



مجموعه کتاب‌های راهنمای کاربردی موفقیت

چگونه در

کار و زندگی

موفق باشیم؟

۱۰۱ راهکار کلیدی
برای رسیدن به هدف

نویسنده: تالین میدانو

مترجم: شکيبا رحمت آبادی



میدانر، تالان Miedaner, Talane چگونه در کار و زندگی موفق باشیم؟: ۱۰۱ راهکار کلیدی برای رسیدن به هدف/ نویسنده تالان میدانر؛ مترجم شکیبا رحمتآبادی؛ به سفارش دفتر کارپایی بین‌المللی کنیارس، تهران؛ سیزمین سن، ۱۳۹۴. ۳۶۵ ص. مجموعه کتاب‌های راهنمای کاربردی موفقیت؛ ۱. ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۵۵۲-۲-۴ عنوان ام : Coach yourself to success : 101 tips from a personal coach for reaching your goals work and n lift یادداشت عنوان گسترده موضوع موضوع شناسه‌ی افزوده شناسه‌ی افزوده رقعیندی کنگره رقعیندی دیوبی شماره کتابشناسی ملی	رشناسه نام پدیدآور مش نصا فزو ت شایک وضعیت فهر یادداشت یادداشت عنوان گسترده موضوع موضوع شناسه‌ی افزوده شناسه‌ی افزوده رقعیندی کنگره رقعیندی دیوبی شماره کتابشناسی ملی
--	--

مجموعه راهنمای کاربردی موفقیت
چگونه در کار و زندگی موفق باشیم؟
۱۰۱ راهکار کلیدی برای رسیدن به هدف

تمام حقوق این اثر
متعلق به موسسه
کاریابی بین المللی
کانپارس است

www.canparsjournal.com



دفتر کاریابی بین المللی کانپارس
Canpars International
Recruitment Agency

چاپ و صحافی: شرکت چاپ و انتشارات	نویسنده: تالین میدانر
چاپ اول: ۱۳۹۴	مترجم: شکیبار حمت آبادی
شمارگان: ۱۰۰۰	دبیر مجموعه: مصطفی مختاری
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۵۵۳-۷-۴	ویراستار ارشد: نسیمه فضل الهی
قیمت: ۳۸۵۰۰۰ ریال	طراح گرافیک: علی هاشمی شهرکی
پخش: خیابان ولیمصر بالاتر از میدان ونک-خیابان خدای	عکس جلد: اشین دانیلی ذکریان
بن بست لایلا پلاک ۹، طبقه ششم تلفن: ۲۲۰۲۵۰۸۴	صفحه آرا: آرزو آزاد (آتابه اسفند)
	نمونه خوان: الهام مختاری
	نشانی ناشر: تهران، خیابان صفی علیشاه
	کوی غزال، پلاک ۵ تلفن: ۷۷۶۱۸۹۰۸
	smnpub@gmail.com
نقل و چاپ نوشته ها منوط به اجازه رسمی از ناشر است	



فهرست

۱۳	سخن ناشر
۱۵	پیشگفتار
۱۹	مقدمه

بخش اول: قدرت طبیعی خود را افزایش دهید

۳۴	خرده نارضایتی ها را حذف کنید
۳۹	جلوی اتلاف انرژی را بگیرید
۴۲	ده عادت روزانه کسب کنید
۴۶	«پایدها» را حذف کنید
۵۰	مرزهای گسترده تعیین کنید
۵۳	موقرانه از خودتان حفاظت کنید
۵۸	سرتان را زیر برف پنهان نکنید
۶۴	معیارهایتان را بالا ببرید
۶۶	همه چیز خوب است، حتی چیزهای بد
۶۹	مشغله ای داشته باشید تا هر روز مشتاق انجامش باشید

بخش دوم: به کارهایتان نظم و ترتیب ببخشید

۷۶	حشو و زوائد زندگی تان را کنار بگذارید
۷۹	همچنان ساده زندگی کنید
۸۲	سادگی! سادگی! سادگی!
۸۵	کسی را برای خانه داری استخدام کنید

