

# به سوی کامیابی « ۱ »

(نیروی بیکران)

اثر

آنتونی رابینز

ترجمه: مهدی مجردزاده کرمانی

## فهرست مندرجات

۵	معرفی
۹	مقدمه دکتر بلاکاراد
۱۱	مقدمه سر جیسون وینتر
۱۳	فصل ۱ - ابرار قدرتمندان
۳۱	فصل ۲ - تفاوتی که ایجاد تفاوت می‌کند
۴۵	فصل ۳ - نیروی ناشی از حالت روحی
۵۹	فصل ۴ - سرآغاز بهروری ایمان
۷۳	فصل ۵ - همت ناور که موجب موفقیت می‌شود
۸۷	فصل ۶ - تسلط بر دهن چگونه افکار خود را کنترل کنیم
۱۱۱	فصل ۷ - ترتیب و ترکیب عوامل موفقیت
۱۲۳	فصل ۸ - چگونه به استراتژی دیگران پی بریم
۱۴۱	فصل ۹ - فعالیت جسمی راه بهروری
۱۵۳	فصل ۱۰ - انرژی. سوخت موتور موفقیت
۱۷۵	فصل ۱۱ - رفع تنگناها شما چه می‌خواهید؟
۱۹۱	فصل ۱۲ - نیروی ناشی از دقت و صراحت
۲۰۳	فصل ۱۳ - اعجاز صمیمیت
۲۱۵	فصل ۱۴ - مرزهای بهروری چهارچوبهای دهی
۲۳۱	فصل ۱۵ - چگونه بر موانع و مقاومت‌ها غلبه و مشکلات را حل کنیم
۲۴۱	فصل ۱۶ - بازسازی دهی، نیروی تحسم.
۲۵۵	فصل ۱۷ - تکیه گاههای دهی نقش تداعی در موفقیت.
۲۶۹	فصل ۱۸ - سلسله مراتب ارزش‌ها قضاوت بهایی درباره موفقیت.
۲۸۹	فصل ۱۹ - پنج کلید ثروت و خوشحالی
۳۰۱	فصل ۲۰ - ایجاد روندها نیروی متقاعد کردن دیگران.
۳۱۳	فصل ۲۱ - بهروری واقعی مبارزه انسانی.

## فصل ۱

### ابرار قدرتمندان

«عظمت رندگی در علم بست، بلکه در عمل است»

توماس هبری ها کسلی

ماهها بود که آواره او را می‌شیدم. می‌گفتند مردی حوا، ثروتمند، خوش سیه، خوشبخت و موفق است باید خودم این همه را می‌دیدم. هنگامی که از استودیوی تلویزیون خارج می‌شد او را زیر نظر گرفتم و از آن به بعد تا چند هفته، همه‌جا او را تعقیب کردم. ناظر بودم که چگونه همه کس، از رئیس جمهوری یک مملکت گرفته تا اشخاصی که دچار ترس‌های بی‌مورد روانی<sup>۱</sup> بودند با او مشورت می‌کنند. می‌دیدم که با متخصصان رژیم عدالتی بحث می‌کند، مدیران را آموزش می‌دهد و با ورزشکاران و دانش‌آموزان عقب افتاده دهی کار می‌کند چون با همسر خود به سفرهای داخلی یا خارج از کشور می‌رفت فوق‌العاده خوشبخت و دلناخته وی بنظر می‌رسید و چون سفرشان به پایان می‌رسید به س دیه‌گو<sup>۲</sup> برمی‌گشتند تا چند روزی را در کنار خانواده و در قصری که مشرف به اقیانوس آرام بود، بگذرانند.

