாண்டமான நன்மைகள் கிடைக்கின்றன. இவை துன்பங்களை மறைத்து, அவற்றின் இடத்தில் மகிழ்ச்சியையும், நல்ல எதிர்பார்ப்புக்களையும், அல்லாஹ்வின் பேருபகாரத்திலும் கூலியிலும் ஆசையையும் ஏற்படுத்துகின்றன. இதை நபி (ஸல்) அவர்கள் ஒரு ஸஹீஹான ஹதீஸில் இவ்வாறு கூறியுள்ளார்கள்:

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

"ஓர் இறை விசுவாசியின் காரியங்கள் ஆச்சரியமானவை. அவனது விவகாரம் அனைத்தும் அவனுக்கு நன்மையாகவே அமைந்துவிடுகிறது. அவனுக்கு மகிழ்ச்சியூட்டும் விடயம் ஏற்பட்டால், அல்லாஹ்வுக்கு நன்றி செலுத்துகிறான்.

அது அவனுக்கு நன்மையாக அமைகிறது. அவனுக்குத் தீங்கு ஏற்பட்டால் பொறுமை செய்கிறான். அதுவும் அவனுக்கு நன்மையாக அமைகிறது. இறை விசுவாசியைத் தவிர மற்றொருவருக்கும் அவ்வாறு அமைவதில்லை.” இந்த ஹதீஸை இமாம் முஸ்லிம் பதிவு செய்துள்ளார்கள்.

எனவே, இங்கு நபி (ஸல்) அவர்கள், ஒரு முஃமினுக்கு ஏற்படும் மகிழ்ச்சியிலும் துன்பங்களிலும் அவனது நன்மைகளும், பலன்களும் அவனுக்கு பலமடங்கு அதிகரிக்கின்றன என்று கூறுகின்றார்கள். இதனால், துன்பம் அல்லது மகிழ்ச்சியான ஒரே நிகழ்வை எதிர்கொள்ளும் இரண்டு பேரில், அவற்றை ஏற்றுக்கொள்ளும் விதத்தில் பெரும் வேறுபாடு காணப்படும். இது அவர்களின் ஈமான் மற்றும் நற்செயல்களில் உள்ள வேறுபாட்டினால் ஏற்படுகிறது. இவ்விரு பண்புகளையும் கொண்ட அம்மனிதன், நன்மை மற்றும் தீமைகளை நாம் கூறிய விதத்தில், நன்றி, பொறுமை போன்றவற்றுடன் எதிர்கொள்கின்றான். இதனால்

அவனுக்கு மகிழ்ச்சி மற்றும் ஆனந்தம் ஏற்படுவதுடன் கவலை, மனக்குழப்பம், மனஅழுத்தம், வாழ்க்கையின் துன்பம் போன்றவை நீங்குகின்றன. மேலும், இவ்வுலகில் அவனுக்கு இனிய வாழ்க்கையும் அமைந்து விடுகின்றது. மற்றொருவர் இன்பங்களை அகங்காரத்துடனும், ஆணவத்துடனும், அத்துமீறலுடனும் எதிர்கொள்கின்றான். இதனால், அவனது குணங்கள் நெறிபிறழ்ந்து செல்கின்றன. அவன் அவ்வின்பங்களை மிருகங்கள் போல பேராசையுடனும், கஞ்சத்தனத்துடனும் எதிர்கொள்கிறான். இருந்த போதிலும் அவன் மனம் அமைதியடையாது, பல்வேறு காரணங்களால் சிதறியிருக்கின்றது. அவன் விருப்பமானவற்றின் அழிவுக்குப் பயப்படுவதாலும், அவற்றிலிருந்து பெரும்பாலும் எழும் எதிர்ப்புகளின் பெருக்காலும், மேலும் மனங்கள் ஒரே இடத்தில் நின்று விடாமல், எப்போதும் பிற விஷயங்களை நாடுவதாலும், அவை கிடைக்கலாம், கிடைக்காமல் போகலாம். கிடைத்தாலும், அவன் மேலே

கூறிய காரணங்களால் மனபதற்றத்துடனும், பயத்துடனும், சோர்வுடனும், சலிப்புடனும் துன்பங்களை ஏற்றுக்கொள்கிறான். அவனுக்கு வாழ்க்கையின் துன்பங்கள், சிந்தனை மற்றும் நரம்பு நோய்கள், மிக மோசமான நிலைகளுக்கும், மிகக் கொடிய அச்சுறுத்தல்களுக்கும் அவனை அழைத்துச் செல்லக்கூடிய பயம் ஆகியவற்றால் ஏற்படும் துன்பங்களைப் பற்றி கேட்கவே வேண்டாம்; ஏனெனில் அவன் கூலியை எதிர்பார்க்கவில்லை, அவனுக்கு தாங்கும் பொறுமையும், துன்பத்தை இலகுவாக்கும் ஆறுதலும் இல்லை.

இவை அனைத்தும் அனுபவத்தால் காணமுடியுமானவை. இதுபோன்ற ஒரு உதாரணத்தை நீங்கள் ஆராய்ந்து, மக்களின் நிலைகளில் அதை பொருத்தி பார்ப்பீர்களானால், தனது ஈமானின்படி செயற்படும் விசுவாசிக்கும், அப்படிச் செயற்படாதவருக்கும் இடையில் பெரிய வித்தியாசம் இருப்பதைக் காண்பீர்கள். அல்லாஹ் வழங்கியுள்ள வாழ்வாதாரத்திலும், தனது

அடியார்களுக்கு அவன் வழங்கியுள்ள பலவிதமான உபகாரம், அருட்கொடை என்பவற்றிலும் திருப்தியடையுமாறு மார்க்கம் மிகவும் ஊக்குவிப்பதே அதன் காரணமாகும்.

எல்லா மனிதர்களுக்கும் ஏற்பட வாய்ப்புள்ள, நோய் அல்லது வறுமை போன்ற சோதனைகள் முஸ்லிம் ஒருவருக்கு ஏற்பட்டால், அவர் - தனது ஈமான் மற்றும் தன்னிடமுள்ள போதுமென்ற மனம், இறைப்பங்கீட்டில் திருப்தி ஆகியவற்றின் மூலம் - கண்குளிர்ச்சியுடன் இருப்பார். தனக்கு விதிக்கப்படாதவற்றை அவர் மனதினால் எதிர்பார்க்கமாட்டார். தன்னைவிட கீழானவர்களை நோக்கியே பார்ப்பார். மேலானவர்களை நோக்கமாட்டார். உலக எதிர்பார்ப்புக்கள் அனைத்தும் வழங்கப்பட்டும், மனநிறைவுடன் இல்லாதவர்களை விட, அவனின் மகிழ்ச்சி, சந்தோஷம் மற்றும் அமைதி அதிகமாக இருக்கக்கூடும்.

ஈமானின் படி செயல்படாத ஒருவரை நீங்கள் காணும்போது, வறுமையினாலோ, உலகியல் தேவைகள்

சிலவற்றை இழப்பதினாலோ சோதிக்கப்படும்போது, அவன் மிகுந்த துயரத்திலும் துன்பத்திலும் இருப்பதைக் காண்பீர்கள்.

மற்றொரு உதாரணம்: பயத்தை ஏற்படுத்தும் காரணிகள் ஏற்பட்டு, மனிதனை நிம்மதியை இழக்கச் செய்யும் நிகழ்வுகள் நிகழ்ந்தாலும், உண்மையான ஈமானுடையவர் உறுதியான உள்ளத்துடனும், அமைதியான மனத்துடனும், தன்னுடைய சிந்தனை, சொல் மற்றும் செயலால் இந்த நிகழ்வை தன்னால் முடிந்தவரை நிர்வகித்து, தன்னைத்தானே இந்த அச்சுறுத்தலுக்கு தயார் செய்து கொண்டிருப்பார். இத்தகைய நிலைகள் மனிதனை அமைதியடையச் செய்து, அவனது உள்ளத்தை உறுதியாக்குகின்றன.

