

نیروی برنامه ریزی

برنامه پرواز

راز واقعی موفقیت

چگونه سریع تر از آن چه تصور می کردیم موفق تر باشیم.
قفل تمام استعدادهای تان را برای دست یابی به موفقیت بشکنید.

نویسنده: برنارد تریزی

مترجم: فاطمه امینی



سرشناسه

: تریسی، برایان، ۱۹۴۴ - م

Tracy, Brian

عنوان و نام پدیدآور

: نیروی برنامه‌ریزی: برنامه پرواز، راه و اتمسفر موفقیت... /

نویسنده برایان تریسی؛ مترجم فاطمه مینی

: تهران: شایگان کتاب، ۱۳۹۵.

مشخصات نشر

مشخصات ظاهری

: ۱۶۰ ص.

شابک

978-600-95793-6-5:

وضعیت فهرست‌نویسی

: فیبا

موضوع

: موفقیت

شناسه افزوده

: امینی، فاطمه، ۱۳۶۴ - مترجم.

رده‌بندی کنگره

BF ۶۳۷ / م ۸ ۳۶۴ ۱۳۹۵:

رده‌بندی دیویی

۱۵۸/۱:

شماره کتابشناسی ملی

۴۲۱۶۱۰۰:



انتشارات
شاپگان کتاب

نیروی پرتلاشی

نویسنده: برایان ریزی

مترجم: فاطمه امینی

ناشر: انتشارات شاپگان کتاب

ناظر چاپ: حمید رضا چمنی

چاپ و صحافی: منصوری

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۵

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۹۰۰۰ تومان

ISBN: 978-600-95793-6-5

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۷۹۳-۶-۵

آدرس: خیابان نواب - بالاتر از میدان جمهوری - خیابان کلهر غربی، پلاک ۲۳۸ - طبقه اول

تلفن: ۶۶۹۱۹۹۴۶ فکس: ۶۶۹۱۹۹۶۳ همراه: ۰۹۱۲۶۹۶۶۵۰۶

Email: Shapigan.pubs@Yahoo.com

فهرست

۹	تکمه: راز واقعی موفقیت
۱۶	فصل یک: مقدمه خود را انتخاب کنید
۳۴	فصل دو: چگونه هاست. راز خود را دوره کنید
۴۵	فصل سه: برنامه‌ریزی راز خود را بنویسید
۵۸	فصل چهار: خود را برای سفر آماده کنید
۶۹	فصل پنج: با تمام قوا، پیش بروی هدف
۷۷	فصل شش: برای آشوب برنامه‌ریزی کنید
۹۱	فصل هفت: مدام درگیر اصلاحات باشید
۱۰۶	فصل هشت: به یادگیری و پیشرفت خود، راضی نبخشید
۱۲۰	فصل نه: ذهن فوق متفکر خود را فعال کنید
۱۳۰	فصل ده: از میان برها و سراب‌ها چشم‌پوشی کنید
۱۳۷	فصل یازده: ترس‌های تان را کنترل کنید
۱۴۷	فصل دوازده: تا رسیدن به موفقیت مقاومت کنید
۱۵۷	کلام آخر: موفقیت تصادفی نیست

درباره‌ی نویسنده

برایان یکی از برجسته‌ترین سخنرانان تجاری آمریکا، نویسنده‌ی معروف‌ترین کتاب‌ها و در دنیای امروز یکی از مشاورین و مربیان شخصی و حرفه‌ای موفق به‌شمار می‌رود. او هر سال برای دویست و پنجاه هزار نفر در باب موفقیت فردی و مدیریت هوشمندانه، خلاقانه و تجاری سخنرانی می‌کند. بیش از سی کتاب را به رشته‌ی تحریر درآورده و بیش از سیصد برنامه‌ی صوتی و تصویری را تهیه کرده است. اغلب کتاب‌های او به زبان‌های دیگر ترجمه شده و در پنجاه و دو کشور مورد مطالعه قرار می‌گیرد. او با الکساندر کمپل فریزر^۱ برای نوشتن کتاب مربیگری پیشرفته، برنامه‌ی مربیگری و برنامه‌ی عالی مربیگری هم قلم شده است.

