



نعمت‌اله صفوی

دبیر بازنشسته آموزش و پرورش

کارشناس علوم تربیتی و مشاوره

از

دانشگاه اصفهان

بنام یکتا خالق هستی

خدا

انگیزه گردآوری این مجموعه پیش رو (ز هر در سخنی) بر اساس رؤیا و آرزویی بوده که وسیله‌ای باشد تا بتوانم به‌عنوان حق‌شناسی و همچنین، اثری و یادبودی به عزیزانم هدیه نمایم؛ به همسر «خانم اکرم رئیسی» به پاس فداکاری‌هایی که در طول زندگی مشترکمان داشته و دارند.

به فرزندانم سوسن و سیروس «فاطمه و عزت‌اله» که شایستگی‌هایشان باعث افتخارم می‌باشد.

به داماد عزیزم «آقای دکتر طاهری» و عروس مهربانم «هایکه خانم» به پاس محبت‌ها و احساس پرشورشان که بازتاب آرام بخشی در زندگیم داشته و دارد و به نوه‌های گلم «فرید، فرزاد، نیلوفر، لیلا و میلا».

در اینجا جا دارد از زحمات بی‌دریغ جناب آقای مهندس شاهرخ رکنی که در کلیه مراحل، جهت به‌ثمررساندن چاپ این مجموعه 'گرد آوری شده مشتاقانه و در نهایت علاقه، همکاری و نظارت عالیه داشته‌اند و همچنین، از جناب آقای مهندس مسعود کریمی در مقام مشاور در تعیین و انتخاب نام و نحوه توزیع کتاب مشارکت صمیمانه داشته‌اند، تشکر و سپاسگزاری نمایم. تایپ و صفحه‌بندی با همکاری سرکار خانم ویدا محمودی فقیهی صورت گرفته که زحماتشان قابل تقدیر می‌باشد. در خاتمه به سرورانی که در تدوین و چاپ این اثر مشوقم بوده‌اند درود می‌فرستم.

نعمت‌اله صفوی

مقدمه

این مجموعه گردآوری شده به نام «زهر در سخنی» که امید است در خور منطق و طبع ظریف و نکته‌سنج شما خواننده عزیز باشد، حاوی موضوعات متنوعی در زمینه مسائل اخلاقی، اجتماعی، علمی، ادبی و تاریخی، برگرفته از گفته‌ها، نظرات و نقل قول‌های بزرگان، حکما، دانشمندان و متفکران گذشته و معاصر می‌باشد.

در انتخاب گزیده‌ها چه نثر و چه نظم، چه استعاره و کنایه، چه تاریخی و حکایت، همه و همه سعی بر آن بوده که پیوسته حامل پیامی حکیمانه و راه‌کاری اصولی و منطقی و قابل قبول در جهت انتخاب راه صحیح زندگی فردی و اجتماعی باشد. به این امید که به این هدف رسیده باشم.

در اینجا وظیفه خود می‌دانم از تمامی اندیشمندان، مترجمان و نویسندگان ارجمندی که از تراوشات فکری و دستاوردهایشان در این مقوله بهره گرفته شده ولی به علت عدم دسترسی به بیوگرافی پدیدآورنده اثر، به صراحت ذکر نامی از آن سروران ارجمند به عمل نیامده خاضعانه از محضرشان پوزش بخواهم و عذرخواهی نمایم همچنین تشکری صمیمانه و سپاسی خالصانه داشته باشم.

توفیق هرچه بیشتر این عزیزان را در راه اهداف والایی که همانا اعتلای فرهنگ کشور عزیزمان می‌باشد، از پیشگاه ایزد منان مسئلت می‌نمایم. باشد که مورد قبول افتد.

نکته‌ای که لازم به توضیح است، اینکه که کلیه مطالب این مجموعه صرفاً از طریق اینترنت و مطالب به اشتراک گذاشته شده در سایت‌های اینترنتی که خود نیز به‌نحوی در آنها عضویت داشته و دارم و همچنین ایمیل‌های دریافتی از طریق دوستان گردآوری و تدوین شده است.

و اما، همانطور که ملاحظه خواهند فرمود، برخلاف روال معمول که در صفحه بندی کتب منتشره اعمال می‌گردد، در این مجموعه فصل‌بندی لحاظ نشده؛ به‌طوری‌که از نام کتاب برمی‌آید، سوژه‌ها به همان ترتیبی که در دسترس قرار گرفته (قاطی پاطی و درهم) پشت سرهم نگارش شده است. انتخاب این شیوه شاید برای خواننده این مزیت را در بر داشته باشد که هر از گاهی که اراده کند نگاهی به کتاب بیاندازد برایش تازگی داشته و حس کنجکاویش، او را به دنبال چیز جدیدی بکشاند. بدین‌سیاق این کتاب می‌تواند برای مدت طولانی‌تری برای پرکردن وقت آزاد خواننده ، سرگرم کننده باشد و کتاب دیرتر در کنار سایر کتب کتابخانه به تاریخ بپیوندد . . شاد باشید.

نعمت‌اله صفوی

پرو سردگامرا،

به من پیاموز، دوست بدامره کسانیا ما
که دوسته ندامرند. عشق بوزر به کسانیا که عاشقم
نیستند.

بگه به برای کسانیا که هرگز غمرا خورند
و محبت کنه به کسانیا که محبتی در حقم فکره اند.





زندگی یک بازی است :

بیشتر مردم زندگی را پیکار می‌انگارند. اما زندگی پیکار نیست، بازی است، زندگی، بازی بزرگ داد و ستد است. زیرا آنچه آدمی بکارد همان را درو خواهد کرد.

یعنی بر آنچه از آدمی در سختی یا عمل، آشکار شود یا بروز کند، به خود باز خواهد گشت و هر چه بدهد باز خواهد گرفت. اگر نفرت بورزد، نفرت به او باز خواهد آمد و اگر عشق ببخشد، عشق خواهد ستاند اگر انتقاد کند، از او انتقاد خواهد شد، اگر دروغ بگوید، به او دروغ خواهند گفت، و اگر تقلب کند، به او حقه خواهند زد، همچنین به ما آموخته‌اند که قوه تخیل در بازی زندگی نقش عمده دارد.

هر آنچه آدمی در خیال خود تصور کند، دیر یا زود در زندگی‌اش نمایان می‌شود. مردی را می‌شناسم که از مرضی معین که بسیار نادر بود می‌ترسید، او آنقدر به آن

مرض اندیشید و در باره‌اش مطالعه کرد که آن بیماری آشکارا بدنش را گرفت و مُرد، او در واقع قربانی خیال‌پردازی خود شد.

حلقه ازدواج و انگشت چهارم چیست؟

مراحل زیر را انجام دهید تا متوجه شوید.

1- ابتدا کف دو دست‌تان را روبروی هم قرار دهید و دو انگشت میانی دست‌های چپ و راست‌تان را پشت به پشت به هم بچسبانید.

2- چهار انگشت باقی مانده را از نوک آنها را به هم متصل کنید.

3- به این ترتیب تمامی پنج انگشت به قرینه‌شان در دست دیگر متصل هستند.

4- سعی کنید انگشتان شست را از هم جدا کنید. انگشت شست نمایانگر والدین است. انگشت‌های شست می‌توانند از هم جدا شوند. زیرا تمام انسان‌ها روزی می‌میرند. به این صورت والدین ما روزی ما را ترک خواهند کرد.

5- لطفاً مجدداً انگشت‌هایتان را به هم متصل کنید. سپس سعی کنید انگشت‌های دوم را از هم جدا نمائید. انگشت دوم (اشاره) نمایانگر خواهران و برادران هستند، آنها هم برای خودشان همسر و فرزندان دارند. این هم دلیلی است که آنها ما را ترک کنند.

6- اکنون انگشت‌های اشاره را روی هم بگذارید و انگشت‌های کوچک را از هم جدا کنید. انگشت کوچک نماد فرزندان شما است. دیر یا زود آنها ما را ترک می‌کنند تا به دنبال زندگی خودشان بروند.

7- انگشت‌های کوچک را به روی هم بگذارید، سعی کنید، انگشت‌های

چهارم (همان‌ها که حلقه ازدواج را قرار می‌دهیم) را از هم باز کنید. احتمالاً متعجب خواهید شد که می‌بینید به هیچ عنوان نمی‌توانید آنها را از هم باز کنید. به این دلیل که آنها نماد زن و شوهری هستند که برای تمام عمر به هم متصل باقی می‌مانند. عشق‌های واقعی همیشه و همه جا به هم متصل باقی می‌مانند.

سگ و قصاب: از پائولو کونیو

قصاب با دیدن سگی که به طرف مغازه‌اش نزدیک می‌شد حرکتی کرد که دورش کند، اما کاغذی را دید در دهان سگ؛ کاغذ را گرفت، روی کاغذ نوشته بود «لطفاً 12 سوسیس و یه ران گوشت بدین» 10 دلار همراه کاغذ بود. قصاب تعجب کرده بود، سوسیس و گوشت را در کیسه‌ای گذاشت و در دهان سگ قرار داد، سگ هم کیسه را گرفت و رفت.

قصاب که کنجکاو شده بود و از طرفی وقت بستن مغازه بود تعطیل کرد و به دنبال سگ راه افتاد. سگ در خیابان حرکت کرد تا به محل خط‌کشی رسید. با حوصله ایستاد تا چراغ سبز شد و بعد از خیابان رشد شد. قصاب به دنبالش راه افتاد. سگ رفت تا به ایستگاه اتوبوس رسید، نگاهی به تابلو حرکت اتوبوس‌ها کرد و ایستاد. قصاب متحیر از حرکت سگ منتظر ماند. اتوبوس آمد، سگ جلوی اتوبوس آمد و شماره آن را نگاه کرد و به ایستگاه برگشت. صبر کرد تا اتوبوس بعدی آمد، دوباره شماره آن را چک کرد. اتوبوس درست بود، سوار شد. قصاب هم در حالی که دهانش از حیرت باز بود سوار شد اتوبوس در حال حرکت به سمت حومه شهر بود و سگ منظره بیرون را تماشا می‌کرد. پس از چند خیابان سگ روی پنجه بلند شد و زنگ اتوبوس را زد. اتوبوس ایستاد و سگ با کیسه پیاده شد. قصاب هم به دنبالش.

سگ در خیابان حرکت کرد تا به خانه‌ای رسید. گوشت را روی پله گذاشت و کمی عقب رفت و خودش را به در کوبید، این کار را باز هم تکرار کرد، اما کسی

در باز نکرد. سگ به طرف محوطه باغ رفت و روی دیواری باریک پرید و خودش را به پنجره رساند و سرش را چندبار به پنجره زد و بعد به پائین پرید و به پشت در برگشت. مردی در را باز کرد و شروع به فحش دادن و تنبیه سگ کرد، قصاب با عجله به مرد نزدیک شد و داد زد، چه کار می‌کنی دیوانه؟ این سگ یه نابغه است. این باهوش‌ترین سگی هست که من تا به حال دیده‌ام. مرد نگاهی به قصاب کرد و گفت: تو به این میگی باهوش؟ این دومین بار تو این هفته است که این احمق کلیدش را فراموش می‌کنه..

روزی یک استاد دانشگاه :

* تصمیم گرفت تا میزان ایمان دانشجویانش را بسنجد. او پرسید: «آیا خداوند، هر چیزی را که وجود دارد آفریده است؟» دانشجویی شجاعانه پاسخ داد «بله» استاد پرسید «هر چیزی را؟» پاسخ دانشجو این بود «بله، هر چیزی را» استاد گفت: «در این حالت، خداوند شر را آفریده است، درست است؟ زیرا شر وجود دارد.»

برای این سؤال دانشجو پاسخی نداشت و ساکت ماند. ناگهان، دانشجوی دیگری دستش را بلند کرد و گفت: (استاد ممکن است از شما یک سؤال بپرسم)؟. استاد پاسخ داد: البته. دانشجو پرسید: (آیا سرما وجود دارد)؟

استاد پاسخ داد: البته، آیا شما هرگز احساس سرما نکرده‌اید؟ دانشجو پاسخ داد: (البته آقا، اما سرما وجود ندارد. طبق مطالعات علوم فیزیک، سرما نبودن تمام و کمال گرماست و شیء را تنها در صورتی می‌توان مطالعه کرد که انرژی داشته باشد و انرژی را انتقال دهد، این گرمای یک شیء است که انرژی را انتقال می‌دهد. بدون گرما اشیاء بی‌حرکت هستند. قابلیت واکنش ندارند. پس سرما

وجود ندارد. ما لفظ سرما را ساخته‌ایم تا فقدان گرما را توضیح دهیم) دانشجو ادامه داد: (و تاریکی)؟

استاد پاسخ داد (تاریکی وجود دارد). دانشجو گفت: «شما باز هم در اشتباه هستید آقا، تاریکی فقدان کامل نور است. شما می‌توانید نور و روشنایی را مطالعه کنید، اما تاریکی را نمی‌توانید مطالعه کنید.

مشور نیکولز، تنوع رنگ‌های مختلف را نشان می‌دهد که در آن طبق طول امواج نور، نور می‌تواند تجزیه شود، تاریکی لفظی است که ما ایجاد کرده‌ایم تا فقدان کامل نور را توضیح دهیم» و سرانجام دانشجو ادامه داد: (خداوند شر را نیافریده است، شر فقدان خدا در قلب افراد است. شر فقدان عشق، انسانیت و ایمان است. عشق و ایمان است. عشق و ایمان مانند گرما و نور هستند. آنها وجود دارند و فقدانشان منجر به شر می‌شود

نام این دانشجو «آلبرت انیشتین» بود.

چند تن از چپ‌دستان مشهور تاریخ جهان :

مطالعات نشان می‌دهد که در جوامع مختلف 70 تا 90 درصد جمعیت راست دست هستند و بقیه افراد عمدتاً چپ دست هستند. 22 مرداد هر سال به نام روز جهانی چپ‌دست‌ها نامگذاری شده است.

* **ژولیوس سزار:** یا قیصر، یکصدسال پیش از میلاد به دنیا آمد. او رهبر نامدار سیاسی و نظامی جمهوری روم بود. او 44 سال از میلاد در گذشت. دو سال پس از مرگ ژولیوس سزار، سنای روم او را یکی از خدایان روم شناخت، او نیز از مشهورترین افراد چپ‌دست تاریخ است.

* **ارسطو:** ارسطو در سال 384 پیش از میلاد در مقدونیه متولد شد و در سال 322 پیش از میلاد درگذشت. ارسطو از فیلسوفان یونان باستان بود. او که یکی از مهم‌ترین فیلسوفان غربی به حساب می‌آید، شاگرد افلاطون و آموزگار اسکندر مقدونی بود. تألیفات او در زمینه‌ها و رشته‌های گوناگون، من جمله فیزیک، متافیزیک، شعر، زیست‌شناسی، منطق، علم بیان، سیاست، دولت و اخلاق بوده‌اند. ارسطو به همراه سقراط و افلاطون از تأثیرگذارترین فیلسوفان یونان باستان بوده است. او در زمان خود به چپ‌دستی شهرت داشت.

افلاطون :

دومین فیلسوف از فیلسوفان بزرگ یونانی (سقراط، افلاطون، ارسطو)، است. افلاطون نخستین فیلسوفی است که آثار مکتوب از او به جا مانده است. همچنین بسیاری او را بزرگترین فیلسوف تاریخ می‌دانند. او در زمان خود به چپ‌دستی شهرت داشت.

لئو نارد داوینچی:

نه تنها یک هنرمند برجسته، بلکه یک نابغه و دانشمند بزرگ در تمامی رشته‌های دانش و فن دوره رنسانس بود. دوران زندگی این هنرمند چپ‌دست به‌عنوان یک نقاش بسیار درخشان بود. اگر چه او تنها تصاویر اندکی را به پایان رساند. علاقه او به انجام آزمایش‌های علمی، در بسیاری از موارد، وقتی برای کارهای دیگر برایش باقی نمی‌گذاشت.

* **لودویک فان بتهون:** روز 17 دسامبر 1770 در شهر بن به دنیا آمد. پدرش دیوانه‌وار عاشق موسیقی بود و می‌خواست به هر ترتیبی شده از پسر خود نوازنده و موسیقی‌دانی چیره دست بسازد. الگوی پدر، موتزارت بود، آهنگ‌سازی که در 6 سالگی عالم هنر را مبهوت خود کرده بود. او نیز در زمره چپ‌دستان مشهور تاریخ است.

* **فردریش نیچه:** (1844-1900) فیلسوف شاعر و آهنگ‌ساز آلمانی بود، در تاریخ تفکر جهان. از مشهورترین عقاید وی، فرهنگ دین و فلسفه امروزی بر مبنای سؤالات بنیادینی درباره بنیاد ارزش‌ها و اخلاق بوده است. او نیز در زمره چپ‌دستان مشهور تاریخ است.

* **ماری کوری:** متولد سال 1868 فیزیکدان و شیمی‌دان لهستانی بود. او نخستین دانشمندی است که دو بار جایزه نوبل را در رشته‌های فیزیک و شیمی گرفت. مادام‌کوری در سال 1934 در سن 62 سالگی بر اثر ابتدا به سرطان خون از دنیا رفت. او به‌دلیل تحقیق بر روی رادیوم که ماده‌ای سرطان‌زاست در گذشت

* **چارلی چاپلین:** یکی از مشهورترین بازیگران و کارگردانان سینما و برنده جایزه اسکار است. بیشتر فیلم‌های او کمدی و صامت هستند. او که بیش از 65 سال در زمینه سینما فعالیت کرد، از جمله چپ‌دستان مشهور تاریخ است.

* **ماهاتما گاندی:** سیاست‌مداری بود با اصول اخلاقی که می‌خواست بدون بکارگیری خشونت و با اتکا بر درستکاری و حقیقت با حکومت استعمارگر

بریتانیا در هند مبارزه کند و کشورش را به استقلال برساند. گاندی روز 30 ژانویه 1948 به قتل رسید. او نیز از چپ‌دستان تاریخ به‌شمار می‌آید.

* **آلبرت اینشتین:** یکی از مشهورترین پژوهشگران چپ‌دست تاریخ محسوب می‌شود. پروفیسور ژولیدمو در سال 1905 یک سری از کارهای تحقیقی خود را ارائه نمود، که پایه‌های دانش آن زمان را به‌شدت به لرزه درآوردند، تئوری‌های انقلابی او درباره فضا و زمان، ارکان اساسی علمی فیزیک شدند و زمینه علوم طبیعی مدرن را فراهم کردند.

* **گونتر گراس:** نویسنده و هنرمند پرآوازه آلمانی و دارنده جایزه نوبل ادبی است. او از سال 1961، از آغاز شکل‌گیری، جمهوری فدرال آلمان همواره در صفوف سوسیال دموکرات‌ها، برای پیروزی این حزب فعالیت کرده است. صدراعظم‌های سوسیال دموکرات آلمان چون ویلی برانت، هلموت اشمیت و گرهارد سرودر، بارها یادآور شده‌اند که بخش بزرگی از موفقیت خود را مدیون فعالیت‌های پی‌گیرانه این نویسنده محبوب بوده‌اند. او نیز از شخصیت‌های چپ‌دست تاریخ است.

* **استیو مک‌کوئین:** متولد سال 1930، بازیگر مشهور آمریکایی است که در سال 1980 درگذشت. اولین نقش‌آفرینی او در فیلم علمی تخیلی «حباب» بود، وی که ملقب به «سلطان خون‌سردی» و در زمان خود یکی از مظاهر فرهنگ ملی بود، نیز از چپ‌دستان مشهور تاریخ است.

* **جیمی هندریکس:** در 27 نوامبر 1942 در شهر سیاتل در شمال غرب آمریکا به دنیا آمد. بخش مهمی از زندگی این گیتاریست چپ‌دست و خواننده بزرگ به اجرای کنسرت گذشت و کم نیستند کنسرت‌هایی از او که

چون رویدادی تاریخی در ذهن عاشقان موسیقی راک حک شده‌اند او روز هجدهم سپتامبر 1970 در سن 27 سالگی در لندن از دنیا رفت.

* **گوگوش:** فائقه آتشین، معروف به گوگوش متولد 1329 در تهران، خواننده و هنرپیشه مشهور ایرانی است، او از خوانندگان تاریخ موسیقی ایران است که در سایر کشورهای آسیای میانه و خاورمیانه نیز هواداران بسیاری دارد. گوگوش از جمله چپ‌دستان معروف ایرانی است.

* **باراک اوباما:** رئیس جمهور ایالات متحده آمریکا نیز از جمله چپ‌دستان مشهور تاریخ معاصر است. او که در سال 1961 میلادی به دنیا آمده، چهل و چهارمین رئیس جمهور ایالات متحده آمریکاست. او در صف برندگان جایزه نوبل نیز قرار دارد.

* **رضا پهلوی:** متولد 9 آبان 1339 در تهران. نخستین فرزند محمدرضا شاه پهلوی و فرح دیبا است. او نیز از چپ‌دستان معروف ایرانی است.

* **نیکول کیدمن:** بازیگر آمریکایی استرالیایی از جمله چپ‌دستان معروف است. او متولد سال 1967 و برنده جایزه اسکار است به خوانندگی نیز پرداخته است.

* **آنجلینا جولی:** متولد سال 1975 بازیگر آمریکایی و سفیر حسن نیت سازمان ملل متحد در امور پناهندگان است. او بارها توسط مجله‌ها و در مراسم‌های مختلف به‌عنوان زیباترین و جذاب‌ترین بازیگر انتخاب شده است. جولی سه بار جایزه گلدن گلوب و یک بار جایزه اسکار را کسب کرده است. او نیز از چپ‌دستان تاریخ به‌شمار می‌آید.

* **لیدی گاگا:** خواننده، ترانه‌سرا و آهنگساز آمریکایی است، مجله «فوربس» لیدی گاگا را یازدهمین زن قدرتمند جهان در سال 2011 معرفی کرد. لیدی گاگا پس از مایکل جکسون، اولین انسانی است که هوادارانش در فیس‌بوک از مرز 10 میلیون کاربر گذشت. لیدی گاگا که علاوه بر ترانه‌ها و موزیک ویدئوهای جنجالی‌اش، به‌خاطر نحوهٔ عجیب لباس پوشیدنش نیز شهرت دارد. او نیز جزء چپ‌دستان تاریخ به‌شمار می‌آید.

* **اسحاق نیوتن:** (سرایزاک) فیزیک‌دان، ریاضی‌دان ستاره‌شناس، فیلسوف و شهروند انگلستان بوده است. او نخستین کسی است که قواعد طبیعی حاکم بر گردشهای «زمینی آسمانی» را کشف کرد. از نظر پژوهشگران نیوتن یک یکتاپرست بود که به پیش‌گوئی‌های کتاب مقدس ایمان داشت. وی باور داشت جهان در سال 2060 میلادی پس از جنگ نیکی و بدی که در آن نیکی به پیروزی می‌رسد، به پایان می‌رسد.

* **پیکاسو:** «پابلو روئیز» نقاش، طراح صحنه، پیکرتراش، گراورساز و سرامیک‌کار اسپانیایی و یکی از برترین و تأثیرگذارترین هنرمندان سده 20 میلادی بود. او به همراه ژرژ-براک، نقاش و پیکرتراش فرانسوی، سبک کوبیسم را پدیدآورد. از جمله آثار مشهور او می‌توان به «دوشیزگان آوینیون» و «گرنیکا» اشاره کرد. پیکاسو بیشتر عمر خود را در فرانسه به‌سر برد. او در زمان خود به چپ‌دستی شهرت داشت.

* **ویلیام شکسپیر:** شاعر و نمایشنامه‌نویس انگلیسی است، که وی را بزرگترین نویسنده در زبان انگلیسی دانسته‌اند. وی در 26 آوریل سال 1564 در انگلستان، در شهر استراتفورد متولد شد. شهرت شکسپیر به عنوان شاعر،

نویسنده، بازیگر و نمایشنامه‌نویس منحصر به فرد است و برخی او را بزرگترین نمایشنامه‌نویس تاریخ می‌دانند. اما بسیاری از حقایق زندگی او مبهم است.

* **بیل گیتس:** در 28 اکتبر 1955 میلادی در سیاتل، مرکز ایالت واشنگتن آمریکا زاده شد. او و پل آلن شرکت **مایکرو** سافت را پایه‌ریزی نمودند. گیتس به‌عنوان مدیرعامل و مدیر معماری نرم‌افزار در شرکت فعالیت کرده است. بر پایه مجله فوربس، بیل گیتس در سال 2008 میلادی سومین مرد ثروتمند جهان به‌شمار می‌رود. بیل گیتس در دنیا به‌عنوان بنیان‌گذار تحول در رایانه‌های شخصی بسیار مشهور است. گیتس همواره تلاش‌های خیرخواهانه متعددی را نیز تعقیب کرده است. بیل گیتس از جمله چپ‌دستان مشهور تاریخ معاصر است.

* **آمی‌تا باچان:** زاده 11 اکتبر 1942 در الله آباد هند، بازیگر، تهیه‌کننده، خواننده و مجری تلویزیونی فیلم‌های بالیوود در کشور هند است. او از سال 1969 و با فیلم سیاه و سفید «هفت هندی» پا به سینما گذاشت و از آن پس همیشه از مطرح‌ترین چهره‌های سینمای هند بوده است. او تا بحال دوازده بار جایزه «فیلم‌فیر» جایزه اصلی فیلم‌های هندی را از آن خود کرده است. او که یکی از بهترین بازیگران سینمای هندو یکی از گران‌قیمت‌ترین ستارگان در این زمینه می‌باشد، چپ‌دست نیز هست.

* **نوشاد عالمیان:** که در 30 آبان 1370 در بابل به دنیا آمده، یکی از چهره‌های موفق تنیس روی میز ایران است. او در المپیک تابستانی 2012 در لندن توانست در نخستین بازی خود حریف **چینی‌تبار** استرالیایی‌اش را

شکست دهد. این نخستین پیروزی ایران در مسابقات المپیک محسوب می‌شود. او در سال‌های 2012 و 2013 نیز موفق شد و در رقابت‌های تنیس روی میز آسیا به مقام چهارم دست یابد. او نیز از چپ‌دستان معروف ایران به‌شمار می‌آید.

ریشهٔ دری وری :

به‌طور کلی جملات نامفهوم و بی‌معنی و خارج از موضوع را در میان عوام دری وری می‌گویند. نخست باید دانست که در زبان فارسی این رسم وجود دارد که مردم بسیاری از واژه‌ها را به‌صورت جفتی و دوتائی به کار می‌برند، که واژه نخست آن را که معنی‌دار است مستعمل و واژهٔ دوم را که با واژهٔ نخست هم‌وزن و قافیه است ولی هیچ معنایی ندارد مهمل می‌نامند، مانند پول مول، بچه مچه و بسیاری مانند آن‌ها. دیگر آن‌که زبان پارسی باستان در زمان هخامنشیا زبان مردم پارس و زبان رسمی پادشاهان هخامنشی بوده است. حمله اسکندر و تسلط یونانیان و مقدونیان سبب گردید که زبان پارسی باستان از میان برود و زبان یونانی تا سیصدسال در ایران رواج پیدا کند. ادامهٔ پارسی باستان، فارسی میانه بود که به شکل زبان‌های پهلوی اشکانی در زمان اشکانیان و پهلوی ساسانی در زمان ساسانیان دوباره در ایران رایج گردید. و زبان فارسی دری به‌عنوان شاخه‌ای از زبان پهلوی ساسانی در دربار ساسانی رواج پیدا کرد. یعنی زبانی شد که پادشاهان ساسانی در دربار بدان ، سخن می‌گفتند و به همین علت نیز «دری» نامیده شد.

پس از شکست ساسانیان به دست اعراب، یزدگرد پادشاه ساسانی که هزاران تن درباری دیگر را با خود همرا کرده بود از تیسفون خارج شده و در مشرق به مرو رفت و بدین ترتیب مرو مرکز زبان فارسی گردید و سپس در سراسر خراسان

رواج یافت و جای لهجه‌ها و زبان‌های محلی را گرفت. خراسانیان که نخستین کسانی بودند که از زیر نفوذ عرب خارج شده و اعلام استقلال کردند. زبان محلی خود را نیز که اکنون زبان دری بود زبان رسمی خود و سراسر ایران اعلام نمودند. که همان زبانی است که ما امروز با آن سخن می‌گوئیم و به خط عربی می‌نویسیم.

سلسله‌هائی مانند طاهریان، صفاریان و سامانیان که همگی از خراسان و ماوراءالنهر برخاسته بودند به رواج زبان دری یعنی فارسی امروز بسیار یاری رساندند و در ترویج آن کوشیدند. تا قرن هشتم هجری سایر مردم ایران با آن آشنائی نداشتند. بدین ترتیب به مدت 500 سال تا قرن هشتم هجری زبان دری به جز مردم خراسان دیگر مفهوم نبود و کسی آن را درک نمی‌کرد و از این‌رو مردم مناطق دیگر ایران هنگامی که زبان دری را از زبان کسی در میان خود می‌شنیدند، چون آن را نمی‌فهمیدند به رسم زبان فارسی و با استفاده از مهمل «وری» می‌گفتند فلانی دری وری می‌گوید که منظورشان این بود که به زبانی حرف می‌زند که نامفهوم و مهجور است.

این عبارت امروز به‌هیچ روی دیگر مصداق ندارد و زبان دری نه تنها زبان رسمی و ملی همه ایرانیان است بلکه به یکی از گران‌بهارترین سرمایه‌های معنوی جهان تبدیل گردیده است و گام‌به‌گام می‌رود تا به مرحله‌ای از تحول و تکامل برسد که نمونه‌ای برای آن نتوان شناخت.

*** حکایت :** در روزگارانی دور غریبی، وقت اذان وارد قریه‌ای شد و برای

نماز به مسجد رفت. امام جماعت را دید که یک دست و یک پا، یک گوشش بریده بود، و یک چشمش از کاسه درآمده بود. از ریش سپیدی علت پرسید. پیرمرد لبخندی زد و گفت: راه خطا رفت، به حکم شرع پایش را قطع کردیم، دزدی کرد دستش را بریدیم. گوش به خطا سپرد، گوشش را کندید و چشم

به نامحرم دوخت، چشمش را از کاسه در آوردیم. مرد طعنه زد: با این همه فضیلت، چطور امام جماعتش کردید؟ پیر مرد گفت: آخر اگر جلو چشمان نبود، وقت نماز کفش هامان را می‌دزدید.

* **بودا و فاحشه:** بودا به دهی سفر کرد. زنی که مجذوب سخنان او شده

بود از بودا خواست تا میهمان وی باشد. بودا پذیرفت و مهیای رفتن به خانه زن شد. کدخدای دهکده هراسان خود را به بودا رساند و گفت: این زن هرزه است، به خانه او نروید. بودا به کدخدا گفت یکی از دستانت را به من بده. کدخدا تعجب کرد و یکی از دستانش را در دستان بودا گذاشت. آنگاه بودا گفت: حالا کف بز. کدخدا بیشتر تعجب کرد و گفت: هیچ کسی نمی‌تواند با یک دست کف بز. بودا لبخندی زد و پاسخ داد: هیچ زنی نیز نمی‌تواند به تنهایی بد و هرزه باشد مگر این که مردان دهکده نیز هرزه باشند.

بنا بر این مردان و پول‌هایشان است که این زن را زنی هرزه ساخته‌اند برو و به جای نگرانی برای من نگران خودت و دیگر مردان دهکده‌ات باش فاحشه را خدا فاحشه نیافرید. آنان که در شهر نان قسمت می‌کنند او را لنگ نان گذاشته‌اند، تا هر زمان لنگ هماغوشی مانند، او را به نانی بخرند.

* **عبید زاکانی:** (ترس بدون پرسش) " درویشی به دهی رسید .

جمعی کدایان

را دید آن جا نشسته، گفت: مرا چیزی بدهید و گرنه با این ده همان کنم که با آن ده دیگر کردم. ایشان بترسیدند. گفتند مبادا که ساحری یا ولی‌ای باشد که از او خرابی به ده ما رسد، آنچه خواست بدادند. بعد از آن پرسیدند که با آن ده چه کردی؟ گفت: آن جا سوالی کردم چیزی ندادند. به این جا آمدم. اگر شما نیز چیزی نمی‌دادید به دهی دیگر می‌رفتم.

* **منطق زنانه:** زوجی برای تعطیلات به یک منطقه ماهیگیری در پارک ملی رفته بودند شوهر به ماهیگیری در صبح خیلی زود علاقه داشت و زن هم ترجیح می‌داد مطالعه کند. یک روز صبح شوهر بعد از ساعتها تلاش برای ماهیگیری

بازگشت و تصمیم گرفت چرت کوتاهی بزند. زن هم تصمیم گرفت با قایق دوری بزند. او که با دریاچه آشنائی نداشت پارو زد و درجائی لنگر انداخت و شروع به مطالعه کتابش کرد. در همین بین یکی از نگهبانان پارک به قایق او نزدیک شد و پهلوی قایق او توقف کرد و گفت: صبح بخیر خانم. شما مشغول چه کاری هستید؟ خانم در حالیکه با خود فکر می‌کرد (مگه این یارو کوره) جواب داد: کتابمو می‌خونم. نگهبان به او گفت: شما در منطقه «ماهیگیری ممنوع» هستید. زن گفت: اما جناب سرکار من ماهیگیری نمی‌کنم. نمی‌توانید این موضوع را ببینید. نگهبان گفت: اما شما تمام وسایل لازم رو با خود دارید. خانم من باید شمارو جریمه کنم. زن خشمگین با عصبانیت گفت: اما اگر شما این کارو بکنید من از شما به‌خاطر تجاوز شکایت می‌کنم. نگهبان با اعتراض گفت: من حتی به شما دست هم نزنم. زن گفت: بله درسته، ولی شما هم تمام وسائل لازم رو دارید.

هیچ وقت زود قضاوت نکن:

مسئولین یک مؤسسه خیریه متوجه شدند که وکیل پولداری در شهرشان زندگی می‌کند و تاکنون حتی یک ریال هم به خیریه کمک نکرده است. پس یکی از افرادشان را نزد او فرستادند.

مسئول خیریه: آقای وکیل ما در مورد شما تحقیق کردیم و متوجه شدیم که الحمدالله از درآمد بسیار خوبی برخوردارید، ولی تاکنون هیچ کمکی به خیریه نکرده‌اید. نمی‌خواهید در این امر خیر شرکت کنید؟ وکیل گفت: آیا شما در

تحقیقاتی که در مورد من کردید، متوجه شدید که مادرم بعد از یک بیماری طولانی سه ساله، هفته پیش درگذشت و در طول آن سه سال حقوق بازنشستگی اش کفاف مخارج سنگین درمانیش را نمی‌کرد؟ زود قضاوت کردید؟
 مسؤل خیریه: «با کمی شرمندگی» نه نمی‌دانستم، خیلی تسلیت می‌گویم. وکیل: آیا در تحقیقاتی که در مورد من گردید فهمیدید که برادرم در جنگ هر دو پایش را از دست داده و دیگر نمی‌تواند کار کند و زن و 5 بچه دارد و سال‌هاست که خانه نشین است و نمی‌تواند از پس مخارج زندگیش برآید؟ زود قضاوت کردید؟
 مسؤل خیریه: «با شرمندگی بیشتر» نه نمی‌دانستم، چه گرفتاری بزرگی.

وکیل: آیا در تحقیقاتتان متوجه شدید که خواهرم، سال‌هاست که در یک بیمارستان روانی است و چون بیمه نیست، در تنگنای شدیدی برای تأمین هزینه‌های درمانش قرار دارد؟ زود قضاوت کردید؟ مسؤل خیریه که کاملاً شرمنده شده بود گفت: ببخشید، نمی‌دانستم این همه گرفتاری دارید.
 وکیل گفت: خوب حالا وقتی من به اینها یک ریال کمک نکرده‌ام شما چطور انتظار دارید به خیریه شما کمک کنم؟

*** شیخ و شفا:** «طنز» کنیزی مریض احوال به حضور شیخ رسیدندی و تا خواست طرح مسئله کند، شیخ فرصت نداد و (پس از تجاوز به وی..) از او پرسید: دخترم بگو ببینم مشکلت چیه؟ کنیز که در حال لباس پوشیدن بود گفت: شنیده‌ام شما می‌توانید، بیماری ایدزی را شفا دهید.
 شیخ که این را شنید سرش گیج رفت و فریاد زد: او، عسی بود نه من. مریدان که شاهد این صحنه بودند، جملگی نعره‌ها سردادند و سر به بیابان نهادند.

* **خدمت به علم حتی پس از مرگ:** افرادی که در وقوع انقلاب کبیر فرانسه و به ثمر رسیدن آن نقش بسزائی داشتند، یکی از آنان فیزیكدان و شیمی‌دان معروف «لاوازیه» بود. از جمله خطراتی که جان لاوازیه را به مخاطره انداخت، بیشتر جنبه سیاسی داشت. هنگام انقلاب کبیر فرانسه در سال 1789 یعنی در آن هنگام که انقلابیون زمام امور پاریس را در دست داشتند، رخ داد. لاوازیه، رساله معروفی درباره اقتصاد سیاسی موسوم به ثروت‌های زیرزمینی فرانسه به رشته تحریر درآورد. این کتاب یکی از مهم‌ترین کتبی است که در مبحث اقتصاد نوشته شده است. سرانجام آنتوان لاوازیه در سال 1794 در حالی که 51 سال داشت در دادگاه انقلاب به ریاست «ژان با تیست کوفن‌هال» به جرم خیانت به ملت همراه چند تن دیگر تسلیم تیغه گیوتین شد. لاوازیه بعد از اینکه به اعدام محکوم شد تصمیم گرفت در آخرین لحظات زندگی هم به علم خدمت نماید. او به شاگردانش گفت: احتمالاً جایگاه حواس و شعور انسان می‌بایست در سر (مغز) انسان باشد. بنابراین پس از جدا شدن سر از بدن حتماً باید تا چند لحظه هنوز حواس و هوشیاری فرد کار بکند. شما پس از آنکه سر من به وسیله گیوتین قطع شد فوراً آن را روی دست بالا بگیرید. من شروع به پلک‌زدن می‌کنم، شما تعداد پلک‌زدن‌های مرا به‌شمارید تا زمان تقریبی از بین رفتن هوشیاری و مرگ کامل بدست بیاید. پس از این که لاوازه اعدام شد، سر او را بالا گرفتند و او بیش از ده بار پلک زد و این واقعه در تاریخ به ثبت رسید.

* **مرا بغل کن:** روزی زنی روستائی که هرگز حرف دلنشینی از همسرش نشنیده بود بیمار شد. شوهر او که راننده موتور سیکلت بود و از موتورسواران برای حمل و نقل کالا در شهر استفاده می‌کرد، برای اولین بار همسرش را سوار موتور سیکلت خود کرد. زن با احتیاط سوار موتور شد و از دست

پاچگی و خجالت نمی‌دانست دستهایش را کجا بگذارد. که ناگهان شوهرش گفت: مرا بغل کن. زن پرسید: چه کار کنم؟ و وقتی متوجه حرف شوهرش شد. ناگهان صورتش سرخ شد. با خجالت کمر شوهرش را بغل کرد و کم کم اشک صورتش را خیس نمود. به نیمه راه رسیده بودند که زن از شوهرش خواست به خانه برگردند. شوهرش با تعجب پرسید، چرا؟ تقریباً به بیمارستان رسیده‌ایم.

زن جواب داد، دیگر لازم نیست. بهتر شدم. سرم درد نمی‌کند. شوهر، همسرش را به خانه رساند، ولی هرگز متوجه نخواهد شد که گفتن همان جمله ساده «مرا بغل کن» چقدر احساس خوش‌بختی را در قلب همسرش باعث شده که در همین مسیر کوتاه، سر دردش را خوب کرده است. عشق چنان عظیم است که در تصور نمی‌گنجد. فاصله ابراز عشق دور نیست فقط از قلب تا زبان است. و کافی است که حرف‌های دلتان را بیان کنید.

آداب خوردن، سخن گفتن و خوابیدن:

آورده‌اند که شیخ جنید بغدادی، به عزم سیر، از شهر بغداد بیرون رفت و از عقب او، شیخ احوال بهلول را پرسید. گفتند: او مردی دیوانه است گفت: او را طلب کنید که مرا با او کار است. پس تفحص کردند و او را در صحرائی یافتند. شیخ پیش او رفت و سلام کرد.

بهلول جواب سلام او را داد و پرسید: چه کسی هستی؟ عرض کرد منم شیخ جنید بغدادی.

فرمود: توئی شیخ بغداد که مردم را ارشاد می‌کنی؟ عرض کرد: آری. بهلول فرمود: طعام چگونه می‌خوری؟

عرض کرد: «بسم الله» می گویم و از پیش خود می خورم و لقمه کوچک بر می دارم، به طرف راست دهان می گذارم و آهسته می جوم و به دیگران نظر نمی کنم و در موقع خوردن از یاد حق غافل نمی شوم و هر لقمه که می خورم بسم الله می گویم و در اول و آخر دست می شویم. بهلول برخاست و دامن بر شیخ فشاند و فرمود: تو می خواهی که مرشد خلق باشی؟ در صورتی که هنوز طعام خوردن خود را نمی دانی، سپس به راه خود رفت. مریدان شیخ را گفتند: یا شیخ این مرد دیوانه است، خندید و گفت: سخن راست از دیوانه باید شنید و از عقب او روان شد تا به او رسید. بهلول پرسید چه کسی هستی جواب داد شیخ بغدادی که طعام خوردن خود را نمی داند. بهلول فرمود: آیا سخن گفتن خود را می دانی؟

عرض کرد: آری سخن به قدر می گویم و بی حساب نمی گویم و به قدر فهم مستمعان می گویم و خلق را به خدا و رسول دعوت می کنم و چندان سخن نمی گویم که مردم از من ملول شوند و دقایق علوم ظاهر و باطن را رعایت می کنم، پس هر چه تعلق به آداب کلام داشت بیان کرد. بهلول گفت: گذشته از طعام خوردن سخن گفتن را هم نمی دانی، سپس برخاست و رفت، مریدان گفتند:

یا شیخ دیدی این مرد دیوانه است؟ تو از دیوانه چه توقع دارد؟
 جنید گفت: مرا با او کار است. شما نمی دانید. باز به دنبال او رفت تا به او رسید، بهلول گفت از من چه می خواهی؟ تو که آداب طعام خوردن و سخن گفتن خود را نمی دانی آیا آداب خوابیدن خود را می دانی؟ عرض کرد آری، چون از نماز عشا فارغ شدم داخل خواب می شوم. پس از آنچه آداب خوابیدن که از حضرت رسول رسیده بود بیان کرد. بهلول گفت: فهمیدم که آداب خوابیدن را هم نمی دانی خواست برخیزد که جنید دامنش را بگرفت و گفت: ای بهلول، من هیچ نمی دانم تو، قربتاً الی الله مرا بیاموز.

بهلول گفت: چون به نادانی خود معترف شدی تو را بیاموزم. بدان که اینها که تو گفتی همه فرع است. و اصل در خوردن طعام آن است که لقمه حلال باید و اگر حرام را صد از این گونه آداب به جا بیاوری فایده ندارد. و سبب تاریکی دل شود. جنید گفت جزاک الله خیراً. و ادامه داد، در سخن گفتن باید دل پاک باشد و نیت درست باشد و گرنه عبارت که بگوئی آن و بال تو باشد پس سکوت و خاموشی بهتر و نیکوتر باشد. و در خواب کردن این که گفتی همه فرع است. اصل این است که در وقت خوابیدن، در دل تو بغض و کینه و حسد، هیچ بشری نباشد.

*** فروشنده واقعی:** یک پسر تگزاسی برای پیدا کردن کار از خانه به راه افتاد و به یکی از این فروشگاه‌های بزرگ که همه چیز می‌فروشند در ایالات کالیفرنیا میرود. مدیر فروشگاه به او می‌گوید: یک روز فرصت داری تا به طور آزمایشی کار کرده و در پایان روز با توجه به نتیجه کار در مورد استخدام تو تصمیم می‌گیریم. در پایان اولین روز کاری مدیر به سراغ پسر رفت و از او پرسید که چند مشتری داشته است. پسر پاسخ داد که یک مشتری. مدیر با تعجب گفت: تنها یک مشتری؟ بی‌تجربه‌ترین متقاضیان در این جا حداقل 10 تا 20 فروش در روز دارند. حالا مبلغ فروشت چقدر بوده است؟ پسر گفت: 134/999050 دلار. مدیر تقریباً فریاد کشید 134/999050 دلار؟ مگه چه فروختی؟ پسر گفت: اول یک قلاب ماهیگیری کوچک فروختم، بعد یک قلاب ماهیگیری بزرگ. بعد یک چوب ماهیگیری گرافیت به همراه چرخ ماهیگیری 4 بلبرینگه بعد پرسیدم کجا میرید ماهیگیری؟ گفت: خلیج پشتی. من هم گفتم پس به قایق هم احتیاج دارید. و یک قایق توربوی دو موتوره به او فروختم. بعد پرسیدم، ماشینتان چیست و آیا می‌تواند این قایق را بکشد/ که گفت هوندا سیویک، پس منم یک بلیزر به او پیشنهاد دادم که او هم خرید. مدیر با تعجب پرسید: او آمده بود که یک قلاب ماهیگیری بخرد و تو

به او قایق بلیزر فروختی؟ پسر به آرامی گفت: نه او آمده بود یک بسته نوار بهداشتی بخرد که من گفتم پس معلومه که آخر هفته‌ات خراب شده. بیا برای آخر هفته‌ات یک برنامه ترتیب بدهیم. شاید این طوری بهتر باشد.

موشی در خانه: مزرعه‌دار تله موش دید. به مرغ و گوسفند و گاو خبر داد، آنها گفتند: مشکل تو به ما ربطی ندارد. ماری در تله افتاد و زن مزرعه‌دار را گزید. از مرغ برایش سوپ درست کردند. گوسفند را برای عیادت‌کنندگان سربریدند. نهایتاً زن تلف شد. گاو را برای مراسم ترحیم کشتند و در این مدت، موش از سوراخ دیوار نگاه می‌کرد و به مشکلی که به دیگران ربطی ندارد فکر می‌کرد.

زبان شیرین فارسی :

* **زبان شیرین فارسی:** زبان شیرین فارسی را باید همیشه تا به انتها شنید یا خواند تا به اشتباه یا بد فهمیده نشود. نمونه آن شعر زیر از «عوفی» به سلطان محمود غزنوی است و داستان آن این است که گویند سلطان محمود غزنوی جلوی پلکان قصر ایستاده بود که یکی از شعرای درباری «عوفی» را دید و از او خواست که وقتی سلطان پایه پله اول می‌گذارد، مصرعی بگوید که سلطان حکم قتلش را بدهد و وقتی سلطان پا به پله دوم گذاشت مصراع دوم را چنان بگوید که نه تنها اثر مصراع او را از بین ببرد بلکه شاعر را شایسته پاداشی گران کند:

همه شب تا به سحرگاه دعا	سال‌ها بود تو را می‌کردم
درس آزادگی و مهر و وفا	یاد داری که به من می‌دادی
وصف روی گل زیبای تو را	همه کردند چرا ما نکنیم
خنجر خود به گلوگاه نگاه	تا ته دسته فرو خواهیم کرد

تو اگر خم نشوی تو نرود قد رعناى تو از این درگاه
 مادرت خوان کرم بود بداد از پس و پیش به یتیمان زر و مال و به فقیران بز و میش
 یاد داری که تو را شب به سحر می‌کردم صد دعا از دل مجروح پریشان احوال
 وه که بر پشت تو افتادن و جنبش چه خوشست کاکل مشک نشان با وزش باد شمال

خدای من و خدای پسر همسایه:

خیلی مؤمن است نمازش ترک نمی‌شود، زیارت عاشورا می‌خواند، روزه می‌گیرد، مسجد می‌رود، خیلی پسر با خدائیت، لحظه‌ای دلم گرفت، در دل فریاد زدم باور کنید من هم ایمان دارم، نماز نمی‌خوانم و لبخند روی لب‌های مادرم، خدا را بیاد می‌آورم، دستهای پینه‌بسته پدرم را دست‌های خدا می‌بینم، زیارت عاشورا نمی‌خوانم ولی گریه یتیمی در دلم، عاشورا بر پا می‌کند، نه، من روزه نمی‌گیرم، ولی هر روز از آن دخترک فال فروش فالی را می‌خرم که هیچ وقت نمی‌خوانم، مسجد من خانه مادر بزرگ پیر و تنه‌ایم است که با دیدن من کلی دلش شاد می‌شود، خدای من، نگاه مهربان دوستی است که در غم‌ها تنه‌ایم نمی‌گذارد، برای من تولد هر نوزادی تولد خداست، و هر بوسه عاشقانه‌ای تجلی او، مادرم؟ خدای من و خدای پسر همسایه کیست، فقط من جور دیگری او را می‌شناسم و به او ایمان دارم. خدای من دوست انسان‌هاست، نه پادشاه آن .

یک پرسش کنکاوانه :

روزی دخترک از مادرش پرسید : مامان انسان از کجا اومد ؟ مادرش جواب داد , خداوند آدم و حوا را خلق کرد . اون ها بچه دار شدند و این جوری انسان به وجود اومد .

دو روز بعد دختر همین سؤال رو از پدر پرسید . پدر پاسخ داد : خیلی سال پیش , میمون ها تکامل یافتند و انسان پدید اومد . دخترک که گیج شده بود , نزد مادرش رفت و گفت : مامان تو گفتی خدا انسان ها را رو آفریده ,

ولی بابا می گه انسان ها تکامل یافته میمون ها هستند . مادرش گفت : عزیز دلم خیلی ساده است ، من بهت در مورد خانواده خودم گفتم و بابات در مورد خانواده خودش ..

داستان :

در زمان های دور، پادشاهی تخته سنگی را در وسط جاده قرار داد و برای اینکه عکس العمل مردم را ببیند خودش را در جایی مخفی کرد.

بعضی از بازرگانان و ندیمان ثروتمند پادشاه بی تفاوت از کنار تخته سنگ می گذشتند، بسیاری غرولند می کردند که این چه شهری است که نظم ندارد. حاکم این شهر عجب مرد بی عرضه ای است و. با وجود این هیچ کس تخته سنگ را از وسط بر نمی داشت. نزدیک غروب یک روستائی که پشتش بار میوه و سبزیجات بود، نزدیک سنگ شد، بارهایش را زمین گذاشت و با هر زحمتی بود تخته سنگ را از وسط جاده برداشت و آن را کناری قرار داد. ناگهان کیسه ای را دید که زیر تخته سنگ قرار داده شده بود. کیسه را باز کرد و داخل آن سکه های طلا و یک یاد داشت پیدا کرد پادشاه در آن یادداشت نوشته بود. هر سد و مانعی می تواند یک شانس برای تغییر زندگی، انسان باشد.

تفاوت جالب چپ دست ها و راست دست ها:

در دنیا به طور تقریبی از هر 10 نفر یک نفر چپ دست است. داستان ها و افسانه های زیادی در رابطه با افراد چپ دست وجود دارد همچنین تحقیقات بسیاری نیز در رابطه آنها و بر تفاوت های ذهنی، فکری، تمایلات و تأثیرشان در اجتماع در مقایسه با راست دست ها انجام شده یا در حال انجام است.

1- ناتوانی در یادگیری در چپ‌دست‌ها شایع‌تر است.

در نتیجه تحقیقاتی که اخیراً بر روی گروهی از افراد انجام شده نشان می‌دهد، خواندن روان یک متن برای افراد چپ‌دست به مراتب سخت‌تر از راست‌دست‌هاست. البته این اختلاف می‌تواند در مهارت‌هایی مانند، املاء مهارت‌های شنوایی نام‌گذاری، حافظه کوتاه‌مدت، و موارد مشابه نیز به چشم آید. احتمالاً بروز روان گسیختگی نیز در آنها بیشتر است.

2- بسیاری از چپ‌دست‌ها از راست‌دست‌ها باهوش‌ترند.

چپ‌دست‌ها در درک مسائل هندسی و فضائی و همین‌طور تصور ذهنی اشیاء قوی‌ترند. مهارت‌هایی که از آنها شطرنج‌بازها یا معماران نخبه‌ای می‌سازد. چپ‌دستان در تفکرات و اکثرأً بهتر از راست‌دست‌ها هستند. شاید به همین دلیل است که هفت رئیس جمهور آخر ایالات متحده چهار نفرشان چپ‌دست بوده‌اند. آلبرت انشتین، بنجامین فرانکلین، نیوتون، و داروین نیز از چپ‌دست‌های مشهور بوده‌اند.

3- رفتارها و احساسات منفی در چپ‌دست‌ها بیشتر بروز می‌کند:

شاید این خصیصه به‌خاطر فعل و انفعالات بیشتر نیمکره‌های مغز چپ‌دستها در مقایسه با راست‌دست‌ها باشد. مغز چپ‌دستها سیگنال‌ها و نشانه‌های بیشتری نسبت به بقیه دریافت می‌کند. ژورنال اعصاب و بیماری‌های روانی، بروز رفتارها و احساسات منفی در چپ‌دستها را به عملکرد منطقی مغز مرتبط می‌داند. پردازش امور منطقی در نیمکره چپ و احساسات در نیمکره راست انجام می‌شود.

4- چپ‌دست‌ها در برخی ورزش‌ها عملکرد بهتری دارند.

در میان افرادی که بازیکن بیسبال می‌شوند، بیش از 25 درصدشان دست چپ را برای گرفتن توپ به دست‌راست ترجیح می‌دهند، در این میان مشخص است که

مهارت بازی‌کنان چپ‌دست به مراتب بیشتر از راست‌دستها خواهد بود. چپ‌دستها در بازی‌های تک نفره‌ای مانند تنیس، و بوکس هم در مقابله با راست‌دستها برتری نسبی دارند. چرا که حریف‌شان تجربه کافی در برابری با حریفان چپ‌دست را ندارند. و درعین‌حال بازیکنان چپ‌دست بیشتر با حریفان راست‌دست مسابقه می‌دهند و در این زمینه مجرب‌ترند.

5- درآمد چپ‌دستها ممکن است کمتر باشد:

براساس تحقیقی که در دانشگاه هاروارد انجام شده. چپ‌دستها به‌طور تقریبی 10 درصد کمتر از راست‌دستها در آمد دارند. نتایج تحقیقی مجزا نیز نشان می‌دهد که درآمد زنان چپ‌دستی که قابلیت‌های بالائی هم داشته‌اند در مقایسه با مردان چپ‌دست با همان شرایط قابل مقایسه است. اما درآمدشان در مقایسه با هم‌جنس‌های راست‌دستشان کمتر است. محققان دلیل این مسئله را علاقه کمتر چپ‌دستها به تمام کردن تحصیلات یا کسب نمرات پائین و همچنین ضعف نسبی در ریاضیات و دروس مفهومی می‌دانند.

هرچند که مقایسه بالا بازتاب نتیجه آزمایشات و تحقیقات است، اما دقت کنید که تمام موارد بالا در مجموع به همه چپ‌دستها اطلاق نمی‌شود. به یاد داشته باشید که بسیاری از افراد تأثیرگذار تاریخ نیز افرادی چپ‌دست بوده‌اند.

* **محبت را هدیه دهید:** اتوبوس با سرو صدا در حرکت بود. یکی از

مسافران پیر مردی بود که دسته گل سرخ بسیار زیبایی در دست داشت.

نزدیک او دختر جوانی نشسته بود که مرتب به گل‌های زیبای پیر مرد نگاه می‌کرد. به نظر می‌رسید از آنها خیلی خوشش آمده است.

ساعتی بعد اتوبوس توقف کرد و پیر مرد باید پیاده می‌شد. پیر مرد بدون مقدمه چینی دسته گل را به دختر جوان داد و گفت: مثل اینکه شما رُز دوست دارید.

فکر می‌کنم همسر هم موافق باشد که گل‌ها را به شما بدهم. به او خواهم گفت که این کار را کردم. دختر جوان گل‌ها را گرفت خیلی خوشحال شده بود. پیر مرد پیاده شد و اتوبوس دوباره به راه افتاد. دختر جوان که بیرون را نگاه می‌کرد، پیر مرد را دید که وارد قبرستان کنار جاده شد.

نتیجه اخلاقی: بهترین و زیباترین چیزهای دنیا را نه می‌توان دید و نه می‌توان لمس کرد. باید در درون احساسشان کرد.

طنز: (شیخ و مریدان) روزی شیخ مریدان خود را همی صدا زد که اندر احوالات خوردن آب به آنان نصایح نماید. مریدان چون این سخنان از شیخ خود بشنیدند از فرط خوشحالی فریاد سر دادند و منتظر و مستمع شیخ شدند. شیخ بگفتا هنگام خوردن آب باید سه بار بسم‌الله گفت، چون درون آب سه جن وجود دارد و بر هر جن بسم‌الهی واجب، مریدان اندکی تعقل نمودند، سپس اسرار (جنیان) از وی سؤال نمودند. که شیخ بگفتا درون آب دو (هیدروجن) و یک (اکسی جن) وجود دارد، مریدان بر علم شیخ خود ایمان آورده و از فرط خوشحالی بر وی آفرین تسلیم نمودند.

ضرب‌المثل «دنبال نخود سیاه رفتن»

هرگاه بخواهند کسی از مطلب و موضوعی آگاه نشود و او را به هر بهانه بیرون فرستند و یا به قول علامه دهخدا «پی کاری فرستادن که بسی دیر کشد» از باب مثال می‌گویند فلانی را به دنبال نخود سیاه فرستادیم یعنی «جائی رفت که به این زودی‌ها باز نمی‌گردد» اکنون ببینیم نخود سیاه چیست و چه نقشی دارد که به‌صورت ضرب‌المثل در آمده است. به‌طوری که میدانیم نخود از دانه‌های نباتی است که چند نوع از آن در ایران و بهترین آنها در قزوین به‌عمل می‌آید. انواع و

اقسام نخودهایی که در ایران به عمل می‌آید، همه به همان صورتی که درو می‌شوند مورد استفاده قرار می‌گیرند. یعنی چیزی از آنها کم و کسر نمی‌شود و تغییر قیافه هم نمی‌دهند مگر نخود سیاه که چون به عمل آمد آنرا در داخل ظرف آب می‌ریزند تا خیس بخورد و به صورت لپه در بیاید. مقصود این است که در هیچ دکان بقالی و سوپر و فروشگاه نخود سیاه پیدا نمی‌شود و هیچ‌کس دنبال نخود سیاه نمی‌رود. زیرا نخود سیاه بخودی خود قابل استفاده نیست مگر آنکه به شکل لپه در بیاید و آن‌گاه مورد بهره برداری واقع شود.

حال که با مقدمه بالا ادای مطلب شد، اگر کسی را به دنبال نخود سیاه بفرستند درواقع به دنبال چیزی فرستادند که در هیچ دکان و فروشگاه‌ای پیدا نمی‌شود.

چرا می‌گوئیم الهی 120 سال زنده باشی؟

آیا می‌دانید چرا وقتی بهم می‌رسیم، می‌گوئیم الهی 120 سال زنده باشی؟ برای چه نمی‌گوئیم 100 سال یا 150 سال یا. در ایران و در زمان ماقبل هجوم اعراب به ایران، سال کیسه را به این صورت محاسبه می‌کردند که به‌جای اینکه هر 4 سال یک روز اضافه کنند، که (البته اضافه هم می‌کردند) هر 120 سال یک ماه را جشن می‌گرفتند و در کل ایران این جشن بر پا بود. (تقویم فعلی که به تقویم جلالی) نامیده می‌شود حاصل زحمات خیام و سایر دانشمندان قرن پنجم هجری است)

برای اینکه بعضی‌ها ممکن بود یک بار این جشن را ببینند و عمرشان جواب نمی‌داد تا این جشن‌ها را دوباره ببینند و بعضی‌ها هم اصلاً این جشن‌ها را نمی‌دیدند، دیدن این جشن‌ها را به‌عنوان بزرگترین آرزو برای یکدیگر خواستار بودند و هرکسی برای طرف‌مقابل آرزو می‌کرد تا آنقدر زنده باشد که این جشن با شکوه را ببیند، و این به‌صورت یک تعارف و سنتی بی‌نهایت زیبا درآمد که وقتی به هم می‌رسیدند، بگویند 120 سال زنده باشی.

چرا به لوله‌ای که آب از آن خارج می‌شود، می‌گوئیم شیر؟

در زمان‌های دور، ایران، تنها دو شهر بیرجند و تبریز آب لوله‌کشی داشتند، که آن صنعت را از روسیه به امانت برده بودند. و در کلان‌شهری مثل تهران مردم از آب‌چاه که تمیز و سالم نبود استفاده می‌کردند. در شهر تهران تنها سه قنات وجود داشت که آن هم متعلق به سه سرمایه‌دار تهرانی بود. یکی از این قنات‌ها که به سرچشمه معروف بود متعلق به سرمایه‌داری بود که بچه‌دار نمی‌شد. او نذر کرد، اگر بچه‌دار شود، برای تهرانیان آب لوله‌کشی فراهم کند. پس از مدتی بچه‌دار شد، و برای ادای نذرش به اتریش رفت تا مهندسانی را از آنجا برای لوله‌کشی آب بیاورد، هر کشوری حیوانی که برای آنها مقدس است را بر سر خروجی آب می‌گذاشتند، مثلاً در فرانسه سر خروس استفاده می‌کنند. او دید در اتریش هر جا خروجی آب است تندیس از شیر هست، پس بر سر چشمه آب که برای مردم فراهم کرد، سر شیری گذاشت و مردم هر وقت برای برداشتن آب به آنجا می‌رفتند، می‌گفتند رفتیم از سر شیر آب آوردیم.

مغز را برای دیدن نادیده‌ها پرورش دهید:

چالز داروین بلافاصله پس از خواندن کتابی که چهل سال پیش در مورد رشد جمعیت و رقابت منابع نوشته شده بود، شاهکار خود را با نام خواستگاه‌گونه‌ها را تألیف کرد. و ارتباط بین گونه‌ها و محیط را بدرستی درک کرده بود و بدین‌گونه نظریه تکامل را مطرح ساخت. داروین تنها با خواندن کتاب و تطابق آن با مشاهدات و سئوالات موجود در ذهن خود توانست نظریه خود را ارائه کند و تمامی نظریه‌های پیشین را به چالش بکشد. طبق گفته «گری کلین» روانشناس و نویسنده کتاب دیدن آنچه دیگران نمی‌بینند، راه‌های قابل توجهی برای پرورش

ذهن وجود دارد که بینش صحیح افراد از محیط و پیشامدها را به طور غیر منتظره‌ای گسترش می‌دهد. افکار و ایده‌هایی که ممکن است به ذهن انسان خطوط کند. سئوالی که در این زمینه پیش می‌آید این است که آیا راهی برای تمرین مغز و پرورش ایده‌های جدید و خلاق وجود دارد؟

درست است که ایده‌ها به طور ناگهانی به ذهن انسان‌ها خطور می‌کند، اما متد پرورش ذهن برای درک کردن ارتباط میان پدیده‌هایی که ممکن است هر کسی به آن توجه نکند وجود دارد.

کنجکاو باشید:

کنجکاو بودن بهترین راه رسیدن به یک بینش صحیح است افرادی که ذهن خلاق داشته باشند، هیچ‌گاه نسبت به محیط و پیشامدها بی‌تفاوت نیستند، و ذهنشان درگیر علت و عوامل این پدیده‌هاست. پس دستیابی به بینش و ادراک، هیچ‌گاه از ذهن منفعل و بی‌علاقه به یادگیری بر نمی‌خیزد.

خیال‌پردازی کنید:

در بررسی‌های روانشناختی انجام شده در سال 2012، نتایج حاکی از آن است که خیال‌پردازی منجر به فعال شدن مغز می‌شود. اغلب اوقات راه‌حل‌ها و ایده‌های جدید در ذهن‌های سرگردان و خیال‌باف خطور می‌کند. اوقات فراغت خود را تنها به گوش دادن به موسیقی پر نکنید بعضی اوقات فضای خالی خود را با خیال‌پردازی پر کنید.

موضوعات را با هم تطبیق دهید : انسان‌ها معمولاً از انطباق دادن موضوعات، به دلیل بی‌اهمیت بودن و یا شنیدن نظرات دیگران چشم‌پوشی می‌کنند. اما با منطبق کردن موضوعات می‌توان به ارتباطات شگرفی دست یافت. اگر

افرادی بر صحیح بودن مسئله‌ای هم عقیده هستند، تا زمانی که خود، آن مسئله را براساس مفروضات موجود تطبیق نداده‌اند، به درست بودن آن اطمینان نداشته باشید.

بر روی تضادها دقیق شوید:

در حالی که حس کنجکاوی، تعجب برانگیز است، تضاد نیز شک برانگیز خواهد بود. هنگامی که به درستی موضوعی شک کنیم، ذهن ما درگیر آن خواهد شد و تا به نتیجه درست نرسیم، ذهن ما نیز آسوده نخواهد شد. پس با دقیق شدن بر روی موضوعات و پی بردن به دلیل تناقضات، می‌توان به بینش صحیح رسید.

با تفکر خود قدم بردارید:

برخی افراد هنگامی که تحت فشار قرار گیرند، بهتر عمل می‌کنند، موقعیت‌های حیاتی به انسان می‌آموزند تا چگونه هم‌زمان فکر کنند و افکارشان را عملی سازند. حتی ممکن است در برخی موارد افراد راه‌های غیر معمولی را انتخاب کنند تا به نتیجه دلخواه برسند. همانند استادان شطرنج که با حرکاتی که ممکن است به نظر هوشمندانه نرسد، حریف را در چند حرکت کیش و مات کنند. مشکل بسیاری از سازمان‌ها هم همین است که تحت فشار نیستند تا بهتر عمل کنند، بلکه با خیال راحت و با این تفکر که همیشه پای برجا هستند و زمان دارند، عمل می‌کنند.

* **آخر منطق:** راهبه‌ای در یک صومعه: بسیار منطقی فکر می‌کرد و به

همین سبب به خواهر منطقی معروف شده بود. شبی به اتفاق راهبه دیگری صومعه مراجعت می‌کردند که متوجه شدند مردی آنها را تعقیب می‌کند. دوستش پرسید: چی فکر می‌کنی؟ گفت منطقی است که فکر کنیم او در

صدد است به ما تجاوز کند. دوستش گفت: حالا چیکار کنیم؟ گفت: منطقی است که از هم جداشیم، هر دوی ما را که نمی‌تواند تعقیب کند. جدا شدند و دوستش سراسیمه خود را به صومعه رسانید در حالیکه مردک بدنبال خواهر منطقی رفت، بعد از مدتی خواهر منطقی هم وارد شد و ماجرا را تعریف کرد. گفت مردک به من نزدیک شد و من منطقی دیدم که دامن خودم را بزنم بالا دوستش پرسید او چی کار کرد؟ گفت:

اوهم شلوار خود را کشید پائین. پرسید خب، بعدش چی شد؟ گفت؟ خب نتیجه منطقی این شد که من با دامن بالا زده خیلی سریع تر می‌توانستم بدوم تا او که شلوارش پائین بود و به این ترتیب توانستم از دستش در برم بیام اینجا.

*** گاهی به نگاهت نگاه کن شاید شما اشتباه می‌کنی:** اینشتین می‌گفت،

آنچه در مغزتان می‌گذرد جهانتان را می‌آفریند. استفان کاوی (از سرشناس‌ترین چهره‌های علم موفقیت) احتمالاً با الهام از همین حرف اینشتین است که می‌گوید اگر می‌خواهید در زندگی و روابط شخصی‌تان تغییرات جزئی به‌وجود آورید، به گرایش‌ها و رفتارتان توجه کنید.

اما اگر دلتان می‌خواهد قدم‌های کوانتومی بردارید و تغییرات اساسی در زندگی‌تان ایجاد کنید، باید نگرش‌ها و برداشت‌هایتان را عوض کنید. او حرف‌هایش را با یک مثال خوب و واقعی، ملموس تر می‌کند. صبح یک روز تعطیل در نیویورک سوار اتوبوس شدم، تقریباً یک سوم اتوبوس پر شده بود، بیشتر مردم آرام نشسته بودند و یا سرشان به چیزی گرم بود. و در مجموع فضائی سرشار از آرامش و سکوتی دلپذیر برقرار بود. تا اینکه مرد میانسالی با بچه‌هایش سوار اتوبوس شد. و بلافاصله فضای اتوبوس تغییر کرد. بچه‌هایش داد و بیداد راه انداختند و مدام به طرف هم دیگر چیز پرتاب می‌کردند. یکی از بچه‌ها با صدای بلند گریه می‌کرد و

یکی دیگر روز نامه راز دست این و آن می کشید و خلاصه اعصاب همه مان توی اتوبوس خرد شده بود.

اما پدر آن بچه‌ها که دقیقاً در صندلی جلویی من نشسته بود، اصلاً به روی خودش نمی‌آورد و غرق در افکار خودش بود. بالاخره صبرم لبریز شد و زبان به اعتراض باز کردم که، آقای محترم، بچه‌هایتان واقعاً دارند همه را آزار می‌دهند. شما نمی‌خواهید جلوشان را بگیرید؟ مرد که انگار تازه متوجه شده بود چه اتفاقی دارد می‌افتد، کمی خودش را روی صندلی جابه‌جا کرد و گفت: بله حق با شماست. واقعاً متأسفم. راستش ما داریم از بیمارستانی بر می‌گردیم که همسر، مادر همین بچه‌ها نیم ساعت پیش در آنجا مرده است. من واقعاً گیج‌ام و نمی‌دانم باید به این بچه‌ها چه بگویم. نمی‌دانم که خودم باید چه کار بکنم و بغضش ترکید و اشکش سرازیر شد.

استفان کاوی، بلافاصله پس از نقل این خاطره می‌پرسد صادقانه بگوئید آیا اکنون این وضعیت را به‌طور متفاوتی نمی‌بینید؟ چرا این طور است؟ آیا دلیلی به جز این دارد که نگرش شما نسبت به آن مرد عوض شده است؟ و خودش ادامه می‌دهد که راستش من خودم بلافاصله نگرشم عوض شد و دلسوزانه به آن مرد گفتم واقعاً مرا ببخشید. نمی‌دانستم آیا کاری از دست من ساخته است و اگر چه تا همین چند لحظه پیش ناراحت بودم که این مرد چطور می‌تواند تا این اندازه بی‌ملاحظه باشد، اما ناگهان با تغییر نگرشم همه چیز عوض شد. و من از صمیم قلب می‌خواستم که هر کمکی از دستم ساخته است انجام بدهم. حقیقت این است که به محض تغییر برداشت، همه چیز ناگهان عوض می‌شود. راه‌حل هر مسئله‌ای این است که به شیشه‌های عینکی که به چشم داریم بنگریم، شاید هراز گاهی لازم باشد که رنگ آنها را عوض کنیم و در واقع برداشت یا نقش خودمان را تغییر بدهیم، تا بتوانیم هر وضعیتی را از دیدگاه تازه‌ای از بینیم و تفسیر کنیم.

آنچه اهمیت دارد خود واقعه نیست، بلکه تعبیر و تفسیر ما از آن است.

* **خاطره‌ای از دکتر آرون گاندی:** دکتر آرون گاندی، نوهٔ ماهاتما گاندی، و

مؤسسهٔ (ام کی گاندی) برای عدم خشونت، داستان زیر را به‌عنوان نمونه‌ای

از عدم خشونت والدین در تربیت فرزندان بیان می‌کند.

شانزده ساله بودم و با پدر و مادرم در مؤسسه‌ای که پدر بزرگم در فاصله هجده مایلی «دربین» در آفریقای جنوبی، در وسط تأسیسات تولید قند و شکر تأسیس کرده بود زندگی میکردم. ما آنقدر دور از شهر بودیم که هیچ همسایه‌ای نداشتیم و من و دو خواهرم همیشه منتظر فرصتی بودیم که برای دیدن دوستان یا رفتن به سینما به شهر برویم. یک روز پدرم از من خواست او را با اتومبیل به شهر ببرم. زیرا کنفرانس یک روزه‌ای قرار بود تشکیل شود و من هم فرصت را غنیمت دانستم. چون عازم شهر بودم، مادرم فهرستی از خوار و بار مورد نیاز را نوشت و به من داد و چون تمام روز را در شهر بودم، پدرم از من خواست که چند کار دیگر را هم انجام بدهم، از جمله بردن اتومبیل برای سرویس به تعمیرگاه بود.

وقتی پدرم را آن روز صبح پیاده کردم، گفت: ساعت 5 همین‌جا منتظرت هستم. که با هم به منزل برگردیم، بعد از آن که شتابان کارها را انجام دادم مستقیماً به نزدیکترین سینما رفتم. آنقدر مجذوب بازی «جان وی» در دو نقش بودم که زمان را فراموش کردم. ساعت 5/5 بود که یادم آمد. دوان دوان به تعمیرگاه رفتم و اتومبیل را گرفتم و شتابان به‌جائی رفتم که پدرم منتظر بود. وقتی رسیدم ساعت تقریباً 6 شده بود.

پدرم با نگرانی پرسید، چرا دیر کردی؟ آنقدر شرمنده بودم که نتوانستم بگویم مشغول تماشای فیلم «وسترن جان‌وین» بودم و بدین لحاظ گفتم اتومبیل حاضر نبود. مجبور شدم منتظر بمانم، ولی متوجه نبودم که پدرم قبلاً به تعمیرگاه زنگ زده بود. مچ مرا گرفت و گفت: در روش من برای تربیت تو نقصی وجود داشته

که به تو اعتماد به نفس لازم را نداده که به من راست بگوئی برای آن که بفهمم نقص کار کجاست و من کجا در تربیت تو اشتباه کرده‌ام این هجده مایل را پیاده میروم که در این خصوص فکر کنم. پدرم با آن لباس و کفش مخصوص میهمانی در میان تاریکی در جاده‌های تیره و تار و بس ناهموار پیاده به راه افتاد نمی‌توانستم او را تنها بگذارم مدت پنج ساعت و نیم پشت سرش اتومبیل میراندم و پدرم را که به علت دروغ احمقانه‌ای که بر زبان رانده بودم غرق ناراحتی و اندوه بود نگاه میکردم. همان جا و همان وقت تصمیم گرفتم دیگر هرگز دروغ نگویم. غالباً درباره آن فکر می‌کنم و از خودم می‌پرسم، اگر او مرا به همان طریقی که ما فرزندانمان را تنبیه می‌کنیم مجازات می‌کرد، آیا اصلاً درس را خوب فرا می‌گرفتم، تصور نمی‌کنم از مجازات متأثر میشدم، اما به کارم ادامه میدادم، اما این عمل ساده عاری از خشونت آنقدر نیرومند بود که هنوز در ذهنم زنده است. گوئی همین دیروز رخ داده است. این است قوهٔ عدم‌خشونت.

*** نخود هر آش:** یه روز (گاوه) پاش میشکنه، دیگه نمی‌تونه بلندشه، کشاورز دامپزشک میاره، دامپزشک میگه: اگر تا سه روز گاو نتونه رو پاش وایسه، گاو رو بکشید. گوسفند اینو میشنوه و میره پیش گاو میگه: بلندشو، بلندشو؛ گاو هیچ حرکتی نمیکنه. روز دوم باز دوباره گوسفند بدو بدو میره پیش گاو، میگه: بلندشو، بلندشو. روپات بایست. باز گاو هرکاری میکنه نمیتونه وایسته روپاش. روز سوم دوباره گوسفند میره میگه: سعی کن پاشی و گرنه امروز تموم بشه و نتونی روپات وایسی، دامپزشک گفته: باید کشته شی. گاو با هزار زور پا میشه. صبح روز بعد کشاورز میره در طویله و میبینه گاو روپاش وایساده از خوشحالی بر می‌گرده، میگه: گاو روپاش وایساده، جشن می‌گیریم. گوسفند رو قریونی کنید. نتیجه اخلاقی: «خودتونو نخود هر آشی نکنید».

اختلاف سن مناسب برای عروس‌ها و دامادها

محققان دانشگاه ملی استرالیا با مطالعه بر روی حدود دوهزار و پانصد زوج استرالیایی خوش‌بخت و بدبخت به مدت 6 سال، بین سال‌های 2001 تا 2007 فاکتورهای سازگاری و بحران در روابط زناشویی را مورد بررسی قرار دادند. یکی از این فاکتورها «سن» است، که در یک ازدواج خوب از اهمیت بالایی برخوردار است. نتایج این تحقیقات نشان می‌دهد برای زنان بهتر است با مردانی ازدواج کنند که حداکثر 8 تا 9 سال از آنها بزرگتر و در نهایت دو تا سه سال از آنها کوچکتر باشد. این اختلاف سنی تا حد چشمگیری پدیده طلاق را کاهش می‌دهد، در حقیقت مردانی که سن آنها از همسران خود بسیار کمتر و یا بسیار بیشتر است شوهران خوبی نیستند.

براساس گزارش سیدنی «مورنینگ هرالد» به گفته این دانشمندان، فاکتور سن بیش از سایر فاکتورها از قبیل سطح فرهنگی و یا ریشه‌های جغرافیایی در ایجاد حس مشترک میان زن و شوهر نقش دارد. هم سن بودن به این معنا است که زن و شوهر در هر دو از دل‌بستگی‌های مشابهی در موسیقی، سیاست و مسائل مربوط به یک نسل برخوردارند، به طوری که 17 درصد از جدائی‌ها در مواردی اتفاق می‌افتد که این اشتراکات وجود ندارد.

* حکایت . بزرگترین مرد دنیا کیست:

خواهر روحانی در کلاس مدرسه مقابل دانش‌آموزان ایستاده بود. او در حالی که یک سکه یک دلاری نقره در دستش بود گفت: به دختر یا پسر ی که بتواند نام بزرگترین مردی را که در این دنیا زیسته است بگوید، این یک دلاری را جایزه می‌هم. یک پسر خردسال ایتالیایی گفت: منظورتان میکِل آنژ نیست؟ خواهر روحانی جواب داد: خیر میکِل آنژ یک هنرمند برجسته به حساب می‌آید. لکن بزرگترین مردی که دنیا به خود دیده نیست. یک دختر خردسال یونانی گفت: آیا

ارسطو بود؟ خواهر روحانی جواب داد: خیر، ارسطو یک متفکر بزرگ و پدر علم منطقی بود اما بزرگترین مردی که در دنیا زندگی میکرده محسوب نمی‌شود. بالاخره یک پسر خردسال یهودی گفت: می‌دانم چه کسی است، او عیسی مسیح است. خواهر روحانی جواب داد صحیح است و یک دلار را به او داد. خواهر روحانی که از جواب پسر بچه یهودی قدری شگفت‌زده شده بود، در زنگ تفریح او را در زمین ورزش یافت و از او پرسید: آیا واقعاً اعتقادی داری عیسی مسیح بزرگترین مردی است که دنیا به خود دیده؟

پسر بچه جواب داد: البته نه، هرکسی می‌داند که بزرگترین مرد موسی بود. اما معامله شوخی‌بردار نیست.

برگرفته از کتاب بزرگترین اصل مدیریت در دنیا نوشته «مایکل لوبوف»

* احساساتی که اغلب باعث آزار سالمندان می‌گردد: اگر

هنوز وارد مرحله پیری نشده‌اید، خوب است بدانید که این سن علاوه بر یک دسته احساسات خوشایند، می‌تواند، احساسات ناخوشایند را نیز به همراه داشته باشد. توجه به بهداشت روان و احساسات سالمندان بسیار اهمیت دارد، احساسات ناخوشایند می‌تواند بر عملکرد سلامت جسمی سالمندان تأثیر مخربی داشته باشد. احساساتی که بخش زیادی از آن محصول بی‌توجهی اطرافیان است. احساس غم و اندوه به خاطر بی‌توجهی فرزندان و اطرافیان که عمری برای رفاه آنان تلاش کرده‌اید. احساس تنهایی به علت طردشدن، احساس یأس و ناامیدی، احساس اضطراب و نگرانی، احساس هرزرفتن و بیهوده بودن، احساس سربار بودن و این دسته احساسات منفی در واقع جدی‌ترین خطرهایی است که فرد سالمند را تهدید می‌کند و ارتباط مسقیم با در انزوا قرارگرفتن او از سوی اطرافیان دارد.

اگر این شرایط را با دسته‌ای از اتفاقات دیگر که حس بیشتری از ناتوانی و ناکارآمدی را به سالمندان یا میانسال القا می‌کند، جمع کنید، اتفاقاتی مثل بازنشستگی، فوت دوستان، تعویض محل زندگی به‌خاطر کم‌شدن تعداد نفرت و گرانی مسکن و دیگر مسائل، زن یا مرد که خود را زمانی صاحب قدرت و نفوذ می‌دانستند، یکباره خود را تنها و بدون قدرت می‌یابد و این ناراحتی گاهی به حوادثی نامناسب می‌انجامد و موجب ناراحتی روانی سالمندان می‌شود. تنهایی یا احساس تنهایی اثرات بسیار عمیقی بر فرد بر جای می‌نهد و حتی بر میزان خوردن غذا و متابولیسم و تغییرات بیولوژیکی نیز مؤثر است.

شاید با خود بگوئید یک سالمند نیز براحتی می‌تواند با دیگران دوست شود و به محیط دیگر عادت کند ولی این واقعیت ندارد. اغلب سالمندان توانایی خود را برای انطباق با محیط از دست می‌دهند و انگیزه کافی ندارند تا برای سال‌های کم عمر که پیش‌رو دارند زحمت آشنائی با دیگران و ریسک داشتن دوست هوا و ارتباطات جدید را بپذیرند. سالمندان فاقد منابع مجدد دوستی جدید هستند زیرا اکثر آنها کار نمی‌کنند و موقعیت ایجاد روابط دوستانه در محیط کار را ندارند و دوستان هم سن و سالشان رابه نوعی از دست داده‌اند.

این مسئله تنهایی آنها را افزایش می‌دهد. سالمندان به‌دلیل بازنشستگی و دوری از فرزندان بنابه ارتباط و توجه عاطفی بیشتری را در خود احساس می‌کنند، که این نیاز باید مورد توجه قرار گرفته و پاسخ داده شود. برنامه‌ریزی صحیح و استفاده از وجود سالمندان و تجربیات آنان هم تنهایی آنها را برطرف می‌کند و هم منبعی مفید و ارزشمند از معلومات و تجربیات را در اختیار جوانان نسل بعدی قرار می‌دهد. سالمندان نیازهای گسترده‌ای ندارند. فقط محبت و احترام.

ماهاتما گاندی «مبارز نجات‌بخش»

دوم اکتبر زادروز گاندی، رهبر ملی و معنوی هند، بنیانگذار استقلال هند و یکی از بزرگترین مردان نیمه‌اول قرن بیستم است. مهنداس کارامچاند گاندی، رهبری سیاسی و معنوی هندی‌ها که هند را در راه آزادی از استعمار امپراتوری بریتانیا رهبری می‌کرد، در طول زندگی‌اش استفاده از هر نوع ترور و خشونت برای رسیدن به مقاصد را رد کرد. از زمانی که وی مسئولیت رهبری نبرد برای آزادی و کنگره ملی هند در سال 1918 (1296) را به عهده گرفت، به‌عنوان نمادی ملی شناخته شد و میلیون‌ها نفر از مردم او را با لقب «ماهاتما» یا روح بزرگ یاد می‌کردند. هرچند که او از القاب افتخارآمیز بیزار بود. ولی امروز هم همگی او را با نام ماهاتما گاندی می‌شناسند. سوای اینکه بسیاری او را به‌عنوان یکی از بزرگترین رهبران تاریخ تلقی می‌کنند. مردم هند از او با عنوان «پدر ملت» یا باپو به معنی (پدر) یاد می‌کنند.

زادروز وی در هند یک روز تعطیل ملی است و گاندی جایانته نام دارد. گاندی توانست، با استفاده از شیوه ضدخشونت، نافرمانی مدنی، استقلال هند را از بریتانیا بگیرد و در نهایت دست امپراتوری بریتانیا را از هند کوتاه کند. شیوه مقاومت آرام وی به مستعمرات دیگر هم نفوذ کرده و آنها را در راه استقلال میهن خود تشویق می‌کرد. اصل سابتاگراه‌های گاندی روی بسیاری از فعالان آزادیخواه نظیر دکتر مارتین لوترکینگ، تنزین گیاتسو، لخ والسا، استفان بیکو، آنگ سان سوکی و نلسون ماندلا تأثیر گذاشت. البته همه این رهبران نتوانستند کاملاً به اصل سخت، ضد خشونت و ضد مقاومت وی وفادار بمانند.

گاندی چندین بار هدف سوقصد قرار گرفت که آخرین مورد آن موفق بود. در 9 بهمن 1326 ناتورام قادسی وی را که در سن هفتاد و نه سالگی و میان جمعیت عازم محل عبادت بود هدف گلوله قرارداد و از پای درآورد. قاتل از

ناسیونالیست‌های افراطی هندو بود که معتقد روابط گسترده با پاکستان، به اقتدار هندوستان لطمه زده است.

* **جالب و خواندنی**، نتیجه تحقیقات پروفیسور سمعی جراح مغز:

ساختار کوچک «هیپوتالاموس» در مغز ماده آزادکننده، هورمونی را ترشح می‌کند بنام «کورتیکوتروفین». این ماده به همراه هورمونش وظیفه تأمین انرژی لازم بدن برای مقابله با استرس و شرایط بحران اضطراب را دارد. در واقع همان چیزی است که به بدن کمک می‌کند بتواند مدیریت هیجان داشته باشد. اما عمر این ماده فقط یک سال است و گاهی به صورت خودکار در مغز ترشح می‌شود. پروفیسور سمعی تحقیقاتی انجام داده برای دانستن این مطلب که چیزهایی باعث ترشح بیشتر این ماده در برخی افراد و یا قطع و تأخیر ترشح در فرد دیگر می‌شود.

نتیجه تحقیقات برای علم روانشناسی بی‌نظیر و بسیار جالب بود:

1- وقتی شما از منظره‌ای یا دیدن چیزی لذت می‌برید و از آن به صورت کلامی تعریف می‌کنید و اهل به به و چه چه کردن هستید میزان ترشح این ماده در مغز افزایش می‌یابد.

2- وقتی شما یک پارچه، گلبرگ گل یا چیزی لطیف را لمس می‌کنید و احساس خوشایندی دارید، میزان ترشح این ماده در مغز افزایش می‌یابد.

3- وقتی شما دست می‌زنید یا همان به اصطلاح کف می‌زنید، حتی وقتی در یک کنفرانس حضور دارید و یا در یک میهمانی و حتی به مدت زمانی کوتاه میزان ترشح این ماده را در مغز افزایش می‌دهید.

نامه یک دختر زیبا :

یک دختر خانم زیبا خطاب به رئیس شرکت آمریکائی ج پ مورگان نامه‌ای بدین مضمون نوشته است، می‌خواهم در آنچه اینجا می‌گویم صادق باشم. من 24

سال دارم، جوان و بسیار زیبا، خوش اندام، خوش هیكل، خوش بیان، دارای تحصیلات آکادمیک و مسلط به چند زبان دنیا هستم. آرزو دارم با مردی با درآمدی سالانه 500 هزار دلار یا بیشتر ازدواج کنم. شاید تصور کنید که سطح توقع من بالاست، اما حتی درآمد سالیانه یک میلیون دلار در نیویورک هم به طبقه متوسط تعلق دارد، چه برسد به 500 هزار دلار. خواست من چندان زیاد نیست. آیا مردی با درآمد سالانه 500 هزار دلار وجود دارد؟ آیا شما خودتان ازدواج کرده‌اید؟ سؤال من این است که چه کنم تا با اشخاص ثروتمندی مثل شما ازدواج کنم؟ چند سؤال ساده دارم، پاتوق جوانان مجرد و پول‌دار کجاست؟ چه گروه سنی از مردان به کار من می‌آیند؟ معیارهای شما برای انتخاب زن کدامند؟ و اما جواب

مدیر شرکت مروگان:

نامه شما را با شوق فراوان خواندم، در نظر داشته باشید، که دختران زیادی هستند که سؤالاتی مشابه شما دارند. اجازه دهید در مقام یک سرمایه‌گذار حرف‌های موقعیت شما را تجزیه و تحلیل کنم، درآمد سالانه من بیش از 500 هزار دلار است، که با شرایط شما هم‌خوانی دارد، اما خدا کند کسی فکر نکند که اکنون با جواب دادن به شما وقت خودم را تلف می‌کنم، از دید یک تأجر، ازدواج با شما اشتباه است. دلیل آن هم خیلی ساده است. آنچه شما در سر دارید، مبادله منصفانه «زیبائی» با «پول» است. اما اشکال کار همین‌جاست. زیبائی شما رفته رفته بعد از ده سال آرام آرام به کل محو می‌شود. اما پول من در حالت عادی بعید است بر باد رود. در حقیقت درآمد من سال به سال بالاتر خواهد رفت. اما زیبائی شما نه و چین و چروک و پیری زودرس زنانه جایگزین این زیبائی خواهد گردید و اثری از این جوانی و زیبائی باقی نخواهد ماند از نظر علم اقتصاد، من یک «سرمایه رو به رشد» هستم، اما شما یک سرمایه روبه زوال، به زبان «وال استریت» هر تجارتی «موقعیتی» دارد. ازدواج با شما هم، چنین موقعیتی خواهد داشت. اگر ارزش

تجارت افت کند، عاقلانه آن است که آن را نگاه نداشت و در اولین فرصت به دیگری واگذار کرد و این چنین است در مورد ازدواج با شما. بنابراین هر آدمی با درآمد سالانه 500 هزار دلار نادان نیست که با شما ازدواج کند به همین دلیل ما فقط با امثال شما قرار می‌گذاریم، اما ازدواج هرگز. اما اگر شما علاوه بر جوانی و زیبایی، کالائی داشته باشید که مثل سرمایه من روبه رشد باشد و یا حداقل نفع آن از من منقطع نشود.

کالاهائی با ارزش مثل انسانیت، پاکدامنی، شعور، اخلاق، تعهد، صداقت، وفاداری، حمایت، دوست داشتن، عشق و. آن وقت احتمالاً این معامله برای من هم سود فراوانی خواهد داشت، چون ممکن است من حتی فاقد دارائی‌هائی با ارزش با مشخصات شما باشم و برای داشتن آنها پول زیادی خرج کنم. چون بعد از چند مدت از ازدواج بیش از زیبایی، اندام و هیكل مواردی که بیان کردم برای زندگی مشترک لازم بوده و من شدیداً به آنها نیاز پیدا خواهم کرد. در حال حاضر به شما پیشنهاد می‌کنم که قید ازدواج با آدم‌های ثروتمند را بزنید. به جای آن شما خودتان می‌توانید با کمی تفکر و تلاش و با داشتن درآمد 500 هزار دلار فرد ثروتمندی شوید، اینطور شانس شما بیشتر خواهد بود تا آن که یک پولدار احمق را پیدا کنید. امیدوارم این پاسخ کمکتان کند.

* **وفاداری به عهد و پیمان:** پیر مردی صبح زود از خانه‌اش خارج

شد در راه با یک ماشین تصادف کرد و آسیب دید. عابرانی که رد می‌شدند به سرعت او را به اولین درمانگاه رساندند پرستاران ابتدا زخمهای پیر مرد را پانسمان کردند. سپس به او گفتند: باید ازت عکسبرداری بشه، تا جایی از بدنت آسیب و شکستگی ندیده باشه. پیر مرد غمگین شد. گفت: عجله دارد و نیازی به عکسبرداری نیست.

پرستاران از او دلیل عجله‌اش را پرسیدند. گفت: زنم در خانه سالمندان است هر صبح به آنجا می‌روم و صبحانه را با او می‌خورم. نمی‌خواهم دیر شود. پرستاری به او گفت: خودمان به او خبر می‌دهیم. پیرمرد با اندوه گفت: خیلی متأسفم. او آرزایم دارد. چیزی را متوجه نخواهد شد. حتی مرا هم نمی‌شناسد. پرستار با حیرت گفت: وقتی که نمی‌داند شما چه کسی هستید، چرا هر روز صبح برای صرف صبحانه پیش او می‌روید؟ پیرمرد با صدائی گرفته به آرامی گفت: اما من که می‌دانم او چه کسی است.

تک بیت‌های بسیار زیبا و آموزنده از بزرگان شعر فارسی

تربیت نا اهل را چون گردکان بر کنبد است

ذات بد نیکو نگردهد گرچه بنیادش بد است

* گر چه می‌دانم نمی‌آئی ولی هر دم ز شوق

سوی در می‌آیم و هر سو نگاهی می‌کنم

* خنده‌ام می‌بینی و از گریه دل، غافل

خانه ما از دورن ابر است و بیرون آفتاب

* هفت شهر عشق را عطار گشت

ما هنوز اندر خم یک کوچه‌ایم

* آسمان در کشتی عمرم کند دائم دو کار

وقت شادی باد بانی، وقت اندوه لنگری

- * من از چشمان خویش آموختم رسم محبت را
که هر عضوی به درد آید به جایش دیده میگیرید
- * اشک را گفتم چرا می ریزی ای دیوانه، گفت
روزن امیدی از این گوشه پیدا کرده‌ام
- * در حسن دو چیز است، بلای دل و دیده
چشم سیه و گوشه ابروی کشیده
- * موی سپید را فلکم رایگان نداد
این رشته را به نقد جوانی خریده‌ام
- * پشه از زنده‌داری خون مردم می‌مکد
زینهار اندیشه کن از مردم شب‌زنده‌دار
- * مرا به سبزی دیدار خویش میهمان کن
که بند بند وجودم اسیر پاییز است
- * ز احمد تا احد یک میم فرق است
همه عالم در این یک میم غرق است
- * اگر از کمند عشقت بروم، کجا گریزم
که خلاص بی تو بند است و حیات بی تو زندان
- * چه خوش صید دل کردی بنام چشم مست را
که کس آهوی وحشی را از این خوش تر نمی‌گیرد

- * خسرو از بس خواب شیرین دیده است
پلک‌های او به هم چسبیده است.
- * عقل پرسید که دشوارتر از مردن چیست؟
عشق فرمود فراق از همه دشوارتر است
- * یک عمر گنه کردم و شرمنده که در حشر
شایان گذشت تو مرا نیست گناهی
- * پدرم روضه رضوان به دو گندم بفروخت
نا خلف باشم اگر من به جوئی نفروشم
- * من از بیقدری خار سر دیوار دانستم
که ناکس کس نمی‌گردد از این بالا نشینی‌ها
- * گرگ اجل یکایک از این گله میبرد
این گله را ببین که چه آسوده می‌چرد
- * همه عیب خلق گفتن نه مروت است و مردی
نگهی به خویشان کن که تو هم گناه کردی
- * هر که عیب دگران پیش تو آورد و شمرد
بی‌گمان عیب تو پیش دگران خواهد برد
- * جوانی کجائی که یادت بخر
به پیری رسیدیم در کهنه دیر

- * پیکر تراش پیرم و با تیشه خیال
یک شب تو را ز مرمر شعر آفریده‌ام
- * دانی که چرا راز نهان با تو نگویم
طوطی صفتی، طاقت اسرار نداری
- * هنری داری و هفتاد عیب
دوست نبیند مگر آن یک هنر
- * اندازه نگه‌دار که اندازه نکوست
هم لایق دشمن است و هم لایق دوست
- * از آن خوانند، آرش را کمانگیر
که از ساری به مرو انداخت یک تیر
- * اگر از شوق پریدن شده‌ای بی‌تب و تاب
پر پرواز کتاب است کتاب است کتاب
- * بسیار ز دلتنگی خود غنچه غمگین است
غافل که شگفتن نفس باز پسین است
- * بر درخت زنده بی‌برگی چه غم
وای بر احوال برگ بی‌درخت
- * گفتی شتاب رفتن من از برای توست
آهسته‌تر برو که دلم زیر پای توست

* تو را برای وفای تو دوست میدارم
و گرنه دلبر پیمان شکن فراوان است

* زلیخا مُرد از این حسرت که یوسف گشت زندانی
چرا عاقل کند کاری که باز آرد پشیمانی

* در این درگه، که گه گه، که گه و گه گه شود ناگه
مشو غره به امروزت که از فردا نه ای آگه

* گر بر سر آئی که زما چهره ببوشی
گیسو به رخ افکن که نقابی به از این نیست

* به دل نقش خیال خفتنش بر سینه چون بندم
تپیدن‌های دل ترسم کند از خواب بیدارش

* مرو راهی که پایت را ببندند
مکن کاری که هوشیاران بخندند

* زلیخا گفتن و یوسف شنیدن
شنیدن کی بود مانند دیدن

* آسمان بوی اجابت می‌دهد
بس که قنذیل دعا آویخته است

* چوب را چون بشکنی گوید تراق
این تراق از بهر چیست، بهر فراق

* زندگی زیباست ای زیبا پسند

زیبه اندیشان به زیبایی رسند

* **طنز :** علم بهتر است یا ثروت: شیخ را گفتند: علم بهتر است یا ثروت/

شیخ بیدرنگ شمسیر از میان بیرون آورد و مانند «جومونگ» مرید بخت برگشته را به سه پاره نامساوی تقسیم نمود و گفت سالهاست که هیچ خری بین دوراهی علم و ثروت گیر نمی‌کند. مریدان در حالیکه انگشت به دندان گرفته و لرزشی وجودشان را فراگرفت گفتند، یا شیخ، ما را دلیلی عیان ساز تا جان فدا کنیم. شیخ گفت: در عنفوان جوانی مرا دوستی بود که با هم به مکتب میرفتیم، دوستم ترک تحصیل کرد، من معلم مکتب شدم.

حالا او پورشه داره، من پوشه، او اوراق مشارکت دارد و من اوراق امتحانی، او عینک آفتابی و من عینک ته استکانی، او بیمه زندگانی و من بیمه خدمات درمانی، او سکه و ارز و من سخته و قرض. سخن شیخ چون بدین جا رسید، مریدان نعره‌ای جانسوز برداشته و راهی کلاسهای اختلاس گشتند.

* **گاهی لیوان را زمین بگذار :** استاد در شروع کلاس درس، لیوانی

پر از آب به دست گرفت، که همه ببینند. بعد از شاگردان پرسید: به نظر شما وزن این لیوان چقدر است؟ شاگردان جواب دادند: 50 گرم، 100 گرم، 150 گرم. چند دقیقه همین‌طور نگهدارم چه اتفاقی خواهد افتاد؟. شاگردان گفتند: هیچ اتفاق نمی‌افتد. استاد پرسید: خوب، اگر یک ساعت همین‌طور نگهدارم چه اتفاقی می‌افتد؟. یکی از شاگردان گفت: دستتان کم کم درد می‌گیرد. حق با توست. حالا اگر یک روز تمام آنرا نگهدارم چطور؟. شاگرد دیگری گفت: دستتان بی‌حس می‌شود. عضلات به شدت تحت فشار قرار می‌گیرند و فلج می‌شوند. و مطمئناً کارتان به بیمارستان خواهد کشید، و همه

شاگردان خندیدند. استاد گفت: خیلی خوب است. ولی آیا در این مدت وزن لیوان تغییر کرده است؟ شاگردان جواب دادند نه پس چه چیز باعث درد و فشار روی عضلات می‌شود؟ در عوض من چه باید بکنم؟ شاگردان گیج شدند. یکی از آنها گفت: لیوان را زمین بگذارید.

استاد گفت: دقیقاً مشکلات زندگی هم مثل همین است. اگر آنها را چند دقیقه در ذهن‌تان نگهدارید. اشکالی ندارد، اگر مدت طولانی‌تری به آنها فکر کنید به درد خواهند آمد. اگر بیشتر از آن نگاه‌شان دارید فلج‌تان می‌کنند و دیگر قادر به انجام کاری نخواهید بود.

* فکر کردن به مشکلات زندگی مهم است. اما مهم‌تر آن

است که در پایان هر روز و پیش از خواب، آنها را زمین بگذارید. به این ترتیب تحت فشار قرار نمی‌گیرند، هر روز صبح سرحال و قوی بیدار می‌شوید و قادر خواهید بود از عهده هر مسئله و چالشی که برایتان پیش می‌آید برآید یادت باشد که لیوان آب را همین امروز زمین بگذاری. زندگی همین است.

برگرفته از (اندیشه اینشتین) , تحت عنوان

شاید شما اشتباه می‌کنی، (در آنچه در مغزتان می‌گذرد جهان‌تان را می‌آفریند). فقط ده دقیقه بنشینیم، توی یه جای خلوت و تک‌تک طرز فکرها و رفتارهایی که به‌طور ناخودآگاه عادت‌مون هست مرور کنیم، می‌دونید چه اتفاقی می‌افتد؟ اگر واقعاً بدون تعصب تک‌تک اعمال و افکارمون رو مرور کنیم به خوبی میتونیم خوب و بدهاش رو از هم تفکیک کنیم. خوبها و بدردبخورهاش رو تقویت و بدها و کثیف‌هاش رو دور بندازیم تا بیش از این تو زندگیمون دست و

پامون رو نگیره. انسان به طور ذاتی بدون اینکه نیاز به آقا بالاسری داشته باشد، توانائی تشخیص خوب و بدرو داره، مگه نه؟ خب منظورم از این خانه‌تکانی چیه؟ تو ادبیاتمون بهش میگن، چشم‌هارو باید شست، جور دیگر باید دید. تو ادبیات عرفانی مون هم بهش میگن: بیا تا گل برافشانیم و می در ساغر اندازیم/ فلک را سقف بشکافیم و طرحی نو دراندازیم. با کلاس‌ها هم بهش میگن: مهندسی مجدد و بزرگان هم بهش میگن: مراقب افکارت باش که گفتارت می‌شود، مراقب گفتارت باش که رفتارت می‌شود. مراقب رفتارت باش که عادت می‌شود، مراقب عادات باش که شخصیت می‌شود. و مراقب شخصیت باش که سرنوشتت می‌شود.

حکایت: مادری سه قابلمه به یک اندازه را روی سه شعله یکسان قرارداد و در هر کدام به مقدار مساوی آب ریخت، در ظرف او یک هویج، در ظرف دوم یک تخم‌مرغ و در ظرف سوم چند دانه قهوه ریخت و به مدت زمان یکسال محتوای آن سه ظرف را حرارت داد. بعد بچه‌های خود را صدا زد و گفت: از این آزمایش چه نتیجه‌ای می‌گیرید؟ بچه‌ها در مقابل سؤال مادر، جواب قانع‌کننده و با معنائی نداشتند. مادر توضیح داد، در این عالم، آدم‌ها در غبار زندگی، در جوش و خروش‌ها و چالش‌ها و سختی‌های زندگی یکسان نیستند. برخی از آدم‌ها، مثل هویج هستند. تا درون یک مشکل قرار نگرفته‌اند سفت و محکم‌اند. ولی به محض اینکه در جوش خروش زندگی قرار می‌گیرند شُل می‌شوند و خود را می‌بازند، فرزندان عزیزم لطفاً در مسیر زندگی مثل هویج نباشید. ولی برخی از آدم‌ها در زندگی، عادی و روتین زندگی، شُل هستند، به محض آنکه با مشکل یا مشکلاتی برخورد می‌کنند، سفت می‌شوند و حداقل خود را نگه می‌دارند، مثل تخم‌مرغ بچه‌ها مثل تخم‌مرغ نباشید، اما برخی آدم‌ها در بلاها و سختی‌ها، نه تنها خود را

نمی‌بازند بلکه به محیط هم انرژی می‌دهند. آنها از محیط اثر نمی‌گیرند، بلکه محیط را عوض می‌کنند، آنها مثل قهوه عمل می‌کنند، تمام محیط را معطر می‌کنند، به زندگی آب و رنگ و طعم می‌دهند و اینها هستند که زنده می‌مانند و زندگی ساز هستند.

ستون پنجم: این اصطلاح در معنی مجازی به معنی جاسوسی است که به زیان خودی و به سود بیگانه کار می‌کند.

در جنگ‌های سه ساله اسپانیا (1936-1939 رم) هنگامی که (ژنرال مسولا) یکی از سرکردگان سپاه ژنرال فرانکو با ارتش خود به سوی مادرید پایتخت اسپانیا پیش می‌رفت برای کمونیست‌ها) که بر شهر مسلط بودند، پیغام فرستاد که: من با چهارستون سرباز و تجهیزات از شرق و غرب و شمال و جنوب به سوی مادرید پیش می‌آیم. ولی شما فقط روی این چهار ستون حساب نکنید، زیرا ما ستون دیگری هم داریم که در مادرید و حتی در میان جمع شما هستند که دانسته یا ندانسته برای ما فعالیت میکنند اگر از چهارستون واهمه ندارید از این ستون پنجم بترسید، که در همه امور و شئون شما نفوذ دارند و راه ورود چهارستون دیگر ما را به درون شهر هموار می‌کنند. و همین‌گونه هم شد و سرانجام ژنرال فرانکو به پای همین ستون پنجم و خراب‌کارهای آنها توانست مادرید را تصرف کند.

از این تاریخ عبارت ستون پنجم وارد اصطلاحات سیاسی جهان شد و پس از تحولات و دگرگونی‌های سیاسی ایران پس از شهریور سال (1320 ش) خیانت‌هایی که به شیوه‌های گوناگون نسبت به ایران و ایرانیان صورت گرفت، از اروپا به ایران آمد و به شکل اصطلاح در زبان فارسی به کار گرفته شد.

مارک لوی : قسمتی از کتاب «کاش حقیقت داشت»:

تصور کنید برنده یک مسابقه شدی و جایزه‌ات اینه که بانک هر روز صبح یک حساب برات باز میکنه و توش 86400 دلار پول میگذاره ولی دو تا شرط داره، یکی اینکه همه پول را باید تا شب خرج کنی، وگرنه هرچی اضافه بیاد، ازت پس میگیرند. نمی‌تونی تقلب کنی و یا اضافه پول را به حساب دیگه‌ای منتقل کنی، هر روز صبح بانک برات یک حساب جدید با همون موجود (86400) باز میکنه. شرط بعدی اینکه بانک می‌تونه هر وقت بخواد بدون اطلاع قبلی حساب رو ببندد و بگه جایزه تموم شد.

حالا بگو چطوری عمل می‌کنی؟ او زمان زیادی برای پاسخ به این سؤال نیاز نداشت و سریعاً، همه ما این حساب جادویی را در اختیار داریم، (زمان) این حساب با ثانیه‌ها پر می‌شه. هر روز که از خواب بیدار می‌شیم 86400 ثانیه به ما جایزه میدن و شب که می‌خوابیم مقداری را که مصرف نکردیم نمیتونی به روز بعد منتقل کنیم، لحظه‌هایی که زندگی نکردیم از دستمون رفته. دیروز ناپدید شده. هر روز صبح جادو میشه و 86400 ثانیه به ما میدن. یادت باشه که من و تو فعلاً از این نعمت برخورداریم ولی بانک میتونه هر وقت بخواد، حساب رو بدون اطلاع قبلی ببندد. ما به جای اینکه از موجودیمون استفاده کنیم نشستیم بحث و جدل می‌کنیم و غصه می‌خوریم. بیا از زمانی که برامون باقی مونده لذت ببریم.

طنز : اوضاع کار خراب است بنام مهربانی که شغل‌ها را آفرید تا هم

بابایمان به دردی بخورد و هم مامانمان یک نفس راحتی بکشد از دست بابایمان. والا راستیاش ما نمی‌دانیم چه شغلی را انتخاب کنیم. اما به افقهای دورتری می‌اندیشیم. لذا تصمیم گرفتیم که گشتی در شهر بزنیم و تمامی مشاغل را ارزیابی کنیم، تا بلکه ما هم بتوانیم شغل ایده‌آل‌مان را بجوریم و

آینده مان درخشان شود. برای مثال همین که از مدرسه تعطیل شدم راه افتادم توی خیابان بالائی و چشم مان خورد به این (به چند دوزنده پرده خانم نیازمندیم) خب گفتیم شاید همین شغل ایده آل ما باشد، اما دوستانمان از شدت خنده روی زمین افتادند و مادرمان زد توی گوشمان که از (کره خر به جای اینکه بره مدرسه معلوم نیست کدوم قبرستونی می ره) البته واضح و مبرهن است که ما هیچ قبرستون خاصی نرفتیم و این را روی در دیدیم. خب اگر شغل بدی است چرا آنجا استخدام می کنند؟ خلاصه این را بی خیال شدیم و رفتیم در جائی دیگر که نوشته بودند: (دول بلند 17000) (دول یک کیلوئی 19000) با خوشحالی به خانمان رفتیم و فریاد کشیدیم که می خواهیم در آینده (دول فروش) شویم. این بار مادرمان علاوه بر این که زد توی گوشمان، فلفل هم در دهانمان ریخت که دیگر (غلط زیادی) نکنیم. ما در حالیکه گوله، گوله اشک می رختیم، پرسیدیم مگر چه عیبی دارد؟ حالا (بلندو یک کیلوئی) نبود (کوتاه و صد گرمی اش) را می فروشیم، کار که عار نیست، اما ایشان با ملاقه ما را تا درب اتاقمان مشایعت فرمودند، و از شام نیز محروم کشتیم. تازه فهمیدیم که چرا اکثر مشاهیر جهان با سختی و مشقت فراوان به اهداف خود رسیده اند. بنده نیز خرسندم از اینکه داریم مشاهیر می شویم به جستجوهای خود ادامه دادیم، در ادامه به یک آگهی برخوردیم که هر چه کردیم ندانستیم آن را بخوانیم. «وسط کار خانم نیازمندیم» لذا از تنها الگوی زندگی مان پدر محترم مان پرسیدیم که وسط کار خانم «دقیقاً کجای کار ایشان می شود؟ پدرمان در حالیکه شبیه رنگین کمان شده بودند ما را فرستادند به سراغ تنها مشوق زندگی مان که همانا مادرمان می باشد. بنده که هنوز جای مشاغل قبلی مان درد می کرد با رعایت فاصله ایمنی سؤالمان را از ایشان پرسیدم. نمی دانم چه شد که یک هو مادرمان جیغ بنفشی کشیدند و بر

سر زنان روی زمین نشستند و گفتند، (چه گناهی کردم که دچار این تخم جن شدم؟) ما نیز چون از جن بسیار می‌هراسیم به اطاق خود رفتیم و بی‌خیال این شغل شدیم. پدر زندگی مان به ما که تنها امید زندگی شان هستیم پیشنهاد کردند که مثل خودشان به زندگی و شغل آرام و بی‌درد سر داشته باشیم. لذا در روزنامه آگهی دادیم (کارمند رسمی موجود می‌باشد).

داستان مرد فقیر: مرد فقیری بود که همسرش کره می‌ساخت و او آنرا به یکی از بقالی‌های شهر می‌فروخت، آن زن کره‌ها را به‌صورت دایره یک کیلوئی می‌ساخت، مرد آن را به یکی از بقالی‌های شهر می‌فروخت و در مقابل مایحتاج خانه را می‌خرید. روزی مرد بقال به اندازه کره ها شک کرد و تصمیم گرفت آنها را وزن کند هنگامی که آنها را وزن کرد، اندازه هر کره 900 گرم بود. او از مرد فقیر عصبانی شد و روز بعد به مرد فقیر گفت، دیگر از تو کره نمی‌خرم، تو کره را به‌عنوان یک کیلو به من می‌فروشی، در حالیکه وزن آن 900 گرم است. مرد فقیر، ناراحت شد و سرش پائین انداخت و گفت: ما ترازو نداریم و یک کیلو شکر از شما خریدیم و آن یک کیلو شکر را به‌عنوان وزنه قرار میدادیم، یقین داشته باش که به اندازه خودت برای تو اندازه می‌گیریم.

یک کاتولیک، پروتستان، مسلمان و یهودی در حین صرف

شام با هم صحبت می‌کردند، کاتولیک گفت: من یک موقعیت عالی

دارم، می‌خواهم سیتی بانک را بخرم. پرتستانی گفت: من خیلی ثرتمندم و می

خواهم جنرال موتورز را بخرم

مسلمان گفت: من یک شاهزاده ثروتمند افسانه‌ایم، می‌خواهم مایکروسافت را

بخرم سپس آنها منتظر شدند تا یهودی صحبت کند.

یهودی قهوه خود را هم زد. خیلی با حوصله قاشق را روی میز گذاشت، یک جرعه از قهوه‌اش خورد، یک نگاهی به آنها انداخت و با آرامی گفت نمی‌فروشم.

ضرب‌المثل خر بیار باقلا بارکن: یه کشاورزی باقالی زیادی

برداشت کرده بود و کنارش خوابیده بود، یه قلدری اومد و بنا کرد به پرکردن، خورجینش. کشاورز بلند شد که جلوی قلدرو بگیره، که با هم کلاویز شدند. قلدره یه چاقو برداشت و به کشاورز گفت من میخوام فقط خورجینم رو پُر کنم، حالا که اینجوریه می‌کشم، همه رو می‌برم. صاحب باقالی که دید از پس قلدر بر نیامد گفت: حالا که پای جون در میونه برو خر بیار باقالی بارکن.

انسان و دست‌های بی‌نظیرش: دست اندامی بی‌نظیر: دست

انسان اندامی بی‌نظیر است.

انسان می‌تواند با کمک دستانش اجسام را بگیرد، لمس کند و با کار دستانش می‌تواند چیزائی را بسازد که دیگر موجودات از ساختن آن عاجز هستند.

* آناتومی دست: دست از 27 استخوان مجزا از هم تشکیل شده است، که

تقریباً یک‌چهارم تمامی استخوان‌های بدن را تشکیل میدهند، بخش زیادی از

* 33 ماهیچه‌ای که دست و انگشتان را حرکت میدهند در قسمت «ساعد» قرار

گرفته‌اند. تنها ماهیچه قدرتمند دست در زیر «شست» نهفته است.

* حس لامسه: بخش زیادی از حس لمسی انسان در دستانش است. بیش از

17 هزار حسگر، یعنی در هر سانتیمتر مربع 140 حسگر بر روی دست

وجود دارد، این حسگرها اطلاعاتی را هم چون درد، ارتعاش، دما و فشار را

به مغز مخابره می‌کنند.

انگشت: اثر انگشت هیچ انسانی شبیه به انسان دیگر نیست. از دیرباز استفاده از اثر انگشت برای امضاء و شناسائی اموال و دارائی‌ها مرسوم بوده است، 7000 هزار سال قبل از میلاد مسیح کوزه‌گران چینی از اثر انگشت خود برای مشخص نمودن آثارشان استفاده می‌کردند. در اوایل قرن بیستم استفاده از تکنیک‌های تشخیص اثر انگشت برای تحقیقات جنائی در غرب رواج یافت.

* **چرخش کوچک انگشت شست چرخشی بزرگ در زندگی انسان:** به لحاظ تکاملی، چرخش انگشت شست و قرارگرفتن آن در مقابل انگشت. «سبابه» چرخشی بزرگ در زندگی انسان به وجود آورد. چرخش انگشت شست امکانات جدیدی را در اختیار دست انسان قرار داد، گرفتن و مشت کردن.

* **گرفتن:** دست انسان توانائی دو نوع گرفتن را دارد. گرفتن پر قدرت که برای اجسام سنگین و بزرگ صورت می‌گیرد. گرفتن «دقیق» اجسام و ابزار در دست. افزون بر این انسان می‌تواند از سطح دست خود نیز استفاده کند. بهترین نمونه آن نوشیدن آب بدون لیوان و با کمک دستان است.

* **دست در مرکز توجه انسان:** دست از دیر زمان در مرکز توجه انسان‌ها قرار داشته است. تصاویری از دستهای انسان‌های غارنشین که عمر آنها تا 40 هزار سال پیش از میلاد مسیح تخمین زده می‌شوند این ادعا را ثابت می‌کند.

* **دست و کار:** همان‌طور که انسان با کمک دستانش باز می‌کند، و چیزی را می‌سازد، کار نیز بر روی دست تأثیر می‌گذارد و چهره آن را تغییر می‌دهد.

* **دست و ارتباط:** تقریباً در تمام جوامع بشری، بخشی از ارتباطات غیرکلامی با دست صورت می‌گیرد. علائمی که همه اعضای جامعه آن را می‌فهمند و

نیاز به سخن گفتن باقی نمی‌گذارد. جالب این‌که تاریخ ثبت شده زبان اشاره در جوامع غربی از قرن 16 به‌عنوان یک روش‌های ارتباطی گسترش یافته است. زبان اشاره از یک سیستم حرکتی مرسوم، تقلید و اشارات دست و املای انگشتان به علاوه استفاده از حرکت دست برای بیان حروف الفبا تشکیل شده است.

*** دست و شمارش:** انسان‌ها در گذشته از انگشتان خود برای اعداد استفاده می‌کرده‌اند سیستم اعداد ده‌گانه بر همین مبنای ابداع شده است.

*** دست و زیبایی:** انسان‌ها در طول تاریخ با استفاده از عناصر گوناگون سعی به زیباکردن دستان خود کرده‌اند. استفاده از حنا در مناسبت و جشن‌ها بر روی دست. هنوز هم یادگاری از آن دوران است. یکی از بخش‌های مهم تاریخ، زیورآلات، مربوط به زینتی‌هایی است که برای دست‌ها ساخته شده‌اند. جالب این‌که حلقه ازدواج نه تنها کار برد زیبایی و زینتی دارد، بلکه حاوی پیام «ازدواج کرده» نیز هست زیبایی به ناخن‌ها نیز کشیده شده است هرچند زیبایی ناخن تاریخی چند هزارساله دارد، اما مانیکور فرانسوی به قرن هجدهم بر می‌گردد. حالا دیگر انواع لاک ناخن را می‌توان در هر فروشگاه مواد بهداشتی یافت و در سال‌های گذشته نیز مغازه‌های بسیاری به‌صورت حرف‌های فقط به زیبایی ناخن می‌پردازند.

*** مشت:** مشت در تمامی فرهنگ‌ها تقریباً دارای یک مفهوم است و به‌عنوان نمادی از خشم، پایدار و اعتراض فهمیده می‌شود.

* **دست و دوستی:** انسان‌ها وقتی با هم روبرو می‌شوند به هم دست می‌دهند، ملاقات‌های رسمی نمایندگان کشورها با دست‌دادن همراه است. جالب اینکه خصومت‌ها نیز با دست دادن به پایان می‌رسند.

* **دست و زبان:** تقریباً در تمامی زبان‌ها واژه‌های بسیاری تحت تأثیر دست قرار دارند دست‌نویس، دست‌نشانده، دست‌ساز، دست‌پخت، دست‌مایه و دست‌آموز تنها نمونه‌هایی از این «دست» از واژه‌ها در زبان فارسی هستند.

طنز: یک کشیش مسیحی، یک راهب بودائی و یک ملای مسلمان تصمیم می‌گیرند تا ببینند کدوم توی کارش بهتره. به‌همین منظور، تصمیم می‌گیرند که هر کدوم به یک جنگل برن، یک «خرس» پیدا کنند و سعی کنند اون «خرس» رو به دین خودشون دعوت کنند. بعد از مدتی دور هم جمع میشن و از تجربه شون صحبت می‌کنند. اول از همه کشیش شروع به صحبت کرد: وقتی خرس و دیدم، براش چند آیه از کتاب مقدس (در باره قدرت صلح، کمک و مهربانی به دیگران) خواندم و بهش آب مقدس پاشیدم. خرس اونقدر شیفته و مبهوت شد که قراره هفته دیگه اولین مراسم تشریفش برگزار بشه. راهب بودادایی گفت: من خرس رو کنار یک جوی آب توی جنگل دیدم. براش مقداری از کلمات آسمانی بودای بزرگ موعظه کردم براش از قدرت، ریاضت، تمرکز و قانون کارما (قانون عمل و عکس‌العمل رفتار آدمی) صحبت کردم. خرس آنقدر علاقه مند شده بود که به من اجازه داد غصل تعمید بدمش و براش یک اسم مذهبی بودائی انتخاب کنم. پس از آن هر دو به ملای مسلمان نگاه کردند که روی تخت (و در حالی که از سر تا پا بدنش توی گیج و باند بود) دراز کشیده بود. ملا گفت: الان که فکر می‌کنم، می‌بینم که شاید نباید کارم رو باخته کردن شروع می‌کردم.

سرنوشت 9 شورشی ایرلندی:

انگلستان کرد و در طی آن 9 جوان شورشی ایرلندی دستگیر و محکوم به مرگ شدند. از آنجائی که حکم مجازات آنان قبل از ملکه ویکتوریا صادر شده بود، او که تحمل اعدام کردن آنان را نداشت، به همین خاطر دستور داد تا آنان را به زندانی در مستعمره انگلستان یعنی استرالیا منتقل کنند. حدود 40 سال پس از آن، ملکه ویکتوریا از استرالیا دیدن کرد و مورد استقبال نخست‌وزیر آنجا، یعنی آقای چالز دافی قرار گرفت. وقتی آقای چالز دافی به اطلاع ملکه رساند که او یکی از 9 نفر ایرلندی محکوم به مرگ بوده است، ملکه به راستی شوکه شد. ملکه از او پرسید که آیا از سرنوشت آن هشت نفر زندانی دیگر خبر دارد یا نه؟ او به آگاهی ملکه رساند که آنان همگی با یکدیگر در تماس هستند.

توماس فرانسیس، به ایالات متحده مهاجرت کرد و خیلی زود به مقام فرمانداری مونتانا رسید. ریچارد اوگورمان، به کانادا رفت و فرماندار کل نیووندلند شد. ترنس مک مانس) و (پاتریک دونا او)، هر دو ژنرال ارتش ایالات متحده شدند. (ماریس لین) و (مایکل ایرلند)، هر دو اعضای هیأت دولت استرالیا شدند و جدا از هم، به‌عنوان دادستان کل استرالیا انجام‌وظیفه کردند. (دارسی مگی)، نخست‌وزیر کانادا شد. و در آخر (جان میچل) نیز در مقام شهردار نیویورک خدمت کرد. شاید به‌همین علت است که در غرب به آسانی جان انسان‌ها را نمی‌گیرند.

در شرق بی‌توجه به خدای رحمان و رحیم، بسیاری از احکام، شاد می‌شوند و به تماشای مرگ هم می‌روند.

آیا می‌دانید؟

- * آیا می‌دانید، زنبور از بوی عرق بدش می‌آید و به کسی که بدنش بو بدهد یا عطر زده باشد حمله می‌کند؟
- * آیا می‌دانید، شیرینی تنها مزه‌ای است که جنین در رحم مادر می‌فهمد؟
- * آیا می‌دانید، 20 درصد آب شیرین جهان میان آمریکا و کانادا قرار دارد؟
- * آیا می‌دانید، کوه‌های آلب در سال حدود یک سانتیمتر بلند می‌شود؟
- * آیا می‌دانید، بیماری قند اولین عامل کوری در مردم جهان است؟
- * آیا می‌دانید، گرده گل هرگز فاسد نمی‌شود؟
- * آیا می‌دانید، حس بویایی خرس حدود 100 برابر قوی‌تر از انسان است؟
- * آیا می‌دانید، زنبور عسل 5 چشم دارد که دو تا اصلی در بغل و سه تا بر روی سر قرار دارد؟
- * آیا می‌دانید، خرس با تمام سنگینی که دارد می‌تواند با سرعت 50 کیلومتر در ساعت بدود؟
- * آیا می‌دانید، در بین انواع خرس‌ها پاندا بزرگترین جمجمه را دارد؟
- * آیا می‌دانید، بهترین شکارچی در خشکی، خرس قطبی است؟

طنز : ذکاوت زنانه: یک کشاورز اسکاتلندی یک گالن رنگ و یک سطل از فروشگاه دهکده خرید و پیاده به طرف مزرعه خود براه افتاد. سر راه دو عدد مرغ و یک غاز هم خرید. در این بین زن میانسالی که غریب بود از راه رسید و دنبال آدرسی می‌گشت. مرد گفت: آنجا را می‌شناسد و حاضر است زن را تا آنجا همراهی کند. ولی مانده بود که چطور این همه خریدها را با خود حمل کند. زن به او راهنمایی کرد که: قوطی رنگ را بگذارد داخل سطل و سطل را به دست راست بگیرد. دو تا مرغ را هم چپ و راست بگذارد زیر بغل و غاز را هم با دست چپ داشته باش، به راه افتادند بعد از یک کیلومتر، مرد پیشنهاد کرد از یک میان بر، که از پیشه رد می‌شد بروند. زن نگاهی به او انداخت و گفت: ببین، من اینجاها را نمی‌شناسم، ولی تو ممکن است در این پیشه من را بگیری، دامنم را بکشی پایین. و با من (...). کنی. مرد گفت: عقلت را به کار بیانداز زن، من با این بار، مرغ و غاز و... دستهایم بند است. چطور می‌توانم کاری با تو بکنم؟ زن گفت غازها را بگذار زمین سطل را وارونه سرش بگذار و قوطی رنگ را هم بالای سطل، دو تا مرغ ها را هم من با دو دستم نگه میدارم ..

در باب بزرگان‌دیشی: روزی خروشچف وزیر سابق شوروی از خیاط مخصوصش خواست، تا از قواره پارچه‌ای که آورده بود برای او یک دست کت و شلوار بدوزد. خیاط بعد از اندازه‌گیری، ابعاد بدن خروشچف گفت: که اندازه پارچه کافی نیست. خروشچف پارچه را پس گرفت و در سفری که به بلگراد داشت از یک خیاط یوگوسلاو، خواست تا برای او یک دست کت و شلوار بدوزد. خیاط بعد از اندازه‌گیری گفت: که پارچه کاملاً اندازه است و او حتی می‌تواند یک جلیقه اضافی نیز بدوزد خروشچف با تعجب از او پرسید که چرا خیاط

روس نتوانسته بود کت و شلوار را بدوزد. خیاط گفت: قربان شما را در مسکو بزرگتر از آنچه هستید تصور می‌کنند.

ضرب‌المثل زاغ سیاه کسی را چوب زدن از کجا آمده؟

اشتباه نکنید، منظور از زاغ، همان پرنده شبیه کلاغ نیست. زاغ (زاج) نوعی نمک است که انواع گوناگون دارد (سیاه، سبز، سفید و غیره) زاغ (زاج) سیاه بیشتر به مصرف رنگ نخ قالی، پارچه، و چرم میرسد. اگر هنرمندی ببیند که نخ، پارچه یا چرم همکارش بهتر از مال خودش است در نهان سراغ ظرف زاغ همکارش می‌رود و چوبی در آن می‌گرداند و با دیدن و بوئیدن، تلاش می‌کند، دریابد در آن زاغ چه چیزی افزوده‌اند یا نوع، اندازه و نسبت ترکیبش با آب یا چیز دیگر چگونه است.

این مثل وقتی به کار می‌رود که کسی را می‌پایند و می‌خواهد ببیند او چه می‌کند و از چیزهائی پنهان و رازهائی آگاه شود که برایش سودمند است.

غرورِ عبادت‌سوز:

روزی حضرت عیسی از صحرائی می‌گذشت، در راه به عبادتگاهی رسید که عابدی در آنجا زندگی می‌کرد. حضرت با او مشغول سخن گفتن شد، در این هنگام جوانی که به کارهای زشت و ناروا مشهور بود از آنجا گذشت وقتی چشمش به حضرت عیسی و مرد عابد افتاد، پایش سُست شد و از رفتن بازماند و همان جا ایستاد و گفت: خدایا من از کردار زشت خویش شرمندم. اکنون اگر پیامبر مرا ببیند و سرزنش کند، چه کنم؟

خدایا عذرم را بپذیر و آبرویم را مبر. مرد عابد تا آن جوان را دید، سر به آسمان بلند کرد و گفت: خدایا مرا در قیامت با این جوان گناه‌کار محشور مکن. در این هنگام خدایای برترین به پیامبرش وحی فرمود که به این عابد بگو، ما دعایت را مستجاب کردیم و تو را با این جوان محشور نمی‌کنیم، چرا که او به دلیل توبه و

پشیمانی، اهل بهشت است. و توبه دلیل غرور خودبینی، اهل دوزخ.
از محمد غزالی در «کیمیای سعادت»

وسيله‌ای جذاب زیر کمر پدر روحانی:

دختر خانم، یک موصاف کن برقی نو از یک کشور دیگری خریده بوده، از یک پدر روحانی می‌خواهد به او کمک کند تا این موصاف کن را در گمرک زیر لباسش پنهان کند و بیرون ببرد تا خانم مالیات ندهد. پدر روحانی می‌گوید باشد ولی به شرط این‌که اگر پرسیدند من دروغ نمی‌گویم. دختر که چاره‌ای نداشت، شرط را می‌پذیرد. در گمرک، مأمور، می‌پرسد، پدر، آیا چیزی با خودت داری اظهار کنی؟ پدر روحانی می‌گوید: از سرتا کمرم، چیزی ندارم مأمور، از این جواب عجیب شک می‌کند و می‌پرسد: از کمر تا زمین چطور؟ پدر روحانی می‌گوید یک وسیله جذاب کوچک دارم که زن‌ها دوست دارند از آن استفاده کنند. ولی باید اقرار کنم که تا حالا بی‌استفاده مانده است. مأمور گمرک با خنده می‌گوید: خدا پشت و پناهت پدر، برو.

فلسفه اتل متل توتوله:

در جمله «اتل متل توتوله» حرف «ت» چهار بار تکرار شده است که بیانگر تعداد چهار فصل سال است. حرف «ل» سه بار تکرار شده است گویای تعداد ماه‌های هر فصل است. از حاصل ضرب این دو $(4 \times 3 = 12)$ مساوی 12 که بیانگر 12 ماه سال است و مهم‌تر این‌که تعداد و تمام حروف اتل متل توتوله 12 حرف است.

حکایت : مردی نابینا زیر درختی نشسته بود:

پادشاهی نزد او آمد، ادای احترام کرد و گفت: قربان از چه راهی می‌توان به پایتخت رفت؟ پس از او نخست‌وزیر همین پادشاه نزد مرد نابینا آمد و بدون ادای احترام، گفت: آقا راهی

که به پایتخت می‌رود کدامست؟ سپس مردی عادی نزد نابینا آمد، ضربه‌ای به سر او زد و پرسید: احمق، راهی که به پایتخت می‌رود کدام است؟ هنگامی که همه آنها مرد نابینا را ترک کردند، او شروع به خندیدن کرد، مرد دیگر که کنار نابینا نشسته بود از او پرسید: برای چه می‌خندی؟ نابینا پاسخ داد: اولین مردی که از من سؤال کرد، پادشاه بود، مرد دوم نخست‌وزیر او بود و مرد سوم فقط یک نگهبان ساده بود.

مرد با تعجب از نابینا پرسید: چگونه متوجه شدی؟ مگر تو نابینا نیستی؟ نابینا پاسخ داد: رفتار آنها، پادشاه از بزرگی خود اطمینان داشت و به‌همین دلیل ادای احترام کرد. ولی نگهبان به قدری از حقارت خود رنج می‌برد که حتی مرا کتک زد. او باید با سختی و مشکلات فراوان زندگی کرده باشد.

از نغزگویی‌های علامه جعفری: علامه جعفری می‌گفتند: تو یکی از

زیارت‌هام که مشهد رفته بودم، به امام رضا گفتم، یا امام رضا، دلم می‌خواد تو این زیارت، خودمو از نظر تو بشناسم که چه جوری منو می‌بینی. نشونه شم این باشه که تا وارد صحن شدیم، از اولین حرف اولین کسی که با من حرف می‌زنه، من پیامتو بگیرم. گفتند وارد صحن که شدیم، خانمم رو گم کردم.

اینور بگرد، اونور بگرد، یه دفعه دیدم داره میره. خودمو رسوندم بهش و از پشت سر، صداس زدم که کجائی؟ روشو که برگردوند، دیدم زن من نیست. بلافاصله بهم گفتم: «خیلی خری» حالات منم مات شده بودم که امام رضا عجب رک حرف می‌زنه. زن دید، انگار دست بردار نیستم، دارم نگاهش می‌کنم. گفتش نه فقط خودت، پدر و مادر و جدآبادت خرنده.

ابراهیم یونسی: برگرفته از کتاب «زمستان بی‌بهار» روزی سگی داشت در

چمن علف می‌خورد. سگ دیگری از کنار چمن گذشت، چون این منظره را دید

تعجب کرد و ایستاد. آخر هرگز ندیده بود که سگ علف بخورد. ایستاد و با تعجب گفت: اوی، تو کی هستی؟ چرا علف می‌خوری؟ سگی که علف می‌خورد نگاهش کرد و باد در گلو انداخت و گفت: من؟ من سگ قاسم خان هستم. سگ رهگذر، پوزخندی زد و گفت: سگ حسابی، تو که علف می‌خوری، دیکه چرا، سگ قاسم‌خانی؟ اگر لااقل پاره استخوانی جلوت انداخته بود، باز یک چیزی، حالا که علف می‌خوری دیکه چرا سگ قاسم‌خان؟ سگ خودت باش.

منحرف بی‌تربیت: یه پسر بچه کلاس اول به معلمش میگه: خانم معلم، من باید برم کلاس سوم، معلمش با تعجب می‌پرسه برای چی؟ اونم میگه: آخه خواهر من کلاس سومه، اما من از اون بیشتر میدونم و با هوش ترم. توی زنگ تفریح، معلم به مدیر مدرسه موضوع رو میگه، اونم خوشش میاد، بچه‌رو بیار تو دفتر من، تا چند سؤال تست ازش بگیریم، ببینیم چی میگه. معلم زنگ بعد، پسره رو میبره تو دفتر، بعد خانم مدیر شروع میکنه به سؤال کردن، خوب پسر بگو ببینم، سه سه تا چند تا میشه، اونم میگه نه تا. دوباره می‌پرسه نه هشت تا، چند تا میشه، اونم میگه هفتاد و دوتا، همین جوری سؤال میکنه و پسر ه همه‌رو جواب میده، دیکه کف میکنه، به معلمش میگه: به نظر من این میتونه بره کلاس سوم. خانم معلم هم میگه بزار حالا چند تا من سؤال کنم. میگه پسر من اون چیه که گاو چهار تا داره، اما من و تو تا داریم؟ مدیره ابروهاشو بالا میندازه که پسر جواب میده: پا، دوباره خانم معلمه می‌پرسه: پسر من اون چیه که تو توی شلوارت داری، اما من تو شلوارم ندارم؟ مدیر دهنش از تعجب باز میشه که پسر جواب میده جیب. دوباره خانوم معلمه سؤال میکنه: اون چه کاریه که مردها ایستاده انجام میدن، اما ما زنها نشسته و سگها روی سه پا؟ تا مدیر بیاد حرفت بیاره وسط، پسره جواب میده: دست‌دادن. باز معلمه سؤال میکنه: بگو ببینم اون چیه که وقتی میره تو، سفت و قرمزه، اما وقتی میاد بیرون شل و چسبناک؟ مدیره با دهان باز از جاش

بلند میشه که بگه این چه سؤالیه که پسره میگه آدامس بادکنکی. دیگه مدیره طاقت نمیاره میگه بسه، دیگه این بچه‌رو بزارید کلاس پنجم من خودم همه سؤالاها را غلط جواب دادم.

سورخ دعا را گم کردن: گاه پیش می‌آید که کسی نابه‌هنگام و در جای نادرست چیزی بگوید که گرچه ممکن است درست باشد، ولی کمترین ارتباطی با موضوع مورد گفت و گو ندارد. در چنین موردی در پاسخ به او می‌گویند دعا بلدی ولی «سورخ دعا را گم کرده‌ای» مولانا مولوی بلخی در جلد 4 کتاب مثنوی معنوی، حکایت شیرین و آموزنده‌ی را به نظم آورده است که در آن شخصی به وقت (استنجا) (شستن محل دفع ادرار و مدفوع) به‌جای خواندن دعای ویژه این کار یعنی «الهم اجعلنی من التوابین واجعلنی من المطهرین» به اشتباه دعای به اشتباه دعای «الهم ارحنی راحه الجنه» را که ویژه «استنشاق» یعنی شستن سورخ بینی است» سورخ بینی است» می‌خواند. پس از این کار شخصی به او گفت: ورد را خوب بلد هستی ولی سورخ دعا را گم کرده‌ای.

آن یکی در وقت استنجا بگفت

که مرا با بوی جنت دار جفت

گفت شخصی: خوب ورد آورده‌ای

لیک سورخ دعا کم کرده‌ای

لذا، این عبارت از آن تاریخ به‌صورت ضرب‌المثل درآمده است.

رازهائی درباره زن ها :

* سه چیز یک زن را مانند ملکه می‌سازد:

وقتی که پول در دستهایش باشه، وقتی که لباس سفید عروسی می‌پوشه برای دوما، وقتی که اولین بچه‌ش به دنیا میاد و برای اولین بار مادر میشه،

* سه چیز زن را به گریه می‌اندازد:

حرفی که جریحه‌دارش کند، از دست دادن کسی که دوستش داره، مرور کردن خاطره‌هایی که خوشحال کنند بوده برایش و حالا از دستش داده.

* سه چیز که زن به آن احتیاج دارد:

آغوشی که از قلب و با محبت باشد، حرفی زیبا که انگیزه‌هایش را بالا ببرد، وقتی داشته باشد برای استراحت و تجدیدقوا.

* سه چیز زن را می‌کُشد:

زنی بر او ارجعیت داشته باشد، نابود شدن آینده‌اش، رفتن پدر و مادر و پسرش.

* سه چیز زن به آن افتخار می‌کند:

زیبائیش، اصل و نسبش، کارنامه و مقام اجتماعیش.

* یک چیز راز زن را فاش می‌کند:

نوع نگاه کردنش

* سه چیز زن را وادار می‌کند که از زندگی شخصی برود بدون برگشت:

خیانت، ناامید کردن و ضربه خوردن، احساس عدم امنیت.

* زن قوت تحملی را دارد که مرد را شگفت زده می‌کند:

سختی‌هایی را تحمل می‌کند و غم و اندوهی را تحمل می‌کند که با خود، خوشبختی، و عشق به‌همراه دارد. می‌خندد وقتی که می‌خواهد فریاد بزند، ترانه می‌خواند، وقتی می‌خواهد گریه کند. گریه می‌کند وقتی که خوشحال است. و می‌خندد، وقتی که می‌ترسد. عشقش بدون شرط است، ولی یک رفتار بد دارد و آن این است که او ارزش خود را در نزد دیگران نمی‌داند.

*** سه حالت زن که اخطار به دیگران به حساب می‌آید و دیگران رامی‌ترسند و تعجب می‌کنند:** سکوتش، جرأت آنی‌ش، سرزنش‌اش در یک آن.

طنز: شیخ و مریدان، نقل است که روزی سخت به ذکر و نماز بود که مجنون به غفلت از بین او، و سجاده‌اش عبور همی کرد. شیخ نمازش بشکست و انگولی بر ما تحت وی کرد و بانگ برآورد که ای غافل از چه روی میان من و خدایم فاصله بینداختی؟ مجنون به خود آمد و گفت: ای شیخ، من عاشق لیلی ام و از عشق او تو را ندیدم. تو که مدعی بر عشق خدای لیلی هستی، چگونه مرا دیدی، شیخ این بشنید و فریاد از نهادش برخواست.

طنز: شیخ‌العجب را گفتند: ادب از که آموختی؟ شیخ ابروئی بالا انداخت و فرمود از پدرم و مریدان این بار بر سر شیخ کوفتند که ما دیگر حرفی برای گفتن نداریم، ولمان کن.

پاسخ‌های با حال به پرسش‌های بی‌حال: می‌گویند: مریلین مونرو، یک وقتی نامه‌ای به آلبرت اینشتین نوشت: فکرش را بکن که اگر من و تو ازدواج کنیم بچه‌هایمان به زیبایی من و هوش و نبوغ تو، چه محشری می‌شوند. اینشتین در جواب نوشت: ممنون از این همه لطف و دست و دلبازی خانم. واقعاً هم که

غوغائی می‌شود. ولی این یک روی سکه است، فکرش را بکنید که اگر قضیه برعکس شود چه رسوائی بزرگی برپا می‌شود.

روزی در یک میهمانی:

مرد خیلی چاقی سراغ برنارد شاو که بسیار لاغر بود رفت و گفت: آقای شاو، وقتی من شما را می‌بینم فکر می‌کنم در اروپا قحطی افتاده است برنارد شاو هم سریع جواب می‌دهد: بله، منم هر وقت شما را می‌بینم فکر می‌کنم عامل این قحطی شما هستید.

لطیفه: به رفیقم می‌گم تب کردم، میگه مریض شدی؟ میگم نه دمای بدنمو بردم بالا، ببینم فنش کار میکنه یا نه ...

روزی نویسنده جوانی از جرج برنارد شاو پرسید:

شما برای چی می‌نویسد؟ برناردو شاو جواب داد، برای یک لقمه نان. نویسنده جوان بر آشفت که: متأسفم، برخلاف شما من برای فرهنگ می‌نویسم. برناردشاو گفت: عیبی ندارد پسرم، هرکدام از ما برای چیزی می‌نویسیم که نداریم.

یک روز چرچیل در مجلس عوام سخنرانی داشت.

یک تاکسی می‌گیرد وقتی به محل می‌رسند، به راننده می‌گوید؛ اینجا منتظر باش تا من برگردم. راننده می‌گوید: نمی‌شود، چون می‌خواهم بروم خانه و سخنرانی چرچیل را گوش کنم. چرچیل از این حرف خوشش می‌آید و به راننده 10 پوند می‌دهد. راننده می‌گوید: گوربابای چرچیل، هروقت خواستی برگرد.

نانسی آستور،

(اولین زنی که در تاریخ انگلستان به مجلس عوام بریتانیای کبیر راه یافته و این موفقیت را در پی سخت‌گوشی و جسارت‌هایش بدست آورده بود) روزی از فرط عصبانیت به وینسون چرچیل رو کرد و گفت: من اگر همسر

شما بودم توی قهوه‌تان زهر می‌ریختم. (چرچیل با خون سردی تمام و نگاهی تحقیرآمیز) من هم اگر شوهر شما بودم، می‌خوردمش.

نقل قول : می‌گویند یک روز چرچیل از یک کوچه باریکی که فقط امکان عبور یک نفر را داشته، رد می‌شود که از روبرو یکی از رقبای سیاسی زخم خورده‌اش از راه می‌رسد، بعد از اینکه کمی تو چشم هم نگاه می‌کنند، رقیب چرچیل می‌گوید: من هیچ وقت خودم را کج نخواهم کرد تا یک آدم احمق از کنارم عبور کند. چرچیل در جالیکه خودش را کج می‌کرد، می‌گوید: ولی من این کار را خواهم کرد.

زیبائی- حقیقت : استادی از شاگردان خود پرسید: به نظر شما چه چیز انسان را زیبا می‌کند؟ هر یک جوابی دادند، یکی گفت: چشمانی درشت. دومی گفت: قدبلند، دیگری گفت: پوست شفاف و سفید، در این هنگام استاد، دولیوان از کیفش درآورد، یکی از لیوان‌ها بسیار لوکس و زیبا بود و دیگری سفالی و ساده. سپس در هر یک از لیوان چیزی ریخت. رو به شاگردان کرد و گفت: در لیوان رنگین و زیبا زهر ریخته‌ام و در لیوان سفالی، آبی گوارا، شما کدام را انتخاب می‌کنید؟ همگی به اتفاق گفتند؟ لیوان سفالی را. استاد گفت: می‌بینید؟ زمانی که حقیقت درون لیوان‌ها را شناختید، ظاهر برایتان بی‌اهمیت شد

لخت شدن شاه زاده خانم گدایوا : لخت شدن شاهزاده خانوم.

حدود هزارسال پیش «لیدی گدایوا» همسر یکی از بزرگان انگلیس، در اعتراض به افزایش بی‌رویه مالیات برای مردم شهر خود، هر روز به سراغ همسرش می‌رفت و عاجزانه تقاضا میکرد که مالیات‌ها کاهش پیدا کند همسر او که سیاست و تصمیم‌های سیاسی خود را بر خواسته همسر خود ترجیح می‌داد به همسرش

گفت: اگر یک روز برهنه سوار اسب شوی و تمام شهر را از سمتی به سمت دیگر بروی، مالیات‌ها را کاهش خواهم داد. گدایوا دو سؤال پرسید: تو مشکلی با این کارنداری؟ و آیا واقعاً به وعده خود عمل می‌کنی؟ پاسخ هر دو سؤال مثبت بود. گدایوا، اسبش را زین کرد لباس‌هایش را بر زمین ریخت، در شهر گفتند: گدایوا، در حمایت از مردم برهنه در میان شهر می‌گردد، تمام مغازه‌ها را بستند و به خانه‌ها رفتند، پرده‌ها را کشیدند و با چشمانی اشکبار، منتظر شدند این گردش شو به پایان برسد. گدایوا به خانه برگشت و مالیات‌ها کاهش یافت در تمام تاریخ غرب اروپا برای هیچ کس به اندازه گدایوا، طلا، جواهر، یادبود. و... ساخته نشده است این یادبودها به ما می‌آموزند که اسطوره‌ها به تنها خلق نمی‌شوند، بلکه در بستری از فهم و شعور و حمایت اجتماعی شکل می‌گیرند.

نمی‌دانم اگر گدایوا، در این نقطه از تاریخ و جغرافیا، به این بازی تلخ وارد می‌شد، آیا پنجره‌ها بسته میشد یا تصاویر او از طریق شبکه‌های اجتماعی و بلوتوث موبایل‌ها از دستی به دست دیگر می‌گشت.

از اکبر مؤمنی‌راد

سرگذشت جالب یک واژه : چرا «استکان»؟: در زمان‌های قدیم

هنگامی که هندوها با کشورهای غربی مراوده تجاری داشتند: برای نوشیدن چای به همراه خود پیاله‌هایی را به این کشورها، خصوصاً عراق و شام قدیم آوردند که در آن کشورها به پیاله معروف شد. پس از آن اروپائیان که برای تجارت به کشورهای عربی سفر می‌کردند، چون در کشورشان از فنجان برای نوشیدن چای یا قهوه استفاده می‌کردند هنگام بازگشت به کشورشان، این پیاله را به عنوان یادگاری می‌بردند و آن را "East, Tea, can" می‌نامیدند (ظرف چای شرقی) و به تدریج این کلمه به کشورهای شرقی بازگشت و در آنجا متداول شد و لذا به

مرور زمان (ایست، تی، کن) به استکان تبدیل شد. باید توجه داشت که در پس اکثر واژه‌ها و اسم‌ها فلسفه جالبی نهفته است.

فلسفه، چرا پشت سر مسافر آب می‌ریزند؟ سردار پر افتخار ایران، یعنی

«هرمان» در سمت فرمانداری خوزستان انجام‌وظیفه می‌کرد، هرمان که یکی از فرمانداران جنگ قادسیه بود، بعد از نبردی در شهر شوشتر و زمانی که هرمان در نتیجه خیانت یک نفر با وضعی ناامیدکننده روبرو شد، نخست در قلعه‌ای پناه گرفت و به ابوموسی اشعری، فرمانده تازیان آگاهی داد که هرگاه او را امان دهد، خود را تسلیم وی خواهد کرد. ابوموسی اشعری نیز موافقت کرد از کشتن او بگذرد و وی را به مدینه، نزد «عمر بن الخطاب» بفرستد تا خلیفه درباره او تصمیم بگیرد. با این وجود، ابوموسی اشعری دستور داد تا 900 نفر سربازان هرمان را که در آن قلعه اسیر شده بودند گردن بزنند.

پس از اینکه تازی‌ها هرمان را وارد مدینه کردند، وی را به مسجدی که عمر در آن خفته بود بردند، تا عمر تکلیف هرمان را تعیین کند. عمر در گوشه‌ای از مسجد خفته و تازیانه‌ای زیر سر خود گذاشته بود. هرمان پس از ورود به مسجد نگاهی به اطراف انداخت و پرسش کرد، پس امیرالمومنین، کجاست؟ تازی‌های نگهبان به عمر اشاره کردند و پاسخ دادند، مگر نمی‌بینی آن امیرالمومنین است. سپس عمر از خواب برخاست، نخست کمی با هرمان گفتگو کرد و سپس فرمان داد او را بکشند. هرمان درخواست کرد، پیش از کشتن به او کمی آب آشامیدنی بدهند. عمر با درخواست هرمان موافقت کرد و هنگامی که ظرف آب را به دست هرمان دادند، او در آشامیدن آب درنگ کرد. عمر سبب این کار پرسش نمود. هرمان پاسخ داد، بیم دارم در هنگام نوشیدن آب هوا را بکشند. عمر قول داد، تا آن آب را ننوشد، کشته نخواهد شد. پس از این که هرمان از عمر این قول را گرفت، کیاست به خرج داد و هوش و ذکاوت ایرانی را به رخ بلاهت عرب کشید

و در اقدامی زیرکانه و هوشمندانه، آب در دستش را با کاسه آن بر زمین انداخت
عمر هم که دید مغلوب هوش و فراست و نکته‌سنجی و کیاست و سیاست
ایرانیان شده و به ناچار به قول خود وفا کرد و از کشتن او درگذشت. این باعث
به‌وجود آمدن فلسفه‌ای شد که با ریختن آب بر زمین، یعنی زندگی دوباره به
شخصی داده می‌شود، تا مسافر برود و سالم بماند.

چگونگی دستیابی به قدرت «نه» گفتن: در بسیاری مواقع گفتن یک «نه»
ساده می‌تواند جلوی بسیاری از مشکلات را بگیرد. در حالیکه بسیاری از مردم با
«نه» گفتن به دیگران مشکل دارند، حتی افرادی که بسیار جسور و با اعتمادبه‌نفس
هستند در برخی موقعیت‌ها متوجه می‌شوند به‌رغم میل باطنی‌شان به دیگران «بله»
گفته‌اند. البته گاهی بهتر است به چیزی که واقعاً علاقه به انجام آن ندارید بله
بگوئید. مثلاً اگر در محل کار رئیس‌تان از شما بخواهد کاری را انجام دهید و شما
دوست نداشته باشید، توصیه می‌شود هرگز از مهارت «نه» گفتن‌تان استفاده نکنید،
زیرا خود را در معرض اخراج شدن قرار می‌دهید.

اصول «نه» گفتن:

- 1- صریح و صادقانه صحبت کنید، اما بی‌ادب نباشید تا بتوانید از پس این
گفت و گو به خوبی برآئید.
- 2- بگویید انجام کاری که می‌خواهید، برایتان سخت است و نمی‌توانید
به هر دلیلی از عهده‌اش برآئید.
- 3- رفتاری کاملاً محترمانه داشته باشید و بگوئید: واقعاً متأسفم که نمی‌توانم مفید
واقع شوم.

- 4- با گرمی و محبت و صحبت کنید تا واژه «نه» سخت و خشن به نظر نرسد.
- 5- خیلی خلاصه و بدون حاشیه توضیح دهید.
- 6- عذرخواهی نکنید، ماهرانه توضیح دهید که چرا به خواسته فرد مقابل «نه» می‌گوئید، این حق شماست که اگر نمی‌خواهید کاری را انجام دهید، «نه» بگوئید.
- 7- فراموش نکنید، صداقت داشتن بسیار بهتر از این است که به سبب ناتوانی در «نه» گفتن، تا مدت‌ها در وجودتان احساس ناراحتی و تلخی کنید.
- 8- وقتی «نه» می‌گوئید، نسبت به آن احساس مسئولیت کنید، خودتان را برای آن سرزنش نکنید و با خود بگوئید که وقتی نمی‌توانید کاری را انجام دهید حق دارید از آن استقبال نکنید.

10 کشف و اختراعی که اقتصاد جهان را تغییر دادند:

موزه علمی لندن، از 10 کشف و اختراع مهم که دنیای علم را تغییر دادند نگهداری می‌کند. دانستن اینکه چه چیزی تا به حال توانسته پیشرفت و تغییری شگرف در علم به وجود آورد بسیار هیجان‌انگیز است. این اختراعات و اکتشافاتی هستند که به واقع دنیا را متحول کردند و علاوه بر کمک به بشریت، راه را برای پیشرفت‌های بعدی هموار کردند.

*سفینه آپولو 10: آپولو 10 در سال 1974 به‌عنوان یک نمونه آزمایشی برای اولین بار با 3 سرنشین به سمت کره ماه سفر کرد و با اینکه سفرش موفقیت‌آمیز نبود اما راه را برای آپولو 11 باز کرد و آپولو 11 توانست به کره ماه برسد. آپولو 10 به‌عنوان اولین سفی‌های که توانست از جو خارج شود، راه را برای ما باز

کرد تا با عظمت دنیای بی‌انتهای آشنا شویم.

2- موتور بخار: توماس نیوکامن در سال 1712 این موتور را اختراع کرد. در واقع این موتور مشکل بحران انرژی این روزگار را حل کرده است. و اگر ساخته نمی‌شد مطمئناً بحران انرژی برای ما مشکلات بسیار زیادتری به وجود می‌آورد.

3- تلگراف: تلگراف به‌عنوان اولین وسیله ارتباطی الکترونیکی در سال 1837 توسط «چالز واتسون و ویلیام کوک» ساخته شد، که از مهم‌ترین اختراعات بشر در زمینه ارتباط است. دستگاه تلگراف آنها به‌عنوان اولین و کاربردی‌ترین وسیله ارتباط دوربرد الکترونیکی شناخته شده و ایده شبکه‌های گسترده از این اختراع الهام گرفته است.

4- فورد مدل T: با دیدن این تیترا، حتماً فکر می‌کنید، این کمپانی فورد بود که اولین اتومبیل را ساخته، اما باید بدانید در واقع مدل T اولین اتومبیلی بود که به تولید انبوه رسید و این خدمت فورد به جامعه بشری بود. خط تولید فورد به‌عنوان اولین سیستم تولید انبوه در دنیا انقلابی در صنعت و اقتصاد، ایجاد کرد که مهم‌ترین اتفاق در قرن گذشته است.

5- پیلوت ACE، پیلوت ACE, computer

یکی از نخستین کامپیوترهای جهان، ایده آقای (جان و امر- اسلی)، موتور محاسبه اتوماتیک، که وی در سال 1936 داده بود. برای اولین بار و موفقیت‌آمیز در دهم ماه می 195 روی کامپیوتری که آلن تورینگ، عملیات ساخت آن را انجام داد آزمایش شد.

6- موتور موشک V2: موشک V2 که «وارنر وان بارون» در سال 1942 آن را ساخت در واقع اولین موشک دوربردی بود که انقلابی در تکنولوژی موتور موشک به جود آورد، و راه را برای ساختن موشک بالستیک باز کرد، این ایده، آپولو 11 را به ماه رساند و موتور موشک او هم چنان مورد استفاده است.

7- پنی سیلین: اولین آنتی بیوتیک کشف شده در دنیا بود که الکساندر فلمینگ در سال 1938 آن را از هاگ‌های جمع شده قارچ (یا همان کپک) کشف کرد. با کشف پنی سیلین میلیون‌ها بیمار و مجروح جنگی از مرگ حتمی نجات پیدا کردند. بعد از آن بقیه آنتی بیوتیک‌ها وارد دنیای پزشکی شدند.

8- رشته‌های مارپیچ DNA: اولین بار DNA توسط آقایان «کریک و واتسون» در سال 1953 مورد توجه قرار گرفت. آنها حین آزمایش‌های خود روی ژن‌های انسانی با یک ساختار از مواردی که مولکول این ژن‌ها را تشکیل می‌دهند روبرو شدند و با شکافتن آنها راز نظم حاکم بر سلولهای بدن را کشف کردند. DNA امروزه موضوع مهمی در علم، صنعت و حتی مسائل امنیتی محسوب می‌شود.

9- اشعه ایکس: برای اولین بار فیزیکدان آلمانی، ویلیام رونتگن در سال 1895 امواج ایکس را کشف کرد که امروزه بیشتر برای عکسبرداری از اعضای داخلی بدن استفاده می‌شود.

10- لوکوموتیو: لوکوموتیو بخار در سال 1829 «رابرت استفان سون» برای اولین بار در نیوکاسل انگلستان آزمایش کرد و برای اولین بار بالاترین سرعت در یک وسیله نقلیه که نیروی محرکه‌اش را به همراه دارد ثبت کرد. شاید خود استفان سون هم فکر نمی‌کرد که این وسیله تا 150 سال بیشتر بعد از آن سال هم در

سطح جهان برای حمل و نقل مورد استفاده قرار بگیرد. اما هم‌چنان از لوکوموتیو برای حمل و نقل استفاده می‌شود.

دوازده چیزی که مردان از آن محرومند :

پژوهش‌ها نشان می‌دهد که خانم‌ها توانائی‌های جالبی دارند که آقایان از آنها محروم هستند. 1- **خانم‌ها تمیزترند:** پژوهشی که در دانشگاه سن‌دیگو انجام شد، نشان می‌دهد که میز و اطاق کار آقایان نسبت به میز و اطاق کار خانم‌ها به هم ریخته‌تر و کثیف‌تر است. در واقع تعداد باکتری‌هایی که در اطاق آقایان وجود دارد حدود 10 الی 20 درصد از تعداد باکتری‌های اطاق خانم‌ها بیشتر است.

2- **خانم‌ها در مصاحبه‌های شغلی عملکرد بهتری دارند:** تحقیقات جدید حاکی از آن است که در مصاحبه‌های کاری خانم‌ها بهتر از آقایان استرس خود را کنترل می‌کنند. اگر چه قبل از مصاحبه میزان استرس خانم‌ها بیشتر است، اما آنها در حین مصاحبه واقعی آرام‌تر هستند و بهتر عمل می‌کنند. چرا؟ چون قبل از مصاحبه، بیشتر تمرین می‌کنند.

3- **تعداد زنان زیبا به مرور زمان افزایش پیدا می‌کنند:** طبق پژوهش‌های اخیر، با گذشت زمان تعداد خانم‌های زیبا بیشتر شده است. ولی این قضیه در مورد مردان صادق نیست. در جریان تحقیق، 2000 نفر در طول 4 دهه زندگیشان مورد بررسی قرار گرفتند و مشخص شد که زنان جذاب 16 درصد بیشتر از زنان متوسط صاحب فرزند شده‌اند، همچنین احتمال اینکه اولین فرزند افراد جذاب دختر باشد 36 درصد بیشتر از افراد معمولی است و این معنایی ندارد جز افزایش تعداد زنان زیبا در نسل‌های آینده.

4- خطر تصادف، خانم‌ها را کمتر تهدید می‌کند: واقعیتی تلخ برای آقایان: میزان مرگ و میر مردان در تصادف اتومبیل 77 درصد بیشتر از خانم‌ها است. در واقع آقایان به جای اینکه همسران خود را به غرزدن محکوم کنند، باید از آنها بابت جمله «کمر بندت» را ببند تشکر کنند.

5- خانم‌ها راحت‌تر در مورد مشکلاتشان صحبت می‌کنند: تحقیقاتی که بر روی 2000 نفر انجام شد، نشان داد خانم‌ها بسیار بیشتر از آقایان در مورد مشکلات و مسائلشان صحبت می‌کنند. 53 درصد از زنان در مورد آنچه باعث استرس و ناراحتیشان می‌شود، با دوستان خود صحبت می‌کنند در حالی که این درصد در مورد مردان، فقط 29 درصد است.

6- زنان کمتر از مردان در معرض خطر از دست دادن شغل قرار دارند: آمار حاکی از آن است که از سال 2007 تا به حال «2014» 80 درصد کسانی که شغل خود را از دست داده‌اند، مرد بوده‌اند. علت این امر می‌تواند این باشد. رکورد اقتصادی بر شغل‌های مردانه، تأثیر بیشتری داشته است. شاید زمان آن رسیده باشد که آقایان به شغل‌هایی مثل معلمی و پرستاری بیشتر فکر کنند.

7- تعداد خانم‌هایی که از دانشگاه فارغ‌التحصیل می‌شوند بیشتر است: آمار نشان می‌دهد، نه تنها تعداد خانم‌هایی که در دانشگاه ثبت نام می‌کنند بیشتر است، بلکه آقایان بیشتر از خانم‌ها از ادامه تحصیل در دانشگاه انصراف می‌دهند، همچنین دوره تحصیل آقایان در دانشگاه بیشتر از خانم‌ها طول می‌کشد.

8- گرایش خانم‌ها به غذاهای سالم بیشتر است: تحقیقی که بر روی 14000 نفر صورت گرفت، نشان داد، غذاهایی که خانم‌ها انتخاب می‌کنند، بسیار سالم‌تر از

غذاهائی است که آقایان انتخاب می‌کنند. مردان پیتزا و گوشت قرمز را ترجیح می‌دهند، در حالی که زنان بشقاب غذای خود را بیشتر با میوه و سبزی پر می‌کنند.

9- سیستم ایمنی بدن خانم‌ها قوی‌تر است: وجود هورمون استروژن در بدن زنان در واقع سلاحی است در مقابل عفونت‌ها، چرا که استروژن با آنزیم‌هایی که معمولاً اولین خط دفاعی بدن را ضعیف می‌کنند مبارزه می‌کند.

10- طول عمر خانم‌ها بیشتر است: 58 درصد از جمعیت بالای 100 سال جهان خانم هستند. در واقع میانگین طول عمر خانم‌ها 5 تا 10 درصد از میانگین طول عمر آقایان بیشتر است.

11- خانم‌ها مدیران بهتری هستند: اگر چه هنوز بر سر این ادعا اختلاف

نظرهائی وجود دارد ولی بسیاری از کارشناسان معتقدند که چون خانم‌ها شنودگان بهتری هستند می‌توانند هم‌زمان چند کار را با هم انجام دهند و در تدریس و آموزش بهتر عمل کنند پس می‌توانند مدیران بهتری باشند.

12- خانم‌ها سرمایه‌گذاران بهتری هستند: بررسی 100000 سهام نشان داد که درصد موفقیت زنان در سرمایه‌گذاری نسبت به آقایان 18 به 11 است دلیل این امر شاید این باشد که زنان نسبت به مردان محتاط‌تر تصمیم می‌گیرند و بیشتر فکر می‌کنند.

اولین حلقه ازدواج را چه کسی به دست کرد؟ به دست کردن حلقه ازدواج

یکی از قدیمی‌ترین و جهانی‌ترین رسوم است. این رسم مربوط به زمان‌های خیلی قدیم است. در واقع کسی نمی‌تواند زمان درست آن را بگوید. اما استفاده از انگشتری در مراسم ازدواج به شکل «حلقه» علامت کمال و ارتباط آن با وصلت

دو فرد، مؤید کمال زندگی انسانی به شمار می‌رفت. اولین مردمی که در تاریخ «حلقه» ازدواج را به کار بردند مصریان بوده‌اند.

گویا در نوشته‌های «هیروگلیف» که نوشته‌های تصویری مصریان است. حلقه علامت ابدیت بود. یعنی حلقه ازدواج به انگشت زوجین کردن، به نوعی رمز زناشویی پایدار و ابدی بوده است، و پس از مصریان مسیحیان نیز در حدود 900 میلادی شروع به دست کردن و استفاده انگشتر و حلقه در مراسم ازدواج خود نمودند.

شاید برای بسیاری این سؤال پیش بیاید که چرا حلقه ازدواج در انگشت چهارم دست چپ می‌اندازند؟ تحقیقات نشان داده است که یونانیان قدیم عقیده داشتند که رگ مخصوصی از این انگشت می‌گذرد و مستقیماً به قلب وارد می‌گردد، و برخی‌ها نیز معتقدند که چون این انگشت را کمتر از سایر انگشتان دست خود مورد استفاده قرار می‌دهیم، حلقه در آن قرار می‌گیرد و به‌طور کلی برای به‌دست کردن یک وسیله زینتی مناسب‌تر از سایر انگشتان دست است.

این گره بگشودنت چه بود؟ «حکایتی از مولانا: پیر مرد تهی دست، زندگی را در نهایت فقر و تنگدستی می‌گذارند و با سائلی. برای زن و فرزندانش قوت و غذائی ناچیز فراهم می‌کرد. از قضا یک روز که به آسیاب رفته بود، دهقان مقداری گندم در دامن لباس‌اش ریخت و پیرمرد گوشه‌های آن را به هم گره زد و در همان حالی که به خانه برمی‌گشت، با پروردگار از مشکلات خود سخن می‌گفت و برای گشایش آنها فرج می‌طلبید و تکرار می‌کرد: ای گشاینده گره‌های ناکشوده، عنایتی فرما و گره‌ای از گره‌های زندگی ما بگشای.

پیر مرد در حالی که این دعا را با خود زمزمه می‌کرد و می‌رفت، یکباره یک گره از گره‌های دامنش گشوده شد و گندم‌ها به زمین ریخت. او به شدت ناراحت شد و رو به خدا کرد و گفت:

من تو را کی گفتم ای یار عزیز کاین گره بگشای گندم را بریز
 آن گره را چون نیارستی گشود این گره نگشودنت بهر چه بود
 پیرمرد نشسته تا گندهای به زمین ریخته را جمع کند ولی در کمال ناباوری دید
 دانه‌های گندم روی همیانی از زر ریخته است. پس متوجه فضل و رحمت
 خداوندی شد و متواضعانه به سجده افتاد و از خدا طلب بخشش نمود. . .

راهزنی کالایی را از کاروانی دزدید، همراه کالاها «آیه الکرسی» بود راهزن آن
 کالا به صاحبش باز رساند. گفتند چه شد که از آن همه مال چشم پوشیدی؟
 گفت: آن بازرگان با اعتقاد به ای آیه در بارها نهاده بود. و اگر مال وی
 بدزدیدم، اعتقاد او زیان میبند. حال آنکه من دزد مال هستم نه دزد دین.

خدای واقعی: شخصی نزد حلاج اومد و گفت: من سالها ثروتم را جمع کردم
 که به عربستان برم و خدارو زیارت کنم، در راه که می‌رفتم به روستائی رسیدم که
 به خاطر جنگ ویران شده بود، مردم زخمی بودند و سرپناهی نداشتند. مقداری از
 ثروتم را خرج ساختن سرپناه و دارو برای مردم کردم، به روستای دیگری رسیدم،
 کودکان یتیم و گرسنه را دیدم، با باقی مانده ثروتم برای آنها خوراک تهیه کردم، به
 روستای دیگری رسیدم، جوانی را دیدم زیر درخت نشسته بود تنها و غمگین،
 پرسیدم چرا ناراحتی، گفت دختری که دوستش دارم، پدرش گفته دخترش را به
 کسی می‌دهد که اسب داشته باشد. من اسبم را به او دادم، به خود آمدم دیدم دیگر
 هیچ چیز ندارم، از ادامه دادن راه منصرف شدم و به شهرم بازگشتم، و با ناراحتی
 به حلاج گفتم: من بعد از این همه سال انتظار نتوانستم خدا را زیارت کنم، و
 حلاج به او گفت: تو خدا را زیارت کردی، خدا سرپناهی نداشت، تو برای خدا
 سرپناه ساختی، خدا زخمی بود، تو خدا را درمان کردی، خدا گرسنه بود، تو خدا

را سیر کردی، خدا تنها و غمگین بود، تو خدا را از تنهائی درآوردی، و حلاج در پایان گفت: خدای حقیقی در هیچ کشوری و بر هیچ زبانی زندانی نیست. خواست خدا یاری رساندن به انسان‌هاست.

حج به خدا جز به دل پاک نیست
شستن غم از دل غمناک نیست

بیانید زندگی را از دریچه‌ای دیگر بنگریم :

جواب «آرتور اشی» قهرمان افسانه‌ای یه نامه‌ای با عنوان: چرا خدا تو را برای چنین بیماری‌ای انتخاب کرد؟

«آرتور اشی» قهرمان افسانه‌ای تنیس ویمبلدون، به خاطر خون‌آلوده‌ای که در جریان یک عمل جراحی در سال 1983 دریافت کرد، به بیماری آیدز مبتلا شد و در بستر مرگ افتاد. او از سراسر دنیا نامه‌هایی از طرفدارانش دریافت کرد. یکی از طرفدارانش نوشته بود: چرا خدا تو را برای چنین بیماری‌ای انتخاب کرد؟ آرتور اشی در جواب گفت: در دنیا 50 میلیون کودک بازی تنیس را آغاز می‌کنند 5 میلیون نفر یاد می‌گیرند که چگونه تنیس‌بازی کنند 500 هزار نفر تنیس را در سطح حرف‌های یاد می‌گیرند.

