

۱۴۳۰۹۹۱

بنویس تا اتفاق بیفتد



دکتر هنریت آن کلاسور

مترجم

تینا خواجوی

سرشناسه: بنویس تا اتفاق بیافتد

عنوان و نام پدیدآور: دکتر هنریت آن کلاسور مترجم: تینا خواجوی

مشخصات نشر: تهران: ریواس، ۱۳۹۵

مشخصات ظاهری: ۲۷۲ ص رقعی

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۴۷۶-۱۷-۷



نام کتاب: بنویس تا اتفاق بیافتد

ترجمنده: دکتر هنریت آن کلاسور

مترجم: تینا خواجوی

استاد ادبیات ریوی

سال و نوع چاپ: اول - ۱۳۹۶

ویراستار: فریبا امجدی راجور

صفحه آرای: محسن ایدین

لیتوگرافی: رایید گرافیک

چاپ: خاتم

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۴۷۶-۱۷-۷

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

دفتر مرکزی: انقلاب کارگر شمالی تقاطع بلوار کشاورز بین بست کتاب و پلاک ۲

طبقه ۲ واحد ۴ تلفن: ۶۶۹۱۵۹۱۸ - ۰۹۳۸۵۱۹۴۳۶۸

www.rivasbooks.ir



فهرست

۷	مقدمه
۲۳	فصل یک: بوم‌شناسی، اقلیم و جمعیت
۳۵	فصل دوم: بررسی کلیه جنبه‌های جغرافیایی اهداف
۴۷	فصل سوم: برنامه‌ریزی آینده: اصول و پیش‌بینی برای مغر
۶۲	فصل چهارم: برای آینده: روش‌های نوین
۸۰	فصل پنجم: آب و هوا و اقلیم: مورد توجه قرار دهید
۹۵	فصل ششم: زمین‌شناسی و زمین‌شناسی: نقشه‌های زمین
۱۰۵	فصل هفتم: آب و هوا: تغییرات اقلیم
۱۱۵	فصل هشتم: تکرار روی صفحه
۱۲۷	فصل نهم: مختصات و ابعاد: نقشه‌های وکتور و ابعاد
۱۳۵	فصل دهم: زمین‌شناسی و زمین‌شناسی: نقشه‌های زمین
۱۴۵	فصل یازدهم: نقشه‌های زمین
۱۵۵	فصل دوازدهم: نقشه‌های زمین: نقشه‌های زمین
۱۶۵	فصل سیزدهم: نقشه‌های زمین: نقشه‌های زمین
۱۸۱	فصل چهاردهم: نقشه‌های زمین: نقشه‌های زمین
۱۹۱	فصل پانزدهم: نقشه‌های زمین: نقشه‌های زمین
۲۰۱	فصل شانزدهم: نقشه‌های زمین: نقشه‌های زمین
۲۱۱	فصل هجدهم: نقشه‌های زمین: نقشه‌های زمین
۲۲۳	فصل نوزدهم: نقشه‌های زمین: نقشه‌های زمین
۲۳۷	فصل بیستم: نقشه‌های زمین: نقشه‌های زمین
۲۴۳	فصل بیست و یکم: نقشه‌های زمین: نقشه‌های زمین
۲۵۱	فصل بیست و دوم: نقشه‌های زمین: نقشه‌های زمین
۲۵۵	فصل بیست و سوم: نقشه‌های زمین: نقشه‌های زمین
۲۶۳	فصل بیست و چهارم: نقشه‌های زمین: نقشه‌های زمین

یک کتاب مصری رومی سکیم شومینه ام نشسته است. مجسمه‌ای سنگی نسخه ی عینی است که چند سال پیش از سفرم آوردم. او به حالت چهار زانو نشسته با طومار پایروسی رومی باستان و یک قلم آماده در دستش آماده ی نوشتن است. چشمانش فکوره و خیره دوردست است. چنانکه می تواند آینده را بنگرد. او سمبلی از همه چیز در موزه این کتاب است. از نظر مردم مصر باستان نوشتن چیزی آن را به واقعیت تبدیل می کرد.

بزرگ فکر کنید - عربی می شود .

