

کنج درونی شما چیست؟

آن کار شگفت‌انگیزی که برای انجامش متولد شده‌اید را کشف کنید
راهنمای گام‌به‌گام برای رسیدن به شغلی که دوست دارید

اسنیو اولشر

مترجم: منصور بیگ‌دلی



سرشناسه : اولشر، استیو، ۱۹۶۹-م.

Olshe, Steve :

عنوان و نام پدیدآور : گنج درونی شما چیست؟ آن کار شگفت‌انگیزی که برای انجامش متولد شده‌اید را کشف کنید/ استیو اولشر؛ مترجم منصور بیگدلی.

مشخصات نشر : تهران: آوین، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری : ۲۶۸ ص.؛ مصور، جدول، نمودار.

شابک : 978-964-8148-79-4

وضعیت فهرست‌نویسی : فیا

یادداشت : عنوان اصلی: What is your what?: discover the one amazing thing you

were born to do, 2013.

یادداشت : عنوان دیگر: راهنمای گام به گام برای رسیدن به شغلی که دوست دارید.

موضوع : راهنمای گام به گام برای رسیدن به شغلی که دوست دارید.

موضوع : خلاقیت

موضوع : Self-actualization (Psychology)

موضوع : انسان وجودی

موضوع : Self realization :

شناسه افزوده : بیگدلی، منصور، ۱۳۵۶-م مترجم

رده بندی کنگره : ۱۳۹۶ ۸۳ الف ۶۳۷، D

رده بندی دیویی : ۱۵۸/۱

شماره کتابشناسی ملی : ۴۸۰۹۱۰۵

ناشر: آوین

عنوان: گنج درونی شما چیست؟/ آن کار شگفت‌انگیزی که برای انجامش متولد شده‌اید را کشف کنید

نویسنده: استیو اولشر

مترجم: منصور بیگدلی

چاپ جلد: جنگل

قیمت: ۱۹۰۰۰ تومان



کلیه حقوق متعلق به ناشر است.

شیخ بهایی جنوبی، بلوار آزادگان، خیابان ۲۱ غربی، شماره ۳۳

تلفکس: ۸۸۰۷۰۸۳ و ۸۸۰۱۳۶۰۰

[عضو کانون فرهنگی زنان ناشر]

فروش اینترنتی و اطلاعات ناشر این کتاب در www.avin.persianbook.net

Peikavin@yahoo.com

فهرست مطالب

پیش گفتار مترجم.....	۳
پیشگفتار نویسنده.....	۵
بخش اول : ایجاد اساس.....	۱۹
فصل اول: پیش گفتاری بر چهار مرحله یادگیری.....	۱۹
فصل دوم: گرداب آسیب پذیری.....	۲۹
فصل سوم: گرداب شکست ناپذیری.....	۴۵
فصل چهارم: مرادل بعدی یادگیری.....	۶۱
فصل پنجم: ارج.....	۷۳
بخش دوم: ایجاد تغییرات مثبت و بایدار.....	۹۳
فصل ششم: هفت اصل تغییر دهنده زندگی (S.L.A.P).....	۹۳
فصل هفتم: اصل شماره ۱ تغییر دهنده زندگی: تصمیم گیری.....	۹۹
فصل هشتم: اصل شماره ۲ تغییر دهنده زندگی: فاصله را احیا کنید.....	۱۰۷
فصل نهم: اصل شماره ۳ تغییر دهنده زندگی: نظایه بستگی.....	۱۱۵
فصل دهم: اصل شماره ۴ تغییر دهنده زندگی: عز خود را دوباره آموزش دهید.....	۱۲۹
فصل یازدهم: اصل پنجم تغییر دهنده زندگی: محرمانه کلیسای جک.....	۱۴۳
فصل دوازدهم: اصل شماره ۶ تغییر دهنده زندگی: قاعده نه پندار، طلایی.....	۱۵۹
فصل سیزدهم: اصل شماره ۷ تغییر دهنده زندگی: مرگ ریجی ستاره نشدن.....	۱۶۷
بخش سوم: به کسی تبدیل شوید که برای آن متولد شده اید.....	۱۷۷
فصل چهاردهم: گنج درونی شما چیست؟ پیش گفتار.....	۱۷۷
فصل پانزدهم: شناسایی گنج درونی شما، گام نخست.....	۱۹۱
فصل شانزدهم: شناسایی گنج درونی شما، گام دو و سه.....	۲۱۵
فصل هفدهم: گنج درونی خود را یافته اید، حال چه باید کرد؟!.....	۲۳۳
فصل هجدهم: مسیر خود را ایجاد کنید، میراث خود را بسازید.....	۲۵۷
فهرست کتاب های منتشر شده نشر آوین.....	۲۶۹

پیشگفتار نویسنده

من تنها یکی هستم،
اما همچنان یکی هستم.
نمی‌توانم همه کاری را انجام دهم،
اما می‌توانم برخی کارها را انجام دهم؛
و چون همه کاری نمی‌توانم انجام دهم،
از انجام دادن آن چیزها، که می‌توانم خودداری نخواهم کرد.

ادوارد اورت هیل

آیا تابحال به این موضوع اندیشیده‌اید که چرا ما اینقدر داستان سیندرلا، خدمتکاری که به یک پرنسس تبدیل شد را دوست داریم؟ یا داستان لوک در آسمان راه می‌رود، پسر مزرعه‌دار فروتنی که تبدیل به ناجی کهکشان شد؟

اگر عمیقاً در مورد داستان‌های آنها فکر کنید، متوجه می‌شوید با اینکه دستخوش تغییرات بزرگی می‌شوند اما شخصیت آنها از یک شخص به شخص دیگر کاملاً متفاوت تغییر نمی‌کند.

در عوض آنها با بزرگی ذاتی خود اقدام می‌کنند که بر اثر سختی‌های دوران کودکی متوقف و توسط شرایط سخت دفن شده است. هرچند آنها طی دوره ماجراجویی هایشان می‌آموزند موانع گذشته را کنار زده و به خود واقعی‌شان تبدیل شوند؛ رهبران، اشخاص الهام‌بخش و قهرمانان. پیام اصلی این داستان‌ها طنین بزرگی برای همه ما دارد. وقتی سختی‌های زندگی را تحمل می‌کنیم، تمایل داریم تماس خود با بزرگی درونمان را قطع کنیم. شروع می‌کنیم به سازش‌های ناخوشایند، راضی شدن به کم و تبدیل شدن به افرادی متفاوت از خود عمیق‌ترمان.

گنج درونی شما چیست؟ به شما قدرت می‌دهد مثالهای سیندرلا و لوک را دنبال کنید. اگر با جدیت تمرین‌های این کتاب را انجام دهید پتانسیل واقعی خود را کشف خواهید کرد و به کسی تبدیل خواهید شد که متولد شده‌اید تا باشید، و به موفقیت و پیروزی ژرف دست‌یابید. این مساله نه فقط به سود شما، بلکه به سود تمام کسانی خواهد بود که با شما در تماس

هستند. وقتی این کار را انجام دادید و بارسفر بستید، جادوی اثرگذاری مثبت بر تعداد زیادی از افراد را خواهید داشت.

مثال‌های این فرایند ورای افسانه‌ها است. سفرهای ماهاتما گاندی، مادر ترزا و دکتر مارتین لوتر کینگ، سه نفر از محترم‌ترین و تاثیرگذارترین افراد قرن اخیر را در نظر بگیرید.

هیچکدام از آنها پولدار یا قدرتمند به دنیا نیامدند اما هر کدام برای دستیابی به موهبت‌های طبیعی از طرح اولیه شخصی خود استفاده کردند؛ بهترین راه یا وسیله استفاده از آن موهبت‌ها را تعیین کردند؛ توجه شدند که مخاطب اصلی آن موهبت‌ها چه کسانی هستند و سپس از بهشت و آن‌مان گذشتند تا آن موهبت‌ها را با جهان تقسیم کنند.

به عبارت دیگر، این **گنج درونی** خود را کشف کردند با تعهد به **گنج درونی** خود پایبند شدند و پشتکار به خرج دادند تا مزایای **گنج درونی** خود را به افرادی که بیشتر به آن نیاز داشتند ارایه کنند.

این مسیری است که از آغاز برپا شده برای دستیابی به موفقیت‌های چشمگیر دنبال شده است. این مدلی است که می‌توانید به شما بیاید از آن استفاده کنید.

کشف کردن گنج درونی به سه مرحله نیاز دارد:

شناسایی موهبت‌های طبیعی که خدا به شما داده.

شناسایی بهترین وسیله برای تقسیم کردن موهبت‌ها با جهان.

