

فهرست مطالب

- فصل اول: بنویسید تا اتفاق بیافتد..... ۱۹
- فصل دوم: بدانید چه می خواهید..... ۳۰
- فصل سوم: ایده های خود را جمع آوری کنید..... ۴۱
- فصل چهارم: برای دریافت کردن آمادگی داشته باشید..... ۵۶
- فصل پنجم: ترس ها و احساسات را بررسی کنید..... ۷۱
- فصل ششم: خودتان را از درگیری ها خلاص کنید..... ۸۶
- فصل هفتم: کارهایتان را ساده بگیرید..... ۹۷
- فصل هشتم: بر روی نتیجه ی کار تمرکز کنید..... ۱۰۶
- فصل نهم: محیط پیرامون خود را تغییر دهید..... ۱۱۶
- فصل دهم: زندگی روزانه ی خودتان را بنویسید..... ۱۲۳
- فصل یازدهم: متعهد شوید..... ۱۳۵
- فصل دوازدهم: اهداف را بچینید، موانع را بردارید..... ۱۴۴
- فصل سیزدهم: یک گروه تشکیل دهید: چه کاری؟ تا چه زمانی؟..... ۱۵۳
- فصل چهاردهم: ابتکار عمل داشته باشید..... ۱۶۴
- فصل پانزدهم: نامه ای به خدا بنویسید..... ۱۷۹
- فصل هجدهم: مقاومت معنا و مفهوم دارد..... ۱۹۴
- فصل هفدهم: یک مراسم ایجاد کنید..... ۲۰۳
- فصل هجدهم: رها شوید و تعادل ایجاد کنید..... ۲۱۶
- فصل نوزدهم: شکرگزاری..... ۲۲۲
- فصل بیستم: شکست ها را مدیریت کنید..... ۲۲۹

مقدمه

مجسمه‌ای را از یک کاتب مصری در سفرم به قاهره با خود آورده‌ام که کنار شومینه‌ی اتاقم جا خوش کرده است. مجسمه چهارزانو نشسته و طوماری کاغذی در دست دارد و آماده‌ی نوشتن است. چشم‌هایش تاجایی که می‌تواند به دوردست‌ها می‌نگرد. این مجسمه نمادی از کتابی است که در دست دارید. نوشتن برای مردم باستانی کنار رود نیل همه چیز را محقق می‌ساخت.

بزرگ فکر کنید تا اتفاق بیافتد!!

در دهه‌های ۱۹۲۰ و ۱۹۳۰ کتاب‌های بسیاری با عنوان‌های مختلف چاپ شده است. (کتاب‌های با عنوان‌های پیروزی، موفقیت و شما می‌توانید هر کاری را انجام دهید!!) همچنین شگفتی‌های علمِ تفکر و اندیشه را می‌توان در کتاب‌هایی چون: (بیاندیشید و ثروتمند شوید) اثر ناپلئون هیل، (جادوی باور) نوشته‌ی کلودام. بریستول، (بشر متفکر) از آلن جیمز و در دهه‌ی پنجاه (جادوی فکر بزرگ) نوشته‌ی دیوید جی. شوراتز مشاهده کرد. تمامی این کتاب‌ها هنوز هم به چاپ می‌رسند و بعد از گذشت این همه سال هنوز هم در کتاب‌فروشی‌ها در دسترس هستند. با وجود اینکه مربوط به عهد دقیانوس هستند و مثال‌های جالب و بی‌پرده در آن‌ها زیاد است، اما باز هم برای

مخاطبان جدید امروزی جذابیت خاص خودشان را دارند. نسخه‌ی کوچک کتاب (مؤثر است) در سال ۱۹۲۶ نوشته‌ی آر. اچ. جی از گذشته تا به حال بیش از نیم میلیون از فروش کتاب‌ها را به خود اختصاص داده است. این کتاب قطور درباره‌ی قدرت طرفداران تفکر مثبت و استدلال‌های ملموس صحبت می‌کند و پیام بسیار مهمی را برای خوانندگان دارد:

"اینکه اگر بدانید چه می‌خواهید، آن را به دست می‌آورید."

