

هدف

چطور سریع‌تر از حد تصوراتان
به آنچه می‌خواهید برسید

برایان تریسی

مترجم: سیامک صادقی خیابانیان
ویراستار: آتوسا حسینی

انتشارات راشین دارای مجوز از برایان تریسی
برای انتشار آثار او به زبان فارسی است

سرشناسه: تریسی، برایان، ۱۹۴۴- Tracy, Brian

عنوان و نام پدیدآور: هدف: چطور سریع تر از حد تصورتان به آنچه می خواهید برسید / برایان تریسی؛ مترجم سیامک صادقی خیابانیان؛ ویراستار آنوسا حسینی.

مشخصات نشر: تهران، راشین، ۱۳۸۷.

شابک: 978-964-7851-95-4

Goals: How to Get Everything You Want Faster than You Ever Thought Possible, c2003

موضوع: هدف (روانشناسی).

موضوع: موفقیت — جنبه های روانشناسی.

شناسه افزوده: صادقی خیابانیان، سیامک، ۱۳۵۹- . مترجم.

رده بندی کنگره: ۱۳۸۷ آت ۴/۵ BF۵۰۵ رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱

شماره کتابشناسی ملی: ۱۱۹۵۸۰۴

هدف: چطور سریع تر از حد تصورتان به آنچه می خواهید برسید

نویسنده: برایان تریسی مترجم: سیامک صادقی خیابانیان

کلیه حقوق این اثر برای انتشارات راشین محفوظ است.



ناشر: راشین

تهران، میدان انقلاب، خیابان جمالزاده جنوبی، بین جمهوری و لبافی نژاد، بن بست بهزادی، پلاک ۸۱، طبقه اول

email: rashinpress@yahoo.com

تلفن: ۶۶۹۲۸۳۲۱

مرکز پخش: گزیده

تهران: خ انقلاب، خ فخر رازی، نبش کوچه دیده بان پلاک ۱۰۶

نمبر: ۶۶۴۹۲۹۶۲

تلفن: ۶۶۴۰۰۹۸۷

چاپخانه: گلشن

لیتوگرافی: طیف نگار

قیمت: ۴۲۰۰ تومان

تیراژ: ۳۰۰۰

چاپ اول: ۱۳۸۷

برای یک متاکالف، یک دوست فوب، همسری
دوست‌داشتنی و پدری مهربان. یک آمریکایی بزرگ،
سرمایه‌گذاری فوق‌العاده، یکی از بزرگ‌ترین فروشندگان
تاریخ. کسی که برای همه یک منبع الهام‌بخش بود. دلم
می‌فواست تو هم پیش ما بودی و این کتاب را
می‌خواندی. خیلی زود همه ما را ترک کردی.

فهرست

۹	پیشگفتار.....
۱۳	مقدمه.....
۱۹	۱. قفل استعدادهایتان را بشکنید.....
۳۱	۲. مسئولیت زندگی‌تان را به عهده بگیرید.....
۴۵	۳. آینده‌تان را خلق کنید.....
۵۷	۴. ارزش‌های درونی‌تان را پیدا کنید.....
۶۹	۵. هدف‌های واقعی‌تان را تعیین کنید.....
۸۱	۶. اصلی‌ترین هدف‌تان را مشخص کنید.....
۹۱	۷. باورهایتان را تحلیل کنید.....
۱۰۵	۸. از اول شروع کنید.....
۱۱۹	۹. میزان پیشرفت‌تان را بسنجید.....
۱۳۱	۱۰. موانع را از سر راه‌تان بردارید.....
۱۴۵	۱۱. تبدیل به یک متخصص شوید.....
۱۶۳	۱۲. با افراد شایسته معاشرت کنید.....
۱۷۷	۱۳. یک برنامه کاری تهیه کنید.....
۱۹۱	۱۴. زمان را به‌خوبی مدیریت کنید.....
۲۰۷	۱۵. هر روز هدف‌هایتان را مرور کنید.....
۲۲۱	۱۶. همیشه هدف‌هایتان را تجسم کنید.....
۲۳۵	۱۷. ذهن فراهوشیار‌تان را فعال کنید.....
۲۴۷	۱۸. همیشه انعطاف‌پذیر باشید.....
۲۵۹	۱۹. خلاقیت درونی‌تان را شکوفا کنید.....
۲۷۷	۲۰. هر روز کاری انجام بدهید.....
۲۸۷	۲۱. پشتکار داشته باشید تا به موفقیت برسید.....
۳۰۹	نتیجه: همین امروز اقدام کنید.....

