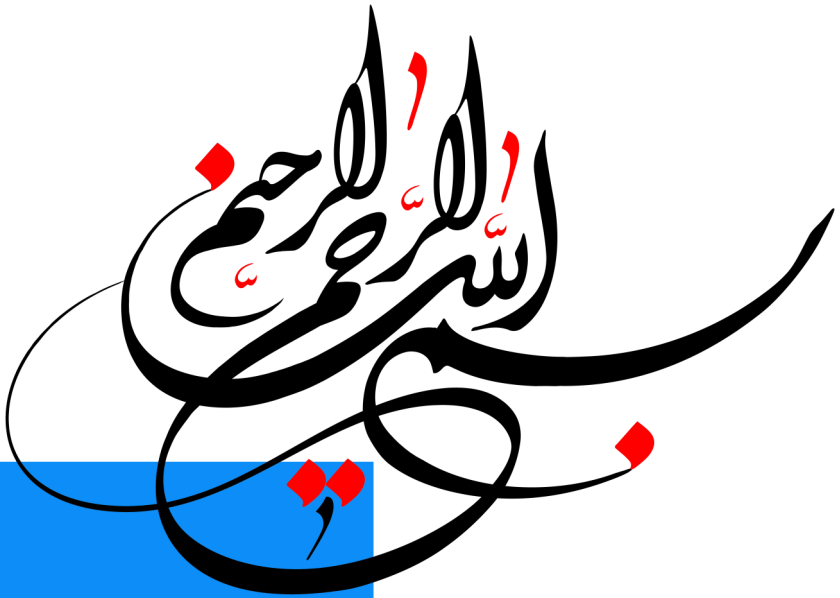


# ۷ پله‌ی نردبان

۷ عامل اصلی موفقیت در زندگی

علیرضا حسن زاده



.....تقديم به

.....از طرف

# ۷ پله ی نردبان

علیرضا حسن زاده

## ۷ عامل اصلی موفقیت در زندگی



گروه تحقیقاتی فکر پرواز

مؤلف: علیرضا حسن زاده

ناشر: فکر پرواز

تاریخ انتشار: بهار ۹۷

قیمت: رایگان

مرکز پخش: [www.fekreparvaz.com](http://www.fekreparvaz.com)

## فهرست مطالب

۵.....	مقدمه.....
۶.....	عامل اول: توسعه خود.....
۱۰.....	عامل دوم: سخت کوشی.....
۱۲.....	عامل سوم: حس شاگردی.....
۱۵.....	عامل چهارم: اشتیاق.....
۱۷.....	عامل پنجم: الگو برداری از افراد موفق.....
۱۹.....	عامل ششم: هدفگذاری صحیح.....
۲۲.....	عامل هفتم: متمرکز کردن انرژی.....
۲۴.....	سخن پایانی.....

## به جای مقدمه

اولین چیزی که می‌خواهم شما دوست ارزشمندم بدانی این است که این کتابچه هم مانند دیگر کتابچه‌های من بسیار کوتاه و کاربردی است و تلاش من بر این است که در کتابچه‌هایم فقط مطالب بسیار عالی به قوی‌الماسی را گرد آورم و خیلی خلاصه و مختصر مطلبم را برسانم. مطالعه‌ی این کتابچه حدود ۲۰ الی ۳۰ دقیقه زمان می‌خواهد ولی عملکردن به نکته‌هایش زمان بیشتری را می‌طلبد، البته نکاتی که برایتان بیان کرده‌ام سخت و نشدنی نیستند و حتی شاید بارها و بارها آنها را شنیده و یا مطالعه کرده باشید تا حدی که این کتابچه برای شما جنبه‌ی مرور و تذکر پیدا کند ولی بدانید که ما انسان‌ها خیلی زود فراموش می‌کنیم و مدام باید در معرض تذکر و یادآوری باشیم تا آرام آرام مطالب درجان مان بنشینند و به مرحله‌ی عمل درآیند.

