

به نام خالق هستی بخش

لحظه‌ای

سخن

جرعه‌ای

زندگی

سمیه زارعزاده

www.ketab

سرشناسه	: زارع زاده، سمیه، ۱۳۷۰ - گردآورنده
عنوان و نام پدیدآور	: لحظه‌ای سخن، جرعه‌ای زندگی / سمیه زارع زاده.
مشخصات نشر	: یزد: آواز قلم سدید، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری	: ۲۱ × ۱۴.۵، ۱۶۸
شابک	: ۵-۵-۹۴۰۱۰-۹۴۰۰-۶۷۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: کلمات قصار
موضوع	: نکته‌گویی‌ها و گزیده‌گویی‌ها
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۳ ف ۲/۴:۹۵ PN ۶۰
رده بندی دیویی	: ۸۰۸/۸۸۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۶۴۱۱۷۳

نشانی انتشارات: یزد، چهارراه فرهنگیان، خیابان پرورش، مرکز رشد
مدیریت علوم انسانی پارک علم و فناوری، پلاک ۳۰-۲۹. انتشارات آواز
قلم سدید یزد، ۰۳۵-۲۷۲۴۴۴۹۹



«لحظه‌ای سخن، جرعه‌ای زندگی»

- ❖ گردآورنده: سمیه زارع زاده
- ❖ ویراستار: سعید بهبودزاده
- ❖ ناشر: آواز قلم سدید
- ❖ صفحه‌آرایی: مؤسسه آواز قلم سدید یزد
- ❖ طراح جلد: محمدسجاد زارع زاده
- ❖ شمارگان: ۱۰۰۰ جلد
- ❖ قیمت: ۸۰۰۰ تومان
- ❖ شابک: ۵-۵-۹۴۰۱۰-۹۴۰۰-۶۷۸
- ❖ نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۳

فهرست مطالب

۱۱	مقدمه
۱۳	آرامش
۱۴	آرزو
۱۶	آزادی
۱۷	آمادگی
۱۸	آورش
۱۸	آینده
۱۹	احساس
۲۳	اراده
۲۶	ارتباط
۲۷	ارزش
۲۸	ازدواج
۲۸	اعتقاد
۳۰	اعتماد
۳۳	اعتماد به نفس
۳۳	افسردگی
۳۴	انتخاب
۳۵	انسان
۴۱	انسانیت
۴۲	انگیزه
۴۲	ایمان
۴۳	باور
۴۴	بخشش
۴۵	بدبختی
۴۵	بدگویی کردن

۴۵	برنامه ریزی
۴۶	بهشت
۴۷	پول
۴۸	پیشرفت
۵۱	تجربه
۵۲	تربیت
۵۳	ترس
۵۵	تصمیم
۵۷	تصور
۵۷	تضاد
۵۸	تعادل
۶۰	تعهد
۶۰	تغییر
۶۱	تفکر
۶۱	تکبر و غرور
۶۱	تلاش
۶۴	تمرین
۶۵	تنفر
۶۵	تنهایی
۶۵	توانایی
۶۶	توقع
۶۷	ثروت
۶۷	جدایی
۶۷	جستجو
۶۸	حقیقت
۷۱	خدا
۷۲	خشم
۷۳	خطا



۷۳	خوبی
۷۴	خودشناسی
۷۵	خوشبختی
۷۶	خوش‌بینی
۷۷	خیال
۷۷	درک
۷۹	دشمن
۷۹	دل
۸۲	دنیا
۸۲	دوست داشتن
۸۳	دوست و دوستی
۸۳	دیدن
۸۴	دین
۸۴	ذهن
۸۸	رؤیا
۹۰	رابطه
۹۰	راز
۹۱	رفتار
۹۱	روح
۹۳	روحیه
۹۳	رهبر
۹۴	زمان
۹۶	زندگی
۱۰۳	زیبایی
۱۰۴	سختی
۱۰۷	سخن
۱۰۸	سرنوشت
۱۰۸	سکوت

