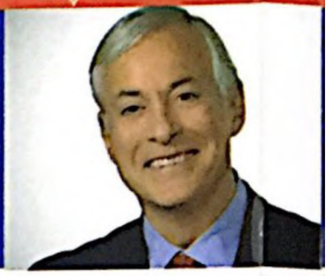
پڕفرۆشترین کتێبی نێودەوڵەتی لە بواری گەشەپێدانی مرۆیی



برایان ترەیسی

ئامانجەکان!

چۆنیەتی بەدەستهێنانی هەموو ئەوانەی
دەتەوێت خێراتر لەوەی درکت پێکردبوو

وەرگێڕانی لە ئینگلیزییەوە:
بەمۆ عەبدولعەزیز

GOALS!

BRIAN TRACY

Scanned with CamScanner

238 posts | 19.2k followers | 7 following

Promote | Edit Profile

📚 پەڕەی فەرمی 📚 کتێبی PDF
Public Figure

لێرە

باشترین و بەسودترین و پڕ خوێنەرترین کتێبەکان

بە خۆڕایی و بە شێوەی PDF داگرە

.

Ganjyna

.

لینکی کتێبەکان 👇 ئەم لینکە بکەرەوە بۆ داگرتنی کتێبەکان
drive.google.com/folderview?id=1gk8e3nSJGJLu36xeLUjwdbjgTSVslbo_

Ktebi_PDF

Scanned with CamScanner

ئامانجەکان!

برایانترەیسی

چۆنیەتی بەدەستهێنانی هەموو ئەوانەی دەتەوێت–
خێراتر لەوەی درکت پێکردبوو

وەرگێڕانی لە ئینگلیزییەوە:
بەمۆ عەبدولعەزیز

Scanned with CamScanner

ناسنامەی کتێب:

ناوی کتێب: ئامانجەکان

نوسەر: برایـن ترەیسی

وەرگێڕ: بەمۆ عەبدولعەزیز

بابەت: گەشە پێدانی مرۆیی

چاپخانە: تاران

تیراژ: ١٠٠٠ دانە

نرخ: ٤٠٠٠ دینار

لە بەڕێوبەرایەتی گشتی کتێبخانە گشتییەکان ژمارەی سپاردنی (١٥٤٢) ساڵی ٢٠١٩پێدراوە.

لە بڵاوکراوەکانی کتێبخانەی بەختیاری
سلێمانی – شەقامی مەولەوی
٠٧٧٠١٤٩٥٢٧٠

Scanned with CamScanner

پێڕست

پێشەکیی وەرگێڕ ٥
وتەی سەرەتا ٧
پێشەکی ١١
بەشی یەکەم ١٧
قفڵی سەر تواناکانت لابدە ١٧
بەشی دوو ٣٢
کۆنترۆڵی ژیانت بگرە دەست ٣٢
بەشی سێ ٥٠
داهاتووی خۆت دروست بکە ٥٠
بەشی چوار ٦٣
بەهاکانت ڕوون بکەوە ٦٣
بەشی پێنج ٧٧
ئامانجە ڕاستەقینەکانت دەستنیشان بکە ٧٧
بەشی شەش ٩١
بڕیار لەسەر مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەت بدە ٩١
بەشی حەوت ١٠٣
باوەڕەکانت شیبکەوە ١٠٣
بەشی هەشت ١٢٠
لە سەرەتاوە دەستپێبکە ١٢٠
بەشی نۆ ١٣٧
بەرەوپێشچوونت پێوانە بکە ١٣٧

Scanned with CamScanner

بەشی دە ١٥١
لەمپەر و بەربەستەکان لابدە ١٥١
بەشی یازدە ١٦٩
ببە شارەزای بواری خۆت ١٦٩
بەشی دوازدە ١٨٩
پەیوەندی لەگەڵ کەسانی دروستدا بگرە ١٨٩
بەشی سیازدە.. ٢٠٠
کاتت بە باشی بەڕێوە ببە... ٢٠٠
بەشی چواردە ٢٠٦
کۆڵمەدە تا سەرکەوتن ٢٠٦
دەرەنجام ٢١٨

Scanned with CamScanner

پێشەکیی وەرگێڕ

پێشکەشە بە (یاد)

سوپاس بۆ یەزدانی مەزن ئەم کاری وەرگێڕانەشم تەواو بوو، سوپاسی زۆرم بۆ هاوسەری ئازیزم بۆ بەخشینی کات و دروستکردنی مەودا و پشتیوانیکردنم و هاندانم بۆ تەواوکردنی ئەم کتێبە. هەمیشە قەرزداری دایك و باوکمم بۆ ئەوەی هەم و هەمە.

بە دەستخۆشی و سوپاسەوە بۆ کاك کامەران بۆ پێشنیارکردنی ئەم کتێبە نایابە .

ئەم کتێبە لەلایەن نوسەر و وتاربێژی بەناوبانگی ئەمریکی (برایان ترەیسی)یەوە نوسراوە کە زۆرینەی لایەنەکانی ئەم کتێبەی بنەما کردووە لەسەر ژیانی تایبەتی و پیشەیی خۆی، سەرکەوتن و شکستەکانی خۆی کردووە بە نمونە. نوسەر دیارە هاوڵاتیەکی ئەمریکیە و کەلتور و یاسا و ڕێسا ئەمریکیەکان لەم کتێبەدا ڕەنگی داوەتەوە، بەپێی توانا و چەندێك گونجابێت هەوڵمداوە ئەو لایەنانەی زۆر چەسپیون لە کەلتوری ئەمریکادا، لابدەم چونکە ڕەنگە سودێکی وەهای نەبێت بۆ خوێنەری ئازیز. هەروەها ئەو شتانەی زۆر دووبارە بوونەتەوە لامبردوون بۆ گێڕاندنەوەی کاتی خوێنەر و بەرهەمهێنانی کتێبێکی پوخت و ڕوون. لە بەشی پێڕستدا ناوی بەشەکانی کتێبەکە بەو جۆرەیە کە لەم وەرگێڕانەدا هەیە بەبێ ئەو بەشانەی دەرهێنراون و وەرنەگێڕدراون، بەڵام لە کۆتاییدا ناونیشانی هەموو بەشەکانم بۆ بەرچاو ڕوونی وەرگێڕاوە و دەستکاری بەشە لابراوەکانم نەکردووە.

Scanned with CamScanner

پێشکەشە

بە (ڕیك مێتكاف)، هاوڕێیەکی باش و هاوڵاتیەکی ئەمریکیی باش و کارسازێکی ناوازە، یەکێك لە باشترین فرۆشیارەکان لە مێژوودا، هەروەها هاندەر بۆ هەموو ئەوانەی دەیناسن.

تەنها خۆزگەم ئەوەیە لێرە بویتایە و بتوانیبا ئەم کتێبە بخوێنیتەوە.

زۆر زوو بەجێت هێشتین.

Scanned with CamScanner

وتەی سەرەتا

ئەم کتێبە بۆ ئەو کەسانەیە کە دەیانەوێت بە خێرایی پێشبکەون و سەربکەون. ئەگەر تۆش بەم جۆرە بیر دەکەیتەوە و بەم جۆرە هەست دەکەیت، کەواتە ئەم کتێبە بۆ تۆ نوسراوە. ئەو بیرۆکە و بابەتانەی لە دوو توێی ئەم کتێبەدا جێیان کراوەتەوە و ئاماژەیان پێکراوە ڕزگارت دەکەن لە چەندان ساڵ لە کارکردنی سەخت و دژوار بۆ بەدەستهێنانی ئەو ئامانجانەی زۆر گرنگن بەلاتەوە .

من زیاد لە ٢٠٠٠ جار وتارم داوە بۆ چەندان بینەر کە جاری وا هەبووە لە ٢٣٠٠٠ بینەر تێپەڕیوە لە ٢٤ وڵاتدا. درێژیی وتار و سیمینارەکانم هەمەچەشن بوون و هەیانبووە ٥ خولەك بووە و هەشیانە ٥ ڕۆژی خایاندووە. لە هەموو دۆخەکاندا من زۆر جەختم کردۆتەوە سەر بەشدارپێکردن و باسکردنی باشترین ئەو بیرۆکانەی بە مێشکمدا هاتوون دەربارەی ئەو بابەتە دیاریکراوانەی بۆ ئەو بینەرانە گونجاو بووە لەو کاتەدا. پاش چەندان وتار لەسەر چەندان بابەتی جیاواز، ئەگەر من تەنها ٥ خولەك کاتم پێ بدرێت قسەت بۆ بکەم و بتوانم تەنها یەك بیرۆکەت بۆ باس بکەم یارمەتیدەرت بێت لەوەی سەرکەوتووترت بکات، ئەوا بۆ ئەم ئامۆژگاریە کورتە دەڵێم "ئامانجەکانت بنوسەوە، پلان دابڕێژە بۆ بەدەست هێنانیان، هەموو ڕۆژێکیش کار لەسەر پلانەکانت بکە".

ئەگەر پەیڕەوی ئەم ئامۆژگاریە بکەیت و بەقسەی بکەیت، باشترین یارمەتیدەرت دەبێت وەك لە هەموو شتێك فێری بوویت تا ئێستا. چەندان

... ئامانجەکان!...

دەرچووی زانکۆ پێیان وتووم ئەم کارە ساکارە زۆر لەو چوار ساڵەی لە زانکۆدا خوێندویانە بەنرختر بووە بۆیان. ئەم بیرۆکەیە ژیانی خۆم و ژیانی ملیۆنان کەسی تری گۆڕیوە. بێگومان ژیانی تۆش دەگۆڕێت.

خاڵی وەرچەرخان

گروپێك لە کەسانی سەرکەوتوو کاتی خۆی لە شیکاگۆ کۆبونەوە، قسەیان دەکرد لەسەر ئەزموونەکانی ژیانی خۆیان. هەموویان ملیۆنێر و هەمە ملیۆنێر بوون. وەکو زۆرینەی خەڵکانی سەرکەوتوو، ئەو کەسانە زۆر خاکی و سوپاسگوزار بوون لە بەرامبەر ئەوەی وەدەستیان هاتووە، لە بەرامبەر ئەو بەرەکەتەی ژیان بەسەریاندا ڕژاندویەتی. لە کاتێکدا خەریکی گفتوگۆ بوون لەسەر ئەو هۆکارانەی بۆتە ڕێخۆشکار لەوەی چۆن توانیویانە ئەو هەموو دەستکەوتەیان هەبێت لە ژیاندا، داناترین و دنیا دیدەترینیان دەنگی کرد و وتی ["سەرکەوتن بریتیە لە ئامانجەکان، ئەوانی تر هەمووی تەواوکاری ئەمەن."]

کات و ژیانی تۆ زۆر بەنرخن. گەورەترین بە هەدەردانی کات و ژیان بریتیە لەوەی تۆ چەندان ساڵ بەسەر بەریت لە ئەنجامدانی کارێکدا کە بتوانیت بە چەند مانگێکی کەم ئەنجامی بدەیت. ئەمەش لەڕێی پەیڕەوکردنی پرۆسەی کردارەکی و سەلمێندراوی دانانی ئامانج و گەشتن بە ئامانج کە لەم کتێبەدا باسکراوە، بە پەیڕەو کردنی ئەم لایەنە دەتوانیت کارێکی زۆر ئەنجام بدەیت بە کاتێکی کەم، سەرت دەسوڕمێت لە نایابێتی ئەم لایەنە. ئەو خێراییەی بەهۆی پەیڕەو کردنی ئەم لایەنەوە

Scanned with CamScanner

بەدەستی دێنیت لە جوڵان بەرەو پێش و بەرەو سەر، تۆش و ئەوانەی چواردەوریشت سەرسام دەکات .

بە پەیڕەوکردنی ئەم میتۆد و تەکنیکە ئاسان و ساکارانە تۆ دەتوانیت بە خێرایی لە بێ پارەیی و دەستکورتیەوە بگەیتە سەروەت و سامان، لە ماوەیەکی زۆر کەمدا کە چەند مانگ و چەند ساڵێکی کەم تێپەڕ ناکات.

دەتوانیت ئەزمونت لە هەژاری و پشت ساردیەوە بگۆڕیتە سەر کاریگەریی و لەخود ڕازی بوون. دەتوانیت زۆر زیاتر لە سەروەت و سامان و زانین و زانیاری بەدەست بێنیت وەك لە هەموو ئەو هاوڕێ و خزمانەی دەیانناسیت .

لە وتار و سیمینار و ڕاوێژکاریەکانمدا، کارم کردووە لەگەڵ زیاتر لە دوو ملیۆن خەڵك لە سەرتاسەری جیهاندا. ئەوەی دووبارە و دووبارە بۆم دەرکەوتووە بریتی بووە (لەوەی کەسێکی ئاسایی ئەگەر ئامانجی ڕوون و ئاشکرا دابنێت ئەوا زۆر خێراتر پێشی ئەو کەسە ژیر و بلیمەتانە دەداتەوە کە نازانن چیان دەوێت و دڵنیا نین لە ئامانجەکانیان)

دروشمی کاری من چەندان ساڵە هەر وەك خۆیەتی و نەگۆڕاوە، دروشمەکەم بریتیە لە "یارمەتیدانی خەڵکان لە گەشتن بە ئامانجەکانیان زۆر خێراتر لەوەی ئەگەر یارمەتیەکەی منیان پێنەگات"

ئەم کتێبە ڕۆحی هەموو ئەو زانیاریانەی تێدایە کە لە بوارەکانی سەرکەوتن و گەشتن بە ئامانجەکان و بەدیهێنانی ئامانجەکاندا فێریان بووم. بە پەیڕەوکردنی ئەم هەنگاوانەی کە لە دوو تویی ئەم کتێبەدا باسکراون دەتوانیت بگەیتە هێڵی پێشەوەی ژیان. بۆ منداڵەکانم، ئەم کتێبە وەکو نەخشە ڕێگا و ڕێنمایی دانراوە بۆ یارمەتیدانتان لە ڕۆشتنتان

Scanned with CamScanner

... ئامانجەکان!...

لە هەرکوێیەکەوە بێت بۆ هەرکوێیەك بتانەوێت. بۆ هاوڕێیان و خوێنەرانی ئەم کتێبە، هۆکارم بۆ نوسینی ئەم کتێبە بریتیە لە پێدانی سیستەمێکی سەلمێندراو کە بتوانن بەکاری بێنن بۆ ڕۆشتن بە خێرایی لەسەر ڕێچکە و مێلی ژیانی خۆتان.

بەخێربێن! گەشتێکی نوێ و مەزن لە سەر و بەندی دەستپێکردندایە.

Scanned with CamScanner

پێشەکی

ئەم سات و کاتە زۆر ناوازە و نایابە کە تیایدا لە ژیانداین. چونکە چەندان هەل و دەرفەت بەردەستە بۆ کەسانی داهێنەر و کۆڵنەدەر بۆ گەشتن بە ئامانجەکانیان. بێ گوێدانە بەرز و نزمیە کاتیەکانی ئابوری لە ژیانتدا، ئێمە لە سەر و بەندی چونە ناو سەردەمی ئاشتی و خۆشگوزەرانیداین بە شێوەیەك هیچ سەردەمێکی مێژووی مرۆڤایەتی بەم جۆرە نەبووە.

لە ساڵی ١٩٠٠ دا، پێنج هەزار ملیۆنێر لە ئەمریکادا بوونی هەبووە. لە ساڵی ٢٠٠٠ دا، ژمارەکە بووە بە پێنج ملیۆن کەسی ملیۆنێر، کە زۆرینەیان کاری ئازادیان هەیە و خۆیان توانیویانە خۆیان دروست بکەن، ئەمە هەمووی لە یەك نەوەدا. شارەزایان پێشبینی ئەوە دەکەن لە ماوەی بیست ساڵی پاش نوسینی ئەم کتێبە دە بۆ بیست ملیۆنێری تر زیاد دەبن. ئامانجی تۆش دەبێت بریتی بێت لە بوون بە یەکێك لەو ملیۆنەرانە. ئەم کتێبە پیشانت دەدات چۆن دەبیتە ملیۆنێر.

دەستپێکێکی لەسەرخۆ

کاتێك تەمەنم ١٨ ساڵان بوو، خوێندنم بەجێ هێشت و وازم لە دەرچوون هێنا. یەکەمین کارم بریتی بوو لە قاپشۆری لە پشت ئوتێلێکی بچوکدا. لەوێوە کارەکەم گۆڕی بۆ ئۆتۆمبیل شوشتن، پاشان بۆ شوشتنی زەوی و دەرگاوانی. لە ماوەی چەند ساڵی دواتردا، چەندان کاری دەستیم کرد و بژێوی خۆمم بە ئارەقی ناوچەوانم پەیدا دەکرد. لە داربڕین و کارگەکاندا

کارم کردووە، لە کێڵگەی دانەوێڵە و کێڵگەی ئاژەڵاندا کارم کردووە. پاش کۆتایی هاتنی وەرزی داربڕین دەستم کردووە بە بیر هەڵکەندن. وەکو کرێکاری بنیادنانی باڵەخانە بەرزەکان کارم کردووە، وەکو دەریاوان لە کەشتی نەرویجیدا لە ئەتلەنتای باکور کارم کردووە. چەندان جار وا ڕێکەوتووە لە ئۆتۆمبیلەکەمدا یان لە ژووری ماڵە هەرزانەکاندا خەوتووم. کاتێك تەمەنم ٢٣ ساڵان بووە، لە کێڵگەی کۆکردنەوەی کا دا کارم کردووە و لەسەر کا خەوتووم و لەگەڵ خێزانێکی جوتیاردا نانم خواردووە. من نەخوێندەوار و ناکارامە بووم و لە کۆتایی وەرزی دروێنەدا دووبارە بێکار دەبوومەوە.

کاتێك وای لێهات چیتر کرێکاریم دەست نەکەوێت، توانیم کارێکم لە مێڵی فرۆشیاریدا دەست بکەوێت، بە گەڕان بە شوێنی کارەکان و ماڵەکاندا. چەندان ڕۆژ هەبووە هەموو ڕۆژەکە کارم کردووە و تەنها یەك کاڵام فرۆشتووە و بەمەش کرێی ژووری مانەوەم پێ پەیدا کردووە و توانیومە شەو بحەوێمەوە تیایدا .

بەڕاستی ئەمە دەستپێکێکی باش نەبووە بۆ ژیان.

ئەو ڕۆژەی ژیانم گۆڕا

پاشان ڕۆژێك لە ڕۆژان، پارچەیەك کاغەزم هێنا و ئامانجێکی سەرشێتانەم بۆخۆم تێدا نووسی، بریتی بوو لە پەیداکردنی ١٠٠٠ دۆلار لە کاری مەندووبی. پارچە کاغەزەکەم قەد کرد و ئیتر نازانم لەکوێم دانا چونکە بۆم نەدۆزرایەوە.

... ئامانجەکان!...

پاش ٣٠ ڕۆژ، سەرتاپای ژیانم گۆڕا. لەو ماوەیەدا، تەکنیکێکم دۆزیەوە بۆ ئەنجامدانی فرۆشتن کە بووە هۆی سێ هێندە کردنی فرۆشتنەکانم. لە هەمان کاتدا، خاوەنی کۆمپانیاکەم کۆمپانیاکەی فرۆشت بە تازە کارسازێك کە تازە گواستبویەوە ناو شارۆچکەکەمان. ڕێك سی ڕۆژ پاش ئەوەی ئامانجەکەم نوسیبوو، ئەم تازە کارسازە بانگی کردم و مانگانە ١٠٠٠ دۆلاری بۆ بڕیمەوە بۆ ئەوەی سەرپەرشتی یەکەی فرۆشتن بکەم و خەڵکانی تر فێربکەم چۆن ئەم کارە دەکرێت و چۆن بتوانن فرۆشیان زیاد بکەن. ئۆفەرەکەی کارسازەکەم پەسەند کرد و لەو ڕۆژەوە ژیانم بە تەواوەتی گۆڕا.

لەماوەی هەژدە مانگدا، چەندان پۆست بەرزکرامەوە. لە مەندووبییەوە بووم بە بەڕێوەبەری یەکەی فرۆش و خەڵکان کاریان دەکرد بۆم. وای لێهات ڕێژەی سەدا ٩٥ ی هێزی یەکەی فرۆش لەلایەن منەوە دەخرانە سەر کار. ژیانی من لە خەمخواردن لە ژەمی داهاتوومەوە گۆڕا بۆ گیرفانێکی پڕ لە پارە.

دەستم کرد بە فێرکردنی ئەوەی چۆن یەکەی فرۆش ئامانجەکانیان بنوسنەوە و چۆن بە شێوەیەکی کاراتر بفرۆشن. هەر زۆر بە خێرایی ئەم یەکەیە فرۆشەکانیان دوو هێندە و سێ هێندە زیادی کرد و داهاتیان زیادی کرد بە ڕێژەی دە هێندە. زۆرینەیان ئێستا ملیۆنێر و هەمە ملیۆنێرن.

گرنگە تێبینی ئەوە بکرێت ژیانم لە ناوەڕاستی بیستەکانمدا، بەردەوام بەرەو سەر و بەرەو پێش نەبووە، چەندان بەرزی و نزمی تێدابووە، چەندان سەرکەوتن و شکستی تێدابووە. گەشتم بۆ زیاتر لە ٨٠ وڵات

Scanned with CamScanner

کردووە و تیایدا ژیاوم، فێری زمانەکانی فەرەنسی و ئەڵمانی و ئیسپانی بووم بەهۆی گەشتەکانمەوە، لە ٢٢ پیشە و بواری جیاوازدا کارم کردووە. بەهۆی بێ ئەزموونی و هەندێك جار گەمژەییەوە، پارەیەکی زۆرم خەرجکردووە و وای لێهاتووە هیچم نەماوە یان هەموو پارەکەم لەدەست داوە و ناچار لە سەرەتاوە دەستم پێکردۆتەوە، ئەمە چەند جارێك دووبارە بۆتەوە. هەر جارێك ئەمە ڕووی بدایە، دادەنیشتم و پارچەیەك کاغەزم دەهێنا و چەند ئامانجێکی نوێم تێدا دەنووسی بۆ خۆم، بە بەکارهێنانی ئەو میتۆدانەی دواتر باسیان دەکەم.

پاش چەندان ساڵ لە ئامانج دانان و شکست هێنان لە دانانی ئامانج و بەدەستهێنانی ئامانجدا، لە کۆتاییدا توانیم بڕیار بدەم بۆ کۆکردنەوەی هەموو ئەوانەی فێریان بووم، لە یەك سیستەمدا. لە ڕێی کۆکردنەوەی ئەم بیرۆکە و ستراتیژانەدا لە یەك شوێندا، توانیم میتۆد و پرۆسەیەکی دانانی ئامانج کە سەرەتا و نێوەند و کۆتایی هەبێت دابنێم و هەموو ڕۆژێك پەیڕەوم دەکرد.

لەماوەی یەك ساڵدا، بەهۆی پەیڕەوکردنی ئەم نەخشەی بەدەستهێنانی ئامانجەوە، ژیانم زیاد لە جارێك گۆڕاوە. لە مانگی یەکی ئەو ساڵەدا، من لە شوقەیەکدا دەژیام کە کەلوپەلەکانیشی هی کرێ بوو.٣٥,٠٠٠ دۆلار قەرزدار بووم و ئۆتۆمبیلێکی کۆنم لێدەخوڕی بەبێ خزمەتکردنی. لە مانگی دوازدەی هەمان ساڵدا من لە شوقەیەکی سەربەخۆی ٥٠٠,٠٠٠ دۆلاریدا دەژیام. ئۆتۆمبیلێکی نوێی مارسیدسم هەبوو وە هەموو قەرزەکانم دابۆوە و بڕی ٥٠,٠٠٠ دۆلاریشم لە بانقدا هەبوو.

Scanned with CamScanner

پاشـان زۆر بـە جـدی هـەوڵم بـۆ سـەرکەوتن دەدا. بـۆم دەرکـەوت ئـەم "دانانی ئامانجە" زۆر بەهێز و بە توانایە. مـن سـەدان کاتـژمێر و هـەزاران کاتژمێرم بەسـەر بـرد لـە خوێندنـەوە و لێکۆڵینـەوە لـە چۆنیەتی دانانی ئامـانج و بەدەسـتهێنانی ئامـانج و دانـانی باشـترین بیرۆکـەکان لـە یـەك پرۆسەی دانانی ئامانج و بەدەستهێنانی ئامانجدا کـە زۆر بـە کاریگەرانـە کاری خۆی دەکرد.

هەموو کەس دەتوانێت ئەم کارە بکات

لە ساڵی ١٩٨١ دا، دەستم کرد بە وتنەوەی سیستەمەکەم لە وۆرکشـۆپ و سیمینارەکاندا کە لەم ساتەدا بـوو بوونـە ٢ ملیـۆن کـەس لـە ٣٥ وڵاتـدا. دەستم کرد بە تۆمارکردنی دەنگی و ڤیدۆیی خولەکانم تا کەسانی تـریش بتوانن سودی لێ ببیـنن. لـەم ساتەدا سـەدان و هـەزاران کەسـم ڕاهێنـان پێکردبـوو دەربـارەی سیسـتەمەکی خـۆم بـە چـەندان زمـانی جیـاواز لـە سەرانسەری جیهاندا.

ئەوەی بۆم دەرکەوت بریتی بوو لەوەی ئەم بیرۆکانە لە هـەموو شـوێنێکدا کاری خۆیان دەکەن، بۆ هەموو کەسێك، لە هەر وڵاتێکدا بێت، گـرنگ نیـە خوێندن و و ئەزموون و پاشخانت هەرچیەك و هەرچۆنێك بێت، دەتوانیـت دەست بکەیت بەم سیستەمە.

لە هەمووی گرنگتر، ئەم بیرۆکانە بۆ منیش و بـۆ هـەزاران کەسـی تریشـی ئاسـانی کـرد کـە کـۆنترۆڵی تـەواوەتیمان هـەبێت بەسـەر ژیانمانـدا. ئەنجامدانی کرداری ڕێکوپێك و سیستەماتیکی دانـانی ئامـانج ئێمـەی لـە هەژاریەوە گواستەوە بۆ خۆشبەختی، لە پشت ساردیەوە بـۆ چـالاکبوون،

Scanned with CamScanner

... ئامانجەکان!...

لە بێ دەسەڵاتی و نەبوونیەوە بۆ سەرکەوتن و لەخود ڕازی بوون. ئەم سیستەمە دەتوانێت ئەمانە بۆ تۆش دابین بکات.

ئەو لایەنەی هەر لە سەرەتاوە درکم پێکرد بریتیە لە "هەبوونی هەر پلانێک، زۆر باشترە لە نەبوونی هیچ پلانێک". هەروەها دووبارە داهێنانکردنەوە لەو شتانەی داهێنراون و دۆزراونەتەوە پێویست نیە، وەکو دووبارە داهێنانەوە لە تایەدا. لەم سەردەمەدا وەڵامی هەموو پرسیارەکان دراونەتەوە، سەدان و هەزاران و بگرە ملیۆنان پیاو و ژن هەن کە هەر هیچیان نەبووە بە پەیڕەوکردنی ئەم بنەمایانە دەستیان کردووە بە کار و توانیویانە سەربکەون و داهاتیان هەبێت. ئەوەی کەسانی تر توانیویانە ئەنجامی بدەن، تۆش دەتوانیت ئەنجامی بدەیت، تەنها ئەوەت لەسەرە فێربیت چۆن.

لە پەڕەکانی داهاتوودا، فێری گرنگترین بیرۆکە و ستراتیژیەت دەبیت تا ئێستا دۆزرابێتەوە دەربارەی بەدەستهێنانی هەر شتێك بتەوێت لە ژیانتدا. بۆت دەردەکەوێت هیچ سنورێك نیە لەسەر بەدەستهێنانی ئەو شتانەی دەتەوێت بەدەستت بێن، تەنها ئەو سنورانە نەبێت کە خۆت لە ئەندێشەی خۆتدا داتناون. هەروەها بەهۆی ئەوەی ئەندێشە کردن سنوری نیە، کەواتە سنوریش نیە بۆ ئەو شتانەی بتوانیت بەدەستیان بێنیت. ئەمە خۆی لە خۆیدا مەزنترین دۆزینەوەیە .

با دەست پێبکەین

"گەشتی هەزار هەنگاو بە یەك هەنگاو دەست پێدەکات"

کۆنفۆشیۆس

بەشی یەکەم
قفڵی سەر تواناکانت لابدە

"توانای کەسێکی ئاسایی وەکو زەریایەکی مەزنی بێ کەشتی وایە، وەکو کیشوەرێکی نوێی نەپشکنراو وایە، جیهانێکە لە ئەگەرێتی لە چاوەڕوانیدایە قفڵیان لابرێت و بەرەو بەرژەوەندیەکی باڵا بەکاربێن."
"برایان ترەیسی"

سەرکەوتن بریتیە لە ئامانج، ئەوانی تر هەمووی تەواوکاری ئەمەن هەموو کەسە سەرکەوتووەکان کەسانی ئامانجدارن. دەزانن چیان دەوێت و هەموو هزریان دەخەنە سەر بەدەستهێنانی ئەو ئامانجە، ڕۆژانە ئەم کارە دووبارە دەکەنەوە.

توانا لە دانانی ئامانجدا بریتیە لە کارامەیی باڵا بۆ سەرکەوتن. ئامانجەکان هزری ئەرێنیت دەکەنەوە و بیرۆکە و وزەت بەرەو ڕووی بەدەستهێنانی ئامانج دەنێرن. بەبێ ئامانج، تۆ لە تەوژمی دەریا و زەریای ژیاندا بەملاولادا دەدرێیت و ژیان لەگەڵ خۆی دەتبات. بە دانانی ئامانج، تۆ وەکو تیرێك دەفڕیت، ڕاست و ڕەوان بەرەو ئامانجەکەت.

ئەوەی ڕاستی بێت، تۆ توانایەکی سروشتیت هەیە کە بتوانیت بەکاری بێنیت ئەگەر سەد جار بمریت و زیندوو ببیتەوە. ئەوەی تا ئێستا بەدەستت هێناوە تەنها بەشێکی هەرە بچوکە لەوەی بتوانیت بە ڕاستی هەوڵی بۆ بدەیت. یەکێك لە یاساکانی سەرکەوتن بریتیە لە

... ئامانجەکان!...

" گرنگ نیە لەکوێوە هاتوویت، ئەوە گرنگە بزانیت بەرەو کوێ دەڕۆیت ."
وە ئەو ڕووگەیەی بۆی دەڕۆیت تەنها و تەنها لەلایەن خۆت و بیرکردنەوەکانتەوە دەستنیشان دەکرێت.

ئامانجە ڕوونەکان متمانە بەخۆ بوونت بەهێز و زیاد دەکەن، شیاوێتیت پەرەپێدەدەن و ئاستی هاندانت برەو پێدەدەن. وەکو تۆم هۆپکینس، ڕاهێنەری فرۆش دەڵێت "ئامانجەکان سووتەمەنیی فڕنی بەدەستهێنانن."

خۆت جیهانی خۆت دروست دەکەیت

ڕەنگە مەزنترین دۆزینەوە لە مێژووی مرۆڤایەتیدا بریتی بێت لە هێزی هزرت بۆ دروستکردنی لایەنەکانی ژیانت. هەموو ئەو شتە دەستکردانەی دەیانبینیت لە ژینگە و چواردەورتدا سەرەتا لە بیرۆکەیەکەوە دەستیان پێکراوە لە هزری یەك کەسدا، پاشان کاری بۆ کراوە و گۆڕدراوە بە ڕاستی.

هەموو شتێك لە ژیانتدا لە بیرکردنەوە و خۆزگە و هیوا و خەونێکەوە دەستی پێکراوە، جا لە مێشك و هزری تۆدا بێت یان لە مێشك و هزری کەسێکی دیدا بێت. بیرکردنەوەکانت داهێنەرانەن. بیرکردنەوەکانت جیهانی تۆ و هەموو ئەو شتانەی بۆت ڕوودەدەن لە قاڵب دەدەن و شێوە دەکەن.

پوختەی مەزنی هەموو ئاینەکان و فەلسەفەکان و پشت سروشتەکان و دەروونیەکان و سەرکەوتنەکان بریتیە لەمە "تۆ، زۆرینەی کاتەکان دەبیتە ئەو شتەی بیری لێدەکەیتەوە." جیهانی دەرەوەی تۆ ڕاستەوخۆ دەبێتە ڕەنگدەرەوەی جیهانی ناخی تۆ، وە دەبێتە ئاوێنەی ئەوەی تۆ

Scanned with CamScanner

بیری لێدەکەیتەوە. ئەوەی بیری لێدەکەیتەوە لە کۆتاییدا دەبێتە ڕاستی و دێتە واقعی ژیانتەوە.

هەزاران هەزار کەسی سەرکەوتوو پرسیاری ئەوەیان لێکراوە ئایا زۆرینەی کاتەکان بیر لە چی دەکەنەوە. وە باوترین وەڵام بۆ ئەم پرسیارە لەلایەن کەسە سەرکەوتووەکانەوە بریتی بووە لەوەی زۆرینەی کات بیر دەکەنەوە لەو شتەی دەیانەوێت، وە چۆن بەدەستی بێنن.

زۆرینەی کات، کەسانی نا سەرکەوتوو، کەسانی بێ تاقەت و دڵتەنگ، بیر دەکەنەوە و قسە دەکەن لەسەر ئەو شتانەی نایانەوێت، قسە دەکەن لەسەر کێشەکانیان و خەم و خەفەتەکانیان و لۆمەی کێ بکەن. بەڵام کەسانی سەرکەوتوو بیرۆکە و گفتوگۆ و قسەکانیان هەمووی لەسەر ئامانجە هەرە خوازراوەکانیانە. زۆرینەی کات بیردەکەنەوە و قسە دەکەن لەسەر ئەو شتانەی دەیانەوێت بەدەستی بێنن.

ژیان بە نەبوونی ئامانجێکی ڕوونەوە وەکو شۆفێری وایە بە ناو تەمێکی چڕ دا. گرنگ نیە ئۆتۆمبیلەکەت چەندێك بەهێز و پێشکەوتووە، بەهۆی ئەوەی تۆ بە خاوی لێدەخوڕیت، بە دوو دڵی لێدەخوڕیت، زۆر بە کەمی بەرەو پێش دەچیت تەنانەت ئەگەر ڕێگەکەش قیرتاوێکی بێ تاسە بێت .

بڕیاردان لەسەر ئامانجەکانت ڕاستەوخۆ دەبێتە هۆی ڕەوینەوەی تەمەکان و ڕێخۆشکار دەبێت بۆ جەختکردن و بەکارهێنانی وزە و تواناکانت. ئامانجە ڕوونەکان ڕێت بۆ خۆش دەکەن باشتر سوکانی ژیانت بگریتە دەست و پێی پێدا بنێیت و بە خێرایی بەرەو بەدیهێنانی ئەو شتانەی بە ڕاستی دەتەوێن بڕۆیت.

... ئامانجەکان!...

تایبەتمەندیی گەڕانی ئۆتۆماتیکیت بە دووی ئامانجدا

ئەم ڕاهێنانە بێنە پێشچاوت: کۆترێکی کێوی لە هێلانەکەی دەربێنە، بیکە ناو قەفەزێکەوە، قەفەزەکە داپۆشە و قەفەزەکە بکە ناو سندوقێکەوە و سندوقەکە بکە پشتی بارهەڵگرێکەوە. هەزار کیلۆمەتر دووربکەوەوە لە هێلانەی کۆترەکە. پاشان سندوقەکە بکەوە و سەرپۆشی قەفەزەکە لابدە و کۆترەکە بەڕەڵا بکە، کۆترەکە بەرەو ئاسمان دەفڕێت و سێ سوڕ لێدەدات و پاشان بێ هەڵە بەرەو هێلانەکەی دەفرێت کە هەزاران کیلۆمەتر دوورە .

کۆتر تاکە ئاژەڵێکە لەسەر زەویدا کە ئەم تایبەتمەندیە هزریەی دۆزینەوەی ئامانجەی هەیە، بێجگە لە مرۆڤ.

تۆش وەکو کۆترەکە هەمان ئەم توانای دۆزینەوەی ئامانجەت هەیە، بەڵام یەك تایبەتمەندیی نایابت زیاترە، ئەویش ئەوەیە ئەگەر بە تەواوەتی ئامانجەکانت ڕوون بن بەلاتەوە، هیچ پێویست ناکات بزانیت ئامانجەکانت لەکوێن یان چۆن بەدەست دێن، چونکە بە تەنها بڕیاردان لەوەی چیت دەوێت ئەوا ڕاستەوخۆ و بێ هەڵە بەرەو ئامانجەکەت دەکەویتە ڕێ و ئامانجەکەشت بێ هەڵە بەرەو ڕووی تۆ دێت، لە هەمان کات و شوێنی دروستدا تۆ و ئامانجەکەت بەیەك دەگەن.

بەهۆی ئەم تایبەتمەندیە ناوازەیەی ناو قوڵایی هزرتەوە، تۆ هەمیشە دەتوانیت ئامانجەکانت بەدی بێنیت، جا هەر چییەك بن. تۆ بەرەو ئامانجەکانت دەجوڵێیت و ئەوانیش بەرەو ڕووی تۆ دەجوڵێن. ئەگەر ئامانجەکەت بریتی بێت لەوەی شەوانە بتوانیت بگەڕێیتەوە ماڵ و تەماشای تەلەڤیزۆن بکەیت، زۆرینەی کات ئەگەری هەیە ئەمە ڕوویدات.

Scanned with CamScanner

ئەگەر ئامانجت دروستکردنی ژیانێکی پڕ تەندروستی و دڵخۆشی و خۆشگوزەرانییە، بە دڵنیاییەوە بۆت دێتە دەست. وەکو کۆمپیوتەر، میکانیزمی دۆزینەوەی ئامانجەکانت بڕیاردەر و حوکمدەر نیە. بەڵکو خودکارانە و بەردەوام کار دەکات بۆ ئەوەی تۆ بباتە لای ئەوەی دەتەوێت، بێ گوێدانە ئەوەی تۆ چی بەرنامەیەکی تێدا دادەگریت.

سروشت گوێ ناداتە قەبارە و مەودای ئامانجەکانت. ئەگەر ئامانجی بچوک دابنێیت، میکانیزمی خودکارانەی بەدیهێنانی ئامانجەکانت وادەکات ئامانجە بچوکەکانت بەدەست بێنیت. ئەگەر ئامانجی گەورە دابنێیت، ئەم توانستە سروشتیەت وادەکات ئامانجە گەورەکانت بەدەست بێنیت. قەبارە و مەودا و وردەکاریەکانی ئەو ئامانجانەی زۆرینەی کات هەڵیان دەبژێریت و بیریان لێدەکەیتەوە بە تەواوەتی پەیوەندی بە خۆتەوە هەیە.

● **بۆچی خەڵکی ئامانج دانانێن**

ئەمە پرسیارێکی باشە: ئەگەر دانانی ئامانج خودکارانەیە، بۆچی بڕێکی هێندە کەم لە خەڵکی ئامانجی ڕوون و نوسراو و پێوانەکراو و پەیوەندیدار بە کاتەوە دادەنێن و ڕۆژانە کاری بۆ دەکەن؟ ئەمە یەکێکە لە لایەنە نەزانراوە مەزنەکانی ژیان .

بە بڕوای من چوار هۆکار هەیە وادەکات خەڵکی ئامانج دانەنێن.

ئامانجەکان گرنگ نین

یەکەمین هۆکار، زۆرینەی خەڵکی درك بە گرنگیی ئامانجەکان ناکەن. ئەگەر تۆ لە ماڵێکدا گەورە بوویت کەس ئامانجی دانەنابێت، یان هاوەڵی کۆمەڵێك دەکەیت کە نە گفتوگۆ لەسەر ئامانج دەکەن نە نرخیشی

... ئامانجەکان!...

دەزانن، ئەوا زۆر بە ئاسانی پێدەگەیت بەبێ ئەوەی درك بە تواناکانت بکەیت لە دانان و بەدیهێنانی ئامانجەکانتدا و ئەمە هێندەی هەموو کارامەییەك کاریگەریی لەسەر ژیانت دادەنێت .
بڕوانە چواردەورت، چەند کەس لە هاوڕێ و خێزانەکەت ئامانجی ڕوونیان هەیە و پابەندن پێوەی؟

نازانن چۆن
هۆکاری دووهەم لەوەی بۆچی خەڵکی ئامانجیان نیە بریتیە لەوەی نازانن چۆن ئامانج دابنێن. بەڵکو خراپتر ئەوەیە خەڵکی وادەزانن ئامانجیان هەیە کە لە ڕاستیدا تەنها کۆمەڵێك خۆزگە و خەونیان هەیە لە شێوەی "دڵخۆش بە" یان "پارەی زۆر پەیدا بکە" یان "ژیانێکی ئاسودەی خێزانیی ببە سەر."
بەڵام ئەمانە بە هیچ شێوەیەك ئامانج نین. ئەمانە تەنها خەون و ئەندێشەن کە باون بەلای هەموو کەسێکەوە. ئامانج، لەلایەکی ترەوە، بریتیە لەو شتەی زۆر جیاوازترە لە خۆزگە، ئامانج ڕوونە و نوسراوە و دیاریکراوە، دەتوانرێت بە خێرایی و بە ئاسانی وەسف بکرێت بۆ کەسێکی تر، دەتوانیت پێوانەی بکەیت، وە دەشزانیت ئایا ئامانجەکەت بەدەست هێناوە یان نا.
ئەگەری هەیە و دەکرێت بڕوانامەیەکی بالاّ بەدەست بێنیت لە زانکۆیەکی پێشکەوتوودا بەبێ ئەوەی تەنانەت یەك کاتژمێر ڕێنماییت وەرگرتبێت لەسەر دانانی ئامانج. وەکو ئەوەیە زۆرینەی ئەو کەسانەی بڕیار لەسەر مەنهەجی خوێندن دەدەن لە قوتابخانە و زانکۆکانماندا بە تەواوەتی

Scanned with CamScanner

کوێرن لە ئاست گرنگیی دانانی ئامانج بۆ بەدەستهێنانی سەرکەوتن لە ژیانی دوای خوێندندا. وە بێگومان، ئەگەر تا کاتی پێگەشتن و گەورەبوونت وشەی ئامانجت نەبیستبێت، وەکو ئەوەی من ئەزموونم کردووە، ئەوا هیچ بیرۆکەیەکت نیە و نازانیت ئامانجەکان چەند گرنگن بۆ هەموو ئەو شتانەی دەیانکەیت.

ترس لە شکست

هۆکاری سێهەم کە وا بکات خەڵکی ئامانج دانەنێن بریتیە لە ترس لە شکست. شکست ئازاری هەیە. شکست لە ڕووی عاتیفی و زۆرجار لە ڕووی داراییشەوە ئازار و زیان بەخشە و ناڕەحەتت دەکات. هەموو کەس جار و بار ئەزموونی شکست دەکات. هەر شکستێك، وادەکات کەسەکە بە وریاییەوە جاری داهاتوو مامەڵە بکات و خۆی بەدوور دەگرێت لە ئەزموونکردنەوەی شکست لە داهاتوودا. پاشان بە شێوەیەکی دەرهەستەیی هەڵەیەکی کوشندە دەکەن و خۆیان تێك دەشکێنن بەهۆی دانەنانی ئامانجەوە کە ئەمەش وادەکات دووبارە شکست بێننەوە. وایان لێدێت دەکەونە ئاستی هەرە خوارەوەی ژیان وەك لەوەی ئەوپەڕی دەرفەتەکان بقۆزنەوە.

ترس لە ڕەتکردنەوە

هۆکاری چوارەم کە وادەکات خەڵکیی ئامانج دانەنێن بریتیە لە ترس لە ڕەتکردنەوە. خەڵکیی دەترسن لەوەی ئەگەر ئامانجیان دانا و سەرکەوتوو نەبوون، کەسانی تر ڕەخنەیان لێدەگرن یان گاڵتەیان پێدەکەن. ئەمە یەکێکە لەو هۆکارانەی وادەکات کاتێك ئامانج دادەنێیت،

Scanned with CamScanner

ئامانجەکانت نهێنی بهێڵیتەوە و باسیان نەکەیت و ئاشکرایان نەکەیت. بە کەس مەڵێ ئامانجەکانت چین. بەڵکو دەرەنجامەکان و وەدەستهاتووەکانتیان پیشان بدە، پیشانیان بدە گەشتویتە چی و چیت وەدەست کەوتووە، بەلام پێشوەخت ئامانجەکانت باس مەکە. ئەگەر ئەوان شتێك نەزانن ناتوانن زیان لە تۆ بدەن.

خۆت بگەیەنە سەدا سێی لوتکە

ماك کۆرماك، لە کتێبی "ئەوەی لە سکوڵی کارسازیی هارڤارد فێرت ناکەن What They Dont Teach You In The Harvard – Business School"، باسی لێکۆڵینەوەیەکی هارڤارد دەکات کە ئەنجامدراوە لە نێوان ساڵانی ۱۹۷۹ و ۱۹۸۹ دا. لە ساڵی ۱۹۷۹ دا دەرچوانی بەرنامەی ماستەری کار لە هارڤارد ئەم پرسیارەیان لێکرا "ئایا ئامانجی ڕوون و نوسراوت داناوە بۆ داهاتووت و پلانت دارشتووە بۆ بەدەستهێنانی ئامانجەکانت؟" دەرکەوت تەنها سەدا سێی دەرچووان ئامانج و پلانی نوسراویان هەبووە. وە سەدا سێزدە ئامانجیان هەبووە، بەلام نەیان نوسیوەتەوە، وە سەدا هەشتا و چواریان ئامانجیان هەر نەبووە، جگە لەوەی تەنها بیریان لای دەرچوون و چێژ بینین بووە لە هاوین.

دە ساڵ دواتر، لە ساڵی ۱۹۸۹ دا، دووبارە چاوپێکەوتنیان لەگەڵ ئەندامانی ئەو پۆلە دەرچووەدا کردەوە. بۆیان دەرکەوت ئەو سەدا سێزدەیەی ئامانجیان هەبووە بەلام نوسراو نەبووە داهاتیان دوو هێندەی ئەو سەدا هەشتا و چوارە بووە کە هیچ ئامانجێکیان نەبووە. وە ئەوەی

Scanned with CamScanner

... ئامانجەکان!...

سەرسوڕهێنەر بووە ئەوە بووە ڕێژەی سەدا سێیەکەی ئامانجی ڕوون و نوسراویان هەبووە هەر کە دەرچوون لە هارڤارد نزیکەی دە هێندەی ڕێژەی سەدا نەوەت و حەوتەکەی تریان داهات هەبووە. تاکە جیاوازییەك لە نیوان گروپی لێکۆڵینەوەکەدا بریتی بووە لە ڕوونێتی ئامانج کە هەیان بووە لە پاش دەرچوونیان.

هیچ هێما و ئاگادارییەك بوونی نیە

تێگەشتن لە ڕوونێتی ئامانج شتێکی ئاسانە. بیهێنە بەرچاوت بگەیتە دەرەوەی شارێکی گەورە و داوات لێکرابێت بڕۆیتە ماڵێك یان نوسینگەیەکی دیاریکراو لەو شارەدا. شتەکە لێرەدا بریتیە لەوەی هیچ هێما و ئاگادارییەك بوونی نیە و تۆش هیچ نەخشەیەکی ئەو شارەت پێ نیە. تەنانەت ئەوەی پێتدراوە بریتیە لە وەسفێکی زۆر گشتی بۆ ئەو شوێنەی داوات لێکراوە بۆی بچیت، کە ئامانجەکەشت بریتیە لە گەشتن بەو شوێنە. پرسیارەکە لێرەدا بریتیە لەمە: بەڕای تۆ چەندێکت پێدەچێت تا دەگەیتە شوێنی مەبەست لەو شارە بێ هێما و نەخشەیەدا؟

وەلامەکە ئەمەیە: ئەگەری زۆرە هەموو ژیانت هەر لە گەڕاندا بیت بەدووی شوێنەکەدا. خۆ ئەگەر شوێنی مەبەستیشت دۆزیەوە ئەوا بەهۆی بەختەوە بووە. زۆرینەی خەڵکی ژیانیان بەم جۆرە دەبەنە سەر کە بەڕاستی جێی داخە.

کەسێکی ئاسایی ژیانی دەست پێدەکات بە گەشتکردن بەبێ نەخشە بە شوێنێکی نوێدا کە هیچ هێما و ئاگادارییەکی تێدا نیە. ئەمە هاوتایە بە دەستکردن بە ژیانت بەبێ بوونی هیچ ئامانج و پلانێك. کەسەکە بە

Scanned with CamScanner

... ئامانجەکان!...

