

به نام خدا

راه موفقیت

چگونه نقش مثبت می‌تواند نتیجه خوبی در زندگی
تو را داشته باشد

پرومود باترا

نویسنده پرفروش‌ترین کتاب‌های مدیریت در

مریم صدوقی



انتشارات اشجع

باترا، پرومود: Batra, Promod	:	سرشناسه
راه موفقیت: چگونه نگرش مثبت می تواند نتیجه خوبی در	:	عنوان و نام پدیدآور
زندگی شما داشته باشد/پرومود باترا؛ مترجم مریم صدوقی.	:	
تهران: اشجع، ۱۳۹۵.	:	مشخصات نشر
۱۱۴ص.	:	مشخصات ظاهری
978-964-2613-97-7	:	شابک
فینیا	:	وضعیت فهرست نویسی
کارمند دست و پا چلفتی چیکار کنه.	:	عنوان دیگر
اندیشه و تفکر خلاق	:	موضوع
Creative thinking	:	موضوع
موفقیت	:	موضوع
Success	:	موضوع
مثبت نگری	:	موضوع
Affirmations	:	موضوع
صدوقی، مریم، ۱۳۴۳، مترجم	:	حاشیه
۱۳۹۵۴۰۸BF / ۳۲۰۲ب	:	رده ی کنگره
۳۵/۱۵۳	:	رده بندی یی
۴۴۸۷۳۷۶	:	شماره کتابشناسی



انتشارات اشجع

راهنمای موفقیت

پرومود باترا

مریم صدوقی

انتشارات اشجع

چاپ: اول ۱۳۹۶

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۸۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۶۱۳-۹۷-۷

تهران، بزرگراه رسالت، مجیدیه شمالی، خیابان برادران محمودی شرقی، کوچه امید، پلاک ۱

تلفن: ۲۲۵۲۰۷۰۲ و ۲۲۵۱۲۸۳۴ دورنگار: ۲۶۳۰۰۶۶۸ www.ashja.com

فهرست مطالب

۷	مقدمه
۹	۱. با دنیایی از افکار مثبت شروع کنید
۱۶	۲. امیدواری یا ناامیدی؟
۱۹	۳. از RFP تا KFP
۲۱	۴. بخند، بزن و غم و اندوه را دور کن
۲۴	۵. آشفتنی‌ها را از دهستان پاک کنید
۲۹	۶. فکر کنید
۳۴	۷. از خودتان شروع کنید
۳۸	۸. آینه، آینه روی دیوار
۴۳	۹. عاشق خودتان باشید.
۵۰	۱۰. نیایش یک دقیقه‌ای خود را بارها انجام دهید.
۵۲	۱۱. یوگا کارما
۵۶	۱۲. یاد بگیر کارهایی را که انجام می‌دهی، عاشقانه دوست داشته باش
۵۹	۱۳. بهترین را دشمن بهتر نکنید
۶۱	۱۴. بزن بریم
۶۳	۱۵. و حقیقت شما را آزاد خواهد کرد

۶۵. ۱۶. "بله" نگو، وقتی منظور "نه" می‌باشد.
۶۷. ۱۷. یاد بگیریم که فوراً تشکر و عذرخواهی کنیم
۷۱. ۱۸. ببخشید و فراموش کنید
۷۳. ۱۹. آن روی سکه
۷۷. ۲۰. خونسردی خود را حفظ کنید
۸۱. ۲۱. ساده بگیرید
۸۶. ۲۲. دست بده
۸۸. ۲۳. زمین زلزل
۹۴. ۲۴. اولویت‌ها
۹۹. ۲۵. آماده باش، تا با واقعیت روبرو شوی
۱۰۳. ۲۶. وقتی من شرایط خوبی دارم، شما هم شرایط خوبی خواهید داشت
۱۰۵. ۲۷. کودک باشید، ولی کودکانه رفتار نکنید
۱۰۹. ۲۸. شما، منجی نیستید
۱۱۳. ۲۹. آدم خوبی هستی؟

مقدمه

گاهی اوقات در زندگی، احساس می‌کنیم که در مشکلات غرق شده‌ایم. موافقی که برای از بین بردن مشکلات تلاش می‌کنیم، می‌فهمیم که علم، قدرت و ثروت ارزشی ندارند. نگرش مثبت در زندگی، که به آن قدرت ذهن می‌گوییم، با ارزش‌ترین دارایی ما است. با ارزش به این دلیل که قدرتی درونی است و هیچ‌کس نمی‌تواند آن را از ما بگیرد. اگر هنر مثبت اندیشیدن را بیاموزیم، به تدریج به اعمال مثبت منجر خواهد شد و نیازی نیست که برای خوشحالی خود وابسته به دیگران باشیم؛ این یک دستاورد محسوب می‌شود. این‌طور فکر نمی‌کنید؟

این حق شماست که بتوانید به ناطق یک سری از حوادث ناگوار در تمام عمر، فردی ناامید و غمگین باشید. فردی امیدوار و خوشحال که معتقد است پستی و بلندی‌های زندگی‌اش را با بلند و دراز روی لب و افکار مثبت در ذهنش می‌گذراند.

آنچه که بیشترین اهمیت را در زندگی دارد، نگرش شماست. ذهن می‌تواند مثبت‌اندیش یا منفی‌نگر باشد. اگر مجبور به رویارویی با یک مشکل و یا وضعیتی دشوار هستید، شما باید حس مثبتی داشته باشید. فقط با خود شما هستید که می‌توانید این حس را ایجاد کنید. ثروت، حکمت، مقام (یا فقدان هر کدام از این‌ها) فرقی ندارد؛ شما می‌توانید بهترین دوست یا دشمن خود باشید.

نگرش مثبت

من این کتاب را نوشته‌ام تا به شما کمک کنم که چطور مثبت، خلاق و مبتکر باشید و از این طریق کلید موفقیت و شادی را در زندگی خود بسازید. خواهید دید که رفتار مثبت چطور می‌تواند نتایج شگفت‌انگیزی در محل کار، خانه و درحقیقت در تمام زندگی شما به‌بار آورد. به‌خاطر داشته باشید که شما متولد شده‌اید تا پیروز شوید. تمام کارهایی که باید انجام دهید: زندگی با شور و شوق، شادی، خلوص و صداقت می‌باشد. این‌ها تنها تعداد کمی سلاح در رادمانه افکار مثبت هستند. رفتارها، پیروزی را از شکست و گندم را از کاه مجزا می‌کند.

این کتاب حاوی آخرین پیشنهادهای من می‌باشد که به شما کمک می‌کند تا در برابر پستی و بلندی‌های زندگی، مقاوم و موفق باشید. این قوانین ساده را به‌کار ببرید و امروز را پیروز بدانید شروع کنید.

پرومود باترا