

جادوی فکر بزرگ

دیوید جی . شوارتز / مانا رامشنی



www.ketab.ir



سرشنامه: شوارتز، دیوید، جوزف، Schwartz, David Joseph.
عنوان و نام پدید آور: جادوی فکر بزرگ، دیوید جی شوارتز، مانا رامشنی.
مشخصات نشر: تهران، زرین کلک.
مشخصات ظاهری: ۲۴۰ ص. رقعی.
شابک: ۷-۵۲-۸۸۶۶-۶۰۰-۹۷۸.
وضعیت فهرست نویسی: فیبا.
موضوع: موفقیت، اعتماد به نفس، موفقیت، جنبه های روانشناسی.
شناسه افزوده: رامشنی، راحت آباد، مانا، مترجم.
رده بندی کنگره: BF ۶۳۷.
رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱.
شماره کتابشناسی ملی: ۷۳۶۳۳۵۱.
وضعیت رکورد: فیبا.



ندای معاصر



خیابان جمهوری - روبروی باغ سپه سالار - شماره ۲۲۸ - تلفن: ۳۳۹۲۱
مرکز پخش: خیابان انقلاب - خ منیری جاوید - بن بست مبین - شماره ۳۵ - واحد ۱
تلفن: ۶۶۴۸۱۰۲۹ - ۶۶۴۸۰۳۳۷

جادوی فکر بزرگ

دیوید جی. شوارتز / مانا رامشنی

نوبت چاپ: اول (۱۳۹۹) - شمارگان ۳۰۰ نسخه

ویراستار: فیروزه دلگشایی

شابک: ۷-۵۲-۸۸۶۶-۶۰۰-۹۷۸

۶۰/۰۰۰ تومان

فهرست

- ۱۱ باور داشته باشید که دسترس پذیرید و موفق شوید و خواهید شد
- ۲۴ خودتان را از شر بیماری پنهانی که همان علت شکست است رها کنید
- ۴۲ اعتماد به نفس داشته باشید و تن را از میان بردارید
- ۶۳ چگونه بزرگ فکر کنید
- ۸۳ چگونه خلاقانه بیندیشید و رؤیاهای خلاقانه بسازید
- ۱۰۴ شما همانی هستید که فکر می کنید
- ۱۱۹ محیط خود را مدیریت کنید: بهترین باشید
- ۱۳۴ نگرش خود را محترم بشمارید
- ۱۵۵ فکرتان را مستقیم به سمت افراد، منعکس سازید
- ۱۷۰ عادت به اقدام کردن را در خودتان پرورش دهید
- ۱۸۸ چگونه شکست را به پیروزی تبدیل کنید
- ۲۰۲ از اهدافتان برای کمک به رشد خود استفاده کنید
- ۲۲۱ چگونه مانند رهبران فکر کنید

پیشگفتار

چرا کتابی به این بزرگی؟ چه نیازی به بحثی این قدر مفصل درباره «جادوی بزرگان‌اندیشی» بود؟ هر ساله هزاران جلد کتاب منتشر می‌شود؛ برای چه یکی بیشتر؟ اجازه دهید پیش‌زمینه مختصری به شما بدهم.

چند سال پیش شاهد یک جلسه فروش بسیار تأثیرگذار بودم. معاون رئیس مسئول امور بازاریابی شرکت بی‌اندازه هیجان‌زده بود. او می‌خواست موضوعی را به حضار تفهیم کند. در کنار آن، پشت تریبون، موفق‌ترین نماینده سازمان هم حضور داشت؛ مردی با ظاهر بسیار معمولی، که در سال گذشته درآمدش فقط کمی کمتر از ۶۰,۰۰۰ دلار شده بود، در حالیکه نمایندگان دیگر به طور متوسط تنها ۱۲,۰۰۰ دلار به دست آورده بودند.

