

## رفع سقف المسرات أ.د. لطيفة حسين الكندري

الأعياد والمناسبات الحلوة طاقة ترفع سقف المسرات وهي كفيلة بتوليد وتجديد الأمل، وتلهمنا قوة التصدي للإحباطات والمنغصات المتشعبة في معيشتنا. المتفائلون أكثر استعدادا لاستقبال أحاسيس اللحظات السعيدة لأنهم قادرون على استعمال وجدانهم الجمالي من جهة وتفعيل تفكيرهم التدبري من جهة أخرى. قبل عدة سنوات قمت بزيارة مريضة تعاني من مرض السرطان وهي في ريعان شبابها. كان هدف زيارتي لها بالدرجة الأولى عيادة مريضة ولكنني عندما خرجت من الزيارة وجدت أنني تعلمت الكثير من تلك الفتاة التي كانت في ثيابها حديثها تتحدث عن المسرات المخبوءة في باطن محتنها، وحدثتني بحرارة حديثا طويلا عن قوة صداقتها المتنامية مع والدتها. وجدتُ الفتاة فخورة كل الفخر بما حققتة أثناء دراساتها الجامعية من تعلم اللغات وبرؤيتها للحياة على وجه ايجابي مهما تكالبت عليها الأمراض، وأن الأمل ماء الحياة، وهناء النفس.

إن صناعة المسرات والالتفات إلى الجوانب المضيئة في حياة البشر ورفض الخضوع لضغوطات الحياة من المهارات اليومية التي إذا فقدتها الأبوان أو المعلم أو إمام المسجد أو الكاتب الصحفي فإنه سيساهم قطعاً في توسيع مساحات اليأس، ومد رقعة القنوط. ومن أعجب صنوف الناس أولئك الذين يضخمون الضوائق والابتلاءات في حياتهم ويستلذون في طمس السعادة، وسلب نور الأمل في حياتهم، وحياة من حولهم. هؤلاء قد نصادفهم في مقر العمل أو قد يحملون أقلاماً براقية ولكنها بعيدة كل البعد عن مهارة صناعة المسرات. مهما تركنا التحديات فهي لن تتركنا فالابتلاءات من صميم هذه الحياة. النظرة الواقعية لا تعني أبداً أن نستسلم لليأس بل علينا أن نبحث عن المسرات المخبوءة في باطن التحديات.

يتفق جميع البشر على البحث عن السعادة، فرغم اختلاف الطوائف والملل والمقاصد إلا أننا نتفق في نهاية المطاف على صدق المسعى في الشعور بالفرح والسلام. يختار الكثير العيش في

حياة أكثر طمأنينة وبعيدا عن كدر الحياة وصعوبتها وضغوطات العمل، ولتحقيق تلك الغاية السامية هناك أسس يومية وخيارات عدة يجب مراعاتها في جميع نواحي حياتنا الذاتية والأسرية والوظيفية كي نعمل على رفع سقف المسرات في بيئاتنا. ومن تلك الأسس عدم الخوف من الآتي وعدم الحزن على مما مضى وتطوير النسيج الفكري والعاطفي بحيث نبصر آلاء الرحمن في كل زاوية في حياتنا. إن تلك الفتاة التي زرتها في المستشفى قبل عدة سنوات اختارت أن لا تفارق الابتسامة محياها ورفضت رفضا قاطعا أن تتدثر برداء الرثاء والقنوط واليأس ... هذه الروح هي القادرة على الصمود والاستمتاع بالأوقات مهما تضخمت التحديات. البحث الصادق عن رفع سقف المسرات سيجعلنا حتما ننظر إلى الأمور بعيدا عن الظنون وبعيدا عن الاحزان والشجون. الفاعلية الذاتية هي التي تصنع الإرادة والإرادة عندما تقترن بالإيمان تصبح قوة هائلة تستطيع أن ترفع سقف المسرات واستخلاص الخيرات المخبوءة في باطن المخاطر.

[dr.latefah@yahoo.com](mailto:dr.latefah@yahoo.com)

@dralkandery

[dr.latefah@yahoo.com](mailto:dr.latefah@yahoo.com)

dralkandery@