

«بسمه تعالی»

قدرت مداومت

تبدیل نظم و ترتیب به شادی و موفقیت‌های بزرگ

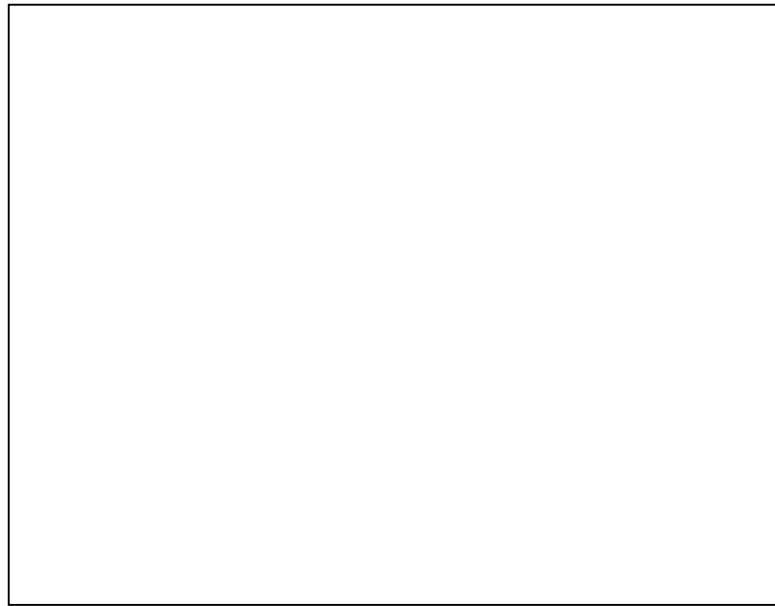
نویسنده:

جف اولسون

مترجم:

سمانه فلاح





«قدرت مداومت»

-
- نویسنده: جف اولسون • مترجم: سمانه فلاح • ناشر: انتشارات طاهریان
 - نوبت چاپ: اول • سال چاپ: ۱۳۹۸ • تیراژ: ۱۰۰ جلد • طرح جلد: آرزو خسروپور
 - قیمت: تومان • لیتوگرافی: امیر نقش • چاپ جلد: ژیک • چاپ متن: چاپ دالاهو
 - صحافی: صاحب الزمان • شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۵۶۲۰-۱-۷
-
- آدرس: میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی، خیابان لبافی نژاد، پلاک ۲۶۶، طبقه چهارم، واحد ۱۱
تلفن: ۶۶۹۷۰۷۶۷-۶۶۹۷۳۳-۶۶۴۹۲۷۳۳ 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 ۰۶۶۴۹۲۷۳۳-۱۰۰۰۰۰ ارسال کنید تا یکی از برندگان ما باشید.

تقديم به

فهرست:

بخش ۱: برتری خفیف چه میزان تأثیرگذار است؟

- فصل ۱: بیکار، ولگرد و میلیونر..... ۲۵
- فصل ۲: اولین عنصر سازنده..... ۵۳
- فصل ۳: انتخاب..... ۷۷
- فصل ۴: تسلط بر زندگی دنیوی..... ۱۰۵
- فصل ۵: کارتان را آرام آرام آغاز کنید و بعد به آن سرعت ببخشید..... ۱۳۹
- فصل ۶: مراقب باشید به بهانه جهش کوانتومی و صعود..... ۱۷۳
- فصل ۷: راز شادمانی..... ۱۹۵
- فصل ۸: اثر امواج..... ۲۲۳
- فصل ۹: باید کارتان را تنها با یک سکه پنی آغاز کنید..... ۲۴۹

بخش ۲: زندگی با قدرت مداومت

- فصل ۱۰: دو مسیر از زندگی..... ۲۶۹
- فصل ۱۱: ارزیابی قدرت مداومت..... ۳۰۱
- فصل ۱۲: روی خودتان سرمایه‌گذاری کنید..... ۳۲۹
- فصل ۱۳: از مشاوران بیاموزید..... ۳۵۵
- فصل ۱۴: با قدرت مداومت عهد و پیمان ببندید..... ۳۷۵
- فصل ۱۵: نهاده‌ها کردن قدرت مداومت..... ۳۹۱
- فصل ۱۶: سه قدم به آرزوها و رؤیاهای..... ۴۱۵
- فصل ۱۷: زندگی با قدرت مداومت..... ۴۲۹
- فصل ۱۸: جایی که به سمت آن در حرکت هستیم..... ۴۴۷

تشکر و قدردانی از تمام خوانندگان گرامی

کتاب قدرت مداومت

به عنوان مربی دوره مدیریت در برنامه کارشناسی NYU، من کتاب قدرت مداومت را به همه شما توصیه می‌کنم. این کتاب به عنوان پایه و اساس تمام محتویات دوره‌های دیگر به کار می‌رود. از این رو، بر این باور هستم که فلسفه اصلی این کتاب کلید درک تمام موفقیت‌های پیش روی شماست.

«دیوید جی. روزنتال، عضو شورا، عضو کمیته برنامه درسی، استاد راهنما، مدیر اجرایی شرکت *Shepard Communications*»

قدرت مداومت کتابی است که راه و روش‌های توسعه شخصی و شخصیتی را در بردارد. این کتاب یک راز واقعی است.

«جسی مک پرسون، لس آنجلس»

قدرت مداومت یکی از تاثیرگذارترین منابع در حرفه‌ها، سلامتی و شادی‌هاست. من بارها و بارها آن را خوانده‌ام و کپی کاملی از یادداشت برداری‌هایم از محتوای بسیار سازنده آن تهیه کرده‌ام.

«رید هرید، مینیاپولیس»

قدرت مداومت، من را از فشارهای روحی‌ام به کلی آزاد کرد تا پیشرفت چشمگیری داشته باشم. به عنوان مثال، سال‌های طولانی را صرف کاهش وزن و حفظ تناسب اندام خود کردم. این کتاب همیشه مانند یک

ترن هوایی غول آسا بالا و پایین می‌رفت اما هرگز از حرکت نایستاد. این کتاب همه موفقیت‌ها را در چشم انداز من قرار داد تا بتوانم به هر جایی بروم و بدانم که در هر شرایطی بی شک موفق خواهم شد.

«جیمی ویلیامز، آستن»

این کتاب نمایش منحصر به فرد از چگونگی اعمال تغییرات و اقدامات کوچک برای کسب موفقیت‌های بزرگ است. این کتاب حاوی استراتژی‌های بزرگ، شگفت‌انگیز اما ساده‌ای است که همگی قادرند شرایط شخصی، خانوادگی و شغلی ما را تحت تاثیر و برآیند مثبت خود قرار دهند.

«پیر راتینی، سواحل میرتل شمالی»

پیش از آن کتاب‌های خودآموز زیادی خوانده بودم اما باز هم برای من بسیار کم بود. در ابتدای مطالعه این کتاب فکر نمی‌کردم که این کتاب برایم متفاوت باشد اما کمی متوجه شدم که خیلی اشتباه کرده‌ام. این کتاب به من قدرت داد تا به راحتی در زندگی‌ام شکست بخورم، اما پس از مدتی مرا به یک نقطه امن رساند. قبل از خواندن این کتاب، فکر می‌کردم که تنها مشکل زندگی من اضافه وزن است اما طولی نکشید که با چالش‌های جدیدی روبرو شدم که همیشه از آنها غافل مانده بودم. آرزو می‌کردم که ای کاش در سن ۱۷ سالگی همه آنها را درک کرده بودم.

«تایرا اسنایدر، شهر کانن»

این کتاب باعث ایجاد آرامش در زندگی من شد. این کتاب به من آموخت چگونه بدون ترس و وحشت تا لبه پرتگاه پیش بروم اما از چیزی هراس در دل نداشته باشم. شجاعت یک اصل است که به ما یاد می‌دهد باید در مقابل هر کاری صبور باشیم و منتظر گذر زمان بمانیم. در این کتاب یاد گرفتم که نتایج مثبت یا منفی هرگز یک شبه اتفاق نمی‌افتند اما همین کارهای ساده و روزمره ما می‌توانند دلیل محکمی برای موفقیت‌های بزرگ آینده ما باشند.

«هاس و تاهرا خاکو، آناهیم هیلز، نویسنده قرن بیست و یکم»

قدرت مداومت برترین کتاب در زمینه توسعه ارتباطات شخصی است که تا به حال بدست گرفته‌ام و خوانده‌ام.

«مایکل کلوس، سیاتل»

این کتاب گنجینه‌ای است که من از آن به عنوان یک مرجع جامع در هر جنبه‌ای از زندگی‌ام به ویژه در کسب و کار استفاده می‌کنم.

«شنا شات ول، کریدمور»

قدرت مداومت یک فلسفه زندگی است که باید کودکان به محض اینکه در معرض اولین و ابتدایی‌ترین آموزش‌ها قرار می‌گیرند به آنها آموزش داده شود. ای کاش در زمان کودکی و جوانی‌ام کسی مفاهیم موجود در آن را به من آموزش می‌داد.

«جین لمان، لکسینگتون»

من از این کتاب فلسفی در طول روز استفاده می‌کنم. این کتاب فردا مرا به یک فرد بهتر در سراسر زندگی‌ام تبدیل می‌کند. با مطالب آن من قادر

بودم برای تصحیح چشم انداز منفی خود قدم‌های بزرگی بردارم. با استفاده از این کتاب من یک مدل زندگی بهتر برای فرزندانم طراحی کردم. با این کتاب ارزش سلامتی جسمانی و روحی برای من بیش از پیش روشن شد، تمام روابطم بهبود یافتند. کسب و کارم هم رونق فراوانی یافت.

«پدرو گارسیا، میدلتون»

من هم همانند بسیاری از مردم زمانی که به نتیجه قابل قبولی دست پیدا نمی‌کنم ناامید می‌شوم. با ذهنیتی که کتاب برتری خفیف به من داد توانستم روح خود را در برابر ضرر و زیان‌هایی که در طول سه ماه متحمل شدم، آرام کنم. من حتی توانستم پدر ۶۹ ساله‌ام را متقاعد کنم. او نیز در طول سه ماه حدود ۲۰ پوند از دست داده بود. هر دوی ما به این حقیقت رسیده‌ایم که اصول کتاب قدرت مداومت بالاخره برای ما کارساز خواهد شد.