چه شد که این پسر بیست و پنج ساله، با تحصیلاتی فقط در حد دبیرستان، توانست در چنین مدت کوتاهی، به چنان توفیقی دست یابد؟ گذشته از این، او حوا بی بود که همین سه سال پیش، در یک آپارتمان مجردی چهل متری رندگی می‌کرد و طرفهایش را در وان حمام می‌شست. این فرد فوق‌العاده بدبخت، که پانزده کیلو هم اضافه وزن داشت، در روابطش با دیگران فرومی‌ماند، و بنظر نمی‌رسید چندان آتیه‌ای داشته باشد، چگونه تبدیل به فردی شاحص، قوی، و قابل احترام شده که روابطش با دیگران بی‌بطیر، و شانس موفقیتش بی‌پایان است؟

این سه، باور کردنی نبود. اما آنچه بیش از همه، مرا شگفت رده کرد، این بود که خودم این شخص، خودم هستم! داستاں زندگی او، قصه زندگی من است.

آن نمی‌خواهد بگویم که زندگی من، سراسر قرین موفقیت است بی تردید، هریک از ما رویه و آرزوهایی داریم که میخواهیم در زندگی خود، نه آنها برسیم علاوه برای من روشن است که آنچه می‌دانید، هدفی که به سوی آن می‌روید، و آنچه دارید، معیار واقعی موفقیت شما نیست. به نظر من، موفقیت، جریان مداومی است که ضمن آن مشتاق و آرزومند موفقیت‌های بیشتری هستیم. فرصتی است که بتدریج از نظر احساسی، اجتماعی، روحی، جسمی، روشم‌فکری و وضعیت مالی رشد کنیم و در عین حال به طریقی مثبت با دیگران همکاری نمائیم. راه موفقیت همیشه در دست‌ساختمان است. موفقیت پیش‌رفت است، نه به نقطه پایان رسیدن

راز داستاں زندگی من ساده است. با به کار بردن اصولی که در این کتاب آنها را خواهید آموخت توانستم به‌تنها احساسی که بست به خودم داشتم دگرگون سازم، بلکه دستاوردهای خود را در زندگی بپرهمود بخشم، و این کار را از طریق مهم و قابل‌سنجش به انحام رسانم. هدف این کتاب آن است که تغییراتی را که برای رسیدن به زندگی بهتر به انحام رسانیدم با شما در میان‌گذارد صادقانه امیدوارم که فو، هدفها، مهارتها و فلسفه‌هایی که طی صفحات این کتاب آموزش داده می‌شود همچنانکه بی‌روحش من بوده، توانائیهای شما را بپراپیش دهد بیروی معمره‌آسانی که بررگترین رؤیایها و آرزوهای ما را تحقق می‌بخشد در درون همه ما بهفته است. وقت آن است که این بیرو را آزاد کنیم!

چون به راهی می‌نگرم که ضمن آن رؤیایهای خود را بصورت زندگی کنویم درآوردم نمی‌توانم شکرگزار و حاصع باشم تازه من فردی بی‌همتا نیستم حقیقت آن است که در زمانه ما، بسیاری کسان، تقریباً یک شه، کاری چنان شگرف انحام داده و به چنان توفیقی دست یافته اند که در زمانهای پیش قابل تصور بود. بعنوان مثال استوحار<sup>۱</sup> خوانی بود با لباس حیث که هیچ پول نداشت و ناگهان فکر ساختن کامپیوتر خانگی بطرش رسید و در عرض مدتی چنان کوتاه صاحب ۵۰۰ شرکت شد که در تاریخ سابقه ندارد. همین طور تد ترنر<sup>۲</sup> که با استفاده از وسیله ای که تقریباً وجود نداشت (یعنی تلویزیون کانلی) برای خود یک امپراتوری ایجاد کرد. یا کسانی ارقیل استیون سپیل برگ<sup>۳</sup> و روس سپریگستین<sup>۴</sup> در زمینه صنایع تفریحی و یا نارگاناسی ماند لی آیا کوکا<sup>۵</sup> و راس پروت<sup>۶</sup>. در این اشخاص به حر موفقیت مهوت کسده و

1 - Steve Jobs

2 - Ted Turner

3 - Steven Spielberg

4 - Bruce Springsteen

5 - Lee Iacocca

6 - Ross Perot

شگفت‌انگیز چه چیزی مشترک است؟ حواب البته این است .. قدرت.

