



# قوی باش

ته یان پارک کاربر نودهشتیا



ژانر: خودباوری

صفحه آرا: آوا شکبیا

طراح جلد: aramis.R\_G

ویراستار: Ariyana

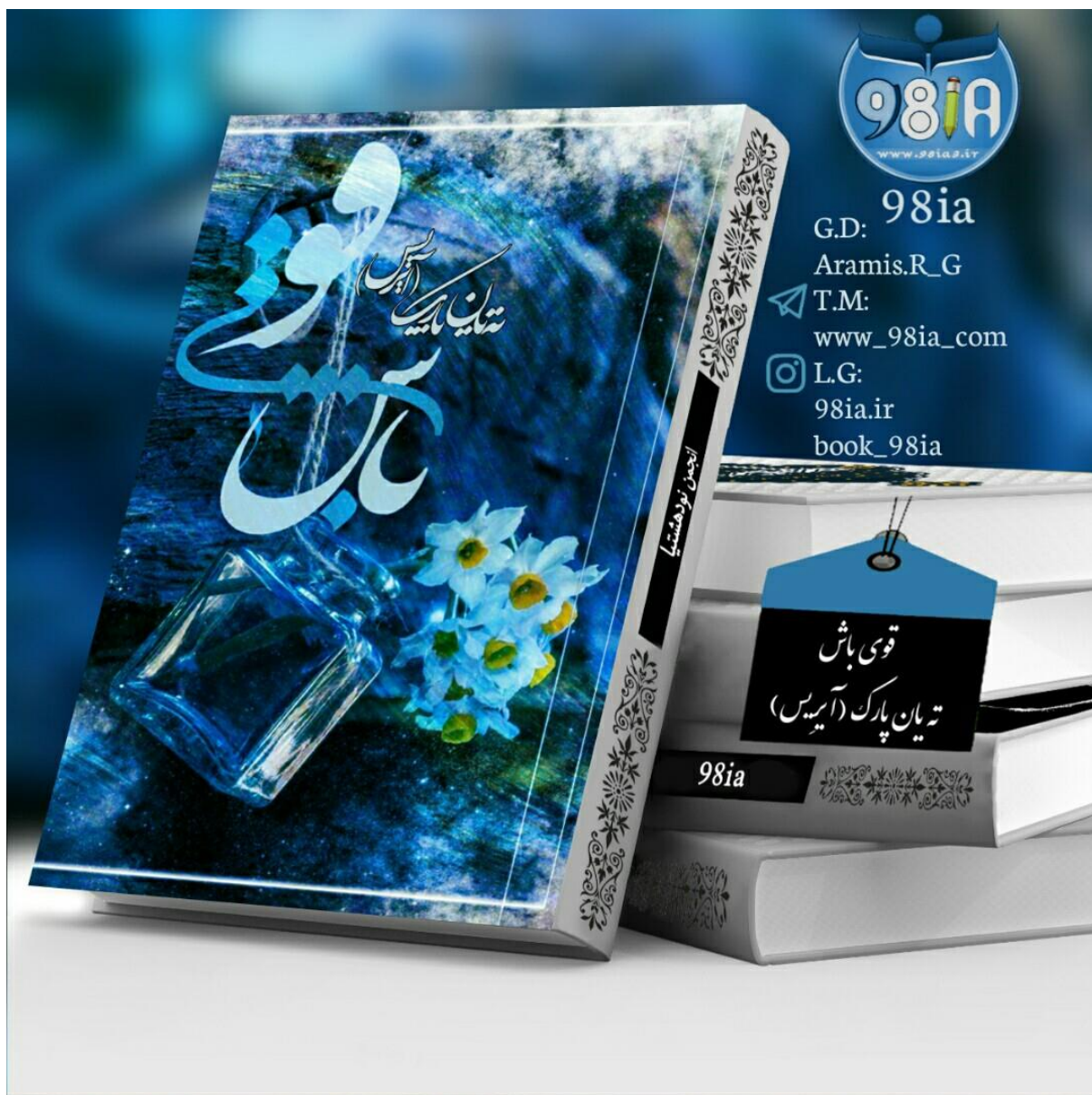
تعداد صفحه: 20

[www.98ias.ir](http://www.98ias.ir)

1400/11/9

سایت نودهشتیا

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



مقدمه: یادمه یکبار گفتمی که می‌خواهی خاص و متفاوت باشی  
اون زمان نمی‌دونستم اما الان فهمیدم.

