

«بسمه تعالی»

بنویس تا اتفاق بیافتد

بدانید چه می خواهید تا آن را دریافت کنید

نویسنده:

دکتر هنریت آنه کلوز

مترجم:

مینا عسگری





«بنویس تا اتفاق بیافتد»

- نویسنده: دکتر هنریت آنه کلوز ● مترجم: مینا عسگری ● ناشر: انتشارات طاهریان
- نوبت چاپ: اول ● سال چاپ: ۱۳۹۵ ● تیراژ: ۳۰۰ جلد ● طرح جلد: آرزو خسروپور
- قیمت: ● چاپ جلد: ژیک ● چاپ متن: چاپ سجده ● صحافی: ناصر
- شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۲۳۵-۸۶-۸

آدرس: میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی، خیابان لبافی نژاد، پلاک ۲۶۶، طبقه چهارم، واحد ۱۱
تلفن: ۶۶۹۷۰۷۶۷-۶۶۴۹۲۷۳۳ تلفکس: ۶۶۹۷۴۱۵۲ www.Taherianpress.com

با تشکر از همراهی هوشمندانه شما خواننده محترم، به اطلاع می‌رساند برای بهره‌گیری از تسهیلات و خدمات نوین حمایتی انتشارات طاهریان و همچنین شرکت در قرعه‌کشی خوانندگان ویژه مجموعه کتاب‌های به سوی موفقیت، لطفاً حتماً عدد ۱ را به شماره ۶۶۴۹۲۷۳۳-۱۰۰۰۰۰ ارسال کنید تا یکی از برندگان ما باشید.

فهرست:

بنویس تا اتفاق بیافتد
بدانید چه می‌خواهید: مشخص کردن اهداف
جمع‌آوری ایده‌ها: جعبه پیشنهادات برای مغز
آماده دریافت باشید
شناخت ترس‌ها و احساسات
رها شوید: نوشتن برای آشکار ساختن
راحت انجامش دهید: فهرست کنید
روی نتیجه تمرکز کنید
محیط پیرامون خود را تغییر دهید
زندگی رومزره خود را به صورت نمایشنامه بنویسید
به یک فرد متعهد تبدیل شوید
اهداف را بچینید: موانع را بردارید
گروهی درست کنید: چه چیز در چه زمانی
ابتکار عمل داشته باشید
نامه‌ای به خدا بنویسید
مقاومت معنا دارد
یک آیین ایجاد کنید
رها شوید، تعادل ایجاد کنید
شکرگزار باشید
بررسی شکست‌ها

مقدمه



یک نویسنده مصری در کنار شومینه من نشسته بود. یک مجسمه سنگی نمادی از آخرین سفر من به قاهره چندین سال پیش بود. او در حالی که پاهایش را دراز کرده بود، طومار پاپیروی روی پایش داشت و قلمی در دست خود آماده کرده بود تا بنویسد. نگاهش خردمندانه و به دوردست‌ها بود تا جایی که می‌توانست آینده را ببیند. او نماد آن چیز است که این کتاب می‌گوید. برای مردم باستانی کنار رود نیل، نوشتن چیزی آن را واقعی می‌سازد.

بزرگ فکر کنید - اتفاق می‌افتد

در دهه‌های ۱۹۲۰ و ۱۹۳۰ دسته‌ای از کتب ظاهر شدند که (گاهی عیناً کلمات: پیروزی، موفقیت، شما می‌توانید، بود) عجایی از «علم تفکر» را بیان می‌کرد: تفکر و رشد فنی از ناپلئون دمیل، جادوی اعتقاد از کلود بریستول، آنطور که یک مرد می‌پندارد از جیمز آلن و سپس در دهه ۱۹۵۰ نوشته‌هایی با عناوین باور تفکر بزرگ از دیوید شوارتز، به چاپ رسید. هنوز به طور قابل ملاحظه‌ای پس از گذشت ۵۰، ۶۰ و یا ۷۰ سال، این کتاب‌ها چاپ می‌شوند و در دسترس هستند. این کتاب‌ها که به نظر می‌رسد امروزه به عنوان یک زبان کهن، نمونه‌هایی عجیب و جالب، و تعبیه جنسی آشکار هستند، هنوز هم برای مخاطبان مدرن دارای معنا و طنین می‌باشند.

یک رساله کوچک که در سال ۱۹۲۶ توسط PHJ نوشته شده است و هنوز هم یک و نیم میلیون نسخه در حال گردش دارد، دارای نام ساده‌ای با عنوان «اتفاق می‌افتد» می‌باشد.

این کتاب قطور کوچک قدرت طرفداران تفکر مثبت و خلاق را به طور خلاصه بیان می‌کند. آنها بیش از اینکه رویکرد تفصیلی و بی‌معنی داشته باشند، دارای پیام مهمی هستند که «اتفاق می‌افتد» را به طور خلاصه در سخن‌نیش‌دار ابتدای خود قرار داده‌اند.

«اگر بدانید چه می‌خواهید، آن را به دست خواهید آورد.»

با وجود تمام تحقیقات ما روی مغز در سال‌های گذشته، تمام دانش امروزی ما در مورد رشته‌های عصبی پیوند خورده با دو نیمکره مغز،

سیستم شبکه‌ای فعال، و نهوه عملکرد مغز بشر، هنوز هم حس تعجب و شگفتی نسبت به اتفاق می‌افتد» داریم.

«بنویس تا اتفاق بیافتد» این حس تعجب را نگه می‌دارد و مبتنی بر حقیقت علمی کنونی است که اهداف شما را تنظیم می‌کند، روی نتیجه تمرکز دارد، راجع به آنچه در زندگی می‌خواهید شفاف است و رویای شما را به حقیقت تبدیل می‌کند. عنصر کلیدی دیگری هم در اینجا نقش بازی می‌کند، عنصری که هرکدام از این کتب قدیمی آن را به طور مشترک در خود دارند: اولین قدم نوشتن هدف است.

