أحلام اليقظة

إنني شاب في الرابعة عشر من عمري وان مشكلتي هو إنني أعاني من أحلام اليقظة كل ساعات نهاري وأكاد أن أكون شارداً عن كل ما يدور حولي.. فماذا أفعل؟

الأخ الفاضل

السلام عليك ورحمة الله وبركاته

تحية طيبة وبعد..

شرود الذهن في مثل عمرك عارض طبيعي، فأنت تمر بمرحلة المراهقة والبلوغ وهناك تغيرات نفسية وجسمية تطرأ عليك وهذه بدورها قد تجعلك تحس بمشاعر جديدة تختلف عن أيام الطفولة والصبا، فأنت على مشارف الرجولة ويؤهلك الله تعالى لكي تكون شخصاً مسؤولاً وفرداً يعتمد عليه في المجتمع له موقعه وهو محاسب عن تصرفاته أمام الله والقانون.

ومن خصائص هذه المرحلة أن يتطلع الانسان إلى المستقبل فيعيش أحلام اليقظة، لتمر بباله مختلف التصورات في عالم الخيال، وهذه الأحلام والتصورات تدفع بالانسان إلى السعي والعمل لتقدمه وتحصيل مستقبل أفضل بشرط أن يتبع الفرد الخطوات العملية الصحيحة التي تقربه من النجاح وأن لا يبقى أسير

الأحلام.

لذا فإن عليك أيها الأخ العزيز أن تملأ فراغك بالعمل المفيد والنشاط البناء، سواء كان بالدراسة أو المطالعة أو العمل في مهنة تتعلمها أو المساعدة في أعمال المنزل وشراء الحاجيات، وكذلك في الرياضة والهوايات الفنية ومشاهدة البرامج التلفزيونية المفيدة وغير ذلك.

ومن المفيد أيضاً الذهاب إلى المسجد وأداء الصلوات فيه ومعايشة أجواء الإيمان والتعرف إلى الناس الطيبين فيه، فإن ذلك يخرجك من وحدتك ويجعل الله تعالى لك أنيساً ويوفر لك أجواء من الطمأنينة والاستقرار الروحي والنفسي.

وكذلك بالتمازج مع المحيط الاجتماعي كأجواء العائلة أو الأصدقاء الجيدين، والمهم أن تخرج من داخل نفسك إلى خارجها لتواجه الواقع تتعلم من تجاربه وتعمل بجد وحماس لتغييره نحو الأفضل.

إذن بعض الذي تمر فيه طبيعي لمرحلة عمرك ولكن الاستغراق فيه غير مناسب ولابد من تجاوز تلك الحالة إلى التفاعل مع المجتمع والمحيط والطبيعة التي خلقها الله لك من حولك.

وعلى أي حال لتكن لديك ثقة عالية بنفسك من أنك ستجتاز تلك المرحلة بنجاح باذن الله وتطلّع إلى غد الأيام وما تحمل من خير لكل الناس.

والله ولي التوفيق.