اینکه بخوای از کسی که خوشتر میاد تقلید کنی این خاص  
بودن نیست، اگر دوست داری متفاوت باشی اول‌تر از همه قوی  
باش...

تو به دنیا اومدی که به چالش کشیده بشی وظیفه تو قوی  
بودن و شکست نخوردنه! وقتی در مسیری قدم برمی‌داری بزار  
بگن اون چقدر قویه اون قدرتمنده و از پس کارای سخت بر  
میاد اینجوری انگیره هم پیدا می‌کنی.

یک ویژگی که باید همه داشته باشند اما ندارند و ازش غافل  
موندن قدرتمند بودن؛ نه اینکه مقام داشته باشند یا اصل و  
نسب نه نه اصلاً! فقط خودشون رو مثل یک سپر محکم کنند  
در برابر هر اتفاقی و ازش گذر کنند.

معمولاً ضعیف‌ها افسردن، غمگینن، ناامیدن و...

اونا توی زندگیشون موفق نبودن چون ضعیف بودن و از خیلی

چیزها گذشتند و کنار کشیدن وقتی بهش فکر کنی، این واقعا باعث میشه حس بدی بهت دست بده پس تو نباید مثل اونا باشی فقط هی نق نزن و خودت رو قوی کن.

تسلط بر دیگران قدرت خوبیه ولی قدرت واقعی وقتییه که روی خودت تسلط داشته باشی. روی خاص خودت متمرکز شو اهداف تو ورق بزن و بگو تو می تونی به تک تک اونا برسی، مهم نیست که چقدر ازت دور باشند در نهایت انگیزه ای درونی داری که باعث میشه تواناتر باشی.

تو نمی تونی، تو امکان نداره هه، مگه دختر/پسر می تونه اینکارو بکنه، چشمتو باز کن دنیای واقعیو ببین، تو جوانی جاهلی می گذره الان تو کفی، دو روز دیگه پشیمون میشی و... تموم شد؟ تا کی می خوای فقط حرفای منفی و نظرات دیگران رو بشنوی وقتی راجب آینده و رویاها و آرزوهات برایشون میگی؟ مگه گفتنش فایده ای هم داره وقتی فقط میخوان تو اونجوری بشی که اونا میخوان؟ اینجا مکث کن! با خودت فکر کن دوست داری آدم رویاهات باشی یا آدمی که آشنایانت ازت ساختن؟ انتخاب با خودته و پشیمونی هم با خودت میتونی انتخاب کنی،

چون حق مسلم توئه.

هر کدومو که انتخاب کنی در نهایت نباید جا بزنی و باید تا تهش بری به این میگن یک انسان قدرتمند؛ قدرتمند کسیه که پای حرفش بایسته، کسیه که تا ته خط رو انتخابش مصمم باشه، قوی شخصیه که هیچ وقت جا نزنه چون مشکلات تموم میشن درسته؟ پاییز آخرش قشنگه!

همیشه دقت کردی کیا خودکشی می کنن؟ کسایی که تسلیم میشن، کسایی که خودشونو به دنیا میبازن و در نهایت اذیت میشن و خودکشی می کنند. اونا همیشه دنبال این هستن که یک تکیه گاه داشته باشند یا حتی فکر می کنن به تنهایی قادر به انجام کاری نیستن اما نمی دونن همه چی اولش اینطوره که تا خودشون شروع نکن قرار نیست دیگران یاریگرشون باشند؛ اینو نمی دونن و آخرش به دنیا می بازند. اونا وسوسه تسلیم میشن و بازنده هستن و هیچ وقت به جایگاه قهرمان بودن دست پیدا نمی کنند.