داستان افراد مشهور

من هنوز هم داستان‌های جذابی از افراد مشهوری می‌شنوم که پیش از دست یافتن به شهرت امروزی خود، رویاهایشان را نوشته‌اند. جیم کری^۱ به تپه هالیوود رفت و چکی به مبلغ ۱۰ میلیون دلار در وجه خود نوشت. او در قسمت یادداشت نوشت «برای خدمات ارائه شده». این کم‌دین بعد از گذشت سال‌ها چک را پیدا کرد. مدت‌ها قبل او این مبلغ را برای بازی در یک فیلم گرفته بود. اکنون او جزء بازیگران گران‌قیمت این صنعت است و برای یک فیلم حدود ۲۰ میلیون دلار می‌گیرد. او در یک حرکت زیبا پیش از دفن پدرش چک را در جیب کت او قرار داد.

اسکات آدامز^۲ خالق کتاب‌های کامیک «دیلبرت»^۳، مجموعه‌ای کاملی از رویاهای نوشته شده دارد که در هر زمان به وقوع پیوسته است. آدامز

^۱. هنرپیشه فیلم‌های کمدی هالیوودی Jim Carrey

^۲. Scott Adams

^۳. Dilbert

می‌گوید وقتی هدف‌تان را می‌نویسید. «شاهد رویدادهایی خواهید بود که منجر به تحقق یافتن اهدافشان می‌شود.»

آدامز به عنوان یک کارگر رده‌پایین تکنولوژی در یک اطاقک در یکی از شرکت‌های بزرگ آمریکایی مشغول به کار بود و طرح لوگویی در دفتر کار خود نگه داشته بود. سپس شروع به نوشتن کرد، ۱۵ بار در روز، «من یک کاریکاتوریست سندیکایی^۱ می‌شوم.»

او پس از بارها چشیدن طعم شکست، سرانجام لایق پیروزی بود: او قرارداد پیوستن به اتحادیه صنفی را امضا کرد. زمانی که شروع به نوشتن کرد گفت، «من بهترین کاریکاتوریست روی کره زمین می‌شوم.» این را چطور قضاوت می‌کنید؟

دیلبرت در مورد ۲۰۰۰ روزنامه در سراسر دنیا به چاپ رسید. وبسایت دیلبرت روزانه ۱۰۰ هزار بازدیدکننده داشت. اولین کتاب آدامز با عنوان «قوانین دیلبرت» بیش از ۱/۳ میلیون نسخه فروش داشت. شخصیت‌های دیلبرت همه‌جا روی اشیاء زیادی از موس‌پد گرفته تا فنجان قهوه دیده می‌شد، و حتی یک سریال تلویزیونی هفتگی داشت.

اکنون اسکات آدامز ۱۵ بار در روز می‌نویسد: «من جایزه پولتیزر^۲ را می‌برم.» سوز اورمان،^۳ جادوگر مالی و نویسنده تعدادی از پرفروش‌ترین مقالات نیویورک تایمز، ۹ گام برای رسیدن به آزادی

^۱ اتحادیه صنفی

^۲ جایزه‌ای برای روزنامه‌نگاران، نویسندگان و موسیقی‌دانان آمریکایی که هر ساله به ۱۳ نفر اعطا می‌شود.

^۳ . Suze Orman

مالی، و مهمان همیشگی برنامه‌های تلویزیونی اپرا^۱ می‌گوید: چطور موفقیت‌هایش را آغاز کرده است. او شغلی در شرکت مریل لینچ^۲ به دست آورد و از اینکه نمی‌توانست به سهمیه فروش خود برسد ناراحت بود.

تنها چیزی که تا آن زمان به آن دست یافته بود حقوق ماهیانه ۴۰۰ دلار برای منشی‌گری بود.

من ابتدا آنچه می‌خواستم را روی کاغذ می‌نوشتم. هر روز صبح قبل از اینکه سر کار بروم، مجدداً رویاهایم را یادداشت می‌کردم: «من جوان، قوی و موفق هستم و درآمد را به ۱۰ هزار دلار در ماه می‌رسانم.» او حتی پس از اینکه نتیجه‌ای بهتر از رویاهایش گرفت هم به نوشتن رویاهای خود ادامه داد. یک جادوی خوش‌شانسی در کلماتش وجود داشت. «من به جای پیام ترس و این باور که ناکافی هستم، پیام امکان‌پذیری بی‌پایان را نوشتم.»

و نوشتن حقایق جدید به تحقق یافتن آنها برای او کمک کرد. البته من از مکان نزدیک‌تری برای نوشتن این کتاب الهام گرفتم و آن مکان خانه‌ام بود. روزی پسر دوازده‌ساله‌ام پیتر با یک حالت بهت‌زده و کاغذی که در دست داشت پیش من آمد.

وقتی اتاقم را تمیز می‌کردم این فهرست را که ۲ سال پیش نوشتم، پیدا کردم. نمی‌دانم چگونه، اما هرآنچه در این فهرست وجود دارد تحقق یافته است، و فراموش کردم که آنها را نوشته بودم.»

^۱ . Oprah

^۲ . شرکت کارگزاری بورس آمریکا

او از میان تمام کارهایی که می‌توانست انجام دهد، کلاس کاراته می‌رفت، یک بازی را امتحان کرد، یک شب در پارک خوابید، و پرنده‌ای نگه می‌داشت - این در حالی بود که او اصلاً موارد لیست فراموش‌شده را چک نکرده بود.

تجربه پیتر مرا وادار به تفکر کرد. من متوجه شدم اتفاقات مشابهی در زندگی خودم هم روی داده است.

در یک هفته از عمرم که بسیار جذاب و خاطره‌انگیز است، باید در برادوی نیویورک کتاب‌هایم را با دست‌خط خود امضا می‌کردم، به پشت صحنه اپرا متروپولتین می‌رفتم، در یک مصاحبه رادیویی که چندین میلیون شنونده داشت شرکت می‌کردم و اپرا کامل بلادیو دومینگو را می‌شنیدم. وقتی به ساحل غربی (وست کوست) برگشتم مانند پیتر لیستی قدیمی از اهداف پیدا کردم که آن را فراموش کرده بود. تمام کارهایی که انجام داده بودم، در لیست نوشته شده بود.

