

حکایت آن که قورباغه‌اش را قورت داد

مسعود لعلی

www.ketab.ir

لعلی، مسعود، ۱۳۵۵ -، گردآورنده
حکایت آن که قورباغه‌اش را قورت داد / مؤلف و گردآورنده مسعود لعلی.
قم: نشر بخشایش، ۱۳۸۹.

ISBN: 978-964-182-089-5

فهرست‌نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.
کتاب حاضر چکیده‌ای است از ۴۰ اثر بریان تریسی در مورد کلیه اصول
و راهکارهای ارائه شده توسط وی.
۱. راه و رسم زندگی. ۲. موفقیت

۶۴۰/۴۳

BF ۶۳۷/م۸۵۴

۱۳۸۹

حکایت آن که قورباغه‌اش را قورت داد /
مسعود لعلی /
تاریخ چاپ: ۱۳۹۰ / تیراز: ۵۰۰ جلد /
نوبت چاپ: اول / قیمت: ۷۵۰۰ تومان /
شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۱۸۲-۰۸۹-۵ /
کلیه حقوق محفوظ است. /
نشر بخشایش / قم / خیابان صفایی / کوی بیگدلی / پلاک ۴۳ / واحد ۵ /
تلفن: ۷۷۳۷۵۸۳ /

مرکز پخش جیحون: ۶۶۴۰۴۵۳۲

فهرست مطالب

۱۱	مقدمه
۱۳	فصل ۱: اصول کلی موفقیت
۱۵	اصل ۱: موفقیت قابل پیش بینی است
۱۷	اصل ۲: علت و معلول قانون حاکم بر دنیا
۱۹	اصل ۳: قدرت فکر
۲۰	اصل ۴: الگوسازی شرط لازم برای موفقیت
۲۲	اصل ۵: همخوانی و مطابقت
۲۳	اصل ۶: نیروی جاذبه
۲۵	اصل ۷: باور، واقعیت را رقم می زند
۲۷	اصل ۸: تو همانی که می اندیشی
۲۹	اصل ۹: قانون بزرگ انتظارات
۳۳	فصل ۲: مسئولیت زندگی تان را به عهده بگیرید
۳۵	اصل ۱۰: انتخاب با شماست
۳۷	اصل ۱۱: خدا حافظی با بهانه تراشی
۳۹	اصل ۱۲: من مسئول زندگی خویشم
۴۲	اصل ۱۳: عامل باشید نه معلول
۴۴	اصل ۱۴: پذیرش مسئولیت شغلی

- اصل ۱۵: مسئولیت‌پذیری و کنترل روحیه..... ۴۶
- اصل ۱۶: قانون کنترل..... ۴۸
- اصل ۱۷: مسئولیت‌پذیری و سلامتی..... ۵۱

فصل ۳: بهترین شدن..... ۵۵

اصل ۱۸: امتیاز ممتاز شدن..... ۵۷

اصل ۱۹: مهارت فاصله ایجاد می‌کند..... ۵۹

اصل ۲۰: باور کنید می‌توانید بهترین شوید..... ۶۱

اصل ۲۱: قانون طلایی کشت..... ۶۴

اصل ۲۲: زمان به هر صورت می‌گذرد..... ۶۶

اصل ۲۳: موفقیت هزینه دارد..... ۶۸

اصل ۲۴: هر چه را لازم است فرا بگیرید..... ۷۲

اصل ۲۵: خروج از مرز متوسط بودن..... ۷۵

اصل ۲۶: قانون اساسی موفقیت..... ۷۷

اصل ۲۷: یادگیری مستمر کلید موفقیت..... ۷۹

اصل ۲۸: توانا بود هر که دانا بود..... ۸۰

اصل ۲۹: روزی یک ساعت مطلب بخوانید..... ۸۲

اصل ۳۰: در جایی که ماهی‌ها هستند ماهی بگیرید..... ۸۴

اصل ۳۱: در دانشگاه اتومبیل ثبت‌نام کنید..... ۸۶

اصل ۳۲: کشف پاشنه آشیل شغلی..... ۸۷

اصل ۳۳: شناسایی پنج مهارت اساسی شغلی..... ۸۹

اصل ۳۴: رسیدن به سطح «بهترین» یک سفر است..... ۹۱

اصل ۳۵: خود را لازم و ضروری بکنید..... ۹۴

اصل ۳۶: برای بهترین شدن، باید عاشق کارتان باشید..... ۹۷

اصل ۳۷: بازگشت به گذشته..... ۱۰۰

اصل ۳۸: تلاش مداوم شرط لازم بهترین شدن..... ۱۰۲

اصل ۳۹: افزایش ساعات کاری..... ۱۰۳

- اصل ۴۰: بیش از حقوق کار کن ۱۰۵
- اصل ۴۱: در تمام ساعات کار، کار کنید ۱۰۷
- اصل ۴۲: دانش قدرت است ۱۰۹
- اصل ۴۳: سنت تان، «نوگرایی» باشد (۱) ۱۱۱
- اصل ۴۴: سنت تان، «نوگرایی» باشد (۲) ۱۱۳
- اصل ۴۵: فقط تغییرات پایدار است ۱۱۶