- از کمک گرفتن ترسید ۸۷
- حال را بهتر کنید ۸۹
- از بی‌نظمی دست بردارید و شروع به سازماندهی امورتان کنید ۹۱
- فقط بگویید نه و به کرات هم بگویید ۹۳
- یک دفترچه تلفن نو بخرید ۹۷
- طبق قوانین فنگ‌شویی منزل و محل کارتان را مرتب کنید ۹۹

بخش سوم: پول در آوردن موجب موفقیت شما می‌شود

- موقع، واقعی، بی‌تان را بشناسید ۱۰۷
- یک شبه به یاد بویید ۱۱۱
- مشأ مشکلاز مال را پیدا کنید ۱۱۴
- بدهی هایتان را بپردازید ۱۱۸
- رژیم پولی بگیرید ۱۲۱
- آنچه که لیاقتش را دارید، به دست آورید ۱۲۴
- حساب پس انداز باز کنید ۱۲۸
- بیست درصد از درآمدتان را پس انداز کنید ۱۳۰
- برای رسیدن به استقلال مالی بازی کنید ۱۳۲
- از وسایل خود مراقبت کنید ۱۳۵

بخش چهارم: وقتی زمان اندکی دارید بیشترین لذت ممکن را از وقتتان ببرید

- برنامه زمانی‌تان را دنبال کنید ۱۴۶
- تلویزیون را خاموش کنید ۱۵۰
- همیشه ده دقیقه زودتر برسید ۱۵۳
- کارتان را در نصف زمان تعیین شده انجام دهید ۱۵۵
- از خودتان بپرسید «امروز چه چیزی اهمیت دارد؟» ۱۵۷
- کارها را یکی یکی و به موقع انجام بدهید ۱۵۹
- همین حالا انجام بده! ۱۶۱

- ۱۶۳ کار را کامل انجام دهید
- ۱۶۶ به تعویق انداختن عملی امور
- ۱۷۱ یک بعد از ظهر را به خودتان اختصاص بدهید

بخش پنجم: روابط محکمی داشته باشید

- ۱۷۸ جبران کنید
- ۱۸۰ در بخشش پیش دسی کنید
- ۱۸۳ نیازهایمان را شناسید
- ۱۸۶ چیزی را که واقعا می‌خواهید، درخواست کنید
- ۱۹۲ برای خود خانواده‌ای بیارید
- ۱۹۴ با نامزد یا همسرتان قرار ملاقات بگذارید
- ۱۹۶ شبکه قدرتمندی از دوستان و همکاران بسازید
- ۱۹۹ برای خود یک گروه فکری تشکیل دهید
- ۲۰۲ هدیه‌های فوق العاده بدهید
- ۲۰۴ هر روز بابت چیزی تشکر کنید

بخش ششم: کاری را انجام دهید که به آن علاقه دارید

- ۲۱۱ زندگی ایده‌آل خود را طراحی کنید
- ۲۱۵ ارزش‌ها و چشم‌اندازهایتان را هم‌سو کنید
- ۲۱۷ پنج حرفه جایگزین ابداع کنید
- ۲۱۹ استعداد منحصر به فردتان را کشف کنید
- ۲۲۱ کاری را انجام دهید که به آن علاقه دارید
- ۲۲۶ روی پروژه خاصی کار کنید
- ۲۲۹ اجازه دهید غریزه راهنمایان باشد
- ۲۳۲ راه‌تان را در زندگی بیابید
- ۲۳۴ دورنمایی از اهداف‌تان تهیه کنید
- ۲۳۷ به مرخصی کاری بروید

بخش هفتم: هوشمندانه تر کار کنید، نه سخت تر

- ۲۴۵ به نقاط قوت خود قدرت ببخشید
- ۲۴۸ در هنر و گذاری امور مهارت پیدا کنید
- ۲۵۱ دیر وعده بدهید اما زودتر از موعد به آن عمل کنید
- ۲۵۳ فقط کارهایی که باید انجام دهید را دور بیندازید
- ۲۵۸ چرت بزنید
- ۲۶۰ انجام دادن را یاد بگیرید
- ۲۶۲ عادت کنید
- ۲۶۵ تغییری اساسی ایجاد کنید
- ۲۷۰ یاد بگیرید که پیام را به درستی دریافت کنید
- ۲۷۳ از تلفن درست استفاده کنید

