

تہذیب

تہذیب

برائے فکر کردن

مانند یک نابغه

نیازے

بہ نابغه بودن

نیست

اروین رافائل مک مانوس



مترجم: اکبر غریب نواز

«برای بسیاری از ما، بزرگ‌ترین نبردهایی که در آن می‌جنگیم، همان‌هایی است که در ذهن خودمان است. اروین مک‌مانوس در کتاب جدید خود، تغییر ذهنیت، با کمک به خوانندگان برای تغییر نحوه تفکرشان، آن‌ها را به سوی تغییرات پایدار هدایت می‌کند. در نتیجه دهه‌ها تحقیق و تأمل شخصی، مک‌مانوس با شفافیت تمام می‌نویسد و از دستورالعمل‌هایی استفاده می‌کند که زندگی را متحول می‌کنند، تا خوانندگان را به سمت زندگی کامل‌تر راهنمایی کند. این کتاب برای کسانی است که می‌دانند می‌توانند کارهای بیشتری انجام دهند و از رضایت دادن به کارهای کمتر خسته شده‌اند.»

- کریگ گروشل، کشیش وبسایت Life.Church، نویسنده کتاب پرفروش پیروزی در جنگی که در

ذهن شماست

«عقلانیت اروین مک‌مانوس در شکل‌دهی زندگی من در پانزده سال گذشته مؤثر بوده است. مک‌مانوس با دهه‌ها تجربه در ایجاد جوامع، شرکت‌ها و رهبران در سراسر صنایع، ما را تشویق می‌کند که از بی‌تفاوتی به سوی عمل حرکت کنیم. تغییر ذهنیت کتابی است برای کسانی که فراخوانده شده‌اند تا چیزهایی را بسازند که جهان بیشتر به آن نیاز دارد.»

- برد دامفوس، یکی از بنیان‌گذاران گوفاندمی و بنیان‌گذار اتوگیو

یادداشت نویسنده

تغییر ذهنیت شماره ۰: ذهنیت خود را تغییر دهید

تغییر ذهنیت شماره ۱: مردم همه چیزند

تغییر ذهنیت شماره ۲: شما نیازی به مخاطب ندارید

تغییر ذهنیت شماره ۳: شما نمی‌توانید همه را با خود همراه کنید

تغییر ذهنیت شماره ۴: تا زمانی که کار را انجام ندهید، کسی آن را درک نخواهد کرد

تغییر ذهنیت شماره ۵: سقف شما خودتان هستید

تغییر ذهنیت شماره ۶: استعداد ماده‌ای توهم‌زا است

تغییر ذهنیت شماره ۷: هیچ‌کس نمی‌داند چه کار می‌کند

تغییر ذهنیت شماره ۸: تلخی و سموم دیگری که شما را می‌کشد

تغییر ذهنیت شماره ۹: آنچه را که هستید پیدا می‌کنید

تغییر ذهنیت شماره ۱۰: متوسط باشید (در تقریباً همه چیز)

تغییر ذهنیت شماره ۱۱: بار موفقیت بیشتر از شکست است

تغییر ذهنیت شماره ۱۲: چیز خیلی خوبی وجود ندارد

یادداشت نویسنده

نوشتن تغییر ذهنیت اوج سفری شخصی من است که منجر به تغییرات بزرگی در زندگی من شده است. این کتاب از بسیاری جهات محور مهمی است که کار اختصاصی من را به زندگی عمومی‌ام منتقل می‌کند. من ده‌ها سال است که افتخار داشته‌ام در جایگاه منبع فکری برای کارآفرینان و خلاقان، مشاوره و کوچینگ انجام دهم.

من به آن‌ها خدمت کرده‌ام، اما آن‌ها نیز به همان اندازه به من خدمت کرده‌اند. آن‌ها در کاری که انجام می‌دهند، بهترین هستند و بهترین‌ها را برای من نیز به ارمغان آورده‌اند. آن‌ها ارزش عمومی شدن و اهمیت ارائه کار و بینش به مخاطبان گسترده‌تر را نشانم دادند. آن‌ها با اعتقادی که به اثرگذاری من داشتند، درهای جدید و دنیاهای جدید را برایم باز کردند. صادقانه بگویم، زمانی که برای اولین بار به‌عنوان یک پلیماث^۱ (همه‌چیزدان) معرفی شدم، حتی نمی‌دانستم معنی آن چیست.

اگر این حرف درست باشد که شما مجموع افراد زندگی خود می‌شوید، پس من برای زندگی آماده‌ام. می‌خواهم این کتاب را به آنهایی تقدیم کنم که در این سفر با من همراه شده‌اند و مرا تشویق کرده‌اند تا برنامه اصلی خود را برای متفکران و رهبران و نخبگان راه‌اندازی کنم.

^۱ polymath

تغییر ذهنیت شماره ۱۰:

ذهنیت خود را تغییر دهید

«برخی از افراد به سادگی برای شکست ساخته شده‌اند.» من هرگز لحظه‌ای را که در مرکز شهر دالاس در حال رانندگی بودم و به رادیو ورزشی گوش می‌دادم و آن کلمات را می‌شنیدم، فراموش نمی‌کنم. اگرچه مجری برنامه سعی می‌کرد آنچه را که روز قبل در دنیای بوکس رخ داده بود توضیح دهد، اما این کلمات از آن زمان تا کنون مرا آزار می‌دهند.

هشت ماه پیش از آن، باستر داگلاس با ناکاوت کردن قهرمان سنگین‌وزن جهان، مایک تایسون، وارد صحنه بوکس شده بود. تایسون مانند ورزشکاران پیش از خودش محمدعلی کلی، جو فریزر و جورج فورمن، سنگین‌وزنی بود که بوکس را برای یک نسل تعریف کرد. برای طرفداران این ورزش، او نماینده ویرانگرترین، وحشی‌ترین و وحشتناک‌ترین مبارزی بود که تا به حال وارد رینگ شده است. تایسون حریفان خود را شکست نمی‌داد. آن‌ها را نابود می‌کرد. همین دو سال قبلش، او قهرمان دوران، مایکل اسپینکس، را با ناکاوت در راند اول شکست داده بود. آخرین حریف تایسون قبل از داگلاس، تنها نودویک ثانیه تاب آورد تا اینکه تایسون با یک قلاب چپ جان فرسا او را روی تشک انداخت.

مبارزه بین داگلاس و تایسون در ژاپن، شهر توکیو برگزار شد و تایسون با نتیجه ۴۲ به ۱ پیش بود و همه فکر می‌کردند نه تنها باستر داگلاس را شکست می‌دهد، بلکه او را بیهوش می‌کند. به نظر می‌رسید نتیجه این مسابقه مشخص است. اما هیچ‌کس به باستر داگلاس نگفت که برنده شدن برای او غیرممکن است. پس از اینکه ده راند خود را در برابر خطرناک‌ترین مرد دنیا نگه داشت، کارهای غیرقابل‌تصور انجام داد. او مایک تایسون را ناکاوت کرد و با کمر بند مخصوص بوکسور سنگین‌وزن جهان به رختکن رفت.

حالا، هشت ماه بعد از آن، داگلاس می‌رفت که برای اولین بار در برابر ایواندر هالیفیلد از عنوان خود دفاع کند. او با اضافه‌وزن وارد میدان آن مبارزه شد، تقریباً وزنش هفت کیلوگرم بیشتر از زمانی بود که با مایک تایسون روبه‌رو شد. در رینگ، کند و کاهل بود و هیچ شباهتی به آن قهرمانی نداشت که تایسون را شکست داده بود. در دو راند اول، هالیفیلد کاملاً بر داگلاس مسلط شد. سپس در سومین راند، داگلاس یک آپرکات زد که به قدری کنترل‌نشده بود که تعادل خود را از دست داد. در این زمان هالیفیلد پنج ضربه‌ای پرتاب کرد و او را ناکاوت کرد.

دوران سلطنت داگلاس به عنوان بزرگ‌ترین بوکسور سنگین‌وزن جهان به پایان رسید. او به پشت، بی‌حرکت، گیج و شکست‌خورده افتاده بود. او پس از آن مبارزه از میدان بوکس خداحافظی کرد، خیلی زود وزنش به صد و هشتاد کیلوگرم رسید و تقریباً به دلیل کمای دیابتی درگذشت.

نکته غم‌انگیز داستان این نیست که باستر داگلاس در همان اولین دفاع از عنوان قهرمانی خود، کمربند را از دست داد. همچنین این نیست که از یک مبارز برتر شکست خورد. فاجعه این است که او حتی تلاش نکرد. موضوع مبارزه این بود: «لحظه حقیقت!» دقیق‌تر از این نمی‌توانست باشد. ما از جزئیات آماده‌سازی باستر - یا عدم آن - اطلاعی نداریم. به یاد دارم که داستان‌هایی شنیدم از اینکه او را در روز مبارزه در مک‌دونالد دیده بودند. و هرچند این نکته جزئی ممکن است مبهم باشد، آنچه غیرقابل‌انکار است اتفاقی است که داخل رینگ رخ داده است. موفقیت برای داگلاس یک ناهنجاری بود. متأسفانه، ساختار درونی او این نبود که ما را به آن متخصص بوکس باز می‌گرداند که در یک لحظه کوتاه جعبه پاندورا را باز کرد. برخی از افراد به‌سادگی برای شکست ساخته شده‌اند. این ایده شروع کرد به آزدن من. آیا واقعاً می‌توان یک انسان را برای شکست ساخت؟ شخصی‌تر بگویم، آیا من ساختاری برای شکست دارم؟ آیا من آگاهانه یا ناخودآگاه چارچوب‌های ذهنی‌ای را پذیرفته‌ام که اساساً من را به شکست می‌کشاند؟ آیا این چارچوب‌ها می‌توانند آن قدر ظریف باشند که باعث شوند من کمتر از ظرفیت خود زندگی کنم یا حتی منجر به خودتخریبی^۲ شود؟

پاسخ یک بله شوم است.

اما من خوش‌بین ابدی هستم، بنابراین به‌جایش این تجلی مانند نور خورشید صبحگاهی به مغز من سرازیر شد. اگر بتوان ذهن من را برای شکست ساختار داد، پس می‌توان آن را برای موفقیت نیز ساخت.

این پیش‌فرض هر فصل از این کتاب است. در درون همه ما، ساختارهای ذهنی‌ای وجود دارد که نه تنها تفکر ما را شکل می‌دهد، بلکه خود ما را نیز شکل می‌دهد. اگر فکر می‌کنید که قادر به یادگیری زبان دیگری نیستید، احتمالاً در مهارت زبان‌آموزی بد خواهید بود. اگر باور داشته باشید که انسان‌ها هرگز تغییر نمی‌کنند، پس هرگز تغییر نخواهید کرد. اگر باور داشته باشید که نمی‌توانید موفق شوید، شکست خواهید خورد. محققان حتی دریافته‌اند که میزان درد فیزیکی‌ای که شما می‌توانید تحمل کنید، بیشتر در ذهن شماست. این ساختارهای ذهنی بیش از هر عامل بیرونی با شکست و موفقیت ما ارتباط دارند. وقتی وارد رینگ می‌شوید، مهم نیست حریف شما چه کسی باشد. اگر ساختاری برای شکست داشته باشید، حریف ضعیف‌تر هم شما را به تشک می‌اندازد.

خوشبختانه این موضوع به روش دیگری نیز کار می‌کند. ساختارهای ذهنی شما می‌توانند ظرفیت استفاده‌نشده را رها کنند و توانایی‌های غیرقابل‌تصوری را آزاد کنند. من بارها شاهد این موضوع بوده‌ام. زمانی که استحکام ذهنی شما تحت فشار قرارتان می‌دهد تا درد درمان را تحمل کنید، بدن شما می‌تواند از یک آسیب تروماتیک التیام یابد. وقتی باور داشته باشید که توقف‌ناپذیر هستید، می‌توانید بر موانعی غلبه کنید که برای دیگران غیرقابل عبور است. وقتی متقاعد شوید که سخت‌کوشی مهم‌تر از استعداد است، از انتظارات فراتر خواهید رفت و آن‌ها که بهتان شک داشته‌اند را گیج خواهید کرد. یک ضرب‌المثل قدیمی وجود دارد که می‌گوید شما تبدیل به افکار خود می‌شوید. افکار شما نقشه راه آینده شما هستند. اگر تفکر خود را متحول کنید، زندگی خود را متحول خواهید کرد.

^۲ self-sabotage

من زندگی‌ام را صرف تغییر ذهنیت آدم‌ها کرده‌ام. به نوعی کنایه آمیز است. همه می‌دانند که شما نمی‌توانید ذهنیت کسی را تغییر دهید، جز ذهنیت خودتان. اما من زندگی‌ام را به این وظیفه اختصاص داده‌ام که به دیگران کمک کنم بهترین نسخه از خودشان شوند. من عاشق تماشای رشد، تغییر و دستیابی افراد به چیزی هستم که قبلاً غیرممکن بود، و این کار را در زمینه‌های بسیار متنوع انجام داده‌ام.

من چهار دهه به عنوان کارآفرین اجتماعی، توسعه‌دهنده جامعه و رهبر ذهنی کار کرده‌ام. در ده سال اول تحصیلم در دانشگاه، روی افرادی سرمایه‌گذاری کردم که دچار فقر شدید بودند و تحصیلات رسمی نداشتند - که بسیاری‌شان هم در باندهای خیابانی و کارتل‌های خشونت‌آمیز مواد مخدر بودند. یک دهه بعد به عنوان آینده‌پژوه برای دانشگاه‌ها و سازمان‌های جهانی کار کردم و استراتژی‌ها و برنامه‌هایی طراحی کردم که مؤسسات را به سمت موفق شدن سوق داد. در طول این مدت، من به سراسر جهان سفر کردم، با هزاران رهبر مشورت کردم و با میلیون‌ها نفر به عنوان یک متخصص در زمینه تحول و عملکرد بهینه صحبت کردم - چه از نظر شخصی و چه از نظر سازمانی. در دهه گذشته، بخش قابل توجهی از زندگی خود را به کوچینگ و مشاوره به کارآفرینان با ظرفیت بالا اختصاص داده‌ام.

در میان همه این‌ها، کلیسایی را در لس‌آنجلس تأسیس کردم به نام موزاییک^۲. محل اصلی ما در بلوار هالیوود قرار داد و مکان‌ها و مقرهای دیگری نیز در سراسر جهان داریم. میانگین سنی جامعه ما بیست‌وشش سال است و جمعیتمان را رسانه‌ها بالاترین تمرکز شاغلین در صنعت هنر در جهان توصیف کرده‌اند. هر هفته تقریباً بیست‌هزار نفر به پیام‌هایی دسترسی پیدا می‌کنند که بر سلامت معنوی و تحول شخصی آن‌ها متمرکز است.

شناسایی، توسعه و بهینه‌سازی استعدادها موضوع وحدت‌بخش در تمام کارهای من بوده است. چیزی که برای من روشن شده، این است که افراد واقعاً خوب می‌توانند تصمیمات واقعاً بدی بگیرند. فرد مهربانی که رؤیاهای خود را از دست می‌دهد چون منتظر دوستان و عزیزان است تا مسیر جدید او را تأیید کنند. رهبر دلسوزی که برای نگه داشتن همه، آینده سازمان خود را نابود می‌کند. ورزشکاری در سطح جهانی که توجه نمی‌کند که تمرکز بیش‌ازحدش، چگونه روابطش را فلج می‌کند و شادی را از او می‌رباید. کارآفرین بسیار موفقی که سعی می‌کند رابطه زناشویی خود را طوری اصلاح کند که انگار یک تجارت است. فردی که همیشه برای تأیید دیگران کار می‌کند، متوجه می‌شود که انعطاف‌پذیری لازم برای تسلط بر مهارت‌های حرفه خود را ندارد.

اگرچه ممکن است احساس کنیم که مشکل‌مان تکراری است، اما نسبت به الگوهای فکری و رفتاری‌ای که بارها و بارها همان مشکل همیشگی را ایجاد می‌کنند، کور هستیم. دانستن اینکه چگونه به مردم کمک کنم تا باورهای محدودکننده خود را بشکنند و ظرفیت نهفته را آزاد کنند، کلید موفقیت شخصی من و مؤلفه حیاتی در کمک به دیگران برای دستیابی به آن بوده است. این کار گاهی به‌مهمی کمک به آن‌ها برای یافتن جاه‌طلبی بزرگ زندگی‌شان بوده و گاهی به‌سادگی یادآوری این موضوع که وقتی وارد اتاقی می‌شوند، متعلق به آنجا هستند.

^۲ Mosaic

هنگام نوشتن این کتاب، من شصت و چهار ساله شدم. شاید به خاطر سنم باشد، اما وقتی در دنیا سفر می‌کنم، پرسش شماره یکم این است: به خود بیست و پنج ساله‌تان چه می‌گویید؟

تا مدت‌های طولانی، این پرسش مرا آزار می‌داد. آیا واقعاً این تنها چیزی است که مردم می‌خواهند بدانند؟ باین حال، در نگاه به گذشته، این یک سؤال عالی است. آنچه مردم در واقع می‌پرسند این است: اکنون چه چیزی را می‌توانید ببینید که در آن زمان نمی‌توانستید ببینید؟ اکنون چه چیزی را می‌بینید که ما باید ببینیم؟ این واقعیت که این تنها چیزی است که به نظر می‌رسد مردم از دانستن آن ناامیدند، به من می‌گوید که همه ما آرزوی به حداکثر رساندن زندگی‌مان را داریم، و بیشترمان مطمئن نیستیم که چگونه باید این کار را انجام دهیم.

بالا رفتن سن به خودی خود دستاوردی نیست. بیشتر به این معناست که من تاکنون از مرگ اجتناب کرده‌ام. (البته که به هر حال، این شاهکار کوچکی نبوده است. من بارها به مرگ نزدیک شده‌ام - برخورد با دو مرد مسلح و آماده تیراندازی، و سرطانی که متاستاز داده بود - اما هدف این کتاب این نیست.) باین حال، من آموخته‌ام که متأسفانه، بیشتر ما نه تنها از تجربیات نزدیک به مرگ اجتناب می‌کنیم، بلکه از تجربیات نزدیک به زندگی نیز اجتناب می‌کنیم. ما تقریباً برای عشق ریسک می‌کنیم. ما تقریباً به دنبال رؤیاهایمان هستیم. تقریباً بر ترس‌هایمان غلبه می‌کنیم. ما تقریباً همان طور که آرزو داریم، زندگی می‌کنیم. ما تقریباً تصمیمی می‌گیریم که همه چیز را تغییر می‌دهد و سپس به پایان مسیر زندگی خود می‌رسیم و متوجه می‌شویم که خیلی نزدیک بودیم. ما همیشه فقط یک انتخاب فاصله داشته‌ایم.

زندگی سفری غیرقابل پیش‌بینی و زیباست که پر از ماجرا و خطر است. البته اگر زندگی را انتخاب کنید، نه صرفاً وجود داشتن را. چنین نیست که زندگی صرفاً اتفاق بیفتد. اگر زندگی شما به طور تصادفی اتفاق می‌افتد، شما فقط وجود دارید. اگر در سطحی پایین‌تر از حد ظرفیت خود زندگی می‌کنید، فقط وجود دارید. اگر منحصربه‌فرد بودن کناره گذاشته و تسلیم شده‌اید، فقط وجود دارید. اگر به جای عشق و هدف برای کسب لذت و سود زندگی می‌کنید، فقط وجود دارید.

برای بسیاری از ما، دعوا بر سر انتخاب‌های خوب و انتخاب‌های بد نیست. نبرد واقعی بین خوب آسان و بهترین سخت است. آیا رشته اشتباهی را انتخاب کردید؟ آیا شغل اشتباهی را انتخاب کردید؟ شریک اشتباه؟ شهر اشتباه؟ آرزوی اشتباه؟ آیا تسلیم شدی؟ خیلی راحت ممکن است که همه چیز را اشتباه انجام دهید.

انگار یک کشش گرانشی به سمت چیزهای متوسط وجود دارد. هرچه مصمم‌تر باشید تا زندگی خود را به حداکثر برسانید، با چالش‌های بیشتری روبه‌رو خواهید شد. هرچه بیشتر تمایلی به رضایت از وضعیت موجود نداشته باشید، بیشتر با مقاومت مواجه خواهید شد. وسوسه‌انگیز است که راه آسان را انتخاب کنی و به وجود داشتن بسنده کنی. اما موانع و چالش‌ها و بحران‌هایی که با آن مواجه می‌شوید، وقفه یا انحراف در مسیر زندگی نیستند. آن‌ها خود زندگی هستند.

من به همین دلیل این کتاب را نوشتم. سلامت روانی، وضوح ذهنی، سرسختی ذهنی و چابکی ذهنی همه یک چیز مشترک دارند: سفر در ذهن ما آغاز می‌شود. اینجا جایی است که در آن نبرد می‌کنید و پیروز می‌شوید. هر بار که

می‌خواهید سطح اجرا، عملکرد یا اثربخشی خود را بالا ببرید، نیاز به تغییر ذهنیت دارید. برای تغییر هر چیزی، اولین چیزی که باید تغییر کند ذهنیت شماست. بعد از چهل سال کار با افرادی که مصمم و عمیقاً خواستار این بودند زندگی خود را تغییر دهند، متوجه شدم که شغل واقعی من معماری ذهنیت است. در فصل‌های بعدی، اگر به من اجازه دهید، شما را در سفری راهنمایی می‌کنم تا دنیای درونی خود را بازطراحی کنید و معماری ذهنی‌ای برای موفقیت ایجاد کنید.

من شش دهه تجربه و تحقیق شخصی‌ام را در دوازده ساختار ذهنی جمع‌آوری کرده‌ام که شما را آماده می‌کند تا کاملاً زنده باشید. برخی از آن‌ها شامل کار ما و رؤیاهایی است که برای حرفه خود به دنبال آن هستیم. بقیه شامل روابط ما، امیدها و ترس‌هایی هستند که تصمیمات روزمره‌مان را هدایت می‌کنند. هر تغییر ذهنیت به شما کمک می‌کند تا ساختارهای درونی شکست را شناسایی و حذف کنید، و هم‌زمان کمکتان می‌کند چارچوب درونی موفقیت را بسازید.

چیزی که امیدوارم از طریق این تغییرات ذهنیت، به شما بیاورم این است که شما نیاز ندارید بدانید چه چیزی را باید ببینید، بلکه نیاز دارید که بدانید باید چگونه ببینید. هنگامی که ما فقط ارزش اسمی، سود کوتاه‌مدت یا رضایت فوری حاصل از یک انتخاب را درک می‌کنیم، اجازه می‌دهیم ساختارهای محدودکننده در ذهنمان ایجاد شود. این دوازده تغییر ذهنیت به شما امکان می‌دهند که فراتر از فرصت فعلی، پیامدهای آینده را ببینید. برای ساختن آن نیازی به دیدن آینده نیست. فقط باید الگوهایی را ببینید که آن آینده را ایجاد می‌کنند. اگر رؤیای زندگی‌ای را دارید که برایتان دست‌نیافتنی و غیرممکن به نظر می‌رسد، امیدوارم ذهنیتتان را تغییر دهم. هنگامی که این ساختارهای ذهنی را داشته باشید، دیگر هرگز جهان را به شکل سابق نخواهید دید.

یک تغییر در درون شما اتفاق می‌افتد. آیا می‌توانید آن را احساس کنید؟ تخیل شما اسباب‌بازی نیست، یک ابزار است. آینده در انتظار کسانی است که شجاعت خلق آن را دارند. اگر از توهم‌ها خسته شده‌اید و آماده‌اید رؤیایا را به واقعیت تبدیل کنید، اگر از وجود داشتن صرف خسته شده‌اید و آماده زندگی هستید، زمان تغییر ذهنیت فرارسیده است. ممکن است هنوز نتوانید آن را ببینید، اما تغییر در راه است. تفکر خود را متحول کنید تا بتوانید زندگی خود را متحول کنید.

اگر می‌توانستید یک آزمون اجتماعی برای آزمایش محدودیت‌های سلامت روان، وضوح ذهنی، سرسختی ذهنی و چابکی ذهنی درست کنید، بسیار شبیه سریال *مردگان متحرک*^۴ می‌شد، مجموعه‌ای تلویزیونی ساخته فرانک دارابونت که در آن یک ویروس چشم‌انداز وجود انسان را تغییر می‌دهد. من یازده فصل تمام، صادقانه زندگی ریک گرایمز را دنبال کردم، کلانتری که پس از تسخیر جهان توسط زامبی‌ها روی تخت بیمارستان از خواب بیدار می‌شود. به نظر می‌رسد که کل داستان یک سؤال ساده را مطرح می‌کند: آیا وقتی کل دنیا بد می‌شود، یک نفر می‌تواند خوب بماند؟

در ابتدا، مخاطب فکر می‌کند که خطر بقای بشریت همان «واکرها» هستند. اما خیلی زود متوجه می‌شود که خطر واقعی زندگی است. شاید هم این اغراق باشد. بازماندگان نمایش اصلاً زندگی نمی‌کنند. ترس، نفرت، طمع و قدرت آن‌ها

^۴ *The Walking Dead*

را درگیر می‌کند و به‌سوی خشونت‌ی وصف‌ناپذیر سوق می‌دهد. آن‌ها از مردگان بدترند. آن‌ها مردگان متحرک نیستند، مردگان زنده هستند.

در لحظات پایانی سریال، شخصیت‌هایی که ما آن‌ها را می‌شناسیم و دوستشان داریم حداقل آن‌هایی که جان سالم به در برده‌اند - شروع به سر دادن یک اعلامیهٔ نهایی می‌کنند. در تمام فصل، من با خود فکر می‌کردم خط پایانی نمایش چه خواهد بود. شخصیت‌ها یکی‌یکی شروع به گفتن یک چیز می‌کنند - ابتدا به‌صورت جداگانه و سپس به‌صورت هماهنگ. جمله‌های این دیالوگ من را می‌خکوب کرد. نفسم را بند آورد.

«ما کسانی هستیم که زندگی می‌کنیم!»

این چیزی است که ما هستیم.

این چیزی است که من هستم.

این چیزی است که شما هستید.

وجود داشتن کافی نیست.

زنده ماندن کافی نیست.

به همین دلیل است که ما می‌جنگیم.

ما از پس این نزاع سر بلند می‌کنیم.

ما استاندارد جدید را تعیین می‌کنیم.

ما انسانیت خود را باز پس می‌گیریم.

ما آینده را می‌سازیم.

ما توقف‌ناپذیر هستیم.

این ما هستیم که داستان را روایت می‌کنیم.

این ما هستیم که زندگی می‌کنیم.

تغییر ذهنیت شماره ۱:

مردم همه چیزند

من از اینجا شروع می‌کنم زیرا اگر این یکی را از دست بدهید، هیچ چیز دیگری در فصل‌های بعد مهم نخواهد بود.

هرچه بیشتر زندگی کنید، بیشتر متوجه می‌شوید که اجتناب‌ناپذیر است که چیزهایی را از دست بدهید. صدها جوراب را در خشک‌کن گم خواهید کرد، همیشه هم فقط یکی از دو لنگه را. احتمالاً کیف پول خود را گم خواهید کرد و با آن، گواهینامه رانندگی، کارت‌های اعتباری و پول نقدی که برای مواقع اضطراری حمل می‌کردید هم خواهد رفت. اگر مثل من باشید که بیش از یک بار کیف پول خود را گم خواهید کرد. در واقع، شما آن قدر چیز از دست خواهید داد که احساس می‌کنید عقلتان زایل شده است. من می‌توانم به‌سادگی بنشینم و با فهرست کردن چیزهایی که در شش دهه گذشته از دست داده‌ام، یک فصل کامل بنویسم.

چیزهایی هستند که از دست می‌دهید و نفستان را بند می‌آورند. ممکن است شغل خود را از دست بدهید. شغلتان، خانه‌تان، ثروتتان، نمادهای موفقیتتان. اغلب این ضررها با پیامدهای گسترده همراه است. فقط دارایی‌های شما نیست که از دست می‌رود، بلکه امیدتان به آینده و هر چیزی را که برای رسیدن به آن سخت تلاش کرده‌اید، نیز از دست می‌دهید. گاهی اوقات ضررها نامشهودند. گاهی نیز ممکن است ببینید که شهرت، قدرت یا موقعیت شما به‌سرعت ناپدید می‌شود. شاید قبلاً برای خود کسی بودید و اکنون احساس می‌کنید که هیچ‌کس نیستید.

بسیاری از ما درک می‌کنیم که وقوع این ضررها امکان‌پذیر است. شرکت‌های بیمه با ترس ما از دست دادن چیزهایی که داریم امرارمعاش می‌کنند. ترس یک محرک قدرتمند است، و بیشتر اوقات، این ترس از نداشتن است که ما را به داشتن بیشتر سوق می‌دهد.

«بیشتر از چه؟» تبدیل به سؤال مهمی می‌شود. اگر ندانیم چه چیزی واقعاً مهم است، زندگی خود را صرف جمع کردن چیزهایی می‌کنیم که اهمیتی ندارند - و چیزهایی را که مهم‌ترند، دور می‌اندازیم.

تحول ارزشی ظریفی وجود دارد که همه ما در دوران کودکی، نوجوانی و بزرگسالی تجربه می‌کنیم. اولویت‌های ما تغییر می‌کنند، اما امیدواریم که آن‌ها نیز بالغ شوند.

وقتی بچه هستیم، تمام دغدغه زندگی‌مان اسباب‌بازی است. به همین دلیل است که کریسمس و تولد مهم‌ترین روزهای سال هستند. اگر تا به حال بازی کودکان را تماشا کرده باشید، احتمالاً شواهدی از این طرز فکر دیده‌اید: مهم نیست که چقدر اسباب‌بازی در آن فضا باشد، آن اسباب‌بازی که بیشتر کودکان طلب می‌کنند، همانی است که در دست کودکان دیگر است. مطالعه‌ای جذاب و غم‌انگیز در طبیعت انسان این است: ده کودک سه‌ساله در یک کلاس درس که

همگی برای یک اسباب‌بازی می‌جنگند درحالی‌که ده‌ها اسباب‌بازی دیگر که آن‌ها را احاطه کرده، کاملاً نادیده گرفته شده‌اند.

پسر من، آرون، حدود پنج‌ساله بود که یکی از اولین سفرهایم را به آسیا انجام دادم. ما خیلی صمیمی بودیم و او عادت نداشت که من این‌همه مدت از خانه دور باشم. تلفنی صحبت می‌کردیم و هر روز که می‌گذشت به من می‌گفت چقدر دلش برایم تنگ شده و اصرار می‌کرد که به خانه برگردم. الان هم تا جایی که یک پدر و پسر باید، به هم نزدیک هستیم.

