

**راهنمای سرافرازی (گزیده)
روش‌هایی مؤثر و کاربردی
برای یک زندگی موفق**

نویسنده: رایین شارما

مترجم: حمید زرین قلما

انتشارات آرمان رشد

فهرست

سخن ناشر

مقدمه

من همه چیز را نمی دانم

پنجره های موقعیت

هیچ چیزی مانند موفقیت شکست نمی خورد

در محل کار، ستاره باشید

روز شما زندگیتان را رقم خواهد زد

با گاندی قهوه بنوشید

کمی برای بازی تان هزینه کنید

در عبور، نسیم باشید

برای فکر کردن وقت بگذارید

راهبری از چند قدم جلوتر آغاز می شود

مایک و الگوی زندگی

تجارت ارتباط است

چهار درس از یک برنامه ُ کودک

چطور می توان انسان خوشحال تری شد؟

سخت کار کنید تا خوش شانس شوید

نبوغتان را بشناسید

یاد بگیرید که بگویید: «نه!»

کشتی هایتان را بسوزانید!

ارزش خوبی

جمله ُ سحر آمیز

هفت شکل ثروت

برای فرزندانان وقت بگذارید

لیست ۱۰۱ کاری که باید انجام دهید

در کارهایتان تحسین برانگیز باشید

مثل یک ورزشکار حرفه‌ای عمل کنید

به خودتان توجه کنید

چگونه برای همیشه زنده بمانیم؟

سخن ناشر

همهٔ ما رؤیاهایی داریم که وقتی چشمانمان را می‌بندیم و می‌بینیم که به خواسته‌مان رسیدیم لبخندی بر لبانمان می‌نشیند. مهم نیست چقدر سرتان شلوغ باشد، شما می‌توانید رؤیاهایتان را به دست آورید.

رابین شارما مردی پرانرژی و دوست‌داشتنی است متفکری اصیل با ایده‌هایی ناب ... او به ما کمک می‌کند که زندگی‌مان را تغییر دهیم تغییری در جهت کاملاً مثبت ...

شارما یکی از مشهورترین سخنرانان در زمینهٔ مدیریت و رهبری در زندگی شخصی و کاریست که تاکنون یازده کتاب از او به چاپ رسیده است. مؤسسهٔ «آرمان رشد» نیز

با گزیده «راهنمای سرافرازی» بر آن است تا آرام آرام شما را با آثار، ایده‌ها و تفکرات خاص شارما آشنا نماید با ما همراه شوید و منتظر ترجمه‌های جدید ما باشید.

مقدمه

شما با انتخاب این کتاب تصمیم گرفته‌اید که شادتر و آزادانه‌تر زندگی کنید و به جای دل بستن به شانس، خودتان در زندگی انتخاب کنید.

بعد از انتشار دو کتاب قبلی از خوانندگانم نامه‌های زیادی دریافت کردم که نوشته بودند با خواندن کتاب‌ها تغییر عمده‌ای در زندگیشان به وجود آمده است. یادداشت‌های شما مرا بیشتر مشتاق کرد تا یافته‌های بیشتری را در اختیارتان بگذارم برای همین بهترین‌هایی را که اطمینان دارم زندگیتان را تغییر می‌دهد در این کتاب نوشته‌ام.

کلماتی که در این کتاب آمده همگی از روی صمیمیت هستند و به این امید آماده شده‌اند که هم معرفت خواننده را بالاتر ببرند هم عمل به آن‌ها زمینهٔ پیشرفت او را فراهم کنند. امیدوارم با خواندن این کتاب کیفیت کاری، شخصی و معنوی زندگیتان را غنی کنید.

رایین شارما

● به خودتان کمک کنید تا زندگی به شما کمک کند.

● فکرتان را با ایده‌های بزرگ پر کنید.

● زندگی یک امتحان سخت نیست یک جشن است.

● برای رسیدن به اهدافتان مصمم باشید تا به بهترین‌ها

برسید.

رابین شارما یکی از موفق‌ترین راهبران جهان

است که ایده‌هایش را در زمینه‌های شخصی و

تجاری به افراد منتقل می‌کند.

من همه چیز را نمی دانم

بعضی وقت‌ها تلویزیون و رادیو به من لقب «معلم بزرگ» می‌دهند ولی من همه چیز را نمی‌دانم، آدمی معمولی هستم که ایده‌هایی را یاد گرفته تا به انسان‌ها برای رسیدن به بهترین‌هایشان کمک کند. من با شما فرقی ندارم فقط کشمکش‌ها و ترس‌های خود را در کنار هدف‌ها و آرزوهایم قرار داده‌ام.

فصل‌های زندگی‌م گاه زیبا و گاهی دردناک بوده‌اند.

