

Ξε πρώτα εσύ



Ποια είναι η δική

σου τακτική Στη σχέση σου με τους άλλους;

Αναστατώνεσαι όταν οι άλλοι Έχουν διαφορετική άποψη από εσένα;

Έχεις ανάγκη να τους αλλάξεις γνώμη Και να τους πείσεις για τη δική σου εκδοχή;

Τους κρίνεις και θέλεις να έχεις έλεγχο επάνω τους Επειδή είναι διαφορετικοί από εσένα;

Θα ήθελα να σου θυμίσω...

Ότι αυτός που έχει αυτοπεποίθηση
Είναι αυτός που εκφράζει την άποψη του
Και δεν τον ενδιαφέρει να πείσει τον άλλο
Διατηρεί την ηρεμία του και τον τόνο της φωνής του
Ακόμα και αν οι άλλοι διαφωνούν μαζί του.

Να είσαι ο εαυτός σου και επέτρεψε και τους άλλους να είναι ο εαυτός τους.

Πίστευε αυτό που θέλεις να πιστεύεις Και άφησε και τους άλλους να κάνουν το

ίδιο. Υπάρχει κάποιος που «πατά τα κουμπιά σου»;

Υπάρχει κάποιος τη διαφορετικότητα του οποίου δεν αποδέχεσαι; Τότε να μια σημαντική άσκηση. Εστιάσου στα θετικά του στοιχεία

Και γράψε σε ένα χαρτί όσα περισσότερα μπορείς. Με αυτό τον τρόπο μπορείς να επηρεάσεις την ενέργεια του.

Αν υπάρχει κάποιο χαρακτηριστικό του που θεωρείς αρνητικό και δεν σου αρέσει Είσαι σίγουρος ότι εσύ έχεις το αντίστοιχο θετικό του;

Ανέπτυξε αυτό το χαρακτηριστικό σε εσένα Και τότε δες αν αυτό το άτομο αρχίζει να αλλάζει...Αποδέξου ότι οι άλλοι είναι διαφορετικοί από εσένα Γιατί είχαν διαφορετικές εμπειρίες και περιβάλλον.

Αν θέλεις να αλλάξουν οι άλλοι Άλλαξε πρώτα εσύ.

Πηγή: ekklisiaonline.gr