

منفی انرژی ابرافدان داغیتماغا 5 یول

بوتون کابیناتین ال - الہ وثریب گونوموزو داغیتماغا مصمم اولدوغو گونلر هر بیریمیزین باشینا گله بیلر.

بوتون کابیناتین ال - الہ وثریب گونوموزو داغیتماغا مصمم اولدوغو گونلر هر بیریمیزین باشینا گله بیلر. اما حقیقتده بئله بیر شئیین حقیقتی یوخدور. اصلاً دونیانین بئله حمله نین تنظیمه سالماق گوجو یوخدور. دونیانین قایدالاری اؤز یوللاریندا دوام ائیلرلر و بو بیروق کی بعضاً اونلارین یولو اوستونده دایانیروق. و یا عکسینه بیز ایسته مه دن بیرینی ناراحت ائدیریک. شاید بیرینه دیمیشوق و یا بیرینین کاغاذلاری نین اوستونه سو تۆکموشوق. او دا اؤز الینده اولما یاراق حرصلیب.

بئله نچی شرایطده انسان اؤزونو کنترل ائتمه لی و جۆک اوندان آرتیق آلولاندیرماملیدیر. او آنلار اوچون بنش ساده یول وار کی ائله بیلک اؤزوموزو کنترل ائدک و جۆه حاکم اولاق.

1. حسّ ائله ماغ، تأیید ائله ماغ و جواب وئرماغ و اخت قویون

مثلاً بیر سیزه توهین ائدن زمان ایلک ایشیز درین نفس چکماق اولسون. هاوانی آغ جیگرلریزه چکین و انشیکه اؤتون زمان توهین ائدن شخصله اؤز آراسیندا کی فاصله نی حسابلا یین. بو فاصله نی آرادان آپارین. اؤز حسّ لریزی دیله گتیرن زمان اونوندا حسّ لرینه دقتیز اولسون.

2. زهرلی انسانلاردان فاصله لی اولون

انسانلارین هامیسی سیزه ضربه وورماق فکرینده دئییلر اما بعضیلری سیزه صدمه وورماقدان لّتت آپارارلار. بیز بو انسانلارین نییه بئله اولماقلاری باره ده تحلیل وئرماغ و یا اونلارین مرضینی تشخیص وئرماغ احتیاجیمیز یوخدور. واختیمیزی داها ارزشلی زادلارا صرف ائتمه لی یوق.

بیری اؤز عمدی و یا غیر عمدی اشتباهلاریندان عذر ایسته مه سه، بو بیر قیرمیزی پرچم علامتیدیر. و یا بیری سیزین عذرو قیول ائله مه سه بو دا قیرمیزی پرچم ساییلیر. بئله فرض ائله یین اوشاق اوینودور و او دردسر یاراتماق ایسته ییر. بوتون گوحوزو بئله نچی آدمالردان اوزاقلا شماغ صرف ائدین. اما بو شخص مشتری و یا رئیس و یا قاچا بیلمه دیغیز هر بیر شخص اولسا اونون یاراتدیغی دردسرلردن لّتت آپارین.

3. مقابل طرفی درک ائدین

اؤزوزو اونون یئرینه قویون. اونون مشکونو حل ائله ماغ یول آختارین. باخین گؤرون اونون اورگینی سیندیرمادان سؤزون اونو آراملادا بیلرسیز. بعضاً بالاجا گولومسه مه اونون بحراندان قورتارا بیلر.

4. اؤ اعتماد بنفسیزه اعتبار وئرماق اوچون اؤز گهنی معیار بیلمه یین

اعتماد بنفسیزی یاخشی درجه ده ساخلاماق اوچون دوستلارا و اطرافدا کیلارا دایانماغ، اونلارین گلیب سیزه ضعیفلمتاغ قاپینی آچیق قویوبسوز. سیز قاپی نین آچارینی اؤز شادلیق موتوروزا تاپیشیرمالیسیز. اؤز ایچیزده اؤزوزه اعتماد و عشقی یارادا بیلمه سز، اطرافدا کیلارین هیجانی دالغالارینی آلاجاقسیز. اطرافدا کیلارین چوخو دا سیزی تماماً تانیملرلار و احتیاجلاریزین نه اولدوغونو کامل بیلملرلر.

گولون، اؤزوزو سنومک و عاشق اولماق حسّینی اؤزوزه تقویت ائدین کی اطرافین یوللادیغی دالغالار چوخ کیچیک و اهمیتسیز گؤرونسون.

5. اؤزوزدن موغایات اولماغ و اخت قویون

بیس بیر حادثه و یا گوندن سونرا روحیه زی قایتارماغ اؤزوزه شاد برنامه لر نظرده آلین و ایندیکی زمانی درک ائله ماغ اؤزوزه کؤمک ائدین.