در اواسط آن سفر، او از من خواست که «الان» به خانه بیا! توضیح دادم که نمی‌توانم بروم چون هنوز چند روز دیگر کار دارم. او با ابراز احساساتی بیش از حد معمول شروع به درخواست کرد و اصرار کرد که فوراً برگردم. من مدام توضیح دادم که این به‌سادگی امکان‌پذیر نیست. وقتی بالاخره تسلیم شد و متوجه شد که نمی‌تواند برنامه من را تغییر دهد، مکثی کرد، نفسی کشید و بعد سازش کرد: «خب، اگه نمی‌تونی همین الان به خونه بیای، حداقل هدیه من رو می‌فرستی؟»

شخصاً فکر می‌کردم خنده‌دار است. داستان را سال‌ها بعد که پسر بزرگ شد، برایش تعریف کردم، و آرون گفت: «پدر، نمی‌دونم باید این رو می‌گفتی یا نه. این داستان باعث می‌شه من آدم وحشتناکی به نظر برسم.» من پاسخ دادم: «نه، تو آدم فوق‌العاده‌ای هستی. این فقط باعث می‌شه مثل یه کودک به نظر برسی. دقیقاً همون چیزی که بودی.» در ده سال اول زندگی، تمام هم‌وغم زندگی ما واقعاً در مورد اسباب‌بازی‌هاست. همه ما باید یاد بگیریم که آن‌ها را با دیگران به اشتراک بگذاریم. همه ما باید رشد کنیم تا بتوانیم کودکان دیگر را هم ببینیم نه فقط اسباب‌بازی‌ها را.

درنهایت از این مرحله خارج می‌شویم. دست‌کم قرار است که خارج شویم. متأسفانه، من با تعداد بی‌شماری از افراد پنجاه‌ساله‌ای آشنا شده‌ام که هنوز حسرت چیزهایی را می‌خورند که خودشان ندارند و دیگران دارند. این حسرت ممکن است جزئی باشد، مثلاً اینکه بیش از آنکه به احساس فرزندان خود در خانه اهمیت دهید، به فکر این باشید که خانه شما عالی است یا نه؟ مثل مواقعی که به تلفن همراهتان نگاه می‌اندازید و فردی را که در اتاق کنار شماست، نادیده می‌گیرید. یا شبیه به اینکه وقتی می‌شنوید پسر نوجوانتان تصادف کرده، بپرسید «ماشین خراب شد؟» می‌تواند همین قدر سطحی باشد که بروید و محصولات مارک‌دار مد روز را بخرید، فقط برای جلب رضایت دیگران نه اینکه خودتان محصول را دوست داشته باشید. می‌تواند به‌اندازه خرید خانه یا ماشین یا هواپیمای بزرگ‌تر اعتیادآور باشد، زیرا با چنین طرز فکری ارزش و هویت شخصی شما با آنچه که دارید تعریف می‌شود.

در این سناریوها، نظام ارزشی افراد تغییر نکرده - تنها چیزی که تغییر کرده اندازه و برجسب قیمت چیزهایی بوده که افراد در اولویت قرار داده‌اند. برای آن‌ها، زندگی همچنان یعنی تلاش کنید تا علاوه بر آن اسباب‌بازی‌ای که در دست دارید، اسباب‌بازی افراد دیگر را هم به چنگ آورید.

وقتی هرگز این طرز فکر شما که همه زندگی مربوط به اشیاست، به بلوغ نرسد، خیلی راحت زندگی را از دست می‌دهید و با حسرت به گذشته نگاه می‌کنید. ما باید مراقب باشیم که جنگیدن بر سر لگوها در مهدکودک را با دعوا بر سر اینکه چه کسی بیشتر لامبورگینی دارد، جایگزین نکنیم. ما نمی‌توانیم به اندازه کافی چیز جمع‌آوری کنیم تا زندگی مان ارزش زندگی کردن داشته باشد.

درنهایت، بسیاری از ما به مرحله دوم توسعه منتقل می‌شویم. برای افرادی که به این مرحله رسیده‌اند، زندگی دیگر درمورد اشیا نیست، بلکه درمورد تجربیات است. جای آن اغلب با اولین‌ها پر می‌شود. اولین عشق ما، اولین قرار عاشقانه ما، اولین حقوق ما، اولین طعم استقلال ما. زندگی حول تجربه‌های جدید می‌چرخد و این تجربیات به ما احساس زنده بودن می‌دهند.

این تجربیات بی‌اهمیت نیستند. هویت و عزت‌نفس ما را شکل می‌دهند. ما خواستار تجربه برد هستیم، پس فوتبال بازی می‌کنیم. می‌خواهیم همراه با دیگران باشیم، بنابراین به تیم تشویق می‌پیوندیم. درنهایت، زندگی تماماً در مورد تجربیات است. اگر تجربه نکنیم، زندگی نکرده‌ایم، دست کم این طور فکر می‌کنیم.

دست‌آخر، زندگی را کمی متفاوت می‌بینیم. داشتن چیزهای خوب زندگی را زیبا می‌کند و تجربیات عالی می‌توانند ما را غنی کنند و خاطرات فوق‌العاده‌ای برایمان به جا بگذارند. اما درنهایت متوجه می‌شویم که داشته‌ها و تجربیات پیشرفت‌های زندگی هستند، نه معنای نهایی آن. این تجلی شاید همان گذار واحدی باشد که ما را از دوران نوجوانی به بزرگسالی سوق می‌دهد. وقتی درک می‌کنیم که زندگی مربوط به انسان‌هاست، وقتی انسان‌ها را بالاترین اولویت خود قرار می‌دهیم، این تغییر به بهترین معیار برای سنجش بلوغ، کامل بودن و سلامتی تبدیل می‌شود.

من دوستی دارم که تا سی‌سالگی حدود پنجاه میلیون دلار دارایی خالص جمع کرده بود. من او را از طریق گروه ذهن متفکر^۵ ملاقات کردم که او با یکی از شرکای تجاری خود آن را رهبری می‌کند؛ این نهاد یک اتاق فکر و تیم سرمایه‌گذاری برای افرادی است که ارزش شرکت‌هایشان حداقل صد میلیون دلار است. همان‌طور که بحث می‌کردیم من چگونه می‌توانم کمک کنم، او یک مسیر غیرمنتظره را پیشنهاد کرد. توضیح داد که حداقل هفت نفر از دوستان نزدیکش که مدیرعامل بودند در آن سال درخواست طلاق داده بودند و مرا تشویق کرد که اگر وقت و انرژی داشته باشم، یکی از بزرگ‌ترین کمک‌هایی که از من برمی‌آید این است که به کارآفرینان موفق کمک کنم تا از مسیرهای پرتلاطم زندگی زناشویی خود عبور کنند.

من این چالش را از نزدیک دیده‌ام، زیرا به زوج‌هایی مشاوره می‌دهم که وضعیت زندگی زناشویی‌شان با مشکل مواجه شده و حتی در حال فروپاشی است. حتی نمی‌توانم توصیف کنم که چقدر پیچیده و بی‌رحمانه است که دو نفر بر سر دارایی‌ها و فرزندان دعوا می‌کنند؛ بر سر زندگی‌ای که باهم ساخته‌اند. وقتی دو نفر که زمانی یکدیگر را دوست داشته‌اند، اکنون تنها تلخی و نفرت احساس می‌کنند، ویرانی به بار آمده می‌تواند غیرقابل‌اندازه‌گیری باشد. انسان‌ها ممکن

^۵ Mastermind group

است تمام دنیا را به دست آورند، تجربیات خارق‌العاده‌ای داشته باشند، خاطرات زیبایی باهم بسازند، اما درنهایت، طی فرایند دستیابی به چیزهای غیرقابل‌تصور در کار و حرفه‌شان، افرادی را که برایشان مهم‌تر هستند از دست بدهند.

دقیقاً به همین دلیل است که برخی از شرکت‌ها در بین اعضای مؤسس خود شروط طلاق دارند، حتی زمانی که همسران هیچ ارتباطی با شرکت ندارند. اگر شریک زندگی مؤسس تقاضای طلاق کند، او موظف است سهام خود را به ارزش فعلی بازار بفروشد و از سازمان در برابر هرگونه عواقب طلاق محافظت کند. حتی شرکتی که تنها اولویتش ارزش سهامش است، می‌داند که ازدواج ناموفق ویرانی‌ای به بار می‌آورد که بسیار فراتر از دو نفر را درگیر می‌کند. ما چقدر بیشتر باید ارتباط متقابل بین خودمان در فضای خصوصی و خودمان در فضای عمومی را درک کنیم؟

من در نوشتن این فصل، یک فرض اساسی درمورد شما به‌عنوان خواننده مطرح کرده‌ام. اگر در حال خواندن این کتاب هستید، به احتمال زیاد یک شخصیت تیپ آ هستید یا حداقل می‌خواهید مانند آن رفتار کنید. شما حرکت کرده‌اید. شما روی اهداف، جاه‌طلبی‌ها و رؤیاهای خود متمرکز هستید. در تعالی و دستیابی به عظمت شخصی هستید. حتی ممکن است با این احساس دست‌وپنجه نرم کنید که آدم‌ها شما را عقب نگه می‌دارند و سرعت شما را کاهش می‌دهند. اگر هریک از این افکار در ذهن شما طنین‌انداز شد، باید از این واقعیت آگاه باشید که وقتی روی اهداف خود تمرکز می‌کنیم، ممکن است افراد زندگی‌مان به سرعت از تمرکز خارج شوند.

من دوستانی دارم که آگاهانه تصمیم گرفتند تا امپراتوری شخصی خود را بسازند و روابط را پشت سر بگذارند. درمورد این نوع غرض‌ورزی چیزهای زیادی می‌شود گفت.

البته خطر این است که شما می‌توانید نسبت به اهمیت افراد در زندگی خود کور شوید. هیچ‌کس به‌تنهایی موفق نمی‌شود. با این حال برخی از مردم تمام اعتبار را موفقیت در زندگی خود می‌دانند. موفقیت زمانی بسیار غنی‌تر، معنادارتر و پایدارتر است که آن را در چارچوب روابط سالم بسازید. آدم‌ها هرگز نباید وسیله‌ای برای رسیدن به هدف باشند. روابط هرگز نباید صرفاً سودمند باشد.

وقتی از مارک برنت، تهیه‌کننده برنامه‌هایی مانند *بازمانده*^۶ و *مخزن کوسه*^۷ خواستم که کلید موفقیت پایدار خود را به من بگویند، او درمورد فرایند خلاقانه یا نبوغ فردی‌اش که به او کمک کرد تا برنامه‌های پرطرفداری بسازد، صحبت نکرد. در عوض تیم کوچک، وفادار و محکمی را توصیف کرد که بیش از بیست سال است همیشه در تلاش‌های جدیدش همراه آن‌ها حرکت می‌کند. وقتی استراتژی شما برای موفقیت شامل افرادی در زندگی‌تان می‌شود که مایل‌اند به شما بپیوندند و بهای آن را با شما پردازند، به طرز بی‌اندازه‌ای باارزش‌تر است.

برادر من، الکس، اخیراً از دیترویت به لس‌آنجلس آمد تا با من روی پروژه‌های کار کند. او بیست ماه بزرگ‌تر از من و یک متفکر زبردست و معلم بااستعداد است. وقتی با دو نفر از مربیان خود در حال شام خوردن بودیم، او بهترین تعریف

^۶ Survivor

^۷ Shark Tank

ممکن را از من کرد. گفت: «تو سخاوتمندترین فردی هستی که من می‌شناسم. منظورم فقط پول نیست، اگرچه این هم درسته. منظورم اینه که تو سخاوتمندترین فرد در فرصت دادن هستی. من هرگز کسی رو ندیده‌ام و نشناخته‌ام که این قدر قصد ایجاد فضا و فرصت برای دیگران داشته باشه.»

نوشتن این مطلب و به اشتراک گذاشتن آن با شما کمی برای من ناخوشایند است، اما این نشان‌دهنده یکی از بالاترین ارزش‌های من است. من هرگز موفقیت خود را با میزان دستاوردهایم یا میزان دست آوردن نتایج اندازه نگرفته‌ام. من همیشه موفقیت خود را با تعداد افرادی که می‌توانم با خود به سفر ببرم اندازه‌گیری کرده‌ام. معیار من ساده است: آیا مردم زمانی که در کشش گرانشی زندگی من هستند، بالا می‌روند؟ آیا من روی موفقیت دیگران سرمایه‌گذاری می‌کنم؟ بسیار تحول‌آفرین است که فکر کنید همه‌چیز شما نیستید، بلکه همه‌چیز مربوط به افرادی است که زندگی‌شان به خاطر شما به سمت بهتر شدن تغییر می‌کند.

این تغییر در عمل چگونه است؟ باید مهربان بودن را انتخاب کنید. باید وقتی کسی به شما خدمتی ارائه می‌دهد، خوب به او پاداش دهید. باید وقت بگذارید و افراد اطرافتان را بشناسید و نامشان را به خاطر بسپارید. پشت سر مردم بد صحبت نکنید. باید به خاطر داشته باشید که چه کسی در زمان نیاز به شما کمک کرد و لطفش را جبران کنید.

وقتی بالاخره فهمیدید که زندگی فقط مربوط به آدم‌هاست، همه‌چیز در زندگی‌تان تغییر می‌کند.

اگر برای رسیدن به این درک بیش‌ازحد صبر کنید، متوجه خواهید شد که حداقل با درجه‌ای از پشیمانی به گذشته نگاه خواهید کرد. خواهید دید که کجا چیزها را بر مردم ترجیح داده‌اید و از طرز فکر خود متعجب خواهید شد. چیزهایی که به قیمت از دست دادن دوستان واقعی‌تان کسب کرده‌اید، ارزشش را نداشت. به احتمال زیاد، آن چیزها آن ارزشی را که تصور می‌کردید، ندارند و مطمئناً آن شادی‌ای را که انتظار داشتید برای شما به ارمغان نمی‌آورند.

تجربیات درواقع کاملاً متفاوت هستند. من بی‌اندازه برای تجربیات عالی ارزش قائلم. بااین‌حال، چیزی که دریافته‌ام این است که بهترین تجربیات آن‌هایی هستند که به اشتراک گذاشته می‌شوند. حتی بهترین تجربیات هم وقتی به‌تنهایی درک می‌شوند، احساس رضایت را برای ما به ارمغان نمی‌آورند. پس، چه چیزی یک تجربه عالی ایجاد می‌کند؟ چه چیزی آن را فراموش‌نشدنی می‌کند؟ چه چیزی شرایط تبدیل شدن آن به خاطره‌ای مادام‌العمر را فراهم می‌کند؟ خود تجربه نیست، بلکه افرادی هستند که آن تجربه را با آن‌ها به اشتراک گذاشته‌اید.

در نوامبر ۲۰۲۲، دوستم پیشنهاد کرد در قالب ذهن متفکر یک رویداد برای زوجها برگزار کنم و من این چالش را پذیرفتم. به‌دقت یک روند یادگیری و گفت‌وگو طراحی کردم و ده زوج را برای چهار روز گرد هم آوردم. اکثر آن‌ها یکدیگر را نمی‌شناختند، اما من می‌دانستم که تجربیات زندگی مشابه زیادی داشتند. وجه مشترک این بود که آن‌ها من و همسرم کیم را می‌شناختند و به او اعتماد داشتند و برای رابطه ما احترام زیادی قائل بودند. جلسات شگفت‌انگیز بود، حتی زندگی

آن‌ها را تغییر داد. هر روز را با سه تا چهار ساعت کوچینگ شروع می‌کردیم، سپس برای نهار استراحت می‌کردیم. بقیه روز تعطیل بود، به‌جز اینکه همه دور هم جمع می‌شدیم و عصرانه می‌خوردیم.

این جلسات کاتالیزوری شد برای ساعت‌ها مکالمه خودجوش بی‌پایان، جلسات نهار برنامه‌ریزی‌نشده و حتی ورزش‌های رقابتی داغ که ما را به هم پیوند داد. من به زوجها کمک کردم تا درباره پویایی‌های شخصی و بین‌فردی، مانند نحوه پردازش و تصمیم‌گیری، فکر کنند. اینکه چقدر انرژی عاطفی به رابطه خود می‌آورند؟ آیا طرز فکرشان به‌عنوان یک همسر برد/برد، برد/باخت، یا باخت/برد بود؟ یا اینکه هر فرد در رابطه چگونه به استرس واکنش نشان می‌دهد. زن و شوهر شروع به باز کردن زندگی خود برای یکدیگر کردند. زوجها درحالی‌که چالش‌های روابط خود را پردازش می‌کردند، کم‌کم به یکدیگر کمک کردند. حتی رقابتی تجاری همکار و یاور هم شدند. دوتا از زوج‌هایی که تا قبل از رویداد ذهن متفکر هرگز یکدیگر را ملاقات نکرده بودند، اقامت خود را تمدید و چند روز دیگر را باهم گذراندند. تجربه تمام شد، اما روابط دوام آورد.

هدف من از به اشتراک گذاشتن داستان این است: اگرچه این‌ها مسلماً برخی از پرمشغله‌ترین افراد جهان هستند، اما زمانی را برای رشد شخصی، به‌عنوان زوج و به‌عنوان دوست فراهم کردند. اگر روابط بالاترین ارزش شماست، برای تغذیه آن‌ها و سرمایه‌گذاری بر آن‌ها وقت پیدا خواهید کرد.

اگر می‌توانستم به خود بیست‌وپنج‌ساله‌ام چیزی بگویم این بود: هرگز چیزها یا تجربیات را به‌جای روابط انتخاب نکن. ممکن است کمی طول بکشد، اما افراد مناسب خود را پیدا کن و در کنار هم زندگی کنید. خیلی خوشحالم که مجبور نشدم به‌تنهایی سرطان را پشت سر بگذارم. خوشحالم که موفقیت‌های شغلی من با تیم‌هایی به اشتراک گذاشته شد که خیلی دوستشان داشتم، افرادی که در ایجاد موفقیت نقش داشتند. من حتی وقتی در بسکتبال برنده می‌شوم، وقتی دوستانم آنجا هستند تا از نزدیک شاهد باشند، برایم لذت‌بخش‌تر است. بودن با افراد خوب، زندگی شما را غنی‌تر می‌کند. شما با حضور افراد خوب در زندگی‌تان ثروتمندتر هستید.

با این حال، حتی زمانی که افراد خوب شما را احاطه کرده‌اند، انجام کارها برایتان لزوماً آسان نیست. افراد زیادی به زندگی شما می‌آیند و می‌روند که در واقع افراد مناسب شما نیستند. این‌طور نیست که آن‌ها در سفر زندگی شما ارزش یا اهمیتی ندارند. صرفاً این است که آن‌ها افرادی نیستند که تا آخر با شما سفر کنند. حضور شما در زندگی برخی افراد ممکن است فصلی باشد و آن‌ها هم ممکن است فقط یک فصل در زندگی شما حضور داشته باشند.

در طول سفر زندگی انتخاب‌های سختی وجود خواهد داشت. اگر انتخاب کنید در زندگی به‌طور مداوم در مسیر پیشرفت باشید، افراد بیشتری را از دست خواهید داد. متوجه خواهید شد که برخی از افراد شما را برای آنچه هستید دوست دارند، نه برای آنچه که در حال تبدیل شدن به آن هستید. در فصل‌های آینده به این چالش‌ها خواهیم پرداخت. اما قبل از اینکه به آنجا برسیم، باید این اصل را در زندگی خود برقرار کنید: زندگی در مورد روابط است. حتی زمانی که تمام آنچه را که می‌خواسته‌اید، در اختیار دارید و هر ماجراجویی بزرگی را تجربه کرده‌اید، روابط متزلزل لذت همه آن‌ها را لوٹ

می‌کند. بزرگ‌ترین اشتباهاتی که ممکن است مرتکب شوید، برای شما هزینه مالی نخواهد داشت، بلکه آدم‌های زندگی شما را هزینه خواهد کرد.

تغییر ذهنیت شماره ۲:

شما نیازی به مخاطب ندارید

دیوانه‌وار مرا تکان داد. کلماتش هزاران کیلومتر دورتر به نظر می‌رسید، روی صورت من خم شده بود و آن قدر نزدیک بود که می‌توانستم نفس‌ها و وحشت‌زدگی‌اش را احساس کنم. بیست‌هزار دانشجو در دالاس آرنا گرد هم آمده بودند تا سخنرانی کسی را بشنوند که پشت تریبون حاضر نشده بود. گویا من در خواب عمیقی بودم و این گفت‌وگو فقط یک رؤیا بود، وقت آن بود که من نیز وحشت کنم.

مدیر اجرایی این رویداد به من یک فرصت استثنایی داد. او به کسی نیاز داشت که جای خالی را پر کند و بنا به دلایلی تصمیم گرفته بود از آن همه سخنران حرفه‌ای که در همان اتاق منتظر بودند، بگذرد. هریک از آن‌ها با کت‌وشلوازی خوش‌دوخت حاضر و آماده بودند و من شلوار جین آبی، کفش تنیس و یک تیشرت به تن داشتم.

در بیست‌ونهم سالگی، هرگز در عمرم با بیش از دویست نفر صحبت نکرده بودم. در واقع دویست نفر خیلی هم زیاد بود. بیشتر اوقات در مکان‌هایی صحبت می‌کردم که چنده نفر مخاطب داشتم. حالا من اینجا بودم، در اتاق انتظار یک ورزشگاه، در کنارم مردی بود که می‌گفت باید قدم بردارم و برای آن جمعیت منتظر خطابه ایراد کنم.

خنده‌ام گرفت. او یک گروه کامل از سخنرانان برجسته را در صف داشت که فقط منتظر چنین لحظه‌ای بودند. من حتی برای حضور در آنجا برنامه‌ریزی نکرده بودم. همسرم، کیم، به‌عنوان دستیار اداری برای سازمان مسئول این رویداد کار می‌کرد. من به پیشنهاد او آنجا بودم تا در پشت‌صحنه کمکش کنم. من داوود بودم، قاتل غولی که پنیر را به خط مقدم می‌رساندم، نه جنگجویی که لباس جنگیدن با جالوت را به تن کرده باشد.^۸ این مرد حتماً داشت شوخی می‌کرد. بر اساس صحبت‌هایی که در گذشته داشتیم، او حتی مرا دوست نداشت. مطمئناً او فقط می‌خواست مرا به دردرس بیندازد، به این امید که طعمه را بگیرم و بگویم بله تا پاسخ بشنوم، که من آخرین انتخاب او روی زمین خواهم بود.

اما او شوخی نمی‌کرد. یادم نمی‌آید گفته باشم بله. فقط خاطر من هست که گفتم: «من به یک کتاب مقدس نیاز دارم.» او بدون تردید پاسخ داد: «چه ترجمه‌ای؟» و ما به محل سخنرانی رفتیم. کمتر از شصت دقیقه وقت داشتم تا برای مهم‌ترین پیام زندگی‌ام آماده شوم.

فشاری دیگری هم بر من افزوده شد، چون یک نفر تصادفی در همان لحظه به سمت من آمد و گفت: «این لحظه‌توست. این لحظه‌ای است که زندگی و آینده‌تو را رقم خواهد زد.» هنوز هم مطمئن نیستم که او این حرف را برای تشویق من گفت یا ترساندن من. نزدیک بود بالا بیاورم. با خود فکر کردم آیا این همان لحظه‌ای است که می‌خواهم

^۸ اشاره به آیه‌ای از کتاب اول سموئیل از عهد عتیق که در آن یسا از داوود می‌خواهد برای فرمانده جنگ پنیر ببرد.

لحظه من باشد؟ آیا حتی می‌دانم چگونه این همه مخاطب را مجذوب خود کنم؟ آیا این مرد عقلش را از دست داده که تصمیم گرفته به من اعتماد کند؟

اما آن غریبه دقیقاً درست می‌گفت؛ آن روز زندگی و آینده مرا را رقم زد. هرگز فراموشش نخواهم کرد.

اگر سخنران باشید، می‌دانید که چه زمانی مخاطبان حواسشان به شماست. می‌دانید که چه زمانی بین شما و همه افراد حاضر نشسته بر صندلی‌ها ارتباطی عالی وجود دارد. در آن لحظه شما با یک جمعیت بیست‌هزار نفری صحبت نمی‌کنید، بلکه با هر فرد صمیمانه و به‌طور مستقیم صحبت می‌کنید. لحظه‌ای که روی آن سکو قدم گذاشتم، به نوعی احساس کردم که به آنجا تعلق دارم. چیزی درون من بود که به من می‌گفت برای این کار ساخته شده‌ام.

هرگز موضوع صحبت آن شبم را فراموش نمی‌کنم: شخصیتی که سازش نمی‌کند. از این گفتم که شجاعت چه فضیلت تعیین‌کننده‌ای است و همه ما برای اینکه به‌طور کامل زنده باشیم، به آن نیاز داریم. بدون شجاعت، ما هرگز شخصیتی نخواهیم داشت که از اصول راهنمای خود پیروی کند و مهم‌ترین خواسته خود را دنبال کند.

وقتی پیامم را به پایان رساندم، از همه کسانی که می‌خواستند قدم در مسیر زندگی خود بگذارند دعوت کردم تا به صحنه بیایند و به آن دعوت پاسخ دهند. هزاران دانشجو که تا آن لحظه از تغییر ناامید بودند، از صندلی‌های خود برخاستند و صحنه را پر کردند. یک ساعت بعد، مشاوران در حیرت از توده‌هایی بودند که مسیر زندگی‌شان تحت تأثیر شخصی قرار گرفته بود که حتی نامش را نمی‌دانستند.

در دهه‌های پس از آن، من افرادی را ملاقات کردم که هنوز مسیر زندگی خود را به آن شب و پیامی که من افتخار ارائه‌اش را داشتم، نسبت می‌دهند. هرچند که من در آن شب، با هزاران تغییر زندگی مواجه شدم، چیزی که از آن مطمئنم این است که اولین مسیر زندگی‌ای که برای همیشه تغییر کرد، مسیر زندگی خودم بود.

آن رویداد جهان سخنران بودن را به روی من باز کرد. یک رویداد محوری در سفری بود که باعث شد طی سی و پنج سال گذشته به میلیون‌ها نفر در هفتاد کشور برسم. همچنین به من یاد داد همیشه آماده باشم. برای اتفاقات غیرمنتظره آماده شوید. آماده باشید تا بهترین‌های خود را در یک لحظه به ارمغان بیاورید. برای غیرممکن‌ها آماده شوید. برای هدف خود آماده شوید.

حال که به آن ترسم در اتاق انتظار نظر می‌افکنم، می‌بینم که بین عدم اطلاع قبلی و آماده نبودن تفاوت وجود دارد. درحقیقت، من نزدیک به یک دهه بود که برای آن لحظه آماده می‌شدم.

اجازه دهید کمی از پس‌زمینه برایتان بگویم. من سال‌های بین بیست تا بیست‌وپنج سالگی‌ام را به گرفتن مدرک کارشناسی از دانشگاه کارولینای شمالی در چپل‌هیل و تکمیل مدرک کارشناسی ارشد در فورت‌ورث، تگزاس گذراندم.

مطالعات من بر فلسفه، روان‌شناسی، زبان‌ها و الهیات متمرکز بود. من مجذوب این رموز بودم که چه چیزی مردم را به کارهایی که انجام می‌دهند وامی‌دارد.

اکنون به گذشته نگاه می‌کنم و می‌بینم به یک انسان‌شناس اجتماعی تبدیل شده‌ام. نه یک سخنران عمومی. من در تمام زندگی‌ام به شدت درون‌گرا، گوشه‌گیر و خجالتی بودم. دوست داشتم آدم‌ها را مطالعه کنم، اما هرگز نمی‌خواستم جلوی آن‌ها بایستم و ازشان بخواهم که من را مطالعه کنند.

اما موضوع دیگری در زندگی من وجود داشت که بر پیشرفت من تأثیرگذارتر بود. این سال‌های حضورم سر کلاس‌های درس نبود که بیشترین تأثیر را بر من گذاشت. بلکه زمانی بود که در میان فقرای مناطق شهری کار می‌کردم. زمانی که دانشجوی کارشناسی ارشد بودم، در خیابان‌های مرکز شهر دالاس و فورت‌ورث شروع به کار کردم، به افراد بی‌خانمان کمک می‌کردم تا زندگی خود را بازیابی کنند. سپس شغلی در منطقه دالاس انتخاب کردم که به یکی از مناطق دارای بالاترین نرخ‌های جنایت و قتل در ایالات متحده تبدیل شده بود. من برنامه‌هایی ایجاد کردم که نیازهای اساسی انسان را برآورده می‌کرد و به مردم کمک می‌کرد تا مهارت‌های لازم را برای داشتن زندگی پایدار توسعه دهند. سازمان ما مبتنی بر ایمان بود، بنابراین اکثر افرادی که با آن‌ها صحبت کردم ادعا می‌کردند که با ایمان هستند. چیزی که در آن‌ها نبود ساختارهای ذهنی لازم برای ایجاد یک زندگی متفاوت بود. اگرچه من نمی‌توانم این واقعیت را تغییر دهم که به ندرت پیش می‌آید که به فقرا، همان مزایا و فرصت‌ها یا کیفیت آموزشی‌ای ارائه شود که در بین افراد دارای امتیاز رایج است، اما می‌توانم کاری کنم که به آن‌ها چیزی بدهم که اغلب برای کسانی که دسترسی بیشتری دارند، به راحتی فراهم است: طرز فکر برای تغییر مثبت، اساسی و پایدار در زندگی.

مخاطبان من متشکل از فروشندگان مواد مخدر، معتادان به مواد مخدر، محکومان سابق، محکومان آینده و خانواده‌هایی بودند که در فقر شهری گرفتار شده بودند. میانگین سطح سواد کمی بالاتر از کلاس سوم بود. اگر قرار بود به توسعه پتانسیل کامل مردم در این جامعه نوبا کمک کنم و دستی برسانم تا از فقر بیرون بیایند، باید مفاهیمی را که در مقطع تحصیلات تکمیلی آموخته بودم، به نحوی عنوان می‌کردم تا بیشتر افراد بی‌سواد بتوانند آن‌ها را درک کنند.

اولین مخاطبان من نه در سالن‌های امن و راحت، بلکه در خیابان‌های شهر و حیاط پروژه‌های دولتی جمع شدند. بحث در مورد معنای زندگی با فیلسوفان و دارندگان مدرک دکتری به اندازه کافی اعصاب‌خردکن است، اما این کار با فروشندگان مواد مخدر و باندها کار دیگری است. من وارد برخی از خشونت‌آمیزترین و متخصص‌ترین محیط‌های شهرهایمان می‌شدم و از طریق گفت‌وگوهای خودجوش، حق شنیده شدن را به دست می‌آوردم. من باید نه تنها توجه مخاطبم را جلب می‌کردم، بلکه خود مخاطبم را نیز جلب می‌کردم.

زمانی که برای کار در میان فقرای مناطق شهری رفتم، تصور می‌کردم تنها کاری که باید انجام دهم این است که قلب آن‌ها را تغییر دهم. با این حال، خیلی زود متوجه شدم که باید ذهنیت آن‌ها را نیز تغییر دهم. برای بسیاری از افرادی که با آن‌ها کار می‌کردیم، باور به خدا آسان‌تر از این بود که بپذیرند به رابطه‌ای انتقادی بین علت و معلول وجود دارد.

بسیاری از آن‌ها معتقد بودند موفقیت نتیجه سرنوشت یا شانس یا امتیاز است. من شروع به استخراج اصول اولیه‌ای کردم که افراد موفق و سالم آن را بدیهی می‌دانند. این شامل چیزهای ساده‌ای می‌شد، مانند وفای به قول‌ها - هم قول به خودتان و هم به دیگران. وعده‌های بسیار کمی بدهید و آن‌ها را با تعهد جایگزین کنید. کاری را که شروع کرده‌اید، تمام کنید. فقط کاری را شروع کنید که مایلید به پایان برسانید. قابل اعتماد و قدرتان باشید. فروتن باشید و مسئولیت را بر عهده بگیرید.

