

جوانه های ذهنی من

محمد نظری گندشمین

کارشناس ارشد روانشناسی



استقامت



مشکل برخی ها فقط نیاندیشیدن نیست ، بلکه غلط ، غیر منطقی و نامعقول اندیشیدن است (که البته از روی عمد نیست) و علت این هم ، پایین بودن سطح کیفیت محتوای ذهن چنین افراد (**اشتباه اندیشان**) است ، چرا که هر کس با محتوای ذهن خود می اندیشد . مسلم است کیفیت اندیشه ها و حرف های ما ، رابطه مستقیمی با کیفیت محتوای ذهن (ذهنیت) ما دارد . (مثل رابطه کیفیت درخت با کیفیت میوه هایش ، هر چند میوه ها نمی توانند بر درخت تأثیر بگذارند ولی افکاری که ذهن می تراود ، باز به خود ذهن تأثیر می گذارد) .

انکار اشتباهات خودمان
، این اجازه را به ما
می‌دهد ، که از
اشتباهات خودمان
اجتناب نکنیم
و بارها تکرار کنیم.

MISTAKE

محمد نظری گندشمن

انسان ، بدون تفکر، نمی تواند دست به عمل تازه ای بزند (اختراع و اکتشافات مادّی و روانی) . چون **عمل تازه نمی تواند جدا از فکر آفریننده آن عمل تازه باشد** ، یعنی تولّد یک رفتار تازه ، وابسته فکر تازه ای است که در شکم ذهن آبستن ، انتظار می کشد ، ولی ۹ ماه طول نمی کشد ، بلکه زمان مشخص شده و ثابتی ندارد و می تواند بین فاصله زمانی از چند ثانیه تا چندین سال ، انتظار طول بکشد. آبستن شدن ذهن ، می تواند از چند ثانیه تا چندین سال طول داشته باشد ، که این به آن عمل تازه ای (نوزاد ذهن) مربوط می شود که قرار است متولد و خلق شود . گاه ما برخی کارهای تازه (حاصل افکار تازه) را در عرض چند ثانیه انجام می دهیم و گاه فرضاً ۱۰ سال طول می کشد تا کاری تازه را انجام بدهیم و این با ماهیت و اهمیت و گستره کارهای تازه در ارتباط است.


محمد نظری گندشمین

انتخاب کلیشه ای
ممنوع



حَقُّ اِثْتِباہ
انڈیشینین ،
حقی برای یک
دانشمند محفوظ
است ، چه
برسد به من !

محمد نظری گندشمین



گاه من از رفتار حیوانات دچار تردید می شوم که ، نکند حیوانات می توانند بیاندهند و این منم که نمی دانم که آیا حیوانات می اندیشند یا نه ؛ به ویژه وقتی گربه ها را می بینم که وقتی می خواهند بر بالای دیواری بپرند ، قبل از پریدن ، لحظاتی کوتاه را مکت می کنند و آنگاه می پرند . این توقف و مکت کوتاه ، مرا به گربه ها (در کل به حیوانات « پستانداران ») مشکوک کرده است که شاید گربه ها در این توقف و مکت کوتاه ، دست به تفکر و پردازش و محاسبه می زنند و آنگاه دست به پرش می زنند . من بارها ، پرش گربه های متعدد و متفاوت را ، در حیاط خانه خودمان شاهد بوده ام . وقتی این وقایع را مرور ذهنی می کنم ، این سؤال همیشگی در ذهن من سبز می شود که چرا گربه ها قبل از پرش (پرش از بالا به پایین یا از پایین به بالا) ، مکت و توقف می کنند و بعد دست به پرش می زنند ؟

محمد نظری گندشمین



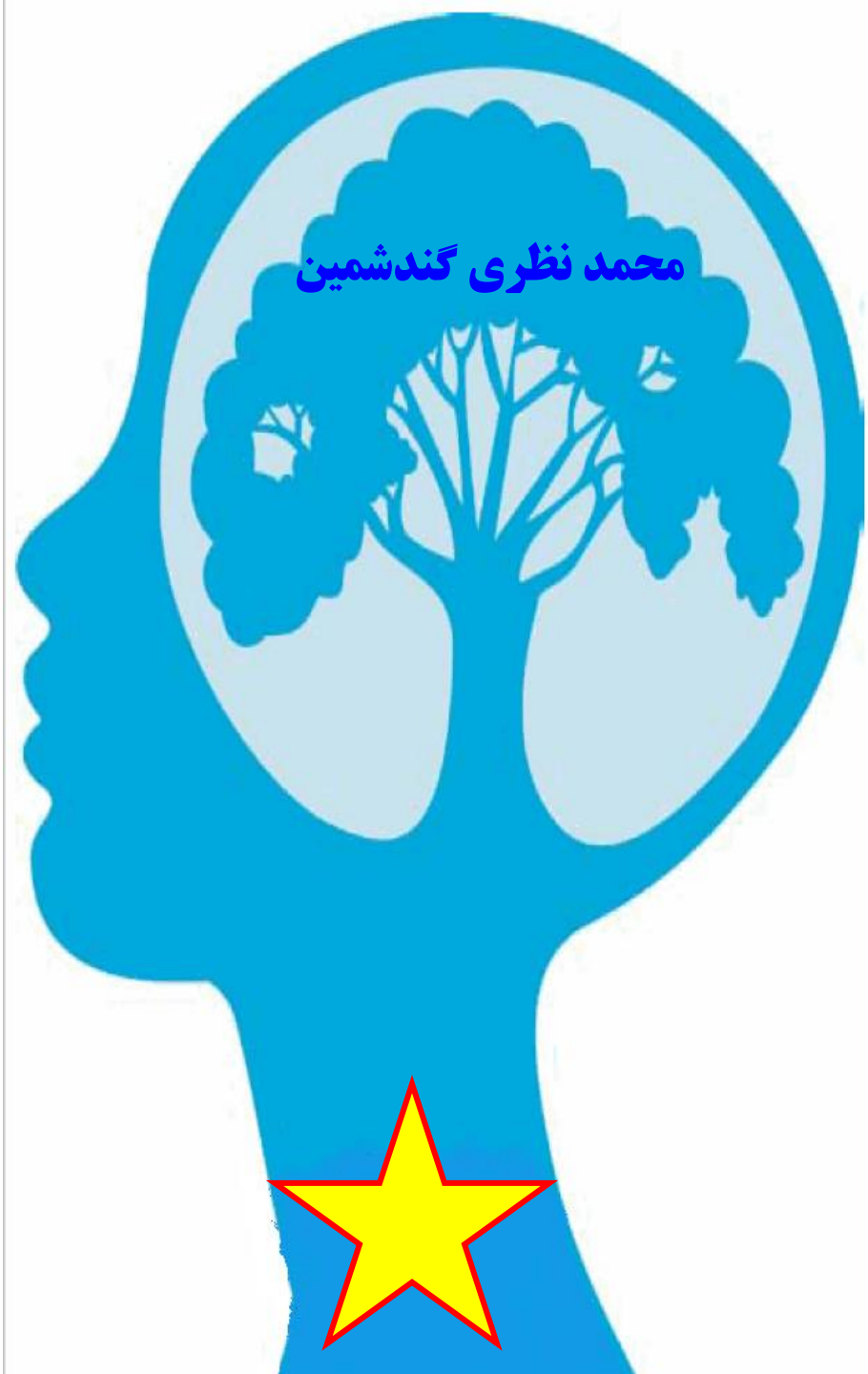
محمد نظری گندشمین
nazaribest.samenblog.com

از فواید مطالعه ، یکی این است که می توانیم سطح درک و اندیشیدن خودمان را افزایش دهیم و فراتر از مطالب مطالعه خودمان یاد بگیریم و بیاندیشیم . مطالعه در واقع مسیر تفکر ما را کوتاه می کند و در عوض تفکر ما را غنی و پُربار می سازد ، به شرطی که مطالعه عمقی و کیفی داشته باشیم و مطالب را خوب جذب کنیم . هدف از مطالعه ، سرگرم شدن و پُر کردن اوقات فراغت نیست ، بلکه پُر بار کردن کیفیت ذهن و تفکر و یک گام به سوی یادگیری های جدید و بکر برداشتن است .



