

مسئولیت پذیری

انکای به خود و زندگی پاسخگو



انتشارات شباهنگ

Branden, Nathaniel

براندن، ناتانیل

مسئولیت‌پذیری: اتکای به خود و زندگی پاسخگو / ناتانیل براندن؛ ترجمه مهدی قراچه‌داغی
... تهران: قیام‌نگ، ۱۳۸۲.

۲۱۵ ص.

ISBN 964-6127-79-7

فهرست نویسی براساس اطلاعات لیبا.

Taking responsibility : self-reliance and
the accountable life, 1996

عنوان اصلی:

۱. مسئولیت. ۲. اعتماد به نفس. الف. قراچه‌داغی، مهدی، ۱۳۲۶ - مترجم. ب. عنوان. ج.

عنوان: اتکای به خود و زندگی پاسخگو

۱۵۸/۱

۵ م ۲ ب / BJ۱۲۵۱

م ۸۲-۳۵۶۸۳

کتابخانه ملی ایران

مسئولیت پذیری

اتکای به خود و زندگی پاسخگو

دکتر ناتانیل براندن

ترجمه: مهدی قراچه داغی

This is a translation of
*Self - Reliance and the Accountable Life
Taking Responsibility*

Nathaniel Branden
translated by M. Gharachedaghi



انتشارات شباهنگ

مسئولیت پذیری
انکای به خود و زندگی پاسخگو
دکتر ناتانیل براندن

مترجم مهدی قراچه داغی
حروف نگاری مژگان زال
لینوگرافی صدف
چاپخانه جمالی
صحافی پیوند
چاپ اول ۱۳۸۵
شمارگان ۲۰۰۰ جلد

شماره استاندارد بین المللی کتاب (شابک) ۷ - ۷۹ - ۶۱۲۷ - ۹۶۲
International Standard Book Number (ISBN) 964 - 6127 - 79 - 7

حق چاپ محفوظ است

فروشگاه انقلاب، خیابان انقلاب، پلاک ۱۳۳۰ تلفن ۶۶۲۹۱۰۹۸
فروشگاه فروردین، خیابان انقلاب، خیابان فروردین، ساختمان ناشران، پلاک ۱۶ تلفن ۶۶۲۱۳۱۷۵
دفتر مرکزی، خیابان انقلاب، خیابان شهدای زانلارمری، پلاک ۱۰۱، تلفن ۶۶۹۶۴۲۳۵ - ۶۶۲۶۰۳۶۵

www.shabehangPub.com

E-mail : info@shabehangPub.com

فهرست

مقدمه ۷

۱

به سوی استقلال و خود مختاری ۱۷

۲

آزادی و مسئولیت ۴۱

۳

اتکای به خود و متافیزیک اجتماعی ۵۹

۴

زندگی با قبول مسئولیت در قبال خود ۹۱

۵

چالش جدایی ۱۲۳

۶

مسئولیت در قبال خود و عشق رمانتیک ۱۴۵

۷

پاسخگویی در سازمان‌ها ۱۶۹

۸

فرهنگ پاسخگو بودن ۱۸۷

ضمیمه

برنامه تکمیل جمله برای رشد کردن

در شرایط مسئولیت‌پذیری در قبال خود ۲۰۷

مقدمه

موضوع را با یک حکایت شخصی شروع می‌کنم که به جنبه و فایده قبول مسئولیت در قبال خود اشاره دارد، این موضوعی است که به ندرت درک می‌شود، موضوع بر سر رسیدن به خوشبختی و سعادت است.

چند سال قبل در حالی که به شصت و یکمین سالروز تولدم نزدیک می‌شدم، متوجه شدم که به موضوع خوشبختی فکر می‌کنم. می‌خواستم همه تلاشم را برای رسیدن به خوشبختی به کار برم. می‌خواستم خوشبخت شدن هدف هشیارانه من باشد. در آن زمان درگیر پروژه‌ای نبودم که می‌توانست استرس فراوانی در من ایجاد کند. مصمم بودم که این کار شرب روزانه و هماهنگی زندگی مرا از بین نبرد.

به همسرم دورس فکر کردم که یکی از شادترین و خوشبخت‌ترین زنانی است که به عمرم دیده‌ام. او در ضمن یک زن خودکفای به تمام معناست. وقتی او را برای اولین بار ملاقات کردم به این نتیجه رسیدم که شادی طبیعت اوست. با این حال زندگی ساده‌ای نداشته است. او در ۲۴ سالگی بیوه شد، مجبور شد با پولی ناچیز و بدون این که از کمک کسی برخوردار باشد دو فرزند کم سالش را بزرگ کند. وقتی با هم ملاقات کردیم سال‌ها بود که مجرد زندگی کرده بود.

