

برتری خفیف

رسیدن به موفقیت و شادی بیکران
با انجام کارهای ساده و منظم

www.ketab.ir



نشر میلکان

www.ketab.ir

سرشناسه: اولسن، جف، ۱۹۵۸ - م، Olson, Jeff

عنوان و نام پدیدآور: برتری خفیف: رسیدن به موفقیت و شادی بیکران با انجام کارهای ساده و منظم؛ نوشته‌ی جف اولسن؛ ترجمه‌ی سعید کلایی‌راد.

مشخصات نشر: میلکان، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۲۸۸ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۷۳-۵۰-۴

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

عنوان اصلی: The Slight Edge: Turning Simple Disciplines into Massive Success and Happiness

موضوع: موفقیت، خودسازی، خوشبختی

شناسه‌ی افزوده: کلایی‌راد، سعید - مترجم

رده‌بندی کنگره: BF۶۲۷

رده‌بندی دیویی: ۱۵۸/۱

شماره‌ی کتاب‌شناسی ملی: ۵۷۹۴۲۳۹

برتری خفیف

رسیدن به موفقیت و شادی بیکران با انجام کارهای ساده و منظم

جف اولسن

ترجمه‌ی سعید کلایی‌راد

ویراسته‌ی سجاد زلیکانی

مدیر تولید: کاوان بشیری

مشاور ارشد و آماده‌سازی: واحد تولید کتاب میلکان

لیتوگرافی: باختر

چاپ: کج

چاپ اول، ۱۴۰۰

تیراژ: ۱۱۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۷۳-۵۰-۴



نشر میلکان

www.Milkan.ir

info@Milkan.ir

بخش اول

برتری خفیف چگونه عمل می کند؟ ۹

فصل اول: ولگرد ساحلی و میلیونر. ۱۱

فصل دوم: نخستین عنصر. ۲۵

فصل سوم: انتخاب. ۳۹

فصل چهارم: در انجام کارهای ساده ماهر شوید. ۵۵

فصل پنجم: آهسته بروید تا سریع تر برسید. ۷۳

فصل ششم: در دام جهش کوانتومی نیفتید. ۹۱

فصل هفتم: راز شادی. ۱۰۳

فصل هشتم: اثر موجی. ۱۲۱

فصل نهم: باید با سکه ی یک سنتی شروع کنید. ۱۳۷

بخش دوم

زندگی کردن با برتری خفیف. ۱۴۹

فصل دهم: دو مسیر زندگی. ۱۵۱

فصل یازدهم: مهارت یافتن در برتری خفیف. ۱۷۱

فصل دوازدهم: روی خودتان سرمایه گذاری کنید. ۱۸۷

فصل سیزدهم: یادگیری از مربی. ۲۰۵

فصل چهاردهم: از متحدان برتری خفیف خود استفاده کنید. ۲۱۹

فصل پانزدهم: پرورش عادت های برتری خفیف. ۲۳۱

فصل شانزدهم: سه قدم تا رسیدن به رؤیای تان. ۲۵۱

فصل هفدهم: زندگی کردن با برتری خفیف. ۲۶۷

فصل هجدهم: از اینجا به کجا خواهید رفت؟ ۲۸۱

دعوت شخصی. ۲۸۵

کتاب های متحول کننده ی زندگی. ۲۸۷

پیش‌گفتار

سال ۲۰۰۵، زمانی که چاپ اول کتاب برتری خفیف وارد بازار شد، تصور این اقبال عمومی گسترده را نداشتم. ما از هیچ گروه تبلیغاتی، کتاب‌فروشی خاص یا انتشارات مشهوری کمک نگرفتیم. فقط کتاب را منتشر کردیم. تبلیغ کتاب دهان‌به‌دهان بین مردم چرخید و همچون شراره‌های آتش همه‌جا را فراگرفت. صدها هزار نفر آن را خواندند و به دیگران هم معرفی کردند. مشخص بود در صفحات کتاب چیزی حس می‌شد که مردم آن را با جان‌ودل لمس می‌کردند.

