

۱۵۲۴۰۱۱

فقط سالت شو و

کارت رو انجام بده

نویسنده:

برایان کریستی

ترجمه:

فریدون تازه زاده



انتشارات آرون

سرشناسه	: تریسی، برایان، ۱۹۴۴، Brian, Tracy
عنوان و نام پدیدآور	: فقط ساکت شو و کارت رو انجام بده/ نویسنده: برایان تریسی ترجمه: فریدون تازهزاده
مشخصات نشر	: تهران، آرون، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۸۸ ص.
شابک	: ۲ - ۴۹۴ - ۳۳۱ - ۹۶۴ - ۹۷۸.
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیپا.
یادداشت	: عنوان اصلی: Just shut up and do it: 7steps to conquer your goals, 2016
موضوع	: هدف و هدف‌گذاری(روانشناسی) - Goal(Psychology)
موضوع	: موفقیت - جنبه‌های روانشناسی - Success - Psychological aspects
شناسه افبده	: تازهزاده، فریدون، ۱۳۴۲، مترجم.
رده‌بندی کنگره	: ب ۴۳ ۱۳۹۶ ت ۴ / ۵ ۴۵۰۵
رده‌بندی دی‌سی	: ۱۵۸ / ۱
شماره کتابخانه‌سی	: ۴۸۱۸۵۲۸



فقط ساکت شو و کارت رو انجام بده

نویسنده: برایان تریسی

ترجمه: فریدون تازهزاده

ناشر: انتشارات آرون

چاپ اول: ۱۳۹۶

تیراژ: ۱۲۰۰ نسخه

۱۰۰۰۰ تومان

نشانی: میدان انقلاب - خیابان ۱۳ فروردین - خیابان وحید نظری - نرسیده به خیابان منیری جابوید

تلفن: ۵۱ - ۶۶۹۶۲۸۵۰

پلاک ۱۰۵ - واحد ۳

وبسایت: www.Arannashr.ir

ایمیل: Arannashr@yahoo.com

فهرست مطالب

مقدمه: خط باده‌ها برنده می‌شوند	۵
فصل اول: در گزین تابع در برابر موفقیت	۱۱
فصل دوم: مستراح زنیت ۳ی خود را برعهده بگیرید	۲۵
فصل سوم: جرأت کنید و پیش بروید	۳۷
فصل چهارم: ببینید که واقعاً چه می‌خواهید	۴۷
فصل پنجم: بر تعلل غلبه کنید	۵۹
فصل ششم: در سراسر زندگی‌تان یک نامرر باشید	۶۷
فصل هفتم: هرگز ناامید نشوید	۷۷
خلاصه: برهه زمانی باشکوه برای زنده‌بودن	۸۵

مقاله

فقط برنده‌ها برنده می‌شوند

«در اعماق وجود انسان، نیروهای آرمیده‌ای ساکنند؛ نیروهایی که موجب حرکت خود او هستند، نیروهایی که هرگز در رؤیا هم نمی‌بیند که از آن او باشند؛ نیروهایی که اگر آنها را برانگیزد و به تحرک وادارد زندگی او را زیر و رو می‌نمایند.»
— اریسون سووت ماردن

استعدادهای و قابلیت‌های شما چه بسا بیشتر از آن چیزی باشند که بتوانید در صد برابر مدت عمر خودتان مورد استفاده قرار دهید. شما دقیقاً هم‌اکنون دارای قابلیت‌های یادگیری و هوشی هستید که برای یادگیری تمامی موضوعها به آن قابلیت‌ها نیاز دارید؛ موضوعات مورد نیاز جهت دستیابی به همه اهداف دلخواهتان. بجز محدودیت‌های یهودی که خود شما بر روی ذهن خودتان می‌گذارید هیچ محدودیت یا قیدی برای رسیدن به آنچه می‌توانید باشید، آنچه می‌توانید انجام دهید و آنچه می‌توانید داشته باشید وجود ندارد.

سؤال بزرگ

از سالهای سال پیش این سؤال را پرسیده‌ام که «چرا بعضی از مردم موفق‌تر از دیگرانند؟»

مهم‌ترین پاسخ باعث تعجبم شد چنان‌که اغلب مردم را متعجب می‌سازد. پاسخ، ساده است. موفقیت شما مبتنی است بر کاری که انجام می‌دهید، نتایجی که بدست می‌آورید و این‌که با چه سرعت و با چه بازدهی به آن نتایج نائل می‌شوید.

اساس موفقیت بر پایه‌هایی نیست که شما می‌گوئید، واژه‌هایی مانند: ای کاش؛ امیدوارم قصد دارم زمانی در آینده این کار را انجام دهم. بنای موفقیت صرفاً بر کاری است که شما دقیقاً در همین لحظه در حال انجام‌دادنش هستید. هنر فوراً چنین گفت، «شما نمی‌توانید اساس شهرت خود را بر روی آنچه صرفاً قصد انجامش را دارید بگذارید.»

برهه زمانی که ما هم‌اکنون در آن زندگی می‌کنیم برهه‌ای است که نسبت به تمام طول تاریخ بشر، سریع‌ترین حرکت، آشفته‌ترین حالت، پرآشوب‌ترین و غیرقابل‌پیش‌بینی‌ترین زمان را دارد. این نوع تغییر سریع غالباً باعث می‌شود که مردم پریشان و حیرت‌زده، نامطمئن و متزلزل، مضطرب، بیمناک و بی‌انگیزه شوند. در نتیجه سرعت پیشرفت آنها بسیار کم و کمتر شده، بی‌کار نشسته و بازده بسیار اندکی خواهند داشت.

