

قورباغه‌تان را بخورید

www.ketab.ir

نویسنده: برایان کریسی

مترجم: حمید رضائیا

سرشناسه	: تریسی، برایان، ۱۹۴۴ - م.
عنوان و نام پدیدآور	: Tracy, Brian
مشخصات نشر	: قورباغه‌تان را بخورید / نویسنده برایان تریسی؛ مترجم حمیدرضا تیبیا.
مشخصات ظاهری	: تهران: ستایش سبحان، ۱۴۰۰.
شابک	: ۱۶۷ ص، ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
وضعیت فهرست نویسی	: ۹۷۸-۶۲۲-۹۴۳۵۵-۲-۶
پادداشت	: فیبا
پادداشت	: عنوان اصلی: Eat that frog : 11 great ways to stop procrastinating and get more done in less time.
موضوع	: کتاب حاضر در مآلهای مختلف با عنوانهای متفاوت توسط مترجمان و ناشران مختلف نیز ترجمه و منتشر شده است.
	: اهدافکاری
	: Procrastination
شناسه افزوده	: تیبیا، حمیدرضا، ۱۳۴۲ - مترجم
رده بندی کنگره	: BF۶۲۷
رده بندی دیویی	: ۶۵۰/۱۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۷۲۹۲۹۴
اطلاعات رکورد کتابشناسی	: فیبا



اطلاعات کتابخانه‌ای سبحان

قورباغه‌تان را بخورید

نویسنده: برایان تریسی

مترجم: حمیدرضا تیبیا

ناشر: ستایش سبحان

طرح جلد: زهرا جمشیدی

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

نوبت چاپ: دوم، نوبت چاپ اول ناشر ۱۴۰۰

قیمت: ۶۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۴۳۵۵-۲-۶

تهران، خیابان ناصر خسرو، کوچه حاج نائب، پاساژ ۱۱۰، طبقه سوم، پلاک ۶۶

فهرست

صفحه	عنوان
۹	پیشگفتار.....
۱۱	درباره نویسنده.....
۱۵	مقدمه.....
۲۳	قورباغه‌تان را بخورید.....
۳۱	۱. میز را بچینید.....
۳۹	۲. هر روز را پیشاپیش برنامه ریزی کنید.....
۴۷	۳. قانون ۸۰/۲۰ را در همه امور به کار بندید.....
۵۴	۴. به نتایج کار فکر کنید.....
۶۰	۵. به تمرین مستمر روش ABCDE بپردازید.....
۶۶	۶. اهداف کارکردها و وظائف کلیدی را در کانون توجه خود قرار دهید...
۷۴	۷. از قانون خودکارآیی پیروی کنید.....
۸۱	۸. قبل از شروع به کار آماده شوید.....
۸۶	۹. تکالیفتان را انجام دهید.....
۹۲	۱۰. از استعدادهای خاص و درونی خود همچون یک اهرم استفاده کنید.....
۹۷	۱۱. موانع اصلی موفقیتان را شناسایی کنید.....

بسم الله الرحمن الرحيم

پیشگفتار مترجم

ان الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا الب انفسهم

براستی که خدا حال هیچ قومی را دگرگون نخواهد کرد تا زمانی که خود آن قوم حالشان را تغییر بدهند (سوره رعد آیه ۱۱)

بی تردید انسان می تواند با توکل به ذات پاک احدیت و تمسک به قدرت لایزال او در تعیین سرنوشت خود نقش داشته باشد به شرط آنکه خواهان تغییر باشد و در راه رسیدن به آن تلاش کند. ما تنها با توکل به خدا و توسل به ذات مقدس انمه اطهار(ع) می توانیم خود را از قید وابستگی رهایی داده، استقلال خود را حفظ کرده و خود را مسلمان بنامیم.

مسلمان چون آب جاریست، هرگز نمی ایستد و راکد نمی شود. او همانطور که در انجام عبادات کوتاهی نمی کند، از کار و تلاش نیز باز نمی ماند و آبادی و آبادانی را تکلیف خود می داند. اگر چنین نبود ما هرگز به چنین دستاوردهای شگرف علمی و صنعتی دست نمی یافتیم و هنوز هم مثل بسیاری از کشورهای توسعه نیافته در کوچکترین امور نیازمند حضور مستشاران بیگانه بودیم.