

فرا ترا از رویاهایت زندگی کن

دکتر عبدالکریم نسیمی
زهرا امامی

دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

زمستان ۱۳۹۶

سرشناسه : کریمی، عبدالکریم، ۱۳۴۲ -

Abdolkarim, Karimi

عنوان و نام پدیدآور : فراتر از رویاهایت زندگی کن / عبدالکریم کریمی - زهرا امامی.

مشخصات نشر : اصفهان: انتشارات سمند، ۱۳۹۶.

مشخصات فزیری : ۱۸۰ص.

شابک : 978-600-96336-6-1

وضعیت فهرست نویسی : فیا

موضوع : مکتبی

موضوع : Affirmations

شناسه افزوده : امامی: زهره، ۱۳۵۲ -

رده بندی کنگره : BF۶۹۷/۲۱۴ ۵۴۴

رده بندی دیویی : ۱/۱۵۸

شماره کتابشناسی ملی : ۴۷۰۴۰۴۳

فراتر از رویاهایت زندگی کن

نویسنده: نگار:

دکتر عبدالکریم کریمی - زهرا امامی

ناشر: انتشارات سمند

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۶۳۳۶-۶-۱



آدرس ناشر:

اصفهان، سپاهان شهر، بلوار غدیر،

مجمع لاری عقیق ۵ طبقه دوم، شماره E1۰

تلفن: ۰۳۱-۳۶۵۱۵۲۰۰

نمابر: ۰۳۱-۳۶۵۱۲۸۱۰

نوبت چاپ: اول

قطع: وزیری

تاریخ چاپ: زمستان ۱۳۹۶

تعداد صفحات: ۱۸۰

چاپ: فرانش

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان

حقوق معنوی این اثر متعلق به پدیدآورندگان است.

فهرست

۱۰	مقدمه
۱۳	دریچه‌ی اول
۱۴	هدف زندگی‌ت را خلق کن
۱۶	بزرگ بیندیش
۱۷	توجه و اهمیت خداوند به انسان
۱۹	توجه و اهمیت خداوند به انسان (۱)
۲۱	توجه و اهمیت خداوند به انسان (۲)
۲۳	به معجزه معتق باش، جزه‌گر باش
۲۵	دریچه‌ی دوم
۲۶	جدی بگیر
۲۶	برنامه‌ریزی کن
۲۸	رویاپردازی کن
۲۹	آیا می‌توان فراتر از رویا زندگی کرد؟
۲۹	فقط یک گام بردار اما هم اکنون
۳۱	دریچه‌ی سوم
۳۲	در لحظه زندگی کن
۳۳	زیاد زندگی کن
۳۴	سحرخیز باش
۳۶	ورزش کن
۳۷	ورزش و برنامه‌ریزی
۳۹	دریچه‌ی چهارم
۴۰	آموزش ببین
۴۲	سؤالات خوب پرسید
۴۴	دنبال علوم و فنون عجیبه نباش
۴۵	به روز باش و مجهز به فناوری
۴۶	آموزش در دین
۴۹	دریچه‌ی پنجم
۵۰	خلاق باش

۵۲	با هوش و زیرک باش
۵۳	شجاع باش
۵۳	از تحول عمیق نهراس
۵۴	برای خود اصولی داشته باش
۵۵	دریچه‌ی ششم
۵۶	یک لنگه هم بیکار نباش
۵۷	کار ولد خلاق
۵۸	هر کاری را به نحو احسن انجام بده
۵۹	تعهد کاری داشته باش
۶۱	کارکن
۶۱	پس کار کن
۶۲	در یک زمینه سرآمد شو
۶۲	کاری را که شروع می‌کنی تمام کن با آن را مختومه اعلام کن
۶۳	دریچه‌ی هفتم
۶۴	بخند از ته دل
۶۴	با احساس باش
۶۵	صمیمی شو
۶۶	کودک شو و کودکی کن
۶۷	تابوها را بشکن
۶۸	پایکوبی کن و دست افشانی
۶۹	به موسیقی طبیعت گوش فراده
۷۰	موسیقی بنواز و به نوای موسیقی گوش بسپار
۷۱	دریچه‌ی هشتم
۷۲	نظم داشته باش
۷۲	زیبا شو
۷۳	جوانی را از سر بگیر
۷۴	نقش بازی کن
۷۴	مفید و مؤثر باش

۷۵	دریچه‌ی نهم
۷۶	مدیر باش
۷۶	عذر و بهانه نیاور
۷۷	عقیده‌ات را تغییر بده
۷۷	عقیده‌هایی مؤثر و مفید انتخاب کن
۷۸	بخت و اقبال
۷۹	جهان‌عما
۸۰	به سخنی‌ها گوش آمد بگو
۸۵	دریچه‌ی دهم
۸۶	سفر کن
۸۷	به طبیعت برو و به آری‌ت گوش بسیار
۸۷	جهانت را وسیع‌تر کن
۸۸	باز باش
۸۹	دریچه‌ی یازدهم
۹۰	عشق
۹۱	به خودت عشق بورز
۹۲	قوی و قدرتمند باش
۹۳	عاشق شو
۹۵	دریچه‌ی دوازدهم
۹۶	ازدواج کن - ارتباط عاشقانه برقرار کن
۹۷	زندگی در مقابل نهاد
۹۸	زن و مرد
۹۹	دریچه‌ی سیزدهم
۱۰۰	درست سخن بگو
۱۰۴	مادران
۱۰۵	پدران
۱۰۶	فرزندان
۱۰۸	معلمان

