

من در مقابلِ خودم

خودپاری، روان‌شناسی، موفقیت

مؤلف:

منا اسدی

www.ketab.ir

نیکان کتاب

زمستان ۱۴۰۰

- سرشناسه : اسدی، منا، ۱۳۷۵ -
 عنوان و نام پدیدآور : من در مقابل خودم: خودیاری، روان‌شناسی، موفقیت / مؤلف منا اسدی.
 مشخصات نشر : زنجان: نیکان کتاب ، ۱۴۰۰.
 مشخصات ظاهری : ۶۲ ص.
 شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۱۹۶-۶۵۸-۶
 وضعیت فهرست نویسی : فیبا
 یادداشت : کتابنامه: ص. [۶۲].
 موضوع : خودآگاهی (Self-consciousness Awareness)
 خودیاری (Self-help techniques)
 خودسازی (Self-actualization Psychology)
 موفقیت (Success)
 رده بندی کنگره : BF۳۱۱
 رده بندی دیویی : ۱۵۳
 شماره کاتالانسی ملی : ۸۷۰۴۲۳۷
 اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیبا

من در مقابل خودم

(خودیاری، روان‌شناسی، موفقیت)

مؤلف : منا اسدی

امور فنی : انتشارات نیکان کتاب

طراحی جلد : آتلیه سگال (رجبی - کرمی)

لیتوگرافی ، چاپ و صحافی: ولیعصر

تیراژ : ۱۰۰۰ نسخه / چاپ اول: زمستان ۱۴۰۰

قیمت: ۵۰۰۰۰ تومان / شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۱۹۶-۶۵۸-۶

دفتر نشر:

زنجان: پاساژ سبزه میدان - پلاک ۲۳. همراه: ۰۹۱۲۳۴۲۵۵۹۴ / تلفکس: ۰۲۴ - ۳۳۳۳۵۵۴۱-۲

Email: Nikanketab@yahoo.com

حق چاپ محفوظ است.

فهرست

صفحه	عنوان
۹.....	مقدمه
۱۱.....	در زندگی من چه چیزی کم است؟ چگونه نسبت به آن آگاه شوم؟
۲۷.....	به خودت ایمان داشته باش
۴۱.....	غلبه بر باورهای محدود کننده
۴۷.....	یاد بگیر که عاشق خودت باشی
۵۷.....	تو میتوانی انجامش دهی

مقدمه

در جهانی که زندگی می‌کنیم، یک بیماری همه‌گیر، اما بی‌ارزش وجود دارد که درمان آن، تنها توسط یک نفر امکان‌پذیر است...
کسی که هیچ‌گاه از عشق، محبت و دلبخندی‌اش (نسبت به ما) کم نمی‌شود.

چنین فردی، بدون شک خودِ ما هستیم که باید از صمیم قلب، پیوند عشقی با خودمان برقرار کنیم. و این دقیقاً همان چیزی است که در این کتاب می‌آموزید.

هیچ‌کس جز خودمان، نمی‌تواند حامی و پشتیبان ما باشد و از عمق وجود، از روح و جان‌مان مراقبت کند.