

هفت عادت مردمان مؤثر

استفان کاوی

www.ketab.ir

محمد رضا آل یاسین



کاوی، استفان، ۱۹۳۲ -
هفت عادت مردمان مؤثر / مؤلف استفان کاوی؛ مترجم محمدرضا آل یاسین -
تهران: هامون، ۱۳۷۶
۳۴۸ ص: مصور، جدول، نمودار.

ISBN 964-91466-8-7

فهرست نویسی براساس اطلاعات فیبا.
عنوان روی جلد: هفت عادت مردمان مؤثر "متن کامل": درسهای نیرومندی
برای دگرگونی خویشتن.
عنوان اصلی:
The seven habits of highly
effective people.

۱. موفقیت - جنبه‌های روانشناسی. ۲. خلق و خو. الف. آل یاسین، محمدرضا.
۱۳۲۸ - مترجم، ب. عنوان: درسهای نیرومندی برای دگرگونیهای خویشتن.
۱۵۸/۱ BF ۶۳۷ / م ۸ ک ۵
الف ۱۳۷۶
کتابخانه ملی ایران
م ۷۷-۲۶۰۸



انتشارات هامون

خیابان جمهوری - خیابان ۱۲ فروردین جنوبی - کوچه بیژن - پلاک ۲ - واحد ۱
تلفن: ۶۶۴۸۸۳۸۰ - تلفکس: ۶۶۹۷۳۸۶۶ - همراه: ۰۹۱۳۳۳۷۱۵۶۶

www.Hamoonbooks.com

هفت عادت مردمان مؤثر

نویسنده: استفان کاوی

مترجم: محمدرضا آل یاسین

چاپ چهل و چهارم: ۱۴۰۱

تیراژ: ۳۰۰۰ نسخه

تمام حقوق محفوظ است.

شابک: ۳-۸-۴۶۶-۹۱-۹۶۴-۹۷۸

ISBN: 978-964-91-466-8-3

قیمت: ۱۴۰۰۰۰ تومان

فهرست

صفحه	عنوان
۸	مقدمه
۱۰	بخش اول: برداشتها و اصول
۱۱	از درون به بیرون
۵۱	نگاهی به هفت عادت
۷۲	بخش دوم: پیروزی شخصی
۷۴	عادت ۱: عامل باشید
۱۰۷	عادت ۲: ذهناً از پایان آغاز کنید
۱۷۰	عادت ۳: نخست، امور نخست را قرار دهید
۲۰۶	بخش سوم: پیروزی عمومی
۲۰۷	برداشتهای ناشی از اتکای متقابل
۲۲۷	عادت ۴: برنده / برنده بیندیشید
۲۵۶	عادت ۵: نخست بخواهید بفهمید، آنگاه جویای تفاهم باشید
۲۸۵	عادت ۶: نیروی جمعی ایجاد کنید
۳۰۵	بخش چهارم: بازسازی
۳۰۷	عادت ۷: اره را تیز کنید
۳۳۶	دیگر بار از درون به بیرون

مقدمه

ما مخلوقاتی هستیم که عاداتی داریم و بدون آن عادات نمی‌توانیم زندگانی کنیم. بعضی از این عادات بد و ناگوارند که باید اصلاح شوند؛ برخی دیگر خوب هستند که باید بهبود یابند و شماری هم عالی و ممتاز که باید به درجه‌ی کمال برسند.

بسیاری از ما تحت تأثیر الگوهای بسیار قدرتمند، تجربه‌های کهنه را مرتباً تکرار می‌کنیم و در حقیقت واجد الگوهای رفتاری عودکننده‌ای هستیم که از دیرباز به عنوان برنامه‌هایی در ضمیر ناهشیارمان ثبت شده‌اند. با وجود این، این الگوهای کهنه و ناهنجار هرگز شکست‌ناپذیر نیستند.

پیروزی هم مانند شکست یک عادت است و موفقیت و شادمانی واقعی و پایدار زمانی حاصل می‌شود که رشته‌ای از الگوهای اساسی را کامل را بی‌وقفه به کار گیریم و با درونی کردن آن بنیان عاداتهای تازه را بنا نهیم.

دکتر کاوی محقق و نویسنده برجسته‌ی عصر ما در این کتاب، با نگاهی ژرف و عمیق «هفت عادت» اساسی مردمان کامیاب جهان را تجزیه و تحلیل کرده و سپس شیوه‌ی پرورش و درونی کردن این «هفت عادت» را با ما در میان می‌گذارد. او نخست اصولی را شناسایی می‌کند که آن را «قوانین طبیعت» می‌نامد و آنگاه شیوه‌ی به کارگیری این قوانین را در کار و زندگی به ما می‌آموزد.

تألیف این کتاب حاصل سالهای متمادی تحقیق، پژوهش، دانش دوستی و دانشجویی متفکران و اندیشمندان بسیاری است. اولین گام برای نگاشتن این اثر کم نظیر، در اواسط دهه ۱۹۷۰ و در زمانی آغاز شد که مؤلف برای نگارش پایان‌نامه‌ی دوره دکترای خود، مطالب و کتابهایی را که در طول دو‌یست سال در ایالات متحده در مورد موفقیت منتشر شده بود، به گونه‌ای ژرف و عمیق مطالعه و بررسی کرد. آنگاه

پس از حدود ۲۰ سال اکتشاف بی‌وقفه و مطالعه هزاران کتاب و مقاله در زمینه فلسفه روانشناسی، مدیریت و علوم رفتاری؛ به نگاشتن آن همت گماشت.

انتشار این کتاب در بسیاری از نقاط گیتی با اقبال بی‌سابقه‌ای روبه‌رو شد، به نحوی که ظرف مدتی کوتاه، ۴ میلیون نسخه آن به ۱۲ زبان منتشر گردید و عنوان پرفروش‌ترین کتاب را در سراسر جهان به خود اختصاص داد و سرانجام به‌عنوان کتاب مرجع مورد استفاده نویسندگان و محققان بسیاری قرار گرفت.

نویسنده در سراسر کتاب بر الگوهای تأکید خواهد کرد که می‌کوشند وصفی از زندگی انسانی غنی به دست دهند. مطالب پربار این کتاب سرشار از دانش عملی برای مردمانی است که مایلند کنترل زندگی و کسب و کار خود را به دست گیرند. نکات پرمحتوای آن چنان عمیق و اساسی است که با مطالعه مجدد هر بخش، سطوح تازه‌ای از تفکر و ادراک را در وجودمان پدید می‌آورد.

«هفت عادت مردمان مؤثر» که در زمینه‌ی تغییر نگرش و رفتار در فارسی کم‌نظیر است، به یقین برای تمام اقشار جامعه اعم از پدران و مادران، مدیران، بازرگانان، دانشجویان و غیره ره‌آموز و ره‌گشاست.

به هر حال آرزو داریم که این اثر مفید در سرتوابع ما نیز بتواند جایگاه ارزنده خود را به دست آورد و همه‌ی ما را به این باور برساند که با اتکا به یک زندگی مبتنی بر اصول، می‌توان در هر اوضاع و شرایطی به‌طور آگاهانه به بهترین انتخاب دست زد و موفقیت خویش را از هر حیث در کار و زندگی تضمین کرد.

محمد رضا آل‌یاسین