

بسم الله الرحمن الرحيم

هدیه

دکتر اسپنسر جافسون

انتشارات نوای دانش

۱۳۸۶

التشارات لوائ دانش

اراک - صندوق پستی ۱۸۵-۳۸۱۸۵ - تلفن: ۲۶۷۳۴۶۶-۰۸۶۱ - همراه: ۰۹۱۸۳۶۱۲۹۶۷

نام کتاب: هدیه

نویسنده: اسپنسر جانسون

مترجمان: ابوالفضل بیرقی - افسانه آریان

نوبت چاپ: اول ۱۳۸۶

تیراژ: ۵۰۰۰ نسخه

قطع: رقعی

ISBN:964-8949-72-1

شابک: ۹۶۴-۸۹۴۹-۷۲-۱

قیمت ۱۰۰۰۰ ریال

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
معرفی نویسنده	۱
مقدمه	۲
داستان هدیه	۶
حضور	۲۳
فراگیری	۳۶
برنامه ریزی	۴۷
نتیجه داستان	۶۹

معرفی نویسنده

دکتر اسپنسر جانسون یکی از مشهورترین و معروفترین نویسندگان جهان است. او به میلیونها نفر از مردم جهان در پیدا کردن روشهای لذت بردن از زندگی با استفاده از حقایقی ساده و ژرف که کلیدهای موفقیت آمیز انجام دادن کارها در خانه و محل کار هستند، کمک کرده است.

از دکتر اسپنسر جانسون اغلب به عنوان بهترین فردی که قادر است "پیچیدهترین و سختترین موضوعات را با سادهترین راهحلهای عملی حل کند" نام می‌برند.

نام او در زمره یکی از نویسندگان کتابهای پرفروش نیویورک تایمز است. از جمله این کتابها که رتبه اول را در لیست پرفروشهای نیویورک تایمز احراز کرده‌اند شامل: چه کسی پنیر مرا جا به جا کرد؟ و مدیر یک دقیقه‌ای است که دومی، مشهورترین شیوه‌های مدیریت جهانی است که با همراهی دکتر کن بلانچارد نوشته شده است.

دکتر جانسون پس از کسب لیسانس روانشناسی از دانشگاه کالیفرنیا جنوبی، مدرک دکترای خود را از کالج سلطنتی جراحان ایرلند دریافت کرد. همچنین دارای مدرک نویسندگی در خصوص مطالب پزشکی از کلینیک مایو و مدرسه عالی پزشکی هاروارد است.

او مدیر ارتباطات و سرپرست پزشکی انجمن مدترونیک - مخترع باتریهای قلبی - و پزشک محقق مؤسسه مطالعات میان رشته‌ای است؛ همچنین مشاور مرکز مطالعات انسان‌شناسی، و مدیر دانشکده تجارت دانشگاه هاروارد است.

کارهای او مورد توجه رسانه های بزرگ دنیا از جمله CNN, ABC, NBC, BBC, Time, New York Time, USA Today, The Wall Street Journal, Fortune, Business Week, Reader's Digest, United Press International, Associated Press قرار گرفته است.

کتابهای دکتر اسپنسر جانسون در سرتاسر جهان تاکنون به بیش از چهل زبان ترجمه شده و در اختیار علاقه مندان می باشد.

www.ketabonline.ir

مقدمه

یک روز غروب، بیل گرین یک تلفن فوری از دوست قدیمی اش، لیز مایکل داشت.

او شنیده بود که بیل گرین به تازگی موفقیت بزرگی کسب کرده و به همین دلیل بلافاصله به موضوع اصلی پرداخت: «آیا می توانم هر چه زودتر شما را ملاقات کنم؟» بیل در صدای او اضطراب و آشوبی را حس کرد.

جواب داد: «البته» و برنامه فردایش را تغییر داد تا بتواند وقت نهار با لیز ملاقاتی داشته باشد. وقتی لیز وارد رستوران محل قرارشان شد، بیل متوجه شد که چهره او خیلی خسته است.

پس از سلام و احوالپرسی و سفارش غذا، لیز به او گفت: «در حال حاضر جانشین هریسون شده ام.»

بیل گفت: «تبریک می گویم، از ترفیع تو تعجب نکردم. انتظارش را داشتم.»

لیز اقرار کرد: «متشکرم، اما مشکلاتمان خیلی زیاد است.»
«از وقتی تو رفتی، خیلی چیزها تغییر کرده. عده مان کمتر و در مقابل، کارهایمان بیشتر شده است. به نظر نمی آید هیچوقت زمان کافی برای انجام آنها داشته باشیم. و من دیگر از کار و زندگی ام خیلی لذت نمی برم.» سپس برای عوض کردن موضوع صحبت گفت: «اما بیل، تو خیلی خوب به نظر می رسی.»

بیل گفت: «خیلی خوبم. از کار و زندگی ام بیشتر از گذشته لذت می برم. برای من، تغییر خیلی خوبی بود!»

لیز گفت: «آه، کارت را عوض کردی؟»

بیل خندید: «نه، اما یک چیزی شبیه آن انجام داده‌ام. تقریباً یک سال پیش اتفاقی افتاد.»

