

سرشناسه: جوکار، احمد

عنوان: قواعد بازی

مؤلف: احمد جوکار

مشخصات نشر: تهران: جوکار، ۱۳۸۹

مشخصات ظاهری: ۲۳۶ ص

بهاء: ۵۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸۰۶۰۰۹۱۷۳۵۰۰۱

موضوع: موفقیت -- انگیزش

رده‌بندی کنگره: BF ۵۰۳ ج ۹ ق ۹ ۱۳۸۹

رده‌بندی دیویی: ۱/۱۵۸

شماره‌ی کتابخانه‌ی ملی: ۲۵۵۰۸۱۲

ناشر: نشر جوکار

مدیر مسئول: مهندس احمد جوکار

طرح جلد و گرافیک: امیرحسین مهدی‌پور

صفحه‌آرایی: حامد حاج محمدی

ویراستاران: مهدی نظری

امیرنجات شجاعی

کبری مهدی‌خانی

نوبت چاپ: اول (۱۳۹۰)

شمارگان: ۵۰۰۰ نسخه

قیمت: ۵۰۰۰ تومان



نشر جوکار

تهران - چهارراه پاسداران - خیابان مفان - بیست متری مزده - فرعی سوم - پلاک ۱۶

[تلفن: ۲۲۹۸۲۰۷۴ - ۲۱] [تلفکس: ۲۲۹۸۲۰۷۳ - ۲۱]

فهرست

۰۹		قاعده ۰۱ علت و معلول
۱۷		قاعده ۰۲ مطابقت
۲۱		قاعده ۰۳ جذب
۲۵		قاعده ۰۴ باور
۳۳		قاعده ۰۵ انتظار
۳۷		قاعده ۰۶ کنترل
۴۳		قاعده ۰۷ انضاق
۴۷		قاعده ۰۸ مسئولیت
۵۵		قاعده ۰۹ کار مورد علاقه
۵۹		قاعده ۱۰ هدفمندی
۶۹		قاعده ۱۱ کاشت و برداشت
۷۱		قاعده ۱۲ خدمت
۷۷		قاعده ۱۳ تلاش موثر
۸۳		قاعده ۱۴ کار بیش از حد انتظار
۸۹		قاعده ۱۵ آمادگی
۹۵		قاعده ۱۶ کارایی اجباری

⇒

۱۰۱	قاعده ۱۷	تصمیم گیری
۱۱۱	قاعده ۱۸	تمرکز
۱۱۹	قاعده ۱۹	تجسم
۱۲۳	قاعده ۲۰	مشارکت
۱۳۵	قاعده ۲۱	خلاقیت
۱۵۱	قاعده ۲۲	فرصت
۱۵۷	قاعده ۲۳	آینده نگری
۱۶۳	قاعده ۲۴	صداقت
۱۶۷	قاعده ۲۵	انعطاف پذیری
۱۷۳	قاعده ۲۶	استقامت
۱۹۵	قاعده ۲۷	شهامت
۲۰۷	قاعده ۲۸	خوش بینی
۲۱۷	قاعده ۲۹	توکل
۲۲۵	قاعده ۳۰	تعادل

فقر گرسنگی نیست، عربانی هم نیست.
 فقر چیزی را نداشتن است؛ ولی، آن چیز پول نیست، طلا و غذا نیست.
 فقر، همان گرد و خاکی است که بر کتاب‌های فروش نرفته‌ی یک کتابفروشی می‌نشیند.
 فقر، تیغه‌های برنده‌ی ماشین بازیافت است که روزنامه‌های برگشتی را خرد می‌کند.
 فقر، شب را بی‌غذا سرکردن نیست.
 فقر، روز را بی‌اندیشه سرکردن است.
 دکتر علی شریعتی

سخن ناشر

* رها کنیم و برویم.

کتاب خوب بسان معلمی است مهربان که بی‌تنبیه و تحقیر تعلیم می‌دهد.
 کتاب خوب بسان رفیق شفیقی است که دورویی نمی‌کند، طلب نمی‌کند و بی‌منت و توقع هر آن‌چه را می‌داند به ما می‌آموزد.
 کتاب خوب بسان پرنده‌ای است آگاه و دانا که باید آزاد و رها باشد تا انسان‌های زیادی از گنجینه‌ی معرفت او بهره‌مند گردند.
 اما افسوس، افسوس که بعضی از ما انسان‌ها این پرندگان دانا را در قفس‌های شیشه‌ای محبوس کرده و به آن‌ها اجازه‌ی پرواز نمی‌دهیم.
 اجازه نمی‌دهیم تا دیگران نیز از وجود ارزشمند آن‌ها بهره‌مند شوند.

افسوس، افسوس و صد افسوس

بیاید در قفس‌هایمان را بگشاییم و این پرندگان دربند را به پرواز درآوریم.
 بیاید هر وقت مطالعه‌ی یک کتاب را به پایان رساندیم به جای محبوس کردن آن در قفسه‌ی کتابخانه آن را به یک جای مناسب (همانند ایستگاه مترو یا اتوبوس، کافی‌شاپ یا رستوران، پارک و...) برده و در آن جا رهاش کنیم و برویم.

بیایید با خودمان صادق باشیم. همه‌ی ما دوست داریم زندگی خوبی داشته باشیم و در ناز و نعمت زندگی کنیم. همه‌ی ما، انسان‌های موفق را تحسین می‌کنیم. اولین سؤالی که در برخورد با انسان‌های

موفق به ذهن ما می‌رسد این است که آن‌ها چگونه این کار را کرده‌اند؟

حقیقت این است که آن‌ها چیزهایی را درک می‌کنند و کارهایی را انجام می‌دهند که دیگران با آن‌ها غریبه هستند. آن‌ها در مورد کسب و کار و زندگی ذهنیتی دارند که دیگران از آن بی‌بهره هستند. به‌طور کلی، آن‌ها قواعدی را به کار می‌بندند که دیگران از آن بی‌خبرند. هدف این کتاب افشای این قواعد و توضیح آن‌هاست.

