

Facing Fears

NOTABLE
QUOTES



Facing your fears robs them of their power.—**Mark Burnett**

Waiting to develop courage is just another form of procrastination. The most successful people take action while they're afraid!—**Unknown**

Inaction breeds doubt and fear. Action breeds confidence and courage. If you want to conquer fear, do not sit home and think about it. Go out and get busy.

—**Dale Carnegie**

Winners are those people who make a habit of doing the things that [others] are uncomfortable doing.—**Ed Foreman**

Don't wait. The time will never be just right.—**Napoleon Hill**

You miss 100% of the shots you don't take.—**Wayne Gretzky**

You gain strength, courage, and confidence by every experience in which you really stop and look fear in the face. ... You must do the thing you think you cannot do.—**Eleanor Roosevelt**

Do the thing you fear and keep on doing it ... that is the quickest and surest way ever yet discovered to conquer fear.

—**Dale Carnegie**

Each of us must confront our own fears, must come face to face with them. How we handle our fears will determine where we go with the rest of our lives. To experience adventure or to be limited by the fear of it.—**Judy Blume**

The greatest failure is the failure to try. When I die I want four words written on my tombstone: "At least he tried." You've got to take risks. That's what brings abundance. That's what brings success in life. Don't be afraid to go out on a limb, that's where the fruit is.—**Rick Warren**

[The things we need to do to reach our goals] may all be things that are uncomfortable at first. So what! Do it anyway! One of the ways to get through the discomfort is simply to do the thing you are uncomfortable doing.

—**Jack Canfield and Mark Victor Hansen**

www.motivatedmagazine.com





مواجهة المخاوف

افعل الشيء الذي تخشاه واستمر في القيام به، هذه هي الطريقة الأسرع والأكثر أماناً التي تم اكتشافها للتغلب على الخوف. - **ديل كارنيجي**

يجب على كل واحدٍ منا أن يواجه مخاوفه، يجب أن يقف أمامها وجهاً لوجه. كيفية تعاملنا مع مخاوفنا سوف تحدد أين نمضي بقية حياتنا. أن نقوم بالمغامرة أو نكون مقيدين بسبب الخوف منها. - **جودي بلوم**

أكبر فشل هو الفشل في المحاولة. عندما أموت أريد أربع كلمات مكتوبة على شاهد قبري: "لقد حاول على الأقل." عليك أن تجازف. هذا ما يجلب الوفرة. هذا ما يجلب النجاح في الحياة. لا تخشى من المغامرة ، هناك تكون الثمار. - **ريك وارن**

الأشياء التي يتعين علينا القيام بها للوصول إلى أهدافنا قد تكون أشياء غير مريحة في البداية. وماذا في ذلك! افعل ذلك على أي حال! إحدى الطرق للتغلب على عدم الارتياح هي ببساطة القيام بالشيء الذي لا تشعر بالإرتياح تجاهه - **جاك كانفيلد ومارك فيكتور هانسن**

مواجهة مخاوفك تسلبهم قوتهم. - **مارك بيرنيت**
تطوير الشجاعة هو مجرد شكل آخر من أشكال التسويف. أكثر الناس نجاحاً يتصرفون وهم خائفون! - **غير معروف**

عدم التصرف يولد الشك والخوف. التصرف يولد الثقة والشجاعة. إذا كنت تريد التغلب على الخوف، لا تجلس في المنزل وتفكر في ذلك. اخرج وانشغل. - **ديل كارنيجي**

الفائزون هم أولئك الأشخاص الذين يمارسون عادة القيام بالأشياء التي يفعلها غيرهم وهم غير مرتاحين - **إد فورمان**

لا تنتظر، لن يكون هناك وقتٌ مناسب أبداً. - **نابليون هيل**

لقد اخطأت ١٠٠٪ من الطلقات التي لم تسدها. - **وين جريتزكي**

يمكنك اكتساب القوة والشجاعة والثقة من خلال كل تجربة تتوقف فيها وتحملق في وجه الخوف، يجب أن تفعل الشيء الذي تعتقد أنك لا تستطيع فعله. - **إليانور روزفلت**

