

بسم الله الرحمن الرحيم

آخرین فردی که می ایستد

نویسنده: علی سرک



سرشناسه: سرلک، علی،

عنوان و نام پدیدآور: آخرین فردی که می‌ایستد/ نویسنده علی سرلک؛ ویراستار آرشین قره‌زاده‌نیا.

مشخصات نشر: کرج: جهان فن، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۱۷۸ص؛ ۱۴×۵/۲۱س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۷۶۷۳-۳-۷

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: کتابنامه به صورت زیرنویس.

موضوع: موفقیت / Success

راه و رسم زندگی / Conduct of life

رده بندی کنگره: BF۶۳۷

رده بندی دیویی: ۱/۱۵۸

شماره کتابشناسی ملی: ۸۶۷۲۰۸۵

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا



آخرین فردی که می‌ایستد

نویسنده: علی سرلک

ویراستار: آرشین قره‌زاده‌نیا

شابک: ۹۷۸ - ۶۲۲ - ۹۷۶۷۳ - ۳ - ۷

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۰

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۶۰۰۰۰ تومان

ناظر ادبی: فرشید افتخارزاده

انتشارات جهان فن

فهرست مطالب

۹	 پیشگفتار
۱۳	 فصل اول / نظم
۱۸	 فصل دوم / مثبت اندیشی
۲۶	 فصل سوم / شناخت قوانین و آگاهی
۳۸	 فصل چهارم / منطقه امن
۵۱	 فصل پنجم / برنامه ریزی
۵۹	 فصل ششم / نوشتن
۶۷	 فصل هفتم / هدف
۷۱	 فصل هشتم / پیدا کردن رسالت خود
۷۵	 فصل نهم / مسئولیت پذیری
۷۸	 فصل دهم / باورهایتان را تقویت کنید
۸۵	 فصل یازدهم / مهارت‌های ارتباطی
۹۱	 فصل دوازدهم / عملگرایی
۱۰۳	 فصل سیزدهم / ضعف و تسلیم نشدن
۱۰۹	 فصل چهاردهم / اشتیاق و انگیزه
۱۱۵	 فصل پانزدهم / شکست بخورید
۱۲۳	 فصل شانزدهم / غم و نگرانی
۱۳۳	 فصل هفدهم / عزت نفس
۱۴۱	 فصل هجدهم / خودسازی
۱۵۷	 فصل نوزدهم / یادگیری و آموزش
۱۶۷	 فصل بیستم / چالش
۱۷۵	 نتیجه گیری

پیشگفتار

همه ما انسانها در زندگی و شرایطی که برای خود رقم زده‌ایم با مشکلات و سختی‌های بسیاری روبرو هستیم گاهی این مشکلات به قدری سخت و طاقت فرسا هستند که ما را از پا در می‌آورند، گاهی هم انسانها سر سخت‌تر از مشکلات هستند اما به هر ترتیب در مسئله سختی و مشقت هر کدام از ما به نوعی به مسئله نگاه می‌کنیم و هرکسی از نگاه خودش سخت‌ترین مسیر را طی کرده است.

این نوع نگاه و سختی میزان تحمل افراد نسبت به موضوع و تجربه آنان است؛ افرادی که تحمل بیشتری داشته و سختی بسیاری کشیده‌اند دارای درک بالاتری هستند و کمتر از این سختی‌ها سخن می‌گویند اما کسانی که بیشتر از این مسائل می‌گویند میزان تحمل کمتری دارند.

گاهی باید یک هنر را یاد گرفت و آن هم تحمل است؛ راهی که زنده ماندن و غلبه بر هر چیزی است که او را نابود می‌سازد.

هر چه آستانه تحمل خود را بالا ببریم در مواجهه با مشکلات و سختی‌ها نیز قوی‌تر و بهتر عمل می‌کنیم و هر چه این میزان کم باشد در کوچکترین شرایط خود را می‌بازیم و تسلیم می‌شویم و خود را در زندانی خیالی حبس می‌کنیم و در بهترین حالت آرزوهای دیگران را برآورده می‌کنیم و تا همیشه حسرت رسیدن به اهداف و رویاهایمان را می‌خوریم البته اهدافی که برایش تلاشی نکرده‌ایم و نتنها خواستار رسیدن به آنها هستیم.