

فکرآفرینان فردا

به فردا بیاندیشیم، در امروز زندگی کنیم، از گذشته بیاموزیم. (فردا همین امروزی است که دیروز منتظرش بودیم)

چکیده کتاب لطفاً گوسفند نباشید!

(گزیده کتاب) لطفاً گوسفند نباشید!

کتاب لطفاً گوسفند نباشید را می توان خلاصه و چکیده تمام کتاب های روانشناسی موجود در بازار دانست در سایت ناشر این کتاب درباره آن اینگونه نوشته شده است:

درباره کتاب «لطفاً گوسفند نباشید!» چیزی نمی توانیم بگوئیم فقط برایتان بگوئیم:

تا این تاریخ (بهار 1386) تعداد 380 نامه از اروپا، آمریکا، کانادا و تمام شهرستان های ایران برایمان رسیده که طبق آمار اخذ شده به نتایج آتی رسیدیم:

4 مورد عدم خودکشی

6 مورد ترک اعتیاد (دو مورد آن از دو خانواده ایرانی در انگلیس بود)

13 مورد رفع افسردگی

27 مورد قبول در دانشگاه که به گفته ی خود افراد یکی از عوامل مهم و اساسی قبولی آنان در دانشگاه مطالعه کتاب گوسفند بوده است.

تغییرات اساسی در خصوص:

رویش ایمان حقیقی در روح خواننده – تغییرات بسیار مهم در اعتماد به نفس آنان

توانمندی بسیار در مواجه شدن با مشکلات – بهبود شگرف در روابط زناشویی

یک کلام مشابه و مشترک در تمام نامه ها: کتاب لطفاً گوسفند نباشید، یک داروست و یک درمانگر علمی و کاربردی

انتقاد مشابه و مشترک در تمام نامه ها: ای کاش تعداد صفحات بجای 672 صفحه 1672 صفحه بود.

شایان ذکر است: کتاب گوسفند به همراهی 35 نفر از اساتید در گروه فرهنگی انتشارات نامن تدوین گردیده که 25 نفر از اساتید مذکور در خارج از کشور بسر می برند و با استفاده از 20000 منبع علمی که بعد از حروف چینی تعداد صفحات آن بالغ بر 147 صفحه می شد که به منظور گریز از بزرگنمایی و پرهیز از ملال شما عزیزان حذف گردید.

منابع شامل: آخرین سخنرانی های اوشو، آنتونی رابینز، دست نوشته های اسکاول شین، مزامیر داود، ترانه های حضرت سلیمان – اناجیل چهارگانه، قرآن کریم، سخنان معصومین و آخرین پدیده های علمی روانشناسی امروز دنیا می باشد.

لطفاً گوسفند نباشید (1)

ما به دنیا آمده ایم تا عشق و خلاقیت خداوند را ادامه دهیم



خانه

پست الکترونیک

آرشیو وبلاگ

عناوین نوشته ها

نوشته های پیشین

شهریور ۱۳۹۵

مرداد ۱۳۹۵

تیر ۱۳۹۵

اسفند ۱۳۹۴

بهمن ۱۳۹۴

آذر ۱۳۹۴

مرداد ۱۳۹۴

تیر ۱۳۹۴

خرداد ۱۳۹۴

اردیبهشت ۱۳۹۴

فروردین ۱۳۹۴

اسفند ۱۳۹۳

بهمن ۱۳۹۳

دی ۱۳۹۳

آبان ۱۳۹۳

مهر ۱۳۹۳

شهریور ۱۳۹۳

مرداد ۱۳۹۳

تیر ۱۳۹۳

فروردین ۱۳۹۳

آبان ۱۳۹۱

مهر ۱۳۹۱

شهریور ۱۳۹۱

مرداد ۱۳۹۱

تیر ۱۳۹۱

خرداد ۱۳۹۱

اردیبهشت

فروردین ۹۱



سفر گروهی جاده ابریشم (ازبکستان - تاجیکستان)

پشتکار تنها مرز میان شکست و ناکامی است•

دست شکسته• ات را داخل آستین پنهان کن و صدای خنده ات را به گوش همه برسان

کامیابی تو• ویژگی هایی دارد که حتی دوستان نزدیکی را ناراحت می کند

می دانی راز شکست• چیست؟ راضی کردن همگان!