درێژایی گەشتەکەی شتەکان و لایەنەکانی ژیانی بۆ دەردەکەوێت، واتە پێشتر خۆی بۆ ئامادە نەکردووە. زۆر جار دە بۆ بیست ساڵ لە کارکردن تێدەپەڕێت بەڵام کەسەکە هێشتا هەر مایە پوچە و دڵتەنگە دەربارەی کارەکەی و ناڕەزامەندە دەربارەی هاوسەرگیریەکەی و دەربارەی ئەو بەرەوپێشچونە کەمەی ئەنجامی دەدات. بەڵام هێشتا هەموو شەوێك دەچێتەوە ماڵ و تەماشای تەلەڤیزۆن دەکات و هیوا و خۆزگە دەخوازێت ژیان و شتەکانی ژیانی بەرەو باشتر بڕوات. ئەگەری زۆر کەمە شت بە هیوا و خۆزگە باش ببێت .

دڵخۆشیی پێویستی بە ئامانجە

(ئێرل نایتینگڵ دەڵێت: دڵخۆشیی بریتیە لە درکپێکردنێکی بەرەوپێشچوو دەربارەی بیرۆکە و ئامانجێکی شایستە.)

تۆ تەنها کاتێك بە ڕاستی دڵخۆش دەبێت ئەگەر بەرەو پێشچوونت هەبێت، هەنگاو بە هەنگاو بەرەو ئەو شتەی بەلای تۆوە گرنگە. ڤیکتۆر فرانکڵ، دامەزرێنەری لۆگۆتێراپی دەڵێت(مەزنترین پێویستیی بەلای مرۆڤەوە بریتیە لە هەستکردن بە واتا و مەبەست لە ژیاندا.)

ئامانجەکان هەستی واتا و مەبەستت پێدەبەخشن. ئامانجەکان هەستی هەبوونی ئاڕاستەت پێ دەبەخشن. لەکاتێکدا بەرەو پێش دەچیت بەرەورووی ئامانجەکانت، تۆهەست بە دڵخۆشتربوون و بەهێزتر بوون دەکەیت. هەست بە وزەداری و کاریگەریی دەکەیت. هەست بە متمانە بەخۆ بوون و لێهاتوویی دەکەیت بەرامبەر خۆت و تواناکانت. هەر

هەنگاوێك تۆ دەینێیت بەرەو ئامانجەکانت، باوەڕت بەوە زیاد دەبێت کە دەتوانیت ئامانجی گەورەتر وەدەست بێنیت لە داهاتوودا.

خەلکانێکی زۆر لەمڕۆکەدا ترسیان هەیە لە گۆڕانکاری، دوودڵن بەرامبەر داهاتوو، وەك لە هەر سەردەمێکی مێژوودا. یەکێك لە سوودە مەزنەکانی دانانی ئامانج بریتیە لەوەی ئامانج وادەکات کۆنترۆڵت هەبێت بەسەر ئاراستەی گۆڕانکاری لە ژیانتدا. ئامانجەکان وادەکەن بتوانیت دڵنیا بیت لەوەی گۆڕانکاریی لە ژیانتدا بەگشتی لەلایەن خوتەوە بڕیاری لەسەر دەدرێت و لەلایەن خۆتەوە ئاڕاستە دەکرێت. ئامانجەکان وادەکەن واتا و مەبەست دروست بکەیت و بیبەخشیت بە هەر کارێك ئەنجامی بدەیت.

یەکێك لە هەرە گرنگترین وانەکانی ئەریستۆ، فەیلەسوفی یۆنانی، بریتیە لەوەی مرۆڤ بوونەوەرێکی (تێلیۆلۆجیە) لە زمانی یۆنانیدا، وشەی تێلیۆ واتە ئامانج. ئەوەی ئەریستۆ بۆی دەرکەوتووە بریتیە لەوەی هەموو کارەکانی مرۆڤ بە شێوەیەك لە شێوەکان مەبەستدارە. تۆ تەنها کاتێك دڵخۆشیت ئەگەر کارێك ئەنجام بدەیت ببێتە مایەی جوڵاندنت بەرەو ئەو شتەی دەتەوێت. لێرەدا پرسیارە گرنگەکە ئەمەیە: ئامانجەکانت چین؟ نیشانەت لە چی مەبەستێك گرتۆتەوە؟ دەتەوێت لە کۆتایی ڕۆژەکەتدا بگەیتە چی؟

ڕوونێتی هەموو شتێکە

توانا زگماکیەکەت زۆر ناوازەیە. تۆ لە ناختدا، هەر ئێستا، توانای بەدەست هێنانی هەموو ئەو ئامانجانەت هەیە کە بۆخۆتی دادەنێیت. مەزنترین بەرپرسیارێتی بەرامبەر خۆت بریتیە لە تەرخانکردنی چەندێك

کاتت پێویست بێت بۆ ئەوەی بە تەواوەتی بۆت یەکلایی بێتەوە ئەوەی دەتەوێت چییە، وە باشترین ڕێگە چییە بۆ بەدەستهێنانی ئەوەی دەتەوێت. تا زیاتر ئامانجە ڕاستەقینەکان ڕوونتر بن بەلاتەوە، توانای ناخیی زیاترت دەکەوێتە گەڕ بۆ ژیانت.

ئەگەری زۆرە بیستبێتت کە مرۆڤێکی ئاسایی تەنها سەدا ١٠ ی تواناکانی بەکار دێنێت. ڕاستیە خەمناکەکە بریتی لەمە: بەپێی زانکۆی ستانفۆرد، کەسێکی ئاسایی تەنها سەدا ٢ ی توانای هزریی[1] پێویستە بۆ هەڵسوڕان لە ژیانیدا، ئەوەی دەمێنێتەوە لە عەمباردا خەزنکراوە بۆ کاتێکی تر. ئەمە ڕێک وەکو ئەوەیە دایك و باوکت بڕی ١٠٠,٠٠٠ دۆلاریان بۆ بەجێهێشتبیت تۆش تەنها بڕی ٢٠٠٠ دۆلاری لێ بەکاربێنیت. ٩٨,٠٠٠ دۆلارەکەی تر لە هەژمارەکەتدا دەمێنێتەوە بەبێ ئەوەی بەکاربێت.

دروستکردنی ئارەزوویەکی ڕاستەقینە

خاڵی دەستپێکی هەموو ئامانج بەدیهێنانێك، بریتیە لە ئارەزوو. دەبێت ئارەزوویەکی بەهێز و ناخ سوتێنەرت هەبێت بۆ بەدیهێنانی ئەو ئامانجانەی بە ڕاستی دەتەوێت بەدەستیان بێنیت. تەنها ئەو کاتەی ئارەزووەکانت زۆر بەهێز دەبن، ئەو کاتە وزە و بزوێنەری ناخیی پێویستت بەدەست دێت بۆ زاڵبوون بەسەر هەموو بەربەستەکانی سەر ڕێچکەکەتدا.

---

[1] توانای هزر جیاوازە لە توانای مێشك، نوسەر مەبەستی توانای بیرکردنەوە و تێڕامانە نەك توانای بەدەر لە سروشت.

شتە باشەکە ئەوەیە ئەگەر تۆ هەر شتێکت زۆر بە ڕاستی بووێت و کاتێکی زۆری پێوە بەریتە سەر، لە کۆتاییدا هەر دێتە دەستت.
ملیاردێری بەناوبانگ، هـ. ل. هەنت، جارێکیان پرسیاری لێکرا دەربارەی "نهێنیی سەرکەوتن"، ئەویش وتی سەرکەوتن پێویستی بە دوو شتە، تەنها دوو شت. یەکەمیان بریتیە لەوەی دەبێت بەتەواوەتی بزانیت چیت دەوێت، زۆرینەی خەڵکیی هیچ ئەمە نازانن. دووهەم شت بریتیە لەوەی یەکلایی بکەیتەوە نرخ و قورباتی بەدەستهێنانی ئەو شتە چیە، پاشان خۆت سەرقاڵ بکە بە پێدانی ئەو نرخ و قوربانیدانەوە.

نمونەی کافتریای سەرکەوتن

ژیان زیاتر وەکو کافتریا و بۆفێی کراوە وایە وەك لەوەی لە چێشتخانە بچێت. لە چێشتخانەدا تۆ ژەمەکەت بە تەواوەتی دەخۆیت و پاشان پارەی ژەمەکەت دەدەیت. بەڵام لە بۆفێی کراوەدا تۆ دەبێت خۆت خزمەتی خۆت بکەیت، وە پێش ئەوەی چێژ لە ژەمەکەت ببینیت دەبێت پارەکەی بدەیت. زۆرکەس ئەو هەڵەیە دەکەن و وا هەست دەکەن دەتوانن چێژ لە سەرکەوتن ببینن و پاشان نرخی سەرکەوتنەکەیان بدەن. ئەمە وەکو ئەوەیە لەبەردەم سۆپایەکدا دابنیشن و بڵێن یەکەمجار با تۆزێك گەرم ببینەوە، ئینجا سوتەمەنی دەکەینە سۆپاکەوە.
وەکو وتار بێژی هاندەر، زیگ زاگلەر وتویەتی "ئەسانسۆری سەرکەوتن لەکار کەوتووە، بەڵام قادرمەکان هەمیشە کراوەن."
تێبینیەکی تری گرنگی ئەریستۆ بریتیە لەوەی بۆی دەرکەوتووە کە مەبەستی بنەڕەتی هەموو کارێکی مرۆڤ بریتیە لە بەدەستهێنانی

Scanned with CamScanner

... ئامانجەکان!...

خۆشبەختیی کەسیی. هەرچییەك بکەیت، بە قسەی ئەریستۆ، ئامانج لێی بریتیە لە زیادکردنی خۆشبەختیەکانت بە جۆرێك لە جۆرەکان. لەوانەیە یان لەوانە نیە سەرکەوتوو بیت لە بەدەستهێنانی خۆشبەختیدا، بەڵام خۆشبەختی ئامانجی بنەڕەتیی تۆیە.

کلیلی خۆشبەختی

دانانی ئامانج و کارکردن ڕۆژانە بۆ بەدەستهێنانیان و لە کۆتاییدا بەدەستهێنانی ئامانجەکانت بریتیە لە کلیلی خۆشبەختیی لە ژیاندا. دانانی ئامانج هێندە بەهێزە تەنانەت کرداری بیرکردنەوە لە ئامانجەکانت وادەکات دڵخۆش بیت، تەنانەت پێش ئەوەی یەکەمین هەنگاویشت نابێت بەرەو بەدەستهێنانی ئامانجەکانت .

بۆ کردنەوەی قفڵی سەر تواناکانت و بەگەڕخستنی ئەوپەڕی تواناکانت، دەبێت خووی دانانی ئامانجی ڕۆژانە و بەدەستهێنانیان بۆ خۆت دروست بکەیت و بە درێژایی ژیانت خەریکی ئەم کارە بیت. دەبێت جەختکردنەوەت وەکو لێزەر تیژ و ورد بێت بۆ ئەوەی بەردەوام و هەمیشە بیرکردنەوەت و قسەکردنت دەربارەی ئەو شتانە بێت کە دەتەوێت وەك لەوە شتانەی ناتەوێت. دەبێت هەر لەم ساتەوە خۆت یەکلایی بکەیتەوە کە ببیتە بوونەوەرێکی ئامانجدار، وەکو موشەکێکی ئاڕاستەکراو، یان کۆترێکی ماڵدۆز، بەبێ ئەملاو لا ڕێك بەرەو ئەو شتانە بڕۆیت کە گرنگن بەلای تۆوە.

هیچ شتێك زامنی ژیانێکی درێژ و خۆشبەخت و تەندروست و خۆشگوزەران ناکات وەك لەوەی بەردەوام کارکردنت هەبێت بۆ

... ئامانجەکان!...

بەدەستهێنانی زیاتر و زیاتری ئەو شتانەی دەتەوێت. ئامانجە ڕوونەکان وادەکەن ئەوپەڕی توانات بخەیتە گەڕ بۆ سەرکەوتنی کەسیی و پیشەییت. ئامانجەکان وادەکەن بتوانیت زاڵ بیت بەسەر هەر ئاستەنگیەکدا، وە بتوانیت داهاتووت بێ سنور و بێ بەربەست بێت.

تواناکەت بخەرە گەڕ:

١ .بیهێنە پێشچاوت توانایەکی زگماکیت هەبێت بۆ بەدەستهێنانی هەر ئامانجێك بۆخۆتی دابنێیت. باشە کەواتە تۆ دەتەوێت ببیتە چی؟ دەتەوێت چیت هەبێت و چی بکەیت؟

٢ .ئەو چالاکی و کارانە چین کە وادەکەن تۆ هەست بکەیت بەوپەڕی واتا و مەبەست لە ژیاندا؟

٣ .بڕوانە ژیانی کەسیی و ژیانی کارت لەمڕۆکەتدا و دەستنیشانی ئەوە بکە چۆن بیرکردنەوەکەی خۆت جیهانی ئەمڕۆتی دروست کردووە. پێویستە چی بگۆڕیت و دەتوانیت چی بگۆڕیت؟

٤ .زۆرینەی کاتەکان بیر لەچی دەکەیتەوە و قسە لەسەر چی دەکەیت، چیت دەوێت و چیت ناوێت؟

٥ .ئەو نرخ و قوربانیە چیە دەبێت بیدەیت و بیکەیت بۆ بەدەستهێنانی ئەو ئامانجانەی زۆر گرنگن بەلاتەوە؟

٦ .ئەو کردارە دەستبەجێیە چیە کە دەبێت بیکەیت لە دەرەنجامی وەڵامی پرسیارەکانی سەرەوەدا؟

Scanned with CamScanner

بەشی دوو
کۆنترۆڵی ژیانت بگرە دەست

"مرۆڤ، وەکو یاسایەکی گشتیی، کەم قەرزارباری ئەوەیە کە لەگەڵی لەدایکبووە، بەڵکو مرۆڤ بریتیە لەوەی کە خۆی بۆخۆی دروستکردووە"
"ئەلێگزاندەر گراهام بێڵ"

کاتێك تەمەنم ٢١ ساڵان بوو، مایە پوچ بووم و لە ژوورێکی بچوکدا دەژیام لە ناوەڕاستی وەرزی زستاندا و کارم لە بیناسازیدا دەکرد بە ڕۆژ. نەمدەتوانی بە ئێوارانیش بچمە دەر و کار بکەم چونکە هیچ نەبێت شوقەکەم گەرم بوو، لەبەر ئەوە کاتێکی زۆرم لەبەردەستدا بوو بۆ بیرکردنەوە.

شەوێکیان کە لەسەر مێزی مەتبەخەکەم دانیشتبووم، لەپڕ تەزوویەکی هۆشیارکردنەوە هات بە مێشکمدا. ئەم تەزووە ژیانی گۆڕیم. لەپڕ بۆم دەرکەوت هەرچیەك تا لە ژیاندا بم بەسەرم بێت هەمووی لە دەستی خۆمدایە. هیچ کەسێکی تر یارمەتیم نادات. کەس نایەت بە هانامەوە. هەزاران کیلۆمەتر لە ماڵی خۆمەوە دوور بووم و هیچ نیەتێکیشم نەبوو بەم زووانە بگەڕێمەوە ماڵ. لەو ساتی تەزووەدا زۆر بەڕوونی هاتە پێش چاوم کە ئەگەر هەر گۆڕانکاریەك لە ژیانمدا ڕووبدات، ئەوا دەبێت لە خۆمەوە بێت و لە خۆمەوە دەست پێبکات. ئەگەر من هیچ گۆڕانکاریەك ئەنجام نەدەم، هیچ شتێك ناگۆڕێت. خۆم بەرپرسیارم لە ژیانی خۆم.

دۆزینەوە مەزنەکە

هێشتا ئەو ساتەم لە یاد ماوە. ئەو ساتە وەکو یەکەمین ئەزموونی بازدان بە پەرەشوتەوە وایە. زۆر ترسناک بوو وە زۆر سەرسورهێنەریش بوو. ئەو ساتە لە لێواری ژیاندا وەستابووم و خۆم بڕیارمدا باز بدەم، لەو ساتەوە خۆم قایل کرد و ئەوەم پەسەند کرد کە خۆم بەرپرسم لە ژیانی خۆم. دەمزانی ئەگەر بمەوێت شتانێك جیاواز بێت ئەوا دەبێت خۆم جیاواز بکەم. هەموو شتەکان لە دەستی خۆمدا بوون.

دواتر بۆم دەرکەوت کاتێك قایل دەبیت بە وەرگرتنی تەواوی بەرپرسیارێتی ژیانت، هەنگاوی گەورە لە منداڵێتیەوە بۆ گەورەیەتی و پێگەشتوویی دەنێیت. ئەوەی خەمناکە زۆرینەی کەس ئەم هەنگاوە نانێن. چەندان پیاو و ژنم بینیوە کە تەمەنیان لە چلەکان و پەنجاکاندا بووە هێشتا بۆڵەیان هاتووە و سکاڵایان کردووە لە ئەزموونە ناخۆشەکانی پێشووتریان، هێشتا لۆمەی خەڵکانی تر و هەلومەرجەکانیان کردووە بۆ کێشەکانی خۆیان. چەندان خەڵك هێشتا توڕەن لەسەر ئەو شتەی یەکێك لە دایك و باوکیان شتێکیان بۆ کردوون یان بۆ نەکردوون، کە بیست و سی و بگرە چل ساڵ لەمەو پێش بووە. ئەم کەسانە لە ڕابردووی خۆیاندا گیریان خواردووە و ناتوانن خۆیان قوتار بکەن.

سەرسەختترین دوژمنت

سەرسەختترین دوژمنی سەرکەوتن و دڵخۆشیی بریتیە لە عاتیفە نەرێنیەکان، بە هەموو جۆرەکانیەوە. ئەوەی لەمپەرت بۆ دروست دەکات و ماندوت دەکات و گیرت پێدەخوات لە هەموو کایەکانی ژیانتدا و هەموو

خۆشیەکانی ژیانت لێدەگرێت بریتیە لە عاتیفە نەرێنیەکان. عاتیفە نەرێنیەکان لە سەرەتای مێژووی شارستانیەتەوە گەورەترین زیان و زەرەریان داوە لە مرۆڤەکان وەك لە هەر بەلاَ و نەخۆشی و دەردێکی تر. یەکێك لە هەرە گرنگترین ئامانجەکانت ئەوەیە، کە ئەگەر بە ڕاستی بتەوێت دڵخۆش و سەرکەوتوو بیت، بریتیە لە خۆ قوتارکردن لە عاتیفە نەرێنیەکان، ئەوەی باشە ئەم کارەش ئەنجامدانی ئاسانە، بەمەرجێك بزانیت چۆن خۆت قوتار دەکەیت.

عاتیفە نەرێنیەکانی ترس و بەزەیی بەخۆدا هاتنەوە و ئیرەیی بردن و غیرە کردن و هەستکردن بە کەمیی و توڕەیی هەموویان بە گشتی بەهۆی چوار هۆکارەوە دروست دەبن.

هەرکات ئەم هۆکارانەت دەستنیشانکرد و لە بیرکردنەوەتدا دەرتکێشان، عاتیفە نەرێنیەکانت بە شێوەیەکی خودکارانە دەوەستن. وە کاتێك عاتیفە نەرێنیەکانت دەوەستن، عاتیفە ئەرێنیەکانی خۆشەویستی و ئاشتی و دڵخۆشیی و پەرۆشیی هەڵدەقوڵێن و جێگەی عاتیفە نەرێنیەکان دەگرنەوە و هەموو ژیانت بەرەو باشتر دەگۆڕێت، هەندێك جار ئەمە لەماوەی چەند خولەکێکدا ڕوودەدات، ئەگەر چەند چرکەیەك نەبێت.

پاساوهێنانەوە ڕابگرە

یەکەمین هۆکار لە هۆکارە بنەڕەتیەکانی عاتیفە نەرێنیەکان بریتیە لە پاساو هێنانەوە. تا پاساو بێنیتەوە بەردەوام عاتیفەی نەرێنیت تێدا دەبێت، تۆ پاساو دەهێنیتەوە بۆ خۆت و بۆ کەسانی تر کە دەبێت توڕە بیت و پەست بیت بە هەر هۆکارێك بێت. لەبەر ئەمەیە کەسانی توڕە

Scanned with CamScanner

بەردەوام ڕوونکردنەوە و شیکردنەوە دەدەن لەسەر هۆکارەکانی عاتیفە نەرێنیەکانیان. بەڵام ئەگەر تۆ پاساوت بۆ نەرێنی بوونت نەهێنایەوە، ناشتوانیت توڕە ببیت.

بۆ نمونە ئەگەر کەسێك لە کارەکەی دوور بخرێتەوە بەهۆی گۆڕانکاری لە ئابوری و کەمبونەوەی فرۆشی کۆمپانیا و شوێنی کارەکەدا. بەڵام کەسەکە توڕەیە لە خاوەن کارەکەی لەسەر ئەم بڕیارە و پاساوی ئەوە دەهێنێتەوە کە هۆکارەکانی ئەم بڕیارە نادادپەروەرانەیە. لەوانەیە هێندە قوڵ بێتەوە لە توڕەیەکەیدا، بچێت بڕیاری سکاڵا بەرزکردنەوە و دادگاییکردن بدات یان بە شێوەیەك لە شێوەکان دۆخەکە بەلای خۆیدا با بدات. ئەم کەسە هەتا زیاتر بەردەوام بێت لەسەر پاساو هێنانەوە بۆ هەستە نەرێنیەکانی بەرامبەر خاوەن کارەکەی و کۆمپانیاکە، عاتیفە نەرێنیەکانی هەر بەردەوام کۆنترۆڵی ئەم کەسە دەکەن و زۆرینەی ژیان و بیرکردنەوەی داگیر دەکەن.

بەڵام هەر کات ئەم کەسە وتی "جا چیە، لەسەر کار لابراوم. ئەم شتانە لە ژیاندا ڕوودەدەن و هیچ پەیوەندی بە خاوەن کارەکەوە نیە و بەردەوام خەڵك لەسەر کار لادەبرێن. وا باشترە خۆم سەرقاڵ بکەم بە دۆزینەوەی کارێکی نوێوە." بەم شێوەیە، عاتیفە نەرێنیەکانی بوونیان نامێنێت. کەسەکە هێور دەبێتەوە و هێزی ڕوون دەبێتەوە و دەتوانێت جەخت بکاتەوە سەر ئامانجەکەی و هەنگاوە پێویستەکان بۆ دۆزینەوەی کار. هەر کە لە پاساو هێنانەوە وەستا، دەبێتە کەسێکی ئەرێنی و کاریگەر.

دزۆینەوەی لۆژیك و پاساو هێنانەوە ڕەت بکەوە

هۆکاری دووهەمی عاتیفە نەرێنیەکان بریتیە لە لۆژیك دۆزینەوە. کاتێك تۆ لۆژیك دەدۆزیتەوە، تۆ هەوڵ دەدەیت بۆ "پاساو هێنانەوەیەکی لۆژیکی بۆ کارێکی نا لۆژیکی."

تۆ هەوڵ دەدەیت لۆژیك بدۆزیتەوە و ڕوون کردنەوە بدەیت یان تیشك بخەیتە سەر کارێك کە دڵتەنگ و خەمباریت لە ئەنجامدانی. تۆ پاساو بۆ کار و ڕەفتارەکەت دەهێنیتەوە لەڕێی دانانی ڕوونکردنەوەیەك کە لە دروست دەچێت، هەرچەندە خۆت باش دەزانیت کە لایەنێکی کارا بوویت لەوەی کە ڕوویداوە. تۆ ڕێگەی ئاڵۆز و ڕوونکردنەوەی ئاڵۆز دروست دەکەیت کە لەسەر هەق بوویت و ڕەفتارەکەت دروست بووە. ئەم لۆژیك دۆزینەوە و پاساو هێنانەوەیە عاتیفە نەرێنیەکانت بە زیندوویی دەهێڵنەوە.

لۆژیك دۆزینەوە و پاساو هێنانەوە پێویستی بەوەیە تۆ بەردەوام و هەمیشە کەسێك یان شتێك بکەیت بە هۆکاری سەرچاوی کێشەکەت. تۆ خۆت دەکەیتە قوربانی و لایەن و کەسەکەی تر دەکەیتە ستەمکار، یان "پیاو خراپ."

زاڵ بە بەسەر بۆچوونی کەسانی تردا

هۆکاری سێهەمی عاتیفە نەرێنیەکان بریتیە لە زێدە بیرکردنەوە و زیدە هەستەوەریی بەرامبەر ئەو شێوەیەی خەڵکیی ڕەفتارت پێ لەگەڵ دەکەن. بەلای هەندێك کەسەوە تەواوی وێنای کەسێتیان بەندە و دەستنیشان دەکرێت بەهۆی ئەو شێوەیەی خەڵکانی تر قسەیان لەگەڵ

دەکەن و قسەیان بۆ دەکەن و قسەیان دەربارە دەکەن، تەنانەت لێشیان دەڕوانن. ئەم کەسانە بەها و نرخێکی کەمی کەسییان بۆ خۆیان داناوە جودا لە بۆچوونی کەسانی تر، وە ئەگەر ئەو بۆچوونانە بە هەر شێوەیەك لە شێوەکان نەرینی بن، جا ڕاستی بێت یان ئەندێشە کراو، کەسی "قوربانی" ڕاستەوخۆ ئەزموونی تووڕەیی و شەرمەزاریی و خەجاڵەتی و هەستکردن بە کەمیی و تەنانەت خەمۆکی و بەزەیی بەخۆدا هاتنەوە و بێ دەسەلاتی بۆ دێت. ئەمە پاڵپشتی لە بۆچونی دەروونناسان دەکات کە دەڵێن زۆرینەی زۆری ئەو کارانەی دەیانکەین بۆ بەدەستهێنانی ڕێزی کەسانی ترە، یان هیچ نەبێت بۆ ئەوەیە ڕێزلێگرتنیان بۆمان لەدەست نەدەین.

هیچ کەسێکی تر بەرپرس نیە

هۆکاری چوارەمی عاتیفە نەرێنیەکان و لە هەموو ئەوانی تر خراپتر، بریتیە لە لۆمەکردن. کاتێك لە سیمینارەکانمدا "درەختی عاتیفە نەرێنیەکان" م کێشا، قەدی درەختەکەم کرد بە لۆمەکردنی کەسانی تر بۆ کێشەکانی خۆت. هەرکات قەدی درەختەکەت بڕیەوە، هەموو میوەکانی درەختەکە و هەموو عاتیفە نەرێنیەکان ڕاستەوخۆ و دەست بەجێ دەمرن و دەکەون، وەکو چۆن ئەگەر وایەری درەختی کریسمەس ڕابکێشیت هەموو گلۆپەکان دەکوژێنەوە.

بەرپرسیارێتیی بریتیە لە دژە ژەهرەکە

دژە ژەهری عاتیفەی نەرێنی بە هەموو جۆرەکانیەوە بریتیە لەوەی تۆ تەواوی بەرپرسیارێتیی دۆخ و هەلومەرجەکەت بگریتە ئەستۆ. ئەم کارە

... ئامانجەکان!...

بە تەنها وتنی "من بەرپرسیارم" نابێت و تورەبوونەکەت هەر بەردەوام بێت. لەگەڵ وەرگرتن و قایلبوون و پەسەندکردنی بەرپرسیارێتیدا، هەموو ئەوعاتیفە نەرێنیانەی هەتن وەلا دەنرێن و هەڵدەوەشێنەوە و وشك دەبن.

درك پێکردنی ئەم پشتڕاستکردنەوە ساکارە هەرە بەهێزەی "من بەرپرسیارم" و توانا دەستبەجێکەی لەسەر وەلانان و لەناوبردنی عاتیفە نەرێنیەکان بەڕاستی خاڵی وەرچەرخان بوو لە ژیانی مندا، هەروەك چۆن بووە خاڵی وەرچەرخان لە ژیانی سەدان و هەزاران خوێندکاری مندا.

بیهێنە پێشچاوت! تەنها بە وتی "من بەرپرسیارم" تۆ دەست بەجێ خۆت ڕزگار و قوتار دەکەیت لە عاتیفە نەرێنیەکان و لغاوی ژیانت دەگریتە دەست! هەرکات هەستت بە تورەیی و پەستێتی کرد جا لەبەر هەر هۆکارێك بێت، تۆ ئەو ڕستەیە بڵێ.

تەنها بە قوتارکردنی خۆت لە عاتیفە نەرێنیەکان و گرتنە دەستی بەرپرسیارێتی تەواوی ژیانت، تۆ دەتوانیت دەست بکەیت بە دانان و وەدەستهاتنی ئامانجەکانت لە هەر بوارێکی ژیانتدا بتەوێت. تەنها بە ئازادبوونی دەروون و عاتیفەت، تۆ دەتوانیت دەست بکەیت بە بەکارهێنانی وزەکانت و پەرۆشیەکانت لە بەرەوپێشچووندا. لەبەر ئەمەیە بەبێ وەرگرتن و قایلبوون بە بەرپرسیارێتیی کەسیی، هیچ بەرەوپێشچوونێك ئەنجام نادرێت. لەلایەکی ترەوە هەرکات بەرپرسیارێتی تەواوی ژیانت گرتە ئەستۆ، هیچ سنوربەندی و ئاستەنگیەك نامێنێت لەبەردەمتدا لەسەر ئەوەی بتەوێت ببیتە چی و چی ئەنجام بدەیت و چیت هەبێت.

لە لۆمەکردنی کەسانی تر بوەستە

لەم ساتەوە، لۆمەی هیچ کەسێك مەکە لەسەر هەر شتێك بێت، جا شتەکان لە ڕابردوودا ڕوویان دابێت یان لە ئێستادا ڕوودەدەن یان لە داهاتوودا ڕوویدەدەن. وەکو ئیلێنەر ڕووزەفێڵت وتویەتی " هیچ کەس ناتوانێت وات لێبکات هەست بە کەمی بکەیت بەبێ ڕەزامەندی خۆت". وە بەدی ماکێت، کۆمیدیاکار وتویەتی "من هەرگیز قینە ناگرمە دڵ، چونکە ئەگەر تۆ قینە لە دڵ بیت، ئەوان بۆخۆیان خەریکی خۆشی و سەما کردنن!"

لەم ساتەوە، ڕەتی بکەوە هیچ پاساوێك دروست بکەیت و هیچ پاساوێك بێنیتەوە بۆ ڕەفتارەکانت. ئەگەر هەڵەیەکت کرد بڵێ "داوای لێبوردن دەکەم" و خۆت سەرقاڵ بکە بە ڕاستکردنەوەی دۆخ و هەڵەکەت. هەر جارێك لۆمەی کەسێك بکەیت یان پاساو بێنیتەوە، تۆ بە دەستی خۆت وزە و دەسەڵاتت کەم دەکەیتەوە. هەست بە لاوازی و بێ دەسەڵاتی دەکەیت. هەست بە نەرێنی و توڕەیی دەکەیت لە ناختدا. کەواتە ئەم کارە ڕەت بکەوە.

عاتیفەکانت کۆنترۆڵ بکە

بۆ ئەوەی هزر و مێشکت ئەرێنی بمێنێتەوە، ڕەخنە گرتن و سکاڵا کردن و بۆڵە بۆڵ کردن و ئیدانە کردنی کەسانی تر ڕەت بکەوە لەسەر هەر کارێك بێت. هەر جارێك تۆ ڕەخنەت گرت لە کەسێك، سکاڵات کرد لەسەر شتێك بە دڵی تۆ نەبێت، ئیدانەی کەسێکت کرد بۆ شتێك ئەنجامیان دابێت یان ئەنجامیان نەدابێت، تۆ هەستەکانی نەرێنێتی و توڕەیی لە

ناختدا دەبزوێنیت. بەهۆی ئەمەشەوە هەر تۆ ئازار دەچێژیت. نەرێنی بوونت کاریگەری ناکاتە سەر کەسەکەی تر بە هیچ شێوەیەك. تورە بوون لە کەسێك وادەکات ئەو کەسە کۆنترۆڵی عاتیفەکانت بکات، زۆرجار کۆنترۆڵی تەواوی جۆرایەتی ژیانت دەکات، گەرچی لەوپەڕی دونیاشەوە بێت. بەڕاستی ئەمە کارێکی گەمژانەیە ئەنجام بدرێت.

لەیادت بێت، وەك چۆن (گاری زەکاکس) لە کتێبەکەیدا بە ناوی (جێگەی ڕۆح Seat of the Soul دا دەڵێت "عاتیفە ئەرێنیەکان بەهێزت دەکەن، عاتیفە نەرێنیەکان بێدەسەلاتت دەکەن". عاتیفە ئەرێنیەکانی دڵخۆشی و بەجۆشی و خۆشەویستی و بەپەرۆشی وادەکەن هەست بە بەهێزی و متمانە بەخۆبوون بکەیت. عاتیفە نەرێنیەکانی تورەیی و ئازار و لۆمەکردن وادەکەن لاواز بیت و شەڕەنگێز و پەستت دەکەن و وادەکەن مامەڵەکردن لەگەڵت بێزراو و ناخۆش بێت.

هەر کە بڕیارت دا تەواوی بەرپرسیارێتی خۆت و دۆخەکەت و هەلومەرجت و هەموو ئەو شتانەی بۆت ڕوودەدەن بگریتە دەست، ئەوا دەتوانیت بە متمانە بە خۆبوونەوە خەریکی کارەکەت و لایەنەکانی ژیانت ببیت. " دەبیتە شارەزا و بالاَ دەستی چارەنوست و دەبیتە کاپتنی کەشتیی ڕۆحت."

سڵاو، جەنابی سەرۆك!

لە لێکۆڵینەوەیەکدا کە لە نیویۆرك ئەنجامدرابوو چەند ساڵێك لەمەوبەر، لێکۆڵەران بۆیان دەرکەوت کە سەدا ٣ ی یەکەمینی خەڵکیی لە هەموو بوارێکدا هەڵوێستێکی تایبەتیان هەبووە بۆتە هۆی ئەوەی لە خەڵکانی

Scanned with CamScanner

تری ئاسایی جودا بکاتەوە لە بواری کارەکانیاندا. ئەم سەدا سێیە ئەم کەسانەن: ئەم کەسانە وەکو کارسازی ئازاد لە خۆیان دەڕوانن لە تەواوی ماوەی پیشەکەیاندا، جا گرنگ نیە کێ موچە و کرێ و پارەیان دەداتێ. ئەم کەسانە خۆیان بە بەرپرس دەزانن لە بەرامبەر کارەکانیان و شوێنی کارەکانیان، بە جۆرێك وەك ئەوەی ئەمان خاوەنی کارەکە بن. کەواتە تۆش وەك ئەم کەسانە بە.

لەم ساتەوە، وەکو سەرۆکی کارەکەی خۆت لە خۆت بڕوانە. وەکو خاوەن کاری ئازاد لە خۆت بڕوانە. وەکو بەرپرسی تەواوەتیی هەموو لایەنەکانی ژیان و کار و پیشەکەت لە خۆت بڕوانە. یادی خۆت بێنەوە بەوەی تۆ ئەم کەسەی ئێستایت و لەم کارەدایت و ئەم پۆست و پلەیەت هەیە بەهۆی ئەو کارانەی ئەنجامت داون، یان شکستت هێناوە لە ئەنجامدانیاندا. تۆ بە تەواوەتی ئەندازیاری چارەنوسی خۆتیت.

بژاردە و بڕیارەکان لە دەستی خۆتە

تۆ لەڕێی بژاردە و بڕیارەکانتەوە تا ئەم ساتەی ژیانت خۆت ژیانی خۆتت دەستنیشان کردووە و داتاشیوە، یان شکستت هێناوە لە داتاشین و دەستنیشانکردنی ژیانی خۆتدا. ئەگەر هەر شتێك لە ژیانتدا هەیە بەدڵی تۆ نیە، ئەوا خۆت لێی بەرپرسیاریت. ئەگەر هەر شتێك هەیە تۆ دڵتەنگیت بەرامبەری، ئەوا خۆت بەرپرسیاریت لەوەی هەنگاوە پێویستەکان بنێیت بۆ گۆڕانکاری و باشترکردن تیایدا بە شێوەیەك لەگەڵ حەز و ئارەزووی خۆتدا بگونجێت.

Scanned with CamScanner

وەکو سەرۆکی کارەکەی خۆت، خۆت بە تەواوەتی بەرپرسیت بەرامبەر هەموو ئەو کارانەی ئەنجامیان دەدەیت، وە بەرامبەر دەرەنجامی کارەکانت. تۆ بەرپرسی لە دەرەنجامی کار و ڕەفتار و هەڵوێستەکانت. تۆ ئێستاکە کێیت و چیت و لەکوێیت هەمووی بەهۆی بڕیارەکانی خۆتەوە بووە و بەهۆی بڕیارەکانی خۆتەوە دەبێت.

بە واتایەکی فراوانتر، ئەوەی تۆ ئەمڕۆ دێتە دەستت لە پارە و داهات، ڕێك بەهۆی بڕیاری خۆتەوەیە، نە کەم نە زیاد. ئەگەر دڵخۆش نیت بە داهاتی ئێستات، بڕیاری زیاد کردنی بدە. ئامانجی زیادکردنی داهاتت دابنێ، پلانی بۆ دابنێ و خۆتی پێوە سەرقاڵ بکە و ئەوەی پێویستە ئەنجامی بدە بۆ دەستکەوتنی ئەو داهاتەی دەتەوێت.

وەکو سەرۆکی پیشە و ژیانی خۆت، وەکو ئەندازیاری چارەنووسی خۆت، تۆ ئازادیت لەوەی چی جۆرە بڕیارێك دەدەیت بۆ خۆت. تۆ سەرۆکی خۆتیت و دەسەڵات لە دەستی خۆتە.

ستراتیژیەتی خۆت دابنێ

وەکو سەرۆکی کاری خۆت چۆن بەرپرسیت لە ستراتیژیەت و چالاکیەکانی کارەکەت، بەهەمان شێوە بەرپرسیت لە پلاندانانی ستراتیژیی ژیانی کەسیی و پیشەکەشت. تۆ بەرپرسیت لە ستراتیژیەتی گشتیی بەڕێوەبردن و دانانی ئامانجەکان و پلان داڕشتن و دانانی پێوەرەکان و هەڵسوڕان بۆ دەستکەوتنی ئەنجامەکان.

Scanned with CamScanner

... ئامانجەکان!...

تۆ بەرپرسیت لە بەدەستهێنانی چەند دەرەنجامێکی دیاریکراو، بۆ جۆرایەتی و بڕی ئەو کارەی ئەنجامی دەدەیت، وە بۆ ئەو ئەنجامانەی چاوەڕێ دەکەیت بێنە دەستت.

وەکو سەرۆك، تۆ بەرپرسیت لە ستراتیژیەتی بازارگەڕی، بەرپرسیت لە برەودان و بەرەوپێشبردنی خۆت، بەرپرسیت لە دروستکردنی وێنای خۆت و ریکلامکردن بۆخۆت بە بەرزترین نرخ لە بوارەکەی خۆتدا.

تۆ بەرپرسیت لە ستراتیژیەتی دارایی، بەرپرسیت لە بڕیاردان لەوەی چەندێك لە کارەکەت بەردەست دەکەیت بۆ فرۆشتن، بەرپرسیت لەوەی دەتەوێت چەندێکت دەست بکەوێت، وە بە چی خێراییەك دەستت بکەوێت و سالآنە داهاتەکەت چەندێك گەشە بکات، وە دەتەوێت چەندێك ئەزبەر بکەیت و چەندێك لە کاری تردا وەبەرهێنان بکەیت، وە لەکاتی خانە نشین بوونتدا دەتەوێت چەندێکت هەبێت. هەموو ئەم ژمارە و بڕانە پەیوەندیان بە خۆتەوە هەیە و لە بڕیاری خۆتدان و خۆت بەرپرسیت لێیان.

تۆ بەرپرسیت لە ستراتیژیەتی پەیوەندیەکانت لەگەڵ خەڵکیدا، لە ماڵەوە و لە کارەکەشتدا. هەمیشە گچکە ئامۆژگاریەکی خوێندکارەکانم دەکەم بەمە "بە وریاییەوە سەرۆککارەکەت هەڵبژێرە". بژاردەت بۆ سەرۆککارەکەت کاریگەریی گەورەی دەبێت لەسەر بڕی داهاتت و چەندێك بەخێرایی پلەت بەرز دەبێتەوە و چەندێك دڵخۆشیت لە کارەکەتدا.

بژاردەی نوێ، بڕیاری نوێ

بە هەمان پێوەر، هەڵبژاردنی هاوژین و هاوڕێکانت بە هەمان بڕ یان زیاتر پەیوەندی هەیە بە سەرکەوتن و دڵخۆشیتەوە وەك لـە هـەر بڕیارێکی تـر کە تۆ بیدەیت. ئەگەر دڵخۆش نین لە هـەر بژاردەیـەك ئـەنجامت داوە، لە دەست خۆتدایە هەنگاوی باشترکردن و گۆڕانکاری تیایاندا بدەیت .

لە کۆتاییـدا، وەکـو سـەرۆك، تـۆ بەرپرسـی تـەواوەتیت لـە لێکۆڵینـەوە و پەرەپێـدانی خـۆت، لـە ڕاهێنـانپێکردن و فێرکردنـی خـۆت. لـە دەسـت خۆتدایـە دەستنیشـانی لێهـاتویی و کارامـەیی و توانـا و توانسـتە کرۆکیـەکانی خـۆت بکـەیت کـە پێویسـتت دەبـن لـە بەدەسـتهێنانی ئـەو پارەیەی دەتەوێت بێتە دەستت لە مانگ و ساڵەکانی داهـاتوودا. کەواتـە خـۆت بەرپرسیت لـەوەی پـارە و کاتـت تـەرخان بکـەیت بـۆ فێربـوون و پەرەپێدانی ئـەم لایەنانـە. هـیچ کەسـێك ئـەم کـارەت بـۆ ناکـات. ڕاستیە نەگۆڕ و حەتمیەکە ئەوەیـە هـیچ کەسـیش هێنـدەی خـۆت ئەمـەی بـەلاوە گرنگ نیە.

ببە بە "پشکی وەبەرهێنانەوە"

بۆ ئەوەی ئەم لێکچواندنە کەمێك قوڵتر بکەینەوە، خۆت بێنە پێش چاوت بریتی بیت لە کۆمپانیایەك کـە پشـکی ئـاڵوگۆڕی هـەبێت لـە بـازاڕدا. ئایا پشکەکانی تۆ لەو پشکانەیە خەڵکیی وەبەرهێنانی تێدا دەکـەن و دڵنیـان بەهاکـەی گەشـە دەکـات و قـازانجی دەبێـت لـە مـاوەی مـانگ و سـاڵی داهاتوودا؟ ئایا تۆ "پشکی وەبەرهێنانەوە"یت یـان بەهاکـەت دابـەزیوە و نزمبۆتەوە لە بازاڕدا؟

Scanned with CamScanner

ئەگەر بڕیارتدا ببیتە پشکی وەبەرهێنانەوە، ستراتیژیەتت چیە بۆ زیادکردنی داهاتت بە بڕی سەدا ٢٥ بۆ ٣٠ لە ساڵێکدا، ساڵ لەدوای ساڵ؟ وەکو سەرۆکی ژیانی خۆت، وەکو هاوژین و دایك و باوکی خێزانەکەت، قەرزاری ئەو کەسانەیت کە گرنگن لە ژیانتدا کە تۆ لە ستوونی گەشەکردن بیت بەرەو سەرەوە، کە بەردەوام بەهاکەت زیاد بکات، بەردەوام داهات و قازانجت ساڵ لە دوای ساڵ زیاد بکات.

سوکانی ژیانی خۆت بگرە دەست

لەم ساتە بەدواوە، وەکو بالا دەست و شارەزای چارەنووسی خۆت، خۆت بێنە پێشچاو. وەکو بەرپرسی گشتیی ژیانی خۆت، لە خۆت بڕوانە. وەکو سەرۆکی کار و ژیانی خۆت، لە خۆت بڕوانە. وەکو کەسێکی بەهێز و بەدەسەلات خۆت ببینە، وەکو کەسێکی خود یەکلاکار و خود ئاراستەکار خۆت ببینە.

نوزە نوز و سکالاکردن ڕەت بکەوە دەربارەی ئەو شتانەی لە ژیانتدا لە ڕابردوودا ڕوویانداوە، ئەو شتانەی ناتوانرێت بگۆڕدرێن. لە بری ئەمە خۆت ئاڕاستەی داهاتوو بکە و بیر لەوە بکەوە چیت دەوێت و بەرەو کوێ دەڕۆیت. سەرباری هەمووشیان، بیر لە ئامانجەکانت بکەوە. بە تەنها بیرکردنەوە لە ئامانجەکانت وادەکات ببیتە کەسێکی ئەرێنی و مەبەستدار.

پێگەی کۆنترۆڵی خۆت دیاری بکە

بڕێکی زۆر گەورە لە نوسین و بلاوکراوەی دەروونناسی هەیە دەربارەی چەمکی "بیردۆزەی پێگەی کۆنترۆڵ". لە ماوەی زیاتر لە ٥٠ ساڵی

لێکۆڵینەوەدا، دەروونناسان بۆیان دەرکەوت "پێگەی کۆنترۆڵ"ی خۆت هۆکاری دەستنیشانکردنی خۆشبەختی و خەمبارییە لە ژیاندا .

لەبەر ئەمە
ئەگەر کەسێك پێگەی کۆنترۆڵی لە ناخیدا بێت، ئەوا ئەم کەسە وا هەست دەکات کۆنترۆڵی تەواوی هەیە بەسەر ژیانی خۆیدا. ئەم کەسە هەست بە بەهێزی و متمانە بەخۆبوون و بەدەسەلاتیی دەکات. ئەم کەسە بە گشتیی گەشبینە و ئەرێنییە. ئەم کەسە هەستێکی نایابی هەیە دەربارەی خۆی و وا هەست دەکات کۆنترۆڵێکی زۆری هەیە بەسەر چارەنووسی خۆیدا.
لەلایەکی ترەوە، ئەو کەسەی پێگەی کۆنترۆڵی لە دەرەوەیدایە، ئەو کەسەیە کە وا هەست دەکات کۆنترۆڵکراوە بە هۆکارە دەرەکییەکان، کۆنترۆڵکراوە لەلایەن سەرۆککارەکەیەوە و لەلایەن کرێی ئاو و کارەبا و ماڵەکیەوە، کۆنترۆڵکراوە لەلایەن هاوسەرگیرییەکەی و کێشەکانی منداڵیی و دۆخ و هەلومەرجی ئێستایەوە. وا هەست دەکەن "کۆنترۆڵیان لەدەست نیە" و لە دەرەنجامدا هەست بە لاوازیی و تووڕەیی و ترس و نەرێنی و شەرەنگێزیی و بێدەسەلاتی دەکەن.

شتە باشەکە لێرەدا بریتیە لەوەی پەیوەندیەکی ڕاستەوخۆ هەیە لە نیوان بڕی ئەو بەرپرسیارێتیەی دەیگریتە ئەستۆ و بڕی ئەو کۆنترۆڵەی هەستی پێدەکەیت. تا زیاتر بڵێیت "من بەرپرسم" ئەوا زیاتر پێگەی کۆنترۆڵت بەرەو ناخت دەڕوات و زیاتر هەست بە دەسەلاتداری و متمانە بەخۆبوون دەکەیت.

Scanned with CamScanner

سێگۆشەی ئاڵتونی

هــەروەها پەیوەندیــەکی ڕاســتەوخۆ هەیــە لــەنێوان بەرپرســیارێتی و دڵخۆشیدا. تا زیاتر بەرپرسیارێتی بگریتە ئەستۆ، زیـاتر دڵخـۆش دەبیـت. وادیـارە لایەنـەکانی بەرپرسـیارێتی و کـۆنترۆڵ و دڵخۆشـیی هەرسـێکیان پێکەوە کار دەکەن.

تـا زیـاتر بەرپرسـیارێتی بگریتـە ئەسـتۆ، هەسـت بـە کـۆنترۆڵی زیـاتر دەکـەیت. تـا زیـاتر کۆنترۆڵـت هـەبێت، هەسـت بـە دڵخۆشـی و متمانـە بـەخۆبوونی زیـاتر دەکـەیت. کاتێـك هەسـت بـە ئـەرێنیبوون و کـۆنترۆڵ دەکەیت لە ژیانتدا، ئامانجی گەورەتر و ئاستەنگدارتر بۆخـۆت دادەنێیـت. هەروەها بزاوتن و پابەندبوونی پێویستیشت بۆ دابـین دەبێـت تـا بتوانیـت ئەم ئامانجـە گەورانـە بەدەسـت بێنیـت. وا هەسـت دەکـەیت وەك ئـەوەی ژیانی خۆت لەناو دەستەکانی خۆتدایە و دەتوانیت بڕیـاری چـی لێبـدەیت ئاوای لێ بکەیت .

