

به نام خداوند بخشنده مهربان

راز و رمز موفقیت

Secrets to Success

تألیف

گروه مولفین انتشارات باهدف

www.bahadaf.ir



پدر و مادر آگاه فرزندان شاد
جامعه‌ای سالم

فهرت

صفحه	عنوان
۲۱	دو هدف مهم انسان
۲۱	۱- هدف اول سلامت فیزیکی
۲۲	۲- هدف دوم خوشبختی (Happiness)
۲۳	برنده شدن یا پیروز شدن
۲۴	هرم موفقیت (Pyramid Of Success)
۲۴	☞ عقل، علم و عمل
۲۴	☞ دو داربست و یا چوب بست، محافظ و سپر هرم موفقیت هستند
۲۴	☞ محبت و عشق
۲۵	تفاوت آرمان خواهی با ایدئولوژی
	☞ اولین نکته‌ای که به عنوان عامل اساسی موفقیت شناخته شده،
۲۵	آرمان خواهی است
۲۶	آرمان خواهی
۲۷	اخلاق (Morality)
۲۸	ارزش‌ها (Value)
۲۸	ثروت، قدرت و حیثیت
۲۹	چند نکته درباره موفقیت

☞ موفقیت، راه و جاده است، نه مقصد و خانه (It Is Road) ۲۹

☞ نکته فوق‌العاده مهم این است که موفقیت با اولین قدم آغاز

می‌شود نه آخرین قدم. ۳۰

☞ همیشه باید این را در گوشه ذهن داشته باشیم که این ما هستیم

که باید تغییر کنیم ۳۰

* نکته‌ای که همیشه باید به آن توجه داشت این است که مردمان ما

ناموفق درد و رنج بیشتری می‌برند ۳۱

☞ نکته مهم در رابطه با موفقیت، آرامش و امنیت است ۳۲

* حداکثر توان فیزیکی ۳۳

* مفهوم موفقیت در جوامع سنتی ۳۳

* مفهوم موفقیت در جوامع صنعتی ۳۵

* مفهوم موفقیت در جوامع امروزی ۳۵

۴۵ اصل موفقیت ۳۵

اصل ۱- آگاهی و دانایی (Awareness) ۳۶

اصل ۲- مفهوم دانش (Knowledge) ۳۸

☞ مفهوم توانایی ۳۸

☞ آگاهی ۴۰

🕒 وقتی از
کودکی به این
تنبیه می‌رسیم
همه کارها زور
است و تمایل،
باعث میشه در
بزرگسالی طلبکار و
ناراضی باشیم و
تمام کارها رو
نصفه و نیمه راه
کنیم.

باید همیشه مواظب دو سوء تفاهم باشیم ۴۰

۱- بزرگترین ترمز پیشرفت انسان را بشناسیم ۴۰

۲- ربط دادن امور به حکمت ۴۱

اصل ۳- مهارت (Skill) ۴۳

☞ امروز می‌دانیم که من و شما تا زمانی که چرا و چه چیزی را به

چگونه تبدیل نکنیم (How)، اتفاقی نخواهد افتاد ۴۴

اصل ۴- واقعیت (Reality) ۴۶

اصل ۵- مسئولیت (Responsibility) ۴۹

اصل ۶- وقت و زمان (Time) ۵۱

☞ چند نکته در خصوص وقت و زمان ۵۲

☞ زمان یک پدیده‌ی کمی و بیرونی ۵۲

☞ باید بدانیم برای هر کاری چند روز وقت نیاز دارید ۵۳

☞ آدم‌های موفق متوجه هستند که همه کارهایی را که می‌کنند، دو

جنبه قابل توجه دارد ۵۴

افراد موفق و خوشبخت و سالم چگونه زندگی می‌کنند؟ ۵۵

☞ امروز برابر با فردا می‌باشد ۵۶

☞ در حال باید زندگی کرد نه این‌که در حال لذت برد ۵۸

🕒 انسان از
راه تشویق
پیشرفت می‌کند
نه از طریق تنبیه.
از طریق تنبیه
فیلی موفق باشیم
په رو بیکاره بار
می‌باریم.