بخش هشتم: با قدرت، جذابیت و سبب مناسب ارتباط برقرار کنید

- ۲۷۹ دست از سخن چینی بردارید
- ۲۸۱ تمام اسرار تان را فاش نکنید
- ۲۸۳ عمیق گوش کنید
- ۲۸۵ شکایات را به درخواست تبدیل کنید
- ۲۸۷ جلوی زبان تان را بگیرید
- ۲۸۹ واقعیت را همان گونه که هست بگویید، اما با ملایمت!
- ۲۹۱ تعارفات را به تشکر تبدیل کنید
- ۲۹۳ با بزرگواری بپذیرید
- ۲۹۵ از تغییر دادن دیگران دست بردارید
- ۲۹۷ حرف بزنید و شنیده شوید

بخش نهم: از بهترین سرمایه تان مراقبت کنید

۳۰۴	لباس مناسب بپوشید
۳۰۸	جوانی را از سر بگیرید و خود را احیا کنید
۳۱۰	عیوب تان را برطرف کنید
۳۱۲	از ماساژ درمانی استفاده کنید
۳۱۵	دست از تنبلی بردارید
۳۱۸	خود را غرق زیبایی و تجمل کنید
۳۲۱	خود را در اولویت قرار دهید
۳۲۴	روی خود سرمایه گذاری کنید
۳۲۸	خستگی در کنید
۳۳۱	با کمترین هزینه خود را خوشه "خند" کنید

بخش دهم: موفقیت بی زحمت

۳۳۶	بدون تلاش آنچه که می خواهید را جذب کنید
۳۳۸	روزی پانزده بار آن را بنویسید
۳۴۰	به عوامل منفی توجه نکنید
۳۴۳	همیشه یک برگ برنده داشته باشید
۳۴۶	تیری در تاریکی بیاندازید
۳۴۸	دیگران را آزاد بگذارید
۳۵۰	با ترس هایتان دوستانه رفتار کنید
۳۵۴	بیشتر بازی کنید
۳۵۶	دارایی، تازه شروع ماجرا است
۳۵۸	موفقیت تان را جشن بگیرید
۳۶۰	باهوش، زیبا، مستعد و استثنایی باشید
۳۶۴	پیوست: چقدر ظرفیت مشاوره دارید؟

سخن ناشر

آموختن مهارت های کار و زندگی از ضروریات و نیازهای زندگی در جهان امروز محسوب می شود. در پاسخ به این نیاز، مراکز و موسسات بسیاری مشغول فعالیت هستند و در این میان، کتاب های تبلیغاتی با موضوع «موفقیت در کار و زندگی» سهم عمده ای در سبد خرید مخاطبان دارند. از سویی به دلیل انبوه محصولات منتشر شده در این حوزه، انتخاب آثار مفید و علمی کار دشواری است و از سوی دیگر انتشار مجموعه هایی که با روش های کاربردی مخاطبان را آموزش دهد و راه نشان کنند، ضروری به نظر می رسد. مجموعه کتاب های «راهنمای کاربردی موفقیت» در حکم بهترین مشاور مکتوبی است که در پاسخ به نیاز مخاطب فارسی زبان انتخاب و ترجمه شده، با توجه اندگان فارغ از جلسات مشاوره و کلاس های آموزشی، و به کمک کتاب های مفید و کاربردی، نکات ضروری جهت ارتقای مهارت های شغلی خود و موفقیت در کار و زندگی را آموخته و به تدریس توانایی های فردی شان بپردازند.

