

فقط ساکت شو و انجامش بده

هفت گام موفقیت برای دستیابی به اهدافتان

www.ketab.ir
برایان تریسی

نویسنده‌ی پرفروش‌ترین کتاب نیویورک تایمز

قورباغه را قورت بده!

مترجم: حسین دوست

سرشناسه	تریسی، برایان، ۱۹۴۴ - م. Tracy, Brian
عنوان و نام پدیدآور	فقط ساکت شو و انجامش بده : هفت گام موفقیت برای دستیابی به اهداف تان/ برایان تریسی ؛ مترجم حسین دوست.
مشخصات نشر	تهران: پیام محراب، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	۹۶: ص. ۱۴/۲۱×۵/۵ م. س.
شابک	۷-۲۸۰-۱۸۱-۹۶۴-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
یادداشت	عنوان اصلی: ۲۰۱۶، ۷ steps to conquer your goals : Y just shut up and do it!
یادداشت	کتاب حاضر نخستین بار با عنوان «حرف زن، کاری بکن!» با ترجمه مهدی قراچه داغی توسط انتشارات ذهن آویز در سال ۱۳۹۶ منتشر شده است و پس از آن با مترجمین مختلف توسط ناشرین به چاپ رسیده است.
عنوان دیگر	هفت گام موفقیت برای دستیابی به اهداف تان.
عنوان دیگر	حرف زن، کاری بکن! : هفت اقدام برای دستیابی به هدف.
موضوع	هدف و هدف‌گزینی (روان‌شناسی)
موضوع	Goal Psychology
موضوع	موفقیت -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	Success -- Psychological aspects
شناسه افزوده	دوست، حسین، ۱۳۶۹ -، مترجم
رده بندی کنگره	BF۵۵۵
رده بندی دیویی	۱۵۸/۱
شماره کتابشناسی ملی	۸۴۲۴۰۹۳
اطلاعات رکورد کتابشناسی	فیبا



فقط ساکت شو و انجامش بدم

نویسنده: برایان تریسی

مترجم: حسین دوست

چاپ: گلبن

صحافی: روحانی

لیتوگرافی: موعود

شابک: ۷-۲۸۰-۱۸۱-۹۶۴-۹۷۸

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۰

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

نشانی: تهران، میدان انقلاب، خیابان منیری جاوید، شماره ۱۹، واحد ۷

تلفن تماس: ۶۶۴۶۹۱۷۸-۶۶۴۶۳۶۸۹

فهرست

- مقدمه: برد از آن پرنده هاست..... ۹
- فصل اول: بزرگ‌ترین مانع موفقیت..... ۱۵
- فصل دوم: مسئولیت زندگی‌تان را بر عهده بگیرید..... ۳۱
- فصل سوم: جرأت پیشرفت کردن داشته باشید..... ۴۳
- فصل چهارم: تصمیم بگیرید واقعاً چه می‌خواهید..... ۵۳
- فصل پنجم: براهمال‌کاری غلبه کنید..... ۶۵
- فصل ششم: مادام‌العمر آموزنده باشید..... ۷۳
- فصل هفتم: هرگز تسلیم نشوید..... ۸۳
- خلاصه: یک زمان عالی برای زندگی..... ۹۱
- درباره نویسنده..... ۹۳

مقدمه

برد از آن برنده‌هاست

«در عمق درون انسان قوای خفته ساکن‌اند؛ قوایی که او را متحیر می‌کنند، قوایی که هرگز خیال نمی‌کرده داشته باشد؛ نیروهایی که زندگی وی را دگرگون خواهد ساخت اگر که برانگیخته شده و به عمل درآیند.»

اریسون سوت ماردن

شما احتمالاً توانایی و استعدادی بیش از آنچه که می‌توانستید در یک صد زندگی استفاده کنید، دارید. شما همین الان تمام هوشمندی مورد نیازتان را دارید، به علاوه توانایی یادگیری هر موضوعی که می‌خواهید یاد بگیرید برای دستیابی به هر هدفی که می‌توانید برای خودتان تعیین کنید. هیچ محدودیتی برای آنچه که می‌توانید باشید وجود

ندارد، به جز محدودیت‌هایی که در ذهن خودتان جا دارند.

پرسش مهم

چندین سال پیش، شروع کردم به پرسیدن این سوال «چرا به این صورت است که برخی افراد موفق‌تر از دیگران اند؟» مهم‌ترین پاسخ من را شگفت‌زده کرد، همانطور که بیشتر افراد را شگفت‌زده می‌کند. سادست. موفقیت شما بر پایه چیزی است که انجام می‌دهید، نتایجی که به دست می‌آورید، و این که چقدر سریع و کارآمد به این نتایج دست می‌یابید. این بر پایه چیزی نیست که می‌گویید، آرزو می‌کنید، امیدوارید، و یا قصد دارید زمانی در آینده انجام دهید. موفقیت صرفاً بر پایه آن است که اکنون در این لحظه دارید انجام می‌دهید. همانطور که هنری فورد گفت: «شما نمی‌توانید با آن چه می‌خواهید انجام بدهید کسب اعتبار کنید.»

ما در گذراترین، پرتلاطم‌ترین، مخمل و پیش‌بینی ناپذیرترین دوره تاریخ بشری زندگی می‌کنیم. این‌گونه تحولات سریع اغلب باعث می‌شوند افراد پریشان، مردّد، ناامن، و بی‌انگیزه شوند. در نتیجه، آن‌ها کوتاه می‌آیند، دست روی دست می‌گذارند، و موفقیت‌های اندکی به دست می‌آورند.