

# باشگاه 5 صبحی ها

نویسنده: رابین شارما

ویراستار: فائزه بابایی

نام مترجم: هانیه اسودقدیری



**صبح شما زندگی شما را می سازد.**

### **پیام و تقدیم نامه نویسنده**

از اینکه این کتاب در دستان شماست بی نهایت سپاسگزارم. امید من این است که در خدمت بیان کامل هدایا و استعدادهای شما باشد. و باعث انقلاب های دگرگونی قهرمانانه در خلاقیت، بهره وری، رفاه و خدمت شما به جهان شود.

باشگاه ۵ صبحی ها بر اساس مفهوم و روشی است که من بیش از بیست سال است که به کارآفرینان مشهور، مدیران عامل شرکت های افسانه ای، سوپرستارهای ورزشی، نمادهای موسیقی و اعضای خانواده سلطنتی - با موفقیت فوق العاده - آموزش داده ام.

من این کتاب را در یک دوره چهار ساله در ایتالیا، آفریقای جنوبی، کانادا، سوئیس، روسیه، برزیل و موریس نوشتم. گاهی کلمات بدون زحمت جاری می شدند، انگار نسیم ملایم تابستانی پشتم را می پیچید و در بعضی مواقع، تلاش می کردم تا جلوتر بروم. گاهی اوقات احساس می کردم پرچم سفید تهی شدن خلاقیت را به حرکت در می آورم و در دوره های دیگر این روند شدید معنوی، مسئولیتی بالاتر از نیازهای خودم، مرا تشویق می کرد تا ادامه دهم.

من تمام آنچه را که باید در نوشتن این کتاب توضیح بدهم برای شما داده ام. و من به شدت از همه افراد بسیار خوب از سراسر کره زمین که در تکمیل باشگاه 5 صبح در کنار من ایستاده اند تشکر می کنم.

و از این رو، با دلی پر، این اثر را متواضعانه به شما خواننده عزیز تقدیم می کنم. جهان به قهرمانان بیشتری نیاز دارد و چرا باید منتظر آن ها باشیم - زمانی که این قهرمانی را در خود داری. امروز شروع میشود.

با عشق و احترام

## نقل قول

"ما ابدیت خواهیم داشت تا پیروزی ها را جشن بگیریم، اما فقط چند ساعت قبل از غروب آفتاب تنها چند ساعت وقت داریم.

( امی کارمایکل )

"برای داشتن ارزش هیچ وقت دیر نیست ، یا بنظر من هر لحظه می توانید کسی که می خواهی باشی . امیدوارم زندگی ای داشته باشی که به آن افتخار کنی و اگر اینگونه نیست، امیدوارم قدرت آن را داشته باشی که هر چه زودتر آن را تغییر دهی.

( اف. اسکات فیتزجرالد )

بنظر افرادی که در حال رقصیدن هستند دیوانه اند ، اما این تویی که صدای موسیقی را نشنیده ای .

(فردریش نیچه)

## فصل 1

### تصمیمی خطرناک

مرگ با اسلحه خیلی خشن خواهد بود. یک طناب قدیمی و یک تیغه چاقو به مچ دست مرگ بی سر و صدایی خواهد بود. بنابراین، این سوال مطرح می شود که چگونه می توان یک زندگی پرشکوه را به سرعت و با دقت و با کمترین آشفتگی و در عین حال بیشترین تأثیر به پایان رساند؟

یک سال پیش، شرایط به طرز چشمگیری امیدوارکننده تر بود. این کارآفرین خانم به طور گسترده ای به عنوان یک غول، در صنعت خود، رهبر جامعه و یک بشردوست مورد تحسین قرار گرفته بود. او در اواخر سی سالگی خود بود و شرکت فناوری را که در اتاق خوابگاهش در کالج تأسیس کرده بود، هدایت می کرد و در عین حال محصولاتی را تولید می کرد که مشتریان به آنها احترام می گذاشتند، او تسلط بر بازار را به سطوح فزاینده ای رساند.

با این حال، می دانست که غافلگیر شده است. او با ضربه ای خبیثانه روبرو شده بود که از حسادت نشأت گرفته بود و این به شدت، سهم مالکیت او را در تجارتي که در بیشتر عمرش روی آن سرمایه گذاری کرده بود، تضعیف می کرد. حالا او مجبور بود به دنبال شغل جدیدی برود. این تغییر شرایط، برای او غیرقابل تحمل بود. او احساس می کرد زندگی به او خیانت کرده است و او لیاقت بسیار بیشتری دارد. تصمیم گرفت تا تعداد بسیار زیادی قرص خواب آور بخورد. این کار خطرناک، این گونه تمیزتر می شد. با خودش فکر کرد تنها لازم بود همه آنها را بخورد و سریع کارش تمام میشود. می خواست از آن درد رهایی یابد. اتاق خواب او کاملاً سفید بود. ناگهان روی میز آرایش شیک خودش که از چوب درخت بلوط ساخته شده بود، بلیطی را دید. آن بلیط را مادرش به او داده بود و برای کنفرانسی درباره بهینه سازی شخصی بود. او معمولاً به افرادی که در چنین مراسم هایی شرکت می کردند، می خندید و آنها را افرادی بال شکسته» می نامید. باور داشت چنین افرادی به دنبال جواب های شان مانند مرشد قلبی هستند، که شاید زمان آن رسیده بود تا نظرش را تغییر دهد. راه حل دیگری نداشت. یا باید به آن سمینار می رفت و یا باید به خیال خودش با مرگی سریع آرامش پیدا می کرد.



## فصل 2

### یک فلسفه روزانه در مورد افسانه شدن

اجازه ندهید آتش درون تان در باتلاقی از ناامیدی خاموش شود. اجازه ندهید چون که هرگز به آن زندگی که لیاقتش را داشتید نرسیدید، قهرمان درون تان در ناامیدی و تنهایی بمیرد. شما می توانید به دنیای مورد علاقه خودتان برسید. این دنیا وجود دارد، واقعی است و رسیدن به آن ممکن است. این دنیا مال شماست. (این راند) او یکی از بهترین سخنرانان بود. افسونگری واقعی. افسونگر در دوران هشتاد سالگی و در پایان دوران افسانه ای خودش بود و در سراسر دنیا به عنوان یک استاد الهام بخشی، افسانه ای در رهبری و سیاستمداری در کمک به مردم برای درک بزرگترین توانایی های شان مورد احترام بود. در فرهنگی سرشار از بی ثباتی، شک و تردید و عدم امنیت، برنامه های این افسونگر، جمعیت بسیار زیادی را به خود جذب می کرد که مشتاق بودند نه تنها زندگی هایی پر از خلاقیت، بهره وری و کامیابی داشته باشند، بلکه می خواستند زندگی شان را تعالی بخشند. در پایان، آنها مطمئن می شدند که میراثی فوق العاده را از خودشان بر جای گذاشته اند و اثرشان را روی نسل بعدی داشته اند. کارهای این مرد بی نظیر بود. او بینش هایی را به ما می داد که قهرمان درونمان را با ایده هایی تقویت می کرد؛ پیام او به افراد عادی، نشان می داد که چگونه به بالاترین سطوح موفقیت در حوزه کسب و کار خود برسند و یک زندگی کاملاً غنی داشته باشند. و ما به حسی از شگفتی بر می گردیم که زمانی می شناختیم. زمانی پیش از آن که یک دنیای سخت و سرد ما را با پیچیدگی و شوریدگی تکنولوژیکی به بردگی در بیاورد. گرچه آن افسونگر قذبلند بود، اما دوران سالخوردگی، او را کمی خمیده کرده بود.

وقتی روی سکو راه می رفت، با احتیاط و در عین حال با ظرافت قدم برداشت. یک کت و شلوار خاکستری زغالی با نوارهای سفید ملایم ظاهری زیبا به او بخشیده بود. و یک جفت عینک با رنگ آبی و به میزان مناسبی به خود عطر زد.

افسونگر در اتاق به هزاران نفر گفت: «زندگی خیلی کوتاه است که بخواهی با استعدادهایت کوچک بازی کنی». «شما با فرصتی بسیار به دنیا آمدید.

شما با مسئولیتی به دنیا آمده اید تا افسانه ای شوید. که برای تحقق اهداف غیرمعمول مهم طراحی شده‌اید و ساخته شده‌اید تا نیروی خوبی در این سیاره کوچک باشید. شما این توانایی را دارید که در

تمدنی که نسبتاً غیرمتمدن شده است، حاکمیت را بر عظمت اولیه خود بازپس بگیرد. برای بازگرداندن اشرافیت خود در جامعه ای جهانی که اکثریت آن ها کفش های خوب می خردند و چیزهای گران قیمتی به دست می آورند، اما به ندرت روی یک خود بهتر سرمایه گذاری می کنند.

رهبری شخصی شما ایجاب می کند - دیگر نیازی نیست مانند موجودی سایبری باشید که بی وقفه جذب دستگاه های دیجیتالی می شوند و زندگی تان را به گونه ای بازسازی کنید که تسلط کامل داشته باشید، نجابت را سرمشق بگیرید و از خودمحوری که افراد خوب را محدود می کند دست بردارید. زنان و مردان بزرگ جهان همه بخشنده بودند. این توهم رایج را کنار بگذارید که کسانی که بیشترین انباشته را دارند برنده می شوند. در عوض، کاری را انجام دهید که قهرمانانه است - که بازار شما را به دلیل کیفیت اصالت و همچنین کمکی که ارائه می دهد، متحیر می کند. در حالی که شما این کار را انجام می دهید، توصیه من این است که یک زندگی خصوصی قوی از لحاظ اخلاقی، سرشار از زیبایی شگفت انگیز و در حفظ آرامش درونی خود تسلیم نپذیر ایجاد کنید. دوستان من اینگونه با فرشتگان اوج می گیرید. و در کنار خدایان قدم بردارید.»

افسونگر مکث کرد. او در یک جرعه هوا به بزرگی یک کوه نقاشی کشید. نفسش سخت شد و در حین نفس کشیدن صدایی هولناک ایجاد کرد. او به چکمه های مشکی شیک خود که تا درجه نظامی جلا داده شده بود نگاه کرد.

آنهایی که در ردیف جلو بودند، یک قطره اشک را دیدند که بر چهره ی او پوشیده و در عین زیبایی خود می چکید.

نگاهش رو به پایین ماند. سکوتش رعد و برق بود. افسونگر ظاهر شد.

پس از یک سری لحظات استرس زا که باعث شد برخی از تماشاگران در صندلی های خود جابجا شوند، افسونگر میکروفونی را که در دست چپ خود گرفته بود، کنار گذاشت. با دست آزادش، با مهربانی دستش را در جیب شلوارش برد و یک دستمال کتانی تا شده را بیرون آورد. گونه اش را پاک کرد.

"هر یک از شما در زندگی خود تماسی دارید. هر یک از شما گزینه ای برای برتری در روحیه خود دارید. هیچ کس در این اتاق نیازی ندارد که به طور متوسط یخ زده بماند و تسلیم رفتاری شود که در جامعه همراه با جمعی مشهود است. حرفه ای زدایی از کسب و کار بسیار آشکار در صنعت است.

محدودیت چیزی نیست جز ذهنیتی که بسیاری از افراد خوب روزانه آن را انجام می دهند تا زمانی که باور کنند واقعیت دارد. دیدن این همه انسان بالقوه قدرتمند که در داستانی گیر کرده اند، قلبم را می شکند. از نظر حرفه ای و شخصی خارق العاده نباشید. باید به خاطر داشته باشید که بهانه های شما اغوا کننده هستند، ترس های شما دروغگو هستند و شک های شما دزد هستند.

خیلی ها سر تکان دادند. چند نفر دست زدند. سپس بسیاری دیگر کف زدند. "من شما را درک میکنم. من واقعاً انجام می دهم،" افسونگر ادامه داد.

من می دانم که شما در زندگی خود روزهای سختی را پشت سر گذاشته اید. همه ما داریم. متوجه می شوم که ممکن است احساس کنی همه چیز آنطور که در کودکی پر از آتش، میل و شگفتی فکر می کردی پیش نرفته است. شما برنامه ریزی نکردید که هر روز یکسان به نظر برسید، درست است؟ در شغلی که ممکن است روح شما را خفه کند. مقابله با نگرانی های استرس زا و مسئولیت های بی پایان که اصالت شما را خفه می کند و انرژی شما را می دزدد. هوس دنبال کارهای بی اهمیت باعث تحقق فوری خواسته های بی اهمیت نمی شود، اغلب توسط فناوری هستش که به جای رهایی ما را به بردگی می کشد. همین هفته را چند هزار بار زندگی کردن و اسمش را زندگی کردن گذاشتن. باید به شما بگویم که تعداد زیادی از ما در سی سالگی می میرند و در هشتاد سالگی دفن می شوند. بنابراین، من شما را درک می کنم. امیدوار بودی اوضاع فرق کند. جذابتر، هیجان انگیزتر، رضایت بخش تر، خاص تر و جادویی تر بنظر برسد.

صدای افسونگر هنگام گفتن این آخرین کلمات می لرزید. برای یک لحظه به سختی نفس کشید. یک نگاه نگران باعث چروک شدن پیشانی او شد. روی صندلی کرم رنگی که یکی از دستیارانش با احتیاط کنار صحنه گذاشته بود نشست.

"و بله، من می دانم که افراد زیادی در این اتاق هستند که در حال حاضر زندگی هایی را که دوست دارید را انجام می دهید. شما یک موفقیت حماسی در جهان هستید، که کاملاً در بازی خود هستید و خانواده و جوامع خود را با برقی که هم مرز است غنی می کنید. دنیای ماورایی، کار خوبی است. آفرین.

با این حال، شما نیز فصل هایی را تجربه کرده اید که در آن دره سرد و خطرناک تاریکی گم شده اید. دایره کوچکی از آسایش و ترس و کرختی که به عمارت استادی و ذخایر شجاعت در وجودت



خیانت می کند. تو نیز از زمستان های بی حاصل زندگی ضعیف ناامید شده ای. الهام بخش ترین رویاهای دوران کودکی شما نیز توسط افرادی که به آنها اعتماد دارید آسیب دیده اند. شما نیز آرمان هایتان را نابود کرده اید. شما نیز قلب بی گناهتان را ویران کرده اید و زندگی تان را نابود کرده اید، مانند کشوری ویران شده پس از جاه طلبی خارجی که در آن نفوذ کرد.»

سالن کنفرانس به شدت ساکت بود.

مهم نیست در کجای مسیر زندگی خود هستید، لطفاً اجازه ندهید که درد گذشته مانع شکوه آینده افسانه ای شما شود. و شما دقیقاً همان جایی هستید که باید باشید تا رشد لازم را دریافت کنید تا بتوانید زندگی غیرمعمول سازنده، فوق العاده شگفت انگیز و فوق العاده تأثیرگذاری را که در سخت ترین آزمایش ها به دست آورده اید، داشته باشید. در این لحظه هیچ چیز اشتباه نیست حتی اگر احساس می کنید همه چیز در حال خراب شدن است. اگر احساس می کنید که زندگی شما در حال حاضر به هم ریخته است، این فقط به این دلیل است که ترس شما کمی قوی تر از ایمان شما است. با تمرین، می توانید صدای ترسیده خود را کم کنید. و لحن پیروزتری خود را افزایش دهید. حقیقت این است که هر رویداد چالش برانگیزی که تجربه کرده اید، هر فرد سمی که با آن ها مواجه شده اید و تمام آزمایش هایی که متحمل شده اید، آماده سازی عالی برای تبدیل شما به فردی بوده که اکنون هستید. شما به این درس ها نیاز داشتید تا گنج ها، استعدادها و قدرت هایی را که اکنون در درون شما بیدار می شوند، فعال کنید. هیچ چیزی تصادفی نیست. شما دقیقاً همان جایی هستید که باید برای شروع زندگی عالی ترین خواسته های خود باشید. چیزی که می تواند از شما یک امپراتوری ساز در کنار یک تغییر دهنده جهان بسازد. و شاید حتی یک تاریخ ساز.»

مردی با کلاه بیسبال قرمز رنگ که در ردیف پنجم نشسته بود، فریاد زد: «همه اینها آسان به نظر می رسد، اما در واقعیت بسیار سخت تر است.» او یک تی شرت خاکستری و شلوار جین پاره به تن داشت. اگرچه این طغیان می توانست بی احترامی به نظر برسد، صدای شرکت کننده و زبان بدن او تحسین واقعی افسونگر را نشان می دهد.

افسونگر پاسخ داد: "با تو موافقم، ای انسان شگفت انگیز." «ایده ها هیچ ارزشی ندارند، مگر اینکه توسط برنامه پشتیبانی شوند. کوچکترین اجراها همیشه ارزش بیشتری از بزرگ ترین اهداف دارند. و

اگر فردی شگفت انگیز بود و ایجاد یک زندگی افسانه ای آسان بود، همه این کار را انجام می دادند.  
می دانید منظورم چیست؟"

مرد کلاه قرمزی در حالی که لب پایینی خود را با یک مالش می داد، پاسخ داد: "حتما، رفیق."  
افسونگر ادامه داد: "«خوشحال ترین، موفق ترین و تأثیر گذارترین افراد، همیشه این قانون را به یاد دارند کلاس جهانی زمانی شروع میشود که از دایره ی راحتی خودتان بیرون بیایید.»  
مرد سری تکان داد. گروهی از مخاطبان همین کار را می کردند.

از سنین جوانی، ما برنامه ریزی شده ایم تا فکر کنیم که حرکت در زندگی وفادار به ارزش های تسلط، نبوغ و نجات به تلاش کمی نیاز دارد. و بنابراین، اگر جاده سخت شود و نیاز به صبر داشته باشد، فکر می کنیم که در مسیر اشتباهی هستیم.

ما فرهنگ افراد نرم، ضعیف و ظریفی را تشویق کرده ایم که نمی توانند به وعده ها عمل کنند، به تعهدات خود وثیقه می گذارند و در لحظه بروز کوچک ترین مانع از آرزوهای خود دست می کشند.»  
سخنور سپس آه بلندی کشید.

"سخت خوب است. عظمت واقعی و درک نبوغ ذاتی شما به معنای ورزش دشواری است. فقط کسانی که به اندازه کافی وقف دارند تا به لبه های آتشین بالاترین حد خود بروند آنها را گسترش می دهند. و رنجی که در طول سفر تحقق قدرت های ویژه، قوی ترین توانایی ها و الهام بخش ترین جاه طلبی های شما رخ می دهد، یکی از بزرگترین منابع رضایت انسان است. کلید اصلی خوشبختی - و آرامش درونی - این است که بدانید هر کاری که لازم بوده انجام داده اید تا پاداش خود را به دست آورید و با شور و اشتیاق جسارت تلاش خود را برای تبدیل شدن به بهترین خود سرمایه گذاری کرده اید. مایلز دیویس، اسطوره جاز، به طرز وحشیانه ای از حد معمولی که از رشته اش می دانست، گذشت تا از پتانسیل باشکوه خود به طور کامل استفاده کند. میکل آنژ از لحاظ ذهنی، عاطفی، جسمی و روحی بسیار فداکاری کرد تا هنر عالی خود را تولید کند. رزا پارکز، یک خیاط ساده با شجاعت فوق العاده، زمانی که دستگیر شد به دلیل اینکه صندلی خود را در یک اتوبوس جدا شده تسلیم نکرد و جنبش حقوق مدنی را برانگیخت، تحقیر آشکاری را تحمل کرد. چارلز داروین با مطالعه برناکل ها - بله، برناکل ها - برای هشت سال طولانی، همان طور که تئوری معروف تکامل خود را فرموله می کرد، نوع

عزمی را که فضیلت طلبی می‌طلبد، نشان داد. این نوع وقف به بهینه سازی تخصصی اکنون توسط گروهی در دنیای مدرن ما به عنوان "دیوانه" نامیده می‌شود که مقادیر زیادی از عمر غیرقابل جایگزین خود را صرف تماشای سلفی‌ها، صبحانه‌های دوستان مجازی و بازی‌های ویدئویی خوشونت آمیز می‌کنند. "اسپلیندر در حالی که به اطراف سالن نگاه می‌کرد، انگار متعهد شده بود که مستقیماً در چشمان هر یک از حاضران نگاه کند.

مجری سالخورده ادامه داد: «استیون کینگ قبل از فروش رمان کری، رمانی که او را به شهرت رساند، به‌عنوان معلم نویسنده‌گی دبیرستان و در یک خشک‌شویی صنعتی کار می‌کرد. اوه، و لطفاً بدانید که کینگ از رد و انکار آن قدر دلسرد شده بود که او دست نوشته‌ای را که در تریلر کوچک خود نوشته بود به زباله‌ها انداخت و تسلیم مبارزه شد. تنها زمانی بود که همسرش، تابتا، این اثر را در حالی که شوهرش دور بود، کشف کرد، خاکستر سیگار او را پاک کرد، کتاب را خواند و سپس به نویسنده آن گفت که بسیار عالی است که کینگ آن را برای انتشار ارائه کرده است. حتی در آن زمان، پیش پرداخت او برای حقوق جلد گالینگور مبلغ ناچیز بیست و پانصد دلار بود.

"جدی میگی؟" زنی که نزدیک صحنه نشسته بود زمزمه کرد. او یک کلاه سبز و پر زرق و برق به سر داشت که یک پر بزرگ مایل به قرمز از آن بیرون زده بود و به وضوح از رفتن به ضرب طبل خود راضی بود.

افسونگر گفت: "من هستم. و در حالی که ونسان ون گوگ در طول زندگی خود نهصد نقاشی و بیش از یک هزار طراحی خلق کرد، شهرت او پس از مرگش آغاز شد. انگیزه او برای تولید الهام گرفته از تشویق مردم نبود. اما با یک غریزه عاقلانه تر که او را ترغیب کرد تا ببیند چقدر از قدرت خلاقیتش می‌تواند باز کند، مهم نیست که چقدر سختی باید تحمل کند. افسانه شدن هرگز آسان نیست. اما من آن سفر را به دلشکستگی گیر افتادن ترجیح می‌دهم. به طور معمولی که بسیاری از افراد بالقوه قهرمان با آن برخورد می‌کنند افسونگر با قاطعیت بیان کرد.

«به هر حال، اجازه دهید به سادگی بگویم که جایی که بزرگترین ناراحتی شما در آن نهفته است، همان جایی است که بزرگترین فرصت شما در آن زندگی می‌کند. باورهایی که شما را پریشان می‌کنند، احساساتی که شما را تهدید می‌کنند، پروژه‌هایی که شما را عصبی می‌کنند و شکوفایی استعدادهایتان که بخش ناامن شما در برابر آن مقاومت می‌کند دقیقاً همان جایی است که باید به آن

بروید. عمیقاً به سمت این دروازه‌ها متمایل شوید و به عظمت خود به عنوان یک تولیدکننده خلاق، جویای آزادی شخصی و امکان‌گرا متمایل شوید. و سپس این باورها، احساسات و پروژه‌ها را به سرعت بپذیرید، به جای اینکه ساختار زندگی‌تان را طوری بسازید که برای رد کردن آنها طراحی شده است. قدم زدن در چیزهایی که شما را می‌ترساند، این است که چگونه قدرت فراموش شده خود را بازیابی می‌کنید. و چگونه بی‌گناهی و هیبتی را که پس از کودکی از دست داده بودید، برمی‌گردانید."

ناگهان افسونگر شروع به سرفه کرد. در ابتدا خفیف. سپس با خشونت، گویی توسط یک شیطان جهنمی تسخیر شده بود که قصد انتقام دارد.

در بال‌ها، مردی با کت و شلوار مشکی با بریدگی خنده‌ای ته‌اجمی به دهانی که به احتیاط در سرآستین پیراهنش قرار داشت صحبت می‌کرد. چراغ‌ها شروع به سوسو زدن کردند، سپس کم نور شدند. چند نفر از مخاطبان که در نزدیکی سکو قرار داشتند، ایستاده بودند و مطمئن نبودند چه کنند.

زنی زیبا و منحصر به فرد با موهایش به صورت موی ترد، لبخندی فشرده و لباس مشکی تنگ با یقه سفید گلدوزی شده از پلکان فلزی که افسونگر در ابتدای صحبتش از آن بالا رفته بود، هجوم برد. او یک گوشی در یک دست و یک دفترچه یادداشت در دست دیگر داشت. کفش‌های پاشنه بلند قرمز او صدای "کلیک کلیک، کلیک کن" را در حالی که به سمت کارفرمایش می‌دوید، ایجاد می‌کرد.

با این حال، زن خیلی دیرش شده بود.

افسونگر مثل یک بوکسور مست با قلبی بزرگ اما مهارت‌های ضعیفی در آخرین دور از حرفه‌ای که زمانی شکوهمند بود و باید سال‌ها زودتر به پایان می‌رسید، روی زمین مچاله شد. مجری قدیمی بی حرکت دراز کشیده بود. رودخانه کوچکی از خون از بریدگی سر او خارج شد و بر اثر سقوطش ادامه یافت. عینکش کنارش نشست. دستمال هنوز در دستش بود. چشمان او که زمانی برق می‌زد بسته ماند.

### فصل 3

#### یک رویارویی غیرمنتظره با یک غریبه

به گونه ای زندگی نکنید که گویی ده هزار سال دیگر وقت دارید. وقتی هنوز زنده هستید و در این دنیا حضور دارید، تلاش کنید تا انسان فوق العاده ای شوید.» (مارکوس اوریلیوس، امپراتور روم)

کار آفرین، به دروغ به افراد داخل اتاق می گفته که آمده است تا فرمول فوق العاده افسونگر برای افزایش بهره وری را از او یاد بگیرد که سال ها برای افراد بسیار موفق تدریس می کرده است. او با خودش فکر می کرد که روش آن افسونگر، در کسب و کارش به او اجازه میدهد تا خیلی زود به تسلط بی چون و چرایی برسد. دلیل واقعی رفتن او به آن مراسم را میدانید. او نیاز داشت تا دوباره امیدوار شود. او می خواست زندگی اش را نجات دهد. هنرمند آمده بود تا خلاقیتش را برانگیزد و توانایی اش را چند برابر کند و بتواند با کارهایش، اثری را از خود در این حوزه بر جای بگذارد و به نظر می رسید، آن بی خانمان هم دزدکی وارد اتاق کنفرانس شده بود و کسی او را ندیده بود. کار آفرین و هنرمند، کنار هم نشستند. این اولین بار بود که همدیگر را می دیدند. خانم کار آفرین، در حالی که هنرمند با موهای بافته اش بازی می کند، پرسید. فکر می کنی مرده؟» صورت کار آفرین

ناموزون و دراز بود. در پیشانی او چین و چروک و ترک های زیادی دیده می شد. موهای قهوه ای متوسطی داشت. گویی با چهره اش می گفت. من جدی هستم، سر به سر من نگذار.» مانند یک دونه دوی استقامت لاغر بود. بازوانی لاغر و پاهایی چست و چالاک داشت و دامن آبی رنگی پوشیده بود. چشمای او غمگین بود. غم او، از دردهای قدیمی بودند که هرگز التیام پیدا نکرده بودند، آشفتگی کنونی کسب و کار عزیزش، به دردهای او اضافه کرده بود.

هنرمند با اضطراب گفت. «مطمئن نیستم. خیلی بد افتاد زمین خدای من، واقعا بد افتاد. هیچ وقت چنین چیزی ندیده بودم.» کار آفرین گفت، من اهل چنین مراسم هایی نیستم. اما خیلی از گفته هایش درباره این عصر تکنولوژی، که تمرکز و توانایی ما برای عمیق فکر کردن را نابوده کرده است، خوشم آمد.» حرفهایش را نسبت رسمی ادامه داد. او هیچ علاقه ای نداشت تا در مورد شرایطش با دیگران حرف بزند و کاملا مشخص بود که می خواست از وجهه خودش به عنوان یک خانم کار آفرین موفق، که آماده رفتن به سطح بعدی است، محافظت کند. هنرمند که همچنان مضطرب بود، گفت: «آره، واقعا کارش درسته. او بسیار به من کمک کرده است. اصلا چیزی را که می بینم، باورم نمی

شود.» او نقاش بود. از آنجایی که می خواست زندگی شخصی و هنری اش را ارتقاء دهد، برنامه های افسونگر را دنبال می کرد. هنرمند چاق بود و نه ریش بار یکی داشت. او تی شرت شلوار و پوتین های سیاه پوشیده بود. هنرمند، خالکوبی هایی در هر دو بازو و روی پای چپش داشت.

یکی از حضار گفت، «ثروتمندها، متظاهر و متقلب هستند. شخص دیگری، یکی از گفته های سالوار دور دالی را گفت. «من دارو مصرف نمی کنم. من خود دارو هستم آهنگ ملایمی در حال پخش شدن بود. بی خانمان که چند ردیف دورتر از کار آفرین و هنرمند نشسته بود، با صدای بلندی گفت، (سلام بچه ها) کار آفرین و هنرمند برگشتند و او را دیدند. گویی چندین دهه بود که صورتش را اصلاح نکرده بود و لباس های مندرس و پاره ای به تن داشت. کار آفرین با صدایی بسیار سرد گفت. «بله؟ می توانم کمکتان کنم؟» هنرمند، کمی مهربانانه تر پاسخ داد. «سلام رفیق چیزی شده؟ بی خانمان از جایش بلند شد و آمد و نزدیک آن دو نشست. در حالی که با خراش روی یکی از دست هایش ور می رفت، پرسید. فکر می کنید مرده؟» هنرمند که مضطرب بود، پاسخ داد. مطمئن نیستم. امیدوارم که این طور نباشد.

بی خانمان ادامه داد: «هی بچه ها، شما از سمینار خوشتان آمد؟ از کدام بخش بحث های این سخنران با سابقه، خوشتان آمد؟ هنرمند گفت، «صد در صد. من عاشق کارهای او هستم. من شرایط سختی در زندگی دارم، اما حرف های او واقعا عمیق و قدرتمند هستند.» کار آفرین با شک و تردید گفت، «من زیاد مطمئن نیستم. من هم خیلی از حرف های او خوشم آمد اما هنوز در مورد بعضی از حرف هایش متقاعد نشده ام. به کمی زمان نیاز دارم.» بی خانمان گفت او واقعا بهترین است. من با کمک درس های این افسونگر، به ثروت زیادی رسیده ام و به لطف او، یک زندگی کلاس جهانی دارم. بسیاری از افراد، آرزو می کنند تا اتفاقات خارق العاده ای در زندگی شان بیافتد. اما او به من یاد داد که افراد بسیار موفق، خودشان آن اتفاقات خارق العاده را در زندگی شان به وجود می آورند. او نه تنها به من فلسفه ای را یاد داد تا بتوانم به رؤیاهای بزرگم برسم، بلکه روش ها، ابزارها و تاکتیک هایی را به من آموخت تا با استفاده از اطلاعات و دانش، به نتایج برسم. او با بینش انقلابی خود، در مورد عادت های صبحگاهی کاملا مؤثر، تأثیر بسیار زیادی در شکوفایی من داشته است.» جای زخمی درست در بالای چشم راست بی خانمان دیده می شد. ریش ترسناک او خاکستری بود و مانند راهبان هندی، دور گردنش تسبیحی داشت. گرچه ظاهرش نشان می داد که سال های زیادی در خیابان ها زندگی کرده است، اما صدایش حس عجیبی از قابلیت اعتماد و اطمینان داشت. چشم هایش اعتماد

به نفس یک شیر را نشان می داد کار آفرین در گوش هنرمند زمزمه کرد. «کاملا دیوانه است. اگر او ثروت زیادی دارد، من هم مادر ترزا هستم» هنرمند گفت، «می دونم چی میگی. به نظر دیوانه است. اما به ساعت بزرگی که در دستش است، نگاه کن بی خانمان که به نظر در اواخر دوران شصت سالگی به سر می برد، در دست چپش یکی از آن ساعت های بزرگ بود که مدیران انگلیسی سرشناس، با افتخار وقتی برای ناهار به محله ی می فر لندن می روند، به دست شان می بندند. صفحه ی ساعته بسیار زیبا بود و ساعت شماری قرمز و دقیقه شماری نارنجی داشت. این ساعت که مانند نشان افتخاری برجسته بود، کاملاً با بند چرمی سیاه آن سازگاری داشت. کار آفرین گفت، «حداقل صد هزار دلار قیمتش است. برخی از افراد، روز بعد از عرضه اولین سهام شرکت ما، از این ساعت ها در دستشان داشتند. متأسفانه، قیمت سهم ما سقوط کرد. اما آنها، آن ساعت ها را نگه داشتند. بی خانمان در حالی که هنوز مچ دستش را میخورانید، پرسید. «خوب، شما دو تا از کدام بخش از حرف های افسونگر، بیش تر از همه خوشتان آمد؟ وقتی که درباره روانشناسی نبوغی حرف زد که با آن شروع کرده بود؟ یا آن مدل های فوق العاده ای که درباره روش های بهره وری افراد بسیار موفق گفت؟ یا شاید هم درباره حرف هایش قبل از به زمین افتادن، در مورد مسئولیت پذیری ما برای افسانه ای شدن؟ بی خانمان سپس چشمکی زد، به ساعت بزرگش نگاهی کرد و گفت: «هی رفقا. واقعا خوش گذشت اما زمان، یکی از با ارزش ترین چیزهایی است که باید از آن محافظت کرد. وارن بافت"، این سرمایه گذار بسیار باهوش، گفت که باید روی زمان، سرمایه گذاری زیادی کرد. بنابراین، نمی توانم با شما دو نفر، مدت زیادی حرف بزنم. ملاقاتی دارم و باید زود با جت به آن دیدار بروم.» کار آفرین با خودش فکر کرد. به نظر توهم زده و البته وارن بافت همچنین می گوید: «من لباس های گران قیمت میخرم، ولی روی تن من، به نظر ارزان می رسند.» شاید این حرفش را هم یادتان مانده باشد. ببخشید نمی خواهم بی ادبی کنم. اما اصلاً نمی دانم چگونه وارد این جا شده اید. و اصلاً هم نمی دانم این ساعت را از کجا آوردید و از کدام جت حرف میزنید. و خواهشا دیگر این طوری درباره اتفاقی که افتاد، حرف نزنید. اصلاً خنده دار نیست. جدی میگویم، اصلاً مطمئن نیستم که آن آقای محترم، هنوز زنده باشه.»

هنرمند در حالی که دستش را روی ریشش می کشید، گفت، کاملاً درسته. اصلاً خنده دار نیست. و چرا مانند موج سوارها حرف میزنی؟ بی خانمان گفت، «هی بچه ها آرام باشید. اولاً من موج سوارم. من سال های نوجوانی ام را در شهر ساحلی ملیبو" روی تخته موج سواری گذرانده ام. قبلنا در

جاهایی موج سواری می کردم که موج های بلندی داشت. حالا در موج های کوچک تر در خلیج تمارین"، این کار را انجام میدهم. احتمالا شما هیچ وقت به این مکان نرفته اید.»

کار آفرین به سردی گفت، «هرگز اسمش را هم نشنیده ام. واقعا رفتار توهین آمیزی داری.» بی خانمان، هم چنان حرفهایش را ادامه می داد. و دوم این که من در دنیای تجارت بسیار موفق بوده ام. من در این عصر کنونی که شرکتها در آمد زیادی دارند، اما در نهایت هیچی برایشان باقی نمی ماند، شرکت های بسیار پرسودی دارم. واقعا دنیای دیوانه ای داریم. حرص و طمع، بسیار زیاد است، اما به اندازه کافی احساس خوبی وجود ندارد. در حالی که صدای خشن و زمختش بالاتر می رفت، گفت، و سوم، الان هواپیمایی در باند فرودگاهی نزدیک این جا، منتظر من است. خوب، قبل از این که بروم، دوباره از شما می پرسم، چون میخواهم بدانم. از کدام بخش سخنرانی افسونگر، بیش تر از همه خوشتان آمد؟»

هنرمند گفت، «تقریبا همه حرف هایش. من تمام حرف هایش را ضبط کردم بی خانمان در حالی که دست هایش را روی هم گذاشته بود، گفت: «این غیرقانونی است. اگر این کار را بکنی، مشکلات زیادی برایت پیش می آید.» کار آفرین هم حرفش را تأیید کرد و گفت. این بر خلاف قانون است. چرا این کار را می کنی؟

چون خودم می خواهم. این کار را دوست دارم. من کاری را که دوست دارم، انجام میدهم. میدونید، قوانین برای شکستن ایجاد شده اند. پیکاسو در جایی گفته است، باید قوانین را خیلی خوب یاد بگیرید تا بتوانید مانند یک هنرمند، آنها را بشکنید. من باید خودم باشم، نه این که مانند گوسفندی به دنبال گله ای بروم که به هیچ جایی نمی رسد. اکثر افراد، مخصوصا پولدارها، کلاهبردار هستند. همانطور که گاهی افسونگر می گوید. شما یا می توانید جزو این افراد باشید، یا می توانید دنیا را تغییر دهید. شما نمی توانید هر دو کار را انجام دهید.» خوب، من هم همه چیز را ضبط کردم. و اگر هم زندانی شوم، جالب خواهد بود. احتمالا در آنجا افراد باحالی را ببینم.» بی خانمان گفت، «باشه، از تصمیم تو خوشم نمی آید. اما اشتیاق را دوست دارم. خوب، حالا بخش هایی از سمینار را که دوست داشتی، پخش کن.

هنرمند گفت، «تمام حرف هایی که ضبط کردم، واقعا عالی هستند!» و بازویش را بالا آورد تا خالکوبی اش را نشان دهد. روی آن نوشته شده بود. «وقتی قدرت عشق، بر عشق قدرت غلبه کند، جهان



آرامش را خواهد شناخت. ادامه داد و گفت: «خوب الان حرفهای فوق العاده اش را برایتان پخش می کنم.» کار آفرین او را تشویق کرد و گفت: «آره، بخش هایی را که دوست داشتی، پخش کن کار آفرین مطمئن نبود چرا این را از او می خواهد. امیدواری او کم کم افزایش می یافت و نگرانی هایش کم تر می شدند، و صدای آرام درونش، به او می گفت که ماجراجویی بسیار خاصی در حال شروع شدن است.

## فصل ۴

### حد وسط و همه اینها را رها کنید.

گاهی قبل از صبحانه خوردن به انجام حداقل شش کار غیرممکن فکر می‌کنم (لوییس کارول، آلیس در سرزمین عجایب) بی‌خانمان در حالی که با دکمه لق پیراهن پاره خودش بازی می‌کرد، پرسید: «تو نقاش هستی، درسته؟» هنرمند زیر لب گفت، «آره، هنرمندی که کمی ناامید است. من خودم، ولی مالی نیستم.» بی‌خانمان با اغماض خندید و گفت، «من آثار هنری زیادی در آپارتمانت در زوریخ دارم. درست قبل از این که قیمت‌ها سر به فلک بکشند، خانه‌ای را در خیابان باهانوفسترازا خریدم. من یاد گرفته‌ام هر جایی که باشم، همیشه به دنبال بالاترین کیفیت‌ها بروم. این حرکت و نگرش، مهم‌ترین عامل پیروزی‌های من در زندگی بوده است. در تجارت. من تنها با افراد ممتاز همکاری می‌کنم، چون شما نمی‌توانید با افراد سطح سوم، یک تجارت سطح اول داشته باشید. ما تنها محصولاتی را عرضه می‌کنیم که کاملاً بازار آن را با ارزشمندی‌شان متحول می‌کنند. شرکت من، تنها خدماتی را ارائه می‌کند که از جهت اخلاقی، مشتری‌های ما را غنی می‌کند، تجربه کاربری فوق‌العاده‌ای را برای آنها فراهم می‌کند

و طرفدارانی متعصب را تعلیم می‌دهد که با کسی غیر از ما تجارت نمی‌کنند. و در زندگی شخصی نیز شرایط مشابهی دارم. من بهترین غذاها را می‌خورم و البته در غذا خوردن، زیاده روی نمی‌کنم. بهترین کتابها را می‌خوانم و زمانم را در الهام‌بخش‌ترین و روشن‌ترین مکان‌ها می‌گذرانم و از دیدنی‌ترین مکان‌ها دیدن می‌کنم و در مورد روابطم، من تنها با افرادی معاشرت می‌کنم که شادی و آرامش من را بیشتر و من را برای بهتر شدن، هیجان زده می‌کنند. زندگی بسیار با ارزش تر از آن است که وقتتان را با افرادی بگذرانید که شما را نمی‌فهمند. زندگی بسیار ارزشمندتر از آن است که آن را با افرادی بگذرانید که ذهنیت‌های متفاوتی دارند؛ افرادی که خواسته‌های قلبی، سلامتی، روحی آنها، نسبت به شما متفاوت است. واقعا جالب است که محیط ما، میزان بهره‌وری و تأثیر ما را مشخص می‌کند.»

کار آفرین در حالی که به گوشی‌اش نگاه می‌کرد، گفت. «جالبه. اون واقعا چیزهای زیادی می‌دونه.» او این حرف‌ها را به آرامی به هنرمند گفت و نگاهش هنوز روی صفحه گوشی بود. در دست چپ کار

آفرین، دو دستبند نقره بسیار زیبا دیده می شد. روی یکی از آنها نوشته شده بود. من نمی توانم ها را به من می توانم ها تغییر بده»

و روی دستبند دیگر نوشته شده بود. «کار انجام شده، بهتر از یک ایده عالی انجام نشده است. او وقتی شرکتش را تازه شروع کرده بود و اعتماد به نفس بسیاری داشت، این هدیه ها را برای خودش خریده بود هنرمند گفت، «درباره ذهنیت شنیده بودم، ولی خواسته های قلبی، سلامتی و روحی را نه.» بی خانمان گفت، «خواهی شنید. و وقتی این اتفاق بیافتد، بهره وری، نوآوری و حضور شما در دنیای کاملاً متحول خواهد شد. این ها مفهوم هایی انقلابی و بسیار مهم برای سازندگان دنیا و افراد بسیار موفق است و در حال حاضر، افراد بسیار کمی در مورد آنها می دانند. اگر میدانستند، تمام جنبه های زندگی شان خیلی سریع پیشرفت می کرد. محیط اطراف شما واقعا درک، الهام و عملکرد شما را شکل می دهد. هنر، روح من را تغذیه می کند. کتابهای عالی، امید من را بیشتر می کنند. گفتگوهای پربار و غنی، خلاقیت من را افزایش می دهند. موسیقی فوق العاده قلبم را سر شوق می آورد. مکان های زیبا، روحیه من را تقویت می کنند. و تنها چیزی که لازم دارید، یک صبح پر از مثبت بودن است تا ایده های خلاقانه تان را بروز دهید که می توانند یک نسل را تعالی بخشند. و باید بگویم که ۵٪ ممتاز و برتر، همیشه تعالی بخش و پر روحیه هستند. هدف اصلی تجارت، تنها به دست آوردن ثروت شخصی نیست. دلیل واقعی حضور در این بازی، کمک به جامعه است. تمرکز اصلی من در تجارت، خدمت است. پول، قدرت و پرستیژ، تنها نتایج جالبی هستند که در این مسیر، خود را نشان می دهند. یکی از دوستان قدیمی و عالی ام، این را در جوانی به من آموخت. و این فلسفه، از آن زمان تمام کارهای من را تحت تأثیر قرار داده است. خدا را چه دیدید، شاید مرشد خودم را به شما هم معرفی کردم»

بی خانمان مکث کرد. او به ساعت بزرگش نگاه کرد. چشم هایش را بست و گفت (صبح تان را در اختیار داشته باشید تا زندگی تان را تعالی بخشید) و ناگهان تکه کاغذ نسبتاً کوچکی در کف دست چپش دیده شد. واقعا انگار شعبده کرد. اگر شما هم در کنار این سه نفر نشسته بودید، کاملاً تحت تأثیر قرار می گرفتید

تصویر به این شکل بود:

کار آفرین و هنرمند، هر دو دهانشان از تعجب باز مانده بود و تحت تأثیر حرکت او قرار گرفته بودند. بی خانمان، که مانند افسونگر حرف می زد، ادامه داد. «شما همه، در درون خودتان قهرمانی دارید. وقتی بچه بودید و قبل از این که بزرگسالان قدرت شما را محدود کنند، نبوغ شما را زندانی کنند و به حقیقت های قلب تان خیانت کنند، این موضوع را می دانستید. وقتی بچه بودید، می دانستید چگونه زندگی کنید. وقتی به ستاره ها نگاه می کردید، شادی، وجودتان را در بر می گرفت. وقتی در پارک قدم می زدید، احساس سرزندگی می کردید. و وقتی دنبال پروانه ها می دویدید، بسیار خوشحال میشدید. اوه، من واقعا عاشق پروانه ها هستم. سپس وقتی بزرگتر شدید، فراموش کردید چگونه انسان باشید. شما فراموش کردید چگونه شجاع و مشتاق باشید و فراموش کردید چگونه عاشق و سرزنده باشید. گنجینه های با ارزش امید شما از بین رفتند. معمولی و متوسط بودن، برای تان قابل قبول شده است. من می گویم. در دنیای بزرگسالان بی روح، با کمبودها، بی هیجانی و محدودیت های شان حضور نداشته باشید. از شما دعوت می کنم تا حقیقتی را بشناسید که تنها استادان واقعی و نابغه های بزرگ و افسانه های تاریخی می دانند و این گونه بتوانید نیروی برتر درون خودتان را که تا پیش از این، از وجود آن بی خبر بودید، کشف کنید. شما می توانید جادو را در کار و زندگی شخصی تان پیدا کنید. مطمئنم که چنین جادویی را در درون تان دارید و من اینجا هستم تا به شما کمک کنم آن را کشف کنید.» بی خانمان نفس عمیقی کشید و گلوش را صاف کرد. «بچه ها من مشکلات زیادی داشته ام. من در زندگی، بالا و پایین های زیادی داشته ام. حال بد بوده، بهم حمله شده، ازم سوء استفاده شده و سپس خندیدید. خندهای عجیب. ادامه داد. بگذریم. درد و سختی، دروازه رسیدن به عمق است. میدانید منظورم چیه؟ درد و رنج، یک تطهیر کننده طبیعی عالی است. تظاهر، ترس و غرور را از بین می برد. اگر شجاعت داشته باشید تا وارد چیزی شوید که به شما آسیب می رساند، این ما را به روشنایی و نبوغ می رساند. درد کشیدن، نتایج بسیاری دارد و با خود همدلی، نوآوری و اعتمادپذیری به همراه دارد. جوناس سالک" می گوید، من هم رؤیا و هم کابوس هایی داشته ام، اما به خاطر رویاهایم، بر کابوس هایم پیروز شده ام» کار آفرین، کمی از بدگمانی اش را کم کرد و به آرامی به هنرمند گفت. «واقعا انسان عجیبی هست. او واقعا غیرعادی هست. اما ویژگی خاصی در مورد او وجود دارد. او دقیقا حرف هایی را گفت که نیاز داشتم بشنوم. می دانم که به نظر فردی است که در خیابان ها زندگی می کند، اما به حرفهایش گوش کن. گاهی مانند یک شاعر حرف می زند. آخر چگونه می تواند این قدر فصیح باشد؟ عمق و شور و شوق او از کجا می آید؟ و این دوست قدیمی) او که این چیزها را پادش داده است، کیه؟ او شور و حرارتی دارد که من را یاد پدرم

می اندازد. هنوز هم دلم برایش تنگ می شود. پدرم، محرم راز و بزرگترین حامی و بهترین دوست من بود. من هر روز به او فکر می کنم.» هنرمند رو به غریبه عجیب و غریب گفت. «بسیار خوب. تو از من پرسیدی از کدام بخش حرفهای افسونگر، بیش تر از همه خوشم آمد. من این بخش را دوست دارم که دلاور اسپارتی می گوید. کسی که در تمرینات، عرق بیش تری بریزد، در جنگ، خون کمتری خواهد ریخت.» همچنین، از این جمله او خوشم آمد که گفت. «پیروزی های بزرگ، در ساعت اولیه صبح اتفاق می افتند که هیچ کس

حواسش نیست و همه خوابند.» و همچنین روش او درباره عادت کلاس جهانی صبحگاهی، واقعا عالی بود.» کار آفرین به گوشی اش نگاه کرد و در حالی که به حرف هایی که شنیده بود فکر می کرد، گفت من هم نکات خوبی را یاد گرفتم، اما به این حرف های عالی دقت نکرده بودم.» بی خانمان با خردمندی گفت، ما تنها چیزهایی را می شنویم که آماده شنیدن آنها هستیم و زمانی که بزرگ تر شویم، در که ما هم بهتر می شود.» ناگهان صدای افسونگر به گوش رسید. بی خانمان کامل متعجب شده بود. به دور و برش نگاه کرد تا ببیند صدا از کجا می آید. خیلی زود مشخص شد که هنرمند، صدای ضبط شده افسونگر را پخش کرده است هنرمند، مستقیم به چشم های بی خانمان نگاه کرد و گفت: این بخش ها را از همه بیشتر دوست دارم.»

صدای ضبط شده افسونگر می گفت، «در فرهنگی که عادت به سردرگمی دارد و اسیر و مبتلا به حواس پرتی است، خردمندانانه ترین راه برای تضمین این که پیوسته در مهم ترین بخش های زندگی شخصی و کاری تان، بهترین نتایج را ایجاد کنید، پرورش روال های صبحگاهی کلاس جهانی است. برنده شدن، در اوایل روز اتفاق می افتد و در اولین ساعات روز است که قهرمان ها به وجود می آیند. در برابر ضعف، مبارزه کنید و در برابر ترس، لشکر کشی کنید. شما واقعا می توانید سحرخیز باشید. و این کار برای افسانه ای شدن لازم است. بزرگترین اهمیت را برای اول روز تان، قائل شوید و بقیه روزتان، خودش از خودش محافظت می کند. صبح تان را در اختیار داشته تا زندگی تان را تعالی بخشید.» هنرمند، صدای آن را بالا برد. در این جا رازی را به شما می گویم که گول های صنعت، هنرمندان برجسته و کامیاب ترین افراد، آن را می دانند، موفقیت های چشمگیر، ارتباط زیادی با ژنتیک شما

ندارد، بلکه این موفقیتها، بیشتر به عادت های روزانه شما بر می گردد. و روال های صبحگاهی شما مهم ترین بخش آن هستند. جامعه به ما یاد داده است وقتی این افراد بسیار قدرتمند را می بینیم،

فکر کنیم این افراد، همیشه عالی بوده اند. جامعه ما را فریب داده است و فکر می کنیم آنها استثنا هستند و ژن خوب دارند. ما را فریب داده اند که آنها از بدو تولد، نابغه هستند. با این حال، حقیقت این است که موفقیت آنها در پس سال ها و ساعت ها تمرین است و ما تنها اوج ترقی و شکوه آنها را می بینیم. وقتی افراد بسیار موفق تجارت، ورزش، علوم و هنر را می بینیم، در واقع، در حال مشاهده فداکاری و صبر زیاد در رسیدن به هدف هستیم. به یاد داشته باشید، تمام افراد حرفه ای، قبلا مبتدی بوده اند و تمام استادان از جایی شروع کرده اند. افراد فوق موفق با داشتن عادت های درست، توانسته اند به شاهکارهای بزرگی برسند.» بی خانمان گفت. «واقعا کارش درسته.» هنرمند صدای ضبط شده را دوباره پخش کرده و با نهایت توان تان مقاومت کنید و اجازه ندهید دنیا شما را وسوسه کند تا از طریق دیوانگی تکنولوژی، حواس تان را پرت کند. تمرکزتان را دوباره روی توانایی های تان بگذارید و از امروز دیگر هیچ دلیلی برای استفاده نکردن از قدرت های تان نداشته باشید. از امروز، رویاپرداز باشید. از امروز، یکی از آن افرادی باشید که به سوی بزرگی آینده می روند و دیگر زندانی گذشته نیستند. هر کدام از ما، منتظر روزهایی سرشار از معجزه هستیم.

ما هر کدام به طور قطع، به شیوه خاص خودمان تاریخ سازی کرده ایم. شاید برای فردی این تاریخ سازی به معنای معلمی عالی باشد که ذهن جوانان را ترقی می دهد. برای فردی دیگر، این تاریخ سازی می تواند به معنی یک مادر فوق العاده با یک مدیر برجسته باشد. شاید برای فردی دیگر، این تاریخ سازی به معنای رشد پیک تجارت عالی با فروشنده بسیار موفق باشد که به شکلی عالی به مشتریان خدمت می کند. این که نسل های بعدی، ما را به یاد بیاورند و یک زندگی واقعا عالی داشته باشیم، یک سخن کلیشه ای نیست. این در حقیقت، کاملا درست است. با این حال، تعداد بسیار کمی از ما، روال های صبحگاهی را کشف و اجرا کرده ایم که تمام این نتایج را برای ما محقق می سازند. ما همه می خواهیم استعداد بزرگ، شادی بی پایان و آزادی از ترس را به دست بیاوریم، اما تنها عده کمی از ما حاضر هستند تا کارهایی را انجام دهند که باعث می شوند نبوغ نهان ما، خودش را نشان دهد. عجیب است، نه؟ و این بسیار ناراحت کننده است. بسیاری از ما، از روشنایی درونمان که همان ذاتمان است، غافل شده ایم. بسیاری از ما، زمان ارزشمندان را بیهوده می گذرانیم و به دنبال اهداف کم اهمیت و دلخوشی های زودگذر هستیم و از داشتن یک زندگی واقعی غفلت می کنیم. این روشی است که در نهایت، ما را به جایی نمی رساند. چه فایده ای دارد، بهترین و احتمالا مؤثرترین روزهای

تان را کوهنوردی کنید و بفهمید که کوه اشتباهی را آمده اید، آن هم وقتی که دیگر صغیف شده اید و صورت تان پر از چین و چروک شده است؟ واقعا ناراحت کننده است.»

کار آفرین، کمی احساسی شده بود و گفت: «واقعا تحت تأثیر قرار گرفتم. من واقعا وابسته به تکنولوژی شده ام. باید همیشه همه چیز را چک کنم. این اولین کاری است که صبح ها و آخرین کاری است که شب ها انجام می دهم. تمام تمرکز روی آن است. من به سختی می توانم روی تعهدات خودم و تیمم تمرکز کنم. و تمام این حواس پرتی ها در زندگی ام انرژی را از من گرفته است. واقعا سر در نمی آورم. احساس می کنم دیگر هیچ زمانی برای خودم ندارم. تمام آن پیام های تبلیغ ها و اعلامیه ها، واقعا من را سردرگم می کنند. و چیزی که افسونگر گفت، واقعا برای من مؤثر است تا بتوانم به عنوان یک رهبر استانداردهایم را بالا ببرم. یک جورایی به بن بست خورده ام شرکتم بیش تر از آن چه که تصور می کردم رشد داشته است و من بیشتر از تصوراتم موفق شده ام اما مواردی هستند که من را بسیار نگران می کنند.»

نگاهش را برگرداند و دوباره دستهایش را روی هم گذاشته کار آفرین با خودش فکر می کرد. نمی توانم به آنها بگویم در حال حاضر چه مشکلاتی دارم.»

بی خانمان گفت، «دوباره این که می گویی وابسته به تکنولوژی هستیم، باید بدانی که اگر هوشمندانه از آن استفاده شود، می تواند باعث پیشرفت انسان شود. ما با استفاده خردمندانه از تکنولوژی، می توانیم زندگی بهتری داشته باشیم و دانش مان را ارتقاء دهیم. این استفاده نادرست از تکنولوژی است که به ذهن و خلاقیت افراد آسیب می رساند و تار و پود جامعه ما را نابود می کند. اگر تمام روز با گوشی بازی کنی، این می تواند هزینه های زیادی برای تو داشته باشد. و دوباره فشاری که روی شانه هایت هست، این واقعا عالی است. بازیکن افسانه ای تنیس بیلی جین کینگ "می گوید، «فشار، یک امتیاز است.»

تو باید رشد کنی و رشد کردن و بالا رفتن، یکی از عاقلانه ترین شیوه ها برای زندگی کردن است. در هر چالشی که با آن مواجه می شوی، موقعیتی وجود دارد تا به عنوان رهبر با ایک انسان، به سطح بعدی خودتان برسید. موانع و مشکلات سر راه صرفا آزمون هایی هستند تا مشخص شود تا چه حد جدی می خواهید به پاداش و اهداف تان برسید. این آزمون ها نشان می دهند که چقدر مشتاقید تا

به فردی تبدیل شوید که می تواند به موفقیت های بزرگی برسد. شکستی وجود ندارد. در واقع، هر شکسته پیشرفتی در ظاهری پنهان است.»

کار آفرین گفت، احساس می کنم زندگی ام بسیار پیچیده است. واقعا سردرگم هستم. من هیچ زمانی برای خودم ندارم. نمی دانم چه اتفاقی در زندگی ام افتاده است. همه چیز دشوار شده است.»

هنرمند دستش را روی شانه او گذاشت و گفت: می دونم چی میگی، احساسم می گوید که بسیار بیش تر از چیزی که در میان می گذاری، مشکلات داری. می دونی گاهی شرایط این قدر آشفته است که حتی نمی توانم از تخته بیرون بیایم و فقط می توانم آنجا دراز بکشم، چشم هایم را ببندم و آرزو کنم که سرگشتگی ام تمام شود. حتی برای یک روز. گاهی نمی توانم با تمرکز فکر کنم و در آن روزها هیچ امیدی در قلبم نیست. این افتضاحه. و بسیاری از افراد هم افتضاح هستند. من گوشه گیر و مخالف اجتماع نیستم، من صرفا مخالف افراد نادان هستم. این روزها، افراد نادان زیادی را می بینیم که با مدهای احمقانه و لباس هایی عکس می گیرند که حتی پول خریدشان را ندارند. اینها با افرادی معاشرت می کنند که از آنها خوششان نمی آید. من ترجیح می دهم یک زندگی خردمندانه تر داشته باشم. یک زندگی واقعی یک زندگی هنرمندانه. واقعا از این که زندگی مردم این قدر سطحی شده است، عصبانی هستم.»

بی خانمان گفت، «درکت می کنم زندگی آسان نیست و در اکثر اوقات، شرایط بسیار سخت می شود. اما همان طور که جان لنون "می گوید. همه چیز در پایان، خوب خواهد شد.» و اگر هنوز شرایط خوب نیست، پس هنوز به پایان نرسیده ایم.

او این جملات را به آرامی گفت و انگار نقل قول های زیادی در ذهنش داشت. هنرمند آرام تر شد و به گونه ای شیرین لبخندی زد. نفس عمیقی کشید. او از حرف هایی که شنیده بود، خوشحال بود بی خانمان ادامه داد: «من نکته بسیار مهمی را یاد گرفته ام. دردناکی و سختی رشد و پیشرفته بسیار کم هزینه تر از هزینه گزاف پشیمانی و حسرت است.»

هنرمند در حالی که حرف های او را در دفترش یادداشت می کرد، پرسید. این را از کجا یاد گرفتی؟ بی خانمان گفت. «فعلا نمی توانم بگویم.»



کار آفرین نکاتی را در دفترچه اش یادداشت کرد. بی خانمان دستش را در جیب پیراهن پاره اش برد و کارتی را از آن بیرون آورد فردی مهم وقتی بسیار جوان تر بودم، این کارت را به من داد. آن زمان، تازه اولین شرکت را تأسیس کرده بودم و بسیار شبیه شما دو نفر بودم. روی پردازی می کردم و می خواستم اثر خودم را در این دنیا داشته باشیم. مشتاق بودم تا خودم را ثابت کنم و در این بازی برنده باشم. ببینید، نصف زندگی مان به دنبال رضایت اجتماعی هستیم. می خواهیم افراد به ما احترام بگذارند. می خواهیم همسایه های مان از ما خوششان بیاید. چیزهایی را می خریم که واقعا نیازی به آنها نداریم ولی برای خودنمایی آنها را خریداری می کنیم.»

هنرمند سرش را به نشانه تأکید تکان داد و گفت، کاملا درست میگی محل مراسم حالا خالی شده بود بی خانمان ادامه داد: «اگر شجاعت داشته باشیم تا به درون مان نگاه کنیم، متوجه می شویم که دلیل انجام این کارها، وجود سوراخ هایی در درون ماست. ما به اشتباه باور داریم که مواد بیرونی، این جاهای خالی درون مان را پر می کنند. اما این درست نیست. اصلا امکان ندارد. وقتی بسیاری از ما به نیمه راه زندگی مان می رسیم، به سمت درست بر می گردیم. کم کم متوجه می شویم که قرار نیست عمری جاودان داشته باشیم و متوجه می شویم که روزهایمان کم کم به پایان می رسند. بنابراین با فناپذیری خودمان روبرو می شویم و این نکته مهمی است. متوجه می شویم که روزی ما هم از این دنیا می رویم. متفکر تر می شویم. از خودمان می پرسیم که آیا از استعدادهای مان استفاده کرده ایم، نسبت به ارزش های مان وفادار بوده ایم و در حال حاضر موفق هستیم یا نه. و با خودمان فکر می کنیم وقتی از این دنیا برویم، افرادی که دوستان دارند، در مورد ما چه خواهند گفت. در این لحظه، تغییر بزرگی در ما رخ می دهد. ما از دنبال کردن رضایت اجتماعی، به ایجاد یک میراث هدفمند می رویم. از آن لحظه، زندگی بیشتر در مورد خدمت کردن و کمتر در مورد خودخواهی خواهد بود. ما دیگر چیزهای زیادی را به زندگی مان اضافه نمی کنیم و به دنبال ساده زیستی خواهیم رفت. یاد می گیریم تا از زیبایی ساده لذت ببریم، نسبت به معجزه های کوچک سپاس گزار باشیم، به دنبال آرامش ذهن هستیم، وقت بیشتری را صرف یادگیری می کنیم و متوجه می شویم که فردی که بیشترین خدمت را به دیگران بکند، پیروز خواهد شد کار آفرین به آرامی به هنرمند گفت. «واقعا انسان منحصر به فردی هستی. ماه ها است که این گونه امیدوار، پرانرژی و پرانگیزه نبوده ام. در گذشته، وقتی با مشکلی

روبرو می شدم، پدرم من را راهنمایی می کرد، اما از وقتی از دنیا رفته است دیگر کسی را ندارم که به او تکیه کنم.» هنرمند پرسید. چه اتفاقی برای او افتاد؟\* اگر خیلی ساده بگویم، او زندگی خودش را گرفت. پدرم فردی بسیار موفق و برجسته در دنیای تجارت بود. او با هواپیما پرواز می کرد، سوار ماشین های سریع میشد و عاشق نوشیدنی های درجه یک بود. او واقعا یک انسان سرزنده بود. اما بعدش شریکش همه چیز او را گرفت و البته شرایط حال حاضر من هم، چندان تفاوتی با شرایط آن زمان او ندارد. استرس و شوک ناشی از این اتفاق، باعث شد اقدام به خودکشی کند که ما هرگز تصورش را هم نمی کردیم. شاید فکر می کرد که هیچ راه نجاتی ندارد.»

کار آفرین، جملات آخرش را با صدایی لرزان گفت هنرمند از روی دلسوزی و محبت گفت، «تو می تونی به من اعتماد کنی.»

او دستش را روی قلبش گذاشت و این حرف ها را به کار آفرین گفت. بی خانمان گفتگوی آنها را قطع کرد و گفت: «بیا بید این کارت را بخوانید، زیرا برای شما مفید خواهد بود.»

روی کارت نوشته شده بود. هر تغییری در ابتدا سخت، در میانه آشفته و در پایان عالی خواهد بود.» کار آفرین گفت، «واقعا نکته بسیار با ارزشی بود. ممنونم.» سپس هنرمند دوباره صدای غیر قانونی ضبط شده افسونگر را پخش کرد. هیچ وقت تنها برای پول کار نکنید. برای تأثیرگذاری کار کنید. تلاش کنید تا نهایت توانایی های تان را نشان دهید. صبوری را در خودتان رشد دهید تا از خود گذشتگی کنید و در حد جهانی شکوفا شوید؛ حتی اگر در تمام زندگی تان، تنها یک شاهکار انجام داده باشید. حتی تنها انجام این شاهکار می تواند زندگی شما را با ارزش کند. خبره باشید. برجسته باشید. استثنا باشید. ۵٪ برتر دنیا، کم تر نگران شهرت و پول هستند. این افراد، بسیار بیشتر علاقه به رشد کردن و بهره وری دارند تا بتوانند به میلیون ها نفر خدمت می کند. به همین دلیل است که پول زیادی به دست می آورند. در واقع پول نتیجه جانبی خدمت آنها به دیگران است بی خانمان چشم هایش را بسته بود و با خودش می گفت. صحبتان را در اختیار داشته باشید تا زندگی تان را تعالی بخشید.»

کار آفرین و هنرمند سرشان را تکان دادند هنرمند گفت، «یکی از کتابهای مورد علاقه من، پیامبر است. این یکی از پرفروش ترین کتاب ها است. در جایی خواندم که نویسنده آن، خلیل جبران، دست نویس کتاب را برای مدت ها با خودش داشت و پیوسته آن را ویرایش می کرد و وقتی آن را تحویل

ناشر داد، یک اثر هنری خالص بود. هنوز حرف هایش در مصاحبه با روزنامه نگار در ذهنم است کلمات او، من را وادار کرد تا به عنوان یک هنرمند، به دنبال نفوذ بیشتری بروم. همان طور که قبلا گفتم، من کارم خوبه، اما میدونم اگر بتوانم بر خودتخریبی و دیوهای درونم غلبه کنم، می توانم یک هنرمند عالی باشم بی خانمان حالا ایستاده بود. او با ساعت بزرگش ور می رفت. از هنرمند پرسید: «خوب جبران خلیل چه گفت که این قدر روی نو تأثیر داشت؟»

او در مصاحبه اش گفت، «می خواستم کاملا مطمئن باشم که تک تک کلمات این کتاب، بهترین کلمه هایی هستند که می توانم ارائه دهم.»

بی خانمان گفت، «بله، این استاندارد است که افراد برتر همیشه با خودشان دارند.» در صدای ضبط شده می شد شنید که افسونگر در حال سرفه کردن است. به نظر، کلمات بعدی اش را با دشواری می گفت « باید بگویم همه افراد می توانند افکار، کارها، سرزندگی، کامیابی و خوشحالی زندگی شان را به طور باشکوهی ارتقاء دهند اگر عادت های روزانه عمیقی را تمرین کنند تا به عادت همیشگی شان تبدیل شود. و حالا به مهم ترین اصل می رسیم. بزرگ ترین قدم برای برنده شدن و داشتن یک زندگی باشکوه، وارد شدن در کلوب ۵ صبح است.» حالا کار آفرین با علاقه زیادی که قبلا دیده نمی شد، شروع به یادداشت برداری می کرد. روی صورت هنرمند لبخندی بود که گویی می گفت. این به من حس قدرت می دهد. «

بی خانمان گفت، بیدار شدن در ساعت ۵ صبح، مادر تمام عادت ها است. پیوستن به باشگاه ۵ صبح، رفتاری است که تمام رفتارهای دیگر انسان را ارتقاء می دهد. این عادت، همان محرکی است که شما را توقف ناپذیر می کند. روشی که شما صبح تان را آنگونه شروع می کنید، تمرکز، انرژی، هیجان و برتری شما را در مابقی روز تعیین می کند. هر صبح زود، شانس جدید برای آزاد کردن درخشش و توانایی های تان است. شما چنین توانایی در درون تان دارید و این توانایی با اولین اشعه های سپیده دم، خودش را نشان می دهد. لطفا اجازه ندهید دردهای گذشته و ناامیدی های حال حاضر، شکوه شما را از بین ببرند، شکست ناپذیری شما را سرکوب کنند و توانایی های بخش عالی درونتان را خاموش کنند. در دنیایی که شما را پایین نگاه می دارد، خودتان را بالا ببرید. در روزگاری که آرزو می کند در تاریکی بمانید، قدم در روشنایی بگذارید. و در عصری که شما را مسحور می کند تا توانایی های تان را فراموش کنید، نبوغ تان را احیا کنید. در تمدنی که بسیاری از افراد، با ناامید کردن

دیگران انرژی می گیرند، شما به دیگران روحیه بدهید و آنها را بالا ببرید. به آنها کمک کنید تا عظمت خفته درونشان را احساس کنند.

تمام حرف های من، بخشی از درون شما را تحت تأثیر قرار می دهد. بخشی که قبل از این که ترس، شک و تردید بر شما غلبه کند، در درونتان زنده بوده. بی خانمان روی زانوهایش افتاد. تسبیح مقدسش را بوسید و گریست.

## فصل 5

### یک ماجراجویی عجیب و غریب به تسلط صبحگاهی

یک مجسمه ساز، مواد اولیه ای را به شکل یک مجسمه در می آورد. هر کس ثروت خود را در دستان خود نگه می دارد، مانند مهارت در قالب سازی مواد به آنچه می خواهیم باید آموخته شود و با دقت پرورش داده شود. -یوهان ولفگانگ فون گوته

مرد بی خانمان گفت: «اگر شما دو نفر علاقه دارید، خوشحال می شوم چند روزی را در محوطه کنار اقیانوس من به شما آموزش دهم. من برنامه صبحگاهی خصوصی خود را به شما نشان خواهم داد و توضیح خواهم داد که چگونه ساعات اولیه چگونه بگذرانید و این موضوع چقدر برای تسلط شخصی و عملکرد استثنایی تجاری ضروری است. خوشحالمی شوم این کار را برای شما انجام دهم. زندگی شما در مدت زمان نسبتاً کوتاهی با شکوه به نظر می رسد. و البته با من به شما خوش خواهد گذشت. همانطور که از پیرمرد روی صحنه شنیدیم، این تحول همیشه آسان نیست. اما ارزشمند و پربار و زیبا است.

شاید حتی به اندازه سقف کلیسای سیستین فوق العاده باشد.

این هنرمند که به ریشش دست می زد ، گفت: "اولین باری که این سقف بی نظیر رو دیدم، گریه کردم."

مرد بی خانمان گفت: "میکل آنژ واقعا شاهکار کرده." او پیراهن خود را بالا زد و بدن بدون چربی خود را به نمایش گذاشت.

هنرمند که بسیار مشتاق شده بود از او پرسید: چگونه عضلات بدنت به این شکل درآمده است؟ او گفت: با تمرین و تلاش بسیار این گونه شده است.

من ورزش های زیادی انجام می دهم به خصوص در ساحل تمرین های هوازی شنا، بارفیکس ، حرکت تخته ، دراز و نشست و دیگر تمرینات هوایی انجام می دهم.

مرد بی خانمان یک کیف پول چرمی گران قیمت را بیرون آورد، سپس با احتیاط تکه‌ای پلاستیک را از آن جدا کرد. در اینجا به نظر می‌رسد، بنابراین شما دقیقاً آنچه را که کارآفرین و هنرمند در آن لحظه دیدند، مشاهده می‌کنید.

غریبه ژولیده بدون اینکه اجازه دهد کارآفرین و هنرمند ادامه دهند پاسخ داد :

«تعهد، انضباط، صبر و کار ارزش‌هایی که تعداد کمی به آن‌ها باور دارند، در این روزها بسیاری از افراد دارای ذهنیت حق طلبی هستند و انتظار دارند یک زندگی غنی، پربار و رضایت‌بخش فقط یک روز مانند گنجشک در آغاز بهار ظاهر شود. و از همه اطرافیان‌شان انتظار دارند که تلاشی را که مسئول وارد کردن آنها هستند سرمایه‌گذاری کنند. رهبری در این شیوه عملکرد کجاست؟

«جامعه‌ای متشکل از بزرگسالان که مانند بچه‌های کوچک لوس رفتار می‌کنند، گاهی اوقات دنیای خود را در حال حاضر می‌بینم. قضاوت نکردن فقط گفتن شاکی نیست، فقط گزارش می‌دهد.

هی بچه‌ها، با نشان دادن بدن خوش تراشم می‌خواهم نکته‌ای را به شما بگویم، افرادی که در زندگی خود هیچ تلاشی نمی‌کنند بجایی نمی‌رسند. باید بیشتر عمل کرد و کمتر سخن گفت.

بی خانمان دور خود چرخید و دکمه‌های پیراهن سوراخ‌دارش را باز کرد. روی کمر او خالکوبی با عبارت "قربانیان عاشق سرگرمی هستند. برنده‌ها آموزش را دوست دارند" وجود داشت.

بیا با من در یک جزیره کوچک جادویی در وسط اقیانوسی خارق‌العاده، پنج ساعت از ساحل کیپ تاون فاصله دارد. او کارت پلاستیکی را که صحنه کنار دریا روی آن نقش بسته بود به کارآفرین داد. او با خوشحالی به تصویری که با دست کشیده شده اشاره کرد، گفت: "اینها دلفین‌های من هستند." او ادامه داد: "این سفر بسیار ارزشمند خواهد بود. مطمئناً درس‌های بسیار مهمی یاد خواهید گرفت که در زندگی روزمره تان بدر می‌خورد. شما باید به من اعتماد کنید.

من همه آنچه را که درباره یک مراسم صبحگاهی در سطح جهانی می‌دانم به شما یاد خواهم داد. به هر دوی شما کمک می‌کنم عضو باشگاه 5 صبح شوید. به شما یاد خواهم داد که صبح بطور منظم بیدار شوید و تا ظهر کارهایی را انجام دهید که بسیاری از افراد آن را در طول یک هفته هم انجام نمی‌دهند.

شما می توانید شادی و آرامش و سلامتی خود را به اوج برسانید زیرا که بسیاری از افراد موفق بزرگ دنیا در مقابل خورشید از خواب بیدار می شوند—این مهم ترین بخش روز است. من توضیح خواهم داد که چگونه از این روش انقلابی برای ساختن امپراتوری خود استفاده کردم. و برای روشن بودن، امپراتوری ها اشکال مختلف دارد و امپراتوری اقتصادی یکی از آنهاست. شما همچنین می توانید امپراطوری هایی از هنر، بهره وری، انسانیت، بشردوستی، آزادی شخصی و حتی معنویت ایجاد کنید. من تقریباً همه چیزهایی را که به من آموزش داده شده را که زندگی من را متحول کرده، به شما گفتم. شما خیلی چیزها را کشف خواهید کرد. شما در عمیق ترین سطح حرکت خواهید کرد. شما جهان را از طریق مجموعه ای جدید از لنزها خواهید دید. همچنین بهترین غذاها را می خورید و تماشایی ترین غروب های خورشید را تماشا می کنید. شما بچه ها می توانید در دریا شنا کنید، با دلفین ها غواصی کنید و بر فراز ساقه های نیشکر که در باد می رقصند با هلیکوپتری که من دارم پرواز کنید. و اگر هر دو دعوت صمیمانه مرا برای دیدار با من بپذیرید، اصرار دارم که در خانه من بمانید.»

هنرمند گفت: "خدای من، تو با من شوخی می کنی، درست است؟ کاملاً مشخص است که او فردی به شدت احساسی است و دردی نهان از بدو تولد با او همراه است، یکی از آنهايي که اعتقاد داشت نفرین شده است. اما در حقیقت موهبتی در خودشان دارند، موهبتی که باعث می شود چیزهایی را احساس کنند که دیگران توانایی آن را ندارند. شادی هایی را تجربه کنند که سایر افراد آن را نادیده می گیرند و متوجه شکوهمندی آن نیستند.

بله درست است این افراد به آسانی آسیب می بینند، اما باید بدانید در واقع این افراد هستند که سمفونی های بزرگ را می سازند، سازنده بناهای پرآوازه هستند و درمان بیماری های مختلف را پیدا می کنند.

همانطور که تولستوی می گوید: کسانی که عاشق هستند می توانند دردهای بزرگ را تحمل کنند.

هنرمند، این ویژگی ها را نشان می داد.

مرد بی خانمان با اشتیاق گفت: "نه رفیق من کاملاً جدی هستم."

من خانه ای دارم نه چندان دور، روستایی به نام خلوتگاه و باور کنید اسمش را درست گذاشتند. تنها زمانی که از سر و صدا و مزاحمت دور می شوید و در سکوت و آرامش هستید، به یاد می آورید که

واقعاً چه کسی هستید. فقط به زندگی بله بگو و بیا بید این کار را انجام دهیم! همانطور که گورو روی پلتفرم گفت، هر چه بیشتر از فرصت‌های فوق‌العاده‌ای که در مسیرتان ظاهر می‌شوند، استفاده کنید، یک جادو برای شما ظاهر می‌شود. شما نمی‌توانید در بازی‌ای که بازی نمی‌کنید برنده شوید، درست است؟ واقعیت این است که زندگی پشت شماست، حتی زمانی که به نظر نمی‌رسد. اما شما باید سهم خود را انجام دهید و زمانی که پنجره‌های فرصت ظاهر می‌شوند، همه کار را انجام دهید. اوه اگر به خانه من در جزیره بیا بید، تنها چیزی که می‌خواهم این است که آنقدر بمانید تا بتوانم فلسفه و روشی را که مشاور مخفی من با من در میان گذاشته بود، به شما آموزش دهم. پیوستن به باشگاه 5 صبح به زمان کمی نیاز دارد.

مرد بی‌خانمان قبل از این که پاسخ دهد، مکث کرد: «من هم از همه مراقبت خواهم کرد. هزینه‌های شما به حساب من است، من حتی جت شخصی‌ام را می‌فرستم تا شما ۲ نفر را سوار کند. کارآفرین و هنرمند، مات و مبهوت و کاملاً نامطمئن به یکدیگر نگاه کردند.

دفترچه اش در دستش بود، متوجه ام امکانش هست چند لحظه ای تنهایی حرف بزنیم؟  
مرد بی‌خانمان در حالی که قدم می‌زد گفت: "البته، عجله ای نیست، هرچقدر که می‌خواهید حرف بزنید من به صندلی خودم می‌روم و تیم اجرایی ام تماس می‌گیرم.

هنرمند به کارآفرین گفت: این کاملاً دیوانگیه است. من با تو موافقم که او آدم خاصی است اما احمقانه بنظر می‌رسد. من عاشق استاد او هستم. او بینش عالی ای دارد. او بطور حتم تجارب زیادی دارد. اما بهش نگاه کن او شلخته و کثیف است انگار خیلی وقته که تنش به آب نخورده، لباس هایش همه پاره و پوره هستش و گاهی هم مانند دیوانه ها حرف می‌زند، ما او را نمی‌شناسیم شاید فرد خطرناکی باشد.

کارآفرین گفت: آره کاملاً موافقم حق با توست. او آدم عجیبی است مانند اتفاقات امروز عجیب است.

هنرمند تأیید کرد. سپس چهره لاغر کارآفرین نرم شد. با این حال، چشمان او هنوز مالیخولیایی به نظر می‌رسید. او گفت: "من در جایی از زندگی ام هستم که باید تغییرات بزرگی ایجاد کنم." از زمانی که یازده ساله بودم پدرم را از دست دادم. بزرگ شدن دختر بدون پدر به طرز باورنکردنی ترسناک است. صادقانه بگویم، من هنوز هم ضربه‌های روحی زیادی را با خودم حمل می‌کنم. هر روز



به او فکر می‌کنم. من روابط بدی داشته‌ام. من با اعتماد به نفس پایین مبارزه کرده‌ام و در روابطی که داشته‌ام، انتخاب‌های وحشتناکی داشته‌ام.

این کارآفرین ادامه داد: «حدود یک سال پیش شروع به دیدن یک روانشناس رفتم که به من اطلاع داد که چرا من رفتاری را که دارم انجام می‌دهم. روانشناسان آن را «سندرم دختر بدون پدر» می‌نامند. در اعماق درونم، ترس شدیدی از رها شدن و تمام ناامنی‌های شدید ناشی از آن زخم بود. بله، این باعث شد من از نظر بیرونی فوق‌العاده سرسخت باشم. و از جهاتی بی‌رحم باشم. درد ناشی که به خاطر از دست دادن پدرم روی شانه‌ام به وجود آمد. باعث شد انگیزه و جاه‌طلبی‌ای در من به وجود آید. با این حال از دست دادن پدرم درون من را خالی کرده است. دارم یاد می‌گیرم که سعی کنم خلایی را که او در من ایجاد کرده است، با مشغول کردن خودم در کارم پر کنم با این باور که وقتی حتی موفق‌تر باشم، عشقی را که از دست داده‌ام به دست می‌آورم. سعی کرده‌ام با تعقیب پول بیشتر، حفره‌های احساسی‌ام را پر کنم.

مانند یک معتاد هروئینی که نیاز به درمان دارد، من برای موقعیت اجتماعی گرسنه بوده‌ام و تشنه‌ی تایید صنعت بوده‌ام. همانطور که گفتم، متوجه شده‌ام که بسیاری از رفتارهای من ناشی از ترس ایجاد شده توسط چالش‌های اولیه من به عنوان یک زن جوان است. زمانی که افسونگر در مورد اینکه هرگز کاری را برای پول انجام ندهید، اما در عوض، به عنوان یک رهبر و یک شخص در سطح جهانی برای معنایی که ارائه می‌دهد، برای فرصتی برای رشد که باعث تحریک آن می‌شود و برای تغییر جهان صحبت کرد، الهام گرفتم. سخنان او مرا بسیار امیدوار کرد. من می‌خواهم به همان شکلی که او گفت زندگی کنم، اما اکنون به آن مکان نزدیک نیستم. و اخیراً، آنچه در شرکت من اتفاق افتاده است، من را به سمت مرز سوق داد. من واقعاً در حال حاضر در زندگی خوب نیستم. من فقط به این دلیل به این جلسه آمدم که مادرم به من بلیط رایگان داده است. و من برای تغییر بسیار ناامید هستم.

کارآفرین نفس عمیقی کشید. او در حالی که شرمنده به نظر می‌رسید عذرخواهی کرد: «ببخشید. من به سختی شما را می‌شناسم، بنابراین مطمئن نیستم که چرا همه اینها را برای شما فاش می‌کنم. فکر کنم با تو احساس امنیت می‌کنم من مطمئن نیستم چرا. خیلی متأسفم اگر بیش از حد به اشتراک می‌گذارم.»

هنرمند گفت: مشکلی نیست. زبان بدنش نشان می‌داد درگیر حرف‌هایش شده است.

او دیگر مضطرب با ریش و موهای خود بازی نمی‌کرد.

وقتی با رانندگان تاکسی و افراد دیگری که واقعا نمی‌شناسیم چت می‌کنیم، خیلی صادق هستیم، درست است؟ کارآفرین ادامه داد: تمام تلاش من این است که بگویم برای یک تحول آماده هستیم. امپراتوری‌های مالی و خوشبختی واقعا می‌توانند به من کمک کنند و به ما کمک کنند.

او افزود: "و ساعت او را به خاطر بسپار."

این هنرمند گفت: من او را دوست دارم. "او یک شخصیت کامل و عالی است. من عاشق این هستم

که گاهی اوقات خود را اینقدر شاعرانه بیان می‌کند و به دیگران آنقدر پرشور می‌گوید. او چنان واضح فکر می‌کند و جورج برنارد شاو را نقل می‌کند که زندگی‌اش به آن بستگی دارد. واقعا عالی است. اما من هنوز واقعا به او اعتماد ندارم." این هنرمند در حالی که مشت‌هایش را دوباره به کف دست باز می‌کوبید، بیان کرد. "احتمالا ساعت را از دست یک احمق پولدار پاره کرده است."

کارآفرین پاسخ داد: "ببین، من درک می‌کنم که چه احساسی داری." امیدوارم ناراحت نشوی که من این را می‌گویم. تو خیلی آدم خوبی به نظر می‌رسی. شاید کمی خشن باشی. فکر می‌کنم می‌فهمم اینها از کجا می‌آیند. اما تو در عمق وجودت خوب هستی. من این را می‌دانم."

هنرمند کمی خشنود به نظر می‌رسید. نگاهی به مرد بی‌خانمان انداخت که داشت تکه‌های آووکادو را از کیسه پلاستیکی می‌خورد.

کارآفرین در حالی که به مرد بی‌خانمان اشاره می‌کرد، گفت: "باید ببینم آیا می‌توانم برنامه خارج از دفتر را ترتیب دهم تا بتوانیم با او وقت بگذرانیم." در حالی که او در حال خوردن میان‌وعده خود بود، او همچنین در حال صحبت کردن بود.

کارآفرین ادامه داد: کم‌کم از ایده‌اش خوشم آمده، می‌توانیم زمانی را در روستای خلوتگاه بگذرانیم، غذاهای عالی بخوریم، با دلفین‌ها شنا کنیم، من فکر می‌کنم این یک ماجراجویی عالی باشد. حس زندگانی بهم دست داده.