فصل ۴: شخصیت و منش فردی ۱۱۹

- اصل ۴۶: زندگی بر اساس ارزش ها ۱۲۱
- اصل ۴۷: اگر مسیح بود چه می کرد ۱۲۴
- اصل ۴۸: چهار سؤال حیاتی ۱۲۶
- اصل ۴۹: رابطه عزت نفس و ارزش مداری ۱۲۸
- اصل ۵۰: ارزش ها و آرامش درون ۱۳۰
- اصل ۵۱: ارزش ها و خوشبختی ۱۳۱
- اصل ۵۲: صداقت الفبای انسجام شخصیت ۱۳۳
- اصل ۵۳: چیزی به اندازه استحکام شخصیت مقدس نیست ۱۳۵
- اصل ۵۴: «عظمت» رسالت زندگی مان است ۱۳۸

فصل ۵: مدیریت روحیه ۱۴۳

- اصل ۵۵: قدرت خوش بینی ۱۴۵
- اصل ۵۶: ذهن ما باغچه است ۱۴۸
- اصل ۵۷: تفکر مثبت و سلامتی ۱۵۰
- اصل ۵۸: تمرکز به آنچه می توانید و می خواهید ۱۵۱
- اصل ۵۹: کبوتر با کبوتر، باز با باز ۱۵۳
- اصل ۶۰: به مثبت اندیشی عادت کنید ۱۵۵

فصل ۶: هدف گذاری و برنامه ریزی ۱۵۷

- اصل ۶۱: قدرت هدف گذاری ۱۶۱

۱۶۴.....	اصل ۶۲: رابطه خوشبختی و هدف‌گذاری
۱۶۶.....	اصل ۶۳: چرا هدف‌گذاری نمی‌کنیم؟
۱۷۰.....	اصل ۶۴: قدرت وضوح و روشنی
۱۷۳.....	اصل ۶۵: پنداره
۱۷۵.....	اصل ۶۶: آرمان‌سازی
۱۷۸.....	اصل ۶۷: برنامه‌ریزی
۱۸۰.....	اصل ۶۸: مراحل برنامه‌ریزی
۱۸۲.....	اصل ۶۹: مکتوب کردن روزانه اهداف
۱۸۴.....	اصل ۷۰: استفاده از ذهن فراهشیار
۱۸۷.....	اصل ۷۱: قدرت عبارات تأکیدی
۱۸۸.....	اصل ۷۲: تجسم خلاق
۱۹۱.....	اصل ۷۳: وانمودسازی
۱۹۳.....	اصل ۷۴: اقدام
۱۹۵.....	اصل ۷۵: عمل‌گرایی
۱۹۸.....	اصل ۷۶: خوش‌اقبالی

۲۰۱.....	فصل ۷: دوام آوردن، تنها راز موفقیت
۲۰۳.....	اصل ۷۷: ادامه دادن را ادامه دهید
۲۰۵.....	اصل ۷۸: توقف ممنوع
۲۰۷.....	اصل ۷۹: تفاوت مداومت و سماجت
۲۰۸.....	اصل ۸۰: قانون احتمالات
۲۱۰.....	اصل ۸۱: خوش‌شانسی خلق کردنی است
۲۱۳.....	اصل ۸۲: جسارت
۲۱۵.....	اصل ۸۳: خروج از منطقه آرامش
۲۱۷.....	اصل ۸۴: شجاعت آغاز کردن
۲۲۴.....	اصل ۸۵: از اشتباه نترسید
۲۲۶.....	اصل ۸۶: پذیرش اشتباهات

۲۲۹	اصل ۸۷: اول شکست بعد موفقیت
۲۳۲	اصل ۸۸: موفقیت، فرزند شکست
۲۳۵	اصل ۸۹: پیروزی یعنی مداومت
۲۳۷	اصل ۹۰: حرکت به جلو
۲۴۱	فصل ۸: مقابله با بحران‌ها و سختی‌ها
۲۴۳	اصل ۹۱: مشکلات زندگی سازند
۲۴۶	اصل ۹۲: زندگی توالی ادامه‌دار مسئله‌هاست
۲۴۸	اصل ۹۳: تغییر ادبیات
۲۵۰	اصل ۹۴: مراحل پنجگانه
۲۵۳	اصل ۹۵: شغل ما حل مشکلات است
۲۵۵	اصل ۹۶: راه حل گریبی
۲۵۹	اصل ۹۷: آرامش در کشاکش
۲۶۲	اصل ۹۸: پیش‌بینی
۲۶۴	اصل ۹۹: جایگزینی
۲۶۶	اصل ۱۰۰: مراحل هفتگانه حل مسئله
۲۶۹	اصل ۱۰۱: سیال‌سازی ذهنی
۲۷۲	اصل ۱۰۲: ایده‌سازی
۲۷۴	اصل ۱۰۳: توکل
۲۷۷	فصل ۹: مدیریت زمان
۲۷۹	اصل ۱۰۴: اهمیت زمان
۲۸۲	اصل ۱۰۵: انضباط و کنترل فردی
۲۸۴	اصل ۱۰۶: احاطه بر زمان از طریق تعیین هدف
۲۸۶	اصل ۱۰۷: اولویت‌بندی بر اساس ارزش‌ها
۲۹۰	اصل ۱۰۸: قانون پارتو
۲۹۲	اصل ۱۰۹: مهندسی اولویت‌ها با روش الفبا
۲۹۵	اصل ۱۱۰: اولویت‌بندی بر اساس نتایج

