



## تفکر در سطحی بالاتر

۱۰ تفکر قدرمند برای داشتن  
یک زندگی موفق و سرشار از فراوانی

جول اوستین

# فصل اول

## سدشکن باش

اغلب اوقات اجازه می‌دهیم که محیط، نحوه تربیت و انتظارات بقیه از ما محدودیت‌های زندگی‌مان را تعیین کنند و با محیط اطرافمان منطبق می‌شویم.

اگر دانه درخت بلوط را در یک گلدان با ارتفاع ۶۰ سانتی‌متری بکارید، اگر آن دانه درخت بلوط را در آن گلدان رها کنید، هرگز به چیزی که برایش خلق شده، تبدیل نمی‌شود. مشکل از دانه بلوط نیست، بلکه مشکل، محیطی هست که بلوط در آن کاشته شده است. پذیرفتن شرایط، دنباله‌روی جمع بودن و مثل بقیه بودن، آسان است ولی خدا شما را برای متوسط بودن خلق نکرده بلکه شما را خلق کرده که برجسته باشید، تا از حد طبیعی فراتر بروید و در این نسل اثری از خودتان به‌جای بگذارید.

شما قرار است از کسانی که بزرگتان کرده‌اند، فراتر بروید. قرار است بهتر زندگی کنید و موفق‌تر باشید و استاندارد جدیدی را ایجاد

کنید. شاید اطرافیان شما اعتیاد دارند یا عزت نفس پایینی دارند یا افسرده هستند یا فقیر هستند. نمی‌توانید این چیزها را متوقف کنید ولی نکته این است که اجازه ندهید این چیزها از نظر شما عادی باشند. اگر بپذیرید شما هم این شکلی هستید، در این حالت به هدف زندگی‌تان نمی‌رسید.

کتاب مقدس می‌گوید «ما در دنیا هستیم، ولی اهل دنیا نیستیم.» یعنی شاید محیط شما محدود باشد، ولی هویت شما محدود نیست. اجازه ندهید تأثیر آن محیط وارد وجود شما بشود. اگر خیلی در معرض سختی، کمبود و فقر باشید، ممکن است ذهن شما این چیزها را به‌عنوان هویتتان بپذیرد و بگوید "قرار است همیشه سختی بکشم و قرار نیست پول کافی داشته باشم"، نه این فقط شرایط محیط شماست، نه هویت شما.

شاید این چیزها قبلاً طبیعی بوده ولی خبر خوب این است که شما سدشکن هستید. شما قدرت، لطف الهی، استعداد و توانایی

دارید. خداست که به شما حیات داده است. او گفته شما سرآمد هستید و نه دنباله‌رو. اجازه ندهید ذهنتان برای متوسط بودن شرطی بشود و اجازه ندهید این چیزها هویت واقعی شما را تغییر بدهد.

گاهی مردم سعی می‌کنند ما را محدود کنند. مثلاً می‌گویند "نمی‌توانی فلان بیزینس را شروع کنی، منابعش را نداری" یا می‌گویند "هرگز نمی‌توانی خانه خوبی داشته باشی، هرگز حالت خوب نمی‌شود، هرگز با آدم خوبی آشنا نمی‌شوی". چون خودشان تفکر محدودی دارند، سعی می‌کنند که محدودیت‌هایشان را به شما هم تحمیل کنند. شما باید مصمم باشید و بگویید "اینکه اطرافیانم آدم‌های متوسطی هستند، باعث نمی‌شود که قبول کنم من هم آدم متوسطی باقی بمانم. قبول نمی‌کنم معتاد یا افسرده باقی بمانم یا کم‌توقع باشم. می‌دانم که من یک سدشکن هستم و می‌خواهم یک استاندارد جدید ایجاد کنم."

همه چیز از تفکر شما شروع می‌شود. تا وقتی که در ذهنتان تصمیم نگیرید که متوسط بودن را نپذیرید، چیزی تغییر نمی‌کند. چرا

محدودیت‌ها را از روی خودتان بر نمی‌دارید؟ شما پتانسیل بالایی دارید، از آن محدودیت‌ها بیرون بیایید. دشمن دوست دارد پتانسیل شما هرگز شکوفا نشود.