با گذشت این همه سال مطالعه بر روی مغز و دانش فعلی انسان درباره‌ی جسم پینه‌ای، سیستم شبکه‌ای فعال و عملکرد بشر هنوز هم احساس هرچه بنویسیم اتفاق می‌افتد در ذهن بشر مؤثر است.

کتاب "بنویسید تا اتفاق بیفتد" هم شگفتی و اعجاب شما را برمی‌انگیزد، هم مبتنی بر یک حقیقت علمی امروزی است. این کتاب هدف‌های شما را تعیین کرده و بر روی نتایج این هدف تمرکز می‌کند، هم چنین به رؤیاهایتان دید تازه‌ای می‌دهد و آن‌ها را به حقیقت مبدل می‌سازد. یک نکته‌ی حائز اهمیت و کلیدی در هر کدام از این کتاب‌ها وجود دارد آن هم این است که اولین قدم برای رسیدن به هدفی نوشتن آن است.

داستان شخصیت‌های مشهور

من داستان‌های شگفت‌انگیز و جالب زیادی شنیده‌ام که در آن این شخصیت‌ها قبل از رسیدن به اهدافشان آن‌ها را می‌نوشتند.

جیم کری به تپه‌ی هالیوود رفت و چکی را به مبلغ ده میلیون دلار در وجه خودش با یادداشتی با عنوان «برای خدماتی که ارائه کرده‌ام» نوشت، روی چک یادداشت کرد. این کم‌دین سال‌ها این یادداشت و چک را با خودش به همراه داشت تا اینکه توانست چنین مبلغی را بابت هنرنمایی‌اش در یک فیلم دریافت کند. امروزه وی یکی از ثروتمندترین کم‌دین‌هاست و برای بازی در یک فیلم نزدیک به بیست میلیون دلار پول به دست می‌آورد. او قبل از دفن کردن پدرش، چک را با ناراحتی در جیب کت پدرش قرار داد.

اسکات آدامز خالق شخصیت مصور دیلبرت^۱ اعتقاد دارد که اولین قدم رسیدن به رؤیا، یادداشت کردن آن است. او می‌گوید: "وقتی شما هدفی را می‌نویسید، شاهد اتفاقاتی خواهید بود که آن هدف را برای شما محقق می‌کند."

^۱ شخصیت اصلی فیلم‌های کمدی و طنزی که فردی به نام دیلبرت است و یک مهندس بوده و در یک شرکت کار می‌کند، شرکتی که شرایط خاصی دارد و کارکنانش در تلاش هستند که در زمینه‌های اشتغال، مدیریت و بهره‌وری به سود بالایی برسند.

آدامز به عنوان یک کارمند رده پایین در یک شرکت آمریکایی مشغول به کار بود، دائماً روی میز کارش را با بی‌هدفی خط‌خطی می‌کرد تا اینکه تصمیم گرفت همه چیز را بنویسد، هر روز پانزده بار روی کاغذ می‌نوشت: "من کاریکاتوریست مشهوری خواهم شد." بعد از شکست‌های بسیار زیاد، چیزی که لیاقتش را داشت، برایش اتفاق افتاد. بعد از آن قراردادی را در یک اتحادیه امضاء کرد تا کارهایش در چندین موسسه دیده شود. آن وقت یادداشتش را تغییر داد و نوشت: "من بهترین کاریکاتوریست روی کره‌ی زمین خواهم شد." حالا این یادداشتش را چگونه قضاوت کرد؟

بعد از تلاش‌های بسیار وی، شخصیت دیلبرت در نزدیک به دوهزار روزنامه در سراسر جهان به چاپ رسید. سایت "دیلبرت زون" روزانه بیش از صد هزار بازدیدکننده دارد. اولین نسخه‌ی چاپ شده از کتاب آدامز با عنوان "اصول دیلبرت" بیش از یک میلیون فروخت. شخصیت دیلبرت در تمام وسایل و محصولات به چشم می‌خورد: از موس‌پد گرفته تا فنجان‌های چای و قهوه. حتی یک سریال هم با این عنوان در همدی هفته‌ها پخش می‌شود.

