

۱۳۹۹ ۲۲۲

به نام خداوند بخشنده و مهربان

راز و رمز موفقیت

Secrets to Success

www.ketab.ir

تألیف

گروه مولفین انتشارات باهدف

www.bahadaf.ir



پدر و مادر آگاه
فرزندان شاد
جامعه‌ای سالم

عنوان و نام پدیدآور: راز و رمز موفقیت (secrets to success)

تالیف: گروه مولفین انتشارات باهدف.

مشخصات نشر: تهران انتشارات باهدف، ۱۳۹۵

مشخصات ظاهری: ۲۲۴ ص، مصور ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۳۳۵-۷-۲

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

موضوع: موفقیت

موضوع: مهارت زندگی

شناسه افزوده: انتشارات باهدف

رده بندی کنگره: ۱۳۹۴ / ۸۸۲۵ / BF۶۳۷

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱

شماره کتاب: ناسی ملی: ۴۱۴۷۵۸۷



راز و رمز موفقیت

ناشر:

باهدف

تألیف:

گروه مولفین انتشارات باهدف

نوبت چاپ:

چاپ اول پاییز ۱۳۹۵

تیراژ:

تیراژ ۲۰۰۰ نسخه

شابک:

۹۷۸-۶۰۰-۹۵۳۳۵-۷-۲

قیمت:

۲۴۵۰۰ تومان

مدیر داخلی، فروش و تبلیغات: سید محسن ساداتیان

مدیر آموزش و کارشناس مشاور: مهدی پاشنامه

مدیر روابط عمومی: زینب ساداتیان



آدرس دفتر مرکزی: تهران، خیابان شریعتی، سیدخندان، خیابان خلفا،

پایین تر از فرهنگسرای ارسباران، کوچه شقایق، بن بست یکم، پلاک ۱

تلفن تماس: (خط ویژه) ۰۲۱) ۲۶۷۰ ۳۲ ۶۲

۰۹۱۹۷۰۲۵۰۵۷ - ۰۹۱۲۲۰۹۳۰۷۰ - ۰۹۱۲۲۰۵۲۶۴۴۶۳

کلیه حقوق این اثر متعلق به انتشارات باهدف می باشد و هیچ شخص حقیقی یا حقوقی حق چاپ و برداشت تمام یا قسمتی از اثر را به صورت چاپ، فتوکپی، جزوه و حتی دست نویس ندارد و متخلفین به موجب بند ۵ از ماده ی ۲ قانون حمایت از ناشران تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.

انتشارات باهدف همراهی است برای مخاطبان و پدر و مادرانی نواندیش و نوگرا، که از یکنواختی

و یکسان اندیشی و تک بینی گریزانند. مخاطبین این انتشارات افرادی ساکن اما بی‌قرار، سیراب اما تشنه، ساده اما پرنقش، مهربان اما قاطع، با احساس اما منطقی، عاقبت اندیش اما حال نگر، سنت گرا اما نواندیش هستند. پس برای این مخاطب نواندیش باید با قلمی نو و اندیشه‌ای نو گام برداشت.

