

منم مثل شما

مطالب کوتاه و اثربخش درباره ی قانون
باور، شناخت و
نگاه مثبت به زندگی

مرضیه امین سرخی

سرشناسه: امین سرخی، مرضیه، ۱۳۶۵ -
 عنوان و نام پدیدآور: منم مثل شمام (گفتارهای کوتاه و اثربخش درباره‌ی قانون
 باور، شناخت و نگاه مثبت به زندگی) / مؤلف: مرضیه امین سرخی (روانشناس عمومی).
 مشخصات نشر: ساری، عصر ماندگار، ۱۳۹۵
 مشخصات ظاهری: ۱۵۰ ص - جیبی
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۹۲۱-۳۳-۴
 وضعیت فهرست نویسی: فیبا
 موضوع: گفتارهای کوتاه از نویسنده اثر.
 موضوع: کلمات قصار فارسی
 موضوع: Quotations, Persian
 موضوع: نکته‌گویی‌ها و گزینه‌گویی‌ها
 موضوع: Aphorisms and apothegms
 رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۵ کتب ف/۹۵/۶۰۹۵
 رده‌بندی دیویی: ۸۰۸/۸۸۲
 شماره کتابشناسی ملی: ۴۲۲۱۶۴۵



منم مثل شمام (گفتارهای کوتاه اثربخش درباره‌ی قانون باور، شناخت و نگاه مثبت به زندگی)

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر برای نویسنده محفوظ می‌باشد.

تألیف و تدوین: مرضیه امین سرخی
 صفحه‌آرایی و طراحی جلد: معصومه بهاری
 نوبت و سال چاپ: نخست - ۱۳۹۵
 شمارگان: ۱۰۰۰ جلد
 چاپ و صحافی: مجتمع چاپ افست زارع - ساری
 قیمت: ۱۰/۰۰۰ ریال

آدرس دفتر نشر: مازندران، ساری، بلوار آزادی، انتهای خیابان شهید نوری
 تلفن: ۰۱۱-۳۳۴۵۹۵۷۷

Email: asr.mandegar92@gmail.com

فهرست

عنوان	صفحه
مقدمه	۱۱
دیباچه	۱۳
فصل اول - بلور و شناخت تغییرات و نگاه مثبت	۱۵
بلور، شناخت و تغییرات و نگاه مثبت	۱۷
خدا اسم، توانستن است	۳۲
را بنگاه نهایی کن	۳۴
سفر دنیا	۳۷
معنای زندگی	۳۸
تولد شروعی دوباره و حرف خاطره ای ماندگار	۴۰
فصل دوم - راه کارهای موفقیت	۴۳
راه کارهای موفقیت	۴۸
تلاش و کوشش رمز موفقیت	۴۹
هدف و برنامه ریزی	۵۰

۶۳	انسان مقاوم و بزرگی در نهایت پیروزی.....
۷۰	رمز و راز ارتباط موفق (مربوط به زوجین) ...
۷۳	فصل سوم - قدرت عشق ورزیدن.....
۷۵	قدرت عشق ورزیدن
۸۱	عشق معجزه زندگی.....
۹۱	راه رسم عاشقی.....
۹۴	تعهد و عشق مسیر زندگی.....
۹۷	فصل چهارم - راه رسیدن به آرامش.....
۹۹	راه رسیدن به آرامش.....
۱۰۴	تأثیر دعا بر آرامش انسان ها.....
۱۰۷	قدرت خنده برای رسیدن به آرامش.....
۱۰۸	آرامش در وجود خدا.....
۱۱۱	قدرت شکرگزاری.....
۱۲۱	فصل پنجم - خانواده یعنی اصالت.....
۱۲۳	خانواده یعنی اصالت.....
۱۲۵	معنای زن و معنای مرد.....

عنوان	صفحه
-------	------

مادر نمونه‌ی عشق، پدر نمونه‌ی استواری .	۱۲۹
فصل ششم - صداقت، اعتماد و بخشش	۱۳۵
صداقت، اعتماد و بخشش	۱۳۷
زندگی به معنای ثروتمندی	۱۴۱
دوران واقعی	۱۴۲
ارزش وجود انسان	۱۴۵

یاد بگیریم که از کمترین فرصت ها
بیشترین استفاده را ببریم تا زودتر به
مقصودی که انتظارش را داریم برسیم.
فرهنگ امین سرگزی

مقدمه

گاهی تریبوشی جملاتی که به زبان دلمان است چنان
بر دل می‌نشیند که تا سر شگرفی بر روح و جانمان
می‌گذارد که با خواندن صدها کتاب هم امکان‌پذیر
نباشد. در هر یک از این جملات اندیشه‌ای بزرگ
نهفته است که از شما انسانی بزرگ می‌سازد.

دیباچه

سال‌ها بود در اندیشه نوشتن کتابی بودم که بتوانم به بان‌ها و دل‌مردم سخن بگویم. قرار گرفتن در مسیر رشته ریاضیاتی، علاقه، انگیزه من در این رشته و همچنین استفاده از ما، مضر استادان بسیار خوب و بالاخص استادان گرانقدر و عالی‌رتبه همچون آقایان دکتر رمضان حسن‌زاده، اصغر نوروزی، بهرام میرزائیان، یارعلی دوستی و شه‌زاده ریاضی و آقای حسین قاسم‌پور مرا واداشت تا جملاتم را به رشته تحریر درآورم شاید بتوانم به هدفم که رسیدن انسان‌ها به اوج موفقیت و کمال و سعادت از طریق

باورها، افکار مثبت، اعتقادات عمیق و اندیشه‌ای روشن
است نائل شوم.