داستان فهرست اهداف پیتر و خودم را در فصلی از کتابم با عنوان «قلب خود را روی کاغذ بیاورید» مطرح کرده‌ام. فصل دیگری در آن کتاب «قانون جو پابره‌نه» نام دارد که هم‌زمانی یا آنچه تصادف به‌نظر می‌رسد را تلقی می‌کند، که نقلی از «موضوع رویاهاست»، «اگر آن را بسازید، بدست می‌آید». «قبل از اینکه بوجود آید، آن را بسازید»، پله‌ای از اعتقاد است، این جمله مانند نوشتن به شما می‌گوید باور داشته باشید قابل دسترسی است. این دو فصل آغاز تحقیقات و بررسی‌های من روی قدرت نوشتن اتفاقات برای رویدادن آنها و پیدایش این کتاب بود.

من که هستم این را به شما می‌گویم؟

بگذارید کمی راجع به گذشته خود بگویم.

من مدرک دکتری ادبیات انگلیسی دارم و در دانشگاه‌های نیویورک، لس‌آنجلس، سیاتل، لث‌بریج کانادار در آلبرتا تدریس می‌کنم. اولین کتابم با عنوان «روی دو سمت مغزتان بنویسید» مشکلات به تعویق انداختن و پرداختن به اضطراب نوشتن را مشخص و بررسی می‌کند. این موضوع در مورد آموزش جدا کردن نوشتن و ویرایش کردن است. این کتاب ابتدا به شما آموزش نوشتن می‌دهد، سپس کلمات را ویرایش می‌کند، نه اینکه هر دو کار را هم‌زمان انجام دهد. «روی هر دو سمت مغزتان بنویسید» می‌گوید چطور با یک منتقد، که همان صدای شاکی درونی‌تان است و شما را به عقب نگه می‌دارد، مصاحبه کنید. همچنین مفهوم تندنویسی، عجله و منتقد را معرفی می‌نماید.

من در ۱۵ سال گذشته کارگاه‌های آموزشی برای شرکت‌های مختلف در سراسر کشور و همچنین سمینارهایی برای انجمن‌های دولتی برگزار کرده‌ام.

این جلسات در رابطه با مسائلی که در کتاب دومم با عنوان «قلب خود را روی کاغذ بیاورید» بیان کردم، بود. زمانی که مردم مفهوم نوشتن مسلط را درک و استفاده می‌کردند، اغلب به من می‌گفتند «این کتاب راجع به نوشتن نیست، راجع به زندگی است.» «قلب خود را روی کاغذ بیاورید» از آزادی در نوشتن استفاده می‌کند و نشان می‌دهد چگونه به این دنیای عظیم متصل بمانیم. دو مفهومی که در این کار کشف کرده‌ام

نوشتن از طریق وضوح (فصل ۶) و چگونه نوشتن به تفکر کمک می‌کند (فصل ۲) است.

این داستان‌ها از کجا می‌آیند؟

زمانی که تصمیم گرفتم این کتاب را بنویسم، به نظر می‌رسید داستان‌های آن به دنبال من هستند، به همان روشی که خوانندگان این کتاب جهان را در حال همکاری با خود می‌بینند. چطور می‌تواند اینگونه نباشد؟ کتابی که راجع به رویدادهای ماجراجویانه است، باید هم رویداد ماجراجویانه باشد. داستان‌هایی که آمدند و به شانه من زدند، هر تماس تلفنی که گرفتم ۹۰ نفر از کسانی که داستان‌هایشان را در کتاب آورده‌ام، حتی از ایده‌ای که برای ناشر مطرح کردم خبر نداشتند. یکی از آنها نویسنده پرفروش ایلین سنت جیمز است. او بود که با من تماس گرفتم پیشنهادی برای یکی از دوستان بالغش در مورد موضوع متفاوتی مطرح کرد. مصاحبه‌ای که با او داشتم بسیار تجالب و د و مرا به هیجان آورد، هنوز هم به سختی می‌توانم بنشینم - چه چیز مرا برانگیخت؟ اول از همه خود ایلین ب و د - یک شخص بسیار پرانرژی. او جهش عظیمی را ممکن، بسیار نزدیک، و در دسترس قرار داد (و بسیار شاد بود). به علاوه در حین صحبت با او بینش واضحی داشتم که داستان او می‌تواند قسمت مهمی از «بنویس تا اتفاق بیافتد» باشد. نه تنها یک فصل بلکه دو فصل از کتاب برگرفته از آن مکالمه است (فصل ۱۷ و ۱۸). همانطور که این دو فصل را کنار هم قرار دادم، متوجه شدم هفته پیش وجود نداشتند.

این بخشی است که مرا بیشتر به هیجان می‌آورد: چه‌طور چیزی که بهش نیاز داشتم به راحتی در اختیار من قرار گرفت. «خودکار» هم به اندازه‌ای که من نوشتم وزین بود.

تقریباً تمام مطالب کتاب نویس تا اتفاق بیافتد در قهوه‌خانه‌ای در سیاتل نوشته شده است؛ چندین داستان از میل شدید من برای نوشتن در رسانه‌ها آمده است. به عنوان مثال داستان نوار دموجیمی^۱ در فصل ۲۰ و آپارتمان رویایی ماریان در فصل ۸. وقتی درجایی مثل قهوه‌خانه کتاب می‌نویسید، زندگی در اطراف شما جریان دارد.

البته پس از آن گفته خود را دنبال کردم و هرگاه به داستان خوبی نیاز داشتم آن را به سادگی نوشتم.

به عنوان مثال، همانطور که حکایاتی برای نشان دادن قوانین این کتاب جمع‌آوری می‌کردم، متوجه شدم برخی چیزها ناپدید شده‌اند. یک روز صبح نوشتم، «یک داستان محلی از آمریکای مرکزی می‌خواهم. می‌خواهم خوانندگانم بدانند که این فنون برای همه کار می‌کند، خواه در شهر بزرگی زندگی کنید خواه در روستایی کوچک.»

