

اصول بیداری درون

نویسنده:

محسن محمدی



سرشناسه: محمدی، محسن، ۱۳۵۸
 عنوان و نام پدیدآور: اصول بیداری درون / محسن محمدی
 مشخصات نشر: قم، ارمغان گیلار، ۱۳۹۹
 مشخصات ظاهری: ۹۶ص
 شابک: ۰-۴۳-۶۵۸۸-۶۲۲-۹۷۸
 وضعیت فهرست نویسی: فیپا
 موضوع: خودپذیری
 موضوع: تحول (روانشناسی)
 رده بندی کنگره: ۱۳۹۹ م ۲۵الف/۴۶/۱۶۴BP
 رده بندی دیویی: ۱۵۵/۲۳
 شماره کتابشناسی ملی: ۶۵۴۸۷۴۱

اصول بیداری درون



مؤسسه انتشارات
 ارمغان گیلار

نویسنده: محسن محمدی
 ویراستار: محسن زین العابدینی
 ناشر: ارمغان گیلار
 طراح و صفحه‌آرا: زرین گراف
 نوبت چاپ: اول ۱۳۹۹
 تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه
 چاپخانه: آریا
 قیمت: ۲۲۰۰۰ تومان
 شابک: ۰-۴۳-۶۵۸۸-۶۲۲-۹۷۸

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است
 armaghane-gilar@gmail.com

تلفن: ۰۲۵-۳۷۸۳۷۵۵۸ • همراه: ۰۹۱۳۳۵۱۲۵۰

فهرست مطالب

۸.....	پیشگفتار.....
۹.....	سخن مؤلف.....

فصل اول

با گوش جان بشنویم

۱۲.....	با گوش جان بشنویم.....
---------	------------------------

فصل دوم

شناسایی عواطف خود

۲۰.....	شناسایی عواطف خود.....
۲۳.....	شهوت پرست (مرد پرست، زن پرست).....
۲۸.....	عادت.....
۳۷.....	ذلت و سرخوردگی.....

فصل سوم

شناسایی هوش عاطفی خود

۴۲.....	شناسایی هوش عاطفی خود.....
---------	----------------------------

۶۷..... اشخاص مختلف را بشناس

۶۸..... راه نجات ما کجاست؟

فصل چهارم

مدیریت عواطف خود

۷۶..... مدیریت عواطف خود

۷۷..... احترام به خود

فصل پنجم

بیداری درون

۸۶..... بیداری درون

پیشگفتار

با کمی مکث به عقب برمی گردم، پرده‌ای را نظاره می‌کنم که قدرت بیان را از من گرفته بود، نمی‌توانستم درست فکر کنم، ایده‌هایم آنی می‌آمدند و می‌رفتند و به دست فراموشی سپرده می‌شدند....

برگشت به گذشته حتی در خواب‌هایم نیز رخ نخواهد داد؛ چراکه می‌خواهم خوب بینم، خوب بشنوم، خوب بیان کنم و خط قرمزی به دور بعضی قدرت‌هایم و افکارم و افراد نامربوط زندگی‌ام بکشم و تا در توانم باشد، خط سبزی به دور تمام آرزوها و رؤیاهایم....

می‌دانم سرنخ تحملم، استقامتم، صبوریم و بی‌پروا بودنم، همه و همه صداقت من با خودم است.

سخن مؤلف

به راستی که انسان در زندگی خواهان چه چیز است؟
 خداوند؟ ثروت؟ مقام؟ قدرت؟ تنوع طلبی؟ شهرت؟ شهوت؟
 عشق؟ آرامش؟ آسایش؟ چه چیز؟!
 به چشم بیاییم یا از چشم‌ها پنهان باشیم؟
 آزادی داشته باشیم یا آزادی را از خود دریغ کنیم؟
 چگونه بی آنکه چشم حسود را کور کنیم، بی آنکه به چشم کسی
 بیاییم، در درون خود برای خودمان بزرگ و بزرگ‌تر شویم؟
 می‌خواهم به خود فرصت بزرگ شدن بدهم و ماجراجویی جدیدم
 برای بهترین لذت‌ها در ادامه زندگی‌ام را، از همین حالا، با حضور
 خداوند شروع کنم و با عاقبتی خیر توأم با آرامش به سرانجام
 برسانم....