همان‌طور که برای خود انتخاب‌های بسیار خوبی به وجود آورده‌ام اشتباه‌های فاحشی هم داشته‌ام.

اگر ایده‌های من برای شما معنی‌دار است
علتش تمرکز بر روی راه‌های عملی است که
به شما کمک می‌کند در کارهایتان به اوج
برسید.

اگر شما هم کاری را برای مدت طولانی
انجام دهید و به آن مسلط شوید به شما هم
عنوان معلم بزرگ را می‌دهند.

مردی در «بنگلور»^۱ هندوستان وقتی در جلسه
ای می‌گفتم من معلم بزرگ نیستم از من
پرسید: «چرا وقتی شما را به این اسم صدا می
کنند راحت نیستید؟»

^۱. Banglor

در جواب گفتم: «به این علت که شما فکر می کنید من با شما تفاوت دارم و توانایی ام زیاد است؛ اما این طور نیست من انسانی هستم که سخت کار می کند تا از روزش بیشترین استفاده را ببرد به این امید که بتواند روزی در زندگی مردم تغییر ایجاد کند.»

پنجره‌های موقعیت

من برای خوانندگان کتاب‌ها و شرکت کنندگان در کلاس‌هایم زمان زیادی را صرف می‌کنم تا به سمت ترس‌هایشان بروند و از موقعیت‌هایی که پیش رویشان است بیشترین استفاده را بکنند.

دانشجوها را ترغیب می‌کنم تا به رؤیاهایشان واقعیت ببخشند؛ زیرا در نظر من یک زندگی خوب، زندگی‌ای است که به بالاترین و بهترینش رسیده باشد.

در مرکز شهر تورنتو در هتلی برای سخنرانی رفته بودم؛ «هاروی کیتل» ستارهٔ سینما را در آنجا دیدم نمی‌دانم چرا نرفتم با او صحبت کنم!

قبل از این مورد از فرصت‌های این چینی زیاد استفاده کرده بودم و با اشخاصی مثل «پت رُز» ستارهٔ بسکتبال در فرودگاه شیکاگو دوست شدم و با هم تا شهر فونیکس هم صحبت بودیم یا تابستان گذشته با دیدن «هنری کارویش» یکی از بزرگ‌ترین برنامه‌ریزان مالی در رُم، از فرصت استفاده کرده و باب صحبت را با او باز کردم.

هر روز زندگی پنجرهٔ کوچکی از موقعیت باز می‌کند آیندهٔ شما به این برمی‌گردد که چگونه از این پنجره‌ها استفاده کنید.

ترس‌ها را احساس کنید و به طرفشان بروید آن موقع است که زندگی را بزرگ خواهید دید. زندگی خیلی کوتاه است و نمی‌ارزد که

کوچک گرفته شود حتی در مورد فرزندان
شما فقط پنجرهٔ کوچکی برای توسعهٔ
جسم و اندیشهٔشان دارید تا آنها را به
بالا ترین حد استعدادهایشان برسانید و به آنها
نشان دهید که دوست داشتن بدون شرط یعنی
چه؟ موقعی که آن پنجره بسته شود مشکل می
شود بازش کرد.

اگر من دوباره هاروی کیتل را بینم به شما
قول می‌دهم برای هم‌صحبتی با او بشتابم. من
یک انسان معمولی هستم و فقط از هدایایی
که زندگی به من می‌دهد به‌موقع استفاده می
کنم.

هیچ چیزی مانند موفقیت شکست نمی

خورد

رئیس بانک «پرتریکو»^۲ جمله‌ای را به من گفت که هرگز فراموشش نمی‌کنم. گفت: «رابین هیچ چیزی مثل موفقیت، شکست نمی‌خورد.» جملهٔ جالبی است.

شما هنگامی که احساس می‌کنید موفق هستید بسیار آمادهٔ شکست می‌شوید. افراد زمانی که موفقیتی به دست می‌آورند عاشق خودشان می‌شوند آن‌ها دیگر سخت‌کوشی نمی‌کنند، نوآوری ندارند، خطری را نمی‌پذیرند به حالت دفاعی می‌روند و به جای

^۲ . Puerto Rico

آنکه به وقایعی که آنها را به اوج رسانده
پایبند باشند انرژی‌شان را صرف محافظت از
خود می‌کنند.

من این موضوع را در میان جمعی از مدیران
برجسته مطرح کردم و همگی تصدیق کردند.
اجازه بدهید که یک مثال واقعی برایتان بزنم،
هفتهٔ گذشته بچه‌هایم را به رستوران ایتالیایی
مورد علاقه‌شان بردم که غذایش بسیار خوب
بود؛ اما سرویس آن مطلوب نبود، چرا؟ چون
آنجا همیشه شلوغ است فکر می‌کنند همه چیز
مرتب است و هیچ مشکلی وجود ندارد ولی
این شروع اتمام کار این رستوران است.

