

محاسبات خوشحالی

انتشارات دیموند بلورین

نویسنده: اسکات گالری

ترجمه: امین استوار بيمرلی
ویراستار: هادی بهی

۱۳۹۹



انتشارات دیموند بلورین

محاسبات خوشحالی

نویسنده: اسکات گالووی

ترجمه: امین استوار بیرغی

ویراستار: هادی بهی

طراح جلد و صفحه آرا: حامد حبیبی کسبی

مشخصات نشر: تهران، انتشارات دیموند بلورین، ۱۳۹۹

مشخصات ظاهری: ۲۷۰ صفحه

نوبت چاپ: اول

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ: نوتاش

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۱۰-۰۲۸-۵

ISBN: 978-622-210-021-5

نشانی ناشر: تهران، خیابان میران، نرسیده به خیابان ولیعصر (عج)، پلاک ۳۴۹، طبقه ۳، واحد ۱

تلفن: ۸۸۹۲۸۶۶۰

www.DIMOND.ir

گالووی، اسکات Galloway, Scott

سرشناسه:
Galloway, Scott

عنوان و نام پدیدآور:

مشخصات نشر:

مشخصات ظاهری:

شابک:

وضعیت فهرست نویسی:

یادداشت:

and meaning, 2019.

موضوع:

موضوع:

موضوع:

موضوع:

موضوع:

موضوع:

شناسه افزوده:

شناسه افزوده:

رده بندی کنگره:

رده بندی دبویی:

شماره کتابشناسی ملی:

محاسبات خوشحالی/نویسنده اسکات گالووی

تهران: انتشارات دیموند بلورین، ۱۳۹۹

۲۷۰ ص: مصور، نمودار.

۹۷۸-۶۲۲-۲۱۰-۰۲۸-۵

فیا

عنوان اصلی: The algebra of happiness

خودسازی
Self-actualization - Psychology

خوشبختی

Happiness

موفقیت

Success

استوار، امین، ۱۳۷۶ - مترجم

بهی، هادی، ۱۳۵۸ -، ویراستار

BF۶۶۳۷

۱۵۸/۱

۷۲۶۹۴۰۰

فهرست مطالب

۱۳		مقدمه
۴۹		موفقیت
۱۳۵		عشق
۲۲۵		سلامت
۲۶۱		کلام آخر
۲۶۱		تقدیر و تشکر
۲۶۹		درباره‌ی نویسنده



محاسبات بحالی

من در سال ۲۰۰۲ به هیأت علمی دانشکده اقتصاد دانشگاه نیویورک پیوستم. بیش از پنج هزار دانشجو در کلاس‌های برپاینگ من شرکت کردند.

دانشجویان من، گروهی بسیار اثرگذار هستند از نیروهای پژوهی ایالت جورجیا گرفته تا مشاوران حوزه‌ی آی‌تی از شهر دهلی. آنها آنجا هستند تا ارزش زمان را در پول، استراتژی و رفتار مصرف‌کننده بیاموزند، اما زمانی را که با هم می‌گذرانیم معمولاً از استراتژی برند به سمت استراتژی‌های مناسب برای زندگی می‌رود. چه شغلی باید

انتخاب کنم، چطور می‌توانم خودم را برای موفقیت آماده کنم؟ چطور می‌توانم همت بلند را در کنار رشد شخصی قرار دهم؟ حالا چه کاری باید انجام دهم تا وقتی ۴۰، ۵۰ یا ۸۰ سالم شد افسوس نخورم؟

ما در شلوغ‌ترین جلسه‌ی کلاس به این موضوعات می‌پردازیم. سه جلسه‌ی آخر کلاس ما، محاسبات خوشحالی نام دارد. ما در این جلسه، موفقیت، عشق و تعریف زندگی خوب را مورد بررسی قرار می‌دهیم. ما در ماه می سال ۲۰۱۸ نسخه‌ی خلاصه‌ای از آن را در یوتیوب منتشر کردیم. این ویدئو را در ۱۰ روز اول انتشارش یک میلیون نفر دیدند. انتشاراتی که با آن کار می‌کردم از من می‌خواست کتابی بنویسم پیرامون چهار موضوع: کار من مخفی آمازون، اپل، فیسبوک و گوگل. اما چیزی که باعث عصبانیتش شد این بود که به او اطلاع دادم که دومین کتابم پیرامون خوشحالی خواهد بود.

من اعتبار و مجوز آکادمیک ندارم که بگویم باید به مردم در مورد چگونه زندگی کردن مشاوره دهم. من شکست‌های کاری بسیاری دارم، سی و چهار بار مرا اخراج کرده‌اند و اخیراً هم من بدترین شرکت سرمایه‌گذاری تاریخ را راه انداختم. با شرکای من در شرکت ال ۲ تماس بگیرید تا از صحت سخنانم مطمئن شوید. این که می‌گویم در ال ۲ سرمایه‌گذاری کنید جوک نیست. یادآوری کنم که شرکت جنرال

کاتالیست در همه‌ی موارد سرمایه‌گذاری کرد و عملکرد بسیار خوبی نیز داشت.

در حقیقت شما برای این‌که بتوانید زندگی مرا به عنوان چارچوبی برای خوشحالی در نظر بگیرید باید خیلی با زحمت این کار را بکنید. دوران کودکی نه چندان خوب من در دهه‌ی ۱۹۷۰ در آمریکای شمالی شد، خیلی لاغ و بدقواره نیز بودم. من نمرات متوسطی می‌گرفتم و اصلاً نشد که امتحان خوبی بکنم. خوب پشت سر بگذارم. من برای ورود به دانشگاه یوسی‌ال‌ای درخواست دادم، اما رد شدم، که خیلی هم برایم مهم نبود. پدرم به من اطمینان داده می‌گفت: کسی که مثل تو ماهر است نیازی به دانشگاه رفتن ندارد، اما من مهارتی نداشتم. فقط پدری با خانواده‌ای جدید داشتم که نمی‌خواست برای دانشگاه رفتنم هزینه کند، اما او شغلی برای من دست و پا کرد و من به نصب فیلدها مشغول شدم. این شغل ساعتی ۱۵ تا ۱۸ دلار برایم درآمد داشت که برای من پول زیادی به نظر می‌رسید. من می‌توانستم اتومبیلی خوب بخرم که آن روزها تنها هدفم بود.

در طول کلاس دوازدهم، هر روز بعد از مدرسه به منطقه‌ی وست‌وود ویلیج می‌رفتیم و بستنی می‌خوردیم. دوستانم از مغازه‌ها دزدی می‌کردند. وقتی دوستانم شروع به پنهان کردن لباس‌های مغازه‌ی پیتز

فرانت زیر لباس هایشان می کردند، من به سمت خانه حرکت می کردم. نه به این خاطر که از آنها اخلاق مدارتر بودم، چون مادرم که تنها بود تحمل این را نداشت که از پلیس به او زنگ بزنند و بگویند برای بردن من به اداره ی پلیس مراجعه کند.

از دست وود که برمی گشتم. از خیابان هیلگارد رد شدم، جایی که خوابگاه زنانی دانشگاه یوسی ال ای کنار خیابان قرار داشت. هفته ی ورود به خوابگاه بود و هزاران زن و دختر جوان مقابل خوابگاه هایشان ایستاده بودند و آواز می خواندند. آنها شبیه چیزی حد فاصل نقاشی های نورمن راکول و فیلم سینمایی بودند که آخر شب پخش می شود. همان زمان بود که تصمیم گرفتم به دانشگاه بروم. به خانه آمدم و باز برای بخش پذیرش دانشگاه یوسی ال ای نامه نوشتم. من حقیقت را به آنها گفتم و نوشتم: من پسری از اهالی برمه ایفرنیا هستم که مادری تنها و مهاجر مرا بزرگ کرده است که منشی است و اگر شما به من اجازه ی ورود به دانشگاه ندهید تا آخر عمرم باید تنه نصب کنم. آنها نه روز قبل از شروع کلاس ها قبولم کردند. مادرم به من گفت از آنجایی که در کل خانواده ی پدری و مادری ام اولین شخصی هستم که به دانشگاه رفته ام می توانم هر کاری خواستم بکنم.