در دهه های ۱۹۲۰ و ۳۰ کتاب های بسیار با عناوین بسیار (گاهی اوقات به معنای واقعی کلمه: عناوین پیروزی، موفقیت، تو می توانی انجامش دهی) به چاپ رسیدند که شگفتی های علم تفکر را اظهار می کردند: کتبی همچون «بیندیشید و ثروتمند شوید» از ناپلئون هیل، «جادوی اعتقاد» از کلودام بریستول، «انسان متفکر» از جیمز آلن، و سپس در قرن پنجاهم کتاب



«جادوی فکر بزرگ» از دیوید جی شوارتز می‌باشند. شایان ذکر است تمام این کتاب‌ها هنوز چاپ شده هستند و در حال حاضر پنجاه، شصت حتی هفتاد سال بعد نیز در کتاب‌فروشی‌ها در دسترسند. همچنانکه زبان این کتاب‌ها کهنه، مثال‌هایشان عجیب و تبیض جنسی آشکاری در آن‌ها به نظر می‌رسد این کتاب‌ها هنوز هم برای مخاطبان مدرن و امروزی جالب و جذاب است.

کتاب عملی می‌شود از آراچ جی، کتاب کوچک، نوشته شده در سال ۱۹۲۶ و هر روز بیش از یک میلیون و نیم نسخه‌ای در حال گردش و فروش دارد. این کتاب کوچک قدرت ماندگاری طرفداران کتاب‌های تفکر فعال را نشان می‌دهد. این کتاب را خلاصه می‌کند. این کتاب در ورای خوب جلوه کردن، خوش بینی و دیگر اطمینان‌بخشی می‌کند. اگر بدانید که چه می‌خواهید آن را به‌طور مختصر در جمله‌ای بیان کنید: اگر بدانید که چه می‌خواهید آن را به‌دست می‌آورید.

با گذشت سال‌ها تحقیق ما روی مغز تمام دانش کنونی‌مان درباره‌ی جسم پنهانی، دستگاه فعال‌ساز شبکه‌ای و کار ذهن انسان هنوز هم متعجبیم که چگونه این امر عملی می‌شود.

بنویس تا اتفاق بیفتد هم حس شگفتی را ایجاد می‌کند. اساسی در حقیقت علمی دارد که تعیین هدف، تمرکز روی نتیجه‌ی کار و تلاش بودن درباره‌ی آنچه که در زندگی می‌خواهید می‌تواند رویاهایتان را به حقیقت پیوند زند. اصل کلیدی دیگری وجود دارد که قابل توجه است و به‌طور مشترک در هریک از این کتاب‌های ماندگار وجود دارد: اولین گام در همه‌ی آن‌ها نوشتن هدف‌تان است.



داستان اشخاص مشهور

داستان‌های فوق‌العاده‌ای درباره‌ی افراد مشهور شنیده‌ام که قبل

از اینکه به شهرت برسند رویای‌شان را نوشته بودند.

جیم کری پیش از راه یافتن به هالیوود هیلز یک چک به ارزش ده میلیون دلار برای خود نوشت و در قسمت یادداشت آن نوشت: برای ارانه‌ی مادام... این کمترین سال‌ها این چک را با خود به همراه داشت تا زمانی که به او برای ارانه‌ی این مبلغ از پول به خاطر کاری سینمایی پرداخت شد. اکنون او یکی از ثروتمندترین کمترین‌ها در صنعت خود است که برای یک فیلم بیست و یک میلیون دلار دریافت می‌کند. جیم کری در حرکتی متاثر کننده چک رویاگرا را قبل از دفن پدرش تا کرد و در جیب او قرار داد.

اسکات آدامز خالق شخصیت کسیدی دیلبرت رویاهای نوشته شده‌ی زیادی دارد که به ترتیب به حقیقت پیوسته‌اند. آدامز می‌گوید: «هنگامی که شما هدفی را می‌نویسید مشاهده می‌کنید که همه چیز اتفاق می‌افتد تا آن هدف را بیشتر به تحقق بخشیدن سوق دهند.»

به عنوان یک کارگر فنی عادی مشغول به کار - در اتاق یک کارخانه‌ای در آمریکا آدامز به خط‌خطی کردن بی‌هدف روی میز دیشترش ادامه می‌داد. سپس روزی پانزده بار شروع به نوشتن کرد که «من کاریکاتوریست مشهوری خواهم شد.»

پس از مردود شدن‌ها و شکست بسیار او ثابت قدم ماند و در نهایت اتفاق افتاد: او قراردادی را برای منتشر شدن کارهایش به‌طور همزمان در چندین نشریه امضا کرد. آن وقت بود که شروع به نوشتن کرد:

«من بهترین کاریکاتوریست جهان می‌شوم.»

