

برخی از عناصری که برای پست‌شدن
خود نیاز داریم

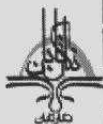
حسن ایمانی

www.ketab.ir

پاییز ۱۴۰۰

سرشناسه	ایمانی، حسن، ۱۳۵۳
عنوان	قدرت واقعی من
عنوان دیگر	برخی از عناصری که برای بهتر شدن خود نیاز داریم
پدیدآور	حسن ایمانی برانقار
موضوع	راه ورسم زندگی / موفقیت
موضوع	Success / Conduct of life
ناشر	نگار تابان، ۱۴۰۰
تعداد صفحات	۹۶ ص
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۷۸۳۳-۰۲-۷
رده بندی کنگره	BF۶۳۷
رده بندی دیویی	۱/۱۵۸
ش کتابشناسی ملی	۸۴۸۴۵۳۶

www.ketab.ir



نام کتاب	قدرت واقعی من
صفحه آرا	نگار دولت آبادی
طرح جلد	سجاد عبادی فرکوش
نوبت چاپ	نخست
بها	۴۰۰۰ تومان
شمارگان	۵۰۰
سال چاپ	۱۴۰۰
ارتباط با ناشر	
	۰۹۳۶۶۹۵۸۹۵۳
	N.taban.pub@gmail.com
	www.Negartaban.ir خرید از سایت

پیشگفتار:

کتابی که پیش رو دارید یک اثر با استراتژی ایجاد و زمینه‌سازی دگرگونی درونی است. اینکه چطور بتوانیم خود را در وضعیت مطلوبی قرار دهیم و تصمیمات درستی بگیریم. اینکه چطور بر شرایط بد مسلط شویم و بحران‌ها را مدیریت کنیم. اینکه چطور می‌توانیم قدرت واقعی خود را پیدا کنیم؟ آیا اصلاً به قدرت واقعی خود ایمان داریم؟ بهترین گزینه برای شکل‌دهی و تغییرات درست زندگی فردی، "درک درست و منطقی از خود" است. در ذهن بسیاری از افراد، همیشه این سوال مطرح بوده که چطور می‌توانم آدم منحصربه‌فردی باشم؟ چطور می‌توانم به گونه‌ای خاص رفتار کنم؟ گونه‌ای که تصویر مطلوبی از زندگی را به نمایش بگذارد.

در نهاد هر فردی عنصر کمال‌گرایی وجود دارد. هر فردی دوست دارد در خیلی از چیزها بهترین باشد. چنین خواستی برای محقق شدن، به الزامات بسیاری نیاز دارد. یک زمان به دست افرادی که ما را می‌شناخید و یا روی ما تاثیر داشتند تربیت شدیم و حالا به جایی رسیده‌ایم که می‌خواهیم استقلال بیشتری داشته باشیم. می‌خواهیم بهتر از گذشته شویم. این روند بخشی از سیر تکاملی انسان است. واضح است که یک نیرو در درون ما وجود دارد که مانع تغییرپذیری ما می‌شود و یک نیرو هم وجود دارد که خواهان تغییرات است. کشمکش درونی این دو نیرو، ماهیت وجودی ما را شکل می‌دهد. خیلی مهم است که کدام نیرو بر نیروی دیگر غلبه کند.

هر نیرویی که فائق بر دیگری شود، شخصیت ما را رنگ و لعاب می‌دهد و زندگی ما بر مدار همین شخصیت پیش می‌رود. اصل اساسی در زندگی ما باید این باشد که به فراخور زمان و در راستای بهتر شدن، راضی به تغییرات شویم و بخواهیم که رشد کنیم و گرنه دچار بحران‌های درونی خواهیم شد.

در این کتاب به چند مورد از عناصر بهتر شدن اشاره کرده‌ام که خب یقین دارم ناکافی است اما خب در همین فضای کم، سعی شده به نکات مهم و اثربخشی اشاره کنم. مثل: باورها، دانیایی، قدرت فکر، رابطه‌ها، عادت‌ها، تکامل و... امیدوارم این اثر بتواند به سهم خود (هر چند ناچیز) در ایجاد تغییرات درونی و فردی، شما را یاری نماید.

حسن ایمانی

اکتبر ۲۰۲۱_تهران