





انتشارات بارسا

سومین کار مشترک ما سه تا:

دست نوشته‌ها: علی میرصادقی

طراحی گرافیک، لوگو و نظارت چاپ:

نیما جعفری

تصویرسازی: سحر میرحسینی



این کتاب متعلق است به دانش آموزانی که در لحظه‌های غم‌انگیز نرسیدن، در ساعات نگرانی و دلوپسی و در تمام زمان‌های سخت زندگی بر سر خودشان فریاد می‌کشند:

یا راهی می‌یابم، یا راهی خواهم ساخت.

سـرشناسه: میرصادق، علی، ۱۳۶۰
عنوان و نام پدیدآور: نقطه، سر خط... / دست نوشته ها از علی میرصادق؛
(گرافیسیت) نیما جعفری، (تصویرگر) سحر میرحسینی.
مشخصات نشر: تهران؛ بارسا، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری: ۱۰۸ ص؛ مصور (رنگی).
شابک: ۶۵۰۰ تومان 978-600-93325-1-9
وضعیت فهرست نویسی: فیپا
موضوع: موفقیت تحصیلی - جنبه های روان شناسی
شناسه افزوده: جعفری، نیما، گرافیسیت، ناظر چاپ و صحافی
شناسه افزوده: میرحسینی، سحر، تصویرگر
رده بندی کنگره: ۱۳۹۱ ن۹۵/م ۱۰۶۰ LB
رده بندی دیویی: ۳۷۰/۱۵۲۳
شماره کتابشناسی ملی: ۲۹۱۴۳۳۱

شماره صفحات فارسی و ترجمه‌ی انگلیسی این کتاب مطابق باهم هستند.
منصوص کسانی که دوست دارند هم بالثنون بهتر بشه و هم انگلیسی شون.
سپاس فراوان از خانم **سلما گلچین** که ترجمه‌ی متن ها رو به خوبی انجام دادند



2013

INTERNATIONAL BOOK AWARDS

4TH ANNUAL AWARDS SPONSORED BY USA BOOK NEWS

FINALIST – Youth Issues

Full Stop, Next Line...
by Ali Mirsadeghi





در اکتبر ۲۰۱۲ برای اولین بار در زندگیم، یکی از کتاب هام رو
تقدیم می کنم به یک مرد خارجی.
خوشحال میشه و چند ماه بعد، می ۲۰۱۳، خبر می رسه،
این کتاب دوم جهان شده.
به خاطر تمام نوشته هایش و پاقدمش،
تقدیم به **برایان تریسی**،
مرد فورباغه ها!!

اگر موفقیت هایی بدست آوردید، به سایت

www.alimirsadeghi.com

مراجعه کنید و راجع به موفقیت هاتون برامون بنویسید.

درضمن با عضو شدن در سایت می توانید

به صورت رایگان از مقاله های مشاوران معروف کشور برخوردار شوید.

درضمن می تونید نظرات خود را روی یک کاغذ نوشته و

آن را به کد پستی ۱۹۷۹۹۵۵۳۱۶ ارسال کنید.

www.alimirsadeghi.com



بارسا یعنی آغاز راه

و حتما می دونید که تمام آدم های موفق دنیا بارسایی هستند؟!
چونکه اونها تنها کسانی هستند که می دونن هرچقدر هم که بدونن
باز هم هیچی نمی دونن.

پس می خونن

توی اتوبوس

در مطب دکتر

قبل از خواب

بعد از صبحانه

در مترو

در ترافیک.

آره همه جا ...

اینم تلفن بارسا: ۱۷ ۶۷۷۹ ۲۲



از لوازم تحریری که بیرون اومد
یاد تیرماه افتاد که دقیقاً از همین
فروشگاه کُلی دفترهای رنگی
و خودکارهای روان و ماژیک‌های
فسفری خریده بود. اون موقع تصمیم
گرفته بود دنیای سیاه سفیدش رو با
این خودکارهای رنگی، زیبایی ببخشه.

اون موقع خیلی مصمم بود که چرکنویس‌های کرو کثیف گذشته رو با
دفتری قشنگ و کاغذهای کلاسور جدید آینده‌اش عوض کنه.
مدیر مدرسه شون قول داده بود با سوپرمن‌هایی که واسه مدرسه
استخدام کرده در این نقاشی مشترک کمکش کنه.
مشاورش قول داده بود که در کشیدن خونه‌ی خوشگل نقاشی‌اش،
مسئولیت کشیدن دیوارهای چوبی و یک سقف محکم رو به



عهده بگیره و باباش هم وعده
داده بود واسه اون باغ زیبا، حاضره
هر چقدر که لازمه، مصالح بخره!!

اما چی شده که واسه تکمیل نقاشی اش دوباره مجبور شده بود به
لوازم تحریری سر کوچه شون سر بزنه؟

اون خونه ی خوشگلی که تو ذهنش ترسیم کرده بود چرا شکل
نگرفته بود؟

تابستون که بهترین وقت ساخت خونه است پریده بود و پاییز با اون
رنگ زردش واسه آرزوهاش شاخ و شونه می کشید.

می خواست شروع کنه اما ترسیده بود و ترس باعث شده بود به
همه چی شک داشته باشه حتی به صداقت خودکارهای تازه خریده اش
هم مطمئن نبود، شاید خراب باشند، شاید تتونن کمکش کنن.

شاید هیچ چیزی درست در نیاد، شاید دنیا نخواد در نظر بگیرتش
شاید خدا نخواد دوباره ببیتتش.





از خواستن و نشدن خسته بود. خیلی خسته بود از شروع های دوباره ی بی ثمرش، **از بس هر کاری کرده بود و نشده بود، نگران بود این دفعه هم نشه.**

خاطرات زشت چند ماه قبل مثل یک دسته هیولا از پایین مغزش می خواستن بیان بالا تا دوباره Load بشن. هی مغزش رو Restart می کرد اما داستان های تلخ وقتی بخوان Play بشن کمتر انسانی روی زمین توانایی Stop کردن هـد مغزش رو داره. جشنواره ای از فیلم های قدیمی آغاز شد... اولین فیلمی که نوبت اکران گرفت مربوط می شد به ۵ شنبه ی آخر تعطیلات تابستان که وقتی دوستش بهش گفته بود: «۵ شنبه دیگه می آی بریم بیرون؟!»

با چهره ای برافروخته بهش گفت: «چی میگی دیوونه؟ کلاسهام از شنبه شروع می شه، امسال کنکور دارم»

با خودش تصمیم گرفته بود از ساعت به ساعت سال کنکورش درست استفاده کند.

هفته‌ی اول کلاسها که شد، معلم‌ها زیاد درس نداده بودن و کار زیادی نداشت که انجام بده واسه همین یاد جمله‌ای که به دوستش گفته بود افتاد و موقعی که داشت چایی می‌خورد، به همون تلخی چای تو دستش این خاطره رو قورت داد و یک لبخند تلخ تری زد به حرفی که زده بود. هفته‌ی دوم، کارا بیشتر شده بود. اما از مدرسه که می‌اومد خواب عجیبی می‌گرفتتش. به خودش می‌گفت با این خواب آلودگی که نمی‌تونم درس بخونم یک چرت می‌زنم، سر حال می‌شینم سر درس. ساعت کوک می‌کرد واسه نیم ساعت دیگه اما نمی‌دونست چی می‌شد که سه ساعت می‌خوابید.

بیدار که می‌شد، کسل می‌شد، استرس می‌گرفت
انگار یکی داشت فشارش می‌داد.





می‌خواست بمیره ولی این حالت رو تجربه نکنه. با اون حالت
عصبانی می‌شست پشت میزش، فکر می‌کرد و فکر می‌کرد
(مدیونمی اگه فکر کنی درس می‌خوند!!) به خودش می‌گفت
شاید بقیه دوستاش هم تا این ساعت خوابیدن. اصلا
بدش نمی‌اومد که به یکی شون زنگ بزنه تا دوستش
بهش اطمینان بده که اونم درس نخونده و
از این حرفا ...



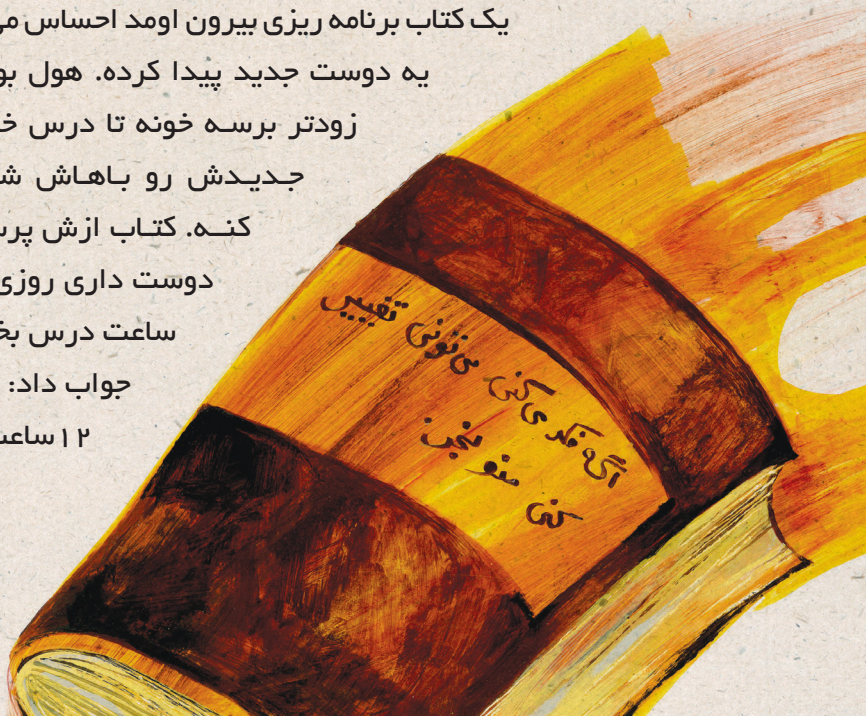
پس تلفن رو بر می‌داشت واسه پیدا کردن شریک جرمش. خدا رو شکر بالاخره یکی رو پیدا می‌کرد که درس نخونده بود و کمی تا قسمتی حالش بهتر می‌شد. قوت قلب می‌گرفت که دوستهاش هم درس نخونده بودن ولی تو که می‌دونی تلفنش چقدر طول می‌کشید، مگه نه؟! با اینکه اول هر راهی، اطلاعات کمی برای شروع داریم، اما در اکثر اوقات احساسهای بسیار صادقی داریم. قبل از شروع کنکور خیلی از داوطلب ها به این نتیجه می‌رسند که باید همه ی امسال رو برای درس خوندنشون کنار بگذارند.

این درست ترین ایده ای است که این افراد دارند اما با شروع مهمترین سال تحصیلی زندگیشون یواش یواش و به بهانه های مختلف ساعت مطالعاتی شون رو کم می‌کنند و به این نتیجه می‌رسند که یا «اونقدرها هم لازم نیست آدم درس بخونه» و یا اینکه «من نمی‌تونم این همه درس بخونم».

چند هفته‌ی اول مثل برق گذشت. دیگه درس نخوندن بر اش عادی
شده بود تا یه احساس عذاب وجدان می‌اومد سراغش، با خودش
تکرار می‌کرد هیچکس درس نمی‌خونه، پس حتماً وقت برای جبران
هست و راحت‌تر از قبل می‌خوابید...
یه روز دست یکی از دوستهایش یک کتاب برنامه ریزی دید.



دوستش از کتاب خیلی تعریف کرد. واسه همین کتاب رو ورق زد
و به آخرش رسید، بدش نیومده بود، پشت جلد کتاب نوشته بود
اگه فکر می‌کنی می‌تونی تغییر کنی منو بخر. پیش خودش گفت:
«خوب خره حتماً می‌خوام تغییر کنم دیگه». از کتابفروشی با
یک کتاب برنامه ریزی بیرون اومد احساس می‌کرد
یه دوست جدید پیدا کرده. هول بود که
زودتر برسه خونه تا درس خوندن
جدیدش رو باهاش شروع
کنه. کتاب ازش پرسید:
دوست داری روزی چند
ساعت درس بخونی؟
جواب داد: روزی
۱۲ ساعت.



