

به نام خداوند جان و خرد

اتوبوس انرژی

۱۰ قانون طلایی برای رشد اتمی انرژی مثبت در زندگی،

کار و کار تیمی

شاهکاری از جان گوردون

مترجم:

آرزو خسروپور



انتشارات طالع‌شیرین

سرشناسه: گوردون، جان، ۱۹۷۱ - م.
Gordon, Jon
عنوان و نام پدیدآور: اتوبوس انرژی : ۱۰ قانون طلایی برای رشد اتمی انرژی مثبت در زندگی، کار و کار تیمی/شاهکاری از جان گوردون؛ مترجم آرزو خسروپور.
مشخصات نشر: تهران: طاهریان، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری: ۱۴۸ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۶۲۰-۸-۶-۶
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت: عنوان اصلی: The energy bus : 10 rules to fuel your life, work, and team with positive energy.
عنوان دیگر: ۱۰ قانون طلایی برای رشد اتمی انرژی مثبت در زندگی، کار و کار تیمی.
موضوع: گروه‌های کار -- مدیریت
موضوع: Teams in the workplace -- Management
موضوع: انگیزش در کار
موضوع: Employee motivation
موضوع: انگیزش
موضوع: Motivation (Psychology)
شناسه افزوده: خسروپور، آرزو، ۱۳۵۶ -، مترجم
رده بندی کنگره: HD ۶۶
رده بندی دیویی: ۶۵۰/۱
شماره کارشناسی ملی: ۹۵۰۴۸۹



«اتوبوس انرژی»

- نویسنده: جان گوردون ● مترجم: آرزو خسروپور
 - ناشر: انتشارات طاهریان ● نوبت چاپ: اول ● سال چاپ: ۱۳۹۸
 - تیراژ: ۳۰۰ جلد ● طرح جلد: آرزو خسروپور ● قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان
 - صحافی و چاپ: اسلامی ● شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۵۶۲۰-۸-۶-۶
- آدرس: میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی، خیابان لبافی نژاد، پلاک ۲۶۶، طبقه چهارم، واحد ۱۱
تلفن: ۶۶۹۷۰۷۶۷-۶۶۴۹۲۷۳۳ تلفکس: ۶۶۹۷۴۱۵۲ www.Taherianpress.com
- با تشکر از همراهی هوشمندانه شما خواننده محترم، به اطلاع می‌رساند برای بهره‌گیری از تسهیلات و خدمات نوین حمایتی انتشارات طاهریان و همچنین شرکت در قرعه‌کشی خوانندگان ویژه مجموعه کتاب‌های به سوی موفقیت، لطفاً حتماً عدد ۱ را به شماره ۶۶۴۹۲۷۳۳-۱۰۰۰۰۰ ارسال کنید تا یکی از برندگان ما باشید.

مقدمه کن بلانچارد^۱

در اکثر سمینارهایی که اجرا می‌کنم در خلال برگزاری، از تمامی شرکت‌کنندگان می‌خواهم می‌کنم ابتدا با فرد کنار دستی‌شان حال و احوال کنند. به محض انجام این کار، صدای خنده و ولوله‌ای مختصر بلند می‌شود، سپس از آنها می‌خواهم مجدداً این کار را تکرار کنند.

این بار انگار سال‌هاست همدیگر را می‌شناسند؛ از دیدن هم خوشحال می‌شوند و صدای خنده آنها تمام سالن را فرا می‌گیرد. حتی بعضی از شرکت‌کنندگان، یکدیگر را در آغوش می‌کشند.

وقتی تمام شرکت‌کنندگان سر جای خود نشستند، سؤال می‌کنم: «آیا می‌دانید چرا از همگی خواستم این کار را ۲ بار تکرار کنید؟»

حاضرین کلی همهمه می‌کنند و من پاسخ می‌دهم: «این پاسخ و بازخورد انرژی است. شما در تمام طول زندگی، باید کنترل انرژی خود و اطرافیان خود را مدیریت کنید. به نظر شما در کدام وضعیت انرژی در حد بالاتری بود؟ اولی یا دومی؟»

همه حاضرین یک صدا فریاد می‌زنند: «دومی!»

«پس می‌توان نتیجه گرفت که برای تبدیل شدن یک اتاق به آتشفشانی از

انرژی، باید به جای تمرکز بر افکار منفی، بر افکار مثبت تمرکز کنیم.»

همه اینها را گفتم تا ارادت خود را به کتاب اتوبوس انرژی جان گوردون ثابت کنم. شما در هر صبحگاه، این اختیار را دارید که مثبت اندیش بودن یا منفی‌باف بودن را انتخاب کنید.

^۱ Ken Blanchard: نویسنده مشهور کتاب مدیر یک دقیقه‌ای

این انتخاب در محل کار نیز پیش روی شماست. شما اختیار دارید که افراد کار درست را به سمت خودتان جلب کنید و یا افراد شکست خورده را به سمت خود جذب کنید. به نظرتان کدام دسته انرژی بیشتری به شما می‌بخشند؟

من برای بالا بردن روحیه خود، خانواده، اجتماع و همکارانتان این کتاب بی‌نظیر را به شما توصیه می‌کنم. جان گوردون با سخاوت تمام در جای جای کتاب سعی دارد، انرژی مثبت را در زندگی ما جاری کرده تا جهان را به محل بهتری برای زندگی تبدیل نمایید.