اندیشیدن نسبی است . اندیشیدن بر اساس قانون
احتمالات کار می کند . لذا هر کسی بیاندیشد ،
می تواند حقایق را کشف کند ، ولی این حقایق
فکری ، به احتمال زیاد نسبی اند و حقایق محض
نیستند . از این رو اندیشه های هیچکس را ،
حتی من و یا یک دانشمند سرشناس را حقیقت
محض تلقی نکنیم ، چون همه اندیشه هایی که
قرار است در این دنیا توسط ذهن انسان کشف و
خلق و برملا شود ، تحقق نیافته است و هر کس
اندیشه هایی را که بیان می دارد ، همه اندیشه
ها و استنتاجات ذهنی اش نیست . چه بسا امروز
اندیشه و باور و عقیده ای داشته باشیم ، ولی
فردا ، عکس باورهای دیروز خودمان بیاندیشیم
و خواهان تغییر و اصلاح و حتی حذف آن عقاید
دیروزی خودمان باشیم . البته من این روند را
طبیعی می دانم و **به اصل تکامل فکری ، اعتقاد**
دارم و اندیشیدن و اندیشه ها را یک مسیر رشد
و تحول می دانم که هر روز که می گذرد متفاوت
تر از دیروز می اندیشم و اندیشه های متفاوتی
را خلق می کنم . چنین ویژگی و کیفیت ، بیانگر
رشد ذهنی است ، رشدی که اساس حیات
وجودی انسان را نشان می دهد .

محمد نظری گندشمین



مغز ابزار ذهن است . ما با ذهن می اندیشیم و مغز وسیله اندیشیدن ماست ، چرا که انسان ذهن دارد و برای همین قادر به اندیشیدن است ، ولی حیوانات مغز دارند لیک قادر به اندیشیدن نیستند ، چون ذهن ندارند (در واقع ذهن نداشتن حیوانات ، آن قدر هم برای من بدیهی و معلوم نیست ولی اعتقاد کلی و فعلی من این است که ممکن است حیوانات ذهن داشته باشند ولی از رشد و تکامل خیلی خیلی عقب تر از انسان برخوردار باشند ، در واقع ذهن نارس دارند و در آخر ، این سوال برای من به تکرار پیش می آید که آیا اندازه مغز ، با وجود و کیفیت ذهن رابطه ای دارد ؟) .



زندگی ات

داستانی است

که برای

خودت

می گویی.

داستانت

را تغییر ده،

زندگی ات

تغییر

می کند.

وقتی می اندیشم ، خودم را در
سرزمین های ناشناخته ذهن
می بینم ، که برای من شور و
هیجان تولید می کنند . با اینکه
ناشناخته اند ، ولی نه تنها مرا
نمی ترسانند ، بلکه باعث
کنجکاوی و پوشش من می
شوند. وقتی این جملات را می
نویسم ، دل طپیدن هایی دارم
که نگو ، آن گونه که دستم از
شدت هیجان فکری و قلبی ام
، به رقص آمده است و موجب
کج و کوله نوشته شدن واژه
هایم می شود .

محمد نظری گندشمین

منطقی بودن باعث شده است که انسان ها نخواهند و نتوانند ، فراتر از امور منطقی ، تصوّراتی را خلق کنند . در واقع به نام منطق ، خودشان را محدود کرده اند . **منطقی بودن** و **غیرمنطقی بودن** ، دو شیوه تفکر است که هر کدام می تواند ، زمینه هایی برای ایجاد خلاقیت و نوآوری فکری و عملی داشته باشد . حتی اگر بر دنیا منطق حاکم باشد ، باز ما آدم ها نمی توانیم مطمئن باشیم که چه چیزهایی **منطقی** و چه چیزهایی **غیرمنطقی** است . گاه شده است آنچه **غیرمنطقی** به نظر می رسیده است ، تبدیل به باورهای منطقی ما آدم ها شده است . اینکه چه چیزی **منطقی** است و چه چیزی **غیرمنطقی** ، برای آدم ها مشخص و تعیین و متمایز شده نیست (یعنی تمامی چیزها و باورهای **منطقی** و **غیرمنطقی** جهان کشف و مشخص نشده است) . گاه **غیرمنطقی** تلقی کردن برخی چیزها (که بعد ها **منطقی** می شود) به علت نوع تفکر و نحوه نگرش و کمیت و کیفیت علم و دانشی است که ما آدم ها داریم . در واقع اگر چیزی در عالم واقعی **منطقی** خواهد شد (که در اصل **منطقی** بوده است) ، ممکن است در ذهن ما تا وقتی که **منطقی بودن** آن کشف و آشکار نشود ، **غیرمنطقی** تلقی شود و با باور به **غیرمنطقی بودن** آن چیز ، نتوانیم درباره آن چیز به صورت **منطقی** فکر کنیم ؛ یعنی وقتی برای ما چیزی ، باوری **غیرمنطقی** شده باشد ، نمیتوانیم **غیرمنطقی** هم فکر نکنیم .

فصل نظری کلیه اشیا

آنان که توانستند ، فقط به آنچه که دیگران می دانستند ، بسنده نکردند و کافی ندانستند و فراتر از آنها اندیشیدند و بهتر از آنها عمل کردند . آن کسی که می تواند ، حتماً چیزی بیشتر می داند ، از کسی که نمی تواند ، چون دانستی های اضافه و متفاوت ، باعث تغییر نگرش و تغییر عملی می شود (که البته تغییر عملی ، وابستگی و همبستگی شدیدی با تغییرات فکری و نگرش دارد) که این تغییرات فکری و عملی ، باعث به وجود آوردن نتایج بهتری خواهد شد.

محمد نظری گندشمین

خودکشی جنسی

ممنوع

محمد نظری کندشینی

تفکر ، قابلیت است ، که برای هر کس و همه چیزی می تواند مفید واقع شود . در واقع هیچکس و هیچ چیزی بی نیاز از تفکر نیست (منظورم از هر چیز ، همه آنچه که در محیط و طبیعت وجود دارد از سنگ و چوب و آهن گرفته تا ...). یعنی برای اینکه هر کسی ، برای هر کاری (شغلی یا سرگرمی) نیاز دارد از تفکر خود بهره بگیرد ، یعنی ضرورت استفاده از تفکر در هر کاری ، برای هر کسی آشکار است ، یعنی هر کسی قصد انجام هر کاری داشته باشد ، باز کم و بیش خود را نیازمند به اندیشیدن می بیند ، یعنی هیچکس نمی تواند بطور مطلق خود را از تفکر بی نیاز بداند و کم و بیش برای کارهای خود بهره ای بگیرد . و اما در مورد هر چیز موجود (مرئی و نامرئی) در طبیعت هم ، تفکر لازم است . منظورم این نیست که سنگ و چوب و سایر اشیاء به تفکر پردازند ، نه ، چرا که اولاً تفکر انسانی ، مختص انسان است و در ثانی انسان برای بهره گرفتن از طبیعت ، نیازمند تفکر (خلاقانه و هوشمندانه) است . در واقع ابزار اولیه بکارگیری از طبیعت ، همانا تفکر است . یعنی تمام تحولات ، تغییرات ، اختراعات ، اکتشافات و .. از گذرگاه اندیشه عبور می کنند . آری به طبیعت پیاندیشیم تا راه های استفاده از طبیعت را کشف کنیم .



