

مارک جوینر

سادہ شناسی

علم سادہ رسالہ پہ آنچہ می خواہید

ترجمہ مہدی جاوید



فرہنگ جاوید



فرهنگ جاوید

دفتر مرکزی: تهران، میدان امام حسین، خیابان صفای شرقی، کوچه شهید احمد جاوید
شماره ۱۷، طبقه سوم ————— صندوق پستی ۵۴۳۱-۱۴۱۵۵

تلفن: ۳۳۲۱۵۰۳۸

Mark Joyner
Simpleology
the simple science of getting what you want,
Wiley, 2007

ساده‌شناسی: علم ساده رسیدن به آنچه می‌خواهید

مارک جوینر ————— ترجمه مهدی جاوید

طراح جلد: حروف نگار و صفحه‌آرا: احمد جاوید

ناشر: انتشارات فرهنگ جاوید

چاپ اول: ۱۳۹۰ ————— تعداد: ۱۱۰۰ نسخه

لیتوگرافی و چاپ: ترانه ————— صحافی: محرق‌نام

قیمت: ۷۵۰۰ تومان

کلید حقوق چاپ و نشر این کتاب برای انتشارات فرهنگ جاوید محفوظ است. تکثیر یا تولید مجدد آن (چاپ، فتوکپی، صوت، تصویر و انتشار الکترونیکی) بدون اجازه مکتوب ناشر ممنوع است.

Joyner, Mark, 1968-

جوینر، مارک، ۱۹۶۸-

ساده‌شناسی: مترجم: مهدی جاوید، تهران: فرهنگ جاوید، ۱۳۹۰.

ص ۳۰۳

ISBN 978-600-91595-5-3

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۵۹۵-۵-۳

Simpleology: the simple science of getting what you want

عنوان اصلی:

۱. روان‌کاری ۲. علم و منطق ۳. موفقیت: جاوید، مهدی، ۱۳۵۹- مترجم.

۱۵۸

BF۶۲۷ ج۹ ۱۳۹۹

فهرست

۱۱	پیش از مطالعه کتاب
۱۵	مقدمه: رسیدن به آنچه می‌خواهیم

کتاب اول: تیمارستان

۲۵	فصل اول: جنون
۲۹	فصل دوم: علم
۳۳	فصل سوم: دیوارهایی نامرئی پیرامون تیمارستان
۴۹	فصل چهارم: راه فرار شما

کتاب دوم: دیوارهای نامرئی

سخت‌افزارهای روانی خراب و دیگر نواقص برنامه‌ریزی شما
که مانع از رسیدن به آنچه می‌خواهید می‌شود

۵۹	فصل اول: مدل دنیای شما
۷۱	فصل دوم: اعتقاد
۸۳	فصل سوم: تأثیر
۹۷	فصل چهارم: زبان

۱۱۳	فصل پنجم: برجسب زدن
۱۱۹	فصل ششم: تفکر معیوب
۱۲۹	فصل هفتم: علم کاذب
۱۵۳	فصل هشتم: اطلاعات گمراه کننده
۱۷۳	فصل نهم: تمرکز
۱۸۱	فصل دهم: خلسه
۱۸۷	فصل یازدهم: مغرافزارهای کنترل نشدنی
۱۹۱	فصل دوازدهم: شبکه سازی عصبی

کتاب سوم: واقعیت یک بار مصرف

سیستم عاملی جدید برای مغز

۲۰۹	فصل اول: منطق
۲۱۷	فصل دوم: علم (دوباره)
۲۲۳	فصل سوم: زبان انگلیسی نخستین
۲۳۱	فصل چهارم: بولیا
۲۳۵	فصل پنجم: قوانین مدل انتفاعی انعطاف پذیر

کتاب چهارم: ساده شناسی: علم ساده رسیدن به آنچه می خواهید

زبان برنامه نویسی برای نوشتن برنامه هایی

که رؤیا را به واقعیت تبدیل می کند

۲۶۷	فصل اول: اولین قانون ساده شناسی: قانون خطوط مستقیم
۲۷۳	فصل دوم: قانون دوم ساده شناسی: قانون تصویر ذهنی مشخص
۲۷۷	فصل سوم: سومین قانون ساده شناسی: قانون توجه متمرکز

۲۸۱ فصل چهارم: قانون چهارم ساده‌شناسی: قانون انرژی متمرکز

۲۸۵ فصل پنجم: قانون پنجم ساده‌شناسی: گریزناپذیری عمل/عکس‌العمل

۲۸۹ پیوست: برنامه محافظت از مغز جدید خود

۲۹۵ نمایه

www.ketab.ir

پیش از مطالعه کتاب

بیاید کتاب بخوانیم: کتاب، مدرسه‌ای کهن است.

خیلی دوست دارم کتاب در دست بگیرم. خیلی دوست دارم طرز قرار گرفتن کتاب‌ها را در کتابخانه‌ام ببینم. البته اگر واقعاً بخواهم در کاری تبحر پیدا کنم، تلاش می‌کنم آن را انجام دهم.

