

زندگی و کسب‌وکار موفق برای همه (۶۹)

روش‌هایی برای

تغییر دنیا

برای ۲۰ ساله‌ها

مؤلف:

لیبوس بایندر

مترجم:

سیده‌زاله موسوی نصر



ناشر کتاب‌های آموزنده، به زبان ساده، برای همه

روش‌هایی برای تغییر دنیا برای ۲۰ ساله‌ها

مؤلف: لیبوس بایندر مترجم: سیده‌زله موسوی نصر ویراستار: خلیل رضوی

ناشر: کهکشان دانش نوبت چاپ: اول، بهار ۱۴۰۱

چاپ و صحافی: گاندی تیراژ: ۲۰۰ جلد قیمت: ۵۹ هزار تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۴۰۲-۵۰-۶

مورکز بختن: ۰۹۱۴۳۰۸۹۰۰۱-۰۴۱۳۴۷۶۰۴۵۱

فروش اینترنتی: www.biziket.com/@kahkeshan

چاپ و تکثیر مجدد از این کتاب به هر شکل ممنوع است
تمام حقوق نشر برای انتشارات کهکشان دانش محفوظ است

سرشناسه: بایندر، لیبوس Binder, Libuse

عنوان و نام پدیدآور: روش‌هایی برای تغییر دنیا برای ۲۰ ساله‌ها/ مؤلف لیبوس بایندر؛ مترجم سیده‌زله موسوی نصر؛ ویراستار خلیل رضوی.

مشخصات ظاهری: ۱۲۰ ص.

مشخصات نشر: تبریز: کهکشان دانش، ۱۴۰۰.

شابک: 978-622-7402-50-6

فروست: زندگی و کسب‌وکار موفق برای همه: ۶۹

ways to change the world in your 20s.

یادداشت: عنوان اصلی:

Lifestyles -- United States

موضوع: شیوه زندگی -- ایالات متحده.

تحولات اجتماعی Social change محیط زیست‌گرایی Environmentalism سبزه‌ها Green movement

نوجوانان و جوانان -- راه و رسم زندگی Youth -- Conduct of life

رده‌بندی کنگره: HQ ۲۰۴۴

شناسه افزوده: موسوی، سیده‌زله، ۱۳۵۶ - مترجم

شماره کتاب‌شناسی ملی: ۸۵۵۶۶۲۲

رده‌بندی دیویی: ۳۰۳/۴۸۴۰۸۴۲

فهرست مطالب

مقدمه.....	۷
فصل ۱: روش‌هایی برای هیجان‌زده و درگیر شدن.....	۱۳
فصل ۲: روش‌هایی برای زندگی و رشد از طریق انجام کارهای داوطلبانه.....	۲۳
فصل ۳: روش‌هایی برای تبدیل شدن به غول سبز.....	۳۵
فصل ۴: روش‌هایی برای جلوگیری از اسراف.....	۴۹
فصل ۵: روش‌هایی برای سخن گفتن پول شما و گوش دادن کارخانه‌ها.....	۶۳
فصل ۶: روش‌هایی برای خوردن آن چه می‌خواهید، بدون خوردن آن.....	۷۵
فصل ۷: روش‌هایی برای سفر سبک و ارزان به هر کجا که می‌خواهید.....	۹۳
فصل ۸: روش‌هایی برای تبدیل اشتیاق شما به عمل.....	۱۰۵

مقدمه

کار من عشق ورزیدن به دنیاست.