❧ دنیا متعلق به آدم‌های ترسو نیست ۱۸۳

❧ اصل ۳۶- دوستی و صمیمیت (Friendship And Intimacy) ۱۸۴

❧ درجات مختلف دوستی ۱۸۵

❧ خیلی از اوقات دوستان نمی‌داند ما چه انتظار و توقعی داریم ۱۸۷

❧ اصل ۳۷- تغذیه و بهداشت ۱۸۸

❧ اصل ۳۸- خواب ۱۹۲

❧ توصیه می‌کنند هر شب رأس یک ساعت مشخص بخوابیم ۱۹۲

❧ ادیسون کسی بود که ۳ ساعت می‌خوابید و به کارش می‌رسید و

انیشتین کسی بود که اگر ۱۲ ساعت نمی‌خوابید، نمی‌توانست کار

کند ۱۹۴

❧ مهم این است که یکسره تا صبح بخوابیم ۱۹۴

❧ کسی که خواب خوبی ندارد بیداری خوبی هم ندارد و باید بدانیم

وقت خواب، شب است ۱۹۵

❧ اصل ۳۹- ورزش (Sport) ۱۹۵

❧ اصل ۴۰- روابط جنسی ۱۹۹

❧ اصل ۴۱- خوشحالی و شادی ۲۰۲

❧ فوشفتی به

بودن‌ها، شدن‌ها و

ماندن‌ها مربوط

است تا به

داشتن.

❧ حظ و کیف (Enjoyment) ۲۰۴

❧ چهار مرحله‌ای که موجب حظ و کیف می‌شود ۲۰۴

❧ خوشنودی و خرسندی ۲۰۵

❧ اصل ۴۲- تفریح، بازی و سرگرمی ۲۰۶

❧ اگر به فرزندانمان بگوییم وظیفه شما و کار شما و تنها چیزی که

باید به آن توجه کنید درس خواندن است، فاجعه است ۲۰۸

❧ دل ما خوش است که به دنیا آمده‌ایم تا کار کنیم، در حالی که

آمده‌ایم که زندگی کنیم ۲۰۸

❧ اصل ۴۳- تخیل و آرزو ۲۰۹

❧ انسان به هدف‌هایش می‌رسد، اما به آرزوهایش نمی‌رسد ۲۱۰

❧ بهترین برنامه‌ریزی برای کامپیوتر مغزمان، در شب، قبل از خواب و

صبح به مجرد بیداری تصویرسازی کنیم ۲۱۰

❧ اصل ۴۴- زندگی فردی، شخصی و خصوصی ۲۱۵

❧ شما با یک آدم عجیب و غریب یا در محیط خانواده یا در ارتباط با

همسر یا فرزندان یا با دیگران روبه‌رو نیستید ۲۱۵

❧ زندگی اجتماعی و جمعی خوبی دارند ۲۱۵

❧ مالیکت

کورکانتون رو

مفترم بشمرید،

کورکان قرار

نیست وسایلشون

را با بقیه تقسیم

کنند

اصل ۴۵- خود بودن یا خود شدن (Self Actualization) ۲۱۷

☞ انسان مانند دانه‌ای است که باید به درختی تبدیل شود و میوه

۲۱۸ بدهد.

☞ خود شدن ۲۱۸

☞ پیچیده بودن موضوع انسان و تضاد و تعارضی که در انسان

است ۲۱۹

☞ عامل پرورش، تعلیم و تربیت در طول تاریخ، ترس، تنبیه و کنترل

بوده ۲۱۹

لحظه پررها بعد از
۳ سالگی
رفتارشون با
رفتارشون بایر
طوری باشه که
گویی با دفتر ۲۲
سالشون در
تماس هستن.

دو هدف مهم انسان

همان‌طور که می‌دانید، اگر به مطالعات علمی نگاهی بیندازید، خواهید دید که انسان دو هدف (Goal) دارد:

◆ هدف اول سلامت فیزیکی و روانی است.



به نظر می‌رسد که انسان به طور طبیعی از ژنتیک، بیولوژیک، فیزیولوژیک و نورولوژی گرفته تا حوادث و اتفاقات اطرافش به دنبال سلامت فیزیکی و روانی است. مخصوصاً وقتی که سلامت فیزیکی و روانی به خطر می‌افتد، در بیشتر موارد با خودش درد و رنج دارد و انسان به دلیل مکانیزم‌هایی که در طول تاریخ در او تعبیه شده، در مسیری حرکت می‌کند که از درد و رنج می‌گریزد و به سمت لذت به ناچار حرکت می‌کند و بنابراین در مسیر سلامت فیزیکی و روانی در حدی که بداند و برایش ممکن باشد و در نظام اجتماعی نیز به گونه‌ای این سلامت روانی و فیزیکی تأثیرگذار و پذیرفته شده باشد، حرکت می‌کند.