

# MOTIVASI

## MEMBURU KEJAYAAN



3

**MAZNAH HAMID**

# KANDUNGAN

## 1

<b>MATLAMAT.....</b>	<b>1</b>
Azam Dan Matlamat, Kunci Kejayaan Hidup ...	3
Mengapa Matlamat Penting?.....	6
Bagaimana Memastikan Azam Dan Matlamat Tercapai?.....	9
Mengapa Matlamat Tidak Pernah Tercapai?.....	13
Perancangan Matlamat.....	19
Pelan Perancangan Matlamat.....	27

## 2

<b>SIKAP POSITIF.....</b>	<b>31</b>
Kesedaran Diri Yang Positif.....	33
Anda Nakhodanya!.....	38
Mengawal Diri Membentuk Haluan.....	43
Kawalan Diri Yang Positif.....	46
Pembentukan Sikap Di Alam Persekolahan.....	51
Sikap Lebih Penting Dari Bakat.....	55
Imej Diri Adalah Harta Yang Paling Bernilai Bagi Seseorang.....	61

# 3

<b>GAMBARAN MENTAL.....</b>	<b>69</b>
Bagaimana Mencapai Segala Hasrat Dan Impian Anda .....	71
Menanam Dan Menuai Gambaran Mental .....	78
Kita Menjadi Seperti Apa Yang Kita Fikirkan ...	82

# 4

<b>BINA IMEJ DIRI.....</b>	<b>87</b>
Imej Diri.....	89
Luka Emosi Cemar Imej Diri.....	95
Kekebalan Emosi Perlu Imej Diri Yang Tinggi.....	99
Panas Baran.....	102
Cara Melegakan Perasaan Marah Dan Terluka.....	110

# 5

<b>BANGUNKAN POTENSI DIRI.....</b>	<b>115</b>
Cabar Potensi Diri.....	117
Mencari Ketenangan Dan Memulihkan Ketenteraman Jiwa.....	122
Formula Penyelesaian Masalah .....	126
Keupayaan Menghadapi Masalah.....	130
Hadapilah Kegagalan.....	135

# 6

<b>ERTI SEBUAH KEMAAFAN.....</b>	<b>141</b>
Erti Sebuah Kemaafan .....	143
Petua Berkesan Bagi Mendorong Ke Arah Kemaafan.....	149
Maafkan Diri Sendiri Dan Orang Lain.....	152
Bebaskan Diri Daripada Belunggu Peristiwa Silam.....	154
Cara Membebaskan Diri Dari Belunggu Cengkaman Perasaan.....	157

# 7

<b>RUMAH TANGGA BAHAGIA.....</b>	<b>161</b>
Resepi Perkahwinan Bahagia.....	163
Bagaimana Menyemarakkan Perkahwinan Anda ..	168
Keluargaku Yang Tercinta .....	176

# 8

<b>KERJA KUAT BAWA KEJAYAAN.....</b>	<b>183</b>
Meniti Kejayaan.....	185
Harga Sebuah Kejayaan Sangat Mahal.....	189
Orang Berjaya Cintakan Kerja.....	193
Keseronokan Bekerja.....	199