این هنرمند گفت: "خب، حالا که اینطور می‌گویی، من هم از صدای آن خوشم می‌آید." یک موقعیت خاص برای داشتن دنیا جدیدی از اصالت. این ممکن است بهترین چیز برای هنرمند باشد. این باعث

می شود به آنچه نویسنده چارلز بوکوفسکی گفته است فکر کنم: "بعضی از مردم هرگز دیوانه نمی شوند. چه زندگی واقعاً وحشتناکی باید داشته باشند." و افسونگر ما را تشویق کرد که مرزهای زندگی عادی خود را ترک کنیم تا در استعدادها و نقاط قوت خود رشد کنیم. برخی غریزه ها نیز به من می گوید که این کار را انجام دهم. بنابراین، اگر تو بروی، من می روم."

کارآفرین گفت: "خب، میدونی چیه؟ من میروم .

هنرمند موافقت کرد: "منم پایه ام ."

هر دو برخاستند و به طرف مرد بی خانمانی که حالا با چشمان بسته نشسته بود، رفتند.

"الان چه کار می کنی؟" از هنرمند سوال کرد

"تجسم شدید تمام آنچه می خواهم باشم و زندگی بلند مرتبه ای که می خواهم ایجاد کنم. یک خلبان جنگنده ترکیه ای یک بار به من گفت که قبل از هر پرواز، "قبل از اینکه ما پرواز کنیم، پرواز می کند." او پیشنهاد می کرد که با تمرین دقیق روشی که او و تیمش می خواستند این مأموریت در صحنه تخلیص اتفاق بیفتد، آن ها را آماده کرد تا آن دیدگاه تسلط را در واقعیت، بدون نقص اجرا کنند. و پیروزی خلاقانه - همراه با قلبها، و مجموعه روح شما اتفاق بیفتد. اگر دعوت من را بپذیرید، همه این مفاهیم قابل توجه را به شما آموزش خواهم داد. همچنین عمیقاً به احساساتم می رسم، بنابراین احساس می کنم وقتی به پیروزی هایی که برای دستیابی به آن برنامه ریزی کرده ام، چه حسی خواهم داشت. خودم را در حالت بسیار مطمئنی حبس می کنم که در آن هر شکلی از شکست در قلمرو آن نیست. سپس من بیرون می روم و بهترین تلاشم را می کنم تا آن روز عالی را زندگی کنم.»

"جالب هست." کارآفرین مجذوب شد.

"این تنها یکی از روش هایی است که من روزانه اجرا می کنم تا در اوج بمانم. برای من اثبات شده است که این عمل به من کمک می کند تا با فعال کردن ژن هایی که قبلاً غیر فعال بودند، ژن های خود را تنظیم کنم دی ان ای شما، سرنوشت شما نیست، می دانید. نگران نباشید بچه ها، هنگامی که در جزیره هستید، در مورد زمینه موفقیت آمیز اپی ژنتیک یاد خواهید گرفت. شما همچنین برخی از علوم اعصاب زیبا را در چند برابر کردن موفقیت خود در این عصر بطور پراکنده یاد خواهید گرفت،

بنابراین سلاح های حواس پرتی جمعی شگفتی شما را از بین نبرند. من همه چیزهایی را که دارم فاش می کنم.

در مورد ایجاد پروژه هایی که به قدری استادانه انجام شده اند، کشف کرده اند که برای نسل ها دوام می آورند. در مورد روش های شگفت انگیزی برای تقویت تمرکز ذهنی و ضد آتش بودن انرژی بدنی خود خواهید شنید. خواهید فهمید که چگونه بهترین تاجران در جهان شرکت های مسلط را ایجاد می کنند و سیستم مدرجی را می آموزید که شادترین انسان های روی کره زمین هر روز صبح از آن استفاده می کنند تا زندگی ای را ایجاد کنند که مرزهای جادویی دارد. اوه، اگر تعجب می کنید، یک روش عملیاتی استاندارد است. این اصطلاحی است که مشاور ویژه من وقتی در مورد ساختارهای روزانه مورد نیاز برای پیروزی در بازی زندگی صحبت می کرد استفاده می کرد. فکر می کنم شما دو نفر می آید؟»

"آره. ما می آییم،" این کارآفرین با لحنی خوشبینانه تایید کرد.

"از پیشنهاد شما ممنونم."

این هنرمند که اکنون خونسردتر به نظر می رسد، اضافه کرد: "بله، متشکرم، مرد."

کارآفرین با جدیت گفت: «لطفاً، هر آنچه را که در مورد ایجاد روال صبحگاهی یک رهبر با تأثیر بالا و یک تاجر فوق العاده موفق می دانید به ما بیاموزید. من به شدت می خواهم عملکرد و بهره وری روزانه ام را بهبود بخشم. من همچنین برای بازسازی زندگیم به کمک شما نیاز دارم. صادقانه بگویم، امروز بیشتر از مدت ها احساس الهام بخشی دارم. اما من در بهترین مکان نیستم.»

هنرمند گفت: "بله، برادر." او دفترش را در هوا تکان می داد و او صحبت می کرد. "هواپیما خود را برای ما بفرست. ما را به دهکده خود ببرید. کمی نارگیل به ما بدهید. اجازه دهید با دلفین های شما شنا کنیم و زندگی خود را بهبود بخشید. ما همه در آنجا هستیم."

بی خانمان با جدیتی که قبلاً نشان نداده بود، گفت: "هیچ یک از چیزهایی که کشف خواهید کرد انگیزه نخواهد بود." تحقیقات و تاکتیک های بسیار عملی که در سنگرهای سخت صنعت آزمایش شده اند. برای بزرگترین ماجراجویی که تا به حال تجربه خواهید کرد، آماده شوید!»

کارآفرین در حالی که دستش را دراز کرد گفت: "عالی." "باید اعتراف کنم که کل این سناریو برای هر دوی ما بسیار عجیب بوده است، اما به هر دلیلی اکنون به شما اعتماد داریم. و بله، ما کاملاً برای این تجربه جدید آمادگی داریم.

هنرمند با صدای بلند گفت: "شما خیلی مهربانید که این کار را برای ما انجام می دهید. متشکرم." بی خانمان با خوشحالی گفت: "عالیه بچه ها تصمیم هوشمندانه ای گرفتید." "لطفاً فردا صبح بیرون از این مرکز کنفرانس باشید. برای چند رو لباس بیاورید. همانطور که گفتم، همه چیز را به من بسپارید. همه ی هزینه ها بر عهده من است. من از شما متشکرم."

"چرا از ما تشکر می کنی؟" کارآفرین و هنرمند تعجب کردند.

مرد بی خانمان لبخند محبت آمیزی زد و ریش خود را متفکرانه خاراند. مارتین لوتر کینگ جونیور در آخرین خطبه اش قبل از ترور گفت: «همه می توانند عالی باشند زیرا هر کسی می تواند خدمت کند. برای خدمت، لازم نیست مدرک دانشگاهی داشته باشید. شما مجبور نیستید فاعل و فعل خود را برای خدمت به توافق برسانید. برای خدمت، لازم نیست در مورد افلاطون و ارسطو بدانید. برای ارائه این کار لازم نیست نظریه نسبیت انیشتین را بدانید. برای خدمت لازم نیست نظریه دوم ترمودینامیک و فیزیک را بدانید. تو فقط به یک قلب پر از خوبی نیاز داری. روحی که از عشق به وجود آمده است."

بی خانمان یک تیکه آووکادو را از لبه دهانش پاک کرد و سپس به آنچه می گفت ادامه داد:

یکی از درس های بزرگی که در این سال ها آموخته ام این است

که کمک کردن به دیگران کمک کردن به خودتان است. شاد کردن دیگران باعث شاد کردن خودتان می شود.. کمک کردن به هموعان خود را افزایش دهید و طبیعتاً حالت خود شما نیز صعود می کند. موفقیت جالب است. اما اهمیت دارد. سخاوت ویژگی همه مردان و زنان بزرگی است که دنیای ما را ارتقا داده اند. و ما به رهبرانی نیاز داریم، رهبران خالص و نه خودشیفته هایی که به منافع شخصی خود وسواس دارند.

مرد بی خانمان برای آخرین بار به ساعت بزرگش نگاه کرد. شما نمی توانید عنوان، ارزش خالص و اسباب بازی های شیک خود را هنگام مرگ با خود ببرید، می دانید؟ من هنوز کامیونی در حال حرکت

را ندیده‌ام که در راه رفتن به مراسم تشییع جنازه یک ماشین نعش‌کش را دنبال می‌کند.» او نیشخندی زد. دو شنونده پوزخندی زدند.

کارآفرین زمزمه کرد: «حرف‌های او مانند گنج با ارزش و گرانبها است.» هنرمند گفت: «درست است.

مرد بی‌خانمان با شیوایی گفت: «تمام چیزی که در آخرین روز زندگی‌ات روی زمین اهمیت دارد، پتانسیلی است که از آن استفاده کردی، قهرمانی که نشان دادی و زندگی انسانی که به آن لطف کردی.» سپس ساکت شد. و نفس عمیقی بیرون داد. «هرچی. باور نکردنیه که میای ما خوش شانس خواهیم بود.»

"میتونم قلم موهامو بیارم؟" هنرمند مودبانه پرسید.

مرد بی‌خانمان با چشمک گفت: «فقط اگر می‌خواهی در بهشت

نقاشی بکشی.»

"و فردا صبح چه ساعتی باید شما را بیرون از این مکان ملاقات کنیم؟" کارآفرین پرسید و کیف دستی‌اش را روی شانه‌ای نازک و استخوانی گذاشت.

مرد بی‌خانمان گفت: پنج صبحتان را در اختیار داشته باشید تا زندگی‌تان به تعالی برسد.

سپس، او ناپدید شد.

## فصل 6

### پرواز به اوج بهره‌وری، فضیلت و شکست‌ناپذیری

"زمان و زندگی شما محدود است، پس آن را برای زندگی دیگران هدر ندهید. گرفتار عقاید دیگران نشوید، اسیر تفکر دیگران نشوید. اجازه ندهید سروصدای نظرات دیگران، نظرات شما را از بین ببرد. صدای درونی و مهمتر از همه، شجاعت پیروی از قلب و شهود خود را داشته باشید. از قبل می‌دانید که واقعاً می‌خواهید چه چیزی شوید." (استیو جابز)

این کارآفرین هنگامی که یک فنجان قهوه در دستش بود گفت: «خیلی خسته هستم». این سفر ممکن است سخت‌تر از آن چیزی باشد که فکر می‌کردم. کم‌کم دارم احساس می‌کنم دارم وارد دنیای جدیدی می‌شوم. همانطور که دیروز بعد از سمینار به شما گفتم، قطعاً آماده تغییر هستم. برای شروعی جدید روزشماری می‌کنم. من هم از همه اینها احساس ناراحتی می‌کنم. دیشب زیاد نخوابیدم چنین رویاهای ترسناک و خشنی دیدم و بله، این تجربه‌ای که ما با آن موافقت کرده ایم ممکن است خطرناک باشد."

هنرمند گفت: "خب، من احساس مرگ می‌کنم، مرد."

هنرمند و کارآفرین، در پیاده روی سالن کنفرانسی ایستاده بودند که مرد بی‌خانمان مهارت‌های خود را در آنجا آغاز کرده بود و روز قبلش با افتادن روی صحنه، قلب‌های زیادی را شکسته بود. ساعت ۴:۴۹ صبح بود.

هنرمند با ناراحتی گفت: "او نمی‌آید." او لباس مشکی پوشیده بود و روی میچ دست چپش یک بند خال قرمز یاقوتی به تن داشت. همان چکمه‌های دیروز. آن چکمه‌های استرالیایی. او یک لقمه تف به محوطه متروک پرتاب کرد. خیابان به آسمان خیره شد. و بعد بازوهای خالکوبی شده‌اش را تا کرد. این کارآفرین یک کیسه نایلونی روی دوش خود داشت. او یک بلوز ابریشمی با آستین‌های بوهمیایی، شلوار جین آبی طرح‌دار و یک جفت صندل با کفش‌های پاشنه بلند را طراحی کرد - همان‌گونه که سوپرمدل‌های خارج از کار را با عینک‌هایی به اندازه غروب‌های جزیره یونان می‌بینید. لب‌هایش به هم ساییده شده بود و خطوط روی صورتش در یک سری از تقاطع‌های جالب چیده شده بود. او با تمسخر گفت: "من شرط می‌بندم که مرد بی‌خانمان حضور ندارد." "من اهمیتی نمی‌دهم در مورد ساعتش مهم نیست که او می‌توانست اینقدر خوش بیان باشد. حالا که او مرا به یاد پدرم انداخت برای من هیچ معنایی ندارد. خدایا خسته شدم و احتمالاً در سمینار بود زیرا به مکانی برای

استراحت برای چند ساعت نیاز داشت. او احتمالاً از کل برنامه صبحگاهی 5 صبح باشگاه می دانست زیرا آن قسمت از ارائه افسونگر را شنیده و دزدیده است. و هواپیمای شخصی که او در مورد آن صحبت کرد احتمالاً بخشی از توهم مورد علاقه او بود.

کارآفرین به شک و تردید آشنا و پنهان شدن در قلعه حفاظتی خود بازگشته بود. امید روز قبل به وضوح از بین رفته بود.

درست در آن زمان، یک جفت چراغ جلوی هالوژنی بسیار قدرتمند دیوار تاریکی را سوراخ کردند. دو همراه به هم نگاه کردند. کارآفرین موفق به لبخند زدن شد. "باشه. شاید گزینه واقعاً بسیار باهوش تر از عقل باشد." او با خود زمزمه کرد.

رولزرویس درخشان، به رنگ زغال سنگ، تا حاشیه کشیده شد. با کارآیی سریع، مردی با لباس سفید شفاف از سدان بیرون پرید و با ادبی قدیمی از آن دو استقبال کرد.

"صبح شما بخیر خانم. و شما نیز، قربان،" او با لهجه بریتانیایی گفت در حالی که کیف های آنها را با یک حرکت ماهرانه داخل وسیله نقلیه می گذاشت.

"تروکه کجاست؟" هنرمند با درایت تپه ای که هرگز جنگل را ترک نکرده بود پرسید.

راننده نتوانست جلوی خنده اش را بگیرد. سریع به آرامش رسید.

«بخشید قربان. بله، آقای رایلی لباس بسیار ساده ای می پوشد. او این کار را زمانی انجام می دهد که احساس می کند نیاز به «سرسخت شدن» دارد، همانطور که این تمرین را طبقه بندی می کند.

او در بیشتر مواقع زندگی منحصر به فردی دارد و مردی است که به هر چیزی که می خواهد عادت دارد. هر چیزی که او می خواهد، دقیق تر. بنابراین، هر چند وقت یکبار کارهایی انجام می دهد تا حیا و فروتنی اش را کنترل کند. شاید اضافه کنم که این بخشی از جذابیت عجیب اوست. آقای رایلی از من خواست که اینها را به شما بدهم.»

راننده دو بچه پاکت را بیرون آورد که از باکیفیت ترین کاغذ ساخته شده بود. با باز کردن آنها، کارآفرین و هنرمند این کلمات را دیدند:

هی، ها! امیدوارم که عالی باشید قصد نداشتم دیروز هر دوی شما را ترسانده باشم. فقط باید چکمه هایم را روی زمین نگه می داشتم. ، یکی از فیلسوفان مورد علاقه من، می نویسد: «اما نه یک گاو نر و نه یک انسان نجیب به یکباره آن چیزی که هست نمی شود. او باید تمرینات سخت زمستانی را انجام دهد و خود را آماده کند و عجولانه خود را به سمت چیزی که مناسب او نیست سوق ندهد."

ناراحتی داوطلبانه، چه با لباس پوشیدن من، چه با روزه گرفتن یک بار در هفته یا با خوابیدن روی زمین یک بار در ماه، من را قوی، منظم و متمرکز بر چند اولویت اصلی زندگی نگه می دارد. هر چه هست، پرواز فوق العاده ای داشته باش، و به زودی تو را در بهشت می بینم.



راننده ادامه داد: «لطفاً به خاطر داشته باشید که ظاهر ممکن است گمراه کننده باشد و لباس شخصیت فرد را بیان نمی کند. دیروز با یک مرد بزرگ آشنا شدید. ظاهر واقعاً کیفیت یک شخص را نشان نمی دهد.»

هنرمند با لگد زدن به یک چکمه مشکی به نماد براق رولزرویس در مرکز یکی از چرخ‌ها، گفت: "حدس می‌زنم اصلاح هم انجام نمی‌دهد."

"آقای. رایلی هرگز چیزی را که من می‌خواهم به شما بگویم به شما نمی‌گوید زیرا او بسیار مودب و شایسته است. اما آقایی که شما از آن به عنوان "فرسوده" یاد می‌کنید یکی از ثروتمندترین افراد جهان است."

"جدی می‌گی؟" کارآفرین در حالی که چشمانش گشاد شده بود پرسید.

"من قطعاً هستم." راننده در حالی که در را باز کرد لبخند مؤدبانه‌ای زد و دستی سفید پوش برای خوشامدگویی به هر دو مسافر در خودرو تکان داد.

صندلی‌ها بوی عجیب و غریبی از چرم نو داشتند. به نظر می‌رسید که روکش چوبی با دست، توسط خانواده‌ای کوچک از صنعتگران شیک که شهرت خود را حول این وسواس منحصر به فرد ساخته بودند، آماده شده بود.

"آقای رایلی سال‌ها پیش ثروت خود را در سرمایه‌گذاری‌های مختلف تجاری به دست آورد. او همچنین سرمایه‌گذار اولیه در شرکتی بود که اکنون به یک شرکت مورد تحسین بین‌المللی تبدیل شده است. احتیاط من را از ذکر نام منع می‌کند و اگر آقای رایلی متوجه شد که من صحبت می‌کنم. از مسائل مالی با شما، او به شدت ناامید خواهد شد. دستورات او صرفاً این بود که با شما با نهایت دقت رفتار کند و همچنین شما را از صداقت و قابلیت اطمینان خود اطمینان دهد و شما را به سلامت به آشیانه ۲۱ تحویل دهد."

آشیانه 21؟ هنرمند در حالی که با آرامش به داخل وسیله نقلیه مجلل می‌رفت، پرسید، مانند ستاره‌ای راک که به این روش حمل و نقل عادت کرده یا هنرمند هیپ‌هاپ آماده برای یک بازی آخر هفته.

راننده به اختصار گفت: "ناوگان جت‌های آقای رایلی در آنجا نگهداری می‌شوند."

"ناوگان؟" از کارآفرین پرسید، چشمان قهوه‌ای زیبای او با نگاهی بسیار کنجکاو زنده است.

"بله" تنها چیزی بود که راننده اجازه می‌داد.

در حالی که راننده با سرعت در خیابان‌های صبح زود عبور می‌کرد، سکوت حاکم شد. هنرمند در حالی که یک بطری آب را در یک دستش غافلگیرانه غلت می‌داد از پنجره به بیرون نگاه کرد. او چندین سال بود که طلوع خورشید را ندیده بود. "خیلی خاص. واقعاً زیباست" او اعتراف کرد. «در

این زمان از روز همه چیز بسیار آرام است. بدون سر و صدا. چنین آرامشی با وجود اینکه الان احساس خستگی می‌کنم، واقعا می‌توانم فکر کنم. همه چیز واضح تر به نظر می‌رسد. توجه من آشفته نیست انگار بقیه دنیا در خواب هستند. چه آرامشی.»

سواره نظام پرتوهای عنبر، پالت اثیری سپیده دم و سکوت این لحظه او را تشویق کرد. و بهت زده کارآفرین راننده را مطالعه کرد. او در حالی که با بی‌قراری با دستگاه خود بازی می‌کرد، درخواست کرد: "پس، درباره رئیسیت بیشتر به من بگو."

من نمی‌توانم خیلی بیشتر به شما بگویم. او چندین میلیارد دلار ارزش دارد. او بیشتر پول خود را صرف امور خیریه کرد. آقای رایلی جذاب‌ترین، سخاوتمندترین و دلسوزترین فردی است که من می‌شناسم. او همچنین دارای قدرت اراده باورنکردنی و ارزش‌های آهین مانند صداقت، همدلی، صداقت و وفاداری است. و البته، اگر بخواهم آنقدر جسارت داشته باشم که بگویم، او واقعاً عجیب و غریب است. مانند بسیاری از افراد بسیار، بسیار، بسیار ثروتمند.»

کارآفرین موافقت کرد: «ما متوجه شده‌ایم. با این حال، من علاقه‌مندم. چه چیزی باعث می‌شود که او عجیب و غریب باشد؟»

پاسخ تند بود: «می‌بینی.»

رولز به زودی وارد یک فرودگاه خصوصی شد. هیچ نشانی از آقای رایلی نیست. راننده تا یک جت عاج که کاملاً حفظ شده بود شتاب گرفت. تنها رنگی که داشت روی دم ظاهر می‌شد. در رنگ پرتقال ماندارین، سه کاراکتر «5AC» را می‌خوانند.

"5AC برای چیست؟" کارآفرین با تنش پرسید و ابزارش را محکم گرفته بود.

"باشگاه 5 صبح. صاحب صبح خود باشید. زندگی خود را ارتقا دهید." این یکی از اصولی است که آقای رایلی بسیاری از منافع تجاری خود را تحت آن انجام داده است. و اکنون، با تأسف، اینجاست که باید با شما خداحافظی کنم.

دو خدمه خوش تیپ در نزدیکی پلکان فلزی که به کابین منتهی می‌شد با هم گپ زدند. یک مهماندار بلوند خوش ذوق حوله‌های داغ را به کارآفرین و هنرمند داد و از یک سینی نقره‌ای به آنها قهوه داد. او به زبان روسی به آنها سلام کرد و گفت: «دوبرو اوترو.»

وقتی سوار ماشین شد، راننده به جت زنگ زد: «از آشنایی با شما خیلی خوشحال شدم.» لطفاً وقتی آقای رایلی را دیدید بهترین آرزوهای من را به او برسانید و در موریس خوش بگذرانید.

"موریس؟" اصحاب فریاد زدند، همانطور که یک خون آشام با یک حبه سیر از خواب بیدار می‌شود. این هنرمند در حالی که به داخل کابین می‌رفت گفت: "همه اینها باورنکردنی است."

"موریس! من همیشه می خواستم به آن جزیره بروم، و کمی در مورد آن خوانده ام. این یک مکان با فرکانس بالا است. طعم فرانسوی. زیبایی فوق العاده. و از آنچه آنها می گویند، بسیاری از گرم ترین و شادترین ها هستند. مردم روی زمین در آنجا زندگی می کنند.»

کارآفرین در حالی که جرعه جرعه قهوه اش را می خورد و به کابین خلبان نگاه می کرد، گفت: «من هم متحیر شدم. او خلبانان را در حین انجام آماده سازی قبل از پرواز مورد مطالعه قرار داد. من همچنین شنیده ام که موریس بسیار باشکوه است و مردم بسیار دوستانه، مفید و از نظر معنوی پیشرفته هستند.

پس از یک برخاست کامل، هواپیمای درجه یک در بالای ابرها شناور شد. پس از رسیدن به ارتفاعات، شامپاین درجه یک سرو شد، خاویار توصیه شد و مجموعه ای از غذاهای اصلی افسانه ای پیشنهاد شد. کارآفرین نسبتاً احساس رضایت داشت و از تلاش ظالمانه سرمایه گذارانش برای شرکتش را از او بگیر درست است، ممکن است این زمان ایده آلی برای تعطیلات برای آشنایی با فلسفه باشگاه ۵ صبح و روش شناسی زیربنایی آن نباشد، که برای صعود آقای رایلی به تاتنهای تجاری و بشردوستی جهانی مانند سوخت موشک خدمت کرده بود. یا شاید این زمان عالی برای دور شدن از واقعیت معمول او بود تا کشف کند که چگونه موفق ترین، تأثیرگذارترین و شادترین افراد روی کره زمین روزهای خود را آغاز می کنند.

پس از نوشیدن مقداری شامپاین، این کارآفرین فیلمی را تماشا کرد. سپس به خواب عمیقی فرو رفت. این هنرمند کتابی داشت به نام میکل آنژ فیورنتینو و رافائل دا اوربینو: استادان هنر در واتیکان. او ساعت ها آن را خواند. فقط می توانید تصور کنید که او چقدر خوشحال بود. این جت مسیر خود را بر روی تعدادی از قاره های وسیع و بالای زمین های متنوع طی کرد. پرواز با دقت انجام شد و فرود به همان اندازه روان بود که تجربه کلی خوب بود.

"، کاپیتان در سیستم نشانی عمومی در حالی که هواپیما در امتداد باند تازه سنگفرش شده تاکسی می شد، اعلام کرد. مرسی آرایش. به موریس و فرودگاه بین المللی سر سیوووساگور رامگولام خوش آمدید.» او با اعتماد به نفس کسی که بیشتر عمرش را در آسمان گذرانده بود، سخنانش را ادامه داد. با توجه به آنچه دستیار شخصی آقای رایلی از برنامه سفر شما به ما اطلاع داده است، چند روز دیگر شما را دوباره می بینم.

با ما پرواز می کنیم، و ما اطمینان داریم که این سفر زیبا، عالی و مهمتر از همه، ایمن بوده است.» در حالی که مهماندار هواپیما مسافران ویژه خود را از هواپیما بیرون می آورد و به داخل وسیله نقلیه زمزمه می کرد، یک مشکی صیقلی بر روی آسفالت می درخشید.

"چمدان شما به زودی ارسال می شود. نگران نباشید - باید به اتاق های مهمان شما در املاک ساحلی آقای رایلی تحویل داده شود. اسپاسیبا،» با لحنی برازنده و با تکانی جدی اضافه کرد. این کارآفرین در حالی که با خوشحالی چند سلفی گرفت و به طرز نامشخصی مانند یک مدل لباس، مشاهده کرد: «این خیلی عالی است. هنرمند در حالی که او را بمباران می کرد و زبانش را مانند آلبرت انیشتین در آن عکس معروف که به جدیت او به عنوان یک دانشمند خیانت می کرد و حس کودکانه اش از تعجب را آشکار می کرد، پاسخ داد: «دف».

همانطور که رنج روور در امتداد بزرگراه می غلتید، ساقه های بلند نیشکر در نسیم معطری که اقیانوس هند می وزید، تاب می خورد. راننده ساکت کلاهی سفید بر سر داشت، آن گونه که زنگوله ها را در هتل های پنج ستاره می بینید، و یک یونیفرم خاکستری تیره به تن داشت که حکایت از حرفه ای بودن کم رنگ و در عین حال ظریف داشت. او هرگز در هنگام پایین آمدن محدودیت سرعت و اطمینان از روشن بودن چراغ سیگنال خود در هر زمان که قرار بود چرخشی انجام شود، از کاهش سرعت غافل نمی شد. اگرچه مشخص بود که مرد بزرگتر است، اما خودرو را در کنار جاده حرکت داد با دقت یک شاگرد جوان که برای تبدیل شدن به بهترین مطلق تلاش می کند. در طول رانندگی، تمرکز او روی پیاده روی پیش رو، در نوعی خلسه بود که برای حفظ امنیت مسافرانش طراحی شده بود و در عین حال آنها را با کارآیی آرام به مقصد می رساند.

آنها از روستاهای کوچکی گذشتند که حسی بی انتها داشتند. در خیابان ها ردیف شده بود، سگ های وحشی با رفتارهای پادشاه جاده در خط نصف النهار ایستاده بودند و در یک بازی مرگبار مرغ با روبرو می شدند، و بچه ها روی چمن های کوچک چمن زار با رها شدن بدون فکر بازی می کردند. گهگاه صدای جیغ خروس ها شنیده می شد و پیرمردهایی با کلاه های پشمی معمولی با دهان های بی دندان و پوست شاه بلوطی روی صندلی های چوبی می نشستند. به نظر می رسید که آنها ساعت های زیادی در روز برای گذراندن دارند، یکباره خسته از سختی های زندگی و در عین حال عاقل از روزهایی که کاملاً زندگی کرده اند. گروه های کر از پرندگان شاداب آهنگین آواز می خواندند در حالی که به نظر می رسید پروانه های رنگارنگ در همه جا بال می زدند.

در یک جامعه کوچک، به مار رفت، پسری لاغر با پاهایی که برای بدنش خیلی بلند به نظر می رسید، دوچرخه موزی را با صندلی که خیلی بلند روی قاب فلزی خش دار آن قرار داشت، رکاب زد. در دیگری، گروهی از دختران نوجوان با تاپ، شورت موج سواری و دمپایی در امتداد جاده باریک اما با دقت نگهداری می شدند و مردی را با شورت باری سبز ارتشی که تی شرتی پوشیده بود دنبال می کردند که روی آن شماره 1 شعله کبابی بود. مرغ «پشت آن چاپ شده است.

به نظر می‌رسید همه چیز در زمان جزیره حرکت می‌کند. مردم شاد به نظر می‌رسیدند. آنها با نشاط تابشی درخشیدند که در زندگی‌های برنامه‌ریزی‌شده، تحت تسلط ماشینی و گاهی بی‌روح که بسیاری از ما در حال تجربه آن هستیم، چندان دیده نمی‌شود. سواحل بی‌نظیری زیبا بودند. باغ‌ها کاملاً باشکوه بودند. و تمام صحنه گوگن به نظر توسط یک رشته کوه پوشیده شده بود که به نظر می‌رسید توسط یک مجسمه ساز فلورانس قرن شانزدهم تراشیده شده بودند.

"آن ساختار را می‌بینید؟"

راننده سکوت خودخواسته خود را شکست و به صخره‌ای در بالای یکی از قله‌ها اشاره کرد که شبیه یک انسان است. این کوه پیترو هر دو نام دارد. این دومین کوه مرتفع موریس است. قله را در آنجا ببینید. شبیه سر انسان است، درست است؟ او با انگشتی که به سمت بالا به سمت ساختار اشاره کرد، اشاره کرد.

این هنرمند پاسخ داد: "قطعا اینطور است."

راننده ادامه داد: «وقتی در مدرسه ابتدایی بودیم، داستان مردی را برای ما تعریف کردند که در پای کوه به خواب رفت. با شنیدن صداهای عجیب و غریب از خواب بیدار شد و پری‌ها و فرشتگان را دید که همه چیز درباره او می‌رقصند. موجودات به مرد دستور دادند که هرگز آنچه را که دیده است به کسی نگوید و گرنه سنگ می‌شود. او موافقت کرد اما با توجه به هیجانی که از تجربه عرفانی که دیده بود، تعهد خود را شکست و بسیاری از خوشبختی‌های خود را گفت. پریان و فرشتگان او را به صخره تبدیل کردند و سرش را تا این حد متورم شد و برخاست تا بر قله کوه باشکوهی که اکنون هر دو به آن نگاه می‌کنید بنشیند و به هر کسی که آن را می‌بیند یادآوری می‌کند که به قول خود عمل کند. و به قول آنها احترام بگذارد.»

از کنار جامعه دیگری عبور کرد. در حالی که دو پسر نوجوان و سه دختر نوجوان با گلهای سفید و صورتی در موهایشان با شادی می‌رقصیدند، موسیقی از یک بلندگوی کوچک در ایوان جلویی پخش می‌شد. سگ دیگری در پس زمینه به آرامی پارس کرد.

این کارآفرین خاطرنشان کرد: "داستان عالی".

پنجره اش باز بود و موهای قهوه‌ای موج‌دارش در باد می‌چرخید. صورت معمولاً خط‌دار او اکنون کاملاً صاف به نظر می‌رسد. حالا کلماتش را آهسته‌تر بیان می‌کرد. آرامشی بی‌سابقه از صدای او پدیدار شد. یکی از دست‌ان او روی صندلی تکیه داده بود - نه چندان دور از جایی که دست هنرمندی که خالکوبی‌های ظریفی روی انگشتان وسط و اشاره خود داشت، قرار داشت.

راننده گفت: "مارک تو این نوشت: "اول موریس ساخته شد و سپس بهشت؛ و بهشت از موریس کپی کرد." گفت.

این هنرمند گفت: «هرگز چنین چیزی ندیده بودم»، خصومت او با یک رفتار بی دردرس، بی دغدغه و آرام جایگزین شده است. و جوی که اینجا احساس می‌کنم چیزی عمیقاً خلاقانه را در من برمی‌انگیزد.»

کارآفرین کمی بیشتر از زمانی که مودبانه قابل قبول بود به هنرمند نگاه کرد. سپس او به سمت دریا نگاه کرد. گرچه تمایلی نداشت، اما نتوانست لبخند آرامی نزند.

شنیده می‌شد که راننده در بلندگوی شاسی بلند زمزمه می‌کرد: «پنج دقیقه دورتر». سپس به هر یک از مسافرانش یک تبلت دست ساز که به نظر از طلا بود، داد. او به آنها گفت: "لطفاً اینها را مطالعه کنید."

پنج عبارت در فلز ظاهراً گرانبها حکاکی شده بود. شکل ظاهری تبلت‌ها به شرح زیر است: قانون شماره 1 اعتیاد به حواس پرتی پایان تولید خلاقانه شماست. امپراتوری سازان و تاریخ سازان یک ساعت قبل از طلوع فجر، در آرامشی که فراتر از چنگال پیچیدگی است، برای آماده شدن زمان می‌گذارند.

خود را برای یک روز در سطح جهانی.

قانون شماره 2 بهانه‌ها نابغه‌ای ایجاد نمی‌کنند. فقط به این دلیل که قبلاً عادت زودرس را نصب نکرده‌اید به این معنی نیست که اکنون نمی‌توانید آن را انجام دهید. منطق خود را رها کنید و به یاد داشته باشید که پیشرفت‌های کوچک روزانه، زمانی که به طور مداوم انجام شوند زمان، منجر به نتایج خیره‌کننده می‌شود.

قانون شماره 3 همه تغییرات در ابتدا سخت هستند، در وسط آشفته و در پایان بسیار زیبا هستند. هر چیزی را که اکنون آسان می‌یابید، ابتدا برایتان دشوار است. با تمرین مداوم، بلند شدن با خورشید به حالت عادی شما تبدیل خواهد شد.

قانون شماره 4 برای به دست آوردن نتایج 5٪ از تولیدکنندگان برتر، باید کاری را شروع کنید که 95٪ از مردم تمایلی به انجام آن ندارند. همانطور که شروع به زندگی می‌کنید، اکثریت شما را دیوانه خطاب می‌کنند. به یاد داشته باشید که برچسب زدن یک عجایب است. بهای عظمت.

قانون شماره 5 هنگامی که می‌خواهید تسلیم شوید، ادامه دهید. پیروزی بی‌امان را دوست دارد. وقتی از ردیفی منظم از خانه‌های ساحلی سفید رنگ و رو رفته عبور می‌کرد، وسیله نقلیه سرعت خود را کاهش داد. یک وانت جمع و جور در راهروی غبارآلود یکی پارک شده بود.

خانه تجهیزات غواصی در حیاط جلویی دیگری پخش شده بود. جلوی آخرین خانه، جمعی از بچه ها در حیاط بازی می کردند و در حالی که از بازی آنها لذت می بردند، هیستریک می خندیدند. قبل از برخورد با ساحل شنی، اقیانوس، هم سبز و هم مایل به آبی، با امواجی که در بالای آن فوم قرار داشتند، ظاهر شد. هوا اکنون بوی جانوران دریایی را به مشام می دهد، در عین حال شیرینی مانند شهد با ترکیبات غیرمنتظره دارچین در آن. روی اسکله ای پهن، صف باریکی از مردی با ریش بابائوئل و لباس های خاکی پوشیده شده با پای برهنه برای شام خانواده اش ماهی می گرفت. کلاه ایمنی موتورسیکلت روی سر کهنه اش نصب شده بود. خورشید شروع به غروب می کرد، کره ای پر زرق و برق از درخشش کور که رگه های زرد مایع و انعکاس هایی را بر روی آب خوشایندی که جلوی آن قرار داشت می انداخت. پرنده ها هنوز جیک می کردند. پروانه ها همچنان پرواز می کردند. کاملاً جادویی، همه اینها. راننده به داخل یک دستگاه مخابره داخل کابین که در کنار حصاری فلزی قرار داشت، گفت: «ما اینجا هستیم.» گفت: «ما اینجا هستیم.» دروازه باز شد. به آرامی.

از جاده ای پر پیچ و خم پر از بوگنویل، هیبیسکوس، فرانگیپانی و بوکل، گل ملی موریس، در امتداد طرفین غلتید. راننده پنجره اش را باز کرد و در نسیمی که در حال چرخش بود دعوت کرد رایحه ای که شامل یاس تازه مخلوط با گل رز غنی نیز می شد. باغبانان با لباس هوشمند باغبانی امواج صمیمانه را تکان دادند. در حالی که وسیله نقلیه در حال حرکت بود، یکی فریاد زد "بنجور". یکی دیگر در حالی که دو کبوتر چاق به اندازه مشت یک کامیون دار در امتداد مسیری سنگی پریدند، «بنزور» گفت.

خانه ی میلیاردی کم فروغ بود. طراحی از نوع شیک ساحلی بود. نوعی کلبه در تاکستان مارتا با حس و حال مزرعه سوئدی مطابقت دارد. هم از نظر احساسی زیبا بود و هم کاملاً خصوصی. یک ایوان عظیم در پشت خانه بر روی اقیانوس گسترش یافته است. یک دوچرخه کوهستانی گل آلود به دیوار تکیه داده بود. یک تخته موج سواری در نزدیکی انتهای راهرو قرار داشت. پنجره های عظیم از کف تا سقف تنها شکوفایی معماری عجیب و غریب بود. گل های گران بها به دقت در امتداد عرشه ای چیده شده بودند که در آن یک چرخ دستی نگهدارنده غذاهای آماده، پنیرهای متنوع و چای لیموی تازه با تکه های دقیق بریده شده زنجبیل در انتظار بود. پله های خاکستری سفید شده از نور خورشید به ساحل زیبای خیره کننده ای ختم می شوند، نوعی که در مجلات مسافرتی دیده می شود که جمعیت نخبه دوست دارند بخوانند.

در میان این همه نفیس، چهره ای منزوی روی شن های شیری ایستاده بود. او یک حرکت نکرد.

سکون کامل. مرد قد بلند، بدون پیراهن و برنزی برج ایفل بود و یک جفت شورت گشاد با طرح استتار به تن داشت. صندل‌های زرد قناری و عینک‌های آفتابی بسیار شیک، نوعی که می‌توانید در رم بخرید، ظاهر موج‌سواری را تکمیل کرد. او به دریا نگاه کرد و همچنان مانند ستاره ای در آسمان بزرگ آفریقا باقی ماند.

کارآفرین با اشاره گفت: آنجاست. او با پرانرژی گفت: "بالاخره میزبان خود را می‌بینیم. آقای رایلی برجسته."

"او را نگاه کن! او فقط کنار آب می‌گذرد، آن پرتوها را جذب می‌کند و کاملاً عاشق زندگی است. بهت گفت که او خاص است خیلی خوشحالم که به قلبم اعتماد کردم و با این فرار شگفت‌انگیز موافقت کردم. او به قول خود وفادار بوده است، در دنیایی که بسیاری از مردم چیزهایی را می‌گویند که هرگز انجام نمی‌دهند و قول‌هایی می‌دهند که به آنها عمل نمی‌کنند. او فوق‌العاده سازگار بوده است. او با ما خیلی خوب رفتار کرده است. او حتی ما را نمی‌شناسد و با این حال واقعاً سعی می‌کند به ما کمک کند. هیچ شکی در ذهن من وجود ندارد که او پشت ماست. عجله کن. "من می‌خواهم آقای رایلی را در آغوش بگیرم!"

این هنرمند در حالی که یک بچه مارمولک روی تخته‌ای پهن راه می‌رفت، خندید. او پیراهن سیاه خود را در زیر نور خیره‌کننده آفتاب در آورد و شکم و سینه‌های مردی به اندازه انبه‌های گوشتی را نمایان کرد.

نقاش در حالی که برای نزدیک ماندن به کارآفرین سرعت می‌گرفت، زمزمه کرد: "من هم. او موعظه‌اش را پیاده می‌کند. مرد، من باید کمی آفتاب بگیرم." او به سختی نفس می‌کشید. همانطور که دو مهمان به سمت مردی که در لبه آب این نیروانا قرار داشت، قدم می‌زدند

از یک ترکیب اقیانوسی، آنها مشاهده کردند که هیچ‌کس در معروض دید نیست. نه حتی یکی. فقط چند قایق ماهیگیری چوبی با رنگ‌کننده شده از گذر سالها در آبهای کم‌عمق نزدیک ساحل پهلو گرفته‌اند. و به غیر از خورشید پرستش‌کننده امپراتوری در سایه‌های ایتالیایی، هیچ انسان دیگری در این مورد وجود نداشت. هر جا.

"آقای رایلی، فریاد زد هنرمند، که حالا روی شن‌ها با گرسنگی هوا را به ریه‌های فوق‌العاده نامناسبش می‌کشد.

هیكل باریک مانند نگهبان کاخ در انتظار ورود کاروان سلطنتی ثابت ماند.

"آقای رایلی،" با شور و اشتیاق کارآفرین را تکرار کرد.



بدون پاسخ. مرد فقط به دریا و کشتی‌های کانتینری به بزرگی استادیوم‌های فوتبال که در سراسر افق نشسته بودند نگاه می‌کرد.

این هنرمند خیلی زود پشت مجموعه شانه‌های برنزه شده فیگور ایستاد و سه ضربه به شانه سمت چپ زد. فوراً شکل به دور خود چرخید. دو مهمان نفس نفس زدند. کارآفرین دستی باریک روی دهانش گذاشت. هنرمند پیش از اینکه روی شن‌ها بیفتد، به طور غریزی به عقب تکان خورد. هر دو از آنچه دیدند مات و مبهوت شدند. این افسونگر بود.

## فصل 7

### آماده سازی برای یک تحول آغاز می شود

یک بچه، یک نابغه و با یک فرد دیوانه، مشکلی برای باور کردن باورنکردنیها ندارند. تنها من و شما با مغزهای بزرگ و قلب های کوچکمان هستیم که شک داریم، بیش از حد فکر می کنیم و در دل هستیم (استیون پرسفیلد) کار آفرین با لبخندی مسخره، که هم نشان دهنده تعجب و هم نشان دهنده خوشحالی بود گفت ما در سمینار تو بودیم. تو روی صحنه واقعا درخشان بودی در نتیجه کار آفرین بر شوک ناشی از مشکلات تجارتش پیروزی یافت و گفت: «من یک شرکت تکنولوژی را اداره می کنم. همه چیز عالی بود تا این که چند دقیقه قبل - صدای کار آفرین ضعیف شد. از افسونگر روی برگرداند و به هنرمند خیره شد. برای چند لحظه، با اضطراب با دستبندهایش بازی کرد و در چهره اش نگاهی خسته و جریحه دار دیده شد. افسونگر پرسید: «چه اتفاقی برای کسب و کارت افتاد؟ کار آفرین پاسخ داد، برخی از افرادی که در شرکت من سرمایه گذاری کرده بودند، احساس می کردند سود سهام من، بیش از حد است. آنها خواستار سهم بیشتری برای خودشان هستند. واقعا افراد طمع کاری هستند.»

با صدایی ناراحت ادامه داد: «آنها تیم اجرایی من را تحت تأثیر خودشان قرار دادند، کارمندان اصلی من را متقاعد کردند تا در مقابل من بایستند و حالا سعی می کنند که من را از شرکت بیرون بیاندازند. این شرکت تمام زندگی من است.»

خودش ادامه داد: «می خواستم خود کشی کنم تا این که در سمینار تو شرکت کردم. دانش و سخنان با ارزش تو، واقعا به من امیدواری دادند. بسیاری از کلمات تو، دوباره به من قدرت دادند. نمیدونم چطوری، ولی کاری کردی تا به خودم و آیندهام باور داشته باشم.»

سپس افسونگر را بغل کرد و گفت، می خواهم از تو تشکر کنم. تو منو به سفری برای به حد کمال رساندن زندگی ام ترغیب کردی افسونگر گفت. از سخنان سخاوتمندانه تو بسیار سپاسگزارم.»

او بسیار متفاوت از کسی بود که هنرمند و کار آفرین، دیروز برای آخرین بار دیده بودند. نه تنها طراوت و شادابی افراد سالم را داشت، بلکه کاملا استوار ایستاده بود و وزن ایده آلی داشت.

افسونگر ادامه داد: «از حرف هایی که زدید، بسیار خرسندم. اما حقیقت این است که من به شما کمک نکردم تا در جستجو برای پیشرفت زندگی تان باشید. شما با اعمال بینش ها و روش های من زندگی تان را تغییر می دهید. بسیاری از افراد، تنها خوب حرف می زنند. آنها در مورد تمام آرزوها و اهدافشان می گویند که می خواهند تمام آنها را تحقق بخشند. من کسی را قضاوت نمی کنم. اما، اکثر افراد در تمام زندگی شان تغییری نمی کنند. این افراد بسیار می ترسند تا مثل دیروزشان رفتار نکنند. آنها به متوسط بودن رضایت داده اند و در برابر تمام موقعیت ها برای رشد، تکامل و تعالی شخصی مقاومت می کنند. تعداد زیادی از افراد خوب میان ما بسیار می ترسند. این افراد مأموریت زندگی شان را قبول نمی کنند تا به درون اقیانوس آبی موقعیت ها بروند که در آنجا تسلط، بزرگی، شجاعت و اصالت منتظر آنها است. شما خرد آن را داشتید تا به برخی از اطلاعاتی که در کنفرانس ارائه دادم، عمل کنید. شما جزو معدود افرادی هستید که مشتاقند کارهای لازم را انجام دهند تا رشد کنند و به انسان بهتری تبدیل شوند. این خیلی خوب است. و من هم می دانم که متحول شدن آسان نیست. با این حال، برای این که یک پروانه زیبا داشته باشیم، باید زندگی کرم حشره پایان یابد. شما قدیم، باید بمیرد تا بهترین شما بتواند به دنیا بیاید. شما باهوش تر از آن هستید که منتظر باشید تا شرایط ایده آل برسد تا یک زندگی ممتاز داشته باشید. نیروی زیاد، با یک شروع ساده آزاد می شود. طبیعت، متوجه اقدامات پر تلاش شما می شود و سپس به تعهد صادقانه شما با پیروزی های پیش بینی نشده جواب می دهد. نیروی اراده شما افزایش می یابد. اعتماد به نفس تان بیش تر می شود. درخشش تان اوج می گیرد. یک سال بعد، بسیار خوشحال خواهید بود که امروز شروع کردید.»

کار آفرین گفت، «حرف هایت خیلی جالب هستند. ممنون افسونگر ادامه داد: «مردی می گفت، قبل از این که دویدن را شروع کند، باید وزنش را کم کند. او می خواست وزنش را کم کند تا عادت دویدن را در خودش شروع کند. این مانند نویسنده ای است که برای نوشتن کتابی منتظر انگیزه و الهامی است با مانند مدیری است که منتظر ترفیع است تا حوزه ای را اداره کند. جریان زندگی، به اقدامات مثبت پاداش می دهد و دودلی را تنبیه می کند. بگذریم، خوشحالم که توانستم کمک کوچکی به ارتقاء شما بکنم. به نظر می رسد در این ماجراجویی شخصی، شرایطی دشوار و البته هیجان انگیزی دارید.» کار آفرین گفت، «دیروز فکر کردیم وقتی روی صحنه افتادی، مردی. خدا را شکر که حالت خوب است. و خیلی ممنونم که این قدر فروتن هستی من باور دارم که متواضع ترین افراد، بهترین آنها هستند. رهبران خالص، از خودشان مطمئن هستند و مأموریت اصلی آنها، بالا بردن و خدمت به

دیگران است. آنها چنان عزت نفس، شادی و آرامشی در درون شان دارند که نیاز ندارند موفقیت های شان را برای جامعه تبلیغ کنند تا کمی احساس بهتری داشته باشند. البته باید بگم که تفاوت زیادی بین قدرت واقعی و قدرت دروغین وجود دارد»

افسونگر اینها را گفت و حالت همان مرشدی را به خود گرفت که او را در سراسر دنیا مشهور کرده بود. فرهنگ ما می گوید تا به دنبال عناوین، ستایش و تحسین، پول و خانه های مجلل باشیم. این ها همه خوب هستند، اما تا زمانی که مغزتان را شستشو ندهند که ارزش تان را به عنوان یک انسان با این معیارها بسنجید. از آنها لذت ببرید، اما به آنها وابسته نشوید. آنها را داشته باشید، اما هویت خودتان را بر پایه آن ها قرار ندهید. قدرتان آنها باشید، اما نیازمند آنها نباشید.»

کار آفرین کاملا مجذوب حرف هایش شده بود و گفت. «لطفا ادامه بده.»

افسونگر دمپایی های بند انگشتی خودش را بیرون آورد و گفت: «نیروی واقعی، هیچ وقت از هیچ چیز بیرونی نمی آید. بسیاری از افراد با پول های بسیار زیاد، خیلی ثروتمند نیستند. چیزهایی که در بیرون دارید، این نیروی واقعی را به وجود نمی آورند. وقتی با موهبت های اصیل خودتان ارتباط برقرار کنید و مهم ترین استعدادهای تان را به عنوان یک انسان درک کنید، این نیروی واقعی و پایا خودش را نشان می دهد هم چنین باید بگویم که ثروت های واقعی، از یک زندگی با ارزش های مهمی مانند بهره وری، انضباط شخصی، شجاعت، صداقت، همدردی و همبستگی و هم چنین زندگی کردن مطابق خواسته های خودتان می آید، نه این که مانند بسیاری از افراد، کور کورانه دنباله رو سایر افراد باشید. بسیاری از افراد، در حال حاضر این گونه زندگی می کنند. خبر خوب این است این نیروی واقعی که از آن صحبت

می کنم، در دسترس تمام افراد است. شاید چون زندگی به ما آسیب زده، ما را ناامید کرده و یا ما را پریشان کرده است، این شکل از توانایی خودمان را فراموش یا و تکذیب کرده ایم اما باید بدانید که این نیرو، هنوز هم آنجاست و منتظر است که رابطه ای را با آن ایجاد کنیم و آن را رشد دهیم تمام استادان بزرگ تاریخ، چیزهای خیلی کمی داشتند. زمانی که ماهاتما گاندی از دنیا رفت، تنها ده چیز داشت. از جمله آن چیزها می توان به کفش های راحتی، ساعت، عینک ها و ظرفی ساده برای غذا خوردن اشاره کرد. مادر ترزا که قلبی ثروتمند و نیرویی واقعی برای تأثیر گذاشتن روی میلیون ها نفر

را داشت، در اتاق کوچکی از دنیا رفت که تقریباً هیچ چیزی در آن نبود. وقتی به مسافرت می رفت، تمام چیزهایش را در یک کیف سفید پارچه ای حمل می کرد.

هنرمند، که حالا روی شن ها استراحت می کرد، پرسید. راستی چرا بسیاری از قهرمانان انسانیت چنین افرادی هستند؟ زیرا آنها به نوعی از بلوغ فردی رسیده اند که می دانند وقت گذراندن و دنبال کردن اهدافی که در نهایت هیچ سودی برای آنها نخواهد داشت، کار بیهوده ای است. این افراد شخصیتی را در خودشان رشد داده اند که دیگر مانند بسیاری از افراد نیاز ندارند جاهای خالی درونشان را با حواس پرتی ها، جاذبه ها و تجملات پر کنند. این افراد، هر چه بیشتر اشتیاق شان را برای دارایی های ظاهری شان کم کنند، برای جستجوهای ارزشمند تر مانند نشان دادن نابغه فطری درونشان مشتاق تر می شوند. آنها به طور فطری در می یابند که الهام بخش بودن، ماهر بودن و شجاع بودن، همه در درون اتفاق می افتد. و زمانی که به نیروی واقعی دسترسی پیدا کنند، جایگزین های خارجی، در مقایسه با احساسی که این گنجینه ها فراهم می کنند، کمرنگ می شوند. و این افراد بسیار بزرگ تاریخ، همان طور که مهم ترین استعداد های خودشان را کشف کردند، هم چنین متوجه شدند که از نخستین نشانه های یک زندگی فوق العاده، بخشش، تأثیر داشتن، مفید بودن و کمک کردن است. همان طور که دیروز و قبل از افتادنم در سمینار گفتیم. «رهبری به معنای خدمت کردن است».

مولانا، بسیار بهتر از من در این مورد گفته است. «قطره را رها کن و اقیانوس شو کار آفرین در حالی که نزدیک هنرمند، روی شن ها دراز کشیده بود، گفت: ممنونم به خاطر حرف های قشنگت.» هنرمند، پوتین هایش را بیرون آورد. جوهرایی به پا نداشت. رو به افسونگر کرد و گفت: خوشحالم که حالت بهتر است. راستی، اصلاً دیروز چه اتفاقی برایت افتاد؟

افسونگر پاسخ داد، «خستگی بسیار زیاد ناشی از سفر به شهرهای بسیار زیاد، پروازهای بسیار زیاد و طولانی، حضور بیش از حد در رسانه ها و سخنرانی های بیش از حد. من خودم را وقف هدفی کردم تا به مردم کمک کنم رهبری شان را ارتقاء دهند، استعداد های شان را فعال کنند و به قهرمانان زندگی خودشان تبدیل شوند.»

افسونگر عینکش را برداشته و دستش را به سمت کار آفرین و هنرمند دراز کرد و گفت: «بسیار خوشحالم که شما دو نفر اینجا هستید.»

هنرمند پاسخ داد، «من هم خوشحالم که اینجا هستم برادر. مراسم های تو در شرایط بسیار دشواری، کمک های زیاد به من کرده است هنرمند بعد از زدن این حرفها، نگاهی به قایق بادبانی افتاد که گردشگرهای خوش لباسی روی آن ایستاده بودند. در آب زلال آن جا، میشد دستهای دیگر از ماهی را دید که در حال شنا بودند. افسونگر به آنها نگاه کرد، با خوشحال خندید و ادامه داد.

حتما تعجب می کنید که چرا اینجا هستم.»

کار آفرین، کفشهایش را بیرون آورد و گفت: «بله. برایمان سؤال شده است.»

خوب راستش را بخواهید، من از وقتی آقای رایلی سی و سه سالش بود، مشاور او هستم. تمام ورزشکاران حرفه ای، مربیان بسیار برجسته ای دارند و این موضوع در مورد افراد بسیار موفق در تجارت هم صدق می کند. شما به تنهایی نمی توانید این کارها را انجام دهید. زمانی که برای اولین بار همدیگر را دیدیم، تازه شروع کرده بود. اما در همان زمان هم درک می کرد که هر قدر انسان بیش تر بیاموزد، بیش تر به دست خواهد آورد. افراد بسیار موفق، هر روز رشد می کنند. آموزش و یادگیری، واقعا سدی در برابر گسیختگی است. و وقتی بهتر شوید، در تمام حوزه های زندگی تان چیزهای می نامم. این یعنی در آمد و تأثیرتان را دو برابر  $2x$  بهتری خواهید داشت. من این را ذهنیت 3 کنید و در در حوزه مهم تسلط شخصی و توانایی حرفه ای، سه برابر سرمایه گذاری کنید.» هنرمند در حالی که به شکم شل و ول خودش دست می زد، گفت. «خیلی جالبه.» افسونگر ادامه داد: «آقای رایلی از همان اول فهمید که برای رسیدن به سطح جهانی، باید مربی در حد جهانی داشته باشد. ما در این سال ها، دوستان بسیار خوبی بوده ایم و تجربه های بسیار خوبی با هم داشته ایم. برای مثال، گاهی ناهارهای ما پنج ساعت طول می کشد و بهترین غذاها و نوشیدنیها را می خوریم سپس دست هایش را بالا برد و به کوه های بلند آنجا نگاه کرد. برای چند لحظه ساکت بود و سپس ادامه داد:

«البته ما لحظات بسیار سختی هم داشتیم. برای مثال، دوست من بعد از تولد پنجاه سالگی اش سرطان گرفت. او هر چیزی که می خواست داشته اما متوجه شد که بدون سلامتی هیچ چیزی ندارد. این مسئله، او را متحول کرد. سلامتی مانند تاجی روی سر افراد سالم است که تنها افراد بیمار آن را می بینند. ما وقتی جوان هستیم، سلامت مان را فدای ثروت می کنیم و وقتی پیر و هشیارتر شدیم،

درک می کنیم که مهم ترین چیز، همان سلامتی ما است و تمام ثروتمان را فدای سلامتی مان می کنیم. کسی نمی خواهد ثروتمندترین فرد دنیا در قبرستان باشد، درسته؟. البته او توانست سرطان را

شکست دهد. او در مقابل هر چیزی که مانع رسیدن او به هدف هایش می شد، از خودش دفاع می کند.

افسونگر این حرف ها را زد و به گردشگرهای پر سر و صدایی که روی قایق بادبانی جشن گرفته بودند، نگاه می کرد. افسونگر ادامه داد، «شنیدم که دارید می آید. آقای رایلی بسیار خوشحال است تا به قولش عمل کند و چیزهایی را به شما بیاموزد تا از طریق عادت های صبحگاهی برتر، به بیشترین میزان بهره وری، عملکرد استثنایی و ایجاد یک زندگی دلخواه برسید. بسیار خوشحالم که او چیزهایی را از من آموخته است و می خواهد به شما یاد بدهد. شما عاشق روشها و بینش هایی می شوید که خیلی زود یاد خواهید گرفت. باشگاه ۵ صبح می تواند برای هر دو نفر شما بسیار تاثیر گذار باشد. می دانم که به نظر عجیب و باورنکردنی می رسد، اما روشی که او می خواهد به شما آموزش دهد، تغییرات عمیقی را در شما به وجود می آورد. آگاهی و شناخت اطلاعاتی که با شما در میان خواهد گذاشت، چیز خاصی را در شما بیدار می کند.»

افسونگر دوباره عینک های شیکش را به چشمش زد و گفت: «بگذریم. آقای رایلی از من خواست به شما بگویم در این چند روزی که در این جا خواهید بود، کاملا راحت باشید. من مشغول غواصی، قایق سواری و ماهیگیری خواهم بود و شما من را زیاد نخواهید دید. ماهیگیری یکی از کارهایی است که علاقه ی شدید به آن دارم. من به موری تیوس می آیم تا نه تنها به فرد مهربان و فوق العاده ای آموزش دهم، بلکه آمده ام تا در این جا کمی از دنیای بسیار پیچیده خودمان دور باشم. دنیایی که مشکلات زیادی دارد، اقتصاد آن دچار مشکل است، صنعتها اشباع شده اند و محیط زیست آن تباہ شده است. این ها تنها تعدادی از عواملی هستند که خلاقیت، انرژی، عملکرد و خوشحالی ما را تهدید می کنند. من به اینجا آمده ام تا دوباره انرژی بگیرم و خودم را احیا کنم بهره وری عالی، بدون تعطیلات آرام، مدام کاهش پیدا می کند. استراحت و بازیابی برای هر کسی که متعهد به تسلط است، لازم است. من برای سال ها، این اصل را آموزش میدهم، اما خودم آن را فراموش کردم و نتیجه آن را در آن سمینار مشاهده کردیم من هم چنین فهمیده ام که الهام گرفتن از آرامش می آید. این روزها ما آرامش زیادی نداریم، زیرا در گیر سرگرمی های بی پایان و بی اندیشه ارتباطاتی هستیم که بیش تر ساعت های ما را به خودش اختصاص می دهد. و البته باید بدانید که نبوغ طبیعی شما، زمانی خودش را نشان میدهد که کاملا خوشحال هستید. زمانی که آرام و خوشحال هستیم، ایده هایی پیدا

می کنیم که جهان را متحول می کنند. این مکان کوچک در اقیانوس آرام، به من کمک می کند دوباره در بهترین حالت

خودم باشیم. البته این جا مکانی بسیار زیبا، امن و عالی است و مردمان این جا، افرادی بسیار صادق هستند. من واقعا عاشق مردم موری تیوس هستم. اکثر افراد اینجا، هنوز قدر دان کوچک ترین لذتها هستند. لذت هایی مانند دور هم غذا خوردن، شنا کردن با دوستان، کباب کردن گوشت و خوردن یک نوشیدنی خوشمزه. تنها می توانم بگویم هر بار که اینجا را ترک می کنم، صدها برابر قوی تر، سریع تر، متمرکز تر و با انرژی تر از اینجا می روم. امیدوارم فکر نکنید من روزهایم را به بیهودگی می گذرانم.

من واقعا هر روز سخت تلاش می کنم و بسیار در مورد بالا بردن جامعه مشتاق هستم و می خواهم به تعهد خودم برای کاهش حرص و طمع و نفرت و ناسازگاری عمل کنم. وقتی به این جا می آیم، دوباره انرژی می گیرم و من را دوباره روی اهدافم متمرکز می کند. این گونه می توانم برگردم و برای دنیایی بهتر تلاش کنم، ما همه برای دنیایی بهتر تلاش می کنیم راستی شما دو تا بهتون خوش میگذره؟ و دوباره از شما تشکر می کنم که به سمینار من آمدید. حضور و حرف های مثبت شما، برای من بیش تر از چیزی که فکرش را بکنید، با ارزش است. همه می توانند منتقد باشند. شجاعت آن را داشته باشید تا تشویق کننده باشید. برای این که یک رهبر عالی و تأثیر گذار باشید، نیازی به بی احترامی نیست. کاش رهبران بیشتری این اصل را می دانستند. حالا می خواهم آخرین چیز را به شما بگویم.»

کار آفرین با لحنی مؤدبانه پرسید: چه چیزی؟

لطفا فردا صبح به اینجا بیایید تا تمرین را شروع کنید.»

کار آفرین گفت. (حتما. چه ساعتی؟)

۵ صبح

**(صبح تان را در اختیار داشته باشید تا زندگی تان را تعالی بخشید.)**



## فصل 8

### روش ساعت 5 صبح: روال صبحگاهی جهان سازان

موفق بسیار خوب است که قبل از سپیده دم بیدار شد، زیرا این عادت سلامتی، ثروت و خرد را با خود به همراه دارد ( ارسطو) میلیاردر در حالی که از پله های خانه کنار دریایش می پرد، با صدای بلندی گفت، «به باشگاه ۵ صبح خوش آمدید! سلام. صبح تان بخیر. شما دقیقا سر وقت هستید! عاشق وقت شناسی هستم! وقت شناسی یکی از نشانه های بزرگی است. حداقل من این گونه فکر می کنم. اسم من استون رایلی است دستش را به سوی دو مهمانش دراز کرد تا به آنها خوش آمد بگوید. آن روز به جای لباس های پاره، لباس های بسیار قشنگی پوشیده بود و روی تی شرتش به زیبایی نوشته شده بود، تا زمانی که اقدام نکنید، هیچ ایده ای جواب نمی دهد.» او پابرنه بود و بدن کاملا ورزشی داشت و این او را بسیار جوان تر از چیزی نشان میدهد که در سمینار دیده بودند. کلاه بیسبالی روی سرش گذاشته بود، آرامش را به طور غیرعادی در چشمانش میدید و لبخند او به طور شگفت انگیزی پرتراوت بود. بله، همان طور که کار آفرین احساس کرده بود، چیز بسیار خاصی در مورد این مرد وجود داشت. یک قمری سفید به مدت تقریبا ده ثانیه، بالای سر این مرد بال می زد و سپس رفت. می توانید تصورش را بکنید؟ واقعا دیدن این صحنه، شگفت انگیز بود. میلیاردر گفت، «اگر مشکلی نیست، می خواهم شما دو نفر را بغل کنم.»

و سپس بدون این که منتظر پاسخ آنها باشد، دستش را دور آن ها انداخته و کار آفرین و هنرمند را بغل کرد ادامه داد، «خدای من، شما واقعا شجاعتش را دارید. شما به یک پیرمرد پریشان و نامرتب اعتماد گردید. پیرمردی که اصلا او را نمی شناختید. میدانم که آن روز، مانند فردی آواره و سرگردان بودم. هی، فکر نکنید من به ظاهر اهمیت نمی دهم. من فقط بیش از حد در مورد آن حساسیت نشان نمی دهم خندید و ادامه داد، «من دوست دارم همه چیز واقعی باشد. زیبا و ساده. کاملا اصیل این من را به یاد این اصل قدیمی می اندازد. داشتن پول بسیار زیاد، شما را متفاوت نمی کند. پول تنها باعث می شود شخصیت واقعی شما برجسته تر شود، اگر فردی خسیس باشید بعد از پولدار شدن خسیس تر می شوید و اگر فردی بخشنده باشید بعد از پولدار شدن بخشنده تر می شوید.» میلیاردر نگاهش را به اقیانوس دوخت و به اولین اشعه های سپیده دم خیره شد.

چشم هایش را بست و نفس عمیقی کشید. بدن خوش فرم او در آن تی شرتی که پوشیده بود، کاملاً مشخص بود. سپس گلی را از جیبش بیرون آورد. کار آفرین و هنرمند، هرگز چنین گلی را ندیده بودند. واقعا عجیب بود در حالی که گل را می بوسید، گفت، «گل ها برای هر کسی که درباره ایجاد جادو در زندگی و کار شان جدی هستند، نقش بسیار مهمی دارند. می خواهیم به شما بگویم که پدر من یک کشاورز بود. قبل از این که به جنوب کالیفرنیا نقل مکان کنیم. در یک مزرعه زندگی می کردیم. ما زندگی، افکار، گفتار و غذاهای ساده ای داشتیم. در حالی که نگاهش روی دریا بود، با اشتیاق عجیبی که داشت، گفت،

میدونید، شما می توانید پسر را از روستا بگیرید، اما نمی توانید روستا را از پسر بگیرید. کار آفرین و هنرمند، از میلیارد در تشکر کردند و گفتند که ماجراجویی آنها تا الان بسیار خاص بوده و صادقانه گفتند که ساحل اختصاصی او، بسیار زیباتر از تمام ساحل هایی بوده است که تا کنون دیده بودند. میلیارد در عینک هایش را به چشم زد و گفت: «بسیار زیباست، نه؟ بسیار خوشحالم که شما دو نفر اینجا هستید. هنرمند در حالیکه به سوی آب قدم می زد، گفت. «خوب، آیا پدرت این عادت سحر خیزی را در تو به وجود آورد؟ خرچنگی کوچک به دنبال سه پروانه ای می رفت که بالای سر او پرواز می کردند. ناگهان میلیارد در مانند درویشی، شروع به چرخیدن دور خود کرد. در حالی که همچنان می چرخید، فریاد زد می گویم روی پرده های اتاق تان بنویسند. اگر صبح ها زود بیدار نشوید، هیچ پیشرفتی نمی کنید!»

سپس گفت، «بگذریم. اجازه دهید به سؤال تان درباره پدرم پاسخ بدم بله و نه. وقتی بچه بودم، می دیدم که هر روز صبح از خواب بیدار می شود. او مانند هر عادت خوب دیگری که داشت، این کار را آنقدر تکرار می کرد که انجام ندادن آن برایش غیرممکن می شد. اما من هم، مانند بسیاری از بچه های دیگر، در مقابل کاری که پدرم از من می خواست انجام دهم، مقاومت می کردم. همیشه در درون خودم نوعی کله شقی داشتم. به نوعی سرکش بودم. به جای این که هر روز جر و بحث کوتاهی با من داشته باشد، اجازه می داد کاری را که می خواستم انجام دهم. خوب، من هم تا دیروقت می خوابیدم.» کار آفرین شلوار یوگا پوشیده بود و گوشی اش را برای یادداشت برداری با خودش داشت. گفت. واقعا پدر باحال داشتی»

میلیارد در در حالی که با مهمانانش به سوی ساحل بسیار زیبای آنجا می رفت، گفت «در واقع افسونگر بود که روش ۵ صبح را به من یاد داد. وقتی اولین بار که همدیگر را دیدیم، مرد جوانی بودم. تازه

اولین شرکت را تأسیس کرده بودم و به راهنمایی های کسی نیاز داشتم. کسی که به عنوان یک کار آفرین، من را به چالش بکشد و رشد دهد و به عنوان یک رهبر، بتوانم به دستاوردهای زیادی برسم. همه می گفتند بهترین مربی در دنیا برای این کار است. او لیست انتظار سه ساله داشت و من هر روز به او زنگ میزدم تا این که قبول کرد مربی من شود. و البته او هم در آن زمان جوان بود، اما آموزش های او خردی عمیق، نیرویی ویژه و تأثیر ماهرانه ای داشت که برای من بسیار خاص بوده.

هنرمند میان حرف او پرید و پرسید: «آیا روش های او، کمکی به تو کرد؟» میلیاردی به هنرمند نگاهی کرد و خندید. ایستاد و ادامه داد. او روشی را به من آموخت که تمام تمرین های دیگر را تغییر داد و تکامل بخشید. محققان، حالا این رفتار مهم را که سایر رفتارهای شما را تغییر می دهد، «یک عادت بنیادی مینامند. قدم گذاشتن در این مسیر، تلاش زیاد، کمی دشواری و بیشترین تعهد من را نیاز داشت. با شما صادق خواهم بود. در فرآیند عادی کردن این عادت ها، روزهایی بود که کج خلق می شدم. روزهایی بود که سرم بسیار درد می کرد و روزهایی بود که می خواستم به خوابم ادامه بدهم. اما زمانی که به طور منظم ساعت ۵ صبح بیدار شدن را تمرین کردم، روزهایم بسیار بهتر از هر زمان دیگری شدند. هر دو نفر همزمان و با تعجب پرسیدند. (چطوری؟) در عصری که تغییرات و سردرگمی های زیاد و برنامه های بسیاری شلوغی داریم، روش و تکنیک بیدار شدن در ساعت ۵ صبح که افسونگر به من آموخت، راه حل تمام مشکلاتم بود. دیگر صبح ها عجله نمی کردم تصور کنید تنها همین کار، چه تأثیر زیادی در کیفیت روز شما خواهد داشت. شروع کردن روزتان در آرامشی که صبح های زود برای شما فراهم می کند. شروع کردن روزهایتان، در حالی که احساس قوی بودن و متمرکز بودن می کنید. متوجه شدم که هر روز، ذهن من به طور شگرفی متمرکز تر شده است تمام افراد موفق، خواه قهرمانان ورزشی، مدیران اجرایی بسیار موفق، معماران نام آور با نوازنده های ویولن مشهور، توانایی هایی را در خودشان رشد داده اند تا برای مدت زیادی روی بالا بردن سطح مهارتشان متمرکز باشند.

این توانایی، یکی از عوامل بسیار مهمی است که به این افراد اجازه می دهد تا چنین نتایج با کیفیت بالایی را به وجود بیاورند، آن هم در این دنیایی که بسیاری از افراد، گستره شناختی خودشان را تضعیف می کنند و حواسشان پرت می شود و این باعث میشود این افراد، عملکردی ضعیف و دستاوردهای عادی داشته باشند و زندگی آنها به طور ناامید کننده ای متوسط باشد.»

هنرمند گفت، «کاملاً موافقم، افراد بسیار بسیار کمی هستند که این روزها، ساعتها روی هنرشان تمرکز کنند. افسونگر در سمینارش، این افراد را که معتاد به موبایل هایشان هستند، زامبی های سایبری « نامید و کاملاً هم درست می گفت. من هر روز، این افراد را می بینم. انگار دیگر انسان های واقعی نیستند. بیش تر مانند ربات هستند، اصلاً در لحظه حال حضور ندارند و زندگی کاملی ندارند.»

میلیارد گفت، «آره موافقم. اگر درباره تسلط و برنده شدن جدی هستید، محافظت در برابر حواس پرتی، دقیقاً همان چیزی است که به آن نیاز دارید. عصب شناسان، این حالت ذهنی را (جریان) می نامند که در آن، درک ما به اوج می رسد و دسترسی ما به ایده های نوین افزایش می یابد و بیدار شدن در ساعت ۵ صبح، این حالت جریان را به شکلی عالی ارتقاء می دهد. و با بیدار شدن قبل از سپیده دم، زمانی که تقریباً تمام افراد اطرافم خواب هستند، خلاقیت من اوج می گیرد، انرژی ام آشکارا دو برابر می شود، بهره وری من به طور قطع سه برابر می شود و کار آفرین که از سادگی این تغییر کوچک برای بیدار شدن در صبح زود و تأثیر شگرف آن بر زندگی، کاملاً شگفت زده بود، حرفش را قطع کرد و پرسید: «واقعاً اینا رو جدی میگی؟»

بله، کاملاً صداقت، یکی از اعتقادات راسخ من در طول سال ها تجارتم بوده است. هیچ چیزی بهتر از این نیست که شب ها با افکار و قلبی آرام به خواب بروی. فکر می کنم این یکی از ویژگی های من به عنوان یک پسر کشاورز باشد.»

یکی از افراد آن جا که پوشش بسیار زیبایی داشت، از درون کلبه ای که بالای ساحل بود، بیرون آمد. خیلی زود برای کار آفرین و هنرمند، قهوه های سرو کرد. این گرانقیمت ترین و خوشمزه ترین قهوه ای بود که آن دو نفر در زندگی شان خورده بودند. میلیارد، در حالی که قهوه اش را می نوشید، گفت. اگر هر روز صبح به اندازه کافی استفاده شود، تأثیر زیادی روی یادگیری دارد. و چون قهوه دارای آنتی اکسیدان های زیادی است، در نتیجه، سرعت پیر شدن را کاهش می دهد. بگذریم. خوب کجا بودم؟ آها، داشتم درباره اثرات و فواید بسیار زیادی می گفتم که بعد از پیوستن به باشگاه ۵ صبح، برای من اتفاق افتادند. اسم آن فرمول 20 / 20 / 20 است و باور کنید وقتی این مفهوم را یاد بگیرید و پیوسته آن را اجرا کنید، بهره وری ثروت، عملکرد و تأثیر شما رشد تصاعدی خواهد داشت. هیچ روش دیگری تا این حد، به رفاه و موفقیت من کمک نکرده است.

من بسیار زیاد در مورد موفقیت هایی که تاکنون در تجارت داشته ام، بی سر و صدا بوده ام. هر قدر انسان قوی تری باشید، کم تر نیاز به نشان دادن و تبلیغ آن دارید. هر قدر یک رهبر قوی تر باشید،

کم تر نیاز دارید آن را اعلام کنید.» کار آفرین که حالا بسیار آرام تر شده بود، گفت: «افسونگر کمی در مورد دستاوردهای تو برایمان گفته است هنرمند که خندهای پرشور و هیجان بر لبانش بود، گفت: «و لباس هایی که در سمینار به تن داشتی، کاملا حرف های او را تأیید می کردند!» هر روز بیدار شدن در ساعت ۵ صبح، مهم ترین تمرینی بود که باعث اکثر موفقیت های من شده است و باعث شده است، تبدیل به یک متفکر ژرف بین شوم. این به من فضایی فکورهانه میدهد تا یک زندگی درونی شگفت انگیز داشته باشم. این اصل به من کمک کرد علاوه بر پیشرفتهای مالی، سبک زندگی بسیار خوبی داشته باشم و همراه آن، سلامتی عالی دارم. سحرخیز بودن، هم چنین من را به یک رهبر عالی تبدیل کرده است و باعث شده انسان بسیار بهتری شوم. حتی وقتی سرطان پروستات گرفتم، این عادت صبحگاهی بود که به من نیرو میداد. واقعا جدی می گویم. من فرمول 20 / 20 / 20 را به شما یاد خواهم داد و یاد خواهید گرفت، چگونه از اولین لحظه ای که از خواب بیدار می شوید، نتایج شگفت انگیزی به دست بیاورید. از نیرو و ارزش اطلاعاتی که به شما خواهم داد، بسیار تعجب خواهید کرد.

بسیار هیجان زده ام که اینجا هستید. به بهشت موری تیوس و به اولین روز یک زندگی بهتر خوش آمدید. کار آفرین بسیار خوب خوابید، سالها بود چنین خوب خوابیده بود. با این که کسب و کارش دچار مشکل شده بود، اما ترکیب دستوالعمل کوتاه میلیاردر، زیبایی مناظر طبیعی آن جا، تمیزی هوا و علاقه او به هنرمند، باعث شد تا بسیار از نگرانی هایش را فراموش کند. او برای سالها، حالتی از آرامش را فراموش کرده بود و حالا دوباره آن را به دست آورده بود. دقیقا در ساعت

۳:۳۳ دقیقه صبح، صدای بسیار بلندی را شنید. کسی در اتاق او را می زد. روی میز کوچک کنار تختخواب بسیار زیبایش، ساعت زنگداری بود که میزبان شان برای آنها تدارک دیده بود و او با نگاه کردن به آن متوجه زمان شد. با خودش فکر کرد که شاید هنرمند باشد و به خاطر بی خوابی ناشی از مسافرت طولانی با هواپیما، یا بعد از غذای مفصلی که برای شام خوردند، بی خواب شده است و می خواهد با او حرف بزند این در زدن، کار آفرین را ترساند. از خواب بیدار شد. همچنان در می زدند. چشم هایش را باز کرد و به اطرافش نگاه کرد. از تختش بیرون آمد. چون صدای هنرمند را شنیده بود، در را باز کرد.

هنرمند گفت، « خواب عجیبی دیدم. خوابم نمی برد. به خیلی چیزها فکر کردم. کیفیت هنرم. بدبین بودیم. پرخاشگری هایم. خودتخریبی و به تعویق انداختن های بی پایانم. دارم به عادت های روزانه ام فکر می کنم و این که چگونه بقیه عمرم را بگذرانم. می توانم درباره خوابم باهات حرف بزنم؟»

کار آفرین او را تشویق کرد و گفت: «آره حتما. تعریف کن.» «خوب، من یک بچه بودم که در مدرسه بود. و هر روز تظاهر می کردم که دو شخصیت دارم، یک غول و یک دزد دریایی، تمام روز، احساس می کردم قدرت یک غول و رفتار قانون شکنانه یک دزد دریایی را دارم. به معلمم گفتم که این شخصیت ها را دارم و در خانه نیز، همین موضوع را به والدینم گفتم. معلم هایم به من خندیدند و من را مسخره کردند و از من خواستند واقع بین تر باشم. از من خواستند مانند بقیه بچه ها باشم و تمام خواب های مسخره ام را فراموش کنم.» کار آفرین که حالا حالت نشستنش، مانند افرادی بود که یوگا انجام میدهند. گفت. «پدر و مادرت چه گفتند؟ آنها با تو مهربان تر بودند؟ نه. آنها هم مانند معلم هایم رفتار کردند. به من گفتند که غول نیستم و این که به طور قطع، یک دزد دریایی نیستم، به من گفتند که تنها یک پسر بچه هستم. به من گفتند اگر تصوراتم را محدود نکنم، خلاقیتم را سرکوب نکنم و فانتزی هایم را تمام نکنم، من را تنبیه می کنند.»

خوب، چه اتفاقی افتاد؟

من همان کاری را کردم که آنها از من خواستند. تسلیم حرف هایشان شدم. من نگرش بزرگسال ها را قبول کردم. به جای بزرگی، خودم را کوچک کردم تا بتوانم پسر خوبی باشم. مانند بسیاری از افراد که هر روز امیدها، موهبت ها و نیروهای شان را سرکوب می کنند تا مانند بقیه افراد شوند، من هم همین کار را انجام دادم. دارم متوجه می شوم که چقدر مغز ما را شستشو داده اند تا از هوش و نبوغمان دور باشیم. افسونگر و میلیاردر درست می گویند.» کار آفرین گفت. «بیش تر در مورد خوابت بگو» خودم را تغییر دادم تا در سیستم سازگار شوم. کم کم به یک دنباله رو تبدیل شدم. دیگر باور نمی کردم که قدرت یک غول و ماجراجویی یک دزد دریایی را دارم. من هم مانند سایر افراد دنباله رو جامعه شدم.

سرانجام به فردی تبدیل شدم که پول هایش را خرج می کرد، در حالی که پول کافی نداشت، چیزهایی را می خرید تا سایر افراد را تحت تأثیر قرار دهد، در حالی که نیازی به آنها نداشت. چه زندگی بدیه کار آفرین گفت، «من هم کمی از این رفتارها را دارم. به لطف این سفر عجیب و غریب و

مفید، من هم چیزهای زیادی در مورد خودم یاد می‌گیرم حالا میفهمم که تا الان چقدر سطحی رفتار کرده‌ام. حالا میفهمم که چقدر خودخواه هستم و این که واقعا چیزهای خوبی در زندگی من وجود دارند.

بسیاری از افراد دنیا، حتی نمی‌توانند تصور کنند که چه موهبت‌هایی دارم.» هنرمند گفت، «میدانم چه می‌گویی در خوابم، من دفتردار شدم. ازدواج کردم و تشکیل خانواده دادم. در خانه‌ی کوچکی زندگی می‌کردم و ماشین خوبی داشتم. زندگی نسبتاً زیبا و چند دوست خیلی خوب داشتم. کار می‌کردم و کرایه و صورتحساب‌هایم را پرداخت می‌کردم. اما تمام روزهایم شبیه هم بودند. خاکستری و کسل‌کننده وقتی بچه‌هایم بزرگتر شدند، از خانه رفتند تا مستقل شوند. پیرتر شدم و انرژی‌ام کم‌تر شد و متأسفانه در خوابم، همسرم از دنیا رفت. همین‌طور که سنم بیش‌تر می‌شد، بینایی، شنوایی و حافظه‌ام بسیار ضعیف‌تر شدند. کار آفرین که گفت. (چقدر بد) و وقتی خیلی پیر شدم، دیگر نمی‌دانستم کجا زندگی می‌کنم، اسمم را به یاد نمی‌آوردم و اصلاً نمی‌دانستم در جامعه، چه کسی بودم. اما کم‌کم به یاد آوردم که واقعا چه کسی بودم.»

کار آفرین گفت. «حتماً یک گول و یک دزد دریایی. درسته؟ دقیقاً این خوابم به من یاد داد که دیگر نمی‌توانم کارهای شگفت‌انگیز را به تعویق بیندازم این که باید سلامتی، خوشحالی و اعتماد به نفسم را ارتقاء دهم و نباید دیگر تعلل کنم. کار آفرین مشتاقانه گفت: واقعا؟

## فصل نهم

### چارچوبی برای بیان عظمت

انسان های برجسته با بزرگی زندگی می کنند، نه با چیزهای سطحی آنها واقعیت ها را می بینند و با چیزهای پر زرق و برق فریب نمی خورند.» (لائوتسه) «میلیارد در با صدای بلندی گفت، «هی بچه ها. دقیقا سر وقت آمدید. آفرین!» ساعت ۵ صبح بود و در حالی که شکل کلی ماه در آسمان دیده میشد، پرتوهای سپیده دم، به آن سه نفر که روی ساحل خوش منظره و با صفای آن جا ایستاده بودند، خوش آمد میگفت نسیم خوشایند اقیانوس، با نشانه هایی از گل بامیه سرخ و میخک به مشام می رسید. کسترل موری تیوس، که یکی از نادرترین بازهای جهان است، بالای سر آنها پرواز می کرد و یک کبوتر صورتی که از کمیاب ترین نوع کبوترها در این دنیا است، در کنار درختان خرما مشغول بود. لاک پشت بزرگی، آهسته

به سوی لب ساحل پوشیده از علف می رفت. تمام این زیبایی های طبیعی، شادی آنها را بیشتر می کرد و روحیه سه عضو باشگاه ۵ صبح را که حالا روی شنها ایستاده بودند، بالا می برد. میلیارد، به یک بطری شناور در اقیانوس اشاره کرد. وقتی دستش را به این طرف و آن طرف برد بطری، همزمان با حرکت او، به این طرف و آن طرف می رفت. او انگشتش را چرخاند و بطری در درون آب شروع به چرخیدن کرد. و وقتی دستش را به آرامی بلند کرد، به نظر می رسید که بطری از سطح آب بلند می شود. خیلی زود، آن بطری وارد شنها شد و مشخص شد که نخعی به درون آن وصل بوده است. تصور کنید که دیدن آن صحنه ها چقدر اسرار آمیز بود میلیارد با خوشحالی گفت، پیامی در درون یک بطری.» و سپس مانند کودکی خوشحال، شروع به دست زدن کرد. او واقعا انسانی غیر معمولی و کاملا شگفت انگیز بود، رو به آنها کرد و گفت و حالا وقتش است تا جلسه آموزشی ام را با شما دو نفر شروع کنم بطری را بلند کرد، درب آن را باز کرد و پارچه ای را از آن بیرون آورد که شکل زیر روی آن نقش بسته بود.

