

تغییر صورتی است

(هزار شرط تغییر)

محمدعلی مهمان نوازان



انشارات نبوی دل

سرشناسه: مهمان نوازان، محمدعلی، ۱۳۵۷-
 عنوان و نام پدیدآور: تغییر صورتی است (هزار شرط تغییر) / محمدعلی مهمان نوازان.
 مشخصات نشر: تهران: نجوای دل، ۱۳۹۶.
 مشخصات ظاهری: ۲۱۴ ص.
 شابک: 978-600-6120-80-5
 وضعیت فهرست نویسی: فیپا
 موضوع: تحول (روان شناسی)
 موضوع: Change (Psychology)
 رده بندی کنگره: ۱۳۹۶ م ۳۸۶ ت / ۶۳۷ BF
 رده بندی دیویی: ۱۵۵/۲۴
 شماره کتابشناسی ملی: ۵۱۲۲۰۱۴

انتشارات نجوای دل

خ انقلاب، خ استاد نجات الهی، پلاک ۱۳، کجی مراغه، ساختمان کوروش، طبقه ۵، واحد ۲۱
 صندوق پستی: ۷۶۶ - ۱۳۱۴۵ | تلفن: دورنگار: ۸ - ۶۶۴۱۴۳۲۷

Mail: najvayedel@gmail.com
 www.najvayedel.com



تغییر صورتی است (هزار شرط تغییر)

- ◆ نویسنده: محمدعلی مهمان نوازان
- ◆ مدیر فنی و هنری: حسین پیرایش فر
- ◆ صفحه آرا: تینا حسامی
- ◆ شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۱۲۰-۸۰-۵
- ◆ ISBN 978-600-6120-80-5
- ◆ لیتوگرافی و چاپ و صحافی: گنجینه مینیاتور
- ◆ تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه
- ◆ چاپ اول: ۱۳۹۷
- ◆ قیمت: ۱۷۰۰۰ تومان
- ◆ حق چاپ برای نشر نجوای دل محفوظ است.

مقدمه‌ی مؤلف

گاهی یک واژه، معنای مفهومی نهفته در خود دارد، هر کس به یک شکل آن را تعریف می‌کند و از روانای متعدد می‌توان به بررسی و تفسیر آن پرداخت. این واژه‌ها می‌توانند معانی یا مکمل مفاهیم دیگری نیز باشند، ما را به فراسوی تصور سطحی و این از تعبیر به ظاهر ملموس و تکراری سوق دهند و تصویرهای تازه‌ای را در ذهنمان بسازند. تصاویری که وقتی آنها را کنار هم قرار می‌دهیم و با درک اولیه‌مان از آن مفهوم قیاس می‌کنیم، شاید تعریف‌مان از بسیاری چیزها عمیق‌تر شود و به شناخت تازه یا بهتری از اتفاقات، روابط، پدیده‌ها و مفاهیم پیرامونمان برسیم. این اتفاق بی‌شک ما را در رسیدن به آگاهی و ادراک عمیق‌تر از ماهیت وجودی خود و اطرافیانمان یاری بسیار می‌دهد و دریچه‌ای تازه‌ای را به روی‌مان می‌گشاید که پیش‌تر حتی از وجود آنها نیز بی‌خبر بودیم.

مدتهاست که من در جستجوی این واژه‌ها هستم. وقتی می‌بینم تک‌واژه‌ای می‌تواند این‌گونه در نظر افراد متفاوت تعاریف متفاوت و گاه متضاد داشته باشد، به‌نظم می‌آید می‌شود آن واژه را به‌عنوان یک مفهوم کلی در نظر گرفت و از جنبه‌های گوناگون ارزیابی‌اش کرد. تصور می‌کنم برای این کار باید چند نکته را به‌خوبی در نظر گرفت: تعاریف مقبول از

آن واژه، اهداف حاصل از شناخت بهتر آن، راه‌های شناخت کامل‌تر آن، دانستن مطالبی که در زیرمجموعه‌ی آن قرار می‌گیرد، و حتی آنچه ما را از آن دور می‌سازد.

به این ترتیب به مفهوم اولیه و پیش‌پاافتاده‌ای که ممکن است بلافاصله در ذهن ما شکل بگیرد، اکتفا نکرده‌ایم.

در این مجموعه، هر بار یکی از این واژگان ارزشمند، که درک چستی‌فیزیکی آن می‌تواند تحول شگرفی در زندگی هریک از ما ایجاد کند، یک گزینه بـ «شرط» در نظر گرفته شده و سعی من بر آن بوده تا از زوایای متعدد و با در نظر گرفتن شرایط مختلف به آن بنگرم و در ذهنم پرورش دهم، و هر انچه با که به آن مربوط است لحاظ کنم تا در نهایت خروجی آن یک جمله‌ی ساده باشد. جملاتی که زیربنای آنها تجربه‌ها و مشاهدات شخصی، مطالعه و تحقّق در آن زمینه (که گاهاً بررسی نظریات کاملاً مغایر را دربرمی‌گیرد)، و مشاغل متعدّد و متفاوت با کارشناسان صاحب‌نظر در آن حوزه است، اما در نهایت جملات آمیزه‌ای از تأمل و تعمق در مفهوم این واژه‌ها و تلاش برای بهره‌گیری از قدرت خلاقیت است تا حتی‌المقدور هریک چیز تازه‌ای به دست گرفتن داشته باشند.

سعی من بر این بوده که هریک از جملات به زبان ساده یک مفهوم عمیق و تأمل‌برانگیز را توضیح دهند و از نقطه‌نظرات متفاوت به هر آنچه که در حیطه‌ی آن قرار می‌گیرد بنگرند. هرچند که در نهایت همه‌ی این جملات، به‌زعم من، مکمل یکدیگر هستند و هیچ‌یک از آنها ناقض دیگری نیست. کما این که ته‌رنگ‌ها و طیف‌ها و سایه‌پرده‌های کم‌رنگ و پررنگ گویی در نهایت یک رنگ واحد را شکل داده‌اند که ماحصل نهایی آن واژه را در ذهن مؤلف، آن رنگی جلوه داده است.

از آنجا که نخواستهم ماحصل کار مثل اکثر مجموعه‌های موجود، یک دسته‌بندی کلیشه‌ای از بخش‌های مجزا داشته باشد و هرکس بر

حسب نیاز خود آن بخش را جستجو کند و تنها به مطالعه‌ی آن بپردازد، دلیلی برای تفکیک موضوعی جملات ندیده‌ام و این بار سعی کرده‌ام در یک مجموعه‌ی واحد نکات کاملاً متفاوت را یکی پس از دیگری و بدون هیچ‌گونه نظم‌بخشی ظاهری کنار هم قرار دهم. شاید این کار فوایدی هم داشته باشد، مثلاً خواننده در یک صفحه با تعاریف و راهکارها و رویکردهای کاملاً متفاوتی مواجه شود یا مجبور باشد برای درک نکتی مطالب، تمام کتاب را بخواند و صرفاً به یک بخش اکتفا نکند. در هر حال مهم نیست از کجای کتاب آغاز می‌کنید و چگونه پیش می‌روید، مهم این است که برای رسیدن به درک و نگرش تازه‌ای از آن موضوع، تمام جملات را مرور کنید.

محمدعلی مهمان‌نوازان