

پراکتور، باب / Proctor, Bob

هنر زندگی / اثر باب پراکتور، ساندرا گالاگر؛ مترجم مهدی قراچه داغی.

تهران: نسل نواندیش، ۱۳۹۶.

۱۶۰ ص؛

۹۷۸-۹۶۴-۲۳۶-۸۹۷-۶

فیفا

عنوان اصلی: The art of living, 2016.

شیوه زندگی / Lifestyles

خودسازی / Self-actualization Psychology

گالاگر، ساندرا / Gallagher, Sandra

قراچه داغی، مهدی، ۱۳۲۶ - مترجم

۱۳۹۶ - HQ۲۰۴۲/پ۴

۱۵۸/۱

۵۰۰۰۳۶۴

هنر زندگی

نویسنده: باب پراکتور - ساندرا گالاگر

مترجم: مهدی قراچه داغی

ویراستار: حمیده رستمی

طراح جلد: ندا ایمنی

ناشر: نسل نواندیش

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول

سال چاپ: ۱۳۹۷

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۳۶-۸۹۷-۶

ISBN: 978-964-236-897-6

کتاب‌های مورد نیاز خود را از فروشگاه انتشارات نسل نواندیش تهیه فرمایید.

نشانی فروشگاه نسل نواندیش: میدان ولیعصر - ابتدای کریمخان - پلاک ۳۰۸

تلفن: ۸۸۹۴۲۲۴۷ - ۹

www.naslenowandish.com

info@naslenowandish.com



NasleNowAndish

انتشارات نسل نواندیش

<https://telegram.me/naslenowandish>

فهرست

- پیشگفتار..... ۱۱
- کلاس اول. هر چه باشد می‌توانید آن را به دست آورید..... ۱۵
- کلاس دوم. دقیقاً همان کاری را بکنید که به شما می‌گویم..... ۲۳
- کلاس سوم. تنها به یک ویژگی احتیاج دارید..... ۲۹
- کلاس چهارم. اگر نمی‌توانید همه آن‌ها را تمیز کنید هیچ کدامشان را تمیز نکنید..... ۳۳
- کلاس پنجم. مشکل حای است که شما هستید..... ۳۷
- کلاس ششم. پول نویی بکرو، خوب است..... ۴۳
- کلاس هفتم. شما جمع کن بدید و هر، خود هستید..... ۵۱
- کلاس هشتم. شما پیشاپیش آن، دست آورید..... ۵۹
- کلاس نهم. الگوی موجود که نه شده است..... ۷۱
- کلاس دهم. قدرتمندترین نیروی ما..... ۷۷
- کلاس یازدهم. از کجا بفهمید راه را اشتباه می‌روید..... ۸۷
- کلاس دوازدهم. تنها محدودیت قدرت..... ۹۹
- کلاس سیزدهم. پایکوبی کنید تا باران بیارد..... ۱۰۳
- کلاس چهاردهم. تنها منبع عرضه..... ۱۰۹
- کلاس پانزدهم. ترسیم جادویی..... ۱۱۱
- کلاس شانزدهم. تنها چیزی که می‌توانید کنترل کنید..... ۱۲۳
- کلاس هفدهم. رؤیاهای خود را تحقق یافته بپندارید..... ۱۲۹
- کلاس هیجدهم. مجبور نیستید همه کارها را خودتان بکنید..... ۱۳۷
- کلاس نوزدهم. حرکت کنید..... ۱۴۱
- کلاس بیستم. از سطح بالا کار کنید و به سطح پایین برسید..... ۱۴۵

- کلاس بیست و یکم. مسئله بر سر پول نیست..... ۱۴۹
- کلاس بیست و دوم. قدر مواهب خود را بدانید..... ۱۵۵
- کلاس بیست و سوم. زمان تلاش فرا رسیده است..... ۱۵۷

پیشگفتار



تا جایی که می‌دانم، باب پراکتور تنها کسی است که بیش از نیم قرن همه روزه درباره رشد شخصی مطالعه کرده است. اثر او ارزشمندترین اطلاعات را به انسان مخابره می‌کند - چگونه از مسیری که در آن هستید به بیابید تا بتوانید به شادی، سلامتی و ثروتی سرشار برسید. او در سرتاسر دنیا اقداماتی بسیار قابل توجه انجام داده و به میلیون‌ها انسان و شمار کثیری از سازمان‌ها کمک کرده است تا به بزرگ‌ترین هدف‌های خود برسند.

