

ملخص كتاب
الوسائل المفيدة للحياة السعيدة

תקציר הספר

” המסרים המועילים לחיים שמחים ”

- **הסופר** - "עבד אלרחמן בן נאסר אל סיעדי" – 1307-1376 תאריך היגרי מהבולטים בין מדעני הדת האיסלאמי בתקופתו.

המؤلف:
عبد الرحمن بن ناصر السعدي ١٣٠٧-
١٣٧٦هـ. من أبرز علماء المسلمين في عصره، واحد الأئمة المحققين.

- **הסיבה לכתיבת הספר** – כאשר נסע המחבר ללבנון לצורך טיפול רפואי בשנת 1373 הוא קרא את הספר (תפסיק לדאוג ותחיה את החיים) לסופר האמריקאי דייל קאניגרי והספר מצא חן בעיניו לכן החליט לכתוב את הספר הזה.

סיבת التأليف:
لما سافر الشيخ إلى لبنان في رحلة علاجية عام ١٣٧٣هـ. قرأ هناك كتاب (دع القلق وبدأ الحياة) للكاتب الأمريكي ديل كانيجري. فاعجب به، وألف على ضوءه هذا الكتاب.

1- **להאמין באלוהים ובמעשים טובים** – האמונה מובילה לסבלנות, ולקבל את מה שאלוהים נתן לך הרבה היה או קצת.

١
الإيمان بالله تعالى والعمل الصالح
فالإيمان يقود إلى الصبر والرضا والفتنة بما قسم الله.

2- **להיות צדיק במעשים ובדיבורים לאנשים אחרים** – מעשים טובים מביאים רק טוב ומרחיקים את הרוע.

٢
الإحسان إلى الخلق بالقول والفعل
فالخير يجلب الخير، ويدفع الشر.

3- **להתעסק בעבודה מועילה או לימוד דברים מועילים** - ההתעסקות הזו מרחיקה את המחשבות מהדברים המציקים לנו.

٣
الاشتغال بعمل أو علم نافع
فهو يلهي القلب عن التفكير فيما يضايق.

4- **לעסוק במה שיש היום** – לא לחשוב על מה שעבר כבר או במה שעתיד להגיע בגלל שזה מביא רק עצב ודאגות בדרך כלל.

٤
إشغال الفكر بعمل اليوم
فلا تفرح بما مضى، ولا تهتم بما سيأتي، فقد كان النبي ﷺ يسعد بالله من الهم والحزن.

5- **לזכור את אלוהים והרבה** – זכירת אלוהים מביא שלבה ללב האדם.

٥
الإكثار من ذكر الله تعالى
فذكر الله يجلب الطمأنينة والسكينة للقلب.

6- **לזכור את חסדי אלוהים כלפיך** – זה מביא רוגע ללב ומשכיח את הדאגות כי אלוהים נתן לך כל כך הרבה מתנות .

٦
تعداد نعم الله تعالى الظاهرة والباطنة
فهو يجلب الشكر وينسي الهم.

7- **להסתכל על מי שמתחתיו** – זה מוביל להודות לאלוהים על מה שנתן לך ולא להסתכל על מי שמעליך כי זה רק יעציב אותך.

٧
النظر إلى من هو أسفل منك
فهو يقودك إلى حمد الله
على ما أنت عليه ويزيل
حزنك وهمك.

8- **לשכוח את מה שהיה בעבר** – מה שהיה היה ואי אפשר להחזיר את הגלגל אחורה לכן להתעסק במה שהיה לא יוביל לשום דבר טוב להפך זה יוביל אותך לשיגעון.

٨
نسيان ما مضى
فما مضى لا يمكن زح
والشفاهل به عيت وجنون.

9- **לבקש מאלוהים את מה שאתה צריך** – אלוהים הוא הכל יכול לכן יש לבקש ממנו את מה שישפר את הדת שלנו ואת החיים שלנו כאחד.

٩
دعاء الله تعالى
كالدعاء أن يصلح له دينه
ودنياه وأدركه كما جاء في
الحديث.

