

Bản Khế Ước Đón Nhận Sự Tử Tế và Hóa Giải Thói Quen Tự Phá Hủy

Tập tài liệu 2 trang A4 soi chiếu nguồn gốc nỗi sợ hạnh phúc, cơ chế tự phá hoại và khế ước đón nhận những điều tốt lành xứng đáng.

SOI CHIẾU CƠ CHẾ NỖI SỢ HẠNH PHÚC VÀ TỰ PHÁ HỎNG

Bất An Khi Mọi Chuyện Êm Ấm

Khi tình cảm hoặc công việc đang tốt đẹp, trong lòng lại bồn chồn lo sợ sắp có biến cố lớn.

Phản Xạ Gây Sự Vô Cớ

Vô thức kiểm chuyện cãi vã hoặc làm trễ hạn dự án quan trọng để kéo mọi thứ về thất bại.

Niềm Tin Sai Lệch Tuổi Thơ

Lớn lên trong môi trường sống giả khiến bạn tin rằng mình không xứng đáng có hạnh phúc dài lâu.

TRIẾT LÝ HÀNH ĐỘNG VÀ ĐIỂM TỰA TÂM THỨC

Mọi cạm bẫy hay nỗi đau đều có thể vượt qua nếu bạn can đảm nhìn thẳng vào sự thật. Hãy nhớ rằng không ai có thể giúp được bạn nếu chính bạn không chịu mở lời thưa chuyện thật thà. Tờ giấy trắng và cây bút chì có sẵn trong tay chính là công cụ mạnh mẽ nhất giúp bạn phân định rõ ràng mọi rắc rối.

3 CÂU HỎI THÁO GỖ NỖ SỢ VÀ KHẾ ƯỚC XỨNG ĐÁNG

Quy trình từng bước cụ thể được thiết kế để thực hiện ngay trong vòng 24 giờ tới:

Một là, bạn đang phá hỏng điều tốt đẹp vì sự việc có vấn đề hay vì lòng bạn đang sợ hãi?

Hai là, bạn có dám đón nhận sự tử tế của người khác mà không nghĩ rằng họ có toan tính gì?

Ba là, bạn có nhận ra rằng bạn hoàn toàn xứng đáng được yêu thương và tôn trọng đáng hoàng?

Khế ước: Tôi hít thở sâu và mở lòng đón nhận những điều lành mà cuộc đời dành tặng cho tôi.

KHẾ ƯỚC BẢN THÂN VÀ CHỮ KÝ CAM KẾT

Tôi cam kết sống sòng phẳng với chính mình, làm việc đáng hoàng và can đảm đối diện với mọi khó khăn. Tôi hiểu rằng giá trị của bản thân được xây dựng bằng sự trung thực và nỗ lực thực chất mỗi ngày.

Ngày thực hiện: / / 2026

Người cam kết ký tên:

