

انتشارات نسل نو اندیش

موفقیت نامحدود

در ۲۰ روز

آنتونی رابینز
فریبا جعفری

چاپ
چهل و چهارم

کتاب طلا

رابینز، آنتونی، ۱۹۶۱ Robbins, Anthony
موفقیت نامحدود در ۲۰ روز / اثر آنتونی رابینز؛ ترجمه فریبا جعفری نمینی؛ با همکاری آرزو طاهباز؛ ویراستار
علی ابوطالبی

تهران: نسل نواندیش، ۱۳۸۰
ص ۲۹۰

ISBN: 978-964-5885-36-4

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا
۱. موفقیت، ۲. راه و رسم زندگی، الف. جعفری نمینی، فریبا، ۱۳۴۷، مترجم، ب. طاهباز، آرزو / مترجم، ج. عنوان
۱۵۸/۱ BF۶۲۷/۲۸/۲۱۶

۱۳۸۰

کتابخانه ملی ایران

۸۰-۲۴۷۱۵

موفقیت نامحدود در ۲۰ روز

نویسنده: آنتونی رابینز

مترجم: فریبا جعفری نمینی

ویراستار: علی ابوطالبی

طراح جلد: حامد پروان

ناشر: نسل نواندیش

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: چهل و چهارم

سال چاپ: ۱۴۰۲

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۵۸۸۵-۳۶-۴

ISBN: 978-964-5885-36-4

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

نشانی فروشگاه نسل نواندیش: میدان ولیعصر - ابتدای کریمخان - پلاک ۳۰۸

تلفن: ۸۸۹۲۲۲۴۷ - ۹

www.naslenowandish.com

info@naslenowandish.com



naslenowandish
انتشارات نسل نواندیش

<https://telegram.me/naslenowandish>

فهرست

- ۱۳ مقدمه‌ی مترجم
۱۵ مقدمه
۱۷ سخنی از دکتر کنت بلانچر

هفته‌ی اول

- ۲۳ روز اول: قدرت درونی
۲۵ تصمیم‌گیری
۲۷ اصل «انعطاف‌پذیری»
۳۲ الگوبرداری از افراد موفق
۳۶ شکست: پله‌ای برای صعود
۳۸ سفری به درون
۳۹ دفترچه‌ی موفقیت
۴۳ روز دوم: نیروهای کنترل‌کننده‌ی زندگی
۴۵ بکارگیری آموخته‌ها
۴۶ احساس رنج و خوشی؛ کلید انتخاب
۵۰ کدام را انتخاب خواهید کرد؟
۵۳ ایجاد تغییر
۵۶ محرک‌های زندگی
۶۰ نقطه‌ی عطف
۶۵ ترازوی ذهن
۶۷ تمرین تغییرات
۷۱ روز سوم: حلقه‌های ارتباطی
۷۴ تفکر مثبت کافی نیست
۷۷ مسیر سرنوشت
۸۰ ایجاد حلقه‌های ارتباطی مثبت
۸۴ برقراری هماهنگی عصبی
۸۵ بخشش
۹۱ روز چهارم: NLP، کلید طلایی تغییر

۹۷	تغییر مفاهیم
۱۰۰	اصل شرطی سازی
۱۰۵	سه گام تا تغییر
۱۱۳	انجام دادن تغییرات
۱۱۷	اکنون زمان تغییر است
۱۲۳	روز پنجم: رسیدن به خواسته‌ها خود
۱۲۵	تغییر حالات جسمانی
۱۲۷	کنترل احساسات
۱۳۲	کمک گرفتن از جسم
۱۳۹	منحنی ۱۰ - ۰
۱۴۲	تمرین عملی تغییر احساس
۱۴۸	تغذیه مناسب
۱۵۰	جسم شما فکرتان را رهبری می‌کند
هفته‌ی دوم	
۱۵۵	روز ششم: تکنولوژی پیشرفت
۱۶۱	خلق موقعیت‌های زندگی
۱۶۵	تمرین دقت و تمرکز
۱۶۸	سوالات جادویی؛ پاسخ‌های معجزه آسا
۱۷۱	راز ثروتمند شدن
۱۷۳	تکنولوژی سرنوشت
۱۷۷	مشکلات را شکلات کنید
۱۷۸	انتخاب با شماست
۱۸۲	مدیریت احساس
۱۹۱	روز هفتم: راز موفقیت
۱۹۲	ساختار ارزش‌ها
۱۹۹	تضاد برخی اهداف و ارزش‌ها
۲۰۴	ارزش‌های مثبت زندگی
۲۰۶	هر روز، روز موفقیت
۲۱۰	رژیم فکری
۲۱۵	روز هشتم: باورهای خود را تغییر دهید
۲۱۹	چگونه عقاید خود را تغییر دهیم؟

- ۲۲۴ دیگران را عوض کنید!
- ۲۲۷ سفر به گذشته و آینده
- ۲۳۹ روز نهم: تنظیم اهداف
- ۲۴۳ نقشه‌ای برای آینده
- ۲۴۶ روش تنظیم اهداف
- ۲۴۹ حسرت، پله موفقیت
- ۲۵۳ روز دهم: یک فهرست کامل برای موفقیت
- ۲۶۵ تمرین رسیدن به اهداف

هفته‌ی سوم

- ۲۷۱ روز یازدهم: عادت‌ها
- ۲۷۷ محرک‌های محیطی
- ۲۷۸ روش از بین بردن عادات منفی
- ۲۸۰ احساس‌های نیروبخش
- ۲۸۷ روز دوازدهم: شرط موفقیت
- ۲۸۹ تغییر دادن الگوهای ذهنی
- ۲۹۲ اوج احساس
- ۲۹۸ نحوه شرطی‌سازی موفقیت
- ۳۰۰ قدرت تجسم
- ۳۰۹ روز سیزدهم: موفقیت مالی
- ۳۱۱ هفت عامل بازدارنده
- ۳۲۶ درمان پیکره موفقیت مجروح
- ۳۳۱ روز چهاردهم: نحوه‌ی کنترل ثروت
- ۳۳۱ برای پیشرفت مالی آماده شوید
- ۳۳۴ روشی برای ثروت نامحدود
- ۳۳۹ نوشتن مشکلات بی‌پولی
- ۳۴۶ بهترین راهبرد برای پیشرفت مالی
- ۳۴۸ عقاید منفی و مثبت درباره پول
- ۳۴۹ عقاید نیروبخش برای پولدار شدن
- ۳۵۳ نقش باور در موفقیت مالی
- ۳۵۷ روز پانزدهم: رها کردن ترس
- ۳۵۸ نقش ترس در شکست و موفقیت

- ۳۶۳ محدود کردن ترس محدود کردن ترس
 ۳۷۲ ترس از موفقیت؟! ترس از موفقیت؟!
 ۳۷۳ غلبه بر ترس از طرد شدن غلبه بر ترس از طرد شدن
 ۳۷۸ موفق‌ترین افراد دنیا موفق‌ترین افراد دنیا
 ۳۸۰ از بین بردن ترس با قدرت نامحدود از بین بردن ترس با قدرت نامحدود

هفته‌ی چهارم

- ۳۸۷ روز شانزدهم: کارشکنی در کار خود روز شانزدهم: کارشکنی در کار خود
 ۳۹۱ مکعبهای رنگی مکعبهای رنگی
 ۳۹۳ آیا می‌خواهید از شر زندگی خلاص شوید؟ آیا می‌خواهید از شر زندگی خلاص شوید؟
 ۳۹۶ مراحل تغییر یافتن مراحل تغییر یافتن
 ۴۰۲ اعتماد به نفس: ابزار پیش روی اعتماد به نفس: ابزار پیش روی
 ۴۱۱ چرخه‌ی موفقیت چرخه‌ی موفقیت
 ۴۱۹ روز هفدهم: جسم سالم روز هفدهم: جسم سالم
 ۴۲۳ جسم سالم با تنفس سالم! جسم سالم با تنفس سالم!
 ۴۲۸ بهترین شیوه تنفس بهترین شیوه تنفس
 ۴۳۰ تنفس در هوای آزاد تنفس در هوای آزاد
 ۴۳۱ کنترل نیروی غذاها کنترل نیروی غذاها
 ۴۳۵ رژیم غذایی آبدار! رژیم غذایی آبدار!
 ۴۳۹ روز هجدهم: روابط موفق روز هجدهم: روابط موفق
 ۴۴۰ داشتن رابطه‌ای قشنگ با همسران داشتن رابطه‌ای قشنگ با همسران
 ۴۴۹ راهبردهای ابراز عشق راهبردهای ابراز عشق
 ۴۵۵ از عشق استفاده کنید از عشق استفاده کنید
 ۴۵۹ روز نوزدهم: رویارویی با مشکلات روز نوزدهم: رویارویی با مشکلات
 ۴۶۱ یافتن راه حل مناسب یافتن راه حل مناسب
 ۴۶۳ کلیدهای طلایی حل مشکلات کلیدهای طلایی حل مشکلات
 ۴۶۷ سوالات مشکل‌گشا سوالات مشکل‌گشا
 ۴۷۳ روز بیستم: موفقیت جاودان روز بیستم: موفقیت جاودان
 ۴۷۴ مهارت یافتن در موفقیت مهارت یافتن در موفقیت
 ۴۷۶ روشهای موفق زیستن روشهای موفق زیستن

مقدمه‌ی مترجم

به اطراف‌تان خوب توجه کنید!