10- **לחשוב על הגרוע מכל** – כאשר האדם נתקל בבעיה עליו לחשוב על מה הכי גרוע שיכול להגיע אליו המצב וכך כשהבעיה מתרחשת תנסה לצמצם נזקים כמה שאפשר.

١٠
أن يفكر أسوأ
الاحتمالات
معدن حدوث تكيه قدر أسوأ
احتمال، فإنه يخففها عند
وقوعها، فإذا وقعت أسوأ
في تخفيفها قدر الإمكان.

11- **לא לשחות בחלומות יותר מדי** – כי זה רק יוביל למחשבות רעות ולחלומות שלא יתגשמו – יש לחלום במידה שתוביל להתקדמות ולא לחלומות שאי אפשר להגשים.

١١
أن لا يستغرق في
الآهوام والخيالات
فالآهوام تخب لك الأفكار
السيئة وتوقع حدوث
مخزوه، وهو سبب
للهموم والأفراح.

12- **לסמוך על אלוהים** – אלוהים הוא הכל יכול ולסמוך עליו יוביל לזה שאלוהים ייתן לך את מבוקשך.

١٢
اعتماد القلب على
الله، والتوكل عليه
أومن بتوكل على الله فهو
حسيب.

13- **להיות סובלני כלפי טעויות ופגיעות האחרים** – אין אדם מושלם וכל אחד ייפגע מהאנשים ויפגע באנשים שהיא צורה לכן יש תמיד להסתכל על הצד הטוב של מי שמולנו ולא רק לטעויות שלו.

١٣
تحمل أخطاء الآخرين
والصبر على أذاهم
فكل إنسان له أن يخطئ
فمن عيب أو نقص أو امر
تخرمه، فانظر إلى جانب
الأثر الحسن.

14- **לא לעסוק בשטויות** – יש להתעסק רק בדברים המועילים לנו ולא בשטויות שאין מהם שום תועלת.

١٤
أن لا تشغل بخواه
الأمر
فكما نوطن نفوسنا على
تحمل الكوارت والأمر
الخير، فالصبر من باب
أولئ أن نتصرف عنها.

15- **החיים קצרים** – אל תבזבז אותם בכעס ודאגות אלא בשמחה ורוגע.

١٥
الحياة قصيرة
فالحيات القصيرة مع
فصحة حياة السعادة
والطمأنينة من نفعها أكثر
بالهم والسرور مع الخدي.

16- **רוב הדאגות זה אשליות** – הרבה מהדברים שמדאיגים אותנו עדיין לא התרחשו ולחשוב על הסיכויים שיתרחשו רק מעיק עלינו ומכאיב לנו.

١٦
كثير من القلق وهم
لا حقيقة له
فكثير من الأشياء التي
قلبت معنا لم تحدث، فلو
دع الاحتمال الصغرى يغلب
الاحتمالات الكبيرة القوية.



- 17- **אל תכעס מפגיעת הנשים אחד לשני – ואל תתעסק בזה כי זה יגיע אליך אם תתעסק בזה.**
- 18- **חייד הם תוצאה של מחשבותיך – אם יש לך מחשבות טובות אז חייד יהיו חיים טובים וההפך גם נכון.**
- 19- **אל תצפה מאנשים לתודה – אם תעשה טובה למישהוא אז תזכור שאתה עושה את זה מ טוב ליבך ושאלוהים הוא זה יגמול לך על מעשיך.**
- 20- **תתעסק רק במה שיועיל לך – אם תתעסק ותחשוב על דברים שלא יועילו לך זה יוביל רק לדאגות ומחשבות רעות.**
- 21- **תסיים את מה שהתחלת – אל תשאיר דברים תלויים כי הכל יצטבר בסוף ולא תצליח לעשות כלום.**
- 22- **סדר את עדיפויותיך – תתחיל בהכי חשוב ותבחר את מה שאתה אוהב לעשות ותתייעץ עם אחרים כי ייעוץ רק מביא טוב.**