اصل ۱۱۱: آینده‌نگری.....	۲۹۷
اصل ۱۱۲: داشتن نگرش درازمدت.....	۳۰۰
اصل ۱۱۳: اراده به تعویق انداختن لذت‌ها.....	۳۰۲
اصل ۱۱۴: تمایز میان کارهای « اضطراری » و « مهم ».....	۳۰۴
اصل ۱۱۵: حس فوریت.....	۳۰۸

فصل ۱۰: مدیریت مالی.....	۳۱۱
اصل ۱۱۶: موانع ذهنی ثروتمند شدن.....	۳۱۳
اصل ۱۱۷: خواب‌های بزرگ ببینید.....	۳۱۶
اصل ۱۱۸: ارزش افزوده.....	۳۲۲
اصل ۱۱۹: سه پایه استقلال مالی.....	۳۲۴
اصل ۱۲۰: پس انداز.....	۳۲۶
اصل ۱۲۱: صرفه‌جویی.....	۳۲۸
اصل ۱۲۲: قانون پارکینسون.....	۳۳۰

فصل ۱۱: ارتباطات انسانی.....	۳۳۳
اصل ۱۲۳: قدرت ارتباط.....	۳۳۵
اصل ۱۲۴: به دیگران احساس مهم بودن بدهید.....	۳۳۷
اصل ۱۲۵: پنج روش برای جذب و گیرایی داشتن.....	۳۳۹
اصل ۱۲۶: معجزه گوش دادن.....	۳۴۱
اصل ۱۲۷: فرایند ایدئال‌سازی.....	۳۴۴
اصل ۱۲۸: تعادل بین کار و خانواده.....	۳۵۴
اصل ۱۲۹: فرزندان‌تان را با عشق تغذیه کنید.....	۳۵۶

از مسعود لعلی منتشر شده است:..... ۳۶۷

مقدمه

کاملاً با این گفتهٔ جک کانفیلد، نویسنده مجموعه معروف «سوپ جوجه برای روح» موافقم که: «دانش برایان تریسی در به حداکثر رساندن کارایی فردی، بیش از همه کسانی است که می‌شناسم». به عنوان کسی که قریب به یک دهه در زمینه ارتقاء قدرت شخصی و مهارت‌های زندگی مشغول به مطالعه و تألیف می‌باشم، کم‌تر نویسنده‌ای را از حیث تأثیرگذاری و الهام‌بخشی قابل مقایسه با برایان دیده‌ام.

ترجمه و انتشار کتاب «قورباغه را قورت بده» را باید نقطه عطفی در آشنایی جامعه ما با تریسی دانست. چه تا قبل از چاپ این کتاب، فقط دو کتاب «فرمول نابغه ما» و «موفقیت‌های کلیدی» از وی در ایران منتشر شده بود. اما به یکباره و پس از این کتاب بود که جریان ترجمه و نشر دیگر آثار وی آغاز گردید به صورتی که فکر می‌کنم بالغ بر ۴۰ اثر از تریسی تاکنون روانه بازار کتاب شده است.

«حکایت آن که قورباغه‌اش را قورت داد» حکایت اصول و روش‌هایی است که باعث شد برایان از دل فقر و گمنامی پله‌های موفقیت را به مدد همت و تلاش خستگی ناپذیرش طی کند و یک بار برای همیشه، قورباغه بزرگ موفقیتش را قورت بدهد؛ و حال این اثر فرصتی است برای شما خواننده محترم که با اصول و راهکارهای مؤثر این سخنران و نویسنده بزرگ آشنا شوید تا بتوانید در راه ایجاد تغییرات دلخواه‌تان در کلیه شئون زندگی از آنها استفاده نمایید.

و اما دو نکته پایانی:

۱- برای پر بار کردن مطالب کتاب، از آرشیو نقل قول‌هایی که طی این چند سال جمع‌آوری نموده‌ام به تناسب موضوعات مطرح‌شده، جملات، عکس‌ها و نقل قول‌هایی از نویسندگان و بزرگان انتخاب گردیده و در این کتاب آورده‌ام.

۲- این کتاب، چکیده‌ای از کلیه اصول و راهکارهای ارائه شده برایان تریسی در بالغ بر ۴۰ اثری است که توسط وی تاکنون منتشر شده است. اما فصل‌بندی کتاب به این صورت، ارائه آنها به صورت اصول ۱۲۹ گانه، نام‌گذاری اصول و ترتیب چیدمان آنها کاری است که توسط من با هدف ایجاد یک قالب جدید و جذاب جهت ارائه مطالب آموزشی این سخنران و نویسنده مطرح انجام گرفته است.

مسعود لعلی

آذر ۱۳۸۷