



محمد نظری گندشمین

یک مشت اندیشه

آنچه یک معلول (محمد نظری گندشمین) می اندیشد

محمد نظری گندشمین

کارشناس ارشد روانشناسی

09143542328

M.N.G

Nazaribest@yahoo.com

nazaribest.samenblog.com

برای من کافی نیست که دیگران
چه فکری کرده اند میکنند بلکه
میخواهم منم فکر کنم و فکر خودم را
داشته باشم من میخواهم به
فکر خودم مشهور باشم

محمد نظری گندشمین

وظیفه ما در زندگی آن است
که به پیش بتازیم. ما
برای غمگین و ناامید شدن
به دنیا نیامده ایم. زندگی
بدون اهداف والا و آرزوهای
بزرگ، هدر کردن عمر است

محمد نظری گندشمین

المحشي (هودك) سلطان و اللابن نيست
تربيت

محمد نظري گندشمين

وجود عقل و منطق در انسان به این
معنی نیست که انسان تحت حاکمیت
مطلق عقل و منطق است و همه اعمال
و افکار، رفتار و احساساتش بر حول
محور عقل و منطق می چرخد ، **شگفتا**

محمد نظری گندشمین

اندیشیدن در قالب های کلیشه ای ،
دامنه فکر ما را محدود می کنند .
افکار کلیشه ای و قالبی مثل دایره ای
می ماند که به ما اجازه نمی دهد فراتر
از عقاید و باور و دانسته های زمان
حال خودمان بیاندیشیم و عمل کنیم .

محمد نظری گندشمین

نمی توان به چیزی فکر کرد و اندیشید وقتی از هستی آن چیز در ذهن اثری نباشد. من به چیزی فکر می کنم که در ذهن من موجود باشد و هستی دارد نه آن که آن چیز صرفاً در محیط موجود باشد. صرف وجود یک چیز در محیط به این معنی نیست که در ذهن ما هم وجود دارد. برای همین است در یک محیط یکسان ، افراد اندیشه ها و ادراک متفاوتی دارند. صرف بودن محیط یکسان به این معنی نیست که افراد حاضر در آن محیط نیز ذهنیت یکسانی را تجربه می کنند. محیط در انسان حلول نمیکند بلکه هر فردی برداشت خود را از محیط شکل میبخشد.

محمد نظری گندشمین

هدفگذاری یعنی بیان واضح آنچه میخواهیم بطوری که مسیر و ابزار وصول به هدف مشخص و یا در دسترس باشد یا اینکه چنین راه و وسیله ای را ایجاد خواهیم کرد. هر گونه ابهام میتواند باعث به هدر رفتن زمان و انرژی ما باشد. ابهام ما را سر درگم میکند. ما نمیتوانیم به چیزی دست یابیم وقتی برای ما مشخص نیست و نباشد که چه میخواهیم. هدف خواسته ای عینی است ولی آرزو خواسته و تمایلی ذهنی است که برای محقق شدن جنبه عملیاتی نیافته است. با این وجود بین هدف و آرزو میتواند روابطی باشد یا برقرار گردد. مبدأ هدف ذهن است ولی مقصد هدف خارج از ذهن یا عینیت یافتن است.

محمد نظری گندشمین

ما نباید لزوماً مثل دیگران بیاندیشیم. اینکه مثل دیگران بیاندیشیم یا نمی‌اندیشیم به این معنی نیست که اندیشیدن ما مشکل دارد. اندیشه‌های ما مثل جامه‌های ما نیستند که به این آسانی بتوان از آنها دوری و رهایی جست چرا که اندیشه‌های ما هم جزو دارایی‌های ارزشمند انسانی ماست و به هیچ وجه دوست نداریم اندیشه‌ها و باورهای ما را تحقیر کنند که این همان عاقبت داشتن تفکر قالبی است. اندیشه‌های ما ، هستهٔ **هستی روانی** ما هستند و تعقل امتیاز انسان از حیوان است و آدمها نیز با تفکر خودشان از دیگر آدمها ممتاز و متمایز میشوند و با خلق اندیشه‌های خودشان **نمودی متفاوت** می‌یابند.

