



اعتماد به نفس و آرامش

از زبان بزرگان جهان

گردآوری:

شهرام اسدزاده

محسن پیلواری

انتشارات زیتون سبز

یا همکاری نشر ویدا

اعتماد به نفس و آرامش از زبان بزرگان جهان



نشر زیتون سبز

گردآوری شهرام اسدزاده - محسن پیلواری

طرح جلد آنتیه کرافیک (شهر نقره ای)

ناشر چاپ محمدعلی زمانپور - میلاد اسدزاده

چاپ و صحافی هاله رنگ پارس

لیتوگرافی آرماتسا

نایب و حرفه‌پیشی نگارش

چاپ دوم ۱۳۸۹

شیراز ۵۰۰۰ نسخه

قیمت ۱۸۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۰۰-۲۴-۵

حق چاپ برای ناشر محفوظ است

سرشناسه: اسدزاده، شهرام، ۱۳۵۷
 عنوان و نام پدیدآور: اعتماد به نفس و آرامش از زبان بزرگان
 جهان / گردآوری شهرام اسدزاده، محسن پیلوار
 مشخصات نشر: تهران: زیتون سبز، ۱۳۸۷
 مشخصات ظاهری: ۱۲۰ ص
 شابک: ۹۸۰۰۰ ریال: ۵۶۲-۲۰۰۰-۸۰۰-۲۳۸
 وضعیت فهرست نویسی: فیا
 موضوع: اعتماد به نفس - کلمات قصار
 موضوع: آرامش و آسایش - کلمات قصار
 شناسنامه افزوده: پیلوار، محسن، ۱۳۶۱
 رده بندی کنگره: ۱۳۸۷ ۵۲ الف ۲۲ ف / ۹۸۶.۹۵
 رده بندی دیویی: ۸۰۸/۸۸۲



مرکز پخش: پخش کتاب آسمان ۰۹۳۷-۴۰۰۸۶۰۶
 ۰۹۳۸-۱۱۶۲۱۷۶

مقدمه

شرط اساسی اعتماد به نفس خودشیفتگی است
و اساسی ترین مانع اعتماد به نفس خودشکنی است

یا از لبخند و اشک یکی را سنجیده گزین کند!

همیشه از ما جوانها خواسته اند که از تجربیات
دیگران استفاده کنیم. انصافاً اگر بر این معنی
تأمل کنیم، خیلی هم بی راه نیست.

هم در مصرف وقت صرفه جویی می‌کنیم، هم از
سرو پا و دل شکستگی در امان می‌مانیم.
زندگی آنقدرها طولانی نیست، که تمام راههای آن
را یک بار تا انتها رفته و دست خالی باز گردیم. از



این رو درصدد برآمدیم، تا مجموعه ای حاوی سخنان بزرگان را، به صورت موضوعی گردآوری کنیم. اعتماد به نفس و آرامش از زبان بزرگان جهان، شما را با زندگی از دریچه چشم بزرگان و مشاهیر آشنا می‌سازد. در نهایت در می‌یابیم، که هر چند افرادی از آنها زندگی را سخت، تلخ و یا بیهوده توصیف می‌کنند، اما جمیعاً بر این نکته، که زندگی نعمتی است و باید از آن نهایت استفاده را کرد، متفق القول هستند.

