

**Successful
lifestyle strategy**

**استراتژی موفق
در سبک زندگی**

محمدجواد علی نژاد

سرشناسه: علی‌نژاد، محمدجواد، ۱۳۷۴
عنوان و نام پدیدآور: استراتژی موفق در سبک زندگی =
/Successful lifestyle strategy /محمدجواد علی‌نژاد.
مشخصات نشر: قم: زمینه سازان ظهور امام عصر(عج)، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری: رقعی، ۱۶۰ ص
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۸۰۳-۷۴-۴
وضعیت فهرست نویسی: فیپا
یادداشت: کتابنامه به صورت زیرنویس.
موضوع: راه و رسم زندگی (اسلام)
موضوع: راه و رسم زندگی - جنبه‌های روانشناسی
رده بندی کنگره: BP ۲۵۸
رده بندی دیویی: ۲۹۷/۷۲
شماره کتابشناسی ملی: ۸۶۹۵۵۴۴

استراتژی موفق در سبک زندگی



دفتر مرکزی:

قم، خیابان ارم، پاساژ قدس، طبقه آخر، پلاک ۱۷۶

تلفن: ۰۲۵۳۷۸۳۲۷۰۷ همراه مولف: ۰۲۵۳۳۰۱۴۶۸

مولف: محمدجواد علی‌نژاد

ناشر: زمینه سازان ظهور امام عصر(عج)

طراح جلد و صفحه‌آرا: محمود دهقانی

تیراژ: ۱۰۰ نسخه

قیمت: ۵۰۰۰۰ تومان

نوبت و سال چاپ: اول / ۱۴۰۰

ناظر چاپ: موسی رمضانی‌پور امام

حق چاپ برای مؤلف محفوظ است.

فهرست مطالب

۱۱.....	پیشگفتار
۱۳.....	مقدمه
۱۵.....	فصل اول: مفهوم شناسی
۱۶.....	تاریخچه استراتژی
۱۷.....	مفهوم لغوی استراتژی
۱۸.....	مفهوم اصطلاحی استراتژی
۱۸.....	مفاهیم مرتبط با استراتژی
۱۸.....	مفاهیم مرتبط و نزدیک به استراتژی
۲۰.....	رابطه استراتژی با سبک زندگی
۲۰.....	تعریف سبک زندگی
۲۵.....	سبک زندگی اسلامی چیست؟
۲۷.....	عوامل راهبردی استراتژی موفق در سبک زندگی
	فصل دوم: داشتن اخلاص، اعتماد به نفس و اراده قوی در برابر
۲۹.....	مشکلات
۳۰.....	کلید طلایی: اخلاص
۳۰.....	تعریف لغوی
۳۰.....	تعریف اصطلاحی
۳۱.....	داشتن اعتماد به نفس
۳۱.....	تعریف اعتماد به نفس
۳۳.....	اعتماد به نفس از دیدگاه روانشناسی اسلامی
۳۴.....	خودباوری دینی

۳۵	خودباوری ملی
۳۷	خودباوری شخصی
۳۷	افت‌های خودباوری شخصی
۳۸	تفسیر اعتماد به نفس از دیدگاه روانشناسی اسلامی
۳۹	تحقیرها
۳۹	فقر و تنگدستی
۳۹	ان الفقر مذله للنفس، مدهشه للعقل، جالب للهموم
۴۰	ویژگی‌های افراد دارای اعتماد به نفس
۴۱	راه کارهای تقویت اعتماد به نفس
۴۴	راه‌های رسیدن به اعتماد به نفس
۵۰	داشتن اراده قوی در برابر مشکلات
۵۲	اهمیت اراده قوی
۵۴	تاثیر اراده در دیگران
۵۵	فصل سوم: داشتن هدف در زندگی
۵۶	هدف چیست؟
۵۶	هدف در لغت
۵۷	هدف در اصطلاح
۵۷	اهمیت شناخت هدف
۵۸	مراحل رسیدن به هدف
۶۳	فرض‌های چهارگانه
۶۵	نقش هدف در کسب موفقیت
۶۷	راه‌های دست‌یابی به هدف
۷۰	ویژگی‌های یک هدف خوب
۷۷	حرف آخر
۷۸	الگوهای موفق در هدف‌شناسی
۸۰	آثار هدف در زندگی
۸۱	انواع هدف

۸۱	پیامدهای هدف.....
۸۲	پاسخی بر چند سوال اساسی در مورد هدف.....
۸۵	انواع هدف از حیث زندگی اجتماعی.....
۸۸	هدف از نیایش برای انسان‌ها.....
۹۹	هدف نهایی انسان.....
۱۰۰	پنج هدف طلایی.....
۱۰۱	هدف از خانواده.....
۱۰۲	هدف از بیان امیرالمومنین خطاب به فرزندش.....
۱۰۳	وسیله حق برای هدف حق.....
۱۰۷	فصل چهارم: اخلاق مداری.....
۱۰۸	اولین استراتژ بشریت.....
۱۱۲	تعریف اخلاق.....
۱۱۲	تعریف اخلاق.....
۱۱۳	تعریف علم اخلاق.....
۱۱۴	هدف علم اخلاق چیست؟.....
۱۱۴	تربیت اخلاقی چیست؟.....
۱۱۵	روش اخلاقی اسلام.....
۱۱۶	نقش اخلاق در سیره عملی پیامبر اسلام ﷺ.....
۱۱۸	آثار اخلاق مداری.....
۱۱۸	آثار دنیوی اخلاق مداری.....
۱۱۹	آثار اخروی اخلاق مداری.....
۱۲۱	فصل پنجم: مسئولیت پذیری.....
۱۲۴	مفهوم تکلیف.....
۱۲۵	یکی از اهداف بزرگ انبیا.....
۱۲۶	انواع مسئولیت پذیری.....
۱۲۶	مسئولیت در برابر خود.....