محمد نظری گندشمین

سعی نکنیم در حاکمیت مطلق ذهن خودمان محصور بمانیم و دیگران را از دریچه ثابت ذهن خودمان بنگریم. در ذهنیت خودمان انعطاف داشته باشیم و تلاش کنیم نگاه خودمان را به مسایل و پیرامون جامعیت ببخشیم و وسعت نظر داشته باشیم. سعی کنیم نظرگاه های زیادی را در حوزه دید خودمان جای دهیم و تنها محدود و محصور به اندیشه و نظر خودمان نباشیم که این هم به نوعی خودخواهی و خودپسندی است. **قناعت به فکر خودمان برای ادامه حیات فردی و اجتماعی ما کفایت نمی کند** چرا که فکر و شیوه تفکر ما از افکار دیگران نیز بهره می برد و غنی می شود. فکر من اگر چه فکر من است ولی صرفاً متعلق به من نیست چرا که فکر من می تواند تحت تاثیر افکار دیگران متولد گردد و در ادامه خود به زایش افکار دیگران کمک کند.

محمد نظری گندشمین

توانایی های خودمان را در عمل بسنجیم. پیشاپیش صرفاً با فرضیات ذهنی خودمان توانایی ها و ناتوانی هایمان را تعیین نکنیم چرا که **با تغییر فرضیه ها ، نتایج متفاوت می گردند.** من نمی گویم آنچه در ذهن داریم کاملاً مردود است و هیچ معنی و مفهوم و کارکردی ندارد. نه ، حرف من این است که آنچه در ذهن داریم یا متصور می شویم ملاک قطعی عمل خودمان برای تصمیم گیری ها ندانیم. حتی به نظرم آنچه در عمل هم آزموده می شود باز کافی نیست چرا که گاه ما به تقویت ذهنی و روانی خودمان نیاز داریم تا بتوانیم توانایی های بالقوه خودمان را کشف کنیم و آشکار سازیم و حد و مرز تصورات خودمان را پیش ببریم. اینکه می گویم در عمل توانایی های خودمان را بسنجیم به این معنی است که افرادی که صرفاً بر اساس تصورات نیازموده خودشان تصمیم گیری می کنند و دست به عمل می زنند یا دست از عمل و اقدام برمی دارند بایستی برای صحت و کارایی حیطة تصورات خودشان به اجرای عملی هم دست بزنند . گاه افرادی قبل از اینکه عملاً کاری کنند و دست به عمل بزنند با افکار و تصورات ذهن خودشان تصمیم می گیرند و کار را ناشدنی و غیرممکن تلقی می کنند و بدین طریق به عمل روی نمی آورند در واقع پیشاپیش با ذهنیت و محتوای فکری موجود خودشان ، خودشان را از دست زدن به عمل منصرف می سازند و اجازه و فرصت لازم را به خودشان نمی دهند که آیا آنچه در ذهن متصور می شوند با آنچه در جهان واقعی روی خواهد داد تطابق نتیجه گیری خواهد داشت یعنی تصورات خودشان را در عمل تایید خواهند کرد یا اینکه برخلاف تصورات خودشان ، شاهد چیزهای دیگری خواهند بود ؟ و بدین طریق شک و تردید های خودمان را در مورد شدن و نشدن بعضی چیزها برطرف خواهیم کرد.