چگونه باید این امر را قضاوت کرد؟



دیلبرت در تقریباً ۲۰۰۰ روزنامه در سراسر جهان چاپ شد. سایت دیلبرت زون ۱۰۰۰۰۰ بازدید کننده در روز دارد. اولین کتاب آدامز به نام اصل دیلبرت بیش از ۱.۳ میلیون نسخه فروش داشته است. محصولاتش از پد ماوس تا فنجان قهوه و تقویم رومیزی براساس شخصیت‌های دیلبرت همه جا هستند و حتی برنامه‌ی تلویزیونی رفتگی در مورد آن وجود دارد.

کنون اسکات آدامز پانزده بار در روز می‌نویسد «من صاحب جایزه‌ی پواتزر می‌شوم».

سوئی انرمان اعجوبه‌ی مالی نویسنده‌ی یکی از پرفروش‌ترین کتاب‌ها از جمله ۹ گام برای رسیدن به آزادی مالی در فهرست نیویورک تایمز و مهمان ثابت برنامه‌ی تلویزیونی اپرا درباره‌ی شروع کردن کار خود می‌گوید. او شغلی در مرال لیس داشت و می‌ترسید که نکند به سهم فروش خود برسد. بیشترین پولی که تا آن زمان در آورده بود چهارصد دلار ماهانه به عنوان پیش‌خدمت بود.

او می‌گوید: «من آنچه را که برای خود می‌خواستم روی کاغذ آوردم. هر روز صبح قبل از اینکه به محل کارم بروم بارها و بارها آن را می‌نوشتم: «من جوان، قدرتمند و موفقم و حداقل ۱۰۰۰۰ دلار در ماه دارم».

جتنی پس از رسیدن به آن هدف او به همراه داشتن این نوشته با خود ادامه داد. او می‌گوید: «این نوشته همچون یک طلسم خوش‌حالی در کلمات است. من پیام ترس و باور نالایقی را با پیام امکان‌پذیری بیکران جایگزین کردم. و نوشتن این حقیقت جدید به تحقق یافتن آن کمک کرد».



ایده‌ی نوشتن من برای این کتاب از خانه شکل گرفت. روزی
پسرم پیترو در سن دوازده سالگی با حالتی بهت‌زده و تکه‌ای کاغذ
در دستش نزد من آمد.

«من این لیست را که دو سال پیش نوشته شده هنگام نظافت اتاقم پیدا
کردم. نمی‌دانم چطور ولی هر چیزی که در این لیست هست به حقیقت
رسته و فراموش کرده بودم که آن را نوشته‌ام.»

در میان کارهای او در لیست او ورزش کاراته را یاد گرفته بود یک
نمایش را در این مورد و یک شب در پارک خوابیده بود و یک پرند
خریده بود همگی این‌ها بدون آگاهی از لیست فراموش شده صورت گرفته
بود.

تجربه‌ی پیترو مرا به فکر فرو برد. توجه کردم که همین اتفاق در زندگی
خودم هم رخ داده است.

در یک هفته‌ی به یاد ماندنی و هیجان‌انگیز در زندگی‌ام توانسته بودم تا
کتاب‌های خودم را در خیابان برادوی در شهر نیویورک امضا کنم به پشت
صحنه‌ی اپرای متروپولیتن بروم در مصاحبه‌ای رادیویی برای میلیون‌ها
مخاطب شرکت کنم و اجرای زنده‌ی پلاچیدو دومینگو را در انفرادی کامل
بشنوم. تا آن زمان از این‌هایی خبر بودم تا اینکه در سواحل غرور لیست
اهداف قدیمی خود را یافته‌ام همان طور که پیترو قبلاً به من گفت من تمام آن
را فراموش کرده بودم.

تمام کارهایی که انجام داده بودم در لیست نوشته شده بودند.

من داستان لیست پیترو و لیست خود را در فصلی از کتابم به نام «قلبیت را
روی کاغذ بیاور» بیان کرده‌ام. فصل دیگری در این کتاب به نام «جو
پرینسیپل پابره‌نده» به رفتار همزمان یا آنچه که تصادف به نظر می‌رسد نقل



عبارتی از مزرعه‌ی رویاها «اگر آن را بسازی خواهد آمد» پرداخته شده است. با ساختن آن قبل از دریافتش در حقیقت به سمت جلو گام برمی‌دارید درست همان طور که نوشتن آن به شما می‌گوید ایمان دارید و به آن دست می‌یابید.

این دو فصل شروع تحقیقات من در مورد قدرت نوشتن آرزوها برای دستیابی به آن‌ها و در نهایت پیدایش این کتاب بودند.

من به کسی هستم که این را به شما می‌گویم؟
اجازه دهید کمی از سابقه‌ی خود به شما بگویم.