شناسایی مخاطبان خاصی که بیشترین سود را از موهبت‌های شما خواهند برد.

پس از این اکتشافات، می‌توانید با بیان آنها بصورت خلاصه که فشرده جملات راهنمای زندگی شما را بازی خواهند کرد، تمرکز خود را حفظ کنید.

اگر تاکنون **گنج درونی** خود را کشف نکرده‌اید نگران نباشید؛ وقتی خواندن این کتاب را به پایان برسانید آنرا کشف خواهید کرد و در همین حین، دیگر تنها نیستید.

حقیقت غم‌انگیز این است که بیشتر افراد بدون برداشتن حتی یکی از این گام‌ها برای پیشرفت شخصی به بستر مرگ می‌افتند؛ آنها در تشخیص اینکه برای دستیابی به هدفی شگفت‌انگیز به زمین آمده‌اند شکست می‌خورند.

تعداد کمی دو گام را به انجام می‌رسانند و درصد بسیار بسیار کمی از افراد هر سه مرحله

را به انجام خواهند رساند.

تا حدی به همین دلیل است که بیشتر افراد به افراد مشهوری که بنظر می‌رسد «زندگی رویایی» دارند غبطه می‌خورند. غیر از این چگونه می‌توان محبوبیت عظیم نمایش‌هایی را توضیح داد که در مورد موفق شدن در هالیوود هستند یا اینکه توضیح داد چرا برخی افراد ساعت‌ها زیر باران می‌ایستند تا نگاهی به یک فیلم یا یک ستاره تلویزیونی بیاندازند؟

ما بصورت طبیعی جذب افرادی می‌شویم که باورداریم بهترین زندگی را دارند: افرادی که بر روح ما اثر می‌گذارند، الهام‌بخش اعمال ما هستند و براساس **گنج درونی** خود زندگی می‌کنند.

خبر خوب این است که برای پیوستن به جرگه‌ی آنهایی که «زندگی رویایی» دارند هیچ راز خاصی وجود ندارد که منجم به کشف آن باشید. کل کاری که برای دستیابی به شادی و شکوفایی باید انجام دهید کشف **گنج درونی** تان، تلاش مجدانه و تقسیم کردن موهبت‌های تان با جهان است.

واقعا کار ساده‌ای است، جهان شفا ساز است.

فرد کیورلی

راه‌های زیادی برای تشریح **گنج درونی** شما وجود دارد. یکی از محبوب‌ترین‌های راه‌های من را می‌توانید در فیلم **زرتنگ‌های شهر ۱۹۹۱** پیدا کنید.

در این فیلم، میچ رابینز (که نقش آن را بیلی کریستال بازی کرده) از زندگی شلوغ خود در منهتن خارج می‌شود تا برای تعطیلات به مزرعه‌ای شخصی در روستای بره تا «خود را پیدا کند» و در نیمه عمر مسیر خود را بیابد. طی این سفر، او با کیورلی و آل برن^۱ که جک بالانس نقش آن را بازی کرده) ملاقات می‌کند که نماینده تمام چیزهایی است که میچ ندارد: سبک بار، سفت و محکم و مهمتر از همه متمرکز.

در طول زندگی هزاران فیلم دیده‌ام اما تنها تعداد انگشت‌شماری از آنها واقعا اثرگذار بوده‌اند. آنچه که از فیلم **زرتنگ‌های شهر** بیشتر در ذهن من مانده صحنه‌ای بود که ناگهان بطرز عجیبی عمیق بنظر رسید، اما تا سالها بعد به معنای کامل آن پی نبردم.

در آن صحنه کیورلی و میچ هر کدام سوار بر اسبی بودند و در مورد زندگی صحبت می کردند. اگر فیلم را ندیده‌اید، یک گاوچران مسن بی احساس و خشن را تصور کنید که کلاه گاوچرانی سیاه بر سر، دستمال گردن قرمزی بر گردن و دستکش‌های سواری مشکی و سیگار روشنی بر گوشه لب دارد. صدای او گویی از زمان قدیم می‌آید و با اعتماد به نفس مردی سخن می‌گوید که تمام آنها را دیده و زندگی کرده است.