இறைநம்பிக்கையற்றவர்களை நீங்கள் இதற்கு நேர்எதிரான நிலையில் காண்பீர்கள். பயத்தைத் தரும் ஏதாவது நிகழ்ந்துவிட்டால், அவர்களது உள்ளம் பதற்றமடையும், நரம்புகள் தளர்வடையும், சிந்தனைகள்

சிதறிவிடும், பயமும் பீதியும் அவர்களது உள்ளத்தில் நுழைந்துவிடும், வெளிப்படையான பயம் மற்றும் வர்ணித்துக்கூறமுடியாத உளப் பயம் ஆகிய இரண்டும் அவர்களிடம் ஒன்றிணைந்துவிடும். இவ்வகை மனிதர்கள், அதிக பயிற்சி தேவைப்படும் சில இயற்கை காரணிகள் கிடைக்கா விட்டால், அவர்களின் சக்திகள் சிதைந்து, நரம்புகள் தளர்வடைந்துவிடும். இது, குறிப்பாக சிரமமான மற்றும் துயரமான, கலக்கமூட்டும் சூழ்நிலைகளில், பொறுமையைத் தூண்டக்கூடிய இறைநம்பிக்கை இல்லாமையினால் ஏற்படுகின்றது.

நல்லவரும், கெட்டவரும், இறைநம்பிக்கையாளனும், நிராகரிப்பாளனும் முயற்சியால் பெறமுடியுமான தைரியத்தைப் பெற்றுக்கொள்வதிலும், பயங்களைத் தனித்து அமைதிப்படுத்தும் உள்ளுணர்விலும் சமமாகவே உள்ளனர். ஆனால், இறைநம்பிக்கையாளன், தனது நம்பிக்கையின் வலிமையாலும், பொறுமையாலும், அல்லாஹ்வின் மீது

சார்ந்திருப்பதாலும், அவனது உதவியை நாடுவதாலும், அவனது நன்மையை எதிர்பார்ப்பதாலும் தனித்துவம் பெறுகிறான். இவை அவனது தைரியத்தை அதிகரிக்கவும், பயத்தின் அழுத்தத்தை குறைக்கவும், சிரமங்களை எளிதாக்கவும் உதவுகின்றன. அல்லாஹ் கூறுகின்றான்:

﴿...إِن تَكُونُواْ تَأۡلَمُونَ فَإِنَّهُمۡ يَأۡلَمُونَ كَمَا تَأۡلَمُونَۖ وَتَرۡجُونَ مِنَ ٱللَّهِ مَا لَا يَرۡجُونَۗ...﴾

(நீங்கள் காயத்தினால்) வலியை உணர்பவர்களாக இருந்தால் நீங்கள் வலியை உணர்வது போன்று நிச்சயமாக அவர்களும் வலியை உணர்கிறார்கள். ஆனால், அவர்கள் ஆதரவு வைக்காத (வெற்றி, நற்கூலி, நன்மைகள் அனைத்)தை(யும்) அல்லாஹ்விடம் நீங்கள் ஆசை வைக்கிறீர்கள்). (அந்நிஸாஃ : 104). அல்லாஹ்வின் உதவியும் அவனது விசேட அரவணைப்பும் அவர்களுக்கு கிடைக்கின்றது. அது அச்சங்களை தூர விளக்கிவிடுகின்றது. அல்லாஹ் கூறுகிறான்:

﴿...وَٱصۡبِرُوٓاْۚ إِنَّ ٱللَّهَ مَعَ ٱلصَّٰبِرِينَ﴾

இன்னும், நீங்கள் பொறுமையாக இருங்கள். நிச்சயமாக அல்லாஹ் பொறுமையாளர்களுடன் இருக்கிறான். (அல்அன்பால் : 46).

சொல் மற்றும் செயல்களால் படைப்புக்களுக்கு உபகாரம் புரிதல். மனக்கவலை, துயரம் மற்றும் பதற்றத்தை நீக்கும் காரணங்களில் ஒன்று, சொல், செயல் மற்றும் பல்வேறு நற்கருமங்கள் மூலம் படைப்பினங்களுக்கு நலவு செய்வதாகும். இவை அனைத்தும் நன்மையும் உபகாரமும் ஆகும். அவற்றிற்கேற்ப, அல்லாஹ் நல்லவர்களுக்கும் தீயவர்களுக்கும் அவர்களின் மனக்கவலை, துயரங்களை நீக்குகின்றான். ஆனால், இவற்றில் ஈமான் கொண்டவர்களுக்கு மிகுந்த பாக்கியமும் பங்கும் உண்டு. ஏனெனில், அவர்களின் உபகாரம், இறைநம்பிக்கையுடனும், நன்மையை எதிர்பார்த்தும் செய்யப்படுவதால் அது ஆகும்.

அவர்கள் நன்மையை எதிர்பார்ப்பதால், நற்கருமங்களில் ஈடுபடுவதை அல்லாஹ் எளிதாக்குவான். அவர்களது உளத்தூய்மை மற்றும் நன்மையில் நாட்டம் ஆகியவற்றைக் கொண்டு, துன்பங்களை அவர்களை விட்டும் தடுப்பான். அல்லாஹ் கூறுகின்றான்:

﴿لَّا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّن نَّجْوَىٰهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَٰحٍۭ بَيْنَ ٱلنَّاسِۚ وَمَن يَفْعَلْ ذَٰلِكَ ٱبْتِغَآءَ مَرْضَاتِ ٱللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا ١١٤﴾

(நபியே!) அவர்களின் இரகசியங்களில் அதிகமானவற்றில் அறவே நன்மை இல்லை, தர்மத்தை; அல்லது, நன்மையை; அல்லது, மக்களுக்கிடையில் சமாதானத்தை ஏவியவர்கள் இரகசியம் பேசுவதில் தவிர. எவர் அல்லாஹ்வின் பொருத்தத்தை நாடி (மேற்கூறப்பட்ட) அவற்றை செய்வாரோ நாம் அவருக்கு மகத்தான கூலியைத் தருவோம். (அந்நிஸாஃ : 114).

இவை அனைத்தும் அவற்றைச் செய்தவருக்கு நன்மையாகவே அமைகின்றன, நன்மை நன்மையை ஈர்க்கின்றது, தீமையைத் தடுக்கின்றது,

மேலும், இறை நம்பிக்கையுடன் பொறுமை காத்திருக்கும் முஃமினுக்கு அல்லாஹ் பெரும் கூலியை வழங்குகின்றான். அந்தப் பெரும் கூலிகளில் ஒன்று: கவலை, துயரம், மனக்கசப்பு போன்றவை நீங்குதலாகும்.