50 نفر به مسابقات ویمبلدون راه پیدا می‌کنند. چهار نفر به نیمه‌نهایی می‌رسند و دو نفر به فینال. آن هنگام که جام قهرمانی را روی دستانم گرفته بودم، هرگز نگفتم خدایا چرا من؟ و امروز که از این بیماری رنج می‌کشم، نیز نمی‌گویم: خدایا چرا من؟ پس بیانید زندگی را از دریچه‌ای دیگر بنگریم.

هیچ‌گاه امید کسی را ناامید نکن: ابوریحان بیرونی در خانه یکی از بزرگان نیشابور میهمان بود، از هشتی ورودی خانه صدای او را می‌شنید که در حال

نصیحت و اندرز است. مردی به دوست ابوریحان می‌گفت: هر روز نقشی بر دکان خود افزون کنم و glandانی خوشبوتر از پیش در پیشگاهش بگذارم، بلکه عشقم از آن گذرد و به زندگیم باز آید. و دوست ابوریحان او را نصیحت کرده که عمر کوتاست و عقل، تعلل را درست نمی‌داند. آن زن اگر تو را می‌خواست، حتماً پس از سال‌ها باز می‌گشت. پس یقین دان دل در گروهی مردی دیگر دارد و تو باید به فکر آینده خویش باشی.

سه روز بعد ابوریحان داشت از دوستش خداحافظی می‌کرد که خبر آوردند همان کسی که نصیحتش نمودید، بر بستر مرگ افتاده و سه روز است، هیچ نخورده. میزبان ابوریحان قصد لباس کرد برای دیدار آن مرد. ابوریحان دستش را گرفت و گفت: نفسی که سردی را بر گرمای امید می‌دهد، مرگ را به بالینش فرستاده. میزبان سرخم نمود. ابوریحان به دیدار آن مرد رفته و چنان گرمای امیدی به او بخشید که آن مرد دوباره آب نوشید. اُرد بزرگ اندیشمند برجسته می‌گوید: هیچ‌گاه امید کسی را ناامید نکن، شاید امید تنها دارائی او باشد.

میگن مردا جنبه ندارن، یعنی این: مردی کت و شلواری با کرواتى زیبا، قصد طلاق دادن زنش را داشت. دوستش علت رو جويا شد و مرد پاسخ داد: این زن از روز اول همیشه می‌خواست من رو عوض کنه. منو وادار کرد سیگار و مشروب رو ترک کنم. طرز پوشیدن لباسم رو عوض کرد. و کاری کرد تا دیگه قمار بازی نکنم، و همچنین در سهام سرمایه‌گذاری کنم و حتی منو عادت داده که به موسیقی کلاسیک گوش کنم و لذت ببرم و الان هر هفته جمعه‌ها هم با دوستانم که همه آدم‌های سرشناسی هستند، میرم بازی گلف. دوستش با تعجب گفت: ولی اینائی که می‌گی چیز بدی نیستند. مرد گفت: خب این رو می‌دونم، ولی حالا حس می‌کنم که دیگه این زن درشأن من نیست.

زنجیره عشق: یک روز بعد از ظهر وقتی اسمیت داشت از کار بر می‌گشت خانه، سر راه زن مستی را دید که ماشینش خراب شده و ترسان توی برف ایستاده بود، اون زن برای او دست تکان داد، تا متوقف شود. اسمیت پیاده شد و خودشو معرفی کرد، و گفت: من اوادم کمکتون کنم. زن گفت: صدها ماشین از جلوی من رد شدند ولی کسی نایستاد، این واقعاً لطف شماست.

وقتی که او لاستیکرو عوض کرد و درب صندوق عقب‌رو بست و آماده رفتن شد، زن پرسید: من چقدر باید پردازم؟ و او به زن چنین گفت: شما هیچ بدهی به من ندارید، من هم در این چنین شرایطی بوده‌ام، و روزی یک نفر هم به من کمک کرد، همونطور که من به شما کمک کردم، اگر تو واقعاً می‌خواهی که بدهیت‌رو به من پرداززی، باید این کار رو بکنی. بگذار زنجیر عشق به تو ختم نشه. چند مایل جلوتر "زن کافه کوچکی رو دید و رفت تو تا چیزی بخورد و بعد راهشو ادامه بده ولی نتونست بی‌توجه از لبخند شیرین زن پیشخدمتی بگذره که میبایست هشت ماهه باردار باشه، و از خستگی روی پا بند نبود. او داستان زندگی پیشخدمت را نمی‌دانست و احتمالاً هیچ‌گاه هم نخواهد فهمید، وقتی که پیشخدمت رفت تا بقیه صد دلار شو بیاره، زن از در بیرون رفته بود، در حالیکه بر روی دستمال سفره یادداشتی‌رو باقی گذاشته بود، وقتی پیشخدمت نوشته زن را می‌خواند، اشک در چشمانش جمع شده بود. در یادداشت چنین نوشته بود، شما هیچ بدهی به من ندارید، من هم در چنین شرایطی بوده‌ام، و روزی یک نفر هم به من کمک کرد، همونطور که من به شما کمک کردم. اگر تو واقعاً می‌خواهی بدهیت‌رو به من پرداززی، باید این کار رو بکنی، نگذار زنجیر عشق به تو ختم بشه. همان شب وقتی زن پیشخدمت از سرکار به خونه رفت در حالیکه به اون پول و یادداشت زن فکر می‌کرد، به شوهرش گفت: دوستت دارم اسمیت همه چیز داره درست میشه.

جواب دندان‌شکن: روزی «لئون تولستوی» در خیابانی راه می‌رفت که ناآگانه به زنی تنه زد. زن بی‌وقفه شروع به فحش دادن و بد و بی‌راه گفتن کرد. بعد از مدتی که خوب تولستوی را محش مالی کرد تولستوی، کلاهش را از سرش برداشت و محترمانه معذرت خواهی کرد و در پایان گفت: مادمازل من لئو تولستوی هستم. زن که بسیار شرمگین شده بود، عذرخواهی کرد و گفت: چرا شما خودتان را زودتر معرفی نکردید؟ تولستوی در جواب گفت: شما آنچنان غرق در معرفی خودتان بودید که به من مجال این کار را ندادید.

برادر: شخصی بنام پل یک دستگاه اتومبیل سواری بعنوان عیدی از برادرش دریافت کرده بود شب عید هنگامی که پل از اداره اش بیرون آمد متوجه پسر بچه شیطانی شد که دور و بر ماشین نو و براقش قدم می‌زند و آن را تحسین می‌کرد، پل نزدیک ماشین که رسید، پسر پرسید: این ماشین مال شماست، آقا؟ پل سرش را به علامت تأیید تکان داد و گفت: برادرم به‌عنوان عیدی به من داده است. پسر متعجب شد و گفت: منظورتان این است که برادرتان این ماشین را همین‌جوری، بدون اینکه دیناری بابت آن پرداخت کنید، به شما داده است؟ آخ‌جون، ای کاش؟! البته پل کاملاً واقف بود که پسر بچه آرزویی می‌خواهد بکند، او می‌خواست آرزو کند که ای کاش او هم یک همچون برادری داشت، اما آنچه پسر گفت: سر تا پای وجود پل را به لرزه درآورد: ای کاش من هم یک همچون برادری بودم. پل مات و مبهوت به پسر نگاه کرد و سپس با یک انگیزه آنی گفت: دوست‌داری با هم تو ماشین‌یه گشتی بزنیم؟ اوه بله دوست دارم. تازه راه افتاده بودند که پسر به طرف پل برگشت و با چشمانی که از خوشحالی برق می‌زد گفت: آقا میشه خواهش کنم که بری به طرف خونه ما؟ پل لبخند زد. او خوب فهمید که پسر چه می‌خواهد بگوید: او می‌خواست به همسایگانش نشان دهد که توی چه ماشین بزرگ و شیکی به خانه برگشته است. اما پل باز هم در اشتباه بود،

پسر گفت: بی زحمت اونجائی که دو تا پله داره نگهدارد. پسر از پله ها بالا دوید چیزی نگذشت که پل صدای برگشتن او را شنید اما دیگر تند و تیز بر نمی گشت ، او برادر کوچک فلج و زمین گیر خود را بر پشت حمل کرده بود، سپس او را روی پله پائینی نشانند و به طرف ماشین اشاره کرد . اوناهاش (جیمی) می بینی ؟ درست همون طوریه که طبقه بالا برات تعریف کردم برادرش عیدی بهش داده و دیناری بابت آن پرداخت نکرده. یه روزی من هم یه همچون ماشینی به تو هدیه خواهم داد. اونوقت می تونی برای خودت بگردی، و چیزهای قشنگ و بترتین مغازه های شب عید رو همان طوری که همیشه برات شرح میدم ببینی، پل در حالی که اشکهای گوشه چشمش را پاک می کرد از ماشین پیاده شد و پسرچه را در صندلی جلوئی ماشین نشانند. برادر بزرگتر با چشمانی براق و درخشان کنار او نشست و سه تائی رهسپار گردشی فراموش ناشدنی شدند.

روانشناسی تنفر از رنگ ها :

هر یک از رنگ ها در روانشناسی نشانه ای دارند. اگر از هر کدام از این رنگ متنفرید، می تواند نشانگر این موضوع باشد.

*** قورمز:** بسیار دلواپس و ناامید هستید، شاید هم از خستگی و ضعف جسمی رنج میبرید. امکان دارد که در روابط و موقعیت اجتماعی شکست خورده باشید. اما مشکل واقعی تان این است که همیشه دنبال هدف های بزرگ و غیرعلمی می روید و وقتی هم که شکست می خورید، در لاک خود فرو می روید، چه عیبی دارد که دنبال یک زندگی معمولی باشید؟ باید این دو موضوع را همیشه به خاطر داشته باشید، اگر معیار موفقیت ثروت بود، پس ثروتمندان می بایست خوشبخت ترین آدم ها باشند، که معمولاً این طور نیست.

* **نارنجی:** به خاطر عمر و سال‌هائی که به بطالت تلف کرده‌اید، بر خود خشم دارید ولی یادتان نرود که فقط شما نیستید که مسئولیت همه بدبختی‌های دنیا را بر دوش دارید، اگر بتوانید مشکلات خصوصی خود و خانواده‌تان را حل کنید، مطمئن باشید که خیلی زرنگید.

*

آبی: از زندگی و یکنواختی آن خسته شده‌اید، احتیاج به تنوع و هیجان دارید و به همین زودی‌هاست که قید و بندهای زندگی را از هم خواهید گسست، در دوره‌ای هستید که احساس می‌کنید دلتان می‌خواهد همه چیز را تغییر بدهید و دستی بر سر و صورت خود بکشید و شاید هم فرم موها را عوض کنید و لباس‌تان را تغییر بدهید.

* **سفید:** اگر شما از سفید متنفرید، یا اگر هاله مغناطیسی دور بدن‌تان، فاقد این رنگ است، با عرض معذرت باید بگوئیم در اسرع وقت با روان پزشک یک تماس داشته باشید.

* **زرد:** بسیار حساس و بدبین هستید، و از هر چیز بدیع و مدرن بدتان می‌آید و برایتان قابل هضم نیست، که یک حکومت میلیون‌ها دلار خرج رفتن به کره ماه را بکند، در حالیکه کره زمین پر از انسان‌های مستحق کمک می‌باشد، مردم همیشه شما را اخمو و عصبانی می‌یابند.

* **قهوه‌ای:** ترسان از این است که نتوانید مأموریت‌تان را به اتمام برسانید. چه مأموریتی؟ آیا فکر می‌کنید اگر همه دانش‌های دنیا را هم در ذهن و مغز

کوچک‌تان جای بدهید، آخرش به کجا خواهید رسید؟ تا دیر نشده کمی هم به تفریح برسید، به عشق فکر کنید که حتی عذابش نیز شیرین است.

* **سبزه:** اگر از این رنگ متنفرید حتماً یک ایرادی دارید، اگر در هدف‌هایتان شکسته خورده‌اید، چرا دیگران را شماتت می‌کنید؟ خودتان را تنهاترین موجود روی زمین حس می‌کنید و با این شخصیتی که دارید، دیگران حق دارند تنهاتان بگذارند. سعی کنید، به‌جای خودخوری به کتابخانه بروید و در اجتماعات شرکت کنید و خودتان را از برج عاجی که ساخته‌اید بیرون بیاورید، تا ببینید که دنیا با تمام بدی‌هایش چقدر با ارزش است.

* **خاکستری:** زندگی بر علیه شما بوده است، از همه چیز محروم بوده‌اید و این خشمگین‌تان می‌کند، حسود نیستید ولی از سرنوشت بدتان شکایت دارید. آیا فقط شما هستید که به همه آرزوهایتان نرسیده‌اید یا دتان نرود که ممکن است شما یکی از خوشبخت‌ترین مردم روی زمین نباشید ولی بدبخت‌ترین هم نیستید.

* **سیاه:** فکر می‌کنید در دنیا بدی وجود ندارد، فکر می‌کنید بدبختی فقط افسانه است و به کره زمین ربطی ندارد. خودتان را کامل می‌دانید و سعی می‌کنید که اشتباه نکنید ولی اگر مرتکب شدید هرگز اعتراف نخواهید کرد.

علی دشتی: در ترجمه کتاب (اعتماد به نفس) قسمت اعظم کامیابی یا شکست انسان مربوط به خود اوست، مربوط به درجه سعی و مجاهدت، ممارست و تمرین میزان استقامت و قوه‌اراده خود شخص است.

استوارت میل، فیلسوف مشهور انگلیسی: قیمت و ارزش هر کشوری متوقف به افراد آن کشور است.

دیزرائیلی، رجل سیاسی مشهور انگلیسی: مابه قوانین بیش از اندازه لزوم اهمیت می‌دهیم و به انسان کمتر.

آرتور هلیس: آثار فکر و کوشش مخترعینی که از طبقات نازله برخاسته‌اند، از مملکت انگلیس بردارید. ببینید چه باقی میماند.

جان راسکین: ثبات و استقامت بهتر از عزم است. ثبات و استقامت پایه و اساس هر لذت و هر قوتی است و امید هم چنانچه با صبر و ثبات توام نباشد باعث آسایش روح نخواهد بود.

راونان، شاعر انگلیسی: بی‌نیاز کسی خواهد بود که اگر ساعت شنی او بریزد، خم شده، آن را دانه دانه جمع کند.

فرانسیس بیکن: عقل و دست به تنهایی نمی‌تواند از عهده همه کارها برآید، هرکاری اسباب و لوازم دارد همان‌طوری که دست محتاج ابزار است، عقل هم محتاج لوازم است..

مارکیز ملنروز: کسیکه در معرض امتحان قرار نگیرد و از سود به ملاحظه زیان هراس داشته باشد، یا ترسو است یا گدا.

جاکس گر: برای افراد شجاع هیچ چیز محال نیست.

مثل آلمانی: کره زمین مال اشخاص پشت کاردار است.

اون ولتام: کسیکه صنعت یا حرفه ای ندارد کوچک و حقیر است.

سلیمان: آیا هیچ دیده‌اید شخصی که به کار و بازوی خود متکی است در برابر پادشاهان بایستد؟.

روزهای سخت گاهی در ابتدا بد به نظر میرسند، اما در انتها معلوم می‌شود که برایتان سودمند بوده‌اند، بگذارید و اجازه دهید شما را تبدیل به آدم بهتری کند.

چگوارا: عید من آن روزی است که زحمت یک سال دهقان شام یک شب پادشاه نباشد.

نقل قول از کتاب (اعتمادبه‌نفس) ترجمه علی دشتی: آنچه به کشوری رفعت و عظمت و قوت می‌بخشد، سطوت مادی و ادبی آنرا زیاد می‌کند، ممالک و ملل متنوعه را در زیر تسلط و اقتدار آن خاضع مینماید اخلاق است، که مبداء فرمانروائی و اساس عظمت و تاج ریاست و تخت سلطنت و قدرت است.

ساموئیل اسماینز: متمول می‌تواند کسی را برای انجام کارهای خود اجیر کند ولی نمی‌تواند کسی را استخدام کند که به‌جای او فکر کند.

بنا به گفته «رو» حکما و صاحبان عزم بر مصائب و مشکلات غلبه میکنند اما ابلهان و بی‌خردان به محض مشاهده رنج و خطر، بیم و هراس بر آنان مستولی شده، برای خود مشکلات تازه‌ای می‌آفرینند.

بنا به گفته «هشر»: کسی که سختی‌ها عزمش را سست کند رستگار نمی‌شود و کسی که خود را به غلبه بر آنها وادار نماید رستگار است.

از صدای گذر آب چنان می‌فهمم، تند تر از آب روان، عمر گران می‌گذرد،

زندگی را نفسی است، ارزش غم خوردن نیست، آنقدر سیر بخند که ندانی غم چیست.

بیاموزید بی‌قید و شرط عشق بورزید، بی‌قصد و غرض حرف بزنید، بی‌دلیل ببخشید و از همه مهمتر بی‌توقع به انسان‌ها محبت کنید.

ثروتمند نیستید، تا زمانی که چیزی داشته باشید که پول قادر به خریدنش نباشد.

من هیچ وقت نخواهم بود، اما می‌توانم بهتر باشم، امروز روی پیشرفت تمرکز می‌کنم، نه روی بی‌نقص بودن.

آرزوی بزرگ: همه در صف ایستاده بودند و به نوبت آرزوهایشان را می‌گفتند. بعضی‌ها آرزوهای خیلی بزرگی داشتند. بعضی‌ها هم آرزوهای بسیار کوچک و پست. نوبت به او رسید، از او پرسیدند، چه آرزویی داری؟ گفت: می‌خواهم همیشه به دیگران یاد بدهم، بی‌آنکه مدعی دانائی باشم.

پذیرفته شد. گفتند چشمانت را ببند، چشمانش را بست. وقتی چشمانش را باز کرد، دید به شکل درختی در یک جنگل بزرگ درآمده است. با خود اندیشید: حتماً اشتباهی رخ داده، من که این را نخواستم بودم. سال‌ها گذشت. روزی داغی آره را بر روی کمر خود حس کرد. باز اندیشید: عمر به پایان رسیده و من بهره خویش را از زندگی نگرفته‌ام. با فریادی غمبار سقوط کرد. نفهمید چه مدت خواب بود، یا بی‌هوش. با صدائی غریب که از روی تنش بلند می‌شد به هوش آمد. تخته‌سیاهی بر دیوار کلاسی شده بود.

درس‌های زندگی از آلبرت اینشتین: تصور خیلی‌ها از اینشتین یک فیزیکدان آشفته حال نابغه است. اما اگر این سخنان قصار از این برنده سال 1921 جایزه

نوبل را بخوانید نظرتان عوض می‌شود، سخنانی که درس‌هایی برای زندگی هستند.

- * از اشتباه کردن نترسید: کسی که اشتباه نکند، هیچ‌گاه چیزی نو یاد نمی‌گیرد.
- * پشتکار بسیار با ارزش است: موفقیت، بسیاری اوقات نشانه هوشمندی شخص نیست. بلکه نشان‌دهنده این است که او توانسته بیشتر در مقابله با مشکلات تاب بیاورد.
- * آدم‌های بزرگ با مخالفت‌های زیاد مواجه می‌شوند: روح‌های بزرگ همیشه مخالفان سرسختی از میان افرادی با ذهن‌های متوسط دارند.
- * از آموختن دست بردارید: رشد عقلانی با تولد شروع می‌شود و تنها با مرگ خاتمه می‌یابد.
- * شیوه تفکر خود را عوض کنید: هیچ مشکلی قابل حل نخواهد بود، اگر تنها به آن از همان زاوی‌های نگریسته شود که شخص ایجادکننده‌اش، نگریسته.
- * به جهان خدمت کنید: خوش‌اقبالی شماست اگر به‌جای اینکه حکومت کنید، بتوانید خدمت کنید، ارزش انسان را باید با چیزهایی که اهداء می‌کند سنجید و نه چیزهایی که توانایی به چنگ آوردنشان را دارد.
- * گنج‌کاوی‌های خود را دنبال کنید: من استعداد خاص ندارم، فقط بصورت
- * شورانگیزی کنجاوم.

* **بر روی حال تمرکز کنید:** هرگز به آینده فکر نمی‌کنم، چرا که آینده به زودی خواهد آمد.

* **شخصیت شما بیش از هوش شما اهمیت دارد:** بیشتر مردم تصور می‌کنند که هوش عامل ایجاد یک دانشمند بزرگ است اما آنها اشتباه می‌کنند شخصیت عامل تعیین‌کننده است.

* **تخیل، مهم‌تر از دانش است:** همه چیز در تخیل خلاصه شده است، تخیل پیش‌نمایشی از جاذبه‌هایی در حال ورود زندگی است. تخیل مهم‌تر از دانش است.

* **ارزش‌آفرینی کنید:** بکوشید، نه برای اینکه موفق شوید، بلکه برای اینکه ارزش‌آفرینی کنید.

* **تکراری نباشید:** دیوانگی است که چیزها را بارها تکرار کنید و آن وقت توقع نتایج متفاوت داشته باشید.

* **دانش از تجربه حاصل می‌شود:** اطلاعات مترادف با دانش نیست، تنها منبع دانش، تجربه است.

* **قواعد را بیاموزد و بهتر شوید:** باید قوانین بازی را بیاموزید، آن وقت است که می‌توانید بهتر از هر شخصی دیگری بازی کنید.

حکایت: آب کش و وضو بساز: دزدی به خانه (احمد خسرویه) رفت و بسیار بگشت، اما چیزی نیافت که قابل باشد. خواست که نومید باز گردد. که ناگهان احمد او را صدا زد و گفت: ای جوان سطل را بردار و از چاه آب بکش و

وضو بساز و به نماز مشغول شو تا اگر چیزی از راه رسید به تو بدهم، مبادا که تو از این خانه با دستان خالی بیرون روی. دزد جوان آبی از چاه بیرون درآورد و وضو ساخت و نماز خواند. روز شد کسی در خانه احمد را زد. داخل شد و 150 دینار نزد شیخ گذاشت گفت: این هدیه به جناب شیخ است. احمد رو به دزد کرد و گفت: دینارها را بردار و برو. این پاداش یک شبی است که در آن نماز خواندی حال دزد دگرگون شد و لرزه بر اعضایش افتاد، گریان به شیخ نزدیک شد و گفت: تاکنون به راه خطا می‌رفتم. یک شب را برای خدا گذراندم و نماز خواندم، خداوند مرا این چنین اکرام کرد و بی‌نیاز ساخت. مرا بپذیر تا نزد تو باشم و راه صواب را بیاموزم. کیسه زر را برگرداند و از مریدان شیخ احمد گشت.

همسر: مرد کشاورزی یک زن نق نقو داشت که از صبح تا نصف شب در مورد چیزی شکایت می‌کرد. تنها زمان آسایش مرد زمانی بود که با قاطر پیرش در مزرعه شخم می‌زد. یک روز وقتی که همسرش برایش ناهار آورد کشاورز قاطر پیر را به زیر سای‌های راند و شروع به خوردن ناهار خود کرد. بلافاصله همسر نق نقو مثل همیشه شکایت را آغاز کرد. ناگهان قاطر پیر با هر دو پای عقبی لگدی به پشت سر زن زد و در دم کشته شد. در مراسم تشییع جنازه چند روز بعد، کشیش متوجه چیز عجیبی شد. هر وقت یک زن عزادار برای تسلیت‌گوئی به مرد کشاورز نزدیک می‌شد، مرد گوش می‌داد و به نشانه تصدیق سر خود را بالا و پائین می‌کرد. اما هنگامی که یک مرد عزادار به او نزدیک می‌شد، او بعد از یک دقیقه گوش کردن سر خود را به نشانه مخالفت تکان میداد. پس از مراسم تدفین، کشیش از کشاورز قضیه را پرسید. کشاورز گفت: خوب این زنان می‌آمدند چیز خوبی در مورد همسر من می‌گفتند، که چقدر خوب بود، یا چقدر خوشگل یا خوش لباس بود، بنابراین من هم تصدیق می‌کردم. کشیش، پرسید پس مردها چه

می گفتند؟ کشاورز گفت: آنها می خواستند بدانند که آیا قاطر را حاضرم بفروشم یا نه .

نامه‌ای شگفت‌انگیز، که دوبار باید خوانده شود: جولایای عزیزم: بهترین آرزوها را برایت دارم، همسر مهربانم همانطور که پیش‌بینی می‌کردم، سفر خوبی داشتم، در رم دوستان فراوانی یافتم که با آنها می‌شد مخاطرات گوناگون مسافرت و به علاوه رنج دوری از تو را تحمل کرد. در این بین طولانی بودن مسیر و کهنگی وسایل مسافرتی حسابی مرا آزار داد. بعد از رسیدن به رم چند مرد جوان خود را نزد من رساندند و ضمن گفتگو با هم آشنا شدیم. آنها که از اوضاع مناسب مالی و جایگاه ممتاز من در ونیز مطلع بودند. صحبت‌های زیادی به من کردند و حتی مرا از چنگ تبهکارانی که قصد مال و جانم را کرده بودند و نزدیک بود به قتلم برسانند. نجات دادند. هم‌اکنون نیز یکی از رفقای بسیار خوب و عزیزم «رو برو تو» که یکی از همین مردان جوان است، انگشتر مرا به امانت گرفته و با تحمل راه به این دوری خود را به منزل ما خواهد رساند، تا با نشان دادن آن انگشتر به تو و جلب اطمینانت، جعبه جواهرات مرا از تو دریافت کند و به من برساند، با او همکاری کن تا جعبه مرا بگیرد. اطمینان داشته باش که او صندوق ارزشمند جواهرات را از تو گرفته و به من خواهد داد و گرنه شاید فرصت طلب دیگری جعبه را خواهد دزدید و ضمن تصاحب تمام جواهرات آن در دم مرا خواهد کشت پس درنگ نکن. بلافاصله بعد از دیدن نامه و انگشتر من در ونیز موضوع را به برادرت بگو و از او بخواه که در این مسئله به تو کمک کند. آخر تنها «بارکو» جای جعبه را می‌داند. در مورد دزد بعدی هم نگران نباش مسلماً پلیس او را دستگیر کرده و آنقدر نگه می‌دارد تا من برگردم.

داستان «خرید طوطی»: مردی به یک مغازه فروش حیوانات رفت و درخواست یک طوطی کرد، صاحب فروشگاه به سه طوطی خوش چهره اشاره کرد و گفت: طوطی سمت چپ 500 دلار مشری: چرا این طوطی اینقدر گران است؟ صاحب فروشگاه: این طوطی توانائی تحقیقات علمی و فنی را دارد. مشتری قیمت طوطی

وسطی چقدر است؟ صاحب فروشگاه: طوطی وسطی 1000 دلار برای اینکه این طوطی توانائی نوشتن مقاله‌ای که در هر مسابقه‌ای پیروز شود را دارد و سرانجام مشتری از طوطی سوم پرسید و صاحب فروشگاه گفت: 4000 دلار مشتری: این طوطی چه کار می‌تواند انجام دهد؟ صاحب فروشگاه جواب داد صادقانه بگویم من چیزی خاصی از این طوطی ندیدم ولی دو طوطی دگر او را مدیر صدا میزنند.

داستان اسب زیبا: مردی اسب اصیل و زیبایی داشت، که توجه هر بیننده‌ای را به خود جلب می‌کرد. همه آرزوی تملک آن را داشتند. بادیه‌نشین ثروتمند پیشنهاد کرد که اسب را با دو شتر معاوضه کند، اما مرد موافقت نکرد، حتی حاضر نبود اسب خود را با تمام شترهای مرد بادیه‌نشین تعویض کند. بادیه‌نشین با خود فکر کرد: حالا که او حاضر نیست اسب خود را با تمام دارائی من معاوضه کند، باید به فکر حيله‌ای باشم. روزی خود را به شکل یک گدا درآورد، و در حالی که تظاهر به بیماری می‌کرد در حاشیه جاده‌ای دراز کشید. او می‌دانست که مرد با اسب خود از آنجا عبور می‌کند، همین اتفاق هم افتاد. مرد با دیدن آن گدای رنجور سرشار از همدردی، از اسب خود پیاده شد، بطرف مرد بیمار و فقیر رفت و پیشنهاد کرد که او را نزدیک پزشک ببرد. مرد بیمار ناله‌کنان جواب داد من فقیرتر از آن هستم که بتوانم راه بروم. روزهاست که چیزی نخورده‌ام و نمی‌توانم از جا بلند شوم. دیگر قدرت ندارم. مرد به او کمک کرد که سوار اسب شود، به محض اینکه مرد گدا روی زمین نشست، پاهای خود را به پهلوهای اسب زد و

سرعت دور شد. مرد متوجه شد که گول بادیه‌نشینی را خورده است. فریاد زد، صبر کن می‌خواهم به تو بگویم. بادیه‌نشینی که کنجکاو شده بود کمی دورتر ایستاد. مرد گفت: تو اسب مرا دزدیدی. دیگر کاری از دست من بر نمی‌آید، اما فقط کمی وجدان داشته باش و یک خواهش مرا برآورده کن. برای هیچ‌کس تعریف نکن که چگونه مرا گول‌زدی. بادیه‌نشین تمسخرکنان گفت: چرا باید این کار را انجام دهم؟ مرد گفت: چون ممکن است زمانی بیمار درمانده‌ای کنار جاده‌ای افتاده باشد. اگر همه اینجریان را بشنوند، دیگر کسی به او کمک نخواهد کرد.

داستان (ابو ریحان بیرونی و مرد مزدور) : روزی ابوریحان درس به

شاگردان می‌گفت ، که خونریز و قاتلی پای به محل درس و بحث نهاد . شاگردان با چشم‌به‌او می‌نگریستند و دردل هزار دشنام به او می‌دادند که چرا مزاحم آموختن آنها شده است. آن مرد رسوا، روی به حکیم نموده چند سؤال ساده نمود و رفت. فردای آن روز، شاعری مدیحه‌سرای دربار، پای به محل درس گذارده تا سؤالی از حکیم پرسد. شاگردان به احترامش برخواستند و او را مشایعت کردند تا به پای صندلی استاد برسد. که دیدند از استاد خبری نیست. هر طرف را نظر کردند اثری از استاد نبود. یکی از شاگردان که از آغاز چشمش به استاد بود و او را دنبال می‌نمود، در میان کوچه جلو استاد را گرفت و پرسید: چگونه است دیروز آدم‌گُشی به دیدارتان آمد، پاسخ پرسش‌هایش را گفتید و امروز شاعر و نویسنده‌ای سرشناس آمده، محل درس را رها نمودید؟

ابوریحان گفت: یک بزه‌کار، تنها به خودش و معدودی لطمه می‌زند اما یک نویسنده و شاعر خود فروخته کشوری را به آتش می‌کشد. شاگرد متحیر به چشمان استاد می‌نگریست که ابوریحان بیرونی از او دور شد. ابوریحان بیرونی دانشمند آزاده‌ای بود که هیچ‌گاه کسب قدرت او را وسوسه نمود و همواره عمر خویش را وقف ساختن ابوریحان‌های دیگر کرد.

دام شیطان: مردی می‌گفت: ای کاش شیطان آفریده نمی‌شد تا دست به اغفال بشر بزند و بشریت را از جاده عفاف و سلامت منحرف کند. ای کاش. مستمع که مرد میانسالی بود، او را از ادامه سخنانش بازداشت و گفت: آنچه را که از زبان تو جاری می‌شود کفر است و داری برای پروردگار که به دانائی و حکمت او معترفیم تعیین تکلیف می‌کنی. اگر شیطان آفریده نمی، چگونه وسوسه می‌شدی؟ در آفرینش وجود شیطان لازم است، تا با وسوسه‌های خود انسان را آلوده کند. ما باید پیاموزیم که در دام شیطان گرفتار نشویم. بشر مجاز است تا از راه ریاضت آرزوها و امیال خود را بکشد، زیرا در این صورت خودش را از معادلات آدم‌ها خارج می‌کند، مرگ شیطان و یا عدم وجود او به نفع زندگی و به ویژه بشریت، نیست. باید پیاموزیم تا در برابر تحریکات شیطان مقاومت کنیم و یاد بگیریم که احساسات و امیال خود را مهار کنیم. این همان چیزی است که شیطان مخالف آن است. پس اجازه بدهیم شیطان کار خودش را بکند. این جور بهتر می‌توانیم به وجود خود افتخار کنیم.

همه در دنیا کسی را دارند برای خودشان، خسرو و شیرین، لیلی و مجنون، رامین و ویس پیر مرد و پیر زن، تو و اون، من و تنهایی .

خاصیت دنیاست که در اوج داشتن و خوشبختی، دلهره از دست دادن. پر رنگ‌تر است.

اینقدر خودت را نگیر , با تکبر و غرور با آدم حرف نزن , وقتی کسی به تو ابراز علاقه کرد، فکر نکن که فوق‌العاده‌ای، شاید اون کم توقع باشد.

ارزش انسان: یک سخنران معروف در مجلسی که دویست نفر در آن حضور داشتند یک اسکناس هزار تومانی را از جیبش بیرون آورد و پرسید: چه کسی مایل است این اسکناس را داشته باشد؟ دست همه حاضران بالا رفت. سخنران گفت: بسیار خوب، من این اسکناس را به یکی از شما خواهم داد، ولی قبل از آن می‌خواهم کاری بکنم. بعد در برابر نگاه‌های متعجب، اسکناس را مچاله کرد و پرسید: چه کسی هنوز مایل است این اسکناس را داشته باشد؟ و باز هم دستهای حاضران بالا رفت. این بار مرد اسکناس مچاله شده را به زمین انداخت و چندبار آن را لگدمال کرد و با کفش خود آن را روی زمین کشید، بعد اسکناس را برداشت و پرسید: خوب حالا چه کسی حاضر است صاحب این اسکناس شود؟ و باز دست همه بالا رفت. سخنران گفت دوستان با این بلایی که من سر اسکناس درآوردم، از ارزش اسکناس چیزی کم نشد و همه شما، خواهان آن هستید و ادامه داد، در زندگی واقعی هم همین‌طور است. ما در بسیاری موارد با تصمیماتی که می‌گیریم، یا با مشکلاتی که روبرو می‌شویم، خم می‌شویم، مچاله می‌شویم خاک‌آلود می‌شویم و احساس می‌کنیم که دیگر پیشیزی ارزش نداریم ولی این‌گونه نیست و صرف‌نظر از اینکه چه بلایی سرمان آمده است هرگز ارزش خود را از دست نمی‌دهیم و هنوز هم برای افرادی که دوستان دارند با ارزش هستیم.

داستان شیخ: یه بابائی خواست بره مسافرت، یه دختر مجردی داشت، با خودش گفت دخترم رو میبرم نزد امین مردم شهر و میرم مسافرت و برمیگردم. دخترشو برد پیش شیخ و ماجرا را برایش توضیح داد و شیخ هم قبول کرد و رفت. شب شد و دختر دید شیخ بستر دختر رو بغل بستر خودش آماده کرد و خواست که بخوابد، دختر با زحمت توانست از دست شیخ فرار کند، هوا خیلی سرد بود، دختر بعد از فرار هیچ لباس گرمی بر تن نداشت. توی راه دید که یک جمع دور آتش جمع شدند و دارند مشروب می‌خورند و مست کردند. با خود

گفت اون شیخ بود، می‌خواست باهام اون کارو بکنه، اینا که مست هستند جای خود دارند. یکی از مست‌ها دختر و دید و به دوستانش گفت که سرتون به کار خودتون باشه توی این صحبت‌ها دختر از شدت خستگی و سرما از حال میره و میافته. یکی از مست‌ها میره دختر و بغل میکنه و میاره بغل آتیش تا گرم بشه، یه کم بعد که دختر بهوش میاد می‌بینه که سالم و گرم هست و اونا دارند کار خودشونو می‌کنند. اونجا بود که میگه یه پیک هم واسه من بریزید و پیکرو می‌خوره و بعد این شعر رو میگه.

از قضا روزی اگر حاکم این شهر شدم

خون صد شیخ به یک مست فدا خواهم کرد

ترک تسیح و دعا خواهم کرد

وسط کعبه دو میخانه بنا خواهم کرد

تا نگویند که مستان ز خدا بی‌خبرند

می‌روم جانب می‌خانه کمی مست کنم

فرق دیوانه و احمق: مردی در هنگام رانندگی درست جلوی حیاط یک تیمارستان پنجر شد و مجبور شد همانجا به تعویض لاستیک بپردازد. هنگامی که سرگرم این کار بود، ماشین دیگری به سرعت از روی پیچ‌های چرخ که در کنار ماشین بود گذشت و آنها را به درون جوی آب انداخت و آب آنها را ببرد و مرد حیران مانده بود که چکار کند، تصمیم گرفت که ماشین را همانجا رها کند و برای خرید پیچ چرخ برود. در این حین یکی از دیوانه‌ها که از پشت زرده‌های حیاط تیمارستان نظاره‌گر این ماجرا بود، او را صدا زد و گفت: از 3 چرخ دیگر ماشین، از هر کدام یک پیچ باز کن و این لاستیک را با 3 پیچ ببند و برو تا به تعمیرگاه بررسی. آن مرد اول توجهی به این حرف نکرد، ولی بعد که با خودش فکر کرد دید راست می‌گوید و بهتر است همین کار را بکند، پس به راهنمایی او

عمل کرد و لاستیک زاپاس را بست. هنگامی که خواست حرکت کند رو به آن دیوانه کرد، و گفت: خیلی فکر جالب و هوشمندانه ای داشتی، پس چرا توی تیمارستان انداختنت؟ دیوانه لبخندی زد و گفت: من اینجا چون دیوانه‌ام، ولی احمق که نیستم.

سخنرانی فراموش نشدنی ویکتور هوگو: در مجلس فرانسه: سخنرانی

فراموش نشدنی ویکتور هوگو بزرگترین شاعر سده نوزدهم فرانسه و شاید بزرگترین شاعر در گستره ادبیات فرانسه در مجلس فرانسه که به‌عنوان یکی از تأثیرگذارترین سخنرانی‌های دو قرن اخیر همواره در یادها خواهد ماند. متن سخنرانی مذکور که ترجمه استاد شجاع‌الدین شفا می‌باشد در پی خواهد آمد.

برای پی‌ریزی جامعه‌ای بکوشیم که در آن هم‌چنان که قرن گذشته ما قرن اعلام تساوی حقوق مردان بود، قرن حاضر ما قرن اعلام برابری حقوق زنان با مردان باشد. برای پی‌ریزی جامعه‌ای بکوشیم که در آن آموزش عمومی و رایگان، از دبستان گرفته (تا کلژ و فرانس)، همه جا راه را به یکسان بر استعدادها و آمادگی ما بگشاید، هر جا که فکری باشد کتابی نیز باشد. نه یک روستائی بی‌دبستان باشد نه یک شهری بی‌دبیرستان، نه یک شهرستان بی‌دبیرستان و برای پی‌ریزی جامعه‌ای بکوشیم که در آن بلای ویرانگری بنام گرسنگی جایی نداشته باشد. شما قانون‌گزاران از من بشنوید. فقر آفت یک طبقه نیست، بلای همه جامعه است.

یه روز یه ترکه اسمش ستارخان بود، شاید هم باقرخان، خیلی شجاع بود خیلی

نترس، یکه و تنها از پس ارتش حکومت مرکزی براومد، جونش گذاشت کف دستش و سرباز راه مشروطیت و آزادی شد، فداکاری کرد برای ایران، برای من و تو، برای اینکه ما تو این مملکت آزاد زندگی کنیم.

یه روز یه رشتیه، اسمش میرزا کوچک خان بود. میرزا کوچک خان جنگلی برای مهار کردن گاو وحشی قدرت مطلق حکومت تلاش کرد، برای اینکه کسی تو این مملکت ادعای خدائی نکند، اونقدر جنگید، تا جونش رو فدای سرزمینش کرد.

یه روز یه لره، اسمش کریم خان زند بود، مؤسس سلسله زندیه ساده‌زیست نیک سیرت و عدالت‌پرور بود و تا ممکن می‌شد از شدت عمل احتراز می‌کرد.

یه روز یه قزوینی بود، به نام علامه دهنخدا، از لحاظ اخلاقی بسیار منحصر به فرد بود و دیوان پارسی بسیار خوبی برای ما برجای نهاد. یه روز ما همه با هم بودیم، ترک و رشتی و لر و اصفهانی، تا اینکه یه عده، رمز دوستی مارو کشف کردند و قفل دوستی ما رو شکستند. حالا دیگه ما برای هم جوک می‌سازیم، به همدیگه می‌خندیم و اینجوری شادیم، این از فرهنگ ایرانی به دور است. پس بیایید با همدیگه بخندیم نه به همدیگه.

رنج فقر، رنج یک فقیر نیست، ویرانی یک اجتماع است. احتضار طولانی فقیر است که مرگ حاد توانگر را به دنبال می‌آورد. فقر بدترین دشمن نظم و قانون است. فقر نیز همانند جهل، شبی تاریک است که الزاماً میباید سپیده‌ای بامدادی در پی داشته باشد.

جراح قلب و تعمیرکار: روزی جراحی برای تعمیر اتومبیلش، آن را به تعمیرگاهی برد. تعمیرکار بعد از تعمیر به جراح گفت: من تمام اجزا ماشین را به خوبی می‌شناسم و موتور و قلب آن را کامل باز می‌کنم و تعمیر می‌کنم، در حقیقت من آن را زنده می‌کنم، حال چطور درآمد سالانه من یک صدم شماست؟ جراح نگاهی به تعمیرکار انداخت و گفت: اگر می‌خواهی درآمدت 100 برابر شود، اینبار سعی کن زمانی که موتور در حال کار است آن را تعمیر کنی.

گفته‌ای از خسرو پرویز در کتاب «عقدالفرید»، چاپ قاهره، جلد 2، صفحه 5 که می‌گوید، اعراب را نه در کار دین هیچ خصلت نیکو یافتیم و نه در کار دنیا، آنها را نه صاحب عزم و تدبیر دیدم و نه اهل قوت و قدرت، آنگاه گواه فرومایگی و پستی همت آنها همین بس که آنها با جانوران گزنده و مرغان آواره در جای و مقام برابرند. فرزندان خود را از راه بینوائی و نیازمندی می‌کشند و یکدیگر را بر اثر گرسنگی و درماندگی می‌خورند، از خوردنی‌ها و پوشیدنی‌ها و لذتها و کامروانی‌های این جهان یکسره بی‌بهره‌اند.

مهمترین دستاوردهای بشر در طول تاریخ: تبر دستی «1/700/000 سال قبل» بنام اشولی این وسیله، از یک تکه سنگ و یا استخوان بوده که به سر یک چوب‌دستی وصل شده است. از آن (اشولی) برای شکار حیوانات و جنگیدن افراد با هم استفاده می‌شده است، اولین نمونه از این وسیله در کنیا با قدمت 1700000 سال یافته شده است. **استفاده از آتش:** (مربوط به 400/000 تا 800/000 سال قبل، استفاده از آتش فواید بسیاری برای انسان داشت، آتش می‌توانست برای گرم‌کردن، غذاپختن دورکردن حیوانات وحشی در شب و پختن ابزارآلات سفالی مورد استفاده قرارگیرد. اولین آثار کشف شده و استفاده از آتش به یافته‌هایی از آن در اردن امروزی بر می‌گردد.

هنر: (مربوط به 100/000 سال قبل) هنر از چه زمانی آغاز شد؟ اولین نمونه‌های کشف شده که می‌تواند به آن هنر گفت، مربوط به صدف‌های به هم چسبیده‌ای می‌باشد که در آفریقا، فلسطین و مراکش یافته شده‌اند. گویا این صدف‌ها به‌عنوان گردن‌بند و دستبند مورد استفاده قرار گرفته می‌شده است. البته بسیاری از تاریخدانان نقاشی‌های دیوارهای غارهای قدیمی را ابتدای پیدایش هنر می‌دانند این نقاشی‌ها به 40000 سال قبل باز می‌گردد.

کشاورزی: (مربوط به 11/000 سال قبل) با کشف و استفاده از کشاورزی. زندگی انسان تحول شگرفی به خود دید. انسان یاد گرفت که چگونه از طبیعت و حیوانات اهلی برای معاش و زنده‌ماندن خود استفاده کند. اولین آثار کشف شده تاریخی در مورد کشاورزی در جنوب غربی آسیا کشف شده است.

پارچه و منسوجات (مربوط به 40/000 سال قبل) پیدایش پوشاک کیف و تور ماهیگیری همه بستگی به اختراع پارچه و صنایع نساجی داشت. البته همه ممکن است که فکر کنند صنایع نساجی متعلق به زنان معاصر است، اما آثار تورهای ماهیگیری بر روی ظروف سفالین و یافتن دوک نخریسی که به 40000 سال قبل باز می‌گردد نشان می‌دهد که تصور ما اشتباه است. و پارچه قدمت بسیار زیادی دارند.

کفش: (مربوط به 40/000 سال قبل) پاهای برهنه همیشه در خطر گزیده شدن توسط حیوانات، نیش خوردن و بریده شدن توسط سنگ‌ها و اجسام نوک‌تیز بوده‌اند. به خاطر همین هم بشر دست به اختراع وسیله‌ای زد که امروزه کفش می‌گوئیم. اولین وسیله از این وسیله در غاری در چین کشف شده که مربوط به 40/000 سال قبل می‌شود.

ظروف سرامیکی: (مربوط به 25000 سال قبل) کشف ظروف سرامیکی که از مخلوط کردن کلوخ، شن، کوارتز و الیاف بدست می‌آید، دستاورد بزرگی برای انسان محسوب می‌شد. از این وسیله برای جا به جا کردن آب و گونه‌ای از چیزی که ما امروزه به آن قیر می‌گوئیم استفاده می‌شده است. اولین نمونه‌ها از این ظروف در چین یافت شده است.

وسيله نقلیه چرخدار (مربوط به 5500 سال قبل) ساخت چرخ یکی از بزرگترین اختراعات بشر است. البته به کارگیری از چرخ در وسائل نقلی‌های که توسط حیوانات کشیده می‌شدند بسیار مهم‌تر از آن است، چرا که سرعت و قدرت جا به جایی انسان را افزایش داد

کشف شکلات: (مربوط به 4000 سال قبل) شکلات یکی از اکتشافات بشر بود که در آمریکا و آمازون به آن دست یافته شد. اولین نمونه از کشف شکلات توسط بشر به 4000 سال قبل باز می‌گردد. شکلات منبع تغذیه بسیار کامل و خوبی برای انسان‌ها به‌شمار می‌رفت .

فلسفه پیدایش بستنی: تا به حال به این اندیشیده‌اید که چرا هرگز در هیچ گزارش یا رسانه خارجی در مورد اینکه بستنی این لیسیدنی پرترفدار در کجا و توسط چه کسی ساخته شد هیچ حرفی به میان نیامده؟ جواب این سؤال در کتاب «مردم دوران مشروطه» در قفسه‌های خاک گرفته کتابخانه ملی موجود است که نیز افتخار دیگر است برای ما ایرانیان. داستان از اینجا شروع میشه که فردی، کریم باستانی ملقب به کریم یخ‌فروش، پسر جوانی از شهر ری در بازار آن زمان، بساط یخ‌فروشی داشت، یکی از مشتریان کریم کارمندان سفارت انگلستان در همان حوالی بودند، این مواجهه هر روز با کریم رابطه صمیمانه را بین آنها پدید آورد. کارمندان برای کریم که انگلیسی بلد نبود ، نام کریم یخی ، یا همان به گفته خودشان «آیس کریم» را برگزیدند. در اواسط درگیری‌های دوران مشروطیت برای جلب بیشتر مشتری اقدام به پخش یخ در بهشت مبادرت ورزید و در همین دوران برای اولین بار با مخلوط کردن شیر و یخ و زرده تخم مرغ و گلاب و شیره ملایر، اولین بستنی تاریخ بشریت را ساخت که مورد استقبال اهالی بازار و همسر سفیر انگلیس قرار گرفت، مغازه‌ای در همان حوالی توسط سفیر انگلیس به کریم اهدا شد که بر سر در آن به زبان انگلیسی اسم فامیل کریم (باستانی) **bastani** نوشته شده بود که ایرانی‌ها به اشتباه بستنی می‌خواندند. در زمان افتتاح فر وشگاه سفیر انگلیس با گفتن "we name it after you" اسم محصول را به احترام کریم «آیس کریم» گذارد.

میرزا حسن خان مستوفی الممالک دوران مشروطیت، در کتاب خاطراتش مینویسد، این پدر سگ (کریم باستانی) لیسیدنی ساخته است از سرداب‌های یزد سردتر، از لب یار شیرین‌تر، از پنبه خراسان نرم‌تر. سال‌ها بعد کریم با یکی از کارمندان سفارت انگلیس به نام الیزابت بسکین رابینز ازدواج کرده و به انگلیس و بعد از آن به آمریکا مهاجرت می‌کند.

در مقدمه کتاب ضیافت افلاطون آمده: در جوامع استبدادی همشه زن و مرد از هم جدا می‌شوند تا مردها و زنها چیزی که بینشان جریان داشته باشد، شهوت بیمارگونه ناشی از توهم شناخت از هم باشد، تا هیچ زن و مردی زیبایی و زشتی واقعی را نتواند تشخیص بدهد و زنها و مردها در انتخاب هم به اندازه شهوت‌برانگیز بودن توجه داشته باشند و بس. نه چیز دیگری، چرا؟ چون اگر در جامعه روابط زن و مرد آزاد باشد آن دیوار شهوت فرومی‌ریزد و زنها و مردها زیبایی و زشتی واقعی را تشخیص می‌دهند. و خانواده‌هایی که تشکیل می‌دهند بر دوست داشتن انسانی بنا می‌کنند و فرزندان سالم تربیت می‌کنند که تاب استبداد را ندارند و به عبارتی استبداد با وجود آنها بیگانه است، چرا که آزاد پرورش می‌یابند.

طنز : شیخ و مریدان: شیخ در بستر مریضی و رو به مرگ بود. یاران را فراخواند تا فلان کتاب را برای او آورند. مریدان گفتند: شیخا، شما که در زمره مرگ هستید، کتاب به چه کار آید؟ شیخ پاسخ داد: فلان چیز در فلان کتاب است که نمی‌دانم، بدانم و بمیرم بهتر است یا ندانم و بمیرم؟ یکی از یاران جواب داد: مگر خدا به شما علم لایتناهی نداده است؟ چند لحظه سکوت برقرار شد. همه منتظر پاسخ بودند. شیخ گفت: (گشاد) نمی‌خوای از جات بلندشی، زر اضافی

زن. یاران می‌خواستند نعره بزنند، ولی شیخ تهدید کرد آگه کسی جیکش دربیاد، با پشت دست محکم می‌زنه تو دهنش.

طنز : پیر مرد و دختر 25 ساله. یک مرد 80 ساله میره پیش دکترش برای چک‌آپ، دکترش ازش در مورد وضعیت فعلیش می‌پرسه، و پیرمرد با غرور جواب میده هیچ‌وقت به این خوبی نبودم. تازگی‌ها با یه دختر 25 ساله ازدواج کردم و حالا باردار شده و کم کم داره موقع زایمانش می‌شه. نظرت چیه دکتر؟ دکتر چند لحظه فکر میکنه و میگه خب، بذار یه داستان برات تعریف کنم من یه نفر رو می‌شناسم که شکارچی ماهریه. اون هیچ‌وقت تابستونارو برای شکار کردن از دست نمیده. یه روز که می‌خواست بره شکار، از بس عجله داشته، اشتباهی چترش رو به جای تفنگش بر میداره و میره تو جنگل. همین طور که میرفت جلو، یهو از پشت درختها یه پلنگ وحشی ظاهر میشه و میاد به طرفش. شکارچی، چتر رو می‌گیره به طرف پلنگ و نشونه می‌گیره و (بنگ) پلنگ کشته میشه و میفته روی زمین. پیر مرد، با حیرت میگه : این امکان نداره، حتما یه نفر دیگه پلنگ رو با تیر زده. دکتر یه لبخند میزنه و میگه: دقیقاً منظور منم همین بود.

جعبه کفش: زن و شوهری بیش از 60 سال با یکدیگر زندگی مشترک داشتند. آنها همه چیز را به‌طور مساوی بین خود تقسیم کرده بودند. در مورد همه چیز با هم صحبت می‌کردند هیچ چیز را از یکدیگر پنهان نمی‌کردند مگر یک چیز، یک جعبه کفش در بالای کمد پیرزن بود که از شوهرش خواسته بود هرگز آن را باز نکند و در مورد آن هم چیزی نپرسد. در همه سال‌ها پیرمرد آن را نادیده گرفته بود، اما بالاخره یک روز پیرزن به بستر بیماری افتاد و پزشکان از او قطع امید کردند. در حالیکه با یکدیگر امور باقی را رفع و رجوع می‌کردند، پیر مرد جعبه

کفش را آورد و نزد همسرش برد، پیر زن تصدیق کرد که وقت آن رسیده است که همه چیز را در مورد جعبه به شوهرش بگوید. پس از او خواست تا در جعبه را باز کند. وقتی پیر مرد در جعبه را باز کرد دو عدد عروسک بافتنی و مقداری پول به مبلغ 95 هزار دلار پیدا کرد. پیرمرد در این باره از همسرش سؤال نمود. پیر زن گفت: هنگامی که ما قول و قرار ازدواج گذاشتیم، مادر بزرگم به من گفت: که راز خوشبختی زندگی مشترک در این است که هیچوقت مشاجره نکنید. او به من گفت که هر وقت از دست تو عصبانی شدم ساکت بمانم و یک عروسک ببافم، پیرمرد به شدت تحت تأثیر قرار گرفت و سعی کرد اشکهایش سرازیر نشود، فقط دو عروسک در جعبه بود پس همسرش: فقط دوبار در طول زندگی مشترکشان از دست او رنجیده بود، از این بابت در دلش شادمان شد، پس رو به همسرش کرد و گفت: این همه پول چطور؟ اینها از کجا آمده؟ پیرزن گفت: آه عزیزم این پولی است که از فروش عروسکها بدست آورده‌ام.

آیا شما هم این نیمکت را دارید؟ روزی لویی شانزدهم در محوطه کاخ خود مشغول قدم‌زدن بود که سربازی را کنار یک نیمکت در حال نگهبانی دید. از او پرسید تو برای چی اینجا قدم می‌زنی و از چی نگهبانی می‌دهی؟ سرباز دستپاچه جواب داد، قربان من را افسرگارد اینجا گذاشته و به من گفته خوب مراقب باشم. لویی افسرگارد را صدا زد و پرسید این سرباز چرا این جاست؟ افسر گفت: قربان افسر قبلی نقشه قرارگرفتن سرباز سر پست‌ها را به من داده، من هم به همان روال کار را ادامه دادم، مادر لویی او را صدا زد و گفت: من علت را می‌دانم، زمانی که تو 3 سال بود این نیمکت را رنگ زده بودند و پدرت به افسرگارد گفت: نگهبانی را اینجا بگذارند تا تو روی نیمکت نشینی و لباست رنگی نشود. و از آن روز 41 سال می‌گذرد و هنوز روزانه سربازی اینجا قدم می‌زند و عمل فاقد منطق، هنوز هم ادامه دارد.

طنز: روزی پسر ارشد شیخنا نزد وی رفت و گفت: می‌خواهم ازدواج کنم، شیخ ناگاه «خرکیف شد» و پرسید: نام دختر چیست؟ مرد جوان گفت: نامش سمسام‌المطنه است و در همین دیار ما زندگی می‌کند شیخنا ناراحت شد. صورت درهم کشید و گفت: مرا ببخش که این گویم، اما تو نتوانی با این دختر مزدوج شوی، چون او خواهر توست. چون مادرت، از این موضوع چیزی به مادرت نگو. مرد جوان نام سه دختر دیگر را آورد، ولی جواب حکیم فرزانه برای هر کدام از کیس‌ها همین بود. جوان با نا راحتی نزد (ام) گرامی خود رفت و گفت: ننه، می‌خواهم ازدواج کنم، اما نام هر دختری می‌آورم، آقام می‌گه، که او خواهرتوست، و نباید به تو بگویم. مادرش لبخند زد و گفت: نگران نباش پسر. تو با هر یک از این دخترها که خواستی می‌توانی ازدواج کنی چون تو پسر او نیستی.

میردان نمی‌دانم از کجا آمدندی و خود را جرداندی و رمیدندی.

داستان سه پاکت نامه: آقای اسمیت که بتازگی مدیرعامل یک شرکت بزرگ، مدیرعامل قبلی یک جلسه خصوصی با او ترتیب داد و در آن جلسه سه پاکت نامه در بسته که شماره 1، 2، 3 روی آنها نوشته شده بود، به او داد و گفت: هر وقت با مشکلی مواجه شدی که نمی‌توانستی آن را حل کنی یکی از این پاکت‌ها را به ترتیب شماره باز کن. چند ماه اول همه چیز خوب پیش می‌رفت، تا اینکه میزان فروش کاهش یافت و آقای اسمیت بد جوری به دردرس افتاده بود. در ناامیدی کامل، آقای اسمیت به یاد پاکت نامه‌ها افتاد، سراغ گاوصندوق رفت و نامه شماره یک را باز کرد، کاغذی در پاکت بود که روی آن نوشته شده بود، همه تقصیرها را به گردن مدیرعامل قبلی بینداز. آقای اسمیت یک نشست خبری با حضور سهامداران برگزار کرد و همه مشکلات فعلی شرکت را ناشی از سوءمدیریت مدیرعامل قبلی اعلام کرد. این نشست در رسانه‌ها بازتاب مثبتی

داشت و باعث که میزان فروش افزایش یابد و این مشکل پشت سر گذاشته شد. یک سال بعد شرکت دوباره با مشکلات تولید، توام یا کاهش فروش مواجه شد. با تجربه خوشایندی که از پاکت اول داشت، آقای اسمیت بی‌درنگ سراغ پاکت دوم رفت، پیغام این بود (تغییر ساختار) بده، آقای اسمیت به سرعت طرحی برای ساختار اجرا کرد و باعث شد که مشکلات فروکش کند. بعد از چند ماه شرکت دوباره با مشکلات روبرو شد. آقای اسمیت به دفتر خود رفت و پاکت سوم را باز کرد. پیغام این بود (سه پاکت نامه با شماره‌های 1، 2، 3 آماده کن).

داستان نوه خوب من: حامد با اصرار سوار ماشین پدرش شد. هر کاری کردند از ماشین پیاده بشه نشد، که نشد. پدر و مادرش فکر می‌کردند آگه بفهمد بابا بزرگرو می‌خواهند بیرن خانه سالمندان و او دیگه نمی‌تونه پدر بزرگش رو ببینه، قیامت به پا می‌کنه. اما اینطور نشد. خیلی آروم نشست صندلی جلوی ماشین، مثل آدم بزرگها. بابا بزرگ هم مات و مبهوت نشسته بود صندلی عقب و غرق در خیالات خودش بود. و هر چند حالش خوب نبود از بی‌احساسی حامد کوچولو تعجب زده بود، ولی به روی خودش نمی‌آورد. به اولین خیابان که رسیدند، حامد روبه باباش کرد و پرسید، بابا اسم این خیابان چیه؟ باباش جوابش رو داد، اما حامد ول کن نبود. اسم تمام خیابان‌هارو دقیق و دقیق می‌پرسید. بالاخره حوصله باباش سر اومد، با ناراحتی پرسید: بچه جون اسم این خیابان‌هارو می‌خوای چیکار کنی؟ به چه دردت می‌خوره؟ حامد با صدای معصومانه‌اش گفت: بابائی اسم خیابان‌هارو خوب یادگیرم تا وقتی تو هم مثل بابا بزرگ پیر شدی ببرمت اونجا، تنها زندگی کنی. دنیا سرش خراب شد. نگاهی از آئینه به پدر پیرش کرد. خودش رو اون پشت دید. از همون جا به سرعت دور زد و برگشت به طرف خونشون. حامد کوچولو، اون جلو یواشکی داشت می‌خندید. برگشت و دستای

داغ و تبارد بابا بزرگش رو تو دستای کوچیکش محکم فشار داد. اشک از چشم‌های پیر مرد سرازیر شد.

یک داستان قدیمی چینی: پیر مرد اسبی داشت و با آن اسب زمینش را شخم میزد، روزی آن اسب از دست پیرمرد فرار کرد و در صحرا گم شد. همسایگان برای ابراز همدردی با پیرمرد به نزد او آمدند و گفتند: عجب بدشانسی‌ای آوردی پیر مرد جواب داد: بدشانسی؟ خوشانسی کسی چه می‌داند؟ چندی بعد اسب پیرمرد به همراه چند اسب وحشی دیگر به خانه پیرمرد بازگشت. اینبار همسایگان با خوشحالی به او گفتند: عجب خوش‌شانسی آوردی. اما پیر مرد جواب داد: خوش‌شانسی؟ بدشانسی؟ کسی چه می‌داند؟ بعد از مدتی پسر جوان پیرمرد در حالی که سعی می‌کرد یکی از آن اسب‌های وحشی را رام کند، از روی اسب به زمین خورد و پایش شکست. باز همسایگان گفتند: عجب بدشانسی آوردی. و اینبار هم پیر مرد جواب داد: بدشانسی؟ خوشانسی؟ کسی چه می‌داند؟ در همان هنگام مأموران حکومتی به روستا آمدند. آنها برای ارتش به سربازهای جوان احتیاج داشتند. از این‌رو هر چه جوان در روستا بود را برای سربازی با خود بردند. اما وقتی دیدند که پسر پیر مرد پایش شکسته است و نمی‌تواند راه برود. از بردن او منصرف شدند. خوش‌شانسی؟ بدشانسی؟ کسی چه می‌داند؟ این داستان رفتار بعضی

از آدم‌هایی است که کنار موندند. دوستشون داریم و دوستمون دارند ولی مارو نمی‌فهمند، و فقط تو دنیای خودشون دارند بهترین رفتار را با ما می‌کنند.

جمله مخابره شده از اولین فضانورد: بالاخره راز گشائی شد: بیستم جولای 1969 نیل آمسترانگ به‌عنوان فرمانده ماه‌نشین آپولو 11، اولین انسانی بود که بر سطح ماه قدم گذاشت. به لطف فرستنده‌های تلویزیونی، اولین کلمات او به زمین

مخابره و توسط میلیون‌ها نفر شنیده شدند. این گامی کوچک برای انسان وجهشی عظیم برای انسانیت است. ولی درست پیش از بازگشت به ماه نشینی آمسترانگ جمله معماگونه دیگری را نیز بر زبان راند (الان وقتشه آقای گورسکی). خیلی از دست‌اندرکاران ناسا با شنیدن این جمله آن را نوعی کرکری خوانی با یک فضانورد رقیب روسی ارزیابی کردند. اگر چه بعد از تحقیقات معلوم شد که هیچ فضانوردی، اعم از آمریکائی و یا روسی به نام گورسکی در پروژه‌های فضائی آن دوران وجود نداشته است. در طول سالیان، افراد زیادی، آمسترانگ را درباره این جمله (الآن وقتشه آقای گورسکی) سؤال پیچ کردند، ولی پاسخ آمسترانگ همیشه تنها لبخندی بود و بس، در پنجم جولای 1995 در جلسه پرسش و پاسخ که بعد از یکی از سخنرانی‌های آمسترانگ در فلوریدا برگزار شده بود. یکی از خبرنگاران، دوباره این پرسش 26 ساله را از آمسترانگ پرسید. این بار در میان تعجب عمومی، آمسترانگ آماده پاسخ‌گوئی بود. وی با اظهار اینکه آقا گورسکی فوت کرده و به همین دلیل او احساس می‌کند که می‌تواند راز این معما را فاش کند. داستان را اینگونه برای خبرنگاران مشتاق شرح داد: یکی از روزهای سال 1938، وقتی که نیل کوچ پسر بچه‌ای ساکن شهرکی واقع در غرب میانه بود، به هنگام بازی بیس‌بال در محوطه پشت خانه‌شان، ضربه شدید دوستش توپ را به حیاط خانه یکی از همسایه‌ها می‌فرستند، و از بخت بد توپ درست در نزدیکی پنجره اتاق‌خواب این همسایه، که آقا و خانم گورسکی نام داشتند فرود می‌آید. و آمسترانگ جوان که یواشکی برای برداشتن توپ داخل حیاط این زوج خزیده بود، صدای فریاد خانم گورسکی را از پنجره اتاق‌خوابشان به وضوح می‌شنود، چی؟ «سکس» آقا از من سکس می‌خوان؟ خوب گوشاتو واکن آقای گورسکی، هر وقت این پسر همسایمون تونست روی ماه راه بره تو هم می‌تونی.

سرهنگ سانديس: سرهنگ سانديس يك روز در منزل نشسته بود، در اين ميان نوه‌اش آمد و گفت: بابا بزرگ اين ماه براي يك دوچرخه ميخري؟ او نوه‌اش را خيلي دوست مي‌داشت، گفت: حتماً عزيزم. حساب كرد ماهي 500 دلار حقوق بازنشستگي مي‌گيرد و حتي در مخارج خانه هم مي‌ماند. شروع كرد به خواندن كتاب موفقيت. در يكي از بندهاي يك كتاب نوشته بود: قابليت‌هايتان را روي كاغذ بنويسيد، او شروع كرد به نوشتن. دوباره نوه‌اش آمد و گفت: بابا بزرگ داري چه كار مي‌كني؟ پدر بزرگ گفت: دارم كارهايي كه بلام را مي‌نويسم. پسرک گفت: پدر بزرگ بنويس مرغ‌هاي خوشمزه درست مي‌كني. درست بود. پيرمرد پودرهاي را درست مي‌كرد كه وقتي به مرغ‌ها مي‌زد، مزه مرغ‌ها شگفت‌انگيز مي‌شد. او راهش را پيدا كرد. پودر مرغ را براي فروش نزد اولين رستوران برد، اما صاحب انجا قبول نكرد، دومين رستوران، نه سومين رستوران، نه، او به 623 رستوران مراجعه كرد و 624 رستوران، حاضر شد از پودر مرغ استفاده كند. امروز كارخانه پودر كتاكی در 124 كشور دنيا نمايندگي دارد و اگر در آمريكا كسي بخواهد عكس سرهنگ ساندرس و پودر مرغ كتاكی را جلو در رستورانش بزند، بايد 50 هزار دلار به اين شركت پرداخت كند.

مهندس متبجر: مهندسي بود كه در تعمير دستگاه‌هاي مكانيكي استعداد و تبحر داشت. او پس از 30 سال خدمت صادقانه، با ياد و خاطري خوش بازنشسته شد. دو سال بعد از طرف شركت درباره رفع اشكال به ظاهر لايحل يكي از دستگاه‌هاي چندين ميليون دلاری، با او تماس گرفتند، آنها هر كاري كه از دستشان بر مي‌آمد انجام داده بودند و هيچ كس نتوانسته بود اشكال را رفع كند، بنابراین نويميدانه به او متوسل شده بودند كه در رفع بسياري از اين مشكلات موفق بوده است، مهندس اين امر را با رغبت مي‌پذيرد. او يك روز تمام به وارسى دستگاه مي‌پردازد و در پايان كار با يك تکه گچ علامت ضربدر روي يك قطعه مخصوص

دستگاه می‌کشد و با سربلندی می‌گوید: اشکال اینجاست. این قطعه تعمیر می‌شود و دستگاه بار دیگر به کار می‌افتد. مهندس دستمزد خود را 50000 دلار معرفی می‌کند. حسابداری تقاضای ارزیه گزارش و صورت‌حساب مواد مصرفی می‌کند. - و او به‌طور مختصر این گزارش را می‌دهد: بابت یک قطعه گچ 1 دلار و بابت دانستن اینکه ضربدر را کجا بزنم 49999 دلار.

کیفیت و استانداردهای ژاپنی‌ها : چندسال پیش آی. بی. ام تصمیم گرفت که تولید یکی از قطعات کامپیوترهایش را به ژاپنی‌ها بسپارد. در مشخصات تولید محصول نوشته بود سه قطعه معیوب در هر 10000 قطعه‌ای که تولید می‌شود قابل قبول است. هنگامی که قطعات تولید شدند و برای آی. بی. ام فرستاده شدند، نامه‌ای همراه آنها بود با این مضمون، مفتخریم که سفارش شما را سر وقت آماده کرده و تحویل می‌دهیم، برای آن سه قطعه معیوبی هم که خواسته بودید، خط تولید جداگانه‌ای درست کردیم و آنها را فراهم ساختیم. امیدواریم این کار رضایت شما را فراهم سازد.

داستان پیراهن خوشبختی: پادشاهی پس از اینکه بیمار شد گفت: نصف قلمرو پادشاهی‌ام را به کسی می‌دهم که بتواند مرا معالجه کند. تمام آدم‌های دانا دورهم جمع شدند تا ببینند چطور می‌شود شاه را معالجه کرد، اما هیچ یک ندانستند. تنها یکی از مردان دانا گفت: فکر کنم می‌توانم شاه را معالجه کنم. اگر یک آدم خوشبخت را پیدا کنید، پیراهنش را بردارید و تن شاه کنید، شاه معالجه می‌شود. شاه پیک‌هایش را برای پیدا کردن یک آدم خوشبخت فرستاد. آنها سر تا سر مملکت سفر کردند، ولی نتوانستند آدم خوشبختی پیدا کنند، حتی یک نفر پیدا نشد که کاملاً راضی باشد. آنکه ثروت داشت، بیمار بود آنکه سالم بود در فقر دست و پا میزد، یا اگر سالم و ثروتمند بود زن و زندگی بدی داشت، یا اگر

فرزندى داشت، فرزندانش بد بودند، خلاصه هر آدمى چيزى داشت که از آن گله و شکایت کند. آخرهاى یک شب پسر شاه از کنار کلبه‌اى محقر و فقيرانه رد مى‌شد که شنيد یک نفر دارد چيزهائى مى‌گويد. شکر خدا که کارم را تمام کرده‌ام، سیر و پر غذا خورده‌ام و مى‌توانم دراز بکشم و بخوابم، چه چيز ديگرى مى‌توانم بخواهم؟ پسر شاه خوشحال شد و دستور داد که پيراهن مرد را بگيرند و پيش شاه بياورند و به مرد هم هر چقدر بخواهد، بدهند. پیک ها برای بیرون آوردن پيراهن مرد توى کلبه رفتند. اما مرد خوشبخت آنقدر فقير بود که پيراهن نداشت.

زندگی: گروهى از فارغ‌التحصیلان پس از گذشت چندسال و تشکیل زندگى و رسیدن به موقعیت‌هاى خوب کارى و اجتماعى، طبق قرار قبلى به دیدن يکى از اساتيد مجرب دانشگاه خود رفتند. بحث جمعى آنها خيلى زود به گله و شکایت از استرس‌هاى ناشى از کار و زندگى کشيده شد. استاد برای پذيرائى از ميهمانان به آشپزخانه رفت و با یک قورى قهوه و تعدادى از انواع فنجان‌هاى سراميكى، پلاستيكى، و كريستال که برخى ساده و برخى گران‌قيمت بودند بازگشت. سيني را روى ميز گذاشتند و از ميهمانان خواست تا از خود پذيرائى کنند. پس از آنکه همه برای خود قهوه ريختند، استاد گفت: اگر دقت کرده باشيد، حتماً متوجه شده‌ايد که همگى فنجانهاى گران‌قيمت و زيبا را برداشته‌ايد و آنها که ساده و ارزان‌قيمت بوده‌اند در سيني باقى مانده است. البته اين امر برای شما طبيعى و بديهى است. سرچشمه همه مشکلات و استرس‌هاى شما هم همین است. شما فقط بهترين‌ها را برای خود مى‌خواهيد. قصد اصلى همه شما نوشيدن قهوه بود، اما آگاه‌هانه فنجان‌هاى بهتر را انتخاب کرديد و البته در اين حين به آن چه ديگران بر مى‌داشتند نیز توجه داشتند. به اين ترتيب، اگر زندگى قهوه باشد، شغل، پول، موقعیت اجتماعى و. همان فنجان‌هاى متعدد هستند. آنها فقط ابزارى برای حفظ و نگهدارى زندگى اند. اما کيفيت زندگى در آنها فرق نخواهد داشت. گاهى آنقدر

حواس ما متوجه فنجان‌هاست که اصلاً طعم و مزه قهوه موجود در آن را نمی‌فهمیم. پس دوستان من، حواستان به فنجان‌ها پرت نشود، به جای آن از نوشیدن قهوه خود لذت ببرید.

مردی مقابل گل‌فروشی ایستاد؛ او می‌خواست دسته‌گلی برای مادرش که در شهر دیگری بود سفارش دهد تا برایش پست شود. وقتی از گل‌فروشی خارج شد دختری را دید که در کنار درب نشسته بود و گریه می‌کرد. مرد نزدیک دختر رفت و از او پرسید: دختر خوب چرا گریه می‌کنی؟ دختر گفت: می‌خواستم برای مادرم یک شاخه گل بخرم. ولی پولم کم است. مرد لبخندی زد و گفت: با من بیا، من برای تو یک دسته گل خیلی قشنگ می‌خرم، تا آن را به مادر بدهی. وقتی از گل‌فروشی خارج می‌شدند، دختر در حالی که دسته گل را در دستش گرفته بود لبخندی حاکی از خوشحالی و رضایت بر لب داشت. مرد به دختر گفت: می‌خواهی تو را برسانم؟ دختر گفت نه. تا قبر مادرم راهی نیست. مرد دیگر نمی‌توانست چیزی بگوید. بغض گل‌فروش را گرفت و دلش شکست. طاقت نیاورد. به گل‌فروشی برگشت، دسته گل را پس گرفت و 200 کیلومتر رانندگی کرد. تا خودش آن را به دست مادرش هدیه بدهد.

شکسپیر می‌گوید:

به‌جای تاج گل بزرگی که پس از مرگم برای تابوتم می‌آوری، شاخه‌ای از آن را همین امروز به من هدیه کن

مردی به دربار خان زند: می‌رود و با ناله و فریاد می‌خواهد تا کریمخان را ملاقات کند، سربازان مانع ورودش می‌شوند. خان زند در حال کشیدن قلیان، ناله

و فریاد مردی را می‌شنود و می‌پرسد ماجرا چیست؟ پس از گزارش سربازان به خان، وی دستور می‌دهد که مرد را به حضور ببرند. مرد به حضور خان زند می‌رسد. خان از وی می‌پرسد که چه شده است این چنین ناله و فریاد می‌کنی؟ مرد با درشتی می‌گوید: دزد همه اموالم را برده و الآن هیچ چیزی در بساط ندارم. خان می‌پرسد: وقتی اموالت به سرقت می‌رفت تو کجا بودی؟ مرد می‌گوید من خوابیده بودم. خان می‌گوید: خب چرا خوابیدی که مالت را ببرند؟ مرد در این لحظه پاسخی می‌دهد آن‌چنان که استدلالش در تاریخ ماندگار می‌شود و سرمشق آزادی‌خواهان می‌شود. مرد می‌گوید: چون فکر می‌کردم تو بیداری، من خوابیده بودم. خان بزرگ زند لحظه ای سکوت می‌کند و سپس دستور می‌دهد خسارتش را خزانه جبران کنند و در آخر می‌گوید: این مرد راست می‌گوید، ما باید بیدار باشیم.

منطق چیست؟ روزی دو شاگرد دبیرستانی نزد معلم خود آمده و پرسیدند: استاد اصولاً منطق چیست؟ معلم کمی فکر کرد و جواب داد: گوش کنید، مثالی می‌زنم، دو مرد پیش من می‌آیند، یکی تمیز و دیگری کثیف، من به آنها پیشنهاد می‌کنم، حمام کنید، شما فکر می‌کنید کدام یک این کار را انجام دهند؟ هر دو شاگرد یک زبان جواب دادند: خوب مسلماً کثیفه، معلم گفت: نه تمیزه، چون او به حمام کردن عادت کرده و کثیفه قدر آن را نمی‌داند. پس چه کسی حمام می‌کند؟ حالا پسرها می‌گویند: تمیزه، معلم جواب داد: نه کثیفه، چون او به حمام احتیاج دارد. و باز پرسید خوب پس کدامیک از میهمانان من، حمام می‌کنند؟ یک بار دیگر شاگردان گفتند: کثیفه، معلم دوباره گفت: اما نه، البته که هر دو، تمیزه به حمام عادت دارد، و کثیفه به حمام احتیاج دارد. خوب بالاخره کی حمام می‌گیرد؟ بچه‌ها با سردرگمی جواب دادند: هر دو معلم بار دیگر توضیح می‌دهد: هیچ کدام، چون کثیفه به حمام عادت ندارد و تمیزه هم نیازی به حمام کردن ندارد. شاگردان

با اعتراض، گفتند: بله درسته. ولی ما چطور می‌توانیم تشخیص دهیم؟ هر بار شما یک چیز را می‌گوئید، و هر دفعه هم درست است. معلم در پاسخ گفت: خوب پس متوجه شدید. این یعنی: منطق و از دیدگاه هرکس متفاوت است.

یک پژوهش جالب: در کتاب مارک البیون تحت عنوان «ساختن زندگی و امرار معاش» درباره یک مطالعه آشکار کننده از سوداگرانی می‌نویسد که دو مسیر کاملاً متفاوت را پس از فراغت از تحصیل دانشگاهی طی کرده‌اند. وی چنین می‌گوید، یک بررسی از فارغ‌التحصیلان دانشکده بازرگانی، سابقه 1500 نفر را از 1960 تا 1980 میلادی مورد مطالعه قرار داده است. در آغاز فارغ‌التحصیلان به دو گروه تقسیم شدند. گروه الف: کسانی بودند که گفته بودند، می‌خواستند اول پول درآورند، تا بعداً هر کاری خواستند بکنند، یعنی اول مشکلات مالی خود را حل و فصل کنند، بعداً به امور دیگر زندگی بپردازند. گروه ب: شامل کسانی بود که ابتدا به دنبال علاقه واقعی خود بودند و اطمینان داشتند که پول عاقبت خود به دنبال آن می‌آید، چه درصدی در هر گروه وجود داشت؟ از 1500 فارغ‌التحصیل در مطالعه موردنظر، کسانی که در گروه الف «اول پول» بودند 83 درصد کل یا 1245 نفر را تشکیل می‌دادند. گروه ب «اول علاقه واقعی» یعنی خطرپذیرها جمعاً 17 درصد یا 255 نفر بودند. پس از 20 سال 151 نفر میلیونر در کل این دو گروه به وجود آمده بود که یک نفر از گروه الف و 100 نفر از گروه ب بودند.

ضرب المثلی در دوران روم باستان: فیلسوفان هیچ دینی را نمی‌پذیرند و سیاستمداران همه ادیان را مفید می‌دانند.

حکمت گاو: روزی یک مقتدر سیاستمدار به مردمی برمی‌خورد که در صف ایستاده و صورت گاوی را می‌بوسند. او نیز در صف می‌ایستد، اما وقت نوبت به

او می‌رسد به جای سر، ما تحت گاو را می‌بوسد، از اون به بعد، باقی منتظرین نیز به تقلید از او ماتحت گاو را می‌بوسند. از او می‌پرسند چرا این کار را کردی در جواب می‌گوید: اینان پیشرفت کرده بودند و ممکن بود در آینده دیگر گاو پرستی نکنند، ولی اکنون تا دوباره به سر گاو برسند، سال‌های زیادی طول می‌کشد.

راز خوشبختی یک زوج: یک روز از یک زوج خوشبخت سؤال کردم دلیل موفقیت شما در چیست؟ چرا هیچ وقت با هم دعوا نمی‌کنید؟ آقاهه پاسخ داد: من و خانم از روز اول حد و حدود خودمان را مشخص کردیم. قرار شد خانم بنده فقط در مورد مسائل جزئی حق اظهارنظر داشته باشه و من هم به‌عنوان یک آقا در مورد مسائل کلی نظر بدهم. گفتم آفرین، زنده‌باد، تو آبروی همه مردها را خریده‌ای من بهت افتخار میکنم، حالا این مسائل جزئی که خانم در مورد اونها حق اظهارنظر داره، چیه؟ آقاهه گفت: مسائل بی‌اهمیتی مثل این‌که ما با کی رفت و آمد کنیم، چند تا بچه داشته باشیم، کجا زندگی کنیم، کی خانه بخریم، ماشین‌مان چه باشد، چی بخریم، چی بخوریم و چی، بپوشیم، و. گفتم: پس اون مسائل کلی و مهم که تو در موردش نظر میدی، چیه؟ آقاهه گفت: من در مورد مسائل بحران خاورمیانه، نوسانات دلار قیمت نفت و اوضاع جاری مملکت نظر می‌دهم.

زن دیر وقت به خونه رسید: آهسته کلیدرو انداخت و درو باز کرد یکسر به اطاق خواب سرزد، ناگهان، به جای یک جفت پا دو جفت پا داخل رختخواب دید. بلافاصله رفت و چوب گلف شوهرش رو برداشت و تاجائی که می‌خوردند، آن دو را با چوب گلف زد و خونین و مالی کرد. بعد با حرص بطرف آشپزخانه رفت تا آبی بخورد با کمال تعجب، شوهرش را دید که در آشپزخانه نشسته است شوهرش گفت: سلام عزیزم، پدر و مادر سرشب از شهرشون به دیدن ما اومده

بودند. بهشون اجازه دادم تو رختخواب ما استراحت کنند. راستی بهشون سلام کردی؟

سلیمان و مورچه عاشق: روزی حضرت سلیمان مورچه‌ای را در پای کوهی دید که مشغول جا به جاکردن خاک‌های پایین کوه بود. از او پرسید: چرا این همه سختی را متحمل می‌شوی؟ مورچه گفت: معشوقم به من گفته اگر این کوه را جا به جا کنی به وصال من خواهی رسید، و من به عشق وصال او می‌خواهم این کوه را جابه‌جا کنم. حضرت سلیمان فرمود: تو اگر عمر نوح هم داشته باشی نمی‌توانی این کار را انجام بدهی. مورچه گفت: تمام سعی‌ام را می‌کنم، حضرت سلیمان که بسیار از همت و پشت کار مورچه خوشش آمده بود، برای او کوه را جابه‌جا کرد. مورچه‌رو به آسمان کرد و گفت: خدائی را شکر می‌گویم که در راه عشق، پیامبری را به خدمت موری در می‌آورد. پس تمام سعی‌مان را بکنیم، پیامبری همیشه در همین نزدیکی است.

شاعر بی‌پول: یک شب نصرت رحمانی وارد کافه نادری شد و به اخوان ثالث گفت من همین حالا سی تومن پول احتیاج دارم. اخوان جواب داد: من پولم کجا بود؟ برو خدا روزی‌ات را جای دیگر حواله کند. نصرت رحمانی رفت و بعد از مدتی برگشت و بیست تومان پول و یک خودکار به اخوان داد. اخوان گفت: این پول چیه؟ تو که پول نداشتی. نصرت رحمانی گفت: از دم در، پالتوی تورو برداشتم، بردم پنجاه تومن فروختم. چون بیش از سی تومن لازم نداشتم، بگیر، این بیست تومن هم بقیه پولت، ضمناً این خودکار هم تو پالتوت بود.

یکی به احمد کسروی گفته بود که آقا جان شما دیگر دارید همه چیز را منکر می‌شوید. کسروی گفت: مثلاً چه چیز را؟ گفت: مثلاً معجزات پیامبر (ص) اسلام را. گفت: مثلاً کدام معجزه را؟ گفت: همان که با سوسمار حرف زد. گفت: خوب با چه

زبانی با سوسمار حرف زد؟ گفت: با زبان عربی. کسروی گفت: مرد حسابی این که می‌شود معجزه سوسمار؟ پیامبر^(ص) که خودش عرب بود.

پائولو کوئیلو : می‌توان گفت نیکی و بدی یک چهره دارند همه چیز به این بسته

است که کدام ، کی سر راه انسان قرار بگیرد.

عیسی و یهودا : لئونارد داوینچی موقع کشیدن «تابلوی شام آخر» دچار

مشکل شد، می‌بایست (نیکی) را به شکل عیسی و (بدی) را به شکل یهودا، یکی از یاران عینی که هنگام شام تصمیم گرفت به او خیانت کند، کار را نیمه‌تمام رها کرد تا مدل‌های آرمانی‌اش را پیدا کند. روزی در یک مراسم همسرایی تصویر کامل مسیح را در چهره یکی از جوانان همسرا یافت. جوان را به کارگاهش دعوت کرد و از چهره‌اش اتودها و طرح‌هایی برداشت. سه سال گذشت، تابلو شام آخر تقریباً تمام شده بود، اما داوینچی هنوز برای یهودا مدل مناسبی پیدا نکرده بود. کاردینال مسول کلیسا کم کم به او فشار می‌آورد که نقاشی دیواری را زودتر تمام کند. نقاش پس از روزها جست و جو، جوان ژنده‌پوش مستی را در جوی آبی یافت. به زحمت از دستیارانش خواست او را تا کلیسا بیاورند. چون دیگر فرصتی برای طرح برداشتی از او نداشت. گدا را که درست نمی‌فهمد چه خبر است، به کلیسا آوردند، دستیاران سرپا نگاه‌اش داشتند و در همان وضع داوینچی از خطوط بی‌تقوایی، گناه خودپرستی که به خوبی بر آن چهره نقش بسته بودند نسخه‌برداری کرد. وقتی کارش تمام شد گدا که دیگر مستی کمی از سرش پریده بود چشم‌هایش باز کرد و نقاشی پیش رویش را دید، و با آمیزه‌ای از شگفتی و اندوه گفت: من این تابلو را قبلاً دیده‌ام، داوینچی شگفت‌زده پرسید کی؟ گفت: سه سال قبل، پیش از آنکه همه چیزم را از دست بدهم. موقعی که در یک گروه

همسرایی آواز می خواندم. زندگی پر از رویائی داشتم. هنرمندی از من دعوت کرد تا مدل نقاشی چهره عیسی بشوم.

حکایت : (شیطان و زن): زن به شیطان گفت: آیا آن مرد خیاط رامی بینی؟

می توانی بروی و سوسه اش کنی که همسرش را طلاق دهد؟ شیطان گفت: آری ، این کار بسیار آسان است. پس شیطان به سوی مرد خیاط رفت و به هر طریقی سعی می کرد او را وسوسه کند. اما مرد خیاط همسرش را بسیار دوست داشت و اصلاً به طلاق فکر هم نمی کرد پس شیطان برگشت و به شکست خود در مقابل مرد خیاط اعتراف کرد. سپس زن گفت: اکنون آنچه اتفاق می افتد ببین و تماشا کن ، زن به طرف مرد خیاط رفت و به او گفت: چند متری از این پارچه زیبا می خواهی، پسر می خواهد آن را به معشوقه اش هدیه دهد. خیاط پارچه را به زن داد. سپس آن زن به خانه مرد خیاط رفت و در زد و زن خیاط در را باز کرد و آن زن به او گفت: اگر ممکن است می خواهی وارد خانه تان شوم برای ادای نماز، و زن خیاط گفت: بفرماید خوش آمدید... و آن زن پس از آنکه نمازش تمام شد آن پارچه را پشت در اتاق گذاشت بدون آنکه زن خیاط متوجه شود، و سپس از خانه خارج شد و هنگامی که مرد خیاط به خانه برگشت، آن پارچه را دید، فوراً داستان آن زن و معشوقه پسرش را به یاد آورد و همسرش را همان موقع طلاق داد.

سپس شیطان گفت: اکنون من به کید و مکر زنان اعتراف می کنم. و آن زن گفت: کمی صبر کن. نظرت چیست ، اگر مرد خیاط و همسرش را به همدیگر بازگردانیم. شیطان با تعجب گفت: چگونه؟ آن روز بعدش رفت، پیش خیاط به او گفت: همان پارچه زیبائی را که دیروز از شما خریدم یکی دیگر می خواهی، برای اینکه دیروز رفتم به خانه یک زنی محترم برای ادای نماز و آن پارچه را آنجا فراموش کردم و خجالت کشیدم دوباره بروم و پارچه را از او بگیرم، و اینجا مرد

خیاط رفت و از همسرش عذرخواهی کرد و او را برگرداند به خانه‌اش و الان شیطان در بیمارستان روانی به سر می‌برد و اطلاعات دیگری از شیطان نداریم.

آورده‌اند: یه روز بهلول نزد قاضی نشست بود که قلم قاضی از دستش به زمین افتاد. بهلول به قاضی گفت: کلنگت افتاد آنرا از زمین بردار. قاضی به تمسخر گفت: واقعاً اینکه می‌گویند بهلول دیوانه است.. صحیح است، آخر این قلم است نه کلنگ. بهلول جواب داد مردک. تو دیوانه هستی که هنوز نمیدانی با احکامی که با این قلم می‌نویسی، خانه‌های مردم را خراب می‌کنی. حال تو بگو این قلم است یا کلنگ.

دان هرالد، کاریکاتورریست و طنزنویس آمریکائی، می‌نویسد:

اگر عمر دوباره داشتم، می‌کوشیدم اشتباهات بیشتری مرتکب شوم همه چیز را آسان می‌گرفتم، از آنچه در عمر اولم بودم، آبله‌تر می‌شدم. فقط شماری اندک از روی داده‌های جهان را جدی می‌گرفتم، اهمیت کمتری به بهداشت می‌دادم، به مسافرت بیشتر می‌رفتم، از کوه‌های بیشتری بالا می‌رفتم و در رودخانه‌های بیشتری شنا می‌کردم، بستنی بیشتر می‌خوردم و اسفناج کمتر، مشکلات واقعی بیشتری می‌داشتم و مشکلات واهی کمتری. آخر ببینید، من از آن آدم‌هائی بوده‌ام که بسیار محتاطانه و خیلی عاقلانه زندگی کرده‌ام، ساعت به ساعت، روز به روز. اوه، البته من هم لحظات سرخوشی داشتم. اما، اگر عمر دوباره داشتم از این لحظات خوشی بیشتر می‌داشتم، من هرگز جائی بدون یک دماسنج، یک شیشه داروی قرقره، یک پالتوی بارانی و یک چتر نجات نمی‌روم. اگر عمر دوباره داشتم سبک‌تر سفر می‌کردم اگر عمر دوباره داشتم وقت بهار زودتر پابره‌نه راه می‌رفتم، و وقت خزان دیرتر به این لذت خاتمه می‌دادم، از مدرسه بیشتر جیم می‌شدم، گلوله‌های کاغذی بیشتری به معلم‌هایم پرتاب می‌کردم، سگ‌های بیشتری به خانه

می‌آوردم دیرتر به رختخواب می‌رفتم و می‌خوابیدم، بیشتر عاشق می‌شدم. به ماهیگیری بیشتر می‌رفتم، پایکوبی و دست افشانی بیشتر می‌کردم. سوار چرخ و فلک بیشتر می‌شدم و به سیرک بیشتر می‌رفتم.

در روزگاری که تقریباً همگان وقت و عمرشان را وقف بررسی وخامت اوضاع می‌کنند، من برپا می‌شدم و به ستایش سهل و آسان‌تر گرفتن اوضاع می‌پرداختم. زیرا من با ویل دورانت موافقم که می‌گوید شادی از خرد عاقل‌تر است.

با پیر مردان در نیتید: مأمور مالیات (آ آر اس) تصمیم می‌گیرد تا پدر بزرگ پیری را حسابرسی بکند و او را با فرستادن احضاریه‌هایی به اداره مالیات فرا می‌خواند. حسابرس اداره مالیات شگفت زده می‌شود هنگامی که می‌بیند پدر بزرگ همراه وکیلش به اداره آمدند. حسابرس می‌گوید: خوب آقا شما زندگی بسیار لوکس و فوق‌العاده‌ای دارید ولی شغل تمام وقتی هم ندارید، که می‌تواند گویای این باشد که شما می‌گوئید از راه قمار این پولها را بدست می‌آورید. خاطر جمع نیستم اداره مالیات این موضوع را باور کند. پدر بزرگ پاسخ می‌دهد من یک قمار باز ماهری هستم، آیا حاضرید آنرا با یک نمایش کوچک ثابت کنم؟ حسابرس فکری می‌کند و پاسخ می‌دهد اشکال ندارد. پدر بزرگ می‌گوید با شما هزار دلار شرط می‌بندم که چشم خودم را گاز بگیرم، حسابرس یک لحظه فکر می‌کند و می‌گوید: شرط. پدر بزرگ چشم شیشه‌ای خود را در می‌آورد، آنرا گاز می‌گیرد. حسابرس چانه‌اش از شگفتی می‌افتد. پدر بزرگ می‌گوید حالا با شما شرط دو هزار دلار می‌بندم که می‌توانم چشم دیگرم را هم گاز بگیرم. حالا که حسابرس میدانند که پدر بزرگ نمی‌تواند از هر دو چشم نابینا باشد فوری شرط را می‌پذیرد. پدر بزرگ دندانهای مصنوعی‌اش را درمی‌آورد و چشم بینای دیگرش را گاز می‌گیرد. حسابرس همانطور که در شگفتی بود، بسیار ناراحت است که سه

هزار دلار به این مرد باخته است و وکیل این آقا هم شاهد ماجرا است. در این زمان بسیار ناراحت و اعصابش خط خطی است. پدر بزرگ می گوید میخواهی دو برابر بکنی یا بی حساب بشویم. شش هزار دلار با شما شرط می بندم که این سوی میز شما بایستم و از اینجا به آن سبد آشغال ادرار کنم بدون اینکه قطره ای به زمین بین این دو بریزد. حسابرس که دو بار سوخته بود بسیار محتاط است و با دقت نگاه می کند و تصمیم می گیرد که امکان ندارد این پیر مرد بتواند چنین هنری را از خود نشان بدهد. بنابراین می پذیرد. پدر بزرگ در کنار میز تحریر می ایستد و زیپ شلوار را باز می کند ولی با وجود اینکه با فشار لازم کار را انجام می دهد ولی نمی تواند جریان را به سبد آشغال برساند و بنابراین تمام میز حسابرس را حسابی آلوده و مرطوب می کند. حسابرس نمی تواند از خوشحالی در پوست بگنجد و با خود می گوید یک زخم باخت را به یک پیروزی مبدل کردم. ولی وکیل پدر بزرگ را می بینید که سرش میان دستهایش گرفته است. می پرسد شما حالتان خوب است؟ وکیل پاسخ می دهد «نه واقعاً نه» امروز بامدادان هنگامیکه پدر بزرگ به من گفت به منظور حسابرسی احضاریه دریافت داشته با من 25 هزار دلار شرط بست که به اینجا بیاید و به سر تا سر میز تحریر شما ادرار خواهد کرد و با این کارش شما بسیار خوشحال خواهید بود.

نصیحت پندآموز پائلو کونیلو: در فولکلور آلمان قصه ای هست که این چنین بیان می شود: مردی صبح از خواب بیدار شد و دید تبرش ناپدید شده است. شک کرد که همسایه اش آن را دزدیده باشد، برای همین تمام روز او را زیر نظر گرفت. متوجه شد که همسایه اش در دزدی مهارت دارد، مثل یک دزد راه می رود و مثل دزدی که می خواهد چیزی را پنهان کند پچ پچ می کند، آنقدر از شکش مطمئن شد که تصمیم گرفت به خانه برگردد. لباسش را عوض کند نزد قاضی برود و شکایت کند. اما همینکه وارد خانه شد تبرش را پیدا کرد. زنش آن را

جابه‌جا کرده بود. مرد از خانه بیرون رفت و دوباره همسایه‌هاش را زیر نظر گرفت و دریافت که او مثل یک آدم شریف راه می‌رود: حرف می‌زند و رفتار می‌کند.

پائولو کوئیلو می‌گوید: همیشه این نکته را به یاد داشته باشید که ما انسان‌ها در هر موقعیتی، معمولاً آن چیزی را می‌بینیم که دوست داریم ببینیم.

آیا می‌دانید چه کسی «گ، چ، پ، ژ» را به نوشتار فارسی وارد کرد؟ گویند یعقوب لیس (لیث) صفاری سردار قدرتمندی که با اعراب مقابله کرد و از جمله کارهای بزرگی که انجام داد این بود که گروهی از ادبا آن زمان را به حضورش خواست و به آنها دستور داد که برای «گ، چ، پ، ژ» که در نوشتار پارسی هنوز برخی وجود نداشت و فقط در گفتار به کار میرفت شکلی در نظر بگیرند و به جامعه پارسی معرفی کنند و آن را گسترش دهند آنها نیز پس از مدت‌ها کار که البته قدری طولانی شد و یعقوب به دلیل درگیر جنگها نتوانست از آنها بازخواستی بکند، در نهایت به خاطر اینکه زیاد فرم الفبا تغییر نکند و راحت این چهار حرف در زبان پارسی جا بیافتد، به حرف «ج» دو نقطه اضافه کردند و شد «چ» و به حرف «ز» دو نقطه اضافه کردند و شد «ژ» و به حرف «ب» دو نقطه اضافه کردند شد «پ» و به حرف «ک» یک سرکش اضافه کردند و شد «گ» و اینگونه کلمات اصیل ایرانی جای خود را پیدا کرد و زبان پارسی هرچه بیشتر شکل گرفت و ماندگار شد.

روزی لقمان به پسرش گفت: امروز به تو سه پند می‌دهم که کامروا شوی اول اینکه سعی کن در زندگی بهترین غذای جهان را بخوری، دوم اینکه در بهترین بستر و رختخواب جهان بخوابی و سوم اینکه در بهترین کاخها و خانه‌های جهان زندگی کنی.

پسر لقمان گفت: ای پدر ما یک خانواده بسیار فقیر هستیم، چطور من می‌توانم این کارها را انجام دهم؟ لقمان جواب داد: اگر کمی دیر تر و کمتر غذا بخوری، هر غذائی که می‌خوری طعم بهترین غذای جهان را می‌دهد. اگر بیشتر کار کنی و کمی دیرتر بخوابی، در هر جا که خوابیده‌ای احساس می‌کنی بهترین خوابگان جهان است. و اگر با مردم دوستی کنی، در قلب آنها جای می‌گیری و آنوقت بهترین خانه‌های جهان مال توست.

پادشاهی در زمستان به یکی از نگهبانان گفت: سردت نیست؟ نگهبان گفت: عادت دارم. پادشاه گفت: می‌گویم برایت لباس بیاورند، ولی فراموش کرد. صبح جنازه نگهبان را دیدند که روی دیوار نوشته بود: به سرما عادت داشتیم، اما وعده لباس گرم: مرا ویران کرد.

مردی جوان، از سقراط، رمز موفقیت را پرسید، سقراط به مرد جوان گفت: که همراه او به کنار رودخانه بیاید. وقتی به رودخانه رسیدند هر دو وارد آب شدند. به حدی که آب تا زیر گردنشان رسید. در این لحظه سقراط سر مرد را گرفت و به زیر آب برد. مرد تلاش می‌کرد تا خود را رها کند، اما سقراط قوی‌تر بود و او را تا زمانی که رنگ صورتش کبود شد محکم نگاه داشت. سقراط جوان را از آب خارج کرد و اولین کاری که مرد جوان انجام داد، کشیدن یک نفس عمیق بود. سقراط از او پرسید: در زیر آب تنها چیزی که می‌خواستی، چه بود؟ مرد جواب داد «هوا». سقراط گفت: این رمز موفقیت است اگر همانطور که هوا را میخواستی، در جستجوی موفقیت هم باشی، بدستش خواهی آورد، رمز دیگر وجود ندارد»

حکایت: روزی جوانی با چاقو وارد مسجد شد و گفت: بین شما کسی هست که مسلمان باشد؟ همه با ترس و تعجب به هم نگاه کردند و سکوت در مسجد حکم فرما شد، بالاخره پیر مردی با ریش سفید از جا برخاست و گفت: آری، من مسلمانم. جوان به پیرمرد نگاهی کرد و گفت: با من بیا، پیر مرد به دنبال جوان براه افتاد و با هم چند قدمی از مسجد دور شدند. جوان با اشاره به گله گوسفندان، به پیر مرد گفت: که می‌خواهد تمام آنها را

قربانی کند و بین فقرا پخش کند و به کمک احتیاج دارد. پیر مرد و جوان مشغول قربانی کردن گوسفندان شدند و پس از مدتی پیرمرد خسته شد و به جوان گفت: که به مسجد باز گردد و شخصی دیگری را به کمک با خود بیاورد. جوان با چاقوی خون‌آلود به مسجد بازگشت و باز پرسید آیا مسلمان دیگر در بین شما هست؟ افراد حاضر در مسجد که گمام کردند چون پیر مرد را به قتل رسانده نگاهشان را به پیش نماز مسجد دوختند. پیش نماز رو به جمعیت کرد و گفت: چرا نگاه می‌کنید، به عیسی مسیح قسم. که با چند رکعت نماز خواندن کسی مسلمان نمی‌شود.

چگونه در دنیا مساوات برقرار کنیم : کنفوسیوس با شاگردانش در سفر بود، که شنید در دهی پسر بچه ای بسیار با هوشی زندگی می‌کند. کنفوسیوس به آن‌ده رفت تا با او صحبت کند. پسرک مشغول بازی بود. کنفوسیوس پرسید: چطور می‌توانی کمکم کنی تا نا برابری‌ها را از بین ببریم؟ کودک پرسید چرا نا برابر ها را از بین ببریم؟ اگر کوه‌ها را صاف کنیم، پرندگان دیگر پناهگاهی ندارند. اگر اعماق رودخانه‌ها و دریاها را پر کنیم، تمام ماهی‌ها می‌میرند. اگر کدخدا همان اختیارات دیوان را داشته باشد، هیچ‌کس به حرفش توجه نمی‌کند. دنیا بسیار بزرگ است، بهتر است با تفاوت‌هایش به حال خودش گذاریم.

حکایت «ابراهیم و آتش و گنجشک»: نگاه‌های هراسان به ابراهیم و آتش بود. در این میان گنجشکی به آتش نزدیک می‌شد و بر می‌گشت. از او پرسیدند: ای پرنده چه کار می‌کنی؟ پاسخ داد: در این نزدیکی چشمه آبی است و مرتب نوک خود را پر از آب می‌کنم و آن را روی آتش می‌ریزم. گفتند: ولی حجم آتش در مقایسه با آبی که تو می‌توانی بیاوری بسیار زیاد است و این آب فایده‌ای ندارد. گفت: من شاید نتوانم آتش را خاموش کنم، اما این آب را می‌آورم، تا آن هنگام که

خداوند از من پرسید وقتی که بنده‌ام را بدون گناه در آتش انداختند تو چه کردی؟ پاسخ دهم: هر آنچه را که از توأم بر می‌آمد.

کوتاه‌ترین داستان عشقی: روزی مردی از یک دختر پرسید: آیا با من ازدواج می‌کنی؟ دختر جواب داد: نه. و از آن پس مرد شاد زیست، به ماهیگیری و شکار رفت، کلی گلف بازی کرد، تمام مسابقات فوتبال را دید و با هر که دلش خواست رقصید.

حکایت: وقت رسیدن مرگ: یه بنده خدا نشسته بود داشت تلویزیون میدید که یهو مرگ او مد پیشش. مرگ گفت: الان نوبت توئه که ببرمت. طرف یه کم آشفته شد و گفت: داداش، اگه راه داره بی خیال ما بشو، بذار واسه بعد. مرگ: نه اصلاً راه نداره، همه چی طبق برنامه‌ست. طبق لیست من، الان نوبت توئه. اون مرد گفت: حداقل بذار یه شربت بیارم خستگیت دربره بعد جونمو بگیر. مرگ قبول کرد و اون مرد رفت شربت بیاره. توی شربت 2 تا قرص خواب خیلی قوی ریخت. مرگ وقتی شربه رو خورد، به خواب عمیقی فرو رفت. مرد وقتی مرگ خواب بود لیستو برداشت، اسمشو پاک کرد و نوشت آخر لیست و منتظر شد تا مرگ بیدار شه. مرگ وقتی بیدار شد گفت: دمت گرم، داداش حسابی حال دادی خستگیم در رفت. به خاطر این محبتت، منم بی خیال تو میشم و میرم از آخر شروع به جون گرفتن می‌کنم. نتیجه اخلاقی: در همه حال منصفانه رفتار کنیم و بی جهت تلاش مذبحانه نکنیم.

حکایت «فرستی برای خودشناسی»: پادشاهی دو شاهین کوچک به عنوان هدیه دریافت کرد. پس آنها را به مربی پرندگان دربار سپرد تا برای استفاده در مراسم شکار تربیت کند. یک ماه بعد، مربی نزد پادشاه آمد و گفت: یکی از شاهین‌ها تربیت شده و آماده شکار است. اما نمی دانم چه اتفاقی برای آن یکی

افتاده و از همان روز اول که آن را روی شاخه‌ای قرارداده تکان نخورده است، این موضوع کنجکاوی پادشاه را برانگیخت و دستور داد تا پزشکان و مشاوران دربار، کاری کنند که شاهین پرواز کند. اما هیچکدام نتوانستند. روز بعد پادشاه دستور داد تا به همه مردم اعلام کنند که هرکس بتواند شاهین را به پرواز درآورد، پادشاه خوبی از پادشاه دریافت خواهد کرد. صبح روز بعد پادشاه دید که شاهین دوم نیز به چالاکي تمام در باغ در حال پرواز است، پادشاه دستور داد معجزه‌گر شاهین را نزد او بیاورند. درباریان کشاورز متواضع را نزد شاه آوردند و گفتند اوست که شاهین را به پرواز درآورد. پادشاه پرسید: تو شاهین را به پرواز درآوردی؟ چگونه این کار را کردی؟ شاید جادوگر هستی؟ کشاورز که ترسیده بود گفت: سرورم. کار ساده‌ای بود، من فقط شاخه‌ای را که شاهین روی آن نشسته بود بردم. شاهین فهمید که بال دارد و شروع به پرواز کرد. گاهی لازم است برای بالارفتن شاخه‌های زیر پایمان را ببریم. چقدر به شاخه‌های زیر پایتان وابسته هستید؟ آیا توانائی‌ها و استعدادها را می‌شناسید؟ آیا هیچ‌گاه جرأت ریسک را به خود داده‌اید؟

حکایت «پیر مرد و بچه‌ها»: یک پیر مرد بازنشسته خانه جدیدی در نزدیکی یک دبیرستان خرید. یکی دو هفته اول همه چیز به خوبی و خوشی گذشت، تا اینکه مدرسه‌ها باز شد. در اولین روز مدرسه پس از تعطیلی کلاس‌ها سه تا پسر بچه در خیابان راه افتادند و در حالی که بلند بلند با هم حرف می‌زدند، هر چیزی که در خیابان افتاده بود شوت می‌کردند و سرو صدای عجیبی به راه انداختند. این هر روز تکرار می‌شد و آسایش پیر مرد مختل شده بود. این بود که پیر مرد تصمیم گرفت کاری بکند. روز بعد که مدرسه تعطیل شد دنبال بچه‌ها رفت و آنها را صدا کرد و به آنها گفت: بچه‌ها شما خیلی بامزه هستید، از اینکه می‌بینم اینقدر با نشاط هستید، خوشحالم، من هم که به سن شما بودم همین کار را می‌کردم،

حالا می‌خواهم لطفی در حق من بکنید. من روزی 1000 تومن به شما می‌دهم که بیائید اینجا و همین کار را بکنید. بچه‌ها خوشحال شدند و به کارشان ادامه دادند، تا آنکه چند روز بعد پیر مرد به آنها گفت: ببینید بچه‌ها متأسفانه در محاسبه حقوق بازنشستگی من اشتباه شده و من نمی‌توانم روزی 100 تومن بیشتر بهتون بدم. از نظر شما اشکالی نداره؟ بچه‌ها با تعجب و ناراحتی گفتند: صد تومن؟ آگه فکر می‌کنی به خاطر 100 تومن حاضریم این همه بطری و نوشابه و چیزهای دیگر را شوت کنیم کورخوندی، ما نیستیم و از آن پس پیر مرد با آرامش در خانه به زندگی ادامه داد.

متنی قابل تأمل از سیمین دانشور: باید باکره باشی، باید پاک باشی: برای

آسایش خاطر مردانی که پیش از تو پرده‌ها دریده‌اند. چرایش را نمی‌دانی، فقط میدانی قانون است، سنت است، دین است قانون و سنت را میدانی مردان ساخته‌اند.. اما در خلوت می‌اندیشی به مرد بودن خدا و گاهی فکر می‌کنی، شاید، خدا را نیز مردان ساخته‌اند. من زخم با دستهایی که دیگر دلخوش به النگوهای نیست. که زرق و برقش شخصیتم باشد. من زخم. و به همان اندازه از هوا سهم میبرم که ریه‌های تو. میدانی؟ دردآور است.. من آزاد نباشم که تو به گناه نیفتی.. قوسهای بدنم به چشم‌هایت بیشتر از تفکرم می‌آیند. دردم می‌آید باید لباسم را با میزان ایمان شما تنظیم کنم. دردم می‌آید، ژست روشنفکریت تنها برای دختران غریبه است. به خواهر و مادرت که میرسی

، قیصر می‌شوی.. دردم می‌آید در تختخواب با تمام عقیده‌هایم موافقی و صبحها از دنده دیگری از خواب پا می‌شوی.. تمام حرفت‌هایت عوض می‌شود.. دردم می‌آید، نمی‌فهمی. تفکر فروشی بدتر از تن فروشی است. من محتاج درک شدن نیستم، دردم می‌آید که خر فرض شوم.. دردم می‌آید آنقدر خوب سر وجدانت

کلاه می‌گذاری، و هر بار که آزادیم را محدود می‌کنی، می‌گوئی، من به تو اطمینان

دارم اما اجتماع خراب است نسل تو هم که اصلاً مسئول خرابی هایش نبود.. می دانی؟ دلم از مادرهایمان میگیرد.. بدبخت هائی بودند که حتی می ترسیدند باور کنند حقشان پایمال شده.. خیانت نمی کردند . نه برای اینکه از زندگی راضی بودند.. نه . خیانت هم شهادت می خواست. نسل تو از مادرهایمان همه چیز را گرفت.. جایش النگو داد . مادرم از می ترسید . از لقمه حرام می ترسید . از همه چیز می ترسید.. تو هم که خوب میدانی، ترساندن بهترین ابزار کنترل است. دردم می آید، این را هم بخوانی، می گوئی اغراق است.. بینم فردا که دختر مردم زیر پاهای گشت ارشاد به جرم موی بازش کتک می خورد باز هم همین را می گوئی.. بینم آنجا هم، اندازه درون خانه، غیرت داری؟ دردم می آید، که به قول شما تمام زن های اطرافتان خرابند، و آنها هم که نیستند همه فامیل های خودتانند. مادرت اگر روزی جرأت پیدا کرد، ازش بپرس. دردم می آید. از این همه بی کسی. دردم می آید.

حکایت: اصالت بهتر است یا تربیت خانوادگی: روزی شاه عباس در اصفهان به خدمت عالم زمانه «شیخ بهائی» رسید، پس از سلام و احوالپرسی، از شیخ پرسید: در برخورد با افراد اجتماع، اصالت ذاتی آنها بهتر است یا تربیت خانوادگی شان؟ شیخ گفت: هر چه نظر حضرت اشرف باشد، همان است، ولی به نظر من اصالت ارجح است. و شاه برخلاف او گفت: شک نکنید که تربیت مهم تر است. بحث میان آن دو بالا گرفت و هیچ یک نتوانستند دیگری را قانع کند. به ناچار شاه برای اثبات حقانیت خود او را در کاخ دعوت کرد تا حرفش را به کرسی نشاند. فردای آن روز هنگام غروب شیخ به کاخ رسید، بعد از تشریفات اولیه وقت شام فرارسید، سفره ای بلند پهن کردند ولی چون چراغ و برقی نبود میهمانخانه سخت تاریک بود، در این لحظه پادشاه دستی به کف زد و با اشاره او چهار گربه شمع به دست حاضر شدند و آنجا را روشن کردند. در هنگام شام، شاه

دستی پشت شیخ زد و گفت: دیدی گفتم تربیت از اصالت مهم‌تر است ما این گربه‌های نا اهل را اهل و رام کردیم، که این نتیجه اهمیت «تربیت» است.

شیخ در عین اینکه حاج و واج مانده بود گفت: من فقط به یک شرط حرف شما را می‌پذیرم و آن اینکه، فردا هم گربه‌ها مثل امروز چنین کنند. شاه از حرف شیخ سخت تعجب کرده بود گفت: این چه حرفیست، فردا مثل امروز و امروز هم مثل دیروز. کار آنها اکتسابی است که با تربیت ممارست و تمرین زیاد انجام می‌شود، ولی شیخ دست‌بردار نبود. تا جائی که شاه‌عباس را مجبور کرد تا این کار را فردا تکرار کند. لذا شیخ فکورانه نه به خانه رفت. او وقتی از کاخ برگشت، بی‌درنگ دست به کار شد. چهار جوراب برداشت و چهار موش در آن نهاد. فردا او باز طبق قرار قبلی به کاخ رفت. تشریفات همان و سفره همان و گربه‌های بازیگر همان. شاه که مغرورانه تکرار مراسم دیروز را تأکیدی بر صحت حرف‌هایش می‌دید زیر لب برای شیخ رجز می‌خواند که در این زمان شیخ موش‌ها را رها کرد. در آن هنگام، هنگامه‌ای به پا شد، یک گربه به شوق دیگر به غرب، آن یکی شمال و این یکی جنوب. این بار شیخ دستی بر پشت شاه زد و گفت: شهریارا یادت باشد اصالت گربه، موش گرفتن است، گرچه «تربیت» هم بسیار مهم است، ولی اصالت مهم‌تر. یادت باشد با تربیت می‌توان گربه را رام و آرام کرد ولی هرگاه گربه موش را دید به اصل و اصالت خود بر می‌گردد.

دلیل رشوه دادن: پادشاهی دلقکی داشت که با همه درباریان مزاح می‌کرد و آن را مسخره جز یک نفر به نام اصیل‌الدین. روزی پادشاه به دلقک گفت: تو چرا همه را مسخره می‌کنی جز اصیل‌الدین؟ دلقک گفت: چون همه به من دو دینار می‌دهند و او صد دینار شاه اصیل را احضار کرد و سبب را پرسید. اصیل‌الدین گفت: دینار به دو تن می‌دهند، یکی آن که دستشان بیگردد و دیگر آن که پایشان نگیرد. امیر بسیار خندید و او را مرخص کرد.

داستان اعدام : یه شب سه نفر اشتباهی دستگیر میشن و در نهایت ناباوری به اعدام روی. صندلی الکترونیکی محکوم میشن.. نوبت نفر اول میشه که بشینه روی صندلی. وقتی میشینه، میگه: من توی دانشگاه، رشته خدانشناسی خوندم و به قدرت بی پایان خدا اعتقاد دارم، میدونم که خدا نمی‌ذاره آدم بی‌گناه مجازات بشه. کلید برق رو می‌زنن. ولی هیچ اتفاقی نمیفته.. به بی‌گناهیش ایمان میارن و آزادش می‌کنن.. نفر دوم میشینه روی صندلی و میگه: من توی دانشگاه حقوق خوندم به عدالت ایمان دارم و میدونم واسه آدم بی‌گناه اتفاقی نمیفته.. کلید برق رو می‌زنن و هیچ اتفاقی نمیفته.. به بی‌گناهی او هم اعتقاد میارن و آزادش میکنن.. نفر سوم میاد روی صندلی و میگه: من توی دانشگاه رشته برق خواندم و به شما میگم که وقتی این دو تا کابل به هم وصل نباشن هیچ برقی وصل نمیشه به صندلی.. خوب بقیه داستان هم مشخصه. مسولین زندان مشکل رو می‌فهمن و موفق به اعدام فرد میشن.. نتیجه: لازم نیست همه جا راه حل مشکلات رو عنوان کنید..

حتماً یه خیری درش هست : یه پادشاهی بود، یه رفیقی داشت، همیشه این دو تا با هم بودند. هر اتفاقی می‌افتاد، خوب یا بد، این رفیق می‌گفت که حتماً خیری درش هست. یه روز اینا با هم میرن شکار. طی یه اتفاق انگشت دست پادشاه قطع میشه. شاه خیلی داغون بود که رفیقش میگه: حتماً یه خیری تو این قضیه هست. پادشاه هم قاط میزنه و میگه: چه خیری و رفیقش رو میندازه زندان. چند وقت بعد پادشاه میره شکار اما این بار گیر یه قبیله آدم‌خوار میفته. آدمخوارها می‌بندش به درخت و می‌خواستن مراسم خوردنش رو شروع کنن، که متوجه انگشت قطع شده پادشاه میشن.

اونا یه اعتقادی داشتن، و اونم این بود که اگر کسی نقص عضوی داشته باشد و اینا برن بخورنش، همون نقص گریبانگیر اونا، میشه. پادشاه رو آزاد میکنن.

پادشاه یاد دوستش میفته و میره از زندان درش میاره و میگه ببخشید، اشتباه کردم انداختمت زندان، حق با تو بود، اگر انگشتم قطع نشده بود، منو می خوردند. دوستش میگه: اینم یه خیری داشته که منو انداختی زندان. پادشاه میگه: بابا چه خیری، من تورو اذیت کردم، زندان رفتی و. رفیقش میگه: من اگر زندان نمی رفتم و با تو بودم، من که نقص عضو نداشتم آدمخوارها منو می خوردن.

چرا وقتی عصبانی هستیم داد می‌زنیم: استادی از شاگردانش پرسید: ما وقتی

عصبانی هستیم، چرا داد می‌زنیم؟ چرا مردم هنگامی که خشمگین هستند، صدایشان را بلند می‌کنند و سرهم داد می‌کشند؟ شاگردان فکر کردند و یکی از آنها گفت: چون در آن لحظه، آرامش و خون سردیمان را از دست می‌دهیم. استاد پرسید: اینکه آرامشان را از دست می‌دهیم درست است، اما چرا با وجودی که طرف مقابل کنارمان قرار دارد، داد می‌زنیم؟ آیا نمی‌توان با صدای ملایم صحبت کرد؟ شاگردان هر کدام جواب‌هایی دادند. اما پاسخ‌های هیچکدام استاد را راضی نکرد. سرانجام، استاد چنین توضیح داد: هنگامی که دو نفر از دست یکدیگر عصبانی هستند، قلب‌هایشان از یکدیگر فاصله می‌گیرد آنها برای اینکه این فاصله را جبران کنند مجبورند که داد بزنند. هر چه میزان عصبانیت و خشم بیشتر باشد، این فاصله بیشتر است. و آنها باید صدایشان را بلندتر کنند. سپس استاد پرسید: هنگامی که دو نفر عاشق. همدیگر باشند چه اتفاقی می‌افتد؟ آنها سرهم داد نمی‌زنند، بلکه خیلی به آرامی با هم صحبت می‌کنند، چرا؟ چون قلب‌هایشان خیلی به هم نزدیک است. فاصله قلب‌هایشان بسیار کم است. استاد ادامه داد، هنگامی که عشقشان به یکدیگر بیشتر شد، چه اتفاقی می‌افتد؟ آنها حتی حرف معمولی هم با هم نمی‌زنند و فقط در گوش هم نجوا می‌کنند و عشقشان باز هم به یکدیگر بیشتر می‌شود. سرانجام حتی از نجوا کردن هم بی‌نیاز می‌شوند

و فقط به یکدیگر نگاه می‌کنند. این هنگامی است که دیگر هیچ فاصله‌ای بین قلب‌های آنها باقی نمانده باشد.

سؤال سخت در مصاحبه استخدام : مردی به نام استیو، برای انجام مصاحبه

حضوری شغلی که صدها متقاضی داشت به شرکتی رفت. مدیر شرکت، به جای آن که سین، جیم کند، یک ورقه کاغذ گذاشت جلو استیو و از او خواست برای استخدام، تنها به یک سؤال پاسخ دهد. سؤال این بود شما در یک شب بسیار سرد و توفانی، در جاده‌ای خلوت رانندگی می‌کنید؟ ناگهان متوجه می‌شوید که سه نفر در ایستگاه اتوبوس، به انتظار رسیدن اتوبوس، این پا و آن پا می‌کنند و در آن باد و باران و توفان چشم‌به‌راه کمک هستند. یکی از آنها پیر زن بیماری است که اگر هرچه زودتر کمکی به او نشود ممکن است همان‌جا در ایستگاه اتوبوس غزل خداحافظی را بخواند. دومین نفر صمیمی‌ترین و قدیمی‌ترین دوست شماست که حتی یک بار هم شما را از مرگ نجات داده است و نفر سوم همسر آینده شماست، که حالا با او در دوران نامزدی بسر می‌برید، اما خودروی شما یک جای خالی دارد. شما از میان این سه نفر کدام یک را سوار می‌کنید؟ پیر زن بیمار؟ دوست قدیمی؟ یا نامزدتان را؟ جوابی که استیو نوشت باعث شد از میان صد ها متقاضی به استخدام شرکت درآید. پاسخ این بود: من سوئیچ ماشینم را می‌دهم به آن دوست قدیمی‌ام تا پیرزن بیمار را به بیمارستان برساند و با نامزدم در ایستگاه اتوبوس می‌مانم تا شاید اتوبوس از راه برسد.

پیشینه نروز : منشاء و زمان پیدایش نروز، به درستی معلوم نیست، در برخی

از متن‌های کهن ایران از جمله شاهنامه فردوسی و تاریخ طبری، جمشید و در برخی دیگر از متن‌ها، کیومرث به‌عنوان پایه‌گذار نروز معرفی شده است. پدیدآوری نروز در شاهنامه، بدین‌گونه روایت شده است که جمشید در حال

گذشتن از آذربایجان دستور داد تا در آنجا برای او تختی بگذارند و خودش با تاجی زرین بر روی تخت نشست با رسیدن نور خورشید به تاج زرین او، جهان نورانی شد و مردم شادمانی کردند و آن روز را روز نو نامیدند. برخی از روایت های تاریخی، آغاز نوروز را به بابلیان نسبت می دهند. بر طبق این روایت ها، رواج نوروز در ایران به 538 سال قبل از میلاد، یعنی زمان حمله کوروش بزرگ به بابل باز می گردد، همچنین در برخی از روایت ها، از زرتشت به عنوان بنیان گذار نوروز نام برده شده است، اما در اوستا (دست کم در گاتها) نامی از نوروز برده نشده است.

رقت عمل، دقت عمل : ساعت درس کلاس تشریح و کالبدشکافی دانشکده پزشکی دانشگاه تهران، استاد به دانشجویان سال اول می گوید: به شما تبریک می گویم که در کنکور قبول شده و الان رسماً دانشجوی پزشکی هستید. ولی برای فارغ التحصیل شدن و پزشک شدن هم باید دقت عمل داشته باشید و هم رقت عمل. همه باید این کار که من الان می کنم را انجام دهید، اگر نه به درد این رشته نمی خورید و اخراج هستید. سپس یک جسد وارد کلاس می کند و ناگهان انگشتش را تا ته در ماتحت جسد فرو می کند، میگذارد توی دهانش و میمکد و می گوید حالا شما هم باید همین کار را بکنید. دانشجویان شوکه میشوند و اعتراض میکنند، ولی استاد می گوید: الا و بلا باید بکنید وگرنه اخراج هستید. چند تا دخترها غش میکنند، پسرها بالا میاورند، ولی با هر بدبختی هست همه دانشجویان آخرش انگشت در ما تحت جسد میکنند و میگذارند در دهانشان و میمکند. استاد می گوید: هان شما رقت عمل تان خوب بود ولی دقت عمل نداشتید. شما همگی انگشت اشاره را در ماتحت کردید و مکیدید، ولی من انگشت اشاره را در ما تحت کردم و انگشت وسط را مکیدم. بنابراین سعی کنید بیشتر دقت کنید.

آزادی: زن نصف شب از خواب بیدار شد و دید که شوهرش در رختخواب نیست و به دنبال او گشت.. شوهرش را در حالی که توی آشپزخانه نشسته بود و به دیوار زلزده بود و در فکری عمیق فرورفته بود، و اشک‌هایش را پاک می‌کرد و فنجان قهوه می‌نوشتید پیدا کرد. در حالیکه داخل آشپزخانه می‌شد، پرسید: چی شده عزیزم، این موقع شب اینجا نشستی؟ شوهرش نگاهش را از دیوار برداشت و گفت هیچی، فقط اون وقتهارو به یاد می‌آورم، 20 سال پیش، یادته..؟ زن که حسابی تحت تأثیر قرار گرفته بود، چشم‌هایش پر از اشک شد و گفت: آره، یادمه، شوهرش ادامه داد: یادته پدرت که فکر می‌کردیم مسافرت، مارو توی اتاقت غافلگیر کرد؟ زن در حالی که روی صندلی کنار شوهرش می‌نشست گفت: آره یادمه، انگار دیروز بود. مرد بغضش را قورت داد و ادامه داد: یادته پدرت تفنگ‌رو به سمت من نشونه گرفت و گفت: یا با دختر من ازدواج می‌کنی یا 20 سال می‌فرستمت، زندان آب خنک بخوری؟ زن گفت: آره عزیزم، اون هم یادمه و یک ساعت بعدش که رفتیم محضر و. مرد نتوانست جلوی گری‌هاش را بگیرد و گفت: اگه رفته بودم زندان، امروز آزاد می‌شدم.

خرد و خلاقیت بزرگمهر: در زمان پادشاهی انوشیروان، خسرو پسر قباد، پادشاه هند (دیورسام بزرگ) برای سنجش خرد و دانائی ایرانیان و اثبات برتری خود، شطرنجی را که مهره‌های آن از زمرد و یاقوت سرخ بود، به همراه هدایائی نفیس به دربار را ایران فرستاد، و «تخت ریتوس» دانا را نیز گماردهٔ انجام این کار ساخت. او نامه‌ای به پادشاه ایران نوشت، از آنجا که شما شاهنشاه ما هستید، دانایان شما باید از دانایان ما برتر باشند. یا روش و شیوه آنچه را که به نزد شما فرستاده‌ایم (شطرنج) باز گوئید. و یا پس از این (ساو و باج) برای ما نفرستید. شاه ایران پس از خواندن نامه چهل روز خواست، هیچ یک از دانایان در این چند روز، چاره و روش آن را نیافت. تا اینکه روز چهلم بزرگمهر که جوانترین وزیر

انوشیروان بود، به پا خاست و گفت: این شطرنج را چون میدان جنگ ساخته‌اند که دو طرف با مهره‌های خود با هم می‌جنگند و هرکدام خرد و دوراندیشی بیشتری داشته باشد، پیروز می‌شود، و رازهای کامل بازی شطرنج و روش چیدن مهره‌ها را گفت. شاهنشاه سه بار بر او درود فرستاد و دوازده هزار سکه به او پاداش داد. پس از آن (تخت ریتوس) با بزرگمهر به بازی پرداخت بزرگمهر سه بار بر (تخت ریتوس) پیروز شد. روز بعد بزرگمهر «تخت ریتوس» را نزد خود خواند و وسیله بازی دیگر را نشان داد و گفت: اگر این را پاسخ دادید، ما با جگزار شما می‌شویم و اگر نتوانستید، باید با جگزار ما باشید. (دیورسام) چهل روز زمان خواست، اما هیچ یک از دانایان آن سرزمین نتوانستند چاره‌گشائی کنند و به این ترتیب شاه هندوستان پذیرفت که با جگزار ایران باشد.

«فلسفه پیدایش تخته نرد» : دست آورد بزرگمهر 30 مهره، نشانگر 30 شبانه‌روز، 24 خانه نشانگر 24 ساعت شبانه‌روز، 4 قسمت زمینی، 4 فصل . 5 دست بازی پنج وقت یک شبانه‌روز 2 رنگ سیاه و سفید، گویای شب و روز. هر طرف زمینی 12 خانه دارد گویای 12 ماه سال. تخته «نرد» نشانگر کره زمین، زمین بازی، نشانگر آسمان. تاس ستاره بخت و اقبال . گردش تاس ها گویای گردش ایام . مهره ها نشانگر انسانها . گردش مهره در زمین گویای حرکت انسان ها (زندگی). برداشتن مهره در پایان بازی نشانگر مرگ انسان ها ..

«اعداد تاس»

شماره 1 به معنی یکتاپرستی،

شماره 2 به معنی آسمان و زمین،

شماره 3، پندار نیک، گفتار نیک، کردار نیک،

شماره 4، شمال، جنوب، شرق، غرب،

شماره 5 خورشید، ماه، ستاره، آتش، رعد،
شماره 6 شش روز آفرینش.

فلسفه چهارشنبه سوری، به روایت شاهنامه فردوسی: سور به معنای میهمانی و جشن می باشد. براساس سروده های حکیم فردوسی. کاووس شاه در هفت سالگی ، مادر را از دست می دهد. پادشاه همسر دیگر را بر می گزیند، سودابه که زنی زیبا و هوسباز بود عاشق سیاوش می شود. سودابه در اندیشه بود تا به گونه ای سیاوش را به کاخ خویش بکشاند، دختر زیبا و جوان خود را بهانه حضور سیاوش کرده و او را فراخواند: آنگاه که سودابه سیاوش را در کاخ خویش یافت، به او گفت: سودابه، پس از این که از مهر و عشق خود به سیاوش می گوید، و همزمان به او نزدیک می شود، آنگاه او را در آغوش کشیده و می بوسد. سیاوش با خشم و اضطراب و دلهره به نامادری

خود گفت: سربانوانی و هم مهتری من ایدون گمانم که تو مادری سیاوش خشمناک از جای برخاسته و عزم خروج از کاخ سودابه را کرد. سودابه که از برملا شدن واقعه بیم داشت، داد و فریاد کرد و درست بسان افسانه یوسف و زلیخا، دامن پاره کرد و گناه را به سیاوش متوجه کرد. باری سیاوش به سودابه می گوید که پدر را آگاه خواهد کرد. در پی جوارو جنجال سودابه، کیکاووس پادشاه ایران از جریان آگاه شده و از سیاوش توضیح خواست. سیاوش به پدر گفت که پاک دامن است و برای اثبات آن آماده است تا از تونل و راهرو آتش عبور کند. سیاوش گفت اگر من گناهکار باشم در آتش خواهم سوخت. سیاوش به تندرستی و چابکی به همراه اسب سیاهش از آتش عبور کرد و تندرست بیرون آمد. این اتفاق و آزمایش عبور از آتش سه شنبه آخر سال روی داده بود و از چهارشنبه تا جمعه جشن ملی اعلام شد و در سراسر کشور پهناور ایران به فرمان کیکاووس سورچرانی و شادمانی برقرار شد. و از آن پس پیاد عبور سرفرازانه

سیاوش از آتش، ایرانیان واپسین سه‌شنبه شب را بیاد سیاوش و پاکی او با پریدن از روی آتش جشن می‌گیرند.

ویژگی یک مرد واقعی:

- مرد واقعی، اهمیت خانواده را درک می‌کند، خانواده‌اش را قدرتمند نگاه میدارد به تاریخچه خانواده‌گی اهمیت زیادی می‌دهد. یک مرد واقعی میداند که فرزندان‌ش هدیه‌های از جانب خداوند هستند و باید با آنها به خوبی رفتار کند. هرازگاهی باید برای آنها قوانین و مقررات تعیین کند.
- مرد واقعی، همیشه سر حرفش هست، هر وقت قولی بدهد آن را عمل می‌کند و اگر بداند که از عهده انجام قولی بر نمی‌آید، هیچوقت حرفش را نمی‌زند یک مرد واقعی مردن را به شکستن عهده‌ش ترجیح می‌دهد. او می‌داند که حرفش نیز باید به قدرت عملش باشد.
- یک مرد واقعی، تلاش می‌کند تا الگو باشد. همیشه به خود و دیگران احترام می‌گذارد مگر اینکه مورد بی‌احترامی قرار گیرد. او الگو و نمونه‌ای برای پیروان خود و به خصوص فرزندان‌ش است. من هیچوقت کارهایم را به خانه نمی‌آورم. به همین دلیل فرزندانم، من را فقط به‌عنوان یک پدر می‌شناسند. یک مرد واقعی هیچ‌گاه اجازه نمی‌دهد که فرزندان‌ش پی به ضعف‌های او ببرند.
- یک مرد واقعی، پول مورد نیازش را خود به دست می‌آورد. در انتظار صدقات و نیکوکاری‌های دیگران نمی‌نشیند و پول پدرش نیز برای او کفاف نمی‌کند او خود در جستجوی روزی خود بر می‌آید، و اگر به او ارثی‌های برسد، هدر نمی‌دهد.
- یک مرد واقعی، زن‌نما نیست در گوش‌هایش گوشواره نمی‌اندازد و موهایش را بلند نمی‌کند، روی سینه و شکمش را نمی‌تراشد. یک مرد واقعی می‌داند که چطور باید شیک باشد.

- یک مرد واقعی، غیبت نمی‌کند، دهانش را می‌بندد و اطلاعاتش را در مورد دیگران پیش خود نگاه می‌دارد. یک مرد واقعی در بحث‌های هیچ و پوچی شرکت نمی‌کند و در مورد چیزهایی که از آن اطلاع ندارد و مطمئن نیست حرف نمی‌زند.
- یک مرد واقعی، متمرکز است، تفاوت بین مهم بودن چیزی و مهم نبودن آن را می‌فهمد، وقت خود را صرف کارهای بیهوده‌ای که هیچ عایدی برای او ندارد نمی‌گذارد. مطمئناً کارهای زیادی برای تفریح و سرگرمی وجود دارد، اما او باید برای انجام این کارها هم دلیل داشته باشد. مرد واقعی خود را روی قدرت، پول خانواده‌اش متمرکز می‌کند.

موفقیت تصادفی نیست : موفقیت هیچوقت تصادفی اتفاق نمی‌افتد البته ممکن است که در طول مسیر کمی شانس با فرد همراه شود و در یک موقعیت خوب قرار دهد اما بادوام نیست. موفقیت از آن کسانی می‌شود که روی شانس‌شان سرمایه‌گذاری می‌کنند و احتمال شکست خود را پائین می‌آورند.

اگر می‌خواهید به موفقیت دست پیدا کنید، باید اول از فکرتان شروع کنید. طرز تفکر افراد موفق را الگوی خود قرار دهید و مطمئن باشید که شما هم مثل آنها نتیجه عالی به دست خواهید آورد.

شخص نابینائی، از «سنت آنتونی» پرسید: ممکنه چیزی بدتر از دست‌دادن بینائی باشد؟ او جواب داد: بله از دست دادن بصیرت.

نگرانی مشکلات فردا را دور نمی‌کند؛ بلکه آرامش امروز را سلب می‌کند.

مثبت اندیش باشید: ناامیدی دیواری است محکم که پشت آن یک پرتگاه است. و امید جاده‌ای است روشن که به مقصود نهائی منتهی می‌شود.

سخنی زیبا از پائلوکونیلو : انسان‌ها به شیوه هندیان بر سطح زمین راه می‌روند، با یک سبد در جلو و یک سبد در پشت. در سبد جلو صفات نیک خود را می‌گذاریم در سبد پشتی، عیب‌های خود را نگه می‌داریم. به‌همین دلیل در طول زندگی چشمانتان فقط صفات نیک خودمان را می‌بیند عیب همسفری که جلو ما حرکت می‌کند. بدین‌گونه است که درباره خود بهتر از او داوری می‌کنیم، غافل از آنکه نفر پشت سری ما هم به‌همین شیوه درباره ما می‌اندیشد.

چه کسی تو را به خاطر خودت دوست دارد؟ پس به‌دنبال کسی باش که تو را به خاطر زیبایی‌های وجودت زیبا خطاب کند نه، به خاطر جداییتهای ظاهریت.

زنها، دو وقت گریه می‌کنن، یکی وقتی فریب می‌خورن، دوم وقتی که می‌خوان فریب بدن.

گاهی، ندانسته از یک نفر بتی درست می‌کنی، آنقدر بزرگ که از دست «ابراهیم» نیز کاری بر نمی‌آید.

گاه دلتنگ می‌شوم ، دلتنگ تر از تمام دلتنگی‌ها . حسرت‌ها را می‌شمارم و باختن‌ها، و صدای شکستن را ، نمی‌دانم من کدامین امید را ناامید کردم و کدام خواهش را نشنیدم و به کدام دلتنگی خندیدم، که چنین دلتنگم.

برای خیانت، هزار راه هست، اما هیچ کدام به‌اندازه تظاهر به دوست داشتن کثیف نیست.

این روزهای تلخ می‌گذرد. دستم می‌لرزد از توصیفش، همین بس که، نفس کشیدنم در این مرگِ تدریجی، مثل خودکشی است با تیغ کُند.

از ما گذشت ، نیک و بد ، اما تو ، روزگار ، فکری به حال خویش کن ،

اینجا، زنکه باشی، مهریه‌ات آب هم که باشد، قاضی جیره بندی‌اش می‌کند. آنچه نقد است فقط جان توست که قسط بندی نمی‌شود.

از دنیای واقعی و نامردی‌اش، پناه آوردیم به دنیای مجازی غافل از اینکه، آسمون، همون آسمونه.

تو زندگیت، باید به بعضیا بگی: من چشم می‌ذارم، تو برو گمشو.

به خاطر بسپارید، برای شاد زیستن باید بتوانی در بعضی مواقع بگویی: نه.

همانطور که دیگر شلوار پاره نشانه فقر نیست، سکوت هم نشانه رضایت نیست.

با این، 4 دسته از افراد کمتر معاشرت کنید:

1- آنهایی که از زندگی بیزارند و با همه دنیا سرچنگ دارند.

2- آنهایی که مدام پشت سر دیگران غیبت می‌کنند.

3- آنهایی که شکست و سرخوردگی‌های گذشته شما را یادآوری می‌کنند.

4- آنها که می‌خواهند شما را کنترل کنند.

نمی‌توان برگشت و آغاز خوبی داشت، اما می‌توان شروع کرد و پایان خوبی داشت.

رابرت لی فراست: نیمی از مردم جهان، افرادی هستند که چیزهایی برای گفتن دارند ولی قادر به بیان آن نیستند، و نیمی دیگر افرادی هستند که چیزی برای

گفتن ندارند، اما همیشه در حال حرف زدن هستند.

بنجامین فرانکلین : اگر می‌خواهی پس از مرگ فراموش نشوی، یا چیزی بنویس که قابل خواندن باشد، یا کاری بکن که قابل نوشتن باشد.

شویننهور : هر حقیقتی از سه مرحله می‌گذرد : ابتدا به مسخره گرفته می‌شود بعد به شدت با آن مخالفت می‌شود . و در آخر به عنوان امری بدیهی پذیرفته می‌شو.

قرار نیست , من طوری زندگی کنم که دنیا دوست داره، خب طبعاً
قرار هم نیست، دنیا همانطوری بچرخه که من دوست دارم.

هزلت : آنکه از دشمن داشتن می‌ترسد، هرگز دوست واقعی نخواهد داشت.

کارلایل : صفات هر کس مربوط به محسنات و نقایص دوستان اوست.

ضرمثل آلمانی : همه کسانی که با تو می‌خندند دوستان تو نیستند.

سقراط : در دوستی درنگ کن، اما وقتی دوست شدی ثابت قدم و پایدار باش.

مایکل شوماخر ، چندین سال متوالی در مسابقات اتومبیلرانی در دنیا اول شد. وقتی رمز موفقیتش را پرسیدند، در جواب گفت: تنها رمز موفقیت من این است که زمانی که دیگران ترمز می‌گیرند من گاز می‌دهم.

حکیم ارد بزرگ ، برای آنکه همواره دوستان‌مان را نگاه داریم، بهتر است

همواره فاصله میان خود و آنها داشته باشیم.

هیچ دوستی بهتر از تنهایی برای اهل اندیشه نیست.

در سن هشتاد و سه سالگی، از (فرانک لویدرایت) معمار بزرگ و نامدار پریدن، از میان کارهای بزرگی که انجام داده اید، کدام را بیشتر می پسندی؟ او پاسخ می دهد: کار بعدی.

آلفونس کار: دوستان، عبارت از خانواده ای هستند که انسان، اعضای آن را به اختیار خود انتخاب کرده است.

براون: در روز عشاق، برای دوست کارتتی بفرست و روی آن بنویس، از طرف کسی که فکر می کند تو بی نظیری.

ارد بزرگ: آنکه شادی را پاک می کند، روان آدمیان را به بند کشیده است.

یونسکو: اگر همه، آرزوها برآورده می شد، دیگر هیچ آرزویی برآورده نمی شد.

از دیگران، نخواهیم، رخدادهای اندوهناک گذشته خویش را برایمان باز گویند.

به زیانت، اجازه نده که قبل از اندیشهات به کار افتد.

کسی: رستاخیز و دگر گونی، بزرگی را فراهم می آورد، که بارها و بارها با تصمیم گیریهای بسیار، خود ساخته شده باشد.

توماس کار لایل، «فیلسوف اسکاتلندی»: اگر آنچه انجام می دهید ناحق باشد، موفقیتی کسب نخواهید کرد.

حکیم ارد بزرگ : اگر برای رسیدن به آرزوهای خویش، زورگوئی پیشه کنیم، پس از چندی، کسانی در برابرمان خواهیم دید، که دیگر زورمان به آنها نمی رسد.

توماس ادیسون : لازمه موفقیت، در توانائی تمرکز انرژی ذهنی و جسمی و بدون وقفه بروی یک مسئله است، بی آنکه احساس خستگی کنید.

- **آموزش توانسته است** جمعیت فراوانی را باسواد کند. اما نتوانسته به آنها بگوید چه بخواهند.

ارد بزرگ : آنکه نمی تواند از خواب خویش برای فراگیری دانش و آگاهی، کم کند، ارزش برتری و بزرگی ندارد.

شیر آفریقائی، هر شب که می خوابد، می داند که فردا باید از کندترین غزال آفریقائی کمی تندتر بدود، تا از گرسنگی نمیرد. غزال آفریقائی هر شب که می خوابد می داند که فردا باید از تندترین شیر آفریقائی کمی تندتر بدود تا کشته نشود. مهم نیست که تو شیر هستی یا غزال، مهم این است که فردا را از امروز تندتر بروی.

باید تو چشم اونائی که واسشون کاری می کنی، اما تشکر نمی کنن زل بزنی، بگی، وظیفم نبود، لطف کردم.

دالایی لاما، به خاطر داشته باشید که عشق های سترگ و دستاوردهای عظیم، به خطر کردن ها و ریسک های بزرگ محتاج اند.

چشمان، خود را نسبت به تغییرات بگشا، اما ارزش های خود را به سادگی در برابر آنها فرومگذار.

شرافتمندانه بزی ، تا هرگاه بیش‌تر عمر کردی، با یادآوری زندگی خویش دوباره شادی را تجربه کنی.

زیرساخت زندگی شما ، وجود جوی از محبت و عشق در محیط خانه و خانواده است.

دالایی لاما : وقتی می‌خواهی موفقیت خود را ارزیابی کنی ببینی چه چیز را از دست داده‌ای که چنین موفقیتی به دست آورده‌ای.

رومن رولان : مردان آفریننده کارهای مهمند و زنان ، به وجود آورنده مردان.

کوتاه و دسیه : مردان، قانون وضع می‌کنند و زنان اخلاق به‌وجود می‌آورند

بردون : با زنی ازدواج کنید که اگر مرد می‌بود بهترین دوست شما می‌شد.

کوتاه : هر چه ایمان مرد به هوشش بیشتر شود، زن بهتر می‌تواند گولش بزند

کوتاه : زنان تاج آفرینش هستند، او شریک زندگی و با ساعات درماندگی است

لامارتین : منشاء هر کار بزرگی زن است، زن کتابی است که جز به مهر و محبت خوانده نمی‌شود.

ویلیام شکسپیر : چیزی که زن دارد و مرد را تسخیر می‌کند، مهربانی اوست، نه سیمای زیبایش.

برنارد شاو: زن زشت در دنیا وجود ندارد، فقط برخی از زنان هستند که نمی‌توانند خود را زیبا جلوه دهند.

شیلر: هر کجا مردی یافت شد که به مقامات عالی‌ه رسیده، یقیناً زنی پاکدامن او را همراهی کرده است.

مارک تواین: زن عاقل، به تربیت همسرش همت می‌گمارد و مرد عاقل می‌گذارد که زنش او را تربیت کند.

جونسون: هیچ چیز غرور مرد را مثل شادی زنش ارضاء نمی‌کند، چون همیشه آنرا مربوط به خود می‌داند.

چشم زن مانند الماس است. می‌درخشد، اما نمی‌سوزاند.

ارد بزرگ: اگر شناخت زن و مرد نسبت به ویژگی‌های درونی و بیرونی یکدیگر بیشتر گردد، کمتر دچار گسست می‌شوند.

اقبال لاهور: زن کانون پر فروغ خانواده، مرکز مهر، مظهر عشق، نمایشگر پاکی، نمونه عطوفت و چشمه عنایت است.

ابوفور: آینده اجتماع در دست مادران است، اگر جهان به میانجی‌گیری گرفتار شود، تنها اوست که می‌تواند آن را نجات دهد.

به هر اندازه که زن آرام و مطیع و با عصمت و با عفت است، به همان اندازه قدرت فرمانروائی او شدیدتر و استوارتر است.

زن وقتی که دوست بدارد، غیر از محبوب خود چیزی را نمی‌بیند و هر چه عاطفه، مهربانی و نوازش و فداکاری دارد تنها برای او به کار می‌برد.

حتماً نباید کسی پدرت را کشته باشد تا تو از او بیزار باشی، آدم‌هائی یافت می‌شوند، که راه رفتنشان، گفتارشان، نگاهشان حتی لبخندشان در تو بیزار می‌رویند .

آشفتگی من : از این نیست که تو به من دروغ گفته‌ای، بلکه از این آشفتگی است که دیگر نمی‌توانم تو را باور کنم.

هر چیز خوب ، پرهزینه است. گسترش شخصیت یکی از پرهزینه‌ترین چیزهاست.

فریدون مشیری:

من سکوت خویش را گم کرده‌ام،

ای سکوت، ای مادر فریادها ،

گم شدم در این هیاهو، گم شدم.

تو کجائی تا بگیری داد من؟

گر سکوت خویش را می‌داشتم،

زندگی پر بود از فریاد من.

دلتنگی، خوشه انگور سیاه است. لگدکوبش کن، لگدکوبش کن، بگذار ساعاتی

سر بسته بماند، مست می‌کند، اندوه؟

احمد شاملو:

دهانت را می‌بویند، مبادا که گفته باشی دوستت دارم،
دلت را می‌بویند و تبسم را، بر لب‌ها جراحی می‌کنند
و ترانه را بر دهان، روزگار غریبی است. نازنین.

نمی‌دانم، کدام درد بزرگتر است. دردی که آن را بی‌پرده تحمل می‌کنی یا
دردی که به خاطر ناراحت نکردن کسی که دوستش داری، تو دلت می‌ریزی و
تاب می‌آوری.

بر بال آرامش: الهی اگر می‌آزمائی، توان تحمل و صبر مرا زیاد کن، اگر
می‌آموزی، ادراکم را وسعت ده، اگر می‌بخشائی، ظرفیتم را افزایش ده، اگر
می‌ستائی گوهر کمال را ارزانی کن، و اگر می‌رهائی، خدایا حتی لحظه‌ای مرا به
حال خود رها مکن، که نیاز نیازمندان را تنها تو پاسخگوئی که بی‌نیاز از هر نیازی.

لازم است، گاهی از مسجد، کلیسا بیرون بیائی و ببینی پشت اعتقادات چه
می‌بینی، ترس یا حقیقت؟

لازم است، گاهی درختی را آب بدهی، حیوانی را نوازش کنی، غذا بدهی، ببینی
هنوز از طبیعت چیزی در وجودت هست یا نه؟

لازم است، گاهی عیسی باشی، ایوب باشی، انسان باشی ببینی می‌شود یا نه؟

لازم است، گاهی از خود بیرون آمده و از فاصله‌ای دورتر به خودت بنگری و از
خودت بپرسی که سال‌ها سپری شد تا آن شوم که اکنون هستم، آیا ارزشش را
داشت؟

گفته‌ای از سهراب: نه تو می‌مانی و نه اندوه و نه هیچیک از مردم این آبادی.

به حباب نگران لب یک رود قسم، و
به کوتاهی آن لحظه شادی که گذشت غصه هم می‌گذرد.
آن‌چنانی که فقط خاطره‌ای خواهد ماند.

لحظه‌ها عریانند .. به تن لحظه خود ، جامه اندوه می‌پوشان هر گز

امیلی برونته : عشق به زیبایی گل های سرخ وحشی است . دوستی ، مانند
تیغ برگ های راج است و در برابر شکوه شکوفه های گل سرخ ، نا چیز . اما
کدامین ، پایدار تر اس

ویلیام شکسپیر : آنان که پیروز می‌شوند همان‌هائی هستند که از مشورت دوستان بهره
می‌برند.

این قانون طبیعت است که هیچ‌کس به تنهایی نمی‌تواند خوشبخت باشد، بلکه
خوشبختی و سعادت را باید در سعادت و خوشبختی دیگران جستجو کرد.
از دست دادن امیدی پوچ و آرزوئی محال، خود موفقیت و پیشرفت بزرگی
است.

یاد خواهم گرفت، اینکه عشق تکیه‌کردن نیست و رفاقت اطمینان خاطر، و یاد
می‌گیریم که بوسه‌ها قرارداد نیستند و هدیه‌ها معنی عهد و پیمان نمی‌دهند. و
کم کم یاد می‌گیریم که حتی نور خورشید هم می‌سوزاند اگر زیاد آفتاب بگیری.

چه خوب است از خداوند بخواهیم قبل از آنکه نعمتی را بر ما ارزانی دارد
ظرفیت پذیرش نعمت را بما عطا نماید.

وقتی شما برای دیگران ، دعا می‌کنید، خدا می‌شنود و آنها را اجابت می‌کند و
بعضی وقت‌ها که شما شاد و خوشحال هستید، یادتان، باشد که کسی برای
شما دعا کرده است.

ما همیشه ، یا جای درست بودیم در زمان غلط، یا جای غلط بودیم در زمان درست. و همیشه همین گونه همدیگر را از دست داده‌ایم.

کارلوس فونتس:

این حرف، که آدم‌ها هر چه بیشتر همدیگر را بشناسند، بیشتر همدیگر را دوست دارند، از آن دروغ‌های بزرگ است. چون حقیقت کوچک تبدیل به دروغ‌های بزرگ می‌شود.

سهراب سپهری:

* لیک، چون باید این دم گذرد،
پس اگر می‌گیریم، گریه‌هام بی‌ثمر است.
و اگر می‌خندم، خنده‌ام بیهوده است
لحظه‌ها می‌گذرد.
آنچه بگذشت نمی‌آید باز
قصه‌ای هست، که هرگز دیگر
نتواند شد آغاز.

نادر ابراهیمی ، عادت همه چیز را ویران می‌کند، از جمله عظمت دوست داشتن را، از شباهت به تکرار می‌رسیم، از تکرار به عادت، و از عادت به بیهودگی، به خستگی و نفرت.

نتیجه‌گیری سریع در رخ داد‌های مهم زندگی ، از بی‌خردی است .

هر چه از دست می‌رود ، بگذار برود، چیزی که به التماس آلوده باشد ارزش خواستن ندارد.

مارک تواین : من نه به رنگ پوست تعصب دارم، نه به طبقه و نه به کیش، تنها

چیزی که به آن اهمیت می دهم این است که کسی انسان هست یا خیر ، بالا تر از

این نمی توان بود

فرید ریش نیچه : گاهی اوقات، مردم نمی خواهند حقیقت را بشنوند، زیرا که

نمی خواهند اوهاشان نابود شود.

هنگامی که امید می میرد ، هنگامی که می بینی کمترین امکان امیدوار بودن را

از دست داده ای، فضای خالی را با رویا، اندیشه های کوچک بچگانه و

داستانها پر می کنی، تا بتوانی به زندگی ادامه بدهی.

ایزاک نیوتن : گاه لازم است، که انسان دیدگان خود را ببندد، زیرا اغلب خود را

به نابینائی زدن نوعی خوشبختی است.

زندگی مانند یک سوال چند گزینه ای است . این گزینه ها هستند که باعث سر

درگمی شما می شوند، نه خود سؤال.

متأسفم که آنچه هستم ، را مدیون انسان های خوب زندگییم نیستم، بلکه بدهکار

انسان نمائاتی هستم که چگونه نبودن را به من آموختند.

به جای اینکه آرزو کنید ، کاش شخص دیگری بودید، به آن چیزی که هستید

افتخار کنید. هرگز نمی دانید چه کسی به شما می نگریسته، در حالیکه آرزویش این

بوده که کاش جای شما باشد.

زندگی کوتاه نیست ، مشکل اینجاست که ما زندگی را دیر شروع می کنیم.

در زندگی حقایق هست ، که همیشه فهمید، ولی همیشه فهموند.

زنده بودن حرکتی افقی است ، از گهواره تا گور و زندگی کردن حرکتی است عمودی، از زمین تا آسمان.

گاه در زندگی ، موقعیت‌هایی پیش میاد که انسان باید تاوان دعا‌های مستجاب شده خود را بپردازد.

هیچ انتظاری از کسی ، ندارم ، و این نشان دهنده قدرت من نیست مسئله ، خستگی و اعتماد های شکست خورده ام است .

نتیجه زندگی ، چیزهایی نیست که جمع می‌کنیم، بلکه قلب‌هایی است که جذب می‌کنیم.

یادمان باشد ، که آن هنگام که از دست دادن عادت می‌شود به دست آوردن هم دیگر آرزو نیست.

امید : شخصی را به جهنم می‌بردند، در راه برمی‌گشت و به عقب خیره می‌شد. ناگهان خدا فرمود: او را به بهشت ببرید. فرشتگان پرسیدند چرا؟ پروردگار فرمود: او چندبار به عقب نگاه کرد. او امید به بخشش دارد.

* **آیا می‌دانستید که** ، مجسمه‌هایی که برای یادبود سربازها می‌سازند اگر 2 پای اسب بالا باشد، آن سرباز در میدان جنگ کشته شده، اگر 1 پای اسب بالا باشد سرباز بر اثر جراحات ناشی از جنگ مرده، و اگر 4 پای اسب روی زمین باشد، آن سرباز به مرگ طبیعی مرده است؟

به توصیه بزرگی اندیشمند:

ابتدا به شدت سعی داشتم تا دبیرستان را تمام کنم و دانشگاه را شروع کنم، سپس به شدت سعی داشتم تا دانشگاه را تمام کرده و وارد بازار کار شوم، بعد تمام تلاشم این بود که ازدواج کنم و صاحب فرزند شوم، سپس تمام سعی و تلاشم را برای فرزندانم به کار بردم تا آنها را تا حد مناسبی پرورش دهم، سپس می‌تونستم به کار برگردم، اما برای بازنشستگی تلاش کردم، اما اکنون که در حال مرگ هستم ناگهان فهمیده‌ام که فراموش کرده‌ام زندگی کنم. لطفاً اجازه ندهید این اتفاق برای شما هم تکرار شود. قدردان موقعیت فعلی خود باشید و از هر روز خود لذت ببرید. برای به دست آوردن پول، سلامتی خود را از دست می‌دهیم، سپس برای بازیابی مجدد سلامتی مان پول مان را از دست می‌دهیم.

گونه‌ای زندگی ، می‌کنیم که گویا هرگز نخواهیم مُرد و گونه‌ای می‌میریم که گویا هرگز زندگی نکرده‌ایم.

عشق: امیری به شاهزاده خانمی گفت: من عاشق توام. شاهزاده گفت: زیباتر از من خواهرم است که در پشت سر تو ایستاده است امیر برگشت و دید هیچ‌کس نیست، شاهزاده گفت: عاشق نیستی، عاشق به غیرنظر نمی‌کند.

زیبایی: دخترک طبق معمول هر روز جلو کفش فروشی ایستاده و به کفشهای قرمز رنگ با حسرت نگاه کرد بعد به بسته‌های چسب زخمی که در دست داشت خیره شد و یاد حرف پدرش افتاد: اگر تا پایان ماه هر روز بتونی تمام چسب‌زخم‌هایت را بفروشی آخر ماه کفش‌های قرمز رو برات می‌خرم، دخترک به کفش‌ها نگاه کرد و با خود گفت: یعنی من باید دعا کنم که هر روز دست و پا، یا صورت 100 نفر زخم بشه تا. و بعد شانه‌هایش را بالا انداخت و راه افتاد و گفت: نه. اصلاً کفش نمی‌خوام.

آیا می دانستید که،

- یامی دانستید که ادیسون مخترع لامپ از تاریکی می ترسید؟

- آیا می دانستید که قوی ترین ماهیچه بدن، ماهیچه زبان است؟

- آیا می دانستید که انسان و دلفین تنها موجوداتی هستند که برای لذت بردن

رابطه جنسی برقرار می کنند؟

- آیا می دانستید که ماهیچه های قلب انسان قادرند خون را به ارتفاع 10 متری به

هوا پرتاب کند؟

کاش ما آدمها هم : مثل گربه ها با چند لحظه بوکشیدن، می فهمیدیم که هر

آشغالی ارزش وقت گذاشتن ندارد.

از کسانی که مرا : ترک می کنند، ممنونم، آنان به من می آموزند، هیچ چیز تا ابد

ماندنی نیست.

مدت هاست که روزه عشق گرفته ام، اذان افطارش را تو بگو.

از کسانی که با من می مانند : ممنونم، آنان به من معنای عشق و دوستی را

نشان می دهند.

دنیا پر از تباهی است ، نه به خاطر وجود آدم های بد، بلکه به خاطر سکوت

آدم های خوب.

نقش یک درخت خشک ، را در زندگی بازی می‌کنم، نمی‌دانم که باید چشم انتظار بهار باشم یا هیزم شکن پیر.

معذرت‌خواهی، همیشه به این معنا نیست که تو اشتباه کردی و حق با یکی دیگه است، بلکه معذرت‌خواهی یعنی اون رابطه بیشتر از غرورت برات ارزش دارد.

اشک زن ، دل را می‌سوزاند، ولی اشک مرد کوه را آب می‌کند.

حال ، آدم خراب ، پرسیدن نداره، اما دستانش گرفتن دارد.

هیچ کس ، حق ندارد در باره شما قضاوت کند ، چون هیچکس نمی‌داند چه بر سر شما گذشته است. شاید مقداری از سرگذشتتان را شنیده باشند، اما هرگز آنچه که در قلب خود احساس کرده‌اید را حس نکرده‌اند.

روزی کسی را ، پیدا خواهید کرد که گذشته‌تان برایش اهمیتی ندارد چون می‌خواهد آینده‌تان باشد.

یادتان باشد ، وقتی خورشید میدرخشد هرکسی می‌تواند دوستان داشته باشد، در طوفان است متوجه میشوید، چه کسی واقعاً به شما علاقه دارد.

از امروز به بعد ، وقتی به گذشته‌ام نگاه کنم، لبخند زده و به خودم خواهم گفت، هرگز فکر نمی‌کردم که بتوانم از عهده‌اش برآیم، اما توانستم. من بر تمام آنهایی که سعی کردند مرا از پای درآورند چیره شدم.

پسری از مادرش پرسید , چگونه خواهم توانست برای خودم زنی لایق پیدا کنم ؟ مادر پاسخ داد , نگران پیدا کردن زن لایق نباش , روی مردی لایق شدن تمرکز کن .

وقتی آدم‌ها شما , را ترک می‌کنند, مانع‌شان نشوید, شما با کسانی که رهایتان میکنند آینده‌ای ندارید, آینده شما آنهایی هستند که در زندگیتان می‌مانند و در همه حال همراه و هم‌قدم شما هستند.

وقتی خوشحالید , از موسیقی لذت می‌برید. اما وقتی ناراحتید, متن آهنگ را درک می‌کنید.

هیچ گاه , از اینکه در زندگیتان با کسی آشنا بوده اید , افسوس نخورید . آدم‌های خوب برای شما خوشبختی می‌آورند , بد ها , شما را با تجربه میکنند . در حالیکه , بدترین ها , درس عبرت میشوند و بهترین ها , خاطره .

بدون گفتگو , رابطه‌ای وجود ندارد. بدون احترام عشقی وجود ندارد و بدون اعتماد, دلیلی برای ادامه وجود ندارد.

سعی کنید , چیزی را به دل نگیرید, آنچه که آدم‌ها درباره شما می‌گویند بازتابی از خودشان است, نه شما.

وقتی آدم‌ها , فقط هنگام نیاز به یاد شما می‌افتند, ناراحت نشوید. به خودتان بیایید که مانند یک شمع در هنگام تاریکی به ذهن آنها خطور می‌کنید.

مشکلات زندگی , مانند جدول کلمات متقاطع می‌باشند. برای حل آنها باید ابتدا سراغ مشکلات کوچکتر رفت. گاهی مشکلات بزرگتر, خود به خود حل می‌شوند, گاهی مشکلات نقطه تلاقی دارند و گاهی به هم وابسته‌اند.

این امتحان زندگی ، بزرگترین عیبش اینه که، اگر چیزی ام بلدنباشی تا آخر جلسه باید بنشینی.

ولادیمیر ناباکوف : هر وقت، تصاویر تبلیغ شده رهبران در اماکن عمومی بزرگتر از اندازه تمبر پستی شود، خطر دیکتاتوری حتمی است.

پابلو نیرود : اگر تمام، گلها را هم از شاخه بچینید، نمی‌توانید جلو آمدن بهار را بگیرید.

برتولت برشت : آنکه حقیقت، را نمی‌داند، فقط بی‌شعور است، اما آنکه حقیقت را میداند و آن را دروغ می‌نامد، تبه‌کار است.

پایلو کوییلو : بزرگترین دروغ عالم: در مرحله‌ای از زندگی، کنترل آنچه بر سرمان می‌آید از دستان خارج می‌شود و سرنوشت هدایت آن را برعهده می‌گیرد.

یکنواختی ایام : برای آدم‌ها باعث می‌شود، متوجه چیزهای خوبی که هر روز با طلوع خورشید در زندگیشان اتفاق می‌افتد، نشوند.

آدم‌ها ، از اینکه به دنبال مهم‌ترین رویایشان بروند می‌ترسند، زیرا احساس می‌کنند شایسته آن رویاها نیستند و قادر نخواهند بود به آنها برسند.

دلتنگی همیشه از ندیدن نیست ، لحظه‌های بی‌خبری پر از دلتنگی است

آنچنان. زندگی کنید ، که گوئی روز آخر عمرتان است، همواره سعی کنید بهترین و مهربان‌ترین همسر، رفیق و حتی مهربانترین و بهترین رئیس باشید. تا زمان وداع با این دنیا به دنیائی زیباتر دست یابیم.

طبق نظر «میلتون فریدمن» : پدر اقتصاد بازار آزاد، چهار راه برای خرج پول وجود دارد. می‌توانیم پول خودمان را برای خودمان خرج کنیم، در این حالت پول را با وسواس خرج می‌کنیم تا هزینه حداقل و منفعت حداکثر شود. می‌توانیم پول خودتان را برای دیگری خرج کنیم، مثل یک هدیه تولد بخریم در این صورت، خیلی به محتوای هدیه‌کاری نداریم، اما به قیمتش توجه داریم.

می‌توانیم پول دیگران را خرج خودتان کنیم، در این صورت من خودم را یک ناهار خوب میهمان می‌کنم. و در نهایت می‌توانیم پول دیگری را برای دیگری خرج کنیم، اگر چنین شود نه دلنگران پولی هستیم که خرج می‌شود و نه نگران چیزی که کسب می‌شود. این حالت آخر دولت است .

هرگز منتظر فردای ، خیالی نباش، سهمت را از شادی‌های زندگی همین امروز بگیر.

خوشبختی ، یعنی قلبی را نشکنی، دلی را نرنجانی، آبرویی را نریزی و دیگران از تو آسیبی نبینند. خوشبختی یعنی پذیرفتن این واقعیت که هیچ انسانی کامل نیست و انسان ممکن‌الخطاست. خوشبختی یعنی گذشته را ببخشی تا تجارب دردناک تکرار نگردند. خوشبختی یعنی شکر کنی که زنده‌ای، که احساس داری، که دوست دارند، که عشقی در قلب داری و به یمن شاکر بودن ت به هر آنچه آرزوی بر حق دلت است، خواهی رسید.

روزی زندگیتان ، به سرعت از مقابل چشمانتان خواهد گذشت ، کاری کنید که ارزش تماشا را داشته باشد.

کاش به جای حجاب ، حیا اجباری بود، شرف اجباری بود. راستی و درستی اجباری بود، کاش داشتن معرفت و وجدان اجباری بود.

جرج برنارد شاو : در این دنیا ، همیشه برای کسانی که نگران خطرند ، خطری وجود دارد.

جرج برنارد شاو: پول جایزه نوبل، مانند یک جلیقه نجات برای شناگریست که به ساحل رسیده است.

ولتر: شما نمی‌توانید با کسی که ایمان دارد با کشتنشان به بهشت می‌رود، منطقی بحث کنید.

جان هلمز: به صرف اینکه کسی با شما مخالفت نمی‌کند، دلیل عقل و درایت شما نیست. از کجا معلوم، رئیس نباشید.

الیزابت کنی : همینکه کسی بتواند شما را خشمگین کند، بر شما چیره شده است.

دزموند توتو: اگر در بی‌عدالتی بی‌طرف هستید، بدانید که طرف ستمگر را گرفته‌اید.

بر طبق یک تحقیق داشتن دختر باعث می‌شود امید به زندگی در پدران افزایش یابد

در جستجوی بیانی مجدد آواره گشتیم، سراغ برگ‌های تورات رفتیم، به دنبال کف بین‌ها و پیشگویان، سرنوشت را تا ته فنجان پیدا کردیم، در کتاب‌های تعبیر خواب به خواب رفتیم، بی‌خبر از آنکه تولد نیست طاقت فرسا.

آنانکه تاریخ و فرهنگ , خود را از دست داده‌اند، مردم بدبختی هستند، بدبخت‌تر از آنها کسانی هستند که در بازیافتی تاریخ و فرهنگ از دست رفته خود تلاش نمی‌کنند، ولی بدبخت‌ترین مردم کسانی هستند که تاریخ و فرهنگ خود را به ریشخند می‌گیرند.

سروده‌ای از خیام نیشابوری

خیام، اگر ز باده مستی خوش باش
با ما هرخی، اگر نشستی خوش باش
چون عاقبت کار جهان نیستی است
انگار که نیستی، چو هستی خوش باش

سخنی از شادروان «احمد کسروی»

* اگر کسی را دیدی که در لبخندت، غمت را دید، در سکوتت، حرف‌هایت را شنید و در خشم، محبتت را فهمیده او بهترین دوست شماست.

گاهی اوقات , دانش زیاد به خودی خود , مانعی موثر برای یافتن مجهولات می‌شود , و به قول اینشتین , اگر نتوانید , یک مسله پیچیده را به زبان خیلی ساده برای خودتان و دیگران توضیح دهید آن مسئله را از اساس نفهمیده‌اید.

برای مثال: میگن در مسابقه‌ای از یک دانشمند ریاضی پرسیدند 2 به علاوه 1 چند می‌شود؟ از آنجائی که طرف یک ریاضیدان بزرگ بود و فکر می‌کرد باید نکته‌گریبی در مسئله باشد، یک هفته وقت خواست، تا به مسئله فکر کند، روزها و شب‌ها به دنبال جواب گشت و یک هفته بعد با کوهی از جواب‌های پیچیده

برگشت (2 به علاوه 1 می شود 21 یا 12، و یا اگر اینطور باشه، میشه.) اما در همین حین یک کودک دبستانی آرام گفت 3 و جایزه را برد.