من سعی نداشتم سخنران خوبی باشم تا شناخته شوم. مصمم بودم افرادی را که دوستشان داشتم، متقاعد کنم که زندگی‌شان می‌تواند متفاوت باشد، می‌توانند تغییر کنند تا بهترین نسخه‌های خودشان شوند، عظمتی در درونشان وجود دارد که منتظر بیدار شدن است. مهم نبود که فقط بیست نفر در اتاق بودند. من باید بر فرکانس‌های ارتباط مسلط می‌شدم زیرا زندگی مردم به آن بستگی داشت.

بنابراین، با نگاه به گذشته درمی‌یابم که چنین نبود که برای رویدادی که زندگی‌ام را تغییر داد، آماده نباشم. ده سال بود که این کار را انجام می‌دادم، و نمی‌دانستم این آمادگی مرا به کجا می‌برد. در این مسیر، در زمینه رفتار انسانی و عملکرد بهینه آموختم و به مهارت رسیدم.

گاهی اوقات فکر می‌کنم که آیا آن راه امروز هم برای من باز می‌شد؟ قبلاً مجبور بودی

سال‌ها از استعدادتان استفاده کنید و آن را شکوفا کنید تا مخاطبی به دست بیاورید، اما ما دیگر در آن دوران زندگی نمی‌کنیم. در این واقعیت جدید، ابتدا راهی برای ساختن مخاطب پیدا می‌کنیم و سپس خودمان را طوری شکل می‌دهیم که برای حفظ آن مخاطب نیاز است. بدیهی است که این پدیده به قدری از نظر فرهنگی مهم شده که اکنون نامی دارد: «تسخیر مخاطب»^۹. در این سناریو، مهم این نیست که شما چه کسی هستید یا چه کارهایی انجام داده‌اید. بلکه چگونگی درک دیگران از موفقیت شماست که مهم است. اهمیتی ندارد که شما به عنوان یک شخص چه کسی هستید، بلکه موضوع مهم این است که شخصیت شما چیست. ما معتقدیم که فقط به این دلیل که مردم به ما توجه دارند به عظمت دست یافته‌ایم. اما این سؤال پیش می‌آید که آیا شما مخاطب را جذب می‌کنید یا مخاطب شما را جذب می‌کند؟

چندین سال پیش، من به یک کنفرانس تد رفتم و از شنیدن حرف‌های سخنرانان دانشگاه هاروارد مبنی بر منفعت استراتژیک این رویکرد برای موفقیت، شگفت‌زده شدم که می‌گفت «آن قدر وانمود کن تا واقعی شود». من هدف پشت این حرف را فهمیدم. ایده این است که هیچ‌کس در ابتدای امر تمام صلاحیت‌هایی را که برای موفقیت نیاز است، ندارد. بنابراین باید ابتدا برند خود را و سپس خود را بسازد تا با برند خود مطابقت داشته باشد. این یک استراتژی است که امروزه بسیاری از شرکت‌ها و استارت‌آپ‌ها از آن استفاده می‌کنند. مشکل این رویکرد این است که وقتی در مورد زندگی یک انسان تنها و بدون ارتباطات صحبت می‌کنید، ناپایدار است. هنگامی که خود را در میان عموم عرضه می‌کنید، انگار در زودپز افتاده‌اید. شما تصویر دارید، اما ممکن است ماهیت نداشته باشید. انرژی روانی لازم برای تظاهر به اینکه قبلاً به

^۹ audience capture

مقصد رسیده است، درحالی که هنوز در پیچ‌وخم‌های مسیر به سر می‌برید، طاقت‌فرسا، هزینه‌بر و بالقوه خودویرانگر است. شما نمی‌توانید زندگی‌ای را که از بیرون به درون ساخته شده است، حفظ کنید.

در وجود همه ما بخشی هست که احساس می‌کنیم تا حدی داریم آن را جعل می‌کنیم. این به سندرم ایمپاستر یا نشانگر خودویرانگری توانمندان^{۱۰} معروف شده است. من هم مطمئناً همین‌طورم. هرگز احساس نمی‌کنم که شایسته حضور در مکان‌هایی هستم که به آن دعوت شده‌ام. همیشه وقتی برای سخنرانی دعوت می‌شوم، تعجب می‌کنم. اگر هرگز احساس خوبی ندارید یا به اندازه کافی استعداد ندارید یا به اندازه کافی آماده نیستید، به جمع ما خوش آمدید. باین حال، این با جعل کردن آن متفاوت است.

جعل کردن به این معنا نیست که خود را کش دهید تا بیشتر از قبل انجام دهید. بلکه یعنی دیگران را متقاعد کنید که شما چیزی هستید که خودتان می‌دانید نیستید. یعنی وانمود کنید قبلاً به مقصد رسیده‌اید. و تظاهر خسته‌کننده است. انرژی شما را تحلیل می‌برد.

این پدیده هم در زمانی که به دنبال کسب شهرت در میان توده‌ها هستید، صادق است و هم زمانی که به دنبال تأیید گرفتن از سوی عده‌ای محدود هستید. اگر هویت و ارزش شخصی شما بیشتر بر اساس آنچه دیگران در مورد شما فکر می‌کنند شکل گرفته باشد نه اقدامات درونی، در سایه نظر دیگران زندگی خواهید کرد و هرگز خود واقعی‌تان را نمی‌شناسید.

اکنون، نزدیک به سی‌وپنج سال پس از آن رویداد در دالاس، من با میلیون‌ها نفر در سراسر جهان صحبت کرده‌ام. آموخته‌ام که شما برای آماده شدن برای بزرگ‌ترین لحظات زندگی خود به مخاطب نیاز ندارید. وقتی مخاطبی ندارید، به بزرگی متعهد شوید. به خودتان نظم‌وترتیبی بدهید و خود را آماده کنید تا در کاری که انجام می‌دهید، بهترین باشید. طوری زندگی کنید که انگار امروز ممکن است بزرگ‌ترین فرصت زندگی‌تان به شما داده شود. آماده باشید که وقتی فرصت پیش می‌آید بالا بروید.

شهرت چیزی است که شما به آن معروف هستید. عظمت چیزی است که شما هستید. شما می‌توانید عالی باشید و هرگز مشهور نباشید. ممکن است دانشمندی باشید که به‌عنوان مثال، درمان یک بیماری را کشف می‌کند، اما علم در شبکه اجتماعی تیک‌تاک خوب عمل نمی‌کند، بنابراین ممکن است تا پایان عمرتان گمنام بمانید. شما ممکن است یک ریاضی‌دان برجسته باشید که اسرار جهان را کشف می‌کند و در بهترین حالت در میان تعداد انگشت‌شماری از فیزیک‌دانان به یک نام آشنا تبدیل می‌شود. شاید پدربزرگ شما در معادن زغال‌سنگ یا خط موتناژ یا خط مقدم کار می‌کرد تا زندگی بهتری برای فرزندان و نوه‌های خود ایجاد کند. آیا عظمت او برای به شهرت رسیدن کم است؟

^{۱۰} impostor syndrome؛ پدیده‌ای روانی که در آن فرد موفق نمی‌تواند اعتبار دستاوردهایش را بپذیرد.

نکته کلیدی اینجاست: سعی نکنید با کسانی که تمام انرژی خود را برای رسیدن به شهرت مصرف می‌کنند همراه شوید. آن‌ها در مسیر سریع هستند. شما باید بازی طولانی‌تری انجام دهید. اما بدانید که اگر این کار را بکنید، ممکن است در کوتاه‌مدت برای شما خوب نباشد. شما لاک‌پشت خواهید بود، نه خرگوش. ممکن است احساس کنید که در حال از دست دادن موقعیت خود هستید و در همین حین دیگران پول یا توجه بیشتری به دست می‌آورند یا رؤیاهای شما را برآورده می‌کنند.

دل‌سرد نشوید. بزرگی زمان می‌برد. در مراحل اولیه، شبیه تمرین به نظر می‌رسد. هر رمان‌نویس بزرگ میلیون‌ها کلمه نوشته است که هرگز خوانده نشده‌اند. جراح مغز و اعصاب که مهارت‌هایی برای نجات جان شما دارد، بیش از یک دهه از زندگی خود را برای به دست آوردن این مهارت‌ها فدا کرده است. تنیس‌باز بزرگی که در ویمبلدون آن ضربه‌ی اعجاب‌انگیز را می‌زند و قهرمان می‌شود، در حین تمرین هزار بار مشابه آن ضربه را زده است.

ممکن است فکر کنید برای آشکار کردن عظمت خود به مخاطب نیاز دارید. حقیقت این است که مخاطب شما را از آینده‌تان دور خواهد کرد. شما برای تماشاگران فقط اجرا می‌کنید و برای خودتان خود را توسعه می‌دهید. این تناقضی است که در گشایش عظمتتان موجود است. هرچند نتیجه ممکن است شما را مورد تحسین توده‌ها قرار دهد، اما این روند سفری است که باید بخواهید به تنهایی در آن گام بردارید. عظمت همیشه در خلوت رشد می‌کند. اگر می‌خواهید کاری را انجام دهید که به شما نزدیک هستند، همت شما و تمرکز ضروری برای بهبود مستمر را درک نمی‌کنند. اگر برای عالی بودن نیاز به تشویق دارید، هرگز از این روند جان سالم به در نخواهید برد. اما اگر می‌خواهید به سمت ظرفیت بهینه خود حرکت کنید، باید بدانید که تشویق‌های مهم از درون خودتان می‌آید. جمعیت در خط پایان شما را ملاقات خواهند کرد، اما انعطاف‌پذیری و اراده شما در تمام مسیر همراهی‌تان می‌کند.

بزرگی‌تان را برای تمجید مردم، تشویق جمعیت یا تحسین هواداران خرج نکنید. به صورت خصوصی کار کنید تا بهترین باشید. کاری را انجام دهید که هیچ‌کس نمی‌بیند. کاری را انجام دهید تا بتوانید خود را در آینه نگاه کنید و بدانید که تمام آنچه را که داشته‌اید به آن اختصاص داده‌اید. این کار را برای خودتان انجام دهید، مخاطب خودش از خودش مراقبت خواهد کرد. وقتی متعهد می‌شوید که خودتان را نشان دهید، تعجب خواهید کرد که چند نفر کنار شما حاضر می‌شوند.

تغییر ذهنیت شماره ۳:

شما نمی‌توانید همه را با خود همراه کنید

چند سال پیش، من با همسر، کیم، نشسته بودم و به یکی از سخت‌ترین دهه‌های زندگی خود فکر می‌کردم. من به یک نتیجه بسیار ساده در مورد دلیل آن مبارزه رسیده بودم. به او گفتم: «ما زمان زیادی را با افرادی سپری کردیم که لیاقت و قتمان را نداشتند.»

در دهه‌های بیست و سی سالگی‌ام، برای سازمان‌های مختلف کار می‌کردم، و همه آن‌ها نیاز داشتند که مهارت رهبران‌شان را توسعه دهم. اما چالش برانگیزترین کار، زمانی بود که سعی کردم یک کلیسا را رهبری کنم. وقتی کشیش هستی، قرار است به همه اهمیت دهید و با همه یکسان رفتار کنید - یا حداقل من این نقش را این‌طور فهمیدم. اما این نیت‌های خوب باعث شد من بمانم و یک هرم رهبری کاملاً عقب‌مانده. اگر از من وقت می‌خواستید، تنها باید که خیلی پیگیری می‌کردید. اگر صد درصد با ما همراه و همدل بودید و کاملاً به چشم‌انداز متعهد بودید هم، من برای شما وقت نداشتم. در نتیجه ناخواسته رفتارهای منفی را تشویق کردم.

فصل سختی در زندگی ما بود. بسیاری از چالش‌های ما ناشی از تمایل عمیقمان برای دیدن دسترسی کلیسا برای افرادی بود که برای خدمت به آن‌ها در آنجا حضور داشتیم. ما رؤیای ایجاد جامعه‌ای را در سر داشتیم که در آن کسانی که در جست‌وجوی خدا بودند، جایی برای تعلق و کشف ایمان داشته باشند، حتی اگر بی‌ایمان باشند. این امر مستلزم این بود که نهادی را کسی آن را به تغییر نمی‌شناخت، به‌طور بنیادین از نو بسازیم. موسیقی تغییر کرد، لباس پوشیدن تغییر کرد، زبان تغییر کرد. ما هنر را آوردیم و خلاقیت را به وجود آوردیم. ما همچنین به یکی از متنوع‌ترین جوامع از نظر قومیتی در یکی از نژادی‌ترین شهرهای ایالات متحده تبدیل شدیم. پیش از آن، کلیسای ما یک جامعه سال‌خورده بود که پانزده سال بود از تعدادش کم می‌شد. ما یک میلیون دلار بدهی داشتیم و صدهزار کمبود منابع مالی. اگر یک کسب‌وکار بودیم، تا الان اعلام ورشکستگی کرده بودیم. در عرض یک سال پس از بازسازی بنیادین ما، میانگین سنی جمعیت به بیست‌وچهار سال رسید و امور مالی‌مان شروع به بازتاب هیجان و تعهد فزاینده یک جامعه ایمانی در حال رشد کرد. در لحظه اول کلیسا آینده‌ای نداشت و لحظه بعد آینده بود.

باین‌حال، مقاومت فوق‌العاده‌ای در برابر تغییر و رشد وجود داشت. برای برخی از مردم، کلیسا جایی بود برای فرار از دنیای بیرون و حالا فضای مقدس آن‌ها پر از غریبه‌هایی شده بود که شبیه آن‌ها نبودند و مانند آن‌ها فکر نمی‌کردند. من هرگز نمی‌توانستم میزان آشفتگی و خصومت‌هایی که این تغییرات ایجاد می‌کرد را پیش‌بینی کنم. به نظر می‌رسید که هر گفت‌وگو یا شکایت، انتقاد یا درگیری بود. هسته اصلی هر درگیری، مبارزه بین گذشته و آینده بود. آیا مسئولیت اولیه

نهاد ما حفظ گذشته بود یا خلق آینده؟ اگر کلیسا باشید، هر دو انتخاب برای شما گران تمام می‌شود. یکی به قیمت سنت‌های شما خواهد بود و دیگری به قیمت فرزندانان.

من مدام سعی می‌کردم همه را خوشحال کنم. امیدوار بودم که یک مکالمه بیشتر داشته باشم، یک جلسه دیگر برگزار کنم و یا وقتم را بیشتر به آن‌ها بدهم تا بالاخره وارد کشتی شوند. من فقط سعی می‌کردم کار درست را انجام دهم. این سازمانی روبه‌مرگ بود که اگر تغییرات لازم را در آن ایجاد نمی‌کردم دیگر وجود نمی‌داشت. مطمئناً مردم می‌دیدند که من طرفدارشان هستم و این همه هرج‌ومرج و بلا تکلیفی را برای منفعت آن‌ها می‌گذرانم. صادقانه بگویم، شغل‌های آسان‌تری در دسترس بودند که دستمزد بسیار بیشتری داشتند. فکر می‌کردم اگر نتوانم همه را وادار به دیدن این چشم‌انداز کنم، حتماً کار اشتباهی انجام می‌دهم. سال‌ها طول کشید تا متوجه شدم کاملاً برعکس است. اگر همه با شما موافق باشند، احتمالاً اصلاً پیشرو نیستید.

رهبران شفافیت ایجاد می‌کنند، استانداردها را بالا می‌برند و مردم را به سمت بیشتر فرامی‌خوانند. طبق تعریف، این یک خط تقسیم ایجاد می‌کند. رهبران بزرگ از تعریف کردن معنای حضور در تیم، سازمان یا جنبش خود ترسی ندارند. آن‌ها می‌دانند که دیدگاهشان برای همه نیست، و آن‌هایی را شناسایی می‌کنند که دید مشترک دارند. رهبران بزرگ همچنین می‌دانند که تیم‌های بزرگ زمانی تشکیل می‌شوند که فرایندی برای غربالگری وجود دارد.

من سال‌ها به آن‌هایی که در برابر تغییر مقاوم‌تر بودند، اجازه دادم بیشترین تأثیر را بر سرعت، شتاب و مقیاس تحول ما داشته باشند - حتی اگر این کاملاً برخلاف تمایل طبیعی من بود. من ایدئالیست بودم. واقعاً برای مردم ارزش قائل بودم و فکر می‌کردم این بدان معناست که باید طوری رفتار کنم که انگار هر فردی می‌تواند در واقعیت جدید ما پیشرفت کند. چیزی که متوجهش نبودم این بود که اکثر مؤسسات - چه یک کلیسا باشند یا یک شرکت فورچون ۱۰۰ - توسط مدیران و رهبران هدایت می‌شوند. بالاترین ارزش آن‌ها محافظت از چیزی است که وجود دارد. نقطه قوت آن‌ها مدیریت ریسک و نقطه ضعفشان بیزاری از نوآوری، خلاقیت و ریسک است.

اگر شما یک شرکت نسل دوم هستید، این مسئله حتی بیشتر صادق است. کارآفرینانی که چنین سازمان‌هایی را ایجاد کرده‌اند، معمولاً عامل تغییر هستند. شخصیت آن‌ها برای خلق طراحی شده است، اما به ندرت حفظ کردن را بلدند. اغلب، پس از بازنشستگی یا برکناری مؤسس، شرکت باید به دنبال فردی بگردد که بتواند به هرج‌ومرج نظم بخشد. پس از چند بار تکرار همین روند، جنبش‌ها به نهادها تبدیل می‌شوند. با گذشت زمان، افرادی که در قدرت قرار می‌گیرند به این سمت متمایل می‌شوند که بیشترین مقاومت را در برابر تغییر داشته باشند. غریزه آن‌ها حفاظت از نهاد است. آن‌ها نوآوران را تهدیدی برای ثبات می‌دانند. بوسه مرگ برای هر شرکتی زمانی است که کسی کنترل سازمان را به دست داشته باشد که دیر هنگام هر چیز جدید را بپذیرد.

این امر به‌ویژه زمانی صادق است که شما یک سازمان غیرانتفاعی یا یک کلیسا را رهبری می‌کنید. اینکه یک تیم اجرایی پر از افرادی داشته باشید که در برابر تغییر مقاوم‌اند، یک چیز است و اینکه جماعتی پانصد نفره از آن‌ها داشته

باشید، چیز دیگری. اما زمان و تجربه به من آموخت که نمی‌توان همه را با خود همراه کرد. من از طریق درد و رنج بزرگ آموختم که گذارها یک خروجی طبیعی و حتی سالم برای کسانی هستند که خواهان آینده‌ای جایگزین جدا از آینده‌ای هستند که در حال خلق آن‌اند.

دوازده سال پیش، ما موزاییک را به قلب هالیوود منتقل کردیم. به نظر می‌رسید این حرکت غیرممکن است. فرصتی نادر بود تا پرچم خود را در بلوار هالیوود بکاریم، مکانی که سالانه میلیون‌ها نفر از آن بازدید می‌کنند. ما مقرهای متعددی در سراسر لس‌آنجلس داشتیم و دائمی‌ترین مقرمان در آن زمان در دست تأسیس بود. بدون مکانی دائمی، همواره مجبور بودیم خدمات خود را در یک لحظه، به جای دیگر منتقل کنیم. مجبور شدیم بیش از دوهزار نفر را از پاسادنا به گلندیل ببریم و باز به پاسادنا برگردیم. داشتن مکانی در بلوار هالیوود به جامعه ما خانه‌ای می‌داد، مکانی که می‌توانستیم لس‌آنجلسی‌ها را به آن دعوت کنیم تا بیایند و معنا و امید پیدا کنند.

باین‌حال، این موضوع به یک چالش رهبری مهم تبدیل شد. اگر در لس‌آنجلس زندگی نمی‌کنید، به‌طور کامل درک نمی‌کنید که لس‌آنجلسی‌ها چقدر از هالیوود متنفرند. جلوه‌ها و زرق‌وبرق‌ها توهم‌اند. هیچ ستاره یا آدم مشهوری نیست که واقعاً در لالاند زندگی کند. هالیوود یک تله‌توریستی است. فرسوده، رو به زوال، و مملو از جرم‌وجنایت و غریبه است. اگر در لس‌آنجلس زندگی کنید، برای هیچ کاری به هالیوود نمی‌روید. باین‌حال، اکثریت قریب‌به‌اتفاق اعضای موزاییک هر جا که لازم بود می‌رفتند تا بیشترین تأثیر را بر شهرمان داشته باشند. باین‌حال، حتی از نقطه‌نظر لجستیکی، سؤال زیادی بود.

یک روز عصر، کیم داشت هزینه‌های این اقدام را ارزیابی می‌کرد. او ابتدا یک، سپس دو و سپس سه خانواده را برشمرد که مطمئن بود از دست خواهیم داد. در آن زمان، من دیگر در سفر رهبری مبتدی نبودم. هزینه‌های تغییر و جابه‌جایی را درک می‌کردم. همچنین می‌فهمیدم که بدون تغییر، آینده‌ای وجود ندارد. به‌عنوان یک رهبر، نمی‌توانید بر اساس کسانی که همراه شما هستند، تصمیم بگیرید. بلکه باید تصمیم‌هایتان بر این اساس باشد که به چه کسی خدمت می‌کنید.

کیم سه‌تا از متعهدترین خانواده‌های ما را نام برد. این سه خانواده چندین دهه با ما بودند. آن‌ها در کنار ما در کلیسا خدمت کرده و دوستان شخصی ما شده بودند. من درد از دست دادن آن‌ها را در اعماق وجودم احساس کردم. اگرچه کیم قصدی نداشت، اما من احساس کردم که او آن‌ها را مخالف با من برشمرد. من خودم هم آن‌ها را مخالف خودم می‌پنداشتم. پس از لحظه‌ای سکوت، واقعیت تلخی را با او در میان گذاشتم که هرگز فراموش نمی‌کنم: «کاش آن قدر بی‌نیاز بودم که می‌توانستم فقط بر اساس سه خانواده تصمیم بگیرم. اما من مسئولیت تصمیم‌گیری بر اساس هزاران خانواده‌ای را دارم که تحت تأثیر قرار خواهند گرفت.»

من در طول سال‌ها با هزاران شرکت، سازمان غیرانتفاعی و کلیسا کار کرده‌ام و این پدیده ثابت است. شما با شیوه رهبری خود هم کسانی را به دست خواهید آورد، هم کسانی را نیز از دست خواهید داد. در واقع، در ابتدا، بیشتر کسی را از دست می‌دهید.

امیدوارم هرگز این واقعیت را ساده نگیرید. هیچ هزینه‌ای بالاتر از مردم نیست. اما چیزی که با گذشت زمان متوجه خواهید شد این است که همه به بینش شما تعلق ندارند. اگر یک مربی فوتبال آمریکایی هستید و چشم‌انداز شما این است که استراتژی مبتنی بر دویدن را جایگزین استراتژی حمله کنید، ممکن است کوارتربک و بهترین دریافت‌کننده‌های خود را در پایان فصل از دست بدهید. مهم نیست که چقدر به ادغام آن‌ها در سیستم جدید متعهد شده‌اید، آن‌ها خیلی راحت ممکن است با دستورالعمل‌های شما برای سازمان‌دهی سازگار نباشند. به همین ترتیب، اگر مالکیت شبکه فاکس نیوز را با این دیدگاه خریداری کنید که از نظر سیاسی به سمت چپ متمایلش کنید، هرچقدر هم که در دوران گذار باسیاست و بزرگوارانه تلاش می‌کردید، بازهم با آشفتگی و مخالفت داخلی شدیدی مواجه می‌شوید.

اینکه مردم انتخاب کنند که شما را ترک کنند، می‌تواند بزرگ‌ترین هدیه‌ای باشد که به شما می‌دهند. برخی از تعیین‌کننده‌ترین لحظات زندگی شما زمانی خواهد بود که چنان وضوحی به ارمغان می‌آورد که مردم بدانند به آنجا تعلق دارند یا خیر. در این فرایند، به آن‌ها کمک می‌کنید تا ارزش‌های خود را تعریف کنند.

آن‌ها ممکن است انتخاب نکنند که با شما هم‌مسیر شوند، اما ممکن است تصمیم بگیرند که زندگی خود را به جلو ببرند.

سی سال پس از آن تغییرات، حالا موزاییک به جامعه‌ای زیبا تبدیل شده که چندین دهه طول کشید تا پرورش و رشد کند. ما برای همه مناسب نیستیم. برای کسانی که به سنت و آیین و جامعه کوچکی از خانواده و دوستان اهمیت می‌دهند، مکان‌های بسیار خوبی وجود دارد. پاداش بزرگ ما این بوده است که شاهد باشیم که صدها هزار نفر در سراسر جهان، نزد ما مأمنی را برای باور، تعلق و تحول پیدا می‌کنند.

با وجود اینکه من این موضوع را درک کرده‌ام، اما از دست دادن مردم هنوز هم داروی تلخی است. من کسانی را از دست داده‌ام که هرگز نمی‌خواستم از دست بدهم. افرادی که عاشقشان بودم، افرادی که دوستشان داشتم. افرادی را از دست دادم که فکر می‌کردم تا انتها همراه خواهند بود. نمی‌توانم به شما بگویم که چند بار این جمله را شنیده‌ام که «ما اینجا هستیم و همین‌جا می‌مانیم.» با این حال، با گذشت زمان، متوجه شدم که این جمله یکی از بهترین پیش‌بینی‌ها بود: «که آن‌ها روزی ما را ترک خواهد کرد.» آن‌هایی که هرگز نمی‌روند، نیازی به گفتن ندارند. آن‌ها هستند، هر چقدر هم که سفر سخت باشد.

همه این‌ها اهمیت ایجاد حلقه درونی را به من آموخت. ممکن است فکر کنید حامیان و همکارانی که اکنون با آن‌ها صمیمی‌تر هستید، به عضو ثابتی در زندگی شما تبدیل خواهند شد. ولی همیشه چنین نیست. در واقع، اوایل، ممکن است

کنترل کاملی بر افراد آن حلقه درونی نداشته باشید. ممکن است مدیرعامل آن حلقه باشید، اما هیئت‌مدیره خود را انتخاب نکرده باشید. شاید سرمربی باشید اما نه بازیکنان را انتخاب کرده باشید و نه مدیریت را. ممکن است کشیش باشید، اما بزرگان خود را انتخاب نکرده باشید.

به همین دلیل است که انتخاب افرادی که با آن‌ها زندگی می‌کنید، بسیار مهم است. شما به یک حلقه درونی شخصی نیاز دارید. افرادی که به آن‌ها اعتماد دارید. افرادی که به شما ایمان دارند. افرادی که نه تنها به چشم‌انداز شما متعهدند، بلکه به شما نیز متعهدند. افرادی که شما هم با همان سطح صداقت و حمایت بهشان متعهدید. این همان گروهی است که شما را از سخت‌ترین لحظاتی عبور می‌دهد. گروهی که از طریق خون، عرق و اشک به شما گره خورده است. گاهی اوقات آن‌ها بخشی از سازمان رسمی شما هستند و گاهی اوقات دورترند.

هر کار دیگری که انجام می‌دهید، مطمئن شوید که افراد خود را پیدا کرده‌اید و این حلقه را محکم و واقعی نگه دارید. و سخت‌ترین بخش پذیرش اینجاست: بسیاری از آن‌ها ممکن است در زندگی شما فصلی باشند، همان طور که شما در زندگی آن‌ها فصلی هستید.

برای اینکه حلقه درونی‌تان یک عمر کنار شما بماند، یکی از این دو چیز باید اتفاق بیفتد: یا همه شما یکسان بمانید یا همه باهم رشد کنید. اگر تصمیمی مادام‌العمر بگیرید که همیشه رشد کنید، احتمال بیشتری وجود دارد که کسانی که در یک فصل از زندگی‌تان عمیقاً به شما متعهد بوده‌اند، در قسمت بعدی سفرتان همراهتان نشوند. این‌ها سخت‌ترین ضررهای زندگی شما خواهند بود. اما این ضررها نیز محصول مهم‌ترین انتخاب‌هایی هستند که انجام خواهید داد.

همیشه فضا را برای آدم‌ها باز کنید که با شما در آینده شما همراه شوند، اما هرگز آینده خود را فدای کسانی نکنید که می‌خواهند شما دقیقاً همان طور که هستید، بمانید. شما در زندگی خود به افرادی نیاز دارید که هنگام ریسک و رشد شما را تشویق کنند. افرادی که موفقیت شما را جشن بگیرند. من از اینکه چنین دوستانی در زندگی‌ام دارم سپاسگزارم. دوستانی که مرا به چالش می‌کشند تا محدودیت‌های ایمان و ظرفیتم را کنار بگذارم. دوستانی که بیشتر از من به من اعتقاد دارند. می‌دانم که آن‌ها در حال خواندن این مطلب هستند و دقیقاً می‌دانند با آن‌ها هستم.

وقت خود را صرف هدایت افرادی نکنید که نمی‌خواهند با شما همراه شوند. و هرگز سعی نکنید مردم را مجبور کنید از شما پیروی کنند. این روش هرگز کار نمی‌کند و دوام نمی‌آورد. تصویری از آینده‌ای ترسیم کنید که ناممکن به نظر می‌رسد و درعین حال شما را وامی‌دارد که برای خلقش تلاش کنید و بدانید که افراد دیگری هم خواهند بود که این رؤیا را در درون خود دارند. شما صدای رسای آن بینش هستید، اما هر فردی باید خودش بینش را بپذیرد.

اگر سخت‌ترین فصول زندگی من تنها یک چیز را درمورد واقعیت پیچیده روابط به من آموخته باشد، آن چیز این است: تو نمی‌توانی همه را با خودت ببری. افرادی را انتخاب کن که آینده را انتخاب می‌کنند. دوستانی را انتخاب کن که متعهد به زندگی در بالاترین سطح هستند و تو را برای انجام این کار به چالش می‌کشند.

تغییر ذهنیت شماره ۴:

تا زمانی که کار را انجام ندهید، کسی آن را درک نخواهد کرد

پشت‌صحنه نشسته بودم و منتظر بودم تا در یک برنامه تلویزیونی مصاحبه کنم. مهمان قبل از من، فردی سرشناس و متخصص در رهبری بود، کسی که من حین توسعه فلسفه خودم، کتاب‌هایش را می‌خواندم. وقتی مجری برنامه با این مرد مصاحبه می‌کرد و بینش‌هایی از زندگی و تجربیات او می‌گرفت، من سراپا گوش بودم.

در جایی او از استعاره‌ای استفاده کرد که توجه من را به خود جلب کرد. توصیه او به رهبران جوان این بود: «هرگز اولین کسی نباشید که قارچ‌ها را می‌خورد.» او توضیح داد که مدت‌ها پیش، افراد بومی اولیه در جست‌وجوی قارچ‌ها بودند و برایشان حکم منبع تغذیه را داشت. البته چالش این بود که برخی از قارچ‌ها شما را زنده نگه می‌داشتند و برخی دیگر شما را می‌کشند. باید اعتراف کنم، اگر هر دو نوع را جلوی من می‌گذاشتند، نمی‌توانستم فرق بین یک قارچ سمی و یک شیتاکه را تشخیص دهم. خیلی خوب شد که من در قرن بیستم به دنیا آمدم.