«چگونه در کار و زندگی موفق باشیم»، «چگونه در مصاحبه شغلی موفق باشیم»، «چگونه رزومه شغلی بنویسیم»، «چگونه در کانادا کار پیدا کنیم»، «چگونه به شغل دلخواه خود برسیم»، عناوین کتاب های این مجموعه هستند و از میان انبوه آثاری انتخاب شده که هر ساله در جهان و در این حوزه نوشته و منتشر می شوند. این مجموعه شامل آثاری است که توسط بهترین های عرصه «موفقیت و مهارت های شغلی» در جهان نوشته شده و جزء آثار پرفروشی هستند که بارها تجدید چاپ شده و هم اکنون برای نخستین بار به زبان فارسی ترجمه و منتشر می شوند. تمامی این کتاب ها بر اساس تجربیات فردی و سرگذشت های واقعی نوشته شده اند و از نکاتی کلیدی سخن می گویند که کاملاً در زندگی شخصی و حرفه ای کاربرد دارد.

پیشگفتار

طی چند سال گذشته، بیش از دوهزار مشاور زندگی، دوره «آموزش مشاور» را در دانشگاه Coach تکمیل کرده‌اند. من، به عنوان رئیس دانشگاه Coach و با داشتن تجربه‌ای ده‌ساله در این زمینه، شانس کار کردن با بسیاری از آن‌ها را داشته‌ام. طی کار به این نتیجه رسیده‌ام که موفق‌ترین مشاوران چند خصوصیت اصلی دارند:

موفق‌ترین مشاوران بی‌شک افرادی مسوونند. مشاوره فقط یک حرفه اطلاعات‌محور نیست، بلکه براساس نیاز عموم توسعه می‌یابد. توجه به اینکه مشاوران بیشتر زمان‌شان را صرف ترقی، حمایت و آموزش مشتریان می‌کنند؛ توجه به مشتریان، موفقیت و ارزش‌های آن‌ها مانند روغنی عمل می‌کند که باعث چرخش روان فرایند مشاوره می‌شود. بدون توجه کافی، اثربخشی فرد مشاور تا حد زیادی کاهش می‌یابد.

موفق‌ترین مشاوران افرادی پراثرتری هستند. ویژگی برجسته آن‌ها این است که ذاتاً شاد و خوش‌بینند، از کار کردن با دیگران لذت می‌برند، چیزهای زیبایی برای آموختن دارند و همیشه برقی در چشمان‌شان وجود دارد که دیگران را به زندگی باز می‌گرداند.

اکثر مشاوران موفق، ذاتاً انسان‌های باهوشی هستند. فرایند مشاوره نیاز به مشاور حساسی دارد؛ کسی که قادر به احساس انرژی و حالات روانی مراجعه‌کننده است؛ نکات ظریف را تشخیص می‌دهد، به جای دریافت اطلاعات، آن‌ها را حس می‌کند؛ حقیقت را از میان آنچه که گفته می‌شود لمس کرده، در نهایت درک درستی از موضوع دارد. بنابراین، بخشی از فرایند تبدیل شدن به یک مشاور موفق؛ حساسیت و ارتقای توانایی هوش ذاتی است.

مشاوران موفق در مکالمات مانند یک رقاص ماهر عمل می‌کنند و همه توجهات به سوی آن‌هاست. از آنجایی که مشاوره یک فعالیت مکالمه‌محور می‌باشد؛ موفق‌ترین مشاوران

در می‌یابند که مبادله افکار و نظرات، مفاهیم، احساسات، اطلاعات، حقایق، نیازها، ارزش‌ها و اولویت‌های میان آن‌ها و مراجعه‌کنندگان بدون هیچ زحمتی و از طریق مکالمه رخ می‌دهد. افراد مراجعه‌کننده به مشاوره نیاز دارند که فوراً آن‌ها را درک کند و تشویق‌شان کند تا حرف‌هایی بزنند که پیش از آن هرگز به زبان نیاورده‌اند. مشاورانی که قادر به «دریافت» اطلاعات از مراجعه‌کننده نیستند و باید تمام چیزهایی که مراجعه‌کننده می‌گوید را بفهمند، مشاورانی هستند که تمایل به کنترل کردن مراجعه‌کننده دارند.