பிரிவு : நற்செயல்களில் அல்லது பயனுள்ள ஏதும் கல்வியைக் கற்பதில் ஈடுபடுதல்

நரம்புத் தளர்ச்சியினால் ஏற்படும் பதட்டத்தையும், உள்ளம் மனக்குழப்பத்தை ஏற்படுத்தும் அம்சங்களில் திளைத்திருப்பதையும் தடுக்கக்கூடிய காரணங்களில் ஒன்று, ஏதாவது ஒரு நற்கருமத்தில், அல்லது பயனுள்ள ஏதாவது அறிவில் ஈடுபடுவது ஆகும்; ஏனெனில் அவை உள்ளத்தை அந்தக் கவலைக்குரிய விஷயத்திலிருந்து திசைதிருப்புகின்றன. இதன் காரணமாக, தனக்குக் கவலையையும், துக்கத்தையும் தந்த காரணங்களைக் கூட சிலவேளை அவன் மறந்துவிடலாம். இதனால் அவனது மனம் மகிழ்ச்சி அடைந்து, அவனது

உற்சாகம் அதிகரிக்கிறது. இந்த காரணமும் இறைநம்பிக்கையாளனுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் பொதுவானதாகும். ஆனால், முஃமின் தனது இறைநம்பிக்கையாலும், தான் கற்பதிலும், கற்றுக்கொடுப்பதிலும், தான் செய்யும் நற்காரியங்களிலும் உளத்தூய்மையைக் கடைப்பிடித்து, நன்மையை எதிர்பார்ப்பதாலும் தனித்துவம் பெற்று விளங்குகின்றான். அது வணக்கமாக இருந்தால், அது வணக்கமாகும். அதுவொரு உலக வேலையாக அல்லது வழக்கமாக இருந்தாலும், அதனுடன் நல்ல நோக்கத்தை இணைத்து, அதனூடாக அல்லாஹ்வின் கட்டளைகளை நிறைவேற்ற உதவிபெறுவதை நோக்கமாகக் கொள்வான். எனவே கவலைகள், துயரங்கள், துக்கங்களை நீக்குவதில் இதற்குப் பாரிய தாக்கம் உண்டு. கவலைகளாலும், துன்பங்களாலும் சோதிக்கப்பட்டு, பலவிதமான நோய்களுக்கு உள்ளான எத்தனையோ மனிதர்களுக்கு, சிறந்த

மருந்தாக "அவர்களை கலக்கமும் பதற்றமும் அடையச் செய்த காரணிகளை மறந்து, முக்கிய வேறு வேலைகளில் ஈடுபட்டமை" காணப்பட்டுள்ளது!).

அவன் ஈடுபடும் வேலை, மனதிற்கு நிம்மதியையும் ஆர்வத்தையும் அளிக்கும் வேலைகளாக இருக்கவேண்டும், ஏனெனில் இது பயனுள்ள நோக்கத்தை அடைவதற்கு உதவியாக இருக்கும், அல்லாஹ்வே அறிந்தவன்

நடப்பு நாளின் பணிகளில் சிந்தனையைக் குவித்துக் கவனம் செலுத்தல். நடப்பு நாளின் பணிகளில் சிந்தனையைக் குவித்துக் கவனம் செலுத்துவதும், எதிர்காலம் பற்றிய சிந்தனையையும், கடந்த காலம் பற்றிய கவலையையும் விட்டுவிடுவதும் மனக்கவலை மற்றும் மனஅழுத்தத்தை நீக்கும் காரணிகளில் ஒன்றாகும். இதற்காகவே நபி (ஸல்) அவர்கள் கவலை மற்றும் சோகத்திலிருந்து பாதுகாப்பு வேண்டிப் பிரார்த்தித்தார்கள். மீட்டெடுக்கவோ,

சரிசெய்துகொள்ளவோ முடியாத கடந்தகால விஷயங்களுக்காக சோகப்படுவது பயனற்றது. மேலும், எதிர்காலத்தின் பயத்தால் ஏற்படும் கவலை சிலவேளை பாதிப்பை ஏற்படுத்தும். ஆகவே, அடியான், நடப்பு நாளைக் கவனிப்பவனாக இருக்க வேண்டும். அதாவது, தனது நடப்பு நாளையும், அப்போதைய நேரத்தையும் சீர்செய்வதில் தனது முயற்சியையும் உழைப்பையும் செலுத்த வேண்டும். இதற்காக மனதை ஒருமுகப்படுத்துவது பணிகளை பரிபூரணப்படுத்த வழிவகுக்கும். மேலும் இதனால் அடியான் கவலை மற்றும் சோகத்திலிருந்து ஆறுதல் பெறவும் முடியும். நபி ஸல்லல்லாஹு அலைஹிவஸல்லம் அவர்கள் துஆவொன்றை பிரார்த்திக்கும் போது அல்லது ஒரு துஆவைத் தனது உம்மத்திற்குக் காட்டிக்கொடுக்கும் போது, அல்லாஹ்விடம் உதவி கேட்பதுடனும், அவனது அருளை எதிர்பார்ப்பதுடனும், துஆவில் கேட்கப்பட்ட விடயங்களை அடைவதற்கான முயற்சியிலும்

உழைப்பிலும் ஈடுபடவும் உற்சாகமூட்டுகிறார்கள். பிரார்த்தனை செயல் சார்ந்ததாக இருப்பதால், எதை விட்டும் காக்குமாறு பிரார்த்திக்கின்றோமோ, அதை துஆவின் மூலம் தடுக்க வேண்டியவற்றை விட்டு விடுதல் வேண்டும். அடியான் தனது மார்க்க, உலக விவகாரத்தில் பயனுள்ளவற்றில் முயற்சி செய்து, தனது நோக்கத்தின் வெற்றிக்காக ரப்பிடம் வேண்டி, அதற்காக அவனிடம் உதவி தேடுகிறான். நபி ஸல்லல்லாஹு அலைஹிவஸல்லம் அவர்கள் கூறினார்கள் :

«احْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِذَا أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا كَانَ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ».

உமக்குப் பயனுள்ளவற்றில் ஆர்வம் கொள்வீராக. அல்லாஹ்வின் உதவியை நாடுங்கள், இயலாதவராக உணராதீர்கள். உங்களுக்கு ஏதாவது நேர்ந்தால், 'நான் அப்படிச் செய்திருந்தால், இப்படி நடந்திருக்குமே' என்று சொல்லாதீர்கள். மாறாக, 'இது

அல்லாஹ்வின் விதியாகும்; அவன் விரும்பியதைச் செய்கிறான்' என்று கூறுங்கள். உண்மையில், 'இவ்வாறிருந்தால்' என்ற வார்த்தை ஷைத்தான் செயல்படுவதற்கான வழியைத் திறந்து விடும். இந்த ஹதீஸை இமாம் முஸ்லிம் பதிவு செய்துள்ளார்கள். எல்லாச் சந்தர்ப்பங்களிலும் பயனளிக்கும் விடயங்களில் ஆர்வம் கொள்ளல், அல்லாஹ்விடம் உதவி தேடல், தீங்கு விளைவிக்கும் சோம்பேறித்தனமாகிய இயலாமைக்கு அடிமையாகாமல் இருத்தல், கடந்துவிட்ட நிகழ்வுகளை ஏற்றுக்கொள்ளல், அல்லாஹ்வின் தீர்ப்பையும் அவனுடைய விதியையும் உணர்தல் ஆகிய அனைத்தையும் நபி ஸல்லல்லாஹு அலைஹி வஸல்லம் அவர்கள் ஒன்று சேர்த்துக் கூறுகிறார்கள்.

