

بنام خداوند بخشنده و مهربان

۹۹ تا دوست دارم



نویسنده:

اکبر رضایی مولان

۹۲

خوانندگان عزیز و ارجمند

هر گونه نظر و راهنمایی خود را از طریق زیر میتوانید ارسال نمایید

akbar_rezaei۴۹@yahoo.com

۰۹۱۴ ۳۱۶ ۲۱۱۴

سرشناسه	: رضایی مولان، اکبر، ۱۳۴۹ -
عنوان و نام پدیدآور	: ۹۹ تا دوست دارم/ نویسنده اکبر رضایی مولان.
مشخصات نشر	: تیریز: انتشارات آلتین، ۱۳۹۲.
مشخصات	: ۴۸ص: جدول.
ظهور	
شابک	: ۷-۱۱-۷۱۰۱-۶۰۰-۹۷۸-۰۰۰۰۰۰۰۰
رشته‌های فهرست	: فیزیا
نویسنده	
موضوع	: نثر فارسی- قرن ۱۴
رده بندی کنگره	: ۸۳۴۵PIR / ض ۷۱۲۵ ۱۳۹۲
رده بندی دیویی	: ۸/۸۶۲۱۶۸
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۲۶۴۸۴۲



عنوان کتاب: دوست دارم

نویسنده:	اکبر رضایی مولان
ناشر:	انتشارات آلتین
ویراستار:	زهرا رضایی، اصغر رضایی، سحر رضایی، آیسودا رضایی
قطع کتاب:	رقعی
چاپخانه، صحافی:	اعظم/امین
تاریخ و محل چاپ و نشر:	تابستان، ۹۲/تبریز
تیراژ، قیمت:	۱۰۰۰ جلد/ ۵۰۰۰۰۰ ریال
نوبت چاپ، صفحه:	اول/ ۴۸

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۱۰۱-۱۱-۷

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۱۰۱-۱۱-۷

به موجب مصوب ۱۳۲۸/۱۰/۱۱ ماده ی حمایت از مؤلفان کلیه ی حقوق این کتاب برای انتشارات آلتین محفوظ می باشد.

مقدمه ای ناچیز برای کتابم

روزی کتابی میخواندم که برای من تاثیر بسیار زیادی داشت و آنقدر با گرفتاریها و ناملایعات روزمره ی زندگی درگیر بودم که گاهی وقتها از استراحت کردن نیز لذت نمی بردم همه خیلی خوب میدانند که چه میگویم.

بالاخره پدران و اجدادمان با تجربه سالیان سال زندگی جملات و حرفهایی زده اند که عصاره حیات هستند و ما یعنی ابنای بشر معمولا با این جملات حیات را راحت تر میگذرانیم و برای آسایش زندگی و روح و روان از آنها بهره میجویم. جمله یا بیتی قدرتمند یادم افتاد که بدرم همیشه آنرا زمزمه میکرد:

(ای بشر اینهمه بر قدرت خود تاز مکن / که اگر باد مخالف بوزد چون مگسی)

باید قبول کرد که تمام فعالیتها و جالشیهای روزانه هر انسانی برای رسیدن به آسایش بیشتر، شاید قدرت بیشتر و توان بیشتر در جریان حیات است و در واقع این قدرت گیری و حرکت بسوی انواع قدرت و نیرو است که انسان را از آرامش، که جوهره و سرمایه ی اصلی حیات است غافل میکند هر نوع انسانی که باشیم با تکیه بر آرامش است که میتوانیم از زندگی لذت کافی و ارزشمند را ببریم پس آرامش چیز دیگری است که شاید آنرا نمی شناسیم.

انسان با تکیه بر قدرت میتواند از امکانات بهره جویی کند ولی لذت بردن معلوم نیست و شاید انسان فکر میکند که لذت میرد در صورتی که چنین نیست. ما با تجربه ی لذت آرامش است که حیات واقعی را حس میکنیم اگر این تجربه بی هزینه را دریابیم آنوقت متوجه اصل موجودیت بشر خواهیم شد. به سادگی میتوان به این مساله متوجه بود که تمامی آزمایشها و فعالیتها و حرکات علمی که به نوعی موجب پیشرفت حیات انسان و

پیشرفت گونه ای بشر شده شده اند و انسان را از انسان اولیه بودن به انسانی مدرن و امروزی تبدیل کرده اند همه در سایه آرامش خاطر جسمی و روانی بوده اند که دانشمندان توانسته اند چنین حرکاتی را داشته باشند هدف اینجانب از طرح این موضوع و پرداختن به این مساله اینست که در جوار هرگونه امکانات و تواناییهایی که داریم این داشتن و خلق آرامش حقیقی و لمس کردن آن با جان و دل است که حیات انسانی را لذتبخش تر میکند.

این موضوع را فراموش نکنیم که هر بشر یکبار فقط یکبار به این دنیای فانی راه یافته است و وقتی که زمان اختصاصی اش تمام شد هیچکس و هیچ قدرتی را توان یک لحظه نگهداشتنش در این دنیا نیست پس باید بتوانیم برای حیات و زندگی روزمره ی مان برنامه ی ویژه ای که شامل لذت حقیقی باشد بریزیم و واقعا بتوانیم چنانکه لازم و ضروری برای وجودمان است زندگی کنیم.

