



یک سبد اندیشه مثبت

محمد نظری گندشمین

کارشناس ارشد روانشناسی



الله

EXILIM

محمد نظری گندشمین

MENU

BS

من حسودِ کسانی هستم ، که بیشتر از
من می اندیشند و می دانند.



محمد نظری گندشمین
nazaribest.samenblog.com



آری فکر منفی مثل آئینه مقعر است ، آنچه را که می خواهیم
از ما دور می کند.
آری فکر مثبت مثل آئینه محدّب است، آنچه را که می خواهیم
به ما نزدیک می کند.
آری فکر خنثی مثل آئینه تخت است ، آنچه را که در حال
حاضر داریم ، نشان می دهد.
بیاییم افکار مثبت را برگزینیم ، افکاری که ما را به رشد و تکامل و
موفقیت خودمان نزدیک می کند.

عمل کردن ، خوب و ارزشمند است ولی به این معنی نیست که اعمال ما از تفکر بی نیاز هستند یا تفکر ما نیاز به عمل کردن ندارد. تفکر و عمل ، مکمل یکدیگر هستند و نمی توان صرفاً به یکی اکتفاء کرد و بسنده دانست . **فکر و عمل ، مثل رابطه روح و جسم است که با وجود هر دو می توان زندگی کرد و حرکت داشت و رو به جلو در جریان بود .** ممکن است برخی در مقام اندیشیدن بهتر باشند و برخی نیز در مقام عمل و برخی نیز در هر دو . اینکه دیگران نمی اندیشند یا اینکه دیگران عمل نمی کنند ، این را توجیه نمی کند که ما هم نیاندیشیم ، ما هم عمل نکنیم ؛ و یا اگر دیگران می اندیشند ، من فقط عمل کنم و یا اگر دیگری عمل می کند ، من فقط بیاندیشم ، یعنی در کل عکس دیگران باشیم . اینکه دیگران چه کار می کنند و چگونه با مسایل برخورد می کنند ، به این معنی نیست که ما نیز مطلقاً تابع فکر و عمل دیگران باشیم. هر کس باید خودش شخصاً اعمال و تفکر خود را هدایت و تعالی ببخشد. من نمی گویم از نقاط مثبت دیگران استفاده نکنیم ، نه هرگز ، بلکه هدف و حرف من این است که چشم بسته دنباله روی دیگران نباشیم.



محمد نظری گندشمین

نوروز ۱۳۸۳

خدایا به من بگو که من چگونه بیاندیشم ، تا ذهن این و آن به تشویش نیفتد؟ خدایا تو همیشه به من گفته ای که بیاندیشم ، اما اندیشیدن ، جرم و گناه من شده است ! به من می گویند مثل ما بیاندش ، اما خدایا تو که مرا برای مثل دیگران اندیشیدن نیافریده ای ، آخر چرا من نتوانم مثل خودم بیاندیشم ؟ خدایا چرا اجازه نمی دهند ، ذهن من ، آزاد و مستقل باشد ؟ خدایا تو که نه تنها هیچ وقت مانع آزادی و استقلال اندیشیدن من نشده ای و نمی شوی ، بلکه بارها و به تکرار در کتاب مقدس خود ، مرا به اندیشیدن فرا خوانده ای و تشویق کرده ای و حتی از نیاندیشیدن مرا برحذر کرده ای ؛ پس چرا خدایا تو مانع اندیشیدن و آزادی و استقلال ذهن من نیستی و نبودی و نمی شوی ، اما به غیر از تو ، همه برای ذهن و اندیشیدن من ، مانع و محدودیت به وجود می آورند ؟ خدایا راهی و الهامی را بر من بگشای . به من می گویند تو از ما نیستی چون مثل ما نمی اندیشی . شاید اندیشیدن من انتخابی باشد ، ولی من که نمی توانم یا که اراده این را ندارم که اندیشه هایم را انتخاب کنم . اگر من حق استقلال و آزادی در اندیشیدن دارم ، پس این حق را هم دارم که اندیشه های خودم را داشته باشم . مگر می شود همه اندیشه ها را یک رنگ کرد ؟ مگر می شود در گلستان اندیشه ها فقط یک گل (اندیشه) باشد؟ مگر گلهای دیگر (اندیشه های دیگر) حق حیات ، حق استقلال و حق آزادی ندارند؟ چرا از اندیشیدن من می ترسی ؟ یا چرا مرا از اندیشه هایم می ترسانی؟ مگر چرا باید از کسی که می اندیشد ، ترسید؟ یا چرا باید کسی را که می اندیشد ، ترساند ؟ آیا اندیشیدن ، کاری ترسناک و خطرناک است؟ آری اندیشیدن ، خطرناک و ترسناک است ، اما نه برای همه....

محمد نظری گندشمین



آیا برای نمی توانم های خودمان ، دلایلی داریم ؟ شاید دلایلی داشته باشیم که ما را ناتوان نشان می دهند ، ولی می توانیم دلایلی را به دست آوریم که ما را توانا نشان بدهند. در واقع انتخاب با ماست که بخواهیم چگونه فکر کنیم تا به کدامین نتیجه گیری برسیم . اگر کسی خود را ناتوان فرض می کند ، در اصل نوع تفکر و نتیجه گیری اش (منفی) به ناتوانی اش باورمند کرده است و اگر کسی خود را توانا می بیند ، با نوع تفکر و نتیجه گیری اش (مثبت) به توانمندی خود معتقد شده است . در کل تفکر ما ، نقشه راه عمل ماست و هر کس طبق تفکر خود ، یا به عملی دست می زند یا از عملی دوری می کند. بیاید با تفکر مثبت خودمان ، نقشه راه موفقیت را برای خودمان ترسیم کنیم. موفقیت ها و ناتوانی ها ، از ذهن و اندیشه های ما آغاز می شوند.

