

OPPORTUNITIES FOR LOVE

فرص الحب

There's an important and easily missed form of love that's manifested in the small matters. For example:

هناك شكلٌ مهم من المحبة يسهل نسيانه، وهي المحبة الموجودة في الأمور الصغيرة. على سبيل المثال،



showing sympathy when someone is stressed or worried

مساعدة شخص محتاج، وتفضيله على أنفسنا.

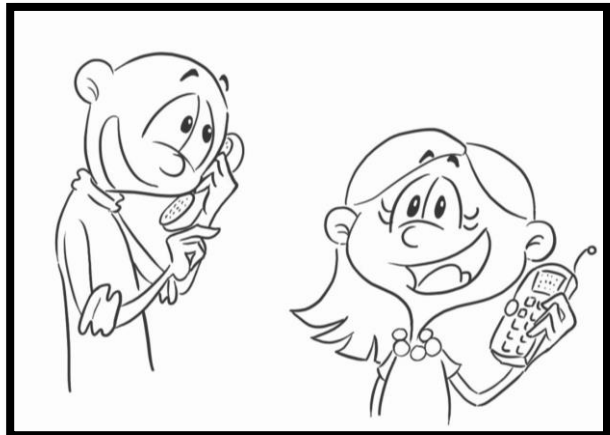
helping a person in need, preferring them over ourselves,

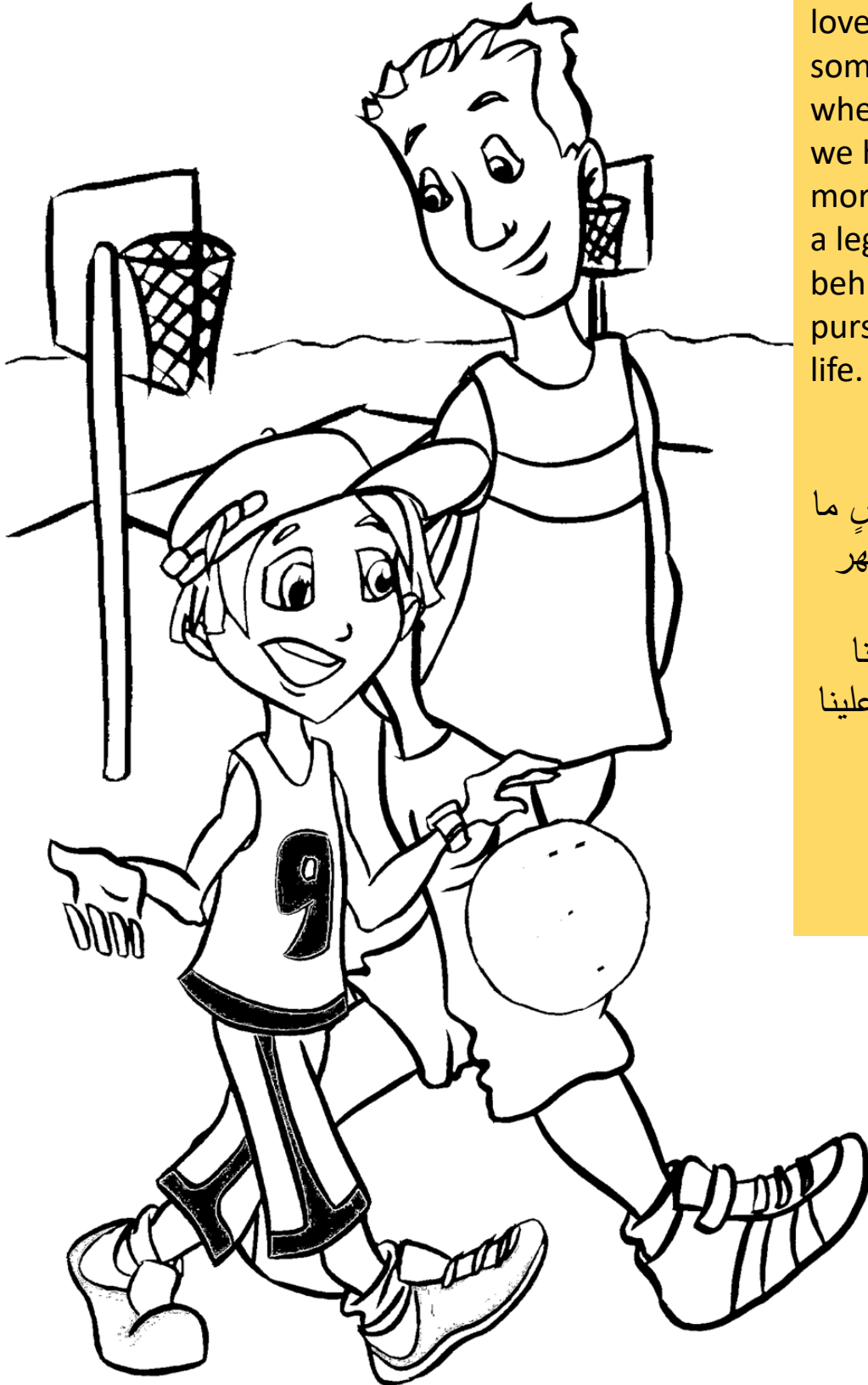
إظهار التعاطف لشخصٍ مُجهدٍ أو قلقٍ،



or being a listening and sympathetic ear.

