

نویسنده پرتیراژ بیش از ۱۰۰ کتاب
دکتر شهاب اناری



رسیدن به عملکرد حداکثری
در ورود به یک درصد برتر

www.ketab.ir

ما_یک_درصدی_هستیم

برای دریافت هدیه خرید این کتاب (شامل کارگاه های
ویدیویی رایگان و) به لینک زیر مراجعه فرمایید
www.shahabanari.com/123bederakhsh

سرشناسه

عنوان و پدیدآور

اناری، شهاب

۳۲۱ بدرخش - (رسیدن به عملکرد حداکثری و ورود به یک درصد برتر)

دکتر شهاب اناری

مشخصات نشر

تهران؛ مبتکران، ۱۳۹۷.

مشخصات ظاهری

۱۴۲ ص؛ جدول، نمودار

شابک

۹۷۸-۹۶۴-۰۷-۲۸۲۷-۷

یادداشت

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا

موضوع

موفقیت success، پرورش ذهن Mental discipline

رده بندی کنگره

BF ۶۳۷ / م ۸ الف ۷ م / ۱۳۹۷

رده بندی دیویی

۱۵۸ / ۱

شماره کتابخانه ملی

۵۲۲۸ / ۳۳



ناشر: انتشارات مبتکران (پروانه نشر: ۱۶۷/۱۰۲)

تهران: میدان انقلاب، خیابان فخررازی، خیابان نظری شرقی، کدپستی ۱۳۱۴۷۶۴۹۶۱

www.mobtakeran.com

تلفن: ۶۱۰۹۴۰۰۰ دورنگار ۶۱۰۹۴۱۵۵

نام کتاب: ۳۲۱ بدرخش

مؤلف: دکتر شهاب اناری

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۷

شمارگان: ۳۰۰۰ جلد

حروف نگاری: مبتکران

لیتوگرافی: دریا

چاپ: مومن



فروشگاه
اینترنتی

www.mobtakeran.net

بها: ۱۵۰۰۰ تومان

حقوق چاپ و نشر، محفوظ و مخصوص ناشر است و هرگونه کپی برداری و نقل مطالب بدون اجازه ناشر پیگرد قانونی دارد.

نازینشان دلیل تلاشهای من است.

تشکر ویژه از متین سائسی (همکار عزیزم و ناظر ویرایش)،
شهرام ساوالانیان (حروفچین خوش ذوق و طراح داخلی) و
ارسیا سروش فر (عکاس و طراح جلد باسلیقه)

فهرست

فصل اول: تسلط بر نفس	۳
فصل دوم: تسلط بر هدف و زمان	۳۹
فصل سوم: تسلط بر روابط	۹۳
فصل چهارم: تسلط بر جسم	۱۲۹