کتاب گفت: چون مادرت خالی نبند، یه چیزی بنویس که بتونی بخونی، اگه با ساعتهای کم شروع کنی اما به قول هات وفادار باشی خیلی بهتر از اینکه ساعتهای زیاد اعلام کنی و به هیچکدومشون نرسی. به کتاب گفت: تو چرا اینقدر به من بدبینی؟ من می‌دونم که می‌تونم تغییر کنم، اینقدر غرنزن دیگه.

کتاب ناراحت چشمهایش رو بست به هر چیزی که می‌نویسه. وقتی نوشتنش تموم شد انگار که از رنگ و لعاب کتاب خیلی خوشش اومده باشه گفت: تو خیلی با حال به نظر می‌رسی. اگه کمتر زور بگی من با تو حتما موفق می‌شم.

کتاب که خنده از لباش پریده بود گفت: با حال بودن من زیاد به تو کمک نمی‌کنه باید سخت گیریهامو دوست داشته باشی.

آخر هفته وقتی داشت ساعتهای درس خوندن کل هفته‌اش رو جمع می‌کرد به زور ۱۰ ساعت هم نمی‌شد.

کتاب قهر کرده بود و رفته بود یک گوشه‌ی اتاق و زیر لب غرولند می‌کرد. روزی ۱۲ ساعت کجا و هفته‌ای ۱۰ ساعت کجا؟ چرا نمی‌شد؟ مگه خواستن، توانستن نبود؟ اگه نمی‌خواست پس چرا اول هر هفته، اون همه ساعت رو می‌نوشت؟ یاد اون روزی افتاد که از کنار دنیای بازی رد می‌شد و اون بچه‌ی خوشگلی

رو دیده بود که پاهاش رو روی زمین

می‌کشید تا مامانش، رو متوقف کنه.

بچه با گریه از مامانش می‌خواست

برن دنیای بازی، اشک می‌ریخت،

چقدر تلاش می‌کرد اما آخر سر

زور مادر چربید.





دست بچه‌اش رو سفت گرفت و کشید و بُرد... داستان رو که مرور می‌کرد به این نتیجه رسید: **این شعاره که آدم‌ها به هر چی بخوان، می‌رسن.** به رویاهاش بدبین شده بود «شاید من نباید آرزوهای بزرگ داشته باشم» اینجاست که گلدان گل آرزوتون، نشتی میده و آب انگیزه، آرزوتون رو ترک میکنه. گل می‌خشکه، آرزو می‌میره و تو می‌میری... **مرگ آرزوها فقط پایان آرزوی یک آدم نیست بلکه اتمام همه‌ی زندگی آدم هاست.**

در مرگ آرزوها، ظاهراً فقط یک آرزو به قتل میرسه ولی به عمق فاجعه که نگاه کنی می‌بینی مالک سابق آرزوها هم کشته شده. چون آدم با آرزوهاش زنده است.

پس مدام واسه خودش دلیل می‌آورد که دیگه عمری از آرزوهاش نمونه. در یک همایشی شنیده بود که سخنرانش گفته بود: رتبه‌های موفق کنکور، هفته‌ای ۴۰ تا ۵۰ ساعت درس می‌خوندن. هر وقت این جمله رو یادش می‌اومد دوست داشت بمیره.

چون هر جور که بين ساعتهای درس خوندنش و درس خوندنشون
تناسب می‌بست، رتبه‌اش باید خیلی پرت و پلا می‌شد.
هر بار که همه چیز رو می‌خواست تغییر بده، ترس سر‌اغش می‌اومد.
از چهل ساعت درس خوندن **می‌ترسید** چون چهل رو عدد گنده‌ای
می‌دونست. از صبح زود بیدار شدن **می‌ترسید** چون خیلی این کار
رو سخت می‌دونست.
از اینکه چه جوری بدون خواب ظهر درس بخونه **می‌ترسید**، چون
نمی‌دونست چه جوری بدون خواب ظهر زندگی کنه.



اون لحظه روزنامه‌ی همشهری چند روز پیش باباش که روی میز
ناهار خوری خونه شون زیر سبزی‌های پاک شده‌ی مادرش افتاده
بود، تنها چیزی بود که می‌خواست باهاش حرف بزنه. یک جمله‌ای
خودش رو از زیر سبزی‌ها بیرون کشیده بود که می‌گفت:

از چیزی می‌ترسیم که آن را نمی‌شناسیم و اطلاعات کافی
راجع بهش نداریم. زمان آن رسیده که بیشتر بفهمیم تا
کمتر بترسیم.



چقدر جالبه که بعضی وقتها دنیا و پروردگارمون با ما حرف میزنن و دقیقاً همون چیزایی که نیازمون هست رو به ما می‌گن و چقدر بده که ما نادیده شون می‌گیریم و به سادگی هر چه تموم، از کنارشون رد می‌شیم. **ترس فقط یه معلوله؛ علت، ندونستن ماست.**

اگه بریم راجع به آدمهایی که تغییرات بزرگی تو زندگی شون کردن بخونیم، می‌بینیم که اونها در ابتدا چقدر آدمهای ضعیفی بودن.

می‌فهمیم که آدم ضعیف تر از ما هم بوده و همین مساله به ما انرژی می‌ده که از جامون بلند شیم ولی تا وقتی که اطلاعات کافی راجع به آدمها و تغییراتشون نداشته باشیم فقط همینیه که هستیم می‌مونیم. داشت به پیام روزنامه نگاه می‌کرد که یاد محبوب‌ترین معلمش افتاد. یاد اون روزی که خیلی اذیتش کرده بود.

یه روز که معلم دینی ازش پرسید چرا مثل بچه‌های درس خون زیاد نمی‌خونی یه جوابی داده بود:

اونها از اول درس خوندن، عادت دارن که زیاد بخونن. اما من چی؟!

معلم زیپ کاپشن قدیمی‌اش رو بالا کشید و گفت نوجوان نه ساله‌ای رو در نظر بگیر که اصلاً معنی روزه گرفتن رو نمی‌دونه.

با قوانینش آشنا نیست. هر روز صبحانه و نهار و عصرانه‌اش رو می‌خوره، خدا شب قبل از شروع ماه رمضان بهش می‌گه از فردا تمام خوراکی‌های حلال من بر تو حرام است .

به نظرت اون نوجوان می‌تونه به خدا بگه: من چون قبلاً روزه نگرفتم، اجازه بدید، هفته‌ی اول ماه رمضان صبحانه نخورم، از هفته‌ی دوم، صبحونه و نهار نخورم، هفته‌ی سوم عصرونه رو می‌ذارم کنار و از هفته‌ی چهارم دیگه روزه‌ی کامل می‌گیرم؟! کسی بیشتر از خدا، بنده‌اش رو می‌شناسه؟

چرا پروردگار ما انتظار داره که ما در شب آخر ماه شعبان، ناگهان تغییر کنیم؟

علت این فرمان الهی، قدرت وجودی هر کدام از ماست. چرا برای تغییر کردن اینقدر به خودت فرصت می‌دی؟ و احساس میکنی واسه عوض شدن نیاز به زمان داری؟ چرا قدرت واقعی خودت رو در مقابل تغییرات، کم‌رنگ نشون می‌دی؟

تو مثل میلیاردها بنده‌ی دیگه‌اش در یک چشم به هم زدن، می‌تونی آدم دیگه‌ای بشی. فقط باید باور کنی درخواست کنکور و معلم و مدرسه و فرمان‌های خدا به این علت مطرح شده که تو توانایی برآورده کردنش رو داری.

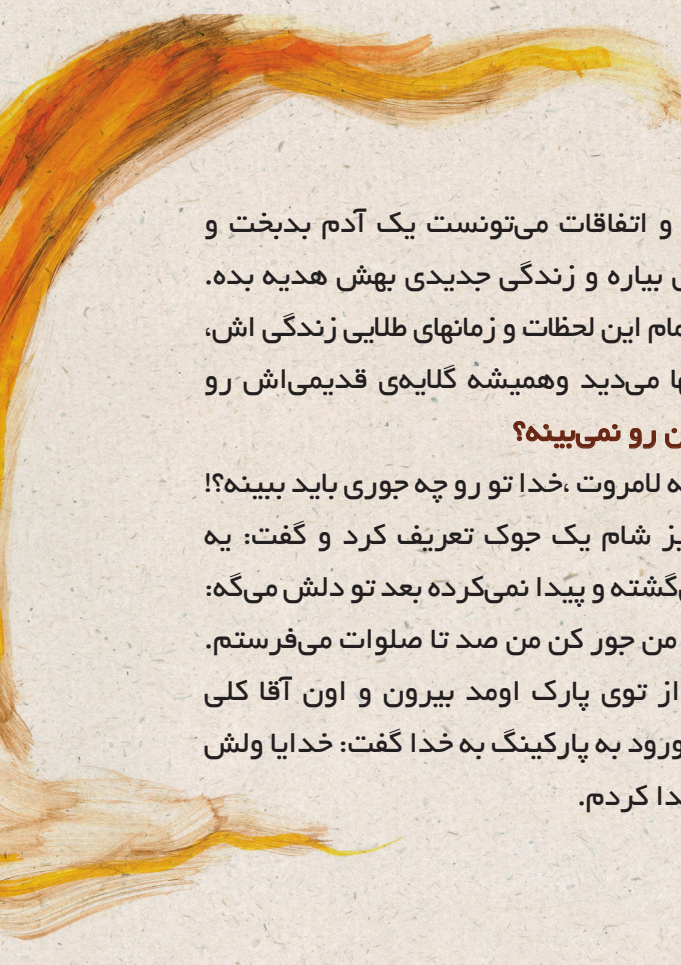
بغضش ترکید و با صدای لرزونش گفت: آخه، آآآخه چرا پدر و مادر من سالهای قبل بهم سخت نگرفتن چرا مدرسه‌ی قبلیم و معلمهام به من فشار نیاوردن که الان اینقدر بدبخت باشم. معلمش که انگار دیرش شده بود، شروع کرد به قدم زدن در راهروی خروجی و اونم مثل یک گدایی که دنبال طعمه‌اش راه افتاده باشه، پاهاش رو روی زمین می‌کشید و خیلی سست دنبال معلمش می‌رفت.

ما نمیتوانیم چیزی را عوض کنیم مگر

معلم بدون این که برگرده با صدای ضعیف و خسته‌ای گفت: تو نمی‌خوای تغییر کنی، باور کن نمی‌خوای تغییر کنی، تو نمی‌خوای بپذیری که همه چی تقصیر خودت بوده. **تو همیشه در زندگیت دنبال پیدا کردن شریک جرم می‌گردی تا مجازاتت کمتر بشه.**

اما کارل یونگ یک جمله‌ی قشنگ داره که ختم کلام منه:
"ما نمی‌توانیم چیزی را عوض کنیم، مگر آن که ابتدا آن را بپذیریم.
اعتراض کردن کسی را خلاص نمی‌کند، بلکه او را بیشتر تحت فشار قرار می‌دهد." دیگه هم دوست ندارم باهات حرف بزنم، مگر تغییر کردنت رو ببینم.
پس تا اون روز کاملاً خداحافظ ...

اینکه ابتدا آن را بپذیریم
اعتراض کردن کسی را خلاص نمی‌کند بلکه او را بیشتر تحت فشار قرار می‌دهد.



هر کدام از این جمله‌ها و اتفاقات می‌تونست یک آدم بدبخت و
فلک زده‌ای رو به خودش بیاره و زندگی جدیدی بهش هدیه بده.
اما قهرمان قصه‌ی ما در تمام این لحظات و زمانهای طلایی زندگی اش،
خودش رو به اشتباه تنها می‌دید و همیشه گلایه‌ی قدیمی‌اش رو
تکرار می‌کرد: **چرا خدا من رو نمی‌بینه؟**

یکی نیست بهش بگه: آخه لامروت، خدا تو رو چه جوری باید ببینه؟!
مامانش اون شب سر میز شام یک جوک تعریف کرد و گفت: یه
آقای دنبال جای پارک می‌گشته و پیدا نمی‌کرده بعد تو دلش می‌گه:
خدایا یه جای پارک واسه من جور کن من صد تا صلوات می‌فرستم.
همون لحظه یک ماشین از توی پارک اومد بیرون و اون آقا کلی
خوشحال شد، اما قبل از ورود به پارکینگ به خدا گفت: خدایا ولش
کن، من خودم جا پارک پیدا کردم.

