لا تكن متآمراً على سعادتك



السعادة الحقيقية لاتحتاج إلى بذل جهدٍ أو عناءٍ، فاجعل سعادتك ضمن خططك الدائمة والأبدية.

السّعادة بناء دائم وراسخ في عقلك، ويمكنك أن تواجه بها كلّ حادثٍ من حوادث الحياة وأنت تبحث عن صورتك بدلاً من الخوض فيما تجلبه الحياة لك. فعليك تحويل الإحباطات لديك إلى مغامرات سعيدة منشؤوها البناء الذي رسمتة في عقلك.

فالسعادة لايمكن أن تصنع، وليست كمن يبحث عن الهواء الذي يتنفسه، بل هي جزء من الحياة يعثر عليه المرء خلال عيشه فيها.

فالسّعادة هي التعبير الحقيقي للذات والنفس، كالشمس بخيوطها الدافئة للأرض بعد ذهاب السحب والرّكام عن قشرة الأرض.

السّعادة تكمن في أن تكون ذاتك، بأن تصنع قراراتك بنفسك، وبأن تعمل ما تريده لأنّك تريده.

سعادة الذات تكمن بأن تعيش حياتك مستمتعآ بكل لحظة فيها. بل تكمن في تحقيقك استقلاليتك عن الآخرين.

ولكي تجد السّعادة الحقيقية لها، فأنت بحاجة لأن تكون ذاتك، لا أن تتظاهر بما ليس فيك.

بل أنت بحاجة ماسة لأن تكف عن الحياة داخل ذكريات الماضي.

فتحقيق السعادة إذاً يكمن في أن تفهم ذاتك وتقبلها كما هي.

المصدر: كتاب رحلة مع الذات