اگر شانه‌ای برای تکیه دادن نیافتی به دیوار تکیه کن، اگر

دستی برای بلند کردن به سویت نیامد دستت را به جای دیگری بند کن و بلند شو، تو همیشه خودت را خواهی داشت و هیچ کس جز خودت نمی‌تواند نجات بدهد.

شاید مشکلات زیادی داشته باشی ولی اونقدر قوی هستی که بتونی از پس تک‌تکشون بر بیای و ازشون عبور کنی همینطور که تاالآن اینکارو کردی. تسلیم نشو و قدرتمند باش تو همیشه می‌تونی توی زندگیت تغییر ایجاد کنی و بدون که قادر به انجام هرچیزی هستی فقط کافیه اراده کنی.

هیچوقت برای قوی بودن دیر نیست، قوی بودن تاریخ انقضا نداره.

وقتی محکم و قوی باشی دیگه هیچ چیز نمی‌تونه آرامشت رو بهم بزنه و ذهنت رو درگیر کنه.

خیلی سخته بخوای ادای محکم بودن رو دربیاری و نشکنی وقتی از درون پوسیدی، سخته که در ظاهر بخندی اما در اصل باید برای خودت زار بزنی، سخته که دیگران به خوشبختیت حسرت بخورن ولی تو حتی خوشبختی رو در چند فرسخی

خودت هم نبینی و همه‌ی این‌ها پوچ و تو خالی باشند و تو به زندگی کم بیاری! ولی آدم‌های قوی اینجوری نیستند اون‌ها به راحتی از هر چیزی عبور می‌کنند و این راحت عبور کردن از پل سختی‌ها رو مدیون تلاش کردن و تسلیم نشدن هستند.

راجب آدم‌های عاشق، عاشق و دل‌باخته کسی هستن به گفته خودشون خب درست! شاد و خندان و سر حال اونم درست! ولی وقتی بهشون خیانت بشه یا ترکشون کنند در نهایت میشن همون آدمی که می‌خواد از هر راهی به خودش صدمه بزنه و خودکشی کنه به راحتی کم میارن و این بود عشق واقعی؟ این شادی پایدار بود نه؟ اینکه بخوای بخاطر یکی دیگه بخندی یا حس باارزش بودن داشته باشی همون بهتر که افسرده باشی! اصل اول همیشه اینجوریه که تو خودت باید شروع کنی تو تنها کسی هستی که حالتو خوب می‌کنه، تنها کسی که باید از پس مشکلات خودش بریاد، تنها کسی که باید برای خودش تصمیم بگیره و... و این اولین اصل موفقیت توئه.

امیدوارم عشق رو پیدا کنی، ولی مهم‌تر از اون امیدوارم به اندازه کافی قوی باشی که از چیزی که عشق واقعی نیس، دور



بمونی.

قوی بودن را یاد بگیر! قوی بودن ملاک رسیدن به آرزوها و داشتن زندگی پر از آرامشه.

وقتی دنیا تورو به بازی گرفت و لغزش‌های پر تلاطم خواستن تو رو از پا در بیارن تو با اسلحه قوی بودن نشون بده که روبروش ایستادی و باهاش مبارزه می‌کنی، اونقدر به خودت مطمئن باش و شکست رو ناممکن بدون تا با موفقیت ازشون عبور کنی!

اگر محکم نباشی، اگر سلاحی نداشته باشی تو در هم می‌شکنی. روانت، آرامشت، ذهنت، قلبت همشون درون همهمه غرق میشن و بدست آوردن دوباره اونا تقریبا ناممکن و واقعا سخته.

قوی بودن اصل واجبی است که باید آموخت! هیچ‌کس در این دنیا دلش برای تو و لحظاتی که از دستت در رفته نمی‌سوزه.

قوی زندگی کردن رو بیاموز که وقتی در گل غرق شدی حداقل خودت بتونی بلند بشی و به خودت سروسامان بدی.

کم کم یاد می‌گیری که می‌خواهی تحمل کنی و ازش بگذری یا  
باهاش خرد بشی.

برای قدرتمند شدن شما نیاز به امید و انگیزه داری و یجورایی  
مکمل قوی بودن.