محمد نظری گندشمین

nazaribest.samenblog.com



کاستی های خودمان را بپذیریم . چه بسا ما بخاطر کاستی های خودمان ، از موفقیت باز می مانیم و خودمان را ناتوان احساس می کنیم . درواقع از علت بزرگ و مهم شکست ها و عقب ماندگی های هر فردی ، خودش است . **ما گاه چنین می پنداریم ، موانعی که سدّ راه موفقیت ما صف کشیده اند ، در بیرون از ذهن ماست، در حالی که از موانع سرسخت و لجوج ذهنی خودمان غافل می شویم .** آری باید با نگاهی تازه به خودمان بنگریم و خودکاو کنیم و با حقایق و واقعیت های موجود ، خودمان را تجزیه و تحلیل کنیم . **خودشناسی ، نیازی یکباره یا مقطعی نیست ، بلکه نیاز ما به شناختن خود ، مداوم و همیشگی است .** چون هیچ انسانی از نظر فکری ، جسمی ، مالی و محیطی و ... در وضع ثابتی باقی نمی ماند . از آنجا که هر انسانی هر لحظه با تغییرات کوچک و بزرگی همراه است ، شناخت ما از خودمان نیز همواره نیاز می شود و تجدید نظر می خواهد . هیچکس نمی تواند خود را بطور کامل بشناسد ، البته برخی از اینکه به خودشناسی دست نمی زنند ، شاید این طور فکر کنند که نیازی به خودشناسی در آنها نیست ، اما چون راه خودشناسی ، از راه عقل و تفکر و توانایی های ذهنی ممکن است و تفکر نیز چون کاری آسان (سهل ممتنع) نیست ، از این رو این افراد در خودشناسی با مشکلاتی مواجه می شوند و به این ترتیب مشکلات خودشناسی خودشان را به اشکال دیگری وارد زندگی فردی و اجتماعی خود می کنند .

محمد نظری گندشمین

• اندیشه مثبت ، مواد مخدر ذهن.

• مثبت بیاندیشیم ، بگذاریم نورون ها و سلول های وجودمان غرق در شادی شوند.

• مثبت بیاندیشیم تا جویبار لذت و شادی همچون خون در رگ های وجودمان جریان یابند.

• مثبت بیاندیشیم تا لذتی بالاتر و والاتر و پاکتر از لذتی که یک معتاد از مواد مخدر می برد ، به دست آوریم.

• مثبت بیاندیشیم ، تا وفور لذت و انرژی را در خودمان احساس کنیم.



محمد نظری گندشمین



محمد نظری گندشمین

ما انسان ها برای دیدن برخی چیزها ،
به چیزی بیشتر از چشم و مغز نیاز
داریم ، و آن ذهن و اندیشیدن است.

• انسان می اندیشد تا از حواس خود استفاده کند و خطاها و کاستی های حواس ۵ گانه خود را جبران کند، هر چند ذهن ، خودش نیز از خطا و اشتباه مصون نیست . به نظر می رسد اشتباهات حسی و اشتباهات فکری ، جزء لاینفک حیات آدمی است . با این وجود ، این اشتباهات، طبیعی است و جای سرزنش و مؤاخذه هیچکسی نیست . انسان با اشتباهات خود زندگی می کند و بزرگ می شود و اشتباهات خود را می شناسد و اصلاح می کند ، ولی باز دست به اشتباهات جدید می زند.

• **اگر اشتباه نکنیم ، نمی توانیم اشتباه نکنیم.**

• **ما با اشتباه کردن ، اشتباه نکردن را یاد می گیریم.**

• برخی اشتباهات ، اشتباه نیستند ، فقط تغییر شکل یافته نیازهای ضروری ما هستند.



- گاه جواب برخی مسایل ، فقط با خلق یک سوال نو داده میشود.

- سوال ، فرصتی را برای افزایش دانش تازه ایجاد می می کند.

- وقتی سوالی پرسیده می شود ، بی شک جواب هایی نیز داده خواهد شد ، حتی اگر جواب ها ناقص ، نامربوط ، بی جا و غیر مفید باشند و قانع کننده به نظر نرسند.

- وقتی از خودمان سوالی می پرسیم ، ذهن ما ناچار است جواب هایی را خلق ، تولید یا پیدا کند . ذهن ما حرف گوش کن است و اصلاً نمی تواند در برابر سوال های ما ، بی اعتنا و بی تحرک باشد . ذهن هرگز فراموشکار نیست ، شاید گاهی دیرکرد داشته باشد ولی از مأموریت سرّی و نهانی خود دست بردار نیست.

وقتی بترسیم ، جرأت عمل را از دست می دهیم ، وقتی تردید کنیم ، نسبت به تصمیم گیری خودمان بدبین می شویم. مردان بزرگ موفق می شوند ، چون از شکست خوردن نمی ترسند و شکست خوردن را امری لازم و بدیهی می دانند ، ولی با این وجود ، هیچ وقت قصد توقف و تسلیم شدن را ندارند ، چرا که شکست خوردن را مثل افتادن نوزاد نوپایی می دانند که قصد دارد راه رفتن (پیروزی و موفقیت مردان بزرگ) را یاد بگیرد . کودکان برای اینکه بتوانند با گام های استوار راه بروند و دیگر به این آسانی تعادل خود را از دست ندهند و نیافتند ، بارها و بارها می افتند ولی دست بردار نمی شوند و در نهایت به راه رفتن موفق می شوند و مهم این نیست که چندین بار افتاده اند ، مهم این است که خودشان راه رفتن را می آموزند . مردان بزرگ هم ، اگر بارها شکست بخورند ، شکست های خودشان را به منزله دوباره برخاستن فرض می کنند و آنقدر شکست می خورند و تجربه می آموزند تا در نهایت راه های شکست دادن شکست خوردن را یاد می گیرند. در واقع با هر شکست خوردن ، یک راه برای شکست نخوردن می آموزند . آدمی آنچه را که بخاطر ترسیدن و اقدام نکردن و دست نزدن به عمل ، از دست می دهد ، بیشتر از آن است که بخاطر شکست خوردن از دست می دهد . آدم ترسو ، نجنگیده ، خود را شکست داده و خود را باخته است ، ولی آدم شکست خورده با آنچه در توان داشته ، جنگیده و شکست خورده است . آدم ترسو ، هم ترسو است و هم شکست خورده ، ولی آدم شکست خورده ، شکست خورده است ولی ترسو نیست.



محمد نظری گندشمین

گاه من به خلق یک سوال تازه یا شنیدن
یک سوال نو از دیگران ، بیشتر احساس
نیاز می کنم ، تا جواب دادن یا جواب
داشتن برای آن سوال تازه . من آفرینش
سوال را برای این نمی خواهم ، که
برای آن جوابی داشته باشم ، بلکه می
خواهم جهانی از اندیشه نو را تولید کنم
و ماشین ذهن خودم را روشن نگه دارم.

از چیزی که می ترسیم ، اگر روبرو شویم ، ممکن است
یکبار بترسیم ، و اگر از ترس های خودمان اجتناب ، دوری ،
فرار ، امتناع و پرهیز کنیم ، این احتمال قوی است که
همیشه بترسیم و همیشه ترسو باقی بمانیم.



محمد نظری گذشمین
nazaribest.samenblog.com



وظیفه ما این است که بیاندهشیم ،
نه اینکه نیاندهشیم یا اشتباه نیاندهشیم ،
یعنی همیشه بیاندهشیم ،
حتی شده، اشتباه هم بیاندهشیم ، ولی
اندهشیدن را ، هرگز از خودمان دریغ نکنیم .

محمد نظری گندشمن



من میخوامم
، اندیشه هایی را
خلق کنم ، که
تابه حال
، گوش کسی
نشیده باشد.



انسان آنقدر اشتباه می کند ، تا اشتباهات خود را بشناسد و دیگر به خودش اجازه تکرار آنها را ندهد . البته اشتباهات همیشه هم به یک صورت ثابت و مشابه خودشان را نشان نمیدهند . گاه علت اشتباهات ما این است که اشتباهات در اشکال و الوان های مختلف و متفاوت ظاهر می شوند و ما ناخواسسته فریب میخوریم و اشتباه میکنیم . محمد نظری گندشمین

اشتباه اندیشیدن ، تجربه
آموختن است ولی
نیاندیشیدن ، هیچ چیز
آموختن است.