دشمن از شکست‌ها، نظرات منفی، مردم و اتفاقات استفاده می‌کند تا مانع باور شما به خودتان و همچنین مانع باور شما برای رسیدن به سطح بعدی بشود. خیلی‌ها اجازه داده‌اند ذهنشان شرطی بشود و فکر کنند به نهایت توانشان رسیده‌اند و قبول کنند متوسط هستند و هرگز نمی‌توانند کار بزرگی بکنند.

چه شده؟ آنها به‌جای اینکه از محدودیت‌هایشان خارج شوند، خودشان را با محیطشان منطبق کرده‌اند.

## محدودیت‌ها را بردار

تحقیقی بر روی کک‌ها انجام شد. محققان تعدادی کک را داخل یک محفظه گذاشتند و درب محفظه را بستند. کک‌ها می‌خواستند بیرون بپرند، ولی هر بار به درب ظرف می‌خورند. خیلی طول نکشید که متوجه شدند گیر افتاده‌اند. در جایی از آزمایش، محققان درب ظرف را برداشتند ولی در کمال تعجب، کک‌ها دیگر برای بیرون پریدن تلاشی نکردند. چون آن‌قدر به درب آن ظرف خورده بودند که شرطی شده بودند و فکر می‌کردند نمی‌توانند از آنجا بیرون بیایند، هرچند درب باز بود ولی آنها تلاش نمی‌کردند.

گاهی ما هم به خاطر محیطمان مثل کک‌ها رفتار می‌کنیم. مثل زمان‌هایی که تلاش کردیم و شکست خوردیم یا به خاطر حرف مردم؛ و این چیزها باعث شدند که شرطی بشویم و فکر کنیم که نمی‌توانیم کار بزرگی بکنیم یا هرگز به رؤیاهایمان نمی‌رسیم یا هرگز دوباره بدنمان سر فرم نمی‌آید. شاید قبلاً موفق نبودید، شاید تلاش کردید و چند بار

به درب بسته خوردید، ولی بگذارید بگویم که آن درب دارد باز می شود. زمانش است که دوباره امتحان کنید. شما برای بودن در محیطی محصور و گیر افتادن خلق نشده‌اید. ذهنتان را از نو شرطی کنید.

این اتفاق برای یکی از دوستان من افتاد. او شروع سختی در زندگی داشت و زندگی‌اش چالش‌های زیادی داشت. خیلی فقیر بود و تقریباً هیچ راهنمایی نداشت. پدرش از او حمایت نمی‌کرد و مادرش هم مشکلات خودش را داشت. به خاطر وضعیت بد خانواده‌شان دولت ایالتی، برچسب «فرزند در خطر» را به او داد و از وقتی پسر کوچکی بود، آن عنوان بارها و بارها در ذهنش تکرار شد و این فکر در ذهنش ریشه کرد که "من آینده‌ای ندارم و یک کودک در معرض خطر هستم".

زندگی‌اش افول کرد، به دردمر می‌افتاد و مثل عموم مردم رفتار می‌کرد. تمام اطرافیانش شکست‌خورده، افسرده و معتاد بودند. خودش هم این شرایط را پذیرفته بود.



زندگی هر کسی دنباله‌روی افکارش هست. چون باور کرد که "در خطر هست"، زندگی‌اش عملاً در خطر قرار گرفت. اگر باور کنید به حد توانایی‌هایتان رسیده‌اید، حق با شماست. اگر باور کنید که هرگز شفا نمی‌گیرید، حق با شماست. چون ذهن شما با یک سری محدودیت‌ها شرطی شده و این افکار، مانع رسیدن شما به بالاترین توانتان می‌شوند.

باید شجاع باشید و از آن افکار و موانع خلاص شوید. شاید ندانید که تنهایی چطور می‌خواهید انجامش بدهید ولی شما تنها نیستید. قوی‌ترین نیروی هستی، دارد در مسیر شما می‌دمد. خدا شما را خلق کرده که بیشتر رشد کنید و سدهای قدیمی را بشکنید، تا به عادات بد غلبه کنید و از نفرین‌های نسلی رها بشوید.

