

راه خوشبختی

طیبه سلطانی

www.ketab.ir

بشرک
انتشارات پیشوک

راه خوشبختی
طیبه سلطانی

طراح جلد و صفحه آرا: داریوش جعفری

چاپ اول: تابستان ۱۴۰۳

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

نشانی انتشارات: لرستان، کوهدشت، خیابان شهید مطهری، بوستان بهار،

خیابان پارس اعتصامی، کوچه نهال هشتم، پلاک ۱۳ کدپستی: ۶۸۴۱۸۵۵۱۷۷

تلفن: ۰۶۶۳۲۶۴۰۸۴۰ همراه: ۰۹۱۶۱۵۹۴۶۶۹

www.pishookpub.ir

info@pishookpub.ir

daryoush.jafari



کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر برای انتشار محفوظ است.

سرشناسه	سلطانی، طیبه، ۱۳۶۱-
عنوان و نام پدیدآور	راه خوشبختی / طیبه سلطانی.
مشخصات نشر	کوهدشت: پیشوک، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری	۸۰ ص. ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۵۷۴۵-۸۲-۷
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
موضوع	خوشبختی Happiness
موضوع	سلطانی، طیبه، ۱۳۶۱- -- خاطرات
موضوع	راه و رسم زندگی Conduct of life
	موفقیت Success
رده بندی کنگره	BF۵۷۵/ خ ۹:
رده بندی دیویی	۱۵۸/۱:
شماره کتابشناسی ملی	۹۷۰۳۱۰۶:
اطلاعات رکورد کتابشناسی	فیبا

فهرست / صفحه

مقدمه / ۷

روح را به اسارت غصه‌ها نسپاریم / ۱۰

سلام / ۱۱

تمایز / ۱۴

تلقین / ۲۴

امید / ۲۷

نه! / ۳۲

کودک بی‌همتا / ۳۴

قضاوت نکنیم / ۳۸

با خود رو راست باشیم / ۴۱

سلطان وجود / ۴۶

تعهد / ۵۰

از قضاوت شدن نترسیم / ۵۳

شهامت در گفتار / ۵۵

ایمان / ۶۰

ایده‌آل زناشویی / ۶۴

سخن آخر / ۷۵

مقدمه

دنیا از آدم‌های خلاق و خوش فکر پُر است، دنیایی که اتفاقات رنگارنگ در آن در حال شکل‌گیری است و این تنوع دنیا را زیبا کرده است. دنیایی که انسان‌هایش هریک می‌کوشند تا از تجربه‌ها و حوادث متنوع و گوناگون آن دستمایه، هدیه و پندی بگیرند و سرلوحه‌ی زندگی خود کنند.

زیباترین دستاورد زندگی بشر، چیزی نیست جز آرامش درونی که می‌تواند با هر نسیمش روح او را بنوازد. روزی مردی از ملانصرالدین^۱ پرسید: ملا! می‌دانی که عروسی است؟

ملا بی‌درنگ جواب داد: خب این موضوع به من چه؟

آن مرد گفت: خوب ملا! من خودم هستم.

ملا پرسید: خب، پس به تو چه؟! www.ketab.ir

بازگو کردن بعضی از واقعیت‌های زندگی در قالب طنز می‌تواند بهترین درس‌ها را به ما بدهند.

این ما هستیم که باید روحمان را به هر سمتی که دوست داریم هدایت کنیم و یا مراقبش باشیم.

آیا این من بودم توانستم آرامشم را جلب کنم؟

و آرامشم همچنان به سمت من سرازیر شد؟

آیا من توانستم ثروت فراوان داشته باشم؟

۱- شخصیتی منتقد و فلسفی در فرهنگ مشرق‌زمین که در یونان هم محبوبیت زیادی دارد و در ازبکستان هم شناخته شده‌است. او در ایران بیش از جاهای دیگر به عنوان شخصیتی منتقد و نمادین محبوبیت دارد.

و یا بخت و اقبال را خودم این گونه طراحی کرده‌ام؟



مولانا می‌فرماید؛

تا در طلب گوهر کانی، کانی

تا در هوس لقمه‌ی نانی، نانی

این نکته‌ی رمز، اگر بدانی، دانی

هر چیز که در جُستنِ آنی آنی

مصادق این شعر زیبا را بسیار دیده‌ایم و بارها با خودمان به گفتگو نشسته‌ایم که چرا فلان کس می‌تواند این گونه زندگی خوبی داشته باشد اما من نه. هیچ وقت به این موضوع فکر نکرده‌ایم که این خودمان بوده‌ایم که خواسته یا ناخواسته، غم و اندوه و بی‌پولی را طلب کرده‌ایم. این درخواستِ من از افکار و گاهی گفتارِ خودم صادر شده است. در این حد باشم و زندگیم این گونه باشد. بی‌شک این ما هستیم که در پی کشف حقایق و کسب موقعیت‌هایِ خودمان مسئول هستیم.

تو مسئول آرامش و خوشبختی خودت هستی، نه هیچ کس دیگر، بنابراین هر طور شده روح و جسمت را با خوشبختی سازگار کن.

من حقایقی در این کتاب نوشته‌ام که برای خودم اتفاق افتاده است و از این حوادث درسی بزرگ گرفته‌ام و تو با خواندن آن‌ها خواهی توانست همان اندازه که دوست داری شاد و پرانرژی باشی و با کمکِ کودکِ درونت شاهد اتفاقات قشنگ در زندگیت باشی. این تو هستی که با کنکاش در درونت به حقیقتی ژرف

دست پیدا خواهی کرد، شرطش این است که خودت را ملکه‌ی خودت بدانی و ایمان بیاوری که تو بی‌نظیرتر از آن هستی که در فکر می‌پروانی.

پرهیز از سرک کشیدن در زندگی دیگران، قضاوت، حسادت و خیلی رفتارهای دیگر می‌تواند ما را از منجلا ب ناآگاهی بیرون بکشد و امنیت خاطری آرام را به روح و جان ما ببخشد.

لازم است کودکی امن را در درونمان تربیت کنیم تا به ما در مواقع سختی و گرفتاری یاری برساند، مواقعی که تو دوست داری آزاد باشی ولی محیط این امکان را از تو می‌گیرد، دقیقاً همان لحظه است که کودک درونت به تو توجه می‌کند، دست را می‌گیرد و تو را داشتن خاطری امن و آرامشی خاص دعوت می‌کند.

همه می‌دانیم که زندگی بی‌خوابی خیلی رنگارنگ‌تر از زندگی در بزرگسالی است و همه‌ی ما دوست داریم که برای یک بار هم که شده به آن دوران زیبا برگردیم. دوری و نظیر که بی‌هوا فقط به لذت بالا و پایین پریدن هایمان توجه می‌کردیم. بنابراین بگذاریم مانند کودکی هایمان حرف‌های دیگران سدّ راهمان نباشند و به بازی کردنمان ادامه دهیم. بیایید باور کنیم که هر کار ظاهراً غیرممکنی، امکان بروز دارد.

پایت را به عالم امکان بگذار! در عالم امکان حتی یک کودک درون به شدت زخمی را می‌توانی احیا کنی و به طور جدی به این مسئله پردازی.

طیبه سلطانی / بهار ۱۴۰۳