

۲۵.۶۲۱۹

قانون پنجاهم

قانون فیفتی سستی

رابت گرین

www.ketab.ir

مترجم

سارا عباسی

۲۵.۶۲۱۹

قانون پنجاهم

قانون فیدی سستی

رابرت گرین

www.ketab.ir

سارا عباسی

سرشناسه	: فیفتی، سنت (موسیقیدان)
عنوان و نام پدیدآور	: قانون پنجاهم: قانونی فیفتی سنتی / رابرت گرین؛ مترجم سارا عباسی؛ ویراستار فریبا بادامی
مشخصات نشر	: تهران: راز معاصر؛ انتشارات پرثوا، ۱۴۰۳
مشخصات ظاهری	: ۲۷۲ ص.
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیا
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۷۸۶۹-۷۲-۹
یادداشت	: عنوان اصلی: The 50th law, c2009
موضوع	: موفقیت در فرهنگ همه‌پسند
شناسه افزوده	: گرین، رابرت، ۱۹۵۹-م.
شناسه افزوده	: عباسی، سارا- مترجم
رده‌بندی کنگره	: ۹/ف۹ / ML۴۲
رده‌بندی دیویی	: ۷۸۲/۴۲۱۶۴۹
شماره کتاب‌شناسی ملی	: ۹۷۱۸۱۹۵

قانون پنجاهم

- نویسنده: رابرت گرین
- مترجم: سارا عباسی
- ویراستار و صفحه‌آرا: فریبا بادامی
- ناشر: تهران: راز معاصر، ۱۴۰۳
- ناشر همکار: انتشارات پرثوا
- لیتوگرافی: بارنگ
- مشاور طرح: پخش راونیز
- طراح جلد: آتلیه راونیز
- صحافی: راونیز
- نوبت چاپ: اول ۱۴۰۳
- تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه
- شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۸۶۹-۷۲-۹

50 cent

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۷	پیشگفتار
۱۱	معارفه
	فصل ۱
۳۱	مسائل را به نحوی که در واقعیت هستند
	فصل ۲
۵۱	همه چیز را برای خود بسازید
	فصل ۳
۷۱	زهر را به شکر تبدیل کنید
	فصل ۴
۹۱	به حرکت ادامه دهید
	فصل ۵
۱۱۵	زمان مناسب شرارت رل بدانید
	فصل ۶
۱۴۳	از روبه‌رو هدایت کنید

فصل ۷

۱۶۹..... محیط خود را از درون بشناسید

فصل ۸

۱۹۵..... به فرایند احترام بگذارید

فصل ۹

۲۲۱..... از محدودیت‌های خود فراتر بروید

فصل ۱۰

۲۴۹..... با فناپذیری خود روبه‌رو شوید

۲۷۱..... سپاسگزاری

پیشگفتار

نخستین کیفیت سنت را در زمستان سال ۲۰۰۶ ملاقات کردم؛ او یکی از طرفداران کتاب هشت قانون قدرت بود و علاقه‌مند بود تا کتاب مشترکی بنویسیم. در این زمان با یکدیگر از جنگ تروریسم و صنعت موسیقی صحبت کردیم؛ جالب بود دیدگاه مشابه ما به جهان تفاوت‌های شدید پیشینه زندگی‌مان را کمرنگ می‌کرد؛ برای مثال، زمانی که بازی‌های قدرتی که فیتی در آن زمان در حرفه موسیقی با آن روبه‌رو بود را بررسی کردیم، روی توصیفات مفیدی تأکید داشتیم که گذشتگان برای توجیه رفتارهای‌شان مطرح کرده بودند و به این منظور می‌خواستیم خود واقعی آنها را بشناسیم. فیتی این طرز فکر را در خیابان‌های خطرناک ساوتساید کوئینز یاد گرفته بود؛ چراکه همچین تفکری برای آن مکان مهارت ضروری‌ای برای زندگی کردن بود و من نیز با خواندن کتاب‌های بی‌شماری در زمینه تاریخ و همین‌طور مشاهده شگردهای زیرکانه هالیوودی‌ها در دورانی که آنجا کار می‌کردم به این طرز فکر رسیده بودم؛ بدین ترتیب، دیدگاهمان نسبت به زندگی مشابه بود.

این جلسه بدون نتیجه‌گیری نهایی درباره پروژه‌ای مشترک به پایان رسید. در ماه‌های بعد که داشتم به موضوع این کتاب فکر می‌کردم، ایده

تلفیق دنیاهای متفاوت ما دو نفر توجهم را به خود خیلی جلب کرد. تحرک اجتماعی آمریکا همیشه برایم جالب بوده است؛ مردم دائماً در میان حضور در طبقات پایین اجتماعی و طبقات بالای جامعه نوسان دارند و همین موضوع باعث به وجود آمدن دگرگونی فرهنگی می شود. اما در سطحی دیگر ما باز همان زاغه نشین های اجتماعی باقی می مانیم. افراد مشهور معمولاً با افرادی مشابه خود زمان شان را می گذرانند و روشنفکران و تحصیل کرده ها در دنیای خود تبدیل به افرادی منزوی می شوند چراکه مردم به معاشرت با هموعان شان تمایل دارند و اگر این دنیاهای محدود را کنار بگذاریم، بقیه ما درست همانند تماشای یا توریست به نجوی دیگر زندگی خواهیم کرد. به نظر من پی بردن به حقایق ذات بشری موضوع جالبی برای نگارش بود؛ حقایقی فراتر از طبقه و نژاد، نگرش گرفتن اختلافات فکری و ظاهری مان البته تا جایی که امکان داشت. با گذشتن از و در نظر گرفتن کتابی که باید نوشته می شد اکثر روزهای سال ۲۰۰۷ را گذراندم؛ سنت گذراندم؛ تقریباً کاملاً به دنیای او دسترسی داشتم. در جلسات کاری مهم و بی شماری همراهش بودم. در کنار آرام می نشستم و او را موقع کار کردنش تماشا می کردم. یک روز در دفترش شاهد کتک کاری شدید دو نفر از کارمندانش بودم که در آخر مجبور شد خودش درگیری بین آنها را به اتمام برساند؛ حتی بحران قلبی را که با اهداف تبلیغاتی برای مطبوعات راه انداخت از نزدیک دیدم. نحوه برخوردش را با ستاره ها و دوستانش در محله ساوتساید کوئینز و اروپایی ها و افراد سیاسی زیر نظر داشتم. از خانه کودکی اش در ساوتساید کوئینز بازدید کردم. با دوستان دوران سخت زندگی اش معاشرت کردم و بزرگ شدن در همچین محیطی را درک کردم. هر چقدر فعالیت او را در این محدوده ها بیشتر احساس می کردم، بیشتر حس می کردم فیزیکی نمونه بارز و زنده بزرگان تاریخی است که درباره آنها در کتاب هایم نوشته

بودم. او استاد بازی قدرت است و به نوعی ناپلئون بناپارت هیپ هاپ. وقتی درباره بازیگران حیطه قدرت می‌نوشتم متوجه شدم منشأ موفقیت این افراد همیشه ریشه در مهارتی تک یا کیفیتی منفرد داشته است که آنها را از دیگران مجزا می‌کرده؛ مثلاً توانایی خاص ناپلئون جذب انبوهی از جزئیات و سازمان‌بندی ذهنی آنها بود که تقریباً باعث این بود که بیش از رقیبانش از مسائل روز آگاه باشد. بعد از مشاهده فیزی و آشنایی با گذشته‌اش متوجه شدم منشأ قدرت او بی‌پروایی خاصش است.