محمد نظری گندشمین

سوال پرسیدن جزو علایق من است. من نه تنها از دیگران سوال می پرسم بلکه هر روز از خودم ده ها سوال می پرسم . مهم نیست جواب سوال ها را بدانم یا ندانم چون با هر سوالی در ذهن خودم دریچه تازه ای را به دنیای نوینی می گشایم. **سوال نشانه کنجکاوی است.** و کنجکاوی باعث گسترش فهم و شناخت ما می شود . **سوال نشانه درگیر شدن با موضوع است . سوال محصولی از تفکر است .** برای خلق و گفتن یک سوال ضروری است ما مراحلی را طی کنیم وگرنه **طرح سوال خلق الساعه نیست .** ممکن است سوالی خلق الساعه ارایه گردد ولی باید بدانیم لحظه تولد سوال نیازمند فراهم شدن شرایط قبل از تولد است . یک کودک (سوال) ناگهانی متولد نمی شود و به دنیا نمی آید بلکه حداقل ۶ و ۷ ماه طول می کشد . **لذا روند خلق یک سوال از قبل شروع می شود** و چون در ذهن این روند طی می شود ممکن است دیگران از روند شکل گیری سوال خبری نداشته باشند و تنها لحظه بیان سوال را مشاهده کنند و تصور کنند که خلق الساعه بوده است ولی همیشه این طور نیست .

محمد نظری گندشمین

(1) تجزیه و تحلیل ذهنی ، می تواند موجب افزایش یادگیری شود.

(2) تجزیه و تحلیل ذهنی ، می تواند موجب یادگیری کیفی گردد.

(3) تجزیه و تحلیل ذهنی ، میتواند موجب درونسازی آموخته های ما گردد.

(4) تجزیه و تحلیل ذهنی ، میتواند یادگیری های متفاوت ما را سازماندهی و مرتب سازد .

(5) تجزیه و تحلیل ذهنی ، میتواند نکات مبهم و غیر واضح یادگیری ما را روشن کند.

(6) تجزیه و تحلیل ذهنی ، می تواند یادگیری ما را بسط و عمق ببخشد.

(7) تجزیه و تحلیل ذهنی ، باعث میشود یادگیری ما در سطح هوشیار روی دهد.

(8) تجزیه و تحلیل ذهنی ، موجب می شود تسلط کافی برای آموخته های خود پیدا کنیم.

محمد نظری گندشمین

کمیت اطلاعات بر کیفیت تصمیم گیری تأثیر دارد. ولی هر چقدر کیفیت اطلاعات بالاتر باشد بر کیفیت تصمیم گیری تأثیر به سزایی دارد. لذا صرف کمیت اطلاعات کافی نیست لیک به این معنی نیست که کمیت اطلاعات مهم نیست، چرا که حتی اطلاعاتی که ظاهراً به درد نخور و نامربوط به موضوع به نظر میرسند می توانند بطور غیرمستقیم تأثیر مثبت یا منفی خود را بگذارند. در واقع متمایز شدن اطلاعات نامربوط به نوعی اطلاعات مربوط را نشان می دهد و این امر از طریق مقایسه اطلاعات صورت می گیرد. در واقع با غربال کردن اطلاعات، طبقه های متفاوت و متعددی از اطلاعات به وجود می آید که می تواند ما را در نوع تصمیم گیری های خودمان آگاه و یاری سازد

محمد نظری گندشمین

هیچکس نمی تواند بهتر از خودت به خودت کمک کند.
دیگران فقط می توانند من و تو را نظاره کنند. تو باید خودت
پیشقدم در تغییر خودت باشی ، اگر تا به حال تغییری نکرده
اید بخاطر این است که خودت دست به کار نشده اید . اگر وضع
امروزت با دیروزت و روزهای دورت فرق چندانی ندارد برای
همین است که تو هنوز به کارهایی دست نزده اید که موجب
تغییراتی در تو گردد. اگر می خواهی تغییر کنی باید عکس
کارهایی را که دوست نداریید باید انجام دهید مثلاً اگر از جمع
گریزانید بایستی به جمع پیوندید. خودت را آنگونه که هستید
پذیر و دوست داشته باش . نباید از خودمان و دیگران انتظار
نهایت کمال را داشته باشیم که این کار نه ممکن است و نه نیازی
است.