این یکی از آسان ترین و در عین حال، چالش برانگیزترین روش هایی است که افسونگر در جوانی به من یاد داد و این زمینه را برای تمام آموزش های بعدی فراهم می کند. از شما دو نفر میخواهم با دقت آن را یاد بگیرید. در نگاه اول شاید مدل ساده ای به نظر برسد، اما به مرور زمان می بینید که چقدر



عمیق است. آقای رایلی چشم هایش را بسته، دستهایش را روی گوش هایش گذاشت و این کلمات را گفت. افزایش درک و آگاهی، آغاز تحول است. وقتی بیش تر ببینید، می توانید به چیزهای بیشتری برسید. و زمانی که بهتر بدانید، می توانید به دستاوردهای بزرگ تری برسید. زنان و مردان برجسته دنیا آنهایی که کارهای فوق العاده، حرکت های زیبا، پیشرفت های علوم و فناوری را انجام می دهند. با مهندسی مجدد افکار و بازسازی آگاهی شان شروع کردند. و با انجام این کار، وارد دنیایی اسرار آمیز می شوند که اکثر افراد، آن را درک نمی کنند. و این به نوبه خود به آنها اجازه داده است، روزانه تصمیم ها و انتخاب هایی داشته باشند که افراد بسیار کمی آن تصمیمها را می گیرند و در نهایت، نتایجی به دست بیاورند که افراد بسیار کمی، آنها را تجربه می کنند.»

آن فرد ثروتمند و غول صنعتی، دوباره چشم هایش را باز کرد. انگشت سبابه اش را نزدیک لبش برد. با دقت به چارچوب نقش بسته روی پارچه نگاه کرد و گفت: «می دانید، قهرمانان و افراد بسیار برجسته دنیا، همه یک ویژگی شخصی دارند که افراد متوسط، این ویژگی را در خودشان نشان نمی دهند. هنرمند که لباس عجیب و غریبی پوشیده بود، پرسید. منظورت چه ویژگی است؟ دقت زیاد. بهترین چیزهای دنیا عمق دارند.»

اکثر افراد معمولاً با ذهنیتی از سطحی بودن در کارشان گیر می کنند. ۹۵٪ افراد، توجه زیادی به جزئیات نمی کنند و به این ترتیب، نمی توانند مانند موفق ترین افراد، به بزرگترین نتایج برسند. برای اکثر افراد، حقیقت این است که آنها به دنبال مسیری هستند که نیاز به کم ترین مقاومت را دارد. آنها صرفاً می خواهند خیلی سریع و آسان به خواسته های شان برسند. این افراد به جای این که ادامه دهند، تسلیم می شوند. عده بسیار کمی از افراد، که شامل افراد بسیار موفق می شوند، فلسفه کاملاً متفاوتی دارند. «هنرمند مشتاقانه گفت. «خواهشا در مورد آن بیشتر توضیح بده.» این افراد، ذهنیتی متفاوت از یک ذهنیت سطحی دارند. آنها عمق و دقت را به عنوان یک ارزش بسیار مهم در نظر گرفته اند و در تمام کارهایی که انجام می دهند، روی بزرگی اصرار دارند. افراد بسیار موفق و استثنا، کاملاً درک می کنند که شکوفایی آنها، صرف نظر از شغل و مقامی که دارند، آوازه و حسن شهرت آنها را نشان می دهد. موفق ترین افراد، این حقیقت را قبول دارند که شهرت و نیک نامی آنها، در نتیجه ی تمام کارهایی است که انجام می دهند. و آنها می دانند که نمی توان روی این که سایر افراد چیزهای خوبی درباره شما بگویند، قیمتی گذاشت و این بسیار ارزشمند است

میلیارد در بطری را برداشت، آن را بلند کرد و از درون آن به آخرین نشانه های ماه که داشت ناپدید می شد، نگاه کرد و سپس حرف هایش را ادامه داد. اما بحث، عمیق تر از رضایت و تأیید اجتماعی است. سطح کاری که شما به دنیا عرضه می کنید نشان دهنده قدرت احترامی است که برای خودتان قائل هستید. آنهایی که احترام بسیار زیادی برای خودشان قائل هستند، اصلاً جرأت نمی کنند کار متوسطی را انجام دهند. انجام چنین کاری، رتبه و ارزش آنها را بسیار پایین خواهد آورد. اگر می خواهید رهبری کنید، رهبر و فردی شوید که عمق و دقت بالا دارد. انسانی متفاوت باشید، نه این که فردی باشید که مانند اکثر افراد رفتار می کند و زندگی متوسطی دارد.»

هنرمند که سرزندگی و نشاط زیادی را از خودش نشان می داد، گفت: «واقعا حرف هایت پر محتوا هستند. افراد بسیار موفق، در کارشان بسیار متفکر و هوشمند هستند. آنها به دقت در مورد کاری که انجام می دهند فکر می کنند. این افراد، بسیار تلاش می کنند تا به بالاترین استانداردها برسند. همان طور که معمار برجسته، جیان لورنزو برنینی در هنگام ساختن فواره چهار رودخانه، نهایت تلاش خود را کرد. این شاهکار او، در وسط میدان پیاتزا ناوونا" در شهر رم، به طور باشکوهی خودنمایی می کند. چنین افرادی بسیار موشکاف، دقیق و پایبند به جزئیات هستند و هنرمندی آنها تقریباً بی عیب است. و همان طور که مشخص است، این افراد واقعا، واقعا، واقعا برای کاری که انجام می دهند، اهمیت قائل هستند.»

کار آفرین میان حرف او آمد و گفت، اما مردم این روزها سرشان بسیار شلوغ است. الان دیگر قرن شانزدهم نیست. صندوق پیام های دریافتی من کاملاً پر است و برنامه ام بسیار شلوغ است. اکثر روزها پشت سر هم جلسه دارم. باید همه چیز را تنظیم کنم. احساس می کنم هرگز نمی توانم در مقابل تمام کارهایی که دارم ادامه دهم. تسلط و استادی آسان نیست.» درک می کنم. میدونی، سادگی و وضوح بهتر است و بیش از حد تلاش می کنی. نابغه ها درک می کنند که ساختن یک شاهکار، از انجام هزاران کار عادی هوشمندانه تر است. یکی از دلایلی که دوست دارم در اطراف آثار فاخر باشم، باورها، الهام بخشی عاطفی و روش های کارهای این استادان عالی هنر است. و با قاطعیت می توانم به شما بگویم، این افراد بسیار موفق در دنیایی کاملاً متفاوت با اکثر افراد در تجارت و جامعه امروزی زندگی می کردند. « آقای رایلی به مدل آموزشی اشاره کرد و گفت. این قدرت خود آموزی است. وقتی در مورد ایده های جدید آگاهی داشته باشید، به عنوان یک شخص رشد می

کنید. وقتی پیشرفت های شخصی و کاری تان را بیشتر کنید، سطحی که شما در آن عمل و ایفای نقش می کنید، ارتقاء می یابد. و البته، وقتی

توانایی شما برای به حقیقت پیوستن رویاها و اهداف تان بیشتر شود، در آمد و تأثیر شما بیش تر می شود و این پاداش شماست.» این سخنان را گفت و به مرحله سوم نمودار اشاره کرد. به همین دلیل است که پذیرفتن دعوت من، قدم هوشمندانه ای از طرف شما بود. و این مدل برای آموزش شما طراحی شده است. میلیارد در نفس عمیقی کشید. و باید بگم این افراد فوق العاده به خاطر دید متفاوت شان به دنیا، رفتارهای خاص شان در هنگام انجام آن شاهکارها، نسبت به اکثریت افراد معمولاً خل و چل، وصله ی ناجور و آدم غیر عادی خطاب می شدند. اما این اصلاً درست نیست.

آنها در سطح دیگری از آگاهی بودند. این افراد، دقت و سختگیری زیادی را وارد کارهایشان کردند. آنها هفته های ماه ها و گاهی سالها برای تمام کردن عالی کارهایشان زمان می گذاشتند. وقتی احساس تنهایی ترس یا کسل بودن می کردند، خودشان را مجبور کردند تا به کار ادامه دهند. وقتی آنها را مسخره می کردند، وقتی آنها را درک نمی کردند و حتی وقتی به آنها حمله میشد، مقاومت می کردند تا تصورات قهرمانانه خودشان را به واقعیت تبدیل کنند هنرمند گفت، هر قدر یک جامعه از حقیقت دور شود، بیش تر از کسانی که آن حقیقت را بیان می کنند متنفر می شود. میلیارد در گفت، «استادها کارشان را آنقدر خوب ارائه می دهند که افراد عادی، آنها را دچار وسواس و عقده فکری می دانند.

اما حقیقت این آوازه و برجسته بودن، این است که چیزی که 95٪ افراد آن را «رفتاری وسواسی» در مورد یک پروژه مهم می دانند، آن 5٪ برتر، آن را هزینه ای برای ورود به کلاس جهانی می بینند. بیا بید دوباره به این مدل نگاه کنیم تا بتوانیم درک دقیق تری از آن داشته باشیم. اکثر مردم این دنیا، امروزه اسیر سطحی بودن هستند. در کی سطحی از قدرت شان برای صعود کردن و ارتقاء یافتن شناخت سطحی از توانایی های شان. دانشی سطحی از عادت های روزانه افراد بسیار موفق و جاه طلبی هایی که می خواهند باقی زندگی شان را حول آنها اولویت بندی کنند. اکثر افراد، در تفکر مبهم و نادرست خودشان گیر کرده اند. و افکار مبهم و نادرست، نتایج مبهم و نادرستی را در پی دارد.» میلیارد در، چوبی را از ساحل برداشته و به واژه دقت و عمق روی مدل اشاره کرد. افراد بسیار موفق، کاملاً متفاوت هستند. آنها می دانند که سطح آگاهی سطحی و ناشیانه، هرگز منجر به ایجاد بزرگترین نتایج نمی شود مثال دیگری برای تان می زنم و امیدوارم بهتر منظورم را درک کنید. من

یکی از طرفداران دو آتشفشان مسابقات فرمول یک هستم. اخیراً من را دعوت کردند تا به دیدار تیم مورد علاقه ام بروم. توجه آنها به جزئی ترین ویژگی ها، از خود گذشتگی آنها برای نشان دادن برتری و میل آنها برای انجام دادن هر کاری برای عالی انجام دادن کارشان، کاملاً من را هیجان زده کرد.

دوباره می گویم برای افراد عادی توجه بسیار زیاد به ریزترین جزئیات و دقت بسیار زیاد در زندگی کاری و شخصی شان به نظر عجیب و غریب است. اما برای افراد فوق موفق، اصلاً این گونه نبود! حالا منظور من را فهمیدید؟ ۵٪ برتر افراد، همه چیز را به دقت زیر نظر دارند و مانند افراد عادی، در نگرش، رفتار و فعالیت های شان ذهنیت سطحی بودن ندارند. هنرمند گفت، «حرف های شما، من را به یاد ورمیر، نابغه هلندی می اندازد. او نقاشی بود که در کارش به دنبال بالاترین کیفیت بود. ورمیر، روش های مختلفی را امتحان کرد که به او اجازه می داد نورهای طبیعی به گونه ای نقش ببندند که اثر او به نظر سه بعدی برسد. آثار او عمق زیادی داشتند جذابیت و بهبود در تمام حرکات او دیده می شد. من هم موافقم. یک هنرمند متوسط، نگرشی ساده و عجولانه نسبت به آثارشان دارند. توجه آنها بیشتر به پول است تا هنر. توجه آنها روی شهرت است، به کمال و زیبایی، فکر می کنم به همین دلیل است که هرگز آگاهی و فراست بیشتری به دست نمی آورند که می تواند به آنها کمک کند تصمیم های بهتری بگیرند و این گونه به نتایج بهتری برسند و این گونه به افراد برجسته ای در حوزه خودشان تبدیل شوند. دارم متوجه می شوم که این مدل، چقدر قدرتمند است.» میلیاردر نشان داد که آثار فاخر را می شناسد و گفت: «من نقاشی زنی با لباس آبی که نامه ای میخواند و دختری با گوشواره مروارید ورمیر را خیلی دوست دارم.» کار آفرین گفت. «عاشق بینشی هستم که با ما در میان می گذاری» سپس آقای رایلی بخشی از حرف

های مولانا، شاعر بزرگ را خواند. اگر انسان راستین هستی، همه چیز را در راه عشق فدا کن اگر نه، این جمع را ترک گوی با بی میلی به عظمت نمیرسی. کار آفرین پرسید. می توانم سوالی بپرسم؟ \*  
بله، حتماً تأثیر فلسفه دقت در روابط شخصی چیست؟ خوب. افسونگر در مورد مفهومی به اسم «بخش تاریک نبوغ» با من حرف زده است. ایده کلی آن، این است که تمام موهبت های انسانی، می توانند به همراه خود ضرر و زیانی هم داشته باشند. و یک ویژگی که در موقعیتی، تو را خاص می کند، شاید در موقعیتی دیگر، وصله ی ناجور تو باشد. حقیقت این است که بسیاری از افراد برجسته، زندگی های شخصی درهم و برهمی داشتند. دید متفاوت آن ها، داشتن بالاترین استانداردها، کار کردن به مدت زیاد و دقت بسیار زیاد روی جزئیات کارهایشان،

تلاش بسیار زیاد برای ایجاد شاهکارهایشان، نظم و انضباط مالی و دنبال کردن قلب شان و نادیده گرفتن انتقادات، شرایط دشواری را در مورد روابط شخصی آنها به وجود آورده بود و به اشتباه، آنها را بی ثبات می دانستند. میلیاردر خودش را روی شن ها انداخت و حرکت شنا را انجام داد. سپس در حالی که به قمری سفیدی که روی سقف خانه اش بود، نگاه می کرد ادامه داد. «این بخش تاریک نبوغ است. همان چیزهایی که می توانند شما را به استادی برسانند، همچنین می توانند زندگی شخصی شما را ویران کنند میلیاردر با انرژی زیادی گفت، «اما صرفا به این دلیل که موهبتهای شما، همراه خودشان می توانند ضرر و زیانی داشته باشند، به این معنا نیست که نباید آنها را بروز دهید! تنها باید آگاهی تان را بیش تر کنید و بدانید که چه زمانهایی می توانند برای شما در زندگی شخصی تان ایجاد مشکل کنند و سپس آن شرایط ها را مدیریت کنید. دوباره به این مدل آموزشی می رسیم و شما واقعا می توانید درباره ارزش تحولی باشگاه ۵ صبح، همه چیز را یاد بگیرید و این که چگونه آن را به عادت برای خودتان تبدیل کنید. سپس تکه چوبی را از روی شن ها برداشته، به مدل اشاره کرد.

لطفا همیشه قاعده کلی این مدل برای رسیدن به عظمت را به یاد داشته باشید. با آگاهی روزانه بهتر، می توانید تصمیم های روزانه بهتری بگیرید و با تصمیم های روزانه بهتر، به نتایج روزانه بهتری می افسونگر این را فرمول ۳ مرحله ای موفقیت می نامد. ببینید، با آگاهی بهتر از توانایی های طبیعی تان، برای رسیدن به دستاوردهای بزرگ از جامعه ای با ذهنیت سطحی نگری، به جامعه ای با دقت بالا می روید. این سطح افزایش یافته ی بینش و آگاهی، باعث می شود بهترین تصمیم ها را بگیرید. و به طور منطقی، وقتی شما تصمیم های درستی بگیرید رهبری، موفقیت ها و تأثیر شما بسیار بیشتر می شود، زیرا این تصمیم های شماست که نتایج را به وجود می آورند. افسونگر و من، برای یکی از جلسات آموزشی در شهر لوسرن سوئیس بودیم. شهری بسیار زیبا با دریاچه ای بسیار قشنگ که دور تا دور آن را کوه های خیره کننده ای احاطه کرده است. مانند شهری در قصه های خیالی می ماند. بگذریم. روزی او درخواست یک قوری آب داغ و چند تکه لیمو کرد تا بتواند چای لیموی تازه بنوشد. او عاشق این کار است.» میلیاردر ادامه داد، «خوب. سینی را آوردند. ظروف چینی و نقره ای آنجا عالی بودند. همه چیز عالی بود. خوب حالا به این قسمت خوب گوش کنید. هر کسی که در آشپزخانه، آن لیموها را آماده کرده بود، کارش را با دقت بسیار زیادی انجام داده بود و حتی دانه های

لیمو را هم بیرون آورده بود. شگفت انگیز، درسته؟ میلیادر دوباره همان رقص عجیبش را که در کنفرانس انجام داده بود، تکرار کرد.

سپس ایستاد. در جهانی با چنین ذهنیت سطحی، علاقه ای به دقت و جزئیات دیده نمی شود.» کار آفرین این حرفها را زد و تظاهر می کرد رقص او را نادیده گرفته است میلیادر دوباره با چوبی که در دست داشت، به فرمول ۳ مرحله ای موفقیت اشاره کرد. «بیرون آوردن دانه های لیمو، استعاره خوبی است تا شما را به چالش بکشد تا از سطحی نگری، به دقت و اهمیت زیاد برسید. دقت واقعی و زیاد، نه تنها در کارهایی که انجام می دهید، بلکه در زندگی شخصی تان، عمق واقعی به افکار، رفتار و کارهای تان و تلاش برای بهترین خودتان بودن، چیزی است که از شما دو نفر می خواهم داشته باشید.

این چیزی است که افسونگر، آن را «مزیت رقابتی بزرگ» می نامد. امروزه آسان تر از هر زمان دیگری می توانید در تجارت به هدفتان برسید، زیرا عده بسیار کمی کارهای لازم برای تسلط تجاری را انجام می دهند. این روزها، تسلط بسیار نادر است و افرادی که در سطح درخشانی باشند، بسیار کم هستند. خوب، اگر کاری را که می گویم انجام دهید، همه چیز برای شما مهیا خواهد بود. در این جا به نکته مهمی می رسیم. در سطح عادی و متوسط بودن، رقابت بسیار زیادی وجود دارد، اما در سطح فوق العاده بودن، تقریباً هیچ رقابتی وجود ندارد.

در عصر کنونی، که افراد تمرکز ندارند و ارزش ها و باورها نسبت به خودشان و قدرت فطری زیادی که دارند، کمرنگ شده است، تعداد بسیار کمی خودشان را وقف کلاس جهانی بودن می کنند و الان بهترین زمان است تا بی همتا شوید. بسیار شگفت انگیز است. هر چند وقت یک بار، کسی را می بینید که کاملاً حواسش جمع باشد، دانش و اشتیاق زیادی داشته باشد، بسیار سختکوش باشد، فردی نوآفرین و خلاق باشد، و در کاری که انجام می دهند، عالی باشد؟ تقریباً هرگز، درسته؟»

کار آفرین حرف او را تأیید کرد و گفت: «بله درست می گویی برای این که چنین فردی را پیدا کنم، باید با هزار نفر مصاحبه کنم.» میلیادر با فریاد گفت، «خوب، شما الان مزیت رقابتی بزرگی دارید. شما می توانید بر حوزه های خودتان کاملاً تسلط داشته باشید، چون افراد بسیار کمی این گونه هستند. تعهدتان را افزایش دهید. استانداردهای تان را بالا ببرید و سپس تلاش کنید. حالا به نکته بسیار مهمی می رسیم. شما باید هر روز حداکثر استفاده را ببرید. تداوم و ثبات دی ان ای تسلط و

استادی هستند. و پیشرفت های کوچک روزانه، که شاید به نظر بی اهمیت باشد، اگر به صورت مداوم و با ثبات انجام شوند، نتایج بسیار شگفت انگیزی را به وجود می آورند. فراموش نکنید که شرکت های بزرگ و زندگی های بسیار عالی، با تحولی ناگهانی به وجود نمی آیند. نه، اصلاً آنها با تکامل های تدریجی، به هدف شان می رسند. پیروزی و موفقیت های کوچک روزانه در دراز مدت، شما را به نتایج بزرگی می رساند. اما افراد بسیار کمی، صبر و حوصله دارند تا زمان زیادی برای رسیدن به هدفشان تلاش کنند. و به همین دلیل است که تعداد کمی، به افراد برجسته و بزرگی تبدیل می شوند ببینید من میدانم که شما در مدت زمان کوتاهی، چیزهای بسیار زیادی یاد گرفته اید.

می دانم که سحرخیزی، مهارت جدیدی برای شماست. خوب، الان تنها نفس عمیقی بکشید و کمی استراحت کنید. استثنایی شدن و استاد شدن، یک سفر و ماجراجویی است. شما هم این ضرب المثل را شنیده اید که می گوید. رم یک روزه ساخته نشد، درسته؟ هنرمند و کار آفرین گفتند. «بله. کاملاً درست می گویی» و می دانم که تلاش برای رسیدن به بیش ترین نیرو و توانایی های تان، می تواند سخت و ترسناک باشد. من هم این شرایط را تجربه کرده ام و پاداش هایی که در صورت ملحق شدن به کلوب ۵ صبح به دست می آورید، بسیار با ارزش تر از پول، شهرت و نیروهای دنیایی است. و چیزهایی که امروز به شما یاد داده ام، بخشی لازم برای سیستم بیدار شدن قبل از سپیده دم و آماده سازی خودتان برای انسانی بسیار موفق شدن است و در جلسه آینده، بیشتر در مورد آن حرف خواهیم زد. فکر می کنم قبل از این که شما دو نفر بخواهید بروید و صبح تان را شروع کنید و خوش بگذارید، باید بگویم گرچه رشد کردن به عنوان یک انسان می تواند سخت باشد، اما در واقع، این بهترین کاری است که می

توانید انجام دهید. و فراموش نکنید که وقتی قلبتان تندتر از هر زمان دیگری بزند، در آن لحظه، سرزنده تر از هر زمان دیگری هستید آقای رایلی چند لحظه مکث کرد و مانترا را تکرار کرد. امروز روز بسیار خوبی است و من با اشتیاق زیاد و صداقت بی پایان، نهایت استفاده را از آن می برم و با قلبی پر از عشق، نسبت به اهدافم وفادار هستم.» سپس آن مرشد عجیبه پارچه ای را که از بطری در آورده بود، در شلوارش گذاشت و رفت.





## فصل 10

### 4 کانون تاریخ سازان

زندگی ما به طور طبیعی کوتاه است، اما خاطره یک زندگی خوب جاودان است. (سیسیرو) خورشید داشت طلوع می کرد و کارآفرین و هنرمند به سوی ساحل می رفتند، تا در محل قرار تعیین شده با میلیارد دیدار کنند. آقای رایلی از قبل منتظر آنها بود. روی شن ها نشسته بود، در خلسه عمیقی رفته بود و چشم هایش را بسته بود. او لباس های راحتی به تن داشت و روی کفش های غواصی اش، شکل بامزه ای بود. اگر شما هم آن شکل بامزه را میدیدید، به خنده می افتادید. به محض این که دستش را بلند کرد، فردی از درون خانه میلیارد، به سرعت به سمت او آمد و بدون این که حرفی بزند، 3 برگه کاغذ را از کیف چرمی درخشانی بیرون آورد و به میلیارد داد. استون رایلی، سرش را به نشانه احترام کمی خم کرد. ساعت دقیقا 5 صبح بود. آقای رایلی به کار آفرین و هنرمند برگه ای داد. سپس صدفی را برداشت و آن را داخل آب انداخت. به نظر می رسید که در آن وقت صبح، مطالب مهمی در ذهنش است تا به آنها بگوید. اثری از سرخوشی، جشن و سرور و شوخی های بی مزه معمولی او نبود. روی یکی از النگوهای کار آفرین نوشته شده بود. «آماده برای با سرعت و با اشتیاق کار کردن بلند شو و تلاش کن. وقتی می خوابم که مرده باشم. وقتی میلیارد را در این حالت دید، از او پرسید. حالت خوبه؟ آقای رایلی، کلمات روی النگو را خواند. انگشتش را روی لب هایش گذاشت و پرسید: «وقتی بمیری، چه کسی برایت گریه می کند؟» هنرمند با تعجب پرسید: «چی؟» میلیارد، این بار با ظرافت خاصی دوباره پرسید: «وقتی دیگر در این دنیا نباشید، افرادی که شما را می شناسند چه چیزی در مورد شما خواهند گفت؟ شما طوری زندگی می کنید انگار عمری جاودان دارید. شما طوری وقت تان را هدر می دهید، گویی منبعی بی پایان از آن را دارید، در حالی که روزی که برای کسی یا چیزی اختصاص می دهید، شاید آخرین روز عمرتان باشد.» هنرمند گفت. اینها حرفهای تو هستند؟ واقعا جالبه « کاش این ها حرف های من بودند؛ نه، اینها سخنان سنکا»، فیلسوف خویشتن دار در رسال های در باب کوتاهی زندگی است. « کار آفرین که به نظر کمی معذب بود. پرسید. «خوب حالا چرا ما در صبح به این قشنگی، درباره مرگ حرف می زنیم؟ زیرا بیش تر ما انسانها آرزو می کنیم وقت بیشتری داشتیم و در عین حال، وقتی را که داریم تلف می کنیم. فکر کردن در مورد مرگ باعث می شود روی مهم ترین چیزها تمرکز بیشتری داشته باشید. دیگر اجازه

نخواهید داد وسایل دیجیتالی و آنلاین بودن، حواس تان را پرت کند و موهبت بزرگی به نام زندگی را از شما بدزدند سپس با حالتی دوستانه و در عین حال جدی، پرسید: «هیچ وقت نمی توانید زمان را به عقب برگردانید، درسته؟ دیروز بعد از دیدارم در پورت لوئیس. دوباره کتاب تعقیب روشنایی روز را خواندم. این کتاب در مورد داستان واقعی یک مدیر عامل اجرایی قدرتمند، به نام پوجین اوکلی است. دکترش به او گفته بود که به خاطر سه تومور مغزی که دارد. تنها چند ماه دیگر زنده خواهد بود. هنرمند به آرامی پرسید: (خوبه چه کار کرد؟) او در روزهای آخر زندگی اش را با همان تعهد به نظم و ترتیبی ادامه داد که در سراسر زندگی کاری اش داشته بود. او گلی تصمیم گرفت آن مراسم های مدرسه. مراسم های خانوادگی و روابطی را که فراموش کرده بود، جبران کند. او در بخشی از کتاب می گوید که چگونه از دوستش می خواهد تا برای قدم زدن به طبیعت بروند و می گوید که این نه تنها شاید آخرین باری باشد که چنین قدم زدن راحتی داریم، بلکه شاید اولین بار باشد. کار آفرین با اضطراب با النگویش بازی می کرد. دوباره می شد نگرانی را در صورتش دید. میلیارد در ادامه داد، سپس دیشب فیلم لباس غواصی و پروانه را تماشا کردم. این یکی از فیلم های مورد علاقه ام است. داستان این فیلم، واقعی و بر اساس زندگی مردی بسیار موفق است که سردبیر ارشد مجله فرانسوی اله است. ژان دومنیک بوبی، همه چیز داشت و سپس سخته ای زد و دیگر نتوانست هیچ یک از ماهیچه های بدنش، به جز پلک چپش را تکان دهد. این شرایط را سندرم قفل شدگی می نامند. ذهن او کاملا عالی کار می کرد، اما بدنش کاملا فلج شده بود.» هنرمند گفت. چقدر به

آقای رایلی ادامه داد: «خوب حالا به این بخش گوش کنید. روان پزشک توان بخشی به او یاد داد تا با روشی خاص و از طریق پلک زدن، بتواند ارتباط برقرار کند. ژان با کمک آنها توانست کتابی در مورد تجربیات خودش و معنی اصلی زندگی بنویسد. او برای نوشتن این کتاب، دویست هزار بار پلک زد و در نهایت، کتاب را تمام کرد.

کار آفرین به آرامی گفت. «واقعا نمیدونم چی بگم.» میلیارد در ادامه داد. او مدت کوتاهی بعد از انتشار کتابش، از دنیا رفت. هدف من، انتقال این پیام بود که زندگی بسیار بسیار ظریف و آسیب پذیر است. افرادی هستند که امروز بیدار می شوند، دوش می گیرند، لباس های شان را می پوشند، قهوه و صبحانه شان را می خورند و سپس در راه رفتن به کار، بر اثر تصادف جان خودشان را از دست می دهند. زندگی همین است. بنابراین توصیه من به شما دو نفر این است که تمام تلاش تان را بکنید تا نبوغ فطری خودتان را نشان دهید و انجام این کار را به تعویق نیاندازید و طفره نروید. به گونه ای

زندگی کنید که به نظر تان درست است و هر روز به تمام معجزه های کوچکی که در زندگی تان رخ می دهد توجه کنید.» هنرمند که کلاهی پانامایی روی سرش بود، گفت. می دونم چی میگی - قبول دارم.» کار آفرین با صدایی محزون گفت. منم قبول دارم حرفاتو» هنرمند گفت. از تمام ساندویچ های لذت ببر آقای رایلی گفت. بسیار خردمندانه گفתי هنرمند گفت، این جمله ترانه سرای مشهور، وارن زیوانه است. او وقتی فهمید بیماری کشنده ای دارد، این حرفها را زد. آقای رایلی گفت، «قدرتان تمام لحظات باشید. وقتی بحث جاه طلبی های تان است، کمرو و ترسو نباشید. دیگر وقتتان را روی چیزهای بسیار کم ارزش هدر ندهید. این را اولویتی برای خودتان قرار دهید تا دوباره خلاقیت، اشتیاق و توانایی های خفته درون تان را به دست بیاورید. انجام این کار بسیار مهم است. می دانید چرا افلاطون از ما خواست تا خودمان را بشناسیم؟ زیرا او کاملا می دانست که ما منبعی بزرگ از توانایی ها را در خودمان داریم که می توانیم به آنها دسترسی پیدا کنیم و از آنها استفاده کنیم تا بتوانیم یک زندگی پرانرژی، شاد، آرام و معنی داری داشته باشیم. غفلت کردن از این نیروهای درونی، باعث می شود به خاطر استفاده نکردن از توانایی های مان احساس ناراحتی، ناامیدی و بی علاقه می کنیم.» کایت سواری به سرعت از آن جا رد شد. دسته ای از ماهی در درون آب زلال آنجا شنا می کردند. میلیاردر گفت، «حالا به جایی رسیدیم که می خواهیم امروز در باره آن حرف بزنم. لطفا به دقت به برگه های تان نگاه کنید. در اینجا شما هم آن مدل آموزشی را می بینید.

تمرکز افراد کامیاب 1، تیز هوشی از سرمایه سازی

میلیاردر مفهوم سرمایه سازی را بر اساس گفته های روانشناس مشهور، جیمز فلین توضیح داد او می گوید چیزی که باعث می شود یک شخصی عملکردی عالی داشته باشد، ارتباطی با توانایی طبیعی او ندارد، بلکه با توانایی هایی مرتبط است که توانسته است آنها را به فعل در بیاروند و تبدیل به سرمایه کنند ادامه داد، «توانایی های مادرزادی بسیاری از برترین ورزشکاران دنیا، کم تر از رقابت آنها است. این فداکاری زیاد، تعهد و انگیزه است که باعث اسطوره ای شدن آن ها می شود. وقتی تازه عضو باشگاه ۵ صبح شده بودم، افسونگر به من گفت که با پیوستن به باشگاه ۵ صبح، پنجره ای شگفت انگیز، رو به موقعیت ها، هر روز صبح در اختیار من خواهد بود تا بالاترین دارایی هایم را رشد دهم، زمانی را برای خودم اختصاص دهم و آماده شوم تا از هر روزم بیشترین بهره را ببرم او به من کمک کرد.

بفهمم که افراد موفق، از صبح های شان به خوبی استفاده می کنند و این که با سحرخیزی و بیدار شدن قبل از سپیده دم، یک امتیاز ویژه خواهم داشت و می توانم برای داشتن روزی موفق آماده شوم کار آفرین گفت. «من سرم خیلی شلوغ است و احساس می کنم هیچ وقت زمانی برای خودم ندارم برنامه ام همیشه پر است. دوست دارم صبح ها در آرامش باشم و بتوانم دوباره باتری هایم را شارژ کنم و کارهایی انجام دهم که من را به انسانی بهتر و خوشحال تر تبدیل کند.» میلیاردر گفت، «دقیقا. بسیاری از افراد سرشان بسیار شلوغ است. ما به طور قطع، حداقل صبح ها به یک ساعت زمان نیاز داریم تا دوباره خودمان را شارژ کنیم، رشد کنیم و سالم تر و آرام تر شویم. بیدار شدن در ساعت ۵ صبح و اعمال فرمول 20 / 20 / 20 شروع بسیار خوبی برای روزهای شما خواهد بود. به زودی در مورد این فرمول برای شما خواهیم گفت دیگر روزهای تان از کنترل شما خارج نخواهند بود و می توانید روی مهم ترین کارها تمرکز کنید، بسیار پرنرژی تر از هر زمان دیگری خواهید بود، حس آزادی شخصی شما اوج می گیرد و بسیار شاد و خوشحال خواهید بود.» سپس نقل قولی از فیلسوف فرانسوی، آلبر کامو را خواند. «تنها راه مقابله با جهان خالی از آزادی، این است که کاملا آزاد باشید تا هستی و حضور شما به عنوان شورش و عصیان در برابر دنیا باشد.» روی پشت آقای رایلی، تصویری از قفنوس نقش بسته بود که از شعله های آتش بیرون می آمد. شکل آن دقیقا این گونه بود.

کار آفرین گفت. «واقعا به شنیدن این حرفها نیاز داشتم. می دانم اگر هر روز قبل از این که جنب و جوش و شلوغی آن روز شروع شود، وقتی را برای خودم اختصاص دهم، بهره وری سپاس گزاری و آرامشم افزایش می یابد.» هنرمند گفت، «کاملا درست می گویی. اگر هر روز صبح، ساعتی را برای فکر کردن و آماده سازی اختصاص دهیم، شرایطم در حوزه هنر و زندگی ام کاملا تغییر می کند. میلیاردر گفت، افسونگر به من یاد داد که اختصاص دادن شصت دقیقه برای رشد دادن بهترین خودم و مهم ترین توانایی هایم، بقیه زندگی من را از لحاظ ذهنی، عاطفی، جسمانی و معنوی متحول می کند. او اسم این ساعت را «ساعت پیروزی» می نامد. او به من گفت و قول داد که این کار مزیت رقابتی بزرگی را در اختیار من قرار می دهد و باعث می شود خلایقیت، پول و شادی من متحول شود. بگذریم. خوب بیابید به مفهوم سرمایه سازی و اهمیت استفاده هوشمندانه از توانایی های مهم مان برگردیم به ما یاد داده اند افرادی که مهارتهای فوق العاده ای دارند، از جنس متفاوتی هستند و خداوند توانایی ها و استعداد خاصی به آنها اعطا کرده است. اما این درست نیست. فداکاری و نظم و انضباط، همیشه مهم تر از هوش و استعداد است. افراد بسیار موفق، خوش شانس نیستند. آنها

خودشان شانس را به وجود می آورند. هر بار که در برابر وسوسه ها مقاومت می کنید و به دنبال بهینه سازی خودتان می روید، به شجاعت و از خود گذشتگی خودتان نیرو می بخشید. هر بار کار دشواری را با موفقیت انجام دهید، ورودتان به گروه افراد بسیار موفق را آسان تر می کنید.

کار آفرین که یادداشت برداری می کرد، سرش را بلند کرد و به میلیاردر نگاهی کرد. روی تی شرت او نوشته شده بود. افراد قربانی و گول خورده، تلویزیون های بزرگی دارند. رهبران، کتابخانه های بزرگی دارند.»

میلیاردر ادامه داد، «خوب، اگر شما داستانی در ذهن تان داشته باشید که به شما بگوید توانایی لازم برای یک رهبر با استاد خوب شدن را ندارید، پس در این صورت، حتی قدم اول برای آن ماجراجویی را بر نمی دارید، این طور نیست؟ تبدیل شدن به یک فرد کلاس جهانی یک فرآیند است نه یک اتفاق تکرار مداوم یک اشتباه روان شناختی که می گوید. تمام افراد نمی توانند عالی باشند» یا «افراد نابغه متولد می شوند، آنها رشد داده نمی شوند باعث می شود فکر کنید کاملا وقتتان را روی مطالعه کردن، ساعت ها تمرین کردن و اولویت قرار دادن خواسته های تان هدر داده اید. وقتی باورهایتان می گوید که نمی توانید به نتایج فوق العاده ای برسید، چه فایده ای دارد که زمان، تلاش، فداکاری و دقت زیادی به خرج دهید؟ و چون رفتار روزانه شما همیشه نشانگر عمیق ترین باورهای تان است، به همین دلیل، باور شما برای موفق نشدن به واقعیت شما تبدیل می شود. ما همیشه به همان کسی تبدیل می شویم که باور داریم می توانیم تبدیل شویم. باید بدانید که شما هرگز از داستان شخصی تان بالاتر نمی روید.»

سپس زیر لب، مانترایی را تکرار کرد. من سپاس گزار هستم. من میبخشم. من کمک می کنم زندگی من بسیار زیبا، خلاقانه، مؤثر، پررونق، و جادویی است. ادامه داد. «روان شناسان این داستان را که ما درباره این که چه کسی هستیم و به چه چیزهایی می توانیم برسیم، و سپس به گونه ای رفتار می کنیم که آن داستان به واقعیت تبدیل می شود، «پیش گویی خود محقق کننده» می نامند. ما به صورت نیمه هشیار، الگوی فکری را اتخاذ می کنیم. ما این الگو را از افرادی می گیریم که در دوران کودکی بیشترین تأثیر را روی ما داشتند. والدین، معلم ها و دوستانمان. سپس طبق آن رفتار می کنیم و از آنجایی که کارهای ما نتایجی به همراه دارد، این داستان شخصی، به واقعیت ما تبدیل می شود. شگفت انگیز است، نه؟ اکثر افراد، بهترین سالهای زندگی شان را این گونه سپری می کنند. دنیا مانند یک آینه است. ما از زندگی چیزی را که می خواهیم به دست نمی آوریم، بلکه چیزی را به

دست می آوریم که هستیم.» هنرمند گفت، «و فکر می کنم که هر قدر بیش تر به ناتوانی خودمان برای ایجاد نتایج عالی باور داشته باشیم، نه تنها آن باور را در خودمان قوی تر می کنیم تا به اعتقاد راسخ ما تبدیل شود، بلکه مطابق آن رفتار می کنیم تا این که به عادت روزانه ها تبدیل می شود. به بیان دیگر ما خودمان با باورهای محدود کننده مان باعث ناکامی و شکست خودمان می شویم میلیاردر با هیجان گفت. «عالی گفتمی من عاشق حرفت درباره اعتقاد راسخ» شدم. وقتی افسونگر را دیدی، حتما در این مورد با او حرف بزن.

فکر می کنم به ماهیگیری رفته و با توجه به شناختی که از او دارم، کمی بعد به ما ملحق خواهد شد. تمام افراد گزینه ای برای عظمت، عطشی برای قهرمانی و نیازی روانی برای رسیدن به بهترین توانایی هایشان دارند. تأثیرات تاریک و مضر زیادی باعث شده است تا خودمان را دست کم بگیریم، عقب بنشینیم و فراموش کنیم واقعا کی هستیم. ما در سازش کردن استاد شده ایم و آرام و پیوسته به جنبه های بیشتری از متوسط بودن اجازه ورود می دهیم تا زمانی که به سیستم استاندارد ما تبدیل می شود. رهبران واقعی هرگز درباره استانداردهایشان سازش نمی کنند. آنها می دانند همیشه می توانند پیشرفت کنند. آنها درک می کنند که وقتی به سوی بهترین بودن خودمان حرکت می کنیم، بیش ترین تمرکز را داریم.

اسکندر بزرگ، در جایی گفته است. من از ارتشی از شیرها که توسط یک گوسفند رهبری می شوند نمی ترسم. من از ارتشی از گوسفندها می ترسم که توسط شیری رهبری می شود.» میلیاردر نفس عمیقی کشید. پروانه ای شروع به بال زدن کرد و خرچنگی با سرعت از کنار او رد ادامه داد: «باید به شما یاد آوری کنم که هر یک از ما، توانایی عظیمی برای رهبری در درونمان داریم. و همان طور که می دانید، من درباره رهبری به معنای داشتن عنوان، مقامی رفیع با فردی دارای اختیار رسمی حرف نمی زنم. منظور من بسیار مهم تر و قشنگ تر از آن است. این رهبری که من از آن حرف می زنم، به معنای نیروی واقعی درون قلب انسان است، نه نیرویی موقت و زود گذر که توسط ماشینی سریع با حساب بانکی بزرگی به آنها می رسد. چیزی که من درباره اش حرف می زنم، توانایی انجام کارهای بسیار عالی است که نمی توانیم چشم از آن برداریم.

رهبری، یعنی توانایی به وجود آوردن ارزشی بزرگ در بازار تان رهبری، یعنی توانایی برای تأثیر گذاشتن روی یک صنعت کامل و نیرویی برای زندگی کردن با افتخار بزرگی، شجاعت و درستی. و این گونه می توانید به شیوه ی خاص خودتان، تاریخ سازی کنید. مهم نیست که مدیر عامل اجرایی با یک

سرایدار باشید. مهم نیست، شغل تان حفاری چاه باشد یا این که یک میلیاردر باشید. مهم نیست که دانش آموز با ستاره بازیگری هستید.

در هر صورت، اگر امروز زنده هستید، باید بدانید شما این توانایی را دارید تا بدون هیچ عنوانی رهبری کنید و اگر خودتان روی دنیا را داشته باشید. حتی اگر در حال حاضر، به خاطر باورهای محدود کننده تان فکر کنید نمی توانید این کار را انجام دهید. درک شما واقعیت شما نیست. واقعا این گونه نیست. به یاد داشته باشید که این صرفا درک کنوئی شما از واقعیت است. کار آفرین گفت، «خوب، تفاوت بسیار بزرگی بین واقعیت و درک ما از واقعیت وجود دارد، درسته؟ طبق گفته های تو، به نظر می رسد که ما دنیا را با فیلتری می بینم که طبق برنامه ریزی ذهنی ما به وجود آمده است. و ما این قدر این برنامه را تکرار می کنیم تا باور کنیم که دنیایی که می بینیم واقعی است، درسته؟ تو و حرف هایت باعث شدید، دیدم به دنیا را تغییر دهم. درباره چیزهای زیادی سؤالاتی برایم پیش آمده است. برای مثال، چرا این تجارت را شروع کردم. چرا شرایط اجتماعی تا این حد برایم مهم است. چرا این قدر مشتاقم در رستوران های شیک غذا بخورم. چرا برایم مهم است تا در

بهترین محله ها زندگی کنم و سوار بهترین ماشین ها بشوم. فکر می کنم یکی از دلایلی که از تلاش سهامدارن برای تصاحب شرکت این قدر آسیب دیدم، این است که من هویتم را به عنوان یک انسان، از یک مؤسس گرفته ام. صادقانه بگویم، من بسیار مشغول اداره کارم بوده ام و واقعا وقتی برای فکر کردن به زندگی نداشته ام. و همان طور که دیروز در فرمول ۳ مرحله ای موفقیت به ما یاد دادی، زمانی که آگاهی روزانه بهتری داشته باشم و بدانم چرا آن کارها را انجام می دهم، این گونه تصمیم های بهتری می گیرم و این من را به نتایج بهتری می رسانند.»

خودش ادامه داد، «اصلا نمی دانم ارزش های واقعی ام کدام ها هستند. اصلا نمی دانم به عنوان رهبری می خواهم چه چیزی را نشان دهم و چرا این کارها را انجام می دهم. نمی دانم چه چیزهایی واقعا من را خوشحال می کند و این که وقتی از این دنیا می روم، می خواهم افراد چگونه من را به یاد بیاورند. من واقعا داستان آن مدیرعامل اجرایی و سردبیر را احساس کردم. زندگی من شکننده است و حالا که این قدر راحت با شما حرف می زنم، فکر می کنم باید بگویم که روزهای زیادی به دنبال چیزهای اشتباهی رفته ام. من به جای این که به دنبال نشانه های اهداف با ارزشی در حرفه و زندگی شخصی ام باشم، که واقعا می توانند شرایط من را متحول کنند، در جار و جنجال پیچیدگی زندگی گیر کرده ام. من بسیار در مورد گذشته و اتفاقاتی که در دوران کودکی برایم افتاده است فکر می

کنم. من هیچ زمانی را برای روابطم اختصاص نداده ام واقعا هیچ اشتیاق واقعی ندارم. تا قبل از آمدن به اینجا، هرگز طلوع خورشید را ندیده بودم. با اضطراب به النگوهایش دست زد و گفت. او هرگز عشق واقعی را پیدا نکرده بودم.»

به هنرمند نگاه کرد و گفت، «تا به امروز و چشم هایش خیس اشک شد. هنرمند به او نگاه کرد و گفت، «چند میلیارد نفر در این دنیا وجود دارد و من بسیار خوش شانسم که با تو آشنا شدم.»

کار آفرین خندید و با لحنی آرام گفت: «امیدوارم هیچوقت تو را از دست ندهم.» میلیاردی گفت، این قدر سخت نگیر. ما در مسیر و دقیقا در جای درستی قرار داریم تا درس هایی را در باره رشد و پیشرفت یاد بگیریم. و من هم موافقم که انسانها عادت بدی دارند تا چیزهایی را به یاد بیاورند که بهتر است فراموش کنند و از طرفی چیزهای عالی را فراموش می کنند، که بهتر است به یاد داشته باشند. من شما را درک می کنم. لطفا به والاترین و خردمندترین بخش تان اجازه دهید تا شما را رهبری کنند. در مسیر رهبری و ساختن یک زندگی عالی، هیچ اتفاق تصادفی وجود ندارد. و اگر نظر من را بخواهید، هیچ مشکلی در مورد خانه های مجلل، ماشین های سریع و پول بسیار زیاد وجود ندارد. خواهش می کنم خیلی دقیق به این بخش از حرف هایم گوش کنید. یک ضرب المثل قدیمی می گوید، ما موجوداتی معنوی هستیم که تجربیات انسانی داریم. داشتن پول زیاد، چیزی است که زندگی برای شما می خواهد. فراوانی یک راه طبیعی است. در جهان هستی هیچ محدودیتی وجود ندارد، هیچ محدودیتی در مورد گل ها، درخت لیمو و ستاره ها در آسمان وجود ندارد. پول به شما اجازه

می دهد کارهای شگفت انگیزی برای خودتان و سایر افراد که برای شان بیشترین اهمیت را قائل هستید، انجام دهید و می توانید به افراد نیازمند کمک کنید.» گردشگری که در پشت یک قایق موتوری اسکی می کرد، به سرعت از کنار آنها رد شد. می توانستید صدای او را بشنوید که با خوشحالی میخندید میلیاردی ادامه داد. درازی را به شما خواهم گفت. من بیشتر ثروت خودم را بخشیده ام. با این حال، هنوز جت ها و آپارتمانم در شهر زوریخ و اینجا را دارم. و گرچه هنوز ثروت زیادی دارم که من را یک میلیاردی کند، اما هیچ نیازی به آن ندارم. من اصلا به آن وابسته نیستم.» هنرمند گفت، «من داستانی را خوانده ام که فکر می کنم شما هم از آن خوشتان بیاید. کرت ونگوت، نویسنده و جوزف هلر، نویسنده کتاب تبصره، در یک مهمانی به میزبانی فرد ثروتمندی حضور داشتند. ونگوت از جوزف پرسید. چه احساسی دارد وقتی بداند که میزبانش در یک روز قبل از



مهمانی، به اندازه کل حق امتیاز کتاب پرفروشش در آمد داشته است؟!» هلر پاسخ داد. من چیزی دارم که آنها هرگز نمی توانند داشته باشند. ونگوت متعجب شده بود و پرسید: «چی میگی؟ منظورت چه چیزی است؟» پاسخ هلر بسیار با ارزش بود. دانشی که به اندازه کافی دارم میلیاردی با هیجان و در حالی که صدایش را بسیار بالا برد، گفت: «بزن قدش. عالی بود.» و دوباره رقصی را که دوست داشت، انجام داد. چشم هایش را بست. واقعا انسان عجیبی بود. هنرمند گفت، من می دانم درباره سرمایه سازی و پیشگویی خود محقق کننده چه چیزی به ما آموزش می دهی. تا زمانی که خودمان به توانایی ها و بزرگی مان باور نداشته باشیم و سپس برای تحقق آنها تلاش واقعی و زیادی نکنیم، کسی به توانایی های ما باور نخواهد داشت. میدانید پابلو پیکاسو چه چیزی گفته است؟ کار آفرین گفت. خواهش می کنم بگو» هنرمند ادامه داد. او گفته است. مادرم به من گفت اگر تو سرباز شدی، ژنرال میشوی. اگر راهبه شدی، پاپ میشوی. در عوض، من نقاش بودم و پیکاسو شدم.» میلیاردی گفت. خیلی هم عالی. این یعنی ایمان و اعتماد به توانایی های شخصی نگاه او برای لحظه ای روی شن ها ماند. او نه تنها والدین، بلکه بسیاری از افراد در بهترین روزهای شان، باورهای محدود کننده ای را در

خودشان به وجود می آورند. همان طور که گفتم، استادانی با نیت خوب و در عین حال با ناآگاهی، این ایده را تقویت می کنند که نابغه های هنر، علوم، ورزش و سایر حوزه ها، افراد خاصی هستند و این که ما باید بپذیریم که افرادی معمولی هستیم که نمی توانیم کارهای شگفت انگیزی را انجام دهیم که همه را به تحسین و دارد و یک زندگی بسیار عالی داشته باشیم و سپس دوستان و تبلیغات بی پایان رسانه ها، که همان حرف ها را تکرار می کنند. و این گونه بدون این که خودمان بدانیم، آتش نابغه درونمان که زمانی درخشندگی زیادی داشت، کم نور می شود. و صداهایی که زمانی مشتاق بودند، ساکت و بی صدا می شوند. ما توانایی هایمان را دست کم می گیریم و زندانی را در اطراف توانایی و نیروهای مان به وجود می آوریم. ما دیگر مانند رهبرها، افراد خلاق و موفق رفتار نمی کنیم و مانند قربانی ها خواهیم بود.» کار آفرین گفت، اتفاقی که برای بسیاری از افراد رخ می دهد، بسیار ناامید کننده است. و بسیاری از ما نمی بینیم که مغز ما را شستشو می دهند، تا ما را از بهترین بودن خودمان دور کنند میلیاردی گفت. «بله. و حتی از این بدتر باید بگویم، توانایی که از آن استفاده نشود، تبدیل به درد میشود هنرمند که به نظر کمی مضطرب می رسید، پرسید. منظورت چیه؟ با خودش گفت، شاید چون مدت زیادی روی توانایی هایم سرمایه گذاری نکرده ام، به شدت به خودم

آسیب زده ام و نمی توانم مانند استادان عالی و استثنایی، هنرم را نشان دهم. میلیاردر گفت، «خوب، ما همه ساخته شده ایم تا با توانایی های خودمان، کارهای متحیر کننده ای را انجام دهیم. در واقع، گرفته شده است که به معنای کسی را مات و مبهوت کردن» از واژه لاتین (کلمه متحیر کردن است. تمام افراد دنیا، در اعماق درونشان، ظرفیت و روحیه لازم برای انجام این کار را دارند. هر چه بیشتر صدای این داستان محدود کننده خودمان را کمتر کنیم، بیش تر این ندای شگفت انگیز را می شنویم تا بزرگ ترین توانایی هایمان را نشان دهیم. شما هر شغل و جایگاهی داشته باشید، خواه سرپرست شرکتی بزرگ، برنامه نویس یک اداره کوچک، معلمی در مدرسه یا سر آشپزی در رستوران باشید، این موضوع در مورد شما صدق می کند. شما صد در صد توانایی لازم را برای رساندن کارتان به سطح استادی را دارید. و در عین حال، ما یک زندگی بدون شور و هیجان را می پذیریم، آن هم به خاطر درک اشتباه ما از این که واقعا چه کسی هستیم و به چه چیزهایی می توانیم برسیم و این گونه در یک زندگی ناتمام گیر می کنیم. خوب، حالا به نکته مهمی می رسیم. زمانی که به نیروی واقعی خودمان خیانت می کنیم، بخشی از ما شروع به نابود شدن می کند.» هنرمند گفت، «بینش فوق العاده ای داری من واقعا باید تغییرات زیادی را در خودم به وجودم بیاورم. دیگه از نادیده گرفتن توانایی هایم خسته شده ام کم کم حس می کنم فرد خاصی هستم کار آفرین با هنرمندی گفت. همین طور است. تو واقعا خاصی. هنرمند ادامه داد. «دارم فکر می کنم که بیش از حد در مورد چیزی که دیگران فکر می کنند اهمیت قائل می شوم. برخی از دوستانم. نقاشی های من را مسخره می کنند و می گویند آدم عجیب و غریبی هستم. حالا میفهمم که آنها. من و دیدم را برای هنر درک نمی کنند میلیاردر گفت، می دانید بسیاری از موفق ترین نابغه های دنیا تا دهه ها بعد از مرگشان مورد تحسین قرار نرفتند. شاید الان وقتش باشد تا دیگر به خاطر نظرات دیگران، توانایی ها و سرزندگی خودت را

محدود نگئی. گرت کوبین. بسیار عالی در این مورد گفته است. خسته شده ام از این که تظاهر کنم فرد دیگری هستم، تنها به خاطر دوستی و به این دلیل که با سایر افراد سازگاری داشته باشه.» هنرمند تنها گفت. (همم جالبه) میلیاردر ادامه داد، و اگر با افراد منقی معاشرت داشته باشید. هرگز نمی توانید یک زندگی عالی و تأثیر مثبتی در حوزه کاری تان داشته باشید. و این درد و ناراحتی که از آن صحبت می کردم اگر از آن رهایی نیابید - منبعی عمیق از ترس و خودبیزاری را در درون شما به وجود می آورد.»

اکثر افراد، آگاهی و ابزارهای لازم برای بیرون آمدن از این چاه درد و ناراحتی را ندارند. و به همین دلیل، حتی اگر کسی در مورد آن برایمان بگوید، انکار می کنیم. وقتی موقعیتی برای آشکار کردن آن پیش می آید، ما از آن فرار می کنیم. و به طور نیمه هشیار، ریشه هایی را در درون مان میدوانیم تا اجازه ندهند این درد ناشی از نادیده گرفتن توانایی های مان را احساس کنیم کارآفرین برسید. مثلاً چه کارهایی؟ وابستگی زیاد. برای مثال، همیشه چک کردن پیامها یا دنبال «لایک» بودن یا در روز بیش از حد تماشا کردن تلویزیون. این روزها، برنامه های تلویزیونی بسیار خوش ساخت هستند و وابسته شدن به آنها بسیار آسان است. وقتی قسمتی از یک سریال را تماشا می کنیم، به دنبال تماشا کردن قسمت بعدی می رویم.

بسیاری از افراد با چت کردن و حرف های بیهوده و بی پایان، از بزرگی دور می شوند و واقعا درک نمی کنند که بین کار زیاد داشتن و مؤثر بودن، تفاوت بسیار زیادی وجود دارد. افراد بسیار مؤثر و بسیار موفق، در هر شرایطی در دسترس سایر افراد نیستند. این افراد خیلی کم زمان شان را هدر میدهند و بیشتر روی کارهای واقعی و مهم و نه کارهای بی اهمیت متمرکز هستند و به همین دلیل، دسترسی به این افراد سخت است. این گونه، این افراد بهترین نتایج را تولید می کنند و تأثیر زیادی روی دنیای ما دارند. یکی دیگر از کارهایی که ما می کنیم، ساعتها بی هدف گشتن در اینترنت، خریدهای اینترنتی، بیش از حد کار کردن بیش از حد غذا خوردن، بیش از حد گله کردن و بیش از حد خوابیدن است. یک قایق موتوری از آن جا رد شد. میلیاردی کمی آب نوشید. زنی که آن قایق را هدایت می کرد. برای آقای رایلی دستی تکان داد و او هم با تکان دادن سرش، جواب او را داد حرف هایش را ادامه داد و گفت: «افسونگر این پدیده را محدوده قربانی بودن» می نامد. وقتی دیگر جوان نیستیم، کم کم انگیزه مان را برای گسترش محدوده خودمان از دست می دهیم و به چیزهایی که داریم، رضایت می دهیم. ما الگوی یک قربانی را اتخاذ می کنیم. ما بهانه تراشی می کنیم و آن قدر آنها را با خودمان تکرار می کنیم تا ضمیر ناخود آگاه مان فکر کند. آنها واقعی هستند. ما شرایط و سایر افراد را به خاطر مشکلات مان سرزنش می کنیم و گذشته را مقصر کشمکش های خودمان می دانیم. شکاک میشویم و

کنجکاوی، شگفتی، همدردی و صاف و سادگی را که در دوران کودکی داشتیم، فراموش می کنیم: بی هیجان و فاقد احساسات سرسخت و منتقد میشویم اکثر افراد، در اکوسیستم شخصی خودشان. متوسط بودن را پذیرفته اند. و به خاطر این که این ذهنیت، هر روز در درون ما وجود دارد، به نظر این

دیدگاه برای ما بسیار واقعی می رسد. ما کاملاً باور داریم که داستان ما، واقعیت ها را بیان می کند، چون بسیار به آن نزدیک هستیم. بنابراین، به جای رهبری، انجام کارهای شگفت انگیز و داشتن یک زندگی عالی. ما به متوسط بودن رضایت می دهیم. متوجه حرف هایم میشوید؟

کار آفرین گفت، «بله، حداقل الان برایمان بسیار واضح تر است. خوب، پس نکته مهم دوباره نوشتن داستان شخصی مان است. درسته؟ میلیارد حرف های او را تأیید کرد و گفت. کاملاً درست است. هر بار که متوجه شدید، به درون محدوده قربانی بودن افتادید، تصمیم شجاعانه تری بگیرید و داستان تان را دوباره بنویسید. خودشناسی خودتان را افزایش دهید.

عزت نفس و اعتماد به نفس تان را بیشتر کنید. هر بار که به دنبال خود عالی تان رفتید، بخش ضعیف تر تان ناتوان میشود و نیروی درون تان را تغذیه می کنید. و اگر پیوسته این کار را انجام دهید، بهره هوشی سرمایه سازی که توانایی شما برای محقق ساختن تمام موهبت های تان است، افزایش می یابد.» میلیارد دو شاگردش را دعوت کرد تا به بالکن خانه اش بروند و آموزش شان را آنجا ادامه دهند

تمرکز افراد کامیاب ۲: رهایی از بی حواسی

میلیارد با انگشت کوچکش، به مدل آموزشی اشاره کرد شعار افراد موفق را می دانید؟ آنها می گویند. وابستگی به حواس پرتی مرگ تولید خلاقانه است.»

اینجا در این مورد حرف می زنیم و تصمیم گرفته ام تا در مورد اهمیت برنده شدن در جنگ علیه حواس پرتی بیشتر حرف بزنیم. زیرا این یکی از جدی ترین مسائل فرهنگ ماست تکنولوژی های جدید و رسانه های اجتماعی، نه تنها می توانند به روش هایی خلاقانه ترین توانایی های ما را تحلیل ببرند، بلکه می توانند کاری کنند که کم تر انسان باشیم. ما دیگر مانند گذشته گفتگوها و روابط واقعی و معناداری نداریم کار آفرین حرف های او را تأیید کرد و گفت: «آره، کاملاً درست می گویی از زمانی که این جا هستیم و صبح هایم را در این ساحل می گذرانم، متوجه این موضوع شده ام میلیارد ادامه داد. اکثر افراد، با ارزش ترین ساعت های شان را با بی هدف ترین حرکات پر می کنند. ما به طور عقلانی می دانیم که نباید وقت با ارزش مان را برای کارهای بی ارزش هدر دهیم، اما از لحاظ احساسی، نمی توانیم بر وسوسه های مان پیروز شویم. این رفتارها به قیمت کیفیت و بهره وری کم و میلیون ها دلار ضرر برای شرکت ها تمام می شود.

و همان طور که قبلا گفتم، مردم این روزها بیش تر از هر زمان دیگر، مرتکب اشتباه می شوند، زیرا در کاری که انجام می دهند حضور کاملی ندارند. این افراد با بی فکری استفاده کردن از تکنولوژی، تمرکزشان را از دست می دهند و این گونه موقعیت نشان دادن بهترین عملکرد و داشتن بهترین زندگی ها را از دست می دهند هنوز آرامش و سکوت اولین ساعات روز مشخص بود. میلیاردی مکث کرد. به منظره آنجا نگاه کرد و به گل هایی خیره شد که به زیبایی در اطراف خانه اش نظم داده شده بودند. سپس به کشتی های باری در افق نگاه کرد. که گویی حرکت نکرده بودند و سرانجام به اقیانوس خیره شد سرانجام گفت. «ببینید بچه ها. من عاشق دنیای مدرن هستم. واقعا عاشق آن هستم.

زندگی ما بدون داشتن و دسترسی به تمام این تکنولوژی ها بسیار سخت تر می شد. بدون آنها تجارت من رونق الآن را نداشت. من نمی توانستم تاثیر کنونی را داشته باشم و احتمالا نمی توانستم الآن با شما دو نفر باشم هنرمند پرسید: «چرا؟» آقای رایلی به نظر خوشحال می رسید. با خودش زمزمه کرد. «بسیار خوشحالم که فهمیدم چگونه می توانم مانند آهنربایی، اتفاقات خوب را به خودم جذب کنم، و بسیار مشتاقم تا به این دو نفر یاد دهم که آنها هم بتوانند این کار را انجام دهند. سپس حرفهایش را ادامه داد و گفت: «این به خاطر پیشرفتهای تکنولوژی مراقبت های پزشکی بود که وقتی مریض بودم، جان من را نجات داد. به هر حال، اگر از تکنولوژی خوب استفاده شود. پدیده بسیار خوبی خواهد بود. چیزی که من را نگران می کند. روش ساده لوحانه و غیر منطقی استفاده مردم از آن است. بسیاری از افرادی که پتانسیل برجسته شدن را دارند از سندرم تمرکز از بین رفته رنج می برند، زیرا آنها زندگی کاری و شخصی شان را پر از ابزارهای دیجیتالی، وقفه ها و حواس پرتی ها کرده اند.

اگر به دنبال موفقیت و برنده شدن هستید، لطفا از تمام استادان تاریخ، الگوبرداری کنید و تمام لایه های پیچیدگی را از روزهای تان حذف کنید. همه چیز را ساده و پربازده کنید. بسیار دقیق باشید. واقعا سادگی و وضوح از پیچیدگی بسیار بهتر است. تنها روی چند پروژه کاری تمرکز کنید تا بتوانید به نتایج بسیار خوبی برسید و این گونه توجه تان را روی موارد بسیار زیاد نگذارید. از لحاظ اجتماعی، دوستان کمی داشته باشید، اما ارتباط عمیقی را با آنها برقرار کنید تا روابط غنی داشته باشید. دعوت های کمتری را بپذیرید. به جای این که کتابهای زیادی را سرسری بخوانید، چند کتاب

را بسیار با دقت بخوانید. قهرمانان واقعی میدانند که تنها باید روی مهم ترین چیز تمرکز کرد. ساده تر کنید ساده تر کنید و ساده تر کنید. به جای مدیریت کردن زمان، تمرکزتان را مدیریت کنید.

هنرمند گفت، «به لطف آموزش های تو حالا درک می کنم که مشغول بودن به معنای بهره وری پیش تر نیست. همچنین، حالا میفهمم که وقتی روی نقاشی جدیدی کار می کنم. هر چه بیشتر به یک اثر عالی نزدیک میشوم، بخش تاریک من بیشتر می خواهد حواسم را پرت کند تا از ایجاد یک شاهکار جلوگیری کند. حالا که به آن فکر می کنم. می بینم اغلب اوقات این اتفاق می افتد. من به انجام کاری شگفت انگیز نزدیک می شوم. اما وقفه ای ایجاد می کنم و سپس دوباره آنلاین می شوم و در اینترنت مشغول می شوم. من دیر میخوابم و قسمتهای زیادی از سریال مورد علاقه ام را تماشا می کنم و با تمام شب با دوستان مجازی بازی های ویدیویی انجام می دهیم.» میلیاردر گفت، هر چه بیشتر به نابغه در وقت نزدیک شوی، ترس هایت بیش تر خرابکاری می کنند. تو از ترک اکثریت و متفاوت بودن از سایر افراد. حسادت رقبا و فشار برای انجام بهتر پروژه بعدی ات می ترسی. زمانی که به سوی مهارت می روی، از شکست خوردن می ترسی و فکر می کنی که به اندازه کافی خوب نیستی و نمی توانی در مسیرهای جدیدی درخشان باشی - سپس آمیگدال شما - که یک توده ی بادامی شکل خاکستری در مغز است و ترس را تشخیص می دهد شروع به تحریک شدن می کند و شما بهره وری را که به وجود آورده بودند، نابود می کنید.

ما همه ذهن نیمه هشیار خرابکاری داریم که در ضعیف ترین شکل ما وجود دارد. اما خبر خوب این است که زمانی که از این شرایط آگاه شوید ... هنرمند میان حرف او آمد و گفت، در این صورت، می توان هر روز تصمیم های بهتری گرفت و به نتایج بهتری هم رسید دقیقا. زمانی که از این حقیقت آگاهی پیدا کنید و زمانی که در نزدیکی بالاترین توانایی ها و موهبت های تان هستید، بخش ترسیده شما، خود زشتش را نشان می دهد و سعی می کند شاهکار شما را که با دوری از هر گونه حواس پرتی ایجاد کرده اید، خراب کند. و البته شما می توانید این رفتار خود تخریبی را مدیریت کنید. می توانید از آن خارج شوید و قدرت را از آن بخش ضعیف و ترسیده خودتان بگیرید.» کارآفرین گفت. «واقعا جالبه. حالا می فهمم چرا بهره وری، عملکرد و تأثیرم در شرکت، کم شده است.

برای مثال، من هدف مهمی را انتخاب می کنم و تیمی را برای تحقق آن تشکیل میدهم و نتایج مورد انتظار کلیدی را مشخص می کنیم سپس حواسم پرت می شود، من موقعیت دیگری را قبول می کنم و این بر پیچیدگی های کارم اضافه می کند. من روزهایم را با دیدار و جلسات بی نتیجه پر می کنم،

آن هم با افرادی که عاشق شنیدن صدا و نظرات خودشان هستند. من مرتب پیام هایم را چک می کنم تا اخبار فوری را بخوانم امروز صبح کاملاً فهمیدیم که چرا اثر گذاری ام این قدر کم شده است. کاملاً هم مشخص است که من به این مزخرفات دیجیتالی که از آن حرف می زنی وابسته شده ام. حالا می فهمم می توانم از ساعت هایم برای بروز پیش ترین خلاقیتم استفاده کنم، اما آن ساعت ها در اینترنت مشغول سرگرمی و تفریح هستیم.

همان طور که شما گفتید، انگار نمی توانم خرید آنلاین انجام ندهم. حواس پرتی بسیار آسان است و باعث میشود برای چند دقیقه، احساس خوشحالی کنم حالا میفهمم که چرا استیو جابز چیزهایی را که خودش به تمام دنیا می فروخت، به فرزنداناش نداد. او می دانست اگر از این وسایل به درستی استفاده نشود، چقدر می توانند افراد را به خودشان وابسته کنند. در صورت استفاده نامناسب، این وسایل می توانند

سرزندگی و انسان بودن ما را کم تر کنند. حالا خورشید به بالکن می زد. میلیاردر دستش را بلند کرد و یک نفر از درون کلبه ساحلی به سمت آنها آمد. وقتی کنار آنها رسید، یک سینی را که طرح اسرار آمیزی روی آن بود، به آقای رابلی داد و با لهجه فرانسوی گفت: (بفرمایید قربان) روی سینی مدلی قرار داشت و شما شکل دقیق آن را می بینید.

حالا بیا بیاید درباره ی خود تخریبی حرف بزنیم تا شما دو نفر، بهتر در مورد آن بدانید و بتوانید آن را شکست دهید. فراموش نکنید که ما همه چیزی داریم که افسونگر آن را «مغز باستانی به می نامد. این مغز از سیستم لیمبیک تشکیل شده است که مجموعه ای از ساختارهای مغز است و در دو طرف تالاموس درست در زیر مخ قرار دارد. آمیگدالا که چند لحظه قبل در مورد آن حرف زدیم، بخشی از این سیستم است. این بخش مغز، هزاران سال پیش در مواجهه با تهدیدات بی رحمانه زیادی مانند گرسنگی، افراط گرایی، جنگ قبيله ای و حیوانات درنده، کمک زیادی به انسانها کرده است. کار اصلی آن، این است. بقاء تا بتوانیم زنده بمانیم و ادامه نسل دهیم. آیا تاکنون متوجه حرف هایم شده اید؟ کار آفرین و هنرمند همزمان گفتند. «بله»

خدمتکاری برای آنها چای لیمو با کمی زنجبیل سرو کرد آقای رابلی ادامه داد: «بسیار خوب. یکی از جالب ترین ویژگی های مغز باستانی ما، گرایش منفی آن است. این مغز باستانی برای این که ما را سالم نگاه دارد، بسیار کم روی مسائل مثبت علاقه نشان می دهد و بیشتر در مورد چیزهای بد به ما

می گوید. این حالت طبیعی آن برای محافظت در برابر خطرات است. در گذشته، وقتی زندگی بسیار بسیار بی رحم تر بود، با این عملکرد، می توانستیم واکنش سریعی نشان دهیم و زنده بمانیم. این مکانیسم در گذشته، بسیار به اجداد ما خدمت کرده است،

اما در دنیای امروز، بسیاری از ما هر روز با این خطرات مواجه نمی شویم واقعیت این است که یک شخص عادی بسیار زندگی با کیفیت تری در مقایسه با اعضای خانواده سلطنتی چند صد سال قبل دارد. خواهشا درباره این موهبت خوب فکر کنید سپس کمی چایش را هرت کشید. ولی به دلیل این گرایش منفی درون مغز باستانی، ما پیوسته به دنبال مشکلات و خطرات می گردیم. ما در حالت گوش به زنگ بودن و اکثرا مضطرب و عصبانی هستیم، حتی وقتی همه چیز خوب پیش می رود. شگفت انگیز است، نه؟» کارآفرین هم که از نوشیدن چای لذت می برد، گفت: «این بسیاری از رفتارهای ما را توضیح می دهد. حالا درک می کنم که چرا همیشه احساس می کنم به اندازه کافی دستاوردی نداشته ام، حتی وقتی که بیش تر از تمام اطرافیانم به موفقیت های بزرگی رسیده ام. من تجارت بسیار موفق دارم و قبل از این که سرمایه گذارن شرکتم حریص شوند، ارزش خالص و زندگی بسیار خوبی داشتم. با این حال، به نظر تمرکز ذهنم همیشه روی چیزهایی بود که نداشتم و جاهایی که کافی نبودم و این که مطابق انتظار دیگران نبودم. این واقعا من را عصبانی می کند. دیگر احساس آرامش نمی کنم.»

هنرمند به کار آفرین دلداری داد. آقای رایلی ادامه داد، «تئودور روزولت می گوید. مقایسه کردن شادی را از شما می دزد. همیشه افرادی هستند که از شما مشهورتر هستند، ثروت بیش تری دارند و کارهای بیشتری نسبت به شما انجام می دهند.»

بسیاری از این عطش شما، از احساسات عمیق شما برای کمبودهایتان می آید. و بسیاری از آن ناشی کارهای مغز باستانی شما است. این مغز، شرایط شما را بررسی می کند و گرایش منفی آن اجازه نمی دهد از تمام چیزهایی که دارید، لذت ببرید. بیاید کمی عمیق تر در باره آن حرف بزنیم. با گذشت زمان، مغز ما تکامل یافته است و قشر پیش پیشانی ایجاد شده است. این بخشی از مغز ما است که مسئول تفکر بالاتر است. عصب شناسان، آن را به عنوان عامل اصلی استدلال پیشرفته در نظر می گیرند. افسونگر، آن را مغز استادی» می نامد.



خوب گوش کنید وقتی رویاپردازی های بزرگی می کنیم، سریع تر یاد می گیریم و سطح خلاقیت، بهره وری و عملکردمان بیشتر می شود، مغز باستانی و مغز استادی با هم ناسازگاری و جنگ پیدا می کنند. مغز باستانی، رشد ما را احساس می کند و می داند که داریم مکان امن خودمان را ترک می کنیم و این مغز باستانی، ما را تحریک می کند. مغز باستانی تهدید را احساس می کند، گرچه این تهدید برای اوج گیری شخصی و حرفه ای لازم باشد. ما حتما باید از محدوده امن خودمان خارج شویم تا از خودمان و توانایی هایمان آگاهی پیدا کنیم. این که بدانیم که شجاعت و توانایی های بیشتری داریم، قلب ما را به هیجان می آورد. این آگاهی، یکی از گنجینه های با ارزشی است که زندگی ما را با ارزش می کند. آبراهام مزلو، روانشناس مشهور می گوید.

اگر به هر چیزی کمتر از چیزی که واقعا می توانید باشید رضایت دهید، احتمالا تا آخر عمرتان با ناراحتی زندگی خواهید کرده اما وقتی می خواهیم چیز جدیدی را امتحان کنیم، آمیگدال به شدت تحریک می شود. این باعث تحریک عصب واگوس می شود و هورمون ترس کورتیزون ترشح می شود. و این گونه ما خواسته ها و برنامه هایی را نابود می کنیم که مغز استادی مان از ما می خواهد آنها را تحقق ببخشیم.» هنرمند گفت، و این توضیح می دهد که چرا عده بسیار کمی از افراد، بسیار خلاق و مؤثر می شوند. وقتی از مناطق امن خودمان خارج می شویم، مغز باستانی ما تحریک می شود. زمانی که مهارت و تأثیرمان بیش تر می شود، مغز باستانی از تغییر می ترسد.»

آقای رایلی گفت، «دقیقا. سپس کورتیزون ترشح می شود، درک ما محدود می شود، نفس کشیدن برایمان سخت می شود و به حالت جنگ یا فرار می رویم. در حقیقت فرار، جنگ یا بی حرکت ماندن، سه راه حلی هستند که در مواجهه با ترس داریم.

هنرمند گفت، «تفکر بالاتر از ما می خواهد رشد کنیم، کارهای شگفت انگیز بیشتری انجام دهیم زندگی بهتری داشته باشیم و الهام بخش دنیا باشیم. اما در مغز ما، کشمکش جریان دارد. و مغز باستانی درونمان، می خواهد جلوی تکامل ما را بگیرد. میلیاردر گفت. «دقیقا»

کار آفرین پرسید. در مورد رهایی از حواس پرتی، فکر می کنم به خاطر همین ترس است که تا حد ممکن خودمان را با چیزهایی سرگرم می کنیم تا حتی برای یک دقیقه هم شده احساس بهتری داشته باشیم، درسته؟»

بله. کاملاً. هنرمند نتوانست اشتیاق خودش را پنهان کند. «واقعا اطلاعات بسیار مفیدی به ما میدهی. تو به ما یاد دادی که چرا فرهنگ ما این قدر وابسته به حواس پرتی شده است. و این که چرا اکثر افراد نمی توانند بزرگی خودشان را نشان دهند و فکر می کنیم به همین دلیل است که افراد خلاق و مؤثر قهرمانان جامعه ما هستند. ما نه تنها مجبوریم با حرف ها و حمله های افراد منفی و منتقد که متوجه هنر ما نمی شوند مواجه شویم، بلکه باید شجاعت داشته باشیم تا به خواسته های مغز باستانی مان برای نرسیدن به استادی و درخشانی گوش ندهیم.» میلیاردر با خوشحالی گفت. «خیلی عالی گفתי دوست من» و دوباره رقص خودش را انجام داد. خدمتکاری که بالکن را تمیز می کرد، دستش را تکان داد. ادامه داد، احساس کردن ترس و در عین حال حرکت رو به جلو و پیشرفت، شجاعت زیادی نیاز دارد. اما برای این که اسطوره شوید، باید وقتی که می ترسید، ادامه دهید. شما دو نفر می توانید خالق

شاهکارهای بزرگی باشید. و افراد بسیار موفق، همیشه و هر روز بر ترس شان غلبه می کنند تا به سطح قدرت، تأثیر و آزادی انسانی بیشتری برسند. و زمانی که سرانجام قدرتها و موهبت های تان را تحقق ببخشید، پاداش هایی که دریافت می کنید، تنها در نتیجه تلاشهای قهرمانانه شما نیستند. در واقع پاداشی اصلی که شما با عبور از ترس ها و مشکلات به دست می آورید، شخصیتی است که به آن تبدیل می شوید. شما خودتان را خواهید شناخت، از توانایی های تان آگاه می شوید، اعتماد به نفس تان اوج می گیرد و زندگی فوق العاده و اصیلی خواهید داشت.»

میلیاردر پیش از آن که درباره اهمیت رهایی از حواس پرتی های دستگاه های دیجیتالی حرف بزند، کمی آب نوشید. و این جاست که عضو باشگاه ۵ صبح بودن جادوی خودش را نشان می دهد. یکی از راه هایی که زنان و مردان موفق دنیا از پیچیدگی و حواس پرتی اجتناب می کنند، بیدار شدن در ساعات ابتدایی صبح و استفاده از آرامش و سکوت صبحگاهی است.

این اصل زیبا به آنها زمان لازم را می دهد تا از تحریک های زیاد و حواس پرتی ها دور شوند، از خود زندگی لذت ببرند، منابع خلاقیت شان را پر کنید، بهترین خودشان را رشد دهند و موهبتها و برتری های شان را بدانند. بسیاری از افرادی که باعث پیشرفت تمدن ما شده اند، عادت سحر خیزی و بیدار شدن قبل از سپیده دم را داشتند. کار آفرین با کنجکاوی پرسید می شود اسم چند نفر از این افراد را بگویی؟ بله. جان گریشام، رمان نویس مشهور، ولفگانگ آمادئوس موتزارت، جورجیا اوکیف "

فرانک لوید رایت و ارنست همینگوی. همینگوی می گوید. صبح ها کسی مزاحم شما نمی شود و هوا خنک است و وقتی شروع به نوشتن می کنید، گرم می شوید. هنرمند گفت. «بتهوون هم قبل از سپیده دم بیدار میشد میلیاردر ادامه داد. موفق ترین افراد تاریخ، همیشه زمان زیادی را در تنهایی می گذرانند. آرامش و تنهایی که شما می توانید قبل از طلوع آفتاب داشته باشید، نیرو و خلاقیت شما را تقویت می کند. شما برای اوج گرفتن، نیاز به آرامش و تنهایی دارید. شما می توانید تمام روز را با گوشی های تان در مورد هزاران چیز بی معنی چت کنید و یا می توانید با شناخت تواناییها و بهبود مهارت هایتان دنیا را متحول کنید. الدر شفیر"، روانشناس دانشگاه پرینستون از واژه «پهنای باند یادگیری» برای توضیح این موضوع استفاده می کند، که ما هر روز صبح وقتی بیدار می شویم، ظرفیت ذهنی محدودی داریم. و وقتی توجه تان را معطوف مسائل بسیار زیادی می کنید، از اخبار گرفته، تا پیام ها، کار و .. روی هر کاری که انجام می دهیم، تنها می توانیم کمی تمرکز کنیم. هیچ تعجبی ندارد که اکثر افراد نمی توانند تا ظهر روی کارهای مهمی تمرکز کنند.

ما پهنای باند خودمان را مصرف کرده ایم. سوفی لروی، که پروفیسور تجارت دانشگاه مینه سوتا" است، این تمرکز را که ما روی حواس پرتی های مان هدر می دهیم، «پسماند توجه» می نامد. او متوجه شده است که وقتی مردم در طول روز، مدام از کاری روی کار دیگری تمرکز می کنند، بسیار بهره وری کمتری دارند، زیرا توجه شان را روی کارها و اهداف بسیار زیادی گذاشته اند. راه حل این است، به جای کار کردن روی فعالیت های مختلف، روی یک کار با ارزش تمرکز کنید. و این کار را در محیطی آرام انجام دهید. آلبرت انیشتین در این باره گفته است، «کسی که با تمام قدرت، خودش را وقف علتی کند، می تواند یک رهبر واقعی باشد. به همین دلیل، برای استاد شدن و تسلط پیدا کردن به تمام تمرکز و نیروی انسان نیاز است. این یکی از مهم ترین رازهای موفقیت افراد بسیار موفق است.

آنها پهنای باند یادگیری خودشان را غیر متمرکز و پراکنده نمی کنند. این افراد با هر وسوسه و حواس پرتی، موهبت های خلاقانه خودشان را تضعیف نمی کنند. نه، آنها نظم و انضباط سختی دارند تا تنها روی چند کار در سطح جهانی تمرکز کنند. همان طور که قبلا گفتم، افراد بسیار موفق، متوجه هستند که انجام یک شاهکار، بسیار هوشمندانه تر از هزاران کار عادی و بدون نشانی از نبوغ است. همیشه این جمله را به یاد داشته باشید، ساعت هایی که ۹۵٪ افراد عادی هدر می دهند، ۵٪ برتر افراد، این زمانها را بسیار گرامی می دارند ساعت ۵ صبح، زمانی است که کمترین حواس پرتی و بیش

ترین آرامش و شکوه انسان را دارد. به خوبی از ساعت پیروزی استفاده کنید تا در بهره وری و استناد شدن، پیشرفت های چشمگیری داشته باشید، من سورپرایز شگفت انگیزی برای شما دارم، اما قبل از آن می خواهم مفهوم دیگری را با شما در میان بگذارم. اسم آن فعالیت پایین و موقت قشر پیشانی مغز است.» هنرمند در حالی که میخندید، پرسید. فعالیت پایین چی؟ میلیاردی به سوی درخت نخل بلند رفت. تنه ضخیم آن، نشان دهنده عمر زیاد آن بود. یک میز چوبی سفید دایره ای، زیر آن قرار داشت. مدلی با مهارت روی آن کشیده شده بود. اگر شما هم آن را می دیدید، بسیار شگفت زده می شدند. میلیاردی را صاف کرد و کمی چای لیمو نوشید. بعد از چند ثانیه، شروع به غرغر کردن آن کرد. بله، غرغر کردن. سپس حرف هایش را ادامه

داد

وقتی صبح زود بیدار می شوید و تمام کارهای تان را به دور از تحریک و سر و صداها انجام دهید و حواس تان به خاطر تکنولوژی ها، دیدارها و سایر عوامل پرت نشود، می توانید به حداکثر بهره وری برسید. نگرانی های مداوم و مقشر پیش پیشانی که مسئول تفکر منطقی است، در واقع، برای مدت کوتاهی دست از کار می کشند. اطلاعات جالبی است، درسته؟ این همان بخش «فعالیت پایین قشر پیشانی مغز موقت» است و تنها به صورت گذار اتفاق می افتد. تجزیه و تحلیل های بی پایان و افکار نگران و پردغدغه شما متوقف می شوند. شما دیگر نگران

اتفاقاتی که شاید هرگز اتفاق نیافتند، نخواهید بود. امواج مغزی شما در واقع، از بتا به آلفا می رسد و گاهی حتی به حالت تتا می رود. آرامش و سکوت سپیده دم، هم چنین باعث می شود پیام رسان های عصبی ای مانند دوپامین و سروتونین، که باعث لذت و حس خوب می شود، ترشح شوند. شما به طور طبیعی و خودکار، وارد حالتی می شوید که من آن را حالت جریان» می نامم. آقای رایلی دست چپش را روی الگوی روی میز برد. شما هم شکل آن را می بینید.