«کریستوفر مانگانو، منطقه ساحلی بوینتون»

این کتاب یکی از بهترین کتاب‌هایی است که در رابطه با رژیم غذایی و کاهش وزن نوشته شده است. من تا به حال تعداد زیادی از این کتابها را خوانده‌ام اما داستان این کتاب کاملاً متفاوت است. هیچ کتاب پزشکی تا به امروز نیرویی هم اندازه این کتاب به من القا نکرده تا بتوانم قدرت برای کاهش وزن را در خودم احساس کنم. این کتاب حاوی حقیقتی انکار ناپذیر است.

«کارول چاندلر، دنور»

پیش از اینکه کتاب قدرت مداومت را مطالعه کنم نمی‌توانستم درک کنم که برای انجام یک کار چقدر تلاش و کوشش نیاز دارم و چرا تلاش‌هایم هرگز به نتیجه نمی‌رسند. این کتاب به من آموخت که چطور تا سر حد هر چیزی پیش بروم.

«لیندا کرومار، آرورا»

قدرت مداومت تاثیر عمیقی بر من و زندگی من داشته است. پس از اینکه چهار نفر خواندن این کتاب را به من توصیه کردند بالاخره تصمیم گرفتم که آن را بخرم. این کتاب اولین کتاب واقعی بود که دلم نمی‌خواست هرگز خواندنش به پایان برسد. مطالب آن را بی نهایت دوست داشتم.

«لورا جو ریچینز، مسا»

من در آلبانی به دنیا آمدم و بزرگ شدم. حدود ۱۳ سال پیش زمانی که ۱۸ سال داشتم به تنهایی بدون هیچ آرزو رویایی به آمریکا آمدم. نمی‌توانستم انگلیسی صحبت کنم. نه روی برقراری ارتباط داشتم و نه پولی برای شروع کسب و کار. از ادامه تحصیل در دانشگاه صرف نظر کرده بودم و به عنوان پیک توزیع پیتزا در یک رستوران مشغول به کار بودم. یکی از دوستانم این کتاب را به من داد و از من خواست تا قوانینش را در زندگی روزمره‌ام به کار ببرم. من امروز در آمریکا با رویاهای فراوانی پیروزمندانه زندگی می‌کنم.

«آندی دالی، شهر اوکلاهما»

قدرت مداومت هدیه‌ای بزرگ برای سیاره زمین است.

«مارک شوورون، خلیج تامپا»

من ورشکسته شدم و اتومبیلم نیز با انحصار وراثت به دست صاحب اصلی‌اش افتاد و من بدون اینکه بتوانم از حق خودم دفاع کنم کاملاً بی‌چیز شدم. وقتی که برای شروع دوباره اصول ارائه شده در کتاب قدرت مداومت را به کار گرفتم صاحب میلیونها دلار شدم. این سرمایه مرا در تمامی عرصه‌های زندگی‌ام به سر منزل رساند.

«دارین کید، آپوماتوکس»

خواندن کتاب قدرت مداومت شاید یکی از مهمترین و چشمگیرترین کتاب‌هایی باشد که من تا به حال خوانده‌ام. مفاهیم ساده و آرامبخش این کتاب اصولی هستند که روزانه با آنها در تماس هستیم و نمی‌توانیم آنها را نادیده بگیریم. هنگامی که این کتاب را می‌خواندم تمام وجودم از خواب بیدار شده بود و من نمی‌دانستم آن همه هوشیاری بابت چیست. نمونه‌هایی که جف اولسون ارائه داده است آنقدر تاثیر گذارند که می‌توانند به آسانی درک شوند و یا مورد استفاده قرار گیرند.

«جولی جاناک، هوستون»

من چندین سال از کتاب‌های توسعه شخصی استفاده کرده‌ام اما این کتاب بهترین و زیباترین منبع موجود بود. من ۳۵ پوند از سرمایه‌ام را در طول سه ماه از دست دادم اما با استفاده از اصول قدرت مداومت همچنان قوی و محکم هستم. من از آن اصول در زندگی شخصی خود و کسب و کار خود به دقت استفاده می‌کنم و این کار باعث شده تا کنترل

و تمرکز قوی‌تری روی امور زندگی خود داشته باشم. از این رو این کتاب تنها عامل پیروزی و موفقیت‌های من بوده است.

«ریچارد گرین، فرانکلین»

این کتاب، کتابی است بسیار ساده و روان که پیگیری و به کارگیری آن بی‌نهایت آسان است. طوری که برای هر کسی در هر جایی و در هر شرایطی می‌تواند مفید و سودمند باشد و آنها را به بالاترین درجات از موفقیت و پیروزی برساند.

«الکس سرانو، لاس وگاس»

سال گذشته که در حال مطالعه کتاب قدرت مداومت و درک مفاهیم و تمرین روش‌های ارائه شده در آن بودم دریافتم که من ناخودآگاه مصرف دخانیات را برای همیشه کنار گذاشته‌ام. از این رو به هدف اصلی خود که کاهش ۲۵ پوند از وزنم بود، دست یافتم، در حالی که در حین سرگرم شدن با کتاب متوجه درک این دو پروسه نشدم.

«باب ساتون و کالینز»

به دنبال اصولی که جف اولسون در کتاب قدرت مداومت خود معرفی نمود، به من کمک کرد تا یک میلیونر بزرگ شوم. از او به خاطر اینکه مفاهیم دشوار را به موضوعات گسترده، قابل اجرا و قابل فهم تبدیل می‌کند واقعاً تشکر می‌کنم.

«رکس لگالی، آلبوکرک»

اصول قدرت مداومت در همه جوانب قابل اجراست. من و همسر من از آنها برای بهبود سلامتی خود و کاهش وزن استفاده‌های فراوانی کردیم.

«بی. جی. بیکر، وست منچستر»

من قبل از زمانی که با این کتاب آشنا شوم طرز فکر و قضاوت‌های نادرستی درباره همه چیز و همه کس داشتم. من شکوهی که در این کتاب دیدم هرگز در کتابی دیگر ندیده بودم. فلسفه زندگی در تمام بخش‌ها و سطرهای این کتاب کاملاً مشهود است. من با مطالعه این کتاب عادات بد و ناپسند خود را فراموش کردم و برای جایگزینی انواع مثبت آنها، ایده‌های فراوانی گرفتم که نتیجه کلی آن طرح و نقش یک زندگی موفق را برایم ترسیم کرد. امروز من در هر زمانی برای تصمیم‌گیری‌های بزرگ بی پروا هستم. پسر هم تغییرات شگرفی در رفتار و گفتار من مشاهده کرده و به درک تازه‌ای درباره من رسیده است. من دیگر برای صرف پول و سرمایه‌ام تصمیمات آنی و یا نگرش‌های سطحی ندارم و برحسب اولویت‌هایم قدم برمی‌دارم.

«سیمون پونس، ارواین»

من به عنوان کسی که در طول چهل سال گذشته در پی توسعه شخصی بوده به این درک رسیده‌ام که یکی از اساسی‌ترین کاربردهای این کتاب این است که تمام مفاهیمی که به توضیح شان می‌پردازد همان مفاهیم اصلی زندگی هستند.

«استفن مک بروم، فلوید»

کتاب قدرت مداومت به ما کمک می‌کند تا ما را به لیستی فراتر از لیست آرزوهایمان برساند و دستیابی به آنها را برای ما هموار سازد. من با استفاده از این کتاب ابزاری به دست دارم که تعادل مرا در هر موضوع و مبحثی حفظ می‌کند. از آنجایی که شغل من تمام وقت است من

فرصتی برای یادگیری خیلی از مسائل را ندارم اما این کتاب مرا از هر آموزشی بی‌نیاز ساخته است.

«مارک رابرتز، ردموند»

این کتاب یک پدیده فوق العاده است که باعث می‌شود از قوانینی که تا به حال نشنیده‌ایم باخبر و آگاه شویم. خواندن این کتاب برای هر کسی یک باید است و از دانش آموز گرفته تا یک مدیر اجرایی ارشد، باید مطالعه آن را برای خود لازم الاجرا دانست. به نظر من کتاب قدرت مداومت باید در کلاسی برگزار شود که همه مردم در آن حاضر شوند. در هر کار و در هر زمینه‌ای که بخواهیم قدم بگذاریم قدرت مداومت منبع اصلی ماست. حتی اگر یک حساب بانکی داشته باشیم این کتاب می‌تواند برای پر نمودن آن، راهکارهای خوبی در اختیار ما بگذارد. زیرا این کتاب هدفی جز آموزش چگونگی درک هر مبحث و مسئله‌ای را ندارد. این کتاب شما را به مسیر اصلی‌تان باز می‌گرداند و نظم و ترتیب خاصی به زندگی‌تان می‌بخشد. تنها مسئله جالب پس از مطالعه این کتاب این است که دانش و آگاهی‌تان به یک سلاح قدرتمند برای شما تبدیل می‌شود تا بتوانید بدون نگرانی و تلاشی به اهداف خود دست پیدا کنید. همه این عوامل برای من زندگی کارساز بودند. برای شما نیز منبع موفقیت‌آمیزی خواهد بود.

«لئونارد تیلور، لاس وگاس»

قبل از خواندن این کتاب دیدگاه‌هایم نسبت به هر مسئله به شکل منسجمی درآمدند. من یک دانشجوی بی پول و ورشکسته بودم که

هزاران قرض و بدهی داشتم. این کتاب مسیر مرا تغییر داد و مرا با فلسفه خوش‌بینی و موفقیت‌آنی همگام ساخت.

«تیم والتر، سندیگو»

پس از خواندن و استفاده از روشهای ارائه شده در این کتاب من مفهوم رقابت را به درستی درک کردم و سعی کردم قدرت خود را در موقعیت‌های گوناگون زندگی روزانه‌ام به کار ببرم. نتایجی که در کسب و کارم حاصل شد واقعاً دور از ذهن و خارق‌العاده بودند. به دنبال آن سلامتی و زندگی شخصی‌ام نیز دستخوش بهترین و سازنده‌ترین تغییرات شدند.

«کارل کافین، گوس کریک»

پاسخ تمام سوالاتی که در طول زندگی برایم پیش آمده بود را در این کتاب یافتم. وقتی که برای اولین بار با این کتاب آشنا شدم آن را پر از اطلاعات خوب و دقیق برای یک زندگی هوشمندانه دیدم. این کتاب تصویر یک زندگی خوب و موفق را پیش چشمان من ترسیم کرد.