لە دەستی خۆتدایە

خاڵی دەستپێکی دانـانی ئامـانج بریتیـە لـە درککـردن بـەوەی تـۆ توانـای تەواو و بێ سنورت هەیە بۆ بوون بەوەی بە ڕاستی دەتـەوێت لـە ژیانتـدا، بـۆ هـەبوون و ئەنجامـدانی ئـەوەی بـە ڕاسـتی دەتـەوێت لـە ژیانتـدا، بـە مەرجێك زۆر بە ڕاستی و بە پەرۆشەوە بتەوێت و ئامادەبیت کاری تـەواو و سەختی بۆ بکەیت بۆ بەدەستهێنانی.

Scanned with CamScanner

... ئامانجەکان!...

بەشی دووهەمی دانانی ئامانج بریتیە لەوەی تۆ بەرپرسیاریتی تەواوی ژیانت بگریتە ئەستۆ، وە بەرپرسیاریتی تەواوی ئەوەی بۆت ڕوودەدات، بەبێ ئەوەی لۆمەی هیچ کەسێك بکەیت و هیچ پاساوێك بێنیتەوە.

بە بوونی ئەم دوو چەمکە بە ڕوون و ئاشکرایی لە دەروونتدا، کە هەبوونی توانایەکی بێ سنورە لەگەڵ بەرپرسیار بوونی تەواوەتیت، ئەوا ئامادەیت بۆ ئەوەی بچیتە هەنگاوی داهاتوو، کە بریتیە لە دانانی ئەو داهاتووەی گەرەکتە.

لغاوی ژیانت بگرە دەست:

١ .گەورەترین کێشەت یان سەرچاوەی نەرێنێتی لە ژیانتدا کە هەیە دەستنیشان بکە. لە چی ڕوویەکەوە تۆ بەرپرسیت لەم دۆخە؟

٢ .وەکو سەرۆکی کۆمپانیای ژیانی خۆت لە خۆت بڕوانە. چۆن ڕەفتار دەکەیت ئەگەر خاوەنی سەدا ١٠٠ ی پشکەکان بویتایە؟

٣ .ئەمڕۆ خۆت یەکلایی بکەوە لەوەی چیتر لۆمەی کەس نەکەیت بۆ هەر شت و دۆخێك لە ژیانتدا، لەبری ئەمە بەرپرسیاریتی تەواوی هەموو مەوداکانی ژیانت بگرە ئەستۆ. پێویستە چی کارێك بکەیت؟

٤ .لە پاساو هێنانەوە بوەستە و دەستبکە بە بەرەوپێشچوون. بیهێنە پێش چاوت کە ئەو پاساوەی زۆرترین کات بەکاری دێنیت هیچ بنەمایەکی نیە لە ژیاندا و لەسەر ئەم بنەمایە ڕەفتار بکە

٥ .وەکو هێزی سەرەکیی داهێنەری ژیانی خۆت، لە خۆت بڕوانە. تۆ ئێستاکە لەم دۆخەدایت و ئەم کەسەی ئێستایت هەموو بەهۆی بژاردە و بڕیارەکانی خۆتەوە. پێویستە چی بگۆڕیت؟

Scanned with CamScanner

٦ .ئەمڕۆ خۆت یەکلایی بکەوە لەوەی لە هەموو ئەوانە خۆش ببیت کە بە هەر شێوەیەك لە شێوەکان ئازاریان داویت. ئەو ڕابردووە لە بیر بکە. جارێکی تر قسەی لەسەر مەکەوە. لەبری ئەمە خۆت سەرقاڵ بکە بە کارکردن لەسەر شتێك کە گرنگە بە لاتەوە و کاتی ئەوەت نیە جارێکی تر قسە لەسەر ئەم لایەنانە بکەیتەوە.

Scanned with CamScanner

بەشی سێ
داهاتووی خۆت دروست بکە

"تۆ هێندەی ئارەزووە کۆنتڕۆڵ لەدەستەکانت گەورە دەبێت، یان هێندەی پەرۆشیی و تموحەکانت مەزن دەبێت"

"جەیمس ئاڵن"

لە زیاتر لە ۳۳۰۰ لێکۆڵینەوەدا کە ئەنجامدراوە لەسەر پێشەوایان و ڕابەران لە ماوەی چەند ساڵی ڕابردوودا، تەنها یاك تایبەتمەندیی زۆر دیار و ئاشکرا بووە، یەك تایبەتمەندی کە هەموو ڕابەرەکان هەیانبووە. ئەویش بریتیە لە تایبەتمەندیی دید. ڕابەران دیدیان هەیە. ئەوانەی دیدیان نیە ناکرێت ببنە ڕابەر.

پێشتر ئاماژەم پێدا وتم گرنگترین دۆزینەوە لە مێژووی مرۆڤایەتیدا بریتیە لەوەی " تۆ، زۆرینەی کاتەکان دەبیتە ئەو شتەی بیری لێدەکەیتەوە." باشە کەواتە ئەوەی ڕابەرەکان زۆرینەی کات بیری لێدەکەنەوە چیە؟ وەڵامەکە ئەمەیە: ڕابەرەکان بیر لە داهاتوو دەکەنەوە و ئەو ڕووگەیەی بۆی دەڕۆن و پێویستە چی بکەن تا بگەنە ئەو ڕووگەیە.

بەڵام خەڵکانی تر، لەلایەکی ترەوە، بیر لە ئێستا دەکەنەوە، بیر لە خۆشی و کێشەکانی ئەم ساتە دەکەنەوە. بیر لە ڕابردوو دەکەنەوە و خەفەتی لێدەخۆن، بیر لەو شتانە دەکەنەوە کە چیتر ناتوانرێت بگۆڕدرێت.

بیر لە داهاتوو بکەوە

ئێمە بەم تایبەتمەندیەی ڕابەرێتی دەڵێین "داهاتوودارێتی". ڕابەران بیر لە داهاتوو دەکەنەوە، بیر دەکەنەوە لەوەی دەیانەوێت بەدەستی بێنن و لەو شوێنەی دەیانەوێت پێی بگەن. ڕابەران بیر دەکەنەوە لەوەی چییان دەوێت و دەتوانن چی بکەن بۆ دەستهێنانی. شتە باشەکە ئەوەیە هەر کات دەستت کرد بە بیرکردنەوە لە داهاتوو، ئەوا وەکو ڕابەرێك بیر دەکەیەوە و هەمان ئەو دەرەنجامانەت دێتە دەست کە دەستی ڕابەران دەکەوێت.

دکتۆر ئێدوارد بانفیلد لە زانکۆی هارڤارد، پاش ٥٠ ساڵ لە لێکۆڵینەوە بۆی دەرکەوتن کە "ڕوانگەی ماوە دوور" گرنگترین دەستنیشانکارە بۆ سەرکەوتن لە بواری دارایی و کەسیی لە ژیاندا. ئەم دکتۆرە ڕوانگەی ماوە درێژ پێناسە دەکات بەوەی کە "بریتیە لە توانای بیرکردنەوە لە چەند ساڵێك لە داهاتوو بەڵام لە ئێستادا بڕیارەکانی بۆ دەدرێت." ئەمە یەکێکە لە گرنگترین دۆزینەوەکان تا ئیستا ئەنجام درابیت. تۆ بیری لێ بکەوە! تا دوورتر لە داهاتوو بیربکەیتەوە، بڕیاری باشتر دەدەیت لە ئێستادا بۆ ئەوەی ئەو داهاتووە ببێتە ڕاستیی .

ببە ملیۆنێر

بۆ نمونە، ئەگەر مانگانە لە تەمەنی ٢٠ ساڵییەوە بە ڕێژەی ١٠٠ دۆلار تا تەمەنی ٦٥ ساڵیی پارە ئەزبەر بکەیت، وە وەبەرهێنان بکەیت بەو پارەیە لە (داهاتی دارایی هاوبەش) بە بڕی سەدا ١٠ ی ساڵانە، ئەوا لە تەمەنی ٦٥ ساڵیدا بڕی ١،١١٨،٠٠٠ دۆلارت دەبێت.

هەر کەسێك بیەوێت دەتوانێت مانگانە بڕی ١٠٠ دۆلار ئەزبەر بکات، بە مەرجێك ئەو کەسە ڕوانگەی ماوە درێژی هەبێت. ئەمە واتە هەر کەسێك ئەمڕۆ دەست دەکات بە کار دەتوانێت بە تێپەڕبوونی کات ببێتە ملیۆنێر، بە مەرجێك زوو دەست پێبکەن و بەردەوام پارە ئەزبەر بکەن و پابەند بن بە دیدە ماوە درێژەکەیانەوە بۆ سەربەخۆبوونی داراییان.

ئەندێشەیەکی ماوە پێنج ساڵیی دروست بکە

لە پلانداناني ستراتیژیەتی کەسێتیدا، دەبێت بە هەمان شێوە بیر لە دیدی ماوە درێژی ژیانیشت بکەیتەوە. دەبێت ڕاهێنان بکەیت لەسەر نمونەییکردنی هەموو شتێك ئەنجامی بدەیت. لە پرۆسەی بە نمونەییکردندا، ئەندێشەیەکی ماوە پێنج ساڵیی بۆ خۆت دروست بکە و دەست بکە بە بیرکردنەوە لەوەی ژیانت دوای پێنج ساڵی تر چۆن دەبێت ئەگەر هەلومەرجەکان لە هەموو ڕوویەکەوە بێ کێشە بوون.

تاکە بەربەرستی بەردەم دانانی ئامانج بریتیە لە "باوەڕەکانی خود سنوردارکردن" ئەمە واتە ئەو بوار و مەودایانەی خۆت کە بە باوەڕی خۆت بە شێوەیەك لە شێوەکان سنوردارن. لەوانەیە بە باوەڕی خۆت تۆ نەگونجاو و کەموکوڕیت هەبێت لە بوارەکانی وەکو ژیری و توانست و لێهاتویی و داهێنەرایەتی و کەسایەتی و هەر شتێکی تردا. لە دەرەنجامدا تۆ توانا ڕاستەقینەکانی خۆت بچوك دەکەیتەوە. وە بە بچوککردنەوەی خۆت، یان هەر هیچ ئامانجێك دانانێیت یان ئامانجی بچوك و نزم دادەنێیت کە زۆر نزمتر و کەمترن لەوەی تۆ بە ڕاستی دەتوانیت بەدەستی بێنیت.

بیهێنە پێشچاوت هیچ سنوربەندییەك بوونی نیە

لەڕێی تێکەڵکردنی بە نمونەییکردن و داهاتووداریێتیەوە، تۆ پرۆسەی سنوربەندێتی و سنوردارکردن یان ناهێڵیت یان کاریگەریەکەی وەلا دەنێیت. بیهێنە پێشچاوت بۆ ساتێك، کە هیچ سنورێکت لەبەردەمدا نیە، بیهێنە پێشچاوت تۆ هەموو لێهاتوویی و کات و توانستێکی تەواوت هەیە پێویست بێت بۆ بەدەستهێنانی هەر ئامانجێك بۆخۆتی دابنێیت. گرنگ نیە ئێستاکە لەکوێی ژیاندایت، بیهێنە پێشچاوت تۆ هەموو ئەو هاوڕێ و ناسیاو و پەیوەندیانەت هەیە کە پێویستتن بۆ کردنەوەی دەرگای ئەگەرێتیەکان و بەدەستهێنانی ئەوەی بە ڕاستی دەتەوێت. بیهێنە پێشچاوت تۆ ئەوەی سنور و بەربەست بێت نیتە لەسەر ئەوەی دەتوانیت ببیتە چی و چیت هەبێت و چی ئەنجام بدەیت لە عەوداڵبوونت بە دووی ئەو ئامانجانەی زۆر گرنگن بەلاتەوە.

کرداری بیرکردنەوەی ئاسمانی شین جێبەجێ بکە (بیرکردنەوەی بێ سنور)

کاتێك چاڕلز گارفیلد لێکۆڵینەوەی دەکرد بۆ کتێبی (ئەداکارانی لوتکە Peak Performers) دۆزینەوەیەکی نایابی ئەنجامدا. ئەم کەسە شیکاریی ئەنجامداوە بۆ ئەو پیاو و ژنانەی کە بۆ چەندان ساڵ تەنها داهاتێکی ئاساییان هەبووە بەڵام لەپڕ سەرکەوتن و بەدەستهێنانێکی ناوازەیان ئەنجام داوە. ئەم کەسە بۆی دەرکەوت کە چەمکی "خاڵی دەستپێك" ی هەر یەك لەو کەسانی شیکاریی بۆ کردبوون کردارێکیان ئەنجامداوە پێی دەوترێت (بیرکردنەوەی ئاسمانی شین.

Scanned with CamScanner

... ئامانجەكان!...

لە بیركردنەوەی ئاسمانی شیندا تۆ وا دەهێنیتە پێشچاوت هەموو ئەو شتانەی دەتەوێت، دەكرێت بەدەستی بێنیت، هەروەك چۆن دەڕوانیتە ئاسمانێكی سامالْ و بێ هەور، كە هیچ سنورێكی تێدا نیە. پاشان بڕوانە چەند ساڵێك لە داهاتوو وە ببینە ژیانت لە هەموو ڕوویەكەوە بێ كەموكوڕیە و بێ كێشەیە. پاشان بگەڕێوە ئەم ساتەی ئێستات و لە خۆت بپرسە : دەبێت چی ڕووبدات بۆم تا بتوانم ئەو داهاتووە بێ كەموكوڕییە بەدەست بێنم؟" پاشان بگەڕێوە ئێستا و ئەم پرسیارە بپرسە "پێویستە چی ڕووبدات لەم ساتەی ئێستاوە تا ئەو ساتەی داهاتوو كە من هەموو ئامانجەكانم بێنمە دەست و هەموو شتێكم بۆ ببێت؟"

ڕێمەدە خەونەكانت بكەونە مەترسییەوە

كاتێك تۆ كردەكانی بە نمونەییكردن و داهاتوودارێتی ئەنجام دەدەیت ئەوا ڕێگە نادەیت خەون و دیدەكانت بكەونە مەترسیەوە لە ئێستا و داهاتووشدا. هەروەها بە ئامانجی بچوك و نیمچە سەركەوتن ڕازی نابیت. لەبری ئەمە، "خەون بە خەونی گەورەوە ببینە" و بە هزر و دەروونت بەرەو داهاتوو بڕۆ بە شێوەیەك یەكێك بیت لە بەهێزترین كەسەكانی ئەم جیهانە. خۆت داهاتووی بێ كەموكوڕیی خۆت دروست بكە. خۆت بڕیار بدە لەسەر ئەوەی بە ڕاستی دەتەوێت، پێش ئەوەی بگەڕێیتەوە ساتی ئێستات و مامەڵەكردن لەگەڵ ئەوەی چی دەتوانیت ئەنجام بدەیت لەنێو دۆخ و هەلومەرجی ئێستاتدا .

Scanned with CamScanner

... ئامانجەکان!...

لەگەڵ پیشە و کارەکەتدا دەست پێبکە. بیهێنە پێشچاوت کارەکەت لە پێنج ساڵی داهاتوودا زۆر بێ کەموکوڕییە، کەواتە وەڵامی ئەم پرسیارانە بدەوە:

١ .کارەکەت چۆنە؟

٢ .خەریکی چیت؟

٣ .لەکوێدا کارەکەت دەکەیت؟

٤ .لەگەڵ کێدا کار دەکەیت؟ بەرپرسیارێتیەکەت لە چی ئاستێکدایە؟

٥ .چی کارامەیی و لێهاتوویيەکت هەیە؟

٦ .چی ئامانجێکت بەدیهێناوە؟

٧ .ئاست و پلەت لە بوار و مەوداکەی خۆتدا چییە؟

کردەی بیرکردنەوەی بێ سنوور ئەنجام بدە

کاتێک وەڵامی ئەو پرسیارانە دەدەیتەوە، بیهێنە پێشچاوت هیچ سنورێکت نیە. بیهێنە پێشچاوت هەموو شتێك دەتوانیت ئەنجام بدەیت. پیتەر درەکەر دەڵێت "ئێمە بە شێوەیەکی گەورە زێدە ڕوانینمان هەیە بۆ ئەوەی چی لەساڵێکدا دەتوانین ئەنجام بدەین، بەڵام کەم ڕوانیمان هەیە بۆ ئەوەی چی دەتوانین لە ماوەی پێنج ساڵدا ئەنجام بدەین". تۆش ئەم کارە مەکە، بیر لە پێنج ساڵ بکەوە وەك لە ساڵێك.

ئێستا، ژیانی بێ کەموکوڕیی داراییت لە داهاتووتدا بهێنە پێشچاو و بیکە بە بیرۆکەت:

١ .دەتەوێت دوای پێنج ساڵ لە ئێستا چەندێکت داهات هەبێت؟

٢ .دەتەوێت شێوازی ژیانت چۆن بێت؟ دەتەوێت لە چی ماڵێکدا بژیت؟

Scanned with CamScanner

٣ .دەتەوێت چی جۆرە ئۆتۆمبیلێك لێ بخوڕیت؟

٤ .دەتەوێت چی کاڵایەکی ناوازە بۆ خۆت و خێزانەکەت دابین بکەیت؟

٥ .دەتەوێت لە هەژماری بانکەکەتدا چەندێك پارەی تێدا

٦ .دەتەوێت بتوانیت مانگانە و ساڵانە چەندێك پارە ئەزبەر بکەیت و چەندێك بکەیتە وەبەرهێنانەوە؟

٧ .دەتەوێت کە خانە نشین بوویت چەندێك پارەت هەبێت؟

بیهێنە پێشچاوت "پەڕەیەکی ئەفسوناوی"ت هەیە، دەتوانیت چیت دەوێت تیایدا بنوسیت و چی لە ڕابردووتدا ڕوویداوە بسڕیتەوە و ئەو وێنەیەی ئارەزووی دەکەیت بۆ داهاتووت تێدا دروست بکەیت. وە هەر کاتێك بتەوێت دەتوانیت ئەم پەڕەیە بسڕیتەوە و دووبارە پڕی بکەیتەوە. تەنها ئەوە بزانە هیچ سنورێکت نیە.

ژیانی خێزانیی بێ کەموکوڕیت بێنە پێشچاوت

بڕوانە خێزان و پەیوەندیەکانی ئەمڕۆکەت، پاشان بڕوانە پێنج ساڵ لە داهاتوو:

١ .ئەگەر ژیانی خێزانیت پێنج ساڵ لە ئێستاوە بێ کەموکوڕی بێت، شێوەی چۆن دەبێت؟

٢ .لەگەڵ کێ دەبیت؟ ئەی لەگەڵ کێ نامێنیت؟

٣ .لە کوێ و چۆن دەژیت؟

٤ .لەسەر چی پێوەرێکی ژیان دەژیت؟

٥ .چی جۆرە پەیوەندیەکت دەبێت لەگەڵ گرنگترین کەسەکانی ژیانتدا، لە پێنج ساڵی داهاتوودا، ئەگەر هەموو شتەکان لە هەموو ڕوویەکەوە بێ کەموکوڕی بن؟

کاتێک ئەندێشەی داهاتووە بێ کەموکوڕییەکەی خۆت دەکەیت و دەیهێنیتە پێشچاوت، تاکە پرسیارێك کە بە مێشکتدا دێت ئەمەیە "چۆن؟" ئەمە بەهێزترین پرسیارە بیپرسیت. پرسینەوەی ئەم پرسیارە بە بەردەوامی دەبێتە هۆی بزواندنی لایەنی داهێنەرایەتیت و ئەو بیرۆکانە دروست دەکات کە یارمەتیدەرت دەبن لە بەدیهێنانی ئامانجەکانتدا. خەڵکانی ناسەرکەوتوو هەمیشە بیر لەوە دەکەنەوە ئایا ئامانجێکی دیاریکراو ئەگەری هەیە سەر بگرێت یان نا. بەڵام کەسانی سەرکەوتوو، لەلایەکی ترەوە، تەنها پرسیاری "چۆن؟" دەپرسن، پاشان خۆیان ئامادە دەکەن بۆ کارکردن بۆ دۆزینەوەی ئەو ڕێگایانەی دەبێتە هۆی گۆڕینی دید و ئامانجەکانیان بۆ ڕاستی.

تەندروستی و لەش ڕێکیی نمونەیی

لە هەموو ڕوویەکەوە بڕوانە ئاستی تەندروستی و لەش ڕێکیت:

١ .ئەگەر تۆ پێنج ساڵ لە ئێستاوە بوبیتە نمونەیەکی باڵای مرۆڤەکان، شێوەت چۆنە و هەستت چۆنە و ڕووخسارت چۆن دەبێت؟

٢ .کێشی نمونەییت چەند دەبێت؟

٣ .هەفتەی چەندێك مەشق دەکەیت؟

٤ .ئاستی گشتیی تەندروستیت چۆن و چەند دەبێت؟

Scanned with CamScanner

٥ .ئەو گۆڕانکاریانە چین لە شێوازی خواردن و مەشق و خووە تەندروستیەکانتدا کە دەبێت ئەمڕۆکە ئەنجامی بدەیت بۆ ئەوەی چێژ لەو تەندروستیە جەستەییە بالآیەی داهاتوو ببینیت؟

پاشان بیهێنە پێشچاوت کە تۆ کەسێکی گرنگ و کاریگەریت، کەسێکی "دەست ڕۆشتوو"یت لە کۆمەڵگەکەی خۆتدا. تۆ بەشداریی بەرچاوت هەیە بۆ چواردەورەکەی خۆت. تۆ جیاوازیی ئەنجام دەدەیت لە ژیانی خۆت و ژیانی کەسانی چواردەورتدا. ئەگەر پلەی کۆمەلآیەتی و کۆمەڵگەییت وە ئاستی بەشداربوونت نمونەیی بن لەو داهاتووەدا:

١ .خەریکی چی دەبیت؟

٢ .لەگەڵ چی ڕێکخراوێکدا کار دەکەیت یان بەشدار دەبیت؟

٣ .ئەو پرسانە چین کە تۆ زۆر باوەڕت پێیانە و پاڵپشتییان دەکەیت، وە چۆن دەتوانیت زیاتر بەشدار بیت لەو بوارانەدا؟

دەی ئەنجامی بدە!

جیاوازیی گەورە و سەرەکیی نێوان کەسانی سەرکەوتوو وە وەدەستکەوتوو لەگەڵ کەسانی ناسەرکەوتوو وە وەدەستنەهاتوو بریتیە لە "کارکردن". ئەو پیاو و ژنانەی شتانی مەزن لە ژیاندا ئەنجام دەدەن بە شێوەیەکی زۆر گەورە کار دەکەن. هەموو کاتێک ئەم کەسانە لە جوڵەدان. هەمیشە سەرقاڵن، ئەگەر بیرۆکەیەکیان هەبێت، ڕاستەوخۆ و دەستبەجێ کاری لەسەر دەکەن.

لەلایەکی ترەوە کەسانی کەم وەدەستهاتوو یان هیچ وەدەستهاتوو پڕاوپڕن لە نیاز و نیەتی باش، بەڵآم هەمیشە و بەردەوام پاساوێکیان

پێیە بۆ كار نەكردن لە ئێستادا. ڕاستیان وتووە كە "ڕێگەی بەرەو دۆزەخ پڕە لە نیازی باش." پشكنین بۆ خۆت بكە لە ڕووی كارامەیی و زانین و لێهاتوویی و ڕۆشنبیریی و تواناكانتەوە. ئەگەر گەشتویتە ئەوپەڕی ئاستی بەردەست (كە لە ڕاستیتدا ئەمە سنوری نیە) ئەوا وەڵامی ئەم پرسیارانە بدەوە :

١ .چی زانین و كارامەییەكت دەست كەوتووە لە ماوەی ئەو پێنجساڵەی داهاتوودا؟

٢ .لە چی بوارێكدا دادەنرێیت بەوەی تۆ باڵادەستترینیت لە كارەكەی خۆتدا؟

٣ .هەموو ڕۆژێك چی دەكەیت بۆ ئەوەی ئەو زانین و كارامەییانە بەدەست بێنیت كە پێویستت پێیانە بتگەیەننە لوتكە لە بوارەكەی خۆتدا لەو داهاتووەدا؟ هەر كە وەڵامی ئەم پرسیارانەت دایەوە، تاكە پرسیارێك بیپرسیت، بریتیە لە "چۆن؟" چۆن ئەو كارامەیی و شارەزاییە بەدەست دێنیت كە پێویستت دەبێت بۆ ئەوەی لەو داهاتووەدا ببیتە پێشەنگی بوارەكەی خۆت؟

ڕۆژمێری بێ كەموكوڕیت دیزاین بكە

وە بە تایبەتی بڕیار بدە لەسەر ئەوەی حەز دەكەیت چۆن بژیت، ژیانی ڕۆژانەت چۆن بێت، شێوازی ژیانت چۆن بێت. ڕۆژمێرە بێ كەموكوڕیەكەی خۆت دیزاین بكە هەر لە ١ی كانونی دووەمی ساڵی نوێوە هەتا ٣١ ی كانونی یەكەمی ساڵی داهاتوو.

١ .حەز دەكەیت چی بكەیت لە پشووی هەفتە و مۆڵەتەكانتدا؟

٢ .حەز دەکەیت هەفتانە و مانگانە و ساڵانە چەند کات بۆ خۆت تەرخان بکەیت؟
٣ .حەز دەکەیت بۆ کوێ بڕۆیت؟
٤ .چۆن ساڵەکەت ڕێکدەخەیت ئەگەر هیچ سنوربەندیەکت نەبێت، وە کۆنترۆڵی تەواوت بەسەر کاتەکەی خۆتدا هەبێت؟

ئەگەر تۆ دیدێکی ناوازەت نەبێت بۆ داهاتووی خۆت، ئەوا لە ناخی خۆتدا "تیا دەچیت" لە ڕووی نەمانی هاندان و پەرۆشییەوە بۆ ئەو کارەی ئەنجامی دەدەیت. بەڵام پێچەوانەی ئەمە، ئەگەر دیدێکی ناوازەت هەبێت بۆ داهاتووت، ئەوا بەردەوام هاندراو دەبێت و ڕۆژانە دەبزوێیت بۆ ئەوەی کاری پێویست ئەنجام بدەیت تا ئەو دیدە نمونەییەت دەکەیتە ڕاستی.

کلیلی دڵخۆشیی

"دڵخۆشی بریتیە لە بەرەوپێشچوونی درککردن بە نمونەیەکی شایستە"
ئەگەر تۆ ئامانج و نمونەی ڕوون و ئاشکرا و ناوازەت هەبن، ئەوا هەست بە دڵخۆشی دەکەیت دەربارەی خۆت و جیهانەکەت. زیاتر ئەرێنی و گەشبین دەبیت. زیاتر خۆشبەخت و کەیفساز و بەجۆش دەبیت. هەست دەکەیت لە ناختەوە هاندەدرێیت بۆ ئەوەی هەموو بەیانیەك لە خەو هەڵبستیت، چونکە هەر هەنگاوێك دەینێیت دەبێتە مایەی نزیککردنەوەت لە ئاڕاستەی ئەو شتەی گرنگە بەلای تۆوە.
خۆت یەکلایی بکەوە لەوەی زۆرینەی کات بیر لە داهاتووە نمونەییەکەت بکەیتەوە. لە یادت بێت، باشترینی ڕۆژەکانی ژیانت هێشتا لە داهاتوودان و نەهاتوون. دڵخۆشترینی ساتەکانت هێشتا نەگەشتوون. ئەوپەڕی ئەو

Scanned with CamScanner

داهاتەی دێتە دەستت هێشتا لە داهاتوودایە و دروست نەبووە. داهـاتووت باشترین شت دەبێت ڕوویدابێت بـۆت وەك لـە هـەر شتێكی تـر و وەك لـە هەموو ڕابردووت. هیچ سنوربەندییەك بوونی نیە.

تا ڕوونتر بیت بەرامبەر ئەوەی چیت دەوێت لە داهـاتووی دووردا، خێراتـر خەڵكی و هەلومەرج بۆ خـۆت ڕادەكێشـیت بـۆ ژیـانی خـۆت و یارمەتیـدەر دەبێت تا داهاتووت بكەیتە ڕاستی. تا ڕوونتر بیت لەسەر ئـەوەی كێیـت و چیت دەوێت، زیـاتر و خێراتـر دەتوانیـت لـە بوارەكـانی ژیانتـدا شـتەكان بێنە دەستت.

داهاتووی خۆت دروست بكە:

١ .بیهێنە پێش چاوت كە چارەسەر هەیە بۆ هـەموو كێشـەیەك، كـە ڕێگـە هەیە بۆ زاڵ بوون بەسەر هـەموو سـنور بەندیەكانـدا و هـیچ سنوربەندیەك نیـە لـەوەی ڕێگـر بێـت تـۆ هـەموو ئـەو ئامانجانـە بەدەسـت بێنیـت كـە بۆخۆتیان دادەنێیت. تۆ چی بە جیاوازتر ئەنجام دەدەیت؟

٢ .بیركردنەوەی "گەڕانـەوە لـە داهـاتوو" جێبـەجێ بكـە. لـە پێـنج سـاڵ داهاتووی خۆت بڕوانە و لە داهاتووەوە بڕوانە ئێستات. پێویسـتە چـی لـە ژیانتدا ڕووبدات تا ژیان و جیهانەكەت نمونەیی بێت؟

٣ .بیهێنە پێش چاوت لایـەنی داراییـت هـیچ كێشـەیەكی نیـە و لـە هـەموو ڕوویەكەوە بـێ كەموكوڕییـە. كەواتـە داهاتـت چـەندە؟ سـامانت چـەندە؟ پێویستە چی هـەنگاوێك بنێیـت لـەمڕۆوە بـۆ ئـەوەی ئـەم ئامانجانـە ببنـە ڕاستی؟

Scanned with CamScanner

٤ .بیهێنە پێش چاوت ژیانی خێزانیی و کەسێتیت بێ کێشە و بێ کەموکورییە. ئەو ژیانە چۆنە؟ پێویستە لەمڕۆوە چی زیاتر بکەیت یان چی کەمتر بکەیت؟

٥ .ڕۆژمێری تایبەتیی بێ کەموکوڕیی خۆت دابنێ. ساڵەکەت لە مانگی یەکەوە تا مانگی دوازدە دابنێ بە شێوەیەك هیچ سنوربەندیەکت نەبێت. لەمڕۆوە چی دەگۆڕیت؟

٦ .بیهێنە پێش چاوت ئاستی تەندروستی و لەش ڕێکیت لەوپەڕی بێ کەموکورییدایە لە هەموو ڕوویەکەوە. لەمڕۆوە چی دەکەیت بۆ ئەوەی دیدی خۆت بکەیتە ڕاستی؟

Scanned with CamScanner

بەشی چوار
بەهاکانت ڕوون بکەوە

"یەك گەردوون پێکهاتووە لە هەموو لایەنە پێویستەکان: یەك خودای هەیە، یەك بنەمای بوون هەیە، یەك یاسای هەیە، وە یەك لۆژیك کە هەموو بوونەوەرە ژیرەکان هەیانە، وە یەك ڕاستیی بوونی هەیە"
"مارکۆس ئۆریلیەس"

یەکێك لە هەرە گرنگترین تایبەتمەندیەکانی ڕابەران و کەسانی لوتکە و سەرکەوتوو لە هەموو بوارەکانی ژیاندا، بریتیە لەوەی ئەوان دەزانن کێن، دەزانن باوەڕیان بە چیە و دەزانن چی بەلایانەوە گرنگە. خەڵکانی ئاسایی بە گشتیی سەرئالۆزن دەربارەی ئامانج و بەها و نمونە بالاکانیان و لە دەرەنجامدا هەر خۆیان سەرقاڵ دەکەن و زۆر کەمیش وەدەست دێنن. پیاوان و ژنانی ڕابەر، لەلایەکی ترەوە، کە هەمان توانا و دەرفەتیان هەیە، بگرە جاروبار کەمتریشیان هەیە لە خەڵکانی ئاسایی، هەوڵی هەرچییەك بدەن بە مەزنی دەتوانن وەدەستیان بێت.

ژیان بریتیە لە لایەنێکی ناوەکیی بەرەو دەرەوە. واتە، کرۆکی کەسایەتیت بریتیە لە بەهاکانت، بەهاکانت ئەوەن کە دەستنیشانی دەکەن تۆ چی جۆرە کەسێکیت. هەموو ئەو شتانەی لە ڕووکاری دەرەوەتدا ئەنجامیان دەدەیت دەستنیشان دەکرێن و بڕیاریان لەسەر دەدرێت لەلایەن بەهاکانی ناختەوە، جا بەهاکان ڕوون و یەکلاکراوە بن

Scanned with CamScanner

یان ناڕوون و لێڵ. تا زیاتر ڕوون بێت دەربارەی بەهاكانی ناخت، ئەوا زیاتر ورد و كاریگەر دەبێت لە ئەنجامدانی كار و كردەكانی دەرەوەی ناختدا.

پێنج ئاستەكەی كەسایەتی

دەتوانیت كەسایەتیت بێنیتە پێش چاوت لەڕێی بیركردنەوە لە ئامانجێك كە بازنەی بچوك بۆ گەورەی هەیە بە چواردەوریدا. كەسایەتیت بە هەمان شێوە پێك هاتووە لە پێنج بازنە، بازنەی ناوەڕاست بریتیە لە بەهاكانت، پاشان بازنەی دواتر بریتیە لە باوەڕەكانت.

بەهاكانت دەستنیشانكاری باوەڕەكانتن، باوەڕەكانت دەربارەی خۆت و جیهانی چوار دەورت. ئەگەر بەهای ئەرێنیت هەبێت، وەكو خۆشەویستی و بەزەیی و میهرەبانی، ئەوا باوەڕت وا دەبێت خەڵكانی جیهانەكەی خۆت شایەنی ئەم بەهایانەن، وە بەپێی بەهاكانی خۆت مامەڵەیان لەگەڵ دەكەیت.

پێشبینیی باشترین بكە

پاشان باوەڕەكانت دەستنیشانی سێهەم بازنە دەكەن لە كەسایەتیتدا، كە بریتیە لە پێشبینیەكانت. ئەگەر بەهای ئەرێنیت هەبن، باوەڕت وا دەبێت كە كەسێكی باشیت. وە ئەگەر باوەرت وابوو كەسێكی باشیت، ئەوا پێشبینیی شتانی باش دەكەیت ڕووبدەن بۆت. ئەگەر پێشبینی شتانی باش بكەیت ڕووبدەن بۆت، ئەوا ئەرێنی و كەیفساز و داهاتوودار دەبیت. وە بەدووی باشێتیی كەسان و دۆخ و هەلومەرجەكاندا دەگەڕێیت.

ئاستی چوارەمی کەسایەتیت، کە لەلایەن پێشبینیەکانتەوە دەستنیشان دەکرێت، بریتیە لە هەڵوێستت. هەڵوێستت بریتیە لە لایەنی ئاوێتەکردن و ڕەنگدانەوەی بەهاکان و باوەڕەکان و پێشبینیەکانت. بۆ نمونە ئەگەر بەهات ئەوە بێت کە ئەم جیهانە جیهانێکی باشە بۆ ژیان لە ناویدا، وە باوەڕت وابوو کەسێکی زۆر سەرکەوتوو دەبیت لە ژیانتدا، ئەوا پێشبینی ئەوە دەکەیت هەموو شتێك کە ڕوودەدەن بۆت بە شێوەیەك لە شێوەکان یارمەتیدەرت دەبن. لە دەرەنجامدا هەڵوێستێکی دەروونی و هزریی ئەرێنیت دەبێت بەرامبەر خەڵکانی تر و خەڵکانی تریش بە شێوەیەکی ئەرێنیی کاردانەوەیان دەبێت بەرامبەرت. کەسێکی زیاتر کەیفساز و گەشبین دەبیت. دەبیتە کەسێك کە کەسانی تر بیانەوێت کارت لەگەڵ بکەن و کارت بۆ بکەن، کاڵا و بەرهەمەکانت بکڕن و بەکاربێنن، بە گشتیی یارمەتیدەرت دەبن ببیتە کەسێکی سەرکەوتوتر. لەبەر ئەمەیە هەڵوێستێکی دەروونیی ئەرێنیی دەست لەناو دەست و شان بە شانی سەرکەوتنی مەزن دەڕوات لە هەموو بوار و مەودا و لایەنەکانی ژیاندا.

بازنەی پێنجەم یان ئاستی پێنجەمی ژیان، بریتیە لە کردارەکانت. کردارەکانی دەرەوەی ناخت بریتین لە ڕەنگدانەوەی بەها و باوەڕ و پێشبینیەکانی ناخت. لەبەر ئەمەیە ئەوەی بەدەستی دێنیت لە ژیان و کارتدا زیاتر دەستنیشان دەکرێت بەوەی لە ناختدا دەگوزەرێت وەك لە هەر هۆکارێکی تر.

... ئامانجەکان!...

ناخت چۆنە، دەرەوەشت وا دەبێت

هەمیشە دەتوانیت بزانیت کەسێك چۆن بیر دەکاتـەوە، ئەمـەش زۆرینـەی کات لە ڕێی تەماشاکردنی هەلومەرجی ژیانیان دەبێـت. کەسێکی ئـەرێنی و گەشبین و ئامانجدار و داهاتوودار لە ناخـدا، ژیـان و ڕووکاری دەرەوەی ڕوو گەش و خۆشحاڵ و سەرکەوتوو وە خۆشگوزەران دەبێت.

ئەریستۆ وتویەتی کە گەورەترین ئامـانج یـان مەبەسـت لـە ژیـانی مرۆڤدا بریتیـە لـە بەدەسـتهێنانی خۆشـبەختی. تـۆ ئـەو کاتـە خۆشـبەختترینیت کاتێـك ئـەوەی لـە ڕووکـاری دەرەوەتـدا ئـەنجامی دەدەیـت هاوتـا و ڕەنگدانەوەی بەهاکانی ناخت بێت. تۆ هاوتا دەژیت لەگەڵ ئەوەی تـۆ بە ڕاست و باش و گونجاوی دەزانیت، تۆ خودکارانە هەسـت بـە خۆشـبەختی و دڵخۆشـی و ئـەرێنێتی دەکـەیت دەربـارەی خـۆت و جیهانەکـەی چواردەورت.

ئامانجەکانت دەبێـت هاوتـا بـن لەگـەڵ بەهاکانتـدا، وە بـەهاکانت دەبێـت هاوتا بن لەگەڵ ئامانجەکانتدا. لەبەر ئەمەیە ڕوونبوونی بـەهاکانت زۆرجار خـاڵی دەسـتپێکە بـۆ ئەدایـەکی سـەرکەوتووانە و ئەوپـەڕی وەدەستهاتویەتی. ڕوونبوونی بەهاکان پێویستی بەوەیە تۆ بـە تـەواوەتی بیر لەوە بکەیتەوە چی زۆر گرنگە لە ژیانتدا. پاش ئەم کارە تۆ دەتوانیت تەواوی ژیانت لە چواردەوری ئەم بەهایانە ڕێکبخەیت .

هەر هەوڵدانێك بۆ ژیان و کارێك کە دژیەك بوەستێتەوە بەرامبەر بـەهاکانی ناخـت زۆرجـار دەبێتـە هـۆی فشـاری دەروونـی و نـەرێنێتی و دڵتـەنگی د ڕەشبینی و تەنانەت توڕەیی و پشت ساردیش. ئەوپـەڕی بەرپرسیارێتیت بەرامبـەر خـۆت لـە دروسـتکردنی ژیـانێکی مەزنـدا بریتیـە لـەوەی تـۆ بـە

تـەواوەتی ڕوون بیت بەرامبـەر بـەهاكانت لـە هـەموو شـتێكدا ئـەنجامیان دەدەیت.

بزانە بە ڕاستی چیت دەوێت

سـتیڤ كـۆڤی وتویـەتی "دڵنیابـە لـەوەی لـەكاتی سـەركەوتنت بەسـەر پەیـژەی سـەركەوتندا، پەیژەكـەت بـە پـاڵ پەیكەربەنـدێكی گونجـاو و شیاوەوە بێت". كارلی سایمن ئـەم دێـرەی لـە گۆرانیەكدا ووتـوە "ژیـان ئەمەی پێیە؟" زۆر خەڵك ئـەو پـەڕی ماندووبوونی خۆیـان كاردەكـەن بـۆ بەدیهێنانی ئەو ئامانجانەی وادەزانن دەیانـەوێت، بـەلآم لـە كۆتاییـدا هـیچ خۆشی و لـە خـود ڕەزامەنـدبوونێكیان وەدەسـت ناكـەوێت. ئەمـە كاتێك ڕوودەدات كە وەدەستهاتووەكانی ڕووكاری دەرەوە هاوتـا و ئـاوێزان نیـە لەگەڵ بەهاكانی ناخدا. ڕێمەدە ئەمە بەسەر تۆدا بێت.

سوقرات وتویەتی "ژیانێكی بـێ پشـكنین شـایەنی ژیـان نیـە". ئەمـە زۆر زیـاتر بەسـەر بەهاكانتـدا جێبـەجێ دەبێـت وەك لـە هـەر بـوارێكی تـری ژیانتدا. ڕوونبوونی بەهاكان شـتێكە تـۆ "بـەردەوام" ئـەنجامی دەدەیـت. بەردەوام دەبێت كاتژمێرەكەت ڕابگریت، وەك چۆن یاریزانان داوای پشـوو دەكەن لە مەیدانـدا، تـۆش بـە هـەمان شـێوە كاتژمێرەكـەت ڕادەگریـت و دەپرسیت "بەهاكانم لەم بوارەدا چیە؟"

خۆشبەختترین و دڵخۆشترین مرۆڤـەكان ئەوانـەن هاوتـا و ئـاوێزان دەژیـن لەگـەڵ بـەهاكانی ناخیانـدا. دڵتـەنگترین مرۆڤـەكانیش ئەوانـەن كـە هەوڵدەدەن بژین بەلآم ناهاوتا لەگەڵ بەها و باوەڕەكانیاندا.

متمانە بە هەستی ناخت بکە

متمانـە بـەخۆ بـوون بریتیـە لـە بناغـەی مـەزنێتی. متمانـە بـەخۆبوون لـە گـوێگرتن لـە هەسـتی ناختـەوە دێـت، لـە گـوێگرتن لـە "دەنگـە کـزە بەردەوام"ەکەی ناختـەوە دێـت. پیـاوان و ژنـان بـەرەو مـەزنێتی دەچن هەرکات دەستیان کرد بە گوێگرتن لـە دەنگـی ناخیـان، وە بـە تـەواوەتی متمانەیان هەبوو بەوەی لەلایەن هێزێکـی بالآدەستەوە ئاڕاستـە دەکـرێن، لە هەر هەنگاوێکی ژیانیاندا.

ژیان بە هاوتایی لەگەڵ بەها ڕاستەقینەکانتدا بریتیـە لـە ڕێگـە و ڕێچکەی شاهانە بەرەو متمانە بەخۆبوون و ڕێز لە خۆگرتن و سـەربەرزیی کەسـیی. لـە ڕاسـتیدا زۆرینـەی کێشـەکانی مـرۆڤ دەکرێـت چارەسـەر بکرێـت بـە گەڕانـەوە بـۆلای بـەهاکان. هـەرکاتێك دووچـاری هـەر جـۆرە فشـارێك ببیتەوە، لە ناخت بڕوانە و بپرسە "بە چـی ڕێگەیـەك مـن بـەهاکانی نـاخم دەخەمە مەترسیەوە لەم دۆخەدا؟"

ئاگاداری ڕەفتارت بە

باشە چۆن دەزانیـت بـەها ڕاسـتەقینەکانت چـین؟ وەلآمـی ئـەم پرسـیارە ئاسـانە. تـۆ هەمیشـە بـەها ڕاسـتەقینەکانت پیشـان دەدەیـت لـەڕێی کردارەکانتەوە، بەتایبەت کردارەکانت کاتێك لە ژێر فشاردایت. هـەرکاتێك زۆرت لێکرا بۆ هەڵبژاردن لە نێوان دوو ڕەفتاردا، تۆ هەمیشە ئەو ڕەفتارە هەڵدەبژێریت کە گرنگترینە بەلاتەوە و بەهادارترینە بەلاتەوە لەو ساتەدا. بەهاکان بەشێوەیەکی ڕیزبەندیی هـەرەمیی هەڵدەبـژێردرێن. تـۆ کۆمـەڵێك بەهات هەیە، هەندێکیان زۆر بەهێز و گرنگن و هـەنێکیان لاوازتـر و کـەمتر

گرنگن. یەکێك لە گرنگترین ڕاهێنانەکان تۆ بتوانیت ئەنجامی بدەیت بۆ دەستنیشانکردنی ئەوەی تۆ کێیت و بە ڕاستی چیت دەوێت، بریتیە لە ڕێکخستنی بەهاکانت بەپێی لەپێشێتی (ئەولەویەت). هەرکات گرنگێتیی ڕێژەیی بەهاکان بەلاتەوە ڕوون بوو، ئەو کاتە دەتوانیت ژیانی ڕووکاری دەرەوەت ڕێك بخەیت بە شێوەیەك هاوتا بێت لەگەڵ بەهاکانی ناختدا.

لە ڕەفتارەکانی پێشووت بکۆڵەوە

چەند ڕێگەیەکی ناوازە هەن یارمەتیدەرت دەبن بۆ دەستنیشانکردنی بەها ڕاستەقینەکانت. یەکێك لەوانە بریتیە لە تەماشاکردنی ڕابردووت. لە ڕابردوودا کاتێك لە ژێر فشاردابوویت چۆن ڕەفتارت کردووە؟ چی بژاردەیەکت هەڵبژاردووە بە کات و پارەت کاتێك زۆرت بۆ هاتووە؟ وەلامی ئەم پرسیارانە ئاماژەت پێدەدەن لەسەر بەها باڵاکانی ئەو کاتەی ڕابردووت.

دێل کارنەگی جارێکیان نوسی "پێم بڵێ چی شتێك ئەوپەڕی هەستی گرنگێتی دەدات بە کەسێك، منیش پێت دەڵێم فەلسەفەی ئەو کەسە چیە لە ژیاندا". چی وات لێدەکات هەست بە گرنگێتی بکەیت؟ چی هەستی متمانەبەخۆبوونت بەرز دەکاتەوە؟ چی دەبێتە هۆی زیادبوونی ڕێزی خود و سەربەرزیی کەسێتیت؟ لە ڕابردووتدا چیت ئەنجامداوە کە بۆتە پێدانی هەستی ئەوپەڕی سەربەرزی و ڕەزامەند بوون؟ ئەم وەلامانە ئاماژەیەکی باشت پێدەدەن لەسەر بەها ڕاستەقینەکانت.

Scanned with CamScanner

ویست و ئارەزووی دڵت دەستنیشان بکە

مامۆستای ڕۆحانی، ئیمیت فۆکس لەسەر گرنگیی دۆزینەوەی ئارەزووی دڵ نوسراوی هەیە. ئارەزووی دڵت چیە؟ ئەوەی لە ناخی دڵتایە زیاتر لە هەموو شتێك و دەتەوێت وابیت، چیە؟ وەکو هاوڕێیەکم دەڵێت "دەتەوێت لەسەر چی شتێك بەناوبانگ بیت؟"

حەز دەکەیت خەڵکی چی وشەیەك بەکاربێنن بۆ وەسفکردنی تۆ کاتێك خۆت لەوێ نیت؟ حەز دەکەیت خەڵکی چۆن باست بکەن لە پاش بەجێهێشتنی دونیا؟ حەز دەکەیت خەڵکیی لە پرسەکەتدا بڵێن چی؟ دەتەوێت خێزان و هاوڕێ و منداڵەکانت چۆن تۆیان لە یاد بێت؟ حەز دەکەیت خێزان و هاوڕێ و منداڵەکانت چۆن باست بکەن لە پاش جێهێشتنی دونیا؟ حەز دەکەیت خەڵکیی چۆن باسی تۆ بکەن بۆ خێزان و هاوڕێ و منداڵەکانت؟

ئەمڕۆ چی جۆرە ناوبانگێکت هەیە؟ حەز دەکەیت لە داهاتوودا چی جۆرە ناوبانگێکت هەبێت؟ دەبێت لەمڕۆکەوە دەست بکەیت بە ئەنجامدانی چی تا بگەیتە ئەو ناوبانگەی ئارەزووی دەکەیت؟

ڕابردووت داهاتووت نیە

زۆر کەس لە گەورەبوونیدا توشی چەندان ئاستەنگی و ناخۆشی بۆتەوە. توشی کاتە سەخت و دژوارەکان بونەتەوە بەهۆی خەڵکانی نەگونجاوەوە. ڕەفتاری نایاسایی و پەسەند نەکراوی کۆمەلایەتیان ئەنجامداوە. هەندێك جاریش تاوانبارکراون و ڕەوانەی بەندیخانە کراون بەهۆی تاوانەکانیانەوە. بەلام لە خاڵێکی دیاریکراوی ژیاندا، بڕیاریانداوە

Scanned with CamScanner

بگۆڕێن. بە دووردرێژی و وردی بیریان لەوە کردۆتەوە دەیانەوێت ببنە چی جۆرە کەسێك و چۆن بناسرێن و چۆن بیریان لێبکرێتەوە لە داهاتوودا. بڕیاریانداوە ژیانیان بگۆڕن لەڕێی گۆڕینی بەهاکانیانەوە. بەهۆی ئەم بڕیارانەیانەوە و پابەند بوون پێوەیان، ژیانی خۆیان گۆڕیوە. جا ئەم جۆرە کەسانە توانیویانە وابکەن، بێگومان تۆش دەتوانیت.