محمد نظری گندشمین

یکی از چیزهایی که من به شدت از آن بیزارم ، اندیشیدن در قالب کلیشه های تکراری است یا این که اندیشه های تکراری را تکرار کردن ، بدون اینکه بخواهند آن اندیشه های کلیشه ای را وسعت ببخشند و طرح های نوین فکری را به وجود آورند. عده ای آنقدر در تفکر کلیشه ای روزمرگی منجمد شده اند انگار دیگر افکاری به غیر از آنها را نمی شناسند یا که اصلاً وجود ندارد. گویی در دایره قالب های فکری خوشان محبوس شده اند و با جهان بی انتهای اندیشه غافل مانده اند و مثل طوطی ها فقط به تکرار می پردازند و این براساس عادت است و نشانگر عدم فعالیت قوه تفکر است. و خیلی از آدمها حرف می زنند و آن هم حرفهای تکراری و مشابه که هیچ فایده ای برای شنیدن ندارد و حرف زدن آنها صرفاً برای شکستن سکوت است در حالی که سکوت بستر مناسبی برای اندیشیدن است و **آنان که نمی دانند بیشتر حرف می زنند و کمتر می اندیشند** و بدیهی است که حرف زدن آسانتر از اندیشیدن است.

محمد نظری گندشمین

ما محکوم به آداب و رسوم پیشینیان نیستیم. راه گذشتگان نمی تواند مبنای مطلق عمل ما باشد یعنی **ما مجبور نیستیم صرفاً در چارچوب گذشته زندگی کنیم.** در قرآن کریم نیز ، گمراهان علت گمراهی خودشان را به پدران و اجداد خودشان نسبت می دهند. لذا به نظرم به وجود آوردن رنسانس در هر زمینه ای ، نیازمند دیدی انتقادی داشتن به گذشته است یعنی گذشته را کور کورانه و چشم بسته قبول نکنیم و مبنای عمل خودمان قرار ندهیم. گذشته با اینکه واقعی است ولی واقعیت محتوای آینده را گذشته تعیین نمی کند یعنی **آینده همان و همانند گذشته نیست.** می گویند آینده ساخته می شود و اتفاقی به وجود نمی آید و من تا حدودی اعتقادم بر این است که

آینده محصول خواسته های ماست.

گاه از کودکی می پرسیم وقتی بزرگ شدی می خواهی در آینده چکاره شوی ؟ این سوال در واقع این مضمون را می رساند که هر کس همین امروز برای ساختن آینده خود چه تصمیماتی گرفته است و چه فکر و نقشه ای در ذهن برای آینده دارد. یا مثل ساختن یک ساختمان است که اول طرح و نقشه می ریزیم و بعد برای ساختن آن دست به کار می شویم در واقع نقشه از قبل ما را مطلع و آگاه ساخته است که قرار است ما صاحب چگونه خانه ای (آینده ای) شویم.

محمد نظری گندشمین

برداشت های ذهنی خودمان را از دیگران ، حقیقت صرف و خالص تلقی نکنیم چه بسا در اشتباه باشیم و خودمان هم هیچ متوجه نباشیم. ما وقتی برداشت های ذهنی می کنیم در واقع از نگاه ذهنی خودمان به مساله می نگریم و ممکن است تحت تأثیر محتوای ذهن خودمان باشیم و نتیجه گیری هایی که خواهیم کرد چه بسا دور از واقعیت موجود باشد. برداشت ذهنی راهی یک طرفه و نتیجه گیری یکسویه که با سوء گیری همراه است. گاه برداشت های ذهنی ما در واقع همان باورها و الگوهای فکری هستند که به ما آموخته اند و به عنوان یک برچسب و شناخت قالبی استفاده می کنیم و دیگران را با استعانت از این الگوهای فکری و فرهنگی باور می کنیم و برداشت های ذهنی خودمان را شکل می دهیم و گاه برداشت های ذهنی ما بدن اینکه نتیجه تفکر و تجزیه و تحلیل ذهنی و منطقی و به دور از تعصب ما باشد ، نتیجه گیری های خام و آماده ای هستند که بدون تفکر و تحلیل درستی و نادرستی آنها (برداشت های ذهنی) مورد استفاده قرار می دهیم و مبنای تفکر و عمل خودمان قرار می دهیم در واقع ما بی اندیشه عمل می کنیم و هیچ هشیار نیستیم که **آیا آنچه عمل می کنیم مستحق و نیازمند عمل بوده است ؟** یا اینکه تنها از روی تقلید صرف از دیگران عمل می کنیم و به نوعی با جماعت هم رنگ می شویم. هم رنگ بودن با جماعت هر چند می تواند ما را از برخی آسیب ها و گزند ها و برچسب های ناخوشایند و ناروای اجتماعی به دور سازد ولی هرگز هم رنگی با جماعت به این معنی نیست که حتما کاری معقول و منطقی است و از روی اراده و آگاهی صورت می گیرد. هم رنگی با جماعت چه بسا برای خیلی ها فقط یک الگوی عمل است که خودشان را ملزم به انجام آن می دانند و در خودشان نیز جایی برای سوال و چرایی این کار (هم رنگی با جماعت) باقی نمی گذارند. **هم رنگی با جماعت ظاهراً شبیه یک نوع اتحاد روانی است** ولی فکر نمی کنم این اتحاد از یک گروه متجانس رفتاری و فکری تشکیل شده باشد. هم رنگی با جماعت در واقع سپری است تا ما را از بودن در معرض برچسب های ناروای اجتماعی مصون و محفوظ بدارد. **هم رنگی با جماعت هم نوعی رفتار و تفکر کلیشه ای** و یک برچسب تحمیلی فرهنگی و اجتماعی است.