چند درصد ما شب هنگام که از کارهای روزانه فارغ می‌شویم از آنچه بر ما گذشته و یا انجام داده‌ایم، راضی و خشنودیم؟ چند درصد از ما با راحتی و آسایش خیال سر بر بالین می‌گذاریم؟ چند درصد ما روزی را بدون اضطراب، عصبانیت و ترس گذرانده است؟ و صبح، چند درصد ما با وجود خواب کافی سر حال و با نشاط از خواب بر می‌خیزیم؟

چند درصد ما با علاقه و شوق به سر کار خود می‌رویم؟ چند درصد ما کاری را که بر عهده دارد با اعتماد به نفس، کامل و با خشنودی انجام می‌دهیم؟ چند درصد ما هنگام رسیدن به خانه، انرژی شوق و نشاط را به خانواده هدیه می‌کنیم؟ چند درصد ما درآمد ماهیانه‌ی خود را کافی می‌دانیم؟

همه‌ی ما محتاج یک انقلاب درونی هستیم.

همه آرزو داریم روزهای مان دگرگونه باشد. همه مایل‌ایم زندگی پرشور و نشاط داشته باشیم. همه در تمنای سلامتی و انرژی بیشترییم. همه می‌خواهیم ثروتمند شویم. همه تمایل داریم کار خود را با علاقه و رضایت انجام دهیم. همه خواستار اعتماد به نفس هستیم. همه آرزو داریم از ترس رها شویم.

اما چند درصد ما برای تغییر یافتن قدمی برداشته‌ایم؟ چند درصد ما از آنچه می‌بینیم، می‌شنویم و می‌آموزیم بهره می‌گیریم؟ چند درصد ما همواره در

پی کسب موفقیت هستیم؟ چند درصد ما به آرزوهای خود جامه‌ی عمل می‌پوشانیم؟

ما همه در روزمرگی‌های زندگی خود گم شده‌ایم، چرا؟

شاید تنها به این دلیل که راه تغییر یافتن را نمی‌شناسیم. کتابی که در دستانتان است، همانی است که مدت‌هاست در جستجوی آن‌اید. این کتاب پیله‌ی زندگی شما را از هم خواهد شکافت و شما، انسانی دگرگونه، موفق، ثروتمند، سالم و نیرومند از درون آن به فضای آرامش پرواز خواهید کرد.

این کتاب حاصل برگردان دروه‌ی نوآرهای آموزشی آنتونی رابینز با نام **Personal Power** است که در اصل به شکل یک برنامه‌ی سی روزه در اختیار علاقه‌مندان قرار گرفته است. در پایان هر هفته از این دوره، دو روز برای استراحت در نظر گرفته شده بود که در برگردان فارسی این روزها حذف گردید و شما در این کتاب دوره‌ی دستیابی به قدرت درونی را طی بیست روز به پایان خواهید رساند. در پایان بر خود واجب می‌دانم از سرکار خانم طاهباز که در مراحل ترجمه‌ی این اثر مرا یاری کرده‌اند صمیمانه تشکر کنم.

www.naslenowandish.com



آیا دستیابی به موفقیت واقعاً ساده است؟
آیا می‌توان شش سال جوان‌تر و سرزنده‌تر
شد؟ آیا ممکن است به معنای واقعی موفق
بود؟ آیا می‌توانیم همه چیز را در زندگی

تعبیر دهیم، احساسات مان، جسم مان، روابط اجتماعی مان و موفقیت مالی مان؟
نصرت می‌کنند غیر ممکن است کسی در کمتر از دوازده ماه میلیونر شود؟ شاید
بگویید اگر تمام این‌ها تا این حد ساده است که می‌توان تنها با استفاده از قدرت
درونی بدن‌ها دست یافت پس چرا همه به چنین موفقیت‌هایی نمی‌رسند؟

سؤال خوبی است

اگر می‌خواهید در زندگی فردی موفق باشید به خاطر بسپارید که:

در معادله زندگی

آینده هیچ وقت

با گذشته برابریست

ISBN 964588536-1



9 789645 885364 >



موفقیت نامحدود در ۳۰ روز

چاپ ۳۳

موفقیت



ISBN

964588536-1

nas.com

27g