

شاهکاری دیگر از نویسنده دوازده ستون

# زندگی رؤیایی‌تان را خلق کنید!

ده اصل معتبر که بی‌تودید رؤیاهایتان را به واقعیت تبدیل می‌کنند

کریس ایدنر

امیر حسن می



انتشارات آریامهر

عنوان و نام پدیدآور : زندگی، رؤیایی تان را خلق کنید! کریس وایدنر / امیرحسن مکی  
 مشخصات نشر : تهران: آریا گهر، ۱۳۹۶.  
 مشخصات ظاهری : ۱۶۸ صفحه  
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۷۶۳۲-۴۲-۰  
 وضعیت فهرست نویسی: قیفا  
 یادداشت:  
 موضوع : موفقیت؛ راه و رسم زندگی  
 شناسه افزوده : مکی، امیرحسن، ۱۳۵۲، مترجم  
 ردیابی کنگره : BF۶۲۷/م۸۲۵۲ ۱۳۹۶  
 رده بندی دیویی : ۱۵۸/۱  
 شماره کتابشناسی ملی : ۵۰۴۰۸۲۷



## زندگی رؤیایی تان را خلق کنید!

نویسنده: کریس وایدنر

مترجم: امیرحسن مکی

طراح جلد: شبنم رازی شریف

صفحه آرایشی: پروانه نصرالهی

انتشارات: آریا گهر

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ اول: ۱۳۹۷

قیمت: ۱۴۹۰۰ تومان

ISBN: 978-600-7۶32-۴۲-0

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۶۳۲-۴۲-۰

مرکز پخش: تهران، خ انقلاب، خ دوازده فروردین، پلاک ۲۸۶ واحد ۱۲

تلفن: ۶۶۹۳۳۰۴۵ - ۰۹۳۱۵۲۰۵۷۶

info@aryagoharbooks.com - www.aryagoharbooks.com

کلیه حقوق این کتاب برای انتشارات آریا گهر محفوظ است. هیچ شخصی بدون اجازه کتبی از ناشر چاپ، نشر، تمام یا بخشی از این کتاب را ندارد و متخلفین به موجب بند ۵ ماده ۲ قانون حمایت از ناشران تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.

## فهرست مطالب

| صفحه | عنوان                                                 |
|------|-------------------------------------------------------|
| ۱۷   | پیشگفتار .....                                        |
| ۲۱   | مقدمه .....                                           |
| ۲۵   | سه شته‌ی زندگی‌تان را در دست بگیرید .....             |
| ۲۹   | اصل زندگی رویایی .....                                |
|      | اصل شماره‌ی یک زندگی رویایی:                          |
| ۳۳   | شهامت رویا پروری داشته باشید .....                    |
| ۳۳   | شهامت رویا پروری را دوباره در خود زنده کنید .....     |
| ۳۶   | روایهای بزرگ - منابع بزرگ .....                       |
| ۳۸   | هفت قدم برای تحقق رویا .....                          |
|      | اصل شماره‌ی دو زندگی رویایی:                          |
| ۴۵   | تصور، نخستین سنگ بناست .....                          |
| ۴۸   | سرنوشت‌تان را رقم بزنید! .....                        |
| ۵۳   | تجسم‌تان را بازسازی کنید .....                        |
|      | اصل شماره‌ی سه زندگی رویایی:                          |
| ۵۷   | هدف، از بهر دستیابی است .....                         |
| ۵۹   | روش‌هایی ساده که تحقق اهدافمان را آسان می‌کنند! ..... |
| ۶۵   | بزرگی را هدف قرار دهید .....                          |
|      | اصل شماره‌ی چهار زندگی رویایی:                        |
| ۶۹   | پرنده‌ی سمج کرم را می‌گیرد .....                      |

## الدگی (روایی‌تان را خلق کنید)

۶۹ ..... پافشاری و مداومت پیشه کنید!

۷۴ ..... چهار نکته که زندگی‌تان را روی غلتک می‌اندازد

اصل شماره‌ی پنج زندگی رویایی:

۸۱ ..... برای کسب موفقیت مشتاق باشید

یافتن انگیزه: وقتی حال و حوصله‌ی انجام هیچ‌کاری را ندارید،

۸۵ ..... چه بکنید

اصل شماره‌ی شش زندگی رویایی:

۹۱ ..... به‌راستی که بخشش بهتر از گرفتن است

۹۱ ..... برندی باطنی، انسان سخاوتمند است

«صداقت، پایه‌ی اصل کلیدی است که ارتباطی مستقیم با

موفقیت غایی فرد، زمان یا محصول دارد» ..... ۹۶

۱۰۰ ..... هنر بخشش

اصل شماره‌ی هفت زندگی رویایی:

۱۰۵ ..... روابط، اساس وجود ما را شکل می‌دهد

۱۰۵ ..... نیروی حاصل از تحسین کردن مردم

۱۰۶ ..... مزایای تحسین

۱۰۷ ..... روش‌هایی برای تحسین کردن

۱۰۸ ..... موفقیت از طریق یک شبکه‌ی غنی

۱۱۶ ..... چگونه با هر کس در هر زمان صحبت کنیم

اصل شماره‌ی هشت زندگی رویایی:

۱۲۱ ..... تعادلتان را حفظ کنید

- ۱۲۱..... افسانه‌ای در باب مدیریت
- ۱۲۳..... ایجاد تعادل در زندگی آشفته
- ۱۲۸..... معادله‌ای کوچک که نتایجی بزرگ به بار می‌آورد
- اصل شماره‌ی نه زندگی رویایی:
- ۱۳۳..... دستیابی به آزادی مالی
- ۱۳۳..... خونی از آزادی مالی
- ۱۳۷..... معادله‌ای که باعث آزادی مالی شما می‌شود
- اصل شماره‌ی ده زندگی رویایی:
- ۱۴۷..... نگرش، فرمانرواست
- ۱۴۷..... پنج نگرشی که باعث ارج گرفتن شما می‌شوند!
- ۱۵۲..... در موقعیت‌های نامساعد
- ۱۵۲..... نگرش مثبت خود را حفظ کنید
- ۱۵۶..... خوش‌بین هستید یا بدبین؟
- ۱۵۹..... نگرستان را انتخاب کنید
- ۱۶۳..... سخن آخر
- ۱۶۳..... میراثی نیک بر جا بگذارید

## پیشگفتار

### حقیقت دارد، چون آن را در زندگی‌ام تجربه کرده‌ام!

همیشه وضع زندگی در کار و بارم به خوبی امروز نبوده است. نه، سرگذشت من حکایه طولانی دارد و به زمانی برمی‌گردد که زندگی‌ام با حالا خیلی فرق داشت! تصور کنید زندگی‌تان این‌گونه بود:

پدری داشتید که از تولدتان بیزار بود و به مادرتان فشار می‌آورد تا شما را سقط کند، اما مادرتان زیر بار نمی‌رفت. میزهای از موهبت و محرومیت! از یک طرف از نعمت زندگی برخوردار می‌شدید، اما از طرفی فرزند ناخواسته‌ی پدرتان بودید. هیچ‌کس دلتان نمی‌خواهد این‌طور وارد دنیا شود، مگر نه؟!

چهار سال بعد، آن پدر پس از مبارزه‌ای کوتاه با سرطان، از دنیا می‌رود و شما را که پسر بچه‌ای بیش نیستید در راه پر پیچ و خم زندگی تنها و سرگردان رها می‌کند. آنچه اندوه مرگ پدر را تلخ‌تر می‌کند این است که حتی یک یادداشت از خود باقی نمی‌گذارد که: «برایت دل‌نگرانم،» یا «متأسفم که نمی‌توانم شاهد بزرگ شدن شما باشم.»

## الدگی (روایی تان را هلق کلید)

با خشم و ناراحتی بزرگ می‌شوید. دیری نمی‌گذرد که به رفتارهای ناشایست و مخرب رو می‌آورید. اگرچه مادر تان تمام تلاش خودش را برای اصلاح و تربیت شما به کار می‌گیرد، مجبور است تا دیروقت بیرون از خانه کار کند تا بتواند مخارج تان را تأمین کند. با این حال چند طبقه زیر خط فقر زندگی می‌کنید!

تاز، وارد کلاس ششم شده‌اید که به تور رفقای ناباب می‌خورید. ی‌افتید در وادی کارهای خلاف. دوازده سال بیشتر ندارید که به بیراهه کشیده می‌شوید. در کلاس هفتم به همین روال ادامه می‌دهید. واضح است که معدلتان به حد نصاب نمی‌رسد، اما مدیر تان که به شما نگاه ویژه‌تری دارد، زودتر از شرتان خلاص شود شما را به کلاس هشتم می‌فرستد.

خوشبختانه، وارد عرصه ورزش می‌شوید و بازی تان خوب است. همین، مانع از این می‌شود که به قعر منجلاب فرو روید. ورزش، تأثیر مثبت دیگری نیز در زندگی تان می‌گذارد: در دوران نوجوانی در یک تیم بسکتبال حرفه‌ای مشغول می‌شوید و این دلخوشی زندگی تان می‌شود.

