



گل مریم کاغذیں

(نگاہی بہ مہندسی زندگی)

پاییز ۹۲

نویسنده: سیدرضا سیدی مقدم

سر شناسه : سیدی مقدم ، سیدرضا

عنوان و نام پدیدآورنده: گل مریم کاغذی ، نگاهی به مهندسی زندگی / نویسنده: سیدرضا سیدی مقدم

مشخصات نشر : تهران: سیدرضا سیدی مقدم، ۱۳۹۲

مشخصات ظاهری : ۱۹۰ ص، جدول

شابک : 978-600-04-0415-4 ۱۲۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی: فیا

عنوان مترجم: نگاهی به مهندسی زندگی

موضوع: راه و رسم زندگی - جنبه های روانشناسی

رده بندی یکر: ۱۳۹۲ ۸۸ س ۲/۶۳۷ BF

رده بندی دهی: ۱۵۸/۱

شماره کتابشناس ملی: ۳۳۹۰۴۰۴

گل مریم کاغذی (نگاهی به مهندسی زندگی)

نویسنده: سیدرضا سیدی مقدم

شمارگان نسخه: ۱۰۰۰ نسخه

تنظیم و صفحه آرایی: شادی ثیابی

ویراستار: هیلدا پاکزاد

چاپ و صحافی

پست الکترونیکی: REZA.TEY 2025@MIHAN MAIL.IR

طراحی روی جلد : سروش سیدی مقدم

قیمت ۱۲۰۰۰ تومان

کلیه حقوق اثر نویسنده محفوظ است

فهرست کتاب

پیشگفتار

مقدمه

فصل	موضوعات فصل ها	صفحه
۱	دوستی ، معرفت ، عشق	۱۰
۲	نگاهی به اخلاق و منش در زندگی روانشناسی رنگها	۲۰
۳	رنگهای و مضرات دروغ گوئی، از منظر روانشناسی و (تست ترک دروغ)	۳۵
۴	بهداشتن روان و رفتار (۲۱ تست از درد و beak) (احترام به خودت خود)	۵۰
۵	روانشناسی ازدواج (تولد عشق) و چند نمونه از اختلالات روانی	۷۶
۶	روانشناسی ازدواج ^(۱) (سلاح) (مدد عشق) و اصول همسر یابی	۱۰۰
۷	نفس انسان و ریا از دیدگاه روانشناسی	۱۲۲
۸	خود شناسی و خداشناسی (داستانی جالب از خودشناسی)	۱۳۱
۹	نگاه از منظر روانشناسی همراه با داستان بسیار جالب و جذاب	۱۴۰
۱۰	لذت زندگی از دیدگاه روانشناسی و ضمائم کتاب همراه با ۴۰ اصطلاح روانشناسی به زبان ساده یا روان و (تست شخصیت)	۱۵۰ تا ۱۹۰

پیشگفتار

نگاهی به مهندسی زندگی

زندگی ابعاد گوناگونی دارد، با مطالعه این کتاب، زندگی خودتان را کارشناسی شده پیش ببرید تا مسیر زندگی، بتواند بدون دغدغه با صلابت، روند خود را طی کند.

زندگی، در خانه ای است که در مسیر خود، با گذشتن از موانع در برابر نهایت، به اقیانوس راه پیدا خواهد کرد. باید دریا دل برداشته با قناعت، زندگی سعادتمندانه ای را برای خود رقم بزنیم. یک حقیقت، همان زندگی انسانها را تحت الشعاع، قرار داده و آن داشتن درک درست، از رابطه حال و آینده است. آنچه در این کتاب به آن می پردازیم، نگاهی به مهندسی زندگی است تا بتوانیم، برمسایل روحی و روانی خود بیشتر واقف باشیم تا در این استا، کمتر دچار امراض روحی و روانی، مانند (افسردگی، استرس، اضطراب، شرم) از طرف دیگر میدانیم امراض جسمی از قبیل فشار خون، سرطان سینه، بی و مغزی و m, s و.... بیشتر، ناشی از بی توجهی به مسایل روحی و روانی (احترام به خویشتن خود) میباشند. بدانیم، حتی یک سردرد موقتی، در بسیاری مواقع، ریشه روانی دارد و ما به آن واقف نیستیم. مولوی می فرماید:

اینکه میگویم، به قدر فهم توست مگر به قدر خسرت فهم درست

منظور اینست که از تمامی انسانها نمی توان انتظار داشت، که درک یکسانی از مطلب (آنچه میگویم) داشته باشند، زیرا میزان درک افراد، از مسایل و واقعیتهای زندگی متفاوت است و سعادت انسانها بیشتر به یک آنها که از روی تعقل انجام میگیرد، بستگی پیدا میکند. متأسفانه امروزه فراموش شده، خواسته یا ناخواسته در نوعی جهل و ناآگاهی غوطه ورنده به زندگی با دید منفی مینگرند. یقین بدانیم، اگر بخواهیم به سعادت برسیم، باید به درک درستی از زندگی دست پیدا کنیم و کارشناسی شده، زندگی را مدیریت نماییم. امروزه نوجوانان و جوانان نیاز مبرمی به راهنمایی و مشاوره (امر به معروف و نهی از منکر) برای راه یابی به زندگی سالم دارند. لذا در این راستا ما

