

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# نگرش همه چیز است

نگرش تان را عوض کنید، تا زندگی تان

به بهترین ها تبدیل شود

(با خواندن این کتاب، دنیای جدیدی را تجربه خواهید کرد)

اثر: جف کِلر

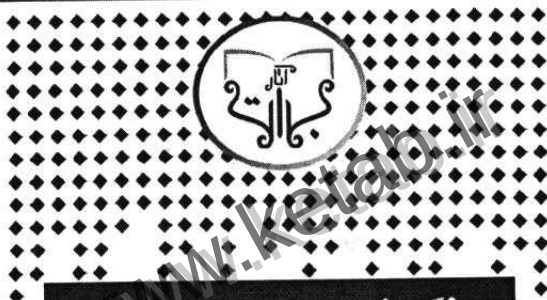
مترجم: طاهره بهادران

ویراستار: زهره مخلصی



سرشناسه : کفر، جف  
 Keller, Jeff  
 عنوان و نام پدیدآور : نگرش همه چیز است : نگرش‌تان را عوض کنید، تا زندگی‌تان به بهترین‌ها تبدیل شود/ اثر جف کفر : مترجم طاهره بهادران : ویراستار زهره مخلصي.  
 مشخصات نشر : تهران: آثار برات ، 1400 .  
 مشخصات ظاهری : 194 ص: ؛ 14/5×21/5 س.م.  
 شابک : 978-622-6631-64-8  
 وضعیت فهرست نویسی : فیا

پادداشت : عنوان اصلی: ATTITUDE IS EVERYTHING : change your attitude ... change your life!, 2015.  
 موضوع : نگرش (روان‌شناسی) -- تغییر  
 موضوع : Attitude change  
 شناسه افزوده : بهادران، طاهره، 1354 -، مترجم  
 شناسه افزوده : مخلصي، زهره، 1372 -، ویراستار  
 رده بندی کنگره : BF327  
 رده بندی دیویی : 153/85  
 شماره کتابشناسی ملی : 8301748  
 اطلاعات یکپرده کتابشناسی : فیا



## نگرش همه چیز است

نگرش‌تان را عوض کنید تا زندگی‌تان دگرگون شود.

نویسنده: ..... جف کفر  
 مترجم: ..... طاهره بهادران  
 ناشر: ..... انتشارات آثار برات  
 ویراستار: ..... زهره مخلصي  
 نوبت چاپ: اول ۱۴۰۰ ..... تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه  
 شابک: ۸-۶۴-۶۶۳۱-۶۲۲-۹۷۸ قیمت: ۳۶۰۰۰ تومان

مرکز بخش: تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین  
 تقاطع خیابان ژاندارمری، روبروی اداره پست، پلاک ۱۲۶  
 انتشارات آثار برات تلفن: ۰۱ ۵۵ ۹۷ ۶۶ ۷۱۱۴ ۰۹۱۲ ۴۸۰

☒ baratbooks.ir

✉ @entesharatebarat

☎ 0903 765 5963

📷 entesharateasarebarat

حق چاپ برای ناشر محفوظ است. کلیه حقوق و حق چاپ متن، طرح روی جلد و عنوان کتاب با نگرش به قانون حمایت حقوق مولفان، مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ ه.ش.

## فهرست مطالب

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| مقدمه                                           | ۱۱ |
| بخش اول                                         | ۲۱ |
| موفقیت از ذهن آغاز می شود                       | ۲۱ |
| درس اول                                         | ۲۳ |
| تعریفی برای نگرش                                | ۲۴ |
| پنجره تان را تمیز کنید                          | ۲۶ |
| نگرش و موفقیت                                   | ۲۹ |
| درس دوم                                         | ۳۱ |
| شما آهنربای انسانی هستید                        | ۳۱ |
| آیا این جمله مفهومی برایتان دارد؟               | ۳۲ |
| این اصل چگونه عمل می کند                        | ۳۳ |
| افکار غالب، روزتان را کنترل می کنند             | ۳۴ |
| نگرش در برابر اقدام                             | ۳۶ |
| اتفاقاتی که اطراف شما رخ می دهند، بازگو کننده ی | ۳۷ |
| این هستند که به چه چیزی می اندیشید؟             | ۳۷ |
| طرز فکر تان را عوض کنید                         | ۳۸ |

