سبک زندگی و موفقیت

با توجه به متون دینی و ادبی

www.ketab.ir

یعقوبعلی کرامتی

+۹۸۹۱۵۶۴۳۲۴۸
Dorjesokhan@gmail.com

سبک زندگی و موفقیت
با توجه به متون دینی و ادبی

تنظیم و کتاب‌آرایی: انتشارات درج سخن
چاپ اول: ۱۴۰۰ شمارگان: ۵۰۰ جلد

سرشناسه: کرامتی، یعقوبعلی، ۱۳۵۰-
عنوان و نام پدیدآور: سبک زندگی و موفقیت با توجه به متون دینی و ادبی
یعقوبعلی کرامتی.
مشخصات نشر: بجنورد: درج سخن، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری: ۱۹۴ ص.، ۱۴×۲۱/۵ س‌م.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۴۱۵-۹۹-۶
وضعیت فهرست نویسی: فیپا
یادداشت: کتابنامه ص. [۱۹۵]؛ همچنین به صورت زیرنویس.
موضوع: موفقیت Success
موفقیت در ادبیات Success in literature
موفقیت -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام Success -- Religious aspects -- Islam
شیوه زندگی در ادبیات Lifestyles in literature
رده بندی کنگره: BF۶۳۷
رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱
شماره کتابشناسی ملی: ۸۵۴۰۳۲۰
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیپا

خراسان شمالی، بجنورد، بلوار استقلال، استقلال ۲۲، پلاک ۱۴، انتشارات دُرج سخن
خراسان رضوی، مشهد، بلوار معلم، معلم ۱۸، انتشارات دُرج سخن
۰۹۱۵۱۸۴۲۲۴۸ ۰۹۱۵۶۴۳۲۲۴۸ ۰۹۳۲۱۸۴۲۵۴۸

@Dorjesokhanpublication

www.ketab.ir

فهرست

بخش اول: پل موفقیت ۹
بخش دوم: زندگی خوب، شاد و موفق ۱۹
بخش سوم: پرهیزگاری یعنی مهارت «نه» گفتن ۲۴
بخش چهارم: سپاسگزاری ۳۵
بخش پنجم: قانون درخواست ۴۲
بخش ششم: تفاوت اعتماد به نفس و عزت نفس ۵۵
بخش هفتم: انتخاب همنشین ۶۴
بخش هشتم: انعطاف‌پذیری ۷۱
بخش نهم: رفتارهای خوبی که باید تقویت کنیم ۷۶
بخش دهم: مثبت اندیشی ۸۲
بخش یازدهم: افکار ۹۲
بخش دوازدهم: طریقت عشق ۱۱۰
بخش سیزدهم: جسارت‌ها، توکل، غلبه بر ترس ۱۲۴
بخش چهاردهم: آداب و رسوم غلط و زیان‌آور ۱۴۳
بخش پانزدهم: انتخاب‌ها و عادت‌ها ۱۴۸
بخش شانزدهم: مهارت‌ها ۱۵۶
بخش هفدهم: مدیریت بحران ۱۷۰
بخش هجدهم: مهارت کنترل هیجان (غم و شادی) ۱۸۲

www.ketab.ir

پیشگفتار

به نام او که انسان را در نیکوترین صورت آفرید و از روح خود در او دمید و او را اشرف مخلوقات گردانید. و به او قدرت تفکر داد تا بیندیشد و به او اختیار داد تا راهش را برگزیند. و برای این که راه را از بیراهه تشخیص دهد پیامبرانی را فرستاد و دستورات زندگی را در کتاب‌های آسمانی برای بشر فرستاد تا راه بهتر زیستن را بیاموزند و در زندگی به کار گیرند.

در این تألیف تلاشم این است به ادبیات صرفاً از دیدگاه ادبی و زیبایی شناسی ننگریم. صرفاً نگوییم این بیت چه آرایه‌ای دارد وزنش چیست و... بلکه زوایای کاربردی‌اش در زندگی را بیان کنیم. از دید روان‌شناسی و کاربرد در زندگی هم به متون ادبی نگاه کنیم و...

مهم نیست شما چه شغلی داشته باشید. یا اصلاً شغلی نداشته باشید. راه‌های رسیدن به موفقیت باتوجه به متون دینی و احادیث و ادبیات تعلیمی در این کتاب جمع آوری شده و فکر می‌کنم کتابی خواندنی باشد.