حالت جریان، برترین ذهنیتی است که تمام افراد بسیار موفق مانند نوازنده های ویولن برتر، ورزشکاران اسطوره ای، سر آشپزهای تراز اول، دانشمندان مشهور، کار آفرینان و رهبران افسانه ای در هنگام به وجود آوردن بهترین کارهایشان داشتند. وقتی به خودتان آرامش صبحگاهی می دهید، توانایی ذهن شما برای رسیدن به محدوده نبوغ خالص فعال می شود. خبر خوب، این است که با انجام کارهای مناسب می توانید این حالت عملکرد عالی را در خودتان به وجود بیاورید کار آفرین، با

احتیاط گوشی اش را در جیبش گذاشت و گفت. فعالیت پایین و موقت قشر پیشانی مغز، مدلی بسیار مؤثر است هنرمند گفت، «اگر مردم این اطلاعات را داشتند، می توانستند دنیا را متحول کنند.» کار آفرین گفت. «آنها باید این چیزها را در مدرسه به بچه ها یاد بدهند. میلیاردر گفت، «کاملا درست است. اما باید بگویم من تمام این فلسفه و دانشی را که خیلی زود با شما در میان می گذارم، مدیون افسونگر هستم. او استادی عالی بوده است و بدون هیچ شک و تردیدی، بهترین انسانی است که می شناسم. و بله، اگر تمام افراد، این اطلاعات را می دانستند و متعهد به اعمال آنها بودند، همه چیز پیشرفت می کرد و بهتر میشد. زیرا هر کسی می توانست برنده باشد و از توانایی هایش برای ایجاد نتایج عالی استفاده کنند و به انسان های فوق العاده ای تبدیل شوند

تمرکز افراد کامیاب ۳: تمرین مهارت بخشی

میلیاردر، کار آفرین و هنرمند بلند شدند و از روی بالکن، به منظره قشنگ اقیانوس نگاه کردند یک ماشین شاسی بلند، در راه ورودی منتظر آنها ایستاده بود. کار آفرین پرسید. «کجا می رویم؟» من در کنفرانس، به شما دو نفر قول دادم اگر دعوت من را بپذیرید و به این جا بیایید، می توانید با دلفین ها شنا کنید. خوب من هم به قولم عمل می کنم. ما به بخش غربی جزیره، به روستایی به نام فلیک اند فلکه می رویم. دو نفر در آنجا منتظر ما هستند. آنها در پیدا کردن دلفین ها، مهارت دارند. دوستان من، برای یک تجربه خوب آماده شوید. شما امروز را فراموش نخواهید کرد.» آنها به ماشین رسیدند. میلیاردر در صندلی جلو کنار راننده نشست و درباره بچه هایش و بلند پروازی هایش برای آینده پرسید. آقای رایلی سؤالاتی را از او می پرسید و سپس با دقت به جوابهای او گوش می داد. او مردی شگفت انگیز با قلبی بزرگ بود. ماشین آنها به ساحل قشنگی رسید. رنگین کمان دو قلویی، نمای فوق العاده ای به آسمان داده بود. دو ماهیگیر جوان، کنار میلیاردر آمدند و او را بغل کردند. سپس آن سه نفر، به درون آب زدند و به دنبال دلفین ها رفتند تا با آنها شنا کنند. تجربه آنها، تنها پانزده دقیقه طول کشید، اما بسیار لذت بردند. وقتی از آب بیرون آمدند، کلاس آموزش

صبحگاهی آنها ادامه پیدا کرد. رنگین کمان هنوز در آسمان دیده می شد. آقای رایلی دستش را بلند کرد و ناگهان چهار قمری و چند پروانه قشنگ پیدایشان شد. سپس به مرحله سوم مدل آموزشی چهار حوزه تمرکز افراد بسیار موفق اشاره کرد. روی آن نوشته شده بود. تمرین تسلط شخصی هنرمند پرسید، «خوب، حالا درباره چه چیزی حرف می زنیم؟ آموزش بهترین بخش شما حرفهای جنگجوی اسپارتنی را یادتان است که افسونگر در سمینار گفت؟ او گفت، کسی که در تمرین، عرق

بیش تری بریزد، در جنگ خون کمتری خواهد ریخت.» خوبه کیفیت تمرین صبحگاهی شما، کارایی عملکرد آن روز شما را تعیین می کند. پیروزی ها با تمرین زیاد در ساعت اولیه صبح به دست می آید. پیروزی ها قبل از وارد میدان نبرد شدن، به دست می آیند. کسانی که بیشتر از دیگران خودشان را آماده می کنند، برنده هستند. کاملاً مشخص است که اگر می خواهید در هر شغلی و موقعیتی که دارید بهترین باشید، باید بسیار تلاش کنید تا مهارت تان را افزایش دهید. آندرس اریکسون، روانشناس مشهور دانشگاه ایالتی فلوریدا" می گوید، افراد باید حداقل دو ساعت و چهل و چهار دقیقه و به مدت ده سال روی مهارت خاصی کار کنند. این حداقل میزان تمرین لازم، برای ظاهر شدن اولین نشانه های نبوع در هر حوزه ای است.

با این حال، تعداد بسیار کمی از افراد، در مورد اهمیت هزاران ساعت تمرین، برای تبدیل شدن به انسانی بهتر فکر می کنند. و به همین دلیل است که تعداد بسیار کمی از افراد، می توانند بهترین خودشان را نشان دهند که خرد، خلاقیت، شجاعت، عشق و آرامش درونی را با خودش دارد. تنها زمانی زندگی ما بهتر می شود که خودمان بهتر شویم. متوجه منظورم می شوید؟ شما دو نفر باید هر روز برای استاد شدن و دستیابی به تسلط تمرین کنید و باید نهایت تلاش تان را انجام دهید تا به مهارت هایی در کلاس جهانی دست یابید.

هر کاری که در دنیای بیرونی انجام می دهید، در نتیجه، چیزی است که در درون شما اتفاق می افتد. این جاست که باید هر روز صبح آماده سازی واقعی را انجام دهید و سپس هر روز، به سطح بی همتایی از فکر کردن احساس کردن و تولید می رسید. این موهبت شماست.» کار آفرین گفت. «من تا قبل از رفتن به کنفرانس افسونگر، اعتقاد زیادی به بهتر ساختن خود نداشتم. هیچ وقت فکر نمی کردم این چیز، ممکن و واقعی باشد. میلیارد در با جدیت گفت، هیچ وقت سعی کردی؟ منظورم این است هیچ وقت شد که چند وقتی روی این موضوع کار و تمرین کنی؟ کار آفرین گفت. «راستش نه. تا الان که به باشگاه ۵ صبح پیوستم.» میلیارد در گفت، «خوبه. ادامه بده. نکته مهم این جاست. در ساعت پیروزی تان، از ساعت ۵ تا ۶ صبح، هر روز روی بهتر کردن چیزی تمرکز کنید که افسونگر آن را ۴ امپراطوری درونی می نامد.

این هوشمندانه ترین، و گاهی دشوار ترین، کاری است که در زندگی انجام می دهید. خیلی عمیق روی خودتان کار کنید. روی چهار صحنه اصلی درونی که الان در مورد آنها به شما خواهم گفت، کار کنید و آنها را رشد دهید تا متحول شوید. البته باید بگویم این کار آسان نیست، اما کاملاً ارزش آن را

دارد.» کار آفرین پرسید. «چرا؟» زیرا امپراطوری های درونی، باید قبل از امپراطوری های بیرونی رشد داده شوند و به سطح کلاس جهانی برسند. و موفقیت شما، همیشه از بی باکی و شجاعت می آید. به این نکته خوب دقت کنید تاثیر شما در دنیا نشان دهنده افتخار بزرگی، درخشش و سرزندگی است که در درون تان به آن دست یافته اند. در این عصر که سطحی نگری بسیار زیاد است و انسانها مانند ماشین های مصنوعی رفتار می کنند، افراد بسیار کمی این حقیقت لازم زندگی را به یاد دارند. شرایط بیرونی، همیشه نشان دهنده شرایط درونی است. خلاقیت، بهره وری و کامیابی همیشه منعکس کننده شرایط درونی شما است. برای مثال، وقتی به توانایی های تان برای رسیدن به اهداف تان باور ندارید، هرگز موفق به انجام این کار نمی شوید. اگر احساس می کنید شایسته فراوانی و ثروت نیستید، پس هرگز نمی توانید آن را محقق سازید. و اگر سرمایه گذاری شما روی نابغه درون تان ضعیف باشد، اشتیاق شما برای تمرین کردن کم باشد و استقامت شما برای بهترین بودن کافی نباشد، کاملاً مشخص است که شما هرگز نمی توانید به تسلط و استادی کامل برسید. شرایط بیرونی همیشه نشان دهنده شرایط درونی است. و برای ساختن امپراطوری در زندگی بیرونی، باید ابتدا آن را در زندگی درونی ایجاد کنید. یکی از ماهیگیران، یک بطری آب به میلیاردر داده بود و او شروع به نوشیدن از آن کرد. اگر به دقت روی بطری نگاه می کردید، سخنانی از مهاتما گاندی را می دیدید، تنها شیاطین این دنیا آنهایی هستند که در قلب ما زندگی می کنند. این همان جایی است که باید مبارزه کرد.» آقای رایلی ادامه داد. زمانی که پیوسته نیروی درونی را افزایش دهید، در واقع، شروع به دیدن واقعیتی می کنید که سرشار از موقعیت های درخشان و امکان های بسیار است. و این گونه در دنیایی از شگفتی ها زندگی می کنید و اکثر افراد، آن را نمی بینند، زیرا شک و تردید، بی اعتقادی و ترس چشم های آن را کور کرده است. دستیابی به عظمت یک بازی درونی است. میلیاردر، مدلی را روی شن ها کشید. شکل آن این گونه بود.

خوب، حالا بیایید روی این مدل خوب دقت کنید تا آگاهی عمیقی از جنبه های زندگی درونتان داشته باشید و بدانید کدام یک از آنها را در ساعت پیروزی ارتقاء دهید. خیلی زود و وقتی فرمول 20 / 20 / 20 را برایتان توضیح دادم، در مورد عادت های روزانه با شما خواهم گفت. در حال حاضر، باید بدانید که شما چهار امپراطوری درونی دارید که تا قبل از طلوع آفتاب، باید آنها را آموزش و رشد دهید، ذهنیت، نیاز های قلبی، نیاز های سلامتی و نیازهای روحی این چهار حوزه از نیروی واقعی، درون تمام افراد می آید. بسیاری از افراد با دنبال کردن چیزهایی در بیرون خودشان، این نیروهای

عظیم و شگفت انگیز را نادیده گرفته اند و نسبت به اهمیت آن غافل هستند. اما واقعیت این است که ما همه این نیروی عمیق و قدرتمند را در درون خودمان داریم و بهترین زمان برای به حد کمال رساندن این چهار نیرو، از ساعت ۵ تا ۶ صبح است. این بازه خاص ترین زمان روز است. روزتان را در اختیار داشته باشید تا زندگی تان را تعالی بخشید.

کارآفرین گفت. سؤالی دارم. می شود که فقط ۵ روز در هفته این روش را تمرین کرد و آخر هفته ها استراحت کرد؟ این روش ۵ صبح چقدر جدی است؟ این زندگی شماست. هر کاری که بهترین احساس را به شما می دهد، انجام دهید. من چیزهایی را با شما در میان می گذارم که در گذشته، افسونگر به من آموخت و باعث شد به این ثروت و موقعیت برسیم و به من کمک کرد تا هر روز احساس نشاط و آرامش داشته باشم. واقعا این روش به من آزادی شخصی داده است. این روش را به هر صورت که با ارزش ها، جاه طلبی ها و سبک زندگی شما مناسب است، اعمال کنید. اما باید بدانید که تعهد پاره وقت، نتایج پاره وقتی به همراه دارد کار آفرین پرسید، می شود کمی بیشتر درباره چهار امپراطوری درونی حرف بزنی؟ این چیزی که درباره آن به ما یاد می دهی، واقعا می تواند به من کمک کند تا در مبارزه با آن سرمایه گذاران قوی تر باشم و امید، خوشحالی و اعتماد به نفس من را بیشتر کند. من تا حالا در این مورد حرفی نزده ام، اما از وقتی که تو را دیده ام، بسیاری از مطالب با ارزشی را که با ما در میان گذاشته ای، اعمال کرده ام. همان طور که میدانی، من در ابتدا در مقابل فلسفه های افسونگر مقاومت می کردم من واقعا نمی خواستم در آن سمینار باشم، اما مشتاق آموزش های او و تو بوده ام. خیلی مشتاق می دانید، من عاشق زندگی هستم و میخواهم زندگی طولانی داشته باشم هنرمند گفت. این خیلی خوبه.» کار آفرین ادامه داد: «من همین الان هم متوجه تغییرات مهمی شده ام با بیدار شدن در ساعت پنج صبح، احساس می کنم متمرکز تر شده ام و استرس کمتر و انرژی و امنیت بیشتری دارم. من حالا دید بسیار باز تری نسبت به تمام جنبه های زندگی ام دارم و نسبت به تمام موفقیت ها و نقاط مثبت زندگی ام قدردان هستم. دیگر کمتر نگران مشکلات شرکت هستم و بسیار در مورد آینده ام هیجان زده هستم.» میلیاردر گفت، «خیلی خوبه. و تو خیلی هم باهوشی و اطلاعاتی که با شما در میان می گذارم، بسیار مهم و با ارزش هستند. اما این تمرین مداوم و اعمال روزانه آنها است که شما را به انسانی قهرمان و رهبری الهام بخش در تجارت تبدیل می کند که می تواند زندگی افراد زیادی را متحول کند. و به خاطر رها کردن گذشته، به تو تبریک می گویم. کسی به تو نمی گوید بدون حس مسئولیت در مقابل مشکل شرکت رفتار کنی، اما گذشته تو جایی



است که باید از آن یاد بگیری به این که مدام در گذشته زندگی کنی. ماشین شاسی بلند به آنجا برگشته بود و دقیقا روبروی رستوران غذاهای دریایی ایستاده بود. آن سه نفر سوار ماشین شدند و به سوی خانه میزبان عجیب رفتند. میلیارد گفت، «خوب، بیاید بیشتر در مورد این مدل یادگیری حرف بزنیم، زیرا برای موفقیت و خوشحالی شما بسیار مهم است. بسیاری از مربیان آموزشی در مورد ذهنیت حرف می زنند. به گفته الن لانگر، روانشناس دانشگاه هاروارد، آنها به شما می گویند تا هر روز افکار مثبتی داشته باشید

این مربی ها به شما می گویند که افکار شما واقعیت شما را شکل می دهد و با ارتقاء ذهن تان، می توانید زندگی تان را ارتقاء دهید. به طور حتم، ارتقاء دادن ذهنیت، یک قدم بسیار مهم برای رسیدن به تسلط شخصی است که شما را به یک واقعیت بیرونی بسیار موفق می رساند. با این حال، باید در مورد چیزی بدانید که اکثر افراد نمی دانند و این بسیار مهم است. افسونگر به من آموخت که اگر ذهنیت خودتان را ارتقاء دهید، که این همان اولین نیرو از چهار نیرو و امپراطوری درون است، تنها

٪۲۵

معادله تسلط شخصی را انجام داده اید. « هنرمند با تعجب پرسید، «واقعا؟ من همیشه فکر می کردم که این افکار ماست که همه چیز را تعیین می کند. من همیشه فکر می کردم اگر افکارمان را تغییر دهیم، می توانیم زندگی مان را تغییر دهیم و این نگرش ماست که مقام ما را تعیین می کند.»

میلیارد گفت، «ببینید، این کاملا درست است که عمیق ترین باورهای شما، رفتار روزانه شما را تعیین می کنند. من هم به این باور دارم و هم چنین باور دارم، شیوه ای که شما آن گونه دنیا را درک می کنید، تعیین کننده روش ایفای نقش شما در آن است. اما تنها با کار کردن روی ذهنیت تان، نمی توانید به بلندمرتبگی برسید و به طور کامل نابغه درونتان را نشان دهید.» هنرمند گفت، «فکر کنم متوجه حرف هایت می شوم. چارلز بوکوفسکی که می گوید: «روی پاک کردن ذهن تان اصرار نکنید. در عوض، قلب تان را پاک کنید. میلیارد، در حالی که راحت روی صندلی ماشین شاسی بلند نشسته بود، گفت: (کاملا درست است) کار آفرین به بچه هایی نگاه می کرد که در زمین بازی با خوشحالی میدویدند. به یاد دوران کودکی

خودش افتاد. پرسید، «خوب، حالا دقیقا خواسته قلبی یعنی چه؟ نیاز های قلبی، همان زندگی عاطفی شماست. حتی با ذهنیتی بسیار راسخ و کلاس جهانی، اگر قلب تان پر از از خشم، ناراحتی،

ناامیدی، دلخوری و ترس باشد، نمی توانید موفق باشید. در این مورد فکر کنید، اگر احساسات مضر و سمی شما را ناامید کند، چگونه می توانید به نتایج فوق العاده ای

برسید؟

به نظر می رسد تمام افراد، این روزها درباره یک ذهنیت سالم و شکست ناپذیر حرف می زنند. اما کسی درباره نیاز های قلبی، نیاز های سلامتی و نیاز های روحی حرفی نمی زند. با تمرین صبحگاهی باید تمام این نیروها را تقویت کنید تا نیروی الهام بخش قوی درونتان را بشناسید و این تنها زمانی رخ می دهد که شما رشد کنید و رابطه عمیق تری با نیروی طبیعی داشته باشید که در درون شما وجود دارد و می توانید شما را به اوج برساند. زمانی که این چهار نیروی درونی را ارتقاء دهید، در دنیای بیرونی در سطحی که قبلا فکرتان را هم نمی کردند، به موفقیت های بزرگی می رسید. انگار که توانایی های جادویی را در خودتان رشد داده اند. شما با حضور خودتان قدرت دیگران را

افزایش می دهید. جریان غیرمنتظره و پیوسته ای از اتفاقات بسیار خوب و شگفت انگیز، ساعت های شما را فرا می گیرد. و به خاطر رفتار قابل تحسینی که داشته اید، زندگی موفقیت های جهانی و دستاوردهای درخشان به شما پاداش می دهد. آقای رایلی از پنجره ماشین به بیرون نگاه کرد و ادامه داد. بسیاری از افراد می دانند که باید از لحاظ ذهنی چه کارهایی انجام دهند، اما به این دلیل که زندگی عاطفی آنها نیز همچنان آشفته است، هیچ اتفاق خاصی در زندگی آنها نمی افتد. آنها در گذشته گیر می کنند. گذشته ها را نمی بخشند. آنها از احساسات بدی که از گذشته دارند، بی خبر هستند. زیگموند فروید می گوید، «احساسات ابراز نشده، هرگز نمی میرند. آنها زنده دفن میشوند و بعدا به شکل های زشت تری خودشان را نشان می دهند.» و ما تعجب می کنیم که چرا تلاش ما برای داشتن افکار مثبت نتیجه موفقی ندارند! چیزی که با شما در میان می گذارم، توضیح می دهد که چرا بسیاری از کتاب های انگیزشی، باعث تحولی پایدار نمی شوند و چرا تعداد بسیار کمی از کنفرانسهای تفاوت خاصی در زندگی افراد ایجاد می کنند. نیت هوشی ما خوب هستند. ما واقعا می خواهیم افرادی بهتر و موفق تر باشیم. اما خیلی کم این اطلاعات را با فکر کردن به دست می آوریم و سپس با قلبهایی شکسته، جاه طلبی های خودمان را نابود می کنیم. در نتیجه، هیچ چیزی تغییر نمی کند و هیچ چیزی افزایش پیدا نمی کند و هیچ چیزی متحول نمی شود. اگر می خواهید رشدی عظیم و عملکردی بسیار خوب داشته باشید، باید ذهنیتی قوی داشته باشید، اما همچنین باید خواسته های قبلی تان را تقویت کنید تا تمام آن احساسات تاریک و مضر گذشته، رها و پاک شوند. و این گونه

دوباره قلب تان، شکوه اصیل خودش را نشان می دهد.» کار آفرین گفت، «خیلی عالی. اما دقیقا بین ساعت ۵ تا ۶ صبح، چگونه می توانم این کار را انجام دهم؟ در مورد روش اجرای ۵ صبح، به شما خواهیم گفت. شما دو نفر، کم کم آماده پذیرش فرمول 20 / 20 / 20 می شوید. و همان طور که قبلا گفتم، وقتی این اطلاعات را در اختیار داشته باشید و آنها را عملی کنید، زندگی شما کاملا متحول خواهد شد فرمول 20 / 20 / 20 واقعا بسیار قوی است. در حال حاضر، مهم است بدانید که یک ذهنیت عالی با یک زندگی عاطفی ضعیفه یکی از دلایل مهمی است که افراد بسیار خوبی نمی توانند به بزرگی برسند. البته باید تأکید کنم که کار کردن روی زندگی عاطفی، تنها به معنای حذف احساسات عاطفی منفی نیست که از ناامیدی ها، دلسردی ها و مشکلات زندگی ایجاد شده اند، بلکه همچنین شما باید احساسات مثبت و سالم را بیشتر کنید. به همین دلیل است که شکرگزاری باید بخشی از عادت های صبحگاهی شما باشد تا حس عظمت شما را تغذیه کند و شور و نشاط شما بیشتر شود.» هنرمند گفت. «رفیق، واقعا چیزهایی که به ما می آموزی، بسیار عالی و انقلابی هستند.» بله کاملا و افسونگر به من یاد داد که هر روز صبح در ساعت پیروزی، کارهایی را در مورد زندگی عاطفی خودم انجام دهم. با این حال، باید بدانید که ارتقاء زندگی عاطفی و ذهنیت تان قبل از طلوع آفتاب، به

معنای انجام ۵۰٪ کار لازم برای تحقق نیروهای درونی است که بزرگ ترین نتایج را در زندگی بیرونی برای شما به وجود می آورند. علاوه بر ذهنیت و زندگی عاطفی، شما باید هر روز زندگی جسمانی خودتان را هم تقویت کنید. یکی از مهم ترین عناصر برای اسطوره شدن، عمر طولانی است. اگر می خواهید حوزه خودتان را رهبری کنید و پیوسته رشد و پیشرفت داشته باشید، این را به خاطر بسپارید. اگر شما بمیرید، هرگز به غول صنعتی با فردی تاریخ ساز تبدیل نخواهید شد. کاملا جدی هستیم. زمانی که کاملا متعهد باشید تا تندرست باشید، اتفاقات زیبایی در زندگی شما رخ می دهد.

فقط تصور کنید در حالی که کاملا سالم هستید، بتوانید چند دهه پیش تر زندگی کنید. در این چند دهه، بیشتر می توانید هنرتان را بهتر کنید، به رهبر مؤثرتری تبدیل شوید، کارهای شگفت انگیزی انجام دهید، بیش تر کامیاب شوید و میرانی درخشان از خودتان به جای بگذارید که به غنی کردن بشریت کمک می کند. افراد بسیار موفق و رهبران عالی می دانند که افراد نمی توانند بدون سرزندگی و نیروی بقا، به تسلط برسند. با هر روز کمی ورزش کردن، می توانید آن روز تان را بسیار

بهتر کنید. دوباره می گویم، چون بسیار مهم است، با هر روز کمی ورزش کردن، می توانید آن روزتان را بسیار بهتر کنید. تندرستی و سالم بودن، حس بسیار خوبی است و کمتر چیزی را می توان با آن مقایسه کرد. نیازهای جسمانی شما، مربوط به بعد جسمانی شماست تا مغزتان در بالاترین سطح عمل کند و انرژی و شادی شما

بیشتر شود و استرس تان کاهش یابد. میدونید، سالم و تندرست بودن، تأثیر شگفت انگیزی در تجارت من داشته است.» میلیاردر کمی مکث کرد. ادامه داد. او حالا به نیازهای روحی می رسیم. من یاد گرفته ام که تمام افراد، روحی پاک و سرزندگی زیادی دارند که در درون ما قرار دارد. بسیاری از افراد دنیا، نسبت به نیازمندی های روحی، بی علاقه هستند. ما از بخشی از وجودمان که خردمندترین شگفت انگیزترین و جاودانه ترین بخش است، غفلت کرده ایم. اکثر افراد، دوباره گرفتن عکس ها و به دست آوردن نتایج مشتاق هستند که محبوبیت آنها را افزایش میدهد و برای آنها اعتبار و زبانزدی اجتماعی به همراه می آورد. اما، یک رهبری واقعی، نیازمند تغذیه روزانه روح است.» کار آفرین پرسید، «آقای رایلی، دقیقا منظورتان از نیازهای روحی چیست؟» از زمانی که هنرمند او را دیده بود، او بسیار قوی تر و رهاتر از هر زمان دیگری بود. هنرمند گفت. «رفیق، من هم دقیقا متوجه نشدم.»

ماشین آنها به راه ورودی خانه میلیارد رسید. پروانه های بیشتری در آنجا پرواز می کردند. رنگین کمان دوقلو، هنوز به آسمان جلوه خاصی بخشیده بود. میلیاردر به آن نگاه کرد و ادامه داد، « برای این که به شما کمک کنم تا این بخش را خوب متوجه شوید، لطفا اجازه بدهید تا خیلی راحت بگویم که ذهنیت درباره روانشناسی شما، نیازهای قلبی درباره احساسات و عواطف شما، نیازهای سلامتی درباره فیزیولوژی شما و نیازهای روحی شما درباره معنویت شما است همین چیز اسرار آمیز، جادویی و عجیبی نیست.

کار آفرین گفت. بیشتر توضیح بده. تو با حرف هایت در ک من را تغییر می دهی - البته یادتان باشد این ها آموزش های افسونگر است، نه من. من به شما توصیه می کنم تا صادقانه به دنبال معنویت خودتان بروید. منظورم این است که هر روز صبح زود، زمانی را در آرامش اختصاص دهید تا شجاعت، باور و همدردی را به خودتان باز گردانید. از شما میخوام تا به والاترین فطرت خودتان برسید و قبل از طلوع آفتاب، با گران بها ترین توانایی های تان خوش باشید تا قدردانی خودتان از خردمندترین و درست ترین بخش درونتان را نشان دهید.

تنها در آن زمان است که متوجه بزرگی و روشنایی درون تان می شوید. نیازهای روحی، یعنی به یاد داشته باشید که شما واقعا چه کسی هستید. خردمندان و موفق ترین افراد تاریخ، صبح زود بیدار می شدند تا رابطه قوی تری را با قهرمان درون شان ایجاد کنند. قهرمانی که ما همه درون خودمان داریم. شک و تردید، کمبود، خودخواهی و ناراحتی، همه زاده ترس هستند. این ویژگی ها را به شما یاد داده اند. این ویژگی ها به طور قطع، ویژگی طبیعی شما نیستند. بعد از این که به دنیا آمدیم، از نیروی معنوی خودمان دور شدیم و بیش تر به درون چیزی افتادیم که این دنیای آسیب دیده از ما می خواهد به درون آن بیافتیم.

ما به جای همدردی، کمک و ماجراجویی، به اندوختن و مقایسه کردن روی آورده ایم. انسان های هشیار قبل از سپیده دم و در آرامش و سکوت صبحگاهی، نیازهای روحی خودشان را ارتقاء می دهند. آنها با مراقبه شگفت انگیز، با توجه دقیق به زود گذر بودن دنیا و کوتاهی زندگی و با فکر کردن به موهبت هایی که دارند تا دنیا را به مکان بهتری تبدیل کنند، به بهترین خودشان در آن روز فکر می کنند. شما این گونه می توانید در این بازی نیازهای روحی پیروز شوید بله، شما دو نفر، قهرمانی قدرتمند، عاشق و شجاع در درون تان دارید. می دانم که برای بسیاری از افراد، این حرف ها به نظر احمقانه است. اما این ها حقیقت هستند. اگر شما در ساعت پیروزی، زمانی را برای نیازهای روحی تان اختصاص دهید، شما آگاهی و رابطه تان با مهم ترین بخش خودتان را بهتر می کنید. این گونه شما می توانید علاوه بر خودتان، به جامعه هم خدمت کنید.» کار آفرین گفت، «و با آگاهی روزانه بهتر نسبت به ذهنیت، نیازهای قلبی، سلامتی و روحی، می توانیم تصمیم های روزانه بهتری بهتری بگیریم و این تضمینی برای نتایج بهتر است، درسته؟ میلیاردر به نشانه تأیید سرش را تکان داد و گفت: «دقیقا. و لطفا همیشه نسبت به مهم ترین چیزهای یک زندگی عالی، صادقانه رفتار کنید. فریب سطحی نگری هایی را نخورید که روح انسان را خفه می کنند و ما را از بهترین خودمان بودن جدا می کنند.»

سپس کیف پولی را از جیبش بیرون آورد و کلماتی از تولستوی را خواند. ایده من از خوشبختی، یک زندگی دور از انتظار و آرام روستایی، با امکان موثر بودن برای مردم انجام کاری که شاید به کسی امید دهد، استراحت کردن، طبیعت، کتاب ها، موسیقی و عشق به همسایه است. حالا آنها به خانه میلیاردر رسیده بودند. جغدی روی درخت لیمو نشسته بود. زمانی که میلیاردر را دید، شروع به

هوهو کردن کرد. او با دست تکان دادنی ساده، جواب او را داد و گفت: «از دیدنت خوشحالم رفیق چرا این قدر دیر آمدی؟»

## فصل 11

### پیمایش جزر و مد زندگی

**"بهترین و زیباترین چیزهای این دنیا را نمی توان دید یا حتی شنید، باید آنرا حس کرد."**

#### هلن کلر

این کارآفرین از کودکی قایقرانی را یاد گرفته بود. او عاشق احساس آب نمک در چهره جوانش و احساس آزادی بود که بیرون بودن در دریای وسیع روح او را به ارمغان آورد. او تعجب کرد که چرا کشتی را متوقف کرده است. در آن لحظه، او همچنین به این فکر کرد که چرا بسیاری از کارهایی را که چنین هماهنگی را برای او به ارمغان آورده بود، رها کرده است. و او این واقعیت را گرامی می داشت که در این لحظه اساسی، در قایق کوچکی که در اقیانوس بیکران هند می چرخید، واقعاً باز بود. و به طرز وحشیانه ای زنده است.

این کارآفرین فکر کرد: "فرهنگ ما موفقیت را با میزان پول، میزان موفقیت و میزان تأثیرگذاری می سنجد. با این حال،" در حالی که هم افسونگر و هم آقای رایلی موافق هستند که این پیروزی ها مهم هستند، اما آنها مهم هستند. من را ترغیب کرد که با یک سری معیارهای دیگر نیز به این فکر کنم که چگونه زندگی ام را خوب اداره می کنم. با ارتباطم با نیروی طبیعی و صمیمیت با اصلتم و با نشاط اطراف جسمانی ام و به اندازه شادی ام. به نظر می رسد این راه بسیار بهتری برای نگرستن به موفقیت است.

حضور او در کنفرانس افسونگر و روزهای فوق العاده اش در اینجا در این جزیره بکر با افرادی که هنوز وقت می گذارند و می گویند «صبح بخیر»، به غریبه ها لبخند می زنند و گرمای واقعی نشان می دهند، همچنان الهام بخش و برانگیختن تغییرات کوچک و بزرگ در درک او از ماهیت واقعی یک زندگی سازنده، مرفه و رضایت بخش.

کارآفرین متوجه شده بود که او کمتر شبیه ماشین و انسان تر می شود. او دیگر فن آوری خود را به اجبار بررسی نمی کرد. او نمی توانست به یاد بیاورد که اینقدر خلاق باشد و در دسترس شگفتی های معجزه آسا زندگی باشد. او هرگز آنقدر بیدار نبود که هر روز بر روی زمین برکاتی را به همراه دارد. و او هرگز، یا حداقل نمی توانست زمانی را به خاطر بیاورد که چنین احساس شکرگزاری داشته باشد.

بله، کاملاً قدردان همه چیزهایی است که او تجربه کرده است. او متوجه شد که نقاط سخت زندگی او را تقویت کرده و او را بصیرتر، جالب تر و عاقل تر کرده است. او شروع به درک یک زندگی جذاب و

بسیار رنگارنگ با زخم های زیادی کرد.

او به خود قول داد که از چالشی که با سرمایه گذارانش با آن روبه رو بود برای بالا بردن درجه شجاعت خود استفاده کند. تلاش شرکا برای تصاحب به سادگی باعث افزایش تعهد او به دفاع از قهرمانی طبیعی می شود که او آموخته بود که همه ما در درون خود داریم، در مرکز ما در زیر لایه های ترس، ناامنی و محدودیتی که همه ما در طول زندگی جمع می کنیم. رفتارهای شرکای غیرقابل اعتماد او فقط باعث می شود که او به فردی شجاع تر، بهتر و شایسته تر تبدیل شود. اغلب، یک مثال بد به ما بیشتر از اینکه یک مثال خوب ارائه دهد، به ما می آموزد که چه کسی می خواهیم شویم. و در این دنیای بسیاری از انسان های سرسخت که دسترسی به آن چیزی که واقعاً هستند را از دست داده اند، او عهد کرد که باقی مانده روزهای خود را الگوی برتری، انعطاف پذیری و نهایت مهربانی باشد.

در حالی که کار آفرین و هنرمند کشتی کوچک چوبی خود را از میان آب هایی که به شفافیت کریستال بودند، در اطراف مرجان هایی که در صورت برخورد وحشیانه به آن ها برخورد می کردند و دورتر از ساحلی که میلیاردر دستور صبحگاهی خود را ارائه کرده بود، عبور می کردند، کار آفرین سرزمین دوردست را دید. دسته جمعی جایی که آقای رایلی به او و عشق جدیدش پیشنهاد کرد یک پیک نیک داشته باشند.

او همچنین نسبت به مرد درشت هیكلی که در کنارش نشسته بود، محبتی فزاینده پیدا کرد. اگرچه آنها از جهان های کاملاً متفاوتی آمده بودند، اما شیمی آنها غیرقابل انکار بود. انگار کهکشانی ها با هم برخورد کرده بودند. و اگرچه روش های متفاوتی برای کار کردن داشتند، اما سازگاری آن ها مانند چیزی بود که او قبلاً تجربه نکرده بود. مادرش یک بار به او گفته بود که اگر به اندازه کافی خوش شانس هستید که در طول زندگی حتی دو یا سه بار عاشق شوید، هر یک از این داستان ها را کاملاً حساب کنید.

قدرت هنری همراهش او را مجذوب خود کرد. تمایل او برای عالی بودن در شرایط خودش او را جذب کرد. لبه های سخت گاه و بیگاه او او را به چالش می کشید. شوخ طبعی او او را سرگرم کرد. شفقت محسوس او او را تحت تأثیر قرار داد. و چشمان تیره اش او را ذوب کرد.

در حالی که کار آفرین مجموعه بادبان را تنظیم می کرد و به طرز ماهرانه ای قایق را به اطراف چند بویه که توسط ماهیگیران صبح زود در آنجا قرار داده شده بود، هدایت می کرد، هنرمند گفت: "این ایده خوبی بود." "برای بیرون آمدن از اینجا دور از همه چیز. من نیاز به استراحت در یادگیری داشتم. من همه اطلاعات را دوست دارم. من چیزهای زیادی از آقای رایلی دریافت می کنم. مرد، او یک گنج است. اما سرم پر است. من نمی خواهم برای مدتی فکر کنم. من فقط می خواهم کمی خوش



بگذرانم و از زندگی لذت ببرم. بودن در اینجا، با تو، خاص است." کارآفرین به سادگی در حالی که موهایش در باد با بازیگوشی تکان می‌خورد و چشمان درخشانش روی آب در مقابلش خیره می‌شد، پاسخ داد: «متشکرم. از زمانی که در کنفرانس با او ملاقات کردم، این خوشحال‌ترین چهره‌ای است که من دیده‌ام.

هنرمند فکر کرد او بازوی کارآفرین را گرفت. او به هیچ وجه عقب نشینی نکرد و در حالی که کشتی پر رنگ آنها به اعماق اقیانوس می‌رفت آرام بود. پس از مدتی، جزیره کوچکی که آنها به سمت آن می‌رفتند مورد توجه بیشتری قرار گرفت. این کارآفرین خاطرنشان کرد: "تیم میلیاردی ما را برای یک پیک نیک بسیار خوب آماده کردند." "چطور است که در منطقه کم عمق آنجا لنگر بیندازیم و در قسمت شنی سفید ساحل ناهار بخوریم؟"

این جزیره به غیر از مرغ‌های دریایی که به خوبی تغذیه می‌شدند، خالی از سکنه به نظر می‌رسید، که برخی از آنها زنده بودند از منقار قرمز لاغر آنها بیرون می‌آید. که بالای سرش اوج گرفت و لاک پشت غول پیکر در امتداد خط ساحلی مرطوب قدم می‌زند که انگار بر آن حکومت می‌کند. هنرمند پاسخ داد: «باحال.» او افزود: «من با این کار خوب هستم. غذای دلپذیری که آن دو از آن لذت بردند شامل میگوی تند کبابی و سالاد انبه تازه، همراه با تکه‌ای از پنیر پکورینو بود که در آن صبح از ایتالیا پرواز کرد. هندوانه مخلوط با آناناس و کیوی برای دسر تهیه شده بود.

این کارآفرین اشتیاق خود را برای ساختن یکی از بزرگترین شرکت‌های جهان در میان گذاشت که آنها غذا را میل می‌کردند و در آن پناهگاه انزوای مسالمت آمیز استراحت می‌کردند. او از تمایل خود برای ساختن یک امپراتوری واقعی و سپس، شاید، به سبک بازنشستگی به سمت روستایی ایبیزا صحبت کرد. او همچنین بیشتر از دوران کودکی دردناک خود، از طلاق وحشتناک والدینش گرفته تا عمق آسیب‌های روحی اش در حوالی عبور خشونت آمیز پدر محبوبش، صحبت کرد. او با جزئیات بیشتری از یک سری روابط ناموفق صحبت کرد که باعث شده بود بیشتر وقت خود را بر روی کار خود متمرکز کند و تنهایی را که وقتی در روند پیشرفت کارش نبود احساس می‌کرد. هنرمند در حالی که با خوشحالی روی یک تکه هندوانه می‌خورد، فکر می‌کرد: «این روابط شکست خورده نبودند.» «آنها تو را همان چیزی کردند که هستی، درست است؟ و من واقعاً تو را دوست دارم. در واقع، هنرمند با صراحت گفت: "من تو را دوست دارم."

خم شد و کارآفرین را بوسید. "چه چیزی طول کشید تا این را گفتی؟" او پرسید.

این هنرمند اعتراف کرد: "نمی دانم. اعتماد به نفس من برای مدت طولانی پایین بوده است. اما شنیدن افسونگر در سمینار و ملاقات با شما و احساس حال شگفت انگیز ما و سپس قرار گرفتن در این ماجراجویی کاملاً دیوانه کننده و در عین حال باورنکردنی ... نمی دانم. این باعث می شود دوباره به خودم ایمان بیاورم. همه اینها به من کمک می کند دوباره به زندگی اعتماد کنم، حدس می زنم. باز شدن دوباره با کسی عالی است. باید بعداً امروز نقاشی کنم. چیز خاصی قرار است نشان دهد من فقط آن را می دانم."

کارآفرین تشویق کرد: «بله، باید. من هم احساس می کنم. شما یک نقاش بسیار موفق و واقعاً افسانه ای خواهید بود.»

بعد از مکثی طولانی، اضافه کرد: "اتفاقاً من هم تو را دوست دارم."

عاشقانه آن لحظه که توسط دو عضو جدید باشگاه پنج صبحی ها به اشتراک گذاشته شد، ناگهان با صدای بلند موسیقی هیپ هاپ شکسته شد. شکلی را می توان در آب دید که با سرعت زیگزاگی خیره کننده ای حرکت می کند و سپس به سرعت در امتداد مسابقه می رود. به زودی مشخص شد که این مزاحم پر سر و صدا و ناخوانده کیست: استون رایلی، سوار بر یک جت اسکی آب پز و کلاه بالایی که به چانه اش بسته شده بود. بله کلاه بالا و اگر دقت کنید، نماد جمجمه و استخوان های ضربدری را روی آن می بینید - نوعی که روی پرچم های دزدان دریایی قرار دارد.

به زودی او نیز با دو عاشق در ساحل بکر بالا رفت. به زودی او نیز مشغول خوردن میگوها و سالاد انبه بود و تکه های بزرگی از دسر میوه تازه را از بین می برد. و به زودی او با کارآفرین و هنرمند دست در دست گرفت.

این مرد یک آدم عجیب غریب بود. و یک قهرمان انسانی ترین. کارآفرین و هنرمند در حالی که میلیارد در کار خود را انجام می داد به یکدیگر نگاه کردند. سرشان را تکان دادند، دست زدند و با خنده های راحت خندیدند.

میلیارد در حالی که جت اسکی او در آب کم عمق می پرد، فریاد زد: «رفیق ها.» او با غذا در دهانش گفت: «دلیم برای شما دو نفر تنگ شده بود. بدون اینکه منتظر جوابی بمونه، دسی بل آهنگ رو بالا برد و با کلمات همخوانی کرد.

"قطعه کوک، درست است؟" او با تمام انرژی یک نیروگاه پرسید: "دف،" هنرمند به طور غریزی پاسخ داد. او تصحیح کرد: «یعنی قطعاً.

سه همراه بقیه آن بعد از ظهر فراموش نشدنی را با شنا، آواز خواندن، رقصیدن و صحبت کردن سپری کردند. آن شب، میلیارد در یک شام باشکوه را در ساحل خود برگزار کرد که با مشعل های

تیکی، فانوس های کرم رنگ و آنچه که حدس می زنی هزاران شمع بود، روشن شده بود. یک میز چوبی بلند که با بهترین کتانی ها پوشیده شده بود، بشقاب هایی از غذاهای بسیار آماده را پشتیبان داشت. افسونگر همچنین در گروه مبادله داستان با میلیاردر ظاهر شد، در حالی که چند تن از دوستان دیگر آقای رایلی بعداً برای نواختن بونگو، شریک شدن در یک غذای افسانه‌ای و نوشیدن مقداری شراب خوب حاضر شدند. حتی مهمانداران فوق‌العاده حرفه‌ای و مهمان‌نواز فوق‌العاده تشویق شدند تا به جشن‌ها بپیوندند. همش سورتال بود و خاص.

برای یک لحظه، کارآفرین به ارزشمندی آن شب فکر کرد و نقل قولی را که پدرش روی درب یخچال خانواده گذاشته بود به یاد آورد. این از دلیل کارنگی، نویسنده خودیاری بود، و در آن نوشته شده بود: "یکی از غم‌انگیزترین چیزهایی که در مورد طبیعت انسان می دانم این است که همه ما تمایل داریم زندگی را به تعویق بیندازیم. همه ما رویای باغ گل رز جادویی را در سر می پرورانیم. افق به جای لذت بردن از گل رزهایی که امروز بیرون از پنجره‌های ما شکوفا می شوند. کارآفرین با خودش لبخند زد. او متوجه شد که زندگی را به تعویق خواهد انداخت

به طور کامل دیگر او نه تنها عاشق یک مرد خوب شده بود. او شروع به تجربه یک شهوت تجملاتی برای خود زندگی کرده بود.

ساعت 5 صبح روز بعد، صدای هلیکوپتر آرامشی را که فقط در آن ساعت از روز وجود دارد را درنوردید. کارآفرین و هنرمند همانطور که به میلیاردر قول داده بودند در ساحل منتظر ماندند. آنها دستانشان را محکم گرفته بودند و منتظر درس بعدی بودند که او به آنها گفت که می خواهد در میان بگذارد. اما میلیاردر هیچ جا پیدا نشد.

دستیار با پیراهنی ترد به رنگ آسمان و شلوار برمودای فشرده به رنگ گوجه‌فرنگی، با صندل‌های چرمی قرمز، از خانه تایتان صنعت فرار کرد.

او با روشی بسیار شیک گفت: "بنجور". "آقای. رایلی درخواست کرده است که من شما را تا سکوی هلی کوپتر خود همراهی کنم. او یک هدیه بزرگ برای هر دو شما دارد. اما شما باید عجله کنید. لطفاً. ما در یک جدول زمانی دقیق هستیم."

سه نفر از آنها در امتداد ساحل پرت شدند، از مسیری آراسته در میان درختان سرسبز بالا رفتند، از کنار یک باغ گیاهی با تابلوهای چوبی حاوی جملاتی از رهبران معروف و همچنین یکی که روی آن نوشته شده بود «متجاوزان کمپوست خواهند شد» و در نهایت به یک چمنزار وسیع آراسته شدند. در مرکز آن یک هلیکوپتر درخشان با روتورهایش در برابر درخشش نور صبح زود می چرخید. هواپیما تنها یک خلبان دیده می شد. عینک خلبانی، کلاه بیسبال لبه صاف مشکی و یونیفرم تمام

مشکی به چشم داشت. در حالی که مسافران به داخل هدایت می شدند، خلبان ساکت ماند، کنترل ها را دستکاری کرد و روی چیزی نوشت که به نظر می رسید یک چک لیست دقیق است که به یک کلیپ بورد ضمیمه شده بود با عبارت "برخیز و بدرخش تا از بدبختی متوسط فرار کنی" نوشته شده بود. در بالا به رنگ قرمز. شکلک صورتک در زیر این خط مشهود بود.

کارآفرین با شوق به خلبان گفت: صبح بخیر، آقای رایلی کجاست؟

خلبان جوابی نداد او یک صفحه را کوک کرد. یک دستگیره را بهینه کرد. و یک تیک دیگر در صفحه سفید ایجاد کرد.

دستیار در حالی که کمربندهای ایمنی را تنظیم می کرد و هدفون با میکروفون را روی سر مهمانان با اهمیت خود قرار می داد، گفت: "موفق باشید، و پرواز ایمن داشته باشید، شما دو نفر." "کجا داریم میریم؟" این هنرمند خواستار بازگشت به وضعیت مرد عصبانی شد.

بی پاسخ. در با صدای تیز بسته شد. سپس با یک کلیک قفل شد. صدای موتور بلندتر شد و پروانه چرخش خود را تسریع کرد.

وووووووش صدا رفت. خلبان، به ظاهر در حالت خلسه و غیر دوستانه، چوب کنترل را فشار داد. هلیکوپتر شروع به بالا رفتن از زمین چمن کرد. به طور غیرمنتظره ای هواپیما به طور چشمگیری به سمت چپ کج شد. سپس در یک سقوط آزاد به شدت به سمت زمین فرود آمد و دوباره به سمت بالا حرکت کرد.

هنرمند فریاد زد: "فاجعه کامل. این خلبان بی کفایت است. من از او متنفرم." کارآفرین گفت: "فقط نفس بکش. همه چیز خوب خواهد شد." او آرام، امن و کاملاً کنترل به نظر می رسید. تمرین صبحگاهی او کار می کرد. او هنرمند را به خود نزدیک کرد. "من اینجا هستم. ما در امان خواهیم بود این پایان خوبی خواهد داشت."

به زودی، هلیکوپتر در ارتفاعات آسمان قرار گرفت و به طور پیوسته، کارآمد و زیبا حرکت می کرد. خلبان ساکت با شماره گیرها دست و پا می زد و کنترل ها را به هم می زد، و ظاهراً از این واقعیت که دو مسافر را حمل می کرد غافل بود.

هنرمند در حالی که ساعت بزرگ را روی مچ لاغر خلبان جاسوسی می کرد، مشاهده کرد: «من قبلاً آن ساعت را دیده بودم.

او با صدایی لرزان گفت: "همان سنگی که در سخنرانی افسونگر حضور داشت. این دیوانه است." نقاش مثل خرس قطبی در موج گرما عرق کرده بود.

صدای آواز از جلوی هلیکوپتر شنیده شد: "مالک صبحت باش. زندگیت را بالا ببر."

"سلام، بچه ها . بونزور امروز صبح از عضویت در باشگاه پنج صبحی ها لذت می برید؟ با لحن خشن پرسید. "پسر، اوه پسر، تو عاشق سورپرایزی که در راه است می شوی. کشوری دیگر برای درس دیگری در مورد روال صبحگاهی رهبران افسانه ای، نوابغ خلاق و زنان و مردان بزرگ جهان." خلبان به شدت سرش را چرخاند و عینک آفتابی خود را به شدت در آورد. سپس آروغی به یاد ماندنی بیرون داد. میلیاردر بود.

آقای رایلی صمیمانه و تقریباً با عذرخواهی گفت: "هی، مردم. من قصد نداشتم شما دو انسان باشکوه را بتراشیم. من گواهینامه خلبانی هلیکوپتر خود را دارم، می دانید." هنرمند گفت: "مطمئناً" همچنان به کار آفرین چسبیده بود مانند قماربازی که آخرین تراشه خود را در دست دارد.

میلیاردر ادامه داد: سال ها پیش متوجه شدم. هلیکوپترها فوق العاده هستند. اما با تمام سرمایه گذاری های تجاری ام این روزها، زمان پخش قبلی ام را نمی بینم. با عرض پوزش برای بلند کردن سخت. فکر می کنم به تمرین بیشتری نیاز دارم.» "پس کجا داریم میریم؟" کار آفرین در حالی که روی صندلی چرمی انعطاف پذیر خود نشسته بود، پرسید.

«آگرا» جواب تک کلمه ای میلیاردر بود. "معنی آن چیست؟" از هنرمند پرسید. "آگرا چیست؟"

اطلاعاتی که به شما کمک می کند بهره وری نمایی، حداکثر عملکرد، رهبری افسانه ای و زندگی قدرتمندی که جهان را ارتقاء می دهد، داشته باشید. برای دریافت کاربردی ترین اطلاعاتی که می توانید در برنامه صبحگاهی سازندگان و تاریخ سازان جهان بیاموزید، آماده شوید. بهترین ها در راه است."

این میلیاردر به طرز ماهرانه ای هلیکوپتر را در کنار یک جت خصوصی بکر که توربین هایش روشن بود فرود آورد. برخلاف هواپیمای اول، این هواپیما تماماً مشکی بود. اما مانند نمونه ای که دو دانش آموز را به مورس آورد، دم آن حک شده بود، همچنین به رنگ نارنجی شبیه به ماندارین. "بیا به هند باور نکردنی برویم!" میلیاردر با انرژی فریاد زد. "پس بیا برویم!" کار آفرین و هنرمند پاسخ دادند.

یکی از ارزشمندترین تجربیات فرار فوق العاده آنها با استون رایلی، نجیب زاده عجیب و غریب، در شرف شروع بود.



## فصل 12

### باشگاه 5 صبح آن را کشف می کند

"من از هر دقیقه تمرین متنفر بودم. اما گفتم، "ترک نشو. همین الان رنج بکش و بقیه عمرت را مثل یک زندگی کن.

درس صبح روز بعد برنامه ریزی شده بود که چگونه کارآمدترین رهبران و بازیگران روی کره زمین عادت هایی را که آنها را به سوپرستار تبدیل می کند، به کار می برند. و زندگی جذاب، پرماجرا و هدفمند داشته باشید. در پاسخ به درخواست آقای رایلی، هم کارآفرین و هم هنرمند ترتیب داده بودند که زمان خود را تمدید کنند. آنها ارزش عمیق آموزشی که در معرض آن قرار می گرفتند را درک کردند. و آنها می دانستند که هوشمندانه ترین حرکتشان پذیرش کامل آن است. میلیاردی فریاد زد: «سلام، بچه ها»، در حالی که خورشید هند با ترس در برابر افقی بی ثمر و برق آلود طلوع کرد، به سوی همراهانش دوید. دقیقاً ساعت 5 صبح بود.

این سرمایه دار یک پیراهن مشکی یقه نهرو، شورت باربری و صندل مشکی پوشیده بود. لبخند گسترده ای می زد. او هنوز از نور خورشید موریس می درخشید. و امروز عمامه بر سر داشت. «امروز صبح، شما را از طریق بینش افسونگر در مورد نصب رژیم های اوج عملکردی که به شما کمک می کند عظمت خود را در تجارت و زندگی فعال کنید، راهنمایی خواهم کرد. همانطور که در درس قبلی با شما به اشتراک گذاشتم، چیزی که بهترین ها را بهترین می کند، ژنتیک آنها نیست، بلکه عادات آنهاست. و نه وسعت موهبت هایشان، بلکه قدرت ظرافتشان. درس امروز شما را با آنچه علم و تحقیق به ما می گوید باید انجام دهیم تا رفتارهایی را که ما را ضعیف می کند کنار بگذاریم و رفتارهایی را که در خدمت ما هستند کدنویسی کنیم، راهنمایی می کند. "ریگ چیست؟" این کارآفرین با توجه به هر کلمه ای که میلیاردی به زبان می آورد، پرسید. این اصطلاحی است که توسط روانشناس اجتماعی آنجلا داکورث رایج شده است بازیگران نخبه را در زمینه های تجارت، آموزش، ارتش و ورزش مطالعه کرد. او دریافت که چیزی که موفق ترین موفقیت ها را بسیار بزرگ می کند، استعداد ذاتی آنها نیست، بلکه میزان تعهد، نظم، انعطاف پذیری و پشتکار آنهاست. "سختی" کلمه او برای توصیف این صفات است. "هنرمند گفت: "باحال برادر. این به من الهام می دهد که وقتی به دیواری از شک و تردید برخورد می کنم، نقاشی را رها نکنم. یا زمانی که از عدم پیشرفتم ناامید می شوم. یا وقتی می ترسم، دیگران

در رشته من می خندند، زیرا من به جای کپی برداری و مشتق، هنری تازه و بدیع تولید می کنم." میلیاردر در حالی که شکم عضلانی خود را می مالید، پاسخ داد: "خوب".

آلبرت انیشتین نوشت: ارواح بزرگ همیشه با مخالفت های خشونت آمیز ذهن های متوسط روبه رو بوده اند. ذهن متوسط قادر به درک مردی نیست که کورکورانه در برابر تعصبات متعارف سر تعظیم فرود نمی آورد و در عوض تصمیم می گیرد نظرات خود را شجاعانه و صادقانه بیان کند. این هنرمند با نشاط گفت: «عاشقش هستم»، و بیانی را نشان داد که غرور فزاینده او را در اعتماد به دیدگاه شخصی اش در مورد هنرش نشان می داد.

"به هر حال، بیایید به مسیر خود بازگردیم و به قوی ترین روش ها برای نصب عادت های در سطح جهانی که ماندگار هستند در مقابل عاداتی که پس از چند هفته تلاش برای حفظ آنها از بین می روند، ادامه دهیم. البته، کلاس مربیگری امروز صبح کاملاً ضروری است. شما دو نفر چون، حتی اگر بچه ها ساعت 5 صبح بیدار هستید

، ما می خواهیم این رشته به یک روال زندگی تبدیل شود. اوه، و یک بخش اساسی از نصب عادت در سطح جهانی شامل یادگیری این است که چگونه افراد حرفه ای خودکنترلی قابل توجهی ایجاد می کنند و مقادیر کمیاب از نیروی اراده را آزاد می کنند. بنابراین، ما باید از آنجا شروع کنیم." سه همراه در مقابل تاج محل ایستاده بودند. تنها بودند. وقتی به آن خیره می شدند، این سازه بسیار عالی بود، گواهی واقعی بر پاداش های تسلط بر معماری و مهندسی.

میلیاردر گفت: "من هند را بسیار دوست دارم." "یکی از بزرگترین کشورهای روی زمین. و این مکان، خوب، به دلایلی یکی از عجایب هفتگانه جهان است. به طرز نفس گیر زیبایی، درست است؟" کارآفرین در حالی که قهوه بسیار داغ می خورد، اعتراف کرد: «درست است.

این میلیاردر یک بطری بزرگ آب در دست چپ خود داشت. روی آن بیانیه ای چاپ شده بود، همان طور که اغلب بطری های آب او انجام می دادند، که با ذوق برای دو دانش آموز خود می خواند: قهرمان در دوره های آسایش بزرگ نمی شود. ارواح سرافراز و نجیب جهان ما در حالی که مصمم در طوفان ناملايمات و سختی ها و تردیدها ایستاده بودند، نیرومند، شجاع و با اخلاق شدند. در لحظه ای است که با عمیق ترین ضعف خود مواجه می شوید، این فرصت را خواهید داشت که بزرگترین نقاط قوت خود را بسازید. بنابراین، قدرت واقعی ناشی از یک زندگی آسان نیست، بلکه از تلاش شدید، نظم و انضباط فداکارانه و اقدامی خواستار در جهت آنچه که خود عالی شما درست می داند ناشی می شود.

برای ادامه در زمانی که شما درد برای متوقف کردن. برای پیشرفت در زمانی که آرزوی ترک آن را



دارید. اصرار در لحظه ای که می خواهید تسلیم شوید، ادعای عضویت خود در میان جنگجویان بزرگ و شخصیت های شریفی است که با شکست ناپذیری به دست آمده بشریت را به مکان بهتری رساندند.

هنرمند گفت: وای. "یک شاعر بزرگ چنین نوشته است؟" میلیارد در گفت: نه. "این کلمات همه مال من است." آقای رایلی سپس دستی به هوا بلند کرد - و می دانید چه اتفاقی افتاد. از میان مه صبحگاهی، یک دستیار با لباس بی عیب و نقص و بسیار جذاب ظاهر شد. «همه ما خیلی خوشحالیم که به هند برگشتی، قربان. ما دلتنگت شده ایم،" او گفت: "این چیزی است که شما خواسته اید."

میلیارد کمی تعظیم کرد و لبخندی دوستانه به دستیارش زد. یک شال پشمینه با تزئینات تماشایی به تیتان داده شد و او آن را در نور دراز کرد. همانطور که می دانید پشمینه نوعی پشم مرغوب کشمیری است. خود این اصطلاح در کشم به "طلای نرم" ترجمه می شود و اگر آن را دیدید، موافقید که اینطور به نظر می رسد. دوخت دقیق روی پارچه کشیده شده بود و وقتی دو دانش آموز بیشتر روی آن تمرکز کردند، می توانستند آن را ببینند که در شال دوخته شده است. در زیر این عنوان مجموعه ای از عبارات وجود داشت که معنای را توضیح می داد. این همه کاملاً منحصر به فرد بود. این دوخت دست ساز می گوید:

5 حقیقت علمی در پشت عادات عالی حقیقت شماره 1: اراده در سطح جهانی یک قدرت ذاتی نیست، بلکه مهارتی است که از طریق تمرین بی وقفه ایجاد می شود. بیدار شدن در سحر یک آموزش عالی برای خودکنترلی است. حقیقت شماره 2: انضباط شخصی یک عضله است. هر چه بیشتر آن را بکشید، قوی تر می شود. بنابراین، سامورایی های خودتنظیمی فعالانه شرایط سختی را برای ایجاد قدرت طبیعی خود ایجاد می کنند. حقیقت شماره 3: مانند سایر ماهیچه ها، اراده در هنگام خستگی ضعیف می شود. بنابراین، بهبودی برای بیان تسلط کاملاً ضروری است. و برای مدیریت خستگی تصمیم. حقیقت شماره 4: نصب هر عادت عالی با موفقیت از یک الگوی چهار بخشی متمایز برای خودکارسازی روال پیروی می کند. برای نتایج ماندگار آن را به صراحت دنبال کنید.

افزایش خودکنترلی در یک زمینه از زندگی، خودکنترلی را در تمام زمینه های زندگی شما افزایش می دهد. به همین دلیل است که پیوستن به باشگاه پنج صبحی ها عادت است که بازی را تغییر می دهد و هر کاری را که انجام می دهید بهبود می بخشد.

ارزش 3 عادات قهرمانانه ارزش شماره 1: پیروزی مستلزم ثبات و پایداری است. ارزش شماره 2:

دنبال کردن آنچه آغاز شده است، میزان احترام شخصی را که ایجاد خواهد شد تعیین می کند. ارزش شماره 3: روشی که شما در خلوت تمرین می کنید دقیقاً همان روشی است که پس از حضور در جمع انجام خواهید داد.

1 نظریه عمومی اسپارتان های خود انضباطی انجام منظم کاری که سخت است اما مهم است در زمانی که احساس ناراحتی می کند، نحوه تولد جنگجویان است.

این میلیاردر چشمانش را بست و این جمله را تکرار کرد: «آرزوی زندگی آسانی ندارم زیرا قدرت من در آنجا رشد نمی کند. به من یک زندگی چالش برانگیز بدهید که بهترین ها را در من به نمایش بگذارد. برای این باعث می شود اراده آهنین. و شخصیتی تسخیر ناپذیر این صنعتگر ادامه داد: "این شال هدیه من به شما دو نفر است." همانطور که عادات پایدار را رمزگذاری می کنید، به شما خدمت خواهد کرد.

در عرض چند لحظه، یک ریکشا خودکار از یک پارکینگ خالی در دوردست به سرعت بالا آمد. مرد جوانی خندان با ژاکت خاکستری تیره، شلوار کاملاً فشرده و کفش های قهوه ای صیقلی بیرون آمد. میلیاردر در حالی که دستانش را به هم قلاب کرد گفت: «ناماست، آرچون».

پاسخ گرم این دستیار بود: «هی، رئیس.» اگرچه سخنان او معمولی بود، اما نحوه بیان آنها نشان دهنده احترام بسیار زیادی برای کارفرمایش بود.

"شما دوتا داستان پشت تاج محل را می دانید؟" میلیاردر در حالی که دستیار در کنار ایستاده بود و آماده ارائه هرگونه کمکی به آقای رایلی بود، پرسید.

کار آفرین درخواست کرد: "لطفاً به ما بگویید." او یک دفترچه یادداشت قانونی با یک خودکار سیاه و سفید ساده همراه داشت. تمام صحبت های اولیه میلیاردر در مورد اینکه چگونه استفاده نادرست از فناوری منجر به نابودی خلاقیت و کاهش شدید بهره وری می شود، داشتن یک موضوع مهم بود. امروز، او الگویی به دست داشت که روی آن نوشته شده بود: "رویایها در حالی که شما در خواب هستید محقق نمی شوند."

میلیاردر گفت: "مطمئناً، این یک داستان عجیب است."

«مثل شما دو عزیز، امپراتور مغول شاه جهان که طراح این شگفتی بود، بسیار عاشق بود. او به عنوان نمادی از ارادت و ستایش همسرش، ممتاز، پس از مرگ او در سال 1631، خود را متعهد به ساخت بنای تاریخی کرد که مانند آن را جهان ندیده بود. آنقدر فوق العاده هیجان انگیز، به طور حیرت انگیز الهام بخش و از نظر ساختاری استثنایی که همه تماشاگران عمق محبت این مرد را در حالی که تمام شکوه و جلال آن را تجربه می کردند، درک می کردند.»

وقتی به آن نگاه می‌کنم، چیزی به قلب من می‌زند. او در حالی که پرتوهای صبح زود به چشمانش برخورد می‌کرد، چشمانش را خیره کرد. او تناسب اندام، آرام، مطمئن تر و متین تر از آن چیزی بود که کارآفرین دیده بود.

میلیاردر با صدای مالیخولیایی موافقت کرد: "من هم". «دیدن تاج محل فقط گردش عقل نیست. این نیز رستاخیز روح است. حتی بی‌حوصلگی‌ترین آدم‌ها را هم متوجه می‌شود که ما به‌عنوان موجودات انسانی قادر به تولید آن هستیم. اما برای ادامه، هنگامی که مهاراجه قصد جسورانه خود را تعیین کرد، کارگران او روند تبدیل آن چشم انداز عالی را به واقعیتی قطعی آغاز کردند. زیرا، همانطور که هر دو شما اکنون می‌دانید، جاه طلبی بدون اجرا یک توهم مضحک است. شما دو نفر اکنون در این بینش بسیار مسلط هستید که هر چیزی افسانه‌ای به مقدار زیادی صنعت، هنر و پشتکار نیاز دارد. تسلط یک اتفاق ناگهانی نیست. این واقعاً یک فرآیند بی‌وقفه است که ممکن است سالها کار سخت، تمرین، فداکاری و رنج را ببرد تا پروژه تمام شده به سطحی برسد که جهان را به حرکت درآورد. آقای رایلی ادامه داد: "این یکی دیگر از مزیت‌های رقابتی است." "وفادار ماندن به آرمان نجیب خود نه تنها در طول هفته‌ها پس از فکر کردن به رویا، بلکه در طی ماه‌های طولانی و شاید سال‌های طولانی در صحرای خشک شده اجرای خلاقانه در حالی که طرد شدن، خستگی، سنگ‌های همسالان حسود، شک و تردید را تحمل می‌کنید. از شما

فرصت‌های جذاب دیگر منحرف می‌شوید و راه خود را در زمستان‌های منزوی شک و تردید خود پیدا می‌کنید. این همان چیزی است که را از نمادها جدا می‌کند. هر کسی می‌تواند برای یک دقیقه عالی باشد. ورزش نمادها در طول عمر عملکردی در حد نبوغ دارد. و این مستلزم ظرافت و صبر غیر معمول در این مواقع سطحی است. نوعی که اکثریت جامعه امروز متأسفانه نتوانسته اند آن را توسعه دهند. می‌دانید منظورم چیست؟" این میلیاردر متحرک، پرنرژی و کاملاً سرگردان بود. او پرت کرد علامت پیروزی جهانی را با دو انگشت فلش زد. به نظر می‌رسید که او این کار را فقط برای محافظت از الهام خود انجام داده است. و آتشی را که در دلش روشن شده بود عایق کند.

چندین دهه پیش، آلبرت گری آدرسی را برای فروشندگان صنعت بیمه ارائه کرد. او آن را مخرج مشترک موفقیت نامید و آنچه را که نویسنده بیش از سی سال مطالعه به عنوان بزرگ‌ترین کلید ثروت در کسب و کار، خانواده، سلامت، زندگی مالی و معنوی شناسایی کرده بود، نشان داد.

در حالی که قهوه ولرم خود را می‌خورد، کارآفرین با علاقه شدید پرسید: «چی بود؟»

میلیاردر گفت: «خب، از خاطره‌ای که از جزوه‌ای که از صحبت‌ها تهیه شده بود و سپس به طور گسترده بین متخصصان برتر فروش منتشر شد، او گفت: «با این باور عمومی بزرگ شده‌ام که راز موفقیت در این است.

کار سخت است، اما من افراد زیادی را دیده بودم که سخت کار می کنند بدون اینکه موفق شوند که متقاعد شدم سخت کوشی راز واقعی نیست.

هنرمند با بی حوصلگی التماس کرد: "خب، چی بود؟"

نجیب زاده با بازیگوشی پاسخ داد: "رفیق، دارم به آن می رسم." بنابراین، آلبرت گری گفت: "این وجه مشترک موفقیت بسیار بزرگ، بسیار قدرتمند است..."

"و این است؟" کارآفرین مداخله کرد و به همان اندازه قادر به منتظر ماندن برای پاسخ نبود.

گری توضیح داد که مخرج مشترک موفقیت راز موفقیت هر مرد و زنی که تا به حال موفق بوده است در این واقعیت نهفته است که آنها عادت به انجام کارهایی دارند که شکست خوردگان دوست ندارند انجام دهند.

هنرمند در حالی که یک دستش را به سمت پایین می برد، مشاهده کرد: "ساده و عمیق." او نیز مقداری قهوه سرد می خورد.

این میلیاردر ادامه داد: «تولیدکنندگان برتر انجام فعالیت های با ارزش را به عادت تبدیل کرده اند که افراد معمولی تمایلی به انجام آنها ندارند، حتی زمانی که آنها نیز تمایلی به انجام آنها ندارند.» «و با تمرین مکرر رفتار مطلوب، تسلط بر خود و نظم شخصی آنها رشد می کند. و روال جدید خودکار می شود.»

هنرمند سرش را تکان داد، سپس بزی خود را نوازش کرد. او به هنر خود فکر می کرد.

او یک بار دیگر فکر کرد: "من واقعاً به دلیل ناامنی هایم خودم را محدود کرده ام." "من آنقدر نگرانم که دیگران در مورد کارم چه می گویند که به اندازه کافی خلق نمی کنم. و حق با آقای رایلی است.

من صبور نیستم و خودکنترلی را که انجام کارهای دشوار اما ارزشمند به ارمغان می آورد ایجاد نمی کنم. من مرتب می کنم. فقط کاری را که می خواهم انجام دهم، هر زمان که می خواهم. بعضی روزها

کمی رانندگی دارم و بعضی وقت ها تمام روز را می خوابم. گاهی اوقات تنبل هستم. بعضی روزها

سخت کار می کنم. مثل چوب پنبه ای هستم که در آب می پیچد. بدون جهت ثابت. بدون ساختار

واقعی. بدون نظم و انضباط واقعی. من زیاد بازی های ویدیویی انجام می دهم، گاهی اوقات برای

ساعت های زیادی. و این عادت را دارم که عجله کنم تا نقاشی هایی بسازم که در زمان نیاز به

مقداری پول سریع بفروشم به جای اینکه سرعتم را کم کنم و تمام تلاشم را متمرکز کنم. مهارت در

یک کار که وسعت تخصص من را مشخص می کند و با نبوغش تمام رشته ام را بر سر آن قرار می

دهد.»

میلیاردر با بازگشت به داستان خود درباره ساخت تاج محل توضیح داد: «بنابراین، بیست و دو سال -

نه بیست و دو روز و نه بیست و دو ماه - بیست و دو سال، بیش از بیست هزار کارگر در این کار

زحمت کشیدند. خورشید سوزان هند بلوک سنگ مرمر بلوک سنگ مرمر از فواصل بسیار زیاد توسط بیش از هزار فیل حمل می شود، ارتش صنعتگران به طور پیوسته سازه ای را که می بینید برپا می کنند. آنها در طول سفر با موانع معماری، افراط های محیطی و تراژدی های غیرمنتظره مواجه می شوند. آنها متمرکز، بی باک و بی رحم بودند، و به طور خیره کننده ای متعهد بودند که هر کاری را که برای تحقق رویای شگفت انگیز امپراتور لازم بود انجام دهند."

واقعاً باورنکردنی است، می دانید. پروانه ای عبور کرد چند قطره باران روی صورتش پاشید. و باور کنید یا نه، کبوترهای بیشتری بالای سر این میلیارد اوج گرفتند. «چه خبر از همه کبوترها، رنگین کمان ها و پروانه هایی که به نظر می رسد اطراف را احاطه کرده اند در آن زمان؟» کارآفرین را در حالی که تی شرتی را که پوشیده بود تنظیم می کرد فشار داد. جمله ای از اسکار وایلد روی آن بود که به نظر می رسید با آگاهی تازه کشف شده زن تاجر مطابقت داشته باشد. روی آن نوشته شده بود: "خودت باش. همه دیگران هستند" قبلاً گرفته شده است. "«همه ما جادو را داریم. بسیاری از ما نمی دانیم چگونه از آن استفاده کنیم.» این پاسخ کوتاه و مرموز بارون بود.

او با لحنی آرام گفت: «بنابراین، پس از دو دهه، پس از بازگشت به تاج محل، این مقبره کامل شد. و بشر یکی از بزرگ ترین فرآورده های جسارت شاعرانه ای را که تا به حال دریافت کرده است، دریافت کرد.»

این کارآفرین گفت: "من بیش از حد الهام گرفته ام." "از اینکه ما را به اینجا به آگرا آوردی بسیار متشکرم. من همیشه سپاسگزارم."

این هنرمند با ارائه آشکاری نافذ از چیزهای بدیهی شگفت انگیز گفت: «امپراتور باید واقعاً به همسرش اهمیت می داد.» سپس با دقت به کارآفرین نگاه کرد. درخشش او بسیار فراتر از زیبایی اولیه ستاره ها، مدل ها و زنان پر زرق و برق بود. عشق او آرام تر و عمیق تر بود، از نوعی که طلوع خورشید را خاص و پرتوهای ماه را مسحورکننده می کرد. از صدمه، انرژی ساطع شده از طریق یک عقل مهیب و زیبایی شکل گرفته توسط عزم قوی او برای قدم گذاشتن به فردی با قدرت، خرد و عشق واقعی.

«تاج محل استعاره ای مستقیم برای شما بچه ها است که می توانید در مورد این موضوع که در هر سختی ای که پیش می آید، به یک عادت جدید پایبند بمانید. و صادقانه به ایده آل های خود نه تنها در فصول آسایش، بلکه به ویژه زمانی که همه چیز به شدت دشوار می شود، صادق باشید. و به همین دلیل است که مربیگری امروز صبح بسیار مهم است. آنچه می خواهید یاد بگیرید به شما کمک می

کند تا بسیاری از فلسفه‌هایی را که تا کنون با شما به اشتراک گذاشته‌ام، پیاده‌سازی کنید. افسونگر به دقت مدلی را که من می‌خواهم فاش کنم، در طی سال‌های بسیار طولانی با کارآفرینان کسب‌وکار، دست‌آوردهای چیره‌دست و تغییراتی مانند خودم توسعه داده است. جلسه امروز خیلی درباره این نیست که چرا باید مراسم صبحگاهی طلوع قبل از خورشید را در آغوش بگیرید. این خیلی بیشتر در مورد چگونگی انجام این روال است. به عنوان یک رژیم مادام‌العمر. این هنرمند گفت: "عالی." "من به این احتیاج دارم. راه‌های عملی برای اطمینان از من پس از پایان این ماجرا، ساعت 5 صبح از خواب بیدار نشوید."

میلیارد گفت: "باحال." "پس بیا بریم!"

سپس دو محافظ تنومند، میلیاردر، کارآفرین و هنرمند را از یک ورودی خصوصی به داخل مجتمع هدایت کردند که معمولاً برای سران کشورها، اعضای خانواده سلطنتی و دیگر رهبران جهانی در نظر گرفته شده بود. میلیاردر وقتی وارد بنای تاریخی شد، که تاریک و آرام بود، سخنرانی خود را آغاز کرد.

"این یک دوره جذاب، پرچرب، گیج‌کننده و هیجان‌انگیز در خط حیات جهان است. برای کسانی که هر روز صبح و هر روز به عنوان قربانی ظاهر می‌شوند، آینده بسیار سخت، خطرناک و ترسناک خواهد بود زیرا آنها نمی‌دانند چه چیزی به آنها ضربه زده است. و آنها برای مقابله با تحولات زیست‌محیطی، اقتصادی و اجتماعی که در راه است کاملاً محافظت نمی‌شوند. با این حال، برای اقلیت فداکاری که برای دفاع از هدایای خود به برنامه صبحگاهی ضد جنگ عادت کرده‌اند، خویشن‌داری شخصی قهرمانانه را پرورش داده‌اند و از طریق تمرین دقیق ماهیچه‌های خود انضباط خود، شخصیتی ضد گلوله ایجاد کرده‌اند، زمان‌های پیش‌رو به طرز شگفت‌آوری غنی، هماهنگ و فوق‌العاده خواهد بود."

تولیدی کسانی که با برپایی یک مراسم صبحگاهی در سطح جهانی و با دقت کامل، خود را در برابر آشفتگی در راه خود زره‌پوش کرده‌اند، در واقع در موقعیتی خواهند بود که از همه آشفتگی‌ها در فرصت‌های هومو استفاده کنند. و همه سردرگمی‌ها را به حسی عالی از وضوح، نبوغ و آرامش تبدیل کنید که به آنها اجازه می‌دهد پیروز شوند."

میلیاردر عمامه خود را مالید و سپس به دلایلی که برای دو شاگردش ناشناخته بود شروع به زمزمه کرد. "اولین بینشی که در اینجا به شما ارائه خواهم کرد این است که مغز شما برای آن ساخته شده است

در زندگی حرفه‌ای و شخصی خود گیر کرده‌اند و کسانی که با ذهنیتی کار می‌کنند که نمی‌توانند در مقابل روان‌شناسی احتمالات کار کنند، استدلال خواهند کرد که به هیچ وجه نمی‌توانند با ایجاد

عادت‌های عالی مانند عضویت در گروه، پیشرفت‌هایی را که باید انجام دهند، انجام دهند. باشگاه 5 صبح آنها تا حد مرگ بر سر واقعیت مبارزه خواهند کرد که چرا تسریع خلایقیت، بهره‌وری، شکوفایی، عملکرد و تأثیرگذاری برای آنها غیرممکن است.

آنها کاملاً تلاش خواهند کرد تا شما را به دلیل ناتوانی در تحقق یک حرفه شگفت‌انگیز و تجلی یک زندگی خصوصی نفیس باور کنید. آنها قدرت خود را برای ایجاد تغییر برای مدت طولانی از دست داده‌اند، آنها به این باور رسیده‌اند که ناتوانی آنها نشان دهنده حقیقت است. به اندازه کافی از قدرت خود غافل شوید و در نهایت باور خواهید کرد که ندارید. اما واقعیت شرایط آنها داستان بسیار متفاوتی است. واقعیت این است که چنین افرادی با نیت خوب، پر از استعداد، اجازه داده‌اند که نیروهای خود حاکمیتی آنها فاسد شوند، آنقدر که تسلیم حالت انفعال حاد شده‌اند. بله، بیشتر مردم به جای سازندگان فعال جاه طلبی‌های درونشان، منفعل هستند. و سپس ناخودآگاه آنها یک سری بهانه در مورد اینکه چرا آنها را ساخته‌اند

نمی‌توانند به عنوان رهبران کار خود و خالقان توانمند زندگی خود ظاهر شوند، زیرا آنها بسیار می‌ترسند که امنیت‌گیر افتاده خود را رها کنند و همان پیشرفت‌هایی را انجام دهند که آنها را به شکوه برساند.

میلیاردر ایستاد تا یک جرعه غول پیکر هوا را بکشد. پرتوی از نور طلایی خورشید به تاج محل نگاه کرد. سپس ادامه داد.

"اکنون علم تأیید می‌کند که مغز ما می‌تواند در طول زندگی به رشد خود ادامه دهد. این پدیده زیبا، نوروپلاستیسیته نامیده می‌شود. و نشان دهنده این واقعیت است که مغز انسان، مانند نیروی اراده شخصی، بسیار بیشتر از آنچه قبلاً درک می‌شد شبیه یک ماهیچه است. این پدیده پلاستیکی است. به نوعی. آن را فشار دهید تا منبسط شود. آن را خم کنید تا گسترش یابد - و برای استفاده در بلندترین بیان از درخشان‌ترین هدایای خود قوی‌تر می‌شود.

بنابراین، می‌خواهید مطمئن شوید که مغز خود را به شدت تمرین می‌کنید تا عادت‌های جدیدی مانند زود بیدار شدن از خواب طبیعی جدید خود ایجاد کنید. نورهایی که با هم شلیک می‌کنند، می‌دانید؟ با تکرار روتینی که می‌خواهید به سبک زندگی خود اضافه کنید، آسان‌تر و آشنا‌تر می‌شود. این نکته واقعاً مهمی است که باید به آن فکر کنید. و سپس اقدام کنید."

این کار آفرین با هیجان خاطر نشان کرد: من هرگز نمی‌دانستم که ما واقعاً توانایی رشد مغز خود را داریم. "و حدس می‌زنم آنچه شما می‌گویید این است که هر چه بیشتر یک عادت تازه را تمرین

کنیم، مغزمان بیشتر با ما کار می‌کند و تکامل می‌یابد تا آن را بخشی از آنچه هستیم تبدیل کنیم. درست است؟"

میلیارد پاسخ داد: بله. او دوست داشت ببیند دو انسانی که او مربیگری می‌کرد چگونه از طریق اشتراک گذاری او بهبود می‌یابند. رهبران واقعی همیشه وقتی به استعداد های دیگران نور می‌تابند، احساس شادی زیادی می‌کنند.

او با انگشتش روی دیوار عجایب جهان ادامه داد: "ایده قدرتمند". شما مغزی را که می‌خواهید ندارید، بلکه مغزی دارید که به دست آورده اید. یا به بیان دیگر، شما مغزی را که می‌خواهید ندارید، بر اساس نحوه کارکردتان، مغزی را دارید که لیاقتش را دارید. روزهای خود را به وسیله دستگاه‌هایتان منحرف کنید، به تلویزیون متصل شوید و در کارهای بی‌معنایی تخصص داشته باشید و مغز شما در اثر بد رفتاری با آن ضعیف و ضعیف می‌شود. درست مانند سایر عضلات، آتروفی خواهد شد. و این منجر به شناخت ضعیف تر، یادگیری کندتر و قدرت پردازش کمتر خواهد شد. رقابت شما شما را نابود خواهد کرد و اهداف شما از شما دور خواهند شد.

از سوی دیگر، هنگامی که از مغز خود با گسترش محدودیت‌های آن و اجرای آن مانند یک تایتان هوشمندانه استفاده می‌کنید، ارتباط خود را گسترش داده و افزایش می‌دهد و باعث دستاوردهای مهمی در بهره‌وری، عملکرد و نفوذ شما می‌شود. مغز رانندگان تاکسی لندن مورد مطالعه قرار گرفت و ناحیه مسئول استدلال فضایی، هیپوکامپ، به طور قابل توجهی در آنها در مقایسه با مغز افراد عادی بزرگتر بود. حدس بزن چرا؟"

این هنرمند با اطمینان پاسخ داد: "به دلیل پیچیدگی سیستم خیابانی در لندن."

شما متوجه شدید. «میلیارد تشویق کرد. «بنابراین، همانطور که عضلات دوسر بازوی خود را در ورزشگاه با بلند کردن دمبل یا انجام حرکات فشاری پرورش می‌دهید، تاکسی‌ها در لندن هر روز هیپوکامپ خود را خم می‌کردند. و همانطور که گفتم، با توجه به اینکه مغز بسیار بیشتر از آنچه که نورون‌تومیست‌ها قبلاً می‌دانستند شبیه یک ماهیچه است، آن بخش از آن قوی تر شد. ببینید ما انسان‌ها چقدر قدرتمندیم؟ این یک نمونه عالی از نوروپلاستیستی است که همه ما در اختیار داریم. مغز را می‌توان تقویت، مجسمه‌سازی و بهینه‌سازی کرد—اگر بخواهیم آن را درست کنیم. وقتی بچه‌ها به خانه می‌آیند، این پدیده و همچنین فرآیند شگفت‌انگیز نورون‌ها را مطالعه کنید، که توانایی طبیعی مغز برای تولید نورون‌های جدید را توصیف می‌کند. علوم اعصاب نوظهور که در دسترس بودن تسلط را برای تک تک افراد زنده امروز توضیح می‌دهد، مهم نیست که کجا زندگی می‌کنند یا



چند سال دارند یا چه کار می‌کنند یا گذشته‌هایشان چقدر سخت بوده است، بسیار هیجان‌انگیز است."

او افزود: «هرچه هست، فعلاً، لطفاً فقط بدانید که مغز دارای انعطاف‌پذیری و ماهیچه‌ای است. و چه چیزی بزرگ‌ها را بزرگ می‌کند.

آنها واقعاً درک می‌کنند که ناراحتی روزانه بهای موفقیت پایدار است. و این که به سختی خود را تحت فشار قرار دهیم، نوعی مغز ایجاد می‌کند که نظم و انضباط درجه نظامی ایجاد می‌کند. این یک افسانه است که ابر تولیدکنندگان زندگی آسانی داشتند!»

میلیارد دست به جیب زد، پاکت مهر و موم شده‌ای را بیرون آورد و به دست کارآفرین داد. "لطفاً این را باز کنید. بارون مؤدبانه دستور داد.

در داخل، روی یک تکه لوازم التحریر خوب تا شده، زن تاجر کلمات زیر را از فیلسوف برجسته فردریش نیچه پیدا کرد:

در مورد استعدادها، استعدادهای ذاتی صحبت نکنید! می‌توان مردان بزرگی را نام برد که استعداد بسیار کمی داشتند. آنها عظمتی به دست آوردند، به «نابغه» تبدیل شدند (به قول ما)، از طریق ویژگی‌هایی که هیچ کس نمی‌دانست که چه هستند به آنها مباحث نمی‌کند: همه آنها دارای جدیت یک کارگر کارآمد بودند که ابتدا یاد می‌گیرد قبل از آن قطعات را به درستی بسازد. جرات می‌کند یک کل عالی را مد کند. آنها به خود فرصت دادند، زیرا از درست کردن چیزهای کوچک و فرعی بیشتر لذت می‌بردند تا اثر یک کل خیره‌کننده.

میلیارد در حالی که چشمانش در نور ورودی تاج محل برق می‌زد، درخواست کرد: "صفحه را ورق بزنید. لطفاً."