گفته‌ای از بیل گیتس : من در رقابت با هیچ کس جز خودم نمی‌باشم. هدف من مغلوب نمودن آخرین کاری است که انجام داده‌ام.

آرتور کلارک : تنها راه کشف ممکن‌ها، رفتن به ورای غیرممکن‌هاست.

گفته‌ای از چرچیل : بزرگترین درس زندگی این است که گاهی احمق‌ها درست می‌گویند.

جک لندن : هیچ می‌دانی فرصتی که از آن بهره نمی‌گیری آرزوی دیگران است؟

گفته‌ای از جان اولیور هاپنز : مردم اشتباهات زندگی خود را روی هم می‌ریزند و از آن غولی به وجود می‌آورند که نامش تقدیر است.

گفته‌ای از موریس مترلینگ : آدمی ساخته افکار خویش است، فردا همان خواهد شد که امروز می‌اندیشیده است.

گفته‌ای از لارنس استرن : اگر قرار باشد بایستی و به طرف هر سگی که پارس می‌کند سنگ پرتاب کنی، هرگز به مقصد نمی‌رسی.

گفته‌ای از لونی فردینان سلین : هرگز فوراً بدبختی کسی را باور نکنید، بپرسید که می‌تواند بخوابد یا نه؟ اگر جواب مثبت باشد، همه چیز روبراه است. همین کافی است.

گفته‌ای از میلان کوندرا : این دشمنان نیستند که انسان را به تنهایی و انزوا محکوم میکنند بلکه دوستانند.

گفته‌ای از وین دایر : باید در زندگیتان چیزی وجود داشته باشد که به خاطر آن از بستر خارج شوید.

از آلدوس هاکسلی : یکی از فواید اصلی رفیق این است که (جور) تلافی‌هایی را که می‌خواهیم ولی نمی‌توانیم سر دشمنانمان درآوریم، بکشد.

گفته‌ای از ماکسیم گورکی : انسان با مقاومتی که در مقابل محیط می‌کند، خود را می‌سازد.

همیشه توان ، این را داشته باش تا از کسی که آزارت می‌دهد براحتی دل بکنی

آرتور شوپنهاور : انسان‌های وحشی یکدیگر را می‌خورند و انسان‌های متمدن یکدیگر را فریب می‌دهند.

گفته‌ای از ناپلئون بناپارت : اگر تمامی انسان‌ها به اندازه دانش خویش سخن بگویند، دنیا را سکوت فرا خواهد گرفت.

زرتشت : دیگران را ببخش، نه به خاطر اینکه آنها سزاوار بخشش تو هستند ، به این دلیل که تو سزاوار آرامشی.

اندرز : هرگز از سمت جلو به یک گاو، از سمت عقب به یک اسب و از هیچ سمتی به یک احمق نزدیک نشوید.

نقل قول : اگر قولی دادید، به آن عمل کنید. اگر عشقی دارید، قدرش را بدانید. اگر گفتید تماس می‌گیرید، این کار را بکنید. اگر کسی به شما اعتماد کرد به

آن احترام بگذارید. اگر اشتباهی مرتکب شدید عذرخواهی کنید. اگر در طلب اعتماد هستید، به دستش آورید.

از نشانه‌های ذهن فرهیخته، آن است که در عین مخالفت با عقیده‌ای، به آن احترام بگذارد.

نگران آنچه، که دیگران پشت سرتان می‌گویند نباشید، آنها کسانی‌اند که به جای یافتن «کاستی‌های زندگی خودشان» مشغول یافتن کاستی‌های زندگی شما هستند.

همه کسانی‌که، به زندگی شما وارد میشوند، دلیلی دارد. یا شما به آنها برای تغییر زندگیتان نیاز دارید، یا خود کسی هستید که زندگی آنها را تغییر خواهد داد.

نقل قول : هر گز به خاطر دیگران اصالت خود را تغییر ندهید. چون هیچ‌کس بهتر از شما نمی‌تواند نقش شما را بازی کند، پس خودتان باشید. شما بهترینید.

رها کردن : کسی که برای شما ساخته نشده یعنی رسیدن به این درک که برخی آدم‌ها بخشی از سرگذشتتان هستند نه بخشی از سرنوشتتان.

برای اینکه : دوست داشته باشم و به تو احترام بگذارم مجبور نیستم با تو هم عقیده باشم.

دنبال کسی نباشید، که همه مشکلات شما را حل کند. دنبال کسی باشید که نگذارد به تنهایی با آن مشکلات روبرو شوید.

از اینکه خودم هستم , خوشحالم . شاید کامل نباشم , اما صادق دوست داشتنی و خوشبختم , سعی نمی کنم , کسی باشم , که نیستم , و تلاش نمی کنم که همه را تحت تأثیر قرار دهم . من خودم هستم .

سکوت همیشه , به معنای «رضایت» نیست . گاهی یعنی «خسته‌ام» از اینکه مدام به کسانی که هیچ اهمیتی برای فهمیدن نمی دهند , توضیح دهم .

با کسی باشید که , از شما کینه به دل نگیرد . حرف نزدن با شما را طاقت نیاورد . و بترسد از روزی که شما را از دست بدهد .

نقل قول , حسادت خاموش کردن شمع فردی دیگر , باعث نخواهد شد شمع شما درخشانتر نورافشانی کند .

هیچ گاه به , قدرت واقعی خود پی نخواهید برد , مگر اینکه قوی بودن , تنها گزینه باقی برای شما باشد .

خوشبخت باشید : همان کسی باشید که می خواهید . اگر دیگران آن را دوست ندارند بگذارید نداشته باشند . یادتان باشد , «خوشبختی یک انتخاب است» و زندگی , راضی نگه داشتن همه نیست .

یک رابطه خوب , زمانی است که کسی پذیرای گذشته , پشتیبان امروز و مشوق فردایتان باشد .

وقت خود را , بیهوده تلف توضیح دادن‌ها نکنید , مردم فقط آنچه که دوست دارند بشنوند را میشنوند .

گفته‌ای از دالای لاما : هدف اصلی ما در زندگی کمک کردن به دیگران است. اگر نمی‌توانید کسی را یاری کنید، لاقلاً صدمه‌ای به او نرسانید.

گاهی خراب کردن , پل‌ها چیز بدی نیست. چون باعث می‌شود نتوانید به جائی برگردید که از همان ابتدا هرگز نباید قدم می‌گذاشتید.

جائی نمائید , که مجبور باشید شما را تحمل کنند، جائی بروید که بودنتان را جشن بگیرند.

نقل قول : چه خوب می‌شد اگر اطلاعات را با عقل اشتباه نمی‌گرفتیم و عشق را با هوس، و حقیقت را با واقعیت.

از انسان‌ها غمی , به دل نگیر، زیرا خود نیز غمگین‌اند. با آنکه تنه‌ایند ولی از خود می‌گریزند، زیرا به خود و به عشق خود و به حقیقت خود شک دارند، پس دوستشان بدار، اگر چه دوستت نداشته باشند.

لحظه‌ها را گذرانیدیم , که به خوشبختی برسیم، غافل از آنکه لحظه‌ها همان خوشبختی بودند.

مرد را به عقلش , نه به ثروتش، زن را به وفایش نه به جمالش و دوست را به محبتش نه به کلامش.

عاشق را به صبرش , نه به ادعایش، مال را به برکتش نه به مقدارش، خانه را به آرمشش نه به اندازه‌اش

دانشمند را به علمش , نه به مدرکش، مدیر را به عمل کردش نه به جایگاهش، نویسنده را به باورهایش نه به تعداد کتاب‌هایش. شخص را به

انسانیتش نه به ظاهرش، دل به پاکیش نه به صاحبش، سخنان را به عمق معنایش نه به گوینده‌اش.

خوب گوش کردن ، را یاد بگیریم، گاه فرصت‌ها بسیار آهسته در می‌زنن .

نقل قول : یادمان باشد همیشه خواستنی‌ها داشتنی نیست و داشتنی‌ها نیز خواستنی نیستند.

گفته‌ای از رابرت سرتیس : این یک اصل غیرقابل تردید است، کسانی که دائماً از شرافت حرف می‌زنند، خود از آن بوئی نبرده‌اند.

مهدی اخوان ثالث : هی فلانی ، زندگی شاید همین باشد ، یک فریب ساده و کوچک من گمانم زندگی باید همین باشد، زخم خوردن. آن هم از دست عزیزی که برایت هیچ‌کس چون او گرامی نیست. بی‌گمان باید همین باشد.

گفته‌ای از ویکتور هوگو : از میان دو واژه انسان و انسانیت. اولی در میان کوچه‌ها و دومی در لابلائی کتاب‌ها سرگردان است.

گاهی به جایی میرسی که میفهمی ، دیگه رو موندن هیچ کس حساب باز نکنی.

گفته‌ای از جین وبستر : خدا را شکر که من از هیچ‌کس خدائی را به ارث نبرده‌ام و آزادم هرطور که میلم است خدایم را بشناسم.

گفته‌ای کابریل کارسیا مارگز: بزرگترین موفقیت زندگی‌ام این بوده که با چشم‌های خودم ببینم که چه‌طور فراموشم می‌کنند.

گفته‌ای از ژوزه سارماکو: زندگی چنین است، پر از کلماتی که یا ارزش گفته شدن ندارند و یا اگر ارزشمند هستند، در لحظاتی خاص ارزش خود را از دست می‌دهند.

نقل قول: در زندگی هرکس جایی هست، که از آن بازگشتی در کار نیست. و در مواردی نقطه‌ای است که نمی‌شود از آن پیشتر رفت. وقتی به این نقطه برسیم، تنها کاری که می‌توانیم بکنیم این است که این نکته را در آرامش بپذیریم، دلیل بقای ما همین است.

گفته‌ای از اورینا فالاجی: جنگیدن زیباتر از پیروزی به سمت مقصد رفتن از رسیدن به اون با ارزش تره. وقتی برنده میشی یا به مقصد می‌رسی. یه خلاء رو تو خودت احساس می‌کنی. واسه پر کردن همین خلاء باید دوباره راه بیوفتی مقصد تازه‌تری رو پیدا کنی، زندگی یعنی جنگی که هرروز، تکرار می‌شود.

گفته‌ای از امیل زولا: واقعاً دردناک است که انسان دریابد که به خیانت فرد مورد علاقه‌اش دچار آمده، و دیگر خود نیز مورد علاقه نمی‌باشد، از همه مهم‌تر اینکه، بر او بشورند و او نیز خود را با هزاران تحقیر، تنهای تنها بیابد.

گفته‌ای از مسعود کیمیایی: یک جا هست که باید وایستی، یک جا هم هست که باید در بری، اما خدا نکنه جای این دو تا با هم عوض شه، که دیگه تا آخر عمر بدهکار خودتی.

گفته‌ای از هاینریش بل: هرگز نباید سعی در تکرار لحظات داشت، باید آنها را همان‌گونه که یک بار اتفاق افتاده‌اند، فقط به خاطر آورد.

گفته‌ای از توماس ادیسون: من هرگز، شکست نخورده‌ام، بلکه راه‌هایی را کشف کرده‌ام که به آن چیزی که می‌خواهم منجر نمی‌شود.

گفته‌ای از آلبرت اینشتین: همه افراد با استعداد هستند، اما اگر شما یک ماهی را براساس توانائیش در بالارفتن از درخت بسنجید، آن ماهی تمام عمرش را بر این باور خواهد گذراند که یک بی‌دست و پای احمق است.

گفته‌ای از چارلز داروین: آن کس که حاضر است یک ساعت از عمرش را تلف کند، هنوز ارزش عمر را درک نکرده است.

گفته‌ای از کارل لونیس: ممکن است به آرامی راه بروم، اما هیچ‌گاه به عقب راه نخواهم رفت مگر زمانی که خود را آماده پرش طول ببینم.

گفته‌ای از گراهام بل: هزگز در مسیر پیموده شده گام برندارید. زیرا این راه تنها شما را به جایی میرساند که دیگران رسیده‌اند

باور کن , تا آخر خط می‌رفتم , اگر سر راهم نقطه نمی‌گذاشتی .

گفته‌ای از بروس بارتن: خوب یا بد، مکالمه شما، تبلیغات شماست. هر زمان که شما دهان خود را باز می‌کنید، اجازه خواهید داد که افراد ذهن شما را ببینند.

گفته‌ای از کرت کوپین: ترجیح میدهم تا مردم به خاطر کسی که هستم از من متنفر باشند، تا به خاطر کسی که نیستم به من عشق بورزند.

گفته‌ای از چارلی چاپلین: روزی که بدون خنده سپری شود، یک روز تلف شده است.

گفته‌ای از آبراهام لینکلن: شخصیت مانند درخت و شهرت مانند سایه است. سایه چیزی است که ما فکر می‌کنیم، درخت چیزی است که واقعی است.

گفته‌ای از اریک بولتون: یک حقیقت «مضر» همیشه بهتر از یک دروغ مفید است.

ریچارد باخ: آیا مکانی به نام بهشت وجود دارد؟ خیر: چنین مکانی وجود ندارد. بهشت یک مکان نیست، و یک زمان هم نیست. بهشت یعنی کامل شدن.

گفته‌ای از پل توماس اندرسون: یه وقتائی میشه که به آدمآ نگاه می‌کنیم، و چیزی که ارزش دوست داشتن داشته باشه پیدا نمی‌کنم.

گفته‌ای از جبران خلیل جبران: انسان می‌تواند بی‌آنکه انسان بزرگی باشد، انسانی آزاده باشد، اما هیچ انسانی نمی‌تواند بی‌آنکه آزاده باشد، انسان بزرگی

باشد. گفته‌ای از کورت ونهکات: جمله‌ای که در روز رستاخیز، باعث تخفیف در مجازات می‌شود، «ما از همان ابتدا نیز علاقه‌ای به دنیا آمدن نداشتیم» است

گفته‌ای از برتراند راسل: می‌گویند که انسان حیوانی منطقی است، من تمام عمر، در پی شواهدی برای تایید این تعریف بوده‌ام.

بهراستی که از تولد تا مرگ، پرتاب سنگی از دست کودکی به جای نامعلوم است، که دلایل و عواقبش بر سنگ و زنده و خورنده هیچ روشن نیست.

نقل قول: اگر چیزی را با گوش‌هایت نشنیدی، یا آنرا با چشمانت ندیدی، آنرا با ذهن کوچک ابداع نکن و آنرا با دهان بزرگت به اشتراک نگذار.

گفته‌ای از شکسپیر: غرورت را به خاطر کسی که دوستش داری بشکن، ولی دل کسی را به خاطر غرورت نشکن.

گفته‌ای از آل پاچینو: ارزش بعضی لحظات زندگی به اندازه کل زندگیست.

گفته‌ای از تولستوی: میان آدمیان چیزی نیست جز دیوارهایی که خود ساخته‌اند.

گفته‌ای از ماهاتما گاندی: برای رسیدن به جائی که تا بحال نرسیده‌ایم، باید از راهی برویم که تا به حال نرفته‌ایم.

گفته‌ای از شکسپیر: آه که چه اندازه تلخ و غم‌بار است که آدمی از چشمان دیگری به خوشبختی خیره شود.

گفته‌ای از سهراب سپهری :

«تو» مرا یاد کنی یا نکنی

باورت گر بشود، گر نشود

حرفی نیست. اما

نفسم می‌گیرد در هوایی

که نفس‌های تو نیست.

گفته‌ای از بزرگی: از خود خجالت می‌کشم که به عقیده‌ای ایمان دارم، که برای اثباتش باید به زور متوسل شوم.

میرزا آقاخان کرمانی:

ما را ز سر بریده می‌ترسانید
در محفل عاشقان نمی‌رقصیدیم

سپرد گل سرخ و یک گل نصرانی
گر ما ز سر بریده می‌ترسیدیم

در مبارزه بین موج و صخره , در ساحل دریا، موج همیشه برنده خواهد شد، نه از طریق قدرت، بلکه به خاطر تداوم.

گفته‌ای از ابراهام لینکلن : من وقتی کار خوبی می‌کنم، احساس خوبی دارم، وقتی کار بدی می‌کنم عذاب وجدان دارم. این است «دین من»
وای به آن روزی که آدم‌ها قبل از اینکه بزرگ شوند، بزرگشان کنند.

کسی که , از هیچ کس خوشش نمی‌آید، بدبخت‌تر از کسی است که هیچ کس دوستش ندارد.

بیان حقیقت , وجدان بیدار , روح آزاده و اراده ی قوی می خواهد .

اعصاب چیست؟ چیزیست که هیچ کس ندارد، ولی توقع دارند که تو داشته باشی.

مشکلات , انسان‌های بزرگ را متعالی می‌سازد و انسان‌های کوچک را متلاشی.

مهم نیست , بقیه در مورد تو چه فکر می‌کنن، مهم اینه که اونقدر مهمی که در موردت فکر می‌کنن.

اگر می‌خواهیم بر دیگران تأثیر بگذاریم، یا آنها را با خود همراه کنیم بهتر است با زبان، و رویکرد و نگرش خود آنها با آنها سخن گفت و رفتار کنیم.

معمولاً و نه لزوماً , همیشه، نمی‌توانیم با اصول و چارچوب فکری خود , دیگران را مدیریت کنیم ، باید افکار و مقاصد خود را به زبان فرهنگ، نگرش، اعتقادات، آداب و رسوم و پیشه آنان ترجمه کرد و به آنها داد.

هرگاه می‌خواهی، بدانی که چقدر محبوب و غنی هستی، هرگز تعداد دوستان و اطرافیانت به حساب نمی‌آیند، فقط یک قطره اشک کافیهست. تا ببینی چه تعداد دست برای پاک کردن اشک‌های توی می‌آید.

در مسابقه بین شیر و گوزن، بسیاری از گوزن‌ها برنده میشوند، چون شیر برای غذا می‌دود و آهو برای زندگی، پس: هدف مهم‌تر از نیاز است.

یک جمله فوق العاده پر معنا که در هر ایستگاه اتوبوس ژاپن نوشته شده است

اتوبوس متوقف خواهد شد،

اما شما پیاده روی به سمت هدف را ادامه دهید.

نقل قول: این روزها، همه ترس از دست دادن آبروی خود را دارند، اما به سادگی آبروی دیگران را می‌برند.

از گوش دادن، به سخنان دشمنانتان، غافل نباشید، آنها اشتباهات شما را به خوبی بیان می‌کنند.

«مدارا» بالاترین درجه قدرت و «میل به انتقام» اولین نشانه ضعف است.

یک انسان منفی به دنبال مشکل است در هر فرصت، و یک انسان مثبت به دنبال فرصت است در هر مشکل.

از فشار زندگی نترسید، به یاد داشته باشیم، «فشار»، توده زغال‌سنگ را به الماس تبدیل می‌کند.

همیشه اشتباهات، هنگام وقوع دردناک هستند، اما سال‌ها بعد مجموعه‌ای از اشتباهات، همراه شماست که شما را به موفقیت میرساند.

بله رسم زمانه است! اگر نرم باشی تو را له می‌کنند، اگر خشک باشی تو را می‌شکنند.

نقل قول: هیچ قفلی بدون کلید نیست و هیچ مشکلی بدون راه حل، بنابراین با مشکلات خود با اعتماد به نفس بالا برخورد کنید.

اگر رنجی نمی بردیم، هرگز مهربان بودن را نمی آموختیم.

همه نگران این هستند که بچه‌هایشان به حرف آنها گوش نمی دهند اما نگرانی مهم تر این است که بچه‌ها همیشه به تماشای شما می نشینند.

توماس مارلو: پدرم گفت: مردم 2 نوع هستند، بخشنده و گیرنده گیرنده‌ها بهتر می خورند، اما بخشنندگان بهتر می خوابند.

کلمات قدرت آزار دادن شما ندارند، مگر آنکه گوینده کلمات برایتان بسیار عزیز باشد.

چه حقیر و کوچک است، آن کس که به خود مغرور است، چرا که نمی داند بعد از بازی شطرنج، شاه و سرباز همه در یک جعبه قرار می گیرند.

هرگز توان گروه‌های وسیع آدم‌های احمق را دست کم نگیرید.

کلماتی که از دهانتان بیرون می آیند، ویتترین فروشگاه شعور شماست.

برای نابودکردن یک فرهنگ نیازی نیست کتابها را بسوزانید کافیت کاری کنید مردم آنها را نخوانند.

نقل قول: یک نقطه کوچک، می تواند یک جمله بزرگ را متوقف کند، اما آیا چند نقطه می تواند تداوم بدهد؟

بچه که بودیم، بزرگترین آرزومون داشتن کوچکترین چیز بود، بزرگ که شدیم، کوچکترین آرزومون، داشتن بزرگترین چیز.

- **بچه که بودیم**، اگه با کسی دعوا می کردیم، یک ساعت بعد از یادمون میرفت، بزرگ که شدیم، گاهی دعوامون، سالها تو یادمون مونده و آشتی نمی کنیم.

- **بچه که بودیم**، تو جمع گریه می کردیم، بزرگ شدیم تو خلوت، خودمون .

- **بچه که بودیم** ، راحت دلمون نمی شکست، بزرگ شدیم خیلی آسون دلمون می شکنه.

بزرگ که شدیم، بزرگ که نشدیم هیچ، دیگه همان بچه هم نیستیم.

یک انسان شناس به تعدادی از بچه‌های آفریقائی یک بازی را پیشنهاد کرد. او سبدی از میوه را در نزدیکی یک درخت گذاشت و گفت: هر کسی که زودتر به آن برسد، آن میوه‌های خوشمزه را برنده می‌شود. هنگامی که او فرمان دویدن را داد، تمامی بچه‌ها دستان یکدیگر را گرفتند و با یکدیگر دویده و در کنار درخت خوشحال نشستند. هنگامی که انسان شناس از این رفتار آنها پرسید ، درحالی که یک نفر می توانست به تنهایی ، همه میوه ها را برنده شود . در جواب گفتند چگونه یکی از ما می تونه خوشحال باشه ، در حالیکه دیگران ناراحتند و آنها گفتند (آبوتو) که معنی آن در فرهنگ خودشان (من هستم چون ما هستیم)

نقل قول: بگذار هر چه از دست می‌رود، برود، من آنرا می‌خواهم که به التماس آلوده نباشد، حتی زندگی را.

در زندگی خود هیچ وقت چهار چیز را نشکنید، اعتماد، قول، ارتباط و قلب. شکسته شدن آنها صدائی ندارد، ولی دردناک است...

اینشتین: گناه در خلوت را به تظاهر در تقوا ترجیح می‌دهم ...

آیا می‌دانید چرا خوشبخت بودن مشکل است؟ چون از رهاکردن چیزهایی که باعث غمگینی ما می‌شود سرباز می‌زنیم ...

وقتی حرف راست می‌زنید، فقط انسان‌هایی از دستتان عصبانی می‌شوند، که همه زندگیشان، بر دروغ استوار است ...

اگر نمیدانی، از من بپرس. اگر قبول نداری، با من بحث کن. اگر دوست نداری، به من بگو. اما هیچ وقت در مورد من یک‌طرفه به قاضی نرو ...

وقت و رایگان است، اما بسیار قیمتی، نمی‌توانید صاحبش باشید اما می‌توانید از آن استفاده کنید، نمی‌توانید نگهش دارید، اما می‌توانید، صرفش کنید، وقتی از دستش دادید، هرگز قادر نخواهید بود، آن را برگردانید.

برای آینده‌تان هدف تعیین کنید. هرگز به کمتر از آن رضایت ندهید. درک کنید که افراد دیگری در دنیا وجود دارند، با مشکلاتی بسیار بزرگتر از شما.

نقل قول: گاهی نیاز دارید تنها باشید، نه بی‌کس، تا بتوانید ساعاتی را در خلوت خود سپری کنید. و از آن لذت ببرید ...

وقتی از کسی فرار می‌کنید، او هم‌چنان وجود دارد، اما با فاصله‌ای دورتر، وقتی با کسی می‌جنگید، فقط باعث قوی‌تر شدن او می‌گردید. بهترین گزینه فقط گذشتن و رفتن است ...

آنچه شما درباره خود فکر می‌کنید ، بسیار مهمتر از اندیشه‌هایی است که ، دیگران درباره شما دارند.

آنکه می‌تواند ، نسبت به نیکی دیگران ، ناسپاس باشد، از دروغ گفتن باک ندارد..

اگر خود را برای آینده نسازید، به‌زودی متوجه خواهید شد که متعلق به گذشته‌اید...

خود را به زحمت نیندازید که ، از معاصران یا پیشینیان بهتر گردید. سعی کنید از خودتان بهتر شوید...

انسان هیچ وقت بیشتر از آن موقع ، خود را گول نمی‌زند که ، خیال می‌کند دیگران را فریب داده است...

جرج برنارد شاو : آدم منطقی خودش را با جهان وفق می‌دهد، آدم غیرمنطقی اصرار دارد جهان را با خودش منطبق کند، همین است که جهان پیش‌رفتش را مدیون آدم‌های غیرمنطقی است...

تمام حقایق بزرگ ، در ابتدا توهین به مقدسات تلقی می‌شوند...

تفاوت بین نیاز ، و خواسته بسیار ظریف است. هوشمندانه آنرا تشخیص دهید و فراموش نکنید ، برای رفع نیاز ناچار به قرض کردن هم هستید ، ولی خواسته، هزینه‌ای است تجملی که ، اگر نیازها ، رفع شده باشند ، قابل اجرا می‌باشد.

تنهایی آدم‌ها به وسعت یک دریاست ، اما برای پُرکردنش یک لیوان محبت کافیست...

من مست غم عشقم، با خنده خمارم کن صیاد اگر هستی با بوسه شکارم کن
نیچه : تفنگ های پر برای شلیک به مغز های پر ساخته شده اند و مغز های
 خالی برای پر کردن این تفنگ ها .

خیام: مائیم و می و مطرب و این کنج خراب
 جان و دل و جام و جامه در رهن شراب
 می خوردن و شادبودن آئین من است
 فارغ بودن ز کفر و دین، دین من است
 فصل گل و طرب، جویبار و لب کشت
 با یک دو سه دلبری حوری سرشت
 راه پنهانی میخانه نداند همه کس
 جز من و زاهد و شیخ و دوسه رسوای دگر

گر می نخوری طعنه مزین مستان را
 بنیاد مکن تو حيله و دستان را
 چون مُرده شوم خاک مرا گم سازید
 احوال مرا عبرت مردم سازید

بوسه یعنی ، لذت دلدادگی، لذت از شب ، لذت از دیوانگی ...

بوسه، آغازی ، برای ما شدن، لحظه‌ای با دلبری ، تنها شدن...

بوسه آتش می‌زند بر جسم و جان...

بوسه یعنی عشق من ، با من بمان...

بی تو دنیا رنگی ندارد. خنده با من انسی ندارد.

کاش می شد بودی کنار، گر چه آهم سودی ندارد
بوسه می دادی نغمه ام را، چونکه شعرم نائی ندارد.

کاش می شد، بوسه ها را قاب کرد

مثل نامه سوی هم پرتاب کرد

کاش می شد عشق را تقسیم کرد

مثل تک شاخه گلی تقدیم کرد.

اگر زن دیگری ، مرد شما را دزدید ، هیچ انتقامی بهتر از آن نیست که بگذارید
نگهش دارد، مردان واقعی دزدیده نمی شوند.

روزی فراموش ، خواهیم کرد که چه صدمه ای دیده ایم ، چرا گریه کرده
ایم و چه کسی باعث آن شد...

آنچه مهم است ، نه فصل اول ، بلکه فصل آخر زندگیمان است که ، نشان
می دهد ، مسیر را چگونه پیموده ایم . پس همواره بخندید ببخشید، اعتقاد
داشته باشید و عشق بورزید.

همیشه دعا کنید ، چشمانی داشته باشید که بهترین ها را در آدم ها ببیند، قلبی که
خطا کارترین ها را ببخشد، ذهنی، که بدی ها را فراموش کند و روحی که
هیچ گاه ایمانش را از دست ندهد.

شخصی به بودا گفت : من خوشبختی می خواهم . بودا , پاسخ داد نخست (من) را حذف کن، که حکایت از نفس دارد. سپس (می خواهم) را حذف کن که حکایت از میل و خواسته دارد. اکنون آنچه که با تو باقی می ماند، خوشبختی است.

یک لحظه سوء تفاهم، می تواند باعث شود، هزاران لحظه شیرین و خاطره انگیزی که با هم سپری کرده ایم را فراموش کنیم...

گاهی باید ساکت شوید ، غرورتان را ببلعید و بپذیرید که اشتباه کرده اید، این تسلیم شدن نیست، یعنی بزرگ شدن است ...

وقتی بتوانید سرگذشت خود را بدون اینکه متأثر شوید تعریف کنید ، این یعنی از آنچه که بر شما گذشته التیام یافته اید

* **در زندگی سه گزینه بیشتر ندارید:** تسلیم شوید، بی خیال شوید، یا سخت تلاش کنید...

ما با آدمها تصادفی برخورد نمی کنیم ، هر کسی به دلیلی سر راهمان قرار می گیرد...

ممکن است عاشق زیبایی کسی شوید ، اما یادتان باشد که , در نهایت مجبورید با سیرت او زندگی کنید , نه صورتش...

هیچ گاه به خاطر عاطفی بودن یا ابراز احساسات عذرخواهی نکنید. بگذارید این نشانه ای باشد که قلبی بزرگ دارید و نمی هراسید ...

رابطه ها , هیچ گاه با مرگ طبیعی, نمی‌میرند . آنها را خود خواهی , بد اخلاقی و غفلت ها از بین می برد ...

گاهی هیچ کس را نداشته باشی, بهتر است . داشتن بعضیها تنها تروت می کند

عذاب وجدان , همیشه مال کسی است که صادق نیست , آرامش مال کسی است که بیدار است . لذت دنیا و آرامش دنیا از آن کسی است که با وجدان بیدار زندگی می کند...

انسانی خوب بودن, ارتباطی به دین, مذهب, وضع زندگی, نژاد, رنگ پوست, دیدگاه سیاسی یا فرهنگ ندارد , بلکه به این بستگی دارد که تا چه اندازه نسبت به دیگران خوش رفتاری می کنید...

وقتی نمی توانید پاسخ مناسبی پیدا کنید . « سکوت » گزینه ای طلایی است ...

حق با شماست , آدمها دروغ می گویند , خیانت می کنند , و از پشت خنجر می زنند . کسانی وجود خواهند داشت , که از شما استفاده می کنند و برخلاف آنچه که می گویند دوستان ندارند . اما شما نمی توانید به آنها اجازه دهید , شما را از زیستن باز دارند , چون افرادی هم هستند که واقعاً دوستان دارند و هرگز باعث رنج شما نخواهند شد. باید آنها را پیدا کرد و برای همیشه در زندگی تان نگه شان دارید...

امتحان کردن , ریسک کردن و موفق نشدن خیلی بهتر از این است که فقط عقب بنشیند و به این فکر کنید که اگر شکست بخورید چه خواهد شد...

خیلی از پیشرفت ها , در نتیجه یک شکست ایجاد شده اند , چیزهایی که دوست دارید را دنبال کنید , چیزی برای از دست دادن ندارید و تازه خیلی چیزهای

عالی به دست خواهید آورد . تنها نتیجه بدی که شکست می تواند داشته باشد این است که انگیزه دوباره امتحان کردن را از دست بدهید...

یه مرد با چشم هایش عاشق میشه و یه زن با گوش هایش . برای همینه که زنها آرایش میکنند و مردها دورغ میگن...

پیش هیچ آدمی به خطایات اعتراف مکن ، آدمها ، جنبه ندارند ، ژست خدائی برایت می گیرند.

درد را از زهر طرفش بخوانی درد است، دریغ از درمان که عکسش نامرد است. مراقب باش برای دردت به هر درمانی تن ندی...

گاهی باید بغضت را بخوری و اشکت را تف کنی ، که مبادا دل کسی بلرزد، حتی در تنهایی خودت هم حق اشک ریختن نداری ، چرا که قرمزی چشمانت دل می شکند . آری کوه بودن به سنگ بودن نیست...

زمانی حرف بزنی که ارزش حرفت بیشتر از سکوت باشد و زمانی دوست انتخاب کن که ارزش دوستت بیش از تنهاییت باشد...

گابریل کارسیامارکز: هیچ کس لیاقت اشکهای تو را ندارد ، و کسی که چنین لیاقتی دارد ، باعث اشک ریختن تو نمی شود...

احمد محمود : برای کشف ذهنیات مردم به خودت زحمت نده ، بهترین کسانت را از دست میدی . زیرا ذهن مردم ، با ظاهرش خیلی فرق دارد

نادر ابراهیمی: انسان فقط وقتی انسان است که ، خودش را معیار همه چیز نداند و باور کند که ، ممکن است خیلی‌ها ، خیلی چیزها را بهتر از او می‌فهمند...

میلان کونورا: اگر از دست دادن عشقی با دلیل باشد ، ما تسلیم می‌شویم ، اما اگر عشقی را بدون دلیل از دست بدهیم ، هرگز خود را نخواهیم بخشید...

میزان دوست داشتن آدم‌ها رو از مقدار توجه شون ، به خودتون بفهمید ، و اگر نه حرف رو که همه میزنن

برتولت برشت: راستی که در دوره تیره و تاری زندگی می‌کنم . امروزه فقط حرف‌های احمقانه بی خطرند. گره بر ابرو نداشتن، از بی‌احساسی خبر می‌دهد و آنکه می‌خندد ، هنوز خبر هولناک را نشنیده است ، این چه زمانه‌ایست

اورینا فلاچی: هر چه انسان تر باشیم ، زخم‌ها عمیق تر خواهند بود ، هر چه بیشتر دوست بداریم ، بیشتر غصه خواهیم داشت ، بیشتر فراق خواهیم کشید و تنهایی‌هایمان بیشتر خواهد شد ...

شادی‌ها لحظه‌ای و گذرا هستند ، شاید خاطرات بعضی از آنها تا ابد در یاد بماند. اما رنج‌ها داستانش فرق می‌کند ، تا عمق وجود آدم رخنه می‌کند و ما هر روز با آنها زندگی می‌کنیم، انگار که این خاصیت انسان بودن است...

سهراب گل‌هاشم: عجب زمانه‌ای ، شیرها پاکتی‌اند ، پلنگ‌ها صورتی‌اند ، قهرمانان دوپینگی‌اند و عشق‌ها ساعتی . خودروها تکامل پیدا کرده‌اند ، اما خیلی از آدم‌ها هنوز انسان نشده‌اند...

آنتوان دوستن اگزوپری : در واقع، هیچ چیز هرگز نخواهد توانست جای همسفر از دست رفته را بگیرد ، کسی نمی‌تواند یک رفیق قدیمی را بیافریند و از نو بسازد هیچ چیز نخواهد توانست ارزش گنجینه آن همه خاطرات مشترک ، و آن همه ساعات پرخطری را که با هم گذراندیم، و آن همه قهرها و آن همه آشتی‌ها ، و همچنین ، تپش‌های قلب‌مان را داشته باشد چنین دوستی‌هایی را هرگز دوباره نمی‌توان ساخت...

اصول جالب گاندی:

- * **ایجاد دگرگونی در خود :** نمونه‌ تغییرى باش که می‌خواهی در جهان ایجاد کنی، به‌عنوان یک انسان ، عظمت و شکوه ما در بازسازی جهان نیست. این طرزتفکر جهان اتمی است ، باید به بازسازی خودمان پردازیم...
- * **بخش و بگذار بگذرد :** افراد ضعیف نمی‌توانند ببخشند ، بخشش شیوه قدرتمندان است . سیاست چشم در برابر چشم تنها جهانی گور بر جای خواهد گذاشت...
- * **بدون فعالیت نمی‌توان به‌جائی رسید :** دو صد گفته چون نیم کردار نیست ، بدون حرکت و فعالیت کاری از پیش نخواهد رفت ، درعین حال حرکت سخت است و مقاومت درونی زیادی می‌طلبد ...
- * **در حال زندگی کنید :** نمی‌خواهم آینده را پیش‌گوئی کنم ، به حال پردازید. خداوند کنترل آینده را به من نداده است...

- * **همه انسانند:** ادعای من این است که انسانی ساده هستم و گاهی مانند هر موجودی فناپذیری خطا می‌کنم، آنقدر متواضع هستم که به گناهانم اعتراف کنم و به جبران گذشته‌ام بپردازم.

- * **پافشاری کن و ادامه بده :** اول بی‌عتنائی می‌کنند ، سپس می‌خندند ، بعد می‌جنگند و سرانجام تو پیروز می‌شوی . صبور باش تا نیروهای مقابل تو نابود شوند و سقوط کنند و مقاومت درونی ویرانگرت که می‌خواهد همواره عقب نگهداشته شود ضعیف و ضعیف‌تر شود. آنچه را واقعاً دوست‌داری انجام دهی را پیدا کن، پس از آن انگیزه درونی، تو را به پیش خواهد برد.

- * **به چیزهای خوب در مردم بنگرید و به آنها کمک کنید:** فقط به خوبی‌های مردم نگاه می‌کنم. درحالی‌که خودم بی‌اشتباه، نیستم، اجازه تجسس در اشتباهات دیگران را به خود نمی‌دهم. انسان‌ها به‌اندازه‌ای شکوه و عظمت می‌یابند که به آرامش هم‌نوعان‌شان کمک می‌کنند. زمانی تصور می‌کردم، رهبری یعنی قدرت، حالا می‌گویم رهبری یعنی هم‌قدم شدن با مردم.

- * **به پیشرفت و تکامل ادامه بده:** پیشرفت همیشه قانون زندگی است و کسی که سعی می‌کند بر عناوینش پافشاری کند تا نشان دهد که ثابت‌قدم است به جایگاه نادرستی خواهد شتافت.

- * **سازگار، اصیل و درست باشید:** شادی یعنی آنچه فکر می‌کنی با آنچه می‌گویی و آنچه انجام می‌دهی هماهنگ باشد.

- * **ما برنده‌ایم** اگر لحظه‌های شیرین امروز را قربانی اتفاقات تلخ دیروز نکنیم، پس نه در حسرت دیروز و نه رویای فرداییم .

* **وقتی پرنده‌ای زنده است، مورچه‌ها را می‌خورد.** وقتی می‌میرد، مورچه‌ها او را می‌خورند، زمانه و شرایط در هر موقعی می‌تواند تغییر کند. در زندگی هیچ‌کس را تحقیر یا آزار نکنید. شاید امروز قدرتمند باشید، اما یادتان باشد زمان از شما قدرتمندتر است. یک درخت میلیون‌ها چوب‌کبریت را می‌سازد اما وقتی زمانش برسد فقط یک چوب کبریت برای سوزاندن میلیون‌ها درخت کافیت پس خوب باشید و خوبی کنید.

گفته‌ای از گابریل گارسیا مارکز: بدترین شکل دلتنگی برای کسی آن است که در کنار او باشی و بدانی که هرگز به او نمی‌رسی.

گاهی برای رشد کردن باید سختی کشید. گاهی برای فهمیدن باید شکست خورد. گاهی برای بدست آوردن باید از دست داد، چون برخی درسها در زندگی فقط از طریق رنج و محنت آموخته می‌شوند.

تا زنده‌ای در برابر کسی که به خودت علاقه‌مند کردی مسئولی.

پائولو کوئیلو: انسان باید سرنوشت خود را برگزیند نه اینکه آن را بپذیرد.

فریدریش شیلر: چرخ‌های جهان را دو چیز می‌چرخانند، گرسنگی و عشق.

بی‌ارزش‌ترین انسان‌ها، کسی است که خوب بودن دیگران بر حسب زرنگی خود بگذارد.

متنفرم از خاطره‌هایی که وقتی بهشون فکر می‌کنم، میگم: وای من چقدر احمق بودم.

به کسانی که در لابلای مشغله‌شان وقتی برای شما پیدا می‌کنند احترام بگذارید.

اشتباهات همیشه قابل بخشش هستند، اگر شخص شجاعت اعتراف به اون رو داشته باشد.

همیشه رفیق پا برهنه ها باش . چون هیچ ریگی به کفش ندارند ...

منتخب جملات قصار و زیبای آلبرت اینشتین:

* هر احمقی می تواند چیزها را بزرگتر، پیچیده تر و خشن تر کند. برای حرکت در جهت عکس، به کمی نبوغ و مقدار زیادی جرأت نیاز است.

* فرق بین نبوغ و حماقت این است که نبوغ حدی دارد.

* عاشق سفر هستم ولی از رسیدن متنفرم.

* من هوش خاصی ندارم، فقط شدیداً کنجکاوام.

* سعی نکنید موفق شوید، بلکه سعی کنید با ارزش شوید.

* دنیا جای خطرناکی است برای زندگی، نه به خاطر مردمان شرور، بلکه به خاطر کسانی که شرارتها را می بینند و کاری در مورد آن انجام نمی دهند.

* یکی از قویترین عللی که منجر به ورود آدمی به عرصه، علم و هنر می شود ، فرار از زندگی روزمره است.

* مثال زدن: فقط یک راه دیگر آموزش دادن نیست، تنها راه آن است.

- * **حقیقت**, آن چیزی است که از آزمون تجربه , سربلند بیرون آید.
- * **هیچ دشواری** را نمی‌توان در همان سطحی که به‌وجود آمده از بین برد. باید یاد بگیریم که نگاهمان را به جهان تغییر دهیم
- * **داشتن ابتکار و درک هر مطلبی**, مهمتر از داشتن دانش است.
- * **نحوه افکار و اندیشه‌های انسان**, به‌گونه‌ای است که امکان دارد تنها با خواندن یک کتاب, اندیشه‌ها و افکار او را بر مبنای جدید یا در مسیر خاص قرار دهد و چه‌بسا ممکن است, کتابی مسیر سرنوشت میلیون‌ها انسان را در جاده مخصوص بیندازد.
- * **دانش چیز شگفت‌انگیزی** است, مشروط بر آنکه کسی مجبور نباشد از راه آن امرار معاش کند.
- * **هیچ کاری** برای انسان سخت‌تر از فکر کردن نیست.
- * **به‌جای اینکه سعی کنید** مرد (موفقیت) باشید, سعی کنید مرد (ارزش‌ها) باشید.
- * **به یقین بر این باورم** که پول نمی‌تواند کاروان بشری را به‌سوی پیشرفت هدایت کند. حتی اگر در دست فداکارترین فرد بشر برای این مقصود باشد.
- * **من هرگز به آینده فکر نمی‌کنم**, چرا که خودش به زودی خواهد آمد.
- * **کمتر کسی می‌تواند** بدون دغدغه و در کمال متانت به بیان باورهائی بپردازد.

که با تعصبات محیط اجتماعی او یکسان نباشد. بسیاری از مردم شهامت داشتن چنین باورهائی را هم ندارند.

* اگر کسی احساس کند، که هرگز در زندگی دچار اشتباه نشده، این بدان معنی است که هرگز به دنبال چیزهای تازه در زندگیش نبوده است.

* سعادت یعنی، افتخار به گذشته و تلاش برای حال و امید به آینده. .

* اگر می خواهید خوشبخت باشید، زندگی را به هدف گره بزنید، نه به آدمها و اشیاء.

فردا و دیروز با هم دست به یکی کردند، دیروز با خاطراتش مرا فریب داد، فردا با وعده‌هایش مرا خواب کرد، وقتی چشم گشودم امروز هم گذشته بود.

خودتان را در قلب هیچ آدمی نجسبانیید، جا نمی‌شوید، فقط چروک می‌شوید.

حرف دلت را امروز بگو، اگر امروز گفتمی‌شود حرف دل، اگر نگفتمی، فردا می‌شود درد دل.

آدم را، آدمیت لازم است. عود را، گر بو نباشد، هیزم است.

آدمها به لبخندی که بر لب‌ها می‌نشانند و به احساس خوبی که بر جا می‌نهند و به دردی که از یکدیگر می‌کاهند می‌ارزند.

فروغ فرخزاد: من از جهان بی‌تفاوتی فکر و حرف‌ها و صداها می‌آیم. و این جهان، پر از صدای حرکت پاهای مردمیست که هم‌چنان که تو را می‌بوسند، در ذهن خود طناب‌دار تو را می‌بافند.

اینای که از خیابون یه طرفه رد میشن، هم چپ نگاه میکنن هم راست، اینا همونائی هستند که هم از دشمن نارو خوردن هم از دوست.

سکوت و صبوری ام را به حساب ضعف و بی‌کسی‌ام نگذار، دلم به چیزهائی پای بند است، که تو یادت نمی‌آید.

* **امان از این بوی پائیز** و آسمان ابری، که آدم نه خودش میداند دردش چیست و نه هیچکس دیگری، فقط می‌دانی که هر چه هوا سردتر می‌شود، دلت آغوش او را میخواهد. **دل است دیگر، بگذار بگرید، تا بداند، هرآنچه خواست، داشتنی نیست.**

ده واقعیت جذاب در مورد مغز انسان :

* بیشترین وزن مغز را آب تشکیل می‌دهد و بخش جامد، عمدتاً از جنس چربی است. بدین معنی که 75 درصد مغز را آب و بخش جامد مغز که از جنس چربی است چیزی حدود 10 تا 12 درصد تشکیل می‌دهد و بقیه از جنس پروتئین، هیدروکربن و نمک.

* 160/000 کیلومتر رگ خونی در مغز وجود دارد. مغز بین 10 تا 23 وات برق تولید می‌کند. این قدرت برای روشنائی دو لامپ کم‌مصرف کافیهست. بخش عمده‌ای از این قدرت تولیدشده به منظور ارتباط عصبی مغز با دیگر اعضا استفاده می‌شود.

* استفاده از غذای سالم هوش را افزایش می‌دهد.

* هر فکری که می‌کنید یک اتصال عصبی جدید در مغز ایجاد می‌شود. یک فرد معمولی روزانه 70 هزار فکر انجام می‌دهد. افراد همیشه در حال فکر کردن هستند. با تغییر این تفکرات، به‌طورکل، سیم‌کشی عصبی مغز تغییر می‌کند.

* خندیدن فرایند پیچیده‌ای است، و از 5 بخش مغز استفاده می‌کند تحقیقات نشان داده که خندیدن برای چند دقیقه در هر روز، موجب بهبود وضعیت روحی، افزایش احساس خوشبختی و افزایش عملکرد مغز در خلاقیت می‌شود.

* مغز توانائی احساس درد را در هیچ صورتی ندارد. مغز قادر به حس کردن درد در خود نیست و تنها می‌تواند درد بخش‌های دیگر بدن را دریافت کند. در واقع هیچ دریافت‌کننده دردی در مغز وجود ندارد.

* تردستی موجب تغییرات سریع در مغز می‌گردد. تردستی و یادگیری کارهای پیچیده جدید، تأثیر بسیار مثبتی برروی مغز انسان دارد، حرکات پیچیده موجب رشد بخش خاصی از مغز می‌شود.

* ارتفاع مغز انسان $9/4$ سانتی‌متر است. مغز از آن چیزی که تصور می‌رود کوچکتر است. اندازه مغز 16 در 14 در $9/3$ سانتی‌متر و وزن آن $1/3$ کیلوگرم است. در همین $1/3$ کیلوگرم 200 میلیون سلول عصبی (نرون) وجود دارد.

* **هرگز تسلیم نشوید.** معجزه‌ها هرروز رخ می‌دهند. شاید فردا، روز شما باشد.

مثبت باشید. مهم نیست چه کسی شما را آزرده یا خُرد کرده. مهم این است که چه کسی همیشه همراه شما بوده و باعث شده باز لبخند بزنید.

نادر ابراهیمی: (حال) را می‌شود با درد گذرانند. اما تصور دردآلود بودن آینده، و دوام بدون دگرگونی (حال) انسان را از پا در می‌آورد. بهشت، وعدهٔ کاملی نیست.

* **رسیدن فردا** برای هیچ‌کس حتمی نیست، پس آنقدر برقصید تا پاهایتان درد بگیرد، آنقدر بخندید، تا پهلویتان اذیت شود، به کسانی که دوستشان دارید: ابراز عشق کنید، چرا که شاید فردا هرگز نیاید.

* **تنها ایستادن**، نشانه بی‌کس بودن نیست، بلکه یعنی آنقدر قوی هستم که به تنهایی از عهده مشکلات برایم.

* **گاهی نیاز داریم** که کسی فقط حضور داشته باشد. نه برای اینکه چیزی را درست کند یا کار خاصی انجام دهد، بلکه فقط به این خاطر که احساس کنیم، کسی کنارمان است و به ما اهمیت می‌دهد.

* **آیا می‌دانید** بهترین بخش زندگی چیست؟ ساده است، وقتی خانواده‌تان، مثل یک دوست شما را درک کنند، و دوستان شما مثل خانواده‌تان از شما حمایت کنند.

* **اگر بیش از حد** به اینکه دیگران چه فکری در مورد شما می‌کنند اهمیت دهید، همیشه زندانی آنها خواهید بود.

* **مردم وقتی** به آنها خوبی می‌کنید، معمولاً فراموش می‌کنند از شما قدردانی کنند، اما وقتی اشتباهی در موردشان مرتکب می‌شوید، گله و شکایت را هرگز از یاد نمی‌برند.

* **شکست** بخشی از زندگیست. اگر شکست نخورید، نمی‌آموزید، اگر نیاموزید، هرگز تغییر نخواهید کرد.

* **به والدین خود محبت کنید.** ما آنقدر مشغول بزرگ شدن هستیم که اغلب فراموش می‌کنیم، آنها هم دارند پیر می‌شوند.

* **زندگی** خیلی کوتاه‌تر از آن است که به خاطر کسانی که در زندگیتان عددی نیستند، دچار استرس شوید.

* **من خدا را** در نگاه آنهایی دیدم، که خود نیازمند محبت بودند ولی باز محبت می‌کردند.

* **دوستی** نه در ازدحام روز گم می‌شود، نه در سکوت شب. اگر گم شد، هرچه هست، دوستی نیست.

* چه رسم جالبی است!! محبت را می‌گذارند پای احتیاجت.

* **صداقت** را می‌گذارند پای سادگیت. سکوت را می‌گذارند پای نفهمیت.

نگرانیت را می‌گذارند پای تنهائیت، و وفاداریت را پای بی‌کسیت. و آنقدر تکرار می‌کنند که خودت باورت می‌شود، که تنهائی و بی‌کس، و محتاج.

* **آدم‌ها آنقدر** زود عوض می‌شوند، آنقدر زود که تو فرصت نمی‌کنی به ساعت نگاهی بیاندازی و ببینی، چند دقیقه بین دوستی‌ها تا دشمنی‌ها فاصله افتاده است.

بازی روزگار از دل‌نوشته‌های پروفیسور حسابی «پدر فیزیک ایران»

- * **بازی روزگار** را نمی‌فهمم، من تو را دوست دارم، تو دیگری را، دیگری مرا و همه ما تنهائیم.
- * **داستان غم‌انگیز زندگی** این نیست که انسان‌ها فنا می‌شوند، این است که آنان از دوست داشتن باز می‌مانند.
- * **همیشه** هر چیزی را که دوست داریم به دست نمی‌آوریم. پس بیائیم آنچه را که به دست می‌آوریم دوست بداریم.
- * **انسان عاشق** زیبایی نمی‌شود. بلکه آنچه عاشقش می‌شود در نظرش زیباست.
- * **انسانها** در قول و قرارها شبیه اند، تنها در عمل است که با هم فرق دارند.
- * **عشق** مانند نواختن پیانو است، ابتدا باید نواختن را براساس قواعد یاد بگیری، سپس قواعد را فراموش کنی و با قلبت بنوازی.
- * **اگر انسان‌ها بدانند**، فرصت با هم بودنشان چقدر محدود است، محبتشان نسبت به یکدیگر نامحدود می‌شود.

* **عشق در لحظه** پدید می‌آید و دوست داشتن در امتداد، زمان و این اساسی‌ترین تفاوت میان عشق و دوست داشتن است.

* **روزی اینشتین به چارلی چاپلین گفت:** می‌دانی آنچه باعث شهرت تو شده چیست؟ این است که تو حرفی نمی‌زنی و همه حرف تو را می‌فهمند. چارلی هم با خنده می‌گوید: تو هم می‌دانی آنچه باعث شهرت تو شده چیست؟ این است که با اینکه حرف می‌زنی، هیچکس حرف‌هایت را نمی‌فهمند.

* **هیچ‌چیز** در طبیعت برای خود زندگی نمی‌کند، رودخانه‌ها آب خود را مصرف نمی‌کنند. درختان میوه خود را نمی‌خورند، خورشید گرمای خود را استفاده نمی‌کند، ماه در ماه عسل شرکت نمی‌کند. نتیجه /اینکه: زندگی برای دیگران قانون طبیعت است.

* **به کسانی‌که به شما حسودی می‌کنند** احترام بگذارید، زیرا اینها کسانی هستند که از صمیم قلب معتقدند، شما بهتر از آنانید.

* **از زشت‌روئی** پرسیدند آن روز که جمال پخش می‌کردند کجا بودی؟ گفت در صف کمال.

* **مشکلی‌که** با پول حل شود، مشکل نیست، هزینه است.

* **با تمام فقر،** هرگز محبت را گدائی مکن و با تمام ثروت هرگز عشق را خریداری نکن.

- * **گذشته‌هایت** را ببخش، زیرا آنان همچون کفش‌های کودکی‌ات، نه تنها برایت کوچکند بلکه تو را از گام برداشتن‌های بلند باز می‌دارند.
- * **سکوت خطرناکتر** از حرف‌های نیشدار است. بدون شک کسی که سکوت می‌کند، روزی حرف‌هایش را سرنوشت به شما خواهد گفت.
- * **همیشه یه** گوشه دلتو بذار واسه خلوت اونیکه خلوتشو با خاطرات تو پر کرده.
- * **از کودک فال‌فروش** پرسیدم چه می‌کنی؟ گفت از حماقت انسان‌ها تکه نانی در می‌آورم، اینها از منی که در امروز خودم مانده‌ام فرادایشان را می‌خواهند.
- * **برخی آدم‌ها** به زندگیتان می‌آیند تا برایتان نعمت باشند و برخی نیز عبرت
- * **چارلی چاپلین: انسان** اگر فقیر و گرسنه باشد، بهتر از آن است که پست و بی‌عاطفه باشد.
- * **دروغگو** آدم بدی نیست، چون میداند حقیقت تلخ است، لذا باعث اوقات تلخی مردم نمی‌شود.
- * **هرکس** ساز خودش را می‌زند، اما مهم شما هستید که به هر سازی نرقصید.
- * **عشق** همیشه به این معنی نیست که، باید به معشوق بررسی، گاهی اوقات باید از یک نفر بگذری، تا بهش بررسی.

* **فرانسوا ولتر**. در بازی زندگی انسان در ابتدا «گول خور» است و در پایان

«گولزن» به عبادت دیگر او «بره» به دنیا می آید و روباه از دنیا می رود.

گفته ای از آلبر کامو: یگانه مسئله محققى که امروز می شناسم، این است که می توان

«مقدس بی خدا بود» گمان می کنم که قهرمانی و تقدس را زیاد نمی پسندم. آنچه برایم جالب است انسان بودن است.

* **بعضی ها**، وقتی می آیند خوش بختی می آورند، بعضی ها وقتی می روند.

* **برتولت برشت**: مسئله اصلی آن چیزی نیست که آدم به آن ایمان دارد،

بلکه آن چیزی است که می داند. مردم خیلی زیاد ایمان دارند و خیلی کم می دانند.

* **بوهان و لفگانگ گوته**: فاصله گرفتن از، کسانی که دوستشان دارید،

بی فایده است زمان به ما نشان خواهد داد که، جانشینی برای آنها نخواهد بود.

* **فئودور داستایفسکی**: اگر دیگران نفهم هستند و من یقین می دانم که

نفهمند، پس چرا خودم نمی خواهم عاقل تر شوم؟

* **آن گاه که**، عشق تو را می خواند به راهش گام نه، هر چند که پر نشیب.

* **از پریدن های** رنگ واز طپیدن های دل، عاشق بی چاره هر جا هست رسوا

می شود.

- **آن گاه که** تو را زیر گستره بال هایش پناه می دهد، تمکین کن هر چند تیغ

پنهانش جانگاہ. آن گاه که با تو سخن آغاز کند، بدو ایمان آور، حتی اگر آوای

او رویای شیرنت را درهم کوبد.

- * **طنز** : می‌دونید اون زنی که برای اولین بار عبارت «مردا همه مثل همن» رو به کار برد، یه زن چینی بود که شوهرش رو تو بازار گم کرده بود؟
- * **طرف اومده** با عصبانیت می‌گه این یارو زبون آدمیزاد حالیش نمیشه بیا تو باهاش حرف بزن! نفهمیدم داره به من فحش میده یا به یارو؟
- * **من از برهنگان** تن فروش بیزار نیستم. از پوشیدگان شرف فروش بیزارم.
- * **گاهی** گذشت می‌کنم، گاهی گذر. ای کاش فرق این دو را می‌دانستی.
- * **هر وقت** خواستی درباره من قضاوت کنی، قبلش مطمئن شو خودت آدم کاملی هستی؟
- * **گفتن دوستت دارم** سه ثانیه طول می‌کشد، توضیح دادنش سه ساعت و ثابت کردنش، یک عمر.
- * **روابط مثل** شیشه می‌مانند، گاهی بهتر است آنها را شکسته رها کنید، تا اینکه خودتان را برای ترمیمش به دردسر بیندازید.
- * **ای کاش** یاد بگیریم واسه خالی کردن خودمون کسی رو لبریز نکنیم.
- * **مارتین ترمان** : آدم‌هایی که به من می‌گویند (من به جهنم خواهم رفت) در حالیکه آنها به بهشت می‌روند، مرا بسیار شادمان می‌کنند از اینکه ما به دو مقصد متفاوت می‌رویم.
- * **همیشه آنچه** که درباره من می‌دانی را باورکن، نه آنچه که پشت سرم شنیده‌ای.

وقتی دنبال آرزوهای میری، مدام به کوله‌پشتیت نگاه بنداز که مبادا سوراخ باشه و چیزائی که امروزداری دوباره بشه آرزوی فردات.

* **پدرم فقیر بود:** پدر بزرگم هم. من فرزندی ندارم، شاید فقر تمام شود.

* **دیروز** سادگی زیباترین رنگ دنیا بود. امروز سادگی بزرگترین خطای آدم‌هاست.

* **از چوپان پیری** پرسیدن چه خبر؟ با لحن تلخی گفت: گرگ شد آن بره‌ای که نوازشش میکردم.

* **زن می‌خواهد**، که مردی مثل دخترش از او محافظت کند، مثل یک همسر دوستش داشته باشد و مانند مادرش به وی احترام بگذارد.

* **زن قداست دارد.** برای با او بودن باید «مرد» باشی نه «نر»

* **ارزش قطره‌های باران** را گل‌های تشنه می‌دانند و قدر دوستان خوب را دل‌های تنگ.

* **از امروز به بعد**، وقتی به گذشته‌ام نگاه می‌کنم، لبخند زده و به خودم خواهم گفت: «هرگز فکرش را نمی‌کردم که بتوانم از عهده‌اش برآیم» اما توانستم» من بر تمام آنهایی که سعی کردند مرا از پای درآورند چیره شدم.

* **ابوعلی سینا:** هرکس عادت کند که بدون دلیل هر حرفی را باور کند، از صورت انسانی خارج است.

* **وقتی اعتماد** از بین برود آدمها برای یکدیگر کابوس می شوند ..

نقل قول: مذهبی‌ها: اگر خدا از راه من خوشش نیاید، اجازه بدید خودش به من بگه، نه شما.

* **شادی** , زمانی پیدا می شود که تو از مقایسه خود با دیگران دست برداری .

* **برتراند راسل:** گاو هم که باشی، در صورتی که در موقعیت مناسب قرار بگیری، کسانی هستند که تو را بپرستند .

* **ماهاتما گاندی:** یک دولت نالایق جایی جز زندان برای نگهداری افراد لایق کشورش ندارد.

* **توکلاس آنین‌نامه:** سرهنگ پرسید، کی میدونه کجا دور زدن ممنوعه؟ یکی دستشو بلند کرد و گفت: «تورفاقت»

* **اگر به قابلیت خود** در گفتن تصمیمات متحول‌کننده زندگی، نشان دادن شجاعت یا دفاع کردن از خود، دچار تردید هستید؟ بیاد داشته باشید، اگر پرنده‌ای با بالهای سالم برای مدتی طولانی در قفس حبس بماند، نسبت به قابلیت پرواز خود دچار تردید خواهد شد.

* **وقتی آدمها** فقط هنگام نیاز به یاد شما می‌افتند، ناراحت نشوید. به خودتان ببالید که مانند یک شمع در هنگام تاریکی به ذهن آنها خطور می‌کنید...

زندگی کن , به شیوه خودت , با قوانین خودت , با باور ها و ایمان قلبی خودت .

* **مردم دلشان** میخواهد موضوعی برای گفتگو داشته باشند. برایشان فرقی نمی‌کند چگونه هستی، یا هر جور که باشی

* **قانون مکافات عمل:** این قانون همگانی، بیان می‌کند که هیچ چیزی تصادفی یا خارج از قوانین عمومی، اتفاق نمی‌افتد. هر عملی عکس‌العمل یا عواقبی در بردارد، آنچه که کاشته‌ایم را برداشت می‌کنیم، از هر دستی بدهیم از همان دست پس می‌گیریم. مثبت باشید، نیکو بگوئید، نیکو بیاندیشید و نیکو عمل کنید.

* **از آنچه که گذشت،** آنچه که شکست، آنچه که نشد، آنچه که ریخت، حسرت نخور، زندگی اگر آسان بود با گریه آغاز نمی‌شد.

* **سهراب گل‌هاشم:** این روزها به هرکی «بال و پر» بدهید «دُم» در می‌آورد. و قبل از عاشق شدن حتماً به تاریخ انقضاء دقت کنید.

* **آلبر کامو:** ما در جهانی هستیم که باید بین جلاد بودن و قربانی بودن همواره یکی از انتخاب کنیم. و همه قربانی هستیم.

* **ژان پل سارتر:** دنیای بی‌عدالتیست. اگر قبولش کنی، شریک جرم می‌شوی، و اگر بخواهی عوضش کنی، جلاد می‌شوی.

رومن رولان: خلق و خوی همه آدمیان همین است که از تو ساخته‌اند، هر کس محبت و پاکدلی خود را نثارشان کند، آسوده‌اش نمی‌گذارند و استمارش می‌کنند.

ویکتور هوگو: مردن ناگوار نیست، راه زندگی را ندانستن، ناگوارتر از مرگ است.

- * **دان مارکوس:** اگر شما کاری کنید که مردم فکر کنند که دارند فکر می‌کنند، آنها شما را دوست خواهند داشت. اگر شما واقعاً مردم را وادار به فکر کردن کنید، آنها از شما متنفر خواهند شد.
- * **گابریل گارسیا مارکز:** اگر کسی تو را آن‌طور که می‌خواهی دوست ندارد، به این معنی نیست که تو را با تمام وجودش دوست ندارد. دوست واقعی کسی است که دست‌های تو را بگیرد، ولی قلب تو را لمس کند.
- * **سر جیولئونه:** حرف «خوبو» همیشه آدم‌های خوب نمی‌زنن، بعضی وقت‌ها آدما هیچ وقت مثل حرفاشون نمیشن.
- * **ژان دلابرویر:** بزرگ‌ترین مصیبت برای یک انسان این است که نه سواد کافی برای حرف زدن داشته باشد، نه شعور لازم برای خاموش ماندن.
- * **اسکار وایلد:** تجربه نام مستعاری است که برخطاهای خود می‌گذاریم.
- * **جان مینارد کینز:** اقتصاددان: برای واژگون کردن اساس یک مملکت، هیچ وسیله‌ای ظریف‌تر و مطمئن‌تر از کاهش ارزش پول رایج نیست. تنزل ارزش پول رایج، تمام نیروهای پنهان اقتصادی را در راستای نابودی به کار می‌گیرد و این عمل را به‌گونه‌ای انجام می‌دهد که حتی یک نفر از میلیون‌ها نفر نیز متوجه آن نمی‌شود.
- * **کوروش بزرگ:** آنان که با افکاری پاک و فطرتی زیبا در قلب دیگران جای دارند را هرگز هراسی از فراموشی نیست. چرا که جاودانند.



* **آگ ماندینو:** آثار هنری به دو دلیل ارزشمندند. اول اینکه توسط استادان به وجود آمده‌اند. دوم اینکه تعدادشان کم است. شما گنج پر ارزشی هستید زیرا توسط بزرگترین استاد خلق شده‌اید و فقط یکی هستید.

* **زندگی یک پاداش است** نه یک مکافات فرصتی است کوتاه تا ببالی، بیایی، بدانی، بیندیشی، بفهمی و زیبا بنگری، و در نهایت در خاطره‌ها بمانی.

* **هنرانسان‌های** بزرگ این است که به دشواری کار نمی‌اندیشند، بلکه به عظمت آنچه خواهند یافت فکر می‌کنند.

* **نه صدایش** را نازک کرده بود نه دستانش را آردی، از کجا باید به گرگ بودنش شک می‌کردم.

* **عباس معروفی:** به امید فردا روزمان را شب می‌کنیم. و هیچوقت یادمان نمی‌ماند که فردا همین امروز است. دنبال چیزی می‌گردیم که نمی‌دانیم چیست. یا می‌دانیم و می‌ترسیم بگوئیم. اسمش را گذاشته‌ایم فردا.

قیصر امین‌پور:

همه حرف دلم با تو همین است که دوست!

چه کنم؟ حرف دلم را بزنم یا نزنم،

گفته بودم که به دریا نزم دل اَمّا،

کو دلی تا که به دریا بزنم یا نزنم؟

* **کارلوس فوننتس:** یک مدتی که می‌گذرد و آدم تو زندگی خودش ته می‌کشد،

و فقط به وساطت زندگی دیگران زندگی می‌کند.

* **کریستین بوبن:** به نظر من، ما انسان‌ها بر روی کره زمین زندگی نمی‌کنیم، بلکه سرزمین واقعی ما، قلب کسانی است که به آنها علاقه داریم.

* **ویکتور هوگو:** هرگز در میان موجودات مخلوقی که برای کبوتر شدن آفریده شده، کرکس نمی‌شود. این خصلت در میان هیچ یک از مخلوقات نیست جز آدمیان.

* **انسان نباید** در حریم این دنیا اسیر شود. بلکه باید دنیا را اسیر خود کند، و برای این کار اول باید خودش را بشناسد.

* **برگ در** هنگام زوال می‌افتد و میوه در هنگام کمال، بنگر که چگونه می‌افتی، چون برگ زرد و یا سیبی سرخ.

* **مقایسه تفکر سنگ و گریه:**

* طرزتفکر سنگ، این آدم‌ها به من غذا میدن، نوازشم میکنن، دوسم دارن، پس حتماً اونا خدای من هستن

* حال، طرزتفکر یک گریه، این آدم‌ها به من غذا میدن، نوازشم میکنن، دوسم دارن، حتماً من خدای اونا هستم.

اگر خوب به این جملات فکر کنید، می‌بینید که انسان‌ها نیز از همین نوع تفکرها برخوردار هستند، عده‌ای خودشون رو به خاطر توجه و محبت دیگران مدیون تصور می‌کنند و عده‌ای هم به خاطر همین موضوع دچار خود بزرگ بینی‌های کاذب می‌شوند.

- * **اگر کسی** با شما مشکل دارد، یادتان باشد که آن مشکل اوست نه شما، انرژی خود را تسلیم منفی گرائی نکنید، ارزش شما خیلی بیشتر از آن است
- * **قضاوت** و پیش داوری در مورد یک شخص، مشخص نمی کند که او کیست، مشخص می کند. شما کیستید.
- * **همیشه فکر کن** توی دنیای شیشه ای زندگی می کنی، پس به طرف کسی سنگ پرتاب نکن، چون اولین چیزی که میشکند دنیای خودته.
- * **از بزرگی پرسیدن**، خوش می گذره، گفت : خوش میگذره مال قدیم بود، الان دیگه فقط خوشیم که میگذره.
- * **دریا باش**، تا اگر کسی به سوی تو سنگ پرتاب کرد، سنگ غرق شود نه اینکه تو ملاطم شوی.
- * **ریچارد نیکسون**: ما خوب یاد گرفتیم در آسمان مثل پرندگان باشیم و در آب مثل ماهی ها اما هنوز زیاد نگرفتیم روی زمین چگونه زندگی کنیم. **جا نزنیم**: برندگان آنهایی هستند که جا نمی زنند. هیچ چیز جلودار یک انسان واقعی نیست، چرا که شکست اولین قدم است برای رسیدن به یک پروزی.
- * **توماس ادیسون**: دارنده امتیاز 2500 اختراع، معلم مدرسه اش به او گفته بود که زیادی احمق است و هیچ چیز یاد نخواهد گرفت، ولی برای رسیدن به جایگاه جهانی خود هرگز جا نزنیم.

- * **آبراهام لینکلن**، پس از ناکامی‌های زیادی که از سن 30 سالگی تا 58 سالگی از در زمینه‌های مختلف اجتماعی تحمل و پشت سرگذاشت بالاخره در سن 60 سالگی به ریاست جمهوری آمریکا برگزیده شد و هرگز جا نزد.
- * **جی کی رولینک بریتانیایی**، نویسنده سری کتاب‌های هری پاتر، پردرآمدترین نویسنده تاریخ، پس از جدائی از همسر و از دست‌دادن شغل و مرگ مادرش، کتابی نوشت که دوازده بار توسط انتشارات مختلف رد شد ولی جا نزد.
- * **گروه بیتل‌ها**: تأثیرگذارترین گروه موسیقی قرن بیستم با فروش جهانی تا 1 میلیارد نسخه، ابتدا توسط کمپانی سازنده موسیقی رد شدند ولی جا نزدند.
- * **والت دیزنی**: مؤسس شهرسازی دیزی‌لند برنده 23 جایزه اوسکار ابتدا از دفتر روزنامه‌ای که در آن مشغول کار بود به‌صورت اینکه عاری از تخیل و خلاقیت است اخراج شد ولی جا نزد.
- * **آلبرت اینشتین**، نظریه‌پرداز نسبیت و برنده جایزه نوبل فیزیک، تا سن 4 سالگی قادر به حرف زدن نبود. او را غیراجتماعی و احمق میشناختن ولی برای رسیدن به آن جایگاه قابل مطرح هرگز جا نزد.
- * **خانم اپرا وینفری**، اولین میلیونر سیاه‌پوست جهان مجری برنامه تلویزیونی اپرا که به مدت 25 سال در 145 کشور جهان پخش شد، بعداز گذران مشکلات دوران کودکی و از دست دادن شغلش به دلیل مناسب نبودن برای گزارش‌گری تلویزیون، برای رسیدن به جایگاهی که شاهد هستیم هرگز جا نزد.

گفته‌هایی از دکتر حسابی

- چهار اصل پیشرفت: مردانگی، عدالت، شرم و عشق است. زندگی یعنی پژوهش و فهمیدن چیزی.
- عشق به وجود آورنده اعمال زیباست.
- کارکنیم، زحمت بکشیم، از سرمایه چیزی کم نداریم.
- احساس اجبار به فداکاری، لازمه زندگی است.
- انجام وظیفه، لازمه جهش بسوی پیشرفت است.
- تقلید از غرب خطری است جدی که چشمه‌های نبوغ را خشک می‌کند.
- یک عمل درست، بهتر از هزار نصیحت است.
- بزرگترین خوشحالی من در زندگی: هوش و استعداد جوانان ایرانی است.
- سادگی و عشق از عوامل پیشرفت است، که در قلب ما ایرانیان است. هر چه انسان وجود ارزشمندتری داشته باشد، به همان اندازه مؤدب و فروتن است
- فعال باشیم، ولی ملایم، عادل باشیم، ولی با گذشت.
- جهان سوم جائی است که هر کس بخواهد مملکتش را آباد کند، خانه‌اش خراب می‌شود و هر کس بخواهد خانه‌اش را آباد کند، باید در ویرانی مملکتش بکوشد.
- هنر با احساسات آدمی بازی می‌کند. هنر چاشنی زندگی است.
- ایران جزیره هوش و ذکاوت است.
- شخصیت یک ملت را، آبادی آن ملت می‌سازد.
- موسیقی خوب ایرانی، یک طرزتفکر
- است. یک فلسفه است و بیان یک آرزوست.
- داشتن هدف و رفتن به دنبالش، خوب است. ولی عاشق هدف بودن و گرفتارشدن چیز دیگری است.
- با بچه‌ها، با اطمینان رفتار کنید تا قابل اطمینان بار بیایند و قابل اطمینان شوند.
- دولت وظیفه دارد، خوشحال‌کنندگان مردم را تشویق کند.

- سازمان‌دهی، لازمه و خواسته الگوی پیشرفت است.
- نظامی که دارای سازمان باشد، چارچوبی استوار دارد.

نکته: وقتی پشتت حرف زیاده، که یا آرزوشونه جات باشن، نمی‌تونن، یا اینکه می‌خوان باهات باشن، در حدت نیستن.

از اشتباه دیگران پند بگیر، زیرا تو خود آنقدر عمر نخواهی کرد که تمامی آن اشتباهات را مرتکب و تجربه کنی.

آدم‌هایی که شما را بارها و بارها می‌آزارند، مانند کاغذ سمباده هستند. آنها شما را می‌خراشند و آزار می‌دهند، اما در نهایت شما صیقلی و براق خواهید شد و آنها مستهلک و فرسوده.

یک شخص می‌تواند عذرخواهی کند و شما می‌توانید او را ببخشید، اما گاهی قادر نیستید از دردی که باعث شده است بگذرید ..

فقط به این خاطر که لبخند از لب کسی در سراسر روز جدا نمی‌شود به معنای آن نیست که زندگی او بی‌عیب و نقص است. بلکه آن لبخند نشانه‌ای است از امید و استقامت است.

قوی بودن به این معنا نیست که باید در یک زد و خورد شرکت کنید، قدرت واقعی یعنی آنقدر عاقل و بالغ شده باشید که از کنار یاوه‌گوئی‌های افراد لابلالی بدون درگیری و مجادله با قامتی افراشته رد شوید...

آدم‌ها همیشه نیاز به نصیحت ندارند، گاهی تنها چیزی که واقعاً به آن محتاجند، دستی است که بگیرد، گوشی است که بشنود و قلبی است که آنها را درک کند.

- * **رمانتیک‌ترین** داستان عاشقانه، رومئو و ژولیت نیست که با هم از دنیا رفتند، بلکه قصه مادر بزرگ و پدر بزرگ است که به پای هم پیر شدند.
- * **به فرزندان فقط** شمردن یاد ندهید، به آنها یاد دهید چه چیزهایی ارزش شمردن دارند.
- * **هیچ‌گاه** از کسی که دوستان دارد، به شما اهمیت می‌دهد و دلتنگتان می‌شود غفلت نکنید، شاید روزی از خواب بیدار شوید و بفهمید، هنگامی که به دنبال ستارگان بودید، ماه را از دست داده‌اید.
- * **هیچ‌گاه** وقتتان را بیهوده تلف قانع کردن افراد خودخواه نکنید. آنها کسانی هستند که به جای تلاش برای قبول حق، همیشه سعی می‌کنند حق را به خود دهند.
- * **اگر کسی** عهدی که با شما بسته را شکست، خود را بازنده مپندارید، بازنده اصلی اوست. ؟ اعتبارش را باخته، ناتوانی‌اش را به اثبات رسانده و چهره واقعی‌اش را نشان داده.
- * **انبوه مردم** ساده‌تر فریب یک دروغ بزرگ را می‌خورند تا یک دروغ کوچک.
- دروغ‌های کوچک، همیشه خود را نمایان می‌کنند، دروغ را آنقدر بزرگ بگوئید، که تصور دروغ بودن آن هم به ذهن کسی وارد نشود.
- * **هیچ‌گاه** وقار و عزت‌نفس‌تان را برای اینکه آدم‌ها برخلاف میل‌شان دوستان بدانند و قدرتان را بدانند زیر پا نگذارید.

* **وودی آلن** : راستش اینه که آدم هیچ وقت نمی‌دونه چی می‌خواد، آدم فکر می‌کنه یه جور آدم مشخص و می‌خواد، و بعد یکیو می‌بینه، که هیچی از چیزهایی که می‌خواسته‌رو نداره. بدون هیچ دلیلی عاشقش میشه.

* **جروم دیوید سالینجر**: همیشه تو این دنیا با این دوست داشتن‌ها و نداشتن‌های شدید زندگی کرد. حالم داره فقط از خوش اومدن بهم می‌خوره، می‌خوام که یکی‌رو ببینم که بتونم بهش احترام بذارم.

* **دیل کارنگی**: ساده‌ترین کار جهان این است که خودباشی و دشوارترین آن این است که کسی باشی که دیگران می‌خواهند

* **کارل گوستاو یونگ**: یک انسان کامل انسانی است که از هر دو وجه زنانگی و مردانگی روحش بهره می‌برد. اگر قرار است جایی عشق بورزیم، اگر قرار است جایی محکم و استوار باشیم، اگر قرار است یک بحران روحی را به سختی طی کنیم، اگر قرار است جاهائی زیبا پسند و حساس باشیم، و در همهٔ موقعیتها نگاه نکنیم زن هستیم یا مرد، آنچه روحمان تشنهٔ اوست را ببینیم و حس کنیم و انجام دهیم.

* **هاروکی موراکامی**: مردم به دنیا می‌آیند تا زندگی کنند، اما من هر چه بیشتر زندگی کردم بیشتر آنچه که درونم بود را از دست دادم و کار به جایی رسید که خالی شدم.

* **کارلوس فوننتس**: هر یک از ما مرزی پنهان در درون خودمان داریم و گذشتن از این مرز دشوارترین کار است.

* **موريس مترلينگ:** عظمت خدای هرکس به اندازه بزرگی مغز اوست. یا به بیان دیگر بزرگی خداوند به قدر شایستگی ماست. هیچکس نمی تواند خدا را برای دیگران توصیف کند، زیرا به محض اینکه توانست خدای خویش را وصف کند، دیگر او خدا نبوده بلکه مثل من و شماست.

* **جیمی هندریکس:** آنگاه که زمان مرگم فرا برسد کسی که باید بمیرد، منم. پس بگذار آن طور که می خواهم زندگی کنم.

سؤال و جواب بین اسکیمو و کشیش:

* اسکیمو: اگر من چیزی درباره خدا و گناه ندانم، آیا باز هم به جهنم می روم. کشیش: نه، اگر ندانی نمی روی.

اسکیمو: پس چرا می خواهی این ها را به من بگوئی؟

رنه دکارت: هرگز در برابر پرسشی عاجز و درمانده نشدم؛ به جز در مقابل کسی که پرسید، تو کیستی.

* **ژوزه ساراماگو:** اگر نمی توانیم مثل آدم زندگی کنیم، دست کم بکوشیم مثل حیوان زندگی نکنیم.

* **ژوزه ساراماگو:** دنیا طوری است که برای رسیدن به مقصود، اغلب لازم است، حقیقت، لباس دروغ به تن کند.

* **آنقدر دریا دل باش** که از چیزی نگران نشوی، آنقدر بزرگوار باش که خشمگین نگردی، آنقدر نیرومند باش که از چیزی نترسی آنقدر راضی باش که به هیچ مشکلی اجازه خودنمایی ندهی.

* **آلن استریک:** در این دنیا خود را با کسی مقایسه نکنید، در این صورت به خودتان توهین کرده‌اید.

* **خبر بد اینکه:** نمی‌توانید مردم را مجبور کنید، دوستان داشته باشند، عاشقتان باشند، تأییدتان کنند، قبولتان کنند، یا با شما خوب باشند. از عهده کنترل کردن آنها هم بر نمی‌آئید.. هرگز متوجه قدرت واقعیتان نخواهید شد، تا زمانی که کسی به شما ضربه‌ای بزرگ بزند.

خبر خوب اینکه هیچ مهم نیست.

* **عشق فقط** رمانتیک بودن، روشن کردن شمع سر میز شام و دست در دست هم قدم زدن نیست، در واقع عشق حقیقی یعنی یک عمر همدلی، تعهد و اعتماد است

* **دکتر حسابی:** حاصل ضرب توان در ادعا مقداری ثابت است بدین معنی که هر چه توان انسان کمتر باشد ادعای او بیشتر است و هر چه توان انسان بیشتر شود ادعایش کمتر می‌گردد.

* **برو نگذار** ماندنت باری شود بر دوش دل کسی که شکستن غرورت برایش از شکستن سکوت آسان‌تر باشد.

* **اورینا فالاجی:** وقتی کسی را دور اندختیم، دیگر نباید سعی کنیم اشتباهتش را تشریح کنیم، و وقتی دنبال چراهای اشتباهات او می‌رویم، که هنوز او را کاملاً دور نینداخته باشیم.

تاریخ را کنار بگذار، جغرافیا مهم است، بگو تو کجایی.

* **ایران درودی:** قضاوت انسان‌ها بر مبنای روابط عاطفی آنهاست، و مهر همیشه مانع از داوری بی‌طرفانه است. انسان کسانی را که دوست دارد قضاوت نمی‌کند بلکه سعی در درک آنها دارد.

* **مولوی:**

ای قوم به حج رفته، کجائید کجائید.
 معشوق همین جاست بیائید، بیائید
 معشوق تو همسایه و دیوار به دیوار
 در بادیه سرگشته شما در چه هوائید.

* **از مثل‌های کهن:** نه هیچ انسانی دشمن تو است و نه هیچ انسانی دوست تو. بلکه هر انسان، آموزگار تو است.

* **کریشنا مورتی:** زمانی که انسان به دنبال شخصی راه بیفتد، از دنبال کردن حقیقت دست برداشته است.

* **خانم آلبادیس بدس:** تنها چیزی که قادر است اراده آهنین شما زن‌ها را درهم بشکند، عشق است.

طنز: خانمی به آشپزخانه رفت و دید همسرش با یک مگس کش بدست این طرف و آن طرف می‌چرخد، پرسید: چکار می‌کنی؟ همسرش پاسخ داد: مگس شکار می‌کنم. آه، چند تا کشته‌ای؟ آره، سه نرو دو ماده. همسرش با تحیر پرسید: چگونه تشخیص جنسیت آنها را دادی؟ شوهرش گفت: سه تاشون روی شیشه آبجو خالی بودند و دو تاشون روی تلفن.

چارلز شولز: در زندگی نه هدفی دارم، نه مسیری، نه منظوری و نه حتی معنائی اما شادم و این نشان می‌دهد که یک جای کار ایراد دارد.

گفته‌ای از شکسپیر: در عجبم از زنان که از خدای به این بزرگی فقط یک شوهر می‌خواهند و از شوهر به این درماندگی همه دنیا را.

جان نون می‌گوید: زمانی که به مدرسه رفتم، از من پرسیدند: که وقتی بزرگ شدی می‌خواهی چه کاره بشوی؟ من پاسخ دادم «خوشحال» آنها به من گفتند که مفهوم پرسش را متوجه نشدم و من به آنها گفتم این شما هستید که مفهوم زندگی را متوجه نشدید.

حماقت‌هایی هستند که با یادآوری آنها می‌خندیم، و این حماقتها درد آورترین خاطرات زندگی ما هستند.

سعید نفیسی: نه طوطی باش که گفته دیگران را تکرار کنی و نه بلبل باش که گفته خود را هدر دهی.

تو ویتترین زندگی به عروسکی نگاه نکن که مال تونیست چون اون فقط وسوسه‌ات می‌کند تا اونی‌رو که داری از دست بدی.

مارسل پروست: هوس خودمان را بی‌گناهی و هوس دیگران را شقاوت می‌دانیم. و این تضاد میان آنچه به خودمان و آنچه به دلدار مربوط می‌شود فقط درباره هوس نیست، درباره دروغ هم هست.

برای کشف اقیانوس های جدید , باید شهامت ترک ساحل آرام خود را داشت .

- * **مارسل پروست:** دروغ ضروری‌ترین و رایج‌ترین وسیله محافظت است. اما همین دروغ آن چیزی است که، توقع داریم هرگز به زندگی دلدار راه نیابد. چیزی که تجسس می‌کنیم. بو می‌کشیم، و همه جا مایه نفرت ماست.

- * **جبران خلیل جبران:** چه نادانند آن مردمی که گمان می‌برند عشق با معاشرت طولانی و همراهی مستمر پدید می‌آید.. عشق حقیقی آن است که زاده سازگاری روحی باشد. و اگر این تفاهم در یک لحظه کامل نشود، در یک سال و یک نسل تمام نیز به کمال نمی‌رسد.

- * **محمود دولت‌آبادی:** عجیب‌ترین خوی آدمی این است که.. می‌داند فعلی بدو آسیب رسان است.. اما آن را انجام می‌دهد.. به کرات هم.. هر آدمی.. دانسته و ندانسته.. به نوعی در لجاجت و تعارض با خود به سر می‌برد.. و هیچ دیگری ویرانگرتر از خود آدمی نسبت به خودش نیست.

- * **آرتور شوپنهاور:** ما چنان زندگی می‌کنیم که گوئی همواره در انتظار چیزی بهتر هستیم، حال آنکه اغلب آرزو می‌کنیم که ای کاش گذشته باز گردد.. و بر آن حسرت می‌خوریم.

- * **نقل قول از بزرگی:** هرگز نباید سعی در تکرار لحظات داشت.. باید آن را همان‌گونه که یکبار اتفاق افتاده‌اند.. فقط تنها به خاطر آورد.. انسان نه قادر به تکرار لحظات است.. نه قادر به بیان آنهاست.

- * **ایران درودی:** امروز مرهمی جز عشق که ذات درد است برای زخم‌های زندگی نمی‌شناسم.. چه شگفت است.. عشق.. که هم زخم است و هم مرهم..

* **هوشنگ ابتهاج:**

امشب به قصه دل من گوش می کنی
 فردا مرا چو قصه فراموش می کنی
 این در همیشه در صدف روزگار نیست
 می گویمت تو کجا گوش می کنی
 گر گوش می کنی سخنی خوش بگویمت
 جام جهان زخون دل عاشقان پر است

* **آلدوس هاکسلی:** در مورد یک نفر فکر می کنی و فکر می کنی و فکر می کنی.. و هر لحظه بهش تمایل پیدا می کنی.. و خوب می دانی که نباید بکنی.. وقتی بالاخره چیزی را که می خواهی به دست می آوری.. می بینی این چیزی نیست که فکر می کردی

* **جان لنون:** سن ما به تعداد دوست هایمان است.. نه سالها. زندگی ما به تعداد لبخند هایمان است، نه اشکها.

* **گفته ای از چرچیل:** در ملل های عقب مانده، آنانکه با مشتهای گره کرده انقلاب می کنند، روزی با مشتهای از هم گسیخته گدائی خواهند کرد.

* **صادق هدایت:** دیشب که نمی دانستم برای کدام یک از دردهایم گریه کنم، کلی خندیدم.

* **آرتور شوپنهاور:** اگر نمی خواهیم بازیچه دستان هر فرومایه.. و مایه تمسخر هر نادانی شویم.. اولین قانون، خویشتن داری و تنهائی است..

- * **گفته‌ای از امیر کبیر:** اگر نیت یک ساله. دارید گندم بگارید.. اگر نیت ده ساله دارید.. درخت بکارید.. و اگر نیت صدساله دارید.. انسان تربیت کنید.
- * **مارک تواین:** بیست سال بعد بابت کارهایی که نکرده‌ای بیشتر افسوس می‌خوری تا بابت کارهایی که کرده‌ای.. بنابراین روحیه تسلیم‌پذیری را کنار بگذار، از حاشیه امنیت بیرون بیا، جستجوکن، بگرد، آرزو کن، کشف کن.
- * **آنچه از همه دردناک‌تر است فقر و بیماری نیست.** بیرحمی مردم نسبت به یکدیگر است.
- * **یادته،** زیرگنبد کبود دو تا عاشق بودن و کلی حسود؟ تقصیر همون حسودا بود که الان شده یکی بود و یکی نبود.
- * **محمود دولت آبادی:** اگر انسان ایمان نداشته باشد. چه خواهد بود؟.. لابد یک لابلایی؟ اما مگر ایمان چیست؟ ایمان یعنی باور.. ایمان یعنی باور داشتن به ضوابطی خاص. اما کدام ضوابط، در دنیا هستند که تغییر ناپذیر باشند؟ هیچ چارچوبی نمی‌توان شناخت که دچار دگرگونی نشده باشد.. یا نشود و طبیعی است که با دگرگونی هر چهارچوب.. باور نسبت به آن هم دچار دگرگونی می‌شود.. پس تنها می‌توان به دگرگونی باور داشت.. دگرگونی.
- * **باب مارلی:** می‌گوئی دوست دارم زیر باران قدم بزنم.. اما وقتی باران می‌بارد چتر به دست می‌گیری. می‌گوئی آفتاب را دوست دارم.. اما زیر نور آفتاب به دنبال سایه می‌گردی.. می‌گوئی باد را دوست دارم.. اما وقتی باد می‌وزد پنجره را می‌بندی.. حالا دریاب وحشت من را وقتی می‌گوئی دوستت دارم.

تنسی ویلیام: تنها یک راه برای فراموش کردن.. چیزهایی که نمی‌خواهیم به یاد بیاوریم داریم.. و آن هنر عشق ورزیدن است. این تنها دیوانگی قابل اطمینان است.

فربیا وفی: هیچ چیز تضمین ندارد.. رابطه آدم‌ها یخچال و لباسشویی نیست.. که گارانتی داشته باشد. یک روز هست و یک روز نیست.. و اگر کسی تضمین بدهد دروغ گفته است.

لودویگ ویتگنشتاین: برای اصیل بودن کافی است دروغ نگوئی.. آغاز اصالت خوب همین است که.. نخواهی چیزی باشی که نیستی..

رومن کاری: از همین می‌ترسم.. آدم به کسی یا چیزی عادت کند.. و آن وقت.. آن‌کس یا آن چیز قالش بگذارد.. میلیون‌ها و میلیارد‌ها آدم توی این دنیا هستند و همه‌شان می‌توانند بی تو زندگی کنند.. آخر من بدبخت چرا نمی‌توانم؟.

اورینا فالاجی: هر چه انسان‌تر باشیم زخم‌ها عمیق‌تر خواهند بود.. هر چه بیشتر دوست بداریم.. بیشتر غصه خواهیم داشت.. بیشتر فراق خواهیم کشید.. و تنهایی‌های مان بیشتر خواهد شد.. شادی‌ها لحظه‌ای و گذرا هستند.. شاید خاطرات بعضی از آنها تا ابد در یاد بماند.. اما رنج‌ها داستانش فرق می‌کند.. تا عمق وجود آدم رخنه می‌کند.. و ما هر روز با آنها زندگی می‌کنیم.. انگار که این خاصیت انسان بودن است.

یک پند: زندگی فقط حفظ بقاء نیست، بلکه زنجیره‌ای از لحظه‌های لذت‌بخش است. از جام کریستال خود استفاده کنید، بهترین عطرتان را برای روز مبادا نگه‌دارید و هر لحظه که دوست دارید از آن استفاده کنید.

* **خوشبختی** ما در سه جمله خلاصه می‌شود:

- تجربه از دیروز، استفاده از امروز، امید به فردا.
- ولی ما با سه جمله دیگر زندگی مان را تباه می‌کنیم:
- حسرت دیروز، اتلاف امروز، ترس از فردا.

* **حمید مصدق:** من گمان می‌کردم.. دوستی.. همچون سروی سر سبز.. چارفضلش.. همه آراستگی ست.. من چه می‌دانستم.. دل هر کس.. دل نیست

* **دنیا** دو روز است، یک روز با تو و یک روز بر علیه تو. روزی که با توست مغرور نشو و روزی که علیه توست مأیوس نشو، چرا که هر دو پایان پذیرند.

پیری و معرکه گیری زوج عاشق:

پیر مرد عاشق به زنش گفت: بیا یادی از گذشته‌های دور کنیم. من میرم به کافه منتظرت، و تو بیا سرقرار، بنشینیم، حرف‌های عاشقانه بزنیم. فردای آن روز پیر مرد به کافه رفت. دو ساعت از قرار گذشت. ولی پیر زن نیومد، پیر مرد وقتی برگشت خونه، دید پیر زن تو اطاق نشسته و گریه می‌کنه. ازش پرسید چرا گریه می‌کنی؟ پیر زن اشکهاشو پاک کرد و گفت: بابام نداشت پیام.

* **لئونارد داوینچی**، می‌توانست هم‌زمان با یک دست خود بنویسد و با دست دیگرش نقاشی کند... نقاشی تابلو **مونالیزا** برای داوینچی، ده سال به طول انجامید.

* **شکسپیر میگه:** من همیشه خوشحالم، می‌دانید چرا؟ برای اینکه از هیچ‌کس برای چیزی انتظاری ندارم، انتظارات همیشه صدمه زننده هستند. زندگی

کوتاه است. پس به زندگی‌ات عشق بورز. خوشحال باش. لبخند بزن. فقط برای خودت زندگی کن .

* **قبل از اینکه صحبت کنی**، گوش کن، قبل از اینکه بنویسی، فکر کن. قبل از اینکه خرج کنی، درآمد داشته باش. قبل از اینکه دعا کنی ببخش قبل از اینکه صدمه بزنی، احساس کن، قبل از تنفر عشق بورز زندگی این است. احساس کن، زندگی کن و لذت ببر

* **فکر تنهایی نباش**، تنهایی خودش تنهاست، تنها به فکر کسی باش که بی تو تنهاست.

* **عادت کن** که عادت نکنی، که اگر عادت کنی، نمی‌تونی عادت نکنی.

* توجه به ظرافت عبارات

- به خاطر خاطره‌هایت، خاطرت در خاطر من، خاطره‌انگیزترین خاطره‌هاست.
- گر چه همه بودند، اما تو که نبودی، بودن همه نبودن بود، تا بودن تو. نبودی و من در فراق ، تمام خلوت من را با خودم تقسیم کردم.
- یادم باشه که یادت باشه که یادم بیاری که یادت بدم که یاد بگیری که همیشه به یادتم و یادت هیچ وقت از یادم نمیره، اینو یادت نره ...

یک نفرین ادبی :

در تنهاترین تنهائیم، تنهای تنهائیم گذاشتی. الهی تنهاترین تنها کست، در تنهاترین تنهائیت، تنهای تنهائیت گذارد.

- * **نازم** به ناز آن کس که ننازد، به ناز خویش، ما را به ناز فروشان نیاز نیست، تا خدا، بنده نواز است، به بنده، چه نیاز است.
- * **گاهی اشتباهمان**، در زندگی این است که به برخی آدم‌ها جایگاهی می‌بخشیم که هرگز لیاقت آنرا ندارند.
- * **کسانی که**، بهترین نصیحت‌ها را میکنند، معمولاً آنهایی هستند که بدترین شرایط زندگی را تجربه کرده‌اند.
- * **قوی‌ترین** آدم‌ها همیشه کسانی نیستند که پیروز میشوند، بلکه آنهایی هستند که وقتی می‌بازند، تسلیم نمی‌شوند.
- * **کمال بلوغ** این است که وقتی کسی شما را می‌آزارد، به جای مقابله به مثل، بکوشید شرایطش را درک کنید.
- * **گاهی تنها** کاری که از دستتان بر می‌آید، این است که نه تعجب کنید، نه تفکر، نه تصور و نه تحیر. فقط نفسی عمیق بکشید و ایمان داشته باشید که همه چیز آنطور که باید، درست خواهد شد.
- * **روزتان** را با تکه، شکسته‌های دیروز آغاز نکنید، یادمان باشد هر روزی که بیدار می‌شویم اولین روز از باقی عمرمان است.
- * **گذشته** را نه می‌توان تغییر داد، نه فراموش کرد، نه اصلاح کرد و نه پاک کرد. فقط می‌توان آنرا پذیرفت و درس گرفت.

* **گاهی** , اتفاقات بدی که در زندگی مان می افتد، ما را مستقیماً در مسیری قرار می دهد که منتهی به بهترین چیزهائی می شود که می توانست برایمان پیش آید.

* **همیشه** , یادتان باشد که به نحوی یا طریقی شما فرشته کسی هستید، حتی اگر آن را ندانید، او دوستان دارد و به شما فکر می کند، حتی اگر هر روز نشنوید. ایمان داشته باشید که اطرافتان مملو از عشق است، حتی اگر آن را حس نکنید. شما تنها نیستید.

* **جالب است** که , چگونه کسی که پارسال برای شما غریبه ای بیش نبود، امسال می تواند همه دنیایان باشد. وحشتناک است کسی که پارسال همه دنیایان بود، امسال می تواند غریبه ای بیش نباشد. شگفت آور است که یک سال چه ها می تواند انجام دهد.

* **همه عاشق شدن** را بلدند، اما فقط افراد کمی هستند که بلدند چگونه در عشق با یک نفر برای مدتی طولانی بماند..

* **شاید انتخاب** اول کسی نباشم ، اما انتخابی بزرگم. شاید ثروتمند نباشم، اما ارزشمندم، تظاهر به کسی که نیستم نمی کنم، چون از اینکه خودم باشم راضی ام. شاید به برخی کارهای گذشته ام افتخار نکنم، اما به آنچه امروز هستم می بالم. شاید کامل نباشم، اما نیازی هم به کامل بودن ندارم. مرا همانطور که از پیشت می روم تماشا کنیم.

عشق نخستین گام بسوی خداست و تسلیم آخرین گام ..این دو گام کل سفره .

* **بدترین چیز** در زندگی این نیست که سرانجام تنها شوید، بلکه آن است که گرفتار آدم‌هائی شوید، که باعث شوند احساس تنهائی کنید.

* **اگر وقت نداری** با من صحبت کنی، درکت می‌کنم.. **اگر وقت نداری**، مرا ببینی، درکت می‌کنم .

* **اگر وقت نداری** حالم را بپرسی، درکت می‌کنم. اما اگر دیگر دوست نداشته‌ام، این بار نوبت توست که درکم کنی.

- **این دیوانگیست** که همه رویاهای خود را تنها به خاطر اینکه یکی از آنها به حقیقت نپیوسته است ، رها کنیم.

- **این دیوانگیست** که از همه گل‌های رُز، تنها به خاطر اینکه خار یکی از آنها در دستمان فرو رفته است ، متنفر باشیم.

- **این دیوانگیست** که امید خود را به همه چیز از دست بدهیم به خاطر اینکه در زندگی با شکست مواجه شده‌ایم.

- **این دیوانگیست** که از تلاش دست بکشیم ، به خاطر اینکه یکی از کارهایمان بی‌نتیجه مانده است.

- **این دیوانگیست** که همه دست‌هائی را که برای دوستی به سوی ما دراز می‌شوند، به خاطر اینکه یکی از دوستانمان رابطه‌مان را زیر پا گذاشته است رد کنیم.

- **این دیوانگیست** که هیچ عشقی را باور نکنیم به خاطر اینکه در یکی از آنها به ما خیانت شده است.

- **این دیوانگیست** که همه شانس‌ها را لگدمال کنیم، به خاطر اینکه در یکی از تلاش‌هایمان ناکام مانده‌ایم.

* **نقل قول:** سامرست موام: زندگی چیز چرندی است.. اما انسان اگر تا آنجا که می‌تواند از آن لذت نبرد، باید خیلی ابله باشد.

* **شارل دو مونتسکیو،** در «اندیشه‌های ناشناخته»: آبادی یک کشور از روی میزان آزادیش سنجیده می‌شود.. نه از روی حاصل خیزیش.

* **فرانتس کافکا:** جایی که اعتماد نیست، سخن بیهوده است.

*

* **نادر ابراهیمی:** ما از وحشت فراموش کردن دیگران است که.. عکس آنها را به دیوار می‌کوبیم یا روی تاقچه می‌گذاریم.. اما این راهم یادتان باشد که.. ذره‌ای در قلب، بهتر از کوهی بر دیوار.

* **لئوتولستوی:** فرق انسان و سگ در آن است، که اگر به سگی غذا بدهی هرگز تو را گاز نخواهد گرفت.

* **بهرام بیضانی:** من گریه‌هامو قبلاً کردم، حالا فقط فریاد برام مونده.

* **یادت باشد** وقتی کسی از زندگیت بیرون می‌رود، پایان داستان نیست، بلکه آغاز فصل جدید است.

* **فریدون فروغی:**

دیگه این قوزک پا یاری رفتن نداره.

لبای خشکیدم حرفی واسه گفتن نداره.

* **خدایا،** به هیچکس غم نده که بعدش بخوای بهش صبر بد.

- * **دوست داشتن** کسی که شما را دوست نداره مثل بغل کردن کاکتوس میمونه.. که هر چی محکم تر بغلش کنی بیشتر آسیب میبینی.
- * **خدایا، کمکم کن، دیرتر برنجم، زودتر ببخشم، کمتر قضاوت کنم و بیشتر فرصت دهم.**
- * **صادق هدایت:** هر کسی مطابق افکار خودش دیگری را قضاوت می‌کند.. زبان آدمیزاد مثل خود او ناقص و ناتوان است.
- * **وودی آلن :** زندگی همینه دیگه.. مثل یه قمارخونه میمونه.. می‌بری.. می‌بازی.. ولی آخر همیشه قمارخونس که برنده نهاییه.. اما این معنیش این نیست که به تو خودش نگذشته.
- * **فریدون فروغی :** بگویند بر گورم بنویسند. زندگی را دوست داشت.. ولی آن را نشناخت.. مهربان بود.. ولی مهر نورزید.. طبیعت را دوست داشت.. ولی از آن لذت نبرد.. در آبگیر قبلش جنب و جوش بود.. ولی کسی بدان راه نیافت.. در زندگی احساس تنهایی می‌نمود.. ولی هرگز دل به کسی نداد.. و خلاصه نبویسید.. زنده بودن را .. برای زندگی کردن دوست داشت.. نه.. زندگی را برای زنده بودن..
- * **همه می خواهند**، به اوج برسند و در اوج زندگی کنند ، اما مهم اینجاست که خیلی ها راه های رسیدن به اوج را فراموش کرده اند .
چارلز بوکفسکی: چیزهایی هست خیلی بدتر از تنهایی. اما سال‌ها طول می‌کشد تا این را بفهمی. وقتی هم که آخر سر می‌فهمی‌اش، دیگر خیلی دیر شده.. و هیچ چیز بدتر از «خیلی دیر» نیست..

آنا گاوآلد: باید یک بار به خاطر همه چیز گریه کرد.. آن قدر که اشکها خشک شوند.. باید این تن اندوهگین را چلانند و بعد دفتر زندگی را ورق زد.. به چیز دیگری فکر کرد.. باید پاها را حرکت داد و همه چیز را از نو شروع کرد.

ژان پل سارتر: مردم از هر چیزی سخن می‌گویند.. به ویژه از آنچه درباره‌اش هیچ نمی‌دانند. شاید بزرگترین دشواری.. همین باشد.. زندگی چنان که ما می‌شناختیم پایان یافته.. ولی هنوز کسی نیست.. که بداند چه چیزی جای آن را گرفته است.

* **رُد بزرگ:** گاهی آدم‌ها تا جائی به هم نزدیک می‌شوند که دیگر یکدیگر را نمی‌بینند.. شاید دوری بتواند.. دوباره.. موجب شناخت درست آنها از یکدیگر شود.

نادر ابراهیمی: ما در روزگاری هستیم که بسیاری چیزها را.. می‌توان دید و باور نکرد و بسیاری چیزها را ندیده باور کرد.

محمد رضا شفیعی کدکنی:

به پایان رسیدیم.. اما.. نکردیم آغاز..

فروریخت پرها.. نکردیم پرواز

* **سعدی:** هزار جهد بکردم که سر عشق بپوشم

نبود بر سر آتش میسرم که نجوشم

به هوش بودم از اول که دل به کس نسپارم

شمایل تو بدیدم نه عقل ماند و نه هوش

* **اسماعیل فصیح:** زندگی ساده است.. تو را از شکم مادر می آورند اینجا.. به تو امید و عظمت دنیا را نشان می دهند.. بعد تو دهانت می زنند . همه چیز را از دست می گیرند.. و می گذارند مغزت در گما متوقف شود.

* **هر داستانی ,** شبیه یک قطار در حال حرکت است , مهم نیست کجا سوار شوی , دیر یا زود , مجبوری به مقصد برسی .

صادق هدایت: می دانی، هیچ حقیقتی خارج از وجود خودمان نیست، در عشق این مطلب بهتر معلوم می شود.. چون هرکسی با قوه تصور خودش کس دیگری را دوست دارد.. و این از قوه تصور خودش هست که کیف می برد، نه از زنی که جلو اوست.. و گمان می کند که او را دوست دارد.. آن زن تصور نهائی خودمان است.. یک موهوم است که با حقیقت خیلی فرق دارد.

خیام : قومی متفکرند اندر ره دین

قومی به گمان فتاده در راه یقین..

می ترسم از آن که بانگ آید روزی

کای بی خبران راه نه آنست و نه این

* **برتولت برشت:** ریشه اعتقاد از آن جا خشک می شود.. که بخواهند تحمیلش کنند.

مولوی :

ای دوست قبولم کن و جانم بستان

مستم کن و از هر دو جهانم بستان

با هر چه دلم قرار گیرد بی تو

آتش به من اندر زن آنم بسان

روزگارا، تو اگر سخت به من میگیری/ با خبر باش، که پژمردن من آسان نیست/
گرچه دلگیرتر از دیروزم/ گرچه فردای غم‌انگیز مرا می‌خواند/ لیک باور دارم
دلخوشی‌ها کم نیست/ زندگی باید کرد.

* **ماهاتما گاندی:** در دنیائی که مردها نان را از نامرد گدائی می‌کنند، نان
روسبی‌ها حلال‌تر است. چرا که آنان خود فروشند، نه مملکت فروش

کارل پوپر: کسانی‌که قول بهشت را در آن دنیا به ما می‌دهند، همین دنیا را برای ما جهنم
کرده‌اند.

* **پشت هر کوه بنند** سبزه زاریست پُر از یاد خدا و در آن باغ، کسی
می‌خواند که، خدا هست و دگر غصه چرا؟

* **آرزو دارم** خورشید رهایت نکند،

غم صدایت نکند،

ظلمت شام سیاهت نکند،

و تو را از دل آنکس که تنش در تن توست حضرت دوست جدایت نکند.

* **سخته** به جائی برسی که دیگه نه هیچ اومدنی آرومت کنه و نه هیچ رفتنی
نابودت.

* **درد دلت** را به هیچ کس نگو، زیرا یاد می‌گیرند از کجا، دلت را به درد آورند

* **کمکم یاد** خواهم گرفت با آدم‌ها همان‌گونه باشم که هستند، همانقدر خوب،
گرم، مهربان و همانقدر، بد، سرد و تلخ.

* **بعضی وقتها** در اوج خوشحالی، احساس خلاء شادی داریم و گاهی در منتهای غمگینی، احساس خوشبختی و گاهی هم یه حس عجیب، انگار همه چی روال عادی رو طی میکنه، به جا می‌خندیم، به جا حرف میزنیم، به جا زندگی می‌کنیم، اما ته دلمون یه چیزیه، یه چیزی. که ظاهراً بهش میگن دلتنگی.

* **حافظ**، در فال‌هایش هنوز اصرار دارد که خبر خوشی در راه است. تو کجای دنیای منی که هنوز در راهی؟

* **دلک:** مردی نزد روانپزشک رفت و از غم بزرگی که در دل داشت برای دکتر تعریف کرد. دکتر گفت: به فلان سیرک برو. آنجا دلکی هست، این قدر می‌خنداندت تا غمت یادت برود. مرد لبخند تلخی زد و گفت من همان دلکم.

مهدی اخوان ثالث: انتظار خبری نیست مرا

نه ز یاری، نه ز دیار و دیاری باری.

قاصدک، در دل من، همه کورند و کردند.

مولوی: دی شیخ با چراغ همی گشت گرد شهر

گز دیوو دد ملولم و انسانم آرزوست

گفتند یافت می‌نشود، جسته‌ای

گفته آن‌که یافت می‌نشود آنم آرزوست

* **برتولت برشت:** مواظب باشید که بنده ایده‌آل‌ها نشوید. و گرنه به زودی نوکر موعظه‌گران خواهید شد.

- * **مارک تواین:** هیچ عاقلی نمی‌تواند خوشبخت باشد.. زیرا در نظر عاقل زندگی یک امر واقعی است.. و او می‌بیند که این امر واقعی چه چیز وحشتناکی است.. فقط دیوانگان می‌توانند، خوشبخت باشند.
- * **ویلیام جیمز:** تا زمانی که قلب شما نخواهد.. به طور یقین مغزتان هرگز به چیزی باور پیدا نمی‌کند.
- * **فلورانس اسکاول‌شین:** زندگی یک آینه است.. و ما در دیگران بازتاب چهره خودمان را می‌بینیم.
- * **وین والتر دایر:** درست‌کارترین مردم جهان، بیشترین احترام را به سوی خود جلب شده می‌بینند، حتی اگر آماج بیشترین بد رفتاری‌ها و بی‌حرمتی‌ها قرا گیرند.
- * **آنان که** به قضاوت زندگی دیگران می‌نشینند، از این حقیقت غافلند که با صرف نیروی خود در این زمینه، خویشتن را از آرامش و صفای باطن محروم می‌کنند.
- * **انتقاد هم** مانند باران، باید آنقدر نرم باشد، تا بدون خراب‌کردن ریشه‌های آن فرد، موجب رشد او شود.
- * **چارلی چاپلین:** آموخته‌ام که خداوند همه چیز را در یک روز نیافرید، پس چه چیز باعث شد که من ببندیشم، می‌توانم همه چیز را در یک روز به دست بیاورم؟
- * **تفکر** سالم منبع قدرت و انرژی جسم است .

- * **مارک تواین:** آنجا که آزادی نیست، اگر رای دادن چیزی را تغییر می‌دادند، اجازه نمی‌داند که رای بدهید.
- * **ویکتور هوگو:** من نمی‌گویم هرگز نباید در نگاه اول عاشق شد، اما اعتقاد دارم باید برای بار دوم هم نگاه کرد.
- * **سکوت** همیشه به معنای «رضایت» نیست، گاهی یعنی، خسته‌ام از اینکه مدام به کسانی که هیچ اهمیتی برای فهمیدن نمی‌دهند، توضیح دهیم.
- * **برای اینکه دوست داشته باشم و به تو احترام بگذارم، مجبور نیستم با تو هم عقیده باشم.**
- * **بارهای سنگین** زندگی تنها با داروی خنده سبک‌تر می‌شوند.
- * **سفر به** عالم خیال، اعتماد به نفس را قوت می‌بخشد.
- * **نشاط و شادابی،** ماندگارترین خاطرات جوانی است که هرگز از یاد نمی‌رود.
- * **جبران خلیل جبران:** قلب شما در سکوت و آرامش، به اسرار روزها و شب‌ها شناخت می‌یابد، ولی گوش‌هایتان در حسرت و آرزویند، که آوای چنین شناختی را که بر قلب‌هایتان فرود می‌آید، بشنوند.
- * **بسیاری** از مردم تمام عمر خود را در جزیره‌ای خیالی به نام (یک روز دست به کار خواهم شد) می‌گذرانند.

* **خوشبختی**، گمشده همه ماست، مواظب باشیم اگر آن را پیدا کردیم خودمان را گم نکنیم.

* **قبل از اینکه** در مورد راه رفتن کسی قضاوت کنی، کمی با کفش‌های او راه برو.

* **دکتر علامحسین صدیقی 1284-1371** بنیانگذار کنگره هزاره ابوعلی سینا، او بزرگترین کاستی این ملت را چنین ترسیم کرده: بزرگترین عیب ما بی‌انصافی است، بی‌انصافی در داوری درباره دیگران، و در جای دیگر نوشته «جامعه‌ای شایسته بقاست که در آن انسان ارجمند و عزیز و گرامی باشد»

* **عادت ندارم** درد دلم را به همه کس بگویم، پس خاکش می‌کنم زیر چهره خندانم، تا همه فکر کنند، نه دردی دارم و نه قلبی.

* **کنجشک** می‌خندید به اینکه چرا هر روز بی‌هیچ پولی برایش دانه می‌باشم، من می‌گریستم به اینکه حتی او هم محبت مرا از سادگی‌ام می‌پندارد.

* **نکته: کودکی** با پای برهنه بر روی برفها ایستاده بود و به ویتترین فروشگاه‌های نگاه می‌کرد، زنی در حال عبور او را دید، او را به داخل فروشگاه برد و برایش لباس و کفش خرید و گفت مواظب خودت باش. کودک پرسید: ببخشید خانم شما خدا هستید؟ زن لبخند زد و پاسخ داد: نه من فقط یکی از بنده‌های خدا هستم. کودک گفت: می‌دانستم با او نسبتی داری.

* **لذت آنچه** را که امروز داری با آرزوی آنچه نداری خراب نکن، روزهایی که می‌روند دیگر باز نمی‌گردند.

❖ **گاهی** وقت ها سکوت بهترین حرف و نبودن بهترین حضور است ...

انسانیت مهم‌تر از مادیات است، اهمیت روابط اجتماعی بسیار مهم‌تر از درجات مادی است که هرکدام از ما در مسیر آرزوها به آنها می‌رسیم، بدون محبت و عشق و حمایت خانواده و دوستان در زندگی، موفقیت‌های مادی، خیلی لذت‌بخش نخواهد بود. با ایجاد تعادل در ملاک‌های برتری و ارزش‌های خود، از ثبات زندگی بیشتری بهره خواهیم برد.

❖ **کریستین بوبن:** فروختن آب به کسی که در بیابان مانده، کار آسانی‌ست، هر کسی می‌تواند این کار را انجام دهد. بازاریاب راستین، کسی است که به صحرائشینان ماسه می‌فروشد.

❖ **شکسپیر:** دوستان آزموده شده را با قفل‌های فولادی به قلب و جان خود می‌بندم.

❖ **قدر چیزی** را که داری بدان، قبل از اینکه زمان به تو یادآوری کند: باید قدر چیزی که داشتی را میدانستی.

یک پرنده، کوچک که زیر برگ‌ها نغمه سرایی می‌کند برای اثبات خدا کافیت

❖ **کسانی** هستند که از خودمان می‌رنجانیم، مثل ساعت‌هائی که صبح، دلسوزانه زنگ می‌زنند و در میان خواب و بیداری، بر سرشان می‌کوبیم، بعد می‌فهمیم که خیلی دیر شده.

❖ **سه چیز** خیلی سخت است: فولاد، الماس و خویش‌شناسی.

- * **ژان وال ژان، در «بینوایان»:** مرا برای دزدیدن تکه نانی به زندان بردند، و پانزده سال در آنجا هر روز یک قرص نان کامل مجانی خوردم.
- * **از دلیل کارنگی:** اگر میخواهی عسل به دست آوری، به کندو لگد زن.
- * **چارلی چاپلین:** درخشان‌ترین تاجی که مردم بر سر می‌نهند، در آتش کوره‌ها ساخته شده است.
- * **به هیچ کس** و هیچ چیز، در این دنیا وابسته نباش، حتی سایه‌ات در زمان تاریکی تو را تنها می‌گذارد.
- * **قطره‌های کوچک آب،** اقیانوس بزرگ را می‌سازند، دانه‌های کوچک شن ساحل زیبا را، لحظه‌های کوتاه شاید بی‌ارزش به نظر برسند، اما.
- * **همیشه** تفاوت آنچه را که به دست می‌آوری و آنچه را که سزاوارش هستی را بدان.
- * **خواندن** بی‌اندیشه بیهوده است و اندیشه بدون خواندن خطرناک.
- * **منت‌کشی** بی‌دلیل از هر کسی به او جرأت قهرهای بی‌دلیل را خواهد داد..
- * **می‌دانی** چه موقع از روی دوچرخه می‌افتی؟ زمانی که رکاب زدن را فراموش می‌کنی، زندگی نیز اینگونه است.
- * **خسرو شکیبائی:** عکس‌های قشنگ دلیل بر زیبایی تو نیست. ساخت دست عکاس است. درونت را زیبا کن که مدیون هیچ عکاسی نباشی.

نکته: زندگی ما شده مثل دکمه پیراهن، اولی‌رو که اشتباه بستی تا آخرش اشتباه میری، بدبختی اینه که زمانی به اشتباهت پی‌میبری که رسیدی به آخرش..

سپیده که سر بزند، در این بیشه‌زار خزان زده شاید، گلی بروید، مانند گلی که در بهار رویده. پس بنام زندگی هرگز مگو هرگز.

رویاهای کوچک را آرزو نکن، زیرا برای تکان دادن قلبت به اندازه کافی قدرت ندارند.

دانستن، جرم کمی نیست، وقتی که بدانی و عمل نکنی، بدانی و بگذری، بدانی و نادیده بگیری، بدانی و بشکنی.

گیله مرد: خودبینی، دیدن خود نیست. خودبینی ندیدن دیگران است.

فرانکلین: ازدواج مثل شهر محاصره شده است. کسانی که داخل شهرند سعی دارند از آن خارج شوند و آنها که خارج هستند کوشش دارند که داخل شوند.

فرانسیس بیکن: زندگی زناشویی، مثل تاتر است. مردم صحنه زیبا و آراسته آن را می‌بینند، در حالی که زن و شوهر، با پشت صحنه‌ی در هم ریخته و پر ماجرای آن سروکار دارند.

سامرست موام: تا قبل از ازدواج فقط مرگ می‌تواند دو عاشق دلداه را از هم جدا کند، اما بعد از ازدواج تقریباً هر چیزی می‌تواند سبب جدائی آنان شود.

جین کر: ازدواج با یک مرد مثل خریدن کالائی است که مدت‌ها مشتاقانه از پشت ویترین تماشایش کرده‌اید، اما وقتی به خانه می‌رسید موضوعی نا امیدکننده است

* **ساموئل راجرز:** ازدواج برای کسانی که تصور می‌کنند. صبح روز بعد از آن، آدم دیگری می‌شوند موضوعی نا امیدکننده است.

* **سنکرونیس:** مرد با ازدواج روی گذشته‌اش خط میکشد ولی زن باید روی آینده خود خط بکشد.

* **چارلی چاپلین:** من اگر پیامبر بودم، رسالتم شادمانی بود، بشارتم آزادی و معجزه‌ام خنداندن کودکان، نه از جهنمی می‌ترساندم و نه به بهستی وعده میدادم، تنها می‌آموختم اندیشیدن را و انسان بودن را.

* **هیچ کتابی** را نمی‌توان از روی جلدش شناخت، بلکه باید مطالعه کرد و بعد نظر داد.

آموخته‌ام: کسی که یادم نکرد، من یادش کنم، شاید او تنها تر از من باشد. به هیچ دلیلی بیادت هستم، تا نقض کنم قانونی را که علت می‌طلبد.

غمگین‌ترین جای خاطرات، اونجاست که احساس می‌کنی چهره‌اش داره از یادت میره.

* **اگر نسیمی** شانه‌هایت را نوازش کرد، بدان آن هوای دل من است که به یادت می‌وزد.

بگو دوستت دارم تا به جای پیراهن زندگیم را تنت کنم ...

دوست داشتن ساده است و باور کردنش سخت. تو ساده باور کن که من سخت دوستت دارم.

* **توی ذهنم**، یک دنیا، واست حرف دارم، ولی توی دلم یک جمله بیشتر نیست: دوستت دارم.

* **لحظه تولد من** به همان ثانیه‌ای برمی‌گردد که تو برای اولین بار به من گفتی، دوستت دارم.

* **هر 60 ثانیه‌ای** رو که با عصبانیت، ناراحتی و یا دیوانگی بگذرانی از دست دادن یک دقیقه از خوش بختی است که دیگر به تو بازمی‌گردد.

* **زندگی کوتاه است**، قواعد را بشکن، سریع فراموش کن، به آرامی ببوس، واقعاً عاشق باش، بدون محدودیت بخند، و هیچ چیزی که باعث خنده‌ات می‌گردد را رد نکن.

* **ویکتور هوگو**: جامعه‌ای که به فقر تن دهد. دینی که دوزخ داشته باشد و کشوری که ستم کند، فرومایه اند. من جامعه‌ای بدون شاه، دینی بدون تحمیل، و کشوری بدون مرز می‌خواهم، من این چنین هستم. و به همین خاطر کتاب بینوایان را نوشتم.

* **انسان نباید** در حریم این دنیا اسیر شود. بلکه باید دنیا را اسیر خود کند. و برای این کار اول باید خودش را بشناسد.

* **کلید درهای** موفقیت در دستان خودمان است. و تنها کسی که می‌تواند این در را به رویمان بگشاید، مطمئناً خودمان هستیم.

* **پانولوکونیلو:** رنج، اگر بدون ترس با آن مواجه شوی، بهترین گذرنامه برای رسیدن به آزادی است

شکسپیر: یک چراغ کوچک، تاریکی شب را می شکافت و نور می دهد. کار خوب اگر چه کوچک و ناچیز باشد، در نظر من کوچک و ناچیز نیست.

* **نادرشاه افشار:** لحظه پیروزی برای من از آن جهت شیرین است که پیران، زنان و کودکان کشورم در آرامش و شادمان ببینم.

* **چیزهائی** را که از دست داده‌ای را به حساب نیاور، چون گذشته هرگز بر نمی‌گردد اما گاهی اوقات آینده می‌تواند چیزهائی که از دست داده‌ای را برگرداند. به آن فکر کن.

* **اگر شما یک** غذای بد طعم را خورده باشید، می‌توانید طعم یک غذای خوب را درک کنید پس ، از تلخی‌های زندگی درس بگیر تا بتوانی آن را درک کنید.

* **ما، در زندگی** آسایش را با کسانی داریم که با ما موافق باشند. اما زمانی رشد می‌کنیم که با کسانی که با ما اختلاف نظر دارند، هستیم.

* **جمله** «به تو افتخار می‌کنم» همانقدر به مردان انرژی می‌دهد که جمله «دوست دارم» به زنان.

* **سطرها** بسیار مؤثر هستند، چون به شما می‌فهماند که:

- 1- نظم و ترتیب، همیشه در اولویت است.
- 2- سکوت معنی دار بهتر از کلمات بی‌معنی است.

زن‌ها، هرگز نمی‌گویند تو را دوست دارم. ولی وقتی از تو پرسیدند مرا دوست داری، بدان که درون آنها جای گرفته‌ای.

همیشه به دو نفر گوش کن، فرد با تجربه و معلم خوب.

همیشه دو تا چیز را بیاد بیاور، دوستان گذشته‌رو، و خاطرات خوبت‌رو.

همیشه دو تا جمله را به خاطر بسپار: آرامش با یاد خدا و دعای پدر و مادر.

اگر مختارید که بین حق به جانب بودن و مهربانی، یکی را انتخاب کنید، مهربانی را انتخاب کنید.

فقط زمانی به کسی بگوئید دوستت دارم، که واقعاً دوستش داشته باشید. فقط زمانی به کسی بگوئید، دلم برایت تنگ شده که واقعاً دلتان برایش تنگ شده باشد. فقط زمانی به کسی بگوئید که می‌خواهت، که واقعاً او را بخواهید. با کلمات احساسات هیچ‌کس را به بازی نگیرید. به هر آنچه که می‌گوئید، اعتقاد داشته باشید.

زنی که یک زندگی کامل و شاد را با تکیه بر خودش می‌سازد بسیار جذاب‌تر از زنی است که چشم به یک مرد دوخته تا آن را برایش بسازد.

هیچ‌گاه، نه به کسی بخندید و نه قضاوتش کنید، هرگز نمی‌دانید، شاید روزی شما هم در همان شرایط قرار بگیرید.

* **مبادا،** شوخی‌شوخی وارد دل کسی شوید که او جدی‌جدی شما را به قلبش دعوت کرده باشد. یادتان باشد، هرگز باعث گریه کسی نشوید، چون خدا اشکهای او را می‌شمارد و به وقتش با شما حساب می‌کند.

همیشه کسی وجود خواهد داشت که سر راهتان سنگ پرتاب کند. این به شما بستگی دارد که با آن سنگها، چه می‌سازید. پل یا دیوار، یادتان باشد شما معمار زندگی‌تان هستید. سعی کنید معمار خوبی باشید.

یکی از بزرگترین آزادی‌های ذهنی این است که اصلاً اهمیت ندهید که دیگران در مورد شما چه فکری میکنند.

انسان‌ها در قول و قرار، به هم شبیه اند، تنها در عمل است که با هم فرق دارند.

اخلاق بد مانند لاستیک پنچر است. تا عوضش نکنید، راه به جایی نخواهید برد.

اگر کسی شما را در زندگی‌اش بخواهد، خودش جایی برایتان باز خواهد کرد. نباید مجبور باشید که بزور جایی برای خود باز کنید. هرگز و هرگز، خودتان را به کسی که قدر و ارزش شما را نمی‌بیند تحمیل نکنید.

این‌گونه نیست که همه انسان‌ها از زحماتی که برایشان می‌کشید، قدردانی کنند. باید متوجه شوید، چه کسی برای محبت شما ارزش قائل است و چه کسی فقط منفعت می‌برد.

در زندگی‌تان با افرادی برخورد خواهید کرد که درست‌ترین حرف‌ها را در مناسب‌ترین زمان‌ها به شما خواهند گفت، اما در انتها این همیشه اعمال آنها است که باید معیار شما برای قضاوت کردن آنها قرار گیرد. مهم کردار است نه گفتار.

* **ناتالیا کینز بورک**: مادرم می گفت (عشق) بزرگترین هدیه ی جهان به انسان است . اما من فکر می کنم (فراموشی) بزرگترین هدیه ی جهان است چرا که هیچ عشقی تا ابد نمی پاید و باید قدرت فراموش کردن آن به انسان ها داده شود .

* **دنیس ویتلی**: احساس آسایش، در زمان تنهایی و لذت بردن از آن نشانه آرامش درون و تمرکز است .

* **اینکه گمان می‌کنیم** بعضی چیزها محال است، بیشتر برای آن است که برای خود عذری آورده باشیم.

* **بزرگی یک** هدیه به گران قیمتی آن نیست، بلکه به محبت و حرمتی است که همراه هدیه منتقل می‌شود. پس منتظر به دست آوردن توانائی خرید هدیه‌های گران نمایم.

* **زندگی مشترک** به اجبار نیست، هر یک از طرفین حق دارند به آن پایان دهند.

* **صفتی که** همه «مردها» یا همه «زنها» را شامل شود، وجود ندارد. جنسیت، ملاک درستی برای تقسیم‌بندی اخلاقی نیست.

* **فرزندانمان** به «انتخاب» ما به دنیا آمده‌اند، در برابر آنان مسئولیت‌پذیر باشیم.

خشم ، با دیوانگی آغاز می‌شود و با پشیمانی پایان می‌پذیرد .

موفقیت ، مجموعه ای از تلاش های کوچک روزانه است .

- * **هیچ شرایطی** توجیه‌گر توهین به دیگران نیست. به هیچ‌کس در هیچ شرایطی توهیم نکنیم.
- * **ازدواج**، جدائی از خانه پدری و تشکیل یک واحد مستقل اجتماعی است در حفظ استقلال آن بکوشیم.
- * **هرچه** «از قدیم گفته‌اند» و یا شاعران و بزرگان در گذشته مطرح کرده‌اند لزوماً درست نیست.
- * **در حوادث** و اتفاقات به‌جای «مقصر» به دنبال راه چاره باشیم.
- * **آزادی**، فرصتی است برای گوشه‌گیری، تو اگر بتوانی خودت را از انسانها جدا کنی آزادی.
- * **اگر هیچ‌گاه** به یک موضوع خاص شک نمی‌کنیم، نشانگر این است که نسبت به آن تعصب کورداریم.
- * **فداکردن** زندگی خود برای آسایش فرزندان، خیانت به فرزندان است.
- * **بنجامین فرانکلین**: هیچ وقت به گمان اینکه وقت دارید ننشینید، زیرا در عمل خواهید دید که همیشه وقت کم و کوتاه است.
- * **نیما یوشیج**: هر قدر به طبیعت نزدیک شوی، زندگانی شایسته‌تری را پیدا می‌کنی
- * **داستایوفسکی**: تنها آرامش و سکوت، سرچشمه نیروی لایزال است.

- * **فریدریش انگلس:** تکامل و حرکت، مبنا و پیش فرض کل وجود است..
- * **یوهان ولفگانگ گوته:** کسی که دارای عزمی راسخ است. جهان را مطابق میل خویش عوض می‌کند.
- * **سیمین دانشور:** بهای سنگینی دادم تا فهمیدم: کسی را که قصد ماندن ندارد، باید راهی کرد.
- * **ریچارد باخ:** بدترین قسمت زندگی انتظارکشیدن است. و بهترین قسمت زندگی داشتن کسی است که ارزش انتظار کشیدن را داشته باشد.
- * **هاینریش بل:** همه چیز می‌تواند مرا خوشحال کند. اما هیچ چیز نمی‌تواند غم مرا ببرد و حتی یک کلمه هم نگفت.
- * **اریش ماریا رمارک:** آدم‌های بی‌خود و بی‌مصرفی شده‌ایم. دیگر حتی دلمان به حال خودمان هم نمی‌سوزد و این عجیب و غم‌انگیز است.
- * **امیل سیوران:** نه به آینده بنگر و نه به گذشته. بدون هیچ ترس یا تأسفی به خودت نگاه کن هیچ‌کس تا وقتی که در بند گذشته و آینده‌اش است، خود واقعی‌اش را به دست نمی‌آورد.
- * **دیوید سالیجر:** گاهی، لحظه‌های سکوت پرهیاهوترین دقایق زندگی هستند. مملو از آنچه می‌خواهیم بگوئیم ولی نمی‌توانیم.
- * **خدایا،** یک مرگ بدهکارم و هزار آرزو طلبکار، یا طلبت را بگیر، یا طلبم را بده.

- * **گاهی** راحت تر آن است که، با وجود اندوهی که در درونتان موج می‌زند، لبخند بزیند تا اینکه بخواهید به همه عالم علت غمگینی خود را توضیح دهید.
- * **وقتی کسی** برای نداشته‌هایت بهانه می‌گیرد، بهتر است، او را هم نداشته باشی، گاهی نداشتن از داشتن بهتر است.
- * **ترجیح می‌دهم**، تنها باشم و با وقار، تا این‌که در رابطه‌ای باشم که به خاطرش لازم باشد عزت‌نفسم را قربانی کنم.
- * **بدترین گناه**، این است که به کسی که تو را راستگو می‌پندارد و به تو اطمینان دارد، دروغ بگوئی.
- * **اگر یقین داری**، روزی پروانه می‌شوی، بگذار روزگار هر چه می‌خواهد پیله کند.
- * **دُعا**، لاستیک یدک نیست که هرگاه مشکل داشتی از آن استفاده کنی. بلکه فرمان است که تو را به راه درست هدایت می‌کند.
- * **جان کوی**: بهتر است پیش از اینکه وارد یک رابطه عاشقانه شویم، خودمان احساس کامل بودن بکنیم.
- * **خدارو شکر**، ما دیگر فقیر نیستیم، دیروز پزشک روستا گفت: چشمان پدرم پر از آب مروارید است.

* **اگر خطای** ، گذشته را نمی توان جبران کرد ، دست کم می توان اثر آن را با مهربانی در حق کسی دیگر از بین برد .

* **نیما یوشیج**، در جشن یکسالگی فرزندش نوشت: پسر، یک بهار، یک تابستان، یک پائیز و یک زمستان را دیدی، از این پس همه چیز جهان تکراری است، جز مهربانی.

قربان وجودت که وجودم زوجودت به وجود آمده، مادر ...

* **ده درصد** منازعات به دلیل اختلاف نظر است و نود درصد بقیه به خاطر لحن بد گفتگو .

* **از بین بردن** دشواری های شخصی ، به تنهایی لذت ویژه ای به همراه دارد .

* **در زندگی ام**، زیسته ام ، عاشق شده ام ، فارغ شده ام ، دلتنگ شده ام، سوخته ام، اعتماد کرده ام ، اشتباهاتی کرده ام اما بیشتر از همه آموخته ام.

* **فریدریش نیچه**: آشفته گی من از این نیست که تو به من دروغ گفته ای از این آشفته ام که دیگر نمی توانم تو را باور کنم.

* **از گابریل گارسیا مارکز** ، می پرسند، آگه بخوای یه کتاب صد صفحه ای در مورد امید بنویسی، چی می نویسی؟ میگه 99 صفحه رو خالی میزارم، صفحه آخر، سطر آخر، می نویسم، امید آخرین چیزی است که می میرد، یادت باشه ، دنیا گرده، هر وقت احساس کردی به آخر رسیدی، شاید در نقطه شروع باشی.

* **خیر خواهی**، انسان نیک خواه ، پیرامونش هاله ای عظیم از حمایت می آفریند .

* **محمود چرم‌شیر**: اینجا سرزمین تلخی‌هاست، سرزمین حسرت‌ها، اینجا رویا زود از یاد همه می‌رن، اینجا فردا، همین امروزه، دیروزی هم نداره، اینجا باید به خیلی چیزها تن داد، اینجا سرزمین تن دادن‌هاست.

* **بنا به گفته بزرگی**: جائی که همه چی غلطه، درست بودن هم غلطه.

* **لنو تولستوی**: در زندگی وضعی نیست که انسان نتواند به آن خو بگیرد، به‌ویژه هنگامی که ببیند همه اطرافیانش آن را پذیرفته‌اند.

* **نادر ابراهیمی**: انسان فقط وقتی انسان است که، خودش را معیار همه چیز نداند و باور کند که، ممکن است خیلی‌ها، خیلی چیزها را بهتر از او بفهمد.

* **روح غمگین** در تنهایی آرام می‌گیرد و از انسان‌ها می‌هراسد، چون آهویی زخمی که گله را به جا نهاده و به زندگی غار رومی آورد تا بهبود یافته یا بمیرد.

* **بنا به گفته بزرگی**: همه عمر دنبال یک چیزهائی می‌گردیم که ظاهراً اسمش زندگی است، حیف، آدم، بعضی چیزها را وقتی می‌فهمد که دیگر فهمیدن یا نفهمیدنش فرقی به حالش ندارد.

* **هوشنگ ابتهاج**: به سان رود که در نشیب دره، سر به سنگ می‌زند، رونده باش، امید هیچ معجزه ز مرده نیست، زنده باش.

- * **لنو تولستوی:** میان آدمیان چیزی نیست، جز دیوارهایی که خود ساخته‌اند.
- * **فروغ فرخ‌زاد:** اگر ای آسمان/ خواهم که یک روز از این زندان خامش/ پر بگیرم/ ز من بگذر، که من مرغی اسپرم.
- * **از توابع،** دروغی متنفرم، چون این فقط یه دروغ دیگه است.
- * **عشق،** نه پول میخواد، نه خوشگلی، نه ماشین، نه هیچی دیگه، فقط دو تا آدم میخواد، دو تا آدم.
- * **پست‌ترین انسان** کسی است که خوب بودن تو را بر حسب زرنگی خود بگذارد.
- * **مراقب باشید،** یک شوخی می‌تواند از صد تا جدی ویرانگرتر باشد.
- * **کاش،** همیشه در کودکی می‌ماندیم تا به جای دلمان، سر زانو هامان زخمی میشد
- * **جک کانفیلد:** ترسهایت، را خودت باید بتنهایی از بین ببری و بر آنها چیره گردی. هیچ کس در این راه به تو کمک نخواهد کرد، چون هیچ کس به اندازه خودت با ترسهایت آشنا نیست
- * **فریبا عرب‌نیا:** خوبم، درست مثل مزرعه‌ای که محصولش را ملخ‌ها خورده‌اند، دیگر نگران داس‌ها نیستم.
- * **اگر کسی** به تو لبخند نمی‌زند، علت را در لبان بسته خود جستجو کن.

- * **احساسات** خیلی شبیه امواج هستند، نمی‌توانیم مانع آمدنشان شویم اما می‌توانیم انتخاب کنیم روی کدامشان سوار شویم.
- * **وقتی بکوشید** همه چیز را کنترل کنید، از هیچ چیز لذت نمی‌برید. گاهی باید آرام باشید نفسی عمیق بکشید، بگذرید و در لحظه زندگی کنید.
- * **وقتی سخت‌ترین و دردناک‌ترین گزینه را بر می‌گزینید**، اما درعین حال در قلبتان احساس آرامش می‌کنید، معنایش این است که تصمیم درست را گرفته‌اید.
- * **برخی آدم‌ها** فقط با از دست دادن شما خواهند آموخت که قدرتان را بدانند.
- * **گاهی آدم‌ها** زیبایند، نه به خاطر چهره یا کلامشان، بلکه صرفاً به خاطر هر آنچه که هستند. «خود واقعیشان و اصالت حقیقی‌شان»
- * **تبعید** به قطب جنوب یا قله مون بلان آن قدر آدمی را از دیگران دور نمی‌کند که اندیشه‌ای متفاوت با اندیشه دیگران.
- * **گاهی مشکلات** شما تنها در صورتی قابل حل هستند که تصمیم بگیرید که دهانتان را بسته گوش، قلب و عقلتان را باز نگاه دارید.
- * **خدایا**، در انجماد نگاه‌های سرد این مردم، دلم برای جهنم تنگ شده است.
- * **این زندگی** نیست که می‌گذرد، این ما هستیم که ره‌گذریم، پس با هر طلوع و غروب لبخند بزن، مهربان باش، و محبت کن شاید فردائی نباشد.

❖ **یک نکته** بگویمت به تحقیق بسنج

گر عاقل و کاملی مرنجان و مرنج

رنجاندن خلق و رنجشت از طمع است

بگذر ز طمع، که این به است از صد گنج

❖ **ژان پل سارتر:** افسوس می‌خورم که همراهش نرفتم، ولی دلش

نمی‌خواست. او بود که از من درخواست کرد، تنه‌ایش بگذارم. او داشت

کارآموزی تنهائی را شروع کند.

❖ **محمود دولت‌آبادی** «در نون نوشتن»: همدلی و همزبانی حُسن بزرگی‌ست.

تو برای همدل و همزبان خود لازم نیست همه چیز را بگوئی، تا او اندکی از

تو را بفهمد. بلکه کافی‌ست اندکی بر زبان بیاوری تا او همه‌تو را دریابد.

❖ **خورخه لوئیس بورخس:** هرگز به کسی که برای احساس تو ارزش قائل

نیست دل نبند، به خودت بیاموز، هر کسی ارزش ماندن در قلب تو را ندارد.

❖ **سورن کی‌یر که‌گارد:** ایمان دقیقاً از همان جایی آغاز می‌شود که عقل پایان

می‌یابد.

❖ **احمد شاملو:** برای زیستن دو قلب لازم است. قلبی برای من، قلبی برای

انسانی که من می‌خواهم، تا انسان را در کنار خود حس کنم. انسانی در کنارم،

آئینه‌ئی در کنارم، تا در او بخندم، یا در او بگریم.

❖ **گاهی،** برای چشیدن خوشبختی واقعی باید به دنبال دلتان بروید و اهمیت

ندهید دیگران ممکن است چه فکری کنند.

* **هر چقدر** هم که سنم زیاد باشد، وقتی ناراحتم، دلم می‌خواهد مادرم کنارم باشد.

* **افلاطون:** به شنیدن عادت کن، خواهی دید که از سخن ابلهان نیز سود خواهی برد.

* **آنقدر زمین خورده‌ام** که بدانم برای برخاستن نه دستی از برون، بلکه همتی از درون لازم است.

* **زن زیباترین** مخلوق خداوند است، و زیباییش زمانی به کمال میرسد که حس مادر بودن را تجربه می‌کند.

* **صادق بودن** شاید منتهی به دوستی‌های فراوان نشود، اما همیشه نتیجه‌اش یافتن دوستان حقیقی خواهد بود.

* **دو چیز** انسانیت را در وجود انسان‌ها از بین میبرد:

1- فریاد، وقتی باید سکوت کرد

2- سکوت، وقتی باید فریاد زد.

بعضیا برای رسیدن به‌جائی و بعضیا بعد از رسیدن به‌جائی همه چیزو زیر پا میذارند.

* **کسانیکه** در تاریکترین شب‌هایتان، شما را تنها نمی‌گذارند، همان افرادی هستند که سزاوار همنشینی در روشن‌ترین روزهایتان‌اند.

* **دشمنی** که صادقانه کینه‌ورزی کند، همیشه بهتر است از دوستی که ریاکارانه ابراز محبت می‌کند.

* **آلدوس هاکسلی:** بیرون کردن آدم‌های منفی از زندگی‌ام، به این معنا نیست که از آنها متنفرم بلکه برای خودم احترام قائلم.

* **راد اس ام اس:** کوچک کردن دیگران، کمکی به بزرگ شدن خودتان نخواهد کرد.

* **تو همانی که** می‌اندیشی، هر گاه به این اندیشیدی که تو یک عقابی به دنبال رویاهایت برو، و به یاوه‌های مرغ و خروس‌های اطرافت فکر نکن.

صائب تبریزی:

ز نا مردان علاج درد خود جستن، بدان ماند

که خار از پا برون آرد کسی، با نیش عقرب‌ها

* **زمان** هیچ‌گاه دردی را درمان نکرده، این ما هستیم که به مرور به دردها عادت می‌کنیم.

* **ویکتور هوگو:** عذاب وجدان، بدتر از مرگ در بیابان سوزان است.

* **نه دنیا را بد ساخته‌اند و نه انسان را بد آفریده‌اند، تمام مشکل این است که** بد را خوب رنگ کرده‌اند.

* **کاش مردان،** همیشه مرد باشند و زنان همیشه زن، آنگاه هر روز نه روز زن، نه روز مرد، بلکه روز انسان است.

- سه چیز را با احتیاط بردار: قدم، قلم، قسم..

- سه چیز را پاک نگه‌دار: جسم، لباس، خیال..

- از سه چیز کار بگیر: عقل، همت، صبر.
 - از سه چیز خود را دور نگه دار: افسوس، فریاد، نفرین.
 - سه چیز را آلوده نکن: قلب، زبان، چشم.
- * **ژوزه سارا ماکو:** گاهی حذف کردن برخی آدم‌ها از زندگی‌تان، جا را برای آمدن آدم‌های بهتر باز می‌کند.
- * **مهم نیست** که چقدر مرتکب اشتباه می‌شوید، یا به آهستگی پیشرفت می‌کنید. شما همیشه جلوتر از همه کسانی هستید که اصلاً هیچ قدمی بر نمی‌دارند.
- * **ایلهان برک:** بزرگترین پشیمانی‌ام، ساعت‌ها جمله ساختن برای کسانی بود که لیاقت یک کلمه را هم نداشتند.
- * **گلی ترقی:**
- عشق چیست؟ جز آنکه زن همدمی باشد برای مرد و مرد تکیه‌گاهی برای زن یعنی فهم و اجرای این نیم خط آنقدر سخته که همه تنه‌ایند؟
- * **فروغ فرخزاد:** بدی‌های من به‌خاطر بدی کردن نیست، به‌خاطر احساس شدید خوبی‌های بی‌حاصل است.
- * **ایلهان برک:** انسان‌هایی بودیم که به پاک کردن عادت داشتیم، ابتدا اشک‌هایمان را پاک کردیم، سپس یکدیگر را.
- * **افراد** به اندازه کمبودهایشان، دیگران را آزار می‌دهند.

- * **آموخته‌ام** که وابسته نباید شد. نه به هیچ‌کس، نه به هیچ رابطه‌ای و این لعنتی، نشدنی‌ترین کاری بود که آموخته‌ام.
- * **ساموئل بکت** : لحظه‌ای میرسد که آدم از همه چیز دست می‌کشد. چون عاقلانه‌ترین کار همین است.
- * **پائولو کوئیلو**: احساسات باید همواره آزاد باشد، نباید با رنج گذشته، دربارهٔ عشق آینده قضاوت کرد.
- * **جبران خلیل جبران**: همدیگر را دوست داشته باشیم، به همدیگر عشق بورزیم، اما نه چسبیده به هم، بگذاریم باد میان ما بوزد.
- * **زندگی**، یعنی بخند هر چند که غمگینی، ببخش هر چند که مسکینی، فراموش کن هر چند که دلگیری، این‌گونه بودن زیباست، هر چند که آسان نیست.
- * **وقتی که** زندگی برات خیلی سخت شد، یادت باشه که، دریای آروم، ناخدای قهرمان نمی‌سازد.
- * **همیشه دلتنگی** به خاطر نبودن کسی نیست، گاهی به خاطر بودن کسی ست که حواسش به تو نیست.
- * **موفقیت**، برای اشخاص کم‌ظرفیت، مقدمه گستاخی است.
- * **پشت زیباترین لبخند** بیشترین رازها نهفته است. زیباترین چشم بیشترین اشک‌ها را ریخته است و مهربانترین قلب، بیشترین دردها را کشیده است.

- * **ویلیام شکسپیر:** در آن زمان که به شدت احساس تنهایی می‌کنی، مطمئن باش که یکی برای دیدنت لحظه شماری می‌کند.
- * **به اندازه باوره‌های هر کسی** با او حرف بزن، بیشتر که بگوئی تو را احمق فرض می‌کند.
- * **سعی کن** با همه چیز کنار بیایی، فرار نکن، زمین به شکل احمقانه‌ای گرد است.
- * **زویا پیرزاده:** اگر دلت گرفته، سکوت کن، این روزها کسی معنای دلتنگی را نمی‌فهمد.
- * **آرامشی که اکنون دارم،** مدیون انتظاریست که دیگر از کسی ندارم.
- * **آنا گاولدا:** چقدر خوب است که همیشه در زندگیتان کسی را داشته باشید که حتی در نبودنش هم باعث لبخندتان شود.
- * **اورینا فالاجی:** در «نامه به کودکی که هرگز زاده نشد» زندگی یعنی جنگی که هر روز تکرار می‌شود و در ازای لحظات شاداش که مکث‌های کوتاهی بیش نیست، باید بهای گزافی پرداخت.
- * **شادی** خود را به هیچ چیز و هیچ کس وابسته نکن، تا همیشه از آن برخوردار باشی ...
- * **چقدر** دوست داشتنی هستند آدم‌هایی که شبیه حرف‌هایشان هستند .
- * **هیچ چیز** مثل قدم زدن در کنار ساحل روح را تسکین نمی‌دهد .

انتظار نداشته باش، همیشه آن چه در اطرافت اتفاق می افتد مطابق میل و خواسته‌ات باشد.

از سختی‌ها و مشکلات زندگی استقبال کن و با غلبه بر آن‌ها به خود پاداش بده.

به دیگران کمک کن، آنچه را می‌خواهند به دست آورند، تا رضایت آنها، شادی واقعی را نثارت کند.

هرگز خودت را با دیگران مقایسه نکن، چرا که تو چیزهایی داری که دیگران در حسرت آن وقت می‌گذرانند.

بالاخره اینکه، انعطاف‌پذیر باش، نیایش و کرنش معنوی انجام بده و زیاد بیخس تا شادی را از عمق وجودت احساس کنی.

خدایا، لطفاً به بعضی از آنهایی که ادعای ایمان داشتن دارند، یاد آوری کن، که تو خدا هستی نه آنها.

هرسکوتی: سرشار از ناگفته‌ها نیست، بعضی وقت‌ها سرشار از خجالت گفته‌هاست.

یادمان باشد: آنهایی که به جای فریاد زدن سکوت می‌کنند، یک روز به جای اینکه صبر کنند، در را باز می‌کنند و می‌روند.

تو اگر می‌دانستی، چه زجری دارد، خنجر از دست عزیزان خوردن، از من خسته و نمی‌پرسیدی، آه ای مرد چرا تنهایی؟

* **برای خریدن عشق** هر که هر چیز داشت آورد. دیوانه هیچ نداشت گریست، گمان کردند، چون چیزی ندارد می‌گیرد. اما هیچ کس ندانست بهای عشق اشک است

* **یک پند آموزنده:** گر به دولت برسی مست نگردي مردی،
گر به ذلت برسی پست نگردي مردی،
اهل عالم همه بازیچه دست هوسند،
گر تو بازیچه این دست نگردي مردی.

* **بیاموزیم،** نجابت را از گل سرخ، لطافت را از بهار، عطش را از تابستان، تنهائی را از پائیز، پاکیزگی را از زمستان، عشق را از اغماض، ایثار را از عشق و دوست داشتن را از مادر.

* **نگته:** با شیخ از شراب حکایت مکن که شیخ
تا خون خلق هست ننوشد شراب را

* **آدولف هیتلر:** اگر تو برنده باشی، نیازی نیست به کسی توضیحی دهی. اما اگر بازنده باشی، نیازی نیست، آنجا باشی تا به کسی توضیحی دهی.

* **ویلیام شکسپیر:** سه جمله برای کسب موفقیت:

الف- بیشتر از دیگران بدانید

ب- بیشتر از دیگران کار کنید. ج - کمتر انتظار داشته باشید .

* **توماس ادیسون:** من نمی‌گویم 1000 شکست خورده‌ام، من می‌گویم 1000 راه وجود دارد که می‌تواند باعث شکست شود.

سکوت ، یعنی گفتن در نگفتن، یعنی مقابله با شهوت رام نشدنی، حرف یعنی تمرین برگشتن به دوران جنینی و شنیدن انحصاری لالائی قلب مادر، تنهائی محض.

آدم بسیاری حرف‌ها را می‌شنود، آرزو می‌کند، کاش بشر گنگ و ساکت بود، **آنانکه** حرمت سکوت را پاس می‌دارند بیش از حرافان ، به بشر امیدواری می‌دهند

آزار دهنده‌ترین سکوت، وقتی است که دورغ می‌گوئی و مخاطبت در سکوتی سنگین، فقط نگاه می‌کند.

بعضی بلدند ، با تمام وجود، مدت‌ها ساکت باشند، حیف که زبانشان ، آخر، همه را به باد می‌دهد...

باد ، با چراغ خاموش کاری ندارد . اگر در سختی هستی بدان که روشنی .

تمام مردم جهان با یک زبان واحد سکوت می‌کنند، ولی به محض بازکردن دهان از هم فاصله می‌گیرند.

در آخرت تو را به خاطر حرف‌های نسنجیده، ممکن است مجازات نکنند، ولی سکوت بی‌جایت را هرگز نمی‌بخشایند.

آدم‌های خسیس، ممکن است بی‌بها حرف بزنند، ولی بی‌بها سکوت نمی‌کنند.

اریک امانوئل اشمیت: عقل، در این نیست که جلوی احساس رو بگیری، بلکه در اینه که همه چیز رو احساس کنی هرطور که باشه.

* **گابریل گارسیا مارکز:** فرق بزرگیست میان کسی که تنهامانده و کسی که تنهایی را انتخاب کرده است.

* **دلم می‌گیرد** وقتی می‌دانم، در دنیای به این بزرگی، هیچ دلی نیست که برای من تنگ شود.

* **جوانی‌هایت** را با بچه‌گی‌هایم پیرکردی، به موی سپیدت مرا ببخش مادر ای تمام هستی من.

* **آدم‌ها**، به اندازی ناگفته‌هایشان از هم دور می‌شوند نه، به اندازه قدم‌هایشان.

* **چیز زیادی نمی‌خواهم**، فقط کمی گوش کنی، اندکی درک کنی و از ته دل این جمله را بگوئی: «آرام باش، من کنارتم»

* **شهباز قنبری:**

بوی گندم مال من، هرچی که دارم مال تو.

یک وجب خاک مال من هرچی می‌کارم مال تو

طنز: دیشب با نونوائی محلمون دعوام شد بهش گفتم: جواب ابلهان خاموشی است. در جا جواب داد: پس خفه شو.

* در دیاری که در او نیست کسی یار کسی

کاش یا رب که نیفتد به کسی کارکسی

قطعا یکی از راه های تحمل زندگی پناه بردن به سکوت است .

همیشه دقیقاً وقتی پر از حرفی، وقتی بغض می‌کنی، وقتی داغونی، وقتی دلت شکسته، دقیقاً همین وقتا، آنقدر حرف داری که فقط می‌تونی بگی: «بی خیال»

بی دلیل در پی سرنوشت ، از رونوشت خط خورده دیگران، تکرار می‌کنیم، تمرین تنهائی را.

چهره‌های خندان به معنای حضور نداشتن غم و اندوه نیست ، به معنای توانائی برخورد با آن است.

باید تنهائی تون رو مخفی کنید. این روزها از تنها چیزی که سوء استفاده می‌شه، تنهائییه.

خورخه لوئیس بورخس: همیشه توان این را داشته باش تا از کسی یا چیزی که آزارت می‌دهد، به راحتی دل بکنی.

در دنیا، از سه آهنگ می‌هراسم، صدای کودکی، از بی‌مادری، صدای عاشقی، از جدائی، و صدای مجرمی، از بی‌گناهی.

ابوسعید ابوالخیر:

حال دنیا را پرسیدم من از فرزانه‌ای

گفت: یا باداست یا خواب است یا افسانه‌ای،

گفتمش احوال عمرم را بگو، تا عمر چیست؟

گفت: یا برق است یا شمع است یا پروانه‌ای.

گفتمش آنان که می‌بینی براودل بسته‌اند؟

گفت: یا کورند یا مستند یا دیوانه‌ای.

* **بیچاره گل فروش**، تنها کسی که، وقتی با گل وارد خانه می شود همه غمگین می شوند.

* **یک قانون ساده** در زندگی وجود دارد: اگر آرزوهایتان را دنبال نکنید، هرگز به آن نخواهید رسید. منتظر معجزه نمانید.

* **نقل قول**: از آدم‌های عاطفی بیشتر بترسید، آنها قادرند، یک مرتبه، دیگرگریه نکنند، دوست نداشته باشند و ناگهان شخصیتی خطرناک پیدا کنند.

* **وقتی** آدم‌های کوچک رو برای خودمون خیلی بزرگ کنیم هم اونها رو به اشتباه می اندازیم، هم خودمون رو.

- **به یک جانی** از زندگی که رسیدی می فهمی، رنج را نباید امتداد داد، باید مثل یک چاقوکه چیزها را می برد و آزمایشان می گذرد، از بعضی آدم‌ها بگذری و برای همیشه تمامشان کنی.

به یک جانی از زندگی که رسیدی، می فهمی توانائی عشق ورزیدن، بزرگترین هنر جهان است..

- **به یک جانی** از زندگی که رسیدی، می فهمی اگر بتوانی دیگری را همانطور که هست بپذیری و هنوز عاشقش باشی عشق تو واقعی است.

- **به یک جانی** از زندگی که رسیدی می فهمی، کسی که دوست دارد، همش نگرانه، به خاطر همین بیشتر از اینکه بگه دوست دارم میگه مواظب خودت باش. راستی؛ مواظب خودت باش!

* **اگه**، تو زندگی یکی از سیم‌های سازت پاره شد، آهنگ زندگیتو جوری ادامه بده، که هیچ‌کس نفهمه به تو چی گذشت، حتی اون‌ی که سیمو پاره کرده.

* **سخت است** همزیستی دائم با کسانی که دغدغه‌هایت را نمی‌فهمند، اما عزیزان تو هستند.

* **در زندگی** هیچ چیز ثابت و همیشگی نیست، همان‌طور که شادی مطلق وجود ندارد، غم و اندوه مطلق نیز وجود ندارد.

وصیت‌نامه وحشی بافقی:

روز مرگم، هر که شیون کند، از دور و برم دور کنید
 همه را مست و خراب از می انگور کنید.
 مزد غسل مرا، سیر شرابش بدهید
 مست مست از همه جا حال خرابش بدهید
 بر مزارم، مگذارید بیاید واعظ
 پیر می خانه بخواند غزلی از حافظ
 جای تلقین به بالای سرم دف بزنید
 شاهدی رقص کند، جمله شما کف بزنید.
 روز مرگم وسط سینه من چاک زنید
 اندرون دل من یک قلمه تاک زنید
 روی قبرم بنویسید، وفادار برفت
 آن جگر سوخته، خسته از این دار برفت

* **رایج‌ترین** و مخرب‌ترین اعتیاد در جهان ترسیم یک نوع زندگی راحت و روتین است، در حالیکه فلسفه زندگی چیز دیگری است، زندگی یعنی حیات، زندگی یعنی یادگیری و رشد، با وجود هیجان‌ات و استرس‌ها.

* **نان را** از من بگیر، اگر می‌خواهی هوا را از من بگیر، اما خنده‌ات را نه.

* **زندگی** پر از معماهاست، بعضی از آنها هیچ‌گاه به جواب نمی‌رسند، این تمایلات ذهن جستجوگر است که به دنبال پاسخ می‌گردد و در میان ناشناخته‌ها شجاعانه سیر می‌کند تا به جواب سئوالات خود برسد و همین جستجوهاست که به زندگی معنا می‌بخشد.

سهراب سپهری: من به آمار زمین مشکوکم، اگر این سطح پر از آدم‌هاست،

پس چرا این همه دل‌ها تنهاست.

بی‌خودی می‌گویند، هیچ‌کس تنها نیست،

چه کسی تنها نیست، همه از هم دورند.

همه در جمع ولی تنهایند، من که در تردیدم، تو چطور؟

* **به گفته جان لئون:** زندگی آن چیزی است که برای تو اتفاق می‌افتد، در حالیکه تو سرگرم برنامه‌ریزی‌های دیگری هستی.

* **بهترین چیزهای** زندگی را ایگان هستند: دوستان خوب، لبخند، آغوش، خواب، خانواده، بوس، خاطرات خوش، خنده، عشق.

* **از انسان‌های** بی‌معرفتی که در زندگی‌تان بوده‌اند سپاسگزاری کنید، چون به شما نشان داده‌اند که دقیقاً چه کسی نمی‌خواهید باشید.

* **زندگی از لحظاتی** خاص تشکیل شده که باعث می‌شود که ارزش زیستن داشته باشد. اوقات گرانبهای بسیاری وجود دارند که به دلیل استرس و سبک زندگی شتابزده، آنها را از دست می‌دهیم، باید از این سرعت بکاهیم و بدانیم که زنده بودن و عشق ورزیدن، چقدر قیمتی است.

* **عشق**، واقعی تاریخ انقضا ندارد.

* **عقلانیت**، یعنی دانستن اینکه از کدام مشاجرات دوری کنید. هیچ بردی ارزش آن را ندارد که وقار و شخصیت خود را قربانی کنید.

* **هیچ‌گاه** از انجام کارهای کوچک برای دیگران دست نکشید. گاهی آن کارهای کوچک، بزرگترین بخش قلب آنها را اشغال می‌کند.

* **آنچه مردم** را دانشمند می‌کند، مطالبی نیست که می‌خوانند، بلکه چیزهایی است که یاد می‌گیرند.

* **کلمات** شما قدرت دارند، عاقلانه از کلماتتان استفاده کنید.

* **نفهمی** دردیست که فرد را نمی‌کشد، فقط اطرافیان را دق‌مرگ می‌کند.

* **ارد بزرگ**: نام داران ماندگار، آنانی‌اند که سرشتی نیکو و دلی سرشار از مهر دارند.

* **فرید ریش نیچه**: بعضی‌ها آب را گل‌آلود می‌کنند، تا عمیق به‌نظر رسند.

* **سهراب گل هاشم**: عده‌ای قانون را پیاده می‌کنند که خود سوار شوند.

* **تاریخ تولدت** مهم نیست، تاریخ تبلورت مهمه. اهل کجا بودندت مهم نیست، اهل و به جا بودندت مهمه. منطقه زندگیت مهم نیست منطق زندگیت مهمه.

* **از یه جانی به بعد**، آدم دیگه دوست نداره هیچی درست بشه، دوست داره فقط همه چی تموم بشه.

هزار بار پیاده طواف کعبه کنی ،

قبول حق نشود گر دلی بیازاری

نیما یوشیج: من در میان قبایلی زندگی کردم که، کلمات، مرد و مردانگی در گوشم بود. بعد در شهری زندگی کردم که، رفقای من، نه مرد بودند و نه مردانگی داشتند.

آزدمیر آصف: گفته بودم، فراموشی زمان می خواهد، اشتباه بود. فراموشی زمان نمی خواهد، فراموشی دل میخواست، که آنهم پیش تو ماند.

استنلی کوبریک، در «چشمان کاملاً بسته»:

گاهی باید به دور خود یک دیوار تنهائی کشید، نه برای اینکه دیگران را از خودت دور کنی، بلکه ببینی چه کسی برای دیدنت، دیوار را خراب می کند.

سعی کن، دو چیز را هیچ وقت نشکنی، دل زن، غرور مرد.

جورج برنارد شاو: سکوت گاهی بهترین تحقیر است.

گاهی هیچ کس را نداشته باشی بهتر است، داشتن بعضی ها تنهاترت می کند.

بیا باز هم خودمان را به نفهمی بزنییم، گاهی بفهمی نفهمی، نفهمی اوج فهم است.

از هر آدمی، به اندازه شعورش انتظار داشته باشید، حداقل اینطوری کمتر عذاب می کشید.

آنا آخمتووا: عاقبت، همه ما، زیر این خاک، آرام خواهیم گرفت، ما که روی آن دمی به همدیگر، مجال آرامش ندادیم

بر بالشی که از پر پرندگان پر شده، نمی توان خواب پرواز دید ...

* **هر کسی را** می توانستم دوست داشته باشم، اگر دوست داشتن را از تو شروع نمی کردم.

* **می خواهم** برگردم به روزهای کودکی، آن زمانها که «پدر تنها قهرمان بود» عشق «تنها درآغوش مادر خلاصه می شد» بالاترین نقطه زمین «شانه های پدر بود» بدترین دشمنانم «خواهر و برادرهای خودم بودند». **تنها دردم** زانوهای زخمی ام بودند». تنها چیزی که می شکست «اسباب بازی هایم بودند»، و معنای خداحافظ تا فردا بود..

* **حرفی نیست**، خودم سکوتت رامعنی می کنم، کاش می فهمیدی، گاهی همین نگاه سردت روی زمستان راهم کم می کند..

* **گاهی تاوان**، شیربودن قفس است، آنجا که شغالها آزادانه درشهر می گردند.

* **لطیفه :** ماهیمون هی می خواست یه چیزی بهم بگه. تا دهنشو وا می کرد، آب می رفت تودهنش، نمی تونست بگه. دست کردم تو آکواریوم درش آوردم. شروع کرد از خوشحالی، بالا و پائین پریدن، دلم نیومد دوباره بندازمش اون تو. اینقدر بالاوپائین پرید، خسته شد، خوابید. دیدم بهترین موقع تا خوابه دوباره بندازمش تو آب. ولی الآن چندساعته بیدار نشده. یعنی فکرکنم بیدار شده، انداختمش اون تو، قهر کرده، خودشو زده به خواب.

این داستان رفتار بعضی از آدمهایی است که کنارموند، دوستشون داریم و دوستمون دارند، ولی ما رو نمی فهمند و فقط تو دنیای خودشون دارند بهترین رفتار را با ما می کنند

عاشق کسانی باشید که ، شما را دیدند ، وقتی برای دیگری نا پیدا بودید ..

من فقط عاشق اینم، عمری از خدا بگیرم

اینقدر زنده بمونم تا به جای تو بمیرم

اگر دوست داری که اوج بگیری و به کمک بینش و درایت خاصی که در زندگی کسب کردی، به خواسته های خود برسی، به دیگران عشق بورز.

اگر هم می خواهی در حد عادی بمانی و در زندگی تغییر ایجاد نشود، همنشین ترس باش، بدین ترتیب همیشه از هر اقدامی که دلت می خواهد انجام دهی، واهمه خواهی داشت که قطعاً حاصلی جز ناکامی ندارد.

وجود و هستی انسان از انرژی تشکیل شده است، عشق بنیادی ترین حالت انرژی است، و حکم مواد خام را دارد، در واقع عشق، انرژی عمیقی است که بدون آن زندگی غیرممکن است.

یادمان باشد، آنچه به عنوان عشق مطرح شده به معنای عام کلمه است.

عشق در فرکانس‌های بالا مرتعش می‌شود و طول موج بلندی دارد، در نتیجه «دی، ان، ای» بیشتری را فعال می‌کند و به کار می‌اندازد. درحالی‌که ترس در فرکانس‌های پائین تر مرتعش می‌شود و طول موج آن کوتاه است و بنابراین «دی، ان، ای» کمتری را فعال می‌کند.

* **گاندی**: من هیچ گناهی را بزرگ‌تر از این نمی‌شناسم که بی‌گناهی را به نام خدا زیر فشار قرار دهند.

* **برایت** آرزو می‌کنم، آرزوی کسی باشی که آرزوی داری.

* **پیرمرد از صدای** خر و پف هر شب پیر زن شکایت داشت، پیرزن هرگز نمی‌پذیرفت، شبی، پیرمرد آن صدا را ضبط کرد که صبح حرفش را ثابت کند، اما صبح پیرزن دیگر هرگز بیدار نشد و آن صدای ضبط شده لالائی هر شب پیرمرد شد.

* **بربال آرامش**: راز بزرگ زندگی درشکيبائی است، ونباید به خاطر یک آینده مبهم زمان حال را بر خود تلخ نمود.

* **به سلامتی** اونائی که مارو همینجوری دوست دارن، وگرنه بهتر از ما رو، که همه دوست دارن.

* **طنز**: خواسته‌ها و آرزوهای من دارن لخت می‌گردن، هنوز نتونستم بهشون جامه عمل بپوشونم.

چیزهای خوب به سراغ کسانی می‌روند که باور دارند. چیزهای بهتر به سراغ کسانی می‌روند که صبر می‌کنند، و بهترین چیزها به سراغ کسانی می‌روند که تلاش می‌کنند و هیچ‌گاه تسلیم نمی‌شوند.

* **کمال بلوغ** این است که وقتی کسی شما را می‌آزارد، به جای مقابله بمثل بکشید شرایطش را درک کنید.

* **اگر می‌خواهید** فردی را شاد کنید، نباید به دارائی‌های او اضافه کنید، از خواسته‌هایش کم کنید.

* **زندگی**، این نیست که صبرکنیم طوفان بگذرد، زندگی اینه که یاد بگیریم چطور زیر بارون برقصیم.

* **حماقت** یعنی صداقت داشتن با کسی که سیاست دارد.

* **به‌گفته شادروان شکیبانی**: برای زیبا زندگی نکردن، کوتاهی عمر را بهانه نکن، عمر کوتاه نیست، ما کوتاهش می‌کنیم.

* **تا بوده همین بوده**؛ همیشه دل‌تنگ اونی هستیم که نیست، و حوصله کسی رو نداریم که هست، بعد شکایت می‌کنیم از تنهائی.

* **چقدر عجیب است!** ما انسان‌هایی هستیم که نه طاقت دروغ داریم، نه تحمل حقیقت.

* **مردم** شروع می‌کنند به فکر کردن در مورد دیگران، فقط به خاطر اینکه از فکر کردن در مورد خودشان، پرهیز کنند.

- * **گفته‌ای از اینشتین:** وقتی از رفیقت خبری نیست، خوشحال باش، چون حتماً حالش خوبه و همه چیزش روبه راست، که از یادش رفتی.
- * **به بزرگتر از خودت،** احترام بذار، چون بیشتر از تو خوبی کرده به کوچکت از خودت احترام بذار، چون کمتر از تو گناه کرده.
- * **یک زن** میتونه بهترین دوستت و یا بدترین دشمنت باشه فقط بستگی داره که چطوری باهاش رفتار کنی.

گل بی‌خار:

گل اگر خار نداشت،
دل اگر بی‌غم بود،
اگر از بهر کبوتر قفسی تنگ نبود،
عشق، اسارت، قهر، آشتی، هم بی‌معنا می‌بود.

