

. كيف نحصل على الفراغ.

لكل شخص في هذه الحياة بصمة عارمة تميزه عن باقي الأشخاص.

ولكل شخص اهتمامات وميول ومواهب ومشغلة. لكن هل فكر

أحدنا في يوم ما كيف يحصل على فراغ في يومه ؟

كي يعود عليه بالنفع والفائدة. نحن بشر نحتاج إلى الفراغ في يومنا لماذا؟

نحتاج إلى صباح جميل نحتسي فيه كوب قهوه ممزوج بكل حب ودفئ كي نفكر فيه بشي جديد يزيدنا حياً وتألّقاً .

نحتاج أن نهتم بأرواحنا ونرويها الحب والأهتمام لاننتظر من يرويها لنا.

نحتاج إلى الأتصال مع أحاسيسنا ومشاعرنا كي نفهم ذاتنا لنرتقي ونتألق.

نحتاج أن نجرب أشياء مختلفة تضيء عتمتنا وتشعل فتيل الروح فينا .

نحتاج الأمان الذاتي والرضا بأقذارنا وبما نملك.

نحتاج أن ننفض غبار الماضي الأليم من رفوف الذاكرة.

نحتاج إلى الطمأنينة والراحة في واقعنا وأحلامنا.

نحتاج أن تعيش قلوبنا وتنبض حياً من أجلنا.

نحتاج ونحتاج

