

ریاضیات خوشبختی

معادله‌هایی که عشق، موفقیت، و زندگی خوب را برایت رقم می‌زنند

نویسنده: اسکات گالووی

مترجم: خان بافنده

Callaway, Scott

گالوی، اسکات

ریاضیات خوشبختی / نویسنده اسکات گالوی؛ مترجم روح بافنده.
تهران: پندار تابان، ۱۳۹۸.

ISBN: 978-622-96635-0-9

فهرست نویسی براساس اطلاعات فیفا.

The algebra of happiness : notes on the pursuit
of success, love, and meaning, 2019.

۱. خودسازی. ۲. خوشبختی. ۳. موفقیت.

بافنده، فرخ، ۱۳۵۷ - ، مترجم

۶۵۰/۱

BF۶۳۷

۱۳۹۸

۵۹۱۵۶۶۰

کتابخانه ملی ایران

ریاضیات خود شبختی

نویسنده: اسکات مالون

مترجم: فرخ بافند

ویراستار: نغمه نقشین

صفحه آرا: فریبا علیجانی

نوبت چاپ: اول

تاریخ چاپ: ۱۳۹۸

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۳۴۵۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۶۶۳۵-۰-۹

کلیه حقوق محفوظ است.

بلوار جانبازان غربی، کوچه اکبری، پلاک ۶۷

مرکز پخش: ۶۶۴۰۴۵۳۲



فهرست مطالب

۹	مقدمه
۱۱	ریاضیات خوب بختی
۱۷	مبانی
۲۰	مهم‌ترین تصمیمی که دانش‌آموزان می‌گیرند
۲۲	داشتن صلاحیت + کد دستوری = پول
۳۱	موفقیت
۳۳	مشاقق بمان
۳۷	به استقبال بزرگسالی برو
۴۲	مثل یک فرد بالغ و مسئولیت‌پذیر رفتار کن
۴۳	کارهای آسان را درست انجام بده، و ایمیل بزن
۴۸	باور داشته باش که لایقش هستی
۵۲	صدای خود را پیدا کن، و حرفت را بزن
۵۷	تو (احتمالاً) مارک زوکربرگ نیستی
۶۱	زمان پناه گرفتن
۶۷	چه باید کرد اگر فکر می‌کنی که در حباب هستی؟
۷۱	چیزهای مهم را محاسبه کن
۷۴	مفهوم «هدف» در برابر «وسيله» را درک کن
۷۸	از «جواب نه شنیدن» درس بگیر
۸۰	اگر کارمند نیستی، خودت را استخدام کن
۸۴	یک الگو باش
۹۱	عشق
۹۳	هدف‌ها
۹۶	$1 + 1 < 2$
۱۰۰	بچه‌هایت را نزدیک خودت نگه دار
۱۰۳	من ♥ دارم
۱۰۵	ترن هوایی «مونترمزازیونج»
۱۰۷	روز ولنتاین
۱۱۱	محبت را پس بگیر

۱۱۵	طلاق
۱۱۸	تبادل محبت
۱۲۰	خانه کجاست
۱۲۴	چطور با پایان یک زندگی برخورد کنی؟
۱۲۸	بچه‌ای را که فرزند خودت نیست دوست بدار
۱۳۱	بهشت خودت را پیدا کن
۱۳۳	به آن‌هایی که در کنارشان هستی، عشق بورز
۱۳۷	بچه‌ها: همه‌اش در مورد آن‌هاست
۱۴۵	لامتی
۱۴۷	ری باش
۱۵۱	گرسنگی - برایت خوب است
۱۵۴	سازگاری را به صمیمیت ترجیح بده
۱۵۷	در لحظه زندگی شو
۱۶۰	عوضی باش
۱۶۴	لذت مواد مخدر - لذت مهم آوردن معاش
۱۶۹	سخن آخر

ریاضیات خوشبختی

در سال ۲۰۰۲ به عنوان استاد دانشگاه به مدرسه‌ی کسب و کار استرن دانشگاه نیویورک^۱ پیوستم. در طول این سال‌ها، بیش از پنج هزار دانشجو در درس «استراتژی برندسازی» من شرکت کرده‌اند.

