

از این نویسنده و همکارانش مجموعه‌ها منتشر شده است:

۱)	بازار موفقیتهای موفقیت و آرامش درونی	۲۷۱ - ۲۷۲
۲)	آسمان مرز من است	۲۷۱ - ۲۷۲
۳)
۴)
۵)	معمار سرنوشت	۲۷۱ - ۲۷۲
۶)	وجود شمالی انسان	۲۷۱ - ۲۷۲
۷)	آندریسه‌های ماندگار	۲۷۱ - ۲۷۲

آسمان مرز من است

وین دایر



قول، قول است

اعجاز واقعی

محمد رضا آل یاسین

تعداد نسخه: ۲۷۱
 نوع: مکتوب
 زبان: فارسی
 نوع: ۸۲۷۱
 تعداد نسخه: ۲۷۱
 قیمت: ۲۷۱
 ISBN: 978-84-0528-48-1
 قیمت: ۲۷۱

فهرست مطالب

- مقدمه ۹
- ۱ / از شخصیت بدون نقطه ضعف تا شخصیت نامحدود ۱۹
- شما می‌توانید کامل باشید ۱۹
- بیماری، سلامتی و سلامتی برتر ۲۲
- بررسی روانشناسی به عنوان علم پزشکی ۲۵
- برای غلبه بر مسایل زندگی چقدر آمادگی دارید؟ ۲۹
- وحشت / رکود / تلاش / سازش / تسلط
- چه کسی می‌تواند کامل باشد؟ ۴۰
- علت حضورتان در اینجا چیست؟ ۴۲
- هنر زیستن در زمان حال ۴۵
- آینده‌نگری یک دور باطل است ۴۵
- رهایی از گذشته ۴۸
- بار و بنه خود را ببندید ۵۰
- بدون نقطه ضعف، ذن و موگا ۵۲
- زیستن در زمان حال ۵۵
- بقاء: بازگشت اجباری به اکنون ۵۵
- زندگی کردن در لحظه حال در بعضی اوقات ۵۶
- درگیری ۵۹
- ۲ / استادان کاذب ۶۷
- ویژگیهای افراد مستبد ۷۰
- نداشتن تحمل در برابر ابهام / تفکر دو شعبه ای / انعطاف ناپذیری
- / ضدیت با روشنفکری / ضدیت یا خودکاوی / انطباق و اطاعت /

سرکوب امیال جنسی / قوم پرستی / بدگمانی / ضدیت با ضعف /
پرستش قدرت / نمونه‌ای از فرد مستبد

۳ عبور از تفکر مستبدانه..... ۱۲۱
تفکر دو شعبه‌ای..... ۱۲۴
تفکر جامع و جهانی..... ۱۲۹
تفکر نامحدود..... ۱۳۱
تغییر مسیر به سوی تفکر نامحدود..... ۱۳۷
مذکر- مؤنث / قوی - ضعیف / بچه - بالغ / متمدن - غیرمتمدن
/ جسم - ذهن / ایمن - نایمن / معلم - شاگرد / کار - بازی /
عشق - نفرت / خوب - بد / ما - آنان

۴ نخست به صفات مشترکتان با جانوران بها دهید..... ۱۷۷
به غرایز طبیعی تان اعتماد کنید..... ۱۸۳
نه راه برای این‌که وظایف جسمانی خود را خوب انجام دهید..... ۱۹۴
اعمال بدن / آداب خوردن / آداب نوشیدن / آداب نفس کشیدن /
آداب خوابیدن / شفا بخشیدن / ورزش و بازی / امیال جنسی /
سیر و سیاحت و جستجو

۵ دوباره بچه شوید..... ۲۳۵
کدامیک از خصوصیات بچه‌ها را بیشتر دوست دارید؟..... ۲۴۲
مثل بچه‌ها یا بچه‌گانه..... ۲۴۸
خشنودی خود را به تعویق نیندازید..... ۲۵۱
غلبه بر تعلیم و تربیت نادرست..... ۲۵۶
سرچشمه جوانی در درون شماست..... ۲۶۵
هفت راه به سوی سرچشمه..... ۲۶۶

بخندید! / تخیل را به زندگیتان بازگردانید / از دغدغه عقل خارج
شوید / خودجوش باشید / از اشتباه نهراسید / دنیا را همان‌گونه
که هست بپذیرید / به مردم اعتماد کنید