محمد نظری گندشمین

ورزش ذهن یعنی تفکر ، مثل
ورزش جسمانی ، در شروع ،
نیاز به نرمش و گرم شدن
دارد ، لذا نمی توان یکباره و
ناگهانی ذهن را گرم کرد .
اکثر اندیشه های متعالی و
خلاق ، بعد از اینکه ذهن به
نقطه جوش خود می رسد ،
نمایان و متولد می شوند .



محمد نظری گندشپین

- برای اینکه بتوانیم بهتر فکر کنیم ، لازم است ، فرآیند و ماهیت تفکر را بشناسیم ، در واقع اگر تفکر را چون ابزاری فرض کنیم ، با شناختن ابزار تفکر خواهیم توانست از این ابزار به بهترین شکل استفاده کنیم. فراشناخت « تفکر درباره تفکر » به شناخت « تفکر » ما کمک می کند.

- تمرکز ذهنی ، در نتیجه تمرکز حواس به دست می آید . خلوت و تنهایی بستر مناسب برای تفکر و اندیشه پردازی است ، چون دخالت عامل مزاحم محیطی ، در زمان تنهایی کاهش می یابد.

- ذهن ما ، با سوالاتی که از خودمان می پرسیم ، هدایت می شود.

- تفکر ، لحظه پیوند شرایط ذهنی ، با شرایط محیطی است. برای شروع و هدایت تفکر ، وجود شرایط روانی ، جسمانی و محیطی مناسب نیاز است. وقتی خواب آلود هستیم ، نمی توانیم خوب فکر کنیم (شرایط روانی = احساسات و هیجانات و ..) . وقتی گرسنه و تشنه هستیم ، نمی توانیم خوب فکر کنیم (شرایط جسمانی = بیماری ها و نیازهای جسمی و جنسی و ..) . وقتی محیط اطراف ما شلوغ است و عوامل مزاحم بی شماری وجود دارد (شرایط محیطی = سرو صدای مردم ، تماشای T.V و ...)





محیط روانی هر کس متفاوت است . هر کس در محیط روانی (ذهنی)
خود زندگی می کند و همیشه و همه جا با **محیط ذهنی** خود همراهی می کند.
محیط ذهنی هر کس با محیط فیزیکی اش رابطه دارد . وقتی **محیط روانی** ما
با محیط فیزیکی ما ، همخوانی و تطابق نداشته باشد دچار تعارض می شویم .
گاه شرایط **محیط روانی** ما ، به ما این اجازه را نمی دهد ، یک محیط فیزیکی
که برخلاف خواسته درونی ماست ، تحمل کنیم . اکثراً سعی می کنیم رضایت
محیط روانی خودمان را تأمین کنیم و ممکن است برای تحقق این رضایت
روانی ، دست به خلق محیط فیزیکی مناسب بزنیم یا خودمان را به سوی
محیط فیزیکی قابل قبولی سوق دهیم . کارکرد **محیط روانی** ما مستقل نیست ،
بلکه تحت تأثیر متقابل محیط فیزیکی ماست .

اگر به همه آنچه که در طبیعت وجود دارد خوب بنگریم (خوب فکر کنیم) یه ویژه در مورد نباتات ، همه آنها وقتی به حدّ اعلاى رشد خود می رسند ، محصول می دهند ، یعنی چیزی بیشتر از خودشان را به وجود می آورند و تحویل طبیعت می دهند . حال همه ما آدم ها نیز ، آیا به حد اعلاى رشد خودمان می رسیم ؟ آیا از بابت عمری که سپری می کنیم ، محصول و ثمراتی را به وجود می آوریم ؟ یا اینکه از رشد خودمان باز مانده ایم ؟ منظورم از رشد، تولید مثل یا رشد طولی (قد) و رشد عرضی (وزن) نیست ، بلکه رشد ذهنی و فکری است ، چون انسان بدون رشد و بالندگی فکری ، بی شک حیاتی مشابه حیات حیوانی خواهد داشت یعنی صرفاً به ابتدایی ترین نیازها توجه خواهد کرد ، نیازهای بقا.



محمد نظری گندشمین



محمد نظری گندشمین

شروع یک
زندگی
جدید، با
افکار و
رفتارهای
جدید،
ممکن است.

وضع موجود هیچکس ، وضعیتی ثابت و منجمد نیست ،
بخواهیم یا نخواهیم تغییر خواهد یافت ، ولی انتخاب
با ماست که تغییر را به سمت مثبت هدایت کنیم یا به
سمت منفی !

یادگیری بهینه ، نیازمند سوخت جسمانی (خواب ،
تغذیه و ..) و سوخت روانی (انگیزه ، هیجان و شور
و اشتیاق و ...) . برای یادگیری ، خواب کافی و وافی
از ارکان ضروری است . فکر نکنیم با کمتر خوابیدن ،
می توانیم بیشتر یاد بگیریم . ظرفیت یادگیری انسان
نمی تواند یکباره پُر و لبریز گردد . یادگیری پایدار ،
نیازمند زمان است .

- کسی که شکم را ، بر ذهن و تفکر ترجیح دهد ، نگرش و رفتاری حیوانی برگزیده است . انسان ، شکم را سیر می کند تا از ذهن خود کار بکشد . در واقع تغذیه مادی ، صرفاً برای فعالیت مغزی ماست تا انرژی اندیشیدن را به دست آوریم.
- نیاندیشیدن ، خواب کامل است ولی اشتباه اندیشیدن ، فاصله ما بین خواب و بیداری است و اندیشیدن ، بیدای و هوشیاری.
- حیوانات ، قرن هاست که در یک وضع نسبتاً ثابت (روانی) مانده اند ، چون از نعمت اندیشیدن (هنوز) برخوردار نبوده اند و نیستند ، ولی انسان ، روز به روز شاهد تغییرات بی شمار و نیز در تلاش برای خلق تغییرات است و همه اینها در سایه تفکر ممکن شده است و میشود.

- ما با اشتباه اندیشیدن ، با اشتباهات فکری خودمان آشنا می شویم و می توانیم دوباره آنها را تکرار نکنیم.
- اشتباهات فکری ما ، ممکن است برای افرادی ، درست و واقعیت تعبیر شود (مثل سراب ، که ممکن است به آب تعبیر شود).
- کسی که نمی اندیشد ، مثل تفنگ خالی است ، جایی برای ترس و نگرانی نیست.
- کسی که می اندیشد ، رشد می کند (کمیت) و توسعه می یابد (کیفیت).
- تفکر ، مسیر و روندی رو به رشد و تکاملی دارد ، و کسی در این مسیر و روند قرار می گیرد که در این مسیر گام بردارد و اندیشیدن را در خود آغاز کند حتی با اشتباه اندیشیدن (نه با نیاندیشیدن).

- ذهن خودمان را مثل یکی از اعضاء و جوارح خود فرض کنیم ، که مثل همه آنها به فعالیت نیاز دارد.
- خیلی ها ذهن خودشان را فراموش کرده اند ، چون به چشم آنها دیده نمی شود .
- ذهن خودمان را ، همیشه در دسترس داشته باشیم.
- آنجا که تفکر نیست ، عادت حاکم است و آنجا که عادت هست ، خلاقیت نیست.
- اندیشه مثبت = مواد مخدر ذهن
- گوسفند نباشیم ، بیاندیشیم.
- فکر، بر کارکرد و عملکرد جسمانی و روانی ما تأثیر دارد.
- من شکارچی اندیشه های تازه هستم.

