

幸福への鍵



幸福とは、地球上の全人類が例外なく目標としている唯一のものです。信仰者・不信仰者は共通して幸福を求めますが、両者は異なる手段を用います。

正真正銘の幸福を達成することが出来るのは、信仰者のみです。全能なる神への確固とした信仰を抜きにした幸福の形は、すべて幻想に過ぎないものです。

以下は、幸福を得るための秘訣です。

1. 一日一日をしっかりと生きなければ、思考は乱れ、諸事は混乱し、心配事が増えることを知ること。この現実には、以下のハディースによって要約されます。

“晩には、朝がやって来ることを期待してはならない。そして朝には、晩がやってくることを期待してはならない。”（サヒーフ・ブハーリー）

2. 過去とそこに含まれるもの全てを忘れ、現在に集中すること。
3. 未来に完全に心を奪われ、現在を棄てないこと。人生においてバランスを保ち、あらゆる状況に適切な対処が出来るよう備えること。
4. 批判に動揺せず、揺るぎない態度を保つこと。自らの価値の高さに比例して、人々の批判レベルが上昇することを知ること。また、批判を自らの欠点を発見する機会として利用し、自己向上につなげること。
5. 神を完全に頼り、善行に勤しむこと。これは幸福な人生を送るための必要条件なのです。

6. 平和・静寂・やすらぎを求めるのなら、それは神の念唱の中にあるということを見いだすこと。
7. 起きることは何であれ、神の御意に基づいたことであると確信すること。
8. 他人からの感謝を求めないこと。
9. 最悪の状況に備えること。
10. 物事の結末は、たとえそれが理解し難いことでも、自分にとって最善であるかも知れないということ。
11. 信仰者に定められたすべてのことは、最善のことであること。
12. 神の祝福を数え上げ、それらについて感謝すること。
13. 自分は他の多くの人々よりも良い状況に置かれているということを思い起こすこと。
14. 安楽は時を別にして訪れること。実に、安楽は困難と共にあるのです。
15. 困難と安楽のどちらにあっても、忍耐強く、または感謝と共に唱念と礼拝に立ち返るべきであること。
16. 災難は、心を強くし、肯定的な方向に将来の展望を形作るべきものであること。
17. 取るに足らないことを、自らの破滅の原因としないこと。
18. 神はたびたび赦される御方であることを忘れないこと。
19. 寛容な態度を身につけ、怒らないこと。
20. 人生はパンであり、水であり、日よけであるため、それ以外の物質的な欠如に心をかき乱されないこと。

“天には、あなたがたへの糧と、あなたがたに約束されたものがある。” (クルアーン51:22)

21. 今にも起きそうな不安をかきたてる悪いことは、通常起きることのないものだということ。
22. より大きな苦難に直面している人々に目を向け、自分はそうでないことに感謝すること。

23. 神は確固として試練に耐える者を愛されるということを念頭に入れ、そうした者の一人となれるようにすること。
24. 預言者（神の慈悲と祝福あれ）が困難の際に行うよう私たちに教えてくれた唱念を繰り返すこと。
25. 生産性のある物事に努力し、無益な物事から離れること。
26. うわさ話を広めず、それらに耳もかさないこと。うわさ話をうっかり聞いてしまった場合は、それを信じたりはしないこと。
27. 心に抱く悪意や、復讐への努力は、敵よりも自分の健康への害であることを知ること。
28. 降りかかる困難は、それを耐え忍ぶのであれば贖罪となることを知ること。