

بهترین سال زندگی

بهترین سال را برای خود در زندگی خلق کنید

کتاب تمرین برای خلق زندگی بهتر

نویسنده

دین هادی

مترجم

طاهره سادات سلامی



سرشناسه	: هاردی، دارن
عنوان و نام پدیدآور	: Hardy, Darren
مشخصات نشر	: تهران: الماس دانش: آسمان کبود، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۳۶۷ ص: مصور، جدول، نمودار.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۱۸۹-۱۷۱-۷-۲۵۰۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: Living your best year ever: A proven system big goals for achieving
موضوع	: موفقیت
موضوع	: Success
موضوع	: هدف و هدف‌گزینی (روان‌شناسی)
موضوع	: Goal (Psychology)
شناسه افزوده	: سلامی، طاهره سادات، ۱۳۶۶ - مترجم
رده بندی کنگره	: ۳۹۷۸ / BF۱۲۷ : ۵
رده بندی دیویی	: ۱۵۸/۱
شماره کتابشناسی	: ۵۲۵۷۶۲۶
ملی	



سازمان اسناد و کتابخانه ملی

تلفن: ۶۶۵۶۲۵۴۹

ناشر	: الماس دانش
ناشر همکار	: آسمان کبود
عنوان کتاب	: بهترین سال زندگی (بهترین سال را برای خود و زندگی خلق کنید)
نویسنده	: دارن هاردی
مترجم	: طاهره سادات سلامی
شمارگان	: ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ	: اول - ۱۳۹۷
قیمت	: ۳۶/۰۰۰ تومان
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۱۸۹-۱۷۱-۷-۲۵۰۰۰۰

فهرست

۷	 مقدمه
۱۰	 معرفی
۱۵	 گام اول
۱۵	 علت مهم باز نوزده و چگونگی است
۲۲	 گام دوم
۲۲	 بازبینی سال
۲۶	 گام سوم
۲۶	 شالوده فراوانی و نعمت
۳۱	 گام چهارم
۳۱	 ترازنامه شما
۳۹	 گام پنجم
۳۹	 طراحی بزرگ
۴۸	 گام ششم
۴۸	 عامل جادویی برای دستیابی به اهدافتان
۵۵	 گام هفتم
۵۵	 برنامه عملی شما
۵۷	 گام هشتم
۵۷	 عمل کنید!
۶۲	 کاربرگ ها

- ۶۲..... گام اول
- ۶۲..... بیمان تعهد
- ۶۳..... گام دوم
- ۶۳..... بازبینی سال
- ۶۵..... گام سوم
- ۶۷..... گام چهارم
- ۶۷..... ارزیابی زمانی
- ۷۵..... گام پنجم
- ۷۵..... طراحی بزرگ
- ۷۹..... گام ششم
- ۷۹..... عامل جادویی
- ۸۴..... گام هفتم
- ۸۴..... برنامه عملی من
- ۸۹..... گام هشتم
- ۸۹..... عمل کنید
- ۹۱..... سیستم مدیریت دستاوردها
- ۱۰۲..... بهبود
- ۱۰۷..... سیستم مدیریت دستاوردها
- ۱۰۷..... هفتگی، ماهیانه و فصلی

سلام دوست من. من تو را می‌شناسم. من شاید شخصاً تو را نشناسم، اما من درباره تو چیزهایی می‌دانم. من می‌دانم که تو می‌خواهی کار خوبی برای زندگی‌ات انجام دهی. من می‌دانم که تو می‌خواهی موفقیت‌ها و دستاوردهای بیشتری در زندگی داشته باشی و به چیزی بیشتر از استانداردهای موردقبول اکثریت مردم تبدیل شوی. من می‌دانم که تو رویاهایی داری که کسی تا به حال به آن‌ها دست نیافته است. آرزوهای بزرگ در سر داری و می‌خواهی کاری مهم در زندگی‌ات انجام دهی.

من این‌ها را به این دلیل می‌دانم چون تو این برنامه را خریده‌ای. می‌بینی، من و تو مثل هم هستیم. ما پیرزده‌سیم. بعضی افراد از مفاهیم این کتاب می‌ترسند. آن‌ها نمی‌خواهند کار بیشتری انجام دهند. آن‌ها از داشتن هدف‌های بزرگ می‌ترسند. آن‌ها می‌ترسند که گاهی فراتر از مردم عادی بگذارند و می‌خواهند مانند مردم عادی در آسایش باشند، اما این موضوع در مورد شما صدق نمی‌کند. شما کسی هستید که این برنامه برایش طراحی شده است.