در مسیر فرهنگ و آموزش باهدف، هدف رسیدن به هدفی است که همان خالی شدن از الفاظ

تهی و اندیشه‌های کهنه و پُرشدن از زایش و زندگی است. زایشی که همه چیز در آن از نو باز آموخته می‌شود و این هم، می‌شود می‌گردد مگر با زبانی جدید، اندیشه‌ای جدید، فهمی جدید، نگرشی جدید، روشی جدید. در زندگی، تعلیم و تربیتی جدید و هدفی جدید. پس برای رهایی و دستیابی به این راه پرپیچ و خم و تو در تو و زنجیره‌ای و در عین حال ظریف و شکننده و حساس باید بلد و راهنما داشت تا به ساحل هدف رسید. این پیش رو دارید مجموعه مطالبی است از اندیشه‌ها و گفتارهایی پُر مغز و نفز و فرصتی است برای بازاندیشی و باز یافت نگرش‌های جدید به زندگی و روش‌های نوین تعلیم و تربیت فرزندان و مسائلی اجتماعی و خانوادگی. مراد نویسنده نازک اندیش طرحی نو برای فهمی نو با نگاهی نو و هدفی نو به مفاهیم، اصول و قواعد و هنجارهای تربیتی و روانشناسی می‌باشد تا این‌که با تفکری واگرایانه و خلاقانه، بررسی آگاه باشیم تا فرزندان شاد و جامعه‌ای سالم داشته باشیم تا به جای خوارستان، گلستان بیابان و نقطه در چنین فضایی است که فرزندان بانشاط و پُر تحرک و پویا می‌توان تربیت کرد. باشد که با مطالعه این کتاب فرصتی بیابیم برای بازاندیشی گذشته، بازآفرینی حال و اندیشیدن ژرف برای تدبیر آینده.

در پایان از آقایان آرتور، آلکس و آلن و همچنین خانم‌ها زهره جیحون، هانیه علی، اما مصیبی، الهه حسنی و تمام کسانی که در این راه همراه ما بوده‌اند و مخصوصاً شما همکاران عزیز که پیشنهادات و نظرات خود را در شبکه‌های مجازی، همایش‌ها، سمینارها و کنفرانس‌ها به اطلاع ما می‌رساندید قدردانی و تشکر می‌نماییم.

مدیریت انتشارات باهدف

سید حسن ساداتیان

با دادن پیشنهادات و نظرات خود، همراه هم باشیم.

مجموعه انتشارات باهدف (باهدف باشید...)

فهرست

صفحه	عنوان
۲۱	دو هدف مهم انسان
۲۱	۱- هدف اول سلامت فیزیکی
۲۲	۲- هدف دوم خوشبختی (Happiness)
۲۳	برنده شدن یا پیروز شدن
۲۴	هرم موفقیت (Pyramid of Success)
۲۴	❧ عقل، علم و عمل
۲۴	❧ دو داربست و یا چوب بست، محافظ و سد هر موفقیت هستند
۲۴	❧ محبت و عشق
۲۵	تفاوت آرمان خواهی با ایدئولوژی
	❧ اولین نکته‌ای که به عنوان عامل اساسی موفقیت شناخته شده
	آرمان خواهی است
	آرمان خواهی
۲۷	اخلاق (Morality)
۲۸	ارزش‌ها (Value)
۲۸	ثروت، قدرت و حیثیت
۲۹	چند نکته درباره موفقیت

❧ موفقیت، راه و جاده است، نه مقصد و خانه (It Is Road) ۲۹

❧ نکته فوق‌العاده مهم این است که موفقیت با اولین قدم آغاز

می‌شود نه آخرین قدم. ۳۰

❧ همیشه باید این را در گوشه ذهن داشته باشیم که این ما هستیم

که باید تغییر کنیم ۳۰

* نکته‌ای که همیشه باید به آن توجه داشت این است که مردمان

موفق در هیچ بیشتری می‌برند ۳۱

❧ نکته مهم در رابطه با موفقیت، آرامش و امنیت است ۳۲

* حداکثر توان حیوانی ۳۳

* مفهوم موفقیت در جوامع سنت ۳۳

* مفهوم موفقیت در جوامع مدرنی ۳۵

* مفهوم موفقیت در جوامع امروزی ۳۵

۴۵ اصل موفقیت ۳۵

اصل ۱- آگاهی و دانایی (Awareness) ۳۶

اصل ۲- مفهوم دانش (Knowledge) ۳۸

❧ مفهوم توانایی ۳۸

❧ آگاهی ۴۰

و وقتی از
کودکی به این
نتیجه می‌رسیم
همه کارها زور
است و تمهیل،
باعث میشه در
بزرگسالی طلبکار و
تاراجی باشیم و
تمام کارها رو
نصفه و نیمه رها
کنیم.