|    |                                                           |
|----|-----------------------------------------------------------|
| ۳۹ | تکرار، کلید موفقیت .....                                  |
| ۴۰ | روی موفقیت یک شبه حساب نکنید .....                        |
| ۴۱ | درس سوم .....                                             |
| ۴۱ | مسیرتان به سمت موفقیت را؛ تصور کنید .....                 |
| ۴۲ | فیلم‌های ذهنی از زمان کودکی .....                         |
| ۴۳ | مسئولیت تصاویرتان را به عهده بگیرید .....                 |
| ۴۴ | مفهوم فیلم‌های قدیمی را تغییر دهید .....                  |
| ۴۴ | تصاویر نو خلق کنید .....                                  |
| ۴۶ | مسیرتان را در راه رسیدن به موفقیت در فروش .....           |
| ۴۶ | به تصویر بکشید .....                                      |
| ۴۷ | آرام بنشینید و حواس پنج‌گانه‌تان را به کار بگیرید .....   |
| ۴۸ | چکی را به نام خودتان بنویسید .....                        |
| ۴۹ | دستیابی به شغل دلخواه‌تان .....                           |
| ۵۳ | درس چهارم .....                                           |
| ۵۳ | اگر متعهد باشید... می‌توانید کوه‌ها را جابه‌جا کنید ..... |
| ۵۴ | معجزه‌ی تعهد .....                                        |
| ۵۵ | درها گشوده خواهند شد .....                                |
| ۵۷ | اخطار! .....                                              |
| ۵۹ | او ناامید نشد .....                                       |
| ۶۰ | هر چقدر که زمان ببرد .....                                |
| ۶۱ | زمان تعهد فرا رسیده .....                                 |
| ۶۳ | درس پنجم .....                                            |
| ۶۳ | مشکلات را به فرصت تبدیل کنید .....                        |
| ۶۴ | پیدا کردن حکمت اتفاقات .....                              |
| ۶۵ | از ترازدی تا درخشش .....                                  |
| ۶۷ | ناامیدی کاری، فرصتی برای تغییر است .....                  |

- ۷۰ ..... ناملازمات چطور به نفع ما عمل می کنند.
- ۷۲ ..... به دنبال موضوعات مثبت باشید.

## بخش دوم ..... ۷۳

- ۷۳ ..... مراقب کلمات خود باشید.
- ۷۵ ..... درس ششم
- ۷۷ ..... چرا از من نمی خواهید وسایل منزل تان را تعمیر کنم.
- ۷۸ ..... سخنان دانشمندان، ارزش خواندن را دارند.
- ۷۹ ..... چه بخواهید چه نخواهید
- ۸۱ ..... کلمات و مسئولیت
- ۸۲ ..... کلمات و احساسات
- ۸۳ ..... نگاهی به کلماتی که استفاده می کنید بیاندازید.
- ۸۶ ..... شما یک انتخاب دارید.
- ۸۸ ..... درس ۷
- ۸۸ ..... حالتان چطور است؟
- ۸۸ ..... پاسخ های منفی
- ۸۹ ..... پاسخ های متوسط
- ۹۰ ..... پاسخ های مثبت
- ۹۱ ..... به گروه مثبت ها بپیوندید
- ۹۲ ..... عادتی نو را در خود شکل دهید.
- ۹۴ ..... اگر احساس فوق العاده ای نداشته باشم چه؟
- ۹۶ ..... با هیجان و اشتیاق جواب بدهید.
- ۹۷ ..... درس ۸
- ۹۷ ..... دست از شکایت بردارید
- ۹۸ ..... هیچ کسی دوست ندارد در مورد درد.
- ۹۸ ..... و مشکلات جسمانی شما بشنود
- ۹۸ ..... اجازه ندهید هیچ چیزی در اجرای برنامه های تان