دانشجویان من برای قایم‌ماندن هستند، از افسران نیروی دریایی گرجستان گرفته، تا مشاوران فناوری اطلاعات از هلی. آن‌ها این واحد درسی را گرفته‌اند تا ارزش زمانی پول، استراتژی، و رقابت استری را یاد بگیرند. ولی اوقات باهم بودنمان اغلب از استراتژی پزندسازی به استراتژی زندگی سازی تغییر مسیر می‌دهد: چه شغلی باید انتخاب کنم؟ چطور خودم را برای موفقیت آماده کنم؟ چطور بلندپروازی را با رشد فردی سازگار کنم؟ اکنون چه کاری می‌توانم انجام دهم که وقتی چهل، پنجاه یا هشتاد ساله شدم پشیمان نباشم؟

ما به این سؤال‌ها در محبوب‌ترین جلسه‌مان می‌پردازیم - یعنی جلسه‌ی آخر سه‌ساعتی با عنوان «ریاضیات خوشبختی». در این جلسه، با موفقیت، عشق، و تعریف زندگی خوب را بررسی می‌کنیم. در ماه مه ۲۰۱۸، نسخه‌ی خلاصه‌شده‌ای را روی یوتیوب^۲ گذاشتیم. بیش از یک میلیون نفر این ویدئو را در ده روز اول بارگذاری‌اش تماشا کردند! ناشر مرا تشویق کرد کتابی در دنباله‌ی کتاب چهار: دی‌ان‌ای پنهان آمازون، اپل، فیس‌بوک و گوگل^۳ بنویسم، و در کمال

1. NYU's Stern School of Business

2. YouTube

3. The Four: The Hidden DNA of Amazon, Apple, Facebook, and Google

این کتاب به فارسی ترجمه شده است.

وحشتش، به او اطلاع دادم که کتاب دوم من در مورد خوشبختی خواهد بود! من نه اعتبار علمی و نه صلاحیت لازم را دارم که به دیگران مشاوره دهم چطور زندگی‌هایشان را بگذرانند. شخصاً چندین شکست کاری خورده‌ام، در سی و چهار سالگی طلاق گرفته‌ام، و اخیراً از سرمایه‌گذار خطرپذیرم خواستم که با شرکایمان در جنرال کاتالیست^۱ (پشتبان‌های ما در ال ۲) تماس بگیرد و آن‌ها را از سرمایه‌گذاری در ال ۲ منصرف کند (شوخی نمی‌کنم) چون «دیوانه» بودم. نکته: جنرال کاتالیست هر حال سرمایه‌گذاری کرد و (واقعاً) هم سود کرد.

در حقیقت، باید لوچ باشی تا زندگی مرا به چشم الگویی برای خوشبختی ببینی. من یک بچه‌ی معمولی کالیفرنایی بودم که در سال‌های هفتاد بزرگ شدم، پسری اسخوان و دبیر و پا چلفتی. عملکردم در مدرسه متوسط بود، و امتحان‌هایم را هم چنداً خوب می‌دادم. من برای تحصیل در دانشگاه کالیفرنیا^۲ درخواست دادم، ولی رد شد. ظهراً من مسئله‌ی بزرگی نبودم - چون پدرم به من اطمینان داد که، آدمی به زبر و زحمتی که می‌تواند گلیمش را از آب بیرون بکشد، نیازی به دانشگاه رفتن ندارد. البته من آن‌ها هم زبر و زرنگ نبودم؛ فقط پدری داشتم با خانواده‌ای جدید، که نمی‌خواست پول دانشگاه مرا بدهد. با این حال، شغلی در زمینه‌ی نصب قفسه برایم دست پیدا کرد، با حقوق ساعتی ۱۵ تا ۱۸ دلار، که آن زمان به نظر پول زیادی می‌آمد. می‌توانستم آن یک ماشین خوب بخرم - تنها هدف واقعی من آن زمان!

در طول کلاس دوازدهم، من و بقیه‌ی دوستانم به استرسه، در وست‌وود ویلیج^۳ قدم می‌زدیم و بستنی می‌خوردیم. دوستانم از مغازه‌ها دور می‌کردند. من وقتی آن‌ها شروع به چپاندن بلوزهای پیتر فرامپتون^۴ توی شلوار می‌کردند راه خانه را در پیش می‌گرفتم - نه به این خاطر که بچه مثبت بودم، بلکه چون مادر مجردم از پس آمدن به اداره پلیس و آزاد کردن من برنمی‌آمد. موقع برگشتن

1. General Catalyst

2. UCLA

3. Westwood Village

۴. Peter Frampton (زاده ۱۹۵۰) موسیقی‌دان، گیتاریست و خواننده‌ی بریتانیایی، و برنده‌ی جایزه‌ی گرمی

از وست وود ویلیج از خیابان هیلگارد^۱ می‌گذشتم، جایی که اعضای انجمن دختران دانشجوی دانشگاه کالیفرنیا در خیابان صف کشیده بودند. هفته‌ی گردهمایی فارغ‌التحصیلان بود، و هزاران زن جوان جلوی خانه‌هایشان ایستاده بودند، آواز می‌خواندند.

