

به نام هستی بخش

هنر تبدیل موانع به فرصت‌های طلایی

(مانع، بخشی از راه است)

رایان هالیدی

دکتر علی علی پناهی



سرشناسه : هالیدی، رایان
 عنوان و نام پدیدآور : هنر تبدیل موانع به فرصت‌های طلایی the obstacle is the way
 وضعیت ویراست : ۱
 مشخصات نشر : تهران: بهار سبز، ۱۳۹۳.
 مشخصات ظاهری : ۱۷۶ ص: ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۵۳۸۴-۹۷-۰
 وضعیت فهرست‌نویسی : فیبا
 یادداشت : این مدرک در آدرس <http://opac.nlai.ir> قابل دسترسی است.
 شناسه افزوده : علی‌پناهی، علی، ۱۳۲۸-
 شماره کتابشناسی ملی : ۳۷۶۹۲۷۱



هنر تبدیل موانع به فرصت‌های طلایی

نویسنده: رایان هالیدی
 مترجم: دکتر علی علی‌پناهی
 طراح جلد: کیانوش سعادت‌مند
 نوبت چاپ: اول، بهار ۱۳۹۴
 شمارگان: ۱۲۰۰ نسخه
 لیتوگرافی: صاحب
 چاپ و صحافی: گنج شایگان
 قیمت: ۹۰۰۰ تومان
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۳۸۴-۹۷-۰
 تهران، خیابان دکتر شریعتی، روبروی ایستگاه متروی قلهک،
 کوچه شهید سرافراز، پلاک ۴، واحد ۱
 تلفکس: ۰۳-۲۲۶۲۲۹۰۱؛ کدپستی: ۱۹۴۱۹۳۳۵۸۴
 پست الکترونیک: info@baharesabz.ir
 آدرس سایت: www.baharesabz.com
 حق چاپ محفوظ است.

فهرست مطالب

فصل ۱۳ - معنای زندگی و کیفیت	۷	پیشگفتار
کار ما ۹۹	۱۱	مقدمه
فصل ۱۴ - از موانع و مشکلات علیه		
خودشان استفاده کنید ۱۰۲		
فصل ۱۵ - باید موفقیت را بسازید ۱۰۷		
فصل ۱۶ - آماده کار و تلاش باشید ۱۱۱		
		بخش ۱ - ادراک با شناخت ۲۱
		فصل ۱ - چارچوبی برای ادراک ۲۳
		فصل ۲ - توانمندی‌های خود را
		شناسید ۳۴
بخش ۳ - اراده ۱۱۳		فصل ۳ - احساسات و هیجانات خود
فصل ۱۷ - چارچوبی برای اراده ۱۱۵		را کنترل کنید ۴۰
فصل ۱۸ - قلعه درون خود را		فصل ۴ - نگاه‌تان را تغییر دهید ۴۷
بسازید ۱۲۲		فصل ۵ - محدوده اختیارات شما ۵۳
فصل ۱۹ - پیش‌بینی و آینده‌نگری ۱۲۷		فصل ۶ - باورهای‌تان را متحول
فصل ۲۰ - هنر پیرش ۱۳۴		کنید ۵۹
فصل ۲۱ - از حوادث استقبال		فصل ۷ - فرصت‌ها را شکار کنید ۶۴
کنید ۱۴۱		فصل ۸ - آماده حرکت شوید ۶۸
فصل ۲۲ - پشتکار ۱۴۸		
فصل ۲۳ - عظمت خود را دریابید ۱۵۲		بخش ۲ - اقدام و حرکت ۷۱
فصل ۲۴ - و اما... موضوع مرگ ۱۵۷		فصل ۹ - چارچوبی برای اقدام
فصل ۲۵ - بار دیگر آماده حرکت		و حرکت ۷۳
شوید ۱۶۲		فصل ۱۰ - حرکت، گام مهم موفقیت ۸۰
فصل ۲۶ - نکته‌های نهایی ۱۶۵		فصل ۱۱ - استقامت ۸۶
منابع ۱۷۳		فصل ۱۲ - شکست و مفهوم آن ۹۳

جامعه وقتی فرزاندگی و سعادت می‌یابد که مطالعه، کار روزانه‌اش باشد.
سقراط حکیم

مقدمه مترجم

ایراد کار انسان‌های عادی این است که مشکلات و موانع را مورد بررسی و واکاوی قرار نمی‌دهند، در نتیجه نه تنها چیزی از آنها نمی‌آموزند، بلکه دچار یأس و ناامیدی نیز می‌شوند.

