

بہ سے موفقیت و خوشبختی

مؤلف: امیر اسماعیل زادہ

www.ketab.ir



سرشناسه: اسماعیل زاده، امیر، ۱۳۷۳-
عنوان و نام پدیدآور: به سوی موفقیت و خوشبختی / مولف امیر اسماعیل زاده؛ ویراستار
صدیقه ابراهیمی.

مشخصات نشر: تهران: نشر بید، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری: ۲۵۴ ص: ۵/۱۴×۵/۲۱ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۹۱۰-۳۴-۶

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

موضوع: موفقیت

موضوع: Success

موضوع: خوشبختی

موضوع: Happiness

موضوع: اعتماد به نفس

موضوع: Self-confidence

رده بندی کنگره: BF۶۳۷

رده بندی دیویی: ۱۵۸

شماره کتابشناسی ملی: ۸۵۴۹۷۵۲

نام کتاب: به سوی موفقیت و خوشبختی

مؤلف: امیر اسماعیل زاده

ناشر: بید

ویراستار: صوری، صدیقه ابراهیمی

صفحه آرا و طراح جلد: سیمین عربشاهی

چاپ: مجموعه اهل سخن

نوبت چاپ: چاپ اول / ۱۴۰۰

شمارگان: ۱۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۹۱۰-۳۴-۶

مبلغ سرمایه گذاری: ۷۲ هزار تومان

تهران- میدان انقلاب- خیابان کارگر شمالی- کوچه فروزانفر- پلاک ۲- واحد ۵

تلفن: ۶۶۹۶۴۸۱۶-۶۶۴۸۱۴۲۳



فهرست مطالب

فصل صفرم: مقدمه.....	۱۵
فصل اول: آخرش که چی؟.....	۲۱
مأموریت و رسالت شما در این دنیا چیست؟.....	۲۳
اما رسالت دقیقاً چیست؟.....	۲۴
چرا باید رسالت خودمان را پیدا کنیم و به دنبال آن برویم؟.....	۲۶
چرا ما به دنبال رسالت خودمان نمی‌رویم؟.....	۲۸
رسالت من چیست؟.....	۲۹
فصل دوم: باور یعنی همه چیز.....	۳۹
اصلاً باور چیست؟.....	۴۱
جایگاه مثبت‌نگری و منفی‌نگری این وسط کجاست؟.....	۴۳
اما باورها چگونه ایجاد می‌شوند؟.....	۴۴
چگونه یک باور غلط را حذف و یک باور درست را جایگزین کنیم؟.....	۴۸
فصل سوم: هدف، نقطه عطف زندگی.....	۵۳
هدف.....	۵۵
اما چرا باید هدف داشته باشیم؟.....	۵۸
هدف‌گذاری به زبان ساده.....	۶۰
مراحل هدف‌گذاری.....	۶۳
قدم اول.....	۶۵
قدم دوم: چرایی خواسته.....	۶۶
قدم سوم: زمان‌بندی.....	۶۷
قدم چهارم: الگو پیدا کردن.....	۶۸
نکته و فرمول جادویی هدف‌گذاری.....	۷۲
قدم آخر.....	۷۴
خلاصه هدف‌گذاری.....	۷۵

۷۹	فصل چهارم: عادت‌ها
۸۱	عادت چیست و چه تأثیری بر زندگی ما دارد؟
۸۳	تغییر عادت‌ها
۸۵	موشکافی
۸۷	چهار عادت افراد موفق
۸۸	دو راهکار عالی برای ایجاد عادت‌های مفید
۸۹	اما هدف‌گذاری عادت چیست؟
۹۳	فصل پنجم: عزت‌نفس و اعتمادبه‌نفس
۹۵	شاید شما هم این‌طور باشید
۹۶	تعریف عزت‌نفس
۹۷	ویژگی‌های افراد با عزت‌نفس پایین
۱۰۰	چگونه عزت‌نفس خودمان را بالا ببریم؟
۱۰۰	چهار راهکار برای بالا بردن عزت‌نفس
۱۰۲	اعتمادبه‌نفس
۱۰۳	چرا باید اعتمادبه‌نفس خودمان را بالا ببریم؟
۱۰۵	چگونه اعتمادبه‌نفس خودمان را بالا ببریم؟
۱۰۶	باور
۱۰۸	مهارت
۱۱۱	فصل ششم: روابط رمز موفقیت و خوشبختی
۱۱۳	همدردی
۱۱۴	اما الآن چه؟
۱۱۵	ارتباط با خود
۱۱۹	ارتباط با خداوند
۱۲۲	ارتباط با انسان‌های دیگر
۱۲۴	شاه کلید روابط عالی

کنار گذاشتن توقع و انتظار	۱۲۴
آیا می‌دانید نقطه مقابل توقع چیست؟	۱۲۵
یک سؤال اساسی	۱۲۶
توقع و انتظار، سم روابط	۱۲۸
خدمات بیشتری ارائه دهید	۱۲۹
به دیگران احساس مهم بودن و بزرگی را بدهید	۱۲۹
عشق	۱۳۳
اما تفاوت عشق و وابستگی چیست؟	۱۳۵
فصل هفتم: پول لازمه موفقیت و خوشبختی است، اما کافی نه	۱۳۷
چرا پول؟	۱۳۹
دیدگاه شما نسبت به پول چیست؟	۱۴۱
دو گام اساسی	۱۴۵
اما مدیریت پول، پس انداز و سرمایه‌گذاری	۱۴۸
و موضوع آخر در مورد پول و ثروت	۱۵۰
آموزش، نیاز همه	۱۵۱
فصل هشتم: مسئولیت‌پذیری	۱۵۵
ویژگی افراد موفق	۱۵۷
اما چرا ما از مسئولیت‌پذیری فرار می‌کنیم؟	۱۵۹
چگونه مسئولیت‌پذیری را در خودمان ایجاد کنیم؟	۱۶۱
فصل نهم: زمان شمشیر دو لبه	۱۶۵
حالا چه کار کنیم که مدیریت زمان بهتری داشته باشیم؟	۱۷۲
فصل دهم: شروع و ادامه تا رسیدن	۱۷۷
شروع و ادامه تا رسیدن	۱۷۹
موانع شروع کردن	۱۸۲