معلمان و مشاوران تربیتی و اولیای امر و مادران و پدران، وظیفه خطیری در مقابل نوجوانان و جوانان داریم و لازم است، آنها را باز زندگی مثبت و احتمالاً مشکلاتی که ممکن است، بر سر راه زندگی آنها قرار گیرند، وسایه شومی، بر سرشان بافکنند، آشنا کنیم و تا سرحد امکان تلاش نماییم و نگذاریم، زندگی نو جوانان و جوانان ما، به ذلالت و گمراهی کشانده شود.

آمین یا رب العالمین .

توصیه میشود که کتاب را چندین بار با حوصله مطالعه نمایند و بدانند این کتاب، در جمع بهمن، راهنما و مشاوره رایگان، برای شماست و لازم میدانیم از مطالعه این کتاب برای زندگی مثبت، بهره برداری لازم به عمل آید. اگر، هر فردی این کتاب را، تا صبر بخواند، شانس رسیدن به خوشبختی را پیدا خواهد کرد. با دریافت کلید طلایی درب سعادت، راه گشای بسیاری از مشکلات خود و خانواده، خواهد شد.

در اینجا جا دارد، از سرکار خانم مهدا پاکزاد یکی از ممتازترین اساتید آموزشگاههای علمی آزاد ادبیات دانسته نام نوی و آزاد اسلامی که در ویراستاری کتاب (نگاهی به مهندسی زندگی) برای یاری رساندن، کمال تشکر و قدر دانی را داشته باشیم. والسلام

نویسنده کتاب : نگاهی به مهندسی زندگی - پیر بابایی مقدم

به نام خداوند بخشنده مهربان/ کریم خطا بخش پوزش پذیر

مقدمه:

سخن را با شعری از مولانا (مولوی) شروع می‌کنیم!

از کجا آمده ام، آمدنم بهر چه بود

به کجا می‌روم، آخر نمایم وطنم

ما را به این سخت عجب، کز چه سبب ساخت مرا

یا چه بوده است، مراد وی ازین ساختنم؟

انسان همواره در حال اندیشیدن می‌باشد و تا زمانی که زنده است، در جریان تفکر و اندیشیدن، سوالهایی را مطرح می‌شود. راجرز، پدر فلسفه غرب می‌گوید: از فلسفه گریزی نیست. اکنون این سوال مطرح می‌شود، برای چه می‌نویسیم؟! چرا شما باید این کتاب را مطالعه کنید؟ فلسفه با چه چیزی بسیار «مربو» هست، آیا شما فیلسوف هستید؟ فلسفه تا زمانی که انسان زنده است، همواره به او سرایت می‌آید. همان‌طور که گفت، همه فیلسوفند؟ فیثاغورث در سده ششم قبل از میلاد، واژه فیلسوف را به معنای «مستندار دانش به کار برد. سقراط، فلسفه را بنیان گذاشت و بعد افلاطون کلمه دیالکتیک را به معنای «روش فلسفه به کار برد. ارسطو شاگرد افلاطون حکیم واژه فلسفه را چنین توصیف کرد: «دانشی است که در باب نخستین اصل‌ها و اولین علت‌ها به بحث و گفتگو می‌پردازد.

مسلمانان نیز چون یونانیان، واژه فلسفه را به معنی دانش‌های عقلی به کار بردند. دکارت، فیلسوف قرن ۱۷ میلادی، فلسفه را به درختی تشبیه کرد، که ریشه آن متافیزیک، تنه آن فیزیک و شاخه‌های آن مکانیک، طب و اخلاق است. به طور کلی در طول تاریخ، تعاریف

گوناگونی از فلسفه بیان شده. فیلسوفان با پیش‌های مختلف، به تحلیل و بررسی مسایل مربوط به جهان و انسان پرداخته‌اند. برتراند راسل فرانسوی می‌گوید: فلسفه بر حسب مکتبی که برگزیده‌ایم، متفاوت خواهد بود. درعام فلسفه پایه تمام علوم به حساب می‌آید و... در نهایت یعنی خاص فلسفه، جهان بینی عقلانی است.

