

۲۲۷۵۸۳۳

۱۸ گام

آرامش

www.ketab.ir

نویسنده: امیر محمد طلسمی

ناشر: ذهن هوشیار

سرشناسه	:	اطلسی‌کیا، امیرمحمد، ۱۳۷۹ -
عنوان و نام پدیدآور	:	۱۸ گام آرامش/نویسنده امیرمحمد اطلسی‌کیا ؛ ویراستار حمیده نقی‌زاده.
مشخصات نشر	:	تهران: ذهن هوشیار، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	:	۶۲ص.
شابک	:	978-622-94373-3-9
وضعیت فهرست نویسی	:	فنی
عنوان گسترده	:	هجده گام آرامش.
موضوع	:	راه و رسم زندگی-- بهترین سده Conduct of life-- Popular works
رده بندی کنگره	:	BJ۱۵۸۱/۲
رده بندی دیویی	:	۱۵۸/۱
شماره کتایشناسی ملی	:	۸۷۴۶۹۰۶
اطلاعات رکورد کتایشناسی	:	فنی

هجده گام آرامش

امیرمحمد اطلسی‌کیا

نویسنده:

حمیده نقی‌زاده

ویراستار:

ذهن هوشیار

ناشر:

سالم

چاپخانه و صحافی:

۱۴۰۱

چاپ اول:

۱۰۰

تیراژ:

رقعی

قطع:

۳۰۰۰۰ تومان

قیمت:

آدرس: تهران شهرک بروجردی بلوک ۵۲ واحد ۳

مرکز پخش: تهران میدان انقلاب خ کارگر جنوبی پلاک ۹۱۶ ط اول

تلفن مرکز پخش: ۶۸۹ ۹۴ ۷۴ - ۰۹۲۱

فهرست

۵	کامل بودن
۱۱	سکوت
۱۳	دوست داشتن
۱۵	اصالت
۱۷	ارزش ها
۲۱	درک و همدلی
۲۵	تواضع
۲۷	حسادت و عبطه
۳۱	محبت
۳۵	والدینی آگاه باشیم
۳۷	اعتماد بنفس
۴۱	بخشش و دوست داشتن
۴۳	عزت نفس
۴۷	پرهیز از برون فکنی
۵۱	خوب بودن
۵۳	آموختن
۵۷	مهم بودن
۵۹	شناخت