

۲۱۱۵۴۲۲

به نام خدا

اردک نباشیم

آشنایی با خرس و راه‌های تغییر آن

نویسنده: سیما خیرخواه

سرشناسه	: خیرخواه، سیما، ۱۳۶۳-
عنوان و نام پدیدآور	: اردک نباشیم: آشنایی با ذهن و راههای تغییر آن / نویسنده سیما خیرخواه.
مشخصات نشر	: تهران: آینده‌پژوه، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۱۳۹ ص: ۵/۱۴ × ۵/۲۱ س.م.
شابک	: ۳۰۰۰۰ ریال 978-622-97003-0-3
عنوان دیگر	: آشنایی با ذهن و راههای تغییر آن.
موضوع	: پرورش ذهن
موضوع	: Mental discipline تفکر نوین
موضوع	: New thought نگرش (روانشناسی) تغییر
موضوع	: Attitude change
رده بندی کتا	: E ۲۲
رده بندی دیویی	: ۱۵۳
کتابشناسی ملی	: ۶۱۶ ۲۹۶

عنوان کتاب: اردک نباشیم، آشنایی با ذهن و راههای تغییر آن

نویسنده: سیما خیرخواه

ناشر: آینده‌پژوه

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۹، ۵۰۰ جلد

قیمت: ۳۰۰۰۰ ریال

شابک: ۳-۰-۳-۹۷۰۰۳-۹۷۸-۶۲۲

کلیه حقوق متعلق به انتشارات آینده‌پژوه است. تکثیر این کتاب به هر شکل، کاغذی، الکترونیکی، بدون مجوز کتبی انتشارات ممنوع است. برای تهیه کتاب می‌توانید با شماره تلفن ۸۸۴۶۳۷۸۷ یا ۰۹۱۲۵۳۸۷۸۴۷ تماس بگیرید.

فهرست

مقدمه / ۷

پیشگفتار / ۱۱

فصل ۱: معمولی بودن یا عالی شدن / ۱۳

فصل ۲: ویژگی‌های انسان رشدیافته و متعالی / ۲۱

فصل ۳: یادگیری خلاق و سریع / ۴۱

فصل ۴: هنر تغییر ذهن / ۵۷

فصل ۵: طرز تفکرها / ۷۷

فصل ۶: هوش‌ها / ۱۱۹

حتماً شده که خیلی از روزها ده ساعت خواب نداشتید. حتماً شده است که سرتان آنقدر شلوغ باشد که کتاب نخوانید. حتماً شده است که فکر کنید چقدر روزهایتان شبیه به هم است یا با خود بگویید چه زندگی مسخره‌ای دارید. اگر بیکارید، صبح و ظهر و شب حش را ناسا به دنیا و حکومت و دولت می‌فرستید که چرا بعد از این همه درس خواندن هنوز استخدام نشده‌اید. اگر هم کارمندید، طوق کارمندی جوری بر گردن چسبیده که جای زخم‌هایش عفونت کرده است، اما باز هم وسط ماه می‌شود نمی‌دانید تا آخر ماه چطور با جیب خالی سر کنید! خیلی‌ها هم هستند که دغدغه مالی ندارند، اما باز هم حالشان خوب نیست و روزمرگی عذابشان می‌دهد.