شادی.....	۱۰۹
شانس.....	۱۱۱
شجاعت.....	۱۱۱
شخصیت.....	۱۱۱
شکست.....	۱۱۲
صبر.....	۱۱۴
صداقت.....	۱۱۵
عادت.....	۱۱۵
عبرت.....	۱۱۶
عشق.....	۱۱۷
عقل.....	۱۲۰
علم و دانش.....	۱۲۱
فداکاری.....	۱۲۲
فرصت.....	۱۲۲
فرهنگ.....	۱۲۳
فقر.....	۱۲۴
فکر.....	۱۲۴
قدرت.....	۱۳۰
قدرت کلام.....	۱۳۰
کار.....	۱۳۱
کمک.....	۱۳۶
کنجکاوی.....	۱۳۶
کودکان.....	۱۳۷
کیفیت.....	۱۳۸
گذشت.....	۱۳۸
لذت.....	۱۳۸
محبت.....	۱۳۹
محدودیت.....	۱۴۰

۱۴۰.....	مرگ.....
۱۴۲.....	مسئولیت.....
۱۴۳.....	مشکلات.....
۱۴۴.....	مشورت.....
۱۴۵.....	مقاومت.....
۱۴۵.....	موافقت.....
۱۴۶.....	موفقیت.....
۱۵۵.....	موقعیت.....
۱۵۵.....	نتیجه.....
۱۵۶.....	نظم.....
۱۵۶.....	وفاداری.....
۱۵۷.....	هدف.....
۱۶۲.....	هنر.....

مقدمه

- شما اتفاقات خوب یا بد را براساس تفکراتتان تجربه می‌کنید.

- با فکر کردن به چیزی آن را به سمت خود جذب می‌کنید، حتی اگر آن را نخواهید.

- هر چه بیشتر بر روی مسئله‌ای تمرکز کنید، قوی‌تر می‌گردد.

- بهتر است به احساسات خود اعتماد کنید تا آنکه بیش از حد به تصمیماتتان فکر کنید.

- شما با تفکر مثبت خود می‌توانید باعث گردید اتفاقات خوب با سرعت بیشتری برایتان رقم خورد.

- برای ایجاد يك تغییر، باید به مسائل آن‌گونه که آرزو دارید باشند بنگرید، نه آن‌گونه که در واقع هستند.

- شما می‌توانید قدرت مغناطیسی جذب اتفاقات خوب خود را با اختصاص دادن زمان روزانه به «افکار قدرتمند» افزایش دهید.

- موفقیت يك منبع تمام نشدنی است هر کس می‌تواند از آن بهره برد.

- به خودتان اجازه ندهید در ناامیدی‌ها غرق شوید.
- بدانید اگر روابطتان با دیگران بد است، تنها خودتان موجب آن گشته‌اید.

وقتی به چیزی فکر می‌کنید، چه آن چیز را بخواهید و چه نخواهید، همین فکر کردن و همین تمرکز کردن روی آن چیز باعث می‌شود که بلافاصله در بخشی از کائنات آن چیز واقعی شود! این یعنی ما انسان‌ها در درونمان از يك قابلیت برخورداریم به نام قدرت تبدیل فکر به اشیاء و اتفاقاتی حقیقی و واقعی و فیزیکی! انسان همان چیزی می‌شود که به آن فکر می‌کند. اندیشه‌هایتان را عوض کنید تا سرنوشتتان عوض شود. همیشه برای رسیدن به موفقیت‌هایتان هدف‌هایتان را فراموش نکنید. امیدوارم تمام عزیزانی که کتاب لحظه‌ای سخن، جرعه‌ای زندگی را مطالعه می‌فرمایند همواره بهترین راهنمای سازنده برای افکاری مثبت در زندگی آینده باشند.

سمیه زارع‌زاده