

آیا الگوی درستی برای موفقیت انتخاب کرده‌ای؟

علی اکبر قزوینی*

با زندگی خانم «الیزابت هولمز» تازه آشنا شده‌ام. سی و سه ساله است و جوان‌ترین بانوی ثروتمندِ خودساخته (یعنی کسی که با دست خودش ثروتمند شده است) در ایالات متحده. مهندسی شیمی خوانده اما درس را نیمه‌کاره در دانشگاه استنفورد رها کرده تا شرکت خودش را تأسیس کند. بیش از ۱۲ سال می‌شود که شرکت او راه افتاده و از همان ابتدا، یکی از استادانش در دانشگاه نیز با شرکت او همراهی می‌کرد تا این‌که پس از مدتی، او هم استادی دانشگاه را کامل رها کرد و به شرکت پیوست.

* www.alighazvini.com

خانم هولمز حالا در ابتدای چهارمین دهه زندگی‌اش، شرکتی به ارزش بیش از ۹ میلیارد دلار و ثروت خالصی بالغ بر ۴/۷ میلیارد دلار دارد و روی زمینه‌ای کار می‌کند که یادآور داستان‌های علمی-تخیلی است: انجام آزمایش کامل خون، تنها با گرفتن دو قطره خون از نوک انگشت (آن هم بدون درد و ترس از سرنگ) و ارسال نمونه برای انجام اتوماتیک آزمایش توسط دستگاه‌های فوق پیشرفته‌ای که نحوه کار آنها را کسی نمی‌داند.

خانم هولمز هدف بزرگی دارد: می‌خواهد بازار جدیدی با عنوان «فناوری تندرستی شخصی» را ایجاد و شکوفا کند. بازاری که بالقوه توان میلیاردها دلار درآمدزایی دارد و باعث می‌شود افراد با هر چه بیشتر درگیر شدن در فرایند تندرستی خود، زودتر از بیماری‌های احتمالی آگاه شده و زندگی‌ای سلامت‌تر را سپری کنند.

او هنگامی که فقط ۹ سال داشت، در نامه‌ای به پدرش نوشته بود: «چیزی که من واقعاً از زندگی می‌خواهم، کشف چیزی نو است؛ چیزی که بشر نمی‌دانست انجام دادنش امکان‌پذیر است.» به نظر می‌رسد او که این روزها و پس از سال‌ها تلاش رازدارانه، توجه رسانه‌ها را به خود جلب کرده، در مسیر درستی برای رسیدن به این هدف است. (خانم هولمز عمداً می‌خواست که خودش و شرکتش در معرض توجه نباشند. میزان سرّی نگه داشتن اخبار و فعالیت‌های شرکتش به گونه‌ای است که خیلی‌ها آن را با روش اپل و استیو جابز مقایسه می‌کنند. جالب است که خانم هولمز از لحاظ پوشیدن لباس نیز شبیه

جایز عمل می‌کند - اغلب یک پلوور مشک‌ساده تن می‌کند - و گیاهخوار نیز هست.)

با این تفاسیر، شاید تصور کنید این مقاله قرار است خانم هولمز را به عنوان یکی از الگوهای موفقیت معرفی کند و از سبک کار و زندگی او، هدفمندی و سخت‌کوشی‌اش تمجید کند. اما من قصد دیگری دارم. (:

آیا مدیر «دوو» آدم موفق‌تری بود؟

سال‌ها پیش کتابی می‌خواندم به نام «سنگفرش هر خیابان از طلاست». این کتاب را مدیر وقت شرکت کره‌ای «دوو» نوشته و در آن، داستان موفقیت خود و شرکتش و البته سبک کار و زندگی‌اش را شرح داده بود. اگر بگویم این کتاب یکی از بدترین کتاب‌هایی بوده که تاکنون خوانده‌ام، اغراق نکرده‌ام. (بله، هر کتابی خوب نیست؛ یا شاید بهتر بگویم خواندن برخی کتاب‌ها بدون استاد و راهنما، می‌تواند خطرناک باشد.)

آقای «کیم وو چونگ»، نویسنده کتاب، تصویری از ثروتمندی را در برابر من که آن زمان ۱۸ ساله بودم قرار داده بود که تا سال‌ها، همان تصویر و باورهای نادرست برخاسته از آن، مرا از ثروت دور نگه داشت. خوب به خاطر دارم که ایشان چطور در آن کتاب شرح داده بود که نسل آنها، به جای کار از ساعت ۹ صبح تا ۵ عصر، کار از ۵ صبح تا ۹ شب را جایگزین کرده بودند تا چرخ‌های صنعت کره

پیش برود (البته این نیت و قصد بدی نبود). اما در عین حال، ایشان توضیح داده بود که هر صبح صبحانه‌اش را در اتومبیل و حین رفتن به شرکت صرف می‌کند و سال‌هاست که با خانواده‌اش به مسافرت نرفته است.

من آن موقع با خودم گفتم: «اگر قرار است من پولدار و صاحب شرکت باشم اما حتی وقتِ صبحانه خوردن با فراغِ بال و وقت گذراندن با خانواده‌ام را نداشته باشم، این‌که اسمش موفقیت و خوشبختی نیست!» متأسفانه، جای تفسیرهایی بر کلمات آقای کیم خالی بود که اگر این کار انجام می‌شد، امکانش بود که از تلاش و تعهد او درس‌های ارزشمند گرفته شود و در عین حال، زندگی یک‌بُعدی او موجب ایجاد باورهای نادرست دربارهٔ موفقیت و ثروت نشود. سال‌ها گذشت تا کتاب‌های دیگر و شاگردی استادان خردمند، آن تصویرهای نادرست را از ذهن من بیرون برد.

آیا موفقیت یعنی فقط کار و کار و کار؟ آیا تفریح مانع رسیدن به موفقیت است؟

حالا در دههٔ دوم از قرن بیست و یکم، دربارهٔ خانمی ۳۳ ساله می‌خوانم که ۱۰ سال است به مسافرت تفریحی نرفته است. با دوستانش وقت نمی‌گذراند، رمان نمی‌خواند، به زور باید او را به یک تئاتر برد، و تمام ساعات بیداری‌اش را در دفتر کارش صرف می‌کند و هفت روزِ هفته را هم کار می‌کند. او در پاسخ به سؤالی دربارهٔ این همه صرفِ وقت برای کار و عدم صرفِ وقت برای خودش (که دغدغهٔ پدر و مادرش و حتی همکارانش در هیئت مدیره نیز هست)، می‌گوید: «تصور می‌کنم هنوز خیلی جوانم...»

وقتی اینها را می‌خوانم، بیشتر از همیشه نگران می‌شوم که اشخاصی مثل او، به عنوان الگوی موفقیت، ثروت و سخت‌کوشی معرفی شوند؛ در حالی که می‌دانم الگو قرار دادن افرادی نظیر او به صورت فکر نشده، می‌تواند نتایجی فاجعه‌بار داشته باشد.

حتماً می‌پرسید چه فاجعه‌ای؟ اجازه بدهید توضیح بدهم.

موفقیت فقط یک بُعد ندارد

انسان موجودی چندبعدی است. در درون هر یک از ما، ساحت‌های مختلفی وجود دارد که اگر هر کدام به اندازه کافی مورد توجه قرار نگرفته و ارضا نشوند، چرخ وجود آدمی لنگ خواهد زد. «محمود معظمی»، استاد در آشتی دادن انسان‌ها با خودشان، از تعبیری به نام «چرخ زندگی» استفاده می‌کند. او می‌گوید شش جنبه مهم و اساسی در هر یک از ما هست که باید به تناسب هم رشد کنند تا شخص بتواند احساس تعادل و خوشبختی در زندگی داشته باشد. این شش بخش عبارتند از: «علائق فردی، کار، نقش اجتماعی، خانواده، تندرستی، و معنای زندگی.» کسی که مدام و تمام‌وقت به بخش «کار» می‌پردازد، در واقع تنها به یک ششم از نیازهای خود پاسخ داده؛ و دیر یا زود آب و روغن قاطی می‌کند و موتور می‌سوزاند.

یک فیلسوف تراز اول درباره موفقیت چه می‌گوید؟

این تعبیر را هم اجازه بدهید که از دکتر «مصطفی ملکیان» نقل کنم که یکی از فیلسوفان تراز اول امروز در ایران هستند. صحبت ایشان درباره درس خواندن است که می‌توان آن را به هر «کار» دیگری تعمیم داد. ایشان می‌گویند:

«ما اینجا نیامده‌ایم که یک فیلسوف بزرگ شویم و برویم؛ و نیامده‌ایم اینجا ۲۰ تا کتاب بنویسیم و ۲۰۰ تا مقاله علمی بنویسیم در ژورنال‌های علمی-فلسفی/علمی-تحقیقی دنیا چاپ کنیم. ما آمده‌ایم اینجا که یک زندگی خوب، خوش و ارزشمند داشته باشیم. من این را دارم از قول کسی می‌گویم که این را کسی به او نگفته بوده و خودش را به یک معنا از میان برده - یعنی خودم. همیشه اعتدال داشته باشید؛ یعنی حق همهٔ ساحتهای وجودی‌تان را ادا کنید. نگویند چون تمرکز کرده‌ایم روی درس، دیگر به خوابمان توجه نمی‌کنیم، به خوراکیان توجه نمی‌کنیم، به ورزشمان توجه نمی‌کنیم، به تفریح و گردشمان توجه نمی‌کنیم، از مسافرت چشم می‌پوشیم. اگر حق هر ساحتی از ساحات وجودی‌تان و هر نیازی از نیازهایتان را برطرف نکنید، یک وقتی واقعاً وجودتان پنچر می‌شود و آن وقت کل ماشین‌تان از حرکت می‌افتد.»