باب تنها معلم زنده‌ای است که می‌توان او را از تبار بزرگانی همچون، اندرو کارنگی، ناپلئون هیل و ارل نایتینگل به شمار آورد. بر روی این سیاره خاکی کسی شبیه این مرد زندگی نمی‌کند. کسی به اندازه او تعلیمات متحول‌کننده زندگی ارائه نداده است. او تنها تعلیم نمی‌دهد، بلکه با این تعالیم زندگی می‌کند. باب اوایل دوران هشتادسالگی خود را می‌گذراند و بیش از هر کسی که می‌شناسم، انرژی و اشتیاق برای زندگی دارد. رفتارش به گونه‌ای است که گویی

به تازگی مأموریت زندگی خود را آغاز کرده است. او بیش از پنجاه سال است که به مردمانی بی‌شمار کمک می‌کند تا هنر زندگی را بدون محدودیت فرا گیرند.

شگفت‌انگیزترین جنبه باب پراکتور و تعالیم او این است که از صلاحیتی هشیارانه بهره دارد. به عبارت دیگر، او کارش را عالی انجام می‌دهد و به‌خوبی می‌داند که چرا در کارش عالی است. او تعالیمش را به شکلی با مردم در میان می‌گذارد که آن‌ها بی‌درنگ می‌توانند از آن بهره ببرند. باب پراکتور به‌مدت نه سال و نیم دست به مطالعاتی جدی زد، با مرشدان و معلمانی بزرگ کار کرد و کتاب‌های زیادی می‌خواند تا بداند چگونه و چرا زندگی‌اش تغییر کرد. وقتی به واقعیت این رخ می‌رسد بود پی برد، تنها کاری که می‌خواست بکند این بود که یافته‌هایش را با دیگران در میان بگذارد. او حیرت‌زده متوجه شد که تقریباً همه انسان‌های بسیار موفقی نمی‌دانند که چرا موفق هستند. آن‌ها خودشان یا رؤسایشان را با این نتیجه راضی می‌کنند که علت موفقیت‌شان هوش و استعداد زیاد، معلمان واجد شرایط و تحصیلات خوب بوده است. اما می‌بینیم بسیاری از اشخاص هوشمند با تحصیلات عالی و معلمان در خور توجه وجود دارند که موفق نیستند. وقتی کسی در تلاش و کوشش خود موفق می‌شود و علت موفقیتش را نمی‌داند، چیزی در او هست که نمی‌تواند آن را به دیگران اطلاع دهد. پراکتور نه تنها موفق است، بلکه علت موفقیت خود را می‌داند. از این‌رو، از اطلاعات فراوان بهره دارد و می‌تواند آن‌ها را به دیگران انتقال دهد.

باب پراکتور به‌راستی معتقد است که ما اشرف مخلوقات خداوند هستیم، که از ذهنی بی‌نظیر بهره داریم و تنها چیزی که نداریم همان است که کینگ سولومون خردمند مصرانه پرورش آن را به ما توصیه می‌کند، و آن درک و فهم است. ما باید بدانیم چه کسی هستیم، چرا کاری را که به آن مشغولیم انجام

می‌دهیم و اگر از نتیجه کارمان راضی نیستیم چگونه آن را تغییر دهیم. پراکتور استاد آموزش دادن این مطلب است.

من از او بابت تأثیری که در زندگی‌ام گذاشته است، سپاسگزارم. تعالیم او به من امکان داد تا هدفم را در زندگی پیدا کنم. او به من شجاعتی داد تا به این هدف برسم. من از اینکه دوست او هستم به خود می‌بالم و بسیار خوشحال و خدا را شاکر که شریک تجاری او در شرکت‌مان هستم.

درس‌هایی که می‌خواهید آن‌ها را بیاموزید در صفحات این کتاب جای گرفته‌اند. آنچه او با شما در میان می‌گذارد به‌راستی هنر زندگی است. همچنان که کتاب را ورق می‌زنید، به یاد آورید که به کلاس درس باب پراکتور قدم گذاشته‌اید. - ساندرا گالاگر