

खुशी की कुंजी

रेटगि:

वविरण:

श्रेणी: [लेख इस्लाम के फायदे सच्ची खुशी और मन की शांति](#)

द्वारा: Ayed Al-Qarni

पर प्रकाशति: 04 Nov 2021

अंतमि बार संशोधति: 04 Nov 2021

पृथ्वी पर सुख ही एकमात्र ऐसा लक्ष्य है जसि सभी लोग पाना चाहते हैं। आसूतकि हो या नासूतकि दोनों खुश रहना चाहते हैं, लेकनि दोनों अलग-अलग तरीके अपनाते हैं।

हालांकि केवल आसूतकि ही वासूतवकि खुशी प्राप्त कर सकत हैं। सर्वशक्तमिन ईश्वर में दृढ़ वशिवास के बनिा प्राप्त सभी खुशी केवल भ्रम हैं।



खुशी पाने के उपाय नमिनलखिति हैं:

1. जान लो कयिद आप वर्तमान में नहीं रहोगे तो आपके वचिर बखिर जाएंगे, आपके मामले उलझ जाएंगे और आपकी चति बढ जाएगी। इन वासूतवकिताओं को नमिनलखिति हदीस में समझाया गया है:

"जब आप शाम में हों तो सुबह देखने की उम्मीद न करें, और जब आप सुबह में हों तो शाम देखने की उम्मीद न करें।" (सहीह अल बुखारी)

2. अतीत मे जो कुछ भी हुआ उसे भूल जाओ, वर्तमान पर ध्यान दो।

3. भवषिय को लेकर खुद को पूरी तरह से व्यसूत न रखें और फरि वर्तमान को छोड़ दे। जीवन में संतुलति रहो, सभी परसिथतियों के लिए खुद को तैयार रखो।

4. आलोचना से वचिलति न हों; इसके बजाय दृढ़ रहो। ध्यान रखो आपकी योग्यता के अनुसार लोगों की आलोचना बढ़ती है। इसके अलावा आलोचना का उपयोग अपनी कमियों और गलतियों को खोजने में करो, और अपने आपको सुधारने में करो।
5. ईश्वर पर पूर्ण विश्वास रखो और अच्छे काम करो; इससे आपका जीवन अच्छा और सुखी बन सकता है।
6. यदि आप शांति, संतुष्टि और आराम चाहते हैं तो आप यह सब ईश्वर को स्मरण कर के पा सकते हैं।
7. आपको निश्चिंति रूप से पता होना चाहिए कि जो कुछ भी होता है वह ईश्वर के आदेश के अनुसार होता है।
8. किसी से भी कृतज्ञता की उम्मीद न करो।
9. खराब परिस्थितियों के लिए अपने आप को तैयार करो।
10. शायद जो हुआ है वह आपके अच्छे के लिए है, भले ही आपको समझ में न आए कि ऐसा क्यों हो रहा है।
11. विश्वास करने वालों के साथ जो कुछ भी होता है वह उसके अच्छे के लिए है।
12. ईश्वर के आशीर्वादों को देखो और उनके लिए आभारी रहो।
13. याद रखो कि आप कई अन्य लोगों से बेहतर हो।
14. आपको राहत हर घंटे मिलती है। दरअसल, हर मुश्किल के बाद राहत मिलती है।
15. कठिनाई और आराम दोनों समय में व्यक्तियों को प्रार्थना करनी चाहिए, या तो धैर्यपूर्वक संतुष्ट होना चाहिए या आभारी होना चाहिए।
16. विपत्तियों से आपका हृदय मजबूत होना चाहिए और आपका दृष्टिकोण सकारात्मक तरीके से बदलना चाहिए।
17. तुच्छ बातों को अपने विनाश का कारण न बनने दो।
18. हमेशा याद रखो कि आपका ईश्वर अक्सर कृपा करने वाला है।

19. आसान रवैया अपनाओ और क्रोध से बचो।

20. जीवन रोटी, पानी और आसरा है; इसलिए किसी अन्य भौतिक वस्तु की कमी से परेशान न हों।

"और आकाश में तुम्हारी जीविका है तथा जसिका तुम्हें वचन दिया जा रहा है।।" (क़ुरआन 51:22)

21. एक भयानक बुराई प्रतीत होता है होगा, आमतौर पर कभी नहीं होती है।

22. उन लोगों को देखो जिनके कष्ट अधिक हैं और आभारी रहो कि आपके पास कम है।

23. इस बात को ध्यान में रखो कि ईश्वर उन लोगों से प्यार करता है जो परीक्षाओं को दृढ़ता से सहन करते हैं, इसलिए वैसा बनो।

24. मुश्किल समय में उन प्रार्थनाओं को लगातार दोहराओ जो पैगंबर (ईश्वर की दया और कृपा उन पर बनी रहे) ने हमें सिखाया है।

25. किसी ऐसी चीज पर कड़ी मेहनत करो जो लाभदायक हो, और आलस को दूर करो।

26. अफवाहें न फैलाओ और उन पर ध्यान न दो। अगर आप अनजाने में कोई अफवाह सुनते हो, तो उस पर विश्वास न करो।

27. जान लो कि आपके द्वेष और बदला लेने की भावना आपके वरिंधी की तुलना में आपके स्वास्थ्य के लिए कहीं अधिक हानिकारक है।

28. यदि आप धैर्य से सहन करते हो तो आपके ऊपर आने वाली कठनाइयां आपके पापों का प्रायश्चित्ति करती हैं।

इस लेख का वेब पता:

<https://www.islamreligion.com/index.php/hi/articles/2407>

कॉपीराइट © 2006-2020 सभी अधिकार सुरक्षित हैं। © 2006 - 2023 IslamReligion.com. सभी अधिकार सुरक्षित हैं।