حرکت در مسیر عشق برای هر موردی لازمی نگرش انسان برای آنست و عاشقانه بودن در حد زیادی حلال مشکلات انسان است. تفکر در اینمورد که چگونه میتوان آرامش را آموخت، یاد گرفت و به دیگران یاد داد تنها توصیه من اینست که فقط یک راه دارد و آن اینکه باید آنقدر آنرا تجربه و در زندگی خود مورد استفاده قرار بدهی که وجودت تجلی جدیدی یابد و از دیگران بشنوی که فلانی خیلی ریلکس و آرام است و خوش بحالش که با مسائل و مشکلات به راحتی برخورد میکند و اینجاست که تدریس غیرمستقیم شما شروع میشود و لازم نیست دیگران را مورد مواخذه تدریس و یا اعتراض قرار بدهی و مستقیما مسائل را به او گوشزد کنی بلکه این تشعشع حباب حقیقی وجود شماست که باید این تاثیرات ویژه را در دیگران بیافریند و شما در واقع تقویت کننده موضوع در طی این جریان خواهید بود.

داستان عالم در حال مرگی یادم افتاد که شاگردانش پرسیدند که چیزی هست که به ما نیاموخته باشی آنرا به ما بگو، عالم فرمودند: جوانتر که بودم با خودم گفتم که من باید دنیا را متحول و دگرگون کنم کمی بزرگتر که شدم دیدم در توان من نیست این کار بزرگ، برای همین به مملکت و شهرم و محله ام و در نهایت به وجود خودم رسیدم که فهمیدم باید متحول شوم الان که به این نتیجه ی حقیقی رسیده ام عمرم کفافش را نمیدهد افسوس میخورم به آن همه انرژی که با تفکری نادرست از دستش دادم و برای همین تنها توصیه ای که به شما دارم اینست که فقط از خودتان شروع کنید و هیچگاه فکر نکنید که کارتان با خودتان و خودتان تمام شده است وجود انسان معجزه بی نظیر خداست که گنجایش هر چیزی در آن بی انتهاست و شما باید به این بی انتها متوجه باشید و مطمئن باشید که این بی انتها هیچوقت و هیچوقت ذره ای پر نخواهد شد برای اینکه انسان توان پر کردن آن گنجایش را ندارد و فقط میتواند نقشی در آن بازی کند و چه بهتر که این نقش و حرکت، حرکتی مثبت و نابینا کننده باشد تا بتواند برای انسان افتخاری حقیقی بیافریند. در هر صورت سخن از آرامش و ثروت بی نظیر حیات بود که معمولا انسانها از آن غافل هستند و خوابی کوچک یا استراحتی با راه را آرامش میدانند روزی در یک جلسه ای کسی از من پرسید که به نظر شما موفقیت چیست؟ البته اضافه کرد که مطالعات زیادی داشته و تعاریف بسیاری را میداند و در واقع به طرف من حمله ای قدرتمند داشت. با حوصله تعاریفش را از زبانش بیرون کشیدم و توانستم دانسته هایش را بیرون بکشم و در آخر خودشان گفتند که آماده ی شنیدن تعریف من هستید و من نیز چنین گفتم: موفقیت یعنی (سازگاری با محیط و وضع موجود) والسلام. اگر کسی بتواند ضمن تلاش در مسیر زندگی و حرکت در راه پیشرفت شخصی و اجتماعی از طریق علم،

دانش، اخلاق و معنویت بتواند با وضع موجودش کنار بیاید و از آن لذت برده و احساس نقصی نکند فردی موفق است و این بسیار کافیست.

این مجموعه یعنی کتاب جدیدم که در دستان شماست (۹۹ تا دوست میدارم) کتابیست که احساس کردم شاید نسخه ای عملی برای بعضی اوقات انسانها میتواند باشد در واقع این تراوشات روانی و ذهنی من بودند که روی اوراق این کتاب ناچیز غلطیده اند امیدوارم مورد اقبال و پسند شما قرار گرفته باشد.

نهایتاً به موضوعی اشاره میکنم که به نظرم ضروری به نظر میرسد و آن اینکه انسانها بیشتر مواقع همه چیز را میدانند و خودشان هم میدانند که میدانند و با قدرت اظهار میکنند که فلان موضوع را کاملاً میدانند اما چون آرامش ندارند از دانسته هایشان نیز نمی توانند بهره جویند فقط میدانند و از بکار بستن، کارآیی و کاربرد آن چیزی اصلاً نمیدانند و عالم بی عمل را میمانند من در این کتاب سعی کرده ام نسخه ای عملی تقدیمتان کرده باشم. سلامتی روان و جسم در دستان خودتان است مواظبش باشید برای اینکه به نظر من، هر شخصی با همه بیسوادی نسبت به وجود و روان خویش پزشک و متخصصی است که نظیری ندارد. سلامت و آرامش مطلق آرزوی همیشگی من برای شما عزیزان است.

اکبر رضایی مولان

تبریز ۹۲