این ویژگی در فریاد کشیدن یا تاکتیک‌های تهدیدآمیز ظاهری نمایان نمی‌شود و گفتوهای این‌چنینی فیزی در برابر دیگران نمایشی بیش نیست زیرا در پشت صحنه فریب خونسرد و حسابگر است؛ بی‌پروایی او را باید در برخوردها و رفتارهایش دید. او آن قدر شاهد درگیری‌های خطرناک خیابانی بوده و با آنها زندگی کرده که در زندگی تجاری فعلی هیچ رویدادی برایش عجیب نیست. اگر معامله‌ای دلخواهش نباشد آن را نادیده می‌گیرد؛ اگر لازم باشد با رقیبی وارد بازی خشن و کثیفی شود، بدون تامل وارد بازی می‌شود. فیزی اعتماد به نفس بالایی دارد. در دنیایی که بیشتر آدم‌ها ترسو و محتاط هستند، تمایل به فعالیت بیشتر خطرپذیری و غیرعادی بودن از امتیازات اوست. فیزی از محیطی آمده که حتی رسیدن به ۲۵ سالگی در آن از احتمالات است پس احساس می‌کند چیزی برای از دست دادن ندارد و این حس قدرت عظیمی به او می‌بخشد.

هرچه بیشتر به قدرت خاص او فکر می‌کردم، شخصیتی آموزنده‌تر و الهام‌بخش‌تر در وجودش می‌دیدم می‌توانستم با بهره‌مندی از این روش بر ترس‌هایم غلبه کنم؛ به همین دلیل تصمیم گرفتم کتابی درباره جسارت بنویسم جسارت از هر نوعی مراحل نگارش کتاب قانون پنجاهم قانون فیزی سنت ساده بود. دیدارهای من با فیزی و گفت‌وگوهای مان‌الگوهای

خاص رفتاری و موضوعاتی را مشخص کرد که در نهایت ۱۰ فصل این کتاب را شکل داد پس از انتخاب موضوعات با کمک هم آنها را کامل کردیم پیرامون چیره شدن بر ترس از مرگ توانایی پذیرش آشفتگی و تغییرات ذهنی سخن گفتیم اینکه اگر هر رفتاری را مثل یک فرصت بنگریم قدرتی شگرف در ما خلق می‌شود. این ایده‌ها را هم سو با تجربیات مان و محیطی بزرگ‌تر بررسی کردیم. سپس تحقیقات خودم را به آنها افزودم و الگوی رفتاری فیزیکی را با داستانهای شخصیت‌های تاریخی‌ای که رفتار جسورانه‌ای مشابه او داشتند ارتباط دادم.

در پایان باید بگویم که این کتاب فلسفه خاصی از زندگی است که این‌گونه خلاصه می‌شود: ترس‌ها زندانی هستند که شما را در دامنه رفتاری محدود گرفتار می‌کنند هر چه که ترسید قدرت بیشتری خواهید داشت و زندگی پربارتری را از آن خود می‌کنید امیدواریم که قانون پنجاهم در کشف این قدرت درونی شما الهام بخش باشد.

معارفه

بزرگ‌ترین دشمنی که انسان می‌تواند داشته باشد بالای سرش ایستاده است: ترس! می‌دانم برخی از شما از شنیدن حقیقت می‌ترسید شما با همین ترس بزرگ شده‌اید و دروغ می‌گویید. اما قصد دارم موعظه‌تان کنم و آن قدر برای‌تان از حقیقت بگویم تا از ترس بیرون آیید.

مالکوم ایکس

برخورد هراسناک

در ابتدا ترس هیجانی ساده و اساسی برای حیوان انسانی بود وقتی با چیزی عجیب مثل تهدید قریب‌الوقوع مرگ به شکل جنگ، بیماری یا مصایب طبیعی روبه‌رو می‌شدیم، احساس ترس می‌کردیم همان‌گونه که این هیجان در حیوانات کاربرد دفاعی و مراقبتی دارد، به انسان نیز این توانایی را می‌دهد که در برابر خطر و شکست در طول زمان گوش به‌زنگ باشد. برای ما انسان‌ها ترس هدفی مثبت و جانبی دارد، زیرا ما می‌توانیم خاستگاه آن تهدید را به یاد آوریم و از آن به بعد بیشتر و بهتر مراقب خودمان باشیم تمدن نیز به همین توانایی پیش‌بینی تهدیدها در محیط وابسته است ما از دل ترس‌های مان مذهب و نظام باوری را پدید آورده‌ایم تا احساس امنیت و آرامش داشته باشیم ترس قدیمی‌ترین و قوی‌ترین هیجانی است که انسان آن را می‌شناسد و چیزی است که در ضمیر ناخودآگاه و سیستم عصبی ما عمیقاً جا خوش کرده است.

در طول زمان چیزی عجیب شروع به رخ دادن کرد با افزایش کنترل مان بر محیط از شدت وحشت‌های واقعی‌ای که با آنها روبه‌رو بودیم، کاسته شد اما ترس‌های ما نه تنها کم نشد بلکه چندبرابر هم شد. ما به تدریج نگران موقعیت خود در اجتماع شدیم به این فکر کردیم که آیا دیگران ما را دوست دارند یا آیا ما به خوبی در گروه‌ها جای گرفته‌ایم ما نگران کودکی از دست رفته‌مان شدیم، نگران آینده و خانواده نگران سلامتی یا روند سالمندی خود شدیم ما ترس ساده و شدید قدیمی را با ترسی قدرتمند و واقعی جایگزین کردیم و نوعی نگرانی تعمیم داده شده به‌وجود آوردیم. مثل این بود که هزاران سال احساس ترس در رویارویی با طبیعت از بین رفتنی نیست و ما مجبوریم چیزی پیدا کنیم تا نگرانی خود را به آن اعلام کنیم و برای مان فراهم آن چیز یک احتمال باشد جزئی یا کوچک باشد یا نه. در تکامل ترس، مرحله‌ای تعیین‌کننده در قرن نوزدهم اتفاق افتاد و آن زمانی بود که مردم در تبلیغات و رسانه نگاری فهمیدند که اگر داستان‌ها و روایت‌هایشان از ترس را با دیگران در میان بگذارند می‌توانند توجه زیادی را جلب کنند. ترس هیجانی است که مقاومت در برابر آن یا کنترل آن برای مان سخت است و بنابراین ترس‌هایمان همواره تمرکز ما را بر دلایل و منابع جدید نگرانی و اضطراب تغییر می‌دهند؛ آخرین ترس بابت سلامتی ترس از موج جدید جنایت‌ها، ترس از اقدام اشتباه اجتماعی که ممکن است از ما سر بزند و خلاصه ترس از بلاهای بی‌پایان محیطی که ما شاید از آنها آگاهی نداشته باشیم. با افزایش پیچیدگی‌های رسانه‌ها و کیفیت عجیب تصاویر رسانه‌ها به ما این احساس را می‌دهند که موجوداتی شکننده در محیطی پر از خطریم هرچند نسبت به قبل در دنیایی بی‌نهایت امن‌تر و قابل پیش‌بینی‌تر از نیاکان مان زندگی می‌کنیم. به مدد رسانه‌ها فقط نگرانی‌های ما افزایش یافته است.