عبر الدعاء له، والإستماع له باهتمام.



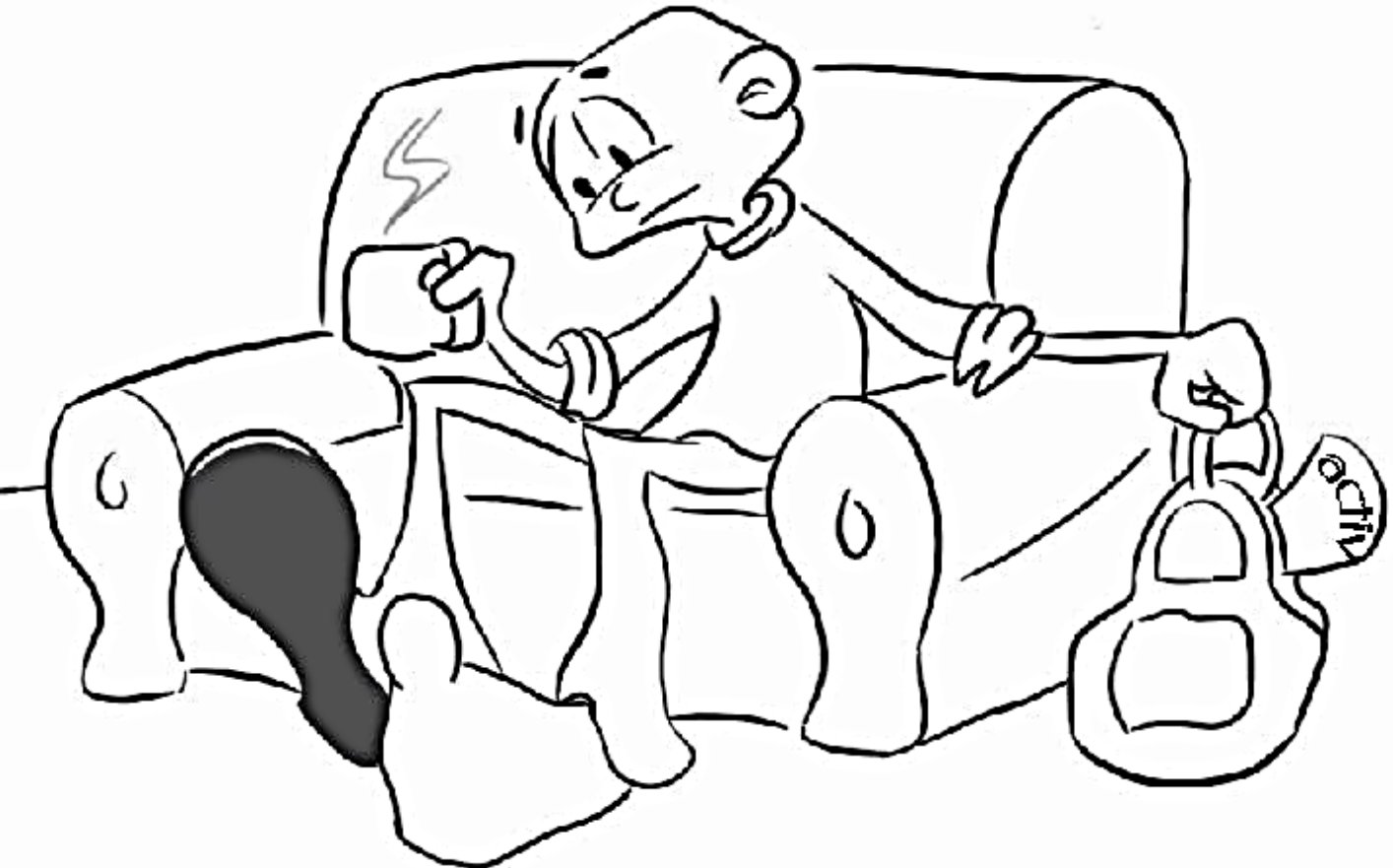


When we choose to take the time to stop and help someone in need, when we show love and concern for someone hurting, when we give of what we have, we become more loving. We leave a legacy of love behind us as we pursue our path of life.

عندما نختار أن نأخذ
الوقت لمساعدة شخصٍ ما
في مشكلة، عندما نُظهر
الحب لشخصٍ يتألم
ونحاول مساعدته، فإننا
نصبح محبين أكثر. علينا
أن نواصل طريقنا في
الحياة تاركين إرثاً من
الحب وراءنا.

