

خودسازی و حال خوب

منیژه نقدی پور

www.ketab.ir

مؤسسه انتشارات پارسیان البرز

۱۴۰۰

سرشناسه: نقدی پور، منیژه، ۱۳۶۲-
عنوان و نام پدیدآور: خودسازی و حال خوب/ منیژه نقدی پور
مشخصات نشر: کرج: پارسیان البرز، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری: ۱۰۲ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۹۷۴-۳۴-۹
وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
موضوع: تفکر نوین
موضوع: New thought
موضوع: خودسازی
موضوع: Self-actualization (Psychology)
رده بندی کنگره: BF۶۳۹
رده بندی دیویی: ۱۳۱
شماره کتابشناسی ملی: ۵۹۱۳۱۰۲



مؤسسه انتشارات پارسیان البرز

کرج، تقاطع آزادگان، خیابان برغان، کوچه سید علی، مجتمع نیلوفر، واحد ۳
پایگاه اینترنتی: Parsianalborz.ir | رایانامه: Parsianalborzpub@gmail.com
شماره تلفن: ۰۲۶-۳۴۵۲۷۴۱۴ | تلفن پخش: ۰۹۹۲۱۰۳۳۱۵۵
خودسازی و حال خوب

منیژه نقدی پور
سید علی هاشمی عرقطو
زیبا درزیان
سعید رشیدی
ریحانه اقرار
اول بهار ۱۴۰۰
نسخه ۱۰۰۰
کمال الملک
۹-۳۴-۶۹۷۴-۶۲۲-۹۷۸

نویسنده:
ویراستار فنی:
ویراستار ادبی:
ناظر فنی:
طراح و صفحه‌آرا:
نوبت چاپ:
شمارگان:
چاپ:
شابک:

حق چاپ برای نویسنده محفوظ است.
مبلغ سرمایه‌گذاری: ۶۹۳۰۰۰ ریال

فهرست مطالب

مقدمه ویراستار.....	۱۳
مقدمه مؤلف.....	۱۵
داستان زندگی من.....	۱۶
اولین گام برای تغییرات اساسی در زندگی.....	۱۹

فصل اول: ارتعاش قانون جذب

افکار ما چگونه کار می کنند؟.....	۲۵
برای فائق آمدن بر مشکلات گذشته.....	۲۷
نمونه شکرگزاری ها.....	۲۹
نگاه به گذشته ممنوع شده.....	۳۱
ارتعاش چیست؟.....	۳۳
مهم ترین مطلب در مورد ارتعاش.....	۳۴
چرا درک کامل از خود و منبع انرژی برای ما آسان نیست؟.....	۳۴
چرا باید بدانم ارتعاش چیست؟.....	۳۶
جهان ارتعاشی.....	۳۷
ارتعاش و رسیدن به خواسته.....	۳۸
قانون جذب چیست؟.....	۳۸
قانون جذب با ما شوخی ندارد.....	۳۹
چرا باید قانون جذب را یاد بگیریم؟.....	۴۰
ارتعاش عشق.....	۴۰
وابستگی به اشیاء.....	۴۲

- ۹۱ پسرم آیهان
- ۹۲ چگونه روحیه و وضعیت روحی خود را خوب کنیم؟
- ۹۳ توجه به احساسات
- ۹۴ تمرین آلفای آرامش
- ۹۵ قانون تضاد
- ۹۵ راه حل چیست؟
- ۹۶ دو نکته مهم
- ۹۶ قانون جذب دروغ نمی گوید
- ۹۸ تمرین
- ۹۹ می توان هم برخواسته ها تمرکز کرد و هم بر ناخواسته ها
- ۹۹ چگونه شخصی را که نمی خواهیم از زندگی خود بیرون کنیم؟
- ۱۰۰ خلق آینده از روی آینده، نه از روی گذشته
- ۱۰۱ قدرت مراقبه را دست کم نگیرید
- ۱۰۱ منظور از مراقبه چیست؟
- ۱۰۲ نسخه ویژه و ذکر عظیم

مقدمه ویراستار

«ما هر لحظه در حال فرستادن ارتعاش هستیم و آنچه مهم است ارتعاش غالب یا مجموع ارتعاشات ما می‌باشد. به‌طور کلی، قانون ارتعاش می‌گوید: هر اتفاقی که برای ما به وجود می‌آید، هر شخصی که وارد زندگی ما می‌شود، به واسطه ارتعاشاتی است که خودمان فرستاده‌ایم...»

متن بالا بخشی از کتاب «خودسازی و حال خوب» دوست عزیزم سرکار خانم منیژه نقدی‌پور است که بنده توفیق ویراستاری آن را یافته‌ام و به خاطر این مهم خدا را بسیار بسیار شاکرم.

بنده زیبا درزیان هستم. ویراستار، شاعر و نویسنده که به شما خواننده‌ی عزیز تبریک عرض می‌کنم بابت انتخاب شایسته‌ی این اثر. دوستان! طبق فرموده هاتف اصفهانی "یار بی‌پرده از در و دیوار در تجلی است یا اولی الابصار".

خداوند هر لحظه در حال تجلی است و هر لحظه در حال فرستادن ارتعاشات مثبت به سمت ماست. اینکه ما دریافت کننده هستیم یا رد کننده دیگر به خودمان و درونمان بستگی دارد.