من به سهم خود از همه این سخاوتمندی‌ها سپاسگزارم. جان به تو اطمینان می‌دهم که ما اتوبوس درستی را برای سوار شدن انتخاب می‌کنیم.

«کن بلانچارد»

مقدمه نویسنده

یکی از واژه‌هایی که ما به کرات در سمینارها، دانشگاه‌ها، سالن‌های تمرین و حتی در محل سکونت‌مان شنیده‌ایم، انرژی مثبت است. احتمال دارد دلیل این توجه تأثیر بسیار آن در بهبود زندگی باشد. در بعضی مواقع انرژی مثبت ابزاری برای مقابله با مسائل منفی زندگی، بحران‌ها و مشکلات زندگی و تکیه‌گاهی برای خلق موفقیت‌ها می‌باشد.

در آزمون‌های متعدد زندگی و دستیابی به موفقیت شما به انرژی مثبت نیاز دارید. انرژی مثبت در واقع فقط به مفهوم جست‌وخیز و جابجایی زیاد نیست. خوشحال بودن نیز به خودی خود شکلی از انرژی مثبت است. علی‌رغم اینکه در بعضی مواقع حتی جست‌وخیز هم نوعی از این نوع انرژی است.

اما وقتی من از انرژی مثبت سخن به میان می‌آورم، مقصودم خوش‌بینی، شاد بودن، روحیه، شور و اشتیاق، سرزندگی، امیدواری و عملکردی در سطح بالاتر است؛ اینکه شما بتوانید عاملی تأثیرگذار برای پیروزی بر مشکلات باشید، بر همکاران و دوستانتان تأثیر مثبتی بگذارید و بر افراد منفی‌باف (که من به آنها تخلیه‌کننده انرژی می‌گویم) غلبه کنید و همه تهدیدها را به فرصت‌ها تبدیل نمایید.

انرژی مثبت خواب و خیال و ساخت ذهن نیست بلکه شما می‌توانید آنرا به عینه در جای‌جای زندگی‌تان لمس کنید. متناسب با شغلی که دارم من با هزاران مدیر، مربی، تیم، سازمان، معلم، ورزشکار، اولیا و اتفاقاً

کودکان روبرو شده‌ام که بمبی از انرژی بوده‌اند و خالق عجیب‌ترین و بزرگ‌ترین کارها در زندگی می‌باشند.

به کرات تأثیر راهکارهای برخورداری از انرژی مثبت را از زبان مدیران موفق شنیده‌ام. هنگام ملاقات با بیماران سرطانی، من از تأثیر تفکرات مثبت بر آنها شگفت‌زده گردیده‌ام. از تأثیر انرژی مثبت در پشت‌سر گذاشتن موانع توسط ورزشکاران و قهرمانان بهت‌زده شده‌ام. پای صحبت کارمندان و افراد موفق و مثبت نشسته‌ام. حتی مادری در مورد پسرش جاشوا و حرف‌های من که یکسال پیش در مدرسه‌اش در مورد انرژی مثبت زده بودم و تأثیر آن بر او به من گفت و اینکه پس از جدایی پدر و مادرش او به مادرش گفته بود که افکار مثبت چگونه به قوی‌تر شدن وی کمک کرده است.

دوستانی همانند جاشوا، منبع الهام بخشی برای من شده‌اند تا دست به قلم بگیرم و درباره انرژی مثبت بنویسم؛ چون از صمیم قلب به آن اعتقاد دارم.

من امیدوارم که شما نیز از این کتاب که در دست دارید، برای بهبود و ارتقاء انرژی مثبت در زندگی‌تان، روابط‌تان، بهبود شغلی‌تان، امور اجتماعی‌تان و موفقیت‌هایتان بهره ببرید و ایمان داشته باشید با به کار بردن این راهکارها، روز به روز کامیاب‌تر و شادتر خواهید بود. این کتاب علی‌رغم اینکه بر مسائل کاری تأکید دارد، قابل استفاده در تمام جوانب زندگی نیز است و می‌تواند توسط همه، مورد استفاده قرار گیرد.

این کتاب ۱۰ قانون طلایی دارد که با به کار بردن آنها در هر زمینه،
محال است که به موفقیت نرسید.



۱. پنچر شدن ماشین

روز دوشنبه شروع شده بود. ولی انگار دوشنبه‌ها روز خوش‌یمنی برای جورج نیست. او با قیافه‌ای عبوس در حالیکه سر خود را به طرفین حرکت می‌داد، به لاستیک پنچر اتومبیل خود چشم دوخته بود. جورج تعجب نکرده بود، زیرا در چند سال گذشته هر چه بالای آسمانی در دنیا بود بر سر وی آوار شده بود، این مشکل هم روی آنها. جورج در حالیکه ناامیدانه صندوق عقب ماشین را برای تعویض لاستیک باز می‌کرد، بلند فریاد زد: «حداقل امروز نه!» او تازه یادش آمده بود که لاستیک زاپاس هم پنچر است و صدای همسرش در ذهن کوچکش آمد که می‌گفت: «جورج یادت باشد زاپاس را پنچرگیری کنی چون روزی همین زاپاس به داد تو خواهد رسید.» جورج با عصبانیت از خود پرسید که چرا همیشه او درست می‌گوید؟ او که انگار از تعویض لاستیک به کلی ناامید شده بود، ناگهان به یاد همسایه‌اش دیو افتاد، پس سریع به سمت خانه وی دوید تا همراه او تا

مرکز شهر برود. امروز جورج جلسه بسیار مهم و حیاتی در محل کار خود داشت.

