

نگرش همه چیز است

نگرش خود را تغییر دهید...
و زندگی‌تان را دگرگون کنید!

جف کلر

مترجمان:

امسان کاظم - کتابیون دانشمند

ویراستار: حمیده رستمی

کلر، جف Keller, Jeff

نگرش همه چیز است: نگرش خود را تغییر دهید ... و زندگی‌تان را
دگرگون کنید! جف کلر؛ مترجمان: احسان کاظم، کتایون دانشمند؛

ویراستار: حمیده رستمی

تهران: نسل نواندیش، ۱۳۸۸

۱۹۳ص

۹۷۸-۹۶۴-۲۳۶-۰۵۸-۱

فیبا

عنوان اصلی: Attitude is everything: change your attitude ... and you
change life

نگرش (روان‌شناسی) - تغییر / مثبت‌نگری

کاظم، احسان، ۱۳۶۲ - مترجم / دانشمند، کتایون، مترجم / رستمی، حمیده،

۱۳۳۴ - ویراستار

۱۳۸۸ / BF۳۲۷ ک ۸

۱۵۲/۴

۱۸۱۵۹۲۷

مشخصات کتاب

نگرش همه چیز است

نویسنده: جف کلر

مترجمان: احسان کاظم - کتایون دانشمند

email.kazemdaneshmand@yahoo.com

ویراستار: حمیده رستمی

صفحه‌آرا: الهه ایمنی

طراح جلد: مهناز صبور

ناشر: نسل نواندیش

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول

سال چاپ: ۱۳۸۹

قیمت: ۳۹۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۳۶-۰۵۸-۱

ISBN: 978-964-236-058-1

کتاب‌های مورد نیاز خود را از فروشگاه‌های انتشارات نسل نواندیش تهیه فرمایید.

نشانی فروشگاه ۱: میدان ولیعصر - ابتدای کریمخان - پلاک ۳۰۸

نشانی فروشگاه ۲: خ شهید بهشتی (عباس‌آباد) - بعد از میرعماد - برج گلدیس

تلفن: ۸۸۹۴۲۲۴۷-۹ نسل نواندیش

WWW.naslenowandish.com info@naslenowandish.com

❖ سپاس ❖

این صفحه از کتاب را غنیمت می‌شماریم و سپاسگزاریم از:

❖ **خداوند مهربان** که توانایی آن را به ما داده است تا بتوانیم در جهت رشد و تعالی باورها و نگرش هموطنان عزیزمان به منظور بهتر کردن زندگی‌شان قدم برداریم.

❖ **پدر و مادرمان** که زحمت‌هایشان موجب پیشرفت ما در این زمینه شده است.

❖ **جناب آقای دکتر احمدی‌منش** مدیرعامل نشریه‌ی راه موفقیت برای حُسن توجه و تهیه‌ی مقدمه برای این کتاب

❖ **جناب آقای حمیدرضا غلامرضایی** که با آموزش‌ها، تشویق‌ها، ارشادهای سازنده و حمایت‌های خاص و متفاوت خود، باورها و نگرش‌های نوینی را در ما ایجاد کرد.

❖ **مدیریت محترم انتشارات نسل نواندیش جناب آقای بیژن علیپور** برای حسن توجه و مساعدت در چاپ و نشر کتاب.

❖ **سرکار خانم شیرین دانشمند** که نسخه‌ی اصلی کتاب لاتین را برایمان فراهم کرد.

❖ **سرکار خانم اعظم نوری‌نیا** برای مساعدت‌هایشان در ویرایش اولیه‌ی کتاب.

❖ **سرکار خانم حمیده رستمی** برای حسن توجه و دقت نظر در ویرایش ادبی کتاب.

❖ **خانم‌ها مهسا نعیمی و الهه ایمنی** برای تایپ و صفحه‌آرایی زیبایشان.

❖ خانم‌ها مؤگان جهرمی و شیوا مبینی و جناب آقای حمیدرضا غلامرضایی که نکات ارزنده‌ای را در جهت درک بهتر مطالب کتاب مطرح کردند.

❖ و همه‌ی کسانی که موجب پیشرفت کارمان شدند و همچنین کسانی که مانعی در کار ما به وجود آوردند، زیرا با این کار به ما آموختند که باید استقامت و پشتکار پیشه کنیم و سپاس از کسانی که با خوبی‌هایشان خوب بودن را به ما آموختند و کسانی که با کم لطفی خود مشعلی به دستان دادند تا راه‌های تاریک زندگی‌مان را روشن کنیم و مسیری تازه بیابیم. سپاس و برکت به همگی شما که با خوبی‌های‌تان نگرش و دانشی به‌دست آوردیم که بتوانیم کتابی در همین زمینه تهیه و ترجمه کنیم.

