



همه چیز آن طور که دیده می شود نیست!!!

(پذیرش این که در زندگی هیچ چیز مطلق نیست،

همه اتفاق های زندگی نسبی هستند)

www.ketab.ir

حسن چابک



چابک، حسن، ۱۳۵۱.
 همه چیز آن طور که دیده می شود نیست !!! پذیرش این که در زندگی هیچ چیز
 مطلق نیست، همه اتفاق های زندگی نسبی هستند // حسن چابک
 تهران: چابک اندیش، ۱۳۹۹.
 ۱۴۴ ص.
 ۹۷۸-۶۰۰-۵۸۶۱-۵۰-۱
 فبپا
 کتابنامه
 بهترین کارایی خود را رو کن (بیهوده نمیر)
 روابط بین اشخاص - جنبه های روان شناسی
 Lnterpersonal relations—Psychological aspects
 روابط بین اشخاص
 Lnterpersonal relations
 HF ۷۲۴/۲
 ۱۵۸۲
 ۷۳۶۱۸۲۲

سرشناسه
 عنوان و نام پدیدآور
 مشخصات نشر
 مشخصات ظاهری
 شابک
 وضعیت فهرست نویسی
 یادداشت
 عنوان دیگر
 موضوع
 موضوع
 موضوع
 رده بندی کنگره
 رده بندی دیویی
 شماره کتابشناسی ملی

• همه چیز آن طور که دیده می شود نیست !!!


 مرکز بخش چابک اندیش:
 ۰۹۹۰۵۶۴۶۰۶۲
 ۰۹۱۳۱۵۷۱۲۸۲
 ۶۶۴۹۹۳۲۷-۶۶۴۹۱۰۲۴
 Chabokandish۸۶۹۳@gmail.com
 t.me/chabok_andish

- انتشارات: چابک اندیش
- نوشته ی: حسن چابک
- ویراستار: هانیه حق نبی مطلق
- حروف نگاری: محمدعلی
- نوبت چاپ: دوم ۱۴۰۱
- تیراژ: ۲۰۰ نسخه
- قیمت: ۵۹۰۰۰ تومان

• شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۸۶۱-۵۰-۱

فهرست

۷	مقدمه
۱۱	بخش اول: تضادهای رفتاری و گفتاری
۱۳	آیا هر آدم محترمی، محترم است!!!
۱۷	هنر تعریف و تمجید کردن از دیگران
۲۳	آیا آدم‌ها آن چه می‌گویند هستند؟
۲۹	تظاهر
۳۳	اصالت‌های تخریب شده
۴۱	گناه نابخشودنی
۴۵	سوء تفاهم
۵۱	رهایی از سوء تفاهم
۵۹	رفتارهای دوگانه
۶۵	افکار پریشان
۶۷	چه عواملی باعث می‌شود آدم‌ها نقش خودشان را بازی نکنند
۷۱	مقایسه
۷۵	انتقاد از ظاهر خود
۸۱	حریص بودن
۸۵	محبت واقعی به والدین

- بخش دوم: رهایی از وابستگی‌های شخصیت‌های تحمیل شده..... ۹۳
- موانع نرسیدن به اصلت..... ۹۵
- چکار کنیم که خود واقعی‌مان باشیم..... ۹۹
- کارهایی که اگر انجام ندهید پشیمان می‌شوید..... ۱۰۷
- چگونه رفتار کنیم تا محترم باشیم..... ۱۱۶
- چگونه رفتار کنیم که از تعریف و تمجید مغرور نشویم..... ۱۲۱
- چگونه رفتار کنیم که متظاهر بنظر نیاییم..... ۱۲۵
- بخشش..... ۱۲۹
- چگونه با افکار پریشان مقابله کنیم..... ۱۳۳
- چگونه بیاموزیم خود را با دیگران مقایسه نکنیم..... ۱۳۷
- سخن آخر..... ۱۴۱

مقدمه

خیلی از ما آدم‌ها بر این باوریم که این روزها هیچ چیز سرجایش نیست اما به افراد کناردستی خود می‌گوییم درست است هیچ چیز سرجای خودش نیست اما تو چه زیبا در دل من جای گرفته‌ای با تمام حرف‌های تلخت...

امروز با این شعار به ظاهر زیبا می‌کنفرانیم بیایید فردا را با این حرف‌ها تباه نکنیم. توجه داشته باشید هر شکلات تلخی روکشی دارد با طرح و قالب‌های متفاوت، آیا تا به حال به این کلمه «تلخ» در درون خود توجه کرده‌اید؟ آیا تلخی که در وجود خودتان دارید را کشف کرده‌اید؟ آیا تا به حال برای رفع آن تلاش کرده‌اید؟ یا نه؟...

آیا خود را بهترین و بی‌عیب‌ترین فرد می‌بینید؟

همه ما می‌دانیم سیاهی شب اگرچه ترسناک است اما زمانی که در دل سیاهی شب عمیق می‌شویم برای مان دلپذیر می‌شود...

ما باید تلخی‌های وجودمان را کشف کنیم و آنگاه به زیبایی‌هایی که در تلخی وجود افراد می‌بینیم هم نگاه کنیم.

همان کسی باش که می‌خواهی در رفتار دیگران آن را دریافت

کنی!!!