

کار نشد ندارد

www.ketab.ir

ماری فورلئو

آمنه برزنونی

سرشناسه: فورلئو، ماری

Forleo, Marie

عنوان و نام پدیدآور: کار نشد ندارد/ ماری فورلئو؛ ترجمه آمنه برزنونی.

مشخصات نشر: تهران: ارتباط نوین، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۲۹۶ ص؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۳۲۲-۶۵-۲

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: (2019), Everything is figureoutable

موضوع: موفقیت موضوع: Success

موضوع: اندیشه و تفکر خلاق

موضوع: Creative thinking

موضوع: عزم راسخ

موضوع: (Determination Personality trait)

موضوع: خوش بینی موضوع: Optimism

شناسه افزوده: برزنونی، آمنه، ۱۳۶۲-، مترجم

رده بندی کنگره: BF۶۳۷ رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱

شماره کتابشناسی ملی: ۱۵۷۹۳۸

وضعیت رکورد: فیبا



انتشارات ارتباط نوین

مرکز پخش: تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین

کوچه مینا پلاک ۱۱ واحد ۱

تلفن: ۰۲۱-۶۶۹۶۰۶۸۴

❖ کار نشد ندارد

❖ ماری فورلئو

❖ مترجم: آمنه برزنونی

❖ ناشر: انتشارات ارتباط نوین

❖ نوبت چاپ: اول-۱۴۰۰

❖ شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

❖ چاپ و صحافی: مومن

❖ شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۳۲۲-۶۵-۲

۲۱۹۲۵۹۴

فهرست مطالب

- در ستایش ماری فورلنو
فصل ۱: پرتقال تروپیکانا
کار نشد ندارد
چرا خواندن این کتاب مهم است
فصل ۲: نقشه‌ی راه شما برای دستیابی به نتایج
مغز خود را برای رشد آموزش دهید
پیش از آن که ردش کنید، امتحانش کنید
خودتان را آزار ندهید
این کار را انجام دهید
با انجمن ما در ارتباط باشید
ندداشتهایی در زمینه‌ی کار نشد ندارد
فصل ۳: جادوی باور
هر چیزی در دنیای مادی ابتدا در سطح فکر ایجاد می‌شود
باور انسان
در بلند مدت باورهایتان سرنوشت شما را تعیین می‌کنند
از مرز ناتوانی تا فارغ‌التحصیلی
زمانی که باوری را تغییر می‌دهید همه چیز تغییر خواهد کرد
باورهایتان از کجا آمده‌اند؟
۱. محیط
۲. تجربه
۳. شواهد

۴. الگوها

۵. تجسم آینده

چرا باورهايمان مانندگارند؟

همه‌ی باورها یک انتخاب هستند و انتخاب‌ها را می‌توان تغییر داد
قدرتمندترین کلمات در دنیا آن‌هایی هستند که به خودتان می‌گویید

بینشی در رابطه با چالش اقدام

یادداشت‌هایی در باب شدنی بودن

فصل ۴: بهانه تراشی نکنید

دو کلمه باعث می‌شوند بهانه‌های به دردخورتان را نادیده بگیرید

شما صد درصد مسئول زندگی خودتان هستید

حقایق و روش‌ها: غلبه بر محدودیت‌های قابل درک

بهانه‌ی ۱: وقت ندارم

مجبور نیستید در زندگی‌تان هر کاری را انجام دهید

هرگز مشکل ما وقت داشتن نیست، بلکه ایجاد زمان است

استفاده‌ی بیش از اندازه از رسانه‌های اجتماعی را تمام کنید

از صندوق پیام‌هایتان بیرون بیایید

بهتر، سریع‌تر و ارزان‌تر غذا بخورید

اگر مجبور بودید زمان پیدا کنید می‌توانستید؟

بهانه‌ی ۲: پولش را ندارم

بهانه‌ی ۳: نمی‌دانم چطور و از کجا شروع کنم

بینشی در رابطه با چالش اقدام

یادداشت‌هایی در رابطه با شدنی بودن

فصل ۵: چگونه با ترس‌هایمان مقابله کنیم؟

کلمه‌ی لعنتی‌ای که باید با جام و دل بپذیری

ترس دشمن ما نیست

ترس موقعیت‌یاب روح شماست

مهار ترس اصل ۱۰۱

قدرت نفوذ و جادویی زبان

ترس در مقابل شهود: چگونه تفاوتشان را تشخیص دهیم؟

حقیقت شکست

می برم یا می آموزم، اما هرگز نمی یازم

بینشی در رابطه با چالش های عملی

یادداشت هایی در رابطه با شدنی بودن

فصل ۶: آرزویت را تعریف کن

شفافیت از درگیر شدن می آید نه از فکر کردن

نسبت به خود و آرزوهایتان صادق باشید

چگونه شانس موفقیت خود را ۴۲ درصد افزایش دهید

بینشی در رابطه با چالش های اقدام

یادداشت هایی در باب شدنی بودن

فصل ۷: پیش از آن که آماده باشید شروع کنید

دروغ کوچک و ناخوشایند مانع پیشرفت شما می شوند

تمام پیشرفت ها با تصمیمی شجاعانه شروع می شوند

اقدام باعث شجاعت می شود نه برعکس

بینشی در رابطه با چالش های اقدام

یادداشت هایی در باب شدنی بودن

فصل ۸: پیشرفت نه کمال

خطرات کمال گرایی

کارگاه خجالت آور من

از شکست های خود سریعاً نتیجه گیری نکنید

مراقب شکاف ها باشید

مراقب شکاف بین آرزو و توانایی خود باشید

بینشی در رابطه با چالش اقدام

یادداشت هایی در باب شدنی بودن

فصل ۹: به رد شدن پاسخ رد بدهید