۲ روز بعد تلفن دفترم زنگ زد. زنی با نام ماریان از ولز، نوادا (با جمعیتی حدود ۱۰۰۰ نفر) تماس گرفت. او کتاب‌های قبلیم را خوانده بود و از من می‌خواست به نوادا بروم و کارگاه آموزشی برگزار کنم. ما شروع به صحبت کردیم و او برای من حکایت قابل توجهی راجع به رویای غیرممکنی که به حقیقت پیوسته بود، تعریف کرد - جالب است

^۱ . Jaimee's demotape

بدانید او قبل از تحقق یافتن این رویا آن را نوشته بود. داستان ملموس ماریان انگیزه نوشتن فصل ۱۴ شد، «ابتکار عمل داشته باشید».

چگونه به این کتاب دست یافتم

برخی افراد مجله‌ها را نگاه می‌دارند؛ برخی ایده‌هایشان را روی دستمال سفره، پشت پاکت نامه یا در صفحات پاره‌ی یک برگه‌ی قانونی می‌نویسند. نگران نوع کاغذی که برای نوشتن استفاده می‌کنید یا اینکه باید در دفتر یا در لوازم اداری باشند نباشید. هر نوع کاغذی، خط‌دار یا بی‌خط، باکیفیت یا درشت، در دفتر یا خارج از آن، هر نوع خودکار - یا مداد - با هر رنگ می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد. تنها قانون من تاریخی است که می‌نویسید. (می‌توانید هر نوع لباسی انتخاب کنید، هیچ محدودیت پوششی وجود ندارد). شاید شروع کنید به کسب یک ایده کلی. این یک مسابقه نیست که اگر نسخه چاپی خوانا نداشته باشید یا از قوانین پیروی نکنید و روی کارت ۳×۵ ننویسید رد صلاحیت شوید.

می‌توانید به هر روشی که می‌خواهید بنویسید و همچنان نتیجه بگیرید. جیم کری آن را یکبار نوشت و در جیبش قرار داد، اسکات آدامز و سوز اورمن بارها و بارها آن را می‌نوشتند، پیرمن نوشته‌اش را گم کرد. منظور من اینست که هرکسی می‌تواند آن را انجام دهد و هیچ راه درست یا غلطی در انجام آن وجود ندارد، زیرا هرکس روش متفاوتی دارد اما همچنان نتیجه می‌گیرد.

همیت ایمان

روزی کی برچسب سپر با یک شعار جذاب، در پارکینگ کلیسا دیدم. آن را پشت آگهی روز یکشنبه^۱ نوشتم یا یادم بماند. شعار این بود: «خوبی اتفاق می‌افتد». با دیدن این جمله لبخند زدم.

«خوبی اتفاق می‌افتد» فلسفه این کتاب است - فرض من بر این باور مهم است که اتفاقات خوب رخ می‌دهد و زندگی روایتی است که شما می‌نویسید. ما در قالبی یکنواخت گیر افتاده‌ایم اما آنچه مهم است، ایمان می‌باشد، ایمان به اینکه «خوبی اتفاق می‌افتد».

آیا شنیده‌اید که مردم می‌گویند: «اگر می‌خواهید خانه‌تان به سرعت به فروش برسد یک مجسمه سر سنت جوزف^۲ در حیاط خود بکارید؟ بسیاری از مردمی که می‌شناسم به آن اعتقاد دارند و مطبوعات بزرگی مثل نیویورک تایمز یا مجله تایم مقالاتی دارند که این عمل مذهبی را شرح می‌دهد.

وقتی می‌خواستم خانه‌ام را بفروشم، از نگاه داشتن آن در شرایط نمایشگاهی و اینکه غریبه‌ها اتاق‌های شخصی من را بازدید کنند، بیزار بودم. شاید کم‌رویی من باشد. اما محض رضای خدا به یک فروشگاه هدایا کاتولیک رفتم و مجسمه سنت جوزف خریدم.

وقتی به آگنس، مالک آنجا، گفتم چه می‌خواهم او نکته‌ای اضافه کرد که تا آن زمان نشنیده بودم. او گفت باید علامتی در محل دفن مجسمه

^۱. بیانیه رسمی کوتاه یا خلاصه اخبار که یکشنبه‌ها از طرف کلیسا به مردم داده می‌شود.

^۲. St. Joseph

سنت جوزف بگذاری و وقتی خانه‌ات را فروختی، آنجا را بکنی، مجسمه را برداری و در قفسه افتخارات در خانه جدید قرار دهی. شروع کردم به پرسیدن هرنوع سؤالی از آگنس. نگران «روش درست» انجام آن بودم.

آیا مجسمه باید گران‌قیمت باشد، روی چوب حک شده یا با دست نقاشی شده باشد، یا می‌تواند نمونه کوچک ارزان‌قیمت، یا پلاستیکی یا سفالی باشد؟ در کدام جهت باید بایستم، رو به خیابان یا رو به خانه؟ باید آن را در حیاط جلو خانه دفن کنم یا حیاط پشتی؟ آیا می‌توان از گودال ماسه‌بازی استفاده کرد؟ صادقانه بگویم من تحمل دفن کردن آن را ندارم. اگر آن را با کاغذ بسته‌بندی کنم یا در پلاستیک قرار دهم هم تأثیر دارد؟ به نظر می‌آید درست نباشد آن را با خاک بپوشانم، آیا یک تماس زمینی در اینجا لازم است؟ آیا باید مجسمه را قبل از دفن کردن یا پس از آن متبرک کنم یا نیازی به این کار نیست؟

آگنس گفت: «ببین. نیازی به دفن کردن مجسمه نیست. سنت جوزف قدیس حامی خانواده‌ها و خانه‌هاست. اگر از او کمک بخواهی. او همه‌جا حاضر است. مهم دفن کردن نیست، مهم دعا کردن است و اعتماد به اینکه او به تو کمک خواهد کرد.

آنچه آگنس، به من گفت را دوست داشتم.

یک مجسمه پلاستیکی کوچک از سنت جوزف در قفسه شیشه‌ای روی دکور مخصوص زیورآلات در کنار نقاشی ۳ قابی از مدونا^۱ و مجسمه

^۱. خواننده آمریکایی

کوانیین^۱ که ۳ نسل در خانواده من بوده است، قرار دادم که در هنگام ورود به خانه قابل دیدن بود.