در شغل‌های مختلف موفقیت‌هایی به دست آورده بود و هرگز بالحنی که نشان از دلگیری و تأسف به ایام گذشته باشد حرف نمی‌زد. گهگاه با

تجربه‌های نو میدکننده رویه‌رو شده بود. گاه او را ساکت و آندوه‌گین می‌دیدم که در مواقعی تا چند ساعت ادامه می‌یافت، اما بعد از آن بدون این که سرکوب و فرونشانی و انکاری در میان باشد به طبیعت شاد خود برمی‌گشت. مدتی طول کشید تا توانستم آن چه را که می‌بینم باور کنم: این که شادی و خوشبختی او حقیقی بود و از هر بدبختی و ناگواری فراتر می‌رفت.

وقتی درباره این برگشت‌پذیری و انعطاف او صحبت می‌کردم و نظرش را جویا می‌شدم می‌گفت: «من متعهد هستم که شاد باشم. خودم را نظمی در این خصوص داده‌ام.» او در ضمن عاداتی داشت که به نظرم غیرعادی می‌رسید. او هرگز قبل از این که جنبه‌های مثبت زندگی خودش را مرور کند به رختخواب نمی‌رفت. این‌ها آخرین اندیشه‌های روز او را تشکیل می‌دادند. به نظرم رسید که این سرنخ مهمی است تا به کمک آن روان‌شناسی خوشبختی را درک کنم. با هم در این باره صحبت کردیم که اغلب اشخاص خوشبختی را در ارتباط با حوادث و مسائل بیرون از خود جستجو می‌کنند. آنها خوشبختی را با اشاره به جنبه‌های مثبت جستجو می‌کنند و بعد با اشاره به منفی‌ها بدبختی را توضیح می‌دهند. معنای این حرف این است که حوادث اند که خوشبخت بودن یا نبودن آن‌ها را تضمین می‌کنند. این بدین معناست که این اشخاص خود را در خوشبخت یا بدبخت بودن خود سهیم نمی‌دانند. من مانند دورس قویاً معتقد بودم که نگرش و برداشت ماست که بیشترین نقش را در احساس خوشبختی کردن ما بازی می‌کند.

به او گفتم: بعضی‌ها مستعد شادی و رضایت هستند و به عبارت دیگر احساس می‌کنند که خوشبختی شرایط طبیعی زندگی آنهاست و اگر در اثر حادثه ناگواری چند صبحی ناراحت و ناخشنود شوند، پس از گذشت زمانی - که البته بستگی به شدت ناراحتی دارد - دوباره به انسان‌های شاد و خشنود باز می‌گردند. نقطه مقابل آن‌ها کسانی هستند که اصولاً ناخشنود و ناشاد هستند. این‌ها فکر می‌کنند که بدبختی طبیعت آنهاست. شخصی با این خصوصیت در اغلب مواقع ناخشنود است. اگر ارتقا درجه در محیط کار، به

ارث بردن پول فراوان، در عشق یک زن جالب گرفتار شدن، تا مدت‌ها به آنها روحیه خوب می‌دهد، اما پس از مدتی اگر دوباره آن‌ها را ببینید متوجه می‌شوید که ناراحت و ناخشنود هستند.

من همیشه خودم را انسانی شاد و خوشبخت به حساب آورده‌ام که در شرایط تا حدود زیاد دشوار، می‌توانم روحیه شادم را حفظ کنم. البته من هم مانند همه مردم در مواقعی ناراحت می‌شوم. چند بار اتفاق افتاد که طی سال‌های مختلف احساس کردم مرتکب اشتباهی می‌شوم و این که لزوماً همه تألمات و رنج‌ها ضروری نبوده‌اند. اما متوجه چه چیزی نبودم؟ این سؤال فکر مرا به خودش مشغول کرده بود. می‌خواستم که خوشحالی و شادی خود به خود سر وقت من نیاید. می‌خواستم نقش فعال‌تری بر شادی‌ها و خوشبختی خود ایفا کنم.