محمد نظری گندشمین

آیا تفاوت و تغییر محیطی به تغییر و تفاوت در نحوه اندیشیدن و تفاوت و تغییر در کیفیت تفکر به تغییر و تفاوت محیطی منجر می شود؟ آیا ساکنان نقاط مختلف یک شهر با توجه به اینکه صرف اختلاف در محل سکونت منجر به شکل گیری نوعی تفکر هماهنگ با منطقه می شود؟ یعنی ثروتمندان ، ثروتمندانه فکر می کنند و فقیران ، فقیرانه می اندیشند؟ در این تردیدی نیست که محیط ، تفکر ما آدمی را تحت تاثیر قرار می دهد و چیزی که تاثیر می پذیرد به حتم امکان تغییرپذیری اش هم وجود دارد. البته باید تفاوت های فردی را نیز در نظر گرفت چون ممکن است با سرعت و دقت یکسانی برای همه روی ندهد و از آنجا که نقش چندعاملی در همه پدیده ها کم و بیش یافت می شود لذا نمی توان تنها به یک دلیل و عامل اتکاء و اکتفاء کرد. جهان ما پیچیده تر از آن است که به نظر می رسد. دنیا همچون کلافی سردرگم است که آدمی از زمان آفرینش وجودی خود قصد پیدا کردن و باز کردن سر این کلاف (جهان) را دارد و تعجب نیز در این است که هر قدر هم دست به شناخت می برد بر پیچیده تر بودنش معتقد می شود و واله و عاجز می ماند. اگر پیچیده نبود این همه علل و عوامل برای یک چیز کشف و شناسایی نمی کردند و این همه تلاش و اندیشیدن ضرورت پیدا نمی کرد. از اینرو از آنجا که آدمی به قطع و یقین نمی تواند و نتوانسته است پدیده های جهان هستی را درک کند برای همین بیشتر مبنای فکر و عمل خود را بر محور احتمالات نسبی گذاشته است و خود این احتمالات چنین وانمود میسازد که علل و عوامل زیادی در کار است که می تواند در ماهیت و اهمیت پدیده ای دخیل باشند

محمد نظری گندشمین

من مهمتر از مشکلاتم هستم. خوزه فرر

مسایل تغییر نمی کنند ، ما تغییر می کنیم.

هنری دیوید ثورو

شکستی وجود ندارد جز دست کشیدن از تلاش . البرت هابرد

علاقه من ، آینده است ؛ چرا که می خواهم باقی عمرم را آنجا

بگذرانم. چارلز . اف . کترینگ

ذهن مانند چتر نجات است ؛ تنها وقتی عمل

می کند که باز باشد

محمد نظری گندشمین



➤ برای زنده ماندن ، مجبوریم فکر کنیم.