- خداوند ، بارها از من (انسان) در کتاب مقدس خود (قرآن کریم) خواسته است ، بیاندیشم ، ولی یکبار هم نفرموده ، اشتباه بیاندیشم یا اصلاً بیاندیشم.
- **قرار نیست ما هم مثل پدران و نیاکان خود بیاندیشیم (یکی از دلایل گمراهان بر گمراهی خودشان ، پیروی از نیاکان و پیشینیان خود است).**
- من حقّ دارم ، اشتباه بیاندیشم ، ولی حقّ ندارم ، بیاندیشم.
- **آنکه می اندیشد ، دنیا را زیر و رو می کند و آن که نمی اندیشد ، زیر آوارِ جهل خود مدفون می شود.**
- اندیشیدن ، لحظه ای است که ذهن من با تراوش اندیشه های نو ، از هوایی تازه و تمیز استنشاق می کند.
- **اندیشیدن ، تنفس ذهن است.**

امروز (93/3/28) بر کاری
توانا شدم که سال ها بود ،
خوابش را هم نمی دیدم .
امروز نتیجه گرفتم که ، به
نتیجه گیری های فکری
خودمان اکتفاء نکنیم و به
نتیجه گیری های عملی هم
دست بزنیم و مقایسه کنیم و
ببینیم نتیجه گیری های فکری
ما بدون عمل و نتیجه گیری
های فکری توأم با عمل ما ،
چه تفاوت ها و محاسن و
معایبی دارد؟

محمد نظری گندشمین



مهم این نیست که ، دیگران
به ما بگویند ، تو می توانی
یا تو نمی توانی ، مهم آن
است که خودمان باور داشته
باشیم و به خودمان بگوییم ،
من می توانم یا من ...*

لازم نیست ، همیشه تأییدات دیگران را به دست آوریم . خودمان را پایبند و مطیع تأییدات دیگران ندانیم . **آزاد بیان‌دیشیم و آزاد رفتار کنیم** . انسان قیود مطلق ندارد ، آن هم از طرف انسان های دیگر . هر کس باید بخاطر خود زندگی کند ، قرار نیست ما فدای انتظارات دیگران شویم . خود برای خودمان تصمیم بگیریم . کنترل ماشین وجودمان را دست هیچ کس نسپاریم .

محمد نظری گندشمین

من غمگین نیستم ، من ضعیف نیستم ، من ناامید نیستم ،
چون من می اندیشم ، چون اندیشیدن به من انرژی می دهد
، به من هوای تازه می دهد ، به من شور و هیجان می دهد
، به من افکار توانا می دهد ، به من راه را از چاه نشان
می دهد و آنگاه به خود می گویم ، این از تفاوت من با
حیوانات است که من قادر به اندیشیدن هستم . و اندیشیدن
است که جهان مرا متنوع ، شگفت انگیز ، بزرگ و رنگین
کرده است و من میتوانم غیرمنتظره بیاندیشم و افکاری که
تا به حال در دفتر تاریخ ذهن بشر ثبت نشده است ، خلق کنم
و به منصفه ظهور برسانم و بر تعداد افکاری که در جهان
ذهن بشر متولد شده اند ، بیافزایم .

انسان هر قدر بیشتر و با کیفیت تر
بیاندیشد ، به رمز و راز جهان اندیشیدن
پی می برد . یکی از کاستی های تاریخ
بشریت این است که انسان ها تفکر اصیل
را یاد نگرفته اند و این بخاطر این است
که **تفکر اصیل و خالص** ، هیچ وقت
آموزش داده نشده است و همه اش **تفکر**
کلیشه ای و تقلیدی تبلیغ شده است .

محمد نظری گندشمین

آنچه ، همه چیز انسان را ، از حیوان متفاوت و متمایز کرده است ، تفکر و اندیشیدن است . اینکه تفاوت بزرگ و بارز و بدیهی انسان با حیوانات ، تفکر است ، به این معنی است که همه کارهایی که انسان انجام می دهد ، لازم است از **فیلتر تفکر** عبور کند و از تفکر خود بهره بگیرد و حال انسان چه بخواهد یا نخواهد ، آگاه باشد یا نباشد ، از تفکر خود بهره می گیرد ، حال چه درست بهره بگیرد و چه نادرست ، چرا که تفکر آن قدر مهم و نافذ است که همه چیز را تحت تأثیر قرار می دهد و همه چیز نیز خود را نیازمند تفکر می بینند .

محمد نظری گندشمین

استفاده انسان از تفکر ، جبری و تحمیلی است ، همین که انسان نمی تواند نیاندیشد یا ذهن خود را برای لحظاتی هر چند کوتاه ، از هر گونه فکر و خیال و مشغولیتی خالی کند ، گواهی برجبری بودن تفکر است ، یعنی انسان مجبور است فکر کند و مجبور است فکر کردن را یاد بگیرد و برای اینکه بتواند رشد کند و صاحب زندگی مفید و شایسته دنیوی و اخروی گردد ، باز مجبور است تفکر مثبت داشته باشد . لذا انسان چاره ای به جز اندیشیدن ندارد و نیاندیشیدن ، هیچ وقت چاره نبوده و نشده است ، حتی ما برای اینکه بتوانیم به چیزی فکر نکنیم ، باز مجبوریم به چیز دیگری فکر کنیم .



محمد نظری گندشمین
nazaribest.samenblog.com

- اندیشه های ما ، مرز پیشروی ماست.
- ما نسبت به **تغییر اندیشه** هایمان تغییر می کنیم ؛ در واقع هر نوع تغییر و اتفاقی در اندیشیدن ما روی دهد ، ما به تناسب آن ، اثراتش را در زندگی خودمان خواهیم دید.
- زندگی هر کس ، **قطار اندیشه** اوست.
- هر کس مسافر **ماشین اندیشه** های خود است.
- ما محصول افکار خودمان هستیم ، ما محصول افکار **جهان ذهن** خویش (جهان بینی) خویش هستیم.
- هر کس در **خط فکری** خود ، سیر می کند.
- مسیر زندگی هر کس ، همان **خط فکری** اش است.
- هر کس **سوار بر اندیشه** های خود حرکت می کند.
- زندگی یعنی هماهنگی و توأم کردن فکر با عمل است.
- زندگی هر کس ، **حامل پیام فکری** اش است.
- آنچه به عنوان فکر در ذهن نمود می یابد به نوعی گرایش به تجلی عملی دارد ، یعنی یک فکر می خواهد در قالب عمل جای بگیرد.
- هر کس **بنده و برده** افکار خودش است.
- اعمال ما از **منبع افکار** ما سوخت میگیرند و تغذیه میشوند.
- افکار ما ، مشوق و محرک اعمال ماست.

وقتی خیالپردازی می کنیم ، وقتی به تفکر مشغول می شویم ، شاید نتوانیم در همان موقع به افکار خودمان عمل کنیم . ولی بی آنکه برنامه ریزی عملی کنیم ، در روزهای در پیش رو ، فرصت هایی خود به خود به وجود می آیند ، تا ما به آنچه اندیشیده ایم و یا به آنچه اندیشیده ایم ، عمل کنیم و در قالب رفتار عملی و آشکار ، افکار خودمان را محقق سازیم . این فرآیند مرا به این نکته واقف کرد که من قبل از اینکه بخواهم و بتوانم طبق برنامه ریزی عملی خودم ، دست به کار شوم ، لازم است و بوده است که من اول به آنچه می خواهم ، فکر کنم ، خیالپردازی کنم و کم و بیش بیانیدم تا در ذهن من به صورت هشیار و ناهشیار ، برنامه ریزی ذهنی و فکری شکل بگیرد و این برنامه ریزی ذهنی ، توسط ضمیر ناهشیار من ، در روزهای آتی ، زمینه برنامه ریزی عملی و تحقق این برنامه ریزی را در من به وجود آورد . وقتی ما به چیزی فکر می کنیم ، در واقع در حال شکل دادن برنامه ریزی ذهنی هستیم و این یعنی آماده کردن نقشه و راهنمای عمل ، و بدین طریق ما در روز های آینده ، قادر می شویم ، به آنچه اندیشیده ایم ، جامعه عمل بپوشانیم ، چون ما از قبل می دانستیم که چه می خواهیم و چگونه هم قرار بود خواسته های خودمان را عملی سازیم . آری امروز فکر کنیم ، مطمئن باشیم ، فردا ، تمایل عمل به افکارمان را خواهیم داشت و چه بسا ما ناخودآگاه به سوی این تمایل عمل کشیده شویم ، و باید بدانیم هر چند ممکن است ناخودآگاه ، تمایل عمل پیدا می کنیم ، ولی ما از قبل به بطور آگاهانه برای این تمایل عمل ، اندیشیده بودیم . در واقع ما گاه دست به عمل می زنیم ، بدون اینکه زیاد در مورد عمل و نحوه عمل به خواسته هایمان بیانیدیم ، به این علت که ما قبلاً در این مورد اندیشیده ایم . این تفکر قبلی ماست که ما را برای اعمال در راه آمدن یاری می کند و موجب سهولت انجام عمل ما می شود . در واقع امروز فکر کنیم ، فردا راحت تر ، بهتر و سریع تر خواهیم توانست ، به

