

# قوانینی که باید شکست

---

۱۰۰ قانونی که باید بشکنید

تا به اهداف واقعی خود دست یابید

---

ریچارد تمپلر

آیناز حلوائی نژاد

---

www.ketab.ir

نشر ذهن آویز

تهران، ۱۴۰۰

**Templar, Richard**

تمپلر، ریچارد  
قوانینی که باید شکست: ۱۰۰ قانونی که باید بشکنید تا به اهداف واقعی خود  
دست یابید / اثری از ریچارد تمپلر - ترجمه آیناز حلویی‌نژاد.  
تهران: ذهن‌آویز، ۱۴۰۰.

ص. ۳۵۲

978-600-118-493-2

فیبا

خویشتن‌داری - اعتماد به نفس  
حلویی‌نژاد، آیناز، ۱۳۶۸ - مترجم

BF ۶۳۲

۱۵۳/۸

۸۵۰۵۳۶۵

سرشناسه:

عنوان و نام پدیدآور:

مشخصات نشر:

مشخصات ظاهری:

شابک:

وضعیت فهرست‌نویسی:

موضوع:

شناسه افزوده:

رده‌بندی کنگره:

رده‌بندی دیویی:

شماره کتابشناسی ملی:

این کتاب ترجمه‌ای است از:

**The Rules To Break**

**قوانینی که باید شکست**

by

**Richard Templar**

Published by: Person Education Limited; 2013

ویراستار: کتایون بناخیری

مدیر هنری: سوگل علمی

مدیر پیش‌تولید: پژمان آرایش

چاپ اول: زمستان ۱۴۰۰

شمار نسخه‌های این چاپ: ۵۰۰

حق چاپ برای نشر ذهن‌آویز محفوظ است

چاپ و صحافی: جوانه

مدیر تولید: عماد درنایی

مرکز پخش: مؤسسه گسترش فرهنگ و مطالعات

تلفن و دورنگار: ۷۷۳۵۴۱۰۵

آدرس اینترنتی: zehnavizpub.ir

قیمت: ۹۸۰۰۰ تومان

## فهرست

- مقدمه..... ۱
- قانون شماره ۱: این شما هستید که موفقیت را تعریف می‌کنید..... ۷
- قانون شماره ۲: به دیگران خیانت نکنید..... ۱۰
- قانون شماره ۳: آزمون‌های تحصیلی مهم‌ترین اتفاقات..... ۱۳
- قانون شماره ۴: از والدین‌تان انتظار نداشته باشید که..... ۱۶
- قانون شماره ۵: والدین‌تان را سرزنش نکنید..... ۱۹
- قانون شماره ۶: شما مسئول زندگی خودتان هستید..... ۲۲
- قانون شماره ۷: تعادلی بین انتظار احترام از دیگران و..... ۲۵
- قانون شماره ۸: خواهر و برادرهای‌تان باید بهترین دوستان..... ۲۹
- قانون شماره ۹: موفقیت در مدرسه به معنی موفقیت در زندگی..... ۳۲
- قانون شماره ۱۰: اگر احساس می‌کنید صحبت کردن دشوار است..... ۳۵
- قانون شماره ۱۱: هیچ انسانی، بی‌هیچ دلیل خاصی..... ۳۸
- قانون شماره ۱۲: افراد نادان را با کمال میل تحمل کرده..... ۴۱
- قانون شماره ۱۳: درد نباید سبب سیه‌روزی شما شود..... ۴۴
- قانون شماره ۱۴: در محل کارتان، تا وقتی خودتان نخواهید..... ۴۷
- قانون شماره ۱۵: از دیگران سوء استفاده عاطفی نکنید..... ۵۰
- قانون شماره ۱۶: مرتب و منظم بودن جزو اصول اخلاقی..... ۵۳
- قانون شماره ۱۷: برای جلب رضایت دیگران زندگی نکنید..... ۵۶

