

بنویس تا اتفاق بیافتد

هنریت آن کلاوسر

www.ketab.ir

مترجم:

محمد گذرآبادی



مؤسسه خدمات فرهنگی رسا

سرشناسه	کلاوزر، هنریت آن.	Klauser, Henriette Anne
عنوان و پدیدآور	بنویس تا اتفاق بیافتد/ هنریت آن کلاوسر: مترجم محمد گذرآبادی.	
مشخصات نشر	تهران: رسا، ۱۳۸۵.	مشخصات ظاهری: ۲۵۶ ص.
شابک	ISBN 978-964-317-668-6	یادداشت: فیبا.
یادداشت	عنوان اصلی: Write it down make it happen knowing it! what you want: and Gettling it.	
موضوع	هدف (روان شناسی).	موضوع: برنامه ریزی.
شناسه افزوده	گذرآبادی، محمد، ۱۳۴۵ - ، مترجم.	
رده بندی کنگره	۱۳۸۵ ۸۴۴/۵۰۵ BF	
رده بندی دیویی	۱۵۸/۱	شماره کتابخانه ملی: ۸۵-۴۱۶۶۷

بیایید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

دوست عزیز، این کتاب حاصل دسترنج چندین ساله مؤلف، مترجم و ناشر آن است. تکثیر و فروش آن به هر شکلی بدون اجازه از پدیدآورنده کاری غیراخلاقی، غیرقانونی و غیرشرعی و کسب درآمد از دسترنج دیگران است. این عمل نادرست در زندگی پیامدهای ناگواری دارد و موجب رواج بی اعتمادی در جامعه و ایجاد محیطی ناسالم برای خود و فرزندانمان می گردد.



مؤسسه خدمات فرهنگی رسا

تلفن: ۴۵-۸۸۸۳۴۸۴۴ فاکس: ۸۸۸۳۸۱۲۵ WWW.RASABOOKS.IR

عنوان: بنویس تا اتفاق بیافتد

مؤلف: هنریت کلاوسر — مترجم: محمد گذرآبادی

چاپ بیست و سوم: ۱۴۰۱ — تیراژ: ۲۰۰۰ نسخه

کلیه حقوق محفوظ و مخصوص ناشر است

مرکز توزیع: پخش رسا — تلفن: ۶۶۹۰۷۷۱۰ و ۶۶۹۰۷۷۱۲

قیمت بسته: ۷۵۰۰۰ تومان

سخن ناشر

در راستای مسئولیت اجتماعی و اخلاقی مرتبط با نشر کتاب و رعایت حقوق مخاطبین عزیز، انتشارات رسا پایبندی خود را به اصول زیر اعلام می‌دارد:

۱. به هنگام ثبت کتاب در آرشیو کتابخانه ملی و دریافت فیپای کتاب، در صورتی که کتاب پیش از آن توسط ناشر دیگری منتشر و یا ثبت شده باشد، اطلاعات آن در فیپای دریافتی درج می‌گردد. ما به خاطر بهره‌مندی از مزایای نخستین ناشر، آن اطلاعات را هرگز از فیپای کتاب حذف نمی‌کنیم.

۲. ما متعهدیم که برای احترام به حقوق مخاطبین، همه کتاب‌های منتشره خود را حتی‌الامکان به‌گونه غلط‌آمیزی، ویراستاری شده و در صورت ترجمه، پس از مطابقت با متن اصلی و با کیفیت منتشر کنیم.

۳. ما متعهدیم که برای جلوگیری از الحاحاف به مخاطبین و پرهیز از گران‌فروشی، از کتاب‌سازی (ازدیاد بی‌مورد صفحات کتاب و سودجویی از آن برای درج بهای بیشتر) خودداری کنیم.

۴. ما متعهدیم که آنچه به‌عنوان تیراژ کتاب و دفعات چاپ و به‌ویژه نام و سمت پدیدآورنده و مترجم، در روی جلد و یا در صفحه شناسنامه درج می‌گردد، مطابق با واقعیت باشد.

۵. ما متعهدیم که کتاب‌های منتشره توسط ما اقتباسی از کتب منتشره دیگران نباشد و نیز در مورد متون ارائه شده برای نشر، امانتدار باشیم.

۶. ما متعهدیم که در عناوین ترجمه شده، نسبت به اصالت عنوان کتاب و مندرجات روی جلد، به ناشر اصلی وفادار بوده و در صورت تغییر عنوان، تصویر و یا عنوان اصلی را نیز برای آگاهی مخاطبین محترم، درج نماییم.

۷. و در نهایت، تلاش ما بر آن است که در وضعیت فعلی اقتصاد کشور، بهای کتاب را با توجه به سطح معیشت مخاطبین محترم و امکان ادامه کار ناشر، تعیین کنیم.

لطفاً شما دوست عزیز نیز با ابراز بازخورد خود از کتاب‌ها به ناشران آنها و ارائه پیشنهادات‌تان، ما را در تلاش برای ارتقاء فرهنگ جامعه و بهبود فضای نشر کشور، یار و همراه باشید.

فهرست مطالب

۹	مقدمه ناشر
۱۱	مقدمه
۲۵	۱ بنویس تا اتفاق بیافتد
۳۵	۲ دانستن اینکه چه می‌خواهید: تعیین اهداف
۴۷	۳ جمع‌آوری ایده‌ها: صندوق پیشنهادات مغز
۶۳	۴ آماده شدن برای دریافت کردن
۷۹	۵ پرداختن به ترس‌ها و احساسات
۹۵	۶ آزاد شدن: نوشتن تا رسیدن به راه‌حل
۱۰۵	۷ ساده کردن کار: فهرست کردن
۱۱۳	۸ تمرکز روی نتیجه
۱۲۳	۹ تغییر دادن محیط خود: رفتن به کنار آب برای نوشتن
۱۳۱	۱۰ زندگی روزمره خود را به رشته تحریر درآورید
۱۴۵	۱۱ متعهد شدن
۱۵۳	۱۲ روی هم چیدن اهداف: بالا بردن راهبند
۱۶۳	۱۳ تشکیل یک گروه: چه چیزی؟ تا کی؟
۱۷۵	۱۴ ابتکار عمل را به دست گرفتن
۱۹۱	۱۵ نامه نوشتن برای خدا
۲۰۷	۱۶ مقاومت بی دلیل نیست
۲۱۷	۱۷ ایجاد یک مراسم آیینی
۲۳۱	۱۸ رها کردن، ایجاد تعادل
۲۳۷	۱۹ شکرگزاری
۲۴۵	۲۰ تحمل شکست
۲۵۳	مؤخره
۲۵۸	درباره نویسنده