

# شانس یا باور

[www.ketab.ir](http://www.ketab.ir)

حامد جهاندارفر

---

شانس یا باور / حامد جهاندارفر

۱۰۴ ص

رقعی، چاپ اول، ۱۴۰۱

۵۰۰ نسخه

نوشهر: انتشارات عدن

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۱۸۹-۶۳-۴

رده بندی دیویی: ۱۵۳/۲

رده بندی کنگره: BF۳۱۱

فهرست نویسی: بر اساس اطلاعات فیبا.

شماره کتاب شناسی ملی: ۸۹۲۴۵۱۴

---

---

شانس یا باور

---

حامد جهاندارفر

ویراستار: مصطفی کریمیان بهنمیری

طراح جلد: مهندس آرزو باروج

صفحه آرا: کامبیز محمدیان حسن کیاده

نمونه خوان: پارمیدا عیانی

\*\*\*

قیمت: ۱۲۰۰۰۰ تومان

\*\*\*

انتشارات عدن

نوشهر، خ ۱۵ خرداد، پاساژ ۱۵ خرداد، طبقه دوم، پلاک ۱۵۳

تلفن: ۰۱۱۵۲۳۵۸۷۵۰ | دورنگار: ۰۱۱۵۲۳۵۳۴۴۹ | همراه: ۰۹۱۲۲۰۴۱۲۳۱

[nashradan@gmail.com](mailto:nashradan@gmail.com)

## مقدمه

من حامد جهاندار فر هستم و در شمال کشور عزیزمان در نقطه‌ای بین جنگل سرسبز و دریای آبی زندگی می‌کنم. مکانی که می‌توان در کمترین زمان ممکن به جنگل و یا دریا وصل شد و یکی از آرامش‌بخش‌ترین مراقبه‌ی دنیا را که همانا گوش دادن به آوای طبیعت است، انجام داد. من از آغاز تولد در این مکان زندگی می‌کردم. مناسبانه نتوانستم بینش و درک درستی نسبت به این نعمت‌ها و موهبت‌ها داشته باشم. حالا متوجه شده‌ام در یک مکان، امکان و فرصت تجربه فضاهای زیادی وجود دارد.

یک فرد می‌تواند در یک منطقه‌ی خوش آب‌وهوای بهشتی احساس یأس، ناامیدی، بیهودگی، پوچی، انزوا و تاریکی را تجربه کند درحالی‌که فرد دیگری در همان نقطه بهشت واقعی را تجربه می‌کند.

همه‌ی این‌ها ارتباط مستقیم به نوع شکل‌گیری باورها، نگرش‌ها و برداشت‌های ما نسبت به جهان اطرافمان دارد.

من توان استفاده از بهشتی را که در اختیارم بود، نداشتم چون قابلیت لذت بردن از نعمت‌های الهی را پیدا نکرده بودم و یا شاید بهتر است بگویم تعریف گذشته‌ی من از «کارهای لذت‌بخش»، تفاوت زیادی با حال و اکنون من دارد.

زمانی موجودیت پیدا کردم که تصمیم قاطعی برای شخم زدن تمام باورهایم، شک کردن به صحت باورهای قدیمی و عوض کردن شیوه‌ی زیست و زندگی‌ام در تمام جنبه‌های آن گرفتم. ۳۲ سال از بهترین سال‌های عمرم در روزمرگی‌های بی‌حاصل گذشت و تنها ثمره‌ای که برای من داشت، تجربه‌هایی است که می‌توانم از آن برای عوض کردن روش زندگی‌ام استفاده کنم. البته اکنون به این نتیجه رسیده‌ام؛ همان تجربه‌ی ناکامی‌های گذشته، منبع عظیمی از آگاهی را به من هدیه داده است.

مانند ادیسون... صدها راهی را که به روشن نشدن لامپ ختم می‌شد، تجربه کرد تا درنهایت موفق به روشن کردن آن شد. من هم صدها راه را برای رسیدن به خوشبختی و پیروزی امتحان کردم تا امروز توانستم به آن درک متفاوت از خوشبختی دست پیدا کنم. بنابراین شروع به تغییر و دست کاری یک سری از فاکتورهای ذهنی به اسم «باور» کردم و البته این کار به درستی جواب داد!

باورها قوی‌ترین محرک‌های زندگی ما هستند. و هر رفتاری که به صورت خودآگاه یا ناخودآگاه از ما سر می‌زند از منبع درونی به اسم «باور» سرچشمه می‌گیرد. بدون باورهایمان ممکن است مدتی آگاهانه کاری را متفاوت از قبل انجام بدهیم اما به محض اینکه از موضع خودآگاهی فاصله بگیریم، مجدد همان کاری را انجام می‌دهیم که ناخودآگاه به صورت باور در ذهن ما حک شده است.