در ادامه ۷ نکته‌ی ساده ولی بسیار گرانبها را تقدیمتان می‌کنم.

عامل اول

توسعه خود



”به دنیا نیامدن بهتر از آموزش نیافتن و نادان ماندن است؛  
 زیرا جهالت، ریشه ی همه بدبختی ها است.“  
 افلاطون



تا زمانیکه بر روی خود کار نکنید و دانش و مهارت هایتان را ارتقاء ندهید  
 نباید منتظر معجزه ای در زندگتان باشید.

شما باید هرروز مطالعه کنید و آموزش ببینید، باید هر روز تمرین  
 کنید، باید مهارت های ارتباطی خود را بهبود دهید، مهارت های شغلی تان  
 و... که در سطر های پایین با راه های ارتقای شخصی آشنا خواهید شد.

راه های توسعه دانش خود:

### ۱- مطالعه

کتاب های پر فروش زمینه ای که می خواهید خود را در آن ارتقاء دهید را از بخش پر فروش های سایت آمازون پیدا کنید و مطالعه کنید.

### ۲- سمینار ها و سخنرانی ها

با شرکت در سخنرانی ها و سمینار ها دانش خود را افزایش دهید و اگر امکان شرکت در آن ها برایتان فراهم نیست فیلم یا صوت آن را تهیه کنید و بررسی کنید.

### ۳- مشاوره با متخصصان

حتما با افراد متخصص مشاوره کنید و یا حداقل با افراد محقق در آن موضوع و گرنه راه درست را پیدا نخواهید کرد و یا زمان خود را به کار های با اولویت کمتر اختصاص می دهید زیرا اگر از غیر متخصص یا محقق سوال کنید او به تمام جنب موضوع احاطه ندارد و راه جامعی را به شما پیشنهاد نمی کند.

### ۴- استفاده از تجربه دیگران

برای اینکه با راه های استفاده از تجارب خود و دیگران آشنا شوید روی لینک زیر کلیک کنید.

**تجربه**



موارد بالا جزو قسمت اول توسعه خود بود و قسمت دوم  
”تمرین“ است که باید هر روز برای رسیدن به هدف‌تان تمرین کنید و توجه  
کنید که تمرین شما باید همراه با آگاهی باشد و در غیر این صورت از  
هدف‌تان دورتر می‌شوید یعنی اول یادگیری بعد تمرین.  
و این را هم در نظر داشته باشید که تمرین باید آهسته و پیوسته باشد یعنی  
کم باشد ولی هر روز باشد.

رهرو آن نیست گهی تند و گهی خسته رو  
رهرو آن است که آهسته و پیوسته رود

عامل دوم

سخت کوشی



"بیشتر موفقیت‌های مهم در جهان توسط افرادی بدست آمده که در زمانی که به نظر می‌رسید هیچ امیدی وجود ندارد، به تلاش کردن ادامه دادند."

دیل کارنگی



ما هیچ وقت به پشت صحنه موفقیت‌های افراد دقت نمی‌کنیم این قضیه دقیقا مثل پشت صحنه یک فیلم است درواقع برای ساخت یک فیلم یک ساعته ماهها زمان صرف می‌شود. درواقع ما ماهها تلاش صدها نفر را در پشت صحنه نمی‌بینیم و فقط به محصول توجه می‌کنیم.

اگر کمی با افراد موفق صمیمی شوید و رابطه‌ی دوستانه تری با آنها داشته باشید آنگاه می‌توانید پشت صحنه زندگی آنها را تماشا کنید.

هنگامی که برای یک فیلم یک ساعته یک سال زمان صرف می‌شود این به ما میفهماند که موفقیت نیاز به سخت کوشی و صبر و استقامت دارد.