خواسته های خودمان عمل کنیم ، و این از ویژگی و کیفیت انسان عاقل و منطقی است که قبل از عمل ، اندیشه ورزی کند و به چند و چون اعمال و خواسته های خود ، با ذهن باز و جامع بیانیدد .

«ما «غیرعادی» هستیم زیرا متفاوت هستیم، ما افراد مشکل داری هستیم که امکاناتی برای حضور در اجتماع نداریم اما حقیقت این است که مانند همه افراد دیگر، ما هم برخی کارها را می‌توانیم یا نمی‌توانیم انجام دهیم. دامنه‌ای از توانایی‌های ذهنی و جسمی که منحصر به هریک از ماست. تنها تفاوت بین ما و سایر مردم، این است که ما فقط با عینکی که متمرکز بر ناتوانی‌های ماست، دیده می‌شویم» (Moriss, 1991: 192-193).

محمد نظری گندشمین



به همه انتقاد ها گوش می دهیم ،
ولی به همه انتقاد ها گوش نمی
دهیم ؛ یعنی همه انتقاد ها شنیده
می شود ولی به همه انتقاد ها
گوش داده نمی شود (عمل نمی
شود یا ترتیب اثر داده نمی شود) .

از وقتی به اندیشیدن عادت
کرده ام ، اندیشیدن هم به من
عادت کرده است ، یعنی من
بخواهم نیاندیشم ، باز اندیشیدن
نمی گذارد ، من نیاندیشم !

هدف های خودمان را ، به آرزو تبدیل
نکنیم ، بلکه آرزوهای خودمان را، به
هدف تبدیل کنیم و راه های
تغییر و تبدیل آرزوهای خودمان را به
اهداف و راه های تحقق اهداف
خودمان را بجوییم و بیابیم.

محمد نظری گندشمین

وجود خداوند ، آنقدر بدیهی
است که ، نیازی نیست و
نداریم که بخواهیم با دو
چشم سر ، خدا را ببینیم.

این اندیشیدن است که فاصله ما را از حیوانات دورتر و بیشتر می کند. **صرف داشتن نعمت تفکر در انسان ، انسان را از حیوان متفاوت و متمایز نمی سازد ، بلکه انسان ، وقتی از حیوان متمایز و متفاوت می شود که می اندیشد ،** یعنی انسان هر چند عقل و قوه تفکر دارد ، ولی تا وقتی نیاندیشد و از اندیشیدن خود استفاده نکند ، همسو با حیات حیوانی رفتار کرده است ، یعنی من انسان ، اگر از قوه تفکر خودم استفاده نکنم ، باعث تضعیف و از دست دادن آن می شوم (شاید برای همین است که باسواد ها ، کمتر از بی سواد ها ، دچار بیماری آلزایمر « فراموشی » می شوند ، چون قوای ذهنی فعال و پویاتری دارند نسبت به بی سواد ها). در واقع اگر ذهن را شبیه یک ماهیچه فرض کنیم (هر چند بین ذهن و ماهیچه تفاوت های بسیاری وجود دارد) ، ذهن را هر قدر بیشتر استفاده کنیم ، کارآمدتر می شود (تقویت مثبت) و هر قدر کمتر استفاده کنیم ، ناکارآمدتر و ضعیف تر می شود (تقویت منفی) . در واقع دل خودمان را به این خوش نکنیم ، همین که ذهن و عقل داریم ، کافی است و نیازی به رسیدگی ، تربیت ، پرورش و استفاده دایمی از ذهن نیست . یک اندیشمند ، بخاطر اندیشه ورزی خود توانسته است و می تواند اندیشمند شود . در واقع هر کس در مهارت خود ، ماهر می شود و اندیشیدن هر چند استعداد ذاتی آدمی است ، ولی **اندیشه ورزی مهارت است ،** و این یعنی هر کس این توانایی را دارد که در اندیشیدن ، کسب مهارت کند ، چرا که مهارت ، وابسته یادگیری است و حال هر کس بخواهد ، می تواند به مهارت خود توسعه کمی و کیفی دهد ، بلا شک در مهارت خود ماهر و شکوفا خواهد شد. لذا اگر می خواهیم در مهارتی یا خواسته ای به شکوفایی برسیم ، هیچ وقت از نیمه راه برنگردیم و خودمان را متوقف و تسلیم و منصرف و دلسرد نسازیم . اگر می خواهیم مهارت و فرآیند خودشکوفایی خودمان را یاد بگیریم ، بهترین الگو و آموزش ، مشاهده طبیعت به ویژه رشد گیاهان و درختان و تمامی نباتات است.



همیشه هم از **اشتباه**
کردن و **اشتباه** عمل
کردن نترسیم ، چرا
که فرصتی برای
یادگیری های جدید
فراهم می شود . آنچه
بخاطر **اشتباه** کردن
یاد می گیریم ، از
آنچه بدون **اشتباه**
کردن یاد می گیریم ،
متفاوت است.



همگام با زمان بیاندیشیم ، نه همگام با مکان . یعنی طوری بیاندیشیم که جامع و فراگیر باشد ، نه اینکه صرفاً محدود به مکان و فرهنگ خاصی باشد . آزادی اندیشیدن انسان ، فراگیر و جهان شمول اندیشیدن انسان ، والاتر و افضل تر از اندیشیدن در یک حوزه فرهنگی و قلمروی جغرافیایی خاص است . **جامع و جهانی بیاندیشیم** ، اندیشه های انحصاری نداشته باشیم . در اندیشیدن خود همه عوامل (رنگ پوست ، زبان و گویش ، مکان جغرافیایی ، فرهنگ خاص ، در حال توسعه یا توسعه یافته بودن ، دین و مذهب و ...) را به کناری بگذاریم و معیار اندیشیدن خودمان را بر مبنای انسان و انسانیت انتخاب کنیم ، **و به نام انسان و برای انسان بیاندیشیم** . همه چیز بخاطر انسان آفریده شده است ، نه اینکه انسان ، بخاطر همه چیز آفریده شده باشد . **اندیشیدن خالص را تمرین کنیم ، اندیشیدن بدون آپارتاید ،** اندیشیدنی که با هیچ گونه تبعیض و آپارتاید ، سازگاری و همخوانی ندارد . اندیشیدن خودمان را تحریف نکنیم . آنچه می اندیشیم و آن گونه که می اندیشیم ، همان گونه بیان داریم و غلط و درست ، بد یا خوب بودن آنها را (اندیشه ها) نشان دهیم ، نه اینکه بدی ها و منفی هایش را تحریف و کتمان کنیم و صرفاً خوبی ها و مثبت هایش را هویدا و برجسته سازیم . اندیشه های بد و منفی هم واقعیت دارند ، انکار و تحریف آنها ، خودش اندیشه ای نادرست و بداندیشی است و در یک **کلام روراست و در کمال صداقت بیاندیشیم** و اندیشه های خود را بیان داریم .

