

ملخص كتاب
الوسائل المفيدة للحياة السعيدة

“Os meios que trazem benefícios para alcançar uma vida feliz”

O Autor: Abdurrahman Ibn Naasir As Sa'di (1307 – 1376 depois da Hégira) é considerado um dos teólogos islâmicos mais proeminentes na sua era; e entre os imames mais bem instruídos (no conhecimento).

A razão da compilação "Os meios que trazem benefícios para alcançar uma vida feliz" Quando o sheikh viajou para o Líbano para efetuar tratamento, no ano 1373 hégira, leu o livro (deixe a preocupação e comece a viver) do autor americano Dale Carnegie, ficou impressionado com o seu conteúdo e resolveu compilar um livro com o mesmo tema.

1. **A fé em Allah, o Exaltado e a prática de boas ações**, a fé leva à paciência, felicidade, e contentamento com o que foi decretado por Allah.

2. **A excelência com as criaturas, através dos atos e das palavras**, o bem não traz senão o bem e repele o mal.

3. **A ocupação com boas ações ou conhecimento que beneficia** distrai o coração sobre o que deixa-te preocupado.

4. **Ocupar a mente em praticar boas ações diariamente**, por isso não fiques deprimido com o passado nem preocupado com o futuro, pois o Profeta pedia proteção contra a angústia e a tristeza.

5. **Excesso na recordação de Allah** pois a recordação de Allah traz alegria e tranquilidade no coração.

6. **Enumerar os favores de Allah exteriores e interiores** leva à gratidão e é uma forma de fazer esquecer a aflição.

المؤلف:

عبد الرحمن بن ناصر
الشعدي ١٣٠٧ -
١٣٧٦ هـ من أبرز
علماء المسلمين
في عصره، وأحد
الأئمة المحققين.

سبب التأليف:

لما سافر الشيخ إلى
لبنان في رحلة علاجية
عام ١٣٧٣ قرأ هناك
كتاب (دع القلق وأبدأ
الحياة) للكاتب
الأمريكي ديل كارنيجي.
فأعجب به، وألف على
ضوئه هذا الكتاب.

١ الإيمان بالله تعالى والعمل الصالح

فالإيمان يقود إلى الصبر
والرضا والقبالة بما قسم
الله.

٢ الإحسان إلى الخلق بالقول والفعل

فالتحيز يجلب الخير وي دفع
الش.

٣ الاشتغال بعمل أو علم نافع

فهو ينهي القلب عن
التفكير فيما يفعله.

٤ اشغال الفكر بعمل اليوم

فإن تجوز عما مضى وإن
لهتم بما سيأتي، فقد كان
النبي ﷺ يستعين بالله من
الهم والحزن.

٥ الإكثار من ذكر الله تعالى

فذكر الله يجلب الطمأنينة
والسكينة للقلب.

٦ تعداد نعم الله تعالى الظاهرة والباطنة

فهو يجلب الشكر وينسي
الهم.

7. **Olhar para aqueles que estão abaixo de ti**, pois permite agradecer Allah pelo que tens e afasta a tristeza e a mágoa.



8. **Esquecer o que é passado**, porque já não é possível trazê-lo de volta, e estar ocupado com isso não faz sentido e é um disparate.



9. **Suplicar a Allah o Exaltado**, tal como suplicar para retificar a religião, os assuntos mundanos, e os assuntos da outra vida, tal como mencionado no dito (hadith).



10. **Esperar o pior**, porque quem assim proceder, quando ocorrer o pior irá reduzir o seu efeito



11. **Não ocupar a mente com ilusões ou imaginações**, pois as ilusões causam maus pensamentos e fazem com que sejas pessimista, o que é uma forma de depressão e doença.



12. **A convicção no coração em Allah e confiar n'Ele**, (aquele que confiar em Allah, Ele será Suficiente para ele).



13. **Tolerar os erros dos outros e ter paciência se for prejudicado por eles**, todas as pessoas cometem erros, não são infalíveis ou há coisas que nós detestamos, portanto deve-se olhar mais para o outro lado positivo.



14. **Não ocupar o tempo com assuntos insignificantes**, da mesma forma que o teu objetivo é lidar com as calamidades e assuntos de grande importância, os assuntos de menor importância têm mais prioridade em manter-se afastado deles



15. **A vida é curta** (pois a vida na realidade mesmo se for curta) é uma vida de felicidade e tranquilidade, portanto não deves encurtar a vida com sofrimento e agonia.



16. **Muita preocupação é ilusão sem nenhuma veracidade**, porque a maioria das coisas pelo qual estás preocupado, não ocorrem, portanto não deixes as baixas probabilidades prevalecer sobre as altas probabilidades



17. **Não fiques incomodado por causa do mal das pessoas**, pois o prejuízo está sobre eles próprios, se estiveres ocupado com isso vai prejudicar-te tal como eles prejudicam-se a eles próprios.



18. **A tua vida segue os teus pensamentos**, se os teus pensamentos são benéficos para a tua religião ou sobre os assuntos mundanos, então a tua vida será agradável e feliz, caso contrário será o oposto.



19. **Não esperar agradecimento por parte das pessoas**, quando tratares bem aqueles que têm o direito sobre ti e aqueles que não têm, então será uma transação da tua parte com Allah, e não estejas preocupado se eles não forem gratos para contigo.



20. **Mantém-te ocupado com o que vai beneficiar-te**, pois os assuntos prejudiciais só trazem tormento e preocupação, procura auxílio nas ações que trazem benefícios.



21. **Sê determinado em agir imediatamente**, porque não agir de imediato irá acumular sobre ti as tarefas por cumprir, além de outros afazeres e acabarás por estar bastante ocupado.



22. **Organiza as prioridades**, começa por aquela que é mais importante e escolhe aquela pela qual estás mais inclinado para que não fiques aborrecido ou descontente, e consulta pois não há arrependimento no aconselhamento.

