

عشر نصائح لتجديد الحياة



الثلاثاء 8 مايو 2012 12:05 م

خالد الأعصر

ليس هناك ما قد يقال في مجال تجديد الحياة بعد ما كتبه استاذنا وشيخنا الجليل الشيخ محمد الغزالي ، عليه رحمه الله ، في كتابه القيم " جدد حياتك " فقد تكلم وأفاض وشرح وبين كيف للمسلم - على وجه الخصوص - ولأي شخص كان إن يعزم على تجديد حياته ويجعلها تسير في المسار الصحيح[]

ولكننا في السطور القادمة نضع نقاطا عشرنا نزعم أنها متى توفرت عند إنسان ما فقد يضمن - بعد توفيق من الله عز وجل - إن تتجدد حياته فعلا على الشكل الذي يرضى عنه[] فهي نقاط موجزة ونصح من أراد الاستفاضة والزيادة إن يعودشيء، كتاب شيخنا الغزالي .

1. حدد ما تريد

إن قانون الحياة وسنة الكون ثابتة بأن الدنيا لا تعطي كل شيء ، وكذلك فإنه من المستحيل أن تجد كل شيء عند شخص واحد[] ولهذا خلقت التضحية . فعلى كل إنسان أن يحدد ما يريد في حياته ، أيا كان هذا الذي يريده ، فمن يريد المال سيسعى طوال حياته وراء المال ، ومن يريد العلم فسيفضي عمره في طلبه ، ومن يريد الملك والسلطان فسوف يبذل أقصى ما يستطيع ليحصل على تلك السلطة . وهكذا على كل إنسان إن يحدد ما الذي يريده ويكون على يقين انه إن لم يكن مستحيلا فإنه بالطبع من الصعب والعسير جدا أن تحصل على كل شيء ، فعلى قدر شغفك واهتمامك وإيمانك ستكون لك أهدافا محددة في حياتك، فقم بتحديد ما من الآن حتى تسير في ضوئها[]

2. توقف عن الشكوى والتذمر

نعم ، لا وقت للبكاء ، قم وشمر عن ساعد الجد واجتهد . ابذل أقصى ما في طاقتك حتى تحقق أهدافك[] وتوقف في الحال عن الشكوى ، فكما يقولون في المثل الصيني: " لا تلعن الظلم ولكن أوقد شمعة فيه " فبدلا من أن تهدر طاقتك في تعديد مطالب المجتمع من حولك أو التذمر من الأحوال التي تحيط بك ، افعل أنت شيئا ايجابيا وكن أنت الإضافة لهذا الواقع الذي ترفضه[]

3. اقبل نفسك

نعم ، اقبل نفسك وكن ممتنا لها ولخالقها ، فأنت عالم فريد وحدك[] وأنت مهما قل حجمك أو صغرت مكانتك فإنك تملك الكثير والكثير مما قد لا يملكه غيرك . فكل إنسان منا لديه من القدرات والطاقات والمواهب ما لا توجد عند غيره من البشر[] وعليك إن تبحث في ذاتك وتتأمل بها فستجد العجب العجيب ، ولهذا وجهنا الخالق عز وجل فقال وهو اصدق القائلين " وفي أنفسكم أفلا تبصرون " لقد أمرنا أن نتأمل في الخلق والملكوت من حولنا ولكن قبل ذلك علينا إن ندرک نعمة الله في خلقه لنا وكيف أننا مكرمين على كثير ممن خلق ومفضلين عليهم تفضيلا[] فمهما كنت: ضعيفا ، فقيرا ، وحيدا ، يتيما أو أيا كان وضعك فستجد عندك ما يقويك بعد إيمانك بالله عز وجل[]