ارزشمندترین دارائی

ارزشمندترین دارائی یک شرکت چیست؟ براساس تعلیمات مدرسه تجارت هاروارد، شهرت یک شرکت ارزشمندترین دارائی آن است. ارزشمندترین دارائی یک شرکت، سخنی است که مردم در باره آن شرکت و محصولات و خدمات آن به سایر مشتریان یا مشتریان بالقوه آن می‌گویند.

به دلیل این که فناوری، اطلاعات، علائق و سلاقی مشتریان به سرعت در حال تغییر است، محصولات و خدمات نیز سریع‌تر از هر زمانی در گذشته در حال تغییر می‌باشند. اما شهرت، باقی می‌ماند. در حقیقت شهرت، همواره پابست است. در باره شرکت‌هایی مانند اپل و گوگل فکر کنید. شهرت آنها آن قدر راداست که در محصولات و خدماتی که عرضه می‌کنند رهبری جهانی دارند.

با این تفصیل، باارزش‌ترین دارائی شما چیست؟ باارزش‌ترین دارائی شما نیز شهرت شماست. شهرت شما، تفکر مردم راجع به شما و سخنان مردم در باره شما است که مردم در سبب شما در باره شما دارند. اینها واژه‌ها هستند که مردم برای توضیح دادن راجع به شما از آنها استفاده می‌کنند. همچنین مردم بخصوص از همین واژه‌ها استفاده می‌نمایند تا ببینند شما کار خود را چقدر خوب انجام می‌دهید.

انجام کارها

مهمترین قسمت از شهرت شما عبارت است از این که بتوانید کار مهمی را شروع و آن را به اتمام برسانید؛ باید در انجام سریع و

قابل اعتماد امور مشهور باشید. انجام کارها بیشتر از هر جنبه دیگر بر روی شادمانی، سلامتی، موفقیت و دارایی شما اثر می‌گذارد.

هدف اصلی شما در زندگی چیست؟ به عقیده ارسطو، پشت سر هر هدفی، هدف دیگری وجود دارد تا این که به هدف اصلی می‌رسید که «شادمانی» است. هر کاری که انجام می‌دهید تلاشی است موفق یا موفق که از بعضی جهات برای رسیدن به شادمانی است. در حقیقت شما می‌توانید میزان موفقیت خود را براساس درصد زمانی اندازه‌گیری نمائید نه در آن زمان شما واقعاً شادمان هستید. اهمیت زمان شادمانی شما از تمام پولها، دستاوردهای جهان بیشتر است.

رسیدن به شادمانی

شما چگونه به شادمانی می‌رسید؟ به ساده‌ترین بیان، شادمانی عبارت است از تحقق رو به رشد یک هدف یا ایده‌آل پرارزش. شادمانی فقط زمانی است که احساس می‌کنید گامی را به طرف تحقق هدفی حرکت می‌کنید که برایتان باارزش است و بدین‌وسیله همین ارزش است که شما صمیمانه احساس می‌کنید که راضی و شادمان هستید.

همه مردم می‌خواهند برنده باشند. آنها می‌خواهند که دیگران آنها را به چشم یک برنده ببینند و در مورد آنها به عنوان یک برنده فکر کنند. چگونه به این نقطه می‌رسید؟ ساده است - برنده شوید!

برنده‌شدن چیست؟ در دزدیدن، وقتی شما پیش از همه دوندگی‌های دیگر از خط پایان عبور کنید برنده شده‌اید.

در زندگی نیز هنگامی برنده می‌شوید که شروع کنید و مهمترین کارهایتان را سر وقت، و به لحاظ ایده‌آلی پیش از تمامی افراد دیگر به اتمام برسانید یعنی اصطلاحاً اولین نفری باشید که از خط پایان عبور می‌کند. در نتیجه احساس شما در باره خودتان یک احساس فوق‌العاده و استثنائی خواهد بود. مغز شما «اندورفین» - ماده مخدر شادی‌بخش طبیعی - آزاد می‌کند. این ماده احساس آرامش و سلامت کلی و احساس برنده‌بودن را به شما می‌دهد.

حرکت را شروع کنید و پیوسته به جلو بروید

به ساده‌ترین بیان کنید که شما را به سوی برنده‌شدن، به سوی شادمانی، شهرت فوق‌العاده و رفقت در زندگی می‌برد این است که بتوانید حرکت را شروع کنید و چارچوب رفتن ادامه دهید تا مهمترین کارهای خود و شرکت‌تان را به اتمام برسانید.

در صفحات پیش رو، من یک موش ماده، عملی و اثبات‌شده هفت‌قسمتی را با شما به اشتراک خواهم گذاشت تا در چند ماه و چند سال آینده به موفقیت‌هایی دست پیدا کنید که از موفقیت‌هایی که اغلب مردم در طول مدت عمرشان بدست می‌آورند بیشتر است.

بگذارید شروع کنیم.

«تا هنگامی که هنوز توقف نکرده‌اید اصلاً مهم نیست که

چقدر آهسته می‌روید.»

— کنفوسیوس