زندگی:

زندگی با همه وسعت خویش،
محفل ساکت غم خوردن نیست
حاصلش تن به قضا دادن و افسردن نیست.
اضطراب و هوس دیدن و نادیدن نیست.
زندگی جنبش و جاری شدن است.
زندگی کوشش و راهی شدن است
از تماشاگه آغاز حیات تا به جایی که خدا می‌داند
زندگی، چون گل سرخی است،
پر از خار و پر از برگ و پر از عطر لطیف،

یادمان باشد، اگر گل چیدیم، عطر و برگ و گل و خار،

همه همسایه دیوار به دیوار همدند.

گل بی خار کجاست؟

* **من قدرت** حدس زدن احساسات را ندارم، اگر از من دلخوری با من حرف بزن، دوستی‌ها با نگفتن‌ها به پایان میرسد.

* **من، در** رقابت با کسی نیستم، من مایل نیستم در بازی برتر بودن از کسی، شرکت کنم. من، فقط در تلاشم، از کسی که دیروز بودم بهتر باشم.

* **برخی انسان‌ها** هر کاری کنید، دوستان نخواهند داشت و برخی هم هرکاری کنید، دست از دوست داشتنتان برنخواهند داشت. پس جایی روید که عشق حضور دارد.

* **گاهی لازم است** زندگی‌مان کاملاً زیر رو شود، تغییر کند و از نو چیده شود، تا ما را به جایی برساند که شایسته‌اش هستیم.

* **همیشه عاشق** مادرتان باشید، چون هیچگاه دیگر مثل او پیدا نخواهید کرد.

* **هرقدر** بیشتر مجبور باشید برای چیزی انتظار بکشید، قدرش را خواهید دانست. هر قدر بیشتر مجبور باشید برای چیزی بجنگید، وقتی بدستش می‌آورید برایتان قیمتی‌تر خواهد بود. و هر قدر بیشتر مجبور باشید در زندگی‌تان، مقابل رنج بردباری کنید، مقصدتان شیرین‌تر خواهد بود.

* **اراده انسانی در** کنار سرنوشت ایستاده و چرخ تکامل او را اداره می‌کند.

* **برای اینکه خانمی را خوشحال کنید**، به او سه چیز بدهید: توجه، محبت،
قدردانی،

* **اگر برای ساختن زندگی‌ای که دوست دارید**، وقت نگذارید، در نهایت
مجبور خواهید شد، وقت زیادی را صرف رویارویی با زندگی‌ای کنید که
هیچ علاقه‌ای به آن ندارید.

ارزش قلب به عشق و ارزش سخن به صداقت، ارزش چشم به پاکی و
ارزش دست به یاری، ارزش قدم به برداشتن و ارزش دوست به وفای
اوست.

* **زندگی** شوق رسیدن به همان فردائی است که نخواهد آمد، تو نه در
دیروزی، و نه در فردائی، ظرف امروز، پر از بودن توست.

* **تلخی** زندگی اینه که خیلی چیزا رو میشه خواست ولی همیشه داشت.

* **ترسم** از آن است که آنقدر پیر شوم که دندان‌های برای روی جگر گذاشتن
نداشته باشم.

* **اعتبار آدم‌ها** به حضورشان نیست، به دلهره‌ای است که در نبودنشان درست
می‌کنند.

* **همیشه** سکوتم، به معنای پیروزی تو نیست. گاهی سکوت می‌کنم تا بفهمی،
چه بی صدا باختی.

* **تنهائی‌ام** را با کسی قسمت نخواهم کرد، یک بار قسمت کردم، چندین برابر شد.

* **بهترین بخش زندگی** شما لحظات کوچک و بی‌نامی خواهد بود که لبخند زنان با کسی که دوستش دارید سپری می‌کنید.

* **هیچ‌گاه** کسی را برخلاف میلش مجبور نکنید تا در زندگی‌تان بماند، چون اینگونه از شما بیزار خواهد شد، بخصوص اگر از زبان تهدید نیز استفاده کنید. رها کنید و بگذرید، چون عشق اجباری عاقبت خوشی ندارد. گذشتن سخت است، اما یادتان باشد برخی آدم‌ها قرار نیست تا آخر عمرتان با شما بمانند. فرصتهای زیادی پیش رو دارید.

پیش از آنکه چیزی بگوئید، یک لحظه مکث کنید و به این بیاندیشید که اگر همین حرف را کسی به شما میگفت، چه حسی داشتید.

یکی از شجاعانه‌ترین تصمیماتی که در زندگی خواهید گرفت این است که در نهایت آنچه که باعث آسیب دیدن دل و جانتان می‌شود را رها کنید.

اینشتین: انسان‌های ضعیف، انتقام می‌گیرند. انسان‌های قوی می‌بخشند، و انسان‌های با هوش، نادیده می‌گیرند.

وقتی به کسی می‌گوئید دوستت دارم، گوئی دارید با قلب او عهد می‌بندید. این عهد را باید با اعمالتان گرامی بدارید، تا ثابتش کنید، عشق فقط یک احساس نیست، عشق یک فعل است.

همه انسان‌ها در دوره‌های مختلف زندگی‌شان دوستانی دارند که منحصر به همان دوره است. اما آدم‌های خوش‌اقبال، دوستانی دارند که در تمام دوره‌های زندگی‌شان با آنها می‌مانند.

زندگی سخت‌ترین آزمون است. خیلی از مردم مردود می‌شوند، چون سعی در کپی از دیگران دارند. و متوجه نیستند که هر کسی برگه سوال متفاوتی دارد.

پانولوکونیلو: سقوط از طبقه سوم همانقدر دردآور است که سقوط از طبقه صدم، اگر قرار است سقوط کنم، بگذار از جایی بلند باشد، نه پست.

رازی در سینه محفوظ داری، خودت را مجبور به بیان آن‌ها کن، به دوستان و همه آنهایی که دوستشان داری، بگو، چقدر برایت ارزش دارند، اگر نگوئی فردایت مثل امروز خواهد بود و روز بی‌ارزشی خواهی داشت.

* **سیمون دو بوار:** مرد ها و زن ها به یک نسبت اکراه دارند که از یک زن فرمانبرند، آن‌ها پیوسته به مرد بیشتر اعتماد می‌کنند.

* **محمود دولت‌آبادی،** در «سلوک»:

پیک زدن به سیگار هیچ معنائی ندارد الا نوعی لجاجت با خود و حتی لجاجت در تداوم نوعی عادت. عجیب‌ترین خوی آدمی این است که می‌داند فعلی بد و آسیب رسان است، اما آن را انجام می‌دهد و به کرات هم، هر آدمی، دانسته و ندانسته، به نوعی در لجاجت و تعارض با خود بسر می‌برد، و هیچ دیگری ویرانگرتر از خود آدمی نسبت به خودش نیست.

- * **اسکات پک:** ما دیگران را فقط تا آن قسمت از جاده که خود پیموده‌ایم می‌توانیم هدایت کنیم.
- * **والتر نیس:** تغییر دهندگان اثر گذار در جهان، کسانی هستند که برخلاف جریان شنا می‌کنند.
- * **بلیک:** اگر دریچه‌های ادراک را شسته بودند، انسان همه چیز را همان‌گونه که هست می‌دید: بی‌انتها.
- * **هیلز هام:** نباید از خسته بودن خود شرم‌منده باشی، بلکه فقط باید سعی کنی خسته آور نباشی.
- * **فرصت** از دست مده و در کار سستی مکن که میوه آن لذت است ...
- * **اصل حاکم** بر زندگی ما انسان‌ها احساس است ...
- * **اردگارمون:** تفکر در باب خوشبختی، عشق، آزادی، عدالت، خوبی و بدی، تفکر درباره پرسش‌هایی است که بنیاد هستی ما را دگرگون می‌کند.
- * **الکس مکنزی:** علت هر شکستی، عمل کردن بدون فکر است.
- * **انگلس:** تکامل و حرکت، مبنا و پیش فرض کل وجود است.
- * **سقراط:** شیرینی یکبار پیروزی، به تلخی صدبار شکست می‌ارزد.

* **یونگ:** قطعاً خاک و کود لازم است تا گل سرخ بروید، اما گل سرخ نه خاک است و نه کود.

* **شوپنهاور:** ما ندرتاً درباره آنچه که داریم فکر می‌کنیم، در حالیکه پیوسته در اندیشه چیزهائی هستیم که نداریم.

* **سهراب گل‌هاشم:** موج یک رنگی را فقط در دریا دیدم.

* **خودمان را با جمله،** تا قسمت چه باشد، گول نزنیم. قسمت اراده من و توست.

* **به‌جای پاک کردن اشک‌هایتان،** آنهائی که باعث گریه‌تان میشوند را پاک کنید.

* **آلبرت اینشتین:** نهایت فرومایگی است اگر رفتار آدمی منحصر به ترس از تنبیه، یا امید به پاداش باشد

* **فروغ:** هر چه دادم به او حلاش باد

غیر از آن دل، که مفت بخشیدم.

پشت شیشه برف می‌بارد، پشت شیشه برف می‌بارد

در سکوت سینه‌ام دستی دانه اندوه می‌کارد.

امشب از خوابِ خوش گریزانم

که خیال تو، خوش‌تر از خواب است.

گفتم که بانگ هستی خود باشم

اما دریغ و درد، که (زن) بودم.

زندگی منصفانه نیست، اما با این حال هنوز هم خوب است.

زندگی کوتاه‌تر از آنست که آن را با تنفر از کسی تلف کرد.

شغل شما در زمان بیماری از شما مواظبت نخواهد کرد، دوستان و پدر و مادرتان از شما مواظبت خواهند کرد، با آنان در ارتباط باشید.

لازم نیست در تمامی مشاجره‌ها برنده شوید. با اختلاف عقیده داشتن موافقت کنید.

با گذشته‌تان بسازید، تا آیندگان را خراب نکنند.

زندگی‌تان را با دیگران مقایسه نکنید، شما چیزی درباره سرنوشت آنها نمی‌دانید.

وقتی زمان این رسیده که به دنبال آنچه دوستش دارید بروید، نه نگوئید.

* **هیچ‌کس** جز شما در قبال خوشحالی‌تان مسئول نیست.

* **اینکه** دیگران درباره شما چه فکری می‌کنند، به شما ربطی ندارد.

* **زمان** همه چیز را حل می‌کند، به زمان فرصت بدهید.

* **هر چقدر** هم موقعیتی خوب یا بد باشد، بالاخره تغییر خواهد کرد.

* **حسادت** وقت تلف کردن است. شما در حال حاضر آنچه را نیاز دارید، دارید.

* **زندگی** با نوار روبان پیچیده نشده، ولی با این حال هنوز هم یک هدیه است.

- * **ویلیام شکسپیر:** اگر قرار است برای چیزی، زندگی خود را خرج کنیم، بهتر آن است که آن را خرج لطافت یک لبخند و یا نوازشی عاشقانه کنیم.
- * **ژوان هریس:** می‌دونی، خوشگلی در اصل، هیچ ربطی به قیافه نداره، درباره رنگ مو یا سایز یا شکل نیست. همه‌اش اینجاست، به نوع راه رفتن، و صحبت کردن و فکرکردن آدم بستگی داره.
- * **عاقلانه** انتخاب کن، تا عاشقانه زندگی کنی، چون اگر عاشقانه انتخاب کنی، عاجزانه زندگی می‌کنی.
- * **صاحب اراده،** فقط پیش‌مرگ، زانو می‌زند، و آن هم در تمام عمر، بیش از یک مرتبه نیست.
- * **اعصاب چیست؟** چیزی است که هیچ‌کس ندارد و توقع دارند که تو حتما داشته باشی.
- * **به دشمنانت،** هزار فرصت بده، که دوست تو باشند، ولی به دوستانت، حتی یک بهانه نده که دشمن تو شوند.
- * **روزهای** کودکی هیچ‌چیز محال نبود. اما بزرگ که شدیم، حتی نفس کشیدن هم سخت شد.
- * **چگونه** بنویسد دخترک، علم بهتر است یا ثروت، وقتیکه ببیند هر شب مادرش به ثروت، تن می‌فروشد.
- * **هنوز** زیر رگبار ترانه، کنار خاطرات تو می‌شینم.
- * **آرام‌تر** سکوت کن، صدای بی‌تفاوتی‌هایت، آزارم می‌دهد.

- * **آهسته ناله** کن ای ساز من تا با خبر نشود رهگذر از راز من ..
 - * **نکته** : مستی را دیدند مشعلی و جام آبی در دست، پرسیدند: کجا میروی؟ گفت: می‌روم با آتش، بهشت را بسوزانم و با آب، جهنم را خاموش کنم، تا مردم، خدا را فقط به خاطر عشق و بشریت بپرستند، نه به خاطر عیاشی در بهشت و ترس از جهنم....
 - * **اگر مردی** توقع دارد بانویش یک فرشته در زندگی‌اش باشد، ابتدا باید یک بهشت برایش بسازد.
 - * **حذف کردن** آدم‌ها از زندگی‌تان به این معنی نیست که از آنها متنفرید، معنای ساده‌اش این است که برای خودتان احترام قائلید. هر کسی قرار نیست تا ابد با شما بماند.
 - * **وقتی** کسی با شما مثل یک گزینه رفتار می‌کند، با خارج کردن خودتان از معادله، به او کمک کنید تا انتخاب‌هایش محدود شود. به همین راحتی.
 - * **وقتی** به کسی بیشتر از آنچه که سزاوارش است بها می‌دهید، بیشتر از آنچه که سزاوارش هستید صدمه می‌بینید.
 - * **انسان‌ها** به سه دلیل پشت سرتان حرف می‌زنند:
- 1 - وقتی نمی‌توانند در حد شما باشند. 2- وقتی چیزی که شما دارید ندارند.
 - 3- وقتی می‌خواهند از سبک زندگی شما تقلید کنند، اما نمی‌توانند.

- * **وقتی** انسان‌ها به رشد فکری می‌رسند، به خود می‌آیند که داشتن دوستان متعدد، مهم نیست بلکه آنچه بیشتر اهمیت دارد، داشتن دوستان واقعیست.
- * **هیچ‌گاه** یک روز خوب را با فکر کردن به یک دیروز بد خراب نکنید. رهایش کنید.
- * **بایستی** با روح خود آشنا شده و سعادت را در اعماق روح و قلب خود بجوییم ...
- * **برای به‌دست آوردن** دوچیز، نیازی نیست التماسشان کنید، عشق واقعی و دوست حقیقی.
- * **با کسی باشید که**، دلش برای دیدن شما، دلتنگی باشد، نه سررفتن حوصله‌اش.
- * **با افکار** زیباییت، زندگی کن چون زندگی به اندازه فکر های تو، زیبا میشود...
- * **خود را دوست داشتن**، مراقب خود بودن و به خوشبختی خود اولویت دادن، خود خواهی نیست، ضرورت است.
- * **شاد کردن** دل انسان‌ها و مشکل‌گشائی از کار آنها ارزشش بیشتر از سال‌ها عبادت و راز و نیاز است.
- * **خوشبختی** با شما آغاز می‌شود، نه با روابط عاشقانه‌تان، نه با شغل‌تان، نه با پولتان، بلکه با خودتان.

* **نمازی** که در پی اش، اندیشه آزار خلق باشد، عبادت شیطان است.

* **همه ما** در زندگی رازی ناگفتنی، حسرتی جبران نشدنی، رویائی دست نیافتنی، و عشقی فراموش نشدنی داریم.

اردلان سرفراز:

بیا ره توشه برداریم

قدم در راه بی برگشت بگذاریم

ببینیم آسمان در هر کجا

آیا همین رنگ است

* **اعتماد به نفس** شاید موفقیت نیاورد، اما به ما قدرتی می‌دهد که بتوانیم با هر نوع چالشی روبرو شویم.

شرافت، یعنی انتخاب افکار و اعمال براساس ارزش‌ها، نه منافع شخصی.

صمد بهرنگی: درد من حصار برکه نیست، درد من زیستن با ماهیانی است که فکر دریا به ذهنشان خطور نکرده است.

فروغ فرخزاد: شهادت می‌خواهد سرد باشی، اما گرم لبخند بزنی.

باب دیلن: نمی‌توانی در یک زمان هم عاقل باشی و هم عاشق.

چارلز بوکوفسکی: زمانی که حقیقت آزاد نیست، آزادی حقیقت ندارد.

چارلز بوکوفسکی: کسانی که قدر دستان نوازشگر را نمی‌دانند، عاقبت، پاهای لگدکوب را می‌بوسند.

آدم‌های بزرگ قامتشان بلندتر نیست، خانه‌شان بزرگتر نیست، ثروتشان بیشتر نیست. آنها قلبی وسیع و نگاهی مرتفع دارند.

آنگاه که نمادی از امید در فنجان قهوه‌ات نمی‌بینی، و در طلعت نیز خبری از معجزه نیست، بدان که خداوند همه چیز را به خودت سپرده تا بهترین‌ها را بسازی.

تمدن‌های پیر مثل پیر مردها، چون آینده ندارند فقط به گذشته فکر می‌کنند، **ارد بزرگ:** چه بسیارند آدمیان نادانی که مهربانی شایستگان را بر نمی‌تابند، در نهایت یا به بردگی تیز دندانان گرفتار آیند و یا چهره زشت تنهایی را آشکارا ببینند.

انگ لی: سر کوب احساس فقط اون احساس را قوی تر می‌کنه ...

* **اگر نمی‌توانی** شاه راه باشی، کوره راه باش، اگر نمی‌توانی خورشید باشی ستاره باش، با بردن و باختن اندازه‌ات نمی‌گیرند، هرآنچه که هستی بهترینش باش.

* **به خدا گفتم:** بیا جهان را قسمت کنیم، آسمون واسه من، ابراش، مال تو. دریا مال من، موجش مال تو، ماه مال من، خورشید مال تو. خدا خندید و گفت: «تو انسان باش» همه دنیا مال تو، حتی من هم مال تو.

* **تحصیلات دانشگاهی**، لزوماً شعور اجتماعی به همراه ندارد، برای کسب شعور اجتماعی، باید تلاش کرد.

* **هنگامی که** کسی از ما عذرخواهی می‌کند، او را نصیحت نکنیم.

* **نسبت به** انتقاداتی که می‌شنویم، بیاندیشیم. لزوماً همه اطرافیانمان اشتباه نمی‌اندیشند.

* **وقتی** در زندگی‌تان اتفاقاتی بد می‌افتد، کتاب را نبندید، ورق بزنید و فصلی تازه را شروع کنید.

* **در هر شرایطی**، خود واقعیتان باشید، برخی شما را خواهند ستود و برخی از همه چیز شما متنفر خواهند بود. اما چه اهمیتی دارد، این زندگی شماست. به بهترین نحو از آن لذت ببرید.

* **لطیفه ، اسکار وایلد**: برای مجردها باید مالیات سنگینی مقرر شود، چون این انصاف نیست که بعضی‌ها شادتر از بقیه زندگی کنند.

بادیگران: طوری رفتار کن که دوست داری با خودت رفتار شود ...

* **ضرب‌المثل اسکاتلندی**: خانم‌ها، برای پول ازدواج نکنید، می‌توانید اونرو با بهره کمتری قرض بگیرید.

* **لطیفه ، سام کینیسون**: من از تروریست‌ها وحشتی ندارم، من دوساله ازدواج

کرده‌ام.

* **اچ. ال. منکن:** مردها فرصت بهتری در زندگی نسبت به زنان دارند، یکی به خاطر اینکه دیرتر ازدواج می‌کنند و دوم این که زودتر می‌میرند.

لطیفه، هر مردی باید یک روزی ازدواج کنه، چون شادی تنها چیز زندگی نیست.

* **دوستان** خوب به شما کمک می‌کنند، تا چیزهای مهمی که گم کرده‌اید را پیدا کنید، لبخندتان، امیدتان، و شجاعت‌تان.

* **مگذارید** غم گذشته‌تان و ترستان از آینده، خوشحالی امروزتان را نابود کند. مثبت بمانید، چون امروز می‌تواند بهترین روز زندگی‌تان باشد.

* **اگر از دنیا** انتظار دارید با شما منصفانه رفتار کند، چون شما با دنیا منصفانه رفتار می‌کنید، خودتان را گول می‌زنید، مثل این است که از شیر توقع داشته باشید شما را نخورد، چون شما او را نمی‌خورید.

* **زندگی** بافتن یک قالیست، نه همان نقش و نگاری که خودت می‌خواهی. نقشه را اوست که تعیین کرده. تو در این بین فقط می‌بافی
نقشه را خوب ببین، نکند آخرکار قالی زندگی‌ت را نخرند

- **نمی‌توانید** طوفان را آرام کنید. پس دست از تلاش بیهوده بردارید. کاری که از عهده‌اش بر می‌آید آرام کردن خودتان است طوفان خواهد گذشت.

* **آدم‌ها** را از قدمت دوستانشان بشناس، نه از تعداد دوستانش.

* **دو بوسه:** توی یه جمعی یه پیرمردی خواست سلامتی بده گفت: می خورم به سلامتی 2 بوسه؛

بعد همه خندیدند و هم همه شد و پرسیدن حالا بگو کدوم 2 بوسه؟
گفت: اولین، اون بوسه‌ای که مادر بر گونه تازه متولد شده میزند و بچه نمی فهمه، دومیش اون بوسه‌ای که بچه بر گونه مادر فوت شده اش میزنه، و مادرش متوجه نمیشه.

* **اگر واقعاً** کسی را دوست داشته باشید، تنها چیزی که برایش می خواهید خوشبختی اش است، حتی اگر شما نیز در زندگی اش نباشید.

* **گاهی آدمها** به زندگی تان می آیند، نه به این خاطر که دوستان بدارند، بلکه به این دلیل که باعث شوند. احساس کنید که ارزش دوست داشته شدن را دارید.

* **سکوت**م را دست کم نگیر، بدان یا دیگر واقعاً برایت اهمیت ندادی یا با وجود خُرد شدنم، این گونه وانمود می کنم که هیچ اتفاقی نیفتاده است.

* **اگر درد** را احساس کردی، زنده‌ای، اما اگر درد و محنت دیگران را احساس کردی، انسانی.

* **از کنار**م آسوده رد شو، من شبیه هیچ کدام از خاطره‌هایت نیستم.

* **چه فرق می کند** انسان یا حیوان بودنم؟ وقتی که هیچ کدامم را نمی فهمند.

* **فروغ:** پرواز را به خاطر بسپار، پرنده مردنی است.

- * **چه زود** دلخوشی‌هایمان خاطره شد! امید را بگو، کجا کاشتیم که سبز نشد.
- * **چه سخت است** خودشکستن و از خود گذشتن و پریدن تا رسیدن به معبود و معشوق.
- * **گفت چند سال داری؟** گفتم: روزهای تکراری زندگیم را که خط بزنم کودکی چند ساله ام.
- * **انتخاب، فرصت، تغییر:** باید انتخابی درست داشته باشید تا فرصتی مناسب پیدا کنید، و گرنه زندگی‌تان هیچ‌گاه تغییر نخواهد کرد.
- * **هیچ‌گاه** نباید مجبور شوید کسی را متقاعد کنید دوستتان بدارد و بخواهد با شما باشد. کسی لایق شماست که به راحتی بتواند خاص بودن شما را بفهمد.
- * **وقتی** دو قلب قسمت هم باشند، هیچ فاصله‌ای زیاد نیست، هیچ زمانی طولانی نیست و هیچ عشق دیگری نمی‌تواند آنها را از هم جدا کند.
- * **گاهی** با دویدن برای رسیدن به کسی، دیگر نفسی برای ماندن در کنار او باقی نخواهد ماند.
- * **سراسر** زندگی من، می‌تواند در یک جمله خلاصه شود، آنطور که خیال میکردم پیش نرفت، و این اشکالی ندارد.
- * **من به‌خاطر** کاستی‌هایم وظیفه‌ای ندارم به کسی توضیح دهم؛ مجبور نیستم اشباهاتم، گذشته‌ام یا سستی‌هایم را توجیه کنم؛ من در حال بزرگ شدن و آموختنم. بگذار زندگی کنم...

توقع چیست؟ چیزی است که همه دارند و تو نباید داشته باشی ...

تا وقتی که مرا نشناخته‌ای، قضاوت نکن. تا وقتی که با من درگیر نشده‌ای دست‌کم نگیر، و تا وقتی که با خودم صحبت نکرده‌ای پشت سرم حرف نزن.

مولوی : موی بشکافی به عیب دیگران

چو به عیب خود رسی کوری از آن

تقدیر تقویم انسان‌های عادی است و تغییر تدبیر انسان‌های عالی است ..

دست و بالم از حرف خالیست، هر چه هست توئی و تو حرف نداری.

برای مردن لازم نیست عزرائیل بیاید، همین که تو نیایی کافی است.

غم‌گینم، همانند جوانی که لحظه اعدام، به گریه مادرش می‌خندد، خاطرش آمد که بچگی اش گفته بود؛ خنده‌ات آرامم می‌کنه، پسرم.

سایه‌ام، عاشق سایه‌ات شده، می‌خواستم ببینم، آیا می‌توانیم همسایه شویم.

تو با هر سبب کرم خورده‌ای، وسوسه می‌شوی، برو، تو از بهشت قلب من رانده شدی. در بهشت ماندن لایق هرکس نیست.

بودن یا نبودنت مهم نیست، آنقدر دوستت دارم که به حضورت نیازی نیست، همانند خدا که هست اما نیست.

ژان ژاک روسو: کسانی که دیر قول می‌دهند خوش قول ترین مردم دنیا هستند

خدایا، همه از تو می‌خواهند بدهی، اما من از تو می‌خواهم بگیری، خستگی، دلتنگی و غصه‌ها را از لحظه لحظه روزگار همه آنهائی که دوستشان دارم.

از هر آدمی به اندازه شعورش انتظار داشته باشید. حداقل، اینطوری کمتر عذاب می‌کشید.

گاهی نباید صبر کرد، باید رها کرد و رفت، باید به آدم‌ها از دست‌دادن را متذکر شد، آدم‌ها همیشه نمی‌مانند.

یه جایی هم هست، بعد کلی دویدن یهو وای می‌سی، سر تو میندازی پائین و آرام میگی، دیگه زورم نمیرسه.

* **ویلیام جیمز:** تا زمانی که قلب شما نخواهد، به‌طور یقین مغزتان هرگز به چیزی باور پیدا نمی‌کند.

* **دوستش‌داری؟** پس یادت باشه، فقط دوست داشتن کافی نیست، عشق مراقبت می‌خواهد.

* **ویلیام شکسپیر:** غمناک‌ترین لحظه زندگی را از کسی تجربه می‌کنی که شیرین‌ترین خاطرات زندگی را با او داشتی...

* **برخی انسان‌ها** تصور می‌کنند که قوی بودن، یعنی هیچ‌گاه احساس درد نکردن، در واقعیت، قوی‌ترین آدم‌ها آنهائی هستند که درد را حس می‌کنند، می‌فهمند و می‌پذیرند.

* **شما لایق** همان نوع عشقی هستید که خود به کسی دیگر می‌دهید.

* **هیچگاه** به خاطر اتفاقاتی که در زندگی تان افتاده افسوس نخورید، آن اتفاقات را نه می‌توان تغییر داد، نه محو کرد و نه از یاد بُرد. پس از آنها درس بیاموزید، عبرت بگیرید و به پیش روید.

* **عاشق** کسانی باشید که حتی اگر بجز حضورتان چیز دیگری برای پیش‌کش کردن به آنها نداشتید، باز دوستان خواهند داشت.

* **موفق‌ترین انسان‌ها** آنهایی نیستند که به ثروت یا قدرت رسیده‌اند، بلکه کسانی‌اند که هیچ‌گاه دیگران را نرنجانده‌اند، دل کسی را نشکسته‌اند و باعث غم و اندوه هیچکس نشده‌اند.

* **یکی از** شجاعانه‌ترین تصمیماتی که در زندگی خود خواهید گرفت این است که در نهایت آنچه که باعث آزار روح و قلبتان می‌شود را رها کنید.

* **چقدر** حقیرند انسان‌هایی که خوشحالی‌شان را به قیمت اذیت و آزار دیگران بدست می‌آورند.

* **گذشت** زمان همیشه ذات حقیقی انسان‌ها را معلوم خواهد کرد.

* **گاهی** قویترین افراد در بین ما کسانی هستند که از میان دردهای خاموش لبخند می‌زنند، پشت درهای بسته می‌گریند و به مبارزه با مشکلاتی می‌روند که هیچ‌کس از آن خبر ندارد.

لطیفه، اگر زندگی‌ت را کشید، با ته دیگش حال کن.

عمری که آجل در پی آن می‌تازد، هر کس غم بیهوده خورد، می‌بازد.

ما را با تنهائی مان جا گذاشتند و برای دلخوشی مان گفتند: جای شما خالی.

دم اونائی گرم که تو دل ما نشستن، نه گرایه میدن، نه پیاده میش.

اگر آهی کشم افلاک سوزد،

درو دشت و بیابان پاک سوزد

آهی کشم از پرده دل

گچ و سنگ و گل نم دار سوزد.

نمی دانم کدام را راضی کنم، دلی که می خواهد عاشق شود؟ یا عقلی که

می خواهد عاقل بماند؟ باید گاهی اوقات کرکره‌ی خواستن‌ها را پایین کشید و

دل را حبس کرد.

زندگی به من آموخت که هیچ چیز از هیچ کس بعید نیست

شهامت می خواهد دوست داشتن کسی، که هیچ زمان سهم تو نخواهد شد

بسیاری از مشکلات محو می شد، اگر رو در روی همدیگر حرف می زدیم،

نه پشت سر یکدیگر.

بیاد ندارم نابینائی به من تنه زده باشد، اما هر وقت تنم به جماعت نادان

خورد، گفتند: مگه کوری؟

* **نگذارید** گوش‌هایتان گواه چیزی باشد که چشم‌هایتان ندیده، نگذارید زبانتان

چیزی را بگوید که قلبتا باور نکرده، صادقانه زندگی کنید.

* **نقل قول؟** می دانی آدم‌های ساده، ساده هم عاشق میشوند. ساده صبوری می‌کنند، ساده عشق می‌ورزند، ساده می‌مانند. اما سخت دل می‌کنند، آنوقت که دل می‌کنند، جان میدهند، آدم‌های ساده.

* **تصمیم بگیریم**، استاد تغییر باشیم، نه قربانی تقدیر، در بازی زندگی، اگر عوض نشویم، تعویض خواهیم شد.

* **در تمام این چند سال** عمرم به کنار. فقط، به اندازه همان صدم‌های ثانیه ای که در هوای عطر آغوش تو، نفس کشیدم، زندگی کردم.

* **آدم‌ها** را از روی ظاهرشان قضاوت نکنید، شاید قلبی بزرگ زیر لباسی کهنه پنهان شده باشد.

* **قشنگ حرف زدن** مهم نیست، آدما وقتی که عصبانی می‌شن خودشون رو نشون می‌دن.

* **فاصله‌ها**، هیچ وقت دوست داشتن را کم‌رنگ نمی‌کنند، بلکه دلتنگی را بیشتر می‌کنند.

پروین اعتصامی:

تو را پاک آفرید ایزد ز خود شرمت نمی‌آید

که روزی پاک بود دستی، کنون آلوده دامانی؟

* **هر رد پای آهوئی** را که دیدی دنبال نکن، این روزها زیادند گرگ‌هائی که با کفش آهو راه می‌روند.

حکیم عمر خیام:

آنان که کهن شدند و آنان که نوند
هر یک به مراد خویش لختی بدونند
این کهنه جهان به کس نماند جاوید
رفتند و رویم و دیگر آیند و روند

هر انسانی سر انجام در شرایطی قرار خواهد گرفت که وجدانش از او سبقت

بگیرد ...

رهی معیری:

هر چه کمتر شود فروغ حیات
رنج را جانگداز تر بینی
سوی مغرب چو رو کند خورشید
سایه‌ها را دراز تر بینی

* تا توانی رفع غم از چهره غمناک کن

در جهان گریاندن آسان است، اشکی پاک کن

* **دل شما** کاروانسرا نیست، نگذارید دیگران وسط دل شما خستگی رابطه‌های

قبلیشان را درکنند.

* **سه چیز را نگه‌دار:** گرسنگیت را سر سفره دیگران ، زبانت را در جمع و

چشمت را در خانه دوست.

* **دنیای عجیبی** شده است، برای دورغ‌هایمان، خدا را قسم میخوریم، و به

حرف راست که میرسیم، می‌شود، جان تو.

بزرگترین اشتباهی که ما آدم‌ها در رابطه‌ها مون، می‌کنیم این است که: نصفه

میشنویم، یک چهارم می‌فهمیم، و هیچی فکر نمی‌کنیم، اما دو برابر واکنش

نشان میدیم.

- * **بترس از آدم راستگو**، که اگه دورغ بگه، حرفش سندا! همه باور میکنند.
- * **ونس لمباردی**: تفاوت بین یک آدم موفق با دیگران، کمبود استعداد، یا اطلاعات نیست، بلکه کمبود اراده است.
- * **یادداشت‌های آلبر کامو**: در حسرت زندگی دیگران: برای این است که از بیرون که نگاه می‌کنی، زندگی دیگران یک کل است که وحدت دارد، اما زندگی خودمان که از درون نگاهش می‌کنیم، همه‌اش تکه تکه و پاره به نظر می‌آید. هنوز هم در پی سراب می‌دویم.
- * **موفقیت**، جایگاهی که در حال حاضر داری نیست، بلکه سمتی است که نگاه می‌کنی.
- * **چه کلمه مظلوم‌میس** «قسمت» که تمام نامردی‌ها را گردن می‌گیرد.
- * **نقل قول** از اندیشمندی: زندگی همان معنائی را دارد که ما خود به زندگیمان می‌دهیم، می‌دانم که هیچ نمی‌دانم.
- * **گروس عبدالملکیان**: چگونه پیدایت کنم؟ وقتی به یاد نمی‌آورم، چگونه گمت کرده‌ام.
- * **محمود دولت‌آبادی**: چه سخت و چه تلخ است، کابوس‌های شبانه، کابوس‌های بیداری در خانه‌ای که دیگر احساس می‌کنی خانه تو نیست، در جایی که دیوارهایش به تو می‌گویند، این جا دیگر جای تو نیست.

نزار قبانی: رفتنت، آنقدرها که فکر می‌کنی، فاجعه نیست. من مثل بیده‌های
مجنون، ایستاده می‌میرم.

فروغ فرخزاد: ما فقط می‌توانیم حسی را زیرپایمان لگد کنیم، ولی
نمی‌توانیم آن را اصلاً نداشته باشیم.

«**ضریب هوشی**» تنها یکی از مشخصه‌های هر فرد است و ملاک برتری
نیست.

اگر رفتار خاص کسی را نمی‌پسندیم، رفتارهای دیگر وی را قضاوت نکنیم.

به کسانی که دوستشان داریم، ابراز علاقه کنیم، دوست داشتن، نشانه ضعف
نیست.

مسخره‌کردن، عادت‌های نادرست دیگران، راه درستی برای کمک به آنها در
جهت اصلاح خود نیست.

«**نال‌کردن**»، هیچ کمکی در حل مشکلات نمی‌کند، به جای ناله‌کردن،
دست به عمل بزنیم.

ناسازگار بودن اندیشه‌ای نو با عادات، عقاید یا افکارمان لزوماً به معنی
نادرستی آن اندیشه نیست.

از هزاران یک نفر اهل دل‌اند، مابقی، تندیزی از آب و گل‌اند.

* **یک رابطه خوب**، زمانی است که کسی همه ایرادات و کاستی‌هایتان را
می‌داند، اما باز شما را به خاطر همین که هستید دوست دارد.

- * **برخی چیزها** زمان می‌برند، صبور باشید و مثبت بمانید همه چیز بهتر خواهد شد.
- * **گاهی** نه دفعه بعدی وجود دارد، نه وقفه‌ای و نه فرصتی دوباره، گاهی، اکنون است یا هرگز.
- * **همانطور** که در دنیا چهره هیچ دو فردی دقیقاً مثل هم نیست، افکار هیچ دو فردی هم مانند هم نیست، پس به دیگران حق بدهیم متفاوت با آنچه که ما فکر می‌کنیم بیانندیشند
- * **یک خنده** جانانه و یک خواب شیرین طولانی، دو درمان مؤثر برای هر دردیست ..
- * **به خودتان** باور داشته باشید و به هر آنچه که هستید، بدانید که نیروئی درونتان هست که از هر مانعی قوی‌تر است.
- * **با کسی باشید**، که شما را به خاطر شخصیتتان دوست بدارد، نه به خاطر ثروت، چهره، یا اندامتان.
- * **پیش از آنکه**، از نردبان موفقیت بالا روید، مطمئن شوید که نردبان را به جای مناسبی تکیه داده‌اید.
- * **گاهی قضاوت نادرست**، درباره کسی ممکن است به قیمت تباهی زندگی او تمام شود. قضاوت واقعی فقط مخصوص خداست. حقیقت زندگی انسان‌ها شاید با برداشت شما از آن، فرسنگ‌ها فاصله داشته باشد.

* **زمانی زندگی** بر وفق مراد است، که همه تلاشتان را بکنید که به هیچ کس آزار نرسانید.

* **مرا دست کم نگیر**، فراتر از آنچه که می‌گویم می‌دانم، زیباتر از آنچه که به زبان می‌آورم، می‌اندیشم و بیشتر از آنچه که به نظرت می‌آید می‌فهمم.

* **بسیاری از مشکلات**، حل می‌شدند یا اصلاً به وجود نمی‌آمدند، اگر انسان‌ها اندکی با یکدیگر مهربان‌تر بودند، فقط اندکی.

* **گاهی**، این خودمان هستیم که به خاطر توقعات بیش از حد باعث دلشکستگی خود می‌شویم

* **خوشبخت‌ترین زوج‌ها**، هیچ‌گاه شخصیتشان یکسان نیست، آنها بهترین درک را از تفاوت‌های همدیگر دارند.

* **برخی انسان‌ها**، قرار نیست تا ابد در زندگی‌مان بمانند، بعضی‌ها فقط رهگذرند، می‌آیند و می‌روند تا در این میان درسی را به ما بیاموزند.

* **آدم‌هایی**، که بدترین گذشته را داشته‌اند، قابلیت ساختن بهترین آینده را دارند

* **کسی** که ارزش عشقتان، را داشته باشد، هیچ‌گاه شما را در شرایطی قرار نخواهد داد که احساس کنید باید وقار، درستی، یا عزت نفستان را برای او بودن قربانی کنید.

* **استعداد** در فضای آرام رشد می‌کند و شخصیت در جریان کامل زندگی ..

- * **بهترین آرایش‌ها** در زندگی: حقیقت برای لب‌ها، بخشش برای چشم‌ها، نیکوکاری برای دست‌ها، لبخند برای صورت و عشق برای قلب، از آنها خوب استفاده کنید و به زندگی زیبایی بخشید.
- * **همیشه یادتان باشد** که شاد باشید، چون هیچ‌گاه نمی‌دانید چه کسی دارد، عاشق لبخندتان می‌شود.
- * **آدم‌های تمام شده** را دیگر از نو شروع نکن، نه آنها مثل قبل خواهند بود، نه تو، نه حتی رابطه‌تان.
- * **دکتر علی شریعتی**: نامم را پدرم انتخاب کرد، نام خانوادگی‌ام را یکی از اجدادم، دیگر بس است، راهم را خودم انتخاب خواهم کرد.
- * **زندگی به من آموخت**، همیشه منتظر حمله احتمالی کسی باشم که، به او محبت فراوان کرده‌ام.
- * **بهنام بستان**: خشم که فرونشست، پشیمانی آغاز می‌شود.
- * **گاه خاطرات خنده‌دار**، ساده‌ترین بهانه برای گریستن می‌شوند.
- * **برای اثبات عقایدتان**، دلیل داشته باشید، نه تهدید.
- * **از دشمنی نترس** که آشکارا بر تو حمله می‌کند، از دوستی بترس که تو را فریبانه در آغوش می‌کشد.

* **فردریش نیچه:** خوشا به حال فراموش کاران، زیرا آنان از پس حماقت‌های خویش نیز بر می‌آیند

* **در رفاقت** مراقب آدم‌های تازه به دوران رسیده باش، هرگز به دیواری که تازه رنگ شده تکیه نباید کرد.

نقص‌های ما جزئی از شخصیت ماست . آن‌ها را انکار نکنیم .

به خاطر مردم تغییر نکن، این جماعت، هر روز تو را جور دیگری می‌خواهند.

* **هنوز** حرف پیر مرد عصا بدستی را یادم نرفته که گفت: مثل عصا باش، هزار بار زمین‌بخور، اما اجازه نده اونی که بهت تکیه داده، حتی یه بار هم زمین‌بخوره.

* **نکته , پیر مردی** که از کهولت سن کمرش قوس شده بود، از مسیری عبور می‌کرد، جوانی با تمسخر، بهش گفت: پیر مرد این کمان را به چند می‌فروشی؟ پیر مرد جواب داد، اگر خداوند عمرت را طولانی کرد، کمان مجانی بهت می‌رسد.

طنز: مردی به زنی گفت: تو چقدر زیبایی، زن گفت کاش تو هم زیبا می‌بودی تا همین حرف را بهت می‌گفتم. مرد گفت اشکالی ندارد تو هم مثل من دروغ بگو.

طنز: زنی روستائی با چهار الاغش از مسیری عبور میکرد که دوتا جوان با تمسخر بهش گفتند: صبح بخیر مادر الاغ‌ها , و زن سریعاً جواب داد، صبح شما هم بخیر، فرزندان عزیزم.

طنز: ملانصرالدین وارد روستائی شد و یکی از اهالی به او گفت: ملا من تو را از طریق الاغت می‌شناسم. ملا جواب داد: اشکالی ندارد، چون الاغ‌ها، یکدیگر را خوب می‌شناسند.

طنز، زوج جوانی در کنار هم نشسته و دختره شدیداً غمگین است. شوهرش بهش گفت: تو دومین دختر زیبایی هستی که توی عمرم دیدم، و دختر با حالت تعجب پرسید، پس اولیش کیه؟ شوهرش گفت: خودت هستی، وقتی تبسم روی لب داری.

* **الوین تافلر**: بی‌سوادان قرن 21 کسانی نیستند که نمی‌توانند بخوانند و بنویسند، بلکه کسانی هستند که نمی‌توانند، آموخته‌های کهنه را دور بریزند و دوباره بیاموزند.

* **به شخصیت خود**، بیشتر از آبرویتان اهمیت دهید، زیرا شخصیت شما، جوهر وجود شماست و آبرویتان، تصورات دیگران نسبت به شماست.

* **باران که** می‌بارد همه پرنده‌ها به دنبال سر پناهند، اما عقاب برای اجتناب از خیس شدن، بالاتر از ابرها پرواز می‌کند. این دیدگاه است که تفاوت را خلق می‌کند.

* **روزی** برای بعضی آدم‌ها، تنها یک خاطره خواهید بود، تلاش کنید که لااقل خاطره‌ای خوش باشید.

* **وین دایر**: تنها دو گروه نمی‌توانند افکار خود را عوض کنند: دیوانگان تیمارستان و مردگان گورستان.

* **لانو تسه:** یک درخت، هر چقدر هم که بزرگ باشد، با یک دانه آغاز می‌شود، و طولانی‌ترین سفرها با اولین قدم.

اگر می‌خواهی دروغی نشنوی، اصراری برای شنیدن حقیقت مکن.

* **وقتی** به یکی زیاد تو زندگی‌ت اهمیت بدی، اهمیتتو، تو زندگی‌ت از دست میدی.

* **به اندازه** باورهای هرکسی، با او حرف بزن، بیشتر که بگوئی تو را احمق فرض خواهد کرد.

* **اگر موفق شدید** به کسی خیانت کنید، آن شخص را احمق فرض نکنید، بلکه بدانید او خیلی بیشتر از آنکه لیاقت داشته‌اید به شما اعتماد کرده است. **شکسپیر:** چه دوستم داشته باشی و چه از من متنفر باشی، در هر صورت بهم لطف می‌کنی، چون اگه دوستم داشته باشی تو قلبت هستم و اگه ازم متنفر باشی تو ذهنتم.

* **برتراند راسل،** «ریاضی‌دان، مورخ، جامعه‌شناس بریتانیایی»: اگر عقیده‌ای مخالف، شما را عصبانی می‌کند. نشان آن است که شما ناخودآگاه می‌دانید که دلیل مناسبی برای آنچه فکر می‌کنید ندارید.

* **برای شناخت** بهتر آدم‌ها، کفایت فقط یکبار برخلاف میلشان عمل کنید.

* **میخ‌هایی** در دیوار استوارتر می‌مانند که ضربات دقیق‌تر و محکم‌تری را تحمل کرده باشند.

- * **برای مدیریت** زمان خود، باید خوشبختی را هدف اصلی زندگی تان قرار دهید.
- * **یکی از** شجاعانه ترین تصمیماتی که در زندگی خواهید گرفت این است، که در نهایت آنچه که باعث آسیب دیدن دل و جانتان می شود را رها کنید.
- * **زندگی** کوتاه نیست، مشکل اینجاست که ما زندگی را دیر شروع می کنیم.
- * **برای انسان های بزرگ** بن بست وجود ندارد، چون بر این باورند که یا راهی خواهیم یافت یا راهی خواهیم ساخت.
- * **محمود دولت آبادی**، «در سلوک»: تا چه مایه اندوهناک و دشوار می تواند باشد عالم، وقتی، هیچ بهانه ای برای حضور در آن نداشته باشی.
- * **گوته ولفگانگ**: فاصله گرفتن از کسانی که دوستشان داریم، بی فایده است. زمان به ما نشان خواهد داد که جانشینی برای آنها نخواهد بود.
- * **پائولو کوئیلو**، انتظار سخت است. فراموش کردن هم سخت است. اما اینکه ندانی، باید انتظار بکشی یا فراموش کنی از همه سخت تر است.
- * **فرید ریش نیچه**: هر روز بیشتر به این واقعیت پی می بریم که زندگی را نمی توان تحمل کرد، مگر دیوانگی چاشنی آن باشد.
- * **آل پاچینو**: من هیچ وقت، از دست دیگران ناراحت نمی شوم، فقط نظرم را در موردشان عوض می کنم.

فریون مشیری : زندگی گرمی دل‌های به‌هم پیوسته‌ست.
تا در آن دوست نباشد

همه درها بسته‌ست.

مردی: نزد زرتشت رفت و گفت: فلانی پشت سرت چیزی گفته است. زرتشت گفت: در این گفته‌ات سه خیانت بود. شخصی را نزد من خراب کردی، فکر مرا بیهوده مشغول کردی، و خودت را نزد من خوار کردی ...

* **بتول مرادی،** (نویسنده افغان):

زنانی که کتاب می‌خوانند، برای جوامع نا برابر مرد سالار خطرناکند، چون آنها با استفاده از کتاب می‌توانند دنیای بهتر را تصور کنند، و برای به‌وجود آوردنش مبارزه کنند، زنانی که کتاب می‌خوانند سرشان را در مقابل ظلم و استبداد خم نمی‌کنند، چون به خود و توانائی‌های خود به‌عنوان زن باور دارند.

* **آل پاچینو:** گاهی وقت‌ها دادن به شانس دوباره به کسی، مثل دادن به گلولهٔ اضافیست. برای اینکه بار اول نتوانست تو رو خوب هدف بگیره.

* **زندگی** عمل کردن است، این شکر نیست که چای را شیرین می‌کند، بلکه حرکت قاشق چای خوری باعث شیرینی می‌شود.

* **هیچ وقت** نباید به اجبار خندید. گاهی باید تا نهایت آرامش گریه کرد، تبسم بعد از گریه، از رنگین‌کمان بعد از باران هم زیباتر است.

* **آندره ژید:** بهتر است برای چیزی که هستی، مورد نفرت باشی تا اینکه برای چیزی که نیستی محبوب باشی.

* **دعای داریوش کبیر در تخت جمشید:**

- خداوندا ، این کشور را از دشمن ، از خشکسالی ، از دروغ محفوظ دار .
- تا زمانی که فرهنگ مردم یک جامعه اصلاح نشود، نه اقتصاد درست خواهد شد، نه آزادی، هر کس باید از خودش شروع کند.

* **همیشه** ، آدم‌هایی وجود خواهند داشت که رفتارشان با شما اشتباه است، حتماً یادتان باشد که از آنها قدردانی کنید، چرا که باعث شده‌اند، قوی‌تر شوید.

* **بیاموزید** بی‌قید و شرط، عشق بورزید، بی‌قصد و غرض حرف بزنید، بی‌دلیل ببخشید، و از همه مهم‌تر، بی‌توقع به انسان‌ها محبت کنید.

* **اگر می‌خواهی** اکنون عاشقم باشی، باید بیاموزی گذشته‌ام را دوست بداری، چون چالش‌هایی که دیروز پشت سر گذاشتم مرا تبدیل به کسی کرده که امروز هستم.

* **کسانی** که دوستان دارند، قادرند صدایتان را بشنوند، حتی وقتی ساکتید.

* **سه دسته** از آدم‌ها را هیچ‌گاه از یاد نبرید. کسانی که در سختی‌ها یاری‌تان کردند. کسانی که در سختی‌ها رهایتان کردند و کسانی که در سختی‌ها گرفتارتان کردند.

* **فلورانس اسکاول شین:** زندگی بازگشت اندیشه‌ها، گفتارها و کردارهای ماست که دیر یا زود به ما باز می‌گردد.

- * **خشم**، نفرت، بدخواهی، حسد و کینه، شادمانی انسان را می‌گیرد و موجب بیماری و شکست و فقر می‌شود.
 - * **فلورانس اسکاول شین**: اگر خطای گذشته را نمی‌توان جبران کرد، دست‌کم می‌توان اثر آن را با مهربانی در حق کسی دیگر از بین برد.
 - * **همیشه** نمی‌توانید اندیشه‌تان را مهار کنید، اما کلام خود را که می‌توانید در کف اختیار بگیرید. و سرانجام کلام بر ذهن نیمه‌هشیار اثر می‌گذارد و پیروز می‌شوید.
 - * **اصولاً** هر مرضی، حاصل ذهنی ناآرام است، هر ناهماهنگی ظاهری، نشانه ناهماهنگی باطنی یا ذهنی است.
 - * **آرزو های ویکتور هوگو**: اوّل از همه برایت آرزومندم که عاشق شوی، اگر هستی، کسی هم به تو عشق بورزد، و اگر اینگونه نیست، تنهائیت کوتاه باشد، پس از تنهائیت نفرت از کسی نیابی. آرزومندم اینگونه پیش نیاید. اما اگر پیش آمد، بدانی چگونه به دور از ناامیدی زندگی کنی.
- آرزو دارم دوستانی داشته باشی، از جمله دوستان بد و پایدار، برخی نادوست و برخی دوستدار، که دست‌کم یکی از میانشان بی‌تردید مورد اعتماد باشد و چون زندگی بدین‌گونه است، برایت آرزومندم که دشمن نیز داشته باشی. نه کم و نه زیاد. درست به اندازه، تا گاهی باورهایت را، مورد پرسش قرار دهد، که دست‌کم یکی از آنها اعتراض به حق باشد، تا که زیاده به خود غره نشوی.

- آرزومندم مفید فایده باشی، تا در لحظات سخت، وقتی دیگر چیزی باقی نمانده است، همین مفید بودن کافی باشد، تا تو را سرپا نگهدارد.
- آرزومندم، صبور باشی، نه با کسانی که اشتباهات کوچک می‌کنند. چون این کار ساده‌ای است، بلکه با کسانی که اشتباهات بزرگ جبران ناپذیر می‌کنند و با کاربرد درست صبوری‌ات برای دیگران نمونه شوی.
- امیدوارم اگر جوان که هستی خیلی به تعجیل، رسیده نشوی و اگر رسیده‌ای به جوان نمائی اصرار نورزی، و اگر پیری تسلیم ناامیدی نشوی، چرا که هر سنی خوشی و ناخوشی خودش را دارد و لازم است بگذاریم در ما جریان یابند.
- آرزومندم پول داشته باشی، زیرا در عمل به آن نیازمندی و برای اینکه سالی یک بار پولت را جلو رویت بگذاری و بگویی این مال من است، فقط برای اینکه روشن کنی، کدام‌تان ارباب دیگری است.
- امیدوارم کسی را نوازش کنی، پرنده‌ای دانه بدهی و به آواز یک سهره گوش کنی وقتی که آواز سحرگاهیش را سر می‌دهد. چرا که به این طریق احساس زیبایی خواهی یافت به رایگان.
- امیدوارم که دانه‌ای هم به خاک بنشانی، هرچند خُرد بوده باشد و با روئیدنش همراه شوی، تا دریایی چقدر زندگی در یک درخت وجود دارد.
- اگر مرد باشی آرزومندم زن خوبی داشته باشی و اگر زنی شوهر خوبی داشته باشی، که اگر فردا خسته باشید، یا پس‌فردا شادمان، باز هم از عشق حرف برانید.

* **جهل** تاریکی است، برای مبارزه با تاریکی شمشیر نمی‌کشند، چراغ می‌افروزند.

- **در سرزمینی** که سایه آدم‌های کوچک، بزرگ شود. در آن سرزمین آفتاب در حال غروب است.

* **خداوندا**، دست‌هایم خالی است و دلم غرق در آروزها. یا به قدرت بیکرانت دست‌هایم را توانا گردان، یا دلم را از آرزوهای دست‌نیافتنی خالی کن.

* **موفقیّت** در زندگی حاصل قضاوت صحیح است. قضاوت صحیح معمولاً ناشی از تجربه است، تجربه هم معمولاً از قضاوت نا صحیح بدست می‌آید.

* **آنچه را که می‌توانیم** یا نمی‌توانیم انجام دهیم و یا آنچه را که ممکن یا غیرممکن می‌دانیم، به ندرت تابعی از توانائی‌های واقعی ما است، بلکه بیشتر تابعی از آنچه درباره خود می‌اندیشیم می‌باشد.

* **اعتقادات قدرت** ساختن و قدرت نابودکردن دارند. انسان‌ها از این توانائی عالی برخوردارند، که بتوانند از هر تجربه‌ای در زندگی‌شان مفهومی خلق کند که قدرت آنان را از دستشان بگیرد یا اینکه واقعاً زندگی‌شان را نجات بخشد.

* **وقایع**، زندگی ما را شکل نمی‌دهند، بلکه باور ما از معنی وقایع، این کار را می‌کند ..

* **به هر انسانی** چهار موهبت عطا شده است. خودآگاهی، ضمیر باطن، اراده مستقل و تصور. اینها، نهایت آزادی انسانی را به ما می‌دهند، قدرت انتخاب پاسخ‌گوئی و تغییر .

* **شانس، کاملاً قابل پیش‌بینی** است، اگر شانس بیشتری می‌خواهید، از موقعیتهای بیشتر استفاده نمائید، فعال‌تر باشید، بیشتر خودتان را نشان دهید.

* **همه افراد موفق**، چه مرد و چه زن، خیال‌پردازان بزرگی هستند. آینده خود را به صورتی ایده‌آل از هر جهت تصور می‌کنند و هر روز برای رسیدن به آن دیدگاه، هدف یا مقصد دور، تلاش می‌نمایند.

* **قدردانی کردن** را در خود پرورش دهید و به خاطر هر چیزی که برایتان اتفاق می‌افتد تشکر کنید و بدانید که هر گامی به جلو، گامی بسوی دستیابی به چیزی بزرگتر از وضعیت فعلیتان است.

* **پنتاگون**: دو کلمه کوچک «آری» و «نه» که تلفظشان آسان می‌نماید، کلماتی هستند که برای ادای آنها، اندیشه و مطالعه فراوان لازم است.

* **شیولون**: به زبانت اجازه مده که قبل از اندیشه‌ات به راه بیفتد.

* **سعدی**: اندیشه کردن، اینکه چه گویم، به از پشیمانی خوردن که چرا گفتم...

* **ارسطو**: اعتدال و میانه‌روی، انسان را در وصول به مرحله کمال نزدیک می‌کند.

فردریک شیلر: آنکه بیش از اندازه محتاط است، بسیار کم کار انجام می‌دهد.

بنیامین فرانکلین: انسان می‌تواند دو دقیقه بدون هوا، دو هفته بدون نوشیدن آب و سه هفته بدون غذا و یک عمر بدون پول زندگی کند ولی نمی‌تواند، یک لحظه بدون اندیشه زندگی نماید.

کنفوسیوس: مرد بزرگ از سه چیز پرهیز می‌کند، شهوت در جوانی

ستیزه‌جوئی در ابتدای کهولت و جاه‌طلبی در پیری.

به این باور رسیده‌ام که همه شکست‌ها و ناکامی‌های گذشته‌ام پایه ای برای ادراکاتی بوده‌اند که توانسته‌اند سطح جدیدی از زندگی‌ام را که اکنون از آن لذت می‌برم بیافرینند.

اغلب مردم خبر ندارند که اگر، ما همه منابع خود را برای کسب تجربه در یک زمینه خاص زندگی متمرکز کنیم، فوراً به چه قدرت عظیمی دست پیدا می‌کنیم.

ما تنها موجودات روی زمین هستیم که از آنچنان توان درونی غنی برخورداریم که نه وقایع، بلکه نحوه تغییر ما از وقایع است که تعیین‌کننده اندیشه ما درباره خودمان و چگونگی عمل کردمان در آینده است.

- **ما هماهنگ** با دیدگاه‌مان از اینکه واقعاً چه هستیم عمل می‌کنیم. چه آن دیدگاه درست باشد و چه نباشد.

- **در لحظات** تصمیم‌گیری است که سرنوشت شما شکل می‌گیرد ...

- **درباره ضعف‌های** دیگران جرّ و بحث نکنید، و درباره خودتان نیز هم چنین. وقتی اشتباهی مرتکب شدید، آن را بپذیرید، تصحیح نمائید و از آن درس بگیرید.

* **استفن کاوی:** در فاصله بین تحریک و پاسخ است که انسان، آزادی انتخاب دارد.

- * **از آنجائی که** عادات ما همیشگی و اغلب دارای الگوهای ناخود آگاهانه هستند، دائماً هر روزه شخصیت ما را نشان می‌دهند.
- * **در زندگی** لحظاتی هست که آنقدر دلت برای کسی تنگ می‌شود که آرزوهایت تنها با در آغوش گرفتن او برآورده می‌گردد.
- * **زمانی** که دری از شادی به رویت بسته می‌شود، در دیگری گشوده می‌گردد. ولی ما هم‌چنان به در بسته می‌نگریم و به دری که گشوده شده است نگاه نمی‌کنیم.
- * **به‌ظاهر اعتماد نکن**، چون بیشتر وقتها دروغین است. به دارائی‌ها دل نبند، زیرا ناپدید می‌شوند.
- * **در جستجوی کسی باش** که با تو بخندد. زیرا خنده می‌تواند یک روز پر اندوه را به روزی شادمانه دگرگون کند.
- * **آنچه آرزوی توست** درباره‌اش خیال‌پردازی کن. هر جا که آرزو داری برو. و هر چه را که آرزومی کنی، جست و جو کن.
- * **خوش‌شانس‌ها الزاماً** صاحب بهترین‌ها نیستند. آنها فقط بهترین‌هایی را که سر راهشان می‌بینند جست و جو می‌کنند.
- * **زیباترین آینده**، بستگی به آن دارد که بدی‌های گذشته را فراموش کنیم. اگر بر خطاهای گذشته، که تو را آزار می‌دهند چیره نگردی. هرگز از زندگی گذشته‌ات رهائی نخواهی یافت، تا شیرینی اکنون و آینده را تجربه کنی.

هرگز سخنان مهرآمیزت را از کسانی که به دلگرمی نیاز دارند، دریغ نکن، بگذار این واژه‌ها چون خورشید گرمی‌بخش، آسمان زندگی‌شان را روشن کند.

یادمان باشد که:

- همیشه ذره‌ای حقیقت پشت هر «فقط یه شوخی بود»
- کمی کنجکاوی پشت «همنطوری پرسیدم»
- قدری احساسات پشت «به من چه اصلاً»
- مقداری خرد پشت «چه میدونم» و
- اندکی درد پشت «اشکالی ندارد» وجود دارد.

بایدها و نبایدهای سه‌گانه در زندگی:

- سه چیز در زندگی پایدار نیستند، رویاها، موفقیتها و شانس.
- سه چیز در زندگی، که وقتی از کف رفتند، باز نمی‌گردند، زمان، گفتار، موقعیت.
- سه چیز ما را نابود می‌کنند. تکبر، زیادطلبی، عصبانیت.
- سه چیز انسان‌ها را می‌سازند، کار سخت، صمیمیت، تعهد.
- سه چیز ارزشمند در زندگی، عشق، اعتمادبه‌نفس، دوستان.
- سه چیز در زندگی که هرگز نباید آنها را از دست داد، آرامش، امید، صداقت
- خوشبختی ما بر سه اصل است. تجربه از دیروز، استفاده از امروز، امید به فردا.

- تباهی زندگی ما نیز بر سه اصل است، حسرت دیروز، اتلاف امروز، ترس از فردا.

کی دنیا درست میشه؟

پدر داشت روزنامه می خواند، پسر که حوصله اش سر رفته بود پیش پدر رفت و گفت: پدر بیا بازی کنیم، پدر که بی حوصله بود چند تکه از روزنامه که عکس دنیا بود، تکه، تکه کرد و به پسرش داد و گفت برو درستش کن. پسر هم رفت و بعد از مدتی عکس را به پدرش داد. پدر دید پسرش نقشه جهان رو کاملاً درست جمع کرده از او پرسید که نقشه جهان رو از کجا یاد گرفتی؟ پسر گفت: من عکس اون آدم،

پشت صفحه رو درست کردم. وقتی آدمها درست بشن دنیا هم درست میشه.

نقل قول: درسی از خیام.

روزی کسی به خیام، که دوران کهنسالی را پشت سر می گذاشت گفت: شما به یاد دارید دقیقاً پدر بزرگ من، چه زمانی درگذشت؟ خیام پرسید: این پرسش برای چیست؟ آن جوان گفت: من تاریخ درگذشت همه خویشانم را بدست آورده ام و می خواهم روز وفات آنها بروم گورستان و برایشان دعا کنم و خیرات دهم. خیام خندید و گفت: آدم بدبختی هستی. خداوند تو را فرستاده تا شادی بیافرینی و دست زندگان و مستمندان را بگیری، تا نمیرند، تو به دنبال مردگانت هستی؟ بعد پشتش را به او کرد و گفت:

مرا با مرده پرستان کاری نیست و از او دور شد.

تحقیقی از «ریچارد وایزمن»:

چرا برخی مردم بی وقفه در زندگی شانس می‌آورند، در حالی که سایرین همیشه بد شانس هستند؟

تحقیقات من در مجموع نشان داده که آدم‌های خوش‌شانس و اقبال براساس چهار اصل برای خود فرصت ایجاد می‌کنند.

اول: آنها در ایجاد و یافتن فرصتهای مناسب مهارت دارند.

دوم: به قوه شهود گوش می‌سپارند و براساس آن تصمیم‌های مثبت میگیرند.

سوم: به خاطر توقعات مثبت، هر اتفاقی برای آنها رضایت بخش است.

چهارم: نگرش انعطاف‌پذیری آنها، بدبیاری را به خوش اقبالی بدل می‌کنند.

به غریزه باطنی خود گوش کنید. چنین کاری اغلب نتیجه مثبت دارد. با

گشادگی خاطر با تجارب تازه روبرو شوید و عادات روزمره را بشکنید. هر روز چند دقیقه‌ای را صرف مرور حوادث زندگی کنید.

یک درس: موفقیت در زندگی تاس خوب آوردن نیست، تاس بد را خوب بازی کردن است.

هر که: منظور خود از غیر خدای می‌طلبد، او گدائی است که حاجت زگدا می‌طلبد.

* **گفته بودی** درد دل کن گاه با هم صحبتی، کو رفیق راز داری کو دل پر طاقتی.

سحرآن است که بیدار شود اقیانوس، سحر آن است که خورشید بگوید، نه خروس .

گاندی: هنوز نمی‌دانم، هر سال که می‌گذرد، یک سال به عمرم اضافه می‌شود، یا یک سال از عمرم کم می‌شود.

**در این دنیای نامردان که مردانش عصا از کور می‌دزدند،
من خوش باور نادان، محبت آرزو کردم.**

فرامایش مکن این حقیقتی است، بارانی باید، تا رنگین‌کمانی برآید و لیموهای ترش، تا که شربتی گوارا فراهم شود.

اگر امروز، خواستی و نتوانستی که معذوری، ولی اگر روزی توانستی و نتوانستی، منتظر روزی باش که بخواهی و نتوانی.

در میان شما کیست که صد گوسفند داشته باشد و یکی از آنها گم شود، که آن نود و نه را در صحرا وا نگذارد و از پی آن گم شده نرود، تا آن را بیابد؟

زندگی از دید پائولو کوئیلو:

انسان‌ها به شیوه هندیان بر سطح زمین راه می‌روند. با یک سبد در جلو و یک سبد در پشت. در سبد جلو، صفات نیک خود را می‌گذاریم و در سبد پشتی، عیب‌های خود را نگه می‌داریم. به همین دلیل در طول روزهای زندگی خود

چشمان خود را بر صفات نیک خود می‌دوزیم و فشارها را در سینه‌مان حبس می‌کنیم. در همین زمان، بی‌رحمانه در پشت سر همسفرمان که پیش روی ما، حرکت می‌کند تمامی عیوب او را می‌بینیم بدین‌گونه است که درباره خود بهتر از او داوری می‌کنیم، بی‌آنکه، بدانیم کسی که پشت سر ما راه می‌رود، به ما با همین شیوه می‌اندیشد.

«دانشتی‌ها»

- * مایع داخل نارگیل تازه و سبز حاوی پلاسمای، مشابه خون است.
- * میزان سوختن کالری در هنگام خواب بیشتر از هنگام تماشای تلویزیون است.
- * ستاره زهره، تنها سیاره‌ای است که در جهت عقربه‌های ساعت می‌چرخد.
- * مروارید در سرکه حل می‌شود.
- * ژاپن بزرگترین تولید کننده زیپ در جهان است.
- * لئونارد داوینچی، می‌توانست، همزمان با یک دست خود بنویسد و با دست دیگر نقاشی کند.
- * گربه تنها حیوان خانگی است که نام او در انجیل نیامده است.
- * نقاشی تابلوی مونالیزا، برای داوینچی ده (10) سال بطول انجامید.
- * در کازینوهای لاس و گاس، هیچ نوع ساعتی وجود ندارد.

چند قانون کاربردی:

- * **قانون گاو:** گاو سرشو می‌اندازه پائین و کار خودشو انجام میده، کاری نداره کی، چی میگه، از شاخش هم استفاده نمی‌کنه، چون بهترین شاخ‌زن‌ها، رفتن توی میدان گاو بازی و نابود شدند.

* **قانون سگ:** سگی، شما را دنبال کرده و شما فقط به قرص نان دارید اگر کل نان را جلوش بندازی، زود می خوردش و بعدش به شما حمله می کنه، پس بهترین کار اینه که نان را تکه تکه بهش بدین تا زمانی که به جای امنی برسید.

* **قوانین خر:** قانون اول: هر گاه خری در یک کنج مثلث و منبع غذا در کنج دیگری باشد، خر مورد نظر همیشه مسیری را طی می کند که از یک ضلع مثلث می گذرد. (کوتاه ترین راه). اما در اصل اینکه همیشه کوتاه ترین راه بهترین راه نیست و فقط خر کوتاه ترین راه را انتخاب می کنه.

* **قانون دوم:** هرگاه در مسیری دو خر رو بروی یکدیگر قرار گیرند و مسیر به قدری تنگ باشد. که این دو باید از وسط جاده کنار رفته، به دیگری راه بدهد، تا بتوانند رد شوند، هیچ کدام از خرها از جای خود تکان نمی خورد. نتیجه گیری: خیلی وقتها برای رسیدن به نتیجه مطلوب بایستی به طرف مقابل امتیاز داد. به بازی برد، برد بیاندیشیم سیاستمدار باشیم، خر نباشیم.

* **چارلی چاپلین:** وقتی زندگی 100 دلیل برای گریه کردن به تونشان می دهد تو 1000 دلیل برای خندیدن به اون نشون بده.

* یادمان باشد، از امروز خطایی نکنیم .

گر در خویش شکستیم، صدائی نکنیم.

پر پروانه شکستن، هنر انسانی نیست

گر شکستیم به غفلت، من و مائی نکنیم.

یادمان باشد، اگر شاخه گلی را چیدیم،

وقت پرپر شدنش، ساز و نوائی نکنیم.

یادمان باشد، اگر خاطرمان تنها شد طلب عشق ز هر بی سرو پایی نکنیم

* **طنز** : اولین جلسه کلاس بود، استاد اسامی بچه‌ها را یکی یکی می‌خواند. رسید به اسم «بارانه» شخص مورد نظر را که پیدا کرد، پرسید؟ واسه چی بارانه؟ دختر جواب داد: واسه اینکه روز تولدم بارون میومده. برادری اهل دل از ته کلاس گفت خوب شد که اون روز هوا آفتابی نبوده. و گرنه می‌شد «آفتابه»

* «کوتاه‌ترین داستان عشقی»

«روزی مردی از یک دختر پرسید؟ آیا با من ازدواج می‌کنی؟ دختر جواب داد نه، و از آن پس مرد شاد زیست، به ماهیگیری و شکار رفت، کلی گلف‌بازی کرد، آبجونوشید و هر جاکه خواست، گو...»

دلا، یاران سه قسم‌اند، گر بدانی. زبانی‌اند و نانی‌اند و جانی. به نانی نان بده، از در برانش. تو نیکی کن به یاران زبانی ولیکن یار جانی را نگه دار، به پایش جان بده تا می‌توانی.

* **کسانی‌که**، تاریخ را فراموش می‌کنند، مجبور به تکرار آن هستند.

* **معجزه** حقیقتی است در دستان و مغز تو. خود را باور کن.

* **باران** باش و بار، نپرس پیاله‌های خالی از آن کیست.

* **بیشک** باد رقص گیسوانم را از یاد برده که دیگر برایش نمی‌نوازد. نمی‌دانم، شاید ساز باده‌ها هم، دیگر کوک نیست.

* **شاید نشود** به گذشته برگشت و یک آغاز زیبا ساخت، ولی می‌شود هم اکنون آغاز کرد و یک پایان زیبا ساخت.

* **کابوس**، چنان است که در باغ زمان، هر شاخه بدست خویش دارد تبری

* **زندگی**، قصه‌ پیر مردی یخ‌فروشی است، که از او پرسیدند یخ‌هایت را چه کار کردی؟ گفت: نخریدند، نفروختم، تمام شد.

* **فرصت‌ها**، اینگونه‌اند، دیر می‌آیند، آهسته در می‌زنند و زود می‌روند.

* **طنز**: از قدیم، ندیما می‌گفتن: واسه کسی بمیر که برات تب کنه. لطفاً یکی برای من بمیره. آخه چند روزه بدجوری تب کردم.

* **طنز**: گفت بخواب، خوابیدم، گفت واکن، وا کردم. دردش را تحمل کردم، خون او مد ترسیدم، آخه اولین باری بود که می‌رفتم دندان پزشکی.

* ناکرده گنه در جهان کیست بگو

آن کس که گنه نکرد چون زیست بگو

من بد کنم و تو بدمکافات دهی

پس فرق میان من و تو چیست، بگو

* **آمدنت** را خوب یادم نیست، بی‌صدا آمدی، بی‌آنکه من بدانم و بی‌اجازه

ماندی بی‌آنکه من بخواهم. اما اکنون که با ذره، ذره وجودم ماندنت را تمنا

می‌کنم، قصد سفر داری؟ ای میهمان ناخونده قلبم، بمان، که ماندنت را

سخت دوست دارم.

چارلی چاپلین میگه: می‌دونستی، اشک گاهی از لبخند با ارزش‌تره؟ چون لبخند رو به هر کسی می‌تونی هدیه کنی، اما اشک رو فقط برای کسی می‌ریزی که نمی‌خواهی از دستش بدی.

طنز: زمستان دوباره می‌آید، بهار دوباره تکرار می‌شود، اما تو هیچ وقت تکرار نمی‌شوی، چون خدا یه اشتباه رو دوبار تکرار نمی‌کند.

طنز: تو را از گل نه از گل آفریدند ز عطر یاس و سنبل آفریدند
نمی‌دانم تو را با این همه حُسن چرا این‌گونه منگل آفریدند.

طنز: اگر پیرسند، بهترین، شجاع‌ترین، محبوب‌ترین، داناترین و عاقل‌ترین آدم کیه؟ انگشتم و به طرف تو دراز می‌کنم و می‌گم این نمی‌تونه، تو باشی.

به نام آنکه طاووس را آفرید، تا بوقلمونی مثل تو قیافه نگیره

طنز: اون صورت ماهت، اون چشم نازت، اون طرزنگاهت اون دست درازت، منو یاد گدای سرکوچه میندازه.

* **همیشه فکر** می‌کردم، چون گرفتارم به خدا نمی‌رسم. بعدها فهمیدم چون به خدا نمی‌رسم گرفتارم.

* **طنز:** **دارویی موفید برای سرفه:** یه شب، وقتی نلسون راکفلر، ثروتمند معروف و زنش از گردش برگشتند، زن دچار سرفه ناگهانی شد و مدام سرفه کرد. شوهرش، با اضطراب و دستپاچگی، پرسید: عزیزم، بگو، چی برم برای گلوت بخرم؟ زن گفت اون گردنبند زمرد سبزی که در جواهر فروشی سر کوچه دیدم.

* **ساعت 3 بعداز نصف شب** بود که صدای تلفن، پسری را از خواب بیدار کرد. پشت خط مادرش بود. پسر با عصبانیت گفت: چرا این وقت شب مرا از خواب بیدار کردی؟ مادر گفت 25 سال قبل در همین موقع شب، تو مرا از خواب بیدار کردی؟ فقط خواستم بگویم تولدت مبارک.

* **آنتون رابینز:** برای رسیدن به موفقیت باید مثل زمان کودکی کنجکاو باشید.

* **چطور بهتر زندگی کنیم؟** نلسون ماندلا. با کمی مکث جواب داد: گذشته‌ات را بدون هیچ تأسفی بپذیر. با اعتماد، زمان حالت را بگذران، و بدون ترس برای آینده آماده شو. ایمان را نگهدار و ترس را به گوشه‌ای انداز. شک‌هایت را باور نکن و هیچ‌گاه به باورهایت شک نکن. زندگی شگفت‌انگیز است در صورتی که بدانی چطور زندگی کنی. پرسیدم، آخر. و او بدون اینکه متوجه سوالم شود ادامه داد، مهم این نیست که قشنگ باشی. قشنگ این است که مهم باشی، حتی برای یکنفر.

* **کوچک باش و عاشق.** که عشق خود میداند آیین بزرگ کردنت را. بگذار عشق خاصیت تو باشد، نه رابطه خاص تو با کسی.

* **موفقیت،** پیش‌رفتن است، نه به نقطه پایان رسیدن. داشتم به سخنانش فکر می‌کردم که نفسی تازه کرد و ادامه داد، هر روز صبح در آفریقا، آهوئی از خواب بیدار می‌شود و برای زندگی کردن و امرار معاش در صحرا می‌چرد. آهو می‌داند که باید از شیر سریع‌تر بدود، تا گرسنه نماند. مهم نیست که تو شیر باشی یا آهو مهم این است که با طلوع آفتاب از خواب برخیزی و برای زندگی با تمام توان و با تمام وجود شروع به دویدن کنی. به خوبی

پرسشتم را پاسخ گفته بود ولی می‌خواستم باز هم ادامه دهد، و باز هم پس از این، چینی از چروک پیشانیش باز کرد، با نگاهی به من اضافه کرد، زلال باش. زلال باش. فرقی نمی‌کنه که گودال کوچک آبی باشی یا دریای بیکران. زلال که باشی آسمان در توست.

* **مارک فیشر:** برای ناراحت بودن خیلی وقت داری، پس چرا به فردا موکولش نکنی؟ از امروز همه چیز را از نو آغاز کن.

دست‌خط امیر کبیر خطاب به ناصرالدین‌شاه :

قربانت شوم

الساعه که در ایوان منزل با همشیره همایونی به شکستن لبه نان مشغولیم، خبر رسید که شاهزاده موثق‌الدوله حاکم قم را که به جرم رشا و ارتشا معزول کرده بودم، به توصیه عمه خود ابقا فرموده و سخن هزل بر زبان رانده‌اید. فرستادم او را تحت‌الحفظ به تهران بیاورند، تا علیحضرت بدانند که اداره امور مملکت به توصیه عمه و خاله نمی‌شود. زیاده جسارت است |

* **کافکا:** گل زیباترین و ساده‌ترین و پرترفدارترین هدیه الهی به انسان است.

* **آلفونس دوده:** محبت باید باندازه آب، باندازه باشد. زیاد که شد خفه

می‌کند.

* **گفته ای از عارف بزرگ مولوی :** در جهان تنها یک فضیلت وجود دارد،

و آن آگاهی است و تنها یک گناه و آن جهل است.

- * **هیچ چیز** ویرانگرتر از این نیست که متوجه شویم کسی که به او اعتماد داشته‌ایم، عمری فریبمان داده است.
 - * **الهی، من** در کُلبه فقیرانه خود چیزی دارم که تو در عرش کبریائی خود نداری، زیرا من چون توئی دارم. و تو چون خودی، نداری.
 - * **اگه یه روز** شاد بودی، آرام بخند تا غم دنیا بیدار نشه، و اگه یه روز غمگین شدی، آرام گریه کن تا شادی ناامید نشه.
 - * **آبراهام لینکن**: زندگی را آسان بگیر، چون روزگار به اندازه کافی به تو سختی خواهد داد.
 - * **هوا همیشه** آفتابی نیست. گاهی هم بارانی است. آدم‌ها همیشه مهربان نیستند، گاهی هم نامهربانند. اما انگار این روزها، گاهی‌ها همیشه، شده‌اند همیشه.
 - * **برای همه** کس، خوشبختی یک معنی بیشتر ندارد. رسیدن به آرزوی خیالی.
 - * **اینجا چرا می‌تابی؟** ای مهتاب، برگرد. این گه‌نه گورستان غمگین، دیدنی نیست.
 - * **نه گه** به دولت بناز و نه گه به نکبت بنال.
- که هر دو را در پی است در روز زوال.

* **نیچه:** وسعت دنیای هر کس، به اندازه وسعت اندیشه اوست.

* **آری،** آغاز دوست داشتن است.

گرچه پایان راه ناپیداست

من به پایان نیاندیشم

که همین دوست داشتن زیباست.

* **سه نفر** در سه خصیصه شناخته می شوند:

بردبار، به هنگام (خشم)، دلیر، به هنگام (جنگ)، دوست، به هنگام (نیاز).

* **گرم ترین** احساس را نصیب کسی کن که در سردترین لحظه‌ها به یاد توست.

* **همانطور** که طلا بدون سائیدن، جلا پیدا نمی کند، انسان هم بدون سختی کامل نمی شود.

* **به گفته بزرگی:** یا باندازه آرزوهایت کارکن و یا اندازه کاری که می کنی، آرزو.

* **گفته ای دلنشین:** وقتی می دانیم کسی با جان و دل دوستان دارد. و نفس‌ها و

صدا و نگاهمان در روح و جانش ریشه دوانده به بازیش می گیریم.

هر چه او عاشق تر، ما سرخوش تر، هر چه او دل نازکتر، ما بی رحم تر. تقصیر از ما

نیست، تمامی قصه‌های عاشقانه، این گونه به گوشمان خوانده شده‌اند.

– رسم زندگی این است. یک روز کسی را دوست داری و روز بعد تنهائی. به

همین سادگی او رفته است و همه چیز تمام شده است. مثل یک میهمانی که به

آخر می‌رسد و تو به حال خود رها می‌شوی. چرا غمگینی؟ این رسم زندگی است. تو نمی‌توانی آن را تغییر دهی. دلی که از بی‌کسی غمگین است، هر کسی را می‌تواند تحمل کند. هیچ‌کس بد نیست. دلی که در بی‌اویی مانده است، برق هر نگاهی جانش را می‌خراشد.

اما چه رنجی است لذت را تنها بردن و چه زشت است زیبایی را تنها دیدن و چه بدبختی آزاردهنده‌ای است. تنها خوشبخت بودن. در بهشت تنها بودن سخت‌تر از کویر است.

✱ **تا آسمان** راهی نیست. اما تا آسمانی شدن راه بسیار است.

خداوندا، برای همسایه که نان مرا ربود، نان. برای عزیزانی که قلب مرا شکستند، مهربانی. برای کسانی که روح مرا آزدند بخشش!! و برای خویشتن خویش آگاهی و عشق می‌طلبم

زندگی خوردن و خوابیدن نیست،

انتظار و هوس و دیدن نیست،

زندگی چون گل سرخی پر از خار و پر از برگ و پر از عطر لطیف.

من رقص دختران هندی را بیشتر از نماز پدر و مادرم دوست دارم چون آنها از روی عشق می‌رقصند و اینها از روی عادت نماز می‌خوانند.

سخنی از کورش کبیر: این زمین که اینک بر آن گام مینهی و بر آن زندگی می‌کنی را خدای بزرگ هم زمان با آفرینش هستی آفرید. قبل از تو بسیاری بر این خاک زیسته‌اند و آن‌گاه رفته‌اند. پس این را بدان که تو نه اولینی و نه آخرین و نه ماندگار بر این زمین...

*تور: پیرزنا (طنز)

تعدادی پیر زن با اتوبوس عازم توری تفریحی بودند. پس از مدتی یکی از پیر زنان به پشت راننده زد و یک مشت بادام به او تعارف کرد. راننده تشکر کرد و بادام را گرفت و خورد. در حدود 45 دقیقه بعد دوباره پیر زن با یک مشت بادام نزد راننده آمد و بادامها را به او تعارف کرد. راننده باز هم تشکر کرد و بادامها را گرفت و خورد. این کار دو بار دیگر هم تکرار شد، تا آن که بار پنجم که پیر زن باز با یک مشت بادام سراغ راننده آمد. راننده از او پرسید چرا خودتان بادامها را نمی‌خورید؟ پیر زن گفت: چون ما دندان نداریم. راننده که خیلی کنجکاو شده بود پرسید پس چرا آنها را خریده‌اید؟

پیر زن گفت: ما شکلات روی بادامها را خیلی دوست داریم.

استرس اون نیست که وحله اول شما فکر می‌کنین : یه خانم خوشگل کناربزرگراه سوار می‌کنی تا اینجا که بی استرس است ،ناگهان اون احساس مرضی میکنه و غش میکنه ،شما اون و به بیمارستان می‌رسونی .حالا استرس زیادی داری ، یا لا اقل خودت که اینجوری فکر می‌کنی .اما نهایتاً توی بیمارستان به شما میگن که حالش خوبه و شما دارین پدرمیشین. شما میگین که من پدر بچه نیستم، اما دختره به پرستار میگه، چرا ایشون پدر بچه من هستن. شما استرس رو بیشتر حس می‌کنی .

بعد شما تقاضای تست DNA می‌کنی و در دادگاه ثابت میشه که شما پدر بچه نیستی. شما اکنون کاملاً خلاص شدی. الان دیگه فکر می‌کنی استرست رسیده به صفر. میری پیش دکتر که بابت تشخیص درستش ازش تشکر کنی. دکتر به شما میگه اصلاً نگران نباشید، چون اصلاً شما از زمان تولد نا بارور بودید. اما توی راه خونه، داری به سه تا بچه‌های خودت فکر می‌کنی.

*بهبتر است بدانی: پدری با پسری گفت به قهر

که تو آدم نشوی جان پدر، حیف از آن عمر که ای بی سرو پا
 در پی تربیت کردم سر دل فرزند از این حرف شکست
 بی خبر از پدرش کرد سفر رنج بسیار کشید و پس از آن
 زندگی کشت به کامش چو شکر عاقبت شوکت والایی یافت
 حاکم شهر شد و صاحب زر چند روزی بگذشت و پس از آن
 امر فرمود به احضار پدر پدرش آمد از راه دراز
 نزد حاکم شد و بشناخت پسر پسر از غایت خود خواهی و کبر
 نظر افکند به سراپای پدر گفت , گفتم که تو آدم نشوی
 تو کنون حشمت و جاهم بنگر پیر خندید و سرش داد تکان
 گفت این نکته و برون شد از در من نگفتم که تو حاکم نشوی
 گفتم آدم نشوی جان پدر.

* **زندگی واسه ما آدم‌ها مثل دفتر 200 برگه، اولش خوش خط می‌نویسی و**
 دوست‌داری به آخرش برسی، وسطش خسته میشی بد خط مینویسی و هی
 حروم می‌کنی، اما آخرش که رسیدی جا کم میاری، حسرت می‌خوری که
 چرا برگه‌ها شو حروم کردی.

از نظر گاندی هفت موردی که بدون هفت مورد دیگر خطرناک هستند.

- ثروت، بدون زحمت. لذت، بدون وجدان. تجارت بدون اخلاق.

- دانش بدون شخصیت. علم بدون انسانیت. عبادت بدون ایثار.

- سیاست بدون شرافت.

شما ممکن است بتوانی گلی را زیر پا لگدمال کنی. اما محال است بتوانی عطر آن را در فضا محو سازی.

بزرگترین درس زندگی این است که گاهی احمق‌ها هم درست می‌گویند.
«وینسون چرچیل»

دنیا آنقدر وسیع است که برای همه مخلوقات جائی باشد. پس به جای آنکه جای کسی را بگیریم، تلاش کنیم جای واقعی خود را بیابیم.
«چارلی چاپلین»

در نگاه کسی که پرواز را نمی‌فهمد، هر اندازه اوج‌گیری کوچک‌تر خواهی شد.
«آلبرگامو»

اگر فکر می‌کنی، زندگی یک تأثر است، نقشی را انتخاب کن که از همه بیشتر در ایفای آن لذت می‌بری.

* **ضرب‌المثل آفریقائی:** دریای بی‌تلاطم، هیچ‌گاه دریانورد ورزیده تربیت نمی‌کند.

* **از خود گذشتگی** را باید از شمع آموخت که با وجود سوختن روشنائی می‌بخشد.

* **بر سر قبر** شخصی نوشته شده بود، کودک که بودم می‌خواستم دنیا را تغییر بدهم. وقتی بزرگ شدم، متوجه شدم که دنیا خیلی بزرگ است من باید کشورم را تغییر بدهم. بعدها کشورم را هم بزرگ دیدم، تصمیم گرفتم شهرم را تغییر بدهم. در سالخوردگی تصمیم گرفتم خانواده‌ام را متحول کنم. اینک

من در آستانه مرگ هستم، فهمیدم که اگر روز اول خودم را تغییر داده بودم، شاید می‌توانستم دنیا را هم تغییر دهم.

* **همیشه** از خدا می‌خواهم، آنچه را که شایسته شماسست بدهد، نه آنچه را که آرزو دارید. چون آرزوهای شما کوچک و شایستگی‌هایتان بسیار است.

زیباترین عکسها در تاریکی ظاهر می‌شوند. هرگاه (زندگی) شما را در تاریکی قرارداد، بدانید که می‌خواهد تصویری زیبا از شما ظاهر نماید.

طنز: «چهار چیز را حوا نمی‌توانست به آدم بگوید»

1- آدمت می‌کنم . 2- از شوهر مردم یاد بگیر . 3- من قبل از تو 100 تا خواستگار داشتم . 4- میرم خونه مامانم .

کاروان رفت و تو در خواب و بیابان در پیش

کی روی؟ ره ز که پرسى؟ چه کنى؟ چون باشى؟

* **خدایا**، به من رفیقی بده که با من گریه کند. دوستی که با من بخندد. ره را خودم پیدا خواهم کرد.

* - **برای پرواز** کردن، اول باید ایستاد، راه رفتن و بالارفتن را آموخت، پرواز کردن با پرواز کردن آغاز نمی‌شود.

* - **راز دل** هرگز نگو با محرمت چونکه محرم، محرمت نامحرم است.

بعضی‌ها وقتی کاری داشته باشند دوست هستند. بعضی‌ها وقتی گیر می‌کنند دوست هستند، بعضی‌ها نیستند و وقتی هم هستند، بهتر است نباشند. بعضی‌ها نیستند و ادای بودن را در می‌آورند. بعضی‌های دیگر هم بطور کلی هستند ولی آدم نیستند. آنهایی که آدم هستند نیستند.

جملاتی از آنتونی رابینز : به مردم بیش از آنچه انتظار دارند بدهید و این کار را با شادمانی انجام دهید. وقتی می‌گویید دوست دارم، منظورت همین باشد.

وقتی می‌گویید متاسفم، به چشمان شخص مقابل نگاه کنید.

هیچ وقت، به رویای کسی نخندید، کسی که رویا ندارد، هیچ چیز ندارد. عمیقاً و با احساس عشق بورزید. ممکن است آسیب ببینید، ولی این تنها راهی است که به‌طور کامل زندگی می‌کنید

- در اختلافات، منصفانه بجنگید و از کسی هم نام نبرید.

- مردم را از طریق خویشاوندانشان داوری نکنید.

- آرام صحبت کنید و سریع فکر کنید.

- وقتی کسی از شما سؤالی می‌پرسد که نمی‌خواهید پاسخ دهید، لبخند بزنید

بگوئید، چرا می‌خواهی این را بدانی.

- به‌خاطر داشته باشید که عشق بزرگ و موفقیت‌های بزرگ مستلزم ریسک‌های

بزرگ هستند.

- **این سه نکته** را به یاد داشته باشید.

- احترام به خود. احترام به دیگران و مسئولیت همه کارهایتان را پذیرفتن.

- **وقتی متوجه می‌شوید** که اشتباهی مرتکب شده‌اید، فوراً برای اصلاح آن اقدام کنید.

* **چند نکته** : زندگی چون یک سکه است. تو می‌توانی آن را هر طور که بخواهی خرج کنی، اما فقط یک بار.

* **یادت باشد**، بهترین رابطه میان تو و همسرت، زمانی است که میزان عشق و علاقه‌تان به هم بیش از میزان نیازتان به یکدیگر باشد.

* **هیچ وقت** به کسی که غم سنگینی دارد نگو، می‌دانم چه حالی داری، چون در واقع نمی‌دانی.

* **فقط آن کتاب‌هایی را** امانت بده که از نداشتنش ناراحت نمی‌شوی.

حکایت : یک هواپیمای کوچک، 4 سرنشین داشت با سه تا چتر نجات. هواپیما در حال سقوط بود. خلبان یکی از چترها را برداشت و از هواپیما پرید بیرون. یکی دیگر از سرنشینان که خود را زرنگ می‌دانست، فوری یکی دیگر را برداشت و پرید. ماند دو نفر و یک چتر نجات، یکی از آن دونفر دکتر بود و دیگری فقیر. دکتر گفت: داداش، من دکتر هستم، اگر زنده بمانم به نفع مردم هستم و تو اگر بمیری به نفع مردم. مرد فقیر گفت. آقا نگران نباش، اینجا دو تا چتر نجات هست. زیر آن آقای زرنگی. که چتر را قاپ زد و پرید، کوله پستی مرا برداشت و پرید.

* **آیا می‌دانید** که در حال حاضر 6 میلیون اختراع در جهان وجود دارد، که ادیسون با 1094 اختراع رکورددار است.

* آیا می‌دانستید که ملخ‌ها فراوان‌ترین موجودات روی زمین هستند و موجوداتی هستند که در روز دو برابر وزن خود غذا می‌خورند؟

* آیا می‌دانستید که طبیعت سیاره اورانوس، برخلاف زمین است؟ یعنی دو قطبش گرم و قسمت‌های استوائی آن بسیار سرد است؟

* آیا می‌دانستید که نیروی جاذبه ماه می‌تواند باعث زمین لرزه شود.

* آیا می‌دانستید که شیار کف دست کمکی برای بهتر گرفتن اشیا است.

داستان موش: موشی در خانه تله‌موشی دید. به مرغ و گوسفند و گاو خبر داد. آن سه حیوان گفتند: تله‌موش مشکل توست، به ما ربطی ندارد. ماری در تله افتاد و زن خانه را گزید. از مرغ برایش سوپ درست کردند، گوسفند را برای عیادت کنندگان سر بریدند و گاو را برای مراسم ترحیم کشتند. در تمام این مدت، موش از سوراخ دیورا می‌نگریست و می‌گریست.

* **با خود پیمان ببندید،** برای ناراحتی صبور، برای ترس قوی و در برابر خشم متین باشید.

* **با خود پیمان ببندید،** آنقدر برای رشد و تعالی خود زمان صرف کنید، تا دیگر زمانی برای انتقاد کردن از دیگران نداشته باشید.

* **با خود پیمان ببندید،** در هر گفته‌گوئی، کلامی از سلامتی، شادی و ثروت را بر زبان جاری سازید. تا بدین‌وسیله انرژی مثبت از طرف شما داده شده باشد.

* **با خود پیمان ببندید**، نیمه روشن هر چیز را بنگرید. آنگاه تاریکی کنار رفته و رویاهایتان تحقق می‌یابد.

- **حرف‌های تند خود را با عصبانیت تان همراه نکنید.**

* **برقص**، چنانکه گوئی کسی تو را نمی‌بیند.

- **عشق بورز**، چنانکه گوئی هرگز آزرده نشده‌ای.

* **بخوان**، چنانکه گوئی کسی تو را نمی‌شنود.

زندگی کن، چنانکه گوئی بهشت روی زمین است.

* **به خودت پیاموز**، هرکسی ارزش ماندن در قلب تو را ندارد.

* **خودت رو** از قید هر چه رنگ و روشنائی باخته برهان ، بذار نور به زندگیت وارد بشه.

امروز: آنکس که بداند و بداند که بداند

اسب خرد از گنبد گردون بجهاند

آنکس که بداند و نداند که بداند

بیدار کنیدش که بسی خفته نماند

آنکس که نداند و بداند که نداند

لنگان خردک خویش به منزل برساند

آنکس که نداند و نداند که نداند

در جهل مرکب، ابدالدهر بماند

دیروز: آنکس که بداند و بداند که بداند

باید برود غاز به کنجی بچراند

آنکس که بداند و نداند که بداند

بهنتر برود خویش به گوری بتپاند

آنکس که نداند و بداند که نداند

با پارتی و با پول خر خویش براند

آنکس که نداند و نداند که نداند

بر پست ریاست ابدالدهر بماند

«جایگاه رفیع از دیدگاه ملانصرالدین»

یک روز ملانصرالدین برای تعمیر بام خانه خود مجبور شد، مصالح ساختمانی را بر پشت الاغ بگذارد و به بالای پشت‌بام برود.

الاغ هم به سختی از پله‌ها بالا رفت. ملا مصالح ساختمانی را از دوش الاغ برداشت و سپس الاغ را بطرف پائین هدایت کرد.

ملا نمی‌دانست که خر از پله بالا می‌رود، ولی به‌هیچ‌وجه از پله پائین نمی‌آید. هر کاری کرد الاغ از پله پائین نیامد. ملا الاغ را رها کرد و به خانه آمد، که استراحت کند. در همین موقع دید الاغ دارد روی پشت‌بام بالا و پائین می‌پرد. وقتی که دوباره به پشت‌بام رفت، و می‌خواست الاغ را آرام کند، که دید الاغ به‌هیچ‌وجه آرام نمی‌شود. به ناچار خودش برگشت پائین. بعد از مدتی متوجه شد که سقف اتاق خراب شده و پاهای الاغ از سقف چوبی آویزان شده. بالاخره الاغ از سقف به زمین افتاد و مرد. بعد ملانصرالدین گفت: لعنت بر من که نمی‌دانستم که اگر خر به جایگاه رفیع و پست مهمی برسد. هم آنجا را خراب می‌کند و هم خودش را می‌کشد.

حکایت: «وصیت‌نامه اسکندر»

* پادشاه بزرگ یونان الکساندر پس از تسخیر کردن حکومت‌های پادشاهی بسیار، در حال بازگشت به وطن خود بود. در بین راه بیمار شد و به مدت چند ماه بستری گردید. با نزدیک شدن مرگ، الکساندر دریافت که چقدر پیروزی‌هایش، سپاه بزرگش، شمشیرتیزش و همه ثروتش بی‌فایده بوده است. او فرماندهان ارتش را فراخواند و گفت من این دنیا را بزودی ترک خواهم کرد. اما سه خواسته دارم. لطفاً خواسته‌هایم را حتماً انجام دهید. فرماندهان ارتش در حالی که اشک از گونه‌هایشان سرازیر شده بود موافقت کردند که از آخرین خواسته‌های پادشاهشان اطاعت کنند. اسکندر گفت: اولین خواسته ام این است که پزشکان من باید تابوتم رابه تنهایی حمل کنند. ثانیاً وقتی تابوتم دارد به قبر حمل می‌گردد در مسیر منتهی به قبرستان باید با طلا و نقره و سنگ‌های قیمتی که در خزانه داری، جمع آوری کرده ام پوشانده شود. سومین و آخرین خواسته ام این است که هر دو دستم باید بیرون از تابوت

* آویزان باشد. مردمی که در آنجا گرد آمده بودند از خواسته‌های عجیب پادشاه تعجب کردند. اما هیچ کس جرأت اعتراض نداشت. فرمانده مورد علاقه الکساندر، دستش را بوسید و روی قلب خود گذاشت و گفت، پادشاه به شما اطمینان می‌دهم که همه خواسته‌هایتان را اجرا خواهم کرد. اما بگوئید، چرا چنین خواسته‌های عجیبی دارید؟ در پاسخ به این پرسش، الکساندر نفس عمیقی کشید و گفت: من می‌خواهم دنیا را آگاه سازم از سه درسی که تازه یاد گرفته‌ام. می‌خواهم پزشکان تابوتم را حمل کنند، چرا که مردم بفهمند که هیچ دکتری نمی‌تواند هیچ کس را واقعاً شفا دهد. آنها ضعیف هستند و نمی‌توانند انسانی را از چنگال‌های مرگ نجات دهند. بنابراین نگذارید مردم فکر کنند زندگی ابدی دارند. دومین خواسته‌ام در مورد

ریختن طلا، نقره و جواهرات دیگر در مسیر راه به قبرستان. این پیام به مردم می‌رساند که حتی یک خرده طلا هم نمی‌توانم با خود ببرم. بگذارید مردم بفهمند که دنبال ثروت رفتن، اتلاف وقت محض است و دربارهٔ سومین خواسته‌ام یعنی دست‌هایم بیرون از تابوت باشد می‌خواهم مردم بدانند که من با دست‌های خالی به دنیا آمده‌ام و با دستان خالی این دنیا را ترک می‌کنم.

گفته‌ای از خورخه لونیس بورخس، «شاعر و نویسنده آرژانتینی»:

* **همیشه** حرفی را بزن که بتوانی بنویسی، چیزی را بنویس که بتوانی امضایش کنی و چیزی را امضا کن که بتوانی پایش بایستی.

آنانکه تجربه‌های گذشته را به خاطر نمی‌آورند، محکوم به تکرار اشتباهند.

آدم‌های بزرگ شرایط را خلق می‌کنند و آدم‌های کوچک از آن تبعیت می‌کنند.

آدم‌های موفق به اندیشه‌هایشان عمل می‌کنند، اما سایرین تنها به انجام سختی آن می‌اندیشند.

* **به کسانی‌که** خوبی دیگران را بی‌ارزش، یا از روی توقع می‌دانند، خوبی نکن و اگر خوبی کردی، انتظار قدردانی نداشته باش.

* **قضاوت** خوب محصول تجربه است و از دست دادن ارزش و اعتبار، محصول قضاوت بد.

* **هرگاه** با آدم‌های موفق مشورت کنی، شریک تفکر روشن آنها خواهی بود.

* **وقتی** خوشبخت هستی، که وجودت آرامش بخش دیگران باشد.

* **هرگاه** نتوانستی، اشتباهی را ببخشی، آن از کوچکی قلب توست نه بزرگی اشتباه.

عادت کن، همیشه حتی وقتی عصبانی هستی، عاقبت کار را در نظر بگیری.

کسیکه برای آبادانی می کوشد، جهان از او به نیکی یاد می کند.

کم کم یاد می گیری که حتی نور خورشید هم می سوزاند، اگر زیاد آفتاب بگیری.

معنی چسان فسان، آرایش شده و شیک پوشیده . گرفته شده از واژه روسی .

معنی اسکناس، برگه دارای ضمانت . گرفته شده از واژه فراسوی

زپرتی: به معنی زندانی و یادگار قزاق‌های روسی در ایران است در آن دوران هرگاه سربازی به زندان می افتاد، می گفتند یارو زپرتی شده. از آن پس هرگاه کارو بار کسی خراب شده و اوضاعش به هم ریخته این واژه در موردش گفته می شود.

* **معنی هَشلهف**: در اصل از کلمه I shall have یعنی من می خواهم گرفته شده که با تلفظی مسخره آمیز و نجسب از یک زبان بیگانه ادا می شود.

* **فکسنی**: به معنای بامزه و به کنایه و واژگونه به معنای بی خود و مزخرف به کار برده می شود و برگرفته از واژه روسی.

* **نخاله**: مردم از آن برای اشاره به چیز اسقاط و به درد نخور استفاده کرده و می کنند و یادگار سربازخانه‌های قزاق‌های روسی در ایران است که به زبان روسی به آدم بی ادب و گستاخ می گفتند.

- هیچکس** نمی‌تواند بدون رضایت شما در شما احساس حقارت به‌جود آورد.
- **مردم درست** به همان اندازه خوشبختند که خودشان تصمیم می‌گیرند.
- **هیچوقت** عشق را گدائی نکن، چون معمولاً چیز با ارزشی رو به گدا نمی‌دهند.
- **همیشه دلیل** شادی کسی باش نه قسمتی از شادی او. و همیشه قسمتی از غم کسی باش نه دلیل غم او.
- **زندگی تفسیر** سه کلمه است: خندیدن، بخشیدن، فراموش کردن پس تا می‌توانی بخند، ببخش و فراموش کن.
- **وقتی زندگی** چیز زیادی به شما نمی‌دهد، دلیلش آن است که شما هم، چیز زیادی از او نخواسته‌اید.
- **سنگی که طاقت** ضربه‌های تیشه را ندارد. لایق تندیس شدن نیست.
- **در مقابل** سختی‌ها مقاوم باش که وجودت شایسته تندیس شدن است.
- **عذرخواهی** همیشه بدان معنا نیست که تو اشتباه کرده‌ای و حق با آن دیگری است. گاهی عذرخواهی بدان‌معناست که آن رابطه بیش از غرورت برایت ارزش دارد.
- **وین دایر:** این شماست که به مردم می‌آموزد که چگونه با شما رفتار کنند.
- **ناپلئون:** من در جهان یک دوست داشتم‌ام و آن خودم بودم.
- **کانت:** چنان باش که به هرکس بتوانی بگوئی مثل من باش و مثل من رفتار کن.

جرج آلن: اگر کسی را دوست داری به او بگو، زیرا قلب‌ها معمولاً با کلماتی که ناگفته می‌مانند، می‌شکنند.

میکل آنژ: چه غصه‌هایی به‌خاطر اتفاقات بدی که هرگز در زندگی‌ام پیش نیامد خوردم.

* **دیل کارنگی:** راه نفوذ در دیگران، دانستن آرزوهایشان است.

ماری کورلی: (لطیفه) هیچ‌گاه ازدواج نکردم، چون سه حیوان خانگی داشتم، که دقیقاً نقش یک شوهر را به تناوب برایم ایفا می‌کردند. یک سگ داشتم که هر روز صبح غرغر می‌کرد. یک طوطی داشتم، که تمام بعد از ظهر بدو بیراه می‌گفت و یک گربه داشتم که همیشه، دم دم‌های صبح به خانه باز می‌گشت.

خیلی بامزه است: هنگامی که زنان از ازدواج خود داری می‌کنند اسمش رامی‌گذاریم، عشق به استقلال اجتماعی، اما وقتی مردان از ازدواج خود داری می‌کنند، به آن می‌گوئیم ترس از مسئولیت اجتماعی.

ضربالمثل چینی: اگر می‌خواهی برای یک روز معذب باشی میهمان دعوت کن، اگر می‌خواهی یک سال عذاب بکشی، پرنده نگه‌دار و اگر می‌خواهی مادام‌المعرب عذاب بکشی ازدواج کن
گفته‌هایی از برنارد شاو:

1. یک مرد تا زمانی که صحبت‌هایش را انکار نکنید حرفی نمی‌زند.

2. روش جوک گفتن من این است که واقعیت را بگویم. واقعیت خنده‌دارترین لطیفه دنیا است.

3 عده کمی از مردم بیش از یک یا دو بار در سال فکر می‌کنند. من با یکی دوبار فکر در هفته برای خودم شهرتی دست و پا کردم.

4 مرد خردمند سعی می‌کند، خودش را با دنیا سازگار کن و مرد نابخرد اصرار دارد که دنیا را با خودش سازگار کند. بنابراین کلیه پیشرفت‌ها، بستگی به تلاشهای مرد نابخرد دارد.

5 اگر وقت کافی باشد هر چیزی برای هر کسی دیر یا زود اتفاق می‌افتد

6 در زندگی دو تراژدی وجود دارد: اینکه به آنچه قلبت می‌خواهد نرسی و اینکه برسی.

7 انسان‌های خوشبین و بدبین هر دو برای جامعه مفید هستند، خوشبین، هواپیما را اختراع می‌کند و بدبین چتر نجات.

8 وقتی چیزی خنده‌دار است، با دقت در آن حقیقتی پنهان را؛ جستجو کنید.

کوتاهترین راه برای فاش نساختن راز دیگران آن است که هرگز به رازشان گوش ندهی.

* **کوتاهترین راه** برای تحقیر نکردن دیگران این است که فقط چند لحظه خودت را جای آنها قرار دهی.

* **کوتاهترین راه** برای رسیدن به قدرت واقعی، تقویت هر چه بیشتر منطق است.

* **کوتاهترین راه** مقابله با دشمنان آن است که هرگز خون سردیت را از دست ندهی.

* **کوتاهترین راه** غلبه بر مشکلات، کوچک و ناچیز شمردن آنهاست.

* **اگر کاری** که می کنی هوشمندانه باشد ، هیچ اشکالی ندارد که تو را احمق بدانند .

* **کوتاهترین راه** برای دانستن یک ارتباط سالم، داشتن فکرو اندیشه سالم و قلب پاک است

کوتاه ترین راه برای جلوگیری از شکست احتمالی، مشورت با کسانی است که قبلاً آن راه را رفته اند.

***کوتاهترین راه** برای اینکه نخواهی چیزی را به خاطر بسپاری نگفتن دروغ است.

***کوتاهترین راه** برای غیبت نکردن آن است که عیوب خود را مثل عیوب دیگران ببینی.

کوتاهترین راه برای داشتن جسمی سالم، اعتدال در خوردن است نه زیاد و نه کم.

***کوتاهترین راه** برای یافتن یک دوست، توجه به علائق طرف مقابل است.

کوتاهترین راه عشق ورزیدن، نگاهی است خالص و بی‌ریا توأم با عشق.

***کوتاهترین راه** برای رهائی از افسردگی، فکر کردن به چیزهای خوب

***کوتاهترین راه** برای رسیدن به ثبات، آن است که برآن چه ایمان‌داری پافشاری

کنی، حتی اگر یک لشکر مخالف داشته باشی.

***کوتاهترین راه** برای رسیدن به تکامل، انتقادپذیری است.

کوتاهترین راه برای دروغ نگفتن، شجاع بودن است.

کوتاهترین راه برای حسرت نخوردن، آن است که همیشه در حال زندگی کنی.

کوتاهترین راه برای حل یک مسئله، فهمیدن درست صورت مسئله است.

کوتاهترین راه برای رسیدن به آرامش آن است که کمتر به چیزهایی که نداری

فکر کنی.

کوتاهترین راه برای اثبات دوستی‌ات به یک دوست آن است که شنوده خوبی

باشی.

مردی با دوچرخه به خط مرزی می‌رسد. او دو کیسه بزرگ همراه خود دارد،

مامور مرزی می‌پرسد، در کیسه‌ها چه داری؟، می‌گوید شن، مامور او را از

دوچرخه پیاده می‌کند، و چون به او مشکوک بود یک شبانه روز او را بازداشت

میکند، ولی پس از بازرسی فراوان، واقعا جز شن چیز دیگری نمی‌یابد. بنا بر

این به او اجازه عبور می‌دهد. هفته بعد دوباره سر و کله همان شخص پیدا می

شود، مشکوک بودن و بقیه ماجرا. این موضوع به مدت سه سال، هر هفته یک

بار تکرار می‌شود و پس از آن مرد دیگر در مرز دیده نمی‌شود. یک روز آن

مامور در شهر او را می بیند . پس از سلام و احوال پرسی ، به او می گوید : من هنوز هم به تو مشکوکم و می دانم که در کار قاچاق بودی . راستش را بگو ، چه چیز را از مرز ، رد می کردی ؟ قاقچی می گوید : دوچرخه . کوتاه ترین راه رسیدن به ثروت ، آن است که قابلیت هایت را بشناسی و بر آنها تکیه کنی ...

* **ژان پل سارتر:** زن خودش را خوشگل می کند، چون فهمیده که چشم مرد تکامل یافته تر از عقل اوست.

* **آلیس مونرو:** زندگی عادلانه نیست ، بهتره تو هم به این موضوع عادت کنی .

* **جان رابرت فاولز:** مردها جنگ را دوست دارند. چون به خاطر جنگ ظاهری جدی پیدا می کنند و این تنها چیزیست که نمی گذارد زنها بهشان بخندند.

* **فرا فارست:** خداوند مردان را نیرومندتر آفریده است، اما نه لزوماً با هوشتر. او به زنان فراست و زنانگی داده است و اگر این دو با هم خوب بکار روند، می تواند مغز هر مردی را که تا بحال دیده ام مختل کند.

* **جیمز تربر:** زنان از مردان عاقلترند، چون که کمتر می دانند و بیشتر می فهمند.

* **مردها همه** مانند هم هستند، فقط چهره هایشان با هم فرق دارد تا بتوان آنها را از هم تشخیص داد.

* **گاهی باید** فریاد زد تا آرام شد ، و گاهی باید آرام باشی تا بتوانی فریاد بزنی

- * **بگوش** زندگیت، سرگذشت در گذشت آرزو هایت نباشد ...
- * **الکسی کار لایل:** یک مرد عبارت است از کلیه ادا و اطوارهای گذشته و امروزش. هیچ فکر کردی چرا خدا مرد را قبل از زن خلق کرد؟ خوب (خب) معلومه قبل از خلق هر شاهکاری یک چرکنویس هم لازمه.
- * **جورج برناردشاو:** اگه زنان در مورد شخصیت مردان کمی نکته سنج باشند هیچ گاه تن به ازدواج نخواهند داد.
- * **ناپلئون:** مرد نثر آفرینش است و زن شعر آن.
- * **اریکا یونگ:** بسیاری از مردان با هوش، زن کودنی دارند، اما به ندرت زن باهوشی پیدا می شود که شوهر کودنی داشته باشد.
- * **هلن رونند:** هرزنی برای شناخت مردان، کافیت یکی از آنها را خوب بشناسد. ولی یک مرد حتی اگر با تمام زنها آشنا باشد، یکی از آنها هم خوب نمی شناسد .
- * **ناشناس:** همه مردها بد نیستند. بدتر و بدترین هم دارند.
- * **ضرب المثل هندی:** در طول تاریخ نمی توانید مردی را بیابید که اسیر زن نشده باشد.
- * **تیم آلن:** مامانم به من گفت: تنها دلیل وجود مردها برای چمن زنی و پنچرگیری اتومبیل است.

- * **الکساندر دوما:** افکار مردان اوج می‌گیرد و بالا میرود هم‌سطح زنانی که با آنها معاشرت می‌کنند.
- * **کریستوفر مارلو:** بهترین مردان بزرگ همواره بدترین شوهرانند.
- * **کتیلت:** چرا مردان زنان با هوش را دوست دارند؟ به‌خاطر اینکه دو قطب غیرهم‌نام همدیگر را می‌ربایند.
- * **ضرب‌المثل آمریکایی:** مردی بزرگ است که معایش قابل شمارش باشد.
- * **ناشناس:** شما مردها را چه می‌شود؟ دیدن یک موی بولوند شما را 3 پله از نردبان تکامل پائین می‌آورد.
- * **مارگارت تاچر:** اگر می‌خواهید فقط حرف کاری زده شود، از مرد بخواهید و اگر می‌خواهید آن کار انجام شود از زن بخواهید.
- * **ضرب‌المثل روسی:** اگر در دنیا یک زن بد باشد، همه مردها تصور می‌کنند زن آنهاست.
- * **گروچو مارکس:** تنها یکی از 1000 مرد رهبر مردان دیگر می‌شود 999 نفر دیگر دنباله‌رو زنهایشان هستند.
- * **جورج الیوت:** او (مرد) مانند خروس بود که تصور می‌کرد خورشید به این دلیل طلوع می‌کند که قوقولی قوقوی او را بشنود.



چگونه میر محمدباقر شد میرداماد؟ طلبه جوان و دختر فراری :

شب هنگام محمدباقر، طلبه جوان در اطاق خود مشغول مطالعه بود که به ناآگاه دختری وارد اطاق او شد. در را بست و با انگشت به طلبه بیچاره اشاره کرد که سکوت کند و هیچ نگویید. دختر پرسید، شام چه داری، طلبه آنچه را که حاضر کرده بود آورد و سپس دختر که شاهزاده بود و به خاطر اختلاف با زنان حرمسرا خارج شده بود، در گوشه‌ای از اطاق خوابید. صبح که دختر از خواب بیدار شد و از اطاق خارج شد مأموران شاهزاده خانم را همراه طلبه جوان نزد شاه بردند، شاه عصبانی پرسید، چرا شب به ما اطلاع ندادی و. محمد باقر گفت: شاهزاده تهدید کرد که اگر به کسی خبر دهم، مرا به دست جلاد خواهد داد. شاه دستور داد که تحقیق شود که آیا این جوان خطائی کرده یا نه؟

و بعد از تحقیق، از محمدباقر پرسید. چطور توانستی در برابر نفست مقاومت نمائی؟ محمدباقر 10 انگشت خود را نشان داد و شاه دید که تمام انگشتانش سوخته و. علت را پرسید، طلبه گفت: چون او به خواب رفت. نفس اماره مرا وسوسه می‌نمود. هر بار که نفسم وسوسه می‌کرد، یکی از انگشتانم را بر روی شعله سوزان شمع می‌گذاشتم، تا طعم آتش جهنم را بچشم و بالاخره از سر شب تا صبح بدین وسیله با نفس مبارزه کردم و به فضل خدا شیطان نتوانست مرا از راه راست منحرف کند و ایمانم را بسوزاند. شاه عباس از تقوا و پرهیزکاری او خوشش آمد و دستور داد همین شاهزاد را به عقد میر محمدباقر درآورند. و به او لقب میرداماد داد و امروز تمام علم دوستان از وی به عظمت و نیکی یاد کرده و نام و یادش را گرامی می‌دارند.

از مهم‌ترین شاگردان وی می‌توان به ملاصدرا اشاره نمود.

نابغه‌هایی که در دوران خود کودن شمرده می‌شدند :

1. **آلبرت اینشتین:** در کودکی دچار یک نوع بیماری (دیسلسیک) بود که معنی و مفهوم کلمات و عبارات را درست تشخیص نمی‌داد. معلم اینشتین، او را عقب‌مانده ذهنی، غیراجتماعی و همیشه غرق در رویاهای احمقانه توصیف می‌کرد. ضمناً وی دوبار در امتحانات کنکور دانشگاه پلی کلینیک زوریخ مردود شد.

2. **توماس ادیسون:** معلمانش از آموزش او در مدرسه عاجز مانده بودند، در تمام طول تحصیل کمترین نمره‌ها را از درس فیزیک می‌گرفت، ولی همین شخص، بعدها موفق شد بیش 1150 اختراع به جامعه بشریت عرضه کند که بیشتر آنها در زمینه علم فیزیک بوده است.

3. **بتیون:** معلم او می‌گفت او در طول زندگی چیزی یاد نخواهد گرفت

پیکاسو: یکی از معروفترین نقاشان جهان، بدون کمک و حضور پدرش که در زمان امتحانات کنارش می‌نشست نمی‌توانست در درسهایش نمره قبولی کسب کند.

4. **هیلتون:** که مالک بیش از 300 هتل در سراسر دنیاست، در دوران کودکی برای گذراندن زندگی، مجبور بود کف سالن‌ها و هتل‌ها را (تی) بکشد.

5. **امیل زولا:** نویسنده بزرگ فرانسوی، دانش‌آموز تنبل بود که در مدرسه از درس ادبیات معمولاً نمره صفر می‌گرفت.

6. **ناپلئون بناپارت:** مدرسه خود را با رتبه 42 به‌عنوان یک دانش‌آموز غیرممتاز ترک کرد.

9. **لویی پاستور:** در مدرسه، یک محصل متوسط بود و در دوره لیسانس در درس شیمی بین 22 نفر، در رتبه قابل توجهی قرار نداشت.

طنز: مردان از دو نوع خارج نیستند، یا روی سرشان خالیست یا توی سرشان.

* **دوروتیپارکر:** من خواهان سه چیز در یک مرد هستم، ملاحظت، شجاعت و بلاهت.

* **جانمیلتون:** عاقلترین مردان دچار اشتباه شده‌اند و زنان آنها را فریفته‌اند ولی هم‌چنان ادعا می‌کنند که زن عاقل نیست.

* **ناشناس:** مردها مثل نوزاد هستند. توی اولین نگاه شیرین و بامزه هستند، اما خیلی زود از تمیزکردن و مراقبت از آنها خسته میشی.

* **ناشناس:** مردها مثل ماشین چمن‌زنی هستند. به سختی روشن میشن و راه میفتن، موقع کارکردن حسابی سرو صدا راه می‌اندازند و نیمی از اوقات هم اصلاً کار نمی‌کنند.

آیا می‌دانید مردان سرشناس دنیا در ابتدا چه کاره بودند؟

- آدولف هیتلر، دیکتاتور آلمان، نقاش پوستر.

- آلبرت اینشتین، فیزیکدان، منشی اداره.

- امیر کبیر، صدراعظم ناصرالدین شاه، آشپز و منشی.

- جرالند فورد، رئیس جمهور آمریکا، مانکن لباس مردانه.

- جیمی کارتر، رئیس جمهور آمریکا، بادام کار.

- رونالد ریگان، رئیس جمهور آمریکا، هنرپیشه سینما.
- کلارک گیبل: هنرپیشه سینما، چوب‌بر.
- شون کانری: هنرپیشه سینما، بنا و راننده کامیون.
- گاندی: رهبر فقید هند، وکیل دادگستری.
- جرج واشنگتن: رئیس جمهور آمریکا، کشاورز.
- نادرشاه افشار، پوستین دوز (پوستین)
- یعقوب لیث، سر سلسله صفاریان، رویگر.
- آلینکین، سر سلسله غزنویان، غلام زرخرید.
- فرخی سیستانی شاعر، کارگر کشاورز.
- نهرود: نخست وزیر هند، وکیل دادگستری.
- موسولینی، دیکتاتور ایتالیا، روزنامه‌نویس.
- ساموئل موریس: مخترع آمریکائی، نقاش.
- جک لندن، نویسنده آمریکائی کاگر کشتی.
- ابراهام لینکن: رئیس جمهور آمریکا، هیزم شکن
- چارلز دیکنز: نویسنده انگلیسی، منشی
- اناطول فرانس؛ نویسنده فرانسوی کتاب‌فروش
- مولیر: نویسنده بزرگ فرانسوی، هنرپیشه

- هربرت جرج ولتر: نویسنده انگلیسی، شاگرد بزاز.
- ویلیام شکسپیر: نویسنده انگلیسی، هنرپیشه سیار.
- فیدل کاسترو: رئیس جمهور کوبا، دانشجوی حقوق
- ناپلئون بناپارت: امپراتور فرانسه، افسر توپخانه.
- کریم خان زند: تیرانداز سپاه نادرشاه.
- هانری فورد: کارخانه دار آمریکائی، ساعت ساز.
- توماس ادیسون: مخترع آمریکائی، تلگرافچی
- آلفرد نوبل: بنیانگذار جایزه نوبل، کارگر کارخانه
- والت دیزنی: مخترع سینما انیمیشن، پادوی مغازه
- میکل آنژ: نقاش و مجسمه ساز ایتالیائی، سنگ تراش
- **حکایتی از ملانصرالدین** : روزی دوستی از ملانصرالدین پرسید: ملا، آیا تا به حال به فکر ازدواج افتادی؟ ملا در جوابش گفت: بله، زمانی که جوان بودم، فکر ازدواج افتادم. دوستش دوباره پرسید خب، چی شد؟

ملا جواب داد بر خرم سوار شده و به هند سفر کردم، در آنجا با دختری آشنا شدم که بسیار زیبا بود، ولی من او را نخواستم، چون از مغز خالی بود، به شیراز رفتم دختری دیدم بسیار تیزهوش و دانا، ولی من او را هم نخواستم، چون زیبا نبود. ولی آخر به بغداد رفتم و با دختری آشنا شدم که بسیار زیبا و هم اینکه خیلی دانا و خردمند و تیزهوش بود. ولی با او هم ازدواج نکردم. دوستش کنجگاوانه

پرسید چرا؟ ملا جواب داد و گفت: برای اینکه او خودش هم به دنبال چیزی می‌گشت، که من می‌گشتم.

حکایتی از حکیم ابوعلی سینا در رابطه با یک درمان :

در زمان‌های قدیم یک دختر از روی اسب می‌افتد و (لگنش) از جایش در می‌رود. پدر دختر هر حکیمی را نزد دخترش می‌برد، دختر اجازه نمی‌داد کسی دست به باسنش بزند هرچه به دختر می‌گویند حکیم به خاطر شغل و طبابتی که می‌کند محرم بیمارانشان هستند، دختر زیربار نمی‌رود و نمی‌گذارد کسی دست به باسنش بزند. به ناچار دختر هر روز ضعیف‌تر و ناتوان‌تر می‌شود، تا اینکه یک حکیم باهوش و حاذق سفارش می‌کند که به یک شرط من حاضرم بدون دست زدن به باسن دخترتان او را مدارا کنم. پدر دختر با خوشحالی زیاد قبول می‌کند. و به طیب می‌گوید شرط شما چیست؟

حکیم می‌گوید برای این کار من احتیاج به یک گاو چاق و فربه دارم، شرط من این هست که بعد از جانداختن باسن دخترت گاو متعلق به خودم شود. پدر دختر با جان و دل قبول می‌کند و با کمک دوستان چاق‌ترین گاو آن منطقه را به قیمت گرانی می‌خرد و گاو را به خانه حکیم می‌برد. حکیم به پدر دختر می‌گوید دو روز دیگر دخترتان را برای مداوا به خانم بیاورید. پدر با خوشحالی برای رسیدن به روز موعود دقیقه‌شماری می‌کند. از آن طرف حکیم به شاگردانش دستور می‌دهد که تا دو روز هیچ آب و علفی را به گاو ندهند. شاگردان همه تعجب می‌کنند و می‌گویند گاو به این چاقی ظرف دو روز از تشنگی و گرسنگی خواهد مرد. حکیم تأکید می‌کند نباید حتی یک قطره آب به گاو داده شود. دو روز می‌گذرد، گاو از شدت تشنگی و گرسنگی بسیار لاغر و نحیف می‌شود. خلاصه پدر با تخت‌روان دخترش را به نزد حکیم می‌آورد. حکیم به پدر دستور می‌دهد دخترش را بر روی

گاو سوار کند. همه متعجب می‌شوند، چاره‌ای نمی‌بینند جز اینکه باید حرف حکیم را اطاعت کند. بنابراین دختر را بر روی گاو سوار می‌کنند. حکیم سپس دستور می‌دهد که پاهای دختر را از زیر شکم گاو با طناب به هم گره بزنند. همه دستورات مو به مو اجرا می‌شود. حال حکیم به شاگردانش دستور می‌دهد برای گاو گاه و علف بیاورند. گاو با حرص و ولع شروع می‌کند به خوردن علف‌ها. لحظه به لحظه شکم گاو بزرگ و بزرگ‌تر می‌شود. حکیم به شاگردانش دستور می‌دهد که برای گاو آب بیاورند. شاگردان برای گاو آب می‌برند. گاو هر لحظه متورم و متورم‌تر می‌شود و پاهای دختر ترنک و کشیده‌تر می‌شود. دختر از درد جیغ می‌کشد. حکیم کمی نمک به آب اضافه می‌کند. گاو با عطش بسیار آب می‌نوشد. حالا شکم گاو به حالت اول برگشته که ناگهان صدای ترق جا افتادن باسن دختر شنیده می‌شود. جمعیت فریاد شادی سر می‌دهند. دختر از درد غش می‌کند و بی‌هوش می‌شود. حکیم دستور می‌دهد پاهای دختر را باز کنند و او را بر روی تخت بخوابانند. یک هفته بعد دختر خانم. مثل روز اول سوار بر اسب به تاخت و تاز می‌پردازد، و گاو بزرگ نیز متعلق به حکیم می‌شود. که همانا حکیم ابوعلی سینا می‌باشد.

* **ژان دلابروییه:** بزرگترین مصیبت برای یک انسان این است که نه سواد کافی

برای حرف زدن داشته باشد، نه شعور لازم برای خاموش ماندن .

* **آموختن** تنها سرمایه‌ای است که ستمکاران نمی‌توانند به یغما ببرند.

* **به شهادت تاریخ،** هرگاه روزگار خواسته تفکر فاسدی را رسوا کند، به او

قدرت مطلق داده است.

* **چقدر** سخته هم رنگ جماعت شدن وقتی جماعت خودش هزار رنگه.

- * **آرزو** سرابی است که اگر نابود شود همه از تشنگی خواهند مرد.
- * **اگر باطل** را نمی‌توان ساقط کرد، می‌توان رسوا ساخت و اگر حق را نمی‌توان استقرار بخشید، می‌توان اثبات کرد، طرح کرد و به زمان شناساند و زنده نگه داشت.
- * **از دردهای کوچک** است که آدم می‌نالد، وقتی ضربه سهمگین باشد لال می‌شوی.
- * **قصه عشقت** را به بیگانگان نگو، چرا که این کلاغهای غریب بر کلاه حصیری مترسک نیز آشیانه می‌سازند.
- * **اگر 4 تکه** نان خوشمزه باشد و شما 5 نفر باشید کسی که اصلاً از مزه آن نان خوشش نمی‌آید، مادر است.
- * **تولد و مرگ** را درمانی نیست. مهم این است که فاصله میان این دو را شاد زندگی کنی.
- * **بر روی بوم** زندگی هر چیز می‌خواهی بکش، زیبا و زشتش پای توست . .
- * **جی .ام. بری:** می‌شود از امشب قانون تازه‌ای در زندگی بنا بگذاریم؟ همواره بکوشیم، قدری بیشتر از نیاز، مهربان باشیم؟
- * **الکس تان:** شاید چشم‌های ما نیاز داشته باشند که گاهی با اشک‌هایمان شسته شوند، تا بار دیگر زندگی را با نگاه شفاف‌تری ببینیم

وقتی داری بالا میری، مهربان باش و فروتن، چون وقتی که داری سقوط می‌کنی از کنار همین آدم‌ها رد میشی.

* **روزی مجنون** از روی سجاده شخصی که در حال نماز بود عبور کرد، مرد نمازش را شکست و گفت مردک: من در حال راز و نیاز با خدای خویش بودم، مجنون با لبخندی گفت: من عاشق دختری هستم و تو را ندیدم، و تو عاشق خدائی و مرا دیدی..

نمی‌توان جلوی پیری را گرفت، اما می‌توان روح جوانی داشت.

بالارفتن سن حتمی است، اما اینکه روح تو پیر شود بستگی به خودت دارد.

عمر، سال‌های گذشته نیست، سال‌هایی است که در آن زندگی کردی.

عشق زندگی را نمی‌چرخاند، اما انگیزه‌ای است.

نتیجه زندگی چیزهایی نیست که جمع می‌کنیم. قلب‌هایی است که جذب می‌کنیم.

گفته‌ای از ابن سینا: من در میان حیوانات از گاو خیلی می‌ترسم، زیرا عقل ندارد و شاخ هم دارد.

* **جورج برناردشاو**: مدت‌ها پیش آموختم که نباید با خوک کشتی گرفت، خیلی کثیف می‌شوی، و مهم‌تر آنکه خوک از این کار لذت می‌برد.

* **اگر نمی‌توانید** باید مجبور شوید. اگر مجبور باشید، می‌توانید ...

* **اینشتین:** دنیا جای خطرناکی برای زندگی است. نه به خاطر مردمان شرور، بلکه به خاطر کسانی که شرارت‌ها را می‌بینند و کاری در مورد آن انجام نمی‌دهند.

* **مادر قدیم:**

پستان به دهن گرفتن آموخت	گویند مرا چو زاد مادر
بیدار نشستت و خفتن آموخت	شب‌ها بر کاهواره من
تا شیوه راه رفتن آموخت	دستم به گرفت و پایه پا برد
الفاظ نهاد و گفتن آموخت	یک حرف و دو حرف بر زبانم
بر غنچه گل شگفتن آموخت	لبخند نهاد بر لب من
تا هستم و هست دارمش دوست	پس هستی من ز هستی اوست

مادر جدید :

روی کاناپه لمیدن آموخت	گویند مرا چو زاد مادر
بنشست و کلیپ دیدن آموخت	شب‌ها بر ماهواره تا صبح
تا شیوه خوشگلیدن آموخت	پر چهره سبوس و ماست مالید
تا رسم کمان کشیدن آموخت	بنمود تتو دو ابری خویش
آئین چروک کشیدن آموخت	هر ماه برفت نزد جراح
همواره طلا خریدن آموخت	دستم بگرفت و برد بازار
از قوم شوهر بریدن آموخت	با قوم خویش همیشه پیوند
جکهای خفن چنیدن آموخت	آسوده نشست و با اس ام اس
از پیک مدد رسیدن آموخت	چو سوخت غذای ما شب و روز
گل گفتی و گل شنیدن آموخت	پای تلفن دو ساعت و نیم
بیماری و قد خمیدن آموخت.	بابام چو آمد از سرکار
جک‌های خفنی چتیدن آموخت.	آسوده نشست و با اس ام اس

* **تهمت** مثل زغال است، اگر نسوزاند سیاه می‌کند.

* **زندگی** قانون باورها و لیاقت هاست. همیشه باور داشته باش لایق بهترین‌هائی.

* **اگر مایلید** پیام عشق را بشنویم، با یستی خود نیز این پیام را ارسال کنیم.

زن، مانند شیشه‌ای ظریف و شکستنی است هرگز توانائی مقاومت او را نیازمائید. زیرا ممکن است شیشه ناگهان بشکند.

* **آموخته‌ام** که هیچ‌وقت (گاه) نجابت و تواضع دیگران را به حساب حماقت‌شان نگذارم.

* **پیروزی یعنی:**

توانائی رفتن از یک شکست به شکستی دیگر بدون از دست دادن اشتیاق.

* **مردم** هرگز خوشبختی خود را نمی‌شناسند، اما خوشبختی دیگران همیشه در جلو دیدگان آنهاست.

خداوند، مرا از کسانی قرارده که دنیایشان را برای دین‌شان می‌فروشند، نه دینشان را برای دنیایشان .

کسی باش، که عمری با تو بودن، یک لحظه، و لحظه‌ای با تو بودن یک عمر باشد.

زندگی ارزش دويدن دارد، حتی با کفشهای پاره.

در روزگاری که خنده مردم از زمین خوردن توست برخیز تا بگریند.

در صد کمی از انسان‌ها نود سال زندگی می‌کنند. مابقی یک سال را نود بار تکرار می‌کنند.

نصف اشتباهاتمان ناشی از این است که وقتی باید فکر کنیم، احساس می‌کنیم، و وقتی که باید احساس کنیم، فکر می‌کنیم.

اگرچه روز حس کردی تو یه زمان عاشق دو نفری، دومی رو انتخاب کن، چون اگر واقعاً عاشق اولی بودی به عشق دومی گرفتار نمی‌شدی.

زنده بودن حرکتی افقی است از گهواره تا گور. زندگی کردن حرکتی است عمودی از زمین تا آسمان ...

گاه در زندگی، موقعیت‌هایی پیش می‌آید که انسان باید بتواند دعاهای مستجاب شده خود را پردازد.

در جستجوی قلب زیبا باش نه صورت زیبا، زیرا هر آنچه زیباست، همیشه خوب نمی‌ماند، اما آنچه خوب است همیشه زیباست.

* **وقتی تبر** به جنگل آمد، درختان فریاد زدند و گفتند، نگاه کنید دسته‌اش از جنس ماست. از ماست که بر ماست.

* **هیچ وقت** فراموش نکن که بعد از هر احساس شکستی باز هم، برای خود و دوستان همیشه بهترین خواهی ماند.

* **قابل اعتماد بودن**، ارزشمندتر از دوست داشتنی بودن است.

درسی که پرنده می دهد پرواز است

در درس پرنده صدهزار راز است

شاگرد پرنده باش، از افلاک برو

کاین راه زمین همیشه دست انداز است.

* **جو آن مکینتاش**: زندگی اولین هدیه است. عشق دومی و درک سومین.

گفته‌ای از آنتونی دو میلو.

* **کمتر** برسید، بیشتر امیدوار باشید، کمتر بخورید بیشتر بجوید کمتر آه بکشید بیشتر نفس بکشید، کمتر متنفر باشید بیشتر عشق بورزید و بعد خواهید دید که همه چیزهای خوب از آن شما خواهد شد.

* **آنها که می دانند** چیزی نمی گویند، آنها که می گویند چیزی نمی دانند. وقتی استاد وارد شد، از او پرسیدند که این جمله یعنی چه؟ استاد گفت: کدامیک از شما بوی گل رُز را می شناسد؟ همه آنها می دانستند. سپس گفت: آنها را با کلمات بیان کنید. همه آنها ساکت بودند.

* **آلدوس هاکسلی**: هر فردی که بداند چگونه بخواند، قدرت دارد که خود را بزرگتر جلوه دهد راه‌های وجود خود را بیشتر کند، زندگی خود را تکمیل تر مهم تر و جالب تر سازد .

* **ایمان** یعنی اعتقاد به چیزی که قادر به دیدن آن نیستید.

* **معیار** واقعی ثروت ما این است که اگر پولمان را گم کنیم چقدر می‌ارزیم.

جاناتا سوئیف: انسان نباید هیچ وقت از اینکه در اشتباه بوده است خجل

و شرمسار باشد. هر چه که باشد، امروز عاقل‌تر از گذشته شده است.

- **ساندرا کاری**: هیچ‌گاه علم را با خرد اشتباه نگیرید. علم به شما کمک می‌کند

زندگی را بگذرانید، خرد کمکتان می‌کند، زندگیتان را بسازید.

* **آگنس دیپلایر**: یافتن خوشبختی در خودمان ساده نیست و پیدا کردن آن در

جائی دیگر اصلاً ممکن نیست.

* **الکسی فریزر**: زندگی سخت‌ترین تست هوش است.

* **پی. جی. اورورکه**: کمی دولت و کمی شانس در زندگی لازم است، اما

فقط یک احمق به این دو اعتماد می‌کند ...

می‌گویند: زن‌ها به‌خاطر زیبا بودنشان دوست داشتنی نمی‌شوند، بلکه اگر دوست

داشتنی باشند، زیبا به‌نظر می‌رسند.

* **اسکیموها** هم از سرمای آلاسکا بدشان نمی‌آید، اگر کسی یا جائی را دوست

داشته باشید، آنها را زیبا هم خواهید یافت. زیرا (حس زیبا دیدن) همان عشق

است.

* **در دنیا** فقط 3 نفر هستند که بدون هیچ چشمداشت و متنی و فقط به‌خاطر

خودت، خواسته‌هایت را برطرف می‌کنند، پدر و مادر و نفر سومی که خودت

پیدایش می‌کنی. مواظب باش که از دستش ندهی و بدان که تو هم برای او،

نفر سوم خواهی بود.

- * **چشم و زبان**، دو سلاح بزرگ در نزد تواند، چگونه از آنها استفاده می‌کنی؟
مانند تیری زهرآلود، یا آفتابی جهانتاب زندگی گیر یا زندگی بخش؟
- * **بدان که** قلبت کوچک است. پس نمی‌توانی تقسیمش کنی. هرگاه خواستی
آن را ببخشی، با تمام وجودت ببخش که کوچکیش جبران شود.
- * **از خدا** خواستن عزت است، اگر برآورده شود رحمت است و اگر نشود
حکمت است. از خلق خدا خواستن خفت است، آگه برآورده شود منت
است، اگر نشود ذلت است. پس هر چه می‌خواهی از خدا بخواه و در نظر
داشته باش که برای او غیرممکن وجود ندارد و تمام غیرممکن‌ها فقط برای
شماست.
- * **هیچ‌گاه عشق** را با محبت، دلسوزی، ترحم و دوست داشتن یکی ندان، همه
اینها اجزا کوچکتر عشق هستند نه خود عشق
- * **همیشه با خدا** درد دل کن نه خلق خدا، و فقط به او توکل کن. آنگاه
می‌بینی که چگونه قبل از اینکه خودت دست به کار شوی، کارها به خوبی
پیش می‌روند.
- * **دنیا دو** روز است. یک روز با تو و یک روز علیه تو، روزی که با توست
مغرور مشو و روزی که علیه توست مایوس نشو. چرا که هر دو پایان
پذیرند.
- * **به چشمانت** بیاموز که هرکسی ارزش نگاه کردن ندارد.

* **به دوستان** پیاموز که هر گلی ارزش چیدن ندارد.

* **به دلت پیاموز** که هر عشقی ارزش پرورش ندارد.

اسرار امضاء:

- 1- کسانی که به طرف عقربه‌های ساعت امضاء می‌کنند انسان‌های منطقی هستند.
 - 2- کسانی که برعکس عقربه‌های ساعت امضاء میکنند دیر منطقی را قبول می‌کنند و بیشتر غیرمنطقی هستند.
 - 3- کسانی که از خطوط عمودی استفاده می‌کنند لجاجت و پافشاری در امور دارند.
 - 4- کسانی که از خطوط افقی استفاده می‌کنند انسان‌های منظم هستند
 - 5- کسانی که با فشار امضاء می‌کنند در کودکی سختی کشیده‌اند.
 - 6- کسانی که پیچیده امضاء می‌کنند شکاک هستند
- کسانی که در امضاء خود اسم و فامیل می‌نویسند خودشان را در فامیل برتر می‌دانند.
- 8- کسانی که در امضاء خود فامیل می‌نویسند، دارای منزلت هستند.
 - 9- کسانی که اسمشان را می‌نویسند و روی آن خط می‌زنند شخصیت خود را نشناخته‌اند.

10 کسانی که به حالت دایره و بیضی امضاء می‌کنند کسانی هستند که می‌خواهند به قله برسند.

* **قدم نخست** در عشق این است که اجازه دهیم آن که دوستش داریم، کاملاً خودش باشد، و او را چنان تغییر ندهیم که با تصویر خودمان هم‌آهنگ شود. چرا که در غیراین صورت تنها عاشق انعکاسی از خود شده‌ایم که در او می‌یابیم.

* **انسان‌ها** تنها می‌مانند، چون به جای پل غالباً دیوار می‌سازند.

* **بیشترین** قدرت برای آسیب‌رساندن به ما، در چنگ آنهایی است، که دوستشان داریم.

* **یک امروز** بقدر دو فردا می‌ارزد. پس دم غنیمت است.

* **سعی کنید** تا ساعت 10 صبح شاداب باشید، بقیه روز خودش باقی زحمت را خواهد کشید.

* **یا چیزی بنویسید** که ارزش خواندن داشته باشد، یا کاری بکنید که در خور نوشتن باشد.

* **همیشه** به خاطر داشته باشید که شما انسان منحصر به فردی هستید، درست مثل بقیه آدم‌ها.

* **راستش را بگوئید**، آن وقت لازم نیست چیزی را به خاطر بیاورید.

- * **مردم از** وقت‌گُشی حرف می‌زنند، حال آن‌که این زمان است که آن را به آرامی...
آرامی...
- * **دانستن** اینکه چه موقع باید فاصله گرفت و چه موقع باید نزدیک شد، کلید ماندگاری هر رابطه‌ایست.
- * **فقط کافی** است سه روز بدون آب سرکنید، تا هیچ سهمی از حقوق بشر نداشته باشید. چرا؟ چون در این مدت حتماً مرده‌اید.
- * **بهترین راه** برای پیش‌بینی آینده، خلق آن است.
- * **اگر چیزی** را دوست ندارید، تغییرش دهید. اگر نمی‌توانید تغییرش دهید، به‌جای نق‌زدن ذهنیت‌تان را عوض کنید.
- * **اگر در** کاری تبحر دارید، هرگز مجانی انجامش ندهید.
- * **همراه** خوب در جاده، کوتاه‌ترین میان‌بر است.
- * **علاج** هر دردی آب شور است، عرق، اشک یا دریا.
- * **خلبازی‌های** یک نفر ممکن است، واقعیت زندگی دیگری باشد.
- * **خلاقیت** یعنی به خودمان اجازه دهیم اشتباه کنیم. و هنر یعنی بدانیم کدام یک از این اشتباهات را نگه داریم.
- * **از دیگران تقلید نکن**. خود را بشناس و آنچه هستی باش. بدان که در دنیا کسی مثل تو نیست ...

ضرب المثل

: تو چاهی که بهت آب می ده خاک نریز ...

کودکان از زندگی می آموزند که:

- اگر با سرکوفت و عیب جوئی بزرگ شوند، آنها مقصر دانستن و بهانه جوئی از دیگران را می آموزند.

- اگر با خصومت و دشمنی بزرگ شوند، جنگ و ستیز و کینه ورزی را می آموزند.

- اگر با ترحم و احساس گناه بزرگ شوند، عدم اعتماد به نفس را می آموزند.

- اگر با حسادت بزرگ شوند، تنگ نظری و نفرت را می آموزند.

- اگر کودکان با تمسخر و نادیده گرفتنشان بزرگ شوند، خجالتی بودن و ترس از جمع را می آموزند.

- اگر کودکان با ناراحتی و عدم رضایت از زندگی بزرگ شوند، بیهودگی و افسرده بودن را می آموزند.

در عوض: اگر کودکان با گذشت و بردباری بزرگ شوند، می آموزند که صبور و

باگذشت باشند.

- اگر کودکان با تشویق و تأیید و اظهار رضایت بزرگ شوند، اعتماد به نفس و ارزش دادن به خود را می‌آموزند.
 - اگر کودکان با ستایش و قدردانی بزرگ شوند، امتنان و سپاسگزاری و قدرشناسی را می‌آموزند.
 - اگر کودکان با شراکت و بخشش بزرگ شوند. سخاوتمندی و مناعت طبع را می‌آموزند.
 - اگر کودکان با متانت و بزرگواری بزرگ شوند، آرامش و خونسردی را می‌آموزند.
 - اگر کودکان با امنیت و اطمینان بزرگ شوند، صداقت و وفاداری نسبت به خود و اطرافیان خود را می‌آموزند.
 - اگر کودکان با عدم تبعیض و راستی بزرگ شوند، می‌آموزند که حقیقت و عدالت چیست.
 - اگر کودکان با ایمان و باور بزرگ شوند، می‌آموزند که دنیا چه جای زیبایی برای زندگیست .
- * **بگذار تا** شیطنت عشق، چشمان تو را بر عریانی خویش بگشاید. هرچند آن بجز معنی رنج و پریشانی نباشد. اما کوری را هرگز به خاطر آرامش تحمل مکن.

* **سعی کن** عظمت در نگاه تو باشد، نه در آنچه که بدان می‌نگری.

- * **جای کشتی** در ساحل آمن تر است، ولی برای این کار ساخته نشده.
- * **خدایا** به من تلاش در شکست، صبر در نومی، رفتن بی همراه، فداکاری در سکوت، خدمت بی نان، مناعت بی غرور، عشق بی هوس و دوست داشتن بی آنکه دوست بداند روزی ده.
- * **هیچ صیادی** نمی تواند در جوی حقیری که به گودالی می ریزد مروارید صید کند.
- * **هیچ کس** نمی تونه به دلش یاد بده که نشکنه، ولی حداقل یادش بدین که وقتی شکست، لبه تیزش دست اونی رو که شکستش نبره.
- * **تنها** بنائی که اگر بلرزد، محکم تر می شود، دل است.
- * **کسی** که برای محبت حدود قائل می شود، معنی محبت را نفهمیده است.
- * **پیری** مانع از عشق نیست. ولی (اما) عشق تا حدی مانع از پیری است.
- * **هیچ مردی** زن را نمی فهمد، هیچ زنی، مرد را نمی فهمد. زیبایی با هم بودنشان همین است.
- * **انسان**، عاشق زیبایی نمی شود. بلکه آنچه عاشقش می شود، (در نظرش زیباست)
- * **یک همسر** فقط همراه ما نیست، بلکه او کل تقدیر ماست.

* **مردها** می‌خواهند اولین عشق یک زن باشند و زن‌ها دوست دارند همواره آخرین عشق یک مرد باشند.

* **در زندگی** خانوادگی، شوم‌ترین کلمات این دو هستند: مال من. مال تو.

* **پروردگارا**، به من آرامش ده تا بپذیرم آنچه را که نمی‌توانم تغییر دهم. و دلیری ده تا تغییر دهم آنچه را که می‌توانم تغییر دهم. بینش ده تا تفاوت این دو را دریابم. مرا فهم ده تا متوقع نباشم، دنیا و مردم آن مطابق میل من رفتار کنند.

* **دنیا** از آن کسی است که برای تصاحب آن با خوش خلقی و ثبات گام بر می‌دارد.

* **مبارزه** هر قدر صعب. صعود را ادامه بده. شاید قله تنها در یک قدمی تو باشد.

* **لذتی که** در فراغ هست در وصال نیست، چون در فراغ شوق وصال هست و در وصال بیم فراغ.

* **محبت** از درخت آموز که سایه از سرهیزم شکن هم بر نمی‌دارد.

* **این جهان** پر از صدای پای مردمی است که همان‌طور که تو را می‌بوسند طناب‌دار تو را می‌بافند.

* **قلبت** را از نفرت خالی کن تا خوشبختی در آن لانه کند ...

* **پریدن** کاردل است و قدم زدن کار عقل، اگر لذت جهان خواهی با دل همسفر شو و اگر مقصد خواهی آهسته‌رو.

* **زندگی** همانند هنر نقاشی کردن است با مداد مشکی، ولی بدون پاک‌ن.

* **درس حساب** است، خوبی‌ها را جمع، بدی‌ها را کم، خوشی‌ها را ضرب و شادی‌ها را تقسیم کنیم.

* **زندگی** زنگ تفریحی است میان تولد و مرگ.

* **در نمک باید** چیز مقدسی وجود داشته باشد، چیزی که هم در اشک و هم در دریا.

* **عظمت** مردمان بزرگ. از طرز رفتارشان با مردمان کوچک آشکار می‌شود.

معبود،

آری، آری، زندگی زیباست، زندگی آتش‌گهی دیرنده پابرجاست، گر بیفروزش، شعله‌ای در هر کران پیداست ورنه خاموش است و خاموشی گناه ماست.

* **هواشناسی سرخپوستی**: مردان قبیله سرخ‌پوست از رئیس جدید پرسیدند:

آیا زمستان سختی در پیش است؟

رئیس جوان قبیله که هیچ تجربه‌ای در این زمینه نداشت جواب داد: بله بروید هیزم تهیه کنید. بعد میره به سازمان هواشناسی کشورشون زنگ میزنه: آقا امسال زمستون سردی در پیشه؟

پاسخ: این‌طور به‌نظر می‌آید. پس رییس به مردان قبیله دستور می‌دهد که بیشتر

هیزم جمع کنند و برای اینکه بیشتر مطمئن بشه، یه بار دیگه، به سازمان هواشناسی زنگ می‌زنه: شما نظر قبيله تون رو تأیید می‌کنید؟ پاسخ کاملاً. رئیس به همه افراد قبيله دستور میده که تمام توانشون رو برای جمع‌آوری هیزم بیشتر صرف کنند. بعد دوباره به سازمان هواشناسی زنگ می‌زنه: آقا شما مطمئنید که امسال زمستون سردی در پیشه؟ پاسخ: بگذار این طوری بگم سردترین زمستان در تاریخ معاصر.

رئیس: از کجا می‌دونید؟ پاسخ: چون سرخ‌پوستها دیوانه‌وار دارن هیزم جمع می‌کنند.

❖ **«شاید شنیده باشید!»** «دکتر عبدالکلام»

راز موفقیت چیست؟ تصمیم‌گیری درست. تصمیم‌گیری درست از چه ناشی می‌شود؟ از تجربه. تجربه از چه بدست می‌آید؟ از تصمیم‌گیری‌های غلط.

❖ **شاید نشنیده** باشید: بدون درگیر شدن و دخالت خودتان نمی‌توانید موفق شوید و بدون درگیر شدن و دخالت خودتان هم نمی‌توانید شکست بخورید.
- **شما مسئول** چیزهایی که مردم درباره شما فکر می‌کنند نیستید. اما مسئول چیزهایی که باعث می‌شود مردم درباره شما آن فکرها را بکنند هستید.

❖ **مرد** وقتی خوشبخت است که اولین عشق یک زن باشد ولی زن وقتی خوشبخت است که آخرین عشق یک مرد باشد.

چارلز دیکنز»

❖ **پشت** هر مرد موفق، رنج‌های ناگفته‌ای ست که در قلبش وجود دارد.

«جان کیتس»

- * **وقتی** سرشار از لذت هستی قول نده. وقتی غمگین هستی جواب نده. وقتی خشمگین هستی تصمیم نگیر، دوباره فکر کن، و خردمندانه عمل کن.
- * **فردوسی خردمند:** کسی به فرجام زندگی آگاه نیست، خداوند هم نیازی به عبادت بنده ندارد.
- * **شوپنهاور:** ما ندرتاً درباره آنچه داریم فکر می‌کنیم، در حالیکه پیوسته در اندیشه چیزهائی هستیم که نداریم.
- * **لحظه‌ها** را گذرانندیم که به خوشبختی برسیم، غافل از آنکه لحظه‌ها همان خوشبختی بودند.
- * **لویی پاستور:** تمدن، تنها زائیده اقتصاد برتر نیست، در هنر و ادب و اخلاق هم باید متمدن بود و برتری داشت.

دو درد مشترک از دو مردبزرگ:

- * دکتر مصدق:
- درد من حصار برکه نیست. درد من زیستن با ماهیانی است که فکر دریا به ذهنشان خطور نکرده است.

گاندی:

- درد من تنهائی نیست. بلکه مرگ ملتی است که گدائی را قناعت، بی‌عرضگی را صبر با تبسمی بر لب، و این حماقت را حکمت خدا می‌نامند.

می‌اندیشم زندگی رویاییست و بال و پری دارد به اندازه عشق. ولی بیاندیش که اندازه عشق در زندگی چقدر است؟ و آثار عشق در کجای زندگی قرار گرفته است؟

«**جبران خلیل جبران**»: گنجی که در اعماق نامحدود شما حبس شده است، در لحظه‌ای که خود نمی‌دانید، کشف خواهد شد.

* **دالانی لاما**: برای اداره کردن خویش از سرت استفاده کن، و برای اداره کردن دیگران از قلبت.

* **چخوف**: انسان باید از هر حیث، چه ظاهری و چه باطنی، زیبا و آراسته باشد.

* **گراهام بل**: تمام افکار خود را روی کاری که دارید انجام می‌دهید متمرکز کنید. پرتوهای خورشید تا متمرکز نشوند، نمی‌سوزانند.

* **فرانتس کافکا**: لازم نیست گوش کنید، فقط منتظر شوید. حتی لازم نیست منتظر شوید، فقط بیاموزید، آرام و ساکت و تنها باشید. جهان آزادانه خود را به شما پیشکش خواهد کرد تا نقاب از چهره‌اش بردارید، انتخاب دیگری ندارد، مسرور به پای شما درخواهد غلطید.

طنز: بروسلی رو کشتن، تختی رو کشتن، داداشی رو کشتن، ولی تا حالا دیدی یک معتاد رو بکشن؟ نتیجه اخلاقی اینکه: ورزش بیشتر از اعتیاد برای سلامتی ضرر دارد!

- **آسان‌ترین** راه آشنائی، یک سلام است، ولی گرم و صمیمی.

- **آسان‌ترین** راه قدردانی، یک تشکر ساده است، ولی خالص و صمیمانه.
- **آسان‌ترین** راه عذرخواهی، عدم تکرار اشتباه قبلی است.
- **آسان‌ترین** راه ابراز عشق، به زبان آوردن آن است.
- **آسان‌ترین** راه رسیدن به هدف، خط مستقیم است.
- **آسان‌ترین** راه پول درآوردن: آن است که همواره در کارت رعایت انصاف را بکنی.

- **آسان‌ترین** راه احترام، اجتناب از گزافه‌گوئی و گنده‌گوئی است..
- **آسان‌ترین** جلب محبت، آن است که تو نیز متقابلاً عشق بورزی و محبت کنی.

- **آسان‌ترین** راه مبارزه با مشکلات، روبروشدن با آنهاست نه فرار.
- **آسان‌ترین** بحث، بحث درباره چیزهای خوب و امیدوارکننده است.
- **آسان‌ترین** راه، دوری از گناه، آن است که همیشه بدانی چیزی بنام وجدان داری.

- **آسان‌ترین** و درعین‌حال با ارزش‌ترین عشق، بی‌ریاترین آن است.

چند واقعیت:

- اونی که زود** می‌رنجه، زود میره، زود هم بر می‌گرده، اما اونی که دیر می‌رنجه، دیر میره اما دیگه بر نمی‌گرده .

وسعت دوست داشتن، همیشه گفتن نیست، گاه نگاه است و گاه سکوت ابدی.

- **شاید کسی** که روزی با تو خندیده است را از یاد ببری اما هرگز آن را که با

تو اشک ریخته است را فراموش نخواهی کرد.

همیشه وقتی گریه می‌کنی اونی که آرومت میکنه دوستت داره، اما اونی که

با تو گریه میکنه عاشقته.

خدایا، می‌خواهم آنگونه زنده‌ام نگه داری که نشکند دلی از زنده

بودنم. آنگونه مرا بمیرانی که کسی به وجد نیاید از نبودنم.

دلم می‌سوزه واسه آدم‌هائی که همیشه در فردا زندگی میکنند به خیال داشتن

عمر نوح ...

* خوشبخت کسی نیست که مشکل ندارد بلکه کسی است که با مشکلاتش

مشکل ندارد

* **آن‌کس که** لذت یک روز زیستن و عاشق بودن را تجربه کند انگار که

(سال‌ها) زیسته و آنکه امروزش را قدر نمی‌داند، هزار سال هم به کارش

نمی‌آید.

* **شهرت** چون رودی است که اشیاء سبک و توخالی را در سطح نشانده و

اشیاء گران و پرمغز را در قعر خود فرو می‌برد.

* **نظری** که دیگران نسبت به شما دارند مشکل خودشان است نه شما.

* **کسی که** به پشتکار خود اعتماد دارد، ارزشی برای شانس قائل نیست.

* **بیانید** اینگونه زندگی کنیم: ساده، اما زیبا، مصمم اما بی خیال، متواضع اما سربلند. مهربان اما جدی. عاشق اما عاقل ...

بعضی ها طواف نمی کنند، فقط خدارو دور می زنند.

انسان کلاً (موجودیه) که وقتی خرش از پل بگذره، همه چیز یادش میره. اونی هم که اینو قبول نداره خرش هنوز روی پله.

لباس ها در آب کوتاه می شوند و برنج ها دراز. در درازی زندگی لباس باش و در پهنای آن برنج. و اگر عمق این پندار نفهمیدی، بدان که تنها نیستی

امروز هر چقدر بخندی و هرچقدر عاشق باشی از محبت دنیا کم نمیشه پس بخند و عاشق باش.

امروز هرچقدر دل ها را شاد کنی، کسی به تو خورده نمی گیرد، پس شادی بخش باش.

امروز هرچقدر نفس بکشی جهان با مشکل کمبود اکسیژن رو به رو نمی شه، پس از اعماق وجودت نفس بکش.

* **امروز هرچقدر** آرزو کنی. چشمه آرزوهات خشک نمی شه پس آرزو کن.

* **امروز هرچقدر** خدا را صدا کنی، خدا خسته نمی شه، پس صدایش کن. او منتظر توست، او منتظر آرزوهایت، خندهایت، گریههایت، ستاره شمردنهایت و عاشق بودنهایت است.

* **امروزت** را دریاب، امروز جاودانه است و امروز زیباترین روز دنیاست، چون امروز، روزی است که آینده‌ات را آن‌طور خواهی ساخت که تا امروز فقط تصورش می‌کردی، آری زندگی را آن‌گونه که دوست داری تصور کن تا آن‌گونه شود.

* **وقتی کسی** ما را آزار می‌دهد، باید روی شن‌های صحرا بنویسم تا بادهای بخشش، آن را پاک کنند، ولی وقتی کسی محبتی در حق ما می‌کند باید آن را روی سنگ حک کنیم تا هیچ بادی نتواند آن را از یادها ببرد.

* **زندگی** خیلی کوتاه است، ولی انقدر بلند هست که آن را تباه نکنیم.

* **زندگی** محبت است و محبت چیزی جز حقیقت نیست.

* **آدم خوش‌بین**، شیطان را هم فرشته می‌بیند.

* **دنیا برای** آدم‌های غمگین به کوچکی یک قطره اشک است و برای آدم‌های شاد به بزرگی یک لبخند.

رازهای شگفت‌انگیز زندگی

- زیباترین آرایش برای لبان تو، راستگوئی، برای صدای تو، دعا به درگاه خداوند، برای

چشمان تو، رحم و شفقت، برای دستان تو بخشش، برای فکر تو. اعتماد، برای قلب تو عشق و برای زندگی تو دوستی‌هاست.

- هیچ‌کس نمی‌تواند به عقب برگردد و همه چیز را از نو شروع کند، ولی هرکسی میتونه از همین حالا عاقبت خوب و جدیدی را برای خودش رقم بزنه.
- خداوند هیچ تضمین و قولی مبنی بر این‌که، حتماً روزهای ما بدون غم بگذره. خنده باشه بدون هیچ غصه‌ای، یا خورشید باشه بدون هیچ بارونی، نداده. ولی یک قول رو به ما داده که اگه استقامت داشته باشیم در مقابل مشکلات، تحمل سختی‌هارو برامون آسون میکنه و چراغ راهمون میشه.
- ناامیدی‌ها مثل دست‌اندازهای یک جاده هستن. ممکنه باعث کم‌شدن سرعتت در زندگی بشن، ولی در عوض بعدش از یک جاده صاف و بدون دست‌انداز بیشتر لذت خواهی برد، بنابراین روی دست‌اندازها و ناهمواری‌ها خیلی توقف نکن و با استقامت هرچه تمامتر به راهت ادامه بده.
- وقتی احساس شکست می‌کنی که نتوانستی به اون چیزی که می‌خواستی برسی. اصلاً ناراحت نشو، حتماً خداوند صلاح تورو در این دونسته و برات آیندهٔ بهتری رو رقم زده.
- وقتی یه اتفاق خوب یا بد برات میافته، همیشه دنبال این باش که چه معنی و حکمتی در اون اتفاق نهفته هست. برای هر اتفاق در زندگی دلیلی وجود دارد که به تو می‌آموزد که چگونه بیشتر شاد زندگی کنی و کمتر غصه بخوری.

- تو نمی‌تونی کسی رو مجبور کنی که تورو دوست داشته باشه ولی در عوض تنها کاری که میتونی انجام بدی اینه که تبدیل به آدمی بشی که لایق دوست داشتن هست و عاقبت کسی پیدا خواهد شد که قدر تورو بدونه.
- هیچ‌وقت یه دوست قدیمیت رو ترک نکن، چون هیچ زمانی کسی جای اون رو نخواهد گرفت. دوستی مثل شراب میمونه، که هر چه کهنه‌تر بشه ارزشش بیشتر میشه.
- بهتره که غرورت رو به‌خاطر کسی که دوستش داری از دست بدی تا این‌که کسی رو که دوست‌داری به‌خاطر غرورت از دست بدی، ما معمولاً زمان زیادی رو صرف پیدا کردن آدم مناسبی برای دوست داشتن یا پیدا کردن عیب و ایراد کسی که قبلاً دوستش داشتیم می‌کنیم، اما باید به‌جای این کار در عشقی که داریم ابراز می‌کنیم کامل و صادق باشیم.

راستی هیچ فکر کردی:

- وقتی مردم پشت‌سرت حرف می‌زنن چه مفهومی داره؟ خیلی ساده است. یعنی اینکه تو دو قدم از اونها جلوتری. پس مشتاقانه به مسیرت در زندگی ادامه بده، شاد باش و وجود نازنینت لبریز باشه از مهر و گرمای زندگی در این روزها.
- تن من زخمی است، یک خراش کمتر یا بیشتر، چه فرقی دارد؟
- فریاد را همه می‌شنوند. هنر واقعی شنیدن صدای سکوت است.
- بعضی‌ها با اینکه خیاط نیستند، اما خوب وصله‌هائی به آدم می‌چسبانند.

- کسی که در ساحل آرزوها گام بر می‌دارد، بالاخره در دریای رویا غرق می‌شود.
- از زندگی آنچه لیاقتش را داریم به ما می‌رسد، نه آنچه را که آرزو کنیم.
- وقتی آسمان دلم ابری می‌شود. باران اشک از دیدگانم فرو می‌ریزد.
- کارکردن خوب است. اما زندگی کردن را نباید فراموش کرد.
- توی بازار صداقت، گرانی بیداد می‌کند.
- به جز سیاستمداران، بنی آدم اعضای یکدیگرند.
- همیشه درست می‌گویم، اما نمی‌دانم چرا حق با دیگران است.
- دنبال لولوی نامرد می‌گشت، تا ممه ربوده شده‌اش را پیدا کند.
- دریای غم ساحل ندارد. پس بیخودی پارو نزن
- نهایت عشق، اوج باور و سرحد احساسی آسمانی است. وقتی نسیم عشق دستهای سپید ابرهای عاشق را به دست هم می‌سپارد، به یمن این پیوند پاک وجودشان اشک شوق می‌ریزد.
- هر کجا هستی، باش آسمانت آبی و تمام دلت از غصه دنیا خالی.
- **جنگ‌های** صدساله از سال 1453 تا 1337 به مدت 116 سال طول کشیده.

این یک واقعیت است:

فرض کنید زندگی همچون یک بازی است. قاعده این بازی چنین است که بایستی 5 توپ را در آن واحد در هوا نگهدارید و مانع افتادنشان بر زمین شوید،

جنس یکی از آن توپها لاستیک بوده و باقی آنها شیشه‌ای هستند. پرواضح است که در صورت افتادن توپ پلاستیکی بر روی زمین، دوباره نوسان کرده و بالا خواهد آمد، اما آن چهار توپ دیگر به محض برخورد، کاملاً شکسته و خرد میشوند.

آن چهار توپ شیشه‌ای عبارتند از خانواده. سلامتی. دوستان. و روح خودتان. و توپ پلاستیکی همان کارت‌ان است. کار را بر هیچ یک از عوامل فوق ترجیح ندهید، چون همیشه کاری برای کسبی وجود دارد، ولی دوستی که از دست رفت دیگر برنمی‌گردد، خانواده‌ای که از هم پاشید دیگر جمع نمی‌شود، سلامتی از دست‌رفته باز نمی‌گردد و روح آزرده دیگر آرامشی ندارد.

* آنچه از نظر کرم ابریشم پایان دنیا است ، از دید خالق یک پروانه است ...

* پائیز پادشاه فصل‌ها:

باز هم پائیز. فصل باد و برگ و فصل رنگ و رنگ و رنگارنگ.

فصل عشق و عشق و باز باران، با ترانه با گوهرهای فراوان.

فصل چتر و خیس و فصل شیدائی و انتظار.

فصل مهر و مهرگان، یلدا و چله

پائیز فرخنده باد.

* همیشه برای کسی خاک گلدون باش که اگه روزی به آسمون رسید یادش

نره ریشش کجاست.

آدمک آخر دنیا است بخند آدمک مرگ همین جاست بخند

آدمک خر نشوی گریه کنی شوخی کاغذی ماست بخند

آن خدائی که بزرگش خواندی به خدا مثل تو تنهاست بخند.

* **یادمان باشد که** به عشق عادت نکنیم بلکه با عشق زندگی کنیم.

* اگر داری زنی زشت و دغل باز

تو نیکی میکن و در دجله انداز

بکن خود را خلاص از دست آن زن

که ایزد در خیابانت دهد باز

خاوند، به خوبان عزت داده‌ای به بدان ثروت نکند ما به تماشای جهان

آمده‌ایم!؟

آیا می‌دانستید؟

- آیا می‌دانستید که اولین تمبر جهان در سال 1840 در انگلستان به چاپ رسید؟

- آیا می‌دانستید سریعترین قطار دنیا 581 کیلومتر سرعت دارد که نوع این قطار در ژاپن وجود دارند.

- آیا می‌دانستید که قدیمی‌ترین بنا در شمال تو کیوست که 50 هزار سال قدمت دارد؟

- آیا می‌دانستید که کشور تایوان از نظر موقعیت جغرافیائی در خطرناکترین نقطه جهان قرار دارد؟

- آیا می‌دانستید که خلیج فارس 500 هزار سال قدمت دارد؟

-

- آیا می‌دانستید که مساحت خلیج فارس 240 هزار کیلومتر مربع میباشد؟

-

- آیا می‌دانستید که احتمال دارد ذخائر نفتی جهان در سال 2040 به پایان
برسد؟
-
- آیا می‌دانستید که یک چهارم درگیری‌های مسلحانه برای دستیابی به منابع
طبیعی صورت می‌گیرد؟
- آیا می‌دانستید که احتمال بروز مشکلات روانی در فرزندان خانواده‌های فقیر
سه برابر بیشتر از احتمال بروز همین مشکلات در کودکان خانواده‌های مرفه
می‌باشد؟
- آیا می‌دانستید که هر عدد میوه کیوی که به‌وسیله هواپیما از زلاندنو به
انگلستان حمل می‌شود، پنج برابر وزن خود گاز گلخانه‌ای به جو زمین اضافه
می‌کند؟
- آیا می‌دانستید که در مصر باستان افراد روحانی تمام موهای بدن حتی ابروها
و مژه‌های خود را می‌کنندند.
- آیا می‌دانستید 70٪ نفت استخراجی خاورمیانه از کانال سوئز می‌گذرد؟
- آیا می‌دانستید کشور بلغارستان از نصف استان کرمان هم کوچکتر است؟
- آیا می‌دانستید که اندونزی چهارمین کشور پرجمعیت دنیا بعد از چین و هند و
آمریکا می‌باشد؟
- آیا می‌دانستید تا قرن پنجم میلادی متوسط عمر مردم اروپا از 30 سال فراتر
نمی‌رفت؟

- آیا می‌دانستید که در شیلی منطقه صحرائی وجود دارد که هزاران سال است که در آن باران نباریده است؟
- آیا می‌دانستید که عمر مردم سوئد و ژاپن از دیگر ملل جهان بیشتر است؟
- آیا می‌دانستید که زمین از حیث بزرگی پنجمین و از حیث فاصله به خورشید، سومین سیاره منظومه شمسی است؟
- آیا می‌دانستید که بزرگترین سوسمارهای جهان در رودخانه سرباز در سیستان و بلوچستان ایران است؟
- آیا می‌دانستید که اردنی‌ها چاق‌ترین مردمان دنیا هستند؟
- آیا می‌دانستید، چین بیشتر از هر کشوری، همسایه دارد. با 13 کشور هم‌مرز است.؟
- آیا می‌دانستید مساحت سطح کره زمین 5/5 میلیون کیلومتر مربع است.؟
- آیا می‌دانستید اگر قاره‌های آسیا و آمریکا و آفریقا را به هم وصل کنیم، ایران در مرکز جهان است
- **لطیفه:** فقط کاشف الکل رازی نبود، بلکه مصرف‌کنندگان الکل همه راضی‌اند.
- * **لطیفه، نمی‌دانم** با سیب به زمین آمدم یا گند، اما می‌دانم با آب انگور به آسمان می‌روم.