«مایکل هوترا، سن جاسینتو»

این کتاب یک مربی موفق در زمینه مباحث مدیریتی است. من آن را به تمام افرادی که در اطراف خود داشتم توصیه کردم.

«دنيس آنقوین، کورال اسپرینگز»

همان روزهایی که من تصور می‌کردم هیچ ترقی و پیشرفتی در زندگی‌ام نداشتم همین کتاب بازخوردهای کوچک اما مثبت از

موفقیت‌هایم را به من نشان داد. موفقیت‌هایی که بدون پرداخت هیچ هزینه و انرژی به دست آورده بودم اما هرگز از آنها اطلاعی نداشتم. «سوزان میکس، سانتا کلارا»

این کتاب یک شاهکار فوق‌العاده بود. این کتاب مغز مرا به چالش کشاند تا بتوانم در تجارت و کسب و کار روزانه‌ام به هدف اصلی خود دست پیدا کنم. خواندن این کتاب در هر زمان و مکانی یک باید است نه یک خواسته.

«دکتر ونسا آر. بوکر، گلندال»

اصولی که در کتاب قدرت مداومت معرفی شده‌اند همگی شبیه کاتالیزوری برای رفتار و عملکردهای ما هستند.

«آنتونیت میسم، نیویورک»

در طول بیست سال گذشته من کتابهای خودآموز بسیاری خوانده‌ام اما با جرات می‌توانم بگویم که این کتاب درک و فهم ما را تا حد چشمگیری افزایش می‌دهد زیرا به ساده‌ترین و آسانترین شکل ممکن نگاشته شده است. این کتاب قدرت جادویی خود را از طرق نگارش آسان و انتقال معنای بالا بدست آورده است.

«مایک بیشاپ، ویلسون ویل»

این کتاب نمونه بارزی از منبع فلسفی است که من تا به حال با آن روبرو شده‌ام. این کتاب همانند یک واعظ به حق است که در هر زمینه‌ای مانند تجارت، و یا حتی در مباحث مختلف پزشکی می‌تواند برای ما مفید باشد. مهمترین جمله‌ای که من از این کتاب آموختم این است: " آنچه که

ما انجام می‌دهیم مهم است و اهمیت دارد: آنچه که فقط امروز انجام می‌دهیم و می‌خواهیم فردا نیز دنبال کنیم."

«دیوید ماک، ساکرامنتو»

من بی‌نهایت به این کتاب علاقه‌مند هستم. به عنوان یک پیشکسوت حرفه‌ای اسبق و فعالیت ۲۵ ساله در دنیای ورزش من این کتاب را به همه اقشار مردم توصیه می‌کنم. اگر می‌خواهید در سلامتی خود نیز به نتیجه خوب و موفقی دست پیدا کنید این کتاب را در اولین فرصت بدست بگیرید. این کتاب دیدگاه‌هایتان را به کلی تغییر خواهد داد و آینده شما را روشن خواهد ساخت. این کتاب یک اهرم قدرتمند است. فلسفه‌ها و افکاری که در این کتاب به ذهن ما راه پیدا می‌کنند همگی نقطه شروعی برای زندگی دوباره خواهند بود.

«لوسی دل سارتو، اولاتی»

کتاب قدرت مداومت راه بی‌پایانی روبرویم گذاشت تا بتوانم آنچه را که می‌آموزم با دیگران به اشتراک بگذارم. این کتاب سرچشمه موفقیت است و از معانی و مفاهیم آن چنین بر می‌آید که گویی هزاران کتاب در یک کتاب خلاصه شده است.

«رایان چمبرلین، بلویو»

به عنوان یک افسر پلیس تمام وقت من معنقدم که این کتاب از نظر ذهنی می‌تواند تمام قد روبروی سیستم آموزشی در سراسر آمریکا قرار بگیرد.

«بابی گارسیا، تاکسون»

این کتاب قدرتی داشت که توانست موقعیت‌های طاقت فرسای قدیمی‌ام را در ذهنم به موقعیت‌های طلایی و سازنده در زندگی‌ام تغییر دهد.
«استیون جوزف، سینت لوئیس»

این کتاب یک منبع خودآموز برایم بود و سالها طول کشید تا بتوانم مفاهیم آن را در زندگی شخصی‌ام پیاده کنم. درک این کتاب خیلی آسان است اما جف اولسون با نگارش زیبا و دل‌انگیزش به من نشان داد که چه قدرت شگفت‌انگیزی در انتقال مفاهیم ذهنی خود دارد. این کتاب برترین نمونه کتاب برای توسعه ارتباطات شخصی و گروهی است.
«برایان کندی، جکسون ویل»

من این کتاب را به تمام کسانی که به دنبال جستجوی راهی برای دستیابی به اهداف بزرگ هستند، توصیه می‌کنم. اگر این کتاب را بخوانند خواهند فهمید که این کتاب منبعی از لغات و جملات زیبا که از زبان مجریان تلویزیونی می‌شنویم نیست. آقای اولسون در کتابش درباره احساسات خود مطالب جالبی به اشتراک گذاشته است. من از این کتاب لذت برده‌ام و برنامه‌ای برای خود و خانواده‌ام طراحی کرده‌ام که می‌تواند شیوه صحیح زندگی را برای ما نمایان کند. از شما تشکر می‌کنم آقای اولسون.

«گلن واتکینز، کیپولو»

من از فلسفه قدرت مداومت هر روز در زندگی شخصی خود استفاده می‌کنم. کسب و کارم نیز درگیر تغییرات اساسی و مهمی شده است. به عنوان مادر سه پسر، من از طریق همین کتاب توانسته‌ام رونق زیادی به

کسب و کار خود ببخشم. این کتاب به من اجازه داد تا سطوح بالایی در تجارت کسب کنم. این کتاب منبع انگیزشی بسیار خوبی است.
«کریستا آفدمبرگ، اورنج کانتی»

این کتاب برای من گنجینه‌ای از رمز و رازها بود. با تمرین اصول و قوانین این کتاب و فلسفه‌های زیبایش من توانستم الگوی کاملی از زندگی برای خود طراحی کنم. این کتاب حد وسط میان بالاترین و پایین‌ترین نقطه را به ما نشان می‌دهد و در نهایت با رعایت تعادل و به دور از هر گونه بدبینی ما را با دنیای واقعی آشنا می‌گرداند.
«کن هیلز، سائیراکس»

من دریافتم که کتاب برتری خفیف بهترین کتاب برای خواندن و مطالعه در اوقات فراغت است. این کتاب از جهات بسیاری با کتابهای دیگر متفاوت است. این جهات بسیار شاید شامل یک دنیا حرف نگفته و نشنیده باشد. این کتاب هم برای تصمیمات روزانه و هم امورات هفتگی برای هر کسی می‌تواند مفید و موثر باشد. تنها مشکل من این است که رویاهای فوق‌العاده بزرگی دارم؛ آنقدر بزرگ که شاید در ذهن کسی ننگد. همین مسئله زندگی را برایم دشوار ساخته است. این کتاب به من آموخت چگونه تصمیم‌گیری‌های خود را از حالت سالانه و ماهانه به شکل روزانه درآورم و شاهد موفقیت‌های بزرگ و چشمگیر در زندگی‌ام باشم.

«تیموتی شارپ، ردموند»

من از اصول این کتاب برای توسعه وضعیت جسمانی‌ام استفاده کردم. من حتی برای پرداخت بدهی‌هایم نیز از این کتاب بهره برده‌ام و در پی آن توانستم نوع ارتباطات با فرزندانم را نیز گسترش دهم. «استن اسنو، نورث یارموث»

زمانی که با این کتاب روبرو شدم بلافاصله توجه مرا به شدت به خود جلب کرد. من به یک عنوان یک بازیگر زن که در نیویورک زندگی می‌کند باید بگویم که ورود به دنیای رقابتی تجارت برای همه شگفت‌انگیز است. اما این کتاب به من کمک کرد تا بدانم در هر شرایطی چه گزینه‌هایی می‌توانم برای انتخاب داشته باشم. زندگی در جامعه‌ای که تمرکز همگان روی موفقیت‌های شغلی است بهترین رویکرد این است که مراقب قدمهایی که برمی‌داریم باشیم. اگر در هر شرایطی روی کاری که انجام می‌دهیم تمرکز داشته باشیم به راحتی می‌توانیم به اهداف خود دست پیدا کنیم. «کارا کولی، اسپوکان»

پیشگفتار

اولین نسخه کتاب قدرت مداومت در سال ۲۰۰۵ به بازار آمد. درباره اینکه در آن زمان چقدر این کتاب معروف و مشهور شد به هیچ چیزی اشاره نمی‌کنم. نه در آن زمان و نه در زمان کنونی هیچ جنگ رسانه‌ای بوجود نیامد. نه برای نشر آثار چاپی در تنگنا هستیم و نه برای نگارش مطالب و انتقال معانی متفاوت. همه سعی بر این داریم تا آنچه را می‌خواهیم، در کتابها بنویسیم و به چاپ برسانیم. در این میان برخی کتابها هستند که حرف‌ها و کلامشان زبان به زبان و سینه به سینه میان مردم نسل‌های مختلف منتقل می‌شود. خیلی از خوانندگان وقتی این کتاب را می‌خوانند بی هیچ تردیدی آن را به دیگران معرفی می‌کردند. همه تصور می‌کنند که در لابلای این کتاب بند و زنجیرهایی هست که ما را در سطرهای آن غل و زنجیر می‌کند.

هنگامی که من هزاران نامه شخصی و ایمیل از طرف خوانندگان در رده‌های سنی متفاوت دریافت کردم متوجه شدم که کتاب قدرتمداومت چگونه به بخش‌های ظریف و غیر قابل حدس زندگی آنها راه پیدا کرده است. حال تنها وظیفه ما این است که این کتاب را برای همه مردم دنیا قابل دسترس کنیم.

در سال ۲۰۰۸ من با گروهی برای نگارش یک کتاب درباره نوجوانان باب همکاری را باز کردم. نام آن کتاب "موقعیت برای نوجوانان" بود. آن کتاب برای نوجوانانی مناسب بود که کتاب قدرت مداومت را قبلاً مطالعه کرده بودند و تمامی اصول و مفاهیم آن را به خاطر می‌آوردند.

تا آن زمان حدود دو میلیون نوجوان کتاب قدرت مداومت را خوانده بودند.

در سال ۲۰۱۱، من ویرایش جدید این کتاب را با افزودن چند قانون و اصل جدید با همفکری دخترم، آمبر اولسون رورک، آماده کردم و به چاپ رساندم. او در انتهای کتاب نظرات خود را در این باره اعلام کرده است.