شاید مردم به شما لقب "در معرض خطر"، متوسط و کوچک بودن را داده‌اند ولی برچسب‌های خدا برای شما اینها هستند:

"کاملاً توانا، مجهز، تدهین شده".

خبر خوب این است که خدا سرنوشت شما را تعیین می‌کند، نه مردم. حرف مردم، محیطی که در آن هستید و نحوه بزرگ شدن شما نمی‌تواند مانع رسیدن شما به هدفتان بشود.

خدا از قبل تمام جزئیات زندگی شما را در نظر گرفته است. تمام شکست‌های بد، نظرات منفی و نحوه بزرگ شدنتان را می‌داند. کارهایی که دیگران کرده‌اند یا نکرده‌اند را می‌داند و همه را در برنامه‌اش در نظر گرفته است. اگر ایمانتان را حفظ کنید این چیزها نه تنها مانعتان نمی‌شوند، بلکه شما را جلو می‌برند و به جای شکست دادنتان، شما را قوی‌تر می‌کنند. خدا می‌داند چطور چیزی که به ضرر شما بوده را به نفعتان تغییر بدهد.

یک روز پسر جوانی در مدرسه به دردرس افتاد و او را پیش مشاور فرستادند. مشاور سعی می‌کرد راهنمایی‌اش کند، ولی او حرفش را

گوش نمی‌کرد. مشاور تسلیم نشد و به تلاشش ادامه داد. در نهایت پسر جوان گفت "چرا این قدر به خودت زحمت می‌دهی؟ من هرگز نمی‌توانم کار بزرگی بکنم. تمام زندگی‌ام به من گفته شده که تو بچه در معرض خطری هستی". مشاور به او گفت "نه، تو بچه در معرض خطر نیستی، بلکه تو بچه‌ای در معرض ممکن‌ها و فرصت‌ها هستی".

وقتی پسر جوان این حرف را شنید، چیزی در دلش روشن شد. بلند شد و به مشاور گفت "بچه‌ای در معرض فرصت‌ها، یعنی چه؟"

مشاور گفت "تو پر از پتانسیل هستی، تو باهوش و بااستعدادی و کارهای خیلی زیادی می‌توانی بکنی. در تمام زندگی‌اش برعکس این حرف را به او گفته بودند و ذهنش شرطی شده بود تا فکر کند که هرگز از مشکلاتش خلاص نمی‌شود و هرگز موفق نمی‌شود ولی آن روز مانع بزرگی در ذهنش فرو ریخت و آن پسر، ذهنش را از نو شرطی کرد.

امروز بیزینس خودش را دارد و خیلی هم موفق هست. علاوه بر این به مدارس دیگری می‌رود و برای دانش‌آموزان در معرض خطر صحبت

می‌کند و به آنها این حرف مشاور را می‌گوید که گفت "شما در معرض خطر نیستید، بلکه در معرض فرصت‌ها هستید".

شاید مثل دوست من، اطرافیان‌تان متوسط بودن را پذیرفته‌اند، شاید متوسط بودن و داشتن اهداف کوچک برایشان کافی باشد ولی اجازه ندهید طرز فکر شما هم این‌طور باشد، چون شما این‌گونه نیستید، شما استثناء هستید، شما سدشکن هستید و تحصیلات، نحوه بزرگ شدن و محیط زندگی‌تان، شما را محدود نکرده است. خدا مقدر کرده که شما بالاتر بروید و رشد کنید و مقدر کرده که شما به سطح بعدی زندگی‌تان بروید.

## سدشکن باشید

این اتفاق برای پدرم هم افتاد. او در خانواده خیلی فقیری در مزرعه کتان در پاریس تگزاس بزرگ شد و ابتدای زندگی‌اش مصادف

با رکود بزرگ بود. موقع کریسمس خانواده‌اش سبد معیشتی دریافت می‌کردند. این سبد به فقیرترین افراد داده می‌شد. او هرگز نمی‌توانست یک لیوان کامل شیر بخورد، چون پولش را نداشتند. فقط یک‌چهارم لیوان را شیر می‌ریختند و بقیه‌اش را با آب پر می‌کردند تا این‌طور شیرشان بیشتر باقی بماند.

