

بیا و خودت باش

مؤلف: حسین بابایی

- سرشناسه : بابایی، حسین، ۱۳۶۸ -
 عنوان و نام پدیدآور : بیا و خودت باش / مولف حسین بابایی.
 مشخصات نشر : لاهیجان: رستم و سهراب، ۱۳۹۰.
 مشخصات ظاهری : ۴۶ص. ۱۵۰۰۰ریال
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۶۴۰۵۰-۳-۲
 وضعیت فهرست نویسی : فیا
 موضوع : خودسازی
 موضوع : اندیشه و تفکر
 رده بندی کنگره : ۱۳۹۰ ۱۱۷ ب/خ ۹۴۳۷۳۴
 رده بندی دیویی : ۱/۱۵۸
 شماره کتابشناسی ملی : ۲۴۹۲۸۹

(۳۶)

بیا و خودت باش

نویسنده: حسین بابایی
 ناشر: رستم و سهراب
 نویت و سال چاپ: اول ۱۳۹۰
 حروف چینی و چاپ: بادلی
 تعداد: ۱۰۰۰ نسخه
 قیمت: ۱۵۰۰۰ریال
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۴۰۵۰-۳-۲

(۳۶)

انتشارات رستم و سهراب

لاهیجان، کوی سردار جنگل (زمینی) بهلاتر از شهرک فرهنگیان، پلاوار ۳۵ متوی

همراه: ۰۹۱۱۸۴۳۸۳۰۹ - تلفن پخش: ۰۹۳۵۴۹۲۳۲۳۹

مقدمه

عدم ثبات فکری در زمینه های مختلف باعث بروز مسائل بحرانی می شود که گاهی فرد را از زندگی خسته و ناتوان می کند. گروهی برآنند که عدم ثبات در زندگی فرایندی بی توجهی شخص به زندگی می باشد. اما لازم به ذکر است که خلق و خوی افراد یک جامعه نیز تاثیر به سزایی در به وجود آمدن این مشکل دارد. امید است این کتاب تاثیر مثبتی بر ذهن شما داشته باشد و نیز از خواندن آن لذت ببرید.

با تشکر

بابایی

حسین

۶ بیا و خودت باش

بارها از خود پرسیده ام که چرا نمی توانم نیازم را به شکل دلخواه برطرف کنم، لحظه ایی خود را به پشت گوش انداختن نیاز و دمی خود را با برطرف کردن آن آسوده خاطر می سازم . اما این فقط کافی نیست من به دنبال آرامشی هستم که از بین نرود شاید بهتر است این طور بگویم که هنوز نتوانسته ام خودم را پیدا کنم هر روز افراد مختلف با افکار و اهداف گوناگون سردرگمی را برایم به ارمغان می آورند.

نمی دانم کدام گروه در آسایشگاه شاید این ها نیز همانند من غرق ابهامند.

اگر این گونه است چرا خم به ابرو نمی آورند و اگر نه چرا من نمی توانم مثل آنها زندگی کنم. گاهی اوقات تمام وجودم یک صداست و به سوی یک هدف مشخص گام بر می دارم که این برایم نشاط آور است اما دیری نمی گذرد که از خود می پرسم آیا این هدف همان است که تو را سعادتمند می کند فقط با پرسیدن یک سؤال نفاق در وجودم شکل می گیرد گویی که به هیچ وجه نمی توانم خود را توجیه کنم . من چطور می توانم از زندگیم لذت ببرم در حالی که هنوز نتوانسته ام خودم را به خوبی بشناسم. متأسفانه این بحران در زندگی روزمره ام مشکلات فراوانی را به وجود می آورد به طور مثال در محل تحصیل فردی از من درخواست دوستی می کند. من هم با کمال میل می پذیرم با