ترس برای چنین منظوری طراحی نشده است. عملکرد ترس این است که واکنش‌های جسمانی قدرتمندی را تحریک کند و به حیوان اجازه دهد تا به موقع کند. فرض بر این است که در هنگام رویداد خطرناک این حیوان فرار کند. حیوانی که نمی‌تواند حتی پس از تهدید خودش را از ترس‌هایش رها کند خواب و خوراک برایش سخت می‌شود. ما حیواناتی هستیم که نمی‌توانیم از ترس‌های مان خلاص شویم و وقتی چندین ترس درون مان رخنه کرد رنگ نگاه‌مان به دنیا تغییر خواهد کرد. ما به خاطر حس تهدید از احساس ترس به سمت نگرش بیمناک به زندگی و دنیا تغییر موضع می‌دهیم. تقریباً هر رویدادی را در زندگی نوعی خطر می‌پنداریم. ما خطرات و آسیب‌پذیری‌هایمان را با آگاهی نگاه می‌کنیم و فوری بر ناملایماتی که همیشه ممکن است پیش بیفتد، تمرکز می‌کنیم. معمولاً از این پدیده ناآگاهیم، زیرا آن را طبیعی فرض کرده‌ایم. در دوران وفور و ثروت دوست داریم بریز و بپاش کنیم اما در دوران مشکل و سختی این نگاه بیمناک ما را از پا در می‌آورد چنین لحظاتی همان زمانی است که نیاز داریم مشکلات را حل کنیم با واقعیت کنار بیاییم و به زندگی ادامه دهیم، اما ترس ما را به و درجا زدن دعوت می‌کند. این دقیقاً همان چیزی است که فرانکلین دلاتو روزولت هنگامی که در سال ۱۹۳۳ به ریاست جمهوری رسید با آن مواجه بود. رکود بزرگی که با سقوط بازار بورس سال ۱۹۲۹ شروع شد، در آن زمان در بدترین وضعیت ممکن قرار داشت اما آنچه روزولت را درگیر کرد، عوامل واقعی اقتصاد نبود بلکه حال و هوای عموم بود. به نظرش رسید که مردم نه تنها بیش از حد نگران‌اند و ترسیده‌اند بلکه ترس آنها رفع ناملایمات را دشوارتر می‌کند او در سخنرانی تحلیف رو به مردم کشورش گفت که چنین واقعیت‌های آشکاری همچون سقوط اقتصاد را نادیده نمی‌گیرد و نمی‌خواهد از موضع خوش‌بینی ساده لوحانه صحبت کند، اما از شنوندگانش خواست به

یاد آورند آن کشور در گذشته نیز با چیزهایی بدتر مانند جنگ داخلی دست به گریبان بوده است. آنچه ما را از چنین لحظات سختی نجات داده، روحیه پیشگام عزم و اراده ماست و این معنای حقیقی یک آمریکایی است. ترس سازوکار تمام‌عیار خودش را دارد و وقتی

ما در برابرش وا می‌دهیم انرژی و شتاب خود را از دست می‌دهیم نبود اعتماد به نفس به بی‌عملی و سکون تبدیل می‌شود و در نتیجه اعتماد به نفس مان کمتر خواهد شد روزولت به مخاطبان‌ش باز هم گفت: قبل از هر چیز بگذارید این باور محکم را بیان کنم که تنها چیزی که باید از آن بترسیم، خود ترس است. ترس بی‌نام و نشان بی‌منطق و نابخردانه‌ای که تلاش‌های لازم برای تبدیل کردن پسرفت به پیشرفت را از بین می‌برد». آنچه روزولت در سخنرانی‌اش تراش کرد لبه چاقویی بود که شکست را از موفقیت جدا می‌کرد.

این لبه همان نگرش شماست که قدرت آن را دارد که واقعیت‌تان را شکل دهد. اگر هر چیزی را از لنز ترس، ببینید تمایل می‌یابید در حالت شکست عقب نشینی باقی بمانید شما می‌توانید به راحتی بحران یا مشکلی را چالش یا فرصتی برای اثبات و توانایی‌های خویش، بدانید شانس برای تقویت یا تحکیم خودتان یا فراخوانی برای یک اقدام جمعی وقتی ترس را چالش در نظر بگیرید ویژگی‌های منفی آن مثبت می‌شوند و این تغییر حالت فقط به خاطر روندی ذهنی است که به اقدامات مثبت خواهد انجامید. درواقع روزولت از طریق رهبری الهام‌بخشش توانست ذهنیت کشور را تغییر دهد و با روحیه‌ای کارآمدتر با رکود اقتصادی مبارزه کند.

اکنون با مشکلات و بحران‌های جدید روبه‌رو هستیم که غیرت ملی ما را می‌طلبد اما همان‌طور که فرانکلین روزولت قیاسی با روزهای سخت‌تر در گذشته انجام داد می‌توانیم بگوییم آنچه امروز با آن روبه‌رو هستیم به سختی

مشکلات دهه ۱۹۳۰ و سال‌های جنگ پس از آن نیست. درواقع حقیقت امریکای قرن بیستم چیزی شبیه این است محیط فیزیکی ما امن‌تر از هر لحظه‌ای در تاریخ است. ما در خوشبخت‌ترین کشور دنیا زندگی می‌کنیم در گذشته فقط مردان سفید پوست می‌توانستند بازی قدرت را ببرند اکنون میلیون‌ها اقلیت و زن پا به این عرصه گذاشته‌اند و برای همیشه سازوکار را تغییر داده‌اند. زمان گذار از تغییرات و تحول است. ما با چالش‌های مشخصی نیز مواجهیم. دنیا رقابتی‌تر از قبل شده است: اقتصاد آسیب‌های انکارناپذیری دارد و نیاز به ابداعی دوباره دارد.

درست همانند دیگر شرایط عامل تعیین‌کننده نگرش و انتخاب نگاه‌مان به این واقعیت است که در برابر ترس و دهیم توجهی نامناسب به ابعاد منفی داده ایم و همان وضعیت دشواری را پدید آورده‌ایم که از آن می‌هراسیدیم. اگر مسیر متفاوتی را برویم و رویکرد جسورانه‌ای به زندگی داشته باشیم و به همه مشکلات با جسارت و اندکی حمله کنیم، سازوکاری کاملاً متفاوت ایجاد خواهیم کرد.