احسان کاظم - کتابیون دانشمند

فهرست مطالب

۱۳	مقدمه‌ای از دکتر مرتضی احمدی منش
۱۵	پیش‌گفتار
۱۵	شبی که زندگی‌ام دگرگون شد
۱۶	من از سرکار رفتن وحشت داشتم
۱۸	از یک منبع باور نکردنی کمک می‌رسد
۲۰	از وکیل حقوقی به سخنران انگیزشی
۲۱	در جستجوی جایگاه خود
۲۳	چگونه از این کتاب بهره خواهید برد
۲۵	فکر کنید... صحبت کنید... عمل کنید
۲۷	بخش اول. موفقیت از ذهن شروع می‌شود
۲۹	درس اول. نگرش شما پنجره‌ای رو به جهان است
۳۱	تعریف نگرش
۳۲	همه با پنجره‌ی ذهنی تمیز آغاز می‌کنند
۳۳	پنجره‌تان را تمیز کنید
۳۴	نگرستان را تحت اختیار بگیرید
۳۷	نگرش و موفقیت
۳۹	درس دوم. شما مغناطیسی انسانی هستید
۴۱	این اصل چگونه عمل می‌کند
۴۲	افکار غالب، بر زندگی حکومت می‌کنند
۴۳	تعدیل نگرش به مالکیت اموال منجر می‌شود
۴۵	نگرش در برابر عمل
۴۶	شرایط شما بازتاب افکاری است که در سر می‌پرورانده‌اید
۴۷	فکر خود را تغییر دهید
۴۸	راه‌حل، تکرار است
۴۹	به موفقیت یک شبه امید نبندید
۵۱	درس سوم. راه موفقیت خود را مجسم کنید!
۵۳	فیلم‌های ذهنی از دوران کودکی
۵۴	مسئولیت فیلم‌های خود را بر عهده بگیرید
۵۵	مفهوم فیلم قدیمی را تغییر دهید
۵۵	تصاویری جدید خلق کنید

- ۵۷..... موفقیت خود را در عرصه‌ی فروشندگی مجسم کنید
- ۵۸..... راحت باشید و حواس خود را به کار گیرید
- ۶۰..... برای خودتان چک بکشید
- ۶۱..... شغلی را که می‌خواهید به دست آورید
- ۶۳..... هر دو روش عمل می‌کند
- ۶۴..... نور... دوربین... حرکت
- ۶۵..... درس چهارم. متعهد شوید... و گوه‌ها را جابه‌جا خواهید کرد!
- ۶۷..... "قدرت جادویی" تعهد
- ۶۸..... درها باز خواهند شد
- ۷۰..... واژه‌ی هشدار
- ۷۱..... تعهد به درد نویسنده‌ی مشتاق می‌خورد
- ۷۲..... او حاضر نشد از کار دست بکشد
- ۷۵..... هر قدر هم طول بکشد
- ۷۶..... زمان متعهد شدن است
- ۷۹..... درس پنجم. مشکلاتان را به فرصت‌ها تبدیل کنید
- ۸۰..... پیدا کردن مزیت
- ۸۱..... از مصیبت تا موفقیت
- ۸۴..... ناکامی شغلی برکتی است در لباس مبدل
- ۸۵..... تغییر شغل حاصل ناامیدی است
- ۸۶..... چگونه بدبختی و مصیبت به ما خدمت می‌کند
- ۸۹..... به دنبال نکته‌ی مثبت بگردید
- ۹۱..... بخش دوم. مراقب گفتارناتان باشید
- ۹۳..... درس ششم. گفتار شما راهگشا است
- ۹۵..... چرا نمی‌خواهید من چیزی را در منزلتان تعمیر کنم
- ۹۷..... گفتار دانشمندان ارزش توجه دارد
- ۹۸..... گفتن... یا نگفتن
- ۱۰۱..... گفتار و مسؤولیت
- ۱۰۲..... گفتار و هیجانات
- ۱۰۴..... نگاهی دقیق‌تر به گفتارناتان
- ۱۰۵..... ۱. روابط
- ۱۰۵..... ۲. مادیات