از آنجایی که حالا انتخاب های بسیار زیادی داشتم، با خودم عهد بستم

که پنج سال پیشرو را به استعمال مواد مخدر، ورزش کردن و تماشای چند باره‌ی مجموعه‌ی سه بخشی سیاره‌ی میمون‌ها پیردازم و تنها برای خوش‌گذرانی، این وضعیت روتین را بر هم بزنم نه چیز دیگر به جز بخش آخر در بقیه‌ی بخش‌ها موفق بودم.

سال آخر که شد، بیشتر دوستانم وضعیت خود را جمع و جور کرده بودند و روتین نمرده‌ها دوران کارشناسی ارشد و یا به دست آوردن شغل تمرکز کرده بودند. رانج‌ایی که هیچ کار خوبی بی‌پاسخ نمی‌ماند، من هم از بخشندگی مالیات‌مهندسان ایالت کالیفرنیا و دید مثبت هیأت امنای دانشگاه ایالتی کالیفرنیا برخوردار شدم، البته با معدل ۲.۲۷.

از آنجایی که در هفت امتحان رسیده بودم و اعتبار لازم برای فارغ‌التحصیلی را نداشتم، نیاز بود یک سال دیگر در یوسی‌ال‌ای باشم. باز هم مشکلی نبود، چون هنوز ماری‌جوانا و فله‌های تخیلی بیشتری برای استفاده وجود داشتند و چیزی انگیزه بخش من در جهان واقعی منتظر من نبود.

آخرین سالی که آنجا بودم یک هم‌اتاقی داشتم که بسیار بلند هوشمند بود و من حس عجیبی برای رقابت با او داشتم. او خیلی دوست داشت یک سرمایه‌گذار و بانکدار شود. نمی‌دانستم سرمایه‌گذاری بانکی چیست، ولی اما اگر گری می‌خواست انجامش دهد من هم می‌خواستم. من

خیلی خوب مصاحبه کردم، در مورد نمراتم دروغ گفتم و در شرکت مورگان استنلی به عنوان تجزیه و تحلیل گر استخدام شدم. این به کسی مثل من که در دانشگاه سرگروه بودم، کمک کرد گروه را راهبری کنم و تصمیم بگیرم که سرنوشت همه‌ی آنها تبدیل شدن به سرمایه‌گذارهای بانکی است. بعد از عملکرد نه چندان خوبم در سرمایه‌گذاری بانکی، تصمیم گرفتم وارد دانشکده‌ی تجارت یا بیزنس شوم و نامزدم و بهترین دوستم هر دو می‌خواستند وارد این دانشکده شوند. باز ایالت کالیفرنیا روی من ریسک نکرد و من در دانشکده‌ی بیزنس یا تجارت دانشگاه برکلی پذیرفته شدم. در سال دوم تحصیلم در آنجا تحت تأثیر استادی به نام دیوید آکر قرار گرفتم که استراتژی برندها را تدریس می‌کرد.

در حالی که هنوز در دانشگاه بودم، شرکت تبیین استراتژی به نام سود یا پرافیت را تأسیس کردم. شرکت من عملکرد خوبی داشت و نهایتاً آن را به شرکت دنتسو فروختم. در سال ۱۹۹۷، تصمیم گرفتیم چندین شرکت اقتصادی را در طبقه‌ی پایین دفتر پرافیت مستقر کنیم، همان کاری که یک متخصص تجارت با سری اصلاح شده در دهه‌ی نود و در شهر سان فرانسیسکو انجام می‌داد. من داشتم به هر ترتیب گام‌های بلندی برمی‌داشتم و جهان قدرت پردازش و اینترنت نیز پشت سرم می‌آمدند.