



۲۲۳۵۷۶۰
شماره

رازهای موفقیت در زندگی

www.ketab.ir

مؤلف:

امیر حسین سوزی



۱۴۰۰

سرشناسه	:	سويزی، امير حنين
عنوان و نام پديدآور	:	رازهاي موفقيت در زندگي / مؤلف امير حنين سويزی
مشخصات نشر	:	نهران: شيل، ۱۴۰۰
مشخصات ظاهري	:	۱۲۰ ص.
شابک	:	978-622-7700-67-1
وضعيت فهرست نویسی	:	فبا
يادداشت	:	تدبيات
موضوع	:	موفقيت
موضوع	:	Success
موضوع	:	راه و رسم زندگي
موضوع	:	Conduct of life
رده بندي کنگره	:	BF۶۳۷
رده بندي ديوي	:	۱۵۸/۱
شماره کاتالاس ملي	:	۸۴۸۳۷۴۶
اطلاعات رکورد کاتالاس	:	فبا

رازهای موفقیت در زندگی



ISBN: 978-622-7700-67-1



786227

700671

کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

مؤلف: امير حنين سويزی

ناشر: انتشارات شيل

سال چاپ: ۱۴۰۰

نوبت چاپ: اول

شمارگان: ۳۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۷۰۰-۶۷-۱

طراح جلد: آفراريس

قيمت: ۳۴۰۰۰ تومان

انتشارات شيل ناشر کتب تخصصی و دانشگاهی (۰۲۱) ۷۷۷۴۲۵۵۱-۰۹۳۰۱۳۰۰۲۴۰

موفقیت بیش از هر چیزی در دنیای امروز به معنی داشتن یک چیز است و خیلی از اوقات به معنی بودن و شدن و ماندن است. مانند پول داشتن، مادر شدن، با خرد شدن و....

مفهوم موفقیت، وقتی معنا پیدا می‌کند که ما آن را در چهارچوب دو هدف یعنی (سلامت فیزیکی و روانی و خوشبختی) ببینیم. هیچ‌کس نمی‌تواند سلامت فیزیکی و روانی و خوشبختی خود را هزینه کند و چیزی به دست آورد و بگوید من موفق هستم. این به معنای برنده شدن است (Winner)، نباختن است، بازاندن دیگری است. بنابراین موضوعی که در اینجا مطرح است این است که روزی شما درباره موفقیت، می‌توانید صحبت کنید که در چهارچوب سلامت فیزیکی و روانی و خوشبختی باشد، در غیر این صورت اگر خارج شود، اسم آن بردن است.

بنابراین من اگر میلیونر شدم ولی بدنم را آسیب زدم، از نظر روانی دچار مسئله و مشکل شدم، خانواده‌ام از هم پاشیده شده، گرفتاری برای خود و دیگران به وجود آوردم، اسم این‌ها موفقیت نیست. اسم این‌ها، بردن است و به همین جهت است که بسیاری از مردم برنده هستند، بسیاری از مردم پیروز هستند، نباخته‌اند، دیگران را به باختن واداشته‌اند.

تو خوشنود باش و مار گستر

خدا چنان سازد پیمان کار

امیرحسین سویزی

amirhoseynsoveyzi@gmail.com

شهریور ۱۴۰۰

فهرست مطالب

- بخش اول: راز موفقیت در زندگی چیست؟ ۱۳
- تعریف موفقیت..... ۱۵
- راز موفقیت خواستن شدید آن است..... ۱۷
- از کجا شروع کنیم؟ ۱۸
- عوامل موفقیت افراد موفق..... ۱۹
- موفقیت در زندگی ۲۳
- راه‌های موفقیت در کسب و کار ۲۴
- روی داشته‌هایتان تمرکز کنید..... ۲۶
- ذهن ناخودآگاه را برای موفقیت برنامه‌ریزی کنید..... ۲۷
- زندگی شما، بازتاب کامل..... ۲۸
- بخش دوم: هزینه موفقیت در زندگی چقدر است و چگونه آن را بپردازیم؟ ۲۹
- هزینه موفقیت در زندگی چقدر است و چگونه آن را بپردازیم؟ ۳۱
- هزینه موفقیت..... ۳۱
- راز موفقیت ذهن..... ۳۴
- طرز فکر موفقیت..... ۳۴
- سرعت دهنده‌های موفقیت..... ۳۵
- سنگریزهای موفقیت..... ۳۶
- بزرگ‌ترین اشتباه در راه موفقیت..... ۳۷
- برای موفقیت در زندگی بزرگ فکر کنید..... ۳۷
- میان زندگی شخصی و حرفه‌ای خود تعادل ایجاد کنید..... ۳۸
- هوش هیجانی خود را تقویت کنید..... ۳۸