سال‌های اولیه در دبیرستان برای تان دردآور است زیرا مایه‌ی آزار معلم‌ها هستید و آن‌ها هم در مقام جبران، شما را تنبیه می‌کنند. گویا جنگ بزرگی میان تان برپاست! نمی‌دانید زندگی تان به کجا می‌کشد. عدم تسلط و نداشتن هدف در زندگی باعث می‌شود عصبانی‌تر و تندخوتر شوید.

در شانزده سالگی به کتابی درباره‌ی شغل دلخواهتان برمی‌خورید. از خواندن آن شگفت‌زده می‌شوید. تحت تأثیر مطالب آن قرار می‌گیرید و به اندیشه و رویا فرو می‌روید. روایتان این است که روزی سخنران حرفه‌ای شوید؛ پیش‌روی جمعیت بایستید و به حاضران روحیه، انگیزه و شهادت بدهید. می‌خواهید خودتان را بالا بکشید و برای خودتان کسب سود تا بتوانید به دیگران بگویید هر قدر هم که سخت باشد، آن‌ها هم می‌توانند برای خودشان کسی شوند!

در هفده سالگی تجربه‌ای ماندگار در زندگی به‌دست می‌آورید و از آن پس همه چیز صدها سال در ذهن شما تغییر می‌کند. معدل سال آخر دبیرستان عالی می‌شود. به این تریب، می‌توانید به کالج بروید و به مطالعه‌ی رشته‌ی مورد علاقه‌تان بپردازید؛ رشته‌ی مرتبط با کار دلخواهتان.

در طول راه به آدم‌های منفی باف برمی‌خورید؛ کسانی که باور نمی‌کنند می‌توانید به کار دلخواهتان دست یابید. آن‌ها کسانی هستند که خواب و بیداری‌شان یکی است. کسانی که به‌راستی زندگی نمی‌کنند؛ مردگانی متحرک و بدون روح.

نظرتان درباره‌ی این زندگی چیست؟ چگونه آن را سپری می‌کنید؟ از شما می‌پرسم، چون آنچه گفتم سرگذشت من بوده! حالا در خانه‌ی قشنگ و رویایی‌ام زندگی می‌کنم، همسری بوذایی دارم و چهار فرزند سالم و دوست‌داشتنی دارم. جمعی از بهترین و لایق‌ترین کسانی که روی کره‌ی زمین زندگی می‌کنند جزو دوستان و همکاران من هستند. من از کاری که به آن عشق می‌ورزم درآمدی کلان دارم. در سراسر امریکا برای حضار سخنرانی می‌کنم. مجری یک

برنامه‌ی تلویزیونی هستم که در سراسر کشور پخش می‌شود و علاوه بر این با زیگ زیگلر که از اسطوره‌های حرفه‌ی ماست، یک برنامه‌ی دیگر تلویزیونی مشترک اجرا می‌کنم. کتاب‌های من مثل نقل و نبات به فروش می‌رسد. زندگی معرکه‌ای دارم!

اما همیشه این‌طور نبود!

نه، من این زندگی را انتخاب کردم. تصمیم‌هایی که در طول ده‌گرفتم مرا به اینجا رساند. مطابق اصولی زندگی کردم که خواهید خواند. همان‌داری که می‌دانید، آدم‌های متظاهر زیادی هستند که می‌خواهند اصول موفقیت را به شما یاد بدهند، اما هیچ‌وقت خودشان آن‌ها را در زندگی اعمال نکرده‌اند. تکرار طوطی وار نوشته‌های دیگران یک چیز است و تجربه‌ی اصول موفقیت و رسیدن به آنچه می‌خواهید، و سپس در میان گذاشتن این اصل. دیگران، چیزی دیگر!

می‌دانم اصولی که در ادامه خواهید خواند مؤثر واقع می‌شوند، چون خودم آن‌ها را تجربه کرده‌ام! آری به یک مشت وعده‌ی سرخرمن و حرف مفت، بلکه اقداماتی هستی برای دستیابی به زندگی رویایی‌تان به‌شمار می‌آیند.

حالا، تصمیم‌گیری و انتخاب با خودتان است. رباتان میان مردگان متحرک، یا برگشتن به زندگی واقعی و تعقیب رویای‌تان، سوای این که چند سال‌تان است. من مطابق رویایم زندگی می‌کنم و می‌خواهم شما را هم برای دستیابی به زندگی رویایی‌تان یاری کنم. بیاید شروع کنیم!