

# الراحة . . فن

الاسترخاء ، النوم العميق ، النقاهة ، المرح ، التغذية ، بعض من وصفات أطباء استشاريين للعديد من الناس ، وهي أيضا فنون يتقنها البعض بدون مقدمات أو تذاكر علاجية أو برامج سياحية .

اليوم السابع .. عنوان خاطب الكثير من بواعث اهتمامي منذ اليوم الأول الذي صدرت به المجلة المتألقة (نجاح) ومع كل عدد هاني أقرأ أبعاد إضافية كثيرة تتجاوز مدونات تجارب الناجحين وخبرات الباحثين عن النجاح ، وأتذكر أن احد أصدقائي قال لي انه كان حريصاً أيام الدراسة علي ثلاثة أشياء في اليوم السابع : البرنامج الرياضي المكثف والذي كان يبدأ مبكراً ويستمر أحياناً التي قبل صلاة الظهر ، والاهتمام بالغداء ، وتنسيق اللقاء الاجتماعي مع الزملاء أو الأهل والأقارب .

وللتأمل .. فإن خصوصية اليوم السابع جعلت منة يوماً استثنائياً في عبادته ليعوض فيه الإنسان أي تقصير في الأيام الستة الماضية ويجدد الروح التي هي اصل كيانه وقوة همته ، كما انه يوماً استثنائياً في ديمه مشاعره وعواطفه وواجباته وطبيعة علاقته .

وببساطة .. فإن الإنسان من حقه أن يرتاح كل يوم ، ولكن علي أن يتقن في راحته في اليوم السابع ، واعتقد أن كثيراً من المعطيات تقرر لنا أن من لا يستطيع التعامل مع فرص اليوم السابع قد لا يستطيع السيطرة علي أداءه خلال ستة أيام بعدة ، وليس سرا أنني قد قررت أن أكتب هذه السطور خارج مكنتي حتى لا أشغل بغير تواصل مع قراء مجلة (نجاح) واذكرهم في ختامها بالمقولة الشهيرة (من لا يحسن فن الراحة لا يحسن فن العمل) .



المهندس

علي عبد الحفيظ اليوسفي  
مدير عام شركة يمن سوفت  
للأنظمة والاستشارات