به فکر موضوعی افتادم که درباره خودم متوجه شده بودم. گاه به شوخی می‌گفتم با هر دهه‌ای که می‌گذرد، دوران کودکی‌ام شادتر می‌شود. اگر در ۲۰ سالگی یا ۶۰ سالگی از من می‌خواستید سال‌های قبلی زندگی خود را توصیف کنم، حقایق آن دوران تغییری نمی‌کرد اما تأکیده‌هایش فرق می‌کرد. در ۲۰ سالگی منفی‌های مربوط به دوران کودکی‌ام در برابر ذهنم بودند و جنبه‌های مثبت در پس زمینه قرار داشتند. اما در شصت سالگی عکس این مطلب صحیح بود. وقتی بزرگتر شدم چشم اندازم و احساسم درباره آن‌چه در آن سال‌های اولیه مهم بودند تغییر کردند. این یک سرنخ دیگر بود.

هرچه به این موضوعات بیشتر فکر کردم، هرچه بیشتر درباره اشخاص شاد مطالعه و فکر کردم بیشتر به این نتیجه رسیدم که شادها و خوشبخت‌ها تجربیات خود را متفاوت از ناخشنودها پردازش می‌کنند. شادها تجارب خود را پردازش می‌کنند که همیشه جنبه‌های مثبت در پیش زمینه آگاهی و تجربیات منفی در پس زمینه آن قرار می‌گیرند.

اما بعد به ذهنم رسید که هیچ یک از این نقطه‌نظرها و ملاحظات برایم کاملاً جدید نیستند و این که در سطحی با هم شباهت دارند، در این صورت به

ذهنم رسید که چرا آن‌ها را بهتر تحقیق نبخشیده‌ام. وقتی این سؤال را مطرح کردم جوابش را می‌دانستم. مدت‌ها قبل تصمیم گرفته بودم اگر وقت قابل ملاحظه‌ای را صرف جنبه‌های منفی زندگی‌م نکنم از قبول واقعیت‌ها طفره رفته‌ام و به قدر کافی در زندگی‌ام جدی نبوده‌ام. وقتی این مطلب را به زبان آوردم فهمیدم که چقدر بی‌مورد حرف می‌زنم. این برداشت تنها در صورتی منطقی بود که می‌توانستم اقدامات اصلاحی که از آن اجتناب می‌کردم به عمل آورم. اما اگر هر اقدام ممکن را می‌توانستم انجام دهم دیگر توجه کردن به منفی‌ها، موردی نمی‌توانست داشته باشد.

اگر مشکلی پیش آمده سؤالی که می‌توانیم از خود پرسیم این است: آیا اقداماتی هست که بتوانم برای اصلاح موقعیت انجام دهم؟ اگر هست، من آن‌ها را انجام می‌دهم و اگر نیست دیگر خودم را آزار نمی‌دهم که کاری را که توان انجامش را ندارم انجام بدهم. باید اذعان کرد که این مورد آخری کار ساده‌ای نیست، اما اگر کسی مصمم باشد می‌تواند آن را بیاموزد.

در این چند سال گذشته من بیشترین شادی و خوشبختی را احساس کرده‌ام و این در حالی بوده که با مشکلات عدیده‌ای هم‌رو به‌رو بوده‌ام. متوجه شدم که در مقایسه با گذشته با مسائل به سرعت بیشتری برخورد می‌کنم و سریع‌تر ناامیدی‌ها را پشت سر می‌گذارم. در قبال شرایط احساسی خود مسئولیت بیشتری عهده‌دار می‌شوم، بیشتر از آن‌چه در دوران کودکی متقبل می‌شدم، که این نشان از توان افزایش یافته من می‌داد.

به همه بیماران و مراجعانم که برای مشورت به من مراجعه می‌کنند می‌گویم که هر روز خود را با دو پرسش شروع کنند: در زندگی چه جنبه مثبتی وجود دارد؟ و چه کاری لازم است که صورت بگیرد. سؤال اول به مثبت‌ها نظر دارد، اما سؤال دوم به ما خاطر نشان می‌سازد که زندگی و حال خوش ما مسئولیتش بر عهده خود ماست. این‌گونه عامل باقی می‌مانیم.

ریتا به‌ندرت خوشبختی را حالتی که ارزش احترام جدی دارد ارزیابی کرده است. و با این حال اگر کسی را می‌بینیم که به‌رغم ناملایمات زندگی در

اغلب مواقع شاد و خوشنود است باید به این توجه کنیم که ما به یک دستاورد معنوی توجه داریم که این چیز ارزشمندی است. اگر بخواهیم به این شادی و رضایت برسیم، و منتظر نماییم که شرایط و دیگران ما را خوشبخت بکنند، به این نتیجه می‌رسیم که رسیدن به خوشبختی موضوعی است که خود ما در قبال آن مسئولیت کامل داریم.

