

زندگے جدید:

چگونه به رویاهايمان

جامه‌ی عمل بپوشانيم

ام. اچ. انصاری

ترجمه:

زهرا الوندی فرد

سرشناسه:

ام. اچ. انصاری، M. H. Ansari

عنوان و نام پدیدآور:

زندگی جدید: چگونه به رویاهایمان جامه‌ی عمل بپوشانیم، ترجمه: زهرا الوندی‌فرد

مشخصات نشر:

قزوین: مینوی خردگستر، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری:

۴۴ ص.

شابک:

۹۷۸-۶۰۰-۹۴۱۹۶-۸-۵

وضعیت فهرست نویسی:

فیا

موضوع:

موقفیت - جنبه‌های روان‌شناسی

رده بندی کنگره:

BF 637/۸ الف ۸/۱۳۹۷

رده بندی دیویی:

۱۵۸/۱

شماره کتابشناسی ملی:

۵۵۳۶۰۱۳



انتشارات مینوی خردگستر

قزوین - محمدیه، منطقه ۲، خیابان سعدی، پلاک ۳۲، تلفن: ۲۸-۳۲۵۷۵۵۲۷۹

۰۹۱۹۶۶۰۱۴۶۱

زندگی جدید: چگونه به رویاهایمان جامه‌ی عمل بپوشانیم

- ترجمه: زهرا الوندی‌فرد
- ناشر: مینوی خردگستر
- طراح جلد: سیما قویدل
- ویراستار و صفحه آرا: سیما قویدل
- نوبت چاپ: اول ۱۳۹۷
- شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
- قیمت: ۳۵/۰۰۰ تومان
- شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۱۹۶-۸-۵

فهرست

۵	 مقدمه
۱۴	 آنان انسان‌هایی مانند شما هستید!
۲۱	 عصر اطلاعات
۲۴	 تنها به ایده نیاز دارید
۲۸	 شما هم می‌توانید ناممکن را به ممکن تبدیل کنید!
۳۰	 چه پیشرفت سریع و فوق‌العاده‌ای
۳۹	 آرزوهای واقعی خود را کشف کنید.
۴۹	 سرنوشت خود را تعیین کنید: نقطه‌ی آغاز
۶۳	 آیا استعداد خدادادی دارید؟
۶۸	 باور کنید: شما برنده‌اید
۶۹	 دانش: لبه‌ی تیغ
۷۳	 برای هر مسئله یک راهکار وجود دارد
۷۷	 من تندرستم.
۷۷	 انرژی، شور و شوق و آرزو (بلندپروازی، بلندهمتی)
۸۰	 حفظ تناسب: دانیاسورها از میان رفتند
۸۱	 درباره‌ی موفقیت حساس و جدی باشید: به تندرستی خود توجه کنید
۸۳	 در این جهان سردرگم نشوید.
۸۸	 افکار مثبت در برابر افکار منفی
۹۳	 نخستین بانوی کوهنورد صعودکننده به اورست
۹۴	 شرایط هر کدام از ما ویژه و منحصر به فرد است
۹۵	 برنامه‌ریزی دقیق به معجزه می‌انجامد
۹۹	 فجایع: چرا رخ می‌دهند

اولویت‌ها: ارتباطات درونی	۱۰۳
قدرت موفقیت در دستان شماست.	۱۰۹
شما مسئول نتایج و پیامدها هستید	۱۱۰
پایه: ساختن بنیان‌های موفقیت	۱۱۸
حتی اگر شکست خوردید: هرگز تسلیم نشوید	۱۲۶
الگو، مربی، وابستگی‌های میان‌فردی	۱۳۱
از معتاد بی‌خانمان تا میلیونر	۱۳۸
جهانی شدن: پدیده‌ی هیجان‌انگیز	۱۴۱
اینترنت و شبکه‌ی گسترده‌ی جهانی (وب)	۱۴۳
تجارت آزاد جهانی	۱۴۷
دبی	۱۴۸
نیازهای جهانی: انرژی‌های تجدیدپذیر	۱۵۲
فناوری اطلاعات	۱۵۳
ارتباط بین‌المللی راه دور	۱۵۵
تعادل	۱۶۱
شور و شوق: عشق به زندگی	۱۷۶
شادی: روش دیدگاه شما به زندگی	۱۷۹
سخن آخر	۱۸۳
اصول موفقیت	۱۸۵

مقدمه

به سراسر جهان سفر کرده‌ام و افراد بسیار باهوش، تحصیل کرده و آکنده از شور و شوق را در هر سن و رنگ و نژاد و با هر دین و آیینی ملاقات کرده‌ام. مردم بی‌نهایت به موفقیت علاقه دارند. آنان زندگی سالم، شاد، رضایت‌بخش و موفق می‌خواهند؛ اما به رویکرد روشن و ساده‌ای نیاز دارند تا به رویاهایشان دست یابند. ما در بهترین زمان از تمدن بشری زندگی می‌کنیم، هنگامی که تجارت آزاد جهانی، مهندسی، فناوری اطلاعات، سیاست‌های جهانی، حمل و نقل، سرگرمی، بازی‌ها، رسانه‌ها، پژوهش و توسعه همگی درها را روی فرصت‌های عالی و بی‌نظیر گشوده‌اند. بنابراین، دلیل کافی برای لذت بردن از زندگی و دستیابی به آرزوها برای همه وجود دارد.