این کارآفرین نقل قول دومی را خواند که با دقت نوشته شده بود و حدس می‌زد که قلمی با جوهر نیلی نوشته شده بود. این عبارت از شاعر انگلیسی ویلیام ارنست هنلی بود. تصور کنید این کلمات عمیق‌ترین و لکه‌نشده‌ترین بخش روح شما را القا می‌کنند: مهم نیست دروازه چقدر تنگ است،

طومار چقدر مشمول مجازات است، من ارباب سرنوشت، من ناخدای روحم هستم. میلیارد گفت: "استادان، نوابغ و قهرمانان تمدن، همه زندگی سختی داشتند. آنها سخت تمرین کردند. آنها با درد بازی کردند، اصطلاحی که بسیاری از ورزشکاران فوق ستاره این روزها از آن استفاده می‌کنند. آنها پتانسیل خود را به شدت افزایش دادند. وقتی صحبت از بزرگ‌ترین پتانسیل‌هایشان شد، جاه‌طلب، بی‌وقفه و وحشی بودند. این زنان و مردان برای آرمان‌ها و آرمان‌های

خود رنج کشیدند، برای افزایش مهارت‌های خود زجر کشیدند و برای تحقق توانمندی‌های خود فداکاری کردند، در حالی که هنرهای خود را پیش بردند و وسوسه‌های خود را کنار گذاشتند، رنج عظیمی را تحمل کردند و باید به شما بگویم: این مجریان برجسته هم برای وضعیت دنیا زجر کشیدند، می‌دانید که کوچک بازی کردن با قول شما، دنیای ما را پایین می‌آورد. ناگهان میلیاردی به زانو در آمد. روی زمین دراز کشید و چشمانش را بست و دستانش را روی قلبش جمع کرد. سپس سرمایه دار شروع به خروپف کرد. با صدای بلند "برادر الان داری چیکار میکنی؟" هنرمند پرسید که هم گیج و هم سرگرم به نظر می‌رسید. "ناراحتی داوطلبانه" پاسخ سریع بود. خروپف بیشتر. "من خرس عروسکی خود را می‌خواهم!" او گریه. استون رایلی سپس شروع به مکیدن شست خود کرد. کارآفرین خندید که به وضوح با شیرین کاری دیگری از این صنعتگر بداخلاق سرگرم شده بود: «او غیرواقعی است.

می‌توان دید که میلیاردی اکنون لبخند می‌زند و ظاهراً تحت تأثیر مهارت‌های کم‌دی خود و همچنین توانایی غیرمعمول او در بیان یک نکته آموزشی قرار گرفته است. او در حال ماندن در زمین گفت: «تنها بهترین راه برای ایجاد اراده این است که داوطلبانه خود را در شرایط ناراحتی قرار دهید. افسونگر اینها را "سناریوهای تقویت کننده" می‌نامد. وقتی خیلی جوان تر بودم و توانایی‌ام برای فرمان دادن به خودم برای انجام کارهایی که باید انجام می‌دادم، در حالی که احساس می‌کردم انجام آن خیلی ضعیف تر بود، به راحتی تسلیم میل‌های کوچکتر می‌شدم. ماهیچه‌های خود انضباطی من بسیار شل شده بودند زیرا آنها را ورزش نمی‌کردم. می‌دانست که باید بسیار قوی تر شوم تا بتوانم روتین 5 صبح را نصب کنم، به گونه‌ای که در تمام دوران حرفه‌ای من باقی بماند. بنابراین، او از من خواست که فعالانه خودم را در شرایط سخت قرار دهم. و مانند جادو عمل کرد."

"چه نوع موقعیت‌هایی؟" از هنرمند پرسید: هفته‌ای یکبار روی زمین می‌خوابیدم.

جدی می‌گویی؟" کارآفرین پرسید: "واقعا؟"

میلیاردی تأیید کرد: «مطمئناً. و هر روز صبح شروع به دوش گرفتن آب سرد کردم. هفته‌ای دو بار روزه می‌گرفتم، مانند کاری که بسیاری از موفق‌ترین زنان و مردان جهان برای سرمایه‌گذاری و نشان دادن قدرت اولیه خود انجام داده‌اند. قابل توجه است که وقتی غذا نمی‌خوردم در هنگام روزه داری چقدر زمان صرفه جویی می‌کردم. و شگفت‌انگیز است که چقدر روشن فکر می‌کردم و چقدر انرژی داشتم. اوه، و زمانی که در اتاق زیر شیروانی خود در زوریخ بودم. برای تقویت قدرت و

استحکام خود، تمرینات سخت زمستانی را با دویدن در برف تنها با یک تی شرت و یک شلوارک انجام می‌دهم." میلیاردر ایستاد.

این دقیقاً همان چیزی است که من از زمانی که به تاج محل رسیدیم پیشنهاد داده‌ام: شما ظرفیت خودکنترلی در سطح جهانی را دارید. علم آن را تأیید می‌کند. کلید واقعی این است که مغز خود را به سمت توسعه مسیرهای عصبی جدید سوق دهید و مجبور کنید خود را مجبور کنید. عضلات قدرت اراده برای خم شدن و کشش، به طور عمدی از این منابع طبیعی تا بالاترین سطح خود استفاده می‌کنند. اینگونه است که هر کسی می‌تواند آنقدر قوی، شجاع و شکست‌ناپذیر شود که بدون توجه به موانع و مشکلاتی که تجربه می‌کند، به تلاش خود برای دیدار ادامه می‌دهد.

به نظر شما چرا نیروی دریایی و اعضای - جنگجویان با قدرت اراده واقعی به طور فعال خود را در معرض چنین سناریوهای بالقوه خردکنی قرار می‌دهند؟ همه آن دویدن‌های طولانی زیر باران، با کوله‌پشتی‌های سنگین. خزیدن در میان گل غلیظ وسط شب خوردن غذای بی‌رحمانه و زندگی در محیط اسپارته‌ی مقابله با ترس‌هایشان با انجام تست‌هایی مانند پریدن به اقیانوس از صخره، عقب، با چشم‌بند، یا تمرین‌های استقامتی شامل تحقیر روانی می‌کنند، بنابراین خودشان را آموزش می‌دهند تا از آنچه بیشتر آنها را محدود می‌کند فراتر روند. نگاه کن، بچه‌ها، شجاعت - و توانایی انجام کارهای دشوار که برای بیان کامل عظمت تو لازم است - یک موهبت الهی نیست. جواب منفی. اصلاً. این یک تمرین داوطلبانه است. صلابت - و اراده آهنین - از خود گذشتگی می‌خواهد. بنابراین، به شما پیشنهاد می‌کنم با انجام کارهای سخت‌تر شروع به خفه کردن شیاطین خود کنید، ازدهایان خود را بکشید و هیولاهای خود را در آغوش بگیرید. این یکی از مطمئن‌ترین راه‌ها برای رسیدن به موفقیت و زندگی خصوصی است که در پایان به آن افتخار خواهید کرد. می‌دانید، این باعث می‌شود به جورج برنارد شاو نمایشنامه‌نویس ایرلندی فکر کنم. پسر اینطور بود که ریش باحالی داشت.» میلیاردر با ناجوری گفت.

"تا حالا دیدیش؟" او ادامه داد. این هنرمند پاسخ داد: "من نه.

سپس هشت بار انگشتانش را به هم زد. پس از آن، صدای ناشناخته‌ای از جایی در مقبره به گوش می‌رسد: «انسان منطقی خود را با دنیا تطبیق می‌دهد: بی‌معقول در تلاش برای تطبیق جهان با آن اصرار می‌ورزد.

خودش از این رو، تمام پیشرفت به آن انسان غیرمنطقی وابسته است." صدا ساکت شد.

جرج برنارد شاو در نمایشنامه‌اش مرد و سوپرمن، یک درام چهار پرده‌ای که در سال 1903 تولید کرد، نوشت. تمام تلاش من این است که بگویم: وقتی نوبت به تحقق موهبت‌ها، استعدادها، جاه‌طلبی‌های تحسین‌برانگیز و غریزه تغییر می‌رسد. دنیا به هر شکلی که بیشتر با شما طنین انداز می‌شود، هرگز و هرگز با خودتان معقول نباشید.»

میلیارد در مکث کرد. و سپس کاری را انجام داد که دو شاگردش قبلاً کسی را ندیده بودند. او قسمت گوشتی بین انگشت اشاره و شست دست چپش را بوسید. او قبل از ادامه دادن به مشاوره‌اش با پوزخندی زمزمه کرد: «به هر حال، قبل از اینکه بتوانید دنیا را بالا ببرید، باید خودتان را دوست داشته باشید.

این هنرمند اعتراف کرد: "الهام بخش. آنچه جرج برنارد شاو گفت." این میلیارد در ادامه داد: "تحقیق ثابت می‌کند که آموزش دادن به خود برای به حداکثر رساندن اراده خود یکی از دستاوردهای مهم یک زندگی حماسی است." "هنری مورتون استنلی کاشف ولزی مشاهده کرد که خودکنترلی ضروری تر از باروت است." این کارآفرین تکرار کرد: «قطعاً الهام‌بخش است.»

میلیارد در گفت: «بین. این یک افسانه است که ورزشکاران و هنرمندان افسانه‌ای و دولتمردان و دولتمردان محترم از اراده طبیعی بیشتری نسبت به بقیه ما برخوردار بودند. این فقط یک دروغ بزرگ است. او اعلام کرد، آنچه واقعی است این است که این استثنایی‌ها به عنوان مردم عادی شروع کردند. و با تمرین بی وقفه و حفاری مداوم برای سیم کشی در عادات روزانه عالی، قدرت آنها برای مدیریت خود در برابر هوس‌ها و وسوسه‌هایشان قوی تر شد تا زمانی که فرهنگ آنها را به عنوان ابرانسان تلقی کرد.

این هنرمند با خوشحالی خالکوبی مغز ارزشمندی را که در این سفر شگفت‌انگیز پذیرفته بود، گفت: "پیشرفت‌های کوچک، روزانه و به ظاهر ناچیز، زمانی که به طور مداوم در طول زمان انجام شود، نتایج خیره‌کننده‌ای به همراه دارد." دست دراز کرد و دست کارآفرین را گرفت.

میلیارد در اذعان کرد: «درست است. آنچه در چشم انسان شبیه بهینه‌سازی‌های نامرئی و بی‌نهایت کوچک در اطراف قدرت اراده شماست - وقتی روزانه انجام می‌شود - شما را به یک میکال آنژ یا داوینچی یا دیزنی یا شوپن یا کوکو شانل تبدیل می‌کند. یا راجر بانیستر یا پله یا مارکوس اورلیوس یا کوپرنیک در دوره‌های طولانی آموزش. نابغه‌های واقعی همه از مردم عادی شروع کردند.

اما آنها آنقدر و آنقدر تمرین کردند که قدرت خود را افزایش دهند که حضور در کلاس جهانی خودکار شد. این یک خالکوبی مغز دیگری است که افسونگر به من آموخت: اجراکنندگان افسانه ای آنقدر تماشایی بودن را تمرین می کنند که دیگر به یاد نمی آورند که چگونه به شیوه های غیر دیدنی رفتار کنند.

"بنابراین، عملاً، از کجا شروع کنیم؟" کارآفرین پرسید.

چون می دانم که هر دوی ما انضباط بیشتری می خواهیم و عادت های عالی داشته باشیم که تا آخر عمر باقی بماند. مخصوصاً ساعت 5 صبح بیدار شدن.»  
صنعتگر دستور داد: مرا دنبال کنید.

آقای رایلی آنها را به سمت راهروی بنای یادبود، از کنار یک سری اتاق کم نور و به داخل یک اتاق کوچک هدایت کرد. در یک گوشه تخته سیاهی نشسته بود. میلیاردر یک تکه گچ برداشت و این نمودار را ترسیم کرد:

این مدل ساده بر اساس آخرین مطالعات در مورد چگونگی شکل گیری عادات است.» او شروع کرد: «نقطه شروع شما ایجاد نوعی محرک است. برای گنجاندن مراسم سحرخیزی در صبح های خود، این می تواند به سادگی انجام دادن باشد. یک ساعت زنگ دار قدیمی کنار تخت شما که ساعت 5 صبح خاموش می شود. وقتی به رم رسیدیم، توضیح می دهم که چرا نباید هیچ فناوری در اتاق خواب خود داشته باشید.»

کارآفرین و هنرمند همزمان فریاد زدند: «رم؟» میلیاردر آنها را نادیده گرفت.  
هنگامی که ماشه ساعت زنگ دار خود را در جای خود قرار دادید، گام بعدی - همانطور که از نمودار من می بینید - اجرای روتینی است که می خواهید رمزگذاری کنید.  
کارآفرین پرسید: "پس، ما فقط از رختخواب بلند می شویم، درست است." میلیاردر گفت: "بله." واضح به نظر می رسد، اما مستقیماً از تخت بیرون بپرید.

قبل از ذهن استدلالی شما - قشر جلوی مغز - می تواند یک دسته از بهانه ها را در مورد اینکه چرا باید دوباره بخواهید به شما ارائه دهد. درست در همین لحظه است که با بلند شدن از رختخواب، از

طریق قدرت نوروپلاستیسیته، مدار عصبی زودبازده را در مغز خود می سازید. و به یاد داشته باشید: مسیرهای مغزی که با هم آتش می گیرند، به مرور زمان به یک بزرگراه عصبی قوی تبدیل می شوند. در همان لحظه ای که با ماندن روی تشک یا ایستادن و شروع صبح خود به نحوی عالی مواجه می شوید، این شانس را دارید که اراده خود را قوی تر کنید. می دانم که در ابتدا ناراحت کننده است. " این هنرمند حرفش را قطع کرد و یکی دیگر از خالکوبی های مغز افسونگر را تقویت کرد: "همه تغییر در ابتدا سخت است، در وسط آشفته و در پایان بسیار زیبا است."

میلیارد موافقت کرد: بله. "مرحله بعدی الگوی چهار قسمتی برای برنامه ریزی در یک مراسم جدید این است که مطمئن شوید یک پاداش از پیش تعیین شده دارید. پاداش چیزی است که شروع می کند و سپس انگیزه شما را برای انجام عادت جدید افزایش می دهد. همیشه از قدرت استفاده کنید. جوایزی برای پیشرفت پیروزی هایتان. بنابراین، بیایید فرض کنیم شما به جای دنبال کردن کارهای آسان، کاری را انجام می دهید که می دانید درست است و به سرعت از رختخواب بیرون می روید - به محض اینکه زنگ هشدار به صدا در آمد. ساعت پیروزی از ساعت 5 تا 6 صبح زمانی که شما را از طریق فرمول 20/20/20 راهنمایی می کنم."

آیا هرگز قرار است آن را به ما یاد بدهی؟" هنرمند دوباره حرفش را قطع کرد. او بی ادب نبود اگر با آن سه نفر در آن اتاق بودید، احساس می کردید که او فقط به این دلیل صحبت می کرد که بسیار به روش ساعت 5 صبح علاقه داشت. همین.

میلیارد در نهایت لطف گفت: "فرمول 20/20/20 موضوع جلسه مربیگری فردا است." در حال حاضر، بیایید روی مرحله سوم متمرکز بمانیم. شما باید یک جایزه تنظیم کنید. این همان چیزی است که محققان برجسته در زمینه قدرت اراده به ما می گویند برای ایجاد رفتارهایی ضروری است. پاداش شما برای طلوع با خورشید می تواند یک تکه شکلات تلخ برای دسر در هنگام ناهار باشد. این می تواند چرت زدن در اواخر روز باشد، یکی دیگر از مراسم مورد علاقه بزرگ ترین خلاقان این سیاره. این می تواند با کتابی باشد که می خواستید برای کتابخانه خود بخرید. شما می توانید بفهمید چه چیزی برای شما مناسب است."

کارآفرین گفت: فهمیدم. او اکنون مطمئن بود که همه این اطلاعات به طور قابل توجهی بازی تجاری او را ارتقا می بخشد و به طرز چشمگیری ذهنیت، قلب، مجموعه سلامت و روح او را ارتقا می دهد و او را به یک زندگی واقعا عالی سوق می دهد.

"خوب. این ما را به نقطه نهایی در الگو می رساند.

"راه برای از بین بردن ضعیف ترین انگیزه های خود پایین تر و رهایی خود از هوس ها و وسوسه هایی که

مانع بهترین کار شما می‌شوند، از طریق تکرار بی‌وقفه رفتار جدیدی است که برای نصب آن سخت تلاش می‌کنید.

کلمه ای که در اینجا به ذهن می‌رسد ثابت قدم است. در تعهد خود به ماندن در عضویت مادام باشگاه پنج صبحی‌ها ثابت هم قدم باشید. در انجام این خود قولی که زندگی را تغییر می‌دهد کاملاً فداکار و بی‌عذر باشید. هر بار که این کار را دنبال می‌کنید، رابطه خود را با خود حاکم عمیق تر خواهید کرد. هر بار که در سحر برمی‌خیزی، شخصیت خود را پاک می‌کنی، اراده خود را تقویت می‌کنی و آتش روح را بزرگ می‌کنی. حدس می‌زنم چیزی که می‌خواهم به شما دو انسان فوق‌العاده کمک کنم این است که معیار واقعی عظمت شما نه در لحظات بیرونی شما در برابر تماشاگران، بلکه در نور ملایم و اولیه تمرین‌تنهایی نشان داده می‌شود. با کاری که انجام می‌دهید در حالی که هیچ کس تماشا نمی‌کند، در دنیا شکست ناپذیر می‌شوید."

این کارآفرین گفت: «درباره تیم‌های ورزشی قهرمانی مطالب زیادی خوانده‌ام. واقعاً به من کمک کرد تا تیم‌های عالی در شرکت‌م بسازم. و اگر من یک چیز را یاد گرفته باشم، این است که چیزی که تیم برنده را به پیروزی رساند، کمتر نحوه بازی آنها در آخرین ثانیه‌های یک بازی نزدیک پایانی و بیشتر نظم و انضباط آنها در تمرین بود."

میلیارد موافق بود: «دقیقاً. "حرکات درخشان در ثانیه‌های پایانی مسابقه قهرمانی خودکار بود - نتیجه ساعت‌ها تکرار خستگی ناپذیر آن حرکات عالی در طول تمرین." هنرمند با خود فکر کرد: "نقطه جالب."

می‌خواهم امروز صبح قبل از اینکه شما بچه‌ها را رها کنم به یک مدل یادگیری باقی مانده برسیم، مدلی که به طرز باورنکردنی چگونگی نصب یک عادت را روشن می‌کند.

فرآیند با این حال، قبل از اینکه این کار را انجام دهم، می‌خواستم چند نکته عملی سریع‌تر را در مورد انضباط شخصی به اشتراک بگذارم."

هنرمند پاسخ داد: "عالی. درس امروز برای من بزرگ بود. می‌دانم که به من کمک می‌کند تا به تعویق انداختن کار غلبه کنم، و مطمئن هستم که کیفیت هنرم را بهبود می‌بخشد. و من قبلاً پیشرفت کرده‌ام. در مورد کالیبره کردن آمادگی جسمانی من."

کارآفرین با یک چشمک موافقت کرد: «او دارد.

"خب، فقط به یاد داشته باشید که قدرت اراده زمانی که خسته می‌شود ضعیف می‌شود. دانشمندان

این وضعیت را "تخلیه نفس" می نامند. ببینید، شما هر روز صبح با یک باتری پر از خودکنترلی از خواب بیدار می شوید. به همین دلیل است که من از شما می خواهم در زمانی که ظرفیت شما قوی ترین است - در ساعت 5 صبح، فعالیت هایی را که برای ظهور امپراتوری های درونی شما مهم هستند انجام دهید. نکته: با گذراندن روز، رفتن به جلسات، چک کردن پیام ها و انجام وظایف، توانایی شما در خودتنظیمی کاهش می یابد - و همچنین توانایی شما برای کنترل وسوسه ها و مدیریت تکانه های ضعیف کاهش می یابد. تمام خستگی تصمیم گیری توضیح می دهد که چرا بسیاری از افراد بسیار موفق در نهایت کار احمقانه ای انجام می دهند که شغل آنها را از بین می برد. آنها تسلیم می شوند که باعث سقوط آنها می شود زیرا در تمام طول روز تصمیمات مهمی می گرفتند. زمانی که عصر بود، آنها مجبور بودند. هیچ اراده ای در باتری آنها باقی نمانده است برای مدیریت ولع."

این کارآفرین گفت: "فوق العاده جذاب است. این چیزهای زیادی را توضیح می دهد." میلیاردر توضیح داد: "بنابراین، کلید استراحت و بازیابی ماهیچه های خودکنترلی است." بدترین تصمیم های ما و پایین ترین انتخاب های ما وقتی خسته می شویم. بنابراین، به خودتان اجازه ندهید که خسته شوید. بازسازی شخصی بعداً برای شما برنامه ریزی شده است. آقای رایلی شروع به سرفه کرد. یک سرفه نگران کننده گلو. یک مورد کم اهمیت نیست.

در حالی که آرامش خود را به دست آورد، افزود: "اوه، لطفاً بدانید که این تحقیق همچنین از این ایده حمایت می کند که نظم بیرونی نظم و انضباط شما را افزایش می دهد. به همین دلیل است که استیو جابز مطمئن شد که محل کار در زمانی که او آنجا بود، مینیمالیستی است و کاملاً سفید رنگ شده است. آشفستگی پایین می آید. خودکنترلی شما و همچنین پهنای باند شناختی شما را می دزدد." این هنرمند اظهار داشت: "شاید به همین دلیل است که بسیاری از به اصطلاح نابغه ها هر روز یک یونیفورم یکسان می پوشند. آنها می خواهند نظم و ساختار را در زندگی خود حفظ کنند. و آنها می دانند که هر روز صبح ما با مقدار محدودی اراده از خواب بیدار می شویم. بنابراین، به جای هدر دادن این هدایای ارزشمند با پخش کردن آنها بر روی بسیاری از انتخاب های بی اهمیت مانند آنچه بپوشند و چه بخورند، تا آنجا که ممکن است بسیاری از چیزهای اساسی را خودکار می کنند، بنابراین می توانند بالاترین قدرت خود را فقط روی چند مورد مهم متمرکز کنند. فعالیت ها. اکنون متوجه می شوم که چگونه نابغه ها حتی بیشتر به نابغه تبدیل می شوند.



اگر تمام کارهایی که هر روز انجام می‌دادم هنر من بود و فقط چند کار دیگر، به قول شما از «خستگی تصمیم‌گیری» رنج نمی‌بردم. یعنی شب‌ها وقت زیادی را تلف نمی‌کنم و با پایان روز انتخاب‌های بد زیادی انجام نمی‌دهم، مانند تماشای برنامه‌های تلویزیونی احمقانه، خوردن غذاهای ناسالم و نوشیدن بیش از حد تکیلا.

میلیاردگر گفت: "بسیار خوب. شما مردم اکنون به وضوح می‌دانید که "همه تغییر در ابتدا سخت است، در وسط به هم ریخته و در پایان عالی است." این بینش باید به خوبی در مسیر خود قرار گیرد تا به عنوان یک باور پیش‌فرض ذهنیت شما جا بیفتد. حال، بیایید خالکوبی قدرتمند مغز افسونگر را به یک مدل قدرتمند تجزیه کنیم که سه مرحله را توضیح می‌دهد که هر نصب عادت طی می‌کند تا قدرت شلیک بیشتری داشته باشید. برای قفل کردن در رژیم طلوع صبح. شما کاملاً عاشق چیزی خواهید بود که می‌خواهید یاد بگیرید. به من قول دهید که در حین گذر از این مرحله صدای گوش دادن خود را افزایش دهید؟ سپس آن را صبح می‌نامیم."

این کارآفرین و هنرمند با هم بیان کردند: "ما قول می‌دهیم." "قول صورتی؟" میلیاردگر پرسید و انگشت کوچکش را بیرون آورد. کارآفرین در حالی که با مربی خود لباس‌های صورتی قفل می‌کرد، پاسخ داد: «بله».

بله، هنرمند موافقت کرد، همانطور که او همین کار را کرد. "بسیار عالی،" نجیب بزرگ. یکی از نگهبانان که سه همراه را به داخل سازه هدایت کرده بود وارد شد و نموداری را از کوله پشتی بیرون آورد. چراغ قوه اش را روی آن تابید تا همه بتوانند آنچه را که روی آن چاپ شده بود ببینند. چارچوب آموزشی که در نظر گرفته شد به این صورت بود:

آقای رایلی در حالی که به مرحله اول روی نمودار اشاره کرد، گفت: "در کدگذاری هر عادت جدید، یک دوره اولیه تخریب را طی خواهید کرد." "به آن ادامه دهید و قطعاً به مرحله دوم خواهید رفت از این فرآیند، جایی که مسیرهای عصبی جدید شکل می‌گیرند و نصب واقعی آغاز می‌شود. این وسط آشفته است. در نهایت، همانطور که به تمرین خود ادامه می‌دهید تا هر روال تازه‌ای را به روش طبیعی خود بسازید، به مرحله نهایی می‌رسید - و مرحله فوق‌العاده: ادغام. طبق داده‌های تحقیقاتی کالج دانشگاه لندن، کل تمرین تقریباً شصت و شش روز طول می‌کشد. افسونگر در آموزه‌های خود این واقعیت قدرتمند را حداقل 66 روز می‌نامد. شصت و شش روز آموزش برای ساختن یک چیز جدید بنابراین، پس از چند روز، چند هفته، یا حتی بعد از دو ماه آن را ترک نکنید، زیرا مربوط به عضویت در 5 صبح است.

باشگاه، حداقل شصت و شش روز به قول خود پایبند باشید. مهم نیست چه. این یک کار را انجام دهید تا باقیمانده زندگی شما به طور تصاعدی بهتر شود. این میلیاردر گفت: این را از صمیم قلب به شما قول می‌دهم.

"ببینید، همه تغییر در ابتدا سخت است. به همین دلیل است که افسونگر مرحله یک را نامگذاری کرد. اگر در ابتدا سخت نبود، تغییر واقعی نبود. قرار است سخت باشد، زیرا شما الگوهای گذشته ذهن خود را بازنویسی می‌کنید و روش‌های قدیمی کار را از بین می‌برید. آیا می‌دانید چرا شاتل فضایی در شصت ثانیه پس از بلند شدن، بیش از سوختی که در کل مدار به دور زمین مصرف می‌کند، مصرف می‌کند؟

این هنرمند با اطمینان پاسخ داد: "پس از بلند شدن باید بر نیروهای قدرتمند گرانش غلبه کند." میلیاردر تأیید کرد: دقیقاً. برای غلبه بر نیروهای اولیه و رسیدن به سرعت فرار، به مقدار زیادی سوخت نیاز است. اما به محض این که این کار انجام شود، شتاب شروع می‌شود و کاردستی فقط از بین می‌رود. مرحله اول ایجاد هر عادت جدید - مرحله نابودی - دقیقاً مانند این است. شما باید بر عادت‌های ریشه‌دار، آیین‌های غالب و حالت‌های سنتی اجرا غلبه کنید. شما باید از نیروهای گرانش خود بالاتر بروید - تا زمانی که سرعت فرار شما شروع شود. این در آغاز بسیار چالش برانگیز است. قرار نیست به شما دروغ بگویم - هر دوی شما صبح‌هایی که با من بودید، ساعت 5 صبح از خواب بیدار شدید. اما در این بیست و دو روز اول در حالی که در فاز یک هستید به دیوار برخورد خواهید کرد. هیچ چیز اشتباهی نیست، فقط بخشی از فرآیند نصب عادت است، هر کسی که به دنبال اوج بهره‌وری و زندگی غنی‌تر است، باید از آن عبور کند. برای اکثر افرادی که آماده بیدار شدن قبل از طلوع صبح هستند، هر روز از این مرحله اول یک سختی است. آنها احساس تسلیم شدن دارند. آنها شکایت دارند که زود بیدار شدن برای آنها مناسب نیست. اینکه آنها برای این روال ساخته نشده‌اند و ارزش درد را ندارد. توصیه من این است

اوله: به هر قیمتی که شده ادامه بده. پشتکار در آستانه تسلط قرار دارد. چیزهایی که سخت‌ترین احساس را دارند، با ارزش‌ترین هم هستند. به یاد داشته باشید که انجام کارهای دشوار که بسیار مهم هستند این بود که چگونه بالاترین دستاوردها و بزرگترین قهرمانان تمدن ما قدرت خود را پذیرفتند.

لطفاً این قانون را نیز به خاطر بسپارید: وقتی با یک انتخاب روبرو می‌شوید، همیشه انتخابی را انتخاب کنید که بیشتر به شما فشار می‌آورد، رشد شما را افزایش می‌دهد و به شکوفایی استعدادها، استعدادها و توانایی‌های شخصی شما کمک می‌کند. بنابراین، زمانی که می‌خواهید ترک کنید، پشتکار داشته باشید. به زودی به مرحله بعدی خواهید رسید. و درک افکار منفی، احساسات بداخلاقی و تمایل شدید به تسلیم بخشی عادی از روند سخت‌گیری هر رژیم جدید است. قرار است

بیست و دو روز اول یک شکل خفیف شکنجه باشد." "چون مرحله اول تماماً در مورد از بین بردن روش های قدیمی است تا بتوان راه های جدیدی را راه اندازی کرد، درست است؟" کار آفرین پرسید. میلیاردر تأیید کرد: «دقیقاً. و فقط به این دلیل که شما نتوانستید این کار را انجام دهید

و در حالی که به شکلی دلگرم کننده سر تکان می دهد، به این معنا نیست که شما نمی توانید آن را انجام دهید. تغییر واقعی و ارزشمند نباشد. جامعه ما را طوری برنامه ریزی کرده است که فکر کنیم چون در ابتدا دشوار است، اتفاق بدی در حال رخ دادن است. اینکه باید کاری را که انجام می دهیم متوقف کنیم. و به خانه امن طبیعی سابق خود بازگردیم. رشد صفر و تکامل به سمت افسانه ای در آن حالت کار. صفر."

کار آفرین موافقت کرد: «خیلی درست است. «همه کسانی را که می شناسم هر روز چیزهای آشنا را تکرار می کنند. باشه. شاید نه همه، اما قطعاً اکثر مردم. همان افکار، همان رفتارها و همان حرکات.» آقای رایلی گفت: "حقیقت این نیست که آنها نمی توانند تغییر کنند."

"فقط این است که آنها تعهدی برای بهبود و سپس ماندن در این فرآیند به اندازه کافی نداشتند تا نوروبیولوژی و همچنین روانشناسی، فیزیولوژی، عاطفه و معنویت آنها به شگفتی های طبیعی خود عمل کند. ، میدونی."

میلیاردر سپس چراغ قوه نگهبان را خواست و آن را روی بخشی از مدل یادگیری مربوط به مرحله دوم روتین سازی متمرکز کرد. او افزود: "مرسی کریشنا." «اینجا را ببینید—همه تغییرات در وسط به هم ریخته است. مرحله دوم "نصب" نامیده می شود زیرا مانند این است که شما در حال انجام یک بازسازی داخلی هستید. پایه های قبلی باید خراب شود تا بتوان پایه های بسیار بهتری را برپا کرد.

این مرحله باعث می شود شما احساس سردرگمی، استرس و ناامیدی کنید. حتی بیشتر از این احساس می کنید که تصمیم خود را برای پیوستن به باشگاه پنج صبحی ها یک تصمیم وحشتناک رد کنید. خیلی دوست دارید که در رختخواب گرم خود بمانید و گوسفندهای بیشتری بشمارید. فقط بدانید و اعتماد کنید که همه چیز خوب است. خیلی خوبه واقعا و اگرچه نمی توانید آن را ببینید، اما در عادت کردن به این که عادت زود هنگام را تا آخر عمر از آن خود کنید، بیشتر پیش می روید. همه چیز در حال آسان تر شدن است. آنها واقعا هستند. شما تازه در حال گذراندن مرحله دوم روش هستید. و فقط به نظر می رسد کثیف است. و فقط آشفته به نظر می رسد. واقعیت این است که شما

به زیبایی رشد می کنید. و نزدیک شدن به یک درجه کاملاً جدید از اجرا. کارل یونگ روانشناس مشهور می گوید: «در همه بی نظمی ها نظمی مخفی وجود دارد».

بنابراین، هنگامی که شما در حال سیم کشی در این روال جدید صبحگاهی هستید، کل ساختار مغز شما واقعاً در حال تحول است زیرا مسیرهای عصبی جدیدی را می سازید. کل سیستم شما واقعاً در حال بازسازی است. شما صادقانه در قلمروی جدی ناآشنا هستید. جوانه زدن شاخه های سبز. رفتن به اقیانوس آبی تسخیر قلمروهای جدید با پتانسیل شخصی و دسترسی به جهان های بالاتر بهینه سازی انسانی. کورتیزول، هورمون ترس، در این زمان افزایش می یابد، بنابراین شما اغلب احساس ترس خواهید کرد. تمام آنچه در مغز شما اتفاق می افتد در حال مصرف است

ذخایر عظیم انرژی بنابراین، اغلب در مرحله دوم نصب عادت خسته خواهید شد. حکیمان، بینندگان و فیلسوفان باستان، چنین دگرگونی عمیق شخصی را شب تاریک روح نامیدند. چیزی که زمانی کاترپیلار بود، به طرزی نامرتب - در عین حال تقریباً جادویی - به یک پروانه تبدیل شده است. عرفا از تغییر عمیق و واقعی به عنوان سفری متضمن یک سلسله مرگ های کوچک نوشتند. قدیم باید بمیری تا بهتر بتونی دوباره افسونگر می گوید که "برای ارتقاء به عظمت، باید ضعف خود را از بین ببرید." اعتراف می کنم کلمات دراماتیک. اما مرشد صادقانه صحبت می کند. در مرحله دوم، گاهی اوقات حتی ممکن است احساس کنید همه چیز در حال فروپاشی است. اما در واقع، همه چیز در حال جمع شدن است - حتی بهتر. همانطور که آموخته اید اغلب تصورات انسانی شما واقعیت ندارد. فقط شما دنیا را از دریچه می بینید. واقعیت این است که توهم امنیت همیشه بسیار کشنده تر از افزایش شما به سمت تسلط شخصی است. حدود بیست و دو روز در مرحله دوم فرآیند بمانید. و فقط بدانید که پاداش های غیرقابل درک در راه است."

هنرمند گفت: "من تمام آنچه را که گفتم دوست دارم." او به خودش قول داد: «من آیین زودباوری را تا آخر عمرم اجرا می کنم، حتی اگر تلاشم را بکشد».

میلیارد ساکت شد.

"من بارها و بارها از طریق این فرآیند ریختن و تغییر شکل رفته ام. هر بار که به دنبال یک عادت جدید، یا مهارت بیشتر، یا حتی یک باور اصلی تکامل یافته تر می روم، وارد این چرخه مرگ و تولد دوباره می شوم. و من باید به شما بگویم که انگار پایان است. شما گاهی خیلی می ترسید، برای مدتی بسیار خسته می شوید و از آنچه صدای تاریک نفس خود می گوید گیج می شوید. حتی احساس خواهید کرد که دارید می روید. گاهی اوقات دیوانه است. به همین دلیل است که تعداد کمی از افراد این کار را انجام می دهند. و چرا تعداد کمی از آنها به اجرای حماسی کمیاب می رسند و تأثیری

جهانی بر فرهنگ می گذارند. این یک ورزش فقط برای جنگجویان آشکار است. به شجاعت بسیار زیاد، اعتقاد بسیار زیاد و غیر معمول نیاز دارد. قدرت شخصیت شما همه اینها را در خود دارید فقط تصمیم بگیرید که آن را اعمال کنید همانطور که گفتم با تمرین و صبر همه چیز آسان تر خواهد شد و در نهایت به صورت خودکار.

میلیاردر در حالی که مثل یک مربی فوتبال دلگرم کننده دست هایش را به هم می زد، گفت: "خوب، بچه ها." من می دانم که شما این را به زیبایی دریافت می کنید. بنابراین، بیا بید به پارازیت ادامه دهیم. از طریق تجزیه الگوهای قدیمی که در مرحله اول اتفاق می افتد، به فرآیند نصب عادت جدید بچسبید. سپس از طریق تشکیل مدارهای جدید در مغز خود ادامه دهید، که از طریق نوروپلاستیسیته و ساخت مسیرهای بهتر در هسته احساسی شما در مرحله دوم اتفاق می افتد. این کار را انجام دهید و مطمئناً به مرحله سوم خواهید رسید، بخش پایانی صعود خود: «ادغام». به یاد داشته باشید: همه تغییر در ابتدا سخت است، در وسط آشفته و در پایان بسیار زیباست. میلیاردر مکث کرد، به آرامی لبخند زد و سپس انگشتان پاهایش را لمس کرد. او بوسید دوباره گوشت بین انگشتانش سپس او ادامه داد.

او توضیح داد: "این مرحله نهایی زمانی است که همه چیز با هم جمع می شود، و شما مزایای تعهد خارق العاده خود را برای عضویت مادام العمر در کلوپ 5 ام تجربه خواهید کرد. شما به پایان تقریباً شصت و ششم نزدیک می شوید. - دوره روزی که برای مغز و موجود انسان لازم است - برای رمزگذاری یک روال. پس اکنون زمان موفقیت است. شما از طریق اختلال اولیه پیشرفت کرده اید، از خطر و هرج و مرج مرحله میانی عبور کرده اید و آمده اید. از طرف مقابل قوی تر، ماهر تر و با صمیمیت بیشتر از عالی ترین و شکست ناپذیرترین ماهیت خود بیرون بیاید. شما اکنون نسخه بعدی بزرگترین خود هستید که می توانید یک بازی بزرگتر را به اجرا در آورید و با قدرت باشکوه بر افراد بیشتری تأثیر بگذارید. الگوی خود باشید و برای جهان مفیدتر باشید زیرا شما صاحب قهرمانی های اولیه خود شده اید. تمام تلاش، فداکاری و رنج، ثبات دقیق و شجاعت درخشان شما در این مرحله گرد هم می آیند، زیرا عادت جدیدی که روی آن کار می کردید یکپارچه می شود. در شرایط روانی، عاطفی، فیزیکی سطح معنوی و عادی جدید شما می شود.»

"معمولی؟" هنرمند تعجب کرد. "زندگی آسان می شود؟"

این میلیاردر ناگهان به کف سنگ مرمر تاج محل افتاد و شروع به انجام فشارهای بیشتر کرد. او به نوعی شبیه بوکسوری بود که برای مسابقه اصلی تمرین می کند.

"الان داری چیکار میکنی؟" او فکر کرد: "او دیوانه تر از آن چیزی است که من تصور می کردم."

"من او را دوست دارم."

"هدف اصلی زندگی رشد است: به طور مداوم به خود فشار بیاورید تا بیشتر از پتانسیل خود استفاده کنید. فشارهای روزانه من نه تنها من را در وضعیت بهینه سازی مستمر به سمت سطح جهانی نگه می دارد. همچنین راهی فوق العاده برای حفظ احساس خودم است. جوان، شاد و زنده، بی حوصلگی روح انسان را می کشد. صنعتگر برخاست.

بالای یک کوه پایین کوه بعدی است. نصب یک عادت جدید عالی فرصت فوق العاده ای را برای شروع عادت بعدی به ارمغان می آورد. من روزی هزار بار فشار میدم. ورزش فوق العاده یکی از بهترین ها. خیلی ساده. من را لاغر و اسکنه نگه می دارد. برای هسته من خوبه این میلیاردر با حالتی ناخوشایند گفت و ورزش عضلات باسنم را نیز جذب می کند.

"اما انجام هزاران فشار در روز نیز یک تشریفات است تا به من یادآوری کند که ادامه دهم. به گسترش خود ادامه دهید. ذهنیت، قلب، سلامت و روحیه ام را ارتقا دهید و به بهترین شکل ممکن برسیم. راستش، من از آن نمی ترسم. این فقط بخشی از یادگیری پرواز است. من فقط از رشد نکردن وحشت دارم."

کارآفرین در حالی که دیوانه وار روی دفترچه یادداشتش خط می زد گفت: فهمیدم. میلیاردر سپس انگشت اشاره را روی مدل آموزشی حرکت داد و آن را در قسمتی که روی آن نوشته شده بود «نقطه خودکاری» قرار داد. «واقعیت هیجان انگیز این است که وقتی به نقطه خودکاری رسیدید، نه

برای بیدار شدن در ساعت 5 صبح دیگر نیاز به اراده دارید. اجرای رژیم جدید در سیستم عامل انسانی شما کامل شده است. بیداری قبل از سحر به طبیعت دوم تبدیل می شود. و آسان.

در اینجا هدیه واقعی تعالی و فداکاری شما در طول این شصت و شش روز یا بیشتر است: نیروی اراده ای که برای کنار گذاشتن عادت زود هنگام استفاده می کردید اکنون برای یک رفتار در سطح جهانی دیگر آزاد شده است، بنابراین شما این شانس را دارید که حتی رشد کنید. پربارتر، موفق تر، شادتر و موفق تر. این راز پنهان همه ورزشکاران حرفه ای است. اینطور نیست که آنها نسبت به افراد معمولی خود انضباط بیشتری دارند. فقط آنها برای شصت و شش روز از کنترل تکانه ای که داشتند استفاده کردند تا روتین های برنده بازی نصب شوند. پس از آن، آنها قدرت اراده خود را به چیز دیگری هدایت کردند که تخصص آنها را بهبود بخشد. تمرین دیگری که به آنها کمک می کند میدان خود را رهبری کنند و به پیروزی برسند. نصب عادت یکی پس از نصب عادت دیگر نحوه بازی حرفه ای ها است. با

گذشت زمان، رفتارهای برنده آنها خودکار شد. سیستماتیک شده است. نهادینه شده است. برای اجرای آنها پس از اینکه سیم‌کشی شدند، مطلقاً هیچ تلاشی لازم نبود. و این سوپرستارها آنقدر عادت‌های پیروزی خود را تمرین کردند که به جایی رسیده‌اند که فراموش کرده‌اند چگونه آنها را انجام ندهند."

"آنها به نقطه‌ای رسیدند که اداره کردن آنها راحت‌تر از اجرا نکردن آنها بود، درست است؟" این کارآفرین اظهار نظر کرد.

میلیارد در پاسخ داد: کاملاً درست است.

هنرمند هیجان زده بود. "برای من شخصا و برای کارم به عنوان یک نقاش بسیار ارزشمند است. و بنابراین من کاملاً این فرآیند را کاملاً درک می‌کنم، هر یک از سه مرحله - تخریب، نصب و یکپارچه سازی - حدود بیست و دو روز طول می‌کشد، درست است؟"

"درست. و در حدود شصت و شش روز به عنوان یک روال خودکار قفل می‌شود. این نقطه خودکاری است، زیرا عادات حدود 9 هفته طول می‌کشد تا اجرا شوند. بعد از یک هفته ساعت 5 صبح از خواب بیدار نشوید. وقتی در میانه کار به هم ریخته شد، تسلیم نشوید. در کل تمرین در تمام آزمایش‌ها و چالش‌های بی‌امان بمانید، درست مانند شاه جهان که او و کارگزارانش تاج محل را ساختند و آن را به یکی از شگفتی‌های جهان تبدیل کردند. عالی صبر می‌خواهد و نبوغ زمان می‌برد. در وقف خود برای حک کردن یک ساعت برای خود با طلوع خورشید و در حالی که اکثریت در خواب هستند تا چهار امپراتوری داخلی خود را توسعه دهید که شما را آماده می‌کند تا تمام موارد بیرونی را که قلب‌های بزرگ شما آرزوی واقعی کردن آنها را دارند درک کنید. از دعوت شما برای به کارگیری کاملترین استعدادها، بزرگنمایی نقاط قوت چشمگیر خود، افزایش شادی و کشف بهشتی از آرامش در درون خود غافل نشوید که هیچ رویداد بیرونی هرگز نمی‌تواند آن را کاهش دهد. دوستان من اینگونه شکست ناپذیر، شکست ناپذیر و استاد واقعی دامنه خود می‌شوید. و همچنین یک شگفتی از جهان، به روش منحصر به فرد خودتان.»

آن را دوست دارم، "کارآفرین با صدای بلند گفت: "براو. کاملاً مفید توضیح می‌دهد که چرا افراد کمی عادات لازم برای دستیابی به تسلط را دارند. آنها فقط به اندازه کافی در تعهد اولیه خود باقی نمی‌مانند تا عمل کنند. آنها می‌توانند. اما این کار را نمی‌کنند."

میلیارد در موافقت کرد: بله. "به همین دلیل است که اطلاعات و آموزش، یادگیری و رشد بسیار مهم است. اکثریت این مدل تغییر دهنده زندگی و بینش‌های عملی را که من در مورد آن برای شما فاش کرده‌ام، نمی‌دانند. و چون نمی‌دانند نمی‌توانند درخواست دهند. و دانش اجرا نشده باعث می‌شود پتانسیل بالقوه کم سرمایه شود. همه ما برای پیروزی ساخته شده‌ایم، به هر شکلی که برای تعریف

آن انتخاب کنیم. متأسفانه، بسیاری از ما هرگز در فلسفه و روشی که افسونگر به من آموزش داد، آموزش ندیده ایم. همان تدریسی که اکنون برای شما می پردازم. فقط باید مطمئن شوید که تا حد امکان به افراد زیادی درباره کار افسونگر بگویید. لطفاً.

به این ترتیب، ما می توانیم به مردم کمک کنیم تا تاریکی بی تفاوتی، متوسط و کمیابی را ترک کنند و قدرت ذاتی خود را برای انجام کارهای شگفت انگیز در بقیه عمر خود بیابند. خدایا، ما باید این دنیا را به مکانی بهتر، سالم تر، امن تر و دوست داشتنی تر تبدیل کنیم."

کارآفرین و هنرمند با هم قول دادند: "حتماً."

سپس کارآفرین متوقف شد تا طبیعت فراموش نشدنی صحنه ای را که او را در بر گرفته بود ببیند. او در کنار مردی ایستاده بود که به طور غیرمنتظره ای در یک ماجراجویی عجیب، زیبا و شگفت انگیز عاشق او شده بود. او در داخل یکی از عجایب هفت گانه جهان، واقع در هند ایستاده بود، کشوری که همیشه آرزو داشت برای دیدن مناظر خیره کننده، لذت های عجیب و غریب و شهروندان فوق العاده خاص کشور از آن دیدن کند.

مکت کرد تا به آنچه در دنیای همیشگی اش رخ داده بود فکر کند. دستکاری ها، دزدی ها، بی وفایی ها و خیانت ها. در آن لحظه او خندید. نه خنده های اجباری که بسیاری از ما در جلسات کاری می شنویم که در آن افراد خوب در ترسی آرام، ماسک های اجتماعی می زنند تا با آنها سازگار شوند، قدرتمند به نظر برسند و باحال به نظر برسند. نه، این شادی محسوس شخصی بود که به تازگی برخی از گنجینه های واقعی زندگی عاقلانه را کشف کرده بود.

کارآفرین در همان لحظه متوجه شد که چقدر خوشبخت است.

تلاش برای تصاحب خود به خود حل می شود زیرا زندگی همیشه راهی برای انجام بهترین کارها دارد. مطمئناً، او یاد گرفته بود که احساسات طبیعی خشم، ناامیدی و گاهی اوقات غم و اندوهی را که گهگاه در هنگام فکر کردن به موقعیت در درونش ایجاد می شد، سرکوب نکند. این فقط انسان بودن و واقعی بودن و حتی شجاع بودن او بود نه ضعیف. با این حال، او اکنون فهمید که چیزهایی مهمتر از ثروت، تحسین و شهرت وجود دارد. و اینکه بسیاری از افراد ثروتمند مالی در واقع به شدت فقیر هستند.

هیچ چیز به اندازه شادی من ارزشمند نیست. تاجر فکر کرد هیچ چیز به اندازه آرامش من بی ارزش نیست.



عشق پیدا کرده بود او هنوز در سلامت کامل بود. او چیزهای زیادی برای شکرگزاری داشت: دو چشم برای دیدن شکوه های این دنیای شگفت انگیز، دو پا برای کاوش در همه چیز، غذا روی میز او هر شب در زمانی که میلیاردها شکم خالی دارند. و سقفی بالای سرش برای سرپناهی فراوان. او کتاب‌های عاقلانه‌ای برای خواندن در کتابخانه‌اش داشت، آثاری که خلاقیت او را تغذیه می‌کرد و، همانطور که میلیارد در اغلب می‌گفت، فرصتی برای دستیابی به تسلط کامل نه تنها به نفع خود، بلکه در خدمت به جامعه.

و بنابراین، در داخل آن مقبره باشکوهی که الهام بسیاری از بازدیدکنندگان از سراسر زمین را برانگیخته است، و با طلوع خورشید به آسمان فراوان هند، کارآفرین این کار را در قلب خود یافت تا کاری را انجام دهد که همه ما باید بیشتر انجام دهیم. او بخشید.

او خصومت خود را با سرمایه‌گذارانش کنار گذاشت. او کینه‌هایش را برای مخالفانش رها کرد. و هر یک از ناامیدی‌های سنگین خود را رها کرد. زندگی کوتاه‌تر از آن است که بخواهیم مسائل را خیلی جدی بگیریم. و در پایان زندگی او، آنچه که بیش از همه مهم است این نیست که آیا آن سرمایه‌گذاران خطرپذیر مالکیت شرکت او را دارند یا خیر، بلکه این است که او به عنوان یک انسان چه کسی شده است. و کیفیت صنایع دستی که او تولید کرد. و به چند نفر کمک کرد. و چقدر خندید و چقدر خوب زندگی کرد

میلیارد در درست می‌گفت: هر انسانی بر اساس سطح هوشیاری که در حال حاضر در آن است و بر اساس درجه قدرت واقعی که می‌تواند انجام دهد، بهترین کار را انجام می‌دهد. و اگر سرمایه‌گذاران او بهتر می‌دانستند، بهتر عمل می‌کردند. این افراد برای او درد و رنج ایجاد کردند زیرا در سطحی عمیق و ناخودآگاه درد دارند. و چون رنج می‌برند. کسانی که به دیگران صدمه می‌زنند در سکوت از خود متنفرند. بله، این نوع دید بالاتر از چیزها در تمدن ما چندان رایج نیست. اما شاید به همین دلیل است که جهان ما پر از جنگ‌های بسیار، خطر و نفرت بسیار است.

او فکر می‌کرد که شاید این راهزنان شرکتی معلمان او باشند. توسط طبیعت بهتر زندگی فرستاده شد تا او را به لبه پرتاب کند تا به جایی از ناامیدی و ناامیدی برسد که مجبور به تغییر شود. و اوج گرفتن را یاد بگیر شاید تنها چیزی که او تجربه کرده بود، همانطور که میلیارد در آموزش می‌داد، آماده‌سازی گرانبهایی برای تبدیل شدن به کسی بود که برای تحقق بخشیدن به پتانسیل درخشان‌ترین هدایای خود و تحقق وعده عالی‌ترین سرنوشت خود، به شیوه‌ای که به نفع بشریت بود، می‌شد. و شاید زمانی است که با از دست دادن همه چیز مواجه می‌شویم که بزرگ‌ترین خودمان را می‌

شناسیم.

این مربی عجیب، دمدمی و اصیل در مقابل او، آقای استون رایلی، قلب خود را به بیرون می ریخت و توضیح می داد که چگونه نظم و انضباط روزانه ساده اما در ابتدا آسان برای پیوستن به باشگاه پنج صبحی ها می تواند، و در واقع، بهره وری را تغییر دهد، سعادت و رفاه هر فردی که از این روش استفاده می کند.

او هر یک از عهدهای بلندی را که در اولین برخورد عجیبشان، در کنفرانس مسحورکننده افسونگر داده بود، حفظ کرده بود. او نشان داده بود که نه تنها در صنعت، بلکه از نظر صداقت نیز یک غول پیکر است. و نجات.

او فکر کرد: «ما به تعداد بیشتری از هموعان او نیاز داریم.» زنان و مردانی که رهبران خالص هستند. افرادی که نه از طریق قدرت یک عنوان بزرگ و با تهدید یک موقعیت بزرگ، بلکه از طریق قدرت شخصیت‌هایشان، اصالت تخصصشان، شفقت در قلبشان و با فداکاری غیرعادی‌شان برای ترک هر کسی که ملاقات می کنند بهتر از آن‌ها تأثیر می گذارند. آنها را پیدا کردند. رهبران کمتر تحت تأثیر اعتیادهای خودخواهانه نفس قرار می گیرند و بیشتر توسط دستورات فداکارانه خرد بزرگتر ما اداره می شوند.

این کارآفرین سخنان شاعر مایا آنجلو را به یاد آورد: "آرزوی من برای شما این است که ادامه دهید. به همان چیزی که هستید ادامه دهید تا دنیای پست را با اعمال مهربانانه خود شگفت زده کنید." دستورات مادر ترزا نیز در آن لحظه به ذهن کارآفرین وارد شد: "اگر همه فقط آستان خانه خود را تمیز می کردند، تمام جهان پاک می شد."

و بنابراین، در آن صبح بسیار خاص، در یکی از بناهای تاریخی باشکوه جهان، نه تنها او را بخشید که با خود پیمان بست. کارآفرین با درک این موضوع که بهینه سازی خود بهترین راه برای بهبود وضعیت جهان است، و اینکه توسعه نبوغ درونی سریع ترین راه برای ارتقای رابطه او با همه چیز بیرونی است، به عنوان هرگز پیش از این درک نکرده بود، به توافقی دست یافت. او به خود قول داد که نه تنها دیگر هرگز به فکر خودکشی نخواهد افتاد. او همچنین متعهد شد که هر روز، در بقیه روزهایش، ساعت 5 صبح بیدار شود و آن ساعت پیروزی را بدون هرگونه انحرافات بی اهمیت، تحریکات بی اهمیت و عوارض غیرضروری به خود هدیه دهد. تا او بتواند ادامه دهد. به کالیبره کردن ذهنیت او، پاکسازی قلب او، تقویت مجموعه سلامت و تشدید روح او ادامه دهید.

او این را از خودش مطالبه می‌کند، صرفنظر از اینکه بخش ضعیف‌تر و ترسیده شخصیت او برای چه بهانه‌ها و توجیه‌هایی استدلال می‌کند. زیرا او شایسته تجربه عظمت او بود. و چون امیدوار بود یکی از قهرمانانی باشد که همه ما منتظرش هستیم.

میلیارد در با صدای نامناسبی با صدای بلند فریاد زد: «هرچند سه تاکتیک نهایی و فوق‌العاده عملی که به شما کمک می‌کند عادت‌های جدید را حفظ کنید. من زمان زیادی را روی این موضوع صرف کرده‌ام زیرا برای موفقیت شما کاملاً ضروری است. من به سرعت شما را از طریق سه تکنیکی که تحقیقات تأیید می‌کند به شما کمک می‌کند تا به برنامه صبحگاهی 5 صبح کمک کند. سپس ما از اینجا خارج شدیم.»

چراغ قوه را بیرون آورد و پرتوهای آن را روی سقف اتاق متمرکز کرد. خالکوبی‌های مغز زیر به آرامی ظاهر شد:

#1. برای ماندگار کردن یک عادت، هرگز آن را به تنهایی نصب نکنید.

#2. معلم بیشتر از همه یاد می‌گیرد.

#3. زمانی که بیشتر احساس می‌کنید که می‌خواهید ترک کنید، زمانی است که باید به پیشرفت خود ادامه دهید.

میلیارد دوباره لبخند زد. "دستورالعمل‌های بسیار ساده، درست است؟ بسیار ساده است، زیرا آنها به سادگی عمیق هستند. اولین نکته به شما یادآوری می‌کند که تشریفات زمانی عمیق‌تر هستند که در یک گروه اجرا می‌شوند. به همین دلیل است که عضویت در باشگاه 5 صبحی‌ها بسیار قدرتمند است. شما نیستید. نصب این روال صبحگاهی به تنهایی. ما همه با هم هستیم. و آرزوی صمیمانه من این است که، وقتی بچه‌ها به خانه می‌آیند، تا آنجا که می‌توانید مردمی را بیاورید که آماده اند زود بیدار شوند تا بتوانند کار در سطح جهانی انجام دهند. و زندگی‌های خارق‌العاده‌ای را در باشگاه ایجاد کنید. گروه‌های پشتیبانی مدت‌هاست که روشی ثابت شده برای ایجاد پیشرفت‌های پایدار بوده است. بنابراین، لطفاً از این مفهوم به طرز درخشانی استفاده کنید."

میلیارد سرفه کرد. سپس سینه‌اش را مالید، انگار که درد دارد. وانمود کرد که هیچ‌کس متوجه نشده است. و دیالوگ را پیش برد.

نکته دوم به شما یادآوری می‌کند که در واقع فلسفه و روش‌شناسی را که از من آموخته‌اید آموزش دهید. با انجام این کار، درک خود شما از مطالب به طرز شگفت‌انگیزی عمیق‌تر خواهد شد. به اشتراک گذاشته شده هدیه‌ای خواهد بود که شما به خودتان می‌دهید."

کار آفرین مشاهده کرد: «من هرگز اینطور به موضوع نگاه نکرده بودم.

میلیارد در گفت: "حقیقت است. و آخرین خطی که در سقف می بینید مهم ترین آن است. به یاد داشته باشید که پشتکار برای همه اشکال مهارت لازم است. در آن لحظه که احساس می کنید نمی توانید جلوتر بروید فرصتی بزرگ برای شما وجود دارد. سطح کاملاً جدیدی از اراده را ایجاد کنید. وقتی احساس می کنید نمی توانید ادامه دهید، کمی بیشتر پیشرفت کنید. عضله نظم و انضباط شما به طور قابل توجهی تقویت می شود. و درجه احترام به خود به شدت افزایش می یابد. و چیزهای کمی به این اندازه ضروری هستند. به بهره وری تصاعدی، هدایت رشته خود و ایجاد زندگی مورد علاقه شما به عنوان افزایش قدردانی از خودتان است."

میلیارد در به طرز خیره کننده ای و بدون هیچ سرنخی در مورد آنچه در راه است، واژگون شد و یک پایه نگه داشت. او با چشمان بسته، عبارتی از جرالند سایکس، نویسنده و فیلسوف را خواند که به این صورت بود: «هر دستاورد محکمی، ضرورتاً باید سالها شاگردی فروتنانه و دوری از بیشتر افراد جامعه را ببرد».

میلیارد در هنگام بازگشت به زمین گفت: "شما دو انسان شگفت انگیز لیاقت این را دارید که بهترین خود را به واقعیت تبدیل کنید و به دستاوردهای حماسی پی ببرید." مردان و زنان بزرگ جهان چنین نشدند

زیرا آنها به زیبایی زیر پوشش می خوابیدند، اما به این دلیل که جاه طلبی های والایی داشتند که پس از آن به انجام آنها ادامه دادند، حتی همانطور که اکثریت آنها را دیوانه می خواندند. کلاس جهانی نیازمند زمان و تعهد و فداکاری و صبر است

– همانطور که تاج محل به ما نشان می دهد. و قهرمانی هرگز در یک فصل اتفاق نمی افتد. عادت 5 صبح را رمزگذاری کنید. به طور نامحدود با این فرآیند بمانید و زمانی که بیشتر تمایل به توقف دارید به جلو بروید. انجام این کار از شما یک افسانه می سازد. و سرنوشت خود را به عنوان کسی که شایسته نفوذ جهانی است، مهر و موم کنید."

سپس استون رایلی بلند شد. دو شاگردش را در آغوش گرفت. و در یک گذرگاه مرمر ناپدید شد.

## فصل 13

### باشگاه 5 صبح فرمول 20/20/20 را به شما می آموزد

میلیارد ماشین خود را جت می نامید و بعنوان آژانس شهر از آن استفاده می کرد او گفت: رم در رگ های من است. انرژی آن در خون من جریان می یابد. و نوع منحصر به فرد آن باعث می شود روحیه من را دوباره تنظیم کند. " آهنگ مگنولیا از گروه موسیقی ایتالیایی و نگریتا از بلندگوهای هواپیما پخش می شد در حالی که گول بزرگ شانه های کشیده اش را تکان می دهد. او به خود اقرار کرد: "غرور شدید، احساسات خارق العاده و قلب های باشکوه رومی ها به من بسیار الهام بخش است. " اشک در چشمانم جاری می شود. غذاهای خوشمزه، از جمله موزارلا دی بوفالا، کاپیو و پیه، آمتریسیانا و کاربونارا همراه با آباکیو پخته شده در آتش، میل من را برای به حداکثر رساندن لذت از زندگی ام تغذیه می کند. او معمار دست ساز و پر زحمتی بود که در فضای باز شهر - موزه هوایی را ساخت. «نجیب زاده در حالی که جتش به دروازه نزدیک می شد فکر کرد. این میلیارد در بسیاری از بهترین سال های زندگی خارق العاده اش را در رم گذرانده بود و در آپارتمانی در مرکز تاریخی در ویا ویتوریا اقامت داشت. زوریخ و دیگر خانه هایش مکان هایی بودند که او بیشتر برای کار روی پروژه ها و مدیریت فعالیت های تجاری جهانی اش می رفت. اما رم، خوب، رم باید حس هیبت او را تقویت کند. و اشتهای او را برای شادی تغذیه کند.

استشمام عطر گاردنیا در فصل بهار و سفرهای طولانی از کنار معبدی که در کنار دریاچه پارکی به نام ویلا بورگزه قرار دارد، دو مورد از چیزهای مورد علاقه او در زندگی بود. در ساعت 5 صبح، قبل از اینکه ترافیک متراکم رم بتواند شکوه آن را خفه کند، و دوچرخه کوهستان خود را از کنار فواره تروی، تا مونتی و کنار کولوستوم، و در نهایت به پیازا ناوونا می گذراند تا بنشیند و کلیسا شگفت انگیز را در آغوش بکشد. در آن میدان رفیع، درخششی را که فقط صبح زود به ارمغان می آورد، به او یادآوری کرد. خیلی بیشتر از ثروتش

چنین تجربیاتی به او احساس سعادت می داد.

شما باید بدانید که بزرگترین عشق زندگی او از رم بود. میلیارد او را در یک کتابفروشی انگلیسی در نزدیکی ، خیابان افسانه ای که خانه های مد نمادین ایتالیا در آن فروشگاه های شاخص خود دارند، ملاقات کرد. با وجود اینکه او در اواخر سی سالگی خود بود، تایتان در اولین ملاقات هنوز مجرد بود،

چیزی شبیه یک مردی که به خاطر ذوقش در لذت های زیبای دنیا شناخته شده بود. او هنوز کتابی را که برای یافتنش از او کمک خواست: جاناتان لیوینگستون مرغ دریایی نوشته ریچارد باخ، آن رمان شگفت‌انگیز دگرگون‌کننده درباره مرغ دریایی که می‌دانست ساخته شده است تا بالاتر از گله پرواز کند، سفری فراموش‌نشده را آغاز کرد تا این دانسته درونی را واقعی کند.

ونسا به سرعت دستش را روی یک کپی گذاشت، بسیار مودب و در عین حال به طرز ناامیدکننده ای دوری کرد و سپس برای کمک به مشتری دیگر حرکت کرد.

این میلیاردر بیش از یک سال طول کشید تا از آن کتابفروشی کوچک با کتاب‌هایی که روی قفسه‌های چوبی قدیمی چیده شده بودند و دیوارهای فرسوده را ردیف کرده بودند، بازدید کند تا این زن جوان موافقت کند که با او شام بخورد. میلیاردر به دلیل زیبارویی و باهوشی و خنده‌های زیبای او بود که باعث شد او به اندازه یک خانواده زنبور عسل در یک گلدان بزرگ عسل احساس خوشبختی کند.

آنها در شهر ساحلی جذاب مونوپولی، در منطقه جنوبی ایتالیا، پولیا، ازدواج کردند.

او با غصه گفت: «چه روز خاصی بود. "موسیقی که در میدان اصلی طنین انداخته بود، در حالی که همه ما با رها شدن وحشیانه زیر درخشش ذوب یک ماه کامل می‌رقصیدیم. پنیر بوراتای تازه مزرعه، پاستا اورکینه که توسط مادر بزرگ سرآشپز درست شده بود عالی بود. مردم شهر که به مهمانی پر جنب و جوش می‌پیوندند و خود را به نمایش می‌گذارند. مهمان نوازی بی حد و حصر ایتالیایی با آوردن بطری‌های شراب خانگی و به عنوان هدیه عروسی کامل تر می‌شد.

رابطه این میلیاردر با ونسا، مانند بسیاری از داستان‌های عاشقانه حماسی، هم پر شور و هم بی ثبات بود. گاهی اوقات، اغلب، ارتباط عاشقانه واقعاً شدید باعث ایجاد درد عمیق می‌شود. با آن شخص خاص، در نهایت احساس امنیت می‌کنیم تا زره اجتماعی خود را برداریم و واقعی‌ترین خودمان را نشان دهیم. و بنابراین، آنها ما را در کمال شگفتی، اشتیاق و نور می‌بینند. با این حال، این همچنین نماهای شدیدی از جنبه سایه‌ای را که همه ما داریم، به همراه می‌آورد، جنبه‌ای که از آسیب‌هایی که داشته‌ایم، همانطور که زندگی کرده‌ایم ایجاد می‌شود.

خلیل جبران در کتاب پیغمبر می‌نویسد: «هرگاه عشق به تو اشاره کرد، از او پیروی کن، هر چند راهش سخت و دشوار باشد. اگر چه شمشیری که در میان پینگهای او پنهان شده ممکن است شما را زخمی کند. اگر چه صدای او ممکن است رویاهای شما را به هم بزند زیرا باد شمال باغ را ویران می‌کند. همه این چیزها محبت به شما خواهد داد تا اسرار دل خود را بدانید.» با این حال، با وجود ماهیت آشفته

ازدواج آنها، میلیاردر و همسرش باعث شد چندین دهه کار کند.

اگرچه همسر او سال ها قبل به طور ناگهانی درگذشت، اما او هیچوقت ازدواج نکرد. او به خود اجازه نمی دهد دوباره عاشق شود، ترجیح می دهد روی توسعه امپراطوری تجاری خود، گسترش فعالیت های بشردوستانه خود و لذت بردن از زندگی واقعی دوست داشتنی ای که به تنهایی به دست آورده بود تمرکز کند.

مغول کیف پولش را بیرون آورد و به آرامی عکس چین خورده ونسا را برداشت. به آن خیره شد و از تصویر متحیر شد. بعد دوباره شروع کرد به سرفه کردن.

یکی از خلبانان از کابین خلبان پرسید: خوبی رئیس؟ میلیاردر سکوت کرد و به عکس نگاه کرد. این کارآفرین و هنرمند چند روز قبل به رم پرواز کرده بودند و مجذوب مناظر، شکوه و چیزهای کمیاب شهر ابدی شده بودند. آنها با دستان بسته به هم و انرژی و زیبایی رم، خیابان های سنگ فرش شده ای را که قبلاً توسط سازندگان بزرگ و امپراتوران نجیب راه می رفتند، طی کردند. امروز روزی بود که مدتها منتظرش بودند. امروز صبح آنها فرمول 20/20/20 را یاد می گیرند که در هسته روش 5 صبح قرار دارد. به دو دانش آموز، با جزئیات، آموزش داده می شود که دقیقاً در «ساعت پیروزی»، آن فرصتی که بین ساعت 5 تا 6 صبح است، چه کاری انجام دهند، بنابراین آنها به طور مداوم از روزهای شگفت انگیز لذت خواهند برد.

امروز آنها با جزئیات دقیق چگونگی استفاده از صبح خود برای ایجاد موجودی در سطح جهانی کشف خواهند کرد.

طبق درخواست میلیاردر، این دو در بالای پله های اسپانیا ایستادند. دقیقاً ساعت 5 صبح بود. اگر روی سکوی زیر ابلیسکی که آنجاست بایستید و به پله های زیر آن نگاه کند، دقیقاً همان نقطه ای را می بینید که مربی و دو دانش آموزش امروز صبح با هم ملاقات کردند. اولین پرتوهای خورشید رومی را در حالی که عاشقان به این شهر با چنین فرهنگی نگاه می کردند، بوسید. رومیان اولیه به دلیل عظمت چشم اندازهای خود، به دلیل مقیاس ساختمان های خود و توانایی دنیوی خود در ساختن بناهایی که به واقعیت مهندسی پشت می کردند، قابل توجه بودند. هر دوی آنها می توانستند کلیسای سنت پیترو و مقبره امپراتور آگوستوس و همچنین هفت تپه را ببینند که برای حفاظت از امپراتوری که به عنوان یک روستای کوچک در کرانه های رودخانه تیبر آغاز شد و رشد کرد، بسیار مرکزی بودند. به آنچه که اکنون شامل چهار کشور مختلف اروپا، آسیا و آفریقا می شود. هوا با ترکیبی از نت های گل و دود معطر بود، گویی آتشی در دوردست ها شعله ور است. صدایی در میان آرامش فریاد زد: «بونگیوورنوا!»

«مالک صحبت باش. زندگی خود را بالا ببرید.» میلیاردر با شور و شوقی که از سربازان رومی در رسیدن به یک پیروزی مهم می شنوید فریاد زد.

آقای رایلی در حالی که مردی به آن لبخند می زد، وارد اولین آتش نور شد. نوع لبخند او باعث شده بود که یک دست کت شوار ایتالیایی شیک بپوشد.

او همچنین یک بادگیر ایتالیایی روی یک تی شرت مشکی با حروف اول ، شلوار ورزشی مشکی و کفش دویدن نارنجی در جلسه مربیگری پوشیده بود.

کارآفرین با خوشحالی که چند کلمه ایتالیایی می فهمید گفت: «ما خوب هستیم. این هنرمند پیشنهاد کرد: "واقعا خوب است."

"بچه ها در این روز بزرگ، درسی که باید توسط مربی تونارلی پنیر خوری و پاستا به شما یاد داده شود، همه چیز درباره فرمول 20/20/20 است. ما بالاخره اینجا هستیم. در نهایت آماده هستیم تا برنامه صبحگاهی شما را تنظیم کنیم. بنابراین هر دوی شما وعده نبوغ خود را عملی می کنید و زندگی پر از شادی بی حد و حصری دارید. آنچه را که می خواهید بشنوید بسیار دوست خواهید داشت. بقیه زندگی شما هرگز مثل قبل نخواهد بود."

با طلوع آرام خورشید، برای اولین بار یک خالکوبی در پشت دست چپ این میلیاردر دیده شد. اعداد روی آن بود. آنها به سادگی "20/20/20" را می خوانند.

پرتوهای نور بالای سرش جمع شدند و ظاهر هاله ای را به وجود آوردند. شما تحت تاثیر قرار می گرفتید.

"آیا این جدید است؟"

هنرمند تعجب کرد و کنجکاوی آشکاری از خود نشان داد.

سرمایه دار پاسخ داد: "بله."

دیشب از کسی در تراستوره خواستم که این کار را برای من انجام دهد. جالب است ، درسته؟"

میلیاردر صحبت کرد و مثل یک نوزاد بی گناه ظاهر شد.

هنرمند در حالی که خمیازه ای هیولایی می کشید، و سپس از یک فنجان قهوه می نوشید، گفت: «یک جورهایی.» او افزود: «قهوه های ایتالیا عالی است.»

میلیاردر اعتراف کرد: «خب، خالکوبی موقتی است. "من آن را رو دستم تتو کردم زیرا امروز روز فرمول 20/20/20 است. این واقعاً یکی از مهمترین روزهای تمرینی ما با هم است. احساس



خوشبختی می کنم که اینجا با شما دو نفر هستیم. احساس می کنم ما یک خانواده هستیم. اکنون. و بازگشت به رم فوق العاده خاص است. پس از مرگ همسر، ونسا، دیگر به اینجا نمی آیم. سپس استون رایلی دست در جیب شلوار ورزشی خود فرو کرد و یک استخوان جناغی را بیرون آورد. او با احتیاط این شی را روی یکی از پله ها که یک سری نقاشی های مرموز روی آن بود قرار داد. فقط برای اینکه بدانید چه شکلی است، به این شکل بود:

این میلیارد در از دو مهمان خود خواست تا یک آرزو داشته باشند، قبل از اینکه به آنها دستور دهد که آن را به نشانه خوش شانسی جدا کنند. میلیارد ادامه داد: "من این را به جلسه امروز صبح آوردم نه تنها برای ایجاد حالات عالی تر برای شما بچه ها." او توضیح داد: «همچنین می خواهم هر دوی شما به یاد داشته باشید که یک بدنی که ستون فقرات دارد بدون ستون فقرات نمی تواند شما را بجای دوری ببرد.» بینشی که قبلاً یاد گرفتیم، «تعهد پاره وقت نتایج پاره وقت را ارائه می دهد؟» از هنرمند پرسید "و بینش" هیچ ایده ای بدون انجام کار کار نمی کند"، این کارآفرین در حالی که یوگا به سمت خورشید انجام می داد بدنش تقویت میشد.

میلیارد پاسخ داد: «یک جورهایی. می دانم که هر دوی شما آرزوی داشتن زندگی پربار، عالی، شاد و معنادار را دارید. عضویت در باشگاه 5 صبح واقعاً یکی از عادت های ممکن است - که تضمین کننده تحقق این جاه طلبی قدرتمند است. این بهترین تمرینی است که تا به حال با آن مواجه شده ام تا نیت زندگی باشکوه را به واقعیتی روزمره تبدیل کنم. بله، رویاها و آرزوها فقط استخوان آرزو هستند. برخاستن قبل از سپیده دم ستون فقرات شما برای انجام آنهاست. نجیب زاده ادامه داد: «قدرت زود بیدار شدن واقعاً ناشی از استفاده روزانه از فرمول 20/20/20 است. "و شما اکنون فقط چند ثانیه با این روال صبحگاهی بسیار قدرتمند فاصله دارید." "واقعاً زمانش فرا رسیده است!" این هنرمند گفت: در حالی که عینک آفتابی خود را با لنز سبز می زد تا از چشمانش در برابر نور محافظت کند که اکنون در حال فرورفتن در فضاهای خالی اطراف پله های اسپانیا و پایین آمدن به سمت میدان سنگفرش شده است که دارای فواره معروفی است که در اطراف مجسمه برنینی ساخته شده است.

"قبل از اینکه از اینجا بروم، من را در آغوش بگیرید، میلیارد را با محبت در آغوش گرفت و هنرمند و کارآفرین را در آغوش گرفت. "به رمای عزیزم خوش آمدید!" او آهنگ را توسط گروه اضافه کرد. از پنجره باز آپارتمانی در همان نزدیکی شروع به بازی کرد. پرده ای از آن آویزان بود که با نسیم

ملایم حرکت می کرد.  
باشه. بیایید این قطعه را تکان دهیم.

لطفاً بدانید که خلاقیت، بهره وری، رفاه، عملکرد و سودمندی شما برای جهان و همچنین کیفیت زندگی خصوصی شما تنها با برخاستن در ساعت 5 صبح تغییر نخواهد کرد. این فقط زود پا شدن نیست که این رژیم را بسیار قدرتمند می کند. این کاری است که بیش از شصت دقیقه پس از بیدار شدن از خواب انجام می دهید که باشگاه پنج صبحی ها را بسیار متحول می کند. این را به خاطر بسپارید: ساعت پیروزی شما یکی از بزرگترین فرصت های زندگی را به شما می دهد. همانطور که اکنون می دانید، نحوه شروع روزتان به طور چشمگیری بر چگونگی آن تأثیر می گذارد. برخی از افراد زود از خواب بیدار می شوند اما با تماشای اخبار، گشت و گذار در اینترنت، اسکن فیدهای اجتماعی و بررسی پیام ها ارزش برنامه صبحگاهی خود را از بین می برند. مطمئنم که هر دوی شما درک می کنید که چنین رفتاری ناشی از نیاز به هجوم سریع دوپامین است - فرار از آنچه واقعاً مهم است. این شیوه عمل باعث می شود که اکثریت از انجام کارهایی که به آنها اجازه می دهد از آرامش این زمان خاص استفاده کنند و به آنها کمک کند عظمت را به حداکثر برسانند، تا روزهای عالی را از دست دهند. "و همانطور که ما هر روز خلق می کنیم، زندگی خود را نیز می سازیم، درست است؟" هنرمند گفت، و یک قطعه کلیدی از اطلاعاتی را که در ساحل مجتمع میلیاردی در کنار اقیانوس آموخته بود، تأیید کرد. "این بنیاد روز استکینگ است. و این یکی از 4 کانون تاریخ سازان است که شما برای ما توضیح دادید. من هنوز آن مدل را به یاد دارم.

حرف میلیاردی بسیار درست است. و باید بگویم که شروع روزتان هوشمندانه، سالم و مسالمت آمیز تنها به دنبال بهینه سازی موفقیت عمومی و خصوصی شما نیست. این همچنین در مورد محافظت از آن است."

ناگهان مردی سوار کالسکه اسبی و لباس گلا دیاتور در میدان معروف به پیازا دی اسپاگنا غلتید و فریاد زد: آقای رایلی " و سپس به راه خود ادامه داد.  
میلیاردی آنقدر با صدای بلند پاسخ داد که مرد بشنود. او به شاگردانش گفت: «لباس زیبا است، درسته؟»

میلیاردی خالکوبی جعلی خود را مالید و به کولوسئوم نگاه کرد.

"آن مردی که به تازگی دیدیم مرا به فکر می برد، نوعی برده در روم باستان، که رهبران مهم رومی را حمل می کرد و به دلیل قابل اعتماد بودن انتخاب شد. ژنرال نظامی معروف به "دوکس" و در حالی

که تاج لور را روی سرش می گذاشت، کلمات را با دقت در گوش او زمزمه کنید." از کار آفرین پرسید: معنی آن چیست؟

مدل دم اسبی که او دوست داشت. دستبندهایش را در دست داشت. و او کاملاً خوش بینی کرد. میلیارد در پاسخ داد: به معنای "به یاد داشته باشید که شما فقط یک مرد هستید" است. این کار را انجام داد تا غرور رهبر را کنترل کند و به رهبر کمک کند تا دعوت اجتناب ناپذیر به خودپرستی را مدیریت کند که همه موفقیت های بزرگ اجتناب ناپذیر به ارمغان می آورد. این آیین، نظم و انضباط عمیقی بود تا اطمینان حاصل شود که دوکس به شکلی تک شیدایی بر مأموریت واقعی خود یعنی ساختن خود، و امپراطوری که بر آن حکومت می کرد، حتی بهتر متمرکز می ماند - و تمام انرژی هایش را در سرگرمی ها و زیاده روی هایی که باعث سقوط سلسله ها می شود، کم نمی کند.»

"میدونی چیه؟" به هنرمند اشاره کرد. "من دیده ام که برخی از نابغه های هنری امپراتوری های خلاق خود را منفجر می کنند و شهرت خوب خود را از بین می برند زیرا موفقیت خود را به درستی مدیریت نکرده اند. بنابراین، من صدای شما را می شنوم."

کار آفرین گفت: «حتماً همینطور،» او در حالی که دست دوست پسر جدیدش را در هم می فشرد، به سرعت جمله اش را تصحیح کرد.

"من دیده ام که بسیاری از شرکت های موشک انداز سهم بازار خود را از دست داده اند زیرا عاشق فرمول برنده خود شده اند. آتش خود را از دست داده اند. آنها متورم و گستاخ شده اند. آنها به این باور اشتباه می پردازند که به دلیل وجود صف های طولانی برای محصولات عالی آنها همیشه صف های طولانی وجود خواهد داشت - حتی بدون اینکه کالاهایشان را تکرار کنند، خدمات مشتریان را بهبود ببخشند و اطمینان حاصل کنند که تک تک کارکنان به ارتقای عملکرد رهبری خود ادامه می دهند. بنابراین، من هم حرف شما را قبول دارم، آقای رایلی."

"عالیه" پاسخ تک کلمه ای او بود.

"هنگامی که فرمول 20/20/20 را به کار می گیرید، همیشه به یاد داشته باشید که روش اجرای آن را هر روز صبح بهبود ببخشید. گرسنه بمانید. ذهنیت کمربند سفید را در اطراف خود حفظ کنید. زیرا هیچ چیز مانند موفقیت نیست. زمانی که این تمرین تحول آفرین را تجربه می کنید. این است که شروع کار آسان و حتی شاید چند مرحله از فرآیند نادیده گرفته شود.—»

میلیارد در انگشت سبابه خویش را روی پله ها می کشید. او چشمانش را بست و به آرامی این جملات را خواند: "زمان آن فرا رسیده است که از فراری بودن از بالاترین خود دست بردارید و

عضویت در نظم جدیدی از توانایی، شجاعت و درک فراخوان زندگی خود را برای الهام بخشیدن به انسانیت بپذیرید."

او سپس بر روی سکوی سنگی بالای پله های اسپانیا راه رفت و دو انگشت دست راست خود را برای نشان دادن علامت جهانی صلح بالا برد. سپس او دستش را به سمت مردی تکان داد که روی صندلی در پیاتزا دی اسپاگنا، نزدیک پای ، شاه بلوطها را گرم می کرد. این مرد پیراهنی خاکستری به تن داشت که روی ناحیه سینه چین و چروک داشت، شلوار آبی سرمه ای و کفش زرد رنگ به پا داشت. با دیدن تابلو، مرد فوراً برخاست و از میدان عبور کرد، از پله ها - هر بار سه بار - تا قله، جایی که میلیاردر مستقر بود، بالا رفت. پیراهن ژولیده اش را بلند کرد و یک جلیقه ضد گلوله را نشان داد - و یک کاغذ چند لایه از زیر آن بیرون آورد.

"برو، گرانده. خوشحالم که تو به رم برگشتی، رئیس." مرد با لهجه ای غنی ایتالیایی و صدایی مانند سمباده صحبت می کرد.

میلیاردر در حالی که کف دستش را بوسید و قبل از اینکه آن را برای دست دادن دراز کند، گفت: "گریزی میل! مولتو جنتیل، آدریانو."

آقای رایلی در حین مطالعه صفحه ای که به او ارائه شده بود، خاطر نشان کرد: "آدریانو در تیم امنیتی من است." او یکی از بهترین های من است. او در شهر آلبا در منطقه پیمونته این کشور استثنایی بزرگ شد. شما بچه ها تارتوفو را دوست دارید؟"

"آن چیست؟" از هنرمند پرسید، در حالی که از سناریویی که به تازگی اجرا شده بود کمی گیج به نظر می رسید.

"ترافل، عزیزم!" میلیاردر را به وجد آورد. "خدای من، طعم آنها باورنکردنی است. روی ماکارونی تاگلیولینی با کره ذوب شده روی آن ریخته شده است. یا وقتی روی تخم مرغ های سرخ شده رنده می شود. اوه این، غذای امپراطورهاست!" چشمان میلیاردر به اندازه توپ گشاد شد در حالی که غذای را که در حال توصیفش بود تصور می کرد. خط نازکی از آب دهان از گوشه سمت راست دهانش پیچید. بله، فراتر از عجیب و غریب، درست است؟

آدریانو که در موقعیت خود باقی مانده بود، با احتیاط دستمالی به کارفرمای خود داد. او با نگاهی به کارآفرین و هنرمند نگاه کرد که به نظر می رسید می گوید: «می دانم او عجیب است، اما ما هم او را دوست داریم».

و سپس هر چهار نفر که در آن سایت بسیار جذاب نشسته بودند شروع به خندیدن کردند.

آدریانو در حالی که آماده رفتن بود گفت: "صبح خوبی داشته باشید، رئیس. امروز عصر با شما در تستاکیو ملاقات خواهم کرد. خیلی ممنون که من را دعوت کردید تا امشب با شما غذا بخوریم. میلیاردر تایید کرد: "خواهش میکنم."

میلیاردر توضیح داد: "آلبا جایی است که ترافل سفید از آنجا می آید." "سگ های آموزش دیده آنها را بو می کنند. یا خوک ها. شاید در آینده، شما را با خود به شکار ترافل ببرم. به شما قول می دهم فراموش نشدنی خواهد بود. هر چه باشد، به این مدل یادگیری فوق العاده نگاه کنید افسونگر در واقع روش 20/20/20 را برای ما تجزیه کرد. هیچ سوالی در مورد نحوه اجرای برنامه صبحگاهی خود در حال حاضر وجود ندارد. جایی برای بهانه نیست. همه چیز برای شما در نظر گرفته شده است. فقط بازی را اجرا کنید و شما صاحب برنامه خواهید شد. به تعویق انداختن کار نوعی تنفر از خود است، می دانید؟

"واقعا؟" از هنرمند پرسید.

"مطمئناً. اگر واقعاً خودتان را دوست داشتید، تمام احساسات خود را در مورد اینکه به اندازه کافی خوب نیستید کنار می گذارید و تمام بردگی در برابر ضعف خود را کنار می گذارید. تمرکز بر کمبودهای خود را متوقف می کنید و ویژگی های شگفت انگیز خود را جشن می گیرید. فقط به آن فکر کنید. : امروز هیچ شخصی روی کره زمین وجود ندارد که مجموعه بی نظیری از هدایای شما را داشته باشد. در واقع، در تمام تاریخ، حتی یک نفر دقیقاً مانند شما وجود نداشته است. و هرگز نخواهد بود. بله، شما آنقدر خاص هستید.