هرگز با کران پچ نکن و به کوران چشمک نزن!•

دو• گروه قادر به تغییر افکارشان نیستند : احمق ها و مردگان

اعتراف به ایمان یک• انسان در عمل اوست نه در گفته هایش

شادی دلیلی نمی طلبد این ناشادی است که• دلیل می خواهد

بگذار کارهایت یک راز باقی بماند فقط نتایج را به مردم نشان• بده

ترس از رنج بدتر از خود رنج است!•

علت جرات نداشتن ما دشواری امور• نیست ، چون جرات نداریم امور دشوار می نمایند!

یکی از این روزها هیچ یک از• این روزها نیست ، امروز روزی است که باید کاری بزرگ را آغاز کنی!

بهتر است• روی کف پاهایمان بمیریم تا روی زانوانمان زندگی کنیم!

اگر تو اشتباهی مرتکب• نشده ای مفهومش این است که تلاشی کامل و صد در صد هم نداشته ای

قابل اعتماد• بودن ارجمندتر از مورد علاقه بودن است

مانند توپ پلاستیکی باشید که هر چه• محکمتر به زمین می خورد بالاتر می رود!

اذهان بزرگ فرصت ها را به وجود می• آورند ، اما دیگران منتظر فرصت می نشینند!

برای رسیدن به هر هدف بزرگ و• ارزشمند امروز تنها روزی است که وجود دارد!

برای رسیدن به شادکامی همیشه امید• بهترین را داشته باش و برای بدترین آماده باش!

انسان موفق کسی است که می• تواند با آجرهایی که دیگران برایش پرتاب می کنند بنیادی محکم بنا کند

این• فرمول را به خاطر بسپار : نه بار زمین بخور ، ده بار برخیز!

برنامه ریزی کردن• یعنی تصمیم برای آن که امروز چه چیزی را تغییر دهی تا فردایتان با دیروز متفاوت باشد

افکار بزرگ هدف دارند ، افکار کوچک آرزو!•

با خودت تکرار کن : من خم• می شوم اما نمی شکم!

غیر ممکن ها اغلب کارهایی هستند که برایشان تلاشی نشده• است!

اگر شخصی یک بار مرا فریب دهد شرم بر او باد ، اگر دو بار مرا فریب دهد• شرم بر من باد!

خوشی ها و اندوه های مان را خیلی بیش از آنکه آنها را تجربه• کنیم برمی گزینیم!

اگر می توانستیم دست هایمان را با همان انرژی زبان مان به• حرکت درآوریم چه کارهای حیرت انگیزی که

می توانستیم انجام دهیم خرد در میزان• دانش و آگاهی نیست بلکه در میزان بهره وری از آن است!

لطفا کوسفند نیاشید (2)

خشنودی از آنچه که دارید بسیار خوب است اما هرگز از آن چه هستید خشنود• نیاشید

هر آنچه که زیباست همیشه خوب نیست اما هر آنچه که خوب است همیشه• زیباست

همیشه به آهستگی فکر کنید و به سرعت عمل!• تو مخلوق شرایط نیستی• بلکه شرایط مخلوق تو

هستند لباس انسان را نمی سازد اما از جانب او سخن می گوید•!

کار امروز تقدیر فردایمان را رقم می زند!•

بزرگ ترین تجلی قدرت آرام• بودن است!

دست هایی که کمک می رسانند مقدس تر از لب هایی هستند که عبادت می• کنند

به گونه ای رفتار کنید که گویی دانما شما را نظاره می کنند•

آنچه ما• داریم هدیه ای است از جانب پروردگار و آنچه را که ما با داشته های خود انجام می دهیم هدیه

ماست به پروردگار! چنانچه کوشش کنم که مثل او باشم پس چه کسی مثل• من خواهد بود؟

می دانی چه موقع از روی دوجرخه می فتی؟ زمانی که رکاب زدن را• فراموش کنی ، زندگی نیز اینگونه

است با عشق زمان فراموش می شود و گاهی با زمان• عشق!

وجدان مانند سگ نگهبان است که می توان از کنارش گذشت اما نمی توان آن را• از پاس کردن باز داشت

عقل کم در سر مایه زحمت بسیار برای پاها می شود•

حتی• در میانه روی هم زیاده روی نکن!

