

خراشادی زاده، سیدحسین، ۱۳۵۱-
زندگی در زندگی / نویسنده سیدحسین خراشادی زاده.
تهران: نسل نواندیش، ۱۳۹۹.
۲۸۰ص.

۹۷۸-۶۲۲-۲۲۰-۶۶۲-۸

فیفا

داستان‌های فارسی -- قرن ۱۴

Persian fiction -- ۲۰th century

ارزش‌ها -- ایران -- داستان

Values -- Iran -- Fiction

زندگی در زندگی -- داستان

Conduct of life -- Fiction

PIR ۴۲

۸ ۶۲۲۰

۶۲۲۰۶۲۲

زندگی در زندگی

نویسنده: دکتر سید حسین خراشادی زاده

داستان‌نویس: زهرا صاحبی

بازخوان نهایی: نسترن حسین پور

طراح جلد: الناز اسلامی افروز

ناشر: نسل نواندیش

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول

سال چاپ: ۱۳۹۹

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۲۰-۶۶۲-۸

ISBN: 978-622-220-662-8

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

سخن افراد موفق و بی‌گذا درباره کتاب.....	۱۵
مقدمه.....	۲۱
بخش اول: چرایی و چگونگی مطالعه کتاب.....	۲۹
فصل اول: مطالعه این کتاب چه تأثیری بر زندگی شما دارد؟.....	۳۱
جدول اهمیت شناخت ارزش‌های شخصی.....	۳۴
فصل دوم: چگونه از این کتاب بیشترین بهره را ببریم؟.....	۴۲
بخش دوم: شناخت ارزش‌های شخصی.....	۴۷
فصل صفر: نقطه عطف استاد راننده.....	۴۹
فصل ۱/ سؤال اول: «فضای اطراف».....	۵۸
محیط شما، انعکاس کاملی از خواسته قلبی و ارزش‌های شخصی شماست.....	۷۴
فصل ۲/ سؤال دوم: «زمان».....	۷۷
خبر بد اینکه زمان پرواز می‌کند! خبر خوب اینکه شما خلبان هستید!.....	۸۹
فصل ۳/ سؤال سوم: «انرژی».....	۹۱
موفقیت به سمت کسانی می‌آید که همه چیز را در زندگی صرف اشتیاقشان می‌کنند.....	۱۰۵
فصل ۴/ سؤال چهارم: «پول».....	۱۰۷

- به من نگو اولویت‌های زندگی تو کجاست، فقط بگو پولت را چگونه خرج می‌کنی آنگاه من به تو می‌گویم اولویت‌های زندگی تو چیست. ۱۱۸
- فصل ۵/ سؤال پنجم: «انضباط شخصی» ۱۲۰
- کلیدی که یک نفر را در تمام عرصه‌های زندگی بالا می‌کشد درحالی‌که بقیه افراد در طبقه متوسط می‌مانند. ۱۳۰
- فصل ۶/ سؤال ششم: «اعتمادبه‌نفس» ۱۳۲
- در هر زمینه‌ای هرچه بیشتر یاد بگیری و دانش خود را بالا ببری، اعتمادبه‌نفس‌تان نیز بیشتر می‌شود. ۱۴۳
- فصل ۷/ سؤال هفتم: «فکر» ۱۴۵
- محیط شما را صحت اقتصادی‌تان انعکاس کاملی از طرز تفکر شماست. ۱۵۴
- فصل ۸/ سؤال هشتم: «تصور و تجسم» ۱۵۶
- تصور و تخیل مهم‌تر از دانش است. ۱۶۹
- فصل ۹/ سؤال نهم: «گفت‌وگویی» ۱۷۱
- هر یک از ما به وسیله همین گفتمان درونی بر اندیشه‌هایمان تأثیر می‌گذاریم و بدین ترتیب به خود می‌گوییم باید درباره چه چیزی فکر کنیم و چگونه رفتار کنیم. ۱۸۰
- فصل ۱۰/ سؤال دهم: «گفت‌وگو با دیگران» ۱۸۲
- هوشیار باشید، چرا که سخن به مثابه فوت کردن به قاصدک است. ۱۹۵
- فصل ۱۱/ سؤال یازدهم: «الهام درونی» ۱۹۷
- هرچه بیشتر خودتان را بشناسید و بدانید که چه می‌خواهید، کمتر اجازه خواهید داد تا مسائل شما را ناراحت کنند. ۲۰۹
- فصل ۱۲/ سؤال دوازدهم: «علم‌آموزی» ۲۱۱
- آموزش گذرنامه آینده است. فردا وابسته به آنانی است که امروز برای آن آماده می‌شوند. ۲۲۷
- فصل ۱۳/ سؤال سیزدهم: «اهداف» ۲۲۹
- اگر می‌خواهید زندگی شادی داشته باشید، زندگی خود را با یک هدف گره بزنید. ۲۴۱
- فصل ۱۴/ سؤال چهاردهم: «عملکرد» ۲۴۳

مصمم شوید که کاری باید صورت گیرد، سپس راه انجام دادن آن را خواهید یافت.»..... ۲۵۴