من کتاب را با این حکایت شروع می‌کنم. زیرا معتقدم که داشتن مسئولیت در قبال خود آن چیزی است که می‌تواند به ما زندگی رضایت‌بخش بدهد. یکی از ویژگی‌های بچه‌ها این است که آن‌ها تقریباً به‌طور کامل به دیگران وابسته هستند. آن‌ها برای رفع نیازهای خود به دیگران نظر دارند. اما وقتی بچه‌ها بزرگ‌تر می‌شوند به‌طور فزاینده به تلاش‌ها و اقدامات خودشان فکر می‌کنند. یکی از ویژگی‌های بالغ‌های تکامل یافته این است که می‌آموزند مسئولیت زندگی خود را به دست بگیرند. - فیزیکی، احساسی، ذهنی و معنوی. ما این را فضیلت استقلال و خودمختاری می‌دانیم. اسم دیگر این، اتکای به خویشتن است.

اما این که این ایده‌ال به چه معنایی است دقیقاً مشخص نیست. ما موجودات اجتماعی هستیم، تحقق توانمندی بالقوه ما تنها می‌تواند در جامعه اتفاق بیافتد. مشارکت و همکاری دیگران نقش مهمی در برآورده ساختن اغلب نیازهای ما ایفا می‌کند. بیش از ۹۰ درصد ما که برای تأمین معیشت خود کار می‌کنیم در سازمان‌های مختلف فعال هستیم و توانایی انجام کار مؤثر، به عنوان عضوی از یک گروه، در موفقیت سهم به‌سزا دارد. در سطح مشخص‌تر اغلب ما خواهان زندگی منزوی نیستیم. ما انتخاب می‌کنیم که ازدواج کنیم یا ازدواج مجدد داشته باشیم و یا با دوستانمان زندگی خود را سپیم شویم. مطالعه انسان‌های شاد نشان می‌دهد که داشتن رابطه شادمانه با دست کم یک‌صد نفر از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. میل معاشرت داشتن با دیگران به نظر می‌رسد که یک موضوع جهانی و فراگیر است.

در این شرایط صحبت از امتیاز و برتری خوداتکایی چه معنا و مفهومی

می‌تواند داشته باشد. توجه و ارزش دادن به فردگرایی و تفرد چه معنایی می‌تواند داشته باشد؟ معنای قبول مسئولیت در قبال خود به کجا می‌رود؟ این‌ها سؤالاتی هستند که در این کتاب می‌خواهیم به آن جواب بدهیم.

در اقتصاد اطلاعاتی روزگار ماکه در آن کار ذهن تا حدود زیاد بر کارهای دستی غلبه کرده‌اند، و در شرایطی که ساختارهای مبتنی بر سلسله مراتب جای خود را به ساختارهایی می‌دهند که اشخاص به راحتی بیشتری با یکدیگر در تماس شوند و در شرایطی که مهارت‌های شناختی برای سازگار شدن با شرایط بازار بین‌المللی ضرورت فوری دارد، موضوع مسئولیت در قبال خود، از اهمیت و اضطراب جدیدی برخوردار شده است. اطاعت انفعالی از بهره‌وری اقتصادی ضعیف و باز هم ضعیف‌تری برخوردار گردیده است. امروزه نیازهای سازمان‌های تجاری به کارکنانی است که بخواهند و بتوانند که فکر کنند. بتوانند در برخورد با مسائل عامل باشند و صرفاً در این فکر نباشند که شخص دیگری راه حل‌ها را نشان آنها بدهد. دنیای امروز به اشخاص مبتکر و یا متکی به خود احتیاج دارد.

در دنیایی که ما در معرض اطلاعات بیشتر، انتخاب‌های متعددتر، فلسفه‌های فزاینده و چشم‌اندازها بیشتر از هر زمانی در تاریخ هستیم و در آن باید ارزش‌هایی را که می‌خواهیم با آن‌ها زندگی کنیم شناسایی نماییم باید بتوانیم روی داور و قضاوت خود حساب کنیم. باید بتوانیم به فراست خود اعتماد داشته باشیم. به دنیا از دریچه چشم خود نگاه کنیم. مسیر زندگی‌مان را ترسیم کنیم و به این فکر کنیم که برای رسیدن به آینده‌ای که آن را مدنظر داریم چه باید بکنیم. به عبارت دیگر باید در قبال خود پذیرای مسئولیت باشیم.