در قفسه پایینی یک ماکت کوچک از سلکیت^۲ محافظ مقبره شاه‌تات، قرار داشت. بازدید از خانه برای روز یکشنبه برنامه‌ریزی شده بود. یک تابلو «فروشی» در حیاط قرار دادم. اولین بازدیدها از روز پنج‌شنبه آغاز شد و من از آن می‌ترسیدم.

می‌دانستم آنچه می‌خواهم غیرممکن به نظر می‌رسد. می‌خواستم خانه‌ام بدون اینکه وارد بازار فروش شود به سرعت به فروش برسد.

صبح ۴ شنبه مجسمه سنت جوزف را در قفسه شیشه‌ای گذاشتم و دخترم کاترین را به دندان‌پزشکی بردم. وقتی در اتاق انتظار دندان‌پزشکی بودم سناریو کاملی نوشتم. طوری آن را نوشتم که انگار اتفاق افتاده است.

«یک زن کاملاً غریبه در همسایگی من فهمید خانه‌ام را برای فروش گذاشته‌ام. بعد از ظهر چهارشنبه به همراه همسرش به منزل من آمدند و بدون اینکه خانه را ببینند، آن را با قیمت بیشتری خریداری کردند.»

من آن کلمات دقیق را صبح چهارشنبه در دفتر بزرگ قهوه‌ای خود نوشتم. دقیقاً این اتفاق چهارشنبه شب با یک تفاوت جذاب رخ داد. در حالیکه زن همسایه خانه را می‌دید، دوفرد دیگر رسیدند و خواستند نگاهی به خانه بیاندازند. در عرض یک ساعت هر سه نفر برگه‌های

^۱ . Kuanyin

^۲

قرارداد را تنظیم کردند، با واسطه معاملات ملکی خود بازگشتند و پیشنهاد قیمت بالاتری دادند.

مجسمه کوچک کرم‌رنگ سنت‌جوزف در قفسه افتخارات قرار داشت و ما بر سر قراردادهای متفاوت و انتخاب بهترین خریدار مذاکره می‌کردیم.

نیمه‌شب چهارشنبه من خانه‌ام را بدون نمایش دادن به عموم فروختم [روش درست یا غلطی برای انجام آن وجود ندارد. زندگی حکایتی است که با دست خود می‌نویسید. بگذارید شروع شود.]

فهرست سؤالات

در اینجا برخی سؤالاتی که ممکن است در ذهن داشته باشید را آورده‌ام:

- من از نوشتن متنفرم. این نوع نوشتن چه فرقی دارد؟ (به فصل ۱ رجوع شود)
- نمی‌دانم چه چیزی می‌خواهم. (به داستان مارک در فصل ۲ رجوع کنید)
- چه می‌شود اگر؟ چه می‌شود اگر؟ چه می‌شود اگر؟ چه می‌شود اگر آنچه را می‌خواهم را به دست نیاورم؟ چه می‌شود اگر به دست آورم؟ می‌ترسم (به داستان جینی در فصل رجوع کنید).
- چگونه تفاوت بین خواستن چیزی و آمادگی برای دریافت آن را بدانم؟ (به داستان گلوریا در فصل ۴ رجوع کنید)
- آیا بیش از یک راه برای رسیدن به اهداف معین وجود دارد؟ (به نتایج، فصل ۸ و شکست، فصل ۲۰ رجوع کنید).

- چطور بفهمم در مسیر درستی هستم؟ (به تماشای علائم سیگنال‌ها در فصل ۱ رجوع کنید).
 - آیا می‌توانم در یک زمان بیش از یک هدف داشته باشم؟ (به انباشتن فصل ۱۲ رجوع کنید).
 - وقتی گیر افتادم چه کنم؟ (به جعبه پیشنهاد فصل ۳، آب را نزدیک بیاورید، فصل ۹، رها شوید فصل ۶، پرداخت کردن نارگیل فصل ۱ و نوشتن نامه‌ای به خدا فصل ۱۵ مراجعه کنید).
 - چه طور رویایم را زنده نگه دارم؟ (به تمرکز روی نتایج در فصل ۸ رجوع کنید).
 - آیا حمایت دیگران به من کمک می‌کند یا باید خودم آن را حفظ کنم؟ (به گروه سیمور^۱ در فصل ۱۳ رجوع کنید).
 - تفاوت بین فانتزی و تخیل در تعیین هدف چیست؟ (به داستان بیل در فصل ۱۱ رجوع کنید).
 - چرا می‌ترسم رویای بزرگی داشته باشم تا آنچه می‌خواهم به دست آورم؟ (به داستان مارک در فصل ۲ رجوع کنید).
 - چه می‌شود اگر بنویسم و اتفاق نیافتد؟ (به بررسی شکست‌ها در فصل ۲۰ رجوع کنید).
- فصل‌هایی که پاسخ این سؤالات را در خود دارند، داستانهایی از افرادی می‌گویند که قوانین این کتاب را به نحو احسن استفاده کرده‌اند و روش منحصر به فرد خود را داشتند. آنها افرادی خارق‌العاده یا عادی درست مثل شما بودند. مردمی که داستان‌های خود را در این صفحات آورده‌اند

^۱ . Seymour

نه تنها برای اینست که فکر کنید آنها انسان‌هایی فوق‌العاده‌ای هستند، بلکه برای اینست که فکر کنید شما فوق‌العاده هستید. زمانی که مطالعه کتاب را به پایان برسانید و تمرین‌هایش را انجام دهید، می‌دانید چطور بنویسید و در زندگی‌تان اتفاق می‌افتد.

فصل ۱

بنویسید تا اتفاق بیافتد



بدون گرفتاری اضافی و قبل از اینکه فصل‌های بعدی را بخوانید، از شما می‌خواهم فهرست اهدافتان را بنویسید. به یک قهوه‌خانه بروید و یک قهوه یا چای بخارید و به خانه بروید. موسیقی که دوست دارید پخش کنید و شروع به نوشتن نمایید.

سریع بنویسید. در یک صفحه معطل نکنید. اگر هدفی را به خاطر پرآب و تاب بودن یا دور از ذهن بودن کنار می‌گذارید، آن را بنویسید و جلوی آن یک ستاره قرار دهید. این یک مورد زنده است.