من دکترای ادبیات انگلیسی دارم و در دانشگاه‌های نیویورک، لس‌آنجلس، سیاتل و لس‌آنجلس کار می‌کنم. اولین کتاب من به نام نوشتن در هر روز من مغز مشکلات کوتاهی کردن و اضطراب به هنگام نوشتن را مورد توجه قرار می‌دهد. موضوع درباره‌ی یاد گرفتن جداسازی نوشتن از ویرایش کردن است. این کتاب به شما می‌آموزد تا نخست بنویسید سپس کلماتتان را اصلاح دهید تا آنکه سعی کنید هر دو را در یک زمان انجام دهید. کتاب نوشتن در هر روز من مغز شرح می‌دهد که چگونه با منتقدی که درونتان شما را به عقب می‌کشد صحبت کنید و مفهوم تندنویسی و با عجله نوشتن را معرفی می‌کند. این کتاب را منتقد درونی می‌گذرد.

در پانزده سال گذشته من کارگاه‌هایی را برای گروهی از مردم در سراسر کشور برگزار کردم و سخنرانی‌هایی برای انجمن‌های ملی ارائه دادم. این امر کاری شد تا کتاب دوم به نام «قلب را روی کاغذ بیاور» بیرون



بیاید. هنگامی که مردم مفهوم روان‌نویسی را که به آن‌ها آموخته بودم درک کردند و از آن استفاده کردند اغلب به من می‌گفتند «این امر تنها مربوط به نوشتن نیست بلکه در مورد خود زندگی است.» کتاب «قلب را روی کاغذ بیاور» آزادی در نوشتن را به کار می‌گیرد و نشان می‌دهد که چگونه در این دنیای کارهای ناتمام روابطی برقرار شده باشیم.

در مورد این نگاه می‌که در این اثر بیشتر مورد بررسی قرار داده‌ام عبارتند از:
نوشتن برای رسیدن به نتیجه (به فصل ۶ مراجعه کنید) و اینکه نوشتن چگونه به تفکر توان کمک می‌کند (به فصل ۲ مراجعه کنید).

این داستان‌ها از کجا می‌آیند؟

هنگامی که تصمیم گرفتم این کتاب را بنویسم به نظر می‌رسید داستان‌ها جهت نوشته شدن در آن دنبال من می‌گردند. بیشتر مثل این است که خوانندگان این کتاب درمی‌یابند که دنیا بر وفق مراد آن‌ها است چرا که نباشد؟ کتابی درباره‌ی حوادث باید در مورد حوادث باشد. داستان‌ها می‌آیند و روی شانهم می‌زدند هر تماس تلفنی پربار بود. زمانی که یکی از این کتاب را به ناشرم پیشنهاد دادم هنوز نه نفر از افرادی که داستان‌شان را در این کتاب بیان کردم، نمی‌شناختم.

یکی از آن افراد آلین سنت جیمز نویسنده‌ی کتاب‌های پر فروش بود. او بود که به توصیه‌ی یکی از دوستان مشترک در مورد چیز دیگری به من زنگ زد. مکالمه‌ای که با او داشتم مرا تحت تاثیر قرار داد. بعد از حرف



زدن با او خیلی تلاطم داشتم. به سختی می توانستم بنشینم. چه چیزی بود که مرا هیجان زده و گیج کرده بود؟ نخست این که الین خود شخصی پراثرری بود. او قدم ها و جهش های بزرگی را برداشته بود که آن ها را ممکن و دست یافتنی کرده بود. او شخصی بامزه بود. علاوه بر این هنگامی که با او صحبت کردم این تصور واضح را داشتم که داستان او بخشی مهم در کتاب بنویس تا اتفاق بیفتد، می شود. نه یک فصل بلکه دو فصل از کتاب ناشی از این مکالمه خواهد بود. (به فصل های ۱۷ و ۱۸ رجوع کنید) وقتی که آن فصل های کتاب را نوشتم پی بردم که یک نتیجه پیش از شروع این کتاب چنین مطالبی وجود نداشتند.

این بخشی بود که مرا بیشتر به هیجان واداشت. اینکه چگونه آنچه را که به آن نیاز داشتم به آسانی دسترس می بود. این اثر حتی زمانی که آن را می نوشتم خود را تفصیل می داد.

کتاب بنویس تا اتفاق بیفتد تقریباً به طور کامل در قهوه خانه های ساتل نوشته شده بود. تعدادی از این داستان ها درست از میل و علاقه ی من برای نوشتن در میان صحبت ها شکل گرفتند. این داستان ها، داستان نوار دمای جابجایی در فصل ۲۰ و داستان آپارتمان رویایی ما در فصل ۸ است.

