

باشگاه پنج صبحی‌ها

رابین شارما

www.ketab.ir



انتشارات کتابیار



www.ketab.ir

- سرشناسه : ————— شارما، رابین شیلپ، ۱۹۶۴ - م.
- -Sharma, Robin S. (Robin Shilp), 1964
- عنوان و نام پدیدآور: ————— باشگاه پنج صبحی‌ها/ رابین شارما ؛ مترجم زهرا سلمانی ؛ ویراستار تحریریه نشر کتابیار.
- مشخصات نشر: ————— کاشان: کتابیار، ۱۴۰۰.
- مشخصات ظاهری: ————— ۲۵۶ ص؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
- شابک: ————— 978-600-5660-83-8
- وضعیت فهرست نویسی: ————— فیپا
- یادداشت: ————— The 5 AM club : own your morning, elevate your life, [2019].
- عنوان دیگر: ————— ۵ صبح.
- موضوع: ————— کارایی
- Effectiveness موضوع:
- راه و رسم زندگی موضوع:
- Conduct of life موضوع:
- سحرخیزی موضوع:
- Early rising موضوع:
- مدیریت زمان موضوع:
- شناسه افزوده: ————— سلمانی، زهرا، ۱۳۶۶ - مترجم
- BF۶۲۷ رده بندی کنگره:
- ۱/۱۵۸ رده بندی دیویی:
- ۸۴۱۴۹۸۱ شماره کتابشناسی ملی:



انستتارات كتابيار

www.ketab.ir

نام كتاب:	باشگاه پنج صحنه ها
مولف:	رابين شارما
مترجم:	زهراسلمانى
ويراستار:	تحريريه نشر كتابيار
طراح جلد:	آئليه نشر كتابيار
چاپ و صحافى:	چاپ نقطه
چاپ / شمارگان:	اول ۱۴۰۰ / ۱۰۰۰ نسخه
شابك:	۸-۸۳-۵۶۶۰-۶۰-۹۷۸

كليۀ حقوق اين اثر براى نشر كتابيار محفوظ است.

ارتباط با مركز پخش: ۰۲۱-۶۶۴۵۵۰۴۳

هرگونه كپى بردارى، برداشت و
اقتباس از تمام يا قسمتى از اين اثر،
منوط به اجازه كتبى ناشر مى باشد.

آدرس: كاشان، بلوار كشاورز، خيابان نهال ۲۸، كوچه شهيد شاهميرى، پلاك ۲۰
مركز پخش: تهران، خيابان جمهورى، خيابان دوازدهم فروردين جنوبى، پلاك ۱۷۰، واحد ۱۶

قيمت: ۹۰۰۰۰ تومان

فهرست

پیام نویسنده.....	۶
فصل اول: اقدام خطرناک.....	۷
فصل دوم: فلسفه‌ای روزانه برای افسانه‌ای شدن.....	۸
فصل سوم: یک ملاقات پیش‌بینی نشده با یک غریبه شگفت انگیز.....	۱۵
فصل چهارم: رها کردن متوسط‌ها و هر چیزی که معمولی است.....	۲۱
فصل پنجم: یک ماجرای عجیب.....	۳۸
فصل ششم: پروازی به قله فضیلت، بهره‌وری و شکست‌ناپذیری.....	۴۷
فصل هفتم: آمادگی برای تغییر از بهشت شروع می‌شود.....	۵۷
فصل هشتم: روش پنج صبحی‌ها: عادات صبحگاهی بزرگان جهان.....	۶۴
فصل نهم: چهار جویی برای بیان بزرگی.....	۷۴
فصل دهم: چهار تمرکز اصلی تاریخ‌سازان.....	۸۶
فصل یازدهم: هدایت کشتی زندگی در جزر و مد روزگار.....	۱۲۴
فصل دوازدهم: اعضای کلوب نحوه بکار بستن عادت صبحگاهی.....	۱۳۲
فصل سیزدهم: اعضای کلوب فرمول ۲۰/۲۰/۲۰ را می‌آموزند.....	۱۶۲
فصل چهاردهم: اعضای کلوب اهمیت خواب مناسب را درک می‌کنند.....	۱۸۶
فصل پانزدهم: اعضای کلوب ۱۰ تاکتیک درباره نبوغ.....	۱۹۷
فصل شانزدهم: اعضای کلوب ۵ صبحی‌ها با کمال میل پذیرای آموختن.....	۲۱۷
فصل هفدهم: اعضای کلوب پنج صبحی‌ها به قهرمان زندگی خود.....	۲۴۵
سخن آخر: پنج سال بعد.....	۲۵۵

پیام نویسنده

از صمیم قلب خدا را شاکرم که این کتاب در دستان شماست، و عمیقاً آرزو می‌کنم که شایستگی‌ها، قابلیت‌ها و توانایی‌های شما را شکوفا سازد. و باعث ایجاد انقلابی قهرمانی در خلاقیت، تولید و موفقیت شما و خدمت به دنیا گردد.

کتاب "باشگاه پنج صبحی‌ها" بر اساس مفاهیم تدریس شده در طی بیست سال به کارآفرینان نامدار، روسای شرکت‌های افسانه‌ای، ابرستاره‌های ورزشی، چهره‌های مطرح در موسیقی، و اعضای خانواده سلطنتی، — با کسب موفقیت‌های فوق‌العاده — گردآوری شده است.

این کتاب را در یک دوره چهارساله در کشورهای ایتالیا، آفریقای جنوبی، کانادا، سوئیس، روسیه، برزیل و جزیره موریس به دست‌نویس به رشته تحریر درآوردم. کلمات، گاهی مانند یک نسیم خوشایند تابستانی، بدون هیچ تلاشی بر روی کاغذ جاری می‌شدند و گاهی برای نوشتن صفحه‌ای باید مدت‌ها کلنجار می‌رفتم. گاهی تصور می‌کردم منبع خلاقیت به پایان رسیده و زمان تکان دادن پرچم سفید فرا رسیده و در سایر مواقع حس مسئولیتی فراوان از نیازهای خودم مرا به ادامه حرکت به سمت جلو تشویق می‌کرد.

هرچه در چنته داشته‌ام، در این کتاب در اختیارتان قرار داده‌ام. و از تمام انسان‌های شریف سرتاسر کره خاکی، که به من در تکمیل این کتاب کمک کرده‌اند تشکر می‌کنم.

و در آخر، با تواضع هرچه تمام‌تر، این کتاب را به شما می‌خواننده تقدیم می‌کنم. جهان به قهرمان‌های بیشتری نیاز دارد، و خب چرا باید منتظر آن‌ها بمانیم وقتی شما درون خود، یکی از همین قهرمان‌ها هستید.
پس همین امروز شروع کنید.

با عشق و احترام