طبیعی که انگیزه باید از درون خودت به وجود بیاد و نه من نه  
کسی می‌تونه اونو به تو ببخشه، پس از درون بخواه و بدستش  
بیار. درسته کمی زمان بره و طول می‌کشه اما ارزشش رو داره.

ولی برای بدست آوردن می‌تونی از تجربه‌های دیگران، از  
انسان‌های بزرگ استفاده کنی!

کسی رو می‌شناسم که بیمار و ناتوان بود اما گفت: من می‌خوام  
رویامو واقعی کنم مهم نیست اگر حین تلاش کردن بمیرم من  
بهش می‌رسم. اون زمان 20 سال بیشتر سن نداشت ولی الان  
29 سالشه اون تونست به چیزی که می‌خواد برسه با همه‌ی  
بیماری و مشکلی داشت باز موفق شد و الان جایگاهی رو داره  
که خیلی‌ها در حسرت اون هستند. حتی تونست به چیزی  
بالتر از اونچه می‌خواد برسه؛ با باریکه نوری که به سمتش

اومده بود حرکت کرد و الان منبع نور بزرگی برای  
خیلی هاست.

اگر رویایی داشته باشی و چیزی رو از ته قلبت بخوای اگر واقعا  
و واقعا بخوای اون زمان دیگه برای توست و روایات از حقیقت  
پیشی میگیره و بدستش میاری!

همه‌ی اینا رو گفتم تا اگر الان مسیری رو می‌خوای طی کنی از  
همین الان شروع کنی و براش تلاش کنی اول انگیزه رو بدست  
بیار و بعد با جرئت و قدرت به جلو پیش برو و برای خودت  
کسی شو که هم قویه، هم انگیزه داره، هم امید داره و یک  
انسان موفق باش.

همه چیز این نیست که قوی باشی، اما قوی بودن هم هیچ چیز  
نیست. در اصل قوی بودن یکی از صد قدم برای رسیدن به یک  
زندگی پر آرامش و خوبه؛ هرچقدر هم بیشتر تقویت بشه  
اثرگذارتر خواهد بود.

هرگز همیشه گفت قوی بودن قدم چندم این پله‌های ترقیه! اما  
میشه این رو گفت که حداقل توی نود و هشت پله همراهته و نیاز

مهمی است که قطعاً بهش احتیاج پیدا می‌کنی!  
فکر کن تک‌تک پله‌ها رو بخوای بالا بری، اما قدرتمند و قوی  
نباشی مطمئناً توی هر کدوم از پله‌ها یا سقوط می‌کنی یا  
آسیب می‌بینی. حتی اگر به سختی بتونی به پله آخر هم برسی  
مدت زیادی طول نمیکشه که جایگاهت رو حفظ کنی و به‌جای  
این که به پله پایین‌تر نزول کنی درجا در چاه عرق میشی!  
حواست رو خوب جمع کن و خودتو دست‌کم نگیر!  
فکر نمی‌کنم ناتوان باشی، لاقلاً من اشکالی در درونت پیدا  
نمی‌کنم که بخواد مانع قوی بودن بشه.

زندگی با هر اتفاق کوچیک و بزرگش مدام در حال یادآوری  
اینه که قوی باشیم و زندگی رو زندگی کنیم. اما باز ما ازش  
فرار می‌کنیم، ازش رد میشیم و نمی‌دونیم اگر اونو داشته  
باشیم دنیامون زمین تا آسمون فرق می‌کنه. هیچی نمی‌دونیم  
ولی ادعا می‌کنیم خیلی بالا هستیم و این ندانم کاری و ادعا  
باعث میشه بارها و بارها اشتباه کنیم و مسیر درست رو انتخاب  
نکنیم!

زیبایی قانون قوی بودن به اینه که به هر جا که بنگریم اونو می‌تونیم ببینیم و از ته قلبمون حسش کنیم.