ادب آداب دارد

این جمله جمله ای آشناست برای همه ما. سرمشقی بود که در کودکی می‌نوشتیم. آن روز به معنایش زیاد توجه نمی‌کردم یا شاید درک نمی‌کردم یعنی چه. این جمله پیام زیادی دارد. یعنی هر کاری آدابی

www.ketab.ir

دارد. این آداب را مهارت می‌گویند. به یاد بیاوریم هنگامی که نوزاد بودیم نه حرف می‌زدیم نه راه می‌رفتیم و به شدت نیازمند مراقبت پدر و مادر بودیم. آن‌ها آداب زندگی را گام به گام به ما آموختند. شخصیت و منش هرکس در رعایت کردن این آداب است.

چگونه خوردن چگونه پوشیدن چگونه حرف زدن چگونه خوابیدن و... همه و همه در مجموع شخصیت و منش هرکس را نشان می‌دهد. برای همین است که بعضی روان‌شناسان می‌گویند: «بگو چگونه می‌خوری تا بگویم چگونه شخصی هستی. از راه رفتنت از رانندگی کردنت خوردن و خوابیدنت نحوه‌ی حرف زدنت سبک پوشیدنت و... شخصیتت مشخص می‌شود.» زندگی مجموعه‌ای است از همین رفتارها و باید و نبایدها. یک شخص موفق تلاش می‌کند رفتار، گفتار و کردارش را مراقبت کند. مواظب افکارش باشد. از قضاوت شتابزده پرهیز کند و....

مهم ترین نکاتی را که برای بهتر زیستن در زندگی هریک از ما نقش دارد در این کتاب آورده‌ام و برای پربار شدن مطالب از آیات و احادیث و ناب‌ترین اشعار کمک گرفته‌ام. توصیه‌ها و رهنمو هایی که بوده خودم را هم مورد هدف گرفته‌ام و بجای بیایید، از بیاییم استفاده کرده‌ام تا اگر هرنصیحت و سفارشی بوده اول به خودم باشد.

در این کتاب می‌خوانیم:

زندگی قوانینی دارد و به مهارت‌هایی نیازمند است.

اگر این قوانین را بدانیم و مهارت‌هایش را بیاموزیم و به کار بندیم بی گمان در زندگی موفق خواهیم بود.

***

زیاد اهل کتاب خوانی نبودم. مطالعه‌ام با تلگرام و اینترنت بود. بر این

www.ketab.ir

باورم که هر کتابی شایسته چاپ شدن نیست و خیلی از کتاب‌های چاپ شده شایسته مطالعه نیستند. اصلاً کاغذ حرام کردن است و خریدنشان هم پول حرام کردن و خواندنشان وقت کشی و حرام کردن عمر است.

یک نمایشگاه کتاب برپا شده بود همسرم چند کتاب خریده بود. برای یکی از خواهرزاده‌هایم که تولدش بود. یکی از آن‌ها کتاب «هدف‌ها» نوشته برایان تریسی بود. کتاب را برداشتم. نگاهی انداختم دیدم مطالب جالبی دارد. اولین کتابی بود که مرا بقدری جذب کرده بود که نتوانستم یک دور کامل نخوانمش. پنج روزی مشغول خواندش بودم. در این پنج روز چند بار برای خریدن کتاب به نمایشگاه رفتم و بار اول تمام کرده بود و چند بار هم سفارش داده بود اما دوباره نیامد و موفق نشدم بخرمش. این اولین بار بود که برای خریدن یک کتاب چند روز تمام هی می‌رفتم و خبر می‌گرفتم تا بخرم. کتاب باید چیزی برای گفتن داشته باشد تا آدم را جذب کند حتی کسانی مثل من که از کتاب و کتاب خواندن خوششان نمی‌آید. وقتی داشتم دنبال این کتاب می‌گشتم یک کتاب از وین دایر هم خریدم. کتاب «۱۰ راز موفقیت و آرامش» این هم کتاب خوب و زندگی‌سازی است.

با خواندن این دو کتاب جرقه‌ای در ذهنم زده شد: آیا در متون ادبی ما در متون دینی ما به این نکته‌های روان‌شناسی اشاره نشده است؟ این بود که تصمیم گرفتم این قوانین زندگی را از لابلای متون دینی و ادبی جمع‌آوری کنم. البته به اندازه‌ای مطالب دینی و ادبی ما گسترده و ژرف است که به اندازه نیاز و یک سر انگشت از آن اقیانوس آورده شده است.

آب دریا را اگر نتوان چشید هم بقدر تشنگی باید کشید

www.ketab.ir