حالا اسکات آدامز روزی پانزده بار می‌نویسد: "من برنده‌ی جایزه‌ی پولیتزر^۱ خواهم بود."

سوزی آرمان، نابغه‌ی مالی و نویسنده‌ی طراز اول پرفروش‌ترین کتاب نیویورک تایمز با عنوان "نه قدم تا رسیدن به آزادی مالی و مهمان ثابت برنامه‌ی تلویزیونی آپرا درباره‌ی شروع کار و موفقیت‌هایش این چنین می‌گوید:

^۱ جایزه‌ای در روزنامه‌نگاری، ادبیات و موسیقی است که بخش‌های گوناگون دارد. این جایزه معتبرترین جایزه روزنامه‌نگاری در آمریکا است که هر ساله (از سال ۱۹۱۷) با نظارت دانشگاه کلمبیا به روزنامه‌نگاران (و نیز به نویسندگان و شاعران و موسیقی‌دانان) داده می‌شود. این جایزه به نام بنیان‌گذار آن جوزف پولیتزر، روزنامه‌نگار مجاری‌تبار آمریکایی، در سده نوزدهم نام‌گذاری شده است.

وقتی در مریل لنچ توانستم شغلی پیدا کنم، مدام از اینکه نتوانم میزان سهمیه‌ی تعیین شده‌ام را بفروشم، ترس داشتم. بیشترین درآمدی که از این کار به عنوان منشی دست می‌آوردم تقریباً چهارصد دلار بود. به همین خاطر تصمیم گرفتم چیزی که دلم می‌خواهد به آن برسم را، بنویسم. هرروز صبح که از خواب بیدار می‌شدم، قبل از اینکه به سرکار بروم، بارها و بارها روی کاغذ می‌نوشتیم: «من جوان قدرتمند و موفقی هستم و می‌توانم در ماه حداقل صد هزار دلار درآمد داشته باشم».

سوزی بعد از اینکه توانست بیشتر از رؤیاهایش هم پول به دست آورد، باز هم این یادداشت را مثل یک ورد جادویی همیشه همراه خودش داشت. وی می‌گوید که من این پیام‌ها را با ترس‌هایی که داشتم جایگزین کردم و باور اینکه من فرد نالایقی هستم را با احتمالات بهتر دیگری تغییر دادم. سرانجام هم نوشتن حقایق در زندگی سوزی باعث شد رؤیاهایش به واقعیت برسد.

هدف نوشتن من هم از این کتاب از خانه شروع شد. یک روز پسرم پیتر که دوازده سال سن داشت با چهره‌ای مشوش و در حالی که کاغذی در دستش بود، پیش من آمد و گفت: "وقتی داشتم اتاقم را تمیز می‌کردم، یادداشتی از لیست اهدافم را که دو سال پیش آن‌ها را نوشته بودم پیدا کردم. نمی‌دانم چطوری اما هرچیزی که در این کاغذ نوشته‌ام واقعیت پیدا کرده است، در صورتی که من یادم رفته بود، چنین لیستی را نوشته‌ام." نگاهی به یادداشتش انداختم، این طور اهدافش را به ترتیب نوشته بود: "رفتن به جلسات کلاس کاراته، انتخاب تیم، خوابیدن به مدت یک شب در پارک جنگلی، خریدن پرند. پیتر بدون اطلاع از این لیست فراموش شده، تمامی این کارها را انجام داده بود. تجربه‌ی پیتر باعث شد که من بیشتر فکر کنم. بعد متوجه این مسئله شدم که همین رویداد در زندگی شخصی خودم هم اتفاق افتاده است. در یکی از هفته‌های خاطره انگیز در زندگی‌ام من بالاخره توانسته بودم در خیابان برادوی