- قانون شماره ۱۸: با هر دستی بدهی، با همان دست دریافت..... ۵۹
- قانون شماره ۱۹: لازم نیست همه دوستان تان شبیه شما باشند..... ۶۱
- قانون شماره ۲۰: هر چیز ارزشمندی، درد و رنج را به همراه دارد..... ۶۴
- قانون شماره ۲۱: سعی نکنید دیگران را تغییر دهید..... ۶۷
- قانون شماره ۲۲: به ریشه و اصالت خود افتخار کنید..... ۷۰
- قانون شماره ۲۳: دوستان می آیند و می روند..... ۷۳
- قانون شماره ۲۴: اشتباهات می توانند مفید واقع شوند..... ۷۶
- قانون شماره ۲۵: مجبور نیستید همه انسان ها را دوست ..... ۷۹
- قانون شماره ۲۶: همه انسان ها شما را دوست نخواهند داشت..... ۸۲
- قانون شماره ۲۷: فراموش نکنید که همیشه گزینه های دیگری ..... ۸۵
- قانون شماره ۲۸: زندگی مجموع اتفاقات کوچک است..... ۸۸
- قانون شماره ۲۹: اولویت ها با گذر زمان تغییر می کنند..... ۹۱
- قانون شماره ۳۰: رازداری را بیاموزید..... ۹۴
- قانون شماره ۳۱: افکار مثبت را جایگزین افکار مخرب کنید..... ۹۷
- قانون شماره ۳۲: اگر با همه وجود نخواهید، نمی توانید..... ۱۰۰
- قانون شماره ۳۳: برای همه انسان ها احترام قائل شوید..... ۱۰۳
- قانون شماره ۳۴: کمک کردن به دیگران سبب می شود..... ۱۰۶
- قانون شماره ۳۵: اگر خودت دراز نکشی، کسی نمی تواند..... ۱۰۹
- قانون شماره ۳۶: اجازه ندهید کسی شما را مورد آزار قرار دهد..... ۱۱۲
- قانون شماره ۳۷: کنترل شرایط را در دست بگیرید..... ۱۱۵
- قانون شماره ۳۸: با خودتان صادق باشید..... ۱۱۸
- قانون شماره ۳۹: هر فردی گذشته منحصر به فرد خود را دارد..... ۱۲۱
- قانون شماره ۴۰: باید با گذشته خود به صلح برسید..... ۱۲۴
- قانون شماره ۴۱: تمام دنیا در وجود شما خلاصه نشده است..... ۱۲۷
- قانون شماره ۴۲: اجازه ندهید عادت های بد فرصت ظهور..... ۱۳۰
- قانون شماره ۴۳: به ندای درون خود توجه کنید..... ۱۳۳
- قانون شماره ۴۴: اگر می خواهید تغییرات بزرگ ایجاد کنید..... ۱۳۷
- قانون شماره ۴۵: انسان ها می آیند و می روند و این اتفاق..... ۱۴۰

- قانون شماره ۴۶: بدن شما به تمام دوران زندگی تان اختصاص دارد. ۱۴۳
- قانون شماره ۴۷: زیر بار قرض و بدهی نروید. ۱۴۶
- قانون شماره ۴۸: هرگز به کسی پول قرض ندهید. ۱۵۰
- قانون شماره ۴۹: از ارزش حقیقی خود آگاه باشید. ۱۵۳
- قانون شماره ۵۰: تنها چیزی که می‌توانید کنترل کنید. ۱۵۶
- قانون شماره ۵۱: هیچ فردی نمی‌تواند موجب ایجاد. ۱۵۹
- قانون شماره ۵۲: احساس شما از افکار تان پیروی می‌کند. ۱۶۲
- قانون شماره ۵۳: ارزش انسان‌ها را بدانید. ۱۶۵
- قانون شماره ۵۴: با صدای بلند قدر دانی کنید. ۱۶۸
- قانون شماره ۵۵: قوانین در دنیای مجازی تغییر نمی‌کنند. ۱۷۱
- قانون شماره ۵۶: ضعف‌های تان را بپذیرید. ۱۷۴
- قانون شماره ۵۷: گمال‌گرایی می‌تواند. ۱۷۷
- قانون شماره ۵۸: هر انسانی برآیند تجربیات خود است. ۱۸۰
- قانون شماره ۵۹: زندگی در واقع همین روزهایی است. ۱۸۳
- قانون شماره ۶۰: محدودیت‌های خود را بشناسید. ۱۸۶
- قانون شماره ۶۱: برای اثبات خود، منتظر بهترین فرصت باشید. ۱۸۹
- قانون شماره ۶۲: همه مردم دقیقاً مثل شما سردرگم هستند. ۱۹۲
- قانون شماره ۶۳: خط باریکی میان مقبول بودن یا نبودن. ۱۹۴
- قانون شماره ۶۴: از ظاهر خود راضی و خشنود باشید. ۱۹۷
- قانون شماره ۶۵: کارهای بی‌اهمیت هم مهم هستند. ۲۰۰
- قانون شماره ۶۶: شغل تان را با زندگی تان اشتباه نگیرید. ۲۰۳
- قانون شماره ۶۷: از مشاخره کردن بپرهیزید. ۲۰۶
- قانون شماره ۶۸: از مصالحه کردن نترسید. ۲۰۹
- قانون شماره ۶۹: همیشه به اصول اخلاقی پایبند بمانید. ۲۱۲
- قانون شماره ۷۰: احساسات دیگران را لگدمال نکنید. ۲۱۵
- قانون شماره ۷۱: در دسته فرشته‌ها باشید نه انسان‌های پلید. ۲۱۸
- قانون شماره ۷۲: کارهای تان را قبل از موعد به پایان برسانید. ۲۲۱