این کتاب حاوی مسائل اخلاقی، خداشناسی و خودشناسی (درسی از روانشناسی)، اختلالات رفتاری، نفس (شناخت روان خود و سلامتی روان یعنی احترام به خویشتن خود، اینکه چگونه می‌توانیم با مشکلات روحی و روانی خود روبرو شویم. درباره ازدواج، عشق، ماریک، فلسفه وجودی انسان در رفع نابسامانی مشکلات قبل و بعد از ازدواج، ۲۰ تست رشدی در زندگی به نام من همسر را دوست دارم و ۲۱ تست از دکتر بک (beak)، میزان آشنایی خود را بسنجید. روانشناسی رنگها (پیامهای روانی خود را، از رنگ ها، دریافت نمائید) بهرا فرد سعادتمند و خوشبختی در زندگی نباشیم؟ چگونه می‌توان فهمید که او دروغ می‌گوید؟ تست شخصیت سنجی، برای ارشاد و ترک دروغگویی تا دیگر، دروغ نگوئیم، «امر به معروف و نهی از منکر» و راهنمایی و مشاوره در جهت زندگی مثبت و سازنده، عتیلا چیست؟ معنادار کیست؟ دشمن انسانهای قرن ۲۱ ایدز (H- I- V) طاعون زمان، تست ای شریین و جالبی درباره انسان و انسانیت و همچنین چند داستان جذاب و جالب، جهت دست یافتن به کلید موفقیت در زندگی، برای خوانندگان عزیز و محترم، تدارک دیده شده به همراه نمونه‌ای از تفصیلات خداوند سبحان و عنایت خاصی بر بنده حقیر، تا بتوانم کلامی را تقدیم شما عزیزان نمایم. امید است، این کتاب برای خوانندگان مفید و ارزشمند باشد و موفقیت چشمگیری را در زندگی روزمره و زندگی زناشویی خود کسب کنند و بتوانند به

خانواده و دوستان، وفادار بوده و زندگی سرشار از موفقیت برای خود رقم بزنند. توصیه می‌شود، برای دستیابی به موفقیت در زندگی، به همه نکات این کتاب، توجه بیشتری مبذول فرمائید و اگر می‌توانید، چندین بار این کتاب، را بازخوانی نمائید تا ابعاد مهم زندگی (محبت، قناعت، صداقت، عزت نفس، سلامت روح و روان * احترام به خویشتن خود*) را از یاد نبریم و به اصل زندگی کاملاً پایبند بمانیم. در اینجا لازم میدانم خودم را به طور مختصر معرفی نمایم بنده نویسنده این کتاب، اسفند ماه ۱۳۲۸ در ساحل زیبای دریای خزر شهر **منار** به دنیا می‌آمدم. دبلم خود را در دبیرستان حکیم نظامی آستارا که قدمت تاریخی دارد (پدر بزرگهای ما در این دبیرستان درس خواندند)، به پایان رساندم و در شغل معلم مشغول تدریس شدم و همزمان، تحصیلات دانشگاهی خود را در رشته علوم تربیتی دانشکده روانشناسی دانشگاه علامه طباطبائی طی کردم، سپس در تدریس و معارف تعلیمی به تدریس پرداختم و بیش از ۱۵ سال در پست مدیریت مدارس انجام رفیقه دادم، همچنین توانستم بایش از ۱۰ سال با کسب مسئولیت خطیر راهنمایی و مشاوره در سازمان آموزش و پرورش استان شهر تهران منطقه دو، کمک شایانی در راستای راهنمایی و خدمات مشاوره ای، به خانواده ها و فرزندان ایشان ایفا نمایم. لطفاً نقطه نظرات خود را در شماره ۰۹۱۱۵۵۸۵۰۹۹ پیامک بزنید. خوانندگان این کتاب، بدانند با خواندن هر صفحه ساختار کلی و گلهای مریم که در باغچه زندگی مثبت، پرورش پیدا می‌کند، تقدیم عزیزان می‌شود، که در بد پر گل این کتاب به نام شما ثبت و موفقیت روز افزون را همواره در پی خواهد داشت. آنچه در فصل اول کتاب از دوست گرانقدرم، شهید سرلشگر خلبان ایوب حسین نژادی یاد شد، پادش را در این کتاب، گرامی میداریم (مقبره این شهید گرانقدر، در گلزار

شهیدان آستارا یاد آور دلاوریها وشجاعت های وی درهشت سال جنگ تحمیلی عراق
ودفاع مقدس در زمان صدام لعین وحفاظت ازکیان اسلام ووطن عزیز جمهوری اسلامی
ایران میباشد واتوبان ورود به شهرستان آستارا از طرف بندر انزلی به نام این شهید گرانقدر
سرلشکر خلبان شهید ایوب حسین نژادی ثبت ونامگذاری شده است) و همچنین یاد تمامی
شهیدان عزیز انقلاب و جنگ تحمیلی جمهوری اسلامی ایران گرامی باد.

سید رضا سیدی مقدم