

## به نام خدا

### روز هشتم

امروز میخوام درباره ی مسئله ی بسیار مهم در ارتباطات اجتماعی صحبت کنم.

"بحث حقوق و وظایف"

من وقتی در رابطه با دیگران خوب فکر میکنم هر مقدار حقی و حقوقی که دارم رو براحتی به یاد میارم

من حق دارم دیگران به من توجه کنند . !

حق من اینه که دیگران منو دوست داشته باشن . .

من این حق و دارم که دیگران به من محبت کنن و حواسشون به من باشه و . . .

اما . . . !!!

یه سوال ؟ درکنار این حقوقی که برای خودمان متصور هستیم ، آیا وظایف خودمون رو بخوبی میشناسیم؟

آیا از پدر و مادرمون و اطرافیانمون انتظاراتی داریم که این رو حق خودمون میدونیم آیا وظایف خودمون در قبال اون ها رو هم میشناسیم؟؟؟

### گام عملی:

امروز بیاین و به مدت ۱۰ حداقل دقیقه به صورت خیلی جدی به این مسئله فکر کنیم که در کنار تمامی حقوقی که ما داریم چه وظایفی وجود داره ؟ اصلا آیا ما به وظایفمون فکر میکنیم . . .؟؟

دوست عزیز من از شما درخواست میکنم اگر خوب و با دقت به این مسئله فکر کردید **۳ خانه** در چک لیست جلو برید . .

## آزمونك :

اگر امروز ناشکری نداشتین و سعی کردی در تك تك لحظات به یاد خدا باشی ۲ **خونه** دیگه در چك

جلو برید . . .

شاد و سرشار باشید.