مدیر چاشمی برای گویا مطرح کرد. او گفت: «می‌خواهم خوب به هری نگاه کنید. به او نگاه کنید! حالا به من بگو: هری چه چیزی دارد که بقیه شما ندارید؟ درآمد او پنج برابر بیشتر از میانگین در آن سال بود. ولی آیا خودش هم پنج برابر باهوش‌تر از شماست؟ نه! طبق آزمون‌های پرسشلی که با سازمان خود داریم، این طور نیست. من بررسی کرده‌ام. آزمون‌ها نشان می‌دهند که او در دیار نماز - دشر فردی تقریباً معمولی است.

«آیا هری پنج برابر بیشتر از شما آگاه است؟ گزارش‌ها که چنین چیزی را نشان نمی‌دهند! در واقع، از اغلب شما بیشتر هم مرخصی گرفته است.

«آیا هری قلمرو کاری بهتری داشته است؟ باز هم باید بگویم نه! میانگین حساب‌ها تقریباً یکسان است. آیا تحصیلات بیشتری دارد؟ یا سالم‌تر است؟ باز هم نه! هری یک فرد کاملاً معمولی است، درست مثل هر فرد عادی دیگری، به جز این یک مورد.»

معاون ادامه داد: «تفاوت بین هری و بقیه شما در این است که مرد نکاری پنج برابر بزرگتر در سر پرورانده است.»

او سپس صحبت‌هایش را ادامه داد تا نشان دهد که موفقیت بیشتر از آنکه به اندازه مغز افراد مربوط باشد، به میزان فکر کردن آنها بستگی دارد.

این ایده جذابی بود و در ذهن من ماندگار شد. هرچه بیشتر مشاهده کردم، هرچه با افراد بیشتری حرف زدم و هرچه عمیق‌تر درباره عامل واقعی که در ورای موفقیت است کتدوکاو کردم، جواب برایم روشن‌تر شد. شرح حال‌ها یکی پس از دیگری ثابت می‌کردند که مبلغ حساب‌های بانکی، میزان خوشبختی و مقدار رضایت‌مندی عمومی فرد، همگی بسته به میزان تفکر انسان است. به راستی در «بزرگان‌اندیشی» جادویی نهفته است.

بارها این سؤال را از من پرسیده‌اند که «اگر با بزرگ فکر کردن می‌توان این همه موفقیت به دست آورد، پس چرا همه این طور فکر نمی‌کنند؟» به عقیده من جواب این است که همه ما،

بیشتر از آنچه که خودمان بدانیم، حاصل اندیشه‌های پیرامون خود هستیم و بخش اعظم این اندیشه‌ها کوچکند، نه بزرگ. دور تا دور شما محیطی است که تلاش می‌کند شما را با خود ببرد؛ سعی می‌کند شما را پایین بکشد. تقریباً هر روز می‌شنوید که «همه کدخدایند، مزدور کیست؟» به عبارت دیگر، فرصت‌های رهبری پُر شده و دیگر جای خالی وجود ندارد و اینکه رئیس زیاد داریم، بنابراین به اینکه یک آدم معمولی باشید، قانع باشید.

اما این ایده «رئیس زیادی» چندان با واقعیت همخوانی ندارد. در همه مشاغل کسانی که در جایگاه رهبری هستند به شما می‌گویند (همان‌طور که به من گفته‌اند) که «مشکل واقعی این است که مزد در زیاد است اما کدخدا به اندازه کافی نیست.»

این محدوده تنگ‌نظر چیزهای دیگری هم می‌گوید. از جمله اینکه، «هرچه بخواهد بشود، می‌شود»، به این معنی که «رنوشتان خارج از کنترل شماست و اینکه حرف آخر را «تقدیر» می‌زند. بنابراین رئیس‌تان را فراموش کنید؛ خانه عالی، دانشگاه خاص برای فرزندان و زندگی بهتر را فراموش کنید تسلیه، نوشتن شوید؛ دراز بکشید و منتظر مرگ بمانید.

و چه کسی است که این جمله را نشنیده باشد که «موفقیت ارزش بهایی را که برایش می‌پردازید، ندارد»، گویی که برای رسیدن به اوج باید روح خود را، زندگی خانوادگی‌تان را، وجدانتان را، یا ارزش‌هایتان را بفروسیس. اما واقعیت این است که برای موفقیت لازم نیست هیچ بهایی بپردازید؛ برعکس، هر قدمی که به سوی او برمی‌دارید نفعی به شما می‌رساند.

