

تختخوابت را مرتب کن

ویلیام اچ مکریون

William H. McRaven

www.ketab.ir

محمد زرگر



سرشناسه	:	مکریون، ویلیام هری، William, Harry, ۱۹۵۵ - م.
عنوان و نام پدیدآور	:	(H. (William Harry, ۱۹۵۵ -
محمد زرگر.	:	تخت‌خوابت را مرتب کن / ویلیام اچ مکریون : [مترجم]
مشخصات نشر	:	تهران: انتشارات نارنگی، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	:	۶۰ ص: ۵/۱۴ × ۵/۲۱ س.م.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۷۹۲۹-۰۴-۱
وضعیت فهرست نویسی:	:	فیبا
یادداشت	:	Make your bed: little things that can change your life...and maybe the world, ۲۰۱۷.
عنوان دیگر	:	تخت‌خوابت را آنکاره کن.
موضوع	:	راه و رسم زندگی / Conduct of life
شناسه افزوده	:	زرگر، محمد، ۱۳۷۴ -
رده بندی کنگره	:	BJ۱۵۸۹
رده بندی دیویی	:	۱/۱۵۸
شماره کتابشناسی ملی	:	۸۵۰۹۲۰۲
اطلاعات رکورد کتابشناسی	:	فیبا



- * انتشارات نارنگی
- * تخت‌خوابت را مرتب کن
- * مولف: ویلیام اچ مکریون
- * مترجم: محمد زرگر
- * ویراستار: منیره سلیمان زاده مقدم
- * شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۹۲۹-۰۴-۱
- * طراح جلد و صفحه آرایی: واحد تولیدی باران
- * نوبت چاپ: اول ۱۴۰۱
- * شمارگان: ۵۰۰ نسخه (رقعی)
- * قیمت: ۲۷,۰۰۰ تومان
- * سایت: KETABGRAM.COM
- * تلفن: ۰۲۱ - ۶۶۴۱۰۴۱۰

مقدمه

در روز ۱۷ ماه مه سال ۲۰۱۴ من این افتخار را داشتم که در جشن فارغ التحصیلی دانشجویان دانشگاه تگزاس در شهر آستین سخنرانی کنم. البته من هم در سال‌های گذشته، از همین دانشگاه فارغ التحصیل شده بودم، ولی اصلاً فکر نمی‌کردم یک ژنرال جنگی که زندگی حرفه‌ای خود را در جنگ سپری کرده، مورد استقبال دانشجویان کالج قرار بگیرد. اما با دیدن افرادی که با اشتیاق برای شنیدن سخنرانی‌ام آمده بودند، بسیار شگفت‌زده شدم. صحبت‌های من بر اساس آن ده درسی بود که در تمرینات نیروی دریایی آموخته بودم و این صحبت‌ها مورد توجه جمعیت زیادی قرار گرفته بود. من این درس‌ها و تجربیات ساده را در تمرینات نیروی دریایی کسب کردم و هرکدام از آن ده درسی که آموخته بودم، در مقابل چالش‌های زندگی، ارزش یکسانی داشتند. مهم نیست که شما در چه مرحله‌ای از زندگی و دارای چه جایگاهی در جامعه باشید، این درس‌ها تمامی افراد را در بر می‌گیرد. در سه سال گذشته، مردم تا مرا در خیابان می‌دیدند، می‌خواستند داستان‌شان را برابم تعریف کنند و بگویند که آن ده درس، مسیر زندگی آن‌ها را روشن کرده است: آن‌ها توانسته بودند در مقابل کوسه‌ها تسلیم نشوند، آن‌ها ناقوس را به صدا دریاورده بودند و اولین کاری که هر روز صبح انجام می‌دادند، مرتب کردن تختخوابشان بود و این کار در شرایط سخت به آن‌ها کمک می‌کرد. همه آن‌ها می‌خواستند در این باره بیشتر بدانند که چطور این ده درس، مسیر زندگی مرا تغییر داد. آن‌ها می‌خواستند افرادی را که در دوران حرفه‌ای الهام‌بخش من بودند، بشناسند. این کتاب کوچک، تلاشی است تا تجربیاتم را در مورد تمرینات نیروی دریایی در اختیار دیگران قرار بدهم تا آن‌ها بدانند همان ده درسی که گفتم، چگونه زندگی مرا شکل داده است. هر فصل، از متن کوتاهی تشکیل شده که حاوی یکی از همین درس‌هاست. همچنین داستان کوتاهی درباره فردی که با انضباط، پشتکار، شرافت و شجاعتش الهام‌بخش من بوده، امیدوارم مطالب این کتاب همان‌طور که برای من روشنی‌بخش بوده است، برای شما هم باشد و از مطالعه آن لذت ببرید!