من عاشق عکاسی هستم پدرم به من یاد داده
است که تمام سفرهایم را با عکس به تصویر

بکشم به همین خاطر از پیش خدمتی که آنجا بود خواهش کردم تا از من و بچه‌هایم وقتی داریم اسپاگتی می‌خوریم عکس بپندازد ولی پیشخدمت گفت: «وقت ندارم.» باور کردنی نبود این قدر سرش شلوغ بود که نتوانست یک عکس از یک مشتری بگیرد؟

رئیس هواپیمایی «جت بلو»^۳ می‌گوید: «موقعی که بیشتر پول به دست می‌آوری و پیشرفت زیادی می‌کنی آمادهٔ سُرخوردنی.» هر چه شما و نهاد کاری‌تان پیشرفت می‌کند باید به مشتری‌هایتان بیشتر برسید و برای کارآمد بودن بیشتر تلاش کنید؛ زیرا آن لحظه

^۳ . Jetblue

ای که کارهای رسیدن به قله را متوقف می
کنید سُر خوردنتان به پایین آغاز می شود.

در محل کار، ستاره باشید

بعد از خواندن مقاله‌ای دربارهٔ موفقیت‌های اقتصادی در مجلهٔ «فورچون»^۴ ایدهٔ تازه‌ای به ذهنم رسید به این فکر افتادم که چقدر اهمیت دارد خود را کامل نشان دهید و تمام نبوغ خود را به کار گیرید. این‌گونه نقش خود را کامل ایفا می‌کنید.

با تمام وجود برای کارهایتان انرژی بگذارید و عاشقانه به موقعیت‌هایتان پایبند باشید.

برای کارهایی که انجام می‌دهید احترام قائل شوید حتی اگر بشقابی را سر سفره می‌گذارید، کارت‌تان را به خوبی انجام دهید.

^۴ . Fortune

کار به زندگی معنا می‌دهد و به شخصیت افراد ارزش می‌بخشد. وقتی شما کاری را به خوبی و با دقت انجام می‌دهید، نه تنها خدمتی به محلی که برایش کار می‌کنید کرده‌اید بلکه هدیه‌ای به خودتان می‌دهید و زندگی‌تان را جالب‌تر می‌کنید.

وقتی کارتان را به خوبی انجام می‌دهید احترام شخصی خودتان بالا می‌رود. چیزهای خوب برای کسانی اتفاق می‌افتند که کارهای خوب انجام می‌دهند. وقتی شما تمام وقت خود را وقف کاری می‌کنید به این معنی است که خودتان را برای یک زندگی شادتر آماده کرده‌اید.

در پایان یک روزِ پرکار چه احساسی دارید؟

چه احساسی دارید وقتی که برای مشتریان
یک قدم بیشتر برمی‌دارید؟

وقتی که به بزرگ‌ترین هدف‌تان رسیده‌اید و
پیروزی را در آغوش می‌گیرید چگونه؟

لازم نیست که شما عنوان بزرگی داشته باشید
تا کار بزرگ انجام دهید. این نکته من را به
یاد یکی از قهرمانانم «دکتر مارتین
لوتر لینگ» می‌اندازد که می‌گوید: «اگر
شخصی کارش تمیز کردن خیابان‌ها است آن
چنان باید خیابان‌ها را تمیز کند که میکل‌آنز
نقاشی‌هایش را می‌کشید، بت‌هون آهنگ
هایش را می‌ساخت و شکسپیر اشعارش را می
سرود. خیابان‌ها را چنان تمیز کند که
فرشتگان بگویند: روی این زمین بزرگ‌ترین

رفتگر زندگی می‌کرد و کارش را عالی انجام
می‌داد.»

بنابراین از امروز در انجام کارهایتان ستاره
باشید. روی صحنه زندگی قدم بگذارید و
کاری کنید که بینندگان برایتان هورا بکشند و
از شما درخواست امضا کنند.

روز شما زندگیتان را رقم خواهد زد

نظر بزرگی است روزهای شما قطعه‌های کوچک زندگی شما هستند همان‌طور که شما ساعت‌ها را می‌گذرانید، سال‌های زندگی‌تان را به وجود می‌آورید. آنچه را که امروز انجام می‌دهید آینده‌تان را به وجود می‌آورد. کلماتی را که به زبان می‌آورید، اندیشه‌هایی که در سر دارید، غذایی که می‌خورید و عملی را که انجام می‌دهید همگی سرنوشت شما را تعریف می‌کنند و آینده شما را شکل می‌دهند و مشخص می‌کنند که زندگی‌تان برای چه هدفی شکل گرفته است.

«انتخاب‌های کوچک، مقدمه وقایع بزرگ هستند.» و روز غیر مهم معنا ندارد.