

فهرست عناوین

مقدمه	۱۱
فصل اول: جشن عروسی	۱۵
فصل دوم: آخرین درس‌های لن	۲۹
فصل سوم: بروز ندادن عادت‌های بد	۳۵
فصل چهارم: روش رسیدن به موفقیت‌های فوق‌العاده	۴۱
فصل پنجم: یادآوری موفقیت‌ها	۴۹
فصل ششم: فکر کردن به نگرانی	۵۵
فصل هفتم: بزرگ‌ترین مربی‌های تو در گذشته چه کسانی بودند؟	۶۱
فصل هشتم: جادوی کلمات	۶۷
فصل نهم: عباراتی روی دیوار	۷۳
فصل دهم: سال‌ها را به زندگی‌ات و زندگی را به سال‌ها اضافه کن	۷۹
فصل یازدهم: نگرش‌تان را اصلاح کنید	۸۷
فصل دوازدهم: دسته‌ی اهداف	۹۵



- فصل سیزدهم: کارآیی در مقایسه با مؤثر بودن ۱۰۹
- فصل چهاردهم: آره، یه مطلب دیگه ۱۱۳
- فصل پانزدهم: ارزش ارزش‌ها ۱۲۱
- فصل شانزدهم: پیچیدن ۱۲۷
- فصل هفدهم: تا زمانی که مرگ ما را از هم جدا کند ۱۳۹
- فصل هجدهم: اسمی ندارید؟ ۱۴۷
- فصل نوزدهم: تأثیر تحسین در جمع ۱۵۵
- فصل بیستم: سروکار داشتن با آدم‌های سخت‌گیر و زودرنج ۱۶۱
- فصل بیست و یکم: تمرکز ۱۶۷
- فصل بیست و دوم: بدبینی و تعلل ۱۷۳
- فصل بیست و سوم: درباره‌ی به جا گذاشتن میراث ۱۷۹
- فصل بیست و چهارم: قضاوت درباره‌ی قاضی ۱۸۳
- فصل بیست و پنجم: صداقت ۱۸۷
- فصل بیست و ششم: پندهایی برای ذهن ۱۹۳
- درباره‌ی نویسنده ۱۹۸

فصل اول



«جشن عروسی»

یک عروسی ساده بود. لِن تازه ۲۱ ساله شده بود و همسرش ۱۹ سال داشت. عروس، دختر زیبایی بود. موهای بلند خرمایی رنگ‌اش روی پیراهن سفید عروسی‌اش ریخته بود. همه می‌گفتند که آن‌ها خیلی کم‌سن هستند. اما لِن و شریل^۱ این طور فکر نمی‌کردند. این سرنوشت‌شان بود. باید با هم ازدواج می‌کردند، و از اولین باری که همدیگر را دیدند این را می‌دانستند.

آن‌ها در دبیرستان با هم آشنا شدند. لِن برای روزنامه‌ی مدرسه کار می‌کرد و مسئول پروژه‌ای بود که در آن باید با دانش‌آموزان مصاحبه و

1- Cheryl



صدای شان را ضبط می کرد. برای این کار یک ضبط صوت قدیمی را از پدرش قرض گرفته بود. وقتی لِن از شریل سؤالات مربوط به آن پروژه را می پرسید شریل با اشتیاق در چشمان او نگاه می کرد.

عشق مانند نشستن روی قالیچه ی پرنده و مثل یک رؤیا است. عشق اول همیشه عمیق ترین است. لِن تحت تأثیر قرار گرفته بود و سر از پا نمی شناخت. عشق مثل یک ماده ی مخدر است. بسیاری از ما با گذشت زمان فراموش می کنیم که اولین احساسات عاشقانه چقدر شدید و نفس گیر هستند.

هیچ چیز به اندازه ی عشق قدرتمند نیست. عشق، شدیدترین حسی است که انسان می شناسد. عشق خلاقیت را فعال می کند و به انسان انگیزه و انرژی مضاعف می بخشد. لِن با دختران دیگری نیز آشنا شده بود اما هیچ کدام شان چنین احساسی در او ایجاد نکرده بودند.

شریل به لِن دلیلی برای موفقیت داده بود. راضی کردن شریل بزرگ ترین آرزو و تنها هدف لِن بود. خدا هم می خواست همین طور باشد. بعد از چهار سال آشنایی با شریل، لِن می دانست که ازدواج با او کار درستی است. او آماده بود. شغل لِن فروش طرح های یک شرکت تولید کننده ی کولر بود. او زود سر کار می رفت و تا دیر وقت در آن جا می ماند. لِن رؤیاهای بزرگی در سر داشت. به خیالش یک روز خودش مالک آن شرکت می شد. او یک برنامه ی ده ساله داشت. ابتدا فروشنده، سپس مدیر فروش، سپس مدیر عامل و دست آخر مالک آن شرکت می شد. به این ترتیب وارد کار فروش خدمات شد که پول زیادی در آن بود. لِن از آرزوهایش با کسی صحبت نمی کرد.



پدر لِن در روز عروسی‌اش او را برای صبحانه بیرون برد. وقتی خوردن تخم مرغ‌ها و نان تست تمام شد، پدرش یک کلاسور زیبا را روی میز گذاشت که یک کتاب جلد چرمی درون آن قرار داشت. لِن تعجب کرده بود.

پدرش به گرمی گفت: «لِن، چیزی که می‌خوام به تو بدم نشون‌دهنده‌ی مسائلیه که وقتی زندگی مشترک رو شروع می‌کنی توجه به اون‌ها خیلی اهمیت داره. امیدوارم این درس‌ها رو تو زندگی‌ت به کار ببری. این‌ها ایده‌ها، اشتباهات و درس‌هایی هستن که من در طول عمرم کسب کردم. امیدوارم مدام اون‌ها رو بخونی و این درس‌ها تو ذهنت حکک بشن. بعد وقتی به درس‌ها، ایده‌ها و الهامات جدیدی بر می‌خوری می‌تونی اون‌ها رو به این دفترچه اضافه کنی تا بچه‌های خودت ازشون استفاده کنن. فقط در این صورته که می‌تونی از سفر زندگی لذت ببری و اون رو به خوبی درک کنی.»

این کتاب جلد چرمی در زندگی لِن بسیار تأثیرگذار بود. وقتی لِن آن را باز کرد صدای قیژ قیژی داد. لِن این صفحه را با خود خواند: در نمایشنامه‌ی هملت، اثر ویلیام شکسپیر، یک صحنه‌ی زیبا وجود دارد که در آن پولونیوس در حال ارائه‌ی درس‌های پدران‌ه‌ی خود به پسر ۱۸ ساله‌اش لایرتیس است. این همان لحظه‌ی تلخ زندگی هر پدری است که شاهد رفتن پسرش به دانشگاه، ارتش و یا شروع یک زندگی مستقل است. این لحظه، لحظه‌ی غم‌انگیزی است زیرا واقعاً در چنین موقعیتی یک پدر حس می‌کند که این آخرین لحظه‌ای است که می‌تواند به پسرش همه‌ی حرف‌هایی را بزند که دوست داشته قبلاً به او بگوید، اما یا یادش رفته یا این که وقتی را به این کار اختصاص نداده است. با چنین حسی است که این را برایت می‌نویسم ...