شنونده ، وقت و فرصت
بیشتری برای فکر کردن دارد ،
تا گوینده . مسلم است کسی
که وقت بیشتری برای تفکر
دارد ، بهتر و باکیفیت خواهد
اندیشید ، تا کسی که وقت
کمتری برای اندیشیدن دارد.

- داشتن اندیشه های دیگران را ، چگونه می توانیم بفهمیم ؟ از طریق شنیدن و خواندن (انواع مکتوب کردن انیشه ها) .
 - کسی که می خواهد اندیشه های خود را ترویج دهد ، مجبور است بنویسد . اگر کسی می نویسد یعنی اندیشه هایی برای نوشتن دارد و کسی که نمی نویسد ، حتی اگر اندیشه هایی هم داشته باشد ، باز به معنی نداشتن اندیشه هایی برای نوشتن است .
- محمد نظری گندشمین
nazaribest.samenblog.com
- ما وقتی نمی توانیم به تمامی و به درستی ، همه آنچه را که در مدارس و دانشگاه یاد گرفته ایم ، در حافظه خود نگه داریم و در صورت نیاز به یاد آوریم ، چگونه می توانیم اندیشه های خودمان را بعد از اندیشیدن ، در حافظه نگه داریم . آری بهترین راه برای حفظ اندیشه های خودمان از هر گزندی از جمله فراموشی ، نوشتن است . پس هیچ وقت به اندیشیدن خود اکتفاء نکنیم ، بلکه بنویسیم اندیشه ها و ایده های خودمان را ، حتی آنهایی که ظاهراً بی معنا و کم اهمیت هستند .
 - اگر تفاوت من با همه موجودات جهان هستی (جانداران = حیوانات و نباتات و بی جان = اشیاء طبیعی و مصنوعی) در تفکر و اندیشیدن است . در واقع من صاحب چیزی (تفکر) هستم که به وسعت جهان هستی مهم ، کارآمد و متفاوت آفرین است .
 - کسی که (محمد نظری گندشمین) می اندیشد ، به دنیا تأثیر می گذارد و زمینه تغییراتی را در جهان (نزدیک و دور) به وجود می آورد .

آنچه (اندیشه ها) بعد از اندیشیدن ، می نویسم ، محصول رنج تفکر من است و این سوال را در ذهن من ایجاد می کند که این اندیشه ها ، قبل از اندیشیدن و نوشتن من کجا بودند ؟ جواب خودم برای سوال خودم ، فعلاً این است که این اندیشه ها ، هیچ کجا نبودند ، بلکه در نتیجه اندیشیدن فی البداهه من ، خلق الساعه شدند ، یعنی من اندیشیدم و خلق کردم و به وجود آوردم اندیشه هایم را . یعنی اگر من نیاندیشده بودم ، محال ابدی بود ، اندیشه هایی که بعد از اندیشیدن نوشته ام ، قبل از اندیشیدن داشته باشم ، چرا که در این صورت **فرق اندیشیدن با نیاندیشیدن دیگر چه بود ؟** (البته به نظر افلاطون ، طبق اصل مثل ، ما یاد نمی گیریم بلکه به یاد می آوریم ، یعنی کسی که می اندیشد ، اندیشه ها را به یاد می آورد ، نه اینکه اندیشه ها را خلق می کند ، در واقع اندیشیدن ، احضار اندیشه هاست نه خلق اندیشه ها ؛ ولی من کاملاً با نظر افلاطون موافق نیستم).

ما به تکرار مکرر اندیشیدن، نیازی داریم داریم ،
نه به اندیشه های تکراری . اگر می خواهیم
تغییر کنیم ، پیشرفت کنیم ، نیاز داریم اندیشه
های جدیدی را به وجود آوریم . اگر می خواهیم
زندگی خودمان را تغییر دهیم و متحول سازیم ،
دست به کار شویم و شخصاً بیانندیشیم ، منتظر
نباشیم که دیگران فکر کنند و ما از فکر آنها
استفاده کنیم و از کجا معلوم که اندیشه های
دیگران را پسند کنیم . خودمان بیانندیشیم و
خودمان نیز عمل کنیم . هر کس وظیفه دارد ،
سهم خود را از اندیشیدن ، به خود و به جامعه
تحویل دهد ، چرا که هر کس عقل و ذهن
مستقلی دارد و هیچکس را ، هیچ وقت ،
اندیشیدن دیگری بی نیاز نمی کند.

محمد نظری گنبدشهرین

انسان از وقتی صاحب تفکر شد ،
از راه رفتن بر روی چهار دست و
پا امتناع کرد و اگر حیوانات ،
اندیشدن می دانستند ، به خودشان
زحمت راه رفتن ، بر روی چهار
دست و پا را نمی دادند !؟

وقتی می اندیشم و یک اندیشه را می نویسم ، باعث می شود ذهن من برای خلق اندیشه دومی (بعدی) مسیر تفکر مرا تسهیل کند . در واقع برای کشف اندیشه بعدی ، وجود اندیشه قبلی لازم است . به نظر می رسد اندیشیدن و اندیشه ها ، دارای نظم و ترتیب است ، یعنی بین دو فکر رابطه علت و معلولی وجود دارد ، شاید هم همبستگی باشد و شاید هم تداعی . شاید مطمئن نیستم که رابطه بین دو فکر از چه رابطه ای است ، ولی این را باورم هست که رابطه ای وجود دارد .

محمد نظری گندشمین

تفاوت کسی که نمی اندیشد با کسی که می اندیشد ، مثل تفاوت کسی است که بر روی آب شنا می کند ، با کسی که غواصی می کند و تا عمیق ترین لایه های دریا و اقیانوس ها (جهان ذهن و اندیشه) نفوذ می کند.

اینکه هر کس دلیل و برهان و نظر خاص خود را دارد، به این معنی است که هر کسی کم و بیش از منطق خود پیروی می کند و برای خود منطق متفاوت و منحصر به فردی دارد. شاید اصول زندگی هر کس بر مبنای منطق شخصی خود پایه ریزی شود، ولی منطق حاکم بر نظم جهانی، خارج از اراده و منطق انسان است، برای مثال اگر روزی انسان ها بر این فرض بودند که زمین مرکز جهان است و سیارات دیگر دور سر زمین می چرخند و حالا اگر انسان های امروزی باور دارند که خورشید مرکز عالم است و سیارات دیگر از جمله زمین دور سر خورشید می چرخند، این حرف را پیش می کشد، آنچه انسان های دیروزی با منطق خود دنیا را می شناختند و باور داشتند، هیچ ربطی به منطق واقعی مسلط بر نظم هستی نداشت. در واقع حرف من این است که ما (هر کس) اگر باورهایی داریم و بر اساس منطق شخصی باورمند شده ایم، ممکن است در اصل هم باورهایمان و هم منطق پشت باورهای ما (هر کس) غلط از آب در آید و ما متوجه این باورها و منطق کاذب باورهای خودمان نباشیم (البته ما عمداً قصد کاذب نشان دادن نداشته ایم، بلکه قدرت فهم و درک ما (هر کس)، این اجازه را نداده است تا ورای باورهای خود را ببینیم و به نادرستی باورهای خود آگاه گردیم). آری اینکه هر کس چگونه فکر می کند، هر چند قابل احترام است، ولی تفکر شخصی داشتن، دلیل بر اعتبار و صحت خود نیست، یعنی این منطقی به نظر نمی رسد که (هر چند ممکن است برای خود فرد منطقی به نظر برسد) هر کس بگوید، حرف من درست است، چون این حرف ها، حرف من است، چون من می گویم، در حالی که اکثر عقاید و باورهای هر کس بر مبنای منطق شخصی خود فرد پذیرفته می شود. آری منطق و باورهای هر کس تا وقتی صحیح و معتبر است که زیر سوال نرود منطقی قوی تر و درست تر از منطق ما، منطق و باورهای ما را به چالش نکشد.

