

## خط جديدة لحياة عقلية



\* ما مضى فات، وما ذهب مات، فلا تفكر فيما مضى، فقد ذهب وانقضى.

\* اترك المستقبل حتى يأتي، ولا تهتم بالغد لأنك إذا أصلحت يومك صلح غدك.

\* عليك بالمشي والرياضة، واجتنب الكسل والخمول، واهجر الفراغ والبطالة.

\* جدد حياتك، ونوع أساليب معيشتك، وغير من الروتين الذي تعيشه.

\* اهجر المنبهات والإكثار من الشاي والقهوة، واحذر التدخين والشيشة وغيرها.

\* البلاء يعلمك الدعاء ويذهب عنك الكبر والعجب والفخر.

\* لا تجالس البغضاء والثقلاء والحسدة فإنهم حمى الروح، وهم حملة الأحزان.

\* إياك والذنوب، فإنَّها مصدر الهموم والأحزان وهي سبب النكبات وباب المصائب والأزمات.

\* لا تتأثر من القول القبيح والكلام السيِّئ الذي يقال فيك فإنَّه يؤدي فائله ولا يؤذيك.

\* سب أعدائك لك وشتم حسادك يساوي قيمتك لأنك أصبحت شيئاً مذكوراً ورجلاً مهماً.

\* اعلم أن من اغتابك فقد أهدى لك حسناته وخط من سيِّئَاتك وجعلك مشهوراً، وهذه نعمة.

\* أبسط وجهك للناس تكسب ودهم، وألن لهم الكلام يحبوك، وتواضع لهم يجلوك.

\* أبدأ الناس بالسلام وحيهم بالبسمة وأعرفهم بالإهتمام لتكون حبيباً إلى قلوبهم قريباً منهم.

\* لا تضيع عمرك في التنقل بين التخصصات والوظائف والمهن، فإن معنى هذا أنك لم تنجح في شيء.

\* كن واسع الأفق والتمس الأعذار لمن أساء إليك لتعيش في سكينه وهدوء، وإياك ومحاولة الإنتقام.

\* لا تفرح أعدائك بغضبك وجزنك فإنَّ هذا ما يريدون، فلا تحقق أمنيتهم الغالية في تعكير حياتك.

\* اهجر العشق والغرام والحب المحرم فإنَّه عذاب للروح ومرض للقلب.

\* أنت الذي تلون حياتك بنظرتك إليها، فحياتك من صنع أفكارك، فلا تضع نظارة سوداء على عينيك.

\* إذا وقعت في أزمة فتذكر كم أزمة مرّت بك ونجوت منها. ►

المصدر: كتاب كيف تعيش الحياة وتحبها