تا حالا به این فکر کردی که چقدر باید قدرتمند باشی؟ جواب تو چیه؟ خیلی اکثرا جواب همگی ما هست! ولی اون خیلی یعنی چقدر؟ معیاری برای اندازه‌گیری قدرت وجود نداره و نخواهد داشت؛ تنها چیزی که می‌تونیم ببینیم قدرت قوی بودن رو به نمایش می‌گذاره نه اندازه اون رو و این باعث میشه بخوای تو هم تلاش کنی تا قوی بشی.

زندگی رو باید از رنجی که می‌بریم بیاموزیم و با سلاح قوی بودن از شر همش خلاص بشیم.

اگر این قوی بودن نیست، پس چیه؟

اینکه توسط دیگران دست‌کم گرفته بشی فکر می‌کنه چقدر مهمه؟ من مطمئنم اگر تو رو توانا نمی‌بینن قطعاً به این دلیله که خودشون نتونستن به آرزوها و رویاهاشون برسند. در اصل تو اصلاً هم ناتوان نیستی! اونها بر اساس شناختی که از خودشون دارن برای تو حد و مرز مشخص می‌کنند ولی خب

از لحاظ عقلانی این واقعا غیر قابل باوره؛ در آخر حتی بهترین روانشناس و روان درمان‌های دنیا هم نمی‌تونن تو رو قدری بشناسند که خودت میشناسی.

وظیفه یک روانشناس کمک به افرادی هست که دنبال شناخت بیشتر خودشون و نیازمند انگیزه و امیدن هست نه چیز دیگه‌ای! تو هیچ وقت نمیری پیش روانشناس‌ها تا برات شغل انتخاب کنند، بلکه میری تا بین شغل‌های مورد علاقت تعادل برقرار کنی و اونی رو انتخاب کنه که برای تو سودمندتره.

همه چیز در ذهن و قلب تو خلاصه میشه، این تویی که تصمیم گیرنده نهایی هستی. هرچیزی که از ذهنت بگذره و در قلبت نفوذ کنه، باید مسئولیتش رو قبول کنی و از پشش بر بیای. گفتم که همه چیز تحت کنترل توئه پس سعی کن مطمئن تصمیم بگیری!

مردم دوست دارن راجب همدیگه حرف بززن و حقیقت اینو نمی‌دونیم که چرا این قدر به زندگی همدیگه اهمیت میدن، اما من متاسفم! چون باید سرشونو از زندگی من بکشن بیرون و تنهام بزارن چون تصمیمات من هیچ ربطی به اونها نداره!

دارم کار خودمو می‌کنم و محکم به سمت آنچه که رویامه قدم  
برمی‌دارم هر لحظه بی‌نیازتر و قوی‌تر میشم.

مدتی پیش جمله‌ای خوندم که می‌گفت:

اجازه نده!

اون‌هایی که نرفتن پی رؤیاهاشون، تو رو هم از دنبال کردن  
رؤیاهات منصرف کنند.

رویای تو هرچی هم که باشه اگر در برابر مشکلاتی که سر  
راحت وجود داره مقاومت نکنی در نهایت هیچ‌وقت قرار نیست  
بهش برسی!

تو نمی‌دونی که چقدر باید مشکلات رو تحمل کنی و دردش رو  
به جون بخری ولی باید تحمل کنی، باید نشون بدی اون که  
چیزی نیست، باید در هم بشکنیش و ازش عبور کنی.

تو حتی نمی‌دونی چقدر باید قدرت و شجاعت در مقابله خرج  
کنی؛ ولی این رو می‌دونی بالای سیاهی پیش‌ورو نوری در  
انتظار توست. وقتی ازش مطمئنی پس براش قدم برمی‌داری  
درسته؟ پس برای تحقق رویات اگر نشونه‌ای ببینی برای بدست

اوردنش تلاش می‌کنی و با قدرت نمی‌داری چیزی مانع بشه؟  
تبریک میگم تو قدرت، شجاعت، انگیزه و اراده رو با هم داری و  
هیچ کس و هیچ چیزی نمی‌تونه تو رو متوقف کنه!

قدرت فقط برای ما انسان‌ها نیست و مسئله پیچیده‌تر از آنی  
است که تو فکر می‌کنی!