எல்லா விடயங்களையும் அவர்கள் இரண்டு வகைகளாகப் பிரித்துள்ளார்கள்: ஒன்று, அடியான் முயற்சி செய்து முழுமையாகவோ, சிலவற்றையோ பெறமுடியுமானது, அல்லது அதிலிருந்து எதையாவது

பெறக்கூடியது, அல்லது அதைத் தடுக்கவோ அல்லது தணிக்கவோ முடியும். இதற்காக அடியான் தன் முழு முயற்சியையும் வெளிப்படுத்தி, தன் இறைவனின் உதவியை நாட வேண்டும். மற்றையது, அவ்வாறு செய்வது சாத்தியமில்லாதது. அடியான் இதனை ஏற்றுக்கொண்டு, திருப்தியடைந்து, இறைவனிடம் சாட்டிவிடவேண்டும். இந்த அடிப்படையை கருத்தில் கொள்வது, சந்தோஷம் ஏற்படவும் கவலை, துயரங்கள் நீங்குவதற்கும் காரணமாகும் என்பதில் சந்தேகமில்லை.

பிரிவு : அல்லாஹ்வை அதிகம் நினைவுகூர்தல்

உள்ளம் விரிவடைவதற்கும், மனஅமைதி பெறுவதற்குமான மிகப்பெரிய காரணங்களில் ஒன்றாக அல்லாஹ்வை அதிகம் நினைவுகூர்வது உள்ளது. உள்ளம் விரிவடைவதிலும், மனம் அமைதிபெறுவதிலும், கவலைகள் சோகங்கள் நீங்குவதிலும் இதற்கு அற்புதமான தாக்கம் உள்ளது. இது குறித்து அல்லாஹ் பின்வருமாறு

குறிப்பிடுகிறான்:

﴿...أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ﴾

அல்லாஹ்வை நினைவுகூர்வதினால் உள்ளங்கள் நிம்மதியடைகின்றன. (அர் ரஃது : 28) அல்லாஹ்வை நினைவுகூர்வதன் தனிச்சிறப்பு மற்றும் அடியான் அதனூடாக எதிர்பார்க்கும் கூலி மற்றும் நன்மை ஆகியன, இந்த நோக்கத்தை அடையப் பெறுவதில் இதன் மிகப்பெரும் தாக்கம் உள்ளது.

அல்லாஹ்வின் வெளிப்படையான மற்றும் மறைமுகமான அருள்களைப் பற்றிப் பேசுதல். அல்லாஹ்வின் வெளிப்படையான மற்றும் மறைந்த அருட்கொடைகளைப் பற்றிப் பேசுவதும் அவ்வாறுதான். அவற்றை அறிந்து, அவை பற்றிப் பேசுவதன் மூலம் அல்லாஹ் கவலை மற்றும் துயரத்தை நீக்குகிறான்; மேலும் அடியாரை நன்றி செலுத்தத் தூண்டுகிறான். இது உயர்ந்த நிலைகளில் ஒன்றாகும்; அடியான் வறுமையோ அல்லது நோயோ அல்லது பிற சோதனைகளிலோ இருந்தாலும் கூட. அவன் மீது அல்லாஹ் அருளியுள்ள —

எண்ணிக்கையற்றவை மற்றும் அளவிட முடியாத — அருட்கொடைகளை அவனைச் சோதிக்கும் துன்பங்களுடன் ஒப்பிடும்போது, துன்பங்களை அருட்கொடைகளுடன் ஒப்பிடவே முடியாது.

மாறாக, அல்லாஹ் அடியார்களை சோதனைகள் மற்றும் இழப்புக்களைக் கொண்டு சோதிக்கும்போது, அவற்றில் அவர்கள் பொறுமையையும் மனநிறைவையும் இறைவனிடம் சாட்டிவிடுவதையும் கடைப்பிடித்தால், அவற்றின் தாக்கம் குறைந்து, அவற்றின் சுமை இலகுவாகும். அவற்றின் நற்கூலியையும் நன்மையையும் எதிர்பார்த்து, பொறுமையையும் மனநிறைவையும் கடைப்பிடிப்பதன் மூலம் அல்லாஹ்வை வணங்குவது, கசப்பானவற்றை இனிமையாக்கிவிடும். அவற்றின் நற்கூலியின் இனிமை அவற்றின் பொறுமையின் கசப்பை மறக்கச் செய்கின்றன.

எம்மை விட தாழ்ந்தவர்களைப் பார்ப்பது, இந்த இடத்தில் நபி ஸல்லல்லாஹு அலைஹி வஸல்லம்

அவர்கள் ஆதாரபூர்வமான நபிமொழியில் கூறியதைப் பயன்படுத்துவது மிகவும் பயனுள்ளதாகும்:

«انْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ أَسْفَلُ مِنْكُمْ وَلَا تَنْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ فَإِنَّهُ أَجْدَرُ أَنْ لَا تَزْدَرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ».

"உங்களை விட கீழானவர்களை நோக்குங்கள், உங்களை விட மேலானவர்களை நோக்காதீர்கள். ஏனெனில், அது அல்லாஹ் உங்களுக்கு வழங்கியுள்ள அருட்கொடையை அற்பமாகக் கருதாமலிருக்க உகந்ததாகும்." இந்த ஹதீஸை இமாம் முஸ்லிம் பதிவு செய்துள்ளார்கள். அடியான் இந்த மகத்தான பார்வையை தனது கண்முன்னே வைத்துக் கொண்டால், - அவன் எந்த நிலையில் இருந்தாலும் - தான் பலரையும் விட ஆரோக்கியத்திலும் அதனுடன் தொடர்புடையவற்றிலும், வாழ்வாதாரத்திலும் அதனுடன் தொடர்புடையவற்றிலும் மேலானவனாக இருப்பதைக் காண்பான், இதனால் அவனின் கவலை, துயரம், மனக்கசப்பு

நீங்குகிறது, மேலும் தன்னை விடத் தாழ்ந்தவர்களுக்கு மேலாக, தான் பெற்றிருக்கும் அல்லாஹ்வின் அருட்கொடைகளால் மகிழ்ச்சி மற்றும் திருப்தி அதிகரிக்கிறது.

அடியான், அல்லாஹ்வின் வெளிப்படையான மற்றும் மறைந்த, மார்க்க ரீதியான மற்றும் உலகரீதியான அருள்களைப் பற்றி அதிகம் சிந்திக்கும் போது, தனது ரப்பு தனக்கு பல நன்மைகளை வழங்கி, பல்வேறு தீமைகளைத் தடுத்திருப்பதைக் காண்பான். இது கவலைகளையும் துக்கங்களையும் நீக்கி, மகிழ்ச்சியையும் ஆனந்தத்தையும் ஏற்படுத்தும் என்பதில் சந்தேகமே இல்லை.

பிரிவு : கவலையை ஏற்படுத்தும் காரணிகளை நீக்குவதற்கான முயற்சியில் ஈடுபடுதல், மேலும் மகிழ்ச்சியை ஏற்படுத்தும் காரணிகளைப் பெறுவதற்கான முயற்சியில் ஈடுபடுதல்.