در باره کتاب

چرا بعضی افراد هر چه می‌خواهند به دست می‌آورند، اما بعضی دیگر فقط در رویاهایشان به دنبال آرزوها می‌گردند؟ برایان تریسی، نویسنده موفق پر فروش ترین کتاب‌ها به ما نشان می‌دهد که مسیر استیصال تا رضایت کشف شده است. صدها و هزاران نفر، شاید هم میلیون‌ها نفر، بدون سرمایه اولیه این راه را آغاز کرده‌اند و به موفقیت‌های بزرگی رسیده‌اند. در این کتاب، تریسی اصول مهم رسیدن به آرزوهایتان را ارائه می‌کند.

■ تریسی یک سیستم ساده، قدرتمند و مؤثر برای تعیین هدف و رسیدن به آنها مطرح می‌کند، روشی که بیش از یک میلیون نفر آن را اجرا کرده‌اند و به هدف‌های فوق‌العاده خود رسیده‌اند.

■ با استفاده از ۲۱ روشی که تریسی در این کتاب ارائه می‌کند، می‌توانید به تمام هدف‌هایی که برای خودتان تعیین می‌کنید برسید، مهم نیست چقدر بزرگ هستند، یاد می‌گیرید که چطور نقاط قوت‌تان را پیدا کنید، ارزش‌های واقعی‌تان را در زندگی پیدا کنید و سپس کاملاً روی هدف‌هایتان متمرکز شوید. تریسی به شما نشان می‌دهد که چطور اعتماد به نفس‌تان را افزایش دهید، مشکلات و موانع راه را برطرف کنید، به چالش‌ها واکنش نشان دهید و در نهایت به هدف‌تان برسید. مهم‌تر از همه اینکه یک روش کامل برای موفقیت در زندگی یاد می‌گیرید.

برایان تریسی مشاور مدیران برجسته، مدرس اصول موفقیت و سخنران بزرگ جهانی است. او با استفاده از روشی که در این کتاب می‌آموزید، توانست

خود را از فقر و نداری به ثروت برساند. او هر سال برای ۲۵۰۰۰۰ نفر در جهان سخنرانی می‌کند و در بیش از ۱۰۰۰ شرکت و مؤسسه به عنوان مشاور یا مدرس فعالیت کرده است. از جمله این شرکت‌ها می‌توان به کمپانی IBM، فورد، مک دانل داگلاس، زیراکس، هولت پاکارد، یواس. پن کورپ، نورث وسترن موجوال، فدرال اکسپرس و بسیاری دیگر اشاره کرد. او نویسنده ۳۵ جلد کتاب است و بیش از ۳۰۰ برنامه آموزشی صوتی و تصویری ارائه کرده است.

پیشگفتار

این کتاب برای افراد جاه طلب و بلندهمت نوشته شده است که می خواهند سریع تر به موفقیت برسند. اگر شما هم جزو این دسته افراد هستید، کتاب حاضر برایتان مناسب است. با به کارگیری روش هایی که در این کتاب ارائه شده اند سریع تر به هدف هایتان خواهید رسید و سال ها در تلاش تان صرفه جویی کنید.

من بیش از دو هزار سخنرانی برای حدود بیست و سه هزار نفر در بیست و چهار کشور جهان انجام داده ام. زمان سمینارهای من از پنج دقیقه تا پنج روز متغیر است. به هر حال تلاش کردم بهترین راهکارهایی را که می شناسم در اختیار حاضرین در سمینارهایم قرار دهم. پس از این همه صحبت و سخنرانی درباره موضوعات مختلف، اگر فقط پنج دقیقه فرصت داشتم با شما صحبت کنم و می توانستم فقط یک عقیده را به شما بگویم که بتواند به موفقیت شما کمک کند، می گفتم: «هدف هایتان را بنویسید، برای رسیدن به آنها برنامه ریزی کنید، و هر روز روی این برنامه کار کنید.»

اگر به این توصیه عمل کنید، بیش از هر راهکار دیگری برایتان مفید خواهد بود. بسیاری از فارغ التحصیلان دانشگاه به من می گویند که این توصیه ساده بیش از چهار سال تحصیل به درد آنها خورده است. این راهکار ساده زندگی خود من و میلیون ها نفر دیگر را تغییر داده است. بنابراین می تواند زندگی شما را هم تغییر دهد.