سرشو پایین انداخت و نخندید. اون شب از یک نشانه‌ی دیگه‌ای هم که پرودگارش براش فرستاده بود به سادگی گذشت بعضی وقت ها خدا تو یه داستان بامزه ظهور می کنه اما اون از جوک هم گذشت تا قهرمان پرش از نشانه‌ها بشه.

آدما به همین سادگی خدارو متهم به فراموشی خودشون می‌کنن و از طرف دیگه، خودشون پروردگارشون رو نادیده می‌گیرن.

داشت به همین ها فکر می‌کرد که فریاد یک آدم عصبانی از اون طرف خیابان اومد. یک موتوری بود، مثل این که پلیس موتورش رو متوقف کرده بود. داد و بیداد راه انداخته بود که: این همه موتوری بدون کلاه تو این خیابون ها در حال تردد هستن فقط منو دیدی؟ آخه خدا من چرا اینقدر بدبختم؟

چرا هر چی بدبختیه سر من می‌آد؟

صدای بوق ماشین هایی که تو ترافیک پشت موتور ایستاده بودند، گوش همه‌ی آدمها رو کر می‌کرد.

بعد از چند دقیقه‌ای که به تماشای موتوری ایستاده بود، به راه رفتن ادامه داد و با خودش زمزمه کرد: همه‌ی بدبختیهای دنیا مال آدمهای بدبخته. این همه ماشین لوکس و خفن از جلوی پلیس رد می‌شه اما هیچکس هیچی بهشون نمیگه، اما این بدبخت رو می‌گیرن. همون موقع یاد مقایسه‌ی خودش با دیگران افتاد. سر کلاس که بود بیشتر از این که به معلم نگاه کنه، بچه‌ها رو دید می‌زد. دوست داشت امتیاز ویژه‌ی هر کدام اونهارو نسبت به خودش پیدا کنه: فلانی خیلی باهوشه، اون یکی تو یک مدرسه‌ی خیلی خوب درس خونده، بیساری باباش خیلی کمکش کرده و جلوییم استعدادش تو مایه‌های انیشتینه. اما من چی؟! کدوم آدمی رو می‌شناسید که با زدن دیگران تو سر خودش به جایی رسیده باشه؟ کدوم آدم رو می‌شناسید که پروردگارمون برای شکست خوردن، اون رو آفریده باشه؟ چرا به جای غصه خوردن واسه موتوریه، چند لحظه فکر نکرد

اگه همون آقای موتور سوار، کلاهش رو به خاطر خودش و زن و بچهاش می‌داشت سرش، هیچ کس بهش کاری نداشت؟

چرا موتوری ها تنها کسانی هستند که خودشون کلاه خودشون رو

برمیدارن؟ چرا در بررسی امتیازات مثبت دوستاش، علت موفقیت

هیچکدومشون رو به میزان درس خوندنشون ربط نداد؟

چرا واقعیت رو یک جور دیگه تعریف می‌کرد و تحریف می‌کرد؟ تا

وقتی آدمها با خودشون تعارف داشته باشند و واقعیت رو یک جوری

که کمتر بهشون صدمه بزنه،

جلوه بدن، هیچ غلطی

نمی‌تونند بکنند. در تمام

آدمهای موفق می‌بینیم که به جای

برخوردهای معمول با مشکلاتشون

سخت ترین کار دنیا رو

انتخاب می‌کنند:



اونها **مشکل رو می‌پذیرند** و همین پذیرش اونها رو به سمت جلو هل می‌ده. اما آدمهای معمولی در برخورد با مشکلات در اولین مرحله، سعی می‌کنند همه چی رو **انکار** کنند.

یعنی با تمام وجود تلاش می‌کنند مشکل رو نپذیرند و به روی خودشون نیارن. بعضی‌های دیگه **عصبانی** می‌شن و سعی می‌کنند مشکل رو به بقیه ارتباط بدن و عده‌ای تریپ **افسردگی** به خودشون می‌گیرن و کاسه‌ی «کاری از دستم بر نمی‌آد» رو به دستشون می‌گیرن و آخرین دسته، کسانی هستند که مثل موتور سوار داستانمون به جای پذیرش، **چانه زنی** می‌کنن و به کسی که یقه‌شون رو گرفته می‌گن: خیلی‌ها دیگه هم همینطوری‌اند، حالا ایندفعه رو ببخش . . .

اما اینها همشون معمولی رفتار می‌کنند و همشون تو دیوارن **چون سخت‌ترین و درست‌ترین راه، پذیرش مشکل است** و افراد معمولی هیچکدومشون این کار رو انجام نمی‌دن و با زدن خودشون

تو در و دیوار و کوچه ی علی چپ سعی می کنند دیگران رو مقصر
جلوه بدن. از چهارراه گذشت، جلوتر از چهار راه یک عطاری بود که
همیشه به خاطر جمله های عجیب و دروغ های شاخ داری که روی
شیشه اش می چسبوند، کمی جلوش می ایستاد و تبلیغات گیاه ها رو
می خوند.



همون موقع که مشغول خوندن جملات دکوری بود، یک خانمی که خیلی چاق بود با یک بستنی گنده، وارد عطاری شد. به نظر می اومد که حتما دنبال داروی لاغری اومده باشه.

یکی از جمله‌های روی شیشه این بود: «میکس جدید گیاهان جنگلی برای کم شدن خواب» خواب اون چیزی بود که همیشه نسبت بهش آلرژی داشت، پیش خودش فکر می‌کرد اگه مشکل خوابش حل بشه، دیگه هیچ مشکلی نخواهد داشت. یاد روزهایی افتاد که هر کاری می‌کرد صبحها زود نمی‌تونست پا بشه. یکی از همین روزها بود که با دو ساعت تأخیر از خواب بلند شد.

دیگه عادت کرده بود که به برنامه‌ها نرسه، مامانش گفت که جواب سراسری اومده و دختر

جنی گهن

خاله‌اش یک رتبه‌ی میلیونی آورده. چون استاد استرس گرفتن بود نق زدن‌های جدیدش رو شروع کرد. وای، اون که این همه درس خوند، این شد، وای به من . . . هر کدوم از این خبرها می‌تونستن دنیای جدیدی رو براش باز کنن تا همه چی رو از اول و یه جور دیگه شروع کنه. به نظر من همه‌ی این اتفاقا یک نشانه بود واسه اینکه با ردیابی مشکلات خودش و دیگران دنبال راه حل پیدا کردن باشه، اما او مدام از خودش ایراد می‌گرفت، سعی می‌کرد با کسب اطلاعات جدید، رسیدن خودش رو کم رنگ تر از قبل نشون بده. مدام به مامانش می‌گفت: «از من انتظار زیادی نداشته باشید.» سه شنبه‌ها از بعد از ظهر تا آخر شب استرس امتحان‌های هفتگی مدرسه‌اش رو داشت و از زور استرس دست به کتاب نمی زد. یکی نبود بهش بگه بی معرفت این خطرها و این ترسها واسه اینکه که بخونی، نه اینکه نخونی. **با اینکه می‌گن افراد موفق از تهدیدها، فرصت می‌سازند،** اما او سعی می‌کرد با تهدیدها همه چی رو تخریب کنه.

خدا دوستش داشت و می‌تونی از اینجا صداقت جمله‌ی منو بفهمی که یک روز مشاورشون برایش یک نوشته‌ی خیلی قشنگ از چارلز داروین توی دفترش مکتوب کرد:

از میان انواع موجودات نه قوی‌ترین‌ها باقی می‌مانند و نه با هوش‌ترین‌ها بلکه موجوداتی به بقای خود ادامه می‌دهند که بیش از همه با تغییرات سازگار باشند.

نوشته رو خوند و لبخند زد، گفت: چه قشنگه اما مثل همیشه دفتر بسته شد. او نشانه‌ها را به عنوان یک سری اشیای فانتزی نگاه می‌کرد و انگار که گوشش رو گرفته باشه تا خدا تتونه باهاش حرف بزنه، از کنارشون رد می‌شد.

دانش آموزهای زیادی رو می‌دید که در گذشته ضعیف‌تر از او بودند و حالا داشتن پیشرفت می‌کردن به جای اینکه قدر امکانات خودش

رو بدونه ، با احساس ناکامی بیشتری ادامه می‌داد. تازگی‌ها به این نتیجه رسیده بود که همه چی تقصیر معلم‌های امسالشه که با دادن تکالیف زیاد، استرس تازه ای رو بهش تحمیل کرده بودن. تکلیف‌ها اونقدر زیاد بود که یه سری از بچه‌ها تکالیف و تمرین‌هاشون رو از روی دست هم می‌نوشتن و یا از ته کتاب کپ می‌زدن. یه روز که اینو به عنوان بهونه‌ی جدید درس نخوندنش به دوستش گفت، جواب دوستش قشنگ بود:

چرا اونایی که خودشون تمرین‌ها رو حل میکنن و بقیه از روشون کپی می‌کنن رو نمی‌بینی؟ گفت: اونها خیلی کم‌اند.

و دوستش پاسخ داد: ولی هستن و من و تو هم می‌تونیم جزو اونها باشیم. اما به جای پیوستن به جمع بچه‌های خوب، حرص می‌خورد. شاید باورتون نشه اما بیشتر دانش آموزها هر چقدر تکالیفشون بیشتر می‌شه، برعکس، کمتر می‌خونن.



وقتی حجم کارها رو می دید ترجیح می داد بخوابه تا بیدار باشه و حرص بخوره که چرا معلما متوجه کمبود وقتش نمی شن.

چرا هیچ وقت از خودش نپرسید بچه هایی که امسال ازش قوی تر شدن، مگه همونایی نیستن که سال پیش ازش ضعیف تر بودن؟ مگه اینا با همون معلما درس نخوندن؟

واقعا اگه آدمها به جای کپ کردن در مقابل مشکلاتشون شروع کنن با خودشون حرف بززن و از خودشون سؤال های درست درمون بپرسند، خیلی از مشکلاتشون حل می شه. اما بعد از بروز مشکل، اونقدر تو سر خودشون می زنن که دیگه مغزی براشون باقی نمی مونه که بخوان با خودشون گپی بززن. مگه یک مشاور با آدم چیکار می کنه؟ شروع می کنه به حرف زدن و سؤال پرسیدن.

شاید هیچ جوابی هم نده، اما با سؤالهاش می تونه ذهن مراجعش رو به سمت جواب ببره. خب هر آدم زرنگی هم می تونه این کار رو با خودش تمرین کنه.

اما خیلی از ما در مقابله با مشکل سعی می‌کنیم با زیاد جلوه دادن مشکلاتمون و اغراق‌های عجیب و غریب و شلوغ‌بازیهای خاص خودمون، سعی کنیم سر اذهان عمومی و افراد پیرامون خودمون کلاه بذاریم. «مارک تواین» این حرف منو خیلی قشنگ در یک جمله‌ی ساده آورده: **در زندگی سختی‌های زیادی را پشت سر گذاشته‌ام. بعضی از آنها واقعا اتفاق افتاده است!!**

خوب که به گذشتمون نگاه کنیم، می‌بینیم بیشتر از سخت بودن زندگیمون، زندگیمون رو سخت نشون دادیم.



وقتی مدام از اشکالات و معایب زندگی‌مون حرف می‌زنیم، خودمون رو خیلی بدبخت فرض می‌کنیم و به طور ناخودآگاهی خودمون رو کوچیک می‌کنیم و مشکلاتمون رو بزرگ.

اونقدر مشکل دور و بر خودمون پیدا می‌کنیم که نای بلند شدن رو از دست می‌دیم. اونقدر مشکل تجسم می‌کنیم که قلب و روح و مغزمون قدرت حل کردن اون‌ها رو در خودش نمی‌بینه.

