

ذهنتان را هک کنید



نیروی پنهان ضمیر ناخودآگاهتان را آزاد کنید، نیروی بی‌عقل لذیری مغز را مهار کنید، یاد بگیرید چگونه واقعیت را به زانو در آورید و نامرئی شوید

تألیف:

نیکولاس هیل

ترجمه:

سارا ثابت



دانش ماندگار عصر

فیفا

سرشناسه: هیل، نیکلاس

عنوان و نام پدیدآور: ذهن‌تان را هک کنید/تالیف نیکولاس هیل؛ ترجمه سارا ثابت.

مشخصات نشر: تهران: نشر دانش ماندگار عصر، ۱۳۹۸.

م. حصار خا: ری: ۷۲ ص.: جدول، نمودار؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.

برای: ۹۷۸-۶۰۰-۸۶-۸۳۰۰

وضعیت: رشت نویسی: فا

عنوان اصلی:

Hack your mind: unleash the hidden power of your subconscious mind, harness brains neuroplasticity, learn how to bend reality and become limitless, 2019.

موضوع: پرورش ذهن Mental discipline

موضوع: ذهن آگاهی (روان‌شناسی) Mindfulness (Psychology)

موضوع: پویاسازی ذهن Biofeedback training

موضوع: کارایی ذهن Mental efficiency

شناسه افزوده: ثابت، سارا، ۱۳۵۶-، مترجم

رده‌بندی کنگره: ۶۳۲BF

رده‌بندی دیویی: ۱۵۳/۴۲

شماره کتابشناسی ملی: ۶۰۳۰۳۳۳

شناسنامه

عنوان: ذهنتان را هک کنید

مؤلف: نیکلاس هل

مترجم: سارا ثابت

ویراستار: مینا محمدیان (ویراستار باشی)

ناشر: مؤسسه دانش ماندگار عصر

صفحه‌آر: حسین اسمدی

طراح جلد: فرزاد پور

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۳۰-۱

نوبت چاپ: اول؛ سال ۹۸

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

دفتر انتشارات: تهران، خیابان انقد، خیابان فخر رازی، خیابان شهدای ژاندارمری، پلاک ۶۴

کدپستی: ۱۳۱۴۹۶۵۳۵۱

تلفن: ۶۶۹۷۳۱۷۵-۶

ایمیل و وب سایت: Info@mehraban-shop.com-MehrabanPub.com

فروشگاه اینترنتی: Ketabemehraban.com

تلفن فروشگاه نشر بازرگانی: ۶۶۹۵۳۴۷۵

کلیه حقوق و حق چاپ متن و عنوان کتاب که به ثبت رسیده است؛ مطابق با قانون حقوق و مصنفان مصوب ۱۳۴۸ محفوظ و متعلق به مترجم می باشد. هرگونه برداشت، کپی برداری به هر شکل (چاپ، فتوکپی، انتشار الکترونیکی) بدون اجازه کتبی از مترجم نشر ممنوع بوده و متخلفین تحت پیگرد قانونی قرار خواهند گرفت.

دانش ماندگار

فهرست

- فصل ۱: هک کردن ذهن چیست و چگونه به ما کمک می کند؟ ۱۳
- فصل ۲: چگونه انعطاف پذیری عصبی برای ذهن شما سودمند است؟ ۱۹
- فصل ۳: آماده سازی ذهن ناخود آگاه شما ۲۹
- فصل ۴: از ذهنتان استفاده کنید تا میزان کارآمدی تان را افزایش دهید ۴۱
- فصل ۵: نیروی اراده تان را افزایش دهید تا ذهنتان را هک کنید ۴۵
- فصل ۶: آداب هک کردن ذهن شما ۵۳
- فصل ۷: چگونه سبک زندگی می کند تا از ضمیر ناخود آگاهتان بهره ببرید ۶۱
- فصل ۸: چگونه واقعیت را به زاندر بریم و نامحدود شویم ۶۷