۴۰ باید همیشه مواظب دو سوء تفاهم باشیم

۴۰ ۱- بزرگترین ترمز پیشرفت انسان را بشناسیم

۴۱ ۲- ربه دادن امور به حکمت

۴۳ اصل ۳- مهارت (Skill)

⌘ امروز می‌سیم که ... و شما تا زمانی که چرا و چه چیزی را به

۴۴ چگونه تبدیل کنید (Flow)، اتفاقی نخواهد افتاد

۴۶ اصل ۴- واقعیت (Reality)

۴۹ اصل ۵- مسئولیت (Responsibility)

۵۱ اصل ۶- وقت و زمان (Time)

۵۲ ⌘ چند نکته در خصوص وقت و زمان

۵۲ ⌘ زمان یک پدیده‌ی کمی و بیرونی

۵۳ ⌘ باید بدانیم برای هر کاری چند روز وقت نیاز دارید

⌘ آدم‌های موفق متوجه هستند که همه کارهایی را که می‌کنند، دو

۵۴ جنبه قابل توجه دارد

۵۵ افراد موفق و خوشبخت و سالم چگونه زندگی می‌کنند؟

۵۶ ⌘ امروز برابر با فردا می‌باشد

۵۸ ⌘ در حال باید زندگی کرد نه این‌که در حال لذت برد

لا اله الا الله انسان از

تشویق

تجربیت می‌کند

نه از طریق تنبیه.

از طریق تنبیه

فیلی موفق باشیم

بچه رو بیکاره بار

می‌اریم.

☞ من و شما در دو جا باید خسیس باشیم ۵۹

اصل ۷- هدف (Goal) ۶۰

☞ خواستن، توانستن نیست. خواستنی توانستن است که آفریدن

باشد ۶۱

استانزی در هدف ۶۳

داشتن نقشه (Map) ۶۳

۲- طرح (Plan) ۶۳

۳- برنامه (Program) ۶۳

☞ تخصص آدم‌های ناموفه ۶۴

توصیه چند نکته در باره هدف ۶۴

☞ داشتن هدف و باور به آن ۶۴

☞ هدف باید واقعی باشد (Real) ۶۴

☞ هدف باید ممکن باشد (Possible) ۶۴

☞ دیگران باید هدف را باور کنند تا به شما بازخورد (Feedback) یا

پسخوراند مثبت بدهند ۶۴

☞ هدف باید در اختیار و کنترل شما باشد ۶۵

☞ هدف باید جالب و جاذب باشد ۶۵

تفصیل

بعضی از پدر و

مادرها تنها این

است که مراقب

باشند بچه‌ها بازی

و شادی نکنند و

تنها درس بفهمن

و مشق بنویسند.

☞ هدف به عنوان تنها راه حل شما برای موضوع و مسأله شما یا یکی

از بهترین‌ها باشد ۶۵

اصل ۸- کار و شغل (work or job) ۶۷

☞ بدترین کار دنیا، بیکاری است ۶۸

☞ کار باید به اندازه و درست باشد ۷۰

اصل ۹- همکاری و یاری ۷۱

اصل ۱۰- تداوم، استمرار و استمرار ۷۵

☞ هیچ کس در زندگی خود موفق نمی‌شود اگر کاری را که شروع

می‌کند به آخر نرساند و تداوم و استمرار در کارش نباشد ۷۷

اصل ۱۱- اعتماد به نفس (Self Confidence) ۷۹

☞ عادت ثانویه (Secondary Habit) ۸۰

اصل ۱۲- حرمت نفس (Self Esteem) ۸۳

۱۰ جزء حرمت نفس ۸۰

☞ اولین جزء، تقدس انسانی را به عنوان تنها تقدس جهان

شناسیم ۸۳

☞ دومین جزء، حرمت نفس با این مفهوم همراه است که «من» و

«تویی» وجود دارد و بنابراین «من، منم» و «تو، تویی» ۸۴

اعتماد به

نفس و حرمت

نفس یعنی من

خودم رو خوب و

سازارش میدونم

یعنی از آنچه

هستم شرمند

نیستم نه از مردم

هراسی دارم و

همه با هم

برابریم.