برایان با مشاوره‌ی خود هزاران شرکت را راهنمایی کرده و بیش از دو میلیون نفر را به‌طور خصوصی مورد آشنایی قرار داده است. ایده‌های او به اثبات رسیده، عملی و مؤثر بوده‌اند. خوانندگان کتاب‌های او، شرکت‌کنندگان در سمینارهای او و مربیان کنندگان در کلاس‌های مربیگری او تکنیک‌ها و استراتژی‌هایی را یاد می‌گیرند که می‌توانند در جهت پیشرفت در زندگی و کار خود بلافاصله آنها را به کار بگیرند.

مقدمه

راز واقعی موفقیت

یک ستر هزار کیلومتری با برداشت یک قدم آغاز می‌شود.
کنفیوس^۱

عصر حاضر برای انسان‌ها بسیار دشوار است. در طول تاریخ بشر، هرگز تا این حد رسیدن به اهداف برای اغلب مردم امکان‌پذیر نبوده است. و اگر قرار بوده انسان به موقعیت بشر است پیدا کند، ماه‌ها یا سال‌ها طول می‌کشیده تا خواسته‌اش محقق شود. وظیفه‌ی شما این است که به گفته‌ی اقتصاددانان در «عصر طلایی» دوران زناگی بشر بی‌کم و کاست خود را شریک بدانید.

در این دنیا، همه دوست دارند خوشبخت، سلامت، خوش‌اندام و ثروتمند باشند - البته ترجیحاً در کوتاه‌ترین زمان ممکن. در طول تاریخ افراد و سازمان‌های بیشماری در پاسخ به این نیاز جهانی فرمول‌های وسوسه‌انگیز، تکنیک‌های خاص، استراتژی‌های اسرارآمیز و رازهایی را به افراد پیشنهاد داده‌اند که از طریق آنها بتوان بدون سعی و تلاش به موفقیت و خوشبختی دست یافت.

هر یک یا دو سال یک بار، یک نفر با خلق کتابی مثل کتاب «راز» از راه می‌رسد و می‌گوید: یک راه سریع و بی‌دردسر برای خوشبخت بودن و ثروتمند شدن وجود دارد. طبق کتاب «راز» فقط باید افکار مثبت را در ذهن پیورانید و آن‌ها را به تصور بکشید، بعد می‌توانید هر آنچه را که می‌خواهید سوی زندگی‌تان جذب کنید. کسی از این ایده خوشش می‌آید که تاب سختکوشی ندارد، یعنی همان چیزی که برای دستیابی به هر خواسته‌ی ارزشمندی موردنیاز است.

راز واقعی، موفقیت، در واقع می‌خواهد بگوید پشت پرده هیچ رازی نیست. اصول جهانی و حقایق همیشگی کشف شده و دوباره کشف شده در لایه‌های ناگفته بشر می‌تواند همین راز باشد. خوشبختی، سلامتی و رفاه تصادفی نیست. اختیار ما قرار نخواهند گرفت. در نتیجه‌ی یک برنامه‌ریزی سنجیده، دید می‌آیند و وابسته به قانون بی‌چون و چرای علت و معمول خواهند بود.

این قانون‌گویای این مطلب است: برای هر علتی، معلولی وجود دارد. علاوه بر آن خواهد گفت: «برای هر معلولی، علت یا علت‌هایی وجود دارد.» بدین معنی که اگر کارهای خاص را انجام دهید، بی‌شک نتایج خاصی هم دریافت خواهید کرد. کتاب عباس می‌گوید: «بر اساس آنچه کاشته‌اید، برداشت خواهید کرد.» اما حال نوتون^۱ نیز می‌نویسد: «در برابر هر عملی یک عکس‌العمل برابر و متقابل وجود دارد.»

قانون ساده‌ای وجود دارد که می‌گوید: اگر بارها و بارها همان کاری

را انجام دهید که افراد موفق انجام داده‌اند، سرانجام به همان نتایجی دست خواهید یافت که آنها به دست آورده‌اند. در مقابل، اگر عملیات افراد موفق را تکرار نکنید، هیچ چیز به شما کمک نخواهد کرد. موفقیت تصادفی به دست نمی‌آید. نباید آن را شانس و اقبال دانست، بلکه در پی برنامه‌ریزی حاصل خواهد شد. در واقع، به زبان ساده، موفقیت در سایه ی علت و معلول به وجود می‌آید.