محمد نظری گندشمین



موفقیت به سراغ
کسانی می آید که
آن قدر در تلاشند
که وقت نمی کنند
دنبال آن بروند!

هنری دیوید تورو

✓ موفق آن است ،
به آنچه می گوید و
باور دارد ، عمل
کند و در عمل ،
حرف ها و باورهای
خود را نشان دهد
(دو صد گفته ، نیم
کردار نیست) .

✓ رمز و کلید موفقیت
دو چیز است ،
اندیشه و عمل .

□ ما گاه برای اینکه بتوانیم چیزی را یاد بگیریم ، نمی توانیم از راه بدون اشتباه کردن به دست آوریم ، بلکه مجبور می شویم از راه اشتباه کردن به دست آوریم (یاد بگیریم) . من نمی گویم حتماً عمداً دست به اشتباه کردن بزنیم ، مگر اینکه راه یاد گرفتن آنچه می خواهیم از طریق بدون اشتباه کردن ، ممکن نشود .

□ برخی اشتباهات وجود دارند که ، حتی مجاز نیستیم برای یک بار هم که شده ، مرتکب همان اشتباهات شویم.

□ برخی اشتباهات هستند که مسیر زندگی ما را بطور کلی تغییر می دهند (گاه در جهت مثبت و گاه در جهت منفی) .

- خلق یک سوال نو ، به این معنی است که ذهن و تفکر در حال فعالیت بوده است . یک سوال ، هیچ وقت خودسرانه و خود به خود متولد و خلق نمی شود . سوال ، حاصل فرآیند فعالیت ذهنی است ، یعنی ذهن ما با موضوع مورد نظر درگیر بوده است و این سوال نو ، نتیجه فعل و انفعالاتی است که ذهن بر روی آن موضوع متمرکز شده بوده است. اگر فردا ، سوالی ناگهانی به ذهن ما رسید ، باد بدانیم علت آن فعالیت روزهای قبلی ذهن ما ، در مورد پیرامون آن سوال بوده است.
- سوال نو ، نتیجه تجزیه و تحلیل اطلاعات ، توسط ذهن است.
- سوال نو ، حلقه گمشده یا خالی بین پیوند دو اندیشه (و بیشتر) است.

اشتباه اندیشیدن ، مثل افتادن و برخاستن کودکی است که تمرین راه رفتن می کند و در نهایت راه رفتن را یاد می گیرد . اشتباه اندیشیدن هم ، تمرین اندیشیدن است تا اندیشیدن را یاد بگیریم ، ولی هیچکس اندیشیدن را بطور کامل یاد نخواهد گرفت ، چون اندیشیدن روندی تکاملی دارد ، نه اینکه مقصدی است که به آن برسیم ، دیگر از حرکت متوقف شویم و به مقصود نهایی برسیم .
عمر اندیشیدن آدمی ، به بلندای وجود نوع بشر در جهان هستی است ، یعنی تا جهان هست و انسان هست ، اندیشیدن هم هست .

محمد نظری گندشمن

اثبات اشتباهات فکری به این آسانی نیست ،
بلکه رنج و انرژی جسمی و ذهنی می طلبد .
اگر کسی بخواهد اشتباهات فکری مرا اثبات
کند ، مجبور است بیاندیشد و اشتباهات
فکری مرا آزمون کند ، آیا می بینی چقدر
آسان نیست ، مقابله با اندیشه های دیگران
(من) و نمایان کردن اشتباهات فکری
دیگران (من) ؟

محمد نظری گندشمین

اشتباه اندیشیدن ، جزیی جدایی ناپذیر از
روند ماشین زندگی و ماشین ذهن انسان
است . امتناع از اشتباه اندیشیدن ، به این
معنی است که نباید انتظار داشته باشیم ،
ماشین ذهن ما (یا ماشین واقعی) دچار
هیچ گونه عیب یا نقص فنی (ساختاری و
کارکردی) گردد.

محمد نظری گندشمین

کسی رقیب اندیشه های من است که
می تواند به خود جرأت اندیشیدن دهد
، حتی اگر اشتباه بیاندیشد ، وگرنه
کسی که نمی اندیشد ، با کدامین
تجهیزات ذهنی و فکری اش ، می
خواهد و می تواند مرا خلع سلاح کند
و بر من غالب گردد ؟

محمد نظری گندشمین

حکومت ها و صاحبان قدرت در همه زمان و مکان ها (تاریخ بشریت) ، همیشه از اندیشمندان ترسیده اند ، نه از افرادی که به خود زحمت اندیشیدن نداده اند و فقط به پُر کردن شکم گرسنه خودشان بوده اند . تفکر ، تغییرخواه و تغییر آفرین است ، چون تفکر ، تحریک کننده است . شاید بتوان شکم را سیر و قانع کرد ، ولی ذهن انسان از آغاز آفرینش ، هنوز نه سیر شده است و نه قانع .

محمد نظری گندشمین

✓ من مخالف اشتباه اندیشیدن نیستم ، من مخالف نیاندیشیدن هستم.

✓ اشتباه اندیشیدن ، بهتر از نیاندیشیدن است.

✓ ما با نیاندیشیدن ، همه چیز را از دست می دهیم ، ولی با اشتباه اندیشیدن ، چیزهایی را به دست می آوریم و می آموزیم که محال است با نیاندیشیدن به دست آوریم.

✓ اشتباه اندیشیدن طبیعی است ، مثل طرز تفکر دوران کودکی من و تو.

✓ نیاندیشیدن ، اشتباه تر از اشتباه اندیشیدن است.

آنچه یک
معلول نیاز
دارد، پذیرفتن و
باور کردن
توانایی های
اوست نه غصه
خوردن برای
ناتوانی وی.



محمد نظری گندشمین

- از اشتباه اندیشیدن نهراسیم ، از نیاندیشیدن ، رکود و توقف ذهنی خودمان بترسیم!
- آرامشی که از بابت نیاندیشیدن به دست می آید ، آرامش حیوانی است (چون حیوانات نمی اندیشند و دغدغه های ذهنی ندارند و همه هم و غم حیوانات اکثراً دغدغه های جسمی (پر کردن شکم و ..) و جنسی (تولید مثل) است.
- اندیشیدن من ، دیگران را ، از اندیشیدن بی نیاز نمی سازد و وظیفه اندیشیدن آنها را مرتفع نمی سازد.

از ترس هایمان نترسیم ، ترس هایمان را بترسانیم ،
جرات ، شجاعت ، شهامت و جسارت به خرج دهیم .
کاری نکنیم فردا به خودمان بخنسیم که ، آیا واقعاً
ترسیدن از ترس هایمان ارزش داشته اند ؟ آیا ترس
هایمان واقعیت داشته اند یا خودمان به ترس هایمان
واقعیت داده بوده ایم ؟ آیا ترسیدن هایمان بیهوده
نبوده اند ؟ آیا نتیجه نخواهیم گرفت که مشکل در ما
بوده است ، نه در ترس هایمان و این ما نبوده ایم که
ترس های (روانی = ذهنی) خودمان را آفریده ایم ؟
بیایید برویم بر ترس هایمان غلبه کنیم ، من که می
روم ، تا بر ترس هایم فایق آیم ، شماها را نمی دانم ؟

آنچه یک معلول (محمد نظری گندشمین) می اندیشد

محمد نظری گندشمین

کارشناس ارشد روانشناسی

کارشناس امور بهزیستی

09143542328

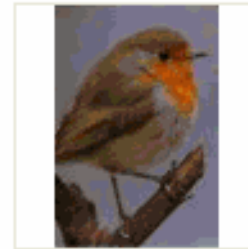
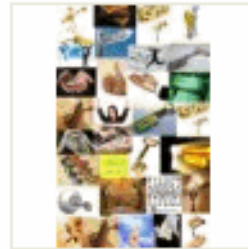
M.N.G

Nazaribest@yahoo.com

nazaribest.samenblog.com

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





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