ماری اولیور

چه کسی می‌گوید افراد ۲۰ ساله نمی‌توانند دنیا را تغییر دهند؟ یک خانم ۲۸ ساله در اتیوپی برای متوقف کردن خشونت علیه زنان فعالیت می‌کند، یک دانشجوی ۲۱ ساله در پنسلوانیا ائتلاف ضد نسل‌کشی را رهبری می‌کند و یک خانم ۲۵ ساله، یک مزرعه‌ی ارگانیک را با یک شریک ۲۳ ساله اداره می‌کند. آن‌ها از استعداد و توان خود برای تغییر دنیا استفاده می‌کنند. اگر شما یکی از این افراد هستید که دوست دارید کار بیشتری انجام دهند یا تلاش می‌کنید کشف نمایید که برای تبدیل کردن دنیا به یک مکان بهتر برای زندگی چه کار می‌توانید انجام دهید، ده‌ها ایده و پیشنهاد در بین صفحات این کتاب خواهید یافت. به دهه‌ی ۲۰ سالگی خوش آمدید. دهه‌ای که با خوش‌گذرانی، ماجراجویی و بی‌خیالی همراه است. سفر شما در ۲۰ سالگی به یک حالت شفابخش محکوم به فنا شباهت ندارد. درواقع، شما می‌توانید هم لذت ببرید و هم تغییر ایجاد کنید. خرید این کتاب نشان می‌دهد به آن‌چه در دنیا می‌گذرد اهمیت می‌دهید و می‌خواهید تغییر ایجاد کنید. شما باید کاری برای حل مشکلات انجام دهید یا شاید بخواهید خود را درگیر مسائل جهانی به روشی که تأثیرات سریع و درازمدت داشته باشد نمایید. شما می‌خواهید از استعدادها، مهارت‌ها و علائق خود برای تغییر جهان به سمت بهتر شدن استفاده کنید و مهم‌تر این‌که نمی‌خواهید جوانی خود را در این راه از دست بدهید. خبر خوب برای مورد قبلی این است که می‌توانید و برای مورد بعدی این است که مجبور نیستید. هزاران سازمان وجود دارد که کار آن‌ها زندگی پایدار، سلامت، تجارت عادلانه، انرژی سبز، سرمایه‌گذاری اجتماعی، مشارکت و فعالیت‌های بشردوستانه است. وقتی به همه‌ی این‌ها فکر می‌کنید، می‌تواند کمی گیج‌کننده باشد. به این کتاب به عنوان منبعی جامع برای پیش‌رفت نگاه

کنید. هر فصلی راه‌هایی برای مبادرت به تغییر جهان پیشنهاد می‌دهد، مثل این‌که چگونه یک جایگزین داوطلب برای خود بیابید. به اضافه این‌که، هر فصل شامل راهنمای مرحله‌به‌مرحله برای به دست آوردن ایده‌های پیشنهادی است. شما روش ساده‌ی پیاده‌سازی ایده‌ها، شرح سازمان‌های غیرانتفاعی و داستان‌های انگیزشی را خواهید خواند. بر اساس موضوع یا سطح زمانی می‌توانید تعهد زمانی، ارزش تقریبی یا درجه‌ی تغییر زندگی که با آن راحت‌تر هستید را جست‌وجو نمایید. شاید برسید، با تمام این گزینه‌ها، چگونه روش کار خود را انتخاب کنم؟ چگونه بفهمم کدام روش مرا بیش‌تر به هیجان می‌آورد؟ چگونه تاثیرگذارتر باشم؟ چگونه تمرکز کنم؟ آیا هم‌چنان نیاز به یافتن شغل و این‌که کجا زندگی کنم دارم؟ شما تغییرات زیادی را در زندگی خود تجربه خواهید کرد، فارغ‌التحصیل شدن از دانشگاه، شروع یک شغل جدید (یا مشاغل متعدد)، عاشق یا فارغ شدن، مذاکره در خصوص سیاست‌های اداری، ازدواج، دور شدن از خانه و خریدن خانه و تشکیل خانواده. شاید کسانی بپرسند، واقعاً همه‌اش همین است؟ اکثریت شما افرادی مستقل هستید، مهم نیست چگونه وارد این طیف شده‌اید، این سال‌ها قابلیت این را دارند که تبدیل به هیجان‌انگیزترین سال‌های زندگی شما شوند. با این‌که عنوان این کتاب روش‌هایی برای تغییر جهان برای ۲۰ ساله‌ها است، منحصر به گروه سنی خاصی نمی‌شود. در عوض، برای شما که نوجوان، در دهه‌ی ۲۰ یا ۳۰ سالگی هستید و هنوز مشخص نشده می‌خواهید چه کار کنید نیز مناسب است. صرف‌نظر از آنکه شما در تاریخ هنوز نامشخص است. رویدادهای دهه‌ی اخیر در مکان‌های مختلف مثل نیواورلئان، دارفور و عراق، به وضوح به ما نشان می‌دهد که جهان را در مقطع حساسی تجربه می‌کنید. با این‌که با مسائل بشردوستانه و محیطی مواجه هستید که قبلاً نبوده‌اید، زمان‌بندی شما کامل است. به سنی رسیده‌اید که به اندازه‌ی کافی نوآور باشید که راه‌حل‌ها را بیابید و به اندازه‌ی کافی توان دارید که اقدام کنید. شما نسل آینده‌ی رهبران، سفرا و خبرنگاران هستید و مسلح به هوش و نبوغ می‌باشید. شما قدرت شگفت‌انگیزی دارید. ولی از کجا شروع کنیم؟ کار تغییر دنیا می‌تواند خیلی قریب‌الوقوع باشد. اگر این کتاب را دارید می‌خوانید، اولین مرحله را طی نموده‌اید: اهمیت دادن. احتمالاً علاوه بر متقاعد نمودن سیاست‌گذاران به تغییر سیاست‌ها و قوانین خود، عموم مردم را نیز متقاعد می‌کنید مصرف خود را محدود کرده و محیط را آلوده ن سازند و والدین خود را که از شما مالی یا غیر مالی حمایت کنند. نکته‌ی مهم این است که از کجا