لەیادت بێت، "گرنگ نیە لە کوێوە هاتویت، ئەوەی بەڕاستی گرنگە ئەوەیە بەرەو کوێ دەڕۆیت"

ئەگەر تۆ کەسێکی بێ وێنە و سەرکەوتوو بیت لە هەموو ڕوویەکەوە، ئەوا ڕەفتارت بەرامبەر کەسانی تر چۆن دەبێت؟ چی جۆرە کاریگەرییەك بە جێدێڵیت لەلای کەسانی تر پاش بینین و قسەکردنت لەگەڵیاندا؟ بیهێنە پێش چاوت کەسێکی تەواو نایاب بیت، جیاوازیت لەگەڵ ئەمڕۆکەتدا چی دەبێت؟

چەندێك خۆتت بەدڵە

لە دەروونناسیدا، ئاستی خود بەدڵبوونت ئاماژەدەر و دەستنیشانکارە بۆ ئاستی دڵخۆشیت. خود بەدڵبوون پێناسە دەکرێت بەم جۆرە "چەندێك خۆتت بەدڵە". هەروەها خود بەدڵبوونت لەلایەن خود وێناکردنتەوە بە هەمان شێوە دەستنیشان دەکرێت. ئەمە ئەو شێوەیە خۆتی تیادا دەبینیت و بیر لە خۆت دەکەیتەوە لە کارلێکی ڕۆژانەتدا لەگەڵ کەسانی دی. خود وێنات لەلایەن خود باڵاییەوە لە شێوە دەدرێت. خود باڵاییت دروست کراوە لەو ڕەوشت و بەها و ئامانج و هیوا و خەون و ئۆمێدانەی بۆخۆت هەتە لە داهاتوودا.

دەروونناسـان ئەمـەیان بـۆ دەرکـەوتووە: هـەتا ڕەفتـارت لـەم ساتەدا هاوتـەریب بێـت لەگـەڵ ئـەوەی خـۆت هەسـتی پێدەکـەیت کـە دەبێـت ڕەفتاری باڵا وابێت، ئەوا زیاتر خۆتت بەدڵە و ڕێزی خۆت دەگریت و زیاتر دڵخۆش دەبیت.

لەلایـەکی تـرەوە، هـەتا زیـاتر ڕەفتـارت پێچـەوانە و دژیـەك بێـت لەگـەڵ باڵایـەتیی باشـترین ڕەفتارتـدا، ئـەوا هەسـت بـە خـود وێنایـەکی نـەرێنی دەکەیت. هەست دەکەیت نزمتر لە باشترینی خۆت ڕەفتار دەکەیت، نزمتر لـەوەی ئومێـدت پێیـەتی. لـە دەرەنجامـدا، خـود ڕێزگـرتن و ئاسـتی دڵخۆشیت دادەبەزێت.

ئەدات ئەوپەڕی باشترینی خۆت بێت

ئەو ساتەی هـەموو ڕەفتارەکانـت هـەر لـە ڕۆشـتن و قسـەکردنتەوە هـەتا ڕەفتـارە جیاوازەکـانی تـرت هاوتـا و هاوتـەریب دەبـن لەگـەڵ نمونـە باڵاکانتدا، ئەوا خود وێنات باشتر دەبێت و خود ڕێزگرتنت زیاد دەکات و دڵخۆشتر دەبیت دەربارەی خۆت و جیهانەکەی خۆت.

بـۆ نمونـە هـەرکاتێك ستایش کرایـت یـان دەستخۆشـیت لێکـرا لەلایـەن کەسێکی ترەوە یان دیاری و خـەڵاتێکت پـێ بەخشـرا لەسـەر کارەکانت، خود ڕێزگرتنت بەرز دەبێتەوە، هەندێك جار زۆر بـەرز دەبێتـەوە. هەسـت بە دڵخۆشـی دەکـەیت دەربـارەی خـۆت. هەسـت دەکـەیت هـەموو ژیانـت هاوئاهەنگە و هاوتەریب لەگەڵ باڵاییەکانی ژیـانی خۆتـدا دەژیـت. هەسـت بە سەرکەوتوویی و بەهاداری دەکەیت

Scanned with CamScanner

دەبێت ئامانجت ئەوە بێت بە مەبەستدارانە و بە سیستەماتیکیانە ئەو هەلومەرج و دۆخانە بۆ خۆت دروست بکەیت کە دەبنە هۆی بەرزکردنەوەی خود وێنات لە هەموو ئەو کارانەی ئەنجامیان دەدەیت. دەبێت ژیانت بەو جۆرە بێت وەك ئەوەی بوبیتە ئەو کەسە ناوازە و نایابەی بەتەمایت و بە نیازیت لە داهاتوودا وات لێبێت.

بزانە باوەڕت بە چی هەیە

ئەمڕۆکە و ئێستاکە بەهاکانت چین هاوتا لەگەڵ کار و پیشەکەتدا؟ ئایا باوەڕت بە بەهاکانی دەستپاکی و کارکردن و پشت بەخۆ بەستن و داهێنەرایەتی و هاریکاری و دەستپێشخەری و تموح و خۆش مەشرەبیدا هەیە؟ ئەو کەسانەی ئەم بەهایانە لە کارەکانیاندا هەیە و زیندووە زیاتر سەرکەوتوون و خود ڕێزگرتنیان بەرزتر بووە لەو کەسانەی ئەمانەیان نەبووە.

بەهاکانت پەیوەستدار بە خێزانەکەتەوە چین؟ ئایا باوەڕت بە گرنگیی خۆشەویستیی بێ مەرج و هاندان و بەهێزکردنی بەردەوام و ئارامگری و لێبوردەیی و میهرەبانی و گەرموگوڕی و بایەخپێدان هەیە؟ ئەو کەسانەی ئەم بەهایانەیان هەیە لەگەڵ کەسە گرنگەکانی ژیانیاندا زۆر دڵخۆشترن لەو کەسانەی نیانە. بەهاکانت پەیوەستدار بە پارە و سەرکەوتنی داراییەوە چین؟ ئایا باوەڕت بە گرنگیی ڕاستگۆیی و پیشەسازیی و بەکارهێنانی شیاوی پارە و سەرچاوەکان و پەروەردە و ئەدای نایاب و جۆرایەتی و کۆڵنەدان هەیە؟ ئەو کەسانەی ئەم بەهایانە جێبەجێ دەکەن

زۆر سەرکەوتووترن لە ژیانی داراییاندا وەك لەو کەسانەی ئەم بەهایانەیان نیە، هەروەها زۆر خێراتریش سەرکەوتنی تر بەدەست دێنن.

ئەی دەربارەی تەندروستیت؟ باوەڕت بە گرنگیی خۆ پەروەردەکردن و خود زاڵبوون و خود کۆنترۆڵکردندا هەیە پەیوەستدار بە شێوازی خۆراك و مەشق و حەوانەوەوە؟ ئایا ستاندارد و پێوەری بەرز بۆخۆت دادەنێیت لە ڕووی تەندروستی و لەش ڕێکییەوە؟ ئایا ڕۆژانە کار دەکەیت بۆ ئەوەی بگەیتە ئەم پێوەرانە؟ ئەو کەسانەی ئەم بەهایانە جێبەجێ دەکەن زۆرتر و تەندروستتر دەژین وەك لەو کەسانەی ئەم بەهایانەیان نیە.

تەنها بیر لەوە بکەوە کە دەتەوێت

لەیادت بێت، تۆ زۆرینەی کاتەکان دەبیتە ئەو شت و کەسەی بیری لێدەکەیتەوە. کەسانی دڵخۆش و سەرکەوتوو بیر لە بەهاکانیان دەکەنەوە، بیر لەوە دەکەنەوە چۆن ڕۆژانە ئەو بەهایانەیان جێبەجێ بکەن لە هەموو لایەن و کایەکانی ژیانیاندا. خەلاَت و دیاریەکە بریتیە لەوەی تا زیاتر هاوتەریب و جێگیر بژیت لەگەڵ بەهاکانتدا زیاتر دڵخۆش و تەندروست و ئەرێنی و وزەدار دەبیت.

لەگەڵ خۆت ڕاستگۆ بە

ڕەنگە گرنگترین بەها بریتی بێت لە دەستپاکی. جارێکیان ملیاردێرێك پێی وتم "دەستپاکی خۆی لە خۆیدا بەها نیە، بەڵکو بەهایەکە لەوەی زامنی هەبوونی هەموو بەهاکانی تر دەکات ."

بەڕاستی ئەم ڕستەیە مێشکی کردمەوە. لەو ساتەوەی بڕیار دەدەیت هاوتا بژیت لەگەڵ بەهایەکدا، ئاستی دەستپاکیت دەستنیشانی ئەوە

دەكات ئايا بەردەوام و پابەند دەبیت بەو بەهایەوە یان نا. تا زیاتر خۆت پەروەردە بكەیت بۆ ژیان بە هاوتایی لەگەڵ باشترینی ئەوەی خۆت دەیزانیت، ئاستی دەستپاكیی كەسیت بەرزتر دەبێتەوە. وە تا ئاستی دەستپاكیت بەرزتر بێتەوە، دڵخۆشتر و بەهێزتر دەبیت لە هەموو ئەو كارانەی ئەنجامیان دەدەیت.

پیاوان و ژنانی مەزن هەمیشە وا وەسف دەكرێت كە ئاستێكی بەرزی دەستپاكییان هەبێت، ئەم كەسانە بە هاوتایی دەژین لەگەڵ بەرزترین بەهاكانیاندا، تەنانەت ئەگەر كەسیش چاوی لێ نەبێت. پیاوان و ژنانی دەروون بچوك و نزمیش لەلایەكی ترەوە، هەمیشە لە كەمیندان بۆ ئەوەی ئەگەر كەس چاوی لێ نەبوو، دەست ناپاكێتی خۆیان بنوێنن و ناپاكی بكەن.

بە ڕاستگۆیی لەگەڵ خۆت و كەسانی تردا بژی

هەر ئەمڕۆكە بڕیار بدە ببیتە مرۆڤێكی شەرەفمەند. خۆت یەكلایی بكەوە لەسەر ئەوەی هەمیشە ڕاستگۆ بیت، وە بە ڕاستگۆیی لەگەڵ خۆت و كەسانی تردا بژیت. بەهاكانی هەموو كایەكانی ژیانی خۆت زۆر ڕوون و ئاشكرا و جێگیر بكە. بیاننوسەوە و بیربكەوە لەوەی چۆن ڕەفتار دەكەیت ئەگەر هاوتا لەگەڵ ئەم بەهایانەتدا بژیت، پاشان ڕەتی بكەوە بەهاكانت لەكەدار بكەیت و بە هەر هۆكارێك بێت كاریان پێ نەكەیت.

هەر كات تۆ بەرپرسیارێتی تەواوی ژیانت گرتە ئەستۆی خۆت، وە بەرپرسیارێتی تەواوی ئەو شتانەی ڕوو دەدەن بۆت، پاشان وێنەیەكی باڵا و نمونەیی داهاتووی بێ خەوشی خۆتت دروست كرد و بەهاكانت بە

ڕوونی و ئاشکرایی دانا بۆ خۆت، ئەوا ئامادە دەبیت بۆ دەستکردن بە دانانی ئامانجی ڕوون و دیاری کراو بۆ هەموو بوار و کایەکانی ژیانی خۆت. تۆ ئێستا چویتەتە سەر سەکۆی تەقاندنی هزرت بەرەو کەشکەلانی فەلەك.

بەهاکانت ڕوون و ئاشکرا بکە:

١ .ئێستا ٣–٥ لە گرنگترین بەهاکانی ژیانت بنوسە.

بەڕاستی باوەڕت بەچیە؟ وە پاڵپشتی چی دەکەیت؟

٢ .ئەمڕۆکە بە چی بەها و تایبەتمەندیەکەوە تۆ ناسراویت لە نێو ئەو کەسانەی دەیانناسیت؟

٣ .بە بۆچوونی تۆ گرنگترین بەها کە پەیوەندیەکانت ئاڕاستە بکات لەگەڵ خەلکانی تری ناو ژیانتدا چیە؟

٤ .بەهاکانت پەیوەستدار بە پارە و سەرکەوتنی داراییەوە چیە؟ ئایا تۆ ئەم بەهایانە ڕۆژانە جێبەجێ دەکەیت؟

٥ .وەسفی بۆچوونی خۆت بۆ کەسێکی باڵا و نمونەیی بکە، بۆ کەسێك زۆر حەز بکەیت وەکو ئەوت لێبیت، ئەگەر هیچ بەربەستێکت لەبەردەمدا نەبووایە؟

٦ .تۆماری مردنی خۆت بنوسە، ئەو تۆمارەی پاش مردنی کەسێك بڵاو دەبێتەوە، کە هاوڕێیان و ئەندامانی خێزان دەیخوێننەوە لە پرسەکەتدا (کەلتوری ڕۆژئاوا).

٧ .ئەو یەك گۆڕانکاریە چیە کە ئەمڕۆ لە ڕەفتارتدا ئەنجامی دەدەیت بۆ ئەوەی یارمەتیدەرت بێت لە دابینکردنی ژیانێکی هاوئاهەنگتر و هاوتەبا تر لەگەڵ بەهاکانتدا؟

Scanned with CamScanner

بەشی پێنج
ئامانجە ڕاستەقینەکانت دەستنیشان بکە

"بزانە بە ڕاستی خۆت چیت دەوێت، ئەم زانین و درککردنە دەبێتە هۆی ئەوەی بوەستیت لە ڕاکردن بە دووی پەپولەدا و دەبێتە هۆی دەستکردنت بە گەڕان بەدووی ئاڵتووندا".

"ویلیام مۆڵتەن مارسدەن"

ئەو وشەیەی زۆرم بەدڵە و زۆر حەز بە بەکارهێنانی دەکەم لە دانانی ئامانج بەتایبەتی و لە سەرکەوتن بە گشتیدا، بریتیە لە "ڕوونێتی". پەیوەندیەکی ڕاستەوخۆ هەیە لە نێوان ئاستی ڕوونێتیت لەسەر ئەوەی تۆ کێیت و چیت دەوێت و هەموو ئەو شتانەی ئەنجامی دەدەیت لە ژیانی ڕۆژانەتدا.

پیاوان و ژنانی باڵا دەست و سەرکەوتوو کاتی پێویست تەرخان دەکەن بۆ پەرەپێدانی ئەوپەڕی ڕوونێتی و یەکلایی بوونەوەی خۆیان بۆ ئەو شتانەی بە ڕاستی دەیانەوێت، هەروەك چۆن دیزاینی نەخشەیەکی ورد دادەڕێژرێت بۆ بیناکردن پێش ئەوەی بیناسازیەکە دەست پێبکرێت. خەڵکانی ئاسایی خۆیان فڕێ دەدەنە دەریای ژیانەوە، وەکو چۆن سەگێك دوای ئۆتۆمبیلێك دەکەوێت و نازانێت بۆچی ناتوانێت ئۆتۆمبیلەکە بگرێت یان بۆچی بە ئۆتۆمبیلەکە ناگاتەوە.

Scanned with CamScanner

... ئامانجەکان!...

هێنـری دەیڤد تـۆرۆ نوسـیویەتی " ئایا تـۆ قـەلاَ و بیناکانـت لـە هـەوادا دروسـت کـردووە؟ دەسـت خـۆش، دەبێـت لـە هـەوادا دروسـت بکرێن، ئێستاش بڕۆ خەریکی بناغەکەیان بە لە ژێریاندا"!

لـەم بەشـەدا دیـد و بـەهاکانت یـەکلایی دەبنـەوە و دەبنـە ئامـانجی ڕاستەقینەی دامەزراو بە شێوەیەك بتوانیت هەموو ڕۆژێکی ژیانت کاریان لەسەر بکەیت.

ئامانجەکانت بە شەخسی دابنێ

پێشتر ئامازەمدا بەوەی ئارەزوویەکی توند و لـەڕادە بـەدەر زۆر پێویستە بۆ زاڵبوون بەسەر بەربەستەکاندا و بۆ بەدەستهێنانی ئامانجە مەزنـەکان. جـا بـۆ ئـەوەی ئارەزووەکانـت و ویسـتەکانت تونـد و بـەهێز بـن دەبێـت ئامانجەکانت کەسیی بن. دەبێت خـۆت ئامانجـەکان بـۆ خـۆت هەڵبـژێریت وەك لـەوەی کەسـێکی تـر بـۆت دابنێـت یـان تـۆ بتـەوێت هەنـدێك ئامـانج بەدەست بێنیت بۆ ئەوەی کەسێکی ناو ژیانت خۆشحاڵ بکەیت. لە دانانی ئامانجدا و بۆ ئەوەی پرۆسەکە کاریگەر بێت، دەبێـت تـۆ زۆر خۆویسـت و ئەنانی بیت بۆ ئەو شتانەی بەڕاستی خۆت بۆ خۆتت دەوێت.

ئەمە واتای ئەوەشی نیە نابێت هیچ شتێك بۆ هیچ کەسێك بکەیت، جـا لـە ماڵەوە بێت یان لە کاردا. بەڵکو واتە لە دانانی ئامانجدا بـۆ ژیـانی خـۆت، دەبێت لە خۆتەوە دەست پێبکەیت و پاشان بەرەو کەسانی تر.

پرسیارە مەزنەکە

یەکێك لە گرنگترین پرسیارەکان لە دانانی ئامانجدا بریتیە لەمە "بەڕاسـتی دەمەوێت چی لە ژیانم بکەم؟" ئەگەر تۆ بتوانیبا چی کەسێك بیت و چیت

Scanned with CamScanner

هەبێت و چی بکەیت لە ژیانتدا بەبێ سنور، کێ دەبوویت و چیت دەبوو وە چیت دەکرد؟ لە یادت بێت، ناتوانیت نیشانە بگریتەوە ئەگەر ئامانجەکە نەبینیت، کەواتە دەبێت چەند بارە و چەند بارە بگەڕێیتەوە لای ئەم پرسیارە لە داهاتوودا. "بەڕاستی دەمەوێت چی لە ژیانم بکەم؟" لە دەستنیشانکردنی ئامانجە ڕاستەقینەکانتدا لە دید و بەها و نمونە بالاکانتەوە دەست پێدەکەیت. لەگەڵ دەستپێکردندا زۆرجار ئەم سێ لایەنە وەکو ئەندێشە و ئەفسانە هەستیان پێدەکرێت، هەست بەوە دەکرێت دوورن لە واقیعەوە. بەڵام، ئێستا کاتی ئەوە هاتووە بەڕاستەقینە و بەدامەزراوی هەستیان پێبکەیت، وەکو ئەوەیماڵە دڵخوازەکەت لەسەر کاغەز بکێشیت.

بڕیار بدە لەسەر ئەوەی بە ڕاستی دەتەوێت

لە ئامانجە گشتیەکانەوە دەست پێدەکەیت و پاشان وردە بەرەو ئامانجە دیاریکراوەکان دەڕۆیت:

١ .لە ئێستادا سێ لە گرنگترین ئامانجەکانت لە کار و پیشەکەتدا چین؟

٢ .لە ئێستادا سێ لە گرنگترین ئامانجە داراییەکانت چین؟

٣ .لە ئێستادا سێ لە گرنگترین ئامانجە خێزانی و پەیوەندیەکانت چین؟

٤ .لە ئێستادا سێ لە گرنگترین ئامانجە تەندروستی و لەش ڕێکیەکانت چین؟

خەمە سەرەکیەکانت دەستنیشان بکە

دیوەکەی تری پرسیارەکانی سەرەوە بریتیە لە "لە ئێستادا گەورەترین خەمەکانم لە ژیانمدا چین؟" چی شتێك وەڕست دەکات، چی شتێك

خەمبارت دەکات و دوودڵت دەکات، چی شتێك دەروونت جەنجاڵ دەکات لە ژیانی ڕۆژانەتدا؟ چی شتێك پەست و تورەت دەکات؟ چی شتێك خۆشیی ساتەکانت هەڵدەگرێت و لەناویان دەبات؟ وەکو ئەو هاوڕێیەم کە جاروبار دەپرسێت "چی شتێك ئازارت دەدات؟"

هەرکات گەورەترین کێشە و خەم و دوودڵیەکانت دەستنیشان کرد، ئەمانە لە خۆت بپرسە:

١ .چارەسەی نمونەیی بۆ هەر یەك لەو کێشانەت چین؟

٢ .چۆن دەتوانم دەستبەجێ ئەو کێشە و خەمانەم بڕەوێنمەوە؟

٣ .خێراترین و ڕاستەوخۆترین ڕێگە بۆ چارەسەرکردنی ئەم کێشانە چین؟

ئامرازێکی مەزنی بیرکردنەوە

لە ساڵی ١١٤٢ دا، ویلیام لە ئۆکهام، کە فەیلەسوفێکی بەریتانیە، میتۆدێکی چارەسەرکردنی کێشەی دروستکرد و ناوی لێنا "گوێزانی ئۆکهام". ئەم شێوازی بیرکردنەوەیە بەتێپەڕبوونی ساڵەکان بڵاو بۆتەوە و بەناوبانگ بووە. ئەم کەسە دەڵێت "ساکارترین و ڕاستەوخۆترین چارەسەر کە پێویستی بە کەمترین هەنگاوە، بریتیە لە چارەسەری دروست و گونجاو بۆ هەر کێشەیەك".

زۆر کەس دەکەونە هەڵەی ئەوەوە کە ئامانجەکان و کێشەکانیان زۆر ئاڵۆز دەکەن. تا لایەنەکان ئاڵۆز بن، چارەسەرەکەشیان ئاڵۆزتر دەبێت، و ئەگەری جێبەجێکردنیان زۆر کەم دەبێتەوە و کاتێکی درێژتری دەوێت

Scanned with CamScanner

بۆ گەشتن بە دەرەنجام. دەبێت ئامانجت بریتی بێت لە ساکارکردنەوەی چارەسەرەکان و هەنگاونانی ڕاستەوخۆ بەرەو ئامانج بە خێراترین شێواز.

داهاتت دووهێند بکە

زۆرینەی خەڵکی پێم دەڵێن حەز دەکەن داهاتیان دوو هێند بکەن، بۆ نمونە ئەگەر لە بواری فرۆشدا کار بکەن، لێیان دەپرسم "خێراترین و ڕاستەوخۆترین ڕێگە بۆ دووهێند کردنی داهاتت چیە؟" پاش ئەوەی چەند پێشنیارێکم پێدەڵێن، منیش باشترین وەڵامی خۆمیان بەپێی هەلومەرجی ئەوان پێدەڵێم کە بریتیە لە "ئەو کاتەی ڕووبەڕوو بەسەری دەبەیت لەگەڵ کڕیارە موحتەمەلەکاندا دووهێند بکە."

ڕاستەوخۆترین ڕێگە بۆ زیادکردنی ڕێژەی فرۆشت هەمیشە هەمان ڕێگە بووە و نەگۆڕاوە، "کاتی زیاتر بەسەر ببە لەگەڵ کڕیاری موحتەمەلدا".

ئەگەر تۆ کارامەییەکانت بەرز نەکەیتەوە و باشتریان نەکەیت یان هیچ شتێك نەگۆڕیت لە ڕەفتار و کردارەکانتدا بەڵام ڕێژەی کاتی ڕووبەڕوو زیاد بکەیت لەگەڵ کڕیارە موحتەمەلەکاندا، ئەوا بە دڵنیاییەوە ڕێژەی فرۆشت زیاد دەکەیت.

بەپێی ئەو لێکۆڵینەوانەی ساڵی ۱۹۲۸ ئەنجامدراوە، ڕێژەی ئەو کاتەی کارمەندی فرۆشی ئاسایی بەسەری دەبات ڕووبەڕوو بریتیە لە ۹۰ خولەك لەگەڵ کڕیارە موحتەمەلەکاندا. ئەو کارمەندی فرۆشەی بەرزترین موچەی هەیە دوو یان سێ هێندەی ئەم کاتە بەسەر دەبات لەگەل کڕیارەکاندا. ئەم جۆرە کارمەندانە ڕۆژەکانیان بە کارایی ڕێکدەخەن بۆ دڵنیابوون لەوەی خولەکی زیاتر بەسەر ببەن بە ئامادەبوونی ئەو کەسانەی کاڵا و

Scanned with CamScanner

خزمەتگوزاریەکانیان دەکڕن. تا کاتی زیاتر بەسەر ببەن لەگەڵ کڕیارە موحتەمەلەکاندا، زیاتر کارامە دەبن لە فرۆشدا و زیاتر بەدەست دێنن بە کاتێکی کەمتر.

بەرهەمدارێتیت دووهێند بکە

ئەگەر کارەکەی خۆت بپشکنیت، دەبینیت سەدا ٢٠ ی ئەو کارەی ئەنجامی دەدەیت بڕی سەدا ٨٠ ی بەهای ئەو کارانەیە کە ئەنجامیان دەدەیت. لە بەرنامە پێشکەوتووەکانی ڕاهێنانەکانمدا، ئێمە فێری فێرخوازەکانمان دەکەین ئەو سەدا ٢٠ ی چالاکیانە دەستنیشان بکەن زۆرترین بەها دەبەخشن و پاشان ئەو چالاکیانە دووهێند بکەن.

لەبری ئەوەی ژیری و زیرەکیان بەکاربێنن بۆ بەکارهێنانی کاتەکەیان و بەجێگەیاندنی ژمارەیەکی گەورەتر لە کارەکان، ئێمە فێریان دەکەین کاری کەمتر ئەنجام بدەن بەڵام ئەو کارانەی بەهای بەرزتریان هەیە. هەندێك لە فێرخوازەکانمان بەرهەمدارێتییان دووهێند دەکەن و لە دەرەنجامدا داهاتیشیان زیاد دەکەن لە ٣٠ ڕۆژی پاش جێبەجێکردنی ئەم ڕێبازەدا، تەنانەت ئەگەر چەندان ساڵیش بوویێت لە هەمان پۆستی کۆمپانیاکەدا کاریان کردبێت.

هەمیشە بگەڕێ بەدووی ساکارترین و ڕاستەوخۆترین ڕێگەدا بۆ ئەوەی لەم شوێنەی لە ئێستادا تیایت بگەیتە ئەو شوێنەی دەتەوێت پێی بگەیت. بەدووی ئەو چارەسەرانەدا بگەڕێ کە کەمترین هەنگاوی تێدایە. وە لە هەمووی گرنگتر، کاری بۆ بکە! دەست بکە بە کار. سەرقاڵ بە. "هەستکردن بە کتوپڕی" لەناختدا پەرەپێبدە. باشترین بیرۆکەکان لە

Scanned with CamScanner

جیهاندا هیچ بەهایەکیان نیە ئەگەر جێبەجێ نەکرێن. وەکو شاعیر دەڵێت "خەمبارترین وتەی مشکەکان و پیاوان ئەمانەن: دەکرا بکرێت".

داردەستە سیحریەکەت بەکاربێنە

لە دەستنیشانکردنی ئامانجەکانتدا، تەکنیکی "داردەستی سیحری" بەکاربێنە. بیهێنە پێشچاوت داردەستێکی سیحریت پێیە و دەتوانیت بەکاری بێنیت بۆ بوار و کایەیەکی دیاریکراوی ژیانت. کاتێک ئەم داردەستە بەکاردێنیت، هەموو خۆزگەکانت دێتە دی!

ئەم داردەستەت بەکاربێنە لەسەر کار و پیشەکەت. ئەگەر بتوانیت سێ خۆزگە لە کارەکەتدا بەکاربێنیت، چی دەبن؟ داردەستەکەت بەکاربێنە لەسەر ژیانی داراییت، ئەگەر بۆ ئەمیش سێ خۆزگەت هەبێت، چین؟

داردەستەکەت بەکاربێنە لەسەر ژیانی خێزانیی و پەیوەندیەکانت، ئەگەر سێ خۆزگەت هەبێت لەم کایەیەتدا، چین؟ ئەگەر ژیانی خێزانیت لە هەموو ڕوویەکەوە نمونەیی بێت، شێوەی چۆن دەبێت؟

داردەستەکەت بەکاربێنە لەسەر تەندروستی و لەش ڕێکیت، ئەگەر سێ خۆزگەت هەبێت بۆ خۆشگوزەرانی جەستە و لەشولارت، چی دەبن؟ ئەگەر تەندروستیت بێ خەوش بێت، چی جیاوازیەکی دەبێت لە هی ئەمڕۆکەت؟

داردەستەکەت بەکاربێنە بەسەر کارامەیی و تواناکانتدا. ئەگەر سێ کارامەیی یان توانات هەبێت، لە ئاستێکی بەرزدا بن، ئەو کارامەیی یان توانایانەت چی دەبن؟ لە چی بوارێکدا خوازیاریت بالآدەست بیت؟

Scanned with CamScanner

تەکنیکی داردەستی سیحری لەلایەکەوە چێژ بەخشە، وە لەلایەکی ترەوە زۆر شتت بۆ دەردەخات. هەرکات هێناتـە بەرچاوت داردەستی سیحریت بەدەسـتەوەیە، ئامانجـە ڕاسـتەقینەکانت لـە بـوارە دیاریکراوەکانـدا دەردەکـەون. ئـەم مەشـقە بـۆ کەسانی تـریش بـەکاردێت کـە دڵنیا نین لەوەی چییان دەوێت و بـەرەو کـوێ دەڕۆن. پرسـینی ئـەم پرسیارە زۆر شتی ناوازە و سەرەنجڕاکێش دەردەخات.

شەش مانگی ژیانت ماوە

ئەمەش پرسیارێکی تری دانانی ئامانجە کـە بـەها ڕاسـتەقینەکانتی تیایدا دەردەکـەوێت و ڕەنـگ دەدەنـەوە. بیهێنـە پێشچاوت سـەردانی دکتـۆرت کردووە و پشکنینێکی تەندروستیی سـەرتاپای بـۆ کردویـت. پـاش چـەند ڕۆژێـك دکتـۆر تەلـەفونت بـۆ دەکـات و داوات لێـدەکات بگەڕێیتـەوە لای، لەوێ پێت دەڵێت "هەواڵی خۆش و ناخۆشم پێیە بـۆت، هەواڵـە خۆشـەکە ئەوەیـە بـۆ مـاوەی شـەش مـانگ تـۆ بەوپـەڕی تەندروسـتیەوە دەژیـت و ئەوپـەڕی وزەت دەبێـت. هەواڵـە ناخۆشـەکەش ئەوەیـە لـەپاش ئـەو ١٨٠ ڕۆژە، بەهۆی نەخۆشییەکی چارەسەرنەکراوەوە، ڕێك دەمریت".

ئەگەر ئەمڕۆ بۆت دەرکەوت تەنها شەش مانگت ماوە بۆ ژیـان، چـۆن ئـەو شەش مانگەت لەسەر زەوی بەکاردێنیت؟ ئەم ماوەیە لەگـەڵ کـێ بەسـەر دەبەیت؟ بۆ کوێ دەڕۆیت؟ هەوڵ دەدەیت چی بەدی بێنیت؟ چـی زۆرتـر یان کەمتر دەکەیت؟

كاتێك ئەم پرسیارە لەخۆت دەكەیت، ئەوەی ڕاستەوخۆ دێتە مێشكتەوە ڕەنگدانەوەی بەها ڕاستەقینەكانتە. وەڵامەكەت ئەو كەسانەی تێدا دەبێت كە گرنگترینن لە ژیانتدا. خەڵكانی زۆر كەم هەن بڵێن "دەچمەوە سەر كار و خۆم بە كارەوە سەرقاڵ دەكەم."

لیستی خەونەكەت دروست بكە

لە دانانی ئامانجە ڕاستەقینەكانتدا وەكو درێژكراوەیەك بۆ ئەو هێنانە پێشچاوەی كە هیچ سنور و بەربەستێكت لەبەردەمدا نیە، "لیستی خەون"ەكەت دروست بكە. ئەم لیستە بریتیە لەو لیستەی هەموو ئەو شتانەی تێدایە كە لە داهاتوودا دەتەوێت و حەز دەكەیت پێی بگەیت و لە ژیانتدا ئەنجامی بدەیت.

مارك ڤیكتۆر هانسن، هاو نوسەری كتێبی "شۆربای مریشك بۆ ڕۆح Chicken Soup for The Soul"، پێشنیاری ئەوە دەكات دابنیشیت و سەفتەیەك كاغەزت لاوە بێت و لیستێكی بەلای كەمەوە ١٠٠ ئامانجیی دروست بكە كە دەتەوێت لە ژیانتدا بەدییان بێنیت و ئەنجامیان بدەیت. پاشان بیهێنە پێشچاوت هەموو ئەو كات و پارە و هاوڕێ و توانا و سەرچاوانەی پێویستتن بەردەستن بۆ بەدیهێنانی ئامانجەكانت. ڕێ بەخۆت بدە خەون ببینیت و گەشت بە ئەندێشەتدا بكەیت. دەست بكە بە نوسین و ئەوەی هات بە خەیاڵتدا كە دەتەوێت بەدەستی بێنیت بەبێ ئەوەی سنورت هەبێت بنوسە.

ئەو دۆزینەوە ناوازەیەی لەم كارەوە بۆت دەردەكەوێت بریتیە لەوەی پاش ٣٠ ڕۆژ لە نوسینی لیستی "١٠٠ خەون"، شتانی ناوازەت بۆ

فەراهەم دەکات لە ژیانتدا، وە ئامانجەکانت دەست دەکەن بە هاتنە دی بە شێوەیەك هەرگیز پێشبینیت نەکردووە. ئەمە تەنها کاتێك ڕوودەدات ئەگەر بەلایەنی کەمەوە ۱۰۰ ئامانجت نوسی. تاقیەکی بکەوە و بە دەرەنجامەکان سەرسام دەبیت.

ملیۆنەری خێرا

ئەمەش پرسیارێکی تری دانانی ئامانج، "ئەگەر سبەینێ یەك ملیۆن دۆلارت بە نەختینە بردەوە و هیچ باجێکی لەسەر نەبوو، چۆن دەبێتە هۆی گۆڕینی ژیانت؟" چی کارێك بە جیاوازیی ئەنجام دەدەیت؟ دەست دەکەیت بە ئەنجامدانی چی؟ واز لە ئەنجامدانی چی دەهێنیت؟ چی کارێك زیاتر دەکەیت؟ چی کارێك کەمتر دەکەیتەوە؟ ئەگەر ئەمڕۆ هەواڵی ئەوەت پێدرا یەك ملیۆن دۆلاری نەختینەت بردۆتەوە، یەکەم کار چی دەبێت ئەنجامی دەدەیت؟

ڕێگەیەکی تر بۆ پرسینی پرسیارەکە بریتیە لەمە "چی گۆڕانکارییەك بەسەر ژیانتدا دێنیت ئەگەر بەتەواوەتی ئازاد بیت چی هەڵببژێریت؟" هۆکاری سەرەکی لەوەی ئێمە دەهێڵێتەوە لەو دۆخانەی کە باشترین نین بۆمان بریتیە لەوەی دەترسین لە گۆڕانکاری. بەڵام کاتێك دەیهێنیتە پێشچاوت پارەی تەواوت لە بەردەستدایە بۆ ئەنجامدانی هەر کارێك بتەوێت، ئامانجە ڕاستەقینەکانت دەست دەکەن بە دەرکەوتن.

بۆ نمونە ئەگەر تۆ ئێستا کارێکی نەگونجاو لەگەڵ خۆتت هەبێت، بیرۆکەی بردنەوەی بڕێکی زۆر لە پارە دەبێتە هۆی ئەوەی وات لێبکات دەستبەجێ بیر لە وازهێنان لە کارەکەت بکەیتەوە. بەڵام ئەگەر کارێکی

... ئامانجەکان!...

گونجاو لەگەڵ خۆتت هەبوو، بردنەوەی بڕێکی زۆر لە پارە کاریگەری ناکاتە سەر کارەکەت. کەواتە ئەم پرسیارە لە خۆت بپرسە "چی دەکەم ئەگەر سبەینێ بڕی یەك ملیۆن دۆلارم بردەوە؟"

نەترسان لە گۆڕانکاری

ئەمەش پرسیارێکی تر بۆ یارمەتیدانت لە ڕوونکردنەوەی ئامانجە ڕاستەقینەکانت "ئایا هەمیشە ویستوتە چی بکەیت بەڵام ترساویت هەوڵی بۆ بدەیت؟" کاتێك دەڕوانیتە جیهانەکەی خۆت، وە دەڕوانیتە کەسانێك کە ئەو کارانە دەکەن تۆ پێی سەرسامیت، تۆش ویستوتە هەمیشە چی بکەیت بەڵام ترساویت لەوەی دەرفەتی هەوڵدان بقۆزیتەوە؟
ئایا هەوڵت داوە دەست بکەیت بە کاری خۆت؟ ئایا ویستوتە خۆت بپاڵێویت بۆ پۆستێکی حکومی؟ ئایا ویستوتە دەست بکەیت بە پیشەیەکی نوێ؟ هەمیشە چیت ویستووە بکەیت بەڵام ترساویت لە هەوڵدان؟

ئەوە بکە کە حەز بە ئەنجامدانی دەکەیت

لە دانانی ئامانجدا بۆ ژیانت، جا ماوە کورت بێت یان ماوە درێژ، دەبێت بەردەوام لەخۆت بپرسیت "ئایا من زۆرترین چێژ لە ئەنجامدانی چی دەبینم لە چی بوارێکی ژیانمدا؟" بۆ نمونە ئەگەر بتوانیت بە درێژایی ڕۆژ یەك شت بکەیت لە کارەکەتدا، ئەو شتە چی دەبێت؟ ئەگەر بتوانیت هەر کارێك یان چالاکیەکی فول تایم بکەیت بەبێ پارە و موچە و پاداشت، ئەو شتە چی دەبێت؟ چی کارێك یان چالاکیەك ئەوپەڕی چێژ و ڕەزامەندیت پێدەبەخشێت؟

Scanned with CamScanner

دەروونناس ئەبراهام ماسلۆ شتێكی داهێنا بەناوی "لوتكەی ئەزموونەكان"، ئەو سات و كاتانەی تاكەكان ئەوپەڕی هەست بە دڵخۆشی و چێژ و سەرسامبوون دەكەن. یەكێك لە ئامانجەكانت لە ژیانتدا بریتیە لەوەی چێژ ببینیت لە زۆرترین لوتكەی ئەزموونەكان. ئەمەش بە بیركردنەوە لە ساتەكانی لوتكەی ئەزموونی ڕابردووت دێت، پاشان بە هێنانە پێشچاوی ئەوەی چۆن بتوانیت دووبارەیان بكەیتەوە لە ئێستا و داهاتوودا. تا ئێستا خۆشبەختترین و دڵخۆشترین ساتەكانی ژیانت چی بوون؟ چۆن دەتوانیت ئەو ساتانە زیاد بكەیت لە داهاتوودا؟ بەڕاستی حەز بە ئەنجامدانی چی دەكەیت؟

جیاوازیی ئەنجام بدە

هەروەها دەبێت ئامانجی بەشداربوون و هەبوونی جێدەستت هەبێت لە بواری كۆمەڵایەتی و كۆمەڵگەدا. بیر بكەوە لەو جیاوازیەی دەتەوێت ئەنجامی بدەیت لە جیهانەكەتدا. حەز دەكەیت كار لە چی ڕێكخراو و لەسەر چی پرس و پێویستی و كێشەیەكی كۆمەڵایەتی بكەیت؟ حەز بە بینینی چی گۆڕانكارییەك دەكەیت؟ كێ هەیە كە كەمتری هەبێت لە تۆ لە ڕووی مادی و زانیاری و جەستەییەوە كە تۆ حەز بكەیت یارمەتی بدەیت؟

ئەگەر تۆ بەشێوەیەكی زۆر سەربەخۆ دەوڵەمەند بوویت، پشتیوانی لە چی پرسێك دەكەیت؟ لە هەمووی گرنگتر، ئەمڕۆكە چی دەكەیت بۆ ئەوەی دەست بكەیت بە ئەنجامدانی جیاوازیی لە جیهانەكەی چواردەورتدا؟ چاوەڕێی بەروارێكی دیاریكراوی داهاتوو مەكە كە هەموو

Scanned with CamScanner

شـتێك تيايـدا نمونــەيى بێـت، لـەبرى ئــەوە ئەمڕۆكــە و هــەر ئێسـتا بــە شێوەيەك لە شێوەكان دەست پێبكە.

ئامانجی ڕوونی دارایی دابنێ

يەكێك لە گـرنگترين بوارەكـانى دانـانى ئامـانج بريتيـە لـە ژيـانى دارايـيـت. ئەگــەر تــۆ بتوانيــت ئــەو پارەيــەى پێويسـتتە دەسـت بكــەوێت و كــۆ بكەيتــەوە، ئەگــەرى زۆرە بتوانيــت زۆرينــەى ئامانجــە نــا دارايـيــەكانت بــە خێراتر و ئاسانتر لەمڕۆ بەدى بێنيت.

ئەگەر ژيانت نمونەيى بوايە، حەزت دەكرد چـەندە پـارە بەدەسـت بێنيـت مانگانە و ساڵانە؟ حەزت دەكرد چەندێك ئەزبەر بكەيت و وەبـەرهێنان بـە چەندێك بكەيت مانگانـە و سـاڵانە؟ حـەز دەكـەيت لـە داهـاتوودا سـامانت چـەند بێـت؟ حـەز دەكـەيت چـى جـۆرە موڵكێكـت هـەبێت ئـەو كاتــەى خانەنشـين دەبيـت و حـەز دەكـەيت كـەى خانەنشـين ببيـت؟ زۆرينــەى خەڵكى بـە شـێوەيەكى قـوڵ سـەريان لێشـێواوە دەربـارەى ئامانجـەكانى داراييان، بەڵام كاتێك زۆر بـە ڕوونـى ئـەو ئامانجانـە بـۆ خـۆت دادەنێيـت، توانات بۆ بەدەستهێنانيان بە شێوەيەكى بەرچاو زياد دەكات .

ڕوونێتى دەبێتە هۆى بەديهێنانى خەونەكانت

كاتێك تۆ ئەوپەڕى ڕوونێتيت هەيە دەربارەى ئەو شتانەى دەتەوێت، ئـەوا تـۆ دەتوانيــت بـير بكەيتــەوە لــە ئامانجــەكانت. وە تـا زيـاتر بـير لـە ئامانجەكانت بكەيتەوە، خێراتر ئامانجەكانت دەبنە واقيع لە ژيانتدا.

ئەم پرۆسەى پرسيار لە خۆكردنە دەربارەى ئامانجـەكانت لـە هـەر بـوار و بەشـێكى ژيانتـدا دەبێتـە هـۆى ڕوونكردنـەوەى بيركردنـەوەت و دەتكاتـە

کەسێکی جەختدارتر و دیاریکراوتر. وەك چۆن زیگ زاگلەر دەڵێت "تۆ لە کەسێکی گەڕۆکی گشتیەوە دەبیتە کەسێکی دیاریکراوی تایبەت".

لە هەمووی گرنگتر، دەگەیتە خاڵێك تیایدا دەتوانیت مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەی ژیانت بدۆزیتەوە و دەستنیشان بکەیت. ئەمە بەرزت دەکاتەوە بەرەو وەدەستهاتنی مەزن و دەستکەوتی ناوازە.

مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەی تۆ دەبێتە بابەتی بەشی دواتر، وە چۆنیەتی وەدەستهێنانی دەبێتە بابەتی بەشەکانی داهاتوو.

ئامانجە ڕاستەقینەکانت دەستنیشان بکە:

١ .سێ لە گرنگترین ئامانجەکانی ژیانت لە ئێستادا بنوسە.

٢ .ئەو سێ فشاراویترین کێشە و خەمەی ئێستا هەتە چیە؟

٣ .ئەگەر یەك ملیۆن دۆلاری نەختینەی بێ باجت بردەوە سبەینێ، دەستبەجێ دەست دەکەیت بە چی گۆڕانکارییەك لە ژیانتدا؟

٤ .بەڕاستی حەز بە ئەنجامدانی چی دەکەیت؟ چی وادەکات مەزنترین هەستی بەهاداری و گرنگێتی و ڕەزامەندبوونت بۆ دابین بکات؟

٥ .ئەگەر ئێستا داردەستێکی سیحری بەکاربێنیت لە ژیانتدا و ئەوەی ویستت هاتە دەستت، ئەوا خۆزگە بۆ چی شتێك دەخوازیت؟

٦ .ئەگەر تەنها شەش مانگت مابێت لە ژیاندا، چی دەکەیت و چۆن کاتەکەت بەسەر دەبەیت؟

٧ .حەز دەکەیت چی بکەیت بە ژیانت، بە تایبەتی ئەگەر هیچ سنور و بەربەستێکت لەبەردەمدا نەبێت؟

Scanned with CamScanner

بەشی شەش
بڕیار لەسەر مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەت بدە

"یەك تایبەتمەندی هەیە دەبێت کەسەکان هەیانبێت بۆ بردنەوە و سەرکەوتن، ئەوەش بریتیە لە دیاریکراوێتی لە مەبەستدا، وە زانینی ئەوەی دەتەوێت، وە حەز و ئارەزوویەکی توند بۆ هەبوونی ئەو شتە".

"ناپلیۆن هیڵ"

بەهۆی ئەوەی زۆرینەی جارەکان تۆ بیر لە چی بکەیتەوە دەبیتە ئەو شتە، ئەوا مەبەستێکی دیاریکراو و سەرەکی جەختدارێتیت پێدەبەخشێت لە هەموو ساتەکانی ژیانتدا. وەك پیتەر درەکەر دەڵێت "هەرکاتێك بینیت کارێك ئەنجام دەدرێت و بەجێ دەگەیەنرێت، دەبینیت جۆرە کەسێکی لەپشتەوەیە کە لە یەك کاتدا سەرقاڵە بە بەیەك کارەوە و یەك ئامانجی هەیە".

تا زیاتر بیر لە مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەت بکەیتەوە لەگەڵ چۆنیەتی بەدەستهێنانیدا، ئەوا زۆرتر یاسای ڕاکێشان لە ژیانتدا چالاك و کارا دەبێت. خۆت دەبیتە هۆی ڕاکێشانی خەڵکی و دەرفەت و بیرۆکە و سەرچاوەی پێویست بۆ خۆت تا خێراتر و ڕاستەو ڕاستتر بەرەو ئامانجەکەت بڕۆیت و ئامانجەکەشت خێراتر و ڕاستەو ڕاستتر بەرەو تۆ بێت.

بـــەپێی یاســـای وەلأمدانـــەوە، جیهـــانی دەرەوەی ئـــەزمونت وەلأم و هاوئاهەنگبوونی دەبێت لەگەڵ جیهانی ناوەوەی ئامانجەكانتدا. كاتێك تۆ مەبەســتێكی دیـاریكراوی ســەرەكیت دەبێــت بـۆ بیرلێكردنـەوە و قسە لەسەركردن و كار لەسـەر كـردن بـە بـەردەوامی، ئـەوا جیهـانی دەرەوەت ڕەنگدانەوەی ئەمانەی تێدا دەبێت، وەكو وێنەی ناو ئاوێنەیەك.

مەبەستێكی دیاریكراوی سەرەكی بە هەمان شێوە هزری دەرهەستەت بۆ كارا و چالاك دەكات. هەر بیركردنەوە و پلان و ئامانجێك تـۆ بتوانیـت بـە ڕوونی لە هزری بەرهەستەتدا دایبنێیت، ڕاستەوخۆ و دەسـتبەجێ دەبێتە واقیع و ڕاستی لەلایەن هزری دەرهەستە و (هزری سەروو هەستەتەوە.)

ڕووكاری تۆڕەكیت (Reticular Cortex) كارا بكە

هـەموو كەسـێك لـە مێشـكیدا، ئەنـدامێكی تایبـەتی هەیـە پێـی دەڵـێن (ڕووكاری تۆڕەكی). ئەم ئەندامـەی هێنـدەی پەنجـە بچـوك دەبێـت كـاری وەكو كاری گۆڕەری تەلـەفون وایـە لـە باڵەخانەیـەكی گـەورەدا. هـەروەك چۆن تەلەفون دەچێتە گۆڕەرە نێوەندیەكەوە و پاشان دەگوازرێتـەوە بـۆ لایەنی گونجاو، هـەموو زانیاریـە وەرگیراوەكـان لـە هەستەوەرەكانمانەوە لــەڕێی ئــەم ئەندامەمانــەوە دەگوازرێنــەوە بــۆ لایــەنی دیــاریكراو و پەیوەستداری مێشكمان یان هوشیاریمان.