مهمان توضیحاتش را ادامه داد. «هرکس زودتر قارچ را بخورد، همان کسی است که می‌میرد.» و به همین دلیل توصیه می‌کرد: «هرگز کسی نباشید که اول اقدام می‌کند.» بگذارید یکی دیگر قارچ را بخورد. بگذارید شخص دیگری ریسک کند. وقتی متوجه شدید که قارچ‌ها خوراکی و بی‌خطر هستند، می‌توانید آن‌ها را بخورید و لذت ببرید. کسی که دوم غذا می‌خورد مزیت رقابتی دارد.

فقط چند دقیقه دیگر نوبت من بود که صحبت کنم. قبل از آمدن به استودیو افکارم را آماده کرده بودم، اما ناگهان به‌سختی توانستم نکات صحبتیم را به یاد بیاورم. نمی‌توانستم استعاره مهمان دیگر را از ذهن بیرون کنم. یکی از قهرمانان من در رهبری اینجا بود که داشت نصیحتی می‌کرد و غریزه من می‌گفت آن نصیحت کاملاً اشتباه است. منظورم این است که اشتباه او بنیادین نبود. ایمن‌تر، منطقی‌تر، عقلانی‌تر و مسئولیت‌پذیرتر این است که منتظر بمانید تا شخص دیگری اولین قارچ را بخورد. به‌هرحال، اگر شما کسی هستید که زنده می‌مانید، شما هستید که اعتبار را دریافت می‌کنید، حتی اگر ریسک نکرده باشید.

مهمان از صحنه خارج شد و من هم راه افتادم و در مسیر باهم احوال‌پرسی کردیم و صمیمانه به تأثیر مثبتی که از طریق نوشته‌هایمان بر یکدیگر گذاشته بودیم، اذعان کردیم. باید اعتراف کنم، از اینکه او حتی می‌دانست من وجود دارم، احساس افتخار می‌کردم. اما زمان کمی برای تأمل در این مورد وجود داشت. حالا جلوی دوربین و نورهای داغ استودیو بودم.

مجری برنامه با پرسیدن همین سؤال از من شروع کرد. فلسفه یا رویکرد من نسبت به رهبری چه بود؟ من ابتدا اذعان کردم که چقدر مهمان قبل‌ی را تحسین می‌کنم. سپس از او به خاطر چیز غیرمنتظره‌ای تشکر کردم. به مجری برنامه گفتم که تازه استعاره زندگی‌ام را پیدا کرده‌ام. من قارچ‌خوار بوده‌ام.

تصدیق کردم که در دوم شدن حکمتی وجود دارد و توضیح دادم که وقتی به آن استعاره فکر می‌کردم، یک سؤال ساده مدام ذهنم را آزار می‌داد: اگر کسی اول اقدام نکند، چه؟ اگر همه منتظر بمانند تا دوم شوند و ریسک خود را کاهش دهند چه؟ نمی‌توانستم از این ایده بگذرم که اولین نفرها این کار را از روی ناآگاهی یا بی‌توجهی به امنیت خودشان انجام دادند. شاید هم کارشان به این دلیل بود که تصمیمی اساسی گرفتند مبنی بر اینکه زندگی‌شان به اندازه آنچه از فداکاری‌شان برای کل جامعه به ارمغان می‌آورد، اهمیت ندارد. یکی باید اول قارچ‌ها را بخورد و گرنه همه از گرسنگی خواهند مرد. اگر کسی پیش‌قدم نشود، آینده‌ای وجود ندارد. اگر کسی پیش‌قدم نشود، همه می‌میریم.

قارچ‌خواران دنیا را تغییر می‌دهند. بشریت با شجاعت و فداکاری پیشگامان، ماجراجویان، کاشفان و مبتکران پیشرفت کرده است. اگر ایمن بازی می‌کنید، برای باخت بازی می‌کنید. اگر مایل به ریسک نباشید، مواهب، استعدادها، پتانسیل و زندگی شما به فعلیت کامل نمی‌رسد.

بسیاری از ما در حال بازی تقلید هستیم. ما بیشتر عمر خود را صرف تصمیماتی می‌کنیم که معتقدیم دیگران از ما می‌خواهند. گاهی اوقات، این انگیزه‌بخش‌های بیرونی واقعاً بر ما تأثیرگذار است. سعی می‌کنی همان پسری بشوی که پدربت می‌خواست. در تلاشی تا به همان دختری تبدیل شوی که والدینت احساس می‌کنند سزاوارش هستند. سعی می‌کنی برای حفظ اسم و روسمت یا امیدهای افراد نزدیک عمل کنی. زندگی ما در خلأ ایجاد نشده است. ما در دنیایی از انتظارات متولد شده‌ایم. بخش بزرگی از خودرهبری، دور شدن از کشش گرانشی نظرات دیگران و شجاعت یافتن برای تبدیل شدن به منحصربه‌فردترین نسخه شماست.

همین امروز با یک ورزشکار حرفه‌ای سابق صحبت کردم که اکنون مدیربرنامه ورزشی شده بود. او کاملاً از این شغل متنفر بود. دو تیم مختلف در آن‌بی‌ای به او پیشنهاد کار با بازیکنان داده بودند و او باید درمورد آینده خود تصمیم می‌گرفت. وقتی از او پرسیدم می‌خواهی چه کار کنی، غافلگیرم کرد. پاسخ او ربطی به ورزش نداشت. به جایش گفت عاشق املاک و مستغلات است و پروسه دریافت مجوز کارگزاری خود را آغاز کرده بود.

این مورد یک مثال عالی از این واقعیت است که چگونه رؤیای یک نفر کابوس شخص دیگر است. شخصی دیگر ممکن بود همه چیزش را بدهد تا در آن‌بی‌ای یا در شغل مدیربرنامه ورزشی کار کند، اما این مرد چیزی جز خریدوفروش خانه نمی‌خواست. این را همیشه می‌بینم. مهندسی که می‌خواهد هنرمند شود. وکیلی که آرزوی بازیگر شدن دارد. بازیگری که خیال‌پردازی می‌کند که دامدار شود. معلمی که سرآشپز می‌شود.

حالا، شاید شما اهل ریسک نباشید. شاید فکر کنید فراخوانده نشده‌اید یا مجبور نیستید به یک کاشف یا پیشگام یا مبتکر و شهیدی مشتاق تبدیل شوید. اشکالی ندارد. این تغییر ذهنیت هنوز در سطح بسیار شخصی برای شما هم صدق می‌کند.

برای هر یک از ما شجاعت زیادی لازم است تا به فردی تبدیل شویم که برای آن خلق شده‌ایم. تغییر تاریخ را فراموش کنید؛ چطور است به تغییر خود فکر کنید؟ داشتن یک زندگی صادقانه و هدفمند شجاعت می‌خواهد. داشتن یک زندگی با شفقت به شجاعت نیاز دارد. داشتن یک سخاوتمندانه به شجاعت نیاز دارد. عشق ورزیدن شجاعت می‌خواهد.

چرا خلق آینده‌ای جدید یا تبدیل شدن به نسخه‌ای جدید و بهتر از خودمان این قدر دشوار است، حتی برای کسانی که ما را دوست دارند؟ پاسخ ساده است. چیزی که ما نمی‌توانیم ببینیم آینده است - مخصوصاً آینده شخصی دیگر. آیا کسی می‌تواند ببیند که ایلان ماسک چه کسی خواهد شد؟ یا جف بزوس؟ یا بیل گیتس؟ یا اپرا وینفری؟ آیا کسی می‌توانست تصور کند که این افراد با زندگی خود چه چیزی خلق می‌کنند؟ آینده قلمروی پر رمز و راز و عدم اطمینان است. سفر به آینده به معنای رها کردن امنیت گذشته و حال است. عجیب است، افرادی که شما را خیلی دوست دارند، ممکن است بیش از همه وحشت کنند که تصمیم بگیرید آنچه دارید را رها کنید تا چیزی را به دست آورید که آرزوی شما را دارد.

وقتی چشم‌انداز یا رؤیای خود را با اطرافیان خود به اشتراک می‌گذارید، تعجب نکنید اگر آن‌ها سعی کردند شما را از تعقیب چنین دیوانگی‌ای منصرف کنند. اگر چه شما می‌خواهید که آن‌ها احتمالات رؤیای شما را ببینند، اکثر آن‌ها مشکلات را خواهند دید: هیچ راهی وجود ندارد که تو هرگز برق را اختراع کنی. هیچ کس هرگز مواد غذایی را به صورت آنلاین خریداری نخواهد کرد. ساخت خودروهای برقی پوچ است - مردم کجا می‌خواهند آن‌ها را شارژ کنند؟ تو هرگز موفق نخواهی شد.

ممکن است تعجب کنند که نکند عقل خود را از دست داده‌اید. دیگران از شما خواهند پرسید چرا نمی‌توانید از زندگی خود راضی باشید؟ چرا نمی‌توانید همکاری کنید و وضعیت موجود را بپذیرید؟ ما شما را همان‌طور که هستید دوست داریم؛ چرا نیاز به تغییر دارید؟ این سؤالات ممکن است همگی از طرف افراد صادق و با نیت خوب باشد، اما نشان می‌دهد که اکثر ایده‌های جدید با مخالفت‌های زیادی روبه‌رو هستند.

شما باید بین پذیرش و منحصر به فرد بودن یکی را انتخاب کنید. اگر معتاد تأیید شدن هستید، به جای نسخه واقعی‌تان، تبدیل به بازتابی از خود خواهید داشت. ممکن است کمی بیش از حد دراماتیک به نظر برسد، اما این واقعاً موضوع مرگ یا زندگی است. یا حداقل، موضوع زندگی یا وجود داشتن است.

قبل از همه‌گیری کرونا، در یک گردهمایی چند صد میلیونر و میلیاردر که همگی درگیر نوعی بشردوستی بودند سخنرانی کردم. وقتی رسیدم، نمی‌دانستم که واقعاً مردی را که این گروه بی‌نظیر از افراد موفق را گرد هم آورده، می‌شناسم

یا نه. سر میز شام به طرز عجیبی آشنا به نظر می‌رسید. طولی نکشید که فهمیدم بیست سال قبل باهم آشنا شده بودیم. مجری برنامه هرگز به آن اشاره نکرد، بنابراین فکر کردم که او مرا به یاد نمی‌آورد. تعجب‌آور نبود. وقتی آن همه سال از آشنایی مان می‌گذشت، من آدم مهمی نبودم.

درست قبل از اینکه لحظهٔ صحبت من فرا برسد، مرد به روی صحنه رفت تا مرا معرفی کند. انتظار داشتم مقدمه‌ای مثل همیشه باشد و او چند سطر تکمیلی در مورد کار من بخواند. اصلاً چنین نبود. او با روایت داستان زمانی که همدیگر را دیده بودیم، مرا معرفی کرد. من را مرد جوانی به یاد می‌آورد که رؤیایی داشت و ملاقاتی با او داشت به این امید که بخش کوچکی از ثروت عظیم خود را برای کمک به تحقق آن رؤیا سرمایه‌گذاری کند.

من آن جلسه را به وضوح به یاد دارم. به من گفته شده بود که این مرد عاشق سرمایه‌گذاری روی ایده‌های جدید است و بسیار هم سخاوتمند است. من چندین ساعت تا خارج از دالاس رانندگی کردم تا با او ملاقات کنم و در تمام طول مسیر به موضوع خود فکر می‌کردم. غذای چینی خوردیم. نمی‌دانم چرا این خاطره برای من برجسته است، اما این طور است. وقتی طرحم را ارائه دادم - که اتفاقاً او با مهربانی کاملاً به آن گوش داد - به طرز ناچوری منتظر پاسخ او نشستم.

او خیلی رک بود و حرفش را در لفافه نمی‌پیچید. او به سادگی پاسخ داد: «من روی طرح شما سرمایه‌گذاری نمی‌کنم. باور ندارم که امکان‌پذیر باشد.» اما قبل از اینکه من را به سمت در خروج راهنمایی کند چیزی اضافه کرد که هرگز فراموش نکرده‌ام. گفت: «من به ندرت کسی را با این همه اشتیاق ملاقات کرده‌ام. به طور کلی به ندرت پیش می‌آید که آدم فرد با اشتیاقی را ملاقات کند، و ملاقات فردی به اشتیاق شما حتی از آن هم نادرتر است.»

من بدون هیچ پولی برای راه‌اندازی ایده‌ام، از آنجا رفتم. از این نظر، این دیدار شکستی کامل بود. اما در مسیری طولانی که به خانه می‌رفتم، نمی‌توانستم از فکر کردن به مکالمه‌مان دست بردارم - نه آن قسمتی که گفت روی ایده‌ام سرمایه‌گذاری نخواهد کرد، بلکه لحظه‌ای که گفت به ندرت می‌توان با فردی با این همه اشتیاق ملاقات کرد. با خود فکر کردم، الان با یک میلیارد آشنا شدم و او به من گفت که کمیاب هستم. چه هدیهٔ باورنکردنی‌ای. اگر می‌خواهم کمیاب بمانم، هرگز نباید اشتیاقم را از دست بدهم. شما می‌توانید ثروت من را بگیرید، اما نمی‌توانید منحصر به فرد بودن من را بگیرید. این درس زندگی بود که تا به امروز با خودم حمل کرده‌ام.

حالا، همین مرد، روی صحنه ایستاده بود و شخصی را معرفی می‌کرد که بیست سال قبل تصمیم گرفته بود به او کمک مالی نکند. او به حضار توضیح داد که من تصویری از آینده برای او ترسیم کرده‌ام و برنامه‌ای برای تأثیرگذاری بر آن گذاشته‌ام. گفت: «بیست سال پیش، من نمی‌توانستم این را ببینم.» با این حال، زندگی مرا در طول دهه‌ها دنبال کرده بود و از اینکه رؤیای من به واقعیت تبدیل شده بود، شگفت‌زده بود. «من بیست سال پیش اشتباه کردم. در طول بیست سال گذشته، سخنران ما در طول زندگی خود ثابت کرده که دیدگاه او برای آینده درست بوده است.»

هرگز منحصر به فرد بودن خود را تسلیم پذیرش نکنید. در سفر شما برای رسیدن به آن جایی که قرار است مقصدتان باشد، هیچ کس نمی تواند به خاطر شما قارچ را بخورد. شما باید خودتان پیش قدم شوید. شما باید انتخاب کنید که ریسک کنید. باید انتخاب کنید که از کشش گرانشی انتظارات جدا شوید. اگر برای اینکه دیگران شما را بپذیرد، ازتان خواسته شود که کسی جز خودتان باشید، قیمت آن خیلی بالاست.

وقتی به زندگی خود نگاه می کنم، تقریباً همیشه بیست سال زودتر از آن بودم که بیشتر ایده هایم معتبر شناخته شوند. اما اگر برای اقدام منتظر تأیید دیگران می شدم، بیست سال تأخیر می کردم. آینده هرگز به موقع ساخته نمی شود. اگر خوش شانس باشید، ممکن است به اندازه کافی عمر کنید تا اعتبار نوآوری خود را در طول عمر خود ببینید. اما موضوع اصلی هرگز درست یا غلط بودن نیست. بلکه ایجاد آینده ای است که مردم بیشترین نیاز به آن را دارند.

وقت بگذارید و بفهمید که می خواهید چه کسی شوید. برای پرورش رؤیاهای خود وقت بگذارید. برای ایجاد آینده ای که آرزوی شما را دارید، انتخاب های لازم را انجام دهید و انتظار نداشته باشید دیگران مسیری را که شما انتخاب کرده اید درک کنند. آن ها تا زمانی که آن را نبینند، آن را درک نمی کنند. و شما تا زمانی که آن را دنبال نکنید، آن را نخواهید دید.

شما باید خودتان سند اعتبار ببینش خود شوید. منتظر نمانید تا بقیه شما را تشویق کنند. منتظر تشویق ها نباشید. منتظر نمانید تا همه بفهمند دارید چه کار می کنید. فقط بروید قارچ را بخورید. در نهایت، وقتی همه نشستند و از سالادهای خود لذت می برند، از شما برای شیتاکه ها تشکر می کنند.

تغییر ذهنیت شماره ۵:

سقف شما خودتان هستید

اگر به اندازه کافی سردوگرم روزگار را چشیده باشید، قبلاً این را فهمیده‌اید: زندگی سخت است. هیچ‌یک از ما نمی‌توانیم انتخاب کنیم که از کجا شروع کنیم.

شما بسته به شرایطتان، ممکن است احساس کنید که بیشتر مانع پیش روی خود دارید تا فرصت. من نمی‌خواهم واقعیت برخی از چالش‌هایی را که ممکن است قبلاً در زندگی‌تان با آن مواجه شده‌اید، کتمان کنم.

باین‌حال، هر چقدر هم که این موانع واقعی باشند، این نیز درست است که برخی از شدیدترین موانع زندگی شما از درون سرچشمه می‌گیرند. همه ما داستانی را برای خود تعریف می‌کنیم: من آن‌قدر آسیب دیده‌ام که نمی‌توانم هرگز شفا پیدا کنم. من اشتباهات زیادی مرتکب شده‌ام که دیگر نمی‌شود زندگی‌ای بسازم. من اصلاً نمی‌توانم استراحت کنم. اگر دیگران مرا تحت فشار قرار نمی‌دادند، کارهای زیادی انجام می‌دادم. من آن‌قدر استعداد ندارم که بتوانم کاری مهم در زندگی‌ام انجام دهم. من پول کافی برای خلق ثروت ندارم. من قربانی یک سیستم ناعادلانه هستم. من خیلی جوان هستم که بتوانم این همه مسئولیت را بپذیرم. من برای شروع دوباره خیلی پیر شده‌ام. داستان‌های محدودکننده‌ای که از وضعیت خودمان روایت می‌کنیم بی‌پایان هستند.

اگر زندگی خود را با نام بردن از تمام موانعی که شما را از شکوفا کردن ظرفیت‌هایتان در زندگی باز می‌دارد توصیف کنید، خود را متقاعد خواهید کرد که دلیل این سقف پایین این است که شما این‌طور بازنده متولد شده‌اید. اما اگر همه آن موانع را فرصت ببینید، روایت بسیار متفاوتی از زندگی خود خواهید داشت. درنهایت چیزی که مشخص می‌شود این است که شما سقف خودتان هستید.

من در اوایل زندگی، احساس می‌کردم که هیچ‌چیز به نفع من نیست. خودم را با خواهر و برادرهای بالاستعداد و باهوشم مقایسه می‌کردم و همیشه می‌دیدم که دارم کوتاهی می‌کنم. در فیلم *داستان یک سوالیه* به شخصیت هیث لجر گفته می‌شود: «تو رو وزن کرده‌ان، اندازه‌گیری کرده‌ان، و معلوم شده که کاستی داری.» داستان زندگی من هم همین بود. من زندگی را ناعادلانه می‌دیدم و دلیل خوبی هم برایش داشتم.

من مهاجری از السالوادور هستم، کشوری که به معیار خشونت و قتل در جهان تبدیل شده است. در پنج‌سالگی به ایالات متحده کشانده شدم، کشوری که زبانش را بلد نبودم. چیز کمی نیست که پنج‌ساله باشی و احساس کنی که به دنیا تعلق نداری. اما دشواری‌های دیگری هم بود. من هرگز پدر واقعی‌ام را نشناختم. در سال‌ها اول زندگی‌ام نزد پدر بزرگ و مادر بزرگم بزرگ شدم. مادرم تا آخر عمر کار کرد، به این امید که روزی بتواند ما را به هم پیوند دهد. باین‌حال، هیچ‌کدام

از این‌ها احساس من را مبنی بر ناعادلانه بودن زندگی توضیح نمی‌داد. این احساس تماماً در مورد خود من بود. من هرگز احساس نکردم که به اندازه کافی خوب، باهوش یا با استعداد هستم.

من از کلاس اول تا دوازدهم دانش آموز ضعیفی بودم. در آخرین روز دبیرستان، معلم ادبیات انگلیسی از من پرسید که آیا به رفتن به کالج فکر می‌کنم؟ گفتم: «شاید.» او پاسخ داد: «تو هرگز موفق نمی‌شی.» در تمام زندگی‌ام احساس می‌کردم در یک جعبه گیر افتاده‌ام. امید آزادی نداشتم. نمی‌توانستم این حقیقت را ببینم که هرچند شاید عوامل خارج از کنترل جعبه را ساخته باشند، اما در نهایت این من بودم که در آن را بسته بودم. دنیا را مقصر می‌دانستم. مادرم را سرزنش می‌کردم. خدا را سرزنش می‌کردم. همه فکر و ذکرم سرزنش بود. عصبانی بودم. تلخ شده بودم. افسرده بودم. احساس ناتوانی می‌کردم. احساس می‌کردم نامرئی هستم. از درون احساس می‌کردم مرده‌ام. منتظر بودم کسی مرا از جعبه بیرون بیاورد. مدتی طول کشید تا متوجه شدم که آن جعبه در ذهن من است. من آن جعبه را به‌عنوان راهی برای کاهش بار مسئولیت خودم ساختم. بالاخره اگر مقصر فرد دیگری بود، پس تقصیر من نبود و شخص دیگری مسئول رفع مسئله بود. ممکن است ناعادلانه به نظر برسد، اما اگر تقصیر شما هم نباشد، باز هم مهم نیست. همچنان مسئولیت با شماست. هیچ‌کس جز شما مسئول زندگی شما نیست.

مغز شما به شما خواهد گفت که عاملی خارجی دارد مانع شما می‌شود. این فکری وسوسه‌انگیز است، به‌خصوص زمانی که در تلاش هستید شکست را درک کنید. اما وقتی مسئولیت را کنار می‌گذارید، قدرت خود را رها می‌کنید. اگر شرایط شما کاملاً تقصیر شخص دیگری یا چیز دیگری باشد، به این معناست که شما در تغییر آن‌ها ناتوان هستید. سؤالاتی که باید از خود بپرسیم این‌هاست: مسئولیت من کجاست؟ کجا شکست خوردم؟ چه کاری را می‌توانستم به شکل متفاوت انجام دهم؟ بحث این نیست که شکست را درونی کنید، بلکه می‌خواهید مسئولیت را درونی کنید. کجای تفکر شما باید تغییر کند؟

ارتفاع سقف شما بازتاب کاملی از سرسختی ذهنی شماست. زمانی متوجه خواهید شد که از نظر ذهنی سرسخت هستید که عملکرد مطلوب شما اصلاً تحت تأثیر محیطتان قرار نگیرد. اگر به راحتی بشود شما را وادار به توقف کرد، یعنی سقف شما به طرز تحمل‌ناپذیری پایین است. اما خبر خوب این است که بیشتر محدودیت‌ها توهماتی هستند که به دلیل ترس‌ها، تردیدها و ناامنی‌های درونی ما ایجاد می‌شوند. برای اینکه ببینید سقف واقعاً آن قدر کوتاه نیست، نیاز به تغییر ذهنیت دارید.

هر روز با افرادی ملاقات می‌کنم که ثابت می‌کنند محدودیت‌ها عمدتاً درونی هستند، نه بیرونی. به‌عنوان مثال، ادوین. او کلمبیایی است و در حدود شش‌سالگی پدر و مادرش را دیده که به زندان دولتی کشیده شدند. ادوین با خود عهد کرد زندگی‌اش را وقف کمک به مردم کرد تا در خانه‌هایی عاری از جرم و جنایت و خشونت زندگی کنند. او اکنون مالک و مدیرعامل یکی از بزرگ‌ترین شرکت‌های امنیت خانه در ایالات متحده است.

جیمی، پیشخدمت دنی است. او نمی‌داند والدین بیولوژیکی‌اش کیستند و از یک بیماری پوستی به نام روزاسه هم رنج می‌برد. رؤیای او این بود که جلوی دوربین کار کند و به زنان کمک کند ارزش و زیبایی خود را احساس کنند. او ابتدا خبرنگار تلویزیونی شد و سپس یک شرکت لوازم آرایشی میلیارددلاری را بنیان‌گذاری کرد. او اکنون به‌عنوان نویسنده و صدایشه برای توانمندسازی زنان کار می‌کند و به زنان کمک می‌کند همان حس اعتمادبه‌نفسی را که او برای خودش می‌خواست، احساس کنند.

مثال بعدی برد است. همسر او زمانی باردار شد که او در گیرودار کارآفرین شدن بود. همسرش به او گفت: «تو نه ماه فرصت داری تا ایده‌ای پیدا کنی که صورت‌حساب‌های ما رو پرداخت کنه، اگر نه مثل فیلم آقایی مادر باید بشینی توی خونه و خانه‌داری کنی.» برد اپلیکیشنی را طراحی کرد که به افراد کمک می‌کرد تا منابع لازم برای تحقق رؤیاهایشان را تأمین کنند و کارآفرینان، فعالان و انسان‌دوستان مردمی را دور هم جمع کرد و توانست به‌شکلی انقلابی بودجه‌شدیداً موردنیاز مراجعان را جمع‌آوری کند.

اد با پدري الكلى بزرگ شد. او باید می‌دید که آیا می‌تواند از آسیب‌ها و رنج‌های روانی ناشی از زندگی در خانه‌ای که اعتیاد در آن جریان دارد، بهبود یابد یا خیر. آیا می‌تواند چرخه‌های اعتیاد و فقر خانواده‌اش را بشکند و به غیرممکن‌ها دست یابد؟ امروز او میلیاردری خودساخته است، با پادکستی که میلیون‌ها شنونده دارد و کتابی که از پرفروش‌ترین‌ها شده. هر سقفی که دیگران بر ظرفیت شما می‌گذارند، سقفی کاذب است. این سقف فقط در صورتی وجود دارد که شما به آن اجازه دهید. شما در زندگی یک انتخاب دارید: می‌توانید زندگی خود را صرف سرزنش دیگران برای موقعیتان کنید، یا می‌توانید مسئولیت زندگی را به عهده بگیرید و آینده‌ خود را متفاوت با گذشته‌تان بسازید.

یکی از واقعیتهای اقلیت قومی بودن این است که دیگران سعی می‌کنند انواع فرضیات و محدودیت‌ها را برای شما قائل شوند. هنگامی که برادرم الکس برای اولین بار به لس‌آنجلس نقل‌مکان کرد، با رهبری ملاقات کرد که دچار بحران کارآمدی شده بود. او در همان جلسه اول آنچه را که به‌نظرش روشن و بدیهی بود بیان کرد: «همان‌طور که می‌دانید، لاتین‌ها نمی‌توانند رهبری کنند.» گفتن این حرف به برادر من عجیب بود، زیرا او در السالوادور به دنیا آمده بود. اما وقتی نام خانوادگی‌تان مک‌مانوس است، به‌طرز شگفتی بعضی‌ها متوجه قومیت شما نمی‌شوند.

من خیلی زودی دریافتم که دیدگاه این مرد نسبت به لاتین‌تبارها فردی نیست، بلکه دیدگاهی رایج در میان بسیاری از رهبران سازمانی در سراسر کشور است. همه به این صراحت آن را بیان نمی‌کردند، اما پیش‌فرض‌های منفی همیشه وجود داشت.

بعداً با رئیس همان شخص ملاقات داشتم. ما باهم روی پروژه‌ای که از من خواسته بودند کار می‌کردیم. یک بار باهم در ماشین او نشسته بودیم که تصمیم گرفت جایگاه من را بهم یادآوری کند. گفت: «من استراتژیک‌تر از تو هستم.» او سعی داشت به من بیاوراند که سقف رهبری من است و من بدون او نمی‌توانم موفق شوم. فکر می‌کنم او واقعاً

می‌خواست به من کمک کند. نمی‌خواست زیاده‌روی کنم. می‌خواست که من اندازه خودم را بدانم. معتقد بود که از نظر ژنتیکی برتر است و من کمبودهایی دارم. البته من هیچ‌وقت با او بحث‌و‌جدل نکردم. چون همیشه این نوع استدلال‌ها را بی‌فایده می‌دانستم. علاوه‌براین، دریافته‌ام وقتی که تو را دست‌کم بگیرند، مزیت استراتژیک بزرگی خواهی داشت.

این اولین باری نبود که کسی می‌خواست سقف رهبری من را مشخص کند و مطمئناً قرار هم نبود آخرین بار باشد. یک بار از من خواسته شد که به یک تیم اجرایی ملی متشکل از اسپانیایی‌ها و لاتین‌تبارها ببینم که برای ایجاد استراتژی‌ای ملی برای خدمت به حوزه انتخابیه‌مان گرد هم آمده‌اند. وقتی سازمان رئیسی را انتخاب کرد که اسپانیایی‌تبار یا لاتین‌تبار نبود، من شگفت‌زده شدم. وقتی به این موضوع که به نظر بیش‌از‌حد بدیهی بود اشاره کردم، آن‌ها به‌صراحت گفتند که هیچ‌یک از ما صلاحیت رهبری در آن سطح را نداریم.

اما مواقع دیگری نیز وجود داشت که پیش‌فرض‌های محدودکننده چندان واضح نبودند. در کالج که بودم، به من پیشنهاد شد بورسیه تحصیلی بگیرم و از السالوادور مهاجرت کنم. این یک بورسیه تحصیلی برای اقلیت‌ها بود که به دانشجویان اسپانیایی‌تبار کمک می‌کرد به اهداف آموزشی خود دست یابند - که چیز شگفت‌انگیزی بود. من از مردم سخاوتمندی که چنین کمک‌های مالی‌ای را ممکن می‌سازند سپاسگزارم. اما به یاد دارم که پرسیدم شرایط بورس تحصیلی چیست و وقتی گفتند که بورسیه فقط مستلزم این است که من اسپانیایی‌تبار باشم، احساس ترحم کردم. آن را نپذیرفتم. من به‌شکل متفاوتی بزرگ شده بودم. اگر چیزی را خودتان به دست نیاورده باشید، درواقع آن را نگرفته‌اید. (الان، اگر می‌دانستم وضعیت مهاجرت من در سال‌های آینده چند بار دچار نقصان می‌شود، احتمالاً نظرم را تغییر می‌دادم! اما هرگز ذهنیت خود را با هیچ چیز عوض نمی‌کردم.)

در طول سال‌ها، من با هزاران نفر کار کرده‌ام که به‌طور دردناکی به شکوفایی نرسیده و عمیقاً خواهان تغییر بودند. برخی از آن‌ها را تقریباً یک عمر است که می‌شناسم و بسیاری دیگر را حداقل برای نیمی از عمرم می‌شناسم. دریافته‌ام که درصد بالایی از مردم دست‌آخر به آن سقفی که محدودشان می‌کند، رضایت می‌دهند. چه سقف رابطه باشد، چه سقف رهبری یا سقف ظرفیت، داستان تقریباً یکسان است. مردم به دیوار برخورد می‌کنند و می‌پذیرند که نمی‌توانند از آن عبور کنند. بیشتر دوستانم نوشتن کتابی را شروع کردند، اما هرگز آن را تمام نکردند. دیگران ایده‌های خوبی برای کسب‌و‌کار داشتند، اما هرگز به‌اندازه کافی رؤیاهایشان را باور نکردند. افراد دیگری بودند که فوق‌العاده بااستعداد بودند و از شغل خود متنفر، اما شرایط را پذیرفتند چون درآمد آن شغل بهشان احساس امنیت می‌داد. گاهی اوقات بحث به‌زیستی شخصی مطرح بود. گاهی اوقات آن‌ها از سلامت روانی و جسمی خود دست کشیدند زیرا تصمیم گرفته بودند که هرگز نمی‌توانند سبک زندگی خود را تغییر دهند. سقف‌هایی که ما انتخاب می‌کنیم در زندگی خود بپذیریم، انواع مختلف دارد.

