

آزاد، پیمان، ۱۳۲۶ -
کبک ها بهتر از ما زندگی می کنند
تهران: نسل نواندیش، ۱۳۹۴.

۲۶۴ ص:
۹۷۸-۹۶۴-۲۳۶-۶۶۴-۴

فیپای مختصر
فهرست نویسی کامل این اثر در نشانی: <http://opac.nlai.ir> قابل دسترسی است
۳۸۳۸۷۷

کبک ها

بهتر از ما زندگی می کنند!

نویسنده: پیمان آزاد

ویراستار: معصومه امیرخانی

صفحه آرا: الهه ایمنی

طراح جلد: ندا ایمنی

ناشر: نسل نواندیش

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول

سال چاپ: ۱۳۹۶

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۳۶-۶۶۴-۴

ISBN: 978-964-236-664-4

کتاب های مورد نیاز خود را از فروشگاه انتشارات نسل نواندیش تهیه فرمایید.
نشانی فروشگاه نسل نواندیش: میدان ولیعصر - ابتدای کریمخان - پلاک ۳۰۸

تلفن: ۸۸۹۴۲۲۴۷ - ۹

www.naslenowandish.com

info@naslenowandish.com



naslenowandish

انتشارات نسل نواندیش

<https://telegram.me/naslenowandish>

فهرست مطالب

۱۳.....	پیشگفتار.....
۱۵.....	۱. زندگی؟.....
۱۹.....	۲. من هنوز اشتباه می‌کنم!.....
۳۲.....	۳. هم‌اندیشی.....
۳۷.....	۴. رابطه استاد و شاگرد؟.....
۴۲.....	۵. آتور، تبه!.....
۴۸.....	۶. تصویر ذهنی؟.....
۵۴.....	۷. نفوس.....
۵۷.....	۸. آرامش؟.....
۶۲.....	۹. دنیای بهتری سازیم؟.....
۶۷.....	۱۰. تناسب فکر و عمل.....
۷۱.....	۱۱. خودباختگی.....
۷۳.....	۱۲. بینش و دانش.....
۸۰.....	۱۳. ذهن بسته، ذهن باز.....
۸۶.....	۱۴. زندگی تعریف ندارد!.....
۸۹.....	۱۵. مسیر عقلانیت، رشد، معنویت و کشف حقیقت.....
۹۷.....	۱۶. حساسیت‌ها، مانع زندگی طبیعی؟.....
۱۰۱.....	۱۷. اتحاد عقل و اراده؟.....
۱۰۷.....	۱۸. رابطه فکر و احساس؟.....
۱۱۲.....	۱۹. تفکر انتقادی؟.....
۱۱۶.....	۲۰. خودشناسی یا شناخت فلسفه!.....
۱۱۹.....	۲۱. چرا برای دیگران زندگی می‌کنیم؟.....
۱۲۱.....	۲۲. شیوه سالم زندگی؟.....
۱۲۵.....	۲۳. انتظار از زندگی؟!.....
۱۲۸.....	۲۴. عشق؟!.....

۲۵. رابطه؟ ۱۳۱
۲۶. موفقیت و کامیابی ۱۳۵
۲۷. تصادف؟ ۱۳۹
۲۸. هدف؟ ۱۴۶
۲۹. چرا زن و مرد یکدیگر را نمی‌فهمند؟ ۱۵۴
۳۰. گذشته؟ ۱۵۷
۳۱. خوشبختی یعنی چه؟ ۱۶۱
۳۲. شما چطور زندگی می‌کنید؟ ۱۶۴
۳۳. تمام سبب زندگی؟ ۱۷۲
۳۴. برزخ؟ ۱۸۱
۳۵. ترحم را بپذیرد؟ ۱۸۸
۳۶. سعادت و خوشبختی؟ ۱۹۳
۳۷. زمان مبارزه تمام شده است؟ ۱۹۷
۳۸. با گیرهای ذهنی چه باید کرد؟ ۲۰۳
۳۹. ارگانیسم و میل ما؟ ۲۰۹
۴۰. آیا عشق گریزگاه تنهایی انسان است؟ ۲۱۲
۴۱. آیا رقابت لازم است؟ ۲۱۵
۴۲. آیا انتظار ندارید نتیجه تلاش‌های خود را ببینید؟ ۲۱۸
۴۳. در دفاع از رنجش! ۲۲۳
۴۴. آرامش و زندگی رقابتی؟ ۲۲۸
۴۵. رو بات‌های پیر ۲۳۵
۴۶. شیوه حذفی در زندگی به کجا می‌انجامد؟ ۲۴۰
۴۷. شادی را در چه می‌بینید؟ ۲۴۴
۴۸. کبک‌ها بهتر از ما زندگی می‌کنند! ۲۵۷

پیشگفتار

امتحان خود چو کردی ای فلان فارغ آیی ز امتحان دیگران

مولوی

گاهی فکر می‌کنم: کبک‌ها بهتر از ما زندگی می‌کنند؛ گفتگوهایی است دور از کلیشه‌های رایج، بی‌وفی‌البداهه، بی‌پرده و صریح، اما دوستانه و راحت، برای یک زندگی آرام و بی‌دغدغه. البته این گفت‌وگوها گاهی مکتوب بوده و بازخوانی هم شده‌اند. سعی نداشتیم اصالت و روانی خود را از دست بدهند. همیشه تلنگری در کار بوده که بحث در گرفته است. هدف از این گفتگوها این نیست که تنها به قاضی برویم که اوضاع برگردیم، بلکه هدف این است که با خواندن این گفتگوها قدری تغییر کنیم و نگاهمان به زندگی عوض شود. افق دیدمان دگرگون شود و از توهم و خیال‌پردازی بیرون بیاییم. بدانیم که زندگی همیشه در «قرار» نیست، بلکه در بی‌ثباتی هم هست. اگر با واقعیت‌ها روبه‌رو شویم و از آن‌ها نگریزیم، زندگی شاید بر ما سخت نمی‌گذرد. اگر با آنچه هست زندگی کنیم، راضی و خشنود خواهیم بود.

دیگر این که هدف ما از این گفتگو، دادن اطلاعات نیست. ما ره‌نما می‌توانید این اطلاعات را به راحتی از موتور جستجوی گوگل بگیرید. این جا هدف، بینش و بصیرت است. هدف، بیدار کردن ذهن خواب‌آلود است. ذهن فریزشده، ذهن گذشته‌گرا، ذهن آینده‌نگر؛ ذهنی که در لحظه و در دقیقه اکنون حضور ندارد. یعنی ذهنی که کمتر با واقعیت‌ها روبه‌رو می‌شود. ذهنی

که می‌خواهد کبک‌وار زندگی کند. بن‌مایه این گفتگوها، زنگ بیداری نسبت به زندگی واقعی و عینی است، نه زندگی ایده‌آلی و ذهنی.

کمتر به سازوکارهای دفاعی متوسل خواهیم شد و کمتر در مقام فریب خود بر خواهیم آمد. دوستان! ما باید به چالش‌های واقعی خود در زندگی پاسخ دهیم. گرد چالش‌آفرینی‌های بیهوده و آسیب‌رسان نرویم. هرگز از چالش‌های واقعی زندگی خود فرار نکنیم و از فرصت‌ها، استعدادها و قابلیت‌های خود برای رفع این چالش‌ها استفاده کنیم.

پیمان آزاد

بهار دل‌انگیز ۱۳۹۳