۳٪- سومین جزء، پذیرفتن اصل برابری است (Equality). یعنی ما با

هم برابریم ۸۴

۴٪- چهارمین جزء، این است که در بسیاری از موارد مهم و اساسی، ما

با هم یکسان هستیم. ما عین هم هستیم. (We Are The Same) ۸۵

۵٪- پنجمین جزء، من از تو نه بهترم، نه برترم، نه بالاترم، نه

پای ترم ۸۵

۶٪- ششمین جزء، من ارزش، اهمیت و اعتبار دارم، همان طور که تو

ارزش، اهمیت و اعتبار داری ۸۵

۷٪- هفتمین جزء، من خوام همان گونه که تو خوبی ۸۵

۸٪- هشتمین جزء، من خواستنی و دوست داشتنی هستم،

همان طور که تو خواستنی و دوست داشتنی هستی ۸۶

۹٪- نهمین جزء، من از هیچ چیزی ربوطا به خودم شرمنده و

خجالت زده نیستم ۸۶

۱۰٪- دهمین جزء، من از دیگران ترس و واهمه‌ای ندارم ۸۷

اصل ۱۳- شور و شوق و هیجان (Passion, Interest, Excitement) ۸۹

٪ مفهوم حظ و کیف (Enjoyment) با مفهوم لذت (Pleasure)

بسیار متفاوت است. ۹۱

اصل ۱۴- کنترل خود (Self Control) ۹۲

موفقیت

یک راه است و

فوشبفتی آن

استراحت گاهی

است که ما در

مسیر رسیدن به

موفقیت در آن

مشغول استراحتیم.

اصل ۱۵ - اداره کردن (Self Management) ۹۴

☞ منظور از اداره کردن ۹۵

☞ انضباط (Discipline) ۹۵

☞ میل به کمال (Straight For Excellent) ۹۵

اصل ۱۶ - چالش (Challenge) ۹۷

☞ انسان یک موجودی است که قرار است مانند یک دانه به یک

درختی که میوه می‌دهد، تبدیل شود ۹۸

☞ خوشبختی وقتی است که فرد، دانش، توانایی و مهارت لازم را دارد

و آن را بیشتر می‌آموزد و تجربه و آزمون می‌کند ۹۸

اصل ۱۷ - نظم و تربیت (Order) ۱۰۱

☞ اولویت ۱۰۵

☞ هنگام تصمیم‌گیری باید علم آن را داشته باشیم ۱۰۸

☞ اندیشه چگونه است؟ ۱۰۹

☞ وقتی که به مسأله‌ی تصمیم‌گیری می‌رسیم از سه چیز نباید

هراسید ۱۱۰

۱- اشتباه ۱۱۰

۲- شکست ۱۱۰

۳- حرف، قضاوت و نظر مردم ۱۱۰

☞ از تجربه باید آموخت ۱۱۰

لگن آدم نباید

هتما ازدواج کند،

آدم باید هتما

ازدواج خوب کند.

۱۱۱ ❧ اشتباه، مشخصه‌ی انسان است

۱۱۱ ❧ شکست

۱۱۳ اصل ۱۸ - آغازگری (Initiate)

۱۱۵ ❧ تنها در یک مورد تقلید قابل توجیه است

۱۱۷ اصل ۱۹ - خلاقیت (Creativity)

❧ آم‌های موفق کسانی بودند که هیچ وقت تکرار نکردند، هیچ وقت

۱۱۸ ❧ صرف نکردند

۱۲۰ اصل ۲۰ - نادل (Equilibrium)

❧ این پرسش همیشه مطرح بوده که حیات یا زندگی چیست؟ ۱۲۱

❧ مفهوم تعادل چیست؟ ۱۲۲

❧ مفهوم تعادل در سه زمینه است ۱۲۲

۱۲۳ اصل ۲۱ - تکامل (Evolution)

۱۲۵ اصل ۲۲ - اطمینان (Trust)

