الشباب ومتعة الحياة



◄ماذا تعني لك متع الحياة؟ كيف تنظر إلى الحياة؟ هل تجعل لحظاتها ممتعة فعلاً؟ هل تستغل وقتك بشكل جيّد؟ هل يترك تمتعك بالحياة تأثيراً على العالم من حولك؟ وأنا أتكلم عن هذا الموضوع استحضرني قول لباحث أمريكي (لويس ستيفنسون) مفاده: "حقيقة أنّ الزمن الذي نعيش فيه قد جعل كلّ واحد منا يشعر بأنّ التمتع بالحياة لم يعد أمراً ممكناً، فقد أصبحنا جيلاً مشغولاً بأشياء كثيرة لم تكن موجودة أيام أجدادنا" لماذا؟ لأنّه لاحظ ربّما وكما نلاحظ نحن ما يحدث لكثير منا حيث:

ننفق بتهور، نمشي بسرعة، نغضب لأتفه الأسباب، نسهر كثيراً مطولاً، ونشاهد التلفزيون و... نادراً ما نصلي!

ضاعفنا من ماديتنا على حساب قيمنا، نعد كثيراً ونكذب كثيراً... كثيراً جدّاً.

وفي المقابل... نحب أقل.

إننا نتكلم كثيراً، نخطط أكثر، نحلم ونحلم.

ولكننا... ننجز أقل.

تعلمنا العجلة ولم نتعلم الانتظار.

أخذنا نطالب بدخل أعلى وننشد رفاهية أوسع.

وبموازاة ذلك... ازداد الطلاق وأصبحت بيوتنا مفككة.

أصبح لدينا الكثير من وقت الفراغ ولكن القليل من المتعة، لدينا الكثير من أنواع الطعام والقليل من الصحة. تعلمنا كيف نكسب الرزق بالحيل ولم نعرف كيف نحيا بهناء معه، ندور حول العالم بحثاً عن الراحة والعمل والصداقة ونتقاعس من عبور الشارع لزيارة جار. وكثيرون يسألون عن مكمن السعادة.. هي ليست وصفة تشترى بقدر ما هي حالة يعيشها المرء، إنّها أشبه بذلك الثقب الذي أحدثه حجر مرمي على لوح زجاج قائم لنرى ما خلفه.. هذا البصيص من النور الذي ينفذ حيث تحطم الزجاج هو السعادة، هو جمال الحياة بعينها.. فهل أحدثت ثقباً في زجاج أيامك القاتمة لترى متعة الحياة التي تبحث؟ إذن أقترح عليك ما قرأته في كتاب الإعلامية الأمريكية بوني فيللر بعنوان: MUCH OF JOYS THE TOO MUCH: go for the big life…

التي يتضمن توجهات نحو حياة ممتعة دونما حرج أو خوف، تشير المؤلفة: كي تعيش المرح الكبير، العمل الكبير والحياة الكبير.. تعلّم أن تسعد ذاتك بكل ما يدور حولك في كلّ يوم، انضم إلى عالم القائلين "لِمَ لا..؟"، قم بعملك على أحسن ما يرام ولا تأبه إن كان وضيعاً أو عظيماً.. المهم أن تكون جاهزاً للفرصة التي ستلي من جراء أدائه.. إفعل بما تؤمن به فعلاً.. وستنال بالتأكيد نتائجه وإن لم تنلها وفق المفترض.. لا تيأس بل تابع فكل شيء بين ارتفاع وهبوط.. فإن لم تحاول لا يمكن أن تفوز وتتقدم.►

المصدر: كتاب كيف يمكن أن تعيش الحياة ببساطة