کسانی که به آنان عشق می ورزی از بیشترین• قدرت برای آزدن برخوردار هستند

ما غمگین به دنیا نمی آییم اما بعدا یاد می• گیریم که غمگین باشیم

آنچه ما انسان ها را قادر می سازد از نظر روانی زندگی را• با همه رنج ها و مصائب و سختی ها تحمل

کنیم فقط احساس معنی دار بودن و هدفمند بودن زندگی است

مسئله مهم این است که در هر لحظه بتوانیم آنچه را هستیم فدای آنچه• می توانیم باشیم کنیم



سفر گروهی جاده ابریشم (ازبکستان - تاجیکستان)

تو نمی توانی منتظر متوقف شدن طوفان بمانی ، تو باید• کار کردن در باران را بیاموزی !
 اگر در مورد مردم قضاوت کنی دیگر وقتی برای• دوست داشتن آن ها باقی نمی ماند
 سعی کنی از اشتباهات دیگران بیاموزی زیرا• آنقدر زنده نخواهی ماند که آن ها را خودتان مرتکب شوید
 وقتی همه با تو هم• عقیده شدند آنگاه مطمئن باش که اشتباه کرده ای
 دو چیز در این دنیا از همه چیز• زیباتر است : آسمانی پر ستاره و وجدانی آسوده !
 آنچه هستی بهتر تو را معرفی می• کند تا آنچه می گویی !
 آنچه وحشتناک است ارتفاع نیست ، بلکه افتادن از ارتفاع• است
 همواره می توانیم بگوئیم سنگی که دیگران به سوی ما انداخته اند به ما• نخورده است تنها شب هنگام
 می توانیم در سکوت به خاطر درد پیشانی مان بگیریم !

لطفا کوسفند نباشید (3)

هرگز لازم نیست از کوهی بالا بروی تا بفهمی بلند است !•
 آگاهی از مرگ نمی• گذارد آنچه را که امروز باید از آن لذت ببریم به فردا واگذاریم
 گاهی آن قدر• نگران رسیدنیم که مهمترین چیز را از یاد می بریم و آن حرکت است !
 در جهان هیچ• چیز کاملاً خطایی وجود ندارد حتی یک ساعت از کار افتاده هم می تواند در روز دو بار وقت
 دقیق را نشان دهد خداوند به هر پرنده دانه ای می دهد ولی آن را به داخل• لانه اش نمی اندازد !
 مأموریت تو در جهان تغییر دادن جهان نیست تو مأمور تغییر• خویشی
 تلخ ترین حقیقت این است که در دوران پیری پی ببریم که در طول عمر خویش• از استعدادهایمان به حد
 کافی استفاده نکرده ایم مشورت با دیگران یعنی استفاده• از سال ها تجربیات آنها
 خطای زبان خطرناک تر از لغزش پا است• تو در پناه• خدایی و خدا هرگز دیر نمی کند !
 آنچه که می خوری باعث زخم معده نمی شود ،• بلکه آنچه شما را می خورد موجب زخم معده می شود !
 همان طوری که آب شکل لوله ای• را می گیرد که در آن جریان دارد ، زندگی شما هم شکل افکاری را می
 گیرد که در مغز شماست ! کسی که چرایی برای زندگی کردن داشته باشد با هر چگونه ای خواهد ساخت•
 ! انتقاداتی که از شما می شود در حقیقت گونه ای تعریف است در این شکل و دلیل• بر این که شما حس
 حسادت دیگران را برانگیخته اید تلقین نوعی برنامه نویسی برای• مغز است !
 اگر معنای خوشبختی آسایش جسم و پی خیالی است پس خوشبخت ترین موجود• روی زمین یک گاو
 هلندی است ! رای و نظر مردم در باره شما به خودشان مربوط می• شود !
 من با سکوت نقایص دیگران را در می یابم و عیب های خودم را برطرف می کنم• !
 هرگاه ما چیزی را نفهمیم آن را تصادفی و با اتفاقی می نامیم در حالی که هیچ• چیز تصادفی در دنیا وجود
 ندارد ما تار و پود بدبختی را خود می بافیم و نام آن• را می گذاریم سرنوشت !
 در آینه به خود بگوئید من مهم تر از گرفتاری هایم هستم• !
 هر جا که زرف ترین درد است عظیم ترین آموزش را به همراه دارد !•
 ذهن شما• مانند چتر نجات است تنها هنگامی که باز می شود عمل می کند
 وقتی با یک انگشت به• سوی کسی اشاره می کنی و او را مورد انتقاد قرار می دهی سه انگشت دیگر به
 سوی خودتان است مردم در یک چیز مشترکند ، همه با هم فرق دارند !•
 تلاش کنی ،• تلاش کنی ، باد موافق برای کشتی می وزد که بادبانی افرشته داشته باشد !
 • خوشبختی درونی است نه بیرونی ، از این رو خوشبختی ما به آنچه هستیم بستگی دارد نه آنچه داریم
 صبر داشته باشید شما با صبر جوجه را از تخم به دست می آورید نه با• شکستن آن
 نگرانی هرگز از غصه فردا چیزی نمی کاهد ، بلکه تنها شادی امروز را از• بین می برد !