۱۲۷ در کودکی به دو نتیجه می‌رسیم

❧ جهان گلستانی است که برخی از گلها خار دارد ۱۲۷

❧ عده‌ای باور دارند که جهان یک خارستان است ۱۲۷

❧ موضوع اصلی و اساسی این است که من و شما آیا این اطمینان را

به خودمان و دیگران داریم یا نه؟ ۱۲۷

۱۲۹ اصل ۲۳ - ایمان (Faith) یا باور (Belief)

❧ درد و رنج

❧ بیکاری از درد و

رنج هر کار دیگری

بیشتر است.

❧ مسئله ایمان به عنوان اصل راهنماست ۱۳۰

❧ چند نکته مهم در مورد باور و اعتقاد ۱۳۰

اصل ۲۴- آزادی و آزادی ۱۳۲

❧ آزادی کد ۱۳۳

❧ آزادی ۱۳۳

❧ آیا ما در رابطه با باورها و اعتقادات هم اینچنین هستیم؟ ۱۳۴

اصل ۲۵- بخشش (Share) ۱۳۵

❧ گذشت، تحمل و فداکاری ۱۳۶

اصل ۲۶- ارتباط موثر (Effective Communication) ۱۳۸

❧ ارتباط (Communication) تنها گفتار نیست، بلکه رفتار هم

هست ۱۳۹

❧ در روابط زناشویی و یا در روابط دوستانه، صمیمیت یعنی...

حرف می‌زنم و بعد فکر می‌کنم ۱۴۰

❧ بچه‌ها باید این قدر حرف بزنند تا خودشان را بفهمند ۱۴۰

❧ ارتباط غیرکارکردی ۱۴۱

❧ چهار نوع ارتباط غیرکارکردی (Dysfunctional) ۱۴۱

۱- تعارف (Placating) ۱۴۱

۲- سرزنش کردن (Blaming) ۱۴۱

۳- حالت محاسبه و حسابگر (Computing) ۱۴۱

لکه جوان ما

جوانی قانونمند

است. هیچ کسی

به آرزویش

نی رسد. اما آرزو

وقتی حرف شد

آن روز می‌توان

امیدوار باشیم به

آن برسیم.

- ۴- پرت و پلا گفتن (Distraction) ۱۴۱
- نکته‌هایی در مورد ارتباط ۱۴۲
- ☞ باید خواسته‌ی شما مشخص باشد ۱۴۲
- ☞ باید بدانیم که چه می‌خواهیم و چه چیزی را می‌توانیم بخواهیم .. ۱۴۲
- ☞ خواسته‌ای را می‌توانیم از دیگری بخواهیم که برای او هم جالب باشد یا حداقل ارزش و اهمیتی داشته باشد ۱۴۲
- ☞ ناامنون هیل یک جایی می‌خواست کاری بگیرد ۱۴۳
- ☞ به تأخیر انداختن لذت و پاداش (Delay Gratification) ۱۴۳
- ☞ بیرون آمدن از خانه باید بیاموزیم ۱۴۴
- ☞ مطالعه‌ای صورت گرفته که بچه‌های ۵ ساله شیرینی یا کیکی را داده‌اند ۱۴۴
- ☞ عادت مطلوب (Good Habit) ۱۴۵
- اصل ۲۷- راستگویی و درستکاری (Integrity) ۱۴۸
- اصل ۲۸- معنی و مقصود (Purpose And Meaning) ۱۵۱
- ☞ شما در زندگی هیچ وقت نمی‌توانید، از نادانی دیگران ناتوانی دیگران از محدود بودن امکانات آنها علیه آنها استفاده کنید ۱۵۳
- ☞ اگر معلم هستید، اگر وظیفه و مسئولیتی دارید، اگر پزشک هستید، باید! ۱۵۴
- اصل ۲۹- ایثار ۱۵۷

لنگ باید فرض
را بر این بگذاریم
که فقط یک ذره
بوتر از دیروز
باشیم. اگر این
گونه باشیم، زندگی
را پرده‌ایم.