این یک واقعیت غیرقابل انکار است. بنابراین، تمام استعداد، قدرت های درخشان و قدرت های نفس گیر خود را در آغوش بگیرید. عادت مخرب زیر پا گذاشتن تعهداتی که با خود دارید را کنار بگذارید. ناتوانی در انجام وعده های خود یکی از دلایلی است که بسیاری از ما خودمان را دوست نداریم. پیروی نکردن از آنچه به خود می گوئیم انجام خواهیم داد، احساس ارزشمندی شخصی ما را از بین می برد و عزت نفس ما را از بین می برد. به این رفتار خود ادامه دهید و بخش ناخودآگاه شما به این باور خواهد رسید که شما ارزشی ندارید. و پدیده روانشناختی معروف به «پیش گویی خودپرداختی» را به خاطر بسپارید که قبلاً با شما آشنا شدم. ما همیشه به گونه ای اجرا می کنیم که با آن چیزی که خودمان را می بینیم هماهنگ باشد. و بنابراین، تفکر ما نتایج ما را ایجاد می کند. و هر چه برای خود و قدرت هایمان ارزش کمتری قائل شویم، به قدرت کمتری دسترسی خواهیم داشت.»

میلیاردر قبل از ادامه کار، پرواز گروهی از پروانه ها را تماشا کرد.

"همه روش کار همین است. بنابراین، پیشنهاد من این است که از به تعویق انداختن کارها دست بکشید، آن اراده را که در تاج محل صحبت کردیم، منعطف کنید، و باقیمانده زندگی خود را به تمرین جسارت، گواهی بر بهره‌وری استثنایی و بیان نادر زیبایی تبدیل کنید. به همه آنچه که واقعا هستید با زندگی کردن به جای تنفر از خود، با انکار خاص بودن خود، با زندگی نابغه خود احترام بگذارید. به تعویق انداختن یک عمل نفرت از خود است." «میلیارد در تکرار کرد: «بنابراین در نصب فرمول 20/20/20 به عنوان راه اصلی مدیریت صبح خود تلاش کنید.»

میلیارد در چارچوب را به کارآفرین و هنرمند نشان داد. به این شکل بود:

همانطور که در این مدل آموزشی مشاهده می کنید، سه جیب بیست دقیقه ای برای نصب و سپس تمرین تا سطح تسلط وجود دارد. اولین جیب بیست دقیقه ای فرمول 20/20/20 به شما نیاز دارد که حرکت کنید. به عبارت ساده، انجام برخی ورزش های عرق آور هر روز صبح، کیفیت روزهای شما را متحول می کند. جیب دوم شما را تشویق می کند که بیست دقیقه بازتاب کنید. این بخش برای کمک به شما در دستیابی مجدد به نیروی طبیعی خود، تقویت خودآگاهی، از بین بردن استرس، سوخت رسانی به شادی و بازگرداندن آرامش درونی در دوران تحریک بیش از حد حاد و فعالیت بیش از حد طراحی شده است. و این ساعت پیروزی شصت دقیقه ای تقویت شخصی را با بیست دقیقه متمرکز بر حول اطمینان از رشد خود به پایان می رسانید، خواه این به معنای صرف زمان برای خواندن کتابی باشد که درک شما از نحوه زندگی بهترین ها را بهبود بخشد.

مقاله ای که مهارت حرفه ای شما را بهبود می بخشد یا گوش دادن به یک جلسه صوتی در مورد چگونگی دستیابی به نتایج غیرمعمول افراد فاضل یا تماشای یک فیلم آموزشی که به شما نشان می دهد چگونه روابط خود را ارتقا دهید یا مالی خود را افزایش دهید یا معنویت خود را عمیق تر کنید. همانطور که شما بچه ها اکنون می دانید، رهبری که بیشتر یاد می گیرد برنده می شود.

یکی از مفیدترین چیزهایی که تا به حال از افسونگر یاد گرفتیم این بود که شروع صبح‌هایم با یک تمرین قوی - تقریباً بعد از پریدن از رختخواب - بسیار مهم بود. من هنوز سخنان واقعی او را به یاد دارم - و آنها قاطع بودند: باید روز خود را با ورزش سخت شروع کنید.

قابل مذاکره در غیر این صورت فرمول 20/20/20 کار نخواهد کرد. و من عضویت شما را در باشگاه پنج صبحی هارا پس خواهم گرفت."

سه کبوتر بر فراز میلیارد پرواز کردند. او با پوزخندی به آنها نگاه کرد، یکی را بوسید و سپس گفتارش را در مورد روال صبحگاهی تاریخ‌سازان پیش برد.

"تمرین قوی در اول صبح یک تغییر کلی بازی است. مدت کوتاهی پس از بیدار شدن، بر اساس نوروبیولوژی آن، یک کیمیاگری در مغز شما ایجاد می کند - که نه تنها شما را کاملاً بیدار می کند، بلکه تمرکز و انرژی شما را تقویت می کند." نظم و انضباط خود را تقویت کنید و روز خود را به گونه‌ای شروع کنید که به شما احساس آتش‌سوزی بدهد. حالا، برای اینکه برای شما دو نفر فوق‌العاده عملی باشم، می‌گویم که تمرین شما می‌تواند به معنای شرکت در یک کلاس اسپینینگ یا انجام یک سری جک‌های پرش باشد. و بورپی یا پرش مانند بوکسورهای حرفه‌ای که دوست دارند دوی سرعت بادی انجام دهند یا انجام دهند. مطمئن نیستم چه چیزی برای شما بهتر جواب می‌دهد. اما نکته اصلی اینجاست که مطمئن شوید عرق می‌کنید."

"چرا؟" از هنرمند پرسید، حالا یادداشت‌های زیادی می‌گیرد.

"به دلیلی که در نمودار خواهید دید. همانطور که اکنون می‌دانید، کورتیزول هورمون ترس است. این هورمون در قشر غدد فوق‌کلیوی ساخته می‌شود و سپس در خون آزاد می‌شود. کورتیزول یکی از مواد اصلی است که شیرین‌کاری می‌کند. نبوغ شما و فرصت ضمنی شما برای تاریخ‌سازی را از بین می‌برد. داده‌های علمی بسیار خوب تأیید می‌کند که سطح کورتیزول شما در صبح بالاترین میزان است."

اطلاعات مفیدی است. "کارآفرین او را مشاهده کرد، در حالی که او یک حرکت کششی دیگر را در آفتاب رومی انجام داد.

"بله، همینطور است. بنابراین، ورزش از ساعت 5 تا 5:20 صبح - فقط به مدت بیست دقیقه - کورتیزول شما را به میزان قابل توجهی کاهش می‌دهد و در نتیجه شما را به سمت بالاترین عملکردتان سوق می‌دهد. روشی فوق‌العاده برای شروع یک صبح، درست است؟ علم نیز چنین کرده است. نشان داده شده است که یک رابطه حیاتی بین آمادگی جسمانی و توانایی شناختی وجود دارد. تعریق ناشی از یک تمرین قدرتمند، عامل نوروتروفیک مشتق از مغز را آزاد می‌کند که آن اندام را برای یک روز برنده، شارژ می‌کند.

این کارآفرین که با سرعتی خشمگین نیز یادداشت برداری می‌کرد، گفت: "وای." نشان داده شده است که سلول‌های مغز آسیب دیده توسط استرس را ترمیم می‌کند.

این میلیاردردرباره شکل‌گیری ارتباطات عصبی توضیح داد، بنابراین بهتر فکر کنید و سریع‌تر پردازش کنید. مطمئناً یک مزیت رقابتی است. اوه، و همچنین باعث تقویت نورونز می‌شود، بنابراین شما در واقع سلول‌های مغزی جدیدی را رشد خواهید داد. این تنهایی برای تو چه ارزشی دارد؟

"وای دو بار!" این هنرمند فریاد زد، صدایی که در مقابل نمایش هر گونه نشانه‌ای از باحال بودن،

بسیار بد به نظر می رسید.

کار آفرین پیشنهاد کرد: "کسب و کار من دست نخورده خواهد بود و من شخصاً با اجرای همه این ایده هایی که شما سخاوتمندانه با ما در میان می گذارید، غیرقابل رقیب خواهم شد." او برای نشان دادن قدردانی خود یک تعظیم خفیف انجام داد.

میلیارد در موافقت کرد: «کاملاً درست است. و با ورزش شدید در طول بیست دقیقه اول فرمول 20/20/20، دوپامین را نیز آزاد خواهید کرد، که به خوبی می دانید که انتقال دهنده عصبی حرکت است، همراه با بالا بردن وزن مقدار سروتونین، ماده شیمیایی فوق العاده ای که شادی را تنظیم می کند. این بدان معناست که تا ساعت 5:20 صبح، در حالی که رقبای شما در حال شمارش گوسفندان هستند، شما در حال حاضر برای رهبری رشته خود، کسب نتایج عالی و حماسه کردن روز پیش رو هستید.

"آیا ممکن است در مورد آنچه که ما باید انجام دهیم تا مطمئن شویم که با خورشید بالا آمده ایم، مشخص کنید؟" از کار آفرین درخواست کرد. "منظورم این است که آیا می توانید کمی جزئیات در مورد اینکه چه رفتارهایی را باید انجام دهیم تا در واقع از رختخواب بلند شویم وقتی آن ساعت زنگ دار به صدا در می آید؟ امیدوارم این سوال احمقانه ای نباشد. آیا این خیلی مهم است؟"

این هنرمند در حالی که پشت دوست دخترش را نوازش می کرد، گفت: "این یک سوال عالی است." "این یک سوال شگفت انگیز است!" سرمایه دار فریاد زد: "و مطمئناً. همانطور که پیشنهاد کردم، یک ساعت زنگ دار قدیمی بخرید—این چیزی است که من استفاده می کنم. همانطور که در آگرا گفتیم، شما هرگز نمی خواهید با هیچ فناوری در اتاق خواب خود بخوابید. به زودی دلیلش را توضیح خواهم داد. هنگامی که ساعت زنگ دار خود را دارید، زمان را از زمان واقعی به سی دقیقه جلوتر ببرید. سپس زنگ ساعت را برای 5:30 صبح تنظیم کنید."

"واقعاً؟" به هنرمند اشاره کرد. "این عجیب به نظر می رسد."

میلیارد در اعتراف کرد: "می دانم." "اما مثل جادو عمل می کند. شما خود را فریب می دهید و فکر می کنید دیرتر از خواب بیدار می شوید، اما در واقع ساعت 5 صبح بلند می شوید. این تاکتیک خوب کار می کند. پس انجامش بده بعد، و این واضح به نظر می رسد، اما این یک هک کلیدی دیگر است، به محض اینکه زنگ هشدار از رختخواب بلند شد، قبل از اینکه خود ضعیف تر شما را به همه دلایل ماندن در رختخواب ببرد. قبل از اینکه ذهن منطقی شما دلایلی برای ماندن در زیر پوشش بیاورد. فقط باید مراحل نصب عادت شصت و شش روزه را طی کنید تا بیدار شدن در ساعت 5 صبح به نقطه خودکاری برسد. و زود بیدار شدن راحت تر از دیرتر خوابیدن است. وقتی برای اولین بار به باشگاه پنج صبحی ها ملحق شدم، با لباس های تمرینی می خوابیدم."



آقای رایلی کمی خجالت زده به نظر می رسید. سپس کبوترها و پروانه های بیشتری گذشت. و رنگین کمان در حال پخش شدن در سراسر پله های اسپانیایی دیده می شود. "داری با من شوخی می کنی برادر، درست است؟" هنرمند در حالی که یک قفسه را می چرخاند خندید.

میلیارد در اعتراف کرد: "من انجام دادم." و کفش های دویدن من درست در کنار تخته گذاشته بودند. من هر کاری که لازم بود انجام دادم تا گرفتار مرگی را که بهانه های رایج می توانست بر من داشته باشد، از بین ببرم.»

کارآفرین سر تکان می داد. او با گذشت هر روز قوی تر و شادتر به نظر می رسید. «به هر حال، اجازه دهید به این موضوع که اول صبح ورزش کنید ادامه دهم. با تمرین شدید، آن داروخانه طبیعی تسلط را تحریک خواهید کرد که به شما احساس تفاوت اساسی نسبت به زمانی که برای اولین بار از خواب بیدار می شود، می دهد. احساسی که وقتی برای اولین بار از خواب بیدار می شوید، واقعاً آن چیزی نیست که فقط بیست دقیقه بعد در ساعت 5:20 صبح، زمانی که این استراتژی را برای ضد گلوله نوروبیولوژی و ضد نبرد فیزیولوژی خود اجرا می کنید، احساس نمی کنید. لطفاً این را به خاطر بسپارید! بدیهی است که حرکت عرق آور نیز به مرور زمان روانشناسی شما را متحول می کند. حتی اگر معمولاً «آدم صبحگاهی نیستید و در ابتدای روز بدخلق» هستید، کل «نورون هایی که با هم شروع به کار کردن می کنند،» را تغییر خواهید داد. شما اعتماد به نفسی را احساس خواهید کرد که هر رهبر بدون عنوان نیاز دارد. تمرکز شما این است که ساعت ها و ساعت ها روی کار بمانید، بنابراین درخشان ترین کار خود را انجام دهید. و شما احساس آرامش بیشتری خواهید کرد. ببینید،

نورایی که فعالیت شدید صبحگاهی ایجاد می کند، نه تنها توجه شما را بهبود می بخشد، بلکه به شما احساس آرامش قابل توجهی می دهد. و تحقیقات خوب بیشتر ثابت می کند که ورزش آمیگدال را در سیستم لیمبیک تنظیم می کند، مغز باستانی که در کلاس قبلی در ساحل من در موریس صحبت کردیم، به طوری که پاسخ شما به محرک های مختلف از یک پروژه سخت یا یک مشتری دشوار گرفته تا یک راننده بی ادب یا بچه ای که جیغ می زند به جای هیستریک بودن، بسیار برازنده تر هستند."

کارآفرین گفت: "مزایای شگفت انگیزی دارد." حق با شماست، آقای رایلی. من نمی توانم برای داشتن این همه سلاح های تولید انبوه در زرادخانه ام قیمت بگذارم.»  
میلیارد در حالی که کارآفرین را در آغوش می گرفت، گفت: «دقیقاً.» او افزود: «من شما دو نفر را دوست دارم." دلم برای هر دوی شما تنگ خواهد شد."

در آن لحظه، امیدواری مرشد به اندوهی ناشناخته تبدیل شد. "زمان ما با هم رو به پایان است. شاید دوباره همدیگر را ببینیم. من واقعا امیدوارم. اما نمیدانم..."  
صدایش کم شد، و دوباره به سمت کلیسای سفیدی که پشت جایی که آنها جمع شده بودند، نگاه کرد، او به آن بنای باشکوه معماری ادای احترام کرد. میلیارد دستش را در جیب شلوار ورزشی مشکی اش برد و قرصی را بیرون آورد و مثل بچه ها در دهانش فرو کرد.

مانند یک تکه آب نبات بود.

او در حالی که مدل را در دست گرفت، ادامه داد: «همانطور که در ساختارشکنی نیز مشاهده می کنید، تمرین اول صبح متابولیسم شما را نیز بالا می برد - و موتور چربی سوز بدن شما را سوخت می دهد، بنابراین هر چیزی را می سوزانید. افراط را کارآمدتر کنید و سریع تر به بیرون متمایل شوید. یک پیروزی ارزشمند دیگر، درست است؟ اوه، و همانطور که تناسب اندام خود را بهینه می کنید، خودتان را طوری آماده خواهید کرد که در تمام طول عمرتان سالم بمانید. «سخت تر تمرین کنید. بیشتر زندگی کنید» یک شعار هوشمندانه است که من ساختم شما اکنون می دانید که یکی از کلیدهای افسانه ها طول عمر است. اگر در یک گورستان گل های مروارید را بالا می برید، نمی توانید مالک بازی خود باشید و دنیا را تغییر دهید."

نکته اصلی که می خواهیم در بخش اول این پروتکل صبحگاهی مدرج در مقابل سطحی ارائه کنم، اساساً این است: وقتی در بهترین شرایط فیزیکی باشید، زندگی شما صد برابر بهتر خواهد شد. ورزش عرق آور به عنوان اولین حرکت شما پس از طلوع با خورشید واقعاً زندگی را تغییر می دهد. دوره زمانی. بنابراین، هر کاری که برای کدنویسی در این عادت لازم است انجام دهید. هر چه لازم باشد، بچه ها.»

«آقای رایلی می توانم از شما سؤال دیگری بپرسم؟» کارآفرین مودبانه پرسید. میلیارد در گفت: "برو. اگر بخواهم بیش از بیست دقیقه ورزش کنم چه؟"

میلیارد خاطر نشان کرد: «کاملاً باحال. او در حالی که به بنای یادبودی که روی یک سکوی کوچک درست بالای پله های اسپانیایی نشسته بود اشاره کرد، افزود: «این روال صبحگاهی مانند کلمات حک شده در آن ابلیسک روی سنگ نوشته نشده است. آن را مال خودت کن آن را مطابق با ترجیحات خود سفارشی کنید و مطابق با سبک زندگی خود آن را سفارشی کنید."

میلیارد نفس تازه ای از هوای روم را استشمام کرد - همان هوایی که امپراتورها، گلادیاتورها، دولتمردان و صنعتگران هر سال پیش تنفس کردند. فقط نفس کشیدن آن هوا را تصور کنید. و ایستادن در کنار این سه عضو باشگاه پنج صبحی ها.

"این من را به دومین جیب بیست دقیقه ای فرمول 20/20/20 می رساند که برای اجرای آن در ساعت پیروزی خود به آن نیاز دارید. زمان بین 5:20 تا 5:40 صبح زمانی است که شما "انعکاس می دهید."

"منظور شما از "انعکاس" دقیقاً چیست؟" این هنرمند پرسید که نشان از اعتماد به نفس تازه یافته اش در این بود که یک دانش آموز عالی است. در حالی که این سوال را بیان می کرد، بزی خود را مالید و بازویش دور شانه کارآفرین قرار گرفت.

"همانطور که در طول مدتی که با هم بودیم پیشنهاد داده‌ام، مدیریت کار خود یکی از مهارت‌های اصلی افراد استثنايي است. استفاده ماهرانه از قسمت اول روزتان، تعیین‌کننده‌ای کلیدی برای برجستگی کسب‌وکار و شکوه شخصی است. و یکی از عناصر خرده‌ریزی هوشمندانه است. روال صبحگاهی دوره ای از آرامش عمیق است. قبل از شروع پیچیدگی، کمی سکوت و خلوت برای خودت،

و خانواده شما به انرژی شما نیاز دارد و تمام مسئولیت‌های دیگر شما را بر عهده می‌گیرد. آرامش، تجمل جدید جامعه ماست. بنابراین، در طول این بخش از ساعت پیروزی خود، از سکون لذت ببرید. فکر کنید که چگونه زندگی می‌کنید و به چه کسی امیدوارید تبدیل شوید. در مورد ارزش‌هایی که می‌خواهید در ساعات پیش رو به آنها وفادار باشید، متفکر و عمدی باشید. و چگونه می‌خواهید رفتار کنید. در نظر بگیرید که باید چه اتفاقی بیفتد تا این یک روز عالی در میان ساخت یک زندگی افسانه‌ای باشد.»

کارآفرین در حالی که دستبندهایش به هم چسبیده بود گفت: «این جیب برای من بسیار مهم خواهد بود. یکی از آنها براق و نو بود. عبارت "همه این صبح‌های زود از من روزی نمادی خواهد شد" را داشت.

میلیارد در گفت: "من با شما موافقم." "تعمل در مورد مهم‌ترین چیز برای یک زندگی زیبا، شما را با چیزی که افسونگر "خرد باقیمانده" می‌نامد در بقیه روز باقی می‌گذارد. برای مثال، بی‌سر و صدا در مورد ارزش سنگین تولید کاری که نشان دهنده تسلط است یا به خاطر سپردن تعهد خود فکر کنید. رفتار مهربانانه و محترمانه با مردم در طول دومین جیب، آن فضایل را دوباره در آگاهی شما تثبیت می‌کند. و بنابراین، همانطور که باقی مانده روز خود را تجربه می‌کنید، باقیمانده ارتباط مجدد شما با این خرد در کانون توجه قرار می‌گیرد و هر لحظه را القا می‌کند و هر لحظه را هدایت می‌کند. یکی از انتخاب‌های شما.»

پروانه دیگری از کنارش پرید. سه نفر دیگر به زودی اولین، تقریباً شاعرانه را دنبال کردند. میلیاردر تصمیم گرفت تا توضیح خود را با تأمل عمیق تر کند، اما ابتدا یک قرص دیگر مصرف کرد. دستی

روی قلبش گذاشت و به منظره پر شور رم نگاه کرد. او فکر کرد: "روشی که نور اینجا می افتد واقعاً شبیه هیچ جای دیگری نیست. من دلم برای روما تنگ خواهد شد."

میلیارد در به پایین پله ها به قایق سفید مجسمه سازی شده توسط پیترو برنینی خیره شد و سپس نگاهی به گل فروشی انداخت، همچنین در میدان پایین.

"از بسیاری جهات، تأمل منبع اصلی دگرگونی است، زیرا هنگامی که بهتر بدانید، قطعاً می توانید بهتر انجام دهید. در طول این بخش بیست دقیقه ای ساعت پیروزی، تنها کاری که باید انجام دهید این است که آرام باشید، ساکت بمانید و وارد شوید. چه هدیه ای در این دوران پراکنده توجه، نگرانی و سروصدا به خودت خواهی داد."

این کارآفرین اذعان کرد: "این هدیه بزرگی است که به خودم - و به تجارت بدهم." "من متوجه شده ام که زمان زیادی را صرف انجام دادن و واکنش نشان دادن می کنم، و زمان کمی را صرف مشورت و برنامه ریزی می کنم. شما در مورد اینکه چگونه بزرگان دوره های انزوا را تحت تاثیر قرار می دهند صحبت کرده اید. خواننده ام که بسیاری از نوابغ مشهور دارای عادت ساعت ها در خلوت نشستن با چیزی بیش از یک کاغذ و یک خودکار برای ثبت بینش هایی که در صفحه تخیلاتشان چشمک می زند.»

میلیارد در گفت: بله. "توسعه یک تخیل فوق العاده است

یک پورتال بسیار مهم به یک ثروت مشهور. یکی از مواردی که مکان های تاریخی اینجا در رم را بسیار خاص می کند، اندازه بسیار زیاد سازه ها است. رومی هایی که آنها را خلق کرده اند باید چه بینش و اعتمادی داشته باشند! و چه مهارتی برای تبدیل ایده ها به چیزی واقعی. منظور من این است که تک تک بناهای هیجان انگیز شهر ابدی محصول تخیل یک انسان است که به درستی از آنها استفاده شده است. بنابراین، بله، شما همچنین باید از جیب بازتاب برای اختراع، تجسم و رویا استفاده کنید. نقل قولی که فکر می کنم از مارک تواین می آید می گوید: «بیست سال بعد، از کارهایی که انجام نداده اید بیشتر ناامید خواهید شد تا کارهایی که انجام داده اید. بنابراین، خطوط کمان را دور بیندازید. از بندر امن دور شوید. بادهای تجاری را در بادبان های خود بگیرید رویا. کشف کردن."

این هنرمند حکیمانه گفت: «همه هنرمندان بزرگ رویای آینده ای را می بینند که تعداد کمی باورشان ممکن است.

میلیارد در سر تکان داد: بله. یکی دیگر از تاکتیک هایی که در این زمان می توانید تمرین کنید، نوشتن چیزی است که افسونگر آن را طرح اولیه قبل از اجرا می نامد. این به سادگی بیانیه ای مکتوب از روز ایده آل شما در آینده است. محققان تأیید می کنند که استراتژی های قبل از تعهد به زیبایی برای

افزایش تمرکز و نظم شما کار می‌کنند. برای انجام کارها. شما یک فیلمنامه واضح و مدرج برای روز آینده خود خواهید داشت، بنابراین آنطور که می‌خواهید باز می‌شود. البته، هیچ چیز در تجارت و زندگی عالی نیست. با این حال، این بدان معنا نیست که ما نباید تمام تلاش خود را برای پیگیری آن انجام نمی‌دهیم. زنان و مردان قهرمان جهان همگی کمال‌گرا بودند. آنها افراد حداکثری بودند و به شدت وسواس زیادی داشتند که در هر کاری که انجام می‌دادند برجسته باشند. بنابراین، حداقل ده دقیقه وقت بگذارید تا روز عالی خود را بنویسید.»

مغول دوباره به گل فروشی نگاه کرد. انگشت اشاره چپش را تا آسمان روم بالا برد. یک زن جوان جذاب از نظر آتشفشانی، با گونه‌های بلند، عینک لاک پستی، بلوز کتان خاکستری و شلوار شیک، در حالی که یک کیف فلزی در دست داشت، ایستاد. سپس مانند یوزپلنگی که در حال تعقیب شام است از پله‌ها با سرعت بالا رفت.

میلیارد در هنگام ورود گفت: سلام، وین.

زن جوان با احترام پاسخ داد: «سلو، آقای رایلی. ما خوشحالیم که شما را در رم می‌بینیم. آقا من وسایل شما را دارم.»

دستیار رمزی را در قفل وارد کرد و جعبه باز شد. داخل آن سه مجله مجلل ساخته شده بود که با انعطاف پذیرترین چرم ایتالیایی بسته شده بودند. میلیارد یکی را به کارآفرین و یکی را به هنرمند داد. آخری را بلند کرد و به قلبش چسباند و لیس زد. بله، او در واقع دفتر خاطرات خود را لیسید. این میلیارد با راز فزاینده‌ای مشتاق شد: "وقتی در آفریقای جنوبی هستیم، توضیح می‌دهم که چه در دفتر خاطراتم می‌گذرانم."

آفریقای جنوبی؟ «هنرمند با صدای بلند سؤال کرد. «کی می‌رویم؟» کارآفرین پرسید: «تاکستان‌های جادویی؟» میلیارد هر دو را نادیده گرفت.

میلیارد خطاب به دستیارش گفت: تو خوبی، وین. او افزود: "واقعاً خوب است. او در حالی که از پله‌های باستانی پایین می‌رفت و به پشت یک اسکوتر مشکی که منتظر او بود، پرید، قبل از اینکه دور شود، اضافه کرد.

هنگامی که کارآفرین و هنرمند مجلات خود را باز کردند، چارچوبی با جزئیات دقیق را در صفحه اول دیدند.

هنرمند با لحنی سپاسگزار پرسید: «نمودار یادگیری دیگری برای ما؟» میلیارد خاطر نشان کرد: «سی».

این هنرمند گفت: "برادر، من عاشق این مدل‌ها هستم. ابزارهای آموزشی بی‌ارزش برای شفاف کردن

مفاهیم گیج‌کننده به طرز فوق‌العاده‌ای." این کار آفرین اضافه کرد: "و فوق‌العاده مرتبط است." این صنعتگر تأیید کرد: "حقیقت."

تمام عمر حرفه‌ای‌اش را صرف ساختن آنها کرد. سال‌ها توجه شدید و انزوای شدید طول می‌کشید تا پیچیدگی‌های هر اثری از بین برود تا به سادگی که در سنگ محک نبوغ واقعی قرار دارد، برسد. مانند زمانی است که یک آماتور به یک شاهکار نگاه می‌کند. ساده به نظر می‌رسد زیرا او تخصص استاد را در از بین بردن همه چیزهای غیرضروری درک نمی‌کند. حذف چیزهای غیر ضروری برای تولید این گوهر سال‌ها فداکاری می‌طلبد. و دهه‌ها فداکاری. ساده جلوه دادن همه چیز برای چشمی که آموزش ندیده است. نشان یک استاد است." مدل یادگیری در مجلات چرمی مجلل به این شکل بود، فقط برای اینکه درک واضحی از آنچه سه همراه در آن صبح آفتابی در رم دیدند داشته باشید:

این میلیارد در ادامه داد: بگذارید به این هدایایی که دستیارم برای ما آورده است برسیم. «در طول «بازتاب» فرمول 20/20/20، یکی دیگر از حرکت‌های کاملاً برنده نوشتن در یک مجله است. و بنابراین من اینها را توسط یک صنعتگر ایتالیایی برای شما ساخته بودم. امیدوارم آنها برای شما معجزه کنند."

به پایین نگاه کرد. نظافتچی‌های خیابان سخت مشغول کار بودند. گردشگران در نجیب زاده به امتداد خیابان قدم می‌زدند، سلفی می‌گرفتند و از دست فروشان خیابانی زیورآلات می‌خریدند. طلسم دوست دارد اینجا در رم با من همنشینی کند. اگر خوش شانس باشیم، امروز صبح او را خواهیم دید. من می‌دانم که او در سپیده دم در امتداد رودخانه به سمت پراتی دوید و قبل از رفتن به یک گردش ماهیگیری در مکانی چند ساعتی اوه، اتفاقاً او حداقل برای چند دقیقه بین ساعت 5:20 و تا ساعت 5:20 در یک مجله رسمی نوشت. 5:40 صبح با عبارت "خاطرات روزانه". کلید زمانی که این کار را انجام می‌دهید فقط نوشتن است. زیاد فکر نکن به سادگی تعهدات خود را برای ساعت‌های آینده دانلود کنید، جاه طلبی‌های ارزشمند خود را ثبت کنید و با فهرست کردن

چیزهای خوب در زندگی خود در حال حاضر، قدردانی خود را فعال کنید. لطفاً از دفترچه یادداشت خود به عنوان مکانی برای پردازش هرگونه ناامیدی، ناامیدی و رنجش در قلب خود استفاده کنید تا آنها را رها کنید. این شگفت انگیز است که چگونه با نوشتن دردهای سرکوب شده خود، احساسات سمی و انرژی کم را از سیستم خود رها می کنید و حداکثر خلاقیت، سرزندگی عالی و عملکرد بی نظیر را آزاد می کنید."

"یک راه فوق العاده برای ضد آتش و تقویت قلب من، درست است؟" این کارآفرین گفت.  
"یاهو!" میلیاردر را تشویق کرد و سپس انگشت خود را روی مدل یادگیری در صفحه اول مجله خود گذاشت.

«در اینجا برخی از پاداش‌هایی است که با سرمایه‌گذاری ده یا شاید کل بیست دقیقه از جیب شماره دریافت خواهید کرد. و برای تکرار، به شما پیشنهاد می‌کنم فقط عناصر مثبت زندگی فعلی خود را بنویسید، بلکه جنبه‌هایی از تجربه خود را که باعث ناراحتی و درد می‌شود را نیز بنویسید. زیرا سریعترین راه رهایی از احساسات سخت، داشتن عقل و شجاعت است که مستقیماً به درون آنها بروید. آنها را احساس کنید تا آنها را درمان کنید. آنها را نام ببرید تا آنها را رها کنید. صدایی مکتوب به انرژی تاریک بارهای زندگی بفرست تا آنها را از بین ببرد. اینها بینش‌های پیشرفتی است که من در اینجا برای شما دو نفر فاش می‌کنم. زیرا هنگامی که قدرت مسدود شده توسط لایه‌های احساسات سمی و زخم‌های گذشته را بازیابی کنید، ذهنیت، قلب، مجموعه سلامت و روح شما به‌طور تصاعدی افزایش می‌یابد. و هنگامی که چهار امپراتوری داخلی شما از طریق پاکسازی پر تلاش شما تشدید می‌شوند، خود برتر شما شروع به فرمان‌برداری می‌کند. سپس امپراتوری‌های خارجی به دست می‌آید که هر دوی شما امیدوارید بیشتر آنها را ببینید. چیزی که می‌خواهم توضیح دهم این است: احساسات دشواری که راه سالمی برای از بین بردن آنها پیدا نمی‌کنید، سرکوب می‌شوند، که باعث ایجاد استرس، بهره‌وری ضعیف و حتی بیماری می‌شود.»  
این هنرمند اذعان کرد: "نمودار جالبی است."

بله، چیزی که شما گفتید تقریباً همان چیزی است که من پیشنهاد می‌کنم. «آقای رایلی تأیید کرد: «آن احساسات سمی روی موهبت‌ها، استعدادها و خرد بالاتر شما چسبیده است. این یکی از دلایل اصلی فراموش کردن اکثر مردم روی کره زمین است. وقتی از احساس اجتناب می‌کنیم، دسترسی به قدرتمندترین خود را از دست می‌دهیم و حقایق زندگی را فراموش می‌کنیم: اینکه هر یک از ما

می‌توانیم کارهای شگفت‌انگیز انجام دهیم، آثار شگفت‌انگیزی خلق کنیم، سلامتی درخشان را درک کنیم، و عشق واقعی را بشناسیم، و زندگی جادویی داشته باشید و برای خیلی‌ها مفید باشید. من در اینجا حقیقت را می‌گویم. اما بیشتر ما آنقدر ترس، درد، خشم و غم در خود واقعی مان انباشته شده‌ایم. ما هیچ احساسی از فرصت‌هایی که درست در مقابل آنها می‌نشینیم نداریم. تمام آن انرژی تاریک ما را از دیدن آنها کور می‌کند. و دسترسی ما را به نبوغ اولیه ما مسدود می‌کند. بزرگان تاریخ این دسترسی را داشتند. امروز اکثریت آن را از دست داده‌اند.

"یک زندگی جادویی؟" کارآفرین عنوان کرد. "شما مدام از جادو صحبت می‌کنید. کمی دور به نظر می‌رسد."

میلیارد مودبانه پاسخ داد: «بله، یک زندگی جادویی. وقتی به آفریقای جنوبی رسیدیم، توضیح می‌دهم که چگونه به جادویی که برای همه ما در دسترس است وارد کنید. هنگامی که آنچه را در تانزانی آنجا به شما یاد خواهم داد، یاد بگیرید، توانایی شما برای نشان دادن پول بیشتر، سلامتی بهتر، شادی بیشتر و آرامش درونی عمیق‌تر به طرز چشمگیری افزایش می‌یابد. اما من هنوز نمی‌توانم چیزی در مورد نحوه زندگی در جادو به اشتراک بگذارم. من اجازه ندارم، این میلیارد به طرز مرموزی اظهار نظر کرد.

میلیارد با دقت ادامه داد: "برای التیام زخم باید زخمی را احساس کنی."

"من رنج‌های زیادی را در زندگی خود متحمل شده‌ام. شکست‌های تجاری، زیان‌های شخصی، شکست‌های فیزیکی. من در واقع در حال حاضر با چیزی روبرو هستم که در قلب من غم ایجاد می‌کند."

رفتار با روحیه این میلیارد ناگهان کم‌رنگ شد. برای یک لحظه پیرتر به نظر می‌رسید. خم شد. و تنفسش سخت شد. اما پس از آن او بهبود یافت.

او با پرانرژی گفت: "به هر حال، خبر خوب این است که من در حال حاضر شگفت‌انگیز و آینده‌فوق‌العاده‌ام درد گذشته را تحمل نمی‌کنم. من از تمرین روزانه استفاده کردم. جیب "انعکاس" فرمول 20/20/20 برای حرکت و رها کردن همه آن. این مهارت به تنهایی یکی از دلایلی است که من در بیشتر مواقع پر از شگفتی، سپاسگزاری و صلح هستم. و چگونه من توانسته‌ایم خیلی چیزها را به دست بیاوریم. می‌دانی که زندگی در گذشته انرژی زیادی را از بیشتر مردم می‌دزدد؟

توضیح کامل برای اینکه چرا اکثر مردم تا این حد غیرمولد هستند. افسوسگر تنها کسی است که من



تا به حال ملاقات کرده ام که بین عملکرد ضعیف و آشفتگی عاطفی ارتباط برقرار کرده است. اما در مورد آن فکر کنید. این کاملاً درست است. بنابراین تصور کنید که انجام روزانه روزانه چه کاری برای موفقیت شما و موفقیت کسب و کار شما انجام می دهد، به خصوص زمانی که در حال انجام آن هستید."

کارآفرین و دیگری بر دوش دوست پسر جدیدش. او افزود: "و برای هنر شما." این هنرمند تأیید کرد: "و تحمل درد گذشته بسیار طاقت فرسا است." همه ما شکست می خوریم - و گاهی اوقات تقریباً از زندگی ویران می شویم. میلیاردر به گفتمان خود ادامه داد. من همچنین شما را تشویق می کنم که حداقل چند لحظه در خلال جیب دوم، بین ساعت 5:20 تا 5:40 صبح، برای مدیتیشن پیدا کنید. افسونگر به من یاد داد که چگونه این کار را انجام دهم، و عمیقاً به تمرکز، اعتماد به نفس من کمک کرده است. عملکرد من و آرامشی که احساس می کنم، در حالی که یک مجموعه تجاری پیچیده را اداره می کنم. و مجریان آرام بالاترین دستاوردها را دارند. هیچ چیز در مورد مدیتیشن وجود ندارد، بنابراین از هرگونه تعصبی که ممکن است در مورد مهارت دارید، غلبه کنید و آن را قفل کنید. یکی از بهترین راه های دنیا برای تقویت تمرکز، حفظ قدرت طبیعی و عایق سازی آرامش درونی تان است. علوم شگفت انگیز زیادی وجود دارد.

ارزش یک مراسم مدیتیشن معمولی را دارد، بنابراین، حتی اگر بخواهید این روش را رد کنید، داده ها می گویند که به طور خارق العاده ای به عنوان یک عادت بهینه سازی انسان عمل می کند. تحقیقات کنونی ثابت می کند که مدیتیشن منظم به کاهش سطح کورتیزول کمک می کند و در نتیجه استرس شما را کاهش می دهد. همچنین این یک راه قوی برای رشد رابطه ای است که با خودتان دارید. شما باید زمان بیشتری را برای خود اختصاص دهید. تا تسلط و صمیمیت خود را با فطرت برتر خود مقایسه کنید. برای برقراری ارتباط مجدد با بهترین بخش خود، آن سمتی از شما که غیرممکن ها را درک می کند، اکثراً تجربه نشده است و از مخزن های پنهان درخشندگی، جسارت و عشق شما می داند. آن بخش از شما که هنوز می تواند عظمت دیگران را ببیند، حتی وقتی بد رفتار می کنند، و الگوی مثبت اندیشی در جهان است، حتی زمانی که چنین فضایل به شما پاسخ داده نمی شود. بله، هر روز صبح به این پناهگاه بیست دقیقه ای سکوت و سکون بروید و آنچه را که واقعا هستید به یاد بیاورید. حقیقت در خلوت اولین روشنایی روز صحبت می کند. و سپس این دانش نفس گیر را با خود حمل کنید، در ساعات باقی مانده از هدیه ای که ما آن را یک روز مینامیم."

میلیاردر روی زمین افتاد. و یک سری فشارهای سریع انجام داد. سپس، یک ژست پلانک دنبال شد.

اکنون با مانورهای عجیب و غریب این سرمایه دار دمدمی آشنا شدید.

"من باید به قسمت سوم فرمول 20/20/20 بروم تا بتوانیم جلسه مربیگری امروز را به پایان برسانیم. یک سری جلسات برای بعد ترتیب داده ام، و سپس با آدریانو، طلسم و چند دوست قدیمی دیگر به یک شام عالی می روم." «میلیاردر با خوشحالی گفت.

هنرمند گفت: "حتماً. بدون عرق."

این کارآفرین گفت: البته. ما در مورد رستورانی نزدیک به کامپو دی فیوری شنیدیم که کاربونا را عالی می سازد. امشب آن را امتحان می کنیم.

میلیاردر اذعان کرد: «خوشمزه»، که بیشتر شبیه یک بچه پنج ساله بود تا یک کاپیتان بازرگانی. سپس بحث خود را صبح ادامه داد.

روال امپراتوری سازان، ابرموفقان و ناجیان تمدن ما. ناگهان میلیاردر شکمش را چنگ زد و از درد می پیچید.

کارآفرین در حالی که با عجله به سمت مربی خود می رفت، پرسید: "خوبید، آقای رایلی؟" او با وانمود کردن به اینکه همه چیز خوب است، پاسخ داد: «مطمئناً. بیایید به حرکت ادامه دهیم. من کاملاً متعهد هستم که مطمئن شوم قبل از اینکه شما را ترک کنم، همه چیزهایی را که درباره باشگاه پنج صبحی ها به من آموزش داده شده است، بیاموزید. لطفاً فقط مطمئن شوید که آموزه های افسونگر را با هر تعداد که می توانید به اشتراک بگذارید. همانطور که انجام می دهید جهان را بهبود خواهید داد. ممکن است نتوانم، "او در حالی که صدایش کم شد گفت.

صنعتگر ادامه داد: "بسیار خوب. بیایید ادامه دهیم. جیب سه از فرمول 20/20/20 برای کمک به رشد روزانه شما طراحی شده است. طرز فکر 2x3x را به خاطر بسپارید: برای دوبرابر کردن درآمد و تاثیر، سرمایه گذاری خود را سه برابر کنید. دو حوزه اصلی، تسلط شخصی و توانایی حرفه ای شما. بنابراین، ساعت 5:40 تا 6:00 صبح، آخرین بخش از ساعت پیروزی، زمانی است که پایه دانش خود را عمیق تر می کنید، زیرکی خود را افزایش می دهید، تخصص خود را بهبود می بخشید و مهارت خود را بیشتر می آموزید. رقابت."

این هنرمند می گوید: «لئوناردو داوینچی گفت: «کسی نمی تواند تسلط کوچکتر یا بزرگتر از تسلط بر خود داشته باشد.

این کارآفرین گفت: امروز بیشتر دوستت دارم. او با پوزخند پاسخ داد: "خب، من هر روز بیشتر تو را می پرستم."

میلیاردر خندید: "اوه، برادر. من در یک جشن عشق گرفتار شده ام. درست اینجا روی پله های

اسپانیایی."

او چشمانش را بست و این سخنان فلسفه رواقی را توسط سنکا، دولتمردان رومی، خواند: «هر روز چیزی به دست آورید که شما را در برابر فقر، در برابر مرگ، و در واقع در برابر سایر بدبختی‌ها نیز تقویت می‌کند. و بعد از اینکه افکار زیادی را زیر پا گذاشتید، یکی را انتخاب کنید تا آن روز به طور کامل هضم شود.»

میلیاردر چشمانش را باز کرد و به سادگی گفت: "رهبری در بیرون از درون آغاز می‌شود." او افزود: «در طول آخرین جیب، از ساعت 5:40 تا 6 صبح، از فرمول 20/20/20، برای ارزشمندتر شدن برای صنعت خود و همچنین برای جامعه تلاش کنید. ببینید، شما موفقیت و نفوذ را فقط به خاطر چه چیزی دریافت نمی‌کنید

آن را بر اساس شخصیتی که به عنوان یک فرد و به عنوان یک تهیه‌کننده دارید وارد زندگی خود کنید. میل شخصی بدون توسعه شخصی مانند رویای داشتن یک باغ زیبا است اما هیچ دانه‌ای نداشت است. ما با بالا بردن ارزش خودمان، پاداش‌های عالی را جذب می‌کنیم. من از این ایده ثروتم را به دست آوردم. همانطور که پیشرفت کردم، ظرفیت من برای بهبود زندگی افراد بیشتری از طریق کیفیت بالای خدماتم بهبود یافت. همانطور که خود را آگاه‌تر کردم، برای زمینه‌هایی که در آن کسب و کارم را انجام می‌دادم، ارزشمندتر شدم، که درآمد و تأثیر من را افزایش داد. در اینجا یک مفهوم نسبتاً وجود دارد

خارجی در عصر امروز: کتاب بخوانید. زندگی بزرگ‌ترین مردان و زنان گذشته را با مصرف زندگی‌نامه‌های آنها در طول جیب «رشد» مطالعه کنید. با آخرین پیشرفت‌های روانشناسی آشنا شوید. روی نوآوری و ارتباطات، بهره‌وری و رهبری، رفاه و تاریخ کار می‌کند. و فیلم‌های مستندی را تماشا کنید که چگونه بهترین‌ها کاری را که انجام می‌دهند انجام می‌دهند - و تبدیل به آنچه هستند. به کتاب‌های صوتی در مورد تسلط شخصی، خلاقیت و کسب و کار گوش دهید. یکی از ویژگی‌های مشترک من و دوستان میلیاردر این است که ما کاملاً دوست داریم یاد بگیریم. ما رشد می‌کنیم و از استعدادها و استعدادهای خود بی‌وقفه استفاده می‌کنیم. ما روی گسترش خودمان و بازی‌های حرفه‌ای خود به طور مداوم سرمایه‌گذاری می‌کنیم. همه ما به مطالعه، بهبود و تغذیه کنجکاوی بی‌حد و حصر خود علاقه داریم. سرگرمی برای ما این است که با هم به یک کنفرانس برویم.

ما هر سه ماه یکبار، حداقل یکی، می‌رویم تا الهام گرفته، عالی و کاملاً روشن بمانیم. ما زمان زیادی را صرف سرگرمی‌های بی‌معنا نمی‌کنیم، زیرا بیش از حد روی آموزش بی‌پایان سرمایه‌گذاری کرده‌ایم.

مغول که کاملاً فلسفی به نظر می رسید و اکنون بسیار قوی تر به نظر می رسد گفت: "زندگی بسیار عادلانه است، می دانید."

شما آنچه را که به آن می دهید از آن دریافت خواهید کرد. قانون طبیعی کلیدی وجود دارد. بنابراین، با بهتر شدن، خیلی بیشتر بدهید.

آقای رایلی با شور و نشاط گفت: "بسیار خوب. حالا شما آن را دارید."

یک برنامه صبحگاهی با مهندسی زیبا و بدون نقص برای یک زندگی تجاری و شخصی در سطح جهانی. آن را به طور کامل در آغوش بگیرید، روزانه یا حداقل پنج روز در هفته آن را اجرا کنید، و بهره وری، رفاه، احساس شادی و آرامش شما همراه با ارزشی که می توانید به دنیای ما ارائه دهید، به شدت افزایش می یابد."

"بعدش چی؟"

از هنرمند پرسید: «حالا به دیدار مردگان خواهیم رفت» تنها پاسخ میلیاردر بود.

## فصل 14

### باشگاه 5 صبح ماهیت را درک می کند

#### خواب

"شما نمی توانید ولع استراحت را تصور کنید، من احساس گرسنگی و تشنگی می کنم. شش روز طولانی، از زمانی که کارم تمام شده است، ذهن من گردابی است، سریع، پیشرونده و بی وقفه، سیلابی از افکار که منتهی می شود. هیچ جا، سریع و پیوسته می چرخد. هنگامی که سه همراه به آن خیره شدند، خورشید رومی بلندتر شد تو میتوانی. خیابان ها اکنون پر سر و صدا بود. شهر ابدی زنده شده بود. باز هم دست تایتان به هوا رفت. باز هم، می توان دید دستیار دیگری از ناکجاآباد ظاهر می شود. این بار مردی که به نظر می رسید در اوایل چهل سالگی اش است، در عرض میدان دوید، در مرکز آن ایستاد و وسیله ای را که با آن صحبت می کرد، به سرعت و با صدای بلند بیرون آورد. در عرض یک دقیقه، سه زن با روسری هایی که روی موهایشان شبیه به آن فیلم های ایتالیایی فوق العاده دهه پنجاه بودند، روی سه وسپا قرمز درخشان ظاهر شدند. آنها آنها را در پای پله های اسپانیایی، درست در کنار مجسمه قایق، قبل از ناپدید شدن در پارک کردند. میلیاردر فریاد زد: "بیایید بریم، مردم!" زمان سوار شدن فرا رسیده است. کارآفرین پرسید: "اما این در مورد ملاقات مردگان چیست؟" "به من اعتماد کن. سوار اسکوتر خود شوید و مرا دنبال کن،" میلیاردر دستور داد. سه همراه راه خود را در خیابان های باستانی رم پیچیدند. حتی ناشناخته ترین کلیسا یا ابلیسک بی خطر آنها را در حالتی رویایی از هیبت رها کرد. نور خورشید اکنون خیره کننده بود زیرا رومی ها و گردشگران بلوارها را پر کرده بودند. شهر خیلی زنده بود. در میدانی که رد شدند، یک خواننده اپرا با استعداد فوق العاده با مردی که برای جمع آوری پول در کنارش ایستاده بود، با آواز خواندن که انگار فردایی ندارد، قلب تماشاگران را لمس کرد. هنگامی که میلیاردر، کارآفرین و هنرمند به سفر خود در امتداد جاده های رم ادامه دادند، آنها یک منظره سورئال دیگر را دیدند: هرم سستیوس، ساخته شده

بین 18 تا 12 قبل از میلاد به عنوان مقبره.

هنرمند در حالی که سعی می کرد چشمانش را به خیابان ها نگاه کند، فکر کرد: "هرمی به سبک مصری در قلب شهر ابدی. باور نکردنی."

به زودی آنها از دیوارهای شهر خارج شدند. میلیاردر همچنان پیشرو بود. این کارآفرین برای اولین بار در تمام صبح متوجه شد که پشت تی شرتش سخنان حکیمانه بنجامین فرانکلین، یکی از بنیانگذاران ایالات متحده است که می گوید: «صبح زود طلا در دهان دارد. " و در پشت کلاه او حروفی چاپ شده بود که روی آن نوشته شده بود: «اول برخیز. آخر بمیر.»

او فکر کرد: "این مرد یک شگفتی است." این کارآفرین می دانست که این ماجراجویی هیجان انگیز به زودی به پایان خواهد رسید. اما او امیدوار بود که آقای رایلی در زندگی او بماند. او نه تنها او را تحسین می کرد. احساس کرد به او نیاز دارد.

آنها مدتی سوار شدند و سپس میلیاردر اشاره کرد که باید در یک خیابان فرعی متروک توقف کنند. بعد از اینکه اسکوترها را پارک کردند، بدون اینکه حرفی بزنند، به شاگردانش اشاره کرد که به دنبال او بیایند، از کنار مجسمه سنگی ژنرال نظامی بزرگ رومی ژولیوس سزار، از یک سری پله پایین رفتند و وارد تونلی تاریک و غبارآلود شدند.

هنرمند پرسید: "لعنتی ما کجا هستیم؟"

دانه های عرق روی پوست ظریف زیر چشمانش شکل گرفته بود. تصور کنید شما دقیقاً در آنجا با این سه انسان بودید. و فقط تصور کنید که هنرمند در این لحظه چگونه به نظر می رسید. میلیاردر اعلام کرد: «ما در دخمه ها هستیم. این جایی است که رومیان باستان مردگان خود را دفن می کردند. همه این گذرگاه های زیرزمینی گورستان هایی هستند که مربوط به قرن دوم تا پنجم است.»

"و چرا ما اینجا هستیم؟" کارآفرین را زیر سوال برد.

میلیاردر با لحن گرم همیشگی خود گفت: "من شما را به این سردابه آوردم تا نکته ای را بیان کنم." در همان لحظه صدای قدم هایی که از انتهای تونل می آمد به گوش می رسید. هنرمند با چشمان باز نگاهی به کارآفرین انداخت.

میلیاردر حرفی نزد. صدای قدم ها به گوش می رسید که نزدیک تر می شد. و قوی تر

این کارآفرین اظهار داشت: حس خوبی ندارم.

قدم ها همچنان ادامه داشت که نور مه آلود یک شمع به دیوار فرسوده دخمه ای برخورد کرد. بعد همه جا ساکت شد.

چهره ای تنها به آرامی ظاهر شد، شمعی بلند در دست داشت و با کلاهی روی سر، راهبان مهربان می پوشند. هیچ حرفی رد و بدل نشد. همه چیز بسیار مرموز بود. مزاحم جلوی سه دوست ایستاد. شمع بلندتر شد و در چهار حرکت دایره ای حرکت کرد. سپس کاپوت در آمد. چهره ای که آشکار شد چهره ای آشنا بود. چهره ای که در استادیوم های سراسر کره زمین ظاهر شده بود. و یکی که میلیون ها نفر را برای انجام آن الهام بخش کرده بود کار شگفت انگیز، تحقق رویاهای حماسی و زندگی افسانه ای. افسونگر بود. این هنرمند که هنوز به شدت عرق کرده بود گفت: "خدای من، تو مرا ترساندی." طلسم کننده عذرخواهی کرد: "بخشید. استون به من گفت که اینجا بیایم. کمی گم شدم." "مکان فوق العاده ای، این دخمه ها. با این حال، اینجا کمی ترسناک است."

او اضافه کرد که سالم، شاد و آرام به نظر می رسد. میلیارد در حالی که مشاور و بهترین دوستش را در آغوش می گرفت، گفت: «هی رفیق. از حضورت ممنونم.» طلسم پاسخ داد: "البته." "خب، اجازه دهید مستقیماً به بینش هایی برسیم که می خواهید با این دو نفر به اشتراک بگذارم. می دانید که من همیشه برای بازی می آیم." آقای. رایلی از من خواست که افکارم را در مورد ارزش خواب عمیق به عنوان عنصری از خلاقیت نخبگان پایدار، اوج بهره وری و عملکرد نادر با شما در میان بگذارم. و او به من گفت که می خواهد این کار را اینجا انجام دهد، زیرا نه تنها ساکنان این دخمه در خوابی بی پایان هستند، بلکه علم اکنون تأیید می کند که یکی از راه های اصلی ما برای مرگ زود هنگام، نخوابیدن است.» "واقعاً؟"

کارآفرین پرسید و دوباره دست هایش را جمع کرد نور شمع حلقه نامزدی نقره ای ساده ای را در انگشت نشان داد. میلیارد در حالی که از صدای خفن او سرچشمه می گرفت، فوران کرد: "نه. شما بچه ها این کار را نکردید."

او یک حرکت رقص سریع و عجیب انجام داد که قبلاً انجام نداده بود. کارآفرین و هنرمند با هم پاسخ دادند: "ما انجام دادیم."

و شما هر دو به عروسی ما دعوت شده اید. این هنرمند افزود: کوچک است، اما خاص. میلیاردر پیشنهاد کرد: "خوش آمدید که مراسم را در ساحل من در موریس برگزار کنید."

"هک، من با تمام هزینه ها با شما دو بچه رفتار خواهم کرد. هم برای شما و هم برای خانواده و همه دوستانتان. همه چیز به عهده من است. این کمترین کاری است که می توانم برای شما دو عضو جدید باشگاه پنج صبحی ها انجام دهم. به یک پیرمرد دیوانه اعتماد کردی. تو در این اودیسه وحشی آمدی. شما به روی همه آموزه ها باز بوده اید. شما کار را انجام داده اید. شما دو قهرمان من هستید."

میلیاردر سرفه ای فوری کرد. شاید از گرد و غبار گذرگاه بود. سپس سه انگشتش را روی سینه اش گذاشت، درست جایی که قلبش نشسته بود. و دوباره سرفه کرد.  
"تو خوبی؟"

کارآفرین پرسید، بازوهای او را باز کرد و یکی از شانه های عضلانی او را لمس کرد. "آره."

افسونگر گفت: "بنابراین، اجازه دهید بینش هایی در مورد اینکه چرا این ماموریت نه تنها کالیبراسیون اولین ساعت از روز شما برای تعالی رهبری و بهره وری نمایی ضروری است، بلکه برای مدیریت آخرین ساعت ضروری است ارائه دهم."

یک ساعت از عصر خود، اگر واقعاً در مورد تجربه نتایج عالی جدی هستید."  
او شمع را زیر صورت خود نگه داشت و جلوه ای تقریباً عرفانی ایجاد کرد.

"آنچه که اجرای نابغه را ایجاد می کند، تعادل ظریف بین تسلط بر روال صبحگاهی و بهینه سازی مراسم شبانه شماست. اگر این کار را انجام ندهید، نمی توانید سنگ فرمول 20/20/20 را هماهنگ کنید. درست بخواب."

این کارآفرین اذعان کرد: "تقریباً همیشه کم خواب هستم." حافظه ام خاموش است و من احساس خستگی می کنم."

هنرمند موافقت کرد: "آره." "خواب من بهم ریخته است. من چندین بار در طول شب بیدار هستم. اما از زمانی که در این سفر بوده ام، هر شب خوب می خوابم."

افسونگر با صدای بلند گفت: "شنیدن این عالی است. زیرا ما در میان یک رکود شدید جهانی خواب هستیم."



اینترنت و رسانه های اجتماعی و جذب گسترده دستگاه های ما به بسیاری از آن دامن می زنند. تحقیقات اکنون تأیید می کند که نور آبی ساطع شده از ابزارهای فناوری ما میزان ملاتونین را در ما کاهش می دهد. ملاتونین ماده شیمیایی است که به بدن شما اطلاع می دهد که باید بخوابد.

همانطور که آموخته اید، بدون شک بررسی ابزارهای شما در طول روز عملکرد شناختی را مختل می کند. و اصلاً شکی وجود ندارد که بودن جلوی صفحه نمایش قبل از خواب باعث اختلال در خواب می شود. توضیح دهید که چگونه نور دستگاه های شما گیرنده های نوری به نام «سلول های گانگلیونی ذاتاً حساس به نور شبکیه» را فعال می کند که تولید ملاتونین را محدود می کند و بر ریتم شبانه روزی شما تأثیر منفی می گذارد، که به خواب شما آسیب می زند، اما منظور من را اینجا متوجه شدید. کارآفرین تأیید کرد: "من واقعاً انجام می دهم. روال قبل از خوابم را تغییر می دهم تا ساعت 5 صبح با احساس بهتر و پرنرژی از خواب بیدار شوم. قول می دهم این کار را انجام دهم تا خوب استراحت کنم و بنابراین من می تواند فرمول 20/20/20 را بدون نقص اجرا کند." "برای حداقل 66 روز تا زمانی که به یک عادت خودکار تبدیل شود." این هنرمند گفت: "و سپس برای بقیه عمرم، بنابراین اجرای روش ساعت 5 صبح آسان تر از ماندن در رختخواب و خوابیدن می شود."

افسونگر گفت: «وقتی به اندازه کافی نمی خوابیم، نه تنها زود بیدار شدن سخت است، بلکه تعدادی از چیزهای بسیار آسیب رسان دیگر به بهره وری شما آسیب می رساند و عملکرد شما را به حداقل می رساند و شادی شما را کاهش می دهد و شما را از بین می برد. سلامتی.» کارآفرین درخواست کرد: به ما بگویید.

میلیاردی که اکنون در دخمه چمباتمه زده است، تشویق کرد: «بله، به آنها بگویید.» او به طرز عجیبی اضافه کرد: «این حالت واقعاً برای قسمت پایین کمر و همچنین برای گوارش شما خوب است. "خب، وقتی می خوابی - و نکته کلیدی اینجا نه تنها مقدار خواب است، بلکه کیفیت خواب شما مشخص می شود - نورون های شما 60٪ کوچک می شوند زیرا مایع مغزی نخاعی در مغز شما شسته می شود. همچنین کشف شده است که سیستم لنفاوی که قبلاً فقط در بدن شما وجود دارد،

در جمجمه شما نیز وجود دارد. همه اینها به این معنی است که ما به عنوان انسان از نظر تکاملی فرآیند قدرتمندی را طراحی کرده ایم تا اساساً مغز را بشویم تا در شرایط بهینه باقی بماند. و این مکانیسم پاکسازی فقط زمانی اتفاق می افتد که ما خوابیم.»

این کارآفرین خاطر نشان کرد: «بسیار جالب است. میلیاردی التماس کرد: "در مورد به آنها بگویید."

افسونگر گفت: "حتما، هورمون رشد انسانی، در غده هیپوفیز مغز تولید می‌شود و برای بافت‌های سالم بدن، عملکرد متابولیسم قوی و طول عمر بسیار مهم است. افزایش سطح خلق و خوی، شناخت، سطح انرژی و توده عضلانی بدون چربی را افزایش می‌دهد، در حالی که از طریق تنظیم لپتین و گرلین، هوس شما را کاهش می‌دهد."

نکته اصلی اینجاست: در حالی که از طریق ورزش آزاد می‌شود، که بخشی از دلیل این است که جیب شماره یک فرمول 20/20/20 چنین بازی را تغییر می‌دهد، 75٪ از تولید هنگام خواب اتفاق می‌افتد!

و نکته اصلی اینجاست: برای به حداکثر رساندن فرآیند شستشوی صحیح مغز و تولید عالی به طوری که خلایق، بهره‌وری، سرزندگی و طول عمر خود را گسترش دهید، به پنج چرخه کامل خواب نود دقیقه‌ای نیاز دارید. این چیزی است که مطالعات علمی اکنون تایید می‌کند. یعنی هفت ساعت و نیم خواب در هر شب. همچنین باید بدانید که تحقیقات ثابت می‌کند که تنها کم خوابی نیست که می‌کشد. نشان داده شده است که بیش از حد خواب، 9 ساعت یا بیشتر، عمر را کوتاه می‌کند. این هنرمند پرسید: "آیا مدل یادگیری برای ما دارید که همه اینها را توضیح دهد، بنابراین آگاهی ما در مقابل مبهم و لنگش فوق العاده واضح و کالیبره می‌شود؟"

«کار خوب، استون. شما فرمول موفقیت 3 مرحله ای را به آنها یاد دادید. "اتشویق کرد.

میلیارد که هنوز به کف کثیف سردابه نزدیک بود، سری تکان داد. بعد آروغ زد.

افسونگر تایید کرد: "بله، من یک چارچوب برای شما دارم."

سپس طلسم‌کننده چراغ قوه‌ای را که در ردای او پنهان شده بود بیرون آورد. او قسمت بالایی را باز کرد و یک محفظه مخفی در لوله آشکار شد. او از آن دو طومار نازک بیرون آورد و یکی را به کارآفرین و دیگری را به هنرمند داد.

نمودار زیر در هر طومار ظاهر شد:

این کارآفرین گفت: نمی‌دانم چگونه از شما تشکر کنم. او با نگاهی به میلیارد که اکنون در زیر نور شمع دراز و نشست می‌کرد و زمزمه می‌کرد، نشان داد: «هر دوی شما، ثروت بزرگ و حکمت سنگینی در راه من است. من همیشه یک رهبر هستم، هرگز یک قربانی. یک شیر، نه یک گوسفند. من زندگی ام را دوست دارم و هر روز آن را بهتر می‌کنم. و هر چه به افراد بیشتری کمک کنم، خوشحال تر می‌شوم."

این هنرمند اظهار داشت: "من برای تشکر از معشوقم ثانیاً هستم." دست دراز کرد و عاشقانه موهای

کارآفرین را نوازش کرد.

این کارآفرین تاکید کرد: "اگر دنیا فلسفه ها و روش های باشگاه پنج صبحی ها را می دانست و به کار می برد، هر انسانی که زنده بود متحول می شد."

و اکنون متوجه شدم که بیدار شدن با خورشید اصلاً به معنای گذراندن کم خوابی نیست. این بیشتر همان نقطه قدیمی «زود به رختخواب، زود برای برخاستن» است.

"و همانطور که هر یک از ما سهم خود را برای انجام انقلاب های شخصی خود انجام می دهیم، هر کدام رابطه در زندگی ما از ارتباطی که با هنر خود داریم تا ارتباطاتی که با یکدیگر به اشتراک می گذاریم با ما بهبود می یابد."

این کارآفرین در حالی که چهره اش در نور ملایم شمع در حالی که حلقه جدیدش را می مالید می درخشید، اضافه کرد: «مثلاً کلمات مهاتما گاندی «تغییر باش که می خواهی در دنیا ببینی.» من کمی در مورد زندگی او خواندم. دیشب قبل از اینکه بخوابم."

افسونگر با دلسوزی بیان کرد: «با تمام احترامی که برای آن قائل هستم، کلمات واقعی مهاتما گاندی در طول سالها تنظیم شده اند، تا تبدیل به یک لقمه سالم و مناسب برای فرهنگی شود که کمبود توجه جمعی را تجربه می کند.»

میلیارد در حرفش را قطع کرد: «آنچه که او در واقع گفت این بود: «اگر می توانیم خودمان را تغییر دهیم، گرایش های دنیا نیز تغییر می کرد. همانطور که یک انسان ماهیت خود را تغییر می دهد، نگرش دنیا نیز نسبت به او تغییر می کند. نیازی نیست منتظر بمانید تا ببینید دیگران چه می کنند." طلسم کننده با لبخند گفت: "کار عالی است، استون."

او با مهربانی به کارآفرین گفت: «اما من از نکته بزرگ تر شما قدردانی می کنم.»

و البته، حق با شماست. درخواست شخصی من از هر دوی شما این است که تا جایی که می توانید اصول و مدل های ذهنی خود را با افراد بیشتری به اشتراک بگذارید. زیرا، بله، اگر هر رهبر تجاری، کارگر تجاری، دانشمند، معمار، تأثیرگذار سیاسی، مجری ورزشی، معلم، مادر، آتش نشان، پدر، راننده تاکسی، دختر و پسر به سادگی مراسم صبحگاهی و تشریفات شبانه را که با شما به اشتراک گذاشته ایم، نصب کردند، ما یک برنامه کاملاً جدید خواهیم داشت. اندوه، بی ادبی، متوسط و نفرت بسیار کمتر و خلاقیت، زیبایی، آرامش و عشق بسیار بیشتر.

افسونگر اعلام کرد: "و اکنون، من باید بروم."

میلیارد در حالی که ایستاده بود پاسخ داد: "البته." او دوباره شروع به سرفه کرد و برای لحظه ای

بی ثبات ظاهر شد. دست چپش می لرزید. یک پا تکان می خورد. طلسم به سرعت نگاهش را برگرداند.

قبل از غوطه ور شدن در تاریکی مقبره تمام چیزی بود که گفت: «باید بروم». سه نفری که باقی مانده بودند از دخمه بیرون آمدند، از پله ها بالا رفتند و به نور خورشید کورکننده رومی رفتند.

میلیارد در اسکوتر خود را روشن کرد و برای مهمانانش دست تکان داد تا دنبال کنند. آنها در پیچ و خم خیابان های باریک قدم زدند، از یک قنات قدیمی گذشتند و برگشتند. دیوارهای شهر به زودی آنها در خیابان های شلوغ مرکز تاریخی پیمایش کردند و به سمت پایین حرکت کردند.

این کارآفرین و هنرمند پس از پارک اسکوترهای خود، میلیارد را تا پله های اسپانیا دنبال کردند. او اعلام کرد: «خوب جلسه مشاوره صبحگاهی ساعت 5 صبح. قبل از اینکه به شما بچه ها اجازه دهم برای امروز بروید، آخرین مدل فوق العاده زیبا برای شما دو نفر دارم. افسونگر وقتی خیلی جوانتر بودم آن را به من آموخت و ثابت کرد که قیمتی ندارد. می دانم که آموزه های امروز صبح را با تعظیم بسیار منظمی به پایان می رساند.»

میلیارد با صدایی رعدآلود دستانش را کف زد. صدای خرخری از دور شنیده می شد که از ویلا بورگزه سرچشمه می گرفت. به زودی صدا بلندتر شد. و نزدیکتر. شیئی بالای سر میلیارد، کارآفرین و هنرمند معلق بود. گردشگرانی که روی پله های اسپانیا نشسته بودند، اسپرسو می نوشیدند و ژلاتو می خوردند، چشمان خود را به سمت آسمان چرخاندند و سعی داشتند بفهمند چه خبر است. از بودن در آن لحظه شگفت انگیز لذت می بردی. زن سالخورده ای با لباسی گلدار فریاد زد: «ماما میا».

او یک بچه را در یک بازو و یک دسته گل از لاله های رنگارنگ در دست دیگر گرفته بود. پسر نوجوانی با یک کلاه کوتاه، یک ژاکت جین با «شک گزینه ای نیست» که پشت آن دوخته شده بود و شلوار جین پاره شده با سوراخ های بزرگ روی زانوها فریاد زد: «این یک هواپیمای بدون سرنشین است. به دلایل نامعلومی پابرهنه بود.»

میلیارد شروع به خلبانی ماهرانه هواپیمای کوچک برای فرود دقیقی به صافی سطح یک دریاچه در یک بعدازظهر گرم تابستانی کرد. به دو شاگردش چشمکی زد. او گفت: "هنوز هدیه را دریافت کردم."

این پهباد یک جعبه چوبی حمل می کرد که پس از باز شدن، حاوی یک ورقه شیشه ای نازک با یک مدل آموزشی روی آن بود. نمودار روی شیشه به این صورت است:

فکر می کردم شما بچه ها این برنامه بازی گام به گام بسیار دقیق را برای یک روز شگفت انگیز ارزشمند می یابید. البته، این تنها یک راه ممکن برای حک کردن آن است. متوجه خواهید شد که رژیم عصرانه کمی متفاوت از افسونگر است. طبق معمول، نحوه اعمال تمام این تاکتیک هایی که به اشتراک گذاشته ایم کاملاً به شما بستگی دارد.

این زندگی شماسست - هر طور که انتخاب می کنید زندگی کنید. و با این حال، این چارچوب خاص به من کمک فوق العاده ای کرد زیرا بسیاری از عناصر قدرتمند فرمول 20/20/20 را که اوایل امروز صبح با شما همراه با جنبه های کلیدی یک فرآیند پیش از خواب در سطح جهانی و آنها را در یک نقشه روزانه بسیار خاص ساخته است که هر کسی - و منظورم این است که هر کسی می تواند به طور مداوم روزهای شگفت انگیز را تجربه کند. این مانند یک دستور غذا است: مراحل را دنبال کنید و به نتیجه خواهید رسید."

این هنرمند در پایان ژورنال خود گفت: "و روزهای شگفت انگیز یک مارپیچ رو به بالا را به هفته های شگفت انگیز و هفته های شگفت انگیز به ماه های شگفت انگیز تبدیل می کنند." این کار آفرین در پایان ژورنال خود افزود: «و ماه های شگفت انگیز به محله های شگفت انگیز تبدیل می شوند و محله های شگفت انگیز سال ها و دهه های شگفت انگیز به بار می آورند و در نهایت...» این سه با هم گفتند: "یک زندگی شگفت انگیز."

میلیاردر با پوشیدن لباس های مد روز خود، آن گونه که رومی های شناخته شده به شیوه ای شیک و بی دردسر خود را به نمایش می گذارد، خلاصه کرد: «روز به روز. قدم به قدم، یک وجود حماسی ساخته می شود. خیلی سخت است که این نوع نگرش فوق العاده باحال به نظر بیایم. مرغ های دریایی بیشتری بال هایشان را تکان دادند و صداهای آزاردهنده ای را ایجاد کردند که به نظر می رسد مرغ های دریایی از شنیدن آن لذت می برند.»

میلیاردر به وضوح روحی بسیار دوست داشتنی بود. نه تنها از نظر پول ثروتمند، بلکه از نظر روحی نیز ثروتمند است. اما او از مرغ های دریایی و روشی که آنها در چند سال گذشته بسیاری از پشت بام های مرکز رم را تصرف کرده بودند متنفر بود.

او نشخوار کرد، "باید کاری در مورد آن موجودات پر انجام داد."

یک بازی گام به گام است. پیشرفت های کوچک، روزانه و به ظاهر ناچیز، زمانی که به طور مداوم در طول زمان انجام شوند، نتایج خیره کننده ای به همراه دارند. بردهای کوچک روزانه و بهینه سازی های بی نهایت کوچک واقعاً مطمئن ترین راه برای زندگی است که در پایان به آن افتخار می کنیم. واقعاً یکی از مکان های مورد علاقه من در جهان است، می دانید. من می خواستم شما دو نفر با من باشید تا نه تنها روند تحول فرمول 20/20/20 را به شما آموزش دهم، بلکه این واقعیت را نیز تقویت کنم که زندگی به طور قابل توجهی واقعاً است. یک ماریپیج رو به بالا به بالای پلکانی از موفقیت و اهمیت و در حالی که این سفر را به سوی کاملترین تجربه عالی ترین عظمت خود طی می کنید، گام به گام، جادو و زیبایی به همان اندازه که اکنون شاهد هستید اینجا روزهای شما را القا می کند و تنها در طول سال های شما شتاب می گیرد. از این می توانید مطمئن باشید.»

پس از اسکن دقیق مدل یادگیری روی شیشه، کارآفرین با صدای بلند از خود پرسید: «قانون 1/90/90 چیست؟ و روش 10/60؟ و من برخی از این نمادهای دیگر را نمی فهمم.»

این هنرمند پرسید: «و «2WW» و «2MP» در چارچوب چیست؟

میلیارد پاسخ داد: «به زودی یاد خواهید گرفت» و باعث ایجاد تعلیق شد.

"هر دوی شما باید بدانید که من بهترین و با ارزش ترین آموزه ها را برای پایان زندگی مشترکمان ذخیره کرده ام."

میلیارد سپس کارآفرین و هنرمند را محکم تر از همیشه در آغوش گرفت. آنها می توانستند ببینند که اشک به آرامی چشمانش را پر می کند. نهنگ های بزرگ آب و سپس ناپدید شد. او گفت: «من شما دو نفر را دوست دارم.»

## فصل ۱۵

باشگاه 5 صبح در مورد 10 تاکتیک مربیگری سخن می گوید

نابغه مادام العمر

"اگر می دانستید چقدر برای آن کار شده است، آن را نابغه نمی نامید."

### میکل آنژ

سائوپائولو خیلی خاص است، اینطور نیست؟ میلیارد در گفت که خودروی بی نشان و کلاس اقتصادی که توسط راننده ای آستین کوتاه هدایت می شد، در ترافیک غلیظ این شهر میلیونی متوقف شد و شروع به حرکت کرد. همانطور که در موريس، روی صندلی سرنشین جلو نشست.

سه همراه به تازگی در جت پورت فرود آمده بودند و به سمت یک هتل بوتیک در مرکز این پایتخت مالی آمریکای لاتین می رفتند.

این هنرمند خاطر نشان کرد: "این یک شهر بزرگ است."

این کارآفرین مشتاقانه گفت: «از اینکه ما را برای عروسی ما به اینجا به برزیل بردید بسیار متشکریم. این هنرمند افزود: متشکرم برادر.

کارآفرین و با نگاهی گرم به نامزدش اشاره کرد و گفت: «او واقعاً می خواست مراسم در محوطه شما در کنار اقیانوس برگزار شود.

این هنرمند با رضایت گفت: "من انجام دادم." "آن مکان بهشت بود."

و صادقانه بگویم، من هم همین کار را کردم. اما من می خواستم پدرم را با توجه به برزیلی بودنش گرامی بدارم.» این کارآفرین توضیح داد.

این هنرمند با پوزخند تأیید کرد: "و یک همسر شاد به معنای زندگی شاد است."

وی سپس سخنان ع.الف. وینی پو از میلن: "اگر تا صد سالگی زندگی کنی، من می خواهم تا صد سال منهای یک روز زندگی کنم، بنابراین هرگز مجبور نباشم بدون تو زندگی کنم."

کارآفرین در حالی که از کنار کلیساهای باشکوه نئوگوتیک، در امتداد خیابان‌های بزرگ با ارتفاعات مرتفع عبور می‌کرد، در پشت ماشین به هنرمند نزدیک‌تر شد.

گذرگاهی که تئاتر چشمگیر سائوپائولو و در عرض جاده‌ای که پارک باشکوه ایبیراپوئا در آن قرار داشت را به نمایش گذاشت.

آنچه این هنرمند به اشتراک گذاشت باعث شد میلیاردر به همسرش فکر کند. او هنوز فکر می‌کرد از او هر روز و این سفرهای مجلل به مکان‌های عجیب و غریب نبود که بیشتر به خاطر می‌آورد. نه غذاهای زیبا در بهترین رستوران‌های جهان. ذهنش به سمت ساده‌ترین و به ظاهر معمولی‌ترین لحظات در جمع او رفت. یک پیتزای ارزان اما عالی را با روغن زیتون به اشتراک بگذارید. کتاب خواندن در سکوت در مقابل آتشی خیره‌کننده. طبیعت‌گردی و شب فیلم و سفر به خواربارفروشی. رقصیدن در اتاق خواب خود با موسیقی که به آنها یادآوری می‌کند که چقدر یکدیگر را می‌پرستند. و چیزهایی مانند این که چقدر با صبر و حوصله به او ایتالیایی یاد می‌داد، نحوه خرخر کردنش وقتی واقعاً سخت می‌خندید و چقدر به تنها فرزندشان فداکار بود. میلیاردر فکر کرد که بهترین گنجینه‌های زندگی در ساده‌ترین لحظات زندگی می‌کنند. در آن اتفاقات روزمره که اکثر ما آنها را بدیهی می‌دانیم. تا زمانی که آنها را از دست بدهیم.

این هنرمند در حالی که دست خود را بلند می‌کند تا حلقه نامزدی خود را با افتخار به نمایش بگذارد، در حالی که ماشین در حال حرکت بود به بیان عمق عشق خود ادامه داد.

او به آقای رایلی گفت: "من سخت او را دوست دارم، مرد." "عشق واقعی چه بود. نمی‌توانم زندگی بدون او را تصور کنم.

کارآفرین فکر کرد که چقدر خوشبخت است. در دوره‌ای که او در رویداد افسونگر شرکت کرد، ذهنیت، قلب او در حال تغییر و ارتقا بودند. رادیکال. و غیر قابل برگشت.

او داشت باورهای محدودکننده‌ای را که از دوران کودکی پرفراز و نشیبش شکل گرفته بود، رها می‌کرد و احساسات سمی ناشی از آسیب‌های گذشته‌اش و همچنین از مخمصه فعلی با سرمایه‌گذارانش را رها می‌کرد. میلیاردر کاملاً درست می‌گفت، او تا حدی عمیق‌تر متوجه می‌شد: هر کدام از ما بر اساس سطح آگاهی، بلوغ و امنیت شخصی که در آن هستیم، بهترین کار را انجام



می‌دهیم. افرادی که به دیگران صدمه می‌زنند واقعاً در درون خودشان صدمه می‌زنند. آنها به عاقلانه‌ترین شیوه‌ای که می‌دانند چگونه رفتار کنند، رفتار می‌کنند. اگر آنها می‌توانستند با رهبری، سخاوت و انسانیت بیشتر رفتار کنند، این کار را می‌کردند. این بینش عمیق حتی بذره‌های قوی تری از بخشش را در درون کارآفرین کاشته بود. هنگامی که او برای اولین بار افسونگر را در سمینار خود شنید، بدبین بود و در برابر بسیاری از آموزه‌های او مقاومت نشان داد. او از آن زمان به طور قابل توجهی چرخیده بود و اکنون همه چیزهایی را که به اندازه کافی خوش شانس آموخته بود، با تمام وجود می‌پذیرفت. این یک تکامل الهام بخش برای دیدن بود.

سه هفته از سفر به رم گذشته بود. در آن زمان، کارآفرین هر روز ساعت 5 صبح به مدت 20 دقیقه دوی سرعت بادی را همراه با تمرینات سنگین وزنه انجام می‌داد. پس از آن در ساعت 5:20 صبح، او از آرامش جیب دوم استفاده می‌کرد تا بی‌سر و صدا فکر کند، فهرستی از چیزهایی که برای آنها سپاسگزار بود در دفتر خاطرات جدیدش بنویسد و سپس مراقبه کند. در نهایت، در ساعت 5:40 صبح، او گوش می‌دهد.

به یک کتاب صوتی در مورد یک کسب و کار مغرور یا خواندن چیزی در مورد موضوعات بهره‌وری، کار گروهی و رهبری. او همچنین، و این بسیار سخت بود، اعتیاد به فناوری را که راه نجات او بود، و همچنین فرار از تولید بزرگترین اثرش را ترک کرد. و انحراف او از حضور کامل به زندگی. در طول این روزهای فوق‌العاده دور از دفترش، او درخشان‌ترین خروجی‌های حرفه‌اش را خلق می‌کرد، و از پدیده کم‌فرونی گذرا استفاده می‌کرد که میلیاردی به او آموخته بود تا نتایج را در سطحی از نبوغ تنظیم کند که قبلاً هرگز تجربه نکرده بود. و بازیابی حس رفاه درونی که از دست داده بود.

هر چیزی که او اعمال می‌کرد، جوایز عظیمی را به همراه داشت. به نظر می‌رسید همه چیز در زندگی او دوباره در حال کلیک کردن است. او تناسب اندام‌تر از سال‌ها بود، شادتر و آرام‌تر از آنچه که تا به حال می‌شناخت، و در دوره‌هایی که از هنرمند دور بود، کارآمدتر بود، بیش از آنچه تصور می‌کرد می‌توانست باشد.

همه به لطف باشگاه پنج صبحی‌ها، که او بیشتر و بیشتر درک می‌کرد، به او اجازه داد تا از استعدادهای طبیعی خود در دنیای تجاری با چنین سروصدا، استرس و دعوت به وقفه‌های بی‌امان

محافظت کند. ساعت پیروزی برای او یک دوره عایق بندی شده در ابتدای روزش فراهم می کرد تا چهار امپراتوری داخلی خود را بسازد. بنابراین او می تواند موارد بیرونی را بسازد.

او با امیدواری، اعتماد به نفس و بخشش تازه یافته‌اش، حتی در مذاکره با سرمایه‌گذاران خود پیشرفت بسیار خوبی داشته است. او هیجان زده بود که به زودی، تمام مصیبت وحشتناک پشت سر او خواهد بود.

و به زودی، او ازدواج خواهد کرد. او همیشه می‌خواست کسی خاص در شادی‌ها و موفقیت‌های او سهیم باشد. و او همیشه آرزو داشت که گرسنگی‌اش برای ثروت آفرینی را با رویای داشتن خانواده متعادل کند. خانواده‌ای که دلش برای عضویت در یک دختر تنگ شده بود.

درست زمانی که کارآفرین می‌خواست به تامل‌های هنرمند در مورد میزان عشقش پاسخ دهد، صدای شلیک گلوله بلند شد.

شیشه شیشه جلوی خودرو شکسته شد و بلافاصله شبیه تار عنکبوت شد. دو مرد شانه‌گشاد با ماسک اسکی، با مسلسل روی شانه‌هایشان، با خشونت به راننده اشاره کردند که قفل درها را باز کند. هنگامی که او سعی کرد سرعتش را دور بزند، گلوله دیگری شیشه را سوراخ کرد و گوش راننده را گرفت و باعث فوران خون شد.

آقای رایلی با آرامش خیره‌کننده‌ای دستور داد: در را باز کن. او در حالی که مخفیانه دکمه قرمز رنگی را که به صورت استراتژیک در زیر محفظه دستکش قرار داشت فشار می‌داد، گفت: «این را دارم.

قفل درها باز شد می‌توانستی یک کلیک بشنوی.

یکی از مردان مسلح که با صدای بلند صحبت می‌کرد، فریاد زد: "همه از ماشین بیرون بروید. حالا یا بمیرید!"

در حالی که سرنشینان خودرو به دستورات عمل می‌کردند، مرد مسلح دیگر گردن کارآفرین را گرفت. او گفت: "ما به شما گفتیم که شرکت را ترک کنید. ما به شما گفتیم که شما را می‌کشیم. ما به شما گفتیم که این اتفاق می‌افتد."

ناگهان، یک طولانی، از آن دسته که رهبران جنگی را در مناطق جنگی می بینید که در حال تردد هستند، به سمت صحنه حرکت کرد.

چهار نفر دیگر، دو مرد و دو زن، با ژاکت های فلک با تپانچه با موتورسیکلت های شیک به رقابت پرداختند.

تیم حفاظت از میلیاردر آمده بود.

درگیری در خیابان شروع شد، چاقوها کشیده شد و تیرهای بیشتری شلیک شد. میلیاردر با کارآیی که هنوز هم حیرت‌انگیز به نظر می‌رسید، کنار زده شد و گویی ژنرالی است که یک مأموریت نظامی را رهبری می‌کند، به سادگی گفت: "مسافرانم را نجات دهید. آنها اعضای خانواده من هستند."

اکنون یک هلیکوپتر بالای سرش شناور بود. بله هلیکوپتر روی آن با حروف نارنجی بزرگ در کنار آن، روی رنگ سفید قرار داشت.

جوخه امنیتی نجیب زاده به سرعت بزرگتر از دو مرد مسلح را خلع سلاح کرد، کسی که کارآفرین را تهدید کرده بود و او را به محل امن منتظر برد. اما هنرمند، خوب، متأسفانه او رفته بود.

"من باید او را پیدا کنم!" کارآفرین بر سر پرسنل داخل خودروی زرهی فریاد زد. او اضافه کرد: "من باید شوهرم را پیدا کنم."

یکی از ماموران امنیتی، محکم در حالی که بازوی او را گرفته بود، دستور داد: «اینجا بمان».

