

## احفظ كرامتك

في زمن تتسارع فيه العلاقات وتتداخل المفاهيم تبقى الكرامة من أثنى ما يملكه الإنسان فهي ليست مجرد شعور عابر بل مبدأ راسخ وخط أحمر إن تم تجاوزه لا يعود كل شيء كما كان .

احفظ كرامتك في علاقات تشعر بك بأنك مجرد خيار لا تركض خلف من لا يقدرك ولا تتمسك بمن يراك وقت حاجته فقط فالعلاقات السليمة تبنى على الاحترام المتبادل لا على التنازلات المستمرة .

احفظ كرامتك حين تقلل من نفسك لإرضاء الآخرين فالتواضع جميل لكن إهانة الذات لا تُثمر سوى الألم ومن يحبك لن يطلب منك أن تتنازل عن جوهرك بل سيقبلك كما أنت .

احفظ كرامتك حتى في لحظات الخلاف فلا تجرك الانفعالات لردود قد تندم عليها لاحقاً أحياناً يكون الصمت أبلى من الكلام والانسحاب الهادئ أكثر احتراما من أي جدال.

فالكرامة ليست تكبرا بل وعي أن تعرف متى تمضي متى تسكت ومتى تضع حدا لما يؤذيكي وفي النهاية كل شيء قد يعوض .. إلا كرامتك .