فصل ۱۵ / سؤال پانزدهم: «شبکه‌های اجتماعی»..... ۲۵۶

شبکه‌های اجتماعی بیشتر از آنکه متعلق به دنیای دیجیتال باشد، به جامعه انسانی تعلق دارد. ۲۶۶

بخش سوم: اولویت‌بندی ارزش‌های شخصی..... ۲۶۹

نتیجه‌گیری..... ۲۷۱

چگونه نردبان ارزش‌هایمان را ترسیم کنیم؟..... ۲۷۲

کلام آخر..... ۲۷۹

مقدمه

این کتاب بر اساس تجربه شخصی خودم در پنج سال گذشته و چند سال پیش‌تر از آن که در سردرگمی به سر می‌بردم و در پی یک قطب‌نما برای زندگی شخصی‌ام بودم، نوشته شده است. از تجربه افراد بسیاری نیز بهره گرفتم. این کتاب حاصل دانشی است که به تجربه آن آزموده‌ام و از اجرایی شدن آن کاملاً اطمینان دارم.

سال آخر دانشگاه رشته مهندسی الکترونیک بودم، یک درس سه‌واحدی با عنوان تلویزیون داشتیم. استاد محترم ماره‌های داخلی تلویزیون لامپی را درس داد و در کمال تعجب گفت: «پنج سالی می‌شود که درس تلویزیون را تدریس می‌کنم، ولی خودم یک تلویزیون لامپی دارم که خراب است و هرچه سعی کردم، نتوانستم آن را تعمیر کنم!» یکی از دانشجویها اجازه صحبت گرفت و گفت: «استاد من می‌توانم تلویزیون شما را تعمیر کنم.» استاد که به نظر می‌آمد چندان از ادعای این دانشجو خوش نیامده است، در پاسخ گفت: «تلویزیون را برای تعمیر به شما می‌دهم، ولی اگر نتوانستی درستش کنی، هیچ نمره‌ای از این درس نمی‌گیری.» دانشجو گفت: «استاد لطفاً اگر نتوانستم فقط چند نمره کم کنید و آخرت منستم به همان اندازه اضافه کنید.» استاد قبول کرد و قرار شد اگر تلویزیون درست شد پنج نمره کلاسی به او بدهد و اگر درست نشد، همان پنج نمره کلاسی را از او کم کند. جلسه بعدی که به کلاس آمدم، دانشجویی که ادعا کرده بود تلویزیون استاد را تعمیر می‌کند، در عین ناباوری اعلام کرد که این کار را انجام داده و تلویزیون کاملاً سالم است و به خوبی کار می‌کند.

برای همه ما سؤال بود که او چگونه توانسته است این کار را انجام بدهد؟ او توضیح داد: «پدرم سال‌هاست که فروشگاه تعمیر لوازم الکترونیک دارد و من از آنجاکه به این کار بسیار علاقه‌مند بودم، هر زمان فرصت داشتم به آنجا می‌رفتم و به ایشان کمک می‌کردم و کم‌کم با کسب تجربه تعمیرات لوازم الکترونیک را یاد گرفتم.»

«صد گفته، چون نیم کردار نیست»

سال ۱۳۹۲ مدیرعامل یک شرکت معتبر در زمینه آی‌تی و همچنین عضو هیئت‌مدیره و سرمایه‌گذار در هشت شرکت دیگر در همین زمینه بودم. برای من که در سال ۱۳۸۰، یعنی دوازده سال قبل، از نظر مالی در نقطه صفر قرار داشتم و تازه دو سال می‌شد که با عنوان کارمند قراردادی شروع به کار کرده بودم، این پیشرفت بسیار چشمگیر به حساب می‌آمد، کسی که برای گذران زندگی خودش باید بسیار تلاش می‌کرد، حالا در سال ۱۳۹۲ با مشارکت در مدیریت و سرمایه‌گذاری در هشت شرکت، با بیش از ۲۵۰ نفر نیروی انسانی، به دستاورد بزرگی رسیده بود.

ولی من همچنان به دنبال رشد شخصی بوده‌ام تا اینکه اوایل سال ۱۳۹۴ در کارگاه نیمه‌خصوصی دکتر جان دمارتینی شرکت کردم. البته پیش از این در سال ۱۳۹۲ در همایشی از ایشان که بیش از هزار مدیران شرکت‌های برتر ایران حضور داشتند، نیز شرکت داشتم؛ با شرکت در این دوره‌ها و پاسخ به چند سؤال کلیدی با نردبان ارزش‌های شخصی آشنا شدم و دریافتم که هم‌اکنون با اهداف و ارزش‌های شخصی چگونه می‌تواند در زندگی هر فردی معجزه کند. آموختم هر انسانی یک نردبان ارزشی منحصر به فرد دارد؛ دقیقاً مانند اثر انگشت که در هیچ دو انسانی مشابه نیست.

۱. دکتر جان اف. دمارتینی، محقق، نویسنده، مدرس و سخنران در علم رفتارهای انسانی «Human Behavior» است. وی متولد ۱۹۵۴ در هوستن امریکاست و در مستند راز، مستند قانون جذب و قانون بی‌نتهای عشق به سخنرانی پرداخته است.