۶ به علایم درونی خود اعتماد کنید..... ۳۰۵
رهایی از سلطه هدایت‌های بیرونی..... ۳۱۰
حالت‌های عاطفی و ابعاد کنترل درونی و بیرونی..... ۳۱۱
دستیابی به صداقت واقعی خویش..... ۳۱۴
ریشه‌های خود فریبی..... ۳۱۷
به سوی صداقت با خود..... ۳۲۰
خلاقیت و علایم درونی..... ۳۲۶
تدابیری برای اعتماد به علایم درونی..... ۳۲۸
قرص، الکل، سیگار و داروهای مخدر / آیین نامه لباس پوشیدن
برای کسب آبرو و حیثیت / راهنمای آداب معاشرت و اساسنامه
رفتار / معیارهای بیرونی سلیقه / پیام‌های تبلیغاتی / کاغذبازی /
درجات و مراتب / موقعیت خانوادگی / روانشناسی شما /
مأمورهای قدرت و قوانین

۷ احترام به نیازهای برتر خویش..... ۳۶۷
نیازهای برتر به عنوان غریزه..... ۳۶۹
فردیت / احترام / احساس تعلق خاطر / عشق و عطوفت / کار
سودمند / استراحت و تفریح / خلاقیت / عدالت / حقیقت / زیبایی
نیازهای برتر و فروتر در چشم‌اندازی واحد..... ۴۱۸

۸ پرورش معنا و منظور زندگی..... ۴۲۳
چرا بیشتر مردم از حس معنا و مقصود بهره‌مند نیستند..... ۴۳۱

در جستجوی معنا.....	۴۳۴
پذیرفتن تغییر به عنوان راه و رسم زندگی.....	۴۳۸
اهمیت امید و اعتماد.....	۴۴۶
از عظمت خویش نهراسید.....	۴۴۹
تمام ابعاد زندگی را مقدس ببینید.....	۴۵۳
رسالت یا مقصود نهایی.....	۴۵۶
چند راهکار فردی برای دستیابی به حس معنا و صداقت.....	۴۵۸
نه پرسش که شما را برای دستیابی به صداقت با خویشتن یاری می‌کند.....	۴۶۹

۹/ برنده شدن در همه وقت و همه جا.....	۴۸۱
بیهودگی نظریه برنده در برابر بازنده.....	۴۸۳
چگونه در همه وقت و همه جا برنده شویم.....	۴۸۹
فکر کردن مانند یک برنده تمام وقت.....	۴۹۲
احساس کردن مانند یک برنده تمام وقت.....	۴۹۴
رفتار کردن مانند یک برنده تمام وقت.....	۴۹۷

ضمیمه/ نمودار گرایشها و رفتارهای بیمارگونه تا نامحدود..... ۵۱۱

مقدمه

بسیاری از کتابهای تخصصی روانشناسی بر این نکته تأکید دارند که هیچ‌کس از نظر روانی تندرست نیست و هر فردی در صدی از ناهنجاری روانی را با خود یدک می‌کشد که در اغلب موارد باید در بیمارستان بستری شده و تحت درمان و نظارت روانپزشک قرار گیرد. ضمن مردود دانستن بسیاری از این شعارهای روانشناسی قصد دارم با نگارش این کتاب با زبانی ساده اصول و قوانین زندگی را تشریح کنم تا هرکس به فراخور فهم خود از آن توشه‌ای بگیرد. قدر مسلم آن است که اگر شما از قدرت بی‌مثال و بی‌همتایی که در درون دارید آگاه شده و این نیروی نامرئی و نامحسوس را در وجودتان کشف کنید، تقریباً هیچ مرزی برای دستیابی به موفقیت، شادمانی، خلاقیت، تندرستی و سایر چیزهای نیکو وجود نخواهد داشت.

در کتاب قبلی‌ام «نقاط ضعف شما» بر این نکته تأکید کردم گرچه تجربه‌های تأسف‌انگیز دوران کودکی می‌تواند بر فرد تأثیر گذارد. اما انسان قربانی درمان‌ناپذیر این تجربه‌ها نیست. می‌توان دگرگون شد، کمال یافت و به سطوح عالی سلامت روان رسید. در کتاب دیگرم تحت