نقطه عطف

چندی پیش گروهی از مردم در شهر شیکاگو دور هم جمع شدند تا درباره

تجربه‌هایشان در زندگی حرف بزنند، همه آنها میلیونرها و میلیاردرهای بسیار ثروتمند بودند. مانند اغلب انسان‌های موفق کم‌مدعا و از آنچه در زندگی به دست آورده بودند و نعمت‌هایی که داشتند راضی و خوشحال بودند. همان طور که داشتند درباره علت موفقیت خود گفت و گو می‌کردند، داناترین آنها از جای خود برخاست و گفت که از نظر او «موفقیت‌ها همان اهداف ما هستند و باقی هر چه هست تفسیر و تعبیر است.»

زمان و زندگی شما بسیار ارزشمند است. بزرگ‌ترین عامل هدر رفتن وقت و زندگی شما این است که برای رسیدن به هدفی که فقط چند ماه زمان نیاز دارد سال‌ها تلاش می‌کنید. با پیروی از روش‌های مناسب و اثبات شده تعیین هدف و دستیابی به آنها که در این کتاب آمده است، می‌توانید در مدتی کوتاه، موفقیت‌های زیادی کسب کنید. سرعت پیشرفت شما باعث شگفتی شما و اطرافیان‌تان می‌شود.

با به کار گرفتن این روش‌های ساده و بی‌دردسر، می‌توانید در طول ماه‌ها و سال‌های آینده خیلی سریع ثروتمند شوید. می‌توانید از فقر و ناکامی به ثروت و رضایت از زندگی برسید. می‌توانید از تمام دوستان و آشنایان‌تان پیشی بگیرید و به موفقیت‌های بیشتری نسبت به آنها دست پیدا کنید.

در سخنرانی‌ها، سمینارها و مشاوره‌هایم، با بیش از دو میلیون نفر در سرتاسر دنیا برخورد داشته‌ام. بارها و بارها به این نتیجه رسیده‌ام که یک فرد معمولی که در زندگی هدف‌های مشخصی دارد، از یک شخص باهوش که نمی‌داند در زندگی چه می‌خواهد، موفق‌تر است.

مأموریت و وظیفه شخصی من در طول این سال‌ها تغییر نکرده است. هدف من «کمک به مردم برای رسیدن به هدف‌هایشان است. البته با سرعتی بیش از آنچه که بدون کمک من می‌توانستند به هدف‌شان برسند.»

این کتاب حاوی چکیده تمام اصول و قوانینی است که برای موفقیت یاد گرفته‌ام. با پیروی از اصولی که در این کتاب با آنها آشنا می‌شوید، می‌توانید به آن سوی مرزهای زندگی برسید. برای فرزندانم این کتاب نقشه راهنمایست تا بتوانند

از شرایطی که در آن قرار دارند به شرایط مطلوب خودشان برسند. دلیلیم برای نوشتن این کتاب برای دوستانم و خوانندگان آن، این بود که روشی موفق و ثابت شده را که می‌تواند باعث پیشرفت آنها در زندگی شود، به ایشان معرفی کنم.

فوش آمدیرا ماچراجویی جدید و بزرگ دارد آغاز می‌شود.

مقدمه

زمانه عجیبی برای زندگی است. هیچ وقت چنین فرصتی برای افراد مصمم وجود نداشته است که بتوانند به هدف‌های خود برسند. بدون در نظر گرفتن مشکلات و سختی‌های کوتاه‌مدت و معمول در اقتصاد و زندگی، می‌توان ادعا کرد که در حال ورود به زمانه‌ای هستیم که صلح و آبادانی در آن بیش از هر دوره دیگر تاریخ اهمیت دارد.

در سال ۱۹۰۰ میلادی ۵۰۰۰ میلیونر در آمریکا وجود داشت. در سال ۲۰۰۰ این رقم به بیش از پنج میلیون نفر رسید که بیشتر آنها میلیونرهای خودساخته و از یک نسل بودند. بر اساس پیش‌بینی متخصصان، در طول یکی دو دهه آینده، ده تا بیست میلیون میلیونر دیگر هم در آمریکا وارد عرصه می‌شوند. هدف‌تان باید این باشد که یکی از این میلیونرها شما باشید. این کتاب به شما نشان می‌دهد چطور این کار را انجام دهید.