* **اینانی که** همه چیز رو در دسکتاب (سیو) می‌کنن همونائی هستن که تا از راه برسن شلوارشونو پرت می‌کنن گوشه‌ اتاق.

* **سال‌های** متمادیه برام سؤاله: واقعاً تو که با عشوه‌گری، از همه دل می‌بری، منو شیدا می‌کنی چرا نمی‌رقصی؟ مشکلات چیه دقیقاً؟

* **تفسیر** «یک دقیقه» از زبان کسی که پشت در توالت منتظر ایستاده، با کسی که داخل توالت است، نشان می‌دهد که زمان یک تعریف واحد ندارد.

* **همیشه یادت** باشه، فقط یکی هست که به‌خاطر تو نفس میکشه. اونم دماغته.

* **زبونی که** به کسی نگه، دوست دارم، به درد لیسیدن بستنی قیفی میخوره .

* **اگه یه روز** چشمت پر از اشک شد و نیاز به شونۀ کسی داشتی، اصلاً رو من حساب نکن، چون شونه مثل مسواک، یه وسیله شخصیه.

* **برداشتن** قدم‌های بزرگ در زندگی، پاره‌شدن خشتک را در پی دارد.

* **یادمان** باشد که زندگی یک رقابت همیشگی است.

* **عشق** یگانه منبع نیرو و قدرت شماست.

ویل دورانت: بزرگترین آموزه تاریخ این است که صبورانه واقعیت را بپذیریم و پندارهای یکدیگر را ارج نهمیم.

* نصایح لقمان حکیم به فرزندش:

- فرزندم، راز و اسرار را نزد خودت نگهدار.
- به هنگام سختی دوستت را آزمایش کن.
- اندرز و نصیحت دیگران را فراموش نکن.
- از بدان انتظار مردانگی و نیکی نداشته باش.
- از مردم روی مگردان و به آنها بی اعتنا مباش.
- با غرور و تکبر با دیگران رفتار مکن.
- در مقابل پیش آمدها شکیبیا باش.
- بر سر دیگران فریاد مکش و آرام سخن بگو.
- به آنچه دیگران را اندرز می دهی، خود بیشتر عمل کن.
- سخن به اندازه بگو.
- حق دیگران را به خوبی ادا کن.
- با سود و زیان دوستت را امتحان کن.
- به کوتاه فکران وضعیف عنصران اعتماد نکن.
- سخن سنجیده، همراه با دلیل را بیان کن.
- روزهای جوانی را غنیمت بدان.
- در همه امور میانه رو باش.
- گذشت و جوانمردی را پیشه کن.
- در هر کاری از دست و پای راست آغاز کن.
- با هرکس باندازه درک او سخن بگو.
- به هنگام سخن گفتن متین و آرام باش.
- به کم گفتن و کم خوردن و کم خوابیدن خود را عادت بده.
- ناآموخته استادی مکن.

- با ضعیفان و کودکان سر خود را در میان نگذار.
- با بزرگتر از خود مزاح مکن و با بزرگان سخن طولانی نگو کاری مکن که -
- جاهلان با تو جرأت گستاخی پیدا کنند.
- دعوا و دشمنی گذشته را دوباره زنده مکن.
- مال و ثروت خود را به دوست و دشمن نشان مده.
- هیچ‌گاه پاکان و پرهیزکاران را غیبت مکن.
- در حضور استادگان منشین.
- در حضور دیگران دندان پاک نکن.
- حالت خستگی را در حضور دیگران ظاهر مکن.
- کلام جدی را با مزاح آمیخته مکن.
- هیچکس را پیش دیگران خجل و رسوا مکن.
- با چشم و ابرو با دیگران سخن مگو.
- سخن گفته شده را تکرار مکن
- از خود و خویشاوندان نزد دیگران تعریف مکن.
- حرمت هرکس را در حد خود نگاه دار.
- با چشم احترام به کار دیگران نگاه کن.
- نان خود را سر سفره دیگران مخور.
- به هنگام خشم شکیبا باش و سخن سنجیده بگو.
- در حضور میهمان بر کسی خشم مگیر.
- در کار دیگران کنجگاوای و جاسوسی مکن.
- از رفت و آمد و مال و مرام و مسلک خویش کمتر بگو.

* **لقمان حکیم**، غلام سیاهی بود که در سرزمین سودان چشم به جهان گشود. گرچه او چهره‌ای سیاه و نازیبا داشت ولی از دلی روشن، فکری باز و ایمانی

استوار برخوردار بود. او که در آغاز جوانی، برده‌ای مفلوک بود، به دلیل نبوغ عجیب و حکمت و سיעش آزاد شد و هر روز مقامش اوج گرفت تا شهره آفاق شد. او مردی امین بود و چشم از حرام فرو می‌بست. در این میان فرزند برومندش نظر پدر را به خود معطوف داشته بود و بیشتر مورد خطاب او قرار می‌گرفت. هرچند نصایح لقمان بیشتر جنبه عمومی داشت ولی سعی لقمان بر این بود که در مناسبت‌های مختلف فرزندش را در دادن اندرز مخاطب قرار دهد.

چگونه به آرامش گوسفندی برسیم:

- لباست را از پارچه‌های سفید و طبیعی انتخاب کن، زیرا که احساس آرامش و پاکیزگی را القا می‌کند. درهم‌ریختگی، انرژی حیات را مسدود می‌کند و موانع زیرکانه در زندگی‌ات ایجاد می‌کند.
- صرف وقت بیشتر با دوست خوب و وقت کم‌تر با دوست بد، بر سلامت ذهن و روح تأثیر مثبت می‌گذارد. کارهای کند و تکراری، برای آرام کردن یک ذهن مشوش، راه بسیار خوبی است.
- **عشق** را به زندگی وارد کن، تأثیر مثبتی بر الگوی فکری و سطح ترشح «اندروفین» در خونت خواهد داشت
- **آراستگی** شخصی برای افزایش احترام بخود ضروری است. پس هر روز اطمینان حاصل کن که آراسته‌ترین ظاهر را داری.

- **هوس‌ها** و عادت‌های خودت را درک کن. آنها نشان دهنده نداشتن اختیار بر خود هستند و بدبختی به بار می‌آورند.
- **یکی از** مطمئن‌ترین راه‌های تسکین اضطراب نوازش است. دستی که روی شانهای حلقه شده، وضعیت ساده‌ای است که گاه شگفتی می‌آفریند.
- **بعد از یک** روز کار سخت، برای احیا و سرحال آوردن جسم خسته، هیچ چیز بهتر از خیسیدن طولانی در حمام نیست.
- **یادت باشد** که از هر فرصتی برای تزریق شور و هیجان به رابطه عاشقانه‌ات استفاده کنی. این کار جسم و روح هر دو، شگفتی می‌آفریند.
- **سعی کن در** وضعیت تنش، واکنش بیش از حد نشان ندهی اگر شک‌داری، از مشکل فرار کن. ورزش راه فوق‌العاده‌ای برای تسکین تنش است.
- **زمانی می‌رسد** که نیازداری سنگر بگیری و از خودت در مقابل شرایط بالقوه تنش‌زا محافظت کنی.
- **با آدم‌های تازه** دوست شو. به ظاهر مردم نگاه نکن و یادت باشد که غریبه‌ها دوستانی هستند که هنوز با آنها آشنا نشده‌ایم.
- **مواجهه** با اضطراب، با منشی آرام و موقر، خود درونت را تغذیه خواهد کرد.
- **خشم یک** احساس منفی است. از دشمنانت بزرگوارتر باش و تا می‌توانی آنها را ببخش.

- * **یادمان باشد**، بعضی از ما شانس گفتن کلماتی را داریم که برخی دیگر حسرتش را، مثل: بابا، مامان، پدر بزرگ و....
- * **در پراکندن خوبی‌ها** در جهان نقشی برعهده بگیرید. کسی چه می‌داند شاید در نتیجه این کار معجزه‌ای اتفاق افتد. طرز فکر تنها چیزی است که واقعاً مال شماست و هیچ‌کس نمی‌تواند آنرا کنترل کرده و یا از شما بگیرد.
- * **روان نژندها** توی آسمان قصرها می‌سازند.
- * **روان پریش‌ها** توی آنها زندگی می‌کنند.
- * **روان پزشک‌ها** می‌روند اجاره‌ها را می‌گیرند.
- * **جی. ام. بری**: می‌شود از امشب قانون تازه‌ای در زندگی بنا بگذاریم؟ همواره بکوشیم قدری بیشتر از نیاز، مهربان باشیم.
- * **شاید چشم‌های** ما نیاز داشته باشند که گاهی با اشک‌های مان شسته شوند، تا بار دیگر زندگی را با نگاه شفاف‌تری ببینیم.
- * **خوشحال باش** و لبخند بزن، فقط برای خودت زندگی کن و قبل از اینکه (صحبت) کنی گوش کن.
- * **اشتباهاتی که** به مغز آسیب می‌رساند:
- 1- نخوردن صبحانه: کسانی که صبحانه نمی‌خورند، قند خونشان به پائین افت می‌کند و این امر باعث تأمین نامناسب مواد غذایی برای مغز و در نتیجه افت فعالیت مغزی می‌شود.

2- پرخوری: این امر باعث تصلب شرائین (سختی دیواره رگها) می‌گردد منجر به مغز شده منجر به کاهش قدرت ذهن می‌شود.

3- دخانیات: این امر باعث کوچک شدن چند برابری مغز و منجر به آلزایمر می‌شود.

4- استفاده زیاد قند و شکر: جذب پروتئین و مواد غذایی را متوقف می‌کند و منجر به سوء تغذیه و احتمالاً اختلال در رشد مغز خواهد شد.

5- آلودگی هوا: مغز بزرگترین مصرف کننده اکسیژن در بدن ماست. دمیدن هوای آلوده باعث کاهش اکسیژن تأمین مغز شده و منجر به کاهش کارایی مغز می‌شود.

6- کمبود خواب: خواب به مغز اجازه استراحت می‌دهد دوره طولانی کاهش خواب، مغز به شتاب گیری مرگ سلولهای مغزی خواهد شد.

7- پوشاندن سر به هنگام خواب: خوابیدن با سرپوشیده باعث افزایش تجمع (دی اکسید کربن) و کاهش اکسیژن شده و منجر به تغییرات مخرب مغزی خواهد شد.

8- کاهش افکار مثبت ممکن است، باعث کوچک شدن مغز شود.

8- کار کشیدن از مغزتان در هنگام بیماری: کار سخت یا مطالعه در زمان بیماری، ممکن است منجر به کاهش کارایی مغز و در نتیجه صدمه مغزی شود.

9- کاهش افکار مثبت: فکر کردن بهترین راه برای تمرین دادن به مغزتان است.

10- کم حرفی: مکالمات انتزاعی منجر به رشد کارایی مغز خواهد شد.

یادمان باشد که خشم و عشق حد و مرزی ندارند جایز اینست که دومی (عشق) را انتخاب کنیم. تا زندگی دوست داشتنی تری داشته باشیم.

آیامی دانستید که؟

کسانی که چشمان آبی دارند در شب بهتر می‌بینند؟

- اسکناس: از کاغذ درست نمی‌شود، بلکه از کتان ساخته می‌شود؟

-

- **آیا می دانستید :**

- ریختن یک قطره کوچک مشروب روی عقرب، باعث دیوانگی آنی آن شده و

با نیش زدن به خود، خودکشی می‌کند؟

- رودخانه‌ای هفت برابر بزرگتر از رود نیل در زیر این رود در جریان است؟

- فقط یک ساعت استفاده از هدفون، باکتری‌های موجود در گوش را هفتصد

برابر افزایش می‌دهد؟

- حشره‌ای که باعث بیشترین تلفات جانی برای انسان‌ها می‌شود، پشه است؟

- راست دست‌ها به‌طور متوسط، 9 سال بیشتر از چپ دست‌ها عمر می‌کنند؟

- وقتی لبخند می‌زنیم، حداقل سی عضله را به حرکت درمی‌آوریم؟

- مغز انسان از قویترین کامپیوتر جهان بارها پیچیده‌تر است و 100 میلیارد

سلول عصبی دارد؟

- وقتی کسی می‌میرد، اولین حسی که از کار می‌افتد، شنوائی است؟
- سگ ژرمن، شپرد، بیشتر از هر نوع سگی، انسان را می‌گیرد؟.
- وقتی انسان به چیز قشنگی نگاه می‌کند، مردمک چشم 45٪ بازتر می‌شود؟
- علت اینکه عسل به آسانی هضم می‌شود این است که زنبور قبلاً آن را هضم کرده است؟
- **آیا می‌دانستید :**
- هفت میلیون دلار هزینه ساخت کشتی تایتانیک و 200 میلیون دلار هزینه ساخت فیلمی در مورد آن شد؟.
- تنها قسمتی از بدن که خون به آن نمی‌رسد، قرنیه چشم است. وقرنیه، مستقیماً اکسیژن را از هوا می‌گیرد؟.
- **حقایق جالبی از زندگی:**
- تنها دلیلی که باعث می‌شود یک نفر از تو متنفر باشد، اینست که می‌خواهد دقیقاً مثل تو باشد.
- **یک لبخند** از طرف تو می‌تواند موجب شادی کسی شود. حتی کسانی که ممکن است تو را دوست نداشته باشد.
- **وقتی بزرگترین اشتباهات** زندگیت را انجام می‌دهی ممکن است منجر به اتفاق خوبی شود.

- * **به چشمی اعتماد کن** که به جای صورت به سیرت تو می‌نگرد و به دلی، دل بسپار که جای خالی برایت داشته باشد و دستی، بپذیر که باز شدن را بهتر از مشت شدن بلد باشد.
- * **وقتی خیال می‌کنی** که دنیا به تو پشت کرده، یه خرده فکر کن، شاید این تو هستی که به دنیا پشت کرده ای.
- * **همیشه**، احساسات را نسبت به دیگران برای آنها بیان کن، وقتی آنها از احساسات نسبت به خود آگاه می‌شوند احساس بهتری خواهی داشت.
- * **وقتی** دوستان فوق‌العاده‌ای داشتی، به آنها فرصت بده تا متوجه شوند که فوق‌العاده هستند.
- * **ساعتی اندیشیدن** برتر از هفتاد سال عبادت است، مشروط بر اینکه اندیشه و تفکر سرنوشت ساز باشد و انسان را به صلاح و رستگاری سوق دهد.
- * **رویاها** دستگاه حرارت‌سنج زندگی احساسی و عاطفی ما هستند.
- * **هر اندیشه‌ی شایسته‌ای**، به چهره انسان زیبایی می‌بخشد.
- * **زندگی** زمانی نام حقیقی بر خود می‌گیرد که بر سه بستر (علم، هنر، مردم) مصرف شده باشد، (که) باقی همه خسران و ضرر است و نام زندگی بر آن نتوان نهاد.
- * **خردمند** کسی است که وقتی مجبور شود، بتواند موقعیتش را درک کند.

لاروش فوکو: آنکه خود را به امور کوچک سرگرم می‌کند، چه بسا که توانائی کارهای بزرگ را ندارد.

- **اسکات بک:** روند رشد، پیچیده و پر زحمت است، و در درازای عمر ادامه دارد

* **شب،** آنگاه زیباست که نور را باور داشته باشیم.

* **لازم است** گاهی از مسجد، کلیسا بیرون بیائی و ببینی پشت سر اعتقادات چه می‌بینی، ترس یا حقیقت؟

* **خنده** بر لب میزنم تا کس نداند راز من، ورنه این دنیا که ما دیدیم خندیدن نداشت.

* **آلفرد نوبل** از جمله افراد معدودی بود که این شانس را داشت تا قبل مردن آگهی وفاتش را بخواند. زمانی که برادرش «لودویگ» فوت شد، روزنامه‌ها اشتباهاً فکر کردند که نوبل معروف (مخترع دینامیت) مرده است.

آلفرد وقتی صبح روزنامه‌ها را می‌خواند، با دیدن آگهی صفحه اول می‌خکوب شد. آن اینکه: آلفرد نوبل دلال مرگ و مخترع مرگ‌آورترین سلاح بشری مرد. آلفرد خیلی ناراحت شد. با خود فکر کرد، آیا خوب است که من را پس از مرگ این‌گونه بشناسند؟ سریع وصیت‌نامه‌اش را آورد و جمله‌های بسیاری را خط زد و اصلاح کرد. پیشنهاد کرد ثروتش صرف جایزه‌ای برای صلح و پیشرفت‌های صلح‌آمیز شود. امروزه نوبل را نه به نام دینامیت، بلکه به نام مبدع جایزه‌های فیزیک و شیمی نوبل، می‌شناسیم. او امروز هویت دیگری دارد..

فرانس کافکا: دست های زنانه بی سر و صدا ، خیلی چیزها را سر و سامان می دهد

گفته‌ای از «خورخه لونیس بورخس»:

- **آدم‌های** موفق به اندیشه‌هایشان عمل می‌کنند سایرین تنها به سختی انجام آن می‌اندیشند.
- **هیچ‌گاه** ابزار رسیدن به خواسته دیگران نشو.
- طرف اغلب از بی‌وقتی شکایت می‌کرد، ولی مشکل اصلی او بی‌هدفی بود.
- دوست هرکس عقل اوست و دشمن نادانی او.
- انسان باید انتخاب کند، نه اینکه سرنوشت خود را بپذیرد.
- دانش تنها سرمایه ای است که به تاراج نمی‌رود.
- گوش شنوا، زیربنای مهارت‌های ارتباطی است.
- کسانی که دیر قول می‌دهند، خوش‌قول‌ترین مردم دنیا هستند.
- هر کس تاوان راهی را می‌دهد که خود برگزیده است.
- چیزی به نام شکست وجود ندارد. آنچه بدست می‌آید نتیجه است و بس.
- از زندگی آنچه لیاقتش را داریم به ما می‌رسد، نه آنچه آرزویش را داریم.

- عشق‌های امروزی به ماهی کوچکی می‌ماند که باید مواظب بود از دست لیز نخورد.
- از گذشته بگذر و حال را بساز و به آینده امیدوار باش
- ظاهرسازها با هر سازی می‌رقصند.
- به افکار بیدارم، قرص خواب دادند.

لطیفه: در پایان محکمه، حکم قاضی به دار آویختن عدالت بود.

«گفته‌هایی از افلاطون»

نگذار کسی اولویت زندگی تو باشد، وقتی تو فقط یک انتخاب در زندگی او هستی.

در یک رابطه بهترین حالتش وقتی است که دو طرف در تعادل باشند.

شخصیت خودت را برای کسی تشریح نکن. چون کسی که تو را دوست داشته باشد به آن توضیحات نیازی ندارد. و کسی که از تو بدش بیاید باور نمی‌کند.

همه ما دلمان می‌خواهد احساسی خوب در مورد خودمان داشته باشیم و گاهی اوقات نداریم. گاهی حال و هوای ما در مورد خودمان بستگی به تأثیری دارد که دیگران روی ما می‌گذارند، در این رابطه هستند کسانی که سعی می‌کنند اعتماد به نفس ما را از بین ببرند.

نمی توانی کسی را مجبور کنی ، که دوست داشته باشد ، و گاهی حضور در کنار افراد نامناسب باعث می شودند حتی در مقایسه با تنهاییات بیشتر احساس تنهایی کنی.

گاه سالها طول می کشد. تا یاد بگیری چگونه از خود مراقبت کنی، به همین دلیل بسیار مهم است که افرادی را در اطرافت داشته باشی که دوستت بدارند. حتی گاهی بیشتر از آنچه که خودت می توانی خودت را دوست داشته باشی.

با خودت روراست باش. با افرادی که در نظر تو بدخلق اند، مدارا کن. و خودت را مقید نکن که چون به صرف اینکه با کسی در سرکار و یا اوقاتی ممتد هر روز زمانی را می گذرانی باید او را در نزدیک به خودت جای دهی و تحمل کنی.

کسانی که به رشد معنوی تو کمک می کنند مریبان و آموزگاراند. و شاید هم افرادی که تنها برای وقت گذرانی خوبند. بیرون رفتن و خندیدن با آنها چیزی به تو اضافه نمی کنند. ولی درعین حال هم باعث نمی شوند که حس بدی نسبت به خودت داشته باشی.

همکاران و اقوام و شاید هم آدم های خنثی کسانی هستند که نقش بسیار کوچکی در چند ساعت که با تو هستند در زندگی ایفا می کنند و تأثیر آنها تنها همان چند ساعتی است که با آنها هستی. هیچ زمانی به آنها فکر نمی کنی و به راحتی می توان با فرد دیگری جایگزین شوند.

هستند کسانی که: در کار تو اختلال ایجاد می کنند. این افراد لزوماً با خود واقعی تو مرتبط نیستند. حتی ممکن است رئیس اداره باشد که تنها دورا دور با کار آنها در ارتباط باشی این افراد در زندگی اجتماعی و حرف های مهم هستند. در کنار

آنها نمی‌توانی راحت باشی، و وقتی آنها را می‌بینی شاید حتی آشفته و پریشان شوی.

* **وقتی** که قلب‌هایمان کوچک‌تر از غصه‌هایمان می‌شود. وقتی که نمی‌توانیم اشک‌هایمان را پشت پلک‌هایمان مخفی کنیم و بغض‌هایمان پشت سرهم می‌شکند. آن وقت است که مطمئنیم به تو احتیاج داریم و مطمئنیم که تو فقط توئی که کمک‌مان می‌کنی.

* **وقتی** که احساس می‌کنیم بدبختی‌ها بیشتر از سهم‌مان است و رنج‌ها بیشتر از صبرمان، آن وقت است که تو را صدا می‌کنیم و تو را می‌خوانیم..

* **وقتی که**: امیدها ته می‌کشد و انتظارها به سر می‌رسد، وقتی که طاقتها تمام می‌شود و تحمل‌مان هیچ، آن وقت است که تو را آه می‌کشیم و تو را گریه می‌کنیم.

«هشت اصل برای یک زندگی».

* **صبح‌ها** که از خواب بیدار می‌شوید، دست‌گاه عیب‌سنج و ایرادگیر وجودتان را از کار بیاندازید. قول می‌دهیم خورشید درخشان‌تر پرنده‌ها خوش‌آوازتر، مردم مهربان‌تر و حتی کسب و کارتان پر برکت‌تر خواهد شد.

* **در معادلات** زندگی هیچ‌گاه از علامت منفی استفاده نکنید، به‌خاطر داشته باشید که تفکر منفی، از آن چنان قدرتی بر خوردار است، که می‌تواند با قرارگرفتن در پشت یک معامله بزرگ زندگی، همه علامت‌های مثبت آن را تغییر داده و مانند خود منفی بسازد.

- * هیچ‌گاه در گره زدن طناب پاره شده دوستی تعلق به خرج ندهید
- * **گاهی اوقات**، غرور بی‌جا. سبب می‌شود که حتی همسران خوب توجهی به گسستگی ریسمان بین خود نمایند، مطمئن باشید گره زدن، به‌خاطر کمتر نمودن طول طناب، نزدیکی را بیشتر می‌کند.
- * **آنتن‌های ذهن‌تان** را تنها به سوی ایستگاه‌هایی تنظیم کنید که شبانه‌روز امواج مثبت پخش می‌کند، کاری کنید که کارکنان ایستگاه‌های منفی از شدت بیکاری اخراج شوند.
- * **دل‌تان را تبدیل** به اقیانوسی آرام نمائید، نه یک مرداب ناچیز. فکر نمی‌کنید، حتی تصور اقیانوس هم احساسی از عظمت و پهناوری را در دل ایجاد کند؟ آنها که دل‌هایشان مرداب است، با کوچک‌ترین حادثه‌ای به تلاطم می‌افتند، برعکس کسانی که، شدیدترین گرداب‌ها و جریان‌های حوادث هم آرامش‌شان را برهم نخواهد زد.
- * **سعی کنید** قلبی مقاوم داشته باشید، قلبی که مقابل گرم و سرد حوادث و ضربه‌های عاطفی، همچون ظروف چینی با اندک ضربه‌ای خرد نشود.
- * **آنچه از همه** دردناکتر است فقر و بیماری نیست بیرحمی مردم نسبت به هم است.
- * **تجربه‌های تلخ** و شیرین زندگی را مانند یک درس فهمیدنی بدانید و نه حفظ کردنی، چرا که مطالب حفظ شده پس از مدت‌زمانی از ذهن پاک می‌شوند.

* **همواره** مصمم باشید تا با استفاده از جلا دهنده‌هائی همچون دعا و نیایش، روح و روانتان را پاکی و طراوت بخشید.

* **«نصیحت زرتشت» :**

* **پندار نیک، گفتار نیک، کردار نیک**

- راه در جهان یکی است . آن راه، راستی است.
- آنچه را گذشته است فراموش کن و بدانچه نرسیده است رنج و اندوه مبر.
- قبل از جواب دادن فکر کن، هیچ کس را تمسخر مکن.
- نه به راست و نه به دورغ قسم مخور. خود برای خود زن انتخاب کن .
- به ضرر و دشمنی کسی راضی مشو. کسی را فریب مده تا دردمند نشوی .
- تا حدی که می توانی، از مال خود، داد و دهش نما.
- از هر کس و هر چیز مطمئن مباش . فرمان خوب ده تا بهره خوب یابی .
- بی گناه باش تا بیم نداشته باشی. سپاس دار باش تا لایق نیکی باشی .
- با مردم یگانه باش تا محرم و مشهور شوی.
- راستگو باش تا استقامت داشته باشی.
- متواضع باش تا دوست بسیار داشته باشی.
- دوست بسیار داشته باش، تا معروف باشی.
- معروف باش تا زندگانی به نیکی گذرانی.
- دوستدار دین باش، تا پاک و راست گردی.
- مطابق وجدان خود رفتار کن که بهشتی شوی.
- سخنی و جوانمرد باش تا آسمانی باشی.

- روح خود را به خشم و کین آلوده مساز.
- هرگز ترشرو و بد خو مباش.
- در انجمن نزد مردان نادان منشین، که تو را نادان ندانند.
- اگر خواهی از کسی دشنام نشنوی، کسی را دشنام مده.
- دو رو و سخن چین مباش و نزدیک دروغگو منشین.
- چالاک باش تا هوشیار باشی.
- سحرخیز باش تا کار خود را به نیکی به انجام رسانی.
- اگر چه افسون مار خوب بدانی، ولی دست به مارزن تا تو را نگزد و نمیری.
- با هیچ کس و هیچ آئینی پیمان شکنی مکن که به تو آسیب نرسد.
- مغزورو خودپسند مباش، زیرا انسان چون مشک پُرباد است و اگر باد آن خالی شود چیزی باقی نمی ماند.

«گفته‌هایی از افلاطون»

* **وقتی دائم** بگوئی گرفتارم هیچوقت آزاد نمی شوی. وقتی دائم بگوئی وقت ندارم هیچوقت زمان پیدا نمی کنی. وقتی دائم بگوئی فردا انجامش می دهم، آن فردا هیچوقت نمی آید. وقتی صبح بیدار می شویم دو انتخاب داریم، اینکه برگردیم بخوابیم و رویا ببینیم و یا بیدار شویم و رویاهایمان را دنبال کنیم. انتخاب با توست.

* **اینکه در دنیای** کسی نباشی بسی دردناک تر است تا اینکه کسی دردنیای تو نباشد

- * **ما کسانی که** به فرمان هستند را نگران می‌کنیم و حتی به گریه می‌اندازیم و گریه می‌کنیم برای کسانی که حتی لحظه‌ای به فکر ما نیستند، این یکی حقایق عجیب زندگی است. و اگر این را بفهمیم هیچوقت برای تغییر دیر نیست.
- * **ما آمده‌ایم تا** با زندگی کردن قیمت پیدا کنیم نه به هر قیمتی زندگی کنیم.
- * **به سلامتی** رفیقی که تو رفاقت کم نداشت، ولی کم برداشت تا رفیقش کم‌نیاره.
- * **به سلامتی** اون دلی که هزاربار شکست، ولی هنوزم شکستن بلد نیست.
- * **به سلامتی** اونائی که تو اوج سختی‌ها و مشکلات، به‌جای اینکه ترکمون کنن، درکمون میکنند.
- * **به سلامتی** اونائی که درد دل همه‌رو گوش میدن، اما معلوم نیست خودشون کجا درد دل میکنند.
- * **به سلامتی اونائی** که (دوست دارم) رو درک می‌کنند و اونو به حساب کمبودها نمی‌ذارن.
- * **به سلامتی** اونئی که باخت، تا رفیقش برنده باشد.
- * **بسلامتی** کسی که هنوز دوشش داری ولی دیگه مال تو نیست .
- * **من یکی** تا حالا از قول مردانه خیری ندیدم. خیلی مردی قول زنانه بده .

- * **به سلامتی مادر**، که وقتی غذا سر سفره کم بیاد، اولین کسی که اون غذا رو دوست نداره خودشه.
- * **به سلامتی** اونائی که به پدر مادرشون احترام میذارن و میدونن، تو خونه‌ای که بزرگترها کوچک شوند، کوچکترها بزرگ نمی‌شوند.
- * **به سلامتی** مادر که به خاطر ما هیکلش بهم خورد .
- * **به سلامتی** اونئی که بی‌کسه، ولی ناکس نیست .
- **بسلامتی اونای** که چه عشقشون، پیششون باشه چه نباشه چشمشون مثل فانوس دریایی نمی‌چرخه .
- * **به سلامتی** همه اونائی که مارو همین‌جوری که هستیم دوس دارن.
- * **به سلامتی** کسی که بهش زنگ می‌زنی، خوابه ولی واسه اینکه دلت رو نشکنه، می‌گه: خوب شد زنگ زدی باید بیدار میشدم.
- * **به سلامتی** دریا که همه با (لبش) خاطره دارن.
- * **به سلامتی** همه اونائی که دلشون از یکی دیگه گرفته ولی برای اینکه خودشون رو آروم کنن می‌گن به خاطر غروب پائیزه
- * **به سلامتی** اونائی که دوستشون داریم و نمی‌فهمند، آخرشم دق میدن مارو.

* **به سلامتی** پسر بچه‌های قدیم که پشت لبشون رو با زغال سیاه می‌کردن که شبیه باباشون بشن، نه مثل جوونای امروز ابروهاشونو نازک می‌کنن که شبیه ماماناشون بشن.

* **به سلامتی** اونی که گفت: قبر منو خیلی بزرگ بسازین، چون یه دنیا آرزو با خودم به گور میبرم.

* **گل آفتابگردان** را گفتند: چرا شب‌ها سرت راپائین می‌اندازی؟ گفت: ستاره چشمک می‌زند، نمی‌خواهم به خورشید خیانت کنم، به سلامتی همه اونائی که مثل گل آفتابگردان هستند.

* **بهشت ظهور** بی‌نیازی و غنای خداوند است، دوزخ را همین خشکه مقدس‌ها و تنگ نظرها برپا داشته‌اند. زیرا اینان آنقدر بخیل و حسودند که نمی‌توانند جز خود را مشمول لطف الهی ببینند.

«قانون و منطق»

دانشجویی پس از اینکه در درس منطق نمره نیاورد به استادش گفت: قربان شما واقعاً چیزی در مورد موضوع این درس می‌دانید؟ استاد جواب داد: بله حتماً درغیراین صورت نمی‌توانستم یک استاد باشم. دانشجو ادامه داد: بسیار خوب من مایلم از شما یک سؤال بپرسم. اگر جواب صحیح دادید من نمره‌ام را قبول می‌کنم، در غیراین صورت از شما می‌خواهم به من نمره کامل این درس را بدهید. استاد قبول کرد و دانشجو پرسید: آن چیست که قانونی است ولی منطقی نیست، منطقی است، ولی قانونی نیست، و نه قانونی است و نه منطقی؟ استاد پس از تأملی طولانی نتوانست جواب بدهد و مجبور شد نمره کامل درس را به آن

دانشجو بدهد. بعد از مدتی استاد با بهترین شاگردش تماس گرفت و همان سؤال را پرسید و شاگردش بلافاصله جواب داد، قربان شما 63 سال دارید و با یک خانم 35 ساله ازدواج کردید، که البته قانونی است ولی منطقی نیست. همسر شما یک دوست پسر 25 ساله دارد که منطقی است ولی قانونی نیست. و این حقیقت که شما به دوست پسر همسرتان نمره کامل دادید، در صورتیکه باید آن درس را رد می شد، نه قانونی است و نه منطقی .

لطیفه:

- گشادی جیب بعضی ها، بزرگتر از سوراخ لایه آزون است.
- برای بازشدن اشتهايش، کلیدساز آورد.
- چون ریاضی بلد نبود، دیگران را آدم حساب نمی کرد.
- میوه درخت خشکیده هیزم است.
- کاش ماشین زندگی هم دنده عقب داشت.
- بعضی ها با نردبان قدرت، از دیوار حاشا بالا می روند.
- همه انسان ها شاعرند، چرا که روزی غزل خداحافظی را می خوانند.

«مسلمان واقعی»

می گویند وقتی رضاشاه تصمیم گرفت بانک ملی را تأسیس کند برای بازاری ها پیغام فرستاد که از بانک ملی اوراق قرضه بخرند، هیچکدام از تجار بازار حاضر به این کار نشد. وقتی خبر به خانم فخرالدوله، مالک بسیار ثروتمند و خواهر مظفرالدین شاه و مادر مرحوم دکتر امینی رسید، به رضاشاه پیغام داد که مگر من مرده ام که می خواهی از بازار پول قرض کنی؟ من حاضرم در بانک ملی سرمایه گذاری کنم و به این ترتیب بانک ملی با پول خانم فخرالدوله تأسیس شد.

یکی از قوانینی که در زمان رضاشاه تصویب شد قانون روزهای تعطیلی مغازه‌ها و ادارات بود. به دین ترتیب هر کس به خواست خود و بدون دلیل موجهی نمی‌توانست مغازه‌اش را ببندد. روزی رضاشاه با اتومبیلش از خیابان می‌گذشت که متوجه شد مغازه‌ای بسته است. ناراحت شد و دستور داد که صاحب مغازه را پیدا کنند و نزد او بیاورند. کاشف به عمل آمد که صاحب مغازه یک عرق‌فروش ارمنی است. آن مرد را نزد رضاشاه آوردند. شاه پرسید، پدرسوخته چرا مغازه‌ات را بسته‌ای مرد ارمنی جواب داد: قربانت گردم امروز روز قتل مسلم‌بن عقیل است و من فکر کردم صلاح نیست در این روز عرق بفروشم، شاه دستور تحقیق داد و دیدند که حق با عرق‌فروش ارمنی است آنوقت رضاشاه عرق‌فروش را مرخص کرد و روبه همراهانش کرد و گفت: در این مملکت یک مرد واقعی داریم، آنهم خانم فخرالدوله است و یک مسلمان واقعی داریم، آنهم قارابط ارمنی است.

***ارزش سلطنت :** روزی بهلول بر هارون الرشید وارد شد . خلیفه گفت :

مراپندی بده. بهلول پرسید : اگر در بیابانی بی آب ، تشنگی بر تو غلبه نماید ،

چندان که مشرف به موت گردی ، در مقابل جرعه ای آب که عطش تو را فرو نشاند ، چه می دهی ؟ گفت صد دینار طلا .

پرسید: اگر صاحب آب به پول رضایت ندهد؟ گفت نصف پادشاهی‌ام را.

بهلول گفت: حال اگر به حبس‌بول (شاش‌بند) مبتلا گردی و رفع آن نتوانی، چه میدهی که آن را علاج کنند؟ گفت نیم دیگر سلطنتم را . بهلول گفت: پس ای خلیفه، این سلطنت که به آبی و بولی وابسته است، تو را مغرور نسازد که با خلق خدای به بدی رفتار کنی.

خداوندا، تو می‌دانی که من دلواپس فردای خود هستم.

مبادا گم کنم راه قشنگ آرزوها را

مبادا گم کنم اهداف زیبا را مبادا جا بمانم از قطار موهبت‌هایت

مرا تنها تو نگذاری

که من تنهاترین تنهام، انسانم

خدا گوید.

تو ای زیباتر از خورشید زیبایم

تو ای والاترین میهمان دنیا، تو ای انسان

بدان همواره آغوش من باز است

شروع کن، یک قدم با تو

تمام گام‌های مانده‌اش با من.

زیباترین قسم از «سهراب» نه تو می‌مانی و نه اندوه و

نه هیچیک از مردم این آبادی .

به حباب نگران لب یک رود قسم و

به کوتاهی آن لحظه‌ای که گذشت ،

غصه هم می‌گذرد .

آنچنان که فقط خاطره‌ای خواهد ماند .

لحظه‌ها عریانند

به تن لحظه خود جامه اندوه می‌پوشان هرگز.

* **ساعت‌ها** را بگذارید بخوابند

بیهوده زیستن را نیازی به شمردن نیست.

* **در زندگی**، معنای واقعی، سرسختی، استواری و مصمم بودن را در دل نرمی

و گذشت باید جستجو کرد.

* **گاهی لازم است**، کوتاه بیائی، گاهی نمی‌توان بخشید و گذشت، اما می‌توان

چشمان را بست و عبور کرد، گاهی مجبور می‌شوی نادیده‌بگیری، گاهی

نگاهت را به سمت دیگری بدوزی که نبینی، ولی با آگاهی و شناخت، و

آنگاه بخشیدن را خواهی آموخت.

* **در زندگی** سه چیز را تجربه کن . دوست داشتن را برای تجربه .

عاشق شدن را برای هدف . فراموش کردن را برای قبول واقعیت .

* **دوستت میدارم** : تو را چون آرامش خواب پرستو، دوست میدارم.

ترا چون بارش باران زهر سو، دوست میدارم

ترا چون کریه‌های بی‌بهبانه

ترا چون جاده‌های بی‌نشانه

ترا چون نرم نرمک اشک بهاران

ترا چون رقص گل در دشت و دمن، دوست میدارم

ترا در خلوت سرد نهانی

ترا در باور اندیشه‌های ارغوانی

ترا چون عطر گل در سینه شب

ترا چون ماه نو در ماه نخشب دوست میدارم.
 ترا چون بال پرواز
 ترا چون نغمه ساز
 ترا چون واژه های بی تفسیر
 ترا چون بازی تقدیر، ترا چون جان شیرین دوست میدارم.

کی میگه جنس مردا خرابه؟

- زن با عصبانیت پای تلفن: این موقع شب کدوم گوری هستی تو؟
- مرد: عزیزم، اون فروشگاه طلافروشی رو یادته که از یه انگشتر الماس نشانش
 خوست اومده بود و گفתי برایت بخرم، اما من اون روز پول نداشتم، ولی
 بهت گفتم که یه روزی حتماً این انگشتر مال تو میشه، عزیزم؟
- زن با صدای ملایم و خوشحالی بسیار: بله عشقم ،
- مرد: من تو رستوران بغل دستیش دارم شام می خورم.

* **سخت است** یکرنگ ماندن در دنیائی که مردمش برای پرننگ شدن حاضرند
 هزار رنگ باشند.

* **در بدترین** روزها امیدوار باش، که همیشه زیباترین باران از سیاه ترین ابر
 می بارد.

* **پرهیز باد** تو را از (غضب) که آغازش سفاهت است و انجامش ندامت

* **عشق** نخستین بخش از کتاب مفصل بی وفائی است.

* **هزاران معجزه** میان آسمان و زمین معطل است، دستی باید، تا معجزه‌ها را فرود آورد.

* **عمر** از زمانی شروع می‌شود، که اختیار سرنوشت خویش را خود در دست می‌گیرید.

* **آفتاب به گیاهی** حرارت می‌دهد که سر از خاک بیرون آورده باشد.

* **باورها**، هر آنچه از دیدگان اندیشه‌هایمان می‌گذرد را به زنجیر می‌کشند.

* **بیادتان می‌آورم** تا همیشه بدانید که زیباترین منش آدمی، محبت اوست، پس محبت کنید چه به دوست و چه به دشمن که دوست را بزرگ کند و دشمن را دوست.

«کوروش بزرگ»

* **پیش از آنکه** پاسخی بدهی با یک نفر مشورت کن ولی پیش از آنکه تصمیم بگیری با چند نفر...

* **افشای اسراری از درون بدن:**

- 1- دردناک شدن مچ پا می‌تواند نشان‌دهنده مشکلات کلسترولی باشد.
- 2- قوی بودن ریه‌ها نشان‌دهنده کاهش خطر ابتلا به آلزایمر است.
- 3- سفید شدن موها قبل از رسیدن به سن 30 سالگی نشانه مهمی از ابتلا به مشکلات تیروئیدی است. متخصصان تیروئید تأکید دارند که عدم تعادل در فعالیت غده تیروئید موجب اختلال در تولید رنگدانه‌ها در پیاز مو می‌شود.
- 4- بیماری لته خطر و احتمال زایمان زودرس را افزایش می‌دهد.

- 5- گرم نگه داشتن پاها احتمال سرماخوردگی را کاهش می دهد.
 - 6- خندیدن پس از صرف هر وعده غذایی، میزان قندخون را پائین می آورد.
 - 7- راه رفتن و حرف زدن همزمان، موجب کمردرد می شود.
 - 8- فشاردادن پاها روی هم مانع از ضعف کردن و بی حالی می شود.
 - 9- غفلت از کمردرد، تهدید جدی برای مغز است.
 - 10- چاقی، احتمال بروز سردردها را تا دو برابر افزایش می دهد.
 - 11- قوزکردن، ولع فرد را به خوردن شیرینی تشدید می کند.
 - 12- داروهای سرماخوردگی، تأثیر نامطلوب روی توان باروری دارند.
- برگرفته از روزنامه «دیلی میور»

* عاشقی را شرط اول ناله و فریاد نیست

تا کسی از جان شیرین نگذرد فرهاد نیست
عاشقی مقدر هر عیاش نیست
غم کشیدن صنعت نقاش نیست

* ای عشق مرا به شرط خون خواهی برد

چون قیس به وادی جنون خواهی برد
فرهاد صفت در آرزوی شیرین
دنبال خودت به بیستون خواهی برد.

* خدایا من چه سازم، خسته راهی د

نه فرهادم که مُرد از داغ شیرین،
نه ایوبم که با دنیا بسازم

* دل کندن اگر کار آسانی بود، فرهاد به جای بیستون دل می کند.

من نه آنم که دو صد مصرع رنگین گویم

من چون فرهاد یکی گویم و شیرین گویم.

* **به کدامین** گناه از بهشت آغوشت، رانده شدم؟

گفته ای از شیخ بهایی: من که حتی وسوسه سبب نداشتم.

همه شب نماز خواندن، همه روز، روزه رفتن

همه سال از پی حج، سفر حجاز کردن

ز مدینه تا به کعبه سروپا برهنه رفتن.

دو لب از برای لبیک، به گفته باز کردن

شب جمعه‌ها نخفتن، به خدای راز گفتن

ز وجود بی نیازش طلب نیاز کردن

به مساجد و معابد همه اعتکاف کردن

ز ملاحی و مناهی همه احتراز کردن

به حضور قلب ذکر خفی و جای گرفتن

طلب گشایش کار ز کار ساز کردن

پی طاعت الهی به زمین جبین نهادن

گه و گه به آسمانها سر خود فراز کردن

به مبانی طریقت به خلوص راه رفتن

ز مبادی حقیقت گذر از مجاز کردن

به خدا قسم که هرگز ثمرش چنین نباشد

که دل شکسته‌ای را به سرور شاد کردن

به خدا قسم که کس را ثمر آنقدر نبخشد

که به روی ناامیدی در بسته باز کردن

* **خداوندا** مگذار آنچه را که حق می‌دانم، به‌خاطر آنچه که بد می‌دانند، کتمان کنم.

* **لطیفه**: حوا به آدم گفت: آیا دوستم داری؟ آدم پاسخ داد: مگه خبر مرگم چاره دیگه‌ای دارم؟ و اینگونه بود که عشق آغاز شد.

* **آدم‌ها را** به‌اندازه لیاقت آنها دوست بدار و باندازه ظرفیت آنها ابراز کن.

* **همیشه به من می‌گن**: مثل بچه آدم رفتار کن

من نمی‌دونم مثل هابیل باشم یا قابیل؟

توصیه‌های مایکل شوماخر، قهرمان چندین سال متوالی در مسابقات رالی دنیا

رمز موفقیت:

- مطالعه کن وقتی دیگران در خوابند. تصمیم بگیر، وقتی دیگران مرددند.
- خود را آماده کن، وقتی دیگران در خیال‌پردازی‌اند.
- شروع کن وقتی که دیگران در حال تعللند.
- کار کن، وقتی که دیگران در حال آرزو‌کردند.
- گوش کن، وقتی که دیگران در حال صحبت کردند.
- لبخند بزن، وقتی که دیگران خشمگینند.
- پافشاری کن، وقتی که دیگران در حال رها کردند.

- **عشق آدم** را داغ می‌کند و دوست داشتن. آدم را پخته، هر داغی یک روز سرد می‌شود. ولی هیچ پخته‌ای دیگر خام نمی‌شود.
- **از ذهن تا دهن** فقط یه نقطه فاصله هست.
- پس تا ذهنت را باز نکردی، ذهنت را باز نکن.
- **برای کسی** بسوز که برای خاموش کردن از اشکش مایه بذاره
- **این کوه نیست** که شمارا از پای می‌اندازد، بلکه خرده ریگی است که در کفش دارید.
- **هرگز در** زندگی این دو چیز را ابراز نکنید.
- اول آنچه نیستید، دوم همه آنچه هستید.
- **اگر به اونی** که می‌خوای نمی‌رسی، آهسته‌تر برو تا اونی که تورو می‌خواود بهت برسه.
- **هوس صد** شرف دارد به عشقی دورغی که ریاکارانه خیانت می‌کند.
- **افکارت** چرک نویس گفتارت هستند و اعمالت پاک نویس گفتارت. پاک نویست را با اعمال اشتباه، تباه و خط خطی نکن.
- **هر انسانی** جائز الخطاست، ولی هر خطائی جائز العفو. نیست.
- **شکسپیر:** عده‌ای بزرگ، زاده می‌شوند، عده‌ای بزرگی را به دست می‌آورند، و عده‌ای بزرگی را به خود می‌بندند.

* **از خلیل جبران** : هفت جا نفس خود را حقیر دیدم ،

- نخست: هنگامی که به پستی تن می داد تا بلندی یابد.

دوم: آنگاه که در برابر از پا افتادگان می پرید.

سوم: آنگاه که میان آسانی و دشوار، مختار شد و آسان را برگزید.

چهارم: آن که گناهی مرتکب شد و با یادآوری اینکه دیگران نیز همچون او

دست به گناه می زنند، خود را دلداری داد.

پنجم: آنگاه که از ناچاری، تحمیل شده‌ای را پذیرفت و شکیبائیش را ناشی از

توانائی دانست.

ششم: آنگاه که زشتی چهره‌ای را نکوهش کرد، حال آن که یکی از نقاب‌های

خودش بود.

هفتم: آنگاه که آوای ثنا سر داد و آن را فضیلت پنداشت.

* **آگه دل** کسی رو شکستی، یه میخ بکوب به دیوار، آگه از دلش در آوردی،

میخ رو از دیوار بیرون بیاور، اما این رو بدون، جای اون میخ همیشه روی

دیوار میمونه.

* **برای کسی که رفتنی است**، راه باز کنید. ایستادن و منتظر ماندن، ابلهانه‌ترین

کار دل است.

* **گاه برای ساختن**، باید ویران کرد. گاه برای داشتن باید گذشت. گاه در اوج

تمنا، باید نخواست.

در این دنیا همه چیز اول کوچک است، بعد بزرگ می شود به جز مصیبت

که اول بزرگ است، بعد کوچک می شود.

* **همیشه یکی** هست که درد دلت رو بهش بگی، وای از آن روزی که خودش بشه درد دلت.

* **همیشه** سکوتم به معنای پیروزی تو نیست. گاهی سکوت می‌کنم که بفهمی چه بی صدا باختی.

* **روزهای بدون تو** را هرگز نخواهم شمرد. تا بگویم همین دیروز بود.

* **برای نبودن** که همیشه لازم نیست راه دوری رفته باشی، می‌توانی همین‌جا پشت تمام بغض‌ها گم باشی.

* **اگر شکستن قلب و غرور ، صدا داشت ، عاشقان ، سکوت شب را** ویران می‌کردند .

* **آدم!** تا وقتی کوچکن دوست دارن برای مادرشون هدیه بخرن، اما پول ندارند. وقتی بزرگ‌تر میشن، پول دارن اما وقت ندارن، وقتی هم که پیر میشن، پول دارن، وقت هم دارن اما مادر ندارن.

* **اگر عشق نبود،** به کدامین بهانه می‌گریستیم و می‌خندیدیم؟ کدام لحظه نایاب را اندیشه می‌کردیم؟ و چگونه عبور روزهای تلخ را تاب می‌آوردیم؟ آری بی‌گمان پیش از اینها مرده بودیم، اگر عشق نبود.

* **پشت سر من قدم** برندار. چون ممکن است ره رو خوبی نباشم. قبل از من نیز قدم برندار، ممکن است من پیرو خوبی نباشم ، همراه من قدم بردار و دوست خوبی برای من باش.

- * **تمام تاریخ** عبارتست از جنگ دو سرباز که همدیگر را نمی‌شناسند و می‌جنگند برای دو نفری که همدیگر را می‌شناسند و نمی‌جنگند.
- * **اگر گناه وزن داشت**، هیچ‌کس را توان آن نبود که قدمی بردارد، خیلی‌ها از کوله بار سنگین خویش ناله می‌کردند و من شاید، کمر شکسته‌ترین بودم.
- * **اگر مرگ نبود** همه کافر بودند و زندگی بی‌ارزش‌ترین کالا بود، ترس نبود، زیبایی نبود و خوبی هم شاید.
- * **چرا اینجا نیستی** تا (دوستت دارم) را از جنس خاک کنم، از جنس تنم، و با بوسه بیوشانمش بر تنت؟
- * **نه اینکه دردی نیست**، نه دیگر گلوئی نمانده برای فریاد.
- * **خدایا** چرا هر موقع من شادم، همه با من می‌خندند؟ ولی وقتی غمگینم کسی با من نمی‌گرید؟
- * **گفت:** خنده را برای جمع‌آوری دوست و غم را برای انتخاب بهترین دوست آفریدم.
- * **موریس وبستر:** بسیاری از مردم نقره رادر انتظار طلا از دست می‌دهن
- * **همیشه از** خوبی آدم‌ها، برای خودت دیوار بساز هر وقت در حق تو بدی کردند، فقط یک آجر از دیوار بردار. بی‌انصافی ست اگر دیوار را خراب کنی.
- * **دیگران را ببخش**، نه فقط برای اینکه آنها لایق بخشش‌اند. به این خاطر که تو لایق آرامش هستی.

- * **به جزئیات دقت کنیم**، زیرا زیبایی‌های بی‌کرانی در جزئیات نهفته است.
- * **صداقت** بیش از اندازه هر گز سرانجام خوبی ندارد
- * **ما سه چیز** را در دوران کودکی جا گذاشته‌ایم، شادی بی‌دلیل، دوست داشتنی بی‌دریغ، کنجکاو بی‌انتهای.
- * **پرواز را بیاموز**، نه برای اینکه، از زمین جدا باشی، بلکه برای اینکه به‌اندازه فاصله زمین تا آسمان گسترده شوی.
- * **ما با آنچه** به‌دست آوردیم زندگی می‌کنیم و با آنچه می‌بخشیم یک زندگی را می‌سازیم.
- * **آموختم** که انکارکردن حقایق، حقیقت‌رو عوض نمی‌کند.
- * **آموختم** که همین اتفاق‌های کوچکی که هر روز می‌افتد. زندگی‌رو این چنین شیرین و دیدنی می‌کنن.
- * **آموختم** که در زیر پوسته سخت هرکس، انسانی وجود دارد که می‌خواهد قدرش رو بدونن و دوستش داشته باشن.
- * **افراد خوشبخت** هیچ وقت نگران نیستند که آیا زندگی بر وفق مراد هست یا نه .
- * **آموختم که** هر چه وقت کمتری برای کارکردن داشته باشم، کار بیشتری انجام میدهم.

* **هیچوقت رازت رو** به کسی نگو: وقتی خودت نمیتونی حفظش کنی،
چطور انتظار داری کس دیگه‌ای برات راز نگه داره؟

* **گاهی بهترین** درسهای زندگی زمانی آموخته میشوند که از طوفان گذر کرده
باشند ...

* **هیچ انسانی** دوست نداره بمیره. اما همه آرزو میکنند برن به بهشت. اما
یادمون باشه که برای رفتن به بهشت اول باید مرد.

* **افراد موفق** هرچه بیشتر شکست می‌خورند، دانه‌های بیشتری می‌کارند (یا
تلاش بیشتری می‌کنند) برگرفته از قانون «دانه»

* **تغییر دنیا** کار احمقانه‌ای است، اما تغییر دیدگاه و یا نگرش ما ارزانترین و
مؤثرترین روش می‌باشد.

* **ماکس پلانک**: بر سر در معبد «علم» نوشته‌اند: هر کس که به درون گام
می‌نهد، باید ایمان داشته باشد.

از الاغ درس بگیریم: کشاورزی الاغ پیری داشت که یک روز اتفاقی به درون
یک چاه افتاد. کشاورز هر چه سعی کرد نتوانست الاغ را از درون چاه بیرون
بیاورد، برای اینکه حیوان بیچاره زیاد زجر نکشد، شکاورز و مردم روستا تصمیم
گرفتند، چاله را با خاک پر کنند تا الاغ زودتر بمیرد و زیاد زجر نکشد. مردم با
سطل روی سر الاغ هر بار خاک می‌ریختند، اما الاغ هر بار خاکهای روی بدنش را
می‌تکاند و زیرپایش میریخت و وقتی خاک زیر پایش بالا می‌آمد سعی می‌کرد

روی خاک‌ها بایستند. روستائیان همین‌طور به زنده بگور کردن الاغ بیچاره ادامه دادند و الاغ همین‌طور به بالا آمدن ادامه داد تا اینکه به لبه چاه رسید و بیرون آمد. نکته: مشکلات مانند تلی از خاک بر سر ما می‌ریزند و ما همواره دو انتخاب داریم. اول اینکه اجازه بدهیم مشکلات ما را زنده بگور کنند. دوم اینکه: از مشکلات سکوتی بسازیم برای صعود.

قدرت اندیشه: پیر مردی تنها، در یکی از روستاهای آمریکا زندگی می‌کرد. او می‌خواست مزرعه سیب‌زمینی‌اش را شخم بزند، اما این کار خیلی سختی بود. تنها پسرش بود که می‌توانست به او کمک کند که او هم در زندان بود. پیر مرد نامه‌ای برای پسرش نوشت و وضعیت را برای او توضیح داد: پسر من حال خوشی ندارم چون امسال نخواهم توانست سیب‌زمینی بکارم. من نمی‌خواهم این مزرعه را از دست بدهم. چون مادرت همیشه زمان کاشت، محصول را دوست داشت. من برای کار مزرعه خیلی پیر شده‌ام اگر تو اینجا بودی مزرعه را برای من شخم می‌زدی. دوستدار تو. پدر. طول نکشید که پیر مرد این تلگراف را دریافت کرد: پدر به‌خاطر خدا مزرعه را شخم نزن من در آنجا اسلحه پنهان کرده‌ام. ساعت 4 صبح فردا 12 مأمور اف. بی. آی و افسران پلیس در مزرعه پدر حاضر شدند و تمام مزرعه را شخم زدند بدون اینکه اسلحه‌ای پیدا کنند. پیر مرد بهت‌زده نامه دیگری به پسرش نوشت و به او گفت که چه اتفاقی افتاده و می‌خواهد چه کند؟ پسرش پاسخ داد پدر برو و سیب‌زمینی‌هایت را بکار. این بهترین کاری بود که می‌توانستم از زندان برایت انجام بدهم.

* **اشتباه من** این بود که هر جا رنجیدم، لبخند زدم، فکر کردند درد ندارم، محکم‌تر زدند.

* **دلم سفر می‌خواهد**، نه برای رسیدن به جایی فقط به خاطر رفتن.

* **حرمت نان** از قلب بیشتر است. آنرا می‌بوسند، این را میشکنند.

* **خدا** در روح ما زمزمه می‌کند و با قلب ما حرف می‌زند اما بعضی اوقات، زمانی که وقت نداریم به ندای قلبمان گوش کنیم، او مجبور می‌شود به گونه‌ای عمل کند که شاید به مذاقمان خوش نیاید.

راست و دروغ :

- کسی که سخنانش نه راست است و نه دروغ، فیلسوف است.
- کسی که راست و دروغ برای او یکی است، متملق و چاپلوس است.
- کسی که پول می‌گیرد تا دروغ بگوید، دلال است.
- کسی که دروغ می‌گوید تا پول بگیرد، گدا است.
- کسی که پول می‌گیرد تا راست و دروغ را تشخیص بدهد، قاضی است.
- کسی که پول می‌گیرد تا راست را دروغ و دروغ را راست جلوه دهد و کیل است.
- کسی که جز راست چیزی نمی‌گوید، بچه است.
- کسی که به خودش هم دروغ می‌گوید، متکبر و خودپسند است.
- کسی که دروغ خودش را باور می‌کند، آبله است.
- کسی که سخنان دروغش شیرین است، شاعر است.
- کسی که علی‌رغم میل باطنی خود دروغ می‌گوید، زن و شوهر است.
- کسی که اصلاً دروغ نمی‌گوید، مرده است.
- کسی که دروغ می‌گوید و قسم هم می‌خورد، بازاری است.
- کسی که دروغ می‌گوید و خودش هم نمی‌فهمد، پر حرف است.

- کسی که مردم سخنان دروغ او را راست می‌پندارند، سیاستمدار است.
- کسی که مردم سخنان راست او را دروغ می‌پندارند و به او می‌خندند دیوانه است.
- **ما همیشه** صداهای بلند را می‌شنویم، پُرنگها را می‌بینیم، غافل از اینکه خوب‌ها آسان می‌آیند، بی‌رنگ می‌مانند و بی‌صدا می‌روند.
- آدم‌های تنها، گاهی خیلی خوش‌شانسند، چون کسی را ندارند تا از دست بدهند.
- **بعضی وقتا** دلم می‌خواد دستم بذارم زیر چونم، چشم تو چشم خدا بشم، زل بزوم و بهش بگم، «خب که چی مثلاً؟»

* **چه فرقی می‌کند**، در سیرک یا در خانه؟ خنده‌ات که تلخ باشد، دلت که خون باشد، تو هم دل‌فکی

حکایت من، حکایت کسی است که عاشق دریا بود اما قایق نداشت. دل‌باخته سفر بود، همسفر نداشت.

حکایت من ، حکایت کسی است که زجرکشید، اما ضجه نزد. زخم داشت و ننالید. گریه کرد، اما اشک نریخت.

حکایت من، حکایت کسی است که چوپان بی‌گله و ساربان بی‌شتر است.

حکایت کسی که پُر از فریاد بود، اما سکوت کرد تا همه صداها را بشنود.

آدم دلتنگ، حرف حالی‌اش نمی‌شود. لطفاً برایش فلسفه نباف.

* **گاهی با دیدن** یک عکس ساعتها گریه می‌کنیم و گاهی سال‌ها با یک عکس زندگی می‌کنیم.

* **آدم‌ها در ارتباطاتشان:** یک آستانه تحمل دارند، یک آستانه تنفر و یک آستانه تهوع.

* **یک دوست واقعی،** همانند پدر سخت سرزنشت می‌کند، همانند مادر غم تو را می‌خورد، مثل یک خواهر سر به سرت می‌گذارد. مثل یک برادر، ادای تو را در می‌آورد، و آخر اینکه، بیش‌تر از یک معشوق، دوستت می‌دارد.

* **توجه داشته باشید:** وقتی فین می‌کنید، وسط دستمال رو نگاه نکنید. کمتر گزارش شده که کسی مروارید، فین کرده باشد.

-
یه وقت‌هایی خودمو، بغل می‌کنم و می‌گم: غصه نخور دیونه، من که باهاتم.

معجزه جواهرات، برای خانم‌ها را فراموش نکنید، حتی اگر صرفاً به دیدن آنها باشد.

- **هر چه بیشتر** احساس تنهائی کنی، احتمال شروع یک رابطه احمقانه بیشتر می‌شود.

* **اگه زندگیت گاهی** آشفته میشه و هیچی سرجاش نیست، بدون، هنوز زنده‌ای اما اگر همه چی آرومه و تو چقدر خوشحالی، یه فکری برای خودت بکن.

* **در چشمانم،** تنهائی‌ام را پنهان می‌کنم،

در سکوت حرف‌های نگفته‌ام را و در لبخندم غصه‌هایم را.

* **ما که** یقین داریم روزی پروانه خواهیم شد.

بگذار، روزگار هر چه می‌خواهد پیله کند.

* **باور نمی‌کنم**، خالق نظم، دانه‌های انار زندگی مرا این‌گونه بی‌نظم چیده باشد.

* **زخمی بر پهلوی منست**، روزگار، نمک می‌پاشد و من پیچ و تاب می‌خورم و همه می‌گویند، چه خوب می‌رقصی.

* **عمیق‌ترین درد** زندگی دل‌بستن به کسی است که بدانی به تو تعلق ندارد.

* **پیداکردنت** مشکل می‌شود، وقتی می‌دانم، دیر زمانیست هم‌رنگ جماعت شده‌ای.

* **بی‌حوصلگی‌هایم** را ببخش. بد اخلاقی‌هایم را فراموش کن. بی‌اعتنائی‌هایم را جدی نگیر. در عوض من هم تو را می‌بخشم که مسبب همه این‌هائی

* **با زندگی قهر نکن**، دنیا منت هیچ‌کس را نمی‌کشد.

* **زبان مشترکی داریم**، با این همه، یکدیگر را نمی‌فهمیم. ما باید مثل غارنشین‌ها، تنها با علامت دست‌هایمان اکتفا می‌کردیم، آن وقت شاید هیچ سوء تفاهمی میانمان جدائی نمی‌انداخت.

- * **چه رنج آورست**، می‌سابم با سوهانی، تمامی خطوط اندامم را تا شاید پاک کنم اثر لمس سر انگشتانت را از اعماق تارو پودم.
 - * **تنهائی را** دوست دارم، بی دعوت می‌آید، بی منت می‌ماند، بی خبر نمی‌رود.
 - * **حوصله خواندن** ندارم، حوصله نوشتن هم ندارم، این همه دلتنگی نه با خواندن کم می‌شود و نه با نوشتن. دلم آغوش گرم می‌خواهد.
 - * **وقتی اورجینال** به دنیا اومدی، حیفه کپی از دنیا بری پس خودت باش.
 - * **میگن تنبلی** مادر همه عادت‌های بد ماست. ولی خب، به هر حال مادری و احترامش واجبه.
 - * **مردی و نامردی**، جنسیت سرش نمی‌شود، معرفت که نداشته باشی، نامردی.
 - * **شانس یه** بار در خونه آدمو میزنه، بدشانسی دستشو از روی زنگ برنمی‌داره، بدبختی هم که کلاً کلید داره.
 - * **رومن رولان**: دوستی که شما را درک می‌کند، شما را می‌سازد.
 - * **اگر می‌خواهی** برای حال و آینده مفید باشی، از گذشته درس بگیر.
- «ناپلئون»

* **دوچیز اندوه** را از بین می‌برد، یکی دیدار دوستان و دیگر سخن دانایان و عالمان،

* **«ارسطو» اگر از انسان** آرزو و خواب گرفته شود، بیچاره‌ترین موجود روی زمین است

برناردشاو یکی از برترین نقادان موسیقی و تئاتر نسل خود (1856-1950) به‌شمار می‌رود تا جائیکه از او به‌عنوان تواناترین نمایشنامه‌نویس بریتانیایی پس از شکسپیر یاد می‌کنند. حال به گوشه‌ای از نوشته‌هایش توجه کنید:

- علم، تنها زمانی خطرناک می‌شود که خیال کند به هدف خود رسیده است. سکوت بهترین شکل بروز تمسخر است.
- ولین وظیفه ما این است که فقیر نباشیم .
- آزادی یعنی مسئولیت‌پذیری، برای همین اکثر آدم‌ها از آن وحشت دارند.
- تمام حقایق بزرگ در ابتدا توهین به مقدسات تلقی می‌شوند، سپس به مسخره گرفته می‌شوند و در نهایت به‌عنوان امری بدیهی پذیرفته می‌شوند.
- حسب و نسب زن و شوهر از رفتاری که موقع پرخاش و جدال با هم می‌کنند معلوم می‌شود.
- عده بسیار کمی از مردم در طول سال بیش از دو یا سه بار فکر می‌کنند. اما من با یکی دوبار فکر کردن در هفته برای خودم شهرتی دست و پا کردم.
- وقتی یک احمق کاری انجام می‌دهد که از آن شرمسار است، مرتب تکرار می‌کند که دارد به وظیفه‌اش عمل می‌کند.
- در زندگی دو تراژدی وجود دارد، اولی اینکه به مراد قلبت نرسی و دومی اینکه به آن بررسی.

- ترور شدیدترین نوع سانسور است.
- موفقیت هرگز اشتباه نکردن نیست، بلکه اشتباه را دوباره انجام ندادن است.
- کنفرانس محل اجتماع افرادی است که بتنهایی نمی توانند مشکلی را حل کنند بنابراین، گردهم جمع می شوند تا به اتفاق به این نتیجه برسند که کاری نمی شود کرد.
- **وقتی چیزی** خنده دار است، با دقت در آن، حقیقتی پنهان را جستجو کنید.
- **هرگاه قصد** شوخی دارم، حقیقت را بیان می کنم و این بزرگترین شوخی جهان است.
- شما همه چیز را آن گونه که هست می بینید و می پرسید که چرا؟ و من چیزها را آن گونه که هیچ وقت نبوده اند تصور می کنم و می پرسم، چرا که نه؟
- **خداوندا** گناهان مرا تنها تو دیدی، به من لطفی نما گر تو شتر دیدی ندیدی.

میدانید چرا گلاب ،

می ریزند روی لباس و بدن عزادارها؟ چرا توی مراسم عروسی از این گلاب استفاده نمیشه؟ چرا وقتی شاد هستیم کسی دست به گلاب نمیزنه؟ به خاطر اینکه گلاب غم زداست. ترشح ئیدروفین و اندروفین را در مغز متعادل میکنه و احساس آرامش و آسودگی به آدم میده. شب اگر فکری بد توی کله ات میاد، اگر هی اینرو اونرو میشی، نمیتونی بخوابی، کافیه یک پارچه سفید برداری و روش گلاب بریزی و بگذاری زیر سرت، تا صبح مثل یک دسته گل میتونی بخوابی. نسخه دوم اینکه یک لیوان بردارید و یک چهارم آن را عسل بریزید و دوسوم آب جوش و کمی گلاب، قبل از خواب این شربت را صرف کنید، آن وقت ببینید چه حالی میده واسه خواب.

آن اندازه، که ما خود را فریب می دهیم و گمراه می کنیم، هیچ دشمنی نمی تواند.

دانستی ها : میدانستید که ,

- گوش و بینی در تمام طول عمر انسان در حال رشد میباشد و بزرگتر می شود؟
 - آب دریا بهترین ماسک زیبایی پوست می باشد؟
 - اولین مردمانی که نخ را کشف کردند و موفق به رسیدن آن شدند ایرانیان بودند؟
 - بزرگترین دریای دنیا, مدیترانه است و عمیقترین نقطه آن به 4320 متر میرسد؟
 - فقط پشه ماده نیش می زند و از پروتین خون مکیده شده جهت تخم گذاری استفاده می کند؟
 - نوشابه های زردرنگ زیانبارتر از نوشابه های سیاه رنگ هستند؟
 - شش چپ اندکی از شش راست کوچکتر است تا فضای کافی برای قرارگیری قلب فراهم آید؟
- آیا میدانستید که :**

- رشد کودک در بهار بیشتر است؟
- هر انسانی در حدود نیم ساعت، یک تک سلولی بوده است؟
- دندان تنها بخشی از بدن است که ترمیم نمی شود؟
- اکثر افراد در کمتر از 7 دقیقه خوابشان می برد؟
- ورزش کردن در گرما به کاهش اشتها کمک می کند؟
- اندازه قلب هر فرد به اندازه مشت اوست؟
- سریع ترین عضله بدن انسان زبان است؟
- تنها قسمت بدن که خون ندارد قرینه چشم است؟
- استرس تا 5 برابر سیستم ایمنی بدن را پائین می آورد؟

- معده باید هر دو هفته یکبار ماده مخاطی جدید ترشح کند و در غیراین صورت خودش را هضم خواهد کرد؟
- عطسه در هنگام خارج شدن از دهان، سرعتی بالغ بر 100 مایل بر ساعت است؟
- زمانی که گوشت و شیر را با هم می‌خورید، بدن به‌هیچ وجه کلسیم شیر را جذب نمی‌کند؟ بهتر از میان مصرف این دو حداقل 2 ساعت فاصله باشد.
- ما یک داروخانه کامل در بدن خود داریم و می‌توانیم هر دارویی را در بدن خود تولید کنیم؟
- طول قد هر انسان سالم برابر هشت و جب دست خود اوست؟
- محققان اخیراً به این نتیجه رسیده‌اند که کلیه 500 عملکرد متفاوت دارد؟
- چشم‌های ما از بدو تولد همین اندازه بوده‌اند؟
- شواهد نشان داده است که انسان از هفتاد هزار سال پیش لباس بر تن می‌کرده؟
- عمر مفید انسان‌ها در کف دستشان این‌گونه ($81-18=63$) نوشته شده است؟
- **آیا میدانستید که :**
- ضریب‌هوشی انسان‌های معمولی بین 85 تا 105 است؟
- یک انسان نهایتاً می‌تواند با سرعت 35 کیلومتر در ساعت بدود؟
- کبد انسان در 300 تا 500 روز نو می‌شود، یعنی اینکه از سلولهای جدیدی برخوردار می‌شود؟
- انسان 9 هزار سال پیش از میلاد برای اولین بار به کشاورزی پرداخت؟
- هر انسان می‌تواند یک دقیقه نفس خود را حبس کند و رکوردش در جهان 85 ثانیه است؟
- وزن اسکلت انسان بالغ بر 13 تا 15 کیلوگرم است؟
- انسان با خوردن 20 نیش از زنبور عسل در آن واحد خواهد مرد؟

* **یادها فراموش** نخواهند شد، حتی به اجبار و دوستی‌ها ماندنی هستند، حتی با سکوت.

* **اگر مایلید** پیام عشق را بشنویم، بایستی خود نیز این پیام را ارسال کنیم.

* **آموخته‌ام** که هیچ‌گاه نجابت و تواضع دیگران را به حساب حماقت‌شان نگذارم.

* **پیروزی یعنی:** توانایی رفتن از یک شکست به شکستی دیگر بدون از دست دادن اشتیاق.

* **گفته‌ای از ماندلا:** شادترین مردم لزوماً کسی که بهترین چیزها را دارد نیست بلکه کسی است که از چیزهایی که دارد بهترین استفاده را می‌کند....

* **دو نفر ممکن** است دقیقاً به یک چیز نگاه کنند ولی دو چیز کاملاً متفاوت را می‌بینند.

* **صرفنظر از اینکه** چقدر دلمان شکسته باشد، دنیا به خاطر غم و غصه ما از حرکت باز نخواهد ایستاد.

* **بلوغ بیشتر به** تجربیاتی که داشته‌ایم و آنچه از آنها آموخته‌ایم بستگی دارد، تا به اینکه چند بار جشن تولد گرفته‌ایم.

* **همیشه باید** کسانی که صمیمانه دوستشان داریم را با کلمات و عبارات زیبا و دوستانه ترک گوئیم، زیرا ممکن است آخرین باری باشد که آنها را می‌بینیم.

- * **فریب دادن مردم** آسان تر از اینست که آنها را متقاعد کنی که فریب داده شده اند .
- * **همیشه کافی** نیست که توسط دیگران بخشیده شویم، گاهی باید یاد بگیریم که خودمان را ببخشیم.
- * **گاهی هنگامی** که عصبانی هستیم حق داریم که عصبانی باشیم، اما این به من این حق را نمی‌دهد که ظالم و بی‌رحم باشم.
- * **ما می‌توانیم** در یک لحظه کاری کنیم که برای تمام عمر قلب ما را به درد آورد.
- * **ما مسئول کارهایی** هستیم که انجام می‌دهیم، صرفنظر از اینکه چه احساسی داشته باشیم.
- * **اگر من نگرش** و طرز فکرم را کنترل نکنم او مرا تحت کنترل خود در خواهد آورد.
- * **فرصت‌های** زندگی را دریابیم و بدانیم که فرصت با هم بودن چقدر محدود است.

از زرتشت پرسیدند زندگی خود را بر چند اصل بنا کردی؟

فرمود چهار اصل:

- دانستم رزق مرا دیگری نمی‌خورد، پس آرام شدم.
- دانستم که خدا مرا می‌بیند، پس حیا کردم.

- دانستم که کار مرا دیگری انجام نمی‌دهد، پس تلاش کردم.
- دانستم که پایان کارم مرگ است، پس مهیا شدم.

* **گفته‌ای از رالف والدو امرسون**، فیلسوف و شاعر نامدار: ما هنگامی به شمارش سال‌های عمر می‌پردازیم که چیزی برای شمردن نداشته باشیم.

* **دکتر شریعتی**: انسان مجبور نیست حقایق را بگوید، ولی مجبور است چیزی را که می‌گوید حقیقت داشته باشد.

*

- **زنده‌بودن** را به بیداری بگذرانیم که سال‌ها به اجبار خواهیم خفت.

- خواستم زندگی کنم، راهم را بستند

- ستایش کردم، گفتند خرافات است.

- عاشق شدم، گفتند دروغ است.

- گریستم، گفتند بهانه است.

- خندیدم، گفتند دیوانه است.

* **دنیا را** نگه دارید، می‌خواهم پیاده شوم.

* **خدایا**، چگونه زندگی کردن را به من بیاموز، چگونه مردن را خود خواهم آموخت

* **تهمت و دروغ** را دشمن سفارش می‌دهد و منافق می‌سازد و عوام فریب پنخش می‌کند و عامی آن را می‌پذیرد.

* **با شیطان** هم‌داستان شدم تا در برابر هیچ آدمی سر تسلیم فرود نیاورم.

زن زیباست:

* **برنارد شاو**: زن شاهکار خلقت است

* **مالرب**: در دنیا تنها دو چیز زیباست، زن و گل

* **آنا تول فرانس**: زن رسماً مربی مرد و مهذب اخلاق اوست

* **اگر زن نبود نوابغ جهان** را چه کسی پرورش می داد؟

«ناپلئون»

* **رومن رولان**: مردان آفریننده کارهای مهم و زنان بوجود آورنده مردان.

* **مردان قانون** وضع می کنند و زنان اخلاق به وجود می آورند.

* **رابیندرانات تاگو**: خشم زن مانند الماس است می درخشد اما نمی سوزاند.

* **گوته**: زن تاج سر آفرینش است، او شریک زندگی و یار ساعات درماندگی است.

* **مارکوس آنا**: برای تحمل مثلاً زندگی باید عاشق چیزی بود، عشق کاری،

زنی، و عاشق آرمانی.

- * **لامار تین** : منشأ هر کار بزرگی زن است، زن کتابی است که جز به مهر و محبت خوانده نمی‌شود.
 - * **ویلیام شکسپیر** : چیزی که زن دارد و مرد را تسخیر می‌کند، مهربانی اوست نه سیمای زیبایش.
 - * **شیلر** : هر کجا مردی یافت شد که به مقامات عالیه رسیده یقیناً زنی پاکدامن او را همراهی کرده است
 - * **مارک تواین** : زن عاقل به تربیت همسرش همت می‌گمارد و مرد عاقل می‌گذارد که زنش او را تربیت کند.
 - * **اقبال لاهوری** : زن کانون پرفروغ خانواده، مرکز مهر، مظهر عشق، نمایشگر پاکی نمونه عطوفت و چشمه عنایت است.
 - * **ابو فور** : آینده اجتماع در دست مادران است، اگر جهان به میانجی‌گری زن گرفتار شود، تنها اوست که می‌تواند آن را نجات دهد.
 - * **وقتی دانستی** که خطائی مرتکب شده‌ای، گام‌هایی را پیاپی برای جبران آن خطا بردار.
 - * **طنز** : دانشجوی عزیز وقتی شما سر کلاس (اس. ام. اس) می‌فرستی ، من کاملا متوجه میشم ، چون هیچ احمقی به خشتک خودش زل نمی‌زنه ، در حالی که لبخند روی لبشه . دوستدار تو ، استاد ..
- **آنهايي** که بلند می‌خندند ، بی صدا گریه می‌کنند ...

- * **چشمان** خود را نسبت به تغییرات بگشا، اما ارزش‌های خود را به سادگی در برابر آنها فرومگذار.
- * **شرافتمندانه بزی**، تا هرگاه بیش‌تر عمر کردی، با یاد آوری زندگی خویش دوباره شادی را تجربه کنی.
- * **زیرساخت** زندگی شما، وجود جوی از محبت و عشق در محیط خانه و خانواده است.
- * **خیلی** از یخ‌کردن‌های ما از سرما نیست، لحن بعضی‌ها زمستونیه.
- * **آبی باش** مثل آسمان، تا عمری به هوای تو سر به هوا باشیم.
- * **بی‌پولی**، این بهترین فرصتیه که مزه شیرین پولدارشدن رو بچشی، تا عطشی نباشه، سیراب‌شدن معنائی پیدا نمی‌کنه، پس به ذره بیشتر فکر کن.
- * **گاه لازم است** که انسان دیدگان خود را ببندد، زیرا اغلب خود را به نابینائی زدن نیز نوعی خوشبختی است.
- * **اگر درد داری** تحمل کن. روی هم که تلمبار شد، دیگر نمی‌فهمی کدام درد از کجاست، کم کم خودش بی‌حس می‌شود.
- * **برهنه‌ات می‌کنند**، تا بهتر شکسته شوی، نترس گردوی کوچک، آنچه سیاه می‌شود، روی تو نیست دست آنهاست.

میگن قیمت زمین (تو قلب شما) گروه ما که فقیریم، میشه تو خاطر شما چادر بزیم؟

* **تو نامحدودی**، پس نامحدود بین و نامحدود بیندیش، توان تو محدود به حدودی است که خود ساخته‌ای.

* **امواج زندگی** حتی اگه تو را به (زیر) دریا میبرد، با آغوش باز پذیرا باش، آن ماهی که همیشه بر سطح آب می‌بینی مرده است.

* **ما سه چهارم** از اصالت وجودی خود را به قیمت شبیه شدن به دیگران از دست می‌دهیم.

* **کمال را** نمی‌توان به دست آورد، اما اگر به دنبال آن باشید می‌توانید به برتری برسید.

* **گفته‌ای از فریدریش نیچه**: مطمئن‌ترین راه به فساد کشاندن یک جوان این است که به او بیاموزند برای کسانی که مانند هم می‌اندیشند بیش از کسانی که متفاوت می‌اندیشند احترام قائل باش.

- **در یک رابطه** (بودن) به معنای بوسیدن، قرار گذاشتن یا در دسترس بودن نیست، به معنای بودن با کسی است که شما را به گونه‌ای خوشحال کند، که هیچ‌کس دیگری نتواند.

- **گاهی باید کلام** باشی تا کمبود احساس بشه، نه اینکه نباشی تا نبودت عادت بشه ...

* **هرگز برای کسی** که شما را اذیت می‌کند گریه نکنید، در عوض لبخند بزنید و به او بگوئید، ممنون، به‌خاطر اینکه به من فرصت دادی تا کسی بهتر از تو را پیدا کنم.

* **همیشه دنبال افرادی** که کمترین اهمیت را در زندگی به ما می‌دهند، می‌دویم چرا به این کار پایان ندهیم و اطرافمان را نگاه نکنیم، تا ببینیم چه کسانی دنبال ما می‌دوند.

* **یک مرد** می‌تواند چندین بار شکست بخورد، اما تا زمانیکه شروع به عیب‌جوئی و مقصر دانستن دیگران نکند، مغلوب شمرده نخواهد شد. پذیرش مسئولیت کارها در زندگی اولین قدم برای بهبود شرایط است. انسان نه تنها ستاره فیلم زندگی خود هست بلکه فیلم‌نامه را هم خود می‌نویسد.

* **«من... هستم...»** قدرتمندترین کلمات هستند، چرا که هر کلمه‌ای بین این دو قرار دهید واقعیت شما را شکل می‌دهد.

* **وقتی یک خانم** به شما می‌گوید، چی؟ به این دلیل نیست که حرف شما را نشنیده است، بلکه به شما فرصتی می‌دهد که گفته خود را اصلاح کنید.

* **وقتی عاشق** می‌شوید صدمه می‌بینید. وقتی صدمه می‌بینید متنفر می‌شوید وقتی متنفر می‌شوید، سعی می‌کنید فراموش کنید. وقتی سعی می‌کنید فراموش کنید، دل‌تنگ می‌شوید. وقتی دل‌تنگ می‌شوید، در نهایت دوباره عاشق می‌شوید.

* **ما می‌توانیم** دردها و رنجهایمان را مخفی کنیم، اما هرگز قادر نیستیم به کسانی که برایمان بیشترین اهمیت را قائلند دروغ بگوئیم. آنها برای خبردار شدن از احوال ما نیازی به کلمات ندارند.

* **روابط** مانند پرندگان هستند. اگر آنها را خیلی محکم نگهدارید، می‌میرند، اگر خیلی سست نگهدارید، می‌پرند، اما اگر آنها را با مراقبت و دقت نگهدارید، برای همیشه کنارتان خواهند ماند.

برای زندانی بودن لازم نیست شخصی پشت میله‌ها باشد. انسان‌ها می‌توانند زندانی و یا برده عقاید و اندیشه‌های خود باشند.

* **در آغوش گرفتن‌ها** برای این ابداع شدند تا بدون اینکه مجبور به گفتن چیزی باشید به انسان‌ها بفهمانید چقدر دوستشان دارید.

* **ضرب المثل:** اگر زندگی باشه، دنیا معنی داره

* **شما در انتخاب** آزادید. اما از پی آمد، انتخابتان آزاد نیستید. پس عاقلانه انتخاب کنید.

* **اینکه در گذشته** چه کسی بودید اهمیتی ندارد، اینکه تبدیل به چه کسی شده‌اید مهم است.

یاد داشتی از نلسون ماندلا: دعوا و جرو بحث دو نفر با هم به معنی این‌که آنها همدیگر را دوست ندارند نیست. و دعوا نکردن دو نفر با هم نیز به معنی این‌که آنها همدیگر را دوست دارند نمی‌باشد.

هرچقدر دوستان خوب و صمیمی باشد هرازگاهی باعث ناراحتی ما خواهد شد، و ما باید بدین خاطر او را ببخشیم.

* **دوستی واقعی** به رشد خود ادامه خواهد داد حتی در دورترین فاصله‌ها، عشق واقعی نیز همین طور است.

* **زمان زیادی** طول می‌کشد تا من همان آدمی شوم که می‌خواهم..

* **هر لحظه** می‌توانم خوشبخت باشم. اگر تمام دنیا، آغوش تو باشد.

* در خلوت من خیال سبزت جاریست.

قاصدک حرف دلم را تو فقط میدانی

نامه عاشقی‌ام را تو فقط میخوانی

قاصدک هیچ‌کس با من نیست

همه رفتن، تو چرا میمانی.

(حسرت)

یک پرستار استرالیایی بزرگترین حسرت‌های آدم‌های در حال مرگ رو جمع کرده و پنج حسرت رو که بین بیشتر آدم‌ها مشترک بوده منتشر کرده است.

- اولین حسرت: کاش جرأت‌اش رو داشتم، اون جووری زندگی می‌کردم که می‌خواستم، نه اون جووری که دیگران ازم توقع داشتن.

- حسرت دوم: کاش این قدر سخت کار نمی‌کردم.

- حسرت سوم: کاش شجاعت‌اش رو داشتم که احساساتم رو با صدای بلند بگم.

- حسرت چهارم: کاش رابطه‌ام رو با دوستانم حفظ می‌کردم.

- حسرت پنجم: کاش شادتر می‌بودم.

- * **هر کاری** می خواهید، حالا انجام دهید، فرداهای زیادی در کار نیست.
- * **اگر فقیر** به دنیا آمده‌اید، این اشتباه شما نیست، اما اگر فقیر بمیرید این اشتباه شماست.
- * **زمینه‌ها** و شرایط خانوادگی و اجتماعی بر آنچه که هستیم تأثیرگذار می‌باشد، اما مسئول آنچه که خواهیم شد هستیم.
- * **شادی** را (تقسیم) خوبی را (تفهیم) و عشق را (تقدیم) کن
- * **باور دارم:** که نباید خیلی برای کشف یک راز کند و کاو کنم، زیرا ممکن است برای همیشه زندگی مرا تغییر دهد.
- * **زندگی** ما ممکن است ظرف تنها چند ساعت توسط کسانی که حتی آنها را نمی‌شناسیم تغییر یابد....
- * **هیس.** صدای نفس‌هایت را بیشتر از دورغ‌هایت دوست دارم ..
- * **یادمون باشه،** ما دروغ گفتن را از اول صبح با جمله (پاشو لنگ ظهره) آغاز می‌کنیم.
- * **مارک تواین:** سعی نکن به یک خوک آواز خواندن یاد بدهی، هم وقت خودت را هدر می‌دهی و هم خوک را اذیت می‌کنی.
- * **گاندی:** زبانت را تبدیل به گل سرخ کن تا از سخنت عطر دل‌انگیز برخیزد.

*

*

* **بعضیا تو زندگیت** نقش دیوار و بازی میکنن، نه دوست داری خرابشون کنی، نه میتونی بهشون تکیه بدی.

* **وقتی عمق** یک ارتباط رو نمیتونی تخمین بزنی، شیرجه زدن اصلاً کار عاقلانه‌ای نیست.

* **چشم‌هایم** را به بیمارستان می‌برم، نمی‌دانم چه مرگشان شده، هر شب در خواب جایشان را خیس می‌کنند.

* **زن کودکی است** که با اندک تبسم خندان و با کمترین بی‌مهری گریان می‌شود.

* **طلا باش**، تا اگه روزگار آبت کرد، روز به روز طرح‌های زیباتری از تو ساخته شود. سنگ نباش تا اگر زمانه خردت کرد، تیپا خور هر بی‌سرو پائی بشوی.

* **شخصیت منو** با برخورد اشتباه نگیر. شخصیت من چیزیه که من هستم، اما برخورد من بستگی داره به اینکه تو کی باشی.

لطیفه : متصدی بانک: خانم بریزم به حساب جاری تون؟

زن: وا، خدا مرگم بده. الهی جاریم بمیره، بریز به حساب خودم.

* **شر با شر** خاموش نمی‌شود، چنان‌که آتش با آتش. بلکه شر را خیر فرو می‌نشاند و آتش را آب.

- * **دو بیگانه** همدرد از دو خویش، بی درد به هم نزدیک‌ترند.
- * **آنهائیکه** در **زندگیت** نقشی داشته‌اند را دوست بدار، نه آنهائی که برایت نقش بازی کرده‌اند.
- * **فریب** آرامش دورغین دنیا نخوریم، دنیا هیچ‌گاه بدون طوفان نبوده است. آری دنیا جای غریبی است. اینجا حتی پسر نوح بودن بی‌فایده است، اگر که با نوح نباشی.
- * **برای غلبه** بر تاریکی‌ها سعی کنید، اول از همه چراغ دلتان را روشن نگهدارید.
- *
*
- * **اگر وقت**، داشتی یه آدمی رو تو ذهنت بزرگ کنی ، جا واسه پشیمونی هم بذار .
- * **ما اغلب**، مدت‌ها به دُرهائی که درِ شادی را بر ما بسته اند ، نگاه می‌کنیم، ولی هیچ‌گاه کسی را که برایمان دُرهای شادی را می‌گشاید نمی‌بینیم.
- * **زندگی**: گره‌ای نیست که در جستجوی گشودن آن باشیم. زندگی واقعی است که باید آن را تجربه کرد.
- * **گاهی اوقات** ، کمی هم اشک بریز. سختی کشیدن هست، غمگین بودن هست، اما ادامه بده، تنها کسی که تمام طول (زندگیمون) کنار ماست، خودما هستیم، پس تا وقتی زنده هستی زندگی کن.

- * **اگر** حرف مفت را می خریدند، خیلی‌ها میلیاردر بودند.
- * **سکوت** , به جرم پوزخند، به عدالت محاکمه شد.
- * **آنقدر** , در خودم فرورفتم که سر از قوزک پایم درآوردم.
- * **رشته سخن** , را بدست گرفت و کلاهی نو برای مردم بافت.
- * **بیشتر اوقات**، افکارم را با سکوت سانسور می‌کنم
- * **برای روشن** , کردن منظورش، همه چیز را به آتش کشید.
- * **وضعش** , «توپ» بود، ولی با یک «شوت» از میدان خارج شد.
- * **دست‌هایم** , تصمیم گرفتند که مرا نه دست به سینه کنند و نه دست به کمر.
- * **مخالفان آزادی**، افق را با لکه‌های سیاه کدر کردند.
- * **عاشق** با تلسکوپ و حسود با میکروسکوپ به دنیا نگاه می‌کند.
- * **یک زن** , نگران آینده است، تا زمانی که شوهر کند.
- * **یک مرد** , هرگز نگران آینده نیست، تا زمانی که زن بگیرد.
- * **یک مرد موفق**، مردیست که درآمدش بیشتر از مبلغی باشد که زنش خرج می‌کند.
- * **یک زن موفق**، زنی ست که بتواند چنین مردی را پیدا کند.

لطیفه: مردان متأهل بیشتر از مردان مجرد عمر می کنند، در

عوض مردان متأهل بیشتر آرزوی مرگ می کنند.

* **مادر شوهرها میگویند:** عروس مثل لیموشیرینه، اولش شیرینه، آخرش تلخه، ولی یادمون باشه تا زمانی شیرینه که کارد به جیگرش نخورده باشد.

* **آن زمان** که برای رسیدن به مکانی چنان شتابان می دوید، نیمی از لذت راه را بر خود حرام می کنید.

* **زندگی** یک مسابقه دو نیست، کمی آرام گیر.

* **به موسیقی زندگی** گوش بسپارید، پیش از آنکه آوای آن به پایان رسد.

* **وقتی کوچک بودیم** دلمون بزرگ بود، ولی حالا که بزرگ شدیم بیشتر دل تنگیم، کاش کوچک می موندیم، تا حرفامون رو از نگاهمون بفهمن، نه حالا که بزرگ شدیم و فریاد هم که می زنیم باز کسی حرفمون رو نمی فهمد.

* **لطیفه:** روزی شخصی برای دیدن دکتر (رضازاده شفق) به خانه اش می رود، خدمتکار در را باز می کند و می گوید: آقا تشریف ندارند. یارو می پرسد، کی تشریف می آورند؟ خدمتکار می گوید: والا، آقا هر وقت دستور بدهند که بگویم در خانه نیستند، دیگر برگشتن شان با خداست.

* **سخنانی از کوروش کبیر:**

- کار بزرگ وجود ندارد، به شرطی که آن را به کارهای کوچکتر تقسیم کنیم.

- من یاور یقین و عدالت، من زندگی‌ها خواهم ساخت، من خوشی‌های بسیار خواهم آورد. من ملت را سربلند خواهم کرد. زیرا شادمانی او شادمانی من است.
- آنان که با افکاری پاک و فطرتی زیبا در قلب دیگران جای دارند را هرگز هراسی از فراموشی نیست، چرا که جاودانند.
- فرمان دادم تا بدنم را بدون تابوت و مومیائی به خاک بسپارند تا اجزاء بدنم ذرات خاک ایران را تشکیل دهد.
- من به‌خاطر ندارم در هیچ جهادی برای عزت و کسب افتخار ایران‌زمین مغلوب شده باشم.
- همیشه با هم یکدل و صمیمی بمانید، تا اتحادتان موید و پایدار بماند.
- حرمت قانون را بر خود واجب شمارید و خصایل و سنن قدیمی را گرامی بدارید.
- کارتان را آغاز کنید، توانائی انجامش بدنبال می‌آید.
- هر برادری که از منافع برادر خود مانند نفع خویش حمایت کرد به کار خود سامان داده است.
- به احترام روح من که باقی و ناظر بر احوال شماست به آنچه دستور میدهم عمل کنید.
- اگر می‌خواهید دشمنان خود را تنبیه کنید به دوستان خود محبت کنید.

- افراد موفق کارهای متفاوت انجام نمی‌دهند، بلکه کارها را به گونه‌ای متفاوت انجام می‌دهند.

حکایت : در روستائی پدر و پسری سخت دعوا کرده بودند، پسر زده بود سرپدر را شکافته بود، چند روز بعد از این ماجرا ریش سفیدان ده جمع شدند تا این پدر و پسر را آشتی دهند. پدر و پسر هر یک دیگری را مقصر حادثه معرفی می‌کردند، کار داشت بیخ پیدا می‌کرد که یکی از همسایه‌ها سیگاری روشن کرد و می‌خواست آن را به پسر بدهد، تا عصبانیت او رفع شود. پسر سرش را پائین انداخت و با اشاره به پدرش گفت: من پیش پدرم سیگار نمی‌کشم.

* **من مسؤل** چیزی که می‌گویم هستم، نه چیزی که تو می‌فهمی.

زن مثل کیسه چای می‌ماند، هرگز نخواهی دانست چه قدر قوی است، تا اینکه در آب داغ بگذاری‌اش.

نیازی به انتقام نیست. فقط منتظر بمان. آن‌ها که آزارت می‌دهند، سرانجام به خود آسیب می‌زنند و اگر بخت مدد کند، خداوند اجازه می‌دهد تماشاگرشان باشی.

* **اتفاقات** خوب برای صبوران رخ می‌دهند، اما اتفاقات بهتر نصیب کسانی می‌شود که برای وقوع آنها تلاش می‌کنند.

* **گاهی راحت** آن است که ، با وجود اندوهی که در درونتان موج می‌زند ، لبخند بزنید تا اینکه بخواهید به همه عالم ، علت غمگینی خود را توضیح دهید .

* **هر روز** سپاسگزارم برای: شب‌هائی که به صبح می‌رسند، دوستانی که بخشی از خانواده‌ام می‌شوند، رویاهائی که تحقق می‌یابند و علاقه‌هائی که به عشق تبدیل می‌شوند.

* **باید بتوانیم**، زندگی طرح ریزی شده‌مان را رها کنیم تا به آن زندگی، که انتظارمان را می‌کشد برسیم،

لطیفه: ما از اون پیرمرد و پیر زنای بی آزاری میشیم که حوصله کسی رو سر نمی‌بیریم (یه لپ تاپ بهمون بدن، همه چی حله)

لطیفه: مشکل خانم‌ها از اونجا شروع میشه که لاک جدید رو میزنن ، حالا باید براش شلوار و پیراهن و کفش و کیف و مانتو و روسری جور کنن.

* **به گفته یکی از بزرگان: (سوآمی و یوکاناندا)**
در یک روز، اگر شما با هیچ مشکلی مواجه نمی‌شوید، می‌توانید مطمئن باشید که در مسیر اشتباه حرکت می‌کنید.

* **کوروش بزرگ:** من با هیچ‌کس بر سر آیین و باوری که دارد نمی‌جنگم، چرا که خدای هرکس همانیست که خود او می‌گوید .

* **نکته:** جزییات ریز زندگی مهمترین چیزها در روابط زناشویی هستند ، خانه ، سرمایه ، ماشین ، دارایی ها مهم نیست. اینها فقط محیطی برای خوشبختی فراهم می‌آورند، اما خودشان خوشبختی نمی‌آورند.

*

* در پیش چشمش ساغری گیرم ز دست دلبری

از رشک آزارش دهم و زغصه بیمارش کنم

*

* **یک آدم موفق** معمولاً هدف بعدی خود را خیلی بالاتر از آخرین دستاوردش قرار نمی دهد ...

* **ابراهام لینکن**، پسر یک کفاش بود. پدر لینکن کفاش سلطنتی بود و کفش‌های افراد مهم سیاسی را تعمیر و یا تمیز می کرد. ابراهام پس از سال‌ها تلاش و شکست در سال 1861 به‌عنوان رئیس جمهور آمریکا برگزیده شد.

* **یکی** از اقدامات مهم و تأثیرگذار لینکن خاتمه بخشیدن به تاریخ برده داری در ایالات متحده آمریکا بود.

لطیفه: ابتدا خداوند زمین را آفرید، سپس استراحت کرد، بعد مرد را آفرید، سپس استراحت کرد، آنگاه زن را آفرید، سپس نه خدا استراحت کرد، نه مرد و نه زمین.

* **لطیفه:** خداوند مرد را آفرید و به زنها قول داد مرد ایده‌آل را می‌توان در هر گوشه زمین پیدا کند، زمین رو «گرد» آفرید تا گوشه نداشته باشد.

* **لطیفه:** **یک وقتانی بود،** وقتی خود تو میزدی به کوچه علی‌چپ، تنها بودی،
الآن که میری، می‌بینی همه جمعن!

* انتقاد هم مانند باران باید آنقدر نرم باشد، تا بدون خراب کردن ریشه آن فرد موجب رشد او شود.

- * **لامارتین شاعر فرانسوی:** تو را دوست دارم بدون آنکه علتش را بدانم. محبتی که علت داشته باشد، یا احترام است، یا ریا.
- * **موسیقی مانند** یک دارو مانع بی خوابی می گردد . یک ساعت موزیک در روز می تواند تا هفتاد در صد از بی خوابی جلوگیری نماید ..
- * **مارتین لوترکینگ:** گرفتن آزادی از مردمی که نمی خواهند برده بمانند، سخت است , اما دادن آزادی به مردمی که می خواهند برده بمانند سخت تر است.
- * **بسپاریم** که بر سنگ مزارمان تاریخ نزنند، تا آیندگان ندانند، بی عرضه گان این برهه از تاریخ ما بوده ایم.
- * **گفته ای از چارلی چاپلین:** آموخته ام که خداوند همه چیز را در یک روز نیافرید. پس چه چیز باعث شد که من بیندیشم ؟ همه چیز را در یک روز بدست بیاورم.
- * **گفته ای از چارلی چاپلین:** شاید بتوان کسی را که خواب است بیدار کنی، اما کسی که خود را به خواب زده هرگز.
- * **گفته ای از والت ویتمن :** زندگی به من آموخت , بودن با کسانی که دوستشان دارم از همه چیز با ارزش تر است.
- * **مارک تواین:** آنجا که آزادی نیست، اگر رای دادن چیزی را تغییر می داد، اجازه نمی دادند که رای بدهید.

* **سخت‌ترین** دو راهی، دو راهی بین فراموش کردن و انتظار است. گاهی کامل فراموش می‌کنی و بعد میبینی که باید منتظر می‌ماندی و گاهی آنقدر منتظر میمانی تا وقتی که می‌فهمی زودتر از این‌ها باید فراموش می‌کردی.

طنز: با آرامش، اعتماد پشه رو جلب کردم و بعد کشتمش. از این دو رویی خودم بیزارم.

خدایا همش گفتم، راضی‌ایم به رضای تو، این یه بار، تو رضایت بده به رضای ما

لطیفه: میگن: هر سیگار 3 دقیقه از عمر آدم کم می‌کنه، همچنین ثابت شده، از هر چیزی لذت ببری 5 دقیقه به عمر آدم اضافه میشه، حال سیگاراتو نو با لذت بکشید، که 2 دقیقه به ازای هر نخ سیگار به عمرتون اضافه بشه.

* **لازم است** گاهی عیسی باشی، ایوب باشی و بالاخره لازم است گاهی از خود بیرون آئی و از فاصله‌ای دورتر به خودت بنگری و با خود بگوئی، سال‌ها سپری شد تا آن شوم که اکنون هستم، آیا ارزشش را داشت؟

* **پدرم می‌گفت** تصمیم نگیر، و اگر گرفتی آغاز را به تأخیر انداختن نرسیدن است. اما گاهی آغاز نکردن یک مسیر بهترین راه رسیدن است.

* **وقتی** کسی چیزی با ارزش را با شما شریک می‌شود و از آن نفع می‌برد، وظیفه اخلاقی دارید که آن را با دیگران نیز شریک شوید.

* **زندگی** خود را با هیچ‌کس مقایسه نکنید، شما نمی‌دانید که بین آنها چه می‌گذرد. افکار منفی نداشته باشید، در عوض انرژی خود را صرف امور مثبت کنید. بیش از حد توان خودکاری انجام ندهید. خیلی خود را جدی

نگیرید. وقتی بیدار هستید بیشتر خیال‌پردازی کنید. حسادت یعنی اتلاف وقت، شما هر چه را که باید داشته باشید، دارید.

* **افرادی که** معمولاً تند راه می‌روند، تمایل بیشتری به زنده ماندن دارند.

* **گذشته** را فراموش کنید، اشتباهات گذشته شریک زندگی خود را بیادش نیاورید، این کار آرامش زمان حال شما را از بین می‌برد. زندگی کوتاه‌تر از این است که از دیگران متنفر باشید. نسبت به دیگران تنفر نداشته باشید

* **با گذشته** خود رفیق باشید، تا زمان حال خود را خراب نکنید. هیچ‌کس مسئول خوشحال کردن شما نیست، مگر خودتان.

* **بدانید که**، زندگی مثل مدرسه‌ای می‌ماند که باید در آن چیزهایی بیاموزید، مشکلات، قسمتی از برنامه درسی هستند و به مانند کلاس جبر می‌باشد.

عشق در مان هر چیزی است. هر موقعیتی، چه خوب یا بد، گذرا است.

* **اینکه** دیگران راجع به شما چه فکری می‌کنند، به شما مربوط نیست. زمان بیماری، شغل شما به کمک شما نمی‌آید، بلکه دوستان شما به شما مدد می‌رسانند. پس با آنها در ارتباط باشید. از هر چیز غیرمفید، زشت، یا ناخوشی دوری بجو

* **باور علمی غلط :**

نیوتن جاذبه را به خاطر افتادن سیب بر روی زمین کشف کرد، اما واقعیت این است که خود نیوتن هیچ‌گاه این داستان را مطرح نکرده است، و این داستان چندین دهه پس از کشف قانون نیوتن و بعد از مرگ وی بر سر زبانها افتاد، شاید این داستان را باید بزرگترین دورگی که در مدرسه‌ها به ما گفته‌اند نام گذاشت ..

باور علمی غلط :

هشت لیوان آب در طول روز برای سلامتی ضروری است: این امر یک باور عمومی است که برای زنده ماندن حتماً می‌بایست آب خورد و روزی هشت لیوان را ضروری می‌دانستند، اما واقعیت کمی متفاوت‌تر است. به منظور حفظ «هیدراته» بدن می‌توانیم از نوشیدنی‌های دیگر، نظیر میوه، آب میوه و سبزیجات استفاده کنیم که نیاز بدن به آب را تا حدودی تأمین می‌کنند. بنابراین صرف، ضرورت نوشیدن روزی هشت لیوان آب کاملاً اشتباه می‌باشد. این باور بر طبق بررسی‌های علمی مطرح می‌باشد.

مغز انسان دارای حواس پنج‌گانه است:

این واقعیت که مغز انسان دارای پنج حس، بینایی، بویایی، چشایی و لامسه است را همه در مدرسه‌ها آموخته‌ایم، اما این نیز دروغ علمی بزرگ است، چرا که دانشمندان معتقدند، مغز انسان دارای حواس دیگری نظیر حس تعادل، سرعت، گرسنگی، خارش، درد، حرارت و غیره می‌باشد. دانشمندان معتقد به این قضیه حواس انسان را بین 9 تا 20 حس متغیر دانسته‌اند.

همه انسان‌ها متفاوت هستند:

در تعالیم مدرسه این افسانه را آموخته‌ایم که چون انسان‌ها شیوه آموزش متفاوت دارند لذا با یکدیگر متفاوت هستند، اما تحقیقات و آزمایشات علمی حقیقت دیگری را به اثبات رسانده‌اند، و آن اینست که انسان‌ها هنگام قرارگرفتن در معرض موارد مشابه، رفتار یکسانی را نشان می‌دهند. باید توجه داشت که این

اظهارنظرها صحبت از تفکر جمعی می‌باشد، و وجود استثناء در اینگونه تحقیقات کاملاً طبیعی است و چه بسا تأییدکننده صحت آزمایش است.

* **گاز CO2 آلاینده است و مضر:** حتماً بیانی‌های مختلف در مورد کاهش مصرف گاز دی‌اکسید کربن جهت کنترل گرمایش زمین کمک به محیط زیست شنیده‌اید و همگی متفق‌القول از تأثیر منفی این گاز محیط‌زیست و سلامتی و آلودگی‌های آن صحبت کرده‌اند. اما حقیقت باز هم کمی متفاوت‌تر است. CO2 مسئول این همه آلودگی نیست. حدود 80٪ از اتمسفر را گاز نیتروژن تشکیل داده است. اگر این مقدار بیشتر بود، به‌عنوان مثال اگر 100٪ آن نیتروژن بود ما دیگر قادر به زندگی بر روی زمین نمی‌بودیم. حیات بر روی کره‌زمین بدون وجود CO2 نیز غیرممکن است، چرا که گیاهان برای رشد و نمو نیاز به دی‌اکسید کربن دارند. در واقع مواد سمی صنایع مخلوط شده با CO2 مسئول آلودگی آن است.

* **خفاش کور است:** در کلاس‌های درس آموخته‌ایم که خفاش‌ها کور هستند. اما درست نیست، چرا که خفاش‌ها از سیستم BIOSONAR برای شناخت دنیای پیرامون خود استفاده می‌کند. خفاش با دریافت پژواک صدای فرستاده شده می‌تواند موقعیت تمامی اشیاء اطرافش را تشخیص دهد، این سیستم تشخیص اشیاء بسیار دقیق و پیچیده است شاید بهتر بود به‌جای لفظ کور برای سیستم بینائی خفاش اصطلاح بهتری بکار می‌بردند.

* **هر حادثه‌ای که در زندگی ما روی می‌دهد، دو روی دارد.** یک روی خوب و یک روی بد. هیچ اتفاقی خوب مطلق و یا بد مطلق نیست، بهتر است همیشه این دو را در کنار هم ببینیم، زندگی سرشار از حوادث است.

- * **مرداب به رود گفت:** چه کردی که زلالی؟ رود (جواب داد): گذشتم.
- * **کاشکی** تلخی زندگی به کمی الکل داشت. شاید مستمان می‌کرد و درد را نمی‌فهمیدیم.
- * **وقتی دلت گرفته،** وقتی غمگینی، وقتی از زندگی سیری حواستو خیلی جمع کن، چون طعمه خوبی هستی.
- * **وقتی تنهائیم،** دنبال دوست می‌گردیم، پیدایش که کردیم دنبال عیب‌هایش می‌گردیم. وقتی که از دستش دادیم، در تنهائی دنبال خاطراتش می‌گردیم.
- * **سرنوشت** سه دفعه بهت دروغ می‌گه؟ اولین بار وقتی به دنیات میاره، دومین بار وقتی عاشقت میکنه. سومین بار هم زندگی رو ازت میگیره تا بفهمی همش خواب بود و بس.
- * **آدم‌ها مثل** یه کتاب میمونن که تا وقتی تموم نشدن، برای دیگران با ارزش هستند، پس مواظب باش که خودت رو تند، تند برای دیگران ورق نزنی.
- * **عشق مانند** جنگ است. آسان شروع می‌شود، سخت پایان می‌یابد، و فراموش کردنش محال است.
- * **فاصله تابش** خود را با دیگران تنظیم کن. خداوند خورشید را در جایی نهاد که گرم کند، ولی نسوزاند.

- * **هیچ‌گاه** چشمانت را برای کسی که مفهوم نگاهت را نمی‌فهمد گریان نکن.
- * **همیشه سقوط** آدم از وقتی شروع می‌شود که فکر می‌کند دارد پرواز می‌کند.
- * **چرا ما** تنها زمانی به خدا رو می‌کنیم که بخواهیم از غیرممکن، ممکن بسیازیم؟
- * **زیبائی** زندگی در آنچه بدست آوردیم نیست، زیبایی زندگی به راهیست که رفته‌ایم.
- * **هرگاه** احساس کردی که گناه کسی آنقدر بزرگ است که نمی‌توانی او را ببخشی، بدان که اشکال در کوچکی قلب توست نه در بزرگی گناه.
- * **گاه یک لبخند**، یک جمله کوتاه، یک خط و یا یک نگاه می‌تواند بهترین هدیه باشد.
- * **از دست‌دادن** امیدی پوچ و آرزویی محال، خود موفقیت و پیشرفت بزرگی است.
- * **ویکتور هوگو:** کسی که در زندگی چرائی داشته باشد، با هر چگونگی خواهد ساخت..
- * **خوشبختی** بر سه ستون استوار است، فراموش کردن گذشته، غنیمت شمردن حال و امیدوار بودن به آینده.
- * **رفاقت** به معنی حضور در کنار فردی دیگر نیست، بلکه به معنی حضور در درون اوست.

- * **قبل** از اینکه اخم کنی، کاملاً مطمئن شو که هیچ سوژه‌ای برای لبخندزدن وجود ندارد.
- * **یگانه خواهی شد**، و دنیا را در آغوش خواهی گرفت، تنها اگر موضوعات گذشته را فراموش کنی و از نو شروع کنی
- * **درد در سینه ات** و تلاطم در روحت نشانه‌ی آن است که هنوز زنده ای، هنوز انسان و هنوز گشاده در برابر زیبایی جهان حتی اگر به فراخور این حال، عملی انجام نداده باشی.
- * **تنها لذتی که**، نمی‌توانی با دیگران قسمتش کنی، تنهایی است.
- * **عشق‌رو** میشه تو دستای خسته پدر دید، و توی نگاه نگران مادر، نه تو دستای منتظر یه غریبه ...
- * **از استاد علوم پرسیدند**، عشق چیست؟ گفت: عشق تنها عنصری هست که بدون اکسیژن می‌سوزد.
- * **از استاد قرآن پرسیدند**، عشق چیست؟ گفت عشق تنها آیه ای است که در هیچ سوره‌ای وجود ندارد.
- * **از استاد ورزش پرسیدند**، عشق چیست؟ گفت: عشق تنها تویی است که هرگز اوت نمی‌شود.
- * **از استاد زبان فارسی پرسیدند**، عشق چیست؟ گفت: عشق تنها کلمه‌ای است که ماضی و مضارع ندارد.

* **از استاد زیست‌شناسی پرسیدند**، عشق چیست؟ گفت: عشق تنها میکروبی است که از راه چشم وارد می‌شود.

* **از استاد شیمی پرسیدند**، عشق چیست؟ گفت: عشق تنها اسیدی است که درون قلب اثر میگذارد.

* **از خود عشق پرسیدند**، عشق چیست؟ گفت: فقط یک نگاه.

* **چند وقت پیش** با بابام دعوا شد، دستشو برد بالا که بزنه تو صورتم. منم یهو رفتم تو فاز هندی گفتم: بزن بابا، بزن بزن، بذار بفهمم که پدر بالاسرمه، بزن که بفهمم هنوز بی‌صاحب نشدم. بزن بابا. و در نهایت ناباوری بابام زد تو گوشم.

هفت پند مولانا:

- در بخشیدن خطای دیگران، مانند شب باش. در فروتنی، مانند زمین باش.
- در مهر و دوستی، مانند خورشید باش. هنگام خشم و غضب، مانند کوه باش.
- در سخاوت و کمک به دیگران، مانند رود باش
- در هماهنگی و کنار آمدن با دیگران، مانند دریا باش

* **بسیاری از** ما زندگی خود را به دویدن در پشت سر زمان می‌گذرانیم اما تنها هنگامی به آن می‌رسیم که بر اثر سکنه قلبی یا در یک تصادف زندگی را به خاطر عجله برای سروقت رسیدن به سر قرار، بمیریم.

* **جیمز تربر: زنان** از مردان عاقل‌ترند. چون کمتر می‌دانند و بیشتر می‌فهمند.

* **ناینون:** مرد نثر آفرینش است و زن، شعر آن.

* سهم من از تو دلتنگی بی پایان است که روزها دیوانه ام می کند و شبها شاعر.

ضرب المثل هندی: در طول تاریخ نمی‌توانید مردی را بیابید که اسیر زن نشد باشد.

* **ضرب المثل آمریکایی:** مردی بزرگ است که معایش قابل شمارش باشد.

زندگی سه مرحله دارد:

الف: وقت‌داری، انرژی داری، اما پول نداری

ب- پول داری، انرژی داری، اما وقت نداری

ج- پول داری وقت داری، اما انرژی نداری.

* **عذاب وجدان**، همیشه متعلق به کسی است که صادق نیست، اما آرامش سهم کسی است که صادق است.

* **حقیقت این است** که برای خوشبختی هیچ زمانی بهتر از همین الان وجود ندارد. اگر الان نه، پس کی؟

* **اگر می‌بینی** بعضی‌ها در کمال بی‌استعدادی پیشرفتهای قابل‌ملاحظه‌ای دارند ببینید کش شلوارشان به کجای یک مدیر گیر کرده.

* **مأموریت ما** در زندگی «بدون مشکل زیستن» نیست، «با انگیزه زیستن» است.

* **تنها به شادی** در بهشت نیندیشید، به خود بگوئید رمز و راز خلقت هر چه باشد. هدف امروز من درست زیستن در اینجا و اکنون است.

* **شادی را هدیه** کن حتی به کسانی که آن را از تو گرفتند.

*

* **دعا کن برای** آنهایی که نفرینت کردند. و بخند که خدا هنوز آن بالا با توست.

* **لبخند زیباترین** هدیه خداوند است. لبخند دومین سلاح پر قدرت خانم‌هاست و اولین سلاح این جماعت گریه می‌باشد. یادمان نرود که لبخند چهره شما را زیباتر می‌کند

* **در مجالی که برایم باقیست**، باز همراه شما مدرسه‌ای می‌سازیم که در آن همواره اول صبح، به زبان ساده، مهر تدریس کنند، و بگویند خدا خالق زیبایی و سرایندهٔ عشق، آفریننده ماست.

* **در مجالی که برایم باقیست** باز همراه شما مدرسه‌ای می‌سازیم که در آن آخر وقت به زبان ساده شعر تدریس کنند و بگویند که تا فردا صبح، خالق عشق، نگهدار شما.

* **در مجالی که** برایم باقیست، باز همراه شما مدرسه ای می‌سازیم، که خرد را با عشق، علم را با احساس و ریاضی را با شعر، دین را با عرفان، همه را با تشویق تدریس کنند، لای انگشت کسی، قلمی نگذارند و نخوانند کسی را حیوان و نگویند

کسی را کودن . ومعلم هر روز روح را حاضر و غایب بکند و بجز از ایمانش . هیچ کس چیزی را حفظ نبای کرد . مغز ها پر نشود چون انبار , قلب خالی نشود از احساس . درس هایی بدهند , که به جای مغز , دل ها را تسخیر کند . از کتاب تاریخ جنگ را بر دارند.

گفته ای از شکسپیر : در عجبم از این زنان از خدای به این بزرگی فقط شوهر می‌خواهند و از شوهر به این درماندگی تمام دنیا را .

* **خالق ما**، مهربانیست که ما را به نکوئی، دانائی، زیبائی، به خود می‌خواند، جتنی دارد نزدیک زیبا و بزرگ.

دوزخی دارد، به گمانم کوچک و بعید.

ترس ما بیرون از دایره رحمت اوست.

همیشه نمی‌توانید اندیشه تان را مهار کنید. اما کلام خود را می‌توانید در کف اختیار بگیرید . و سر انجام بر ذهن نیمه هشیار، اثر می‌گذارد و پیروزمیشوید.

اگر تمام شب , برای از دست دادن خورشید , گریه کنی , لذت دیدن ستاره را هم از دست می‌دهی .

* **من جز** مرور رنگ چشمت و خط کشیدن زیر دلتنگی‌هایم, هیچ ترسی ندارم.

فاحشه را خدا فاحشه نکرد : آنان که در شهر، نان قسمت می‌کنند، او را لنگ تکه نانی گذاشته‌اند، تا هر زمان که لنگِ هم آغوشی ماندند، او را به نانی بخرند.

- * **جان لاک** : افکار ما بیانگر هویت ما هستند، و هویت ما بیانگر اعمال ما . بنا بر این «اعمال انسان‌ها بهترین مفسر افکارشان است».
- * **جمیز آلن** : افکار ما بیانگر سرنوشتمان است، سرنوشتمان بیانگر میراث ماست. «شما کاملاً جایی هستید که افکارتان شما را آورده است. فردا هم جایی خواهید بود که افکارتان شما را می‌برد».
- * **ویلیام آرتور وارد** : افرادی که در رأس قرار می‌گیرند طرزفکری متفاوت از دیگران دارند. «هیچ چیز مانند کوتاه اندیشی موفقیت را محدود نمی‌کند، هیچ چیز هم مانند تفکر آزاد شده موجب بسط ممکن‌ها نمی‌شود».
- * **پاول آپوستل**: «هر چه که واقعی، اصیل، منصف، ناب و دلفریب است خوب است. اگر تقوائی باشد، و اگر چیزی ستودنی، به این‌ها بیندیش»
- * **هیچ چیز در** این جهان چون آب، نرم و انعطاف پذیر نیست، با این حال برای حل کردن آنچه سخت است، چیز دیگری یارای مقابله با آب را ندارد، نرمی بر سختی غلبه می‌کند و لطافت بر خشونت.
- * **همه این را** می‌دانند ولی کمتر کسی به آن عمل می‌کند. انسان نرم و لطیف زاده می‌شود و به هنگام مرگ خشک و سخت می‌شود.
- * **آلبادسس پدس** : ما خودمان را گول می‌زنیم و تصور می‌کنیم کسانی را که دوست داریم با دیگران فرق دارند .

* **گیاهان هنگامی** که سر از خاک بیرون می‌آورند نرم و انعطاف‌پذیرند و به هنگام مرگ خشک و شکننده، پس هر که سخت و خشک است، مرگش نزدیک شده و هر که نرم و انعطاف‌پذیره سرشار از زندگی است

* **غربت را نباید** در الفبای شهر غریب جستجو کرد. همین که عزیزت نگاهش بطرف دیگری کرد تو غریبی.

- قسمتی از گفته های گابریل گارسیا مارکز از حاصل عمرش :

در 15 سالگی آموختم که مادران از همه بهتر می‌دانند و گاهی اوقات پدران. در 20 سالگی یاد گرفتم کار خلاف فایده‌ای ندارد حتی اگر با مهارت انجام شود. در 35 سالگی متوجه شدم که آینده چیزی نیست که انسان به ارث ببرد بلکه چیزی است که خود می‌سازد. در 40 سالگی آموختم که رمز خوشبختی، زیستن در آن نیست که کاری را که دوست داریم انجام دهیم، بلکه در این است که کاری را که انجام می‌دهیم دوست داشته باشیم. در 50 سالگی پی بردم که کتاب بهترین دوست انسان و پیروی کورکورانه بدترین دشمن وی. در 55 سالگی پی بردم که تصمیمات کوچک را باید با مغز گرفت و تصمیمات بزرگ را با قلب.

در 60 سالگی متوجه شدم که بدون عشق می‌توان ایثار کرد، اما بدون ایثار هرگز نمی‌توان عشق ورزید.

در 70 سالگی یاد گرفتم که زندگی مسئله در اختیار داشتن کارت‌های خوب نیست، بلکه خوب بازی کردن با کارتهای بد است، در 75 سالگی دانستم که انسان تا وقتی فکر می‌کند نارس است، به رشد و کمال خود ادامه می‌دهد و به محض آنکه گمان کرد رسیده شده است دچار آفت می‌شود.

در 80 سالگی پی بردم که دوست داشتن و مورد محبت قرار گرفتن بزرگترین لذت دنیا است. و بالاخره در 85 سالگی دریافتم که همانا زندگی زیباست.

- **وقتی** در حال تلاش برای تغییر دادن یک احمق هستی، همزمان در حال اثبات حماقت خودت هم هستی.

آنهايي که بلند می خندند بی صدا گریه می کنند ...

* **نکته**: **یادمون باشه** هیچ کدوم ما کامل نیستیم و در جایی در وجودمون ناتوانی هائی داریم. اطرافیان ما هم همین طور هستند، پس بیائید با آرامش از ناتوانی های اطرافیانمون بگذریم و همدیگر رو به خاطر نقص هامون خرد نکنیم، بلکه با عشق، هم خودمون رو به سمت بزرگی و کمال ببریم و هم به اطرافیانمون اعتماد به نفس هدیه کنیم.

سقراط: روزی سقراط حکیم مردی را دید که خیلی ناراحت و متأثر بود. علت ناراحتی اش را پرسید. شخص پاسخ داد: در راه که می آمدم یکی از آشنایان را دیدم. سلام کردم. جواب نداد و با بی اعتنائی و خودخواهی گذشت و رفت و من از این طرز رفتار او خیلی رنجیدم. سقراط گفت: چرا رنجیدی؟ مرد با تعجب گفت: خوب معلوم است که چنین رفتاری ناراحت کننده است. سقراط پرسید: اگر در راه کسی را می دیدی که به زمین افتاده و از درد به خود می پیچد، آیا از دست او دلخور و رنجیده می شدی؟ مرد گفت: مسلم است که هرگز دلخور نمی شدم، آدم از بیمار بودن کسی دلخور نمی شود. سقراط پرسید: به جای دلخوری چه احساسی می یافتی و چه می کردی؟ مرد جواب داد: احساس دلسوزی و شفقت و سعی می کردم طیب و یا داروئی به او برسانم. سقراط گفت: همه این کارها را

به خاطر آن می‌کردی که او را بیمار می‌دانستی. آیا انسان تنها جسمش بیمار می‌شود؟ و آیا کسی که رفتارش نادرست است روانش بیمار نیست؟ اگر کسی فکر و روانش سالم باشد هرگز رفتار بدی از او دیده نمی‌شود. بیمار فکری و روان؟ نامش غفلت است و باید به جای دلخوری و رنجش نسبت به کسی که بدی می‌کند و غافل است، دل سوزاند و کمک کرد و به او طیب روح و داروی جان رساند. پس از دست هیچ‌کس دلخور مشو و کینه به دل مگیر و آرامش خود را هرگز از دست مده. بدان که هر وقت کسی بدی می‌کند، در آن لحظه بیمار است.

چند بیتی از فردوسی:

* بزرگی به مردی و فرهنگ بود گدائی در این بوم و برننگ بود

* چه کردیم کین گونه گشتیم خار خرد را افکندیم این سان ز کار

* نبود این چنین کشور و دین ما کجا رفت آئین دیرین ما

* به یزدان که گرما خرد داشتیم کجا این سرانجام بداشتیم

- **گستاخ بودن آسان است.** به تلاش نیازی ندارد و نشانه ضعف و ناامنی است. مهربانی بیانگر تأدیب نفس و عزت‌نفسی عظیم است. مهربان بودن در هنگام برخورد با افراد گستاخ آسان نیست. مهربانی خصیصه کسی است که کارهای فکری مثبت زیادی انجام داده و به بینش عمیقی از خود دست یافته است. مهربانی نشانه قدرت است نه ضعف.

* **قوی بودن،** به این معنا نیست که باید در یک زد و خورد مبارزه کنید. قدرت واقعی یعنی آنقدر عاقل و بالغ شده باشید که از کنار حرف‌های پوچ و غیرمنطقی آدم‌های مزاحم و آشوبگر با بی‌توجهی و بی‌محل‌ی رد شوید.

* **گزارشگری از زوجی سالخورده پرسید:** چگونه رابطه‌تان را اداره کردید که توانستید 65 سال با هم بمانید؟ خانم پاسخ داد: ما در دورانی متولد شدیم که اگر چیزی خراب می‌شد آنرا درست می‌کردیم، دور نمی‌انداختیم.

* **آدم‌هایی** وجود دارند که به‌نظر می‌رسد همیشه به دنبال نزاع و ستیزند. اگر با آنها برخورد کردید، دور شوید. درگیری آنها با شما نیست، با درون خودشان است.

* **در برابر انتقادات:** اگر نادرست بود بی‌اعتنا باشید. اگر غیرمنصفانه بود، عصبانی نشوید. اگر از روی نادانی بود لبخند بزنید. اگر عادلانه بود، از آن درس بگیرید.

* **بیاموزید،** زندگی خصوصیتان را خصوصی نگه دارید، در غیراین‌صورت دیگران زندگی شما را وسیله سرگرمی خود خواهند کرد.

* **یک زن قوی،** کسی است که عمیق احساس می‌کند و استوار عشق می‌ورزد. اشک‌هایش به فراوانی خنده‌هایش جاری می‌شوند.

* **یک زن قوی،** هم لطیف است هم محکم، هم اهل عمل است، هم معنویت.

* **یک زن قوی،** در ماهیت خود هدیه ای است به جهان.

* **یکی از دانشجویان** پروفیسور حسابی، به ایشان گفت: شما سه ترم است که مرا از این درس می‌اندازید. من که نمی‌خواهم موشک هوا کنم، می‌خواهم در روستایمان معلم شوم. پروفیسور جواب داد: تو اگر نخواهی موشک هوا کنی

و فقط بخواهی معلم شوی، قبول، ولی تو نمی‌توانی به من تضمین بدهی که یکی از شاگردان تو درروستا، نخواهد موشک هوا کند.

* **نه نمی‌دانی**، هیچ‌کس نمی‌داند، پشت این چهره آرام، در دلم چه می‌گذرد، کسی نمی‌داند این آرامش ظاهری و این دل ناآرام چقدر خسته‌ام می‌کند.

* **بیانید**، به هم دروغ نگوئیم، آدم است، باور می‌کند و دل می‌بندد.

فرید ریش نیچه: باورها، دشمنانی خطرناک تر از دروغ برای حقیقت هستند

نه مرگ آنقدر ترسناک است و نه زندگی آنقدر شیرین که انسان به خاطرش، شرافتش را زیر پا بگذارد ..

* **زن، طراوت** زندگی نیست، زن، روغن مابین چرخ‌دنده‌های نخراشیده زندگی نیست. زن بخش مهمی از زندگی نیست زن مسکن دردهای زندگی مرد نیست. زن تمام، تمام، تمام زندگی مرد است.

* **دلتنگی**، عین آتش زیرخاکستر است، گاهی فکر می‌کنی تمام شده اما، یک دفعه همهات را آتش می‌زند.

* **امیدوارم**، توی زندگیّت جزء اون دسته از افرادی باشی که: آگه یکی از پشت، چشماتو گرفت، فقط یه نفر تو ذهنت بیاد نه چند نفر.

* **بودن و نبودن**، مرا دلتنگ می‌کند، در بودندت هراس رفتن و در نبودت انتظار آمدن. چه دو راهی دشواری.

* **یه مرداب**، برای بدست آوردن یه نیلوفر، سال‌ها می‌خوابه تا آرامش نیلوفر به هم نخوره، پس اگر کسی رو دوست داری، برای داشتنش حتی شده سال‌ها صبر کن.

* **خدایا**، شهرت «منی» را که می‌خواهم باشم، قربان «منی» را که می‌خواهند باشم نکن.

عاقبت اعتماد به جنس مؤنث:

یه روز یه زن و مرد ماشینشون تصادف ناجوری میکنه و هر دو ماشین به شدت داغون میشه، ولی هر دونفر سالم میمونن، وقتی که از ماشینشون پیاده میشن و صحنه تصادف رو می‌بینن، مرد میگه: بینن چیکار کردی خانم، ماشینم داغون شد. آه چه جالب، شما یه مرد هستید. مرد با تعجب میگه، بله چطور مگه؟ چقدر عجیب، همه چیز داغون شده، ولی ما دونفر کاملاً سالم هستیم. منظورتون چیه؟ این باید نشونه‌ای از طرف خدا باشه که اینجوری با هم ملاقات کنیم و آشناشیم، مرد با هیجان زیادی میگه: اوه بله، کاملاً موافقم، این حتماً نشونه خوبیه. زن دوباره نگاهی به ماشین میکنه و میگه: یه معجزه دیگه ماشین من کاملاً داغون شده ولی این بطری مشروب کاملاً سالمه، این یعنی باید این آشنائی را چشن بگیریم. بله، بله حتماً همین‌طوره، کاملاً موافقم.

زن در بطری رو باز میکنه و بطرف مرد تعارف میکنه، مرد هم بطری رو تا نصف سر میکشه و برمیگردونه به زن، ولی زن در بطری رو می‌بنده و دوباره برمی‌گردونه به

مرد. مرد با تعجب می‌گه: مگه شما نمی‌نوشین؟ زن با شیطنت خاصی، می‌گه: نه عزیزم، فکر می‌کنم، الآن بهتره، منتظر، پلیس باشیم.

* **اگه، یه نفر کم‌حرف** میزنه و وقتی هم که حرف میزنه سریع حرفشو می‌گه و بعد دوباره سکوت میکنه، بدونید که رازی تو سینه‌اش داره.

* **وقتی،** یه نفر با یه روال غیرعادی و با حجم زیاد غذا می‌خورد بدانید که تحت تنش قراردارد.

* **وقتی،** یه نفر واسه چیزای کوچیک، گریه میکنه یعنی رقیق‌القلب و معصومه.

* **وقتی،** یه نفر سریع و سر چیزای کوچیک عصبانی میشه درگیر عشقه.

* **دیل کارنگی:** اینها حقیقت‌های روانشناسی است. سعی کنید اطرافیانتون را درک کنید.

* **آنتونی رابینز:** گاهی افرادی، به موفقیت‌های بزرگ می‌رسند، تنها به این دلیل ساده که نمی‌دانند کاری که به آن دست زده‌اند بسیار دشوار، بلکه غیرممکن است.

* **آنتونی رابینز:** یکی از کلیدهای موفقیت این است که پیوندی سازنده بین کارهایی که انجام می‌دهیم و چیزهایی که دوست داریم به‌وجود آوریم.

* **یک روش** عالی برای موفقیت در کار این است: افکارتان را روی کاغذ بیاورید.

* **لوسیا:** به دست آوردن آنچه که ما آرزویش را داریم موفقیت است، اما چیزی را که برای به دست آوردن آن تلاش نمی‌کنیم خوشبختی است.

* **لوپ دووکا:** سه رکن اصلی موفقیت، اول مشورت، دوم تصمیم و سوم انتخاب است.

* **هر موفقیت بزرگی** نتیجه هزاران تلاش کوچک و عادی است که مورد توجه و ستایش دیگران قرار نمی‌گیرد.

* **هر جا موفقیت بزرگی** ببینید، انبوهی از ناکامی‌ها را در مسیر آن مشاهده می‌کنید.

* **کنفوسیوس:** مرد عاقل همواره 9 نکته را در نظر دارد. روشن دیدن، خوب گوش دادن، مهربان سخن گفتن، ادب داشتن، راستگو بودن انجام وظیفه کردن، پرسیدن هنگام تردید، خود را از خشم دور نگاه داشتن و درعین موفقیت، عادل و منصف بودن.

یارو قات زده: میدونی وقتی میگن یارو قات زده یعنی چی؟

همیشه فکر می‌کردم، که قات زدن با «ط» است، یعنی قاط زدن و لفظ لاتنی است و به معنای قاطی کردن، یعنی فلانی قاطی کرده، میزنه همه چیز رو درب و داغون میکنه، در حالی که معنیش این نیست.

قات گیاه گل‌داری است که، بومی بخش گرمسیری شرق آفریقا و شبه‌جزیره عربستان می‌باشد. قات از سال 1973 توسط سازمان جهانی بهداشت نوعی ماده مخدر محسوب شده که در منطقه‌ای در کشور یمن به‌طور وسیع کشت می‌شود. و

مخدر بسیار گران قیمت می‌باشد. برگ گیاه قات تا یک هفته در یخچال قابل نگهداری است. و معمولاً به صورت تازه مصرف می‌شود. قات زدن به عمل مکیدن تدریجی شیره برگ گیاه قات که نوعی مخدر است گفته می‌شود. قات زدن موجب می‌شود تا مصرف کنند برای چند ساعت با نشاط، سرزنده و هیجانی شده و در نهایت دچار خمودگی و تنبلی جسمی و فکری می‌شود.

* **آنتونی رابینز:** هیچ موفقیت حقیقی به دست نمی‌آید، مگر اینکه با ارزش‌های اساسی ما مطابقت داشته باشد.

* **آنتونی رابینز:** الهام بخش زندگی من، شرح حال کسانی بوده است که امکانات و استعدادهای خود را به کار می‌گیرند تا به موفقیت‌ها و نتایجی تازه، چه برای خود و چه برای دیگران دست یابند.

* **زیبا ترین** حکمت دوستی به یاد هم بودن است نه در کنار هم بودن ..

* **ضرب المثل ایتالیایی:** موفقیت برای اشخاص کم ظرفیت، مقدمه گستاخی است.

* **آنا پالوفا:** راز موفقیت این است هدف را بی‌وقفه دنبال کنید.

* **فراموش نکن،** قطاری که از ریل خارج شده، ممکن است آزاد باشه، ولی راه به جایی نخواهد برد.

* **زندگی**، کتابی است پر از ماجرا، هیچ‌گاه آن را به‌خاطر یک ورقش دور نینداز.

* **مثل ساحل**، آرام باش تا مثل دریا بی‌قرارت باشند.

* **جائی در پشت**، ذهنت، به‌خاطر بسیار، که اثر انگشت خداوند بر همه چیز هست.

* **فکر کردن**، به گذشته، مانند دویدن به دنبال باد است.

* **آدمی ساخته**، افکار خویش است، همان خواهد شد که به آن می‌اندیشد.

* **اگر صخره**، و سنگ در مسیر رودخانه زندگی نباشد، صدای آب هرگز زیبا نخواهد شد.

* **نادر ابراهیمی** : عشق.. یک چتر بارانی ست برای دو نفر. زمانی که حتی یک قطره باران هم.. نمی‌بارد.

* **فریدون مشیری**: شعر باید.. شوری، شوقی، حالی، تأثیری، نیروئی، غرور.. در ذهن، در جان و در وجود من.. برانگیزد..

شاعر باید.. از درون سنگ.. آسمان را ببیند.. و از آسمان.. درون سنگ را.

* **فریبا کلهر**: گفتم: ازدواج مثل بازی فوتباله.. با شادی گفت : می‌خواهی بگویی دنبال باد دویدنه؟.. گفتم: تا دقیقه نود معلوم نیست برنده‌ای، یا بازنده.

* **بهرام بیضائی**: موبد: باید به سراسر ایران زمین پندنامه بفرستیم.. زن آسیابان

: پندنامه بفرست، ای موبد/ اما اندکی نان نیز بر آن بیفزای/ ما مردمان از پند سیر آمده‌ایم/ و بر نان گرسنه‌ایم.

فریبا وفی: رابطه فکری مهم‌تر از رابطه‌ای خونی است.. بعضی آدم‌ها در ذهن آدم.. یک بار برای همیشه خلق می‌شوند.

* **سهراب گل‌هاشم:** بعضی‌ها دور عشق را خط می‌کشند.. و بعضی‌ها روی آنرا، بعضی‌ها به پای هم پیر می‌شوند.. و.. بعضی‌ها به دست‌هم.. و.. بعضی‌ها با هم جورند، ولی جفت نیستند..

* **هایریش هاینه:** من آگاهم.. از می‌گساری پنهان زاهد.. و اندرزش، از پاکی آب.. نزد خلاق.

* **تارا محمد صالحی:** مادرم.. پیامبری بود با یک زنبیل پر از معجزه.. یادم هست.. در اولین سوز زمستانی.. النگویش را به بخاری تبدیل کرد.

* **برتراند راسل:** جامعه گوسفندی، لایق حکومت گرگان است.

* **میلان کوندرا:** در روی زمین هیچ چیز قطعی نیست. و معنای چیزها با وزیدن بادی تغییر می‌کند.. و باد دائماً می‌وزد.. چه بدانید و چه ندانید.

* **اندره ژید:** در دنیایی که هر کسی چهره خود را بزک می‌کند.. چهره بی‌بزک غیرطبیعی جلوه خواهد کرد.

* **خوشبخت** کسی نیست که مشکل ندارد بلکه کسی است که با مشکلات مشکل ندارد

* **شمس لنگرودی:** می نویسم باران. دیگر پروانه و باد، خود می دانند.. پائیز است، یا بهار.

* **از توریستی پرسیدند:** نظرت را در باره اصفهان بگو. گفت: مردمی دارد که یک باغ را چهارباغ، 20 ستون را 40 ستون، یک پل را 33 پل، یک شهر را نصف جهان و خیابانی بدون آسفالت را رودخانه زاینده رود معرفی می کنند.

* **دستم را بگیر. ببر..** به دور دست هائی که در دسترس هیچ دستی نباشم.

* **شبی از شبها تو به** من گفתי که شب باشم. من که شب بودم و شب هستم و شب می خواهم بود.. به امیدی که تو فانوس شب من باشی.

* **ز چشمت، چشم آن دارم** که از چشمم نیاندازد.

به چشمانی که چشمانم به چشمان تو مینازد

زکات چشم، چشمی سوی چشم ما کن

که چشمم را بجز چشمت دگر چشمی نمی سازد.

* **فقر، چیز** را، نداشتن است، ولی آن چیز پول نیست، طلا نیست و غذا نیست. فقر، همان گرد و خاکی است که بر کتابهای فروش نرفته یک کتابفروشی می نشیند. فقر، تیغه های برنده ماشین بازیافت است، که روزنامه های برگشتی را خرد می کند.. فقر، کتیبه سه هزار ساله است، که روی آن یادگاری نوشته اند. فقر، پوست موزی است، که از پنجره اتومبیل به خیابان

انداخته می‌شود. فقر، همه‌جا سر می‌کشد. فقر، شب را بی‌غذا سرکردن نیست. فقر، روز را بی‌اندیشه سرکردن است.

* **آلبر کامو:** اگه کفشت پاتو می‌زد و از ترس قضاوت مردم، پا برهنه نشدی و درد رو به پات تحمیل کردی، دیگه در مورد آزادی شعار نده.

* **ماهاتما گاندی:** اگر نتوانیم آزاد زندگی نمائیم، بهتر است مرگ را با آغوش باز استقبال کنیم.

* **أشو:** خداوند هیچ‌گاه در زندگی کسی مداخله نمی‌کند، زیرا او آفریده خود را دوست میدارد. خدا همه را آزاد گذاشته تا حتی با او مخالفت ورزند.

* **پهناورترین:** خطرناک‌ترین و ناامن‌ترین مکان، دنیا درون توست، به همین دلیل کمتر کسانی جرأت می‌کنند وارد آنجا شوند.

طنز: مادری خطاب به پسرش: نیوتن رو میشناسی؟ پسر: نه، کی هست؟

مادر: اگربه درسات بیشتر توجه میکردی می‌شناختیش..

پسر: خیلی خوب مادر: پروین خانوم رو می‌شناختیش؟ مادر: نه

پسر: اگه به جای من، به شوهرت بیشتر توجه میکردی مشناختیش..

* **صرف زمان** برای کودکان مهم‌تر است از صرف پول برای آنها.

* **دردناکترین** جدائی‌ها آنهایی هستند که نه کسی گفت چرا و نه کسی فهمید چرا.

* **زمان تصمیم** می‌گیرد، که با چه کسی روبرو شوید قلبتان تعیین می‌کند، در زندگی چه کسی را می‌خواهید، رفتارشان مشخص می‌کند، چه کسی در زندگیتان خواهد ماند.

* **هر کسی حق دارد** متفاوت با شما فکر و عمل کند... پس به عقاید یکدیگر احترام بگذارید.

* **تنها کسی که** باعث عقب ماندن شما می‌شود، در واقع خودتان هستید، بهانه دیگر کافیست، وقت تغییر است، زمان آن فرارسیده که طور دیگری زندگی کنید.

* **دوست داشتن**، دل می‌خواد، نه دلیل. پس دوست دارم بی دلیل ...

* **اگر می‌خواهید قوی** باشید، صبر پیشه کنید، فهیم باشید و عاقل هر کسی می‌تواند گستاخ باشد، اما قدرت واقعی در محبت و ادب نهفته است.

* **آنچه امروز** هستید به دلیل وجود همه کشمکش‌هایی است که در زندگی با آنها دست و پنجه نرم کرده‌اید. از دوران سخت سپاسگزار باشید، آنها شما را قوی‌تر کرده‌اند.

* **نگرانی یک اتلاف** وقت تمام عیار است، چون چیزی را تغییر نمی‌دهد، تنها کارش این است که خوشحالتان را می‌رباید و شما را به شدت مشغول هیچ و پوچ می‌کند..

***دردناکترین** اشک‌ها آنهایی نیستند که از چشم‌هایتان جاری می‌شوند و صورتتان را می‌پوشانند، بلکه آنهایی هستند که از قلبتان جاری میشوند و روح‌تان را می‌پوشانند.

***سرانجام روزی** به حکمت همه اتفاقات زندگیتان پی خواهید برد، پس فعلاً به سردرگمی‌ها بخنید، از میان اشک‌ها لبخند بزنید و همواره به خودتان یادآوری کنید که پشت هر حادثه‌ای دلیلی نهفته است.

هرگز، فواید بلند مدت (قابل اعتماد بودن) را دست کم نگیرید.

* **برای آغاز هر تحول در خود، ابتدا منبع تولید ترس و نفرت را در وجود خود شناسایی و ریشه‌کن کنید.**

* **موفقیت** در آرزو‌ها، نسبت مستقیم با قدرت اراده ما دارد ...

* **نداشتن انعطاف** یکی از بدترین نقطه ضعف‌ها است. می‌توانید که شتابزدگی را کنار بگذارید، ترس را با اعتماد به نفس و تنبلی را با نظم و انضباط جایگزین کنید، اما برای سرسختی و انعطاف ناپذیری ذهن پاد زهری وجود ندارد، این خصلتی است که باعث می‌شود شخص با دست خویش گور خود را بکند.

* **لرد آویبوری** : معمولاً به گدایان و بی‌نویان که ریزه خواران دیگرانند چند شاهی می‌دهیم و گمان می‌کنیم به آنها کمک کرده ایم، نمی‌دانیم که با این کار بد بخت‌تر و رشته‌گدایی را به گردنشان محکم‌تر می‌سازیم. **چه خوب** بود اگر حس اعتماد و استقلال را که در آنها به خواب رفته بیدار می‌کردیم و راه زندگی را پیش‌رویشان می‌گذاشتیم.

* **از ارسطو، پرسیدند** بهترین سخن کدام است؟ در پاسخ گفت آنچه موافق عقل باشد. گفتند پس از آن چیست؟ گفت: سخنی که شنونده بپذیرد، گفتند بعد از آن چه؟ گفت: سخنی که سرانجام آن اطمینان داشته باشیم که ضرری متوجه ما نخواهد ساخت، گفتند بعد از آن چیست؟ گفت: اگر سخن یکی از آن سه شرط را نداشته باشد، از صدای چهارپایان پست تر است.

گفته: پنج چیز است که پنج چیز از آن نزاید:

دلی که خانه غرور است کانون محبت نشود.
یاران دوران فرومایگی، نکوخوائی ندانند، و تنگ‌نظران ره به زندگی نبرند.
حسودان بر جمال و کمال جز به چشم کین ننگرند و
دروغگویان از کسی وفا و اعتماد نبینند.

ماری کوری: زندگی برای هیچ‌کس آسان نیست. اما که چه؟ باید پشتکار و از همه مهم‌تر اعتماد به نفس داشته باشیم. باید باور کنیم که هر یک برای انجام کاری استعدادی دارد.

جان ماکسول: زیان بارترین احساس پس از شکست، از دست دادن اعتماد به نفس و مشکوک شدن به توانایی و صلاحیت خویش است.

* **جان ماکسول:** هرگز فواید بلند مدت (قابل اعتماد بودن) را دست‌کم نگیرید.

* **کسانی که** , به دنبال حقیقت هستند خطر پیدا کردن آن را به جان می‌خرند

* **میلان کوندرا:** آنچه فرد تحصیل کرده را از فرد خودآموخته مشخص می‌سازد، وسعت دانش نیست، بلکه مراتب گوناگون نیروی حیات و اعتماد به نفس است.

نقل قول: اگر پول‌دارها می‌توانستند کسانی رو استخدام کنن که به جای اونا بمیرند، ما فقرا وضع مون خیلی بهتر می‌شد.

- آدم بمیره بهتر از اینه که خُل باشه، ولی فکر کنه سالمه.

- زندگی تو این دنیا وحشتناکه، و، وحشتناک‌تر از اون، اینه که کسی رو به وجود بیاریم و فکر کنیم که اون خوشبخت تر از ما میشه.

- کسی که از تنهائی می‌ترسه، نباید هرگز ازدواج کند.

- حرف حق می‌زنی عزیزم، ولی باید یادگیری، هر حقیقتی رو توی صورت طرف مقابل تف نکنی، روح و روان آدم‌ها، از هر حقیقتی عزیزتره.

حماقت، بزرگترین نیروی روحانی تمام بشر تاریخ است. باید در برابر آن سرتعظیم فرود آورد، چون همه جور معجزه‌ای از آن ساخته است.

چیزی که غلظه، غلظه. هر کی می‌خواهد گفته باشد، هر جا هم که می‌خوان نوشته باشن.

* **از دردهای کوچکی** است که آدم می‌نالد، وقتی ضربه سهمگین باشد، لال می‌شود آدم.

* **حکایت :** زمانی کزروس، به کوروش گفت: چرا از غنیمت‌های جنگی

چیزی را برای خود بر نمی‌داری و همه را به سربازانت می‌بخشی؟

کوروش گفت: اگر غنیمت‌های جنگی را نمی‌بخشیدیم، الان دارائی من چقدر بود؟ کزروس، عددی را با معیار آن زمان گفت: کوروش یکی از سربازان را صدا زد و گفت: برو به مردم بگو، کوروش برای امری به مقداری پول و طلا نیاز دارد. سرباز در بین مردم جار زد و سخن کوروش را به گوش‌شان رسانید. مردم هر چه در توان داشتند برای کوروش فرستادند. وقتی که مالهای گردآوری شده را حساب کردند، از آنچه کزروس، انتظار داشت بسیار بیشتر بود. کوروش، رو به کزروس کرد و گفت: ثروت اینجاست. اگر آنها را پیش خود نگه داشته بودم، همیشه باید نگران آنها بودم. زمانی که ثروت در اختیار توست و مردم از آن بی‌بهره اند، مثل این می‌ماند که تو نگهبان پولهایی که مبادا کسی آن را ببرد.

* **مراقب تأثیری که روی جهان می‌گذارید باشید:** هیتلر و چارلی تقریباً

هم‌سن بودند. هیتلر فقط 4 روز از چارلی کوچکتر بود، چارلی گفته: این سرنوشت ما دو تا بود که یکی دنیا را بخنده بیندازد و دیگری به گریه و اگر سرنوشت می‌خواست، کاملاً برعکس میشد. تفاوت تنها یک کلاه بود.

* **من خدا را در قلب کسانی دیدم، که بدون توقعی، مهربانند.**

* **کلامی از مولانا:** در جهان تنها یک فضیلت وجود دارد، و آن آگاهی است

و تنها یک گناه، و آن جهل است.

در باره تجارت :

- درآمد: هیچ‌گاه روی یک درآمد تکیه نکنید، برای ایجاد منبع دوم درآمد، سرمایه‌گذاری کنید.
- خرج: اگر چیزهایی را بخرید که نیاز ندارید، بزودی مجبور خواهید شد چیزهایی را بفروشید که به آنها نیاز دارید.
- پس‌انداز: آنچه که بعد از خرج کردن می‌ماند را پس‌انداز نکنید، آنچه را که بعد از پس‌انداز کردن می‌ماند خرج کنید.
- ریسک: هرگز عمق یک رودخانه را با هردو پا آزمایش نکنید.
- سرمایه‌گذاری: همه تخم‌مرغ‌ها را در یک سبد قرار ندهید.
- انتظارات: صداقت هدیه بسیار ارزشمندی است، آن را از انسان‌های کم‌ارزش انتظار نداشته باشید.
- * **لویی فردینان سلین:** هرگز فوراً بدبختی کسی را باور نکنید، پرسید که می‌تواند بخوابد یا نه؟ اگر جواب مثبت باشد، همه چیز رو براه است. همین کافی است.
- * **آرتور شوپنهاور:** انسان‌های وحشی یکدیگر را می‌خورند و انسان‌های متمدن، یکدیگر را فریب می‌دهند..
- * **ماکسیم گورکی:** انسان با مقاومتی که در مقابل محیط می‌کند، خود را می‌سازد.

* **والتر بنیامین:** اینکه همه چیز به روال همیشگی پیش می‌رود، خود همان فاجعه است.

میلان کوندر: این دشمنان نیستند که انسان را به تنهایی و انزوا محکوم می‌کنند، بلکه دوستانند.

مهدی اخوان ثالث: همیشه تنهایی، تو چه دانی که پس هر نگه ساده من، چه جنونی، چه نیازی چه غمی ست.

* **شادبودن،** تنها انتقامی است که می‌توان از دنیا گرفت، پس همیشه شاد باش.

* **بیا لبخند،** بزیم بدون انتظار هیچ پاسخی از دنیا.

وقتی از شادی به هوا می‌پری، مواظب باش کسی زمین رو از زیر پاهات نکشه.

زنان، هوشیارتر از آن هستن که مردانگی خود را به همسران خود نشان بدهند.

* **چه خوب می‌شد،** اگر، اطلاعات را با عقل اشتباه نمی‌گرفتیم و عشق را با هوس، و حلال را با حرام و دنیا را با عقبی و رحمان را با شیطان.

* **جاده موفقیت** سر راست نیست، پیچی وجود دارد بنام شکست.

دوربرگردانی بنام سردرگمی سرعت گیرهائی بنام دوستان. چراغ قرمزهای بنام دشمنان، چراغ احتیاطهای بنام خانواده. تاثیر پنچری خواهید داشت بنام شغل.. اما اگر یدکی بنام عزم داشته باشید، موتوری بنام استقامت و راننده‌ای بنام خدا.. به جایی خواهید رسید که موفقیت نامیده می‌شود.

* **به فرزندانان** چگونه خوشبخت شدن را بیاموزید، نه چگونه ثروتمند شدن را، تا زمانی که بزرگ شدند قدر چیزها را بدانند، نه قیمتشان را.

* **زندگی کوتاه است** لذت ببرید.. عشق کمیاب است از دستش ندهید.. خشم بد است، رهایش کنید.. ترس قاتل ذهن است، شکستش دهید، خاطرات شیرینند، قدرشان را بدانید.

* **آلبر کامو:** من می‌دانستم ناامیدی هست. اما نمی‌دانستم یعنی چه.. من هم مثل همه خیال می‌کردم که نومیدی بیماری روح است اما نه.. بدن زجر می‌کشد.. چه سخت است.. چه تلخ است انسان بودن.

* **یک روز فردی** قدم به زندگیتان خواهد گذاشت و شما را متوجه خواهد کرد که چرا هرگز با هیچ‌کس دیگری دوام نیاوردید.

* **محمود دولت‌آبادی:** در (کلیدر): برای اینکه یک مرد می را به زانو در بیاورند.. اول استقلالش را می‌دزدند.. و برای اینکه استقلال یک مرد را بتوانند بدزدند.. آن مرد را به خود محتاج می‌کنند.. با این احتیاج وامانده است که آدم خودش را از دست می‌دهد

* **اگر فکر می‌کنید** بهای اهدافتان گران است ، منتظر بمانید تا صورت حساب تلاش نکردتان برسد ...

* **صمد بهرنگی:** در «ماهی سیاه کوچولو» من می‌خواهم بدانم که.. راستی، راستی زندگی یعنی اینکه توی یک تکه جا.. هی بروی و برگردی.. تا پیر بشوی و دیگر هیچ؟.. یا اینکه طور دیگری هم توی دنیا می‌شود.. زندگی.. کرد.

- * **گفته ای از حسن نراقی** , جامعه شناس : ناراحتی بزرگ زندگی در رنجی که می کشیم نیست، در چیزهایی است که از دست می دهیم، بنابراین سعی کنید هیچ چیز را از دست ندهید. ما باید همیشه و در هر لحظه آماده باشیم تا بتوانیم کسی که هستیم را قربانی کسی نکنیم که نمی خواهیم باشیم.
- * **جواد مجابی:** ما دچار توهمی از زندگی هستیم .. چون کلید زندگی واقعی راجائی گم کرده ایم.
- * **سردار اُزکان:** آنچه ناممکن را به واقعیت تبدیل می کند , معجزه نیست . بلکه تداوم است.. مهم نیست که کدام درست است.. مهم باور تو است..
- * **گفته ای از ژول رومن:** سازگار بودن، بدین معناست که.. با ناسازگاری دیگران، سازگار باشیم.
- * **گفته ای از شارل دومونتسکیو:** آدمی اگر فقط بخواهد خوشبخت باشد موفق می شود.. اما او می خواهد خوشبخت تر از دیگران باشد و این مشکل است زیرا او دیگران را خوشبخت تر از آنچه هستند تصور می کند.
- * **ارنست همینگوی:** انسان برای پیروزی آفریده شده است . او را می توان نا بود کرد , ولی نمی توان شکست داد.
- * **کُل آب اقیانوس** هم نمی تواند یک قایق را غرق کند.. همین گونه، انسان های منفی دنیا قادر نیستند شما را تحقیر کنند، مگر اینکه بگذارید به درونتان وارد شوند.

- * **از گام های بی توقف** ، زندگی غافل نشوید: زمان میگذره و زندگی گامهایش را بی توقف، رو به مقصدی نامعلوم همچون ساعت، دقیقه‌ها را پشت سر میگذاره، دوستان قدر لحظه‌های ناب زندگیتون رو بدونید و نگذارید هدر بره، چرا که حتی ثانیه ای از گذشت زندگی قابل برگشت نیست.
- * **اخوان ثالث** : ما.. فاتحان شهرهای، رفته بر بادیم.. راویان قصه‌های رفته از یادیم.. کس.. به چیزی.. یا پیشیزی.. برنگیرد سکه‌ها مان را.
- * **محمود دولت‌آبادی**: همدلی و همزبانی حُسن بزرگی‌ست.. تو برای همدل و همزبان خود لازم نیست.. همه چیز را بگویی تا او اندکی از تو را بفهمد.. بلکه کافی‌ست.. اندکی بر زبان بیاوری تا او همه تو را دریابد.
- * **شیخی طماع**.. بهلول را گفت: بهشت جای عاقلان و فرزنانگان باشد.. نه جای دیوانگانی چون تو..
- بهلول گفت: من دیوانگی خود را قدر می‌دانم.. که مانعی باشد.. برای ورود در بهشتی که.. فرزانه‌ای چون تو در آن آید..
- * **کارل گوستاو یونگ**: هر چیز خوب پر هزینه است.. گسترش شخصیت یکی از پرهزینه‌ترین چیزهاست.
- * **صادق هدایت**: هر کسی مطابق افکار خودش دیگری را قضاوت می‌کند..
زبان آدمیزاد مثل خود او ناقص و ناتوان است ..
- * **ارد بزرگ**: انسان‌ها را آنگونه که هستند بخواهیم.. نه آنگونه که میخواهیم..

* **کسی که پیش** رویش را آنگونه که هست نمی‌بیند خیلی زود به مرز جدائی می‌رسد..

فریدون مشیری : من سکوت خویش را گم کرده ام . ای سکوت , ای مادر فریاد ها , گم شدم در این هیاهو گم شدم.. تو کجائی تا بگیری داد من؟
گرسکوت خویش را می‌داشتم، زندگی پُر بود از فریادها..

* **میلان کوندرا**: اگر از دست دادن عشقی با دلیل باشد.. ما تسلیم می‌شویم..
اما اگر عشقی را بدون دلیل از دست بدهیم.. هرگز خود را نخواهیم بخشود.

* **حمید مصدق**: من به خود می‌گویم.. چه کسی باور کرد.. جنگلِ جانِ مرا..
آتشِ عشقِ تو.. خاکستر کرده؟

* **ضرب المثل آفریقائی**: دریای بی‌تلاطم، هیچ‌گاه دریانورد ورزیده تربیت نمی‌کند.

* ای قوم به حج رفته کجائید، کجائید.

معشوق همین جاست بیائید، بیائید.

معشوق تو همسایه و دیوار به دیوار.

در بادیه سرگشته شما در چه هوائید.

دیوید سالینجر: گاهی لحظه های سکوت، پر هیاهوترین دقایق زندگی هستند ,
مملو از آنچه می‌خواهیم بگوئیم , ولی نمی‌توانیم .

* **از انسان‌ها غمی بدل نگیرید**، زیرا خود آنها نیز غمگین‌اند، از خود می‌گریزند، زیرا بخود و عشق خود و به حقیقت خود شک دارند، پس دوستشان بدارید، اگر چه دوستان نداشته باشند.

* **به رویاها ایمان بیاورید**، که دروازه‌های ابدیت‌اند.

* **در فلسفه (وفا) چنین آمده است**: دل وقف شکستن است، بیهوده نرنج.

* **پرنده لب تُنگ ماهی نشسته بود و به ماهی نگاه می‌کرد و میگفت**: سقفت که شکسته، چرا پرواز نمی‌کنی؟.

* **کسانی هستند** که نمی‌خواهند پرواز تو را ببینند. تو به پرواز فکر کن، نه به آنها.

* **ضرب‌المثل سوئدی**: پروانه اغلب فراموش می‌کند که روزی کرم بوده است.

* **برای رسیدن به فردائی بهتر**، باید گذشته را فراموش کرد.

* **همیشه روشنائی** در عمق ظلماتند، چون بدون ظلمات روشنائی مفهومی ندارد.

* **گفته بودا**: زندگی با شادی و غم همراه است، نباید از آن بیم داشت..

* **ضرب‌المثل چینی**: آن‌کس که جرات مبارزه در زندگی را ندارد، اجباراً طناب دار را به گردن خود می‌اندازد.

* **طنز** : وسعت دید خانم‌ها، دیدن یک موی سر روی کت شوهر و ندیدن تیر چراغ برق هنگام رانندگی.

* **لطیفه** : **مردی** زنش را کشت، در پیشگاه قاضی قرار گرفت، قاضی گفت: هنگامی که داشتی زنت را می‌کشتی، صدای ندای وجدانت را نشنیدی؟ قاتل جواب داد، اینقدر او جیغ و داد می‌کرد، که من نتوانستم صدای ندای وجدانم را بشنوم.

* **الفونس دوده**: همه زشتی‌های زمستان را به‌خاطر زیبایی بهار تحمل کن .

* **سعید نفیسی**: برای همه‌کس ،خوشبختی یک معنی بیشتر ندارد، رسیدن به آرزوی خیالی.

* **اینجا چرا می‌تابی؟** ای مهتاب، برگرد. این کهنه گورستان غمگین، دیدنی نیست.

* **در این دنیای نامردان**، که مردانش عصا از کور می‌دزدند من خوش‌باور، نادان، محبت آرزو کردم.

* **اینشتین**: از لباس کهنه‌ات خجالت نکش، از افکار کهنه‌ات شرمنده باش.

* **روح‌انگیز شریفیان**: زندگی مثل یک استکان چای است.. به ندرت پیش می‌آید که.. هم رنگش درست باشد.. هم طعمش و هم داغیش.. اما هیچ لذتی با آن برابر نیست..

* **طنز:** زمستان دوباره می‌آید، بهار دوباره تکرار می‌شود، اما تو هیچ‌وقت تکرار نمی‌شوی، چون خدا یه اشتباه‌رو دوبار تکرار نمی‌کنه.

* **طنز:** اگر بپرسند، بهترین، شجاع‌ترین، محبوب‌ترین، داناترین عاقل‌ترین آدم کیه؟ انگشتمو به طرف تو دراز می‌کنم و میگم، این نمی‌تونه باشه.

* به نوروز نو شاه گیتی فروز
بر آن تخت بنشست فیروز روز
چنین جشن فرخ از آن روزگار
به ما ماند از آن خسروان یادگار

* ناکرده گنه در این جهان کیست بگو
آن‌کس که گنه نکرد چون زیست بگو
من بد کنم و تو بد مکافات دهی
پس فرق میان من و تو چیست بگو

* **ژان روستان:** من اگر در بهشت باشم ولی به من بگویند تو حق نداری، جهنم را به این بهشت ترجیح می‌دهم، از آن بهشت بیرون می‌روم.

* **اگر فکر می‌کنید** بهای اهدافتان گران است، منتظر بمانید تا صورت حساب تلاش نکردنتان برسد.

* **اگر امروز، خواستی و نتوانستی** که مغدوری،.. ولی اگر روزی توانستی و نتوانستی، منتظر روزی باش که بخواهی و نتوانی.

* **گاهی باید فریاد زد** تا آرام شد، گاهی باید آرام باشی تا بتوانی فریاد بزنی.

* **تواضع** بیش از حد شما را، به حساب حماقتتان میگذارند و محبت بی تقاضا را به حساب وظیفه.

* صدسال ره مسجد و میخانه بگیری

عمرت به هدر رفته اگر دست نگیری

بشنو از پیر خرابات تو این پند

هر دست که دادی به همان دست بگیری

* **هیچگاه از (نه) گفتن** نهراسید، چون ممکن است افسوس نگفتن، ترسناکتر باشد.

* **یک مرد ایده‌آل**، کسی نیست که بیشترین ثروت و جذاب‌ترین ظاهر را داشته باشد. بلکه کسی است که بداند چگونه لبخند بر لبانتان بنشانند و هر روز و همه روز، تا ابد مراقبتان باشد..

* **اعتماد**، ساختنش سال‌ها طول می‌کشد، تخریش چند ثانیه و ترمیمش تا ابد.

* **گاهی آغازی نو** و ساختن یک رابطه بهتر، ترجیح دارد به ترمیم رابطه‌ای کهنه و فرسوده.

* **اگر در دوران** مجردی احساس خوش‌بختی نکنید، زمان تاهل هم نخواهید کرد. زیرا خوشبختی از درون می‌آید نه از دیگران.

- * **گاهی**، وقتی کسی را در حال گریستن می‌بینید، بهتر است که نپرسید چرا؟ گاهی فقط 3 کلمه کافیت تا باعث شود دوباره احساسی خوب به او دست دهد و آن 3 کلمه عبارتند از «من اینجا کنارتم»
- * **اگر نمی‌توانید** قلمی برای نوشتن خوشبختی کسی باشید، دست‌کم بکوشید پاک‌کنی خوب برای زدودن دلتنگی‌هایش باشید.
- * **مردم دقیقاً** به همان صورتی با شما رفتار می‌کنند که خودتان به آنها اجازه می‌دهید.
- * **به‌خاطر بدی‌های** زندگی سپاسگزار باشید، چرا که آنها چشم شما را بروی خوبی‌هایی که تا پیش از آن توجهی نمی‌کردید، می‌گشاید.
- * **وقتی از پی‌گیری** و اصرار ورزیدن به عقاید و اعتقادات کهنه و خرافات‌گونه صرفه‌نظر کنید. به عقاید و اعتقادات درست فرصت بدهید به ذهنتان وارد شوند و زندگیتان را متحول سازند.
- * **بهترین راه** برای در امان ماندن از دلشکستگی‌ها این است که هیچ چیزی از هیچ‌کس توقع نداشته باشید.
- * **بزرگترین هدیه ای** که می‌توانید به کسی بدهید، وقت توجه، عشق و علاقه‌تان است.

* **اغلب، آنهائی** که از زندگی شما ایراد می‌گیرند، معمولاً همان کسانی هستند که هرگز نمی‌دانند برای رسیدن به موقعیت فعلی‌تان چه بهای گزافی پرداخته‌اید.

* **می‌دانم** هر چیزی که اتفاق می‌افتد، دلیلی دارد، اما گاهی آرزو می‌کنم که کاش می‌دانستم آن دلیل چه بود.

* **به پندار شمس:** خود را باید پنهان ساخت، مردمان را باید سخت آزمود، آنگاه به حریم شخصی خویشان، اجازه ورودشان را داد.

ترجیح بند: هاتف اصفهانی:

جرعه‌ای در کشید و گشتم

فارغ از رنج عقل و محنت و هوش

چون به هوش آمدم یکی دیدم

مابقی را همه خطوط و نقوش

ناگهان در صوامع ملکوت

این حدیثم سروش گفت به هوش

که یکی هست و هیچ نیست جز او

وحده لاله الالهو

* **مردی زیر باران** از دهکده کوچکی می‌گذشت. خانه‌ای دید که داشت می‌سوخت و مردی را دید که وسط شعله‌ها در اتاق نشیمن نشسته بود. مسافر فریاد زد: هی خانه‌ات آتیش گرفته است.

مرد جواب داد: می‌دانم. مسافر: پس چرا بیرون نمی‌آئی؟ مرد گفت: بیرون باران می‌آید، مادرم همیشه می‌گفت: اگر زیر باران بروی سینه‌پهلوی می‌کنی. **نکته: زانوچی**، در مورد این داستان می‌گوید: خردمند کسی است که وقتی مجبور شود بتواند موقعیتش را ترک کند.

* **خدایا**، من به‌عنوان بنده، حاجتم را گرفتم، امیدوارم اگر قرار به برآورده نشدنش هست، از حکمت تو باشد، نه بی‌لیاقتی من.

* **در سرزمینی** که نام قبرستان‌هایشان «بهشت» است، معلوم می‌شود که مردمانشان در «جهنم» زندگی می‌کرده‌اند.

* **گلایه‌ها** عیبی ندارند، کنایه‌هاست که ویران می‌کنند.

* **همه موجودات** زنده بعد از مرگشون فاسد میشن و خیلی از آدم‌ها قبل از مرگشون.

* **برای خانه** همسایه ات هم چراغ آرزو کن، قطعاً حوالی خانه تو هم روشن‌تر خواهد شد.

* **مردم این** زمانه چقدر مهربان شده‌اند، وقتی دیدند کفش ندارم، برایم پاپوش درست کردند.

* **مرا ببخش** اگر به تو پیله می‌کنم، قدری طاقت بیاوری، پروانه می‌شوم و می‌روم.

* **تنها که باشی** گاهی آرزو می‌کنی یک نفر اسمت را صدا کند، حتی اشتباهی.

* **مدت‌هاست** نه از آمدن کسی دلخوشم و نه از رفتن کسی دلگیر، بی‌کسی هم عالمی دارد.

* **آزارم می‌دهد** دیدن آن منظره‌ای که مادری کودکش را سیلی می‌زند، ولی کودک باز هم دامن مادرش را رها نمی‌کند، کجاست آن قاضی تا حکم کند که چشمه محبت، مادر است یا کودک؟.

* **یادمان باشد** که «اعتماد» المثنی ندارد، پس لطفاً گمش نکنیم.

* **چارلز بوکوفسکی**: اثر انگشت ما از قلب‌هایی که لمسشان کردیم، هیچ وقت پاک نمی‌شود.

* **کوچک که بودم** کشتی‌هایم که غرق می‌شد، سریع برگی از دفتر مشقم می‌کندم و دوباره یکی عین آن را می‌ساختم، حالا ولی روزهاست که کشتی‌هایم غرق شده و تنها در حسرت آنم که چرا دیگر دفتر مشقی ندارم.

* **کوچک که بودیم** همیشه از تکلیف زیاد کلافه می‌شدیم، اما حالا که بزرگ شده‌ایم از این همه بلا تکلیفی سردرگم هستیم.