سخت کوشی یک عامل اصلی موفقیت است که به ما می‌گوید که برای اینکه بتوانی درختی تنومند شوی و دیگران از میوه و سایه ات استفاده کنند باید ابتدا خوب ریشه بدهی.

عامل سوم

حس شاگردی



"من شخصا همیشه آماده یادگیری هستم، اگرچه دوست ندارم همیشه تحت تعلیم باشم."

وینستون چرچیل

حس شاگردی یعنی شما باید از هر کسی چیزی یاد بگیرید تمام عالم برای ما معلم هست حتی یک برگ درخت.

حس شاگردی یعنی آمادگی یادگیری داشتن از هر کسی یا هر چیزی. زمانیکه کودکی برای راه رفتن صدها بار زمین می خورد این کار او به ما میفهماند که برای موفق شدن باید بارها و بارها شکست بخوری و دوباره بلند شوی و تلاش کنی، به ما میفهماند که اگر شکست خوردی سرخورده نشوی و ادامه بدهی تا بالاخره موفق شوی.

اقدامک: از همین امروز هر کسی را می بینید پیش خودتان بگویید چه چیز هایی می توانم از این شخص فرا بگیرم، مطمئن باشید هر کسی چیزی دارد که بتوان از او فرا گرفت.

دشمن حس شاگردی:

غرور و تکبر دشمن حس شاگردی است و نمی گذارد شما تا آخر عمرتان حس شاگردی داشته باشید.

هنگامی که فردی غرور دارد نزد خود می گوید فلانی کی باشد که من بخواهم از او چیزی فرا بگیرم من از او خیلی بهتر هستم و او باید از من فرا گیرد.

#### اقدامک:

برای اینکه غرورتان کم شود و ریشه کن شود به کودکان سلام کنید و به بزرگترها احترام بگذارید این دو راه از ساده ترین و بهترین راه های از بین بردن غرور هستند.



fekreparvaz.com

عامل چهارم

اشتیاق



"بعضی چیزها چشمتان را می گیرند، ولی فقط دنبال چیزهایی  
باشید که دلتان را می گیرند"  
(ضرب المثل قدیمی هندی)

اشتیاق به زبان خودمانی یعنی میل و رغبت شما به کاری.  
اشتیاق زمانی ایجاد می شود که شما به کارتان علاقه داشته باشید.  
خوب اگر شما به کارتان علاقه دارید که خدا را شکر و در غیر اینصورت  
اگر برایتان ممکن است آنرا رها کنید و به کار مورد علاقه تان پردازید و  
اگر این کار ممکن نیست خود را به کار کنونی تان علاقه مند کنید که راه  
هایی دارد که پیدا کردن آن راهها را به خودتان می سپارم که حتی با  
سرچ در گوگل هم می توانید راه هایش را پیدا کنید.  
زمانیکه شما به کاری علاقه و اشتیاق دارید کارتان برای شما جنبه تفریح  
پیدا می کند و شما از زندگی لذت می برید و حتی در آن کار نوآوری  
ایجاد می کنید و دیگر دچار روزمرگی نیز نمی شوید.





عامل پنجم

الگو برداری از

افراد موفق



" اگر می‌خواهید راه پیش‌روی‌تان را بشناسید، از کسی پرسید  
که از آن رد شده باشد. "

ضرب‌المثل چینی



در هر رشته ای کسی یا کسانی وجود دارد که قبل از شما به موفقیت هایی در آن رشته رسیده اند که شما باید از او در همان حیطه ای که موفق است پیروی کنید، باید آثارش را مطالعه کنید، اگر در شبکه های اجتماعی فعال است او را دنبال کنید اگر می توانید شخصا از او مشاوره بگیرید و در کل بررسی کنید که او چه راهی را رفته و چه کارهایی را انجام داده است که اکنون یکی از موفقان آن رشته است. شاید بگویید در زمینه ای که من علاقه دارم کسی موفقیتی کسب نکرده است، خوب در اینجا من برای شما ضرب المثلی ژاپنی را بیان می کنم:

"اگر کسی توانسته قله ای را فتح کند تو نیز می توانی آن را فتح کنی واگر کسی تا به حال آن قله را فتح نکرده است تو باید اولین کسی باشی که آنرا فتح میکنی."