محمد نظری گندشمین

اختلاف بین انسان ها ،
بخاطر **ذهن** است ،
نه به خاطر **زبان**



تفاوت و اختلاف میان انسان ها ،
بخاطر زبانی نیست که حرف
می زنند ، بلکه بخاطر زبانی
است که با آن می اندیشند
(زبان ذهن) و این یعنی
اختلاف و تفاوت بین انسان ها
همیشه وجود خواهد داشت .



آیا می دانید چرا همهٔ
کودکان ، از بزرگترها
، زیباتر و دوست
داشتنی تر هستند؟
کودکان زیبا هستند ،
چون اندیشه های
زیبا و مثبتی دارند ،
چون ذهن کودکان را
هنوز افکار نازیبا و
منفی، آلوده و اشغال
نکرده است. در یک
کلام ، ذهن زیبایی
دارند.

- موفقیت نصیب کسانی می شود که تعداد برخاستن هایش بیشتر از افتادن هایش باشد.
- وقتی تصمیمی گرفتیم ، دیگر برای تصمیمات خودمان تصمیم نگیریم! ، بلکه بی درنگ تصمیمات خودمان را عملی کنیم.
- هزار شکست کم است و یک موفقیت بسیار . یک موفقیت حاصل جمع بسی شکست است. هر قدر بیشتر شکست بخوریم ، راه های شکست خوردن ما کمتر می شود.
- هرگز ناامید نباشیم ، چون هرگز امید به پایان نمی رسد.
- هرگز نمی توان با اندیشه های کوچک ، بتوان به کارهای بزرگی دست زد.
- **هیچ وقت ، عیب دیگران ، مرا بی عیب نشان نمی دهد.**
- اگر می خواهیم بلندتر پرواز کنیم و به اوج برسیم ، بال و پر ذهن و اندیشه های خودمان را بگسترانیم ، با بال های کوچک (اندیشه های کوچک و ضعیف) نمی توانیم بیشتر و بلندتر پرواز کنیم (به موفقیت های بزرگتری برسیم).
- ذهن و وقت خودمان را برای کسی یا چیزی که دوست نداریم ، تلف نکنیم.

اندیشیدن قانون دارد و قانون اندیشیدن ، آزادی ذهن

است. ذهن بدون آزادی ، قادر به رشد و تعالی نمی شود و نمی تواند اندیشه زایی کند . هر گونه ایجاد محدودیت و ممانعت برای ذهن و فکرپردازی باعث می شود ، ذهن نتواند با تمام وجودش بیاندهد و همه هستی خود را نشان دهد. ذهن را نمی توان صرفاً در مسیری مشخص هدایت کرد و از ورود و پیمایش ذهن در سایر مسیرها جلوگیری کرد . مسیر ذهن ، مسیری خطی و مستقیم نیست ، بلکه ذهن چون نقطه مرکزی دایره ای است که برای اندیشیدن ، بی نهایت شعاع دارد. وقتی برای ذهن شعاع و مسیر مشخصی را انتخاب می کنیم و اجازه ورود به سایر مسیرها را نمی دهیم ، محدودیت به وجود می آوریم و این محدودیت باعث می شود ذهن از رهیافت و دستاوردهای دیگر خود در سایر مسیرها محروم شود . **ذهن فضول و کنجکاو است** و قصد و اصرار دارد همه چیز را شخصاً واری و بررسی کند و از همه چیز سردر بیاورد. **ذهن ابهام را دوست ندارد** ، همه اش به دنبال کشف و اختراع است . ذهن با اینکه خود جهانی وسیع ، تازه و ناشناخته است ، ولی خود جویای کشف جهان های دیگری است و این جهان ها را با خلق اندیشه های خود کشف می کند.

موفقیت ، گرفتنی است نه دادنی ،
اگر دادنی بود به همه داده می
شد . موفقیت مثل ماهیگیری
است ، هر کس ماهی و نهنگ
موفقیت می خواهد ، برود صید
کند . موفقیت کسی را صید نمی
کند ، این ما هستیم که باید
موفقیت را صید کنیم . بیایید
صیاد موفقیت خودمان باشیم که
تا به حال کسی به تور موفقیت
نیفتاده است .

فکر ، فکر را کنترل و هدایت می کند.

رفتار ، رفتار را کنترل و هدایت می کند.

فکر ، رفتار را کنترل و هدایت می کند.

رفتار ، فکر را کنترل و هدایت می کند.

افکار و رفتارهای ما موجوداتی زنده اند!

محمد نظری گندشمین



خودکشی اجتماعی

(یعنی حضور اجتماعی داشته باشیم
و از حضور در جامعه دوری و پرهیز
نکنیم و به فعالیت های اجتماعی

بپردازیم)

ممنوع

مهم این نیست که خودکشی جسمانی نکنیم
، مهم این است که خودکشی روانی نکنیم ،

چرا که همه کسانی که دست به خودکشی
می زنند ، در ابتدا از نظر روانی خودکشی
(ناامیدی ، افسردگی و ناتوانی و ...) میکنند!





مشکل این
نیست که
مشکل دارم ،
مشکل این است
که در حل
کردن مشکل ،
مشکل دارم.



هیچ وقت ، وقتِ تسلیم
شدن نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم شدن
نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم
شدن نیست!

هیچ چیز ، بهانهٔ تسلیم شدن
نیست!

انگیزه رشد و تعالی داشته
باشیم ، همین و بس.