کشف بزرگ

شاید ایجاد اصول منطقی، فلسفه، متافیزیک و روان‌شناسی که جزئی از بزرگ‌ترین اکتشافات در تاریخ بشر به شمار می‌روند بر این اساس باشد که افکار همان علت‌ها را شرایط همان معلول‌ها هستند. این یعنی افکار شما خالق واقعیت شما هستند. شما دنیا را آن‌گونه که هست نمی‌بینید، بلکه آن‌گونه که هستید آن را می‌بینید. به هر کجا نگاه می‌کنید خودتان را می‌بینید. به بیان عامه‌تر، دنیای بیرون شما آینه‌ای است از دنیای درون‌تان. به هر آنچه در درون‌تان می‌اندیشید، انعکاسش را در دنیای بیرون خواهید دید. اگر می‌خواهید بدانید درون یک شخص چه خبر است، فقط به آنچه اطراف او در دنیای بیرون اتفاق می‌افتد بنگرید.

قانون مطابقت می‌گوید: «دنیای بیرون شما با دنیای درون‌تان همخوانی دارد.» این قانون غیرقابل نقض است. اگر در درون آمادگی حضور چیزی را نداشته باشید و از قبل آن را در درون‌تان به دست نیاورده باشید، نمی‌توانید در دنیای بیرون آن را به دست آورید و برای یک مدت طولانی آن را برای خود نگه دارید.

از قدیم شنیده‌اید که برای دستیابی به موفقیت باید ویژگی‌هایش را دارا باشید. بسیار خوب، اگر می‌خواهید در دنیای بیرون چیزی را به دست بیاورید یا تجربه کنید، اول باید مشابه ذهنی آن را درون خود به وجود بیاورید. اگر می‌خواهید دنیای بیرون خود را تغییر دهید، باید دنیای درون خود را تغییر دهید. گوته^۱ می‌گوید: «برای بیشتر داشتن ابتدا باید وسعت بگیرید.»

به بیان دیگر، اگر می‌خواهید در هر زمینه‌ای یک زندگی متفاوت داشته باشید، باید به یک انسان متفاوت تبدیل شوید. باید یاد بگیرید و پیوسته دنیا را به تجربه و آزمایش لازم برای دست‌یابی به یک زندگی ایده‌آل به شما تعلیم و بصیرت ارائه دهد. هیچ میان‌بری وجود ندارد.

این موضوع را به یاد داشته‌اید، در مورد موفقیت انداخت که سال‌هاست آن را برای هزاران نفر در سراسر دنیا گفته‌ام. هرگاه این استعاره را بیان می‌کنم، هر فرد موفق که برایش صحبت کرده‌ام، می‌گوید: «این دقیقاً همان دلیلی است که من امروز به خاطرش موفق هستم.»

زندگی یک سفر است

چندین سال است که پشت سرهم به اقصی نقاط کشور و یا دنیا پرواز کرده‌ام. روزی به حقیقت بزرگی دست یافتم: وقتی با هواپیما سوی هر مقصدی در حال پرواز هستید، نود و نه درصد از کل زمان پرواز از

مسیر خارج خواهید شد! آن هم فقط به خاطر شرایط اجتناب ناپذیری مثل جریان روبه بالا و پایین هوا، وزش باد مخالف، خرابی وضع هوا، توفان، رعد و برق و جاذبه‌ی زمین، در این صورت هواپیما در طول سفر از مسیر خود خارج خواهد شد.

شاید هواپیما به قصد سفر به نیویورک از لوس آنجلس بلند شده باشد، اما خلبان از پشت بلندگو خواهد گفت: «خانم‌ها و آقایان، از این ده ما سفر می‌کنید متشکریم. سفر امروز تقریباً پنج ساعت و بیست دقیقه طول می‌کشد. ساعت بیست دقیقه به شش در فرودگاه لاگاردیا^۱ به زمین خواهیم نشست. سفر خوبی داشته باشید.» بدون هیچ تردیدی پس از گذشت پنج ساعت و بیست دقیقه، رأس ساعت و دقیقه‌ی پیش‌بینی شده، هواپیما در لاگاردیا فرود خواهد آمد.