قدرت، کلمه‌ای هیجان‌آور است عکس‌العمل افراد نسبت به آن متفاوت است. بعضی آنرا دارای حسه مسمی می‌بینند بعضی دیگر شهوت قدرت دارند. بعضی نمی‌خواهند آورده آن شوند چنانکه گوئی در قدرت چیزی مشکوک و معایر نا شرافت وجود دارد. شما طالب چقدر قدرت هستید؟ فکر می‌کنید چه اندازه قدرت باید بدست آورید یا در خود ایجاد کنید؟ واقعاً قدرت در نظر شما چه معنایی دارد؟

من قدرت را به معنی تسلط بر مردم نمی‌دانم معتقد هم نیستم که باید آنرا به دیگران تحمیل کرد و نه شما بیر توصیه نمی‌کنم که چسب فکر کنید. چنان قدرتی بحدت پایدار است اما شما باید بدانید که در جهان، قدرت همیشه امری پایدار است. اندیشه‌های خود را شکل دهید و آنرا دیگران اندیشه‌های شما را شکل می‌دهند حواسته‌های خود را عملی سازید و گرنه دیگران برای شما برنامه‌ریزی می‌کنند نه بظن من بهایت قدرت در این است که نتایج دلخواه خود را به دست آورید و در عین حال به دیگران ارجح بگذارید. قدرت در این است که نتوانید روال زندگی خود را تعیین دهید، افکار خود را دگرگون کنید و موحث شوید که کارها به مراد شما و نه در جهت مخالف شما انجام شود قدرت آن است که بیارهای انسانی خود و افراد مورد علاقه خود را مشخص سازید و در رفع آنها اقدام کنید قدرت یعنی اینکه قلمرو فرمانروائی خود، حریانات فکری خود و رفتار خود را رهبری و کنترل کنید تا دقیقاً نتایج دلخواه خود را به دست آورید.

در طول تاریخ قدرتی که رندگی ما را اداره می‌کند اشکال متفاوت و متناقصی یافته است. در قدیم تریس ایام، قدرت نتیجه بیروی بدسی بود. آنکه قوی‌تر و سریع‌تر بود، رندگی خود و اطرافیان را هدایت می‌کرد. با پیشرفت تمدن قدرت ناشی از وراثت پدید آمد پادشاه دارای بشانه‌های پادشاهی بود و با اقتداری حدشه‌ناپذیر حکومت می‌کرد. دیگران قدرت خود را از او کسب می‌کردند سپس در آغار عصر صنعت، سرمایه‌مطهر قدرت گردید. کسانی که به آن دسترسی داشتند، صنعت را در اختیار گرفتند همه آن امتیارات هورهم مؤثر است داشتن سرمایه بهتر از بداشتن آن است داشتن قدرت جسمانی بیهتر از بداشتن آن است نه هر حال امروزه یکی از بزرگترین ممانع قدرت، قدرت ناشی از دانش تخصصی است

بیشتر ما، تاکنون شیده‌ایم که ما در عصر اطلاعات رندگی می‌کنیم شاحص درجه اول فرهنگ ما دیگر صنعت نیست، بلکه ارتباطات است. ما در عصری رندگی می‌کنیم که عقاید، حرکت‌ها و مفاهیم تازه، حواه پیچیده و عمیق باشند، همچون فیریک کوانتوم، حواه مربوط به رندگی روزمره، مثل پرفروش‌ترین نوع همسرگر، تقریباً هر روز، چهره جهان را دگرگون می‌کند اگر چیزی باشد که دنیای مدرن را مشخص سازد، حریان عظیم و ناور