«خواندن» یک مقوله است و «فهمیدن» مقوله‌ای دیگر. و انجام صحیح کارها، موضوعی کاملاً متفاوت.

اگر می‌خواهید در مهمانی‌های شبانه همه فکرکنند آدم باهوش و مطلع هستی، برای شما، رسیدن به مرحله فهمیدن کافی است.

اما اگر می‌خواهید کاری غیر معمول انجام دهید (مثلاً به دست آوردن ثروتی که تا آخر عمر بخورید و تمام نشود یا بزرگی تایگر وودز، شهرت میک جاگر، رفاه و تجمل دونالد ترامپ)، باید به دنبال «عمل صحیح» باشید.

اما ناامید نشوید!

کتابی که در دست دارید، با چند اقدام غیرمنتظره شما را به‌سوی «عمل صحیح» کارها هدایت می‌کند (وقتی متوجه می‌شوید که صفحات پایانی کتاب را بخوانید، اما یواشکی آخرش را نگاه نکنید؛ بهتر است این کار را نکنید و مطالعه کتاب را از ابتدا آغاز کنید).

ساده‌شناسی یا علم ساده رسیدن به آنچه می‌خواهید، بخشی از برنامه آموزشی چندرسانه‌ای و نرم‌افزارهای تغییردهنده زندگی است — می‌توانید از همه آنها رایگان استفاده کنید.

با استفاده از این ابزارها می‌توانید اطلاعات این کتاب را بهتر فراگیرید و آن‌ها را در زندگی روزمره خود به‌کار ببرید.

چطور ممکن است؟

امتحان کنید.

قبل از مطالعه کتاب، آدرس زیر را در مرورگر اینترنت خود وارد کنید:

<http://www.FreeWebCockpit.com>

فقط در چند دقیقه می‌توانید حساب رایگان ساده‌شناسی خود را راه‌اندازی کنید و از ۱۰۱ برنامه کمکی چندرسانه‌ای و نرم‌افزارهای WebCockpit مجانی استفاده کنید.

بسیار مهم است که از آن‌ها استفاده کنید! همه این موارد را مجانی در اختیار شما گذاشته‌ایم، بنابراین پیش از مطالعه کتاب، به اینترنت سری بزنید.

سپس می‌توانید برای تکمیل یادگیری، کتاب را در هر جایی که دوست دارید، مثل رخت‌خواب، کافه یا اتوبوس مطالعه کنید.

از نرم‌افزار و برنامه چندرسانه‌ای مجانی استفاده کنید و لذت ببرید!

مارک جوینر

مارس ۲۰۰۷

www.ketab.ir

مقدمه

رسیدن به آنچه می‌خواهیم

نمی‌دانم چه می‌خواهید.

اصلاً کار من نیست که به شما بگویم چه بخواهید.

کار من این است که به شما کمک کنم تا هر چیزی را که می‌خواهید به دست بیاورید — حال هر چه می‌خواهد باشد.

ساده‌شناسی یا به عبارت دیگر، نوعی سیستم نگرش به دنیا و «عمل» در آن برای رسیدن به اهداف دلخواه، فقط همین کار را انجام می‌دهد. البته نه تنها به آنچه می‌خواهید می‌رسید، بلکه سریع‌تر و با کم‌ترین تلاش ممکن این کار را انجام می‌دهید.

توجه: گفتم با «کم‌ترین تلاش ممکن» نه از «آسان‌ترین راه».

اگر به دنبال کتابی دروغین هستید که برای شما [آواز] «خورشید موفقیت پشت درِ منزل‌تان [طلوع کرده] است» را بخواند، اشتباهی سراغ این کتاب آمده‌اید. اگر کتابی می‌خواهید که به شما «تفکر جادویی» بیاموزد تا یاد بگیرید برای

رسیدن به خواسته‌های خود چگونه امیدوار باشید، یا با دعا و مکاشفه از روزگار بخواهید برای شما کاری کند، در حالی که صرفاً با گوشه‌نشینی به دنبال خواسته‌های خود هستید، اشتباهی سراغ این کتاب آمده‌اید.

اما اگر خواهان رسیدن به خواسته‌های خود از «مسیری واقعی» هستید، به درستی سراغ این کتاب آمده‌اید.

البته قرار نیست بشکن بزنید و بعد کیسه‌ای پول از آسمان پایین بیفتد؛ اما خبر خوش این که رسیدن به آنچه می‌خواهید، ساده‌تر از آن است که فکر می‌کنید.

کمی بعد، در موزه‌اش پیش‌تر صحبت می‌کنیم.

حال چه می‌خواهید؟

شاید خانه‌روایی بزرگی می‌خواهید که بالایی تپه و مشرف به دریا باشد و مردم به آن حسد برند.

شاید خودروی آخرین مدل می‌خواهید که هنگام رانندگی دهان همه باز بماند.

شاید هم‌سری می‌خواهید که دیوانه‌وار عاشق شما باشد و فکر کند دیگر مثل شما را پیدا نمی‌کند.

خب، این چیزها فقط «افکاری» در ذهن شما هستند.