با دیدن آن‌ها، به این نتیجه رسیدم که باید به دانشگاه بروم. برای همین به خانه رفتم تا نامه‌ی دیگری به بخش پذیرش دانشگاه کالیفرنیا بنویسم. من حقیقت را به آن‌ها گفتم: «اصلیت من کالیفرنیایی است، و مادر مهاجری دست‌تنها مرا بزرگ کرده که منشی است، و اگر نگذارید که وارد دانشگاه بشوم، تا آخر عمرم باید قفسه نصب کنم.» آن‌ها به من گفتند: «قبل از شروع کلاس‌ها مرا قبول کردند. مادرم به من گفت، به عنوان او بن کس که از هر دو خانواده به دانشگاه می‌رود، اکنون می‌توانم «هر کاری بکنم».

از آن جایی که اکثر هزینه‌ی من نامحدود بودند، پنج سال بعد را به کشیدن یک عالم حبشیش، ورزش کردن، و دیدن بارها ماشای سه‌گانه‌ی سیاره‌ی میمون‌ها^۲ سپری کردم. و این روای معمول تنها برای بچه‌های غنی هرازگاهی متوقف می‌شد. به جز مورد آخری، من در بقیه فوق‌العاده بودم!

در سال آخر، اکثر دوستانم سخت در حال دلش بودند و همه‌ی فکر و ذکرشان نمراتشان بود تا از دانشگاه فارغ‌التحصیل شوند یا شغلی برای خودشان دست و پا کنند. از آن جایی که هیچ کار خوبی بی‌جای من نبود، من سخاوت مالیات‌دهندگان کالیفرنیایی و مقامات دانشگاه کالیفرنیا را به مدل پایینم پاسخ دادم! مجبور شدم سال پنجم هم در دانشگاه کالیفرنیا بمانم زیرا هفت دس را افتاده بودم و واحدهای لازم برای فارغ‌التحصیل شدن را نداشتم. در هر مسأله بزرگی نبود، چون حبشیش بیشتر و فیلم‌های علمی تخیلی برای مصرف وجود داشت، و هیچ چیز جذابی هم در دنیای واقعی منتظر من نبود.

سال آخر هم اتفاقی‌ای داشتم که بسیار جاه‌طلب بود، و حس رقابت عجیبی با او می‌کردم. او همه‌ی فکر و ذکرش این بود که بانکدار سرمایه‌گذار شود. من

1. Hilgard Avenue

2. Planet of Apes

نمی‌دانستم بانکداری سرمایه‌گذاری چیست، ولی اگر گری^۱ می‌خواست این کار را بکند، من هم می‌خواستم. من مصاحبه‌ی خوبی دادم، در مورد نمره‌هایم دروغ گفتم، و شغلی به عنوان تحلیل‌گر در مورگان استنلی^۲ به دست آوردم.

بعد از یک دوره‌ی کاری نه چندان درخشان به عنوان کارمند بانک، تصمیم گرفتم برای تحصیل در مدرسه‌ی کسب و کار درخواست بدهم. البته انتخابی از سر آگاهی نبود، و صرفاً چون دوست صمیمی‌ام به مدرسه‌ی کسب و کار رفته بود، من هم خواستم بروم. ایالت کالیفرنیا ریسک دیگری در مورد من کرد، و من در مدرسه‌ی کسب و کار هاس برکلی^۳ پذیرفته شدم. در طول سال دوم، استادی به نام دیوید آکر^۴، که استراتژی پرندسازی درس می‌داد، الهام‌بخش من شد. هنوز در مدرسه بودم که مؤسسه‌ی^۵ در حوزه‌ی استراتژی به نام پرافیت^۶ تأسیس کردم. پرافیت خوب پیش رفت، دست‌آخر به دنتسو^۷ فروختمش. در ۱۹۹۷، تصمیم گرفتم که چندین شرکت تجارت الکترونیکی را در زیرزمین دفتر پرافیت راه بیندازیم، چون این کاری بود که یک ا.بی.ای.^۸ با سر تراشیده در سال‌های نود در سن‌فرانسیسکو^۹ انجام می‌داد. جان کلام آن که با ایده‌های قدرت‌پدازش و اینترنت در پشت سرم، کارم را با شتاب مضاعف پیس بردم.