در مقابل او میچ یک فرد شهرنشین کوچک و فروتن است که کلاه بیسبال متز نیویورک بر سر و پراهن و لباس خاکی بر تن دارد که احتمالا از آل ال بین رسیده بود. بهترین روش توضیح تفاوت بین آنها این سخن شیوای کیورلی است که در ابتدای فیلم به میچ می‌گوید: «من بیستر از تو خند می‌گم.»

در آن صحنه که بیشترین اثر را بر من داشت، کیورلی می‌گوید: «شما شهریا، نگران خیلی چیزای مزخرف هستن»

میچ پاسخ می‌دهد: «ه؟! نم‌ا ساسا به من گفته بود که نمی‌خواد این دوروبر باشم.»

کیورلی پیش خود خندید. «اون ، کلا قرمز ه؟»

«من فقط می‌گم --»

کیورلی حرف او را قطع می‌کند. «چند الته... ۳۸؟»

«۳۹».

«بله. همه شما حدود یک سنی با یک سری مشکلات - اینجای اینجا. حدود ۵۰ هفته در سال به طنابتون گره می‌زنید و مشکل درست می‌کنین، بعد فکر می‌کنی ، و هفته اینجا موندن اون طنابا و مشکلات تو از شما باز میکنه. هیچکدوم از شما متوجه نمیشین. ما ، و نه راز زندگی چیه؟»

«نه، چیه؟»

کیورلی می‌خندد و یک انگشتش را بالا می‌گیرد: «این.»

«انگشت تو؟»

کیورلی همانطور که یک انگشتش را بالا گرفته می‌گوید «یه چیز. فقط یه چیز. به همون می‌چسبی و همه چیزای دیگه بی‌اهمیت هستن.»

میچ انگشتش را بالا نگهداشت. «عالیه. اما اون یه چیز چیه؟»

کیورلی می‌گوید: «این همون چیزیه که باید متوجه بشی....» و سپس می‌رود.
کیورلی نام آن را «یه چیز» می‌نامد. من آنرا **گنج درونی** شما می‌نامم. مهم نیست آنرا چه بنامید. فقط باید بفهمید چیست.

دو کتاب شما

اکنون دو انتخاب دارید:

- این کتاب را تا آخر بخوانید، **گنج درونی** خود را شناسایی کنید و آن را جلوی چشمتان قرار دهید و موهبت منحصر بفرد خود را با جهان تقسیم کنید، یا
- بپذیرید که کار فعلی شما **گنج درونی** شما است، به بهترین وجهی که می‌توانید آنرا بازی کنید و دست برولند کردن بردارید.

شاید فکر کنید امکان دارد ورد آخر درست باشد. برای مثال، اگر با اعداد کار می‌کنید، شاید به خودتان بگویید «۵۰ سال مدتی را به بشتیرانی بگذرانید که با صفحه گسترده کار می‌کنند، بازده‌های مالیاتی را فایل می‌کنند» برای سبب بازنشستگی برنامه‌ریزی می‌کنند؟ مطمئناً نه! اما اگر با استعداد ریاضی و حل معادلات پیچیده باز شده‌اید، در آن صورت واقعا مجبور هستید حسابدار یا برنامه‌ریز مالی باشید.

تعداد زیادی افراد ماهر وجود داشته‌اند که کار خود را بصورت باره وقت بعنوان کتابدار آغاز کرده و در نهایت در بخش مالی تلاش‌هایی کرده‌اند که میلیون‌ها دلار برای آنها درآمد داشته است.

لازم نیست بصورت خودآگاه این سه مرحله را برای **گنج درونی** خود انجام دهید تا مسیر خود را درک کنید. برخی از افراد خوش شانس بصورت طبیعی فوراً آنرا در حالت درحالیکه برخی دیگر باید طی چندین سال اصلاحات زیرکانه‌ای انجام دهند تا به جایی که با آن برخی دیگر همچنان در نقطه‌ای چرخش تند ۱۸۰ درجه‌ای انجام داده و شغل کاملاً جدیدی را آغاز می‌کنند.

مثال آن دکتر جو آمویا از امرسون نیوجرسی است. جو ده‌ها هزار دلار و بیش از ۱۵ سال از عمر خود را صرف کرد تا یک کایروپراکتور شود، مطب خود را باز کند و صدها بیمار وفادار پیدا کند. اگر هشت سال پیش از او می‌پرسیدی حاضر است مطب را رها و کار خود را عوض کند احتمالا به شما می‌خندید.

