



به نام هستی بخش

# قدرت انضباط فردی

## ۲۱ راه برای کسب شادی و موفقیت پایدار

(هیچ بهانه‌ای پذیرفته نیست)

برایان تریسی

مترجم:

آزیتا نجات مهر



دستان یکایک تان را می‌روسم و به پاس فرهنگ دوستی تان

سر تعظیم فرود می‌آوریم.

ییش گفتار: معجزه‌ی انضباط فردی ..... ۵

### فصل اول: انضباط فردی و موفقیت فردی

بخش اول: انضباط فردی و موفقیت فردی .....	۲۱
بخش دوم: انضباط فردی و شخصیت .....	۳۵
بخش سوم: انضباط فردی و مسؤولیت .....	۴۹
بخش چهارم: انضباط فردی و اهداف .....	۶۱
بخش پنجم: انضباط فردی و برتری فردی .....	۷۵
بخش ششم: انضباط فردی و شهامت .....	۱۰۱
بخش هفتم: انضباط فردی و استقامت .....	۱۱۳

### فصل دوم: انضباط فردی در شغل، فروش و امور مالی

بخش هشتم: انضباط فردی و کار .....	۱۲۳
بخش نهم: انضباط فردی و رهبری .....	۱۳۹
بخش دهم: انضباط فردی و شغل .....	۱۴۹
بخش یازدهم: انضباط فردی و فروش .....	۱۵۹
بخش دوازدهم: انضباط فردی و پول .....	۱۷۱
بخش سیزدهم: انضباط فردی و مدیریت زمان .....	۱۸۱
بخش چهاردهم: انضباط فردی و حل مشکلات .....	۱۹۱

### فصل سوم: انضباط فردی و زندگی خوب

بخش پانزدهم: انضباط فردی و شادی .....	۲۰۳
بخش شانزدهم: انضباط فردی و سلامت فردی .....	۲۱۵
بخش هفدهم: انضباط فردی و تناسب اندام .....	۲۲۵
بخش هجدهم: انضباط فردی و ازدواج .....	۲۳۳
بخش نوزدهم: انضباط فردی و فرزندان .....	۲۴۵
بخش بیستم: انضباط فردی و دوستی .....	۲۵۹
بخش بیست‌ویکم: انضباط فردی و آرامش ذهن .....	۲۷۱