

سی سالگی

وقتی به دوران سی سالگی پامی گذارید،
چه باید بکنید.

نیلور، کریس

برگردان: مهدی قراچه‌داغی

نشر مهر

تهران، ۱۳۹۲

سرشناسه	: تیلور، کریس. Taylor, Chris
عنوان و نام پدیدآور	: سی سالگی: وقتی به دوران سی سالگی پا می‌گذارید، چه باید بکنید / [کریس تیلور]؛ برگردان مهدی قراچه‌داغی.
مشخصات نشر	: تهران: مهر، ۱۳۸۹.
مشخصات ظاهری	: ۱۸۴ ص.
شابک	: 978-964-6142-80-0
یادداشت	: فیفا
یادداشت	: عنوان اصلی: Thirty things to do when you turn thirty: 3d experts on the subject of turning 30, 2008.
موضوع	: راه و رسم زندگی.
موضوع	: موفقیت.
موضوع	: جوانی.
شناسه افزوده	: قراچه‌داغی، مهدی، ۱۳۲۶ - ، مترجم.
رده‌بندی کنگره	: ۱۳۸۹ س ۹ ت ۱۵۸۱/۲ BJ
رده‌بندی دیویی	: ۱۲۰/۴۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۰۲۹۳۲۷



تهران: خیابان استاد نجات‌اللهی، کوچه خسرو،
بن‌بست پرویزی، شماره ۳، تلفن ۸۰۸۸۸۶، فکس: ۸۸۸۰۲۸۸۷

سی سالگی

تیلور کریس

برگردان: مهدی قراچه‌داغی

ویراستار: شهلا ارزنگ

ناظر فنی چاپ: کیوان مجیدی‌مهر

حروفچینی: شبستری

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۲

شمارگان: ۱۱۰۰ جلد

چاپ: آسمان

حق چاپ برای نشر مهر محفوظ است.

شابک: ۰ - ۸۰ - ۶۱۴۲ - ۹۶۴ - ۹۷۸ - ISBN: 978-964-6142-80-0

nashr.mehr@gmail.com

فهرست

پیش‌گفتار ۷

بخش اول: به دنیا پس بدهید

کاری صورت دهید ۱۷
به بیرون از خود نگاه کنید ۲۳
روحیه خود را دگرگون کنید ۳۱
توجه به قدرت مستغلات ۳۵

بخش دوم: آنچه را مشتاق هستید دنبال کنید

و به خواسته‌های خود برسید

برای امروز زندگی کنید ۴۹
اشتیاقان را تغذیه کنید ۵۱
رؤیای عمیق ۵۹
تأمل کنید، ارزیابی نمایید ۶۵
اشتیاق خود را در زندگی پیدا کنید ۶۷
بپذیرید ۷۱

به خاطر آورم. بعد فهمیدم حتی نمی دانم قلم را کجا گذاشته‌ام. از همه اینها بدتر اینکه نمی توانستم این عینک لعنتی را پیدا کنم. به خودم گفتم: «می خواهی چه کسی را گول بزنی؟ همین که می دانی کجا زندگی می کنی، برو خدا را شکر کن. بیاد آوردن روز تولد ۳۰ سالگی پیش کش.»

از اینها که بگذریم، تجربه شروع ۳۰ سالگی من چقدر بدرد شماها در این روزگار می خورد. مطمئناً در سی امین سالروز تولد ما اتفاقاتی می افتد که تقریباً همه با آن آشنا هستیم. همه ما سعی می کنیم خودمان را برای شغل و حرفه‌ای آموزش بدهیم. تا آن زمان هم موفقیت‌ها و شکست‌هایی را تجربه کرده‌ایم. همه ما به شکلی دست رد را در مواقعی روی سینه خود تجربه کرده‌ایم. همه ما تا این زمان هم عاشق شده‌ایم و هم عاشق شدن را فراموش کرده‌ایم. بسیاری از ما تشکیل خانواده داده‌ایم. بعضی از ما زندگی خانوادگی مان به هم پاشیده است. بعضی از ما در زندگی کسانی را که به شدت دوست داشته‌ایم از دست داده‌ایم.

اما در این فاصله و با گذشت سالها مسایل زیادی تغییر کرده است. آنچه از همه بیشتر تغییر کرده است، سرعت زندگی است. شما در عصر دیجیتال زندگی می کنید. شما در ۱۰ سالگی در مقایسه با هم سن و سالان نسل قبلتان آگاهی بسیار بیشتری درباره کامپیوتر و دیجیتال و این قبیل چیزها داشتید. از تکنولوژی مدرن بیشتر سردر می آوردید. در دوران ۳۰ سالگی شما همه چیز بی سیم شده است. شرط می بندم در آن واحد هم با لپ تاپ خود کار می کنید، هم با تلفن همراه پیام می فرستید و هم به صدای موسیقی که از ام پی - ۳ پخش می شود گوش می دهید. شما همیشه برای تجارت آمادگی دارید. این بر زندگی شما و زندگی هم عصران شما تأثیر گذاشته است.

اجازه بدهید مثالی بزنم. اخیراً با مرد جوانی ناهار می خوردم که ۳۰ ساله شده بود و در صنعت مالی کار می کرد. در حالی که مستخدمه رستوران ما را

به سمت میزمان هدایت می‌کرد، پی‌دی‌ای او زنگ زد. او دستگاه را از جیب لباسش بیرون کشید، به صفحه آن نگاهی انداخت و با لحنی عذرخواهانه گفت: «رئیس می‌میل زده می‌خواهد تا یک ساعت دیگر اطلاعاتی درباره یکی از بزرگترین مشتریانمان برایش بفرستم.»