اینجور موقع‌ها بهتره که مشکلات رو روی کاغذ بیاریم، وقتی منطقی به اون‌ها فکر کنیم خیلی از اون‌ها کم می‌شن و ما می‌تونیم قدرتمون رو به خودمون یادآوری کنیم.

اما او این کار رو نمی‌کرد، همیشه آماده بود تا با شنیدن و دیدن هر چیز جدیدی بشکنه. مثلاً تنها درسی که می‌خوند شیمی بود. اونم به خاطر اینکه خیلی معلم ترسناکی داشت.

البته بابت این قضیه خوشحال بود و کلی خدا بیامرزی واسه معلمش می‌فرستاد تا این که یه روز مشاور مدرسه شون گفت: اگه فقط

یک یا دو درس رو بخونید قطعاً ترازتون افتضاح می‌شه و بدبخت
می‌شین و از این حرفها، سرگیجه گرفته بود و دقیقاً از همون هفته
تصمیم گرفت که دیگه شیمی هم نخونه.
اما آیا واقعاً این تصمیم درستی بود؟ آیا واقعاً مشاور
مدرسه شون اون حرف رو زد که همون درسی هم که درست
می‌خوند رو دیگه نخونه؟

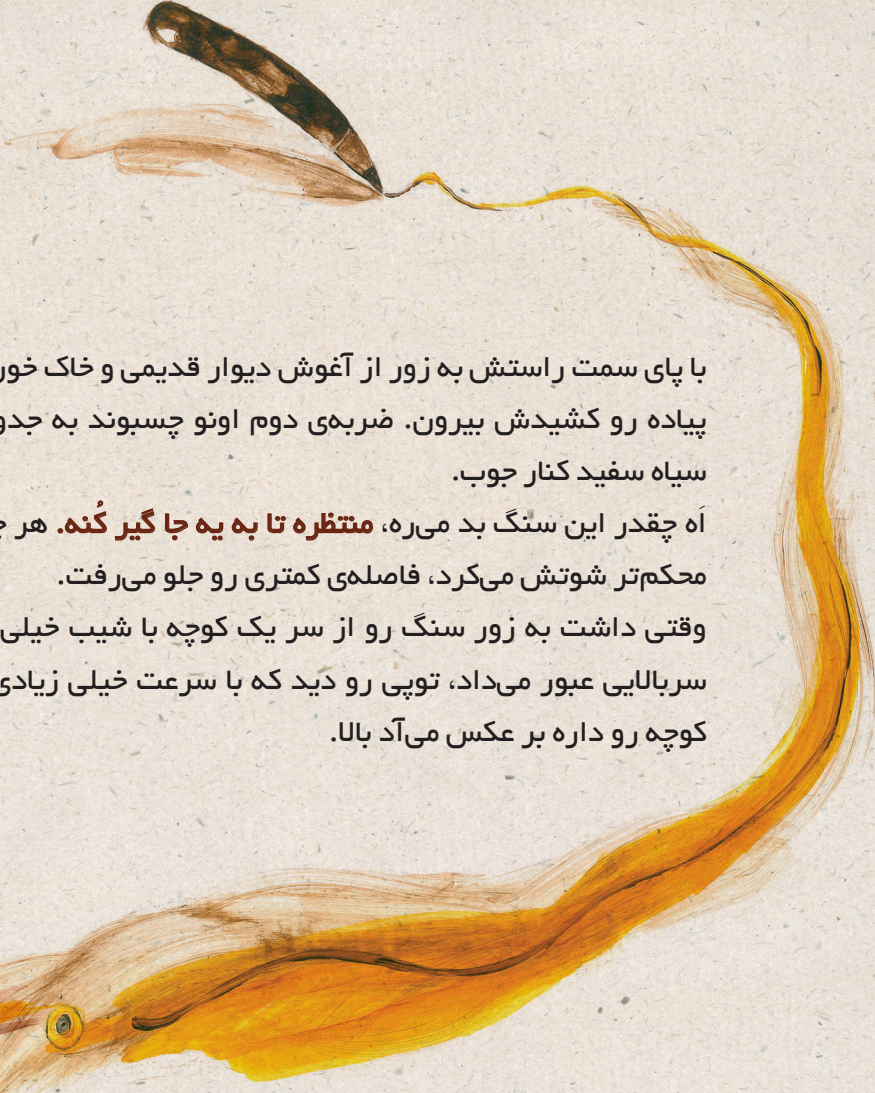


واقعاً نمی‌تونست در اون لحظه به خودش بگه: «چه خوب شد که مشاورم اینها رو گفت. چون من که تونستم شیمی رو به این خوبی بخونم پس حتماً می‌تونم درسهای دیگه رو هم با همین کیفیت بخونم.»

صاحب مغازه‌ی عطاری که بهش مشکوک شده بود اومد جلوی مغازه و تا سایه‌ی صاحب مغازه، روی چشاش سنگینی کرد به خودش اومد و دید که چند دقیقه‌ای هست که توی شیشه‌ی عطاری، داره خاطرات تلخ گذشته‌اش رو مرور می‌کنه.

هول شد و به حالت مضطربی جلوی دکور مغازه رو ترک کرد، خیلی آهسته قدم زد تا به یک سنگی رسید.

از اون سنگ‌هایی که جون می‌داد باهاش فوتبال بازی کنی. بازی شروع شد، ضربه اول رو زد و سنگ کمی جلوتر به دیوار سمت راست پیاده رو گیر کرد.



با پای سمت راستش به زور از آغوش دیوار قدیمی و خاک خورده‌ی
پیاده رو کشیدش بیرون. ضربه‌ی دوم اونو چسبوند به جدولهای
سیاه سفید کنار جوب.

آه چقدر این سنگ بد می‌ره، **منتظره تا به یه جا گیر کنه.** هر چقدر
محکم‌تر شوتش می‌کرد، فاصله‌ی کمتری رو جلو می‌رفت.
وقتی داشت به زور سنگ رو از سر یک کوچه با شیب خیلی زیاد
سربالایی عبور می‌داد، توپی رو دید که با سرعت خیلی زیادی سر
کوچه رو داره بر عکس می‌آد بالا.

قرار گذاشته بود از امروز به بعد آدم خاصی باشه و جور دیگه‌ای

فکر کنه. پس دقیق‌ترین برداشت عمرش رو همون موقع انجام

داد؛ من هر چقدر محکم هم شوتش کنم، خوب جلو نمی‌زه چون

خودش میقلی و آماده نیست . کسی نمی‌تونه سنگی رو هل بده

که خودش نمی‌خواد جاش رو تغییر بده. سنگ زیر سطل بزرگ

شهرداری گیر کرد و همونجا ره‌اش کرد.

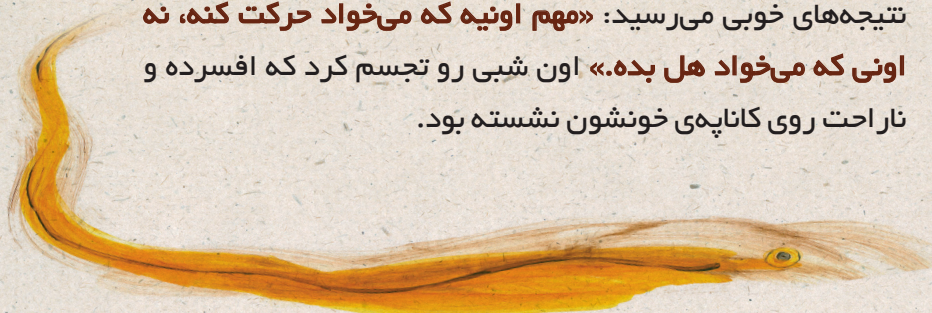
همون طور که داشت از کوچه عبور می‌کرد، پسر بچه‌ی کوچکی رو

دید که با پاهای کوچیکش اون توپ رو شوت کرده بود. داشت به

نتیجه‌های خوبی می‌رسید: «**مهم اونیه که می‌خواد حرکت کنه، نه**

اونی که می‌خواد هل بده.» اون شبی رو تجسم کرد که افسرده و

ناراحت روی کاناپه‌ی خونشون نشسته بود.



مامانش خیلی مهربون تو آغوش گرفتتش.

بدون اینکه مامان چیزی ازش

پرسیده باشه شروع کرد

به گلایه کردن از معلم

فیزیک و ریاضی اش

که خیلی بد درس

میدن. گیر داد به

معلم عربیش که ابدًا

حرفشو نمی‌فهمه.

به مامانش گفت چون پایهی خوبی تو این درسها
نداره به مشکل خورده ولی به مامانش نگفت که
تقریباً هیچ کدوم از کارهایی که
معلمهاش ازش خواستن رو از اول سال تا حالا انجام نداده.
بدبختیهاش از اون روز دو برابر شدن چون از فرداش صبحها در
مدرسه و بعد از ظهرها در آموزشگاه درس نمی‌خوند.
دید در تمام خاطرات گذشته اش مثل سنگی بوده که خودش
حاضر به هیچ تغییری نبوده اما دنبال پاهای قدرتمندی واسه شوت
کردنش می‌گشته.
حسابی وقت کم آورده بود. وقتی خونه می‌رسید دیگه جونی نداشت
درس بخونه. هر روز نتیجه‌ی امتحاناتش بدتر می‌شد و همه چیز
خیلی کسل کننده‌تر از قبل بود.

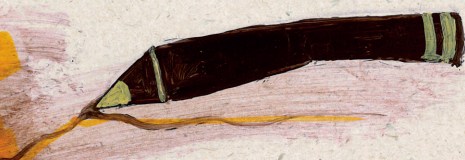


دیگه حتی اگه می‌خواست درس هم بخونه وقت و حوصله‌ای براش
نمونده بود.

یکی از دوست‌هایش مشاور خیلی خوبی رو بهش پیشنهاد کرده بود.
پس رفت سراغ یک فوروارِد جدید واسه تیمش. کلاسهای مشاوره
شروع شد، خیلی خوشحال بود خیلی . . .

احساس می‌کرد ناجی زندگی‌اش رو پیدا کرده. مشاور براش حرف
میزد و اونم عشق می‌کرد. ولی فقط چند روز این احساس ادامه
پیدا کرد. دقیقاً تا همون روزی که مشاور بهش گفت دفعه‌ی بعد
می‌خوام ازت امتحان بگیرم . . .

باروشهای مختلفی درس می‌خوند اما هر کاری می‌کرد به نتیجه‌ای که دلش
می‌خواست نمی‌رسید. یکی گفت چون استرس داری اینطوری می‌شی.



مشاور جدیدش این قضیه رو ارتباط می‌داد به عقب افتادگی‌هاش و وقتی از معلم‌هاش می‌پرسید چیکار کنم، یه جمله‌ی قدیمی می‌شنید: «بیشتر تلاش کن»

این جمله رو اعصابش بود؛ میهم‌ترین جمله‌ی زندگی‌اش . حاضر بود بهش فحش بدن اما این جمله رو نگن. بیشتر تلاش کن یعنی چی؟ مگه من کم تلاش می‌کنم؟

اما چند دقیقه‌ای بود که واقعا احساس می‌کرد یه چیزایی تغییر کرده. در حین قدم زدن و یادآوری خاطرات قدیمی فکرهای جدیدی نصیبش شده بود و احساس می‌کرد که حالش بهتره.



با همون احساس سرزنده ای
که داشت، تکه‌ی نونی رو که روی
زمین افتاده بود، برداشت و کنار پله‌درب
یکی از خونه‌ها گذاشت. دیگه نق نزد چقدر
مردم بدن و از این حرفها. به جاش به خودش گفت:
تو خوب باش... همین.

حالا دوست داشت دوباره یکی بهش بگه «بیشتر تلاش کن» دیگه فکر نمی‌کرد این جمله اوج نفهمیدن کوچکترها توسط بزرگترهاست. بعد از اینکه از فکر و خیال سنگ راحت شد، به خانمی که وارد عطاری شد فکر کرد.

