

سرشناسه	: اسماعیلی لیما، مجید
عنوان و نام پدیدآور	: راه موفقیت و آرامش در زندگی/نویسنده مجید اسماعیلی لیما.
مشخصات نشر	: تهران: الماس دانش، ۱۳۸۶.
مشخصات ظاهری	: ۱۲۰ ص.
شابک	: 964-7814-18-6
وضعیت فهرست نویسی	: فبا
موضوع	: موفقیت -- کلمات قصار.
موضوع	: نکته‌گویی‌ها و گزینه‌گویی‌ها.
رده بندی کنگره	: ۵۵الف۲۸۸/ف۰۹۵/۲۸۶۰۹۵
رده بندی دیویی	: ۸۰۸/۸۸۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۱۰۸۲۸۲۲



مرکز ملی اسنادات الماس دانش

آدرس: ضلع جنوب شرقی میدان انقلاب - پلاک ۱۵۱۲ - طبقه دوم تلفن: ۶۶۴۹۳۷۵۳

انتشارات: موسسه فرهنگی الماس دانش - پویند

عنوان کتاب: راه موفقیت و آرامش در زندگی

نویسنده: مجید اسماعیلی لیما

نوبت چاپ: اول - پانیز ۸۶

تیراژ: ۱۵۰۰ نسخه

طراح جلد: محمد سرمدی

چاپخانه: جباری ۷۷۶۰۸۳۲۴

لیتوگرافی: رویداد ۱۵۲ ۳۳۹۳۰

شابک: ۶-۱۸-۷۸۱۴-۹۶۴

قیمت: ۱۴۰۰ تومان

مرکز پخش: پخش علوم و فنون ایران، تلفن: ۶۶۹۶۸۰۵۸

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۵.....	پیشگفتار
۷.....	سخنی با خوانندگان محترم
۹.....	مقدمه
۱۰.....	بی‌برنامگی در زندگی دلیل هر شکستی است
۳۰.....	تغییرات در زندگی را بپذیرید
۵۳.....	تلاش در کار ، رسیدن به هدف است
۷۲.....	قدرت نفوذ کلام بر زندگی
۷۸.....	بینش در موفقیت
۸۲.....	نقش حافظه در موفقیت
۸۸.....	نقش ورزش در موفقیت
۹۲.....	غلبه بر نگرانی‌ها و رسیدن به آرامش در زندگی
۱۰۰.....	غرور را بشکنید و به خود و دیگران اهمیت بدهید
۱۱۵.....	پیروزی بر هواهای نفسانی بزرگترین موفقیت است

پیشگفتار

بنام خدا

همه ی انسانها در مسیر زندگی به رویا نیاز دارند . گاهی رویاها آنقدر شیرین هستند که آدمی می تواند آنها را فقط هنگامی که در خواب هست احساس کند .

پس چه زیباست وقتی که به آنها می رسیم . شاید خیلی از مردم از آرزوهایشان دست کشیده اند و برای رسیدن به آنها تلاش نمی کنند .

آیا همه چیز با یک رویا شروع می شود ؟
طبیعتا همینطور است .

رویاها در واقع اهداف ما هستند که برای دستیابی به آنها باید تلاش کنیم ، بجنگیم تا موفق شویم .

بنابراین هدفی که ما به آن دست پیدا می کنیم همان موفقیت است.

اما پیشداوری اکثر مردم این است که ما محکوم به سرنوشت

هستیم !

انحرافات اجتماعی ، سستی و تنبلی در زندگی بسیاری از انسانها سایه افکنده و آنها را از داشتن یک زندگی سرشار از سرور و شادمانی و عشق و امید محروم کرده است .

در دنیای امروزی تنش و اضطراب دامنگیر بشر شده و آدمی همواره احساس یاس و شکست و ناامیدی می کند و خود را سرافکنده و حقیر می پندارد .

آسایش در زندگی زمانی احساس می شود که آرامش فکری حاصل شود .

پس به گونه ی دیگری می توان زیست .
شما با خواندن این سطرها و مطالب کتاب با ما هم عقیده می شوید و در می یابید که چگونه شخصیت وجودی شما در هر سطحی که باشد می تواند تا صد در صد تغییر و ارتقاء پیدا کند .

این سخن اغراق آمیز نیست ، بلکه یک واقعیت است که هزاران نفر آن را تجربه کرده اند .

شما نیز می توانید شگفتی بیافرینید و یکی از آن افراد موفق باشید .

سخنی با خوانندگان محترم

از اینکه این کتاب را برای مطالعه انتخاب کرده اید از شما تشکر میکنم و از خدا می خواهم که به ما روزی بدهد تا نثار بندگاناش کنیم .

خدایا تا تو نخواهی من چگونه می توانم به اوج برسم ؟
از تو می خواهم مرا یاری و هدایت کنی و دستم را بگیری تا در چاه نیفتم و در تاریکیها در راه نمانم و در ظلمات و گمراهی گرفتار نشوم . من شکست های زیادی را در زندگی تجربه کرده ام ، امیدوارم برای شما چنین اتفاقی نیفتد .

همچنین موفقیت هایی هم که نصیب من شده اند کم نیستند .
تجربه ی این موفقیت ها را با کمال میل در اختیار شما بزرگواران قرار میدهم .

زمانی که در غفلت هستم چیزی جز شکست را نباید انتظار داشته باشیم

با گذشت زمان و با تغییر ماهیت و ذهنیت می توانیم به گونه ی دیگری زندگی و سرنوشت خودمان را تغییر دهیم و به موفقیت های چشمگیری دست پیدا کنیم .
زیرا موفقیت یک راه است نه یک راز .

راهی که خیلی ها رفته اند ، شما هم می توانید با یک برنامه ریزی عملی دریابید که افراد موفق چه می کنند و همان کارها را انجام دهید تا به همان نتایج برسید .

ما با راهکارهای سازنده و برنامه های پیشنهادی و نکات کلیدی که در اینجا تدارک دیده ایم ، یاد می گیرید که آینده ی خودتان را چگونه بسازید و آنچه را که می خواهید ، با تلاش و پشتکار بدست می آورید و در آینده شخصیتی میشوید که در رویاها، آن را تجسم می کردید .

مجید اسماعیلی لیما

تهران ۱۳۸۶

مقدمه

قبل از هر چیز و هرکاری باید نیت پاکی داشته باشیم و ذهن ما را از افکار پلید و شیطانی مصون نگه داریم. باغچه ی فکر ما را از علف هرز پاک کنیم و تخم امید در آن بکاریم و آینده ای را بسازیم که پر از نشاط و شادی ، و نور و امید باشد .

برای بدست آوردن اهداف خودمان مانند یک سرباز ، همیشه آماده باشیم و بجنگیم .

در این راه یک برنامه ریزی اصولی و عملی به ما کمک خواهد کرد تا با اعتماد به نفس و باورهای ذهنی ، هر آنچه را که اراده کنیم با اتکال به خدا و در ظل توجهات الهی انشاء بدست بیاوریم .