மகிழ்ச்சியைப் பெற்றுத் தரும், மற்றும்

கவலை, துயரங்களை நீக்கும் காரணங்களில் ஒன்று, அவ்வாறான காரணிகளை அடைந்துகொள்ள முயற்சிப்பதாகும். அதாவது, தவிர்க்க முடியாத துன்பங்களை அவன் மறந்து விட வேண்டும். மேலும், அவற்றில் அவன் சிந்தனையை ஈடுபடுத்துவது வீண் முயற்சியாகவும், முட்டாள்தனமாகவும், பைத்தியமாகவும் இருப்பதை உணர்ந்து, அவற்றைப் பற்றி சிந்திக்காமல் இருக்க தன் மனத்தோடு போராட வேண்டும். அதேபோல, எதிர்காலத்தில் ஏற்பட வாய்ப்புள்ளதாக அவன் பயப்படும், வறுமை அல்லது பயம் மற்றும் அவையல்லாத பிற துன்பங்களைப் பற்றிய அவனது கவலைகளை தனது உள்ளத்தில் இருந்து நீக்குவதற்கும் போராடவேண்டும். எதிர்கால நிகழ்வுகள், அதாவது, அதில் உள்ள நலவு, தீங்குகள், எதிர்பார்ப்புக்கள், வலிகள் ஆகியவை அறியப்படாதது என்பதையும், அவை அனைத்தும் பரம ஞானி, பரம வல்லமை உடையவனாகிய அல்லாஹ்வின் கையில் உள்ளது, அடியார்களின் கையில் அவற்றில்

எதுவும் இல்லை, மாறாக, அவற்றின் நன்மைகளைப் பெறவும் தீமைகளைத் தடுக்கவும் முயற்சி செய்வதே அவனின் கடமை என்பதையும் அறிந்து கொள்வான். மேலும், ஓர் அடியான் தனது எதிர்காலம் குறித்து கவலைப்படுவதை விட்டு விலகி, அதைச் சீர்செய்ய தன் இறைவனிடம் நம்பிக்கை வைத்து, அதில் அவனை நம்பி இருந்தால், அவனின் உள்ளம் நிம்மதி அடைந்து, நிலைமைகள் சீராகி, கவலைகள் மற்றும் பதட்டங்கள் நீங்கும் என்பதையும் அவன் அறிந்து கொள்வான்.

பிரார்த்தனையைப் பயன்படுத்தல், எதிர்கால நிகழ்வுகள் பற்றிக் கவனம் செலுத்துவதில், நபி ஸல்லல்லாஹு அலைஹி வஸல்லம் அவர்கள் பிரார்த்தனை செய்த இந்த துஆவைக் கூறுவது மிகவும் பயனுள்ள ஒன்றாகும்:

«اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِيَ الَّذِي هُوَ عِصْمَةُ أَمْرِي وَأَصْلِحْ لِي دُنْيَايَ الَّتِي فِيهَا مَعَاشِي، وَأَصْلِحْ لِي آخِرَتِيَ الَّتِي إِلَيْهَا مَعَادِي، وَاجْعَلِ الْحَيَاةَ زِيَادَةً لِي فِي كُلِّ خَيْرٍ، وَالْمَوْتَ رَاحَةً لِي مِنْ كُلِّ شَرٍّ».

யா அல்லாஹ்! என் கருமங்களின் பிடிகயிறாகிய எனது தீனை சீர்படுத்தி

வைப்பாயாக. எனது வாழ்வாதாரத்துக்குரிய இவ்வுலக வாழ்க்கையை எனக்கு நீ சீர்படுத்தி வைப்பாயாக. எனது மீட்சிக்குரிய இடமாகிய எனது மறுமையை சீர்படுத்தி வைப்பாயாக. நல்லவைகள் அனைத்திலும் அதிகமாகத் தேடிக் கொள்ள எனது வாழ்க்கையை அமைத்து தருவாயாக. அனைத்து தீங்குகளிலிருந்தும் எனக்கு நிம்மதி தரக்கூடியதாக எனது மரணத்தை அமைத்து வைப்பாயாக. இந்த ஹதீஸை இமாம் முஸ்லிம் பதிவு செய்துள்ளார்கள். மேலும் அவர்கள் கூறுகின்றார்கள்:

«اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو فَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنتَ».

((யா அல்லாஹ்! நான் உனது கருணையை எதிர்பார்க்கிறேன். கண் இமைக்கும் அளவு நேரத்திற்கு கூட நீ என்னை (உன் பொறுப்பிலிருந்து) என் பொறுப்பில் விட்டு விடாதே! என் விவகாரங்கள் அனைத்தையும் எனக்காக நீ சீர்படுத்துவாயாக! உண்மையான வணக்கத்திற்குரிய

இறைவன் உன்னை தவிர யாருமில்லை))
இந்த ஹதீஸை, அபூ தாவூத் (ரஹ்) அவர்கள் நம்பகமான அறிவிப்பாளர் தொடரின் மூலம் பதிவு செய்துள்ளார்கள். அடியான் தன் எதிர்காலத்தின் மார்க்க மற்றும் உலக நலனுக்காக, முழு மனதுடனும், உண்மையான நோக்கத்துடனும், அடைவதற்கான முயற்சியிலும் ஈடுபட்ட நிலையில், இந்த துஆவை ஓதினால், அவன் எதை எதிர்பார்த்துப் பிரார்த்தித்து, செயற்பட்டானோ, அல்லாஹ்வால் அது நிறைவேற்றப்படும். அவனது கவலை, மகிழ்ச்சியாகவும், சந்தோஷமாகவும் மாறிவிடும்.

பிரிவு : மிகவும் மோசமான சாத்தியப்பாடுகளை மதிப்பீட்டில் வைத்துக் கொள்ளல்

ஒரு அடியான் துன்பங்கள் மற்றும் கவலைகளால் பாதிக்கப்படும்போது அவற்றை நீக்குவதற்கான மிகச் சிறந்த வழிகளில் ஒன்று, அவன் மிக மோசமான முடிவுகளை அனுமானித்து, அவற்ருக்காக தன் மனதைத்

தயார்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். பின்னர் அவன் அவற்றை எவ்வளவு குறைக்க முடிகிறதோ அவ்வளவு குறைக்க முயற்சிக்க வேண்டும். இவ்வாறான தயார்படுத்தலாலும், பயனுள்ள முயற்சியினாலும் அவனது கவலைகள் மற்றும் துயரங்கள் நீங்கும். மேலும் அவன், தனக்கு நன்மைகளைப் பெற்றுக் கொள்ளவும், தீமைகளைத் தடுக்கவும் முயற்சித்தவனாக இருப்பான்.

அவன் மீது பயம், நோய், வறுமை போன்ற காரணிகள் தாக்கும்போது, அவன் விரும்பும் பலவகையான விருப்பங்களை இழப்பதற்கான காரணிகள் ஏற்படும் போது, அவற்றை மனஅமைதியுடன் ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். மேலும் அவற்றை தாங்கிக்கொள்ள மனதைத் தயார் செய்ய வேண்டும். ஏனெனில் துன்பங்களைத் தாங்கிக்கொள்ள மனத்தைத் தயார் செய்வது அவற்றின் கடுமையை குறைத்து, அவற்றை இலகுபடுத்திவிடும். குறிப்பாக, அவன் தன்னால் முடிந்த அளவிற்கு அவற்றை

எதிர்த்து போராடுவதில் தன்னை ஈடுபடுத்தினால், மனதைத் தயார் செய்தல் மற்றும் பயனுள்ள முயற்சியில் ஈடுபடுதல் ஆகியவை ஒன்றாக சேர்ந்து, அவனிடம் துன்பங்களைப் பற்றிய கவலைகளை மறக்கச் செய்யும். மேலும் துன்பங்களை எதிர்க்கும் சக்தியைப் புதுப்பிக்க தன் மனத்தோடு அவன் போராடவேண்டும். அத்துடன், அல்லாஹ்வின் மீது அழகான முறையில் நம்பிக்கை வைக்கவும் வேண்டும். சந்தேகமின்றி, இவ்வாறான செயல்கள் மகிழ்ச்சியையும், மன அமைதியையும் பெறுவதில் மிகப்பெரிய பயன்களை அளிக்கும், மேலும் அடியான் விரும்பும் உடனடி மற்றும் நீண்டகால நற்கூலியையும் பெறுவதில் உதவும். இது அனுபவத்தால் நிரூபிக்கப்பட்டது, இதனை அனுபவித்தவர்களின் நிகழ்வுகள் மிகுந்து காணப்படுகின்றன.

