

కమ్యూనికేషన్

బంధాల బీటలకు తొలి కారణం.. కమ్యూనికేషన్ లోపించడం. అలా అని, సన్నిహితులకు మన విషయాలన్నీ చెప్పాలని మాత్రం కాదు. వాళ్లంతట వాళ్లే అర్థం చేసుకుంటారని అనుకోవడమూ మంచిది కాదు. కాకపోతే మనం చెప్పదలచుకున్న విషయంలో స్పష్టత ఉంటే సరిపోతుంది.

పరస్పర నమ్మకం

నమ్మకం దానంతట అదే రాదు. నిరంతర ప్రయత్నాలతో నిర్మించుకోవాలి. ఎదుటివారి బాధలను సానుభూతితో అర్థం చేసుకోవాలి. అలా నమ్మకాన్ని నెమ్మదిగా పటిష్ఠం చేసుకోవాలి. అయితే, నమ్మకం ఒక్క సారి దెబ్బతింటే మళ్ళీ పునర్నిర్మించుకోవడం కష్టం. ఏ బంధానికైనా నిజాయతీ పునాది.

గౌరవం- సమానత్వం

గౌరవం లేని ప్రేమ నిలబడదు. కాబట్టి, ఎదుటి మనిషి ప్రవర్తన మనకు కష్టంగా అనిపించినట్టే, మన ప్రవర్తన కూడా సన్నిహితులకు కష్టంగా తోచవచ్చు. కించిత్ కూడా ఆధిపత్య ధోరణి కూడదు. మన విలువలు, నైతికత, ప్రవర్తన ఉన్నతంగా ఉండాలి. గౌరవం ఇచ్చిపుచ్చుకోవాలి.

మద్దతు- ప్రోత్సాహం

నేను అనుకోవడం కంటే.. 'మనం' అనుకున్నప్పుడే బంధాలు ఎక్కువ కాలం మన్నుతాయి. ఒక్కోసారి సన్నిహితులతో ఏకీభవించకపోయినా సరే.. వారి నిర్ణయాలు అండగా నిలవాలి. పరిస్థితులు తలకిందులైనప్పుడు కూడా సన్నిహితుల వెన్నంటి ఉండాలి.

సంక్షోభంలో ధైర్యం

కష్టకాలంలో మనం ఎలా ప్రవర్తిస్తాం అనే దానిపైనా జీవిత భాగస్వామి సహా సన్నిహితులతో మన సంబంధాలు ఆధారపడి ఉంటాయి. మనం ధైర్యంగా ఉంటేనే వాళ్లూ తమ కష్టసుఖాలను మనతో పంచుకుంటారు. దయ, సహానుభూతి ఈ విషయంలో కీలకంగా నిలుస్తాయి.

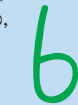


స్వతంత్రం

మానవ సంబంధాల్లో అత్యంత ముఖ్యమైనది, చాలావరకు మనం పట్టించుకోనిది ఒకటుంది.. మన సన్నిహితులకు కూడా వారిదైన జీవితం ఒకటి ఉంటుంది. కెరీర్, కుటుంబాలు, హాబీలు ఇందులో భాగంగా ఉంటాయి. ఈ సంగతి మరిచిపోవద్దు.

సాన్నిహిత్యం, అపేక్ష

మనం ఎక్కడున్నా, ఏం చేస్తున్నా మనం అనుకున్న వాళ్ల యోగక్షేమాలను తెలుసుకుంటూ ఉండాలి. సన్నిహితుల పట్ల నిరంతరం ప్రేమ, అనురాగం చూపించాలి.



జీవిత రథం సాఫీగా
సాగాలంటే బంధాలు బలంగా ఉండాలి. విడిపోవడం చాలా సులువు. కానీ, కలిసి బతకడం గొప్ప. సమస్యలు రావచ్చు. అభిప్రాయ భేదాలు ఎదురుకావచ్చు. మాట పట్టింపులు మువ్వతిప్పలు పెట్టవచ్చు. అయినా సరే, కడదాకా కలిసి ఉండే ప్రయత్నమే చేయాలి. అందుకు అనేక మార్గాలు.

బంధం ఆనందంగా.. ఆరాధ్యకరంగా

నాణ్యమైన సమయం

మనం మనదైన జీవితాల్లో మునిగి పోయినా.. జీవిత భాగస్వామికి కొంత సమయం కేటాయించాలి. రోజువారీ జీవితం గురించి, ఆశలు, ఆశయాల గురించి, పొరపాట్లు, దిద్దుబాట్ల గురించి.. ఇలా అనేకం మాట్లాడుకోవచ్చు. దీనివల్ల బంధాల్లో నాణ్యత పెరుగుతుంది. అప్పుడే తనను సంపూర్ణంగా అర్థం చేసుకోగలం.