من نمی‌گویم که شکستن این محدودیت‌ها آسان است. سقف‌ها ممکن است وزن زیادی داشته باشند. برخی از آن‌ها را فقط می‌توان از طریق آموزش سختگیرانه و توسعه شخصی حذف کرد. برای برخی دیگر تنها باید اعتمادبه‌نفس و شجاعت داشته باشید تا باور کنید توانایی بیشتری دارید. در هر صورت، چه کسی شما را تشویق کند چه نه، باید قبول کنید که سقف یک توهم است، نه محدودیتی دائمی.

وقتی می‌گویم توهم، منظورم این نیست که شایستگی‌های واقعی‌ای وجود ندارند که برای رسیدن به نتیجه باید آن‌ها را توسعه دهید. منظورم این است که محدودیت‌ها دائمی نیستند. چیزی نیستند که شما را از ارتقا به سطح بالاتر بازدارند. سقف فقط نشان می‌دهد که چالش بعدی شما چیست. سقف می‌تواند مرز توانایی شما را نشان دهد یا فریاد بزند که بیا و از من بگذر. تصمیم با شماست. وقتی به آن دیوار مثالی برخورد می‌کنی، آن وقت است که می‌فهمی حالا باید گام برداری و قوی‌تر شوی. برای اینکه در طول زندگی خود را بالا ببرید، بیش از سرسختی ذهنی به چابکی ذهنی نیاز دارید. به توانایی دیدن مسائل به شیوه‌ای جدید و حل مشکلات به روشی جدید نیاز دارید. سقف‌های ما را استحکام‌های ذهنی خودمان می‌سازند. وقتی طرز فکر خود را تغییر می‌دهید، درپوش بالای سرتان را از بین می‌برید.

من هرگز فرد موفق را نمی‌شناسم که آسمان خراش موفقیتش زمانی یک طبقه نبوده باشد. تفاوت در این است که آن‌ها می‌دانستند که طبقه اول آن‌ها دقیقاً همین است؛ سقف نیست، بلکه کف طبقه بعدی است. مسلماً، عوامل بیرونی می‌توانند رسیدن به موفقیت را سخت‌تر کنند، و مطمئناً برخی از افراد می‌خواهند اوضاع را به نفع خود تمام کنند، اما این دنیای درونی شماست که محدودیت‌های شما را تعیین می‌کند. وقتی مسئولیت زندگی خود را به عهده می‌گیرید، قدرت خود را باز پس می‌گیرید.

تغییر ذهنیت شماره ۶:

استعداد ماده‌ای توهم‌زا است

به‌تازگی اینجا در لس‌آنجلس، بسیار باب شده که با استفاده از آیوااسکا^{۱۱} که دم‌نوشی روان‌گردان و توهم‌زاست و باعث تغییر حالت‌های هوشیاری می‌شود، به مراقبه‌های معنوی می‌روند. این چای قرن‌ها توسط مردم بومی آمازون برای مقاصد مقدس استفاده شده است. اخیراً، این موضوع در آمریکا وارد جریان اصلی شده و همه - از محققان پزشکی گرفته تا آرون راجرز، بازیکن کوارتربکی که در تیم ملی فوتبال بازی می‌کند - خواص درمانی آن را در مورد افسردگی، ماتم و اضطراب پس از سانحه تبلیغ می‌کنند. من افراد بسیار تحصیل‌کرده‌ای را در آمریکای جنوبی می‌شناسم که در جست‌وجوهای معنوی خود به سراغ آیوااسکا رفته‌اند به این امید که به این ماده کمکشان کند تا به هوشیاری بالاتری دست یابند که ایمان سنتی آن را برایشان فراهم نمی‌کند.

محبوبیت آیوااسکا چه برای دگرگونی روانی باشد و چه تحول عاطفی یا معنوی، یادآور این است که ما انسان‌ها عمیقاً در جست‌وجوی بهبود و به کمال رسیدن هستیم. فراتر از آن، ما به دنبال راهی هستیم تا ظرفیت‌های بکر را باز کنیم و به عملکرد بهینه برسیم. آنچه به نظر من جذاب است، این است که آیا تغییری که با ماده‌ای توهم‌زا حاصل شده، پس از بازگشت شما به واقعیت، همچنان برقرار خواهد بود یا خیر.

ما در دنیای توهمات و خیال‌ها زندگی می‌کنیم. این امر به‌ویژه در مورد باورهای ما در خصوص شکست و موفقیت صادق است. در فصل پیشین، گفتم که ما تمایل داریم تا روایت‌های نادرستی در مورد محدودیت‌هایمان ایجاد کنیم تا خودمان را از نقشی که داستانمان به عهده داریم، رها کنیم. همچنین ممکن است که ما نقاط قوت نهفته خود را دست‌بالا بگیریم. ما از توانمندی استعداد مطمئنیم، اما شخصیت را نادیده و ظرافت‌ها را دست‌کم می‌گیریم. به همین دلیل است که وقتی می‌بینیم کسی علی‌رغم داشتن تمام مهارت‌ها و مزایای ذاتی، دستاورد خوبی در دنیا ندارد، گیج می‌شویم.

همه این‌ها را می‌گوییم تا به نقطه‌ای حساس برسیم: استعداد ماده‌ای توهم‌زا است.

استعداد باعث ایجاد توهم موفقیت می‌شود. باعث می‌شود شما واقعیتی نادرست را باور کنید - اینکه مهارت‌های ذاتی بهترین افراد هر حوزه را مشخص و از بقیه متمایز می‌کند. شما ممکن است از همه افراد حاضر در اتاق با استعدادتر باشید، اما این بدان معنا نیست که از این افراد موفق‌تر هم باشید. در واقع، ممکن است به طرز گیج‌کننده‌ای برعکس صادق باشد. شما افرادی را خواهید شناخت که به‌وضوح استعداد کمتری دارند و به‌طور غیرقابل‌انکاری موفق‌ترند. شاید هم با متضاد آن برخورد کنید.

^{۱۱} ayahuasca

سال‌های سال، من این فرصت را داشته‌ام که به‌عنوان سخنران و مربی ذهنیت، روی ورزشکاران حرفه‌ای سرمایه‌گذاری کنم. یکی از سخت‌ترین چالش‌ها در این کار این است که فردی با استعداد در سطح جهانی را متقاعد کنی که شخصیت او برای موفقیتش ضروری‌تر از ویژگی‌های طبیعی‌اش است. همه در نظر این را می‌دانند که سخت‌کوشی و نظم و انضباط مهم‌اند، اما صداقت و فروتنی چطور؟ در حرفه‌ای که با استعدادترین افراد روی زمین از نظر جسمی شما را احاطه کرده‌اند و همه در حال انجام یک بازی هستند که شامل دویدن، دریافت کردن، مسدود کردن و تکل زدن است، قابل‌درک است که چرا شخصی ممکن است فکر کند شخصیت نقشی در موفقیتش ندارد.

سال‌ها پیش، من در رویدادی با حضور حدود پانصد بازیکن حرفه‌ای فوتبال سخنرانی کردم که باید برای بازی فوتبال در دوشنبه شبی به اوکلند می‌رفتند. رقابت کلاسیکی بین تیم اوکلند رایدرز و تیم دنور برانکوز بود و همچنین اولین بازی بود که بازی جامارکوس راسل را در پست کوارتربک تماشا می‌کردم. راسل از نظر فیزیکی یک نمونه خارق‌العاده بود. یک متر و نودو هشت سانتی‌متر قد داشت و وزنش بیش از صد و هفده کیلوگرم بود، اما حتی با آن قد و هیکل هم با ۷۸ سانتی‌متر بالا می‌پرید و ظرف ۴/۷ ثانیه، فاصلهٔ چهل‌یاردی را با تمام توان می‌دوید. او به‌تازگی از دانشگاه ایالتی لوئیزیانا آمده بود و در آنجا یک قهرمانی ملی کسب کرده بود. قدرت دست‌های راسل و خام بودنش در ورزش باعث شد تا تیم رایدرز نتواند او را در دور اول آمادهٔ اولین امتیاز کنند. او هم توان بدنی و هم اعتبار لازم برای گرفتن امتیاز اول را داشت.

قبل از اینکه آنچه را که در طول بازی دیدم برایتان تعریف کنم، بگذارید به شما بگویم که بعد از آن چه چیزی برای من جذاب بود. رایدرز شکست خورد و من تماشا کردم که راسل با همراهانش استادیوم را ترک کرد و از ظاهرش به نظر می‌رسید تحت‌تأثیر این باخت دوباره قرار نگرفته است. نتیجهٔ نهایی آن بازی به طرز دردناکی برابر بود - رایدرز ۱۴ امتیاز و برانکوز ۴۱ امتیاز. اولین باخت در فصلی که با یازده نفر از آن‌ها به پایان رسید. من مطمئناً از عملکرد درونی زندگی راسل اطلاعی نداشتیم، اما مشاهدهٔ کوتاه‌مدت ما به من این حس را داد که او از نظر عاطفی به نتیجهٔ بازی توجهی ندارد. که اتفاقاً همان احساس هم در میدان بازی منتقل شده بود. او به‌جای ضربهٔ تاج‌داون، بیشتر توپ‌ها را مهار می‌کرد که به‌نوعی کار آسانی بود، زیرا هیچ ضربه‌ای پرتاب نمی‌شد. بعداً در آن فصل، عملکردش در یک بازی رسید به سه ضربه، صفر تاج‌داون، و تنها شصت یارد پرتاب هوایی.

جامارکوس راسل برای عظمت به دنیا آمده بود. او استعداد منحصر به فردی بود که در طول زندگی‌اش یک بار مطرح شد. اما امروز، یکی از بزرگ‌ترین چهره‌های تاریخ فوتبال حرفه‌ای محسوب می‌شود. آیا کارشناسان ظرفیت او را کاملاً اشتباه ارزیابی کردند؟ آیا موفق نشدنش خط بطلانی بر آن عواملی بود که باعث شد تیم رایدرز او را انتخاب کند؟ به‌هیچ‌وجه. صرف‌نظر از شکست کاملش در فوتبال حرفه‌ای، ارزیابی‌ها از استعداد او دقیق و معتبر بود.

البته مشکل این است که استعداد ماده‌ای توهم‌زا است. واقعیت را تحریف می‌کند.

اگر به گذشته نگاه کنیم، می‌توانیم ببینیم که جامارکوس راسل عناصر حیاتی برای موفقیت پایدار را از دست داده است. اولین سرنخ مربوط به اولین فصل حضور او در لیگ بود، آن زمان او از شرکت در اردوی آموزشی خودداری کرد تا

بتواند رقم اولین قرارداد خود را به حداکثر برساند. او یک پنجره حیاتی از پیشرفت را از دست داد، که برای تبدیل شدن به بازیکنی حرفه‌ای آماده می‌کرد. حتی زمانی که به تیم بازگشت، هم‌تیمی‌ها اشاره کردند که در تمرین تلاش نمی‌کرد که باعث شد تیم خیلی دیر بتواند در طول فصل او را در بازی‌ها به کار گیرد. در چند بازی بعد، یکی از مربیان که می‌دانست که راسل هرگز فیلم بازی‌ها را تماشا و بررسی نمی‌کند، فیلم ویدئویی یکی از بازی‌ها را به او داد تا در خانه بررسی کند. روز بعد، راسل برگشت و در مورد آنچه در فیلم‌ها دیده بود صحبت‌هایی کرد و هرگز نمی‌دانست که نوار کاملاً خالی بوده است.

راسل آن ماده توهمز را مصرف کرده بود. خودش را متقاعد کرده بود که استعدادش کافی است. ورزشکاران کم‌استعدادتر نیاز داشتند که کار و تمرین کنند، اما او طوری رفتار کرد که انگار از چنین انتظاراتی معاف بود.

فرقی نمی‌کند که کارآموز موقت باشید یا مدیر اجرایی که به سرعت در حال رشد است. هیچ استعدادی در دنیا تضمین‌گر موفقیت نیستند. در بهترین حالت، استعداد داشتن نشانه وعده‌ای است. اما بدون نظم و انضباط، هرگز ظرفیت کامل آن شکوفا نخواهد شد. هر چند بار هم که بگویم باز کم است. برای اینکه استعداد به موفقیت تبدیل شود، باید در زودپز نامالایمات پخته شود و شخصیت در مرکز آن قرار بگیرد. مهم نیست چقدر با استعداد باشید، در نهایت استعدادتان به پایان خواهید رسید. و آن زمان است که به عمق شخصیت خود پی می‌برید.

سال‌ها پیش جایی نوشتم که اگر به اندازه کافی عمر کنید، افراد سخت‌کوشی شما را با استعداد و انعطاف‌پذیری‌تان را با نبوغ اشتباه می‌گیرند. هنوز هم عقیده‌ام همین است، فقط باورم به آن بیشتر شده. برای خلق یک چیز خارقالعاده فقط یک قطره نبوغ لازم است. همین که باور کنید استعداد کافی نیست، خودش استعداد لازم دارد. استعداد واقعی شما - عظمت واقعی شما - تنها زمانی شکوفا می‌شود که طوری رفتار کنید که گویی باید کمبود استعداد خود را با کار سخت جبران کنید.

بهترین اتفاقی که می‌تواند برای فردی با استعدادی خارقالعاده بیفتد این است که به نوعی از آن کاملاً بی‌خبر باشد. اگر منحصراً به استعداد خود تکیه کنید، زیر بار انتظار فروخواهید ریخت. در واقع استعداد در این زمینه می‌تواند به یک مسئولیت تبدیل شود. وقتی فردی خود را با استعدادتر از دیگران می‌داند، هنگام مواجهه با موانع یا چالش‌های غیرمنتظره برای مقابله با آن تلاش می‌کند. این تصور از خود می‌تواند آن فرد را بسیار خطرناک کند. وقتی همه چیز اشتباه می‌شود، این افراد سریعاً سایر اعضای تیم یا عوامل بیرونی را علت اشتباه می‌دانند. آن‌ها بار مسئولیت را منحرف می‌کنند، زیرا از نظر روانی شکننده‌اند. معتقدند که از همه بهتر هستند و باید اطمینان حاصل کنند که اطرافیان‌شان این دیدگاه متعصبانه را تأیید می‌کنند. نتیجه این است که با خیال راحت بازی می‌کنند و فقط در جایی ریسک می‌کنند که موفقیتشان تضمین شده باشد. آن‌ها تصویری از خود دارند که فوق‌العاده است و سطح انعطاف‌پذیری‌شان به طرز غیرمنتظره‌ای پایین است.

اگر شما هم این‌گونه هستید، اولین قدم این است که یاد بگیرید چگونه از دیگران قدردانی کنید و مسئولیت شخصی شکست را بپذیرید. اگر فکر می‌کنید همه اعضای تیم شما ناتوان هستند، می‌توانم به شما اطمینان دهم که مشکل آن‌ها نیستند.

متضاد این حالت، شخصی است که تصور می‌کند استعداد کمتری نسبت به دیگران دارد و با تلاش فوق‌العاده سعی بر جبران آن دارد. آن‌ها که می‌ترسند دست رد به سینه‌شان بخورد، به هزار در خواهند زد. خودشان شرکتی را از صفر راه‌اندازی خواهند کرد، زیرا نشانه‌های موفقیت آشکاری را که شرکت‌ها در استخدام به دنبال آن هستند، ندارند. مایل‌اند وارد شرکتی تازه تأسیس و ناشناخته شوند و تجربه را با کار سخت جبران کنند. از شکست نمی‌ترسند زیرا شکست برای رفاه روانی آن‌ها مخرب نیست. آن‌ها انتظار دارند که شکست بخورند. همچنین می‌دانند که شکست پایان داستان نیست، بلکه مسیر موفقیت آن‌هاست. این وضعیت روانی آن‌ها را به‌طور ذاتی انعطاف‌پذیرتر می‌کند. هرچند که ممکن است احساس کنند تقدیر بزرگی در انتظارشان نیست، با این وجود مصمم به رسیدن به آن هستند.

من در شانزده‌سالگی به این باور رسیدم که هیچ استعدادی ندارم. غرق در شک و تردید بودم و دائماً توانایی‌هایم را دست‌کم می‌گرفتم. همیشه صدایی در پس ذهنم شنیده می‌شد که می‌پرسید چرا کسی باید بخواهد مرا انتخاب کند؟

از قضا، از این احساس بی‌کفایتی به نفع خودم استفاده کردم. با خود گفتم چون شرایط ویژه‌ای ندارم و به احتمال زیاد شکست خواهم خورد، پس می‌توانم زندگی‌ام را وقف انجام کارهای غیرممکن کنم. اگر می‌توانستم برگردم و با خود نوجوانم صحبت کنم، به او می‌گفتم: «تو تمام استعدادهایی را که برای داشتن خارق‌العاده‌ترین زندگی‌ای که می‌توانی تصور کنی، داری. سؤال این است که آیا شخصیت لازم برای حفظ آن را هم خواهی داشت؟»

اگر استعداد شما مانند توپ در جهان نترکید، ناامید نشوید. اکثر ما دیر شکوفا می‌شویم و استعداد نهفته‌ای داریم که نیاز به سوختن آهسته دارد. من همیشه به پسر می‌گفتم که اگر استعداد آشکاری نداشته باشی، استعداد رهبری را داری. مسیر موفقیت تو شخصیت، هوش هیجانی و انعطاف‌پذیری خواهد بود.

بگذارید کمبود استعداد شما سوخت شما باشد، اما هرگز به خودتان اجازه ندهید که کمبود شخصیت داشته باشید. آرزوی یک زندگی با فضیلت داشته باشید. فروتن باشید. مهربان باشید. بخشنده باشید. شجاع باشید. صداقت داشته باشید. حقیقت را بگویید. ابراز قدردانی کنید. عشق را همیشه انگیزه خود قرار دهید. به دیگران خدمت کنید. بگذارید شخصیت شما بهترین ویژگی شما باشد.

استعداد به سرعت حرکت می‌کند و مانند سوختی با اکتان بالا می‌سوزد. از سوی دیگر، شخصیت شما را برای سفر طولانی پیش رو آماده می‌کند. اینکه کسی باشید که دیگران چشم‌بسته به‌عنوان اولین نفر انتخاباتان می‌کنند آن‌قدرها هم مهم نیست.

استعداد ماده‌ای توهم‌زا است. شخصیت آن را واقعی نگه می‌دارد.

تغییر ذهنیت شماره ۷:

هیچ کس نمی داند چه کار می کند

یکی از دوستان من چند وقت پیش با همسرش تجارتی راه اندازی کرد و یک دهه بعد آن را به قیمت بیش از یک میلیارد دلار فروخت. مرد باهوشی است و یکی از معدود افرادی که می شناسم که هم حسابی کار بلد است و هم و تحصیلات رسمی در دانشگاه آیوی لیگ دارد. او همه چیز را در مورد همه چیز می داند. می توانید هر موضوعی را انتخاب کنید - اقتصاد، سیاست، رمان، هنرهای رزمی ترکیبی، فوتبال، همه گیری های جهانی - و او در آن موضوع متخصص خواهد بود.

به همین دلیل است که وقتی از روندی که او و همسرش برای ساخت شرکتشان استفاده کردند پرسیدم، پاسخ او مرا شگفت زده کرد. او به من گفت که همه مدام از او می پرسند که چه استراتژی ای را دنبال می کردند یا برنامه شان در ابتدا چگونه بود. او توضیح داد: «ما برنامه ای نداشتیم. ما هیچ ایده ای نداشتیم که نتیجه کار چگونه به نظر می رسد. مجبور شدیم با هر مشقتی کنار بیاییم، و بسیاری از این سختی ها برایمان کاملاً پیش بینی ناپذیر بود.»

من شوکه شدم. اگر کسی بود که تمام دانش لازم برای موفقیت را داشت، همین مرد بود. اما آغاز کار خود را این طور یاد می کرد: «ما نمی دانستیم چه کار می کنیم.»

باورم نمی شد. فکر می کردم تنها من هستم که این طورم.

من هر بار که کاری را شروع می کنم، احساس نمی کنم فقط تازه کارم. بلکه احساس می کنم فریبکارم. آمده ام و دست به کسب و کار یا هدف جدیدی زده ام، اما هیچ نمی دانم چه کار می کنم. با خود می گویم من کی باشم که بخواهم این مسئولیت را قبول کنم؟ از دیدگاه من، چنین به نظر می رسد که باقی افراد همه می دانند دارند چه کار می کنند و من در چاه نادانی غوطه ورم. هر بار که چالشی جدید را قبول می کنم، این احساس را دارم.

در هر دهه از زندگی ام، سرمایه گذاری جدیدی انجام داده ام یا مرحله جدیدی از حرفه ام را آغاز کرده ام. سختی کار این بود که هر تلاش جدید، مستلزم مجموعه ای کاملاً جدید از شایستگی ها بود. وقتی یک رمان گرافیکی می نوشتم، باید ساختار کاملاً جدیدی برای نوشتن یاد می گرفتم. ناگهان دریافته بودم که چگونه شخصیت ها را بسازم و یاد گرفتم قوس های روایی بنویسم. زمانی که پس از چند دهه که از کار طراحی دور بودم، مجدداً به حوزه مد بازگشتم، مجبور شدم پارچه ها، توسعه الگوها و رنگ ها را بیاموزم، و در همان حین مطالعه می کردم که چگونه روندها رشد می کنند و چگونه حوزه های مختلف فرهنگ بر طراحی تأثیر می گذارند. زمانی که دوره آموزشی خود را با نام «هنر ارتباطات» راه انداختم و شروع کردم به راه اندازی شرکتی با تمرکز بر کوچینگ کارآفرینان برای رسیدن به عملکرد مطلوب، احساس می کردم

که این وظیفه بسیار بزرگ‌تر از توان من است. ریسک بسیار زیادی داشت و احتمال شکست واقعی بود. نمی‌شد آن کار را نصفه‌ونیمه انجام دهم. یا باید کامل انجام می‌شد یا اصلاً انجام نمی‌شد.

در هریک از این سناریوها، مجبور بودم با این احساس روانی سنگین که تنها در حال وانمود کردنم، مبارزه کنم. چه چیزی در دنیا باعث شده بود که فکر کنم می‌توانم این کار را انجام دهم؟ همه‌چیزم را برای این کار گذاشتم، حتی با وجود اینکه صدای ناهنجاری در سرم می‌پیچید که می‌گفت پایم را از گلیم خودم بیرون گذاشته‌ام.

و با این حال، تقریباً تمام پیشرفت‌های شغلی من حاصل این تصمیم بوده که اجازه ندهم کمبود تجربه یا تخصص، من را از خلق کردن بازدارد.

حقیقت این است که مهم نیست چه مسیری را برای زندگی خود انتخاب می‌کنید، در روز اول، صلاحیت انجام آن کار را ندارید. اما این باعث نمی‌شود که فکر کنید شما ناتوان هستید. فقط یعنی اینکه مبتدی هستید. آنچه بعد از شروع کار انجام می‌دهید مهم است. خب، بگذارید یک قدم به عقب برگردم: مهم‌تر آن است که شروع کنید. شما هزار دلیل برای شروع نکردن تلاش جدید خود خواهید داشت و ۹۹۹ مورد از آن‌ها درست خواهد بود. آنچه باید با آن کنار بیایید این است که هیچ‌کدام از موارد مهم نیست. در نهایت، شما فقط باید پدال گاز را فشار دهید و در حین حرکت یاد بگیرید.

وقتی به دهه‌های گذشته‌ام نگاه می‌کنم که به‌خاطرشان بی‌نهایت سپاسگزارم، می‌بینم که فرصت داشته‌ام کارهای باورنکردنی زیادی انجام دهم. به‌عنوان آینده‌پژوه و دانشمند ارشد کار کرده‌ام. به‌عنوان مستندساز و بازیگر کار کرده‌ام. نویسنده و مؤلف بوده‌ام. طراحی لباس کرده‌ام. کوچ کسب‌وکار و عملکرد بوده‌ام.

نجار و طراح فضای سبز و کتاب‌دار بوده‌ام. در شغل مربی ذهنیت برای ورزشکاران و استراتژیست برای کارآفرینان کار کرده‌ام. مجری یک برنامه تلویزیونی بوده‌ام - در واقع، دو برنامه. برای چندین دانشگاه کار کرده‌ام و برنامه‌های کارشناسی ارشد و دکتری آن‌ها را توسعه داده‌ام. از طریق دوره‌های هنر ارتباطات با سخنرانان در سطح جهانی همکاری کرده‌ام و از طریق آخرین سرمایه‌گذاری‌ام، ذهن متفکر مک‌مانوس، با کارآفرینان برتر کار می‌کنم.

روزهای اولیه من به‌عنوان طراح هیچ شباهتی به کارهای امروزی نداشتم. وقتی شروع به کار کردم تنها چیزی که می‌دانستم این بود که چه چیزی را دوست دارم و چه چیزی را دوست دارم بپوشم. همچنین ایده‌های زیادی در مورد اینکه صنعت مد به کجا می‌رود داشتم. چیزی در مورد پارچه نمی‌دانستم. فقط می‌دانستم چه حس خوبی دارد وقتی لباس را به تن می‌کنی. باید تمام مراحل طراحی، تولید و فروش را از ابتدا یاد می‌گرفتم.

وقتی برای اولین بار کارگردانی کردم، غرق در تمام قسمت‌های متحرکی بودم که در ساخت یک فیلم نقش داشت. شما باید لوکیشن، نور، صدا، حرکات دوربین، فیلمنامه و البته بازی بازیگران را هماهنگ کنید. می‌خواستم همه‌چیز زیبا باشد، بنابراین فیلمبرداری باید در سطح جهانی می‌بود. می‌خواستم اجراها معتبر و قانع‌کننده باشند، بنابراین باید یاد

می‌گرفتم که چگونه با بازیگرانی کار کنم که هم استعداد بالا دارند و هم خلق‌وخوی خوب. همچنین نیاز داشتم که هر شخصیت را عمیقاً بشناسم تا بتوانم تصور کنم که هر کدامشان چگونه در داستان قرار می‌گیرند.

اولین باری که نقشی را ایفا کردم، از من خواسته شد که نقش یک آدم‌کش را برای قسمت آزمایشی سریال یکی از دوستانم بازی کنم. آن دوست که از آن زمان نویسندهٔ موفقی بود، به من گفت که فیلمنامه را بر اساس من نوشته است. نمی‌دانستم چطور باید این واقعیت را درک می‌کردم که دوستم هنگام خلق شخصیت یک قاتل به من فکر می‌کرده. هرگز در زندگی‌ام بازیگری نکرده بودم، علاوه‌بر آن این شخصیت باید کارهای دیگری نیز انجام می‌داد که خارج از مجموعهٔ مهارت من بود. باید یاد می‌گرفتم چطور با اسلحه شلیک کنم، بنابراین یک مأمور ویژهٔ سابق دولت را پیدا کردیم که مایل بود به من آموزش دهد. صحنه‌ای دیگری بود که کاراکتر من از پنجرهٔ آسمان‌خراش به بیرون پرتاب می‌شد، بنابراین دوستی که بدلکار فیلم‌هایی مانند *آشفته*^{۱۲} و *ایندیانا جونز*^{۱۳} بود، به من آموزش داد که چگونه بدون آسیب زدن به خودم، از پنجره بپریم، بیفتم و فرود بیایم. و وای، من باید یاد می‌گرفتم که چگونه بازی کنم، که اصلاً آن قدرها که به نظر می‌رسد آسان نیست.

طبق فیلمنامه می‌دانستم که ابتدا از سقف شیشه‌ای آسمان‌خراش پرتاب خواهم شد. وقتی صحنه را برایم تعریف کردند، تصور کردم از ماده‌ای استفاده می‌کنیم که فقط شبیه شیشه است. مطمئناً این روش به‌طور چشمگیری ایمن‌تر خواهد بود. اما آن‌ها به من توضیح دادند که مادهٔ جایگزین، جلوهٔ موردنیاز صحنه را ایجاد نمی‌کند. باید پنجرهٔ واقعی باشد. درواقع، شیشه آن قدر ضخیم بود که گروه جلوه‌های ویژه مجبور شدند در هر گوشهٔ شیشه مواد منفجره قرار دهند تا زمانی که من از درون آن پرتاب می‌شوم، به‌درستی و کامل بشکند.

من برای هیچ‌کدام از این‌ها آماده نبودم، اما خیلی خوشحالم که صبر نکردم تا آماده شوم. تنها چیزی که برایم پیش می‌آمد این بود که می‌دانستم نمی‌دانم دارم چه کار می‌کنم. آن‌ها نمی‌توانستند فرد آموزش‌پذیرتری پیدا کنند. من در هر جایی به دنبال کسی بودم که بتواند در راستای بهتر شدن و آماده شدن چیزی به من بیاموزد. مربیان بازیگری، بدلکاران. هرکسی که در تیراندازی نقش داشته باشد. در مبتدی و آماتور بودن چیزی کاملاً هیجان‌انگیز وجود دارد. جز بهتر شدن کار دیگری ازتان بر نمی‌آید. در روز اول، کمترین دانش ممکن را دارید. این به‌خودی‌خود باید به شما اعتمادبه‌نفس زیادی بدهد.

آنچه در این فصل از آن نام نبردم، تلاشم در جایگاه کشیش کلیسای موزاییک است. دلیلش این است که من کشیش بودن را شغل نمی‌دانم. شروع به کار موزاییک و خدمت در آنجا طی سی سال گذشته نوعی دعوت، علاقه و یک امتیاز بوده است، نه شغل. با این حال، می‌توانم بگویم که شروع به کار موزاییک بزرگ‌ترین ریسک کارآفرینی زندگی من و رضایت‌بخش‌ترین آن‌ها بود.

^{۱۲} *Disturbia*

^{۱۳} *Indiana Jones*

وقتی کاری را از صفر شروع می‌کنید، خبر بد این است که اگر احساس می‌کنید نمی‌دانید چه می‌کنید، این احساس کاملاً مشخص است. و خبر خوب اینکه شما دقیقاً در جایی هستید که دیگران هنگام آغاز کار جدید هستند. طیف آن از فردی که همه‌چیز را می‌داند تا فردی که هیچ نمی‌داند متغیر نیست. بلکه طیف آن افرادی هستند که فکر می‌کنند همه چیزهایی را که باید بدانند می‌دانند، در مقابل فردی که بی‌خستگی برای پر کردن شکاف‌ها تلاش می‌کند.

نکته طعنه‌آمیز این است که آن‌کس که مطمئن است همه‌چیز را می‌داند در موقعیت خطرناک‌تری نسبت به یک تازه‌کار قرار دارد. وقتی در این توهم به سر می‌برید که همه چیزهایی را که برای موفقیت لازم است، می‌دانید، نقطه کور بزرگی دارید و احتمالش کمتر است که مهارت‌ها و دانش‌های لازم برای رسیدن به موفقیت را یاد بگیرید. وقتی می‌دانید که نمی‌دانید، کاملاً برای یادگیری آماده می‌شوید.