از داشتن خواسته‌های زیاد نترسید. این جاه‌طلبی‌ها را بنویسید حتی اگر معنای عملی برای به اتمام رساندن نداشته باشند.

به نوشتن ادامه دهید. از قلب خود بنویسید و فهرست را تا جایی که می‌توانید طولانی کنید.

لو هولتز^۱، مربی فوتبال معروف، در سال ۱۹۶۶ این کار را انجام داد. او در سن ۲۸ سالگی پشت میز ناهارخوری خود نشست و یکصد و هفت هدف غیرممکن را نوشت. او به تازگی شغلش را از دست داده بود، هیچ پولی در بانک نداشت، و همسرش بث^۲ در ماه ۸ بارداری برای سومین فرزندش بود. وقتی همسرش کتاب جادوی تفکر بزرگ نوشته دیوید شوارتز را به او داد تا روح خود را ارتقا دهد او، دلسرد شد. او از آن زمان به بعد می‌گوید هیچ انگیزه‌ای نداشته است.

«افراد زیادی از جمله خودم وجود دارند که در زندگی هیچ کار خاصی انجام نداده‌اند. این کتاب می‌گوید باید قبل از اینکه بمیرید، تمام اهدافی که می‌خواهید به دست آورید را بنویسید.»

اهدافی که او در پاسخ به چالش نوشته بود، هم شخصی و هم حرفه‌ای به نظر می‌رسید. بیشتر آنها برای یک مرد بی‌کار ۲۸ ساله غیرممکن بود. او در فهرست خود خوردن شام در کاخ سفید، حضور در برنامه تلویزیونی امشب^۳، ملاقات با پاپ سرمربی‌گری تیم نوتردام، بردن جام

^۱ . Lou Holtz

^۲ . Beth

^۳ . Tonight show

جهانی، مربی سال شدن، فرود روی یک ناو هواپیما بر، سوراخ کردن یکی از ناوها، و پریدن از هواپیما را نوشته بود.

اگر وبسایت لو هولتز را چک کنید، عکس‌های او با پاپ، رئیس‌جمهور رونالد ریگان در کاخ سفید، و قهقهه زدن با جانی کارسون^۱ را خواهید دید به علاوه شرحی از پرش از هواپیما را هم می‌خوانید.

او از یکصد و هفت هدف در سال ۱۹۶۶، به ۸۱ مورد دست یافت. پس به خود اجازه داشتن رویا دهید، بگذارید کاملاً غیرواقعی باشد. (ریچارد بولز^۲ می‌گوید «یکی از ناراحت‌کننده‌ترین جملات در دنیا اینست «آه، واقعی باش» فتح کوه کلیمابغارو. بخشیدن یک بیمارستان یا دانشگاه. نوشتن یک اپرا.

ساخت یک پرورشگاه. پدر و مادر بهتری بودن. نواختن فلوت در سالن کارنیه^۳. کشف درمان برای یک بیماری لاعلاج. دریافت یک حق امتیاز. حضور در تلویزیون. یا یک طرح با آب و تاب متعادل که می‌توانید به آن برسید - البته پول و زمان موضوع مهمی نمی‌باشند. پول هدف نیست و زمان یک فاکتور نمی‌باشد.

بگذارید اتفاق بیافتد: دنبال علائم و سیگنال‌ها باشید

زمانی که ایمان خوبی دارید و هدفی می‌نویسید، چطور می‌فهمید در مسیر درستی قرار دارید؟ علائم در پیرامون شما هستند - گاهی کلمه به

^۱ . Johnny Carson

^۲ . Richard Bolles

^۳ . Carnegie Hall

کلمه. دختر من امیلی، دور دریاچه سبز^۱ قدم می‌زد و پسر جوان ۱۴ ساله‌ای دید که اسکیت بازی می‌کرد و تخته‌ای به خود آویزان کرده بود: «تخت‌خواب سایز کوچک رایگان. مرا دنبال کنید.»

مادر بزرگش معلوم می‌شد که حرکت می‌کرد و دور یک تخت سایز کوچک با روتختی و تخته بالاتختی، فنرها می‌چرخید - این پیشنهاد برای دوست امیلی که می‌خواست برای خانه دانشجویی جدیدش اثاثیه بخرد بسیار عالی بود.

زندگی امیلی با انتظارات ثابتی از رویداد اتفاقات خوب می‌گذشت، و برای همین این اتفاقات می‌افتاد. امیلی می‌دانست هرگاه نیاز داشته باشد به او کمک خواهد شد. زمانی که سعی فراوانی می‌کرد طرح رساله طولانی مدتی در کتابخانه مرکز شهر انتخاب کند، صدایی مانند صدای بهشتی سکوت کتابخانه را شکست: «تمام دانش‌آموزان نیاز به کمک دارند، لطفاً به طبقهٔ دوم بیاوید.»

او تنها دانشجویی بود که تماس پاسخ داد - و تمام کارکنان کتابخانه برای سرپرستی انحصاری و باارزش روی موضوع او به اتاق کنفرانس رفتند.

اغلب آرزو می‌کردم وقتی در حال مبارزه برای گرفتن یک تصمیم یا معضلی بودیم، یک صدای کیهانی مثل چارلتون هسیتون^۲ ما را به طبقهٔ

^۱ . Green Lack

^۲ . Charlton Heston

دوم دعوت می‌کرد که کارکنان کتابخانه زندگی ما چند ساعتی کنارمان می‌نشستند و صبورانه به تمام سؤالات ما پاسخ و جهت می‌دادند. «تمام آنها برای زندگی کردن نیاز به کمک دارند، لطفاً به طبقهٔ دوم بیایید.»

حقیقت این است که اغلب راهنمایی شخصی و مستقیمی در دسترس ما است، اما آن را نمی‌بینیم یا نمی‌شنویم.

یا اگر پیام‌ها را بگیریم، آن‌ها را به طور تصادفی رد می‌کنیم، که باعث می‌شود ماهیت شخصی خود را بکاهد. ما به این رویدادها به عنوان «هم‌زمانی‌ها» نگاه می‌کنیم - رویدادهای ایزوله‌شده‌ای که به راحتی شانس یا تصادف نامیده می‌شوند. ترجیح می‌دهم. آنها را «به پیش!» رویدادها» بنامم. «به پیش! رویدادها» بخشی از یک الگو است. این‌گونه رویدادها یک علامت یا یک سیگنال هستند. «به پیش! رویدادها» حرکت رو به جلویی از چراغ سبز را دربردارد، ضرورت مقطع نهایی داور در یک مسیر: «در جای خود... آماده... به پیش!»

