

كيفية الإحساس بالحياة نقصد بالإحساس بالحياة؛ التي قد تصل أحياناً إلى الرغبة في الانتحار، وفيما يلي نقدم لكم بعض النصائح التي تساعد الإنسان على تخطي مشاكله وهمومه اليومية، وتوفر له الإحساس الحقيقي بالحياة: القناعة كنز لا يفنى إن الرضا عن ما يملكه الإنسان من قدرات أو ميزات، وهذا ما تحتاجه الحياة لتستمر وتحلو أيضاً. وربما سيراوده إحساسٌ بالنقص بالمقارنة مع آخرين، عمله في المجال الذي يرغب به، والاستمتاع بوسائل الترفيه، إلى جانب الالتزام الأخلاقي، التكيف مع الظروف إن الحياة ليست مرسومة كما نريد ونحب؛ والتي على الإنسان أن يتعامل معها بحكمة وروية، ولا يسارع إلى إعلان حالة الاكتئاب، عند أول منعطف يمر به؛ فالحياة تحكمها عوامل عديدة؛ تتعلق بالآخرين، وبالواقعة التي خص الله بها الحياة الدنيا؛ ممارسة الطقوس العادية يظن البعض أن الإحساس بالحياة مقتصر على تحقيق النجاح والرغبات، إلا أن اللحظات العادية التي يمر بها جميع البشر، هي بحد ذاتها الصورة الأولى للحياة،