مشاوران موفق به‌طور جدی، آموزش دیده‌اند. مشاور خوب، نیازمند چندین سال جلسات تمرینی فشرده در میان همکارانی است که در مسیری مشابه در حال کار هستند. در واقع هر کسی در دنیا به بیری یک مشاور است و در مانگران، معلمان و وزیران به گونه‌ای کار یک مشاور را انجام می‌دهند. اما برای برتری در این حرفه و ارائه تمامی امکانات به مراجعه‌کننده، آموزش رسمی هم بسیار زیادی دارد.

موفق‌ترین مشاوران، مشاوران تخصصی خودشان را دارند. هر مشاور موفق در مسیر رشد شتابنده‌ای قرار دارد و حتی به داشتن یک مشاور ماهر و قدرتمند در کنار خودش فکر هم نمی‌کند، به‌خصوص اینکه این به رای مراجعه‌کنندگان بسیار مهم است. در نتیجه، داشتن یک مشاور نشانه کمال است. من سه مشاور دارم که به من در تمامی جنبه‌های زندگی و شغل کمک می‌کنند.

موفق‌ترین مشاوران دائماً در حال یادگیری از مراجعینشان هستند. با این که اثربخشی فن مشاوره به اثبات رسیده است، هنوز مشاوره در مراجعات ابتدایی به سر می‌برد. موفق‌ترین مشاوران تمرین می‌کنند تا به همان اندازه که آموزش می‌دهند، از مراجعه‌کنندگان‌شان نیز بیاموزند. این کار، مشاوران را به روز، متواضع و برای دریافت اطلاعات آماده می‌سازد و مشتاق می‌شوند تا خودشان را با نیازهای مراجعه‌کنندگان جدید وفق دهند. وقتی مشاوران مشتاق یادگیری از مراجعه‌کنندگان خود هستند؛ نقش مؤثرتری خواهند داشت زیرا به جای اینکه متکلم و حده باشند، با آن‌ها همراه می‌شوند.

موفق‌ترین مشاوران، مشاوره را نه فقط فن، بلکه نوعی هنر می‌دانند. درست است که بیش از ۲۰۰ مهارت برای مشاوره، بیش از ۱۰۰۰ گرایش، بیشتر از ۵۰۰ مدل برای موقعیت‌های مختلف و صدها موضوع، فن و روش برای فراگیری و تبدیل شدن به یک مشاور رسمی در دانشگاه Coach وجود دارد؛ با این حال بهترین عمل مشاوره، نه به صورت فن که به

شکل یک فعالیت هنری انجام می‌شود. یک مشاور حرفه‌ای که به مشاوره به عنوان هنری نگاه می‌کند که نیازمند ابزار و فنون خاص است، موفق‌تر از کسی است که صرفاً «مشاوره می‌کند».

موفق‌ترین مشاوران مدل‌های الهام‌بخشی برای مراجعه‌کنندگان‌شان هستند. به عبارت دیگر آن‌ها باید در حرف و عمل یکی باشند. در حقیقت، یک مشاور نمی‌تواند تجربه‌اندوزی کند مگر اینکه آنچه را که آموخته است در زندگی خودش به کار گیرد و اطلاعات، امتیازات، رفاه، استنادها، مزه‌ها و مهارت‌هایی را مدل‌سازی کند که از مراجعه‌کننده‌اش خواسته است. و این‌گونه است که اصطلاحاً زندگی‌شان «الگو» می‌شود.

موفق‌ترین مشاوران، به همه‌کنندگان‌شان را جذب می‌کنند. به این معنی که سعی نمی‌کنند خدمات‌شان را تحویل بدهند یا بفروشند؛ در عوض در جریان امورند و مدام بر ارزش‌های کسانی می‌افزایند که در اطراف‌شان هستند.

تالن^۱ یکی از «موفق‌ترین» مشاوران است. او در این زمینه دارای توانایی ذاتی است و به عنوان عضو ارزشمندی از گروه آموزشی ما به برنامه‌های آموزشی و شاگردانش اعتبار بخشیده است. اشتیاق او به زندگی باعث می‌شود، اگر کسی که برایش قرار می‌گیرد، ارتباط برقرار کند.