هیچ وقت ، وقت تسلیم
شدن نیست!
هیچ کجا ، جای تسلیم شدن
نیست!
هیچ کس ، لایق تسلیم شدن
نیست!
هیچ چیز ، بهانه تسلیم شدن
نیست!
انگیزه رشد و تعالی داشته
باشیم ، همین و بس.

یکی از علل اصیل و بنیادین بیماری های جسمانی و روانی و مشکلات و مسایل زندگی و .. به اندیشه ها و کیفیت جهان بینی ما انسان ها مربوط می شود. تفکر ، ساختار و کارکردهای جسمانی و روانی ما انسان ها را تحت تأثیر قرر می دهد.

EXILIM

محمد نظری گندشمین nazaribest.samenblog.com

MENU



BS

INSPIRATION FOR A RIDICULOUSLY GOOD LIFE

LIFE
WITHOUT
LIMITS

NICK VUJICIC

هیچ وقت ، وقتِ تسلیم شدن
نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم شدن
نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم شدن
نیست!

هیچ چیز ، بهانهٔ تسلیم شدن
نیست!

انگیزه رشد و تعالی داشته
باشیم ، همین و بس.

محمد نظری گندشمین



وقتی بپذیریم ، نتوانستن را نمی توان به توانستن تبدیل کرد ، پس می توان نتیجه گرفت که اینکه می گویند : معلولیت ، محدودیت نیست ، پس شعاری غلط و از روی احساسات بوده است. چون محدودیت ها به ما معلولان اجازه توانستن را نمی دهد، چون معلولیت برای موفقیت معلولان ، محدودیت به وجود می آورد و چون معلولیت ، نتوانستن است پس نمی توان به موفقیت = توانستن ، تبدیل کرد. آیا معلولیت واقعاً نتوانستن است ؟ آیا موفقیت برای معلولان ، چیزی غیرممکن و به معنای محروم و محدود شدن از توانستن (نتوانستن) است ؟ تصویر فوق توانستن را، نشان میدهد یا نتوانستن را ؟ نظر شما دوست عزیز چیست ؟



این گربه هر روز مرا می بیند و به خوب و بد بودن من آگاه است!

من برای خلق
اندیشه به دنیا
آمده ام ، نه برای
پُر کردن شکمم!

من برای پُر کردن
ذهن خود آمده ام
، نه برای پُر کردن
دهان خودم!

محمد نظری گندشمین

93-06-12 9:39 am

برخی فکر می کنند ، چون من حرف نمی زنم ، حتماً ساکت و خموش هستم ، ولی آنها سخت د اشتباهند ، چون من بی وقفه در حال با خود حرف زدن (اندیشیدن) هستم و سرگرم گفتگوهای متعالی هستم ، که وقتی بخوام با برخی حرف بزنم ، قادر نمی شوم همان گفتگو را با آنها نیز داشته باشم . آری ذهنی که سکوت کرده باشد و حرف نزند (تفکر) در حال اسراف و اتلاف زمان و انرژی است.

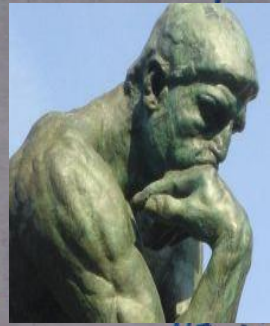
یا من اسمہ دواء و ذکرہ شفاء

اداره کل بیمه سلامت استان ۱ - اردبیل

شماره مسلسل ۴۹۸۷۰۰ سری ۸۷



سازمان بهداشت و درمان ایران



شماره بیمه درمانی: **موفقیت**

نوع بیمه درمانی: کد ۷۰۰۱۰۰

وضعیت: حمایتی

تاریخ اعتبار: **۱۳۹۵/۰۹/۲۷**

نام: محمد

نام خانوادگی: نظری گندشمین

جنسیت: مرد

بیماری خاص: ندارد

نام پدر: **موفقیت**

نوع صدور: تمدید

شهرستان: اردبیل

وابستگی: اصلی (محمد نظری گندشمین)

تاریخ شروع بیمه: ۱۳۷۸/۰۳/۱۲ تاریخ تعویض: ۱۳۹۲/۰۹/۲۷

تعداد اعضاء خانواده: ۱ تعداد دفترچه صادره: ۳

محل خدمت: اردبیل - بهزیستی یک ۱۷۰۰۱۰۰

93-06-17 6:10 pm

هیچ وقت ، وقت تسلیم شدن نیست!
هیچ کجا ، جای تسلیم شدن نیست!
هیچ کس ، لایق تسلیم شدن نیست!
هیچ چیز ، بهانه تسلیم شدن نیست!
انگیزه رشد و تعالی داشته باشیم ،
همین و بس.





نمی توانم ، به معنی نمی توانم نیست.
 برای نمی توانم های ما هزار دلیل وجود دارد که نمی توانم های ما را نقض می کنند. در واقع نمی توانم به این معنی نیست که نمی توانم ، بلکه برای آنچه می توانم ، سعی نمی کنم آنچه را که می توانند به توانستن من کمک کنند ، بشناسم و به کار بگیرم . اکثر نمی توانم های انسان ذاتی نیست بلکه پیامد تفکر ، باورها و یادگیری های غلط ، کارشناسی و مطالعه نشده ماست. یعنی ما گاه قبل از اینکه خودمان را در عمل بیازماییم که آیا می توانیم یا نمی توانیم (توانستیم یا نتوانستیم) نتیجه گیری می کنیم که نمی توانیم ، یا گاه مبنای نتیجه گیری ها و تصمیمات خودمان را ، با حرفهای این و آن انتخاب می کنیم و گاه نیز بخاطر تفکرات کلیشه ای ، به می توانم یا نمی توانم های خودمان اعتقاد پیدا می کنیم.