اما کارآفرین، در حالت تازه ایجاد شده‌اش از سرسختی ذهنی، آمادگی جسمانی، انعطاف‌پذیری عاطفی و نترسی روحی - به لطف روتین صبحگاهی‌اش، از نگهبان تنومند خلاص شد، دری را که کمی باز مانده بود با لگد باز کرد و شروع به دویدن کرد. او مانند یک ورزشکار نخبه، با سرعتی ماهرانه در بزرگراهی با سرعت در حال عبور از چهار خط بود. بوق‌ها فریاد زدند و برخی از برزیلی‌های پرشور کلماتی را به پرتغالی فریاد زدند که نگران رفاه او بودند. اما او به سرعت یک غزال به دویدن ادامه داد.

او به یک کافه رفت. هیچ نشانی از مرد او نیست. سپس به یک رستوران. سپس در امتداد خیابانی که به خاطر استیک خانه‌هایش معروف است، مسابقه داد. هنرمند هیچ جا دیده نمی‌شد.

سپس کارآفرین دفترچه‌اش را دید، دفترچه‌ای که تمام یادداشت‌هایش را از درس‌های افسونگر در آن نوشته بود. همان دفترچه یادداشتی که وقتی برای اولین بار در سالن کنفرانس ملاقات کردند، به ظاهر تصادفی، او را در حالی که در تاریک‌ترین مکان زندگی‌اش بود، دید. و او به عنوان یک فرشته با حضور محبت آمیز خود باعث شد که او احساس امنیت، آرامش و شادی بیشتری کند.

آنچه بعد اتفاق افتاد غم انگیز بود. همانطور که کارآفرین سرعت خود را برای پیاده روی کاهش داد. و روی یک تکه نازک از یک خیابان چرخید، او خون را دید. نه یک حوض خون بلکه قطرات و لکه های خون تازه.

او فریاد زد: "اوه، خدا. اوه، خدا. لطفا، نه."

دیوانه وار به دنبال مسیر ادامه داد و از کنار یک سری ماشین های پارک شده، مادری با یک نوزاد در کالسکه و ردیفی از خانه های شیک رد شد.

تاجر دعا کرد: «لطفا نگذارید او بمیرد». "خواهش می کنم، خدا." "من اینجا هستم. اینجا" صدای جیغی پیچید.

کارآفرین در جهت تماس های هنرمند به سرعت حرکت کرد. نزدیکتر شد، او مرد مسلحی را که یک هفت تیر را مستقیماً به سر نامزدش گرفته بود، جاسوسی کرد.

ماسک اسکی خود را برداشت. می شد دید که جوان است. و به شدت ترسیده به نظر می رسید.

کارآفرین با شجاعت رفتار کرد و به آرامی به سمت آن دو مرد رفت و گفت: «ببین.» او تکرار کرد: «ببین.» "من می دانم که شما نمی خواهید به او صدمه بزنید. می دانم که نمی خواهید بقیه عمرت را در سلول زندان بگذرانید. فقط اسلحه را به من بده و می توانی بروی. من یک کلمه در مورد شما به کسی نمی گویم. فقط اسلحه را به من بده.»

مرد مسلح یخ زده بود. بی حرف. و تکان دادن. آهسته اسلحه را از سر هنرمند دور کرد. و آن را مستقیماً به سمت سینه کارآفرین نشانه گرفت.

او با صدایی خشن و در عین حال همدلانه التماس کرد: "فقط آرام باش." او به سمت نامزدش و آدم ربا به راه افتاد.

راهزن فریاد زد: "من تو را می کشم." "آنجا بمان."

کارآفرین در حالی که مستقیماً به چشمان مرد مسلح خیره شده بود قدم به قدم قدم به قدم برداشت. حالا لبخند ملایمی بر لب داشت. این درجه از شجاعت تازه به دست آمده او بود. درجه اعتماد به نفس او به طور قابل توجهی افزایش یافته بود.

جنایتکار پس از مکثی طولانی از جایش بلند شد. او با چیزی که ترکیبی از احترام کوهستانی و ناباوری درونی به نظر می رسید به کارآفرین خیره شد. سپس با عجله رفت.

"عزیزم، حالت خوبه؟" کارآفرین با مهربانی هنرمند را در آغوش گرفت.

در حالی که خونسردی خود را جمع می کرد، اگرچه به طور غیرقابل توقفی عرق می کرد، پاسخ داد: "به دنیا اومدی عزیزم."

او گفت: "می دانم. من این کار را نکردم چون در شرف ازدواج هستیم، می دانید. من شما را نجات ندادم زیرا دوستت دارم."

"چی؟" هنرمند را زیر سوال برد. «پس چرا کاری را که انجام دادی انجام دادی؟ منظورم این است که آن چیزی که شما به تازگی انجام دادید باور نکردنی بود! کاملاً گانگستری.»

من این کار را به خاطر باشگاه انجام دادم. "چی میگی تو؟"

هنرمند گیج شده پرسید. "من کاری را که انجام دادم به خاطر قدرت هایی که به عنوان عضوی از در اختیار داشتم، انجام دادم."

باشگاه پنج صبحی ها اینطوری تونستم کاری رو که الان انجام دادم انجام بدم. این همه واقعا کار می کند. همه اش. همه چیزهایی که در موریس به ما آموزش داده شده است. در هند. در رم. و دلیل اصلی که من زندگی شما را نجات دادم این نیست که شما به زودی شوهر من خواهید شد و ما بچه های بزرگ و سپس نوه ها و یک دسته سگ و بچه و امیدوارم حتی قناری در خانه ما خواهیم داشت. «نه. من تو را نجات دادم فقط به این دلیل که تو هم در باشگاه هستی. و آقای رایلی گفت ما باید کنار هم بمونیم. و از همدیگر حمایت کنیم."

"جدی میگی؟" هنرمند با صدای بلند پرسید. او از آنچه شنیده بود راضی نبود.

کارآفرین خندید: "البته که نه! من فقط بازی می‌کنم، عزیزم. من تو را می‌پرستم. هر روز از هفته  
جانم را برای تو می‌دهم. حالا برویم آقای رایلی را پیدا کنیم. بیایید مطمئن شویم که او خوب است."  
روز بعد، پس از اینکه از تجربه دراماتیک خود رهایی یافتند، در پنت هاوس میلیاردر در هتل شیک با  
هم آشنا شدند. آقای رایلی لاغر، متمرکز و بسیار خوشحال به نظر می‌رسید.

او به گونه‌ای گفت: «دیروز خیلی ولگردی کردیم، بچه‌ها،» به گونه‌ای که نشان می‌داد آنچه که آنها  
تحمل کرده‌اند چیزی بیش از یک پیاده‌روی سریع در یک پارک پر از گل نبود.

هنرمند پاسخ داد: "این وحشیانه بود." "شما در مورد تروما صحبت می‌کنید - این آسیب‌زا بود."  
میلیاردر با افتخار در حالی که روی کارآفرین تمرکز می‌کرد، گفت: "دوست من، دیروز کاملاً قهرمان  
بودی." "تو، بانوی جوان، معجزه‌ای روی دو پا هستی."

او گفت: "متشکرم،" او کمی پاهایش را جابجا کرد و مطمئن شد که هنرمند خوب است.

"من غلت زدن را تماشا کردم. خونسردی تو را دیدم. متوجه تمرکزت تحت فشار شدید شدم. و  
سطوح فوق‌انسانی عملکردت."

این هنرمند با اشتیاق اذعان کرد: "این الهه یک زن در اینجا زندگی من را نجات داد."

«شما دو بچه عاشق تازه در حال چشیدن طعم مزایای پیوستن به باشگاه پنج صبحی‌ها هستید.  
فقط شما دو نفر را پس از استفاده از حداقل 66 روز تصور کنید. سپس پس از شش ماه اجرای روتین  
صبحگاهی در سطح جهانی که اکنون کشف کرده‌اید. روشی را در نظر بگیرید که از پتانسیل خود  
استفاده می‌کنید، عملکرد خود را بهینه می‌کنید و در یک سال برای دنیای ما مفید خواهید بود.  
همیشه به یاد داشته باشید که بزرگترین رهبران همه رهبران خدمتگزار بودند. هرچه کمتر همه چیز  
را درباره خود بسازید، و وسواس شما بیشتر بر ارتقای دیگران متمرکز شود، هویت خود را به عنوان  
یک امپراتوری واقعی بیشتر خواهید کرد. و تبدیل به یک تاریخ‌ساز شوید.»

فهمیدم، "کارآفرین در حالی که از یک بطری آب جرعه جرعه می‌نوشید، تأیید کرد و مطمئن شد که  
به خوبی هیدراته شده است تا بتواند در بهترین حالت پرانرژی خود بماند.

میلیاردر پیشنهاد داد: "می خواهم به خاطر قهرمانی که دیروز نشان دادی به تو پاداش دهم." "من اخباری دارم که فکر می کنم باعث می شود زندگی خود را بیشتر دوست داشته باشید."

این کارآفرین گفت: لطفاً به من بگویید. "اگرچه من واقعاً به چیزی نیاز ندارم، می دانید. من کاری را که کردم از روی عشق انجام دادم. به همین سادگی."

"خب... آماده ای؟" سرمایه دار پرسید: "بله، آماده است."

"خب، امروز صبح از افرادم خواستم تمام سهامی را که آن سرمایه گذاران بدخلاق در اختیار داشتند بخرند. بیاید بگوییم که من به آنها پیشنهادی دادم که نمی توانستند رد کنند. و تیم حقوقی من از آنها خواست قراردادی را امضا کنند که قول می دهد هرگز به شما نزدیک نشوند. دوباره شرکت کنید و اجازه ندارید به جایی نزدیک شما... یا مردی که چند ساعت دیگر شوهر شما می شود بیایند."

"عجیب، درسته؟" میلیاردر در حالی که در کف پنت هاوس می رقصید صحبت کرد. بله، او در واقع در تمام اتاق رقصید. سپس شروع به تکان دادن دست هایش به صورت جنون آمیز کرد و به شدت با موسیقی خیالی خود شیار کرد. بالاخره این کار را انجام دهید-او شروع کرد. بله، صنعت برجسته ای که بیش از یک میلیارد دلار ارزش داشت، در آن سوئیت هتل در حال چرخیدن بود.

"او عجیب ترین انسانی است که من تا به حال ملاقات کرده ام - با ضریب یک میلیون." فکر کرد کارآفرین "اما واقعا فوق العاده است. و بسیار نزدیک به جادویی."

کارآفرین و هنرمند به یکدیگر نگاه کردند و شروع به قهقهه زدن کردند. آن ها سپس به آن ها پیوستند - تا جایی که می توانستند، زیرا آقای رایلی گاهی اوقات می توانست کمی نمایش دهنده باشد، به همان اندازه که او فروتن بود. پس از جلسه رقص، آنها این مرد را که مربی باشکوه، مشوق پرشور و دوست صمیمی آنها شده بود، در آغوش گرفتند.

این کارآفرین از بارون عجیب و غریب به دلیل سخاوت او در از بین بردن موقعیت دشوارش بسیار تشکر کرد. این فرار تماشایی کیفیتی تقریباً عرفانی به خود می گرفت. همه چیز رو به بهبود بود. همه چیز حتی بهتر از آن چیزی که او می توانست تصور کند آشکار می شد. و اکنون او از همان آزمایشی که او را به تیزترین لبه زندگی اش رسانده بود، رها شده بود.

در آن لحظه، او متوجه شد که در طرف دیگر هر تراژدی یک پیروزی زندگی می کند. و فراتر از مصیبت، پلی برای پیروزی پایدار وجود دارد، اگر کسی چشم دیدن آن را داشته باشد.

میلیارد گفت: "هر چه باشد، جلسه امروز سریع خواهد بود." نیلوفرهای کازابلانکا را که درخواست کرده‌اید، خواهید داشت، موسیقی‌ای که هر دو پیشنهاد کردید و تمام جزئیات در سطح جهانی کالیبره می‌شوند. این فقط روشی است که من و تیمم رول می‌کنیم. اوه، همه مهمانان شما با یک سری از جت‌های من سوار شده‌اند. همه اینجا هستند و همه پر از لذت هستند مخصوصاً من."

تایتان سرفه شدید دیگری بیرون داد. و سپس دو مورد دیگر. هنگامی که روی صندلی چوبی مدرنی که با چرم سفید رنگی پوشیده شده بود، نشسته بود، بازوی او دوباره شروع به لرزیدن کرد، صنعتگران مبلمان مهربانی در سوئد و دانمارک. برای اولین بار، نگاهی در چشمان او رنگ‌های ترس را نشان داد.

با خود زمزمه کرد: "من این هیولا را شکست خواهم داد." "تو داری با آدم اشتباهی سر و کله میزنی."

کیف پولش را بیرون کشید، عکس فرسوده همسرش را که خیلی وقت پیش رفته بود بیرون آورد، آن را به قلبش چسباند و تمرکزش را روی نکات اساسی گفتمان صبحگاهی گذاشت.

"اکنون که بیشتر چیزهایی را که باید در مورد روش 5 صبح

بدانید، می‌دانید، می‌خواهم ده تاکتیک را ارائه دهم که شتاب شما را در زندگی حرفه‌ای و خصوصی شما تسریع می‌کند. اینها ده حرکت برای قهرمانی روزانه هستند. 20/20/20 فرمول به شما کمک می‌کند از صبح‌هایتان به خوبی استفاده کنید. این ده روال دیگر مکمل رژیم هستند، بنابراین بقیه روزتان با شکوه پیش می‌رود. آنها را قفل کنید و شکست‌ناپذیر خواهید شد. و یک مارپیچ صعودی معنی‌دار موفقیت را تجربه کنید، جایی که هر چیز مهمی است. عنصر زندگی شما با گذشت ساعت‌ها افزایش می‌یابد.

طبق معمول، یک دست سپس به هوا رفت. از کتابخانه سوئیت پنت هاوس دستیار بیرون آمد که تلاش می‌کرد چیزی را که به نظر می‌رسید یک اثر هنری با قاب بزرگ است حمل کند. میلیارد از جا پرید و به کمک دستیارش شتافت.



جلوی تی شرت سفیدی که دستیار جوان، خوش اندام و ناعادلانه به تن داشت، این کلمات چاپ شده بود: «همه آرزوی اسطوره شدن را دارند تا زمانی که کار اسطوره‌ها را انجام دهند.»

"این یکی از کادوهای عروسی من به شما دو نفر است." میلیاردر به نقاشی نفس گیر توماس ادیسون، مخترع بزرگ اشاره کرد. بر فراز چهره ادیسون، در فیلمنامه ای هیجان انگیز هنر مدرن، این جمله مخترع بود: «بهترین تفکر در تنهایی انجام شده است. بدترین کار در آشوب انجام شده است."

«من به یکی از هنرمندان مورد علاقه‌ام که در برلین زندگی می‌کند، سفارش کردم که این کار را برای شما انجام دهد. او بسیاری از کارهای هنری را در آپارتمان من در زوریخ انجام داد. او دیگر به سختی نقاشی می‌کند. این کار را به عنوان یک لطف ویژه انجام داد. شما بچه‌ها اگر آن را بفروشید می‌توانید بازنشسته شوید - به من اعتماد کنید. لطفاً آن را ورق بزنید،" میلیاردر مودبانه درخواست کرد، دوباره روی صندلی شیک نشست و پنت هاوس وسیعی را که مشرف به آسمان خراش‌های سائوپائولو بود بررسی کرد. بسیاری از ساختمان‌های مرتفع دارای بالگردهای بالای خود بودند تا نمادهای صنعتی که در آنها فعالیت می‌کردند بتوانند. بدون نیاز به هدر دادن ساعت‌های باارزش بهره‌وری - و در ترافیک سائوپائولو زندگی کنید. زیرا همانطور که اکنون می‌دانید، ساعاتی را که اکثر مردم هدر می‌دهند، از آن سوء استفاده می‌کنند.

در پشت این اثر هنری با قاب بی عیب و نقص نموداری با این عنوان روی آن قرار داشت: 10 تاکتیک نابغه مادام العمر.

میلیاردر به صحبت خود ادامه داد. توماس ادیسون نمونه‌ای از دستاوردهای خلاقانه شگفت‌انگیز است که مانند تعداد کمی از افراد دیگر در تاریخ، با ثبت هزار و نود و سه حق ثبت اختراع در طول عمر خود و به ما همه چیز را از لامپ تا دوربین فیلمبرداری و در سال 1901 یک باتری که بعداً برای برق مورد استفاده قرار گرفت، به ما داد. ماشین‌ها، او نه تنها یک مخترع، بلکه سازنده شرکت‌های استراتوسفر نیز بود.

میلیاردر ادامه داد: بله. "زندگی او کاملاً ارزش مطالعه و سپس ساختارشکنی در مجله شما را دارد تا صمیمیت و تسلط شما نسبت به نحوه انجام آن افزایش یابد. ادیسون یک بار گفت: "مشغول بودن همیشه به معنای کار واقعی نیست. هدف همه کارها تولید یا موفقیت است."

و همانطور که فرمول دستاورد مخترع را مشخص می کنید، لطفاً به مطالعه توانایی او در تمرکز بپردازید. ادیسون همچنین مشاهده کرد، "شما در طول روز کاری انجام می دهید، اینطور نیست؟ همه انجام میدهند. اگر ساعت هفت از خواب بیدار شوید و ساعت یازده بخوابید، شانزده ساعت خوب وقت گذاشته اید، و برای اکثر مردان مسلم است که همیشه کاری انجام داده اند. تنها مشکل این است که آنها این کار را در مورد بسیاری از کارها انجام می دهند و من این کار را برای یک مورد انجام می دهم. اگر زمان مورد نظر را در نظر می گرفتند و آن را در یک جهت، برای یک شی به کار می بردند، موفق می شدند.»

این هنرمند که امروز صبح لباس مشکی پوشیده بود و چکمه های رزمی استاندارد خود را پوشیده بود، مشاهده کرد. او بزی علامت تجاری خود را تراشیده بود. مقدار محدودی از پهنای باند شناختی و هر حواس پرتی که توجه ما را می دزدد، شانس ما را برای انجام کار استادانه کاهش می دهد. زیرا در هر انحرافی که به محل کار و فضای زندگی خود اجازه می دهیم، پسماند توجه باقی می ماند. و اگر واقعا مراقب نباشیم، در نهایت با زوال عقل دیجیتالی که در آخرین نموداری که با ما در رم به اشتراک گذاشتید، مواجه خواهیم شد. من امروز این قطعه را به شکلی بسیار بزرگ دریافت می کنم. وقتی به خانه و استودیوی خود برمی گردم، قطعاً می خواهم محیط خود را طوری تنظیم کنم که کاملاً ساکت باشد. همچنین برنامه ریزی برای انجام سم زدایی فناوری بزرگ زمان دارید. حداقل برای چند هفته بدون رسانه های اجتماعی و بدون گشت و گذار در فضای مجازی، بنابراین تمرکز را برمی گردم. چیزی که من می فهمم این است که یک بار در فضای روشن سکوت هستم. من باید هر بار فقط بر روی یک پروژه تمرکز کنم، نه اینکه قدرت خلاقانه و انرژی بدنی خود را در بسیاری از پروژه ها پخش کنم. این چیزی است که من از سخنان ادیسون دریافت می کنم. نبوغم را در بسیار خوب بودن در بسیاری از کارها پراکنده نکن، در حالی که افسانه بودن در درونم وجود دارد و فقط روی یک چیز کار می کنم."

این کارآفرین با هیجان گفت: "و من متوجه می شوم که حتی یک وقفه زمانی که به یک محصول جدید داغ یا سرمایه گذاری بعدی خود در اقیانوس آبی فکر می کنم می تواند میلیون ها دلار یا بیشتر برای من هزینه داشته باشد."

"اگر شما در مورد استفاده از استعدادهای خود و بیان کامل عظمت ذاتی خود جدی هستید، آنچه شما دو نفر گفتید بسیار مهم است."

میلیارد در حالی که با خوشحالی می درخشید تأیید کرد.

ادیسون از تپه بالا می رفت و به آزمایشگاه منلو پارک می رفت و ساعت ها و ساعت ها و گاهی روزها روزها با تیمش روی یک اختراع کار می کرد که مرکز الهام آنها بود.

میلیارد سپس به نمودار پشت تابلو اشاره کرد.

"من می دانم که هر دوی شما باید راه بیفتید، بنابراین می توانید برای مراسم آماده شوید. لطفاً این هدیه را با خود ببرید. اما ابتدا آنچه را که در پشت آن نوشته شده است بخوانید تا فرآیند سیم کشی را در این ده تاکتیک شروع کنید. پیشرفت شما را در باشگاه 5 صبح تسریع می کند و هدایا، استعدادها و قدرت های شما را شعله ور می کند. بلند شدن در سحر و دویدن فرمول 20/20/20 حرکت اصلی شما برای رهبری رشته خود و ارتقاء زندگی شخصی شما است. این ده عادت مدرج شده عبارتند از تقویت کننده های شما. آنها اطمینان می دهند که شما از دیدن نتایج خطی به پاداش هایی نمایی تبدیل می شوید."

مدل یادگیری به شکل زیر بود:

در مدل 10 تاکتیک نابغه مادام العمر، کارآفرین و هنرمند فهرست استراتژی های زیر را همراه با توضیحات دقیق در مورد معنای آنها مطالعه کردند. و چگونه می شد آنها را به کار برد.

### **تاکتیک شماره 1: حباب فشرده تمرکز کامل بینش**

اعتیاد به حواس پرتی مرگ تولید خلاق شماست. جذب شما به وقفه دیجیتال از نظر مالی، شناختی، انرژی، جسمی و معنوی برای شما هزینه دارد. برای داشتن درآمد و تأثیری که در حال حاضر تنها تعداد کمی از افراد دارند، باید روزهای خود را مانند تعداد کمی از مجریان در حال حاضر بگذرانید یک خندق استعاری است که شما حول دارایی های نابغه خود می سازید، بنابراین آنها نه تنها قوی می مانند بلکه افزایش می یابند. پنج دارایی اصلی که همه ابرتولیدکنندگان از آن دفاع می کنند تمرکز ذهنی، انرژی فیزیکی، نیروی اراده شخصی، استعداد اصلی و زمان روزانه است. حباب شما یک غشای متخلخل دارد که آن را احاطه کرده است تا شما تصمیم بگیرید چه اطلاعاتی، چه افراد و ماهیت فعالیت هایی که وارد مدار شما می شوند. هر چیز منفی، سمی و ناخالص در دروازه مسدود

می شود. اساساً، این شیوه حضور در جهان، سیستم دفاعی ضد گلوله شما برای رد هرگونه محرکی است که عظمت شما را محکوم کند.

**پیاده سازی:** استراتژی تمرکز شما و همچنین درخشش اولیه شما را حفظ می کند و به شما زمان طولانی عاری از جذابیت های بی اهمیت و هر گونه تأثیری که الهام شما را از بین می برد و بازی شما را بدتر می کند، حفظ می کند. هر روز صبح، وارد این حباب نامرئی می شوید که خودتان ساخته اید که کاملاً خالی از پیام های سطحی دیگران، هرزنامه ها، اخبار جعلی، تبلیغات، ویدیوهای احمقانه، چت های نامربوط و سایر اشکال قلاب زنی سایبری است که پتانسیل عظیم شما را از بین می برد. بخشی از این ساختار فلسفی منلو پارک شخصی شماست، جایی که - مانند توماس ادیسون - از دنیا گم می شوید و می روید تا شاهکارهایی بسازید که شما را به سلطه صنعت و برتری جهانی برساند. کلید واقعی در اینجا تنهایی برای یک دوره برنامه ریزی شده هر روز است، در یک محیط مثبت که شما را سرشار از خلاقیت، انرژی، شادی می کند و احساس می کنید کاری که انجام می دهید برای اعتلای انسانیت است. فضاهایی که در آن ساکن هستید، خروجی تولید شده را شکل می دهند. این مفهوم می تواند و همچنین باید فراتر از روال حرفه ای شما باشد. بنابراین زمان خصوصی شما عاری از منفی گرایی، خون آشام های انرژی و فعالیت های آزاردهنده است. البته، این دیوار زرهی استعاری را در اطراف پنج دارایی نبوغ خود سرهم کنید تا یک زندگی اجتماعی فوق العاده داشته باشید. و بنابراین شما یک گوشه نشین نمی شوید. استفاده از در زندگی شخصی به این معنی است که روزهای خود را در دنیایی جایگزین از خلقت شاد خود زندگی می کنید. به یاد داشته باشید، حباب دارای یک غشای متخلخل است، بنابراین شما می توانید

با دقت انتخاب کنید که به چه کسانی اجازه ورود به واقعیت خصوصی خود و همچنین عناصر زیبایی، شگفتی و آرامش را می دهید. ایده های کاربردی خاص عبارتند از: فروش تلویزیون، اجتناب از اخبار برای بقیه روزهایتان، دور ماندن از مراکز خرید پر سر و صدا، جایی که چیزهایی را می خرید که به آنها نیاز ندارید، از بین بردن انرژی با افرادی که در پلتفرم های اجتماعی دنبال می کنید، خاموش کردن همه اعلان ها. دوباره در و حذف برنامه ها با اعلامیه های مداوم.

**تاکتیک شماره 2: قانون 1/90/90 بینش**

انجام کار واقعی در مقابل کار مصنوعی، روزانه و با ثبات مطلق، به شما مزیت رقابتی غول‌پیکری را می‌دهد که حاصل تسلط است. بهره‌وری با کیفیت در سطح حرفه‌ای نادر است. و بازار بیشترین هزینه را برای چیزی که کمیاب است می‌پردازد. دستاوردهای افسانه‌ای تمام توجه و تلاش خود را بر روی یک پروژه اصلی متمرکز می‌کنند تا از ظرفیت شناختی و انرژی گرانبهای خود برای انتشار محصولات باشکوهی استفاده کنند که صنعت آنها را برعکس می‌کند. برای انجام این کار، باید عادت روزانه بهره‌برداری از بهترین ساعات حرفه‌ای خود را برای ارائه بهترین نتایج مولد خود نصب کنید. وقتی سر کار حاضر می‌شوید، زمان خرید آنلاین، شایعات یا بررسی پیام‌ها نیست. موقع نمایش برای ابر تولید کننده

پیاده‌سازی: برای نود روز آینده، خود را برای سرمایه‌گذاری برنامه‌ریزی کنید

90 دقیقه از روز کاری شما در یک فعالیتی که با تکمیل آن در سطح جهانی، باعث می‌شود شما صاحب رشته خود شوید. این دوره نود دقیقه‌ای باید کاملاً عاری از هرگونه صدا و وقفه باشد. دستگاه‌هایتان را در کیسه‌ای با علامت «برای دوره 1/90/90 من» قرار دهید. و سپس آن کیسه را در اتاق دیگری بگذارید. نصب حصارهای مرزی شفاف که دسترسی به وسوسه‌ها را مسدود می‌کند تاکتیکی قوی برای کاهش آنهاست.

### **تاکتیک شماره 3: روش 10/60 بینش**

تحقیقات حاکی از این است که بهترین مجریان به صورت خطی کار نمی‌کنند و سخت‌تر و طولانی‌تر به امید رسیدن به نتایج قوی‌تر و بهتر کار می‌کنند. در عوض، روشی که خلاقان نخبه‌کاری را انجام می‌دهند با درک قدرت نوسان است. آنها چرخه‌های کاری خود را طوری ساختار می‌دهند که فوران‌های تمرکز عمیق و شدت وحشیانه عملکرد را با دوره‌های استراحت واقعی و بهبودی کامل متناوب می‌کنند. به عبارت دیگر، آنها در یک تعادل کار می‌کنند و خروجی‌های فوق‌العاده‌ای را با زمان‌ها انجام می‌دهند تا دارایی‌های نابغه خود را سوخت‌گیری کنند تا آنها را تهی نکنند. متخصصان واقعی که به تجلیل از نبوغ خود اختصاص داده شده‌اند، حیرت‌انگیزترین کار خود را در زمانی که سر حال و آرام هستند در مقابل خسته و استرس انجام می‌دهند، در حالتی تپش‌آمیز عمل می‌کنند و بیشتر شبیه دوندگان سرعت هستند تا ماراتن‌ها.

**پیاده سازی:** بعد از اینکه بخش 1/90/90 روز کاری خود را اجرا کردید، از یک تایمر استفاده کنید و به مدت 60 دقیقه در حالی که ساکت نشسته اید یا ایستاده اید، در حباب فشرده تمرکز کامل خود، در بهترین حالت خود کار کنید. خود را آموزش دهید که حرکت نکنید. فقط تمرکز کن و بالاترین نتایجی را که ممکن است بسازید ایجاد کنید. پس از اتمام شصت دقیقه سرعت بهره وری، ده دقیقه سوخت گیری کنید. ایده‌هایی برای این چرخه ریکاوری عبارتند از: پیاده‌روی سریع در هوای تازه، خواندن کتابی که رهبری یا تسلط شخصی شما را ارتقا می‌دهد، مراقبه، تجسم یا گوش دادن به موسیقی انرژی‌بخش با هدفون مانند بسیاری از ورزشکاران قهرمانی قبل از اینکه وارد زمین شوند. به طوری که توجه مغز آنها از رفتارهای نشخوار کننده و نگران کننده نیمکره چپ به سمت خلاقیت و جریان بخش سمت راست تغییر می‌کند. پس از ده دقیقه بازسازی فوق‌العاده، به عقب برگردید و بخش شصت دقیقه‌ای بعدی خود را با الهام، عالی و نبوغ اجرا کنید. و سپس چرخه ده دقیقه‌ای بعدی شما برای تجدید.

#### **تاکتیک شماره 4: مفهوم روزانه 5 بینش**

مطالعات نشان می‌دهد که مؤثرترین رهبران کسب‌وکار در روزهایی که حتی اگر با شکست‌های جدی مواجه شده‌اند، ذهنیت خود را فعالانه درگیر پیشرفت خود کرده‌اند، در اوج بهره‌وری هستند. ساخته‌اند. با انجام این کار، آنها خود را از تأثیر خود خرابکاری سوگیری منفی مغز تلقیح کرده‌اند. بنابراین، یکی از کلیدهای عالی برای عملکرد فوق‌العاده این است که توجه خود را به کسب 1٪ برد و دستاوردهای کوچک در هر ساعت از روز کاری خود آموزش دهید. دستاوردهای کوچک روزانه، زمانی که به طور مداوم در طول زمان انجام شوند، قطعاً به نتایج خیره‌کننده‌ای منجر می‌شوند. و با انعکاس عمدی در زمینه‌هایی که در آن در حال حرکت به جلو هستید، جاه طلبی خود را محفوظ می‌دارید، از اعتماد به نفس خود محافظت می‌کنید و فریبکار خطرناک ترس را شکست می‌دهید، بنابراین شاکارهای شگفت‌انگیزی انجام می‌دهید.

پیاده سازی: در طول دومین ساعت پیروزی خود، پنج هدف کوچکی را که می‌خواهید در روز پیش رو به انجام برسانید فهرست کنید تا احساس کنید که یک روز به خوبی خرج شده است. این، مانند بسیاری از چیزهایی که آموخته‌اید، یک تمرین است: هر چه بیشتر آن را انجام دهید، این عادت

آسان تر می شود - و توانایی اجرای شما در اطراف آن قوی تر می شود. بنابراین، با روند ادامه دهید.  
فقط بعد از سی روز، خواهید داشت

150 پیروزی ارزشمند به دست آورد. و پس از یک سال، این استراتژی به تنهایی مسئول دستیابی به 1825 هدف با ارزش بالا خواهد بود، و تضمین می کند که دوازده ماه آینده پربازده ترین دوازده ماهه ای است که تاکنون داشته اید.

### **تاکتیک شماره 5: دومین تمرین بادی**

بینش: شما اکنون عصب شناسی زیبای پشت ورزش روزانه را کشف کرده اید. حرکت منظم بدن تمرکز شما را بالا می برد، قدرت پردازش مغز را تسریع می بخشد و همچنین ظرفیت یادگیری آن را تسریع می کند، انرژی شما را افزایش می دهد، خوش بینی شما را بالا می برد، از طریق تولید ملاتونین بیشتر به خواب بهتر کمک می کند و از طریق آزاد شدن انسان باعث افزایش طول عمر می شود. هورمون رشد همراه با طولانی شدن تلومرهای شما. تلومرها از ساییدگی انتهای کروموزومهای ما جلوگیری می کنند - آنها مانند پلاستیک هستند

نوک بند کفش پیری تلومرهای ما را کوتاه می کند، به همین دلیل است که گاهی اوقات آنها را با فیوز بمب مقایسه می کنند. نکته مهم در اینجا این است که به خوبی مستند شده است که ورزش این کوتاه شدن را کند می کند و به شما کمک می کند مدت بیشتری سالم بمانید.

همچنین باید توجه داشته باشید که مدیتیشن، یک رژیم غذایی غنی از غذاهای کامل، کیفیت خواب مناسب و روزه‌های متناوب (که افسونگر آن را می نامد زیرا شما در طول 16 ساعت روزه غذا نمی خورید و سپس افطار می کنید. دوره هشت ساعته) ثابت کرده اند که تلومرهای ما را از تحلیل رفتن محافظت می کنند. با توجه به حقایق مبتنی بر تجربی که قدرت کاملاً تغییردهنده ورزش را اثبات می کند، چرا فقط یک تمرین در روز انجام می دهید؟ چرا از این رژیم برای افزایش انبوه شادابی خود استفاده نمی کنید تا نه تنها از همتایان خود در صنعت بیشتر زنده بمانید، بلکه پیری را هک کنید و از یک زندگی شاد و سازنده شگفت انگیز لذت ببرید؟

**پیاده سازی:** برای اجرای تمرین، تمرین دوم را در پایان روز کاری خود برنامه ریزی کنید تا باد دوم را برای یک عصر عالی به شما بدهد. شما خستگی را که اکثر مردم بعد از کار احساس می کنند غلبه

خواهید کرد، باتری‌های اراده خود را مجدداً انرژی می‌دهید تا انتخاب‌های عصرانه خود را بهبود ببخشید و حتی می‌بینید که هوس شما برای شکر در شب به میزان قابل توجهی کمتر است.

یکی از بهترین فعالیت‌هایی که در این زمان می‌توانید انجام دهید، پیاده روی یک ساعته در طبیعت است. شما زمان دیگری را بدون وقفه دیجیتال به دست خواهید آورد و به شما امکان می‌دهد عمیق‌تر فکر کنید و ایده‌های ارزشمند را دانلود کنید. شما همچنین با مزایایی که قدم زدن در محیط طبیعی با نور خورشید و هوای تازه برای ذهنیت، قلب، سلامت و روحیه شما به ارمغان می‌آورد، پاداش خواهید گرفت. جان مویر،

طبیعت‌شناس، آن را به خوبی بیان کرد و گفت: «در هر قدم زدن با طبیعت، انسان بسیار بیشتر از آنچه می‌خواهد دریافت می‌کند».

ایده‌های دیگر برای شما عبارتند از: شصت دقیقه دوچرخه سواری در کوهستان، شنای طولانی یا شرکت در کلاس یوگا. با اجرای این روتین، کالری بیشتری می‌سوزانید و سرعت متابولیسم خود را افزایش می‌دهید و چربی بدن را کاهش می‌دهید. یک تغییر دهنده بازی است.

### **تاکتیک شماره 6: پروتکل 2 ماساژ (2 مگاپیکسل) بینش**

مطالعات نشان داده‌اند که ماساژ درمانی روشی است که بهبود قابل توجهی در عملکرد مغز، خلق و خو و توانایی شما ایجاد می‌کند.

با استرس و از نظر سلامت عمومی خود مبارزه کنید. از مزایای ماساژ می‌توان به کاهش 31 درصدی سطح کورتیزول (هورمون ترس) اشاره کرد. افزایش 31 درصدی دوپامین (انتقال دهنده عصبی انگیزه)؛ افزایش 28 درصدی سروتونین (مواد شیمیایی عصبی مسئول تنظیم اضطراب و افزایش شادی)؛ کاهش تنش عضلانی؛ بهبود تسکین درد از طریق ارسال پیام‌های ضد التهابی به سلول‌های عضلانی. و افزایش در سیگنال‌دهی آن سلول‌ها برای ساخت میتوکندری بیشتر. نکته کلیدی در اینجا این است که یک ماساژ عمیق بافتی در مقابل تمرینات آرامش‌بخش ساده داشته باشید. باید کمی درد داشته باشد تا خوب کار کند. این تمرین عالی همچنین استرسی را که باعث تحلیل رفتن تلوورها می‌شود کاهش می‌دهد، سلامتی شما را بهینه می‌کند و طول عمر شما را به حداکثر می‌رساند.



روش اجرا: برای اعمال 2 مگاپیکسل، دو ماساژ نود دقیقه ای را در برنامه هفتگی خود قفل کنید. زیرا کارهایی که برنامه ریزی می شوند، کارهایی هستند که انجام می شوند. و از آنجا که برنامه های مبهم عملکرد مبهمی دارند. و از آنجا که کوچکترین برنامه ها واقعا بهتر از بزرگ ترین اهداف است. ویرتووزها از طریق تعهد خود به اجرا، چشم انداز خود را جذب می کنند. ممکن است بگویید که یک مجری پرمشغله هستید و نمی توانید زمانی را برای انجام دو ماساژ طولانی در هر هفته اختصاص دهید. در واقع، با توجه به مزایای اثبات شده و شگفت انگیز این پروتکل برای وضعیت ذهنی، شناخت، شادی، سلامت و طول عمر شما، حقیقت این است که شما نمی توانید این عادت را نصب نکنید. بله، دو ماساژ نود دقیقه ای در هفته هزینه زیادی دارد. مرگ برای شما هزینه بیشتری خواهد داشت.

### **تاکتیک شماره 7: دانشگاه ترافیک بینش**

افرادی که در مجموع 60 دقیقه هر روز به محل کار رفت و آمد می کنند و برمی گردند، تقریباً 1200 روز از زندگی خود را صرف این کار می کنند - اگر یک عمر متوسط انسانی داشته باشند. این بیش از سه سال است که در ترافیک یا اتوبوس یا قطار سپری شده است. و با افزایش رفت و آمدهای بزرگ، این دوره زمانی فقط در حال رشد است. بیشتر افرادی که سپر به سپر می نشینند خود را با اخبار سمی، شوخی های سطحی در رادیو و سایر تحریکات منفی که تولید را از بین می برد و آرامش درونی را از بین می برد آلوده می کنند. افرادی که در قطارهای شهری یا اتوبوس هستند، اغلب در حالت بی تفاوتی مزمن می خوابند، رویاپردازی می کنند یا با فناوری خود بازی می کنند. متفاوت باش.

پیاده سازی: شرکت در تماماً در مورد استفاده از زمان سفر شما - خواه رفت و آمد به محل کار یا خرید مواد غذایی و انجام مأموریت - برای یادگیری، گسترش مهارت حرفه ای و دانش شخصی شما است. ایده های خاصی که به شما در انجام این کار کمک می کند شامل گوش دادن به کتاب های صوتی و مصرف پادکست های ارزشمند است. واقعیت این است که حتی یک ایده جدید که در یک کتاب یا دوره آنلاین یاد می گیرید می تواند میلیون ها یا حتی میلیاردها دلار برای شما به ارمغان بیاورد. یا ضرب کنیم

خلاقیت، بهره‌وری، سرزندگی و معنویت شما به طور تصاعدی. امروزه هیچ وسیله سرمایه‌گذاری دیگری وجود ندارد که بازدهی بالاتری نسبت به سرمایه‌گذاری در آموزش و رشد شما داشته باشد.

### **تاکتیک شماره 8: تکنیک تیم رویایی بینش**

ورزشکاران حرفه‌ای یک تیم کامل را برای حمایت از صعود خود به بهترین‌های جهان تشکیل می‌دهند. به این ترتیب، آنها آزاد می‌شوند تا پنج دارایی نبوغ خود را حول توسعه تخصص و قدرتی که باعث می‌شود در ورزش خود مسلط شوند، به کار گیرند. مایکل جردن پز شک ورزشی خودش و محمدعلی مربی بوکس خودش نبود. ابرتولیدکنندگان برون‌سپاری می‌کنند و سپس تمام فعالیت‌ها را به جز فعالیت‌هایی که در قلمرو تسلط خود قرار دارند، خودکار می‌کنند، که به خلوص تمرکز اجازه می‌دهد و زمان زیادی را آزاد می‌کند.

پیاده‌سازی: وظایفی را محول کنید که نه تنها استفاده نادرست از ساعات شما هستند، بلکه شادی شما را نیز کاهش می‌دهند. در حالت ایده‌آل، کل زندگی خود را بازسازی کنید تا فقط کارهایی را انجام دهید که در آنها عالی هستید و دوست دارید انجام دهید. با چنین تنظیماتی، نه تنها عملکرد خود را افزایش خواهید داد زیرا فقط در مورد چند چیز اولویت دارید، بلکه از آزادی شخصی به میزان قابل توجهی لذت خواهید برد. و آرامش. همچنین، از آنجایی که شما افرادی را در تیم رویایی خود دارید که در کاری که انجام می‌دهند رهبر هستند، صعود شما به افسانه‌ها سریع‌تر خواهد بود زیرا افراد بزرگی در گوشه خود دارید. اعضای خاص تیم رویایی شما می‌توانند شامل یک مربی تناسب اندام باشد که به طور منظم با او کار می‌کنید، یک متخصص تغذیه، یک ماساژدرمانگر، یک مربی مالی برای تقویت ثروت شما، یک مشاور روابط برای کمک به شما برای حفظ پیوندهای غنی با افراد مهم زندگیتان و مشاور معنوی برای کمک به شما در ثابت ماندن بر قوانین ابدی یک زندگی خوب.

### **تاکتیک شماره 9: سیستم طراحی هفتگی بینش**

اکنون می‌دانید که کارهایی که برنامه‌ریزی می‌شوند همان کارهایی هستند که انجام می‌شوند. طراحی یک هفته بدون برنامه‌ریزی دقیق برای هفت روز پیش‌رو مانند تلاش برای صعود به قله مون‌بلان بدون استراتژی صعود یا پیاده‌روی در جنگل‌های عمیق بدون قطب‌نما است. بله، خودانگیختگی و فضایی برای معجزات غیرمنتظره بسیار مهم است. با این حال، این بدان معنا نیست که شما نباید مسئولیت شخصی و بلوغ انسانی را با عادت کردن به طراحی یک فیلمنامه هفتگی

متفکرانه و واضح نشان دهید که انرژی شما را تقویت می کند، انتخاب های شما را سازماندهی می کند و تعادل را تضمین می کند.

پیاده سازی: هر روز یکشنبه صبح زودتر، سی دقیقه زودتر تشریف بیاورید تا «طرح یک هفته زیبا» خود را بسازید. شروع کنید

این کار را با نوشتن داستانی در مجله خود در مورد نکات مهم هفت روزی که اخیراً زندگی کرده اید، انجام دهید. سپس درس های آموخته شده و بهینه سازی های خود را برای بهتر کردن هفته آینده ثبت کنید. سپس، روی یک تکه کاغذ بزرگ که هر روز از ساعت 5 صبح تا 11 شب در آن است، تمام تعهدات خود را یادداشت کنید. نکته کلیدی در اینجا این است که بیشتر از جلسات کاری و پروژه های کاری خود فهرست کنید. برای ساعت پیروزی، جلسات 1/90/90، چرخه های 10/60 و تمرینات باد دوم خود، و همچنین زمانی برای عزیزانتان، بلوک هایی برای مجموعه علایق و بخش هایی برای کارهایتان تعیین کنید. انجام این کار به صورت هفتگی تمرکز فوق العاده ای را در روزهای شما ایجاد می کند، شتاب شگفت انگیزی ایجاد می کند، بهره وری شما را به میزان قابل توجهی افزایش می دهد و تعادل زندگی تان را به طور چشمگیری بهبود می بخشد.

### **تاکتیک شماره 10: دانش آموز 60 دقیقه ای بینش**

هر چه بیشتر بدانید، بهتر عمل خواهید کرد. رهبران افسانه ای همگی کنجکاوی بی حد و حصر و اشتباهی بی حد و حصری برای تبدیل شدن به بهترین خود دارند. و آموزش واقعاً تلقیح در برابر اختلال است. تولیدکنندگان اوج، یادگیرندگان مادام العمر هستند. یکی از معدود معدودی باشکوهی باشید که قهرمانی خود را باز پس می گیرند، هنر خود را پرورش می دهند و با بازگشت به یک دانش آموز در کلاس جهانی، نبوغ خود را به واقعیت تبدیل می کنند.

روش اجرا: حداقل شصت دقیقه در روز مطالعه کنید. هر کاری که لازم است انجام دهید تا تعهد خود به رشد بی امان را مقاوم کنید. یادگیری روزانه هوش شما را افزایش می دهد، خرد شما را عمیق تر می کند و آتشی فروزان را برمی انگیزد که عظمت شما را بر می انگیزد. شما به یک متفکر وزین و یک سوپرستار واقعی تبدیل خواهید شد. تاکتیک های خاص برای شصت دقیقه شما شامل خواندن هر کتاب خوبی است که به دستتان می رسد، مرور یادداشت های مجله تان، کار کردن از طریق یک برنامه آنلاین، صحبت با یک مربی و تماشای فیلم های تقویت کننده مهارت. همانطور که از

درخشان‌ترین هدایا و بالاترین قدرت‌های خود بهره می‌برید، نه تنها به فردی بزرگ‌تر، بلکه حتی ضروری‌تر تبدیل خواهید شد. شما در کاری که انجام می‌دهید آنقدر ماهر خواهید بود که سازمان و بازار شما بدون شما نمی‌توانند کار کنند. شما به یک رهبر فوق‌العاده ارزشمند در زمینه خود تبدیل خواهید شد. و می‌توانید جریان‌های ارزشی قابل توجهی را به هم تیمی‌ها، مشتریان و جوامعی که در خدمت آنها هستید ارائه دهید. نتایج، پاداش‌های سخاوتمندانه‌ای در قالب درآمد، برجستگی و شادی روحی ناشی از شخصیت نجیب بودن، انجام کار در سطح جهانی و انجام یک هدف بزرگ به شما خواهد بود.

میلیاردی با صدای بلند گفت: "من یک هدیه دیگر دارم تا به شما دو نفر افتخار کنم که به عروسی شما می‌رویم!" او بود

در حالی که این را می‌گفت، عکس او را در چنگ می‌کشید.

«هر روز ولنتاین، سنت ما این بود که صد و هشت گل رز قرمز، چند شکلات فوق‌العاده و یک چیز دیگر را برای شام در رستوران مورد علاقه‌مان به او تقدیم کنم. بعد از آن زانو می‌زدم و می‌خواندم شعر.»

«چیز دیگر» چه بود؟

از هنرمند پرسید.

میلیاردی کمی خجالت زده به نظر می‌رسید. نگاهش به کف پنت هاوس افتاد.

"لباس زیر زنانه" پاسخ تک کلمه‌ای او بود که با چشمک گفت.

سپس روی میز ناهار خوری بلوط گسترده‌ای که در بخشی از سوئیت گول پیکر هتل نشسته بود، ایستاد. مانند کودکی که در حال مخفی کاری است، هر یک از چشمانش را با دست پوشانده بود. سپس شعری قدیمی از اسپنسر مایکل فری را با شور و شوق رعدآلود خواند:

"لمس انسان در این دنیا مهم است، لمس دست من و تو، که برای دل غش بسیار مهمتر از پناهگاه و نان و شراب است. زیرا در هنگام شب، پناهگاه از بین می‌رود و نان تنها یک روز دوام می‌آورد. اما لمس دست و صدای صدا در روح همیشه آواز می‌خواند.

این هنرمند که به وضوح متأثر شده بود، گفت: "خیلی زیباست."

برای آقای رایلی واضح تر می شد که اگرچه این نقاش غیرمتعارف لبه های خشن داشت، اما قلب نرمی داشت. و اگرچه ممکن است برای یک بیننده ناآگاه به نظر برسد که این هنرمند نیمه منفعل تر این زوج عاشقانه است، اما در واقع این نادرست بود. واقعیت این بود که عمق عشق زیاد او به کارآفرین نیازهای نابالغ نفس او را تحت تأثیر قرار داد. قرار نبود تمام مهربانی او با ضعف اشتباه گرفته شود. هنرمند مرد قدرتمندی بود.

این هنرمند افزود: "من خودم شعری سروده ام. این شعر برای تو است عزیزم."

کارآفرین در حالی که یقه اش را مرتب می کرد با مهربانی گفت: "برای من بخوانید. لطفاً."

هنرمند با صدای نفس زدن گفت: "بسیار خوب. اسمش "ممکن است هرگز خداحافظی نکنیم." و اینگونه می شود:

باشد که هرگز خداحافظی نکنیم یک برخورد تصادفی و همان نگاه اول، زیبایی تو مرا به حرکت درآورد و قدرت تو مرا آرام کرد. پنجره های فرصت غیرمنتظره زندگی که توسط یک هوش آگاه فرستاده می شود و از ما می خواهد که سهم خود را انجام دهیم. با ریسک کردن

فقط کسانی برنده می شوند که جرات داشته باشند. تنها کسانی که مایل به مواجهه با طرد شدن هستند، رستگاری خود را خواهند یافت. تنها کسانی که قدرت خود را باز یافتند، رستاخیز را تجربه خواهند کرد.

من هرگز عشق واقعی را نشناختم من هرگز به رنگین کمان دوتایی اعتقاد نداشتم. پیاده روی عاشقانه و دست گرفتن در طلوع آفتاب. هرگز تصور نمی کردم که اولین بوسه منجر به این شود، وقتی افتادی ازت حمایت میکنم اگر بررسی، من تو را نگه می دارم. وقتی شک دارید، من در کنار شما خواهم بود. وقتی از موفقیت لذت بردی، من لیوانم را به سویت بلند خواهم کرد. و وقتی دلت میخواید بروی، نمیگذارم بروی.

مدام به تو فکر میکنم تو را در اعماق وجودم احساس می کنم من مطمئن نیستم که چه کار کرده ام که لیاقت تو را داشته باشم. اما رویای من اکنون این است که با تو پیر شوم. باشد که هرگز خداحافظی نکنیم.

این هنرمند روی یک زانو رفت و دست عروس خود را بوسید. او به وضوح سرخ شد و عمیقاً تحت تأثیر قرار گرفت. سپس می شد صدای گریه بلند را شنید.

دو دانش آموز دستمال کاغذی به مربی خود دادند تا بتواند چشمانش را خشک کند.

## فصل 16

### باشگاه ساعت 5 صبح چرخه های دوقلو را در آغوش می گیرد

#### عملکرد نخبگان

#### با آزادی، کتاب، گل و ماه، چه کسی نمی تواند شاد باشد؟

#### اسکار وایلد

میلیاردی به تنهایی در تراس بزرگ کلبه شخصی که در یک ملک شراب در فرانچوک، آفریقای جنوبی اجاره کرده بود، نشست بود. آقای رایلی همانطور که خاطرات روزانه خود را می نوشت، به شادی شگفت انگیز، شور و نشاط غیر معمول و زیبایی خیره کننده ای که در عروسی این کارآفرین و هنرمند در سائوپائولو وجود داشت، فکر می کرد. آنها به وضوح برای یکدیگر در نظر گرفته شده بودند.

او فکر کرد: «جهان به روش های جالب و کاملاً هوشمندانه کار می کند. و اگر اتحادیه ای وجود داشته باشد که فاصله را طی کند، این اتحادیه خواهد بود.»

همان طور که بزرگزاده در دفتر یادداشت هایش می نوشت، پرندگان آوازهای بی خیال خود را می خواندند و باغبان هایی با لباس های کاری آبی رنگ با بیل های براق در خاک تاکستان فرو می رفتند در حالی که پرانرژی با لهجه های غلیظ آفریقای جنوبی صحبت می کردند. انگورهای درهم و در عین حال چیده شده عاشقانه بر روی چوب های چوبی از افسونی سخن می گفتند که طبیعت به تنهایی به ارمغان می آورد، در حالی که مه عرفانی به آرامی از دره فرانچوک به سمت کوه های اطراف کوچ کرد. کمی قبل از آن، در ساعت 5 صبح، میلیاردی کارآفرین و هنرمند را به دوچرخه سواری در کوهستان برد که از مزرعه شراب شروع شد، سپس در خیابان دانیل هوگو پیچید و به داخل روستای گذشته اصطبل اسب های پرکاربرد، سگ های تنبلی که حرکت می کردند. آهسته مثل حلزون ها روی پروزاک و بوته های گل رز که در امتداد حصارهای سفیدی که در امتداد دو طرف جاده خاکی ناهموار نصب شده بودند، پیچ خورده بودند. واقعاً یک مکان کوچک تقریباً عالی بود میلیاردی! محیطی برای دومین تا آخرین جلسه مربیگری او.

درسی که میلیاردر هنگام سوار شدن هر سه آنها با هم ارائه کرده بود، بر اهمیت حیاتی ایجاد تعادل در عملکرد شخصی نخبگان با تجدید خود عمیق برای موفقیت مستمر استادانه متمرکز بود. تایتان ارزش زمان متناوب را در جهان که به دنبال موفقیت است توضیح داد

بالاترین سطح با زمان بهبودی در بیابان - تقارنی لازم برای اطمینان از هماهنگی قوی بین برنده شدن در کار و ثروت در زندگی. و برای تضمین این که دانش آموزانش بازی طولانی را در مورد دارایی های نبوغ خود انجام می دهند، میلیاردر همچنین توضیح داد که بهره وری عظیم در جامعه بدون داشتن قلب فراوان، احساس اصیل شادی و آرامش درونی پایدار با بازی یک همستر با یک همستر تفاوتی ندارد. چرخ در حال اجرا فکر می کند در حال حرکت است، اما در قفس باقی می ماند.

پرتوهای صبحگاهی در فضای سبز سرسبز ذوب شدند، مغول دوچرخه قرمز براق خود را رکاب زد، با هیجان صحبت کرد و خنده های جشن، خوش بینانه و صادقانه خندید. نوع خنده هایی که همه ما آرزو داریم بیشتر در زندگی خود تجربه کنیم. او همچنین به سرفه های زیادی ادامه داد. یک بار حتی مقداری خون تف کرد. با این حال، از آنجا که میلیاردر پر جنب و جوش و به طور غیرعادی سالم به نظر می رسید، کارآفرین و هنرمند فقط تا حدودی نگران رفاه مربی سخاوتمند خود بودند. شاید این اشتباه آنها بود. اما تازه ازدواج کرده ها آنقدر در آن لحظه بودند که زمان زیادی را صرف کشف اینکه چه اتفاقی دارد نمی افتند. در نگاهی به گذشته، آنها آرزو می کنند که ای کاش داشتند.

هنگامی که سه همراه از سواری استراحت کردند، استون رایلی مدل یادگیری دیگری را به زن و شوهر ارائه داد که او آن را از یک کوله پشتی آبی بیرون آورد. به این شکل بود:

این میلیاردر آموزش داد که "تولید خلاقانه فوق العاده عالی بدون حفاظت از دارایی های انسانی کالیبره شده منجر به کاهش قابل توجه عملکرد می شود." منظور او از آن این بود: افسانه شدن در صنعت شما به پایداری بستگی دارد. و مطمئن شوید که در سطح جهانی نه فقط برای یک ماه یا حتی یک سال کامل ظاهر می شوید. ورزش واقعی کاپیتان های بازرگانی، استادان بزرگ هنرها، بینندگان علوم، قهرمانان علوم انسانی و غول های دو و میدانی، بازی شما را در طول عمر حفظ می کنند.

او تاکید کرد: "طول عمر واقعاً کلید افسانه ای است." او به دو دانش آموز قدر دانش گفت: «این یکی از کلیدهای اصلی رسیدن شما به نماد است. شما واقعاً باید یاد بگیرید که چگونه کار شدید و درخشان را با استراحت و ریکاوری عمیق متعادل کنید تا بتوانید برای مدت طولانی شاداب و قوی بمانید.



زمانی که این کار را انجام می دهید، هدایای خود را با افزایش بیش از حد آنها از بین نخواهید برد، به همان صورتی که برخی از ورزشکاران حرفه ای زانوهای خود را بیرون می آورند و مانع از بازی مجدد آنها می شوند. همه نابغه ها این اصل بسیار مهم را می دانند و به کار می برند. "

در حالی که میلیارد در قهوه شیرین و تیره می خورد، او توضیح داد که آنچه مردان و زنان بزرگ جهان را تا حدی استثنایی می کند، آنهاست.

اجرای پدیده ای به نام «ابر جبران». درست همانطور که یک عضله زمانی که آن را تا حد ظرفیتش تحت فشار قرار می دهید پاره می شود و سپس در طول وقفه بهبودی رشد می کند، پنج دارایی نبوغ شما نیز وقتی فعالانه آنها را از حد معمول خود عبور می دهید افزایش می یابد و سپس اجازه می دهید تا دوره ای بازسازی شود. آقای رایلی به چارچوب روی کاغذ اشاره کرد و گفت: «بچه ها، ببینید کلید ناشناخته موفقیت فوق العاده در درازمدت در یک کلمه ساده نهفته است: نوسان. من در سائوپائولو به آن اشاره کردم، اما هر دوی شما آماده هستید تا عمیق تر بروید.»

این کارآفرین گفت: «ما قطعاً هستیم.

میلیارد گفت: "این را دریافت کنید. زمانی که دانشمندان وزنه برداران بزرگ روسی را مطالعه کردند، متوجه شدند که راز شکست ناپذیری آنها نسبت کار به استراحت آنها است."

در حالی که همراهان با دوچرخه کوهستان خود در امتداد مسیری در لبه یک تاکستان افسانه قدم می زدند، هنرمند پرسید: "این به چه معناست؟"

میلیارد به زبان ساده پاسخ داد: «رشد شما زمانی اتفاق می افتد که در حال استراحت هستید، درست است؟» میلیارد ادامه داد: «در واقع، این قانون بهره‌وری یکی از اصلی ترین و در عین حال متناقض ترین حقایقی است که افسونگر در حین ساختن امپراتوری‌های جهانی خود برای من فاش کرد. تفکر جریان اصلی به ما می گوید که برای انجام کارهای بیشتر، باید ساعات بیشتری را وقت بگذاریم. برای به دست آوردن بیشتر، باید کارهای بیشتری انجام دهیم. اما تحقیقات مستحکم اکنون تأیید می کند که این نوع رویکرد خطی - «سخت تر برای تولید بهتر کار کنید» - به طور جدی ناقص است. پایدار نیست فقط منجر به فرسودگی شغلی می شود. فرسودگی. از دست دادن الهام و کاهش آتش خصوصی شما برای رهبری میدان - و بهبود دنیای ما. این شیوه کار قدیمی همچنین باعث تهی

شدن شدید منابع انسانی می شود که اگر هوشمندانه اعمال شود، شما را بر بازار خود مسلط می کند.

هنرمند با خوشحالی گفت: "آنچه شما به اشتراک می گذارید مرا به یاد روش 10/60 می اندازد." او لباس سواری را که میلیارد در تهیه کرده بود پوشیده بود. و با توجه به تمرین روزانه او در فرمول 20/20/20 به عنوان یک یکی از اعضای خوب باشگاه 5 صبحی ها، به طور قابل توجهی مناسب تر، متمرکزتر، پرنرژی تر و با اعتماد به نفس تر از زمانی که در کنفرانس افسونگر حاضر شد به نظر می رسید. تغییر او بسیار شگفت انگیز بود.

میلیارد در تشویق کرد: "نقطه فوق العاده." "و درست می گوید. با این حال، مدل یادگیری که من می خواهم شما را راهنمایی کنم بسیار بیشتر از این است. امروز شما بینش پیشرفته ای در مورد نحوه جایگزینی دوره های کار و استراحت برای ایجاد بهره وری نمایی دریافت خواهید کرد. همچنین می توانید بیاموزید که چگونه در حین انجام این کار خوشحال باشید. امروز صبح خواهید فهمید که چگونه کمتر کار کنید و در عین حال بیشتر از طریق چیزی که ورزشکاران حرفه ای آن را "دوره سازی" می نامند، تحقق پیدا کنید. بعد از اینکه کارمان تمام شد، شما هر دوی شما فراتر از هر گونه درک سطحی از آنچه برای پیروزی در خود لازم است خواهید بود.

در حالی که تا آخر عمر به زیبایی زندگی می کنید.»

این میلیارد در به بخشی از چارچوب یادگیری با عنوان باشگاه پنج صبحی ها اشاره کرد

"همانطور که اکنون آموخته اید، هر روز صبح با یک باتری پر از قدرت خلاقانه از خواب بیدار می شوید. هر سپیده دم در یک چاه پر از پنج گنج خصوصی بیدار می شوید که اگر به درستی مدیریت شوند، باعث می شوند بر خشونت بهانه های خود غلبه کنید و غلبه کنید. از تیغه چاقوی محدودیت های گذشته خود دوری کنید تا قهرمان بزرگی که در روح شما رمزگذاری شده است با روشنایی روز روبرو شود. و شما را قادر سازد به آن چیزی که باید باشید تبدیل شوید. به عنوان سازنده کارهای دیدنی، به عنوان یک رهبر بدون عنوان و به عنوان انسانی که وقف زندگی در هیبت از باشکوه ترین موهبت های زندگی است."

"من پایه ام!" هنرمند فریاد زد.

آقای رایلی در حالی که به نمودار نگاه می کرد، ادامه داد: "و همانطور که اکنون می دانید، 5 دارایی نابغه تمرکز ذهنی، انرژی بدنی، نیروی اراده شخصی، استعداد اصلی و زمان روزانه شماست. این را تکرار می کنم تا این را به خاطر بسپارید. این دارایی های اولیه در اوایل صبح به بالاترین حد خود می رسد. به همین دلیل است که می خواهید روزتان را خوب شروع کنید و مهم ترین کارهایتان را در با ارزش ترین ساعتان انجام دهید، نه اینکه این فرصت گرانبها را با فریب دادن فناوری تان، تماشای اخبار یا زیاد خوابیدن هدر دهید.»

کارآفرین با وحشیانه ای در مجله چرمی که در رم دریافت کرده بود، یادداشت برداری می کرد: متوجه شدم. یک روسری رنگارنگ با طرح های ظریف روی آن، ظاهری دراماتیک به دم اسبی او بخشیده بود.

میلیارد در در حالی که به مرکز مدل اشاره کرد، گفت: "و نکته اساسی درس امروز این است." بیشتر شبیه یک نبض است. اگر می خواهید به عنوان یک استاد بزرگ در طول دهه ها ظاهر شوید تا به معنای واقعی کلمه برای تمام حرفه تان تسلط داشته باشید و زندگی ای را که دوست دارید تا دوران کهنسالی داشته باشید، حتماً باید چرخه های عالی عالی، آن دوره ها را جایگزین کنید. بازدهی شدید و خارق العاده، با زمان های بهبودی معنی دار، چرخه های سوخت گیری عمیق. لطفاً این را مطالعه کنید،" میلیاردر درخواست کرد، با ضربه زدن انگشت اشاره روی چارچوب چاپ شده.

هنرمند در حالی که هوای تازه را استنشاق می کرد، گفت: «فقط من کاملاً واضح هستم، چرخه عالی ماست و چرخه سوخت گیری عمیق ما است؟»

میلیاردر پاسخ داد: "بله." امروز روی تی شرت مشکی او حروف سفیدی نوشته شده بود: "بله، من با خودم رابطه دارم." عجیب بودنش عالی بود

سرمایه دار ادامه داد: «و بنابراین، اگر می خواهید پیروزی را از لحاظ حرفه ای و همچنین شخصی تحمل کنید، حرکت اصلی شما نوسان است.» "برای چرخه دوره های کاری پرشور، متمرکز بر یکنواختی و قدرتمند در بالاترین درجه با

بلوک های زمانی برای سوخت گیری، استراحت، ریکاوری و سرگرمی خالص تنظیم شده است. این واقعاً مانند ضربان قلب شما است که می تپد.»

این کارآفرین خاطرنشان کرد: "من خیلی این مفهوم را دوست دارم که شما با مهربانی به ما آموزش می دهید."

میلیارد در به اختصار موافقت کرد: "بله، اینطور خواهد شد." "رشد در مرحله استراحت اتفاق می افتد. این خلاف شهود است. درست؟ ما طوری برنامه ریزی شده ایم که فکر کنیم اگر خلق و تولید نکنیم، وقت خود را تلف کرده ایم. اگر این کار را

نکنیم احساس گناه می کنیم. اما به این نگاه کن.» بارون زیپ نایلونی را که به دور کمرش بسته بود باز کرد. او دو مدال را که به نظر می رسید از طلا ساخته شده بودند بیرون آورد و آن ها را بر گردن کارآفرین و هنرمند گذاشت، همانطور که در جشن قهرمانی انجام می شود. روی هر مدال این عبارت حک شده بود:

معادله عملکرد افسانه ای: فشار < سوخت گیری = رشد + استقامت

میلیارد در به دو شاگردش یادآوری کرد: «بیلی جین کینگ بزرگ تنیس گفت که فشار یک امتیاز است. ببینید، فشار و استرس بد نیستند.»

"آنها نیستند؟" کارآفرین را زیر سوال برد.

میلیارد در گفت: "نه. آنها در واقع برای گسترش ظرفیت شما کاملاً ضروری هستند."

این میلیارد در ادامه داد: "شما باید استعدادهای خود را به سختی تقویت کنید." حتی زمانی که نمی خواهید. و بخشی از دلیل این کار، همانطور که شما هم اکنون می دانید، به این دلیل است که وقتی عضله اراده خود را در یک منطقه مهم بزرگ می کنید، نظم و انضباط خود را در هر زمینه دیگری با شما افزایش می دهد. در اینجا باید گفت که فشار و استرس موهبت های فوق العاده ای هستند که بازیکنان از آنها استفاده می کنند. وقتی در حلقه های ایمنی خود می مانیم موهبت های ما افزایش نمی یابد. محدودیت های معمول ما. و سپس مدتی برای سوخت گیری و بهبودی زمان بگذارید.»

میلیارد در تانگستان را بررسی کرد. سپس او افزود: "من به یاد دارم که با یک ورزشکار حرفه ای که در یکی از شام های خیریه من حاضر شد، گفتگوی جذابی داشتم. می دانید او به من چه گفت؟"

هنرمند تعجب کرد: "چی؟"

میلیارد در گفت: «من استراحت می‌کنم تا اجازه بدهم تمام تمرین‌هایم تأثیرگذار باشد». "روش عمیق دیدن چیزها. همه کارها و بدون وقفه عظمت شما را به مرور زمان از بین می‌برد. هوم.

میلیارد در گفت: "اگر می‌خواهید عضلات شکم قوی تری بسازید، آنها را از مرزهای فعلی خود خارج کنید." "اگر معمولاً صد دراز و نشست انجام می‌دهید، دویست حرکت انجام می‌دهید. اگر دویست ماهیچه سهمیه روزانه شما است، به سه تا افزایش دهید. این در واقع باعث پاره شدن ماهیچه می‌شود. با این حال، اگر می‌خواهید عضله رشد کند، نمی‌توانید آن را بی‌وقفه به ورزش ادامه دهید وگرنه آسیب خواهید دید. باید یک یا دو روز به عضلات استراحت دهید.

هنرمند با قفل کردن بر اصولی که در حال یادگیری بود، گفت: "و در چرخه بهبودی است که رشد واقعی اتفاق می‌افتد."

"کاملاً درست!" میلیارد را به وجد آورد. "رشد در مرحله استراحت اتفاق می‌افتد نه در مرحله اجرا. به خاطر می‌آورید در اوایل کار با هم در ساحل من در موریس به شما بچه‌ها گفتم که در مزرعه‌ای بزرگ شده‌ام، مدت‌ها قبل از نقل مکان به مالیبو؟"

"اینطور فکر کن." کارآفرین صحبت کرد. "موریسیوس یک زندگی دیگر را احساس می‌کند"

"خوب، استعاره‌ای وجود دارد که در مزرعه خود یاد گرفتیم که به شما کمک می‌کند تا چرخه‌های دوقلو عملکرد نخبگان را کاملاً درک کنید. با هر کشاورز صحبت کنید و او درباره "فصل آیش" به شما خواهد گفت. قبل از آن، دوره شدیدی وجود دارد که خاک کشت می‌شود، محصولات کاشته می‌شوند و کارهای جدی انجام می‌شود. سپس آن فصل استراحت است. به نظر می‌رسد هیچ اتفاقی نمی‌افتد. به نظر می‌رسد زمان تلف می‌شود. با این حال، بخش تمیز اینجاست: در فصل آیش است که محصول واقعاً شکوفا می‌شود. تمام محصولاتی که در پاییز نشان داده می‌شود، فقط نتیجه نهایی قابل مشاهده است."

میلیارد مقدار قهوه دیگر خورد. کمی روی تی شرتش ریخت. ظرفی که جاوا را در خود جای داده بود «رویای بزرگ را داشت. کوچک شروع کنید. اکنون شروع کن» روی آن نوشته شده است.

پروانه‌ای زرد با بال‌های لطیف که رگ‌های قرمز خونی در امتداد آن‌ها داشت، از کنار آن عبور می‌کرد. سه عقاب اقتدار خود را بالای سر اعلام کردند.

میلیارد در با ناراحتی گفت: "خدایا، من عاشق پروانه‌ها هستم. و رنگین کمان، ستاره‌های در حال تیراندازی، ماه کامل و غروب‌های باشکوه. چرا زنده باشی اگر قرار نیست کاملاً زنده باشی؟"

او اعتراف کرد: «در دهه بیستم مثل یک ربات بودم. «خودم را خیلی جدی گرفتم. دقیقه‌ای برای تلف کردن نداشت. هر ساعت برنامه ریزی شده بود. هر ماشین سواری باید یک کتاب صوتی در حال اجرا داشته باشد. تمام زمان پرواز در مورد بهره‌وری بود. چیزی که اینجاست...» صدایش در حالی که چشمانش تنها، مالیخولیایی و گمشده به نظر می‌رسید، خاموش شد.

«خیلی وقت‌ها خسته بودم. افسونگر جان من را نجات داد. او واقعا

انجام داد. و مدلی که امروز صبح با شما همراهی می‌کنم کمک بزرگی کرد."

میلیارد در نفس عمیقی کشید و سپس ادامه داد. "دارایی‌های نبوغ من در طول زمان فرسوده شد. خلاقیت من در حال فروپاشی بود - همانطور که اثربخشی من هم بود. از آن زمان متوجه شدم که گروه شرکت‌هایم برای فکر کردن به من پول می‌دهند. برای ارائه دیدگاه‌ها و ایده‌هایی برای محصولات و نوآوری‌های جدید. که قطب‌نما را از بین می‌برد و ارزش عظیمی را به همه مشتریان ما در سراسر جهان ارائه می‌دهد. اما من در آن زمان این را نمی‌فهمیدم. افسونگر کمک زیادی به من کرد. چرخه‌های دوقلو عملکرد نخبگان را در اولین جلسه مربیگری به من آموخت. و اصرار کردم بی‌وقفه که آنها را فوراً اجرا می‌کنم و به طور مداوم اما پسر، آیا من با او در این یکی دعوا کردم! ریلکس شدن و نفس کشیدن و مکث کردن بر خلاف طبیعت من بود. اکنون کاملاً متوجه شدم که استراحت همان چیزی است که عظمت اولیه ما را قادر می‌سازد آشکار شود."

کارآفرین سرش را به نشانه درک تکان داد. "اگر کار نکنم، احساس گناه فوق‌العاده می‌کنم. مثل اینکه دارم کار اشتباهی انجام می‌دهم."

این میلیارد در گفت: "مراقبت از خود برای عشق به خود ضروری است." تمام چیزی که می‌گویم این است که اکنون می‌دانم که تعادل برای عملکرد در سطح جهانی بسیار مهم است. کار کردن در روز و شب اصلاً باعث کارآمدی من نشد. فقط من را خسته‌تر کرد. زمانی برای استراحت، برای تغذیه،

دوچرخه سواری در کوهستان، خواندن کتاب هایی که همیشه دوست داشتیم بخوانیم، برای لذت بردن از یک لیوان شراب عالی مانند لیوان پینوتاژ شگفت انگیزی که دیشب در مقابل آتش فروزان در بدنم میل کردم. کلبه ای اینجا در دره. از قضا، زمانی که این نوع بهبودی را تمرین کرده ام، خلاقیت من چند برابر شده است، بهره وری من افزایش یافته است و نتایج من سر به فلک کشیده است. این خیلی عمیق است: من کمتر کار می کنم، بیشتر سرگرم می شوم و با این حال راه را پیدا می کنم. بیشتر انجام شده است. " آقای رایلی سپس دستش را به کوله پشتی آبی رنگ خود برد و یک تکه سفید را بیرون آورد.

به نظر می رسید از بادبان یک اسکله بیرون آمده است. قابل توجه است که می توانید نقاشی آلبرت انیشتین را در یک قایق بادبانی روی آن ببینید. اگر آنجا بودید، در آن تاکستان گرانبها با آنها، این را می دیدید:

صنعتگر گفتمان خود را در آن تاکستان لذت بخش ادامه داد. اوه، بله، بچه های باحال، تفریح برای رهبری رشته تان، ارتقای زندگی و الهام بخشیدن به جهان بسیار ضروری است. همه خلاقیت های شگفت انگیز و نمادهای سازنده تاریخ یک چیز مشترک داشتند، می دانید؟

در حالی که الگوهایش صدای «کلیک کلیک» را می داد، کار آفرین درخواست کرد: «به ما بگویید - لطفاً.» حلقه ازدواج جدید او زیر نور خورشید صبح می درخشید.

میلیارد سریع به یک پایه دستی تبدیل شد. سپس با یک مشت محکم به سینه اش زد و این کلمات را با خود زمزمه کرد:

این روز قیمتی ندارد تمام پول دنیا آن را دوباره بر نمی گرداند. و بنابراین، آن را می گیرم و می چشم و آن را گرامی می دارم.

این روز، ذهنم را پر از رویاهای بزرگ می‌کنم تا جایی برای شک‌های کوچک باقی نماند. من روانشناسی را با ذهنیت جایگزین می‌کنم. و من به یاد دارم که بزرگترین رشد من در لبه‌های ناهموار بالاترین حد من نهفته است.

این روز، به یاد می‌آورم که تا زمانی که مأموریت من به وسواس من تبدیل نشود، هیچ‌گاه هدایای من به افتخار من تبدیل نخواهند شد. و تا زمانی که گرسنگی من برای خدمت از ناامنی‌های خودم فراتر رود، فرصت بزرگ این ساعات ارزشمند را از دست خواهم داد تا وسیله‌ای برای کمک باشم.

این روز، من فداکاری خود را دوباره بارگذاری می‌کنم تا از یک اشراف تقلبی اجتناب کنم، صادقانه، متواضع و با هر دو پا در این زمین مقدس بمانم. اگر مخالفان و بازیگران بد به سوی من سنگ پرتاب کنند، در برابر رفتار بد آنها با مهربانی و محبت پاسخ می‌دهم، حتی اگر مستحق آن نباشند. اگر منتقدان من را مسخره کنند - مثل همیشه از بچگی - من سنگ‌هایی را که به سمتم پرتاب می‌کنند برمی‌دارم و آنها را در می‌آورم.

یادگارهای استادی و اگر کسی مرا غریبه خطاب کند، همانطور که اغلب می‌کنند، با این خرد آشکار در اعماق قلبم لبخند می‌زنم که فقط ناهماهنگی‌ها، توپ‌های عجیب و غریب و عجیب و غریب هستند که دنیای ما را تغییر می‌دهند. متفاوت بودن واقعا جالب است. و عجیب بودن بسیار باسن است.

صحنه کاملاً هیجان‌انگیزی بود. استون رایلی، وارونه، به سینه‌اش می‌کوبد که انگار قلبش را فعال می‌کند و شعرش را می‌خواند.

او در حالی که بلند شد و جرعه‌ای از هوای تازه فران شوک را استنشاق کرد، گفت: «کلمات خلاقانه هستند، می‌دانی.» «کلمات قهرمانی بدون زنجیر را بگویید. از موعظه یک امکان دان پرشور صحبت کنید. از زبان امید، حکم قدرت و تعبیر رهبری و عشق لجام گسیخته استفاده کنید. کلماتم را با دقت مدیریت می‌کنم. هر صبح.»

میلیاردی به درختان انگور نگاه کرد. او افزود: «هرچه هست، همه نابغه‌های بزرگ واقعا عاشق بازی کردن بودند. آنها فهمیدند که تفریح یک شکل قوی از بهبودی است. همه آنها فعالیت‌های تفریحی داشتند که باتری‌های خالی آنها را شارژ می‌کرد. انیشتین عاشق دریانوردی بود. ارسطو و چارلز دیکنز پیاده روی روزانه را دوست داشتند. مریل استریپ، فوق ستاره هالیوود، بافتنی می‌بافد، استیو



وزنیاک چوگان بازی می‌کرد، بیل گیتس استاد بریج بود و سرگئی برین اغلب بر روی یک ذوزنقه بلند پرواز می‌کرد. زمان دوری از کار ائتلاف نیست.» این سرمایه دار تأکید کرد: «این یک امر ضروری است. فضایی را برای پرورش ایده‌هایی که شما را ثروتمند می‌کند ارائه می‌دهد. بنابراین کمتر برای انجام کارهای بیشتر تلاش کنید. این تقریباً همان چیزی است که مدل همه چیز درباره آن است.»

این هنرمند گفت: "من ارزش روش 10/60 را بیشتر درک می‌کنم." "من حدس می‌زنم این بدان معناست که خوب است هر هفته چند روز استراحت داشته باشیم."

"نه تنها خوب نیست، بلکه برای محافظت از پنج دارایی نابغه شما ضروری است، همان‌هایی که - از آنها استفاده می‌کنند تا برجستگی صنعت را درک کنند تا کار آنها در آزمون زمان مقاومت کند. خاص و تاکتیکی بودن: حداقل دو روز کامل در هفته استراحت کنید. بدون تکنولوژی «روزهای دستگاه صفر» همان افسونگر آنها را می‌نامد. بهبودی کامل. و هر ربع، زمان بیشتری از زمین بلند شوید. برای چندین دهه، ژوئن، جولای و آگوست را به تعطیلات می‌بردم. من قایقرانی، دوچرخه سواری، خواب، مطالعه، شنا، آرامش با دوستانم، شادترین لحظات را با دخترم دارم و زندگی را در بهترین حالت خود تجربه کنم. شما بچه‌ها ممکن است نتوانید این مدت مرخصی بگیرید. اما باید به شما بگویم که در طول این چرخه‌های تجدید، من بهترین تفکر و برنامه‌ریزی خود را انجام می‌دهم و بهترین بینش‌هایم را به دست می‌آورم. من همیشه هزاران بار الهام گرفته‌تر، آتش گرفته و زنده به دفتر باز می‌گردم."

پروانه دیگری از کنارش شناور شد. به نظر می‌رسید تاکستان معجزات شگفت‌انگیزی را که در راه است زمزمه می‌کرد. اگرچه خورشید اکنون در شکوه کامل خود ایستاده بود، لغزشی نازک از ماه برای جلب توجه در آسمان بزرگ آفریقا رقابت می‌کرد. نفس گیر بود

کارآفرین دست شوهرش را گرفت. او گفت: "این جادویی است."

می‌دانید، بچه‌ها، «آقای رایلی در حالی که دوچرخه خود را برمی‌داشت و شروع به راه رفتن در امتداد جاده مخفی پشتی که به نوعی کشف کرده بود، گفت. "بهشت روی زمین مکانی عرفانی و معنوی برای آرزو کردن نیست. آن قلمرویی نیست که فقط برای مقدسین، بینندگان و حکیمان در نظر گرفته شده باشد. نه. در این سال‌ها - که بهشت روی زمین حالتی است که هر کسی می‌تواند آن را ایجاد کند.»

میلیارد در اکنون به طور قابل توجهی گفتگو را عمیق تر می کرد و حول محور این درس خاص در مورد مرزهای کار و زندگی برای عملکرد افسانه ای پایدار و زندگی شادتر، حتی بیشتر از آن رشد می کرد. زیرا پیروزی تجاری بدون دل شاد فرصت را از دست می دهد.

استون رایلی گفت: "من واقعاً در زندگی خود احساس خوشبختی می کنم. من بیشتر در جادو زندگی می کنم."

"جادو؟" این هنرمند تعجب کرد که اکنون دو قفسه را می کشد و کفش های دوچرخه سواری خود را باز می کند.

میلیارد، با ظاهری آرام، اما با اعتماد به نفس، آرام و در عین حال متفکر، بازیگوش و در عین حال معنوی، تأیید کرد: "جادو". "من آموخته ام که موفق بودن بدون احساس روحیه بالاترین شکست است."

کارآفرین و هنرمند در کنار هم روی خاک تاکستان نشستند.

میلیارد ادامه داد. "در حالی که من همیشه مشتاق پیشرفت شرکت هایم و گسترش علایق تجاری خود بوده ام - بیشتر برای اینکه ببینم تا کجا می توانم پیش بروم و به من کمک کند تا کار بشردوستانه خود را تقویت کنم - به همان اندازه وقف لذت بردن از جادوی یک زندگی شگفت انگیز هستم. برنده شدن بدون لذت بردن چیزی نیست."

کارآفرین به عنوان کامیونی که انبوهی از کارگران را با لبخندهای کاریزماتیک حمل می کرد، اعتراف کرد: «مطمئن نیستم متوجه شما شوم.

"این یک صبح عالی است!" یکی فریاد زد

من کارم را خیلی دوست دارم. و من از خانه ها، کالاهای و اسباب بازی هایی که دارم لذت زیادی می برم. ولی من به هیچ کدوم نیاز ندارم من اشیاء و شهرت عمومی خود را به عنوان یک تاجر جهانی دارم. با این حال من با آن همذات پنداری نمی کنم. من به هیچ کدام از اینها وابسته نیستم. همانطور که بزرگتر می شوم، هنوز هم لذت های این دنیا را بسیار دوست دارم - اما برای شادی و آرامش خود به آنها نیاز ندارم. من همه چیز را به عنوان یک بازی بزرگ، یک نوع ورزشی می بینم.

بارون ادامه داد: "من مالک چیزهایم هستم، اما آنها مالک من نیستند." و اگرچه در دنیا بازی می‌کنم، بیابان را نیز دوست دارم، نه تنها به صورت استعاری، بلکه به معنای واقعی کلمه مانند اینجا که شگفتی‌های طبیعی این دره اثیری را در فرانسهوک تجربه می‌کنم. من نیز با مدل چرخه‌های دوقلو اینگونه زندگی می‌کنم. برای لذت کامل از زندگی وقت می‌گذارم."

میلیارد تکرار کرد: «جادو» در حالی که به نظر می‌رسید پرندگان آوازخوان با صدای بلندتر زمزمه می‌کنند.

و پروانه‌های بیشتری برای گوش دادن به گفتگو ظاهر شدند.

"خدایا، زندگی زیباست. تمام شگفتی‌ها و باورنکردنی‌های آن را از دست نده. این برای توست - مهم نیست که در چه شرایطی قرار داشته باشی. ببین، همه ما در زمان قرض گرفته شده زندگی می‌کنیم. و زندگی به سرعت می‌گذرد. او با خنده گفت: شما دو بچه قبل از اینکه متوجه شوید پیر خواهید شد، احتمالاً با صد نوه معاشرت می‌کنید.

آقای رایلی با زمزمه گفت: «هرچه هست.» آرمان شهر،

شانگریلا، نیروانا و بهشت روی زمین فقط نام‌هایی برای یک وضعیت هستند، نه مکانی برای بازدید. شما وارد سحر و جادو زندگی می‌شوید و زمانی که قدرت ذاتی را که در هسته شما نهفته است بازیابی کنید، هر روز سعادت کامل را تجربه می‌کنید. و وقتی شکرگزار بودن را حتی برای کوچکترین نعمتهای روزمره به تعویق نمی‌اندازید. وقتی شروع به جادوگری کنید، آهنربای معجزه خواهید شد."