استاد ملکیان ادامه می‌دهند: «من خودم در واقع به خاطر عدم توجه به این نکته خاکستر نشین شدم، به خاطر این که توجه نکردم و فقط خواندن و نوشتن و یادداشت برداشتن و باز هم

خواندن و باز هم نوشتن و دیگر توجه نکردن به این که خواب به اندازه نیاز دارم... خوراکم آیا خوراک مناسبی است؟ آیا تفرج دارم؟ گشت و گذاری هم دارم؟ انس با طبیعتم به آن اندازه که نیاز دارم هست یا نه؟ مسافرت می‌کنم یا نه؟ نشست و برخاست با انسان‌های دیگر دارم یا نه؟ هر کدام از اینها یکی از نیازهای ماست. حتماً اعتدال را رعایت کنید.»

آیا برایان تریسی کار کردن بی‌وقفه را تجویز می‌کند؟

سومین نکته را هم اجازه بدهید از «برایان تریسی» عنوان کنم؛ کسی که برای شما که در پی موفقیت و شادکامی در زندگی هستید، ناشناخته نیست. ایشان با این که ۷۳ سال دارد و همچنان فعال است و آموزش می‌دهد و ارزش می‌آفریند، تأکید می‌کند که پیوسته و بدون استراحت و وقفه کار کردن، آدمی را از پا می‌اندازد. او پیشنهاد می‌کند که هفته‌ای حداقل یک روز، از همهٔ امور کاری فارغ شوید و باتری‌های روح و روان‌تان را شارژ کنید.

بدون رفتن به دل طبیعت، سفر کردن، هم‌نشینی با خانواده و دوستان، فیلمی دیدن، کنسرتی رفتن، داستانی یا شعری خواندن و در کل انجام اموری که روح را صیقل می‌دهد، انسان بعید است که بتواند زندگی‌ای خوش و شکوفا داشته باشد. البته همیشه ممکن است مواردی به اصطلاح «فورس مائور» روی دهد که نیاز باشد انسان برای مدتی فراغت و استراحت خود را صرف کار کند؛ اما این که کسی در کل ۱۰ سال حتی یک سفر تفریحی هم نرفته باشد، از آن حرف‌هاست! تازه آن هم ۱۰ سالی که در

سومین دهه زندگی، یعنی از ۲۰ تا ۳۰ سالگی بوده؛ اوج جوانی و زمانی که دیگر هرگز باز نخواهد گشت.

مهم‌ترین نکته که درباره موفقیت باید بدانید

خانم هولمز روزی خواهد فهمید که بیش از حد زندگی را جدی گرفته بود. جوانی خودش را فدای هدفی کرد که هرچند ارزشمند است، اما هرگز نمی‌تواند روزهای از دست رفته و دوستی‌ها و خاطره‌هایی را که می‌توانست شکل بگیرد، به او بازگرداند.

البته، زندگی خانم هولمز به خودش مربوط است و اصلاً «او» موضوع این مقاله نیست. موضوع این مقاله، «شما» دوست و خواننده عزیز، محترم و دوست‌داشتنی هستی که می‌خواهی به موفقیت‌های بیشتر و ثروت بیشتر و یک زندگی شادتر و خوش‌تر بررسی. همه اینها را نوشتم تا مبادا در دام رسانه‌هایی بیفتی که فقط شهرت و ثروت ظاهری را ترویج می‌کنند و اشخاص را از «اصل موضوع» غافل می‌کنند.

جمله استاد ملکیان را مجدد تکرار می‌کنم: «ما آمده‌ایم اینجا که یک زندگی خوب، خوش و ارزشمند داشته باشیم.» پس الگوهایی را برگزین و از هر کسی ویژگی‌هایی را الگوی خودت قرار بده که وقتی ۱۰، ۲۰، ۳۰ سال دیگر یا بیشتر به عقب برگشتی و زندگی‌ات را بررسی کردی، احساس کنی عمری

این مقاله از وبسایت آموزشی علی اکبر قزوینی دانلود شده است. برای خواندن مقالات بیشتر لطفاً به این نشانی مراجعه کنید: AliGhazvini.com

پربار را سپری کرده‌ای و به همه نیازهای درونی‌ات و تشنگی‌های وجودی‌ات پاسخ مناسب داده‌ای.

لطفاً این مقاله را با دوستان خود به اشتراک بگذارید.

به کانال تلگرامی ما بپیوندید و مطالب آموزشی جدید را مرتب دریافت کنید:

<https://telegram.me/AliGhzn>