اشتباه انگیزشی من

Guysguys	
	بچەھابچەھا
let me tell you a joke.	
	بذارید یه جوک براتون تعریف کنم
Motivation	
	انگیزه
Yo, what's going on?	
	هی، چه خبر؟
A lot of you guys have asked me	
	خیلی از شماها ازم پرسیدید که
how to stay motivated to learn English.	

چطور برای یادگیری انگلیسی با انگیزه بمونم.

Today I'll address that	
	امروز به این موضوع میپردازم
and say something really important.	
	و یه چیز خیلی مهم میگم
You should not seek motivation but commitment.	
بلکه باید دنبال تعهد باشید.	شما نباید دنبال انگیزه باشید،
What do I mean?	
	منظورم چیه؟
Let's take two people into consideration.	
.6	بیاید دوتا آدم رو در نظر بگیریہ
Mr. A and Mr. B	

آقای الف و آقای ب

Mr. A watched a video on YouTube

آقای الف یه ویدئو تو یوتیوب دید

and gets really motivated to go for a run the next day.

و حسابی انگیزه پیدا میکنه که فردا بره بدوئه.

Mr. B is someone who really has a plan

آقای ب کسیه که واقعا برنامه داره

and is committed to going for a run no matter what.

و در هر شرایطی متعهد به دوییدنه.

The next day the weather is cold

روز بعد هوا سرده

Mr. A wakes up

آقای الف بیدار میشه



همون اتفاقا براى اونم ميوفته

He goes innot to sleep some more
میره تو…نه برای اینکه بازم بخوابه
but to get a jacket
بلکه برای برداشتن ژاکت
He hits the road
میزنه به جاده
and finishes his jogging session for that day.
و برنامهی دویدنِ اون روزشو به پایان میرسونه.
You see?
میبینی؟
That is the difference between motivation and commitment.
فرق بین انگیزه و تعهد اینه

There are some days that you don't feel like doing someth	ing

یه روزایی هست که حس انجام کاری رو نداری but you gotta do it anyway. ولی در هرصورت باید انجامش بدی. **Because:** چون: Successful people do what they need to do آدمهای موفق کارهایی که باید انجام بدن رو انجام میدن whether they feel like it or not. چه حسش باشه چه نباشه. Just like a romantic relationship

دقیقا مثل یه رابطهی عاشقانه

you are going to talk to your partner every day no matter what...

تو تحت هر شرایطی هر روز با پارتنرت صحبت میکنی...

can you tell your partner I wasn't in a good mood

میتونی به پارتنرت بگی حالم خوش نبود

so, sorry I haven't called you for two weeks?

یس ببخشید که دو هفته بهت زنگ نزدم؟

In this case English is your partner

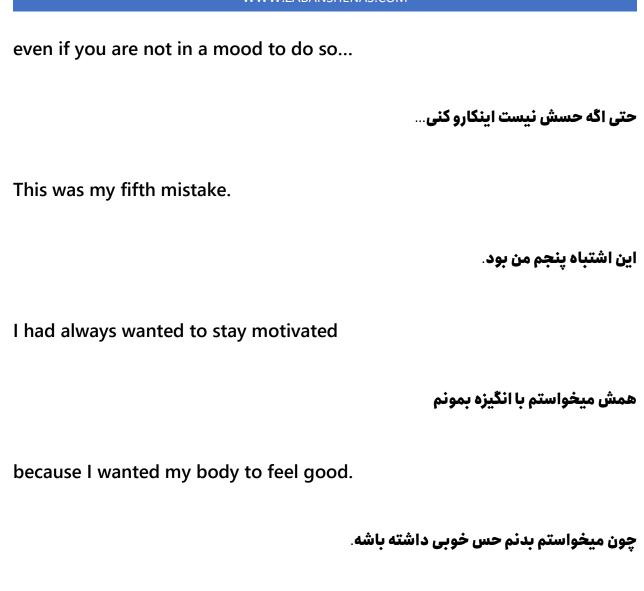
اینجا انگلیسی پارتنر توعه

never stop calling it

هیچ وقت دست از زنگ زدن بهش برندار

stay in touch with it every day

هر روز باهاش در ارتباط باش



But here's the problem

ولى مشكل همينه

your body won't feel good by itself

بدنت به خودی خود حس خوبی نخواهد داشت



I loved doing	those th	ings so I	could do	them every	day.
	,			,	,

من عاشق اون چیزا بودم پس میتونستم هرروز انجامشون بدم.

So the tip of the day for you is

پس راهکار روز برای تو اینه

to remember to have a daily plan

که یادت باشه برنامهی روزانه داشته باشی

stay committed to it

بهش متعهد باشي

and make it as fun as possible

و تا جایی که میتونی مفرحش کنی

so that you can do it every single day.

که بتونی هر روز انجامش بدی

ı	Intil	next	time	ı
ι	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	III C X I	111111	• •

تا دفعهی بعد!

See ya!

ميبينمتون