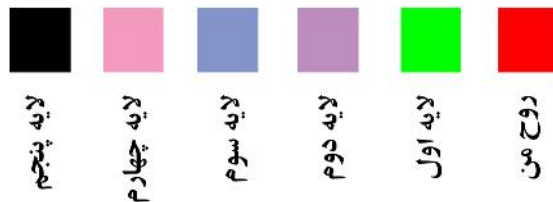
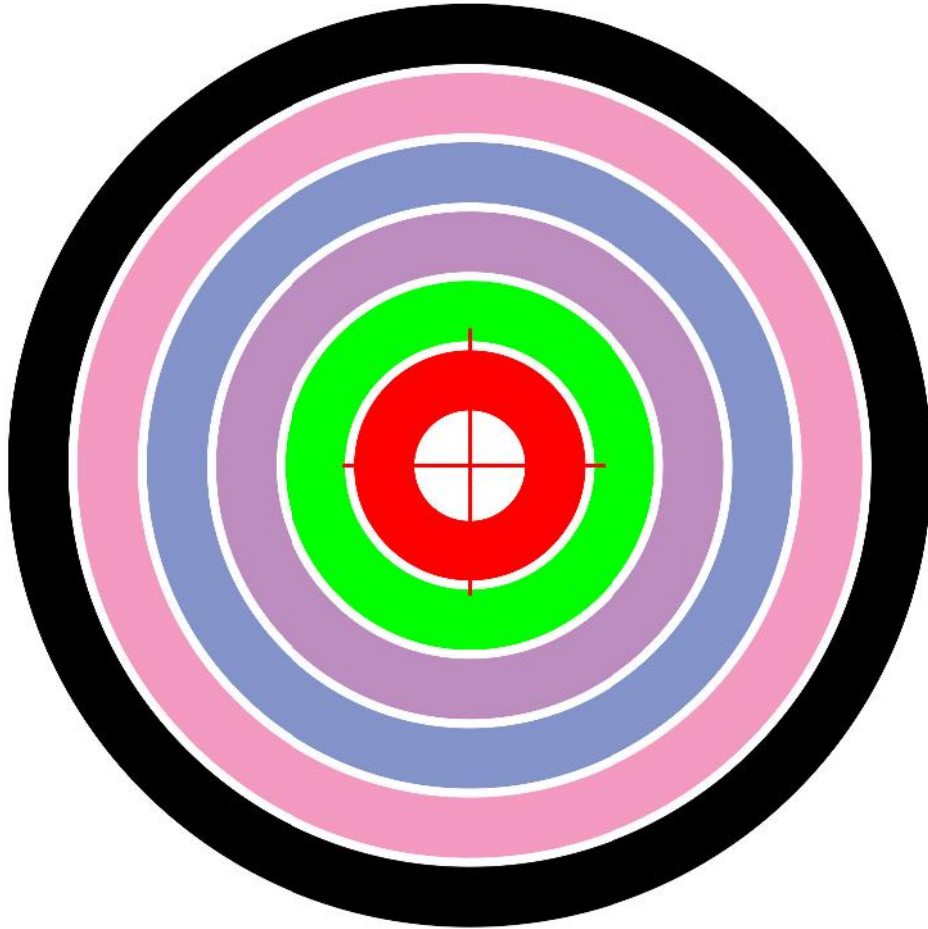




لایه های روح من

روح خود را با پنج دایره محاصره کنیم و برای هر دایره حریمی قرار دهیم.
هر دایره محل استقرار افرادی است که ما به آنها اجازه می دهیم.
پس در جانمایی هر قسمت کمال دقت را بنماییم.

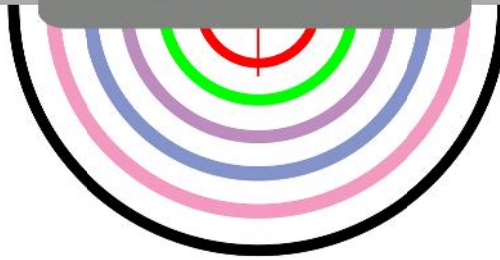


آبان ماه ۱۳۹۱

FATHIAN.IR



لایه های روح من



دایره اول

نام افرادی را نوشتم که حال و هوای خوبی به من می دهند.
با دیدن آنها وجودم شیرین می شود و با فکرشان انگیزش پیدا می کنم.
اینان بهترین شریک برای زندگی من هستند و به هیچ قیمتی از دستش نمی دهم.

دایره دوم

جای کسانی هست که به رشد معنوی من کمک می کنند. مثل مربیان، آموزگاران و

دایره سوم

همکارانم و اقوامم هستند و شاید هم آدمهای خنثی، کسانی که نقش بسیار کوچکی در چند ساعت از زندگی من ایفا می کنند و تاثیر آن ها نیز تنها همان چند ساعتی هست که با آنها هستم و هیچ زمانی در غیر ساعت ملاقاتشان به آنها فکر نمی کنم.
اینان به راحتی می شود با فرد دیگری جایگزین شوند.
افراد این دایره در محدوده کار و وظایف شان با تو هستند و لاغیر.

