

برایان تریسی

بهانه ممنوع!

نقش مهم انضباط

۲۱ روش برای رسیدن به خوشبختی و موفقیت پردوام

مهدی قراچه‌داغی

نشر ذهن‌آویز

تهران، ۱۳۸۹

سرشناسه: تریسی، برایان، ۱۹۴۴ - ۴ (Tracy, Brian)
 عنوان و نام پدیدآور: بهانه ستوخ: نقش مهم انضباط، ۲۱ روش برای رسیدن به
 خوشبختی و موفقیت بردام / برایان تریسی: ترجمه مهدی
 قراچه‌دانی
 مشخصات نشر: تهران: ذهن‌آویز، ۱۳۸۹
 مشخصات ظاهری: ۳۵۸ ص.
 شابک: 978-600-118-056-9
 وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
 یادداشت: عنوان اصلی: No excuses!: the power of self-discipline, c2010.
 یادداشت: اثر حاضر توسط مترجمین و ناشران متفاوت ترجمه و منتشر
 شده است.
 موضوع: خویشن‌داری - خودراهبری - موفقیت
 موضوع: موفقیت در کسب و کار.
 شناسه افزودن: قراچه‌دانی، مهدی. - ۱۳۲۶ - مترجم.
 رده‌بندی کنگره: ب ۹ پ ۴ ت / BF ۶۳۲
 رده‌بندی دیویی: ۱۵۸/۱
 شماره کتابخانه ملی: ۲۱۸۳۳۱۴

این کتاب ترجمه‌ای است از:

No Excuses!

The Power of Self-Discipline

by

BRIAN TRACY

Published by Vanguard Press, USA, 2010

ویراستار: شهلا ارزنگ

آماده‌سازی و اجرا: پیمان آرایش

طرح جلد: سوگل علمی

ناظر فنی: عماد دورنایی

چاپ اول: ۱۳۸۹

شماره نسخه‌های این چاپ: ۲۰۰۰

حق چاپ برای نشر ذهن‌آویز محفوظ است

چاپ: سهند

صحافی: صحافی گسترش ۷۷۴۹۲۶۴

مرکز بخش: مؤسسه گسترش فرهنگ و مطالعات

تلفن و دورنگار: ۸۸۷۹۴۲۱۸ (خط ۸)

آدرس اینترنتی: www.gbook.ir

قیمت: ۵۳۰۰ تومان

فهرست

مقدمه: معجزه نظم و ترتیب شخصی ۱

بخش اول

انضباط و موفقیت شخصی

۱۴

فصل ۱: انضباط و موفقیت ۲۱

فصل ۲: انضباط و منش ۳۶

فصل ۳: انضباط و مسئولیت ۴۹

فصل ۴: انضباط و اهداف ۶۱

فصل ۵: انضباط و موفقیت شخصی ۷۳

فصل ۶: انضباط و شجاعت ۹۷

فصل ۷: انضباط شخصی و مداومت ۱۰۹

بخش ۲

نقش انضباط در تجارت، فروش و امور مالی

۱۱۷

- فصل ۸: انضباط و کار..... ۱۱۴
- فصل ۹: انضباط و رهبری..... ۱۳۳
- فصل ۱۰: انضباط و تجارت..... ۱۴۳
- فصل ۱۱: نظم و انضباط شخصی و فروش..... ۱۵۲
- فصل ۱۲: نظم و انضباط و پول..... ۱۶۲
- فصل ۱۳: نظم و انضباط شخصی و مدیریت زمان..... ۱۷۱
- فصل ۱۴: انضباط و حل مسئله..... ۱۸۱

بخش ۳

نظم و انضباط شخصی و زندگی خوب

۱۹۱

- فصل ۱۵: نظم و انضباط شخصی و خوشبختی..... ۱۹۳
- فصل ۱۶: نظم و انضباط شخصی و سلامتی..... ۲۰۲
- فصل ۱۷: نظم و انضباط شخصی و آمادگی جسمانی..... ۲۱۱
- فصل ۱۸: نظم و انضباط شخصی و ازدواج..... ۲۱۸
- فصل ۱۹: نظم و انضباط شخصی و فرزندان..... ۲۲۹
- فصل ۲۰: نظم و انضباط شخصی و دوستی..... ۲۴۲
- فصل ۲۱: نظم و انضباط شخصی و آرامش ذهن..... ۲۵۱