

بر نام خدا

آینده از آن شماست

معرفی فن پیشروی بسوی آینده

این فن تقدیر و سرنوشت ما را عوض می کند و آنچه را که شما می خواهید عرضه می کند.

نویسنده

آن جرشر مونیکا کافکی

مترجمان

کیوان سپانلو

لادن گنجی

زهرا عنابستانی



انتشارات پادینا
padina publication

سرشناسه	آن جرش، -
عنوان و نام پدیدآور	آینده از آن شماس: معرفی فن پیشروی بسوی آینده / ترجمه کیوان سپانلو، (۱۳۴۰) لادن گنجی (۱۳۴۵) و زهره عنابستانی (۱۳۴۶)
مشخصات نشر	تهران: پادینا، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	ص. ۳۳۶.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۷۱۱۹-۲۶-۸:
وضعیت فهرست نویسی	فیا
موضوع	:
رده دی کنجره	:
رده ی دیویی	:
شماره کتابشناختی	:



آینده از آن شماس

نویسنده: آن جرش، مونیکا کافرکی

ترجمه: کیوان سپانلو، لادن گنجی و زهره عنابستانی

ناشر: انتشارات پادینا

طراحی جلد و صفحه آرایي: انتشارات پادینا

چاپ و صحافی: سینا

نوبت چاپ: اول (۱۳۹۹)

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۱۱۹-۲۶-۸

شمارگان: ۵۰۰ جلد

قیمت: ۵۵ هزار تومان

میدان انقلاب، ابتدای کارگر جنوبی، کوچه رشتچی پلاک ۷، واحد ۳، انتشارات پادینا

تلفن: ۷۷۴۲۱۷۵۷ و ۶۶۹۴۹۱۱۵-۱۷ (۰۲۱) همراه: ۰۹۰۲۵۰۸۸۳۸۱

www.padinapub.com padina.pub@gmail.com

فهرست

۷	مقدمه یل مکتا
۱۱	فصل اول کار با تکنیک پیشروی به زندگی آینده
۴۳	فصل دوم آیا شما هم؟
۶۵	فصل سوم عشق در هوا
۱۰۷	فصل چهارم چگونه یک شغل عالی پیدا کنید
۱۴۵	فصل پنجم تولد ملی تن را در حین کار متوجه شوید
۱۸۹	فصل ششم برخیزد با الگوهای تکراری
۲۲۱	فصل هفتم هدف خودتان را پیدا کنید
۲۴۳	فصل هشتم شما را بشر یک قرن است
۲۸۵	فصل نهم «دنیا»
۳۲۵	خاتمه (بخش آخر) فصل را تماشا کنید
۳۳۳	منابع
۳۳۵	ضمیمه

مقدمه پل مکن

مردم اغلب از من می‌پرسند: پیشروی به زندگی آینده چیست؟ به آنها ساده ترین پاسخ را می‌دهم که آن شبیه نگاه کردن به یک عکس از سرنوشت و تقدیر است. اما در واقع این پاسخ یک پاسخ ساده نیست! به هر حال آیا این یک فرآیند با ارزش نیست؟ من باور دارم که جواب قطعاً مثبت است.

بسیاری از شرکت‌ها این روزها کاری انجام می‌دهند به نام «برنامه ریزی راهبردی»، کاری که مدیران (اغلب با چشمان بسته) تصور می‌کنند که چه محصولات و چه خدماتی شرکت آنها، آیند، پیشنه‌ها و انجام خواهد داد و رقبای آنها چه کارهایی انجام خواهند داد. این راهی است که آنها می‌توانند از بازنگری آینده و قبل از وقوع حادثه بهره‌مند شوند هم چنین آن همانند باهر نوع کار فرآیند

پیشروی به زندگی است. دهن من بسیار پر شده و پیر رفته ترین رایانه زندگی دنیا می‌باشد و پرسیدن از آن برای برآورد و محاسبه‌ی این که شما در کجا در خواهید آورد، الان دقیقاً کجا هستید، یک معادله‌ی روشن و صریحی است که به راحتی آن را حل می‌کند. به هر حال، این که آینده قطعی نیست، این رایانه‌ی زنده تقریباً بدون تردید و به طایر می‌تواند به شما آینده‌ای با سناریوهای متعدد از چیزهایی که ممکن است اتفاق بیافتد، ارائه خواهد داد.

سال‌ها قبل، من یک فرآیند تجسمی انجام دادم به این صورت که ز ذهن خود خواستم که به من نشان دهد، اگر به راهی که در آن قرار داشتم ادامه دهم و بی‌سبب، چگونه خواهم شد. در آن زمان من در رادیو کار می‌کردم. خودم را دیدم که مسن تر و محافظه کارتر شده‌ام تا از لحاظ معنوی و مالی غنی‌تر.

بنابراین از ذهنم سوال متفاوت دیگری کردم، اگر می‌دانستم که شکست نخواهم خورد چه کاری انجام می‌دادم؟ آنگاه خودم را در یک برنامه‌ی تلویزیونی در حال اجرای هیپنوتیزم دیدم که محصولات خود ارتقایی عرضه می‌کنم و سرتاسر دنیا را سفر می‌کنم و یک زندگی پر

جاذبه و مسحورکننده ای دارم. فرآیند تصویر سازی آینده به من هر لحظه از زندگی خودم را که انتخاب کرده بودم نشان داده بود.

این همان پیشروی به زندگی آینده است. البته من نمی گویم به طور واقعی و حقیقتاً می توانیم به آینده سفر کنیم. زیرا این هنوز اتفاق نیافتاده است. اما بایک فرآیند روان شناختی ما قادر خواهیم بود به آینده ای که ممکن است منتظر ما باشد نگاهی گذرا و اجمالی بیاندازیم. وده این فرآیند را انجام داده ام و در حقیقت می دانم که بسیاری از افراد این فرآیند را با «آن» انجام داده اند، و مهم نیست که باور دارند که آینده ی شدنی و امکان پذیری که دیده اند واقعی است یا خیر. هر کسی از این فن بهره برده است. این تجربه می تواند مورد توجه و سرگرم کننده باشد، اما بیشتر اوقات اغلب بسیار آموزنده است.

بعد از بیست سال کار با افراد در زمینه ی تغییرات فردی متقاعد شده ام که اگر کسی حتی وقت کمی صرف آنچه که واقعاً اینده ی او را شامل می شود، کرده است، او خوشحال تر بوده است.

به همین دلیل «آن» سال ها وقت صرف تحقیق در این زمینه کرده است که او را قادر ساخته تا این کتاب شگفت انگیز را بنویسد که شامل ابزارهایی است برای نگاه به آینده ای که شما می توانید آن را خلق کنید، آینده ای که شما فقط آن را می خواهید.

پل مکنا