گاهی اوقات به نظر می‌رسد که گویی شما تنها فردی هستید که نمی‌دانید چه کار می‌کند. تمام تلاش خود را می‌کنید تا احساس بی‌کفایتی خود را پنهان کنید و امیدوار باشید که کسی شما را به چشم فریب‌کار نبیند.

کسانی خواهند بود که بسیار بیشتر از شما اعتمادبه‌نفس دارند. این بدان معنا نیست که آن‌ها در واقع بیشتر از شما می‌دانند. و بله، کسانی هم خواهند بود که بیشتر از شما می‌دانند و در کاری که انجام می‌دهند بهترند. با این حال، نکته کلیدی این است که آن‌ها دقیقاً مانند شما شروع کردند.

آن‌ها هم در آغاز نمی‌دانستند چه کار می‌کنند. اما به‌رحال دست به اقدام زدند.

کار انجام بدهید حتی اگر شده به اشتباه.

حتی شده بد.

حتی شده خام.

این کار را تا زمانی که بدانید چه کار می‌کنید ادامه دهید.

فقط هرگز یادگیری و رشد را متوقف نکنید.

بگذارید آنچه نمی‌دانید مزیت رقابتی شما باشد.

وقتی منتقدان وارد ذهن شما می‌شوند، ذهنیت خود را تغییر دهید: هیچ‌کس نمی‌داند دارد چه کار می‌کند.

شما هم یکی مثل آن‌ها.

تغییر ذهنیت شماره ۸:

تلخی و سموم دیگری که شما را می کشد

زندگی در لس آنجلس می تواند احساس شما را نسبت به واقعیت تحریف کند. مدرسه بهداشت عمومی هاروارد در پژوهشی اعلام کرده که نزدیک به نصف جمعیت ایالات متحده تا سال ۲۰۳۰ با چاقی دست و پنجه نرم خواهند کرد. این پژوهش در ادامه خاطرنشان می کند که در حال حاضر ۴۰ درصد از بزرگسالان آمریکایی درگیر چاقی و ۱۸ درصد دچار چاقی شدید هستند. این تحقیق در *نیوانگلند جورنال آو مدیسین* منتشر شده است. شما که اینجا در جنوب کالیفرنیا زندگی می کنید، هرگز این حقیقت را متوجه نمی شوید. اینجا سرزمینی است که مردمش ۷ درصد چربی بدن دارند، شکم هایشان تخت است و تناسب اندام دارند. من آمار دقیق ندارم، اما تصور می کنم تعداد نامتناسبی سالن های بدن سازی، باشگاه های سلامت و مربیان شخصی نیز داریم. سطح تعهد به سلامت جسمانی در ساحل غربی واقعاً بسیار چشمگیر است، حتی اگر با انگیزه غرور باشد.

من اخیراً خودم سنجش تراکم استخوان انجام دادم. این آزمون مقدار و محل دقیق توده های عضلانی و چربی در سراسر بدن شما را نشان می دهد. مردم به کمک آن متوجه می شوند که برای سلامتی مطلوب، کدام قسمت های بدنشان نیاز به عضله سازی و کجاها نیاز به چربی سوزی دارد. نیازی نیست جزئیات را توضیح دهم، اما نتیجه آزمون من جالب نبود.

از منظر فیزیکی، لس آنجلسی ها بسیار متعهدند که خود را از شر تمام بارهای اضافی رها کنند. اما طی سی سال زندگی در اینجا، دریافته ام که تعهد همیشه به رفاه عاطفی آن ها منتقل نمی شود. من به صدها نفر مشاوره داده ام، و اثر ماندگار صدمات و زخم های گذشته تضعیف کننده ترین مسئله ای است که پیدا کرده ام. مردم توصیف می کنند که نسبت به والدین، افراد مهم، همکاران سابق، حتی کسانی که سال ها ازشان دور بوده اند، احساس تلخی دارند. صادقانه بگویم، یکی از سخت ترین افرادی که می توان بهشان کمک کرد، آدم های تلخ است. وقتی کسی دلسرد می شود، می توانید نقاط قوت او را به زبان بیاورید و به او بگویید به چه دلایلی او را تحسین می کنید. وقتی کسی غمگین است، می توانید او را دوست داشته باشید و در غم او حضور داشته باشید. اما وقتی کسی تلخ است، به ندرت در برابر فرایندی که برای التیام لازم است، گشوده و پذیراست. آن ها بخشش را ضعف می دانند. نمی خواهند چیزی را به کسی واگذار کنند که آن ها را آزرده. این فکر چنان بر ذهنیت آن ها حاکم است که برایشان فکر کردن به چیز دیگر غیرممکن است.

یکی از مطمئن ترین چیزهایی که می توانم پیش بینی کنم این است که همه ما توسط کسی که زمانی از نزدیکانمان بوده، صدمه دیده ایم، زخمی خورده ایم یا حتی مورد خیانت قرار گرفته ایم. در واقع، خیانت زمانی می تواند اتفاق بیفتد که به کسی اعتماد کنید. ممکن است هیچ تجربه انسانی ای دشوارتر از احساس خیانت توسط کسی که دوستش دارید وجود نداشته باشد.

متأسفانه، برای بسیاری از افراد این اتفاق در اوایل زندگی رخ می‌دهد. توضیح طلاق برای یک کودک هشت‌ساله سخت است. سخت است به کودکی که مورد آزار و اذیت قرار گرفته توضیح دهیم که افرادی در دنیا وجود دارند که می‌توانید به آن‌ها اعتماد کنید. سخت است به کسی که عبارت «دوستت دارم» را باور کرده توضیح دهیم که همهٔ مردان تو را در زمان اوج نیازتان ترک نمی‌کنند. این زخم‌ها در ناخودآگاه ما زنده می‌مانند و بخشی از داستانی می‌شوند که در مورد خودمان باور داریم. شما ممکن است خود این ضربه را به خاطر نداشته باشید، اما حتماً شما را تحت‌تأثیر قرار داده است. شاید آن قدر جوان بودید که نمی‌توانید آن دوران ضعف را به یاد بیاورید، اما احساس ضعف همچنان در شما وجود دارد، و قسم خورده‌اید که دیگر هیچ‌کس این احساس را در شما ایجاد نکند.

ما می‌دانیم که چاقی یا رژیم غذایی بد می‌تواند منجر به بیماری قلبی شود. اما تلخی نیز قاتلی خاموش است. هیچ چیز به اندازهٔ حمل بار عاطفی، سلامتی و روابط و شادی شما را از بین نخواهد برد. تلخی، کینه، حسادت و نابخشدگی می‌تواند روح شما را مسموم کند و به قیمت از دست رفتن صمیمیت، دوست داشته شدن و شناخته شدن واقعی شما تمام شود.

انسان‌ها موجوداتی چندبعدی هستند. ما هم‌زمان در گذشته، حال و آینده زندگی می‌کنیم. از طریق خاطراتمان در گذشته، از طریق رؤیایمان در آینده و با انتخاب‌هایمان در زمان حال زندگی می‌کنیم. وقتی این سه ادغام می‌شوند، در سلامتی مطلوب و کامل زندگی می‌کنیم. آینده ما را به جلو می‌کشاند. زمان حال ما را ثابت نگه می‌دارد. گذشته ما را عقب نگه می‌دارد.

از منظر روان‌شناختی جالب است که دو نفر ممکن است تجربهٔ آسیب‌زای تقریباً مشابهی داشته باشند و از آن کاملاً متفاوت بیرون بیایند. یک پاسخ ممکن است ما را شکسته کند. دیگری می‌تواند ساختارهای درونی برای موفقیت ایجاد کند. در هر صورت، تجربیات ما جزء تعیین‌کنندهٔ زندگی ما نیستند. بلکه پاسخ ما به آن تجربیات است که ما را شکل می‌دهد - اینکه چگونه آن‌ها را به یاد می‌آوریم و آن‌ها را تفسیر می‌کنیم.

در طول سه دههٔ گذشته، من و شما به یک شتاب‌دهندهٔ جهانی دسترسی پیدا کرده‌ایم که به ما امکان می‌دهد رفتار انسان را در زمان واقعی مطالعه کنیم. به آن می‌گویند اینترنت. آنچه در مورد رفتار انسان آموخته‌ایم این است که ما به مراتب بیشتر جذب نکات منفی هستیم تا مثبت. اخبار منفی در مورد یک فرد مشهور بسیار سریع‌تر از اخبار مثبت نشر پیدا می‌کنند. افراد وقتی نظری منفی می‌بینند، بیشتر از زمانی که نظری مثبت می‌بینند، واکنش نشان می‌دهند. به‌ویژه، من شگفت‌زده شده‌ام که افراد پس از جدایی چقدر می‌توانند در رسانه‌های اجتماعی بی‌رحمانه رفتار کنند. شاید هیچ‌چیز برای شهرت شما خطرناک‌تر از داشتن شریک عاطفی سابق نباشد که عاشق رسانه‌های اجتماعی است.

برخی اینترنت را به‌خاطر این وسواس در منفی‌گرایی سرزنش می‌کنند، اما من به این باور رسیده‌ام که آنچه ما از طریق رسانه‌های اجتماعی می‌بینیم بازتاب بیرونی دنیای درونی خودمان است. حتی به‌نظر می‌رسد در فضای حقیقی هم احساسات منفی بیشتر از احساسات مثبت با ما باقی می‌مانند. سرخوشی حاصل از یک تجربهٔ مثبت، هرچقدر هم که شدید یا هیجان‌انگیز باشد، فقط برای یک لحظه ادامه خواهد داشت. از سوی دیگر، احساسات منفی ماندگارند و غلبه بر آن‌ها

بسیار دشوارتر است. احساسات مثبت را ما باید انتخاب کنیم، درحالی که به نظر می‌رسد این احساسات منفی‌اند که ما را انتخاب می‌کنند.

به همین دلیل است که خوش‌بینی نظم‌و انضباط می‌طلبد. وقتی اوضاع بد پیش می‌رود، دیدن خوبی‌ها نیاز به نظم‌و انضباط دارد. دیدن زیبایی در میان تراژدی نیاز به نظم‌و انضباط دارد. وقتی مردم ما را ناامید می‌کنند، دیدن نکات مثبتشان نظم‌و انضباط می‌خواهد. وقتی کسی لیاقت ندارد، بخشش کردن به نظم‌و انضباط نیاز دارد. نادیده‌گیری صداهای منفی در ذهنمان و گوش دادن به صداهای خوش‌بینانه، نیاز به نظم‌و انضباط دارد.

تلخی سمی است که قبل از اینکه تو را بکشد بی‌حست می‌کند. بدون تلخی، آنچه احساس خواهید کرد درد فرصت شغلی ازدست‌رفته، رابطه‌ی شکست‌خورده یا عزیزی است که شما را ناامید کرده است. وقتی دیگر نمی‌توانید آن سطح از درد را تحمل کنید، دلتان را از تلخی سخت می‌کنید. در تئوری چنین به نظر می‌رسد که شما از قلب خود در برابر آسیب مجدد محافظت می‌کنید. اما تلخی از قلب شما محافظت نمی‌کند، آن را سخت می‌کند. وقتی تلخ هستید، این تنها احساسی است که می‌توانید احساس کنید.

بدتر این است که نمی‌توان تلخی را مهار کرد. وقتی در برابر یک نفر تلخی می‌کنید، در برابر تمام دنیا تلخ می‌شوید. و این تلخی را در هر رابطه‌ی جدید حمل می‌کنید. دیر اعتماد می‌شوید. مراقب قلبتان هستید با کوچک‌ترین تحریکی عصبانی می‌شوید. نمی‌توانید توضیح دهید که چرا به این راحتی احساس توهین می‌کنید یا اینکه چرا همیشه احساس می‌کنید بهتان خیانت شده است.

واقعیت این است که وقتی تلخ هستید، دیگر در داستان خودتان قرار ندارید. افکار، اعمال و سایر روابط شما با چیزی که شخص دیگری آن را رقم زده است، مسموم می‌شود. در داستان کسی که به شما صدمه زده، ناامیدتان کرده یا به شما خیانت کرده، ناخواسته اسیر می‌شوید.

برای رهایی از این اسارت، نیاز به تغییر ذهنیت دارید.

تنها چیزی که ما را از تلخی رها می‌کند، همان کاری است که اصلاً نمی‌خواهیم انجام دهیم. ما نمی‌خواهیم ببخشیم. چون باعث می‌شود که طرف مقابل از قلاب خارج شود. چرا اصلاً باید این کار را انجام دهیم؟ علاوه بر این، آن‌ها حتی شاید طلب بخشش هم نکرده باشند. آیا واقعاً می‌توانید کسی را که حتی احساس نمی‌کند به بخشش نیاز دارد، ببخشید؟ فقط فکر به اینکه باید کسی را که در گذشته به شما صدمه زده است، ببخشید می‌تواند دوباره احساس عصبانیت را در شما بیدار کند.

اما تلخی احساسی نیست که شما برای حمل آن طراحی شده باشید. بلکه راهی است که روح شما به شما اطلاع می‌دهد که از هماهنگی خارج شده‌اید. روح شما فریاد می‌زند که باید از یک احساس منفی رها شوید که هرگز قرار نبود وجود داشته باشد.

هر مشکلی که ممکن است با آن روبه‌رو شوید، در نهایت به مردم خلاصه می‌شود. اگر مردم نبودند، دنیا عالی بود. آدم‌ها همیشه مشکل‌ساز خواهند بود - و همیشه هم راه‌حل خواهند بود. شما از این معضل مستثنی نیستید. من و تو هم مشکل یکدیگر هستیم و هم راه‌حل. به همین دلیل است که مهم‌ترین مهارتی که یاد می‌گیرید بخشش است.

لحظه‌ای مکث کنید و به افرادی فکر کنید که ممکن است به بخشش شما نیاز داشته باشند. آیا زمان بخشیدن والدیتان فرارسیده است؟ آیا زمان بخشیدن همسران فرارسیده است؟ آیا وقت آن رسیده که یار سابق خود را ببخشید؟ آیا وقت آن رسیده که رئیس خود را ببخشید؟ آیا زمان آن رسیده که شریک تجاری سابق خود را ببخشید؟ آیا وقت آن رسیده که خودتان را ببخشید؟

یکی از عجیب‌ترین چیزها در مورد احساسات انسانی این است که هیچ احساس بدون داستان نیست. این ممکن است دلیل اساسی رؤیاهای ما باشد. هنگامی که ضمیر ناخودآگاه ما با احساسی حل‌نشده سروکار دارد، داستانی ایجاد می‌کند تا به آن احساس بستری برای زندگی بدهد. اگر این یک احساس منفی باشد، مغز ما آن را در مقام کابوس درونی می‌کند. اگر سرشار از احساسات مثبت مانند امید، عشق یا شادی باشیم، مغز ما این احساسات را در قالب داستانی که آن را رؤیا می‌نامیم، نمایش می‌دهد.

درست مانند رؤیاهای ما و کابوس‌هایمان، احساساتی که از گذشته حمل می‌کنیم، فقط در داستان‌هایی که برای خودمان تعریف می‌کنیم، قابل تداوم هستند. امیدوارم روایت درونی شما مثبت باشد. من برای این چالش ساخته شده‌ام. قبلاً با شکست مواجه شده‌ام و بر آن غلبه کرده‌ام، بنابراین می‌توانم دوباره آن را انجام دهم. من دوست دارم وقتی مردم مرا دست‌کم می‌گیرند، به آن‌ها ثابت کنم که اشتباه می‌کنند. من توقف‌ناپذیر هستم؛ من لایق عشق هستم؛ درد من را نشکست، فقط قوی‌ترم کرد. من روی این زمین قرار گرفتم تا کاری خارق‌العاده انجام دهم.

اگر می‌خواهید از احساسات منفی خلاص شوید، باید یک داستان جدید بنویسید. این کار با مهار داستانی که شما را تعریف می‌کند، شروع می‌شود. تجاربی را که به شما شکل داده‌اند و خاطراتی را که آزارتان می‌دهند، شناسایی کنید. سعی نکنید آن‌ها را فراموش کنید. در عوض، آن‌ها را به سوخت تبدیل کنید. شما قربانی و ناتوان نیستید، مهم نیست که چه چیزی را پشت سر گذاشته‌اید. اجازه ندهید کسی یا چیزی چنین کنترلی بر زندگی شما داشته باشد. درد شما واقعی است، اما احساس ناتوانی دروغ است. انتخاب شما نبود که درد بخشی از داستانتان شود، و اگر آن را نادیده بگیرید و وانمود کنید که برای شما اتفاق نیفتاده، نمی‌توانید از شر آن خلاص شوید. اما آسیب‌دیدگی هویت شما نیست.

شما بخشی از یک داستان بزرگ‌تر هستید. داستان شما حکایت امید است. داستان شما حکایت تاب‌آوری است. داستان شما داستان ایمان است، داستان چالش‌هایی که بر آن غلبه کرده‌اید. شما زخم‌هایی دارید، اما آن‌ها داستان شما

نیستند. داستان شما حکایت شفاست. اجازه ندهید لحظات منفی زندگی شما و هویت شما را مشخص کنند. تغییر ذهنیت به شما اجازه می‌دهد تا ببینید که تلخی سم است و بخشش درمان آن.

اینکه بخشش را به چشم قدرت ببینید، یکی از اثرگذارترین تغییرات ذهنیتی است که انجام خواهید داد. بخشش یک احساس نیست. بخشش هنر است. زیباترین ابراز عشق است. بخشش به سطحی از تسلط نیاز دارد که افراد کمی به آن دست می‌یابند. وقتی صحبت از روابط انسانی و سلامت روح شما به میان می‌آید، بخشش بالاترین سطح تفکر است و تنها راهی است که می‌توانید تجربیات منفی خود را از ورود به روایت داستان زندگی‌تان، دور نگه دارید.

تغییر ذهنیت شماره ۹:

آنچه را که هستید، پیدا می کنید

آیا تابه حال به این فکر کرده اید که چگونه ممکن است که این همه افراد نالایق شما را احاطه کرده باشند؟ الان می خواهیم آن مشکل را حل کنیم.

در مقابل، آیا تابه حال تحت تأثیر تعداد افراد شگفت‌انگیز زندگی خود قرار گرفته اید؟ اگر چنین است، این فصل را دوست خواهید داشت.

اگر مجرد هستید، احتمالاً این توصیه را شنیده اید که اگر می خواهید فرد مناسبی را پیدا کنید، باید خودتان فرد مناسبی شوید. چیزی که کسی به شما نگفته این است که این قانون فقط برای ملاقات‌های عاشقانه صدق نمی کند. این یک اصل جهانی است. جهان هشت میلیارد نفر جمعیت دارد. هر کدام منحصر به فرد و متفاوت و همچنین بسیار مشابه هستند.

من آموخته ام که روابط ما مانند رابطه پروانه و شعله های آتش عمل می کند. اگر دلسوز باشید در سرتاسر دنیا افراد دلسوز خواهید یافت. اگر عاشق ماجراجویی هستید، هر جا که بروید افراد ماجراجو را خواهید یافت. اگر قابل اعتماد باشید، دنیایی پر از افراد قابل اعتماد خواهید یافت. اگر امیدوار باشید، افرادی پر از امید را در اطراف خود خواهید یافت. دنیا پر از آدم‌هایی مثل شماست. اما باید بدانید شما آنچه را که به دنبالش هستید پیدا نمی کنید، بلکه آنچه که خودتان هستید را خواهید یافت.

من تا به اینجای زندگی ام، من به بیش از هفتاد کشور در سراسر جهان رفته ام. سفر یکی از بزرگ‌ترین لذت‌های من است، و بسیار سپاسگزار این امتیازم که می توانم آن را بخشی از کارم کنم. هرگز در کشوری نبوده ام که از آن لذت نبرده باشم. هر مکانی که من تابه حال بازدید کرده ام به نوعی منحصر به فرد و خارق العاده بوده است. باید اعتراف کنم، هر چند، برخی کشورها را بهتر از کشورهای دیگر به یاد دارم.

با نگاهی به گذشته، می توانم ببینم که واضح ترین خاطرات من به این مربوط نیست که کجا اتفاق افتاده اند، بلکه مربوط به این است که همراه با چه کسی رخ داده اند. من هرگز فراموش نمی کنم که از مرز لبنان به سوریه رفتم تا از شهر دمشق دیدن کنم، آن هم کمی قبل از ۱۱ سپتامبر. در آن زمان دمشق به عنوان کانون تروریسم شناخته می شد و اگر درست یادم باشد، بالاترین جمعیت قاتلان حرفه ای در جهان را داشت. قدم زدن در خیابان‌هایی که هزاران سال درباره آن نوشته شده بود، باور نکردنی بود. یکی دیگر از خاطرات برجسته که در ذهنم مانده، خرید در بازارهای خیابانی و مبادله کالا به کالای یک کت چرمی بود.

بالین حال، چیزی که بیشتر به یاد دارم، سه مردی هستند که در آن سفر ملاقات کردم. مرد اول انگار نزدیک به سی سال داشت. او گروه ما را در حال قدم زدن در خیابان دید و به هر دلیلی تصمیم گرفت لبخند زدن مستقیم به سمت من بیاید. با لحنی امیدوارانه پرسید: «آیا شما انگلیسی صحبت می‌کنید؟» سرم را تکان دادم و گفتم: «بله.» او مشتاقانه پاسخ داد: «عالی، فوق‌العاده. من عاشق صحبت کردن به زبان انگلیسی هستم. خواهش می‌کنم به منزل من بیایید و با من و خانواده‌ام شام بخورید. ما می‌توانیم تمام شب را باهم انگلیسی صحبت کنیم.» برنامه ما اجازه نمی‌داد که این اتفاق بیفتد. بالین حال، آن برخورد تمام سفر من را رقم زد. دیگر هرگز نتوانستم دمشق را آن‌طور که قبلاً برایم توصیف شده بود بینم. مردم به من گفته بودند که خطرناک‌ترین شهر دنیاست. دوستان هشدار داده بودند که آزادانه راه رفتن در شهر مخصوصاً برای غربی‌ها ناامن است. اما اکنون که به دمشق فکر می‌کنم، تنها چیزی که می‌توانم بینم مرد جوان مسلمان فوق‌العاده مهربانی است که از من دعوت کرد به خانه‌اش بروم و یک وعده غذایی را باهم قسمت کنیم.

شخص دیگری که هرگز از دمشق فراموش نمی‌کنم، مردی بود که ما واقعاً به خانه‌اش رفتیم. او میزبان من و دوستانم بود و ضیافتی شاهانه برای پذیرایی از ما ترتیب داد. مهربانی او محسوس بود. او واقعاً به ما علاقه‌مند بود و بی‌نهایت درمورد زندگی‌مان کنجکاو بود. او با ما همچون مهمانی محترم رفتار کرد و ما با او احساس خانواده بودن می‌کردیم.

سومین شخصی که سفر من به دمشق را رقم زد، مردی بود که در خیابان‌های باستانی این شهر تاریخی، یک فروشگاه چرم داشت. تعداد چرم‌فروشی‌های آن بازار بی‌پایان بود، اما فروشگاه او بیشتر به خاطر خودش بود که برجسته بود. او پرجذبه، تیزبین و شوخ‌طبع بود. من تا او را دیدم، بر دلم نشست و می‌دانستم که باید از او چیزی بخرم. مذاکره با او برایم بسیار لذت‌بخش بود. قبلاً به من یاد داده بودند که بسیار مهم است وانمود کنیم در مذاکره شکست خورده‌ام. مردان و زنانی که در بازارهای خیابانی کار می‌کنند، به مهارت‌های خود بسیار افتخار می‌کنند. به همان اندازه مهم بود که عرصه را خالی نکنم. گفته بودند خیلی سریع خرید نکنید. خیلی ناگهانی دور نشوید. فضایی برای ادامه گفت‌وگو بگذارید. مثل رقص بود.

من از دمشق فقط خاطرات خوب دارم و این برای من در سراسر جهان صادق بوده است. هر جا که می‌روم، افراد خوب، مهربان و زیبا را پیدا می‌کنم که دیدگاه من را نسبت به انسانیت تقویت می‌کنند. حتی زمانی که وارد مکان‌هایی شده‌ام که با خارجی‌ها دشمنی می‌کنند، مانند مدئین، اسلام‌آباد، بوگوتا، بعلبک، پنوم‌پن، سن‌سالوادور، پاریس یا لس‌آنجلس، همیشه شگفت‌زده شده‌ام. این نیست که من نسبت به شرایط انسانی کور باشم. من به تاریکی‌ای که می‌تواند در درون هر یک از ما ساکن شود، آگاهم. کاملاً درک می‌کنم که آنچه هر یک از ما بیش از همه به آن نیاز داریم تغییر قلب است. بالین حال، این از خوش‌بینی بی‌اندازه من نسبت به بشریت نمی‌کاهد. اگر به دنبال بهترین‌ها در افراد باشید، آن را خواهید یافت.

اما برعکس آن نیز صادق است. به مثال قبلی برگردیم، دلیل اینکه تا خودتان فرد مناسبی نباشید، نمی‌توانید فرد مناسب را ملاقات کنید این است که در فرکانس اشتباه گیر کرده‌اید. درخصوص همه دغدغه‌های عملی‌تان، شخصی که

به دنبالش هستید پیدا نمی‌شود - حداقل برای شما پیدا نمی‌شود. شما آن‌ها را نمی‌بینید یا کم‌اهمیت می‌پندارید، زیرا با شخصیت شما و انتظارتان از شریک، همکار یا دوستی واقعی هم‌خوانی ندارند. به همین دلیل است که بسیاری از مردم مدام با آدم‌های مشابهی ملاقات می‌کنند، حتی وقتی می‌گویند شخص دیگری را می‌خواهند. اگر دریافتید که همه یکسان هستند، به این دلیل است که خود شما هنوز همان هستید. اگر می‌خواهید نوع افراد اطراف خود را ارتقا دهید، باید زندگی خود را ارتقا دهید.

یکی از مزایای خدمت به جامعه برای بیش از سی سال این است که شما در مراحل مختلف زندگی به افراد مشاوره می‌دهید و پیشرفت آن‌ها را مشاهده می‌کنید. وجه خوش‌بین من می‌گوید که من دیده‌ام که مردم چه تغییرات شگرفی در زندگی خود ایجاد می‌کنند - که درست است. وجه واقع‌گرای درون من اضافه می‌کند که اکثر مردم تغییر نمی‌کنند - که این نیز درست است. خیلی اوقات، افراد اغلب دوران بزرگ‌سالی خود را در یک مرحله رشد واحد درجا می‌زنند.

فردی که در بالاترین فرکانس زندگی می‌کند، کسی است که هم به موفقیت شخصی بزرگی دست یافته و هم خود را به داشتن یک زندگی واقعاً انسان‌دوستانه متعهد کرده است. سطح فداکاری و تعهد این افراد برای خدمت به دیگران همیشه الهام‌بخش است. وقتی من کوچ کسی هستم که در این فرکانس زندگی می‌کند، کار من درمورد کمک به او برای به دست آوردن وضوح بیشتر، به حداکثر رساندن تأثیر خود و حفظ سلامت دنیای درونی است.

یکی از رایج‌ترین فرکانس‌ها در افرادی است که در تلاش برای یافتن هدف زندگی خود هستند. من بیست‌ساله‌های بی‌شماری را اینجا در لس‌آنجلس ملاقات کرده‌ام که می‌خواهند خودشان را بیابند، بی‌آنکه ریسک‌های لازم برای آزمودن ظرفیت خود را پذیرند. همچنین افراد زیادی را در سی و چهل‌سالگی دیده‌ام که هنوز طوری رفتار می‌کنند که انگار بیست‌وچندساله هستند. روایت آن‌ها این است: وقتی شرایط خودم بهتر شد، می‌توانم به دیگران کمک کنم. وقتی خودم را پیدا کردم، می‌توانم به بقیه خدمت کنم. تقریباً مثل این است که امید داشته باشند سرنوشت خودش آن‌ها را پیدا کند.

مکالمه با چنین افرادی تقریباً از سخت‌ترین‌هاست. تلاش برای متقاعد کردن یک فرد به اینکه باید روی خودش کار کند، توان‌فرساست. همچنین بسیار چالش‌برانگیز است که شخصی را متقاعد کنی که همدلی به معنای انکار نیست. همدلی واقعی شما را تحریک می‌کند تا مسئولیت مشکلاتی را که در زندگی با آن روبه‌رو هستید بپذیرید. اغلب، همدلانه‌ترین کاری که می‌توانید برای شخص دیگری انجام دهید این است که در عشق به او حقیقت را بگویید.

در یکی از رویدادهای ذهن متفکر، کارآفرینی با سی کارمند از من خواست فرهنگی ایجاد کنم که بهترین تولیدکنندگان به سمت رقبا نروند و کنار او بمانند. او به‌تازگی دو تولیدکننده برتر خود را از دست داده بود و نگران بود نکند بیشتر از این‌ها از او روی‌گردان شوند. همچنین گفت که به نظرش، دلیل عدم شکوفایی سازمان تیم اوست. وقتی از او خواستم تصویری از فرهنگ شرکت برایم ترسیم کند، او تماماً از مشکلات سی نفری که برایش کار می‌کردند گفت.

من دو تمرین کوتاه به او دادم. خواستم حداقل پنج نکته مثبت در مورد خودش فهرست کند. او این کار را به سرعت و به راحتی انجام داد. سپس خواستم که یکی از سی کارمند خود را انتخاب کند و هر ویژگی مثبتی در مورد او را به من بگوید. خشکش زد. به معنای واقعی کلمه نمی توانست به ویژگی مثبتی در یکی از اعضای تیمش فکر کند. هرچه پیش تر رفتیم و عمیق تر شدیم، می توانستیم ببینیم واقعاً چه اتفاقی در حال وقوع است.

این مرد درگیر تنش روانی عظیمی بود که در فصل مربوط به استعداد بحثش را کردیم. شرکت او در حال شکست بود، اما خودش معتقد با استعدادتر از این است که شکست بخورد. بنابراین تنها یک توضیح واضح وجود داشت: تیمش بود که ناتوان بود. من چند تکلیف به او دادم. به او گفتم که می خواهم در هفته آینده برای هر فردی که برای او کار می کند، سه ویژگی مثبت را شناسایی کند. او گفت که خیلی سخت خواهد بود، اما من اطمینان دادم که از عهده این کار بر می آید. همین حین که دارم در موردش می نویسم، می بینید که گره داستان در حال باز شدن است. بیایید امیدوار باشیم که او چشمان جدیدی برای دیدن عظمت تیمش به دست آورد.

بهترین ارزیابی از اینکه شما چه کسی هستید، این نیست که در مورد خودتان چه فکر می کنید، بلکه این است که در مورد دیگران چه فکر می کنید. اگر تصور می کنید که باید به آدمها گفته شود که چه کاری انجام دهند، به این دلیل است که به خودتان باید گفته شود که چه کاری انجام دهید. اگر دیگران را نیازمند تحسین و تأیید می دانید، به این دلیل است که خودتان به تمجید و تأیید نیاز دارید. اگر تصور می کنید که دیگران به زمان زیادی برای تصمیم گیری نیاز دارند، به این دلیل است که خودتان برای تصمیم گیری زمان زیادی نیاز دارید. ما دنیا را آن طور که هست نمی بینیم. ما دنیا را آن طور که خودمان هستیم می بینیم.