۳۹..... برای بهبود هوش هیجانی خود:

۳۹..... جمع‌بندی

بخش سوم: حل مسئله در پنج گام..... ۴۱

حل مسئله در پنج گام..... ۴۳

حل مسئله..... ۴۳

تغییر طرز تفکر..... ۴۴

حالا که طرز فکر خود را عوض کردید، برویم سراغ حل مسئله..... ۴۴

راه‌های زیادی برای این کار وجود دارد مثلاً:..... ۴۷

راه رسیدن به آرامش خیال..... ۵۰

نتیجه‌گیری..... ۵۱

بخش چهارم: با این کار ترس روبه‌رو شدن با مشکلات را از بین ببرید..... ۵۳

با این کار ترس از روبه‌رو شدن با مشکلاتتان را از بین ببرید..... ۵۵

تغییر طرز فکر..... ۵۵

شمشیر دو لبه..... ۵۶

یافتن هدف زندگی..... ۵۹

شما هدف زندگیتان را پیدا کرده‌اید؟..... ۶۰

هدف زندگی..... ۶۰

هدف زندگی چیست؟..... ۶۰

پیدا کردن هدف زندگی..... ۶۱

تمرین هدف..... ۶۱

یک زندگی هدفمند..... ۶۲

- هدف دوران کودکی‌تان را به خاطر دارید؟ ۶۲
- هدف دوران کودکی ۶۲
- قدم برای پیدا کردن هدف زندگی ۶۳
- جمع‌بندی ۶۳

بخش پنجم: راه‌های پیشرفت فردی و موفقیت در هر کاری ۶۵

- سه راه از بهترین راه‌های پیشرفت فردی و موفقیت در هر کاری ۶۷
- پیشرفت فردی ۶۷
- جملات انگیزشی چیست‌اند؟ ۶۸
- انواع جملات انگیزشی ۶۸
- جملات انگیزشی چه تأثیری بر زندگی ما دارند؟ ۶۸
- معروف‌ترین جملات انگیزشی ۶۹
- نمونه‌ای از جملات انگیزشی برای رسیدن به موفقیت ۶۹
- جملات انگیزشی برای رسیدن به هدف ۷۰
- جملات انگیزشی ورزشکاران ۷۱
- پیشرفت کردن، انجام دادن مواردی است که یاد گرفته‌ایم. ۷۱

بخش ششم: چگونه به راحتی جلوی خیلی از اشتباهات را بگیریم؟ ۷۹

- چگونه به راحتی جلوی خیلی از اشتباهات را بگیریم؟ ۸۱
- داستانی از اشتباهات ۸۱
- یک تصمیم ۸۴
- یک چالش کوچک ۸۴

بخش هفتم: چگونه با ساختن عادت‌های موفقیت ساز، موفقیت‌مان را تضمین

- کنیم؟ ۸۷
- ساخت عادت‌های موفقیت ساز ۸۹
- چرا به دنبال راز موفقیت می‌گردیم ۹۰
- راز موفقیت چیست؟ ۹۲
- پس برای موفقیت چه کار باید بکنیم؟ ۹۳
- قدرت عادت ۹۴
- تبدیل فعالیت‌های مهم به عادت ۹۵
- ۱۰ روز اول ایجاد عادت جدید ۹۶
- تا به حال شده بخواهید رژیم بگردید؟ ۹۶
- جمع‌بندی ۹۹

بخش هشتم: چرا مثبت بیندیشیم؟ ۱۰۱

- تفکر مثبت چگونه ضمیر نااهشیار شما را شکل می‌دهد؟ ۱۰۳
- محصول اندیشه، کسب نتیجه است ۱۰۵
- وقتی که نسبت به مسئله‌ای بی‌خیال می‌شوید و رهاش می‌کنید، آن مسئله هم شما را ۱۰۶
- رها می‌کند. ۱۰۶
- خلاصه کلام ۱۰۶
- ما تصمیم می‌گیریم که دیگران را چگونه ببینیم ۱۰۶
- شکرگزاری و وفور نعمت ۱۰۷

بخش نهم: مأموریت تو در زندگی، تغییر دادن جهان نیست. تو مأمور تغییر

- خویش‌تنی ۱۰۹