سی. جی. جانگ^۱ آن را «هم‌زمانی» نامید. وقتی رویدادها به روش پر نعمت غیرمترقبه‌ای رخ می‌دهند برخی آن را «پیامی از کائنات» یا «ارتباطات الهی» می‌نامند. این بدان معنی است که شما تنها نیستید، و زندگی شما صرف‌نظر از آنچه در هر لحظه فاجعه‌بار به نظر آید، قسمتی از یک هدف بزرگ است.

^۱ . C.G.Jung

برخی اعتقاد دارند ما امواج انرژی، مخابره‌ها، ارتعاشات، و هرچیزی می‌فرستیم که مردم و راه‌حل‌ها را به سمت ما جذب می‌کند. برخی دیگر آن را «مداخله الهی» می‌نامند. این دیدگاه متقابلاً منحصر به فرد نمی‌باشد. من قسمت کوچکی از هرکدام را نگه داشته‌ام.

تمام این نظرات به طور مشترک دارای دوگانگی هستند: (۱) ما را مسئول می‌کند در حالیکه (۲) قدرت بالاتری به کار می‌گیرد که هرکدام از ما را راهنمایی، تماشا و مراقبت می‌کند. «بنویسید» یک پیام به کائنات می‌فرستد، «آهای من آماده‌ام» یا «به پیش رویدادها» علائمی هستند که پیامی را در پاسخ می‌فرستند: «من سگنال تو را گرفتم و روی آن کار می‌کنم.»

از مغز خود کمک بگیرید

نوشتن رویاها و آرزوها مانند فرستادن یک علامت است که می‌گوید «آماده برای تجارت». یا همانطور که ایلین، دوست من، آن را انجام داد، با نوشتن اعلام می‌کنید که در یک بازی هستید. آوردن افکار روی کاغذ به قسمتی از مغز که به عنوان سیستم فعال‌کننده شبکه‌ای شناخته می‌شود، هشدار می‌دهد و شما را وارد بازی کند. در قسمت ابتدایی دنباله مغز که به اندازه انگشت کوچک می‌باشد گروهی از سلول‌ها قرار دارند که کارشان طبقه‌بندی و ارزیابی داده‌های ورودی است. این مرکز کنترل به عنوان سیستم فعال‌کننده شبکه‌ای (RAS) شناخته می‌شود. RAS موارد فوری به قسمت فعال مغز و موارد غیرضروری را به قسمت ناخودآگاه می‌فرستد. RAS مغز را به حالت هوشیار می‌رساند و آن را

در این حالت نگه می‌دارد. به همین دلیل است که می‌توانید با شنیدن صدای گریه کودک در اتاقی آن‌طرف خانه، از خواب عمیق بیدار شوید. RAS صداهای غیرضروری که در نیمه‌شب به گوش می‌رسد را ارزیابی می‌کند - صدای چکه کردن شیر آب، جیرجیرک یا رفت‌وآمد در خیابان - آنهایی که غیرضروری هستند را فیلتر می‌کند، تا فقط به خاطر صداهای ضروری بیدار شوید. به محض اینکه کودک گریه می‌کند شما در صدمی از ثانیه بیدار می‌شوید و آماده کمک به نوزاد پریشان می‌باشید. آشناترین مثال از کار سیستم فعال‌کننده شبکه‌ای تجربه‌ای است که همه ما حداقل یک یا دو بار آن را داشته‌ایم. فرض کنید در یک اتاق دربسته هستید به سختی می‌توانید صدای کسی را که با او گفتگو می‌کنید از بین غوغا جمعیت بشنوید. ناگهان شخصی آن طرف اتاق ظاهر می‌شود و نام شما را به زبان می‌آورد. این یک کلمه از میان تمام صداها عبور می‌کند و ناگهان به گوش شما می‌رسد. سر شما به سمت شخصی که نامتان را بر زبان آورده، برمی‌گردد. مشتاق هستید بدانید باقی چیزهایی که درباره شما می‌گوید خوب است یا نه که آماده دفاع شوید. این ابتدایی‌ترین مثال از مکانیزم نظارت و کار سیستم فعال‌کننده شبکه‌ای است. باید آن را برای مسائل خاص و کاربردی تنظیم کنید. اگرچه ممکن است فکر کنید تمام توجه خود را به کسی که با او گفتگو می‌کنید داده‌اید، اما حقیقت اینست که توجه شما به بخش‌های مختلف تقسیم می‌شود و به طور ناخودآگاه در تمام مهمه پیرامون حضور دارد و حتی زمانی که صحبت می‌کنید داده‌های دریافتی را مرتب می‌کند. وقتی نام شما برده می‌شود مانند تکه طلای درخشان در ظرف پر از

شن جوینده طلا برجسته می‌شود. RAS مانند فیلتری برای مغز است. نوشتن، فیلتر را تنظیم می‌کند. چیزهایی که ظاهر می‌شوند از سیستم فیلتر مغز شما گذشته‌اند.

اگر تاکنون هوندا نداشته‌اید و یک هوندا آبی بخرید، ناگهان در تمام شهر فقط هوندا آبی به چشمتان می‌آید. ممکن است متعجب شوید که این همه هوندا آبی از کجا آمده است؟ اما آنها همیشه حضور داشته‌اند و شما توجهی نمی‌کردید.

نوشتن یک هدف مانند خریدن هوندا آبی است. او با تنظیم فیلتر به شما کمک می‌کند از وجود موارد معین در اطرافتان آگاه باشید. نوشتن محرکی برای RAS ایست، که به نوبه خود سیگنالی به پوسته مغز می‌فرستد: «بیدار شو، توجه کن، این جزئیات را از دست نده». زمانی که هدفتان را می‌نویسید، مغزتان تمام وقت کار می‌کند تا ببیند آن را دریافت کرده اید یا نه، و علائم و سیگنال‌هایی را که تمام وقت آنجا هستند، مثل هوندا آبی، به شما نشان می‌دهد.