وقتی دم مغازه بود، شنیده بود که درست حدس زده و اون خانم دنبال داروی لاغری می‌گشته. اما مگه می‌شه یه آدمی که می‌خواد لاغر بشه، اونهمه بستنی خریده باشه؟

خودش رو با اون خانم مقایسه کرد. وقتی که در اولین سوال‌هاش از مشاورش پرسیده بود : شما هفته‌ای چند روز به من استراحت می‌دید؟ من چه ساعتی می‌تونم با دوستهام تلفنی حرف بزنم؟ هر چند دقیقه یکبار می‌تونم استراحت کنم؟

مشاورش بهش گفته بود: حتما می‌دونی که من مشاور تحصیلی‌ام؟ بعد از شنیدن جواب مثبت، مشاور دوباره گفت: ولی تو سه تا سوال از من پرسیدی که هیچ کدومش به درس و تحصیل ربطی نداشت.



تا حالا به اتفاقات پیرامونی‌اش اینطوری فکر نکرده بود.
یاد حرف پدربزرگش افتاد که قبل از فوتش گفته بود: آدمهایی
که قراره تغییر کنن و موفق بشن، همه‌ی تقصیرات مشکلات
زندگی شون رو گردن می‌گیرند.
خوب که فکر کرد متوجه شد در تمام خاطراتی که این چند دقیقه
مرور کرد، همه‌ی تقصیرات به گردن خودش بوده.
همه‌ی معلم‌هاش، مشاورش و خانواده‌اش به هر طریقی که
می‌تونستن دنبال کمک کردن به اون بودند.
مقصر خودش بوده که نتونسته بود از این امکانات به نحو احسن
استفاده کنه. داشت شبیه آدم‌هایی که پدربزرگش می‌گفت
می‌شد. خودش تغییر خودش رو احساس می‌کرد.
هر وقت یاد پدربزرگش می‌افتاد با اینکه خیلی دوست داشت حوصله
نمی‌کرد فاتحه بفرسته. اما این اولین بار بود که خیلی راحت دوسه تا
فاتحه براش فرستاد تا جبران گذشته‌ها هم بشه.

لبخند تازه‌ای سراغش اومده بود، بین دو تا کوچه
گیر کرد و رفت سمت راست، لبخندش بهش
می‌گفت انگار داره درست می‌ره جلو.

همون موقع موتورسواری از توی پیاده رو رد
شد و پیرزنی که جلوتر ازش راه می‌رفت
ترسید و پرتقالهای تو نایلونش از
دستش افتادند و ریختند بیرون.
همینطوری که دولا شده بود

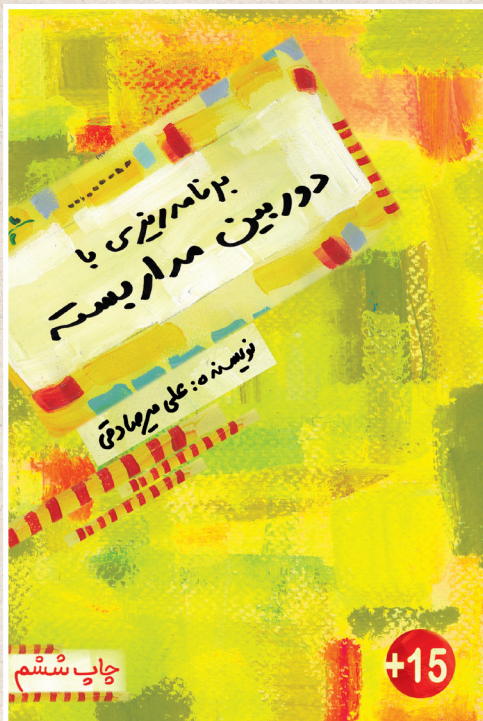
تا به جمع کردن پرتقالها
کمک کنه، احساس
کرد که موتور سوار

بی تربیت چقدر شبیه همون موتورسوار بی کاسکت بود. به
خودش گفت: «پلیس که هیچی، زور و ضرب ارتش هم نمی‌تونه آدمی
رو درست کنه که خودش نمی‌خواد.»

به موتور سوار فکرکرد که چقدر راحت باعث آزار پیرزن شده بود و انگار نه انگار. و باز فکرکرد این که آدم ها واقعاً نون دلشون رو میخورن یعنی چی. سه تا کار خوب با هم انجام داده بود. دوباره مرورشون کرد. برداشتن نون از روی زمین، فرستادن فاتحه و کمک کردن به پیرزن. یعنی پروردگارش به این کارهای کوچیک اجری می ده؟! یکی از پشت زد بهش و گفت: چه آدم مهربونی شدی؟! وقتی برگشت، پشت سرش معلم دینی‌اش رو دید. خیلی خوشحال شد. بعد از یک سلام هول هولکی جواب داد: فکر کردم باهام قهرید؟

معلم گفت: **چند لحظه پیش باهات آشتی کردم . . .**





بارسا

انتشارات بارسا

پرفروش ترین کتاب برنامه ریزی
در استان تهران



بارسا

انتشارات بارسا

پدر و مادرهای معمولی، کتاب‌رو می‌خورن،
پدر و مادرهای حرفه‌ای کتاب‌رو می‌خورن.

As she was thinking about the motorcyclist, about how easily he had bothered that old lady, she understood the meaning of the sentence which said: "people destroy what they have built", she had done three good deeds, she reviewed them all over again: picking up a piece of bread from the ground, reciting fatiha and helping an old lady. Would God grant her a reward for doing these good things? Someone patted her on the back and said: "You've turned into such a kind person! "When he turned around, she saw her religious teacher standing behind her. She felt very happy, gave a hasty hello, and told her: "I thought you were angry with me"

The teacher replied: **"I only decided to forgive you a couple of minutes ago...!"**





She had a smile on her lips. She got stuck between two choices: whether she had to choose the street on her right or the street on the left hand side. She took the street on the right. As if her smile told her she had taken the right path. Right at that moment, a motorcyclist drove right through the pavement and an old lady who was walking in his path got frightened and dropped her bag of oranges. The oranges

scattered everywhere on the ground. As she bent down to help and pick up the oranges, she thought the motorcyclist was very similar to the same motorcyclist who was stopped by the police. She told herself: "neither the police nor the force of an army can change a person who is not willing to change".

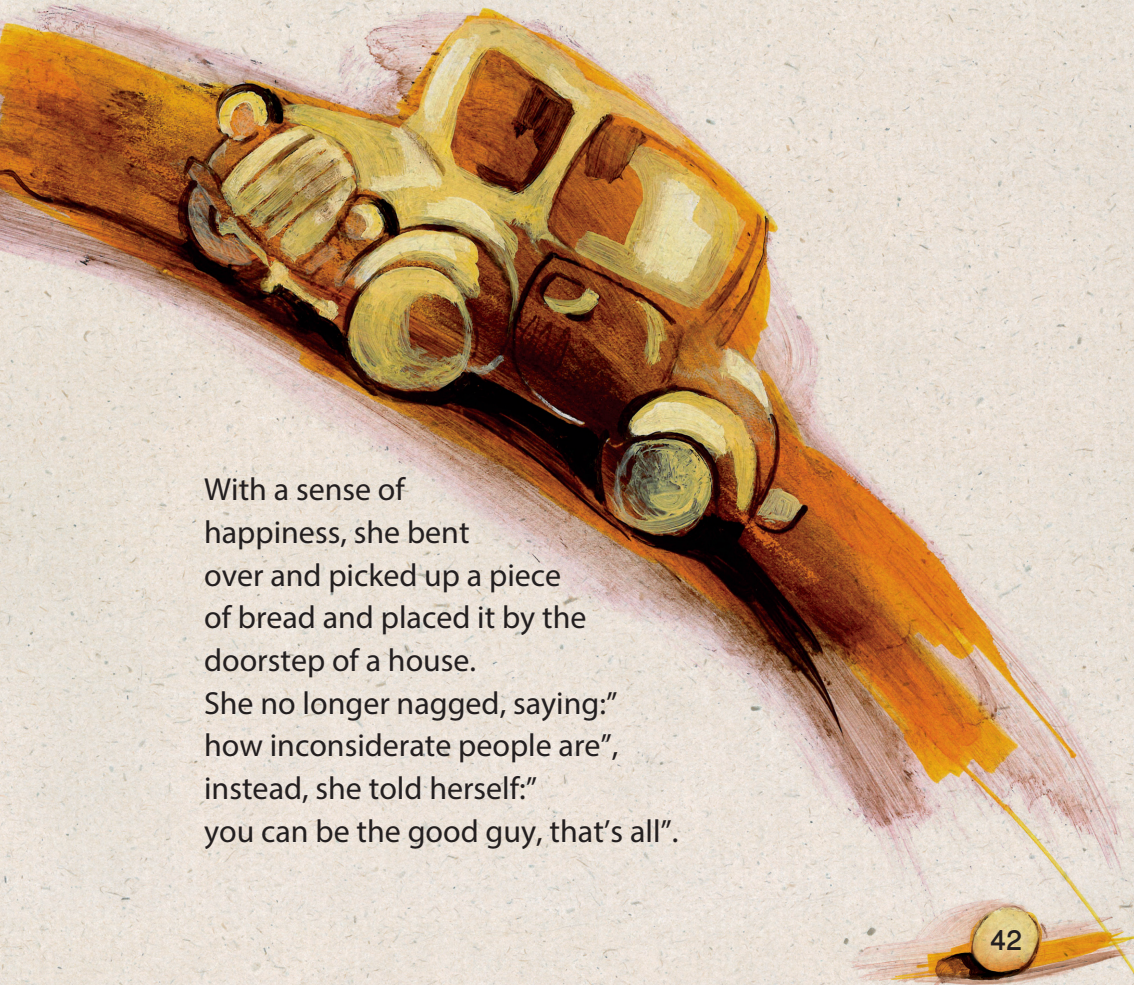
Till that moment in her life, she had never thought about things from that perspective.

She remembered her grandfather's words before he passed away. He had told her: "those who are about to change and become successful take responsibility for all their mistakes". As she was thinking, she realized that everything she remembered was her fault. All her teachers, family and counselor tried to help her anyway they could. It was her own fault that she had failed to utilize all those opportunities properly. She was turning into the people her grandfather talked about. She felt like a changed person.

Whenever she thought of her grandfather, even though she liked to, she never had the patience to recite Fatiha⁷ for him. This time, it was the first time that she recited Fatiha for him at least two or three times with ease, that way she could compensate for her previous failure to do so.

7- The first Sura of Quran that Muslims recite when they remembered a deceased relative.

Now, she actually wanted someone to tell her again to “try harder”. She no longer thought of this sentence as something used by elders for putting pressure on younger people. When she stopped thinking about the stone, she started to think about the obese woman who had entered the herbalist’s store. She was right; the woman was searching for a drug to help her lose weight. But why did a person who wants to lose weight had bought an ice cream? When she was comparing herself to that obese woman, she remembered the first set of questions she had asked her counselor: “how many days a week would you allow me to rest?”. “How many hours a day can I spend talking to my friends on the phone?” “At what intervals can I take a rest? Her counselor had replied: “you definitely know that I am an educational consultant, don’t you?” and after hearing the positive response, the counselor said: “but you’ve asked me three questions and none of which was related to studying”.



With a sense of happiness, she bent over and picked up a piece of bread and placed it by the doorstep of a house. She no longer nagged, saying: "how inconsiderate people are", instead, she told herself: "you can be the good guy, that's all".



Her new counselor relates this to her being behind schedule. When she asked her teachers what she should do, the reply she received was always the same thing: "try harder".

This sentence pissed her off so much. It was the vaguest sentence of her life.

She preferred to be called names than to listen to that sentence. What does it really mean to try harder? Don't I try hard enough?

But after a couple of minutes she had started to feel better. Something had changed. As she was walking and remembering her past memories, she came up with new ideas. She was feeling much better.



Even if she wanted to study, there was no time and patience left.

One of her friends introduced a good counselor to her. So, she went to find a new forward striker for her team. The consultative classes started. She was really happy...

She felt as if she had found the savior of her life. The counselor talked to her and she enjoyed it. But this pleasant feeling lasted only for a few days.

