

الناس اليوم أقل سعادة

الكاتب



محمد القبيسي

بيّنت العديد من الدراسات أنه على الرغم من أن ما نجنيه اليوم كدخل صافٍ وإيرادات تفوق ما كان يحصل عليه أجدادنا قبل خمسين عاماً مضت، فإننا لسنا أسعد منهم على الإطلاق. بل تشير الحقائق إلى أن الناس في هذا العصر أقل سعادةً من الذين عاشوا قبل خمسين سنة من الآن.

وفي دراسات حول السعادة أظهر بحث قامت به جامعة «كولومبيا البريطانية» أن مستوى دخل الفرد ليس مهماً، وإنما ما نفعله بمدخلونا. إن الحصول على راتب قليل مع الرضا والقناعة وإظهار العطاء رغم قلته، يؤدي إلى سعادة أكبر من كسب ملايين الدولارات وإنفاقها على نفسك فحسب.

ليس المال في حد ذاته هو المهم، بل ما تفعله بهذا المال. بوسعك أن تكون ثرياً سعيداً، وبوسعك أيضاً أن تكون فقيراً سعيداً، فالسعادة تتعلق بما تفعله فيما تملكه.

قام فريق من العلماء بقياس مستوى السعادة لدى 16 موظفاً في إحدى الشركات، بعد حصولهم على مكافآت مجزية تراوحت ما بين 3 آلاف للبعض و8 آلاف للبعض الآخر. فوجدوا أنه لا علاقة بين حجم المكافأة والسعادة، في حين عثروا على علاقة وطيدة فيما بين السعادة وما يفعله الموظف بتلك المكافأة صغيرة كانت أم كبيرة.

إن الموظفين الذين صرفوا معظم مكافأتهم على شراء هدايا للآخرين وفعل الخير، كانوا أكثر سعادة من أولئك الذين أنفقوها بالكامل على أنفسهم.

المال يشتري لك السعادة عندما تنفقه على الغير»، كانت هذه عبارة عن عنوان مقال نُشر في مجلة «العلوم» تم إصدارها سنة 2008م من قبل جامعة «كولومبيا البريطانية» في «كندا». إنه يعرض بحثاً يبين أن الأشخاص الذين

يهبون المال للآخرين هم أكثر سعادة من الذين ينفقونه بشكل كامل على أنفسهم

وأظهرت نتائج البحث الذي ضم 632 شخصاً طُلب منهم أن يُقيّموا مدى سعادتهم خلال عام كامل، وأن يقدموا تفصيلاً حول دخلهم الشهري ونفقاتهم، أن الأشخاص الذين يصرفون جزءاً من أموالهم في «الدعم الاجتماعي»، كانوا أكثر سعادة.

نقيض ما يتصوره البعض كان الأشخاص الأسعد هم الذين تبرعوا بالمال للآخرين، وهذا أمر يناقض ما يعتقد أغلبية الناس: أننا بحاجة إلى أن نُبقي على كل أموالنا لأنفسنا، تحسباً للمستقبل، وأنه كلما كدسنا المزيد من المال، زاد نصيبنا من السعادة المضمونة. بيد أن الحقيقة مخالفة لذلك، فكلما وهبنا أكثر للآخرين ازدادنا سعادة، وهذا لا يعني أننا بحاجة إلى العطاء بمبالغ كبيرة، إذ يكفي أن ننفق جزءاً من أموالنا في فعل الخير وإسعاد الغير

uaeall@hotmail.com

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024