در سال ۲۰۱۵ ما به منظور برگزاری دهمین سالگرد ویرایش این کتاب تصمیم گرفتیم برخی از انتقادات وارده را بررسی و نتایج نهایی آن را به متن اصلی کتاب اضافه کنیم. در حالی که چند ماه به آغاز سال ۲۰۱۵ مانده بود ما متوجه شدیم که نمی‌توانیم تا سال ۲۰۱۵ منتظر بمانیم. زیرا ممکن بود تا آن موقع اتفاقات بسیار بیفتد و ویرایش جدید روی دست ما بماند.

در ویرایش جدید این امکان وجود داشت که خیلی از مطالب را بازیابی و بازبینی کنیم. برای مثال، با مبحثی که در فصل یک درباره ترن هوایی (به معنای افزایش و کاهش‌های ناگهانی) مطرح شده بود ما می‌توانستیم این مسئله که هر شکست و موفقیتی از چه منبعی ایجاد می‌شود را به متن اصلی خود بیفزاییم و حتی چراهای آن را نیز به طور کارشناسی بررسی کنیم. در فصل پانزدهم ما با ترکیب اصولی که از ویرایش قبلی کتاب خود داشتیم دریافتیم که می‌توانیم خلاصه بندی‌های اجمالی از هر بخش را به متن اصلی خود اضافه کنیم و حتی ایده‌های جدید خود را در نیز در آنها بگنجانیم، مانند تجربیاتی که در کسب و کار تجارت خود و یا دیگران کسب کرده بودیم.

تفاوت شگرفی که میان دو نسخه اصلی و ویرایش شده وجود داشت این بود که ما یک فصل جدید را طراحی کرده بودیم و آن را با عنوان "راز خوشبختی و تاثیر فراز و نشیب‌ها در زندگی" نامگذاری کردیم. آن کتاب تاثیر هر چیزی را تا انتها و عمق آن آشکار می‌کرد. تمامی فصول آن کتاب جای بحث و انتقاد درباره مباحث مطرح شده آن را باز می‌گذاشت، بنابراین تاثیر درازمدتی روی خوانندگان خود بر جای می‌گذاشت.

امیدورم شما نیز از خواندن این کتاب لذت ببرید.

«جف اولسون»

بخش ۱

**برتری خفیف چه میزان
تأثیرگذار است؟**

فصل ۱

بیکار، ولگرد و میلیونر

«تنها فردی که قرار است به آن تبدیل شوید همان کسی است که تصمیم می‌گیرید امروز باشید.»

«رالف والدو امرسون»

می‌خواهم درباره دو نفر از دوستانم که از دوران کودکی‌ام آنها را می‌شناسم با شما صحبت کنم. ما همگی در محله کوچکی در مکزیک زندگی می‌کردیم. آن دو نفر با ارتباط صمیمانه‌تری با یکدیگر نسبت به من بزرگ شده بودند، با هم به مدرسه رفته بودند و در یک کلاس در دانشگاه با هم درس می‌خواندند. آنها هر دو بسیار با شخصیت و خوش قیافه بودند. آنها آنقدر ارتباط خوبی با هم داشتند که به نظر می‌رسید تمام برهه‌های زندگی‌شان کاملاً مانند هم است و اشتراکات فراوانی با یکدیگر دارند. آنها حتی مصیبت‌ها و مشکلات یکسانی را با یکدیگر پشت سر گذاشته و در آنها نیز با هم مشترک بودند. آرزوهای آنان نیز کاملاً شبیه هم شده بود و آنها به دنبال این بودند که مهارت‌های یکسانی را

در سطح همدیگر کسب کنند. آنها آرزوهای مشابه اما بزرگ در سر داشتند و به طرز شگفت‌انگیزی با هم هماهنگ شده بودند. در همه زمینه‌ها به جز یک چیز، از هر بُعد و منظری که نگاه کنیم آنها با هم شباهت تمام و کمال داشتند.

یکی از آنها پس از ترک درس و دانشگاه از مکزیک به سواحل دیتونا در فلوریدا که مرکز تفریحات بهاری و تابستانی است رفت اما در آنجا بیکار و ولگرد شده بود. او اغلب اوقات اسباب و وسایل افرادی که قادر نبودند به علت سنگینی آنها را جا به جا کنند برایشان حمل می‌کرد. او همیشه از مدل موی دخترانه تقلید می‌کرد و موهای بلوند روشن خود را فر می‌کرد. همه او را جورج زیبا صدا می‌زدند. او از این بابت در شهر خیلی معروف شده بود و همه او را ماهی بزرگی در یک برکه کوچک می‌دیدند. اما او در حقیقت یک بیکار ولگرد بود و تنها چیزی که بدون پول بدست می‌آورد گرمای هوا و تابش نور خورشید بود. او برای اینکه یک سکه بدست آورد به هر کوچه و خیابانی سرک می‌کشید اما در انتها ناامید و غمگین مجبور شد آن شهر ساحلی را برای همیشه ترک کند و به مکزیک بازگردد. او در آنجا تجارت جدید خود را راه‌اندازی کرده بود اما باز هم شکست خورد و در نهایت جورج زیبا همه داشته‌های خود را از دست داد.

آن دوست دیگر که همیشه و همه جا در کنار جورج بود زندگی خوب و شرافتمندانه‌ای برای خود ساخته بود. او در حال فارغ‌التحصیلی از دانشگاه به عنوان یک کارآموز وارد دانشکده تجارت شده بود و در حال اتمام دوره آموزشی خود بود. او از طرف یک شرکت الکترونیکی و تیم

قوی و برجسته‌اش دعوت به همکاری شده بود. بنابراین در پی طراحی یک رزومه عالی و پربار از مهارت‌ها و توانایی‌هایش بود. چندی پیش از یکی از آشنایان شنیدم که او بسیار پولدار و ثروتمند شده است و با دختر فوق العاده زیبایش زندگی شاد و با نشاطی را می‌گذراند و هزاران نفر از دوستانش نیز با او در ارتباط صمیمانه‌ای هستند. او به همراه همان دوستانش یک شرکت تجاری بزرگ راه‌اندازی کرده و از هر نظر راضی و خوشحال است. او همچنان نه تنها با دوستان جدید خود بلکه با تمام دوستان قدیمی دوران کودکی خود نیز در ارتباط بود و از این کار لذت می‌برد. در حقیقت گفته اصلی من این است که او معنای ارتباط را با تمام وجود خود درک کرد بود و برای خود محدودیتی نمی‌دید. من همیشه به آن دو نفر از دوستانم فکر می‌کردم چون همیشه با خود می‌گفتم ممکن است من هم روزی جای آنها باشم. فکر می‌کردم من هم در مقایسه با افراد دیگر درست شبیه یکی از آنها بودم. بنابراین با خود تصور می‌کردم: دلیل اینکه آن دو نفر تمام آن سالها در کنار یکدیگر بودند و روزگاری را در شرایط یکسان با هم گذارند این بود که آنها از هر نظر شبیه یکدیگر بودند و مانند هم فکر می‌کردند. من هم یکی شبیه آنها بودم.

آن دوستی که از دانشگاه ترک تحصیل کرده بود به یک بیکار ولگرد تبدیل شد اما دیگری در همان شرایط مشابه صاحب یک تجارت بزرگ شد. در مورد شما هم همین حقیقت صدق می‌کند.

آنها هر دو در کنار همدیگر در یک کلاس در دانشگاه درس می‌خواندند اما یکی از آنها از طریق آنچه که آموخت میلیونر شد و دیگری هیچ

چیزی نصیبش نشد. یکی از آنها صاحب خانواده شد و دیگری تنها و ناامید به زندگی خود ادامه می‌داد و برای تمام آنچه که انجام داده بود و نداده بود احساس گناه و سرزنش می‌کرد.

من به خاطر همه موفقیت‌هایی که در زندگی‌ام کسب کرده‌ام ممنون و سپاسگزار هستم اما رازی را با شما در میان می‌گذارم: من هم از همه نظر شبیه آن دو نفر از دوستانم بودم و هستم. اکنون هم با توجه به تمام تجربیاتی که کسب کرده‌ام اصلاً تغییری نکرده‌ام و باز هم مانند آنها هستم. حتی شما هم همینطور هستید. محال است که ماهیت وجودی من یا شما با گذر چند سال تغییر کند که مشهود باشد و یا شما را به چیزی غیر از آنچه که هستید تبدیل کند. من هرگز تلاش نکردم تا قله بلندی را فتح کنم و یا ایده‌ای داده باشم که روشنفکری مرا اثبات کند و یا به رخ کسی بکشانم اما در حالت کلی تجربیاتی داشته‌ام که می‌توانند برای هر کسی مفید و موثر باشند.

مهمترین درسی که آموختم این است که "من هرگز خودم را به اندازه آنچه که می‌خواستم داشته باشم و یا در طول سالهای زندگی‌ام انجام دهم، تغییر ندادم.

به عبارت واضح‌تر، من هرگز برای تغییر خود تلاشی از خود نشان ندادم. چون هرگز حرفهایی که روانشناسان و پزشکان به من توصیه می‌کردند را باور نداشتم. منظور من فقط شخص خودم نیست بلکه اشاره‌ام به شما نیز هست. کسی که مدتهاست به بیکاری و ولگردی عادت کرده است هرگز نمی‌تواند کار فوق‌العاده‌ای از خود نشان دهد. تنها کاری که از او بر می‌آید همان کارهای ساده و معمولی روزمره

است. کسی که در درس مدرسه، در باشگاه ورزشی، و یا هر جای دیگری یک شخص عادی و معمولی است هرگز نمی‌تواند عملکرد خارق العاده‌ای از خود بروز دهد. تا معمولی بودن و عادی رفتار کردن را کنار نگذاریم هرگز اتفاق شگفت‌انگیزی در زندگی‌مان رخ نخواهد داد. یکی از دلایلی که من نسبت به تغییرات همیشه نهایت علاقه‌مندی خود را نشان می‌دادم این بود که من همیشه جرات رویارویی با هر چیزی را به خود می‌دادم.

تنها دلیلی که باعث شد من از یک شخص معمولی به شخص موفق و با استعدادی تبدیل شوم این بود که چرایی و چگونگی کار خود را شناختم و برای انجام آن عزم خود را جزم کردم تا از جایگاهی که مناسب من نبود به برترین جایگاه برای خود دست پیدا کنم و به آن چیزی تبدیل شدم که می‌خواستم. این سطر هدف اصلی از نگارش همین کتاب است.