دیوار قدرت‌مند است که به یک‌باره نمی‌ریزد، درخت قدرت‌مند  
است که رشد می‌کند، هوا قدرت‌مند است که ابرها قرش  
می‌کنند و کلمات قدرت‌مند هستند که شخصی را تحت تاثیر  
قرار می‌دهند.

آیا تا به حال درباره قدرت کلمات چیزی شنیده‌ای؟  
کلمات هم به نوبه‌ی خودشان قدرتی دارند وصف نشدنی که  
می‌تواند به سادگی انسانی را از پا در آورد و یا به زندگی‌اش  
بهبود بخشد.

کلمات چی هستن؟ به عبارتی "آنچه می‌گویی، فکری است  
که بیان می‌شود." به این معنی که تو ذهنی قوی داری و ذهن  
قدرت‌مند پر شده از کلمات پرباری که باعث میشه با چیدنشون



کنار هم روی دیگران تاثیر بگذاره و اثر بخش باشه!  
ما انسان‌هایی اثر پذیریم؛ کلمات اثراتی هستند که سال‌ها  
پیش با آن‌ها ارتباط برقرار کردیم و با آن‌ها هم کلام شدیم.  
راحت بگم کلمات رو می‌شنویم، حس می‌کنیم و باور می‌کنیم  
حتی گاهی آن‌را برای دیگری به زبان می‌آوریم و این نشان  
می‌دهد کلمات بسی قدرت دارند.

تک تک کلمه‌ها مانند تمام چیزهایی که در این دنیا وجود دارن  
دارای ضرر و سود هستند، کسی برنده است که بتونه با این  
کلمات بازی کنه!

وقتی رویاتو انتخاب می‌کنی و برای دیگران بازگو می‌کنی،  
حرف‌های زیادی می‌شنوی! موافق و مخالف هر دو گروه سعی  
دارن با کلمات به تو بگن اشتباه می‌کنی و قرار نیست حمایت  
بشی یا مورد حمایتشون قرار می‌گیری. نباید... تو نباید تحت  
تاثیر هیچ‌کدومشون قرار بگیری، چون مستقل بودن شرط اول  
قوی بودن! می‌تونی ازشون کمک بگیری گاهی ولی نه همیشه  
پس روی هیچ‌کدوم حساب باز نکن، نه اون‌ها که موافقت نه اون‌ها

که مخالفته!

افراد زیادی هستن که علاقه‌ای به دیدن قدرت تو ندارند یا می‌خوان اون کاری رو انجام بدی که اون‌ها می‌خوان و دوشش دارن پس وارد این بازی میشن و با کلمات خاص خودشون سعی در گول زدن و زمین زدن دارند.

اهمیت ندادن به اون‌ها و ادامه دادن به راهی که می‌خواهی طی کنی، یکی از راه‌های قوی بودنه!

قانون شماره یک: قوی کسی است که از پل مشکلات عبور می‌کند.

قانون شماره دو: قدرتمند کسی خواهد بود که به خود باور داشته باشد می‌تواند به تنهایی با مشکلات دست‌وپنجه نرم کند!

قانون شماره سه: هر چقدر بیشتر ببازی و دوباره بلند شوی، قوی تری.

قانون چهارم: برای یک قدرتمند هرگز باختی وجود ندارد او در

هر صورت برنده است!

قانون پنج: اگر دوست داری قدرتمند باشی، پس بدستش بیاور.

قانون شش: تا قدمی برای قوی بودن برنداری در جایگاه فعلی  
ات می‌مانی!

قانون هفت: شجاعانه بگو که قوی هستی، تا دیگران نیز باورت  
داشته باشند.

و قانون بعدی: فراموش نکن که تو شگفت‌آوری پس هر چیزی  
از تو بعید است.

و در آخر، تو قوی هستی... اما خسته شدی! و این کاملا  
طبیعیه) :

جهت دانلود رمان های بیشتر و عضویت در انجمن به آدرس [www.98ia3.IR](http://www.98ia3.IR) مراجعه کنید.

آدرس انجمن در اینستاگرام: @98ia.ir

آدرس انجمن در تلگرام: www\_98iia\_com