این محیط همچنین به ما می‌گوید که برای رسیدن به تسلط اوج در زندگی، رقابت خیلی زیادست. اما آیا واقعاً این‌طور است؟ یک مدیر کارگزی به من گفت که برای مشاغلی با درآمد سالانه ۱۰،۰۰۰ دلار تعداد متقاضیان ۵۰ تا ۲۵۰ برابر بیشتر از مشاغلی است که درآمد سالانه ۵۰،۰۰۰ دلار دارند. به عبارت دیگر، رقابت برای شغل‌ها در سه در حداقل ۵۰ بار بیشتر از شغل‌های درجه یک است. در ایالات متحده، راه رسیدن به شغل‌ها سطح بالا مسیری کوتاه و خلوت است. پست‌های خالی زیادی در انتظار افرادی مثل شماست که جرات بزرگان‌اندیشی دارید.

اصول و مفاهیم اساسی که زیربنای کتاب «جادوی بزرگان‌اندیشی» را تشکیل می‌دهند برگرفته از منابعی ریشه‌دار و اصیلند از برترین و بزرگان‌اندیش‌ترین انسان‌هایی که تاکنون بر روی این کره خاکی زندگی کرده‌اند؛ افرادی چون داوود نبی که گفت: «انسان همانگونه است که در قلب خود می‌اندیشد»؛ یا امرسون که معتقد بود: «مردان بزرگ کسانی هستند که می‌دانند اندیشه بر جهان حکم می‌راند»؛ یا ملتون، که در کتاب خود با عنوان «بهشت گمشده» نوشته است: «ذهن در مقرر خود قرار دارد و قادر است بهشتی را به جهنم و جهنمی را به بهشت

مبدل کند؟ و یا اندیشمندان شگفت‌آوری چون شکسپیر که معتقد بود: «هیچ چیز به خودی خود، خوب یا بد نیست، مگر آنکه اندیشه آن را چنان کند.»

اما چه شاهدهی برای این ادعا داریم؟ از کجا می‌دانیم که این متفکران بزرگ به خطا نرفته‌اند؟ سؤال‌های خوبی است. شاهد این امر، زندگی افراد برگزیده‌ای در اطراف خودمان است که با دستیابی به موفقیت، کامیابی و شادکامی به ما ثابت می‌کنند که بزرگان‌اندیشی حقیقتاً معجزه می‌کند. گام‌های ساده‌ای که در این کتاب ارائه داده‌ایم صرفاً تعدادی نظریهٔ آزمایش‌نشده نیستند. حدسیات و عقاید شخصی یک فرد هم نیستند. بلکه دیدگاه‌های اثبات‌شده‌ای در مورد موفقیت‌های زندگی هستند؛ گام‌هایی هستند که برای همه کس و در همه جا قابل استفاده‌اند و همانا، جادویی مؤثر واقع می‌شوند.

این واقعیت که هم‌اکنون در حال خواندن این کتاب هستید ثابت می‌کند که به موفقیت‌های بیشتر و بزرگ‌تر علاقه دارید. می‌خواهید خواسته‌هایتان را محقق کنید. می‌خواهید از زندگی خوبی برخوردار شوید. می‌خواهید زندگی‌تان تمام چیزهای خوبی را که سزاوارش هستید، به شما بدهد. علاقه‌مند بودیم که موفقیت و ویژگی فوق‌العاده‌ای است.

شما یک ویژگی تحسین‌برانگیز دیگر دارید. نفس اینکه این کتاب را در دست گرفته‌اید نشان می‌دهد از این آگاهی برخوردار هستید که به دنبال ابزاری بگردید که به شما در رسیدن به مقصودتان کمک کند. برای ساختن هر چیزی، عمل را مایشین، پل، یا موشک به ابزار نیاز داریم. بسیاری از افراد، در تلاش خود برای ساختن یک زندگی موفق، فراموش می‌کنند که ابزارهایی وجود دارد که می‌تواند به آنها کمک کند. شما این را فراموش نکرده‌اید. بنابراین دو ویژگی اساسی را که برای برخوردار شدن از منافع و نعمت‌های این کتاب لازم است، دارید: یکی تمایل به موفقیت بیشتر و دیگری درایتی برای انتخاب ابزاری که در تحقق بخشیدن به این تمایل به شما کمک کند.