هنر انسان‌های بزرگ و موفق این است که در برخورد با مشکلات علاوه بر آنکه نقاط ضعف خود را پیدا کرده و آنها را برطرف می‌کنند، هر مانعی را نیز به فرصتی طلایی تبدیل می‌کنند. این کتاب رمز این کار را به شما خواهد آموخت.

علی علی‌پناهی

بهار ۱۳۹۴

Alipanahi2004@yahoo.com

پیشگفتار

در سال ۱۷۰ میلادی مارکوس اورلیوس^۱، امپراتور رُم، شب هنگام در چادر و در خط مقدم جبهه قلم به دست گرفت تا شروع به نوشتن کند. البته شاید زمان نوشتن نامه، قبل از طلوع آفتاب در قصر خودش در شهر رُم بوده است، شاید هنگام تفریح، زمانی را به خودش اختصاص داده بود تا چیزی بنویسد. محل دقیق نوشتن مهم نیست؛ آنچه اهمیت دارد این است که این مرد، که امروزه به عنوان آخرین نفر از پنج امپراتور خوب و لایق شناخته شده است، دست به قلم بُرد تا چیزی بنویسد.

هدف او این نبود تا برای دیگران نامه بنویسد، بلکه او می خواست برای خودش بنویسد. اما آنچه نوشت بدون شک دستورالعملی است بسیار مؤثر برای غلبه بر هرگونه شرایط منفی که ممکن است در زندگی با آن روبه‌رو شویم. دستورالعملی برای پیروزی و فائق آمدن بر حوادث و حتی علل حوادث.

او در آن لحظه فقط یک پاراگراف نوشت که جزئی از آن تازه و بدیع و خلاقانه بود. تقریباً هرگونه تفکری را می توان به نحوی از انحا در نوشته های معلمان و مشاوران وی یافت. اما نوشته کوتاه و هشتاد و پنج کلمه ای او آن چنان فصیح و بلیغ است که نام بزرگان قبل از خود را تحت الشعاع قرار داده است.

در اینجا به بخشی از نوشته وی اشاره می کنیم:

ممکن است کسی یا چیزی بتواند مانع اقدامات ما شود... اما هیچ چیز نمی‌تواند مانع اراده و خواسته ما گردد. زیرا ما می‌توانیم خود را با شرایط سازگار کنیم. لذا ذهن ما خود را با شرایط تطبیق داده و موانعی را که بر سر رفتارمان می‌بیند، با خواسته‌های خود هماهنگ می‌کند.

سببی با کلماتی ارزشمند و مؤثر حداکثر بهره را برده و نتیجه می‌گیرد: موانعی که بر سر راه ما قرار می‌گیرد، به پیشرفت ما کمک می‌کند. آنچه که مانع راه می‌شود، به خود راه تبدیل می‌شود.

در کلمات مارکوس رمزی وجود دارد که هنر تبدیل موانع به مواهب است. یعنی مانع را به «نقطه مقابل» آن تبدیل کنید تا بتوانید به مقصدتان برسید. در این صورت، نه تنها همواره از مسائل و مشکلات استقبال خواهید کرد، بلکه به این باور خواهید رسید که مسائل و معضلات دائمی نیستند. لذا یقین داشته باشید آنچه مانع حرکت شما می‌شود، می‌تواند به رشد و تعالی‌تان کمک کند.

