

بیشتر بخوانیم

نویسنده: پرتو سیف‌اللهی

ناشر: نشر کلام

چاپ اول: ۱۳۹۶

تلفن: ۰۲۱-۶۶۵۶۷۱۵۱

در این کتاب نویسنده قصد دارد که شما را با ۱۰ مهارت آشنا کند و راه‌های ساده‌ای نشان دهد که به کمک آن‌ها بتوانید انسان تواناتری باشید و مسیر زندگی را موفق‌تر پشت سر بگذارید.



## آینده ما به کارهایی که الان انجام می‌دهیم، بستگی دارد.

اگر امروز درست غذا نخوریم، در آینده سلامت جسمانی و حتی روحی خوبی نخواهیم داشت.  
اگر امروز کاری انجام ندهیم، در نتیجه آینده مبهمی خواهیم داشت.  
ما معمولاً کارهایی انجام می‌دهیم که در مورد آن‌ها احساس مسئولیت داشته باشیم.  
یعنی اینکه وظیفه خودمان می‌دانیم که کار یا کارهایی را انجام بدهیم.  
این احساس مسئولیت یا وظیفه‌شناسی است که هر لحظه می‌تواند ما را به سمت موفقیت و آینده‌ای روشن سوق بدهد.  
مسئولیت‌پذیری ما را به فردی قابل‌اطمینان تبدیل می‌کند. افرادی که حس مسئولیت‌پذیری دارند، همیشه مورد تحسین قرار می‌گیرند.  
در شماره گذشته نوشتیم که ما در برابر چند چیز مسئولیت‌هایی داریم. یکی از مهم‌ترین آن‌ها مسئولیت‌پذیری در برابر خودمان است.  
ما در واقع مسئول خودمان هستیم و باید بتوانیم خودمان را خوب اداره کنیم.

# مواظب خودت باش

علیرضا متولی

برای اینکه بدانیم مسئول چه چیزهایی در مورد خودمان هستیم، باید ببینیم:

۱. چه چیزهایی داریم؟
۲. چگونه باید باشیم؟
۳. چگونه نباید باشیم؟

به ما نعمت‌های فراوانی داده شده است. اولین آن‌ها جسمی است که با آن شناخته می‌شویم.

پس اول از همه مسئول جسممان هستیم. باید از جسممان مراقبت کنیم.

چگونه می‌توانیم از جسممان مراقبت کنیم؟

ما علاوه بر جسم دارای روح و روان هم هستیم. باید مراقب آن هم باشیم. چگونه می‌توانیم از روح و روانمان مراقبت کنیم؟

خیلی‌ها مسئولیت‌های اجتماعی خود را درست انجام نمی‌دهند. ما نمی‌توانیم بگوییم چون آن‌ها کارشان را درست انجام نمی‌دهند پس ما هم برویم و هر کاری دلمان خواست بکنیم.

خیلی از آدم‌ها مسئولیت کارهایی را به عهده می‌گیرند که نفعی برای آن‌ها ندارد.

ما به عنوان انسان وظیفه داریم، در بهترین کردن اوضاع جهان سهیم باشیم. سهم تک تک ما در این اقدام چیست؟

- مثلاً باید درس بخوانیم. درست هم درس بخوانیم.
- یا باید اطلاعات و دانش خودمان را به‌طور مرتب افزایش بدهیم.
- ما مسئول رفتارهایمان هستیم. باید بیاموزیم که چگونه در جامعه به بهترین نحو رفتار کنیم
- اگر کاری کنیم که خسارتی به دیگران یا به محیط زندگی‌مان بزنیم، جامعه ما را طرد می‌کند و نمی‌توانیم به‌خوبی در آن زندگی کنیم.
- رفتار ما با خودمان هم اهمیت دارد. نباید به خودمان خسارت بزنیم. اگر نتوانیم اخلاق و رفتار درستی داشته باشیم، درواقع به خودمان خسارت زده‌ایم. ما مسئول هستیم که آینده‌ای خوب برای خودمان بسازیم. پس باید تصویر درستی از آینده دلخواه‌مان داشته باشیم و هرروز یک گام به سمت آن آینده جلو برویم.
- ما مسئول یادگیری خودمان هم هستیم. باید هر لحظه‌ای بدانیم چه چیزی یاد می‌گیریم. خیلی از چیزهایی که می‌بینیم و می‌خوانیم، به درد ما نمی‌خورد. باید یاد بگیریم چه چیزهایی وارد ذهن و احساس ما می‌شود.