مطمئن هستید صدای شما شنیده می‌شود؟ جواب این است که باید حرف بزنید. از بابت شکست‌ها متأسفم، اما واقعاً کار ساده‌ای است و هدف اصلی این کتاب این است که به شما راه‌های ساده بی‌شماری را برای شنیده شدن صدای‌تان نشان دهد. اگر این کتاب کارایی داشته باشد امیدوارم متقاعد شوید که هر کدام از ما قدرت شکل دادن به آینده‌ی خود را داریم. وقتی که مُد و موسیقی را تعیین می‌کنیم، چگونه نمی‌توانیم تصمیم بگیریم چه کسی ما را در دفتر خود بپذیرد و کدام شرکت‌ها سودآوری داشته باشند؟ با این‌که بعضی کارها نسبت به بقیه زمان‌برتر هستند، اکثر تغییرات چشم‌گیر محصول گام‌های بی‌شمار به ظاهر بی‌اهمیت هستند. در حالی که این کتاب تمام پاسخ‌ها را به دلایل جهان ندارد، با مشارکت، پیاده‌سازی ایده‌ها و راه‌حل‌های مشارکتی سازنده می‌توانیم دنیا را تغییر دهیم. ساخت یک دنیای بهتر کار مداوم و در حال پیش‌رفت است و من از شما می‌خواهم از این کتاب برای ضبط پیروزی‌ها و چالش‌های خود برای تغییر دنیا استفاده کنید. و چه کسی می‌داند؟ شاید پس از معروف شدن نیاز به ثبت خاطرات خود داشته باشید. شما می‌توانید از ابتدا تا پایان کتاب را بخوانید یا فصولی که مورد علاقه‌ی شماست را انتخاب کنید. هدف هر فصل کمک به آموزش شما در مورد یک مسئله یا روش، تأمین منابع و راه‌حل‌های سازنده و کشف تأثیرات این راه‌حل‌ها از طریق نمونه‌هایی است که قبلاً تغییر ایجاد کرده‌اند. این فصول هم‌چنین به روشن کردن مسائل کاربردی مثل مبارزه با پلاستیک کمک می‌کند. آیا نظر من می‌تواند تغییر ایجاد کند؟ همه‌چیزخوار یا گیاهخوار؟ و مهم‌تر این‌که، این کار به نظر خوب می‌رسد ولی من چگونه می‌توانم آن را کم هزینه انجام دهم؟ در این‌جا مروری بر آن‌چه در این فصول خواهید خواند آورده شده است:

فصل ۱: روش‌هایی برای هیجان‌زده شدن و درگیر شدن، دید بی‌نظیر خود را با کشف منابع اطراف خود کشف نمایید.

دهه‌ی بیست سالگی شما زمان مهمی برای فکرکردن در مورد علایق و این‌که چگونه اقدامات و تصمیمات شما بر دنیای اطراف‌تان تأثیر می‌گذارد می‌باشد. در فصل یک، شما روش‌هایی برای کشف احساسات خود با تشخیص دلایلی که بیش‌تر به آن‌ها اهمیت می‌دهید و یادگیری راه‌هایی برای ارزیابی سازمان‌هایی که به این مسائل می‌پردازند خواهید یافت.