به یاد داشته باشید همه ما از ناراحت کردن دیگران ایجاد درگیری، عقب ماندن و اقدامی جسورانه کردن می‌ترسیم برای هزاران سال رابطه ما با این هیجان تغییر کرده و تکامل یافته است از ترسی بدوی از طبیعت شروع شده، به اضطرابی تعمیم داده شده درباره آینده رسیده و اکنون نگرشی بیمناک بر ما تسلط یافته است. ما در جایگاه بزرگسالانی منطقی و کارآمد باید سرانجام بر این رویه منفی فائق آییم و فراتر از ترس‌هایمان رشد کنیم.

نوع بی پروا

نخستین خاطره‌ای که از اوایل کودکی به یاد دارم یک شعله است؛ شعله آبی. اجاق گازی که کسی آن را روشن کرده بود... سه ساله بودم... ترسیده بودم؛ برای نخستین بار واقعاً ترسیده بودم ترسی واقعی و اکنون آن ترس را نوعی ماجراجویی می‌بینم؛ یک لذت عجیب به تدریج این تجربه مرا به جایی درون ذهنم برد که قبلاً آن را نمی‌شناختم به یک مرز باریک شاید لبه هر چیز احتمالی... ترس من تقریباً شبیه نوعی دعوت بود چالشی بود که مرا به سمت چیزی ناشناخته می‌کشاند. فکر می‌کنم همان جا ابتدای فلسفه شخصی زندگی شد... و از آن زمان ذهنم باور کرده و پذیرفته است که باید به دور از گرمای آن شعله به جلو حرکت کنم.

مایلز دیویس

دو راه برای رو به‌رو شدن با ترس هست که می‌توانید آن را پذیرا باشید یا به آن واکنش نشان دهید در حالت احتمالی یا پذیرا بودن در پی فرار از موقعیت تنش‌زاییم که می‌توان آن را به این صورت معنا کرد هر تصمیم‌گیری‌ای را که ممکن است به احساس دیگری منجر شود موجب برساند به تعویق می‌اندازیم یا آنچه را برای زندگی روزمره‌مان امن و راحت است انتخاب می‌کنیم تا هیچ بی‌نظمی‌ای وارد زندگی‌مان نشود. این حالت نشان‌دهنده شکنندگی و آسیب‌پذیری ما در رویارویی با همان چیزی است که از آن می‌ترسیم.

اما حالت فعال یا واکنشی حالتی است که بسیاری از ما در لحظاتی از زندگی آن را تجربه کرده ایم آنجا که موقعیتی سخت و خطرناک به ما تحمیل می‌شود که از آن می‌ترسیم مثل مصیبتی طبیعی مرگ یکی از نزدیکان یا بداقبالی که در آن چیزی را از دست می‌دهیم در این لحظه‌ها اغلب نیرویی درونی را درک می‌کنیم از آن شگفت‌زده می‌شویم و می‌فهمیم مورد ترسناک خیلی هم بد نیست؛ می‌فهمیم که نمی‌توانیم از موقعیت‌های ترسناک دوری کنیم بنابراین یا باید راهی برای پیروزی بر ترس‌هایمان

بیابیم یا از پیامدهایی که در زندگی برایمان دارند رنج ببریم چنین لحظاتی به طرزی عجیب درمانگر است؛ زیرا سرانجام با یک واقعیت روبه‌رو می‌شویم نه با سناریویی ترسناک که از طریق رسانه‌ها به خوردمان داده می‌شود. حال می‌توانیم این ترس‌ها را پشت سر بگذاریم اما مشکل اینجاست که چنین لحظاتی ماندگار نیستند و مدام تکرار نمی‌شوند آنها به سرعت ارزش خود را از دست می‌دهند و ما به حالت انفعالی و گریز باز می‌گردیم.

وقتی در موقعیت‌های نسبتاً راحتی زندگی می‌کنیم خطری از جانب محیط ما را تهدید نمی‌کند و محدودیتی برای حرکاتمان وجود ندارد؛ بنابراین هدف اصلی ما حفظ رفاه و امنیتمان است و به همین دلیل در قبال کمترین ریسک یا تهدید، در خصوص وضعیت فعلی‌مان حساس می‌شویم. احساسات ناشی از ترس ما را به عذاب آورند. اینگونه شرایط برای ما تحمل‌ناپذیر می‌شود و در وضعیت انفعالی باقی می‌مانیم اما در طول تاریخ افرادی را می‌بینیم که در موقعیت‌هایی سخت‌تر از این زندگی کرده‌اند؛ آن‌ها هم با خطراتی که هر روز بر آنها تحمیل شده این افراد بارها با ترس‌هایشان روبه‌رو شده‌اند؛ همان وضعیتی که در خلال فقر شدید رویارویی با مرگ در میدان جنگ هدایت ارتشی در نبرد زندگی در دوره‌های انقلاب و آشوب و بحران مصیبت‌های شخصی یا دست و پنجه نرم کردن با مرگ بروز پیدا می‌کند. افراد بی‌شماری در این شرایط باقی می‌مانند و روحشان با این بدبختی‌ها خرد می‌شود؛ اما برخی فقط با یک انتخاب بجا و سازنده خود را از این موقعیت‌ها بیرون می‌کشند. افراد باید هر روز با این ترس‌ها روبه‌رو شوند و بر آنها چیره شوند؛ در غیر این صورت باید به پایین ماندن تن دهند. آنها با این انتخاب مانند فولاد سخت و محکم می‌شوند.

بدانید که کسی این‌گونه به دنیا نمی‌آید و ترسیدن طبیعی است. بی‌پروایی فرایندی است که به فرازونشیب‌ها و آزمون‌های بسیار نیازمند است.

همین قدرت اراده و تمایل به کسب قدرت است که در بدبباری‌ها برخی را به پایین می‌کشد و عده‌ای را به اوج می‌رساند.

گاهی این وضعیت دفاعی در برابر ترس به وضعیتی تهاجمی تبدیل می‌شود که رفتاری شجاعانه است. چنین افرادی علاوه بر بی‌پروایی ارزش رفتار شجاعانه ضروری و غیرمتعارف را می‌فهمند و به جای پیروی از روش‌های قدیمی رفتارهایی جدید از خود بروز می‌دهند. آنها به قدرت این رفتارها پی می‌برند و آن را قالب برتر ذهنی خود می‌کنند.

در همه فرهنگ‌ها و دوره‌ها از زمان سقراط و فلسفه‌گرایی تا زمان کرنلیوس و ندر بیل و آبراهام لینکلن می‌توانیم چنین نمونه‌هایی را ببینیم. ناپلئون بناپارت نمونه‌ای از افراد جسور و خاص است که به محض شروع انقلاب فرانسه خدمت در ارتش را آغاز کرد و در این زمان بحرانی زندگی خود یکی از پر هرج و مرج‌ترین و ترسناک‌ترین دوره‌های تاریخ را تجربه کرد. در این نبرد جدید او با خطرات بی‌پایانی درگیر شد و جنگ روبه‌رو شد و توطئه‌های سیاسی بی‌شماری را رهبری کرد که با یک اشتباه در آنها سرش به زیر گیوتین می‌رفت او با استقبال از هرج و مرج‌ها و تغییرات گسترده هنر جنگ توانست این دوران را شجاعانه پشت سر بگذارد. وی در یکی از درگیری‌های بیشمارش جمله‌ای را بر زبان آورد که می‌تواند شعار همه انسان‌های جسور و بی‌پروا باشد.