பிரிவு : உள்ளம் உணர்ச்சிவசப்படாமலும், தடுமாற்றமடையாமலும் உறுதியாக இருத்தல்.

உள்ளத்தின் மற்றும் உடலின் நோய்களுக்கு மிகச் சிறந்த சிகிச்சைகளில் ஒன்று: உள்ளம் வலிமையாக இருப்பதும், தீய எண்ணங்களால் உண்டாகும் கற்பனைகள் மற்றும் தப்பெண்ணங்களினால் தடுமாற்றமடையாமலும் உணர்ச்சிவசப்படாமலும் இருப்பதுமாகும். கோபம் கொள்ளல் மற்றும் தடுமாற்றம் அடைதல் என்பன வலியை ஏற்படுத்தும் காரணிகளாகும். யார், விரும்பத்தகாதவை நிகழ்வதையும், விருப்பமானவை நீங்கிப் போவதையும் எதிர்பார்த்து இருக்கின்றாரோ, அது அவரை, மனக்கவலை, மனச்சோர்வு, மனநோய்கள் மற்றும் உடல் நோய்கள், மோசமான விளைவுகளைத் தரும் நரம்பு சிதைவு ஆகியவற்றில் வீழ்த்தி

விடுகின்றது. இதன் தீய விளைவுகளை மக்கள் பலவாகக் கண்டுள்ளனர்.

அல்லாஹ்வின் மீது தவக்குல் வைத்தல் (பாரம் சாட்டுதல்), இதயமானது அல்லாஹ்வின் மீது பொறுப்புச் சாட்டி, அவனை முழுமையாக சார்ந்திருப்பதோடு, தப்பெண்ணங்களுக்கும், தீய கற்பனைகளுக்கும் அடிமையாகாமல், அல்லாஹ்வின் மீது நம்பிக்கை வைத்து, அவனது பரிபூரண அருள் மீது ஆசையுடன் இருந்தால், அதன் மூலம், மனக்கவலைகள், துன்பங்கள் அகன்று, பல உடல் மற்றும் உளநோய்கள் நீங்கி விடுகின்றன. இதனால் உள்ளத்திற்குக் கிடைக்கும் பலமும், மன அமைதியும், மகிழ்ச்சியும் வரணிக்க முடியாதவை. எத்தனை மருத்துவமனைகள் தப்பெண்ணங்களாலும், கெட்ட கற்பனைகளாலும் பாதிக்கப்பட்ட நோயாளர்களால் நிரம்பியுள்ளன. பலவீனமானவர்களை விட, பல பலவான்களின் உள்ளங்களை இவை எவ்வளவு பாதித்துள்ளன, இவை எவ்வளவு மடத்தனத்திற்கும்,

பைத்தியத்திற்கும் வழிவகுத்துள்ளன! அல்லாஹ் யாருக்கு நலத்தை அருளி, இதயத்தை வலுப்படுத்தும், கவலைகளை அகற்றும் பயனுள்ள காரணிகளைப் பெறுவதற்காக தன் மனதோடு போராடச் செய்வதற்கு உதவுகிறானோ, அவரே வெற்றியடைந்தவர். அல்லாஹ் கூறுகிறான்:

﴿...وَمَن يَتَوَكَّلۡ عَلَى ٱللَّهِ فَهُوَ حَسۡبُهُۥٓۚ...﴾

"எவர் அல்லாஹ்வின் மீது நம்பிக்கை வைப்பாரோ அவருக்கு அவனே போதுமானவன் ஆவான்". (அத்தலாக் : 3). அதாவது, அவனது மார்க்கத்திலும் உலகிலும் ஏற்படக்கூடிய கவலையான விடயங்களை விட்டும் பாதுகாக்க அவனே போதுமானவன்.

அல்லாஹ்வின் மீது முழுமையாக நம்பிக்கை வைக்கும் ஒருவன் உறுதியான உள்ளத்தைக் கொண்டிருப்பான்; அவனை மாயைகள் பாதிப்பதில்லை, நிகழ்வுகள் அவனை அசைக்காது. ஏனெனில் அவன், இது மனத்தின் பலவீனம் மற்றும்

உண்மையற்ற அச்சம் என அறிவான். மேலும், அல்லாஹ்வின் மீது நம்பிக்கை வைப்பவருக்கு முழுமையான பாதுகாப்பு அளிக்கப்படும் என அவன் அறிந்திருப்பான். எனவே, அவன் அல்லாஹ்வின் மீது நம்பிக்கை வைத்து, அவனது வாக்குறுதியில் அமைதியடைவான். இதனால் அவனது கவலை மற்றும் பதட்டம் நீங்கும், கஷ்டம் இலகுவாக மாறும், அவனது துக்கம் மகிழ்ச்சியாக மாறும், பயம் பாதுகாப்பாக மாறும். எனவே, நாங்கள் அல்லாஹ்விடம் நலத்தை வேண்டுகிறோம், மேலும் உறுதியான, பலமான உள்ளத்தையும், அல்லாஹ் எல்லா நன்மைகளையும் வழங்குவதாகவும் எல்லாக் கெடுதிகளையும் தடுப்பதாகவும் பெறுப்பேற்றுள்ள மக்களின் பண்பாகிய முழுமையான தவக்குலையும் நாம் அவனிடம் கேட்கின்றோம்.

பிரிவு: பிறரின் குறைகளை பொறுத்துக் கொள்ள ஆன்மாவை பழக்கப்படுத்துதல்

நபி (ஸல்) அவர்கள் கூறினார்கள் :

«لَا يَفْرَكْ مُؤْمِنٌ مُؤْمِنَةً إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا خُلُقًا آخَرَ».

ஒரு முஃமினான ஆண் (கணவன்) ஒரு முஃமினான பெண்ணை (மனைவியை) வெறுக்கமாட்டார். அவளிடம் உள்ள ஒரு குணத்தை வெறுத்தால் அவளின் வேறொரு குணத்தில் திருப்தியடைய வேண்டும். இந்த ஹதீஸை இமாம் முஸ்லிம் பதிவு செய்துள்ளார்கள்.

இரு முக்கியப் படிப்பினைகள் :

முதலாவது : மனைவி, உறவினர், நண்பர் மற்றும் யாரோடெல்லாம் உமக்குத் தொடர்புள்ளதோ அவர்களுடன் எவ்வாறு நடந்துகொள்ளவேண்டும் என வழிகாட்டுதல். அதாவது, அவர்களிடம் நிச்சயம் குறைபாடுகளோ, அல்லது குறைகளோ, அல்லது நீங்கள் வெறுக்கும் விடயங்களோ இருக்கத்தான் செய்யும் என்பதை மனதில் ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். எனவே, அதை நீங்கள்

கண்டால், அதனையும், நீங்கள் கட்டாயமாகத் தக்கவைத்துக் கொள்ளவேண்டிய அன்பு மற்றும் பலமான தொடர்பு ஆகியவற்றிற்கும் மத்தியில் ஒப்பிட்டுப் பாருங்கள். அதற்காக, அவர்களில் உள்ள நன்மைகள் மற்றும் தனிப்பட்ட மற்றும் பொது நோக்கங்களை நினைவுபடுத்திப் பாருங்கள். இவ்வாறு, குறைகளைப் புறக்கணித்து, நன்மைகளை கவனத்தில் கொள்வதன் மூலம், நட்பு மற்றும் தொடர்பு நீடித்து, அமைதி நிலைநிறுத்தப்படும்.