آیا می‌توان این «افکار» را به واقعیت تبدیل کرد؟

راست‌اش را بخواهید، می‌شود. هر چیزی که تابه‌حال به‌وجود آمده، ابتدا فکری در ذهن فردی بوده است.

بیل گیتس پیش از آن‌که ثروت‌مندترین مرد دنیا شود، دانشجویی آس و پاس بود که جایی روی صندلی نشسته بود و فکری در ذهنش داشت.

یک فکر

یک تصور

یک عقیده

«می‌خواهم یک شرکت نرم‌افزار باز کنم»

این فکر یک‌جوری به واقعیت تبدیل شد.

وقتی درموردش فکر می‌کنی، خیلی جالب به‌نظر می‌رسد.

فکری در سرِ «کسی مثل شما»، به واقعیتی بسیار جالب تبدیل شده است.

و این نوع تبدیل فکر به واقعیت، به‌هیچ‌وجه نادر و غیرمعمول نیست.

آهنگ‌های پر فروش MP3 player شما، آسمان خراش‌های سان‌فرانسیسکو، بهترین باشگاه‌های توکیو، لباس‌های شیک شما و... همگی ابتدا فکری در ذهن فردی بوده‌اند و شما اکنون می‌توانید تبدیل شدن آن‌ها را به واقعیت مشاهده کنید.

درحالی‌که این کتاب را می‌خوانید، شاید برخی از افکار موجود در ذهن شما نیز می‌توانست به واقعیت تبدیل شود.

آیا افکار شما به واقعیت تبدیل خواهد شد؟

ببینیم...

میلیون‌ها نفر مانند بیل گیتس فکر باز کردن شرکت ساخت نرم‌افزار در سرشان بود، اما چه اتفاقی برایشان افتاد؟

خُب...

برخی از آن‌ها اصلاً هیچ شرکتی باز نکردند.

برخی دیگر شرکت کوچکی راه‌انداختند که زیاد موفق نبود.

برخی از آن‌ها کار دیگری انجام می‌دهند و هر روز وقتی به «دریای بین رؤیایشان و آنچه می‌خواستند» می‌نگرند، غمگین می‌شوند.

بعضی‌ها شرکت‌هایی باز کردند، میلیون‌ها دلار فروش کردند و در آخر شرکت را زیر قیمت فروختند (شخصی که این کلمات را نوشته، خودش این کار را کرده است).

برخی از آن‌ها فکر می‌کردند شرکت نرم‌افزاری باز کرده‌اند، اما این‌طور نبود و اکنون در تیمارستان زندگی می‌کنند.

چه فرقی دارد؟

چرا فکر یک فرد به یک نوع واقعیت تبدیل می‌شود و افکار دیگران به واقعیت‌هایی دیگر؟

کتاب حاضر با زبانی شفاف و ساده، دلایل آن را به شما می‌گوید و سپس نشان می‌دهد که چگونه می‌توان به سادگی بین رویاهای خود و واقعیت پلی ساخت.

پاسخ را می‌توانید در اولین قانون ساده‌شناسی پیدا کنید.

قانون خطوط مستقیم: «نزدیک‌ترین راه بین دو نقطه، یک خط مستقیم است.»

همه ما ذاتاً می‌دانیم این قانون درست است، اما کارهای ما معمولاً خطوطی کاملاً منحنی یا خطوطی مستقیم در جهت اشتباه است.

با تمرکز کامل بر «کارهایی ساده و کارآمد» که شما را به اهداف موردنظر برساند، می‌توانید با بیش‌ترین سرعت و کم‌ترین تلاش ممکن، به آنچه می‌خواهید برسید.

ساده‌شناسی این است.

می‌توانید همین حالا به سراغ «کتاب چهارم» بروید و یادگیری طرح‌های عملی را آغاز کنید و برای رسیدن به اهداف فوری خود، آن‌ها را به کار ببرید. این مرحله، در ۱۰۱ برنامه چندرسانه‌ای کمک آموزشی، نقطه آغاز است. ما

جنبه عملی ساده‌شناسی را به شما آموزش داده و برای اجرای آن در زندگی واقعی، نرم‌افزارهایی به شما می‌دهیم.

ما کار خود را از آن مرحله شروع می‌کنیم تا شما تغییرات مثبت، آنی و خیره‌کننده را «همین حالا» در زندگی خود مشاهده کنید.

اما در کتاب چاپی، مسئله خارج‌شدن افراد از خط مستقیم را کمی عمیق‌تر کندوکاو می‌کنیم.

بدین منظور، باید باهم به سفر برویم. این سفر مانند تماشای فیلم است. اما اختطار می‌دهم که این فیلم، فکلی یا سرگرم‌کننده نیست.

بخش‌هایی از آن مانند رمان‌های کارآگاهی است.
قسمت‌هایی هم مانند فیلم‌های پلیسی، پرهیجان است.
قسمت‌هایی نیز مانند فیلم کمدی، جالب و غریزادی است.
و سایر قسمت‌هایش نیز مانند فیلم ترسناک است.

اما مطمئنم پایانش را دوست دارید.

بخوانید — نه... تماشا کنید.