

بيندیشید و زندگی

خود را تغییر دهید

غلامرضا زندی پور

سرشناسه
 عنوان و پدیدآور
 مشخصات نشر
 مشخصات ظاهری
 شابک
 وضعیت فهرست نویسی
 عنوان دیگر
 موضوع
 موضوع
 زده بندی کنگره
 زده بندی دیویی
 شماره کتابشناسی ملی
 زندگی پور، غلامرضا، ۱۳۴۴ -
 سبببند و زندگی حوزه را بنظر دهید/ غلامرضا زندگی پور.
 ساهاهی شهر : غلامرضا زندگی پور، ۱۳۹۰.
 ۱۸۴ ص.: مصور.
 ۵۰۰۰۰ مال : 7-953-04-978
 فسا
 متنت بگری
 راه و رسم زندگی
 ۱۳۹۰ ۵/۶۹۷/م BF۹۹
 ۱۵۸/۱
 ۲۶۰۶۹۳۹

بیندیشید و زندگی خود را تغیر دهید

نوشتہی : غلامرضا زندگی پور

ناشر : مولف

تلفن : ۰۹۱۹۰۹۱۳۶۸۱

نوبت چاپ : اول

تاریخ نشر : ۱۳۹۱

تیراژ : ۱۵۰۰ نسخه

تعداد صفحات : ۱۸۴

لینوگرافی :

چاپ :

صحافی :

شماره شابک : ۷-۷۹۵۳-۰۴-۹۶۴-۹۷۸

طراح جلد : حسام شمسائی

قیمت : ۵۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

پیش‌گفتار ۵

فصل اول

قبل از هر چیز دنیای تفکرات خود را بشناسید ۹

واقعیت‌های خود را بشناسید ۲۷

معمار زندگی خود باشید ۳۳

فصل دوم

از قدرت‌های درونی خود استفاده کنید ۳۹

باورها و عقاید و ایمان، پلکان ترقی انسان را می‌سازند ۴۷

انعطاف پذیر باشید تا بیشتر جذب کنید ۵۶

پیشنهاد به افکار ما جهت می‌دهد ۵۹

شجاعت نقطه‌ی مقابل ترسهای بی‌مورد است ۶۱

فصل سوم

مدیریت فراگیر، استفاده از توانایی‌های گوناگون است ۶۳

سؤال، روح تحقیق و عامل مهمی در پیشرفت بشر است ۶۸

واقعیت‌های مشکل‌ساز خود را تغییر دهید ۷۴

۸۴..... تکامل با تغییرات همراه است

۹۱..... صبر و تحمل عامل پیشرفت است یا عقب ماندگی؟

۹۶..... تفکرات خود را در اعماق وجودتان دنبال کنید

فصل چهارم

۱۱۱..... برای رسیدن به اهدافتان، فکر و جسم خود را هماهنگ کنید

۱۲۴..... دانسته‌های خود را ارتقاء دهید و زندگی بهتری را تجربه کنید

۱۳۴..... پیامهای کوتاه

فصل پنجم

۱۴۵..... شنیده‌ها بیشترین تصاویر ذهنی ما را خلق می‌کنند

۱۵۴..... انسانیت بزرگترین هدف انسان‌ها در زندگی است

۱۷۰..... تصمیم‌گیری عامل اصلی حرکت است

۱۸۴..... منابع و مأخذ

پیشگفتار

هر کس زندگی را از منظر خود می‌نگرد و این امتیاز را دارد که پدیده‌ای منحصر به فرد باشد.

با درود بر شما خواننده‌ی محترم که این کتاب را برای مطالعه انتخاب کرده‌اید. شاید برای بسیاری از کسانی که اهل مطالعه هستند بهتر باشد که جهان فکری خود را گسترش بیشتری دهند و اهداف خود را نامحدود بدانند و خود را در مقابل مشکلات ناتوان تصور نکنند.

افکاری که با خواندن این کتاب برای شما بوجود می‌آید قسمتی از توانایی‌های شماست که می‌تواند زندگی‌تان را برای همیشه دگرگون سازد و انقلابی عظیم در افکار و رفتارتان بوجود آورد. اگر ما بخواهیم، می‌توانیم شرایطی را برای خود و دیگران بوجود آوریم که زندگی بهتر جزء لاینفک آن باشد و کلمه‌ی مشکل ایجاد ترس نکند و فقط یکی از گامهای زندگی محسوب شود.

زندگی همان چیزی است که ما به آن می‌اندیشیم و به آن عادت کرده‌ایم و آن را پذیرفته‌ایم و به آن خو گرفته‌ایم و آن را تکرار می‌کنیم. تنها کافی است که بتوانیم عاداتها و خلق و خوی خودمان را بهتر درک کنیم و کارگردان بهتری برای رهبری افکارمان باشیم و به راحتی تسلیم تفکرات منفی و غیر منطقی نشویم.

هر کس توانایی‌هایی دارد که بصورت طبیعی (دانسته یا ندانسته) برای کشف

آنها تلاش می‌کند و هنگامی که بتواند حتی با یکی از توانایی‌های خود ارتباط منطقی برقرار کند، اولین گام خود را بر روی نردبام موفقیت برداشته است.

در این میان عده‌ی خاصی می‌توانند توانایی‌های خود را زودتر از دیگران متوجه شوند و آنها را دنبال کنند و به نتیجه‌های چشمگیری برسند، یکی از مهمترین دلایل آن «نوع تفکرانی» است که افراد برای رسیدن به اهداف خود آموخته‌اند و به آن می‌اندیشند و آن را انتخاب و دنبال می‌کنند.

