



به نام حق

اسم کتاب : خودسازی و روش های بهبود زندگی و موفقیت

اسم نویسنده : جان سی مکسول

مترجم : مهرنوش عابر

در دو بخش و ۸ فصل و در ۱۰۰ صفحه

بسیاری از مردم آرزوی موفقیت در زندگی را در سر می پروراند ولی در واقع راه رسیدن به موفقیت را بلد نیستند و حتی نمی دانند از کجا شروع کنند
برای رسیدن به هر چیزی ابتدا باید یکسری مقدمات و یکسری کارها و مراحل انجام بدهند تا به آنچه که میخواهند برسند

برای رسیدن به موفقیت در زندگی هم باید رشد کرد و برای رشد کردن باید تغییر کنند

ولی خیلی از آدمها نمیدانند که تغییر یعنی چه ؟

واز تغییر کردن می ترسند و از اینکه از چهار چوب زندگی و کار و یا رفتار خود خارج شوند وحشت دارند

در این کتاب نویسنده سعی کرده مراحل چگونه تغییر را برای رشد فردی و رسیدن به موفقیت در زندگی را بیان کند

و توضیح داده که آیا لازم هست برای موفقیت و پیشرفت تغییر کنیم ؟

و اگر هست

چطوری تغییر کنیم ؟

و در آخر کتاب این را مطرح کرده که برای رشد فردی خود آیا حاضر هستیم چه چیزی را از دست بدهیم ؟

