



### یاد بگیرید چگونه مهربان، خیرخواه و مؤدب باشید.

آرام باشید و اجازه بدهید دیگران در کنار شما احساس آرامش و راحتی کنند. سعی کنید جوی ایجاد نکنید که دور شما بودن را مشکل کند.

آرام باشید و اجازه بدهید دیگران در کنار شما احساس آرامش و راحتی کنند. سعی کنید جوی ایجاد نکنید که دور شما بودن را مشکل کند.

هیچ کس دوست ندارد با کسی که ناراحت و معذب است ارتباط داشته باشد. سعی کنید خونسرد باشید و اجازه ندهید چیزهای کوچک و ناچیز شما را آزار دهند.

خودخواه نباشید و هرگز وانمود نکنید که همه چیز را می‌دانید. تلاش کنید تا از اطرافیانتان چیزهایی یاد بگیرید و برای عقاید دیگران ارزش قایل شوید.

سعی کنید فردی جالب و جذاب باشید، دیگران را تحت تاثیر قرار دهید و محرک آن‌ها باشید و از خود فردی بسازید که دیگران دوست دارند دوروبر او باشند.

خشن یا خشک نباشید. یاد بگیرید چگونه مهربان، خیرخواه و مؤدب باشید.

صلح جو و صلح طلب باشید. غم و اندوه را از بین ببرید. از صمیم قلب سعی کنید، هرگونه سوء تفاهمی را برطرف کنید.

از اشتباهات دیگران بگذرید و سعی کنید دیگران را دوست داشته باشید و آنقدر تمرین کنید تا به صورت عادی و طبیعی درآید.

به دیگران کمک کنید پیشرفت کنند. تشویق و حمایتشان کنید. به آن‌ها تبریک بگویید و بگذارید بدانند چرا از آن‌ها تقدیر می‌کنید.

نیروی معنوی را در خود گسترش دهید، تا به دیگران هم نیروی مثبت منتقل کنید. سعی کنید با هر کس که روبرو می‌شوید این نیروی مثبت را با او شریک شوید.