اجازه بدهید در همین جا یک سوء تفاهم را که اغلب بروز می‌کند شناسایی کنیم. در بسیاری از مواقع ایده مسئولیت در قبال خود به معنای قبول الزامات جدید ارزیابی می‌گردد. و این در حالی است که قبول مسئولیت در قبال خود می‌تواند جواب نه دادن به مسئولیت‌هایی باشد که هرگز نباید آن‌ها را می‌پذیرفتیم. برای بسیاری از اشخاص آری گفتن به درخواست‌های

غیر منطقی ساده‌تر از حراست از علایق خویشتن است. قبول مسئولیتی که در اصل متعلق به دیگران است، به معنای نداشتن مسئولیت در قبال خود است. همه ما باید بدانیم که حیطه و قلمرو ما در کجا تمام می‌شود و قلمرو دیگران از کجا شروع می‌گردد. لازم است که حد و مرزها را درک کنیم. باید بدانیم چه چیزهایی مربوط به ماست و چه چیزهایی مربوط به ما نیست. چه چیزهایی در کنترل ماست و چه چیزهایی در کنترل ما نیست و سرانجام این که چه چیزهایی در شمار مسئولیت ماست و چه چیزهای نیست.

در کار درک این مطلب که مسئولیت در قبال خود و استقلال چه معنایی دارد و چه معنایی ندارد، به این نتیجه می‌رسیم که این‌ها موفقیت‌های شخصی هستند، لازمه و اساس زندگی اخلاقی هستند. پایه و اساس همکاری‌های اجتماعی به حساب می‌آیند.

استقلال و مسئولیت در قبال خود برای سلامت روان هم ضرورت مطلق دارند. جوهر استقلال به معنای به خود اندیشیدن است. باید در برابر ارزش‌های پیشنهادی دیگران تعمق بیشتری بکنیم. باید مطابق ذهن خود و براساس آن زندگی کنیم. جوهر و اساس مسئولیت در قبال خود در این است که ما علت و معلول خواسته‌های خود باشیم و این برخلاف آن سیاستی است که صبر کنیم تا دیگران خواسته‌هایشان را به ما اعمال کنند و ما خواسته‌های شخصی خود را منتظر نگهداریم. از طریق استقلال و مسئولیت در قبال خود است که می‌توانیم به قدرت شخصی دست پیدا کنیم، اگر عکس این کار را بکنیم قدرت و توان خود را از دست می‌دهیم.

چارلز سایکز در کتابی با عنوان مشابه تأکید می‌کند که ما تبدیل به یک ملت قربانی شده‌ایم. علتش این است که ما در زندگی خود قبول مسئولیت نمی‌کنیم. بسیاری از ما می‌گوییم از من کاری ساخته نیست، کنترلش از دست من بیرون رفته است. بسیاری از دانشمندان علوم اجتماعی ما می‌گویند از کسی کاری ساخته نیست، سوای این که این بیان اشتباه‌آمیز است، بلکه آسیب‌های فراوانی تولید می‌کند. با کنار گذاشتن جواب‌گویی شخصی از

عزت نفس فاصله می‌گیریم. این‌گونه داشتن روابط اجتماعی مطلوب غیر ممکن می‌گردد.

مخالفان پاسخگو بودن که مدعی هستند به انسانیت علاقه دارند می‌گویند مردم با ناملایماتی روبه‌رو می‌شوند که از کنترل آن‌ها به دور است. بلکه این حرف درستی است. اما وقتی مردم با مشکلات عدیده روبه‌رو هستند، بیشتر کمک دریافت می‌کنند، اما این دریافت کمک از ناحیه هر کسی هم که باشد به نوعی یک اهانت است.

این که به یک دزد و جنایتکار که از یک فروشگاه دزدی می‌کند و صاحب آنجا را هم مورد ضرب و شتم قرار می‌دهد بگوییم تو به‌راستی مقصر نیستی - بگوییم گناه به گردن سیستمی است که او را می‌آزارد - هم برای جنایتکار و هم برای جامعه‌ای که او در آن زندگی می‌کند، تولید فساد می‌نماید.