4. قدم خدماتك للآخرين

لا تكن منغلقا على ذاتك حتى لا يقودك ذلك للأنانية المقبحة . فالرسول (صلى الله عليه وسلم) نبهنا لهذا وقال " خير الناس أنفعهم للناس " فأين أنت من النفع لغيرك[] لا تبخل على أحد بما عندك، أيا كان الذي عندك ، مالا ، علما ، صحة وقوة ، فأعتبرها صدقة يا أخي الحبيب تتصدق بها وتزكي عن نعم الله التي انعم بها عليك[] وهدفك هو خدمة من حولك وشكر النعمة وتأكيد أنك ببذلك لما عندك فإنه سيزيد وهذا مصداقا لقول الله عز وجل " ولئن شكرتم لأزيدنكم " وما أفضل من بذل النعمة وتقديمها للآخرين شكرا لها . فالمجتمع لن يستفيد شيئا إن ظلت تشكر الله بلسانك ليل نهار ، ولكن عندما تتصدق بما من الله به عليك ، هذا هو أفضل الشكر ، فلا تبخل على احد بما عندك ، وأكرر يا أخي الحبيب ، ليس المقصود ما عندك من المال فقط لكن كل ما تملكه أو وهبه الله إياك هو رأس مال لديك .

5. اعتن بنفسك

ألم يقل لك رسولك الكريم " إن لبدنك عليك حقا " يجب أن تكون متوازنا في حياتك وتعطي لكل ذي حق حقه , فلا ترهق نفسك في العمل أو الدراسة أو أي عمل أيا كان, فكما إن هناك وقت للعمل يجب إن يكون لك وقت للراحة, وحبذا لو كان هذا الوقت مجدولا في خطتك الأسبوعية واليومية , فأخذ قسط من الراحة , والاهتمام بساعات النوم - دون إفراط ولا تفريط - وكذلك الغذاء المناسب والمتنوع الذي يضمن لجسمك كل المكونات المغذية المطلوبة , والابتعاد عن كل ما يضر صحتك هذا أمر حيوي فضلا عن عدم الإسراف في أي شيء حتى لو كان من المباحات ولا تنسى ممارسة أي نوع من أنواع الرياضة ولو على الأقل المشي . إن كل ما نقوله هذا هو باختصار التاج الذي نحرص إن يكون مزينا لك ولا يراه إلا إخواننا المرضى شفاهم الله وعافاهم ومتعنا وإياكم بالصحة والعافية

6. تأمل

لتكن لك لحظات استرخاء بشكل يومي , أيا كان المكان وأيا كان الزمان , وان كنا نفضل إن تكون تلك اللحظات أما في ساعات الغروب أو الشروق أو في ظلمة الليل , فهذه الأوقات ادعى لسكينة النفس ولإثارة كل المشاعر الإنسانية الرقيقة داخل الإنسان ولقد كان رسولنا الكريم قبل بعثته يذهب ليقضي أياما طوالا متأملا في ملكوت السموات والأرض في غار حراء . وكما يقال " تأمل ساعة خير من عبادة سنة " هذا إن كان التأمل فعلا سيؤدي بك إلى عمق الإيمان وتقريبك أكثر من خالقك ومن مخلوقات الكون حولك .

7. ابحث عن الإلهام

أنت لست وحدك في هذا الكون , ولست وحدك الذي يريد هذا الهدف - أيا كان الهدف - فهناك من يشاركك وهناك من سبقك وحقق هذا الهدف ونجح فعلا في إنجازه فلم لا تحاول أن تحيط نفسك بهؤلاء الناجحين أو حتى الذين يريدون ذات الهدف , وها هو الله عز وجل يوصي نبيه (عليه الصلاة والسلام) فيقول " واصبر نفسك مع الذين يدعون ربهم بالغداة والعشي يريدون وجهه " . علينا أن نحيط أنفسنا بالناجحين في مجالات تخصصنا وتحقيق أهدافنا , أو نسعى لإيجاد من يلهمنا في طريقنا ويشد من أزرنا ويقوي من عزيمتنا ويقوينا على المضي قدما في طريقنا