محمد نظری گندشمین

یکی از علل ضعف اعتماد به نفس برخی افراد ، آموزش و یادگیری های غلط دوران کودکی است که توسط والدین یا محیط (مدرسه و دوستان و ...) اعمال شده است. ضعف اعتماد به نفس یعنی به توانایی خود شک داشتن ، یعنی فرد باور کرده است که نمی تواند کاری را به تنهایی انجام بدهد و خود را به تنهایی توانا نمی بیند. یک احساس ترس درونی دارد که همه اش در ذهن خود این صدا را می شنود : که تو نمی توانی ، دیدی در دفعات قبلی هم نتوانستی ، مگر این بار با دفعات گذشته چه فرقی دارد؟ آری این خودگویی های منفی باعث می شود فرد نتواند در خود احساسات و فضای مثبت ذهنی را به وجود آورد و برای کسب نتایج مثبت ، خود را تقویت و امیدوار سازد و دست به تلاش و کوشش بزند ، چون احساسات و تفکر منفی که در نتیجه خودگویی های منفی (تفکرات منفی که فرد به خودش می گوید و تکرارش می کند) بر فرد حاکم شده است ، اجازه نمی دهد فرد اشتیاق و انگیزه فعالیت را در خود بیابد . برای همین فرد از دست زدن به فعالیت و کوشش اجتناب می کند ، چرا که امیدی نسبت به کسب نتایج مثبت برای کوشش های خود را ندارد.

هیچ وقت ، وقتِ تسلیم
شدن نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم
شدن نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم
شدن نیست!

هیچ چیز ، بهانهٔ تسلیم
شدن نیست!

انگیزه رشد و تعالی داشته
باشیم ، همین و بس.



من می اندیشم ، چون برای سلامتی و فعالیت های مغزی و ذهنی من ، اندیشیدن نیازی واجب و اجتناب ناپذیر است . می ترسم اگر نیاندیشم مغز و ذهن من زنگ بخورند و پوسیده شوند . اندیشیدن ورزش مغزی و ذهنی من است ، چرا که ذهن سالم در مغز سالم است ، اما مغز سالم داشتن به معنی ذهن قوی داشتن نیست ، چون هر کدام برای تقویت خودشان ، برخی نیازهای متفاوت از هم دارند ، چرا که آنچه ذهن مرا تقویت می کند ، مغز مرا تقویت نمی کند و آنچه مغز مرا تقویت می کند ، ذهن مرا تقویت نمی کند. البته معنی این حرف من این نیست که ذهن و مغز من نسبت به هم رابطه یا تأثیری ندارند ، برای تقویت ذهن من ، اندیشیدن لازم است ولی آیا مغز من فقط با خوراکِ اندیشه ها می تواند به حیات خود تداوم ببخشد ؟ ! آیا ذهن من می تواند از غذاهای مادی تغذیه کند ؟ ! مسلم است که نه . این بحث حرفهای دیگری نیز دارد.....



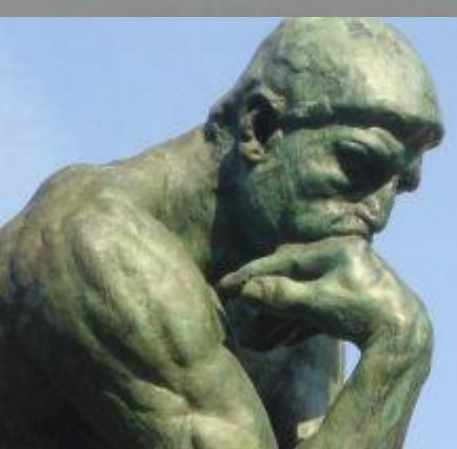
هیچ وقت ، وقت تسلیم شدن نیست!
هیچ کجا ، جای تسلیم شدن نیست!
هیچ کس ، لایق تسلیم شدن نیست!
هیچ چیز ، بهانه تسلیم شدن نیست!

انگیزه رشد و تعالی داشته باشیم ، همین و بس.





هیچ وقت ، وقت
تسلیم شدن نیست!
هیچ کجا ، جای
تسلیم شدن نیست!
هیچ کس ، لایق
تسلیم شدن نیست!
هیچ چیز ، بهانه
تسلیم شدن نیست!
انگیزه رشد و تعالی
داشته باشیم ، همین
و بس.



کد ده رقمی

موفقیت

nazaribest.samenblog.com



نام و نام خانوادگی: محمد نظری گندشمین

نوع معلولیت: جسمی حرکتی

شدت معلولیت: خیلی شدید ۹۶٪

استان: اردبیل

دکتر بهزاد داوودیان
مدیر کل بهزیستی

من با هر معلولی که آشنا می شوم ، انگار بر تعداد توانایی های و راه های توانستن من افزوده می شود. با اینکه خودم معلولم ولی وقتی معلولان دیگری را می بینم که از من ناتوان تر هستند یا ناتوانی های مشابهی داریم ، از خودم خجالت می کشم ، چون وقتی آن معلولان را می بینم ، می بینم که از من توانا تر عمل کرده اند و عمل می کنند و راه های بیشتری را برای توانستن خودشان به وجود آورده اند و کشف کرده اند.



هیچ وقت ، وقت تسلیم
شدن نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم
شدن نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم
شدن نیست!

هیچ چیز ، بهانه تسلیم
شدن نیست!

انگیزه رشد و تعالی داشته
باشیم ، همین و بس.