عامل ششم

هدفگذاری صحیح



" حدود سه درصد مردم دارای هدف هستند و تنها یک درصد مردم آن را روی کاغذ می آورند."  
برایان تریسی

## هدفگذاری صحیح

### ۱- تعیین اهداف

شما باید برای تمامی مراحل زندگیتان هدف داشته باشید و هدفمند زندگی کنید.

نکاتی که باید در انتخاب هدف در نظر داشته باشید:

۱- هدف های شما باید واقع بینانه باشند یعنی شدنی باشند مثلاً نگوئید میخواهم بدون امکانات به کره ماه سفر کنم و...

۲- اهدافی واضح و دقیق را انتخاب کنید.

۳- حتماً اهداف خود را روی کاغذ بنویسید (این نکته را در ۹۰٪ کتاب های مربوط به هدف مشاهده می کنید)

### نوشتن هدف

در واقع با نوشتن کار، جدی تر می شود و از اهمیت بیشتری برخوردار می شود چون نوشتن نوعی تعهد ایجاد می کند وقتی شما می نویسید که تا تاریخ فلان خانه ی مورد نظرم را میخرم در واقع دارید با خود عهد می بندید که برای به تحقق رساندن تعهدتان از هیچ تلاشی دریغ نمی کنید و در نهایت به لطف خدا خانه تان را می خرید.

fekreparvaz.com



۴-اهداف خود را به هدف های کوچک تر تقسیم کنید(مثلاً اگر هدف شما مطالعه یک کتاب ۱۰۰۰ صفحه ای است و زمان کافی دارید،بیاپید و روزی ۵۰صفحه از این کتاب را بخوانید تا تمام شود)

۵-همزمان کمتر از ۳ و بیشتر از ۵ هدف انتخاب نکنید(زمانی که به هدفی رسیدید،هدفی جدید جایگزین کنید)

۶-هر روز اهداف خود را مرور کنید.

۷-هدف های خود را اولویت بندی کنید.

۸-باور داشته باشید که خدا هر چیزی را که بخواهید می تواند به شما بدهد.

پس از تعیین هدف به سراغ برنامه ریزی بروید و برای سال ها،ماه ها،هفته ها و روز های خود برنامه بچینید تا به لطف خدا به اهدافتان برسید.

عامل هفتم

متمرکز کردن

انرژی ها



“خورشید به وسیله ذره بین می سوزاند”

نویسنده

تمرکز در هر حیطة ای لازم است و اگر تمرکز نباشد از کارمان بهره صد درصدی را نمی بریم .

به جای توضیحات این بخش ویدئوی آموزشی “تمرکز” را تقدیمتان می کنم(روی لینک زیر کلیک کنید)

**تمرکز چیست؟**



## سخن پایانی

خوب در این کتاب با ۷ عامل اصلی موفقیت در زندگی آشنا شدید که امیدوارم که باعمل کردن به آنها در جرگه موفقان داخل شوید.

عامل اول: توسعه خود

عامل دوم: سخت کوشی

عامل سوم: حس شاگردی

عامل چهارم: اشتیاق

عامل پنجم: الگو برداری از افراد موفق

عامل ششم: اهداف مکتوب

عامل هفتم: متمرکز کردن انرژی ها

به شما تبریک می گویم، شما توانستید این کتابچه ی کوچک را مطالعه کنید

من برایتان یک پیشنهاد رایگان نیز دارم:

**دانلود کتاب راز های موفقیت در زندگی (۱۰۰٪ کاربردی)**

علیرضا حسن زاده - بهار ۹۷

رسانه موفقیت فکر پرواز