➤ هر کس حال و هوای اندیشه های خود را دارد.

➤ اشتباه جدید ، اشتباه نیست.

➤ انسان بدون فکر کردن زنگ می زند.

➤ ادراک هر کس منوط به ذهن اوست.

➤ هر کس با زمینه فکری خود به دنیا می نگرد.

➤ اندیشیدن ، قلب ذهن است.

➤ مادر کتابخوان ، فرزند کتابدوست به دنیا می آورد.

➤ هر کس به ذهن خود عادت می کند.

➤ افکار مثبت مثل گلبول های سفید بدن است.

محمد نظری گندشمین

❖ برای رسیدن به احسن الحال ، تغییر کنیم.

❖ مرکز تمام لذت های انسان ، ذهن است.

❖ هر کس صدای ذهن خود را می شنود.

❖ فراموشی ، نیاز انسان است.

❖ بی سواد کسی است که نمی اندیشد.

❖ منبع علم ، تفکر و تخیل است.

❖ ستاره ها در تاریکی می درخشند.

❖ اگر می خواهی ستاره باشی از تاریکی ها (مشکلات و موانع) ترس.

❖ خداوند انسان را برای زندگی کردن آفرید نه برای زنده ماندن.

❖ آدم کینه جو در گذشته زندگی می کند.

محمد نظری گندشمین

- خیلی ها از آنچه دارند با خبر نیستند و در عوض به فکر نداشته های خود هستند.
- اگر ما از آنچه داریم **استفاده** نکنیم از کجا معلوم وقتی به نداشته های خودمان هم رسیدیم از آنها **استفاده** کنیم.
- بعضی ها دارند و **استفاده** نمی کنند و بعضی ها ندارند و **استفاده** می کنند.
- وقتی از چیزی **استفاده** نمیکنیم در واقع بطور غیر مستقیم قصد از دست دادن آنرا داریم.
- برای **استفاده** کردن دلیل وجود دارد ولی برای **استفاده** نکردن دلیل وجود ندارد.
- ما برای جمع کردن و **استفاده** نکردن به دنیا نیامده ایم بلکه آمده ایم **استفاده** کنیم حتی اگر نتوانیم مال دنیا را جمع کنیم.
- تنها سود خالص این دنیا **استفاده** کردن است پس دلخوش پس اندازهای خودمان نباشیم.
- جمع کردن مال دنیا نه شدنی است و نه لازم و ضروری است.
- خداوند ما را به دنیا آورد تا از دنیا **استفاده** کنیم نه اینکه احساس مالکیت بر تمام دنیا را در خودمان پیورانیم ، دنیا مال ما نیست و هرگز هم شدنی نیست دنیا برای ما ودیعه و امانت است.
- از آنچه داریم **استفاده** کنیم و گرنه بدون **استفاده** آنها نیز از دست خواهیم داد آنچه را داریم.

✓ ما به خاطر تفاوت‌های خود، متفاوت می شویم.

✓ ما با اندیشیدن خودمان را شکل می دهیم و به همان طریق محیط خودمان را برای آنگونه شکل گرفتن تغییر می دهیم.

✓ ما بیشتر به چیزهایی فکر می کنیم که ذهن ما را با خود درگیر می کنند.

✓ من به زبان ترکی حرف می زنم ولی بیشتر به زبان فارسی به تفکر می پردازم.

✓ رد پای اندیشیدن همه جا قابل مشاهده است.

✓ اندیشیدن چیزی نیست که بتوان از زندگی خودمان حذف کرد برای همین است ما انسانها هرگز قادر نیستیم ذهن خود را از اندیشیدن خالی کنیم.

