

## گنج درونی شما چیست؟

آن کار شگفت‌انگیزی که برای انجامش متولد شده‌اید را کشف کنید  
راهنمای گام‌به‌گام برای رسیدن به شغلی که دوست دارید

استیو اولشر

مترجم: منصور بیگدلی



## فهرست مطالب

۳	پیش گفتار مترجم.....
۵	پیشگفتار نویسنده.....
۱۹	بخش اول : ایجاد اساس.....
۱۹	فصل اول: پیش گفتاری بر چهار مرحله یادگیری.....
۲۹	فصل دوم: گرداب آسیب پذیری.....
۴۵	فصل سوم: گرداب شکست ناپذیری.....
۶۱	فصل چهارم: مراحل بعدی یادگیری.....
۷۳	فصل پنجم: اوج.....
۹۳	بخش دوم: ایجاد تغییرات مثبت و پایدار.....
۹۳	فصل ششم: هفت اصل تغییردهنده زندگی (S.L.A.P).....
۹۹	فصل هفتم: اصل شماره ۱ تغییر دهنده زندگی: تصمیم گیری.....
۱۰۷	فصل هشتم: اصل شماره ۲ تغییردهنده زندگی: فاصله را احیا کنید.....
۱۱۵	فصل نهم: اصل شماره ۳ تغییردهنده زندگی: نظریه بسندگی.....
۱۲۹	فصل دهم: اصل شماره ۴ تغییردهنده زندگی: مغز خود را دوباره آموزش دهید.....
۱۴۳	فصل یازدهم: اصل پنجم تغییردهنده زندگی: محراب کلیسای جک.....
۱۵۹	فصل دوازدهم: اصل شماره ۶ تغییردهنده زندگی: قاعده نه چندان طلایی.....
۱۶۷	فصل سیزدهم: اصل شماره ۷ تغییر دهنده زندگی: مرگ تدریجی ستاره نشدن.....
۱۷۷	بخش سوم: به کسی تبدیل شوید که برای آن متولد شده‌اید.....
۱۷۷	فصل چهاردهم: گنج درونی شما چیست؟ پیش گفتار.....
۱۹۱	فصل پانزدهم: شناسایی گنج درونی شما، گام نخست.....
۲۱۵	فصل شانزدهم: شناسایی گنج درونی شما، گام دو و سه.....
۲۳۳	فصل هفدهم: گنج درونی خود را یافته‌اید، حال چه باید کرد؟!.....
۲۵۷	فصل هجدهم: مسیر خود را ایجاد کنید، میراث خود را بسازید.....
۲۶۹	فهرست کتاب‌های منتشر شده نشر آوین.....

# بخش اول : ایجاد اساس

## فصل اول: پیش‌گفتاری بر چهارمرله یادگیری

بسیاری از افراد بصورت فیزیکی، ذهنی یا اخلاقی در چرخه بسیار محدودی از وجود بالقوه خود زندگی می‌کنند. آنها از بخش بسیاری کوچکی از آگاهی و در کل منابع روح خود استفاده می‌کنند؛ درست مانند فردی که باید عادت کند از کل بدن خود فقط انگشت کوچک خود را حرکت دهد و استفاده کند. اضطرارها و بحران‌های بزرگ به ما نشان می‌دهند که منابع حیاتی ما چقدر بزرگتر از آن چیزی هستند که فکر می‌کردیم.

ویلیام جیمز

چه می‌شود اگر شخصی که بیش از هر کس دیگری در جهان دوستش دارید در حال مردن بخاطر یک بیماری نادر باشد و تنها شش ماه فرصت زندگی داشته باشد؟ در گوگل این بیماری را جستجو کنید و ببینید پادزهری معجزه‌آسا نزد یک جادوگر مناطق گرم(که یک سرمایه‌دار هم هست) وجود دارد که یک میلیون دلار قیمت دارد و شما تنها هزار دلار دارید؟ با چه سختی تلاش خواهید کرد تا آن ۱ میلیون دلار را بدست آورید؟ با چه سرعتی آن ناممکن را به ممکن تبدیل خواهید کرد؟ مانند یک ماشین اسپرت با عملکرد بالا که کاملاً تنظیم شده، و با چند دنده کار می‌کنید. هرچند به ندرت با چنین بحران‌ها یا اضطرارهایی روبرو می‌شوید که شما را مجبور می‌کنند پتانسیل خود را بیشینه کنید و کاملاً از توانایی خود استفاده کنید که نتایج پویایی برای شما ایجاد خواهد کرد.

آیا تابحال داستانی در مورد مادر وحشت‌زده‌ای شنیده‌اید که شی بسیار سنگینی را بلند می‌کند تا کودک خود را نجات دهد؟ یا پدری که با دستان خالی با حیوانی وحشی می‌جنگد تا از خانواده خود محافظت کند؟ هرچند امیدواریم که هرگز با چنین مواردی روبرو نشوید، اما این حقیقت درجای خود باقی می‌ماند که زندگی شما تحت تاثیر محدودیت‌هایی است که خودتان ایجاد کرده‌اید. چنین محدودیت‌هایی باعث تکرار عبارت‌های مخربی مانند «هرگز