۳. شغل.....	۱۰۶
۴. سلامتی.....	۱۰۶
شما حق انتخاب دارید.....	۱۰۷
درس هفتم. حالتان چطور است؟.....	۱۰۹
پاسخ‌های منفی.....	۱۱۰
پاسخ‌های میانه.....	۱۱۱
پاسخ‌های مثبت.....	۱۱۱
به گروه مثبت بپیوندید.....	۱۱۳
عادت جدیدی شکل دهید.....	۱۱۴
اگر حال من عالی نباشد چه؟.....	۱۱۶
مشتاقانه پاسخ دهید.....	۱۱۸
درس هشتم. از گله و شکایت دست بردارید!.....	۱۱۹
هیچ کس نمی‌خواهد درباره‌ی دردها و رنج‌های شما مطلبی بشنود.....	۱۲۰
نگذارید در تفریحگاه شما باران بیارد.....	۱۲۱
او دلیلی برای شکایت داشت.....	۱۲۲
دیدن مسایل در ابعاد واقعی‌شان.....	۱۲۴
منبع خبرهای مثبت باشید.....	۱۲۶
بخش سوم. خداوند به آنان که اهل عمل هستند، کمک می‌کند.....	۱۲۹
درس نهم. با افراد مثبت‌اندیش معاشرت کنید.....	۱۳۱
افراد سمی و افراد پرورنده.....	۱۳۳
آن آهنگ‌های مسخره در رادیو.....	۱۳۵
فرضیه‌ی اسفنج اسموکی.....	۱۳۶
دوستی‌هایتان را ارزیابی کنید.....	۱۳۷
اقوام سمی.....	۱۳۹
افراد مثبت‌اندیش در محل کار.....	۱۴۰
دوستانان را عاقلانه انتخاب کنید.....	۱۴۱
درس دهم. با ترس‌هایتان روبه‌رو شوید و رشد کنید.....	۱۴۳
بررسی ترس‌هایمان.....	۱۴۴
منطقه‌ی آسایش.....	۱۴۵
رایج‌ترین ترس‌ها.....	۱۴۷
”مزیت“ فرار از ترس‌هایتان.....	۱۴۹

- ۱۵۰ بهایی که شما می‌پردازید.
 ۱۵۰ راهبرد من در دبیرستان.
 ۱۵۲ یک زندگی جدید.
 ۱۵۳ دوباره شکل دادن وضعیت.
 ۱۵۴ حتی وقتی می‌ترسید، به سمت جلو حرکت کنید.
 ۱۵۵ او رؤیایش را دنبال کرد.
 ۱۵۷ فقط انجامش دهید.
 ۱۶۱ درس یازدهم. حرکت کنید و شکست بخورید.
 ۱۶۲ در آغاز.
 ۱۶۳ دیروز و امروز.
 ۱۶۵ این شکست‌ها میلیون‌ها دلار پول می‌سازد.
 ۱۶۷ بدون ترس از شکست.
 ۱۶۸ موفقیت یک شبه به دست نمی‌آید.
 ۱۶۹ هرگز تسلیم نشوید.
 ۱۷۰ سوالات کلیدی.
 ۱۷۲ تبدیل شکست به موفقیت.
 ۱۷۳ درس دوازدهم. شبکه‌سازی نتایجی به همراه دارد.
 ۱۷۵ مزایای شبکه‌سازی.
 ۱۷۶ نگرش و عمل.
 ۱۷۹ ارجاعات.
 ۱۸۰ ارتباط.
 ۱۸۴ پیگیری.
 ۱۸۶ ساختن شبکه‌تان.
 ۱۸۷ نتیجه‌گیری. نگرش خود را تغییر دهید و زندگی‌تان را دگرگون کنید.
 ۱۸۸ اختیار زندگی‌تان را در دست بگیرید.

به نام خداوند زیبایی ها

راهیان موفقیت سلام

نیاز به موفقیت اولین و کامل ترین نیاز انسان است و ناگامی، اودرافسرد،
عصبی و حتی بیماری سازد. اکثر انسانها از مشکلات خود آگاهند، اما برای غلبه بر آنها راه
حق نمی شناسند. زیبا ترین چیز برای یک فرد آن است که شاهد تغییر زندگی اش باشد، آن
هم در حالی که قبلاً نفهمی کرده که این تغییرات غیر ممکن است.

باید ترجمه کنید حال گونه که جسم به غذا و ششویا زردار، ذهن هم به مطالعه و مراقبه نیازمند
است. به نظر من پایه و اساس موفقیت تمام افراد موفق، افزایش آگاهی بوده است به دثره از طریق
مطالعه.

پس بر شما تبریک می گویم که اهل مطالعه هستید خصوصاً مطالعه کتابهای روانشناسی موفقیت.
این کتاب مؤثر که باعث و همت دو جوان پرتلاش، به زیبایی ترجمه و منتشر گردیده است، راهی
است برای تغییر زندگی و سرفروشت شما.

با خواندن این کتاب متوجه می شوید که خوشبختی و موفقیت یک نفرش دباور است و در رسیدن
به موفقیت، رازی در کار نیست و تمام شیطان موفقیت می تواند با آموختن و اجرای اصول ساده، موفقیت
به پیروزی و خوشبختی برسند.

مطمئن پس از مطالعه این کتاب و البته عمل به مطالب آن، در زمره افراد موفق قرار خواهید گرفت.
آری عزیزان! تمامی ترانید مطالعه کنید، عمل کنید، تکرار کنید و صبور باشید. در این صحت شما محکوم به
موفقیت هستید!

در پایان برای مترجمان موفق این کتاب شما خوانندگان غنیمت آن از خداوند هیران

موفقیت، سلامت و عاقبت بخیری مسئلت دارم.

با آرزوی سربلندی تان در هر دو جهان

دکتر تقی احمدی منش^(۱)

(۱) که در سبزل بلوی زاد و بخت
که بنام کور و دیر می نامند اینان موفق
که موسی در این سبزل بلوی خیرین کار آفرین