از آن موقع به بعد، هزاران نامه و ایمیل از خواننده‌ها، از همه‌ی رده‌های سنی و از هر پیشه و شغلی دریافت کردیم، با این مضمون که برتری خفیف چگونه زندگی‌شان را تحت تأثیر قرار داده است. اکنون مسئولیت ما این بود که به مخاطبان اطمینان بدهیم این کتاب تا حد امکان در دسترس آن‌ها قرار می‌گیرد.

در سال ۲۰۰۸ نگارش کتابی را شروع کردیم که همین مطالب را برای مخاطب نوجوان بازگو می‌کرد. عنوان این کتاب بود موفقیت برای نوجوانان: نوجوانان واقعی از برتری خفیف می‌گویند. این کتاب خلاصه‌ی محتوای کتاب برتری خفیف را به سبکی نوجوان‌پسند، همراه روایت‌های بی‌شماری از زندگی واقعی نوجوانان در خصوص تجربه‌های به‌کارگیری این اصول در زندگی‌شان، در اختیار آن‌ها می‌گذاشت. به‌همت «بنیاد موفقیت» این کتاب تاکنون به حدود دو میلیون نوجوان اهدا شده است.

در سال ۲۰۱۱، نسخه‌ی بازبینی‌شده و مفصل‌تری از کتاب اصلی را منتشر کردیم. در این نسخه، چند اصل اساسی دیگر وجود داشت که هنگام بررسی برتری خفیف کشف کرده بودم و همچنین مطالب جدیدی که دخترم، امبر اولسن رورک، نوشته بود و روایت‌هایی از تجربه‌های شخصی خوانندگان.

قصد داشتیم تا سال ۲۰۱۵ که فقط چند سالی تا آن مانده بود و به مناسبت دهمین سالگرد چاپ کتاب، نسخه‌ی جدیدی از آن را منتشر کنیم. این نسخه شامل مضامین جدید و مهمی بود که براساس مشاهدات و تجربه‌های بازگوشده از طرف

مخاطبان در سال‌های اولیه‌ی انتشار کتاب شکل گرفته بودند، اما خیلی زود متوجه شدیم نمی‌توانیم تا ۲۰۱۵ منتظر بمانیم، چون در طول این سال‌ها اتفاقات زیادی رخ داده بود. پس تصمیم گرفتیم زودتر اقدام کنیم و ویرایش دهمین سالگرد چاپ کتاب را در هشتمین سالگردش انجام دهیم و حاصلش کتابی است که در حال حاضر در اختیار شما قرار دارد.

این نسخه بازنویسی و سامان‌دهی کامل نسخه‌ی اصلی کتاب را ارانه می‌کند؛ مثلاً مبحث مربوط به طرح «ترن هوایی» که در فصل اول ارانه شده است (ولگرد ساحلی و میلیونر)، از منشأ بروز موفقیت و شکست و علت آن درک متفاوتی ارانه می‌دهد که در کتاب اصلی، به آن اشاره‌ای نکرده بودم. «هفت عادت برتری خفیف» در بخش پانزدهم، براساس ایده‌هایی شکل گرفته‌اند که در ویرایش سال ۲۰۱۱ بیان شده‌اند و از این ایده‌ها می‌توان به نتیجه‌گیری منطقی رسید. در این ویرایش، تجربه‌های حاصل از کسب‌وکارم را که تاکنون با شما در میان گذاشته بودم، بیان کرده‌ام.

شاید مهم‌ترین تغییر این ویرایش اضافه کردن دو فصل کاملاً جدید، یعنی «راز شادی» و «اثر موجی» است که به مفهوم برتری خفیف، عمق بیشتری می‌دهند. این دو فصل تأثیر برتری خفیف را روی دو بخش حیاتی زندگی، یعنی شادبودن و تأثیرات طولانی‌مدت آن بررسی می‌کنند و دریافته‌های حاصل از این دو فصل در سراسر کتاب وجود دارند.

امیدوارم از خواندن این کتاب لذت ببرید.