

من بهتر

راهی به سوی تحول خود

مؤلفان:

مهدی رجبی

بین د شوقی

اهدایی از طرف معاونت فرهنگی و
اجتماعی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی



انتشارات رازنهان

۱۳۹۸

سرشناسه	: رجبی، مهدی، ۱۳۶۱-
عنوان و نام پدیدآور	: من بهتر، راهی به سوی تحول خود / مولفان مهدی رجبی، بهزاد شوقی.
مشخصات نشر	: تهران: راز نهان، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۱۸ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۴۴۸-۸۱۱-۲
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
موضوع	: راه و رسم زندگی
موضوع	: Conduct of life
موضوع	: موفقیت
موضوع	: Success
شناسه انروده	: شوقی، بهزاد، ۱۳۶۳-
رده بندی کنگره	: BF۶۳۷
رده بندی دیویی	: ۱۵۸/۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۰۱۱۳۶

آدرس: میدان انقلاب، خیابان بهمن، پلاک ۱۲، واحد ۲	
شماره تماس: ۰۲۱۶۶۹۰۱۸ - ۰۹۱۲۲۳۰۲۶۹	
آدرس الکترونیکی: raznahanbook@gmail.com	
آدرس سایه: www.raznahanbook.com	

عنوان کتاب.....	من بهتر، راهی به سوی تحول خود
مؤلف.....	مهدی رجبی، بهزاد شوقی
صفحه آرا.....	رضا کاوه
طراح جلد.....	رضا کاوه
ناشر.....	راز نهان
شمارگان.....	۳۰۰۰ نسخه
نوبت چاپ.....	اول ۱۳۹۸
قیمت.....	۲۶۰۰۰ تومان
ISBN: 978-600-448-811-2	

فهرست مطالب

۷	سخنی با کارگران عزیز
۹	مقدمه
۱۳	فصل اول: فرایند موفقیت
۱۴	تصمیم‌گیری و هدف‌گذاری در زندگی
۱۶	قدرت کلمات در زندگی
۱۹	نحوه تفکر در زندگی
۲۴	نحوه رسیدن به خواسته‌هایش در زندگی
۲۷	راز و رمز تغییر در زندگی
۲۸	کلیدهای توسعه موفقیت در زندگی
۳۱	فصل دوم: اصول اساسی موفقیت
۳۲	اصل اول: پذیرش مسئولیت در زندگی
۳۴	اصل دوم: دلیل وضعیت فعلی خود را پیدا کنید
۳۵	اصل سوم: هر آنچه که می‌خواهید به آن دست یابید، انتخاب کنید
۳۷	اصل چهارم: ایمان داشته باشید که به هر آنچه می‌خواهید می‌رسید
۳۷	اصل پنجم: خودت را باور داشته باش
۳۹	اصل ششم: هدف‌گذاری در زندگی
۴۱	اصل هفتم: نشانه‌های موفقیت در زندگی
۴۵	فصل سوم: قدرت خودباوری در رسیدن به موفقیت
۴۶	خودباوری چیست؟
۴۹	چگونه خودباوری خویش را تقویت کنیم؟
۵۰	موارد موثر بر خودباوری
۵۳	خودباوری و راز موفقیت
۵۵	خودباوری سالم چگونه ظاهر می‌یابد؟

فصل چهارم: قدرت من هستم، راهی به سوی موفقیت ۵۷

مثبت بیاندیش ۵۸

آرزوهایت را بر زبان بیاور ۶۱

بنویس تا اتفاق بیفتد ۶۴

فکر مثبت آهنربای برکت و فراوانی ۶۷

سختی‌ها و دشواری‌ها تمام می‌شوند ۷۰

آرامش از خودم آغاز می‌گردد ۷۱

خودت را با تمام وجود بشناس ۷۲

تو منحصر به فرد هستی ۷۴

فصل پنجم: من به سوی کامیابی و موفقیت ۷۷

چگونه نغیراتی اساسی در زندگی خود پدید آوریم ۷۸

راهی به سوی واثق شدن و نیرومند شدن ۸۲

تسلط بر نیروهای سازنده زندگی ۸۵

نحوه تغییر عقایدمان در زندگی ۸۶

موفقیت نهایی ۸۹

احساس‌های نیروبخش ۹۳

ده احساس نیروبخش ۱۰۵

سخن آخر ۱۰۹

منابع ۱۱۷

سخنی با کارگران عزیز

بشر از دیرباز به جایگاه و منزلت کار در پیشبرد و رونق زندگانی پی برده و واژه کار همواره در ذهن او با بهبود اوضاع و محسنات مترادف بوده است. کارگران همیشه نقش مهمی در تولید، پیشرفت و ارتقای سطح جامعه و رفاه آن دارند و به راحتی می توان اذعان داشت که پیشرفت تمدن ها حاصل تلاش و زحمات کارگران است. کارگران در تمامی ادیان به ویژه دین مبین اسلام جایگاه رفیعی داشته و همانطور که رسول گرامی صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند: «طلب الحلال جهاد» به دست آوردن روزی حلال جهاد محسوب می شود.

این تلاش شما کارگران عزیز و بزرگوار است که با فرهنگ، متعالی کار، آینده ایران اسلامی را ساخته و تضمین می کند. چشم امید مسئولان و فرزندان این دلبه دستان گرم و مهارت های شما فرهیختگان است. دستیابی به آرمان های نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران، حفظ استقلال و آزادی وطن، فتح قله های پیشرفت و توسعه، عزت و سربلندی این همسنگی ملی، کاهش آسیب های اجتماعی، کاهش خطرات تهدید کننده جامعه و خانواده، همه در گرو مـاهدت های شما سربازان خط مقدم سازندگی بزرگ اسلامی می باشد.

"ایران سربلند قـدردان تلاش ها و کوشش های شما کارگران عزیز و گرامی است."

وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی
معاون فرهنگی اجتماعی
ابراهیم صادقی فر