

۱۵۵۴۴۷

به نام خدا



ISOHome

Iranian International Development Center

خانه خودتوسعه‌ای

مجموعه خودتوسعه‌ای

اکسیر تعالی

خودسازی، خودتوانمندسازی و خودتوسعه‌ای

تألیف:

دکتر ابراهیم مزاری

(دکتری دانشگاه تهران)





تهران - قلاب - مقابل دانشگاه تهران - خیابان ۱۲ فروردین
کودک - پلاک ۱۶ - واحد ۱ / تلفکس: ۶۶۴۱۵۱۰۳
صندوق پستی: ۸۹۱ - ۱۳۱۴۵ - تلفن: ۶۶۴۰۱۹۸۳
تلفن همراه: ۰۹۱۰۱۲۲۸۱۸۵

اکسیر تفالسی، دسار، خودتوانمندسازی و خودتوسعه‌ای

نویسنده: دکتر ابراهیم عزاری

(دکتری روانشناسی تهران)

ویراستاران: محسن کرمانی پور / دیره موسوی

چاپ اول / سال ۱۳۹۸ / چاپ و محاسبه محسن

قطع: جیبی / ۸۰ صفحه / تیراژ: ۲۰۰۰ عدد

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۶۴۱۷-۷۴-۸

طراح: سمانه سادات حجازی / اجرای طرح مهنوش

«کلیه حقوق محفوظ است.»

قیمت: ۱۴۰۰۰ تومان

فهرست

صفحه	عنوان
۹	مقدمه
۱۱	خودسازی
۳۹	نیودتوانمندی سازی
۵۵	خودرسمانی
۷۳	سخن آخر
۷۵	منابع

مقدمه

تعالی و تمامیت انسان در اندیشه‌نگار حاضر در سه مرحله تبیین شده است و امید دارد این سه مرحله انسان را به تعالی و تمامیت، رهنمون سازد: این سه مرحله به شرح زیر است:

خودسازی: قیام علیه ناخود

این مرحله یعنی انسان خودش بر علیه ناخودش قیام می‌کند. خود همان حقیقت و اصالت انسان است و ناخود هر چه غیر از آن اصالت است. اولین قدم تسلط و کنترل بر ناخود و حذف ذال است.

خودتوانمندسازی: تقویت خود

گاهی انسان در جنبه‌های مثبت و جودی خویش ضعف‌هایی دارد که به دنبال تقویت آن‌ها است؛ یعنی احساس ناتوانی‌هایی نسبت به خودش دارد که تقویت و بهبود آن ظرفیت‌های مثبت خودتوانمندسازی گفته می‌شود.

خودتوسعه‌ای: تعالی خود

نه تنها باید علیه ناخود قیام کرد و ظرفیت‌های مثبت موجود را تقویت نمود بلکه باید به دنبال شناسایی و کشف ویژگی‌های مثبت بیشتری در وجود خویش نیز بود تا آن‌ها را نیز توسعه داد. این توسعه عاضی و معنوی، خودتوسعه‌ای نامیده می‌شود.

”راه تعالی“ سرنوشت موجودی به‌عنوان انسان است و هر انسانی، هر کی از آن دارد، از این‌رو دریافت نظرات شما موجب تعالی متن اندیشه‌نگار حاضر خواهد شد. منتظر نظرات ارزشمند شما هستیم.

مؤلف: دکتر ابراهیم مزاری

راه‌های ارتباطی با مؤلف:

Website: WWW.IISDHome.COM

Email: mazari.ebrahim@gmail.com

Tel: ۰۰۸۹۱۵۱۲۷۰۴۴۵