

«به نام یحسانه بهانه‌ر هستی»

لطفاً انسان باشید!

به اهتمام:

«محمود نامنی - رضا امان‌الهی»

انتشارات آسیم

با همکاری

انتشارات نامن



انتشارات نامن*

ابتدای خیابان بهبودی، کوچه هنر، بن‌بست
نادر، پلاک ۷
تلفن: ۶۶۰۸۸۵۳۲-۳



انتشارات آسیم

خیابان استاد مطهری ○ خیابان میرعماد ○
خیابان سیزدهم ○ شماره سیزده
مرکز توزیع: نشر آسیم
تلفن و دورنگار: ۸۸۷۴۰۹۹۲ - ۴
مستقیم شهرستان: ۸۸۷۵۴۴۳۲

لطفاً انسان باشید

- به اهتمام: محمود نامنی - رضا امان‌الهی
- مشاوران علمی: راحله معینی‌پور - سید محمد عرشیانفر
- مدیران فنی و هنری: رضا امان‌الهی - علی اصغر هاشمی - حامد جراحی
- ویراستاران: شهاب جراحی - سحر نامنی - علی حسین‌پور - محمد علی تقوی
- طراح کامپیوتری و صفحه‌آرا: امیر عباسی
- طراح جلد و گرافیک: سحر نامنی
- حروفچینی: گنجینه
- حروف‌نگار: نیلوفر سقا
- لیتوگرافی: صحیفه نور
- چاپ: چاپخانه کاج
- چاپ اول: ۱۳۹۱
- تیراژ: ۵۰۰۰ نسخه
- حق چاپ محفوظ است.
- قیمت: ۲۲۰۰۰ ریال

سرشناسه: نامنی، محمود، ۱۳۳۱ -
عنوان و نام پدیدآور: لطفاً انسان باشید / به اهتمام محمود نامنی، رضا امان‌الهی
مشخصات نشر: تهران: آسیم، ۱۳۹۰
مشخصات ظاهری: ۹۷۶ ص:، جدول.
شابک: 978-964-418-522-9
وضعیت فهرست‌نویسی: فیا
موضوع: خودسازی / خودشناسی / آزمون‌های شخصیت.
شأنه افزوده: امان‌الهی، رضا.
رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۰ ن ۱۷ خ / ۶۳۷ BF
رده‌بندی دیوبی: ۱۵۸/۱
شماره کتابشناسی ملی: ۱۳۱۳۸۱۶

فهرست

۷		سپاسگزاری
۹		سخن اول
۱۱		سخن نگارند
۵۷		اشاره
۶۱		فصل اول: دوست داشتن چیست؟ دوست داشتنی کیست؟
۶۸		- چگونه می‌توان حرمت زمان را نگاه داشت؟
۹۳		- کودک درون چیست؟ و کجاست؟
۱۰۰		- قطار زندگی!
۱۲۳		- حکایت روزی که مُردم!
۱۳۰		- ترس‌های ما!
۱۳۷		- اما نگرانی چیست؟
۱۳۹		- روز مبدا چیست؟ و چه روزی است؟
۱۶۰		- توکل از نگاه عرفا!
۱۶۹		- چکیده مطالب
۱۷۵		فصل دوم: حرمت چیست؟ حرمت شکن کیست؟
۱۸۵		- آیا اعضای خانواده هم حرمت دارند؟
۲۸۷		- آیا نان و نمک هم حرمت دارند؟
۲۹۰		- دل‌نوشته‌ای برای بی‌بی جان!
۳۰۹		- حرمت شکنی چگونه انجام می‌شود؟
۳۳۳		- چکیده مطالب

۳۴۵	 فصل سوم: آیا بدن ما حرمت دارد؟
۳۶۱	 - اما چشم‌ها!
۳۶۷	 - اما دهان!
۳۷۴	 - دو چیز برای زبان بسیار بسیار مهم است!
۳۷۹	 - حالا می‌رسیم به دل!
۳۸۶	 - اکنون می‌رسیم به دست‌ها!
۳۸۸	 - اکنون می‌رسیم به شکم و زیر شکم!
۳۹۶	 - آیا جوانی هم حرمت دارد؟
۴۱۶	 - چکیده مطالب
۴۲۱	 فصل چهارم: آیا پول حرمت دارد؟
۴۳۶	 - حرمت صندوق پست!
۴۳۸	 - حرمت زمین!
۴۳۹	 - حرمت جاده!
۴۳۹	 - چرا کره زمین گرد است؟
۴۴۳	 - قانون «عمل و عکس‌العمل» (کارما) چیست؟
۴۴۷	 - چکیده مطلب
۴۵۳	 فصل پنجم: شکرگزاری چیست؟ شکرگزار کیست؟
۴۶۱	 - نمودار شادی‌ها و خوشی‌های ما!
۴۶۱	 - نمودار دردها و رنج‌های ما!
۴۶۸	 - حکایات شکرگزاری
۴۸۱	 - چکیده مطالب
۴۸۷	 فصل ششم: «بیم‌آری» چیست؟ بیمار کیست؟
۴۹۲	 - روح سالم
۴۹۵	 - روح چگونه با ما ارتباط برقرار می‌کند؟

- ۴۹۶ چگونه می‌توان حس ششم را تقویت نمود؟
- ۵۲۰ نگاهی به‌اثرات کلام در زندگی خود
- ۵۲۶ عفو و بخشایش، درمانی ذهنی برای علاج هرگونه بیماری
- ۵۳۱ علت روانی بیماری‌ها و عبارات تاکیدی شفابخش
- ۵۳۷ چکیده مطالب

فصل هفتم: چگونگی و حالات روح بعد از مرگ ۵۴۱

- ۵۸۳ فصل هشتم: آداب معاشرت
- ۵۸۷ چگونه صبح را آغاز کنیم؟
- ۵۹۳ چگونه مکالمه تلفنی را انجام دهیم؟
- ۶۵۵ چگونه مهمانی بدهیم؟
- ۶۶۰ چگونه به‌خواستگاری برویم؟

- ۷۰۷ فصل نهم: لطفاً کدبانوی خوبی باشید!
- ۷۱۵ آشپزخانه شما چگونه باید باشد؟
- ۷۲۴ خوراکی‌ها در آشپزخانه
- ۷۶۰ چگونه لکه‌ها را از بین ببریم؟
- ۷۸۳ چگونه از بیمار خود پذیرایی کنیم؟

- ۷۹۱ فصل دهم: آشپزخانه خدا
- ۷۹۳ فهرست آشپزخانه خدا
- ۸۳۶ «اُمگا-۳» چیست؟

فصل یازدهم: واپسین کلام در نیمه‌راه! ۸۴۳

- ۸۸۵ فصل دوازدهم: عبارات تاکیدی

فصل سیزدهم: پرسش‌های بی‌پاسخ ۹۰۹

فصل چهاردهم: آزمون‌های خودشناسی ۹۱۷

این کتاب چه تاثیری در زندگی شما داشت؟ ۹۵۷

منابع ۹۶۱

معرفی دیگر آثار نویسنده ۹۷۶

www.ketab.ir