



۲

خودت را باور کن

تشویر درویش

محمد تقی فعّالی



انتشارات مؤسسه فرهنگی هنری
دین و معنویت آل یاسین

سرشناسه : فتالی، محمد تقی، ۱۳۴۱-
عنوان و نام پدیدآور: خود را باور کن / محمد تقی فتالی
مختصان نشر : تهران : بوب، دیکور، درویش، آریا، ۱۳۹۴.
مختصان ظاهری: ج ۱، ج ۲: جدول: ۱۳/۵۸۱
شابک : ج ۱: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۲۵۳-۴-۸، ج ۲: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۲۵۳-۵-۵
ج ۱: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۲۵۳-۴-۸، ج ۲: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۲۵۳-۵-۵
ج ۱: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۲۵۳-۴-۸، ج ۲: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۲۵۳-۵-۵
دوره: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۲۵۳-۴-۸، ج ۲: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۲۵۳-۵-۵
وضعیت فهرست نویسی: فبای مختصر
پادداشت : این مدرک به آدرس <http://opac.nli.ir>
فتالی دسترسی است.
پادنامه
مدرجات: ج ۱، تنگه گامی این
ج ۲، تشویش درون
ج ۳، شکوفه های عودآوری
ج ۴، گام های محکم من
شماره کتابشناسی ملی: ۳۸۳۲۸۶

انتشارات مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آل یاسین



شناسه

نام کتاب: تشویش درون - خود را باور کن
مؤلف: محمد تقی فتالی

ناشر: انتشارات مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آل یاسین

طراح و صفحه آرا: احمد خان بابائی

نوبت چاپ: اول، بهار ۱۳۹۴

چاپ و صحافی: چاپخانه زیتون

شمارگان: ۳۰۰۰ جلد

قیمت: ۸۰۰۰۰ ریال (قیمت دوره: ۳۰۰۰۰۰ ریال)

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۲۵۳-۵-۵

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

دورنگار: ۰۲۵-۳۲۶۰۳۰۹۱

فهرست مطالب

۵	بهبانۀ ای برای شروع
۱۰	(۱) نشانه‌های خود کم بینی
۱۰	الف) ترس
۱۹	ب) کم‌رویی
۲۲	ج) گوشه‌گیری
۲۸	د) ناامیدی
۴۰	ه) بدبینی
۴۷	و) ناتوانی
۵۹	ز) پرخاشگری
۶۲	ح) ناسازگاری
۶۴	ط) دروغ‌گویی
۶۶	ی) مدگرایی و پیروی کورکورانه
۷۴	(۲) عوامل خود کم بینی
۷۴	الف) تحقیر شدن

۷۵	یک) آزار کلامی
۷۸	دو) زورگویی
۸۰	سه) بی توجهی
۸۳	چهار) نصیحت پیش روی دیگران
۸۴	پنج) تمسخر و عیب جویی
۹۰	ب) مقایسه شدن
۹۱	ج) حمایت بیش از حد
۹۵	د) آرزوهای دست نیافتنی
۹۸	هـ) خودپنداره نادرست
۱۰۱	و) فقر و محرومیت
۱۰۵	ز) بیکاری
۱۰۶	ح) شکست های پی در پی
۱۰۸	ط) طرد شدن
۱۱۴	فرجام سخن
۱۱۹	کتابنامه