☞ قرار است که من به دلیل خوب و درست بودن، کار خود را انجام

دهم ۱۵۸

☞ نباید منتظر ماند تا جواب خوبی کردن خود را بگیریم ۱۵۸

☞ داستان چوپان دروغگو ۱۵۸

اصل ۳۰ - آرامش و امنیت ۱۶۰

☞ امنیت واقعی وقتی است که بپذیرید امنیت واقعی و یا قطعی

در کار نیست ۱۶۰

☞ ما در دنیایی هستیم که دنیا در بین ما نیستیم، تنها تصمیم

گیرنده نیستیم ۱۶۱

☞ من کوشش می‌کنم و می‌آموزم تا فرزندانم را خوب تربیت کنم

اما! ۱۶۲

اصل ۳۱ - صبر و فرصت (Patient) ۱۶۲

☞ صبر در دنیای امروز ۱۶۲

☞ فرصت ۱۶۳

☞ ماجرای «گر صبر کنی ز قوره حلوا سازم!» ۱۶۴

اصل ۳۲ - رهبری و مدیریت ۱۶۶

لا اله الا الله و قتی پدر و

مادر دعوا می‌کنند

نظر کودک دو

عول، قلم با هم

دعوا می‌کنند و

این دنیای کودک

رو قراب می‌کنه.

- ❧ ویژگی و نکته‌های رهبری و مدیریت در افراد موفق ۱۶۷
- ❧ در دنیای امروز، بیشتر اوقات مسئله اصلی و اساسی مسئله مدیریت است ۱۶۸
- ❧ گذر انسان از هشت مرحله ۱۶۸
- ❧ مرحله تولد، مرحله همزیستی ۱۶۸
- ❧ یک سالگی، مرحله چسبندگی و دواختگی ۱۶۸
- ❧ سه سالگی، مرحله اعتیاد ۱۶۸
- ❧ پنج سالگی، مرحله عادت ۱۶۸
- ❧ هشت سالگی، مرحله وابستگی که به دو معنا می‌باشد ۱۶۸
- ❧ بین ۸ تا ۱۲ سالگی، جدایی و رهایی اتفاق بیفتد ۱۶۹
- ❧ بین ۱۲ تا ۱۸ سالگی باید استقلال اتفاق بیفتد ۱۶۹
- ❧ بین ۱۸ تا ۲۲ سالگی نیز فرد به کمال ارتباط که همبستگی است برسد ۱۶۹
- ❧ بسیاری از ما ایرانی‌ها به دلیل وابستگی یا به دلایل اعتیاد، به جای «من بودن»، «ما» هستیم ۱۷۱
- ❧ بسیاری اوقات پدرها و مادران ما حرفشان این است ۱۷۱
- ❧ متأسفانه ملاک ما دیگران هستند ۱۷۱

روزی که
شما سه ارزش
مفید، فرصت و
مشورت رو تو
قوه داشتین، اون
وقته که می‌تونین
جامعه‌ی سالمی
داشته باشین.

اصل ۳۳- مثبت بودن (Positive) ۱۷۳

☼ مثبت و خوشبین و امیدوار بودن، به دو معنا نیست ۱۷۴

☼ فدا نیمه پر لیوان را دیدن!! ۱۷۴

☼ امید واهی ۱۷۵

☼ رضایت ۱۷۶

☼ انسان اصولاً مورد راضی نیست ۱۷۶

اصل ۳۴- پذیرش ۱۷۸

☼ ما در دنیایی هستیم که کار و نوشتمان ما کنیم اما نتیجه را

می‌پذیریم ۱۷۹

☼ بزرگترین مشکل‌مان این است که نمی‌دانیم تا کی باید پستی

یا موضوعی را نگه داریم ۱۷۹

☼ بسیاری از ما خبر نداریم که باید بگذاریم تا از آن موضوع بگذرد.