بزرگان‌اندیش باشید تا زندگی بزرگی داشته باشید. زندگی بزرگ در شما به این است، در کامیابی است. در درآمد، در تعداد دوستان و در احترام است. وعده و وعید کافی است.

از همین حالا شروع کنید تا بفهمید که چطور می‌توانید کاری کنید که تفکران برایتان جادو کند. با این اندیشه از فیلسوف بزرگ، دیسرانلی، دست به کار شوید که می‌گوید: «زندگی بسیار کوتاهتر از آن است که ناچیز باشد.»

کارهایی که این کتاب برایتان انجام می‌دهد

در هر فصل این کتاب ده‌ها ایده و تکنیک و اصل واقع‌گرایانه و عملی خواهید یافت که به شما کمک می‌کنند با مهار کردن قدرت عظیم بزرگان‌اندیشی، موفقیت، شادکامی و

رضایتمندی را که تا این حد خواهان آن هستید، به دست بیاورید. هر تکنیک با استفاده از یک شرح حال واقعی شرح داده شده است. به این ترتیب، نه تنها درمی یابید که چه باید بکنید، بلکه مهمتر از آن، متوجه می شوید که هر اصل را دقیقاً چگونه باید برای موقعیت‌ها و مشکلات واقعی به کار ببندید. پس به طور خلاصه، این است کاری که این کتاب برای شما انجام می دهد: به شما نشان می دهد که چگونه می توانید...

با نیروی باور، برای موفق شدن دست به کار شوید؛

با اعتقاد به اینکه می توانید موفق شوید، موفقیت را به دست بیاورید؛

ناباوران و نوری منفی حاصل از آن را شکست دهید؛

به کمک باورهای بزرگ، نتایج بزرگ به دست بیاورید؛

ذهنتان را با تفکرات مثبت وادارید؛

قدرت باور را خوب پرورش دهید؛

برنامه دقیق و مشخص برای موفق شدن تنظیم کنید؛

خودتان را در برابر بهانه ترسی، که باعث شکست است، ایمن کنید؛

رازهای را که در نگرشتان نسبت به سرتی بسته است، دریابید؛

بهانه آوردن درباره وضعیت سلامتی ترس را با چهار قدم مثبت کنار بزنید؛

دریابید که به چه دلیل قدرت تفکر مهمتر از حس هوش و درایت است؛

از ذهنتان برای فکر کردن استفاده کنید، نه فقط برای انباشتن واقعیات؛

سه روش آسان برای درمان مرض بهانه تراشی درباره ترس و کم هوشی یاد بگیرید و در آنها مهارت پیدا کنید؛

بر مشکل سن («خیلی جوان» یا «خیلی پیر» بودن) غلبه کنید؛

بر بهانه تراشی در مورد شانس غلبه کنید و اقبال خوب را به سوی خود جلب کنید؛

از تکنیک اقدام برای درمان ترس خود استفاده کنید و در خودتان اعتماد به نفس و وجود بیاورید؛

حافظه خود را طوری مدیریت کنید که موجب افزایش اعتماد به نفستان شود؛

بر ترس خود از دیگران غلبه کنید؛

با راضی کردن وجدان خود، اعتماد به نفستان را افزایش دهید؛

با اطمینان عمل کنید تا بتوانید با اطمینان فکر کنید؛

پنج گام مثبت برای تقویت اعتماد به نفس و از بین بردن ترس را یاد بگیرید؛

این واقعیت را دریابید که موفقیت بر اساس میزان تفکراتان سنجیده می شود؛

اندازه واقعی خود را بسنجید و دارایی هایتان را بشناسید؛