

خلاصہ

۵

قورباغہ را قورت ندهید

فردریک فاستر

گرد آورنده: مهدی . ک



انتشارات

آوای رعنا

قورباغه را قورت ندهید

گردآورنده : مهدی . ک

فردریک فاستر

تیراژ : ۵۰۰۰ جلد

تعداد صفحه: ۹۸ صفحه

نوبت چاپ : چاپ اول ۱۳۸۴

قطع : خشتی

طرح روی جلد : زهرائی ۲۲۱۳۱۰۴ (۰۵۱۱)

ناشر : آوای رعنا

شماره شابک : ۷-۹-۹۵۷۴۶-۹۶۴

فاستر فردریک

قورباغه را قورت ندهید/ فردریک فاستر (با گردآوری

و مترجم) مهدی. ک. - مشهد: آوای رعنا ۱۳۸۴

۱۳۲ ص ISBN 964 - 95746 - 9 - 7

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیپا

۱. موفقیت ۲. خودسازی الف. کریمپور، مهدی،

گردآورنده و مترجم ب. عنوان

BF۶۳۷ ۱۵۸/۱

۱۲ ف ۸ م /

۱۳۸۴

۳۴۷۷ - ۸۴ م

کتابخانه ملی ایران

پیش گفتار گرد آورنده

با فردریک فاستر به طور تصادفی در جستجوهای اینترنتی ام آشنا شدم. کاملاً اتفاقی وارد سایت شخصی اش شدم، نوشته هایش را خواندم و لذت بردم. بعد از چند روز که چندین بار وب نوشته هایش را مرور کردم، برایش ایمیلی فرستادم و با کمال خرسندی، روز بعد پاسخش را دریافت کردم. او از این که من نسبت به عقایدش ابراز علاقه

کرده بودم تشکر کرده بود و کنجکاو شده بود که نظر مرا بداند. به این ترتیب از آن پس چندین بار ارتباط ما از طریق ایمیل ادامه پیدا کرد. به او پیشنهاد دادم که قسمتی از یادداشت هایش را که به روانشناسی افراد موفق پرداخته بود، در اختیارم بگذارد تا من آنها را به صورت کتاب منتشر کنم و خوشبختانه پذیرفت. فاستر در این کتاب به صورت شفاف عقایدش را درباره ی زندگی روزمره بان کرده است و البته عامل محرک او مطالعه ی کتاب « آن قورباغه را بخور » از برایان تریسی بوده است.

دیدگاه فردریک فاستر بسیار جالب و از نظر من شگفت انگیز است. او به زندگی نگاهی بسیار خوش بینانه دارد و هرگز خواننده را اسیر بلند پروازی هایی که در کتاب هایی از این دست می آید، نمی کند. بسیاری از مردم به نوعی به مطالعه ی کتاب های خود اصلاحی معتاد می شوند، این کتاب ها آنها را گرفتار آرزوهای دور و دراز می کند و پس از مدتی که به نتیجه نمی رسند، دچار ناامیدی می شوند. شاید این کتاب در این زمینه تفاوتی کلی با چنان کتاب هایی دارد، این

که از خواننده می خواهد امکانات خود را در نظر بگیرد و با پیروی از دستورات ساده ای که آورده است از زندگی روزمره ی خود لذت ببرد . فاستر البته هرگز با رکود و سکون موافق نیست. او زندگی را فرصت کوتاهی می داند که می تواند سرشار از حرکت و کار همراه با نشاط و سرزندگی باشد. در این میان آنها که موفق تر زندگی کنند و از بقیه پیشی بگیرند ، سهم بیشتری از زندگی را از آن خود می کنند.

برای من ترجمه ی این کتاب ، بسیار شیرین و لذت بخش بود، امیدوارم مطالعه ی این کتاب برای شما نیز مفید و مؤثر باشد.

پیروز باشید!