کتاب هایم را امضا کنم، به پشت صحنه‌ی برنامه‌ی اپرا بروم و در یک مصاحبه‌ی رادیویی که میلیون‌ها شنونده داشت، شرکت کنم و اجرای زنده‌ی یکی از خوانندگان را بشنوم. من از هیچ چیزی اطلاع نداشتم تا اینکه در سفرم به ساحل غربی، نوشته‌ام را مثل پیتز پیدایم کردم: هدف‌های فراموش شده‌ای که در کاغذی نوشته بودم و حالا به تمامی آن‌ها رسیده بودم. ماجرای لیست خودم و پیتز در یکی از کتاب‌هایم با عنوان «قلب را روی کاغذ بیاور» گفته‌ام. در همین کتاب در ماجرای به اسم «جوپرینس پابرهنه» به مقوله‌ی تصادف اشاره کرده‌ام و نوشته‌ام "هر چیزی را که بسازید محقق می‌شود." ساختن آرزوهای ما با اعتقاد و ایمان قلبی مان پیش می‌رود، درست مثل نوشتن که آرزوهای قلبی ما را قابل دسترس می‌سازد. این دو فصل از کتاب را زمانی شروع کردم که به قدرت و اعجاب نوشتن در محقق شدن آرزوهایم پی بردم، دست آخر هم تصمیم گرفتم چنین کتابی را به رشته‌ی تحریر درآورم. امیدوارم این کتاب را بخوانید و از خواندن آن لذت ببرید.

من که هستم که بخواهم به شما چیزی بگویم؟

اجازه دهید درباره‌ی سابقه‌ی کاری‌ام برایتان توضیحاتی بدهم. در حال حاضر دکترای ادبیات انگلیسی دارم و در دانشگاه‌های نیویورک، لس آنجلس، سیاتل و لس بریج واقع در ایالت آلبرتا کانادا تدریس کرده‌ام. اولین کتاب من با عنوان "با هر دو طرف مغزت بنویس" به مشکلات، اضطراب و کم کاری‌هایی که در نوشتن به خرج می‌دهیم، می‌پردازد. اینکه چگونه نوشتن و یادگیری را از ویرایش جدا کنیم. این کتاب به شما یاد می‌دهد به جای اینکه همزمان این دو کار را انجام دهید، ابتدا بنویسید، سپس کلمات خودتان را ویرایش کنید. کتاب با هر دو طرف مغزت بنویس به شما می‌گوید که چگونه با ندای درونی خودتان که باعث ترس و عقب افتادن در کارتان می‌شود، مواجه شوید. همچنین

مفاهیمی چون تندنویسی را توضیح می‌دهد. بیش از پانزده سال است که کارگاه‌های آموزشی را در سراسر کشور و سخنرانی‌های زیادی را در این زمینه‌ها برگزار کرده‌ام. این فعالیت‌ها و سؤال و جواب‌ها باعث نگارش کتاب دومم با عنوان "قلب را روی کاغذ بیاور" شد. وقتی شیوه‌ی روان نویسی را در این کتاب به همگان یاد دادم، مردمی که اغلب مرا می‌دیدند به من گفتند: این شیوه فقط مربوط به نوشتن نیست، آن را می‌توان در کل زندگی به کار گرفت. «کتاب قلب را روی کاغذ بیاور» به مقوله‌ی آزادی و اختیار در نوشتن می‌پردازد و به شما یاد می‌دهد که چگونه در این جهان مبهم رابطه‌ی ایمان پایدار بماند. دو موضوعی که در کتاب «بنویسید تا اتفاق بیفتد» هم کشف کرده‌ام عبارتند از: «نوشتن برای رسیدن به اهداف (واقع در فصل ششم)»، «چگونه نوشتن به فکر کردن شما کمک می‌کند (واقع در فصل دوم)».