وقتی به نزدیک خانه دیو رسید فهمید که تیرش به سنگ خورده و او سر کار خود رفته است. او که حسابی عصبانی شده بود با مشت‌های گره کرده با خود گفت: «چرا امروز، من خیلی عجله دارم؟!»

جورج عرق‌ریزان به فکرش رسید که از یکی از همکارانش بخواهد تا در مسیر، او را سوار کند. ولی چیزی به ذهنش نرسید. تنها گزینه پیش رو، همسرش بود.

او به داخل خانه بازگشت، صدای همسر و بچه‌هایش از پشت آشپزخانه به گوش می‌رسید. او به سمت آنها رفت. بچه‌ها به محض دیدن او با صدای بلند سلام کردند. دخترش او را در آغوش گرفت، پسرش از او خواست که امروز بسکتبال بازی کنند. جورج فشار زیادی را روی شانه‌هایش احساس می‌کرد.

جورج با حرکت سر مخالفت خود را با خواسته پسرش اعلام کرد و رو به همسرش کرد و گفت: «من امروز یک قرار مهم کاری دارم و ماشینم پنچر شده، بنابراین به ماشین تو احتیاج دارم!»

همسرش پاسخ داد: «خوب از لاستیک زاپاس استفاده می‌کردی، وای یادم رفت قبلاً به من گفته بودی که زاپاس هم پنچر است. از من توقعی نداشته باش، کلی کار سرم ریخته که حسابی هم به ماشین نیاز دارم. امروز باید پس از رساندن بچه‌ها به مدرسه، به دندان‌پزشکی، دامپزشکی و جلسه انجمن اولیای مدرسه بروم. من بدون ماشین حتی نمی‌توانم یکی از این کارها را انجام دهم. بهتر است یک فکر دیگر بکنی.»

جورج گفت: «راست می‌گویی، اما این جلسه برای کار من خیلی حیاتی است.»

در همین اثنی توله سگ پنج ماهه آنها خواست محبتی به جورج کند، پس شروع به لیس زدن جورج کرد. جورج با بی‌حوصلگی فریاد زد: «تو این مهم، دیگر نمی‌دانم این سگ چه می‌گوید؟ اصلاً خریدن این سگ یک اشتباه بزرگ بود.»

دختر جورج گریه‌کنان گفت: «بابا از سامی متنفره!»

همسرش گفت: «بی‌خود عصبانیت خود را سر این حیوان خالی نکن؛ دخترم، اتفاقاً سامی بسیار زیباست.»

جورج گفت: «از من توقع نکن که دیگر به این سگ رسیدگی کنم.»

همسرش گفت: «من عادت کرده‌ام، تو کارهای عقب مانده زیادی داری این هم روی همه آنها.»

جورج ناامیدانه گفت: «امکانش هست بعد از اینکه بچه‌ها را به مدرسه رساندی من را هم به محل کارم برسانی؟»

همسرش گفت: «اصلاً فکرش را هم نکن، محل کار تو یکی از جاهای پرترافیک است که زمان و انرژی زیادی را از من هدر می‌دهد. راستی چرا با اتوبوس نمی‌روی؟! ایستگاه اتوبوس نزدیک است.»

جورج گفت: «اتوبوس؟ من سال‌هاست که سوار اتوبوس نشده‌ام، حرفش را هم نزن.»

همسرش گفت: «فکر کنم امروز روز تجدید خاطرات است.»

جورج انگار که بهش توهین شده باشد، کیفش را در بغل گرفت و از خانه خارج شد.»

انگار گزینه دیگری نداشت، پس به سمت ایستگاه اتوبوس حرکت کرد. تا ایستگاه ۲۰ دقیقه‌ای راه بود.

جورج که همانند یک کوه آتشفشان در حال انفجار بود، روی صندلی ایستگاه نشست. پس از چند لحظه اتوبوس شماره ۱۱ در ایستگاه توقف کرد.

جورج عصبانی از اینکه اتوبوس را لنگه‌کفشی در بیابان می‌دانست، سوار بر اتوبوس شد. در نگاه اول چشمش به راننده اتوبوس که اتفاقاً یک خانم بود افتاد. او داشت با یک لبخند پهن و نگاهی مهربان، ورود او را به اتوبوس تبریک می‌گفت: «روز خوش، بفرمایید.»

جورج با عصبانیت در دل گفت چه روز خوشی؟! راننده با چشمانش از آینه جورج را در اتوبوس تعقیب کرد. جورج که انگار سایه نگاه راننده را روی خود حس کرده بود، از خود پرسید: «چرا به من نگاه می‌کند؟ نکند کرایه را نداده‌ام؟» از توی آینه نگاه مهربان و لبخند وی کاملاً مشهود بود. انگار نمی‌داند امروز دوشنبه و اول هفته است.