وقتی همه با من هم عقیده باشند و مثل من فکر کنند ، آن وقت است که احساس می کنم در مسیر درستی نمی اندیشم . مثل دیگران اندیشیدن ، دلیل و مدرکی برای درست اندیشیدن نیست . تفکر جمعی به معنای حقانیت آنها در درست اندیشیدن نیست . همانطور که تفکر فردی می تواند غلط و اشتباه باشد ، تفکر جمعی نیز می تواند اشتباه کند ، برای همین ، هم‌رنگی با جماعت به این معنی نیست که حتما فکر و عمل دیگران درست و منطقی است . هم‌رنگی با جماعت در واقع خود را مخفی کردن و به چشم نیامدن است ، تا بدین وسیله بر افکار و اعمال نادرست خودمان سرپوش و پوششی گذاشته باشیم

محمد نظری گندشمین



هیچ وقت ، وقت تسلیم
شدن نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم
شدن نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم
شدن نیست!

هیچ چیز ، بهانه تسلیم
شدن نیست!

انگیزه رشد و تعالی
داشته باشیم ، همین و
بس.



هیچ وقت ، وقتِ تسلیم
شدن نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم
شدن نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم
شدن نیست!

هیچ چیز ، بهانهٔ تسلیم
شدن نیست!

انگیزه رشد و تعالی داشته
باشیم ، همین و بس.



هیچ وقت ، وقت تسلیم
شدن نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم
شدن نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم
شدن نیست!

هیچ چیز ، بهانه تسلیم
شدن نیست!

انگیزه رشد و تعالی داشته
باشیم ، همین و بس.



محمد نظری گندشمین

هیچ وقت ، وقتِ تسلیم
شدن نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم شدن
نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم شدن
نیست!

هیچ چیز ، بهانهٔ تسلیم شدن
نیست!

انگیزه رشد و تعالی داشته
باشیم ، همین و بس.

• ذهن ما مثل آئینه است ، درون ما را به خودمان نشان می دهد. ذهن ، جهان درون و بیرون ماست. سرنوشت ما ، به ذهن ما وابستگی دارد.

• زندگی هر کس مثل ذهن اوست.

• ذهن ، نقشه زندگی است .

• ذهن (فکر و اندیشه) نقشه زندگی (عمل) است.

• عمل ، تبلور اندیشه است.

• عمل ، لباس ظاهری اندیشه است.

• من مخالف عمل کردن نیستم و نبودم و نخواهم بود ولی موافق نیاندیشیدن هم نیستم و نبودم و نخواهم بود. به خدا سوگند ، نیاندیشیدن گناه است .



هیچ وقت ، وقتِ تسلیم
شدن نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم شدن
نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم
شدن نیست!

هیچ چیز ، بهانهٔ تسلیم شدن
نیست!

انگیزه رشد و تعالی داشته
باشیم ، همین و بس.



هیچ وقت ، وقتِ تسلیم
شدن نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم شدن
نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم شدن
نیست!

هیچ چیز ، بهانهٔ تسلیم شدن
نیست!

انگیزه رشد و تعالی داشته
باشیم ، همین و بس.



محمد نظری گلدشنبین

آری میلیون ها انسان ابله و احمق بودند که قرن ها فکر می کردند و باور داشتند که زمین مرکز جهان است ، ولی کوپرنیک آمد بر باور غلط میلیون ها انسان احمق دانا نما خط بطلان کشید ، کوپرنیک آمد و باور میلیون ها انسان را زیر سوال برد. آری کوپرنیک به اندازه میلیون ها انسان دانا بود و چیزی را عقیده داشت که میلیون ها انسان آن باور را در ذهن خود جای نداشتند و مهمتر اینکه برای هیبت طولانی کلیسا ، تاوان سنگینی بود که به اشتباه خود که به بلندای قرن ها ادامه داشت اعتراف کند. آری هنوز هم ممکن است میلیون ها انسان ابله و احمق باشد که فکر کنند و باور داشته باشند چیزی را که ، در اصل و در واقعیت ، آن چنان نیست که فکر می کنند و باور دارند. آری عجیب نیست که میلیون ها انسان ، باورهای غلط و اشتباه مشترک نداشته باشند.(هر چند نظریه : « زمین مرکز جهان است » متعلق به دانشمند معروفی به نام بطلمیوس بود)



محمد نظری کندشمین
nazaribest.samenblog.com

هیچ وقت ، وقتِ تسلیم شدن
نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم شدن
نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم شدن
نیست!

هیچ چیز ، بهانهٔ تسلیم شدن
نیست!

انگیزه رشد و تعالی داشته باشیم ،
همین و بس.

• شنیدن مثل خواندن (مطالعه کردن) است. وقتی ما چیزی را می شنویم در واقع در حال خواندن هستیم ، پس سعی کنیم چیزهای با کیفیت و مثبتی را بشنویم ، چون ما را تحت تأثیر قرار خواهند داد.

محمد نظری گندشمین

• تصمیم گیری ، صرف انتخاب کردن نیست.

• در هر شرایطی و برای هر چیزی ، تصمیم گیری به یک اندازه سخت یا آسان نیست.

• برخی تصمیم گیری ها فقط برای یک انتخاب است.

• اعتماد به نفس یعنی خود را قبول داشتن.

• افکار و ایده های تازه ای را که به ذهن ما خطور می کنند ، بنویسیم تا در فرصت مناسب این افکار را پرورش بدهیم.

• از امروز به بعد ، از هر چه بترسم ، آن را انجام خواهم داد.

• آنچه تفاوت ما بین انسان و حیوان است ، حیات فیزیکی نیست ، حیات ذهنی است.

• مُرده آن است که مرگ مغزی می شود یعنی مرگ ذهنی ، یعنی ذهنی که نمی اندیشد.

• شکم گرسنه ، ذهن را افسرده می کند.

