الحياة ذاك الشيء البعيد الذي نعيش به ولأجله، ولكننا غير مدركين السر الذي سيوصلنا للنجاة، لمعنى أن نصبح أُناساً قادرين على مواجهتها بقوة وحزم أشد، لكنني دائماً على ثقة تامة بأنها وجدت لنتحداها، لنثبت أننا خلقنا لأمر ما عظيم ذي شأن أعظم، فكل إنسان على هذه الأرض مستخلف لمهمة ما عليه إنجازها، طالما بوصلته نحو الطريق الصحيح. كيف تستمع بالحياة حافظ على علاقاتك الشخصية علاقاتنا الشخصية أخر ما نهتم به في الوقت الحالي، متى آخر مرة رفعت سماعة هاتفك وتحدثت مع والديك أو أصدقائك؟! ربما منذ أسابيع إن لم يكن أشهر أليس كذلك! لا تدع عملك وحياتك المهنية تنسيك أهمية الترابط الاجتماعي، فنقودك لن تفيدك بشيء إن لم يكن هناك من يُشارك لحظات فرحك وحزنك، لا تعش حياتك وحيداً بائساً في انتظار الفرصة المناسبة للتواصل مع من حولك بعد أن تُنهي أعمالك، حياتنا هي ما يمر سريعاً دون أن نشعر لذلك استغل كل لحظة. كيف تتخلى عن النمطية من حين لآخر عندما يعتاد عقل الإنسان على القيام بنفس الشيء كل يوم دون أي تجديد يُذكر، تشعر حينها أن الوقت يمر أسرع مما تتخيل دون أن تُنجز ما تُريد، وما نعنيه بالوقت هنا ليس يوماً أو اثنين، بل حياتك بأكملها! بالتالي لا بد أن تسعى للقيام بشيء مختلف من حين لآخر، اخرج للجري أو ركوب الدراجات في أيام العطلات مثلاً، أو حتى استغل أبسط الأشياء لتغيير روتينك، كالذهاب من طريق مختلف للعمل والتأمل في أدقّ تفاصيله، ففي بعض الأحيان يتوجب عليك القيام بتغيرات جذرية، مثل تغيير وظيفتك أو الانتقال لمدينة أخرى لو كنت غير سعيد بعملك. فلو كنت تتوقع تصرفاتك وردود أفعالك في أي وقت وأي مكان، فهذا لأنك لا تقوم بأي شيء خارج عن المألوف، لتكتشف نفسك حقاً اذهب لأماكن جديدة بمفردك، واترك لنفسك العنان لترى كيف ستتصرف عندما تتخلى عن شعور الأمان الذي تبحث عنه باستمرار! لو قضيت حياتك تفعل نفس الشيء في نفس المكان وتتحدث مع نفس الأشخاص كل يوم باستمرار، فقد ترحل عن هذا العالم دون أن تعرف من تكون!. اشترك في أحد الأنشطة الاجتماعية، ابحث عن أشخاص لهم نفس اهتماماتك وطريقة تفكيرك قدر الإمكان كي تستمتع بالتواجد معهم، مهما كانت هذه الجماعات سواء نوادي اجتماعية أو دينية أو حتى عبر شبكة التواصل الاجتماعي، الأهم أن تكون على توافق مع الطابع العام للمكان كي لا تشعر أن تواجدك بينهم يُشكل عبئاً عليك، هناك الكثير من النوادي والمجتمعات التي تم إنشاؤها عبر مواقع التواصل الاجتماعي وعبر الإنترنت عموماً، ابحث عنها واشترك في إحداها إن لم تجد من يتوافق معك في محيط حيك أو مدينتك. تعلم أن تحب الحياة أغلب ما نواجهه ونعانيه بمشاكلنا مع الحياة أننا لا نستطيع أن نتعامل معها، وذلك لأننا اعتدنا عليها بهذا الشكل ولم نفكر يوما بتعديلها، أو على الأقل جعلها مناسبة لنا بعيداً عن التقاليد والحياة الإجتماعية الروتينية. عليك أن تكون جاداً بالتعامل معها، ولك هدف بها، تخلى عن كل قيد قد يعيد إلى الوراء، واسعى بكل قوة لك أن تترك بصمة لا تنسى، أثراً يصعب إزالته مع الأيام، فكلما أحببتها أكثر سعيت لمعرفتها، بعد ذلك أنا أراهن على نجاحك، ففقط آمن بذاتك وكن معها واسندها لتحيا عزيزاً. ابحث عما يُسعدك يجب أن يكون هناك هدف لحياتك أكبر من العمل وما إلى ذلك كي تستطيع الاستمرار، على سبيل المثال إن كنت تُحب السفر فلما لا تخصص أجازاتك السنوية للسفر إلى أماكن جديدة، بهذه الطريقة ستظل باقي أشهر السنة في حماس شديد وترقب لموعد السفر، ،لو كنت تُحب الموسيقى لما لا تتعلم العزف؟ ابحث عما يجعلك سعيداً ولا تتردد في السعي وراءه

Summarized by © lakhasly.com