خانم راننده سؤال کرد: «کجا تشریف می‌برید؟»

جورج گفت: «با من هستید؟»

راننده پاسخ داد: «بله با شما هستم، چون اولین بار است که شما را در این مسیر می‌بینم.»

جورج گفت: «به محل کارم شرکت NRG می‌روم.»

خانم راننده گفت: «همان ساختمان بزرگ در مرکز شهر که یک لامپی بزرگ جلوی آن وصل شده است؟»

جورج با بی‌حوصلگی و بی‌علاقگی گفت: «بله، چون شرکت تولید کننده لامپ است.»

راننده با خوش‌رویی پرسید: «چه عاملی باعث شده امروز ما با شما در این اتوبوس همسفر باشیم؟»

جورج گفت: «پنچر شدن ماشین و ناچاری، چون من امروز یک جلسه خیلی مهم دارم و گرنه من از اتوبوس تنفر دارم.»

راننده پاسخ داد: «خیالت راحت باشد؛ من به موقع شما را به محل کارتان می‌رسانم، فقط این را بدان که این اتوبوس یک اتوبوس فوق‌العاده است که هیچکس از سوار شدن به آن پشیمان نمی‌شود، راستی اسم من جوی^۱ است، می‌توانم اسم شما را بدانم؟»

جورج با اکراه اسم خود را گفت و در دل دعا می‌کرد که راننده دست از سر او بردارد. کلاً جورج اهل معاشرت و گفتگو با دیگران نبود، آن هم یک راننده پرحرف که قهوه‌اش را پر رنگ خورده باشد.

جورج در حالیکه با خودش مجادله می‌کرد، پی برد که شادی قطعه گم شده زندگی او است. آنقدر نادر که او حتی مزه شادی را هم دیگر به خاطر نداشت. شرط می‌بندم این راننده حتی نمی‌داند نگرانی چیست. برای همین به راحتی به مسافران لبخند می‌زند و با آنها به گفتگو می‌پردازد، چون حوصله لازم را دارد.

اگر می‌دانست من روزانه با چه مشکلات و چالش‌هایی دست و پنجه نرم می‌کنم، آنوقت خندیدن را تا آخر عمر فراموش می‌کرد.

^۱ Joy. به معنی شادی

از یک طرف خانه و مسئولیت‌های ریز و درشت آن، از طرفی مشکلات محل کار، رئیس، کارمندان، اقساط وام بانکی و مادری که با بیماری سرطان در حال مبارزه است. این مسائل مختلف که بر سر من آوار شده باعث گردیده احساس پوچی کنم.

واقعیت این بود که جورج در اشتباه بود. هر روز افراد مختلف با نژادها، مشاغل، سنین و جنسیت‌های متنوع سوار اتوبوس او می‌شدند و او منبعی از انرژی برای آنها بود و به تکتک آنها انرژی می‌داد.

جورج در واقع یک موجود عاری از شور و حال زندگی بود. او همانند یک وصلهٔ ناجور در بین دیگر مسافران با حال اتوبوس بود.

جوی یاد گرفته بود که در اتوبوس خود نوری باشد، در دل افرادی که در تاریکی حیران بودند. اغلب مشتریان جوی کسانی بودند که آرزوها و رؤیاهای خود را فراموش کرده بودند و بی‌هدف دور خود می‌چرخیدند. جوی برای خود رسالت و وظیفه‌ای در این اتوبوس تعریف کرده بود تا سفیر انرژی باشد و به هر کس که به اتوبوس او وارد می‌شود، انرژی بی‌نهایت ببخشد. از اینرو خود را رانندهٔ اتوبوس و اتوبوس خود را اتوبوس انرژی نامگذاری کرده بود. امروز اگر تنها یک نفر باشد که به این انرژی نیاز داشته باشد همانا او جورج بود.

جوی گفت: «جورج فکر می‌کنم امروز قسمت بود که تو سوار اتوبوس من شوی.»

جورج سریع پاسخ داد: «به هیچ وجه، فقط دلیل آن پنچری بی‌موقع ماشینم بود، همین.»

«تو قادری که این طور به موضوع نگاه کنی یا نکنی. ولی هیچ اتفاقی در جهان هستی بی دلیل نیست، یادت باشد. هر برگه که از درخت می افتد، هر کسی که می بینیم، هر لاستیکی که پنجر می شود، همگی دلیل و حکمتی دارد. تو می توانی بی تفاوت از کنار آنها بگذری و یا در آنها بیشتر تفکر کنی. به قول ریچارد باخ^۱، هر رخداد، هدیه ای را در خود پنهان کرده است؛ تو می توانی آنرا مصیبت بدانی و یا آنرا یک موهبت در نظر بگیری. این طرز نگاه مشخص کننده کیفیت داستان زندگی توست. این که داستان پر معناداری و یا داستان مأیوس کننده! من از داستان های مأیوس کننده متنفرم و به آنها علاقه ای ندارم. اما به نظرم آنچه از نگاه تو مشخص است، تو انتخاب های عاقلانه ای در زندگی نداشتی، جورج هوشمندانه انتخاب کن.»