بهتر است بیشتر از افکار و اندیشه‌های خودمان انتظار کمک داشته باشیم و منتظر کسی نباشیم تا به کمکمان بیاید و افکار و اهداف ما را مشخص کند، ما می‌توانیم با شرایط موجود زندگیمان را بهتر کنیم.

اگر از شما بپرسند که در سخت‌ترین شرایط زندگی‌تان از چه کسی کمک می‌طلبید، ممکن است جواب بدهید از خداوند، حالا اگر از شما بپرسند، خداوند را چگونه تصور می‌کنید و چه تصویری از او در ذهن خود دارید و او را چگونه احساس می‌کنید، چه جوابی می‌دهید؟ لطفاً جواب دهید آیا همه خداوند را یک جور تصور و درک و احساس می‌کنند؟ ♦

قطعاً هر کس تصورات و احساسات خاص خودش را دارد و ممکن است نتواند آن را برای دیگران توضیح دهد. ما در دنیایی زندگی می‌کنیم که بی‌انتها بودنش یکی از مهمترین ویژگی‌های آن بشمار می‌رود و همین یک مورد کافی است تا بتوانیم با افکارمان وارد این دنیای بی‌انتها شویم و سهم تکامل خود را در آن بیابیم، سهمی که برای ما وجود دارد و ما با تمامی وجودمان (روح و جسم خود) آن را بدست می‌آوریم.

اگر بتوانیم زندگی و خواسته‌هایمان را در جهت بشردوستانه و خدمت به انسانیت سوق دهیم و شخصیت انسان‌ها را والاتر از آنچه که هست بدانیم،

قطعاً توانایی‌های بیشتری را در این زمینه بوجود خواهیم آورد و این منزل مشترک یعنی کراهی زمین را به بهشتی که در رویای آن هستیم، تبدیل خواهیم کرد.

اگر خودمان را جزئی از این کل - جهانی که درآئیم - بدانیم و این کل را تشکیل شده از اجزا در نظر بگیریم، می‌توانیم با تغییرات جزئی، تغییرات کلی بوجود آوریم و آینده‌ی بهتری برای خود رقم بزنیم. انسانیت می‌تواند بزرگترین وجه اشتراک بین انسان‌ها بشمار آید و فاصله‌ی طبقاتی افکار انسان‌ها را کمتر کند و هرکس می‌تواند نسبت انسانی خود را برای تکامل هر چه بیشتر خود و جامعه‌ی خود به معرض قضاوت بگذارد و نتیجه‌ی آن را شاهد باشد.

واقعیت آن چیزی است که وقتی آنرا متوجه شویم
و درک کنیم، دیگر نمی‌توانیم آنرا نادیده بگیریم.

بهتر است دنیای افکار خودمان را با اندیشیدن در جهت کشف واقعیت‌های نامحدود انسانی با تفکرات منطقی و انسانی دنبال کنیم تا بتوانیم از قدرتهای نهفته در درونمان آگاه شویم و برای بهتر زندگی کردن از آنها استفاده کنیم.

انسان اگر لحظه‌ای به تفاوتها و برتریهای خود نسبت به جانداران دیگر بیندیشد، به عظمت و توانایی‌های خود پی می‌برد و خود را برتر از آنها می‌داند، ولی اگر لحظه‌ای به تفاوتها و برتری‌های خود نسبت به انسان‌های دیگر بیندیشد، ممکن است نتواند به راحتی برتری‌های خود را بشمارد چون برتری دیگران را هم نسبت به خود می‌بیند و می‌سنجد.

اگر بتوانیم درست اندیشیدن را بیاموزیم، درست زندگی کردن را خواهیم آموخت و انسانیت خود را به تکامل خواهیم رساند و زندگی بهتر را تجربه خواهیم کرد.

همه‌ی انسان‌ها می‌خواهند بهترین زندگی را از نظر خود داشته باشند، ولی شاید زندگی مطلوب آنها از نظر دیگران بهترین نباشد. شاید بهتر زیستن آن است که هم از نظر ما و هم از نظر دیگران مورد قبول باشد.

هدف از نگارش این کتاب آشنایی بیشتر با افکاری است که می‌تواند یک زندگی مسالمت‌آمیز و کاملاً واقعی و لذت‌بخش را آنطور که خودتان می‌خواهید، به شما ارمغان کند تا بتوانید معرف خوبی برای خود و انسانیت خود باشید.

امیدوارم بتوانیم یکی از بنیان‌گذاران صلح و دوستی براساس ارزش‌های واقعی انسان درجه‌ن باشیم تا بتوانیم این منزل بزرگ را به دور از درگیری و خشونت و جنگ، و با کمک یکدیگر بسازیم تا در آن هرکس افکار و باورهای خود را دنبال و تکمیل کند و ضمن رعایت حقوق انسانی دیگران، برتری‌های خود را فقط در صلح و آرامش و حس انسان‌دوستانه تعریف کنیم و عقل و منطق و مثبت‌اندیشی را جایگزین ترس و خشونت و جهل و خرافات سازیم.

اگر گل‌ها می‌توانند با واقعیت خود احساس خوبی در ما ایجاد کنند و ما را جذب خود کنند، ما چگونه می‌توانیم با واقعیت‌های خود این احساس را در دیگران بوجود آوریم و آنها را جذب خود کنیم؟

گر تو گل را طلبی، پاسخ تو گل باشد
گر بیابان بروی، ماسه و خاک عاید توست.

« ما برتر از آنیم که خود پنداریم »