* **پشت هر کوه بلند** سبزه‌زاریست پر از یاد خدا و در آن باغ کسی می‌خواند که: خدا هست دیگر غصه چرا؟ آرزو دارم: خورشید رهایت نکند، غم

صدایت نکند، ظلمت شب سیاهت نکند و تو را از دل آنکس که دلت در تن اوست، حضرت دوست جدایت نکند.

* **اشک‌هایم** که سرازیر می‌شوند، دیری نمی‌پاید که قندیل می‌بندد.. عجب سرد است هوای نبودنت.

* **لحظه‌هانی** هست که دلم برایت تنگ می‌شود. من اسم این لحظه‌ها را «همیشه» گذاشته‌ام

* **چه کسی** می‌گوید که گرانی شده است ؟ دوره ارزانی است . دل ربودن ارزان، دل شکستن ارزان ، دوستی ارزان، دشمنی‌ها ارزان، شرافت ارزان، تن عریان ارزان، آبرو به قیمت یک تکه نان دروغ از همه چیز ارزانتر. قیمت عشق چقدر کم شده است، کمتر از آب روان و تحفیف بزرگی خورده است قیمت هر انسان.

* **سکوت کن** . بگذار بغض‌هایت سر بسته بماند، گاهی سبک نشوی سنگین تری.

* **یه قانون هست** که می‌گه: تا قبل از اینکه پرواز کنی، هرچقدر خواستی بترس، فکر کن، شک کن، دودل شو، پشیمون شو.. اما وقتی پریدی، آگه وسط راه پشیمون شدی، بازی رو باختی. باید پرواز کرد و بی‌ترس و دغدغه پرید و اوج گرفت.. چه لذتی داره آگه پروازت پُر پرواز باشد.

* **از نظر انسان‌ها** سگها حیواناتی با وفا و مفید هستند.. ولی از نظر گرگها، سگها گرگهائی بودند که تن به بردگی دادند تا در آسایش و رفاه زندگی کنند..

* **من رابطه‌هائی** را دوست دارم که دوطرفه‌اند، هر دو می‌کوشند برای ادامه‌دار شدنش، هر دو خطر می‌کنند، هر دو وقت می‌گذارند، هزینه می‌کنند، هر دو برای یک لحظه بیشتر، در کنار هم بودن با زمان هم می‌جنگند، من عاشق رابطه‌های دوطرفه‌ام، رابطه‌هائی که برای هر دوطرف ادامه‌اش، با ارزش‌ترین چیز دنیاست، برای هر دو.

* **وقتی دو نفر از هم جدا میشن**، دیگه نمیتونن مثل قبل دوست باشن، چون به قلب همدیگه زخم زدن، نمیتونن دشمن همدیگه باشن، چون زمانی، همو دوست داشتن، تنها میتونن آشناترین غریبه برای همدیگر باشن.

* **برای همه خوب باش**، اون که فهمید همیشه کنارته و بیادته ، اون که نفهمید ،یه روز می‌فهمه که دیره و فقط دلش واسه همه خوبیات تنگ میشه.

* **دوست داشتن** ساده است و باورکردنش سخت. تو ساده باورکن که من سخت دوستت دارم.

* **خودت را به من قالب کرده‌ای**، دیگه هیچ‌کس به غیر از تو قالب قلبم نمی‌شود.

* **کاش می‌شد** جای من باشی، تا بدانی که چه حسی دارد وقتی آدمی مثل تو را این همه دوست دارم.

* **وقتی کسی** برای نداشته‌هایت بهانه می‌گیرد، بهتر است او را هم نداشته باشی، گاهی نداشتن از داشتن بهتر است.

* **این روزها دل‌گرمی می‌خواهم**، و گرنه چیزی که زیاد هست سرگرمی.

* **رسم زندگی:** اینگونه زندگی کنیم: ساده اما زیبا،

مصمم، اما بی‌خیال،

متواضع، اما سربلند، مهربان اما جدی

دوستدار خدا اما بی‌ریا، عاشق اما عاقل.

* **حاتم طائی هیچ‌گاه**، اسمش روی درخت، یا سنگی حکاکی نکرد. او

حتی با هیچ قلم، مرکبی، رنگی اسمش روی در و دیوار کسی ننوشت،

ولی در کمال تعجب، نامش دنیا رو پر کرد،

نتیجه اخلاقی: با جوهر محبت نامت را بر دل‌ها بنویس، بگذار نیکوئی، نامت را

زنده نگهدارد.

* **قدرت کلمات** را بالا ببر نه صدایت را، این باران است که باعث رشد گل‌ها

می‌شود نه رعد و برق.

* **عادت ندارم** درد دلم را به همه‌کس بگویم، پس خاکش می‌کنم زیر چهره

خندانم، تا همه فکر کنند نه دردی دارم و نه قلبی.

* **همه آدم‌ها** درد دارند، حتماً که نباید جای، زخم‌هایشان را به شما نشان دهند

تا باورتان شود.

* **گاهی اوقات باید** بگذری و بگذاری و بروی، وقتی می‌مانی و تحمل می‌کنی، از خودت یک احمق می‌سازی.

* **گاهی اوقات** دلم برای چوپان دروغگو می‌سوزد، بیچاره 2 بار بیشتر دروغ نگفت، انگشت‌نما شد، ولی ما هنوز صادق ترینیم.

* **خوشبختی بر سه** ستون استوار است، فراموش کردن غم‌های گذشته، فراموش نکردن عبرت‌های گذشته، غنیمت شمردن حال و امیدوار بودن به آینده ..

سهراب سپهری:

لیک. چون باید این دم گذرد..

پس اگر می‌گیریم.. گریه ام بی‌ثمر است.

و اگر می‌خندم.. خنده‌ام بیهوده است..

لحظه‌ها می‌گذرد..

آنچه بگذشت.. نمی‌آید باز

قصه‌ای هست. که هرگز دیگر. نتوان شد آغاز.

* **اتل لیلیانویچ**، ترجیح می‌دهم که هر نوع آدمی باشم ، ولی احمق نباشم .

ژان پل سارتر، در «شیطان و خدا»:

دنیای بی‌عدالتیست: اگر قبولش کنی.. شریک جرم می‌شوی.. و اگر بخواهی عوضش کنی.. جلاد می‌شوی.

* **مارک تواین:** زندگی، چیزی جز مبارزه میان عقل و عشق نیست.

* **رومن گاری**، در «خدا حافظ گاری کوپر»:

هر قدر عقاید کسی احمقانه تر باشد.. کمتر باید با او مخالفت کرد.

* **رومن رولان**، در «ژان کریستف»:

هر نژادی.. هر هنری.. ریاکاری خاصی دارد.. خوراک این جهان اندکی حقیقت است و بسیاری دروغ. روح آدمی ناتوان است و تاب حقیقت ندارد، این دروغ‌ها با روح هر نژادی سازگاری دارد، و در هر یک متفاوت است. حقیقت نزد همه یکی است، ولی هر ملتی، دروغهای خاص خود را دارد که بدان نام ایده‌آلیسم می‌نهد.

* **چارلز بوکوفسکی**: یک جانی می‌رسد که.. آدم دست به خودکشی می‌زند..

نه اینکه یک تیغ بر دارد، رگش را بزند.. نه قید احساسش را می‌زند.

نزار قبادیانی: آموزگار نیستم.. تا عشق را به تو بیاموزم.. ماهیان نیازی به

آموزگار ندارند.. تا شنا کنند.. پرندگان نیز آموزگاری نمی‌خواهند تا به پرواز درآیند، شنا کن به تنهایی. پرواز کن به تنهایی.

عشق را دفتری نیست، بزرگترین عاشقان دنیا.. خواندن نمی‌دانستند.

جیمی هندریکس: آنگاه که زمان مرگم فرا برسد.. کسی که باید بمیرد.. منم.. پس

بگذار.. آنطور که می‌خواهم زندگی کنم..

* **گرگ درون**: سرخپوستی پیر به نوه‌اش گفت: فرزندم در درون ما، بین دو

گرگ کارزاری برپاست. یکی از گرگ‌ها شیطانی به تمام معنا، عصبانی،

دروغگو، حسود، حریص و پست. گرگ دیگر، آرام، خوشحال، امیدوار،

فروتن و راستگو. پسر کمی فکر کرد و پرسید: پدر بزرگ کدامیک پیروز است پدر بزرگ گفت: همانی که تو به او غذا می دهی.

* **فریدون مشیری** در «بیا ز سنگ پرسیم. از خاموشی»

نگاه کن.. نگاه‌ها همه سنگ است و قلب‌ها همه سنگ..

چه سنگ بارانی.. گیرم گریختی همه عمر..

کجا پناه بری؟

خانه خدا سنگ است..

به قصه‌های غریبانه‌ام ببخشائید..

که من که سنگ‌صبورم نه سنگم و نه صبور.

* **نادر ابراهیمی**: سخن عاشقانه گفتن دلیل عشق نیست..

عاشق کم است.. سخن عاشقانه فراوان ..

عشق عادت نیست..

عادت همه چیزها را ویران می کند . عظمت دوست داشتن را . از شباهت به

تکرار می رسیم . از تکرار به عادت . از عادت ، به بیهودگی از بیهودگی به

خستگی و نفرت.

لطیفه: بعضی وقتا دلتون یه چیز میگه، عقلتون یه چیز دیگه. هردوشون غلط زیادی میکنند. شما فقط توجه کن، زنت چی میگه.

* **همیشه برای** آمدن هرکسی به زندگیتان، دلیلی وجود خواهد داشت. یا شما

برای تغییر زندگیتان به او نیاز دارید، یا او به شما برای تغییر زندگیش.

* **تا زمانی** که بهتر فکر نکنید، هیچ چیز بهتر نخواهد شد.

- * **متحول شدن** زندگی شما فقط در گرو یک نفر است، «خودتان»
- * **آدم‌ها عاقبت** خواهند فهمید که اشتباهات برای آموختن هستند، نه تکرار کردن.
- * **مهم نیست** اکنون زندگی‌مان چگونه می‌گذرد، عاشق آن خاطراتی هستیم که تصادفی از ذهنم عبور میکنند و باعث لبخندم میشوند.
- * **تا وقتی** از موفقیت دیگران خوشحال نشویم، دیگران از شکست ما غمگین نخواهند شد.
- * **حتی، آگاه‌ترین،** عالم‌ترین، مشهورترین و دین‌دارترین هم اشتباه می‌کنند. انتقاد از هیچ‌کس ممنوع نیست.
- * **هیچ‌گاه نباید** مجبور شوید کسی را متقاعد کنید، دوستان بدارد و بخواهد با شما باشد. کسی لایق شماست که براحتی بتواند خاص بودن شما را بفهمد.
- * **زندگی کوتاه** است، تا زمانی که دندان دارید لبخند بزنید.
- * **به‌جای حرف** زدن عمل کنید، به‌جای گفتن، نشان دهید به‌جای وعده دادن، ثابت کنید.
- * **گاهی،** برای چشیدن طعم خوشبختی واقعی باید بدنبال دلتان بروید و اهمیت ندهید دیگران ممکن است چه فکری می‌کنند.

- * **قرار نیست هر کسی** تا ابد در زندگیتان بماند، گاهی وجود یک نفر فقط به این دلیل است که درسهای مورد نیازتان را به شما بیاموزد.
- * **نمی‌توانید** انتظار داشته باشید، معجزه‌ها هر شب رخ دهد، صبور و مهربان باشید، آرام، آرام، تغییراتی که منتظرش هستید به سراغتان خواهند آمد.
- * **اطراف خود** را فقط با کسانی احاطه کنید که شما را بالا و بالاتر برند.
- * **چه خوبی کنید** چه بدی، در هر حال مردم برایش حرف در خواهند آورد، پیش از آنکه نگران فکر مردم باشید. دلواپس خودتان باشید.
- * **خودتان باشید**، مهم نیست دیگران چه فکری می‌کنند، اگر شما اینگونه آفریده شده‌اید، حتماً دلیلی دارد. به‌علاوه یک جنس اصل، همیشه بیشتر از یک کپی می‌ارزد.
- * **برای اصلاح جامعه** دست از گله و شکایت بردارید و سهم خود را بخوبی ادا کنید. هرکسی باید از خودش شروع کند.
- * **زندگی کوتاه است**، فرصت‌ها رفتنی، و حسرت‌ها ماندنی، هرگز اجازه ندهید کسی، خوشبختی امروز را به بهانه سعادت فردا از شما بگیرد.
- * **شاید من بی‌عیب نباشم**، اما تو هم نیستی، پس برو و پیش از شمارش اشتباهات من به خطاهای خودت رسیدگی کن.
- * **ضرب‌المثل ژاپنی**: یک کلمه محبت آمیز، می‌تواند همه زمستان را گرم کند.

- * **یادم باشد برای** کسی که قادر به کمک کردنش نیستم دعا کن.
- * **اگر تمام شب** را در حسرت خورشید گریه کنی، فقط خود را از لذت دیدار ستاره‌ها محروم کرده‌ای، همین.
- * **به کوچهای رسیدم** که پیرمردی از آن خارج می‌شد، به من گفت: **نرو** که بن‌بسته، گوش نکردم، رفتم، وقتی برگشتم و به سرکوچه رسیدم، پیر شده بودم.
- * **گفته‌ای از اسکار وایلد:** وقتی همه با من هم‌عقیده می‌شوند، تازه احساس می‌کنم که اشتباه کرده‌ام.
- * **اگر امشب هم** از حوالی دلم گذشتی، آهسته رد شو، غم را با هزار بدبختی خوابانده‌ام.
- * **گول دنیا را مخور**، ماهیان شهر ما از کوسه‌ها وحشی‌ترند، بره‌های این حوالی گرگ‌ها را می‌درند، سایه از سایه هراسان در میان کوچه‌ها، زنده‌ها هم آبروی مردگان را می‌برند.
- * **آنگاه که** غرور کسی را له می‌کنی، آنگاه که کاخ آرزوهای کسی را ویران می‌کنی، آنگاه که شمع امید کسی را خاموش می‌کنی، آنگاه که بنده‌ای را نادیده می‌انگاری، آنگاه که حتی گوشت را می‌بندی تا صدای خردشدن غرورش را نشوی، می‌خواهم بدانم دستانت را بسوی کدام آسمان دراز می‌کنی تا برای خوشبختی خودت دعا کنی؟ بسوی کدام قبله نماز می‌گذاری

که دیگران نگذارده‌اند. طریقت بجز خدمت خلق نیست، به تسبیح و سجاده و دلق نیست.

* **لنگه‌های** چوبی درب حیاطمان گر چه کهنه‌اند و جیر و جیر می‌کنند، ولی خوش به حالشان که لنگه هم‌اند.

* **خیانت شاخ و دم ندارد.** وقتی کسی را دوست نداری و تظاهر به علاقه می‌کنی، با لبخند با او روی یک میز می‌نشینی و چای می‌نوشی، هرگز تعریف شرافتمندانه‌ای از عشق و انسانیت، نیاموخته‌ای، تو به روح خودت خیانت می‌کنی.

* **وقتی دروغ** می‌گوئی، یعنی حق کسی را از حقیقت می‌گیری، وقتی کسی باید حقیقتی را بداند و تو مانع دانستن آن باشی عمل تو خیانت است.

* **وقتی گلی** را از باغچه می‌کنی، تو نه به باغچه، نه به گلدان، تو به عابرانی که تمام بهار از آنجا می‌گذشتند خیانت کرده‌ای.

* **وقتی دلی را با اراده‌ات** شکستی باید فکری به حال خودت بکنی، تو حتی از خیانت پیش‌تر رفته‌ای.

* **برتولت برشت:** بی‌عدالتی، اغلب به این جهت که مکرر اتفاق می‌افتد، منس عدالت به خود می‌گیرد.

* **زیبا ترین** حکمت دوستی به یاد هم بودن است نه در کنار هم بودن ...

* **گفته‌ای از آناگوالدا:** دوست ندارم تو را غمگین بینم، خودم خیلی رنج کشیده‌ام و ترجیح می‌دهم، تو امروز خیلی رنج بکشی تا اینکه همه عمرت همیشه کمی رنج بکشی.

گفته‌ای از ایران درودی: «در فاصله دو نقطه»

امروز مرهمی جز عشق که ذات درد است برای زخمهای زندگی نمی‌شناسم، چه شگفت است، عشق که هم زخم است و هم مرهم.

* **بهتر است بخش کوچکی از یک چیز بزرگ باشی تا بخش بزرگی از یک چیز کوچک.**

* **مهدی اخوان ثالث:** بگیر فطراه، اما مخور برادر جان، که من در این رمضان قوتِ غالبم غم بود.

* **هیچ وقت** نمی‌توانی با مُشت گره کرده دست کسی را به گرمی بفشاری.

* **امروز همان** فردائی است که دیروز منتظرش بودی.

* **خطاکردن** یک کار انسانی است، اما تکرار آن یک کار حیوانی است.

* **عشق به دیگری** یک نیاز است، نه یک ضرورت، عشق به وطن یک ضرورت است نه یک نیاز، عشق به خدا هم ضرورت است و هم نیاز.

* **انسان‌ها غالباً** از نادانی وحشتی ندارند، از اینکه آنها را نادان بدانند می‌ترسند.

* **کسی که اندرز** ارزان را رد می‌کند یه روزی پشیمانی را با قیمت گرانی خواهد خرید.

* **سعی کن آنچه** تو را راضی می‌کند به دست آوری و گرنه زمانی می‌رسد که ناچاری به آنچه به دست آورده‌ای راضی باشی.

* **کسی که قدرت** را با پول بخرد، عدالت را هم به پول می‌فروشد.

* **هرگز درباره** هیچ‌کس قضاوت نکن، مگر آنکه خود را به‌جای او بگذاری.

سکوت : رسا ترین فریاد یک زن است . وقتی شروع به نادیده گرفتن شما میکند ، می‌فهمید که واقعاً صدمه دیده است.

* **اگر کسی** را یافتید که لبخند بر لبانتان می‌نشانند، مکرر جویای حالتان می‌شود، از شما مراقبت می‌کند، و بهترین‌ها را برایتان می‌خواهد، ره‌ایش نکنید. به خود نزدیک نگاهش دارید و او را دست‌کم نگیرید، افرادی مثل آن سخت پیدا می‌شون

* **وقتی نه دستی** برای گرفتن هست نه آغوشی برای گریه کردن و نه شانه‌ای برای تکیه دادن، خنده‌ام واقعی نیست.

* **زندگی من** بر سه اصل استوار است: نگاه مادرم، لبخند مادر، دعای مادرم.

* **اعتبار آدم‌ها** به حضورشان نیست به دلهره‌ای است که در نبودشان درست می‌کنند.

- * **این جمله که** (دیگر نمی‌تواند یکی مثل من پیدا کند) بسیار بی‌معنی و چرند است زیرا کسی که شما را ترک یا اخراج کرده است، دنبال مثل شما نمی‌گردد. واضح است اگر مثل شما را می‌خواست که خودتان بودید...
- * **مثل کبریت کشیدن در باد**، زندگی دشوار است. من خلاف جهت آب شنا کردن را مثل یک معجزه باور دارم، آخرین دانه کبریتم را میکشم در این باد، هر چه بادا باد.
- * **آری از پشت کوه آمده‌ام**، چه می‌دانستم این ور کوه باید برای ثروت حرام خورد، برای عشق، خیانت کرد و برای خوب دیده شدن دیگری را بد نشان داد، وقتی هم با تمام سادگی دلپیش را می‌پرسم، می‌گویند: از پشت کوه آمده‌ام ترجیح می‌دهم به پشت کوه برگردم و تنها دغدغه‌ام سالم بر گرداندن گوسفندان از دست گرگ‌ها باشد، تا اینکه این‌ور کوه باشم و گرگ.
- * **زندگی قانون** باورها و لیاقت هاست، همیشه باور داشته باش که لایق بهترین‌هائی.
- * **آموخته‌ام که** هیچ‌گاه نجابت و تواضع دیگران را به حساب حماقت‌شان نگذارم.
- * **غم قفس به کنار** آنچه عقاب را پیر می‌کند، پرواز زاغهای بی‌سروپاست.
- * **دنبال واژه نباش**، کلمات فریمان می‌دهند. وقتی اولین حرف الفبا کلاه سرش می‌رود، فاتحه بقیه حروف را باید خواند.

* **قرارمان** این نبود چترمان دو تا شود وقتی باران در انتهای روز های پاییزمان
تند تند می بارد ...

مهدی اخوان ثالث:

تو چه دانی که پس هر نگه ساده من
چه جنونی، چه نیازی، چه غمی ست؟
تا جنون فاصله ای نیست از اینجا که منم.

* **پائولو کوئیلو:** گاهی انسان می بایست بین چیزی که به آن عادت کرده و
چیزی که بسیار دلش می خواهد داشته باشد یکی را برگزیند.

* **گفته ای از کانفید فیشر:** مادر فردی نیست که به او تکیه کنیم بلکه کسی
است که ما را از تکیه کردن به دیگران بی نیاز می سازد.

* **بنا به گفته ای:** به راهی برو که دوندگان آن کم اند.

* **آرتور شوپنهاور:** انسان های بزرگ مانند عقابند که آشیانه خود را برفراز
قله های بلند تنهائی می سازند.

* **آنتونی رابینز:** هیچ چیز در زندگی معنا ندارد، مگر معنائی که شما به آن
می دهید.

* **فرید ریش نیچه:** از کسی که کتابخانه دارد و کتاب های زیادی می خواند
نترس، از کسی بترس که تنها یک کتاب دارد و آن را مقدس می پندارد.

* **همیشه کسی** رو برای دوستی انتخاب کن که اونقدر قلبش بزرگ باشه که نخواهی برای اینکه توی قلبش جا بگیری بارها و بارها، خودت رو کوچک کنی.

* **روزهای سخت** دوام نمی‌آورند، اما انسان‌های سخت چرا.

فاطمه زرین‌تاج:

زاهدم برد به مسجد که مرا توبه دهد توبه کردم که نفهمیده به جایی نروم

* **تنهایی بهتر** است از بودن با کسی که قلبتان را از شک و تردید پر کند.

* **چرا نگران** چیزهایی هستید که از عهده تغییر دادنشان بر نمی‌آید رها کنید و به پیش روید. چون زندگی منتظر نمی‌ماند.

* **با آدم‌های** نامهربان، مهربان باشید. آنها بیشتر از هر کسی به مهربانی نیازمندند.

* **هیچ‌گاه** به کمتر از آنچه که سزاوارتان است رضایت ندهید شما مسئول اصلی کیفیت زندگی‌تان هستید.

* **چیزهایی وجود** دارد که پول قادر به خریدنشان نیست، مانند تربیت اخلاق، و فراست.

* **در یک رابطه**، وفادار ماندن هرگز یک گزینه نیست بلکه یک اولویت است. صداقت یعنی همه چیز.

* **هیچ‌گاه به‌خاطر** اینکه دستیابی به رویاییتان مستلزم صرف وقت است، از آن دست نکشید. به هر حال زمان می‌گذرد.

* **نمی‌توانید برای** همه به حدکافی خوب باشید، اما همیشه برای کسی که لیاقتتان را دارد بهترین خواهید بود.

*

قرار نیست که همه آدم‌ها شما را درک کنند و این اشکالی ندارد، آنها حق دارند نظر دهند و شما کاملاً حق دارید آن را نادیده بگیرید.

* **مایکل اسکوفیلد:** همیشه اون تغییری باش که می‌خواهی توی دنیا ببینی

* **کسانی را در** زندگیتان نگه دارید که واقعاً دوستان دارند، به شما انگیزه می‌دهند، تشویقتان می‌کنند، الهام بخشان هستند، شما را بالا می‌برند و باعث شادیتان میشوند.

* **جدانی‌ها تلخند** و آزاردهنده، اما از دست دادن کسی که به شما احترام نمی‌گذارد و قدرتان را نمی‌داند، در حقیقت منفعت است نه خسارت.

* **خوشبینی آهن‌ربای** خوشبختی است. اگر مثبت بمانید، اتفاقات و آدم‌های مثبت به سمت شما جذب میشوند.

* **کسانی که در** تلاشند تا تحقیرتان کنند، همیشه خود را پائین‌تر از شما می‌پندارند.

- * **به حرف کسانی که** به شما امر و نهی می‌کنند گوش ندهید، به حرف آنهایی گوش دهید که شما را تشویق به انجام کارهایی می‌کنند که به درست بودنشان در قلب خود باور دارید.
- * **زمانی که** خاطره‌هایت از امیدهای قویتر شدند، پیرشدنت شروع می‌شود.
- * **گاهی باید به** فاصله‌ها خوش آمد گفت، شاید آمده‌اند تا بخشی از حماقت‌هایمان را جبران کنند.
- * **همه می‌توانند** بدبختی را تحمل کنند، اگر می‌خواهید شخصیت کسی را امتحان کنید به او قدرت بدهید.
- * **مزرعه ای** که یک گندمش هم سهم من نمی‌شود، چه فرقی می‌کند با سگ پاسبانی شود یا با مترسک.
- * **بین این آدم‌ها** فقط باید عاقلانه زندگی کرد نه عاشقانه.
- * **داروهای تلخ را با روپوش شیرین** می‌پوشانیم، چرا حقیقت و اخلاق را نیز با لباسهای زیبا نپوشانیم؟
- * **نقل از فرید ریش نیچه:** بعضی اوقات مردم نمی‌خواهند به حقیقت گوش بدهند، زیرا نمی‌خواهند تصوراتشان از بین برود.
- * **آدم‌ها را از آنچه** درباره دیگران می‌گویند بهتر می‌توان شناخت تا از آنچه درباره خود می‌گویند.

- * **همیشه یادمون باشه** که نگفته‌ها رو میتونیم بگیریم، اما گفته‌ها رو نمی‌تونیم پس بگیریم.
- * **فرانتس کافکا:** عمری چکش برداشتم و بر سر میخی که روی سنگ بود کوبیدم، اکنون می‌فهمم که هم چکش خودم بودم، هم میخ و هم سنگ.
- * **آلبر کامو:** مسئلهٔ بزرگ زندگی این است که بدانی چطور لابلای انسان‌ها بلغزی و چه تلاش‌های مفرطی، صرفاً برای عادی بودن.
- * **مارگارت آت وود:** آدم دونفری احساس امنیت بیشتری می‌کند. اما «تو» شخصیت لغزنده‌ای است.. همهٔ «توهائی» که می‌شناختم یک جوری گم شدند، آنها یا جیم شدند یا خیانت کردند.
- * **حکیم ارد بزرگ:** آنکه در بیراهه قدم برمیدارد، آرمان و هدف خویش را گم کرده است.
- * **کار لایل:** تجربه بهترین درس است، هرچند حق‌التدریس آن گران باشد
پور
- * **پور سینا:** نشان دوست نیکو آن است که خطای تو ببوشد، و تو را پند دهد، و رازت را آشکار نکند.
- * **حکیم ارد بزرگ:** خوش‌بخت کسی است که در برابر وجدان خویش، شرمنده نباشد.

- * **ژوبرت:** جوانی، ستاره‌ای است که فقط یکبار در آسمان عمر طلوع می‌کند.
- * **ژورژ هربرت:** یا درست حرف بزن یا عاقلانه سکوت کن.
- * **آنتونی رابینز:** در درون هر یک از ما منابع نیروی عظیمی به ودیعه نهاده شده است که می‌تواند ما را به کلیه آرزوهای خود و حتی به چیزی بیش از آن برساند.
- * **باربارا دی آنجلیس:** این همان عشق است که شما را در طی طریق به سوی خودکامی و خودشناسی یک دم تنها نمی‌گذارد، آن هم، هنگامی که نمی‌دانید به کدامین سو روانید و در پی کدامین گم گشته‌اید.
- * **مادام دامیر:** محترم بودن، نتیجه یک عمر لیاقت اندوختن است.
- * **کنفوسیوس:** اگر مردم مرا نشناسند، غصه نخواهم خورد، ولی من اگر مردم را نشناسم، افسرده خواهم شد.
- * **ارد بزرگ:** کودکان برای شاد بودن بیش از هر چیز به گفتگو با ما نیاز دارند.
- * **آنتونی رابینز:** رمز آزاد کردن نیروهای واقعی آن است که، هدفهای هیجان آوری برای خود قرار دهید که حقیقتاً نیروی خلاقه را در شما زنده کند و محرک شور و شوق باشد.

* **حکیم ارد بزرگ:** هیچ‌گاه عشق به همدم را پاینده مپندار و از روزی که دل می‌بندی این نیرو را نیز در خویش بیافرین که اگر نهایت گذاشت نشکنی و اگر شکستی باز هم ناامید نشو، چرا که آرام جان دیگری در راه است.

* **مثل آفریقا:** مهربانی مانند بذرگندم کاشتن است که بعد افزایش می‌یابد.

* **حکیم ارد بزرگ:** بدخواهان را با فراموشی و دوری نابود کن.

* **ماری والتز:** هر چه بیشتر فکر می‌کنیم، بهتر می‌فهمیم که هیچ نمی‌دانیم.

* **حکیم ارد بزرگ:** مردمان توانمند، در میان جشن و بزم نیستند، آنها هر دم به آرمانی بزرگ‌تر می‌اندیشند و برای رسیدن به آن در حال پیکارند.

* **حکیم بزرگمهر:** خود را به هوس نزدیک مکن، که خرد را از تو روی بر می‌تابد.

* **آنتونی رابینز:** بسیاری از ما (بدحال) بودن را طبیعی می‌دانیم، اما برای خوشحال بودن، باید دلیلی داشته باشیم، اما شما برای احساس خوشحالی به هیچ بهانه‌ای نیاز ندارید، می‌توانید هم‌اکنون تصمیم بگیرید که خوشحال باشید، به این دلیل ساده که زنده‌اید، به این دلیل که چنین می‌خواهید، لزومی ندارد که منتظر چیزی یا کسی باشید.

* **گاهی فقط:** باید لبخند بزنی و رد شی، بذار فکر کنن نفهمیدی

* **قشنگ میشن:** اول پیدا کردن شباهت‌ها، دوم احترام گذاشتن به تفاوت‌ها.

- * **آدم‌ها از پیری** نمی‌میرند. آدم‌ها زمانی می‌میرند که از همه چیز خسته شوند.
- * **برای انسان ناپینا** شیشه یا الماس فرقی ندارد، اگر کسی قدرتان را ندانست، فکر نکنید شیشه‌اید، یقین بدانید که او ناپیناست.
- * **بخشنده، بودن،** بیشتر از آنکه توانائی مالی بخواهد، قلبی بزرگ می‌خواهد.
- * **طنز:** زن مانند کروات است هم زیبایی به مرد می‌بخشد و هم گلایش را می‌فشارد .
- * **شاتو بریان:** گاهی بی رنگی از هر رنگی زیباتر و مفیدتر است .
- * **ارد بزرگ:** هیچ گاه برای آغاز دیر نیست . همین بس که به خود بگوییم ای بار کار نا تمام را پایان می‌دهم ..
- * **همه چی** داشت خوب پیش میرفت یهو به خودمون اومدیم دیدیم بزرگ شدیم .
- * **آکاتا کریستین:** من تنها با مردی ازدواج می‌کنم که عتیقه‌شناس، باشد، زیرا فقط در این صورت است که هر چه پیرتر شدم در نظرش عزیزتر خواهم بود.
- * **اردبزرگ:** اگر می‌خواهی بزرگ شوی، از کردار نیک دیگران فراوان یاد کن.
- * **بزرگمهر:** آنکس بر خویشان نگهبان دارد که برای رسیدن به هوس و آرزوهای کوچک، قدر نیکخوئی و جوانمردی را نشکند، و اگر فزونی و کامیابی بد روزگار را دید، تن به پستی و زبونی نسپارد.

* **ناصرالدین صلب‌الزمانی:** چرخهای سنگین و زنگ‌زده زندگی، با دستهای نامرئی امید می‌چرخد.

* **وین دایر:** اگر مشکلی داری، به دلیل طرزفکر توست، و تنها راهی که می‌توانی مشکلات را برای همیشه حل کنی، این است که طرزفکرت را تغییر دهی.

* **وینه:** در زندگی ثروت حقیقی مهربانی است و بینوائی حقیقی خودخواهی.

* **فردریش نیچه:** از آنچه با عظمت است، یا باید هیچ نگفت یا با عظمت سخن گفت، و با عظمت سخن گفتن یعنی به دور از آرایش و آرایش.

* **آرد بزرگ:** هیچ‌گاه از داشتن دشمن نترس، از انجام ندادن درست آرمان های خویش بترس.

* **لابرویر:** طلوع و غروب عشق، خود را به وسیله درد تنهائی و جدائی محسوس می‌سازد.

باز هم بلند شو، ایستادن کسی که زمینش زده اند، از کسی که به زور سر پایش نگه داشته اند زیبا تر است ..

* **آرد بزرگ:** فرودستان، در بهترین هنگامه هم، بهانه‌های فراوان برای انجام ندادن کارهای خویش دارند.

* **فردریش نیچه:** از فلاسفه می‌خواهم که به دنبال حقیقت نروند، چون حقیقت نیاز به پشتیبانی ندارد.

* **من از چشمان خود** آموختم رسم محبت را، که هر عضوی به دردآید به جایش دیده می‌گیرد.

* **رضا شاه گفت:** وقتی مأمور انگلیسی مرا به جزیره موریس تبعید می‌کرد، در راه از من پرسیدند نگرانی؟ به او گفتم: من نگران تبعید نیستم، چون جایی را ساختم (دانشگاه تهران) که مردم ایران با دانش و علم خود، مانع سلطه استعمار شما بشن.

طنز: پسری دختر زیبایی را دید و شیفته‌اش شد، چند ساعتی با هم در خیابان قدم زدند، که یک دفعه یک بنز گران‌قیمت، جلوی پاشون ترمز زد، دختر به پسر گفت: خوش گذشت، اما نمی‌توانم به پیاده رفتن ادامه دهم، سپس نشست توی ماشین، راننده به او گفت ببخشید، من راننده آقا هستم، لطفاً پیاده شوید.

* **ناسازگار** بودن اندیشه‌ای نو با عادات، عقاید یا افکارمان، لزوماً به معنی نادرستی آن اندیشه نیست.

* **اگر در هنگام دفاع** از اندیشه‌ای عصبانی شدیم، ناگزیر می‌بایست در مورد درستی آن مجدداً با وسواس فراوان تحقیق کنیم.

* **نقاط ضعف دیگران** را دست‌آویز توهین به آنان قرار ندهیم.

* **«نه» گفتن** را بیاموزیم، و از «نه» شنیدن ناراحت نشویم

* **همیشه احساسات** را نسبت به دیگران برای آنها بیان کن، وقتی آنها از احساسات به خود، آگاه می‌شوند، احساس بهتری خواهی داشت.

* **تنها دلیلی که** باعث می‌شود یک نفر از تو متنفر باشد، اینست که می‌خواهد دقیقاً مثل تو باشد.

* **آلبرت هوبارد:** بزرگترین اشتباهی که می‌توانید در طول زندگی مرتکب شوید این است که همیشه از اینکه مرتکب اشتباه شوید بترسید

* **جرج برنارد شاول:** موفقیت این نیست که هیچ‌وقت اشتباهی مرتکب نشوید، موفقیت در این است که هیچ‌وقت یک اشتباه را تکرار نکنید.

* **کمال هیچ‌وقت تصادفی نیست،** بلکه نتیجه تلاش‌های هوشمندانه است.

* **ناپلئون بناپارت:** مطمئن‌شدن از عقلانیت خود، کار دشواری است، سالم‌ترین کار این است که به شما یادآور شوند که قوی‌ترین‌ها هم ضعیف می‌شوند و عاقل‌ترین‌ها هم اشتباه می‌کنند.

اسم ماه عسل از کجا آمده:

در کشور بابل، در 4 هزارسال پیش رسمی وجود داشته است. که براساس آن یک ماه پس از مراسم عروسی، پدر عروس برای دامادش یک نوشیدنی شیرین که از عسل درست شده بود تهیه می‌کرده. آنها این ماه را ماه عسل می‌گفتند. امروزه این اصطلاح را برای ماه نخست ازدواج بکار می‌برند.

* **طوری صحبت کنید** که دیگران عاشق گوش دادن به حرف‌های شما باشند، و طوری به حرف‌های دیگران گوش دهید که دیگران عاشق صحبت کردن با شما باشند.

- * **وقتی زندگی** مسیرش را به سمت دشوار شدن عوض می‌کند شما به سمت قوی‌تر شدن تغییر مسیر دهید.
- * **گاهی**، ایجاد و تغییر و رسیدن روزهای خوب مستلزم تجربه‌ای تلخ است.
- * **مهم نیست** اکنون زندگی‌مان چگونه می‌گذرد، عاشق آن خاطراتی هستیم که تصادفی از ذهن عبور میکنند و باعث لبخند می‌شوند.
- * **موقعیتی** که هرگز در آن نبوده‌اید را قضاوت نکنید.
- * **چه زیباست** هنگامی که در اوج نشاط و بی‌نیازی هستی دست به دعا برداری.
- * **اعتماد** مانند شیشه است، وقتی شکست، دیگر هرگز مثل قبل نخواهد شد.
- * **گدای عشق** نباشید، بخشنده عشق باشید، انسان‌های زیبا همیشه خوب نیستند، اما انسان‌های خوب همیشه زیبایند.
- * **باید این درک** را داشت که آدم‌ها عوض می‌شوند و گاهی دیگر با زندگی ما سازگار نیستند، باید بیاموزیم که این را بپذیریم، مسیرمان را جدا کنیم و به راه خود ادامه دهیم.
- * **هرگز نباید** سه چیز را قربانی کنید: خانواده‌تان، احساساتان، و وقارتان.
- * **برخی مردان** بیشتر روی چگونگی بدست آوردن یک زن تمرکز می‌کنند، اما وقتی بدستش آوردند، تمرکزشان را برای چگونگی نگه‌داشتن او از دست می‌دهند.

* **وقتی قلبی مهربان دارید،** خیلی کمک می‌کنید، خیلی اعتماد می‌کنید، خیلی بذل و بخشش می‌کنید، خیلی دوست می‌دارید و همیشه به نظر می‌رسد که بیشترین ضربه را می‌خرید.

* **شکسپیر:** خندیدن به اشتباهاتان، می‌تواند عمر شما را طولانی کند.

* **همسر شکسپیر:** خندیدن به اشتباهات همسرتان می‌تواند عمر شما را کوتاه کند.

* **آلیس مونرو:** زندگی عادلانه نیست، و بهتره که تو هم به این موضوع عادت کنی.

مولوی : ای دوست، قبولم کن و جانم بستان

مستم کن و از هر دو جهانم بستان

با هر چه دلم قرار گیرد بی‌تو

آتش به من اندرزن و آنم بستان

* **ویکتور هوگو،** « کتاب بینوایان »:

هرگز نه از دزدان بترسیم. نه از آدم‌کشان، اینها خطرات بیرونی‌اند. از خودمان بترسیم، دزدان واقعی پیش‌داوری‌های ما هستند.. آدم‌کشان واقعی نادرستی‌های ما هستند.

* **خوشبخت باشید،** همان کسی باشید که می‌خواهید، اگر دیگران آنرا دوست ندارند، بگذارید نداشته باشند. یادتان باشد، زندگی، راضی نگه‌داشتن همه نیست.

* **آرتور شوپنهاور:** اگر نمی‌خواهیم بازیچهٔ دستان هر فرومایه و مایهٔ تمسخر هر نادانی شویم اولین قانون، خویشتن‌داری و تنهائی است.

سیمین بهبهانی:

دلم گرفته‌ای دوست.. هوای گریه با من..

گر از قفس گریزم.. کجا روم.. کجا من؟

کجا روم؟.. که راهی.. به گلشنی ندانم.

نه بسته‌ام به کس دل.. نه بسته دل به من کس.

چو تخته پاره بر موج.. رها.. رها من

ز بودنم چه افزود؟ نبودنم چه کاهش؟

که گویدم به پاسخ.. که زنده‌ام چرا من دلم گرفته‌ای دوست هوای گریه با من

* **فریبا کلهر:** یادت باشد، آستره که لباس را نگه می‌دارد.. و توی چشمه‌ایم

دقیق شد ببیند، منظورش را فهمیده‌ام یا نه. فهمیده بودم، من آستر بودم و

شوهرم لباس.. من باید سفت و سخت می‌چسبیدم.. به لباسش..

اما آنکه باید به چشم می‌آمد و دیده می‌شد. لباس بود نه آستر.

* **استیو جابز:** به دام تعصب نیافتید، که این زندگی با نتایج تفکر دیگران

است اجازه ندهید سرو صدای عقاید دیگران، صدای درون شما را غرق کند.

* **ژوزه ساراماگو:** منشاء اشتباهات ندانستن نیست، بلکه اعتقاد کورکورانه

است.

* **مادر ترزا:** برهنگی تنها به یک تکه پارچه بستگی ندارد. برهنگی یعنی،

بی‌توجهی به شرافت انسانی و شخصیت انسان‌هاست.

* **آلبرکامو:** تراژدی این نیست که تنها باشی.. بلکه این است که نتوانی تنها باشی.

* **فردریش نیچه:** آموزش را در خانواده، دانش را در جامعه و بینش را در تفکرات تنهائی می آموزند.

* **ارد بزرگ:** گاهی آدمها تا جائی به هم نزدیک می شوند که دیگر یکدیگر را نمی بینند، شاید دوری بتواند دوباره موجب شناخت درست آنها از یکدیگر شود.

* **الن الکساندر میلن:** 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.

* **گوستاو فلوبر:** هیچ چیز خفت آور تر از این نیست که بینی ابلهی در آنچه تو شکست خورده ای موفق شده است.

* **رابرت سرتیس:** این یک اصل غیرقابل تردید است.. کسانی که دائماً از شرافت حرف می زنند، از آن بوئی نبرده اند.

* **عشق تنها میکروبی** است که از راه چشم و قلب وارد می شود و مغز را منهدم می کند.

* **گفتاری از گاندی:** خودتان را تغییر دهید: شما باید مظهر تغییری باشید که

می می خواهید در جهان ببینید، به عنوان انسان، بزرگترین دروغ در مورد توانایمان در ساخت دوباره جهان نیست، این افسانه عصر اتم است، بلکه توانائی

ما در ساخت مجدد خودمان است.

- **بخشید و رها کنید**, شخص ضعیف هرگز نمی بخشد, عفو و بخشش نشان قدرت است, چشم در برابر چشم تنها باعث کورشدن کل دنیا می شود.

- **پایدار باشید** :

ابتدا شما را نادیده می گیرند, بعد به شما می خندند, سپس با شما مبارزه می کنند, و در آخر شما پیروز می شوید. پایدار و محکم باشید, در آینده مخالفت های اطرافتان کم رنگ و نابود می شود, و مقاومت درونی شما و خود تخریبی که می خواهد شما را عقب نگهدارد و از پیشرفتتان جلوگیری کند روز به روز ضعیف تر می شوند.

- **خوبی مردم را ببینید و به آنها کمک کنید** :

من فقط به جنبه های خوب انسان ها توجه می کنم, از آنجائیکه خودم بی عیب و نقص نیستم, علاقه ای به کشف خطاهای دیگران ندارم. انسان دقیقاً به اندازه ای بزرگ می شود که برای کمک به طرفدارانش تلاش می کند. زمانی فکر می کردم, رهبری با زور انجام می شود, اما امروز معنای آن برای من همراهی با مردم است.

- **هماهنگ و قابل اعتماد باشید, خود واقعی تان باشید و تظاهر نکنید** :

شادکامی زمانی حاصل می شود که تفکر, گفتار و کردار شما هم آهنگ باشد. همیشه بین اندیشه, گفتار و کردارتان هماهنگی ایجاد کنید, همیشه در پی پالودن (پاک ساختن) ذهنتان باشید و خواهید دید که همه چیز درست خواهد شد.

- **رشد کنید و به تعالی برسید** :

پیشرفت مداوم, قانون زندگی است و کسی که همیشه به دنبال حفظ عقاید خود است تا پایدار و استوار به نظر برسند, خود را در جایگاه غلطی قرار داده است. شما همیشه می توانید توانائی ها و عادت هایتان را بهبود بخشید و خود را مجدداً مورد ارزیابی قرار دهید, شما می توانید درک عمیق تری از خود و جهانتان به دست

آورید.

* **باید یاد بگیریم که:** در زندگی همه اتفاقات، چه خوب و چه بد را در زمان خود به حال خود رها کنیم، و در هر لحظه فقط به خاطرات همان لحظه بیندیشیم. اگر غیر این عمل کنیم به مرور زمان حجم خاطراتی که با خود یدک می‌کشیم، آنقدر زیاد می‌شود که دیگر حتی فرصت یک لحظه تماشای دنیا را نیز از دست خواهیم داد.

* **دنیای مجازی** شلوغ‌ترین سرزمین تنهائی است، با همه‌کس هستی و با هیچ‌کس نیستی.

* **قول بده،** اگر یه روز، خیلی اتفاقی نگاهمان به هم افتاد، با هم گره‌اش را کور کنیم، باشه؟

* **وفا از جوانمرد طلب،** که جوانمرد چون دریاست و بنخیل چون جوی،

(در) از دریا جوی، نه از جوی

محمد رضا شفیعی کدکنی:

به پایان رسیدیم امّا

نکردیم آغاز

فروریخت پرها

نکردیم پرواز.

* **یادته،** میگفتی عشقمون مثل تو فیلماست؟؟ تو نقشت رو خوب بازی کردی، فقط من هیچ‌وقت نفهمیدم اشتباهم چی بود که نقشمودادن به یکی دیگه؟.

- * **کاش من دیگری بودم**، می‌نشستم، روبروی خودم، سر تا پا گوش می‌شدم، تا بینم حرف حسابم چیست.
- * **مدتهاست** چتر منطق را بر سر گرفته‌ام، تا باران عشق را تجربه نکنم، دیگر توان مقابله با تب و لرز برایم باقی نمانده است.
- * **کاش این بار حداقل دل** (واژه) برایم می‌سوخت و خبری می‌داد از تو.
- * **به من «عشق»** تعارف نکنید، همین چند وقت پیش «گول» خوردم، سیرم.
- * **خدایا یک مرگ** بدهکارم و هزار آرزو طلبکار، خسته‌ام.. یا طلبم را بده، یا طلبت را بگیر.
- * **کسی‌که** به امید شانس نشسته باشد، سال‌ها قبل مرده است.
- * **کسی‌که** دو بار از روی یک سنگ بلغزد، شایسته است که هر دو پایش بشکند.
- * **اگر هر روز** راحت را عوض کنی، هرگز به مقصد نخواهی رسید.
- * **وقتی شخصی** گمان کرد که دیگر احتیاجی به پیشرفت ندارد، باید تابوت خود را آماده کند.
- * **برای کسی‌که** آهسته و پیوسته می‌رود، هیچ‌راهی دور نیست.
- * **کسانی‌که** در انتظار زمان نشسته‌اند، آنرا از دست خواهند داد.

* **آیا می‌دانید** وقتی یک نوزاد در حال گریه است با صدای ش-ش-ش شما آرام خواهد شد به این دلیل است که این صدا با صدای آبی که در دل مادر اطراف نوزاد را گرفته بود هم‌آهنگ است و یکی از دلایلی که صدای ساحل دریا نیز برای انسان آرامش‌بخش است ریشه از همین مقوله دارد است .

* **دلم را کسانی** شکستند که هرگز دلم به شکستن دلشان راضی نمی‌شد.

* **همدردی کن**، دلداری بده، نوازش کن، اما هرگز نگو که گریستن، دردی را درمان نخواهد کرد، گریستن به خاطر شفای انسان نیست، به خاطر وفای انسان است.

* **زمانی حرف بزن** که ارزش حرفت بیشتر از سکوتت باشه، و زمانی دوست انتخاب کن که ارزش دوستت بیشتر از تنهائیت باشه.

* **شکرگزار** هر آنچه دارید باشید، ارزش آنچه دارید را وقتی می‌فهمد که از دستش بدهید.

* **پس از مرگ** هر انسانی، قلب او 10 دقیقه، مغز او 20 دقیقه، چشم او 4 ساعت، پوست او 5 روز و استخوانهای او تنها 30 روز سالم می‌مانند، اما کردار نیک او تا روز قیامت باقی میماند.

* **زندگی** پر از ارزش‌های دست یافتنی است، اما اگر به آنها اجازه رد شدن بدهیم، ممکن است که دیگر هیچ وقت نصیبمان نشود، برای همین سعی کنیم که همیشه اولین شانس را دریابیم.

* **آدم‌ها همیشه** نیاز به نصیحت ندارند، گاهی تنها چیزی که واقعاً به آن محتاجند، دستی است که بگیرد، گوشی است که بشنود و قلبی است که آنها را درک کند.

* **اگر حمل بر خود ستائی** نباشد، از اینکه خودم هستم خوشحالم، شاید کامل نباشم، اما صادق، دوست داشتنی و خوش‌بختم، سعی نمی‌کنم کسی باشم که نیستم، و تلاش نمی‌کنم که همه را تحت تأثیر قرار دهم، من خودم هستم.

* **روزی فراموش** خواهیم کرد که چه صدمه‌ای دیده‌ایم، چرا گریه کرده‌ایم و چه کسی باعث آن شد. سرانجام متوجه خواهم شد، رمز آزاد بودن انتقام نیست، بلکه این است که بگذاریم همه‌چیز به شیوه و در زمان خود معلوم گردد. در نهایت آنچه مهم است، نه فصل اول، بلکه فصل آخر زندگیمان است که نشان می‌دهد مسیر را چگونه پیموده‌ایم پس همواره بخندید، بخشید، اعتقاد داشته باشید و عشق بورزید.

* **هیچ‌چیز محصورتان** نمی‌کند مگر، افکارتان

* **هیچ‌چیز محدودتان** نمی‌کند مگر، ترسهایتان.. و

* **هیچ‌چیز مجبورتان** نمی‌کند، مگر اعتقاداتتان.

«این هم در باب راست و دروغ»

کسی که سخنانش نه راست است و نه دروغ، فیلسوف است..

کسی که راست و دروغ برای او یکی است، چاپلوس است.

کسی که پول می‌گیرد تا دروغ بگوید، دلال است.

کسی که دروغ می‌گوید تا پول بگیرد، گدا است..

کسی که پول می‌گیرد تا راست و دروغ را، تشخیص دهد، قاضی است.

کسی که پول می‌گیرد تا راست را دورغ و دروغ را راست جلوه دهد، وکیل است.

کسی که جز راست چیزی نمی‌گوید، بچه است.

کسی که به خودش هم دروغ می‌گوید، متکبر است.

کسی که دروغ خودش را باور می‌کند، ابله است.

کسی که سخنان دروغش شیرینست، شاعر است.

کسی که علی‌رغم میل باطنی خود دروغ می‌گوید، همسر است.

کسی که اصلاً دروغ نمی‌گوید، مرده است.

کسی که دروغ می‌گوید و قسم هم می‌خورد، بازاری است.

کسی که دروغ می‌گوید و خودش هم نمی‌فهمد، پُر حرف است.

کسی که مردم سخنان دروغ او را راست می‌پندارند، سیاستمدار است.

کسی که مردم سخنان راست او را دروغ می‌پندارند و به او می‌خندند، دیوانه

است.

لطیفه: وقتی بچه بودم فکر می‌کردم ماکارونی رو هم مثل برنج میکارن ،

اونجوری نگاه نکنین دیگه، بچه بودم، الان میدونم که درخت داره.

لطیفه:

- لعنت به این شانس، الان نشستم با هر دینی حساب کردم، دیدم میرم جهنم.
- * **هرگاه** با آدم‌های موفق مشورت کنی، شریک تفکر روشن آنها خواهی بود.
- * **همیشه** توان این را داشته باش، تا از کسی یا چیزی که آزارت می‌دهد، به راحتی دل بکنی.
- * **از میان کسانی‌که** برای دعای باران به میعادگاه می‌روند، تنها کسانی‌که با خود چتر می‌برند به کارشان ایمان دارند.
- * **مارک تواین:** عشق عینک سبزی است که با آن «کاه» را یونجه می‌بینید.
- * **خروس سحر:** همه می‌پرسند ،
چيست در زمزمه مبهم آب،
چيست در همهمه دلکش برگ،
چيست در بازی آن ابر سپید،
روی این آبی آرام بلند،
که تو را می‌برد اینگونه به ژرفای خیال
- * **سخنان حکیمانه:** هیچ‌وقت با کسی بیشتر از جنبه‌اش شوخی نکن، حرمت‌ها شکسته می‌شود، و هیچ‌وقت به کسی بیش از جنبه‌اش خوبی نکن، زیرا تبدیل به وظیفه می‌شود.

- * **کاش بودی** و می فهمیدی وقت دلتنگی، یک «آه» چه وزنی دارد، لطفاً هی نپرس، دلتنگی چه معنی دارد، دلتنگی معنی ندارد، درد دارد.
- * **ساکنان دریا** پس از مدتی صدای امواج را نمی شنوند، چه تلخ است قصه عادت.
- * **لبخند تو معجزه** شیریرینی است که رویای بهشت را در دل آدم زنده می کند .
- * **گاهی آدم دلش** می خواهد، کفشاشو در بیاره، یواشکی نوک پا، نوک پا، از خودش دورشه، دور، دور، دور.
- * **دل گرفته**، از خیلی کس ها، از خیلی چیزها، از آدم هائی که وقتی من و تو و دل خوشمان را می دیدند، پشت سرمان، دعای باران می خواندند.
- * **تنها یک راه** برای فراموش کردن چیزهائی که نمی خواهیم به یاد بیاوریم، و آن هنر عشق ورزیدن است، این تنها دیوانگی قابل اطمینان است.
- * **برتولت برشت**، در «تدبیر»
تنها با آموختن از واقعیت است که می توانیم واقعیت را درگون کنیم.
- * **بودا:** دیدن لبخند آنهائی که رنج می کشند، از دیدن اشک آنها دردناک تر است.

مولوی:

هر که او، از هم زبانی شد جدا
 بی‌زبان شد، گرچه دارد، صد نوا
 چون که گل رفت و، گلستان، درگذشت
 نشنوی، زان پس، ز بلبل، سرگذشت
 جمله معشوقست، عاشق پرده‌ای
 زنده معشوقست، عاشق مرده‌ای

همه گفتند، بخشش از بزرگان است، من بخشیدم و هیچ‌کس نگفت،

چقدر بزرگ شدی، همه گفتند بلد نبودی حقت را بگیری.
در اوج ناامیدی، یه تلفن، یه اس ام اس، یه پیغام، یه خبر، میتونه همه‌چیز رو
 برامون خوب کنه، شاد کنه، امیدوارمون کنه، پس سعی کنیم از همدیگه بیشتر خبر
 بگیریم.

* **کبریت‌های سوخته هم** روزی درختهای شادابی بوده‌اند، مثل ما، که
 روزگاری می‌خندیدیم، قبل از اینکه عشق روشنمان کند.

یک توصیه سه‌گانه: تا زمان داری، هیچ‌گاه امیدت را از دست مده.

- تا زمانش نرسیده هرگز موفقیتت را جشن مگیر.

- تا مبارزه به اتمام نرسیده جایگاهت را ترک مکن.

* **من تو را نمی‌سرایم**، تو خودت در واژه‌ها می‌نشینی، خودت قلم را وسوسه
 می‌کنی، و شعر را بیدار می‌کنی.

* **هوایت که** به سرم می‌زند دیگر در هیچ هوایی نمی‌توانم نفس بکشم، عجب

نفس گیر است، هوای بی‌توئی

* **بند بند** وجودم به بند بند وجودت بسته است . با این همه بند، چقدر از هم دوریم.

* **همیشه از آمدن** «نه» بر سر کلمات می‌ترسید، (نه داشتن، نه بودن تو، نه ماندن تو)

* **این روزها** آب و هوای دلم آنقدر بارانی‌ست که رخت‌های دلتنگیم را فرصتی برای خشک شدن نیست.

* **ردپایم** را پاک می‌کنم، به کسی نگوئید، من روزی در این دنیا بودم، خدایا می‌شود استعفا دهم؟ کم آورده‌ام.

* **مارک تو این:** بهتر است دهان خود را ببندید و ابله به‌نظر برسید، تا اینکه آن را باز کنید و همه تردیدها را از میان ببرید.

* **حکایت:** گویند شیخ ابوسعید ابولخیر چند درهم اندوخته بود تا به زیارت کعبه رود، با کاروانی همراه شد و چون توانائی پرداخت برای مرکبی نداشت، پیاده سفر کرده و خدمت دیگران می‌کرد، تا در منزلی فرود آمدند و شیخ برای جمع‌آوری هیزم به اطراف رفت زیردرختی، ژنده‌پوشی با حالی پریشان دید و از احوال وی پرسید. دریافت که از خجالت اهل و عیال در عدم کسب روزی به اینجا پناه آورده است، و هفته‌ای است که خود و خانواده‌اش در گرسنگی به سر برده‌اند.

شیخ چند درهم اندوخته خود را به وی داد و گفت: برو. مرد بینوا گفت: مرا رضایت نیست تو در سفر حج در حج باشی تا من برای فرزندانم توشه‌ای ببرم،

شیخ گفت: حج من تو بودی و اگر هفت بار گرد تو طواف کنم به ز آنکه هفتاد بار زیارت آن بنا کنم.

* **چارلی چاپلین:** من اگر پیامبر بودم، رسالتم شادمانی بود، بشارتم آزادی و معجزه‌ام خنداندن کودکان، نه از جهنمی میترساندم، نه بهشتی وعده میدادم، تنها می‌آموختم اندیشیدن را و انسان بودن را.

* **دانته:** حتی آنگاه که بدون امید زندگی می‌کنیم هم آرزوهائی داریم .
گر به دولت برسی مست نگردي مردی گر به ذلت برسی پست نگردي مردی
اهل عالم همه بايچه دست هوسند گر تو بازيچه اين دست نگردي مردی.

* **گوته:** هر کس باید روزانه یک آواز بشنود ، یک شعر خوب بخواند ، به یک اثر هنری خوب نگاه کند، و در صورت امکان ، چند کلمه حرف منطقی بزند .

* **اسماعیل فصیح:** دوست داشتن یه چیزه و تحمل کردن چیز دیگه. آدم بعضی‌ها را دوست داره، اما نمی‌تونه تحمل کنه، بعضی‌ها را هم می‌تونه خوب تحمل کنه، بدون اینکه دوستشون داشته باشد.

* **محمود دولت آبادی :** فاجعه زندگی من این است که، یک بار زندگی را مثل زهر نوشیده‌ام و گذشته‌ام، و اکنون که به اندیشیدن بدان باز گشته‌ام، احساس می‌کنم، همان جام زهر را بی‌نهایت بار از نو و از نو می‌نوشم و می‌نوشم.

* **ژان پل سارتر:** مردم از هر چیزی سخن می‌گویند، به‌ویژه از آنچه در باره‌اش هیچ نمی‌دانند، شاید بزرگترین دشواری، همین باشد، زندگی چنان که ما می‌شناختیم پایان یافته، ولی هنوز کسی نیست که بداند چه چیزی جای آن را گرفته است.

* **ماکسیم کورکی:** دروغ آئین اربابان و بردگان و حقیقت، خدای انسان‌های آزاد است.

* **ابوسعید ابوالخیر:**

سرمايه عمر آدمی یک نفسست،
آن یک نفس از برای یک هم‌نفسست
با هم‌نفسی گر نفسی بنشینی
مجموع حیات عمر آن یک نفسست.

- **نه رفیق نگو.** میان گذشته‌ها جا مانده‌ام، ولی، مگر می‌شود برای چیزی عمرت را صرف کنی و فراموش شود؟ نگران من نباش، زنده‌ام، نفس میکشم و دل‌تنگی‌هایم را دیگر بغض نمی‌کنم، می‌گذارم چشم‌هایم ببازند.
«زمستان» اگر دلت را سبک نکنی، اگر با درخت‌های بی‌برگ یا غروب سخت‌اش همدردی نکنی، تمام فصل‌های دیگر حس می‌کنی چیزی را، حسی را گم کرده‌ای، حالا رفیق آمده بگویم، خوبم، نفس میکشم، هنوز شعر می‌خوانم شعر می‌گویم و می‌نویسم.

* **گاهی عمر** تلف می‌شود به پای یک احساس، گاهی احساس تلف می‌شود به پای عمر، و چه عذابی میکشد، کسی که هم عمرش تلف می‌شود، هم احساسش.

* **می‌گویند:** ساده نیست گذشتن از کسی که گذشته‌هایت را ساخته و آینده‌ات را ویران کرده، اما من گذشتم.

- * **گاهی خراب کردن پل‌ها** چیز بدی نیست، چون باعث می‌شود نتوانید، به جایی برگردید که از همان ابتدا هرگز نباید قدم می‌گذاشتید.
- * **انسانی خوب بودن**، به دین، مذهب، نژاد رنگ پوست و فرهنگ بستگی ندارد، بلکه به خوش‌قلبی، خوش‌رفتاری با دیگران بر می‌گردد.
- * **نمی‌توانید برای همه**، به حدکافی خوب باشید، اما همیشه برای کسی که لیاقتان را دارد بهترین خواهید بود.
- * **از اینکه به من** دروغ‌گفتی ناراحت نیستم، از این ناراحتم که از حالا به بعد، دیگر نمی‌توانم تو را باور کنم.
- * **همه رابطه‌ها** یک قانون اصلی دارند، هیچ‌گاه باعث نشوید کسی که دوستان دارد احساس تنهائی کند، بخصوص وقتی کنارش هستید.
- * **هر چه می‌خواهی آرزو کن**، هر جایی که می‌خواهی برو، هر آنچه که می‌خواهی باش چون فقط یک بار زندگی می‌کنی و فقط یک شانس داری برای انجام آنچه می‌خواهی.
- * **شادترین مردم** لزوماً بهترین چیزها را ندارند، بلکه بهترین استفاده را می‌کنند از هر آنچه سرراشان قرار می‌گیرد.
- * **همیشه بهترین آینده** بر پایه گذشته‌ای فراموش شده بنا می‌شود، نمی‌توانی در زندگی پیشرفت کنی، مگر آنکه غمها و اشتباهات گذشته را رها کنی.

کارل یونگ: کفشی که مناسب پای یک نفر است، پای شخص دیگری را میزند، در زندگی هیچ دستورالعملی وجود ندارد که برای همه مناسب باشد.

هرچه بیشتر به دیگران بچسبی، آنها را بیشتر می ترسانی، آنها از تو خواهند گریخت، زیرا آزادی را دوست دارند، میل به آزادی، از همه امیال آدمی قوی تر و ژرفتر است، به همین دلیل، حتی از عشق می توان گذشت.

زمان می گذرد و در انتهای راه می فهمی چقدر حرف نگفته در دل باقی مانده، حرف هایی که می توانست راهی به سوی عشق باشد، حرف های ناتمامی که در کوچه های بن بست زندگی اسیرند، ناگهان لحظه غربت می رسد و تو در میابی که چقدر زود دیر شده.

خیام: این قافله عمر عجب می گذرد

دریاب و دمی که با طرب می گذرد
ساقی غم فردای حریفان چه خوری
پیش آر پیاله را که شب می گذرد.

* **فروغ فرخزاد:** کاش، چون پائیز بودم، کاش چون پائیز، خاموش و ملال انگیز بودم. برگ های آرزوهایم یکا یک زرد میشد، آسمان سینه ام پر درد می شد.

اشک هایم همچون باران
دامنم را رنگ می زد.

و چه زیبا بود... اگر پائیز بودم.

هوشنگ ابتهاج:

امروز.. نه آغاز و نه انجام جهان است..

ای بس .. غم و شادی. که پس پرده نهان است.

دردا و دریغا.. که در این بازی خونین،

بازیچه ایام. دل آدمیان است..

* **روح‌انگیز شریفیان:** مگر نه اینکه مادر بودن یک شغل تمام‌وقت است،

مگر نه این‌که مادرها هرگز به مرخصی نمی‌روند، استعفا نمی‌دهند و

بازنشسته نمی‌شوند؟

* مادر بودن مثل یک جاده یک‌طرفه است، (یکطرفه و بی انتها)

خیام : تا چند زخم بروی دریاها خشت

بیدار شدم ز بت پرستان کنشت

خیام که گفت دوزخی خواهد بود

که، رفت بدوزخ و که آمد ز بهشت.

* **برگی از یک نوشته،** می‌خور، که شیخ و حافظ و مفتی و محتسب، چون

نیک بنگری، همه تزویر می‌کنند.

صادق هدایت:

فقط با سایه خودم خوب می‌توانم حرف بزنم، اوست که مرا وادار به حرف زدن

می‌کند، فقط او می‌تواند مرا بشناسد، او حتماً می‌فهمد، می‌خواهم عصاره، نه،

شراب تلخ زندگی خودم را چکه چکه، در کلوی خشک سایه هام چکانیده، به او بگویم این زندگی من است.

* **فرید ریش نیچه:** اگر قرار باشد هر یک از انسان‌ها غم خود را در دست بگیرند و در صفی بایستند، هر کس با نیم‌نگاهی به بغل‌دستی خود، غمش را در جیبش می‌گذارد و به خانه برمی‌گردد.

* **ماک تواین:** مهربانی زبانی است که نا شنوا می‌تواند بشنود و نا بینا می‌تواند ببیند

* **توی جاده‌ای** که انتهایش معلوم نیست، پیاده یا سواره بودن فرقی نمی‌کند، اما اگر همراهی باشه که تنهات نذاره بی‌انتها بودن جاده آرزوت میشه.

* **رنه دکارت:** در بین تمامی مردم تنها عقل است که به عدالت تقسیم شده، زیرا همه فکر می‌کنند به اندازه کافی می‌دانند.

* **فروغ فرخ‌زاد:** اگر ای آسمان.. خواهم که یک روز، از این زندانِ خاموش پر بگیرم،
زمن بگذر .. که من مرغی اسیرم

* **راز بزرگ زندگی** در شکیبائی است، و نباید به خاطر یک آینده مبهم زمان حال را بر خود تلخ کرد.

* **امشب را** در کنار ثانیه‌ها، آمین‌گوی، آرزوهایت می‌شوم. آرزویم را دعا کن.

- * **دوستان دروغین** همچون سایه‌اند، زمانی که ما زیر نور گام بر میداریم، از همه به ما نزدیک‌ترند. ولی تا وارد تاریکی میشویم، زودتر از همه ما را ترک میکنند.
- * **بنا به گفته بزرگی:** کسانی که وعده بهشت روی زمین را به ما دادند، چیزی جز جهنم خلق نکردند.
- * **گفته‌ای از وینستون چرچیل:** حتی اگر از میانه جهنم عبور می‌کنی به رفتن ادامه بده چرا که با ادامه دادن ممکن است از جهنم گذر کنی و خارج شوی.
- * **نیما یوشیج:** چایت را بنوش، نگران فردا نباش، از گندمزار من و تو، مستی «کاه» می‌ماند برای بادها.
- * **گاهی نیاز داریم** که کسی فقط حضور داشته باشد، نه برای اینکه چیزی را درست کند، یا کار خاصی انجام دهد، بلکه فقط به این خاطر که احساس کنیم کسی کنارمان است و به ما اهمیت می‌دهد.
- * **در زندگی‌ام،** زیسته‌ام، عاشق شده‌ام، سوخته‌ام، فارغ شده‌ام، اعتماد کرده‌ام، اشتباهاتی کرده‌ام، اما بیشتر از همه آموخته‌ام.
- * **خودتان را** با همه وجود باور کنید، بدانید قدرتی درون شما وجود دارد که از هر مانعی بزرگتر است.
- * **شاید کسی نباشم،** اما انتخابی بزرگم، شاید ثروتمند نباشم، اما ارزشمندم، تظاهر به کسی که نیستم نمی‌کنم، چون از اینکه خودم باشم راضی‌ام، شاید به

برخی کارهای گذشته‌ام افتخار نکنم، اما به آنچه امروز هستم می‌بالم، شاید کامل نباشم اما نیازی به کامل بودن ندارم، مرا همانطور که هستم بپذیر، یا همانطور که از پیشت می‌روم تماشا کن.

* **انسان‌های ناپخته** همیشه می‌خواهند که در مشاجرات برنده شوند، حتی اگر به قیمت از دست دادن رابطه‌شان بینجامد.

* **انسان‌های عاقل** درک می‌کنند که همیشه بهتر است در مشاجره‌ای ببازند و در رابطه‌ای پیروز شوند.

* **آنهائی که با** وجود رنج‌های بسیار می‌توانند آرام بمانند را تحسین می‌کنم، اما عاشق کسانی هستم که مدتی را می‌گیرند، ولی پس از آنکه اشکهایشان سرازیر شد، لبخند می‌زنند و در آن لحظه است که می‌توانید مبارز واقعی را ببینید.

* **هرگز به‌خاطر دیگران** اصالت خود را تغییر ندهید، چون هیچ‌کس بهتر از شما نمی‌تواند نقش شما را بازی کند، پس خودتان باشید، شما بهترینید.

* **در زندگی سه** گزینه بیشتر ندارید: تسلیم شوید، بی‌خیال شوید، یا سخت تلاش کنید.

آدم‌ها عاقبت خواهند فهمید که اشتباهات برای آموختن هستند نه تکرار کردن.

گر قرار است بمانی، همیشه بمان، اگر قرار است بروی همین امروز برو، اگر قرار است عوض شوی، بهتر شو، و اگر قرار است حرف بزنی، چیزی را بگو که باور داری.

- * **عجیب است** که همه صداقت را یک ارزش می‌دانند، اما هیچ‌کس تمایلی به شنیدن حقیقت ندارد.
- * **هرگز از تلاش** برای بدست آوردن آنچه که در طلبش هستید، دست نکشید، صبرکردن سخت است، اما حسرت، مشکل تراست.
- * **هیچ‌گاه بیش از حد** به کسی وابسته نشوید، چون وابستگی به توقعات منتهی می‌شود، و توقعات به دلشکستگی.
- * **خبر بد،** اینکه نمی‌توانید مردم را مجبور کنید، دوستان داشته باشند، عاشقتان باشند، تائیدتان کنند، قبولتان کنند، یا با شما خوب باشند، از عهده کنترل کردن آنها هم بر نمی‌آید، خبر خوب اینکه، هیچ مهم نیست.
- * **ما همه یک معجزه‌ایم**، بی‌خبر از همه خوابیدن چه سود، بر مزار مردگان خویش نالیدن چه سود، زنده راتا زنده است باید به فریادش رسید، ورنه بر سنگ مزارش آب پاشیدن چه سود.
- * **از تنها بودنم** راضی نیستم، اما خوشحالم که با خیلی‌ها نیستم.
- * **مدت‌هاست** نه به آمدن کسی دلخوشم، نه از رفتن کسی دلگیر، بی‌کسی هم عالمی دارد.
- * **گفته‌ای از کوروش بزرگ:** از پل نامردان عبور نکن، بگذار تو را آب ببرد، از ترس شیر به روباه پناه نبر، بگذار شیر تو را بدرد، ببر باش و درنده ولی از کنار آهوی بی‌پناه به آرامی گذر کن،

* **آیا می‌دانید** پیش نیاز هر موفقیتی داشتن اعتماد به نفس و اندیشه‌های مثبت است؟

* **همیشه بیاد داشته باش**، در یک ارتفاع خاصی از آسمان دیگر ابری وجود ندارد، اگر در زندگی ابری وجود دارد، دلیلش این است که روح به قدر کافی اوج نمی‌گیرد.

* **هر قدر سنم** بیشتر می‌شود، کمتر به فکر مردم در مورد خودم اهمیت می‌دهم، از این رو هر قدر مسن‌تر می‌شوم بیشتر از زندگی لذت می‌برم،

* **در زندگی‌تان** با افرادی برخورد خواهید کرد که درست‌ترین حرف‌ها را در مناسب‌ترین زمان به شما خواهند گفت. اما در انتها، این همیشه اعمال آنهاست که باید معیار شما برای قضاوت کردن آنها قرار گیرد، مهم کردار است، نه گفتار

* **همواره لبخند** بزنید بالاخره روزی زندگی از آزدن شما خسته خواهد شد.

* **سعی کنید** بدی‌های دیگران را فراموش کنید و کینه‌ای نباشید. در غیراین صورت به تدریج احساس فرسودگی خواهید کرد و پیر به نظر می‌رسید.

* **قطع رابطه** با انسان‌های منفی به این معنی نیست که از آنها متنفرم، بلکه یعنی به خودم احترام می‌گذارم. .

از زندگی کسی حذف شدم که برای داشتنش خیلی ها را از زندگی ام حذف کرده بودم .

- * **یکی از بالاترین** مدارجی که می‌توان به آن رسید، بی‌نیازی از تعریف و تمجید دیگران است.
- * **چه قانون ناعادلانه‌ای**، برای شروع یک رابطه، هر دو طرف باید بخواهند، اما برای تمام شدنش همین که یک نفر بخواهد (نخواهد) کافیست.
- * **در زندگی برای هر آدمی** از یک روز، از یک جا، از یک نفر به بعد، دیگر هیچ چیز مثل قبل نیست، نه روزها، نه رنگ‌ها، نه خیابان‌ها.
- * **زندگی**، کلاحت را به هوا بینداز، که من دیگر جان بازی کردن ندارم، تو بردی.
- * **تو دور می‌شوی**، من در همین دور می‌مانم، پشیمان که شدی برنگرد، لاشه یک دل که دیدن ندارد.
- * **خواستن** همیشه توانستن نیست، گاهی فقط داغ بزرگی است که تا ابد بر دلت می‌ماند.
- * **یادته زیر** کنبد کبود، تو بودی و کلی آدمای حسود؟ تقصیر همون حسود است که حالا، هستی ما شده یکی بود و یکی نبود.
- * **کاش همیشه** در کودکی می‌ماندیم، تا به جای دل‌هایمان، سرزانون‌هایمان زخمی می‌شد.
- * **مرا به ذهنت نه**. به دلت بسپار، من از (گم) شدن در جاهای شلوغ می‌ترسم.

* **برگرد**, یادت را جا گذاشتی، نمی‌خواهم عمری به این امید باشم که برای بردنش برمی‌گردد.

* **در داوری**, در مورد دیگران، عامه مردم بی‌آنکه مزدی بگیرند، اضافه کاری می‌کنند.

* **اشکی که بی دلیل بیاید**, اشک دل‌تنگی نیست، اشک بی‌کسی است.

* **تنها بودن** قدرت می‌خواهد و من قدرتمندم. این قدرت را کسی به من داد که روزی میگفت نهایت نمی‌گذارم.

* **تنهایی** را بلندترین شاخه درخت می‌فهمد، انگار هرچه بزرگتر میشویم، تنهاتر می‌شویم، براستی خدا از بزرگی تنهاست یا از تنهایی بزرگ است؟

* **کُم نکن** در گوشه‌ای از حافظه‌ات مینشینم آرام، فقط بگذار بمانم.

* **هرگز به‌خاطر** از دست دادن چیزی در زندگی غمگین نباش، چرا که وقتی برگگی از درخت می‌افتد، برگگی جدید آماده جایگزین شدن خواهد بود.

* **کمی فکر کن** چرا از آن لحظه که بشر توانست وقایع را ثبت کند، دیگر نه عصا مار شد، نه دریا شکافته شد، نه ماه به دو نیم تقسیم شد، نه فرزندی بدون پدر متولد شد، نه مرده‌ای زنده شد، نه انسانی در دهان ماهی رفت، نه آیه ای نازل شد، نه شتری از دل کوه بیرون آمد و نه آتشی گلستان شد؟.

- * **دیگر هیچ کلامی** را شعر نخواهم کرد/ دیگر هیچ فانوسی را به قصد روشنائی شب در ایوان نخواهم آویخت/ دیگر به پرستوهای مهاجر راه آشیانه را نشان نخواهم داد.
- * **کاش کودک** بودم که به هر بهانه‌ای به آغوشی پناه می‌بردم و آسوده اشک می‌ریختم، بزرگ که باشی باید بغضهای زیادی را بی‌صدا دفن کنی.
- * **گریه** شاید زبان ضعف باشد. شاید کودکانه، شاید غرور، اما هر وقت گونه‌هایم خیس می‌شود، می‌فهمم نه ضعیفم، نه کودک، بلکه پر از احساسم.
- * **ویکتور هوگو:** ایمان داشته باش که کوچکترین محبت‌ها از ضعیف‌ترین حافظه‌ها پاک نمی‌شود.
- * **آنان که عشق** را می‌فهمند عذاب می‌کشند و آنان که عشق را نمی‌فهمند عذاب می‌دهند.
- * **با آنچه به‌دست** می‌آورید زندگی کنید و با آنچه می‌بخشید زندگی بیافرینید.
- * **موریس مترلینگ:** اگر کسی را یافتید که حاضر بود برای حفظ رابطه‌تان از بدترین شرایط عبور کند، هرگز عشقش را دست‌کم نگیرید.
- * **ایمانوئل کانت:** ما می‌توانیم قلب یک انسان را از رفتارش با حیوانات داوری کنیم.
- * **ستارخان سردار ملی:** دشمنان ما تنها وقتی می‌توانند بر ما پیروز شوند که خود ما دشمن هم‌دیگر شویم.

* **انسان‌ها هر چه بیرونشان ساکت‌تر باشد، فریاد درونشان بیشتر است.**

* **همیشه از فاصله‌ها گله می‌کنیم، شاید یادمان رفته که در مشق‌های کودکی برای فهمیدن کلمات کمی فاصله هم لازم بود.**

شاهکار از سیمین بهبهانی:

یکی خان بود از حیث چپاول	دوتا مستخدم خان را گرفتند
فلان ملا مخالف داشت بسیار	مخالف‌های ایشان را گرفتند
بده مزده به دزدان خزانه	که شاکی‌های آنان را گرفتند
چو شد در آستان قدس دزدی	گداهای خراسان را گرفتند
به جرم اختلاس شرکت نفت	برادرهای دربان را گرفتند
نمی‌خواهند چون خر را بگیرند	محبت کرده پالان را گرفتند
چو آمد سقف میهمانخانه پائین.	به حکم شرع میهمان را گرفتند
غذا را آشپز چون شور می‌کرد	سر سفره نمکدان را گرفتند
به قم از توضیح‌المسائل	همه اغلاط قرآن را گرفتند
به جرم ارتداد از دین اسلام	دوباره شیخ صنعا را گرفتند
به این گله دو تا گرگ خودی زد	خدائی شد که چوپان را گرفتند
به ما درد و مرض دادند بسیار	دلیلش این که درمان را گرفتند
همه این‌ها جهنم، این خلاق	ز مردم دین و ایمان را گرفتند

بعضی وقتا آدما الماسی تو دست دارند، بعد چشمشون به یه گردو می‌افته، دولامیشن تا گردو رو بردارن. الماسه می‌افته تو شیب‌زمین، قل می‌خوره و تو عمق چاهی فرو میره، میدونی چی می‌مونه/ یه آدم، یه دهن باز، یه گردوی پوک و یه دنیا حسرت.

- * **خوشبختی:** چیزی است که همه دوست دارند داشته باشند، ممکن است فردی موفق باشید یا پول بسیاری داشته باشید، اما بدون خوشبختی، بی معنا و مفهوم خواهد بود.
- * **مهاتماگاندی:** خوشبختی چیزی است که فکر می کنید، چیزی که می گویند و چیزی که انجام می دهید با هم هماهنگ باشد.
- * **ارسطو:** خوشبختی معنا و هدف زندگی است، هدف غائی و نهائی وجود انسانی.
- * **به طور کلی،** می توانیم بگوئیم که خوشبختی یک تصمیم است، خوشبختی شما تصمیم شما برای بدست آوردن آن است و ارتباط مستقیم دارد به عملکرد و تصمیم خود فرد.
- * **به آنهایی که** پائیز را دوست ندارند بگوئید، این همان بهار است که عاشق شده است.
- * **لنو تولستوی:** جنگ چنان بی عدالتی ای است که همه آنهایی که آن را به راه می اندازند می بایست صدای وجدان را، در درون خود خفه کرده باشند.
- * **برتراند راسل:** تمام مشکل دنیا این است که احمق های متعصب کاملاً از حرفشان مطمئن هستند. اما آدم های عاقل همیشه شک دارند.

* **سید مهدی شجاعی: ای خدای عیسی،** مگر نه رمز عروج سبک بالی و سبک باری است، عطایمان فرما. ای خدای ایوب، همه چیز جز خیانت، تاب آوردنی است، صبرما را جز در این مسیر بیازمای.

دست‌های او را گرفتی، دیگر به من نگاه نکن، نگاه تو بیشتر از دیدن دستهایتان آتشم می‌زند.

* **چه خوب است** که هستی، وقتی که هستی ورود هر غریبه‌ای به این سرای پر از تو، ممنوع می‌شود. و این برای بیتابی من تاب است.

* **زمستان و تابستان ندارد،** نباشی چهار ستون بدنم می‌لرزد.

* **اگر با من راه می‌آمدی،** تمام شهر را جاده می‌کردم.

* **در هم گره می‌خورند،** می‌پیچند، می‌بینی وقتی نیستی، حتی موهایم هم بی‌تابی می‌کنند.

* **تو، نه مهتاب و نه خورشیدی و نه دریائی.** تو همان ناب‌ترین جاذبهٔ دنیائی.

* **کاش می‌شد که کسی می‌آمد/** باور تیرهٔ ما را می‌شست و به ما می‌فهماند/ دل ما منزل تاریکی نیست/ اخم بر چهره بسی نازیباست. بهترین واژه، همان لبخند است که ز لبهای همه دور شده‌ست، کاش می‌شد که به انگشت نخ می‌بستیم، تا فراموش نگردد که هنوز انسانیم.

* **روحانی راه مسجد** راه گم کرده بود. از کودکی خردسال پرسید: فرزندم مسجد این محل کجاست؟ کودک گفت: آخر همین خیابان، به طرف چپ بپیچید. آنجا گنبد مسجد را خواهی دید. روحانی گفت: آفرین فرزندم من

هم‌اکنون در آنجا سخنرانی دارم. تو می‌خواهی به سخنانم گوش دهی؟ کودک پرسید: درباره چه چیز صحبت می‌کنی، حاج آقا؟ روحانی گفت: می‌خواهم راه بهشت را به مردم نشان دهم. کودک خندید و گفت: تو راه مسجد را بلد نیستی، می‌خواهی راه بهشت را به مردم نشان بدهی.

* **هر وقت تونستی به کسی آرامش ببخشی، بدان عاشق شدی و گرنه عشقی که آرامش معشوق را بگیرد، خود خواهیست.**

* **برای خیانت هزار راه هست، اما هیچ‌کدام به اندازه تظاهر به دوست داشتن، کثیف نیست.**

* **یه کم بیشتر هوای اینائی که ما رو می‌خندونن داشته باشیم، اونا تو تنهائی هاشون بیشتر غصه می‌خورند.**

* **میدونی چی بیشتر از همه آدمو داغون میکنه؟ این‌که هرکاری در توانت هست براش انجام بدی، آخرش برگرده بگه مگه من ازت خواستم؟**

* **هیچ وقت، بیش از حد عاشق نباش، بیش از حد اعتماد نکن، و بیش از حد محبت نکن، چون همین «بیش از حد» به تو بیش از حد آسیب میرسونه.**

با هیچ مزه ای، عوض نمی‌کنم، نمک چهره ات را. اما متعجبم، از شیرینی لبانت در این نمکزار..

مارتروترکینگ: اگر نمیتونی پرواز کنی، پس بدو، اگر نمیتونی بدوی، پس قدم بزن، اگر نمی‌تونی قدم بزنی، پس سینه‌خیز برو، ولی کاری که شما باید انجام بدی این است که رو به جلو حرکت کنید.

* **آدم بدبین** از جهت باد می‌نالد، و آدم خوش‌بین منتظر تغییر جهت باد می‌ماند، اما آدم واقع‌بین جهت بادبان‌ها را تغییر می‌دهد.

مارکوس سیسرو: «فیلسوف رومی»

ویژگی شگرف انسان احمق این است که خطاهای دیگران را می‌بیند و خطاهای خود را فراموش می‌کند.

در زندگی افرادی هستند که مثل قطار شهربازی میمون، از بودن با اونا، لذت می‌بری، ولی باهاشون به‌جائی نمی‌رسی.

* **هانس هابله:** «نویسنده اتریشی» بسیاری از مردم به دامن استبداد پناه می‌برند چون برای تحمل دموکراسی اعصاب قوی لازم است.

* **رابطه‌ای که** توش اعتماد نیست مثل ماشینیه که توش بنزین نیست، تا هر وقت بخوای میتونی توش بمونی ولی به‌جائی نمی‌رسی.

* **درختان به من** آموختند: پایبندی هرکس به اندازه ریشه اوست به هر درختی نمی‌توان تکیه کرد.

* **از مسیرهایی که** قبلاً هرگز نرفته‌ای یا مسیرهایی که هرگز دوباره فرصت گذر از آنها را نخواهی داشت، عبور کن، زندگی راهنمای سفر نیست، که آن را دنبال کنی، زندگی ماجرائی است که باید آن را بپذیری .
تو بی‌نظیری، بی‌همتایی، یک شاهکاری، پس خوشحال باش و جشن بگیر
نگذار بی‌نظیر بودن باعث خجالت شود. کسی به غیر از شکوه و عظمتی که هستی، نباش، هر ستاره‌ای برای آسمان مهم است.

* **حضورت** هدیه ای برای جهان است. تو بی نظیری و بی همتا هستی زندگی می‌تواند همانی باشد که میخواهی، روزها را دریا ب و در لحظه‌ها زندگی کن.

* **ماندن با کسی** که قدرتان را نمی‌داند وفاداری نیست حماقت است.

* **انسان‌ها** تنها موجودات روی زمین هستند که ادعا می‌کنند خدائی هست، ولی تنها جاندارانی هستند که رفتارشان طوریه که انگار خدائی وجود ندارد.

* **پشت هر مرد** موفق یک زن وجود ندارد. آن زن کنارش قرار دارد، آن زن همراه اوست نه پشتش.

* **نگذارید** گوش‌هایتان گواه چیزی باشد که چشم‌هایتان ندیده، نگذارید زبانتان چیزی را بگوید که قلب‌تان باور نکرده. صادقانه زندگی کنید.

* **یادتان باشد** تا زمانی که نفس می‌کشید هرگز برای شروعی تازه دیر نیست.

* **رمز و راز تغییر** این است که همه انرژی‌تان را نه برای مبارزه با گذشته، بلکه برای ساختن آینده بکار بگیرید.

* **خودتان را ببخشید** که بی‌بصیرتی‌تان، باعث شد، در مسیر کسی قرار گیرید که به شما بی‌وفائی کند. گاهی قلبی خوب قادر به دیدن بدی نیست.

* **ابراهام لینکن:** وقتی من کار خوبی می‌کنم احساس خوبی دارم. وقتی کار اشتباهی مرتکب می‌شوم، دچار عذاب وجدان می‌شوم، دین من این است..

* **بترس** از کسی که دست خالی می‌رود، و گرنه آنکه معطل بستن چمدان است، دنبال بهانه‌ای می‌گردد برای ماندن.

* **من برای زندگی** در رویاهایم، از هیچ کس اجازه نخواهم گرفت.

* **پنجره را ببند**، در را قفل کن، کنج اتاقمان، جای دنجی برای آزادیست.

* **پدر تکیه‌گامی** است که بهشت زیرپایش نیست، اما همیشه به جرم پدر بودن، باید ایستادگی کند و با وجود همه مشکلات به تو لبخند زند تا تو دلگرم شوی.

* **آن بولیو:** تنهایی هزاران بار بهتر است از بودن با کسی که حواشش به تو نیست، و فقط در آن هنگام با توست که کسی را در کنارش ندارد.

* **اگر یک سیب** بد طعم را خورده باشید، می‌توانید طعم یک سیب خوب را درک کنید. پس از تلخی‌های زندگی درس بگیرید، تا بتوانید آن را درک کنید.

* **هنر و دانش** بر گزیده‌ترین و بزرگترین انسانها را به هم می‌پیوندد.

* **هیچ وقت به جملات منفی** و مایوس‌کننده دیگران گوش ندید، چون اونا، زیباترین رویاها و آرزوهای شمارو ازتون می‌گیرند، چیزهایی را که از ته دل آرزوشون رو دارید.

* **همیشه** به قدرت کلمات فکر کنید. چون هر چیزی که می‌خوانید یا می‌شنوید روی اعمال شما تأثیر می‌گذارد. پس همیشه مثبت فکر کنید و بالاتر از آن.

اگر حق با شماست به خشمگین شدن نیازی نیست. و اگر حق با شما نیست، هیچ حقی برای عصبانی بودن نداری.

* **صادق هدایت:** ما چقدر به سادگی نیاکان خودمان خندیدیم، روزی می‌آید که آیندگان به خرافات ما خواهند خندید.

* **بهترین راه برای رسیدن** به رویاهایتان گوش دادن به قلبتان است. خطر را قبول کنید. فقط به خاطر دیگران و یا اتفاقاتی که شاید بیافتند. راه‌های بی‌خطر و آسان را انتخاب نکنید، در غیراین صورت هیچ چیز تغییر نخواهد کرد. نگذارید ذهن‌های کوچک، شما را از رسیدن به رویاهای بزرگتان باز دارند.

* **نمی‌دانم چه رازی** بین هنرمندان حقیقی وجود دارد که هیچ‌کدام، به دنیا روی خوش نشان نمی‌دهند.

* **تکامل** باید هدف ابتدائی همه هنرمندان حقیقی باشد.

* **من جز خوبی،** نشان دیگری که نمودار برتری باشد، نمی‌شناسم.

* **من می‌خواهم** گریبان سرنوشت را بگیرم، او نمی‌تواند سر مرا در برابر زندگی خم کند.

* **موسیقی** از فکر تراوش می‌کند و در قلب می‌نشیند.

* **هر گاه آسایش،** درازمدت و بی‌دلیل باشد، به تبلی می‌گراید.

- * **من برای** شادمانی به دنیا نیامده‌ام، آمده‌ام تا کارهای بزرگ انجام بدهم.
- * **عشق**، شفامی‌دهد و سلامت می‌دارد، هم کسی را که عشق می‌ورزد و هم کسی را که آن را دریافت می‌دارد.
- * **دوست من**، امروز چشم‌های مرا به باران دعوت کردی، از تو پنهان نباشد، گریه کردن گاهی بهترین هدیه ای است که دوستی به آدم می‌بخشد همین که چشم‌های آدم می‌بارند، همین که دلت سبک می‌شود، همین که باور می‌کنی هنوز زنده‌ای اتفاق خوبی‌ست. حالا چه بهتر که این همه اتفاق‌های خوب را یک دوست، یک دوست خیلی عزیز برایت رقم بزند. میدانی گاهی آدم باید بشکند... باید بریزد.
- باید نابود شود، تا ببیند باز هم می‌تواند بلند شود و زندگی‌اش را از سر بگیرد.
- * **گاهی باید** یاد گرفت که همیشه دلی که برایت می‌تپد ماندگار نیست باید یاد گرفت که قدر بعضی از لحظه‌ها را بیشتر دانست. باید یاد گرفت که گاهی ممکن است آنقدر تنها شوی که هیچ چشمی اتفاقی هم ترا نبیند.
- * **گاهی آنقدر** تنها می‌شوی که حتی دلت برای خودت هم تنگ می‌شود. گاهی آنقدر نهایت می‌گذارند که نام کوچکت را هم از یاد می‌بری، مگر نه اینکه نام کوچک آدم برای این است که صدایت بزنند که سراغت را بگیرند، و تو باور کنی، هنوز برای خاطر کسی عزیزی؟
- * **زرتشت، پیامبر ایران باستان:** بهشت و دوزخ ما در این جهان در دستان خودمانست. نیکی، پاسخ نیکی و بدی، سزای بدی، نتیجه زندگی ما اعمال ماست.

- * **هنر انسان‌های بزرگ** این است که به دشواری کار نمی‌اندیشند، بلکه به عظمت آنچه خواهند یافت فکر می‌کنند.
- * **برتراند راسل:** هرگز حاضر نیستم برای عقیده‌ام بمیرم، چون ممکن است عقیده‌ام اشتباه باشد.
- * **هنگامی که گالیله** در اثر شکنجه و تهدیدات کلیسا مجبور شد به اشتباه خود اعتراف کند، و به صاف بودن کرده زمین اعتراف کند، یکی از شاگردان گالیله به سمت او آمد و تف بر زمین انداخت و گفت: تف به سرزمینی که قهرمان ندارد. گالیله در جواب گفت: تف به سرزمینی که به قهرمان احتیاج دارد.
- * **زندگی یک پادشاه است** نه یک مکافات، فرصتی است کوتاه تا ببالی، بیابی، بدانی، بیندیشی، بفهمی و زیبا بنگری و در نهایت در خاطره‌ها بمانی.
- * **نکته:** یارو کف دستش میخاره، میگه: پول داره واسم میرسه. گوشش میخاره، میگه: پول داره میره، ولی اصلاً فکر نمی‌کنه، کثیفه و باید بره حموم.
- * **لطیفه:** طرف پیاز سرخ می‌کنه، بوی ماهی بره. بعد اسفند دود می‌کنه، بوی پیاز بره، بعد پنجره باز میذاره بوی اسفند بره، تازه کلی هم خوشحاله از این ابتکارش.
- * **دانشسته بعضی از دختران مجرد:** از کلاس اول خواندیم، آن مرد آمد. آن مرد با اسب آمد. ما که ترشیدیم. مردتیکه با خر هم نیامد، و باز هم بابا نان داد.

* **نه کوه به کوه میرسه**، نه آدم به آدم: حقتون رو همون موقع که دم دستتون هست بگیرین.

* **هیچگاه اجازه** ندهید احساس نومیدی باعث شود، در نهایت به کمترین آنچه که لیاقتتان است رضایت دهید.

* **یادمان باشد**، وقتی کسی را به خودمان وابسته کردیم، در برابرش مسؤولیم، در برابر اشکهایش، شکستن غرورش، لحظه‌های شکستش، در تنهایی، لحظه‌های بی‌قراریش، و اگر یادمان برود، سرنوشت در جای دیگر یادمان خواهد آورد و این بار ما خود فراموش خواهیم شد.

* **بزرگترین هدیه ای** که می‌توان به کسی داد، هنگامی که برای یک نفر وقت می‌داری، یعنی قسمتی از زندگیت را به او دادی که باز پس نمی‌گیری. دقت کنید که دارین واسه کی وقت می‌زارین.

* **طنز**: یکی از ملا نصرالدین می پرسه، چه جور ی جنگ شروع میشه؟ ملا بدون معطلی، یکی می‌زنه توی گوش طرف و میگه: اینجوری

طنز: مرد: وقتی من مردم هیچ مرد دیگه ای مثل من پیدا نخواهی کرد. زن، حالا چرا فکر می‌کنی که بعد از تو بازم دنبال کسی مثل تو خواهم گشت؟

طنز: بچه: رو به مادرش، مامان چرا بابا کچله؟ مادر: به خاطر اینکه بابا خیلی فکر میکنه.

بچه: پس چرا موهای تو اینقدر بلنده؟

مادر: خفه شو..

زن و شوهری داشتن با هم دعوا می کردند. شوهر میگه: من فقط به خاطر اینکه بابات پول دار بود باهات ازدواج کردم. زن میگه: باز تو یه دلیلی داشتی، من بدبخت چی؟

- **بعضی آدم‌ها** مثل ابر می‌مانند، وقتی ناپدید میشوند، روزمان درخشان‌تر میشود.

دل‌م برای کودکی‌ام تنگ شده، نه استرسی بود، نه نگرانی، نه غصه‌ای و نه دلواپسی در دنیا.

تنها یک دروغ کافیت تا اعتماد کسی از شما سلب شود. بهترین کاری که می‌توانید انجام دهید. این است که همیشه رک و صادق باشید و همواره حرف راست را بزنید.

این دشوارترین شرایط زندگی است که شما را متوجه رنگ حقیقی آدم‌هایی خواهد کرد که ادعای دوست داشتن شما را دارند.

هیچکدام از ما نمی‌دانیم چقدر زمان در دنیا برایمان باقی مانده است. آنچه که در انتها باقی می‌ماند. اعمال، خاطره‌های به‌جامانده و احساسی است که در دیگران ایجاد کرده‌اید، و آنچه که می‌خواهید به‌جای بگذارید، مردمی است که همیشه شما را با عشق یاد کنند.

من در رقابت با هیچ‌کس نیستم، در مسابقه با خودم تلاش می‌کنم. هیچ رغبتی ندارم به هر نحوی، شکلی یا فرمی وارد بازی بهتر بودن از کسی شوم. تنها هدفم این است که بهتر از گذشته‌ام شوم و پیشرفت کنم. من این هستم، من آزادم.

- * **کسی که تلاش** می‌کند همه را شاد نگه دارد، همدم همگان است، همیشه خودش تنهاترین تنهاست، عجیب است اما حقیقت دارد.
- * **در یک رابطه محکم دوستانه**، نیازی نیست همیشه و همه روز با هم در ارتباط و گفتگو بود. مادامیکه آن رابطه در قلب جای دارد. دوستان حقیقی هرگز جدا نخواهند شد.
- * **هرقدر کمتر** جواب آدم‌های گستاخ، لجباز و یک دنده را بدهید زندگی‌تان آرامش بیشتری خواهد داشت.
- * **کمتر بترسید**، بیشتر امیدوار باشید، کمتر بخورید، بیشتر بجوید، کمتر آه بکشید، بیشتر نفس بکشید، کمتر متنفر باشید بیشتر عشق بورزید، و بعد خواهید دید که همه چیزهای خوب از آن شما خواهد شد.
- * **قرار نیست** که همه آدم‌ها شما را درک کنند و این اشکالی ندارد. آنها حق دارند نظر دهند و شما کاملاً حق دارید آنرا نادیده بگیرید.
- * **گاهی آدم‌ها زیبايند**. نه به خاطره چهره یا کلامشان، بلکه صرفاً به خاطر آنچه که هستند، خود واقعيشان و اصالت حقيقيشان.
- * **هيچ وقت** گريه مادر رو درنياوريد خداوند تک اشکهای او را می‌شمارد.
- * **شهر از بالا زیباست** و آدم‌ها از دور جذاب، فاصله مناسب رو حفظ کنیم تا دوست داشتنی بمونیم.

* **آلبرت اینشتین:** اگر مردم فقط به خاطر ترس از تنبیه شدن و یا به امید پاداش گرفتن خوب هستند، حقیقتاً باید خیلی متأسف باشیم.

* **دشمنی** که کلام شیرین دارد، شمشیرش خیلی تیزتر است.

* **مراقب باش، روزگار هلت می‌دهد،** اما قرار نیست تو بیفتی اگر خودت را به آسمان گره زده باشی، اوج میگیری به همین سادگی.

* **تاریخ به ما یاد می‌دهد** که انسان‌ها و ملت‌ها تنها زمانی عاقلانه رفتار می‌کنند که از باقی رفتارها خسته شده باشند.

* **انسان بیشتر دلش می‌خواهد درکش کند** تا دوستش داشته باشند.

* **از میان مرغان مهاجر، آنکه در انتهاست،** شاید ضعیف‌ترین باشد، اما او دلبسته‌ترین آنهاست.

* **گاهی باید،** کر بود، گاهی کور، گاهی لال، گاهی هم نباید آدم بود. این چند نکته رو رعایت کنی، همه‌چیز تو زندگیت همیشه درست پیش میره.

* **قرون وسطی:** از حدود سال‌های 500 میلادی تا سال 1453 را قرون

وسطی یا قرون تیره می‌نامند. سلطهٔ مطلقهٔ کلیسا و حکومت دینی بر مردم باعث شده بود که هنرهای این دوران در خدمت کلیسا و مذهب به کار گرفته شوند. شاهکارهای معماری در کلیساها نمود یافتند و کتاب آرائی منحصر شده به کتاب مقدس همراه با تصاویری از عیسی و مریم و قدیسان. مجسمه‌های این دوران اغلب مریم و عیسی یا تصلیب مسیح و قدیسان.

هستند موسیقی و سایر هنرها نیز در خدمت کلیسا بودند. و این حدود هزارسال سلطهٔ مطلق باعث شکوفائی هنرهای منحصر به فرد و در نوع خود بی نظیر شد که شروع رنسانس به این دوران پایان داده شد.

* **دوستی همان** کهنه شرابیست که هرچه بماند مستی آن بیشتر می شود.

* هواخواه توام جانا و می دانم که میدانی
 که هم نادیده می بینی و هم ننوشته می خوانی
 ملامت گو چه دریابد میان عاشق و معشوق
 نبیند چشم نابینا خصوص اسرار پنهانی.

* عاشقان را بگذارید بنالند همه
 مصلحت نیست که این زمزمه خاموش شود
 من نگویم که به درد دل من گوش کنید
 بهتر از آن است که این قصه فراموش کنید

* **اگر در جریان رودخانه صبرت ضعیف باشد**، هر تکه چوبی مانعی عظیم بر سرراحت خواهد شد.

* **آنتونی رابینز** «نشاط و خوشدلی، اعتماد به نفس، شما را تقویت و زندگی را

دلپذیرتر می سازد و باعث می شود که اطرافیان شما شادی بیشتری را احساس کنند. خوشدلی به معنی خوش خیالی و فرار از مشکلات نیست، بلکه نشانه هوش و ذکاوت شماست.

* **هینز سندی**: به جای موفقیت در چیزی که از آن نفرت دارم، ترجیح

می‌دهم در چیزی شکست بخورم که از آن لذت می‌برم.

اگر روزی خیانت دیدی، بدان قیمتت بالاست.

* **اگر روزی تهدیدت کردند**، بدان در برابرت ناتوانند.

نامه عمر بن الخطاب به یزدگرد سوم ساسانی، شاهنشاه پارس

اصل این نامه در موزه لندن نگهداری می‌گردد.

یزدگرد: من آینده خوبی برای تو و ملت نمی‌بینم مگر اینکه پیشنهاد مرا قبول

کرده و بیعت نمایی، زمانی سرزمین تو بر نیمی از جهان شناخته حکومت میکرد،

لیکن اکنون اُفول کرده است؟ ارتش تو در تمام جبهه‌ها شکست

خورده‌است و ملت تو محکوم به فناست. من راهی برای نجات به تو پیشنهاد

می‌کنم، شروع کن به عبادت خدای یگانه، یک خدای واحد، تنها خدائی که خالق

همه در جهان است (همه‌چیز).

ما پیغام او را برای تو و جهان می‌آوریم، او که خدای حقیقی است. آتش پرستی را

متوقف، به ملت فرمان ده آتش پرستی را که کذب می‌باشد، متوقف کنند و به ما

به پیوندند، برای پیوستن به حقیقت. الله را پرستش نمائید و اسلام را به‌عنوان راه

رستگاری خود قبول کنید. اکنون به راه‌های شرک و پرستش کذب پایان داده و

اسلام را به‌عنوان ناجی خود قبول کنید. با اجرای این تو تنها راه بقای خود و

صلح برای پارسیان را پیدا خواهی نمود.

اگر تو بدانی چه چیزی برای پارسیان بهتر است، تو این راه را انتخاب خواهی

کرد. بیعت تنها راه می‌باشد. الله اکبر

محل امضای عمر بن الخطاب، خلیفه المسلمین.

پاسخ یزدگرد سوم به عمر بن الخطاب:

از شاهنشاه، شاه پارس و غیره، شاه کشورها، شاه آریائی‌ها و غیر آریائی‌ها شاه پارسیان و دیگر نژادها و نیز تازیان. شاهنشاه پارس، یزدگرد سوم ساسانی به عمر بن الخطاب، خلیفه تازی،

بنام اهورامزدا، آفریننده جان و خرد. تو در نامه‌ات نوشته‌ای، می‌خواهی ما را بسوی خداوندت الله اکبر هدایت کنی، بدون دانستن این حقیقت که ما که هستیم و ما چه را پرستش می‌نمائیم. شگفت‌انگیز است که تو در جایگاه خلیفه تازیان تکیه زده‌ای، با اینکه خردت به مانند یک ولگرد پست تازی است. ولگردی در بیابان تازیان و مانند یک مرد قبیله‌ای بادیه‌نشین.

مردک تو به من پیشنهاد می‌کنی که یک ایزد یگانه و یکتا را پرستش نمایم، بدون اینکه بدانی هزاران سال است که پارسها ایزد یکتا را پرستش نموده‌اند و پنج نوبت در روز او را عبادت می‌نمایند، سال‌هاست که در این سرزمین فرهنگ و هنر، این راه عادی زندگی بوده است.

زمانی که سنت میهمان نوازی و کردار نیک در گیتی پایه گذاری نموده و پرچم، پندار نیک، گفتار نیک، کردار نیک را برافراشتیم، تو و نیاکانت بیابان‌گردی می‌کردید، سوسمار می‌خورید زیرا که چیز دیگری برای تغذیه خود نداشتید و دختران بی‌گناه خود را زنده‌بگور می‌نمودید.

مردم تازی هیچگونه ارزشی برای آفریدگان خداوند قایل نیستند. شما فرزندان خدا را گردن می‌زنید، حتی اسیران جنگی را به زنان تجاوز می‌کنید، دختران زنده بگو می‌نمائید. به کاروانها یورش می‌برید، قتل عام می‌کنید، زنان مردم را دزدیده و

اموال آنها را به یغما می‌برید، قلب شما از سنگ ساخته شده، ما این اعمال اهریمنی را که شما مرتکب می‌شوید محکوم می‌کنیم.

چگونه شما می‌توانید به ما راه خدائی را تعلیم داده، در حالیکه این‌گونه اعمال را مرتکب می‌شوید؟ تو به من می‌گوئی پرستش آتش را متوقف کنم، ما پارس‌ها عشق آفریدگارو نیروی او را در روشنی آفتاب و گرمای آتش مشاهده می‌نمائیم، روشنی و گرمای آفتاب و آتش، ما را قادر می‌سازد، تا نور حقیقت را مشاهده نموده و قلب‌هایمان را به آفریدگار و به یکدیگر شعله‌ور نمائیم. به ما کمک می‌کند تا به یکدیگر مهر بورزیم، ما را روشن نموده و قادر می‌سازد تا شعله مزدا را در قلب‌هایمان زنده نگه‌داریم.

خداوندگار ما اهورامزدا است و عجب است که شما مردم نیز او را تازه کشف کرده و او را بنام الله اکبر نام‌گذاری نموده‌اید، اما ما مثل شما نیستیم، ما با شما در یک رده نیستیم، ما به نوع بشر کمک می‌کنیم، ما عشق را در میان بشریت می‌گسترانیم، ما نیکی را در زمین می‌گسترانیم، هزاران سال است که ما در حال گسترش فرهنگ خود بوده، اما در راستای احترام به فرهنگ‌های دیگر گیتی در حالیکه شما بنام الله سرزمین‌های دیگر را مورد تاخت و تاز قرار می‌دهید، شما مردم را قتل‌عام می‌کنید، قحط و قلا می‌آورید، ترس و فقر برای دیگران، شما بنام الله اهریمن می‌آفرینید، چه کسی مسؤل این همه بدبختی است آیا این الله است که به شما فرمان می‌هد تا بکشید.

غارت نمائید و تخریب کنید؟ آیا این شما رهروان الله هستید که بنام او این اعمال را انجام می‌دهید؟ یا هردو؟ شما از گرمای بیابان‌ها و سرزمین‌های سوخته بی‌حاصل و بدون منابع برخاسته، شما می‌خواهید از طریق لشگرکشی و زور شمشیرهایتان به مردم شهرنشین مانند ما که هزاران سال است در شهرها زندگی

می‌کنند درس عشق به خدا بدهید. شما وحشیان بیابانی هستید، در حالیکه می‌خواهید به مردم شهرنشین مانند ما که هزاران سال است در شهرها زندگی می‌کنند درس عشق بخدا بدهید. ما هزاران سال است فرهنگ در پست‌سر داریم که برآستی یک ابزار نیرومند می‌باشد. بما بگوئید؟ با تمام لشکرکشی‌هایتان توحش، کشتار و قحط و قلا بنام الله اکبر، شما به این ارتش اسلام چه آموخته‌اید؟ شما چه چیز به مسلمانان آموخته‌اید که بر آن ابرام می‌ورزید تا آنرا به دیگران ملل غیرمسلمان نیز بیاموزید؟ شما چه فرهنگی از این الله خود آموخته‌اید، که حالا می‌خواهید به زور آنرا به دیگران تعلیم دهید. افسوس، افسوس، که امروز ارتش پارسی از ارتش شما شکست خورده‌اند. اکنون مردم ما می‌باید همان خدا را پرستش نمایند، همان پنج نوبت در روز را، اما با زور شمشیر و او را به عربی عبادت نمایند. پیشنهاد مینمایم تو و دارو دسته راهزنت بساط خود را جمع کرده و به بیابان‌های خود به‌جائی که در آن زندگی می‌کردید برگردید. آنها را به‌جائی برگردان که در آن عادت به سوختن در گرمای آفتاب را دارند، زندگی قبیله‌ای، خوردن سوسمار و نوشیدن شیر شتر، من اجازه نخواهم داد که تو، دارودسته راهزنت را در سرزمین‌های حاصل‌خیز، شهرهای متمدن و ملت شکوهمند ما آزادگذاری این جانوران قسی‌القلب را برای قتل‌عام مردم ما، دزدیدن زنها و فرزندان ما، تجاوز به زنان ما و فرستادن دختران ما به مکه به‌عنوان اسیر آزاد مگذار، به آنها اجازه نده تا بنام الله مرتکب این‌گونه اعمال شوند، به رفتار جنایتکارانه خود پایان ده. آریائی‌ها بخشنده، گرم، میهمان نواز و مردمی نجیب بوده و هر جائی که رفته‌اند، آنها بذر دوستی خود را گسترده‌اند.

عشق و خرد و حقیقت. بنابراین، آنها نباید تو و مردم‌ت را برای رفتار جنایتکارانه و راهزنی مجازات نمایند. من از تو درخواست می‌کنم که با الله اکبر خودت در

بیابانهایت بمان و به شهرهای متمدن ما نزدیک مشو، زیرا که اعتقادات تو، خیلی مهیب و رفتارت بسیار وحشیانه می باشد.

شاهنشاه یزدگرد سوم ساسانی

هرگز از کسی که همیشه با من موافق بود چیزی یاد نگرفتم ..

* **گاهی وقت** ها یک جدایی درست، ارزشش از صد ازدواج غلط بالاتره .

*

* **حافظ** اگر آن ترک شیرازی بدست آرد دل ما را

به خال هندویش بخشم سمرقند بخارا را

صائب تبریزی:

اگر آن ترک شیرازی بدست آرد دل ما را

به خال هندویش بخشم سرو دست و تن و پا را

هر آنکس چیزی می بخشد ز مال خویش می بخشد

نه چون حافظ که می بخشد سمرقند و بخارا را

شهریار:

اگر آن ترک شیرازی بدست آرد دل ما را

به خال هندویش بخشم تمام روح اجزا را

هر آنکس چیزی می بخشد بسان مرد می بخشد

نه چون صائب که می بخشد سر و دست و تن و پا را

* **محمد عیاد زاده:**

اگر آن ترک شیرازی بدست آرد دل ما را

خوشا بر حال خوشبختش، بدست آرد دنیا را

نه جان و روح می‌بخشم نه املاک بخارا را
 مگر بنگاه املاکم؟ چه معنی دارد این کارا
 و خال هندویش دیگر ندارد ارزشی اصلاً
 که با جراحی صورت عمل کردند خال‌ها را
 نه حافظ داد املاکی، نه صائب دست و پاها را
 فقط می‌خواستند این‌ها، بگیرند وقف ما را

نقل قول: (اسکندر)

چگونه باید بر مردمی که از مردم من بیشتر می‌فهمند حکومت کنم.
 می‌گویند: اسکندر قبل از حمله به ایران، در مانده و مسأصل بود. از خود می‌پرسید
 که چگونه باید بر مردمی که از مردم من بیشتر می‌فهمند حکومت کنم؟
 یکی از مشاوران می‌گوید:
 کتاب‌هایشان را بسوزان و خردمندان‌شان را بکش و دستور بده به زنان و
 کودکان‌شان تجاوز کنند.
 یکی دیگر از مشاوران ، به قول برخی، ظاهراً (ارسطو) می‌گوید : نیازی به چنین
 کاری نیست.

از میان مردم آن سرزمین، آنها را که نمی‌فهمند و کم سوادند، بکارهای بزرگ
 بگمار، آنها که می‌فهمند و باسوادند به کارهای کوچک و پست بگمار.

بی‌سوادها و نفهم‌ها همیشه شکرگزار تو خواهند بود و هیچ‌گاه توانائی طغیان
 نخواهند داشت. فهمیده‌ها و باسوادها هم یا به سرزمینهای دیگر کوچ می‌کنند، یا
 خسته و سرخورده عمر خود را تا لحظه مرگ، در گوشه‌ای از آن سرزمین در انزوا
 سپری خواهند کرد.

- **محبت از درخت آموز**، که سایه، از سرهیزم شکن هم بر نمی دارد.
- دختری از امت عیسی، گرفتارش شدم
- یا محمد همتی کن تا مسلمانش کنم

گاهی دویدن برای رسیدن به کسی ، دیگر نفسی برای ماندن در کنار او باقی نخواهد ماند ..

درست متر کن . آدما قد خودشانند ، نه قد تصورات تو ...

1. شریف ترین دل‌ها، دلی است که اندیشه آزار دیگران در آن نباشد.
2. بدبختی تنها در باغچه‌ای که خودت کاشته‌ای می‌رود.
3. وقتی زندگی برایت خیلی سخت شد، یادت باشد که دریای آرام ناخدای قهرمان نمی‌سازه.
4. هر اندیشه شایسته‌ای به چهره انسان زیبایی می‌بخشد.

«از سخنان ملاصدرای شیرازی»

خداوند بی‌نهایت است و لامکان و بی‌زمان، اما به قدر فهم تو کوچک می‌شود. و بقدر نیاز تو فرود می‌آید و بقدر آرزوی تو گسترده می‌شود، و بقدر نخ، پیرزنان دوزنده باریک می‌شود، و بقدر ایمان تو کارگشا می‌شود، و بقدر دل امیدواران گرم می‌شود.

یتیمان را پدر می‌شود و مادر، بی برادران را برادر می‌شود، بی همسران را همسر می‌شود. عقیمان را فرزند می‌شود، ناامیدان را امید می‌شود. گم گشتگان را راه می‌شود. در تاریکی ماندگان را نور می‌شود، رزمندگان را شمشیر می‌شود، پیران را عصا می‌شود، محتاجان به عشق را عشق می‌شود، خداوند، همه چیز می‌شود،

همه کس را، به شرط پاکی دل، به شرط طهارت روح، به شرط پرهیز از معامله با ابلیس. بشوئید قلب‌هایتان را از هر احساس ناروا و مغزهایتان را از هر اندیشه خلاف و زبانه‌ایتان را از هر گفتار ناپاک و دست‌هایتان را از هر آلودگی در بازار و بپرهیزید از ناجوانمردی‌ها ناراستی‌ها، نامردمی‌ها.

چنین کنید تا ببینید که خداوند، چگونه بر سر سفره شما با کاسه‌ای خوراک و تکه‌ای نان می‌نشیند و بر بند تاب، با کودکان‌تان تاب می‌خورد و در دکان شما کفه‌های ترازویتان را میزان می‌کند و در کوچه‌های خلوت، شب با شما آواز می‌خواند. مگر از زندگی، چه می‌خواهید که در خدائی خدا یافت نمی‌شود؟ که به شیطان پناه می‌برید؟ که در عشق یافت نمی‌شود، که به نفرت پناه می‌برید؟ که در سلامت یافت نمی‌شود که به خلاف پناه می‌برید؟ و مگر حکمت زیستن را از یاد برده‌اید که انسانیت را پاس نمی‌دارید؟

سه پرسش سقراط:

هر زمان شایعه‌ای رو شنیدید و یا خواستید شایعه‌ای را تکرار کنید این فلسفه را در ذهن خود داشته باشید.

در یونان باستان سقراط به دلیل خرد و درایت فراوانش مورد ستایش بود. روزی فیلسوف بزرگی که از آشنایان سقراط بود، با هیجان نزد او آمد و گفت سقراط، میدانی راجع به یکی از شاگردانت چه شنیده‌ام؟ سقراط، گفت: لحظه‌ای صبرکن، قبل از اینکه بمن چیزی بگوئی از تو می‌خواهم، آزمون کوچکی را که نامش سه پرسش است پاسخ دهی. مرد پرسید، سه پرسش؟ سقراط گفت: بله، درست است قبل از اینکه راجع به شاگردم با من صحبت کنی، لحظه‌ای آنچه را که قصد گفتنش را داری امتحان کنیم.

اولین پرسش حقیقت است: کاملاً مطمئنی که آنچه را که می‌خواهی به من بگوئی حقیقت دارد؟ مرد جواب داد، نه، فقط در موردش شنیده‌ام، سقراط گفت: بسیار خوب، پس واقعاً نمی‌دانی که خبر درست است یا نادرست. حالا بیا پرسش دوم را بگوئیم، «پرسش خوبی» آنچه را که در مورد شاگردم می‌خواهی بمن بگوئی، خبر خوبی است؟ مرد پاسخ داد، نه برعکس سقراط ادامه داد، پس می‌خواهی، خبری بد در مورد شاگردم که حتی در مورد آن مطمئن هم نیستی بگوئی؟ مرد کمی دستپاچه شد و سقراط ادامه داد، اما پرسش سوم سودمند بودن است؟ آنچه را که می‌خواهی در مورد شاگردم به من بگوئی برایم سودمند است؟ مرد پاسخ داد، نه، واقعاً سقراط نتیجه‌گیری کرد، اگر می‌خواهی به من چیزی را بگوئی که نه حقیقت دارد و نه خوب است و نه حتی سودمند است، پس چرا اصلاً آن را به من می‌گوئی.

* **طنز:** زن به دامپزشک مراجعه کرد و گفت، من اصلاً حالم خوب نیست. دامپزشک گفت: شما اشتباهی اومدین " اینجا، دامپزشکیه. زن گفت نه دکتر، درست اومدم، آخه من صبحها که بلند میشم اخلاقم مثل سگه، از صبح تا ظهر مثل خرکار می‌کنم، ظهرها هم مثل گاو غذا میخورم، بعد از ظهر مثل خرس میخوابم، تازه شب که شوهرم میاد بهم میگه سلام سوسک سیاه.

* **گفته‌ای از چارلی چاپلین:** آموخته‌ام که با پول می‌شود خانه خرید ولی آشیانه نه، رختخواب خرید، ولی خواب نه، ساعت خرید، ولی زمان نه، می‌توان مقام خرید، ولی احترام نه، می‌توان کتاب خرید ولی دانش نه، دارو خرید ولی سلامتی نه، خانه خرید ولی زندگی نه و بالاخره می‌توان قلب خرید ولی عشق نه، آموخته‌ام که تنها کسی که مرا در زندگی شاد می‌کند کسی است که به من می‌گوید، تو مرا شاد کردی.

- سخنی از گاندی : هنوز هم نمی‌دانم هر سال که می‌گذرد یک سال به عمرم اضافه می‌شود یا از عمرم کم می‌شود.

- خدایا آن را که عقل دادی چه ندادی؟

و آن را که عقل ندادی چه دادی؟

نقل قول: این گفتار از (کارو) است

- خدایا کفر نمی‌گویم، پریشانم، چه می‌خواهی تو از جانم؟

مرا بی‌آنکه خود خواهم اسیر زندگی کردی.

خداوندا، اگر روزی ز عرش خود به زیر آئی

لباس فقر پوشی:

غرورت را برای تکه نان

به زیرپای نامردان بیاندازی

و شب آهسته و خسته

تهی دست و زبان بسته، به سوی خانه باز آئی

زمین و آسمان را کفر می‌گوئی نمی‌گوئی؟

خداوندا، اگر در روز گرماخیز تابستان

تنت بر سایه دیوار بکشانی

لبت بر کاسه مسی قیر اندود. بگذاری

و قدری آن طرف‌تر

عمارت‌های مرمرین بینی و

اعصابت برای سکه‌ای این سو آن سو در روان باشد، زمین و آسمان را کفر

می‌گوئی؟ نمی‌گوئی؟

خداوندا! اگر روزی بشر گردی

ز حال بندگانت با خبرگردی،

پشیمان می شوی از قصه خلقت، از این بودن، از این بدعت.

خداوندا تو مسئولی.

خداوندا تو میدانی که انسان بودن و ماندن،

در این دنیا چه دشوار است.

چه رنجی می کشد آنکس که انسان است و از احساس سرشار است.

-

- **طنز:** یه تهرانی میاد خالی ببند، روی آبادانیه رو کم کنه، میگه سگای ما هر

وقت بخان بیان تو خونه، اول در می زنین بعد میان داخل. آبادانیه، میگه، ولک،

مگه سگاتون کلید ندارن؟

آیا می دانستید :

* آنهایی که از نظر احساسی بسیار قوی به نظر میرسند در واقع بسیار ضعیف و

شکونده هستند؟

* آیا می دانستید " آنهایی که زندگیشان را وقف مراقبت از دیگران می کنند

خود به کسی برای مراقبت نیاز دارند؟

* آیا می دانستید " سه جمله ای که بیان آنها از همه جملات سخت تر است

(دوستت دارم، متأسفم و به من کمک کن) میباشد؟

* آیا می دانستید، کسانی که زرد میپوشند از زیبایی خود لذت میبرند؟

* آیا می‌دانستید " کسانی که لباس مشکی به تن میکنند، نمی‌خواهند مورد توجه قرار گیرند، ولی به کمک و درک شما نیاز دارند؟. آیا می‌دانستید که نوشتن احساسات بسیار آسانتر از رو در رو بیان کردن آنهاست، اما ارزش رو در رو گفتن بسی بیشتر است؟

تنظیم برنامه:.

- مدیر به منشی می‌گه برای یک هفته باید بریم مسافرت کارهارو روبراه کن
- منشی زنگ میزنه به شوهرش، می‌گه من باید با رئیس برم سفر کاری، کارهات و رو روبراه کن .
- شوهر زنگ میزنه به دوست دخترش، می‌گه زنم یک هفته میره مأموریت کارهات و رو برواه کن. معشوقه هم که تدریس خصوصی میکرده، به شاگرد کوچلوش زنگ میزنه، می‌گه، من تمام هفته مشغولم، نمی‌توانم پیام.
- پسره زنگ میزنه به پدر بزرگش، می‌گه، معلم یه هفته کامل نمیداد، بیا هر روز بزیم بیرون و هوایی عوض کنیم.
- پدر بزرگ که اتفاقاً همون مدیر شرکت هست، به منشی زنگ میزنه می‌گه، مسافرت رو لغو کن، من با نوه‌ام سرم بنده.
- منشی زنگ میزنه به شوهرش و می‌گه، مأموریت کنسل شد من دارم میام خانه.
- * - شوهر زنگ میزنه به معشوقه می‌گه زنم مسافرتش لغو شد نیا که متأسفانه نمی‌توانم ببینمت.
- * - زنگ می‌زنه به شاگردش , می‌گه , کارم عقب افتاده و این هفته بیکارم ,

پس

دارم میام که بریم سر درس و مشق

- پسر زنگ میزنه به پدر بزرگ و میگه، راحت باش برو مسافرت، معلم برنامه‌اش عوض شد و میاد.
- مدیر هم دوباره گوشه‌رو ورمیداره و زنگ میزنه به منشی و میگه برنامه عوض شد، حاضر شو که بریم مسافرت.
- **یک خانواده**، خوشحال چیزی جز یک بهشت زود رس نیست .

چطوری جوان بمونیم؟ :

1. اعداد و ارقام غیرضروری رو دور بینداز. این اعداد عبارتند از سن، قد و وزن میشه.
 2. دوستان شاد و خوش و خرم و سرحالت رو برای خودت نگه‌دار
 3. دائم در حال یادگیری باش.
 4. از چیزهای ساده لذت ببر.
 5. اغلب بخند، قهقهه‌های بلند و طولانی، اونقدر بخند که نفست بند بیاد.
 6. گاهی اوقات یه کم اشک بریز، سختی کشیدن هست، غمگین بودن هست
 7. دور و اطرافت رو با آدم‌هایی که دوستشان داری و چیزهایی که دوست داری پر کن.
 8. سلامتیت را جشن بگیر و بهش اهمیت بده.
 9. به سمت ناراحتی‌ها سفر نکن.
 10. از هر فرصتی که داری استفاده کن و به همه کسانی که دوستشون داری، عشقت رو نشون بده.
-
- **طنز** خانم در حالی که جدول حل میکرد از شوهرش پرسید: یک اختراع نام ببر برای جبران اشتباهات بشر، شوهر گفت (محضر طلاق).

* «آبراهام لینکلن» نخستین رئیس جمهور از حزب جمهوری خواه آمریکا با 192 سانتی متر قد، بلندقدترین رئیس جمهور در تاریخ آمریکاست. ترور او به مناسبت لغوه برده داری در نگاه میلیونها تن از مردم آمریکا، شهادت محسوب شد. او سخنوری توانا بود.

نامه آبراهام لینکلن به آموزگار فرزندش!

او باید بداند که همه مردم عادل و صادق نیستند. اما به فرزندم بیاموز که به ازای هر شیاد، انسانهای صدیق هم وجود دارد. به او بگوئید در ازای هر سیاستمدار خود خواه، رهبر با همتی هم وجود دارد. به او بیاموزید که در ازای هر دشمن، دوستی هم هست، می دانم که وقت می گیرد، اما بیاموزید، اگر با کار و زحمت خویش یک دلار بدست آرد، بهتر از آن است که جائی در زمین پنج دلار پیدا کند. به او بیاموزید که از باختن پند بگیرد و از پیروز شدن لذت ببرد. او را از غبطه خوردن بر حذر دارید، به او نقش و تأثیر مهم خندیدن را یاد آور شوید، اگر می توانید به او نقش مهم کتاب را در زندگی بیاموزید، به او بگوئید تعمق کند، به پرندگان در حال پرواز در دل آسمان، به گل های درون باغچه، به زنبورهایی که در هوا پرواز می کنند دقیق شود.

به فرزندم، بیاموزید که در مدرسه بهتر این است که مردود شود اما با تقلب به قبولی نرسد. به او یاد دهید که با ملایم ها ملایم و با گردن کشان، گردن کش باشد، به عقایدش. ایمان داشته باشد حتی اگر همه خلاف او حرف بزنند و او را مسخره کنند. به او یاد دهید که همه حرف ها را بشنود، و سخنی را که به نظرش درست می رسد انتخاب کند.

ارزش‌های زندگی را به فرزندم آموزش دهید. به او یاد دهید در اوج اندوه تبسم کند. به او بیاموزید که در اشک ریختن خجالتی وجود ندارد. به او بیاموزید که می‌تواند برای فکر و شعورش مبلغی تعیین کند، اما قیمت‌گذاری برای دل بی‌معنا است. به او بگوئید که تسلیم هیاهو نشود، و اگر خود را بر حق می‌داند پای سخنش بایستد و با تمام قوا بجنگد.

در کار تدریس، به فرزندم ملایمت به خرج دهید، اما از او یک ناز پرورده نسازید. بگذارید شجاع باشد، به او بیاموزید که به مردم اعتقاد داشته باشد، توقع زیادی است، اما ببینید که می‌توانید چه کار کنید.

رئیس جمهور لینکلن یک اسطوره و سمبل و نماد برای تمام مردم دنیا شناخته شده و همیشه زنده است.

* **از خدا می‌خواهم** آنچه را که شایسته توست به تو هدیه بدهد، نه آنچه را که تو آرزو داری. زیرا گاهی آرزوهای تو کوچک است و شایستگی تو بسیار.

ارنستو چه گو را: شاد بودن تنها انتقامی است که می‌توان از زندگی گرفت ...

* **هیچ وقت** از مشکلات زندگی ناراحت نشو، کارگردان همیشه سخت‌ترین نقش‌ها را به بهترین بازیگر می‌دهد.

* **«به نظران احساساتی هستید یا منطقی»** تا حالا متوجه این موضوع شده اید؟ شاید فکر شما با آن چیزی که هستید متفاوت باشد. برای فهمیدن این موضوع که واقعاً احساساتی هستید یا منطقی فقط کافیست چند لحظه وقت بگذارید.

یک تست کوتاه اما جالب:

ابتدا برای چند لحظه به کف دستتان نگاه کنید و پس از آن به ناخن‌های همان دستتان نگاه کنید..... اگر برای دیدن ناخن‌هایتان، دستتان را برگردانید و ناخن‌ها را نگاه کردید، گفته می‌شود که انسانی بیشتر منطقی هستید، ولی اگر برای دیدن ناخن‌هایتان در همان حال که کف دستتان مقابل شما است، انگشتانتان را خم کردید و به ناخن‌هایتان نگاه کردید، بیشتر بر احساس‌تان تکیه دارید.

* **زندگی کوتاه است.** قواعد را بشکن، سریع فراموش کن، به آرامی ببوس، واقعاً عاشق باش، بدون محدودیت بخند و هیچ چیزی که باعث خنده ات می‌گردد را رد نکن.

* **تنها راهزنی** که دار و ندار آدمی را به تاراج می‌برد اندیشه‌های خود اوست ..

* **اگر قرار بود همه ما بر مبنای افکارمان محاکمه شویم همه حلق آویز میشدیم .**

* **زندگی خود را هدفمند کن و برای رسیدن به اهدافت تلاش کن**

* «ورزش مغز»

- مغز انسان همان جوی آبی است که اگر حرکتی در آن نباشد به سرعت تبدیل به گندابی می‌شود که همه از آن فراریند و این همان دلیلی است که ما از مصاحبت خیلی‌ها فراری هستیم.

- شما که نمی‌خواهید مغزتان به چنین سرنوشتی تبدیل شود، پس ورزش مغز را از یاد نبرید که ورزش مغز از ورزش بدن مهم‌تر و حیاتی‌تر است. از هر فرصتی، برای مصاحبت با افراد خوش مغز استفاده کنید. خوش مغزها به

- راحتی در جامعه شناخته می شوند. در این مورد دانستن چندین زبان قدرت شما را افزایش می دهد. مطالعه از ورودی های مهم مغز شماست که در اصل نوعی مصاحبت است اما در واقع با چکیده افکار نویسنده سروکار دارید و مسلماً بازده آن چندین برابر مصاحبت با این افراد است.
- موسیقی به عنوان برترین و زیباترین هنرهاست. گوش دادن به موسیقی تک تک سلولهای مغزتان را به رقص و حرکت وامی دارد.
 - همیشه زیبایی های طبیعت را دنبال کنید، به جاهای زیبا بروید و لذت ببرید.
 - خود را در معرض بوها و رایحه های خوش قرار دهید.
 - لذت بردن از طعم های خوشمزه باب طبعتان را فراموش نکنید.
 - بدنتان را در معرض نوازش قرار دهید. با باد و آفتاب انس بیشتری بگیرید.
 - همیشه تفکر کنید، تخیل کنید. کارهای خلاقانه بکنید.
 - حل جدول و معما برای ورزش مغزتان مفید است، همیشه استفاده کنید
 - هیچ گاه از ریاضیات فرار نکنید.
 - و مهم تر از همه اینکه بنویسید، بخوانید، بنوازید، بخندید و بخندانید. و البته نرمش بدن نیز فراموش نشود که عقل سالم در بدن سالم است.
 - **همیشه** سخت ترین جای کار، اینه که تظاهر کنی، هیچی نشده ...

«حوادث جالب و آشکار از زندگی اینشتین» از مجله تایمز

یه روز در هنگام تور سخنرانی، راننده اینشتین که اغلب در طول سخنرانی

او در انتهای سالن می نشست، بیان کرد که او احتمالاً می تواند سخنرانی اینشتین را ارائه دهد، زیرا چندین مرتبه آنرا شنیده است. برای اطمینان بیشتر، در توقف بعدی در این سفر اینشتین و راننده جای خود را عوض کردند و اینشتین با لباس

راننده و در انتهای سالن نشسته پس از ارائه سخنرانی بی‌عیب و نقص، توسط یک عضو از شنوندگان، از راننده سؤال دشواری خواسته شده بود، راننده اینشتین خیلی معمولی جواب داد خوب. پاسخ به این سؤال کاملاً ساده است، من شرط می‌بندم راننده من (اشاره به اینشتین) که در انتهای سالن حضور دارد، می‌تواند پاسخ این سؤال را بدهد.

همسراینشتین غالباً اصرار داشت که او در هنگام کار باید از لباسهای مناسبتری استفاده کند، اینشتین همواره میگفت، چرا باید اینکار را بکنم، هر کسی اینجا می‌داند من که هستم. هنگامی که اینشتین برای شرکت در اولین کنفرانس بزرگ خود شرکت کرد. نیز همسرش از او خواست که لباس مناسبتری بپوشد اینشتین گفت. چرا باید اینکار را بکنم هیچ‌کسی اینجا مرا نمی‌شناسد.

هنگامی که آلبرت اینشتین شاغل در دانشگاه پرینستون بود یک روز قرار بود به خانه برود، ولی او آدرس خانه را فراموش کرده بود. راننده تاکسی او را نمی‌شناخت. اینشتین از راننده پرسید، آیا او میداند خانه اینشتین کجاست؟ راننده گفت، چه کسی آدرس خانه او را نمی‌داند؟ هر کسی در پرینستون آدرس اینشتین را میداند. آیا می‌خواهید به ملاقات او بروید؟ اینشتین پاسخ داد. من اینشتین هستم، من آدرس منزل خود را فراموش کرده‌ام. می‌توانید شما مرا به آنجا ببرید؟ راننده او را به خانه‌اش رساند و از او هیچ‌کرایه‌ای نیز دریافت نکرد. (نگرفت).

از آلبرت اینشتین معمولاً برای توضیح نظریه عمومی نسبت سؤال میشد و او یکبار اینگونه پاسخ داده بود. دست خود را بر روی اجاق‌گاز داغ برای یک دقیقه قرار دهید، این عمل مانند یک ساعت به نظر می‌رسد. حال با یک دختر خوشکل یک ساعت بنشینید این عمل مانند یک دقیقه به نظر می‌رسد. این نسبت است.

* **از چارلی چاپلین** می پرسند، خوشبختی چیه؟ میگه خوشبختی فاصله این بدبختی تا بدبختی بعدیه.

* **گفته ای از اینشتین**: هر احمقی می تواند چیزها را بزرگتر، پیچیده تر، و خشن تر کند، برای حرکت در جهت عکس به کمی نبوغ و مقدار زیادی جرأت نیاز است.
خوشبخت کسی نیست که مشکل ندارد بلکه کسی است با مشکلاتش مشکل ندارد.

عدد «پی» یکی از عجایب خلقت:

- حیوانات، گیاهان و حتی انسانها همگی با دقتی بسیار بالائی و جوهری از ضرایب «پی» به یک می باشند.
- دانشمندان قدیم $1/618$ را نسبت الهی عنوان کرده اند. برای آشنائی بیشتر با این نسبت به چند نمونه زیر توجه کنید. در یک کندوی عسل، همیشه تعداد زنبورهای ماده از نرها بیشتر است، اگر زنبورهای ماده را بر تعداد نرها تقسیم کنیم در هر کندوئی، در هر گوشه دنیا یک عدد ثابت بدست می آید که همان «پی» می باشد.
- تخمه های گل آفتاب گردان به شکل مارپیچ هائی روبروی هم رشد می کنند. نسبت قطر هر دایره به دایره بعدی $1/618$ می باشد.
- نسبت طولی و عرض خالهای پروانه ها نسبت «پی» دارد.

- داونچی، اولین کسی بود که نسبت دقیق استخوانهای انسان را اندازه‌گیری نمود. و ثابت کرد که این تناسب با ضریب عدد «پی» هستند فاصله سر تا زمین تقسیم بر فاصله شکم تا زمین نمائید عدد حاصله $1/618$ می‌باشد.

- فاصله شانه تا نوک‌انگشت تقسیم بر فاصله آرنج تا نوک انگشت هم بیانگر عدد «پی» می‌باشد.

- باسن تا زمین تقسیم بر زانو تا زمین. بیانگر عدد «پی» است همانطور که می‌دانید DNA زنجیره حیاتی هر موجودی است که در آن کلید اطلاعات موجود در آن به‌صورت کد و زنجیروار قرار دارد 34 آنگسروم طول و 21 آنگسروم پهنا دارد. و 204 و 21 جزو اعداد سری فیوناچی هستند و تقسیم آنها بر یکدیگر عدد $1/61904$ را نشان می‌دهد که کاملاً نزدیک به $1/618$ می‌باشد که ذره‌ای کوچک از نظم بزرگ هستی ما است.

* **دیل کارنگی**: مهم نیست چه پیش آمده، تحمل کن و اندوه خود را زیر لبخندی بپوشان

* خاک و کود لازم است تا گُل بروید , اما گُل نه خاک است و نه کود.

- **هیچ‌کس** نمی‌تواند به عقب برگردد و از نو شروع کند. اما همه می‌توانند از حالا شروع کنند.

تولد و مرگ اجتناب ناپذیرند ، فاصله این دو را زندگی کنیم .

- **هر رفتنی** رسیدن نیست، ولی برای رسیدن باید رفت.

- **به جزئیات** دقت کنیم ، زیبایی بی کرانی در جزئیات نهفته است .
- **تغییرات** کوچک ایجاد کنیم، همین تغییرات کوچک زندگی را شیرین و رنگین تر می کند.
- **خوشبختی** یعنی، منتظر شادی های بزرگ نماندن و کیف کردن از تمام چیزهای کوچک.
- **ما سه چیز را** از دوران کودکی جا گذاشته ایم. شادمانی بی دلیل، دوست داشتن بی دریغ، کنجکاو ی بی انتها.
- **مهم نیست که** بزرگ باشی یا کوچک , مهم این است سخت تلاش کنی همین.

- از اوج آسمان ها یک شب مرا صداکن
یا یک نفس دلم را، از این قفس رها کن.

«آیا میدانستید ؟»

- اثر لب و زبان هرکس همانند اثر انگشت آن منحصر به فرد است.
- 8 دقیقه و 17 ثانیه طول میکشد تا نور خورشید به زمین برسد.
- ظروف پلاستیکی تقریباً 50/000 سال در برابر تجزیه مقاومند.
- شتر مرغ در 3 دقیقه 95 لیتر آب می خورد.
- زمان بارداری فیل ها به دو سال می رسد.
- در یک سانتی متری پوست شما 12 متر عصب و 2 متر رگ و موی رگ وجود دارد است.
- شدیدترین نعره ها متعلق به وال هاست که برابر با صدای موتور جت است.

- با نگاه کردن به گوش حیوانات، می‌توانیم به تخم‌گذار بودن یا بچه‌زا بودن آنها پی ببریم، بدین صورت که تخم‌گذاران گوششان ناپیدا و بچه‌زایان گوششان نمایان است تنها یک اشتباه وجود دارد، آن هم نوعی افعی است که بچه‌زاست، اما گوشش دقیق پیدا نیست.
- بیشتر سردردهای معمولی از کم‌نوشیدن آب است.
- مغز انسان تنها 3 درصد از وزن انسان را تشکیل می‌دهد ولی 25 درصد اکسیژن دریافتی بدن را به تنهایی مصرف می‌کند.
- سرعت عطسه یک انسان برابر است با 160 کیلومتر در ساعت.
- آب دریا بهترین ماسک صورت است.
- مغز در هنگام خواب فعال‌تر از وقتی است که تلویزیون می‌بینید.
- جوانان هندی شادترین و ژاپنی‌ها افسرده‌ترین‌های جهان هستند.
- **و اما!** خداوند ما را در مسیر زندگی یکدیگر قرار می‌دهد تا بشکل‌های گوناگون بر هم اثر بگذاریم.
- دنبال خدا در وجود دیگران بگردیم.
- هیچ آغاز و پایانی وجود ندارد.
- دیروز به تاریخ پیوست و فردا رازی است ناگشوده.
- هرگز تأثیر رفتارهای خود را دست‌کم نگیرید، با یک رفتار کوچک شما می‌توانید زندگی یک نفر را دگرگون نمائید برای بهتر شدن و یا بدتر شدن.

به نظر شما مفیدترین نوشیدنی جهان چیست؟»

چای، چای سبز، آب معدنی، قهوه نسکافه، کاپوچینو، کافه میکس یا هیچ کدام از نوشیدنی‌ها جواب صحیح نیست،

اگر کنجکاو شده‌اید و می‌خواهید بدانید جواب این معما چیست؟ پس متن زیر را به دقت بخوانید.

طی تحقیقات پروفیسور «بردیشیف روسی» راز طول عمر رهبران اتحاد جماهیر شوروی سابق، هند و کره شمالی، نوشیدن این آب می‌باشد. این پروفیسور روسی که 82 سال سن دارد در خصوص چگونگی تهیه این آب دستور زیر را ارائه داده است.

آب معمولی شیر را منجمد و سپس آن را از یخچال خارج کرده و اجازه دهید تا دوباره ذوب شود، به اندازه‌ای که درون ظرف قطعه یخی باقی بماند، این یخ تمام ناخالصی‌های آب را از جمله موادی که سلول‌های بدن را از بین می‌برد، به خود جذب می‌کند، با خارج کردن قطعه یخ یک لیوان آب سبک به دست می‌آید که مفیدترین نوشیدنی دنیا است و همچنین در طولانی کردن عمر انسان نیز مؤثر است.

* «ماست‌ها را کیسه کردند»

روزی به مختارالسلطنه اطلاع دادند که نرخ ماست در تهران خیلی گران شده است مختارالسلطنه دستور داد که کسی حق ندارد ماست را گران بفروشد، چون چندی بدین منوال گذشت، برای اطمینان خاطر با قیافه‌ای ناشناخته به یکی از دکانهای لبنیات فروشی رفت و مقداری ماست خواست. ماست فروش که او را نشناخته بود پرسید، چه جور ماستی می‌خواهی؟ ماست معمولی یا ماست مختارالسلطنه، مختارالسلطنه با حیرت، و شگفتی از ترکیب و خاصیت این دو

ماست پرسید، ماست فروش گفت، ماست معمولی همان ماست که از شیر می‌گیرند و بدون آب است و با قیمت دلخواه. اما ماست مختارالسلطنه، همین طغار دوغ است که در جلو دکان میبینید و یک ثلث ماست و باقی آب است و به نرخ مختارالسلطنه می‌فروشیم و بدان نیز لقب دادیم. حال کدام می‌خواهی؟ مختارالسلطنه دستور داد، ماست فروش را جلو دکانش به‌طور وارونه آویزان کرده و بند تنبانش را محکم ببندند. سپس طغار دوغ را از بالا در دولنگه شلوارش سرازیر کردند و شلوارش را از بالا به میچ پاهایش بستند، سپس به او گفت آنقدر باید به این شکل آویزان باشی، تا تمام آبهایی که داخل این ماست کردی از شلوارت خارج شود که دیگر جرأت نکنی، آب داخل ماست بکنی:

چون سایر لبنیات فروش‌ها از این ماجرا باخبر شدند «همه ماست‌ها را کیسه کردند.»

«چه کشکی، چه پشیمی از احمد شاملو»

چوپانی گله را به صحرا برد، به درخت گردوی تنومندی رسید. از آن بالا رفت و به چیدن گردو مشغول شد که ناگهان گردباد سختی درگرفت. خواست فرود آید، ترسید. بادشاخه‌ای را که چوپان روی آن بود به این طرف و آن طرف می‌برد.

چوپان دید نزدیک است که بیفتد و دست و پایش بشکند، در حال مستأصل شد.

از دور بقعه امام زاده‌ای را دید و گفت: ای امام‌زاده گله‌هام نذر تو، از درخت سالم پائین بیایم. قدری باد ساکت شد و چوپان به شاخه قوی‌تری دست زد و جای پائی پیدا کرده و خود را محکم گرفت. گفت: ای امام‌زاده خدا راضی نمی‌شود که زن و بچه من بیچاره از تنگی و خواری بمیرند و تو همه گله را صاحب شوی. نصف گله را به تو می‌دهم و نصفی هم برای خودم.

قدری پائین تر آمد. وقتی که نزدیک تنه درخت رسید گفت: ای امامزاده نصف گله را چطور نگهداری می‌کنی. آنها را خودم نگهداری می‌کنم در عوض کشک و پشم نصف گله را به تو می‌دهم. وقتی کمی پائین تر آمد، گفت:

بالاخره چوپان هم که بی‌مزد نمی‌شود، کشک مال تو، پشمش مال من به‌عنوان دستمزد وقتی باقی تنه را سُرخورد و پائین آمد و پایش به زمین رسید نگاهی به گنبد امامزاده انداخت و گفت، مرد حسابی چه کشکی، چه پشمی؟
ما از هول خودمان یک غلطی کردیم. غلط زیادی که جریمه ندارد.

«راز طول عمر ژاپنی‌ها»

یک تحقیق جدید در بانک جهانی نشان داده ژاپنی‌ها طولانی‌ترین میانگین سن و سال را دارند. میانگین سن مردان ژاپنی 78 سال و زنان ژاپنی 85 سال است. ژاپنی‌ها چگونه به این حد از سن یا عمر رسیده‌اند.

باید دانست که همه‌چیز بر میگردد به غذا، رژیم غذایی ژاپنی‌ها برخلاف دیگر نقاط جهان، به تجربه آنها از طعم‌ها برنمی‌گردد.

در حقیقت بشقاب غذایی آنها مملو است از مواد مفید برای آدمی که طی سال‌ها تحقیق و پژوهش بومی و علمی بدست آمد است. معیار آنها برای خوب و بد بودن غذا در جواب این سؤال خلاصه می‌شود «چه برای بدن من مفید است»

در حالیکه بسیاری از ما معیار انتخاب غذای خوب و بد را جواب این میدانیم «چه غذایی دوست داریم؟ یا الان هوس چه غذایی کرده‌ام» ژاپنی‌ها اما در ادامه جواب دادن به سؤال «چه غذایی برای من خوب است» به این جواب‌های غذایی رسیده‌اند:

- خوردن ماهی زیاد. به خوردن سویا عادت دارند.

- آرد گندم و گندم سیاه، چرا که به هاضمه‌شان کمک می‌کند.
- در ظرفهای کوچک غذا می‌خورند، هرچند ظرفهای زیادی روی میزهای آنها دیده می‌شود، اما غذای کمی در آنهاست و یکی از یکی سالم‌تر است.
- اهل چای سبزند، که به دو صورت سرد و گرم تهیه می‌شود و اثرات مثبت زیاد دارد.

- زمان آدم‌ها را عوض نمی‌کند. زمان حقیقت آدم‌ها را آشکار می‌کند ...

گفته‌ای از پابلو نرودا: ترجمه، احمد شاملو:

به آرامی آغاز به مردن می‌کنیم.

- اگر سفر نکنی، اگر کتاب نخوانی اگر به اصوات زندگی گوش ندهی اگر از خودت قدردانی نکنی. به آرامی آغاز به مردن می‌کنی.
- زمانی که خودباوری را در خودت بکشی، وقتی نگذاری دیگران به تو کمک کنند، به آرامی آغاز به مردن می‌کنی.
- اگر برده عادت خود شوی، اگر همیشه از یک راه تکراری بروی، اگر روز مردگی را تغییر ندهی، اگر رنگ‌های متفاوت به تن نکنی، یا اگر با افراد ناشناس صحبت نکنی تو به آرامی آغاز به مردن می‌کنی.
- اگر از شور و حرارت، از احساسات سرکش و از چیزهایی که چشمانت را به درخشش وامی‌دارند و ضربان قلبت را تندتر می‌کنند، دوری کنی تو به آرامی آغاز به مردن می‌کنی.
- اگر هنگامی که با شغلت یا عشقت شاد نیستی، آن را عوض نکنی، اگر برای مطمئن در نامطمئن خطر نکنی، اگر ورای رویاها بروی، اگر به خودت اجازه

ندهی که حداقل یک بار در تمام زندگیت ورای مصلحت‌اندیشی بروی. امروز زندگی را آغاز کن، امروز مخاطره کن، امروز کاری کن، نگذار که به آرامی بمیری شادی را فراموش نکن.

«گفته‌ای از جورج برنارد شاو»

- روش جوک گفتن من این است که واقعیت را بگویم. واقعیت خنده‌ارترین لطیفه دنیا است.

- با تغییر چشم انداز می‌توان دنیا را به کام خود در آورد و این ارزانت‌ترین مؤثرترین روش است.

- **اندیشه تغییر** دنیا کار احمقانه‌ای است. آسان بیندیش، راحت زندگی کن ..

- **آسان بیندیش راحت زندگی کن:** این داستان یعنی تغییر چشم‌انداز برای رسیدن به هدف: می‌گویند در کشور ژاپن، مرد میلیونی زندگی می‌کرد که از درد چشم خواب به چشم نداشت و برای مداوای چشم دردش انواع قرص‌ها و آمپول‌ها را بخود تزریق کرده بود، اما نتیجه‌چندانی نگرفته بود. وی پس از مشاوره فراوان با پزشکان و متخصصان زیاد، درمان درد خود را مراجعه به یک راهب مقدس و شناخته شده می‌بیند، وی به راهب مراجعه می‌کند، و راهب نیز پس از معاینه وی به او پیشنهاد می‌کند که مدتی به هیچ رنگی بجز رنگ سبز نگاه نکند. وی پس از بازگشت از نزد راهب به تمام مستخدمین خود دستور می‌دهد با خرید بشکه‌های رنگ سبز تمام خانه را با رنگ سبز رنگ‌آمیزی کنند، همین‌طور تمام اسباب و اثاثیه خانه را با همین رنگ عوض کنند، پس از مدتی رنگ ماشین، ست لباس اعضای خانواده و مستخدمین و هرآنچه به چشم می‌آید را به رنگ سبز و ترکیبات آن تغییر می‌دهد و البته چشم دردش هم تسکین می‌یابد.

بعد از مدتی، مرد میلیونر برای تشکر از راهب، وی را به منزلش دعوت می‌نماید، راهب نیز با لباس نارنجی رنگ به منزل او وارد می‌شود، متوجه می‌شود که باید لباسش را عوض کرده و خرقه‌ای به رنگ سبز به تن کند. او نیز چنین کرده و وقتی به محضر بیماراش میرسد، از او می‌پرسد آیا چشم دردش تسکین یافته است؟ مرد ثروتمند نیز تشکر کرده و می‌گوید، بله، اما این گرانترین مداوایی بود که تاکنون داشته، مرد راهب با تعجب به بیماراش می‌گوید: بالعکس، این ارزانتین نسخه‌ای بوده که تاکنون تجویز کرده‌ام.

برای مداوای چشم‌دردتان، تنها کافی بود عینکی با شیشه سبز خریداری کنید و هیچ نیازی به این همه مخارج نبود. برای این کار نمی‌توانی دنیا را تغییر دهی، بلکه با تغییر چشم‌اندازت می‌توانی دنیا را به کام خود درآوری، تغییر دنیا کار احمقانه‌ای است اما تغییر چشم‌اندازمان ارزانتین و مؤثرترین روش میباشد. لذا

آسان بیندیش راحت زندگی کن

زور:

آورده‌اند که در کنفرانس تهران، روزی چرچیل، روزولت و استالین بعد از میتینگ‌های پی در پی آن روز تاریخی، برای خوردن شام با هم نشسته بودند.

در کنار میز یکی از سگ‌های چرچیل ساکت نشسته بود و به آنها نگاه می‌کرد چرچیل خطاب به همراهانش گفت، چطوری میشه از این خردل تند به این سگ داد؟ .. روزولت گفت من بلدم:

مقداری گوشت بُرید و خردل را داخل گوشت مالید و به طرف سگ رفت و گوشت را جلو دهانش گرفته و شروع به نوچ، نوچ کرد. سگ، گوشت را بو کرد و شروع به خوردن کرد تا اینکه به خردل تند رسید، خردل دهان سگ را سوزاند و از خوردن صرفنظر کرد.. بعد نوبت به استالین رسید،

استالین گفت: هیچ کاری با زبون خوش پیش نمیره، مقداری از خردل را با انگشت هایش گرفته و به طرف سگ بیچاره رفته و با یک دستش سگ را محکم گرفته و با دست دیگرش خردل را به زور به داخل دهان سگ چپاند، سگ با زور خودش را از دست استالین رهانید و خردل را تف کرد.

در این میان که چرچیل به هردوی آنها می‌خندید، بلند شد و گفت، دوستان هردوی شما سخت در اشتباهید، شما باید کاری بکنید که خودش مجبور بشه خردل رو بخورد.

روزولت گفت: چطوری؟ چرچیل گفت: نگاه کنید. و بعد بلند شد با چهار انگشتش مقداری از خردل را به پشت سگ مالید، سگ زوزه‌کشان در حالی که به خودش می‌پیچید، شروع به لیسیدن خردل کرد و چرچیل گفت دیدید چطوری می‌توان زور را بدون زور زدن به مردم اعمال کرد.

امروز ظهر شیطان را دیدم،

نشسته بر بساط صبحانه و آرام لقمه برمی‌داشت. گفتم: ظهر شده، هنوز بساط کار خود را پهن نکرده‌ای؟

بنی آدم نصف روز خود را بی‌تو گذرانده‌اند.

شیطان گفت: خود را بازنشسته کرده‌ام، پیش از موعد.

گفتم: به راه عدل و انصاف بازگشته‌ای یا سنگ بندگی خدا به سینه می‌زنی؟ گفت: من دیگر آن شیطان توانای سابق نیستم. دیدم انسان‌ها آنچه را من شبانه به دهها وسوسه پنهانی انجام میدادم، روزانه به صدها دسیسه آشکارا انجام میدهند.

اینان را به شیطان چه نیاز است. شیطان در حالیکه بساط خود را بر می‌پیچید، تا در کناری آرام بخوابد، زیر لب گفت: آن روز که خداوند گفت بر آدم و نسل او

سجده کن، نمی‌دانستم که نسل او در زشتی و دروغ و خیانت، تا کجا می‌تواند برود. وگرنه، در برابر آدم به سجده می‌رفتم و می‌گفتم که، همانا تو خود پدر منی.

زندگی به من آموخت ، هیچ کس شبیه حرف هایش نیست ...

حکایت:

مسافری در شهر بلخ جماعتی را دید که مردی زنده را در تابوت انداخته و به سوی گورستان می‌برند و آن بیچاره مرتب داد و فریاد می‌زند و خدا و پیغمبر را به شهادت می‌گیرد که «والله، بالله من زنده‌ام، چطور می‌خواهید مرا به خاک بسپارید؟ اما چند مُلا که پشت سر تابوت هستند، بی‌توجه به حال و احوال او رو به مردم کرده و می‌گویند «پدر سوخته ملعون دروغ می‌گوید، مُرده».

مسافر حیرت‌زده حکایت را پرسید. گفتند « این مرد فاسق و تاجری ثروتمند و بدون وارث است. چند مدت پیش که به سفر رفته بود، چهار شاهد عادل خداشناس در محضر قاضی بلخ شهادت دادند که مرده است. و قاضی نیز به مرگ او گواهی داد. پس یکی از مقدسین شهر زنش را گرفت و یکی دیگر اموالش را تصاحب کرد. حالا بعد از مرگ برگشته و ادعای حیات می‌کند. حال آنکه ادعای مرد فاسق در برابر گواهی چهار عادل خداشناس، مسموع و مقبول نمی‌افتد. این است که به حکم قاضی به قبرستانش می‌بریم، زیرا که دفن میت واجب است و معطل نهادن جنازه شرعاً جایز نیست.

«چکامه‌ای میهنی»

خاک زرخیز ایران زمین در این همه دینشان مردی و داد بود
 نبودند جز مردمی پاک دین چو مهر و وفا بود خود کیششان
 وز آن کشور آزاد و آباد بود همه بنده ناب یزدان پاک
 گنه بود آزارکس پیششان پدر در پدريائی نژاد
 همه دل پر از مهر این آب و خاک بزرگی به مردی و فرهنگ بود
 ز پشت فریدون نیکو نهاد کجا رفت آن دانش و هوش ما
 گدائی در این بوم و برنگ بود که انداخت آتش در این بوستان
 چه شد مهر میهن فراموش ما چه کردیم کین گونه گشتیم خوار؟
 کز آن سوخت جان و دل دوستان نبود این چنین کشور و دین ما
 خرد را فکندیم این سازکار به یزدان که این کشور آباد بود
 کجا رفت آئین دیرین ما در این کشور آزادی ارز داشت
 همه جای مردان آزاد بود گران مایه بود آنکه بودی دبیر
 کشاورز خود خانه و مرز داشت نه دشمن در بوم و برلانه داشت
 گرامی بد آنکس که بودی دلیر از آنروز دشمن بما چیره گشت
 نه بیگانه جانی در این خانه داشت از آن روز این خانه ویرانه شد
 که ما را روان و خرد تیره گشت چو ناکس به ده کدخدائی کند
 که نان آورش مرد بیگانه شد به یزدان که گرما خرد داشتیم
 کشاورز باید گدائی کند بسوزد در آتش گرت جان و تن
 کجا این سرانجام بد داشتیم اگر مایه زندگی بندگی است
 به از زندگی کردن و زیستن بیا تا بکشیم و جنگ آوریم
 دو صدبار مردن به از زندگی است برون سر از این بار ننگ آوریم

«10 درس طلایی از آلبرت اینشتین»

1. کنجکاو را دنبال کنید

- من هیچ استعداد خاصی ندارم. فقط عاشق کنجکاوی هستم چگونه کنجکاو خودتان را تحریک می‌کنید؟ من کنجکاو هستم، مثلاً برای پیدا کردن علت اینکه چگونه یک شخص موفق است و شخص دیگری شکست می‌خورد. به همین دلیل است که من سال‌ها وقت صرف مطالعه برای موفقیت کرده‌ام. شما بیشتر در چه مورد کنجکاو هستید؟ پیگیری کنجکاو شما رازی است برای رسیدن به موفقیت.

2. تمرکز بر حال:

پدرم به من می‌گفت نمی‌توانی در یک زمان بر 2 اسب سوار شوی. من دوست داشتم بگویم تو می‌توانی هر چیزی را انجام بدهی اما نه همه چیز را. یاد بگیرد که در حال باشید و تمام حواستان را بدهید به کاری که در حال حاضر انجام می‌دهید. انرژی متمرکز، توان افراد است و این تفاوت پیروزی و شکست است.

3. زندگی در لحظه:

من هیچ موقع در مورد آینده فکر نمی‌کنم، خودش بزودی خواهد آمد. تنها راه درست آینده شما این است که همین لحظه باشید. شما زمان حال را با دیروز یا فردا نمی‌توانید عوض کنید. بنابراین، این از اهمیت فوق‌العاده برخوردار است که شما تمام تلاش خود را به زمان جاری اختصاص دهید. این تنها زمانی است که اهمیت دارد. این تنها زمانی است که وجود دارد.

- **4. تخیل قدرتمند است:** تخیل همه‌چیز است، می‌تواند باعث جذاب شدن زندگی شود. تخیل بمراتب از دانش مهم‌تر است. آیا شما از تخیلات روزانه

استفاده می‌کنید؟ تخیل، پیش‌درآمد تمام داشته‌های شما در آینده است. نشانه واقعی هوش دانش نیست، تخیل است. آیا شما هر روز ماهیچه‌های تخیل‌تان را تمرین می‌دهید. اجازه ندهید چیزهای قدرتمند مثل تخیل به حالت سکون دربیایند.

5. اشتباه کردن: کسی که هیچ وقت اشتباه نمی‌کند، هیچ وقت هم چیز

جدید یاد نمی‌گیرد. هرگز از اشتباه کردن نترسید، چون اشتباه شکست نیست. اشتباهات شما را بهتر، زیرک‌تر و سریع‌تر می‌کنند. اگر شما از آنها استفاده مناسب کنید. قدرتی که منجر به اشتباه می‌شود را کشف می‌کنید. من این را قبلاً گفته‌ام، و اکنون هم می‌گویم، اگر می‌خواهید به موفقیت برسید اشتباهاتی که مرتکب می‌شوید را 3 برابر کنید.

6 - پشتکار گرانها است:

من هوش خوبی ندارم، فقط روی مشکلات، زمان زیادی می‌گذارم، تمام ارزش تمبر پستی، توانائی آن به چسبیدن به چیزی است تا زمانی که آن را برساند. پس مانند تمبر پستی باشید و مسابقه‌ای که شروع کرده‌اید را به پایان برسانید. با پشتکار می‌توانید بهتر به مقصد برسید.

7. خلق ارزش:

سعی نکنید موفق شوید، بلکه سعی کنید با ارزش شوید. وقت خود را به تلاش برای موفق شدن هدر ندهید، بلکه وقت خود را صرف ایجاد ارزش کنید.

اگر شما با ارزش باشید، موفقیت را جذب می‌کنید، استعدادها و موهبت‌هایی که دارید را کشف کنید، بیاموزید چگونه آن استعدادها و موهبت‌های الهی را در

راهی استفاده کنید که برای دیگران مفید باشد، تلاش کنید، تا با ارزش شوید، موفقیت شما را تعقیب خواهد کرد.

8 انتظار نتایج متفاوت نداشته باشید: دیوانگی یعنی انجام کاری دوباره و دوباره

و انتظار نتایج متفاوت داشتن. شما نمی توانید کاری را هر روز انجام دهید و انتظار نتایج متفاوت داشته باشید. به عبارت دیگر نمی توانید همیشه کار

- یکسانی (کارهای روزمره) را انجام دهید و انتظار داشته باشید، متفاوت به نظر برسید. برای اینکه زندگی تان تغییر کند، باید خودتان را تا سر حد تغییر، افکار و اعمالتان متفاوت کنید که متعاقباً زندگی تان تغییر خواهد کرد.

9. دانش از تجربه می آید:

اطلاعات به معنای دانش نیست. تنها منبع دانش تجربه است. دانش از تجربه می آید، شما می توانید درباره انجام یک کار بحث کنید اما این بحث فقط دانش فلسفی از این کار به شما می دهد. شما باید این کار را تجربه کنید تا از آن آگاهی پیدا کنید. تکلیف چیست؟ دنبال کسب تجربه باشید. وقت خودتان را صرف یادگرفتن اطلاعات اضافی نکنید، دست بکار شوید و دنبال کسب تجربه باشید.

- اول قوانین را یاد بگیرید بعد بهتر بازی کنید:

اگر شما قوانین بازی را یاد بگیرید از هرکس دیگر بهتر بازی خواهید کرد، دو گام هست که شما باید انجام دهید. اولین گام اینکه شما باید قوانین بازی که می کنید را یاد بگیرید، این یک امر حیاتی است. گام دوم هم اینکه شما باید بازی را از هر فرد دیگری بهتر انجام دهید. اگر شما بتوانید این دو گام را حساب شده انجام دهید موفقیت از آن شماست.

* **لابرویر:** در دنیا از دو راه می‌توان موفق شد: از هوش خود یا از نادانی دیگران.

* **پائولو کوئیلو:** کشتی در ساحل امن تر است، اما برای این کار ساخته نشده است

* **هوارد فاست:** اعتماد به تدریج می‌آید و یکجا می‌رود.

گاهی وقت ها : سکوت بهترین حرف و نبودن بهترین حضور است .

ویلسون میزتر: دزدیدن از یک نویسنده سرقت ادبی است، اما اگر از چند نویسنده بدزدید نامش می‌شود پژوهش ..

* **مارتین لوتر کینگ:** تا خم نشوید کسی نمی‌تواند سوارتان شود.

* **شاتوبریان:** خوشبختی توپی است که وقتی می‌غلند به دنبالش می‌رویم و وقتی متوقف می‌ماند به آن لگد می‌زنیم.

* **دالای لاما:** اگر کسی یک بار به تو خیانت کرد این اشتباه او است. اگر کسی به تو دوبار خیانت کرد این اشتباه تو است.

* **راز خوشبختی در زندگی مشترک:** روزی یک زوج، بیست و پنجمین سالگرد ازدواجشان را جشن گرفتند. آنها در شهر مشهور شده بودند، به خاطر اینکه در طول 25 سال حتی کوچکترین اختلافی با هم نداشتند، تو این مراسم سردبیرهای روزنامه‌های محلی هم جمع شده بودند، تا علت مشهور بودنشون (راز خوشبختی شون رو) بفهمند.

سردبیر میگه: آقا واقعاً باورکردنی نیست؟ یه همچین چیزی چطور ممکنه؟
 شوهره: روزهای ماه‌عسل رو بیاد میاره و میگه: بعد از ازدواج به ماه‌عسل رفتیم،
 برای اسب سواری هر دو، دو تا اسب مختلف انتخاب کردیم اسبی که من انتخاب
 کردم خیلی خوب بود، ولی همسرم، بنظر یه کم سرکش بود، سر راهمون،
 اون اسب ناگهان پرید و همسرم رو زمین انداخت. همسرم خودشو جمع و جور
 کرد و به پشت اسب زد و گفت این بار اولته، دوباره سوار اسب شد و براه افتاد.
 بعد یه مدتی دوباره همون اتفاق افتاد، این بار همسرم نگاهی با آرامش به اسب
انداخت و گفت: این دومین بارت، بعد بازم راه افتادیم، وقتی که اسب برای
 سومین بار همسرم را انداخت، خیلی با آرامش تفنگشو از کیف برداشت و با
 آرامش شلیک کرد و اونو کشت. سر همسرم داد کشیدم و گفتم، چکار کردی
 روانی؟ حیوان بیچاره رو کشتی، دیونه شدی. همسرم با خونسردی یه نگاهی به
 من کرد و گفت: این بار اولت بود.

* **جهان سوم جانی است** که آدم‌ها اگر دل‌شان بگیرد، مجبورند بروند
 قبرستان، بیمارستان، تیمارستان یا آسایشگاه سالمندان، تا بفهمند غم‌های
 بزرگتری هم هست، نکند که دل‌شان هوای شادی کند.

* **دیوارهای دانشگاه** را بلندتر از دیوارهای زندان ساخته بودند. حق داشتند،
 نگهبانی از فکرها خیلی دشوارتر از نگهبانی از جرم است.

شعری از محمدعلی گویا: «من به دیدار خدا رفتم و شد»

برخلاف جهت اهل ریا رفتم و شد	با کراوات به دیدار خدا رفتم و شد
هم‌چنان آینه با صدق و صفا رفتم و شد	ریش خود را ز ادب صاف نمودم با تیغ
عطر بر خود زدم و غالبه سا رفتم و شد	با بوی ادکلنی گشت معطر بدنم

حمد را خواندم و آن مد «ولالضالین» را
یکدم از قاسم و جبار نگفتم سخنی
همچو موسی نه عصا داشتم و نه نعلین
لن ترانی نشنیدم ز خداوند چو او
مدعی گفت چرا رفتی و چون رفتی و کی؟
تو تنت پیش خدا روز و شبان خم شده است
مسجد و دیر و خرابات بدادم نرسید
خانقاهم فلک آبی بی سقف و ستون
گفتم ای دل به خدا هست خدا هادی تو
نمودم ز ته حلق ادا رفتم و شد
گفتم ای مایه هر مهر و وفا رفتم و شد
سرخوش و بی خبر و بی سرو پا رفتم و شد
«ارنی» گفتم و او گفت «رثا» رفتم و شد
من دلباخته بی چون و چرا رفتم و شد
من خدا گفتم و او گفت بیا رفتم و شد
فارغ از کشمکش این دو سه تا رفتم و شد
پیر من آنکه مرا داد ندا رفتم و شد
تا بدینسان شدم از خلق رها رفتم و شد.