به محض اینکه اتوبوس به مقصد رسید، جورج انگار که در قفس اتوبوس زندانی شده بود، کیفش را در بغل گرفت و سریع پیاده شد. هنوز صدای جوی در گوشش طنین انداز بود: «زندگی بی معنا و مأیوس کننده، هوشمندانه انتخاب کن.»

هر چه بود تمام شد، پرسنل همکار او منتظرش بودند. به صورت معمول جوی هیچ وقت سریع به اصل مطلب نمی پرداخت، ولی لجاجت و یک دندگی جورج، برای او چاره ای دیگر نگذاشته بود. لجاجت و سرسختی که اصولاً دلیل موجهی هم ندارد. جوی با این رفتارها آشنا بود. زیرا سالها پیش خود نیز همین رفتارهای لجبازانه،

¹ Richard Bach .

نامیدانه، پوچی گرایانه و ... را داشت. خیلی از مردم می‌خواستند به او کمک کنند، ولی او لجبازی می‌کرد. او همیشه از تمام دنیا طلبکار و عصبانی بود و فکر می‌کرد لیاقت بیشتری از زندگی دارد.

خیلی مسخره است که کسی بخواهد به ما کمک کند و ما احمقانه کمک بی‌چشم‌داشتی که واقعاً برایمان حیاتی است، را پس بزنیم. او هم دقیقاً مثل جورج کله‌شوق بود.

تنها راه موجود رک و راست بیان کردن مشکل بود. جوی احتمال می‌داد که دیگر جورج را نبیند ولی حداقل می‌خواست تلنگری به وی بزند تا شاید او به گفته‌هایش فکر کند.



۲. خبرهای خوب و خبرهای بد

در عصر همان روز جورج با خیال راحت به پنچرگیری مراجعه کرد تا پنچری لاستیک ماشینش را بگیرد. در پنچرگیری جورج مجبور بود چند دقیقه‌ای انتظار بکشد. انتظار برای جورج یک شکنجه بود؛ انتظار در صف سینما، انتظار در صف پمپ بنزین، انتظار در صف صندوق سوپرمارکت و اینکه مجبور باشد پشت یک فرد بی‌دست‌وپا بایستد که حتی رمز کارت اعتباری‌اش را به یاد نمی‌آورد برای او یک فاجعه بود. برعکس جورج در صف‌های انتظار سرطانی گیر می‌کرد انگار که تمام دنیا قصد آزار او را داشتند. در انتظار پنچرگیری او با بی‌حوصلگی از خود سؤال می‌کرد که این انتظار چقدر به طول می‌انجامد؟!

سرانجام مکانیک از داخل چاله بررسی ماشین بیرون آمد و رو به جورج کرد و گفت: «هی پسر من برای تو یک خبر خوب و یک خبر بد دارم. خبر خوب این است که تو هنوز نفس می‌کشی.»

جورج با عصبانیت گفت: «بابا مسئله را خیلی پیچیده نکن، فقط یک لاستیک پنچر شده است!»

مکانیک گفت: «اینکه تو هنوز زنده‌ای که به اینجا آمده‌ای خبر خوبی است. زیرا بر اساس اختاریه شرکت سازنده در خصوص ایراد ترمزها من ماشین شما را بررسی کردم و دیدم که ترمزهای ماشین تو کاملاً از کار افتاده است. یعنی اگر امروز ماشینت پنچر نمی‌شد، احتمال بروز هر تصادفی برای شما وجود داشت. ببینم اختاری در این زمینه از شرکت سازنده، برای شما ارسال نشده است؟!»

جورج تازه به یاد آورد که نامه‌ای در این زمینه از شرکت سازنده برای وی آمده بود که به خیال تبلیغاتی بودن آن حتی بازش هم نکرده بود. در ادامه مکانیک گفت: «اما خبر بد اینکه برای تعمیر ترمزها به یک قطعه خاص نیاز است، که ارسال این قطعه از کارخانه دو هفته به طول می‌انجامد. پس شما دو هفته باید صبروری کنید.»

جورج ابتدا احساس خوش شانسی کرد، ولی وقتی یادش آمد که باید دو هفته بدون ماشین بماند، مجدداً به این نتیجه رسید که بدشانس‌ترین آدم دنیاست.



۳. خطا تا خانه

جورج آنقدر عصبانی بود که حتی به همسرش هم زنگ نزد که دنبالش بیاید و پیاده به سمت خانه حرکت کرد. وقتی به خانه رسید، حوصله هیچ کس و هیچ چیز را نداشت. حتی دوست نداشت با همسرش صحبت کند.

مرتب این صدا در سرش طنین انداز می شد که: «چه چیزی از این بدتر که دو هفته باید بدون وسیله بماند؟ اصلاً چیزی از این بدتر هم وجود دارد؟» کم مانده بود دیوانه شود.

همسرش او را یک منفی گرای تمام عیار می دانست که در حال انهدام زندگی خودش و بچه ها بود و حتی دیشب به او آخرین اخطار را داده بود که: «یا خودت را درست کن و یا دست از سر ما بردار.»

این اولین بار نبود که همسرش این حرف را می زد و مطمئناً آخرین بار هم نبود. اما این دفعه قضیه خیلی جدی بود و جورج به هیچ وجه نمی خواست که زن و بچه هایش را از دست بدهد.