On the other hand, when we choose to focus only on our own goals, responsibilities, and concerns, ignoring the people around us, we become more self-centered and isolated, and we can end up wandering aimlessly about in our own universe. In the end, we're the sum total of the choices we make on a daily basis.

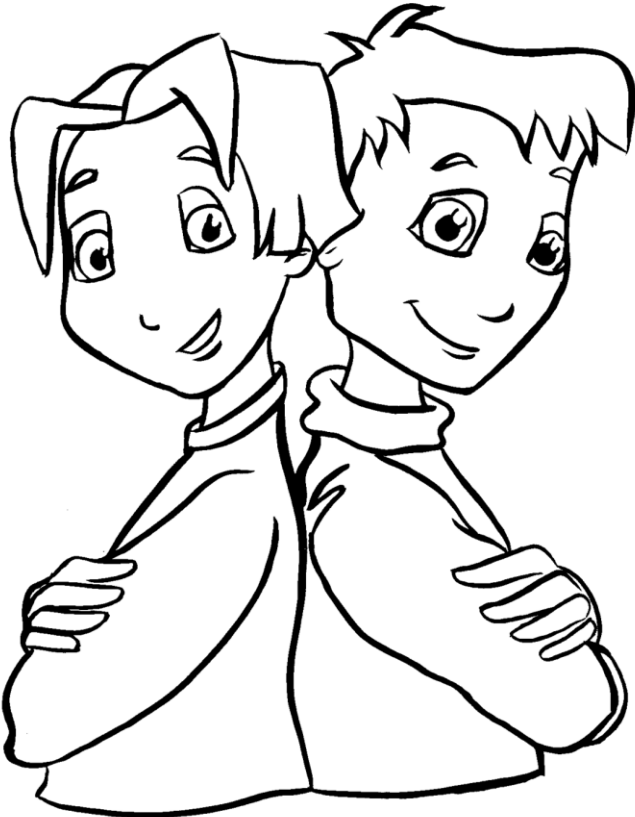
ومن ناحية أخرى، عندما نختار التركيز فقط على أهدافنا ومسؤولياتنا ومخاوفنا متجاهلين الناس من حولنا، فإننا نصبح أكثر تركزاً وانعزلاً، وقد ينتهي بنا الأمر الى العيش في عالمنا الخاص بلا هدف.





Each of us has opportunities to make choices based on love for others, on wanting to help humankind. Each day, we can do kind deeds.

وفي الختام، نحن مجموع الخيارات التي نتخذها يومياً. كل واحد منا لديه العديد من الفرص لاتخاذ خيار القيام بأعمال جيدة، منطلقاً من حبه للآخرين والرغبة بالمساهمة في مساعدة البشرية.



Putting ourselves in others' shoes and taking time to think about why people do what they do is a lot more fulfilling than criticism, and it breeds sympathy, tolerance, and kindness.

إن وضع أنفسنا مكان الآخرين، وقضاء الوقت الكافي للتفكير في السبب الذي يجعل الناس يفعلون ما يفعلونه أكثر فائدة من الإنتقاد. ذلك يولد التعاطف والتسامح والكرم.

There are many ways of showing love, and it will be up to each of us to take the time to reflect on how we can personally show more love. We may want to get a notebook or journal and ask ourselves a few questions, such as:

هناك العديد من الطرق لإظهار الحب، وسيكون على كل واحدٍ منا أن يأخذ الوقت الكافي للتفكير في طريقةٍ تمكنا من إظهار المزيد من الحب. ربما علينا أن نأخذ ورقة وقلم ونسأل أنفسنا بـ ع • ض الأسئلة ونسجلها، مثل:

How much love and self-sacrifice do I show on a daily basis? Do I stop and show love to those who need it?

ما مقدار الحب والتضحية الذي عليّ أن أقدمه يومياً؟ كيف أظهر الحب لأولئك الذين يحتاجون إليه؟



When I don't feel like stepping out, when I feel the other person should be the one reaching out to me, am I still willing to take the first step?

متى يمكن أن أظهر الحب الحقيقي والعطاء، حتى لو كان ينطوي على تقيضت، و حتى لو لم يكن انهم ردّ للجميل؟ عندما لا أرغب بالمبادرة، عندما أشعر أن على الشخص الآخر أن يمدّ يده لي، فهل أنا على استعداد لاتخاذ الخطوة الأولى؟





Am I willing to listen to others and show concern for their thoughts, ideas, and preferences?

هل أنا على استعداد للاستماع للآخرين وإظهار الإهتمام بأفكارهم وخططهم وأفضلياتهم؟

How can I reach out more to others and add meaning to their lives?

كيف يمكنني دمج هذا أكثر في حياتي؟ كيف يمكنني التواصل أكثر مع الآخرين وإضافة معنى لحياتهم؟