Exactly till the day that her counselor told her: "I want you to sit for an exam during our next session"

She studied using different methods, but whatever she did she still couldn't achieve her desired results. Someone told her this happens because you are too stressed.

She told her mother, because of her weak background in these subjects, she had started to have problems. But what she did not tell her mum was that she had done none of the tasks which were assigned to her by her teachers from the start of the school year.

All her miseries doubled from that day on; because she completely stopped studying in the mornings at school as well as in the private institute which she was attending in the evenings.

She realized that in the past she always acted like a stone that was not willing to move; instead she was searching for a strong foot to get kicked off.

She was badly out of time. When she arrived home, she had no energy to study.

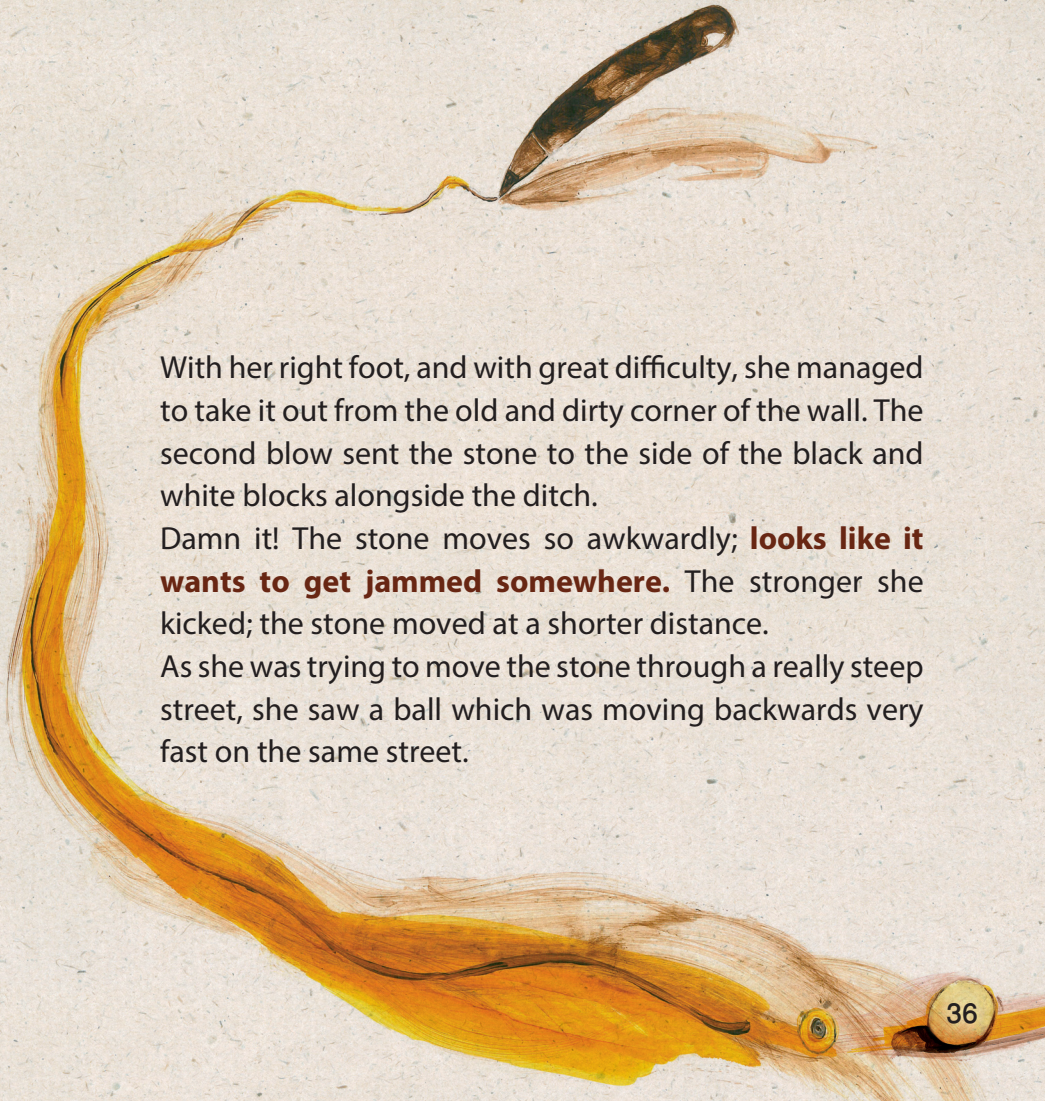
Day in day out, her exam results got worse. Everything was even more boring than before.

Her mother gave her a warm hug. Without asking any questions, she started to complain to her mum about the physics and the math teacher, about the way they taught her class. Then she went on complaining about her Arabic teacher, that she could not understand a single word she says.



From that day onwards, she decided to become a different person. So, it was that very moment when she drew an accurate conclusion of her life: no matter how hard I kick it, it won't move forward properly, because it is not smooth and ready. No one can move a stone, unless the stone itself is willing to move. The stone got stuck under the trash bin. She left the stone right there.

As she moved on, she saw a little boy who had kicked the ball with his small foot. She was getting at some good conclusions. **"What is important here is the thing/or the person who is willing to move, not the one who is willing to push"**. She remembered the night when she was sitting at home on the sofa all bored and annoyed.



With her right foot, and with great difficulty, she managed to take it out from the old and dirty corner of the wall. The second blow sent the stone to the side of the black and white blocks alongside the ditch.

Damn it! The stone moves so awkwardly; **looks like it wants to get jammed somewhere.** The stronger she kicked; the stone moved at a shorter distance.

As she was trying to move the stone through a really steep street, she saw a ball which was moving backwards very fast on the same street.

At that moment couldn't she really tell herself:

"the counselor gave me a great idea! If I can study chemistry this good, then I can study my other subjects as good as this one"

The owner of the herbalist store, who had started to become suspicious of her, came to the front of the store. As soon as she saw his shadow on the glass window, she realized that she had been standing there for a while now, revising her bitter memories.

She panicked and left quickly. She walked very slowly till she saw a stone.

The shape of the stone was such that it made it ideal to be kicked around and play soccer with. And so the game began. After the first kick the stone got stuck in the gap between the wall and the pavement.

Studied one or two subjects their score would be awful;
and they would face great problems.

She felt confused. From that week on, she decided not to
study chemistry either!

But was it really the right decision?

By saying those words, did their school counselor really
want her to put aside studying chemistry all together?



When we constantly talk about the problems associated with our life we end up feeling miserable, we unconsciously belittle ourselves by magnifying our problems.

This way we'll find so many problems around us that it becomes too hard to stand our ground. We'll find so many problems that it becomes impossible to solve them with our mind, our heart or with our soul.

In this case, the best thing is to write our problems on a piece of paper. This way we can face them in a rational

way. As a result, many of these problems would just fade away. This way we can remind ourselves of our power.

But, that's not what she did. She was always ready to break down upon hearing or seeing anything new. For example the only subject she studied was chemistry and the only reason was that her chemistry teacher was very frightening. But, she was very thankful for that, until the day that the school counselor told them if they only

But when facing a problem many of us try to magnify it and do all sorts of strange exaggerations so that we can deceive those around us. Mark Twine has put my words in a beautiful statement:

“In my life, I have encountered many problems, some of which have actually happened”.

When we look back on our life, we can see that we have tried to make our life appear harder than what it really has been.



When she saw the amount of work she had to do, she preferred to sleep rather than to stay awake and be annoyed at her teachers for not realizing that she doesn't have enough time for all that homework.

But she never asked herself, why is it that the students who were weak in class last year have now improved? Weren't they taught by the same teachers?

Really, if people instead of losing their grip, upon facing problems asked themselves the right questions, many of their problems would have been solved. But what really happens when they face a problem is that they panic and can no longer use their senses. What does a counselor do? They would ask questions and talk to us; they provide their clients with direct answers, but what they do is to lead their clients to provide answers just by asking questions. This is something that every clever person can practice.

She kept on feeling even more disappointed. Recently she had arrived at another conclusion that all this was her new teachers' fault, they made her feel stressed by giving her too much homework.

Their home work was so much that some of the students would copy from each other's notebooks or they would copy the answers from the back of the book. One day, when she told one of her friends about this new excuse of hers, her friend responded: "don't you see those students whose home work has been copied by others?" she replied to her friend: "there's only a few of them".

Her friend replied: "but still, it doesn't matter we can be among them too". But instead of joining those students she would become annoyed. You probably won't believe it, but many students actually study less when they are given more homework.

God loved her, and to believe what I'm trying to say, let me tell you about a beautiful sentence that one day one of her counselors wrote in her notebook. The sentence was from Charles Darwin:

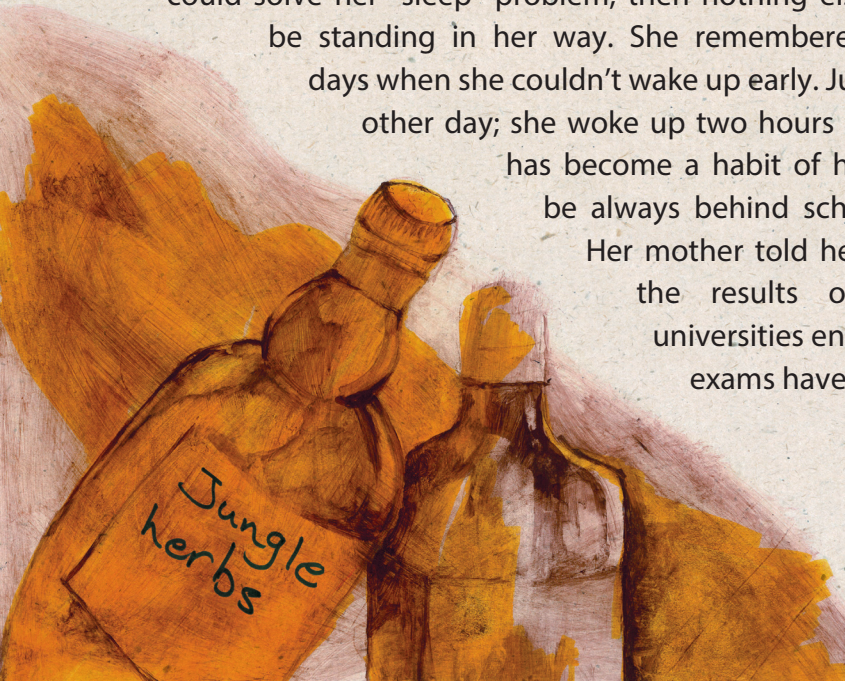
Amongst all the creatures, those who will survive are neither the strongest nor the clever ones; rather they are the ones who can adapt themselves to the changes around them.

She read the sentence, smiled and mentioned how beautiful it was, but as usual the case was closed. She regarded these signs as a series of strange things that happened. She would walk past these signs with her hand over her ears so, that God couldn't speak to her.

She had seen many students, who were weaker than her, but now they were showing signs of progress. Instead of cherishing the good things available to her,

And her cousin got a 7 digit rating. As our hero was the master of nagging, she went on: "Oh, she studied more than me, yet her rating is this! So, it's clear where my rating would be". Each piece of new information could have opened a whole new world to her so that she could start all over again. I guess all these events were some sort of sign so that she could trace back to the root of her and other peoples problems, but she constantly found faults with herself. By asking for new information she tried to divert her mother's attention from her arrival. She constantly told her mother: "don't expect too much from me! "On Tuesdays she would start stressing from the morning until she went to bed over her schools weekly exam, and therefore with all that stress she couldn't even touch her textbooks. There was no one to tell her: "all these fear and stress are there to make you study, not to completely stop studying". They say that **"successful people turn threats into opportunities"**, but what she did was to use these threats to destroy everything.

As she was reading the advertisements, an obese woman entered the shop holding an ice-cream. She seemed as if she was there for a drug to help her lose weight. One of the sentences on the window read: "A new mixture of jungle herbs, for reducing sleep" "Sleep" was the one thing she was very sensitive towards. She thought if she could solve her "sleep" problem, then nothing else will be standing in her way. She remembered the days when she couldn't wake up early. Just the other day; she woke up two hours late. It has become a habit of hers to be always behind schedule. Her mother told her that the results of the universities entrance exams have come



And try to accuse others for their mistakes. As she crossed the intersection, a bit further up, there was the herbalist's shop in front of which she always used to stand and read the strange advertisements displayed on the window



They would accept the problem. This acceptance helps them move forward. But when ordinary people face a problem, they do whatever they can to deny everything and try to act as if there is no problem.