اما امروز دیگر جون بر لب همسرش رسیده بود.

جورج قول داده بود که تغییر کند ولی واقعاً نمی‌دانست چگونه؟! او هیچ تسلطی بر زندگی‌اش نداشت. در حالیکه او قبلاً توان و قدرت بیشتری برای روبرو شدن با چالش‌های زندگی داشت. اما امروز تنها نقش یک تماشاگر را در زندگی خود ایفا می‌کرد. او درست یک شب قبل از پنچری رو به آسمان کرد و زمزمه کرد که: «خدایا به من کمک کن، الآن تنها چیزی که اصلاً نمی‌خواهم یک مشکل دیگر است.»

جورج با هجوم این افکار با قدم‌های سریع به سمت خانه حرکت می‌کرد و دوست داشت که بتواند قبل از خواب برای بچه‌هایش یک کتاب داستان بخواند. کتاب خواندن برای بچه‌ها یکی از محدود کارهایی بود که واقعاً دوست داشت. دو فرزندش تنها امید او در زندگی بودند. جورج آرزوی مهیاسازی بهترین‌ها را برای آنها داشت.

ولی امروز در محیط کارش با بحران بزرگی روبرو شده بود که فشار زیادی را بر وی می‌آورد. بی‌نظمی در کار افراد تحت امر او، باعث کاهش راندمان تولید شده بود. به همین خاطر مدیران ارشد به وی فشار آورده بودند که در صورت ادامه این روند او باید به فکر شغل دیگری باشد.

اتمام حجت همسر، مسئولیت خانواده و چالش‌های شغلی از جمله فکری بود که حین این پیاده‌روی به ذهن جورج می‌رسید. در این بین پنچر شدن و خرابی اتومبیلش شده بود قوز بالای قوز.

همه چیزهایی که سال‌ها برای ساختن آنها زحمت کشیده بود، در حال فروپاشی بود. او باید کاری برای تغییر اوضاع می‌کرد. جورج تمام چیزهای زندگی‌اش را با تلاش و پشتکار به دست آورده بود و امروز

باید شاهد از بین رفتن همه آنها می‌بود. او که یک کارمند موفق و آینده‌دار در شغل خود بود. چرا امروز اینقدر ضعیف شده بود؟! جورج در حالیکه به آسمان پرستاره نگاه می‌کرد، با صدای بلند فریاد زد: «لطفاً کمک کن!»

انگار تمام دنیا در یک لحظه سکوت کرد تا صدای جورج به بالاترین نقطه آسمان برسد. او منتظر یک بازخورد، نشانه، شهاب‌سنگ، رعد و برق یا صدا بود، ولی هیچ خبری نبود.



۴. جورج از خواب بیدار می‌شود

در صبح روز بعد جورج با حالتی خسته و ناامید و مضطرب از خواب بیدار شد. او هر روز انتظار رخ دادن یک اتفاق بد را می‌کشید، ولی خوشبختانه می‌دانست که این اتفاق بد برای ماشین او رخ نخواهد داد چون ماشین در تعمیرگاه بود. همسرش به او گفت: «امروز سرم از دیروز خلوت‌تر است، می‌خواهی تو را برسانم؟»

جورج گفت: «نه با اتوبوس می‌روم. کلی تجدید خاطره شد، بجز راننده‌اش که خیلی عجیب و غریب بود.»

همسرش گفت: «عجیب و غریب؟!»

جورج در حین پوشیدن کشف کتانی برای پیاپی تا ایستگاه اتوبوس پاسخ داد: «قصه‌اش طولانی است، بعداً برایت می‌گویم.» در واقع جورج تنها چیزی که از راننده اتوبوس در ذهنش نقش بسته بود این بود که گفته بود: «هوشمندانه انتخاب کن.» جورج به جای دقت در صحبت‌های راننده، در مقابل حرف‌های او جبهه گرفته بود و او را یک خانم

خودخواه می‌دانست. در همین بین دید که گره بندهای کتان‌اش گره کور خورده چوری که یک ساعت طول می‌کشد تا بازش کند.

جورج با عصبانیت کتان‌ها را به سمت دیوار پرتاب کرد و چند لحظه‌ای در آینه جاکفشی به خود نگاه کرد.

از ضمیر ناخودآگاهش صدایی بلند شد: «تو عرضه هیچ کاری را در زندگی نداری، چه روابط خانوادگی و چه از نظر شغلی که در حال اخراج شدن هستی، حتی عرضه بستن بند کفش‌هایت را هم نداری، راننده اتوبوس درست گفت، تو زندگی بی‌حساب و کتابی داری.»

این نگرش ضربه‌ای محکم به زندگی وی بود. صحبت‌های جوی ناراحت‌کننده بود، ولی واقعیت داشت. زندگی شغلی و خانوادگی او در حال سقوط آزاد بود. حتی دیروز رئیس و مربی‌ای که سال‌ها از وی در محیط کاری حمایت می‌کرد، نیز ناامیدی خود را اعلام کرد.

جورج به او گفته بود: «راضی به زحمت او در این برهه زمانی نیست.»