✓ محمد نظری گندشمین

من می خواهم مثل چه کسی باشم ؟ آیا امکان آنگونه شدن برای من وجود دارد ؟ چرا من می خواهم مثل آن کس باشم ؟

در این دنیا ، من هم مثل هر کسی منحصر به فرد هستم ، لذا من می خواهم مثل خودم باشم ! چون در بین این هفت میلیارد انسان زنده ، مثل من کسی نیست حتی مثل من در بین همه انسانهایی که تا حالا مرده اند ، نبوده است و حتی مثل من هم ، کسی در آینده به این دنیا قدم نخواهد گذاشت . پس چرا من خودم را دوست نداشته باشم و برای خود ازش وجودی قایل نشوم ؟

آری هر کس انسانی منحصر به فرد است و متفاوت است لذا هر کسی می تواند با ویژگی های متفاوت خود ظهور کند و برجسته گردد و کاری مفید برای خود و جامعه انجام دهد و از این طریق برای خود شهرت ، قدرت ، و ثروت و محبوبیت به دست آورد.

هر کس می تواند کاری بزرگ و ارزشمندی انجام دهد البته در محدوده توانایی ها و استعدادها و خواسته های درونی خود .

محمد نظری گندشمین

جهان ما در هاله ای از تاثیر و تغییر قرار دارد.
لزومی ندارد ما از چیزهایی تاثیر بپذیریم که به
ما خیلی نزدیک اند. ما از خوردن و ماه و غیره
تاثیر می پذیریم به طوری که با مرگ و زندگی ما
در ارتباط است هر چند هزاران هزار کیلومترها
از ما دورند و ما از خیلی چیزهای دور دیگر در
حال تاثیر پذیری هستیم ولی هنوز نایل به کشف
این ناشناخته های تاثیرگذار بر زندگی مان نشده ایم

محمد نظری گندشمین

روزهای زندگی خودمان را چون نوار خالی کاست سپری
نکنیم بلکه هر چیزی را که ارزش شنیدن در آینده دارد
به دلخواه خودمان در کاست زندگی مان ثبت و ضبط
کنیم.

آری هر کس باید در پربار کردن کارنامه زندگی خود
بکوشد. ما برای خوشگذرانی به دنیا نیامده ایم ما برای
کار آمده ایم و هر کس آن کاری را که از عهده اش
برمی آید باید انجام دهد و کار ما صرفاً برای به دست
آوردن پول نیست و نباشد یعنی ما صرفاً برای پول کار
نمی کنیم چرا که پول و کار برای ماست نه آنکه ما از آن
پول و کار باشیم.

محمد نظری گندشمین

✓ وقتی حیوان برای بقای خود نیاز به یادگیری دارد چطور یک انسان می تواند خود را بی نیاز از یادگیری بداند؟

✓ یادگیری تمام شدنی نیست یعنی انسان هیچ وقت بی نیاز از یادگیری نخواهد شد.

✓ ما بین یادگیری و آب و غذا و هوا هیچ فرقی نیست.

✓ یادگیری ، حفظ جدول ضرب و دانستن چهار عمل اصلی و شناختن حروف و اعداد نیست.

✓ یادگیری دیروز ما ، برای امروز ما و فردای ما کافی و وافی نیست و نخواهد شد.

✓ هر کس هر روز نیازمند تغییر در یادگیری های خود است.

✓ هر کس از یادگیری های زمان خود بهره ای نگیرد و به دست نیاورد از نظر زمانی در گذشته زندگی خواهد کرد.

✓ هر قدر اندیشه ها و یادگیری های ما قدیمی و تکراری باشد از حرکت ماشین زمان عقب خواهیم ماند و به صورت معکوس به عقب پسروی خواهیم کرد.

✓ یادگیری ، ضرورت مداوم بقای انسان است.

✓ محمد نظری گندشمین

❖ اجازه ندهیم دیگران بخاطر هیچ و اموری بی ارزش **وقت** ما را به هدر دهند.

❖ **وقت** خودمان را غنیمت بشماریم . **وقت** ما سرمایه کلی زندگی ماست بخاطر هیچ از دست ندهیم.

❖ **وقت** را نمی شود پس انداز کرد ولی با استفاده درست می توان کارهای زیادی را در **وقت** کمتری انجام داد.

❖ **مدت زمان انجام کارهای مشابه برای همه یکسان نیست.**

❖ در طول یک زندگی فرضاً ۶۰ ساله یکی دانشمند می شود و دیگری همان و لگردد خیابانی باقی می ماند!!!!!!!