روز نفرت و بیزاری من

تغییر از یک آدم بیکار ولگرد به یک میلیونر بزرگ اتفاقی نیست که در طول یک شب بیفتد. این کار به زمان طولانی نیاز دارد و می‌تواند آنقدر دردناک باشد که جرات و جسارت بالایی نیز بطلبد. من نمی‌دانستم که این اتفاق چقدر در مورد من ممکن خواهد بود و من نمی‌دانستم که در دستیابی به این هدف خود چقدر موفق بوده‌ام. در آن موقع من این کتاب را ننوشته بودم و فکر نگارش آن نیز هنوز به ذهنم نرسیده بود. حتی هیچ چیزی درباره قدرت مداومت نیز نمی‌دانستم و هرگز بدان لحظه‌ای فکر هم نکرده بودم.

هنوز در ذهن خود آزمون و خطا می‌کردم ولی از چیزی به طور قطع سر در نمی‌آوردم.

من در آلبوکرک به دنیا آمدم و بزرگ شدم. زمانی که من و خواهر و برادرم همگی کم سن و سال بودیم پدرم از دنیا رفت و مادرم تنها سرپرست زندگی ما بود. او مادر واقعاً فوق‌العاده‌ای بود و تلاش‌ها و پشتکارش همیشه برای ما تحسین برانگیز بود اما بزرگ شدن و قد کشیدن بدون حضور پدر و زیر سایه یک مادر تنها برایمان واقعاً دشوار بود. منطقه زندگی‌مان نیز آنقدر وحشت آور بود که هر کسی نمی‌توانست خود را با آن سازگار کند. من نمی‌دانستم که دقیقاً چه کاری باید انجام دهم که بهترین تاثیر را در زندگی‌ام داشته باشد و هیچ رفتار و یا کردار سوء و بدی از خود نشان ندهم. چند سال پیش که پدرم از دنیا رفت من در کلاس سوم دبستان بودم و تمام معلمان و اولیاء مدرسه به مادرم اطلاع داده بودند که من از بهره هوش بسیار پایینی رنج می‌برم. من در طول این سالها هر چه تلاش می‌کردم که وضعیتم بدتر از قبل نشود مادرم همچنان به من امیدوار بود و برای ساختن آینده من تلاش می‌کرد و از من می‌خواست که با سعی و کوشش بیشتر راه خود را در زندگی پیدا کنم.

هنگامی که هجده ساله شدم برای هر کسی که مرا می‌شناخت مشخص بود که آینده درخشان و امیدارکننده‌ای نخواهم داشت اما من تمام امیدم را به کار گرفته بودم تا به دانشگاه بزرگی در مرکز شهر مکزیک راه پیدا کنم. در دانشگاه، من بر اساس آموزش‌های قدیمی که کسب کرده بودم توانستم به رتبه متوسط دست پیدا کنم. در این میان تنها یک چیز

را خیلی خوب یاد گرفتم. یاد گرفتم که تعطیلات فصل بهار از راه می‌رسد همه دانش آموزان برای تفریح به سواحل دیتونا می‌روند. این تنها نکته مهمی بود که من درباره دوستانم خوب درک کرده بودم و عاقلانه به چیزی بیش از آن قد نمی‌داد. بنابراین من هم وسایلم را جمع کردم و به نشانه تقلید از دوستانی که بیشتر از من می‌دانستند به آن منطقه ساحلی رفتم.

در ساحل دیتونا سعی کردم به اولین ندای درونی خود گوش بدهم. در باشگاه منطقه اورلاندو به عنوان چمن زن زمین گلف استخدام شدم. به نظر خودم شغل بسیار خوبی پیدا کرده بودم و اگر شما نیز نام آن را شانس و اقبال بگذارید، خوش شانسی بزرگی نصیب شده بود. در یک روز آفتابی بسیار گرم و سوزان در فلوریدا در حال کوتاه کردن چمن‌های زمین گلف بودم که لحظه‌ای بازی گروهی از ثروتمندان که در آن طرف زمین به بازی گلف مشغول بودند مرا به فکر فرو برد. آنها گروهی از افراد ثروتمند بودند که با آرامش و شادمانی روی زمین سبزرنگ مخملی بی هیچ دغدغه‌ای به بازی مشغول بودند. من هم باید تمام تلاش خود را به کار می‌گرفتم تا چمن‌های زیر پای آنها را کوتاه می‌کردم تا آن را زیباتر ببینند و راحتتر به توپ خود روی چمن‌های مرتب شده ضربه بزنند. تماشای آنها روی آن زمین سبزرنگ بسیار زیبا با لباس‌های گرانبه و کیف و کفش‌های چرمی سوالات عجیبی را در ذهن من ایجاد می‌کرد.

چرا آنها سوار بر اسب سپید زندگی هستند و با غرور و افتخار می‌تازند اما من اینجا با پای پیاده زیر آفتاب داغ مشغول کار هستم؟ چرا نمی‌فهمم!

چرا باید آنها بری تفریح و گردش بازی کنند و من باید برای جمع کردن آنچه که زیر پای آنان است صدها بار خم و راست شوم؟ من هم به اندازه آنها خوب و با لیاقت هستم اما چرا این همه اختلاف بین ماست؟ آیا اختلاف من با آنها تنها بیست پله است یا کمتر؟ آیا اگر این اختلاف بیست پله باشد آیا من با بیست بار تلاش می‌توانم به جایگاه آنان دست پیدا کنم؟ فکر نمی‌کنم به این آسانی باشد. احساس می‌کردم مسئله‌ای در میان است که من هیچ اطلاعی از آن ندارم. با خود می‌گفتم: باید هر چه سریعتر آن را پیدا کنم. احساس می‌کردم که ذهنم به جای اینکه مانند یک گوی کریستالی صاف و شفاف باشد مانند تنگی است که از آب گل آلود پر شده است.

هر چه که بود برای من منصفانه نبود.

به هر دلیلی که بود هراتفاقی که برای من و زندگی‌ام می‌افتاد برای زندگی خیلی از افراد نیز اتفاق افتاده بود اما من آنقدر روی آنها متمرکز شده بودم که درد و نفرت بیشتری در وجود خود احساس می‌کردم. همه ما زمانی که دقیقاً در نقطه مقابل مشکلی قرار می‌گیریم و با دست‌های خالی با آن روبرو می‌شویم چنین احساساتی به ذهن ما راه پیدا می‌کنند و ما ناچاراً جز تحمل رنج و عذاب راه دیگری پیش روی خود نخواهیم دید. تنها کاری که باید در این باره انجام دهیم این است زمانی

که در حالت خوب و عادی قرارداداریم خود را برای تغییر اساسی در خود آماده کنیم.

من همانطور که زیر آفتاب فلوریدا در حال کوتاه کردن چمن‌ها بودم تصمیم گرفتم خود را تغییر دهم. ناگهان چنین به ذهنم آمد که چرا من در حال حاضر در اینجا هستم و چنین کاری را انجام می‌دهم. حسی مرا تحت فشار قرار داده بود و تصور می‌کردم که انگار ذهنم را که سالها سه قفله مانده بود با کلیدی باز کرده‌اند اما تنها به یک چرخش کلید برای باز شدن نیازمند است. با خود می‌گفتم محال است که دوباره به شرایط قبلی خود بازگردم. همه چیز برایم معنا و مفهوم متفاوتی پیدا کرده بود و من نیز باید بسته به آن به زندگی‌ام ادامه می‌دادم. از تمام تکه‌های پازل انگار اولین تکه آن را حدس زده بودم اما یک تکه در مقابل آن همه تکه‌های به هم ریخته دردی از من دوا نمی‌کرد و من باید بیشتر منتظر می‌ماندم تا به موفقیت برسم.

پیروز و موفق

در آخرین لحظات تقلائی غروب آفتاب همان روز نفرت و بیزارى من، تمام وسایل و لباسهایم را که روی هم رفته حتی یک پنی هم ارزش نداشتند و به درد کسی هم نمی‌خوردند برداشتم و از زمین گلف خارج شدم. کوله پشتی‌ام را که با لباس‌های کهنه‌ام سنگینی می‌کرد بر دوشم گذاشتم و به آلبوکرک بازگشتم. سوار تاکسی شدم. فضای داخل تاکسی چنان گرم بود که باور نمی‌کردم تنها شش روز است که به آنجا آمده‌ام. احساس می‌کردم که آن شش روز طولانی‌ترین سفری بوده که تا به

حال در زندگی‌ام داشته‌ام. نه به خاطر سختی‌هایی که در طی آن چند روز متحمل شده بودم بلکه فقط برای اینکه در آن سفر فاصله عجیبی میان روح و جسم خود حس کردم. روزی که به مکزیک رسیدم تصور می‌کردم که زادگاه خود را برای همیشه ترک کرده‌ام و پا به دنیای جدید و شهر زیباتری گذاشته‌ام. هدفم این بود که در شهر جدید روح زندگی تازه‌ای را به جریان بیندازم و از آن لذت ببرم.

همانطور که قبلاً گفتم، هیچ مقطعی از زندگی من تعریفی نداشت که برای مرور دوباره آن شور و اشتیاقی داشته باشم. همیشه یکی از افراد عادی و معمولی بوده‌ام که به چشم کسی نمی‌آمده و دنیا نیز برای تمام نمرات معمولی، مهارت‌های پیش پا افتاده و دیدگاه‌های عادی و ساده‌ام به اجبار مرا تحمل کرده است. تنها چیزی که از آن مطمئن بودم این بود که با تلاش و پشتکار شاید بتوانم به کسی بهتر از قبل تبدیل شوم. با این کار این احتمال را می‌دادم که در نهایت خوش شانسی به یک تیم موفق و به نام ملحق شوم و در کنار آنها رشد کنم. در حقیقت با قرار گرفتن در کنار افراد موفق بود که می‌توانستم روزگار خوش و خرمی داشته باشم. مثل دوران مدرسه با خود می‌گفتم که اگر بیشتر درس بخوانم نمرات بهتری خواهم گرفت. تصمیمم را گرفته بودم. برای اولین بار در زندگی‌ام می‌خواستم برای رتبه A تلاش کنم. به دانشکده تجارت رفتم و پس از چند سال با رتبه A فارغ التحصیل شدم. آن رتبه سالها بود که توسط هیچ دانشجوی دیگری کسب نشده بود و من پس از سالها رکورد آن را شکسته بودم.