ڕووكاری تۆڕەكی تۆ سیستەمی چالاككاری تـۆڕەكیی تێدایـە، كاتێـك تـۆ پەیامی ئامانجێك دەنێریت بـۆ ڕووكـاری تۆڕەكیـت، دەبێتـە هـۆی ئـەوەی زۆر بە توندی هوشیار و ئاگادارت بكات دەربارەی ئەو كـەس و زانیـاری و

Scanned with CamScanner

دەرفەتانەی لە ژینگەکەتدا هەن کە یارمەتیدەر دەبن بۆ بەدیهێنانی ئەو ئامانجەت.

ئۆتۆمبیلێکی پێشبڕکێی ڕەنگ سور

بیهێنە پێشچاوت تۆ بڕیارت داوە ئۆتۆمبیلێکی پێشبڕکیی ڕەنگ سور بەدەست بێنیت. پاشان ئەم ئامانجە دەنوسیت و دەست دەکەیت بە بیرکردنەوە و هێنانە پێشچاوی ئۆتۆمبیلێکی پێشبڕکێی ڕەنگ سور. ئەم پرۆسەیە پەیامێك دەنێرێتە ڕووکاری تۆڕەکیی مێشکت کە "ئۆتۆمبیلێکی پێشبڕکێی ڕەنگ سور" ئێستا بەلای تۆوە گرنگە. ئەم وێنەیە ڕاستەوخۆ و دەستبەجێ دەگوازرێتەوە بۆ پشکنەری ڕادارەکیی دەروونیت.

لەو ساتە بەدواوە، دەست دەکەیت بە تێبینی کردنی ئۆتۆمبیلی پێشبڕکێی ڕەنگ سور لە هەر جێیەك بۆی دەچیت. تەنانەت چەند کۆڵانێك دوور لە خۆتەوە لەکاتی پێچکردنەوە و هاتنە سەر شەقامدا تێبینیان دەکەیت. بە وەستاویی لە بەردەم ماڵان و پێشانگاکاندا دەیانبینیت. بۆ هەر جێیەك بچیت، وا دەردەکەوێت جیهانەکەت پڕ بوبێت لە ئۆتۆمبیلی پێشبڕکێی ڕەنگ سور.

ئەگەر بڕیارتدا ماتۆڕ بکڕیت، چاو بۆ کوێ بگێڕیت ماتۆڕ دەبینیت. ئەگەر ویستت گەشتێك بکەیت بۆ دورگەکانی هاوای، چاو بۆ کوێ بگێڕیت پۆستەر و برۆشەر و ڕیکلام و بەرنامەی تەلەڤیزۆنی دەبینیت لەسەر دورگەکانی هاوای. تۆ هەر ئامانجە پەیامێك بنێریت بۆ ڕووکاری تۆڕەکیی مێشکت، ئەوا سیستەمی ڕووکاری تۆڕەکیی مێشکت چالاك دەبێت وهەموو ئەو ئەگەرانە دەخاتە بەر چاوت تا ئەو ئامانجە ببێتە ڕاستی.

Scanned with CamScanner

سەربەخۆبوونی دارایی بەدەست بێنە

ئەگەر بڕیارتدا لەڕووی داراییەوە سەربەخۆ بیت، لەپڕ دەست دەکەیت بە تێبینی کردنی هەموو جۆرە هەل و دەرفەتێك بۆت بۆ بەدیهێنانی ئەم ئامانجە داراییە و هەموو ئامانجە داراییەکانی ترت. ڕاستەوخۆ چاوت دەچێتە سەر ئەو ڕۆژنامە و گۆڤار و نوسراوانەی لەسەر ئەم بابەتە نوسراون، زانیاریە پەیوەستدارەکانی ئەم لایەنەت پێدەگات، گفتوگۆکانت لەسەر ئەم بابەتە و وەدەستکەوتنی پارە و وەبەرهێنان دەبن. وا هەست دەکەیت چواردەورت پڕە لە بیرۆکە و زانیاریی سودبەخش و یارمەتیدەر بۆ بەدیهێنانی ئەم ئامانجە داراییەت.

خۆ لەلایەکی ترەوە، ئەگەر ڕێنمایی ڕوون و دیاریکراو نەدەیت بەم بەشەی مێشکت و بە نەستت، بە شێوەیەك ژیان دەکەیت وەك ئەوەی شۆفێری بکەیت بە ناو تەمومژدا. هەموو هەل و دەرفەتە مەزنەکانت لەکیس دەچن و نایانبینیت و بە دەگمەن چاوت دەکەوێتە سەریان.

وتراوە کە "هۆشیاری کلیلی ژیانە". هۆش و ئاگاداریت بەرەو هەرکوێ بڕوات، ژیانیشت بەرەو ئەو شوێنە دەڕوات. کاتێك بڕیار دەدەیت لەسەر مەبەستێکی دیاریکراو و سەرەکی، ئەوا ئاستی هۆشیاری و ئاگاداریت بەرز و زیاد دەکەیت و زۆر هەستەوەر دەبیت بەرامبەر هەر شتێك لە ژینگەکەتدا کە یارمەتیدەرت دەبێت بۆ بەدەستهێنانی ئامانجە دانراوەکانت.

مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەت

مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەت دەکرێت پێناسە بکرێت بەوەی کە بریتیە لەو تاکە ئامانجەی گرنگترینە بەلای تۆوە لەم ساتەدا. زۆر جار

ئەم ئامانجە بریتیە لەو ئامانجەی یارمەتیدەرتە لە بەدیهێنانی ئامانجێك یان چەند ئامانجێكی تر وەك لە هەر شتێكی تر. ئەم مەبەستە دەبێت ئەم تایبەتمەندیانەی هەبێت:

١ .دەبێت شتێك بێت خۆت زۆر زۆر خوازیاری بیت. خواست و ویستت بۆ ئەم ئامانجە دەبێت هێندە بەهێز بێت تەنانەت بیرۆكەی بەدیهێنانی ئەم ئامانجە ببێتە هۆی جۆشدان و دڵخۆشكردنت.

٢ .دەبێت ڕوون و دیاریكراو بێت. دەبێت بتوانیت بە وشە دەری ببڕیت. دەبێت بتوانیت بینوسیتەوە بە شێوەیەك هێندە ڕوون بێت منداڵ بتوانێت بیخوێنێتەوە و تێبگات تۆ چیت دەوێت و بتوانێت تێبگات لەوەی ئایا توانیوتە بەدەستی بێنیت یان نا.

٣ .دەبێت مەبەستە دیاریكراوە سەرەكیەكەت بپێورێت و بڕەكەی دیاریكراو بێت. وەك لەوەی بنوسیت "بەدەستهێنانی بڕێكی زۆر پارە" بنوسە "دەبێت ساڵانە بڕی (.........) پەیدا بكەم تا (بەروارێكی دیاریكراو."

٤ .دەبێت بڕواپێكراو و بەردەست بێت، مەبەستە دیاریكراوە سەرەكیەكەت نابێت هێندە گەورە و بێمانا بێت هەرگیز بەدەست نەیەت.

لە جیهانی واقیعدا بمێنەوە

ژنێك لە یەكێك لە سیمینارەكانمدا قسەی لەگەڵ كردم و وتی بڕیاری داوە مەبەستە دیاریكراوە سەرەكیەكەی چی دەبێت. پرسیم چیە، وتی "لەماوەی یەك ساڵدا دەبمە ملیۆنێر"

منیش حەزم كرد زیاتر بزانم، وتم لەم ساتەدا بڕی چەندت هەیە. كەچی وتی مایە پوچم. پرسیم چی جۆرە كارێكی كردووە پێشتر، وتی بەهۆی

... ئامانجەکان!...

نەشیاوێتی و لێنەهاتوییەوە لەکارەکەم دەرکراوم. منیش پرسیم بۆچی ئامانجی بەدەستهێنانی یەك ملیۆن دۆلاری داناوە لەماوەی ساڵێکدا لەم هەموو هەلومەرجەشدا؟

وتی تۆ وتوتە چی ئامانجێکی گەورە و سەرەکیت بوێت بەمەرجێك دیاریکراو و ڕوون بێت، دەتوانیت دایبنێیت، ئەو خانمە باوەڕی وابوو ئەگەر ڕوون و ئاشکرا بیت چیت دەوێت ئەوا سەرکەوتوو دەبیت. منیش ناچار بووم بۆی ڕوون بکەمەوە ئامانجەکەی زۆر ناواقیعیە و بەدەستنایەت لەم هەلومەرجەیدا و تەنها دەبێتە هۆی پشت ساردکردنەوەی کە بۆی دەرکەوت لەو ماوەیەی دایناوە بۆی نایەتە دەستی. ئەم جۆرە ئامانجە تەنها دەبێتە هۆی ساردکردنەوە و وەستاندنی، نەك هاندانی بۆ ئەنجامدانی ئەو کارانەی پێویستە ئەنجامی بدات تا لە داهاتوودا لە ڕووی داهاتەوە سەرکەوتوو بێت.

لەگەڵ خۆت ڕاستگۆبە

لە یەکێك لە سیمینارەکانمدا پیاوێك وتی مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەی بریتیە لە "ئاشتیی لە جیهاندا". منیش بۆم ڕوونکردەوە ئەگەر سەرۆکی دەسەلاتێکی زلهێز نەبێت، ئەوا کاریگەریەکی زۆر کەمی دەبێت لەسەر "ئاشتیی لە جیهاندا." ئەم جۆرە ئامانجە تەنها دەبێتە هۆی پەکخستنی ئەم کەسە لە دانانی ئەو ئامانجە کەسییانەی ئەگەری بەدەستهێنانیان هەیە و ڕۆژانە بتوانێت کاریان لەسەر بکات. پاش ئەم قسانەم دیاربوو پەست بوو بە قسەکانم و دڵخۆش نەبوو بەوەی کە من هاندەر نەبووم لەم خەونە ئەفسوناویەیدا.

لە هەردوو حاڵەتەکەدا، ئەم دوو کەسە ئامانجیان لە دژی خۆیان داناوە. ئەم دوو کەسە خۆیان ئامادە کردووە بۆ شکستخواردن لەڕێی دروستکردنی ئەو ئامانجانەی هێندە ئاستەمە بەدەست بێن کە زوو بە زوو دەبێتە هۆی ساردکردنەوە و وازهێنان لە هەوڵدان بۆ هەر جۆرە ئامانجێکی تر.

ئەمە مەترسیەکی گەورەیە کاتێك ئامانجی گەورە بۆ خۆت دادەنێیت، دەبێت زۆر بە وریاییەوە خۆتیان لێ لابدەیت. چونکە وەکو کۆڵانێکی تەنگەبەر و تاریك وایە و ئەو سەری دەرچەکەی نائومێدی و ساردبونەوەیە وەك لە جۆشدان و دڵخۆشبوون.

خۆت کاول مەکە

من خۆم ئەم هەڵەیەم لە گەنجیمدا کردووە. کاتێك سەرەتا دەستم کرد بە دانانی ئامانج، ئامانجێکی داهاتم دانا دە هێندەی هەموو ئەو پارانە بوو کە تا ئەو ساتە لە ژیانمدا دەستم کەوتبوو. پاش چەندان مانگ، هیچ بەرەوپێشچوونێکم بە خۆوە نەدی، پاشان بۆم دەرکەوت ئەم ئامانجەم یارمەتیدەرم نیە، چونکە زۆر دوور بوو لێمەوە و هیچ هاندەر نەبوو بۆم. لە ناخی دڵمدا، هەرچەندە زۆرم پێویست بوو، بەڵام بە ڕاستی باوەڕم بەوە نەبوو بتوانم ئەو داهاتەم هەبێت. وە بەهۆی باوەڕنەبوونمەوە، دەستم ئەو بیرۆکەیەی ڕەت کردەوە و بەشی ڕووکاری تۆڕەکیی مێشکیشم شکستی هێنا لە کارکردن بۆ بەدیهێنانی ئەو ئامانجە. کەواتە تۆش مەکەوە هەمان هەڵەوە.

Scanned with CamScanner

٥ .دەبێت مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەت ڕێژەیەکی مەعقولیی سەرکەوتنی هەبێت، هیچ نەبێت ٥٠ بە ٥٠. ئەگەر پێشتر ئامانجی گەورەت بۆ نەهاتۆتە دی، ئەوا ئامانجێك دابنێ ئەگەری سەرکەوتنی ..ریتی بێت لە ٨٠٪ بۆ ٩٠٪. لەسەر خۆتی ئاسان بکە، هیچ نەبێت لەسەرەتادا با ئاسان بێت. دواتر دەتوانیت ئامانجی گەورە و زەبەلاح بۆخۆت دابنێیت کە ڕێژەی سەرکەوتنی زۆر کەم بێت، بەهۆی ئامانجە بچوکە وەدەستهاتووەکانتەوە هاندانت بۆ دێت و دەتوانیت هەنگاوی پێویست بۆ بەدیهێنانی ئامانجە گەورەکانت بەدەست بێنیت. وەك وتمان لە سەرەتادا ئەو ئامانجانە دابنێ کە باوەڕپێکراو و وەدەستهاتوون و ڕێژەی سەرکەوتنیان بەرزە، ئەمەش بۆ ئەوەی لە سەرەتای ئامانج دانانتەوە دڵنیا بیت لە سەرکەوتن و بردنەوە.

٦ .مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەت دەبێت هاوئاهەنگ بێت لەگەڵ ئامانجەکانی ترتدا. ناکرێت بتەوێت لە ڕووی داراییەوە سەرکەوتوو بیت لە پیشەکەتدا لەلایەکەوە و لەلایەکی تریشەوە خەریکی کات بەسەر بردن بیت. دەبێت ئامانجە سەرەکیەکانت هاوئاهەنگ بن لەگەڵ ئامانجە لاوەکیەکانتدا و هاوتای بەهاکانیشت بن.

پرسیارە گەورەکە

ئەمە پرسیارێکی سەرەکیە بۆ دەستنیشانکردنی مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەت: "ئەو تاکە شتە چیە تۆ بوێریت خەونی پێوە ببینیت ئەگەر بزانیت هیچ شکستی تێدا ناهێنیت؟"

Scanned with CamScanner

ئەگەر تۆ بە تەواوەتی دڵنیا بیت و گرەنتیت هەبێت لەوەی سەرکەوتوو دەبیت لە بەدەستهێنانی هەر ئامانجێك، گەورە یان بچوك، ماوە کورت یان ماوە درێژ، ئەوا چی دەبێت؟ وەڵامەکەت هەرچیەك بێت، ئەگەر بتوانیت بینوسیت ئەوا ئەگەری زۆرە بەدەستی بێنیت. پاشان پرسیارێکی تر دێت بە مێشکتدا ئەویش بریتیە لە "چۆن؟" تاکە سنور و بەربەستی ڕاستەقینە بریتیە لەوەی خۆت چەندە ئەو ئامانجەت گەرەکە، وە ئامادەیت چەندێك کاری تێدا بکەیت و لەسەر بکەیت بۆ بەدیهێنانی.

براوەی خەڵاتی نۆبڵ

یەکێك لە بەشداربووەکان لە یەکێك لە سیمینارەکانمدا، پرۆفیسۆرێکی کیمیا بوو لە یەکێك لە زانکۆ پێشەنگەکاندا و دوو ساڵ لەوەو پێش خەڵاتی نۆبڵی بردبۆوە لە کیمیادا بە هاوبەشی لەگەڵ دوو زانای تردا. ئەم کەسە وتی لە ساتە وەختی کارکردنی لە زانکۆدا لە تەمەنی بیستەکاندا بڕیاری داوە ڕۆژێك لە ڕۆژان جێ دەستی دیاربێت و بەشداری هەبێت لە بواری کیمیادا، ئەم بەشداریکردن و جێ دەستە بریتی بووە لە مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەی. بۆ ماوەی ٢٥ ساڵ بە وردی و جەختکردنەوەوە کاری بۆ کردووە و لە کۆتاییدا هێناویەتە دی و سەرکەوتوو بووە.

ئەو کەسە پێی وتم "هەر لە سەرەتاوە ڕوون بووە لەلام و هیچ کات گومانم لەوە نەبووە کە ڕۆژێك لە ڕۆژان جێ دەستێکی باڵام دەبێت لە کیمیادا و خەڵاتی نۆبڵ دەبەمەوە. کاتێك خەڵاتەکەم بردەوە زۆر دڵخۆش بووم، بەڵام سەرسام نەبووم."

... ئامانجەکان!...

ئامادەی قوربانیدان بە

هەموو کەس دەیەوێت ببێتە ملیۆنێر و دەوڵەمەند. تاکە پرسیار بریتیە لەوەی ئایا تۆ ئامادەی قوربانیدان و ئەنجامدانی هەموو کارە پێویستەکان و تەرخانکردنی چەندان ساڵی دوور و درێژیت بۆ بەدەستهێنانی ئەو ئامانجە داراییە یان نا. ئەگەر بەڵێ، ئەوە هیچ شتێك نیە بتوانێت ڕات بگرێت لەبەدەستهێنانی ئەم ئامانجەتدا.

مەشقی دە ئامانجەکە

ئەم مەشقە ئەنجام بدە. کاغەزێك بێنە و دە ئامانجی لەسەر بنوسە کە دەتەوێت لە داهاتوویەکی نزیکدا بەدەستیان بێنیت. بە کاتی ڕانەبردوو بیاننوسە، وەك ئەوەی ئەم ئامانجانەت هاتبنە دەست، بۆ نمونە بنوسە "کێشم .... کیلۆیە"، یان "لە ساڵێکدا بڕی .... دەست دەکەوێت."

پاش نوسینی ئەم دە ئامانجە، بگەڕێوە سەرەوەی کاغەزەکە و ئەم پرسیارە لە خۆت بکە "کام لەم ئامانجانە، ئەگەر دەستبەجێ و هەر ئێستا بهێنمە دی، زۆرترین کاریگەریی ئەرێنی دەکاتە سەر ژیانم؟"

لە زۆرینەی کاتەکاندا، ئەو ئامانجەی گەورەترین کاریگەری دەکاتە سەر ژیانت بریتیە لە مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکە. ئەم ئامانجە لەگەڵ ئەوەی کاریگەری دەکاتە سەر ژیانت، کاریگەری دەکاتە سەر بەدەستهێنانی زۆرینەی ئامانجەکانی تریشت.

هەر ئامانجێك هەڵبژێریت، لەسەر کاغەزێکی جودا بینوسە. ئەوەی دەیزانیت و نایزانیت بینوسە لەسەر بەدەستهێنانی ئەم ئامانجە، پاشان

Scanned with CamScanner

... ئامانجەکان!...

کار بکە لەسەر بەلایەنی کەمەوە یەك دانە لەو شتانەی نوسیوتە. ئەم ئامانجە لەسەر پارچە کاغەزێکی ٧*١٢ سانتیمی بنوسە بۆ ئەوەی بتوانیت لەگەڵ خۆت هەڵیبگریت و ناو بە ناو تەماشای بکەیت. بەیانیان و نیوەڕوان و شەوان بیر لەم ئامانجە بکەوە. بەردەوام بەدووی ڕێگەی بەدەیهێنانی ئەم ئامانجەدا بگەڕێ. تاکە پرسیار بێت بە مێشکتدا بریتیە لە "چۆن؟"

بیر لە ئامانجەکەت بکەوە

هەڵبـژاردنی مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەت و بڕیارەکەت لەسەر تەرکیزکردنەوەی تەواوەتی لەسەر ئەو مەبەستە و زاڵبوون بەسەر هەر بەربەست و سەختیەکدا تا ئەم مەبەستە دێنیتە دی، گۆڕانکاریەکی زۆرتر لە ژیانتدا دروست دەکات بەرەو باشتر وەك لە هەر بڕیارێکی تر تا ئەو کاتە دابێتت. مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەت هەرچیەك بێت، هەر ئێستا بینوسە و کاری لەسەر بکە.

بڕیار لەسەر مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەت بدە:

١ .ئەو شتە گەورەیە چیە تۆ بوێریت خەونی پێوە ببینیت ئەگەر بزانیت شکستی تێدا ناهێنیت؟

٢ .لیستێکی دە ئامانجی دروست بکە بۆ بەدەستهێنانیان لە چەند مانگ و ساڵی داهاتوودا، ئامانجەکان بە کاتی ڕانەبردوو بنوسە. یەك ئامانج لە لیستەکە هەڵبژێرە کە گەورەترین کاریگەریی ئەرێنی بکاتە سەر ژیانت.

٣ .دەستنیشانی بکە چۆن بەرەوپێشچوون و سەرکەوتن دەپێویت لە بەدەستهێنانی ئەم ئامانجەدا، ئەم کارە بنوسە.

٤ .لیستێك بنوسە لەسەر هەموو ئەو شتانەی دەیانزانیت دەبێت ئەنجام بدرێت کە دەبنە هۆی بردنە پێشت بەرەو ئامانجەکەت. کار لەسەر بەلای کەمەوە یەك دانەیان بکە.

٥ .دەستنیشانی ئەو قوربانیە بکە کە دەبێت بیدەیت بەشێوەی کاری زیادە و کات و خۆ تەرخانکردن بۆ بەدەستهێنانی ئامانجەکەت، پاشان دەستبکە بەو قوربانیانە.

Scanned with CamScanner

بەشی حەوت
باوەڕەکانت شیبکەوە

"تاکە شتێك لـە نێـوان مـرۆڤ و ئـەوەی لـە ژیانـدا دەیـەوێت بریتیـە لـە هەبوونی ویستن بۆ هەوڵدان بۆی لەگەڵ باوەڕی بڕوا پێکردنی ئەوەی ئـەو کارە دەکرێت"

"ڕیچارد م. دێڤۆس"

لەوانەیە گرنگترین یاساکانی هزر بریتی بێت لە یاسای بـاوەڕ. ئـەم یاسـایە دەڵێـت، بـاوەڕت بـە هەرچـیەك هـەبێت، بـە جەختکردنـەوەوە، ئـەو شـتە دەبێتە واقیع بۆت. تۆ باوەڕ بەو شتە ناکـەیت کـە دەیبینیـت، بـەڵکو ئـەو شتە دەبینیـت کـە بـاوەڕی پێدەکـەیت. تـۆ جیهـان بـە کۆمـەڵێك فلتـەری بـاوەڕ و هەڵوێسـت و حـوکمی پێشـوەخت و بیرۆکـەی پێشـوەختەوە دەبینیت. "تۆ ئەوە نیـت کـە بـیری لێدەکەیتـەوە، بـەڵکو تـۆ بریتیـت لـە بیرکردنەوەکانت."

تـۆ هەمیشـە ڕەفتـار دەکـەیت لەسـەر چـواردەوری خـۆت بنـەما لەسـەر باوەڕەکانی ناخت، دەربـارەی خـۆت. بـاوەڕە بـەهێزەکانی ناخـت دەبنـە واقیعی تۆ و ئەمانە دەستنیشانی دەکەن چی ڕوودەدات بۆت.

دکتـۆر ویلیـام جـەیمس لـە زانکـۆی هارڤـارد لـە سـاڵی ١٩٠٥ دا وتویـەتی "بـاوەڕ دەبێتـە هـۆی دروسـتکردنی واقیعـەکان". هـەروەها وتوشـیەتی "مەزنترین شۆڕشی نەوەکـەی مـن بریتیـە لـە درککـردن بـەوەی تاکـەکان

لەڕێی گۆڕانکاریی لـە هەڵوێستە هزریـەکانی ناخیانـدا، دەتـوانن ڕووکاری دەرەوەی ژیانیان بگۆڕن".

بیرکردنەوەت بگۆڕە، ژیانت دەگۆڕێت

هەموو باشبونەکانی ژیانـت لـە ڕێـی گۆڕانکـاریی لـە باوەڕەکانتـەوە دێت دەربارەی خۆت و ئەگەریەکانت. گەشەکردنی کەسیی لـە گۆڕانکـاریی لە باوەڕەکانتەوە دێت دەربارەی ئەوەی چی دەتـوانی بکـەیت و دەربـارەی چی موحتەمەلە بـۆت. ئایا دەتـەوێت داهـات دووهێنـد بکـەیت؟ بێگومـان دەتەوێت! ئەم پرسیارە بۆتۆ : ئایا باوەڕ دەکـەیت ئەمـەت پـێ بکرێـت؟ ئەی چۆن دەتەوێت داهاتت سێ هێند بکەیت؟ ئایا باوەڕت هەیە ئەمەشت پێ بکرێت؟

ئاستی گومانت هەرچەندێك بێت، با ئـەم پرسـیارەت لـێ بکـەم: لـە پـاش دەست بە کاربونتەوە لە پیشەکەتدا، ئایا داهاتـت دوو هێنـد و سـێ هێنـد نەبووە؟ ئایا ئێستا زۆر زیاترت دەست ناکەوێت وەك لە یەکەم جـار؟ ئایـا بۆخۆتـت نەسـەلماندووە کـە دەکرێـت داهاتـت دوو هێنـد و سـێ هێنـد بکـەیت؟ باشـە ئـەوەی پێشـووتر توانیوتـە ئـەنجامی بـدەیت ئێسـتاش دەتوانیت دووبارەی بکەیتەوە، چەند جار بتەوێت ئەگـەری هەیـە بتوانیـت دووبارەی بکەیتەوە. تەنها لەسـەرتە بـاوەڕی تـەواوەتیت هـەبێت بـەوەی دەتوانیت ئەمە بێنیتە دی.

ناپلیۆن هیلڵ دەڵێت "مێشـك و هـزری مـرۆڤ تـوانی بـاوەڕ بـە چـی بکـات، دەتوانێت بەدیبێنێت"

Scanned with CamScanner

بەرنامە باڵاکەت بۆ سەرکەوتن

لەوانەیە گەورەترین دۆزینەوە لە سەدەی بیستەمدا لە بواری توانستی مرۆییدا بریتی بووبێت لە دۆزینەوەی چەمکی خود. لە ژیانتدا هەرچیەك دەکەیت و وەدەست دێنیت، هەرچی بیرۆکەیەکت بە مێشکدا دێت، هەر هەست و کردارێك ئەنجام دەدەیت، لەلایەن چەمکی خودەوە کۆنتڕۆڵ دەکرێت. چەمکی خودی تۆ پێشی ئاستەکانی ئەدا و کاریگەرێتیت لە هەموو ئەو شتانەدا دەکەوێت کە ئەنجامیان دەدەیت و پێشبینیان دەکات. چەمکی خودت بریتیە لە بەرنامە باڵاکەی کۆمپیوتەرە دەروونیەکەت. چەمکی خودت بریتیە لە سیستەمی کارپێکاری بنەڕەتیی کۆمپیوتەری دەروونیت. لە جیهانی دەرەوەتدا هەرکارێك ئەنجام بدەیت و بەدەست بێنیت، لە دەرەنجامی چەمکی خودتەوەیە.

ئەوەی دەروونناسان بۆیان دەرکەوتووە بریتیە لەوەی چەمکی خودت دروست بووە لە کۆی هەموو باوەڕ و هەڵوێست و هەست و بۆچوونەکانت دەربارەی خۆت و جیهانی چواردەورت. بەهۆی ئەمەوە، تۆ بەردەوام بە شێوەیەك هەڵسوکەوت دەکەیت کە هاوتایە لەگەڵ چەمکی خودت، جا ئەرێنی بێت یان نەرێنی.

پۆخڵەوات، دەبێتە هۆی پۆخڵەوات

لایەنێکی سەرەنجڕاکێش لەسەر چەمکی خود بریتیە لەوەی پۆخڵەوات دەبێتە هۆی پۆخڵەوات. تەنانەت ئەگەر چەمکی خودت لە باوەڕی هەڵە و سەقەت دروست بوبێت دەربارەی خۆت یان جیهانەکەی چواردەورت،

ئـەوا ئەمانـە دەبنـە ڕاسـتی و تـۆش بیرکردنـەوە و هەسـت و ڕەفتـارت ڕەنگدانەوەی ئەمە دەبێت.

باوەڕەکانت دەربارەی خۆت بە شێوەیەکی گەورە بابەتین. زۆرجار بنـەما نەکراون لەسەر ڕاستی، بـەڵکو لـە دەرەنجـامی ئـەو زانیاریانـەوە دروست بوون کە تۆ لە ژیانتدا وەرتگرتوون و ئەو زانیاریانـەت پرۆسـێس کردووە. باوەڕەکانت بەهۆی منداڵێتی و هاوڕێ و هاوکار و خوێنـدن و پـەروەردە و ئەزموونەکانتـەوە جـا ئـەرێنی بـووبێتن یـان نـەرێنی، شـێوە کـراوە و پێکهاتووە، ئەمانەو هەزاران هۆکاری تریش.

خراپترینی جۆری باوەڕەکـان بـریتین لـە بـاوەڕە خـود سنووردارکارەکان. ئەگەر تۆ باوەڕت وابێت سنوورداریت بە شێوەیەك لە شێوەکان، جا ڕاست بێت یان نا، ئەوا بۆ تۆ دەبێتە ڕاستی. ئەگەر باوەڕت پێبـوو، ئـەوا تـۆ بـە جۆرێـك ڕەفتـار دەکـەیت کـە لـەو بـوارەدا کـەموکوڕیت هـەبێت لـەڕووی کارامـەیی و توانـاوە. زاڵبـوون بەسـەر بـاوەڕە خـود سـنووردارکارەکان و سنورە خودیەکاندا زۆرجار گەورەترین بەربەستە لە نێوان تـۆ و درککـردن بە تەواوی تواناکانی خۆت.

شارەزاکان پشتگوێ بخە

ئالبێرت ئاینشتاین لە گەنجێتیدا لە قوتابخانـە نێردرایـەوە ماڵـەوە بـەهۆی ئەوەی کێشەی فێربوونی هەبوو. بە دایکوباوکی وتـرا ئـەم کەسـە ناکرێت فێـر بکرێـت. بـەڵام دایکوبـاوکی گوێیـان نـەدا بـەم قسـانە و خۆیـان هەلومەرجێکیان بۆ ڕێکخست تیایدا توانی پەروەردە و فێرکردنێکی نایاب بەدەست بێنێت.

دکتۆر ئالبێرت شویتزەر هەمان کێشەی هەبوو بە منداڵی لە قوتابخانەدا. هانی دایکوباوکی ئەم کەسە درا بنێردرێتە بەر شاگردیی پێڵاودروستکردن بۆ ئەوەی کە گەورە بوو کارێکی مسۆگەر و بێ مەترسیی هەبێت. هەردوو ئالبێرتەکە پێش تەمەنی بیست ساڵیی بڕوانامەی دکتۆرایان بەدەست هێنا و توانییان جێدەستیان هەبێت لە مێژووی سەدەی بیستەمدا.

بەپێی وتارێکی گۆڤاری فۆرچن دەربارەی کەموکوڕیەکی فێربوون لە کارسازیدا، زۆرینەی سەرۆکەکان و بەڕێوەبەرە باڵاکانی دامەزراوەی فۆرچن ٥٠٠ لە سەردەمی قوتابخانەیاندا بە کەسێکی گێژ و هیچ لە بارانەبوو لەقەڵەم دراون. بەڵام بەهۆی کاری سەختیانەوە، توانییان سەرکەوتنی مەزن بەدەست بێنن لە پیشە و بوارەکانی خۆیاندا.

تۆماس ئەدیسۆن لە پۆلی شەشی سەرەتاییدا لە قوتابخانە دەرکرا. بە دایکوباوکی وترا خەرجکردنی پارە لە فێرکردنی ئەم کوڕەیاندا بەهەدەردان و کات کوشتنە چونکە زیرەك نیە و ناتوانێت هیچ فێر ببێت. ئەدیسۆن بووە مەزنترین داهێنەری سەدەی نوێ. ئەم جۆرە چیرۆکانە هەزاران جار دووبارە بوونەتەوە و ڕوویانداوەتەوە.

باوەڕەکانی خود سنوردارکردن هەندێك جار بنەماکراوە لەسەر یەك ئەزموون یان قسەیەکی ئاسایی، بەڵام لە توانایدایە بۆ چەندان ساڵ کۆت و بەندت بکات و بتچەقێنێت. زۆرینەی کەسەکان توانیویانە کارامەیی و شارەزایی باڵا بەدەست بێنن لە بوار و کارێکدا وایان زانیوە هەرگیز ناتوانن بەسەریدا زاڵ ببن و بە باڵا دەست بوونیان خۆشیان سەرسام بوون. ڕەنگە ئەمەش بەسەر تۆدا ڕوویدابێت. بۆت دەرکەوتووە باوەڕە

سنوردارکارەکانت لەو بوارەدا لەسەر هیچ بنەمایەکی ڕاست و دروست بنیاد نەنراوە.

تۆ باشتریت لەوەی پەی پێدەبەیت

لویس هەی، نوسەر، دەڵێت ڕەگی زۆرینەی کێشەکانمان لە ژیاندا لەم ڕستەیەوە سەر دەردەکەن "باش نیم تیایدا". دکتۆر ئالفرێد ئادلەر دەڵێت زۆرینەی مرۆڤەکان و مرۆڤی ڕۆژئاوا بە تایبەت هەستی "خۆ بە کەمزانین" لە منداڵییەوە بۆ دروست دەبێت و زۆرجار لە گەورەییشدا لەگەڵیان دەمێنێتەوە.

زۆرینەی کەسەکان بەهۆی باوەڕە نەرێنیەکانیانەوە کە زۆرجار هەڵە و ناڕاستن، وا دەزانن لە ڕووی ژیریی و لێهاتوویی و توانست و داهێنەرایەتی و کارامەییەوە سنوردارن. لە زۆرینەی حاڵەتەکاندا ئەم باوەڕانە دەردەکەوێت کە هەڵە و ناڕاست بوون.

ڕاستیەکەی ئەوەیە تۆ توانات زۆر زیاترە لەوەی بتوانیت هەمووی لە ژیانتدا بەکاربێنیت. هیچ کەس لە تۆ باشتر نیە و هیچ کەس لە تۆ زیرەکتر نیە. خەڵکیی لە بوار و کار و کاتی جیاوازدا باشتر و زیرەکترن لە یەکتر.

دەکرێت تۆ بلیمەت بیت

بەپێی لێکۆڵینەوەکانی دکتۆر هاوەرد گارنەر لە زانکۆی هارڤارد و دامەزرێنەری چەمکی هەمەژیری (Multiple Intelligences) تۆ بەلای کەمەوە دە جۆر ژیریی جیاوازت هەیە، کە دەکرێت لە هەریەک لەمانەدا ببیتە بلیمەت.

Scanned with CamScanner

بەداخەوە تەنها دوو جۆر ژیریی دەپێورێت و ڕادەگەیەنرێت لە قوتابخانە و زانکۆدا: ئەویش ژیریی زارەکیی و بیرکارییە. بەڵام تۆ دەکرێت ببیتە بلیمەت لە بواری مەودای بینیندا (هونەر، دیزاین)، یان لە بواری کارسازێتیدا (دەستپێکردن و دروستکردنی کار)، یان لە بواری جەستەیی و جوڵەدا (وەرزش) یان لە بواری مۆسیقادا (ژەنینی مۆسیقا و دانانی ئاواز)، یان لە بواری پەیوەندیی کەسییدا (خۆش مەشرەبیی لەگەڵ خەڵکانی تردا) یان لە بواری پەیوەندیی لەگەڵ خود، (تێگەشتن لە خۆت بە ئاستێکی قوڵتر)، یان لە بواری دەستپێشخەریدا (توانای هەستکردن بەوەی چی ڕاستە بووترێت یان ئەنجام بدرێت) یان لە بواری هونەردا (دروستکردنی کارە هونەرییەکان) یان لە بواری واتاییدا (فیزیا، زانست).

وەك چۆن لەسەر دیوارەکانی ناوەوەی زۆرینەی قوتابخانەکانی ئەمریکادا نوسراوە "خودا مرۆڤی خراپ دروست ناکات"، بە هەمان شێوەش هەر کەسەو توانای هەیە نایابێتیی بەدەست بێنێت بە جۆرێك لە جۆرەکان لە بوارێك لە بوارەکاندا. تۆ لە ناختدا، هەر ئێستا، توانات هەیە بە ئاستێکی بەرزی بلیمەتی و نایابێتی کار بکەیت بەلای کەمەوە لە یەك ژیری یان چەند ژیرییەکدا. کاری تۆ لێرەدا بریتیە لەوەی کام ژیرییەیان لەگەڵ تۆ دەگونجێت.

تۆ بەرپرسیاریت بەرامبەر خۆت لەوەی هەموو ئەو باوەڕە خود سنوردارکارانە وەلا بنێیت و ئەو ڕاستیە قبوڵ بکەیت کە تۆ کەسێکی زۆر لێهاتوو وە تواناداریت. تۆ بۆ مەزنێتی و سەرکەوتن دروست کراویت، تۆ جۆرە توانا و لێهاتووییەکت هەیە تا ئێستا بەکارت نەهێناوە. تۆ لە ناختدا توانای ئەوەت هەیە هەر ئامانجێك بۆ خۆت دابنێیت بتوانیت

Scanned with CamScanner

بەدیبێنیت بەمەرجێك ویستت هەبێت بە تەواوەتی کاری بۆ بکەیت و خۆتی بۆ ماندو بکەیت بۆ بەدەستهێنانی.

باوەڕەکانت دروستکراون، زگماکی نین

لایەنی باشەی باوەڕەکان ئەوەیە هەموویان وەرگیراون و فێریان بووین. کەواتە دەشتوانین لە یادیان بکەین و لە مێشکمان دەریان بکەین، بە تایبەتی ئەگەر یارمەتیدەر و سودبەخش نەبوون. کاتێك تۆ لە دایك دەبیت، هیچ باوەڕێکت نیە، هەموو باوەڕەکانی دەربارەی خۆت و ئاینەکەت و حیزبە سیاسیەکەت و خەڵکانی تر و جیهانیش بە گشتی هەموویان فێریان بوویت. ئێستا، تۆ زۆر شت "دەزانیت"، بەلأم وەك نوسەری کۆمیدیی جۆش بیلینگز دەڵێت "ئەوەی مرۆڤ دەیزانێت ئازاری نادات، بەڵکو ئەوەی ئازاری دەدات زانیاریە هەڵەکانە ."

زۆر شت هەیە تۆ دەربارەی خۆت دەیزانیت بەلأم ڕاست نین. وە زۆرینەی ئەم زانینانەش لە بواری باوەڕە خود سنوردارکارەکاندایە. خاڵی دەستپێکی لابردنی قفڵی تواناکانت بریتیە لەوەی باوەڕە خود سنوردارەکانت دەستنیشان بکەیت و پاشان بپرسیت "ئەی چی ئەگەر ئەمانە هیچیان ڕاست نەبوون؟"

چی ئەگەر تۆ توانایەکی ناوازەت هەبوو لە بوارێکدا هەرگیز پەیت پێ نەبردبێت تیایدا شارەزا بیت، بۆ نمونە فرۆشتن، کارسازی، وتاردان یان پارە پەیدا کردن؟

جیاواز بیر لە خۆت بکەوە

Scanned with CamScanner

بۆ هەر كوێیەكی جیهان ڕۆشتبم ئەم بنەمایانەم فێری دەیان و سەدان و هەزاران كەس كردووە. كابینەكانم پڕن لە نامە و كۆمپیوتەرەكەم پڕە لە ئیمەیڵ لەلایەن ئەو كەسانەی پێشتر ئەم بیرۆكەی باوەڕی خود سنوردارکارەنەیان نەبیستبوو. هەركات باسی ئەم باوەڕەم بۆ كردون، ڕاستەوخۆ هەڵوێستیان بەرامبەر خۆیان گۆڕیوە. دەستیان كرد بەوەی خۆیان زۆر بە تواناداردتر و لێهاتوو تر ببینن لەو بوارە سەرەكیانەی ژیانیاندا كە پێشتر پێیان تێ نەكردبوو.

لە ماوەیەكی زۆر كورتدا، توانیان ژیانی خۆیان بگۆڕن و دەرەنجامی ناوازە ببینن. كەسە كار ئازادەكان داهاتیان زۆر زیادی كرد و زۆرینەیان بوونە ملیۆنێر. لە كارەكانی خۆیاندا لە ئاستی نزمەوە چونە ئاستی بەرز و لوتكە، لەوپەڕی خراپیی ڕێژەی فرۆشیانەوە چونە ئەوپەڕی باش فرۆشیی لە كارەكانیاندا.

پاش ئەوەی باوەڕەكانیان دەربارەی خۆیان و توانستە كەسییەكانیان گۆڕی، كارامەیی نوێ فێر بوون و بەرەو ڕووبەڕووبونەوەی ئاستەنگیی نوێ ڕۆشتن. ئامانجی گەورەتریان دانا و هەموو تواناكانیان خستە گەڕ بۆ بەدەستهێنانیان. لەڕێی پرسیاركردن لە باوەڕەكانیانەوە و ڕەتكردنەوەی ئەوەی سنوردارین، بەرپرسیارێتیی تەواوی ژیانیان و پیشەكانیان گرتە ئەستۆ و واقیعی نوێیان بۆ خۆیان دروستكرد. ئەوەی ئەم هەزاران هەزار كەسە توانیویانە ئەنجامی بدەن تۆش دەتوانیت ئەنجامی بدەیت.

ئەو باوەڕانە هەڵبژێرە كە دەتەوێت

بیهێنە پێش چاوت "دوكانی باوەڕەكان" بوونی هەبێت، هەر وەك چۆن دوكانی بەرنامەی كۆمپیوتەر هەیە ئاواش بیهێنە پێش چاوت ئەم جۆرە

دوکانە هەبێت کە بتوانیت بچیت و باوەڕەکان بکڕیت بۆ بەرنامەڕێژکردنی نەستت. ئەگەر بتوانیت هەر باوەڕێکت بوێت هەڵبـژێریت، کام باوەڕەیان بارمەتیدەرترین و سودبەخشترین دەبێت بۆت؟

پێشنیاری من ئەمەیە، باوەڕی "چارەنوسم بریتیە لەوەی ببمە کەسێکی سەرکەوتووی مەزن لە ژیانمدا."

ئەگەر تۆ بە ڕاستی باوەڕت ئەوەبێت چارەنوست بریتیە لە بوون بە کەسێکی سەرکەوتوو، ئەوا قسەکردن و ڕەفتارکردنت بە شێوەیەك دەبێت وەك ئەوەی هەموو ڕووداوەکانی ژیانت بەشێك بێت لە پلانێکی مەزن بۆ ئەوەی تۆ سەرکەوتوو بکات. کەسە سەرکەوتووە مەزنەکانی جیهان لە هەر بوارێکدا بن بەم شێوەیە بیر دەکەنەوە.

بەدووی باشیەکاندا بگەڕێ

کەسانی مەزن و سەرکەوتوو بەدووی باشیدا دەگەڕێن لە هەر دۆخێکدا بێت. دەزانن هەموو دۆخێك باشیی خۆی تێدایە. گرنگ نیە چەندە بەربەست و لەمپەر و نشوستییان توش ببێت، هەمیشە پێشبینی ئەوە دەکەن تووشی باشە ببن لە هەموو ئەو شتانەی بۆیان ڕوودەدات. باوەڕیان وایە هەموو نشوستیەکان بەشێکن لە پلانێکی مەزن کە دەیانبەنە پێش بەرەو بەدەستهێنانی سەرکەوتنی مەزن.

ئەگەر باوەڕەکانت ئەرێنی بن، ئەوا هەمیشە بەدووی وانەی بەنرخی ئەو نشوستی و سەختیانەدا دەگەڕێیت کە تووشت دەبن. زۆر بە متمانە بەخۆبوونەوە باوەڕت وادەبێت کە زۆر شت هەیە فێریان ببیت لەسەر ڕێچکەت بەرەو بەدەستهێنانی سەرکەوتنە مەزنەکانتدا. بەم شێوەیە لە

Scanned with CamScanner

هەموو كێشەكان بەجۆرێك دەڕوانیت كە ئەزموونێكی فێركردن بن.

ناپلیۆن هیلْ دەڵێت "لەنێو هەر سەختی و لەمپەرێكدا، تۆوێكی هاوتای سەختیەكە مەزن و سوودبەخش هەیە."

ئەگەر ئەم جۆرە هەڵوێستەت هەبێت، ئەوا سود لە هەموو ڕووداوەكانت دەبینیت، ئەرێنی بن یان نەرێنی، لە ڕۆشتنت بەرەو بەدەستهێنانی مەبەستە دیاریكراوە سەرەكیەكەتدا.

بەڕەفتارەكانت بەرەو هەستكردن بچۆ

یاسایەكی پێچەوانەكاری هەیە لە دەروونزانی و زانستی پشت سروشتدا كە دەڵێت "ئەگەری زیاترە بەرەفتارەكانت بەرەو هەستكردن بچیت وەك لەوەی هەست بە ڕەفتاركردن بكەیت."

ئەمە واتە كاتێك دەست بە كار دەكەیت، ئەگەری هەیە هەست نەكەیت بەو سەركەوتنە مەزنەی دەیخوازیت و گەرەكتە. هەستی متمانە بەخۆبوونت بۆ نایەت لە سەركەوتنەكانتەوە. بەردەوام گومانت لە تواناكانت هەیە و ترست لە شكست هەیە. هەست دەكەیت بەوەی بەپێی پێویست باش و گونجاو نیت، هیچ نەبێت لەم قۆناغەی ئێستادا ئەم هەستەت هەیە.

بەڵام ئەگەر "وا ڕەفتار بكەیت" كە تۆ ئەو كەسەیت كە خوازیاریت و ئەو تایبەتمەندی و توانایانەت هەیە كە خوازیاریانیت، ئەوا كارەكانیشت ئەو هەستەت بۆ دروست دەكەن كە گونجاو و هاوتا بێت لەگەڵیاندا. لە ڕێی ڕەفتاركردنەوە دەست دەكەیت بە هەستكردن بەو شێوەیەی دەتەوێت هەستی پێ بكەیت، ئەمەش لەڕێی یاسای پێچەوانەكارییەوە.

ئەگەر دەتـەوێت ببیتـە كەسێكی سـەركەوتووی بوارەكـەت، پۆشاكت با وەكو كەسانی سەركەوتوو بێت. بـە شـێوەی كەسـانی سـەركەوتوو خۆت ڕێكبخـە و خـۆت برازێنـەوە. شـێوازی كارەكانـت بـە شـێوازی كەسانی سـەركەوتوو ڕێكبخـە. سـەركەوتووترین كەسـانی بوارەكـەت هەڵبـژێرە و بیانكە بە نمونەی باڵای خۆت. ئەگەر گونجا و كرا بڕۆ و پرسـیاریان لێبكە و داوای ئامۆژگارییان لێبكە بۆ ئەوەی بە خێرایی بەرەوپێش بڕۆیـت. هەر ئامۆژگارییەكیان پێدایت، دەست بەجێ پەیڕەوی بكە و كاری لەسەر بكە. كاتێـك تـۆ ڕەفتـار و قسـەكردن و پۆشـاكت وەكـو كەسـانی مـەزن و سـەركەوتوو دەبێـت، زوو بــە زوو هەسـتت وەكـو كەسـانی مـەزن و سەركەوتوو دەبێت. بەو شێوەیە مامەڵە لەگەڵ كەسانی تردا دەكەیت كە كەسانی سەركەوتوو مامەڵەی پێ دەكەن. وەكو كەسانی سەركەوتوو كار دەكەیت. كەواتە دەرەنجامەكانیشت وەكو كەسـانی سـەركەوتوو دەبێت. بە ماوەیەكی زۆر كەم تـۆش دەبیتـە یـەكێك لـە كەسـە سـەركەوتووەكان. لەوانەیـە ئـەم قسـەیە "بـەو جـۆرە خـۆت نیشـانبدە كـە دەتـەوێت پێـی بگەیت" بوبێت بە قاوانی شكاو، بەڵام ڕاستییەكی زۆری تێدایە.

نهێنیی بەڕێوەبەری بەشی فرۆش

هاوڕێیـەكم هەیـە بەڕێوەبـەرێكی زۆر سـەركەوتووی بەشـی فرۆشـە. پـاش ئـەوەی زۆر بـە وریـایی چـاوپێكەوتن لەگـەڵ كارمەنـدێكی فرۆشـی نـوێ دەكـات و هـەڵی دەبـژێرێت، ئـەم كارمەنـدە دەباتـە پێشـانگای فرۆشـی ئۆتۆمبیلی كادیلاك و پێداگری دەكات لەسەر ئەوەی ئۆتۆمبیلـە كۆنەكـەی خۆی بگۆڕێتەوە بە كادیلاكێكی نـوێ. كارمەنـدی فرۆشـتنەكان زۆرینـەیان

بیرۆکەکە ڕەت دەکەنەوە، دەترسن لە تێچووی ئۆتۆمبیلەکە و ئەو قیستە مانگانەیەی هەیەتی. بەڵام بەڕێوەبەری فرۆشەکە هەر پێداگری دەکات بۆ ئەوەی کارمەندەکە کادیلاکەکە بکڕێت، چونکە مەرجی دامەزراندنێتی.