رئیس جورج گفت: «من در قبال تو مسئولم، همه از من می‌پرسند که چه اتفاقی برای جورج رخ داده است؟ آنها سرنوشت کاری مرا با تو گره زده‌اند و قصد دارند در صورت ادامه این روند، تو و شاید من را اخراج کنند. جورج من تو را مثل پسر دوست دارم، ولی اجازه نمی‌دهم که مرا سرافکنده کنی. امروز بچه‌های من به دانشگاه می‌روند و من به این شغل سخت نیاز دارم. من اجازه نمی‌دهم که مرا با خودت پایین بکشی.

می‌فهمی پسر؟!»

جورج قول داده بود که اوضاع را روبراه می‌کند، ولی خودش هم نمی‌دانست چگونه.

رئیس ادامه داد: «من امیدوارم. مربی قدیمی فوتبال مدرسه ما می‌گفت: (ما درباره بازی صحبت نمی‌کنیم بلکه آنرا با تمام وجود بازی می‌کنیم.) پس من انتظار معجزه‌ای که باید رخ دهد را می‌کشم، چون اگر نتوانی کاری انجام دهی، سرنوشت کاری و خانوادگی هر دوی ما را نابود می‌کند.»

اخراج کلمه‌ای بود که جورج هیچ وقت حتی فکرش را هم نمی‌کرد و حالا از دور یا نزدیک آنرا از زبان خیلی از افراد می‌شنید. او همانند بیماران روحی مدام این جمله را با خود تکرار می‌کرد، که من باید این شرایط را به نفع خود تغییر دهم، ولی چگونه؟ چطور؟
و فقط سکوت محض بود که به گوشش می‌رسید.



۵. خانم جوی کجا هستی؟

بالاخره جورج کتانی‌های خود را با هر مشقتی که بود پوشید و به سمت ایستگاه اتوبوس حرکت کرد. در طول مسیر به جوی، راننده اتوبوس با آن لبخند شیرینش فکر می‌کرد. جوی در همان راند اول، چنان ضربه‌ای به او زد که باعث شد از خواب خرگوشی بلند شود. ولی چه دلیلی داشت که این تلنگر را یک راننده اتوبوس به وی بزند، یعنی همسرش و رئیس وی در محل کار کم نبودند که حالا این خانم هم به این لیست اضافه شده است!

نفر بعدی که می‌خواهد به این لیست اضافه شود، کیست؟ پستیچی؟ افسر راهنمایی و رانندگی؟

رگباری پی در پی از این افکار تا رسیدن اتوبوس شماره ۱۱ به مغز او یورش می‌آوردند. وقتی اتوبوس رسید، او همچون یک جنگجو که قرار است حق خود را از دشمن بگیرد از پله‌های اتوبوس بالا رفت و در نهایت تعجب راننده دیگری را پشت فرمان دید. راننده‌ای مثل دیگر راننده‌های اتوبوس: خشن، عبوس و بی‌حوصله، درست بلعکس جوی.

جورج علی‌رغم اینکه فقط یک روز از آشنایی با جوی می‌گذشت، واقعاً دوست داشت بداند چه اتفاقی برای او افتاده است. وقتی روی اولین صندلی نشست به این موضوع فکر کرد که مشکلات زندگی وی، حاصل کارهای اشتباه خود اوست و جوی هیچ تقصیری در این بین ندارد. او در مورد همسرش، رئیسش و محل کارش فکر کرد و اینکه باید تغییر کند، آن هم تغییر مناسب و سریع که به موفقیت منتهی شود. او باید منجی زندگی زناشویی و شغلی خود می‌شد. امروز روزی است که برای این تغییر باید کاری کند.



۴. قوانین

جورج در روز بعد، زودتر از روز قبل، خود را به ایستگاه اتوبوس رساند. او در حالیکه روی صندلی ایستگاه نشسته بود مدام به این فکر می‌کرد که چگونه قرار است خود را از بحران‌های جاری خارج کند. پرسنل زیر مجموعه او و خود وی به جای تمرکز بر حل فاجعه فعلی، مدام به اختلافات بین خود، دامن می‌زدند. در واقع به جای حل کردن مشکل، خودشان جزئی از مشکل شده بودند. در این گونه موارد راحت‌ترین کار اخراج کردن آنهاست. او با خود فکر کرد در واقع این کار پاک کردن صورت مسئله است و مشکل اصلی را حل نمی‌کند. از طرفی بیکار شدن آنها دور از انصاف بود، حتی خود او، واسطه استخدام بعضی از آنها بود.

او و تیمش راه اصلی خود را گم کرده بودند. این گمراهی ناشی از عوامل مختلف است. در این افکار بود که صدای فیس باز شدن درب اتوبوس ۱۱ او را به خود آورد. وقتی چشم جورج به جوی که در حال لبخند زدن بود افتاد، گل از گلش شکفت.

جوی گفت: «وای پسر ببین ما اینجا چه کسی را داریم؟ چه خبرها؟ اصلاً فکر نمی‌کردم که دوباره تو را ببینم!»

«من هم همینطور فکر می‌کردم، دیروز که غیبت کردی گفتم دیگر نمی‌بینمت. راستی کجا بودی؟»

«سه‌شنبه‌ها روز مرخصی برای من است، من در این روز از پدرم که دچار آلزایمر است، مراقبت می‌کنم. او حالا حتی نام خود و منی که آن همه به آن افتخار می‌کرد، را نیز به یاد نمی‌آورد. خیلی سخت است که او را هر هفته در این حال ببینی.»

