

السلام عليكم
ورحمة الله وبركاته

مقتطفات من كتاب

استمتع بحياتك





• كن بطلا واعزم من الآن أن تطبق ما تقتنع بنفعه من قدرات ، اقلب عبوسك ابتسامه ، وكأبتك بشاشة و غضبك كرما ، واجعل المصائب أفراحا والإيمان سلاحا ، واستمتع بحياتك فالحياة قصيرة لا وقت فيها للغم .





• (قدر الله وما شاء فعل) هي النقطة الصحيحة لقفل باب الألم والسماح للألم أن تنتهي .

• أخطر مراحل الفشل ما يتحول إلى عادة ثم إلى اقتناع وفي آخر الأمر يتحول إلى لذة .





• لا تنقب عن المشكلات ولا تدقق في
صغائر الأمور وإنما استمتع بحياتك.

• عش حياتك بما لديك من معطيات لتسعد
وانظر للجوانب المشرقة في حياتك.





• السعادة في الحياة تتكون من جزيئات صغيرة.

• لا تضيع الوقت في البحث عن الإلهام ..
ابدأ وسوف يأتيك تلقائيا .





• الألم يرقق القلوب ويرهف الأحاسيس
ويظهر شفافية النفوس وصفائها.

• الحياة لا تكون ممتعة إلا بالمشاركة والتواصل.





• طالما أنك على قيد الحياة
فكل شيء يمكن اصلاحه .

• بدون المشاعر في الحياة فلا شيء حقا مهم
ولكن بالمشاعر فكل شيء يصبح مهما .

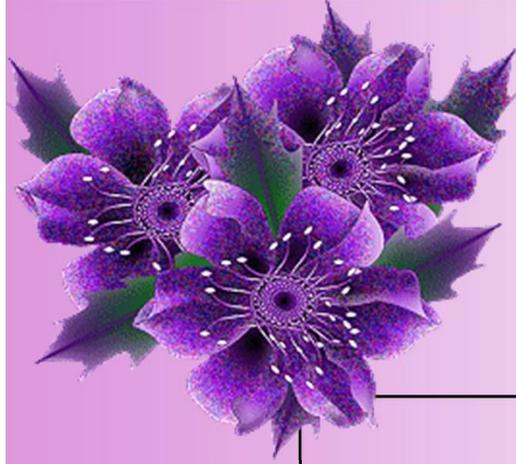




• كن نحلة تقف على الطيب وتتجاوز الخبيث
ولا تك كالذباب يتتبع الجروح .

• الفائز هو من يضحك في النهاية





• ليس الغبي سيد قومه
ولكن سيد قومه المتغابي.

• ليس كل ما يتمنى المرء يدركه
تأتي الرياح بما لاتشتهي السفن





• من عاش لغيره فسيعيش متعبا
ولكنه سيعيش كبيرا ويموت كبيرا .

• إذا هبت رياح فاغتمها
فإن لكل خافقة سكون .





- إن الإنسان الناضج هو الذي يدرك أن الحقيقة الثابتة الوحيدة في الحياة هي التعلق بالله سبحانه وتعالى فهم وحده الثابت الباقي الذي لا يتغير ، أما الأشخاص والأشياء المادية والمناصب فدائما متغيرات.





• إن النفس لا تشع سعادة إلا إذا كان لديها فائض منها.

• متى حررت نفسك من الخوف فإن ذكائك سيوجهك
من تلقاء نفسه





• على كل طامع في السعادة أن يرضى أولاً بما ليس
منع به وأن يتعلم بعد ذلك استخلاص السعادة رغم
عجزه ورغم قصوره





• أحيانا تكون طريقتنا في التعامل مع الخطأ أكبر من الخطأ نفسه .

• كن لماما للجمال فقط ولا تتدخل فيما لا يعنيك .





- سنة الحياة أن يتقلب الناس في الحلو والمر ولكن لماذا يعطي الناس المصائب والأحزان أكبر من حجمها؟؟
- مهارتك في التعامل مع الآخرين على أساسها تتحدد طريقة تعامل الناس معك .





• قدرتنا على أسر قلوب الآخرين وكسب محبتهم الصادقة
تمنحنا جانب كبير من المتعة في الحياة.

• لعل ابتسامة منك في وجه فقير ترفعك
عند الله درجات





• كفى بالمرء إثماً أن يحدث بكل ما سمع.

• لا تثر على نفسك الغبار ما دام ساكناً.





• إن لم يكن ما تريد ، فأرد ما يكون
(مادمت ملزماً فاستمتع).

• إذا قيل حلم فالحلم موضع
وحلم الفتى في غير موضعه جهل .





• كلما كانت شخصية الإنسان أقوى وثباته
على مبادئه أشد كان أهم في الحياة.

• ما أجمل التمسك بالمبادئ
• وإن كثرت الإغراءات.





• الحياة أخذ و عطاء فاجعل
عطاءك أكثر من أخذك.

• لا تشغل بما يجب على الآخرين أن يفعلوه
وإنما ما يجب عليك أن تفعله أنت.





• ليس الذكاء أن تنتصر في الجدل
• وإنما الذكاء أَل تدخل في الجدل أصلاً .

• تفاعل وأحسن الظن بربك
• واطمئن لعدالته .





• لا يوجد شخص عادي إلا ذلك
الذي تجاهل اكتشاف كنوزه وإمكانياته.

• احياء صورة واقعية لهدفك في الحياة ضروري جدا
لإعطائك القوة والحماس لتحقيقه.





• إن التغيير من السهل أن نفهمه
ولكن ليس من السهل أن نحققه.

• إن جزءا كبيرا من النضج النفسي
هو معرفة كيفية التسامح





- ليس كافيا أن يكون لديك عقل سليم
ولكن المهم أن تستطيع أن تستخدمه جيدا .
- تكاد تتلخص الحياة كلها في عدة قرارات
اتخذتها أو لم تتخذها .





• إن ثوب الحرير يصنع من ورقة التوت والصبر .

• هناك هدف ومعنى دائما وراء كل حدث
يحدث في حياتنا





• لن يتم انجاز أي عمل عظيم دون حماسة.

• إن السنين قد تصيب الوجه بالتجاعيد ولكن فقد الحماس للحياة يصيب الروح بالتجاعيد .





• قيمة وسحر التسامح في تحرير النفس من الندم
والحسد والحقد والغضب وما يتبع ذلك من هدوء
وصفاء نفسي .





• لكي نحرر أنفسنا ونستمتع بالحياة فإننا نحتاج إلى
تقبل الألم والإحباط كجزء من حياتنا فاليوم الواحد لا
يكتمل إلا بتمام الليل والنهار .

