

۲۰۴۴ ۱۹۳

بسم الله الرحمن الرحيم

خودت رو به فنا نده

www.ketab.ir

جان گری بیشاپ
محمد جواد شجاعی



Bishop John بی‌شاپ ، جان

خودت رو به فنا نده / گری جان بی‌شاپ / ترجمه‌ی: محمدجواد شجاعی.

تهران: چاپک اندیش، ۱۳۹۸..

۱۳۶ص.

۹۷۸-۶۰۰-۵۸۶۱-۳۵-۸

فیپا

عنوان اصلی: unfu k yourself

خودسازی

انگیزش

شجاعی، محمدجواد، ۱۳۷۴-، مترجم.

BF ۶۹۷/۵

۱۵۸/۱

۵۷۸۵۰۱۰

سرشناسه

عنوان و نام پدیدآور

مشخصات نشر

مشخصات ظاهری

شابک

وضعیت فهرست نویسی

یادداشت

موضوع

موضوع

شناسه افزوده

رده بندی کنگره

رده بندی دیویی

شماره کتابشناسی ملی

www.ketab.ir

● خودت رو به فنا نده

● انتشارات: چاپک اندیش

● نوشته‌ی: گری جان بی‌شاپ

● ترجمه‌ی: محمدجواد شجاعی

● نوبت چاپ: دوم ۱۴۰۲

● حروف نگاری: آبان گرافیک

● تیراژ: ۱۰۰ نسخه

● شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۸۶۱-۳۳-۴

● قیمت: ۸۹۰۰۰ تومان



چاپک اندیش

مرکز پخش چاپک اندیش:

۰۹۹۰۵۶۴۶۰۶۲

۰۹۱۲۱۵۷۱۲۸۲

۶۶۴۹۱۰۲۴ - ۶۶۴۹۹۳۲۷

Chabokandish۸۶۹۲@gmail.com

t.me/chabok_andish

فهرست مطالب

- فصل ۱: آیا تا کنون مثل همستر در یک چرخ‌دوار گیر افتاده‌اید ۷
- تفاوت بین موفقیت و شکست ۱۰
- زبان چگونه زندگی ما را تغییر می‌دهد ۱۲
- مغز خود را آموزش دهید ۱۵
- بیان قاطعانه و بیان حکایتی ۱۶
- استفاده از این کتاب ۱۸
- بخش ۲: مشتاق هستم ۲۱
- فصل ۲: زندگی شما همان است که برای رسیدن به آن مشتاق بودید ۲۲
- در را بیاید ۲۵
- زمانی که در بسته باشد ۲۷
- من مشتاق نیستم ۲۷
- قدرت انگیزه ۲۹
- ستاره چیدن با دستان کوتاه ۳۰
- نقشه‌ی مسیر خود را تهیه کنید ۳۲
- پرچم خود را به اهتزاز در آورید ۳۴
- بخش ۳: شانس پیروزی دارم ۳۶

فصل ۳: اگر به شما بگویم که اشتباه می‌کنید چون شما در زندگی بازنده نیستید	۳۷
معما بسازید	۳۹
حاکم قلمرو شما	۴۱
مرز پیروزی‌های خود را بشناسید	۴۳
قدرت ذهن شما شکست ناپذیر است	۴۷
خلق یک طرح بازی	۴۷
بخش ۴: باور دارم که می‌توانم	۵۱
فصل ۴: وای	۵۲
دیدگاه خوب نسبت به مشکلات	۵۴
به آینده نگاه کنید	۵۸
دریایی از همه چیز	۶۰
شما شانس پیروزی دارید	۶۲
بخش ۵: از عدم قطعیت استقبال می‌کنم	۶۴
فصل ۵: شما معتاد هستید	۶۵
نمونه‌ای از ظرفیت‌های پنهان	۶۷
تعقیب آن‌چه وجود ندارد	۷۱
گامی به جلو بردارید و قضاوت شوید	۷۳
از عدم قطعیت استقبال کنید	۷۴
شکار فرصت‌ها	۷۶
بخش ۶: پندارم نیستم بلکه من کردارم هستم	۷۸
فصل ۶: افکارتان را تغییر دهید تا زندگی شما تغییر کند	۷۹
شما پندارتان نیستید	۸۱
کردار شما باعث تغییر پندار شما می‌شود	۸۴
عملکردهایتان چرخ زندگی را گریس کاری می‌کند	۸۶
افکارتان را از آنچه هستید جدا کنید	۹۰
بخش ۷: من پیگیر و سرسخت هستم	۹۲
فصل ۷: برخی از موفقیت‌های بزرگ خود در زندگی را مرور کنید	۹۳
سرسخت باشید	۹۴

۹۹	رد پای درخشان سرسختی
۱۰۳	شما سرسخت هستید
۱۰۶	بخش ۸: انتظاری ندارم همه چیز را می‌پذیرم
۱۰۷	فصل ۸
۱۱۰	منتظر برخی موارد قابل پیش‌بینی باشید
۱۱۵	زندگی شباهت زیادی به رقص دارد تا قدم زدن
۱۱۷	زمانی که زندگی مناسب است
۱۲۰	هیچ انتظاری نداشته باشید و همه چیز را بپذیرید
۱۲۲	بخش ۹: گام بعدی چیست؟
۱۲۳	فصل ۹
۱۲۵	قرار است بمیرید
۱۲۸	دست از سرزنش کردن گنبدته بردارید
۱۲۹	دو گام تا آزادی
۱۳۳	از داخل ذهن خود بیرون بیایید