۱۴۰۰/۷/۲۲

غیر ممکن کمی دیر تر ممکن است

www.ketab.ir

آرت برگ

سهیلا موسوی رضوی

انتشارات لیوسا

سرشناسنامه	برگ، آرت Berg, Art
عنوان و نام پدیدآور	غیرممکن کمی دیرتر ممکن است / آرت برگ/ سهیلا موسوی‌رضوی
	۲۸۰ ص.
مشخصات ظاهری	The impossible just takes a little longer
عنوان اصلی	موفقیت
موضوع	BJ۱۶۱۱/۲
رده‌بندی کنگره	۱۷۰/۴۴
رده‌بندی دیویی	۵۹۴۳۳۱۰
شماره کتابشناسی ملی	

انتشارات لیوسا

■ نام کتاب: غیرممکن کمی دیرتر ممکن است

■ نویسنده: آرت برگ

■ مترجم: سهیلا موسوی‌رضوی

■ شابک: ۸-۱۹۳-۳۴۰-۶۰۰-۹۷۸

■ نوبت چاپ: دهم

■ سال چاپ: ۱۴۰۰ (دوم لیوسا)

■ تیراژ: ۳۰۰ نسخه

■ چاپ: دریا

■ صحافی: دریا

■ قیمت: ۷۴۰۰۰ تومان

www.ketab.ir

۶۶۴۶۴۵۷۷

www.dorsabook.ir

liusa@nashreliusa.com

telegram.me/dorsaliusa

۶۶۴۶۶۹۵۹ - ۶۶۹۶۳۰۳۵

۳۰۰۰۲۴۰۰۴۲

www.nashreliusa.com

instagram.com/dorsaliusa

خیابان انقلاب، بین خیابان وصال و قدس(جنب سینما سپیده)، کوچه اسکو، پلاک ۱۲، طبقه همکف. (کدپستی: ۱۴۱۷۸-۱۳۸۷۳)

فهرست مطالب

مقدمه‌ای از تونی رابینز ۵

پیشگفتار ۷

مقدمه ۸

بخش یک: وقتی زندگی شما را فلج می‌کند ۱۷

دستیابی به شهامت برای تغییر زندگی ۱۸

بخش دو: آماده شدن برای سفر به غیرممکن آیا تا به حال ترسیده‌اید؟ ۳۴

آیا تا به حال از خود پرسیده‌اید چرا؟ ۴۶

به جای اینکه به‌دنبال کسی برای سرزنش کردن باشید... ..... ۶۰

آیا در گذشته، زندگی می‌کنید یا در آینده، یا در هر دو؟ ۷۱

بخش سه: غلبه بر فلج‌تان ۸۳

مشکلاتتان را بزرگ نکنید ۸۴

افراد شجاع، نترس نیستند ۹۶

شروع به سخت گرفتن درباره‌ی موارد کوچک کنید ۱۰۸

مسئله کاری نیست که نمی‌توانید انجامش دهید، بلکه... ..... ۱۱۸

بیاموزید زودتر شکست بخورید ۱۲۹

در جزیره‌ی کوچک خود زندگی نکنید ۱۳۹

سؤالات بهتری بکنید ۱۵۵

چرا خود را نگران اهدافتان می‌کنید؟ ۱۶۶

اجازه ندهید روز بد تبدیل به زندگی بد شود ۱۷۷

www.ketab.ir

مقدمه‌ای از تونی رابینز[1]

بیش از بیست سال است سعی کرده‌ام به مردم کمک کنم که بفهمند چطور می‌توانند تا فراسوی خودگسترش یابند و قدرت باشکوهی راکه در درونشان قرار دارد، آزاد سازند. آرت برگ مظهر این قدرت باشکوه است.

آرت در مقابل آزمایش‌ها و چالش‌هایی استقامت کرده است که عده‌ی کمی از ما حتی می‌توانیم تصورش را بکنیم. با این حال او از اینکه زندگی‌اش را محدود کند، امتناع کرد. او با شرایط سخت مقابله کرد، با آدم‌های منفی‌باف مقابله کرد، با هیپوکریزم فرهنگی که می‌گوید خیلی کارها انجام‌پذیر نیست، مقابله کرد، و خود را به سطوح حیرت‌آور موفقیت و دستاورد شخصی رساند. او از عطش درونی‌اش برای تعالی، غرق شدن ناگزیر در زندگی به‌گونه‌ای که هیچ وقت نگذارد به چیزی کمتر از آنچه قادر به انجام دادن آن است اکتفا کند، امتناع ورزید.

همه‌ی ما این عطش درونی را داریم. این همان چیزی است که مایلم آن را "نیروی محرک" بخوانم. و اگر یک چیز وجود داشته باشد که به واسطه‌ی مشاوره با برخی از سرشناس‌ترین رهبران دنیا و

---

1. Tony Robbins

www.ketab.ir

همچنین سروکار داشتن با معتادان و افسردگان بالینی آموخته باشم، این است که تنها یک راه برای دستیابی به کامیابی و ایجاد تفاوتی فاحش در زندگی خود و اطرفیان وجود دارد: شما هم باید به عطش اعماق درون خود، آن حالت عاطفی مبارزه‌طلبی، آن اراده‌ی محکم مصّر برای خلق فرصت‌هایی برای خود و خلق زندگیی استثنایی متصل شوید.

آرت برگ الهام‌بخش شما خواهد بود تا دوباره نیروی محرک خود را برانگیزید. هیچ‌وقت به‌جز او کس دیگری را ندیده‌ام که از طریق نیروی صرف تجربیات زندگی خودش بر زندگی مردم تأثیری عظیم به جا بگذارد. من می‌بینم که او هر سال وقتی برای سخنرانی به مراسم نه روزه‌ی سخنرانی دانشگاه مهارت در هاوایی ـ که متعلق به من است ـ می‌آید، این کار را انجام می‌دهد. حضار درمی‌یابند مردی آنجاست که نمی‌گذارد ترس بر او غالب شود، معنای "شکست" را نمی‌داند، بر این باور است که زندگی ارزش دارد مگر اینکه با حداکثر نیروی بالقوه‌ی خود زندگی کنید.

آرت برگ برای کسانی‌که راهشان را گم کرده‌اند یا از روبه‌رو شدن با تغییر می‌هراسند، سرمشق است. او حقیقتاً سرمشقی حیرت‌آور از نیروی بالقوه‌ی انسانی است ـ او گنجی زنده است.

www.ketab.ir