در بهار سال ۱۸۰۰ ناپلئون برای هدایت ارتشی به سمت ایتالیا آماده می‌شد که فرماندهان منطقه به او هشدار دادند در آن موقع از سال عبور از آلپ غیر ممکن است. آنها از ناپلئون خواستند حتی به قیمت از دست دادن تمام شانس موفقیتش هم که شده باز انتظار بکشد. اما ناپلئون به آنها گفت: برای ارتش ناپلئون هیچ آلپی وجود ندارد. بعد خودش سوار بر قاطر سربازان را از محدوده خطرناک عبور داد و از موانع بی‌شماری گذشت نیروی اراده یک

مرد ارتش را از آلپ گذراند و دشمن را غافلگیر کرد و شکست داد هیچ آلپ و مانعی نمی‌تواند سد راه انسان بی‌پروا باشد. فردریک داگلاس نویسنده که از حامیان بزرگ لغو برده‌داری بود نیز باید در این طبقه‌بندی قرار گیرد. او در سال ۱۸۱۷ در مریلند در خانواده‌ای برده به دنیا آمد. از نوشته‌های داگلاس می‌توان فهمید که او نظام برده‌داری را سیستمی می‌دانست متکی به سطوح عمیق ترس ایجاد شده در انسان و مدام خود را مجبور می‌کرد در راستای مخالف حرکت کند با وجود تنبیه‌های شدیدی که برای آموزش خواندن و نوشتن برده‌ها وجود داشت مخفیانه خواندن و نوشتن را آموخت و زمانی که به دلیل این نافرمانی شلاق خورد مقاومت کرد و متوجه شد کمتر از همیشه تنبیه شده است. در بیست سالگی بی‌پول و بی‌هیچ خویشاوندی به سمت شمال فرار کرد. او در مقام برده‌داری لغو برده‌داری در آن منطقه سفر می‌کرد و برای مردم از شیاطین برده‌داری سخن می‌گفت مخالفان برده‌داری از وی خواستند به این کار ادامه دهد به این معنی که داستان‌های مشابهی را بارها تکرار کند؛ اما داگلاس که می‌خواست فعال‌تر باشد در برابر این خواسته هم اعتراض کرد. وی این بار دفتر روزنامه ضد برده‌داری خود را تأسیس کرد که عملی جسورانه برای یک برده محسوب می‌شد و موفقیت‌های زیادی برایش به همراه داشت.

داگلاس در هر مرحله از زندگی‌اش با عجایب قدرتمندی روبه‌رو شد؛ اما به جای تسلیم شدن در برابر ترس تنبیه تنها ماندن در خیابان‌های شهرهای غریب و روبه‌رو شدن با حامیان لغو برده‌داری شجاع‌تر شد و تهاجمی‌تر برخورد کرد. در نتیجه با چنین اعتماد به نفسی مخالفت‌های شدید و دشمنی اطرافیانش را با قدرت بیشتری پشت سر گذاشت این همان افزایش تدریجی و به موقع خودباوری و انرژی در رویارویی با شرایط منفی یا حتی ناممکن است؛ ویژگی‌ای که همه انسان‌های جسور در نقطه‌ای آن را درک می‌کنند.

باید بدانید که افراد بی‌پروا فقط از محیط فیزیکی خشن یا از دل فقر بیرون نمی‌آیند فرانکلین دلانو روزولت که در خانواده‌ای ثروتمند و ممتاز بزرگ شده بود در ۳۹ سالگی به دلیل ابتلا به بیماری فلج اطفال از کمر به پایین فلج شد. این اتفاق نقطه عطف زندگی‌اش بود زیرا با محدودیت‌های حرکتی جدی و پایان احتمالی حرفه سیاسی‌اش روبه‌رو می‌شد با وجود این روزولت از تسلیم شدن در مقابل ترس امتناع ورزید و اجازه نداد روحیه‌اش تضعیف شود. در عوض به جهت مخالف کشیده شد و برای بهبود بیشتر شرایط جسمانی و تقویت روحیه تزلزل‌ناپذیر خود تلاش کرد. همین اقدامات او را به شجاع‌ترین رئیس‌جمهور ما آمریکایی‌ها تبدیل کرد. برای این افراد هر نوع محدودیت و بیماری در هر سنی آزمونی دشوار است که به نگرش و رفتارشان شکل می‌دهد.

انسان‌های بی‌پروای جدید

این گذشته، این گذشته سیاه‌پوستان، آتش، شکنجه، فتاب دار، مرگ و خفت، ترس شبانه‌روزی، ترسی که به مغز استخوانت می‌رسد... این گذشته، این نبرد بی‌پایان برای حفظ هویت انسانی و شکل دادن به آن با تمام ترس‌هایش چیز زیبایی در باطن دارد... کسی که رنج را تحمل نکند هیچ‌گاه رشد نمی‌کند و هیچ‌گاه نخواهد فهمید خود حقیقی‌اش چه کسی است...

جیمز بالدوین

آمریکایی‌ها در بیشتر سال‌های قرن نوزدهم با خطرات و اتفاقات متفاوتی روبه‌رو شدند؛ شرایط خصمانه در مرزها، اختلافات سیاسی شدید، آشوب و بی‌قانونی که ریشه در تحولات بزرگ تکنولوژی و تحرک طبقاتی داشت؛ اما با چیره شدن بر ترس‌ها و غم‌ها و روحیه پیشرو یا همان حس ماجراجویی و توانایی معروف آمریکایی‌ها در حل مشکلات، توانستند بر این فشار و خفقان پیروز شوند.

و امروزه این وضعیت با رفاه رو به رشد موجود در حال تغییر است. البته در قرن بیستم همچنان ناملایمات قبلی در بخشی از کشور یعنی محله‌های قدیمی فقیرنشین سیاهان آمریکا باقی مانده است. با وجود این افرادی بی‌پروا از دل چنین شرایط دشواری بیرون آمده‌اند؛ از جمله جیمز بالدوین، مالکوم ایکس و محمد علی کاسیوس مارسلوس کلی اما نژادپرستی حاکم بر دوره زندگی آنها قدرت این افراد را برای رسیدن به رهایی کامل محدود کرد.

به تازگی محله‌های جدیدتری در آمریکا شکل گرفته است که برای پیشرفت در بالاترین بخشهای قدرت همچون موسیقی سیاست و تجارت آزادی عمل بیشتری دارند. آنها مردمانی از غرب وحشی هستند و در این محیط آموخته‌اند روی پای خود بایستند و به رؤیاهای‌شان بال و پر دهند فرهنگ را از خیابان و تجربه‌های خشن شخصی آموخته‌اند و تا حدی

بازماندگان افراد بی‌بندوبار قرن نوزدهم‌اند؛ همانهایی که با اندکی آموزش رسمی روش جدیدی برای تجارت خلق کردند. روحیه این افراد با بی‌نظمی قرن بیست و یکم متناسب است و بررسی زندگی‌شان ارزشمند است. آنها چیزهای زیادی برای آموختن به ما دارند.