(Let go) ۱۷۹

اصل ۳۵- شجاعت ۱۸۱

☼ بسیاری از ما به دلیل آسیب‌های کودکی با ترمز روانی زندگی

می‌کنیم ۱۸۲

منگو پدر و مادر
هرگز این جمله از
دهانشون در نیار
که تو بچه ببری
هستی!

- ۱۸۳ ❧ دنیا متعلق به آدم‌های ترسو نیست.....
- اصل ۳۶- دوستی و صمیمیت (Friendship And Intimacy) ۱۸۴
- ۱۸۵ ❧ درجات مختلف دوستی
- ۱۸۷ ❧ خیلی از اوقات دوستان نمی‌داند ما چه انتظار و توقعی داریم
- اصل ۳۷- تغذیه و بهداشت ۱۸۸
- اصل ۱۰- خواب ۱۹۲
- ۱۹۲ ❧ توصیف می‌کنند هر شب رأس یک ساعت مشخص بخوابیم
- ❧ ادیسون کسی بود که ۳ ساعت می‌خوابید و به کارش می‌رسید و
- انیشتین کسی بود که اگر ۱۲ ساعت نمی‌خوابید، نمی‌توانست کار
- کند ۱۹۴
- ❧ مهم این است که یکسره تا صبح بخوابم ۱۹۴
- ❧ کسی که خواب خوبی ندارد بیداری خوب ندارد و باید بدانیم
- وقت خواب، شب است ۱۹۵
- اصل ۳۹- ورزش (Sport) ۱۹۵
- اصل ۴۰- روابط جنسی ۱۹۹
- اصل ۴۱- خوشحالی و شادی ۲۰۲

فوشیفتی به
بودن‌ها، شدن‌ها و
ماندن‌ها مربوط
است تا به
داشتن.

۳۳ حظ و کیف (Enjoyment) ۲۰۴

۳۳ چهار مرحله‌ای که موجب حظ و کیف می‌شود ۲۰۴

۳۳ شنود، و خرسندی ۲۰۵

اصل ۴۲ - تفریح، بازی و سرگرمی ۲۰۶

۳۳ اگر به زندانمان بگوییم وظیفه شما و کار شما و تنها چیزی که

باید به آن توجه کنید در آن خواندن است، فاجعه است ۲۰۸

۳۳ دل ما خوش است که دنیا آید تا کار کنیم، در حالی که

آمده‌ایم که زندگی کنیم ۲۰۸

اصل ۴۳ - تخیل و آرزو ۲۰۹

۳۳ انسان به هدف‌هایش می‌رسد، اما به آرزوهایش نمی‌رسد ۲۱۰

۳۳ بهترین برنامه‌ریزی برای کامپیوتر مغزمان، در شب، قبل از خواب و

صبح به مجرد بیداری تصویرسازی کنیم ۲۱۰

اصل ۴۴ - زندگی فردی، شخصی و خصوصی ۲۱۵

۳۳ شما با یک آدم عجیب و غریب یا در محیط خانواده یا در ارتباط با

همسر یا فرزندان یا با دیگران روبه‌رو نیستید ۲۱۵

۳۳ زندگی اجتماعی و جمعی خوبی دارند ۲۱۵

مطالب

در قانون

مقدم بشمرید،

کودکان قرار

نیست و سایلشون

را با بقیه تقسیم

کنند

اصل ۴۵ - خود بودن یا خود شدن (Self Actualization) ۲۱۷

☞ انسان مانند دانه‌ای است که باید به درختی تبدیل شود و میوه

۲۱۸ بدهد.

☞ خود شدن ۲۱۸

☞ پیچیده بودن موضوع انسان و تضاد و تعارضی که در انسان

۲۱۹ است

☞ عمل پرورش، تعلیم و تربیت در طول تاریخ، ترس، تنبیه و کنترل

۲۱۹ داده

☞ پرها بعد از

۳ سالگی

رفتارشان در ۱۰

سال باید

طوری باشد که

گویی با دقت ۲۲

سالشان در

تماس هستند.

www.ketaboo.com