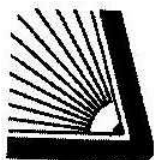


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
وَجَعَلْتُكُمْ مَلَائِكَةً

قوز فکری

از زندگی بویین تا زندگی کردن
تکنیک های فکر راهبردی
(جسارانی)

علی رضا رهداری



انتشارات نظری

سرشناسه	راهداری ، علی رضا / ۱۳۵۷
عنوان و نام پدیدآور	قوز فکری / علی رضا راهداری
مشخصات نشر	تهران: انتشارات نظری ۱۳۹۶
مشخصات ظاهری	ج ۲ . ۵/۱۴ × ۵/۲۱ س م .
شابک	دوره: ۴-۶۷۰-۲۸۹-۶۰۰-۱۹۷۸؛ ج ۱: ۸-۶۶۹-۲۸۹-۶۰۰-۱۹۷۸؛ ج ۲: ۱-۶۷۱-۲۸۹-۶۰۰-۱۹۷۸
وضعیت فهرست‌نویسی	فیا:
یادداشت	چاپ قبلی: نظری ، ۱۳۹۳ (۶۸۴ص)
یادداشت	عنوان روی جلد: قوز فکری؛ از زنده بودن تا زندگی کردن: تکنیک های تفکر راهبردی
یادداشت	کتابنامه:
موضوع	اندیشه و تفکر
رده بندی کنگر	۱۳۹۶ ق۹۳ / ۱۷ ر / BF۴۴۱
رده بندی دیویی	۱۵۳ / ۴۲ :
شماره کتابشناسی ملی	۴۶۷۸۶۰۷ :



انتشارات نظری

نام کتاب : قوز فکری

نویسنده : علی رضا راهداری

نوبت چاپ : اول - ۱۳۹۶

شمارگان : ۱۰۰۰

«کلیه حقوق مادی ، چاپ و نشر مخصوص و محفوظ اثر می باشد»

دفتر مرکزی : تهران، خیابان ولی عصر (عج)، خیابان سید جمال الدین اسدآبادی، پلاک ۳۲، طبقه ۲، واحد ۱۷

تلفن : ۸۸۱۰۲۷۷۵ همراه : ۰۹۱۹۰۱۲۹۴۵۵

www.nashrenazari.com info@nashrenazari.com

قیمت : ۲۵۰۰۰۰ ریال

پیش گفتار

استاد در بین کلاس داستانی را تعریف کرد.

روزی خانمی در حال بازی بسکتبال بود که توپش تو جنگل افتاد. او دنبال توپ رفت و دید که یک سنجاب در تله گیر کرده است.

سنجاب به او گفت: اگر مرا از این تله آزاد کنی سه آرزوی تو را برآورده می‌کنم. زن سنجاب را آزاد کرد و سنجاب گفت: «متشکرم» ولی من یادم رفت بگویم شرایطی برای آرزوهایت هست؛ هر آرزویی داشته باشی شوهرت ۱۰ برابر آن را می‌گیرد. زن گفت: اشکال ندارد!

زن برای اولین آرزویش می‌خواست که زیباترین زن دنیا شود! سنجاب اخطار داد: «اما متوجه هستید با این آرزو شوهر شما نیز جذابترین مرد دنیا می‌شود و تمام زنان به او جذب خواهند شد؟»

زن جواب داد: اشکالی ندارد. من به این تله گیرم زن جهان خواهم شد و او فقط به من نگاه می‌کند! بنابراین اجی مجی و او ریبای من زن جهان شد! برای آرزوی دوم خود، زن می‌خواست که ثروتمندترین زن جهان باشد. سنجاب گفت:

این طوری شوهرت ثروتمندترین مرد جهان خواهد شد و او ۱۰ برابر از تو ثروتمندتر می‌شود.

زن گفت اشکالی ندارد! چون هرچه من دارم مال اوست و هرچه از دارم مال من است... بنابراین اجی مجی و او ثروتمندترین زن جهان شد! سپس سنجاب از آرزوی سوم زن سوال کرد و او جواب داد: من دوست دارم که یک سکنه قلبی خفیف بگیرم و شوهرم!!!

در این هنگام یکی از دانشجویان سرکلاس که خانم بود گفت: زنان زرتنگ هستند بنابراین با آنها در نیافتید!

مردهای جلسه شروع به غر غر کردند.

استاد گفت: قابل توجه خانم‌ها همین جا توقف کنید و همچنان حس خوبی داشته باشید.
تا.....

استاد ادامه داد: شما زود قضاوت کردید!

قابل توجه آقایان: مرد سگته قلبی، ۱۰ برابر خفیف تر از زن کرد! چون زن در درخواست خود «سگته خفیف» مطرح کرده بود و شما توجه نکردید.