جورج گفت: «خدا شفا بدهد» وقتی این موضوع را شنید، متعجب شد، زیرا او جوی را آدم بی‌خیال و بی‌غمی می‌دانست، در حالیکه اصلاً این‌طور نبود.

جورج با صدای جوی به خود آمد: «لازم نیست متأسف شوی، این بخشی از زندگی است. مگر زندگی بی‌چالش وجود دارد؟ هر کسی بالاخره یک مشکلی در زندگی دارد، یکی مشکل خانوادگی دارد یک سلامتی، کار و یا اخلاقی. این مشکلات در واقع جزء جدایی‌ناپذیر زندگی هستند. من هم جدا از این مشکلات و اجتماع نیستم.»

جورج گفت: «برایم بسیار عجیب است که تو علی‌رغم داشتن این مشکلات، همچنان لبخند می‌زنی و این همه انرژی داری؟!»

«این موضوع دقیقاً همان مسئله‌ای است که می‌خواهم درباره‌ی آن با تو حرف بزنم. زیرا من زندگی را با تمام وجود دوست دارم، خودم را دوست دارم، چون خودم را دوست دارم، تو را هم دوست دارم، ما

همگی زنجیره‌وار به هم ارتباط داریم. من همه را دوست دارم، حتی کسی که دوست داشتنش وی سخت به نظر می‌رسد.»

جورج یک لحظه مکث کرد و با خود گفت: «مثل من.»

جوی ذهن او را خواند و سریع گفت: «بله دقیقاً مثل تو.»

جوی ادامه داد: «راستی چطور تو دوباره سر از اتوبوس من درآوردی؟ آن روز سریع‌تر از کارل لویی در المپیک ۱۹۸۴ از اتوبوس من خارج شدی طوریکه فکر کردم دیگر پایت را در این اتوبوس نمی‌گذاری، ولی به هر حال از دیدنت خوشحال شدم.»

جورج که انگار منتظر این سؤال بود، تمام ماجرای پنچری، مکانیک و خرابی ترمزها و خطری که از بیخ گوشش گذشته بود و اینکه دو هفته میهمان آنها است را برای جوی تعریف کرد.

جوی گفت: «این موضوع را به فال نیک بگیر، اینکه تو سوار اتوبوس ۱۱ شده‌ای بی‌حکمت نیست. آن روز شک داشتم ولی حالا ایمان آوردم که سوار شدن تو به این اتوبوس دلیلی داشته است.»

جورج با لحنی خشن پرسید: «کجای خراب شدن دو هفته‌ای ماشین را باید به فال نیک گرفت؟»

جوی پاسخ داد: «مرد اینقدر سخت‌گیر، به این تابلوی دست راست آینه نگاه کن، چه چیزی روی آن نوشته؟»

جورج گفت: «نوشته ۱۰ قانون برای کنترل بر زندگی.»

در زیر آن نوشته، فهرستی از ۱۰ قانون که جورج نمی‌توانست از آن فاصله آنها را بخواند، چون عینک خود را همراه نداشت، علاوه بر این زیاد خوانا نبود، نوشته شده بود.

جوی با انرژی فراوان ادامه داد که: «بله این ۱۰ قانون کنترل زندگی است که تمام مسافران قدیمی این اتوبوس آن را فرا گرفته‌اند. ما در این اتوبوس به کرات درباره آنها حرف می‌زنیم. اینطور که مشخص است تو ۱۰ روز میهمان ما در این اتوبوس هستی و من این ۱۰ قانونی طلایی را با افتخار به تو یاد می‌دهم.»

جورج با شنیدن این حرف کمی جابجا شد و گفت: «خدایی دست از سر من بردار. من به اندازه کافی قوانین دست و پا گیر در زندگی دارم. قوانین همسر، قوانین خانه، قوانین بچه‌ها، قوانین اداره و ... فکر نمی‌کنم جایی برای قوانین جدید وجود داشته باشد.»

جوی گفت: «یادگیری این قوانین در این زمان از نان شب هم برای تو واجب‌تر است، این شانس بزرگی برای تو، جهت ایجاد تغییرات فوق‌العاده است. در این ۱۰ روز، من تمام سعی خود را می‌کنم تا این قوانین را به تو یاد دهم تا زندگی تو در مسیر موفقیت بیفتد. جورج خود را آماده کن.»

جوی در ادامه جوری که جورج چاره‌ای جز قبول نداشت، پرسید: «آیا آماده‌ای؟»

جورج گفت: «بله» ولی خودش هم باور نمی‌کرد که واقعاً قبول کرده باشد. یک دفعه مهمه‌ای در اتوبوس پیچید که می‌گفتند: «بله، بله، بله» جورج به اطراف خود نگاه کرد، انگار تازه متوجه شده بود که افرادی غیر از او و جوی در اتوبوس هستند.

جوی گفت: «تعجب نکن. وقتی فردی تازه وارد قبول می‌کند که این ۱۰ قانون طبیعی را یاد بگیرد، افراد داخل اتوبوس کلمه بله را چند بار تکرار