بەڕای تۆ دواتر چی ڕووی داوە؟ یەکەمجار کارمەندی فرۆشەکە ئۆتۆمبیلەکە لێدەخوڕێتە ماڵەوە، ژنەکەشی خەریکە جەڵدە لێی دەدات کە دەبینێت ئۆتۆمبیلێکی نوێی کڕیوە. بەڵام پاش ئەوەی هێور دەبێتەوە، پیاوەکە ژنەکەی دەبات بۆ پیاسە بە گەڕەکەکەدا. دراوسێکان ئەمان دەبینن لە ئۆتۆمبیلێکی نوێدا، پاشان دەگەڕێنەوە ماڵەوە و ئۆتۆمبیلەکە لە بەردەم ماڵەکەیدا ڕادەگرێت، دراوسێکانی دێن و سەرسامیی خۆیان دەردەبڕن، ئەم کەسەش لەسەر ئاستی نەستی، هەڵوێستی دەگۆڕێت بەرامبەر خۆی و گۆڕانکاریی لە کارەکەیدا دەکات.

پاش چەند ڕۆژێک ئەم کەسە ڕوانگەی لەسەر خۆی دەگۆڕێت. وەکو کەسێکی سەرکەوتووی موچە باش خۆی دەبینێت لە بوارەکەیدا، وەکو کەسێکی سەرکەوتووی پیشەکەی خۆی دێتە بەرچاو.

جار لە دوای جار، بەبێ شکست، هەموو کارمەندە فرۆشە ئاساییەکانی ئەم ڕێکخراوە بوونە کارمەندی باڵا. ڕێژەی فرۆشیان بازێکی گەورەی دا و قازانجێکی چاکیان کرد. پاش ئەم هەموو سەرکەوتنە، قیستی ئۆتۆمبیلە نوێیەکە هەر هیچ گوێی پێ نەدەدرا و سڵی لێ نەدەکرایەوە چونکە موچەکانیان هەموو باش بووبوو.

هاوتا دەروونیەکەت دروست بکە

ئێمیت فۆکس، مامۆستای ڕۆحانی، دەڵێت "کاری سەرەکیت لە ژیاندا بریتیە لە دروستکردنی هاوتا دەروونیەکەت لە دەروونی خۆتدا بەو شێوەیەی دەتەوێت لە جیهانی دەرەوەتدا ببیت و چێژی لێ وەربگریت."

دەبێت جەختت لەسەر دروستکردنی ئەو باوەڕانە بێت لە ناخی خۆتدا کە هاوتان لەگەڵ ئەو سەرکەوتنە مەزنەی خوازیاریت لە جیهانی دەرەوەتدا وەدەستت بێت. ئەم کارە دەتوانیت ئەنجام بدەیت لەڕێی ڕووبەڕووکردنەوەی خۆت لەگەڵ باوەڕە خود سنوردارکارەکاندا و ڕەت کردنەوەیان و پاشان ڕەفتارکردن بەو جۆرەی ئەم باوەڕە سنوردارکارانە بوونیان نیە.

تۆ دەتوانیت پەرەپێدانی باوەڕە نوێیە ژیان گۆڕەکان بەهێزتر بکەیت لەڕێی زیادکردنی زانین و کارامەییەکانتەوە لە بوارەکەتدا تا ئاستێك هەست بکەیت بتوانیت زاڵ بیت بەسەر هەموو بەربەست و داواکاریی و ئەرکەکانی بوارەکەتدا. تۆ پرۆسەی پەرەپێدانی باوەڕە نوێیە ئەرێنیەکان خێراتر دەکەیت بە دانانی ئامانجی گەورەتر و سەرەنجڕاکێشتر لە هەموو بوارەکانی ژیانتدا. لە کۆتاییدا بەردەوام بەو جۆرە ڕەفتار بکە کە تۆ بویتە ئەو کەسەی خوازیاریت ببیت.

ئامانجت لێرەدا بریتیە لە بەرنامەڕێژ کردنەوەی نەستت بۆ سەرکەوتن لەڕێی دروستکردنی هاوتا دەروونیەکەت لە هەموو ئەو شتانەی ئەنجامی دەدەیت و دەیانڵێیت.

هاوتا ڕەفتار بکە لەگەڵ وێنا نوێیەکەت

تۆ باوەڕی نویێ پەرەپێدەدەیت لە ڕێی کارکردنی هاوتا لەگەڵ ئەو باوەڕانەدا. تۆ بە جۆرێك ڕەفتار دەکەیت کە باوەڕت وابێت ئەو توانست و لێهاتووییانەت هەیە. تۆ وەکو کەسێکی ئەرێنی و گەشبین و خۆش مەشرەب بەرامبەر هەموو کەسێك ڕەفتار دەکەیت. بە کورتی دەبێت بە شێوەیەك ڕەفتار بکەیت وەك ئەوەی سەرکەوتنەکەت بەدەستهێناوە. بە جۆرێك ڕەفتار دەکەیت وەك ئەوەی نهێنیی مسۆگەرکردنی سەرکەوتنت هەبێت و تەنها تۆ بیزانیت.

بۆت دەردەکەوێت پەرەپێدان و شێوەکردن و کۆنترۆڵکردنی گەشەسەندنی کەسایەتی و کەسێتی خۆت لە هەموو شتێکدا کە ئەنجامی دەدەیت ڕۆژانە، لە نێو دەستەکانی خۆتدایە.

چونکە دەبیتە ئەو کەسەی بیری لێدەکەیتەوە، کەواتە دەبێت تەنها ئەو شتانە بڵێیت و بکەیت کە هاوتان لەگەڵ نمونە باڵاکەی خۆتدا، لەگەڵ ئەو کەسەی خوازیاریت ببیت، وە لەگەڵ نمونە باڵاکانی داهاتووشتدا. دەبێت بیرکردنەوە و قسەکردنت لەسەر ئەو شتانە بێت کە دەتبەنە پێش بەرەو بوون بەو کەسەی دەتەوێت و بەرەو بەدەستهێنانی ئەو ئامانجانەی خوازیاریت بەدەستیان بێنیت.

بڕیار بدە

بڕیار بدە هەر ئەمڕۆ بۆ وەلانان و ڕەتکردنەوەی هەر باوەڕێکی خود سنوردارکردن ئەگەر هەتبێت و بوبێتە ڕاگرتن و لەمپەر بۆت. بڕوانە ناخی خۆت و پرسیار لە بوارەکانی ژیانت بکە کە خۆت تیایاندا گومان لە توانا

و لێهاتوییـەکانی خـۆت دەکـەیت. دەتوانیـت لـە هاوڕێیـان و ئەنـدامانی خێزانەکەت بپرسیت ئایا هیچ باوەڕێکی نەرێنی دەبینن تیاتدا یان نا. زۆر جار ئەوان ئەو باوەڕە نەرێنیە خود سنوردارکارانە دەبینن تیاتدا کە خـۆت ئاگاداریـان نیـت. لـە هـەموو حاڵەتێکـدا، هـەر کـە ئـەو بـاوەڕە نەرێنیانـەت دەستنیشـان کـرد، ئـەم پرسـیارە لـەخۆت بکـە "چـی ئەگـەر پێچەوانەی ئەمە ڕاست بووایە؟"

چی ئەگەر تۆ توانای ئەوەت هەبووایە لە بوارێکدا کە خۆت ئێستا گومانت لە تواناکانت هەیە تیایدا ئەوپەڕی سەرکەوتوو بویتایە؟ چی ئەگەر تـۆ لـە سـاواییتەوە بەرنامەڕێـژ کرابیـت کـە بلیمـەتیت هـەبێت لـە بـوارێکی دیاریکراودا؟ بـۆ نمونـە چـی ئەگـەر هـەر ئێسـتا لـە نـاخی تـۆدا، توانـای وەدەستهێنانی هەموو ئەو بڕە پارانەت هـەبێت کـە دەتـەوێن لـە ژیانتـدا؟ چی ئەگەر تۆ "بەختی ئاڵتونی"ت هەبێت سەبارەت بە پارە و سامان؟ ئەگەر بە تەواوەتی باوەڕت هەبێت ئەم شتانە ڕاسـت بـن، چـی شـتێك بـە جیاوازی لە ئێستات ئەنجام دەدەیت؟

وتە و کردارەکانت هاوتا بن

باوەڕەکانت هەمیشە لـەڕێی وتـە و کردارەکانتـەوە دەردەکـەون. دڵنیابە لـەوەی هـەموو ئـەو شـتانەی دەیڵێیـت و ئـەنجامیان دەدەیت لە ئێستا بەدواوە هاوتا بن لەگەڵ ئـەو باوەڕانـەی دەتـەوێت هـەتبن و ئـەو کەسەی دەتەوێت ببیت. وردە وردە زیاتر و زیاتر باوەڕە خـود سـنوردارکارەکانت دەگۆڕێت بەو باوەڕانەی ژیانت باشتر دەکەن. لەگەڵ ڕوودانی ئەمەدا، ئەو

Scanned with CamScanner

گۆڕانکاریانەی ڕوودەدەن لە ژیانی دەرەوەتدا دەبنە هۆی سەرسامکردنی خۆت و کەسانی چواردەورت.

باوەڕەکانت شی بکەوە:

١ . وا ڕەفتار بکە کە تۆ یەکێکیت لە شیاوترین و بەڕێزترین کەسەکانی بوارەکەی خۆت، کەواتە بیرکردنەوە و ڕەفتارکردن و هەستکردنت چی جیاوازیەکیان دەبێت لەمڕۆت؟

٢ .بیهێنە پێشچاوت تۆ "بەختی ئاڵتونی"ت هەیە سەبارەت بە پارە. ئەگەر تۆ کەسێکی زۆر لێهاتوو بیت لە بەڕێوەبردنی پارەدا، ئەوا چۆن لایەنی داراییت بەڕێوە دەبەیت؟

٣ .باوەڕە خود سنوردارکارەکانت دەستنیشان بکە کە بوونەتە لەمپەر و گیرخواردنت. چۆن ڕەفتار دەکەیت ئەگەر ئەم باوەڕانەت هیچی ڕاست نەبن؟

٤ .باوەڕێك هەڵبژێرە کە زۆر حەز دەکەیت هەتبێت لە ئاستی ناختدا. وا خۆت نیشان بدە ئەو باوەڕەت هەیە و ڕاستیشە.

٥ .بڕوانە سەختترین ئەو دۆخەی ئێستا تۆ مامەڵەی لەگەڵ دەکەیت. ئەو دۆخە چی وانەیەکی بەهاداری تێدایە کە یارمەتیدەرت بێت لە باشترکردنتدا لە داهاتوودا؟

بەشی هەشت
لە سەرەتاوە دەستپێبکە

"کێشەی تۆ بریتیە لە بەیەکگەیاندنی ساتی ئێستات بەو ئامانجانەی خوازیاریت پێیان بگەیت"

"ئێرڵ نایتینگڵ"

وای دابنێ تۆ بەتەمای گەشتێکی دووروودرێژیت، یەکەم شت ئەنجامی بدەیت بریتیە لە هەڵبژاردنی ڕووگەکەت، پاشان نەخشەیەك بەکار دێنیت بۆ دانانی باشترین ڕێگە بۆ گەشتن بە ڕووگەکەت. هەموو ڕۆژێك پێش ئەوەی بەردەوام بیت لە گەشتەکەت، تۆ شوێنی خۆت لەسەر نەخشەکەت دیاری دەکەیت لەگەڵ ئەو شوێنەی بە نیازیت بۆی بڕۆیت. ژیانیش بەهەمان شێوەیە.

هەرکات بڕیارتدا کام بەها و دید و ئەرك و مەبەست و ئامانجت هەبێت، هەنگاوی دواتر بریتیە لە شیکردنەوەی خاڵی دەستپێکت. ئەمڕۆ بە تەواوەتی لە کوێدایت، وە دۆخت چۆنە، لە هەر بوارێکی ژیانتدا، بە تایبەتی ئەو بوارانەی پەیوەندییان بە ئامانجەکەتەوە هەیە.

بنەمای ڕاستیگەرایی جێبەجێ بکە

جاك وێڵچ، بەڕێوەبەری جێبەجێکاری جەنەڕاڵ ئەلەکتریك، دەڵێت کە گرنگترین تایبەتمەندیی ڕابەرێتیکردن بریتیە لە "بنەمای ڕاستیگەرایی". جاك دەڵێت ئەمە واتە توانای بینینی جیهان بەو جۆرەی لە ڕاستیدا

Scanned with CamScanner

هەیە، نەك بەو شێوازەی تۆ خۆزگەی بۆ بخوازیت. ئەم کەسە هەموو کۆبونەوەیەکی بە گفتوگۆکردن لەسەر ئامانجێك یان کێشەیەك دەست پێدەکرد و دەیپرسی "ڕاستیەکە چیە؟"

پیتەر درەکەر بەم تایبەتمەندیە دەڵێت "ڕاستگۆیی ژیریی"، واتە مامەڵەکردن لەگەڵ ڕاستیەکاندا دەقاودەق بەو شێوەیەی هەن پێش ئەوەی هەوڵی چارەسەری کێشەکان بدەیت یان بڕیارێك بدەیت. ئەبراهام ماسلۆ جارێکیان وتی کە یەکەمین تایبەتمەندی لە کەسی درك بەخۆکردوودا بریتیە لە توانای ڕاستگۆیی تەواو و نابابەتیبوون لەگەڵ خۆیدا. ئەمانە هەمان شتن بۆ تۆش.

ئەگەر تۆ بتەوێت ببیتە باشترینی ئەوەی دەتوانیت، وە ئەوە بەدەستبێنیت کە بە ڕاستیی خوازیاریت و بۆی پەرۆشیت، ئەوا دەبێت زۆر ڕاشکاوانە ڕاستگۆ بیت لەگەڵ خۆت و خاڵی دەستپێکتدا. دەبێت دابنیشیت و شیکاریی بۆ خۆت بکەیت زۆر بە وردی بۆ ئەوەی بڕیار بدەیت لەسەر ئەوەی ئەمڕۆکە لە هەر بوارێکدا لە چی ئاستێکدایت.

لە سەرەتاوە دەستپێبکە

بۆ نمونە ئەگەر بتەوێت کێشت دابگریت، دەبێت یەکەم شت ئەنجامی بدەیت کێشانە کردنی خۆت بێت بۆ دەستنیشانکردنی ئەوەی ئەمڕۆکە کێشت چەندە. پاشان ئەم کێشە بەکاردێنیت بۆ پێوانەکردنی ئەوەی ئایا تۆ هیچ بەرەوپێشچوونت بەخۆوە دیوە لە دابەزاندنی کێشتدا یان نا.

ئەگەر بڕیار بدەیت لەسەر دەستپێکردنی بەرنامەیەکی مەشقکردن، یەکەم شت ئەنجامی دەدەیت بریتیە لە دەستنیشانکردنی ئەوەی ئەمڕۆ چەند

مەشق بکەیت. چەند خولەك ڕۆژانە و هەفتانە مەشق دەکەیت و چەند بە سەختی؟ جۆری مەشقەکەت چیە؟ وەڵامەکەت هەرچییەك بێت، گرنگە زۆر بە ڕاستی و دروستی و وردیی وەڵام بدەیتەوە. پاشان ئەم وەڵامە بەکاردێنیت وەکو خاڵی دەستپێك بۆ دانانی مەشقەکانی داهاتووت بنەما لەسەر ئەم مەشقەی ئێستات .

ڕێژەی دەستکەوتت بەپێی کاتژمێر دەستنیشان بکە

ئەگەر دەتەوێت پارەی زیاترت دەستبکەوێت، یەکەم شت دەبێت ئەنجامی بدەیت بریتیە لە دانیشتن و دەستنیشانکردنی ئەو ڕێژەیەی ئێستا پەیدای دەکەیت. پار چەندت پەیدا کرد؟ ئەی پێرار؟ ئەم ساڵ چەند پەیدا دەکەیت؟ مانگانە چەند پەیدا دەکەیت؟ باشترین پێوەر بریتیە لە دەستنیشانکردنی ئەوەی لە کاتژمێرێکدا ئێستا چەند پەیدا دەکەیت.

دەتوانیت داهاتت بەپێی کاتژمێر دەستنیشان بکەیت لەڕێی دابەشکردنی داهاتی ساڵانەتەوە بەسەر ٢٠٠٠ دا، ئەمە بریتیە لە ڕێژەی نزیکەیی کاتژمێرەکانی کارکردنت لە ساڵێکدا (بەپێی یاسای ئەمریکا). یان شتێکی باشتر بریتیە لە دابەشکردنی موچەی مانگانەت بەسەر ١٧٢ دا، ئەمەش ڕێژەی کاتژمێرەکانی کارکردنتە بە نزیکەیی لە مانگێکدا (یاسای ئەمریکا).

زۆرینەی ئەو کەسانەی ئامۆژگارییان دەکەم ڕێژەی کاتژمێرەکانی کارکردنیان لە هەفتەیەکدا هەژمار دەکەن پاشان لێکی دەدەنەوە چەندیان پەیدا کردووە هەر کاتژمێرێك، پاشان ئەم بەهایە بەراورد دەکەن

بـە کاتـژمێرەکانی هەفتـەی ڕابـردوو، پاشـان ئامانجێـك دادەنـێن بـۆ زیادکردنی بەهای کاتـژمێرەکانیان، ئـەم کـارە بـەردەوام ئـەنجام دەدەن. تۆش دەتوانیت شتێکی لەم شێوەیە بکەیت.

کاتی بەرتەسك یان پێوەری دارایی دەبێتە هۆی باشترکردنی ئەدای کار هەتا هەژمارکردنەکانت بەرتەسکتر و وردتر بن دەربارەی داهاتەکەن، یان هەر بوارێکی تر، تۆ بە خێراتر دەتوانیت دەرەنجامەکان باشتر و زیادتر بکەیت. بۆ نمونە، کەسێکی ئاسایی بەپێی موچەی مانگانـە و سـاڵانە بـیر دەکاتەوە. ئەمە شیکردنەوە و زیـادکردنی کـارێکی قورسـە. بـەڵام کەسـە سـەرکەوتووەکان بـەپێی داهـات لـە کاتژمێرێکـدا بـیر دەکەنـەوە، ئەمـە دەکرێت بەردەوام باشتر بکرێت.

وەك وتمان تۆ سەرۆکی کۆمپانیای ژیانی خۆتیت، کەواتە دەبێت ئاگاداری موچەکەشـت بیـت. بیهێنـە پێشچـاوت بـە پێـی کاتـژمێر پـارە بـە خـۆت دەدەیـت. زۆر لـە خـۆت بکـە و داواکـاریی زۆر لـە خـۆت بکـە بـۆ ئـەوەی بەشـێوەیەکی نەسـتیی کـاری باشـتر بکـەیت و ببێتـە هـۆی زیـادکردنی داهاتت.

کۆی سامانی ئێستات

ئەگەر ئامانجێکی درێژخایەنی دارایی بۆ خۆت دابنێیت، هـەنگاوی دواتـرت بریتی دەبێت لـەوەی دەستنیشـانی بکـەیت ئەمڕۆکـە سـامانت چـەندە لـە ڕووی داراییەوە. ئەگەر ئامانجەکەت بریتیە لە بوون بە ملیۆنەر لـە مـاوەی چەند ساڵی داهاتوودا، ئەوا دەبێت بزانیـت تـا ئـەم سـاتەت چـەندت پـارە کۆکردۆتەوە.

Scanned with CamScanner

زۆر کەس بەهۆی ئەم هەژمارکردنەوە سەریان لێدەشێوێت یان ڕاستگۆ نین. کۆی سامانت بریتیە لەو بڕەی کە بەدەستەوە دەمێنێتەوە ئەگەر هەموو موڵکەکەت بفرۆشیت بە نرخی بازاڕ، وە هیچ قەرزێکیشت لەسەر نەبێت.

زۆرکەس دەچن نرخێکی زۆر بەرز لەسەر موڵکەکانیان دادەنێن، وا دەزانن پۆشاک و ئۆتۆمبیل و کەلوپەل و کاڵا ئەلیکترۆنیەکانیان بەهایەکی زۆری هەیە، بەڵام لە ڕاستیدا بەهای ڕاستەقینەی ئەم کاڵایانە زۆرجار لە سەدا ١٠ بۆ سەدا ٢٠ی ئەو نرخەن کە پێت داون، هەندێك جار کەمتریش.

پلانی دارایی ماوە درێژ دابنێ

بۆ پلاندانانێکی دارایی دروست و ورد، سامان و موڵکەکەت بە نرخی ئەمڕۆ هەژمار بکە پاشان هێڵێك بکێشە لەم خاڵەوە بۆ ئامانجە داراییە ماوە درێژەکەت. هێڵەکە دابەش بکە بۆ ژمارەی ئەو ساڵانەی بە نیازیت کاری تێدا بکەیت بۆ بەدەستهێنانی ئەو ئامانجە داراییەت. بەم شێوەیە دەزانیت پێویستە چەند کۆبکەیتەوە و چەندێك وەبەرهێنان بکەیت و ساڵانە چەند ئەزبەر بکەیت بۆ ئەوەی بگەیتە سەربەخۆبوونی دارایی.

ئایا ئامانجەکەت واقیعیە؟ بنەما کراوە لەسەر ئەو دۆخەی ئێستات و ئەو کاتەی تەرخانت کردووە بۆ گەشتن بە مەبەستەکەت؟ ئەگەر ئامانجەکەت واقیعی نەبێت، زۆر لە خۆت بکە بۆ ئەوەی بە تەواوەتی ڕاستگۆ بیت و بە هەردوو هەژمارکردنەکانت و گریمانەکانیشتدا بچۆوە.

Scanned with CamScanner

بیرکردنەوەی سفر بنەما جێبەجێ بکە

کاتێك دەست دەکەیت بە پلاندانانی داهاتووە درێژ خایەنەکەت، یەکێك لە بەهادارترین ڕاهێنـان ئـەنجامی بـدەیت بریتیـە لـە "بیرکردنـەوەی سـفر بنەما". لەم جۆرە بیرکردنەوەیەدا تۆ ئەم پرسیارە لە خۆت دەکەیت "بە زانیاریەکانی ئەمڕۆمەوە، ئایا هـیچ شتێك هەیـە ئـەمڕۆ کـە لـە ڕابـردوودا ئەنجامم داوە، دووبارە ئەنجامی نەدەمەوە؟"

گرنگ نیە تۆ کێ بیت و چی بکەیت، هەمیشە چەندان شت هەن لە ژیانتـدا کە ئەگەر ئـەم زانیاریانـەی ئـەمڕۆت هەبوونایـە، لـە ڕابـردوودا ئـەنجامت نەدەدان.

زۆر سـەخت دەبـوو، ئەگـەر ئاسـتەمیش نـەبێت، تـا بتوانیـت بەرەوپێشچـوونت هـەبێت لـە ژیانـدا ئەگـەر ڕێبـدەیت ئـەو بڕیارانـەی لـە ڕابردوودا داوتن، ئێستا ڕاتبگرن و ببنە لەمپەر بۆت. ئەگـەر شتێکی لـەم جۆرە هەیـە لـە ژیانتـدا و ئەگـەر دووبـارە بێتـەوە بـەردەمت ئـەنجامیان نـەدەیت، پرسـیارەکەی دواتـر ئەمـە دەبێـت "چـۆن خـۆم قوتـار بکـەم و چەندێك خێرا دەتوانم خۆم قوتار بکەم؟"

بیرکردنەوەی سفر بنەما جێبەجێ بکە بەسەر کەسـەکانی نـاو ژیانتـدا، لـە ژیانی کەسیی و پیشەکەشتدا. ئایا هیچ پەیوەندیـەك هەیـە لـە ژیانتـدا کە ئەگەر ئەم زانیاریانەی ئێستات هەبوایـە لـە ڕابـردوودا، ئـەم پەیوەندیـەت دروست نەدەکرد؟ ئایا هیچ کەسێك هەیە خستبێتتە سەر کار یان کارێکت پێڕاسپاردبێت یان پلەت بەرزکردبێتەوە، ئەگەر ئـەم زانیاریانـەی ئێسـتات هەبوایە لە ڕابردوودا، ئایا ئەم کارانەت دەکـرد؟ ئایا هـیچ کەسێك هەیـە کاری لەگەڵدا بکەیت یان کاری بـۆ بکـەیت، بـەم زانیاریانـەی ئێسـتاتەوە،

ئایا دووبارە کاریان لەگەڵ دەکەیتەوە؟ زۆر ڕاشکاوانە ڕاستگۆ بە لەگەڵ خۆتدا کاتێك ئەم پرسیارانە لە خۆت دەکەیت و وەڵامیان دەدەیتەوە.

هەموو بوارێکی ژیانت بخەملێنە

هەموو بوارەکانی ژیانی پیشەییت بخەملێنە و بپشکنە. ئایا هیچ کارێك هەیە لە ڕابردوودا ئەنجامت دابێت، بەڵام بەم زانیاریانەی ئێستاتەوە، دووبارە ئەنجامیان نەدەیتەوە لە ئێستادا؟ ئایا هیچ بەشێك هەیە لە پیشە و کارەکەتدا، بەم زانیاریانەی ئێستاتەوە، دووبارە دەستیان پێنەکەیتەوە؟ ئایا هیچ چالاکی و پرۆسە و کاڵا و خزمەتگوزاریی و خەرجییەك هەیە لە کارەکەتدا، بەم زانیاریانەی ئێستاتەوە، دووبارە ئەنجامیان نەدەیتەوە؟

پاش ڕەچاوکردن و خەملاندنی خەڵك و کار و پیشەکەت، ئێستا بڕوانە وەبەرهێنانەکانت. ئایا هیچ وەبەرهێنانێك هەیە لە کات و پارە و عاتیفەدا، بەم زانیاریانەی ئێستاتەوە، ئەگەر پێویست بێت دووبارە ئەنجامیان بدەیتەوە، ئایا دەچیتەوە بەلایاندا و ئەنجامیان دەدەیتەوە؟ ئەگەر وەڵامەکەت نەخێرە، پرسیارەکە دەبێت بەوەی چۆن لێی دەردەچیت و چەندێك خێرا؟

ئامادەی گۆڕانکاریی پێویست بە

هاوڕێیەکی باشم هەبوو، ئەم هاوڕێیەم لە ئامادەییش و لە زانکۆش خەریکی گۆڵف بوو. هەفتانە چەند جارێك یاری گۆڵفی دەکرد. هەموو ژیانی لە دەوری یاری گۆڵفدا ڕێکخسبوو، تەنانەت لە زستاناندا بەرەو

ویلایەتە گەرمەکانی باشور گەشتی دەکرد تەنها بۆ ئەوەی یاری گۆڵف بکات.

ورده ورده ئەم هاوڕێیەم کاری خۆی بنیادنا و هاوسەرگیری کرد و منداڵیشی بوو. بەڵام هێشتا لە یاری گۆڵفدا گیری خواردبوو، لەم کاتەشدا هەفتانە چەند جارێک یاری گۆڵفی دەکرد. ورده ورده وای لێهات ئەو پابەند بوونەی بە یاری گۆڵفەوە کاریگەری کردە سەر کارەکەی و هاوسەرگیریەکەی و تەنانەت پەیوەندیشی لەگەڵ منداڵەکانیدا.

کاتێک فشارەکەی سەری زۆر گەورە بوو، ئەم کەسە دانیشت و چالاکیەکانی لە مێشکی خۆیدا گەڕاندەوە خاڵی سفر. بۆی دەرکەوت بەم زانیاریانەی ئێستایەوە، لەم دۆخەی ئێستایدا، دەبێت یاری گۆلف بە شێوەیەکی بەرچاو لە ژیانیدا کەمبکاتەوە ئەگەر بیەوێت کاری سەرکەوتووانە و مەزن ئەنجام بدات کە بۆ ئەم دۆخەی پێویست و گرنگە. لەڕێی کەمکردنەوەی کاتی یاریی گۆڵفەکەی، هەموو ژیانی گەڕایەوە باری هاوسەنگی، تەنها لەماوەی چەند هەفتەیەکی کەمدا. باشە ئەم بنەمایە چۆن بەسەر تۆدا جێبەجێ دەبێت؟ چی چالاکیەکی کاتبەر و کات خۆر دەبێت کەمبکەیتەوە یان نەهێڵیت؟

هەلومەرجەکان بەردەوام لە گۆڕانکاریدان

سەدا ۷۰ ی ئەو بڕیارانەی دەیاندەیت بە تێپەڕبوونی کات هەڵە دەردەچن. کاتی خۆی کە بڕیارێک دەدەیت یان پابەندبوونت دەبێت، بیرۆکەیەکی باش دیارە، بنەما لەسەر ئەو هەلومەرجەی لەو ساتەدا

هەتە. بەڵام ئێستا، دۆخەکە گۆڕاوە و کاتی ئەوە هاتووە "دۆخەکە سفر بکەیتەوە" بنەما لەسەر ئەو هەلومەرجەی ئەمڕۆ لە ئارادایە.

دەتوانیت بزانیت ئایا چویتە دۆخی بیرکردنەوەی سفر بنەماوە، لەڕێی ئەو فشارەی ئەو دۆخە دروستی کردووە لەسەرت. هەرکات چویتە دۆخێکەوە، کە ئەگەر ئەم زانیاریانەی ئێستات هەبووایە، نەدەچویتە ئەو دۆخەوە و خۆت توشی نەدەکرد، ئەوا توشی فشار و تووڕە بوون و پەستبوون دەبیت.

هەندێك جار خەڵکیی کاتێکی زۆر بەسەر دەبەن لە هەوڵدان بۆ ئەوەی پەیوەندیەکی پیشەیی یان کەسیی سەربخەن و سەربگرێت. بەڵام ئەگەر ئەو پەیوەندیەت سفر کردەوە، دەبینیت چارەسەرەکە بریتیە لە خۆ ڕزگارکردن لەو پەیوەندیە بە تەواوەتی. پرسیارە ڕاستەقینەکە بریتیە لەوەی ئایا تۆ هێندە ئازایت دان بنێیت بەوەی هەڵە بویت و هەنگاوە پێویستەکان بنێیت بۆ ڕێککردنەوەی دۆخەکەت یان نا.

چی بەردەمی گرتویت؟

ئەگەر دەتەوێت بڕێك پارەی دیاریکراوت دەست بکەوێت، لە خۆت بپرسە "بۆچی تا ئێستا ئەم بڕە پارەیەم دەست نەکەوتووە؟" چی بەردەمی گرتووم؟ ئەو هۆکارە سەرەکیە چیە ڕێگرە لەوەی تۆ ئەم بڕە پارەیە بەدەست بێنیت؟ دووبارەی دەکەمەوە، تۆ دەبێت زۆر ڕاستگۆ بیت لەگەڵ خۆتدا.

لە چوار دەوری خۆت بڕوانە و ئەو کەسانە دەستنیشان بکە کە ئەو بڕە پارەیەی تۆ دەتەوێت دەستیان دەکەوێت. چی کارێك جیاوازتر لە تۆ

دەکەن؟ چی کارامەیی و توانایەکی تایبەتییان هەیە تۆ هێشتا بۆت دروست نەبووە؟ تۆ پێویستت بە چی کارامەیی و توانایەك هەیە بۆ ئەوەی ئەو بڕە پارەیەی ئەوان دەستیان دەکەوێت تۆش دەستت بکەوێت؟ ئەگەر دڵنیا نیت، بڕۆ و لێیان بپرسە. بزانە بۆ، چونکە ئەم بابەتە زۆر گرنگترە لەوەی لە خۆتەوە گریمانە لێبدەیت.

ئاستی کارامەیی و تواناکانت دەستنیشان بکە

لیستی هەموو کارامەییەکانی خۆت بکە. سەرەتا دەستنیشانی دەرەنجامە سەرەکیەکانی بواری پیشەکەی خۆت بکە. دیارە چەندان ئەرك هەیە کە تۆ دەبێت بەوپەڕی باشیی و ئەرێنییەوە ئەنجامیان بدەیت بۆ ئەوەی کارەکەت بە باشی بڕوات بەڕێوە، ئەو ئەرکانە چین؟

لە هەر کارێکدا، بەلای کەمەوە ٥ بۆ ٧ بوار هەیە. ئەمانە ئەرکە گرنگەکانن. تۆ دەبێت لە هەر دانەیەکیاندا نایاب بیت بۆ ئەوەی هەموو ئەو کارەی پارەی لەسەر وەردەگریت بە باشی ئەنجام بدەیت. دەبێت لە هەر یەکێك لەمانەدا باڵا دەست بیت ئەگەر بتەوێت ئەو بڕە پارەیەی دەتەوێت، دەستت بکەوێت.

بڕوانە ئەم دۆزینەوە گرنگە: لاوازترین کارامەیی سەرەکیی بەرزترین ئاستی هەیە لە چاو هەموو کارامەییەکانی تردا. لاوازترین کارامەیی سەرەکیی، هەرچییەك بێت، دەستنیشانی داهاتی بوارەکەی خۆت دەکات. لەوانەیە لە هەموو کارەکاندا نایاب بیت بێجگە لەو کارامەییە سەرەکیە، ئەمەش دەبێتە هۆی لەمپەر و دواخستنت لە هەموو هەنگاوەکانتدا.

Scanned with CamScanner

لە چی بوارێك و کارامەییەکدا تۆ باڵا دەستیت؟ چی کارامەییەك یان کۆمەڵە کارامەییەك بەرپرسە لە سەرکەوتنی تۆ لە پیشەکەتدا؟ ئەوە چییە کە تۆ لە هەموو کەسێکی تر باشتر ئەنجامی دەدەیت؟

لاوازترین بوارەکانی خۆت دەستنیشان بکە

هەرکە وەڵامی ئەم پرسیارانەت دایەوە، پاشان لە ئاوێنەیەکدا لە خۆت بڕوانە و بڵێ "لاوازترین بوارەکانی من چین؟" تۆ لە چیدا لە خوار ئاساییەوەیت یان لاوازیت؟ ئەوە چییە بە لاوازی ئەنجامی دەدەیت کە بۆتە هۆی لەمپەری تواناکانت لە بەکارهێنانی کارامەییەکانی ترتدا؟ ئەوە چییە تۆ بە لاوازی ئەنجامی دەدەیت و خەڵکیی تیایدا لە تۆ باشترن؟ بە تایبەتیی ئەو کارامەییە سەرەکیانە چین کە گرنگن بۆ سەرکەوتنت؟ هەرچییەك بن، تۆ پێویستە دەستنیشانیان بکەیت بە وردی و دروستی و ڕاستگۆیی و پاشان پلانێك دابنێیت بۆ باشترکردنی هەر بوارێکت.

بیهێنە پێشچاوت دووبارە دەست پێبکەیتەوە

کاتێك دەست دەکەیت بە گەشتی بەدیهێنانی هەر ئامانجێکی مەزن، دەبێت بیهێنیتە پێش چاوت کە لە هەرکاتێکدا بێت، تۆ دەتوانیت دووبارە پیشەکەت دەستپێبکەیتەوە. هەرگیز ڕێ بەخۆت مەدە هەست بکەیت بەوەی گیرت خواردووە و قفڵ بوویت بەهۆی بڕیارێکی ڕابردووتەوە. جەختت بەردەوام لەسەر داهاتوو بێت.

زۆرکەس لەمرۆکەدا دوور دەکەونەوە لە خوێندن و کار و پیشە و چەندان ساڵیان لە ئەزموون و دەست دەکەن بە کار و پیشەیەکی تەواو نوێ و جیاواز. ئەم کەسانە بەشی خۆی ڕاستگۆن لەوەدا درك بکەن بەوەی ئەو

ناڕاستەیەی لەسەری دەڕۆن داهاتوویەکی سنورداری هەیە و دەیانەوێت و بڕیاری ئەوەیان داوە بەرەو داهاتوویەك بڕۆن ئەگەرێتیەکان زۆر مەزن بێت. تۆش دەبێت هەمان شت بکەیت.

کاتێك هەڵسەنگاندنێکی بناغەیی بۆخۆت و ژیانت دەکەیت، دەبێت ڕووبەڕووی ڕاستیەکان ببیتەوە هەرچیەك بن. وەك چۆن هارۆڵد جێنین دەڵێت "ڕاستیەکان درۆ ناکەن". تۆش بەدووی ڕاستیە ڕاستەقینە بێ ئەملاولاکاندا بڕۆ، نەك ئەو ڕاستیانەی (وادیارە) ڕاست بن، یان ئەو ڕاستیانەی (ئەگەری هەیە) ڕاست بن، یان ئەو ڕاستیانەی خوازیاریت ڕاست بن. ڕاستیە ڕاستەقینەکان ئەوانەن تۆ پێویستن بۆ ئەوەی بڕیارێکی باش بدەیت.

ئامادەبە خۆت دابهێنیتەوە

بە وردی و قوڵیی لە دۆخی ئێستای کارەکەت بڕوانە. لە دۆخی ئێستای پیشەکەت بڕوانە، لە بازاڕی پیشەکەت بڕوانە. لە دووبارە داهێنانەوەی خۆتدا، کەمێك بوەستە و بیر لە دووبارە دەستپێکردنەوەی کارەکەت بکەوە بەو زانیاریانەی ئێستاکە دەیانزانیت .

بیهێنە پێش چاوت پیشە و کارەکەت لە شەو و ڕۆژێکدا بوونیان نەمێنیت. بیهێنە پێش چاوت ناچاریت بژاردەی کاری نوێ بدەیت. ئەگەر تۆ هەرئەمڕۆ ناچاربیت دووبارە دەست پێبکەیتەوە، بەو تێکەڵە تایبەتیەی لێهاتوویی و کارامەییەکانت، چی شتێك جیاواز ئەنجام دەدەیت لەوەی ئێستاکە ئەنجامی دەدەیت؟

بەهادارترین لایەنەکەت

بەهادارترین لایەنی داراییت بریتیە لە توانات بۆ پەیداکردنی پارە. بریتیە لە توانات بۆ جێبەجێ کردنی لێهاتوویی و کارامەییەکانت لە بازاڕی پیشەکەتدا بۆ پەیداکردنی پارە. لە واقیعدا، ئەگەری هەیە ماڵ و ئۆتۆمبیل و هەژماری بانکیی و کەلوپەلی ناوماڵەکەت هەمووی لەدەست بدەیت بێجگە لەو پۆشاکەی لەبەرتدایە هیچت بۆ نەمێنێتەوە. بەلاَم هەتا ئەو توانایەت بۆ پەیداکردنی پارە لەجێی خۆی بێت، ئەوا دەتوانیت زۆر بە خێرایی دووبارە پیشە و کارێك بۆ خۆت دروست بکەیت و پەیدا بکەیت و دەستبکەیتەوە بە پەیداکردنی پارە.

توانات بۆ پەیداکردنی پارە زۆر بەلای تۆوە بەنرخە. توانات بۆ پەیداکردنی پارە دەکرێت لایەنێکی بەهابەرزبۆوە بێت یان بەهادابەزیو، ئەمەش واتە ئەم توانایەت دەکرێت بەهاکەی گەشە بکات و بەهێز ببێت ئەگەر تۆ بەردەوامبیت لە کارکردن تیایدا و پەرە و گەشەی پێبدەیت، هەروەها دەشکرێت ئەم توانایەت بەهاکەی دابەزێت و نرخی نەمێنێت ئەگەر تۆ وابزانیت مسۆگەرە و تەنها کار بەو زانیاری و ئەزموونانەت بکەیت کە لە ڕابردوودا پەیدات کردووە و بۆت دروست بووە.

گوژمەیەك لە سەرچاوە

تۆ خۆت وەکو "گوژمەیەك لە سەرچاوە" ببینە، خۆت وابببینە توانای ئەنجامدانی چەندان کاری جیاوازت هەیە. تۆ چەندان کارامەیی و توانا و زانیاری و لێهاتووی و خوێندەواری و ئەزموونی جیاوازت هەیە. چەندان کار هەیە تۆ بتوانیت ئەنجامیان بدەیت، یان فێر بیت چۆن ئەنجامیان بدەیت زۆر بە باشی. هەرگیز ڕێ بەخۆت مەدە قفڵ ببیت لەسەر

Scanned with CamScanner

ڕێچکەیەکی دیاریکراو، بە تایبەتی ئەگەر دڵخۆش و ئاسودە نەبیت بەو هەلومەرجەی ئەمڕۆ تۆی تێدایت.

لە هزری دووبارە دەستپێکردنەوەدا، وەك ئەوەی تۆ تازە دەستبکەیت بە کارەکەت، بە قوڵی لە ناخی خۆت بڕوانە. ئەو خووە باشانەی هەتن چین کە یارمەتیدەرتن لە چوون بەرەو ئامانجەکانت؟ ئەی ئەو خووە خراپانە چین کە ئەگەری هەبێت ببنە لەمپەر لە بەردەمتدا؟ باشترین تایبەتمەندیی کەسێتی و کەسایەتیت چین؟ ئەی لاوازترین تایبەتمەندیەکانت چین؟ پێویستت بە چی جۆرە خوویەك و تایبەتمەندییەکی نوێ هەیە تا ئەوپەڕی توانات بخاتە گەڕ و پلانت چیە بۆ دروستکردنی ئەم تایبەتمەندی و خووانە؟ پێویستت بە چی جۆرە خوویەك هەیە وەلای بنێیت و ئاڵوگۆڕیان پێبکەیت لەگەڵ خووی باشدا؟

لە باشییەوە بڕۆ بەرەو مەزنی

جیم کۆلینز، لە کتێبە پڕفرۆشە کارسازیەکەیدا بە ناوی (باش بەرەو مەزن (Good to Great – دەڵێت کەوا تۆ دەبێت بتەوێت "پرسیاری ناخهەژێن" لەخۆت و کارەکەت بکەیت ئەگەر بتەوێت بەربەستەکانی بەردەمت دەستنیشان بکەیت و لایان بدەیت کە ڕێگرن لە بەرەو پێشچوونت. هەندێك لەو پرسیارە ناخهەژێنانە چین پێویستە لەخۆت بپرسیت پێش ئەوەی بە هەموو هۆش و دڵ و دەروونتەوە بەرەو ئامانجەکانت بڕۆیت؟

هەرکاتێك من پلانی ستراتیژیی بۆ کۆمپانیاکەم دابنێم، دانیشتنەکەمان بە چوار پرسیار دەست پێدەکەم. یەکەمیان، پێگەی ئێستامان چیە؟ داتا و

... ئامانجەکان!...

زانیـاری کۆدەکەینــەوە لەســەر هــەموو بەشــەکانی کۆمپانیاکــە بـۆ دروستکردنی وێنایەکی زۆر ڕوون و ئاشکرا لەسەر خاڵی دەستپێکمان، بە تایبەتی دەربارەی فرۆش و پێگەمان لە بازاڕدا و قازانجمان.

دووهەمیان، دەپرسین "خوازیارین لە داهاتوودا لەکوێدا بین؟" لێرەدا بیر لـە داهاتوویـەکی نمونـەیی دەکەینـەوە. دەیهێنینـە پـێش چـاومان کـە دەتوانین چۆنمان بوێت کۆمپانیاکـەمان بـەو شـێوەیە لێبکـەین لـە چەند ساڵی داهـاتوودا، وە دیـدێکی پڕاوپـڕ دروسـت دەکـەین لەسـەر ئـەوەی کۆمپانیاکـەمان چـۆن دەبێـت ئەگـەر لـە هـەموو ڕوویەکـەوە سـەرکەوتوو بووین.

سێهەمییان، دەپرسـین "چـۆن گەشـتوینەتە ئـەم پێگەیـەی ئـەمڕۆمان؟ چیمان بە دروستی ئـەنجام داوە؟ دەمانویسـت چـی بـە جیـاوازی ئـەنجام بـدەین؟ تـا ئێسـتا گـەورەترین سـەرکەوتنمان چـی بـووە و بۆچـی ئـەم سـەرکەوتنە ڕوویـداوە؟ لـە چیدا شکسـتمان هێنـاوە و هۆکارەکـانی چـی بوون؟ وەکو جۆرج سانتەیانا دەڵێت "ئەوانەی لە مێژووەوە فێـر نـابن لە چارەیان نوسراوە هەڵەکان دووبارە بکەنەوە."

چوارهەمین پرسیار بریتیە لە "پێویستە ئێستا چی بکەین بـۆ ئـەوەی لـەم پێگەیەمانـەوە بـڕۆین بـۆ ئـەو پێگەیـەی دەمانـەوێت؟" بنـەما لەسـەر ئەزموونـەکانمان، دەبێـت چـی شـتێك زیـاتر ئـەنجام بـدەین و چـی شـتێك کەمتر ئەنجام بدەین؟ دەبێت دەست بکەین بە ئەنجامدانی چی شتێك کە ئەمڕۆکە ئەنجامی نادەین؟ ئەی دەبێت بە تـەواوەتی لـە ئەنجامـدانی چی شتێك بوەستین؟

Scanned with CamScanner

پلانی ستراتیژیی خۆت دابنێ

هەواڵە دڵخۆشکارەکە ئەوەیە کە ئەگەر سێ پرسیاری یەکەممان وەلامدابێتەوە بە دروستی، ئەوا پلانی ستراتیژی و نەخشەی بنەڕەتی زۆر بە ئاسانتر بەدەستمانەوە دێت وەك لەوەی لە هەوڵداندا بوینایە بۆ پلاندانان بەبێ ئەوەی لامان ڕوون بێت پێگەمان کوێیە و چۆن گەشتوینەتە ئەم ئاست و پێگەیە.

وتەیەکی دێرین هەیە دەڵێت "دەستپێکێکی باش نیوەی کارەکەیە".

دکتۆرەکان دەڵێن "دەستنیشانکردنی دروست نیوەی چارەسەرەکەیە".

تەرخانکردنی کات بۆ ئەوەی بە ڕاستگۆیانە خەملاندن ئەنجام بدەیت بۆ هەمو بەش و لایەنەکانی دۆخ و پێگەکەت پێش ئەوەی بەرەو ئامانجەکانت بڕۆیت دەبێتە هۆی گێڕاندنەوەی چەندان مانگ و تەنانەت ساڵیش لە گەشتەکەتدا. لە زۆرینەی دۆخەکاندا دووبارە خەملاندنەوەی ئامانجەکانت لەژێر تیشکی شیکاریی و زانیاریی باڵادەستدا دەبێتە کارێکی زۆرەملێ. ئەم کارە دەبێتە هۆی خێراکردنی بەدەستهێنانی ئامانجەکانت بە شێوەیەکی بەرچاو.

لەسەرەتاوە دەستپێبکە

١ .واقیعی دۆخی ئێستات دەستنیشان بکە پەیوەندیدار بە ئامانجە سەرەکیەکانتەوە. ئێستاکە لە چی ئاستێکدایت، چەندت ماوە بگەیت؟

٢ .بیرکردنەوەی سفر بنەما جێبەجێ بکە بۆ هەموو لایەن و بوارەکانی ژیانت. ئێستا تۆ چی دەکەیت ئەگەر ئەم زانیاریەی ئێستات هەبووایە و ئەگەر پێویست بووایە دووبارە ئەنجامی بدەیتەوە، ئەنجامت نەدەدا.

Scanned with CamScanner

٣ .شیکارییەکی چڕوپڕی لایەنی دارایی ژیانت ئەنجام بدە. ئەمڕۆ داهاتت چەندە و سامانت چەندە؟ ئامانجت لەم بوارەدا چییە؟

٤ .شیکارییەکی چڕوپڕی لایەنی کارامەییت ئەنجام بدە بۆ خۆت وکارەکەت. لەچیدا باشیت؟ لەچیدا پێویستت بە باشترکردنە؟

٥ .دەستنیشانی بکە بە تەواوەتی و بە وردیی لە کاتژمێرێکدا چەند پەیدا دەکەیت و چی دەکەیت لەبەرامبەر بەدەستهێنانی ئەم بڕەدا. پێویستە چی ئەنجام بدەیت بۆ زیادکردنی ڕێژەی داهاتت بەرامبەر یەك کاتژمێر لە مانگەکانی داهاتوودا؟

٦ .بیهێنە پێش چاوت داهاتووت لە هەموو ڕوویەکەوە بێ کەموکوڕییە. پێویستە چی ڕووبدات بۆ ئەوەی ئەم دیدە ببێتە واقیع؟

Scanned with CamScanner

بەشی نۆ
بەرەوپێشچوونت پێوانە بکە

"هیچ ڕێگەیەك زۆر دوورودرێژ نیە بۆ مرۆڤێك كە زۆر بەرەوپێشچووە و پەلەشی تێدا نەكردوە، هیچ شەرەفێك هێندە دوور نیە بۆ مرۆڤێك كە بە ئارامگرییەوە خۆی بۆی ئامادە دەكات"

"جین دی لا برویەر"

تۆ توانایەكی هزریی ناوازەت هەیە كە بەردەوام شكست دێنیت لە بەكارهێنانیدا بەو پەڕی تواناتەوە. ئەگەر بە شێوەیەكی سیستەماتیكی ئامانجت لە ژیانتدا دانا و پلانی وردت دانا بۆ بەدەستهێنانی ئەم ئامانجانە، ئەوا چەندان ساڵی كاركردنت بۆ دەگەڕێتەوە لە گەشتن بە هەمان ئاستی سەركەوتندا. دانانی ئامانج دەبێتە هۆی ئەوەی تۆ بڕێكی گەورەی تواناكانی بیركردنەوەت بەكاربێنیت وەك لە كەسێكی ئاسایی.