دایره چهارم

سر آغاز عزم راسخ من است، آنها کسانی هستند که در کار من اخلال ایجاد می کنند.
حتی ممکن است رییس اداره ای باشد که دو دور را آن در ارتباطم.
افراد این دایره در زندگی اجتماعی و حرفه ام مهم هستند.
در کنار آنها نمی توانم راحت باشم و وقتی آن ها را می بینم آشفته و پریشان می شوم.

دایره پنجم

جای دورترین افراد است.
جای آدم هایی است که به من لطمه زده اند..تحقیرم کرده اند.
کسانی که همیشه به من انرژی منفی می دهند و احساسات زجر آوری را با آنها تجربه می کنم.
ممکن است حتی در یکجا با آنها زندگی کنم، در یک زمان.
در هر حال حتی اگر در کنار آنها باشم، هرگز با آنها نخواهم بود. این نقطه عطف زندگی من است.



FATHIAN.IR



قوانین



قانون اول

آنهایی که در دایره آخر هستند سعی می کنند، اعتماد به نفس ما رو از بین ببرند.

قانون دوم

گاهی حضور در کنار افراد نا مناسب باعث می شود حتی در مقایسه با تنهایی خودت بیشتر احساس تنهایی کنی، در چنین وضعیتی تلاش برای ایجاد تغییر و تحول ممکن است باعث شود راحت را گم کنی یا شاید باعث شود وجودت که تو را ((تو)) می کند از دست بدهی.

قانون سوم

گاه سال ها طول می کشد تا یاد بگیری چگونه از خودت مراقبت کنی، به همین دلیل بسیار مهم است افرادی را در اطراف خودت داشته باشی که دوستت بدارند حتی گاهی بیش تر از آن چه که خودت میتوانی خودت را دوست داشته باشی.

قانون چهارم

در مواجهه با افراد از خودت بپرس این فرد چه حسی در من ایجاد می کند .
در کنار او می توانم خودم باشم؟
میتوانم به او هر چه می خواهم بگویم و راحت باشم؟
وقتی او وارد می شود چه حسی به من دست می دهد؟ و وقتی می رود چه ؟
وقتی با او هستم احساسات واقعی ام را پنهان می کنم یا با او رو راستم؟
آیا او باعث می شود احساس حقارت کنم یا این که به خودم بیالم؟



FATHIAN.IR



قوانین



قانون پنجم

فلسفه وجود آن ۵ دایره، شناخت است .. نه پیش داوری، پس با خودت رو راست باش. با افرادی که در نظر تو بد خلق اند مدارا کن. خودت را مقید نکن که چون به صرف این که با کسی در سر کار هر روز اوقاتی را می گذرانی، باید او را در دایره اول و نزدیک به خودت جای دهی.

قانون هفتم

در دایره اول افرادی را بگذار، که از صمیم جان به آنها اعتماد داری حتی اگر هر روز آنها را نمی بینی، ولی وجود آنها باعث حس خوب و ارزشمندی در تو می شود. از خودت پیرس در مورد افکار و خواسته هایم به چه کسی می توانم اعتماد کنم. (آنها همان کسانی هستند که در دایره اول جای دارند). با این افراد قدرتمندیم و ارزش های مشترک با آنها داریم و آنها دوستانی خارق العاده هستند.

قانون هشتم

خوب اکنون که جایگاه هر کس را تعیین کردی اجازه نده کسانی که در دایره های آخر جای دارند مستقیماً روح و روان تو را هدف قرار دهند. نگذار کسی اولویت زندگی تو باشد، وقتی که تو فقط یک انتخاب در زندگی او هستی... یک رابطه بهترین حالتش وقتی است که دو طرفه و در تعادل باشد.

قانون نهم

هیچوقت شخصیت خودت رو برای کسی تشریح نکن چون کسی که تو را دوست داشته باشد، نیازی به آن ندارد و کسی که از تو بدش می آید، باور نمی کند.



FATHIAN.IR



قوانین



قانون دهم

وقتی دائم میگوییم گرفتارم، هیچ وقت آزاد نمی شویم.
وقتی دائم میگوییم وقت ندارم، هیچوقت زمان پیدا نمی کنیم.
وقتی دائم میگوییم فردا انجامش میدهم، آنوقت فردای تو، هیچ وقت نمی آد.

قانون یازدهم

وقتی صبح از خواب بیدار می شویم، ما دوتا انتخاب داریم.
برگردیم بخوابیم و رؤیا ببینیم، یا بیدار شویم و رویاهایمان رو دنبال کنیم.

قانون دوازدهم

ما، کسانی را که به فکرمان هستند را نگران می کنیم... به گریه می اندازیم.
و گریه می کنیم برای کسانی که حتی لحظه ای به فکر ما نیستند.
این حقیقت زندگی است. عجیب است ولی حقیقت دارد.
اگه این را بفهمیم، هیچوقت برای تغییر دیر نیست.

توجه:

لایه اول روح ما، همواره به سود دهی منجر می شود.
لایه دوم روح ما، سرمایه گذاری پایدار است.
لایه سوم روح ما، معاملات پایاپای است.
لایه چهارم روح ما، به معاملات زیان ده منجر می شود.
لایه پنجم ما، هرگز تعریف معامله پیدا نمی کند و فقط اتفاقی است که باید مدیریت شود و برای دور ماندن از خسارت آن، می بایستی از لایه اول یاری جست.



FATHIAN.IR