به او گفتم: «به نظر می‌رسد که موضوع مهمی است. از نظر من اشکالی ندارد اگر برنامه صرف ناهار را لغو کنیم و تو بتوانی به دفتر کارت برگردی.»

تعجب کردم که من حتی به او پیشنهاد کردم ناهارش را نخورد. در جوابم گفت: «نه نه، به این کار نیازی نیست. تنها یک لحظه صبر کنید تا اطلاعات را از همین جا پیدا کنم.»

بعد او را دیدم که چند مکمه را فشار داد و بعد از لحظه‌ای به من نگاه کرد: «پیدایش کردم، اطلاعات را فرستادم. راستی غذای این رستوران عالی است.» قبل از اینکه ناهارمان تمام شود، او دومین گزارش مورد علاقه رئیسش را هم فرستاده بود.

در حالی که به سمت در خروجی رستوران می‌رفتم، از او پرسیدم: «درباره ۳۰ ساله شدن چه نظری داری؟»

توقف کرد و نگاهی به چشمان من انداخت: «می‌دانید، راستش نمی‌توانم به این سؤال جواب بدهم. من بقدری سرم شلوغ است و گرفتار هستم که فرصتی برای فکر کردن به این قبیل موضوعات پیدا نمی‌کنم.» اگر در آستانه ۳۰ سالگی هستید، شما هم به احتمال زیاد مانند آن مرد جوانی که آنروز با او ناهار خوردم، سرتان بسیار شلوغ است و همیشه در آن واحد کارهای مختلفی دارید که باید انجام بدهید. هرچه فن‌آوری بیشتر پیشرفت می‌کند و متکامل‌تر می‌شود، وظایف و کارهای بیشتری را در یک محدوده زمانی می‌توانید انجام دهید. شما آموخته‌اید که کارهایتان بقدری

هر اختراع جدید باید تصمیم بگیریم آیا می‌خواهیم هزینه استفاده از آن را پردازیم یا نه. من در اینجا از قیمت گاز یا تلفن حرف نمی‌زنم.»
گفتم: «متوجه منظورتان نمی‌شوم. از کدام هزینه و قیمت حرف می‌زنید؟»

او در ادامه صحبتش گفت: «هر چیزی را که بدست می‌آوری، چیزی را از دست می‌دهی. در مورد تلفن چند خطی باید بگویم که می‌توانم در آن واحد باشم مشتری صحبت کنم، اما تمرکزی پیدا نمی‌کنم که با هر کدام از آنها آن‌طور که دلم می‌خواهد حرف بزنم. توانایی من در گوش دادن و حرف زدن به مخاطره می‌افتد و این بهایی است که حاضر نیستم پردازم. از این رو از این تلفن‌ها استفاده نمی‌کنم.»

او در ادامه مطالبش گفت: «بدون تردید تغییرات جدیدی هم در راهند. روزی می‌رسد که این تلفن‌های چند خطی با دکمه‌های مختلف روی آن عتیقه می‌شوند. توجه داشته باش که این اختراعات و نوآوریهای جدید بهای خودشان را دارند، هزینه‌ای تولید می‌کند. این به تو مربوط است که هزینه‌های آنها را حساب کنی. وقتی این کار را کردی، باید تصمیم بگیری آیا می‌خواهی بهای آن را پردازی یا نه.»

آن بهایی که پدر بزرگم درباره‌اش حرف می‌زد چه بود؟ آیا ما به راستی این حق انتخاب را داریم که در پرداختن بهای آن تصمیم بگیریم؟ من نظرات خودم را دارم. اما من کسی نیستم که دارم ۳۰ ساله می‌شوم و من قطعاً کسی نیستم که در آن واحد به اینترنت نگاه کنم، به موسیقی گوش بدهم و پیام هم بفرستم.

و من با خوشحالی این حرف را می‌زنم. زیرا من نوشته‌های حدود سی و چند نویسنده متخصص را خوانده‌ام که این کتاب را نوشته‌اند. این نویسندگان به طرزی عالی و اغلب با خوش خلقی این کتاب را نوشته‌اند.

آنها تجارب خود را از رسیدن به دوران ۳۰ سالگی با خوانندگان در میان گذاشته‌اند.

این نویسندگان درباره مشکلات، تنشها و موفقیت‌هایی مطلب نوشته‌اند که در سی سال اول زندگی خود تجربه کرده‌اند. آنها سعی کرده‌اند به همان سؤالاتی جواب بدهند که پدر بزرگم برای اولین بار با من در میان گذاشت. این اختراعات بدیع چه بهایی در بر دارند؟ آیا ارزش آنرا دارد که این بها را بپردازیم؟ آنها به موضوعاتی اشاره کرده‌اند که با رعایت آنها می‌توانید در سالهای آینده عمرتان ثروتمندتر، سالمتر و شادتر شوید. آنها از شما انتظار دارند که متقابلاً چیزی به این دنیا بدهید.

مجموعه مقالات این کتاب برای شما که به دوران ۳۰ سالگی قدم گذاشته‌اید راهنمای بسیار جالبی به شمار می‌رود. این مقالات به شما کمک می‌کنند که زندگی سالم‌تر و شادتری داشته باشید.

از این رو مطالب این کتاب را در هر حالتی که می‌خوانید، از روی کتاب، یا روی صفحه کامپیوتر، یا اگر از طریق سی‌دی آنرا می‌شنوید، راحت بنشینید و به مطالب دقیق شوید. به شما قول می‌دهم خواندن این مطالب شما را مدبرتر، روشن‌تر و امیدوارتر می‌کند.

سی سالگی‌تان مبارک!

درونی سلرز