ولی وقتی پدرم ۱۷ سالش بود، اولین نفر در خانواده بود که زندگی‌اش را وقف مسیح کرد. او یک تصمیم مهم دیگر برای آینده‌اش گرفت. به من گفت "جول، آن روز تصمیم گرفتم که اجازه ندهم بچه‌هایم، فقری که من داشتم را تجربه کنند." و این‌گونه پدرم ذهنیتش را تغییر داد. اطرافیانش آدم‌های خوبی بودند، ولی ذهنشان محدود بود. ذهنشان شرطی شده بود که کمبود را بپذیرند و همیشه زندگی سختی داشته باشند.

مشکل این است که اگر این روش زندگی را بپذیرید، برای تغییرش کاری نمی‌کنید. آسان است که به متوسط بودند عادت کنید

و با محیطتان منطبق بشوید ولی پدرم در نوجوانی، غوغایی را در وجودش حس می‌کرد که ناشی از بذر عظمت وجودش بود.

شرایطش می‌گفتند او نمی‌تواند کاری بکند و باید تا آخر عمر در مزرعه کتان برداشت کند ولی به جای انطباق پیدا کردن با آن محیط، نگرشش این‌طور بود: "این سرنوشت من نیست. من فراتر از این می‌روم و زندگی متوسط را نمی‌پذیرم. لباس کهنه بقیه را نمی‌پوشم و منتظر گرفتن سبد معیشتی کریسمس نیستم. می‌دانم که بذر عظمت در وجودم هست و پتانسیلش را دارم. من خلاق هستم و خدای متعال به من زندگی بخشیده است."

در نوجوانی خانه را ترک کرد. بعد برای موعظه به زندان‌ها، سرای سالمندان و مدارس می‌رفت و هر جا می‌رفت، تفاوتی ایجاد می‌کرد. پدرم طلسم فقر را در خانواده ما شکست و ما را به سطح جدیدی برد. او سدشکن بود و می‌دانست برای چیزهای بزرگ‌تری ساخته شده است.

شما هم به جای منطبق شدن با محیط اطرافتان و شبیه بقیه شدن، چرا خودتان را مثل یک سدشکن ببینید؟ یعنی به عنوان یک استثناء که قرار است برجسته باشد و بالاتر برود.

شاید تمام افراد خانواده‌تان به جز شما افسرده هستند ولی شما متفاوت، شاد و پر از هیجان هستید. شاید همه به جز شما اعتیاد دارند، ولی شما آزاد و پاک هستید و به بقیه کمک می‌کنید. شاید بقیه زندگی سختی دارند و به خرج‌هایشان نمی‌رسند و رشد نمی‌کنند ولی شما این‌طور نیستید و زندگی‌تان پر از نعمت هست و برکات به دنبال شما می‌آیند و موقعیت‌ها به دنبال شما می‌گردند و استعدادها و توانایی‌هایتان شکوفا می‌شوند.

چرا این‌گونه است؟ چون شما یک استثناء هستید. خودتان برتر از کسی نمی‌دانید، ولی اعتماد به نفس کاملی دارید و می‌دانید که برای رشدهای بیشتری ساخته شده‌اید.

اگر پدرم فقر و تحصیلات محدود را به‌عنوان سهمش در زندگی پذیرفته بود، من امروز اینجا نبودم. آیا شما چیزهایی که کمتر از بهترین نعمت‌های الهی هستند را می‌پذیرید؟ آیا با یک محیط محدود انطباق پیدا کرده‌اید؟ آیا رؤیاهای بزرگی در قلبتان دارید و می‌دانید که می‌توانید بیزینس داشته باشید، مثلاً می‌توانید یک مدیر باشید یا یک کتاب بنویسید یا خانه بهتری بخرید ولی به جای آن دارید مثل دوستانتان زندگی می‌کنید؟ آیا در حد خانواده‌تان پیش رفته‌اید؟

تا همین‌جا متوقف نشوید. از آن قالب بیرون بیایید. هیچ چیزی بدتر از این نیست که به پایان زندگی برسیم و بفهمیم که به چه کسی می‌توانستیم تبدیل بشویم، اگر که به جای طرز فکر "در معرض خطر و آسیب بودن" با طرز فکر "در معرض فرصت‌ها و امکان‌ها" زندگی می‌کردیم؟