

نترس باش: پنج اصل برای زندگی سرشار از دستاوردها و اهداف

فهرست مطالب

دیباچه

پیش‌گفتار نوشته شده توسط جین گودال

مقدمه: در جست و جوی نترس بودن

داستان من: پشت سر گذاشتن نرمال

بخش اول: اقدامات بزرگ انجام بده

فصل ۱: از جایی که هستی شروع کن

فصل ۲: بی پروا باش

فصل ۳: فرضیات را کنار بگذار

فصل ۴: همه زوایا را در نظر بگیر

فصل ۵: حالا برو و اقدام بزرگ خود را انجام بده

بخش دوم: جسور باش و خطر کن

فصل ۶: سختی بکش

فصل ۷: ریسک را مانند تحقیق و توسعه در آغوش بگیر

فصل ۸: از جایی که دیگران توقف کرده‌اند شروع کن

فصل ۹: ریسک کن یا پشیمان شو

فصل ۱۰: حالا برو و "ناحیه شجاعت" را پیدا کن

بخش سوم: به شکست اهمیت بده

فصل ۱۱: خراب کن و یاد بگیر

فصل ۱۲: مانند بزرگان زیاد شکست بخور

فصل ۱۳: غلبه بر ناممکن‌ها

فصل ۱۴: چشم انداز بلند مدت داشته باش

فصل ۱۵: حالا برو و از شکست‌هایت یاد بگیر

بخش ۴: از حباب آسایش خود فراتر برو

فصل ۱۶: از بین بردن نقاط کور

فصل ۱۷: مشارکت‌های ناممکن بساز

فصل ۱۸: یکدیگر را بیشتر درک کنید

فصل ۱۹: اهرم مشارکت برای رشد

فصل ۲۰: حالا برو و از حباب آسایش خود خارج شو... هر روز

بخش ۵: اجازه بده فوریت بر ترس پیروز شود

فصل ۲۱: لحظه‌ها را دریاب

فصل ۲۲: نخستین نفر پاسخ دهنده باش

فصل ۲۳: بیش از اندازه فکر یا تحلیل نکن. انجام بده

فصل ۲۴: حالا برو و اولین نفر باش

سخن پایانی: بازگشت به نرمال

تقدیر و تشکر

درباره نویسنده

یادداشت

فهرست مطالب