• چیزی که واقعیت است، حقیقت محض نیست . واقعیت ها رداشت های افراد از حقایق است . واقعیت های امروز ما می تواند تغییر کند.



امروز (93/4/7) در سطح شهر اردبیل (داخل اتوبوس در مسیر تازه میدان به طرف دروازه مشگین شهر = میدان مبارزان) ، این نکته را یاد گرفتم که انسان ها به جای اینکه برای حل مشکل فردی کمک کنند و راه حل ارائه بدهند ، ناخودآگاه و ناخواسته و از روی تفکر کلیشه ای ، فقط به این نکته تأکید می کنند که چرا فلان کار را کرده اید؟ چرا چنین و چنان کرده اید؟ چرا این کارو آن کار را کرده اید؟ و چرا چرا؟؟ درواقع مردم (به ویژه برخی افراد) از کمک کردن به یکدیگر امتناع می کنند ، فقط به این دلیل که راه کمک کردن را نمی دانند و چگونگی ارتباط بهتر برقرار کردن را (ارتباط کلامی و رفتاری و ..) نمی دانند ، ارتباطی که به حل مسأله ای کمک کند نه اینکه به سرزنش فردی که مشکل دارد بیانجامد!

به خدا سوگند ، نیاندیشیدن گناه است .

محمد نظری گندشمین



کد ده رقمی

موفقیت

nazaribest.samenblog.com



نام و نام خانوادگی: محمد نظری گندشمین

نوع معلولیت: جسمی حرکتی

شدت معلولیت: خیلی شدید ۹۶٪

استان: اردبیل

دکتر بهزاد داوودیان
مدیر کل بهزیستی

من متفکر و اندیشمند بودم را ، به معلولیت خودم مدیون می دانم . من اگر معلول نبودم ، شاید این قدر به رمز و راز اندیشیدن و کاربرد تفکر و نقش مهم اندیشه ها را در زندگی خودم با جان و دل لمس نمی کردم. من معلول برای زندگی و تداوم رضایت بخش آن (زندگی) نیازمند تفکر بیشتر و بهتر هستم . در واقع با تفکر می توانم راه های دراز را برای خودم کوتاه کنم و به جای عبور از روی جدول خیابان های شهر اردبیل ، کاری کنم که از روی آنها بپریم. با تفکر ، کارهای زائدی که دیگران انجام می دهند ، من انجام ندهم ولی به یک نتیجه مشابه برسیم. من با اندیشه هایم راه می روم ، با اندیشه هایم می نشینم ، با اندیشه هایم بر می خیزم، با اندیشه هایم برنامه های عمل خودم را تنظیم می کنم و کاراترین و بهترین گزینه های عمل را سعی می کنم کشف کنم. معلولیت هر چند بر اندیشه ورزی من تأثیر عمیقی گذاشته است ولی به این معنی نیست که معلولیت برای اندیشه ورزی همه معلولان جسمی حرکتی به یک اندازه تأثیر میگذارد یا گذاشته است.



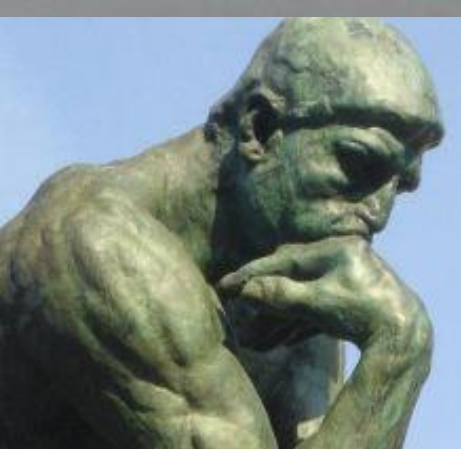
هیچ وقت ، وقت تسلیم
شدن نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم
شدن نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم
شدن نیست!

هیچ چیز ، بهانه تسلیم
شدن نیست!

انگیزه رشد و تعالی
داشته باشیم ، همین و
بس.



کد ده رقمی

موفقیت

nazaribest.samenblog.com



نام و نام خانوادگی: محمد نظری گندشمین

نوع معلولیت: جسمی حرکتی

شدت معلولیت: خیلی شدید ۹۶٪

استان: اردبیل

دکتر بهزاد داوودیان
مدیر کل بهزیستی

برخی فکر می کنند وقتی من به کسی می گویم دوستت دارم ، در واقع دارم با کلمات بازی میکنم. آیا کسی هست که به خود جرأت دهد و با کلمات بازی کند و به من بگوید دوستت دارم؟ آری دیدن و دوست داشتن کار همه است ولی ندیدن و دوست داشتن کار هر کسی نیست . آن کس که می بیند و بعد دوست می دارد ، نمیتواند همه را دوست بدارد ، ولی آنانی که از قبل نمی بینند، همه را دوست میدارند و یکی را برای دوست داشتن طولانی انتخاب میکنند.



هیچ وقت ، وقت
تسلیم شدن نیست!
هیچ کجا ، جای
تسلیم شدن نیست!
هیچ کس ، لایق
تسلیم شدن نیست!
هیچ چیز ، بهانه
تسلیم شدن نیست!
انگیزه رشد و تعالی
داشته باشیم ، همین
و بس.

محمد نظری گندشمین

هیچ وقت ، وقت
تسلیم شدن نیست!
هیچ کجا ، جای تسلیم
شدن نیست!
هیچ کس ، لایق تسلیم
شدن نیست!
هیچ چیز ، بهانه تسلیم
شدن نیست!
انگیزه رشد و تعالی
داشته باشیم ، همین و
بس.

محمد نظری گندشمین





هیچ وقت ، وقت تسلیم شدن
نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم شدن
نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم شدن
نیست!

