

विषय-सूची

जीवन-उद्देश्य का पूर्व-निर्धारण	3-11
* उद्देश्य क्या हो?	3
* पॉजिटिव लाइफ के उदाहरण	8
* उद्देश्य-निर्धारण के फायदे	9
* अतः आप तय करें अपना जीवन उद्देश्य	10
लक्ष्य-निर्माण (Goal-Setting)	12-35
* लोग लक्ष्य क्यों नहीं बनाते?	14
* रुचि के अनुकूल लक्ष्य तय करें	17
* मन और रुचि का गहरा सम्बन्ध है	18
* लक्ष्य-निर्धारण में सकारात्मक सोच	22
● सही नजरिया	24
● सकारात्मक विचार	26
● विस्तृत सोच	28
* अब प्रश्न है, कैसे बनाएं सकारात्मक सोच?	30
* अब लक्ष्य तय करें	32
(1) शारीरिक दृष्टि से	32
(2) मानसिक दृष्टि से	33
(3) आर्थिक दृष्टि से	34
* दस-सूत्रीय लक्ष्य सम्बन्धी विशेष बातें	35

एक्शन प्लान (Action Plan)	37–42
* दो मॉडल प्लान	37
* अभ्यास का तरीका	41
* टाइम टेबिल बनाएं	42
हर स्तर पर जीत (Goal Realisation)	43–51
* सफलता का एहसास आप कब करते हैं?	44
* क्यों होते हैं असफल?	46
लक्ष्य प्राप्ति की पूर्व तैयारी	
(Preparedness for Success)	52–84
1. अपनी इच्छा-शक्ति में दृढ़ता लाएं	52
— कैसे आए इच्छा शक्ति में निखार?	53
2. मन में संकल्प लें	55
— संकल्प-शक्ति में निरंतर वृद्धि कैसे हो?	56
3. अपने विश्वास को सम्मान दें?	58
4. उत्साही बनें	62
— कैसे बढ़ाएं उत्साह?	65
5. आत्म-विश्वासी बनें	67
— एकलव्य का उदाहरण	67
— आत्म-सम्मान से बढ़ता है आत्म-विश्वास	70
— आत्म-विश्वास के विशेष गुण	72
6. संघर्ष-प्रिय बनें	72
— समझिए, जीवन क्या है?	73
— ये बातें ध्यान में रखें	74
— चलते-चलते	77
सफलता के मुख्य उपाय—एक दृष्टि में	78