لطفا کوسفند نباشید (4)

عشق چیزی نیست که احساس می کنی بلکه چیزی است که عمل می کنی !•
 هیچ روزی• از امروز با ارزش تر نیست ! از تمام پوشیدنی ها اخلاقتان مهم تر است•
 • تحسین و احترامی که به زبان نیاورده اید مانند هدیه ای است که اهدا نشده است
 • اشکال ما این است که افراد موفق را همیشه برای موفقیت هایشان به یاد می آوریم نه به خاطر
 شکست هایشان ، ما ادیسون را به خاطر آن یک لامپی که درست عمل کرد به یاد می آوریم نه به خاطر آن
 هزار لامپ دیگری که سوخت و نتیجه نداد
 بدبختی نبوغ را• نمایان می سازد و خوشبختی آن را می پوشاند !

x



سفر گروهی جاده ابریشم (ازبکستان - تاجیکستان)

بسیاری از ما بی دلیل • غمگین هستیم اما برای شاد بودن دلیل می طلبیم !
 می خواهیم با شادمانی به هدف • برسیم نه اینکه ابتدا به هدف برسیم و آنگاه شادمانی کنیم !
 راه های بزرگ را • افرادی آغاز می کنند که قدم های کوچک اما پیگیر بر می دارند
 تصمیم مثل ماهی • است ، گرفتنش آسان و نگهداری اش سخت است !
 هیچ گاه خود را با دیگران مقایسه • نکن زیرا یا دچار غرور و یا ضعف می شوی
 دنیا به شما همان ارزشی را می دهد که • شما در ذهنیات خویش برای خودتان قائل شده اید !
 اولین قسمت ایمانی که مردم از • دست می دهند ایمان به خودشان است
 هر کجا پولتان می رود ایمانتان نیز همان جا • خواهد رفت !
 هر چقدر درک و فهم انسان فزونی باید به همان نسبت هم از جنگ و جدل • های بیهوده احتراز می جوید
 کسی که طالب گل رز است باید به خار احترام بگذرد • !
 مهم نیست چند بار زمین بخورید ، مهم آن است که چند بار بلند می شوید • !
 • تا خم نشوید کسی نمی تواند سوارتان بشود !
 هرگاه دیدید کسی به موفقیت رسیده که • شما نرسیده اید بدانید کارهایی کرده که شما نکرده اید
 آیا به راستی می خواهی • که خواست خداوند را انجام دهی؟ نخست خود را به خدا بسپار تا او از طریق
 تو کار خود را انجام دهد ! هیچ عاملی تو را محدود نمی کند مگر آنچه که خودت آن را در ذهن • خویشتن
 پذیرفته باشی ! اگر از هر چیزی بهتریش را نداری از هر چه که داری • بهترین استفاده را بکن !
 تنها کسانی تحقیر می شوند که بگذارند تحقیرشان کنند • ! پیروز نشدن پذیرفتنی است اما تلاش نکردن
 نه • وقتی مشیت خود را گره می • کنی نه کسی می تواند چیزی را کف دستتان بگذارد و نه شما می توانید
 چیزی را از جا بلند کنید ! مراقب باش زیرا ارتباط یعنی به جای گذاشتن بخشی از وجود خویش در • فرد دیگر
 ! اگر همزمان دو خرگوش را تعقیب کنی هر دو را از دست خواهی داد •
 • شکست خوردگان دو دسته اند : آنهایی که اندیشیدند لیکن عمل نکردند و آنهایی که عمل کردند لیکن
 نیاندیشیدند !