جملات این انسان بزرگ بسیار پرمعنا هستند. دوره حکومت وی که نوزده سال طول کشید، دائم با جنگ، بیماری‌های وحشتناک، خیانت اطرافیان و کودتای نزدیکان روبه‌رو بود. او ناچار بود برای حل مسائل کشور به اقصا نقاط امپراتوری - از آسیای میانه تا سوریه، مصر، یونان و اتریش - برود. این امر موجب خالی شدن خزانه دولت و کاهش قدرت او و نیز طمع برادر ناتنی وی و دیگر سران کشور شد.

تا آنجا که می‌دانیم، وی هر یک از این موانع را فرصتی می‌دانست برای بالا بردن صبر و تحمل، شجاعت، تواضع، خلاقیت، تعقل، عدالت و ابتکار خود. توانایی او این بود که هرگز اجازه نمی‌داد تنش و فشار کار او را از پای درآورد. او به ندرت دچار خشم و نفرت می‌شد. نویسنده‌ای به نام متو آرنولد^۱، در سال ۱۸۶۳ در مورد وی این‌گونه

نوشت: «مارکوس جایگاه بلندی در جهان دارد - و نظر اغلب نزدیکان او این بود که وی توانست ثابت کند ارزش این جایگاه بلند را دارد.»

ثابت شده آگاهی و بصیرتی که در یادداشت کوتاه مارکوس اورلیوس دیده می‌شود، در زنان و مردان دیگری که مانند او زندگی کرده‌اند، وجود دارد. این نکته‌ای است که در سرتاسر تاریخ به چشم می‌خورد.

این نکته را می‌توان از همان روزگار افول و سقوط امپراتوری رُم تا پیدایش رنسانس و شکوفایی عصر روشنگری مشاهده نمود. این امر در انقلاب صنعتی، در رهبران نهضت حقوق مدنی و در مخالفان جنگ ویتنام نیز دیده می‌شود.

این نوع تفکر نیروی مؤثر انسان‌های خودساخته و در عین حال یاریگر کسانی است که مسئولیت‌های بزرگ برعهده دارند. در میدان‌های جنگ، در اتاق مدیران، در میان اقیانوس‌ها و در بسیاری از کشورها، اعضای گروه‌های مختلف، برای عبور از موانع و غلبه بر مشکلات، این نکته را آموخته‌اند که باید موانع را به مواهب تبدیل کنند.

این حرکت، تلاشی مستمر در تمام زندگی آنهاست. هر فردی دانسته یا ندانسته به شکلی از این نوع تفکر استفاده کرده است و دنیای فرصت‌ها و مشکلات و آزمون و موفقیت را طی کرده است.

ما وارث قانونی و به حق این سنت دیرینه‌ایم. لذا با هر پدیده‌ای که روبه‌رو می‌شویم، دارای انتخاب هستیم: یا توسط موانع متوقف شویم، یا از موانع عبور کرده و بر آنها غلبه کنیم.

شاید ما امپراتور نباشیم، اما روزگار همچنان ما را می‌آزماید و از ما می‌پرسد: آیا شما انسان شایسته و ارزشمندی هستید؟ آیا می‌توانید از آنچه که بدون تردید و به‌طور گریزناپذیر بر سر راه شما قرار می‌گیرد عبور کنید؟ آیا می‌ایستید و نشان می‌دهید که چه در توان خود دارید؟

بسیاری از انسان‌ها به این سؤال‌ها پاسخ مثبت داده‌اند. عده بسیار کمی نیز نشان

داده‌اند که نه تنها از موانع عبور می‌کنند، بلکه توانمندی آنها بیشتر می‌شود و هر مانعی را پشت سر می‌گذارند. این افراد نشان داده‌اند که سختی‌ها و مشکلات آنها را با تجربه‌تر می‌کند.

اکنون نوبت شماست تا ببینید آیا شما نیز یکی از این انسان‌های توانمند هستید یا خیر، و آیا آماده‌اید تا به گروه آنها بپیوندید؟
این کتاب راه را به شما نشان خواهد داد.

www.ketab.ir