هیچ چیز ، بهانه تسلیم شدن
نیست!

انگیزه رشد و تعالی داشته باشیم
، همین و بس.



هیچ وقت ، وقت
تسلیم شدن نیست!
هیچ کجا ، جای
تسلیم شدن نیست!
هیچ کس ، لایق
تسلیم شدن نیست!
هیچ چیز ، بهانه
تسلیم شدن نیست!
انگیزه رشد و تعالی
داشته باشیم ، همین
و بس.

جهان به این بزرگی مال من است . اگر چه آپارتمان های آسمانخراشی ندارم ، اگر چه سوار بهترین و آخرین ماشین های ساخته دست بشر نمی شوم ، اگر چه به بهترین دستاورد ها و امکانات بشری دسترسی ندارم و اگر چه در عوض من صاحب چیزهایی هستم که خداوند به من به رایگان ارزانی کرده است ، چیزهایی که حتی انسانهای ثروتمند و قدرتمند هم نیازمند چنین چیزهایی هستند. آری من خوشبختم چون جهان هستی با این بزرگی اش برای من خلق شده است و در اختیار من قرار دارد. اگر مردم شهرها احساس خوشبختی می کردند ، هرگز جمعه ها و روز های تعطیل به آغوش طبیعت و دشت و دمن پناه نمی بردند! خوشبختی آن نیست که چیزهای زیادی دور و بر ما را پُر کنند ، خوشبختی افکار و احساسات مثبت و جهان شمولی

است که فضای ذهن ما را پُر میکنند.
من خوشبختم اگر فقیرترین فرد تاریخ جهان هستی باشم ، من خوشبختم چون انسانم ، من خوشبختم چون می اندیشم ، چه خوشبختی بالاتر از اینها؟! آیا راضی بودی و هستی و می شوی ، که به جای یکی از این حیواناتی باشی که هستند و بودند؟!

یه زندگی زیبا با یه ذهن زیبا شروع
میشه

محمد نظری گندشمین

هیچ وقت ، وقت تسلیم
شدن نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم
شدن نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم
شدن نیست!

هیچ چیز ، بهانه تسلیم
شدن نیست!

انگیزه رشد و تعالی
داشته باشیم ، همین و



هیچ وقت ، وقت
تسلیم شدن نیست!

هیچ کجا ، جای
تسلیم شدن نیست!

هیچ کس ، لایق
تسلیم شدن نیست!

هیچ چیز ، بهانه
تسلیم شدن نیست!

انگیزه رشد و تعالی
داشته باشیم ، همین

و بس.

وقتی می اندیشم ، احساس سنگینی می کنم و خودم
را چون کوه ، باشکوه و چون اقیانوس ، عمیق می بینم.





هیچ وقت ، وقت
تسلیم شدن نیست!
هیچ کجا ، جای
تسلیم شدن نیست!
هیچ کس ، لایق
تسلیم شدن نیست!
هیچ چیز ، بهانه تسلیم
شدن نیست!
انگیزه رشد و تعالی
داشته باشیم ، همین و
بس.



تفاهم شاید ناشی از مثل هم
اندیشیدن باشد ، ولی کلیدِ
خلاقیت در مثل هم اندیشیدن
نیست. هم اندیش باشیم ولی مثل هم
نیاندیشیم ! چرا که نه مثل هم
اندیشیدن اجباری است و نه مثل هم
نیاندیشیدن اختیاری است !

(هر چند به نظر می رسد مثل هم
اندیشیدن اختیاری است ولی مثل هم
نیاندیشیدن اجباری است) ، این یعنی
نه من مجبورم مثل تو بیاندم و نه
اراده آن را دارم که مثل تو بیاندم
، چرا که ذهن من و ذهن تو از هم
جداست ، اما ذهن من ، می تواند
ذهن تو را دوست بدارد هر چند
نتوانیم مثل هم بیاندم !



هیچ وقت ، وقت تسلیم
شدن نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم
شدن نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم
شدن نیست!

هیچ چیز ، بهانه تسلیم
شدن نیست!

انگیزه رشد و تعالی
داشته باشیم ، همین و
بس.

هیچ وقت ، وقت تسلیم شدن نیست!
هیچ کجا ، جای تسلیم شدن نیست!
هیچ کس ، لایق تسلیم شدن نیست!
هیچ چیز ، بهانه تسلیم شدن نیست!
انگیزه رشد و تعالی داشته باشیم ،
همین و بس.





هیچ وقت ، وقت تسلیم
شدن نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم
شدن نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم
شدن نیست!

هیچ چیز ، بهانه تسلیم
شدن نیست!

انگیزه رشد و تعالی
داشته باشیم ، همین و
بس.

حتی افرادی که معتقد هستند سرنوشت همه از قبل مشخص شده

و قابل تغییر نیست موقع روشن شدن از خیابان

دو طرف آن را نگاه میکنند.

استیون هاوکینگ





هیچ وقت ، وقت تسلیم
شدن نیست!

هیچ کجا ، جای تسلیم
شدن نیست!

هیچ کس ، لایق تسلیم
شدن نیست!

هیچ چیز ، بهانه تسلیم
شدن نیست!

انگیزه رشد و تعالی
داشته باشیم ، همین و

بس.



ذهن درجه سه ..

وقتی خوشحال است که مانند بقیه تفکر می کند ..

ذهن درجه دو ..

وقتی خوشحال است که مخالف بقیه تفکر می کند ..

ذهن درجه یک ..

وقتی خوشحال است که تفکر می کند ...