هزری نەستت بریتیە لە "نوسینگەی سەرەكیی" ژیانت. ڕۆڵی ئەم نوسینگەیە بریتیە لە مامەڵەكردن لەگەڵ زانیاریەكانی ژینگەكەت و پاشان دەستنیشانكردن و شیكاركردن و بەراوردكردنی بە زانیاریی تر و پاشان بڕیاردان لەسەر كردارە پێویستەكان.

بەڵام ئەوەی هێزە مەزنەكەی لە دەستە بریتیە لە نەستت، ئەوە نەستتە كە وات لێدەكات بتوانیت ڕێژەیەكی مەزنتر لە جاران بەدەست بێنیت. بەلای كەمەوە ٪۹۰ یان زیاتر لە هێزی دەروونیی "شاراوەیە". زۆر گرنگە

فێر ببیت ئەم هێزە شاراوەیەت بەکاربێنیت بۆ هاندان و بزواندن و پاڵنانی خۆت بەرەو پێشەوە بۆ بەدەست هێنانی ئامانجەکانت.

بە ئامانجەکانت خۆت بەرنامەڕێژ بکە

نەستت زۆر بە باشتر کار دەکات ئەگەر ئامانجی ڕوون و ئەرکی دیاریکراو و پێوانەی جێگیر و بەرواری نەگۆڕت هەبێت. تا زیاتر بەم لایەنانە نەستت بەرنامەڕێژ بکەیت، ئەوا نەستت باشتر کاردەکات و لەماوەیەکی کورتتردا زۆر زیاتر بەدەست دێنیت.

لەکاتێکدا ئامانجەکانت دادەنێیت و دەست دەکەیت بە کارکردن بۆ بەدیهێنانیان، زۆر گرنگە چەند خاڵێکی پشکنین یان پێوانەکاری بۆ خۆت دابنێیت تا بتوانیت بەکاری بێنیت بۆ خەملاندنی ئاستی بەرەوپێشچوونت بە ڕۆژ و بە کاتژمێر. تا ئەم پێوانەکاریانەت ڕوونتر و دیاریکراوتر بن، تۆ زۆر باشتر و وردتر دەتوانیت ئامانجەکانی سەر لیست و خشتەکانت بپێکیت.

نەستت پێویستی بە "سیستەمی زۆرەملێ" هەیە کە پێك بێت لە بەرواری کۆتایی کە خۆت بۆ خۆتت داناوە بۆ بەجێگەیاندنی ئەرك و بەدیهێنانی ئامانجەکانت. بەبێ بوونی سیستەمی زۆرەملێ، ئەگەری زۆرە بە ئاسانی کارەکانت دوابخەیت و پشتگوێ بخەیت و ئەرکە گرنگەکانت هەڵبگریت بۆ کاتێکی دواتر، یان هەر ئەنجامیان نەدەیت.

سێ کلیل بۆ ئەدای باڵا

سێ کلیل هەیە بۆ ئەدای باڵا لە بەدیهێنانی ئامانجەکانتدا. ئەوانیش بریتین لە پابەندبوون و تەواوکردن و کۆتایی پێهێنان.

Scanned with CamScanner

کاتێك تۆ پابەندبوونێکی تەواو تەرخان دەکەیت بۆ بەدیهێنانی ئامانجێکی دیاریکراو، وە هەموو پاساوەکان وەلا دەنێیت، وەکو ئەوە وایە پێ بنێیت بە خێرایی نەستتدا و دەریچیت. بەم کارە داهێنەرتر و تەرخانکراوتر و جەختکراوتر دەبیت بە شێوەیەك پێشتر وات لێنەهاتبێت. پیاوان و ژنانی مەزن ئەوانەن پابەندبوونی ڕوون و جێگیریان هەیە و ڕەتی دەکەنەوە لەم پابەندبوونانەیان لا بدەن جا هەرچییەك ڕووبدات.

تەواوکردن دووهەم پێکهاتەی ئەدای بالآیە. جیاوازییەکی گەورە هەیە لەنێوان ئەنجامدانی ئەرکێك بە ڕێژەی ٪٩٥ وەك لە ئەنجامدانی هەمان ئەرك بە ڕێژەی ٪١٠٠. زۆر کەس ئەرکەکانیان زۆر بە باشی و دروستی ئەنجام دەدەن تا دەگاتە ئاستی ٪ ٩٠ بۆ ٩٥ پاشان تەمبەڵی دەیانگرێت و خاو دەبنەوە و تەواوکردنی کۆتایی ئەرکەکە دوا دەخەن. دەبێت بەرگەی ئەم هەستە بگریت، دەبێت تۆ بەردەوام زۆر لە خۆت بکەیت و خۆت پەروەردە بکەیت بۆ بەرگەگرتنی ئەم هەستە سروشتیە و نەوەستیت تا تەواوبوونی تەواوەتیی ئەرکەکەت.

تلیاکە سەرسوڕهێنەرە سروشتیەکە

هەر کاتێك تۆ هەر جۆرە ئەرکێك تەواو بکەیت، مێشکت بڕێکی کەم لە مادەی ئێندۆرفین دەردەدات. ئەم تلیاکە سروشتیە هەستی خۆش بەختی و دڵخۆشیت پێدەدات، وادەکات هەست بە فراوانی دەروون و ئاشتیی ناخ بکەیت. ئەم مادەیە دەبێتە هۆی بزواندنی داهێنەرایەتی و باشترکردنی کەسێتیت. ئەم ئێندۆرفینە "تلیاکە سەرسوڕهێنەرە" سروشتیەکەیە.

بڕی ئێندۆرفینی ئەو ئەرکەی تەواوی دەکەیت هەتا زیاتر گرنگ بێت، بڕی ئێندۆرفینی مێشکیشت زیاتر دەبێت. ئەمە وەکو خەڵاتکردنی سەرکەوتن و بەدەستهێنان وایە. بە تێپەڕبوونی کات، تۆ دەتوانیت هەستێکی ئەرێنیت بۆ دروست ببێت لە هەستکردن بەو خۆشبەختیەی بەهۆی ئەم "دەردرانی ئێندۆرفین"ەوە هەستی پێدەکەیت.

کاتێک ئەرکێکی بچوکیش تەواو دەکەیت هەر هەست بە دڵخۆشی دەکەیت. کاتێک ئەرکێکی گەورە تەواو دەکەیت، هەر هەست بە دڵخۆشی دەکەیت. کاتێک هەنگاوە جیاوازەکانی تەواوکردنی ئەرکێك جێبەجێ دەکەیت و دەبڕیت، بۆ هەر دەستکەوتێك، ئێندۆرفین لە مێشکتدا دەردەدرێت. بەردەوام هەست بە دڵخۆشی و خۆشحاڵی دەکەیت لەکاتێکدا بە شێوەیەکی بەردەوام کار دەکەیت بۆ تەواوکردنی ئەرك و کارە گرنگەکانت.

هەستێکی بردنەوە دروستبکە

هەمووان حەز دەکەن وەکو "براوە" هەست بکەن. کەواتە بۆ ئەوەی ئەم هەستەت بۆ دروست ببێت ئەوا پێویستە ببەیتەوە. تۆ هەستی براوەت بۆ دروست دەبێت کاتێك ئەرکەکانت بە ڕێژەی ١٠٠٪ تەواو دەکەیت. کاتێك بەردەوام و دووبارە ئەم کارە ئەنجام دەدەیتەوە، وردە وردە ئەو خووەت بۆ دروست دەبێت کە کارێکت دەستپێکرد تەواوی بکەیت. وە کاتێك ئەم خووی تەواوکردنی کارە جێگیر دەبێت، ژیانت باشتر دەبێت بە شێوەیەك ئەمڕۆکە ناتوانیت بهێنیتە پێش چاوت.

Scanned with CamScanner

لە دەروونزانیـدا، پێچـەوانە هەمیشـە ڕاسـتە. "کـاری تەواونـەکراو" سەرچاوەیەکی سەرەکیی فشار و دڵەڕاوکێیە. لە ڕاستیدا زۆرینـەی ئـەو دڵناخۆشـی و دڵتەنگیـەی خـەڵکیی هەسـتی پێـدەکات بـەهۆی ئەوەوەیـە خۆیان فێرنەکردووە و خۆیان پـەروەردە نـەکردوە تـا ئـەو ئـەرك و کـار و بەرپرسیارێتیەی لەسەریانە هەمووی تەواو بکەن و پشتگوێی نەخەن.

ئازاری دواخستن

ئەگەر تۆ ئەرکێکی گەورەت پێڕاسپێردراوە و بەردەوام پشتگوێت خستوە و دواتخستووە، ئەوا دەزانیت مەبەستم لە ئـازار چیە. تـا زیـاتر چاوەڕێ بکەیت بۆ دەستپێکردن بە کار و ئەرکەکەت و تا زیاتر لە بەرواری کۆتـایی نزیك بیتەوە، ڕێژەی فشارەکەت گەورەتر و بـەهێزتر دەبێـت. ڕەنگـە وای لێبێت شەوانە خەوت لێنەکەوێت و کاربکاتـە سـەر کەسـێتیت. بـەڵام هـەر کە دەستت کرد بە کارەکـە و نەوەسـتایت تـا تـەواوبوون، هەسـت بـە دڵ ئاسودەبوون و حەوانەوەیەکی مەزن دەکەیت.

ئەمە وەکو ئەوەیە سروشت خەڵاتت بکات بۆ هەر کارێکی ئەرێنی و بـاش. وە لە هەمان کاتدا سروشـت سزاشـت دەدات بـە فشـار و ناڕەحـەت بـوون ئەگەر شکستت هێنا لە ئەنجامدانی ئەو کارانەی وادەکەن بـەرەو ئامـانج و دەرەنجامە گرنگەکانت بڕۆیت.

کارتی نمرەی هاوسەنگ

یەکێك لە بەناوبانگترین کارەکان لە بەڕێوەبردنی سەردەمیانەدا بریتیـە لـە بەکارهێنانی "کارتی نمرەی هاوسەنگ." بـەکارهێنانی ئـەم کـارتی نمرانـە وادەکـات هـەموو کەسـێك لـە هـەر ئاسـتێکی کـاردا بێـت هانبـدرێت بـۆ دەستنیشـانکردنی پێـوەرە سـەرەکیەکانی ئامـاژەدەر بـە سـەرکەوتن،

پاشـان نمـرەدان بـە خۆیـان ڕۆژانـە و هەفتانـە لـە هـەر یـەك لـەم بـوارە سەرەکیانەدا.

ئەمە خاڵێکی گرنگە، تەنها دەستنیشانکردن و دانانی ژمارە و نمرەیەك و پاشان ئاگاداربوونی تەواوەتی لێی و گرنگیپێدانی، وادەکات ئەدات باشتر بکەیت لەو بوارەدا. بۆ نمونـە، ئەگـەر کەسـێك پـێش کۆبونەوەیـەك پێت بڵێت خەمڵاندنت بۆ دەکرێت لەسەر ئاستی گوێگرتنـت لـە کۆبونەوەکـەدا، ئەوا تۆش ئاست و کارامەیی گوێگرتنت زۆر باش دەبێت و ئامـادە دەبێت تەنها لەماوەی چەند خولەکێکی کەمدا، وە لە کۆبونەوەکەدا زۆر بە باشتر و ئاگـادارتر گـوێ دەگریـت چـونکە دەزانیـت ئـەم ڕەفتـارەت چاودێری دەکرێت.

بەهەمان شێوە، هـەرکاتێك تـۆ ئامـانج و پێـوەر و چالاکی گرنگـت بـەلای خۆتەوە هەڵبژارد، وە دەستت کرد بە چاودێریکردن و ئاگاداربوون لێی بە شێوەیەکی ڕۆژانە، ئەوا ئەدات لەو بوارەدا زۆر باش دەبێت.

یـەکێك لـە بەسـوودترین ئـەو کارانـەی لـە پیشـەکەتدا ئـەنجامی دەدەیت بریتیە لە دانانی خـاڵی پشـکنین و دروسـتکردنی کـارتی نمـرە و پێوانـە و پێوەر و بەرواری کۆتایی بۆ هەر ئەرکێك کە لەسەرتە ئەنجامی بدەیت لە ڕێگەتـدا بـەرەو یـەکێك لـە ئامانجـەکانت. بـەم شـێوەیە تـۆ سیسـتەمی زۆرەملێی نەستت کارا دەکەیت. ئەم سیستەمی زۆرەملێیە هانت دەدات و دەتبزوێنێت لەسەر ئاسـتی نەسـت بـۆ ئـەوەی زووتـر دەسـت پێبکـەیت و باشتر کار بکەیت و درەنگتر بمێنیتەوە و کار و ئەرکەکەت تەواو بکەیت.

سوڕەکە دابخە

سێهەم کلیل لە پاش پابەندبوون و تەواوکردن بریتیە لە کۆتایی پێهێنان.
کۆتایی پێهێنان بریتیە لە جیاوازیی نێوان سوڕی کراوە و سوڕی داخراو.
کۆتایی هێنان بە کێشەیەك لە ژیانی کەسی و پیشەتدا زۆر گرنگە تا تۆ هەست بە دڵخۆشی و کۆنترۆڵی دۆخەکەت بکەیت.
کۆتایی پێنەهێنان و کاری تەواونەکراو و ئەرکی کەموکوڕ جا هەر جۆرێك بێت هەمووی سەرچاوەی سەرەکی فشار و لەخودڕازینەبوون و شکستن لە کاردا. ئەمانە بڕێکی ئێجگار گەورەی وزەی جەستەیی و عاتیفی بەکاردەبەن.

توانستی سەرەکی

ڕەنگە گرنگترین توانست لە جیهانی کارکردندا بریتی بێت لە "پشت پێبەستراوێتی". هیچ شتێك نابێتە هۆی زیادکردنی داهات و موچە و پلە بەرزکردنەوەت وەك لە دروستکردنی ناوبانگێك لەوەی کارەکانت بە خێرایی و بە باشی و لەکاتی خۆیدا ئەنجام بدەیت.
ئامانجەکانت هەرچیەك بن، لیستێك دروست بکە بۆ ئەو ئەرك و کارانەی پێویستە ئەنجامیان بدەیت بۆ ئەوەی بتوانیت ئەو ئامانجانەت بێتە دی. پاشان بەرواری کۆتایی بۆ هەریەك لەم ئەرك و کارانە دابنێ. پاشان هەموو ڕۆژ و کاتژمێرەکانت بەکاربێنە بۆ کارکردن لەوەی لە بەرواری کۆتاییدا کار و ئەرکەکانت تەواو بکەیت. بەرەوپێشچوونی ڕۆژانەت پێوانە بکە و بەپێی پێویست خێراتر بە و خاوتر ببەوە. بەڵام لە یادت بێت ناتوانیت ئامانجێك بپێکیت ئەگەر نەیبینیت. تا ڕوونتر بیت بەرامبەر

بەرواری کۆتایی و پێوانەکانت، زیاتر بەدەستدێنیت و خێراتـر بەدەستیان دێنیت.

ئامانج یان بڕیار بـەبێ بـەرواری کۆتـایی تـەنها قسـەیە و هیچی تـر. هیچ وزەیـەکی پاڵنـەری نیـە، وەکـو فیشـەکێکە بـەبێ باروت لـەناو مـەخزەنی چـەکەکەتدا بێـت. هـەتا بـەرواری کۆتـایی دانـەنێت و پابەنـد نـەبیت بـەم بەروارەوە، ئـەوە رێـك وەکـو ئەوەیـە "موختـار کـوژ" بتـەقێنیت و هیچ بەدەست نەهێنیت لە ژیان و کارەکەتدا.

هەندێك جار خەڵکیی دەپرسن "چی دەبێت ئەگەر بەرواری کۆتاییم دانا و بەڵام لەم بەروارەدا ئامانجەکەم بەدەست نەهێنا؟"

وەڵامی ئەم پرسیارە ئاسانە، بـەروارێکی تـری کۆتـایی دابـنێ، دانەیـەکی تر، دانەیەکی تر! ئەگەر پێویست بوو. بەرواری کۆتـایی خەملاندنێکە بۆ ئەوەی تۆ کەی ئەرك و کارەکەت تەواو دەبێت. تا زیاتر کاربکـەیت بـەرەو بەرواری کۆتاییت، زیاتر و زیـاتر دەتوانیـت پـێش یـان لـەکاتی بـەرواری کۆتاییـدا کارەکانـت تـەواو بکـەیت و بزانیـت ئـەرك و کـارێکی دیـاریکراو چـەندە کـاتی پێویسـتە. باشـتر و باشـتر دەبیـت لـە بەدەسـتهێنانی ئامانجەکانتدا.

فیل خواردن

ئایا ئەم پرسیارەت بیستووە: "چۆن فیلێك دەخۆیت؟" ئـەی دەزانیت وەڵامەکەی چیە؟ "هەرجارە و قەپاڵێك".

ئەم لێکچواندنە بـۆ بەدەستهێنانی ئامانجـە گەورەکانـە. چـۆن دەتوانیـت ئامـانجێکی گـەورە بەدەسـتبێنیت؟ هـەرجارە و هـەنگاوێك و ئـەرکێك و پێوانەکردنێك.

Scanned with CamScanner

... ئامانجەکان!...

ئامانجە ماوە درێژەکانت دابەش بکە بەسەر ساڵانە و مانگانە و هەفتانە و تەنانەت بەپێی کاتژمێریش. تەنانەت ئەگەر ئامانجە ماوە درێژەکەشت بریتی بێت لە سەربەخۆبوونی دارایی ئەوا ئەوەش شی بکەوە بەسەر ئەوەی چۆن کاتژمێرەکانی داهاتووت بەکاردێنیت بەشێوەیەك ببێتە هۆی ئەگەری سەربەخۆبوونت لە ڕووی داراییەوە.

ئەگەر دەتەوێت داهاتت زیاد بێت، دەزانیت هەموو داهاتەکەت لە دەرەنجامی "بەهای زیادکراو"ەوەیە. بڕوانە هەر کارێك ئەنجامی دەدەیت و پاشان بپرسە لەخۆت چۆن بتوانیت بەهای کارەکەت زیاد بکەیت بەجۆرێك ببێتە هۆی زیادکردنی سامان و موچە و داهاتت وەك لەوەی ئەمڕۆت.

دەستنیشانکردنی بەهادارترین ئەرکەکەت

بڕۆ لە سەرۆککارەکەت بپرسە "ئەو تاکە شتە چیە کە من ئەنجامی دەدەم لە هەموو شتێکی تر بە بەهاترە؟" وەڵامەکەی هەرچییەك بێت، بەدووی ئەو ڕێگانەدا بگەڕێ کە دەبنە هۆی زیادکردنی ئەنجامدانت بۆ ئەو کارە و هەوڵی باشتر و باشتربوونی تێدا بدە.

شتێکی سەرسوڕهێنەرە چەند دەتوانیت بەدەستبێنیت ئەگەر ئەرکەکانت دابەش کرد بەسەر هەنگاو و کاری بچوکتردا، وە دانانی بەرواری کۆتایی و پاشان هەر جارە و کارێك ئەنجام بدەیت. وتەیەك هەیە دەڵێت "پێ بەپێ پشتت دەشکێ، بست بە بەست هەمووی ئاسان دەبێ."

باشترکردنی بەردەوام و کۆتایی نەهاتوو

ئەگەر تۆ بتەوێت ڕێژەی کارت لە کاتژمێرێکدا و ڕێژەی داهاتت زیاد بکەیت ئەوا بگەڕێ بەدووی ئەو ڕێگانەدا کە دەبنە هۆی کەمە کەمە باشترکردنی گرنگترین ئەو شتانەی ئەنجامیان دەدەیت. ڕۆژی کاتژمێرێك لە بوارەکەی خۆتدا بخوێنەوە، گوێ لە بەرنامەی تۆمارکراو لە بوارەکەی خۆتدا بگرە کاتێك دەچیتە سەر کارەکەت یان لە کارەکەت دێیتەوە ماڵەوە. چەندێك توانیت خولی ڕاهێنان وەربگرە. ئەم چالاکیانە دەبنە هۆی بەرزکردنەوە و خێراکردنی تەواوی پیشەکەت. کاتێك تۆ ڕۆژانە یەك کاتژمێر یان دوو کاتژمێر تەرخان دەکەیت بۆ خود باشترکردن، ئەوا کاریگەریە کەڵەکەبووەکانی سەر تواناکانت دەرەنجامێکی ئێجگار گەورەیان دەبێت .

تەندروست و لەش ڕێك بە

ئەگەر دەتەوێت کێشت دابگریت، ئەم هاوکێشە ساکارە پێنج وشەییە جێبەجێ بکە "کەمتر بخۆ و زیاتر ڕاهێنان بکە ."

ئەگەر خۆت ڕاهێنا لەسەر کەمخواردن بە ڕێژەی کەم، وە خواردنی خۆراکی باش و لە هەمان کاتدا وەرزشی ڕۆژانەت کەمێك کرد یان کەمێك زیاتر کرد، ئەوا جەستەت بەرنامەڕێژ دەبێت بەوەی هەموو ڕۆژێك برێك کێش لە دەست بدات. گرنگ نیە ئێستا کێشت چەندە، ئەگەر ڕۆژانە برێك کێش لە دەست بدەیت بۆ نمونە ٢٥ گرام، ئەوا لە مانگێکدا دەکاتە نزیکەی یەك کیلۆ. یەك کیلۆ لە مانگێکدا دەکاتە ١٢ کیلۆ لە ساڵێکدا، لە

Scanned with CamScanner

پڕ دەبینیت جەستەت و حەزی خواردنت بە شێوەیەک ڕاهێناوە کە بۆتە هۆی لەدەستدانی کێش بە شێوەکەی زۆر تەندروست و بەردەوام.

سەنت سەنت کۆی بکەوە و دۆلارەکان بۆ خۆیان کۆدەبنەوە

ئەگەر بتەوێت دەوڵەمەند ببیت، بزانە هەر خەرجیەک دەیکەیت لە چیدایە. ئامانجێک دابنێ بۆ نمونە ڕۆژانە ٣ دۆلار یان ٥ یان ١٠ دۆلار کۆبکەیتەوە. ئەم پارانە بکە هەژماری ئەزیەرکردنەوە لە بانکدا یان ئەگەر لە ماڵەوە کۆتکردەوە بە هیچ شێوەیەک دەستکاری مەکە. بە وریاییەوە وەبەرهێنان بکە (ئابوریی ئەمریکا). ڕۆژانە و هەفتانە و مانگانە پارە لابدە و ئەم کارە بکە خوویەک و بەردەوام ئەم خووەت جێبەجێ بکە. پاش ماوەیەک دەبینیت بە ئاسانیی دەتوانیت بژیت لەسەر بڕە پارەیەکی کەمتر لە جاران و داهاتت زیاد دەبێت و بڕی پارەی کۆکراوەکەشت زیاد دەکات. لە ماوەی چەند هەفتە و مانگ و ساڵێکی کەمدا ئەگەر قەرزدار بیت قەرزەکانت دەدەیتەوە و ئەگەر وەبەرهێنانت کردبێت ئەوا بڕە پارەیەکی زۆر لەلاوە کارت بۆ دەکات. پاش چەند ساڵێک دەبینیت لە ڕووی داراییەوە سەربەخۆیت (ئابوریی ئەمریکا)،

کەسێکی خوێنەر بە

ئەگەر هەر ئێوارەیەک ١٥ خولەک دابنێیت بۆ خوێندنەوە وەک لە تەماشاکردنی تەلەڤیزۆن، ئەوا لە ساڵێکدا نزیکەی ١٥ کتێب تەواو دەکەیت. خۆ ئەگەر بابەتی وێژەی کلاسیکیی ئینگلیزی بخوێنیتەوە ئەوا لەماوەی ٧ ساڵدا دەتوانیت نزیکەی ١٠٠ کتێب بخوێنیتەوە. دەبیتە خوێنەرترین و ڕۆشنبیرترین کەسی نەوەی خۆت. ئەم کارەش بە

Scanned with CamScanner

تەرخانکردنی تەنها ١٥ خولەکی ئێواران یان پێش خەوتن دەتوانیت ئەنجام بدەیت.

داهاتت زیاد بکە

ئەگەر تۆ لە بواری فرۆشدا کار دەکەیت و دەتەوێت داهاتت زیاد بکەیت، بە وریاییەوە بزانە چەند تەلەفون دەکەیت و چەندجار کاڵاکانت نمایش دەکەیت و ڕۆژانە و هەفتانە و مانگانە چەند دەفرۆشیت. پاشان ئامانجێك دابنێ بۆ زیادکردنی ئەو لایەنانەی دەبنە هۆی زیادکردنی ڕێژەی فرۆشت لە ڕۆژێکدا. ئامانجێك دابنێ بۆ زیادکردنی ڕێژەی فرۆشت لە هەفتە و مانگێکدا. ڕۆژانە پێوانەی خۆت بکە بەرامبەر ستاندارد و پێوەرەکانی خۆت.

ئەگەر پێوانەی بکەیت، دەتوانیت بەڕێوەی ببەیت

لە هەر بوارێکی ژیانتدا، چالاکیەکانت بە وریاییەوە شی بکەوە و ژمارەیەکی دیاریکراو دابنێ کە باشترین پێوەر بێت بۆ پێوانە کردنی ئاستی سەرکەوتنت لەو بوارەدا. پاشان هەموو هۆش و ئاگات بە درێژایی کات بخە سەر ئەو ژمارەیە، بە تەنها تەرخانکردنی ئاگاداریت دەبێتە هۆی ئەوەی باشتر لەو بوارەدا هەڵبسوڕێیت، لەڕووی هەستیش و نەستیشەوە.

ئەگەر دەتەوێت تەندروستتر بیت، دەتوانیت جەخت بکەیتەوە سەر ژمارەی ئەو خولەکانەی لە هەفتەیەکدا ڕاهێنانی تێدا دەکەیت، یان ژمارەی ئەو کالۆریانەی لە ڕۆژێکدا دەیانخۆیت. ئەگەر دەتەوێت لە ڕووی داراییەوە سەرکەوتوو بیت، دەتوانیت جەخت بکەیتەوە سەر ئەو بڕەی لە

Scanned with CamScanner

كاتژمێرێكدا پەیدای دەكەیت، یان ئەو بڕەی مانگانە لایدەدەیت. ئەگەر دەتەوێت بۆ نمونە لە بواری فرۆشدا سەركەوتوو بیت، جەخت بكەوە سەر ژمارەی پەیوەندیـەكانت لـە ڕۆژێكـدا، یـان ژمـارەی فرۆشـەكانت، یـان قەبارەی فرۆشەكانت لە مانگێكدا. ئەگەر دەتـەوێت لـە پەیوەندیەكانتـدا سـەركەوتوو بیـت، جـەخت بكـەوە سـەر ژمـارەی ئـەو خولەكانـەی تیایـدا ڕوویـەڕوو قسـە دەكـەیت لەگـەڵ كەسـە گرنگـەكانی ژیانتـدا هـەر ڕۆژ و مانگێك.

پەندێك هەیە دەڵێت "ئەوەی بپێورێت ئەنجامیش دەدرێت"، پەنـدێكی تـر هەیە دەڵێت "ئەگەر نەتوانی بیپێویت ناتوانیت بەڕێوەی ببەیت". توانـات بۆ دانانی پێوەری دیاریكراو لەسەر ئامانجەكانت و پاشان دانانی تۆمارێـك بۆ ئاگاداربوون لـە هەڵسوڕان و ئـەدای كـارت بەدڵنیاییـەوە دەبێتـە هـۆی ئەوەی بتوانیت ئامانجەكانت بەدی بێنیت لە بەرواری خۆیدا، یان تەنانـەت پێش بەرواری خۆی.

بەرەوپێشچوونت بپێوە:

١ .یـەك پێـوەر دەستنیشـان بكـە كـە بتوانیـت بـەكاری بێنیـت بـۆ پێوانـەكردنی بەرەوپێشـچوونت و سـەركەوتنت لـە هـەر بـوارێكی ژیانتـدا، ڕۆژانە پێداچوونەوە بەم پێوەرەدا بكە.

٢ .دەستنیشانی گـرنگترین بەشـی كارەكـەت بكـە كـە كاریگـەری دەكاتـە سەر داهاتت، چالاكیەكانی ڕۆژانەت لەو بوارەدا بپێوە.

Scanned with CamScanner

٣ .کەمترین ڕێژەی دیاریکراوی ڕۆژانە و هەفتانە و مانگانە دەستنیشان بکە بۆ کۆکردنەوە و وەبەرهێنان، وە خۆت ڕابێنە لەسەر ئەوەی ئەم بڕانە لابدەیت.

٤ .ئامانجە گەورەکانت دابەش بکە بەسەر بەشی پێوانەکراو و کۆنترۆڵکراودا، پاشان جەخت بکەوە سەر بەدیهێنانی هەر بەشێك لە بەروارێکی دیاریکراودا.

٥ .دانانی خاڵی پشکنین و پێوانەکاری و کارتی نمرە و ئامانج و بەرواری کۆتایی ئامانجەکانت بکە یاریی لەگەڵ خۆتدا و پاشان جەخت بکەوە سەر ئەم ژمارە و بەروارانە. ئامانجەکان خۆیان دێنە دی.

٦ .خۆت یەکلایی بکەوە بۆ بەدیهێنانی بەلای کەمەوە یەك بەشی دیاریکراوی ئامانجێکی گەورە ڕۆژانە، هیچ ڕۆژێك مەپەڕێنە.

Scanned with CamScanner

بەشی دە
لەمپەر و بەربەستەکان لابدە

"ئەو کەسەی بیەوێت سەرکەوێت دەبێت فێربێت شکست وەکو بەشێکی موحتەمەل و تەندروست ببینێت کە لێکدانەبڕاوە لە پرۆسەی سەرکەوتن"
"جۆیس برەژەرس"

بەڕای تۆ خەڵکیی چەند جار هەوڵدەدەن ئامانجە نوێیەکانیان بەدی بێنن پێش ئەوەی واز بێنن؟ ڕێژەی تێکڕا بریتیە لە تەنها یەك جار. زۆرینەی خەڵکی تەنانەت پێش ئەوەی هەوڵی ئەنجامدانی کارەکەش بدەن، واز دەهێنن. هۆکاری ئەم وازهێنانە بریتیە لەو هەموو بەربەست و سەختی و کێشە و لەمپەرانەی ڕاستەوخۆ پاش ئەوەی تۆ بڕیاری ئەنجامدانی کارێك دەدەیت دەردەکەون.

ڕاستیەکە ئەوەیە کەسانی سەرکەوتوو زۆر زیاتر لە کەسانی ناسەرکەوتوو شکست دەهێنن. کەسانی سەرکەوتوو شتانی زیاتر تاقی دەکەنەوە و دەکەون و خۆیان هەڵدەستێننەوە و دووبارە و سێ بارە و چەند بارە هەوڵدەدەنەوە تا دەیبەنەوە و سەردەکەون. کەسانی ناسەرکەوتوو شتانی کەم تاقی دەکەنەوە و ئەگەر هەوڵیشیاندا زۆر زوو وازدێنن و دەچنەوە دۆخی جارانیان.

Scanned with CamScanner

شکستی کاتیی هەمیشە پێش سەرکەوتن دێت

دەبێت پێشبینی ئەوە بکەیت زۆر شکست بێنیت و بکەویت پێش ئەوەی ئامانجەکانت بەدی بێنیت. دەبێت شکست و کەوتنی کاتی وەکو بەشێك لەو قوربانیە ببینیت کە پێویستە بیدەیت لە ڕۆشتن بەرەو سەرکەوتنێکی موحتەمەلدا. وەك هێنری فۆرد دەڵێت "شکست تەنها بریتیە لە دەرفەتێك بۆ دووبارە دەستپێکردنەوەیەکی زیاتر ژیرانە."

هەرکات بڕیارت لەسەر ئامانجەکانتدا، لەخۆت بپرسە "باشە بۆچی من هێشتا ئەمەم نیە؟ چی منی گرتووە لە بەدەستهێنانی ئەوە؟ بۆچی تا ئێستا ئەم ئامانجەم بەدەست نەهێناوە؟"

هەموو ئەو بەربەستانە دەستنیشان بکە کە لەنێوان تۆ و ئامانجەکانتدایە. هەموو ئەو شتانە بنوسە کە بە بۆچوونی تۆ بونەتە بەربەست لەبەردەمتدا و بەرەوپێشچوونتیان خاو کردۆتەوە.

لە ڕوانگەی چارەسەرەوە بیربکەوە

لەیادت بێت "تۆ دەبیتە ئەوەی بیری لێدەکەیتەوە." لە بواری کێشە و سەختیەکاندا، کەسانی سەرکەوتوو جۆرە بیرکردنەوەیەکی تایبەتییان هەیە کە ئێمە پێی دەڵێین "پەیوەستدار بە چارەسەر."

کەسانی سەرکەوتوو بیر لە چارەسەرەکان دەکەنەوە زۆربەی کات. کەسانی ناسەرکەوتوو بیر لە کێشە و سەختیەکان دەکەنەوە زۆربەی کات. کەسانی پەیوەستدار بە چارەسەر بەردەوام بەدووی ڕێگەکانی زاڵبوون و قەدبڕکردنی ئەو بەربەستانەدا دەگەڕێن کە لەسەر ڕێگەی بەرەوپێشچوونیانن. کەسانی پەیوەستدار بە کێشەوە بەردەوام قسە

لەسەر کێشەکانیان دەکەن، قسە لەسەر ئەو کەسانە دەکەن کە بوونەتە هۆکاری کێشەکانیان، قسە لەسەر ئەوە دەکەن چەندە دڵتەنگ و تووڕەن و چەندە بەدبەختن بۆیە وایان بەسەر هاتووە. کەسانی پەیوەستدار بە چارەسەر تەنها ئەم پرسیارە لە خۆیان دەکەن "چۆن بتوانین ئەم کێشەیە چارەسەر بکەین؟" پاشان کاردەکەن بۆ مامەڵەکردن لەگەڵ کێشەکان.

لەنێوانی تۆ و هەر شتێکدا بتەوێت بەدەستی بێنیت، هەمیشە کێشە و بەربەستەکان بە جۆرێك لە جۆرەکان بوونیان دەبێت. لەبەر ئەمەیە هەندێکجار سەرکەوتن پێناسە دەکرێت بەوەی بریتیە لە توانای چارەسەرکردنی کێشەکان. ڕابەرایەتی کەسیی بریتیە لە توانای چارەسەرکردنی کێشەکان. کاریگەرێتی بریتیە لە توانای چارەسەرکردنی کێشەکان. هەموو پیاو و ژنێك کە ئامانجێکی گرنگ بەدی دێنن بریتین لەوکەسانەی توانای چارەسەرکردنی ئەو کێشانەیان دروستکردووە کە لەنێوان ئەوان و ئامانجەکانیاندا دەوەستێت.

چارەسەرکردنی کێشە کارامەییە

خۆشبەختانە، چارەسەرکردنی کێشە کارامەییە، وەکو لێخوڕینی پاسکیل و تایپکردن، تۆش دەتوانیت فێریان ببیت. تا زیاتر جەخت لەسەر چارەسەر بکەیتەوە، چارەسەری باشتر و زیاترت بۆ دێت. تا باشتر بیت لە چارەسەرکردنی کێشەدا، خێراتر دەتوانیت کێشەکان چارەسەر بکەیت. لەگەڵ باشتربوون و خێراتربووننتدا لە چارەسەرکردنی کێشەکاندا، کێشەی گەورەتر و سەختترت دێتە ڕێ تا چارەسەریان بکەیت. تا وای

Scanned with CamScanner

لێدێت تۆ ئەو كێشانە چارەسەر دەكەیت كە كاریگەریی و دەرەنجامێكی بەرچاوی دارایییان دەبێت بۆ خۆت و كەسانی تریش. بەم شێوەیە كاروباری جیهان دەڕوات بەڕێوە.

ڕاستییەكە ئەوەیە تۆ توانای چارەسەركردنی هەر كێشە و زاڵبوونت بەسەر هەر بەربەستێكدا هەیە كە دێتە سەر ڕێگەت بەرەو ئامانجەكانت. بەمەرجێك زۆر خوازیاری بەدیهێنانی ئەم ئامانجە بیت. تۆ هەر ئێستا لە ناختدا هەموو ئەو ژیری و توانایەت هەیە كە پێویستن بۆ زاڵبوون بەسەر هەموو بەربەستێكدا كە ئەگەری هەبێت ببێتە چەقاندن و ڕاگرتنت.

بیردۆزەی دەست بەستەكان

یەكێك لە گرنگترین دۆزینەوەكان لە بیركردنەوەدا لە ماوەی چەند دەیەی ڕابردوودا، شتێك بوو كە لەلایەن ئێلەهو گۆلدرات لە كتێبەكەیدا بە ناوی "ئامانج" بە "بیردۆزەی دەست بەستەكان" باسی كردبوو، ئەم بیردۆزەیە دەڵێت لەنێوان تۆ و هەرشتێك تۆ بتەوێت بەدەستی بێنیت دەست بەستێك یان هۆكارێكی سنورداركار هەیە كە دەستنیشانی دەكات تۆ چەندێك خێرا بگەیتە ئەو شوێنەی دەتەوێت پێی بگەیت.

بۆ نمونە ئەگەر تۆ لە شەقامێكی سەرەكیدا شۆفێری بكەیت و بەهۆی كاری ڕێگاوبانەوە هەموو سایدەكان ببنە یەك ساید، ئەم قفڵبوونە یان بەرتەسك بوونەوەیە بریتیە لە دەست بەستێك دەستنیشانی دەكات تۆ چەند خێرا دەگەیتە شوێنی مەبەست. خێرایی تۆ لە تێپەڕبوونت بەم دەست بەستەدا بە شێوەیەكی گەورە دەستنیشانی خێرایی هەموو گەشتەكەت دەكات.

لە ئەنجامدانی هەر کارێکی گەورەشدا، هەمیشە دەست بەست و خاڵی بەرتەسکبونەوە هەیە کە دەبێت پێیدا تێپەڕ ببیت. کاری تۆ بریتیە لە دەستنیشانکردنی ئەم لایەنە بە تەواوەتی و پاشان جەختکردنەوەی هەموو وزەکەت لەسەر وەلانان و ئەهوەنکردنەوەی ئەو دەست بەست و خاڵە بەرتەسکە. توانای تۆ لە وەلانانی ئەم خاڵە بەرتەسکەدا یان مامەڵەکردن لەگەڵ هۆکارە سنووردارکارەکەدا دەکرێت یارمەتیدەرت بێت لە بەرەوپێشچوون خێراتر لە هەر هەنگاوێکی ترت.

بەربەستە ناوەکی و دەرەکیەکان

یاسای ۸۰/۲۰ جێبەجێ دەبێت بەسەر ئەو دەست بەستەی لەنێوان تۆ و ئامانجەکانتدایە. ئەم یاسایە دەڵێت ٪۸۰ ی دەست بەستەکانت لە ناخی خۆتەوە دروست دەبن. تەنها ٪۲۰ ی دەست بەستەکان لە دەرەوەی دەسەڵاتی تۆدان و بەهۆی خەڵکی تر و دۆخی ترەوە دروست دەبن. بە واتایەکی تر، ئەوە خۆتیت کە گەورەترین بەربەست و لەمپەریت لە دیاریکردنی ئەو خێراییەی بەهۆیەوە تۆ بتوانیت ئەو ئامانجانەی بۆخۆتت داناون بەدەست بێنیت.

بەلای زۆر کەسەوە ئەمە زەحمەتە قبوڵ بکرێت. بەڵام کەسانی باڵادەست زیاتر جەخت لەوە دەکەنەوە کە چی ڕاستە وەك لەوەی کێ ڕاستە. خەڵکانی باڵادەست زیاتر خەمی ڕاستیی دۆخەکەیانە و چی دەتوانن بکەن بۆ چارەسەرکردنی کێشەکە وەك لەوەی خەمی لوتبەرزیی خۆیان بن.

Scanned with CamScanner

بڕوانە ناخی خۆت

لە خۆت بپرسە "ئەوە چیە لە ناخمدا بۆتە هۆی چەقبەستنم؟" بە قوڵی لە ناخی خۆت بڕوانە و دەست بەستە سەرەکیەکان دەستنیشان بکە لە کەسێتی و ئاستی ئارامگری و کارامەیی و تواناکان و خووەکان و پەروەردە و ئەزموونەکانتدا کە ئەگەری هەبێت ببنە هۆی چەقبەستنت لە بەدی هێنانی ئەو ئامانجانەدا کە بۆخۆتت داناون. پرسیارە سەختەکان بکە، لەگەڵ خۆشت زۆر ڕاستگۆ بە.

بە گشتی بەربەستە سەرەکیەکانی نێوان تۆ و ئامانجەکانت دەروونین. تایبەتمەندیی دەروونی و عاتیفییان هەیە. ئەمانە لە ناخی خۆتدان نەک بەهۆی ئەو دۆخەی تێیدایت. کەواتە دەبێت سەرەتا لەم بەربەستە دروونیانەوە دەست پێبکەیت ئەگەر بتەوێت هەموو ئەو شتانەی دەگونجێن بەدەستیان بێنیت.

دوو بەربەستی سەرەکیی بۆ سەرکەوتن

دوو بەربەستە سەرەکیەکەی سەرکەوتن و بەدەستهێنان بریتین لە ترس و گومان. ترس لە شکست و هەژاری و لەدەستدان و شەرمەزاربوون یان ڕەتکردنەوە ئەوانەن کە بونەتە لەمپەر لەبەردەم کەسانی ئاساییدا لەوەی تەنانەت هەوڵیش بدەن. لەبەر ئەمەیە ژمارەی تێکڕای جارەکانی هەوڵدانی کەسێك بۆ ئامانجێکی نوێ کەمترە لە ١. چونکە هەر کە بیری لە ئامانجەکە کردەوە، ئەم ترسانە وەکو لافاو نوقمی دەکەن و ئارەزووی بەدەستهێنانی ئامانجەکەی دەکوژێننەوە.

Scanned with CamScanner

دووەم بەربەستی دەروونیی کە هاوشانی ترسە، بریتیە لە گومان لە خۆبوون. ئێمە گومان لە تواناکانی خۆمان دەکەین و خۆمان بەراورد دەکەین بە شێوەیەکی نایەکسان بە کەسانی تر و وادەزانین کەسانی تر بە جۆرێك لە جۆرەکان لە ئێمە باشتر و زیرەکتر و لێهاتووترن. ئێمە وا بیردەکەینەوە "من بەپێی پێویست نیم." ئێمە هەست بە نەگونجاوی و کەمێتی دەکەین لەبەرامبەر ئاستەنگیەکانی بەدەستهێنانی ئامانجە مەزنەکان کە زۆریش حەزدەکەین بەدەستیان بێنین.

دەتوانرێت عاتیفە نەرێنیەکان وەلا بنرێن

خۆشبەختانە تاکە لایەنێکی باشی ترس و گومان بریتیە لەوەی ئەم دووانە فێرکراون. ئایا تۆ هەرگیز منداڵێکی تازە لەدایکبووی نەرێنیت بینیوە؟ منداڵان کە دێنە ئەم دونیایەوە نە ترس دەزانن نە گومان. کەواتە هەرشتێك وەرمان گرتبێت و فێری بووبین دەتوانین لە ڕێی ڕاهێنان و دووبارەکردنەوەوە لەبیرخۆمانی ببەینەوە.

دژە دەرمانی گومان و ترس بریتیە لە متمانە و ئازایەتی. تا ئاستی متمانە بەخۆبوون و ئازایەتیت بەرز بێت، ئاستی ترس و گومانت نزم دەبیت و کاریگەریی نەرێنیی ئەم دوو عاتیفەیە کەمتر دەبێت لەسەر هەڵسوڕان و ڕەفتارت.

کلیلی ئازایەتی و متمانە بەخۆبوون

ڕێگەی پەرەپێدانی ئازایەتی و متمانە بەخۆبوون بریتیە لە زانین و کارامەیی. زۆرینەی ترس و گومانەکان سەرهەڵدەدەن بەهۆی نەزانین و هەستکردن بە نەگونجاوێتی. تا زیاتر فێری ئەو شتانە بیت کە پێویستت

پێیانە بۆ بەدەستهێنانی ئامانجەکانت، ئەوا کەمتر هەست بە ترس دەکەیت و زیاتر هەست بە ئازایەتی و متمانە بەخۆبوون دەکەیت.
بیر لە فێربوونی شۆفێری بکەوە ئەگەر ئەنجامت داوە. ئەگەری زۆرە تۆ زۆر شڵەژاو و پەشۆکاو بوبیت و هەڵەت زۆر کردبێت. ڕەنگە زۆر بە هەڵەشەیی شۆفێریت کردبێت و بوبیتە مەترسی بۆ سەر خۆت و کەسانی تریش، بەڵام بە تێپەڕبوونی کات تۆ زانین و کارامەیی شۆفێریت وەرگرت و تیایدا باڵا دەست بوویت و باشتر و باشتر بویت و ئاستی متمانە بەخۆبوونیشت زیادی کردووە.
ئێستا، تۆ زۆر بە متمانە بەخۆبوونەوە دەچیتە ناو ئۆتۆمبیلەکەتەوە و بۆ کوێت بوێت شۆفێری دەکەیت بەبێ هیچ گومان و دوودڵییەك. هێندە لێهاتوویت لە شۆفێریدا تەنانەت بەبێ بیرکردنەوە ئەنجامی دەدەیت. هەمان بنەما جێبەجێ دەبێت بەسەر ئەو کارامەییانەی تۆ پێوستە فێریان بیت بۆ بەدەستهێنانی ئەو ئامانجانەی بۆخۆتیان دادەنێیت.

بەدەسەڵات بەرامبەر بێدەسەلات

دکتۆر مارتن سەلیگمن لە زانکۆی پەنسیلڤانیا زیاتر لە ٢٥ ساڵ لێکۆڵینەوەی کردووە لەسەر دیاردەی ئەوەی ئەو پێی دەڵێت "بێدەسەلاتیی فێرکراو". ئەوەی ئەم دکتۆرە بۆی دەرکەوت پاش چاوپێکەوتن و لێکۆڵینەوە لەگەڵ هەزاران کەسدا، بریتی بوو لەوەی زیاتر لە ٨٠٪ ی دانیشتوانی ئەو ویلایەتە دەناڵێنن بەدەست بێدەسەڵاتیی فێربووەوە بە جۆرێك لە جۆرەکان، وە هەندێك کات دەگاتە ئاستێکی زۆر بەرز.

ئەو کەسەی دەناڵێنێت بەدەست بێدەسەڵاتیی فێربووەوە، وا هەست دەکات ناتوانێت هیچ لە ئامانجەکانی بەدەست بێنێت، یان ژیانی خۆی باشتر بکات. باوترین بەرجەستەبوونی بێدەسەڵاتیی فێرکراو بریتیە لە وشەی "ناتوانم". هەرکاتێك قوربانیی ئەم جۆرە بێدەسەڵاتییە دەرفەتێکی بۆ ڕەخسا یان پێدرا یان ئامانجێك هاتە پێشەوە، دەستبەجێ دەڵێت "ناتوانم". پاشان دەستدەکات بە باسکردنی هەموو ئەو هۆکارانەی وادەکات ئەو دەرفەت و ئامانجە دیاریکراوە بۆ ئەم کەسە ناگونجێت. "ناتوانم لە پیشەکەمدا پێش بکەوم. ناتوانم کارێکی باشتر وەدەست بخەم. ناتوانم کات تەرخان بکەم بۆ کۆشش. ناتوانم پارە کۆبکەمەوە. ناتوانم کێشم دابەزێنم. ناتوانم کاری خۆم دەست پێبکەم. ناتوانم دەست بکەم بە کاری داهاتی دووهەمم. ناتوانم پەیوەندیەکەم بگۆڕم یان باشتری بکەم. ناتوانم کاتەکەم کۆنترۆڵ بکەم."