- ۱۲۷..... مسئولیت پذیری انسان در برابر دیگران
- ۱۲۷..... عوامل مسئولیت پذیری
- ۱۲۷..... مهارت تصمیم‌گیری را تقویت کنید
- ۱۲۸..... برنامه‌ریزی داشته باشید
- ۱۲۸..... احساس قدرت خود را تقویت کنید
- ۱۲۹..... ثابت قدم باشید
- ۱۲۹..... علل مسئولیت‌گریزی
- ۱۲۹..... کم خبری یا بی خبری از ارزش احساس مسئولیت در زندگی
- ۱۳۰..... ترس و هراس از قبول مسئولیت
- ۱۳۰..... سستی، تنبلی و بی حالی
- ۱۳۱..... نداشتن صبر و ثبات در زندگی
- ۱۳۲..... تلقین منفی
- ۱۳۲..... خود کم بینی
- ۱۳۳..... بی انگیزگی
- ۱۳۳..... اهمالکاری و تسويف (امروز و فردا کردن)
- ۱۳۵..... فصل ششم: توسل به اهل بیت
- ۱۳۷..... آقا سیدجواد ذاکر
- ۱۳۸..... معنای توسل
- ۱۳۸..... معنای اطلاعی توسل
- ۱۳۹..... ضرورت توسل
- ۱۴۰..... آثار توسل
- ۱۴۰..... شکوفایی استعدادها
- ۱۴۱..... دوری از گناه
- ۱۴۱..... دارا شدن روحی خاضع در برابر خدا
- ۱۴۱..... بهترین راه و روش برای توسل به معصومین علیهم‌السلام
- ۱۴۱..... خواندن خدا به حق اولیای او
- ۱۴۲..... در خواست دعا از اولیای الهی

پیشگفتار

استراتژی را می‌توان راه و روش تحقق مأموریت‌ها و اهداف سازمان تلقی کرد، به گونه‌ای که از این راه سازمان عوامل خارجی (فرصت‌ها و تهدیدها) و عوامل داخلی (قوت‌ها و ضعف‌ها) را بررسی و شناسایی کرده و از قوت‌های داخلی و فرصت‌های خارجی به درستی بهره‌برداری نموده، ضعف‌های داخلی را از بین ببرد و از تهدیدهای خارجی نیز بپرهیزد. در بررسی استراتژی‌ها درباره شیوه انتخاب استراتژی‌هایی بحث می‌شود که می‌توان بدان وسیله به بهترین شکل ممکن مأموریت سازمان را تحقق بخشید. توجه همزمان به مأموریت سازمان و استراتژی‌ها و بررسی اطلاعات داخلی و خارجی سازمان، مبنایی به دست می‌دهد که می‌توان بر آن اساس استراتژی‌های قابل اجرا را شناسایی و مورد ارزیابی قرارداد. همه در زندگی هدف‌هایی دارند. همه صرف‌نظر از استعدادها و موقعیت اجتماعی، خواسته‌های کوچک و بزرگی دارند که در تمام زندگی برای رسیدن به آن‌ها تلاش می‌کنند. با این وجود همیشه مسیر دستیابی به این اهداف هموار نیست و همه، ثبات و پشتکار لازم برای تحمل مصائب آن را ندارند. در طول زندگی، موقعیت‌های زیاد پیش می‌آید که می‌گوییم «دیگر بس است» یا «حتی یک دقیقه‌ی دیگر تاب تحمل این وضعیت را

ندارم». این لحظات که زیبایی و شوق رسیدن به هدف کم‌رنگ شده‌اند؛ دوراهی سرنوشت ما هستند. سخت است که از مسیر پیموده شده صرف‌نظر کنیم و سخت‌تر است که ادامه دهیم. بسیاری از ما انصراف را ترجیح می‌دهیم و تعدادی هم به پیمودن راه دشوار ادامه می‌دهند و به لطف سخت‌کوشی و پشتکار یا آموختن راه حل غلبه بر سختی‌ها، به هدف خود می‌رسند.

در دنیای مدرن شتاب‌زده و عجول و جامعه‌ای که همه‌چیز را سریع و بلافاصله بعد از درخواست می‌خواهد، چطور می‌توانیم برای غلبه بر مشکلات، زمان صرف کنیم؛ آن‌هم در لحظه‌ای که به نقطه بحرانی صبر و تحمل خود رسیده‌ایم و تک‌تک ذرات وجودمان از ما می‌خواهند انصراف بدهیم.

اگر مجموعه‌ای از آگاهی‌ها و اطلاعات منظم درباره یک یا چند موضوع را (علم) بنامیم و مهارت به کارگیری علم در صحنه عمل نیز (هنر) باشد، استراتژی؛ آگاهی‌های منظمی است که نحوه به خدمت گرفتن قدرت سیاسی، اقتصادی، نظامی و فرهنگی را برای رسیدن به هدف‌های مورد نظر نشان می‌دهد. بنابراین، استراتژی علم است؛ اما همه کسانی که از علم استراتژی آگاهی دارند، قادر نیستند آن را به کار گیرند، فقط کسانی که مهارت کافی در این زمینه دارند، می‌توانند از استراتژی استفاده کنند، پس به یک معنا، استراتژی نوعی هنر است. خلاصه آن که، استراتژی هم علم و هم هنر است.