لطفا کوسفند نباشید (5)

آنچه سرنوشت زندگی ما را تعیین می کند تصمیم ماست نه شرایط • !
 مراقب باش • کلام انرژی زاست ! کسی که راه غلطی را می رود بیشتر شانس آن را دارد که به راه •
 راست آید تا کسی که راه درست را غلط می رود !
 اگر دیگران بتوانند شما را به • خشم درآورند می توانند بر شما تسلط یابند چرا باید به دیگران چنین قدرتی
 بدهید که در زندگی شما را تحت تاثیر قرار دهند !
 اگر می خواهید موفق باشید یک چیز را • کنار بگذارید و آن همرنگی با جماعت است
 هنگامی که یک گام به سمت خداوند برمی • داریم خداوند ده قدم به سوی ما می آید اما گام نخست را باید
 ما برداریم ! با افرادی که در کنارشان احساس بزرگی می کنید دوستی کنید
 برای زیستن با آرامش دو • چیز را فراموش کن : خوبی هایی که به دیگران کرده ای ، بدی هایی که دیگران
 به تو کرده اند از آهسته رفتن نترس از ایستادن بترس • !
 برای شنا کردن در جهت • مخالف آب قدرت ، توان ، حرات و سخت کوشی لازم است و گرنه هر ماهی مرده
 ای می تواند در سمت موافق آب حرکت کند !
 اگر به خاطر حرف دیگران از دنبال کردن اهداف خود • عقب نشینی می کنی گویی به طور ضمنی به آنها
 می گویی برای من نظر شما درباره زندگی از نظر خودم مهم تر است ، من برای جلب رضایت شما می
 کوشم تا آنچه از دستم برمی آید انجام دهم !
 هر لحظه از عمر را که به خاطر رفتار ناگوار دیگران در خشم ، اندوه • و آزرده گی و نا امیدی بگذرانیم لحظه
 ای است که عنان زندگی خود را از دست داده و به دست آن ها داده ایم !
 عوامل خارجی را مسبب اوضاع و شرایط نا مساعد خود نشمارید • چنین شرایطی حاصل چگونگی برخورد
 شما با مردم و رویداد های زندگی است ! کسی شما • را برای خشمناک شدن داناتان مجازات نمی کند همین
 خشم است که شما را به کیفر می رساند
 شخصیت شما با رفتارتان شناخته می شود نه با کلماتی که بر زبان می آورید • !
 هر چیزی که به شدت تمایل به تصاحب آن دارید ، همان مالک و صاحب شماست • !
 • تا سرنخ های زندگی خود را به دست دیگران داده اید از آرامش و صلح و صفای درونی محروم اید
 یک بار شخصی از من پرسید چه موانعی بر سر راه شادمانی و نشاط من • وجود دارد؟ پاسخ دادم تنها



سفر گروهی جاده ابریشم (ازبکستان - تاجیکستان)

برایمان باز می کند• برندگان امروز بازندگان دیروزند !
در این جهان فقط باید از یک چیز بترسی آن هم• ترس است !
اگر می خواهی به مجلس رقص بروی نباید از لنگی پایت وحشت داشته• باشی
سخنان خداوند را جدی بگیر تا خداوند سخنان تو را جدی بگیرد !•
رنج• مثل کودک است تنها وقتی رشد می کند که خوب پرستاری شود

لطفا گوسفند نباشید (6)