یکی از دانش‌ویان دستش را بلند کرد و گفت: نتیجه داستان را بگوییم:

«این داستان این موضوع را می‌رساند که زن‌ها هیچ وقت حرف آدم را گوش نمی‌دهند»
و استاد ادامه داد: مرد هم همینطور.

استاد: ادامه داد: شما فکر کردید و اندیشه داشتید ولی چون روش فکری شما صحیح نبود به نتایج نادرست رسیدید و شما خطا کرد.

بسیاری از افرادی که این داستان را می‌خوانند از جمله شما خواننده عزیز، در بین داستان چندین بار هم رای شخص‌های داستان شده همان اشتباه‌ها را مرتکب می‌شوید. چرا چنین خطاهای فکری در شما می‌دهد؟ اشکال کار کجاست؟

جالب این که بدانید در زندگی انسانها از این خطاهای اشتباهات فراوان هر روز تکرار می‌شود. درست گوش نکردن‌ها، زود قضاوت کردن‌ها، اشتباهات کردن‌ها، مثل بقیه فکر کردن‌ها، داشتن نگرش‌های اشتباه و دریک کلام «روشنند و قضاوت مندر فکر نکردن‌ها» و بدتر از آن عادت داشتن به چنین «روش تفکری» که نام آن را «قوز فکری» نهاده‌ام، کل موضوعی است که من در این کتاب می‌خواهم با شما درباره آن صحبت کنم. در مفهوم «قوز فکری» نوعی عادت به «روش نادرست در فکر کردن» وجود دارد.

مهماندار کمربندها را چک می‌کرد و در این هنگام خلبان بعد از سلام و روز بخیر خودش را معرفی کرد و چند ثانیه بعد هواپیما از روی زمین بلند شد و بعد از گردشی بر روی خلیج فارس به سمت تهران تغییر جهت داد. من از پنجره هواپیما از بالا به آب‌های نیلگون خلیج نگاه می‌کردم و هر لحظه ارتفاع من از سطح زمین بیشتر می‌شد. گروهی از

مدیران ارشد کشور در یک برج در میدان ونک تهران در طبقه ۳۸ منتظر من بودند تا با آنها درباره تفکر و مدیریت آن در سازمان (اتاق فکر) صحبت کنم.

وقتی از فراز ابرها به شهرهایی که در پایین روی زمین بودند نگاه می‌کردم و سور بر هواپیما هوا را می‌شکافتم تا خودم را به تهران و به افرادی که منتظرند تا در حوزه تفکر آموزش ببینند برسانم، آن وقت ارزش و قدرت تفکر را درک کردم که اگر درست بکار گرفته شود، فراتر از زمان و مکان خواهد رفت و می‌تواند نتایج جدیدی را وارد زندگی کند که برای بسیاری از افراد، حتی نزدیکان انسان غیرقابل باور باشد. هواپیما از میان ابرها عبور می‌کرد و سور بدان جهت خود را تغییر می‌داد تا به مقصد برسد تا اینکه در قلب فرودگاه تهران به زمین نشست. من به سرعت خود را به مکان جلسه رساندم. در آنجا افرادی منتظر بودند تا در آره تفکر بیاموزند و در زندگی خود تغییراتی بدهند و زندگی متفاوتی را تجربه کنند. بعد از حضور من در آن جلسه، در مدت کمتر از یک سال در بیش از صد سازمان ایرانی حضور پیدا کردم. چگونه چنین موفقیتی بدست آمد؟ من که آدم مشهوری نبودم و هیچ حمایت‌کننده سیاسی معنوی نداشتم. با وجود این همه استادان بزرگ دانشگاهی در کشور، چه شد که سراغ من آمدند و آنقدر جلسه برای آنها جذاب و مفید بود که به سرعت در ایران توسعه پیدا کرد. هر هر جلسه ای که می‌رفتم، تقاضا برای جلسات بعدی مطرح می‌شد و همین طور کار گسترش پیدا می‌کرد تا جایی که دیگر بسیاری از دعوتهای آموزشی را به خاطر کمبود وقت رد می‌کردم. «اتاق فکر در ۱۰ گام» در یک سال به چاپ سوم رسید. این کتاب درباره عقلانیت، اخلاق و اجتماعی بود. افراد زیادی در دوره آموزشی که برای تعلیم تفکر توسط من طراحی شده بود، شرکت کردند. برخی سازمان‌ها در سه سطح دوره را برگزار کردند: ۱- مدیران ارشد ۲- مدیران میانی ۳- کارشناسان. حتی برخی ارتقاء به جایگاه بالاتر در سازمان را منوط به طی دوره تفکر کردند. تمام این موفقیت‌ها در حدود یک سال رخ داد و من به یک مربی تفکر در ایران تبدیل شده و از تمام سازمان‌های ایرانی به من مراجعه می‌شد. در بسیاری از جلسات

