禪

پیش بسوی زندگی شاد

22 ترفند جالب برای داشتن یک زندگی شاد و موفق . . .

افراد موفق معمولا شادتر از دیگران هستند؛ اگر به این موضوع شک دارید، کافی است افراد موفقی که در اطرافتان هستند را زیر نظر بگیرید تا رابطه شادی با موفقیت را به خوبی درک کنید . اما مهمترین نکته این است که چرا ما شاد نباشیم؟ در این مطلب پنج مقاله در زمینه راهکارهایی برای داشتن یک زندگی شاد و موفق و همچنین برنامه ریزی برای موفقترین سال زندگیمان گردآوری کردیم . باشبکه همراه باشید .

در این مطلب `پنج مقاله مجزا را در زمینه "راهکارهایی برای داشتن یک زندگی شاد و موفق" گردآوری کردیم . روی تیتر دلخواهتان کلیک کنید تا مقاله مورد نظر باز شود .

با این کار شادتر، سالمتر و پولدارتر شوید . . . . _ . . . .





مهمترین رهاورد یا به عبارت دقیقتر دستاوردی که از مطالعه بسیار عاید شما میشود، این است که تا آخر عمر با سطح بالایی از آگاهی و دانش با مشکلات زندگی روبرو خواهید شد. این آگاهی به شما کمک میکند در رویارویی با مشکلات به جای آنکه عصبی شوید تصمیم درستی را اتخاذ کنید.

۵_رفتار روزانهای که باهوشترین و خوشحالترین افراد انجام میدهند

هر روز با تصمیمهایی مواجه میشویم که خارج از کنترل ما هستند . دفعه دیگری که یک قرار ملاقات مهم را به علت ناشی بودن راننده در یافتن آدرس از دست دادید، یا رئیس بد خلقتان سرتان داد و فریاد کرد، بخاطر داشته باشید که این اتفاقها خارج از کنترل شما هستند و شما مسئولیتی در قبال آنها ندارید .

۸_کار روزانه برای ورزش دادن ذهن و جلوگیری از تنبلی مغز

75%
UPDATING...

مغز ما قویترین رایانه است اما این رایانه هم ممکن است گاهی به خطا برود یا در اثر گذشت زمان فرسوده شود. مهم نیست که مغز ما چقدر قدرتمند است، مهم این است که بدانیم چگونه این عضو با ارزش بدن خود را احیا کنیم و در حفظ تقویت و توانایی آن بکوشیم . در این مقاله راهکارهایی را ارائه میدهیم که میتواند در جهت تقویت و جلوگیری از زوال مغز به ما کمک کند .

۷_ترفند زندگیهای شاد و موفق

چرا با وجود آن که سخت کار میکنیم، نتیجه چندانی نمیگیریم؟ ممکن است بابت کاری که میکنیم خوب دستمزد بگیریم، و ممکن است از کار کردن و بودن در کنار همکارانمان لذت ببریم. اما اکثر ما، سختتر و بیشتر از گذشته کار میکنیم با این باور که بتوانیم خوشبختی و موفقیتی که در زندگی بدنبالش هستیم را بیابیم. سختتر و طولانیتر کار کردن باعث موفقیت نخواهد شد. این خوشحال بودن است که میتواند ما را به موفقیت برساند. چگونه؟ با ما همراه باشید تا راز و رمز کار را به شما بگوییم.

چگونه امسال را تبدیل به موفقترین سال زندگیمان کنیم

2016
2017
2018

سال ۲۰۱۶ تمام شد و چند روزی از سال ۲۰۱۷ نیز پشت سر گذاشتیم. برای بسیاری از مردم و کشورها سال جدیدی شروع شده است و باید هدفگذاریهای جدیدی انجام شود . این هدفها چه شخصی باشند چه کاری، بهتر است قبل از شروع سال جدید برایشان برنامهریزی کنیم . نگران نباشید چون هنوز هم فرصت باقی است. اما برای آن که سالی پربارتر و موفقتر از همیشه داشته باشیم، باید به چه نکاتی دقت کنیم؟ وندی کپلند برای شما توصیههایی دارد .

دسته بندی:
موفقیت و کارآفرینی
تاریخ انتشار :
14:20 - 05/07/1396
برچسب:
تغذیه مغز - مثبت اندیشی - تمرین ارتباط - خوشبختی - موفقیت - شادی - ترفند شادی - راه شادی - راهکار شادی

نشانی
□□□□: https://www.shabakeh-mag.com/success-and-entrepreneurship/9878/22-%D8%AA%D8%B1%D9%81%D9%86%D8%AF-%D8%AC%D8%A7%D9%84%D8%A8-%D8%A8%D8%B1%D8%A7%DB%8C-%D8%AF%D8%A7%D8%B4%D8%AA%D9%86-%DB%8C%DA%A9-%D8%B2%D9%86%D8%AF%DA%AF%DB%8C-%D8%B4%D8%A7%D8%AF-%D9%88-%D9%85%D9%88%D9%81%D9%82