

۲۴۵۹۱۵۷

مدار کامیابی

مؤلف:

افسانه بادرنگ

www.ketab.ir

نشر ماه‌نهار

مدار کامیابی

سرخسانه:	بادارنگ، افسانه، ۱۳۶۵-
عنوان و نام پدیدآور:	مدار کامیابی / مولف افسانه بادرنگ.
مشخصات نشر:	تهران: مانانگار، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری:	۶۹ص:؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک:	978-622-5549-54-8
وضعیت فهرست نویسی:	فیفا
موضوع:	قدرشناسی Gratitude شکر # Gratitude to God
رده بندی کنگره:	BF۵۷۵
رده بندی دیویی:	۱۵۸
شماره کتابشناسی ملی:	۹۵۲۲۸۵۷
اطلاعات رکورد کتابشناسی:	فیفا
مولف:	افسانه بادرنگ
مدیر تولید:	زهره شیخ انصاری
طراح جلد:	مهدی اعظمی
شابک:	۹۷۸-۶۲۲-۵۵۴۹-۵۴-۸
تیراژ:	۱۰۰ جلد
نوبت چاپ:	اول زمستان / ۱۴۰۲
مشخصات نشر:	تهران، نشر مانانگار ۱۴۰۲
تلفن:	۰۹۱۰۲۴۲۵۵۲۱
قیمت:	۱۰۰۰۰۰ تومان



فهرست

شکرگزاری	۹
و اما واژه زیبای شکرگزاری	۲۱
شکرگزار کیست؟	۲۳
آیا شکرگزاری کردن و به زبانه ساده، شکرگزار بودن کافیهست و یا خیر؟	۲۹
شکرگزاری زبانی	۳۰
شکرگزاری قلبی	۳۳
شکرگزاری عملی	۳۶
بهترین زمان شکرگزاری چه زمانی است؟ آیا زمان ثابتی برای شکرگزاری وجود دارد یا خیر؟	۳۹
چرا باید شکرگزاری کنیم و شکرگزار باشیم؟	۴۳
اهمیت شکرگزاری	۴۵
شکرگزاری و عادت به شاکر بودن	۴۸
اصول سپاسگزاری چیست؟	۵۱
اثرات شکرگزاری	۵۴
تأثیرات شکرگزاری بر رفتار ما	۵۶
داستان آزمایش مولکول‌های آب	۵۷
اثرات شکرگزاری و شاکر بودن بر روی بدن انسان	۵۹

کتابی که امروز در اختیار دارید، کتابی کامل و جامع درباره
شکرگزاری و سپاسگزاری است.

سپاسگزاری در برابر نعمتهایی که خداوند برای ما آفریده
است. این کتاب حاصل سال‌ها تجربه‌ی خودم در زندگی
می‌باشد.

امیدوارم بتواند راهنمایی جامع و کامل برای رسیدن به
آگاهی و پیشرفت و البته آرامش در زندگی باشد.

پیروز و موفق باشید.