با این وجود هنوز خیلی از چیزها را نمی‌دانستم. حتی چیزهایی که با تلاش و کوشش نیز بدست نمی‌آیند. با خود می‌گفتم اگر تنها راه دسترسی به یک زندگی خوب فقط تلاش و کوشش بود لابد باید هزاران میلیون نفر در دنیا زندگی خوبی داشته باشند. تنها کاری که من باید انجام می‌دادم این بود که خوب و دقیق به اطرافم نگاه کنم و تا آنچه را که برای کسی هم نیست ببینم. این دنیا از افرادی پر شده است که هر روز تا پای جان خود برای ذره‌ای موفقیت تلاش می‌کنند اما دنیا باز هم با بی‌رحمی دست رد به سینه آنها می‌زند.

تنها چیزی که قلباً دلم می‌خواست از آن سر در بیاورم این بود که چرا دنیا با ما چنین رفتاری دارد.

بلافاصله پس از اتمام دوره درسی‌ام در دانشگاه، فعالیت‌م را در فرودگاه بین‌المللی آلبوکرک آغاز کردم. آنجا همان جایی بود که من می‌خواستم به شاه‌رگ حیاتی زندگی‌ام جان دوباره ببخشم. به نظرم می‌رسید که فرصت‌های بسیاری را از دست داده‌ام و زمانی برای تبدیل شدن به ریاست فرودگاه بین‌المللی برایم باقی نمانده است. روش مدیریتی من این گونه بود که کار خود را در کوتاه‌ترین زمان از صفر به صد برسانم و با هیچ ایده‌ای، پیشرفته‌ترین سیستم اطلاعاتی را پایه‌ریزی کنم. اگرچه در هفت آسمان ستاره‌ای نداشتم اما به اعتقاد خود اعتماد قلبی داشتم که گاهی خودم نیز خنده‌ام می‌گرفت. با خود می‌گفتم ابتدا باید استراتژی‌ها را برای خود تعیین کنم و آنچه را که دوست دارم و یا متنفر هستم را برای خود مشخص کنم تا در زمان دلخواهم به جایی که می‌خواهم دست پیدا کنم. حس دستیابی به موفقیت عجیب درونم بوجود آمده بود

و من هیچ از آن نمی‌دانستم. شبیه افرادی بودم که انگار در عرض یک شبانه روز به همه خواسته‌ها و آرزوهای خود دست یافته‌اند. برای اینکه اینگونه احساسات را در ذهن خود تقویت کنم چند جمله جادویی نیز یاد گرفتم و پذیرفتم که آنها فرمولهایی اسرار آمیزی هستند که می‌توانند مرا به خواسته‌ام برسانند.

تصمیم خود را گرفتم و برای دستیابی به موقعیت شغلی ریاست اولین قدم را برداشتم.

هنگام بازگشت مجدد به آلبوکرک فعالیت خود را در شرکت انرژی خورشیدی آغاز کردم. درباره انرژی خورشیدی و علوم وابسته به آن حتی یک کلمه هم نمی‌دانستم. تنها مسئله علمی که از خورشید می‌دانستم این بود که هر روز خورشید یا از سمت شرق بالا می‌آید یا از سمت غرب که آن هم بعدها متوجه شدم اشتباه بوده است. با وجود چهارصد شرکت انرژی خورشیدی که در کل ایالت فعال بود تنها شرکتی که در شهر مکزیک بود اعتبار فوق‌العاده بالایی داشت و همه آن را معتبر می‌دانستند. بنابراین آغاز همکاری من با آن شرکت خاص خیلی هوشمندانه به نظر می‌رسید. در عرض دو سال، آن شرکت به یکی از برترین شرکت‌ها در کل ایالت تبدیل شد و این احتمال وجود داشت که به زودی به بزرگترین شرکت انرژی خورشیدی در کشور آمریکا تبدیل شود.

بابت این مسئله خیلی هیجان زده شده بودم و باورم نمی‌شد که به این زودی به یکی از کارمندان برترین شرکت در آمریکا تبدیل شوم.

همچنان چیزی درباره مسائل علمی وابسته به کارم نمی‌دانستم و همه چیز همانند قبل سپری می‌شد. زندگی‌ام همچنان در جریان بود و همه

چیز خارج از کنترل من طبق معمول عوض می‌شد و اتفاقات دیگری به دنبال آن پشت سر هم چیده می‌شدند و من همچنان نظاره‌گر دنیا و اتفاقاتش بودم. سالها نیز پشت سر هم می‌گذشتند و قوانین نیز با گذر زمان تغییر می‌یافتند. پس از گذشت چند سال شرکت ما با کم و کسری - های زیادی روبرو شد و در کوتاهترین زمان با بحران ورشکستگی روبرو شد. قبل از اینکه من متوجه چیزی بشوم میزان درآمدم به صفر رسید و من بیش از آنچه که فکر می‌کردم بی پول و نیازمند شدم و امیدم به طور کامل از دست رفت.

نمی‌توانستم چیزی را باور کنم. هر آنچه که داشتم و بدان امید بسته بودم در عرض چند ماه روبروی چشمانم با خاک یکسان شد. آن زندگی میلیونری که برای خود ساخته بودم ناپدید شد و من دوباره بیکار شدم؛ بیکار و بی پول.

حتی اتومبیلم را نیز از دست دادم.

شب ناامیدی من

شبی که اتومبیلم را بابت بدهی‌هایم از دست دادم در اوج ناکامی با بدنی بی حس گوشه‌ای نشستم. سالها پیش هنگامی که دانشجوی ناامیدی بودم مانند همان شب افسردگی را در عمق وجود خود حس کردم. پس از فعالیت در شرکت انرژی خورشیدی تنها چیزی که برایم مانده بود تا آخرین ضربه نهایی خود را بزنم همان لنگه کفشی بود که به پا داشتم. در ذهن خود به یاد آوردم که تا به امروز عمر خود یک روز، روز نفرت و بی‌زاری من بوده است و یک شب، شب ناامیدی من.

نمی‌توانستم ذهن خود را جمع و جور کنم که چه اتفاقی برای من افتاده است. پس از آن همه شکست و ناامیدی در زندگی، غرق در گوشه نشینی ساعت‌ها با خود فکر کردم و در نهایت تصمیم گرفتم دوباره به دانشگاه برگردم و با کسب رتبه بالا در عرض پنج سال آینده دوباره در صدر قرار بگیرم. دلم می‌خواست که از اعماق شکست‌ها و ناکامی‌هایم یک موفقیت بزرگ بیرون بیاورم. امروز پس از چهارده سال و هزاران فراز و نشیب به نظرتان اکنون در چه وضعیتی قرار دارم؟ آیا همچنان روی خط صفر هستم یا اینکه معتقدید کسی که روزی به صد برسد در اوج بدشانسی و شکست محال است دوباره به صفر بازگردد؟

باورتان می‌شود که حتی از تمام روزهای که به عنوان جورج زیبا اما همان ولگرد بیکاری که در کنار ساحل قدم می‌زدم، بی‌پول تر شده بودم؟

دوازده سال برای هیچ خون دل خورده بودم. نمی‌توانستم حتی سرم را بالا نگه دارم و مانند همان جورج ولگرد راحت و بی دغدغه همان زندگی ساکت خود را داشته باشم. احساس می‌کردم که هیچ چیز در دنیا منصفانه و عادلانه پیش نمی‌رود. احساس می‌کردم دوباره مانند نوجوانانی هستم که باید اولین قدم زندگی خود را بردارند. ساعتها ناراحت و نگران گوشه‌ای می‌نشستم اما چیزی به ذهنم نمی‌رسید. از خود می‌پرسیدم که آیا زندگی واقعا بی‌رحم و ناعادلانه پیش می‌رود یا اینکه من چنین احساسی دارم؟ چرا نمی‌توانم با آهنگ زندگی هماهنگ شوم؟ آیا زندگی راه و روش دیگری دارد که من از آن غافل هستم؟

همان موقع بود که زندگی را با نگاه عمیق‌تری زیر ذره بین گرفته بودم تا بدانم که به من و زندگی‌ام چه می‌گذرد. این بار، اتفاق تازه‌ای در راه بود. این بار همه چیز با زمین گلف باشگاه اورلاندو فرق داشت. هیچ ایده‌ای در ذهنم نداشتیم که بتوانم راه جدید انتخاب کنم اما فرصت‌های تازه‌ای بی شک در راه بودند. خود را آزاد و رها گذاشته بودم تا زندگی مرا به هر سمت و سویی که می‌خواهد بکشاند.

این بار نیاز داشتم تا گوشه‌ای بنشینم تا با دقت و نظم و ترتیب خاصی زندگی متلاشی شده‌ام را دوباره از نو بسازم. باید تکه‌های خرد شده زندگی‌ام را از این طرف و آن طرف جمع می‌کردم و بر اساس یک منطق خاص و جدید دوباره می‌چیدم تا راه اصلی را پیدا کنم. اینگونه آغاز کردم

من یک دانشجوی ترک تحصیل کرده‌ای بودم که مدتها بیکار در پی ولگردی بود و کارش جز پرسه زدن و سرگردانی در خیابانهای شهر نبود. آن روز علاوه بر اینها مهر بی پولی و فقر نیز بر پیشانی‌ام خورده بود. فراموش کردم بگویم که من پس از مدتی فعالیت در آن شرکت انرژی خورشیدی به عنوان مدیر آن برگزیده شدم که پس از سالها تلاش و موفقیت آن را نیز از دست دادم. به نظرم شکست خوردن در یک پست و مقام در یکی از جدیدترین و بروزترین شرکت‌های دنیا افت فراوانی برایم به حساب می‌آمد و شکست مرا دو چندان نشان می‌داد. من همه اینها بودم اما وجودم همچنان مانند قبل دست نخورده باقیمانده

بود. از خود می‌پرسیدم که تفاوت من با آن سالها در چیست؟ نمی‌توانستم برای خود پاسخی قابل قبول پیدا کنم.

برایم عجیب بود که چرا بعد از آن همه اتفاقات قادر نیستم حداقل جواب خود را بدهم.

