

**ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ.....
ਮੈਨੂੰ ਖੁਦ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ ।**

- ੧। ਜਦ ਤੱਕ ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਨਾ ਕਰ ਸਕਾਂ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਸਬਰ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਓ ।
- ੨। ਮੈਨੂੰ ਅਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਅਪਣੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦਸਨ ਦੇ ।
- ੩। ਇਹ ਮੱਨ ਲਵੋ ਕਿ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਤੇ ਮੈਂ ਜੋ ਕੀਤਾ ਯਾ ਜੋ ਕਰਾਂਗੀ ਉਹ ਮੇਰੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧਿਆ ਹੋਵੇਗਾ ।
- ੪। ਮੈਂ ਕੋਈ ਵੀ ਇੰਨਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹਾਂ । ਮੈਂ ਇੱਕ ਅਲੱਗ ਅਤੇ ਲਾਜਵਾਬ ਇੰਨਸਾਨ ਹਾਂ ।
- ੫। ਮੈਨੂੰ ਸਹੀ ਯਾ ਗਲਤ, ਚੰਗੇ ਯਾ ਬੁਰੇ ਦੇ ਤਰਾਜ਼ੂ ਵਿਚ ਨਾ ਤੋਲੋ । ਮੈਂ ਜੋ ਹਾਂ ਉਹੀ ਹੋ ਹਾਂ ।
- ੬। ਇਹ ਨਾ ਸਮਝੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਵਧ ਕੇ ਜਾਨਦੇ ਹੋ । ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ ਮੇਰੇ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੀ ਦਸਾਇਆ ਹੈ ।
- ੭। ਤੁਸੀਂ ਜਾਨਦੇ ਹੋ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹਿਦਾ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਨਾ ਸੋਚੋ । ਮੇਰੇ ਵਿਚਾਰ ਘੁੱਲੇ ਮਿੱਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਮੈਂ ਅਪਣੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਹਾਂ ।
- ੮। ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਨਾ ਪਾਓ ਜਿਥੇ ਮੈਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਆਸ਼ਾਂਵਾਂ ਤੇ ਖਰਾ ਉਤਰਨਾ ਪਵੇ । ਮੈਨੂੰ ਅਗੇ ਹੀ ਅਪਣੀਆਂ ਆਸ਼ਾਂਵਾਂ ਨਾਲ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਹੈ ।
- ੯। ਸਿਰਫ ਮੇਰੇ ਲਫਜ਼ ਜੀ ਨਹੀਂ ਮੇਰੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸੁਣੋ । ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਅਪਣਾ ਸਕਦੇ ਫੇਰ ਮੈਂ ਕਿਦਾਂ ਅਪਣਾਵਾਂ ।
- ੧੦। ਮੈਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਯਾ ਫਿਰ ਮੇਰੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ “**ਠੀਕ**” ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ । ਉਹ ਸਭ ਮੈਂ ਖੁਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ । ਮੈਂ ਮਦਦ ਮੰਗੀ ਨਾ ?