این کارآفرین فکر کرد: «این میلیارد در حال حاضر وارد یک قلمرو بسیار عرفانی و دور افتاده است. صنعتگر گفت: بهشت روی زمین. "زندگی من به طور کلی یک جریان ثابت از زیبایی است، می‌دانید؟ و من متوجه شدم که این ارتباط چندانی با داشتن پول زیاد ندارد. این بیشتر به یافتن رضایت در کوچکترین چیزها مربوط می‌شود. برای مثال، روشی که آتش مرا گرم کرد و به من الهام بخشید. این به گذراندن زمان زیادی در طبیعت مربوط می‌شود، چه در تاکستان‌هایی مانند اینها، با انگشت اشاره به مزارع شراب که دره را پر کرده‌اند، یا در پیاده‌روی در جنگل، یا پیاده‌روی در کوه‌ها، گفت: یا نزدیک دریا بودن یا در میان ماسه‌های بیابان بی حرکت بودن، این مربوط به پیوند دوباره با هیبت،

شگفتی و عظمتی است که زندگی هر انسانی با بازدید مکرر از گالری‌های هنری در اختیار دارد و انرژی و نبوغ را در اختیار دارد. سازندگان ذهنیت، قلب، سلامت و روحیه شما را القا می‌کنند. این مربوط به خوردن غذای تازه، به سادگی آماده، با افراد جالب، واقعی، متفکر، خلاق و دلسوز است که به شما احساس خوبی می‌دهند. قدم گذاشتن در جادو نیز چیزهای زیادی دارد. با گذشته خود خداحافظی کنید، حال را در آغوش بگیرید و به خیال پردازی، معصومیت، شور و عشقی که در کودکی با آن صمیمی بودید بازگردید. بزرگسالان کودکانی هستند که از بین رفته‌اند. بهشت روی زمین به طور طبیعی در وجود شما نمایان می‌شود. هنر زمانی است که درخشش و شجاعت را دارید که دوباره آن را باز کنید. مثل وقتی که کوچک بودی.»

این هنرمند با انرژی گفت: "پیکاسو یک بار گفت: "چهار سال طول کشید تا مثل رافائل نقاشی کنم، اما یک عمر طول کشید تا مثل یک کودک نقاشی کنم." زندگی می‌کند."

میلیارد در متوقف شد. دوچرخه‌اش را استراحت داد و برای دو دانش‌آموزش دست تکان داد تا او را دنبال کنند و به منطقه‌ای از تانگستان بروند که تابلوی فلزی مشکی روی آن با حروف زرد روشن «چنین بلان» مشخص شده بود. سپس استون رایلی به زانو در آمد.

کارآفرین و هنرمند او را در حال کشیدن یک مدل یادگیری در خاک غنی از مواد معدنی تروآر تماشا کردند. دقیقاً شبیه این بود:

سحر و جادو، «میلیارد در همچنان زمزمه می‌کرد، در حالی که به عنوان یک سرباز صاف ایستاده بود. حالا چشمانش بسته بود. موهای پرپشتش در باد ملایم کمی تکان می‌خورد. وقتی یک دستش را روی قلبش گذاشت، کبوترهای بیشتری پیدا شدند.

من واقعاً این روزها به نسیم علاقه دارم. فقط اگر دیگر آنها را نداشته باشید از آنها قدردانی می‌کنید. همانطور که من می‌گویم، چنین افسونی در زندگی وجود دارد. درست روبروی شماست. در دسترس هر کسی. همه ما می‌توانیم جادوگرهایی شویم. اما برای تجربه این واقعیت برتر که من از آن صحبت می‌کنم - برای اینکه واقعاً آن را پیدا کنید - باید دنیا را بسیار ترک کنید. در جامعه معمولی بازی کنید و در بازی‌ای که به شما می‌فروشد موفق شوید، اما اغلب از آن جدا می‌شوید، بنابراین هرگز واقعاً متعلق به آن نیستید. از آنجا که ورزشی که اکثریت آن را انجام می‌دهند تنها یک توهم مانند یک رویای بیداری است - اینکه بسیاری از افراد خوب بهترین صبح‌های بهترین روزهای خود را به

آن اهدا می کنند، زیرا پول را بر معنا می گذارند، سود را بر مردم، محبوبیت را بر صداقت، مشغول بودن. فراتر از خانواده و موفقیت بر عشق به معجزات اساسی زمان حال.»

چشمان میلیاردر بسته ماند. بعد، هر دو دستش را همان طور که دوست داشت به سمت آسمان بلند کرد.

میلیاردر که مستقیماً با نموداری که در خاک کشیده بود صحبت می کرد، گفت: "شما با استفاده از شادی خود به عنوان وارد جادو می شوید."

"برای دانستن مقادیر روزافزون شادی، به چیزهایی که به شما احساس خوشبختی می کند اعتماد کنید. قلب شما می داند که باید کجا باشید. این بسیار عاقل تر از ذهن شماست. غریزه بسیار بیشتر از عقل و شهود باهوش تر از عقل است. مطمئناً، هوش ما از آنچه اطرافیان ما به ما یاد داده اند تشکیل شده است. محدود است. منطق محدود است - و آنچه قبلاً انجام شده است. خود حاکمیت شما بهتر می داند. در امکان عمل می کند، نه عملی. رویایی است. نامحدود است." کارآفرین گفت: «مطمئن نیستم شما را درک کنم.

آقای رایلی به او دستور داد: "شادی خود را دنبال کنید. فقط در کنار افرادی باشید که به شادی شما دامن می زنند. فقط کارهایی را انجام دهید که سعادت شما را تغذیه می کنند. فقط در مکان هایی باشید که به شما احساس سرزندگی می دهند. ببینید، می دانم که سخت است. این مدل را به خوبی زندگی کنید. پس لطفاً این چارچوب را به عنوان یک ایده آل برای حرکت به سمت آن ببینید. و مانند هر چیز دیگری که به شما یاد دادم، این یک فرآیند است - نه یک رویداد. زمان می برد. اما با آگاهی از این مدل شروع می شود. و سپس اجازه دهید شادی شما باشد."

این میلیاردر با دوچرخه کوهستان خود شروع به راه رفتن کرد و به آرامی به دو دانش آموز خود اشاره کرد که دنبال کنند.

"آه، جادویی که در جوهر زندگی زندگی می کند. آن را بسیار دوست دارم. من را با آرامش و آرامش بیشتری نسبت به هر شیء مادی که تا به حال داشته است پر می کند. و این اهمیت تعادل بین موفق بودن با روحیه داشتن است."

میلیاردر بازوهایش را محکم فشرد و به نظر می رسید که با درد شدیدی دست و پنجه نرم می کند.

او به آرامی تکرار کرد: "قلب تو همیشه از سرت عاقل تر است." می داند که باید کجا باشی. دنبالش کن. به آن اعتماد کن.

میلیارد در علامتی داد و فوراً از پشت مترسکی، یک دستیار در سراسر تاکستان به سمت کارفرمایش هجوم برد. یک بیل نقره ای به میلیارد داده شد و یک بغل سریع رد و بدل شد.

نجیب زاده با ذوق شروع به حفاری کرد. به زودی صدایی شنیده شد که فلزی با فلز برخورد کرد. آقای رایلی روی زمین زانو زد و شروع به پاک کردن خاک از فولاد کرد

گاو که در زمین فرو رفته بود. همانطور که او این کار را انجام داد، مانند خوانندگان فولک در سوئیس و اتریش، شروع به یودلینگ کرد. تماشای صنعتگر در حین حفاری چیز دیگری بود. و برای شنیدن آواز او

کارآفرین و هنرمند مسحور شده بودند.

سپس جعبه را با مراقبت عظیم باز کردند. داخل آن یازده طلسم جادویی بود که هر کدام به یک حرف متصل بودند. در آن لحظه، آفتاب بر فراز آن تابش می کند  
میلیارد در اثر یک هاله درخشان دیگر را ایجاد کرد.

میلیارد در با خود زمزمه کرد: "من بخشی از همه چیز هستم." "قدرت بزرگ جهان در درون من است. تمام آرزوهایم با ایمان فعال، مثبت نگری، امید و اعتقاد هدفمند به سوی من در راه است. و اگر آن چیزی که آرزویش را دارم نمی آید، به این دلیل است که چیز بهتری در راه است. من این باور را درست می دانم. همه جادوگران می دانند که این درست است."

کارآفرین و هنرمند با چشمان باز به یکدیگر خیره شدند. "چه کار می کنی؟" از هنرمند سوال کرد

میلیارد در پاسخ داد: "من از یکی از افسون های خود استفاده می کنم." او به پایان جمله خود یودلینگ بیشتری اضافه کرد و سپس گفت: "تا هنرهای درخشان یک شعبده باز واقعی را یاد نگیرید، نمی توانید در زندگی خود جادو ایجاد کنید."

ناگهان جعبه شروع به بلند شدن کرد و فقط برای یک لحظه روی خاک شناور شد. دهان کارآفرین و هنرمند در فصل بهار مثل گل رز باز بود.

هنرمند کمی عصبی بود. "توهم نوری که کسی به شما یاد داده، درست است؟"

"شاید آره شاید نه."

پاسخ آقای رایلی تنها معما را تشدید کرد.

هر یک از این طلسم‌های جادویی به شما کمک می‌کند یکی از یازده اصل را که در این دهه‌های گذشته برای افزایش ثروت مالی و تجربه یک زندگی بدیع به کار برده‌ام، به خاطر بسپارید. همانطور که گفتم، روزهای من جریانی ثابت از زیبایی، هیبت بزرگ و شگفتی بی‌امان را ارائه می‌دهند. بهشت روی زمین، این میلیاردر تکرار کرد. «و من می‌خواهم هر دوی شما هم همین‌طور زندگی کنید. نکته جالب این است که هر کسی می‌تواند این نوع وجود را ایجاد کند. اما تعداد بسیار کمی از افراد زنده امروز می‌دانند که چگونه یکی را نشان دهند.

غول اضافه کرد: "و هر نامه مرتبط، برخی از موضوعات کلیدی را که در این ماجراجویی هیجان‌انگیز با شما به اشتراک گذاشته‌ام، گرد هم می‌آورد، به نوعی برای خلاصه کردن چیزها با نزدیک شدن به پایان."

اولین جذابیت یک آینه کوچک بود. در نامه ضمیمه آن چنین آمده است:

ماکسیم شماره 1 میلیاردر برای ایجاد جادو در جهان، مالک جادو در درون خود باشید. در آینه نگاه کن. رابطه شما با شما رابطه شما با جهان را پیش بینی می‌کند. به یاد داشته باشید که شما یک اشتیاق اولیه برای سکوت و تنهایی دارید - و در سکوت است که خود آگاهی بالا می‌رود. ریاضیدان فرانسوی بلز پاسکال نوشت: "همه مشکلات بشریت ناشی از ناتوانی انسان در نشستن آرام در اتاقی به تنهایی است."

نیاز خود را به پیچیدگی رها کنید و خود را در سکوتی غوطه‌ور کنید که فقط صبح زود می‌تواند فراهم کند تا دوباره خود را بشناسید. فرار از تنهایی واقعاً فرار از آزادی است.

برای تبدیل شدن به یک شعبده‌باز روزمره، بنابراین زندگی شما سرشار از اشتیاق، فراوان است و آرامش، آرام تر شدن راحت تر.

بنابراین شما شروع به شنیدن زمزمه‌های نابغه بزرگی می‌کنید که در درون شما به خواب می‌رود. در آرامش، تمام آنچه واقعاً هستید را به خاطر خواهید آورد. شما دوباره به آن خود برتر، سرشار از

خلاقیت، قدرت، شکست ناپذیری و عشقی که هیچ شرطی ندارد، دسترسی خواهید داشت. در این پناهگاه سکوت، چیزی بسیار نادر در این عصر به شما داده خواهد شد: زمان برای بودن. و هر چه بیشتر این کار را انجام دهید، بیشتر متوجه خواهید شد که زندگی واقعا چگونه کار می کند. شما همچنین شروع به تمایز بین باورهای خود که صرفاً محدودیت‌های فرهنگی هستند و آنهایی که حقیقت واقعی هستند، می کنید. و بین صدای قابل اعتماد شهود شما و اظهارات متقاعد کننده ترس های شما. در تنهایی، بینش های مخربی را نیز دریافت خواهید کرد که زمینه شما را متحول می کند. می دانم که عجیب به نظر می رسد اما در میان آرامش، شما در واقع از واقعیت جایگزین دیدن خواهید کرد که در آن رویا پردازانی مانند نیکولا تسلا، آلبرت انیشتین، گریس هاپر، توماس ادیسون، جان دی راکفلر، ماری کوری، اندرو کارنگی، کاترین گراهام، سام والتون، روزالیند فرانکلین و استیو جابز، در میان دیگر افراد برجسته، زمان زیادی را صرف کردند. فکر می کنید چرا دانشمندان، مخترعان، صنعت گران و هنرمندان افسانه ای همگی برای تنها ماندن تلاش زیادی کردند؟ من با شما به اشتراک گذاشته ام که کشش های طولانی در تفکر بی سروصدا یکی از رازهای ذهن پیشرفته است. در نهایت، شما تنها کسی هستید که در تمام زندگی خود با او خواهید بود. چرا رابطه خود را با بزرگترین خود تقویت نمی کنید، نبوغ خود را به طور کامل نمی شناسید و یک رابطه عاشقانه مادام العمر را با نجیب ترین طبیعت خود شروع نمی کنید؟

دومین طلسم جادویی به شکل گل بود. میلیاردر از عطر آن لذت برد. سپس لبخندی زد و نامه مربوط به آن را برای بررسی به دانش آموزانش داد. خوانده شد:

تجربیات معجزه آسایی را در مورد چیزهای مادی جمع آوری می کند. دنیا شما را سنگین و سخت کرده است. در کودکی، غریزه شما به شما نشان داد که چگونه می توانید معجزه یک دانه برف را ببینید، در تار عنکبوت ثروت پیدا کنید و در یک صبح رنگارنگ پاییزی شکوه و جلال برگ های در حال ریختن را تحسین کنید. پیگیری برای به دست آوردن چیزها نبود. این در مورد کاوش در زندگی بود. تغییر دریچه ای که از طریق آن زندگی را می بینید از فردی که چیزهای عادی را می بیند به فردی که چیزهای خارق العاده را درک می کند، چند برابر کردن توانایی شما برای ایجاد معجزه است. و برای دوباره درگیر شدن با خلوص گمشده ای که در جوانی خود می دانستید، قبل از اینکه جامعه ای از هم گسیخته به شما آموزش دهد که ارزش اشیاء را قائل شوید و از شادی ها و لذت ها پول بخرید. بیشتر بخندید، منظم تر برقصید و بیشتر بازی کنید. لطفا.



«آینده نویدهایی از خیر مرموز دارد. فلورانس اسکاول شین عارف می گوید هر چیزی یک شبه اتفاق می افتد.

که در روزهای شما زندگی می کنند: نسیم ملایم، سنجاب هایی که یکدیگر را در پارک تعقیب می کنند و موسیقی آنقدر شگفت انگیز است که شما را به گریه می اندازد. و شما شروع به زندگی به عنوان یک خانواده سلطنتی و افزایش قدرت های اولیه خود برای ایجاد جادوی بیشتر در صبح های خود خواهید کرد. هرگز رفاه و کیفیت زندگی خود را فدای درآمد سالانه بیشتر یا دارایی خالص بیشتر نکنید. عوامل تعیین کننده یک زندگی باشکوه برای قرن ها ثابت مانده است: احساسی که شما در حال رشد و بهره برداری از آن هستید.

پتانسیل انسانی شما؛ کار پر تلاشی که بهترین بهره وری شما را به همراه دارد و برای بشریت سودآور است. ارتباطات سنگین با افراد مثبتی که شادی شما را تشدید می کنند. و زمان انجام کاری که روح شما را پرورش می دهد، همانطور که با قلبی سپاسگزار در روزهای خود پیش می روید.

بله، در رم دفترم را لیس زدم. این یکی از تشریفات است که من اجرا می کنم تا با افزایش قدردانی از همه نعمت های خوبی که به من داده شده است، زنده بودن خود را به طور فعال افزایش دهم. هر چه من برای همه چیز در زندگی خود ارزش بیشتری قائل باشم، ارزش همه چیز در زندگی من بیشتر می شود.

بنابراین، به جای مصرف کننده چیزهای مادی، یک گردآورنده تجربیات عالی باشید. زندگی خود را ساده کنید و به لذت های اساسی که درست زیر بینی شما نشسته اند بازگردید. همانطور که این کار را انجام می دهید، بر نیروهایی غلبه خواهید کرد که آتش شما را سرکوب کرده اند و غبار سطحی نگری را که بسیاری از روح های خوب در میان ما در آن گیر کرده اند، از بین خواهید برد.

و لطفاً به یاد داشته باشید که گذشته شما خدمتکاری است که همه شما را ساخته است و اکنون همنشینی برای گذراندن زمان زیادی در زمان حال خود یا دوستی برای حمل به آینده بی نظیر خود نباشید. ورود به جادویی که هر صبح تازه به ارمغان می آورد، غیرممکن است، اگر بخش هایی از شما ناامیدی ها، رنجش ها و رنج های قدیمی را نگه داشته باشند. الان خوب میدونی

سبکی وجود و درد کهن تاب دیدن یکدیگر را ندارند. بنابراین، خود را با تمرین مداوم و بی وقفه آموزش دهید تا به طور کامل در این لحظه غوطه ور شوید. بله، کار و حوصله می خواهد. با این حال،

لذت بردن از این لحظه یک حرکت ضروری برای یک زندگی خیره کننده است. این بار تمام چیزی است که واقعاً دارید. و این امپراطوری است که بیش از هر مقدار پول در جهان ارزش دارد. به روز خواهی دید

سومین طلسم جادویی نماد یک در بود.

میلیارد در خاطر نشان کرد: "هر پایانی نشانه شروعی جدید است. تمام آنچه ما تجربه می کنیم به دلیل مفیدی اتفاق می افتد. و وقتی دری بسته می شود، در دیگری همیشه به روی شما باز می شود." "همیشه اعتماد کنید - زندگی پشت شماست - حتی اگر آنچه در حال آشکار شدن است بی معنی باشد."

در نامه ضمیمه آمده است:

شکست ماکسیم شماره 3 میلیارد در بی باکی را تشدید می کند. جی کی رولینگ می گوید: «زندگی بدون شکست در چیزی غیرممکن است، مگر اینکه آنقدر محتاطانه زندگی کنید که ممکن است اصلاً زندگی نکرده باشید، در این صورت، به طور پیش فرض شکست می خورید».

جالت های قدرتمند جاه طلبی و غول عظیم تخیل درون شما هرگز نباید توسط ترسهای کوچک ربوده شوند: «مردم چه فکری می کنند؟» «اگر طرد شوم؟» و «اگر این کار را انجام دهم احتمالاً احمق به نظر می رسم.»

می توانید به خود اجازه دهید که از ترس طرد شدن فلج شوید یا می توانید به آنجا بروید و دنیا را شگفت زده کنید. اما شما فقط نمی توانید هر دو را انجام دهید.

واقعیت زندگی این است که شما سرنوشتی متعالی دارید که در این عصر پیچیدگی خردکننده توجه شما را طلب می کند. از سوء استفاده از عظمت خود، تغییر شکل شکوه و انکار درخشندگی خود با برچسب زدن به چیزی که به نتیجه نرسیده است، دست بردارید. همه ما می دانیم که در هر شکست ظاهری یک فرصت برجسته برای موفقیت حتی بیشتر نهفته است.

در زندگی تان بیشتر اوقات بله گفتن را شروع کنید. شجاعت سلاحی نفیس برای شکست دادن لشکرهای پشیمانی است که زندگی های فروتنانه را از بین می برند.

یک قلم موی چوبی به اندازه یک انگشت جذابیت جادویی بعدی بود که آقای رایلی با احتیاط از جعبه فلزی بلند کرد.

"این این تصور را تقویت می کند که شما خالق قدرتمند زندگی خود هستید. و یک هنرمند توانا در اطراف جاه طلبی های شما. اینکه افراد مولد، مرفه، خوش اندام و خوشبین ثروت بزرگ خود را با شانس به دست آورده اند دروغ است. من زمان زیادی را صرف کرده ام تا مطمئن شوم این نکته را متوجه شده اید. اینکه چنین افرادی امپراتوری خود را از پول، نشاط و تأثیر بر جامعه ساخته اند، زیرا ستاره ها در جهت درستی برای پرورش موفقیت خود قرار گرفته اند، یک افسانه محض است. لطفاً به این نگاه کنید.

ماکسیم شماره 4 میلیاردی، استفاده صحیح از نیروی اولیه شما، آرمان شهر شخصی شما را ایجاد می کند. بسیاری از انسان ها بهترین ساعات خود را در نمای رضایت سپری می کنند. منظورم این است که فکر می کنند و می گویند خوشحال هستند، اما در واقع بدبخت هستند. آنها این واقعیت را توجیه می کنند که به رویاهای خود خیانت کرده اند، گنجینه های انسانی خود را نادیده گرفته اند و تأثیری را که می توانند بر روی کره زمین داشته باشند به حداقل رسانده اند و به خود می گویند به جای اینکه به چیزهای بیشتر تبدیل شوند، از آنچه که دارند راضی باشند. بله، به خاطر همه چیزهایی که دارید سپاسگزار باشید. با این حال، همچنین در نظر بگیرید که چنین افرادی با غفلت مطلق و کنار گذاشتن آشکار قدرت ذاتی خود، خود را به بن بست رسانده اند. و در نتیجه، تمام احساس آزادی شخصی و هر امید به حاکمیت بر استعدادهای پرشکوه آنها از بین رفته است.

برای ورود به جادوی زندگی خود، باید از چهار ابزار خلاقانه ای آگاه شوید که هر یک از خواسته های شما را به نتایج قابل مشاهده تبدیل می کند. این چهار منبعی که به شما امکان می دهد معجزات را در جهان به واقعیت تبدیل کنید، افکار، احساسات، گفتار و کردار شما هستند. ذهن خود را تمرین دهید تا فقط به افکاری فکر کنید که در خدمت صعود شما به سمت استادی و شادی هستند. به طور منظم در احساس قدردانی، انتظار مثبت و عشق به تمام چیزهایی که در زندگی خود دارید بنشینید. فقط کلمات نشاط، فراوانی و تشویق را به زبان بیاورید، همانطور که وقتی سر به زیر بودم، مرا دیدید. و فقط آن اعمالی را انجام دهید که با قهرمان موقی که در عاقلانه ترین پایه شما قرار دارد، همراستا باشد.

کسی را مطالعه کنید که با پتانسیل‌هایش کوچک بازی می‌کند و به وضوح متوجه می‌شوید که چرا شرایط او به همان اندازه سخت است. آنها فکر خود را به جای فراوانی، بر کمبود خود متمرکز می‌کنند. آنها با صحبت مداوم از "مشکلات" به قدرت کلمه بی‌احترامی می‌کنند. با برچسب زدن به شرایط خود به عنوان "وحشتناک"؛ و با طبقه بندی پاداش‌هایی مانند موفقیت گسترده، ثروت مالی، رضایت و خدمات پرانرژی به دیگران به عنوان "غیرممکن"، ناتوانی در درک اینکه این گفتار خودشان است که آنها را از توانایی شان برای ساختن جادو جدا می‌کند. کلمات واقعاً چندبرابر خلاق هستند و از نظر کارهای روزمره چنین مجریانی که گیر افتاده‌اند، اصلاً کار سختی نمی‌کنند و تا حد امکان کم‌کار می‌کنند و به امید یک زندگی زیبا، معتقدند هیچ‌کس این جنایت علیه بشریت خود را نمی‌بیند. با این حال والاترین جادوگر درون آنها وجدان و ضمیر ناخودآگاه آنها همه چیز را تماشا می‌کند و شاهد این دزدی از بهترین آنهاست.

شی بعدی یک نزار بود، یک طلسم چشم مانند که برخی فرهنگ‌ها از آن برای دفع افراد شرور استفاده می‌کنند. شاید در یکی از سفرهایتان یکی را دیده باشید.

میلیارد خطاب به شاگردانش گفت: "ببینید، بچه‌ها، من فکر نمی‌کنم کسی واقعاً شیطان باشد." "خب، شاید تعداد کمی. اما بیشتر، هرچه بیشتر زندگی می‌کنم، بیشتر می‌دانم که هر یک از ما درجات مختلفی از آسیب را در زندگی خود تجربه کرده‌ایم. و همانطور که قبلاً به اشتراک گذاشتم، فقط افرادی که درد دارند کارهای دردناکی را با دیگران انجام می‌دهند. کسانی که رنج می‌کشند رنج ایجاد می‌کنند و افرادی که رفتارشان گیج‌کننده است معمولاً خودشان بسیار گیج هستند. آنها فقط واقعاً صدمه می‌زنند. و اتفاقی برای آنها افتاده است که باعث شده احساس خطر کنند. و بنابراین خوبی در هسته آنها منقبض شده است. بسته است. اینکه آنها را آدم‌های وحشتناک خطاب کنیم، قضاوتی سطحی است. این خیلی عمیق‌تر از این درک سریع است. هر چه گفتیم، فعلاً اجازه دهید بگوییم که برای حداکثر بهره‌وری، عملکرد عالی، شادی بی‌پایان و آرامش خاطر، این واقعا مهم است که از افراد بد دوری کنید، کسانی که با زخم‌های گذشته پر شده‌اند

آن خودآگاهی را نداشته باشید که به شما فرافکنی نکند. یک بار در یک سفر کاری در باربادوس بودم، جایی که یک راننده تاکسی این حکمت را به من داد، که بسیار به من خدمت کرده است. از افراد بد دوری کنید.»

چشم این نامه را به آن چسبانده بود:

ماکسیم شماره 5 میلیاردی از افراد بد دوری کنید. هرگز قدرت انجمن های خود را دست کم نگیرید. ما با پدیده ای که به عنوان "سرایت عاطفی" شناخته می شود و همچنین از طریق فعال شدن نورون های آینه ای در مغزمان، رفتار افرادی را که روزهای خود را با آنها می گذرانیم مدل می کنیم. و صمیمانه مردم را دوست داشته باشید. و با گذشت زمان، این ویژگی های والا را نشان خواهید داد. دزدان، دزدان انرژی و راهزنان شور و شوق وارد حباب تنگ شما شده اند و لطفاً بدانید که مطمئناً مانند آنها خواهید شد.

نکته اصلی این است که از ایجاد مشکل جلوگیری کنید. افرادی که در محیطی آکنده از درام و مشکلات بی وقفه بزرگ شده اند، آگاهانه و ناخودآگاه درام و مشکلات بی وقفه را دوباره خلق می کنند، زیرا، به همان اندازه که شگفت انگیز به نظر می رسد، چنین شرایطی برای آنها آشنا، امن و مانند خانه احساس می شود. از تمام ملکه های درام و پادشاهان منفی دوری کنید. اگر این کار را نکنید، دیر یا زود، بزرگی شما را از بین می برند و زندگی شما را نابود می کنند. این فقط کاری است که آنها انجام می دهند.

تا آنجا که ممکن است با همه افراد رابطه مسالمت آمیز داشته باشید. حتی یک دشمن هم دشمن بیش از حد است. زندگی را با ظرافت بگذرانید، وقتی درگیری ظاهر شد، از راه بلندی استفاده کنید. اگر کسی با شما اشتباه کرد، بگذارید کارما کار کثیف را انجام دهد. و بگذارید یک زندگی در سطح جهانی انتقام شما باشد.

در جعبه فلزی گاوصندوق به حرف ششم قیچی شده بود، پول کاغذی با ارزش بزرگ. به دلایلی مرموز که برای کارآفرین و هنرمند ناشناخته بود، به شکل مثلث تا شده بود. این نامه طولانی تر از بقیه بود. آن گفت:

ماکسیم شماره 6 میلیاردی، ثمره سخاوت است، نه کمبود. فریب فلسفه مسلط جهان را نخورید. فقر نتیجه یک وضعیت درونی است، نه یک موقعیت بیرونی. باور غیر این صورت به معنای واگذاری ظرفیت خود برای تولید جادوی رفاهی است که می خواهید به همان چیزهایی که از آنها شکایت دارید.

پول ارزی است که باید مانند برق در جریان باشد. بله، پول نقد یک جریان است. نیاز به گردش دارد. احتکار آن جریان آن را به تجارت و خصوصی شما متوقف می کند

زندگی همه جادوگران واقعی این را می دانند. پس بیشتر بدهید تا بیشتر دریافت کنید. نکات مجلل را برای سرورها در رستوران ها، خانه دارها در هتل ها و رانندگان در تاکسی ها بگذارید. به موسسات خیریه کمک کنید. کارهای فوق العاده ای برای خانواده و دوستان خود انجام دهید بدون اینکه حتی یک بار به هیچ بازگشتی فکر کنید. سونامی فراوانی برای شما ارسال خواهد شد.

شاید تعجب کنید که چرا بسیاری از ما در چنین کمبودی زندگی می کنیم. این حالت به خاطر زخم های پولی ماست. اینها برنامه‌هایی هستند که در اعماق ناخودآگاه ما پنهان شده‌اند و ناخودآگاه با پیام‌های والدین ما و آموزش سایر تأثیرگذاران قدرتمند دوران کودکی در آنجا قرار گرفته‌اند. اظهارات رایج آنها، بر اساس دروغ‌هایی که به آنها آموزش داده شده است، به نظر می رسد "با آنچه که دارید خوشحال باشید" یا "افراد ثروتمند ناصداق هستند" یا "پول روی درختان نمی روید." این کلمات بذره‌های تاریک کمبود را در سنی لطیف و تأثیرپذیر در ما کاشتند.

چهار تمرین به من کمک کردند تا ثروت مالی خود را بدست بیاورم، بنابراین آنها را به شما هدیه می کنم: امید مثبت، ایمان فعال، سپاسگزاری روزافزون و ارائه ارزش فوق العاده.

منظورم از انتظار مثبت این است که به شما بگویم که من همیشه ذهنیتی را حفظ می کنم که انتظار دارم پول به طور منظم و از منابع بسیار غیرمنتظره به من برسد. ایمان فعال زمانی است که به گونه‌ای رفتار می کنید که نشان می دهد زندگی به فراوانی و خیرخواهی آن اعتماد می کنید. کائنات حرکات ثروتمندی مانند پرداخت هزینه برای شامی که با دوستان خود در یک رستوران گران قیمت خورده اید را می پسندد، در حالی که شما کاملاً نمی توانید این کار را انجام دهید. یا وقتی پول کمی در کیف شما وجود دارد، ابزاری را که برای بالا بردن کاردستی خود نیاز دارید، بخرید. من به هیچ وجه پیشنهاد نمی کنم که خود را به زندان بدهی بیندازید. اصلاً. اهرم بیش از حد یک نیروی مخرب در تمدن امروز ما است. فقط به طبیعت نشان دهید که می دانید رفاه در راه است و کارهایی را انجام دهید که باعث می شود احساس کنید چیزهای زیادی دارید. قدردانی روزافزون، خوب، ما در طول سفر مشترکمان زیاد درباره آن بحث کرده ایم. به باز کردن قلب خود برای همه چیز و همه افراد در زندگی خود ادامه دهید وقتی قبض را پرداخت می کنید به پول خود برکت دهید. به صندوقدار

فروشگاه مواد غذایی و کشاورزانی که غذای شما را برداشت کردند، برکت دهید. درود بر راننده ای که شما را در ترافیک راه می دهد و به نوازندگانی که آهنگ هایی را می نویسند که موسیقی متن زندگی شما می شود. خوشا به پاهایت که این سالها تو را حمل کردند، چشمانت را که به تو اجازه داد زیبایی را ببینی و قلبت را که به تو اجازه داد احساس زنده بودن کنی. و ارائه ارزش فوق العاده فقط به این معنی است که به دیگران - هم تیمی ها، مشتریان، اعضای خانواده و غریبه ها - به طور تصاعدی بیش از آنچه که می توانستند از شما انتظار داشته باشند، سود ببرید. چون هر چه بکاریم درو می کنیم.

توسعه و سپس تقویت آگاهی رفاه شما به دستاوردهای کوانتومی در درآمد و ارزش خالص شخصی شما پی خواهد برد. بنابراین، لطفا این قطعه را به درستی دریافت کنید. بسیاری از غم و اندوه در فرهنگ ما به این دلیل است که بسیاری از ما پول کافی نداریم. لازم نیست اینطور باشد. بعدش چی؟» هنرمند در حالی که یک انگور قوی را از درخت انگور بیرون می آورد و آن را به طور کامل قورت می داد، تعجب کرد.

میلیاردی یک کفش دویدن مینیاتوری را از داخل جعبه بیرون آورد و گفت: «ورزش قطعا یک جذابیت جادویی است. نامه ای را که برای هر دوی شما نوشتم، بخوانید.»  
در نامه آمده بود:

بیلیونر ماکسیم شماره 7 سلامت بهینه قدرت شما را برای تولید جادو به حداکثر می رساند. اولین بار ورزش کردن در صبح، پیروزی اصلی مراقبت از سلامتی شما را از بین می برد. این فعالیت بسیار مهم اکنون انجام شده است و شناخت، انرژی، فیزیولوژی و روح شما را آماده می کند تا شگفتی هایی را در روز ایجاد کند.

هنگامی که هر روز صبح به طور مداوم شروع به ورزش می کنید، از اینکه وقتی یک روز را از دست می دهید چقدر احساس بدی دارید شگفت زده خواهید شد. متوجه خواهید شد که قبل از اینکه این عادت را بپذیرید، بیشتر اوقات این احساس را داشتید. شما فقط از آن آگاه نبودید زیرا احساس پایین بودن حالت معمول شما بود.

اوج سلامتی واقعاً ثروت واقعی است. کسانی که سلامتی خود را از دست می دهند بقیه عمر خود را صرف تلاش برای بازیابی آن می کنند. سرزندگی غیر معمول نیز روشی شگفت انگیز برای رشد رفاه شماست. وقتی وارد بهترین تناسب اندام زندگی خود شوید، تغذیه خود را در سطح تسلط تنظیم کنید، روال خواب خود را تنظیم کنید و پیری را به حداقل برسانید، متوجه افزایش قابل توجهی در توانایی خود در ایجاد صمیمیت با خود خواهید شد. بنابراین، شما بیشتر از نبوغ، شکوه و شفقت خود را وارد دنیای ما می کنید. این به نوبه خود ثروت مالی زیادی برای شما به ارمغان می آورد. از همه مهمتر، شما در موقعیتی قرار می گیرید که بتوانید سهم بیشتری داشته باشید. و هیچ چیز به اندازه مفید بودن جذاب نیست. هر شعبده باز این حقیقت را به خوبی می داند.

نماد هشتم یک کوهنورد کوچک بود.

میلیاردر توضیح داد: «هرگز از بهبود کیفیت صبح‌های خود در کنار عالی زندگی‌تان دست نکشید.» سپس آخرین یودل را با صدای بلند بیرون داد. کارگران تاکستان نگاهی انداختند و با هیاهو خندیدند. آقای رایلی دست تکان داد و با آنها قهقه زد. او سپس به گفتمان خود ادامه داد.

همیشه در حال افزایش است. وقتی به یک قله مرتفع می‌روید، محدوده بعدی **A-Player** کل بازی قله‌ها را می‌بینید که منتظر افزایش مقیاس هستند. استعاره کلیدی برای شما، بچه‌ها وجود دارد." او مقداری خاک را از روی نامه‌ای که با این طلسم جادویی مطابقت داشت منفجر کرد و آن را برای دیدن دانش آموزانش نگه داشت. در اینجا نحوه خواندن آن آمده است:

به بالا بردن استانداردهای زندگی خود به سمت سطح جهانی مطلق ادامه دهید. سازگاری لذت‌گرا شرایط روانی را توصیف می‌کند که در آن انسان با تغییرات محیطی و زندگی سازگار می‌شود. افزایش حقوقی را که سال‌ها می‌خواستید دریافت می‌کنید و برای یک روز بسیار خوشحال هستید. سپس، این سطح در آمد جدید به حالت عادی جدید شما تبدیل می‌شود. شادی که احساس کردی محو می‌شود. یا به یک آپارتمان پر سر و صدا نزدیک به ریل قطار نقل مکان می‌کنید، اما با گذشت زمان دیگر صدای قطار را نمی‌شنوید. یا شاید ماشین رویایی که به تازگی خریداری کرده‌اید شما را با هیجان مبهوت کند تا اینکه بعد از چند هفته، فقط به بخشی دیگر از مناظر تبدیل شود. اینها نمونه‌هایی از سازگاری لذت‌جویانه در عملیات هستند. و این پدیده برای هر یک از ما در تمام زندگی ما آشکار می‌شود.



یکی از پادزهرهای این روش انسانی این است که به طور مداوم استانداردهای شخصی خود را افزایش دهید و کیفیت زندگی خود را بالا ببرید. هر سه ماهه را بهتر از گذشته و هر سال را بهتر از فصل قبل کنید. تایتان ها و افسانه ها اینگونه می چرخند.

مرتبط با این فلسفه بسیار مهمی است که به خوبی به من خدمت کرده است: زندگی در سطح جهانی را طی کنم. زندگی خیلی کوتاه تر از آن است که با خودتان تا حد امکان شگفت انگیز رفتار نکنید. و همانطور که بهتر از خود مراقبت می کنید، رابطه شما با دیگران، با کارتان، با پول و با دنیا به همین ترتیب بهبود می یابد زیرا رابطه شما با هر چیزی خارج از خودتان نمی تواند نشانی از رابطه شما با تمام آنچه در درون است باشد. شما. این دقیقاً همین طور است.

روی بهترین کتاب‌هایی که می‌توانید بخرید سرمایه‌گذاری کنید و چندین جایزه دریافت خواهید کرد. غذای فوق‌العاده با بالاترین کالبر بخورید، حتی اگر در حال حاضر تنها چیزی که می‌توانید تهیه کنید یک سالاد پیش غذا در یک رستوران مجلل محلی است. برو در بهترین هتل شهرت قهوه بخور. اگر جایی که زندگی می‌کنید تیم ورزشی حرفه‌ای دارد که دوستش دارید، به جای اینکه چند فصل در صندلی‌های ارزان قیمت بنشینید، برای یک بازی کنار زمین بنشینید. بهترین ماشینی را که می‌توانید برانید. روزانه به موسیقی شاد گوش دهید. از گالری‌های هنری دیدن کنید، همانطور که به شما یاد داده‌ام، تا خلاقیت و هوشیاری نقاشان بر روح شما جاری شود.

به یاد داشته باشید، اغلب در کنار گل‌ها باشید - آنها فرکانس شما و همچنین توانایی شما را برای دیدن جهان جایگزینی که همه رویپردازان به آن می‌آیند، افزایش می‌دهند. به نظر شما چرا بسیاری از قدیسان، بینندگان، شفا دهندگان و حکیمان بزرگ در کنار خود گل نگه می‌داشتند؟ شما به طرز خوشایندی از این که چه کاری برای قدرت‌های شما انجام می‌دهد تا هر آنچه را که می‌خواهید ایجاد کند، شگفت زده خواهید شد.

افسون جادویی شماره نه یک قلب بود. و این چیزی است که در نامه مرتبط آمده است:

عشق عمیق ماکسیم شماره 9 میلیارد در شادی غلبه ناپذیری را به همراه دارد. هر فرصتی به دست می‌آورد، به مردم محبت نشان دهید. نقل قولی که اغلب به ویلیام پن نسبت داده می‌شود بیشتر زندگی من را هدایت کرده و به طرز شگفت‌انگیزی به من خدمت کرده است. در ادامه می‌گوید: «من انتظار دارم فقط یک بار از زندگی عبور کنم. بنابراین، اگر می‌توانم محبتی داشته باشم، یا هر کار

خوبی که بتوانم به همنوعی انجام دهم، بگذار همین الان این کار را بکنم و آن را به تعویق نیندازم یا از آن غفلت نکنم، زیرا دیگر از این راه عبور نخواهم کرد.»

به مردم بگویید که چقدر به آنها افتخار می کنید و چقدر آنها را دوست دارید تا زمانی که شما - و آنها هنوز زنده هستند. یک بار مردی را ملاقات کردم که به من گفت با دیدن یک شخص زنده احساس شادی فراوانی می کند. "چرا؟" از او پرسیدم. او گفت: "از آنجایی که من در زندگی ام مردگان زیادی دیده ام که ملاقات با یک فرد زنده یک هدیه ویژه است."

هیچ یک از ما نمی دانیم چه زمانی به پایان خود خواهیم رسید. بنابراین، چرا چیزی را که ارزشمندترین است، عقب نگه دارید: ظرفیت انسانی شما برای عشق عمیق؟

بخشی از کار شما به عنوان یک انسان کاملاً زنده این است که مردم احساس بهتری نسبت به خودشان داشته باشند. و برای اینکه دیگران لبخند بزنند. ممکن است شما را شوکه کند که چقدر برای خوشحال کردن کسی لازم است. نامه های عاشقانه قدیمی برای هرکسی که برایتان مهم است بنویسید، یادداشت های سپاسگزاری برای کسانی که به شما کمک کرده اند و پیام هایی برای توجه به کسانی که فکر می کنید نیاز به قدردانی دارند. احساس واقعی خود را بدون اینکه توسط ترس شیطانی از طرد شدن محدود شوید، بیان کنید. و همیشه بیشتر از اینکه نگران ظاهر شدن به عنوان یک فرد جالب باشید، به دیگران علاقه مند باشید. هر انسانی که ملاقات می کنید درسی برای آموزش دارد، داستانی برای گفتن و برخی در دل خود رویایی دارند که مشتاق حمایت شما هستند. بهترین خود ما در غل و زنجیر سخنان دلسوزانه ای است که ناگفته می گذاریم، احساسات گرمی که از نشان دادن آنها ناتوان می شویم و کارهای خوبی که انجام نمی دهیم.

سرمایه دار به آرامی در حالی که به مهمانانش شکلی از یک فرشته می داد، درخواست کرد: "اینجا، لطفاً این را بردارید." "آنچه در این صفحه است بسیار مهم است. پیشنهاد می کنم آن را با روحیه ای بسیار باز بخوانید."

در این نامه موارد زیر بیان شده است:

ماکسیم شماره 10 میلیارد در بهشت روی زمین یک حالت است، نه یک مکان. سفرهای روزانه را با هیبت و ماجراجویی های منظم را شگفت زده کنید. شگفتی چنین است

یک منبع قوی شادی و یک مهارت کلیدی در ارتقای نبوغ روزافزون شما. همه زنان و مردان بزرگ جهان یاد گرفتند که چگونه در جادوی یک روز مسحورکننده استراحت کنند.

از طریق آزمایش‌هایم با زندگی، اکنون می‌فهمم که آنچه فیلسوفان، عرفا و منجی‌های جاودانه آن را «بهشت روی زمین» نامیدند، مکانی برای بازدید نیست، بلکه حالتی است که می‌توانید در آن زندگی کنید. به من اعتماد کنید، همانطور که ذهن خود را پرورش می‌دهید، قلب خود را پاک کنید. ، مجموعه سلامتی خود را بهینه کنید و مجموعه روحی خود را بالا ببرید، نحوه درک و تجربه زندگی تجربه شما را متحول خواهد کرد. اما اگر این کار بسیار مهم را انجام ندهید، هرگز متوجه نخواهید شد. یک فرد عاقل در دنیایی که دیوانه شده است همیشه دیوانه محسوب می‌شود، می‌دانید؟

بنابراین، هرچه زمان بیشتری را به تسلط شخصی اختصاص دهید، میزان عشق به خود افزایش می‌یابد. و همه موفقیت‌های مجلل و شادی‌های خصوصی به دوست داشتن خود بستگی دارد. چیزی که شما را در اسارت شک‌ها، ناامنی‌ها و ترس‌هایتان نگه می‌دارد، ارزش درونی پایینی است. به دلیل چیزهایی که مردم در اوایل کودکی در مورد خودتان به شما می‌گفتند، ضمیر ناخودآگاه شما شجاعت شما را نادیده می‌گیرد، عظمت شما را خفه می‌کند و عظمت شما را به زنجیر می‌کشد.

همانطور که باورهای نادرستی را که به شما آموزش داده شده‌اند، رها می‌کنید، و وقتی زخم‌های عاطفی را رها می‌کنید که شما را به عشق بسته است و من در اینجا از چیزی بسیار فراتر از عشق صحبت می‌کنم، توانایی درک این همه چیز را توسعه خواهید داد. واقعیت جدیدی که من به آن اشاره کرده‌ام همیشه آنجا بوده است. اما به دلیل فیلتر آلوده‌ای که از طریق آن جهان را می‌دیدید، از شناخت آن جلوگیری کردید.

با این حال، هیچ چیز اشتباه است. هیچ ضایعاتی وجود نداشته است. همه چیز همانطور که باید در حال آشکار شدن است. در پایان متوجه خواهید شد که مقدار کمی از آنچه برای شما اتفاق افتاده یک تصادف بوده است. همه چیز برای رشد تو بود و همه چیز به نفع تو بود.

زمانی که یازدهمین و آخرین جذابیت جادویی به آنها نشان داده شد، کارآفرین و هنرمند کمی متحیر شدند.

میلیاردر در حالی که یک تابوت مینیاتوری را به آنها می‌دهد، به آنها دستور داد: "اگر واقعاً می‌خواهید در جادوی زندگی بازی کنید، اغلب در این مورد فکر کنید."

این نامه برخلاف نامه های قبلی با جوهر قرمز نوشته شده بود. خوانده شد:

ماکسیم شماره 11 میلیارد در فردا یک جایزه است نه یک حق. قهرمانی خود را به تعویق نیندازید و هرگز صلح طلبی خود را به تاخیر نیندازید. زندگی شما ممکن است در عرض یک ساعت از هم بپاشد. من یک خوشبین و یک تاجر واقعی امید هستم. و با این حال من نیز یک واقع گرا هستم. حوادث، بیماری، از دست دادن و مرگ هر روز اتفاق می افتد. این انسان است

طبیعت فکر می کند این چیزها هرگز رخ نخواهد داد. با این حال، همه فیلسوفان خردمند گذرا بودن وجود خود را به ما می آموزند.

مسلح به این بینش، با مرگ و میر خود ارتباط برقرار کنید. بدانید که روزهای شما به شماره افتاده است. و با گذشت هر صبح باشکوه، به پایان خود نزدیکتر میشوی.

بیان مواهب و استعداد های خود را به تعویق نیندازید. و مطمئن شوید که از این سواری لذت می برید. زمانی که به سمت شکوه خود می روید، اوقات خوبی داشته باشید. بسیار غم انگیز است که بسیاری از مردم داشتن یک زندگی زیبا، سرگرم کننده و جادویی را به زمانی موکول می کنند که برای لذت بردن از آن بسیار پیر شوند.

زندگی مطلقاً یک سفر عالی است. بله، همه ما آزمایشها و دلشکستگیها را تجربه می کنیم. اما اکثراً همه چیز خوب است. هر داستان قهرمانی باید یک شخصیت شرور و همچنین تراژدی آبدار همراه با پیروزی و پیروزی نهایی داشته باشد تا داستانی ارزش دیدن داشته باشد.

و بنابراین، کوتاهی عمر را در خط مقدم تمرکز خود نگه دارید. شادی خود را تا زمانی که زمان بیشتری ندارید، یا ارتقاء رتبه را دریافت نکرده اید، یا پول بیشتری در بانک ندارید، به تعویق نیندازید. اینها بهانههایی هستند که از احساساتی ناشی می شوند که شما لیاقت آن را ندارید. آنها را حس کنید و سپس آنها را از مدار خود خارج کنید تا بتوانید به بلندترین قلمروهای خود صعود کنید.

فردا یک وعده است نه یک واقعیت. از هر روز صبح لذت ببرید و از هر روزی که روی زمین دارید قدردانی کنید. خطرات جسورانه را بپذیرید، اما با عقل سلیم آنها را محافظت کنید. زندگی را که انگار فردایی وجود ندارد و رفتاری که انگار برای همیشه زندگی خواهید کرد، متعادل کنید. به طوری که

وقتی پایان فرا رسید، بدانید که زندگی خود را به عنوان شاهدی باشکوه برای ظرفیت افسانه ای که هر انسانی در درون خود حمل می کند زندگی کرده اید.

میلیارد سپس اقدام به بوسیدن دانش آموزان خود کرد.

"من شما دو نفر را دوست دارم، می دانید. من واقعاً دلم برای شما تنگ خواهد شد." سپس او در تانکستان ناپدید شد و فقط دو چرخه کوهستان خود را باقی گذاشت.

## فصل 17

### اعضای باشگاه 5 صبحی ها به قهرمانان تبدیل می شوند

"مثل یک قهرمان زندگی کنید. این چیزی است که کلاسیک ها به ما می آموزند. شخصیت اصلی باشید. وگرنه زندگی برای چیست؟"

#### جی ام کوتزی

سکوی هلیکوپتر در کیپ تاون، آفریقای جنوبی، در اسکله است، مکانی که گردشگران در آن سوار کیپ ویل می شوند، قایق رانان برای مسابقات اقیانوسی مملو از شهادت و آدرنالین منابع خود را تکمیل می کنند، منشور ماهیگیری ممکن است رزرو شود و قهوه صبحگاهی قوی می توان آن را تهیه کرد. یافت می شود.

سبزه حباب دار با عینک کتابدار مطمئن شد که معافیت های مسئولیت توسط میلیاردر، کارآفرین و هنرمند امضا شده است. سپس روی یک مبل چرمی ایستاد، فهرست چک خود را یادداشت کرد و به سه مشتری خود توضیحات ایمنی را ارائه داد که قبل از اینکه هلیکوپتر آنها را به جزیره رابن ببرد، اجباری بود.

همانطور که می دانید، جزیره رابن - یک قطعه زمین بی ثمر، نه چندان بزرگ، احاطه شده با کوسه، با ظاهری شوم که نه چندان دور از ساحل کیپ تاون نشسته است، جایی که نلسون ماندلا در هجده خانه بسیار کوچک محبوس بود. بیست و هفت سال زندانی شد. با گذشت زمان، این قهرمان بزرگ جهان مورد حمله، سوء استفاده و بدرفتاری قرار گرفت. و با این حال، او به این رفتار بد با شاخه های زیتون پاسخ داد و خوبی ها را در اسیرکنندگان خود دید و از امید خود برای کشوری دموکراتیک که در آن همه مردم برابر باشند، محافظت کرد. انیشتین زمانی در مورد مهاتما گاندی صحبت می کرد: «نسل های آینده به ندرت باور خواهند کرد که چنین کسی همیشه در گوشت و خون روی این زمین راه رفته است.» همین را می توان در مورد آقای ماندلا بیان کرد.

زن مودبانه نشان داد: «از اینکه شما را برای سفر کوتاهتان به جزیره اینجا دارم، بسیار خوشحالم.» آفریقای جنوبی مردمی بسیار خوش اخلاق و متفکر هستند.

این میلیارد در یک کلاه بیسبال سیاه پوشیده بود که در قسمت جلوی آن عبارت "رهبری مفید بودن است" دوخته شده بود.

زن جوان با نور طلایی در چشمانش به او گفت، وقتی پا به روی سکوی هلیکوپتر گذاشتی، باید آن را بردارید.

میلیارد در پرتو زد. او به همراهانش زمزمه کرد: "فکر می‌کنم او از من خوشش می‌آید. امروز آخرین روز با هم بودن ماست."

پس از ارائه دستورالعمل ایمنی، میلیارد در، کارآفرین و هنرمند را از ساختمان خارج کردند و به یک محل نگهداری سنگفرش شده که در آن دو میز پیک نیک در آب و هوا نشسته بودند، منتقل شدند. با اینکه هوا آفتابی بود، بادهای تند بود. میلیارد در کلاهش را برداشت.

میلیارد در فکر کرد: "من کمی مضطرب هستم." "من هرگز به جزیره روبن نرفته‌ام. من در مورد آنچه که در آنجا تحت سیستم غیرانسانی و شیطانی آپارتاید رخ داده است، که رفتار با مردم را بر اساس رنگ پوست و بدون توجه به کالیبر آنها رتبه بندی می‌کند، مطالب زیادی خوانده‌ام. شخصیت یا کیفیت قلب آنها.»

مرد جوانی با ظاهری جدی با یک کت بارانی باریک، شلوار خاکی و کفش قایقرانی از یکی از محوطه‌های خالی تعمیر و نگهداری بیرون آمد و از میلیارد در و شاگردانش درخواست کرد که او را تا سکوی هلیکوپتر دنبال کنند. یک هلیکوپتر سبز ارتش در مرکز منطقه نشسته بود و روتورهایش به طرز چشمگیری می‌چرخید. خلبان در کنترل‌ها بود و شماره‌گیرها، دستگیره‌ها و موارد مشابه را تنظیم می‌کرد. مرد جوان با دقت از سلامت هر سه مشتری مطمئن شد

در هواپیما برای توزیع ایمن و یکنواخت وزن، سپس یک هدفون با میکروفون روی سر میلیارد در قرار داد.

میلیارد در با شور و شوق به خلبان هلیکوپتر گفت: "صبح بخیر"، در حالی که روتورها شتاب می‌گرفتند. چهره خلبان زیر کلاه ایمنی، عینک آفتابی هوانوردی و محافظ صورتش دیده نمی‌شد. و او حاضر به گفتن کلمه‌ای نشد.

میلیارد در زمزمه کرد: «نه خیلی دوستانه»، هر دو تا حدودی عصبی و در عین حال به طور مثبت برای این تجربه یک بار در زندگی که در شرف وقوع بود هیجان زده بودند.

هلیکوپتر شروع به بالا رفتن کرد، ابتدا به آرامی و سپس به سرعت بالا رفت.

این سفر حدود پنج دقیقه طول خواهد کشید. بادهای و موج های دریا امروز بسیار قوی هستند.»  
خلبان تمام صحبت هایش را بیان کرد.

میلیارد، هنرمند و کارآفرین ساکت ماندند. هر یک از آنها به سادگی به جزیره روبن خیره شدند، یک توده خشکی که با نزدیک شدن به آن، وسیع تر و حتی وحشیانه تر به نظر می رسید.

هوایما بر روی سکویی فرود آمد که اطراف آن را درختان کم ارتفاع احاطه کرده بود و همان طور که شد، هفت فتری که به زیبایی در کنار آن قرار داشتند، فرود آمد. بله، هفت فنا! همزمان بارون شروع به باریدن کرد. و یک رنگین کمان دوتایی دیگر، مانند رنگین کمانی که در شنای دلفین ها در موریس ظاهر شد، در تمام طول افقی که با اقیانوس اطلس قطع شده بود، امتداد داشت.

این هنرمند دست در دست همسرش مشاهده کرد: «همه چیز بسیار خاص است.»

میلیارد با لحنی محترمانه پاسخ داد: «ما قطعاً وارد جادو شده ایم.»

خلبان در کابین خلبان ماند، دکمه ها را فشار داد و هلیکوپتر را خاموش کرد در حالی که سه مسافرش به فضای فرود آسفالت خارج شدند و بی صدا در صحنه حضور پیدا کردند. از ناکجاآباد، یک وانت قدیمی با علامت به سمت آنها دوید و ابرهای عظیمی از گرد و غبار را به دنبال خود بر جای گذاشت.

هنگامی که به هلیکوپتر رسید، راننده که مشخصاً یک نگهبان بود، با لهجه غلیظ آفریقای جنوبی فریاد زد: «تو قرار نیست اینجا باشی.»

او در وسیله نقلیه خود باقی ماند. او به زور گفت: "به دلیل آب و هوا، جزیره روبن به روی عموم بسته شده است." "تو نباید اینجا باشی!"

افسر تأکید کرد و افزود: «شما کی هستید؟»



نگهبان همیشه حرفه ای بود. اما او به وضوح شگفت زده شد. و واضح است که کمی تکان خورده، شاید تصور کنید که سرنشینان هواپیما نوعی حمله زمینی را برنامه ریزی کرده بودند. و فکر می کردند که بازدیدکنندگان نیت نامشروع داشتند.

خلبان با قاطعیت و اعتماد به نفسی که اغلب دیده نمی شود گفت: اینجا همه چیز خوب است. او اکنون بیرون هلیکوپتر ایستاده بود و به آرامی به سمت مردی که در کامیون بود شروع به راه رفتن کرد، ابتدا پیراهنش را مرتب کرد و سپس کلاه خود را مرتب کرد. خلبان جوان نبود. این را از راه رفتن او می توان فهمید.

خلبان در حالی که صدایش بلندتر می شد گفت: «این یک روز ویژه برای آنهاست.» این افراد برای دیدن سلول زندانی که نلسون ماندلا در آن زندانی بود راه طولانی را پیموده اند. آنها برای مشاهده معدن سنگ آهک آمده اند، جایی که او مجبور شد سنگ ها را برای بیش از یک دهه در زیر نور خورشید عذاب آور که از صخره بازتاب می کرد تا جایی که بینایی او را برای همیشه آسیب می رساند، هک کند. آنها می خواهند حیاطی را ببینند که دولتمرد در آن ورزش می کرد و توپ های تنیس با پیام های محرمانه را به داخل سلول های دیگر برای زندانیان سیاسی اش پرتاب می کرد. آنها باید به جایی بروند که دستنوشته نلسون ماندلا برای راهپیمایی طولانی تا آزادی، زندگینامه او، مخفیانه در خاک دفن شود، پس از اینکه ساعت های زیادی روی آن کار کرده بود. آنها باید رنجی را که آقای ماندلا در طول هجده سال طاقت فرسا زندگی اش در اینجا متحمل شده، حداقل کمی تجربه کنند. و آنها باید یاد بگیرند که چگونه، حتی با وجود اینکه با او بسیار بد رفتار شده است - دزدی بسیاری از بهترین سالهای زندگی او زمانی که این

آزاد شد، او تصمیم گرفت همه کسانی را که تا این حد با او ظلم کرده بودند ببخشد."

خلبان جلوی وانت توقف کرد. من می شنوم: «این افراد می خواهند خودشان قهرمانان واقعی باشند. در زندگی حرفه ای و خصوصی. آنها مایلند رهبران بهره وری خود باشند، نمادهایی در بیان کامل تسلط خود و شاید حتی راهپیمایی در تحقق یک انسانیت بهتر. دنیای ما هرگز به اندازه امروز به قهرمانان ناب نیاز نداشته است. و همانطور که همیشه در هنگام ارائه از پلتفرم آموزش می دهم: چرا وقتی آن را در درون خود دارید منتظر بمانید تا یکی از آنها شوید؟

"موافق نیستی، استون؟"

خلبان پرسید و برگشت تا با میلیاردر صحبت کند که بلافاصله دهانش کاملاً باز شد.

خلبان پس از آن، همیشه با سخاوت، تقریباً در حرکت آهسته، محافظ صورت خود را برداشت. بعد، عینک آفتابی اش را کنار زد. و بالاخره کلاه خود را برداشت.

میلیاردر، کارآفرین و هنرمند از آنچه دیدند شگفت زده شدند.

افسونگر بود.

نور فلورسنت استریل و محاسبه‌شده، زندان جزیره روبن را حتی در طول روز به طرز وحشتناکی وهم‌آور نگه داشته است. و احساس صرفه جویی، بی‌رحمی و بی‌رحمی.

به نظر می‌رسید که مجموعه‌ای از دست‌های نامرئی در آن صبح فوق‌العاده آفریقای جنوبی اعضای کلپ 5 ام را راهنمایی می‌کردند، زیرا، بر اساس سمفونی ارزشمندی از هم‌زمانی - میلیاردر آن را "جادو" می‌نامید - نگهبان امنیتی که در پیکاپ گرد و خاکی یکی از طرفداران بزرگ افسونگر بود. او کار افسونگر را خیلی دوست داشت.

و بنابراین - باور نمی‌کنید اما واقعاً اتفاق افتاده است - رئیس خانه داری پس از دریافت چراغ سبز از نگهبان اتوبوس تور را که در آن روز به دلیل هوای بد از کار افتاده بود راه اندازی کرد و به آنجا رساند. بازدیدکنندگان ایستادند او همچنین از یکی از معدود راهنماهایی که هنوز در جزیره هستند خواست که پرچم را برافراشته و زندان را برای یک تور کاملاً خصوصی باز کند. فقط برای میلیاردر، کارآفرین، هنرمند و افسونگر.

در هر زندگی، به خصوص سخت‌ترین زندگی‌ها، دریچه‌های امکان و دروازه‌هایی به سوی نوسان معجزه‌آسا باز می‌شوند و این واقعیت را آشکار می‌کنند که هر چیزی که هر یک از ما تجربه می‌کنیم بخشی از یک برنامه هوشمندانه - و بله، اغلب غیرمنطقی - است که قرار است ما را به آن نزدیک‌تر کند. بزرگترین قدرت‌ها، شگفت‌انگیزترین شرایط و عالی‌ترین خوبی‌های ما. همه چیزهایی که در طول زندگی از سر می‌گذرانیم، در حقیقت، یک ارکسترسیون فوق‌العاده است که طراحی شده است تا ما را با واقعی‌ترین استعدادهایمان آشنا کند، ما را با مقتدرترین خودمان پیوند دهد و صمیمیت‌مان را با قهرمان باشکوهی که در درون هر یک از ما زندگی می‌کند عمیق‌تر کند. بله، در درون تک تک ما.

و این یعنی شما .

راهنمای تور که اتفاقاً یک زندانی سیاسی سابق نیز بود، مردی درشت اندام با صدای خشن بود. در حالی که مهمانان خود را به سمت سلولی می برد که نلسون ماندلا سال های طولانی و سخت را مجبور به زندگی می کرد، به هر یک از سؤالات آنها پاسخ داد.

"آیا نلسون ماندلا را می شناختی؟" افسونگر را متفکرانه پرسید. "بله، من هشت سال با او در جزیره روبن خدمت کردم."

"او به عنوان یک شخص چگونه بود؟" این هنرمند پرسید که در حالی که در راهروی اصلی زندان که محل بسیاری از جنایات در دوران آپارتاید بود، می رفتند، غرق احساساتی بود که داشت.

راهنما به آرامی با لبخندی مهربان و حتی عاقلانه بر لبانش گفت: «اوه، آن مرد خادمی متواضع بود. کارآفرین گفت: «و نلسون ماندلا به عنوان یک رهبر چگونه بود؟»

راهنما هنگام قدم گذاشتن به منطقه ای که زندانیان سیاسی در آن قدم نهاده بود، گفت: "عالی. باوقار. الهام بخش از روشی که او با خود و همه چیزهایی که پشت سر گذاشت. راه می رفت، صحبت می کرد، برنامه ریزی می کرد و می ایستاد. او همچنین اغلب می گفت: «هر کدام، به یکی بیاموزید»، به این ترتیب به همکارانش در مورد اهمیت اشتراک گذاری یادگیری روزانه شان برای افزایش توانایی رهبری همه اطرافیان شان راهنمایی می کرد. آقای ماندلا فهمید که آموزش و پرورش شاهراه نهایی آزادی است.

«با آن مرد خیلی بد رفتار شد. تمام آن ساعت ها کار کمرشکن در معدن سنگ آهک. تمام ذلت و تحقیر. چند سال بعد به اینجا آمد، به او دستور داده شد که قبری را در حیاط زندان کند و سپس در آن دراز بکشد.»

میلیارد در به آرامی گفت: "او باید فکر می کرد که این پایان است."

راهنما پاسخ داد: "احتمالاً. در عوض، نگهبانان زیپ شلوار خود را باز کردند و روی او ادرار کردند." طلسم کننده، میلیارد در، کارآفرین و هنرمند همه به پایین نگاه می کردند.

میلیارد در فکر می کند: "همه ما جزایر روبن خود را داریم که می تواند ما را در زندان نگه دارد."

«هنگامی که در زندگی سپری می کنیم، آزمایشات و بی عدالتی های خود را تحمل می کنیم. البته هیچ چیز به شدت آنچه در اینجا رخ داد نیست. من خواندم که نلسون ماندلا گفت بزرگترین پشیمانی اش این است که اجازه ندادند از این زندان برای شرکت در مراسم تشییع جنازه پسر بزرگش پس از کشته شدن او در یک تصادف رانندگی شرکت کند.»

او به آسمان نگاه کرد. همه پشیمان هستند و هیچ کس بدون مصیبت ها و مصیبت های خودش بیرون نمی آید.

راهنمای تور به پنجره چهارم در سمت راست ورودی حیاط اشاره کرد. او اظهار داشت: «این سلول نلسون ماندلا است. بیا بریم تو.»

سلول فوق العاده کوچک بود. بدون تخت یک میز چوبی کوچک که زندانی روی آن زانو می زد تا در دفترش بنویسد، زیرا صندلی، کف سیمانی و یک پتوی پشمی قهوه ای رنگ، با لکه های سبز و قرمز در آن وجود نداشت.

نلسون ماندلا در اولین سال حبس خود حتی اجازه نداشت شلوار بلند بپوشد، اگر چه در زمستان آفریقای جنوبی هوا سرد بود. فقط یک پیراهن نازک و شلوار کوتاه به او دادند. وقتی او دوش گرفت، نگهبانان ایستادند و این مرد مسن را تماشا کردند که برهنه ایستاده بود، تلاشی برای تحقیر و شکستن او. وقت غذا خوردن به او غذای نامناسب برای حیوان دادند. وقتی نامه هایی از همسر و فرزندان می رسید، اغلب آنها را تحویل نمی دادند. یا اگر بودند به میزان قابل توجهی سانسور می شدند. همه اینها با دقت انجام شد تا روح آقای ماندلا را درهم بشکنند. «راهنما توضیح داد.

"به نظر من تمام آنچه را که او در این جعبه کفش یک سلول زندان، در این جزیره متروک محاصره شده توسط اقیانوسی خروشان تحمل کرد، او را رشد داد، او را تقویت کرد و او را باز کرد. زندان بوسیله او شد. بدرفتاری به نجات او تبدیل شد و او را به قدرت طبیعی، بالاترین انسانیت و کامل ترین حالت قهرمانی بی لکه دار سوق داد. در دنیایی با چنین خودخواهی، بی تفاوتی و مردمی که ارتباطشان با معنای انسان بودن قطع شده بود، او از چیزی که به او ارائه شده بود استفاده کرد تا به یک روح پیشرفته در این سیاره تبدیل شود - مردی که به بقیه نشان دهد چه رهبری، صلابت و چه رهبری. عشق شبیه و با این کار، او به یکی از نمادهای بزرگ بخشش ما تبدیل شد. و بهترین نمادهای صلح،" افسونگر ارائه کرد.

راهنمای تور پاسخ داد: "بله، در واقع."

زمانی که آقای ماندلا در نهایت از جزیره روبن آزاد شد، او به مرکز اصلاح و تربیت دراکنشتین، بین پارل و فرانسهوک، منتقل شد. صعود او به ریاست جمهوری آفریقای جنوبی اجتناب ناپذیر بود، بنابراین او برای تصدی این سمت آماده می شد. برای رهبری یک ملت آزاد و در عین حال به شدت از هم پاشیده شده است. در آن دوره آخر حبس، خانه سرپرست به او داده شد. و در روز آزادی، از این اقامتگاه خارج شد، به سمت جاده ای آسفالت شده طولانی با یک پست نگهبانی و یک دروازه سفید در انتهای آن. پرسنل زندان از نلسون ماندلا پرسیدند که آیا ترجیح می دهی در این جاده به سوی آزادی رانده شوی؟ او نپذیرفت و به سادگی نشان داد که ترجیح می دهد راه برود. و بنابراین، این رهبر تحول گرا و تاریخ- سازنده ای که میراثی از خود به جای گذاشته است که الهام بخش بسیاری از نسل ها خواهد بود، گام های متوقف کننده ای به سوی آزادی مورد انتظار خود برداشت.

راهنمای تور نفس طولانی و خسته ای کشید. سپس ادامه داد.

به آقای ماندلا کشوری داده شد که در آستانه جنگ داخلی قرار داشت. با این حال، او به نوعی توانست به جای یک ناوشکن تبدیل به یک متحد کننده شود. هنوز این جمله از سخنرانی معروفی که در یکی از محاکمه هایش ایراد کرد را به خاطر دارم:

در طول زندگی ام خود را وقف این مبارزه مردم آفریقا کرده ام. من با سلطه سفیدها مبارزه کرده ام و با سلطه سیاهان مبارزه کرده ام. من آرمان یک جامعه دموکراتیک و آزاد را گرامی داشته ام که در آن همه افراد در هماهنگی و با فرصت های برابر با هم زندگی کنند. این ایده آلی است که امیدوارم برای آن زندگی کنم و تحقق یابد. اما اگر لازم باشد، ایده آلی است که برای آن آماده مرگ هستم.

آقای رایلی گلویش را صاف کرد. او مدام به کف سیمانی سلول کوچک نگاه می کرد.

"آقای. ماندلا یک قهرمان واقعی بود."

پس از آزادی، او دادستانی را که خواستار مجازات اعدام برای او شده بود به شام دعوت کرد. در مراسم تحلیف او به عنوان رئیس جمهور آفریقای جنوبی شرکت کنید.

کارآفرین به آرامی پرسید: واقعا؟

راهنمای تور پاسخ داد: "بله، این یک واقعیت است. او یک رهبر واقعی بود، مردی با بخشش واقعی."

طلسمگر انگشت خود را بلند کرد تا علامت دهد که می خواهد نکته دیگری را به اشتراک بگذارد: «نلسون ماندلا نوشت: «هنگامی که از در بیرون رفتم به سمت دروازه ای که به آزادی من منتهی می شد، می دانستم اگر تلخی و نفرت خود را پشت سر نگذارم. من هنوز در زندان بودم.»

این راهنما افزود: "او همچنین گفت که "آزاد بودن فقط به این معنی نیست که زنجیر خود را کنار بگذاریم، بلکه باید به گونه ای زندگی کنیم که به آزادی دیگران احترام بگذارد و آن را افزایش دهد." رنگ پوست یا پیشینه اش یا مذهبش. مردم باید متنفر بودن را بیاموزند، و اگر بتوانند متنفر بودن را بیاموزند، می توان به آنها عشق ورزی را آموخت، زیرا عشق به طور طبیعی به قلب انسان وارد می شود تا مخالف آن."

من خواندم که او اغلب حوالی ساعت 5 صبح از خواب بیدار می شد و به مدت چهل و پنج دقیقه در محل می دوید، سپس دوایست حرکت دراز و نشست انجام می داد و سپس 100 حرکت با نوک انگشت انجام می داد. به همین دلیل است که من همیشه فشارهای خود را انجام می دهم.

راهنمای تور قبل از ادامه گفت: «هوم، آقای. ماندلا به عنوان جوانی سر گرم، عصبانی، متخاصم و مبارز وارد این سلول شد. این کسی بود که او در اینجا در این زندان بزرگ شد که او را به نمادی تبدیل کرد که اکنون همه به آن احترام می گذاریم. همانطور که اسقف اعظم دزموند توتو به ما آموخت، "رنج می تواند ما را تلخ کند یا ما را شرافت بخشد." خوشبختانه، مادیا - که نام قبیله او بود، دومی را انتخاب کرد.

افسونگر گفت: "همه بهترین مردان و زنان جهان در یک چیز مشترک هستند: "رنج شدید. و هر یک از آنها به خود تبدیل شدند.

زیرا آنها تصمیم گرفتند از شرایط خود برای بهبود، پاکسازی و ارتقای خود استفاده کنند."

افسونگر سپس یک مدل آموزشی از ژاکت خود بیرون آورد، آخرین مدلی که دو دانش آموز می دیدند. این حلقه انسان قهرمان نام داشت.

در اینجا به نظر می رسید:

اینها فضیلت هایی است که هر یک از ما باید آرزوی آنها را داشته باشیم، برای تبدیل شدن به تغییر دهنده ها و قهرمانان جهان به نفع جامعه ای بهتر.

«رهبری برای همه است. هر یک از ما، صرف نظر از اینکه کجا زندگی می کنیم، چه کار می کنیم، چه اتفاقی برای ما افتاده است و در حال حاضر چه چیزی را تجربه می کنیم، باید غل و زنجیر سرزنش، زنجیر نفرت، آهن پاهای بی تفاوتی و میله های زندان را رها کنیم. که ما را در بردگی نیروهای تاریک پست ترین طبیعتمان نگه می دارد. هر یک از ما باید هر روز صبح - بله، ساعت 5 صبح - بیدار شویم و هر کاری که ممکن است انجام دهیم تا نبوغ خود را آشکار کنیم، استعدادهای خود را توسعه دهیم، شخصیت خود را عمیق تر کنیم و روحیه خود را افزایش دهیم. هر یک از ما باید این کار را در سراسر جهان خود انجام دهیم.»

طلسم در حالی که ادامه می داد شروع به گریه کرد. "همه ما باید از زندان های خصوصی خود که شکوه و جلال ما را محبوس می کند رها شویم و شرافت ما را در اسارت نگه داریم. لطفاً به یاد داشته باشید که هدایا و استعدادهای نادیده گرفته شده به نفرین و اندوه تبدیل می شوند."

افسونگر مکث کرد. او در حالی که مستقیماً به چشمان کارآفرین نگاه می کرد، اظهار داشت: وقت شماست و هنرمند چارچوب دایره انسانی قهرمان روی میز کوچک اتاقی که زیر پنجره با میله ها قرار داشت، قرار داده شده بود. افسونگر آن را به مرکز فضا کشاند، بنابراین در آن روز بسیار خاص در سلول زندان مورد توجه قرار گرفت.

افسونگر سپس از میلیاردر، کارآفرین، هنرمند و راهنمای تور خواست تا اطراف نمودار را جمع کنند. آنها دست یکدیگر را گرفتند.

"بله، مهم نیست که با چه مبارزاتی روبرو هستیم و چه نامایماتی را تحمل خواهیم کرد. مهم نیست چه حملاتی، تحقیر و خشونت به ما وارد می شود. ما باید پافشاری کنیم. ما باید ادامه دهیم. ما باید قوی بمانیم. ما باید طبیعت نورانی خود را زندگی کنیم. و خود حاکمیت خود را بزرگ کنیم. حتی اگر احساس کند تمام دنیا علیه ماست. این واقعاً چیزی است که ما را انسان می سازد. حتی اگر به نظر می رسد که نور هرگز از تاریکی فراتر نخواهد رفت، به راه رفتن خود به سوی آزادی ادامه دهید. آنچه را که برای بقیه ما بالاتر است مدل کنید. برای اکثریت ما، لطف را مثال بزنید. عشق واقعی را به همه ما نشان دهید."

طلسم کننده، دستی را بالا برد و روی بازوی هنرمند گذاشت. دیگری را به آرامی روی شانه کارآفرین گذاشت.

لبخندی آرام روی صورتش نشست. او آماده به نظر می رسید. و آرام "زمان برای چه؟" هنرمند تعجب کرد.

پاسخ ساده بود: «برای شروع زیارت. به کجا؟» از کارآفرین پرسید که کمی گیج به نظر می رسید.

افسونگر نشان داد: بسیاری از مردم در این مکان توریست هستند. آنها برای دقایقی زودگذر از صبح های ارزشمند خود به بدنه کاری که ساخته اند فکر می کنند و چه کاری انجام خواهند داد. پس از مرگ آنها را پشت سر بگذارند. برای فواصل کوتاه، قبل از اینکه حواسشان پرت شود، در مورد کیفیت بهره وری، درجه نجابت و عمق تأثیرشان فکر می کنند. برای دوره های کوتاه، قبل از اینکه شلوغی مشغول بودن آنها را از بین ببرد. باز هم مکث می کنند تا به زیبایی زندگی شان و اینکه چقدر کمک کننده بوده اند، فکر می کنند.

آقای رایلی در حالی که به سخنان مربی خود گوش می داد، دستانش را بالا آورد. من زندگی ام را دوست دارم. حتی رهبر بهتری خواهم شد. حتی بزرگتر خواهم شد.

من به یک انسان بسیار الهام بخش تر ارتقا خواهم یافت،" او بیشتر با خودش زمزمه کرد.

افسونگر از سر گرفت: «قهرمانان برجسته نوع بشر، شهروندان و ساکنان مادام العمر این سرزمین میراث بودند. وطن آنها بود. و این همان چیزی است که در نهایت آنها را افسانه ای کرد. مأموریت عظیمی که آنها زندگی خود را پیرامون آن ساختند این بود که برای هدفی بزرگتر از خودشان وجود داشته باشند. پس وقتی مردند، دنیای ما را روشن تر از خودشان ترک کردند  
آن را پیدا کرد."

این میلیاردر افزود: همه ما با تاریخ انقضا می آییم. "هیچ یک از ما نمی دانیم چقدر زندگی می کنیم."

کارآفرین موافقت کرد: "درست است."

"امروز." افسونگر اعلام کرد، "و همین لحظه، مستحق و خواستار تعهد شما برای تبدیل شدن به خلاقیت عالی، مولد، نزولی و خدمت به بسیاری است. لطفاً تسلط خود را به تعویق نیندازید. دیگر در برابر قدرت اولیه خود مقاومت نکنید. از اجازه دادن به نیروهای سایه خودداری کنید. ترس، طرد شدن، شک و ناامیدی برای کم کردن نور درخشان ترین خود شما. این زمان شما است و اکنون روز



شماست: به روش اصلی خود جهش کنید به هوای کمیاب بهترین رهبران و برای ورود به جهان استادان واقعی، فضیلت‌های برجسته و قهرمانان اصیل که مسئول تمام پیشرفت‌های تمدن بوده‌اند." هر پنج نفر هنوز در دایره جمع شده بودند. آقای رایلی کمی قبل از اینکه خیره شدید افسونگر به او کمک کرد تا آن را کم کند شروع به یودل کردن کرد. به هم لبخند زدند. ژست واضح احترام متقابل. رهبری کردن به معنای الهام بخشیدن به دیگران از طریق زندگی شماست. رهبری کردن یعنی قدم زدن در آتش سخت ترین زمان ها برای قدم گذاشتن به سمت بخشش. رهبری کردن به معنای حذف هر شکلی از متوسط بودن از رخنه در ربع زندگی شما در جشنی خیره کننده از عظمتی است که حق اصلی شماست. رهبری کردن یعنی تبدیل ترس های خود به پیروزی و تبدیل هر یک از دل شکستگی ها به قهرمانی. و بیش از هر چیز دیگری، رهبری کردن، نیرویی برای خیر در این سیاره کوچک ماست. امروز، شما می توانید این فراخوان بزرگ را بپذیرید تا استانداردهایی را که بر اساس آن زندگی می کنید تا پایان عمرتان بالا ببرید.»

میلیاردر با لبخندی شیطنت آمیز پیشنهاد کرد: "یا حداقل از فردا شروع کنیم." همه با هم گفتند: «از ساعت 5 صبح شروع می شود.» «مالک صبح خود باشید. زندگی را بالا ببر!»

## پایان پنج سال بعد

چند ماه پس از اقامت در جزیره رابن، استون رایلی درگذشت. او با آرامش در خواب در آپارتمانی کوچک در مرکز تاریخی رم درگذشت. دختر مهربانش در کنارش بود. همانطور که افسونگر بود.

در روز مرگ تایتان، کبوترها و پروانه های بیشتری بیش از هر زمان دیگری بر فراز شهر ابدی پرواز کردند. حتی یک رنگین کمان دوتایی وجود داشت که از پله های اسپانیایی تا کولوسئوم امتداد داشت.

اگر برای دیدن آن آنجا بودید، تحت تأثیر قرار می گرفتید.

این میلیاردر از یک بیماری نادر و صعب العلاج رنج می برد که به جز فیلم افسونگر به هیچ کس درباره آن چیزی نگفته بود. چون بهترین دوستش بود.

خوشحال خواهید شد که بدانید در آخرین روزهای زندگی، این سرمایه دار عجیب و غریب، سرمایه گذاری های مختلف امپراتوری تجاری وسیع خود را به طور کامل منحل کرد. و کل مبلغ را صرف امور خیریه کرد.

آقای رایلی تصمیم گرفت مجتمع ساحلی خود در موریس را به کارآفرین و هنرمند بسپارد، زیرا می دانست که آنها چقدر دوست دارند آنجا باشند.

به من اجازه دهید آنچه را که برای کارآفرین و هنرمند از زمان آن سورئال ترین ماجراجویی که با میلیاردر داشته اند به اشتراک بگذارم. می دانم که احتمالاً تعجب می کنید.

این کارآفرین به یک زن فوق العاده ثروتمند تبدیل شده است و شرکتی را که تأسیس کرده است به یک شرکت نمادین تبدیل کرده است. او شیاطین گذشته اش را که مدت ها او را تعقیب کرده اند رها کرده است و کاملاً عاشق زندگی مشترک با همسرش، هنرمند است. او هنوز به سختی کار می کند، اما از اوقات فراغت خود نیز بسیار لذت می برد. او به تازگی چهارمین ماراتن خود را به پایان رسانده است، علاقه زیادی به باغبانی و داوطلب شدن در پناهگاهی برای افراد بی خانمان هر سه شنبه شب دارد. او دیگر به شهرت، ثروت و قدرت دنیوی اهمیتی نمی دهد، حتی اگر اکنون همه این چیزها را دارد.

این هنرمند که مجذوب یادگیری آن خواهید شد، به یکی از مشهورترین نقاشان در رشته خود تبدیل شده است. او به طور کامل مسائل مربوط به تعویق خود را ضرب و شتم، است

به طور گسترده ای استاد صنعت خود محسوب می شود و یک شوهر فوق العاده است. او با همسرش دو ماراتن دوید و حالا یک گیاهخوار شده است. چهارشنبه شب ها به کلاس یودلینگ می رود.

و این را دریافت کنید: این زوج یک پسر کوچک فوق العاده زیبا و همیشه باهوش دارند. نام او را سنگ گذاشتند.

این کارآفرین و هنرمند هنوز اعضای باشگاه 5 صبحی ها هستند و فرمول 20/20/20 را هر روز صبح قبل از طلوع صبح اجرا می کنند. آنها هنوز بیشتر رشته هایی را که آقای رایلی به آنها آموزش داده است، تمرین می کنند. و آن ها به قولی که به مربی شان داده اند وفا کرده اند تا جایی که ممکن است در مورد ارزش تحول آفرین زودهنگام صحبت کنند.

در مورد افسونگر ، او هنوز زنده است. از بسیاری جهات، او قوی تر از همیشه پیش می رود. او در خارج از توکیو مستقر است، اما هنوز هم بیشتر عمر خود را در استیج‌های استاد یوم‌های سراسر سیاره، هواپیماها و اتاق‌های هتل می‌گذراند.

او هنوز عاشق ماهیگیری است.

نظر شما در ماجراجویی قهرمانانه شما چیست؟

پایان این کتاب آغاز سفر شما به رایین شارما برای کمک به شما در حفظ عادت زود هنگام به عنوان یک تمرین مادام‌العمر و همچنین نصب فرمول 20/20/20 به عنوان روتین صبحگاهی خود تا نتایج در سطح جهانی را تجربه کنید، رایین شارما ابزارهای زیر را برای شما ایجاد کرده است که همه در دسترس هستند. (کاملاً رایگان)

یک برنامه قابل توجه که به شما کمک می‌کند پیشرفت روزانه خود را در شصت و شش روز آینده پیگیری کنید تا قبل از طلوع صبح بیدار شوید. همچنین دسترسی کامل به کاربرگ‌ها برای یکپارچه‌سازی چارچوب‌هایی که اکنون آموخته‌اید، فهرست‌های پخش موسیقی برای تقویت اعتماد به نفس شما و یک پلتفرم پشتیبانی شگفت‌انگیز را دریافت خواهید کرد تا با سایر اعضای ارتباط برقرار کنید.

چالش باشگاه 5 صبح شما دو ماه ویدیوهای آموزشی غنی از محتوا و بسیار کاربردی، تشویق‌های راهنمایی و عکس‌های سریع الهام از رایین شارما دریافت خواهید کرد تا به تعهد خود ادامه دهید. و پیروزی‌های خود را به عنوان کسی که زود بلند می‌شود به حداکثر برسانید.

مدیتیشن‌های تسلط صبحگاهی 5 صبح باشگاه برای کمک به شروع روز خود با احساس آرامش، تمرکز و مثبت، رایین شارما به دقت مجموعه‌ای از مراقبه‌های هدایت‌شده را برای شما تنظیم کرده است تا هر روز صبح آن را اجرا کنید تا ذهنیت خود را بهینه کنید، قلب خود را خالص کنید. خود را تقویت کنید و خود را افزایش دهید.

فصل از دست رفته راز در شعله ای از آتش خلاقانه یک روز صبح، نویسنده یک فصل جایگزین (و غیرمنتظره ترین) آخر این کتاب را نوشت. این جذاب، مسحور کننده و به شدت دراماتیک است.