اما امروز جو یک متخصص قرار و رابطه است که به زنان مجرد در یافتن عشق مشاوره می‌دهد. چرا یک دکتر موفق باید از چیزی دست‌بردارد که برای دستیابی به آن به سختی تلاش

کرده است؟ چه چیز به او قدرت داده که از ابتدا آغاز کند؟

او آن چیزی را کشف کرد که برای انجامش متولد شده بود و هنگامی که **گنج درونی** خود را شناسایی کرد همه چیز واقعا بدیهی شد.

گنج درونی شما چیزی نیست که انتخابش کنید. گنج درونی شما را انتخاب می‌کند.

برعکس، اکثریت افراد هرگز مسیر خود را پیدا نمی‌کنند... اکثرا به این دلیل که از تشخیص وجود آن امتناع می‌کنند.

حتی وقتی مشتریان به اندازه کافی علاقمند به شرکت در کارگاه‌هایم هستند، همیشه کسانی هستند که در مقابل این مفهوم مقاومت می‌کنند. آنها می‌پرسند:

«چطور ممکن است شخصی فقط یک چیز داشته باشد که پر قدرت عاشق انجام آن باشد؟»

«اگر من یک گنج درونی داشته باشم چه؟»

«چرا باید وقتم را صرف کنم تا بفهمم گنج درونی‌ام چیست؟ زندگی من خیلی هم خوب است.»

وقتی مردم در مقابل کشف گنج خود و مهربانی که دارند مقاومت می‌کنند ناراحت می‌شوم. هرچند، بیشتر ناراحت می‌شوم نه بخاطر این که از بهترین ذهن‌ها و پر حرارت‌ترین روح‌های جهان ما **گنج درونی** خود را کشف کرده‌اند اما در موقعیت‌هایی گیر کرده‌اند که آنها را از فرصت دستیابی کامل به بزرگی خودشان محروم می‌کند.

اگر این مطالب را روی یک صندلی راحتی، صندلی پارک در یک روز زیبا، یا در قهوه‌خانه محبوب خود می‌خوانید، نعمت‌های خود را بشمارید. متوجه شوید هر چیزی که می‌خواهید می‌تواند در اختیار شما باشد؛ چون شما آزادید که سرنوشت خود را دنبال کنید.

تمام بهانه‌ها را کنار بگذارید. سپاسگزار فرصت‌هایی باشید که در دسترس شما هستند، مهمتر از همه خود را آماده سفری کنید که زندگی شما را تغییر می‌دهد.

کمی در مورد من

من در اوآنستون ایلینویز به دنیا آمدم و دوران کودکی نسبتاً کوتاهی داشتم. هفت ساله بودم که والدینم از هم جدا شدند. من، برادر و خواهرم با مادرم زندگی می‌کردیم و مادرم به سختی

تلاش کرد تا با درآمد محدود ما را بزرگ کند.

در سن ۱۰ سالگی شروع به کار کردم. همه جور کار عجیب انجام دادم؛ برف روبی، جمع کردن برگها، چمن زنی. هر کاری که درآمدی داشت آنرا می‌فاییدم.

در دبیرستان یک معدل ۴ داشتم. منظورم معدل درسی نیست، منظورم این است که در هر تلاش می‌توانستم با دخترها قرار بگذارم. به عبارت دیگر، از هر ۱۰ دختری که می‌خواستم با او قرار بگذارم، بطور متوسط چهار نفر قبول می‌کردند.

در حقیقت این مساله برای بازیگر کوتاه مدت با موی فرفری و گوشواره حلقه‌ای طلایی (شکل ۱)،^۱ بد نبود. در دوران دبیرستان پیشخدمت بودم، بنزین زدم، ماشین تعمیر کردم، درام زدم،^۲ البته چند در رستوان کار کردم و حتی پشت ون بلندگو فروختم.



شکل ۱. استیو در دوران دبیرستان

وقتی تازه به دانشگاه رفته بودم دی جی شدم و سرانجام آنقدر ماهر شدم تا در کلپ‌های ایلینویز اجرا کنم. این مساله باعث شد اواخر دهه ۱۹۸۰ و اوایل ۱۹۹۰ با برخی از بزرگترین دی جی‌ها از جمله بد بوی بیل^۱ و جولین جامپین پرز^۲ روی یک صحنه اجرا داشته باشم.

1. Bad Boy Bill

2. Julian Jumpin' Perez