هر کسی که با نتایج شگفت‌انگیز مشاوره آشنا نباشد، با دیدن دیگرگونی‌های شگرفی که در زندگی مراجعه‌کنندگان تالن رخ داده است متعجب نمی‌ماند. البته مشاوران تعجب نمی‌کنند؛ زیرا این تغییرات همان چیزی است که آن‌ها منتظرش هستند. بنابراین، یک تغییر کوچک، تأثیرات قابل توجهی بر زندگی شما خواهد گذاشت. این کتاب، کلید همان زندگی رویایی را در اختیار تان قرار می‌دهد که همیشه خوابش را می‌دیدید. پس از آنکه تمامی راهکارهای این فرایند را تمرین کردید باید نتایج شگفت‌زده می‌شوید و انتظار خوشی را سپری می‌کنید.

مقدمه

«تنها یک در فقیّت وجه د دارد؛ اینکه قادر باشید زندگی تان را به سبک خودتان سپری کنید.»

کریستوفر مورلی^۱

مشاوره چیست؟



مشاوره فاصله میان آنچه را که در اکنون هستید با آنچه که می خواهید باشید، کم می کند. مشاوره، نوعی رابطه حرفه ای با کسی است که بهترین ها را برای شما می خواهد، شما را نصیحت می کند، راهنمایی می کند، و تسویق می کند تا از محدودیت هایی فراتر بروید که برای خودتان ساخته اید و پتانسیل های واقعی تان را شناسید. قهرمانان المپیک را در نظر بگیرید، آن ها موفق ترین و نیرومندترین ورزشکاران دنیا هستند. مربیان تشویق شان می کنند تا برای رسیدن به طلا تلاش کنند. به عبارت دیگر، آن ها یک دو بزمای بیرونی برای ورزشکاران می سازند تا به روی هدف شان تمرکز کنند.

یک مشاور زندگی، چیزهایی را به شما نشان می دهد که نمی توانید ببینید و ایا، ها را در اختیار تان می گذارد تا عملکرد تان را ارتقا ببخشید و به شما انگیزه می بخشد تا بهترین باشید. مشاور زندگی، شما را به چالش می کشد تا از جایی که در آن توقف کرده اید فراتر بروید. او به شما کمک می کند تا نقاط قوت تان را بشناسید و بتوانید آن را با دنیای بیرون سهیم شوید. آیا می توانید تصور کنید اگر مشاوره داشتید چقدر مفیدتر و موفق تر بودید؟ خوب، دیگر مجبور نیستید خیال پردازی کنید زیرا این کتاب شامل نکات کلیدی برنامه مشاوره و آخرین فرمول های موجود برای رسیدن به موفقیت و جذب هر چیزی می شود

1. Christopher Morley

که همیشه می‌خواستید. مشاوره از گذشته، متعلق به مدیران اجرایی، ارشد و البته ورزشکاران حرفه‌ای بوده است. اما هم‌اکنون مشاوره در اختیار هر کسی است که می‌خواهد رویاهایش را به حقیقت تبدیل کند. در حال حاضر بیش از یک صدهزار نفر برای مشاوره و آموختن ترفندهای لازم جهت بهبود زندگی فردی و حرفه‌ای خود از مشاوران زندگی استفاده می‌کنند. مردم اغلب فکر می‌کنند وقتی خوشحال خواهند شد که به موفقیتی برسند. اما این باور الزام‌دراست نیست. من مدیر موفق بودم و از نظر دیگران خوشبخت محسوب می‌شدم. درآمد بیشتر از درآمد ۹۰ درصد جمعیت شهر بود و آینده‌ای عالی در انتظارم بود. اما با اینکه کارم را خوب انجام می‌دادم، از آن متنفر بودم. همیشه آرزو می‌کردم وقتی سرکار می‌روم با یک اتوبوس تصادف کنم و به جای کار به بیمارستان بروم، چون می‌دانستم که با تمام توان بالقوه‌ام زندگی نمی‌کنم.

