

بسمه تعالی

زنان، ات را شکفت انگیز کن (۳۰ روز تمرین برای تغییر افکار)

AARON KENNARD

مترجم: فاطمه فرد

۱۳۹۸

مؤسسه آموزشی تألیفی ارشدان

سرشناسه	:	کنارد، آرون Kennard, Aaron
عنوان و نام پدیدآور	:	زندگی‌ات را شگفت انگیز کن (۳۰ روز تمرین برای تغییر افکار)
مشخصات نشر	:	تهران: موسسه آموزشی تالیفی ارشدان، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	:	۱۳۶ ص: ۱۴×۵/۲۱/۵ س.م
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۲۵۱-۲۱۳-۲
وضعیت فهرست نویسی	:	فیبا
عنوان گسترده	:	سی روز تمرین برای تغییر افکار.
موضوع	:	نگرش (روان‌شناسی) -- تغییر
موضوع	:	مثبت‌نگری
موضوع	:	تفکر نوین
شناسه افزوده	:	فرد، فاطمه، ۱۳۵۶- مترجم
رده بنیاد کنگره	:	BF۲۲۷
رده بی‌بی دی	:	۱۵۳/۸۵
شماره کتابشناسی	:	۶۰۳۸۸۰۲

ارشدان

مؤسسه آه زشی تالیفی ارشدان

زندگی‌ات را شگفت انگیز کن
(۳۰ روز تمرین برای تغییر افکار)

فاطمه فرد

آموزشی تالیفی ارشدان

اول

اول ۱۳۹۸

www.irantypist.com

www.irantypist.com

۹۷۸-۶۲۲-۲۵۱-۲۱۳-۲

۱۰۰۰

www.arshadan.com

www.arshadan.net

۰۲۱۴۷۶۲۵۵

۴۰۰۰۰ تومان

■ نام کتاب:

■ ترجمه:

■ ناشر:

■ ویرایش:

■ نوبت چاپ:

■ حروفچینی و صفحه آرایی:

■ طراح و گرافیکست:

■ شابک:

■ شمارگان:

■ مرکز خرید آنلاین:

■ مرکز پخش و توزیع:

■ قیمت:

فهرست عناوین

- ۱۲ اسرار یک زندگی واقعاً شگفت انگیز
- ۲۳ روز اول: عادت تأیید را ایجاد کنید
- ۲۷ روز دوم: شما به آنچه می‌اندیشید تبدیل می‌شوید!
- ۳۰ روز سوم: منضبط باشید ... اما با خودتان مهربان باشید.
- ۳۳ روز چهارم: زمان آن رسیده که این باورها عمیق‌تر و به ناخودآگاه سوق یابد.
- ۳۶ روز پنجم: سبب بارش موجب قدرت می‌شود.
- ۴۰ روز ششم: ایمان چیست و چرا قدر مهم است؟
- روز هفتم: شما در مسیر درست هستید. شما در حال تبدیل شدن به یک استاد مبارزه هستید.
- ۴۴ روز نهم: ساده‌ترین راه برای سنجش ریشه سلامت روان.
- ۴۹ روز دهم: زیربنای عادت‌ها
- ۵۴ روز یازدهم: هر سختی حاوی یک هسته قدرتمند است.
- ۶۰ روز دوازدهم: یک داستان کوتاه شخصی در مورد قدرت تأیید
- ۶۵ روز سیزدهم: آیا اخیراً شکل سرنوشت خود را تغییر داده‌اید؟
- ۶۸ روز پانزدهم: به خودتان اجازه رؤیا پردازی دهید.
- ۷۱ روز شانزدهم: آیا وقتی می‌توانید آن را ببینید و لمس کنید، به باور خود باز دارید؟
- ۷۷ روز هفدهم: قدرت تصویر سازی عادت‌ها
- ۸۰ روز هجدهم: چگونه شادی را انتخاب کنیم؟
- روز نوزدهم: با استفاده از تصاویر خوب در ذهن خود راهنمای خودتان شوید.
- ۸۴

روز بیستم: همیشه در حال دویدن هستید ولی به هیچ جا نمی‌رسید؟ ۸۸

روز بیست و دوم: رسیدن به هماهنگی و توازن در زندگی از طریق

همسویی ۹۱

روز بیست و سوم: اهمیت چیزهای کوچک را به خاطر بسپارید ۹۷

روز بیست و چهارم: وقتی لازم نیست درباره چیزی فکر کنید، به چه فکر

می‌کنید؟ ۱۰۱

روز بیست و پنجم: همه ما در مورد تردید باورهایمان هیپنوتیزم شدیم. از

هیپنوتیزم خارج شو! ۱۰۴

روز بیست و ششم: زندگی خود را با استفاده از علم ساده عادت‌ها هدایت کنید

۱۰۹

روز بیست و هفتم: کد سرنوشت خودت را در دست بگیر ۱۱۳

روز بیست و هشتم: هر کاری انجام می‌دهید و احساس بدی می‌کنید، متوقف

شوید! ۱۱۸

روز سی‌ام: کلام مبارزان معنای را به خاطر بسپار ۱۲۳

پی‌نوشت ۱۲۷

کلام مترجم ۱۳۳