این قواعد همانند قواعد فیزیک به اثبات رسیده و عملی هستند. تمامی این قواعد از بررسی زندگی افراد موفق به دست آمده‌اند؛ بنابراین اگر شما هم این قواعد را رعایت کنید به همان میزان از موفقیت دست پیدا خواهید کرد و اگر این قواعد را نادیده بگیرید باید تاوان آن را بپردازید.

اجازه دهید مثالی برای شما بزنم:

قانون جهانی گرانش می‌گوید: به دلیل وجود جاذبه، جرمی که در نزدیکی کره زمین رها شود به سمت سطح این سیاره سقوط می‌کند.

بنابراین قاعده اگر شخصی خودش را از ارتفاعی رها کند به طرف پایین سقوط کرده و صدمه می‌بیند و این موضوع ربطی به این ندارد که او چه قدر باهوش، مصمم، تحصیل کرده و ... است. او این قانون را نادیده گرفته است و باید تاوان آن را بپردازد.

«توماس هنری هاکسلی» می‌گوید: «دنیا همانند یک صفحه‌ی شطرنج است. مهره‌ها پدیده‌های جهان و قواعد بازی همان قانون‌های طبیعت هستند. طرف دیگر این بازی از چشم ما پنهان است؛ ولی ما مطمئن هستیم که این بازیگر همیشه عادل و صبور است. همچنین به تجربه دریافته‌ایم که هرگز اشتباهی از نظر او پنهان نمی‌ماند و از آن که چک‌ترین غفلت ما چشم‌پوشی نخواهد کرد.»

برای این که از بازی زندگی لذت ببرید باید قواعد بازی را بدانید. باید بدانید که شکست‌های پی‌درپی، شما را به بازیگری چیره‌دست تبدیل می‌کند؛ البته به شرط آن که هرگز تسلیم نشوید و راهتان را ادامه دهید. باید شجاع باشید. باید تصمیم‌های درست بگیرید. باید بدانید به کجا می‌روید و ...

شاید شما بیشتر قواعد این کتاب را بدانید و حتی اگر قاعده‌ای را نمی‌دانستید ممکن است آن را در این کتاب بخوانید و بگویید: «این که مسلم است.» یا ممکن است بگویید:

«من این قاعده را از قبل می‌دانستم.» و من به شما می‌گویم: «بله، شما فردی باهوش و مطلع هستید؛ اما سؤال من از شما این است: آیا شما به دانسته‌های خود عمل می‌کنید؟ آیا دانسته‌های خود را در زندگی به کار می‌گیرید؟» بیشتر ما می‌دانیم ولی عمل نمی‌کنیم. به همین دلیل در این کتاب پس از بیان هر قاعده و آوردن نمونه‌هایی در قالب داستان بخشی تحت عنوان «چه باید کرد؟» آمده است. در این بخش کارهایی که شما برای به کارگیری هر قاعده باید انجام دهید گفته شده است. از شما خواش می‌کنم که این بخش را به دقت بخوانید و کارهای خواسته شده را انجام دهید؛ زیرا اگر این کار را انجام ندهید نتیجه‌ی زیادی از این کتاب نخواهید گرفت.

در این کتاب قسمت‌هایی تحت عنوان «بنویس تا اتفاق بیفتد.» وجود دارد. از شما می‌خواهم که آنچه را دوست دارید در زندگی شما اتفاق بیفتد در این قسمت‌ها بنویسید. زیرا من اعتقاد دارم که در نوشتن جادویی نهفته است. اجازه دهید این جادو را برای شما توضیح دهم:

«ایستر هیکس»¹ یکی از برجسته‌ترین مفسران قانون جذب می‌گوید:

«اگر انسان بتواند فقط هجده ثانیه روی چیزی که واقعاً می‌خواهد تمرکز کند، یک زنگ بزرگ در کائنات به صدا درمی‌آید که توجه تمام هستی را به سمت این شخص جلب می‌کند. حال اگر این هجده ثانیه بتواند تا شصت و هشت ثانیه ادامه پیدا کند کار تمام است و کل هستی به تکاپو می‌افتد تا برای فکر متمرکز شده یک راه حل پیدا کند. اگر آرزوست برآورده‌اش کند و اگر سؤال است برایش جوابی پیدا کند.»

در نگاه اول شاید این عدد شصت و هشت ثانیه خیلی کم به نظر برسد و شما بگویید بسیار ساده است. خوب اگر این طور فکر می‌کنید برای لحظه‌ای کتاب را ببندید و این کار را امتحان کنید. بله، حتماً متوجه شدید که هنوز هجده ثانیه‌ی اول را در دگردهاید فکر شما منحرف می‌شود. بلافاصله نجا اگر درونی شما به صدا در می‌آید که جلی نگیر و دست از این بازی‌ها بردار و به مسائل مهم‌تر زندگی بپرداز و ...

اما من در این کتاب راهی را به شما می‌آموزم که شما بتوانید بیش‌تر از این زمان هم تمرکز کنید. این روش چیزی نیست جز نوشتن آن چیزهایی که می‌خواهید. هنگامی که شما قصد دارید آن‌چه را که می‌خواهید بنویسید به منظور آن که نوشته‌های شما درست و دقیق باشد فقط روی خواسته‌هایتان تمرکز می‌کنید؛ پس بنویسید تا اتفاق بیفتد.

احمد جوکار