در دوره حال حاضر، رپر فیفی سنت کورتیس جکسون یکی از مهمترین افراد این طبقه نوظهور است. او در محله خشن و پرتنش ساوتساید کوئینز در دوره فراگیر شدن کُرک در دهه هشتاد بزرگ شد و در هر مرحله از زندگی‌اش مجبور بود با خطراتی روبه‌رو شود که به سبب آنها می‌آموخت و محکم‌تر می‌شد. عادت‌های او ناشی از رفتارهای شجاعانه‌ای بودند که آرام آرام تقویت شدند.

یکی از بزرگ‌ترین ترس‌های ممکن به حال خود رها شدن و تنها ماندن در دنیای خشن است و بیشتر کابوس‌های اولیه ما نیز از این ترس سرچشمه می‌گیرد. در زندگی فیفی این ترس واقعی بود و هرگز پدرش را نشناخت و در هشت سالگی مادرش به قتل رسید؛ در نتیجه خیلی به متوجه شد که نباید به دیگران وابسته باشد؛ یعنی دریافت هرگاه در زندگی از چیزی می‌ترسد فقط باید به خودش تکیه کند و اگر نمی‌خواست حس تنهایی را تجربه کند باید می‌آموخت که بر این حس غلبه کند. از سنین پایین موادفروشی خیابانی را یاد گرفت پس به هیچ روی نمی‌توانست از ترس دور بماند؛ زیرا هر روز باید با خشونت و تجاوز روبه‌رو می‌شد. فیفی که ترس واقعی را به شکل مداوم تجربه می‌کرد آن را حسی تخریب‌گر و ناتوان‌کننده یافت. اگر در خیابان‌ها رفتاری آمیخته با ترس داشته باشید کسی به شما احترام نمی‌گذارد و سرانجام به نقطه‌ای می‌رسید که به شما امرونهی می‌شود. در نهایت برای اینکه می‌خواهید از خشونت دوری کنید باید خشونت بیشتری را تحمل کنید. اگر به هر شکلی می‌خواهید قدرت قاچاقچیان

خیابانی را به دست آورید هیچ انتخابی جز غلبه بر این ترس ندارید و این بی‌پروایی حسی نیست که دیگران آن را از چشمان شما بخوانند؛ پس فیتی باید بارها خود را در موقعیت تنش‌زا قرار می‌داد نخستین باری که با فردی اسلحه به دست روبه‌رو شد ترسید؛ برای دومین بار ترس کمتری داشت و دفعه سوم دیگر ترس برایش مفهومی نداشت.

آزمایش و اثبات شجاعت با این روش قدرت بی‌نظیری به وی بخشید و ارزش شجاعت را درک کرد؛ در نهایت دریافت که چگونه می‌تواند با اعتماد به نفس زیاد خویش دیگران را به زانو درآورد. البته قاچاقچیان هر چقدر هم سخت و خشن باشند همیشه با مانعی ترسناک روبه‌رو هستند؛ یعنی ترس ترک کردن خیابان‌های شنبابی که همه مهارت‌های‌شان را به آنها آموخته است. آنها به این سبک زندگی عادت می‌کنند هرچند شاید مرگی زود هنگام برایشان به ارمغان داشته باشد یا در نهایت به زندان بروند ولی نمی‌توانند قاچاق خیابانی را ترک کنند.

و فیتی که آرزوهایش فراتر از یک قاچاقچی خیابانی بود خودش را واداشت تا با این ترس قدرتمند روبه‌رو شود و بر آن چیره گردد در بیست سالگی در اوج موفقیت قاچاق خیابانی تصمیم گرفت از این بازی بیرون بیاید و بی‌هیچ‌گونه ارتباط یا حتی داشتن شبکه‌ای مطمئن وارد عرصه موسیقی شود فیتی یا باید در عرصه موسیقی موفق می‌شد یا سقوط می‌کرد بنابراین شجاعانه و با نیرویی عظیم کار خود را آغاز کرد و در دنیای رپ توجهات را به خود جلب نمود.

فیتی در جوانی با بدترین ترس‌های آزاردهنده بشر روبه‌رو شده بود مثل رها شدن خشونت و تغییرات مهمی که او را قدرتمند و انعطاف‌پذیر کرده بود؛ اما در ۲۴ سالگی کمی پیش از انتشار نخستین آلبومش با مرگ مواجه شد؛ چیزی که بسیاری از ما آن را ترس نهایی می‌دانیم یکی از روزهای می

سال ۲۰۰۰ که فیفی در ماشین نشسته بود یک آدمکش مزدور ۹ گلوله به وی شلیک کرد. یکی از گلوله‌ها به آرواره‌اش اصابت کرد و از آن خارج شد که فقط با یک میلیمتر جابه‌جایی فیفی را می‌کشت

پس از این اتفاق کلمبیا رکوردز با لغو انتشار نخستین آلبوم فیفی او را از رده خارج کرد؛ زیرا مدیران اجرایی این شرکت که از هر نوع درگیری با او و جرم‌های ارتكابی‌اش می‌ترسیدند مخالف حضور وی در این صنعت بودند؛ حتی بسیاری از دوستانش مخالف او شدند؛ شاید به این دلیل که فکر می‌کردند فیفی ضعیف است. او دیگر پولی نداشت و نمی‌توانست پس از پشت کردن به قاچاق خیابانی به این کار برگردد و ظاهراً کارش در موسیقی نیز تمام شده بود و این یکی از همان نقاط عطفی است که توانایی فرد را در رویارویی با بدبباری‌ها نشان می‌دهد. انگار فیفی با آلب صعب‌العبور روبه‌رو شده بود.

در این شرایط فیفی مانند فردریک داکلاس عمل کرد تصمیم گرفت خشم انرژی و بی‌پروایی‌اش را به تدریج افزایش دهد تا این حد نزدیکی به مرگ سبب شد که فیفی کوتاهی زندگی را درک کند که نمی‌خواست حتی یک لحظه را تلف کند تصمیم گرفت با فعالیت در حرفه موسیقی به چنگ آوردن این حرفه طلایی و از دور خارج کردن موسیقی‌ای که صاحبان این فن فکر فروشش را داشتند راه عادی موفقیت را پس بزنند. او می‌خواست با انتشار یک میکس تیپ به راهش ادامه دهد. با این کار می‌توانست موسیقی خود را بفروشد یا مجانی در خیابان‌ها پخش کند. با این روش می‌توانست صدای خشن و پرداخت نشده‌ای را که به نظر خودش مناسب‌ترین صدا بود عرضه کند و بی‌آنکه مجبور باشد کلامش را ملایم‌تر کند به زبان خلافاکاران محله حرف بزند.

