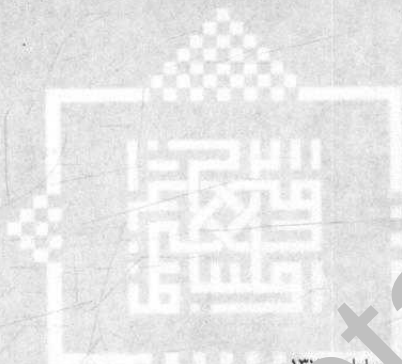


خودت را بیاب

بدن تلاش هیچ چیز رخ نمی‌دهد

حق معجزه‌ها

تألیف و گردآوری: سامان محمدی



سرشناسه: ماهنامه - ۱۳۰۰

عنوان و نام پدیدآور: 'دوست ایست': بدون تلاش هیچ چیز رخ نمی‌دهد حتی معجزه!

تالیف و گردآوری سامان...

مشخصات نشر: مریوان: زری...

مشخصات ظاهری: ۱۲۰ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۵۶۱۱۲-۶

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: کتابنامه: ص. ۱۱۸.

موضوع: موفقیت تحصیلی -- ایران -- جنبه‌های روان‌شناسی

موضوع: Academic achievement -- Iran -- Psychological aspects

رده بندی کنگره: LB۱۰۶۰

رده بندی دیویی: ۳۷۰/۱۵۲۳

شماره کتابشناسی ملی: ۶۱۰۹۲۱۲



خودت را بیاب

مؤلف: سامان محمدی

ناشر: زریبار

سال چاپ: اول - بهار ۱۳۹۹

تیراژ: ۱۰۰۰

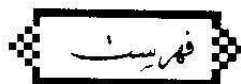
قیمت: ۱۰۰۰ تومان

شابک: ۹۶۱۱۲-۶-۱۷۸-۱

مرکز پخش: مریوان - پاساژ عدالت - فروشگاه اندیشه

تلفن: ۰۸۷-۳۴۵۳۳۵۳۰

ایمیل: zrebarpub@gmail.com



۱	۱- کلام نخست
۷	۲- درایت
۱۸	۳- راه نایی برای شناخت خود
۲۵	۴- وقتی زمین سر دید، دوباره برخیزید!
۳۵	۵- اینجا نه دنیا نیست!
۳۹	۶- محک زدن نه ازان دایمی
۴۱	۷- سخت ترین کار یک دانشمند است
۴۷	۸- موفق شدن یک اتفاق نیست؛ یک انتخاب است
۵۴	۹- فکر می‌کنی مطالعه بلدی؟!
۶۷	۱۰- اهمیت راهنمایی تحصیلی
۷۴	۱۱- آنچه در مورد نوجوان و نوجوانی باید بدانم
۹۰	۱۲- راهبردهای اثربخش و کارساز
۹۷	۱۳- سعادت و خوشبختی از آن توست به شرطی که؟
۱۰۳	۱۴- چه دوستی بهتر از خدا!
۱۱۱	۱۵- کلام آخر
۱۱۱	۱۶- منابع

♦ علام نه ست:

نه داند به جز ذات پروردگار
فرجه کند بازی روزگار
عاقبت ارمان ما هیچ بجا می ماند
همه همرنگ فنایم، خدا می ماند

اگر با دقت به اطرافمان نگاه کنیم، متوجه می شویم که آدم‌ها همیشه به دنبال افزودن معلومات و دانسته‌های خود هستند به یسیرت علم و دانش، هر روز آفاق‌های جدیدی مقابل دیدگان ما قرار می‌آید و وقتی که دیدگاه‌های کمال‌گرایانه پررنگ‌تر می‌شود، تغییراتی در رفتار و روش زندگی ایجاد می‌شود. انتخاب‌های ما نقش اساسی و مهمی در زندگی مان ایفا می‌کنند و برخی از آن‌ها مانند دوست، رشته تحصیلی، شغل و همسر در سال‌هایی صورت می‌گیرد که تجربه‌ی اندکی داریم،

این در حالی است که بیشتر این انتخاب‌ها سرنوشت سازند و گاه خطا در آن‌ها پیامدهای جبران ناپذیری در پی دارند. چه فرصتی نیکوتر از اینکه در ابتدای راه بزرگسالی بتوانید پیش از هر چیز خود را بهتر بشناسید و دریابید در کجای صف قرار گرفته‌اید.

تا حالا شده از خودتان پرسید که در این دنیا چه می‌کنید؟

اگر احساسات، امیال مادی یا تکامل عقل هستیم، به یقین کامل نمی‌رسیم. آن‌قدر درگیر مسائل شخصی هستیم که حقایقی به بزرگی کوه را هم جلوی چشم انمان نمی‌بینیم. بدون توجه به اشارات بزرگ و آشکار و عیان از کنار مسائل می‌گذریم درحالی‌که توجه به خیلی از نشانه‌های کوچک می‌تواند در پی به سوی زیبایی‌ها به رویمان باز کند. صرف داشتن آرزوهای بلند، باعث کامیابی انسان نمی‌شود؛ بلکه باید لباسی از واقعیت دوخت و بر تن هر اندیشه آرزویی کرد؛ در غیر این صورت آرزوهای هیچ یک از ما کمکی به پیشرفت و کامیابی ما نمی‌کند.

یکی از این انتخاب‌های مهم در بین افرادی که خواب‌های دلمه‌ی تحصیل در مراکز مختلف دانشگاهی هستند؛ مسئله‌ی «انتخاب رشته» است. گاه مشاهده می‌شود که دانشجویی پس از گذراندن چند ترم متوجه بی‌علاقگی خود به رشته‌ی درسی‌اش می‌شود و در برخی موارد افراد در سال آخر دبیرستان و حتی در مقطع کارشناسی ارشد، تغییر

رشته می دهند و در رشته‌ی جدید نیز با توجه به اینکه پیش نیازهای لازم را نگذرانده‌اند؛ دچار مشکل می شوند. در زمینه‌ی انتخاب رشته‌ی تحصیلی عوامل مختلفی همچون علاقه، استعداد، موقعیت، وضعیت خانواده و جامعه دخالت دارند. نظام آموزشی؛ خواندن را به ما آموزش می دهد، اما چگونه خواندن، به خاطر سپردن و چگونگی انتخاب رشته را یاد نمی دهد و این موجب استرس و اضطراب دانش آموز می شود.

ما هیچ معلم و یا کلاسی را برای یادگیری روش علمی مطالعه کردن، به یاد نداشتیم. مثلاً، آنکه یک ماشین حساب پیشرفته به شما بدهند ولی دفترچه‌ی راهنما نداشته باشد؛ در این صورت شما مجبور می شوید براساس روش آزمون خطا چیزهای کمی یاد بگیرید و از تمام ظرفیت ماشین حساب یا کامپیوتر استفاده نکنید.

قدم اول در موفقیت این است که «بریز شدن» را بخواهید. زیرا خواستن، توانستن است و هر اندازه خواستن شما نیرومند باشد؛ به همان اندازه پیروز خواهید شد؛ پس ابتدا موقعیت را به صورت جدی بخواهید. تنها در این صورت است که اصول موفقیت را به آسانی می آموزید و سرانجام موفق خواهید شد. بنابراین ما نیاز به راهنمایی جهت انجام کارهایمان داریم. البته این راهنمایی بایستی از طرف افراد متخصص و آگاه در همان زمینه باشد تا دچار کج روی های احتمالی نشویم که آن نیز خود نوعی گمراهی است.