Some get **angry** and try to accuse others as the cause of their problem; and some get **depressed** and say: "there is nothing I can do". There is still another group who, like the motorcyclist, try **to bargain** with those who have caught them red handed, saying: "There are so many other people like me, just let me go this time"

All of these different groups of people behave normally and they will all hit a dead-end; **because the most difficult and correct thing is accepting the problem** and no ordinary man is capable of doing that. Instead they try to act as if nothing is wrong

Instead of feeling pity for the motorist, why didn't she think even for a second that if the motorist is expected to wear a helmet, it is for his own safety, so that he can return home safely to his wife and children and that if he had worn a helmet nobody would have stopped him. **Why is it that the motorcyclists are the ones who deceive themselves?**

After really focusing on her classmates' positive points, why didn't she relate their success to the amount of hours they studied? Why was she seeing the reality in such a distorted way? As long as people are not honest and distort the reality so that everything seems less intimidating to them they'll never get anywhere. When successful people face a problem, they would always choose the most difficult thing in the world:



After several minutes of watching the motorist, she resumed walking and murmuring to herself: "All the misfortune in the world always seem to happen to miserable people!" There are all these modern expensive cars on the street, yet the police had stopped this poor man. Right in that moment, she remembered the times when she used to compare herself to the other students. While sitting in the classroom, she paid more attention to her classmates than she did to her teacher. She always tried to find the good points in her classmates and compare them to herself, such as "that girl is very smart", "the other one has been transferred from a different school", "the other girl studies too much", "that girl is lucky to have a father who always helps her out", and "the one sitting in front of me is just like Einstein", "but what about me? "Do you know of a person who has reached places by magnifying other people's advantages and undermining themselves? Do you know anyone that has been created by God with the purpose of only failing at things?"

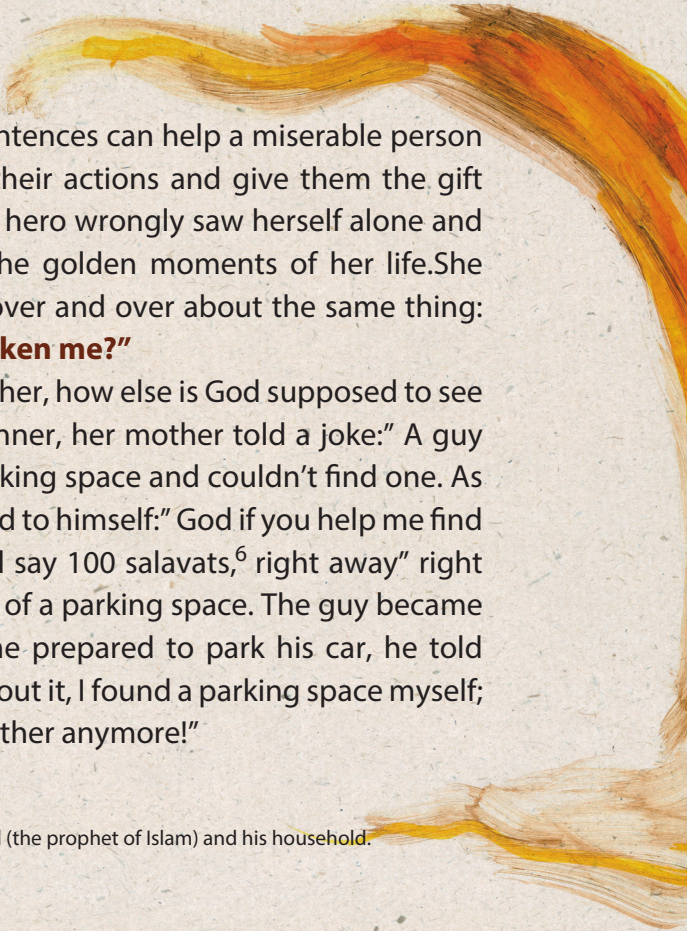


She looked down and didn't laugh. That night, she simply overlooked one more sign from God. Sometimes, God appears in a funny story. She ignored that joke all together to become the champion of jumping over signs.

People simply accuse God of ignoring them, but on the other hand they themselves are the ones ignoring God. She was thinking about these issues, when she heard an angry cry of a man coming from the other side of the road. It was a motorcyclist who was stopped by the police. He was shouting and saying there are so many other people driving around without a helmet, and you've only stopped me? "My God, how miserable am I!!" he cried.

"Why does all the misfortune in the world befalls me?"

The sound of the horns belonging to the cars stuck in traffic behind the motorcyclist was annoying everyone.



Each one of these sentences can help a miserable person in getting ahold of their actions and give them the gift of a new life. But our hero wrongly saw herself alone and helpless during all the golden moments of her life. She always complained over and over about the same thing:

“Why has God forsaken me?”

Someone should tell her, how else is God supposed to see you? That night at dinner, her mother told a joke: “A guy was looking for a parking space and couldn’t find one. As he was driving, he said to himself: “God if you help me find a parking space I will say 100 salavats,⁶ right away” right then a car pulled out of a parking space. The guy became very happy and as he prepared to park his car, he told God: “Don’t worry about it, I found a parking space myself; you don’t need to bother anymore!”

6- Salavat- praising Mohammad (the prophet of Islam) and his household.

Without turning back, with a weak and tired voice, the teacher told her: "Believe me, you don't want to change. You don't want to accept that everything is your own fault. **In your life you are after a culprit to lessen your punishment.**"

Karl Yung has a nice sentence that goes like this: "we cannot change something, unless we accept it first". That's my last word. Objection does not release you; rather, it'll put you under a lot more pressure. I no longer like to talk to you, unless I see that you have changed. **Till that day, goodbye...**

less we accept it first
objection does not release you
rather it'll put you under more Pressure

The reason for this God's command is that there is a power within each and every one of us. Why do you have to give yourself so much time to change? Why do you feel you need so much time? Why do you doubt your real powers in creating a change?

Just like millions of other people. You can change into a new person in a blink of an eye.

You should believe that, what the university entrance exam, your teachers, school and finally what God is expecting from you it's all because you do have the power to fulfill them. She burst into tears and said in a trembling voice: "why, why didn't my parents force me to study more seriously in the past? Why my previous teachers were never strict enough about how hard I studied so that right now I wouldn't be in this position?" Her teacher started to walk down the corridor as if she was running late. She started following her with her feet dragging on the floor like someone who is after its prey.

“They’ve been studying like this from the beginning, they’re used to it, but I haven’t!”

The teacher zipped up her old overcoat and said:“ Let’s take a nine-year old child for example who doesn’t even know the meaning of fasting and obviously is not familiar with its rules.

Every day she eats her breakfast, lunch and dinner, and then one night before the start of the month of Ramadan,³ God tells her: “when tomorrow comes, all the halal⁴ foods will be forbidden to you”. Do you think that, that child can tell God:” Since I’ve never done this before, let me skip breakfast for the first week, skip lunch for the second week, skip dinner for the third week and then in the fourth week I will go on a complete fast?!”

Is there anyone who knows us better than our own creator?

Why is it that God expects us to change so rapidly on the last day of Sha’aban⁵?

3- Muslims’ holy month of Ramadan, when they stop eating and drinking from dawn to dusk

4- Halal- allowable by religion

5- Sha’aban- A month in the Islamic calendar which comes before the month of Ramadan

It is really interesting how sometimes the world and our God try to talk to us and tell us exactly what we need to know. And how bad it is when we completely ignore and overlook them. **Fear is only an effect; the cause is our lack of knowledge.**

If we go and read up on successful people, we'll see how weak they have been in the beginning. **This way, we can see that there were people weaker than us, and this can encourage us to get up and do something.** As long as we lack the knowledge about others and how they've changed, we will remain the same person we are. As she was staring at the paper, she remembered her favorite teacher. She remembered the day when she had bothered her a lot.

Once her religious teacher had asked her: "why don't you try and study as much as the studious students?" and she had replied:

At that moment, the only thing willing to talk to her was a sheet of her father's Hamshahri²; a newspaper bought several days ago which was spread under the herbs her mother had cleaned and sorted. There was a sentence visible on the paper which said:

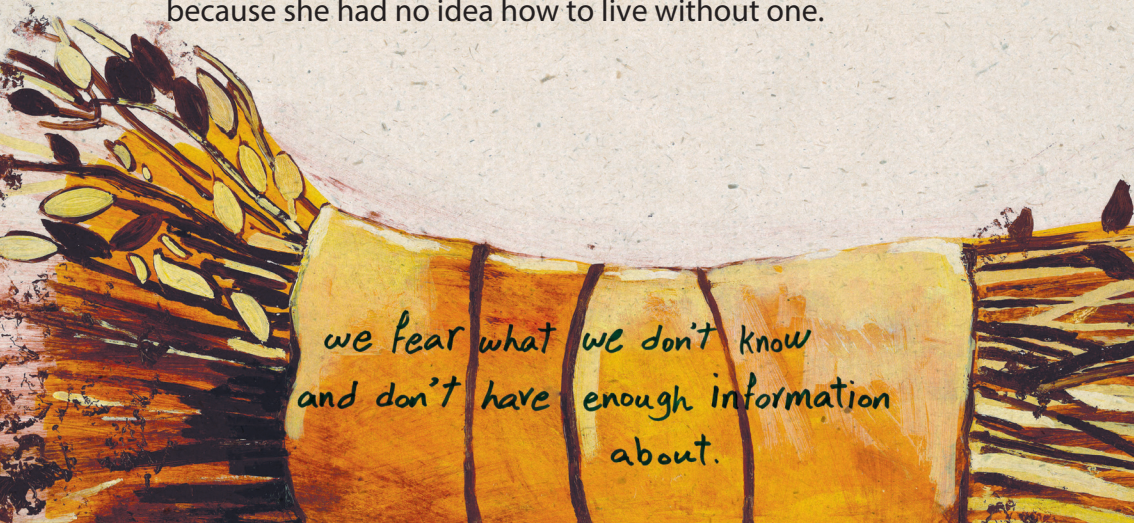
We fear what we don't know and don't have enough information about. It's the right time to understand more so, we can fear less.

2- An Iranian daily newspaper

No matter how she calculated and compared the hours she spent studying to the hours she didn't study, her rating ended up being far away from where it should have been.

Whenever she wanted to change everything, she felt a fear building up inside her. She was afraid of studying 40 hours a week because 40 hours seemed too much for her. She was **afraid** of waking up early because in her opinion it was the most difficult thing she ever had to do.

She was **afraid** to study without taking an afternoon nap, because she had no idea how to live without one.



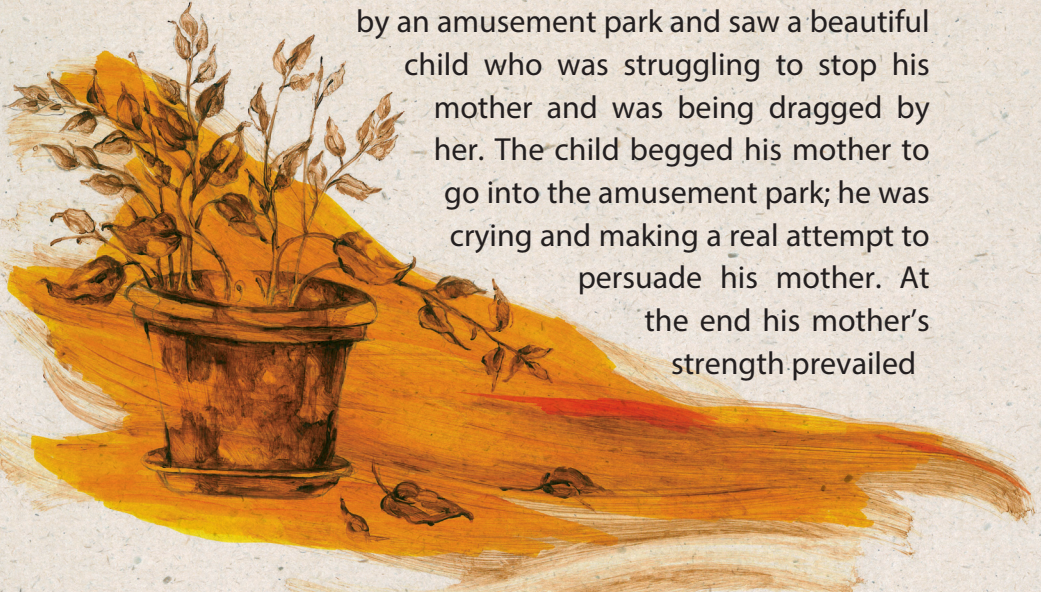
we fear what we don't know
and don't have enough information
about.