لیز کنجکاو شد: «تعریف کن چه اتفاقی افتاد؟»

بیل شروع کرد: «آیا به یاد داری چقدر در کار، به خودم و دیگران برای رسیدن به نتیجه مطلوب، فشار می‌آوردم؟ و این کار چقدر وقت و انرژی ما را می‌گرفت؟»

لیز خندید: «همه آنها را به خوبی به یاد دارم.»

بیل لبخند زد. گویی یادآوری رفتار سابقش آرامش بخش بود. «خب راستش، من در این مدت فقط چند چیز کوچک یاد گرفتم. و به دنبال من، تعداد زیادی از افراد همکارم نیز آن چیزها را یاد گرفتند. حالا با سرعت بیشتر و اضطراب کمتر، به نتایج بهتری دست پیدا می‌کنیم؛ و از همه اینها مهمتر، من لذت بیشتری از زندگی‌ام می‌برم.»

لیز پرسید: «تعریف کن چه اتفاقی افتاد؟»

- «شاید اگر بشنوی، توانی باور کنی.»

لیز پاسخ داد: «امتحان کن.»

بیل مکثی کرد و ادامه داد: «یکی از دوستان خوبم برایم داستانی تعریف کرد. این داستان برای من تبدیل به یک هدیه واقعی شد. آخر اسم خود داستان هم "هدیه" است.»

لیز پرسید: «در مورد چیست؟»

- «در مورد مرد جوانی است که کشف می‌کند چگونه همین امروز طوری کار و زندگی کند که شادتر و موفق‌تر باشد. همین امروز!»

لیز پرسید: «امروز؟»

- «بله، نکته اصلی داستان همین جاست. من بعد از شنیدن آن، خیلی به داستان و کاربردش در زندگی فکر کردم. و بعداً با استفاده از آن در کار و زندگی ام تغییراتی را ایجاد کردم. آن قدر روی من تاثیر گذاشت که دیگران هم متوجه آن شدند حالا من هم مثل مرد توی داستان، شادتر و سرزنده تر هستم و کارهایم را بهتر انجام می دهم.»

لیز پرسید: «چگونه؟ از چه راهی؟»

- «خب، حالا روی کارهایم خیلی بیشتر تمرکز می کنم. از اتفاقاتی که در اطرافم می افتد چیزهای بیشتری یاد می گیرم و قادر به برنامه ریزی بهتری هستم. اکنون می توانم روی انجام کارهای مهم تر تمرکز کنم. بدون اینکه انجام آن وقت زیادی از من بگیرد.»

لیز حیران پرسید: «تو همه اینها را فقط از یک داستان یاد گرفتی؟»

- «خب، این چیزی بود که من از آن فهمیدم. آدمهای مختلف از «هدیه» چیزهای متفاوتی می گیرند بسته به اینکه وقتی آن را می شنوند در کدام مرحله از کار و زندگیشان باشند. البته شاید خیلی ها هم از آن هیچ چیز نفهمند. این داستان نوعی تمثیل است. بنابراین فقط آنچه به ظاهر می شنوی نیست بلکه ارزشش در چیزهایی است که از آن استخراج می کنی.»

لیز پرسید: «می توانی برای من هم تعریفش کنی؟»

بیل از لیوان آبش مقداری نوشید و آهسته گفت: «شک دارم لیز، چون تو فردی انتقادگر و شکاک هستی؛ و این از آن نوع داستانهاست که احتمالاً بلافاصله آن را رد می کنی.»

در این لحظه لیز حالت دفاعی اش را کنار گذاشت و اعتراف کرد که این

اواخر در کار و زندگی شخصی تحت فشارهای زیادی بوده است، و برای صرف نهار با او به اینجا آمده چون امیدوار بوده بیل بتواند کمکش کند. بیل زمانی را که خودش گرفتار همین مشکلات بود به یاد آورد. لیز گفت: «من واقعاً مایل به شنیدن داستان هستم.»

بیل همیشه لیز را دوست داشت و به او احترام می‌گذاشت. بنابراین، گفت: «از نقل آن برای شما خوشحال خواهم شد اگر قبول کنی. آنچه را که از داستان می‌گیری و استفاده‌ای را که از آن می‌کنی کاملاً بستگی به خودت دارد. در ضمن اگر آن را مفید دیدی، با دیگران سهیم شوی.»

لیز موافقت کرد و بیل ادامه داد: «وقتی من برای بار اول این داستان را شنیدم، متوجه شدم که در بعضی از قسمتهایش نکاتی نهفته است که از آنچه من فکر می‌کردم، بسیار پرمعناتر است. به همین دلیل مابین داستان از بعضی قسمتها نکته‌برداری کردم تا در یادآوری مفاهیمی که بعداً می‌خواستم به کار ببرم، کمکم کند.»

لیز نمی‌دانست چه چیزی ممکن است برایش سودمند باشد. دفترچه یادداشت کوچکی از کیفش بیرون کشید و گفت: «من آماده شنیدن هستم.» بیل شروع به گفتن داستان «هدیه» کرد.