سه درصد برتر

با تصمیم به مشارکت در این برنامه، خودتان را از سایر مردم یا حداقل از ۹۷ درصد جمعیتی که نه اندیشه ژرفی در مورد خواسته‌های زندگی‌شان دارند و نه مسیر مناسبی ترسیم می‌کنند تا زندگی‌شان را در آن جهت سوق دهند، جدا می‌کنید.

اکثر مردم بیشترین تلاش‌شان را در جهت نوشتن فهرستی از خواسته‌های کوچک در زندگی‌شان انجام می‌دهند تا اینکه زندگی‌شان را طراحی کنند. به همین دلیل هم است که بیش افتادن و موفق شدن در زندگی آسان است، کنار بایست و جلو بزن. بیشتر مردم - ۹۷ درصد آنان - نمی‌توانند مزاحمتی برای تو ایجاد کنند.

آیا کناره‌گیری کردن از مردم و جلو زدن از کسانی که با آن‌ها کار می‌کنید، رقابت می‌کنید، زندگی می‌کنید، ارتباط برقرار می‌کنید و با آن‌ها در خیابان ملاقات می‌کنید، آنقدر آسان است؟ جواب بله است؟

اگر آنقدر آسان است چرا همه کس آن را انجام نمی‌دهد؟

در این برنامه، من به شما نشان می‌دهم که چگونه به هدف‌تان در مدت کوتاهی برسید، درحالی‌که دیگران باید عمرشان را صرف رسیدن به این هدف کنند. اگر شما این عشق و همت را دارید که اساساً آینده‌تان را دوباره طراحی کنید، پس این برنامه متعلق به شماست. وقتی که از من پرسیده می‌شود که مهارت شماره یک برای رسیدن به موفقیت چیست، من سریع جواب می‌دهم:

توانایی من در تعیین هدف‌های بزرگ، چسبیدن و رسیدن به آن هدف‌ها.

من اصول هدف‌گذاری را هنگامی که فقط ۱۸ سال داشتم، آموختم. قبل از اینکه ۱۹ ساله بشوم (درحالی‌که هنوز در کالج بودم) هدف جسورانه‌ای را برای به دست آوردن درآمد شش‌رقمی تعیین کردم. من به آن هدف رسیدم. سپس هدفی تعیین کردم تا در پنج سال آینده ماهیانه یک میلیون دلار درآمد داشته باشم. به آن هدف رسیدم! سپس من یک هدف چندمیلیونی تعیین کردم و تصمیم گرفتم که تا سه سال دیگر (در سن ۲۷ سالگی) شرکتی داشته باشم که درآمدی بیش از ۱۰ میلیون دلار داشته باشد. من به هدفم رسیدم! نیازی به گفتن نیست، من باور عمیقی به مطالعه و تمرین برای تعیین هدف‌دارم.

در بیست سال گذشته، من هر سال به‌طور سیرک‌ناپذیر به مطالعه کردم، تمرین کردم، فرایند طراحی را اصلاح کردم و بهبود بخشیدم با این هدف که آن را بهتر از مدل قبلی کنم و تبدیل به بهترین فرایند کنم. من می‌دانم که تلاش‌م ثمری‌بخش بود، است و حالا می‌خواهم آن را با شما به اشتراک بگذارم. شما الآن آن فرمول را در دست دارید - بهترین فرمولی که من آموختم و ثابت کرده‌ام که برای رسیدن به هدف‌های بزرگ و جسورانه و حادطلبانه مفید است.

این برنامه را دنبال کنید، شما هم این فرمول را دارید تا به رویاهای بزرگتان، خواسته‌ها و اهداف جسورانه‌تان دست‌یابید.

بهترین سال زندگی ۹//

خوش آمدید، به محض اینکه صفحه بعدی را ورق بزنید و با من کارتان را شروع کنید.

زندگی‌تان دیگر مثل قبل نخواهد بود.

به امید داشتن بهترین سال عمرتان!

www.ketab.ir