پیش گفتار نویسنده:

قورباغه را قورت ندهید! بله کاملاً درست است. لطفاً قورباغه را قورت ندهید این کار بسیار بهتر است مهمترین دلیلش هم این است که قورت دادن قورباغه چندان خوشایند نیست به خصوص که زنده هم باشد به خصوصتر که زشت هم باشد، البته من تا کنون قورباغه

ی زیبا ندیده ام شما چطور؟! بی خیال از بحث خارج نشویم ، فرض من بر این است که شما کتاب برایان ترسی را خوانده اید و حال عنوان این کتاب که هم اکنون در دست گرفته اید شما را جلب کرده و آن را خریده اید ، بسیار خوب اما اجازه دهید برای آنهایی که احتمالاً کتاب یاد شده را نخوانده اند خلاصه ای از داستان آن را بگویم . آقای برایان ترسی در کتاب خود با عنوان قورباغه را بخور یا چیزی در همین مایه ها معتقد است که شما برای این که پیشرفت کنید و از پلکان

ترقی بالا بروید لازم است هر روز صبح یک قورباغه ی زنده نوش
جان بفرمائید . عین جملات ایشان را بخوانید: « ... از قدیم گفته اند : اگر
اولین کاری که باید هر روز صبح انجام بدهی این باشد که قورباغه ی
زنده ای را قورت بدهی در بقیه ی روز خیالت راحت خواهد بود که
سخت ترین و بدترین اتفاقی را که ممکن است در تمام روز برایت پیش
بیاید پشت سر گذاشته ای. قورباغه ی شما در واقع بزرگ ترین و مهم
ترین کاری است که باید انجام بدهید . همان کاری که اگر الان فکری به

حالش نکنید به احتمال زیاد همین طور برای انجام آن تنبلی خواهید کرد... قدیمی‌ها همچنین گفته‌اند: اگر قرار است دو تا قورباغه را بخوری اول آن یکی را که زشت تر است بخور!...»

خوب، من که به یاد نمی‌آورم قدیمی‌ها اینچنین خرده فرمایشاتی کرده باشند، به فرض هم که کرده باشند حاضر به اطاعت اوامرشان نیستم. به هر حال این دوست قورباغه خور ما، مطابق

فرمایش قدیمی ترها در کتاب خود بیست و یک اصل را آورده اند که همه ی آنها در راستای همین امر شریف قوباغه خوری است ایشان معتقدند با رعایت این اصول که به قول خودشان قدرتمندترین اصولی است که تا کنون در زمینه ی کار آیی فردی کشف کرده اند می توانید در حرفه ی خود به سرعت پیشرفت کنید ، اما بیست و یک اصلی که برایان عزیز در کتاب خود آورده است در واقع سه چهار تا بیشتر نیستند! مثلا اصول یک، سه، پنج، شش، هفت، هفده و بیست و یک

همگی از شما می خواهند که هدف اصلی خود را در نظر بگیرید و روی آن متمرکز شوید. و یا اصول دو، چهار، هشت، دوازده، هجده، نوزده و بیست بیان گر این هستند که برنامه ریزی شده و گام به گام جلو بروید. اما از این ها که بگذریم آقای تریسی در مجموع زندگی را خیلی جدی گرفته و این موجب شده که به خودش هم خیلی سخت بگیرد.

البته مطمئنم که خود ایشان هم هرگز قورباغه ی زنده ای را تناول نفرموده اند ولی نمی دانم چه اصراری دارند که این کار را به

دیگران توصیه کنند به هر حال من در این کتاب نمی خواهم با برآیان عزیز به اصطلاح یکی به دو کنم، حرف من این است که بدون قورت دادن قورباغه هم می توان موفق بود. آنها که حاضرند برای کسب موفقیت خود را به زحمت بیندازند راه اشتباهی را طی می کنند من پیش بینی می کنم که این افراد پس از رسیدن به هدفی که منتظرش بودند دچار افسردگی شوند چرا که در عمق وجودشان به این نکته پی می برند که بهایی را که پرداخته اند به هیچ وجه متناسب با کالایی که

دریافت کرده اند نبوده است . من در این کتاب سعی کرده ام برایتان نکاتی را یاد آور شوم که به نوعی نگرش شما را نسبت به زندگی و اهدافتان تغییر دهد و امید دارم در پایان کتاب به این نتایج برسیم :

- ۱- شما از مطالعه ی این کتاب لذت برده باشید .
- ۲- از این پس خوش بینانه تر به زندگی نگاه کنید و از زندگیتان لذت ببرید.
- ۳- مطالعه ی این کتاب را به دوستانتان توصیه کنید!

این شغل نیست که سبب افتخار می گردد،
بلکه شخص است که با شخصیت خود به شغل
خویش ارزش بیشتری می دهد.

ماکیاول