And she firmly took the child by the hand and dragged him away....As she reviewed this memory, she came to the conclusion that: **"It is an empty motto which says people can achieve whatever they wish"**. She had become pessimistic towards her dreams. "Maybe, I shouldn't have such great expectations". It is here that your vase of dreams leaks, the water of your incentive leaves, the flower dies, and then the wish dies and eventually you'll die. **"death of a dream is not solely the end of one's dream; it's the death of a person's life"**. If you look closely, you'll realize that the owner of the dream dies as well, because it's the dream that keeps a man alive. She constantly brought up different excuses to justify the fact that her dreams wouldn't live long. Once in a forum, she had heard the speaker say: "those who had high rankings in the university entrance exams, studied 40 to 50 hours a week". Whenever she remembered this, she wanted to die.

At the end of the week, when she was adding up the hours that she had spent studying, the total hardly amounted to 10 hours. The book was not on speaking terms with her and had gone in a corner and murmured quietly to itself: "She wanted to study 12 hours a day; yet, her weekly study hours hardly add up to 10 hours!, why couldn't she do it?! If she didn't want to do it, then why did she write down the hours that she did at the start of the week?" She remembered the day when she was passing

by an amusement park and saw a beautiful child who was struggling to stop his mother and was being dragged by her. The child begged his mother to go into the amusement park; he was crying and making a real attempt to persuade his mother. At the end his mother's strength prevailed

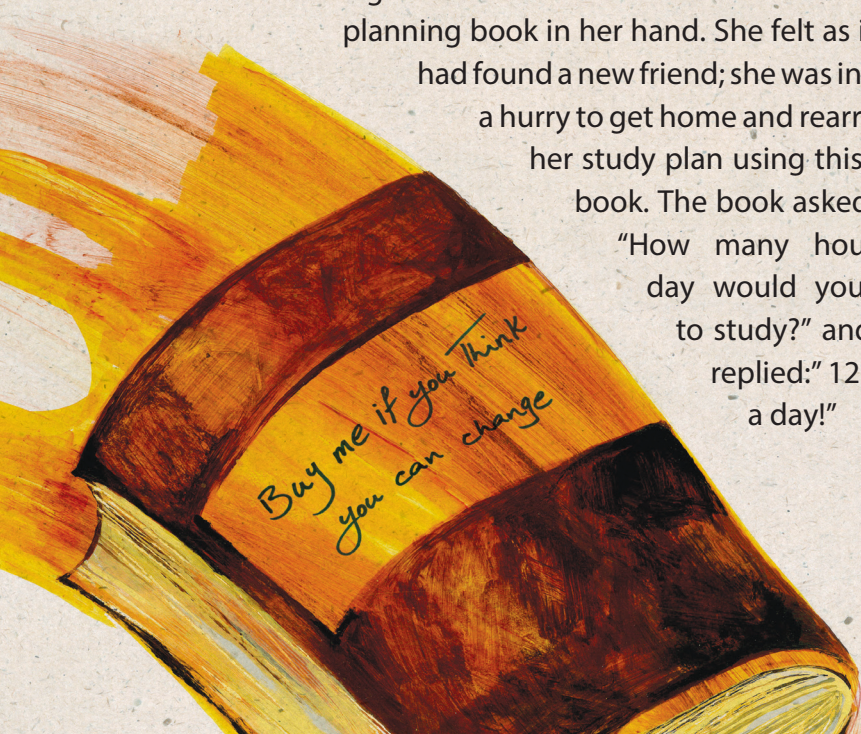


The book replied: "don't make up stuff, write something you can actually accomplish! If you start with only a few hours which you can handle it's better than choosing long hours as your target and never fulfill them". She told the book:" why do you doubt me so much? I know I can change, stop nagging".

The annoyed book turned a blind eye to whatever she wrote. When she finished writing in the book, she told it, in a way that it seemed as if she was very pleased with her purchase: "you seem very cool! If you take it easy on me, I will definitely succeed with your help".

The book wiped the smile-off its face and told her:" Me being cool is of no use to you, you should love my tough disciplines".

Her friend had a lot of great things to say about it. She flicked through the pages and she actually liked it. On the back cover it was written: "buy me only if you think you can change!" She told herself, "Don't be silly! Of course I can change". And she left the bookstore with the planning book in her hand. She felt as if she had found a new friend; she was in such a hurry to get home and rearrange her study plan using this new book. The book asked her: "How many hours a day would you like to study?" and she replied: "12 hour a day!"



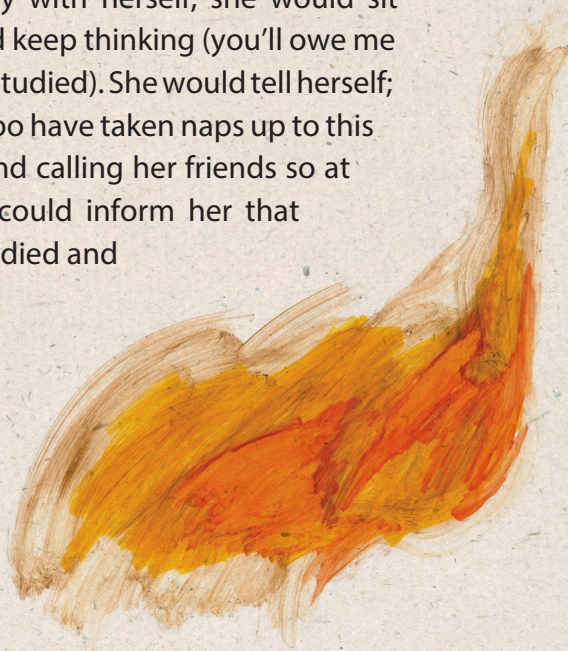
First couple of weeks went by like a blink of an eye. By now the fact of not studying seemed normal to her and as soon as she felt guilty she would remind herself that no one studies therefore, we must have time to catch up and then she would sleep more comfortably than before. One day she saw one of her friends holding a planning book.



Therefore, she would pick up the phone in search of a culprit. Thank God she could always find someone who hadn't studied either and as a result she would feel a bit better about herself....but; do you know how long her calls lasted? Even though at the start of everything we're set out to achieve we only have a little information available to us to go on with; in most cases we do have honest and sincere feelings. Before taking part in the university entrance examination, many students come to the conclusion that they should dedicate their whole year to studying.

That is the best idea that they have had but, as the most important school year of their life begins, they slowly start to reduce their study hours using every excuse they can, such as **"No one needs to study that long" or "I can never study this much"**.

She preferred to die than to experience that feeling again. Feeling angry with herself, she would sit behind her desk and keep thinking (you'll owe me one if you think she studied). She would tell herself; maybe her friends too have taken naps up to this hour. She didn't mind calling her friends so at least one of them could inform her that they too haven't studied and so on....





She had decided to use each and every hour of this year to her advantage. During the first week of her classes, the teachers had not given them many lessons and therefore, she didn't have too much work to do. So, she remembered what she had told her friend and as she was drinking tea she gulped this memory which was as bitter as the tea in her hand and gave a bitter smile to the remark she had made to her friend. In the second week, she had more work to do, but when she came back home from school she felt surprisingly sleepy. She would tell herself: "I can't study while being so tired, I'll take a nap then I'll sit down and study, that way I would be more alert". She would set the alarm for half an hour, but ended up sleeping for 3 hours and she had no idea as to why.

When she finally woke up, she would feel sluggish and become really stressed as if someone was squeezing her tightly.



She was tired of wishing and not getting what she wanted. She was exhausted of all the pointless efforts she had made, but never got the results she was expecting.

She was worried that this time she might fail again.

Like a group of monsters, the ugly memories of the past couple of months were trying to climb up in her mind and get reloaded.

She kept restarting her mind, but it was no use, once the bitter stories decided to be played, there are only a few people who can stop them, so, therefore, the film festival of old movies began....

The first movie in line to be played was related to the last Thursday of the summer holidays, when her friend had asked her: "Are you coming out next Thursday?"

She had replied in an angry manner: "Have you really lost it? My classes are starting on Saturday and I have to sit for the university entrance examination this year!!"



But, why she had to make another visit to the stationary store around the corner so, that she could complete her painting?

Why was it that the beautiful house she had formed in her mind had not yet assumed shape?

Summer, a suitable season to build a house, had gone and now fall, with its brown color was challenging her.

She wanted to begin, but she was frightened and the fear had caused her to doubt everything.

She wasn't even sure if the new pens she had bought would work properly. Maybe nothing will work out, maybe the world will not consider her and maybe God has decided not to see her again.



While her father
promised to be in charge
of that lovely garden
and was willing to buy as much
material as needed.

As she came out of the stationary store, she remembered buying lots of colorful notebooks, pens and highlighters from the exact same shop in the month of Tir 1. That was the time when she had decided to add beauty to her black and white life using her colorful pens. Back then she was very determined to replace all her old and messy rough drafts with a new ring-binder paper representing her future. Her school mistress had promised to help her out with this shared painting along with a number of superheroes she had employed at the school. Her counselor had promised to take on the responsibility of drawing the wooden walls and a strong ceiling for her beautiful house,



1- Tir is the Iranian fourth calendar month



Barsa means, the beginning of the road

And you surely do know that all the successful people in
the world are part of Barsa?!

That's because they are the only people who even
though they know so much, they still feel as if they don't
know enough.

So, they read

On the bus,

In the doctor's office,

Before sleep,

After breakfast,

In the metro,

And while stuck in traffic.

Yes, almost everywhere you can think of....

Here's Barsa's telephone number: **(+98 21) 2267 7917**

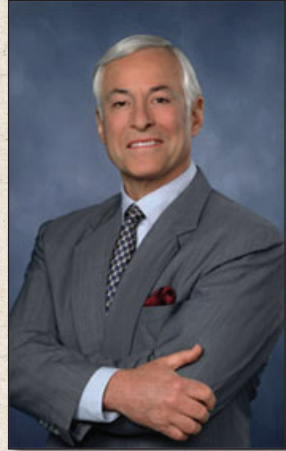
If you achieved some desired results, visit our site on

WWW.alimirsadeghi.com

And write to us about your success.

You can also join our site to access the articles written
By some of the world's famous consultants, free of charge.
You can also write your comments on a piece of paper and
Mail it to PO Box 1979955316.

www.alimirsadeghi.com



In October, 2012, for the first time in my life I'm dedicating one of my books to a foreign man.

He is delighted and a couple of months later in May of 2013, I receive the news that the same book has become second in the world.

For all his wisdom and the luck he brought into my life, I dedicate this book to **Mr. Brian Tracy** the man of frogs!



2013
**INTERNATIONAL
BOOK AWARDS**

4TH ANNUAL AWARDS SPONSORED BY USA BOOK NEWS

FINALIST – Youth Issues

Full Stop, Next Line...
by Ali Mirsadeghi





Barsa Publications



The third shared work of our trio

Written by: **Ali Mirsadeghi**

Graphic design, Logo & Print Supervision:
Reeno Studio / Nima Jafari

Pictures: **Sahar Mirhosseini**

This book belongs to the students who in the moment of hopelessness, in the hours filled with stress and worry, and in all the tough and challenging times throughout their lives, shout at themselves, saying:

I will either find away, or I will make a way.

IN THE NAME OF GOD

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