۱۰۹	دریچه‌ی چهاردهم
۱۱۰	گریه کن
۱۱۰	بحران را به فرصت تبدیل کن
۱۱۱	در هر شرایطی امیدوار باش
۱۱۳	به دعا معتقد باش
۱۱۵	دریچه‌ی پانزدهم
۱۱۶	بهتر ها انتخاب کن
۱۱۶	خزان بیکران کائنات
۱۱۷	به وفور ایمان داشته باش
۱۲۱	دریچه‌ی شانزدهم
۱۲۲	رضایت
۱۲۲	قدردانی
۱۲۳	پیشاپیش شکر بگذار و پیشاپیش حق آرزوهایت را جشن بگیر
۱۲۴	قدر خودت را بدان
۱۲۵	از خودت قدردانی کن
۱۲۶	از پدر و مادرت قدردانی کن
۱۲۷	دریچه‌ی هفدهم
۱۲۸	عزت نفس
۱۲۹	نترس
۱۳۱	روح را تقویت کن
۱۳۲	رشد کن
۱۳۳	کاری فقط برای دیگران
۱۳۳	ببخش
۱۳۴	خصایل انسانی را در خود بهروران
۱۳۵	دریچه‌ی هیجدهم
۱۳۶	مراقبه ۱
۱۳۷	مراقبه ۲
۱۳۹	مراقبه در اسلام
۱۴۰	تنها باش

۱۴۳	دریچه‌ی نوزدهم.....
۱۴۴	اهمیت سلامتی
۱۴۷	یک خبر خوش
۱۴۸	شاد باش تا سالم باشی
۱۴۹	ورزش کلید سلامتی
۱۵۰	نکاتی طلایی از ورزش
۱۵۳	در ابتدای ورزش کن
۱۵۳	خوراک سالم دومین کلید سلامتی
۱۵۵	زندگی اسیدم نداشت باش
۱۵۹	بخند تا سالم باش
۱۶۰	خوب بخواب
۱۶۱	خود را سالم ببین
۱۶۲	سلامت باش
۱۶۵	دریچه‌ی بیستم.....
۱۶۶	باشکوه‌ترین لحظه هستی
۱۶۶	زمان را دریاب
۱۶۸	متعادل باش (تعادل را رعایت کن)
۱۶۹	آقای دکتر، جناب مهندس
۱۷۰	بهترین روز زندگیت
۱۷۱	آخرین روز زندگیت
۱۷۲	از مردن نه‌راس
۱۷۶	ثروتمند شو
۱۷۷	به خودت افتخار کن، شما قابل افتخارید
۱۷۸	بده و بستان (داد و ستد)

مقدمه

خواستم کتاب را با این جمله از سهراب آغاز کنم:

"تماشای مهتاب هزار بار به از سیاه کردن این برگ سفید"

اما دیدم آفریدگار به قلم قسم خورده است و اگر درست بنگارد، کم از تماشای مهتاب نیست. پس مقدمه‌ی دیگری آغاز کردم با نقل قول از لئوبوسکالیا^۱ آنجا که می‌گوید:

"یکی از مسایگان من به من گفت که در این نزدیکی‌ها کلیسای کوچکی است که ماجراهای زیبای آن اتفاق می‌افتد و از من خواست تا با هم به آنجا برویم. در کلیسا پس از آواز زدن جشن و مراسم، کشیش از جا بلند شد و گفت: دوستان! امروز برادر جانانان سخنرانی می‌کند و موضوع سخنرانی ایمان است. برادر جانانان کوچولو که قدش صد و پنجاه و چهار سانتی متر بود از جا برخاست، برای یک دقیقه جلوی تک تک ما ایستاد و گفت: ایمان ایمان، ایمان، ایمان و بعد هم نشست. کشیش کلیسا در حالی که از ته دل می‌خندید، برادر جانانان به خاطر سخنرانی زیبایان درباره ایمان متشکرم"^۲

آقای لئوبوسکالیا این مقدمه را نقل می‌کند و بگوید قصد داشته است درباره عشق سخنرانی کند و بگوید: عشق، عشق، عشق، عشق و بعد به خانه برود! من با الهام از او و برادر جانانان، مقدمه این کتاب را این‌گونه شروع می‌کنم:

زندگی، زندگی، زندگی، زندگی.

گرچه هر سه کلمه از هر سه گوینده یکی هستند:

ایمان، عشق، زندگی.

۱- نویسنده، سخنران و روانشناس ایتالیایی الاصل ساکن آمریکا، صاحب کتابهای عشق به زندگی، زندگی با عشق

چه زیباست، اتوبوس شماره ۹ به مقصد بهشت و ...

۲- عشق به زندگی از لئوبوسکالیا