இரண்டாவது பயன்: அதாவது, கவலை மற்றும் மனஅழுத்தம் நீங்கி, தூய்மையான உறவு நிலைத்திருத்தல், கட்டாயமான மற்றும் விரும்பத்தக்க உரிமைகளை பேணி நிறைவேற்றல், இரு தரப்பினருக்கும் இடையே அமைதி நிலவுதல். நபி (ஸல்) கூறிய இந்த வழிகாட்டுதலைப் பின்பற்றாதவர் - மாறாக குறைகளை மட்டுமே கவனித்து, நன்மைகளைப் புறக்கணிப்பவர் - நிச்சயமாக கவலை அடைவார், மேலும் அவருக்கும் அவருடன்

தொடர்புடையவர்களுக்கும் இடையிலான அன்பு கலங்கமடையும். இருவரும் பேணிப் பாதுகாக்க வேண்டிய பல உரிமைகள் துண்டிக்கப்படும்.

உயர்ந்த மனப்பாங்குடைய பலர் பேரழிவுகள் மற்றும் தொல்லைகளின் போது தங்களை பொறுமையுடனும் அமைதியுடனும் இருக்கத் தயார் செய்து கொள்கிறார்கள். ஆனால் சிறிய, அற்பமான விஷயங்களில் அவர்கள் கவலைப்படுகின்றனர், மன அமைதி குலைகின்றது. இதற்குக் காரணம் என்னவெனில், அவர்கள் பெரிய விஷயங்களுக்காக தங்கள் மனத்தைத் தயார் செய்து கொண்டார்கள். ஆனால் சிறிய விஷயங்களில் அதை விட்டுவிட்டார்கள். இதனால் அவை அவர்களுக்கு பாதிப்பை ஏற்படுத்தின, அவர்களின் அமைதியை பாதித்தன. எனவே, அறிவாளி சிறிய மற்றும் பெரிய அனைத்து விடயங்களுக்காகவும் தன்னைத் தயார் செய்து கொள்ள வேண்டும். மேலும், அவற்றில் அல்லாஹ்வின் உதவியை நாடி, தன்னை ஒரு கனம் கூட தனியாக விடாமல்

இருக்க வேண்டுமென பிரார்த்திக்க வேண்டும். அப்பொழுது, பெரிய விஷயங்கள் எளிதாகியதைப் போல, சிறிய விஷயங்களும் அவனுக்கு எளிதாகி விடும். மேலும் அவன் மன நிம்மதியுடனும், அமைதியான உள்ளத்துடனும், சாந்தியுடனும் நிலைத்திருப்பான்.

கவலைகளைத் தொடர்ந்து செல்லாது நிறுத்திக் கொள்ளுதல்.

அறிவுள்ளவன், அவனது உண்மையான வாழ்க்கை மகிழ்ச்சியுடனும் அமைதியுடனும் கூடியது என்றும் அது மிகவும் குறுகியதாகும் என்றும் அறிந்து கொள்வான். எனவே, கவலைகள் மற்றும் துன்பங்களுடன் தொடர்ந்து சென்று, அவன் தனது வாழ்க்கையை குறைத்துக் கொள்ளக்கூடாது. ஏனெனில் அது உண்மையான வாழ்க்கைக்கு எதிரானது. எனவே, அவன் தனது வாழ்க்கையை கவலைகளிலும் துன்பங்களிலும் இழந்துவிடாமல் பாதுகாப்பான். இதில் நல்லவருக்கும் தீயவருக்கும் வேறுபாடு இல்லை. ஆனால் ஒரு முஃமின் இந்தப்

பண்பை அடைவதில், மிகுந்த பாக்கியமும், உடனடியாகவும், மறுமையில் பயனளிக்கும் நிரப்பமான பங்கும் பெற்றிருப்பான்.

தனக்கு ஏற்பட்ட துன்பங்களையும், அல்லாஹ்வின் அருள்களையும் ஒப்பிட்டுப் பார்த்தல். மேலும், அவன் தனக்கு ஏதாவது துன்பம் ஏற்படும்போது அல்லது அவ்வாறு ஏற்படலாம் எனப் பயப்படும் போது, தான் பெற்றுள்ள மார்க்க ரீதியான அல்லது உலக ரீதியான அருட்கொடைகளையும், அவனுக்கு ஏற்பட்ட துன்பத்தையும் ஒப்பிட்டுப் பார்க்க வேண்டும். இவ்வாறு ஒப்பிடும்போது அவன் பெற்றுள்ள அருட்கொடைகள் ஏராளமானவை எனவும், அவனுக்கு ஏற்பட்ட துன்பங்கள் மிகக் குறைந்தவை எனவும் தெளிவாகத் தெரியும்.

அதேபோல, தமக்கு ஏற்பட வாய்ப்புள்ள தீங்குகளைப் பற்றிய அச்சத்திற்கும், அவற்றிலிருந்து பாதுகாப்பாக இருக்கக்கூடிய பல வாய்ப்புகளுக்கும் மத்தியில் ஒப்பிட்டுப் பார்த்து, பல வலுவான வாய்ப்புகளை

விட ஒரு பலவீனமான வாய்ப்பை மேலோங்க விடாமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். இதனால் அவரது கவலை மற்றும் பயம் நீங்குகிறது. அவருக்கு ஏற்பட முடியுமான மிக மோசமான இடம்பாட்டை அனுமானித்து, அது நிகழ்ந்தால், அதனை எதிர்கொள்ளத் தன்னைத் தயார் செய்து கொள்வதோடு, இன்னும் நிகழாதவற்றைத் தடுக்கவும், நிகழ்ந்தவற்றை நீக்கவும் அல்லது தணிக்கவும் முயற்சிக்க வேண்டும்.

மக்களின் தொல்லைகள் - நீங்கள் அதில் உள்நுழையாமல் இருக்கும் வரை - அவர்களுக்கே எதிரானதே. மக்களிடமிருந்து உங்களுக்கு ஏற்படும் தொல்லைகள், குறிப்பாகக் கெட்ட வார்த்தைகள், உங்களுக்குத் தீங்காகாது, மாறாக, அவர்களுக்கே தீங்காகும் என்பதை அறிந்து கொள்வது பயனுள்ளதாகும். ஆனால் நீங்கள் அதில் கவனம் செலுத்தி, உங்கள் உணர்வுகளை அதனால் ஆட்கொள்ளச் செய்தால், அப்போது அது அவர்களுக்கு ஏற்பட்டது போலவே உங்களுக்கும் தீங்காகும். நீங்கள் அதற்கு கவலைப்படாமல்

இருந்தால் அது உங்களுக்கு எவ்விதத்திலும் தீங்காகாது.

உங்கள் வாழ்க்கையை பயனுள்ள சிந்தனைகளால் நலமாக்குங்கள். உமது வாழ்க்கை உமது சிந்தனைகளின் அடிப்படையில் அமைகின்றது என்பதை அறிந்து கொள்வீராக. உமது சிந்தனைகள் உமது மார்க்கத்திற்கோ அல்லது இவ்வுலகிற்கோ பயனளிக்கும் வகையில் இருந்தால் உமது வாழ்க்கை நல்வாழ்வும் மகிழ்ச்சியும் நிறைந்ததாக இருக்கும். இல்லையெனில், அதற்கு மாறாகவே அமையும்.