❖ اینکه عده ای به جایی نمی رسند به این خاطر نیست که **وقت** کافی نداشته اند بلکه بخاطر **عدم استفاده از وقت** یا استفاده نادرست و ناکافی از **زمان** است.

❖ مهم در اختیار داشتن **زمان** کافی نیست بلکه استفاده وافی از **زمان** است.

❖ چیزی به نام **زمان** وجود ندارد بلکه یک احساس ذهنی است که داریم.

❖ **زمان ، امان ندارد.**

❖ بعضی ها اختیار خود را به دست **زمان** می سپارند و برخی اختیار **زمان** خود را به دست خود می گیرند.

❖ **زمان** رو به جلو حرکت می کند و ما همیشه مجبوریم همگام با **زمان** حرکت کنیم. اگر از **زمان** عقب بمانیم یعنی به گذشته برمی گردیم یعنی عقب ماندگی.

❖ محمد نظری گندشمین

هر قدر هم برای انجام کاری تلاش کنیم ، باز جایی برای تلاش هست و بوده است. هیچکس هیچوقت همه سعی و تلاش خود را نمیکند . البته ممکن است به نظر خودش نهایت تلاش و کوشش خود را بکند یا کرده باشد. ولی باید بدانیم همیشه برای سعی ممکن ، جایی است. اگر باوری غیر این را داشته باشیم بخاطر این است که نتوانسته ایم زمینه سعی ممکن خودمان را کشف کنیم. در واقع آگاهی ناکامل ما نسبت به مساله و نوع و مقدار تلاش خودمان باعث می شود ناخواسته نتوانیم کاری برای استمرار تلاش خودمان بکنیم و گاهی هم تلاش ما از نظر کیفیت پایین است و ما یا از پایین بودن کیفیت تلاش خودمان آگاهی نداریم یا اینکه نمی توانیم راه حل هل و روش های افزایش کیفی تلاش خودمان را کشف کنیم و عملی سازیم. در کل این نکته را می توانم بیشتر تاکید کنم که همیشه یکی از علل بدکار کردی و افت عملکردی و به ثمر نرسیدن واقعی تلاش ما ، به خود ما برمی گردد. و ما باید بدانیم عامل انسانی نقش مهم و اساسی در هر کار و زمینه ای دارد. عامل انسانی مثل دستگاه و سیستم مکانیکی نیست که همیشه در یک رویه ثابت و قابل پیش بینی فعالیت کند. در واقع هر فردی برای بالا بردن کیفیت تلاش خود لازم است با مسایل بطور خلاقانه برخورد کند و محدود و محصور به دانسته ها و روش های قبلی و قدیمی خود نباشد. در واقع بعضی اوقات علت به ثمر نرسیدن تلاش ما این نیست که تلاش کافی نکرده ایم بلکه تلاشی وافی و هوشمندانه انجام نداده ایم.

تصاویر ، محرکات بیرونی است و تصورات ، محرکات درونی است. لذا وقتی تصویری بیرونی وارد ذهن می گردد در واقع این تصویر بیرونی به تصور درونی تبدیل می شود و محرک بیرونی به محرک درونی تغییر می کند و این محرک درونی یا همان تصور درونی می تواند همچون محرک بیرونی یا تصویر بیرونی ما را به حرکت در آورد و تأثیرات خودشان را بر ما بگذارند. حتی محرکات بیرونی هم بخاطر تأثیر گذاری بر محرکات درونی ما می توانند موثر واقع شوند. اگر ذهن ما نسبت به محرکات بیرونی ، منفعل و خنثی بود و هیچ گونه پاسخ و واکنش یا عکس العملی نشان نمی داد دیگر محرکات بیرونی این قدر نمی توانستند ما را تحت فشار اثرات خود قرار دهند و ما را در مسیر خواسته های خودشان هدایت کنند. **ذهن جاذبه دارد** لذا از ورودی های خود تأثیر می پذیرد و در ازای آن در فعالیت ها و واکنش های خود تغییر ایجاد می کند.