من به عنوان یک روان‌شناس که کار می‌کند و بیمار می‌بیند وظیفه‌ی خود می‌دانم اشخاص را به قدرتی برسانم که پیشاپیش آن‌ها را دارا هستند. اما از وجود آنان بی‌خبرند و یا می‌دانند که آن‌ها را دارند اما نمی‌دانند چگونه می‌توانند به آن دسترسی داشته باشند، تا با چالش‌های زندگی مواجه شوند. هر اندوه و سوگ و دشواری که داشته باشند باید به این سؤال جواب بدهند: حالا می‌خواهم چکار کنم؟ چه گزینه‌ها و چه انتخاب‌هایی برای من وجود دارد؟ چگونه می‌توانم کیفیت زندگی‌م را بهتر کنم؟ برای پاسخ دادن به این سؤالات باید به این نتیجه برسیم که ما بزرگ‌تر و سرآمد مسائل خود هستیم، وقتی در بزرگسالی خود را یک قربانی ارزیابی می‌کنیم، حتی اگر در کودکی مظلوم واقع شده و قربانی بوده‌ایم، کمکی در حق خود نمی‌کنیم.

توجه داشته باشید حمایت من از مسئولیت در قبال خود بسیار متفاوت از نظر آن سنت‌گرای محافظه‌کاری است که می‌گوید خودگرایی به حد افراط رسیده است و این که مردم از روی وظیفه‌ای که به اجتماع دارند باید مسئولیتی در قبال خود اتخاذ کنند. من حامی فردگرایی هستم. من معتقد به اخلاقیاتی هستم که به منافع خویشتن توجه دارد و به همین دلیل است که

معتقدم مردم باید در قبال خود مسئولیت بیشتری بپذیرند. رفتار مسئولانه داشتن نشانه فراست، هوش و انسجام شخصیت است، نشانه از خود گذشتگی و فداکاری نیست.

من در نوشته‌های قبلی خود با موضوع مسئولیت در قبال خود به عنوان منبعی برای عزت نفس نام بردم. اما در این کتاب کانون توجه وسیع تر است. مسئولیت در قبال خود کلید رسیدن به اثربخشی مشخصی در تمامی ابعاد زندگی است. این یک اصل روان‌شناختی و هم یک اصل اخلاقی است. این در برگیرنده بنیان اخلاقی موجودیت اجتماعی است و بنابراین توجیهات سیاسی هم دارد.

مسئولیت در قبال خود، استقلال و خودمختاری مفاهیمی هستند که بعضی‌ها با ضدیت و خصومت‌ورزی با آن روبه‌رو می‌شوند. امروزه بسیاری از مردم می‌خواهند ناملایمات و مشکلات زندگی خود را به حساب اعمال و رفتار دیگران بگذارند. با علم به وجود این همه ظلم و بی‌عدالتی در جهان می‌توان به راحتی این ترجیح را توجیه منطقی کرد. اما شاهدیم که در جامعه توجه فزاینده‌ای به اهمیت اتکای به خود و این که باید سرنوشت خود را به دست خودمان بگیریم وجود دارد. نشانه آن ارزش‌هایی است که والدین پیش از پیش روی ارزش‌های فرزندان خود می‌گذارند.

ما برای این که قبول کنیم و بپذیریم که مسئولیت در قبال خود طرزی و سبکی از زندگی است با آن فاصله زیادی داریم. اما نشانه‌هایی از آگاهی را شاهد هستید. می‌توان گفت قبول مسئولیت در قبال خود ایده‌ای است که زمانش فرا رسیده است.

در این کتاب من چهار هدف را دنبال می‌کنم. یکی آن که نشان بدهم مسئولیت در قبال خود راهی برای زندگی در این جهان است. می‌خواهم نشان بدهم که این منبعی از نشاط و رسیدن به قدرت شخصی است. می‌خواهم بگویم که ما خودمان را خلق می‌کنیم، هویتمان را شکل می‌دهیم، می‌خواهم بگویم اتکای به نفس، قبول مسئولیت در قبال خود و توجه به

فردیت برای سعادت جامعه لازم و ضروری هستند.

به گونه‌ای مشخص‌تر امید من برای خواننده این است که بتواند در این کتاب راهی برای آگاهی و بیداری بیشتر پیدا کند، بر میزان انرژی خود بیفزاید، به اثربخشی بیشتری برسد و پنداره‌ای وسیع‌تر برای امکانات زندگی فراهم آورد.

www.ketab.ir