خانواده‌ها نیز شرکت کردند که برای آنها جذاب و مفید بود. در گام اول، موفقیت بزرگی بدست آمده بود. در این کتاب دلایل موفقیت خود را شرح داده‌ام که چگونه با عقلانیت و روشمند فکر کردن می‌توان زندگی جدید و متفاوت خلق کرد که برای من حدود یک دهه طول کشید و شاید برای شما با این کتاب کمتر از یک سال طول بکشد. کتاب اتاق فکر، بیشتر به دنبال عقلانیت مدیریتی بود اما این کتاب به دنبال عقلانیت، در زندگی فردی است. من در ره دیگری با عنوان «موفقیت از طریق تفکر» را طراحی کردم تا از طریق عقلانیت، در زندگی افراد موفقیت ایجاد کنم که بر اساس تجربه موفقیت آمیز خودم بود. من تجربه فکری خود را فراهم و در اختیار افراد گوناگون قرار دادم که مورد استقبال آنها قرار گرفت. دلیل استقبال این بود که در زندگی آنها تأثیر زیادی داشت. این کتاب شرحی از تکنیک‌های فکری است که در آن دوره بیان می‌کنم. از آنجایی که تصمیم داشتم کتابی برای محتوای آموزشی آن دوره تهیه کنم تا بهار آموزش آموزان مرجعی مکتوب برای محتوای کارگاه‌ها داشته باشند، چنین محصولی تهیه می‌شود. محتوای این کتاب زندگی حداقل یک میلیون نفر را در سال گذشته (۱۳۹۲) تغییر داده است. مطالب این کتاب در سال‌های گذشته تهیه شده بود، ولی در سال ۱۳۹۲ جمع بندی گردید و در تاریخ ۱۳۹۳/۱/۱ پایان یافت. جهت شرکت در کلاس‌های آموزشی یا ارتباط با من می‌توانید از طریق سایت یا شماره تلفن زیر اقدام کنید.

www.fekr-negar.com

۰۹۱۲۹۴۰۰۱۱

۰۰۰۳۰۹۰۰ پیامک

فهرست

- فصل اول: قوز فکری چیست؟ ۱۱۹
- فصل دوم: سه قانون مهم برای کار یا مغز ۶۶
- فصل سوم: تکنیک من بزرگ و من کوچک ۷۷
- فصل چهارم: تکنیک‌های تفکر ۸۳
- فصل پنجم: تأثیر گذاری بر زندگی و لذت حس قدرت ۱۱۸
- فصل ششم: تکنیک ماشین احيایی تجارب ۱۳۲
- فصل هفتم: جابجایی مرجع ۱۴۰
- فصل هشتم: تأثیر آگاهی بر مهارت‌های فکری ما ۱۵۸
- فصل نهم: شرطی شدن ۱۱۸
- فصل دهم: احساسات و نقش آنها در زندگی ۱۹۷
- فصل یازدهم: کار چیست؟ ۲۱۲
- فصل دوازدهم: روشن کردن سامانه تشویق ۲۲۴
- فصل سیزدهم: مسائل ۲۳۱
- فصل چهاردهم: سؤال و مغز ۲۴۵
- فصل پانزدهم: اهداف ۲۵۶
- فصل شانزدهم: خودگشودگی احساسی ۲۷۵
- فصل هفدهم: چگونه تغییر کنیم؟ ۳۱۶
- فصل هیجدهم: پشتکار ۳۵۷
- فصل نوزدهم: جدول ارزش ۳۷۸
- فصل بیستم: قوانین چه تأثیری بر زندگی ما دارند؟ ۴۲۱
- فصل بیست و یکم: هویت چیست؟ ۴۳۴
- فصل بیست و دوم: عادات ۴۷۰
- فصل بیست و سوم: ترس چیست؟ ۴۸۳
- فصل بیست و چهارم: اعتماد به نفس و موفقیت چه رابطه‌ای با هم دارند؟ ۴۹۴
- فصل بیست و پنجم: شادی ۵۰۳

فصل بیست و ششم: مدیریت زمان ۵۲۶

فصل بیست و هفتم: ماشین لذت حلال ۵۴۲

فصل بیست و هشتم: چگونه اوضاع اقتصادی خود را بهبود دهیم ۵۵۴

فصل بیست و نهم: معجزه واژه ها و عبارات ۵۳۷

فصل سی ام: استعاره ها ۵۷۸

فصل سی و یکم: تکنیک هایی برای کشف استعداد ۵۸۸

فصل سی و دوم: پیش بینی ۵۹۳

فصل سی و سوم: قدرت ارتباطات ۶۰۱

فصل سی و چهارم: سم اخلاقی هنرهای جدید ۶۰۹

فصل سی و پنجم: تکنیک هایی برای موفقیت ۶۱۸

فصل سی و ششم: بررسی یک مولدیت و تکنیک های درون آن / چگونه انسان پرواز کرد ۶۶۱

فصل سی و هفتم: کار بزرگ شما را پایان کتاب چیست ۶۸۱