

۱. در گفتار خود، راستی و در کردار خود، درستی و خلوص نیت داشته باشید.
۲. دانا با چشم دل و جان می بیند و نادان به چشم ظاهر می نگرد.
۳. تواضع نردبان بزرگی و بلندی است.
۴. انسان، بودن نیست، شدن است.
۵. هرچیزی زیبایی و حسن خودش را دارد ولی هرکس قادر به دیدن آن نیست.
۶. اگر می خواهیم شادمان باشیم، باید شادمانه تفکر، احساس و اقدام کنیم.
۷. آدم های بزرگ به خوشی های کوتاه هنگام تن نمی دهند.
۸. برای جوانمردی که در حق دیگران میکنی، امید هیچ پاداشی نداشته باش.

۹. فرزندانان به حضور شما بیش از هدایاتان نیاز دارند.
۱۰. مردی که در نبرد زندگی می خندد، قابل ستایش است.
۱۱. درستکاران بر معایب خود واقف و به آن معترفند.
۱۲. کم دانش و پرگفتن مانند پول نداشتن و خرج کردن است.
۱۳. خود را حقیر شمردن کمکی به جهان نمی کند.
۱۴. وقتی بار نفرت از دوش آدمی برداشته شود، آرام جان به جای آن می آید.
۱۵. آسایش، پاداشی است که پس از هر کار و تلاش، چشم به راه بشر است.
۱۶. روی زمین چیزی بزرگ تر از انسان نیست و در انسان چیزی بزرگ تر از فکر او نیست.
۱۷. بدان چه موقع باید سکوت کنی.

۱۸. برای انسان مصمم و راسخ همیشه، وقت و فرصت وجود دارد.
۱۹. چون به کسی اجازه دادی که حضورت سخن بر او تندی مکن و بمان تا سخنش را به پایان برد.
۲۰. ریشه شایستگی دل، اشتغال آن به یاد خداست.
۲۱. فعالیت هایی را که بر زندگی شما اثر منفی می گذراند از خود دور سازید.
۲۲. هرچه بیشتر آگاهیتان را بالا ببرید، بیشتر دلایل رنج و نارضایتی را در خود از بین می برید.
۲۳. تواضع بی جا آخرین حد تکبر است.
۲۴. در درون هرکس، تا اندازه ای استعداد یافت می شود، اگر من می توانم، تو نیز خواهی توانست.
۲۵. هر جا هستی و با هر چه داری، آن چه را می توانی انجام بده.

# پیام هایی

از

# بزرگان

(راز شاد زیستن)

تهیه کننده:

ف - بنحشی

مددکار اجتماعی مرکز MMT

۳۵. برای بسیاری از ما سخت ترین انتقاد،

انتقاد از خود است.

۳۶. اگر کوه ها به لرزه درآمد تو پابرجا و

استوار باش.

۳۷. امنیت و سلامتی ۲ نعمتی است که

ناسپاس می شوند.

۳۸. وقتی انسان آرامش را در خود نیابد،

جست و جوی آن در جای دیگر کار

بیهوده است.

۳۹. افسوس گذشته و ترس از آینده،

دزدهایی هستند که لذت لحظه حال

را از ما می دزدند.

۴۰. حسادت، جراحت روح است

۲۶. لبخند زدن را تمرین کنید.

۲۷. تپه ای وجود ندارد که سراشییبی

نداشته باشد.

۲۸. همه ی ما باید مسئولیت باورها،

برداشت ها و رفتارهای خود را

بپذیریم.

۲۹. هرشب با این اندیشه که از سلامتی

کامل برخوردارید، به خواب بروید.

۳۰. هر رفتی برای رسیدن نیست اما برای

رسیدن راهی جز رفتن نیست.

۳۱. موفقیت های خود را جشن بگیرد،

حتی اگر خیلی کوچک باشند.

۳۲. اگر حس و حال خوبی داری برای این

است که افکار خوبی در سرداری.

۳۳. شکست چیزی جز تکرار اشتباه در

قضاوت های روزمره ما نیست.

۳۴. روی فرصت ها تمرکز کنید، نه به

روی موانع.