«فرق دیوانه و احمق»

مردی در هنگام رانندگی، درست جلوی حیاط یک تیمارستان پنجر شد و مجبور شد همانجا به تعویض لاستیک پردازد. هنگامی که سرگرم این کار بود، ماشین دیگری به سرعت از روی مهره‌های چرخ که در کنار ماشین بود گذشت و آنها را به درون جوی آب انداخت و آب مهره‌ها را برد. مرد حیران مانده بود که چکار کند. تصمیم گرفت که ماشینش را همانجا رها کند و برای خرید مهره چرخ برود. در این حین، یکی از دیوانه‌ها که از پشت نرده‌های حیاط تیمارستان نظاره‌گر این ماجرا بود، او را صدا زد و گفت: از 3 چرخ دیگر ماشین، از هر کدام یک مهره بازکن و این لاستیک را با 3 مهره ببند و برو تا به تعمیرگاه برسی.

آن مرد اول توجهی به این حرف نکرد، ولی بعد که با خودش فکر کرد دید راست می‌گوید و بهتر است همین کار را بکند. پس به راهنمایی او عمل کرد و لاستیک زاپاس را بست. هنگامی که خواست حرکت کند روبه آن دیوانه کرد و گفت: فکر جالب و هوشمندانه‌ای داشتی. پس چرا توی تیمارستان انداختنت؟ دیوانه لبخندی زد و گفت: من اینجام چون دیوانه‌ام ولی احمق که نیستم.

* **مکالمه بین لئوناردو باف و دالانی لاما:** لئوناردو باف، یک پژوهشگر

دینی معروف در برزیل است. متن زیر. نوشته اوست، در میزگردی که درباره «دین و آزادی» بر پا شده بود و دالانی لاما هم در آن حضور داشت، من با کنجکاوی و البته کمی بدجنسی، از او پرسیدم، عالی جناب. بهترین دین کدام است؟

من فکر کردم که او لابد خواهد گفت «بودائی» یا ادیان شرقی که خیلی قدیمتر از مسیحیت هستند. دالانی لاما، کمی درنگ کرد، لبخندی زد و به چشمان من خیره شد. و آنگاه گفت: بهترین دین آن است که شما را به خداوند نزدیکتر سازد «دینی که از شما آدم بهتری بسازد»

من که از این چنین پاسخ خردمندانه‌ای شرمند شده بودم پرسیدم، آنچه مرا انسان بهتری می‌سازد چیست؟ او پاسخ داد: هر چیزی که شما را دل‌رحم‌تر، فهمیده‌تر، مستقل‌تر بی‌طرف‌تر، با محبت‌تر، انسان‌دوست‌تر، با مسئولیت‌تر و اخلاقی‌تر سازد. دینی که این کار را برای شما بکند، بهترین دین است. من لحظه‌ای ساکت ماندم و به حرف‌های خردمندانه او اندیشیدم. به نظر من پیامی که در پشت حرف‌های او قرار دارد، چنین است: دوست من، اینکه تو به چه دینی اعتقاد داری و یا اینکه اصلاً به هیچ دینی اعتقاد نداری، برای من اهمیت ندارد. آنچه برای من اهمیت دارد، رفتار تو در خانه، در خانواده، در محل کار، در جامعه و در کل جهان است. به یاد داشته باشید، عالم هستی. بازتاب اعمال و افکار ماست. قانون عمل و عکس‌العمل فقط منحصر به فیزیک نیست. در روابط انسانی هم صادق است. اگر خوبی کنی، خوبی می‌بینی و اگر بدی کنی بدی.

- **شاد بودن هدف نیست،** یک انتخاب است. هیچ دینی بالاتر از حقیقت وجود ندارد.

* **(درسی از صداقت روزگار. حکمت روزگار) :** اسمش فلمینگ , بود .

کشاورز , اسكاتلندی فقیری بود. یک روز که برای تهیه معیشت خانواده بیرون رفت، صدای فریاد کمک , شنید که از باتلاق نزدیک خانه می‌آید. وسایلش و انداخت و به سمت باتلاق دوید. اونجا پسر وحشتزده‌ای رو دید که تا کمر تو لجن سیاه فرو رفته بود و داد میزد و کمک می‌خواست. فلمینگ کشاورز، پسر بچه را از مرگ تدریجی و وحشتناک نجات داد . روز بعد یک کالسکه تجملاتی در محوطه کوچک کشاورز ایستاد.

نجیب‌زاده‌ای با لباس‌های فاخر از کالسکه بیرون آمد و گفت: پدر پسری هست که فلمینگ نجاتش داده. نجیب‌زاده گفت: می‌خواهم از تو تشکر کنم. شما زندگی پسر را نجات دادید. کشاورز اسكاتلندی گفت: برای کاری که انجام دادم چیزی نمی‌خواهم و پیشنهادش رو رد کرد.

در همون لحظه، پسرک کشاورز از در کلبه رعیتی بیرون اومد. نجیب‌زاده پرسید: این پسر شماست؟ کشاورز با غرور جواب داد بله. من پیشنهادی دارم. اجازه بدین پسر تو رو با خودم ببرم و تحصیلات خوب یادش بدم.

اگر پسر بچه. مثل پدرش باشد، در آینده مردی میشه که میتونین بهش افتخار کنین، و کشاورز قبول کرد.

بعدها، پسر فلمینگ کشاورز، از مدرسه پزشکی سنت‌ماری لندن فارغ‌التحصیل شد و در سراسر جهان به الکساندر فلمینگ کاشف پنی‌سیلین معروف شد.

سال‌ها بعد، پسر مرد نجیب‌زاده دچار بیماری ذات‌الریه شد. چه چیزی نجاتش داد؟ پنی‌سیلین. اسم پسر نجیب‌زاده چه بود؟ وینستون چرچیل.

تولستوی: محبت همه چیز را شکست می‌دهد و خود شکست نمی‌خورد.

* **شوپنهاور:** ما ندرتاً درباره آنچه داریم، فکر می‌کنیم، در حالیکه پیوسته در اندیشه چیزهائی هستیم که نداریم.

* **نادرشاه افشار:** کمربند سلطنت، نشان نوکری برای سرزمینم است. نادرها بسیار آمده‌اند و بازخواهند آمد، اما ایران و ایرانی باید همیشه در بزرگی و سروری باشد، این آرزوی همه عمرم بوده است.

دکتر علی شریعتی: لحظه‌ها را گذرانندیم، که به خوشبختی برسیم، غافل از آنکه لحظه‌ها همان خوشبختی بودند.

لئوی پاستور: تمدن تنها زائیده اقتصاد برتر نیست، در هنر و ادب و اخلاق هم باید متمدن بود و برتری داشت.

موریس مترلینک: اگر در اولین قدم، موفقیت نصیب ما می‌شد سعی و عمل دیگر معنی نداشت.

* **فرانتس کافکا:** لازم نیست گوش کنید، فقط منتظر شوید، فقط بیاموزید، آرام و ساکت و تنها باشید. جهان، آزادانه خود را به شما پیشکش خواهد کرد تا نقاب از چهره‌اش بردارید، انتخاب دیگری ندارد، مسرور به پای شما در خواهد غلطید.

جبران خلیل جبران: گنجی که در اعماق نامحدود شما حبس شده است در لحظه‌ای که خود نمی‌دانید، کشف خواهد شد.

ارد بزرگ: اگر جانان در خطر بود، به‌جای پنهان شدن، بکوش همگان را از گرفتاری خویش آگاه‌سازی.

گوته: کسی که دارای عزمی راسخ است. جهان را مطابق میل خویش عوض می‌کند.

* **ماهاتما گاندی:** پیروزی آن نیست که هرگز زمین نخوری، آنست که بعد از هر زمین خوردنی برخیزی.

انگلس: تکامل و حرکت مبنا و پیش فرض کل وجود است.

* **امرسون:** بیشترین تأثیر افراد خوب، زمانی احساس می‌شود که از میان ما رفته باشند.

* **دالانی لاما:** برای اداره کردن خویش، از سرت استفاده کن. برای اداره کردن دیگران از قلبت.

* **چخوف:** انسان باید از هر حیث، چه ظاهر و چه باطن زیبا و آراسته باشد.

تعاریف بزرگان از زنان: در قالب لطیفه:

گالیله: زن وقتی از یک حقیقت دفاع می‌کند منطقش بسیار ضعیف و قدرت اثباتش بی تأثیر است. ولی اگر همین زن بخواهد از یک دورغ دفاع کند، آن وقت کسی را تاب مقاومت در برابر او نیست.

* **داوینچی:** اشک نیرومندترین ماده سیال روی زمین است.

* **دیکنز:** اگر زنی عصبانی شد، یقین کنید که یک کار انجام نشده دارد و چاره اش در این است که به عصبانیت تظاهر کند.

* **چارلی چاپلین:** برای زن فقط یک بدبختی و مصیبت وجود دارد و آن این است که حس کند. کسی او را دوست ندارد.

* **برنارد شاو:** مردها را شجاعت به جلو میراند و زن‌ها را حسادت.

* **دیل کارنگی:** از دستپخت زن تعریف کن، تا در کنار اجاق خود را قربانی کند.

سامبرست: ازدواج کار خوبی است، ولی بهتر است این کار را انجام ندهید.

برنارد شاو: هرگاه می‌خواهید از کسی انتقام بگیرید، او را به ازدواج ترغیب کنید.

پوشکین: راز از هر نوعی بر قلب زنان فشاری غیرقابل تحمل می‌آورد.

برنارد شاو: مردها آنچه را که می‌شنوند از یک گوش وارد و از گوش دیگر خارج می‌سازند. اما زنان از 2 گوش وارد و از دهان خارج می‌کنند.

برنارد شاو: زن با نگاه خود آتش می‌افروزد و بیهوده می‌کوشد تا با اشک خود آنرا خاموش کند.

چگورا: گرانقیمتی‌ترین انگشتی‌های جهان، انگشتی نامزدی است، چون مرد پس از آن تا آخر عمر قسط می‌دهد.

برنارد شاو: دختران دو دسته‌اند، دسته اول آنهایی که زیبا هستند و فوراً ازدواج می‌کنند و دسته دوم آنهایی که به دانشگاه می‌روند.

مارک تواین: زن از این متأثر نمی‌شود که به او توجه کنید، بلکه تأثر او از این است که به او توجه کنید و بعد ازش دور شوید.

ضرب‌المثل سوئدی: اگر تله به دنبال موش برود، زن نجیب هم دنبال مرد.

گفتاری زیبا و آموزنده:

روبرت کونیلی: ذهن‌های بزرگ، راجع به ایده‌ها و نظریات بحث می‌کند. ذهن‌های متوسط، دربارهٔ اتفاقات و حوادث و ذهن‌های کوچک راجع به مردم.

توماس ادیسون: هیچ چیز در این دنیا واقعاً خراب نیست، حتی ساعتی که از کار افتاده، در روز 2 بار ساعت را درست نشان می‌دهد.

* **ویلیام جیمز:** از زندگی نترس، باور داشته باش که زندگی ارزش زیستن دارد و این باور به تو کمک می‌کند، تا به آن تحقق بخشی.

اما لندرز: در دنیا سه دسته افراد وجود دارند. نوع اول آن‌هایی هستند که موجبات اتفاقات را فراهم می‌آورند. نوع دوم آن‌هایی هستند که صرفاً نظاره‌گر اتفاقات هستند و دسته سوم آن‌هایی که می‌پرسند: چه شد؟.

دو بیت شعر زیبا و پرمعنی:

ما چو ز دری پای کشیدیم، کشیدیم
امید ز هر کس که بریدیم، بریدیم
دل نیست کبوتر که چو برخاست نشیند
از گوشه بامی که پریدیم، پریدیم

- **لطیفه , توی پرسشنامه اداری**، جای یک چهارگوش نقطه چین، قسمتی، نوشته بودند، در این قسمت چیزی ننویسید جاهله، توش نوشت. کوچیک شمائیم، ای بچشم.
- **لطیفه , اگر طاووس برای نازکردن**، روباه برای فریب دادن، تمساح، برای اشک ریختن و کلاغ برای قار قار کردن داشته باشی، دیگر نیازی به زن گرفتن نداری.
- **با آرزوی 12 ماه شادی**، 52 هفته، خنده، 365 روز سلامتی، 8760 ساعت عشق، 525600 دقیقه برکت و 3153600 ثانیه، دوستی.
- هر کس** که می نگرم، در شکایت است، در حیرتم که لذت دنیا به کام کیست.
- انسان موفق کسی است** که در تاریکی، دنبال شمع بگردد، نه اینکه منتظر بنشیند، تا صبح شود.
- هربرت:** اگر میخواهی، حقیقتی را مفخی کنی، کافیسست دروغ کوچکی را بزرگ جلوه دهید، که تمام واقعیت همین است.
- هربرت:** مرداب زمانی چشمه ای بود که آرزوی دریا شدن داشت. آنقدر فکر کرد و در رویایش فرو رفت تا بی حرکت ماند و مرد.
- پرسید کدام راه** نزدیک تر است؟ گفتم به کجا؟ گفت به خلوتگه دوست. گفتم. تو مگر فاصله ای می بینی بین دل و آن کس که دلت منزل اوست؟

* طنز: آقایان و همسرانشان:

- مردها بر اثر کمبود عاطفه ازدواج می کنند، بر اثر کمبود حوصله، طلاق می دهند.

ولی نکته جالب، اینکه بر اثر کمبود حافظه، دوباره ازدواج می کنند.

- **مردها** سه تا آرزو دارند: آنقدر که مامانشون میگن، خوش تیپ باشن،

آنقدر که بچه شون میگن پول دار باشن و مهم تر از همه

آنقدر که زنشون شک داره، زن داشته باشن.

- گفته گوئی گله آمیز بین دو مرد:

مرد اول: امان از دست این زنها، زخم دارائی مو برداشت و رفت.

مرد دوم: خوش بحالت، زن من تمام دارائی مو برداشت و نرفت.

- **زن به شوهرش گفت:** من احمق بودم که باهات ازدواج کردم.

مرد گفت: عزیزم چرا عصبانی میشی، خوب من هم عاشقت بودم اینو نفهمیدم.

* **مارک فیشر:** برای ناراحت بودن خیلی وقت داری. پس چرا به فردا

موکولش نکنی.

* **پرسیدم دوست** بهتر است یا برادر گفت: دوست برادری است که خود آنرا

انتخاب می کنی.

* **تجربه،** نامی است که افراد، روی اشتباهات می گذارند.

* **ستیز من با تاریکی است.** برای نبرد با تاریکی، شمشیر بر نمی کشم. بلکه

چراغ، می افروزم.

- * **اگر محدودیتی** وجود دارد، در ذهن ماست، نه در دنیای خارج
- * **ازدواج مثل** یک نقشه جنگی است، که اگر در آن فقط یک اشتباه صورت بگیرد، جبرانش غیرممکن است.
- * **پیش از ازدواج** چشم‌هایتان را باز کنید و بعد از آن، آنها را روی هم بگذارید.
- * **مراقب باشید**، یک شوخی می‌تواند از صدها جدی ویرانگر تر باشد.
- * **برای کسی که می‌فهمد** هیچ توضیحی لازم نیست و برای کسی که نمی‌فهمد، هر توضیحی اضافه است.
- * **گل نیلوفر**، در مرداب می‌روید، تا به همه بگه باید در سختی‌ها زیباترین بود.
- * **آتش از** خانه همسایه درویش منخواه. کانهچه بر روزن او می‌گذرد درد دل است.

ضریب هوشی اقوام و ملل مختلف دنیا:

مطالعات فراوانی روی تفاوت متوسط ضریب هوشی در کشورهای مختلف صورت گرفته است.

میانگین ضریب هوشی در آمریکا و انگلستان حدود 100 است این عدد برای شهروندان ژاپنی، چینی، کره‌ای، هنگ‌کنگی و تایوانی حدود 105 و برای ترکیه، کشورهای خاورمیانه و جنوب آسیا، بین 78 تا 90 و برای کشورهای آفریقائی پائین تر است. صحرای آفریقا 65 است.

در این میان کشور ما ایران با رتبه هوشی متوسط 84 رتبه 97 را بین 185 کشور جهان دارا می‌باشد.

هنگامی که صحبت از تفاوت ضریب هوشی بین دو فرد می‌شود تفاوت‌های، ژنتیکی، تفاوت‌های محیط فیزیکی، تفاوت‌های محیط روانی و آموزشی، بخصوص در دوران کودکی، می‌تواند توجیه‌کننده تفاوت ضریب هوشی باشد.

جدای از عوامل، ژنتیکی، عوامل متعدد دیگری، مانند عوامل محیطی روی ضریب هوشی تأثیر می‌گذارد، وضعیت تغذیه ای، بخصوص در دوران کودکی، استرس‌ها، فقر عاطفی و ارتباطی و کمیت و کیفیت تحصیلات، همگی بر ضریب هوشی، تأثیر می‌گذارد.

اگر فکر می‌کنی زندگی یک تأثر است، پس نقشی را انتخاب کن که از همه بیشتر در ایفای آن لذت می‌بری.

کسانی هستند که نمی‌خواهند پرواز تو را ببینند. تو به پرواز فکر کن، نه به آنها.

گفته‌ای از بودا: زندگی با شادی و غم همراه است، نباید از آن بیم داشت.

* **ضرب المثل چینی:** آنکس که جرأت مبارزه در زندگی را ندارد، اجباراً طناب دار را به گردن خود می‌اندازد.

گفته‌ای از بتهوون: سرنوشت، نمی‌تواند مرا به زانو درآورد. همانطور که طلا بدون سائیدن جلا پیدا نمی‌کند. انسان هم بدون سختی کامل نمی‌شود.

آری:

آغاز دوست داشتن است

گرچه پایان راه ناپیداست

من به پایان نیاندیشم

که همین دوست داشتن زیباست.

«فروغ»

زندگی بی‌شباخت به دریا نیست گاهی آرام و خاموش و گاه طوفانی و

مواج.

*** مهاجرت نخبگان و ضریب‌هوشی:**

با توجه به اینکه، بازده توسعه و پیشرفت جوامع بر دوش هوشمندان و نخبگان هر جامعه است، وقتی در یک جامعه شرایط به‌گونه‌ای باشد که نخبگان، در گذر زمان آن را ترک می‌کنند، نه تنها خروج آنها جامعه را متأثر می‌کند بلکه، در درازمدت ذخیره ژنتیکی کشور را نیز فقیرتر می‌کند، و در نسل‌های آتی، روند انتقال ضریب بالای هوشی به نسل‌های آینده با اختلاف مواجه می‌کند.

*** شخصیت: زندگی خود را با هیچ‌کسی مقایسه نکنید.** شما نمی‌دانید که بین

آنها چه می‌گذرد. افکار منفی نداشته باشید. در عوض انرژی خود را صرف امور مثبت کنید.

*** خیلی خود را جدی نگیرید،** انرژی خود را صرف فضولی در امور دیگران

نکنید. وقتی بیدار هستید، بیشتر خیال‌پردازی کنید.

* **حسادت** , یعنی اتلاف وقت، شما هر چه را که باید داشته باشید، دارید. گذشته را فراموش کنید، اشتباهات گذشته شریک زندگی خود را به یادش نیاورید. این کار آرامش زمان حال شما را از بین می برد. زندگی کوتاه تر از این است که از دیگران متنفر باشید.

* **با گذشته خود رفیق باشید**، تا زمان حال خود را خراب نکنید. هیچ کس مسئول خوشحال کردن شما نیست، مگر خود شما بدانید که زندگی مدرسه ای می ماند که باید در آن چیزهایی بیاموزید، مشکلات، قسمتی از برنامه درسی هستند و به مانند کلاس جبر می باشد. بیشتر بخندید و لبخند بزنید، مجبور نیستید که در هر بحثی برنده شوید، زمانی هم مخالفت وجود دارد.

* **هیچ جاده ای** تا سعادت و خوشبختی نیست، بلکه خوشبختی همان راه و لحظه های زندگی است که طی می کنیم.

* **شادبودن** یک سفر طولانی است نه یک مقصد. هیچ زمانی برای شاد بودن بهتر از زمان حال نیست. زندگی کن و از تمام لحظتاش لذت ببر.

* **کمک کردن** به دیگران برای این است که آنها هم موفقیت را تجربه کنند.

* **یک شمع چیزی** را از دست نمی دهد اگر به دیگری روشنی ببخشد.

* **همه چی داشت** خوب پیش می رفت که یهو به خود مون اومدیم, دیدیم بزرگ شدیم .

طنز: قوانین همسررداری (برای مردان)

- قانون اول: باید زنی داشته باشید، که در کارهای خانه مثل آشپزی، تمیزکاری، گردگیری خوب باشد.
- قانون دوم: باید زنی داشته باشید که موجبات سرگرمی و خنده شادی شما را فراهم نماید.
- قانون سوم: باید زنی داشته باشید مورداعتماد و اطمینان و راستگو.
- قانون چهارم: باید زنی داشته باشید که بودن با او لذت ببرید و باعث آرامش خاطر شما باشد.
- قانون پنجم: خیلی خیلی اهمیت دارد ه این چهار زن از وجود یکدیگر بی خبر باشند.

*
*

* **لطیفه**: بچه از باباش می پرسه؟ بابا تو بهشت زنها از شوهراشون جدا زندگی می کنند یا باهم هستن؟

باباه میگه: بچه جون اگر زنها با شوهراشون یکجا باشن که آنجا دیگه بهشت نمیشه.

* **یک مرد موفق**، مردیست که در آمدش بیشتر از مبلغی باشد که زنش خرج می کند.

یک زن موفق، زنیست که بتواند چنین مردی را پیدا کند.

* **برای اینکه** با یک مرد شاد باشید، باید او را کاملاً درک کنید و کمی، دوستش داشته باشید ..

* **برای اینکه** با یک زن شاد باشید، باید او را کاملاً دوست داشته باشید، و اصلاً سعی نکنید که او را درک کنید.

* **برنده جایزه نوبل ادبیات**، در زمان تقدیم جایزه خود به همسرش، گفت: این جایزه را به همسرم تقدیم می‌کنم که با نبودش باعث شد من بتونم، این کتاب را تمام کنم.

* **طنز**: و خداوند زن را آفرید تا هیچ مردی به مرگ طبیعی نمیرد.

* **زن به شوهرش** می‌گه: شوهر همسایه هر روز صبح که می‌خواد بره سرکار، زنش رو می‌بوسه، تو چرا این کار رو نمی‌کنی؟ شوهر می‌گه: آخه من که زنه رو خوب نمی‌شناسم.

طنز ادبی: «دروغ مردان»

هیزم‌شکنی مشغول قطع کردن یه شاخه درخت بالای رودخانه بود، تبرش افتاد تو روخانه. وقتی در حال گریه کردن بود، یه فرشته اومد و ازش پرسید: چرا گریه می‌کنی؟ هیزم‌شکن گفت: تبرم توی رودخونه افتاده.

فرشته رفت و با یه تبر طلائی برگشت و از هیزم‌شکن پرسید، آیا این تبر توست هیزم‌شکن جواب داد نه. فرشته دوباره به زیر آب رفت و این بار با یه تیره نقره‌ای برگشت و پرسید: این تبر توست؟ دوباره هیزم‌شکن جواب داد، نه. فرشته باز هم به زیر آب رفت و این بار با یه تبر آهنی برگشت و پرسید: آیا این تبر توست؟ جواب داد آره. فرشته از صداقت مرد خوشحال شد و هر سه تبر را به او داد و هیزم‌شکن خوشحال روانه خونه شد.

روزی دیگر هیزم شکن وقتی داشت با زنش کنار رودخونه راه می‌رفت، زنش افتاد توی همان رودخانه، هیزم شکن داشت گریه می‌کرد که فرشته، باز هم او مد و پرسید: که چرا گریه می‌کنی؟ او، فرشته، زخم افتاده توی آب، فرشته رفت زیر آب و با «جنیفر لویز» برگشت و پرسید: زنت اینه؟ هیزم شکن فریاد زد، آره. فرشته، عصبانی شد، تو تقلب کردی، این نامردیه. هیزم شکن جواب داد، او فرشته، (منو) بخش، سوء تفاهم شد. می‌دونی، اگه به جنیفر لویز، نه، می‌گفتم، تو می‌رفتی و با «کاترین زتاجونز» می‌اومدی و باز هم اگه به کاترین زتاجونز، نه، می‌گفتم، تو می‌رفتی و با زن خودم می‌اومدی و من هم می‌گفتم، آره. اونوقت تو هر سه تا رو به من می‌دادی. اما ای فرشته، من یه آدم فقیرم و توانائی نگهداری سه تا زن رو ندارم، و به همین دلیل بود که این بار گفتم آره ...

نکته اخلاقی: هر وقت مردی دروغ میگه به خاطر یه دلیل شرافتمندانه و مفیده.

* **برای کُشتن یک** پرنده یک قیچی کافی است. لازم نیست آن را در قلبش فروکنی یا گلویش را با آن بشکافی، پرهایش را بزَن خاطره پریدن، با او کاری می‌کند که خودش را به اعماق دره هدایت کند.

* **برای پخته‌شدن**، کافیست که هنگام عصبانیت از کوره در نروید.

* **پانولو کونیلو**، همیشه بهترین راه را برای پیمودن می‌بینیم، اما فقط راهی را می‌پیمائیم که به آن عادت کرده‌ایم.

* **هیچ‌کس آنقدر** فقیر نیست که نتواند لبخندی به کسی ببخشد و هیچ‌کس آنقدر ثروتمند نیست که به لبخندی نیاز نداشته باشد.

زنده یاد احمد شاملو: عیب کار اینجاست که من، آنچه هستم، را با آنچه باید باشم اشتباه می‌کنم. خیال می‌کنم، آنچه باید باشم هستم. در حالیکه آنچه هستم نباید باشم.

* **مشکلی که** با پول حل شود، مشکل نیست، هزینه است.

* **در زندگی** از تصور مصیبت‌های بیشماری رنج بردم که هرگز اتفاق نیفتادند.

و اما، رنگین‌کمان به ازای هر طوفان

لبخندی به ازای هر اشک.

دوستی، فداکاری به ازای هر مشکل.

نغمه‌ای شیرین به ازای هر آه.

و اجابتی نزدیک برای هر دعا.

ضرب‌المثل‌های جالب درباره ازدواج:

* **در موقع خرید پارچه**، حاشیه آن را خوب نگاه کن و در موقع ازدواج درباره مادر عروس تحقیق کن.

* **هنگام ازدواج**، بیشتر با گوش‌هایت مشورت کن تا با چشم‌هایت.

«ضرب‌المثل آلمانی»

* **مردی که به‌خاطر** پول زن می‌گیرد، به نوکری می‌رود.

«ضرب‌المثل فرانسوی»

* **لیاقت داماد** به قدرت بازوی اوست.

«ضرب‌المثل چینی»

* **زنی سعادت‌مند** است که مطیع شوهر باشد.

«ضرب‌المثل یونانی»

* **زن عاقل** با داماد بی‌پول خوب می‌سازد.

«ضرب‌المثل انگلیسی»

* **زن مطیع**، فرمان‌روای قلب شوهر است.

«ضرب‌المثل انگلیسی»

* **زن و شوهر**، اگر یکدیگر را بخواهند، در کلبه خراب هم زندگی می‌کنند.

«ضرب‌المثل آلمانی»

* **دختر عاقل**، جوان فقیر را به پیر مرد ثروتمند ترجیح می‌دهد.

«ضرب‌المثل ایتالیایی»

* **دو نوع زن** وجود دارد، با یکی ثروتمند می‌شوی و با دیگری فقیر.

«ضرب‌المثل ایتالیایی»

* **برای یافتن زن**، می‌ارزد که یک کفش بیشتر پاره کنی.

«ضرب‌المثل چینی»

* **تاک را از خاک** خوب و دختر را از مادر خوب و اصیل انتخاب کن.

«ضرب‌المثل چینی»

* **ماری آمبر**: ازدواج مقدس‌ترین قراردادها محسوب می‌شود.

* **اگر خواستی** اختیار شوهرت را در دست بگیری، اختیار شکمش را در دست بگیر.

«ضرب‌المثل اسپانیایی»

* **اگر زنی خواست** که تو به خاطر پول همسرش شوی با او ازدواج کن. اما پولت را از او دور نگاه‌دار.

«ضرب‌المثل ترکی»

* **ازدواج مثل هندوانه** است که گاهی خوب می‌شود و گاهی هم بد (بسیار بد)

«ضرب‌المثل اسپانیایی»

* **ازدواج زودش** اشتباهی بزرگ و دیرش، اشتباهی بزرگتر.

«ضرب‌المثل فرانسوی»

* **رولاند:** ازدواجی که به خاطر پول صورت بگیرد، برای پول هم از بین می‌رود.

* **محمد حجازی:** اگر کسی در انتخاب همسرش دقت نکند. دونفر را بدبخت کرده است.

* **بردون:** بازنی ازدواج کنید که اگر مرد بود، بهترین دوست شما می‌شد.

* **خانم برل باک:** انتخاب پدر و مادر، دست خودمان نیست. ولی می‌توانیم، مادرشوهر و مادرزنان را خودمان انتخاب کنیم.

* **سونی اسمارت:** با همسر خود مثل یک کتاب رفتار کنید و فصل‌های خسته‌کننده او را اصلاً نخوانید.

* **سروانتس:** برای یک زندگی سعادت‌مندانه، مرد، باید کر وزن لال باشد.

* **کریستین:** ازدواج بیشتر از رفتن به جنگ، شجاعت می‌خواهد.

* **اسمایلز:** تا یک سال بعد از ازدواج، مرد و زن زشتی‌های یکدیگر را نمی‌بینند.

- * **فرانکلین:** پیش از ازدواج چشم‌هایتان را باز کنید و بعد از ازدواج آنها را روی هم بگذارید.
- * **آرت بوحواله:** تنها علاج عشق، ازدواج است.
- * **سعید نفیسی:** ازدواج پیوندی است که از درختی به درخت دیگر بزندد. اگر خوب گرفت هر دو زنده می‌شوند و اگر بد شد هر دو می‌میرند.
- * **بال زاک:** خانه بدون زن، گورستان است.
- * **تن:** ازدواج عبارتست از سه هفته آشنائی، سه ماه عاشقی، سه سال جنگ و سی سال تحمل.
- * **سیریوس:** شوهر مغز خانه است و زن قلب آن.
- * **بالزاک:** عشق سپیده دم ازدواج است و ازدواج شامگاه عشق.
- * **لرد لوچستر:** قبل از ازدواج، درباره تربیت اطفال، شش نظریه داشتم، اما حالا شش فرزند دارم و دارای هیچ نظری نیستم.
- * **بن بیکر:** مردانی که می‌گوشند، زن‌ها را درک کنند، فقط موفق می‌شوند با آنها ازدواج کنند.

* **سنکالویس:** با ازدواج، مرد روی گذشته‌اش خط می‌کشد، وزن روی آینده‌اش.

* **قبل از رفتن به جنگ** یکی دوبار و پیش از رفتن به خواستگاری سه بار برای خودت دعا کن.

* **پاستور:** خوشحالی‌های واقعی بعد از ازدواج به دست می‌آید.

* **کارول بیکر:** مطیع مرد باشید تا او شما را بپرستد.

* **ولتر:** هر چه متأهلان بیشتر شوند، جنایت‌ها کمتر خواهد شد.

* **جانسون:** هیچ‌چیز غرور مرد را به اندازه شادی همسرش بالا نمی‌برد. چون همیشه آن را مربوط به خودش می‌داند.

* **کینه‌بارد:** زن ترجیح می‌دهد با مردی ازدواج کند، که زندگی خوبی نداشته باشد، اما نمی‌تواند، مردی را که شنونده خوبی نیست تحمل کند.

* **شاول:** اصل و نسب مرد وقتی مشخص می‌شود، که آنها بر سر مسائل کوچک با هم مشکل پیدا می‌کنند.

* **هیچ زنی** در راه رضای خدا با مرد ازدواج نمی‌کند.

«ضرب‌المثل اسکاتلندی»

* **با قرض:** اگر داماد شدی، با خنده خدا حافظی کن

«ضرب المثل آلمانی»

* **شارل بودلر:** تا ازدواج نکرده‌ای، نمی‌توانی درباره آن اظهار نظر کنی.

ضرب المثل اسکاتلندی: دوام ازدواج، یک قسمت روی محبت است و نه

قسمتش روی گذشت از خطا.

اگر طالب زندگی سالم و بالندگی می‌باشیم باید به حقیقت عشق بورزیم .

* **طنز: دعای خانم‌های مجرد:** اللَّهُمَّ الرزقنا جوانک الرشید الغنی و الصاحت

المدارک و المسکن. راکب الکمری. مطیع الامر. لا خواهر و لا مادر .

متخصص الطبخ و النظافت، و ماهر بالتعویض و الکهنه الطفل الصغیر. الخلاصه

الزن ذلیل.

* **زن‌اشونی** غصه‌های خیالی و موهوم را به غصه نقد و موجود تبدیل می‌کند.

«ضرب المثل آلمانی»

* **مارک تواین:** ازدواج قرار داد دو نفره‌ای است که در همه دنیا اعتبار دارد.

* **ولتر:** ازدواج، مجموعه‌ای از مزه‌هاست. هم تلخی و شوری دارد، هم تند و

ترشی و شیرینی و بی‌مزگی.

حکایت: عاقبت چاپلوسی در دربار کریم خان زند:

برگرفته از کتاب هزارستان، نوشته اسکندر دلدنم.

کریم خان زند هر روز صبح علی الطلوع تا شامگاه برای دادخواهی ستمدیدگان و رفع ستم و احقاق حقوق مردم، در ارک شاهی می نشست و به امور مردم رسیدگی می کرد. یک روز مرد حقه بازی و چلوپلوس، پیش آمد و همین که چشمش به کریم خان افتاد شروع به های، های گریستن کرده و سیلاب اشک از دیدگان فروریخت. اول طوری گریه می کرد که هق هق هایش اجازه سخن گفتن به او نمی داد. شاه که خود را ولیل الرعایا می نامید، دستور داد، او را به گوشه ای ببرند و آرام کنند، و بعد که آرام شد به حضور بیاورند. مردک حقه باز را بردند و آرام کردند و در فرصت مناسب دیگری به حضور کریم خان آوردند. کریم خان قبل از آنکه رسیدگی به کار او را آغاز کند، نوازش و دلجوئی فراوانی از وی بعمل آورد و آنگاه خواسته اش جويا شد. آن مرد گفت: من از مادر کور و نابینا متولد شدم و سالها با وضع اسف باری زندگی کرده و نعمت بینائی و دیدن اطراف و اکناف خود محروم بودم تا اینکه روزی، افتان و خیزان و کورمال، خود را روی زمین کشیدم و به سختی به زیارت آرامگاه پدر شما رفته و برای کسب سلامتی خود متوسل به مرقد مطهر ابوی مرحوم شما شدم. در آن مزار متبرک آنقدر گریه کردم که از فرط خستگی ضعف، بیهوش شده، به خواب عمیقی فرورفتم. در عالم خواب، و رؤیا، مردی جلیل القدر و نورانی را دیدم که سراغ من آمد و گفت: ابوالوکیل پدر کریم خان هستم، آنگاه دستی به چشمان من کشید و گفت: برخیز که تو را شفا دادم. از خواب که بیدار شدم، خود را بینا دیدم و جهان تاریک پیش چشمانم روشن شد. این همه گریه و زاری امروز من، از بابت تشکر و قدردانی و سپاسگذاری از والد، ماجد شما بود. مردک حقه باز که با ادای این جملات و انجام این صحنه سازی، مطمئن بود کریم خان را خام کرده است. منتظر دریافت

صله و هدیه و مرحمتی بود که مشاهده کرد که کریم‌خان برافروخته شده، دنبال دژخیم می‌گردد. موقعی که دژخیم حاضر شد، کریم‌خان دستور داد، چشمان مرد حقه‌باز را از حقه بیرون بکشد. درباریان و بزرگان قوم زندیه به دست و پا افتادند و شفاعت مرد متملق و چاپلوس را کرده و از وکیل‌الرعا یا خواستند، از گناه او درگذرد. کریم‌خان که ذاتاً آدم رقیق‌القلبی بود، خواهش درباریان و اطرافیان را پذیرفت، ولی دستور داد، مرد متملق را به فلک بسته، چوب بزنند. هنگامی که نوکران شاه مشغول سیاست کردن مرد حقه‌باز بودند کریم‌خان خطاب به او گفت: مردک پدرسوخته، پدر من تا وقتی زنده بود، در گردنه بیدسرخ خر دزدی می‌کرد.

- **حکایت زاغ و کلاغ** : کلاغی تکه پنیری دزدید و روی شاخه درختی

نشست، روباه گرسنه‌ای از زیردرخت می‌گذشت، بوی پنیر شنید، به طمع افتاد و روبه کلاغ گفت ای وای تو اونجائی، می‌دانم صدای دلشینی داری، چه شانسی آوردم، اگر وقتش داری کمی برای من بخوان. کلاغ پنیر را کنار خودش روی شاخه گذاشت و گفت: این حرف‌های مسخره را رها کن، اما چون گرسنه نیستم حاضرم مقداری از پنیر را به تو بدهم. روباه گفت: ممنونت می‌شوم، بخصوص که خیلی گرسنه‌ام.

اما من واقعاً عاشق صدایت هستم. کلاغ گفت: باز که شروع کردی، اگر گرسنه‌ای جای این حرف‌ها دهانت را باز کن، از همین جا یک تکه می‌اندازم که صاف در دهانت بیفتد. روباه دهانش را باز، باز کرد. کلاغ گفت: بهتر است چشم ببندی که نفهمی، تکه بزرگی می‌خواهم برایت بیندازم یا تکه کوچکی.

روباه گفت: بازیه؟ خیلی خوبه، بهش میگن بسکتبال، خلاصه بعد روباه چشمهایش را بست و دهان را بازتر از پیش کرد و کلاغ فوری پشتش را کرد و فضله‌ای که صاف در عمق حلق روباه افتاد، روباه، عصبی بالا و پائین پرید و تف

کرد. و گفت: بی‌شعور این چی بود؟ کلاغ گفت: کسی که تفاوت صدای خوب و بد را نمی‌داند تفاوت پنیر و فلفل را هم نباید بفهمد.

* بخوان و درباره‌اش فکر کن:

- آدم‌های بزرگ درباره ایده‌ها سخن می‌گویند.
- آدم‌های متوسط درباره چیزها سخن می‌گویند.
- آدم‌های کوچک، پشت سر دیگران سخن می‌گویند.
- آدم‌های بزرگ، درد دیگران را دارند.
- آدم‌های متوسط، درد، خودشان را دارند.
- آدم‌های کوچک، بی‌دردند.
- آدم‌های بزرگ، عظمت دیگران را می‌پسندند (می‌بینند).
- آدم‌های بزرگ، بدنبال کسب حکمت هستند.
- آدم‌های متوسط به بدنبال کسب دانش هستند.
- آدم‌های کوچک، به بدنبال کسب سواد هستند.
- آدم‌های بزرگ به بدنبال طرح پرسش‌های بی‌پاسخ هستند.
- آدم‌های کوچک می‌پندارند پاسخ همه پرسش‌ها را می‌دانند.
- آدم‌های متوسط، پرسش‌هایی می‌پرسند که پاسخ دارد.
- آدم‌های بزرگ به بدنبال خلق مسئله هستند.
- آدم‌های متوسط، گاه سکوت را بر سخن گفتن ترجیح می‌دهند.
- آدم‌های کوچک، با پاسخ گفتن بسیار، فرصت سکوت را از خود می‌گیرند.
-
- **هیچ‌وقت به یک زن دروغ نگویند:** مردی با همسرش در خانه تماس گرفت و گفت: عزیزم از من خواسته شده، که با رئیس و چند تا از دوستانش برای ماهیگیری، به کانادا برویم. ما بمدت یک هفته آنجا خواهیم بود. این

فرصت خوبی است تا ارتقای شغلی که منتظرش بودم بگیرم، بنابراین لطفاً لباسهای کافی برای یک هفته برایم بردار و وسایل ماهیگیری مرا هم آماده کن. ما از اداره حرکت خواهیم کرد و من سر راه، وسایلم را از خانه برخوادم داشت، راستی اون لباسهای راحتی ابریشمی آبی رنگم را هم بردار.

زن با خودش فکر کرد که این مسئله یک کمی، غیرطبیعی است، اما به خاطر این که نشان دهد همسر خوبی است، دقیقاً کارهایی را که همسرش خواسته بود انجام داد. هفته بعد مرد به خانه آمد، یک کمی خسته بنظر می رسید، اما ظاهرش خوب بود و مرتب بود. همسرش به او خوش آمد گفت و از او پرسید که آیا او ماهی گرفته است یا نه؟ مرد گفت: بله تعداد زیادی ماهی قزل آلا، چندتائی ماهی فلس آبی و چند تا هم ارم ماهی گرفتیم. اما چرا اون لباس راحتی هائی که گفته بودم برایم نگذاشتی؟ جواب زن خیلی جالب بود. زن جواب داد لباسهای راحتی رو توی جعبه وسایل ماهیگیری گذاشته بودم.

اعتقاد، اعتماد و امید:

- * اهالی روستائی تصمیم گرفتند که برای نزول باران دعا کنند. روزی که تمام اهالی در محل مقرر برای دعا جمع شدند، فقط یک پسر با چتر آمده بود. این یعنی «اعتقاد»
- * **اعتماد**: وقتی که شما یک کودک یکساله را به بالا پرتاپ می کنید، او می خندد، چون یقین دارد که شما او را خواهید گرفت. این یعنی «اعتماد»
- * **امید: هر شب ما به** رختخواب می رویم، بدون اطمینان از اینکه روز بعد، زنده از خواب بیدار شویم، ولی همیشه برای روز بعد خود برنامه دارید. این یعنی «امید» ما با اعتقاد، اعتماد و امید زندگی می کنیم.

- * **من از خدا خواستم** که پلیدی‌های مرا بزداید. خدا گفت: نه، آنها برای این در تو نیستند، که من آنها را بزدایم، بلکه آنها برای این در تو هستند که تو در برابرشان پایداری کنی
 - * **من از خدا خواستم** که بدنم را کامل سازد. خدا گفت: نه، روح تو کامل است بدن تو موقتی است ..
 - * **من از خدا خواستم**، به من شکیبائی دهد. خدا گفت: نه شکیبائی بر اثر سختی‌ها به دست می‌آید، شکیبائی دادنی نیست بلکه به دست آوردنی است.
 - * **من از خدا خواستم** به من خوشبختی دهد. خدا گفت: نه، من به تو برکت می‌دهم، خوشبختی، به خودت بستگی دارد.
 - * **من از خدا خواستم**، تا از دردها، آزادم سازد. خدا گفت: نه، درد و رنج تو را از این جهان دور کرده و به من نزدیکتر می‌سازد.
 - * **من از خدا خواستم**، تا روحم را رشد دهد. خدا گفت: نه، تو خودت باید رشد کنی، ولی من تو را می‌پیرایم تا میوه دهی.
 - * **من از خدا خواستم**، به من چیزهائی دهد، تا از زندگی خوشم بیاد، خدا گفت: نه من به تو زندگی می‌بخشم، تا تو از همه آن چیزها لذت ببری.
 - * **من از خدا خواستم** تا به من کمک کند، تا دیگران را همان طور که او دوست دارد، دوست داشته باشم، خدا گفت: سرانجام مطلب را گرفتی.
- **نکته ظریف /ینکه** : یادمان باشد و به‌خاطر بسپاریم. که چه بسا رویاهای ما با حمایت دیگران تحقق خواهد پذیرفت.

حقه روز امتحان: چهار تا دانشجو شب امتحان، به جای درس خواندن به پارتی و خوش گذرانی رفته بودند و هیچ آمادگی برای امتحانشون رو نداشتند، روز امتحان به فکر چاره افتادند و حقه‌ای سوار کردند به این صورت که سر و روشون رو کثیف کردند و مقداری هم با پاره کردن لباس هاشون، در ظاهرشون تغییراتی به وجود آوردند. سپس عزم رفتن به دانشگاه نمودند و یک راست به پیش استاد رفتند. مسئله رو با استاد اینطور مطرح کردند، که دیشب به یک مراسم عروسی خارج از شهر رفته بودند و در راه برگشت، از شانس بد یکی از لاستیک‌های ماشین پنجر میشه، و اونا با هزار زحمت و هل دادن ماشین به یه جایی رسوندند. و این بوده که به آمادگی لازم برای امتحان نرسیدند، کلی از اینها اصرار و از استاد انکار، آخر سر، قرار میشه سه روز دیگه یک امتحان اختصاصی برای این 4 نفر از طرف استاد برگزار بشه، آنها هم بشکن زنان از این موفقیت بزرگ سه روز تمام به امر شریف خر خونی مشغول میشن و روز امتحان با عتماد به نفس بالا به اطاق استاد میرن تا اعلام آمادگی خودشون رو ابراز کنند. استاد عنوان میکنه بدلیل خاص بودن و خارج از نوبت بودن این امتحان باید هر کدام از دانشجوها توی یک کلاس بنشینند و امتحان بدن. آنها بدلیل داشتن وقت کافی و آمادگی لازم با کمال میل قبول می‌کنند. .. امتحان حاوی دو سؤال و بارم‌بندی از نمره بیست بود.

1. نام و نام خانوادگی 2 نمره

2. کدام لاستیک پنجر شده بود؟ 18 نمره

الف: لاستیک سمت راست جلو

ب: لاستیک سمت چپ

ج: لاستیک سمت راست عقب

د: لاستیک سمت چپ عقب

* **مقایسه:** روزی چهار مرد و یک زن کاتولیک در باری، مشغول نوشیدن قهوه بودند. یکی از مردها گفت: من پسری دارم که کشیش است هر جا که میرود، مردم او را پدر خطاب میکنند. مرد دوم گفت من هم پسری دارم که اسقف است و وقتی جائی میرود، به او می‌گویند، سرورم.

مرد سوم گفت: پسر من کاردینال است و وقتی وارد جائی می‌شود، مردم او را عالیجناب صدا می‌کنند. مرد چهارم گفت: پسر من پاپ است و وقتی جائی می‌رود او را، قدیس بزرگ خطاب می‌کنند. زن حاضر در جمع نگاهی به مردان کرد و گفت: من دختری دارم 178 سانت قدش است. بسیار خوش‌هیكل، سبزه‌سینه‌هایش 38 است، دورکمرش 61، دور باسنش 92 سانت، با موهای بلوند و چشمهای روشن وقتی وارد جائی می‌شود همه می‌گویند، وای خدای من..

گل صداقت: «برگرفته از کتاب پائولو کوئیلو»

دویست و پنجاه سال پیش از میلاد در چین باستان شاهزاده‌ای تصمیم به ازدواج گرفت. با مرد خردمندی مشورت کرد و تصمیم گرفت تمام دختران جوان منطقه را دعوت کند تا دختری سزاوار را انتخاب کند. وقتی خدمتکار پیر قصر ماجرا را شنید بشدت غمگین شد، چون دختر او مخفیانه عاشق شاهزاده بود، دخترش گفت: او هم به آن میهمانی خواهد رفت. مادر گفت: تو شانس نداری، نه ثروتمندی و نه خیلی زیبا. دختر جواب داد، می‌دانم هرگز مرا انتخاب نمی‌کند، اما فرصتی است که دست‌کم یک بار او را از نزدیک ببینم. روز موعود فرارسید و شاهزاده به دختران گفت: به هر یک از شما دانه‌ای می‌دهم، کسی که بتواند در عرض شش‌ماه زیباترین گل را برای من بیاورد، ملکه آینده چین می‌شود. دختر پیر زن هم دانه را گرفت و در گلدانی کاشت سه ماه گذشت و هیچ‌گلی سبز نشد، دختر با باغبانان بسیاری صحبت کرد و راه گلکاری را به او آموختند، اما بی‌نتیجه

بود. گلی نروئید. روز ملاقات فرارسید. دختر با گدان خالی‌اش منتظر ماند و دیگر دختران هرکدام گل بسیار زیبایی به رنگها و شکلهای مختلف در گلدانهای خود داشتند. لحظه موعود فرارسید. شاهزاده هرکدام از گلدانها را با دقت بررسی کرد و در پایان اعلام کرد دختر خدمتکار، همسر آینده او خواهد بود. همه اعتراض کردند که شاهزاده کسی را انتخاب کرده که در گلدانش هیچ گلی سبز نشده است. شاهزاده توضیح داد این دختر تنها کسی است که گلی را به ثمر رسانده که او را سزاوار همسری امپراتور می‌کند، گل صداقت. همه دانه‌هایی که به شما دادم عقیم بودند، امکان نداشت گلی از آنها سبز شود.

به دنبال خدا نگرد:

به دنبال خدا نگرد، خدا در بیابانهای خالی از انسان نیست. خدا در جاده‌های تنهای بی‌انتهای نیست، به دنبالش نگرد.

خدا در نگاه منتظر کسی است که به دنبال خبری از توست. خدا در قلبی است که برای تو می‌تپد. خدا در لبخندی است که با نگاه مهربان تو جانی دوباره می‌گیرد. خدا آن‌جاست، در جمع عزیزترین‌هایت، خدا در دستی است که به یاری می‌گیری، در قلبی است که شاد می‌کنی. در لبخندی است که به لب می‌نشانی. خدا در بتکده و مسجد نیست گشتنت، زمان را هدر می‌دهد، خدا در عطر خوش نان است خدا در جشن و سروری است که به پا می‌کنی، خدا را در کوچه پس‌کوچه‌های درویشی و دور از انسان‌ها جستجو مکن، خدا آن‌جا نیست، اون‌جائی است که همه شادند. و جایی است که قلب شکسته‌ای نمانده، در نگاه پر افتخار مادری است به فرزندش، در نگاه عاشقانه زنی است به همسرش.

باید از فرصت‌های کوتاه زندگی جاودانگی را جست. زندگی چالشی بزرگ است، مخاطره‌ای عظیم. فرصت یکه و یکتای زندگی را نباید صرف چیزهای کم بها

کرد. چیزهای اندک که مرگ، آن‌ها را از ما می‌گیرد. زندگی را باید صرف اموری کرد که مرگ نمی‌تواند آن‌ها را از ما بگیرد. زندگی، کاروان سرائی است که شب‌هنگام، در آن اتراق می‌کنیم. و سپیده‌دمان از آن بیرون می‌رویم. فقط چیزهایی اهمیت دارند، چیزهایی که وقت کوچ ما از خانه، بدن با ما همراه باشند، همچون معرفت و به خود آئی. دنیا چیزی نیست که آن را واگذاریم. دنیا چیزی است که باید آن را برداریم و با خود همراه کنیم. سالکان حقیقی، می‌دانند که همه آن زندگی باشکوه، هدیه ای از طرف خداوند و بهره خود را از دنیا فراموش نمی‌کنند. کسانی که از دنیا روی بر می‌گردانند، نگاهی تیره و یأس‌آلود دارند. آن‌ها دشمن زندگی و شادمانی‌اند. خداوند زندگی را به ما نبخشیده است تا از آن روی برگردانیم سرانجام خداوند از من و تو خواهد پرسید، آیا «زندگی» را زندگی کرده‌ای؟

* آنچه از نظر کرم ابریشم پایان دنیاست، از دید خالق یک پروانه است ...

حکایت سه الاغ گمشده:

می‌گویند مردی روستائی با چند الاغش وارد شهر شد. هنگامی که کارش تمام شد. و خواست به روستا باز گردد، الاغ‌ها را سرشماری کرد. دست بر قضا سه رأس از الاغ‌ها را نیافت. سراسیمه به سراغ اهالی رفت و سراغ الاغ‌های گمشده را گرفت. از قرار معلوم کسی الاغ‌ها را ندیده بود. نزدیک ظهر در حالی که مرد روستائی خسته و ناامید شده بود، رهگذری به او پیشنهاد کرد، وقت نماز سری به مسجد جامع شهر بزند و از امام جماعت بخواهد تا بالای منبر از جمعیت نماز خوان کسب اطلاع کند. مرد روستائی همین کار را کرد. امام جماعت از باب خیر و میهمان دوستی، نماز اول را که خواند، بالای منبر رفت و از آن‌جا که مردی نکته دان و آگاه بود، روبه جماعت کرد و گفت: آهای مردم، در میان شما کسی هست

که از مال دنیا بیزار باشد؟ خشکه مقدسی از جابر خواست و گفت: «من» امام جماعت بار دیگر، بانگ برآورد، آهای مردم در میان شما کسی هست که از صورت زیبا ناخشنود شود؟ خشکه مقدسی دیگر برخاست و گفت: «من» امام جماعت بار سوم گفت آهای مردم، کسی در میان شما هست که از آوای خوش صدای دلنشین) متنفر باشد؟ خشکه مقدسی دیگری برپا ایستاد و گفت «من» سپس امام جماعت رو به مرد روستائی کرد و گفت: بفرما سه تا خرت پیدا شده بردار و برو.

حامی من:

بدن انسان می‌تواند تا 45 واحد درد را تحمل کند، اما زمان تولد بچه یک زن تا 57 واحد درد را احساس می‌کند این درد معادل شکسته شدن هم‌زمان 20 استخوان است پس مادرت را دوست داشته باش.

* **کارو:** انسان درست هنگامی بزرگ می‌شود که، احساس می‌کند هیچ است.

* **دنیا:** روزی گدائی به دیدن صوفی درویشی رفت و دید که بر روی تشکی مخملین، در میان چادری زیبا که طناب‌هایش با گل میخهای طلائی گره خورده‌اند، نشسته است. گدا وقتی اینها را دید، فریاد کشید: این چه وضعی است؟ درویش محترم! من تعریف‌های زیادی از زهد و وارستگی شما شنیده‌ام. اما با دیدن این همه تجملات در اطراف شما، کاملاً، سرخورده، شدم. درویش خندید و گفت: من آماده‌ام تا تمامی اینها را ترک کنم و با تو همراه شوم. با گفتن این حرف درویش بلند شد و بدنبال گدا به راه افتاد، او حتی درنگ هم نکرد تا دمپائی‌هایش را به پا کند. بعد از مدت کوتاهی، گدا

اظهار ناراحتی کرد و گفت: من کاسه گدائیم را در چادر تو جا گذاشته ام. من بدون کاسه گدائی چه کنم؟ لطفاً کمی صبر کن تا من بروم آن را بیاورم. صوفی خندید و گفت: دوست من. گُل میخهای طلائی چادر من، در زمین فرو رفته اند، نه در دل من. اما کاسه گدائی تو، هنوز تو را تعقیب می کند. در دنیا بودن، وابستگی نیست. حضور دنیا در ذهن است، و وقتی دنیا در ذهن ناپدید می شود. این را وارستگی می گویند.

گفته هایی از دکتر وین والتر دایر : نویسنده و سخنران آمریکایی

هر کس به دیگری زبانی برساند و یا ضربه ای به کسی بزند , بیشترین را
 - خود , از آن خواهد دید . چرا که هر کس در دادگاه عدل الهی در برابر اعمال
 - ناروای خود مسئول است .

به هر کاری که دست زدید، نیاز به خداوند و خدمت به مردم را در نظر داشته باشید. زیرا این شیوه ی زندگی معجزه آفرینان است.

عشق نثار کسی است که با دستپاچگی در جاده ها از من سبقت می گیرد، به کسی که در گوشه خیابان به حالت احتیاج افتاده است، کمی پول بیشتر دهم. بین جرو بحث های مردم در یک سوپرمارکت می روم و سعی می کنم به آن محیط عشق ببرم،

در قالب هزاران راه، هر روز عبادت معنویم بخشش عشق است. و نه اینکه یک مسیحی، کلیمی، بودائی یا مسلمان باشم، بلکه با اعمالم سعی می کنم شبیه به مسیح، شبیه به بودا، شبیه به موسی یا شبیه به حضرت محمد (ص) باشم.

آنان که به قضاوت زندگی دیگران می نشینند، از این حقیقت غافلند که با صرف نیروی خود در این زمینه، خویشان را از آرامش و صفای باطن محروم می کنند.

اگر شخصیت خود را با فعالیت‌های شغلی خویش می‌سنجید، پس وقتی کار نمی‌کنید، فاقد شخصیت هستید.

دروغ : انفجاری مهلک است، در اعتماد به نفس تو و آینده‌ای که برای خود خواهی ساخت.

الهی توفیقم ده که بیش از طلب هم‌دردی، هم‌دردی کنم. بیش از آن‌که مرا بفهمند، دیگران را درک کنم. بیش از آنکه دوستم بدارند دوست بدارم. زیرا در عطا کردن است که می‌ستانیم و در بخشیدن است که بخشیده می‌شویم و در مردن است که حیات ابدی می‌یابیم.

طنز : برو بالاتر، بزن قدش :

ماجرای رضاشاه و نظامی مست در تهران.

میگن، رضاشاه شب‌ها با ماشین توی خیابان‌های تهران می‌گشته و به امورات نظامی کشور رسیدگی می‌کرده. یک شبی که داشته توی خیابون‌ها گشت می‌زده، می‌بیند یک درجه‌دار نظامی داره مست و پاتیل توی خیابون تلوتلو می‌خوره و راه میره. رضاشاه به راننده‌اش میگه وایسا این نظامی را سوارکن ببینم کیه که با این وضع داره توی خیابون تلوتلو می‌خوره، راننده درجه‌دار رو سوار می‌کنه و می‌شونه جلو، رضا شاه هم عقب نشسته بوده. رضاشاه شروع میکنه سؤال کردن و می‌پرسه، سربازی؟ نظامی میگه برو بالاتر. گروهبانی؟ برو بالاتر. سروانی؟ برو بالاتر. سرگردی؟ نظامی میگه برو بالاتر. سرهنگی؟ نظامی میگه بزن قدش. نظامی هم بعد از سؤال و جواب رضاشاه شروع میکنه به سؤال کردن:

سربازی؟ برو بالاتر. گروهبانی؟ برو بالاتر. سروانی؟ برو بالاتر. سرگردی؟ برو بالاتر. سرهنگی؟ برو بالاتر. تیمساری؟ برو بالاتر. سپهبدی؟ برو بالاتر. ارتشبدی؟ برو بالاتر.

رضاخانی؟ بزق قدش. نظامی فرو میره تو صندلی ماشین و حالا شاه می پرسه
ترسیدی؟ نظامی میگه برو بالا. شاشیدی؟ برو بالاتر. ر.دی؟
نظامی میگه بزق قدش.

تو به اندازه ی تنهایی من خوشبختی , من باندازه ی زیبایی تو غمگینم .

- **من حقیقی** همان است که هستی , نه آنی که دیگران از تو ساخته اند ..
- **پرنده ای** که به مهاجرت می اندیشد , از ویرانی آشیانه نمی هراست .
- **ضرب المثل ژاپنی** : یک کلمه محبت آمیز , می تواند همه زمستان انسان را
گرم کند ...

- **وقتی آدم خیلی** دلش گرفته باشه , از تماشای غروب لذت می بره ...

- **در مهربانی** همان باران باش که در ترنمش علف هرز و گل سرخ یکی است

- **یادتان باشد** برای کسی که قادر به کمک کردنش نیستیم , دعا کنیم ..

- **برای کسی** که آهسته و پیوسته می رود , هیچ راهی دور نیست ...

- تو پندار که از یاد, تو را خواهم برد,

من بدون تو بیک پلک زدن خواهم مرد.

چه نام‌های زیبایی داشته تقویم هخامنشی:

حتماً می‌دانید که تقویم هجری شمسی رسماً از سال 1304 مبنای تقویمی ایران قرار گرفته و پیش از آن، تقویم هجری قمری و ماه‌های قمری مورد استفاده بوده است. از سال 1304 تقویم هجری شمسی با همان تقویم جلالی که یادگار خیام نیشابوری است به‌عنوان تقویم رسمی ایرانیان تعیین شد و ماه‌های دوازده‌گانه آن نیز از روی تقویم زرتشتی، بیش از 12 ماه دارد. جالب اینجاست که تقویم هخامنشی که بسیار شبیه تقویم جلالی است و دوازده ماه هم دارد. ولی اسامی ماه‌ها متفاوت و صد البته زیبا است. در زیر اسامی ماه‌های هخامنشی را ببینیم.

فروردین	چمن‌آرا
اردیبهشت	گل‌آور
خرداد	جان‌پرور
تیر	گرماخیز
مرداد	آتش‌پیشه
شهریور	جهان‌بخش
مهر	دژخوی
آبان	باران‌خیز
آذر	اندوه‌خیز
دی	سرما‌ده
بهمن	برف‌آزر
اسفند	مشکین‌فام

همیشه اسیر دیواری هستیم که از آجر نا دانی‌ها، آن را ساخته ایم ...

احترام، برای کسانی است که لایقش هستند، نه طالبش.

داستان جالب امتحان دامادها:

زنی سه دختر داشت که هر سه ازدواج کرده بودند. یک روز تصمیم گرفت، میزان علاقه‌ای که دامادهایش به او دارند را ارزیابی کند. یکی از دامادها را به خانه‌اش دعوت کرد و در حالی که در کنار استخر قدم می‌زدند، از قصد وانمود کرد که پایش لیز خورده و خود را درون استخر انداخت. دامادش فوراً شیرجه رفت توی آب و او را نجات داد. فردا صبح یک ماشین پژو 206 نو جلو پارکینگ خانه داماد بود و روی شیشه‌اش نوشته بود، متشکرم، از طرف مادر زن.

زن همین‌کار را با داماد دومش کرد. و این بار هم داماد، فوراً شیرجه رفت توی آب و جان زن را نجات داد. داماد دوم هم فردای آن روز یک ماشین پژو 206 نو هدیه گرفت که روی شیشه‌اش نوشته بود متشکرم، از طرف مادر زن. نوبت داماد آخری رسید. زن باز هم همان صحنه را تکرار کرد و خود را داخل استخر انداخت. اما داماد از جایش تکان نخورد. او پیش خود فکر کرد و قتش رسیده که این پسرزن از دنیا برود، پس چرا من خودم را به‌خطر بیاندازم، همین‌طور ایستاد تا مادرزنش در آب غرق شد و مُرد. فردا صبح یک ماشین بی، ام و، کورسی آخرین مدل جلو پارکینگ خانه داماد سوم بود که روی شیشه‌اش نوشته بود متشکرم، از طرف پدرزن.

گفته‌ای از «استیون واینبرگ»

برنده جایزه نوبل فیزیک با دین یا بدون دین، انسان‌های خوب کارهای خوب می‌کنند و انسان‌های شرور، کارهای شرارت‌بار، اما برای اینکه انسان‌های خوب، کارهای شرورانه بکنند دین نیاز است.

ما، دیگران را، فقط تا آن قسمت از جاده که خود پیموده ایم می‌توانیم هدایت کنیم.

ماجرای: خر ما از کره‌گی دُم نداشت:

مردی خری دید به گل در نشسته و صاحب خر از بیرون کشیدن درمانده. مساعدت را (برای کمک کردن) دست در دُم خر زده، قوت کرد (زور زد) دم از جای کنده آمد. فغان از صاحب خر برخواست که تاوان بده. مرد به قصد فرار به کوچه‌ای دوید، بن بست یافت خود را به خانه‌ای درافکند. زنی آنجا، کنار حوض خانه چیزی می‌شست و بار حمل داشت (حامله بود) از آن هیاهو و آواز، زن بترسید بار بگذاشت (سقط کرد) خانه خدا (صاحب‌خانه) نیز با صاحب خر هم آواز شده مرد کریزان، بر بام خانه دوید، راهی نیافت از بام به کوچه‌ای فرو جست که در آن طبیعی خانه داشت، جوانی پدر بیمارش را به انتظار نوبت، در سایه دیوار خوابانده بود، مرد بر آن پیر بیمار فرود آمد، چنان که آن بیمار در جای بمرد. پدر مُرده نیز به خانه خدای و صاحب خر پیوست. مرد، هم‌چنان گریزان در سر پیچ کوچه با یهودی رهگذر سینه به سینه شد و بر زمینش افکند. پاره چوبی در چشم یهودی رفت و کورش کرد. او نیز نالان و خون‌ریزان به جمع متعاقبان پیوست. مرد گریزان به ستوه آمد و خود را به خانه قاضی افکند که «دخیلم». قاضی در آن ساعت با زن شاکیه، خلوت کرده بود.

چون رازش فاش دید چاره رسوائی را در جانبداری از او یافت و چون از حال و حکایت او آگاه شد، مدعیان را به درون خواند. نخست از یهودی پرسید، گفت: این مسلمان یک چشم مرا نابینا کرده است، قصاص طلب می‌کنم. قاضی گفت: دیت مسلمان بر یهود نیمه بیش نیست. باید آن چشم دیگر را نیز نابینا کند، تا بتوان از او یک چشم برکند. و چون یهودی سود خود را در انصراف از شکایت دید، به پنجاه دینار جریمه محکومش کرد.

جوان پدر مرده را پیش خواند. گفت این مرد از بام بلند بر پدر بیمار من افتاد، هلاکش کرده است. به طلب قصاص او آمده‌ام قاضی گفت: پدرت بیمار بوده

است و ارزش حیات بیمار نیمی از ارزش شخص سالم است. حکم عادلانه این است که پدر او را زیر همان دیوار بنشانیم و تو بر او فرود آئی چنانکه یک نیمه جانش را بستانی. جوانک را نیز که صلاح درگذشت دیده بود، به تأدیه سی دینار جریمه شکایت بی‌مورد محکوم کرد.

چون نوبت به شوی آن زن رسید که از وحشت (بار) افکنده بود، گفت: قصاص شرعاً هنگامی جایز است که راه جبران مافات بسته شده باشد. حالی می‌توان به حلال در فراش (عقد ازدواج) این مرد کرد، تا کودک از دست‌رفته را جبران کند. طلاق را آماده باش. مردک فغان برآورد و با قاضی جدال می‌کرد، که ناگاه صاحب خر برخاست و به جانب در دوید. قاضی آواز داد. هی بایست که اکنون نوبت توست. صاحب خر هم‌چنان که می‌دوید. فریاد کرد. مرا شکایتی نیست. به آوردن مردانی می‌روم که شهادت دهند که خرم از کره‌گی دم نبوده است.

* این مطلب, بخشی از یکی از نامه‌های نادر ابراهیمی داستان نویسی معاصر به همسرش:

همسفر، در این راه طولانی که ما بی‌خبریم و چون باد می‌گذرد، بگذار خرده اختلاف‌هایمان با هم باقی بماند، خواهش می‌کنم، مخواه که یکی شویم، مطلقاً مخواه که هرچه تو دوست داری، من همان را، به همان شدت دوست داشته باشم و هر چه من دوست دارم به همان‌گونه مورد دوستی تو نیز باشد. مخواه که هر دو یک آواز را بپسندیم، یک ساز را، یک کتاب را، یک طعم را، یک رنگ را. و یک شیوه نگاه‌کردن را مخواه که انتخابمان، یکی باشد، سلیقه‌مان یکی و رویاهامان یکی. هم‌سفر بودن و هم هدف بودن، ابداً به معنی شبیه بودن و شبیه شدن نیست و شبیه شدن دال بر کمال نیست، بلکه دلیل توقف است.

عزیز من، دو نفر که عاشقند و عشق، آنها را به وحدتی عاطفی رسانده است واجب نیست که هر دو صدای کبک، درخت نارون، را دوست داشته باشند. اگر

چنین حالتی پیش بیاید، باید گفت که یا عاشق زائد است یا معشوق و یکی کافی است. عشق از خود خواهی‌ها و خود پرستی‌ها گذشته است، اما این سخن به معنای تبدیل شدن به دیگری نیست. من از عشق زمینی حرف می‌زنم که ارزش آن در حضور است، نه در محو و نابود شدن یکی در دیگری.

عزیزم، اگر زاویه دیدمان نسبت به چیزی یکی نیست بگذار یکی نباشد. بگذار در عین وحدت، مستقل باشیم. بخواه که در عین یکی بودن، یکی نباشیم. بخواه که همدیگر را کامل کنیم نه ناپیدا، بگذار صبورانه و مهرمندانه، در باب هر چیز که مورد اختلاف ماست بحث کنیم، اما نخواهیم که بحث، ما را به نقطه مطلقاً واحدی برساند.

بحث باید، ما را به ادراک متقابل برساند نه فنای متقابل، اینجا سخن از رابطه عارف با خدای عارف در میان نیست، سخن از ذره ذره واقعیت‌ها و حقیقت‌های عینی و جاری زندگی است بیا بحث کنیم، بیا معلوماتمان را تاخت بزیم، بیا کلنجار برویم اما سرانجام، نخواهیم که غلبه کنیم. بیا حتی اختلافهای اساسی و اصولی زندگی‌مان را در بسیاری زمینه‌ها تا آنجا که حس می‌کنیم دوگانگی، شور و حال و زندگی می‌بخشد نه پژمردگی و افسردگی و مرگ حفظ کنیم. من و تو حق داریم در برابر هم قد علم کنیم و حق داریم بسیاری از نظرات و عقاید هم را نپذیریم، بی‌آن‌که قصد تحقیر هم را داشته باشیم. عزیز من، بیا متفاوت باشیم...

*** نوشته‌هایی از پرویز شاپور، نویسنده ایرانی که شهرتش به دلیل نگارش**

نوشته‌های کوتاه «اغلب تک‌خطی» با طبعی شاعرانه و طنز بوده است.

- بار زندگی را با رشته عمرم به دوش می‌کشم.
- زندگی بدون آب از گلوی ماهی پائین نمی‌رود.

- جارو، شکم خالی سطل زباله را پر می‌کند.
- برای مردن، عمری فرصت دارم.
- اگر خودم هم مثل ساعتم جلو رفته بودم، حالا به همه‌جا رسیده بودم.
- ستارگان سکه‌هائی هستند که فرشتگان در قلک آسمان پس‌انداز کرده‌اند.
- با اینکه گل‌های قالی خار ندارند، مردم با کفش روی آن پا می‌گذارند.
- سایه هر چهار نژاد انسان، یک رنگ است.
- بیاد ندارم نابینائی به من تنه زده باشد.
- قلبم پر جمعیت‌ترین شهر دنیاست.
- قطره باران، اقیانوس کوچکی است.
- هر درخت پیر، صندلی جوانی می‌تواند باشد.
- اگر بخواهم پرنده‌ای را محبوس کنم، قفسی به بزرگی آسمان می‌سازم.
- به عقیده گیوتین، سرآدم زیادی است.
- برای اینکه پشه‌ها کاملاً ناامید نشوند، دستم را از پشه‌بند بیرون می‌گذارم.
- غم، کلکسیون خنده‌ام را به سرقت برد.
- بلبل مرتاض، روی گُل خاردار می‌نشیند.
- باغبان وقتی دید باران قبول زحمت کرده، به آپاش مرخصی داد.
- قطره باران غمگین، روی گونه‌ام اشک می‌ریزد.
- در خشک‌سالی، آب از آب تکان نمی‌خورد.
- گُل آفتاب‌گردان، در روزهای ابری احساس بلا تکلیفی می‌کند.
- با چوب درختی که برف کمرش را شکسته بود، پارو ساختم.
- دلم برای ماهی‌ها می‌سوزد که در ایام کودکی نمی‌توانند خاک بازی کنند.
- پرگاری که اختلال حواس پیدا می‌کند، بیضی ترسیم می‌کند.
- آب به‌اندازه‌ای گل‌آلود بود که ماهی، زندگی را تیره و تار می‌دید.

- گربه بیش از دیگران در فکر آزادی پرنده محبوس است.
- فواره و قوه جاذبه، از سر به سر گذاشتن هم سیر نمی‌شوند.
- زلال باش. زلال باش. زلال تر از قطرات اشک.
- فرقی نمی‌کند، که گودال کوچکِ آبی باشی، یا دریای بیکران. زلال که باشی، آسمان در تو پیداست.

آن خانم کی بود:

از یک استاد سخنور دعوت به عمل آمد که در جمع مدیران ارشد یک سازمان ایراد سخن نماید. محور سخنرانی، در خصوص مسائل انگیزشی و چگونگی ارتقاء سطح روحیه کارکنان دور می‌زد. استاد شروع به سخن نمود و پس از مدتی که توجه حضار کاملاً به گفته‌هایش جلب شده بود،

چنین گفت: آری دوستان من بهترین سال‌های زندگی را در آغوش زنی گذراندم که همسر من نبود. ناگهان سکوت شوک برانگیزی جمع حضار را فرا گرفت، استاد وقتی تعجب آنان را دید، پس از کمی مکث ادامه داد آن زن مادرم بود، حضار شروع به خندیدن کردند و استاد سخنان خود را ادامه داد.

تقریباً یک هفته از آن قضیه سپری گشت، تا اینکه یکی از مدیران ارشد همان سازمان به همراه همسرش به یک میهمانی نیمه‌رسمی دعوت شدند. آن مدیر از جمله افراد پر کار و تلاشگر سازمان بود، که همیشه خدا سرش شلوغ بود،

- اوخواست که خودی نشان داده و در جمع دوستان و آشنایان با بازگوکردن، همان لطیفه، محفل را بیشتر گرم کند، لذا با صدای بلند گفت: آری من بهترین سال‌های زندگی خود را در آغوش زنی گذراندم که همسر من نبود.

همانطوری که انتظار می‌رفت، سکوت توام با شک همه را گرفت و طبیعتاً همسرش نیز در اوج خشم و حسادت بسر می‌برد.

مدیر که وقت راناسب میدید، خواست لطیفه را ادامه دهد، اما از بد حادثه چیزی به خاطرش نیامد. و هرچه زمان گذشت سوءظن میهمانان نسبت به او بیشتر شد. تا اینکه به ناچار گفت: راستش دوستان هرچی فکر می‌کنم، نمیتونم به خاطر بیاورم آن خانم کی بود.

مارتین لوتر و سند جهنم:

در قرون وسطا کشیش‌ها بهشت را به مردم می‌فروختند و مردم نادان هم با پرداخت هر مقدار پولی قسمتی از بهشت را از آن خود می‌کردند.

فرد دانائی که از این نادانی مردم رنج می‌برد، دست به هر عملی زد نتوانست مردم را از انجام این کار احمقانه باز دارد، تا اینکه فکری به سرش زد.

به کلیسا رفت و به کشیش مسؤل فروش بهشت گفت قیمت جهنم چقدره؟ کشیش تعجب کرد و گفت: جهنم؟ مرد دانا گفت: بله جهنم. کشیش بدون هیچ فکری گفت: 3 سکه، مرد سراسیمه مبلغ را پرداخت کرد و گفت: لطفاً سند جهنم را هم بدهید. کشیش روی کاغذ پاره‌ای، نوشت: سند جهنم. مرد با خوشحالی آن را گرفت، از کلیسا خارج شد. به میدان شهر رفت و فریاد زد: من تمام جهنم رو خریدم، این هم سند آن است دیگر لازم نیست بهشت را بخرید، چون من هیچ‌کس را داخل جهنم راه نمی‌دهم. این شخص، مارتین لوتر بود که با این حرکت، نه تنها ضربه‌ای به کسب و کار کلیسا زد، بلکه با پذیرش مشقات فراوان خود برای اینکه مردم را از گمراهی رها سازد آماده کرد.

خدایا در انجماد نگاه سرد این مرد، دلم برای جهنمت تنگ شده است ...

در پشت هر مرد بزرگ، زنی بزرگ ایستاده است.

توماس هیلر، مدیر اجرایی شرکت بیمه عمر ماساچوست، « میو چوال » و همسرش در بزرگراهی بین ایالتی در حال رانندگی بودند که او متوجه شد بنزین اتومبیلش کم است. هیلر به خروجی بعدی پیچید و از بزرگراه خارج شد و خیلی زود یک پمپ بنزین مخروبه که فقط یک پمپ داشت پیدا کرد. او از تنها مسئول آن خواست باک بنزین را پُر و روغن اتومبیل را بازرسی کند، سپس برای رفع خستگی پاهایش به قدم زدن در اطراف پمپ بنزین پرداخت و هنگامی که بسوی اتومبیل خود باز می‌گشت، دید که متصدی پمپ بنزین و همسرش گرم گفتگو هستند. وقتی او به داخل اتومبیل برگشت دید متصدی پمپ بنزین دست تکان داد و شنید که می‌گوید، گفتگوی خوبی بود.

پس از خروج از جایگاه، هیلر از زنش پرسید که آیا آن مرد را می‌شناسد او بی‌درنگ پاسخ داد که می‌شناسد. آنان در دوران تحصیل به یک دبیرستان می‌رفتند و یک سال هم با هم نامزد بوده‌اند. هیلر با لحنی آکنده از غرور گفت، هی خانم شانس آوردی که من پیدا شدم. اگر با او ازدواج می‌کردی به جای زن مدیرکل، همسر یک کارگر پمپ‌بنزین بودی. زنش پاسخ داد: عزیزم، اگر من با او ازدواج می‌کردم، او مدیرکل بود و تو کارگر پمپ‌بنزین. (برگرفته از کتاب بیشترین نکته‌ها و قصه‌ها.)

افسانه غول چراغ جادو:

یک روز زن و شوهری در کنار ساحل مشغول توپ بازی بودند که زن ضربه‌ای محکم به توپ می‌زند و توپ مستقیم میره به سمت شیشه‌های خونه‌ای که در اون نزدیکی بود و.. تق شیشه میشکند، مرد عصبانی نگاهی به زن میکنه و میگه بین چه کارکردی؟ حالا باید هم معذرت خواهی کنیم، هم خسارتشون رو جبران کنیم، دوتائی راه می‌افتن طرف خونه، به نظر نمی‌آمده کسی توی خونه باشه،

یه گم بیرون خون‌ه‌رو، ورنه‌انداز میکنن و بعد مرد، در می‌زنه، یک صدائی میگه بیا تو. اول زن و بعد شوهرش وارد میشن و مردی رو می‌بینند که با شورت روی زمین نشسته، شوهر توضیح میده که همسرماً اشتباهاً توپ را به این سمت انداخت، ما آمدیم که عذرخواهی کنیم و خسارتتون را پرداخت کنیم. مرد لخت سری تکان میده و میگه: عیبی نداره، من گول چراغ جادو هستم و وقتی شیشه شکست، توپ به شیشه‌ای که من توش حبس بودم خورد و اون‌رو شکست و من آزاد شدم، من میتونم 3 آرزو رو برآورده کنم. پس هر کدومتون یک آرزو بکنین. و آرزو سوم هم سهم خودم. اول به شوهر میگه، آرزو کنه، مرد کمی فکر می‌کنه و میگه: من می‌خواهم تا پایان عمر ماهی 1/5 میلیون دلار حقوق بگیرم. گول میگه: برای محبتی که در حق من کردی، کمه، تو از الان تا آخر عمر یک کار شاد و دوست داشتنی با بهترین بیمه و مزایا و در بهترین دفترها با حقوق حداقل ماهی 1/5 میلیون دلار خواهی داشت. بعد به زن میگه: تو چه می‌خواهی؟ زن میگه من می‌خوام که در تمام کشورهای دیدنی دنیا یک خونه برای خودم داشته باشم، گول میگه، این برای محبتی که در حق من کردی کمه. تو از الان در تمام کشورهای توریستی و زیبای دنیا ویلائی بزرگ با بهترین امکانات تفریحی و خدمه آموزش دیده خواهی داشت. و بعد نفس عمیقی میکشه و میگه حالا نوبت منه و روبه مرد میگه، من آرزو دارم بعد از ظهر رو با همسر تو بگذرونم. زن و شوهر بهم نگاه می‌کنند. زن زیرچشمی نگاهی به هیكل سوخته و ورزیده گول میکنه و خوشحال میشه، اما با بی‌تفاوتی به شوهرش میگه، من برام مهم نیست. هر چه تو بگی. میدونی که فقط تو و بغل تو به من خوش میگذره. مرد هم از ترس اینکه نکنه، اون همه امکانات و پول از دستش بره با اینکه قلباً راضی نبود، میگه: عزیزم من به تو اطمینان دارم و بعد آروم‌تر میگه، فقط نگذار خیلی بهش خوش بگذره، بالاخره زن و گول به طبقه بالا میرن. بعد از 3 ساعت، و در حالیکه هر دو خسته

بودند. غول از زن می پرسه . از خودت و شوهرت بگو. زن میگه که شوهرم مدیر تجاری یک شرکت و من حسابدار یک فروشگاه بزرگ هستم.

غول می پرسه، درس هم خوندین؟ زن با افتخار، میگه بله، هر دوی ما در رشته مون مدرک مستر داریم غول می پرسه، چند سالتونه؟ زن میگه: هر دوی ما 35 ساله هستیم. غول با تعجب میگه هر دوتون 35 ساله اید، مستر دارین و اونوقت باور می کنین که غول چراغ جادو وجود داره؟ متأسفم براتون.

- **قیمت معجزه** : وقتی سارا دخترکی هشت ساله بود، شیند که پدر و مادرش درباره برادرش که کوچکتتر بود صحبت می کنند، فهمید برادرش سخت بیمار است و آنها پولی برای مداوای او ندارند. پدر به تازگی کارش را از دست داده بود و نمی توانست هزینه جراحی پر خرج برادر را بپردازد. سارا شیند که پدر آهسته به مادر گفت: فقط معجزه می تواند پسرمان را نجات دهد. سارا با ناراحتی به اتاق خوابش رفت و از زیر تخت، قلک کوچکش را درآورد. قلک را شکست، سکه را روی تخت ریخت و آنها را شمرد، فقط 5 دلار بود. بعد آهسته از در عقبی خانه خارج شد و چند کوچه بالاتر به داروخانه رفت. جلوی پیشخوان انتظار کشید و تا داروساز به او توجه کند ولی داروساز سرش شلوغ تر از آن بود که متوجه بچه ای هشت ساله شود. دخترک پاهایش را به هم می زد و سرفه می کرد، ولی داروساز توجهی نمی کرد.

بالاخره حوصله سارا سررفت و سکه ها را محکم روی شیشه پیشخوان ریخت. داروساز جا خورد رو به دخترک کرد و گفت: چه می خواهی؟ دخترک جواب داد، برادرم خیلی مریض است، می خواهم، معجزه بخرم. داروساز با تعجب پرسید؟ ببخشید؟ مردی که گوشه ایستاده بود و لباس تمیز و مرتبی داشت، از دخترک

پرسید؟ چقدر پول داری؟ دخترک پولها را کف دستش ریخت و به مرد نشان داد، مرد لبخندی زد و گفت: آه، چه جالب، فکر می‌کنم این پول برای خرید معجزه برادرت کافی می‌باشد. بعد به آرامی دست او را گرفت و گفت: من می‌خواهم برادر و والدینت را ببینم، فکر می‌کنیم معجزه برادرت پیش من باشد.

فردای آن روز عمل جراحی روی مغز پسرک با موفقیت انجام شد. و او از مرگ نجات یافت. پس از جراحی، پدر نزد دکتر رفت و گفت از شما متشکرم، نجات پسرم یک معجزه واقعی بود، می‌خواهم بدانم بابت هزینه عمل جراحی چقدر باید پرداخت کنم دکتر، لبخندی زد و گفت که پنج دلار بود که پرداخت شد.

جالب که بدانید:

یک زن تایوانی به‌صورت غیرمترقبه‌ای فوت کرده، در حالیکه نشانه‌هایی از خون ریزی از گوش، بینی و دهان مشاهده شده است. پس از کالبدشکافی، علت مرگ مسمومیت بدلیل وجود «آرسینیک» در شکم بیمار تشخیص داده شد.

سؤال این که این آرسینیک از کجا سر در آورده؟ یک متخصص، پس از بررسی محتویات شکم آن مرحومه نتیجه را چنین اعلام می‌کند. با ندانم‌کاری شخص فوت شده، این فرد روزانه از «ویتامین C» استفاده می‌کرده که به‌صورت عادی ضرری ندارد. همچنین شب قبل برای شام «میگو» میل نموده که این هم هیچگونه مشکلی ندارد. ولی بطور خلاصه ترکیب ویتامین C و ماده غیر سمی (پتاسیم

آرسینیک 5) باعث تولید «اکسید آرسینیک» در بدن می‌شود که همان «آرسینیک سمی» است. پس چنانچه روزانه از ویتامین C استفاده می‌کنید از خوردن میگو خودداری کنید.

من راه تو را بسته , تو راه مرا بسته امید رهائی نیست وقتی همه دیواریم

اورینا فالاجی : در یک مصاحبه از وینستون چرچیل سؤال می‌کند؟ آقای نخست‌وزیر، شما چرا برای ایجاد یک دولت استعماری و دست‌نشانده به آنسوی اقیانوس هند می‌روید و دولت هند شرقی به وجود می‌آورید. اما این کار را نمی‌توانید در بیخ‌گوش خودتان، یعنی در ایرلند که سال‌هاست با شما در جنگ و ستیز است انجام دهید؟

وینستون چرچیل بعد از اندکی تأمل پاسخ می‌دهد: برای انجام این کار به دو ابزار مهم احتیاج هست که این دو ابزار مهم را در ایرلند در اختیار نداریم.

خبرنگار سؤال می‌کند این دو ابزار چیست. چرچیل در پاسخ می‌گوید اکثریت نادان و اقلیت خائن.

*

ز مدینه تا به مکه، به برهنه پای رفتن

دو لب از برای لیبیک به وظیفه باز کردن

به معابد و مساجد، همه اعتکاف جستن

ز مناهی و ملاحی، همه احتراز کردن

شب جمعه‌ها نخفتن، به خدای راز گفتن

ز وجود بی‌نیازش، طلب نیاز کردن

به خدا قسم که آن را، ثمر، آن قدر نباشد

که به روی ناامیدی، در بسته باز کردن

*

آسمان فرصت پرواز بلندی است

قصه این است چه اندازه کبوتر باشی

عهد کردم که دگر می‌نخورم در همه عمر

بجز از امشب و فردا شب و شب‌های دگر

«از عماد خراسانی»

- * **چشم و زبان**، دو سلاح بزرگ در نزد تواند. چگونه از آنها استفاده می‌کنی؟
مانند تیری زهرآلود. یا آفتابی جهان تاب؟ زندگی گیر یا زندگی بخش.
- * **دو چیز** را از هم جدا کن، عشق و هوس، چون اولی مقدس است و دومی
شیطانی، اولی تو را به پاکی می‌برد و دومی به پلیدی.
- * **دنیا دو روز است**، یک روز با تو و یک روز علیه تو. روزی که باتوست،
مغرور مشو و روزی که علیه توست، مأیوس نشو، چرا که هر دو پایان
پذیرند.
- * **همیشه بیاد داشته باش**، در مجلسی که وارد شدی، زبانت را نگاه دار، در
سر سفره‌ای نشستی، شکمت را نگاه دار. در خانه‌ای وارد شدی، چشمانت را
نگه دار. در عبادت، دلت را نگاه دار.

چند پند :

1. **بوقلمونی**، گاو بدید و بگفت: در آرزوی پروازم اما چگونه، ندانم. گاو
پاسخ داد، گر ز تپاله من خوری، قدرت بر بالهایت فتد و پرواز کنی. بوقلمون،
خورد و بر شاخی نشست. تیراندازی ماهر بوقلمون بر درخت بدید، تیری بر آن
نگون بخت بینداخت و هلاکش نمود. نتیجه اخلاقی: با خوردن هر گندی شاید
به بالا رسی، لیک در بالا نمایی.
2. گنجشکی از سرمای بسیار، قدرت پرواز از کف باد و در برف افتاد. گاو
گذر همی کرد و تپاله بر وی انداخت. گنجشک ز گرمای تپاله، جان بگرفت و به
آواز مشغول شد. گربه‌ای آواز بشنید، جست و گنجشک به دندان بگرفت و

بخورد. نتیجه اخلاقی: هر که گندی بر تو انداخت حتماً دشمن نباشد. هر که از گندی بدرآوردت حتماً دوست نباشد.

* یک فیلسوف ترک می گوید:

- وقتی من به دنیا اومدم پدرم 30 سالش بود. یعنی سنش 30 برابر من بود.
- وقتی من 2 ساله شدم، پدرم 32 ساله شد. یعنی 16 برابر من.
- وقتی من 3 ساله شدم، پدرم 33 ساله شد، یعنی 11 برابر من.
- وقتی من 5 ساله شدم، پدرم 35 ساله شد، یعنی 7 برابر من.
- وقتی من 10 ساله شدم، پدرم 40 ساله شد یعنی 4 برابر من.
- وقتی من 15 ساله شدم، پدرم 45 ساله شد، یعنی 3 برابر من.
- وقتی من 30 ساله شدم، پدرم 60 ساله شد. یعنی 2 برابر من.
- می ترسم اگر ادامه بدم، از پدرم بزرگتر بشم.

*** بنیامین فرانکلین : اگر می خواهی ، پس از مرگ فراموش نشوی ، یا چیزی بنویس که قابل خواندن باشه ، یا کاری کن که قابل نوشتن باشه.**

مرد چهار زنه:

دوستی داشتم لرستانی،	یار دیرینه دبستانی
دیدمش بعد سالیان دراز	همرهش چار زن همه طناز
مات و مبهوت گشتم از حالش	که لری آهوان به دنبالش
گفتمش، چارزن؟ خدا برکت	تو چگونه کنی زجا حرکت
گفت این کار ماجرا دارد	هر یکی حکمتی جدا دارد
اولی را که هست خوشکل و ناز	من گرفتم زخطه شیراز

تا که شب‌ها قرینه‌ام باشد
سر او روی سینه‌ام باشد
بهر اوقات روزهایم نیز
زن گرفتم ز خطه‌ی تبریز
چون زن ترک خوش بروبازوست
خانه‌دار و نظیف و کدبانوست
دست‌پختش که محشر کبراست
بهرتر از آن سلیقه‌اش غوغاست
ظرف یک سال بسته‌ام بارم
چون زنی هم ز اصفهان دارم
کشد از ماست تارمویی را
یادمان داده صرفه‌جوئی را
در کم و بیش. او اوستاد است
او بس که در اقتصاد پا دارد
زن چارم که ختم آنان است
گفتمش با وجود آن سه هلو
گفت گهگاه بنده گشتم اگر
آن زمان جان آن سه تا بی‌شک
این یکی را کشم به زیر کتک

با همدیگر بخندیم نه به یکدیگر:

یه روز یه ترکه اسمش ستارخان بود، شاید هم باقرخان خیلی شجاع بود، خیلی نترس، یکه و تنها از پس ارتش حکومت مرکز براومد. جونش رو گذاشت کف دستش و سرباز راه مشروطیت و آزادی شده فداکاری کرد. برای ایران. برای من و تو برای اینکه ما یه روزی، تو این مملکت آزاد زندگی کنیم.

* **یه روز یه** رشتیه اسمش، میرزا کوچک‌خان بود میرزا کوچک‌خان جنگلی، برای مهارکردن گاو وحشی قدرت منطقه تلاش کرد. برای اینکه، کسی تو این مملکت ادعای خدائی نکنه، آنقدر جنگید تا جونش رو فدای سرزمینش کرد.

* **یه روز** یه لره، اسمش کریم خان زند بود، مؤسس سلسله زندیه ساده‌زیست، نیک سیرت و عدالت‌پرور بود و تا حد امکان از شدت عمل احتراز می‌کرد.

* **یه روز** یه قزوینه، به نام علامه دهخدا، از لحاظ اخلاقی بسیار منحصر به فرد بوده و دیوان پارسی بسیار خوبی برای ما بر جا نهاد.

یه روز ما همه با هم بودیم. ترک و رشتی و لر و اصفهانی و. تا اینکه یه عده رمز دوستی مارو کشف کردند. و قفل دوستی مارو شکستند.

* حالا دیگه، ما برای هم جوک می‌سازیم به همدیگه می‌خندیم. و اینجوری شادیم. این از فرهنگ ایرانی به دور است. آخه این نسل جدید، نسل قابل اطمینان و متفاوتی هستند پس با همدیگه بخندیم نه به همدیگه.

* **بدون اراده متولد می‌شویم:** با حیرت زندگی می‌کنیم، و سپس با حسرت

میمیریم

(گل فراموشم مکن)، یک قصه اروپائی است. بدین مضمون که عاشق و معشوق گلی را در رودخانه می‌بیند، معشوق با نگاهش می‌فهماند که چقدر مشتاق آن دسته گل است.

عاشق بدون ملاحظه، خود را به آب می‌اندازد و گل را به سوی معشوقش می‌اندازد و

می‌گوید «فراموشم مکن» و خود به دیار نیستی می‌رود. ایرج میرزا شعر زیر را براساس این قصه سروده است.

عاشقی محنت بسیار کشید	تا لب دجله به معشوق رسید
نشد از گل رویش سیراب	که فلک دسته گلی داد به آب
نازنین چشم بشط دوخته بود	فارغ از عاشق دل سوخته بود
گفت وه وه چه گل رعنائیست	لایق دست من زیبا نیست
زین سخن عاشق معشوق پرست	جست در آب چو ماهی از شط

خوانده بود این مثل آن مایه ناز	که نکوئی کن و در آب انداز
باری آن عاشق بیجاره چوبط	دل به دریا زد و افتاد بشط
دید آییست فراوان و درست	بنشاط آمد و دست از جان شُست
دست و پائی زد و گُل را بر بود	سوی دلدارش پرتاب نمود
گفت کای آفت جان سنبل تو	ما که رفتیم بگیر این گُل تو
بکنش زیب سرای دلبرمن	یاد آبی که گذشت از سر من
جز برای دل من بوش مکن	عاشق خویش فراموش مکن
خود ندانست مگر عاشق ما	که ز خوبان نتوان جست وفا
عاشقان را همه گر آب برد	خوبرویان همه را خواب برد

امشب با من باش:

اگر خواهم غم دل با تو گویم، جا نمی‌یابم
اگر جایی شود پیدا، تو را تنها نمی‌یابم
اگر جایی کنم پیدا و هم تنها تو را یابم
ز شادی دست و پا گم می‌کنم، خود را نمی‌یابم.

* **سه چیز** در زندگی پایدار نیستند: رویاها، موفقیت‌ها، شانس.

* **سه چیز** در زندگی، که وقتی از کف رفتند باز نمی‌گردند: زمان، گفتار، موقعیت .

* **سه چیز** ما را نابود می‌کند: تکبر، زیاده طلبی، عصبانیت.

* **سه چیز** انسان‌ها را می‌سازد: کار سخت، صمیمیت، تعهد.

* **سه چیز** بسیار ارزشمند هستند: عشق، اعتماد به نفس، دوستان

* **سه چیز** در زندگی که هرگز نباید آنها را از دست داد: آرامش، امید، صداقت

مریدی از استادش پرسید عشق چیست؟ استاد در جواب گفت: به گندم زار برو و پر خوشه ترین شاخه را بیاور، اما در هنگام عبور از گندمزار، یادت باشه که نمی‌توانی به عقب برگردی تا خوشه‌ای بچینی، مرید به گندمزار رفت و پس از مدتی طولانی برگشت، استاد پرسید: چه آوردی؟ مرید با (حسرت) گفت: هیچ، هر چه جلو می‌رفتم، خوشه‌های پر پشت‌تری دیدم و به امید پیدا کردن پرپشت‌ترین تا انتهای گندمزار رفتم، استاد گفت: عشق یعنی همین.

مرید پرسید: پس ازدواج چیست؟ استاد جواب داد که: به جنگل برو و بلندترین درخت را بیاور. اما به یاد داشته باش که باز هم نمی‌توانی به عقب برگردی. مرید رفت و پس از مدت کوتاهی با درختی برگشت. استاد پرسید که چه شد و او در جواب گفت: به جنگل رفتم و اولین درخت بلندی را که دیدم انتخاب کردم. ترسیدم که اگر جلوتر بروم باز هم دست خالی برگردم. استاد گفت: ازدواج هم یعنی همین.

حاضر جوابی‌های تاریخی:

در مجلس عیش حکومتی، وقتی چرچیل حسابی مست کرده بود یکی از حضار که خبرنگار هم بود، از روی حس کنجکاوی حرفه اش پیش او رفت و در حالیکه چرچیل سرش رو پائین انداخته بود و در عالم مستی چیزهای نامفهومی زیر لب زمزمه می‌کرد و می‌خندید گفت: آقای چرچیل (چرچیل سرش را بلند نکرد) بلندتر گفت آقای چرچیل: تکرار کرد. (خبری از توجه چرچیل نبود).

در شرایطی که صداس توجه دور و بری‌ها رو جلب کرده بود می‌گفت شما خیلی مست هستید. شما بی‌اندازه مست هستید، شما بطور وحشتناکی مست هستید.

چرچیل سرش رو بلند کرد، در حالیکه چشمهایش سرخ رنگ شده بودند و کشدار حرف می زد به چشمهای خبرنگار خیره شد و گفت خانم شما زشت هستید. شما خیلی زشت هستید . شما بطور وحشتناکی زشت هستید ، مستی من تا فردا صبح می پره، می خواهم بینم تو چه غلطی می کنی.

حاضر جوابی های تاریخی:

میگن یه روز چرچیل داشته از یه کوچه باریکی که فقط امکان عبور یه نفر رو داشته رد می شده که از روبرو یکی از رقبای زخم خورده اش می رسه. بعد از اینکه کمی تو چشم هم نگاه می کنن رقیبه می گه من هیچوقت خودم رو کج نمی کنم تا یه آدم احمق از کنارم عبور کنه. چرچیل در حالیکه خودش رو کج می کرده میگه ولی من این کار رو می کنم.

تبریک هیتلر برای عید نوروز به رضاشاه :

اعلیحضرت همایون شاهنشاهی رضا شاه پهلوی،

از آن اعلیحضرت خواهشمندم بمناسبت نوروز صمیمی ترین تبریکات

برای مزید ترقی و تعالی کشور ایران قبول فرمایی. ادلف هیتلر

این رابطه دوستی در زمان جنگ با آلمان نازی باعث تبدیل اسم پارسیا به ایران و بعدها، بعد از جنگ جهانی دوم با دخالت انگلیس و روسیه باعث جداشدن بحرین از ایران بود. ناگفته نماند که در آن زمان آلمانی ها برای توسعه راه آهن ایران زحمت زیادی کشیدند، به این خاطر محله اطراف ایستگاه مرکزی راه آهن در جنوب تهران به اسم نازی آباد نامگذاری شد.

عشق مانند ساعت شنی می ماند . قلب را پر می کند , مغز را خالی ..

در بن بست : همیشه راه آسمان باز است پرواز را باید آموخت ...

یکی بود یکی نبود:

عاشقش بودم عاشقم نبود. وقتی عاشقم شد که دیگه دیر شده بود. حالا می فهمم که چرا اول قصه‌ها میگن یکی بود یکی نبود.

یکی بود یکی نبود، این داستان زندگی ماست . همیشه همین بوده یکی بود یکی نبود. در اذهان شرقی مان , نمی‌کنجد با هم بودن، با هم ساختن، برای بودن یکی باید دیگری نباشد، هیچ قصه‌گوئی نیست که داستانش این‌گونه آغاز شود که یکی بود و دیگری هم بود. همه با هم بودند . و ما اسیر این قصه کهن، برای بودن یکی، یکی را نیست می‌کنیم. از دارائی، از آبرو، از هستی، انگار که بودنمان، وابسته به نبودن دیگریست. هیچ‌کس نمی‌داند، جز ما، هیچ‌کس نمی‌فهمد جز ما و آن‌کس که نمی‌داند و نمی‌فهمد، ارزشی ندارد، حتی برای زیستن و این هنری است که آن را خوب آموخته‌ایم. هنر نبودن دیگری .

والنتاین چیست؟

در قرن سوم میلادی که مطابق می با اوایل امپراطوری ساسانی در ایران، در روم باستان فرمانروائی بوده است به نام «کلودیوس»، عقاید عجیبی داشت، از جمله اینکه سربازی خوب خواهد جنگید که مجرد باشد، از این رو ازدواج را برای سربازان امپراطوری روم قدغن می‌کند.

کلودیوس، بقدری بی‌رحم و فرمانش به اندازه‌ای قاطع بود که هیچ‌کس جرأت کمک به ازدواج سربازان نداشت، اما کشیشی به نام والتیوس (والنتاین)، مخفیانه

عقد سربازان رومی را با دختران محبوبشان جاری می‌کرد، کلودیوس دوم از این جریان خبردار می‌شود و دستور می‌دهد ه ولتاین را به زندان بیاورند. سرانجام کشیش به جرم جاری کردن عقد عشاق، با قلبی عاشق اعدام می‌شود. بنابراین او را به‌عنوان فدائی و شهید راه عشق می‌دانند و از آن زمان، نهاد و سمبلی می‌شود برای عشق.

سپندار مذگان چیست؟

در ایران باستان، نه چون رومیان از سه قرن پس از میلاد که از بیست قرن پیش از میلاد، یعنی حدوداً دوهزارسال پیش از تولد ولتاین، میان آریائیان روزی موسوم به روز عشق - (سپندار مذگان یا اسفندار مذگان بوده است.

این روز تقویم زرتشتی مصادف است با پنجم اسفند ما و در تقویم جدید ایرانی که شش ماه اول سال سی و یک روز حساب می‌شود. شش روز به جلو آمده و دقیقاً مصادف می‌شود با 29 بهمن، یعنی 4 روز پس از روز ولتاین فرنگی. زرتشتیان جشن سپندارمذگان (روز زن و روز زمین) را هر ساله در پنجم اسفند ماه برگزار می‌کنند.

در باور ایرانی، مردان دارای قدرت مردانگی و تفکر و خرد ورزی بیشتری است، در برابر آن زن نیز دارای مهرورزی، عشق پاک، پاکدامنی و از خودگذشتگی فراوان‌تری است، که هر یک از این دو به تنهایی راه به جایی نبرده و حتی روند پویایی گیتی را هم به ایستائی می‌کشاند. «آشو زرتشت» خوشبختی بشر را وابسته به میزان دانش و خرد انسان می‌داند، نه به جنسیت، قومیت و رنگ و نژاد و از دیدگاه وی همه انسان‌ها، همه زنان و مردان دارای حقوق برابرند.

او دختران را در گزینش همسر آزاد شمرده و عشق پاک و دانش نیک را دو معیار اصلی می‌داند و خوشبختی همسران جوان را در زندگی زناشویی در این میدانده که هر یک بکوشند تا در راستی از دیگری پیشی جویند. ملت ایران از جمله ملت‌هایی است که زندگی‌اش با جشن و شادمانی پیوند فراوانی داشته است. به مناسبت‌های گوناگون جشن می‌گرفتند و با سرور و شادمانی روزگار می‌گذرانده‌اند. که خود نشان دهنده فرهنگ، نحوه زندگی، فلسفه حیات و جهان‌بینی است.

ماجرای دو دیوانه:

فرهاد و هوشنگ هر دو بیمار یک آسایشگاه روانی بودند. یک روز همین‌طور که در کنار استخر قدم می‌زدند، فرهاد ناگهان خود را به قسمت عمیق استخر انداخت و به زیر آب فرورفت. هوشنگ فوراً به داخل استخر پرید و خود را در کف استخر به فرهاد رساند و او را از آب بیرون کشید. وقتی دکتر آسایشگاه از این اقدام قهرمانانه هوشنگ آگاه شد تصمیم گرفت که او را از آسایشگاه مرخص کند. هوشنگ را صدا کرد و به او گفت من یک خبر خوب و یک خبر بد برایم دارم. خبر خوب این است که می‌توانی از آسایشگاه بیرون بروی، زیرا با پریدن در استخر و نجات دادن جان یک بیمار دیگر، قابلیت عقلانی خود را برای واکنش نشان دادن به بحرانها نشان دادی و من به این نتیجه رسیدم که این عمل تو نشان وجود اراده و تصمیم در توست و اما خبر بد این که بیماری که تو از غرق شدن نجاتش دادی بلافاصله بعد از اینکه از استخر بیرون آمد خود را با کمر بند حوله حمام دار زده است و متأسفانه وقتی که ما باخبر شدیم او مرده بود. هوشنگ که به دقت به صحبت‌های دکتر گوش می‌کرد، گفت او خودش را دار نزد. من آویزونش کردم تا خشک بشه حالا من کی می‌تونم برم خونه‌مون؟

* **آلبر کامو:** بهتر است که در این دنیا فکر کنم خدا هست و وقتی به دنیای دیگر رفتم بدانم که نیست. این بسیار بهتر از این است که در این دنیا فکر کنم خدا نیست و در آن دنیا بفهمم که هست.

* **سیرون:** اعتراف به نادانی از چیزی که نمی دانم مرا شرمگین نمی سازد
لونی پاستور: تمدن، تنها زاییده اقتصاد برتر نیست، در هنر و ادب و اخلاق هم باید متمدن بود و برتری داشت.

گفته ای از دالائی لاما: بخاطر داشته باش که عشق‌های سترگ و دست آوردهای عظیم به خطر کردن‌ها و ریسک‌های بزرگ محتاج‌اند.

کریستوفر مارلو: به شخصی که به هیچ کس اعتماد ندارد، اعتماد نداشته باشید.

جبران خلیل: آیا می توان به این آسانی، از صخره‌های خون‌آلود جهان بزرگی که در تنه سرخ یک شقایق وحشی است، بالا رفت و انجماد دریاچه و آژه‌ها را در یخبندان عظیم تکلم دانش دید، و بر بی حاصلی اندیشه‌ها و قحطی تاریخی مجموعه‌های بشری، انگشت افسوسی بر لب تحیری نگزید.

ادوارد مورو: تنها دو تن از مصاحبت یکدیگر لذت می‌برند، مردی که سخن جز راست نگوید و آنکس که جز راست گوش فرا ندهد.

زندگی مثل آمپول تو باسن می مونه . هر چی سفت تر بگیری بیشتر درد می گیره .
 پس شل کن ...

بسنگ ها بگو چه انیشه می کنند؟ حتی بدون بال کبوتر کبوتر است ..

دیگران را نصیحت نکنید . عاقلان به آن احتیاج ندارند و احمقان به آن عمل نمی کنند .

اما آنچه که هر گز فروغش رنگ فنا نمی پذیرد , دوستی های پاک و بی آلایش است

همیشه رفتن رسیدن نیست . اما برای رسیدن . چاره ای جز رفتن نیست ...

برایان تریسی: فضیلت مقصد نیست، بلکه سفری دائمی و بی پایان است..

اگر به افراد موفق غبطه بخورید، (میدانی) از نیروی جاذبه منفی می سازید که شما را از انجام هر چه که برای موفقیت لازم دارید باز می دارد.

برایان تریسی: هیچ کس آنقدر زنده نمی ماند که بتواند هر چیزی را که باید بیاموزد از ابتدا یاد بگیرد. برای موفق شدن قطعاً و موکداً باید افرادی را بیاییم که قبلاً بهای آموختن چیزهایی را که برای دستیابی به اهدافمان نیاز داریم پرداخته باشند.

هر چه بیشتر به دنبال آسایش خاطر باشید کمتر آن را می یابید ولی هر چه بیشتر در جستجوی موفقیت باشید بیشتر احتمال دارد به آسایش خاطر که می خواهید برسید.

جیم بران: شکست یک واقعه منفرد و ناگهانی نیست. یک شبه شکست نمی‌خورید، بلکه شکست از چند اشتباه در قضاوت تشکیل گردیده که هر روزه تکرار شده‌اند.

جیم بران: موفقیت از 20٪ مهارت و هشتاد درصد راهبرد تشکیل یافته است. ممکن است روش خواندن را بلد باشید ولی از آن مهم‌تر این است که برنامه شما برای خواندن چیست.

برای حل هر مشکلی سه سؤال باید از خود پرسید، چه می‌توانم بکنم؟ چه چیز می‌توانم مطالعه کنم؟ از چه کسی بپرسم؟

بدون اراده متولد می‌شویم، با حیرت زندگی می‌کنیم، با حسرت می‌میریم. اما آنچه که هرگز فروغش رنگ فنا نمی‌پذیرد دوستی‌های پاک و بی‌آلایش است.

تا وقتی که در جسم و روح خود احساسات بی‌فایده رو نگهداری، نمی‌توانی جای خالی برای موفقیت‌های تازه به‌وجود بیاری.

* **ما فقط برای** یک بار جوان هستیم ولی با یک تفکر غلط می‌توانیم برای همیشه نا بالغ بمانی

* **فهمیده‌ام** که مدیریت یعنی، ایجاد یک مشکل، رفع همان مشکل و اعلام رفع مشکل به همه.

* **فهمیده‌ام** که هرگز برای دیگران زندگی نکنم، چون کسی برای من زندگی نمی‌کند.

* **فهمیده‌ام** همه‌چی را با هم همیشه داشت. گاهی عشق. گاهی پول و گاهی آرامش.

فهمیده‌ام که هیچ‌کس در زندگی به چیزی کمتر یا بیشتر از لیاقتش نمی‌رسد. برای اینکه به چیزهای بهتر و بیشتری برسی، باید یاد بگیری چطوری لیاقت خودت رو زیاد کنی.

* **فهمیده‌ام که** رفاه، به فرهنگ آدم‌ها ربط داره نه به وضع مالیشون. دو نفر با درآمد یکسان می‌توانند دو سطح و سبک زندگی متفاوت داشته باشند.

الفاظی شیوا نوازش‌دهنده روح و قلب:

* **دل بسپار** به نجوای نسیم کامیابی و سعادت که نغمه خوش امید و عشق سر می‌دهد و راهی شو در مسیر نورانی عشق تا طعم دلنشین عشق را با تمامی وجود بچشی و سیراب شوی و آنگاه آن شوی که شایسته عشق خداوند است.

من درد تو را ز دست آسان ندهم
دل برنکنم ز دوست تا جان ندهم
از دوست به یادگار دردی دارم
کان درد به صدهزار درمان ندهم

چشم بگشای، برخیز به کنار پنجره قلب برو، دریچه سینه را باز کن و طراوت و شادابی نسیم را استنشاق کن.

آغوش بگشای، فرصت بده، پرنده‌های مهاجر خوشبختی و سعادت دگر باره به سرزمین اندیشه‌های پاک باز خواهند گشت.

قفل پولادین جهل و ناباوری را که بر در صندوقچه بی‌کرامان و سرشار از ثروت‌های الهی خورده است، با کلید طلائی اعتماد، خوش باوری و حتی یقین، بگشای، تا دریابی آنچه را باور نداشتی و بهره‌بری از آنچه تاکنون بر خود حرام کرده بودی.

آبیاری کن درخت تنومند و سر به آسمان سائیده ایمان به خود را. به توانمندی‌ها به جایگاه رفیعت در منظر الهی، بر سرمایه‌های انباشته در وجود نازنینت را، با باران رحمت الهی و با معصومیتی کودکانه.

هیچکس شما را به خاطر نخواهد آورد اگر شما افکارتان را پیش خود به صورت راز نگه دارید. خودتان را وادار کنید تا آنها را بیان و ابراز کنید.

به خودتان نزدیک باشید، به عزیزانتان، و به آنها بگوئید که چقدر به آنها نیاز دارید، و چقدر عاشقشان هستید و چقدر به آنها توجه دارید. زمانی را برای بیان این جملات بگذارید (متأسفم، مرا ببخش، لطفاً متشکرم) و همه کلمات قشنگ و دوست‌داشتنی که شما بلدید.

همیشه بیان کن آنچه را که احساس می‌کنی و انجام بده آنچه را که فکر می‌کنی.

شفیعی کدکنی:

تو خاموشی، که بخواند؟

تو می‌روی، که بماند؟

که بر نهالک بی‌برگ ما ترانه بخواند؟

وحشی بافقی:

تکیه کردم بر وفای او غلط کردم غلط

باختم جان در هوای او غلط کردم غلط

عمر کردم صرف او فعلی عبث کردم عبث

ساختم جان را فدای او غلط کردم غلط

کتر سخن بگوئیم که بزرگی ما در حرفهائی است که برای نهفتن داریم نه برای گفتن.

از سرعت خود بکاهیم، که آنان که سریع تر می‌دوند فرصت اندیشیدن به خود نمی‌دهند.

دیگران را ببینیم تا در دام خویشتن محوری اسیر نشویم.

از کودکان بیاموزیم، پیش از آنکه بزرگ شوند و دیگر نتوان از آنها آموخت.

آلبر کامو: ممکن است که من منکر چیزی باشم، ولی لزومی نمی‌بینم که آن را به لجن بکشم، یا حق اعتقاد به آن را از دیگران سلب کنم.

اوید: صبور باش و مقاوم، روزی میرسد که حتی رنج هایت به کار خواهد آمد.

بزرگ علوی: تو دنبال خوشبختی پر سه می‌زنی، با دیپلم، با مدرک، با پول، با شوهر، با این چیزها آدم خوشبخت نمی‌شود، باید درد زندگی را تحمل کرد تا از دور، خوشبختی به آدم چشمک بزند.

میلوش فورمن: «دیوانه از قفس پرید»: در این دنیا برای کفری کردن آدم های رذلی که می خواهند همه چیز را از آنچه هست برایت سخت تر کنند، راهی بهتر از این نیست که وانمود کنی از هیچ چیز دلخور نیستی.

گابریل گارسیا مارکز: اگر می دانستم این آخرین دقایقی است که تو را می بینم ، به تو می گفتم «دوستت دارم» و نمی پنداشتم تو خود این را می دانی. همیشه فردائی نیست تا زندگی فرصت دیگری برای جبران این غفلت ها به ما دهد. کسانی را که دوست داری همیشه کنار خود داشته باش و بگو چقدر به آنها علاقه و نیاز داری. مراقبشان باش.

فروغ فرخزاد: هر چه دادم به او حلالش باد ، غیر از آن دل که که مفت بخشیدم.

میلان کوندرا: وقتی که دیگر دلواپس آن نباشیم که در چشم محبوبمان چگونه دیده شویم ، معنایش این است که دیگر عاشق نیستیم.

ماریو بارگاس یوسا: میدانی چرا هر گز نتوانستم تو را ببخشم ؟ برای اینکه واقعا هیچ وقت ابراز تأسف نکردی.

گفته ای از نلسون ماندلا: در زندگی هر چه پیش آمد ، مهربانی را به جای خشم ، عشق را به جای نفرت ، و بخشش را به جای انتقام بر گزینید .

اورینا فالچی در «نامه به کودکی که هرگز زاده نشد»
فقط کسانی که زیاد گریه کرده اند، می توانند ارزش زیبایی های زندگی را درک کنند، و از ته دل بخندند. گریه کردن آسان است، اما خندیدن بسیار سخت. این حقیقت را خیلی زود می فهمی.

شرمین نادری: روز هایی هست که دلم می‌خواهد زندگی، در پستی داشته

باشد. که از در پستی فرار کنم و بقول قدیمی‌ها، بزنم به چاک

نکراسوف- ژان پل سارتر: زندگی وحشتی است در تأتری که آتش گرفته،

همه بدنبال در خروجی می‌گردند. هیچ‌کس هم پیدایش نمی‌کند همه

یکدیگر را هل می‌دهند، بدبخت آنهایی که به زمین می‌افتند بلافاصله

لگدمال می‌شوند.

* **اسکار وایلد:** از تعریف و تمجید خوشم نمی‌آید، و نمی‌فهمم، چرا یک مرد

با گفتن یک مشت اراجیف، که هیچ معنائی هم ندارد، زنی را از خوشی

سرمست می‌کند.

سراب: تنها تشنگان را میدواند، سیراب که باشی حقه اش تکانت نخواهد داد.

محمود دولت‌آبادی: نون نوشتن ,

احساس می‌کنم از کتابها می‌ترسم، هر وقت خود را در میان کتاب‌ها می‌بینم با

صراحت بی‌رحمانه‌ای احساس نادانی می‌کنم - جهل - هی‌هات.

هر کس باید، روی پای خودش بایستد و فقط به خاطر خودش زندگی کند ،

هرکس به کس دیگر، هر که می‌خواهد باشد، تکیه کند آخر به زمین خواهد خورد

چارلز بوکوفسکی: نمی‌دانستم که آیا این اندوه است که ما را به تفکر وامیدارد یا تفکر

است که ما را اندوهگین می‌کند .

اورهان پاموک : دوست داشتم از تو دروغی بشنوم ، زیرا انسان تنها زمانی

دروغ می‌گوید که ترس از دست دادن چیزی او را آشفته کند .

دیل کارنگی: اگر بدانید مردم، هزاران بار بیشتر به یک سردرد معمول خود اهمیت می دهند تا به خبر مرگ من و شما، دیگر نگران نخواهید شد که درباره شما چه فکری می کنند.

ریچارد باخ- جاناتان : مرغ دریایی ، آنچه را که چشمانت می بیند، باور مکن، زیرا آنچه آنها به تو نشان می دهند، محدودیت است، به اندیشه و جوهر خود بنگر، تا دریابی که چه سان پرواز می توانی کرد.

خسرو گل سرخی: بسپارید بر سنگ مزارمان تاریخ نزنند ، تا آیندگان ندانند بی عرضگان این برهه از تاریخ ما بوده ایم .

گفته ای از سابریت: آرزو های بزرگ داشته باشید و هیچ وقت نا امید نشوید همه ما اشتباه می کنیم اما هیچ کدام اشتباه نیستیم .

مارلون براندو: اگه یه شوهر در حدود 200 سال هم عمر کنه باز هم نمی تونه طبیعت واقعی زنش رو بشناسه .

گرگ وال استریت: تنها چیزی که بین تو و هدف ایستاده ، مزخرفاتی که هر روز به خودت تحویل میدی که چرا نمی تونی به هدف بررسی،

ایلهان برک: آنهایی که شب ها دیر تر به خواب می روند، چیز های بیشتری از زندگی می خواهند .

کورمک مک کارتی: این چه رازی است ، که آنچه را می خواهیم به یاد آوریم فراموش می کنیم و چیزی را که می خواهیم فراموش کنیم، دائماً به یاد می آوریم.

حسین یعقوبی: به دست آوردن چیزی که دوست داری سخت نیست . مشکل این است چیزی را که به دست آوردی باز هم بتوانی دوست داشته باشی.

میلان کوندر: از کودکی بیرون می‌آئیم، بی‌آنکه بدانیم جوانی چیست. ازدواج می‌کنی

بی‌آنکه بدانیم، متأهل بودن چیست. و حتی زمانی که قدم به دوره پیری می‌گذاریم، نمی‌دانیم به کجا می‌رویم. سالخوردگان، کودکان معصوم کهنسالی خویش‌اند. از این جهت، سرزمین انسان، سیاره بی‌تجربگی است.

فئودور داستایوفسکی: می‌خواهم اقلأً یک نفر باشد که من با او از همه چیز

همان طور حرف بزنیم که با خودم حرف می‌زنم.

فاضل نظری:

این چیست که چون دلهره افتاده به جانم؟

حال همه خوب است، من، اما نگرانم.

اکبر اکسیر:

مگسی را کشتم،

به این جرم که حیوان (پلید- پلشت) بد است،

و نه چون نسبت سودش به ضرر یک به صد است،

طفل معصوم به دورسر من می‌چرخید به خیالش قندم.

یا که چون اغذیه مشهورش، تا به آن حد گندم،

ای دو صد نور به قبرش بارد!

مگس خوبی بود،

من به این جرم که از یاد تو بیرونم کرد، مگسی را کُشتم.

خورخه لونیس بورخس: می‌بینی چه شب ساکتی است؟ انگار هیچ کسی در

دنیا نیست، یا شاید من در دنیا، هیچ کس نیستم.

رومن رولان: جرأت کنید راست و حقیقی باشید، جرأت کنید زشت باشید، خود را همان که هستید نشان دهید، این بزرگ تهوع انگیز دو روئی را از چهره روح خود پاک کنید، با آب فراوان بشوئید.

وین دایر: اگر مشکلی داری به دلیل طرزفکر توست، و تنها راهی که می‌توانی مشکلات را برای همیشه حل کنی این است که طرز فکر را تغییر دهی.

فرانسوا ولتر: در باره کسی ، با سوالاتش قضاوت کن نه با جواب هایش .

میشل فوکو: رسم جهان این است که قانون بسازد ولی خود از عادت پیروی کند.

ماهاتما گاندی: اسارت و بندگی مردم به خود آنها و میزان تحمل رنج و قبول فداکاریشان بستگی دارد .

کیلبر چیسترین: طریق دوست داشتن هر چیز آن است که بدانی آن را روزی از دست می‌دهی.

رنست همینگوی : در جهان تنها دو گروه از مردم هستند ، که هرگز تغییر نمی‌یابند برترین خردمندان و پست ترین بی خردان .

ژوآن هرپیس: گاهی اوقات حسرت تکرار یک لحظه، دیوانه کننده‌ترین حس دنیاست.

جان ماکسول : در جهان هیچ انسانی کامل نیست. اما آدم‌هائی که خیال می‌کنند کامل هستند، هرگز بدرد کار تیمی نمی‌خورند .

ارد بزرگ : پشت هیچ در بسته‌ای ننشینید، تا روزی باز شود، راه کار دیگری جستجو کنید، و اگر نیافتید همان در را بشکنید.

نلسون ماندلا: گاهی انسان‌ها قادر نیستند شما را درک کنند. مگر اینکه همان اتفاق برای آنها نیز روی دهد و آن درد را تجربه کنند .

اگر طالب زندگی ساده و بالندگی می‌باشیم باید به حقیقت، عشق بورزیم .

مون بالاس بل استر : ما همیشه یا جای درست بودیم در زمان غلط، یا جای غلط بودیم در زمان درست، و همیشه، همین‌گونه همدیگر را از دست داده‌ایم.

شاتو بریان : وقتی انسان آنقدر ثروتمند شد که بتواند هر چه دلش می‌خواهد بخرد، می‌بیند معده‌اش بیمار است و همه چیز را هضم نمی‌کند.

مولانا: کجاست

آنکه بی‌باده کند جان مرا مست کجاست؟

و آنکه بیرون کند از جان و دلم دست کجاست؟

و آنکه سوگند خورم، جز بسر او نخورم

و آنکه سوگند من و توبه‌ام اشکست کجاست؟

و آنکه جان‌ها بسحر نعره زنان ازو

و آنکه ما را غمش از جای ببردست کجاست؟

جان جانست و گرجای ندارد چه عجب؟

این که جا می‌طلبد در تن ماهست کجاست؟

غمزه چشم بهانه‌ست و زان سو هوسیس

و آنکه او در پس غمزه ست دلم خست کجاست؟

پرده روشن دل بست و خیالات نمود

وانکه در پرده چنین پرده دل بست کجاست؟

عقل نامست نشد چون و چرا بست نشد

وانکه او مست شد از چون و چرا رست کجاست؟

بربگم یانگ : اگر شما به یک مرد آموزش دهید، در بهترین حالت تنها به یک مرد آموزش داده‌اید. اما اگر به یک زن آموزش دهید به یک نسل آموزش داده‌اید.

برتوت برشت: پسر می‌پرسد، چرا باید ریاضی بخوانم؟ دلم می‌خواهد بگم لازم نیست، بی‌خواندن هم خواهی دانست دو تکه نان بیش از یک تکه است.

• **شمس لنگرودی**: گنجشکان لاف می‌زنند: جیگ جیک جیک جیک.

ولی

«جیک» هیچ کدامشان در نیامد، تو که دور می‌شدی.

کسی جز خودم مسئول سقوطم نیست. بزرگترین دشمنی که باعث به وجود آمدن سرنوشتی غم انگیز و اندوه بار برایم شده تنها خودم هستم.

وودی آلن: راستش این که آدم هیچ وقت نمی‌دونه چی می‌خواد، آدم

فکر می‌کنه یه جور آدم مشخص رو می‌خواد و بعد، یکیو می‌بینه که هیچی از چیزهائی که می‌خواسته رو نداره و بدون هیچ‌دلیلی عاشقش می‌شه.

آلبرت شوایتسر: انسان امروزی در هیاهوی کاری نگاه داشته می‌شود تا فرصتی برای فکر و تأمل درباره مفهوم زندگی خویش و جهان نیابد.

فریدون مشیری:

رفت و ظلمت غم، آن شب و شب‌های دگر هم،
 نه گرفتی دگر از عاشق آزرده خبر هم،
 نه کنی دگر از آن کوچه گذر هم،
 بی‌تو، اما، چه حالی من از آن کوچه گذشتم.

ولتر: تمام تعقلات و اندیشه‌های مرد به یک محبت زن نمی‌ارزد.

هوشنگ ابتهاج:

گل زرد و گل زرد و گل زرد،
 بیا با هم بنالیم از سردرد،
 عنان تا در کف نامردمان است.
 ستم با مرد خواهد کرد نامرد.

عباس معروفی: می‌خواهم با خنده‌های راضی باشم از سهمی که در جهان دارم.

یک خانواده خوشحال چیزی جز یک بهشت زود رس نیست ...

هر گز نگذارید تنهایی، شما را به آغوش کسی بسپارت که می‌دانید به او

تعلق ندارید

کاتھوله افرایم لسینک : تنهایی نمی‌تواند انسان را کامل کند، خواندن کتابهای بهترین نویسندگان هم باید به آن اضافه شود.

ماهاتما گاندی : اگر می‌خواهیم صلح حقیقی را به جهان بیاموزیم، اگر می‌خواهیم با جنگ و خون ریزی مبارزه کنیم، باید از کودکان آغاز کنیم.

مولانا:

با تو سخنان بی‌زبان خواهم گفت
از جمله گوش‌ها نهران خواهم گفت
جز گوش تو نشنود، حدیث من کس
هرچند میان مردمان خواهم گفت.

برتراند راسل : تا چهل سالگی که مغزم خوب کار می‌کرد به ریاضیات و پژوهش پرداختم، از چهل سالگی تا شصت سالگی که ذهنم ضعیف شده بود به فلسفه روی آوردم و در آواخر که به کلی کلام کار نمی‌کرد به سیاست.

سقراط: مردم هرکدام آرزوئی دارند. یکی مال می‌خواهد، یکی جمال و دیگری افتخار، ولی به‌نظر من دوست خوب از تمام اینها بهتر است.

صادق هدایت : گاه آدمی در بیست سالگی می‌میرد ، ولی در هفتاد سالگی به خاک سپرده می‌شود ...

جورج اورول: گیریم تا آخر عمر تنها بمانی و شریکی برای زندگیت پیدا نکنی، تحمل این موضوع، بسیار آسان‌تر از آن است که شب روز با کسی سروکار داشته باشی که حتی یکی از هزاران حرف تو را نمی‌فهمد.

جورج برناردشاو: یک عمر اشتباه کردن نه تنها افتخار آمیز است بلکه سودمند تر از یک عمر بیهوده نشستن است.

مارتین لوترکینگ: در آخر، ما حرف‌های دشمنانمان را از یاد می‌بریم، اما سکوت دوستانمان را هرگز..

مارک تواین: هرگز با احمق‌ها بحث نکنید، آنها اول شما را تا سطح خودشان پایین می‌کشند، بعد با تجربه یک عمر زندگی در آن سطح، شما را شکست می‌دهند.

فریدون تنکابنی: ببینید، حرف زدن (چه چیز وحشتناکی) است که بزرگترین احترام به هر کس این است که برایش یک دقیقه سکوت کنند.

محمدرضا شفیعی کدکنی:

از زلزله و عشق خبر کس ندهد آن لحظه خبر شوی که ویران شده‌ای.

برتراند راسل: زندگی خوب آن زندگی است که از عشق سرچشمه گفته و با دانش رهبری شود.

روزا لوکزامبورگ: آنهایی که حرکت نمی‌کنند، نمی‌توانند از زنجیرهایی که بر پاهایشان است آگاه شوند.

جورج برناردشاو: از مکالمه و پرگوئی بیجا نجات پیدا خواهید کرد، اگر به خاطر بیاورید که مردم هرگز نصایح شما را قبول نمی‌کنند، مگر اینکه وکیل مدافع و یا دکتر باشید و آنها برای شنیدن صحبت‌های شما پول خرج کرده باشند.

آبراهام لینکلن: من اگر 8 ساعت برای خرد کردن درختی وقت داشتم ، 6 ساعت آن را صرف تیز کردن تبر می کردم .

نیما یوشیج: زندگی جیره مختصریست، مثل یک فنجان چای و کنارش عشق است، مثل یک حبه قند، زندگی را با عشق نوش جان باید کرد

صادق هدایت : زندگی من مثل شمع خرده خرده آب می شود، نه اشتباه می کنم، مثل یک کنده هیزم تر است که گوشه دیدگان افتاده و به آتش هیزم های دیگر برشته و زغال شده، ولی نه سوخته است و نه تر و تازه مانده، فقط از دود و دم دیگران خفه شده.

عمران صلاحی: طرح کمرنگی بودم از عشق، نقطه چینی از خویش، تو تمامم کردی.

گالینو گالیله: هرگز مردی «ولو» بسیار نادان را ندیدم که از وی چیزی نتوانم بیاموزم.

سامونل اسماینز:

زن و شوهر یک سال بعد از ازدواج به زیبایی صورت یکدیگر فکر نمی کنند، بلکه هر دو متوجه اخلاق و رفتار هم می شوند.

توماس ادیسون: بسیاری از ناکامی ها ناشی از این است که هنگام تسلیم شدن، نمی دانید که تا چه حد به موفقیت نزدیکید.

ژوزه ساراماگو: غصه‌ها و دلتنگی‌ها را کنار بگذاریم، چون تنها به خودمان زیان می‌رساند و باعث عقب‌ماندگی می‌شود. پیشرفت در همه جا بی‌وقفه ادامه دارد و لازم است ما هم با آن همراه باشیم، وای بر کسانی که از ترس نگرانی‌های احتمالی آینده در کنار راه بنشینند و برای گذشته‌ای گریه کنند که هرگز بهتر از حال حاضر نبوده است.

لودویک ویتکنشتاین: برای اصیل بودن کافی است که دروغ نگوئی، آغاز اصالت خوب همین است که نخواهی چیزی باشی که نیستی.

پروین اعتصامی: واعظی پرسید از فرزند خویش، هیچ میدانی مسلمانی به چیست؟ صدق و بی‌آزاری و خدمت به خلق، هم عبادت هم کلید زندگیست، گفت: زین معیار اندر شهر ما یک مسلمان هست، آن‌هم ارمنیست.

امیلی دیکسون:

مرا کم دوست داشته باش اما همیشه دوست داشته باش، این وزن آواز من است. عشقی که گرم و شدید است زود می‌سوزد و خاموش می‌شود. من سرمای تو را نمی‌خواهم و نه ضعف یا گستاخیات را، عشقی که دیر بپاید، شتابی ندارد، گوئی که برای همه عمر، وقت دارد. مرا کم دوست داشته باش اما همیشه دوست داشته باش، این وزن آواز من است. اگر مرا بسیار دوست بداری، شاید حس تو صادقانه نباشد، کمتر دوستم بدار تا عشقت ناگهان به پایان نرسد، من به کم هم قانعم و اگر عشق تو اندک، اما صادقانه باشد، من راضی‌ام. دوستی پایدارتر، از هر چیزی بالاتر است. مرا کم دوست داشته باش اما همیشه دوست داشته باش.

خسرو شکیبانی: برای زیبا زندگی نکردن کوتاهی عمر را بهانه نکن عمر کوتاه نیست، ما کوتاهش می‌کنیم.

ارنست همینگوی: برتری از اطرافیان هیچ جلال و شکوهی ندارد. اصالت واقعی در آن است که نسبت به خود پیشینت در جایگاه بالاتری باشی.

سیمین دانشور، در «سووشون»: گریه نکن خواهرم، در خانه‌ات درختی خواهد روئید و درخت‌هائی در شهرت، و بسیار درخت در سرزمینت و با پیغام هر درختی را به درخت دیگر خواهد رسانید و درخت‌ها از باد خواهند پرسید، در راه که می‌آمدی سحر را ندیدی؟

آندره ژید: هیچ‌کس موفق نمی‌شود سرزمین جدیدی را کشف کند مگر اینکه بپذیرد مدت زیادی، رنگ خشکی را نبیند.

ولتر: عشق وسیله ای است که تمام درد سرهای کوچک را به یک درد سر بزرگ تبدیل می‌کند.

وین دایر: (سبب ساز) آرامش باش و هر جا هستی، شادی و تکاپو را به آنجا ببر و این چنین است که همه موانع برداشته می‌شوند.

یادم باشد و یادت نرود که همه ما برای یک بار ایستادن هزار بار افتاده ایم ..

آنچه ماندنی است را باید جا گذاشت، مثل یاد، مثل خاطره، مثل لبخند ..

خورخه لونیس بورخس: اگر کسی بخواهد بخشی از زندگی شما باشد، حتماً خواهد بود پس برای کسی که هیچ تلاشی برای ماندن نمی‌کند خودتان را به زحمت نیندازید، تا جائی را برایش نگه دارید.

کریستین بوبن: نادر اشخاصی قادرند عاشق شوند ، زیرا نادر اشخاصی قادرند همه چیز را از دست بدهند .

مارسل پروست: در جستجوی زمان از دست رفته: «هیچ آدمی» «هرچقدر هم عاقل» پیدا نمی شود که در دوره ای از جوانی اش چیزهایی گفته و حتی زندگی ای کرده باشد که خاطره شان آزارش ندهد و دلش نخواهد آنها را از گذشته اش پاک کند.

مارگارت آتوود: می دانم که ما خلق شده ایم که به دیگران کمک کنیم ، اما نمی دانم دیگران برای چه خلق شده اند ..

* شهریار:

منکه با عشق نراندم به جوانی هوسی
 هوس عشق و جوانیست به پیرانه سرم
 پدرت گوهر خود تا به زر و سیم فروخت
 پدر عشق بسوزد که در آمد پدرم.

رسول یونان: عشق راهی ست برای بازگشت به خانه، بعد از کار، بعد از جنگ، بعد از زندان، بعد از سفر، بعد از...

اگر بخشش باعث کوچک شدن می شد ، خداوند اینقدر بزرگ نبود.

جانانان سویفت : وقتی نابغه حقیقی در دنیا پیدا می شود ، می توانید او را از این نشانه بشناسید که: تمام ابلهان علیه او متحد می شوند.

ارنست چه گوارا : آدم‌های احمقی نبودیم، ساده بودیم و از روی سادگی به احمق‌ها اجازه دادیم تا در زندگی‌مان دخالت کنند.

من فکر می‌کنم فقط عشق می‌تواند پایان رنج‌ها باشد به همین خاطر، همیشه آوازهای عاشقانه می‌خوانم، من همان سربازم که در وسط میدان جنگ، محبوبش را فراموش نکرده است.

جرج اورول: حسادت، احساس وحشتناکیه، به‌هیچ‌کدام از رنج‌ها شبیه نیست، چون هیچ شادی و یا حتی غم واقعی تو حسادت وجود ندارد. فقط رنج می‌دهد و بس، نفرت‌انگیزه.

هوشنگ ابتهاج فریاد که از عمر جهان هر نفسی رفت

دیدیم که زین جمع پراکنده کسی رفت

شادی مکن از زادن و شیون مکن از مرگ

زین گونه بسی آمد و زین گونه بسی رفت

دکتر شریعتی: خدایا ترجیح می‌دهم در خیابان قدم بزنم و به تو فکر کنم تا اینکه در مسجد بنشینم و به کفش‌هایم فکر کنم .

آنا گاوالدا:

هر بار که می‌خواهم به سمت بیایم، یادم می‌افتد که «دلتنگی» هرگز بهانه خوبی برای تکرار یک اشتباه نیست.

محمود دولت‌آبادی : از آدم‌های پر توقع فاصله بگیر ، اینها مقیاست را بهم می‌زنند، و حرمت را می‌شکنند ، چون آنها حافظه ضعیفی دارند ، خوبی‌ها را زود فراموش می‌کنند.

باربارادی آنجلس : عشق ماندگار هرگز بر جاذبه جسمانی میان شما و معشوق که همواره در حال تغییر است متکی نیست.

چارلز مورگان : هیچ چیز در زندگی شیرین تر از این نیست که کسی انسان را دوست بدارد. من در زندگی خود هر وقت فهمیده‌ام که مورد محبت کسی هستم، مثل این بوده است که دست خداوند را برشانه خویش احساس کرده‌ام.

ویر : زندگی از سه جزء تشکیل شده است: آنچه بوده، آنچه هست و آنچه خواهد بود. بیائید تا از گذشته برای حال استفاده کنیم، و در حال چنان زندگی کنیم که زندگی آینده بهتر باشد. شکل دادن به زندگی، وظیفه خودمان است، به صورتی که آن را بسازیم. این بازسازی مایه زیبایی و یا مایه شرمساری ما می‌شود.

بتیون : موسیقی مانند یک کشوری است که روح من در آن حرکت می‌کند. در آنجا هر چیز، گل‌های زیبا می‌دهد و هیچ علف هرزه ای در آن نمی‌روید. اما تعدادی کمی از افراد می‌فهمند که در هر قطعه از موسیقی، چه شوری نهفته است.

برایان تریسی : «وقت» خود را به‌عنوان منبع و گنجینه‌ای کمیاب در نظر بگیرید و در مصرف کردن آن نهایت دقت را داشته باشید.

ویکتور هوگو : اول از همه برایت آرزومندم که عاشق شوی/ و اگر هستی، کسی هم به تو عشق بورزد/ و اگر این گونه نیست، تنهایی‌ات کوتاه باشد/ و پس از تنهایی‌ات، نفرت از کسی نیابی/ آرزومندم که این گونه پیش نیاید، اما اگر پیش آمد/ بدانی چگونه به دور از ناامیدی زندگی کنی.

تهوون: من می خواهم گریبان سرنوشت را بگیرم ، او نمی تواند سر مرا در برابر زندگی خم کند .

موسیقی از فکر تراوشمی کند و در قلب می نشیند.

هرگاه آسایش درازمدت و بی دلیل باشد، به تنبلی می گراید.

بتهوون: زبانی که از بیان حقی متوجه من گردد به مراتب مرا گوارا و دلپذیرتر است تا آنکه پنهان کردن مطلبی، ضرری به حقی برساند.

نیما یوشیج: زندگی برای باورکردن و دوست داشتن است. من مدت‌ها باور کرده‌ام و دوست داشته‌ام مدت‌ها راست گفته‌ام و دروغ شنیده‌ام.

جورج اورول: در روزگاری که دروغ یک واقعیت عمومی است، به زبان آوردن حقیقت یک اقدام انقلابی است .

مایا آنجلو: اگر چیزی را دوست نداری ، آن را تغییر بده و اگر نمی‌توانی آن را تغییر دهی طرز فکر را تغییر بده.

ویکتور هوگو: بزرگترین خوشبختی این است که ما را به خاطر خودمان و برای آنچه واقعاً هستیم دوست بدارند.

یادتان باشد تا زمانی که نفس می‌کشید، هرگز برای شروعی تازه دیر نیست.

الیور وندل هولمز: ذهن احمق مانند مردمک چشم می ماند ، هر چقدر که نور بیشتر به آن بتابد تنگ تر می شود .

احمد رضا احمدی : نمی دانم چرا هر کسی را صدا کردم، هر کسی را دوست داشتم، ناگهان در خم کوچه گم شد.

بیل کازبی: من رمز پیروزی را نمی دانم ولی رمز شکست این است که سعی کنی همه را راضی کنی .

فئودور داستایفسکی : می خواهم اقلاً یک نفر باشد که من با او از همه چیز همان طور حرف بزنم که با خودم حرف می زنم.

اورینا فالاجی : هر چقدر که آدمها رو بیشتر بشناسی، تنهائیت دلچسب تر می شود.

آلبرت اینشتین: اگر می خواهید خوشبخت باشید , زندگی را به یک هدف گره بزنید نه به آدمها و اشیاء.

هر برت کاسون : بسیاری از افراد مانند واگنهای قطار باید به کارکشانه شوند. تنها عده کمی مانند لوکوموتیو هستند و می توانند خود را با اراده و اختیار خود, کار کنند و دیگران را هم وادار به کار نمایند.

هریت بیچر استو:

تلخ ترین و غم انگیزترین اشک هائی که بر سر مزارها ریخته می شود به خاطر حرف های ناگفته و کارهای انجام نشده است.

چارلی چاپلین: یکی از بزرگترین لذت های زندگی اینه که از خواب بیدار بشی و ببینی باز هم فرصت خوابیدن داری!

هَلن کلر: زندگی یا یک ماجراجوئی جسورانه است و یا هیچ نیست .

مارگارت آتوود: نمی‌توانی به کسی بگویی از دوست داشتن یک نفر خودداری کند. دوست داشتن با چیزهای دیگر خیلی فرق دارد.

آلبرکامو: آیا زن، تنها چیزی نیست که برای ما از بهشت به‌جا مانده است؟

سخنان زیبای مادر ترزا:

اگنس گونکسا بوجاکسیو (مادر ترزا) بنیانگذار امور خیریه در هند و برنده جایزه صلح نوبل است.

* محبت، طوری است که روان‌ها را صید می‌کند.

* ما اگر، نتوانیم کسی که می‌بینیمش را دوست داشته باشیم، چگونه می‌توانیم خدا را که نمی‌توانیم ببینیمش دوست داشته باشیم.

* **انسان‌ها را،** از دور دوست داشتن کار دشواری نیست. دوست داشتن آنهایی که به ما نزدیک هستند کار دشواری است. بخشیدن یک کاسه برنج برای سیر کردن یک گرسنه بسی آسانتر از کاهش تنهائی و درد و رنج انسانی رانده شده در خانه خودمان است. عشق را به خانه خود بیاورید، چرا که عشق ورزیدن به یکدیگر را باید از خانه آغاز کرد.

* **اجازه نده،** کسی نزد تو بیاید، مگر اینکه هنگام بازگشت شادتر و خوشحال‌تر باشد.

ایضاً مادر ترزا

- * اگر می‌خواهید، پیام عاشقانه‌مان دریافت شود، باید آن را بفرستیم، اگر می‌خواهم چراغی روشن نگه داریم، باید مُدام در آن نفت بریزیم.
- * موضوع این نیست که، چه کاری می‌کنیم، مهم، میزان عشقی است که به کارمان داریم.
- * به همسر تان لبخند بزنید، به شوهر تان لبخند بزنید، به فرزندان تان لبخند بزنید، مهم این است که این لبخندها به شما کمک خواهد کرد تا میزان عشق تان را نسبت به یکدیگر افزایش دهید.
- * کارهای ما چندان نیز بزرگ نیستند، تنها کاری که از ما ساخته است این که کارهای کوچک را با عشقی بزرگ انجام دهیم.
- * اگر آرامش نداریم، به این دلیل است که فراموش کرده‌ایم، به یکدیگر وابسته‌ایم
- * کار بزرگ عبارت است از انجام کار کوچک با عشق زیاد.
- * اگر صادق و روراست باشید ممکن است مردم فریبتان بدهند، با وجود این صادق و روراست باشید.
- * مردم غالباً، نامعقول، خودخواه و غیرمنطقی هستند، با وجود این آنها را ببخشید.

* اگر مهربان باشید، ممکن است مردم شما را متهم به چاپلوسی کنند، با وجود این مهربان باشید.

* اگر شروع به قضاوت کردن در مورد مردم بکنی، وقت پیدا نمی‌کنی که آنها را دوست داشته باشی.

* سکوت، بینشی نوین از زندگی به ما می‌دهد. در این بینش، وجود ما سرشار از لطف او خواهد شد، بارقه‌ای که امکان می‌دهد تمام کارها را با خوشی به پیش ببریم.
ایضاً از مادر ترزا:

* در سکوت، گوش فراده، چون اگر دلت پر از چیزهای دیگر باشد، نمی‌توانی صدای آفریدگار را بشنوی

* نمی‌توانیم، بدون واسطه در حضور خداوند قرار بگیریم، مگر آنکه سکوت درون و بیرون، هر دو را بر خود تحمیل کنیم.

* اندازه گردهای ما مهم نیست، بلکه میزان عشق و دقتی که در آن وجود دارد مهم است.

رومن پولانسکی : بزرگترین لذت در زندگی انجام دادن کاری است ، که دیگران می گویند ، تو نمی توانی .

ژان پل سارتر: آه، فراموشی، چه قدر بجگانه، تا مغز استخوانم وجود شما را حس می‌کنم. سکوتشم در گوش‌های من نعره می‌کشد. می‌توانید دهانتان را ببندید، می‌توانید زبانتان را ببرید. ولی آیا می‌توانید جلوی هستی خویش را بگیرید؟ اندیشه‌تان را متوقف کنید؟ من صدایش را می‌شنوم مثل یک ساعت شماطه‌دار تیک تاک می‌کند، می‌دانم که شما هم صدای ذهن مرا می‌شنوید.

عطر نیشابوری:

شیخی به زنی فاحشه گفتا مستی
هر لحظه به دام دگر پا بستی
گفت شیخا هر آنچه گوئی هستم
آیا تو چنان که می‌نمائی هستی؟

برتولت برشت:

با التماس از شما می‌خواهم در برابر حوادث هر روزه نگوئید: طبیعی است، در عصری که آشفته‌گی فرمانروا و خون روان است، در عصری که امر به آشوب می‌کنند، در عصری که خودکامگی قدرت قانون به خود می‌گیرد، در عصری که انسانیت ترک مردمی می‌گوید، هرگز نگوئید «طبیعی است» تا هیچ چیز «تغییرناپذیر» شمرده نشود.

پابلو نرودا: به کسی که دوستش داری، بگو که چقدر بهش علاقه‌داری و چقدر در زندگی برایش ارزش قائل هستی، چون زمانی که از دستش بدی، مهم نیست که چقدر بلند فریاد بزنی او دیگر صدایت را نخواهد شنید.

کارلوس فوننتس: درک کردن، همان آسیب دیدن است. از آن‌جا که «حقیقت» بسیار بی‌رحم است، هرچه بیشتر بدانی، بیشتر آسیب خواهی دید.

حسین الهه قمشه‌ای: هر چقدر کمتر جواب انسانهای منفی رو بدید از زندگی آرامش بیشتری برخوردار خواهید بود. به خاطر حرف مردم زندگیتو خراب نکن. این مردم، اگر پیامبر هم بودن هزار تا ایراد از کار خدا می‌گرفتند، شما که جای خود دارید.

کسی که نگاهت: را نمی‌فهمد، توضیح‌های طولانی را هم نخواهد فهمید

آن لندرز: به یاد داشته باش، میزان انسانیت یک فرد از نحوه برخورد او با دیگرانی که برای وی هیچ‌کاری نکرده‌اند، مشخص می‌شود.

هاینریش بل: عقاید یک دلک:

هرگز نباید سعی در تکرار لحظات داشت، باید آنها را همانگونه که یک بار اتفاق افتاده فقط تنها به خاطر آورد.

مهدی اخوان ثالث: نه از رومم، نه از زنگم، همان بیرنگ بیرنگم، بیا بگشای در، بگشای، دلتنگم.

نعره هیچ شیری خانه چوبی مرا خراب نمی‌کند. من از سکوت موریانه می‌ترسم ..

سعدی:

ندانم از پی چندین جفا که با من کرد نشان مهر وی اندر دلم چراست هنوز؟

شمس لنگرودی: از گلی که نجیده ام، عطری به سر انگشتم نیست خاری در دل است. نمی‌دانم چه کسی دست اتفاق‌های خوب زندگی‌ام را گرفت که دیگر نمی‌افتند.

اریک امانوئل اشمیت: عقل در این نیست که جلو احساس را

بگیری، بلکه در اینه که همه چیز رو احساس کنی، هرطوری که باشه.

فروغ فرخزاد: شاید این را شنیده‌ای که زنان در دل (آری) و (نه) به لب دارند،

ضعف خود را عیان نمی‌سازند، رازدار و خموش و مکارند.

آه من هم زنم، زنی که دلش در هوای تو می‌زند پرو بال، دوستت دارم ای خیال

لطیف، دوستت دارم ای امید محال.

گفته‌هایی از سقراط:

* دانش پاک در دل‌های ناپاک قرار نمی‌گیرد.

* اگر می‌خواهی هستی را بشناسی، خود را بشناس.

* تنها خوبی موجود در جهان، شناخت و دانش، و تنها شرّ و زشتی، نادانی

است.

* من تا آنجا که می‌توان، حق‌شناسی می‌کنم، ولی چون پول ندارم، جز ستایش،

کاری از دستم برنمی‌آید.

* از مرگ نترسید که تلخی آن، از ترس از آن است.

* شیرین‌ترین مرگ‌ها از آن کسانی است که کارهای بزرگ از آنها سرزده و

آرزوهای بزرگ آنها برآورده شده است.

هیچکس نمی‌داند شاید مرگی که از او چون دشمنی سخت و زیانکار

می‌گریزند، براستی ره‌آوردی بزرگ باشد.

گفته هایی از سقراط :

مرد کامل آن است که دشمنان از او در امان باشند، نه آنکه دوستان از او نهراسند.

لازمه قضاوت شکیبائی به هنگام شنیدن، اندیشیدن به هنگام گفتن، بینش

به هنگام رسیدگی و بیطرفی به هنگام قضاوت است.

مردی نیک بخت است که از هر کار نادرستی که از او سر بزند، تجربه‌ای تازه

به دست آورد.

در لذتی که آمیخته به فساد است، خوشحال نباشید، و به این فکر کنید که لذت

نمی ماند و فساد می ماند.

با عاقل مشورت کن، چون فکر او به دور از هوای نفسانی است و با نادان

مشورت مکن، زیرا که او تابع هوای نفس است .

جامعه زمانی حکمت و سعادت می یابد که مطالعه کار روزانه اش باشد.

یک زندگی مطالعه نشده، ارزش زیستن ندارد.

زندگی کوتاه است و فانی، اما هنر طولانی و ماندگار.

ممکن است مقداری زهر در کوزه‌ای ریخت و آن کوزه را شست و اثر زهر را از

بین برد، ولی چیزی را که در ذهنتان جای دارد، خوب یا بد، بر شما

فرمانروائی خواهد کرد و هرگز از آن رهائی نتوانید یافت.

خشم و دشمنی را به درگاه مردان با اراده راهی نیست.

گفته هایی از سقراط :

خدمت خود را بی آنکه برای پاداش باشد به مردم عرضه کنید و پاداش آن را در رضایت خاطر خویش بیابید.

هیچ گنجی به از هنر نیست و هیچ هنری بزرگوارتر از دانش نیست و هیچ دشمنی بدتر از خوی بد نیست.

نخستین گام برای از میان برداشتن یک ملت، پاک کردن حافظه آن است.

نمی توانم چیزی به دیگران بیاموزم، فقط می توانم وادارشان کنم که بیندیشند.

من حقیقت را نمی دانم و از راه مباحثه با اشخاص می خواهم آن را کشف کنم و کسب دانش نمایم.

هیچ کس حق ندارد راضی شود که در گمراهی و نادانی بماند و نیز کسی نباید حقیقت را پنهان کند.

من دانش و هنری ندارم، تنها هنر من این است که مانند مادرم فن قابلگی می دانم، با این تفاوت که مادرم زنها را در وضع حمل مدد می کرد و من عقلها و ذهنها را مدد می کنم که زاینده شوند، یعنی علمی که در نهاد ایشان هست، پیدا شود و به آن آگاه گردند.

اگر خاموش باشی تا دیگران به سخنت آرند بهتر که سخن گوئی تا دیگران خاموشت کنند.

هیچکس از قلب شما به شما نزدیکتر و راستگوتر نیست، بنابراین از کسانی که قلب شما آنان را به خود نمی‌پذیرد دوری کنید.

پرویز صادقی: می‌گویند هر گلی در هوای خودش می‌روید، نیلوفر در آرامش مرداب و زنبق‌ها در سکوت دره‌ها، تو از کدام تیره‌ای که هر کجای دنیای من سبز می‌شوی؟ نه فرازی می‌شناسی و نه نشیب

ماهک پاریزی: زیر آوار آخرین حرف جا مانده‌ام، لعنتی، نمیدانی «خدا حافظ» چند ریشتر بود.

محمود دولت‌آبادی در سلوک:

پک زدن به سیگار هیچ‌معنایی ندارد، الا نوعی لجاجت با خود و حتی لجاجت در تداوم نوعی عادت. عجیب‌ترین خوی آدمی این است که می‌داند فعلی بد و آسیب‌رسان است، اما آن را انجام می‌دهد و به کرات هم. هر آدمی دانسته و ندانسته به نوعی در لجاجت و تعارض با خود بسر می‌برد و هیچ دیگری ویرانگرتر از خود آدمی نسبت به خودش نیست.

جان وودن: به شخصیت خود بیشتر از آبرویتان اهمیت دهید، زیرا شخصیت شما جوهر وجود شما و آبرویتان تصورات دیگران نسبت به شماست.

الکساندر دوما: هیچ وقت قول یک پسر بچه را جدی نگیر اما همیشه از تهدیدات یک دختر بچه بترس.

هوشنگ ابتهاج: گل زرد و گل زرد و گل
بیا با هم بنالیم از سر درد

عنان تا در کف نامردمان است
ستم با مرد خواهد کرد نامرد.

مارک تواین : فریب دادن مردم آسانتر از اینست که آنها را متقاعد کنی که
فریب داده شده‌اند.

نادر ابراهیمی: این اوج مصیبت انسان عصر ماست، له کردن آنهایی که
نمی فهمیم شان و فهم خود را اوج فهم جهان دانستن .

اسماعیل فصیح: دوست داشتن یه چیزه و تحمل کردن چیز دیگه. آدم
بعضی‌ها را دوست داره اما نمی‌تونه تحمل کنه، بعضی‌ها را هم می‌تونه خوب
تحمل کنه، بدون اینکه دوستشون داشته باشه.

ژان پل سارتر: کسانی که زیاد حرف می‌زنند، کاری از دستشان ساخته نیست

فیلیپ راث: واقعیت را نمی‌شود از نو ساخت. همانطور که هست قبولش کن،
سرجایت محکم بایست و با آن روبرو شو.

برخی چیزها با پول قابل خریدن نیست، مثل شخصیت، فهم و ادب.

برخی انسان‌ها هیچ‌گاه تغییر نخواهند کرد، و شما مجبورید آنرا بپذیرید.

وقتی گذشته‌تان با شما تماس می‌گیرد، جوابش را ندهید. چون چیز تازه‌ای
برای گفتن ندارد.

من به همه کسانی که در هر شرایطی، چه سخت، چه آسان حقیقت را
می‌گویند احترام می‌گذارم.

از شروع دوباره نهراسید. چون فرصتی است تازه برای بازسازی آنچه که می‌خواهید.

در یک رابطه «بودن» به معنای بوسیدن، قرار گذاشتن یا در دسترس بودن نیست، به معنای بودن با کسی است که شما را به گونه‌ای خوشحال کند که هیچ‌کس دیگری نتواند.

هیچ‌گاه نمی‌توانید یک اشتباه را دوبار مرتکب شوید، چرا که بار دوم دیگر آن یک اشتباه نیست، بلکه یک انتخاب است.

هرگز برای کسی که می‌آزارد گریه نکنید، در عوض لبخند بزنید و به او بگوئید: ممنون، به‌خاطر اینکه به من فرصتی دادی تا کسی بهتر از تو پیدا کنم.

همیشه دنبال افرادی که کمترین اهمیت را در زندگی به ما می‌دهند، می‌دویم، چرا به این کار پایان ندهیم، و اطرافمان را نگاه نکنیم تا ببینیم چه کسانی دنبال ما می‌دوند.

اگر کسی را ترک می‌کنید لااقل به وی علتش را توضیح دهید چون اینکه ببیند، لایق یک توضیح ساده هم نبوده، دردناک‌تر از خود ترک‌شدن است.

کسانی که زندگی خود را وقف بدست آوردن منافع مادی و ثروت کرده‌اند، به شما خواهند گفت که احساس خوشبختی را در اموال خود نمی‌یابند، خوشبختی هرگز انعکاس ثروتهای مادی یک شخص نیست، بلکه انعکاس ثروتهای معنوی و احساسی او است.

همه افراد به‌عنوان یک انسان قابل احترامند، اما از هیچ‌کس نباید بت ساخته شود.

شش کلید یک رابطه موفق، دوستی، آزادی، صداقت، اعتماد، درک و گفتگو است.

وقتی به کسی بطور کامل وبدون هیچ شک و تردید اعتماد می کنید در نهایت دو نتیجه کلی خواهید داشت ، شخصی برای زندگی یا درسی برای زندگی .

دردناکترین محبت‌ها آنهایی است که با ریا ، تزویر و تظاهر آمیخته است. و لذت بخش ترین محبتها آنهایی هستند که در عین کوچک بودن با خلوص نیت و با بی‌آلایشی همراه است.

مسیر رسیدن به خوشبختی:

- قلبتان را از کینه خالی نگه دارید. ذهنتان را از نگرانی خالی نگه دارید. ساده زندگی کنید. کم توقع باشید و بالاخره زیاد به دیگران ببخشید.

طنز: من از همسرم پرسیدم که برای سالگرد ازداو جمان به کجا برویم؟

او گفت: به جایی که تا به حالا نرفتیم،

من گفتم: نظرت راجع به آشپزخانه چطوره؟

یک میلیون مرد می‌توانند به زنی بگویند که زیباست، اما تنها باری که او واقعاً گوش خواهد کرد، زمانی است که توسط مرد مورد علاقه‌اش گفته شود.

هیچ گل رزی بدون خار نیست اما خار های زیادی بدون گل رز وجود دارد ..

هیچ دلیلی وجود ندارد که به خاطر چیزی که نمی‌توانید تغییرش دهید خود را دچار استرس کنید، به پیش روید و قوی‌تر شوید.

بهترین جای دنیا میان دستان کسی است که نه تنها شما را در بهترین شرایطتان در آغوش می‌گیرد، بلکه وقتی حال و روز خوبی ندارید هم بسراغتان آمده و حتی محکم‌تر بغلتان می‌کند.

از انسان‌های بی‌معرفتی که در زندگی‌تان بوده‌اند. سپاسگزاری کنید، چون به شما نشان داده‌اند که دقیقاً چه کسی نمی‌خواهید باشید.

هیچ‌گاه به‌خاطر آنچه که والدین‌تان نتوانسته‌اند به شما بدهند گله نکنید. شاید آن‌ها دارائی‌شان بوده است.

بهترین هدیه‌ای که یک مرد می‌تواند به بانویش بدهد وقتش، توجهش، و عشقش است.

به هیچ‌کس اجازه ندهید تبدیل به یک جارو برقی شود و خوشبختی شما را بمکد، دوشاخه را بکشید.

وقتی، متوجه می‌شوید که پیوسته رفتارتان نسبت به کسی بسیار بهتر از رفتار او نسبت به شماست، زمان آن است که تغییری ایجاد کنید.

آیا می‌دیند چرا خوشبخت بودن مشکل است؟ چون از رهاکردن چیزهایی که باعث غمگینی ما می‌شود. سر باز می‌زنیم.

بدترین نوع چاپلوسی تأیید سخنی است که می‌دانید از حقیقت بدور است ..

زندگی از لحظاتی خاص تشکیل شده که باعث می‌شود که ارزش زیستن داشته باشد. اوقات کرانهای بسیاری وجود دارند که به دلیل استرس و سبک زندگی شتاب زده، آن را از دست می‌دهیم، باید از این سرعت بکاهیم و بدانیم که زنده بودن و عشق ورزیدن چقدر قیمتی است.

اینکه بدانید چه وقت باید یک رابطه را تمام کنید، یعنی عقلانیت. توانائی برای انجام چنین کاری، یعنی شجاعت. گذشتن و رفتن با قامتی افراشته، یعنی وقار

دشمنی که صادقانه کینه‌ورزی کند را ترجیح می‌دهم به دوستی که مخفیانه تحقیرم کند.

انسان تا وقتی فکر می‌کند نارس است، به رشد و کمال خود ادامه می‌دهد، و به محض آنکه گمان کرد رسیده شده است دچار آفت می‌شود.

شادی را «تقسیم» خوبی را «تفہیم» و عشق را «تقدیم» کن نه آن باش که از تو سیر شوند، نه آن باش که بر تو شیر شوند.

در قبول دست‌های مهربان تردید نکنید. گاهی همین دست‌ها تا آخر عمر برایتان گرم می‌مانند.

چیزی که سرنوشت انسان را می‌سازد استعدادهایش نیست، انتخاب‌هایش است.

فرید ریش نیچه: باور ها دشمنانی خطرناکتر از دروغ برای حقیقت هستند

حسرت واقعی را آن روزی می‌خوری که می‌بینی به اندازه سن و سالت زندگی نکرده‌ای.

وقتی قدرت انتقام را داری، گذشت بالاترین درجه عقل توست، و انتقام اولین نشانه ضعف.

کسی که اعتقاد دارد دیگران باید مشکلاتش را حل کنند، همانند کسی است که برای گذر از رودخانه منتظر است تا آب آن خشک شود.

زندگی اتفاق نادریست که برای بعضی از زنده‌ها می‌افتد.

یک قاصدک کوچک صلح هم اگر باشید، مأموریتتان ارزشمندتر از یک سفیر کبیر جنگ است.

قهر که می‌کنید مراقب فاصله‌ها باشید، بعضی‌ها همین حوالی منتظر جای خالی برای نشستن می‌گردند.

آدم‌ها را به‌خاطر اینکه باعث ناامیدی شما می‌شوند سرزنش نکنید، خودتان را سرزنش کنید که بیش از حد از آنها انتظار دارید.

گاهی، دو نفر باید از هم فاصله بگیرند تا بفهمند چقدر نیازمند برگشتن به هم دیگرند.

یادتان باشد، تا آنچه که در پشت‌سرتان است را رها نکرده باشید، نخواهید توانست به آنچه که در پیش رویتان است دست بیابید.

اغلب، مسائلی که باعث بیشترین آزارمان در گذشته شده است را با خود به دوش می‌کشیم اجازه ندهید رنج‌های گذشته خوشبختی امروزتان را برآید.

چیزهای خوب به‌سراغ کسانی می‌روند که صبر می‌کنند، اما چیزهای بهتر به سراغ کسانی می‌روند که برایش تلاش می‌کنند.

شخصیت آدمها را از طریق کردارشان توصیف کنید تا هرگز فریب گفتارشان را نخورید. وقتی نمی‌توانید پاسخ مناسبی پیدا کنید، سکوت گزینه‌ای طلائی است.

وقتی کسی با شما مانند یک گزینه رفتار می‌کند، با خارج کردن خودتان از معادله اش به او کمک کنید تا انتخاب‌هایش را محدود کند، به همین سادگی.

چه فرقی می‌کند کجا زندگی می‌کنید وقتی زبانت را نمی‌فهمند، همه جا غریبه‌ای

دنیا دارمکافات است. وقتی پرنده‌ای زنده است، مورچه‌ها را می‌خورد، وقتی میمیرد مورچه‌ها او را می‌خورند، زمانه و شرایط در هر موقعی می‌تواند تغییر کند.

در زندگی هیچ‌کسی را تحقیر و آزار نکنید. شاید امروز قدرتمند باشید، اما یادتان باشد، زمان از شما قدرتمندتر است یک درخت میلیون‌ها چوب کبریت را می‌سازد، اما وقتی زمانش برسد، فقط یک چوب کبریت برای سوزاندن میلیون‌ها درخت کافیست. پس خوب باشید و خوبی کنید.

صبرکردن، گاهی معجزه می‌کند، لحظه‌های تنهائی تون و پیش فروش نکنید. فصلش که برسه، به قیمت می‌خرن.

برای اینکه یک رابطه استوار بماند باید مانند یک گیاه بطور منظم مراقبت شود، نیازی به توجه تمام وقت نیست. اما باید مرتب به آن رسیدگی کرد، در غیراین صورت بعد از مدتی پژمرده خواهد شد، اما می‌توان به آن جان دوباره بخشید، اگر برای مدت طولانی مورد غفلت واقع شود، هر قدر هم آن را آبیاری کنید و به آن توجه نشان دهید بر نخواهد گشت. همیشه برای کسانی که دوستشان دارید وقت بگذارید.

آدم‌های کنارم مثل «جمعه می‌مانند، معلوم نمی‌کنند، فرد هستند یا زوج

چه فرق می‌کند در سیرک یا در خانه، خنده‌ات که تلخ و دلت که خون باشد، تو هم، دل‌تکی.

سخت‌نگیر، عادت این قبیله است، دور آتشی که تو می‌سوزی، می‌رقصند.

«**ساده**» که باشی زود «حل» می‌شوی می‌روند سر وقت «مساله» بعدی.

این را بیاد داشته باشید، دیگران به آن اندازه که خیال می‌کنید به شما توجه ندارند.

افرادی که واقعاً شما را دوست دارند نمی‌خواهند مالک شما باشند آنها فقط خودتان را دوست دارند و بقیه چیزها برایشان نامفهوم است.

جاده زندگی نباید صاف و مستقیم باشد وگرنه خوابان می‌گیرد، دست‌اندازها نعمتند.

دوست داشتن کسی که دوستتان ندارد مثل این است که در فرودگاه منتظر کشتی باشی.

کابریل گارسیا مارکز: فرق بزرگیست میان کسی که تنها مانده و کسی که تنهایی را انتخاب کرده.

نه موانع می‌تواند شما را متوقف کنند، نه مشکلات و نه آدم‌ها، تنها کسی که شما را متوقف می‌کند خودتان هستید.

اغلب مردم با چنان عجله و شتابی به سوی داشتن یک زندگی خوب حرکت می‌کنند که از کنار آن رد می‌شوند

دل که رنجید از کسی خرسند کردن مشکل است،
شیشه بشکسته را پیوند کردن مشکل است
کوه را با بزرگی می‌توان هموار کرد،
حرف ناهموار را هموار کردن مشکل است.

زندگی سخت‌ترین آزمون است، خیلی از مردم مردود می‌شوند، چون سعی در
کپی از دیگران دارند و متوجه نیستند که هر کسی برگه سؤال متفاوتی دارد.

زندگی همیشه بی‌نقص نیست، اما همواره همان‌طوری است که شما آن را
می‌سازید. پس در آن زیبایی و خاطرات خوش بسازید و هیچ‌گاه به هیچ‌کس
اجازه ندهید خوشبختی‌تان را از شما بگیرد.

آدم‌ها باید بیاموزند که کردارشان مطمئناً روی دیگران اثر می‌گذارد، پس مراقب
آنچه که می‌گوئید و آنچه که انجام می‌دهید باشید، چون همیشه فقط مربوط به
شما نمی‌شود.

بخشیدن، دوگانه است، گونه‌ای که می‌بخشید و به او فرصتی دیگر می‌دهید،
و گونه‌ای که می‌بخشید، اما بدون او به راهتان ادامه می‌دهید. از هردوی آنها..
عاقلاً استفاده کنید.

همه ما در زندگی رازی ناگفتنی، حسرتی جبران‌نشدنی، رویایی دست‌نیافتنی
و عشقی فراموش‌نشدنی داریم. اما دم غنیمت است و قابل جبران. زندگی
شیرین است.

افراد، به اندازه کمبود هاشان، دیگران را آزار می‌دهند.

* **کاش می شد** سرنوشت خویش را از سرنوشت

کاش می شد اندکی تاریخ را بهتر نوشت.

کاش می شد پشت پا زد بر تمام زندگی

داستان عمر خود را گونه‌ای دیگر نوشت.

برای ناخدائی که به بندر مقصد نمی‌اندیشد هیچ بادی موافق نیست.

همان‌گونه که یک تکه گوشت طی زمانی زیادی ایجاد می‌شود و در چند دقیقه

خورده می‌شود، آبروی انسان نیز طی سال‌ها ایجاد شده و طی چند دقیقه ریخته

می‌شود.

موفقیت، به دست آوردن چیزهایی است که دوست دارید. و **خوشبختی**

دوست داشتن چیزهایی است که داری.

خطا کردن، یک کار انسانی است، اما تکرار آن یک کار حیوانی است.

کسی که به تو تملق می‌گوید، یا سرت کلاه گذاشته و یا امیدوار است بگذارد.

کسی که اندرز ارزان را رد می‌کند، به زودی پشیمانی را با قیمت گرانی خواهد

خرید.

اگر قادر نیستی خود را بالا ببری، همانند سیب باش تا با افتادنت، اندیشه‌ای را

بالا ببری.

وقتی کبوتری شروع به معاشرت با کلاغ می‌کند، پرهایش سفید می‌ماند، ولی

قلبش سیاه می‌شود.

گاهی، بهترین درس‌های زندگی زمانی آموخته می‌شوند که از طوفان گذر کرده باشید.