8. ضع خطة

صحيح أننا نقول للشخص ,اعمل , قم بأي عمل , ولكننا لا نريد عملا عشوائيا , بل النجاح مرتبط دائما بالتخطيط , فأني عمل مهما صغر , طالما ابتغي به وجه الله عز وجل فهو بإذن الله مقبول , ولكن حتى نأخذ بالأسباب فعلينا أن نخطط لعملنا ونعطينه من الاهتمام والعناية ما يستحق لا بد أن تعرف الهدف من أي عمل تقوم به وما هي الوسائل لتحقيقه , وما المتاح لك من تلك الوسائل وما هو غير المتاح , وما العقبات التي ستواجهك في سبيل تحقيقه وما هي الفرص المتاحة أمامك لتحقيقه يجب إن تحدد قدراتك ونقاط القوة والضعف لديك . يجب إن تتعرف على البيئة التي ستعمل بها . وعليك وضع خطة زمنية لأي عمل تقوم به , فما يتم إنجازه في أيام ليس من المعقول إن تشحذ له ذات الهمم والأدوات التي نستعد بها لعمل يأخذ سنوات أو شهورا وأفضل طرق التخطيط لكي تبدأ بها هو التخطيط الأسبوعي , فمن يعتاد أن يخطط عمله خلال أسبوع , بإمكانه إن يخطط لشهر أو لسنة

9. تعلم أن تتعامل مع المال

المال وسيلة وليس غاية في حد ذاته . ولأنه وسيلة أو أداة لتحقيق أهدافنا وتغيير حياتنا فعلينا أن نتعامل معه التعامل اللائق به , فلا نعطينه أكثر من حقه فيصبح هو المسيطر علينا والمسير لنا, ولا أن نبخسه حقه وقدره فنهدره أو نسرف في إنفاقه فيضيع منا سدى . مهما كان مقدار المال الذي تحصل عليه كدخل لك , عليك إن تنفق منه وتدخر منه ولو القليل , وان تفكر في استثمار جزء آخر منه , وهذا الاستثمار له صور عديدة , ليس هذا مجالها الآن , ولكن بما أن المال هو عصب الحياة المادية المعاصرة فعلينا أن نحاول أن نمتلك تلك الوسيلة بطرقها المشروعة التي يرضى عنها ربنا حتى يبارك لنا فيه وحتى نعيش سعداء نذكر أنفسنا بأن هذا المال خضرة حلوة من أخذها يطيب نفس بورك له فيه ومن أخذها باستشراف نفس كانت عليه وبالا والعياذ بالله

10. استمتع

رسولنا الكريم لم ير إلا هاشا باشا , وكان مبتسما في وجه الجميع , فلم العبوس إذن ولم القسوة في قسمات وجوهنا علينا أن نستمتع بحياتنا ونضحك ونبتسم وتكون روح الدعابة والمرح جزء من حياتنا , فالرسول (صلى الله عليه وسلم) مع كل ما لديه من مشاغل الدعوة والرسالة وهموم الدولة والقيادة والحروب والغزوات كان يداعب أصحابه ونسائه وحتى الأطفال من أبناء الصداقة , وكلنا يذكر ملاحظته للغلام إذ يسأله " يا عمير ما فعل النغير ؟ " . فالحياة حتى تسير تريد منا شيئا من المرح والمزاح اللطال المباح فمن الذي قال أن التدين هو الشدة والعبوس , ومن الذي قال أن الشخص حتى ينجح لا بد وأن يكون صارم الوجه شديد الكلمات لا يضحك أبدا من قال ذلك ؟ ولكننا نذكر بأننا أمة وسطا " فساعة وساعة "

هذه أختي الكرام كانت عشر نقاط حاولت فيها إجمال بعض النقاط التي نحتاجها جميعا لكي تتغير حياتنا مما هي فيه وأوضاعنا مما هي عليه . فليجتهد كل منا أن يجلس مع نفسه ويفكر في حياته لأن حياته هي رأسماله , فيومنا الذي يمر لن يعود أبدا أبدا , وإن مر دون استثمار فقد خسرنه , فلا بد وأن يكون هدفنا أن هذا اليوم لا بد وأن يقربنا من الله أولا . وأن يقربنا من تحقيق أهدافنا ثانيا . وأختم فأقول , إن كنا كلنا نتمنى الموت في سبيل الله والحصول على مكانة الشهادة في سبيل الله , فإن لم يتح الله لنا الموت في سبيله فلنعش في سبيله , ولتكن حياتنا كلها في سبيل الله .