هر چه دقیقتر نگاه می‌کردم بیشتر به نظرم می‌آمد که نه تنها من بلکه هیچ کسی نمی‌تواند از خوب و بد اتفاقات زندگی در امان بماند تا خود را به دلخواه خود به مقصد برساند و یا برای فرار از حوادث تلخش در امان بماند. واقعیت چیزی جز این نبود. احساس می‌کردم که در کاری که انجام می‌دهم اشتباهی وجود دارد. به همین خاطر است که تلاشهایم به نتیجه نمی‌رسند. اما فراموش نمی‌کنم که حداقل یک یا دوبار به چشم خود دیدم که تلاشهایم نتیجه دادند و موفق شدم.

اما تفاوت اصلی در چه بود؟

برای اولین بار، پس از گذشت سالهای طولانی حجم انبوهی از شکست‌ها و تجربیاتم را در ذهنم مرور کردم و گفتم که هر یک از آنها می‌توانند راز و رمز یک موفقیت بزرگ باشند. با خود گفتم که میان یک ولگرد و یک میلیونر تنها یک روز فاصله است و یکی از آنها می‌تواند در لحظه‌ای به دیگری تبدیل شود.

فرار از چرخش مرگبار قطار هوایی

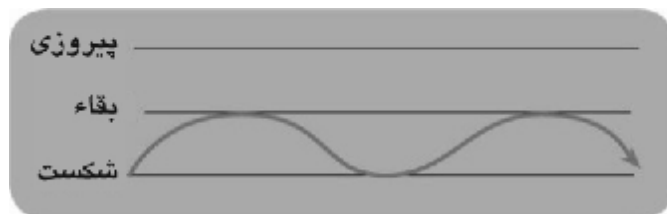
تا آن روز به من ثابت شده بود که یک شخص کاملاً عادی و معمولی هستم. اگر می‌خواستم این حقیقت را بپذیرم و در مقابل آن واکنشی نشان ندهم هیچ اتفاق خاصی در زندگی‌ام نمی‌افتاد. از همان موقع که

درک کردم پس از قبول این واقعیت نباید ساکت بمانم تغییرات شگرف و بزرگی در زندگی‌ام حاصل شدند. تغییراتی که هرگز ساده و عادی نبودند.

دوباره از خود سوالات بیشتری می‌پرسیدم تا ببینم چقدر دوباره خود می‌دانم. به طور سیستماتیک زندگی خود و اتفاقاتش را مرور می‌کردم تا واکنش و رفتارهای خود را ارزیابی کنم.

ارزیابی من از آنها بدین صورت بود:

وقتی که مردم دچار گرفتاری و ناامیدی می‌شوند و از فرط ناراحتی به خود می‌پیچند، به هر چیزی چنگ می‌زنند تا خود را حفظ کنند. آنها تمام تلاش خود را می‌کنند تا برای نجات خود از شرایط موجود به جایگاه امن‌تری برسند. پس از آن، وقتی امنیت خود را دوباره بدست آوردند و به اصطلاح سر خود را از زیر آب بیرون آوردند و نفس راحتی کشیدند کمی عقب نشینی می‌کنند تا بتوانند شرایط را مجدداً برای خود ارزیابی کنند. در این میان آنها دوباره در آستانه شکست خوردن پرسه می‌زنند و به آن نزدیک می‌شوند اما با صبر و تحمل می‌بینند که از آن عبور کرده‌اند در حالی که متوجه آن نشده‌اند. اگرچه شکست همچنان مقابل آنها قرار دارد اما تلاش خود را می‌کنند تا خود را به مسیر اصلی بازگردانند و چرخه اصلی دوباره تکرار شود.



این همه آن چیزی بود که من تا به حال انجام داده‌ام و همان کارهایی است که اکثر مردم در تمام عمر خود نیز انجام می‌دهند. در حقیقت، با نوسانی که شخص میان دو مرحله شکست و بقاء دارد برای دسترسی به پیروزی کمی امیدوارتر می‌شود اما احتمال اینکه شکست بخورد باز هم قوی است. آنچه که ما برای کسب سلامتی، حفظ سرمایه و پول و یا برای حفظ ارتباطاتمان انجام می‌دهیم، چرخه کلی زندگی ما را نشان می‌دهد.

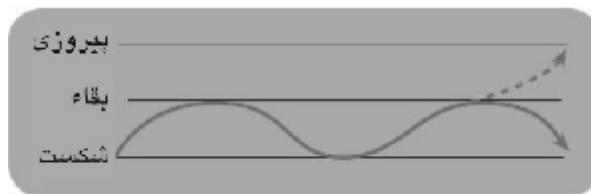
چرا؟

شاید اینگونه جواب دهید که چون هر کسی از جهات مختلف خود را تحت فشار می‌گذارد ممکن است برای هر مشکلی که با آن روبرو می‌شود دلایل شخصی خود را داشته باشد. یک احساس جالبی که مردم این دوره و زمان در وجود خود دارند این است که در زمان کودکی‌مان پدرمان، برای ما معنا و مفهوم همه چیز بود اما امروز ما جز خودمان برای هیچ کس دیگری معنا و مفهوم نداریم. حتی اگر صاحب فرزند هم باشیم برای او نیز معنا و مفهوم پدرانه‌ای که ما در گذشته از پدرمان داشتیم برای او نخواهیم داشت. هیچ کس دلیل و منشاء این تفاوت‌های بزرگ را نمی‌داند. به نظر من این جامعه است که پیام‌های متفاوت و متناقضی را به ما می‌فرستد. همه ما الگوی خودآزاری و خود تخریبی را انتخاب کرده‌ایم و به دلایل شخصی تصور می‌کنیم که لایق و شایسته موفقیت‌های بزرگ نیستیم. اکنون شما نیز می‌دانید که چه الگوهایی برای شما پررنگ‌تر و موثرتر هستند. شاید همان الگوهای شخصی شما اصلی‌ترین الگوها باشند و شاید اصلاً ارزشی در بر نداشته باشند. من

در این باره هیچ ایده و نظری ندارم اما صادقانه اعلام می‌کنم که چندان به الگوهای شخصی خود وابستگی نشان نمی‌دهم. می‌دانید چرا؟ چون هیچ یک از الگوهای شخصی من و شما در تمام لحظات و شرایط به طور کامل به کار نمی‌آیند و ما باز هم بنا به درخواست خود آنها را تغییر می‌دهیم و به شکل دلخواه خود استفاده می‌کنیم. حقیقت این است که فاکتوری که می‌تواند برای ما در لحظه‌ای مسلم باشد در لحظه‌ای دیگر نقض شود. من به خاطر همین لحظه‌ای بودنشان آنها را از ابتدای فصل با تعبیر قطار یا ترن هوایی معرفی کردم. از طرف دیگر می‌توان گفت آنچه که برای کسی عین موفقیت است ممکن است برای کسی شکست و پیرانگر باشد. ماند اوج گرفتن و یا سقوط در ترن هوایی که می‌تواند برای کسی انرژی دهنده و لذت‌بخش باشد اما کسی دیگر طاقت همان چند ثانیه لذت را از روی ترس و وحشت زیاد نداشته باشد. وقتی به تصویر فوق نگاه کردید آیا این سوال برایتان پیش نیامد که در این موج سینوسی در قسمت نزولی موج‌ها چه اتفاقی برای ما می‌افتد؟ در آن قسمت‌ها ما یک چیز مهم را از دست می‌دهیم. آن زمانی است که ما امید خود را برای ادامه از دست می‌دهیم و همه چیز را رها می‌کنیم.

هنگامی که من شکست‌ها و پیروزی‌های خود را ارزیابی می‌کردم، به تدریج دریافتم که من هر بار که در آستانه شکست قرار گرفتم کارها و رویکردهای مشابهی به کار بردم. از این رو از سطح شکست کمی بالا آمدم و به سطح بقاء رسیدم. کم کم با بالا رفتن میزان امید و تلاش بیشتر توانستم از سطح بقاء نیز کمی بالاتر بیایم و در سطح پیروزی و آزادی عمل خود را نشان دهم. قرار گرفتن در سطح پیروزی به معنای

دستیابی بدان نیست بلکه فقط فرصت‌هایی را در اختیار ما قرار می‌دهد تا بتوانیم راه خود را با امید و آرامش بیشتری دنبال کنیم تا در نهایت شاید پیروز شویم.



این همان نکته‌ای بود که راجع به آن برایتان در سطرهای بالایی صحبت کردم: این همان کاری بود که من هرگز برای انجام آن تلاشی نکردم. زمانی که خود را به سطح بالای سطح بقاء رساندم گرما و امنیت خاصی در وجود خود احساس کردم. کم‌کم شروع کردم به فکر کردن درباره عواملی که مرا به آن سطح رسانده بودند اما ذهنم چندان یاری نمی‌کرد. مجبور شدم دوباره عقب نشینی کنم و حداقل خود را در سطح بقاء حفظ نمایم. این انتظار را داشتم که شاید به اجبار به سطح شکست نیز برسم اما همچنان امیدوار باقی بمانم. هر زمانی که با چنین مشکلی روبرو می‌شدم همین کار را انجام می‌دادم؛ هر زمانی.

تنها به همین دلیل بود که به نظر من زندگی الگویی شبیه ترن هوایی دارد. پذیرفتن این اصل خیلی ساده و آسان است. به محض اینکه از شکست‌هایمان فاصله می‌گیریم و به سطح امن و امیدوار کننده‌ای از زندگی می‌رسیم از هرگونه تلاش و کوششی سرباز می‌زنیم و ظرف مدت زمان کوتاهی احتمال شکست و یا تنزل‌مان قطعی می‌شود.

می‌دانید این طرز فکر به چه معناست؟ این بدان معناست که شما می‌دانید چه کارهایی را باید انجام دهید تا به موفقیت‌ها و پیروزی‌های بزرگ دست پیدا کنید. این یعنی شما در سطح بقاء قرار دارید. پس اگر بتوانید خود را در آن سطح حفظ کنید خیلی زود موفق خواهید شد. برای این کار لازم نیست که کار هوشمندانه و یا خلاقانه‌ای انجام دهید. حتی لازم نیست برای عملکرد بهتر مهارت‌های خیلی دشوار را کسب کنید و به دنبال یادگیری آنها بروید. تمام آنچه که شما لازم دارید انجام دهید این است که شرایط فعلی خود را حفظ کنید و در حول و حوش آن بمانید.

این همان کاری است که حدود ۹۹,۹٪ افراد انجام نمی‌دهند.

