

سببان من أسباب سعادة كبار السن #سناب_عمر_المقبل

عمر المقبل

السلام عليكم. التقيت بكثير من كبار السن. فوجدت بينهم تفاوتاً كبيراً في تعاملهم في نظرتهم للحياة في سعادتهم. ما السبب السبب

فيما يظهر لي هو ان هؤلاء اختلفوا في قضيتين رئيسيتين. الاولى هي قضية - [00:00:05](#)

تفتيح ملفات الماضي. فاسعد هؤلاء الكبار هم الذين ينسون الماضي او يتناسونه ويعيشون ايام الحاضرة وينظرون الى المستقبل

بامل. اما الركيزة الثانية من ركائز السعادة عند هؤلاء الكبار فهي القناعة والرضا بما قسم الله - [00:00:24](#)

جل وعلا وعدم التطلع الى ما في ايدي الآخرين. لنستفد من هذه ايها الاخوة والاخوات ما دمنا في بواكير العمر او في منتصفه حتى لا

نعيش ما يعيشه بعض هؤلاء الذين استصحبوا معهم ملفات قديمة او ضيقوا صدورهم بقلّة - [00:00:45](#)