உமது நடத்தைகள் படைப்பினங்களுக்காக அல்லாமல் அல்லாஹ்வுக்காகவே இருக்க வேண்டும். மனக்கவலையை நீக்குவதில் மிகவும் பயனளிக்கும் விஷயங்களில் ஒன்று, அல்லாஹ்வைத் தவிர வேறு யாரிடமிருந்தும் நன்றி எதிர்பார்க்காதவாறு உன்னை பலப்படுத்திக் கொள்வதாகும். உனக்கு உரிமையுள்ளவர்களுக்கும், உரிமையில்லாதவர்களுக்கும் நீ நன்மை செய்தால், அது அல்லாஹ்வுடன் நீ

செய்யும் ஒரு ஒப்பந்தமாகும் என்பதை அறிந்து கொள். எனவே, உனது உபகாரத்தைப் பெற்றவர்களின் நன்றியைப் பற்றிக் கவலைப்படாதே. அல்லாஹ் தனது சிறப்புமிக்க படைப்புகள் கூறியதாக இவ்வாறு கூறுகின்றான்.

﴿إِنَّمَا نُطْعِمُكُمْ لِوَجْهِ ٱللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنكُمْ جَزَآءً وَلَا شُكُورًا ۝٩﴾

"நாங்கள் உங்களுக்கு உணவளிப்பதெல்லாம் அல்லாஹ்வின் முகத்திற்காகத்தான். உங்களிடம் (இதற்கு) கூலியையும் நன்றியையும் நாங்கள் நாடவில்லை". (அல்இன்ஸான் : 9).

இது குடும்பத்தினருடனும் குழந்தைகளுடனும், உங்களுடன் நெருக்கமாக உறவு கொண்டுள்ளவர்கள் விடயத்திலும் மிக முக்கியமாகின்றது. அவர்களிடமிருந்து தீங்குகளை அகற்றுவதற்கு மனவுறுதி கொண்டு விட்டால், நீங்கள் சாந்தியடைவீர்கள். பயத்தைத் தரும் விதத்தில் வலிந்து செயற்படாமல், மனதின் தூண்டுதலின் படி நற்பண்புகளை ஏற்றுக் கொண்டு

அதில் செயல்படுவது சாந்திக்கான காரணங்களில் ஒன்றாகும், நற்பண்புகளை அடைய தவறான பாதையைத் தேர்ந்தெடுத்தால், நீங்கள் வெற்றியின்றி திரும்புவீர்கள். இது ஞானத்தின் ஒரு பகுதியாகும். மேலும் குழப்பமான விஷயங்களை தெளிவான மற்றும் இனிமையானவைகளாக மாற்றுவதன் மூலம் இன்பம் மேலும் தூய்மை அடைகின்றது. குழப்பங்கள் நீங்குகின்றன.

தீங்கிழைக்கும் அம்சங்களை விடுத்து, பயன்தரும் அம்சங்களில் மாத்திரம் கவனம் செலுத்தல், உமக்கு பயனளிக்கும் விடயங்களை உங்கள் கண்முன்னே வைத்து அவற்றை அடைவதற்காக முயற்சி செய்யுங்கள், மேலும் உமக்கு தீங்கு விளைவிக்கும் விடயங்களைப் புறக்கணியுங்கள்; இதனால் கவலை மற்றும் துக்கத்தை உண்டாக்கும் காரணிகளை தவிர்க்க முடியும். மேலும் முக்கியமான செயல்களைச் செய்ய, ஓய்வு மற்றும் மனத்தை ஒருமுகப் படுத்தல் ஆகியவற்றைக் கொண்டு

உதவிபெற்றுக்கொள்க.

பணிகளை உடனடியாகவே நிறைவேற்றல், பணிகளை உடனேயே நிறைவேற்றிவிட்டு, எதிர்காலத்தில் ஓய்வாக இருப்பது பயனுள்ள செயல்களில் ஒன்றாகும். ஏனெனில், பணிகள் அப்போதே முடிக்கப்படா விட்டால், முந்தைய பணிகளுடன் புதிய பணிகளும் சேர்ந்து, அவற்றின் அழுத்தம் அதிகரிக்கும். எனவே, ஒவ்வொரு செயலையும் அதன் நேரத்தில் முடித்து விட்டால், எதிர்காலப் பணிகளை ஆழ்ந்த சிந்தனை மற்றும் செயலாற்றல் சக்தியுடன் அணுகலாம்.

ஆலோசனை கேட்பதுடன், முன்னுரிமைகளை வரிசைப்படுத்துதல் நீங்கள் செய்யும் நன்மை பயனளிக்கும் செயல்களில் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தவற்றைத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும், மேலும் உங்கள் மனம் விரும்பும் மற்றும் உங்களின் ஆர்வம் அதிகமாக இருக்கும் செயல்களைப் பிரித்தறியுங்கள், ஏனெனில் அதற்கு மாறாகச் செய்யும் செயல்கள் சலிப்பையும், அலுப்பையும்,

மனக்கசப்பையும் ஏற்படுத்தும். இதற்காக சரியான சிந்தனை மற்றும் ஆலோசனையின் உதவியை நாடுங்கள், ஏனெனில் ஆலோசனை செய்தவர் ஒருபோதும் கைசேதப்படமாட்டார். நீங்கள் செய்ய விரும்பும் செயல்களை நுணுக்கமாக ஆய்வு செய்யுங்கள், நன்மை உறுதியாக இருப்பதை உணர்ந்து, முடிவெடுத்ததும், அல்லாஹ்வின் மீது நம்பிக்கை வையுங்கள், ஏனெனில் அல்லாஹ் நம்பிக்கை வைக்கும் மக்களை விரும்புகிறான்.

புகழ் அணைத்தும் உலகத்தாரின் இறைவனான அல்லாஹ்வுக்கு உரித்தானது.

எமது நபி முஹம்மத் (ஸல்) அவர்களின் மீதும், அவர்களின் குடும்பத்தார் தோழர்கள் அனைவர் மீதிலும் அல்லாஹ்வின் ஸலாத்தும், ஸலாமும் உண்டாவதாக.

❋❋❋

பொருளடக்கம்

மகிழ்ச்சியான வாழ்வுக்கான பயனுள்ள வழிமுறைகள் 2

தொகுப்பு 2

அஷ்ஷேக் அப்திர்ரஹ்மான் இப்னு நாஸிர் அஸ்ஸஃதீ (ரஹ்) 2

முன்னுரை 2

பிரிவு : ஈமான் மற்றும் நற்செயல்கள் 4

பிரிவு : நற்செயல்களில் அல்லது பயனுள்ள ஏதும் கல்வியைக் கற்பதில் ஈடுபடுதல் 17

பிரிவு : அல்லாஹ்வை அதிகம் நினைவுகூர்தல் 23

பிரிவு : கவலையை ஏற்படுத்தும் காரணிகளை நீக்குவதற்கான முயற்சியில் ஈடுபடுதல், மேலும் மகிழ்ச்சியை ஏற்படுத்தும் காரணிகளைப் பெறுவதற்கான முயற்சியில் ஈடுபடுதல். 27

பிரிவு : மிகவும் மோசமான சாத்தியப்பாடுகளை மதிப்பீட்டில் வைத்துக் கொள்ளல் 31

பிரிவு : உள்ளம் உணர்ச்சிவசப்படாமலும், தடுமாற்றமடையாமலும் உறுதியாக இருத்தல். 34

பிரிவு: பிறரின் குறைகளை பொறுத்துக் கொள்ள ஆன்மாவை பழக்கப்படுத்துதல் 38

கவலைகளைத் தொடர்ந்து செல்லாது நிறுத்திக் கொள்ளுதல். 41

❋❋❋

رئاسة الشؤون الدينية
بالمسجد الحرام والمسجد النبوي

رسالة الحرمين

Message of The Two Holy Mosques

Guidance content for the visitors of the Holy Mosque and the Prophet's Mosque in languages.

978-603-517-240-0