ثلاث قواعد ذهبية لحياة سعيدة

◄- القاعدة الأولى: العب في حياتك الدور الرئيس

عندما تلعب في حياتك دوراً جانبياً أو ثانوياً فقط، فليس في وسعك أن تكون سعيداً؛ لأنّك تعيش وفق الحوار الذي وضعه الآخرون. ولعب الدور الرئيس يعني أن تكون المؤلف والممثل النجم لحياتك الخاصة! أنت تحدد الدور وأنت تملؤه.

كن أثناء لعبك الدور الرئيس متحمساً لذاتك. عش هكذا بحيث تستحق التصفيق غير المحدود!

وتستطيع في كلّ مقطع من مقاطع حياتك أن تكتشف من جديد دورك المحبب. أي دور تود أن تلعبه الآن بكل سرور؟ ماذا من شأنه أن يحدث الآن؟

فكر في أن من يريد أن يربح، عليه أن يشتري ورقة يا نصيب في أقل تقدير. لا تتوقع أن يقود ملاكك الحارس الحياة عنك، بل تولى المسؤولية الكاملة بمفردك. كن أنت المسبب الذي يحقق ذاته. توقف عن البحث، وكن أنت بذاتك الهدف.

أنت عند الهدف. عندما تكون فوق الطريق الذي لا يقودك إلى أي مكان آخر سوى إلى نفسك! فاستمتع بكل خطوة تخطوها.

- القاعدة الثانية: تعلم (فن الاستمتاع)

اصنع من كلّ يوم مألوف شيئاً خاصاً جدّاً. فكل يوم يستحق أن يكون يوم السرور والتفرد في نوعه. تعرّف على أنّه في كلّ إنسان وفي كلّ مناسبة تنتظرك هدية.

والحبّ طريق مشترك، حتى تستمتع بالحياة بكل أنفاسها وتحركاتها لكلا الشريكين وللوصول أخيراً إلى الذات.

خذ الحياة بسهولة بقدر الإمكان بحيث يصبح كلّ شيء أكثر بساطة. تعلّم أن تستمع إلى قلبك في أغلب الأحيان، وأن تدع روحك تهتز فرحاً. وينتمي إلى حياة مشبعة ومليئة نصيب كبير من الفكاهة المحببة والقلبية.

- القاعدة الثالثة: عش حياتك

لا تعش حياتك فقط وفق ما تستطيع الحياة أن تقدم صوتها لك، وإنّما عشها أيضاً بحيث يمكنك القول: لقد عشت حقاً، في كلّ لحظة وفي كلّ نفس من الأنفاس.

والحياة ليس صراعاً وإنّما لعبة لا يمكنك سوى الانتصار والربح فيها، في الخبرات والحكمة والصداقة والحب.

اسمح للحياة أن تدفع لك بسخاء لقاء أنك امتثلت للتكليف الحقيقي وقمت به بكل سرور. وفعلت كلّ ما أسعدك بخاصة.

أزل (عبء الماضي) عن كاهلك؛ لأنّ الحياة الآن فقط.►

المصدر: كتاب اكتشف نفسك من جديد