یک شروع آرام

۱۸ ساله بودم که بدون گرفتن مدرک دیپلم، دبیرستان را ترک کردم. اولین شغلم ظرف‌شویی در رستوران یک هتل کوچک بود. بعد از آن به شغل ماشین‌شویی مشغول شدم و بعد هم از طرف یک شرکت خدمات نظافتی، برای نظافت ساختمان‌ها می‌رفتم. پس از آن هم چند سالی کارگری کردم و هزینه زندگی‌ام را با عرق جبین به دست می‌آوردم. در کارگاه‌های چوب‌بری و کارخانه‌های مختلف کار کردم. حتی در مزارع و زمین‌های کشاورزی هم مشغول

به کار شدم. وقتی فصل درختاندازی و بهره‌برداری از جنگل به پایان می‌رسید، به کار چوب‌بری و کندن چاه مشغول می‌شدم.

حتی به عنوان کارگر ساختمانی ساختمان‌های بلند، و ملوان یک کشتی باری نیروزی در اقیانوس آتلانتیک شمالی هم کار کردم. خیلی وقت‌ها داخل اتومبیل می‌خوابیدم و یا در پانسیون‌های ارزان قیمت اقامت می‌کردم. وقتی بیست و سه سالم بود، در فصل برداشت محصول به عنوان کارگر فصلی و سیار در مزارع کار می‌کردم، روی علوفه‌های داخل انبار می‌خوابیدم و با خانواده صاحب مزرعه غذا می‌خوردم. چون تحصیل نکرده بودم و تخصصی هم نداشتم، در پایان فصل درو باز هم بیکار می‌شدم.

وقتی دیگر نتوانستم به عنوان یک کارگر کاری پیدا کنم، به کار فروشندگی کارمزدی و درصدی پرداختم. از دفتری به دفتر دیگر و از خانه‌ای به خانه دیگر می‌رفتم تا یک قلم جنس بفروشم و بتوانم هزینه اقامت در پانسیون را پردازم. اصلاً شروع خوبی برای زندگی نبود.

روزی که زندگی‌ام تغییر کرد

بالاخره یک روز قلم و کاغذ برداشتم و یک هدف جسارت‌آمیز برای خودم نوشتم. هدفم این بود که از طریق فروش مستقیم، ماهی ۱۰۰۰ دلار درآمد کسب کنم. کاغذ را تا کردم و گوشه‌ای گذاشتم، بعد هم هیچ وقت آن را پیدا نکردم.

اما درست سی روز بعد، زندگی‌ام کاملاً تغییر کرد. در طول این مدت روشی برای افزایش فروش پیدا کردم که باعث شد درآمد سه برابر شود. در همین زمان صاحب شرکتی که در آن کار می‌کردم، شرکت را به سرمایه‌گذاری که به تازگی به شهر ما آمده بود واگذار کرد. سی روز بعد از اینکه هدفم را یادداشت کردم، صاحب جدید شرکت به من پیشنهاد کرد که در ازای ۱۰۰۰ دلار در ماه، سرپرستی فروشندگان را بر عهده گیرم و تکنیک‌هایی را که باعث افزایش فروش خودم شده بود به آنها یاد دهم. من این پیشنهاد را قبول کردم و از آن روز به بعد زندگی‌ام به کلی عوض شد.

در طول هیجده ماه، دو بار کارم را عوض کردم. از فروش مستقیم به مدیریت

فروش رسیدم. ۹۵ فروشنده برایم کار می‌کردند. منی که روزی به نان شب محتاج بودم، حالاجیم پر از اسکناس ۲۰ دلاری بود.

به فروشندگانم یاد دادم که چطور هدف‌هایشان را یادداشت کنند و چطور فروش خود را افزایش دهند. طولی نکشید که درآمد آنها ده برابر شد. امروز بسیاری از آنها میلیونر شده‌اند و بسیار ثروتمندند.

لازم است بگویم، از آن روز که در دهه بیست سالگی عمرم بودم تاکنون زندگی‌ام فراز و نشیب‌های بسیاری داشته است و موفقیت‌ها و شکست‌های مقطعی زیادی را تجربه کرده‌ام. به بیش از ۸۰ کشور دنیا سفر کرده یا در آنجا کار کرده‌ام. زبان فرانسوی، آلمانی و اسپانیایی را هم در همین سفرها یاد گرفتم. در ضمن در بیست و دو زمینه مختلف هم کار کرده‌ام.

به دلیل بی‌تجربگی و البته گاهی هم حماقت، چندین بار تمام دارایی‌ام را از دست دادم و مجبور شدم بارها و بارها از اول شروع کنم. هر وقت این اتفاق می‌افتاد، روی یک ورق کاغذ هدف‌های جدیدم را می‌نوشتم و روش‌هایی را در پیش می‌گرفتم که در این کتاب با آنها آشنا می‌شوید.