هیچ فکر نکن که نظر دیگران راجع به زندگی تو مهمتر از نظرات خودت درباره زندگی• است !
شکست یا می شکند یا شکسته می شود ، بستگی به شما دارد•
هر دوست• نمایشگر دنیای درون ماست ! گاهی خوردن لکدی از پشت برداشتن قدمی به پیش است• !
آنچه کرم ابریشم آن را پایان دنیا می پندارد در نظر پروانه آغاز زندگی است• !
قطاری که از ریل خارج شده ممکن است آزاد باشد اما راه به جایی نخواهد برد• !
بالشی نرم تر از وجدان پاک وجود ندارد•
تنها در آب های آرام است که عکس• اشیاء قابل رویت است و تنها در ذهن آرام است که می توان انعکاس
دنیا را تماشا کرد ! ما تنها تا بدان جا آزاد هستیم که انتخاب می کنیم بعد از ان انتخاب هایمان ما را کنترل
خواهند کرد اگر می خواهید دشمنان را ناراحت کنید سکوت کنید و او• را تنها بگذارید !
واقع بین کسی است که نیمی از آنچه را که می بیند باور می• کند اما آنچه را که می شنو نمی پذیرد
طبیعت چهره شما را شکل داده اما حالت آن• به شما بستگی دارد !
از آن جهت که شاد هستیم نمی خندیم ، چون می خندیم شاد هستیم
هرگز از سایه ها نترسید معنای سایه این است که نوری در نزدیکی می درخشد• !
با مگس کش مگس را از روی پیشانی دوستتان دور نکنید•
نابینا به خاطر آینه• ای که به او می دهید از شما تشکر نمی کند !
هرگز نخواهید که به خوک ها آواز• خواندن یاد بدهید هم وقتتان را تلف می کنید و هم خوک را ناراحت می
کنید!• خردمند از اشتباهات دیگران و نادان از اشتباهات خود پند می گیرد
هرگز آرزو مکن• تا جز خوبستن کسی باشی اما بکوش تا بهترین خوبستن باشی
روزی یک ساعت خواب کمتر• پنج سال به عمر شما می افزاید
بزرگ ترین آتش سوزی های جهان را می توان با• فنجانی آب خاموش کرد به شرط آنکه از آن به موقع
استفاده بکنید ! هر چه صدای• انسان یا موتور بیشتر باشد نشان توان کمتر اوست !
یکی از همین روزها یعنی• هیچکدام از این روزها !
موفقیت مجموعه ای است از تلاش های کوچک روزانه •!
• می توان از سوراخ سوزن به تماشای بهشت نشست
برای رسیدن به آرامش ابتدا آرام• صحبت کنید !
نگذارید روزی برسد که به خود بگوئید زمان را تباه کردم و حالا• زمان مرا تباه می کند !
میلیون ها نفر حاضرند هر کاری انجام دهند تا موقعیت• شما را داشته باشند
کسانی که بر مباحث جزئی منازعه می کنند نشان می دهند که• چیز چندان مهمی در زندگیشان وجود
ندارد ما در رویداد های زندگی خود نقشی• نداریم اما در این که چگونه آن ها را تعبیر کنیم موثر هستیم !
خداوند دوستانی• می جوید و عشق می طلبد شیطان بردگانی می جوید و اطاعت می طلبد
کرم شب تاب• هنگام کاویدن خاک در نمی یابد که در آسمان ستاره ای هست
خداشناس حقیقی سخنش• اندک و تحیرش دائمی است !
عوام از گناه توبه می کنند و خواص از غفلت•
یک• شاخه گل رز که در زمان حیات به کسی می دهید به مراتب بهتر از یک دسته گل ارکیده ای است که
روی سنگ قبر او می گذارید
انسان های بزرگ دو دل دارند : دلی که درد می• کشد و پنهان است و دلی که م بخندد و آشکار است
هرگز نا امید مشو ، اغلب از• میان یک دسته کلید این آخرین کلید است که قفل را می گشاید !
زندگی شما بازتاب• کامل اعتقادات شماست
مهم بودن را فراموش کنید تا آرامش نصیبان شود•
اگر• خود شما غرور و عزت نداشته باشید هیچ کس دیگر نمی تواند آن را به شما بدهد !
• به هر چه بیاندیشید وسعتش می دهید پس به آنچه دلخواه شماست بیاندیشید !
همان• غاری که از وارد شدن به آن واهمه دارید می تواند سرچشمه آن گنجی باشد که به دنبالش می
گشتید ! یادت باشد اثر انگشت خدا روی همه چیز هست!
منتظر فرصت نباش• بلکه فرصت را بیافرین ! گذشته و آینده سارقان زمان هستند !•



سفر گروهی جاده ابریشم (ازبکستان - تاجیکستان)



سفر گروهی جاده ابریشم (ازبکستان - تاجیکستان)