خیلی دوست دارم بگویم که در آن زمان مشاوره استخدام کردم تا به رتق و فتق امور زندگی‌ام بپردازد، اما آن متوجه حتی کلمه‌ای هم در مورد مشاوران نشنیده بودم. عاقبت مشاوره پیدا شد و درخواست کردم که کمک کند. تاجایی که می‌توانستم سعی کردم مودب باشم و از او خواستم پی‌کارش برسد. این امروز واقعاً خوشحالم که مشاور، مصرانه بر درخواستش اصرار کرد زیرا زندگی‌ام را کاملاً تغییر داد و حالا من دقیقاً همان کاری را انجام می‌دهم که عاشقش هستم. کارم به طرز باور نکردنی رضایت‌بخش است. در حال حاضر رضایت بی‌حدی از برگزاری سمینارهایم کسب می‌کنم، و سمینارها به مراجعه‌کنندگان کمک می‌کند تا به اهداف و آرزوهایشان برسند و اهداف و وظایف رهبری بهترین تیم مشاوران دنیا را بر عهده دارم. برای انجام کارهای شخصی‌ام وقت کافی دارم، مرد آرزوهایم را پیدا کرده‌ام، و زندگی شگفت‌انگیزی دارم که کاملاً از آن لذت می‌برم. اکنون در موفقیت کامل به سر می‌برم و اصلاً علاقه ندارم با اتوبوس تصادف کنم!

شما خالق سرنوشت‌تان هستید. ممکن است تصویر واضحی از زندگی مورد علاقه‌تان داشته باشید یا برعکس، هیچ درکی از زندگی خود نداشته باشید. در هر صورت، فرقی نمی‌کند که از کجا شروع کنید. شاید هم بهتر باشد که هیچ درکی از زندگی‌تان نداشته باشید؛ زیرا دیگر بدون ضرورت، انتخاب‌هایتان را محدود نمی‌کنید. اگر در مورد اثربخشی مشاوره تردید دارید، بنابراین توصیه می‌کنم آن را امتحان کنید و نتیجه‌اش را خودتان ببینید. از نظر برخی، کسی به مشاور نیاز ندارد چون مشاوره به شکل باور نکردنی کاری تجملی است. اما از سوی

دیگر اگر مانند قهرمان المپیک، به دنبال این هستید که بهترین باشید و به بهترین شکل عمل کنید، مشاوری همان محرک‌هایی را در اختیار تان می‌گذارد که به آن‌ها نیاز دارید.

اغلب مراجعه‌کنندگان می‌گویند که نزدیک به ۹۰ درصد از کلنجار رفتن برای رسیدن به موفقیت در زندگی خسته‌کننده است و به دنبال راهی ساده‌تر هستند. حقیقت این است که ما حجم زیادی از زمان و انرژی مان را صرف کار بیشتر می‌کنیم تا درآمد بیشتری داشته باشیم و چیزهای بیشتری بخریم تا ما را خوشحال‌تر کنند. این سخت‌ترین راه برای رسیدن به موفقیت است. راه ساده‌تر این است که اول تصمیم بگیرید می‌خواهید چه کسی باشید، سپس وارد عمل شوید. از این طریق بدون زحمات، زندگی دلخواه‌تان را جذب می‌کنید. وقتی به این روش زندگی کنید اتفاق جالبی در افتاد. ما می‌توانیم به شما کمک کنیم که واقعاً چه می‌خواهید. دیگر زمان زیادی را صرف اهداف، پروژه‌ها و نگرانی‌ها نماند. دست نمی‌کنید. این کتاب به شما نشان می‌دهد که چگونه بهترین و موفق‌ترین فرد باشید. هدف نامی که شاد باشید، زمان کافی دارید، و کاری را انجام می‌دهید که عاشقش هستید و سریعاً رفقت را به سمت خود جذب می‌کنید. در این زمان مردم کاری از دستشان بر نمی‌آید. این که شما به سمت شما جذب شوند و فرصت‌ها در آغوش شما آرام می‌گیرند.