یکی از شرکت‌ها، «رد انولوپ»^{۱۰}، به رونق فداوانی دست یافت. من، غرق در نعمت خوش‌شانسی خارق‌العاده، دانش شرعی عالی (همسرم)، و شانس متولد شدن در مرفه‌ترین عصر تاریخ، به این نتیجه رسیدم که جای بهره‌بردن از همین موهبت‌ها و داشته‌ها، بیشتر می‌خواهم... لعنتی، بیشتر! لعنتی! بودم که آن «بیشتر» معنایش چیست... بنابراین، راه متفاوت را انتخاب کردم. من در هیئت‌مدیره‌ی

1. Gary

2. Morgan Stanley

3. Berkeley's Haas School of Business

4. David Aaker

5. Prophet

6. Dentsu

7. MBA مدیریت ارشد کسب و کار

8. San Francisco

9. Red Envelop

«رد اینولوپ» استعفا دادم. از همسرم طلاق گرفتم، به نیویورک نقل مکان کردم و به مدرسه‌ی کسب و کار استرن دانشگاه نیویورک پیوستم. (نامی که می‌شد به این وضعیت روحی من در سی‌سالگی‌ام گذاشت این بود: «کمبود شخصیت».) در سال ۲۰۱۰، در حالی که عضو هیئت علمی استرن بودم، مقاله‌ای تحقیقاتی منتشر کردم که برندهای لاکچری را براساس توانمندی دیجیتالی‌شان رتبه‌بندی کرده بود. بسیاری از شرکت‌هایی که در موردشان تحقیق کرده بودم به سراغم آمدند و من که فهمیده بودم فرصتی مالی در اختیارم قرار گرفته، شرکت «ال ۲»^۱ را - در حوزه‌ی هوشمندی کسب و کار^۲ تأسیس کردم. «ال ۲» اکنون با یک - سوم از صد شرکت بزرگ دنیا کار می‌کند. در سال ۲۰۱۷، گartner^۳، یک شرکت پژوهشی، ال ۲ را خرید.

در کارآفرینی، بالا و پایین‌ها هستند و پایین‌ها بسیار پایین! من با افسردگی خفیف دست و پنجه می‌کنم. عمدتاً، خشم) و زمان زیادی را صرف فکر کردن به این موضوع می‌کنم که چطور بدور دارم با درمان این مشکل را حل کنم (نکته: گاهی یکی یا هر دو ضروری هستند). البته، مرا وسوسه‌ی جست‌وجوی دانشی سوق داده است در مورد این که چطور، نه فقط در زمینه‌ی پزشکی، بلکه خوشبختی را به دست آورم. من یافته‌هایم را در وبلاگم نه‌رحمی/ نه‌غرضی^۴ با دیگران در میان می‌گذارم، ولی نه به شیوه‌ای مرتب و سازمان‌یافته. این کتاب تلاشی است برای جبران آن.

در صفحه‌های آتی، من آنچه را با تو در میان می‌گذارم به عنوان یک کارآفرین همیشه مبتکر، استاد دانشگاه، شوهر، پدر، پسر و یک شه‌ن‌ریکایی، همراه با مقدار معقولی تحقیق، مشاهده کرده‌ام. مهم است که تأکید کنم سیرات من در این کتاب مشاهدات و یافته‌های خودم هستند، نه تحقیقات علمی، و بسیاری که توسط کسی کشیده شده که خودش به مقصد رسیده است.

1. L2

۲. هوشمندی کسب و کار اصطلاحی است که از اواسط دهه ۱۹۹۸ میلادی مطرح گردید و به معنای تبدیل داده‌ها از شکل اولیه آنها به چیزی است که تصمیمات تجاری بتوانند بر آن اساس گرفته شوند. این عبارت همچون چیزی است که سایر نظام‌های مرتبط با داده شامل انبار داده، داده‌کاوی، تحلیل آماری، پیش‌بینی و پشتیبانی از تصمیم را به یکدیگر مرتبط می‌کند (منبع: www.faragostar.net)

3. Gartner

4. No Mercy / No Malice