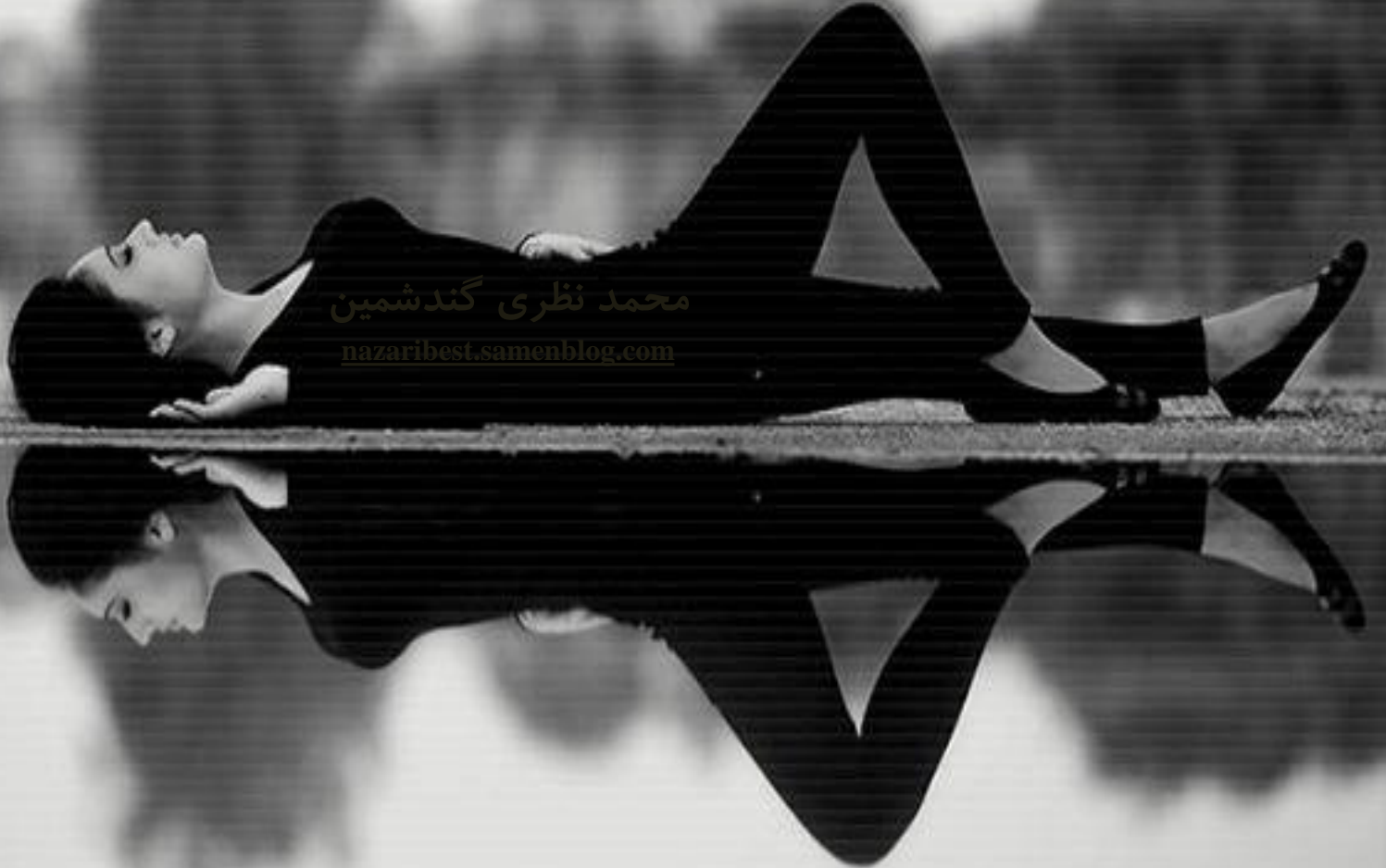
هیچ وقت ، وقت
تسلیم شدن نیست!
هیچ کجا ، جای
تسلیم شدن نیست!
هیچ کس ، لایق
تسلیم شدن نیست!
هیچ چیز ، بهانه تسلیم
شدن نیست!
انگیزه رشد و تعالی
داشته باشیم ، همین و
بس.

مطالعه حقیقی و واقعی آن
است ، هر بار که یک کتاب
تکراری را می خوانیم ،
چیزهای تازه ای را یاد می
گیریم. برخی بیشتر می
خوانند و کمتر یاد می گیرند
ولی برخی کمتر می خوانند و
بیشتر یاد می گیرند ، به
راستی علل و عوامل این
تفاوت در کمیّت و کیفیت
مطالعه و نتایج حاصله از
مطالعه در چیست؟



محمد نظری گندشمین
nazaribest.samenblog.com

نابینایان چگونه عاشق می شوند و کسی را دوست می دارند؟
این سوال را از کسانی می پرسم ، که عاشق شدن و دوست
داشتن خودشان را با معیار و ملاک دیدن (چشم) می سنجند.



آنچه یک معلول (محمد نظری گندشمین) می اندیشد

محمد نظری گندشمین

کارشناس ارشد روانشناسی

کارشناس امور بهزیستی

09143542328

M.N.G

۹۶٪

معلولیت

با ۴٪

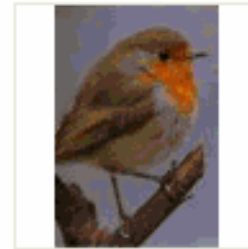
به دنبال موفقیت

Nazaribest@yahoo.com

nazaribest.samenblog.com

<http://ketabesabz.com/authors/1505/محمد-نظری-گندشمین>





<http://ketabesabz.com/authors/1505/?p=2> محمد-نظری-گندشمین



<http://ketabesabz.com/authors/1505> محمد-نظری-گندشمین



با ۴۰٪
به دنبال موفقیت

