

سرشناسه: بوستانی کاشانی، افسانه، ۱۳۴۲ -  
عنوان و نام پدیدآور: تکنولوژی فکر: تأثیر افکار مثبت و منفی بر زندگی  
و تحصیل / مؤلف افسانه بوستانی کاشانی.  
مشخصات نشر: کاشان: مرسل، ۱۳۸۷.  
مشخصات ظاهری: ۱۱۲ ص.  
شابک: 978-964-972-051-7  
وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا  
یادداشت: کتابنامه، ص. ۱۱۲.  
موضوع: مثبت‌نگری -- آرامش ذهنی -- روان‌شناسی عملی.  
موضوع: موفقیت -- جنبه‌های روانشناسی.  
رده‌بندی کنگره: ۱۳۸۷ ب۳۸۵/۵/۵ BF۶۹۷  
رده‌بندی دیویی: ۱۵۸/۱  
شماره کتابشناسی ملی: ۱۱۴۹۰۲۳

- تکنولوژی فکر
- مؤلف: افسانه بوستانی کاشانی
- ویراستار: حسینعلی پورمدنی
- آماده‌سازی متن: واحد فنی و تحقیقات انتشارات مرسل
- چاپ دوم / ۱۳۸۹ / ۲۰۰۰ نسخه
- لیتوگرافی: مدین
- چاپخانه: نهضت
- شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۹۷۲-۰۵۱-۷
- حق چاپ محفوظ است.
- قیمت: ۲۲۰۰ تومان



انتشارات مرسل

ناشر برگزیده

مجددین و بهست و سومین  
نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران

[www.morsalpub.com](http://www.morsalpub.com)

ص پ: ۱۳۳۵/۱۳۳۵ ۸۷۱۳۵/۱۳۳۵  
تلفن: ۰۲۶۱-۴۴۵۵۱۳  
تلفکس: ۰۲۶۱-۴۴۵۰۳۳  
میراث: ۲۵۶۶ ۱۶۱ ۰۹۱۳

روان شناسی خود باوری

# تکنولوژی فکر

تأثیر افکار مثبت و منفی بر زندگی و تحصیل

مؤلف:

افسانه بوستانی کاشانی

مشاور و کارشناس برنامه‌ریزی آموزشی

انتشارات مرسد

## فهرست مطالب

---

۷	مقدمه
۹	تکنولوژی فکر (خودباوری)
۱۳	مثبت بیندیشیم
۱۷	مواظب تفکر و حرف زدن خود باشید!
۲۱	قدرت تفکر منفی
۲۳	RAS یا سیستم فعال‌کننده‌ی مشبک
۲۷	تغییر نگرش
۲۹	اسرار انسان‌های بزرگ
۳۱	قانون جذب
۳۵	اثر دعا در جذب نیروهای مثبت و کاهش نیروهای منفی
۳۹	شهادت آب
۴۹	تسلط بر ذهن؛ چگونه افکار خود را کنترل کنیم؟
۵۹	چرا بعضی روزها خوش‌شانس و بعضی روزها بدشانس هستیم؟!
۶۳	چگونگی استفاده از افکار منفی
۶۷	می‌توانید اعتماد به نفس بالایی داشته باشید
۶۹	ایمان، اعتقاد و باور
۷۵	راه‌های ایجاد ایمان و باور
۷۹	قانون خودآگاهی



- ۸۷ ..... چگونه اهداف را خلق کنیم؟! .....
- ۹۷ ..... ظرف ایمان و باورمان را بزرگ‌تر کنیم. ....
- ۱۰۱ ..... هفت خصلت افراد موفق ..... هفت خصلت افراد موفق
- ۱۰۷ ..... تا مقصد راهی نیست ..... تا مقصد راهی نیست

«زندگی هدیه‌ی خداوند به شماست و شیوه‌ی زندگی

شما، هدیه‌ی شما به خداوند.»

(لئوبوسکالیا)

دانستن این بسیار مهم است که حال شما با هدف‌هایتان بسیار مرتبط است؛ اگر حالتان خوب باشد و احساس خوشبختی داشته باشید، هدف‌های عالی‌تری را نیز انتخاب خواهید کرد. پس همیشه سعی کنید حال بدتان را به حال خوب تبدیل کنید. هیچ‌گاه زمانی که افسرده یا غمگین هستید، هدف تعیین نکنید؛ زیرا در این مواقع هدف شایسته‌ای را انتخاب نخواهید کرد و اصولاً انرژی کافی برای حرکت به سوی آن را در خود نمی‌بینید.

من آموخته‌ام زندگی چیزی است که ما آن را می‌سازیم. ساختن زندگی



آینده‌ی ما به دست خودمان است. در این دنیای پر از چالش و سختی تنها انسان‌های مصمّم و ثابت‌قدم با دید مثبت قادر به تغییر سرنوشت و غلبه بر غیرممکن‌ها هستند.

افسانه بوستانی