در این کتاب، راهبردهای عملی دستیابی به رویاهایتان را شرح می‌دهیم. این اسرار برای توسعه و بهبود موفقیت فردی و حرفه‌ای و برای همه‌ی مراحل زندگی در دسترس شما قرار می‌گیرد و می‌تواند به موفقیت‌های شگفت‌انگیزی بیانجامد.

در سراسر کتاب، موفقیت نوع بشر در سده‌ی ۲۱ را شرح می‌دهم و تحسین می‌کنم: کسانی که به موفقیت استثنایی دست یافته‌اند و چگونگی دستیابی آنها به موفقیت. هر کدام از این مردم شرایط بسیار دشواری را تجربه کرده‌اند: در شرایط مالی اسفبار به دنیا آمده‌اند، یتیم بزرگ شده‌اند، کاملاً نابینا بوده‌اند، با مستمری و صدقه زندگی کرده‌اند، خودکشی کرده‌اند، با گروه‌های تبهکار در خیابان زندگی کرده‌اند، به زندان افتاده‌اند و در کودکی دچار حادثه شده‌اند و روی صندلی چرخدار افتاده‌اند. اما با وجود این موانع بازدارنده، بر شرایط ناگوار خود پیروز شدند و ثابت کردند که بدون توجه به چالش‌هایشان، دستیابی به موفقیت امکان‌پذیر است. مردمی که درباره‌شان صحبت می‌کنم، انسان‌هایی هستند مانند من و شما.

آنان به رویاهایشان دست یافتند؛ پس ما هم می‌توانیم.

- در کودکی، آرزو داشت ورزشکار شود. در ده سالگی به علت تصادف رانندگی، روی صندلی چرخدار افتاد. امروزه ستاره‌ی جهانی ورزش است.
 - در نوجوانی در خیابان زندگی می‌کرد، به مواد مخدر معتاد شد و به زندان افتاد. هم‌اکنون، صاحب یک سازمان مولتی میلیون دلاری نرم‌افزاری است.
 - یتیم بزرگ شد. وقتی یک ساله بود، مادرش درگذشت. پدرش در حادثه‌ی ساختمانی از دنیا رفت؛ در آن هنگام، تنها سه سال داشت. اکنون، بیلونر و نیکوکار است.
 - او نخستین فرماندار کاملاً نابینا است. یکی از سه ایالت پرجمعیت ایالات متحده را اداره می‌کند که بزرگترین شهر کشور در آن قرار دارد. مناطق بزرگ شهری آن از بزرگترین مناطق شهری جهان است و یکی از مهم‌ترین مراکز تجاری و مالی است.
 - وی یکی از محبوب‌ترین نویسندگان مجموعه داستان‌های تخیلی تا امروز است، اما با مستمری زندگی می‌کرد و قصد خودکشی داشت. اکنون، نیکوکار است و نخستین کسی است که از نوشتن کتاب به ثروت بلیون دلاری دست یافته است.
 - با تنگدستی بسیار در روستا، به کمک مستمری بزرگ شد اکنون، یکی از سلاطین رسانه‌های جهان است.
- شناخت و پاداش با موفقیت همراه است. هر کدام از این افراد زندگی سالم، شاد، رضایت‌بخش و لذت‌بخش دارند و ثروتمند هستند. در خانه‌های باشکوه، قایق‌های شخصی، جت‌های شخصی و با دیگر تجملات زندگی می‌کنند.
- این حقیقت است، نه افسانه! رویاهایتان را تجسم کنید، رویاهایتان را باور کنید، رویاهایتان را تمرین کنید و از زندگی دلپذیر، رضایت‌بخش و سرشار از ثروت لذت ببرید، همان زندگی که می‌خواهید.

این کتاب با سفر خیالی آغاز می‌شود. در ادامه، کشف خواهیم کرد:

- چگونه فرصت‌ها را در جهان پر از فرصت بیابید.

• چگونه انسان می‌تواند بر چالش‌های دشوار پیروز شود و به موفقیت خارق‌العاده دست یابد.

- چگونه تمایلات واقعی خود را کشف کنید.
- چگونه از طریق بهبود سلامتی، موفقیت خود را افزایش دهید.
- چگونه احساسات منفی را به اندیشه‌ها و احساسات مثبت تبدیل کنید.
- چگونه رویاهایتان را به واقعیت روزانه‌ی زندگی خود تبدیل کنید.
- چگونه از ناامیدی به امید برسید.
- چگونه از افسردگی به سوی الهام حرکت کنید.
- چگونه با انگیزه باقی بمانید.

گذشته‌تان مهم نیست. در گذشته زندگی نمی‌کنید، در اکنون به سر می‌برید و در آینده، فردا، پس فردا و همه‌ی روزهای پس از امروز زندگی خواهید کرد. هم‌اکنون، از زندگی لذت ببرید. سوپرستارهای فوق، همگی بر چالش‌ها پیروز شدند و به بالاترین سطح موفقیت دست یافتند؛ در این کتاب، به شما خواهم گفت چگونه به شما خواهم گفت چه چیزی به موفقیت آنها منجر شد و چگونه می‌توانید این اصول را در زندگی خود به کار ببرید تا به موفقیت شگفت‌انگیز برسید.

در فصل ۱، مفهوم احتمالات و فرصت‌ها را شرح می‌دهم. در فصل‌های بعد، توضیح خواهم داد چگونه تمایلات و آرزوهای خود را کشف کنید، در زندگی به هر چه می‌خواهید برسید و چگونه همیشه با رویاهایتان زندگی کنید. در پایان، راهنمای گام به گام را ارائه می‌کنم تا آینده‌ی خود را بسازید.