وقتی کسی فقط در مورد اشکالات و ناملازمات موجود در دنیا با شما صحبت می کند، مراقب باشید. دیدگاه آنها احتمالاً توصیفگر وضعیت روحی آنهاست، تا وضعیت دنیا. وقتی سیاستمدار همیشه علیه ثروتمندان صحبت می کند، شاید بد نباشد حسابهای پنهان آنها را بررسی کنید. وقتی همیشه در مورد زوال اخلاقی موعظه می کنند، جای تعجب ندارد که بعداً به بی اخلاقی آنها پی ببرید. وقتی همه سیاستمداران دیگر را دروغگو خطاب می کنند، می توانید مطمئن باشید که خودشان به شما دروغ می گویند. ما ناخودآگاه نور را به سایه های خودمان می آوریم. اگر تصمیم بگیرید که روح خود را با ایمان و امید، خنده و عشق پر کنید، این مسیر شما را به زندگی و دنیایی زیبا می رساند.

تغییر ذهنیت این است: آنچه را در دنیا خواهید یافت، که خودتان به دنیا می آورید. تا زمانی که خودتان متفاوت نباشید، از دیگران انتظار نداشته باشید که متفاوت باشند. تا زمانی که خودتان نخواهید فرد بهتری تبدیل شوید، انتظار نداشته باشید که افراد بهتری پیدا کنید. دنیای درون خود را تغییر دهید تا دنیای اطرافتان تغییر کند. در واقع، برعکس هم بسیار قدرتمند است. باورتان را در مورد مردم تغییر دهید و این باعث تغییر افرادی می شود که به سمت شما کشیده می شوند.

عشق فرکانس دارد. امید فرکانس دارد. ایمان فرکانس دارد. شجاعت فرکانس دارد. صداقت فرکانس دارد. شفقت فرکانس دارد. سخاوت فرکانس دارد. وقتی انتخاب می‌کنید در این فرکانس‌ها زندگی کنید، به سمت کسانی کشیده می‌شوید که هم‌فکر هستند و آن‌ها هم به سمت شما کشیده می‌شوند.

اعتراف می‌کنم که من زندگی‌ام را در جهتی خاص به کار می‌گیرم. معتقدم انسان‌ها با روح خدا آفریده شده‌اند و حتی زمانی که ما بسیار رنجور و شکست‌خورده هستیم، همیشه بازتابی از آن واقعیت در ما وجود دارد. بنابراین من به دنبال خوبی در مردم هستم. من به دنبال بخشی از آن‌ها هستم که بهترین بخش انسان بودن را منعکس می‌کند. گاهی برای پیدا کردنش باید بیشتر جست‌وجو کرد، اما می‌دانم که جرقه الهی در جایی وجود دارد.

من معتقدم ما برای زندگی‌ای طراحی شده‌ایم که با عشق، امید، و بله، حتی ایمان تعریف شده است. البته زندگی‌ام این ایدئال‌ها را به‌طور کامل منعکس نمی‌کند، اما از صمیم قلب آرزو دارم بهترین خودم باشم. و افرادی که همه‌جا می‌بینم هم از این دسته‌اند.

دنیا پر از آدم‌های شگفت‌انگیز است که جوهری زندگی می‌کنند که انگار زندگی ماجراجویی بزرگی است. من می‌خواهم بتوانم آن‌ها را ببینم. متعهدم که در آن فرکانس زندگی کنم و معتقدم که ما بیشتر چیزهایی داریم که به هم نزدیکمان می‌کند نه اینکه از هم دورمان کند. من هنوز کشوری، محل کار یا جامعه‌ای را کشف نکرده‌ام که در آن افراد شگفت‌انگیز، جذاب و مهمان‌نوازی در آنجا منتظر من نباشند. اگر یک پشیمانی داشته باشم، این است که وقت کافی برای شناخت همه آن‌ها ندارم.

تغییر ذهنیت شماره ۱۰:

متوسط باشید (در تقریباً همه چیز)

آیا من اشاره کردم که نظام آموزشی آمریکا کاملاً فشل است؟ نمی‌خواهم به آموزش عمومی اتهام بزنم. به سراسر جهان سفر کرده‌ام و از تلاش‌هایی که در طول سال‌ها برای در دسترس قرار دادن آموزش برای همه کودکان در هر مکان در سراسر ایالات متحده انجام شده بسیار سپاسگزارم.

باین‌حال، استدلال‌های خوبی وجود دارد که سیستم آموزشی فعلی ما منسوخ شده است. ما دیگر در مهارت‌های اساسی مانند خواندن، نوشتن و ریاضیات در جهان پیشرو نیستیم. همچنین در مورد اینکه چه مواد آموزشی‌ای برگزیده می‌شوند و چگونه برای آموزش فرزندان ما انتخاب می‌شوند، نگرانی‌های جدی وجود دارد. هرچند همه این موارد موضوعات مهمی هستند که باید مورد بحث قرار گیرند و اصلاح شوند، اما من در مورد چیز بسیار اساسی‌تری صحبت می‌کنم.

چند نفر از ما محتوای آموخته‌های خود را از کلاس اول تا دوازدهم به یاد داریم؟ چند نفر از ما به موضوعاتی پرداختیم که بعدش ثابت شد هیچ ارتباطی به اثربخشی‌ای در حرفه‌های انتخابی ما ندارد؟ آیا تابه‌حال شده ارتقایی پیدا کنید یا به هدفی دیرینه برسید و با خود فکر کنید *اوه! به همین دلیل نیاز به یادگیری جدول تناوبی داشتم!*

آنچه در آن سال‌ها به آن نیاز داریم یک مهارت اساسی است: باید یاد بگیریم که چگونه یاد بگیریم. اگر بیاموزید که چگونه چیز یاد بگیرید، هنگام فارغ‌التحصیلی از مدرسه برای هر چالشی که پیش رو دارید آماده خواهید کرد. مشکل این است که یادگیری جبر، آموزشی را که در زندگی واقعی لازم دارید، به شما نمی‌دهد. سیستم به ناخودآگاه ما ضربه می‌زند: بعد از من تکرار کن. جای خالی را پر کن. پاسخ‌ها مشخص است، پس شما فقط باید آن‌ها را حفظ کنید و یادداشت کنید. اگر در بزرگسالی به این شکل زندگی کنید، روزهای خود را صرف انجام برنامه‌های دیگران خواهید کرد، و هرگز از ظرفیت منحصر به فرد خود استفاده نمی‌کنید.

نظام آموزشی ما بر پایه ادغام دو فلسفه آموزشی ساخته شده است. اولی، سیستم آموزشی بریتانیا است که استانداردسازی و انطباق را بهترین رویکرد برای تربیت ذهن‌های بی‌انضباط می‌داند. هدف این است که به همه دانش‌آموزان مهارت‌های یکسانی در رشته‌های مختلف ارائه شود. از کلاس اول تا دوازدهم، شما در حال آموزش برای کارمندی هستید. اطاعت بر خلاقیت ارجحیت دارد. سپس به دانشگاه می‌روید. اگر غرایز کارآفرینی دارید، آموزش و پرورش تمام تلاش خود را می‌کند تا شما را از آن دور کند.

دومین ارزش راهنما، مفهوم انسان رنسانس است. لئون باتیستا آبرتی از این مفهوم دفاع می‌کرد که «انسان اگر بخواهد می‌تواند همه کارها را انجام دهد.» آبرتی در قرن پانزدهم در ایتالیا زندگی می‌کرد، زمانی که مردم به مفهوم ایدئال «انسان جهانی» باور داشتند: فیلسوف روشن‌فکری که بر علوم تجربی، هنرها و علوم انسانی تسلط می‌یابد.

به همین دلیل است که امروزه مدرک دانشگاهی چهار سال طول می‌کشد. آن‌ها از شما می‌خواهند که مهارت‌های چندجانبه داشته باشید. بنابراین شما در نهایت به زمین‌شناسی می‌پردازید و ساعات باارزش زندگی خود را صرف مطالعه سنگ‌ها می‌کنید. منظورم را اشتباه برداشت نکنید: اگر مدرسه را بدون یادگیری خواندن، نوشتن و حساب گذرانده‌اید، پس شکست خورده‌اید. من همچنین معتقدم همه باید زبان دوم داشته باشند، اما معنایی ندارد که تا دوران دبیرستان و کالج صبر کنند، در آن زمان مغز دانش‌آموزان سخت شده و انعطاف طبیعی لازم برای یادگیری زبان‌های جدید در آن کاهش یافته است. ما باید زبان دوم را در مدرسه ابتدایی آموزش دهیم، زبانی که دانش‌آموزان در طول زندگی خود به آن نیاز عملی خواهند داشت.

اما مشکل اصلی اینجاست. وقتی سیستم به ما می‌گوید که باید در همه چیز خوب باشیم، آموزش همه چیز به سرگرم کردن تبدیل می‌شود. ما در مورد همه چیز، چیزهای کمی یاد می‌گیریم و در مورد هیچ چیز چیزهای زیادی نمی‌آموزیم. اگر مفهوم اصلی این بود که همه را در همه کارها عالی کنیم، ما برعکسش عمل کرده‌ایم - همه را در همه چیز متوسط کرده‌ایم. به جای اینکه آدم‌ها را تحت فشار قرار دهیم تا در همه چیز بیست بگیرند، شاید می‌بایست به آن‌ها کمک می‌کردیم در اقیانوسی از نمره‌های ضعیف، بیست منحصربه‌فرد خود را پیدا کنند. شاید در آن هجده سال اول زندگی، بهتر بود یاد بگیریم که تقریباً در همه چیز متوسط باشیم - به جز یک چیز که منحصر به خودمان است.

راستش را بخواهید، من دانش‌آموز افتضاحی بودم. به موضوعاتی که آن‌ها به خوردم می‌دادند چندان علاقه‌ای نداشتم. وقتی در هفده سالگی دبیرستان را به پایان رساندم، احساس می‌کردم که برچسب «شکست» از حالا روی مزارم نوشته شده است.

اما لحظه‌ای که مدرسه را ترک کردم، انگار قوانین بازی کاملاً تغییر کرد. دیگر صحبت از این نبود که چه کسی می‌تواند همان‌طور که پشت میز و نیکت و در ایمنی کامل سر کلاس نشسته، به موفقیت برسد. حالا بحث این بود که چه کسی می‌تواند از خیابان‌ها جان سالم به در ببرد و از هیچ برای خود آینده‌ای بسازد. تأکید بر حفظ کردن مطالب از بین رفته بود. بحث این بود که چه کسی می‌تواند خود را با تغییر وفق دهد و از عدم اطمینان استفاده کند. اکنون آموختن، موضوع مرگ و زندگی شده بود. اکنون یادگیری تفاوت بین غذا داشتن و گرسنه ماندن را مشخص می‌کرد. توانایی من در یادگیری بود که تعیین می‌کرد سقفی بالای سرم داشته باشم یا خیر. دیگر خبری از اندکی دانستن درباره همه چیز نبود. اکنون فقط می‌خواستم چیزهای لازم برای ساختن زندگی‌ای که مطلوبم است را یاد بگیرم.

شگفت‌انگیز است که وقتی برایم روشن شد که مفاهیم یادگیری مشخص من چیست، ناگهان چقدر آموزش‌پذیر شدم. هر روز برایم امتحان نهایی بود. آیا مشکل را حل کردم؟ آیا برای انجام کار مهارت کسب کردم؟ آیا اعتماد مشتری

را جلب کردم و قرارداد را گرفتم؟ آیا به اندازه کافی اقلع‌گر بودم که مخاطب را به حرکت درآورم؟ آیا بحران مالی را حل کردم و بودجه سازمان خود را تأمین کردم؟ آیا راهنمایی من رهبران را مؤثرتر کرد؟ آیا سرمایه‌گذاری من فرهنگ شرکتی آن‌ها را تغییر داد؟ آیا به شرکتی که با من قرارداد بسته بود کمک کردم تا از اهدافش فراتر رود؟ آیا آنچه لازم بود را آموختم تا یاد بگیرم چگونه آنچه باید انجام دهم را به انجام برسانم؟ دیگر لازم نبود در همه چیز خوب باشم. فقط باید باور می‌کردم که خلق شده‌ام تا در یک کار خوب باشم. کار من این بود که آن چیز را پیدا کنم و آن را پرورش دهم.

وقتی زمان زیادی را صرف تلاش برای خوب بودن در همه چیز می‌کنیم، زمان گران‌بهایی که می‌توانیم صرف عالی شدن در کاری کنیم که برای انجام آن طراحی شده‌ایم، خرج می‌شود. وقتی به چیزی اهمیت می‌دهید، به فیلتری تبدیل می‌شوید که با آن هر چیز دیگری را که به زمان شما نیاز دارد، از بین می‌برید. هیچ‌کس قادر نیست با هر موضوع، مشکل یا مهارتی تعامل معنادار داشته باشد.

فقط مایکل جردن را ببینید، که بهترین بسکتبالیستی بود که تا به حال پا به زمین گذاشته است - و به‌عنوان یک بازیکن بیسبال مایه‌ناامیدی شد. فکر می‌کنم می‌توان استدلال کرد که جردن استعداد تبدیل شدن به یک بازیکن بزرگ بیسبال را داشت. فقط برایش وقت نگذاشت. یک دلیل ساده برای آن وجود دارد: شما نمی‌توانید در همه چیز عالی باشید. شما انرژی و زمان محدودی دارید و باید نحوه استفاده از آن را انتخاب کنید. اگر انتخاب کنید که همه‌کاره باشید، در هیچ کاری استاد نخواهید بود. می‌شوید یک همه‌کاره هیچ‌کاره.

من این افتخار را داشته‌ام که از نزدیک با افرادی کار کنم که رسالت زندگی خود را می‌دانستند، بر کار خود تمرکز بی‌اندازه داشتند و نیاز نداشتند به همه چیز اهمیت دهند. آن‌ها دغدغه‌های خود را همچون منابعی ارزشمند هدایت کردند. به خود اجازه دادند که در همه چیز به جز یک چیز خاص متوسط باشند. مصمم بودند که با آن یک چیز، بهترین‌های خود را به ارمغان بیاورند.

ارین رنک به یک چیز اهمیت می‌دهد: کمک به خانواده‌های شایسته برای خرید خانه‌هایی که هرگز به‌تنهایی قادر به خرید آن نبودند. تمرکز منحصر به فرد اریک، او را به فردی عالی برای مدیریت بنیاد زیستگاهی برای بشریت^{۱۴} در لس‌آنجلس تبدیل می‌کند. این سازمان مردم‌نهاد صد‌ه‌میلیون دلار جمع‌آوری کرده و به بیش از پانصد خانواده کمک کرده است تا صاحب خانه شوند.

اسکات هریسون اعتقاد دارد که آب همه چیز است. سال‌ها پیش، اسکات یک سازمان غیرانتفاعی تأسیس کرد به نام: خیریه آب^{۱۵}. کاملاً مشخص است او یا سازمانش چه هدفی دارند. مأموریت زندگی او این بود که داستانی را بیان کند که چگونه می‌توانیم دنیا را تغییر دهیم تا همه به آب سالم دسترسی داشته باشند. اخیراً پیامی دلگرم‌کننده برای من ارسال

^{۱۴} Habitat for Humanity

^{۱۵} charity: water

کرد و اطلاع داد که سازمانی که برای تأمین آب سالم در آفریقا تأسیس کرده بود، اکنون بیش از ۱۲۵ میلیون دلار در سال جمع‌آوری می‌کند. البته در پایان متن شکلک قطره آب را گذاشته بود.

تیانجان دزیلانخولانی به یک چیز علاقه وافر دارد: کمک به دختران جوانی که در بوته‌زارهای مالاوی بزرگ شده‌اند تا تحصیل کنند و آینده‌ای بسازند. تیا معتقد است که دختران شایسته این هستند که هر فرصتی را که برای پسران فراهم شود داشته باشند. معتقد است که می‌تواند چرخه مکرر تبدیل شدن دختران جوان به کودک‌همسر و زندگی در دام فقر شدید را بشکند. او بنیان‌گذار سازمانی به نام درخشش دختر^{۱۶} است که برای دختران در کشور مدرسه راه‌اندازی کرده است. تیا به‌طور هم‌زمان در حال تغییر دادن زنان جوان مالاوی، تغییر زندگی و تغییر آینده است.

همسر من، کیم، در هفت سال گذشته در مالاوی حضور داشته است و کار تیا برای او بسیار مهم شده است. آن‌ها مانند خواهر هم هستند و درواقع شخصیت‌های بسیار مشابهی دارند. من اخیراً در یکی از پروژه‌های کیم به او پیوستم و می‌توانم به شما بگویم که نیازهای زیادی در منطقه وجود دارد. پس آیا اشتباه است که سازمان تیا با نامنی غذایی مبارزه نمی‌کند یا برای پسران فرصت ایجاد نمی‌کند؟ البته که نه. تمرکز منحصر به فرد او به او اجازه می‌دهد کاری را که انجام می‌دهد بهتر از هر کس دیگری انجام دهد. او می‌داند که نمی‌تواند همه مشکلات کشور را حل کند، اما می‌تواند روی دخترانی که در مدرسه او تحصیل می‌کنند سرمایه‌گذاری کند و مطمئن شود که آن‌ها فرصتی برای درخشش دارند.

وقتی به زندگی‌ام نگاه می‌کنم، می‌بینم که فصل‌هایی بوده که سعی کردم کارهای زیادی انجام دهم. واقعاً بیش از زمان، انرژی و توانم در زندگی به چیزهای جدید اهمیت دادم. یکی از ضروری‌ترین و دردناک‌ترین تصمیماتی که باید می‌گرفتم، محدود کردن تمرکزم بوده است. به‌عنوان مثال، من لس‌آنجلس را دوست دارم و انتخاب کردم که زندگی خود را در اینجا بسازم. وقتی سی سال پیش این تصمیم را گرفتم، احساس کردم به این شهر فراخوانده می‌شوم. همچنین ارتباط عمیقی نیز با نیویورک، پاریس و توکیو احساس کردم. وقتی به لس‌آنجلس گفتم بله، احساس پاره‌پاره شدن داشتم چون به آن شهرهای خارق‌العاده دیگر می‌گفتم نه.

مسیر شغلی من هم همین‌طور است. من همه چیز ساختن فیلم را دوست دارم. عاشق بازیگری و کارگردانی و نوشتن فیلمنامه هستم. اگر دوتا زندگی داشتم، شاید آن یکی را وقف صنعت سینما می‌کردم. اما من فقط یک زندگی دارم و باید انتخاب می‌کردم کجا آن را بگذرانم.

من متوجه شده‌ام که «بله» گفتن بسیار ساده‌تر از «نه» گفتن است. اما شما نمی‌توانید همه چیز را انجام دهید. پس چیز خوبی انتخاب کنید. آن «نه»ها به اندازه «بله» بخشی از فراخوانی شماست. من تقریباً در همه چیز متوسطم. مشکلی هم با آن‌ها ندارم. من میانگین زندگی‌ام نیستم.

^{۱۶} Girl Shine

خودتان را از ظلم تعهدهای اضافی رها کنید. همه چیز مناسب شما نیست. شما توانایی انجام کار درمورد همه چیز را ندارید. این بدان معنا نیست که چیزهای دیگر برای شما مهم نیستند. آن‌ها فقط مسئولیت، فراخوانی یا مأموریت شما در زندگی نیستند. هرچه زودتر بتوانید این موضوع را بپذیرید، سریع‌تر در زندگی خود به جلو حرکت خواهید کرد.

به احتمال زیاد، افرادی در زندگی خود خواهید داشت که به چیزهایی علاقه‌مندند که شما به آن‌ها علاقه ندارید. این باعث نمی‌شود که ارزش مأموریت آن‌ها کم شود، زیرا این رسالت شما نیست. هرکسی در خوب‌تر شدن دنیا نقش خود را دارد. تو باید نقش خودت را پیدا کنی و با تمام توان برایش تلاش کنی.

این موضوع در تمام عرصه‌های زندگی شما صادق خواهد بود. اگر در ریاضیات عالی هستید، ادامه دهید. اگر در ریاضیات عالی نیستید، یک حسابدار خوب استخدام کنید. در کاری خوب باشید، اما با همان نیت، در بسیاری از چیزها متوسط باشید. در واقع، تقریباً در همه چیز متوسط باشید. انرژی خود را در جایی که به آن تعلق ندارید تلف نکنید.

انسان عصر رنسانس را به دوره خودش برگردانید. رسالت و هدف خود را پیدا کنید. بفهمید چه چیزی برای شما مهم است. بدانید کجا به عظمت متعهد هستید و زندگی خود را روی آن بنا کنید. در مواردی که واقعاً برای شما مهم است نمره عالی بگیرید. اگر در چیزهای دیگری نمرات متوسط یا ضعیف گرفتید، نگران نباشید. وقتی عظمت خود را پیدا می‌کنید، درمی‌یابید که میانگین اهمیتی ندارد.

تغییر ذهنیت شماره ۱۱:

بار موفقیت بیشتر از شکست است

زمان‌هایی وجود دارد که احساس می‌کنم من آخرین کسی‌ام که سنگر را حفظ کرده‌ام. اکثر رهبران قدرتمندی که می‌شناختم در طول چهل سال گذشته از صحنه ناپدید شده‌اند. برخی از رهبری سازمان‌های خود کنار کشیده‌اند. به دلایل مختلفی مثل خیانت یا سوءاستفاده از قدرت، ناهنجاری مالی یا کلاهبرداری، فرسودگی شغلی یا فروپاشی روانی - بار سنگین رهبری آسیب‌های زیادی در زندگی بسیاری از آن‌ها وارد کرده است. برخی دیگر هنوز در رأس شرکت‌های خود هستند اما ازدواج، فرزندان و خانواده‌های خود را از دست داده‌اند. وزن موفقیت هم بار سنگینی بود.

اگر زندگی و تجربه چیزی به من آموخته باشد، این است که وزن موفقیت بیشتر از شکست است. اگر فکر می‌کنید تحمل شکست سخت است، صبر کنید تا بار موفقیت را به دوش بکشید. وقتی شکست می‌خورید دوست داشتن شما آسان‌تر است. وقتی شکست می‌خورید، دیگران راحت‌تر با شما همدردی می‌کنند. وقتی شکست می‌خورید، مردم راحت‌تر بهترین‌های شما را تصور می‌کنند. لحظه‌ای که موفق می‌شوید، همه چیز تغییر می‌کند. موفقیت باعث می‌شود دوستانتان را از دست بدهید. موفقیت برای شما بهای خیرخواهانه خواهد داشت. موفقیت به قیمت منافع شک‌وت‌تردید شما تمام خواهد شد.

ما اغلب به دنبال موفقیت هستیم - هر طور که آن را تعریف کنیم - به این امید که زندگی ما را بهبود بخشد. همچنین ممکن است عقیده داشته باشیم که ثروت کلید خوشبختی ماست. اما به همان اندازه که موفقیت موهبت است، می‌تواند بار هم باشد. اگر انسان عاقل خود را برای شکست آماده کند، با خرد بیشتر برای موفقیت آماده می‌شود. اگر روزی برسد که بر تخت سلطنت بنشینید، آیا می‌توانی بار مسئولیت آن را به دوش بکشی؟

چندین سال است که در گروه ذهن متفکر تدریس کرده‌ام که برای پیوستن به آن، ارزش شرکت یک شخص باید حداقل صد میلیون دلار باشد. من چندین بار در سال در رویدادهای این گروه صحبت می‌کنم و با بسیاری از اعضا روابط مداوم دارم. صادقانه بگویم، قبل از دعوت شدنم هرگز نمی‌دانستم که جوامعی وجود دارند که در آن شرط حضور افراد شش‌رقمی است. سالن پر است از برخی از بانگیزه‌ترین و جالب‌ترین افرادی که می‌توانید ملاقات کنید. رابطه من با اعضای گروه برگرفته از مخاطبانی است که برایشان صحبت می‌کنم و دوستانی که با آن‌ها زندگی می‌کنم. من برای آن‌ها هستم و آن‌ها برای من هستند. هر زمان که به یکدیگر نیاز داشته باشیم، صرف نظر از اینکه بحران کاری باشد یا شخصی، حاضر می‌شویم.

گاهی اوقات نمی‌دانم چه صلاحیتی برای این کار دارم. وقتی من و کیم باهم ازدواج کردیم، فقیر بودیم. تا پنج سال، من هرگز بیش از شانزده هزار دلار در سال درآمد نداشتیم و به دلیل اینکه نمی‌توانستیم تخت بخریم، روی زمین

می‌خواهیدیم. ما دوتایی هنوز درآمدمان به خط رفاه نمی‌رسید. اما آن قدر خوشحال بودیم که هرگز به ذهنمان خطور نکرده بود که خودمان را فقیر بدانیم. زندگی ما بسیار غنی بود. بسیار خندیدیم. از زندگی خود لذت بردیم. ما باهم بودن را دوست داشتیم. کیم ثروت من بود و فکر می‌کنم من هم برای او همین بودم. معنی داشتیم. هدف داشتیم. ما خوشحال بودیم.

زندگی ما الان خیلی فرق کرده است. هر دوی ما به‌خاطر موفقیتی که در طول این سال‌ها تجربه کرده‌ایم، بسیار سپاسگزاریم. عجیب بود که هر دو ایدئالیست بودیم. خوشحال بودیم که از عیسی پیروی می‌کنیم، به بشریت خدمت می‌کنیم و اجازه می‌دهیم موفقیت ما از طریق ثروت ناملموس درک شود.

زندگی در حال حاضر بسیار پیچیده‌تر شده است. امروز، من مسئول شش هفت کسب‌وکاری هستم که راه‌اندازی کرده‌ام. کتاب می‌نویسم. در سراسر جهان سخنرانی می‌کنم. من یک گروه ذهن متفکر را رهبری می‌کنم. مشاوره عمیق تجاری و توسعه رهبری برای نخبگان انجام می‌دهم. و همچنین موزاییک را رهبری می‌کنم، جامعه ایمانی‌ای که پایه‌گذاری کرده‌ام.

من زندگی‌ام را دوست دارم. باین‌حال، اگر بگویم سنگینی تمام این مسئولیت‌ها را هر روز در زندگی‌ام احساس می‌کنیم، بی‌راه نگفته‌ایم.

کیم نیز مسئولیت‌هایی باورنکردنی دارد. او به سرتاسر جهان سفر می‌کند و رهبری موزاییک جهانی را بر عهده دارد که بازوی بشردوستانه جامعه ماست. او همچنین شاخه مبتکرانه آموزش موزاییک را تأسیس کرد که برای پناهندگان جوان مربی پیدا می‌کند و جوانانی را که از سیستم خارج می‌شوند تشویق می‌کند و درعین‌حال به آن‌ها کمک می‌کند تا واجد شرایط دریافت بورسیه تحصیلی به دانشگاه شوند. او در هفت سال گذشته در یک پروژه توسعه‌ای در مالاوی سرمایه‌گذاری کرده است که با ساخت یک مدرسه ابتدایی عالی به اوج خود رسید. علاوه‌براین، او خدمات انتقالی را برای گروهی از پناهندگان عمدتاً مسلمان در اینجا در لس‌آنجلس رهبری می‌کند. او همچنین در هیئت‌مدیره زیستگاهی برای بشریت فعالیت می‌کند و به‌طور فعال در ساخت خانه‌ها در سراسر شهر ما نیز مشارکت دارد.

باید بگویم که زندگی ما اکنون به‌اندازه زمانی که تازه ازدواج کرده بودیم، معنادار است. اما وزن این موفقیت زندگی ما را بسیار پیچیده‌تر کرده است. به‌عنوان یک فرد شناخته‌شده، من آگاه هستم که مردم به‌ندرت سعی می‌کنند توجهی به کارهای خوبی که ما انجام می‌دهیم، داشته باشند. یک فرض فرهنگی ناگفته وجود دارد که اگر موفقیت مالی دارید، باید برای رسیدن به آن کار غیراخلاقی انجام داده باشید. و بنابراین، اگر احساس شادی و تمامیت ما به تأیید دیگران متکی باشد، موفقیت‌مان در هم خواهد شکست.

هر جنبه‌ای از موفقیت دارای قیمتی است. اگر آرزوی شما شهرت باشد، به قیمت حفظ حریم خصوصی شما تمام خواهد شد. اگر جاه‌طلبی شما قدرت است، ممکن است به قیمت آرامش خاطر شما تمام شود. اگر آرزوی شما لذت‌های خودپسندانه باشد، به قیمت آینده شما تمام می‌شود. اگر هدف شما ثروت است، ممکن است به قیمت جان‌تان تمام شود.

این طور نیست که هیچ‌یک از این اهداف ذاتاً اشتباه باشد. این در حالی است که پول، شهرت و تله‌های موفقیت می‌توانند نتایج فوق‌العاده‌ای از یک زندگی خوب باشند، اما اهداف وحشتناکی را به دنبال دارند. هدف زندگی شما باید بزرگ‌تر از مشهور شدن، ثروتمند شدن یا قدرتمند شدن باشد. اگر این‌ها سوخت زندگی شما هستند، همیشه خالی خواهید بود. شما به آنچه که همیشه می‌خواستید، می‌رسید و هنوز احساس می‌کنید چیزی ندارید و در پی چیزهای بیشتری هستید. هیچ سطحی از موفقیت وجود ندارد که به زندگی شما معنا بدهد. اگر از قبل در زندگی خود معنایی نداشته باشید، همه چیزهایی که در زندگی به دست می‌آورید هم معنایی نخواهند داشت.

در این لحظه نمی‌توانم به اندازه کافی جدی با شما صحبت کنم. ترجیح می‌دهم صدای احتیاط باشم تا اینکه سکوت کنم و تو را ناآماده بگذارم.

کمی قبل از همه‌گیری کرونا، از من خواسته شد که بیایم و در یک رویداد در ساحل شرقی صحبت کنم. میزبان مرد جوانی بود که تا چهل سالگی چندین میلیارد دلار درآمد داشت. لحظه‌ای که با او ملاقات کردم دانستم که انتخاب او برای سخنران اصلی من نبود. نیاز به شهود زیادی نداشت. او قبل از مراسم نزد من نیامد و احوالپرسی نکرد و وقتی در مرکز همایش از کنارم رد شد، به من توجهی نکرد. از دوستی که دعوتنامه را به دستم رسانده بود، پرس‌وجو کردم و او اذعان کرد که من به میزبان تحمیل شده‌ام. او فقط می‌خواست میلیاردرها صحبت کنند و من قطعاً واجد شرایط نبودم.

اما من و او به نوعی باهم ارتباط برقرار کردیم. همسرش که او نیز با ما سر میز نشسته بود، به وضوح عشق زندگی او بود. من و او مدت زیادی باهم صحبت کردیم. گفت‌وگوهای ما طیف وسیعی از موضوعات را شامل شد، از انسان‌شناسی گرفته تا رابطه بین مکانیک کوانتومی و رهبری سازمانی و بعد به چیزهای شخصی‌تر رسید مانند ماهیت گریزان خوشبختی. او به من گفت که من او را به یاد همسرش انداختم، که مغز ما به روش‌های بسیار مشابهی کار می‌کند. سپس شروع کرد به بیان اینکه چقدر از گفت‌وگوی معناداری که داشتیم ممنون است.