## مقدمه

همه ما دوران کودکی جملاتی از این دست شنیده ایم: «خواستن کافی نیست»، «بهترین چیزها در زندگی رایگان هستند» و «صبر یک ارزش اخلاقی است». البته برخی اصول هم مختص بعضی خانواده‌ها یا معلمین بودند که با توجه به سلیق شخصی افراد، ترویج می‌شدند. هرچه سن‌تان بالاتر می‌رود، اصول، باورها و اعتقادات بیشتری را نیز می‌پذیرید و بیشتر آن‌ها را کاملاً صحیح قلمداد می‌کنید و هرگز درباره آن‌ها پرسش‌گری نمی‌کنید. بنابراین، وقتی به دوران بزرگسالی می‌رسید، کوله‌باری از به اصطلاح «قوانین» به همراه دارید که شاید از وجود آن‌ها بی‌اطلاع باشید. شاید فقط زمانی متوجه وجودشان شوید که بخواهید آن‌ها را به یک دوست یا فردی جوان‌تر از خودتان منتقل کنید و در آن بین این سؤال برایتان مطرح شود که این باور چگونه در وجودتان شکل گرفته است؟

این اصول که به عنوان توصیه از طریق افراد خوش‌نیتی که در زندگی‌تان هستند، به شما منتقل شده‌اند، گاهی اوقات غلط از آب در می‌آیند. بنابراین

گرچه می‌توان گاهی اوقات از آن‌ها به‌رمند شد، در برخی موارد نیز باید از آن‌ها چشم‌پوشی، یا حتی برخلاف‌شان عمل کنید. این مورد، نکته مهمی است که مروجین این اصول در بیان آن کوتاهی می‌کنند.

مهم این است که پرسش‌گری، تفکر و تحلیل را بیاموزید و از پیروی کردن کورکورانه از قوانینی که دیگران برای شما تعیین کرده‌اند، خودداری کنید. در غیر این صورت با مشکلاتی مواجه خواهید شد. بیاموزید که به قضاوت خود اعتماد کنید.

منظور من این نیست که هرآنچه به شما آموخته‌اند، چه یک باور رایج و چه باوری که فقط مخصوص به خانواده‌تان است، اشتباه است. برای مثال، من با اصل «باید قبل از پریدن از ارتفاع، به پایین نگاه کنید» موافق هستم، اما بی‌شک آن را از صافی منطق خود نیل‌گذرانده‌ام. با وجود این، معتقدم که برخلاف باور عمومی، در برخی موارد حتی در برابر واه نیز می‌توانید نظر خود را تغییر دهید. از سوی دیگر، با این ایده که بهترین دفاع، حمله است مخالف هستم، هرچند گاهی حمله کردن تنها گزینه‌ای است که می‌توانید از آن استفاده کنید. به‌عنوان مثالی دیگر، برخلاف آنچه بسیاری معتقدند، به‌نظر من پول عامل تمام کارهای بد در جهان نیست. ما نمی‌توانیم تکه‌کاغذها و سکه‌ها را باعث و بانی همه اتفاقات منفی بدانیم.

البته برخی از اصولی که شنیده‌ایم، ضرب‌المثل محسوب نمی‌شوند و فقط باورهایی هستند که به طرز عجیبی میان مردم رواج یافته‌اند. ممکن است هریک از آن‌ها به اشکال مختلف بیان شوند، اما هسته اصلی داستان یکسان و غیرمفید است.