

۲۰۷۶۸۷۵

به نام آنکه پروانه حیران اوست...

تختخوابت را مرتب کن

نویسنده:

رییام اچ . مک ریون

مترجم: معصومه نصیری



سرشناسه	مکریون، ویلیام هری، ۱۹۵۵ - م.
عنوان و نام پدیدآور	McRaven, William H. (William Harry), تختخواب را مرتب کن: چیزهای کوچکی که می‌توانند زندگی شما و ... شاید دنیا را عوض کنند / نویسنده ویلیام اچ. هک ریون؛ مترجم معصومه نصیری.
مشخصات نشر	تهران: السا، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	۸۸ ص.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۹۶۲۶-۲۸-۳
وضعیت فهرست نویسی	فبا
یادداشت	عنوان اصلی: Make your bed: little things that can change your life...and maybe the world, ۲۰۱۷. راه و رسم زندگی Conduct of life
موضوع	نصیری، معصومه، ۱۳۴۶ - مترجم
موضوع انروده	۱۵۸۹BJ
رده بندی کنگره	۱/۱۵۸
رده بندی دیویی	۶۰۱۱۳۶۱
شماره کتاب	ملی

آدرس: تهران - خیابان دامپزشکی - کوچه دوم از چپ - پلاک ۵۴۲

تلفن: ۶۶۳۷۶۶۸۰ کد پستی: ۱۳۴۸۶۷۷۴۷۳

مدیر مسئول: ۰۹۰۲۳۰۹۰۰۳۶ - ۰۹۱۲۰۴۸۵۷۱۵



نام کتاب: تختخواب را مرتب کن

نویسنده: ویلیام اچ. مکریون

مترجم: معصومه نصیری

طراح جلد: جمال سرورسندان

مدیر امور فنی: محمد دسترس

چاپ و صحافی: صدف

تیراژ: ۵۰ نسخه

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۹

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۶۲۶-۲۸-۳

قیمت: ۳۸۰۰۰ تومان

حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به ناشر است.

حق چاپ و نشر دائم این اثر برای ناشر محفوظ است

فهرست مطالب

فصل اول: روزتان را با انجام کامل یک کار آغاز کنید

فصل دوم: شما به تنهایی از عهده آن برنمی آید

فصل سوم: تنها چیزی که مهم است سعه صدر شماست

فصل چهارم: زندگی عادلانه نیست، به مسیرتان ادامه دهید

فصل پنجم: شکست باعث قوی تر شدن شما می شود

فصل ششم: باید جسارت زیادی داشته باشید

فصل هفتم: در برابر گردن کلفت با سیاست

فصل هشتم: در موقعیت درست قرار بگیرید

فصل نهم: به دیگران امید دهید

فصل دهم: هرگز تسلیم نشوید

سخنرانی جشن فارغ التحصیلی دانشگاه تگزاس

مقدمه

من در هفدهم می سال ۲۰۱۴ این افتخار را داشتم که برای فارغ التحصیلان دانشگاه تکزاس در آستین سخنرانی کنم. گرچه خود نیز از این دانشگاه فارغ التحصیل شده بودم اما بعید می دانستم که صحبت های یک سیستم نظامی جذابیتی برای دانشجویان یک دانشکده داشته باشد. اما در کمال ناباوری، سخنرانی ام بسیار مورد توجه آنها قرار گرفت. ده درسی که از نیروی دریایی آموخته بودم و اساس صحبت هایم قرار داده بودم، بسیار برایشان جذاب توجه بود. این درس ها که در واقع آموزش های نظامی هستند، بدون در نظر گرفتن موقعیت و جایگاه افراد در زندگی دارای اهمیت یکسانی هستند. طی سده های گذشته مردم بارها جلوی مرا گرفته و داستان های خودشان را برایم تعریف کرده اند: اینکه چگونه خود را از دست کوسه ها نجات داده اند، اینکه چگونه تسلیم نشده اند یا اینکه مرتب کردن روزانه تخت خوابشان چگونه در شرایط سخت یا بی گروشان بوده است. آنها دوست داشتند درباره نحوه شکل گیری زندگی ما در این ده درس و کسانی که طی دوران حرفه ای کاریم الهام بخش من شده اند، اطلاعات بیشتری کسب کنند. پس این کتاب را در پاسخ به این سوال ساختم. هر بخش شامل توضیحات بیشتر درباره هریک از این درس های ده گانه و داستان های کوتاهی درباره اشخاصی است که با نظم شخصی، پشتکار، شرافت و شجاعتشان الهام بخش من بوده اند. امیدوارم از خواندن این کتاب لذت ببرید.