احساس رهایی می‌کرد می‌توانست مدل تجاری غیرمعمولی را که خواهانش بود داشته باشد. حس می‌کرد چیزی برای از دست دادن ندارد.

انگار در آن روز در سال ۲۰۰۰ در ماشین آخرین ذرات ترسی که در وجودش بود از بین رفته بود. فیزی با انتشار میکس تیپ‌های خیابانی مشهور شد و توجه امینم را به خود جلب کرد. امینم نیز بلافاصله از جانب کمپانی‌ای که خودش و دکتر دره در آن عضو بودند قراردادی با فیزی امضا کرد بدین ترتیب در سال ۲۰۰۳، امینم صحنه را برای اوج‌گیری برق آسای فیزی در دنیای موسیقی آماده کرد. این اقدام موجب خلق امپراتوری حرف‌های و پایدار فیزی تا به امروز شد.

ما در عصر تحول و دگرگونی زندگی می‌کنیم و می‌بینیم که چگونه قوانین قدیمی پیش چشم‌انمان شکسته می‌شوند با وجود این رهبران تجاری و سیاسی ما در چنین وضع لجام گسیخته‌ای برای انجام دادن کارها به روش‌های قدیمی متوسل می‌شویم؛ زیرا از هرگونه بی‌نظمی و تغییری می‌ترسند.

اما انسان‌های بی‌پروای مدرنی همچون فیزی در مسیری مخالف حرکت می‌کنند. آنها هرج و مرج دوره‌ای خاص را مناسب میدان می‌دانند و بدون ترس آن را تجربه می‌کنند خشونت به خرج می‌دهند و روش‌های جدیدی را امتحان می‌کنند و به این ترتیب رشد می‌کنند؛ آنها پذیرای پیشرفت‌های فناوری هستند که این موضوع به طور ذاتی دیگران را می‌ترساند؛ آنها گذشته را می‌کنند مدل تجاری خودشان را خلق می‌کنند و در برابر روحیه محافظه‌کاری که در این دوره مهم دست از سر دنیای تجاری آمریکا برنمی‌دارد تسلیم نمی‌شوند؛ در محور مرکزی موفقیت آنها منطقی دیده می‌شود که بی‌پروایان گذشته آن را می‌شناختند و به کار می‌بردند؛ یک قانون قدرت که پایه هر نوع موفقیتی در دنیاست.

قانون پنجاهم

بزرگ‌ترین ترس مردم این است که خودشان باشند؛ آنها می‌خواهند فیهتی سنت یا یک شخص دیگر باشند، همه رفتاری مشابه دیگری دارند حتی اگر مناسب موقعیت و شخصیت‌شان نباشد اما باید بدانید که با این روش به جایی نمی‌رسید زیرا ضعیف هستید و کسی به شما توجه نمی‌کند شما از خودتان از آنچه شما را از دیگران متفاوت می‌سازد می‌ترسید و فرار می‌کنید اما من بر این ترس غلبه کردم و وقتی به دنیا فهماندم که نمی‌خواهم مانند بقیه باشم قدرتی به دست آوردم که مانع برگشتن من به وضعیت قبل شد.

فیهتی سنت

قانون پنجاهم بر این فرض استوار است: به طور کلی ما انسان‌ها کنترل اندکی بر شرایط داریم و این اساس قانون فیهتی سنت است. مردم با انجام دادن کارهایی برای ما البته به طریقی مستقیم و غیرمستقیم در زندگی‌مان حضور دارند و ما زندگی‌مان را در قبال بخشش به رفتارهای آنها تباه می‌کنیم خوبی‌هایی که وارد زندگی‌مان می‌شوند بدی‌هایی که در پی دارند ما به سختی تلاش می‌کنیم تا حدودی شرایط را کنترل کنیم و در ماندگی در برابر رویدادها حسی ناخوشایند است. البته گاه موفق می‌شویم اما میزان کنترلی که بر سایر افراد و موقعیت‌ها داریم به طرز ناامیدکننده‌ای کم است.

بر اساس قانون فیهتی کنترل یک مورد کاملاً در دست ماست؛ کنترل عادت‌های فکری در چگونگی برخورد با رویدادهای محیطی حال اگر بتوانیم بر تنش‌های خود چیره شویم و در زندگی رفتاری شجاعانه از خود نشان دهیم، محدوده کنترل‌مان بر موقعیت‌ها به طرز عجیبی افزایش می‌یابد. در این نقطه غایی حتی می‌توانیم موقعیت‌هایی را خلق کنیم که خود منشأ قدرتی شگفت‌انگیزند. این همان جایگاهی است که انسان‌های بی‌پروا از آن برخوردارند. انسان‌هایی که قانون فیهتی را در زندگیشان به کار می‌برند همه ویژگی‌های خاصی دارند شجاعت بالا غیر معمول بودن انعطاف‌پذیری و درک

حس ضرورت این ویژگی‌های برجسته توانایی خاصی را برای ایجاد موقعیت‌های جدید در اختیار آنها می‌گذارد.

انجام دادن عملی شجاعانه به جسارت بسیاری نیاز دارد. افرادی که هدف عملی بی‌پروایی هستند یا آنهایی که شاهد آن هستند باور دارند چنین جسارتی واقعی و توجیه‌پذیر است و به طور غریزی به آن واکنش نشان می‌دهند؛ به این صورت که یا آن را تأیید می‌کنند یا خود را از موقعیت کنار می‌کشند یا از مریدان فرد جسور می‌شوند. یک عمل شجاعانه می‌تواند انسان را سرپا نگه دارد و موانع را برطرف کند تا با این شیوه شرایط مطلوب خود را بسازد.

ما موجوداتی اجتماعی هستیم و پیروی از اطرافیان و معیارهای گروهی خواسته طبیعی ماست اما در اصل ترس عمیقی که در وجود ما نهفته عامل این تابعیت است؛ ترس از دیده شدن ترس و وحشت را در دل کردن روش خودمان بدون توجه به نظر دیگران اما افراد شجاع می‌توانند بر این ترس غلبه شوند و این غیرمعمول بودن آنها را به جایگاهی می‌رساند که از دیدنشان شگفتی می‌شویم به همین دلیل در خلوت خودمان آنها را می‌ستاییم و به آنها احترام می‌گذاریم و آرزو می‌کنیم کاش بتوانیم مانند آنها عمل کنیم به طور طبیعی متمرکز ماندن سخت است؛ زیرا هر لحظه موضوعی توجه ما را به خود جلب می‌کند و آنهایی که تفاوت‌های‌شان را بدون ترس بیان می‌کنند برای مدتی طولانی توجه ما را به سطح عمیق‌تری جلب می‌کنند و این نشان‌دهنده قدرت و میزان کنترل آنهاست. بسیاری از ما تلاش می‌کنیم با مدیریت جزئی محیط فعلی خود به شرایط متغیر زندگی واکنش نشان دهیم وقتی اتفاق غیرمنتظره‌ای می‌افتد، جدی می‌شویم و با به کارگیری بعضی روش‌های مؤثر گذشته به آنها پاسخ می‌دهیم با تغییر سریع رویدادها به سادگی گیج می‌شویم و کنترل خود را از دست می‌دهیم اما پیروان قانون فیتی از تغییر و هرج و مرج نمی‌ترسند و با حداکثر انعطاف‌پذیری پذیرای آن هستند.