بعد از مراسم، در لابی منتظر ماشینی بودم که مرا سوار کند و به هتل برگرداند. میزبان به دنبال من بیرون آمد و بلافاصله شروع به پرسیدن سؤالات عمیق شخصی در مورد زندگی خود کرد. من قبلاً ریسک کرده بودم و صراحتاً آنچه را که در موردش احساس می‌کردم به او گفته بودم: اینکه او خالی است، مستأصل است و درد خود را پشت دارایی‌هایش پنهان می‌کند. خیلی تلاش کرده بود تا همه او را آن طور که خودش می‌خواست ببینند. اما من گفتم که می‌توانم واقعیت او را ببینم و می‌دانستم که حالش خوب نیست. در پس موفقیت، او شکننده و ناامید به نظر می‌رسید.

واقعاً نمی‌توانم توضیحی جز خواست خدا برایش ارائه دهم، اما به هر دلیلی می‌توانم درون افراد را به این شکل ببینم. خودم نمی‌خواهم. اغلب اوقات چیزی که می‌بینم درد است. و در این مرد بسیار موفق هم همین را دیدم. باید به او می‌گفتم که در دنیا پول کافی برای پنهان کردن دردی که در روحش حمل می‌کند، وجود ندارد.

حتی قبل از اینکه به هتل برگردم، او به تلفن همراهم زنگ زد و گفت وگو ادامه یافت. من پیشنهاد دادم که در این مورد به او کمک کنم، اما نپذیرفت. مشکل خیلی شخصی و دردناک بود. از آنچه گفت، می‌توانستم بفهمم که امیدی به گشایش ندارد. اما درنهایت، بیشتر از آن بود که احساس امنیت کند. در را به رویم بست و تقریباً گفت: «خودم درستش می‌کنم!» نمی‌دانم چند بار این جمله را شنیده‌ام. به او گفتم که حتی اگر من هم نباشم، باید به کسی اجازه ورود به زندگی‌اش را بدهد تا به او کمک کند سلامت و تمامیت پیدا کند. دیگر از او خبری نشنیدم.

چند ماه بعد در روزنامه خواندم که جان خود را گرفته است. کلام عیسی در چنین لحظاتی بسیار نافذ است: «برای انسان چه سودی دارد که تمام جهان را به دست آورد و روح خود را از دست بدهد؟»

هرگز فراموش نکنید که وقتی تمام دنیا را به دست آورید، واقعاً بار سنگینی دارد. وقتی در کلاس ششم اسطوره‌شناسی خواندم، به یاد می‌آورم که تصویر اطلس را دیدم که تمام جهان را بر دوش خود حمل می‌کرد. حتی یونانی‌ها می‌دانستند که چنین وزنی را فقط خدایان می‌توانند تحمل کنند. موفقیت می‌تواند کسانی را که آمادگی تحمل آن را ندارند، شکست دهد، به‌خصوص زمانی که تعریف موفقیت فقط کسب موارد بیشتر است. مانند آواز سیرن‌ها، شما را غمگین می‌کند و فرامی‌خواند و سپس به دنبال اسیر کردن شماست.

ممکن است فکر کنید که من با موفقیت و با جاه‌طلبی مخالفم، اما برعکس است. در واقع، من از شما می‌خواهم که جاه‌طلبی زیادی داشته باشید. از شما می‌خواهم به سطح مسخره‌ای از موفقیت دست یابید. اگر می‌توانستم این قدر جسور باشم، امیدوارم توصیه‌های این کتاب به شما انگیزه دهد که چنان ثروت خارق‌العاده‌ای خلق کنید که میلیون‌ها، اگر نگوئیم میلیاردها دلار، برای هدیه دادن و سرمایه‌گذاری روی کسانی که در سرتاسر جهان، داشته باشید. من فقط نمی‌خواهم شما نسبت به آنچه برای رسیدن به آن تلاش می‌کنید کور باشید.

برخلاف آنچه حکمت رایج به ما می‌گوید، موفقیت شما را تغییر نخواهد داد. کاری که موفقیت انجام می‌دهد این است که به شما آزادی و قدرت می‌دهد تا به آن چیزی که واقعاً هستید تبدیل شوید. اگر زمانی که فقیر بودید سخاوتمند نبودید، وقتی ثروتمند باشید هم سخاوتمند نخواهید شد. وقتی در قدرت هستید صداقت نخواهید داشت اگر در زمان ناتوانی درست کار نبوده‌اید. اگر هنگام گمنامی تواضع نداشتید، وقتی به شهرت رسیدید هم فروتن نخواهید بود. موفقیت فقط آنچه را که در درون شماست بزرگ‌تر می‌کند.

طوری رفتار کنید که انگار قرار است موفق شوید. اکنون بهترین نسخه خود شوید. به‌اندازه حساب بانکی خود برای توسعه شخصیتتان انرژی صرف کنید. حتی بیشتر از سرمایه‌گذاری روی دارایی خالص خود، روی خود سرمایه‌گذاری کنید. هنگامی که ثروت، شهرت و قدرت داشته باشید، تقریباً غیرممکن خواهد بود که افرادی را بیابید که حقیقت را به شما بگویند - به‌خصوص اگر فروتنی، مهربانی و سخاوت نداشته باشید. شما نمی‌توانید آن بار سنگین را با خود حمل کنید.

کلیدش این است که شما نمی‌توانید هیچ‌یک از این کارها را به‌تنهایی انجام دهید. اطراف خود را با افرادی احاطه کنید که شما را بهتر می‌کنند، که از فراخواندن شما نمی‌ترسند. فقط انتظار وفاداری نداشته باشید. وفادار باشید. مهربان

باشید. آموزش‌پذیر باقی بمانید. همیشه به‌خاطر داشته‌هایتان سپاسگزار باشید و قدردان افراد زندگی‌تان باشید. به قول خود عمل کنید و به تعهدات خود پایبند باشید. همیشه بیشتر از آنچه می‌گیرید، ببخشید. موفقیت خود را نه با میزان دریافت‌ها، که بر اساس مقدار بخشش‌های خود اندازه‌گیری کنید. چیزهای زیر و سخت هستند که شما را برای برق زدن آماده می‌کنند.

برخی می‌گویند که با پول نمی‌توان شادی را خرید، اما این کاملاً درست نیست. کاری که با پول خود انجام می‌دهید می‌تواند به شما خوشبختی بی‌حدواندازه‌ای بدهد - البته نه آن‌طور که فکر می‌کنید. اگر می‌خواهید پولتان شما را احمق خوشحال کند، شروع به بذل و بخشش آن کنید. برخی از شادترین افرادی که می‌شناسم کسانی هستند که ثروت عظیم داشته‌اند و سخاوتمند بوده‌اند. برخی از مهربان‌ترین افرادی که می‌شناسم، برخی از بزرگ‌ترین شرکت‌های جهان را اداره می‌کنند. برخی از فروتن‌ترین افرادی که می‌شناسم به شهرت باورنکردنی دست یافته‌اند و هنوز مکان موردعلاقه آن‌ها خانه‌ای کنار خانواده‌هایشان است.

این افراد افسانه‌ای هستند. برای مستضعفان مدرسه می‌سازند. برای بی‌خانمان‌ها خانه می‌سازند. به گرسنگان غذا می‌دهند. برای ناامیدها امید می‌آورند. آن‌ها فرصت‌هایی را برای دیگران ایجاد می‌کنند و مصمم به ایجاد آینده‌ای بهتر هستند.

بله، اکثر آن‌ها خانه‌های فوق‌العاده‌ای دارند. بسیاری از آن‌ها دارای قایق بادبانی و هواپیماهای شخصی یا اتومبیل‌های بیشتری نسبت به دیگران هستند. مطمئناً بیش از آنچه که بسیاری از ما برای خودمان هرگز متصوریم، ثروت دارند. اما من خیلی وقت پیش تصمیم گرفتم که به‌جای حسادت به آنچه دیگران دارند، برای آن‌ها جشن بگیرم. آن‌ها دقیقاً از آن دسته افرادی هستند که شما در مسیر موفقیت خود می‌خواهید شبیه‌شان شوید. مدت‌ها قبل از اینکه حتی بدانند از پس اجاره خانه خود برمی‌آیند یا نه، تصمیم گرفتند که چه نوع آدمی باشند و چه نوع زندگی کنند. آن‌ها نه تنها بار موفقیت را درک می‌کنند، بلکه معنای نظارت، مسئولیت و فرصتی را که به ارمغان می‌آورد را درک می‌کنند. آن‌ها از زندگی خود کاملاً لذت می‌برند. موفقیت آن‌ها را خرد نمی‌کند. شادی، روابط یا زندگی آن‌ها را از بین نمی‌برد.

مثال آن‌ها به من آموخت که موفقیت نباید داستانی هشداردهنده باشد. اگر تلاش کنید، توان تحمل بار موفقیت را خواهید داشت و به‌خوبی به پایان می‌رسید.

تغییر ذهنیت شماره ۱۲:

چیز خیلی خوبی وجود ندارد

اگر ادبیات سلامت و کامل بودن را مطالعه کنید، در مورد اهمیت تعادل خواهید شنید شما از هر جهت خواهید شنید که کلید زندگی خوب این است که به کار، ازدواج، خانواده، سلامتی، ایمان و البته رؤیاهایتان زمان و انرژی برابر بدهید. من درک می‌کنم که مردم وقتی این توصیه را می‌کنند، می‌خواهند از چه چیزی دفاع کنند. هیچ‌کس استدلال نمی‌کند که خوب است روی کار خود وسواس داشته باشید تا جایی که همسر یا فرزندان خود را نادیده بگیرید. اما مشکل مفهوم تعادل این است که اغلب یک ساختار ذهنی ایجاد می‌کند که همه چیز در زندگی شما باید برابر باشد. ما تسلیم این باور می‌شویم که باید جنبه‌ای از زندگی خود را کاهش دهیم و حتی آن را مهار کنیم، حتی زمانی که آن جنبه چیزی باشد که به آن اشتیاق داریم، چیزی که برای ما حیات‌بخش‌ترین است.

همه چیز در زندگی وزن یکسانی ندارد. مثلاً عشق متعادل نیست. حتی اگر تلاش هم بکنید، این ظرفیت را ندارید که همه را در یک سطح دوست داشته باشید. عشق شما را از تعادل خارج می‌کند. وقتی کسی را دوست دارید، او به مرکز زندگی شما وارد می‌شود. کل جهان شما با کشش گرانشی آن‌ها دوباره تنظیم شده است. درواقع، وقتی در عمیق‌ترین سطح به کسی عشق می‌ورزید، متوجه می‌شوید که هرگز فرد دیگری را به همین شکل دوست نخواهید داشت. در آنجا تعادل وجود ندارد. همه چیز در یک جهت منحصربه‌فرد اعمال می‌شود.

افرادی که روی تعادل تمرکز می‌کنند، در نهایت ظاهرشان بسیار شبیه به هم است. آن‌ها تعریف دیگران را از اینکه یک زندگی متعادل چگونه به نظر می‌رسد پذیرفته‌اند، و در این فرایند، لبه‌های ناهموار شخصیت خود را سوهان زده‌اند. چیزی که در آغاز تلاشی برای هماهنگی بود، در نهایت همچون بی‌تفاوتی به نظر می‌رسد. این یکی از دلایلی است که من هرگز به تعادل اعتقاد نداشته‌ام. در هر صورت، بهترین زندگی‌ها از ریشه منحرف می‌شوند. افراد پرشور به‌ندرت متعادل هستند. آتشی است که در درونشان می‌سوزد، عشق به کاری که انجام می‌دهند. آن‌ها همیشه راهی برای صحبت درمورد آن پیدا می‌کنند، صرف نظر از اینکه آن صحبت چه باشد. آن‌ها معتقدند که همه باید همین احساس را داشته باشند. دیگرانی که به آن موضوع علاقه ندارند ممکن است آن‌ها را وسواسی خطاب کنند و حق با آن‌هاست. وقتی کسی غرق در علایقش زندگی می‌کند، بیشتر احساس زنده بودن می‌کند.

اگر به اندازه کافی خوش‌شانس باشید که شغلی را که دوست دارید پیدا کنید، هرگز به‌طور کامل متوجه نمی‌شوید که چرا دیگران منتظر تعطیلات هستند. ممکن است یک یا دو هفته را برای لذت بردن از خانواده و دوستان خود اختصاص

دهید، اما دلیلش آن نیست که کار شما برای شما سنگین است. شما عاشق کارتان هستید. کار چیزی نیست که باید انجامش دهید، چیزی است که می‌خواهید انجام دهید.

ما اغلب روی سمت اشتباه معادله تمرکز می‌کنیم. ما به تعادل نیاز نداریم. ما به نیت و هم‌سوایی نیاز داریم. ما باید بخش اول زندگی‌مان را صرف این کنیم که بفهمیم چه کاری را دوست داریم انجام دهیم و سپس بخش بعدی زندگی‌مان را دریابیم که چگونه آن کار را انجام دهیم.

وقتی با نیت مشخص زندگی می‌کنید، هم رفته‌رفته از شر چیزهایی که برای شما خوب نیست، خلاص می‌شوید و هم از شر چیزهایی که اصلاً برای شما نیست. مثلاً من گلف بازی نمی‌کنم. ناپدری من در سطح نیمه‌حرفه‌ای بازی می‌کرد و من دیدم چقدر طول خواهد کشید تا در گلف خوب شوم. در اوایل زندگی تصمیم شخصی گرفتم که گلف برای من آن قدر ارزش ندارد. مدتی از این هم فراتر رفتم. من به این نتیجه رسیدم که هرگز کسی را که گلف بازی می‌کند استخدام نمی‌کنم. (نگران نباشید، دیگر آن سیاست را ندارم. برخی از مولدترین افرادی که می‌شناسم، عاشق گلف هستند و خیلی هم روی آن تعصب دارند.)

خیلی چیزها در زندگی فوق‌العاده هستند، اما برای من نیستند. این بدان معنا نیست که آن‌ها برای شخص دیگری مناسب نیستند. ممکن است با نیت آن شخص مطابقت کامل داشته باشد. این یکی از دلایلی است که ما هرگز نباید از ارزش‌ها و اولویت‌های شخصی خود به‌عنوان معیاری برای قضاوت دیگران استفاده کنیم.

البته چیزهایی وجود دارد که همه ما باید سعی کنیم از زندگی خود حذف کنیم. تکبر هیچ مقدارش سالم نیست. طمع هیچ مقدارش سالم نیست. تلخی همین‌طور. دوگانگی همین‌طور. بی‌وفایی و خودشیفتگی همین‌طور. برخی چیزها هستند که نمی‌توانید آن‌ها را حفظ کنید، حتی در حد اعتدال. اگر حتی یک قطره هم بهشان اجازه وجود بدهید، تمام جنبه‌های روح شما را مسموم می‌کنند.

اما من همچنین متوجه شده‌ام چیزهای دیگری وجود دارد که نمی‌توانید بیش از حد آن‌ها را داشته باشید. برخلاف تصور عمومی، شما نمی‌توانید خیلی مهربان باشید. شما ممکن است خیلی خوب یا خیلی سازگار باشید، اما هرگز نمی‌توانید خیلی مهربان باشید. برای همین متعهد شوید که در مهربانی افراط کنید. با هر کسی که ملاقات می‌کنید مهربان باشید، در هر شرایطی، در هر موقعیتی. من درک می‌کنم که استثنائاتی وجود خواهد داشت. بالاخره هیچ‌یک از ما کامل نیستیم. اما وقتی به زندگی خود نگاه می‌کنید، بخواهید این معرف شما باشد که: فلانی حتی زمانی که مجبور نبود، مهربانی نشان داد.

همچنین ممکن است در امید زیاده‌روی کنید. مهم نیست که بدین‌ها به شما چه می‌گویند، امید شما را از واقعیت جدا نمی‌کند. امید شما را نسبت به مشکلات دنیا کور نمی‌کند. امید شما را سطحی نمی‌کند. امید انکار نیست. من درک می‌کنم که امید آوازه خوبی ندارد. امید را می‌توان به راحتی با توهم اشتباه گرفت، به خصوص زمانی که از آن به‌عنوان فرار از واقعیت استفاده شود. مثل شخصی که چپ‌وراست با پول اندکی بلیت بخت‌آزمایی می‌خرد، به این امید که بلیتش برنده

شود. آدمی است که می‌خواهد وزن کم کند، اما هرگز عادات غذایی خود را تغییر نمی‌دهد. زنی است که در یک رابطه زناشویی توهین‌آمیز است و خود را متقاعد می‌کند که در صورت ماندن، می‌تواند طرف مقابل را تغییر دهد. امید هرگاه ریشه در شانس یا ناتوانی یا انکار داشته باشد، امید کاذب است.

اما امید همچنان می‌تواند شما را قدرتمند کند. یکی از فیلم‌های موردعلاقه همیشه من، *رستگاری در شاوشنک*^{۱۷} است. فیلم قصه مردی است که به خاطر قتل که مرتکب نشده به زندان افتاده است. علی‌رغم مشکلات تقریباً حل‌نشده و خطرات یک سیستم زندان وحشیانه و فاسد، او نه تنها زندگی زندان را تاب می‌آورد، بلکه نقشه فراری را طراحی می‌کند که در نهایت او را آزاد می‌کند. قوی‌ترین بینش در کل فیلم زمانی است که رد به اندی می‌گوید: «دوست من، اجازه بده چیزی به تو بگویم. امید چیز خطرناکی است. امید می‌تواند آدم را دیوانه کند.» شما نمی‌توانید کسی را که حاضر نیست امیدش را از دست بدهد بشکنید. امید جادوی پشت خوش‌بینی است. امید به شما یادآوری می‌کند که هرچقدر هم که بد شود، از آن عبور خواهید کرد. اگر نتوانید امید یک نفر را از بین ببرید، نمی‌توانید او را از بین ببرید.

اگر می‌خواهید در این دنیا کمیاب باشید، هرگز امید خود را از دست ندهید. امید همان قدرتی است که می‌تواند بی‌تفاوتی را از بین ببرد و به شما قدرت تحمل خشونت نقاط تاریک داستان انسانی را بدهد. ما نمی‌توانیم از این واقعیت فرار کنیم که زندگی پر از درد و رنج، خشونت و بی‌عدالتی، حتی ظلم و فساد است. باین‌حال، امید به همان روشی که نور از تاریکی می‌گذرد، ناامیدی را از بین می‌برد. امید از شما سرایت می‌کند. امید از شما چراغی می‌سازد.

این یکی ممکن است سخت‌تر باشد، اما شما نمی‌توانید خیلی بخشنده باشید. در اینجا، اگر شده فقط از منظر تاریخی، باید به عیسی که افسونگر بخشش است، متوسل شوم. او یک بار به شاگردانش گفت که باید دشمنان خود را ببخشند، اما برای آن‌ها سخت بود که بپذیرند. پرسیدند که چند بار باید مردمی را که می‌خواستند به آن‌ها ظلم، ببخشند. پاسخ عیسی «هفتاد ضربدر هفت» بود. حساب و کتابش با خودتان - خیلی می‌شود. آنچه شاگردان او فهمیدند این بود که عیسی نمی‌گفت ۴۹۰ بار باید ببخشی، اما در بار ۴۹۱^{ام} می‌توانی از بخشش دست بکشی. در زمان او هفتاد ضربدر هفت معادل ریاضی یک عدد نامتناهی بود. به عبارت دیگر، عیسی می‌گفت که شما نمی‌توانید بیش از حد ببخشید.

صادقانه بگویم، من احساسات متفاوتی در مورد این موضوع دارم. این ایده که باید بدون محدودیت بخشیده شوم برایم فوق‌العاده جذاب است. این ایده که باید دیگران را بدون محدودیت ببخشم چندان خوشایند نیست. باین‌حال، آن را عاقلانه می‌بینم. من نزدیک به چهل سال است که ازدواج کرده‌ام و هیچ راهی وجود ندارد که بتوانیم بدون بخشش موفق شویم. تا اینجا کار بسیار خوب است. من به شما اطمینان می‌دهم که ما حدود بخشش را آزمایش کرده‌ایم. سنگ‌ریزه‌ها هستند که باعث رانش سنگ می‌شوند، نه خود سنگ‌ها. این خیانت‌های بزرگ نیستند که یک رابطه را خراب می‌کنند. بلکه چیزهای کوچک بی‌شماری هستند که در تلخی و رنجش جمع می‌شوند. روابط فقط تا زمانی ادامه خواهند داشت که بخشش جریان داشته باشد. و این به همان اندازه که برای یک زوج متأهل صادق است، برای کل جامعه نیز صادق است. بخشش زیاد در دنیا نمی‌تواند وجود داشته باشد. یک چیزی که من به‌طور قطع می‌دانم این است که زمانی در

^{۱۷} *The Shawshank Redemption*

زندگی شما خواهد آمد که به بخشش نیاز خواهید داشت. بخشش اگر همیشه از سمت شما به سوی دیگران سرازیر شده باشد، آزادانه در جهت شما جریان خواهد یافت.

چیز دیگری که نمی‌توانید بیش از حد از آن برخوردار باشید صداقت است. به نظر بدیهی می‌رسد، با این تفاوت که من در واقع شنیده‌ام که مردم می‌گویند که شما می‌توانید به نفع خود بیش از حد صادق باشید. منظور آن‌ها در واقع این است که حضور یک فرد صادق در یک سازمان نادرست خطرناک است. من مجذوب پدیده فرهنگی «افشاگری» هستم. این اصطلاح، خود تصدیق این است که گاهی اوقات فقط یک نفر در یک شرکت وجود دارد که صداقت دارد فساد را اعلام کند. متأسفانه، تمامیت^{۱۸} تحت فشار، ویژگی شخصیتی نادری است که مجبوریم برایش نامی در نظر بگیریم.

کلمه *integrity* [تمامیت] از ریشه کلمه *integration* [ادغام] گرفته شده است. یعنی شما به بخش‌هایی تقسیم نشده‌اید. یعنی در هر جا و در هر شرایط و در هر موقعیتی یک نفر هستید. تمامیت به این معناست که شما فردی صادق هستید و این بسیار مهم است، زیرا اعتماد اساس هر چیز خوبی است که می‌خواهید بسازید. بدون اعتماد، نمی‌توانید موفقیت‌پایداری داشته باشید. بدون اعتماد، نمی‌توانید روابط پایداری داشته باشید. اگر قابل اعتماد نباشید، هر چیز دیگری که در مورد شما خوب است در نهایت فرومی‌ریزد. هیچ‌کس هرگز شما را به داشتن صداقت بیش از حد متهم نمی‌کند، پس آن را فراوان داشته باشید.

یک چیز خوب دیگر وجود دارد که می‌خواهم شما را تشویق کنم که در آن افراط کنید. این یکی ممکن است شما را شگفت‌زده کند، اما من صادقانه معتقدم که نمی‌توانید جاه‌طلبی زیادی داشته باشید. جاه‌طلبی ویژگی دیگری است که در طول نسل‌ها آوازه‌بدی پیدا کرده است. بنا به دلایلی ما به این باور رسیده‌ایم که بافضیلت‌ترین افراد کسانی هستند که جاه‌طلبی را در خود کشته‌اند. ای‌کاش کسی در اوایل زندگی‌ام به من می‌گفت، به‌ویژه در رابطه با سفر معنوی‌ام، که جاه‌طلبی هم قدرتمند و هم خوب است. بگذارید واضح بگویم: جاه‌طلبی یک فضیلت است.

دلیل اینکه جاه‌طلبی در چنین منظر منفی‌ای دیده می‌شود این است که ما انسان‌ها تمایل داریم در مورد چیزهای اشتباه جاه‌طلب باشیم. ما نمونه‌های زیادی از افراد قدرتمند را دیده‌ایم که جاه‌طلبی‌هایشان بدون همراهی فضیلت بود. به‌عنوان مثال الیزابت هولمز را در نظر بگیرید. او استارت‌آپ خود به نام ترانوس را با ادعای ایجاد یک فناوری آزمایش خون راه‌اندازی کرد که هرگز وجود نداشت. طمع او از تخصصش فراتر رفت زیرا صدها میلیون دلار سرمایه جمع‌آوری کرد و یک امپراتوری نُه‌میلیارددلاری ساخت. در اواخر سال ۲۰۲۲ او به اتهام کلاهبرداری به یازده سال زندان محکوم شد. حتی امروز که مشغول نوشتن این فصل بودم، یکی از نزدیک‌ترین دوستانم لینک خبری درباره سرمایه‌گذاری را برایم فرستاد که برای مدیریت پرتفوی خود استخدام کرده بود. به نظر می‌رسد که سرمایه‌گذار به دلیل کلاهبرداری از سه بانک و سرمایه‌گذاران متعدد سی‌وپنج میلیون دلار جریمه خواهد شد.

^{۱۸} integrity

این‌ها فقط دو نمونه هستند. ما تا دلتان بخواهد آدم می‌شناسیم که جاه‌طلبی‌هایشان منجر به مرگ خودشان و نابودی دیگران شده است. اما صرف اینکه جاه‌طلبی آن‌ها اشتباه هدایت شده است، به این معنی نیست که جاه‌طلبی ایرادی دارد. می‌توان جاه‌طلبی را به فضیلت تبدیل کرد. جاه‌طلب شدن برای کارهای خوبی که قرار است انجام دهید. اجازه ندهید کسانی که فضیلت کمتری دارند، جاه‌طلبی بیشتری از شما داشته باشند. جاه‌طلبی برای خوبی و زیبایی و حقیقت را به زندگی خود وارد کنید.

وبسایت فرهنگ لغت جاه‌طلبی را این‌گونه تعریف می‌کند: «میل جدی برای نوعی دستاورد یا تمایز... و تمایل به تلاش برای دستیابی به آن.» طبق این توصیف، این یک کیفیت اخلاقی خنثی است. اما جالب است مردم در قسمت مثال‌های سایت این جمله را نوشته‌اند: «جاه‌طلبی بیش‌ازحد باعث شد که همکاران فلانی او را دوست نداشته باشند.»

من معتقدم که می‌توانیم روایت را تغییر دهیم.

«او آن قدر جاه‌طلبی برای انجام کارهای خوب داشت که الهام‌بخش همه کسانی بود که او را می‌شناختند.»

«او آن قدر جاه‌طلبی برای پایان دادن به فقر داشت که نه تنها بخش عظیمی از دارایی خود را برای کاهش درد و رنج بشری بخشید، بلکه الهام‌بخش بسیاری از افراد دیگر نیز شد تا همین کار را انجام دهند.»

«آن‌ها آن قدر جاه‌طلبی داشتند که هیچ‌چیز نمی‌توانست متقاعدشان کند که نمی‌توانند جهان را بهتر کنند. آن‌ها یا بخشی از راه‌حل خواهند بود، یا در تلاش خواهند مرد.»

نقطه مقابل جاه‌طلبی بی‌تفاوتی است. و اگر جاه‌طلبی در طول تاریخ بشر به سهم خود آسیب رسانده است، نمی‌توان آن را با آسیب کسانی که زندگی بی‌تفاوتی داشته‌اند مقایسه کرد. شر برای رشد به اکسیژن بی‌تفاوتی نیاز دارد. تاریخ توسط کسانی شکل می‌گیرد که باور ندارند شما می‌توانید چیزهای خوبی داشته باشید. آنچه ما نیاز داریم یک انقلاب بلندپروازی است. آنچه آینده به آن نیاز دارد، زنان و مردانی هستند که برای ایجاد دنیایی بهتر سوق داده شوند.

برای چه چیزی جاه‌طلب خواهید شد؟ شما نمی‌توانید آزادی زیادی داشته باشید. شما نمی‌توانید بیش‌ازحد عدالت داشته باشید. شما نمی‌توانید بیش‌ازحد دلسوزی داشته باشید. شما نمی‌توانید برابری بیش‌ازحد داشته باشید. شما نمی‌توانید با یک فرد بسیار محترمانه رفتار کنید. شما نمی‌توانید بیش‌ازحد دوست داشته باشید. شما نمی‌توانید بیش‌ازحد ایمان داشته باشید. شما نمی‌توانید خیلی امیدوار باشید. این‌ها فضایی است که روح انسان به وفور به آن نیاز دارد.

برای چیزهایی که شما را انسان بهتری می‌کند، در روح خود جا باز کنید. در حذف هر چیزی که انعکاسی از بهترین خود شما نیست، بی‌رحم باشید. جهانی در درون شما وجود دارد که مانند جهان بیرونی، همیشه در حال گسترش است. شما همیشه فضای بیشتری برای رشد خواهید داشت. می‌توانید در تمام زندگی خود عشق را کشف کنید و هرگز به

مرزهای آن نرسید. امید و ایمان و شجاعت و سخاوت هم همین طور. همیشه چیزهای بیشتری برای کشف وجود خواهند داشت. وقتی آن‌ها را به بخشی از آنچه که هستید تبدیل کنید، نامحدود می‌شوید. وقتی چیزهای خوب و زیبا و واقعی را دنبال می‌کنید، این باعث تغییر شما در سطحی اساسی می‌شود. شما را متحول می‌کند. شما خوب و زیبا و واقعی می‌شوید.

باشد که جهان همیشه در حال گسترش درون شما هدیه‌ی شما به جهان باشد. باشد که هرکسی که از مسیر شما عبور می‌کند، مورد برکت شخص شما و جهانی که ساخته‌اید باشد. باشد که همیشه چراغ راه برای بزرگواری و شرافت و انسانیت باشید. باشد که با هر دم، چراغی در مکان‌های تاریک، و سندی باشد برای زندگی کسانی که با ناامیدی خاموش چنگ می‌زنند. باشد که زندگی شما الهام‌بخش همه‌ی رؤیاپردازانی باشد که هنوز در راه‌اند.

چرا برخی از افراد با وجود اتفاقات ناگوار زیاد موفق می‌شوند؟ چگونه برخی به چیزهای غیرقابل تصور دست می‌یابند، آیا ساختارهای ذهنی مشخصی برای شکست و موفقیت وجود دارد؟

تقریباً همه ما به دنبال رویاهایمان هستیم. گاهی تصمیمی می‌گیریم که همه چیز را تغییر می‌دهد. ما همیشه یک انتخاب فاصله داریم. اگر می‌خواهیم بدون پشیمانی زندگی کنیم، باید تغییری در ذهن خود ایجاد کنیم، باید از زندگی اجباری به سوی زندگی دارای هدف برویم.

در کتاب تغییر ذهنیت دوازده چارچوب ذهنی گرد هم آمده که به برخی از موفق‌ترین افراد روی زمین کمک کرده تا ساختارهای درونی موفقیت را ایجاد کنند.

مک مانوس در این کتاب با به اشتراک گذاشتن تجربیات کارآفرینان، هنرمندان، ورزشکاران حرفه‌ای و تجربه خود، به ما نشان می‌دهد که چگونه ذهن و در ادامه زندگی خود را متحول کنیم.

هدف این کتاب از بین بردن محدودیت‌های درونی شماست.