پس از سال‌ها هدف‌گذاری و تلاش برای رسیدن به هدف‌هایم تصمیم گرفتم تمام تجربیات خودم را در قالب یک روش کلی و یکپارچه ارائه کنم. با ترکیب همه این روش‌ها توانستم شیوه‌ای برای هدف‌گذاری ابداع کنم که آغاز، میانه راه و پایانی داشت و هر روز آن را پیگیری می‌کردم.

در عرض یک سال، زندگی‌ام یک بار دیگر تغییر کرد. در ژانویه آن سال در یک آپارتمان اجاره‌ای زندگی می‌کردم که حتی وسایل آن هم کرایه‌ای بودند، ۲۵۰۰۰ دلار هم بدهکار بودم و یک اتومبیل دست دوم داشتم که بابت آن هم پولی نداده بودم. در دسامبر همان سال در مجتمع آپارتمانی ۱۰۰,۰۰۰ دلاری خودم زندگی می‌کردم. یک مرسدس بنز آخرین مدل داشتم، بدهی‌ام را پرداخته بودم و علاوه بر آن ۵۰,۰۰۰ دلار هم در حساب بانکی‌ام داشتم.

از این زمان به بعد برای کسب موفقیت بسیار جدی شدم. متوجه شدم که تعیین هدف اهمیت بسیار زیادی دارد. صدها و شاید هم هزاران ساعت وقت

صرف کردم و به مطالعه و بررسی هدف‌گذاری و رسیدن به هدف پرداختم. بهترین ایده‌ها را جمع‌آوری کردم و آنها را به صورت یک مجموعه کامل و مؤثر درآوردم.

هر کسی می‌تواند این کار را انجام دهد

در سال ۱۹۸۱ شروع کردم به آموزش روشی که کشف کرده بودم. به همین منظور کارگاه‌های آموزشی و سمینارهایی را در ۲۵ کشور مختلف جهان برگزار کردم. تعداد کسانی که تا کنون در این سمینارها شرکت کرده‌اند به بیش از دو میلیون نفر می‌رسد و اصول آموزشی‌ام را به شکل نوار کاست و ویدئو درآوردم تا بقیه هم بتوانند از آنها استفاده کنند. تا کنون این اصول را به صدها هزار نفر از مردم با زبان‌های مختلف آموزش داده‌ام.

متوجه شده‌ام که این اصول همیشه و در همه‌جا، و برای تمامی افراد کشورهای مختلف مؤثرند و در آغاز کار هیچ مهم نیست چه تحصیلات، تجربه و پیشنهادی دارید.

جالب‌تر اینکه، این اصول به من و هزاران نفر دیگر امکان دادند زندگی‌مان را کنترل کنیم. اصول قاعده‌مند و منظم هدف‌گذاری، ما را از فقر به رفاه و نیکبختی، از استیصال به شادکامی و از عدم دستیابی به هدف‌ها به موفقیت و رضایت از زندگی رساندند. برای شما هم همین طور خواهد بود.

آنچه من یاد گرفته‌ام این است که داشتن یک برنامه خیلی بهتر از نداشتن آن است. نیازی هم به دوباره‌کاری نیست. تمام پاسخ‌ها قبلاً داده شده است. صدها و هزاران و شاید هم میلیون‌ها نفر از زنان و مردان با دست خالی شروع کرده‌اند و با به کارگیری این اصول به موفقیت رسیده‌اند. شما هم اگر این اصول را دقیق بیاموزید، می‌توانید کاری را که دیگران انجام داده‌اند انجام دهید و موفق شوید.

در این کتاب شما بیست و یک ایده بسیار مهم و تدابیر شناخته‌شده‌ای را یاد می‌گیرید که با آن می‌توانید به هر آنچه در زندگی می‌خواهید برسید.

می‌بینید که هیچ محدودیتی ندارید، مگر محدودیت‌های ذهنی که خودتان

برای خودتان ایجاد می‌کنید، و چون هیچ محدودیتی برای تصورات شما وجود ندارد برای آنچه می‌توانید به دست آورید هم هیچ محدودیتی وجود ندارد. این نکته یکی از مهم‌ترین یافته‌های بشر است. پس بیایید سفر را شروع کنیم.

یک مسافرت هزاران کیلومتری، با یک قدم آغاز می‌شود.

کنفوسیوس

www.ketab.ir