آنها با روند تغییرات حرکت می‌کنند و آنگاه با کمک زمان تغییرات را به آرامی در مسیری قرار می‌دهند که انتخاب کرده‌اند این افراد در سیستم ذهنی خود رویدادهای غیر منتظره منفی را به موقعیتی مثبت تبدیل می‌کنند.

داشتن تجربه‌ای نزدیک به مرگ یا یادآوری کردن این نکته که زندگی کوتاه است می‌تواند تأثیری مثبت و درمانی داشته باشد روزهای زندگی محدودند؛ پس بهتر است به هر لحظه اهمیت دهیم و ضرورت زیستن را درک کنیم زندگی می‌تواند هر لحظه تمام شود. افراد شجاع معمولاً از طریق تجربه‌های تکان‌دهنده به چنین آگاهی‌ای می‌رسند. آنها انرژی لازم را برای بهتر انجام دادن کارهای در خود دارند و قدرت به دست آمده از این طریق به تعیین حرکت بعدی کمک می‌کند.

موضوع بسیار ساده است اگر جریانی به ترس‌های عادی بیش از حد اهمیت دهید با سرپیچی از قانون مهم فیزیکی سنت گزینه‌های انتخابی و توانایی خود را در شکل دادن رویدادها کم می‌کنید. شما می‌تواند شما را در محدوده‌ای منفی قرار دهد به طوری که توانایی‌هایتان انرژی وارونه داشته باشد؛ برای مثال محافظه کاری شما را به خلوت می‌کشاند؛ به گونه‌ای که در طولانی مدت با از دست دادن توانایی‌تان برای منطبق شدن با تغییرات، داشته‌های حال حاضر را نیز از دست می‌دهید؛ یا حتی زمانی که به شدت برای کسب رضایت دیگران تلاش می‌کنید شاید باعث شوید آنها از شما دوری کنند. دلیل این اتفاق ساده است به دشواری می‌توان با فردی چون شما که رفتاری چاپلوسانه دارد با احترام برخورد کرد اگر از اشتباهات‌تان چیزی نیاموزید بارها اشتباه خواهید کرد در صورت نقض این قانون حتی اطلاعات ارتباطات یا آگاهی‌های تکنیکی بالا هم نمی‌تواند شما را نجات دهد رفتارهای هراس‌گونه و از روی ترس شما را در زندانی نامرئی گرفتار می‌کنند و همان‌جا خواهید ماند.

اما توجه به قانون فیزیکی حرکتی خلاف جهت خلق می‌کند دریاچه امکانات را می‌گشاید آزادی عمل به ارمغان می‌آورد و به خلق حرکتی رو به جلو در زندگی کمک می‌کند.

کلید پیشبرد این ابرقانون این است در رویارویی با ترس‌ها حالتی فعالانه به خود بگیرید. این اقدام یعنی وارد شدن به عرصه‌هایی که دوری از آنها به طور طبیعی شما را شرمسار می‌کنند؛ از جمله تصمیم‌گیری‌های سختی که از آنها فرار کرده اید رویارویی با افرادی که در برابر شما قدرتمندانه عمل کرده‌اند اندیشیدن به خود و نیازمندی‌های خویشتن به جای خشنودسازی دیگران و واداشتن خود به تغییر مسیر زندگی هرچند چنین تغییری برایتان ترسناک باشد.

پس به دقت خود را در شرایط سخت قرار دهید و واکنش‌هایتان را بررسی کنید. در هر شرایطی متوجه می‌شوید که به ترس‌هایتان بیش از حد بال و پر داده بودید و می‌فهمید روبه‌رو شدن با آن به طور مؤثر شما را به واقعیت نزدیک می‌کنند. زمانی می‌رسد که به قدر تغییر دیدگاه پی می‌برید؛ زمانی که پیروزی بر جنبه منفی یک ترس خاص کیفیتی مثبت همچون اعتماد به نفس شکیبایی خود باوری و..... را در شما تقویت می‌کند و وقتی تغییر را آغاز کنید بازگشت سخت است؛ موارد بیان شده در هر یک از فصل‌های پیش رو این تغییر دیدگاه را واضح‌تر می‌کنند آنگاه به راه خود ادامه می‌دهید تا بتوانید بی‌واهمه و شجاعانه با همه چیز روبه‌رو شوید.

بدانید که حتماً نباید در ساوتساید کوئینز بزرگ شده باشید یا یک قاتل به شما حمله کند تا این رفتار را در خود پرورش دهید. همه ما با فراز و نشیب‌ها، بدبیری‌ها و شکست‌هایی روبه‌رو می‌شویم که به دلیل ترس آنها را نادیده گرفته‌ایم یا از آنها دوری می‌کنیم پس واقعیت فیزیکی محیط شما مهم نیست بلکه شرایط فکری شما و چگونگی رویارویی‌تان با بدبیری‌ای

اهمیت دارد که در همه مراحل زندگی همراه شماست. فیزیکی مجبور بود با ترس هایش روبه‌رو شود؛ شما نیز باید این وضعیت اجباری را انتخاب کنید. نکته پایانی اینکه رفتار شما می‌تواند واقعیت را در دو مسیر متفاوت شکل دهد مسیری که شما را به انزوا بکشاند و در ترس محدودتان کند و مسیری که دریچه امکانات و آزادی عمل را به رویتان بگشاید برای خواندن فصل‌های پیش رو طرز فکر و روحیه شما به یک میزان مؤثرند. اگر با خودپسندی این کتاب را می‌خوانید و احساس می‌کنید قضاوت می‌شوید و در معرض اتهام هستید بی‌شک حالتی تدافعی دارید و بی‌دلیل خود را از قدرتی که این چند فصل برایتان به همراه دارد محروم می‌کنید؛ اما به خاطر بسپارید که ما بشریم و با ترس‌هایمان دستگیر می‌شویم کسی در حال قضاوت شدن نیست؛ بنابراین اگر این مطالب را به عنوان دستوری برای زندگی‌تان بخوانید و تلاش کنید آنها را کلمه به کلمه عمل کنید ارزش آنها را درک می‌کنید و در زندگیتان نیز به کار می‌برید.

باید این کلمه‌ها را با روحیه‌ای بی‌پروا جذب کنید و بگذارید ایده‌ها در شما نفوذ کنند و روی دیدگاه شما درباره زندگی تأثیر بگذارند از تجربه کردن آنها نهراسید با این شیوه کتاب را در قالب محیط خود در می‌آورید و در برابر دنیا قدرتی مشابه کسب می‌کنید.

از دیدگاه من بهتر است سریع باشید تا محتاط زیرا بخت همانند زنی است که اگر خواهانش باشید باید او را از پا در آورید و بر او غلبه کنید و واضح است که این زن ترجیح می‌دهد مردانی سریع و بی‌تاب او را تصاحب کنند تا آنهایی که محتاطانه گام برمی‌دارند.