صیقل دادن نارگیل

اغلب هدفی که نوشته می‌شود، بدون هیچ تلاش اضافی از سمت شما تحقق می‌یابد. هرچه هدف و آرزویتان جذاب‌تر و رویکرد شما به آن سرگرم‌کننده‌تر باشد، افراد و موارد بیشتری وارد بازی می‌شوند تا رویایتان واقعی شود. من این پخش شدن سرگرم‌کننده کلمه را «صیقل دادن نارگیل» می‌نامم. دانشمندان دهه ۶۰، روی میمون‌های یک جزیره ژاپنی کنترل‌شده نظارت می‌کردند. آنها مشغول شستن شن و ماسه

روی سیب‌زمینی شیرین با کمک جریان آب بودند. زمانی که تعداد معینی از میمون‌ها این کار را انجام می‌دادند، پستانداران جزیره دیگر هم شروع به انجام آن می‌کردند. کن کیز^۱ این تجربه را شبیه مسئولیت شخصی یک فرد در؟؟؟ راجع به صلح می‌داند.

هرگز نخواهید دانست ممکن است «صدمین میمون» باشید که آگاهی مشترک در درک انبوه میمون‌ها را گسترش دهید.

من از عبارت «صیقل دادن نارگیل» استفاده کردم (که قابل درک‌تر از پاک کردن شن از روی سیب‌زمینی است) تا بگویم چطور یک فعالیت از طرف یک منطقه تحرکی در سایر مناطق ایجاد می‌کند. زمانی که به وسیله نوشتن جدیت و قصد خود را نشان می‌دهید، چیزی باز می‌شود و کلمه بیرون می‌آید. پسران من جیمز و پیتر صاحب یک شرکت طراحی گرافیکی هستند. آنها دارای تخیل، خلاق و خستگی‌ناپذیر هستند و کارشان رونق خوبی دارد. آنها در ابتدای هر ماه جلسه برنامه‌ریزی دارند که در آن اهداف همان ماه نوشته می‌شود. سپس هر دوشنبه صبح اهداف آن هفته را روی تخته می‌نویسند. در این صورت می‌دانند فعالیتشان اغلب به‌طور غیرمستقیم روی کسب اهدافشان تأثیر دارد. آنچه به‌طور مداوم به آنها لذت می‌دهد مقدار کاری است که از یک منبع دست‌نخورده می‌گیرند.

^۱ . ken Keyes

پیتر و جیمز وقتی از موفقیتشان در «صیقل دادن نارگیل» صحبت می‌کنند - زمانی که در طلب به دست آوردن چیزی هستند و سایر اهداف از جای غیرمنتظره‌ای به دست می‌آیند-، شاد هستند. پیتر مثال می‌زند:

«ما می‌خواستیم تجارت بولسی گرافیک^۱ را گسترش دهیم. بنابراین خبرنامه‌ای درست کردیم و آن را برای مشتریانمان فرستادیم. ناگهان تماس‌هایی با ما گرفته شد. اما جالب اینجاست که تماس‌ها از طرف مشتریان نبود. افراد غریبه‌ای که در فهرست ما نبودند تماس می‌گرفتند. ما انرژی خود را روی این قضیه متمرکز کردیم و تلفن شروع به زنگ زدن کرد - البته از طرف مشتریان جدید.»

آنها هدف را نوشتند: «ما می‌خواهیم نام خود را بیشتر در معرض دید عموم قرار دهیم» آنها در یک نمایشگاه غرفه‌ای دایر کردند، اعلامیه‌ای برای شرکت‌های حاضر در نمایشگاه فرستادند که در صورت نیاز به طراحی به آنها کمک کنند. آنها با دادن یک پیشنهاد مقدماتی به شرکت‌ها به معاملات جدیدی دست یافتند. بسیاری از این تلاش‌ها و هزینه‌ها به‌طور مستقیم در حرکت نبود، اما آنچه غیرمنتظره و غیرقابل پیش‌بینی به نظر می‌رسید تماسی بود که آنها از طرف مجله وال‌استریت دریافت کردند. این مجله در حال نوشتن مقاله‌ای درباره شرکت‌های کوچک موفق بود. مقاله چاپ شد و آنها در معرض هر نوع اتفاق خوب قرار گرفتند.

¹ . Bullseye Graphics

پیدا کردن یک بازی بازاریابی کامل

دوست من هولی^۱ در پی استخدام فردی بود که در انجام برنامه رسانه‌ای‌اش به او کمک کند. به او گفتم هدفش را روی کاغذ بنویسد. سپس شروع کردم به «صیقل دادن نارگیل» برای او در جزیرهٔ خهود. من با چند تن از دوستان سخنران صحبت کردم و آنها هم من را به بهترین‌ها در این صنعت معرفی کردند. با تکتک آنها تماس گرفتم و دربارهٔ هولی به آنها گفتم. آنها هم پیشنهادات خوبی به من دادند. ایده‌هایی در ذهنم جرقه زد و آنها را با دوستم جان مطرح کردم، او به تازگی برنامه تلویزیونی درست کرده بود، برای همین چند نکته به من گفت، من هم آنها را به هولی منتقل کردم.

وقتی با هولی تماس گرفتم که این اطلاعات را به او دهم، او شخصی را استخدام کرده بود - یک فرد عالی با او تماس گرفته بود.

آیا این بدان معنیست که وقت من تلف شده است؟ من نتوانستم کمکی به او کنم زیرا ۳ ماه طول کشید تا اطلاعات جمع کنم؛ اصلاً وقتم تلف نشده. باب مک‌چسنی^۲ دوست و معلم من آن را «چرخش گلدان» نامید.

هولی با تماس گرفتن با من گلدان را چرخاند؛ من گلدان را برای هولی چرخاندم؛ و روزنامه‌نگار سابق او که اکنون برنامه‌های رسانه‌ای را هماهنگ می‌کند، پاسخ داد و به هولی پیشنهادی داد که دقیقاً نیاز او را

^۱ . Holly

^۲ . Bon mac chesney