

الماس زندگی

پرفسور بهاء حسن شاه حسینی



سرشناسه	:	شاه حسینی، محمد حسن، ۱۳۴۴-
عنوان و نام پدیدآور	:	الماس زندگی / محمد حسن شاه حسینی.
مشخصات نشر	:	تهران: مفاهیم، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	:	۱۴۰ ص.
شابک	:	۴۰۰۰۰۰ ریال 6-978-600-234027
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
موضوع	:	مهارت های زندگی
موضوع	:	Life skills
موضوع	:	راه و رسم زندگی
موضوع	:	Conduct of life
رده بندی کخره	:	HQ۲۰۳۷
رده بندی دیویی	:	۶۴۶/۷
شماره کتابشناسی ملی	:	۶۱۲۲۱



الماس زندگی

نویسنده: محمد حسن شاه حسینی

ناشر: مفاهیم

چاپ و صحافی: یزدا

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۳۵ هزار تومان

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۹

شابک: ۶-۲۷-۰۳۳۴-۶۰۰-۹۷۸

آدرس: میدان انقلاب، خیابان لبافی نژاد، بین کارگر و منیری جاوید، پلاک ۱۹۹، طبقه ۱ شرقی.

تلفن: ۶۶۴۰۹۹۸۴-۶۶۴۰۱۶۸۴-۶۶۴۱۸۱۹۳

پیشگفتار

"زنده باد بر انسانهایی که آمده اند با زندگی کردن قیمت پیدا کنند نه اینکه به هر قیمتی زندگی کنند" دکتر شریعتی

سالها یادگیری، تدریس و تحقیق در زمینه بیوتکنولوژی و میکروبیشناسی و بسیاری از فعالیتهای علمی، من را به این نقطه رساند که برای انسانی موثر شدن بایستی بتوانم از طریق روشهای دیگر هم به جامعه، اندیشهها و مردم خدمت رسانی نمایم.

در طول سالهای تدریس و تحقیق، می دیدم که علاوه بر مطالب علمی حوزه تخصصی، بایستی به ایجاد انگیزه و باورهای مثبت در مخاطبان کمک بیشتری نمایم، لذا بخشی از زمان آموزش، به مطالب مربوط به سبک زندگی توسعه فردی و مهارت های زندگی پرداخته می شد. بخشی از این آموزشها در کتاب "المانس زندگی" به صورت خلاصه و اما بسیار کاربردی و تاثیر گذار منعکس شده است. این کتاب شامل پنج بخش است. در بخش اول راجع به یکی از کلیدی ترین مهارتهای زندگی یعنی مدیریت حل مسائل (مسکلات) پرداخته شده است. در بخش دوم به رازهای زنان و مردان، در قسمت سوم کتاب به اعتماد به نفس و رفع خجولی و در بخش چهارم به دعا (راز بزرگ) توجه شده است. نهایتاً در بخش پنجم کتاب، به مدیریت خشم به عنوان یک مهارت کلیدی و مهم پرداخته شده است.

بی تردید در این شروع، کاستی هایی وجود خواهد داشت و با تمام انجمن های به عمل آمده، مسلماً نتیجه کار، خالی از عیب و نقص نمی باشد. لذا ارائه هرگونه رهنم برای نوی خوانندگان ارجمند این نوشتار، موجب ارتقاء در چاپهای بعدی و امتنان صمیمانه خواهد بود. در این جا بر خود لازم می دانم صمیمانه تشکر کنم از همه اساتیدی که از آموزه های آنها استفاده نمودم و همینطور عزیزانی که در این مهم، من را یاری نموده اند. امید است این کتاب به عنوان مرجع مفید، مورد استفاده تمامی علاقه مندان قرار گیرد.

پروفسور محمد حسن شاه حسینی

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۱-۴۰

مدیریت حل مسائل (مشکلات)

۴۱-۷۴

رازهای زنان و مردان

۷۵-۹۳

اعتماد بر نفس و رفع خجولی

۹۴-۱۱۷

دعا (راز بزرگ)

۱۱۸-۱۳۵

مدیریت خشم

www.ketab.ir