هنگامی که شما در یک کافی شاپ می نویسید زندگی را همراهان در حال وقوع است و البته من از گفته ی خودم پیروی می کردم و شگفتی که به داستانی خوب نیاز داشتم آن را به سادگی می نوشتم. برای مثال نشان طور که داستان ها و حکایات را جهت نشان دادن اصول این کتاب جمع آوری می کردم متوجه می شدم چیزی کم است. یک روز نوشتم:



من به یک داستان محلی از طبقه‌ی متوسط آمریکا نیاز دارم. می‌خواهم خوانندگانم بدانند که این روش‌ها برای هرکسی چه در شهری بزرگ یا در شهری کوچک زندگی کند کار می‌کند.

دو روز بعد تلفن دفترم زنگ خورد. خانمی به نام ماریان از شهر ولز نوادا!، اجمعت ۱۰۰۰ نفری تماس گرفته بود. او کتاب‌های دیگر مرا خوانده بود و می‌خواست بداند که آیا من برای برگزاری کلاس‌های کارگاهی به نوادا می‌آیم. حیران شدم. ما همین‌طور صحبت می‌کردیم و او خیلی زود روایت قابل توجهی را در مورد ویای غیرممکنی که به حقیقت پیوسته بود برایم تعریف کرد و جدت این‌که او آن را قبل از اینکه رخ دهد نوشته بود. داستان متأثرکننده‌ی ماریان انگیزه‌ی من برای فصل ۱۴ به نام «ابتکار عمل به خرج دهید» شد.

چگونه از این کتاب برداشت کنیم؟

برخی از مردم دفتر وقایع روزانه دارند، برخی همیشه‌ی خود را روی دستمال، پشت پاکت یا ورق‌های پاره شده از یک دفترچه یادداشت‌ها، کاغذی در دم دست خود می‌نویسند. در مورد نوع کاغذ مورد استفاده برای نوشتن خود را اذیت نکنید یا در مورد اینکه دفترچه یا کاغذ باطله‌ی دست‌نظران نباشد. هر نوع کاغذی خط‌دار یا بی‌خط با کیفیت یا بی‌کیفیت در دفترچه یا خارج از آن و هر نوع خودکار یا مدادی با هر رنگ جوهری می‌تواند برای این کار استفاده شود. تنها قانون من این است که تاریخ هر آنچه را که می‌نویسید ثبت کنید. (می‌توانید هر لباسی که می‌خواهید بپوشید. هیچ قانون و قاعده‌ای برای نوع لباس وجود ندارد.)



ممکن است شما دریافت ایده‌ی کلی را آغاز کرده باشید. این یک مسابقه و رقابت نیست که قبول نشوید مگر اینکه خوانا بنویسید، از قوانین پیروی کنید، روی کارت‌های ۵*۳ بنویسید و آن را به خاطر بسپارید. می‌توانید هر طور که می‌خواهید بنویسید و باز هم به نتیجه برسید. جیم کری آن را یک بار نوشت و در جیش گذاشت. اسکات دامز و سوزی اورمن روزانه بارها و بارها آن را نوشتند. پسر و پسر آن را نوشت و گم کرد. موضوع مد نظر من این است که هر کسی می‌تواند این کار را انجام دهد. برای انجام آن هیچ راه درست و غلطی وجود ندارد زیرا هر کسی آن به گه‌نهای متفاوت انجام می‌دهد و باز هم اثر می‌کند.

این اصل ایمان است

شعار جاذبی را روی سپر شخصی در پارکینگ کلیسا دیدم. آن را پشت آگاهی‌نامه‌ی یکشنبه کپی کردم تا به یادماند. دیدن آن مرا به خنده واداشت.

«خیر باشد» فلسفه‌ای در پشت این کتاب است. فرضیه‌ی مقدم من این باور مهم است که چیزهای خوب اتفاق می‌افتد و اینکه زندگی روایتی است که در نوشتن آن دست دارید. ما بیشتر در شکل و ظاهر می‌مانیم اما این ایمان است که مهم است ایمانی که به «خیر باشد» می‌انجامد. آیا شما تا به حال شنیده‌اید که برای فروش سریع خانه‌تان، بسمه‌ی سنت جوزف را در حیاط خانه‌تان دفن کنید تا خانه سریعاً به فروش برسد؟ مردم بسیاری را می‌شناسم که به آن قسم می‌خورند و همچنین مجلات عالی همچون نیویورک تایمز و مجله‌ی تایم مقالاتی را جهت شرح این عمل دینی به چاپ رسانده‌اند.