- ۹۸ ..... وقفه ایجاد کنند
- ۹۹ ..... همیشه موضوعی هست که از آن شاکی باشید
- ۱۰۱ ..... همه‌ی مسائل را در نظر بگیرید
- ۱۰۳ ..... قول می‌دهم شکوه و شکایت را فراموش کنید!
- ۱۰۳ ..... منبع اخبار مثبت باشید
- ۱۰۵ ..... بخش سوم
- ۱۰۵ ..... بهشت از آن کسانی است که مرد عمل هستند
- ۱۰۷ ..... درس ۹
- ۱۰۷ ..... با افراد مثبت‌نگر مزاج‌ده داشته باشید
- ۱۰۹ ..... افراد سمی و افراد مثبت
- ۱۱۰ ..... آهنگ‌های بی‌معنی رادیو
- ۱۱۱ ..... تئوری «اسفنج» اسموکی
- ۱۱۲ ..... دوستی‌هایتان را ارزیابی کنید
- ۱۱۴ ..... فامیل‌های سمی
- ۱۱۵ ..... افراد مثبت‌نگر در محل کار
- ۱۱۶ ..... دوستان‌تان را آگاهانه انتخاب کنید
- ۱۱۷ ..... درس ۱۰
- ۱۱۷ ..... با ترس‌هایتان روبه‌رو شوید و رشد کنید
- ۱۱۸ ..... کنکاش ترس‌های مان
- ۱۱۹ ..... محدوده‌ی امن
- ۱۲۰ ..... متداول‌ترین ترس‌ها
- ۱۲۱ ..... عقب‌نشینی از ترس
- ۱۲۲ ..... قیمتی که می‌پردازید
- ۱۲۳ ..... استراتژی من در دوره‌ی دبیرستان
- ۱۲۴ ..... زندگی نو

|     |                                                  |
|-----|--------------------------------------------------|
| ۱۲۶ | حتی وقتی ترسیده‌اید، به جلو حرکت کنید.           |
| ۱۲۷ | اورویایش را دنبال کرد.                           |
| ۱۲۸ | فقط انجامش دهید.                                 |
| ۱۳۱ | درس ۱۱                                           |
| ۱۳۱ | شروع کنید و شکست بخورید.                         |
| ۱۳۲ | در آغاز.                                         |
| ۱۳۳ | دیروز و امروز.                                   |
| ۱۳۴ | این شکست‌ها، باعث درآمدهای میلیون دلاری می‌شوند. |
| ۱۳۶ | از شکست واهمه نداشته باشید.                      |
| ۱۳۷ | موفقیت یک شبه حاصل نمی‌شود.                      |
| ۱۳۸ | هرگز ناامید نشوید.                               |
| ۱۳۹ | سؤالات کلیدی.                                    |
| ۱۴۱ | تبدیل شکست به موفقیت.                            |
| ۱۴۳ | درس ۱۲                                           |
| ۱۴۳ | شبکه‌سازی‌ای که نتیجه‌بخش است.                   |
| ۱۴۴ | فواید شبکه‌سازی.                                 |
| ۱۴۶ | نگرش و عمل.                                      |
| ۱۴۸ | معرف‌ها.                                         |
| ۱۴۹ | ارتباط.                                          |
| ۱۵۲ | پی‌گیر باشید.                                    |
| ۱۵۴ | ساختن شبکه.                                      |

## نتیجه‌گیری ۱۵۵

|     |                                  |
|-----|----------------------------------|
| ۱۵۵ | نگرش تان را تغییر دهید تا        |
| ۱۵۵ | زندگی تان تغییر کند              |
| ۱۵۶ | مهار زندگی تان را به دست بگیرید. |

## سخن ناشر

---

به امید موفقیت روزافزون برای همه‌ی عزیزان فرهیخته که خواندن این کتاب خوب و انگیزشی را انتخاب نموده و خواهان بهترین‌ها هستند. امید آن که با انتشار این کتاب - با ترجمه‌ی روان و ویرایش رسا - توانسته باشیم تا این مهم را در دسترس شما عزیزان و یاران همیشگی قرار بدهیم تا سهمی در حد جرقه‌ای کوچک برای انفجاری بزرگ در این راستا در زندگی پربار شما دوستان وفادار و کتاب‌خوان داشته باشیم.

موفقیت همگان را از درگاه ایزدمنان خواستارم

انتشارات آثار برات

baratbooks.ir