نکته این است: شما هم ممکن است در طول زندگی بارها از مسیر اصلی خارج شوید. اصلاً مهم نیست در ابتدا چقدر سنجیده برنامه‌ریزی و سازمان‌دهی کرده باشید، چون زندگی یعنی دو قدم پیش رفتن و یک قدم به عقب برگشتن. درست زنده ماندن لحظه‌ای که به سوی هدف خود سفر زندگی را آغاز می‌کنید، مجبور نیستید به کرات اشتباهات را درست کنید. باید شروع کنید، توقف کنید، چپ و راست بروید، از روی موانع گذر کنید و یا راه رفته را بازگردید. بزرگوار همان تجربیات لازم هستند که باید کسب کنید تا به کسی تبدیل شوید که برای دستیابی به هر موفقیت طولانی مدتی، باید باشید.

به یک برنامه‌ی پرواز احتیاج دارید

روزی مرد عاقلی به من گفت: «هدف، موفقیت است، بقیه فقط حواشی هستند.» برای رسیدن به بهترین‌ها باید اهداف مشخصی داشته باشید، برنامه‌ریزی کنید و طبق یک برنامه‌ی زمان‌بندی شده از جایی که امروز هستید به جایی بروید که می‌خواهید در آینده باشید. به یک برنامه‌ی پرواز احتیاج دارید تا قبل از شروع و استفاده از آن به روان‌راهنمای سفر، آن را به ثبت برسانید. بعد باید جرأت «بلند شدن» داشته باشید تا بدون هیچ تضمینی برای دستیابی به موفقیت قدم‌های آغازین را بردارید. در طول سفر باید آمادگی هرگونه تصحیح مسیر را داشته باشید. مهم‌تر از همه، از همان قدم اول باید این نکته را آویزه‌ی گوش‌تان کنید که باید تا رسیدن به هدف به سعی و تلاش خود ادامه دهید.

راز واقعی در عمل

پیچیده‌ترین موشک‌های قابل کنترل در برابر تردید به هدف خود اصابت خواهند کرد، در ابتدا باید از زمین بلند شوید. باید آنها را سوی هوا شلیک کرد. باید پیش از شروع عملیات مکانیسم هدایت سوی هدف نشانه بروند.

شما هم باید پیش از به کار بردن تمام قدرت و توانایی‌های منحصر به فرد خود، در ابتدا از زمین بلند شوید. باید قدم اول را بردارید. باید وارد عمل شوید. باید بر ترس‌های‌تان غلبه کنید و از شکست و ناامیدی‌های احتمالی نترسید. باید از منطقه‌ی آرامش خود بیرون بیایید و وارد «منطقه‌ی بدون آرامش» شوید.

راز واقعی موفقیت یعنی اینکه زندگی به یک سفر هوایی طولانی شبیه است. در ابتدا باید تعیین کنید که به کجا خواهید رفت، بعد سوار هواپیما شوید و به قصد رسیدن به هدف خود از زمین بلند شوید، البته با استناد به این نکته که نود و نه درصد از مسیر منحرف خواهید شد. به محض شروع سفر، باید آمادگی تصحیح دائمی را داشته باشید تا بتوانید به مقصد برسید.

پرواز را آغاز کنید

برای دستیابی به خستگی، سلامتی و رفاه بیشتر، بیشتر از آنچه قبلاً تجربه کرده‌اید، در طول سفر دوازده مرحله را پشت سر بگذارید. با پشت سر گذاشتن مراحل کنترل زندگی را به طور کامل در دست خواهید گرفت، قدرت‌های ذهنی خود را به کار خواهید انداخت، به همان کسی تبدیل خواهید شد که می‌خواهید و احتمال رسیدن به مقصد طبق زمان‌بندی را افزایش خواهید داد. اکنون به آنها توجه کنید.