آن کارهایی که افراد باید انجام دهند اما نمی‌دهند و دلیل چراها و چگونگی انجام تمام آنها همگی در این کتاب آمده است. در حقیقت هدف از نگارش این کتاب، بیان همه چراها، چگونگی‌ها و چیزهایی است که همه باید در زندگی‌مان انجام دهیم اما رها می‌کنیم.

من با استفاده از همان تعبیر ترن هوایی دریافتم که راز و رمز بزرگی در آن نهفته است: اگر ما بخواهیم همان کارهایی را انجام دهیم که ما را از شکست‌ها و ناکامی‌ها دور نگه دارد باید در ابتدای کار ابتدا نوع کار و هدف از انجام آن کار را برای خود مشخص کنیم. با این رویکرد ما به تحقق هر چه سریعتر آنها کمک خواهیم کرد.

حال باید پرسید که آن کارها دقیقاً چه کارهایی هستند؟ چه عملکردهایی به ما کمک می‌کنند تا در مقابل آنها مقاومت بیشتری از خود نشان دهیم؟ چه کارهایی باعث می‌شوند تا ما در کارهای خود پیشرفت کنیم و

چه کارهایی برعکس عامل پسرفت ما خواهند بود؟ من در یک کلمه ساده همه این کارها را به شما خواهم گفت. کاملاً ساده است.

کارهایی که شما باید باید برای دوری از شکست و خروج از محدوده امن انجام دهید بسیار ساده هستند. فقط کافی است نگاه دقیقی به این کارهای ساده داشته باشید؛ نگاه بسیار دقیق. اگر می‌گوییم باید نگاه دقیق داشته باشید به این خاطر است زمانی که شما به آنها توجه می‌کنید آنها خیلی بی اهمیت به نظر می‌آیند؛ خیلی کوچک و پیش پا افتاده به چشم می‌آیند اما برای انجامشان به تلاش بزرگی نیازمند خواهیم بود. لازم است بدانید که انجام آن کارها نه قهرمانانه هستند و نه نمایشی بلکه کارهای ساده‌ای هستند که ما هر روز انجام می‌دهیم و کسی نیز متوجه آن نیست. آنها کارهای بسیار ساده‌ای هستند که افراد موفق واقعاً به آنها توجه خاص دارند، در حالی که افراد معمولی و یا ناموفق نسبت به آنها در هر زمانی بی‌اعتنا هستند.

به عنوان مثال می‌توان گفت چند دلار ناقابل را پس انداز کنید و گوشه‌ای بگذارید یا روزانه حدود چند دقیقه حرکات ورزشی را انجام دهید. یا اینکه ده صفحه از یک کتاب انگیزشی، خودآموز و یا آموزشی بخوانید. حتی اینکه چند دقیقه‌ای کنار چند نفر از دوستانتان بنشینید و برای آنها توضیح دهید که چقدر برای آنها ارزش قائل هستید. شما می‌توانید همه این کارها را به طور مرتب در طول روز، به طور ماهانه و یا حتی سالانه انجام دهید. همه این کارهای ساده‌ای که شما هر روز انجام می‌دهید

وقتی با کارهای دیگری ترکیب شوند می‌توانند نتایج بزرگی به همراه آورند.

از دیدگاه شما همه این کارهای ساده و روزانه می‌توانند "فعالیت‌های روزمره" نامیده شوند یا "عادت‌های موفقیت آمیز". من شخصاً آنها را "اصول روزانه" خود نامگذاری کرده‌ام. همه اینها فعالیت‌های ساده‌ای هستند که در طول عمر ما هزاران بار تکرار می‌شوند. به طور خلاصه می‌توان گفت که آنها همه قدرت مداومت هستند.

بیکار ولگرد یا میلیونر؟

دلیل اینکه من داستان بیکار ولگرد را برای شما تعریف کردم این بود که این داستان تنها داستان زندگی من بود. ممکن است در مورد شما نیز چنین باشد.

درون من و شما و همه انسانهای دیگر هم میلیونر وجود دارد و هم یک بیکار ولگرد. هم قوه شکست و ناکامی وجود دارد و هم قوه پیروزی و موفقیت. همه همینطور هستیم. حال چه مسائلی باعث می‌شود هر یک از ما با وجود چنین اشتراک بزرگی، باز هم رویکردها، رفتارها و گفتارهای متفاوتی از خود بروز می‌دهیم؟ حقیقت این است که همه ما میزان کنترل متفاوتی روی امور زندگی خود و جهت‌دهی به آنها داریم.

در همان شب ناامیدی، من تجارت ساده اما موفق را برای خود پایه‌ریزی کردم. دلم می‌خواست آن تجارت بیشتر از سرمایه‌ای که در شرکت انرژی خورشیدی بدست می‌آوردم، برای سرمایه‌سازی کند. همه خاطراتی را که در آن شرکت داشتم با خودم مرور می‌کردم. حس

می‌کردم که تمام آن همه لذت‌ها، تجربیات شیرین و خاطرات به یاد ماندنی باز هم می‌توانند دوباره تکرار شوند. همین حالا که آن کلمات و جملات را می‌نویسم احساس سرزندگی می‌کنم، انرژی درونی‌ام بیشتر می‌شود و بیشتر از سال گذشته لذت می‌برم. امروز نه تنها شادتر هستم بلکه ارتباطات سالمتری را با اطرافیانم برقرار می‌کنم و از زندگی شخصی و شغلی‌ام رضایت بیشتری دارم. ده سال پیش هم زندگی‌ام خوب پیش می‌رفت اما امروزم را بیش از آن دوست دارم. در حقیقت، زندگی امروزم را از هر منظری که نگاه می‌کنم بهتر از هر زمان دیگری می‌یابم. این توقع را دارم که زندگی ده سال آینده‌ام نیز با کیفیتی صد چندان نسبت به امروز برایم ساخته شود.

البته این حقیقت بسیار بزرگ نیز وجود دارد که تاکنون، کسی که بتواند فردای خود را ببیند هنوز قدم به این کره خاکی نگذاشته است. کسی نه از موفقیت فردا می‌داند و نه از شکست آن. قرار است تا آخرین لحظه عمر هر کسی این راز سر به مهر باقی بماند. تنها کاری که ما می‌توانیم انجام دهیم این است که خود را از طوفان امروز نجات دهیم تا به آرامش فردا دست پیدا کنیم. هیچ چیز در این دنیا از دست رفتنی نیست بلکه فقط در شرایطی کنترل خود بر روی آن را از دست می‌دهیم و در روز دیگر دوباره آن را با شکل و شمایل دیگر بدست می‌آوریم. در واقع عامل زمان و یا به تعبیر زیباتر، فرصت، تنها چیزی است که در هر روز و هر لحظه از عمرمان در اختیار داریم اما از آن غافل مانده‌ایم. پس یادمان باشد که زمان هم یک نوع از قدرت مداومت است.

نکته مهم دیگر این است: هنگامی که من کلمه "میلیونر" را بر زبان می‌آورم منظورم دقیقاً این نیست که صرفاً به دنبال سرمایه‌ای باشم که از نظر پولی و مالی مرا به موفقیت برساند. در این کتاب واژه‌های موفقیت و پیروزی برای من مانند برچسب‌هایی هستند که استعاره به کسی دارد که از همه خوبی‌ها بی‌نیاز است. در واقع منظور اصلی من کسی نیست که میلیون‌ها دلار پول دارد بلکه کسی است که لبخندش برای خانواده و اطرافیانش میلیون‌ها دلار می‌ارزد، میلیون‌ها نفر دوست و همزبان دارد، میلیون‌ها دلیل برای عشق ورزیدن، لذت بردن، شاد زیستن، رضایت از خود و دارد.

من این شیوه از زندگی را برای همه شما آرزومندم.

داستان‌های شخصی خوانندگان قدرت مداومت

هنگامی که برای اولین بار کتاب برتری خفیف را خواندم، چند نمونه از نسخه‌های کپی آن را برای دوستانم فرستادم. فکر می‌کردم که این کتاب برای هر کسی می‌تواند جالب توجه باشد. چند روز بعد از تک تک آنها تماس‌های تلفنی دریافت می‌کردم. آنها با اشتیاق فراوان درباره محتوای کتاب با من صحبت می‌کردند. من تعجب می‌کردم که چرا آنها برداشت‌های خود را برای من توضیح می‌دهند. با وجود اینکه سالها پیش با آنها ارتباط داشتم اما آنها تمام اوقات فراغتشان را برای تماس با من اختصاص می‌دادند تا درباره نظراتشان درباره آن کتاب با من حرف بزنند. آنچه که برای من باور نکردنی بود این بود که حتی دوستان

دوستانم که من اصلاً آنها را نمی‌شناختم و تا آن زمان ندیده بودم نیز با من تماس می‌گرفتند تا درباره آن کتاب با من صحبت کنند. همه چیز بلافاصله پس از دریافت همان تماس‌های تلفنی افراد مختلف شروع شد. من از زبان صدها نفر می‌شنیدم که به من می‌گفتند که اصول این کتاب زندگی شخصی آنها را به طور کلی تغییر داده است. کم‌کم آن صدها نفر به هزاران نفر تبدیل شدند و همه آنها شروع کردند به تعریف داستان‌های شخصی خود. اکثر آن داستان‌ها در این کتاب آورده شده‌اند. اگر خوب آنها را بخوانید رویکرد خوبی برای زندگی‌تان خواهید یافت.

هر چه بیشتر در طول این کتاب پیش بروید بیشتر با زبان قدرت مداومت آشنا خواهید شد و تاثیر شگرفی را در زندگی خود خواهید دید.

نکات مهم فصل یک

- همان فعالیت‌هایی که ما را از محدوده شکست به مرحله بقاء می‌رسانند همان فعالیت‌هایی هستند که ما را از سطح بقاء به مرحله پیروزی می‌رسانند.
- هر کسی طریقه پیروزی و مصلحت خود را بهتر می‌داند. با ارزیابی مصلحت خود به آسانی می‌توانید آنچه که شما را از جاده اصلی منحرف ساخته از زندگی خود حذف کنید.
- هیچ‌کسی به غیر از خودمان قدرت کنترلگری بر امور شخصی ما را نخواهد داشت.

• درون همه ما دو شخصیت میلیونر و بیکار و ولگرد به طور همزمان وجود دارد اما حضور یکی از آنها دیگری را از بین می‌برد. شما چه تفاوت‌هایی را میان این دو شخصیت می‌بینید؟ آیا به نظرتان تفاوت عمده‌ای میان این دو وجود دارد که نظر شما را به خود جلب کرده باشد؟