زندگی، همانند یک میهمانی است. آدم‌های زیادی را به آن دعوت می‌کنید، برخی زود می‌روند، برخی تمام شب را می‌مانند. برخی با شما می‌خندند. برخی به شما، و برخی خیلی دیر می‌رسند. اما در انتها، وقتی خوشی تمام می‌شود، فقط افراد اندکی می‌مانند تا شما را در جمع کردن بهم‌ریختگی‌ها یاری دهند، و در اغلب اوقات کسانی که باعث این بهم‌ریختگی‌ها شده‌اند خود در این بین حضور ندارند. آنهایی که می‌مانند دوستان حقیقی‌تان در زندگی هستند. آنها کسانی هستند که واقعاً اهمیت دارند.

زندگی از لحظاتی خاص تشکیل شده که باعث می‌شود که ارزش زیستن داشته باشد. اوقات گرانبه‌ای بسیاری وجود دارند که به دلیل استرس و سبک زندگی شتاب زده آنها را از دست می‌دهیم. باید از این سرعت بکاهیم و بدانیم که زنده بودن و عشق‌ورزیدن چقدر قیمتی است.

سعی نکنید، رفتار و شخصیت انسان‌های احمق را اصلاح کنید، چون در این صورت از شما بیزار میشوند. در حالی که اصلاح آدم‌های عاقل باعث می‌شود که از طرف آنها مورد تحسین و قدردانی قرار بگیرید.

پیش از آنکه چیزی بگوئید، یک لحظه مکث کنید و به این بیاندیشید که اگر همین حرف را کسی به شما میگفت، چه حسی داشتید.

چقدر زیباست خاموش ماندن، زمانی که کسی انتظار دارد تا شما خشمگین شوید.

گاهی، نیازی نیست که بهانه‌ها یا حرف‌هائی که باید در دفاع از خودش به شما بزند را گوش دهید. چون رفتار و کردارش قبلاً حقیقت را بیان کرده است.

بدترین نوع فاصله‌ای که بین دو نفر می‌تواند ایجاد شود، فهم نادرست از یکدیگر است.

یادتان باشد، وقتی کسی را می‌بخشید، التیام می‌یابید. و وقتی کسی که آزارتان می‌دهد را رها می‌کنید، بزرگ می‌شوید.

یک زندگی ارزشمند، به معنای ثروتمند بودن، مشهور بودن، تحصیلات عالی داشتن یا بی‌نقص بودن نیست، بلکه یعنی واقعی بودن، فروتن بودن، تقسیم کردن خودمان و لمس زندگی دیگران. فقط در این هنگام است که می‌توانیم یک زندگی کامل، شاد و رضایت‌بخش داشته باشیم.

قوی بمانید، چون همه چیز بهتر خواهد شد. شاید اکنون هوا طوفانی باشد، اما تا ابد، باران نخواهد بارید.

اگر روزی دشمن پیدا کردی، بدان در رسیدن به هدف، موفق بودی، اگر روزی تهدیدت کردند، بدان در برابر ناتوانند. اگر روزی خیانت دیدی، بدان، قیمتت بالاست، اگر روزی ترکت کردند، بدان با تو بودن لیاقت می‌خواهد.

گاهی باید کسانی را از گذشته‌مان فراموش کنیم، به یک دلیل ساده: آنها به آینده‌مان تعلق ندارند.

کاش، دل‌ها آنقدر پاک بود، که برای گفتن «دوستت دارم» نیازی به قسم خوردن نبود.

سیاهی لبهایم از سیگار و قلیون نیست، لبهایم عزادار حرف‌های نگفته دلم است.

اگر مشکلات شما در زندگی به بزرگی یک کشتی است فراموش نکنید که نعمت‌هایتان به وسعت یک اقیانوس است.

قضاوت درباره اشتباهات دیگران آسان است، پی‌بردن به خطاهای خودمان دشوار.

دل‌بسته به سکه‌های قلک بودیم دنبال بهانه‌های کوچک بودیم
رویای بزرگ شدن خوب نبود ای کاش تمام عمر کودک بودیم

اغلب مردم به نیت فهمیدن، گوش نمی‌دهند. آنها گوش میدهند که جواب دهند.

بترسید از آدمای روباه صفتی که میخوان ادای سگان با وفا رو در بیارن.

بدون گفتگو رابطه‌ای وجود ندارد، بدون احترام عشقی وجود ندارد، بدون اعتماد، دلیلی برای ادامه وجود ندارد.

به سه چیز تکیه نکن، غرور، دروغ و عشق. آدم با غرور، می‌تازد، با دروغ می‌بازد و با عشق میمیرد.

ارزش وجودی انسان، به اندازه حرف‌هائی است که برای گفتن دارد.

اگه می‌خوای راحت باشی کمتر بدون و اگه می‌خوای خوشبخت باشی بیشتر بخون.

قبل از عاشق شدن ابتدا فکر کن که آیا طاقت دوری ، جدائی و سختی را داری یا نه؟

بدترین شکل دل تنگی آن است که در میان جمع باشی و تنها باشی.

وجدانت را گول نزن ، چون درستی و نادرستی کارت را به تو اعلام می کند.

غرور کسی رو نشکن، چون مثل شیشه شکسته برای تو خطرآفرین است.

هنگام صحبت کردن با دیگران به چشم آنها نگاه کن تا پیام و کلام تو را درک کنند.

چرا وقتی دعا می کنیم ، گریه می کنیم ، می بوسیم و رویا می بینیم ، چشمهای خود را می بندیم؟ چون زیباترین چیزها در زندگی دیده نمی شوند ، بلکه فقط توسط دل احساس می شوند.

نمی توانید طوفان را آرام کنید. پس دست از تلاش بیهوده بردارید. کاری که از عهده اش بر می آید آرام کردن خودتان است. طوفان خواهد گذشت.

تنها یک مرد قدرتمند از عهده یک زن قوی برمی آید، یک مرد ضعیف خواهد گفت، او یک زن پرمدعاست.

نگذارید گوشه‌ایتان گواه چیزی باشد که چشمه‌ایتان ندیده. نگذارید زبانتان چیزی را بگوید که قلبتان باور نکرده. صادقانه زندگی کنید.

مراقب باشید به چه کسی اعتماد می کنید. شیطان روزی یک فرشته بوده است.

وقتی تنهایی مراقب افکارتان، و وقتی با دیگرانید مراقب گفتارتان باشید.

اگر کسی شما را پس زد یا نادیده گرفت هیچ ناراحت نشوید، انسان‌ها معمولاً چیزهای گرانی که از عهده داشتندشان بر نمی‌آیند را پس می‌زنند و نادیده می‌گیرند ..

ناپلئون بنا پارت : حوادث باید کوچکتر از آن تصور کنیم که قادر باشند خلل و لغزش در اندیشه ما ایجاد کنند.

ناپلئون : عفت در زن مانند شجاعت است در مرد، من از مرد ترسو همچنان متنفرم که از زن نا نجیب.

فرد با اراده در پیچ و خم‌های زندگی، هیچ‌گاه با نومییدی روبرو نخواهد شد.

می‌گویند: به زن نباید بال و پر داد، می‌پرد، اما زنان فقط پروازهای عاشقانه را دوست دارند بی‌دلیل نمی‌پرند.

عارف قزوینی: شاعرو تصنیف‌ساز ایرانی (1259-1312)

آن‌چنان به ایران علاقه‌مندم که حتی تمام بهشت را با یک وجب از خاک ایران عوض نمی‌کنم.

وینستون چرچیل: نویسنده سیاست‌مدار نخست‌وزیر بریتانیا (1874-1965)

اشخاص همیشه گناه را به گردن شرایط و بی‌نظمی می‌اندازند. من به شرایط و بی‌نظمی باور ندارم. مردان کامیاب، شرایط و نظم را جستجو می‌کنند و آن را می‌آفرینند.

پاسکال: ریاضی‌دان، فیزیکدان و فیلسوف فرانسوی (1633-1662)

سرچشمه همه فسادها بیکاری است. شیطان برای دست‌های بیکار، کار تهیه می‌کند.

شارل دو منتسکیو: متفکر سیاسی فرانسه 1689-1755 "بشری که، حق اظهار عقیده و بیان اندیشه خود را نداشته باشد، موجودی زنده بشمار نمی‌رود.

سعدی: شاعر و نویسنده (584-671)

«حد» **دوست و دشمن:** هر بدی می‌توانی به دشمن نرسانی که ممکن است، روزی دوست گردد و هر سَری، داری با دوستت در میان نگذاری که ممکن است روزی دشمنت گردد.

یک دهقان آفریقایی: منبع کتاب اقتصاد قرن بیستم.

هیأت‌های مذهبی وقتی به سرزمین ما آمدند، دارای آئین مقدس بودند و ما صاحب زمین بودیم. اکنون آنها مالک زمین هستند و ما دارای آئین مقدس.

وین دایر: تو جدا از دیگران نیستی قضاوت در مورد کارهای خوب دیگران هم دست کمی از قضاوت در مورد کارهای بدشان ندارد.

آگ ماندینو: تنها ابزار موفقیت که قطعاً به آن نیاز دارید صرف نظر از اینکه کارتان چیست، این است که، بیشتر و بهتر از آنچه از شما انتظار می‌رود کارائی داشته باشید و خدمات عرضه کنید.

بنجامین فرانکلین: دانشمند نویسنده، سیاست‌مدار، مخترع و یکی از بنیانگذاران ایالات متحده (1706-1790)

آب قطره قطره می‌چکد و با پایداری و سماجت، سنگ بزرگ را سوراخ می‌کند. موش با پشتکار و استقامت، موفق به پاره کردن رشته محکمی از سیم می‌شود و ضربه‌های پی در پی تبری کوچک، درخت کهن را از پای در می‌آورد.

آلبرت هوبارت: ارزش مرد به ارزشی است که برای وقت خود قائل می‌شود.

شوپنهاور: جمال، اگر چه مایه شرافت است ولی مقرون به هزاران شر و آفت است.

وینستون چرچیل: موفقیت توانائی رفتن از شکستی به شکست دیگر، بدون از دست دادن شور و حرارت است.

حکیم اُرد بزرگ: اگر پی به شکوه و گستره خرد خویش ببریم، هیچ گاه به گردن کشی روی نمی آوریم.

حکیم اُرد بزرگ: خردمندان همچون باران بر اندیشه های تشنه می بارند، و دگرگونی های آینده را موجب می گردند.

ژرژ بانه: انسان عاقل از بد گوئی هائی که از او می شود استفاده می کند.

گوته: نیاسائید، زندگی درگذر است، بروید و دلیری کنید، پیش از آنکه بمیرید، چیزی نیرومند و متعالی از خود به جای گذارید تا بر زمان غالب شوید.

سر فیلیپ سیدنی: کلمه (نه) در زبان یک زن به معنی جواب منفی نیست

حکیم اُرد بزرگ: برای رسیدن به جایگاهی بالا تر، گذشت را نیز بیاموزیم

جان ماکسول: هر گز فواید بلند مدت (قابل اعتماد بودن) را دست کم نگیرید.

فردریش نیچه: عزلت و گوشه نشینی من ربطی به حضور و غیاب دیگران ندارد، بلکه برعکس، از آدم هائی متنفرم که تنهائی من رو می دزدن، بدون آنکه در عوضش، برایم همدم خوبی باشند.

شاملو: دل های ما که بهم نزدیک باشد، دیگر چه فرقی می کند که کجای این جهان باشیم، دورباش اما نزدیک، من از نزدیک بودن های دور می ترسم.

* مهدی اخوان ثالث:

من اینجا بس دلم تنگ است، و هر سازی که می بینم بدآهنگ است.

بیا ره توشه برداریم

قدم در راه بی برگشت بگذاریم.

بینیم آسمان هر کجا، آیا همین رنگ است؟

نورمن وینسنت: ماه رو هدف بگیر ، اگر هم اشتباه کردی دست کم ستاره

میشی ..

وین دایر: همیشه بیاد داشته باشید که بهتر است به یکباره خاموش شد، تا ذره

ذره محو.

من مسؤل آن چیزی هستم که می گویم نه آن چیزی که تو برداشت می کنی.

اف. اسکات فیتز جerald: برخی افراد به مثابه یک گرد باد وارد زندگیت

می شوند و هر قدر هم سعی کنی، نمی توانی به آنها فکر نکنی، حتی پس از

رفتشان، به خصوص پس از رفتشان.

آلبرت اینشتین: هیچ کاری برای انسان، سخت تر از فکر کردن نیست .

هیتلر: اشک هائی که برای شکست می ریزیم ، همان عرق هائی است که برای

پیروزی نریخته ایم.

از مرگ نترسید، از این بترسید که وقتی زنده‌اید ، چیزی درون شما بمیرد به نام «انسانیت»

گاهی اوقات اون قدر دلت از یک حرف میشکند که حتی نای اعتراض هم نداری، فقط نگاه می‌کنی و بی‌صدا می‌شکنی.

وین‌دایر: اگر با خودتان عاشقانه رفتار نکنید ،به کائنات این پیام را می‌دهید که به اندازه کافی مهم و ارزشمند نیستید و این پیام به تمام هستی مخابره می‌شود و مردم نیز طبق آن با شما رفتار می‌کنند. یادتان باشد رفتار مردم معلول است و افکار شما علت.

فیلیپ گلوک: وقتی می‌میرید، نمی‌فهمید که مرده اید .تحملش برای دیگران سخت است ، بی‌شعور بودن هم مشابه همین وضعیت است.

فریدون مشیری:

در خموشی‌های من فریادهاست آنکه در یابد چه می‌گویم، کجاست؟

عوفی شیرازی:

نادان به عمارت بدن مشغول است

دانا به کرشمه سخن مشغول است

صوفی به فریب مرد و زن مشغول است

عاشق به هلاک خویشتن مشغول است

شیخ اجل سعدی :

سنگ بد گوهر اگر کاسه زرین شکند

قیمت سنگ نفزاید و زر کم نشود ...

فروغ فرخزاد:

پیشانی ار ز داغ گناهی سیه شود
 بهتر ز داغ مهر نماز از سر ریا
 نام خدا نبردن از آن به که زیر لب
 بهر فریب خلق بگوئی خدا، خدا.

روزگارا،

تو اگر سخت به من می گیری،
 با خیر باش که پژمردن من آسان نیست.
 گر چه دلگیرتر از دیروزم،
 گرچه فردای غم انگیز مرا می خواند لیک
 باور دارم دلخوشی ها کم نیست، زندگی باید کرد.

مارسل پروست: سفر راستین برای کشف کردن ، رفتن به مکان های تازه
 نیست ، بلکه یافتن نگاهی تازه است.

جورج برنارد شاو:

در زندگی قرار نیست ، خودتان را کشف کنید ، قرار است خودتان را بسازید.
وین دایر: بیشتر انسانها انرژی خود را صرف برآوردن توقعات دیگران می کنند .
یه وقتائی هم باید دستتو بذاری روی شونه بعضی ها و بگی : (نه) «خوشم
 اومد» از اونوی که فکر می کردم، آشغال تری.

برتراند راسل: (وقتی) را که از تلف کردن آن لذت می بری تلف شده نیست ..

تنسی ویلیامز: زمانی فرا می رسد که باید رفت , حتی اگر جای مشخص و مطمئنی در انتظارت نباشد.

جی. دی. سالینجر: قرار نیست من آن طوری زندگی کنم , که دنیا دوست دارد, خب طبعاً قرار نیست دنیا هم آن طور باشد که من دوست دارم.

کارل گوستاو یونگ: تنهایی از آن نیست که آدم کسانی را در اطراف نداشته باشد. از این است که آدم نتواند چیزهایی را منتقل کند که مهم می پندارد. از این است که آدم صاحب عقایدی باشد که برای دیگران پذیرفتنی نیست. اگر انسان بیشتر از دیگران, نداند تنها می شود.

توماس پین: بحث کردن با کسی که به دلایل و استدلال اعتقاد ندارد بسیار شبیه , خوراندن دارو به مرده است.

ویسلوا شیمبورسکا: شهادت می خواهد دوست داشتن کسی که هیچ وقت , هیچ زمان سهم تو نخواهد شد.

وینستون چرچیل: عیب جامعه این است , که همه می خواهند آدم مهمی باشند ولی , هیچ کس نمی خواهد فرد مفیدی باشد.

موریس مترلینگ: فکر شما هر چه باشد, شما همان هستید و محال است که بتوانید از فکر خود بزرگتر شوید و یا از حد و فکر خویش تجاوز ننمایید.

محمود دولت‌آبادی: بیا وداع کنیم، اگر بنا باشد، کسی از ما بماند، همان به که تو بمانی. کینه‌ تو به کار این دنیا بیشتر می‌آید تا عشق من.

مایا آنجلو: اگر چیزی را دوست نداری، آن را تغییر بده و اگر نمی‌توانی آن را تغییر دهی، طرزفکرت را تغییر بده.

شاملو: اندکی بدی در نهاد تو، اندکی بدی در در نهاد من، اندکی بدی در نهاد ما، لعنت جاودانه بر تبار انسان فرود می‌آید،

احمد شاملو: اگر کسی احساسات را نفهمید، مهم نیست سرت را بالا بگیر و لبخند بزن، فهمیدن احساس کار هر آدمی نیست.

ژوزه ساراماگو: همه چیزهای از دست رفته، یک روز بر میگردند، اما درست، وقتی که یاد می‌گیریم، چطور بدون آنها زندگی کنیم.

اورینا فالاجی: گاهی اوقات بهتر است حقیقت را نفهمیم، همان طور، احمق بمانیم، چون حقیقت همیشه به نوعی تلخ است.

آرنولد توین‌بی: تمدن‌های پیر مثل پیرمردها، چون آینده ندارند فقط به گذشته فکر می‌کنند.

ژان پل سارتر: گاهی باید به دور خود یک دیوار تنهائی کشید، نه برای اینکه دیگران را از خودت دور کنی، بلکه ببینی چه کسی برای دیدنت دیوار را خراب می‌کند.

فروغ فرخزاد: اگر عشق، عشق باشد زمان، حرف احمقانه ای است.

- **گریستن**، نشانه ضعف نیست، از زمان تولد نشانه این بوده که شما زنده‌اید.
- **بیاموزید** زندگی خصوصیتان را خصوصی نگه دارید، در غیراین صورت دیگران زندگی شما را وسیله سرگرمی خود خواهند کرد.

گفتارهای آموزنده:

- زندگی**، مرا بارها در هم کوبیده. چیزهایی دیده‌ام که هیچ‌گاه نمی‌خواهم دوباره ببینم. اما از یک مسأله اطمینان دارم که، هرگز روی زمین نخواهم ماند. همیشه بلند خواهم شد، هرگز و هرگز تسلیم، نخواهم شد.
- من به خودم** مثل یک مداد رنگی نگاه می‌کنم، شاید رنگ مورد علاقه تو نباشم، اما می‌دانم روزی برای کامل کردن نقاشی‌ات، به من نیاز پیدا خواهی کرد.
- اگر پیش از حد** وقت خود را صرف بودن با کسی کنید که با شما مانند یک گزینه رفتار می‌کند، شانس یافتن کسی که با شما مانند یک اولویت رفتار کند را از دست خواهید داد.
- یک زن قوی** هم لطیف است، هم محکم، هم اهل عمل است، هم معنویت.
- یک زن قوی** در ماهیت خود، هدیه‌ای است به جهان.
- یک زن قوی** کسی است که عمیق احساس می‌کند و استوار عشق می‌ورزد. اشکهایش به فراوانی خنده‌هایش جاری می‌شوند.
- وقتی وارد** روزهای سخت زندگی خود می‌شوید و از آن رهائی می‌یابید، به اطراف خود بنگرید، آنهایی که هنوز کنارتان مانده‌اند دوستان واقعی‌تان هستند.

مورومن گاری: وقتی آدم‌ها شما را ترک می‌کنند مانعشان نشوید، شما با کسانی که رهایتان می‌کنند آینده‌ای ندارید، آینده شما آنهایی هستند که در زندگیتان می‌مانند و در همه حال همراه و هم قدم شما هستند.

در برابر انتقادات، اگر نادرست بود، بی‌اعتنا باشید، اگر غیرمنصفانه بود، عصبانی نشوید، اگر از روی نادانی بود، لبخند بزنید و اگر عادلانه بود از آن درس بگیرید.

* **زان پیش که در میانه تابی بخوریم**

با یکدیگر امروز شرابی بخوریم

چوپیک اجل، به وقت مردن، ما را فرصت ندهد که جرعه آبی بخوریم

بابا طاهر:

درخت غم به جانم کرده ریشه	بدرگاه خدا نالم همیشه
رفیقان قدر یکدیگر بدانید	اجل سنگست و آدم مثل شیشه

هرگز به کسی که به شما دروغ می‌گوید اعتماد نکنید و هرگز به کسی که به شما اعتماد می‌کند دروغ نگوئید.

مهم نیست چقدر امکانات در اختیار دارید. اگر ندانید چگونه از آنها استفاده کنید، هیچ‌گاه کافی نخواهند بود.

بیدل دهلوی:

رحم، بر قارون سرشتان کن،

که از افسون حرص این خران زیر زمین هم بار دنیا می‌کشند.

فریدون مشیری:

مشت می‌کوبم بر در

پنجه می‌سایم بر پنجره‌ها،

من دچار خفقانم، خفقان

من به تنگ آمده‌ام از همه چیز بگذارید هواری بزیم

آی، با شما هستم!

این درها را باز کنید.

هایپر: بخشش کنید، اما نگذارید از شما سوءاستفاده شود. عشق به‌ورزید، اما

نگذارید با قلبتان بد رفتاری شود. اعتماد کنید اما ساده و زودباور نباشید.

اگر ملتی چیزی را برآزادی ترجیح دهند، همه چیز را از دست خواهند داد.

اعتماد کنید، اما ساده و زود باور نباشید.

حرف دیگران را بشنوید اما صدای خودتان را از دست ندهید.

عبدالله حسینی:

خدایا کمک کن، پیمانی را که در طوفان با تو بستم در آرامش فراموش نکنم.

آلبر کامو: امروز خم شدم و در گوش کودکی که مرده به دنیا آمده بود آهسته

گفتم: چیزی رو از دست ندادی.

فئودرو داستایوفسکی: اگر در آن واحد به دنبال چند خرگوش بروی به هیچ کدام نخواهی رسید.

هوشنگ ابتهاج: ای صبح، ای بشارت فریاد، امشب، خروس را در آستان آمدنت سر بریده‌اند.

کامران فریدی: سهم من از تو، دلتنگی بی‌پایان است که روزها دیوانه‌ام می‌کند، شب‌ها شاعر.

دکترهاوس: اگر هیچ کس توی دنیا از شما بدش نمیداد حتماً به جای کارتون میلنگه .

آنتول فرانس: اگر 50 میلیون نفر به یک چیز احمقانه، اعتقاد داشته باشند آن چیز هم چنان احمقانه است.

حمید مصدق:

من تمنا کردم که تو با من باشی و تو گفتی هرگز، هرگز،

پاسخی سخت و درشت و مرا غصه‌ای این هرگز گشت،

- **پیتریم سوروکن:** عشق، برانگیزنده‌ و بالاترین ارزش‌های زندگی بشر است .
برانگیزنده‌ راستی، دانائی، زیبایی، آزادی، نیکی و خوشبختی.

افراد موفق کارهای متفاوت انجام نمی‌دهند، بلکه کارها را بگونه‌ای متفاوت انجام می‌دهند.

محمود دولت‌آبادی: آدم بدون عشق نمی‌تواند زندگی کند، این را من می‌دانم این را نه از کسی شنیده‌ام و نه درجائی دیده‌ام تا به یادم مانده باشد. این را از وجود خودم با وجود خودم، از عمری که تباہ کرده‌ام فهمیده‌ام. نه، آدم بدون عشق نمی‌تواند زندگی کند.

شهاب مقربین: بیا باز فریب بخوریم، تو فریب حرف‌های مرا و من فریب نگاه تو را، مگر زندگی چه می‌خواهد به ما بدهد. که تو از من چشم برداری و من نگویم که دوستت دارم،

سهراب سپهری:

زندگی با همه وسعت خویش،

محفل ساکت، غم خوردن نیست،

حاصلش تن به قضا دادن و افسردن نیست.

اضطراب و هوس دیدن و نادیدن نیست.

زندگی خوردن و خوابیدن نیست.

زندگی جنبش و جاری شدن است.

زندگی کوشش و راهی شدن است.

از تماشاگاه آغاز حیات تا به‌جائی که خدا می‌داند.

زندگی چون گل سرخی است پر از خار و پر از برگ و پر از عطر لطیف

یادمان باشد اگر گل چیدیم، عطر و برگ و گل و خار، همه

همسایه دیوار به دیوار همند.

یارمحمد اسدیپور: آن که در را محکم می‌گوید ، به اهل خانه نزدیک ترست.

آن که در را آهسته می‌گوید، غریبه‌ای است که قصد آشنائی دارد،

اما، بدان، آن که پشت در منتظر است، از همه عاشق تر است.

بیژن پیرزاد: تو را هر لحظه به خاطر می‌آورم بی‌هیچ بهانه‌ای ، شاید دوست

داشتن همین باشد.

هاروکی موراکامی: جائی که بودن و نبودن هیچ فرقی ندارد ، نبودن را

انتخاب کن، اینگونه به بودن احترام گذاشته‌ای.

رسول یونان:

این شهر، شهر قصه‌های مادر بزرگ نیست که زیبا و آرام باشد، آسمانش را هرگز

آبی ندیده‌ام . من از اینجا خواهم رفت و فرقی هم نمی‌کند که فانوسی داشته باشم

یا نه. کسی که می‌گریزد، از گم شدن نمی‌ترسد.

ضیاء موحد:

گفته‌هایت نادرست، اما بمان

کرده‌هایت ناصواب، اما مرو

هنوز دروغ‌هایت را در گنجه دارم

گاهی باورشان می‌کنم و باز عاشقت می‌شوم.

گابریل گارسیا مارکز: بعضی‌ها آنقدر به دیگران وفا دارند که به خودشان

خیانت می‌کنند.

نقل قول: گاهی نیاز است از دیگران فاصله بگیری، اگر اهمیت دادند، ارزشت را می‌دانند، و اگر ندادند، تو خواهی فهمید که کجا ایستاده‌ای.

اشلی مونتگومری: دانشمندان یقین ندارند، اما دلیل دارند، دینداران دلیل ندارند، اما یقین دارند.

شکسپیر: در یک رابطه دونفره وقتی دو نفر هیچ مشکلی با هم ندارند حتماً یکی از آنها تمام حرف‌های دلش را نمی‌زند.

دوست آنست که معایب دوست، همچو آینه رو برو گوید، نه چون شانه، با هزار زبان پشت سر، رفته، مو بمو گوید.

آرامش خود را به هیچ کس وابسته نکن تا همیشه آن را داشته باشی.

ترجیح می‌دهم تنها باشم و با وقار تا اینکه در رابطه‌ای باشم که به خاطرش لازم باشد عزت نفسم را قربانی کنم.

صائب تبریزی:

در طریق عشق، خار از پا کشیدن مشکل است
ریشه در دل می‌کند خاری که در پا می‌رود

صادق هدایت: بهشت بهترین بهانه برای جهنم کردن دنیاست.

سهراب سپهری:

من در این خلوت خاموش سکوت،
اگر از یاد تو، یادی نکنم می‌شکنم.

بنجامین فرانکلین: حرف حق بر شما تأثیر خواهد گذاشت ، حتی اگر آن را قبول نداشته باشید.

سیمین دانشور: این که به یک زن بگوئید موهایت را بپوشان که مردان به گناه نیفتند، درست مثل اینست که به آفتاب بگوئید نتاب که بستنی هایم آب نشود.

شفیعی کدکنی: هیچ می دانی چرا چون موج،

در گریز از خویشتن پیوسته می گاهم؟

زان که بر این پردهٔ تاریک، این خاموشی نزدیک،

آنچه می خواهم نمی بینم، و آنچه می بینم نمی خواهم.

نقل قول: آنکس که با تردید قدم برمیدارد، به مقصد هم برسد به مقصود نمی رسد.

عباس معروفی: لازم نیست مرا دوست داشته باشی، من تو را به اندازهٔ هردومان دوست دارم.

مولانا: صبر پرید از دلم، عقل گریخت از سرم

تا به کجا کشد مرا مستی بی امان تو

زندگی، به من آموخت که هیچ چیز از هیچ کس بعید نیست.

نقل قول: اگر موضوعی را مدام برایتان تکرار می کنند بدانید که به احتمال زیاد آن

یک دورغ است.

زندگی مثل آب توی لیوان ترک خورده میمونه، بخوری، تموم میشه، نخوری، حروم میشه. از زندگی لذت ببر چون در هر صورت تموم میشه.

تصمیم بگیریم استاد تغییر باشیم نه قربانی تقدیر، در بازی زندگی اگر عوض نشویم تعویض خواهیم شد.

آدمها را از روی ظاهرشان قضاوت نکنید، شاید قلبی بزرگ زیر لباسی کهنه پنهان شده باشد.

کتاب زندگی چاپ دوم ندارد، پس عاشقانه زندگی کن.

گابریل کارسیا مارکز: اگر می دانستم، این آخرین دقایقی است که تو را می بینم، به تو می گفتم، دوستت دارم و نمی پنداشتم که تو خود این را می دانی، همیشه فردائی نیست تا زندگی فرصت دیگری برای جبراً این غفلت‌ها به ما دهد. کسانی را که دوست داری، همیشه کنار خود داشته باش و بگو که چقدر به آن علاقه و نیاز داری. مراقبشان باش به خودت این فرصت را بده تا بگوئی، مرا ببخش، متأسفم، خواهش می‌کنم، ممنونم، و از تمام عبارات زیبا و مهربانی که بلدی استفاده کن، هیچ‌کس تو را به‌خاطر نخواهد آورد، اگر افکارت را چون رازی در سینه محفوظ داری، خودت را مجبور به بیان آن‌ها کن به دوستان و همه آنهایی که دوستشان داری بگو که چقدر برایت ارزش دارند، اگر نگوئی فردایت مثل امروز خواهد بود و روزی با اهمیت نخواهد گشت.

ابوسعید ابوالخیر: مگذار که در عشق تو رسوا گردم رسوائی من، بدنامی توست

صائب تبریزی:

این چه حرف است که در عالم بالاست بهشت؟
 هر کجا وقت خوشی رو دهد آنجاست بهشت
 از درون سیه توست جهان چون دوزخ
 دل اگر تیره نباشد، همه دنیاست بهشت

خیام:

گر می نخوری، طعنه مزین مستان را
 بنیاد مکن تو حیل و دستار را
 تو غره بدان مشو که می می نخوری
 صد لقمه خوری که می غلامت آن را

منتسکیو: انسان همچون رودخانه است. هر چه عمیق تر باشد آرام تر و متواضع تر است.

فریدون فروغی:

تن تو ظهر تابستونو بیادم میاره
 رنگ چشمان تو بارونو بیادم میاره
 وقتی نیستی زندگی فرقی با زندون نداره
 قهر تو تلخی زند و نو بیادم میاره
 من نیازم تورو هر روز دیدنه
 از لب دوست دارم، شنیدنه
 تو بزرگی مثل اون لحظه که بارون میزنه
 تو همون خونی که هر لحظه تورگهای منه

پروین اعتصامی:

نخورد هیچ توانگر غم درویش و فقیر مگر آن روز که خود مفلس و مضطر گردد.

مولوی: ای دوست قبولم کن و جانم بستان
مستم کن و از هر دو جهانم بستان
با هر چه دلم قرار گیرد بی تو
آتش به من اندرز زن و آنم بستان

* **سعدی:** گر دوست واقفست که بر من چه می رود

باک از جفای دشمن و جور رقیب نیست
بگریست چشم دشمن من بر حدیث من
فضل از غریب هست و وفادر قریب نیست

فریدون مشیری:

روز اول، که دل من به تمنای تو پر زد،
چون کبوتر، لب بام تو نشستم،
تو به من سنگ زدی، من نه رمیدم، نه گسستم.

چارلز بوکووسکی: برای کسانی که به خدا اعتماد دارند بسیاری از پرسش‌های

بزرگ پاسخ داده شده است. اما برای کسانی که مثل ما نمی‌توانند به راحتی
فرمول خدا بپذیرند، پاسخ‌های بزرگ سنگ نوشته نمی‌شوند.
ما براساس شرایط جدید و اکتشافات قضاوت می‌کنیم. ما قابل انعطاف
هستیم.

- عشق نیاز ندارد یک دستور یا الهام یا ضرب‌المثل باشد.

- من خدای خودم هستم.
- ما اینجائیم تا تعالیم کلیساء دولت و سیستم آموزشی را نیاموزیم.
- ما اینجائیم تا بنخندیم.
- ما اینجائیم برای از بین بردن خرافات.
- زندگی ما باید بقدری خوب باشد که مرگ هنگام بردن ما بر خود بلزد.

روح‌انگیز شریفیان: بچه‌ها نباید ریشه‌هایشان را از دست بدهند، اگر بد هستیم بگذار این بدی را ببینند و اگر خوب هستیم بگذار از آن لذت ببرند. آدمی که ریشه‌هایش را نمی‌شناسد نمی‌تواند جایی مستقر شود

آلبر کامو: فهمیده‌ام که همه بدبختی انسان‌ها ناشی از این است که به زبان صریح و روشن حرف نمی‌زنند، از این رو من تصمیم گرفته‌ام که صریح حرف بزنم، صریح رفتار کنم تا در راه درست بیفتم.

ما رند و خراباتی و دیوانه و مستیم

پوشیده چه گوئیم، همینیم که هستیم.

زان باده که در روز ازل قسمت ما شد.

پیداست که تا شام ابد سرخوش و مستیم.

جین وستر: خیلی مشکل است آدم بخواهد تمام وقت مراقب خودش باشد تا آنچه احساس می‌کند نگوید.

جرج اورول:

در هنگام تنهائی و خستگی، بهترین کار، زندگی کردن با کتاب است.

آلبر کامو: آدم‌های مبتلا به رنجی عمیق، وقتی که شاد هستند رنج‌شان فاش می‌شود. طوری به شادی می‌چسبند که انگار از سر حسد می‌خواهند بغلش کنند و خفه‌اش کنند.

آلبر کامو: گاهی یه جور میشکندت که وقتی تیکه‌ها تو به هم می‌چسبونی یه آدم دیگه میشی.

شاملو: آنهائیکه ما را از دوستی با جنس مخالف، با آتش جهنم می‌هراسانند، نمازشان را به امید هم‌خوابی با حوریان بهشت می‌خوانند.

سعدی: دوستان عیب‌کنندم که چرا دل به تو دادم
باید اول به تو گفتن که چنین خوب چرایی

آل پاچینو: گاهی وقت‌ها دادن، یک شانس دوباره به کسی مثل دادن یه گلوله اضافه‌ست. برای اینکه بار اول نتونست تو رو خوب هدف بگیره.

گابریل گارسیامارکز: یک هفته گذشت و من لباس خانه را که شبیه لباس مکانیک‌ها بود روز و شب درنیاوردم، حمام نمی‌گرفتم، ریش‌هایم را نمی‌تراشیدم و دندان‌هایم را مسواک نمی‌زدم، چون عشق خیلی دیر به من آموخت که آدم خودش را برای کسی مرتب می‌کند، برای کسی لباس می‌پوشد و برای کسی عطر می‌زند، و من هیچ وقت کسی را نداشتم.

استنلی کوپریک: بعضی وقتا یه اتفاقی تو زندگیت میافته که باعث میشه دیگه اون آدم احمق سابق نباشی و این خیلی خوبه.

نقل قول: نایبنا به (ماه) گفت دوستت دارم. ماه گفت: چه طوری؟ تو که نمی‌بینی، نایبنا گفت: چون نمی‌بینمت دوستت دارم. ماه گفت: چرا؟ نایبنا گفت: اگر می‌دیدمت عاشق زیباییت می‌شدم ولی حالا که نمی‌بینمت، عاشق خودت هستم.

وودی آلن: بزرگترین اشتباه زندگیم اونجا بود که ، فکر کردم آگه کاری با بقیه نداشته باشم، بقیه هم کاری با من ندارند.

آلدوس هاکسلی: هیچکس متوجه نمی‌شود که برخی از افراد چه غذایی را تحمل می‌کنند تا آرام و خونسرد به نظر بیایند.

ارنست همینگوی، در «پیرمرد و دریا»:

من چیزی از گناه سردر نمی‌آورم، تازه مطمئن نیستم که اعتقادی هم داشته باشم، شاید کشتن ماهی گناه بوده باشد، به گمانم گناه بود، حتا اگر برای این کشته باشمش که خودم را زنده نگه دارم و شکم چند نفر دیگر را هم ، اگر این جور باشد هرکاری گناه است. به فکر گناه نباش. حالا فکر کردن درباره گناه خیلی دیرشده. تازه بعضی از مردم پول می‌گیرند تا به گناه فکر کنند. بگذار، همان‌ها به فکر گناه باشند. تو برای این به دنیا آمدی که ماهیگیر شوی.

احمد محمود: سال هاست منتظر آمدن روز های بهترم ، ولی نمی دانم چرا هنوز هم دیروزها بهترند.

ناپلئون بناپارت: هرگز اشتباه نکن، اگر اشتباه کردی تکرار نکن، اگر تکرار کردی ، اعتراف نکن، اگر اعتراف کردی ، التماس نکن، اگر التماس کردی ، دیگر زندگی نکن.

خویس کارول اوتس: همیشه هم خوب نیست که طرف مقابل از احساس شما با خبر شود. گاهی آدم‌ها ظرفیت دوست داشته شدن از سوی اطرافیان را ندارند.

بعضی‌ها آرزو دارند زیبا، پولدار، معروف یا مشهور باشند، من فقط می‌خواهم خوشبخت باشم.

✱ **برای من نوشته،** گذشته‌ها گذشته، تمام قصه‌هام ، هوس بود. برای او نوشتم، برای تو هوس بود ولی برای من نفس بود.

نقل قول از بزرگی: سلام، حال همه خوب است، ملالی نیست جز گم شدن گه گاه خیالی دور، که مردمان به آن شادمانی بی‌سبب می‌گویند، با این همه ، عمری اگر باقی بود، طوری از کنار زندگی می‌گذرم که نه پای آهوی بی‌جفت بلرزد و نه این دل ناماندگار بی‌درمان بماند .

نقل قول: بدترین حسرتی که در زندگی می‌خوریم از کارهای خطائی که مرتکب شده‌ایم نیست ، بلکه از این است که چرا کارهای درست را برای کسی که لیاقتش را نداشته ،انجام داده‌ایم.

مژگان عباسلو: قوی‌ترین مردان جهان پستی‌چی‌ها هستند که نمی‌دانند چه حجم عظیمی از درد و اندوه را با خود حمل می‌کنند. از آنها قوی‌تر، توئی، که می‌توانی تنها با چند کلمه، کمر مرا بشکنی.

شادی و غم ، لازم و ملزوم یکدیگرند . یکی باعث تقویت ، دیگری می‌شود انسان‌ها باید بدبختی و بیچارگی را بشناسند ، تا قدر عافیت را بدانند .

اراده انسانی، در کنار سرنوشت او ایستاده و چرخ تکامل او را اداره میکند .

- شب تاریک و سنگستون و مو ، مست

قدح از دست مو افتاد و نشکست

نگه دارنده اش نیکو نگه داشت

و گرنه، صد قدح نیفتاده بشکست

سعدی:

- ریاست به دست کسانی خطاست که از دستشان، دست‌ها برخداست.

- ای زیر دست، زیر دست آزار تا به کی گرم ماند این بازار

- به چه کار آیدت جهانداری مردنت به، که مردم آزاری

نقل قول : آدمیان از هیچ چیز روی زمین به اندازه «**تفکر**» نمی ترسند .

بیشتر از نابودی حتی بیشتر از مرگ . تفکر ویرانگرو طغیانگراست مهیب و

هولناک. **تفکر نسبت** به تعصبات، نهادهای جا افتاده و عادت‌های آسایش بخش

بی‌رحم است. تفکر به قعر جهنم سرک می کشد و نمی هراست . تفکر ، عظیم ،

چابک و آزاد است. نور جهان است و شکوه بشر .

یا سورانى کلاوباتا: «نفرت زنان»

در مورد زنان گمان می‌کنم حتی نفرتشان هم نوعی عشق است.

به شنیدن عادت کن خواهی دید که از سخن ابلهان نیز سود خواهی برد

کریستین بوبن: آنهایی که دوستان دارند ، خیلی بیشتر از کسانی که از ما متنفرند ترسناک ترند، مقاومت کردن در برابرشان هم خیلی دشوارتر است و از دوستان کسی را بهتر سراغ ندارم که شما را به کاری وادارد که عکس کاری که دوست داشته‌اید انجام دهید.

آلبرت هوبارت:

زندگی رو زیادی جدی نگیر، چون هرگز از اون زنده بیرون نمیری.

ارنستو ساپاتو:

کسی که مرا به خاطر خوبی‌هایم می‌خواهد، نمی‌خواهم، کسی را می‌خواهم که با دانستن بدی‌هایم باز هم مرا بخواند.

لطیف هلمت:

نیمی از دلم از عشق فراگرفته و نیم دیگرش را شعر
 اما تو، نه عشق را می‌شناسی و نه شعر را،
 از پشت تمام پنجره‌های باز و بسته جستجویت می‌کنم
 اما همیشه در دلم هستی.

آبراهام لینکلن:

همه را باور کردن خطرناک است. اما هیچ‌کس را باور نکردن خیلی خطرناک‌تر است.

جیم ر آن: اگر نخستین گام برداشته شود ، رسیدن به کامیابی و شادمانی دیگر

چندان دشوار نیست.

آلبا دسس پدس: چه درد ناک است ، وقتی همه وجودم را برای خرسندی و خوشنودی آنها ، فدا کرده ام و آنها این را پای وظیفه عادی و طبیعی من میگذارند

پائولو کوئیلو: هیچ کس سرش آنقدر شلوغ نیست که زمان از دستش در برود و شما را از یاد ببرد. همه چیز بر می گردد به اولویت های آن آدم، اگر کسی به هر دلیلی تو را یادش رفت، فقط یک دلیل دارد، تو جزو اولویت هایش نیستی.

رومن گاری:

وقتی می گویم: دیگر به سراغم نیا، فکر نکن که فراموش کرده ام، یا دیگر دوستت ندارم، نه من فقط فهمیدم: وقتی دلت با من نیست، بودندت مشکلی را حل نمی کند تنها دلتنگ ترم می کند.

احمد شاملو:

من خویشاوند هر انسانی هستم که خنجری در آستین پنهان نمی کند. نه ابرو درهم می کشد نه لبخند نه ترفند تجاوز به حق نان و سایه بان دیگران نه ایرانی را به غیر ایرانی ترجیح می دهم نه ایرانی را به ایرانی. من یک لر، بلوچ، گُرد، فارسم، یک فارس زبان ترک، یک آفریقائی اروپائی استرالیا آمریکائی، آسیائی ام، یک سیاه پوست، زردپوست، سرخ پوست، سفید پوستم که نه تنها با خودم و دیگران کمترین مشکلی ندارم، بلکه بدون حضور دیگران وحشت مرگ را زیر پوستم احساس می کنم، من انسانی هستم میان انسان های دیگر بر سیاره مقدس زمین که بدون حضور دیگران معنائی ندارم.

سهیل محمودی: تازه ترین خبر ، خبری نیست ، جز اینکه ، من و تو تنها ایم ،

صدفی گمشده ، در دورترین دریائیم .

ازدمیر آصف:

گفته بودم فراموش کردن تو زمان می‌خواهد. اما اشتباه بود، فراموشی زمان نمی‌خواهد. فراموشی، دل می‌خواست که آن‌هم پیش تو ماند.

حمید مصدق: گه گاهی که دلم می‌گیرد پیش خود می‌گویم آن که جانم را سوخت، یاد می‌آرد از این بنده هنوز؟

مهدی اخوان ثالث: کیستم؟ یک تکه تنهائی، چیستم؟ یک پيله دلتنگی.

محمود دولت‌آبادی: مگر می‌شود در یک نقطه ماند؟ مگر می‌توان؟ تا کی و تا چند می‌توانی چون سگی کتک خورده درون لانه‌ات کز کنی؟ در این دنیای بزرگ جایی هم آخر برای تو هست. راهی هم آخر برای تو هست. در زندگانی را که گل نگرفته‌اند.

جرج برنارد شاو: وقتی انسان «ببری» را بکشد، نامش را تمرین مردانگیمی‌گذارند. وقتی «ببری» انسان را بدرد، نام این کار توحش و آدم‌خواری می‌تفاوت جنایت و عدالت هم در قاموس بشر از این بیشتر نیست.

اگرشب: کسی را در حال گناه دیدی، فردا به آن چشم، نگاهش نکن، شاید سحر توبه کرده و تو نمی‌دانی.

هنردیوید تورو: دوستت دارم ولی نه به شکل شخصی و خصوصی که فقط از آن من باشد. دوستت دارم، به مانند چیزی عالم گیر، چون تو را لایق دوست داشتن یافته‌ام.

احمد شاملو: نه هر گز شب را باور نکردم، چرا که در فردا سوهای دهلیزش ، به امید دریچه‌ای دل بسته بودم.

ژان لوئی فورینه: وقتی در انتخاب «تو» یا «شما» شک دارید، بهتر است که ضمیر «شما» را بکار ببرید. بعدها به آسانی می‌توانید از «شما» به «تو» تغییر لحن دهید. ولی برعکس این کار کمی مشکل خواهد بود.

کمال تبریزی: فی الواقع خداوند اندِ لطافت ، اندِ بخشش ، اندِ بی خیال شدن ، اندِ چشم پوشی و اندِ رفاقت است .

عطار نیشابوری:

مردی از دیوانه‌ای پرسید، اسم اعظم خدا را می‌دانی؟
دیوانه گفت: نام اعظم خدا ، نان است، اما این را جانی نمی‌توان گفت:
مرد گفت : نادان شرم کن، چگونه نام اعظم خدا نان است؟
دیوانه گفت : در قحطی نیشابور، چهل شبانه روز می‌گشتم، نه هیچ جانی صدای اذان شنیدم و نه درب هیچ مسجدی را باز دیدم. از آنجا بود که دانستم نام اعظم خدا و بنیاد دین و مایه اتحاد مردم نان است.

آخرین شاهکار سیمین بهبهانی بانوی غزل معاصر:

چرا رفتی چرا من بی‌قرارم	به سر سودای آغوش تو دارم
نگفتی ماه تا امشب چه زیباست	ندیدی جانم از غم ناشکیباست
چرا رفتی، چرا من بی‌قرارم	به سر سودای آغوش تو دارم
دل دیوانه را دیوانه تر کن	مرا از هردو عالم بی‌خبر کن
بیا امشب شرابی دیگرم ده	ز مینای حقیقت ساغرم ده

در مرام , ما رفیقان نیست ترک دوست، عهد با هر کس ببندیم، جانمان در دست اوست.

- **محمود دولت آبادی** : سبزترین خاطرات از آن کسان نیست که در ذهنمان عاشقانه دوستشان داریم.

- **راست یا دروغ مهم نیست**، تو فقط با من حرف بزن چشمانت زیر نویس می کنند.

- **با تو قدم زدن را دوست دارم**، به جای خانه برایت جاده خواهم ساخت.

- **لبانم را** دوخته ام، مبدا بگویم دوست دارم، که هر بار گفتم، تنهائیم بزرگتر شد.

- **دیگر از درمان غم من** گذشته است، دلت را دریاب، بیماریم مسری است.

- **سرش درد میکرد**، دنبال من بود. میدانست محتاج دُردِ سرش هستم.

عراقی:

همه شب بر آستانت شده کار من گدائی به خدا که این گدائی ندهم به پادشاهی

مولوی :

دلتنگم و دیدار تو درمان منست بی رنگ رخت زمانه زندان منست

حافظ :

با مدعی مگوئید، اسرار عشق و مستی تا بی خبر بمیرد درد خودپرستی

خلیل نکاوت:

عاقبت یک روز مغرب محو مشرق می شود

عاقبت غربی ترین دل نیز عاشق می شود.

شهریار:

عشق و آزادگی و حسن و جوانی و هنر

عجبا هیچ نیر زید که بی سیم و زرم

هنرم کاش گره بند زر و سیم بود

که به بازار تو کاری نگشود از هنرم

سعدی:

شرف نفس به جودست و کرامت به سجود

هر که این هر دو ندارد، عدمش به که وجود

فاصل نظری:

چشمت به چشم ما و دلت پیش دیگری است

جای گلایه نیست، که این رسم دلبری است.

بنا به گفته‌ای:

وقتی که به حیاتی ترین آشوب می رسی، می توانی مهم ترین نیازهایت را بشناسی.

فروغی: اگر یاد کسی هستیم، این هنر اوست، نه هنر ما، چقدر زیباست،

کسی را دوست بداریم، نه برای نیاز.. نه از روی اجبار و نه از روی تنهائی،

فقط برای اینکه ارزشش را دارد.

قیصر امین پور:

اگر داغ دل بود، ما دیده‌ایم اگر خون دل بود، ما خورده‌ایم
 اگر دل دلیل است، ما آورده‌ایم اگر داغ شرط است، ما برده‌ایم
 گواهی بخواهید، اینک گواه همین زخم‌هائی که نشمرده‌ایم

وحشی:

دل نیست کبوتر، که چو برخاست نشیند
 از گوشه بامی که پریدیم پریدیم

کنفوسیوس:

مرد آزاده پیوسته می‌کوشد که در گفتار آهسته و در کردار خود، تند و سریع باشد.

موریس مترلینگ: وفاداری یک زن زمانی معلوم می‌شود که مردش هیچ نداشته

باشد، وفاداری یک مرد زمانی معلوم می‌شود که همه‌چیز داشته باشد.

عصمت بخارانی:

آنکه دائم هوس سوختن ما می‌کرد کاش می‌آمد و از دور تماشا می‌کرد

کاظم بهمنی:

در مجلس ترحیم اگر تارو دف آورد
 یا جای گلایل سر قبرم علف آورد
 منعش نکنید، این جگر آرزده طناز
 یک عمر به این شیوه دلم را به کف آورد.

صائب:

از گلوی خود بریدن وقت حاجت همت است

ورنه هرکس گاه سیری پیش سگ نان افکند.

مخور صائب فریب فضل از عمامه زاهد

که در گنبد ز بی مغزی صدا بسیار می پیچد

لائو تزو: هیچ کس نمی تواند در آب نا آرام تصویر را ببیند. از این رو تنها

آنکه به آرامش درونی رسیده است می تواند آن را به دیگران هدیه دهد.

بشری که حق اظهار عقیده و بیان اندیشه خود را نداشته باشد

موجودی زنده به شمار نمی رود.

فریدون مشیری:

وان ستمکاران که با هم محرم اند

گرگ ها شان آشنایان هم اند

گرگ ها همراه و انسان غریب

با که باید گفت این حال عجیب

وحشی: دلتنگم و با هیچ کس میل سخن نیست

کس در همه آفاق به دلتنگی من نیست

مولوی:

هر کسی کو دور ماند از اصل خویش

باز جوید روزگار وصل خویش

عارف قزوینی:

همت از باد سحر می طلبم گر ببرد

خبر از من به رفیقی که به طرف چمن است

سعدی:

تم فرسود و عقلم رفت و عشقم هم چنان باقی

و گر جانم دریغ آید نه مشتاقم که کذابم

مولوی: بر هر چه همی لرزی می دان که همان ارزی

زین روی دل عاشق از عرش فزون باشد

آن را که شفا دانی درد تو از آن باشد

و آن را که وفا خوانی آن مکر و فسون باشد

ابوسعید ابولخیر:

باز آ باز آ هر آنچه هستی باز آ

این درگه ما در گه نومیدی نیست

گر کافر و گبر و بت پرستی باز آ

صد بار اگر تو به شکستی باز آ

سعدی:

نادان همه جا با همه کس آمیزد

با مردم زشت نام همراه مباش

چون غرقه، به هر چه دید دست آویزد

کز صحبت دیگران سیاهی خیزد

در هنگامی که , در زندگی اوج می گیری، دوستانت می فهمند تو چه کسی

بودی، اما هنگامی که در زندگی، زمین می خوری آنوقت تو می فهمی که

دوستانت چه کسانی بودند.

مارتین روت: خطایم را در منظر نگاه دیگران به رویم نیارم. آنگاه بی شک مدیر قلب من خواهی بود.

هنری فورد: موانع آن چیزهای وحشتناکی هستند، که وقتی چشمتان را از هدف برمی‌دارید به‌نظر می‌رسند.

هیچ‌گاه فصل اول زندگیتان را با فصل بیستم زندگی کسی مقایسه نکنید.

مارک تواین: چاپلوسان تنها همانند دوست هستند. همان طور که گرگ‌ها به سگ‌ها شباهت دارند.

برتولت برشت: آنکه حقیقت را نمی‌داند، نادان است، آنکه حقیقت را می‌داند ولی انکار می‌کند تبهکار است.

روسکین: سرانجام کشف شد، که صاحب بیمارترین افکار و خشن‌ترین قلب‌ها مردانی هستند که زود به زود عاشق می‌شوند.

رومن پولانسکی: عاشق طرز فکر آدم‌ها نشید. آدم‌ها زیبا فکر می‌کنند زیبا حرمی‌زنند، اما زیبا زندگی نمی‌کنند.

شما اجازه نمی‌دهید افراد عوضی در منزلتان ساکن شوند پس چرا اجازه می‌دهید (افکار عوضی) ساکن مغزتان شوند.

لرد بایرون:

روح من در کنار روح آدم‌ها راه نمی‌رفت، با چشم‌های آدم‌ها به خاک نظر نمی‌کرد. عطش بلند پروازی‌هایشان، عطش من نبود، هدف زندگی‌شان هدف من نبود. شادی من، اندوه من، شور و شر من، قدرت من از من بیگانه‌ای ساخت.

سیمون دوبووار: «در مورد زن» چون به نظرشان لازم نیست که چیزی گفته شود، با نگاهشان حرف می‌زنند. به اندازه یک دنیا، بنابراین هرگز نباید از چشمان هیچ زنی ساده گذشت.

سینا به منش:

بازنده منم، که در را باز می‌گذارم، شاید که بازگردی دزد هم که بیاید، چیز مهمی برای بردن نمی‌یابد، مهم من بودم، که تو بردی.

فرهنگ افشار:

با تو هستم روزگار، پاسخام را بده.. سال‌ها است که سخت در رنجم.. رنجی در نفهمیدن، دیدن و شاید در نفهمیدن، آنانی که خیانت می‌کنند و نفهمیدنی که چرا محبوب‌ترند.. ای دنیای وارونه، بازی تو هم غریب است در حماقت آدم‌ها. اما فریب تو را نخواهم خورد و بازیگر این بازی و این نقش تو نخواهم شد. من نقش خود را خواهم داشت. دوست داشتن، پایبندی، چیزی بیشتر از رفاقت است.

* آرتور شوپنهاور: «در باب حکمت زندگی»

در بازی این جهان که تاس‌ها، به سنگینی آهن به زمین می‌افتند، باید خوئی آهنین داشت، با زرهی در برابر سرنوشت و سلاحی در برابر انسان‌ها، زیرا همه زندگی مبارزه است و برای هر گامی که بر می‌داریم باید بجنگیم. بنابراین آن کس که به محض دیدن متراکم شدن ابرها یا حتی چند پاره ابر در افق درهم فرومیریزد، نومید می‌گردد و شکوه می‌کند، روحی جبون دارد. شعار ما باید این باشد، از مصائب مگریز، بلکه با جرأت بیشتر به مقابله با آن‌ها پرداز.

آلبر کامو: محبوب کسی نبودن فقط یک بد شانس است، در حالی که عاشق

نبودن، یک بدبختی است.

احمد شاملو: انسان عامی با چیزی که نمی شناسد ، پدر کشتگی می ورزد و آنچه را که می داند، حقیقت محض می پندارد.

رابین ویلیامز: همیشه فکر می کردم ، که بدترین چیز توی زندگی این که تنها باشی ولی نه، حالا فهمیدم که بدترین چیز توی زندگی بودن ، با آدم‌هائی است که باعث میشن احساس تنهائی کنی.

فریدون مشیری:

از همان روزی که دست حضرت قابیل گشت آلوده به خون حضرت هابیل. از همان روزی که فرزندان آدم، زهر تلخ دشمنی در خون‌شان جوشید، آدمیت مرد، گر چه آدم زنده بود. از همان روزی که یوسف را برادرها به چاه انداختند، از همان روزی که با شلاق و خون دیوار چین را ساختند، آدمیت مرده بود. بعد دنیا هی پر از آدم شد و این آسیاب ، گشت و گشت ، قرن‌ها از مرگ آدم هم گذشت .
ای دریغ . آدمیت بر نگشت .

راجر مکگاف: من یک جور زندگی می خواستم ، تو یک جور : نتوانستیم کیک مشترکی داشته باشیم، خودمان را خوردیم.

فریدون مشیری:

بسی گفتند: دل از عشق برگیر

که نیرنگ است و افسون است و جادوست

ولی ما دل به او بستیم و دیدیم، که این زهر است اما نوش داروست

نادر ابراهیمی: ما آمده ایم که با حضور مان جهان را دگر گون کنیم نیامده ایم تا پس از مرگمان، بگویند از کرم خاکی بی آزارتر بود و از گاو مظلومتر، ما باید وجودمان و نفس کشیدنمان و راه رفتنمان، و نگاه کردنمان و لبخند زدنمان هم مانند تیغ به چشم و گلوی بدکاران و ستمگران برود. ما نیامده ایم فقط به خاطر آنکه همچون گوسفندی زندگی کرده باشیم که پس از مرگمان، گرگ و چوپان و سگ گله، هر سه ستایشمان کنند.

بابا طاهر:

بیا قسمت کنیم دردی که داری که تو کوچک دلی طاقت نداری

نوام چامسکی: دیگر وقت آن نیست که بدانیم چه کسی جهان را آفریده است باید دید چه کسانی به خراب کردن آن مشغولند.

هوشنگ ابتهاج:

امروز نه آغاز و نه انجام جهان است

ای بس غم و شادی که پس پرده نمان است

گر مرد رهی غم مخور از دوری و دیری

دانی که رسیدن هنرگام زمان است

نظامی:

کسی کز عشق خالی شد فسر دست گرش صد جان بود بی عشق مردست.

نقل قول: زن ها به همین سادگی چیزی رو فراموش نمی کنن، ساکت که شدن، باید بدونی آرامش قبل از طوفانه، هرچی ساکت تر خطرناک تر.. آن وقته که باید بیشتر ازشون بترسی.

ماشالله دشتی :

صورتت شعر است و هر یک تار زلفت مصرعی
شعر را یک مصرع پیچیده زیبا می کند

قیصر امین پور،

گفت: احوالت چطور است؟

گفتمش عالی است، مثل حال گُل!
حال گُل در چنگ چنگیز مغول.

حمید مصدق:

اندیشه روز شبم پیوسته این است.

من بر تو دل بستم؟ دریغ از دل که بستم!
افسوس بر من، گوهر خود را فشاندم
در پای بت هائی که باید می شکستم.

نادر پور :

دل از تو کندم ولی ندانم

که گر گریزم کجا گریزم
و گر بمانم کجا بمانم
نه پای رفتن نه تاب ماندن

خیام:

در کارگه کوزه گری رفتم دوش دیدم دو هزار کوزه گویا و خموش
ناگاه یکی کوزه بر آورد خروش کو کوزه گر و کوزه خر و کوزه فروش

وینستون چرچیل: سازشکار به مانند کسی است که به تمساح غذا می دهد، به این امید که خودش آخر از همه خورده شود.

آلبرت انیشتین:

دو چیز خیلی سرو صدا می کند: یکی خرده پول دیگری خرده معلومات.

صائب تبریزی:

یاد رخسار ترا در دل نهان داریم ما

در دل دوزخ، بهشت جاودان داریم ما

سعدی:

فریاد که گر جور فراق تو نویسم

فریاد برآید ز دل هر که بخواند.

رهی معیری:

ما چشمه نوریم، بتابیم و بخنسیم

ما زنده عشقیم، نمردیم و نمیریم

کلیم کاشانی:

گر چه محتاجیم، چشم اغنیا بر دست ماست

هر کجا دیدیم، آب، از جو به دریا می رود.

گابریل کارسیا مارکز:

انسان تنها زمانی حق دارد به انسانی دیگر از بالا به پائین بنگرد که ناگزیر است او را یاری رساند تا روی پای خود بایستد.

هلالی جغتائی:

آن که در حسن، کنون شهره شهر است توئی
و آنکه در عشق تو، رسوای جهان است، منم

مولانا:

صبر پرید از دلم، عقل گریخت از سرم
تا به کجا کشد مرا، مستی بی‌امان تو

سعدی:

گر توانی که بجوئی دلم، امروز بجوی
ورنه بسیار بجوئی و نیابی بازم

گاندی: (به یاد داشته باش)

- من نباید چیزی باشم که تو می‌خواهی، من را خودم از خودم ساختم.
- منی که من از خود ساختم، آمال من است.
- توئی که تو از من می‌سازی، آرزوهایت و یا کمبودهایت هستند.
- لیاقت انسان‌ها کیفیت زندگی را تعیین می‌کند، نه آرزوهایشان.
- و من متعهد نیستم که چیزی باشم که تو می‌خواهی.
- و تو هم می‌توانی انتخاب کنی که من را می‌خواهی یا نه.
- ولی نمی‌توانی انتخاب کنی که از من چه می‌خواهی.
- می‌توانی دوستانه باشی همین‌گونه که هستم و من هم.
- می‌توانی از من متنفر باشی به هیچ دلیلی و من هم.
- چرا که ما هر دو انسانیم.

- این جهان مملو از انسان‌هاست، پس این جهان می‌تواند هر لحظه مالک احساسی جدید باشد.
- تو نمی‌توانی برایم به قضاوت بنشیننی و حکمی صادر کنی و من هم.
- قضاوت و صدور حکم برعهده نیروی ما ورائی خداوندگار است.
- دوستانم مرا همین‌گونه پیدا می‌کنند و می‌ستایند.
- حسودان از من متفرند، ولی باز می‌ستایند.
- دشمنانم کمر به نابودیم بسته‌اند و هم‌چنان می‌ستایند، چرا که من اگر قابل ستایش نباشم نه دوستی خواهم داشت، نه حسودی و نه دشمنی و نه حتی رفیقی، من قابل ستایشم و تو هم.
- یادت باشد اگر چشمت به این نوشته افتاد، به‌خاطر بیاور که آنهایی که هر روز می‌بینی و مراوده می‌کنی، همه انسان هستند و دارای خصوصیات یک انسان با نقابی متفاوت، اما همگی جایز الخطا.
- نامت را انسان باهوش بگذار، اگر انسان‌ها را از پشت نقابهای متفاوتشان شناختی، و یادت باشد که این‌ها رموز بهتر زیستن هستند.

ویلیام فاکنر:

- همیشه کسانی که در هیچ کاری موفق نشده‌اند می‌خواهند به آدم راهکار یاد بدهند.
- شما در انتخابات** آزادید اما از پی آمد انتخاباتان آزاد نیستید عاقلانه انتخاب کنید.
- ارزشمندترین** ثروت یک مرد که می‌تواند در این دنیا مالک آن باشد قلب یک زن است.

تا زمانی‌که مشغول بازخوانی فصل پیشین زندگی خود هستید، نخواهید توانست فصل بعدی آن را آغاز کنید.

لبخند بزنیید و بگذارید همه بدانند که امروز بسیار قوی‌تر از دیروزتان هستید.

وقتی واقعاً کسی را دوست داشته باشید، سن، فاصله، قد و وزن فقط یک عدد خواهند بود.

برای زندانی بودن لازم نیست شخصی پشت میله‌ها باشد. انسان‌ها می‌توانند زندانی و یا برده عقاید و اندیشه‌های خود باشند.

زبان هیچ استخوانی ندارد، اما آنقدر قوی هست که بتواند قلبی را بشکند.

آدم‌ها را به خاطر اینکه باعث ناامیدی شما می‌شوند سرزنش نکنید. خودتان را سرزنش کنید که پیش از حد از آنها انتظار دارید.

هر نوع «زندگی» اگر همراه با تضییع حقوق دیگران باشد، یک رذیلت اخلاقی است.

«ازدواج» تغییر بزرگی است که می‌تواند دشواری‌هایی هم در پی داشته باشد، پیش از ازدواج مشکلات آن را بشناسیم و خود را برای آنها مهیا کنیم.

اعتقاد به برتری یک جنسیت، مهم‌ترین مانع رابطه صحیح میان دو جنس مخالف است.

چارلی چاپلین:

مهربان باش و به هرکس میرسی لبخند بزنی، تو نمیدانی به آدم‌ها چه می‌گذرد. شاید، لبخندت، برایشان مانند گنجی ارزشمند باشد و آنها بسیار به آن لبخند محتاج باشند.

مارک تو این:

بیست سال دیگر، شما بیشتر حسرت کارهایی که نکرده‌اید را خواهید خورد تا کارهایی که کرده‌اید. پس بادبانها را بکش، از بندر امنیت دور شو. با باد موافق به حرکت درآی و رویاها را کاوش و کشف کن.

اگر از شغلان، لذت نمی‌بریم، آن را تغییر دهیم، اگر حاضر نیستیم هزینه این تغییر را بپذیریم، دست کم، غرُ نزنیم.

کسی که طرز فکر و یا اعتقادمان را نقد می‌کند به شخصیت‌مان توهینی نکرده است.

الهام هوشمندی:

بگذار فاصله‌ها، هر چه می‌خواهند تقلا کنند، تو در دلم به بار نشسته‌ای.

دیل کارنگی: بیاد داشته باش. خوشبختی انسان، به مقام یا دارائی او بستگی ندارد. خوشبختی، تنها به اندیشه او بستگی دارد.

حافظ:

اگر چه دوست به چیزی نمی‌خرد ما را
به عالمی نفروشیم موئی از سر دوست.

سعدی:

برآنم گر تو بازآئی که در پایت کنم جانی
وزین کمتر نشاید کرد در پای تو قربانی

حافظ:

شاه‌نشین من تکیه گه خیال توست.
جای دعاست شاه من بی تو مباد جای تو.

می‌خواستم بمانم رفتم، می‌خواستم بروم ماندم، نه رفتن مهم بود و نه ماندن. مهم من بودم که نبودم.

سیمین بهبهانی:

وصیت کرده‌ام بعد از مرگم، همراه من دو تا فنجان چای هم دفن کنند، شاید صحبت‌های من با خدا به درازا کشید همان‌هایی که بی‌اجازه وارد شدند، خودخواهانه قضاوت کردند بی‌مقدمه شکستند و بی‌خداحافظی رفتند.

سیمین بهبهانی:

خواهم چو راز پنهان، از من اثر نباشد
خواهم که آتش افتد، در شهر آشنائی
«گوری» بده، خدایا زندان پیکر من
تا از نبود و بودم، کس را خبر نباشد
وز ننگ آشنایان، بر جا اثر نباشد
تا از بهانه‌جوئی دل در بدر نباشد

مارک تواین:

زندگی خیلی کوتاه است. قوانین را کنار بگذار، بدی‌ها را ببخش آهسته و طولانی
ببوس، یک عاشق واقعی باش. تا می‌توانی بخند و هیچ وقت از چیزی که بر روی
لبانت خنده نشانده پشیمان نشو.

فریدون مشیری:

بگذار تا بگویمت، این مرغ خسته جان
عمریست در هوای تو از آشیان جداست.

مولوی:

دوش دیوانه شدم عشق مرا دیده بگفت
آمدم، نعره مزین جامه مدر، هیچ مگو

تنها کسانی که ما را می‌رنجانند، کسانی هستند که همیشه کوشیده‌ایم از ما نرنجند.

یک غزل فوق‌العاده زیبا، از شاهکارهای سیمین بهبهانی:

من از شب‌های تاریک بدون ماه می‌ترسم
 نه از شیر و پلنگ، از این همه روباه می‌ترسم
 مرا از جنگ رو در روی، در میدان گریزی نیست،
 ولی از دوستان آب زیرگاه لامذهب نمی‌ترسم
 ولی از زاهد بی‌عقل ناآگاه، می‌ترسم
 پی‌گم گشته‌ام در چاه نادانی نمی‌گردم
 اصولاً من نمی‌دانم چرا از چاه می‌ترسم.
 اگر چه راه دشوار است و مقصد ناپدید، امّا
 نه از سختی ره، از سستی همراه می‌ترسم
 من از تهدیدهای ضمنی ظالم، نمی‌ترسم
 من از نفرین یک مظلوم، از یک آه می‌ترسم
 من از عمامه و تسیح و تاج و مسند شاهی
 اگر افتد به دست آدم خودخواه می‌ترسم
 مرا از داریوش و گوروش و این جمله باکی نیست
 من از قداره‌بندان مرید شاه می‌ترسم
 نمی‌ترسم ز درگاه خدای مهربان، امّا
 ز برخی از طرفداران این درگاه می‌ترسم
 چو «کیوان» بر مدار خویش می‌گردم
 ولی گاهی از این سنگ شهاب و حاجی گمراه می‌ترسم

افتاده درختی که به خود می‌بالید از داغ تبر به خاک غم می‌نالید
گفتم چه کسی به ریشه‌ات زد. گفتا آن کس که به زیر سایه ام می‌خوابید.

ماهی تا دهانش بسته باشد، کسی نمی‌تواند آن را صید کند. رازهایت را فاش نکن. بعضی‌ها در آرزوی صید یک اشتباه در انتظار نشسته‌اند.

سنگی که طاقت ضربه‌های تیشه را ندارد، لایق تندیس‌شدن نیست. در مقابل سختی‌ها مقاوم باش که وجودت شایسته تندیس شدن است.

حسین الهی قمشه‌ای:

اگر ما با دل شاد و چهره گشاده و کلگون نتوانیم به مرادها و مقصودها دست یابیم، با افسردگی و نومیدی بی‌گمان به جایی نخواهیم رسید، پس خوش‌تر آنکه در حال، اگر مراد و محبوب را با تمام دل طلب کردیم و به مطلوب نرسیدیم، هم‌چنان دل خوش داریم و چهره خندان کنیم.

نقل قول: همیشه در سختی‌ها به خودم می‌گفتم: این نیز بگذرد.

هنوز هم می‌گویم. اما.. حال می‌دانم. آنچه می‌گذرد عمر من است، نه سختی.

تنگه غروب:

باز مثل هر شب، از دیده پنهون

یه مرد عاشق با چشم گریون

آواز می‌خونه از پشت دیوار

کی خوابه امشب، کی مونده بیدار.

رالف والدو امرسون: آدمی را می توان شناخت ، از کتاب هایی که می خواند و دوستانی که دارد و ستایش هایی که می کند ، و لباس هایش و سلیقه هایش و از آنچه خوش نمی دارد و از داستانهائی که نقل می کند و از طرز راه رفتنش و حرکات چشم هایش و ظاهر خانه اش و اتاقش، زیرا هیچ چیز بر روی زمین مستقل و مجرد نیست. بلکه همه چیزها تا بی نهایت با هم پیوند و تأثیر و تأثر دارند.

ناهید طباطبائی: همه جوان ها بالاخره یک روز عاشق می شوند ولی همه زندگی به همان عشق اول ختم نمی شود. معمولاً آدم با عشق اولش ازدواج نمی کند، حتی گاهی با او حرف هم نمی زند. اما احساس قشنگی است که همیشه خاطرات آدم را شیرین می کند.

روجا چمنکار: (ابرها) نامه های مچاله مند ، که بغض هایم را در آنها می نویسم و به دست باد می سپارم، تا برایت، به خوا نندش.

آدم های بزرگ، قامتشان بلندتر نیست، خانه شان بزرگ تر نیست، ثروتشان بیشتر نیست، آنها قلبی وسیع و نگاهی مرتفع دارند.

خلیل الله خلیلی:

زندگی در بردگی، شرمندگی است

معنی آزاد بودن زندگی است.

روزبه بمانی:

رو به تو سجده می کنم، دری به کعبه باز نیست

بس که طواف کردم، مرا به حج نیاز نیست.

اگر قدرت این را دارید که کسی را شاد کنید، حتماً انجامش دهید. دنیا به چنین اعمالی نیازمند است.

دوستان خوب به شما کمک می‌کنند تا چیزهای مهمی که گم کرده‌اید را پیدا کنید. (لبخندتان، امیدتان، و شجاعتتان)

دروغ نگوئید، چون هر دروغ کوچکی که بر زبان می‌آورید، شما را به خداحافظی نزدیک‌تر می‌کند.

در هر شرایطی، خود واقعیتان باشید، برخی شما را خواهند ستود و برخی از همه چیز شما متنفر خواهند بود. اما چه اهمیتی دارد؟

فاصله‌ها هیچ‌گاه دو قلبی که واقعاً به هم علاقمندند را از هم جدا نمی‌کند.

کسی را بیابید که نه تنها به خاطر داشتنتان مفتخر و خوشحال است، بلکه حاضر است برای با شما بودن از هیچ مخاطره و تلاشی دریغ نکند.

کار شما قضاوت نیست. کار شما تشخیص این نیست که آیا کسی لیاقت چیزی را دارد یا خیر. کار شما بلندکردن افتادگان، بازسازی شکستگان است.

اگر واقعاً کسی را دوست داشته باشید، تنها چیزی که برایش می‌خواهید خوشبختی‌اش است. حتی اگر شما نیز در زندگی‌اش نباشید.

برخی انسان‌ها تصور می‌کنند که قوی بودن یعنی هیچ‌گاه احساس درد نکردن در واقعیت، قوی‌ترین آدم‌ها آنهایی هستند که درد را حس می‌کنند و می‌پذیرند

سکونم را دست کم نگیر، بدان، یا دیگر واقعاً برایم اهمیتی نداری، یا با وجود خُرد شدنم، اینگونه وانمود می‌کنم که هیچ اتفاقی نیفتاده است.

با کسی باشید که با شما همچو یک مقصد رفتار کند نه یک وسیله برای تفریح در طول راه.

وقتی متوجه می‌شوید که در موقعیت کمک به کسی قرار دارید. شاد باشید و احساس خوشبختی کنید، چرا که خدا دارد دعای او را از طریق شما مستجاب می‌کند. یادتان باشد: هدف ما در دنیا گم شدن در تاریکی نیست، بلکه چراغ راهنما بودن برای دیگران است، تا شاید بتوانند راه را، بواسطه ما پیدا کنند.

همیشه یادتان باشد که شاد باشید، چون هیچ‌گاه نمی‌دانید چه کسی دارد عاشق لبخندتان می‌شود.

گاهی باید از آدم‌ها بگذرید. نه به این خاطر که شما به آنها اهمیتی نمی‌دهید، بلکه چون آنها نسبت به شما بی‌اهمیتند.

زال که باشی دیگران سنگ‌های کف رودخانه‌ات را می‌بینند، بر می‌دارند و نشانه می‌روند درست بسوی خودت.

همیشه بدانید، چه وقت باید بگذرید. وقتی یک اندیشه بیشتر برایتان تشویش می‌آورد تا آرامش، آن اندیشه را رها کنید. وقتی فردی بیشتر باعث ناراحتی‌تان می‌شود تا خوشحالی، بگذرید. نمی‌توانید در بهترین شرایط خود باشید، اگر شادی و آرامش نداشته باشید.

هیچ‌کسی جز خودتان قادر نیست از خوشبختی شما محافظت کند، به آدم‌ها اجازه ندهید لبخند، ارزش و نگرش شما را کنترل کنند.

چهار واژه بسیار مهم در زندگی وجود دارد که بدون آنها هیچ ندارید: عشق، صداقت، حقیقت و احترام.

سراسر زندگی من می‌تواند در یک جمله خلاصه شود: آنطور که خیال می‌کردم پیش رفت و این اشکالی ندارد.

من به‌خاطر کاستی‌هایم، وظیفه‌ای ندارم به کسی توضیح دهم. مجبور نیستم اشتباهاتم، گذشته‌ام یا سستی‌هایم را توجیه کنم. من در حال بزرگ شدن و آموختنم. بگذارید زندگی کنم.

تا وقتی که مرا نشناخته‌ای، قضاوتم نکن. تا وقتی که با من درگیر نشده‌ای، دست‌کمم نگیر، و تا وقتی که با خودم صحبت نکرده‌ای پشت سرم حرف نزن.

اعتماد بنفس شاید موفقیت‌نیابرد اما به ما قدرتی می‌دهد که بتوانیم با هر نوع چالشی روبرو شویم.

هیچ‌گاه به‌خاطر اتفاقاتی که در زندگی‌تان افتاده افسوس نخورید، آن اتفاقات را نه می‌توان تغییر داد، نه محو کرد و نه از یاد برد. پس از آنها درس بیاموزید، عبرت بگیرید و به پیش روید

گاهی زندگی یعنی سخت‌کوشی برای رویائی که هیچ‌کس جز شما قادر به دیدنش نیست.

بخشش، والاترین و زیباترین شکل عشق است. در عوض، شادی و آرامش وصف ناپذیر نصیب‌تان خواهد شد.

قلعه‌ای که چند بار فتح شود، بی‌شک روزی تفریحگاه عمومی خواهد شد.

گاهی لبهای خندان بیشتر از چشم‌های گریان درد میکشند.

پای معرفت که میاد وسط، دست خیلی‌ها کوتاه میشه.

وقتی حرف راست میزنید، فقط انسان‌هایی از دستتان عصبانی می‌شوند که تمام زندگیشان بر دروغ استوار بوده است.

یادت باشه، همیشه خودتو، بندها تا بگیرت، اگر خودتو بگیر می‌ندازت.

مردترین آدم‌هایی که تو زندگیم دیدم، اونائی بودن که بعد از اشتباهشون گفتند معذرت می‌خواهم.

مزرعه را موریانه خورد، ولی ما برای گنجیشکها مترسک ساختیم. لعنت به این حماقت.

(زمان)، وفاداری آدم‌ها رو ثابت میکنه، نه (زبان).

آنهائی که در زندگیت نقشی دارند دوست بدار، نه آنهائی که برایت نقش بازی می‌کنند.

آلبر کامو: هیچ کس مجبور نیست انسان بزرگی باشد. تنها انسان بودن کافیه.

حسن ریوندی :

اگر درد را احساس کردی، زنده ای. اگر درد دیگران را احساس کردی

انسان ...

حمید مصدق : من گمان می‌کردم، دوستی همچون سروی سر سبز.. چهار فصلش همه آراستگی است.. من چه می‌دانستم.. دل هرکس.. دل نیست. هنگامی که امید می‌میرد، هنگامی که می‌بینی کمترین امکان امیدوار بودن را از دست داده‌ای، فضای خالی را با رویا، اندیشه‌های کوچک بچگانه و داستانها پر می‌کنی، تا بتوانی به زندگی ادامه بدهی.

هوشنگ ابتهاج:

امشب به قصه دل من گوش می‌کنی.

فردا مرا چو قصه فراموش می‌کنی.

این دُر همیشه در صدف روزگار نیست.

می‌گویمت.. ولی تو کجا گوش می‌کنی!

ریچارد باخ:

یک عمر در انتظاری تا بیابی آن را که درکت کند، و تو را همان‌گونه که هستی بپذیرد، و عاقبت در می‌یابی که او از همان آغاز خودت بوده‌ای.

اورینا فالاجی: هر چه انسان تر باشیم , زخم ها عمیق تر خواهند بود . هر چه بیشتر دوست بداریم ، بیشتر غصه خواهیم داشت. بیشتر فراق خواهیم کشید، و تنهایی‌هایمان بیشتر خواهد شد. شادی‌ها لحظه‌ای و گذرا هستند. شاید خاطرات بعضی از آنها تا ابد در یاد بماند، اما رنج‌ها داستانش فرق می‌کند، تا عمق وجود آدم رخنه می‌کند و ما هر روز با آنها زندگی می‌کنیم. انگار که این خاصیت انسان بودن است.

امیل زولا: واقعاً دردناک است، که انسان در یابد به خیانت فرد مورد علاقه‌اش دچار آمده، و دیگر خود نیز مورد علاقه نمی‌باشد، از همه مهم‌تر اینکه بر او بشورند و او نیز خود را با هزاران تحقیر، تنهای تنها بیابد.

فربیا وفی: هیچ چیز تضمین ندارد. رابطه آدم‌ها یخچال و لباسشوئی نیست که گارانتی داشته باشد. یک روز هست و یک روز نیست و اگر کسی تضمین بدهد، دروغ گفته است.

کارلوس فوننتس: این حرف که آدم، هر چه بیشتر هم‌دیگر را بشناسند بیشتر هم‌دیگر را دوست دارند، از آن دروغ‌های بزرگ است. چون حقیقت‌های کوچک تبدیل به دروغ‌های بزرگ می‌شوند.

خورخه لوپیس بورخس: کم کم یاد خواهی گرفت، تفاوت ظریف میان نگهداشتن یک دست و زنجیرکردن یک روح را، **اینکه، عشق تکیه کردن نیست**، و رفاقت، اطمینان‌خاطر، و یاد می‌گیری که بوسه‌ها قرار داد نیستند؛ کم کم یاد می‌گیری باید باغ خودت را پرورش دهی، به‌جای اینکه منتظر کسی باشی تا برایت گل بیاورد، یاد می‌گیری که می‌توانی تحمل کنی که محکم باشی، پای هر خداحافظی، یاد می‌گیری که خیلی می‌ارزی.

قیصر امین‌پور: حرف‌های ما هنوز ناتمام

تا نگاه میکنی وقت رفتن است

باز همان حکایت همیشگی

پیش از آنکه با خبر شوی

لحظه عزیمت تو ناگزیر می‌شود

ای، ای دریغ و حسرت همیشگی

ناگهان، چقدر زود، دیر می‌شود.

کسی را در زندگی تان مقصر ندانید، آدم‌های خوب، خوشحالی برایتان می‌آورند و آدم‌های بد تجربه.

سورن کیرکگارد: اگر دائماً خود را با نقاب‌هایی که برای دیگران، به چهره می‌زنی، بشناسانی، آن لحظه‌ای که فرا می‌رسد و باید نقاب از چهره برداری، پشت آن نقاب دیگر هیچ چیز نیست.

وقتی به زندگی فکر می‌کنید، این دو نکته را به‌خاطر داشته باشید: هرچقدر احساس گناه داشته باشید، گذشته تغییر نمی‌کند، و هرچقدر استرس داشته باشید، آینده عوض نمی‌شود.

غمگین‌ترین آدم‌ها کسانی هستند که برداشت دیگران برایشان اهمیت زیادی دارد.

به‌خاطر داشته باشید، هیچ رابطه‌ای اتلاف‌وقت نیست، اگر آنچه می‌خواستید را در آن پیدا نکردید، یاد گرفتید، چه چیزی را نمی‌خواهید.

شمس لنگرودی: اشتباه نکن، نه زیبایی تو، نه محبوبیت تو، مرا مجذوب خود نکرد تنها آن هنگام که روح مرا بوسیدی من عاشقت شدم.
شیخ بهائی:

افسوس که عمر خود تباهی کردیم صد قافله گناه، راهی کردیم

در دفتر ما نماند یک نکته سفید از بس به شب و روز سیاهی کردیم

مترسک؛ آنقدر دست‌هایت را باز نکن، کسی تو را در آغوش نمی‌گیرد، ایستادگی همیشه تنهائی دارد.

رزگار ایزدپناه:

من با گذشت زمان فهمیده‌ام، هیچ چیزی غیر از یک صدای آشنا، انسان را تسکین نمی‌دهد، صدائی که می‌بخشد، صدائی که آرام میکند، و صدائی که نجات می‌دهد.

ویلیام شکسپیر:

شکوه دنیا همچون دایره‌ای بر روی آب است که هر زمان بر پهنای خود می‌افزاید و در منتهای بزرگی هیچ می‌شود.

ملک الشعراى بهار:

ما درس صداقت و صفا می‌خوانیم

آئین محبت و وفا می‌دانیم

زین بی‌هنران سقله‌ای دل مخروش

کانها همه می‌روند و ما می‌مانیم

سعدی:

ده آدمی بر سفره‌ای بخورند و دو سگ بر مرداری با هم بسر نبرند. حریص با جهانی گرسنه است و قانع به نانی سیر. حکما گفته‌اند: توانگری به قناعت (به) از توانگری به بضاعت.

ابوعلی سینا:

نشان دوست نیکو آن است که خطای تو را بپوشاند، تو را پند دهد، و رازت را آشکار نسازد.

قیصر امین پور:

شعاع درد مرا ضرب در عذاب کنید
 محیط تنگ دلم را شکسته رسم کنید
 طنین نام مرا موریانه خواهد خورد
 دگر به منطق منسوخ مرگ می خندم
 درانجماد سکون، پیش از آنکه سنگ شوم
 مگر سماجت پولادی سکوت مرا
 بلاغت غم من انتشار خواهد یافت
 مگر مساحت رنج مرا حساب کنید
 خطوط منحنی خنده را خراب کنید
 مرا بنام دگر غیر از این خطاب کنید
 مگر به شیوه دگر مرا مجاب کنید
 مرا به هرم نفسهای عشق آب کنید
 درون کوره فریاد خود مذاب کنید
 اگر که متن سکوت مرا کتاب کنید.

مولانا: آن شب که دلی بود، به میخانه نشستیم

آن توبه صدساله، به پیمانہ شکستیم

از آتش دوزخ نهراسیدیم، که آن شب

ما توبه شکستیم ولی، دل نشکستیم

راز موفقیت: همه رویاها امکان پذیر است، به شرط این که شجاعت کافی برای

ادامه دادن را داشته باشی.

رهی معیری:

آن را که جفا جوست نمی باید خواست

سنگین دل و بد خوست نمی باید خواست

ما را ز تو غیر از تو تمنائی نیست

از دوست به جز دوست نمی باید خواست

میلاذ قیصر: بعضی از آدم‌ها با رفتنشان درسی به ما می‌دهند که اگر می‌ماندند هرگز آن را نمی‌آموختیم.

فاصله‌ات را با مردم این دور و زمانه حفظ کن، ناگهان یه ترمز میزنند، آنوقت.. تو مقصری.

هر انسانی دو آموزنده دارد: یکی روزگار و دیگری آموزگار اولی به بهای زندگی‌ات و دومی به بهای زندگی‌اش.

صداقت یک هدیه بسیار گران قیمت است. آن را از انسان‌های ارزان، انتظار نداشته باش.

زندگی از مرگ پرسید: چرا انسان‌ها عاشق من هستند، اما از تو متنفرند؟ مرگ پاسخ داد: برای اینکه تو یک دورغ زیبایی و من حقیقتی تلخ.

«بی‌اعتنائی» از یه جایی به بعد به همه چیز و همه کس بی‌اعتنا میشی، دیگه نه از کسی می‌رنجی، نه به عشق کسی دل می‌بندی.

گفته‌هایی از توماس کارلایل:

- کارهایی که در گذشته کرده‌ایم، ما را مانند سایه تعقیب می‌کنند و نسبت به نوع آن‌ها ما را بسوی بدی یا خوشی می‌کشند.

- بزرگی مردان بزرگ از طرز رفتارشان با مردان خرد آشکار می‌شود.

- اگر ندانید که به کجا می‌روید، هر راهی شما را با خود خواهد برد.

- بزرگ‌ترین عیب آن است که از عیب خویش آگاه نباشیم.

- تاریخ , سیر خود را بر زندگی مردان بزرگ بنا نموده است.
- انسان حیوان ابزارمند است.
- آرزوهای مثبت «نیک بختی» آرزوهای منفی «سنگ دلی» است.
- تجربه بهترین درس است، هرچند که دستمزد آن گران باشد.
- هر اقدام بزرگ، ابتدا محال بنظر می‌رسد.
- برای آنکه در زندگی دچار لغزش نشوی، همواره قلب خود را پاک نگاه‌دار.
- اخلاق مهم‌ترین درس است. هرچند دستمزد آن گران باشد.
- ویژگی‌های هرکس مربوط به خوبی‌ها و بدی‌های اخلاقی دوستان اوست.
- هر گاه بتوانیم از نیروی تخیل به همان اندازه بهره ببریم که از نیروی بصری استفاده می‌کنیم، هرکاری انجام‌پذیر است.
- بشر، حیوان به کار برنده ابزار است، در هیچ نقطه‌ای او را بدون ابزار نمی‌توان یافت. با نداشتن ابزار در حکم هیچ است و با داشتن آن همه‌چیز.
- وظیفه و کار ما این نیست که دلواپس فاصله‌های دور و مبهم و ناشناخته‌ای که در پشت ابر و تاریکی پنهان شده‌اند باشیم، بلکه باید وقت خود را صرف آن چیزهائی بکنیم که در دسترس ما قرار گرفته‌اند.
- سرنوشت خود را با اندیشه‌ها تعیین کنید.
- ای بشر، گرچه خلق شده‌ای، برخیز و ثابت کن که اشرف مخلوقات.

سیمین بهبهانی:

گفتا که می‌بوسم تو را، گفتم تمنا می‌کنم
گفتا اگر ببند کسی، گفتم که حاشا می‌کنم
گفتا ز بخت بد اگر، ناگه رقیب آید ز در
گفتم که با افسونگری، او را زسر و امی‌کنم
گفتا که تلخی‌های می‌گر ناگوارا افتد مرا
گفتم که با نوش لبم، آنرا گوارا می‌کنم
گفتا چه می‌بینی بگو، در چشم چون آینه‌ام
گفتم که من خود را در آن عریان تماشا می‌کنم.
گفتا که از بی طاقتی، دل قصد یغما می‌کند.
گفتم که با یغماگران، باری مدارا می‌کنم
گفتا که پیوند تو را با نقد هستی می‌خرم
گفتم که ارزانتر از این من با تو سودا می‌کنم
گفتا اگر از کوی خود روزی تو را گفتم برو
گفتم که صدسال دگر، امروز و فردا می‌کنم.

هاروکی موراکامی:

خاطرات خیلی عجیب هستند. گاهی اوقات می‌خندیم به روزهایی که گریه می‌کردیم و گاهی گریه می‌کنیم به یاد روزهایی که می‌خندیدیم.

وارن جی هاردینگ: درد در سینه ات و تلاطم در روحت نشانه آن است که هنوز

زنده ای ، هنوز انسان و هنوز گشاده در برابر زیبایی جهان حتی اگر به فراخور این حال، عملی انجام نداده باشی.

نقل قول: اگه کسی را دیدیکه درلبخندت، غمت را دید، در سکوت، حرف‌هایت را شنید و در خشم، محبتت را فهمید، بدان، او بهترین دوست است.

سیمین بهبهانی: یارب مرا یاری بده، تا سخت آزارش کنم

هجرتش دهم، زجرتش دهم، خوارش کنم، زارش کنم

از بوسه‌های آتشین، و زخنده‌های دلنشین

صد شعله در جانش زدم، صد فتنه در کارش کنم

در پیش چشمش ساغری، گیرم ز دست دلبری

از رشک آزارش دهم و زغصه بیمارش کنم.

بندی به پایش افکنم، گویم خداوندش منم

چون بنده در سودای زر، کالای بازارش کنم

گوید میفزا قهر خود، گویم بخوادم مهر خود

گوید که کمتر کن جفا، گویم که بسیارش کنم

هر شامگه در خانه‌ای، چابک‌تر از پروانه‌ای

رقصم بر بیگانه‌ای، وز خویش بیزارش کنم

چون بینم آن شیدای من، فارغ شد از احوال من

منزل کنم در کوی او، باشد که دیدارش کنم.

چارلی چاپلین:

انسان خوبی باش، اما وقتت رو برای اثباتش به دیگران تلف نکن.

- **گفته‌هایی از داستا یوفسکی:** از جمع صد ها خرگوش هر گز یک اسب

بوجود نخواه آمد و از گرد آوری صدها نکته سوء ظن هیچ گاه دلیل قاطعی

به دست نمی‌آید.

- اگر خدائی وجود نداشته باشد، آن وقت هر کاری مجاز است.
- قدم تازه‌ای برداشتن.. این چیزی است که مردم بیشتر از آن میترسند.
- آدمی هر قدر هوشمندتر باشد، افسردگی و بطالتش بیشتر است.
- انسان تنها موجود زنده‌ای است که نمی‌خواهد آنچه را که هست بپذیرد.
- کسی که به خودش دروغ می‌گوید و به دروغ گوش می‌دهد، کارش به جایی خواهد رسید که هیچ حقیقتی را نه از خودش و نه از دیگران تشخیص نخواهد داد.
- اگر یک روز، یک ساعت، ناگهان همه چیز بخواند به یک چیز تبدیل شود، برترین آن‌ها مهرزیدن است.
- دانش، بیمناکترین بلای جان آدمی است. رنج و بدبختی آن از طاعون و قحطی و جنگ بیشتر است.
- حقیقت، ترکیبی است از گریه‌ها و خنده‌ها.
- انسان موجودی است که به همه چیز عادت می‌کند.
- من معتقدم که همه ما باید عشق به حیات را دریابیم و زندگی را دوست بداریم.
- هر چه بیشتر از افراد بشری متنفر می‌شدم، عشقم به بشریت فزون‌تر می‌شد.

صحبت کردن با صدای پرطنین، باعث نفوذ در طرف مقابلتان می‌شود.

ما بیشتر مجذوب شیوه لبخندزدن افراد می‌شویم تا ظاهر آنها.

* **لطیفه** : دارم تاریخ انقضای تن ماهی رو نگاه می‌کنم . فروشنده میگه : داری تاریخ انقضا شو می بینی ؟ گفتم نه ؛ میخوام ببینم تولد ماهیه کیه ؛ واسش آکواریوم بخرم ..

* آیا می دانستید که :

- * گوش راست صحبت ها را بهتر می شنود و گوش چپ موسیقی را ؟
- * فعالیت مغز در شب به مراتب از روز بیشتر است ؟
- * ترکیبات شیمیائی موجود در اشک بسته به اینکه موقع اشک ریختن، چه احساسی داشته اید، متفاوت است ؟
- * **زمانیکه فرد** جدیدی را می بینید، تنها 7 ثانیه زمان دارید تا اثری ماندگار در نگاه اول از خود به جا بذارید ؟
- * **اضطراب و نگرانی** سیستم ایمنی بدن را ضعیف می کند، از همین رو وقتی، نگران بیمار شدن هستید احتمال بیمار شدنتان فی الواقع بیشتر می شود ؟
- * **وقتی صحبت می کنید**، چیزی را که بلد هستید تکرار می کنید، اما وقتی گوش می دهید ممکن است چیزی یاد بگیرید ؟

هوشنگ ابتهاج:

حاصلی از هنر عشق تو جز حرمان نیست
 آه از این درد که جز مرگ منش درمان نیست
 این همه رنج کشیدم و نمی دانستم
 که بلاهای وصال تو کم از هجران نیست
 آنچنان سوخته این خاک بلاکش که اگر
 دگر انتظار مددی از کرم باران نیست

به وفای تو طمع بستم و عمر از کف رفت
 آن خطا را به حقیقت کم از این تاوان نیست
 این چه تیغ است که در رگ من زخمی از اوست
 گر بگویم که تو در خون منی بهتان نیست
 رنج دیرینه انسان به مداوا نرسید
 علت آن است که بیمار و طبیب انسان نیست
 صبر بر داغ دل سوخته باید چون شمع
 لایق صحبت بزم تو شدن آسان نیست
 تب و تاب عشقت دل دریا طلبد
 هر تنگ حوصله را طاقت ین طوفان نیست
 سایه صد عمر در این قصه بسر رفت و هنوز
 ماجرای من و معشوق مرا پایان نیست

وقتی به قراری می‌روید، از ظاهر طرفتان، تعریف کنید، وقت زیادی گذاشته
 است که به چشم شما زیبا باشد.

با همه خوش برخورد باشید، با بعضی دوست باشید و فقط به یک نفر اعتماد
 کنید: خودتان.

قدرت و صلابت یه مرد در پهن بودن شونه‌هاش نیست بلکه در اینه که بتونه
 خانواده‌اش رو در آغوش حمایت خودش بگیره.

قدرت و صلابت، یه مرد این نیست که چقدر بتونه صداس رو بلند کنه ، بلکه

در اینه که چه جملات ملایمی رو می‌تونه توی گوش شریک زندگی‌اش زمزمه
 کنه.

قدرت و صلابت به مرد به این نیست که ، چقدر در محیط کار قابل احترامه، بلکه در اینه که چقدر در منزل مورد احترامه.

قدرت و صلابت به مرد به این نیست که چند تا رفیق داره ، بلکه در اینه که چقدر با فرزندان خودش رفیق و دوسته.

قدرت و صلابت به مرد به این نیست که چقدر دست بزن داره، بلکه به اینه که چه دست نوازش گری می تونه داشته باشه.

مشکلات و صلابت به مرد به این نیست که چه وزنه سنگینی رو می تونه بلند کنه، بلکه بستگی به مسائل و مشکلاتی داره که از پس حل کردن اونا برمیاد.

زیبائی یک زن:

- زیبائی به زن به لباس هائی که پوشیده. ژستی که گرفته و یا مدل موئی که برای خودش ساخته، نیست.
- زیبائی به زن باید از چشماش دید بشه: به خاطر این که چشماش دروازه قلبشه، جائی که منزلگاه عشقه.
- زیبائی به زن به خط و خال صورتش نیست، بلکه زیبائی واقعی به زن در روحش منعکس می شه.
- زیبائی واقعی یک زن محبت و توجهی است که عاشقانه ابراز می کنه، شوق و شوریه که برای خانواده از خودش بروز میده.

اگر پیش از حد برای ارزشیابی خود و دیگران وقت بگذارید، هرگز نمی توانید خودتان یا دیگران را دوست داشته باشید.

هر چه کمتر انتظار داشته باشید، بیشتر از زندگی لذت می‌برید.

آنچه برای شما بی‌ارزش است ممکن برای دیگری رویای بزرگی باشد.

شاید صبر کردن گاهی اوقات تلخ باشد، اما میوه آن شیرین خواهد بود.

لذتها و خوشحالی‌های زودگذر، ارزش دردهای طولانی‌مدت را ندارند.

یکی از بزرگترین نعمت‌هایی که داریم این است که، نمی‌دانیم در آینده، چه

اتفاقی برآیمان می‌افتد.

هرکسی می‌تواند از مشکلات فرار کند. این ساده‌ترین واکنش است، اما مواجه

شدن با مشکلات شجاعت است و فرد را قوی‌تر می‌کند.

در ذهنتان بر چیزهایی که دوست دارید تمرکز کنید، نه بر چیزهایی که از آنها

وحشت دارید، این کار، رویاها را برایتان واقعی می‌کند.

نگران نباشید که دیگران فکر می‌کنند اهداف شما رویایی و غیرمنطقی به نظر

می‌رسد، بیشتر اوقات، ایده‌های رویایی، همان‌هایی هستند که جهان را به شگفتی

وا می‌دارند.

آنتونی رابینز: برای رفع فشارهای عصبی باید دو گام برداشت، گام نخست

اینکه برای مسائل جزئی، خود را ناراحت نکنید، گام دوم اینکه بدانید همه

مسائل جزئی هستند.

خودتان، خودتان را کنترل کنید، در غیراین صورت فرد دیگری.. شما را کنترل

خواهد کرد.

گابریل کارسیا مارکز: من همیشه باور داشته‌ام که در طبیعت، زیباتر از زن وجود ندارد.

اگر در قلبتان احساس آرامش می‌کنید، مطمئن باشید که کار درستی انجام داده‌اید.

ویلیام جیمز:

تا زمانی که قلب شما نخواهد، به طور یقین مغزتان هرگز به چیزی باور پیدا نمی‌کند.

فرید ریش نیچه:

عشق هیچ‌گاه بی‌بهره از جنون نیست، اما جنون نیز هیچ‌گاه بی‌بهره از خرد نیست.

پتراشتام:

خوب که فکر می‌کنی، می‌بینی تمام خداحافظی‌ها سخت است حتی خداحافظی از دیوارهای یک خانه قدیمی.

با خودتان صادق باشید، هرگز خودتان را به خاطر کارهایی که انجام داده‌اید و احساس خوبی به آنها نداشته‌اید، سرزنش نکنید.

اوریانای فلاجی:

زخم‌ها خوب می‌شوند، اما خوب شدن با مثل روز اول شدن خیلی فرق دارد.

فرانسوا ولتر:

پیوند عشق حقیقی، حتی به مرگ گسیخته نمی‌شود، چه برسد به دوری.

حسن ریوندی:

در مقابل سختی‌ها همچون جزیره‌ای باش که دریا هم با تمام عظمت و قدرت، نمی‌تواند سر او را زیر آب کند.

دافنه و موریه:

من چیزهای ساده را دوست دارم، کتاب‌ها را، تنهائی را، یا بودن با کسی که تو را می‌فهمد.

جی. ام. کوتزی:

به خودت کمی اهمیت بده، و گرنه لا به لای زندگی از بین می‌روی و هیچ‌کس هم نمی‌فهمد.

یوهان ولفگانگ گوته:

شیفتگی آن است که چشمان زنی را دوست بدارید، بی‌آنکه رنگ آن را بیاد آورید.

نقل قول: برخی لحظه‌ها هستند که آرزو می‌کنی ای‌کاش می‌توانستی زندگی را در آن‌ها متوقف کنی.

- **یادت باشه،** هیچ‌وقت به هیچ‌کس اجازه ندی که آزادی و آرامشت رو ازت بگیره، این اصلی‌ترین قانون زندگیه.

- **گاهی ایجاد** تغییر و رسیدن روزهای خوب مستلزم تجربه‌ای تلخ است.

- **تسبیحی بافته‌ام،** نه از سنگ، نه از چوب، نه از مروارید، بلور اشک‌هایم را به نخ کشیده‌ام تا برای شادمانیت دعا کنم.

- **اتفاق عشق** بین من و توست، نگران نباش، هیچ اتفاقی، اتفاقی نیست.

وقتی سردم می‌شود، کافیسست حریر نازک خیالت را دور تا دور خودم بییچم، تا ابد گرم گرمم.

ابلیس می‌تواند از کتاب مقدس، جهت منافع خود آیه بیاورد. گویند: در مورد ادیان هم، قضیه به همین صورت است.

به زندگی فکر کن ولی برای زندگی غصه نخور، دیدن، حقیقت است ولی درست دیدن فضیلت، ادب خرجی ندارد، ولی همه چیز را می‌خرد، با شروع هر صبح فکر کن تازه بدنیا آمدی، مهربان باش و دوست مدار، شاید فردائی نباشد، شاید فردائی باشد، اما عزیزی نباشد.

اگر روزی محبت کردی بی‌منت، لذت بردی بی‌گناه، بخشیدی، بدون شرط، بدون ، آن روز واقعاً زندگی کرده‌ای.

لذت آنچه را که امروز داری، با آرزوی آنچه نداری خراب نکن، روزهایی که میروند دیگر باز نمی‌گردند.

زمانی که مردم نادان برای اثبات خدایانشان همدیگر را تکه پاره می‌کردند، من با چهار سیم و یک تکه چوب، اصوات خدا را روی کاغذ می‌نگاشتم.

به چیزهای بی‌ارزش نچسبید، این بدان معنی است که خیلی از مردم، خود را درگیر استرس و به انجام رساندن کارهای بی‌ارزش می‌کنند، که در نهایت در مقابل اهداف اصلی زندگی هیچ ارزشی ندارند. وقتی آنقدر خود را درگیر این مسائل کوچک می‌کنیم که دیگر جایی برای نیل به آرزوهایمان باقی نگذاشته‌ایم و از لحظات خود هیچ لذتی نمی‌بریم.

زندگی غیر قابل پیش‌بینی است. و ممکن است هر لحظه شما را در (شیب و فراز) قرار دهد، فقط بگوئید (هرگز) و بعد ببینید، چه اتفاقی می‌افتد، با (گره)‌هائی که زندگی در مسیر شما قرار داده است تنها با ذهنی باز و خوش‌بینی به آنها خوش آمد بگوئید.

خسته‌کننده‌ترین واژه در هر زبان (من) است. بله تصور این است که تکرار این کلمه، اعتماد به نفس را بالا می‌برد، و بیشتر وقتها همه آن چیزها را در مورد خود با تکرار «من» توضیح و تعریف می‌کند. واقعیت، اینکه یک نفر دائماً از خود، فضائل خود تمجید و تفسیر کند، بسیار خسته کننده و یکنواخت است، و این حالت، «خودمحوری تلقی می‌شود» نه اعتماد به نفس.

انسانیت مهم‌تر از مادیات است. اهمیت روابط اجتماعی، بسیار مهم‌تر از درجات مادی است، که هرکدام از ما در مسیر آرزوها به آنها می‌رسیم، بدون محبت و عشق و حمایت خانواده و دوستان در زندگی موقعیتهای مادی، خیلی لذت‌بخش نخواهد بود. با ایجاد تعادل در ملاکهای برتری و ارزش‌های خود، از ثبات زندگی بیشتری بهره خواهید برد.

آیا می‌دانستید که: هرکدام از شاه‌های ورق‌های بازی نشانگر شاهی در واقعیت است؟

♠ شاه پیک: شاه دیوید.

♦ شاه خشت: ژولیوس سزار

♥ شاه دل: شارلمانی.

♣ شاه خاج: اسکندر کبیر،

دود اگر بالا نشیند کسرِ شان شله نیست
 جای چشم ابرو نگیرد، گرچه او بالاتر است
 شست و شاهد هر دو دعوی بزرگی می کنند
 پس چرا انگشت کوچک لایق انگشت است
 آهن و فولاد از یک کوره می آید برون
 آن یکی شمشیر گردد، دیگری نعل خر است
 گر بینی ناکسان بالا نشیند صبر کن
 روی دریا کف نشیند، قعر دریا گوهر است.

اگر هوای ابری دوست دارید بخوانید:

پژوهشگران استرالیایی دریافتند که آب و هوای ابری و بارانی به دلیل تأثیر مثبتی که بر افزایش قدرت حافظه دارد برای مغز مفید می باشد. مطالعات این محققان نشان داد که احساس غمگینی در هوای ابری موجب می شود، افراد در تست های حافظه نتایج بهتری کسب کنند. این تحقیق در واقع مطالعات قبلی را که نشان داده بودند دانش آموزان مبتلا به افسردگی خفیف، حافظه قوی تری داشته و نمرات بالاتری کسب می کنند، تأیید می کند. البته این تحقیق به این معنی نیست که احساس غم و افسردگی به دلیل اثرات مثبت بر حافظه، نادیده گرفته شود، بلکه متخصصان توصیه می کنند، در صورت تداوم این حالات حتماً باید به روانپزشک یا روانشناس مراجعه نمود. شرح و نتایج این مطالعه در نشریه روانشناسی به چاپ رسیده است.

ریشه میخشو، بکوب سر زبون من:

یه روز یکی پیاده از شهر به یه ده می‌رفت، ظهر شد و گرسنه شد و زیر درختی نشست و لقمه‌ای رو که زنش برای (تو راهی) برایش گذاشته بود رو بیرون آورد تا بخورد. هنوز لقمه اول تو دهنش نگذاشته بود که سواری از دور پیدا شد، مرد طبق عادت همه مردم بفرمائی زد و از قضا سوار ایستاد و گفت: رد احسان گناهه، از اسب پیاده شد و به این طرف و آن طرف نگاه کرد و چون جائی رو برای بستن اسبش پیدا نکرد، پرسید: افسار اسبم رو کجا بکوبم؟ طرفم که از آن تعارف نا به جا ناراحت شده بود، گفت: میخشو بکوب سر زبون من.

فواید جیغ زدن برای خانم‌ها:

محققان ثابت کردند: جیغ زدن زنان می‌تواند برای سلامت آنان مفید باشد.

بررسی‌ها نشان می‌دهد: زنانی که موقع عصبانیت احساسات خود را بروز نمی‌دهند، 4 برابر بیشتر از زنانی که واکنش آنی همراه با داد و فریاد از خود نشان می‌دهند در معرض خطر مرگ قرار دارند.

نتایج بررسی‌ها همچنین حاکی از آن است که عصبانیت در مردان احتمال ابتلا به سکته قلبی را، 20 درصد افزایش می‌دهد که این رقم در مردان مغرور تا 30 درصد نیز می‌رسد. (منبع سیمرغ گلد نوشته 31150)

می‌گویند زنها در موفقیت و پیشرفت شوهرانشان نقش بسزائی دارند.

ساعد مراغه‌ای از نخست‌وزیران دوران پهلوی نقل کرده بود. زمانی که نایب کنسول شدم با خوشحالی پیش زنم آمدم و این خبر داغ را به اطلاع سرکار خانم رساندم، اما وی با بی‌اعتنائی تمام سری جنباند و گفت: خاک بر سرت کنند، فلانی کنسول است، تو نایب کنسول؟ این گذشت و چندی بعد کنسول شدیم و رفتیم پیش خانم، آن هم با قیافه‌ای حق به جانب، باز خانم ما را تحویل نگرفت و گفت: خاک بر سرت کنند، فلانی معاون وزارت امور خارجه است و تو کنسولی، شدیم معاون وزارت امور خارجه، که باز خانم گفت: خاک بر سرت، فلانی وزیر امور خارجه است و تو؟ شدیم وزیر امور خارجه، گفت: فلانی نخست‌وزیر است خاک بر سرت کنند، القصه آنکه شدیم نخست‌وزیر و این بار گامهای مطمئن به خانه رفتم و منتظر بودم، هم خانم حسابی یکه بخورد و هم به عذرخواهی بیفتد، تا این خبر را دادم، به من نگاهی کرد سری جنباند و آهی کشید و گفت: خاک بر سر ملتی که تو نخست‌وزیرش باشی.

سردار اسعد بختیاری، می‌نویسد:

در ابتدای مشروطه، بخانه‌ای رفتم، پیر زن و دختر جوانی آنجا بودند،

پیرزن پرسید: منظور از مشروطه چیست؟ گفتم:

قوانین جدید. گفت مثلاً چه؟ به شوخی گفتم: مثلاً دختران جوان را به پیرمردان دهند و زنان پیر را به جوانان دخترش گفت: این چه فایده دارد؟ پیر زن بلافاصله به دخترش گفت: ای بی‌حیا حالا کار تو به جایی رسیده که بر قانون مشروطه ایراد می‌گیری؟

نامه فتحعلی‌شاه قاجار به سفیر ایران در استانبول:

اولاً بر ذمت همت تو لازم است که بدرستی تحقیق کنی که وسعت ملک فرنگستان چقدر است؟ کسی بنام پادشاه فرنگ هست یا نه؟ و در صورت بودن پایتختش کجاست؟ ثانیاً فرهنگستان عبارتست از چند ایل شهر نشینی؟ خوانین و سرکردگان ایشان کیانند؟ ثالثاً در باب فرانسه غور رسمی بکن و ببین فرانسه هم یکی از ایلات فرنگ است یا گروه و ملکی دیگر دارد؟ بنا پارت نام کافری که

خود را پادشاه فرانسه می‌داند. کیست و چه کاره است؟

رابعاً درباب انگلستان تحقیق جداگانه و علیحده بکن و ببین اینان که در سایه ماهوت و قلمتراش، این همه شهرت پیدا کرده‌اند، از چه قماش مردم و از چه قبیل قومند؟ اینکه می‌گویند در جزیره‌هایی ساکنند، بیلاق و قشلاق ندارند و قوت غالبشان ماهی است راست است یا نه؟ اگر راست باشد چطور می‌شود. که یکی در جزیره بنشیند و هندوستان را فتح کند؟

پس از آن در حل این مسئله که این همه در ایران در دهنها افتاده است، صرف مساعی و اقدام بنما و لیک بفهم که در میان انگلستان و لندن چه نسبت است؟ آیا لندن جزئی از انگلستان است یا انگلستان جزئی از لندن؟

خامساً بعلم‌الیقین تحقیق بکن که کمپانی هند که این همه مورد مباحثه و گفتگو است با انگلستان چه رابطه‌ای دارد؟ و بنا با شهر اقوال، عبارتست از یک پیره زن و یا بقول بعضهم مرکب است از چند پیره زن؟ آیا راست است که «مرغریت» یعنی خداوند (تاران) زنده و جاوید است و او را مرگ نیست یا اینکه فناپذیر است. همچنین درباب این دولت لاینفهم انگلستان با دقت تمام واریسی نموده، بدانکه چگونه حکمرانی است و صورت حکم ران او چیست؟ سادساً از روی

قطع و یقین غور و بررسی حالت ینگه دنیا را نموده و در این باب سرموئی فرونگذار. سابقاً تاریخ فرنگستان را بنویس و در مقام تفحص و تجسس آن برای که اسلم شقوق و احسن طریق برای هدایت فرنگیان گمراه به شاهراه اسلام و بازداشتن ایشان از اکل میته (خوردن مردار) و لحم خنزیر (گوشت خوک) کدام است. (منبع: باختر امروز، سال دو، شماره 17)

حکایت یک (ویرگول) از احمد شاملو:

گفته‌اند که وقتی یکی از افسران جوان گارد نیکلای اول- امپراتور روسیه، به گناهی متهم شد و خشم امپراتور را چنان برانگیخت که فرمان داد تا بی‌درنگ به دور دست‌ترین سیبری تبعیدش کنند. یاران او کمر به نجاتش بستند و به هر وسیله‌ای تشبث جستند. چنان‌که شهبانو را برانگیختند تا نامه‌ئی به امپراتور نوشت و شفاعت او را کرد تا از تبعیدش در گذرد. امپراتور شفاعت شهبانو را نپذیرفت و به دبیر خود گفت تا در گوشه همان نامه تصمیم قاطع او را به لزوم تبعید افسر گناه‌کار یاد داشت کند:

دبیر، که خود از یاران متهم بود، فرمان امپراتور را هم بدان‌گونه که از او شنیده بود به گوشه نامه نوشت. اما حيله‌ئی به کاربرد تا افسر نگوینخت از خشم امپراتور، رهائی یافت. در فرمان امپراتور تنها جای (ویرگول) را تغییر داده، آن را چنین نوشته بود «بخشش، لازم نیست به سیبری تبعید شود»

«اگه نتونم» مالِ وقتی که راه دیگه ای هم باشه . وقتی هیچ راهی نیست ، فقط

باید بگی ، می تونم ...

- **از بزرگی پرسیدند** بزرگترین مصیبت‌ها کدام است؟ گفت آنکه بر کار نیک و توانا باشی و چندان انجام ندهی که از دست بدهی.

دلم برای زن بودنمان تنگ شده است:

و چه بیهوده گم شدیم در این دیار بی‌آغاز، و چه بی‌گناه سوختیم در قضاوت دل‌های سنگ. آری من زنم گمشده‌ام در میان گیسوان به هم ریخته‌ام، در پی بازوان مهربان مردی که صادقانه دوستم داشته باشد. زیرا مبهوتم در ماهیتم در این دنیا که آیا باید زن باشم؟؟ و سرآغاز عشق و ناز و احساس، یا مرد باشم در برابر دیدگان پر فریب؟؟ نوشته‌های یک زن، سال‌هاست که زن بودن را فراموش کرده‌ایم، سال‌هاست دیگر همسران فداکار و مادران دلسوزی نیستیم، در عوض راننده‌های خوبی شده‌ایم، حسابداران خبره، مأمور خریدان زرنگ مدیران توانمند، باربران قوی، استراتژیست‌های باهوش، اما دیگر خودمان نیستیم، ما گم شدیم، چه کسی ما را به دنیای خشن و خالی از لطف مردان کشاند؟ شانه‌هایمان، باوزانمان و زانوهایمان هنوز زنانه‌اند، هنوز برای مرد شدن ساخته‌نشده‌اند. افسوس اینکه به مردبودنمان افتخار می‌کنیم. از یادمان رفته زن بودن اوج غرور است.

صبرمان، عواطف مان، هنرمان، ارزشمندتر از هرآنچه است که بدست آوردیم دلم برای نوه‌هایمان می‌سوزد، چه کسی می‌خواهد به دخترانمان مادر بودن را بیاموزد. می‌دانید، خانه از مادران خالی شده است و مردان چه لذتی می‌برند از این گم‌شدن، از این خالی شدن خانه، دیگر دغدغه خرج و برج را ندارند، نگران خرید و دیر رسیدن بچه‌ها، آینده خانواده و به لطف مرد شدن ما، آنها فرصت زیادی برای راحت زندگی کردن پیدا کرده‌اند، نکند آدرس را خودشان اشتباه داده‌اند؟ ما خیلی نزدیک به خدا بودیم، همه شاهد بودند، بهشت زیرپایمان بود ولی حالا؟ دلم برای زن بودنمان تنگ شده است.

ماشین فکس و اولین شماره هفته‌نامه اکونومیست:

اولین ماشین فکس در سال 1843 میلادی توسط یک مکانیک (اسکات لنید) به نام «الکساندرین» اختراع شد، این مدل اولین ماشین فکس از ترکیب چند اونگ همزمان و منظم، چند «پرآب الکتریکی» و کاغذهای حساس الکترو مکانیکی برای اسکن اطلاعات ساخته شده بود.

اطلاعات خوانده شده توسط این دستگاه توسط چند سیم منتقل و در سوی دیگر توسط دستگاهی مشابه همین بازخوانی و چاپ می‌شد. از طرفی در سپتامبر همان سال هفته‌نامه اکونومیست به سردبیری جیمز ویلسون در شهر لندن به چاپ رسید، اکونومیست یکی از قدیمی‌ترین و پرتیراژترین نشریات جهان است که اخبار و مقالات آن در سراسر جهان به‌عنوان مرجع استفاده می‌شود.

اشکانیان و میلاد مسیح: در سال‌های حضرت مسیح و کمی پیش و پس از

آن آدم‌های معروفی در دنیا زندگی می‌کردند «کالیگولا» امپراتور معروف روم در سال 12 میلادی به دنیا آمد، یعنی دقیقاً همزمان با حضرت مسیح زندگی می‌کرد و نرون در سال 37 میلادی. کلویاترا آخرین فرعون «سلسله بطالسه» مصر باستان هم 30 سال قبل از میلاد مسیح از دنیا رفت. در سال‌های زندگی حضرت مسیح در ایران اشکانیان حکومت می‌کردند و تقریباً مقارن با تولد مسیح اردوان دوم پادشاه ایران بود.

اولین استخراج صنعتی نفت در خاورمیانه و امپراتوری عثمانی:

تا سال 1908 میلادی هنوز هیچ چاه نفتی در خاورمیانه به‌منظور استخراج صنعتی نفت حفر نشده بود. در این سال و در تاریخ 26 می، انگلیسی‌ها برای اولین بار این کار را در شهر مسجد سلیمان در استان خوزستان انجام دادند و این شهر به «پایتخت نفت» خاورمیانه مشهور شد. انگلیسی‌ها در همان سال کار ساخت یک

استادیوم مدرن فوتبال در این شهر را شروع کردند و تیم فوتبال نفت مسجد سلیمان و ورزشگاه آنها نیز در خاورمیانه، اولین هستند. امپراتوری عثمانی که در قرن 13 میلادی تأسیس شد، تا آن زمان هنوز منقرض و متلاشی نشده بود. سلطان محمد پنجم آخرین پادشاه این سلسله پادشاهی بود که در سال 1922 میلادی حکومتش پایان یافت و در این سال دولت ترکیه به صورت یک جمهوری جدید از این سلطنت پهناور مستقل شد. این اتفاق 14 سال بعد از حفر اولین چاه صنعتی خاورمیانه به وقوع پیوست.

جنگ ستارگان و گیوتین:

آخرین باری که در فرانسه از گیوتین برای اعدام استفاده شد، به سال 1977 باز می‌گردد. اولین فیلم جنگ ستارگان هم در سال 1977 و چند ماه پیش از آخرین استفاده از گیوتین ساخته شد.

یک تقابل تاریخی جالب دیگر که به فرانسوی‌ها برمی‌گردد این است که برج مشهور ایفل در 1889 ساخته شد، یعنی در همان سالی که «نیتندو» تأسیس شد و همان سالی که «ونگوک» تابلو معروف شب پرستاره‌اش را کشید.

کفش کودکی را دریا برد، کودک روی ساحل نوشت دریا دزد.

آنطرف تر مردی که صید خوبی داشت، روی ماسه‌ها نوشت، دریای سخاوتمند.

جوانی غرق شد، مادرش، نوشت، دریای قاتل

پیرمردی مرواریدی صید کرد، نوشت، دریای بخشنده. موجی نوشته‌ها را شست..
دریا آرام گفت:

به قضاوت دیگران، اعتنا نکن. اگر می‌خواهی دریا باشی بر آنچه نشد، حسرت نخور. زندگی اگر آسان بود، با گریه آغاز نمی‌شد.

درس ظلم‌ستیزی:

خسرو حکیم رابط، کتابی دارد از روز نوشته‌ها و خاطرات خود به نام «من با کدام» در آن داستانی دارد: روز سه شنبه در کلاس پنجم دبستان به دانش آموزان، گفتم که شنبه امتحان تاریخ و جغرافیا دارید. شفاهی روز پنج‌شنبه:

گفتم: امتحان تاریخ و جغرافیا داریم، همین امروز. کتبی همه اعتراض کردند که قرار نبود امروز باشد و قرار بود شنبه باشد، همین‌طور قرار نبود کتبی باشد و قرار بود شفاهی باشد. گفتم همین است که هست، امروز است و کتبی است. هر کس نمیخواهد بیاید جلو کلاس بایستد، از کلاس 60 نفری، سه نفر آمدند و جلو کلاس ایستادند. سؤالات را روی تخته نوشتم و بچه‌ها پاسخ‌ها را روی کاغذ

نوشتند. وقتی امتحان تمام شد، گفتم، از هر کدام از شما ده نمره کم می‌کنم از تاریخ و ده نمره از جغرافیا، و به این سه نفر بیست نمره می‌دهم در تاریخ، بیست نمره در جغرافیا، تا بیاموزید که زیربار ظلم نروید. درس امروز ما ظلم‌ستیزی است.

هاچیکو، ماجرای سک دوست‌داشتنی:

هاچیکو زمانی که تنها دو ماه داشت، به شکلی کاملاً تصادفی توسط شخصی به نام «شابرو اوئنو» استاد دانشکده کشاورزی دانشگاه توکیو پیدا شد. دکتر اوئنو او را به منزلش برد و از او مراقبت کرد، منزل دکتر از دانشگاه فاصله زیادی داشت، او را مجبور می‌کرد برای رفتن به دانشگاه هر روز به ایستگاه قطار برود و بعد از ظهر هم با همان قطار برگردد. این کار تقریباً هر روز ادامه داشت. هاچیکو چنان دلبستگی به صاحبش پیدا کرد که هر روز به ایستگاه قطار می‌آمد تا صاحبش را بدرقه کند، جالب‌تر اینجاست که وقتی دکتر اوئنو از سرکار بر می‌گشت می‌دید که هاچیکو روی یک سکوی کنار ایستگاه نشسته و منتظر صاحبش است.

هاچیکو این کار را تا ماه می 1925 تقریباً 16 ماه به صورت مداوم انجام داد تا اینکه در یکی از همین روزها پروفیسور اوئنو که از بیماری مغزی رنج می برد بر اثر سکنه مغزی در سر کلاس درس درگذشت. انتظار هاچیکو دیگر بیهوده بود، خانواده دکتر او را به منزل برگرداندند. فردای آن روز، هاچیکو باز هم سر ساعت مقرر به ایستگاه رفت و به انتظار صاحبش نشست.

اما دریغ که این انتظار بیهوده بود، تقریباً همه مسافران قطار و صاحبان مغازه های اطراف، هاچیکو را به خوبی می شناختند و از وفادرای بی نظیر این سگ حیرت زده شده بودند. در سال 1932 مقاله ای از هاچیکو و رفتارش در روزنامه «توکیو آساهی شیمبوهی» چاپ شد و هاچیکو را به شهرتی ملی رساند. سگی تحسین برانگیز که روز با اشتیاق و رأس ساعت مقرر روی سکوی کنار ایستگاه می نشیند و منتظر صاحبش می ماند. دریغ که دکتر اوئنو مرده و هیچ گاه بر نمی گردد.

جنازه هاچیکو در روز 8 مارس 1935 در کنار ایستگاه قطار شیویا یافت شد. هاچیکو سگی که از چند ماهگی هر روز به انتظار صاحبش در کنار ایستگاه می ایستاد بدون دلسرد شدن، این کار را تا ده سال بعد و در اوج فرتوتی و بیماری نیز انجام داد. کم کم هاچیکو تبدیل به سمبل ملی وفاداری شد تا اینکه دستور ساخت تندیس از هاچیکو بر روی همان سکوی که هاچیکو کنار ایستگاه منتظر صاحبش می ماند، داده شد. این تندیس یک بار در جنگ تخریب شد، اما دوباره ساخته شد. هم اکنون پس از 85 سال از آن واقعه، تندیس هاچیکو هم چنان در انتظار بازگشت صاحبش است.

از داستان این سگ فیلم سینمایی بسیار زیبایی بنام «هاچی داستان یک سگ» ساخته شده است.

نادرشاه افشار:

آورنده‌اند که زمانی که نادرشاه افشار عزم تسخیر هند را داشت، در راه کودکی را دید که مکتب میرفت، از او پرسید پسر چه میخوانی؟ پسر گفت قرآن، نادرشاه گفت از کجای قرآن؟ پسر گفت: «انافتحنا» نادر از شنیدن نام قرآن و آیه «انا فتحننا» خرسند شد و فال پیروزی را داد. پس یک سکه زر به پسر داد، اما پسر از گرفتن آن امتناع کرد. نادر گفت چرا نمی‌گیری؟ پسر گفت: مادرم مرا میزند و می‌گوید از کجا آوردی؟ نادر گفت: به او بگو نادرشاه به من داده. پسر گفت: مادرم باور نمی‌کند. می‌گوید، نادر شاه مرد سخاوتمندی است، او اگر می‌خواست به تو سکه بدهد یک سکه نمیداد، زیاد می‌داد و تو را پیاده راهی نمی‌کرد. حرف او بر دل نادرشاه نشست و یک مشت سکه زر در دامن او ریخت و اسبی به او داد تا راهی شود. زمانی که نادر قصه را برای وزیرش تعریف کرد، وزیر گفت: شک ندارم، این بچه، از بچه‌های «اصفهان» بوده که کلاه سرت گذاشته.

عادت‌های افراد شاد:

مارتین سلیگمان، پدر «روانشناسی مثبت» در تئوری خود می‌گوید: با اینکه 60 درصد از شادی با ژنتیک و محیط فرد تعیین می‌شود، اما 40 درصد باقی‌مانده به خودمان بستگی دارد. سلیگمان در کتاب خود سه نوع متفاوت از زندگی شاد را توصیف می‌کند: **(زندگی لذت‌بخش)**، که در آن زندگیتان را تا جائیکه می‌توانید با لذت پر می‌کنید.

(زندگی درگیر)، که در آن زندگی را در کار، بچه‌داری، عشق و تفریح می‌بینید، و **(زندگی معنی‌دار)** که در آن بالاترین نقاط قدرتان و قوی‌تر از آنچه که هستید استفاده می‌کنید. با تمام این حرف‌ها، افراد شاد عادت‌هایی دارند که شما هم می‌توانید آنها را وارد زندگی‌تان کنید. افراد شاد و خوشحال، تمایلات و

گرایش‌های خاصی دارند که آنها را در جستجوی معنا و مفهوم زندگی یاری کرده و در طول این مسیر به آنها انگیزه می‌دهد.

* و اما افراد شاد:

- اطرافشان را با افراد شاد پر می‌کنند.
- فقط وقتی لبخند می‌زنند که از ته دل باشد.
- قابلیت انعطاف دارند.
- برای شاد بودن، تلاش می‌کنند.
- قدر اتفاقات خوب زندگی را می‌دانند.
- قدر لذت‌های کوچک زندگی را می‌دانند.
- زمانی از وقتشان را صرف اعمال بشردوستانه می‌کنند.
- به خودشان اجازه می‌دهند که گذشت زمان را فراموش کنند.
- بحث‌های جدی را به غیبت کردن‌های جزئی ترجیح می‌دهند.
- برای دیگران پول خرج می‌کنند. شنوندگانی خوب هستند.
- ارتباطات میان فردی ایجاد می‌کنند. به نیمه پر لیوان نگاه می‌کنند.
- ارزش موسیقی را می‌دانند. در استفاده از تکنولوژی وقفه می‌اندازند.
- به معنویت می‌پردازند. ورزش یکی از اولویت‌های زندگی‌شان است.
- بیشتر می‌خوابند. زیاد می‌خندند. پرجنب و جوش راه می‌روند.

تقریباً همه مردم بخشی از عمرشان را در تلاش برای نشان دادن ویژگی‌هایی که ندارند تلف می‌کنند ...

لطیفه : صبح از خواب بیدار شدم ، می پرسن ، بیدار شدم ؟ نه مشکل روحی دارم ، تو خواب راه میرم ...

فایده حل کردن جدول: تقویت کردن مغز از راه‌های بسیار زیادی قابل انجام است. برای مثال می‌توانید از خوراکی‌های مخصوص حافظه استفاده کنید و یا مسائل ریاضی را حل کنید. یکی از بهترین روش‌های تقویت حافظه، حل کردن جدول کلمات متقاطع است که بسیاری از پزشکان و محققان از آن به‌عنوان یک تقویت‌کننده مغز یاد می‌کنند جدولها در اندازه‌ها و نوع‌های مختلفی وجود دارند، اما بهترین آن را هر روز می‌توانید در روزنامه‌های مختلف پیدا کنید و همچنین سعی کنید حداقل روزانه تا حد توانتان به این جدول‌ها فکر کنید. در ادامه برخی از مهم‌ترین دلایلی که برای جدول حل کردن می‌توان از آنها یاد کرد را ذکر می‌کنیم. بسیاری از محققان به این نتیجه رسیده‌اند که جدول می‌تواند به افراد آرامش خاصی بدهد. کسانی که جدول حل می‌کنند در ابتدا مقداری هیجان زده خواهند بود، اما با تمام شدن جدول حس آرامش خاصی را تجربه خواهند کرد که می‌تواند حتی باعث انرژی گرفتن آنها نیز باشد. یکی از مهم‌ترین فوایدی که می‌توان در حل جدول‌های کلمات دید پیدا کردن حس رضایت است. بسیاری از افرادی که عاشق حل کردن جدول هستند، اعتقاد دارند، بعد از تمام شدن جدول یک حس تکامل و یا رضایت خواهند داشت که در باقی فعالیت‌ها نشانی از آن نیست، همچنین آنها این حس تکامل را با به پایان رساندن، کارهای سخت و دشوار مقایسه می‌کنند. یکی از فوایدی که می‌توان در مورد جدول به آن اشاره کرد این است که این معما باعث می‌شود تا حداقل دقایقی شما با خودتان خلوت کنید و در تنهایی به تفکر بپردازید. در حین حل کردن جدول نیز می‌توانید به کارهای روزمره و در کل به خودتان فکر کنید. دیگر فایده جدول که محققان به آن دست پیدا کرده‌اند کم شدن میزان جنون و آلزایمر در افرادی است که به‌طور مرتب جدول حل می‌کنند. این افراد تا 5 برابر کمتر در معرض ابتلا به کمبود حافظه و یا آلزایمر هستند، چرا که جدول می‌تواند ورزشی بسیار عالی برای مغز باشد.

کارهایی که هرگز نباید در حق خودتان انجام دهید: منبع پرشین استار:

- با آدم‌های نادرست نشست و برخاست نکنید.
- از مشکلاتتان فرار نکنید، بلکه باید با آنها روبرو شوید.
- به خودتان دروغ نگوئید. نیازهای خودتان را پنهان نکنید.
- سعی نکنید، کسی باشید که نیستید. درگیر گذشته نشوید.
- از اشتباه کردن نترسید. سعی نکنید خوشبختی را بخرید.
- خودتان را به خاطر اشتباهات گذشته تان سرزنش نکنید.
- سعی نکنید برای خوشبختی تان به دیگران تکیه کنید.
- وقت تلف نکنید. فکر نکنید آماده نیستید.
- به دلایل نادرست، دگیر هیچ ارتباطی نشوید.
- به خاطر اینکه روابط قبلی تان موفقیت‌آمیز نبوده‌اند روابط جدید را رد نکنید.
- سعی نکنید با همه رقابت کنید. به دیگران حسادت نکنید.
- دست از شکایت کردن و دلسوزی برای خودتان بردارید.
- کینه‌توزی نکنید،
- نگذارید دیگران، شما را تا سطح خودشان پائین بکشند،
- وقتتان را برای توضیح دادن خودتان برای دیگران تلف نکنید،
- هیچ وقت بدون وقفه انداختن کاری را پشت سرهم انجام ندهید،
- زیبایی لحظات کوچک را نادیده نگیرید،
- سعی نکنید همه چیز ایده‌آل و بی نقص باشد،
- آسان‌ترین راه را دنبال نکنید.
- اگر همه چیز بر وفق مرادتان نیست، تظاهر نکنید که اینطور است،
- دیگران را به خاطر مشکلاتتان مقصر نکنید.
- لازم نیست برای همه، همه کس باشید، زیاد نگران نباشید.
- روی چیزی که نمی‌خواهید اتفاق بیفتد متمرکز نشوید، قدر ناشناس نباشید.

با این دوازده انگیزه ازدواج نکنید.

فشار اطرافیان: در جامعه فشار زیادی به افراد مجرد تحمیل می‌گردد، اما دیگر زمان آن فرارسیده است که آنها را به حال خود رها کنیم و بیاموزیم که مجرد آنها را درک کرده و ارج نهیم، هر فردی مختار است مجرد بماند یا ازدواج کند.

رهائی از تنهائی و افسردگی:

بسیاری از افراد تنها به این خاطر که تنها هستند و یا از تنها ماندن هراس دارند و یا مایوس می‌باشند تن به ازدواج می‌دهند، آنها تصور می‌کنند که ازدواج مشکل آنها را مرتفع می‌کند. اما در این شرایط معمولاً فرد قادر به یک گزینش صحیح نمی‌باشد و احتمال آنکه فرد با شخص نامناسبی ازدواج کند زیاد است.

عطش جنسی:

برخی افراد آنقدر غرق در غرایض جنسی خود می‌باشند که جز روابط جنسی به چیزی دیگری نمی‌اندیشند. آنها رابطه جنسی را به داشتن یک همسر خوب و داشتن یک رابطه صمیمانه و درازمدت ترجیح می‌دهند، که حاصل آن پس از مدتی به سردی گرائیده می‌شود و ناپایدار است که معمولاً این حالت در مردمان مشاهده می‌شود و تعداد آنها هم کم نیستند.

گریختن از واقعیات زندگی خود:

بسیاری از افراد ازدواج می‌کنند، نه به این خاطر که شخص مناسبی را برای ازدواج یافته‌اند، بلکه به جهت آنکه عذری برای دوری گزیدن از مشکلات زندگی خود تراشیده باشند. زندگی این‌گونه افراد عاری از شور و شوق و هدف مشخص می‌باشد. تصور می‌کنند ورود فرد دیگری در زندگی‌شان، زندگی آنها، نیز از سکون و کسالت آوری بیرون خواهد آمد.

گریختن از رشد و بالندگی:

این گونه افراد، تنها به این منظور ازدواج می‌کنند که فرد دیگری مراقبت از آنها را به عهده گیرد. این گونه افراد از لحاظ عاطفی به شریک خود وابسته میشوند، این گونه ادواج‌ها، ازدواج‌هایی است که یا اختلاف سنی فاحشی میان دو نفر وجود دارد، یا اختلاف فاحش مالی و شغلی و یا بالاخره مغایرت سبک زندگی بین دو نفر وجود دارد.

پرکردن خلاء احساسی و معنوی:

این گونه افراد دارای حس پوچی و بی‌ارزشی میباشند و می‌خواهند توسط فرد دیگری، خلاء وجودی خود را پرکنند. اما باید آگاه باشند که به هر میزان هم که فرد مقابلشان آنها را دوست داشته باشد، قادر به پرکردن خلاء زندگی آنها نمی‌باشد.

پذیرش اجتماعی:

جامعه به افراد مجرد به چشم یک انسان متهم می‌نگرد بسیاری از مؤسسات و ادارات افراد مجرد را به استخدام خود در نمی‌آورند. بنابراین ازدواج انگیزه‌ای می‌گردد برای جوانان تا در جامعه خود مورد پذیرش قرار گیرند.

تأمین مخارج زندگی:

این گونه ازدواج‌ها در زنان بیشتر به چشم می‌خورد که به منظور تأمین نیازهایشان با مرد ثروتمندی تن به ازدواج میدهند.

اعتماد به نفس پائین:

برخی افراد با نخستین فردی که به آنان پیشنهاد ازدواج می‌دهد می‌پذیرند و ازدواج می‌کنند، اینگونه افراد به لحاظ اعتماد به نفس پائین‌شان، می‌پندارند، قابل دوست داشتن نبوده و یا ارزش، زیبایی، محاسن و هنر کافی در خود سراغ ندارند

که فردی شیفته آنان گردد. آنان از ترس آنکه نکند فرد دیگری آنان را نپسندد و شاید آخرین فرصتی باشد در زندگی که برایشان ایجاد گشته . شتاب زده تن به ازدواج میدهند.

اخذ تابعیت کشور دیگر:

این گونه افراد برای اخذ تابعیت کشور خاصی تن به ازدواج میدهند که یک ازدواج مصلحتی محسوب میگردد.

بی ارزش شمردن ارزش خود:

اینگونه طرزتفکر در زنان به چشم می خورد. اینگونه زنان و یا دختران چنین می پندارند که وظیفه فرد تأمین مخارج معیشتی و وظیفه یک زن تنها برآورده ساختن نیازجنسی مرد می باشد. آنها ارزش زن را در سطح یک همخوابه صرف میدانند. یکی از عللی که دختران جوان با مردان مسن ازدواج می کنند همین مسئله می باشد.

مغز انسان تا ساعت 10 صبح برای یادگیری آمادگی کامل ندارد، علم ثابت کرده است که مدرسه ها خیلی زود شروع می کنند.

اگر قصد ترک سیگار دارید، چند روز پشت سر هم به سونا بروید. کم کم نیکوتین با عرقتان دفع می شود.

به جای دیدن فیلم های جنائی، فیلم های خنده دار ببینید. 15 دقیقه خنده هم اندازه 30 دقیقه دراز نشست، برای سلامتتان مفید است.

لطیفه : از حموم اومدی ، حوله دورته ، می پرسن ، حموم بودی ؟ نه حوله پیچیدم دورم ، برم مکه لبیک بگم ...

سخنانی از نادرشاه افشار:

- لحظه پیروزی برای من از آن جهت شیرین است که پیران، زنان و کودکان کشورم را در آرامش و شادان ببینم.
- هنگامی که برخواستم، از ایران ویرانه‌ای ساخته بودند و از مردم کشورم بردگانی زبون. سپاه من نشان بزرگی و رشادت ایرانیان در طول تاریخ بوده است. سپاهی که تنها به دنبال حفظ کشور و امنیت آن است.
- هر سربازی که بر زمین می‌افتد و روحش به آسمان پر می‌کشد نادر می‌میرد و به گورستان می‌رود. نادر به آسمان نمی‌رود. نادر آسمان را برای سربازانش می‌خواهد و خود بدبختی و سیاهی را. او همه این فشارها را برای به ثمر رساندن ایران بزرگ به جان می‌خرد. پیشرفت و به قدرت رسیدن ایران تنها عاملی است که فریاد حمله را از گلوئی غمگینم به در می‌آورد و مرا بی‌پروا به قلب سپاه دشمن می‌راند.
- کیست که نداند مردان بزرگ از درون کاخ‌های فرو ریخته به قصد انتقام بیرون می‌آیند. انتقام از خراب‌کننده. ندائی در درونم می‌گفت: برخیز، ایران تو را فراخوانده است و برخواستم.
- از دشمن بزرگ نباید ترسید، اما باید از صوفی‌منشی جوانان واهمه داشت. جوانی که از آرمانهای بزرگ فاصله گرفت، نه تنها کمک جامعه نیست بلکه همچون باری بدوش هموطنانش است.
- اگر خان بازی جوانان ایران نباشد، نیروی ده‌ها نادر هم به‌جائی نخواهد رسید.
- شاهنامه فردوسی خردمند راهنمای من در تمام دوران زندگیم بوده است.
- فتح هند باعث سرافرازی نبود. برای من دستگیری متجاوزین و سرسپردگانی مهم بود که بیست سال کشورم را ویران ساخته و جنایت و غارت را در حد کمال بر مردم سرزمینم روا داشتند. اگر در پی افتخار بودم، پادشاهان اروپا را به بردگی می‌گرفتم که آن هم از جوانمردی و خوی ایرانی من به دور بود.

- برای زمین‌های کشاورم هیچ زمان، گفتگو نمی‌کنم، بلکه آن را با قدرت فرزندان کشورم به دست می‌آورم.
- تمام وجودم را برای سرفرازی میهن بخشیدم، به این امید که افتخاری ابدی برای کشورم کسب کنم. خردمندان و دانشمندان سرزمینم، آزادی زمین‌های کشور با سپاه و تربیت نسل‌های آینده با شما. اگر سخن شما مردم را آگاهی بخشد، دیگر نیازی به شمشیر نادرها نخواهد بود.
- کمر بند سلطنت، نشان نوکری برای سرزمین من است نادرها بسیار آمده‌اند و باز خواهند آمد، اما ایران و ایرانی باید همیشه در بزرگی و سروری باشد. این آرزوی تمام عمرم بوده است.
- سکوت شمشیری است که من همیشه از آن بهره جسته‌ام.

مهندس حسین شکرریز، «در پندهای قند پهلو»:

در معبدی گربه‌ای زندگی می‌کرد که هنگام عبادت راهب‌ها، مزاحم تمرکز آنها می‌شد. بنابراین استاد بزرگ دستور داد هر وقت زمان مراقبه می‌رسد یک نفر گربه را گرفته و به ته باغ ببرد، و به درختی ببندد، این روال سال‌ها ادامه پیدا کرد و یکی از اصول کار آن مذهب شد. سال‌ها بعد استاد بزرگ درگذشت. گربه هم مرد. راهبان آن معبد، گربه‌ای خریدند و به معبد آوردند تا هنگام عبادت به درخت ببندند تا اصول عبادت را درست به جا آورده باشند. سال‌ها بعد استاد بزرگ دیگری رساله‌ای نوشت درباره اهمیت بستن گربه هنگام عبادت.

سخنان حکیمانه: «زهر و عسل»

مرد خیاطی کوزه‌ای عسل در دکانش داشت یک روز می‌خواست دنبال کاری برود. به شاگردش گفت: این کوزه پر از زهر است. مواظب باش که آن را دست نرنی شاگرد که دانست استادش دروغ می‌گوید حرفی نزد.

استادش رفت. شاگرد هم پیراهن یک مشتری را برداشت و به دکان نانوائی رفت و آن را به مرد نانو داد و دو تا نان داغ و تازه گرفت و بعد به دکان برگشت و تمام غسل را با نان خورد و کف دکان دراز کشید. خیاط ساعتی نگذشت بود که بازگشت و با حیرت از شاگردش پرسید: چرا خوابیده‌ای؟ شاگرد ناله‌کنان پاسخ داد: تو که رفتی من سرگرم کار بودم، دزدی آمد و یکی از پیراهن‌ها را دزدید و رفت، وقتی من متوجه شدم از ترس تو زهر توی کوزه را خوردم و دراز کشیدم تا بمیرم و از کتک خوردن و تنبیه آسوده شوم.

حکایت : بخت بیدار.

روزی روزگاری در زمان‌های دور، در همین حوالی مردی زندگی می‌کرد که همیشه از زندگی خود گله‌مند بود و ادعا می‌کرد، بخت بامن یار نیست، و تا وقتی بخت من خوابست زندگی من بهبود نمی‌یابد. پیرمرد خردمندی وی را پند داد تا برای بیداری بخت خود به فلان کشور نزد جادوگری توانا برود.

او رفت و رفت تا در جنگلی سر سبز به گرگی رسید گرگ پرسید، ای مرد کجا می‌روی؟ مرد جواب داد: می‌روم نزد جادوگر تا برایم بختم را بیدار کند، زیرا او جادوگری بس تواناست. گرگ گفت: می‌شود از او بپرسی که چرا من هر روز گرفتار سر دردهای وحشتناک می‌شوم؟ مرد قبول کرد و به راه خود ادامه داد. او رفت و رفت تا به مزرعه‌ای وسیع رسید که دهقانانی بسیار، در آن سخت کار می‌کردند. یکی از کشاورزان جلو آمد و گفت: ای مرد کجا می‌روی؟ مرد جواب داد: می‌روم نزد جادوگر تا برایم بختم را بیدار کند. زیرا او جادوگری است بس تواناست. کشاورز گفت: می‌شود از او بپرسی که چرا پدرم وصیت کرده است من این زمین را از دست ندهم، زیرا ثروتی بسیار در انتظارم خواهد بود، در صورتی که در این زمین هیچ گیاهی رشد نمی‌کند و حاصل زحمات من بعد از

پنج سال، سرخوردگی و بدهکاری است؟ مرد قبول کرد و به راه خود ادامه داد. او رفت و رفت تا به شهری رسید که مردم آن همگی در هیئت نظامیان بودند و گویا همیشه آماده برای جنگ، شاه آن شهر او را خواست و پرسید: ای مرد کجا می‌روی؟ مرد جواب داد می‌روم نزد جادوگر تا برایم بختم را بیدار کند. شاه گفت آیا می‌شود از او بپرسی که چرا من همیشه در وحشت دشمنان بسر می‌برم و ترس از دست دادن تاج و تختم را دارم، با ثروت بسیار و سربازان شجاع تاکنون در هیچ جنگی پیروز نگردیده‌ام؟ مرد قبول کرد و به راه خود ادامه داد. پس از راهپیمائی بسیار بالاخره جادوگری را که در پی‌اش راه‌ها پیموده بود را یافت و ماجراهای سفر را برایش تعریف کرد. جادوگر بر چهره مرد مدتی نگریست سپس رازها را با وی در میان گذاشت و گفت: از امروز بخت تو بیدار شده است. برو و از آن لذت ببر. و مرد با بختی بیدار بازگشت. به شاه شهر نظامیان گفت: تو رازی که وحشت برملاشدنش آزارت می‌دهد، با مردم خودت یک رنگ نبوده‌ای، در هیچ جنگی شرکت نمی‌کنی از جنگیدن هیچ نمی‌دانی، زیرا تو یک زن هستی و چون مردم تو، زنان را به پادشاهی نمی‌شناسند، ترس از دست‌دادن قدرت، تو را می‌آزارد. و اما چاره کار تو ازدواج است، تو باید با مردی ازدواج کنی، تا تو را غمخوار باشد و همراز، مردی که در جنگ‌ها فرماندهی کند و بر دشمنان بدون احساس ترس بتازد. شاه اندیشید و سپس گفت: حالا که تو راز مرا و نیاز مرا دانستی با من ازدواج کن تا با هم کشوری آباد بسازیم. مرد خنده‌ای کرد و گفت: بخت من تازه بیدار شده است، نمی‌توانم خود را اسیر تو نمایم، من باید بروم و بخت خود را بیازمایم، می‌خواهم بینم چه چیز برایم جفت و جور کرده است. و رفت، به دهقان گفت: وصیت پدرت درست بوده است، شما باید در زیرزمین به دنبال ثروت باشی نه بر روی آن، در زیر این زمین گنجی نهفته است، که با وجود آن نه تنها تو که خاندانت تا هفت پشت ثروتمند خواهند زیست. کشاورز گفت:

پس اگر چنین است تو را هم از این گنج نصیبی است، بیا با هم شریک شویم که نصف این گنج از آن تو می‌باشد. مرد خندید و گفت: بخت من تازه بیدار شده و نمی‌توانم خود را اسیر گنج تو نمایم. من باید بروم و بخت خود را بیازمایم. می‌خواهم ببینم، چه چیزی برایم جفت و جور کرده است، و رفت. سپس به گرگ رسید، و تمام ماجرا را برایش تعریف کرد و سپس گفت: سردردهای تو از یک نواختی خوراک است. اگر بتوانی مغز یک انسان کودن و تهی مغز را بخوری دیگر سردرد نخواهی داشت. شما اگر جای گرگ بودید چکار می‌کردید؟

بله درست است، گرگ هم همان کاری را کرد که شاید شما هم می‌کردید. گرگ مرد بیدار بخت، قصه ما را به جرم غفلت از بخت بیدارش درید و مغز او را خورد.

حکایت: حرف مفت زن.

اصطلاح حرف مفت زدن داستانی دارد که خالی از لطف نیست:

در زمان ناصرالدین شاه اولین تلگرافخانه تأسیس شد اما مردم استقبال نکردند و کسی باور نداشت پیامش با سیم به شهر دیگری برود، به ناصرالدین شاه گفتند تلگرافخانه بی‌مشتری مانده و کارمندان آنجا بیکار، نشسته‌اند. دستور داد به مدت یک ماه مردم بیایند مجانی هر چه می‌خواهند تلگراف بزنند و چون مفت شد همه هجوم آوردند و بعد از مدتی دیدند پیام‌هایشان به مقصد می‌رسد و هجوم مردم روز به روز زیادتر شد در حدی که دیگر کارمندان قادر به پاسخ‌گوئی نبودند، سرانجام ناصرالدین شاه که مطمئن شده بود، دستور داد سر در تلگرافخانه تابلوئی بزنند بدین مضمون. بفرموده شاه از امروز حرف مفت زدن ممنوع، و اصطلاح حرف مفت زدن از آن زمان به یادگار مانده است.

معنای عشق واقعی:

یک روز آموزگار از دانش‌آموزانی که در کلاس بودند پرسید: آیا می‌دانید راهی غیرتکراری برای ابراز عشق، بیان کنید؟ برخی از دانش‌آموزان گفتند: با بخشیدن، عشقشان را معنا می‌کنند، برخی «دادن گل و هدیه» و «حرف‌های دلنشین» را راه بیان عشق عنوان کردند، شماری دیگر هم گفتند «با هم بودن در تحمل رنجها و لذت بردن از خوشبختی» را راه بیان عشق میدانند. در آن بین پسری برخاست و پیش از این که شیوه دلخواه خود را برای ابراز عشق بیان کند، داستان کوتاهی تعریف کرد.

یک روز زن و شوهر جوانی که هر دو زیست‌شناس بودند طبق معمول برای تحقیق به جنگل رفتند. آنان وقتی به بالای تپه رسیدند در جا میخکوب شدند. یک ببر بزرگ جلو زن و شوهر ایستاده و به آنان خیره شده بود. شوهر تفنگ شکاری به همراه نداشت و دیگر راهی برای فرار نبود. رنگ صورت زن و شوهر پریده بود و در مقابل ببر، جرأت کوچک‌ترین حرکتی نداشتند. ببر، آرام به طرف آنان حرکت کرد. همان لحظه مرد زیست‌شناس فریاد زنان فرار کرد و همسرش را تنها گذاشت بلافاصله ببر به سمت شوهر دوید و چند دقیقه بعد، ضجه‌های مرد جوان به گوش زن رسید. ببر رفت و زن زنده ماند. داستان به اینجا که رسید، دانش‌آموزان شروع کردند به محکوم کردن آن مرد. راوی اما پرسید: آیا می‌دانید آن مرد در لحظه‌های آخر زندگی‌اش چه فریاد می‌زد؟

بچه‌ها حدس زدند حتماً از همسرش معذرت خواسته که او را تنها گذاشته است. راوی جواب داد: نه، آخرین حرف مرد این بود که «عزیزم، تو بهترین مونسم بودی، از پسرمان خوب مواظبت کن و به او بگو، پدرت همیشه عاشقت بود».

قطره‌های بلورین اشک، صورت راوی را خیس کرده بود که ادامه داد: همه زیست‌شناسان می‌دانند ببر فقط به کسی حمله می‌کند که حرکتی انجام می‌دهد و

یا فرار می‌کند. پدر من در آن لحظه وحشتناک، با فداکردن جانش پیش‌مرگ مادرم شد و او را نجات داد. این صادقانه‌ترین و بی‌ریاترین راه پدرم برای بیان عشق خود به مادرم و من بود.

نقل قول از شکسپیر:

شکسپیر می‌گوید اگر یه روزی فرزندی داشته باشم، بیشتر از هر اسباب بازی دیگه‌ای برایش بادکنک می‌خرم، بازی با بادکنک خیلی چیزهارو به بچه یاد میده. بهش یاد میده که باید بزرگ باشه اما سبک، تا بتونه بالا بره. بهش یاد میده که چیزای دوست داشتنی میتونن توی یه لحظه، حتی بدون هیچ‌دلیلی و بدون هیچ مقصری از بین برن. پس نباید زیاد بهشون وابسته بشه. ومهم‌تر از همه بهش یاد میده که وقتی چیزی رو دوست داره نباید اونقدر بهش نزدیک بشه و بهش فشار بیاره که راه نفس کشیدنش رو ببندد، چون ممکنه برای همیشه از دستش بده. واینکه وقتی یه نفر و خیلی واسه خودت بزرگ کنی در آخر میترکه و تو صورت خودت میخوره. میخوام ببینم بادکنک با این‌که تمام زندگیش بسته به یه نخ است ، اما باز توی هوا میرقصه؟

انشای پسر بچه ، به پدر رفتگرش : پدر عزیزم ، من به خوبی می فهمم که بسیار با شرف است آن کس که انسان باشد و بین آشغال ها نان پیدا کند ، تا آن کس که آشغال باشد و بین انسان ها ، نان پیدا کند .

در باره سهراب سپهری : سهراب سپهری شاعر و نقاش در 15 مهر 1307

در

کاشان متولد شد. وی از مهم‌ترین شاعران معاصر ایران است و شعرهایش به زبان‌های بسیاری از جمله انگلیسی، فرانسوی، اسپانیایی و ایتالیایی ترجمه شده است. سپهری در سال 1330 نخستین مجموعه شعر نیمای خود را با نام مرگ

رنگ، منتشر کرد. در سال 1333 از دانشکده هنرهای زیبا فارغ‌التحصیل شد و به دریافت نشان درجه یک علمی نایل آمد، در همین سال دومین مجموعه اشعار خود را با عنوان زندگی خواب‌ها منتشر کرد.

سهراب سپهری در غروب اول اردیبهشت سال 1359 در بیمارستان پارس تهران به علت ابتلا به بیماری سرطان خون درگذشت و صحن امام زاده سلطان علی، در روستای مشهد ارده‌ال واقع در اطراف گلستان، میزبان ابدی سهراب گردید. سهراب در آغاز کار شاعری تحت تأثیر شعرهای نیما بود و این تأثیر در مرگ رنگ به خوبی مشهود است. بعدها سبک او دستخوش تغییراتی شد و شعرش با دیگر شاعران هم دوره‌اش متمایز شد.

روحش شاد، یادش گرامی باد.

لحظه‌ها می‌گذرد، آنچه بگذشت نمی‌آید باز
قصه‌ای هست. که هرگز دیگر. نتواند شد آغاز

* **درباره خسرو شکیبائی:** خسرو شکیبائی در سال 1323 در تهران به دنیا آمد، او فارغ‌التحصیل بازیگری از دانشکده هنرهای زیبای دانشگاه تهران بود. خسرو شکیبائی در سال‌های 1347 تا 1349 به گویندگی فیلم در استودیو شهاب پرداخت و از سال 1354 به فعالیت در دنیای تئاتر روی آورد. فیلم خط قرمز ساخته مسعود کیمیائی (1361) شروع فعالیت سینمایی او به عنوان بازیگر به حساب می‌آید. اما اوج گرفتن او از بازی در فیلم هامون، داریوش مهرجویی در سال 1368 شروع شد و این (حمید هامون) بود که نام او را بر سر زبان‌ها انداخت.

شکیبائی در تلویزیون هم موفق بود. از همان زمان که در نقش مدرس، بازی کرد و آن مونولوگ طولانی معروفش را اجرا کرد تا بازی در مجموعه تلویزیونی

«روزی روزگاری» «خانه سبز» «کاکتوس» «تفنگ سر پر» و این اواخر هم که مجموعه تلویزیونی در کنار هم را روی آنتن داشت. او آخرین جایزه‌اش را از بیست و سومین جشنواره فیلم فجر برای بازی در فیلم «سالاد فصل» (فریدون جیرانی) از آن خود کرد. شکیبائی جمعه 28 تیر 1386 درگذشت.

یادش گرامی . روحش شاد .

آیا می‌دانستید که؟

- تقریباً 300 متر مکعب گاز هلیم می‌تواند یک انسان را از روی زمین بلند کند؟
- مغلستان بزرگترین کشور جهان است که از هیچ سمتی به اقیانوس و دریا راه ندارد؟
- برج آزادی در بندر ، نیو یورک آمریکا با 92 متر ارتفاع ، هدیه ای از طرف فرانسه می باشد. قطعات این مجسمه ، کم کم از فرانسه با کشتی به آمریکا آورده شده و در آنجا سر هم شده است؟
- «کانادا» یک واژه هندی است و به معنی روستای بزرگ می‌باشد؟
- مادر و همسر گراهام بل مخترع تلفن هر دو ناشنوا بوده‌اند؟
- گونه‌ای از خرگوش قادر است 12 ساعت پس از تولد جفت‌گیری کند؟
- تمام «قو»های کشور انگلیس جزو دارائی‌های ملکه انگلیس می‌باشد؟
- اگر همه یخ‌های قطب جنوب آب شود، بر سطح آب اقیانوس‌ها 70 متر اضافه می‌شود و در این صورت 1/4 (یک چهارم) خشکی‌های کره زمین زیر آب می‌رود؟
- خرگوش و طوطی تنها حیواناتی هستند که می‌توانند بدون برگشتن اشیاء پشت سر خود را ببینند؟

- ایران در زمان پهلوی دارای ورزیده‌ترین خلبانان دنیا بود و تیم اکروجت نیروی هوایی ایران حرف اول را در دنیا میزد؟
- کبد تنها عضو داخلی بدن است که اگر با عمل جراحی قسمتی از آن برداشته شود، دوباره رشد می‌کند؟
- در شیلی منطقه‌ای صحرائی وجود دارد که هزاران سال است در آن باران نیامده است؟
- اسب‌ها در مقابل گاز اشک‌آور مصون‌اند؟
- زرافه ایستاده وضع حمل می‌کند و نوزادش از فاصله 180 سانتیمتری به زمین می‌افتد؟

رازهای بناهای معروف جهان

تاج محل هند: می‌گویند، شاه جهان بعد از اتمام ساخت، تاج محل، دستور داد تا دست معماران این بنا، قطع گردد، تا دیگر هرگز بنایی چنین زیبا و با شکوه نسازند. البته سندی دال بر واقعیت داشتن چنین ادعایی یافت نشده است. نکته قابل توجه، برای اینکه تاج محل حالت عمودی نسبت به سطح زمین پیدا کند، معماران، مناره‌ها را با شیب کمی به بیرون ساختند.

برج خلیفه امارات:

برای ساختن، چیزی حدود 1/5 میلیارد دلار صرف شد. با ارتفاع 828 متری که 2/5 برابر طول برج ایفل است. و در حال حاضر بلندترین بنای جهان محسوب می‌گردد. برای اینکه با چنین ارتفاعی در برابر باد و زلزله مقاوم باشد، یک هسته پایه ای برایش در نظر گرفته شده که شامل سه بال در زوایای 120 درجه نسبت به یکدیگر است که اطراف ساختمان مرکزی را در برگرفته‌اند و هر بال، بال‌های دیگر را تقویت می‌کند.

برج ایفل:

آقای ایفل آن را در سال 1889 بنا کرد نخستین کسی بود که از آن بطور رسمی بالا رفت. آمار می‌گوید از فروش بلیط برای بازدید از بنا تنها در سال ساخت آن یک میلیون دلار ایجاد درآمد شد. در ارتفاع 224 متری، این برج مانند آنتنی مؤثر عمل می‌کرد که می‌توانست پیام‌های رادیویی نیروهای آلمانی را در جنگ جهانی دوم دریافت کند. هر 7 سال 50 تن رنگ برای رنگ‌آمیزی برج به جهت جلوگیری از زنگ‌زدگی سطح آن مصرف می‌شود.

دیوار بزرگ چین:

در زمان امپراتوری جیاجینگ در قرن شانزدهم این دیوار عظیم به شکل اژدهای سنگی، از سنگ و گل ساخته شد. میلیون‌ها نفر از سوی ارتش برای ساخت این دیوار و بارو آن به کار گماشته شدند. گفته می‌شود یک بخش سه کیلومتری از دیوار، در طی 600 روز با نیروی کار 3000 نفره ساخته می‌شد. با وجود اینکه گفته می‌شد، دیوار بزرگ چین تنها ساخته بشری است که از فضا با چشم غیرمسلح قابل رویت است. برای دیدن این بنا از مدار زمین به یک لنز قوی نیاز است.

حقوق بشر :

حق اصلی و اساسی برای همه انسان‌ها .

* براساس اعلامیه حقوق بشر، 30 حق اصلی و اساسی برای همه انسان‌ها در سراسر جهان وجود دارد که در سال (1948) توسط سازمان جهانی ملل متحد به تصویب رسیده است. این اعلامیه حقوق بنیادی مدنی فرهنگی،

اقتصادی، سیاسی و اجتماعی که تمامی انسان‌ها، صرف‌نظر از نژاد و جنسیت در هر کشوری باید از آن برخوردار باشند. مشخص کرده است. هدف این اعلامیه، برقراری حقوق و آزادی‌های برابر برای همه انسان‌هاست.

* حقوق بشر واژه‌ای جهانی است که بارها شنیده‌اید، اما شاید خیلی از شما قادر به تعریف نباشید. سؤال این است که این حقوق بشر واقعاً چه هستند؟ این «حقوق» چیزهایی هستند که ما به‌خاطر انسان بودن، آزادی انجام، یا داشتن آنها را داریم. همه ما انسان‌ها دارای این 30 حق هستیم و می‌بایست اطلاعات کامل در مورد حقوقی که سازمان ملل برای تک تک ما تصویب کرده‌است داشته باشیم. علاوه بر این، باید همدیگر و بخصوص کودکان را نیز از این حقوق آگاه کنیم.

* 1. همه انسان‌ها آزاد بوده و از حقوق یکسان برخوردارند. همه انسان‌ها زاده شده‌اند. افکار و ایده‌های متفاوت دارند و با همه انسان‌ها باید به‌گونه‌ای یکسان رفتار شود.

* 2. هیچ تمایزی بین انسان‌ها وجود ندارد. این حقوق متعلق به همه انسان‌ها، صرف‌نظر از تفاوت‌های آنان، است.

* 3. همه انسان‌ها حق زندگی کردن در آزادی و امنیت کامل دارند.

* 4. از هیچ انسانی نباید به‌عنوان برده استفاده کرد. هیچ‌کس حق برده کردن ما را ندارد و ما نیز نمی‌توانیم انسان دیگری را برده خود کنیم.

* 5. هیچ‌کس نباید مورد شکنجه، بی‌رحمی و آزار قرار گیرد.

* 6. همه انسان‌ها حق برابر برای استفاده از قانون را دارند.

* 7. همه انسان‌ها تحت حمایت قانون هستند و قانون برای همه یکسان است. با همه باید با عدالت رفتار شود.

- * 8. همه انسان‌ها حق استفاده از دادگاه‌های قانونی را دارند. در صورت رفتار ناعادلانه می‌توانند از قانون درخواست حمایت کنند.
- * 9. هیچ‌احدی نباید مورد توقیف حبس، یا تبعید بدون دلیل منطقی قرار گیرد.
- * 10. هر انسانی سزاوار و محق به دسترسی کامل و برابر به دادرسی آشکار و عادلانه توسط دادگاه‌های بی‌طرف و مستقل است تا در برابر هرگونه اتهام جزئی علیه وی، به حقوق و تکالیف وی رسیدگی کند.
- * 11. همه انسان‌ها تا زمانی که جرم آنها اثبات نشده است، پاک و بی‌گناه هستند. هیچ‌کس را نباید قبل از اینکه جرمی از او ثابت شده باشد، مقصر دانست.
- * 12. همه انسان‌ها سزاوار داشتن حریم شخصی هستند. هیچ‌کس نباید سعی در تخریب خوشنامی کسی کند، بدون دلیل مشخص و قانونی، هیچ‌کس حق واردشدن به خانه دیگری، بازکردن نامه‌های او یا آزار رساندن به او و خانواده‌اش را ندارد.
- * 13. همه انسان‌ها محق به داشتن آزادی جا به‌جائی و رفتن به هر جائی درون مرزهای کشور خود هستند.
- * 14. هر انسان سزاوار و محق به پناهجویی و برخورداری از پناهندگی در کشورهای پناه‌دهنده در برابر پیگرد قضائی است.
- * 15. هر انسان سزاوار و محق به داشتن یک ملیت است.
- * 16. هر انسان بالغ حق ازدواج و تشکیل خانواده دارد. زنان و مردان دارای حقوق برابر در ازدواج و زندگی زناشویی و پس از جدائی هستند.
- * 17. هر انسانی به تنهایی یا با شراکت با دیگران حق مالکیت دارد. هیچ‌کس را نمی‌بایست خودسرانه از حق مالکیت خود محروم کرد.

- * 18. همه انسان‌ها محق به داشتن آزادی اندیشه هستند. همه حق این را دارند که با چیزی که می‌خواهند اعتقاد و باور داشته، مذهب دلخواه خود را داشته و در صورت تمایل آن را تغییر دهند.
- * 19. همه انسان‌ها محق به داشتن آزادی بیان هستند. همه آزادند هر چه دوست دارند فکر کنند و نظرات خود را با دیگران در میان بگذارند.
- * 20. همه انسان‌ها برای تشکیل گردهم‌آئی، همکاری صلح‌آمیز برای دفاع از حقوق خود آزاد هستند. هیچ‌کس نمی‌تواند کسی را مجبور به عضویت در یک گروه یا دسته کند.
- * 21. هر شخصی حق دارد که در مدیریت دولت کشور خود مستقیماً یا به واسطه انتخاب آزادانه نمایندگان شرکت جوید.
- * 22. هرکسی به‌عنوان عضوی از جامعه، حق دارد از امنیت اجتماعی، مسکن، دارو، تحصیلات، مراقبت از فرزند و سرمایه کافی برای زندگی برخوردار باشد.
- * 23. هر انسان بالغ حق دارد که صاحب شغل بوده و آزادانه شغل خود را انتخاب کند.
- * 24. هر انسان سزاوار استراحت و اوقات فراغت، زمان محدود و قابل قبولی برای کار و مرخصی است.
- * 25. هر انسانی سزاوار داشتن محل مناسب برای خواب و تغذیه خوب است. مادران و فرزندان، افراد سالخورده، افراد بیکار و ناتوان جسمی و سایر افراد حق دارند از مراقبت مناسب بهره‌مند شوند.

- * 26. آموزش و پرورش حق همگان است. تحصیلات دوره ابتدائی می‌بایست برای همه افراد رایگان باشد. همه می‌بایست با «ملل متحد» آشنا شوند. پدر و مادر در انتخاب نوع آموزش و پرورش فرزندان خود محق هستند.
- * 27. حق طبع و نشر (کپی رایت) قانونی خاص است که از آفرینش‌های هنری محافظت می‌کند. دیگران نمی‌توانند بدون اجازه آفریننده اثری، از آن تقلید کنند.
- * 28. در جامعه باید نظم حاکم باشد که همه بتوانند از حقوق و آزادی‌های خود بهره‌مند شوند.
- * 29. همه انسان‌ها در برابر دیگران مسئول هستند و باید از آزادی‌ها و حقوق دیگران محافظت کنند.
- * 30
- * هیچ‌کس نباید حقوق عنوان شده در این اعلامیه را از دیگری سلب کند.

پایان , شاد باشید: اسفند ماه , 1393