هۆکارەکان هەرچیەك بن، ئەم جۆرە کەسە هۆکارێکی خۆ سنوردارکاری هەیە کە دەستبەجێ قفڵ دەدات لە تواناکەی خۆی. ئەم کارە دەبێتە هۆی کوشتنی هەر هەوڵ و حەز و ئارەزوویەك بۆ دانانی ئامانج یان گۆڕانکاریی لە شتەکاندا بە هەر جۆرێك بێت. هێنری فۆرد وتەیەکی بەناوبانگی تری هەیە "ئەگەر تۆ باوەڕت وابێت دەتوانیت شتێك بکەیت یان باوەڕت وابێت ناتوانیت، ئەوا لە هەردوو دۆخەکەدا تۆ زۆر ڕاست دەکەیت."

لەبیرکردنی بێدەسەلاتی

بێدەسەلاتیی فێرکراو بە گشتیی بەهۆی ڕەخنەی ڕووخێنەرەوە دروست دەبێت لە منداڵیدا، یان بەهۆی ئەزموونی نەرێنیی گەورەبوون و ئەزموونی شکست هێنان لە پێگەشتوویێتیدا. ڕێگەیەك بۆ زاڵبوونت بەسەر ئەم لایەنە سروشتیەدا بریتیە لە دانانی ئامانجی بچوك و پلاندانان و کارکردن لەسەریان هەموو ڕۆژێك. بەم شێوەیە، تۆ وردە وردە ئازایەتی و متمانە بەخۆبوونی پێوستت بۆ دروست دەبێت، چۆن وردە وردە ماسولکەکان دروست دەبن و بەهێز دەبن. تا یاتر متمانەت بەخۆ هەبێت لە تواناکان و لە خۆتدا، دەتوانیت ئامانجی گەورەتر دابنێیت. بە تێپەڕبوونی کات گومانەکانت و ترسەکانت لاواز دەبن وئازایەتی و متمانە بەخۆبوون گەشە دەکەن و دەبنە هێزێکی باڵادەست لە بیرکردنەوەتدا. پاش سەرکەوتنە بەردەوامەکانت، دەبیتە هێزێکی بەهێزی جوڵاو.

تەڵەی مەودای ئاسودەیی

بەربەستی دووهەمی دەروونی کە دەبێت زاڵ بیت بەسەریدا بریتیە لە "مەودای ئاسودەیی". زۆرینەی خەڵکیی ڕەزامەند دەبن لە دۆخ و هەلومەرجی ئێستایاندا. هێندە ئاسودە دەبن لەگەڵ کار و پەیوەندیەکی دیاریکراودا یان لەگەڵ موچەیەکی دیاریکراودا یان لەگەڵ ئاستێکی بەرپرسیارێتیی دیاریکراودا تا وای لێدێت دوودڵ و نابەدڵ دەبن بەرامبەر هەر گۆڕانکارییەك ئەگەر بەرەو باشتریش بێت.

مەودای ئاسودیی بەربەستێکی زۆر گەورەیە لەبەردەم ئاوات و حەزو پابەندبوون و بەدەستهاتندا. ئەو کەسانەی لەم مەودایەدا گیر دەخۆن

Scanned with CamScanner

پێکەوە لەگەڵ بێدەسەڵاتیە فێرکراوەکەیاندا زۆر ئاستەمە بتوانرێت هیچ یارمەتییەکیان بدرێت. کەواتە ڕێمەدە ئەمە بەسەر تۆشدا بێت.

ئامانجی گەورە و ئاستەنگدار دابنێ

ڕێگەی چونەدەرەوە لە مەودای ئاسودەییت و وەلانانی دەست بەست و کۆت و بەندەکانی بێدەسەلاتیی فێرکراو، بریتیە لە دانانی ئامانجی گەورە و ئاستەنگدار. پاشان شیکردنەوەی ئەم ئامانجانە بۆ ئەرکی دیاریکراو و دانانی بەرواری کۆتایی و کارکردنی ڕۆژانە لەسەریان. هەروەك چۆن بەفر لە بەهاردا دەتوێتەوە، بەم شێوەیەش تەمبەڵی و بێتاقەتیی بێدەسەڵاتیی فێرکراو و مەودای ئاسودەیی دەتوێتەوە و تۆ خێراتر بەرەو بەدەستهێنانی زیاتر و زیاتر دەڕۆیت.

بەربەستەکانت بەپێی ئەولەویەتەکانیان ڕێکبخە

لیستێك دروست بکە بۆ هەموو ئەو بەربەستانەی لە نێوان تۆ و ڕێگەی بەدەستهێنانی ئامانجە گەورەکانتدایە، پاشان بەربەستەکانت بەپێی ئەولەویەتەکان ڕێکبخە. گەورەترین بەربەست چیە؟ ئەگەر بتوانیت داردەستێکی جادوویی بەکاربێنیت و ئەو بەربەستە لەسەر ڕێگەکەت لابدەیت، ئەوا چۆن یارمەتیدەر دەبێت لەوەی خێراتر بەرەو پێش بڕۆیت؟

ڕاوێژکاری بەڕێوەبردن (ئایان میترۆف) چەند تێبینیەکی سەرەنجڕاکێشی هەیە دەربارەی چارەسەرکردنی کێشە و لابردنی بەربەستەکان. ئەم کەسە دەڵێت "کێشەکە هەرچییەك بێت، بە چەند ڕێگەیەکی جیاواز

پێناسەی بکە پێش ئەوەی هەوڵی لابردنی بدەیت. ئاگاداری هەر کێشەیەك بە کە یەك پێناسەی هەبێت، یان یەك چارەسەر."

کاتێك تۆ دەربارەی ئامانجەکەت ئەم پرسیارە دەپرسیت "بۆچی هێشتا نەگەشتومەتە ئامانجەکەم؟" چی وەڵامێك دێتە مێشکت؟ چی ڕێی گرتوویت؟ چی لەسەر ڕێگەکەتە؟ لەم کاتەدایە تۆ دەبێت دابنیشیت و بەربەستەکان دەستنیشان بکەیت پێش ئەوەی هەنگاوی وەلانانی بدەیت. ئەم کارەش بە پرسینی ئەم پرسیارەوە ئەنجام دەدرێت "چیتر دەکرێت کێشە بێت؟" پاش ئەوەی هەر پێناسەیەکت بۆ کێشەکە دانا.

ئەنجامدانی شیکاریی فرۆش

لە کارەکەمدا لەگەڵ کۆمپانیاکان و تاکەکاندا، ئێمە بە دانانی ئامانجی دووهێندە کردنی قازانجەکان یان داهاتەکان دەست پێدەکەین. پاشان ئەم پرسیارە دەپرسم "بۆچی قازانجەکان یان داهاتەکان لە ئێستادا دووهێندە نین؟" بە دووبارە پرسینەوەی ئەم پرسیارە، زۆرجار کۆمەڵە وەڵامێکمان دەست دەکەوێت کە لە وەڵامەکەی یەکەمجار جیاوازە.

ئەمە نمونەیەکە لە پرۆسەی پرسیارکردن:

"ڕێژەی فرۆشمان زۆر نیە" چیتر کێشەیە؟

"ڕێژەی فرۆشەکانمان بەرامبەر کڕیارەکانمان گەورە نین." چیتر کێشەیە؟

"ڕیکلامەکانمان کڕیاری پێویست ڕاناکێشن." چیتر کێشەیە؟

وەك دەبینیت، هەرکام لەم بەربەستانە دەرکەوت گەورەترین بەربەستە ئەوا پێویستی بە چارەسەرێکی جیاواز دەبێت لەوانی تر. ئەگەر فرۆشمان

بەپێی پێویست نەبێت، چارەسەرەكە بریتییە لە زیادكردنی ژمارەی فرۆش. ئەگەر فرۆشەكەمان بەرامبەر بە كڕیار گەورە نەبن، چارەسەر بریتییە لە زیادكردنی قەبارەی فرۆش بەرامبەر بە كڕیار. ئەگەر ڕیكلامەكەمان كڕیاری پێویست ڕانەكێشن، چارەسەر بریتییە لە باشتركردنی جۆرایەتیی ڕیكلامەكە بە جۆرێك لە جۆرەكان.

تولتربەوە

دەتوانیت بڵێیت "كڕیارەكان هێندەی پێویست كاڵاكانمان ناكڕن" چیتر كێشەیە؟

"كڕیارەكان بەردەوام كاڵامان لێ ناكڕن" چیتر كێشەیە؟

"كارمەندی فرۆشمان هێندەی پێویست كارناكەن بۆ فرۆشتن". ئەمە ڕەنگە ببێتە هۆی گۆڕانكاریی تەواوەتی لە جۆرایەتیی هێزی كاری فرۆش لە ڕێی خستنەسەركاری باشتر و ڕاهێنان و بەڕێوەبردنەوە. چیتر كێشەیە؟

"كڕیارەكان زۆر زیاتر لە ڕكابەرەكانمان دەكڕن وەك لە ئێمە" چیتر كێشەیە؟

"ڕكابەرەكانمان زۆر زیاتر كاڵا دەفرۆشن" ئەم وەڵامە زۆرت لێدەكات بۆ پرسینی ئەم پرسیارە "كڕیارەكان چی بەها و قازانجێك لە كاڵای ڕكابەرەكانماندا دەبینن؟ چۆن دەتوانین قەرەبووی ئەمە بكەینەوە؟" چیتر كێشەیە؟ "قازانجی كاڵاكانمان بەپێی پێویست نیە" چیتر كێشەیە؟

Scanned with CamScanner

"ئەنجامدانی هەر فرۆشتنێك زۆر دەكەوێت لەسەرمان" چیتر كێشەیە؟
ئیتر بەم جۆرە. هەر پێناسەیەكی نویٚ بۆ كێشەكە ڕێگەی جیاواز
پێشنیار دەكات بۆ چارەسەركردنی كێشەكە.

چارەسەری دروست بۆ كێشەكان جێبەجیٚ بكە
لە كتێبی "ڕێگەی مەكێنزی"ی كارسازییدا، نوسەران باسی كردارەكانی
ڕاوێـژكاریی بەڕێوەبردنی مەكێنزی و هاوبەشانی دەكەن و دەڵێن كە
گەورەترین بەفیڕۆدانی كات و پارە بریتیە لە جێبەجێكردنی چارەسەری
هەڵە بۆ كێشەكان. هەمان شت بۆ كێشە و بەربەستەكانی تۆش ڕاستە.
بە دەستنیشانكردنی ئەو دەست بەست و هۆكارانەی ڕێگرتن لەوەی تۆ
ئامانجەكانی داهاتت بەدەست بێنیت، دەبێتە هۆی پێناسەی جیاواز و
ئەمەش دەبێتە چارەسەری جیاواز. ئەم كارە واتە پێویستە تۆ بیر لە
ڕێگەچارەی جیاواز بكەیتەوە و شێوازی بیركردنەوەی جیاوازت هەبێت.

هەمان شت بۆ ژیانی تایبەتیشت دەبێت. ڕاست و دروستێتیی
دەستنیشانكردنی بەربەست و تەنگەبەرە ڕێگرەكانت دەبێتە هۆی
دەستنیشانكردنی گونجاوێتیی هەر هەنگاوێك بتوانیت بینێیت بۆ لابردن
یان هەڵگرتنی بەربەستەكان.

داهاتت زیاد بكە
دەتوانیت بە دەستنیشانكردنی كێشەكەت بەم جۆرە دەست پێبكەیت
"من هێندەی پێویست پارە پەیدا ناكەم"
چیتر كێشەیە؟

... ئامانجەکان!...

"من هێندەی پێویست بەها نابەخشم تا شایەنی پارەی زیاتر بێت"

چیتر کێشەیە؟

"من هێندەی پێویست باش نیم لە کارەکەمدا تا بتوانم دەرەنجامەکان بگۆڕم و پارەی زیاترم بێتە دەست"

چیتر کێشەیە؟

"من کاتەکەم بە کارایانە بەکار ناهێنم لە کارەکەمدا"

چیتر کێشەیە؟

"من کاتە بەتاڵەکانم بە تەماشاکردنی تەلەفیزۆن و پشووی کۆتایی هەفتەکانم بە چونەدەرەوەوە بەسەر دەبەم وەك لەوەی بخوێنمەوە و شت فێر ببم کە یارمەتیدەرم بێت لەوەی لە کارەکەمدا باشتر ببم"

ئەهاه! تۆ کێشە ڕاستەقینەکەت دۆزیەوە. ئێستا تۆ بیرۆکەیەکی ڕوونت هەیە لەسەر ئەوەی دەبێت چی بە جیاوازیی ئەنجام بدەیت ئەگەر بتەوێت کێشە بنەڕەتیەکەت چارەسەر بکەیت، کە بریتیە لە پەیداکردنی پارەی زیاتر.

بەربەستەکەت وەکو ئامانج ببینە

هەرکات بەربەستە گەورەکەت دەستنیشانکرد کە ڕێگرە لە بەرەوپێشچوونت، ئەوا ئەم بەربەستە بە ئامانجێکی ئەرێنی ببینە. بۆ نمونە، ڕەنگە ئێستا بڵێیت "ئامانجم بریتیە لە بەردەوام بەرزکردنەوەی کارامەیی و تواناکانم بۆ ئەوەی ببمە ١٠ کەسە یەکەمەکانی بوارەکەم لە پەیداکردنی پارەدا"

Scanned with CamScanner

پاشان لیستێك دروست بکە لەسەر هەموو ئەو شتانەی دەتوانیت ئەنجامیان بدەیت بۆ بەرزکردنەوەی زانین و کارامەییەکانت و باشترکردنی بەڕێوەبردنی کاتت و زیادکردنی کارایی و کاریگەرێتی و ئەنجامدانی کاری زیاتر.

پاشان بەرواری کۆتایی و پێوانە دابنێ لە تەنیشت هەر هەنگاوێکەوە لە ستراتیژیەتەکەدا بۆ ئەوەی بگەیتە پلەی نایاب لە بوارەکەتدا. پاشان یەك ئەرکی سەرەکی هەڵبژێرە و دەستبەجێ کاری لەسەر بکە، لێرەوە دەست بکە بە کاری خۆت و ببە وەستا لە بوارەکەی خۆتدا، خۆت ڕابێنە و ببە بزوێنەری خۆت بۆ ئەنجامدانی ئەو کارانەی پێویستە ئەنجامیان بدەیت بۆ ئەوەی ببیتە ئەو کەسەی پێویستە ببیت بە مەبەستی بەدەستهێنانی ئەو ئامانجانەی خۆت بۆ خۆتت داناون.

ئەم ڕاهێنانی دەستنیشانکردنە بۆ بەربەستەکانی سەر ڕێگەت و پاشان دانانی ئامانجی نوسراو و ڕوون بۆ لابردنی بەربەستەکان دەبنە هۆی ئەوەی تۆ کۆنترۆڵی ژیانت بگریتە دەست.

پابەندبوونت بە بڕیارەکەتەوە دەبێتە مسۆگەر و زامنکاری سەرکەوتن و بەدەستهێنانی هەر ئامانجێك دایبنێیت و بتەوێت بەدەستی بێنیت.

وردبە

ئەگەر هەر پرسیار و دوودڵییەکت هەیە دەربارەی وردێتیی پێناسەکانت بۆ کێشەکان، گفتوگۆی دەربارە بکە لەگەڵ کەسێکی متمانەپێکراوت، لوتبەرزیت وەلا بنێ و داوای فیدباك و ڕەخنەی ڕاشکاو و ڕاستگۆ بکە، کراوەبە بەرامبەر ئەگەری هەبوونی کەموکوڕی و لاوازیەکانت کە بونەتە

بەربەست لەسەر ڕێگەی درککردن و بەکارهێنانی ئەوپەڕی توانات. وە زۆر ڕاشکاو و ڕاستگۆبە لەگەڵ خۆت.

هەرکات کێشە و بەربەستەکەت لەلا ڕوون بوو، ئەوا بیرۆکە و دەرفەت و وەڵامەکان ڕاستەوخۆ دەردەکەون لە چەندین سەرچاوەی جیاوازەوە. ئەمە دەبێتە هۆی ڕاکێشانی چەندان سەرچاوە بۆ ژیانت کە یارمەتیدەرن لە زاڵبوونت بەسەر سەختیەکانتدا، جا سەختیەکانی ناخی خۆت بن یان سەختیەکانی چواردەور و دۆخەکان بن، هەروەها دەبێتە هۆی خێرا ڕۆشتنت بەرەو ئامانجەکان.

نزیکەی هەموو کێشەیەك دەکرێ چارەسەر بکرێت

مۆنراوەیەکی کۆن هەیە دەڵێت "هەر کێشەیەکی سەر زەوی، یان چارەسەری هەیە یان نیە، ئەگەر چارەسەری هەیە هەستەو بەدوویدا بگەڕێ، ئەگەر نیەتی گوێی مەدەرێ."

بۆ هەر کێشە و بەربەستێك لە نێوان تۆ و ئەوەی دەتەوێت بەدەستی بێنیت، بەجۆرێك لە جۆرەکان چارەسەرێك هەیە. کاری تۆ بریتیە لەوەی زۆر ڕوون بیت دەربارەی ئەوەی چی دەتجوڵێنێت بەرەو بەدەستهێنانی ئامانجەکەت و پاشان جەختکردن لەسەر کات و ئاگاداریت لە هەڵگرتن و وەلانانی دەست بەستەکان. بە وەلانانی بەربەستە گەورەکان، بەرەوپێشچوونت زیاد دەبێت لە ماوەی چەند مانگێکی کەمدا وەك لەو بەرەوپێشچوونەی کەسێکی ئاسایی لەماوەی چەند ساڵێکدا بەدەستی دێنێت .

بەربەستەکان وەلا بنێ:

... ئامانجەکان!...

١ .ئامانجێکی گەورە دابنێ پاشان ئەمە بپرسە "بۆچی تا ئێستا ئەمەم بەدەست نەهێناوە؟ چی ڕێگرمە؟" چی بە مێشکتدا هات بینوسە.

٢ .لە ناخی خۆت بڕوانە و ڕووبەڕووی ئەگەری بوونی ترس و گومانەکانت ببەوە، کە ئەگەر هەبن، گەورەترین بەربەستی سەر ڕێگەی سەرکەوتنن.

٣ .دەست بەست و سنوردارکارەکان دەستنیشان بکە، جا لە ناخی خۆتدا بێت یان لە دۆخ و هەلومەرجەکاندا بێت، کە بوونەتە ڕێگر لە خێراکردنی بەدەستهێنانی ئامانجەکەتدا.

٤ .چەند پێناسەیەك بۆ کێشە و بەربەستە سەرەکیەکانت دابنێ. پرسیاری "چیتر کێشەیە؟" بپرسە.

٥ .باشترین چارەسەر وەکو ئامانج دابنێ، بەرواری کۆتایی بۆ دابنێ، پلانی کارکردنی بۆ دابنێ و دەست بکە بە کارکردن بە پلانەکەت. هەموو ڕۆژێك کاری لەسەر بکە هەتا کێشەکەت چارەسەر دەبێت یان بەربەستەکەت وەلا دەنرێت.

Scanned with CamScanner

بەشی یازدە
ببە شارەزای بواری خۆت

"مرۆڤی نائاسایی تەنها مرۆڤێكی ئاساییە بەڵام بیر و خەونی لەلای سەركەوتن و بواری بەرهەمدارترە"

"مێلڤین پاوەرس"

وەكو چۆن كاتی خۆی ئەمریكا پۆستەری هاندەری بۆ ناونوسكردنی سەرباز هەبوو، تۆش یەكێك لە ئامانجەكانت با بریتی بێت لە "ببە بەوەی دەتوانیت ببیت". داهات و خەڵات تەنها بۆ ئەدای نایابە، داهاتی ئاسایی و خەڵاتی ئاسایی بۆ ئەدای ئاساییە و خوار ئاسایی و كەم وەدەستهاتن و شكست و پشت ساردبوونەوە و دەرەنجامی ئاساییە.
لە سیستەمی ئابوورییدا، داهاتت لەلایەن سێ هۆكارەوە دەستنیشان دەكرێت :یەكەم، چی دەكەیت" دووهەم، چەند بەباشی ئەنجامی دەدەیت" سێهەم، سەختێتیی وەلا نانت .
یەكێك لە تایبەتمەندیەكانی كەسانی سەركەوتوو بریتیە لەوەی لە ساتێكی دیاریكراویی پیشەكەیاندا بڕیار دەدەن "نایاب هەڵبسوڕێن." بڕیار دەدەن ببنە باشترین كەس لە بوارەكەی خۆیاندا، بڕیار دەدەن چی قوربانییەك پێویست بێت بیدەن، وە چەند كات پێویست بێت تەرخانی بكەن تا زۆرباش هەڵسوڕێن لە بوارەكەی خۆیاندا. دەرەنجامی ئەم بڕیارانەش دەبێتە هۆی ئەوەی ئەم كەسانە لە كەسە ئاساییەكان جودا

بکرێنەوە و بەرەو سەر برۆن و داهاتیان سێ هێند و چوار هێند و پێنج هێند و دە هێند زیاد بکات وەك لە هاوتەمەنەکانیان کە ئەم پابەندبوون و بڕیارانەیان نەداوە.

بەهۆی ئەوەی منداڵییەکی سەختم هەبووە و نمرەکانی قوتابخانەم خوار ئاسایی بوون، خود وێنایەکی خراپم هەبوو لەسەر خۆم و ئاستی متمانە بەخۆ بوونم نزم بوو. هەرگیز بە مێشکمدا نەهاتووە بتوانم لە هیچ شتێکدا باش بم، خۆ ئەگەر هەر شتێکم بە باشی ئەنجام بدایە دەست بەجێ دەمووت ئەمە بە دڵنیاییەوە بەختە یان بە ڕووداو بووە. بۆ چەندان ساڵ من خۆم وەکو کەسێکی خوار ئاسایی دەبینی لە بوارەکەی خۆمدا.

تێبینیە مەزنەکە

پاشان ڕۆژێك لە ڕۆژان لەپڕ تێبینیەکم بۆ دروست بوو. بۆم دەرکەوت کە هەموو ئەوانەی لە ٪۱۰ ی لوتکەی بوارەکەیاندان پێشتر لە ٪۱۰ ی خوارەوەوە دەستیان پێکردووە و هاتوون. هەموو ئەوانەی ئەمڕۆکە شارەزا و باڵادەستن کاتی خۆی لاواز و هەژار کردار بوون. هەموو ئەوانەی ئەمڕۆکە لەلای سەرەوەی سفرەی خوانی ژیاندا دانیشتوون، کاتی خۆی لەلای خوارەوەی سفرەی ژیان بوون. لە هەمووشی گرنگتر بۆم دەرکەوت هەموو ئەو کارانەی کەسانی تر توانیویانە ئەنجامی بدەن و لە ڕووی لۆژیکیەوە بە من بکرێت، منیش دەتوانم ئەنجامی بدەم بە باشی. ئەم شتە بۆ هەموو کەسێك ڕاستە و دەکرێت بکرێت.

کەس لە تۆ باشتر نیە و کەس لە تۆ ژیرتر نیە. خەڵکیی تەنها باشتر و ژیرترن لە بوارە جیاوازەکاندا. هەروەها هەموو کارامەییە کارسازیەکان

Scanned with CamScanner

دەکرێت فێریان ببیت. ئەو کەسانەی ئەدایان باشترە لە هەندێك بواری کارسازیدا، فێری کارامەییە پێویستەکان بوون لەگەڵ کارامەییەکانی خۆیاندا پێکەوە کاریان پێدەکەن پێش ئەوەی تۆ فێریان ببیت. ئەگەر تۆ وەکو کەسانی تر دەستکەوت و داهاتت نیە، ئەمە واتە تۆ هێشتا ئەو کارامەییانە فێر نەبوویت.

یاسای ئاسنینی خود پەرەپێدان

ئەمە درکپێکردنێکی ناوازەی تر بوو بۆ من: "تۆ دەتوانیت فێری هەموو ئەو شتانە ببیت کە پێویستت پێیانە بۆ بەدەستهێنانی هەر ئامانجێك بۆخۆتیان دابنێیت." هیچ سنورێکی ڕاستەقینە نیە لەسەر ئەوەی تۆ بتوانیت بەدەستی بێنیت، تەنها ئەو سنورانە نەبێت کە خۆت بۆ خۆتیان دادەنێیت لە هزر و ئەندێشەی خۆتدا. ئەگەر تۆ بڕیارتدا بگەیتە نایابێتی و بگەیتە ١٠٪ ی لوتکەی بوارەکەی خۆت، ئەوا بزانە هیچ شتێك لەسەر ئەم زەویە ڕێگرت نیە بگەیتە ئەمە، تەنها خۆت نەبێت.

ئایا ئاسان ئەمە دێتە دەست؟ بێگومان نەخێر! من وشەی "ئاسان" بەکار ناهێنم لە کتێبەدا. هەموو شتێکی شایستە کاتی پێویست و کارکردنی زۆری دەوێت بۆ بەدەستهێنان. شتەکە ئەوەیە ئەگەر حەز و ئارەزووی پێویستت هەبێت و ئامادەی کارکردنی زۆر بیت ئەوا دەکرێت بەدی بێن. کاتێکیش دەگەیتە مەبەست و ئامانج دەبینیت شایەنی هەموو هەوڵێك بووە .

لێس براون، وتاربێژی هاندەر دەڵێت "بۆ بەدەستهێنانی ئەوەی پێشتر بەدەستت نەهێناوە، دەبێت ببیتە ئەو کەسەی پێشتر وانەبوویتبێت".

وۆلفگانگ ڤۆن گوێت، فەیلەسوفی ئەڵمانی، دەڵێت "بۆ ئەوەی زیاتر بەدەستبێنیت، یەکەم شت دەبێت خۆشت زیاتر هەوڵبدەیت".

ئەو ساتەی بڕیار دەدەیت ببیتە باشترین کەسی بوارەکەی خۆت، تاکە پرسیارێك بیپرسیت بریتیە لە "چۆن ئەمە بەدەست بێنم؟" ئەو ڕاستیەی کە سەدان و هەزاران و تەنانەت ملیۆنان کەس توانیویانە لە خاڵی سفر و سەرەتاوە بگەنە لوتکە و بەشی سەرەوە بەڵگەیەکی تەواوە لەسەر ئەوەی تۆش دەتوانیت ئەمە بەدەست بێنیت. زۆرینەی ئەم کەسانە ڕەنگە ئەو لێهاتوویی و توانا سروشتیەی تۆ هەتە نەیانبێت. لە زۆرینەی بوارەکانی ژیاندا، ئەوەی دەبێتە هۆی نایاب بوون و سەرکەوتنی مەزن زیاتر کاری زۆر و خۆ تەرخان کردنە وەك لە توانا ولێهاتوویی سروشتی.

ئایا پەروەردە و ڕۆشنبیریی گرنگن بۆ سەرکەوتن؟

لە شیکارییەکدا بۆForbes 400 ، ٤٠٠ دەوڵەمەندترین پیاو و ژن لە ئەمریکادا، کە چەند ساڵێك لەمەو پێش ئەنجامدرا، دەرکەوت ئەو کەسەی لە قۆناغی دواناوەندیدا وازی لە خوێندن هێناوە بە تێکڕا بڕی ٣٣٣ ملیۆن دۆلاری ئەمریکی سامانی هەبووە وەك لەو کەسەی کۆلیژ و زانکۆی تەواو کردبێت.

هۆکاری ئەوەی من باسی ئەم زانیاریەم کرد ئەوەیە زۆر کەس وا هەست دەکەن ئەگەر نمرەی باشیان بەدەست نەهێنا لە خوێندندا ئەوا بۆ هەمیشە سنووردارن و ناتوانن دواتر لە ژیاندا سەرکەوتوو بن. هیچ شتێك ئەم ڕاستیە ناشارێتەوە کە هەندێك لە دەوڵەمەندترین و سەرکەوتووترین پیاو و ژنی ئەمریکا و جیهانیش لە خوێندندا نمرەی لاوازیان هەبووە.

Scanned with CamScanner

ئەم پرسیارەت لە یاد بێت: "چۆن دەتوانیت فیلێك بخۆیت؟" وەلامەكەش بریتیە لە "هەرجارەو قەپێك". ئەمە هەمان ڕێگەیە تۆ بتوانیت بەهۆیەوە بگەیتە نایابێتی لە كارەكەتدا. تۆ هەر جارەو هەنگاوێك، كارامەییەك، باشتربونێكی بچوك ئەنجام بدە و دەگەیتە لوتكە.

مولكی بەهابەرزبۆوە یان بەها دابەزیو؟

ڕاستیەكەی ئەوەیە ئاستی زانین و كارامەییت لەمرۆكەدا زۆر بە خێرایی كۆن دەبێت وەك لە پێشووتر. پێشتر باسم كرد "توانای پارەپەیداكردنت" دەكرێت مولكێكی بەها بەرزبۆوە یان بەها دابەزیو بێت، بنەما لەسەر ئەوەی ئایا تۆ ئەم توانایەت بەرز دەكەیتەوە یان ڕێدەدەیت كۆن ببێت و تۆزی لەسەر بنیشێت. بڕاردەی بەرزكردنەوەی ئەم توانایەت لەدەستی خۆتدایە.

لایەنە باشەكە ئەوەیە هەركات تۆ دەستت كرد بەوەی بە باشیی ئاستی زانین و كارامەییت بەرز بكەیتەوە كاتێك لەسەر ڕێگەیت بەرەو بوون بە باشترین كەسی بوارەكەی خۆت، وای لێدێت وەك ئەوەی تۆ لە پێشبڕكێدا بیت لەگەڵ خۆت. زووبەزوو دەبینیت لە هاوتەمەنەكانت جودا دەبیتەوە و پێش دەكەویت، لەكاتێكدا هاوتەمەن و هاوپیشەكانت یان پیاسە دەكەن یان تەنها هێندە كار دەكەن كارەكەیان لەدەست نەدەن. بیرۆكەی پابەندبوون بە نایابێتیەوە هیچ كات بەمێشكی ڕكابەرەكانتدا نەهاتووە بەو شێوەیەی بە مێشكی تۆدا هاتووە.

Scanned with CamScanner

ئەو زانینەی پێویستە دەستنیشان بکە

گەشتی بەرەو نایابێتیت دەست پێدەکات بە پرسینی ئەم پرسیارە "چی زانین و کارامەیی و زانیاریەکی ترم پێویستە بۆ پێشەنگ بوون لە بوارەکەی خۆمدا لە ماوەی چەند مانگ و ساڵی داهاتوودا؟"

سێ ساڵ بۆ پێنج ساڵ برۆ داهاتوو وە بیهێنە پێش چاوت کە تۆ یەکێکی لە باشترین و داهات بەرزترین کەسی پیشەکەی خۆت. بۆ ئەمە پێویستە چی ڕوویدات ئێستا؟ چیت دەکرد و فێر دەبوویت و بەدەستت دەهێنا بۆ گەشتن بەو ئاستە؟ پێویستت بە باڵادەست بوون لە چی جۆرە کارامەییەکدا دەبوو بۆ پێشەنگ بوون لە پیشەکەی خۆتدا؟

بڕیارێکی پیشەیی بدە

کاتی خۆیی هاوڕێیەکی باشم هەبوو کە پارێزەر بوو لە یەکێك لە کۆمپانیا یاساییەکاندا. باوکی ئەم کەسە پارێزەبوو بۆیە ئەمیش ئەم پیشەیەی هەڵبژارد. کە دەرچوو لە زانکۆ، دەستی کرد بە پیشەی پارێزەرایەتی بۆ هاوڕێکانی و ناسیاوەکانی. بەڵام هەر زووبەزوو بۆی دەرکەوت ئەم پیشەیە بۆ ئەم نیە و بڕیاریدا پیشەکەی بگۆڕێت و بچێتە ناو کارسازییەوە.

لەم کاتەدا تەمەنی ئەم کەسە ٢٦ ساڵ دەبوو، سەرباری ئاستەنگی و بەرەنگاربوونەوەکان، ئەم کەسە خۆی ئامادە و گورجکرد و بڕیاریدا بچێتە زانکۆی هارڤارد بۆ خوێندنی ماستەر لە کارسازیدا، ئەم کارە دوو ساڵی خایاند بەڵام بوو بە خاوەنی بڕوانامەی ماستەر لە کارسازیدا.

Scanned with CamScanner

... ئامانجەکان!...

ئەم کەسە گەڕایەوە شارەکەی خۆی و چەند چاوپێکەوتنێکی کاری ئەنجامدا، لە کۆتاییدا پۆستێکی سەرەتایی بەڕێوەبردنی دەست کەوت لە کۆمپانیایەکی گەشتی ئاسمانیدا. دەرکەوت ئەم بڕیاری گۆڕینی پیشەیەی باشترین بڕیار بووە داوێتی، لە ماوەی دە ساڵدا بووە سەرۆکی کۆمپانیاکە و دە هێندەی کاری پارێزەرایەتیەکە داهاتی بوو. ئەم کەسە بووە لاوترین و بەڕێزترین بەڕێوەبەرە جێبەجێکارەکان لە بواری پیشەکەی خۆیدا.

مەودا دەرەنجامیە سەرەکیەکانت دەستنیشان بکە

وەکو پێشتر باسم کرد، هەموو کارێك لە پێنج بۆ حەوت مەودای دەرەنجامیی سەرەکی پێك هاتووە. لە بواری فرۆشدا بۆ نمونە، ئەم مەودایانە بریتین لە دۆزینەوەی دەرفەتی فرۆشتن و دامەزراندنی پەیوەندی و دەستنیشانکردنی پێویستیەکان و پێشکەشکردنی چارەسەر و وەڵامدانەوەی بەربەستەکان و ئەنجامدانی فرۆش و دووبارە ئەنجامدانەوەی فرۆش بۆ کڕیارانی ڕەزامەند.

ئەگەر تۆ لە بواری فرۆشدا کار دەکەیت، پێویستە لە ١ تا ١٠ نمرە بۆ خۆت دابنێیت، کە ١ نزمترین ئاست بێت و ١٠ بەرزترین ئاست بۆ هەر یەك لەم مەودایانە. تۆ دەبێت بەلای کەمەوە ٧ بێنیت لە ١٠ ئەگەر بتەوێت ببیتە یەکێك لە ٢٠ یەکەمەکەی پیشەکەت.

پاش نمرەدانان بۆ خۆت لە هەر حەوت مەوداکەدا، دەبێت لیستەکە ببەیت بۆ سەرۆککارەکەت، یان باشترە ببەیت بۆ یەکێك لە کڕیارەکانت و داوایان لێبکەیت ئەوانیش نمرەت بۆ دابنێن. ئەمە دەبێتە

Scanned with CamScanner

چاوکرانەوەیەکەی ڕاستەقینە بۆتۆ، زۆرجار خەملاندنەکەی خۆت بۆ خۆت زۆر جیاوازتر و بەرزترە لە خەملاندنی کەسێکی تر بۆت.

نمرەی کۆتاییت هەرچەندێك بێت، تۆ دەبێت لاوازترین مەودا و کارامەییت هەڵبژێریت و کاری لەسەر بکەیت بۆ بەرزکردنەوەی ئاستەکەی تا یەکسان بێتەوە یان بەرزتر بێت لە کارامەییەکانی ترت. لاوازترین کارامەییت بریتیە لەو کارامەییەی گەورەترین ڕێژەی داهاتت بۆ دابین دەکات و دەستنیشانی دەکات چەندێك خێرا و چەندێك دوور دەڕۆیت لە پیشەکەتدا.

برۆ سەر سایدی خێرا

ئەمە پرسیارێکی پاڵنەرە دەتوانیت بە درێژایی ژیانی پیشەییت لە خۆتی بکەیت "ئەو تاکە کارامەییە چیە ئەگەر بە نایابیتیی ئەنجامی بدەیت دەبێتە هۆی گەورەترین کاریگەریی ئەرێنی لەسەر پیشەکەت؟" ئەمە با ببێتە خاڵی دەستپێکت بۆ پەرەپێدانە کەسیی و پیشەییەکانت. وەڵامت بۆ ئەم پرسیارە زۆر گرنگە بۆ بەدەستهێنانی نایابێتی لە بوارەکەتدا.

بەردەوام ئەم پرسیارە لە خۆت بکەوە " ئەو تاکە کارامەییە چیە ئەگەر بە نایابیتیی ئەنجامی بدەیت دەبێتە هۆی گەورەترین کاریگەریی ئەرێنی بۆ سەر داهات و داهاتووی پیشەکەی ئێستات؟"

خۆ ئەگەر هەر هیچ دڵنیا نیت لە وەڵامی ئەم پرسیارە، ئەوا برۆ لای سەرۆککارەکەت و ئەم پرسیارەی لێبکە. لە هاوپیشەکانت بپرسە، لە کارمەندەکانت بپرسە، لە هاوسەر و هاوڕێکانت بپرسە. زۆر گرنگە وەڵامی ئەم پرسیارەت دەست بکەوێت و هەموو وزەکەت بکەیتە سەر

Scanned with CamScanner

باشتركردنی ئەدای كارت لەو بوارە دیاریكراوەدا. ئەمە دەبێتە مەبەستی دیاریكراویی سەرەكیت بۆ پەرەپێدانی كەسیی و پیشەییت. ئەم وەڵامە بنوسەوە و بەروارێكی كۆتایی بۆ دابنێ و پلانی بۆ دابنێ و كار لەسەر پلانەكە بكە و پاشان رۆژانە كارێك بكە بۆ باشتربوون لەو كارامەییە دیاریكراوەدا.

هەركات شارەزاییت بەدەست هێنا لە لاوازترین بوارتدا، دووبارە ئەم پرسیارە بكەوە "ئەی ئێستا ئەو كارامەییە چیە یارمەتیدەرترینمە؟" پاشان برۆ كار بكە لەسەر وەڵامەكەت بۆ كارامەییەكە تا شارەزابوون و باڵادەستبونی تێدا پەیدا دەكەیت.

كەسە پڕداهاتترینەكانی هەر بوارێك نمرەكەیان ٨ و ٩ یە لە ١٠ لە هەر بوارێكیاندا. ئەم دوو نمرەیە دەبێت ئامانجی تۆش بێت.

بەڕێوەبەری جێبەجێكاری نایاب

ئەگەر لە بواری بەڕێوەبردندایت، بزانە كە حەوت مەودای سەرەكی هەن دەستنیشانی سەركەوتن و شكستت دەكەن لە پیشەكەتدا: پلاندانان، رێكخستن، كارمەند دانان، ئەرك پێسپاردن، سەرپەرشتیكردن، پێوانەكردن، راپۆرت نوسین.

هەموو بەڕێوەبەرە باڵاكان نمرەی نایابیان هەیە لە هەر یەك لەو حەوت مەودایەی سەرەوەدا. وە بەڕێوەبەرە لاوازەكانیش لە یەكێك یان زیاتر لەو مەودایانەدا لاوازن. لاوازێتیی توند لە هەریەك لەو مەودایانەدا ئەگەری هەیە كوشندە بێت بۆ سەركەوتنت لە پیشەكەتدا.

Scanned with CamScanner

بۆ نمونە ئەگەر تۆ لە هەموو مەوداکانی بەڕێوەبردندا نایاب بیت بێجگە لە ئەرك پێسپاردن، ئەوا بزانە ئەم مەودایە هەموو ڕۆژێك دەبێتە بەربەست بۆت لە پیشەکەتدا. من بەڕێوەبەری هێندە لاوازم بینیوە لەم مەودایەدا کە بۆتە هۆی دەرکردنیان لەسەر کارەکەیان، چونکە ئەو زیانەی داویانە لە پیشەکە بەهۆی لاوازییانەوە لەم مەودایەدا زۆر گەورە بووە .

بە هەمان شێوەی پێشوو لە ١ تا ١٠ نمرە بەخۆت بدە و پاشان پرسیار لە کەسانی چواردەورت بکە نمرەت بۆ دابنێن، لەگەڵ خۆت ڕاستگۆ بە و بەدووی ڕاستیدا بگەڕێ وەك لە وەڵامێکی دیبلۆماسیی لەلایەن هاوپیشەیەکی بەڕێزەوە کە دڵی نەیەت ڕاستیەکانت پێ بڵێت.

شیکارییەکی ٣٦٠ پلەیی ئەنجام بدە

یەکێك لە ئامرازە بەناوبانگەکانی بەڕێوەبردن کە لەم سەردەمەدا بەکاردێت پێی دەوترێت "شیکاریی ٣٦٠ پلەیی". لەم جۆرە شیکاریەدا ڕاپرسییەك دەدرێت بە کۆمەڵێك کەس کە ڕاپۆرت دەنوسن بۆ بەڕێوەبەرێکی دیاریکراو. ڕاپرسیەکە پڕدەکرێتەوە و بە نەناسراوی دەدرێتە دەست ڕاوێژکارێکی دەرەکی کە وەڵامەکان پوختە دەکات. ئەم پوختەی وەڵامانە دەدرێت بە بەڕێوەبەرەکە بۆ ئەوەی بزانێت چۆن کەسانی تر دەیبینن. زۆرجار وەڵامەکان بەڕێوەبەرەکە دەتاسێنن.

بۆ نمونە، بەڕێوەبەرەکە دەڵێت "من بڕیار بە ئاگالێبوون و بیرکردنەوەوە دەدەم" بەڵام ستافەکە دەڵێن "کەسێکی لاواز و بڕیارنەدەر و متمانە بەخۆ نیە کاتێك بڕیاردان دێتە پێش".

لە لێکۆڵینەوەیەکی نوێدا دەربارەی بەڕێوەبەران، ٪٧٥ ی هەموو بەڕێوەبەران خۆیان لە ٪٢٥ ی لوتکە دانا لەڕووی کاریگەرێتیەوە، زۆرینەی بەڕێوەبەران خۆیان لە ٪٢٠ ی لوتکە دانا لەڕووی کەسێتی و ژیرییەوە، مرۆڤ بە سروشتی خۆی وایە نمرەی بەرز بۆ خۆی دادەنێت و خۆی بەرز دەبینێت، بێ گوێدانە جۆرایەتی و تایبەتمەندیەکان. لەبەر ئەمەیە زۆر گرنگە کەسەکان لەلایەن هاوپیشە و هاوتاکانیانەوە نمرە بکرێن بە شێوەیەکی بەردەوام.

باشترکردنی کەسیی وەکو ئامانج دابنێ

هەرکات مەودای سەرەکیت دەستنیشانکرد کە دەتەوێت و پێویستیشە باشتری بکەیت، وەکو ئامانج و پلان دایبنێ و بەروارێکی کۆتایی بۆ دابنێ. پاشان ڕۆژانە کاربکە لەسەر باشترکردنی خۆت لەو مەودایەدا. لە ماوەی هەفتە و مانگ و ساڵدا دەبینیت لەو کارامەییەدا نایاب بوویت. بەهۆی باشترکردنەکانەوە بوویتە شارەزا و باڵادەست.

هەرچۆنێکیت خۆتت قبوڵ بێت

یەکێك لە هەرە بەناوبانگترین کتێبەکانی بواری کارسازیی لەم دواییانەدا کتێبی "یەکەمجار، بەهێزیەکانت بدۆزەوە!" ئەم کتێبە دوا بە دوای کتێبێکی پڕ فرۆشترین دەرکراوە بە ناوی "یەکەمجار، هەموو یاساکان بشکێنە!" دەرەنجامی هەردوو کتێبە بریتیە لە "خەڵك مەگۆڕە."

تۆ بە کۆمەڵێك کارامەیی و توانا و دەسەڵات و بەهێزی و لاوازی و لێهاتوویەوە لە دایك بوویت. ئەمانە زوویەزوو لە ژیاندا دەردەکەون و بە

گشتیی لە كۆتایی تەمەنی هەرزەكاریدا ئاشكرا دەبن. وە بە درێژایی تەمەنت گۆڕانكاریەكی بەرچاویان بەسەردا نایەت.

یەكێك لە گرنگترین شتەكان كە ئەنجامی دەدەیت لە پیشەكەتدا بریتیە لە دەستنیشانكردنی ئەوەی تۆ بە ڕاستی لە چیدا باشیت یان دەتوانیت لە چیدا باش بیت، پاشان تەرخانكردنی تەواوی كاتت بۆ ئەوەی بالادەست و نایاب بیت لەو بوارەدا.

ماری بەیكەر فۆلێت، ڕاوێژكاریی بەڕێوەبردن لە ساڵانی ١٩٢٠ ەكاندا جارێكیان وتی "باشترین ڕووگە بۆ لێخوڕینی ئەسپێك بریتیە لەو ڕووگەیەی ئەسپەكەی بەرەو دەڕوات". باشترین ڕێگە بۆ پەرەپێدانی خۆت بریتیە لەو ڕووگەیەی لێهاتوویی و حەزە سروشتیەكانتی لەسەرە. جیم كاتكارت، نوسەری كتێب و وتاربێژ، دەڵێت "سروشتی خۆت پێبگەیەنە" ئەمە ئامۆژگاریەكی زۆر گرنگە دەبێت تۆ لە تەواوی پیشەكەتدا پەیرەوی بكەیت.

تۆ بە كۆمەڵێك لێهاتوویی و توانای تایبەت بە خۆت و جیاواز لە كەسانی ترەوە لەدایك بوویت. لە تەواوی ژیانتدا بینیوتە كەوتویتە بوارێكەوە كە لێهاتوویی و توانا تایبەتیەكانت وایان كردووە تۆ زۆر زیاتر بەدەست بێنیت و زیاتر چێژ ببینیت لەوەی ئەنجامی دەدەیت. یەكێك لە ئامانجە مەزنەكانت لە ژیاندا دەبێت بریتی بێت لە دەستنیشانكردن و جیاكردنەوەی یەك شت یان دوو شت كە تۆ زۆر بە باشی ئەنجامی دەدەیت و زیاتر چێژی لێ دەبینیت وەك لە هەموو شتێكی تر و پاشان تەواوی جەختت بكە سەر ئەوەی لەو بوارانەدا شارەزاترین و بالادەسترین بیت.

پەرە بە لێهاتووییەکانت بدە

مایکڵ جۆردن، یاریزانی باسکە، دەڵێت "هەموو کەس لێهاتوویی هەیە، بەڵام توانا پێویستی بە کاری سەختە". شاعیر لۆنگفێلۆ جارێکیان وتی "تراژیدیا مەزنەکەی کەسانی ئاسایی بریتیە لەوەی بە کارامەییە مۆسیقیەکەیانەوە دەچێتە گۆڕەوە".

ئەگەری هەیە بۆ چەندان ساڵی دووروودرێژ بناڵێنیت بە دەست پیشەیەکەوە کە بەتەواوی سازنەکراویت بۆی، پاشان پیشە دروستەکەی خۆت دەدۆزیتەوە و لە ماوەی یەك دوو ساڵدا هێندەی ئەو هەموو ساڵەی لە پیشەکەی پێشووتدا بەسەرت بردووە پێشدەکەویت و سەرکەوتن بەدەست دێنیت.

ناپلیۆن هیلڵ جارێکیان وتی کلیلی سەرکەوتن لە ئەمریکادا بریتیە لە "دۆزینەوەی ئەوەی زۆر حەز بە ئەنجامدانی دەکەیت و پاشان دۆزینەوەی ڕێگەیەك بۆ دەستکەوتنی بژێوی لەم کارەتەوە".

زۆرینەی ملیۆنەرە خۆدروستکارەکان دەڵێن "لە ژیانمدا تەنها یەك ڕۆژیش ئیشم نەکردووە". ئەوەی ئەم کەسانە کردوویانە بریتی بووە لە دۆزینەوەی ئەو کارەی زۆر حەز بە ئەنجامدانی دەکەن و چێژی لێ دەبینن و پاشان زیاتر و زیاتریان ئەنجامداوە لێی.

لێهاتووییە تایبەتیەکانت دەستنیشان بکە

هەشت ڕێگە هەیە بتوانیت بەهۆیانەوە لێهاتووییە تایبەتیەکانت و توانا ناوازەکەت بناسیتەوە و دەستنیشانیان بکەیت، ڕێگەکان بریتین لە:

... ئامانجەکان!...

یەکەم، ئەو کارەی تۆ تیایدا زۆر دڵخۆشیت و زۆر باشیت و ئەنجامدانی کارەکە خۆشەویستە لەلات. ئەگەر بتوانیت بەبێ پارەش ئەنجامی دەدەیت. ئەو کارەی باشترینی تۆ دەهێنێتە دەر و بڕێکی زۆر گەورە خود ڕەزامەندی و چێژت پێدەبەخشێت.

دووهەم، ئەو کارەی تۆ بە باشی ئەنجامی دەدەیت، وەك ئەوەی بە سروشتیی توانای ئەدات لەم بوارەدا باش بێت.

سێهەم، ئەو لێهاتووییەی گەورەترین سەرکەوتن و دڵخۆشیت بەهۆیەوە بەدەست هێناوە تا ئێستا. ئەو شتەی هەر لە تەمەنێکی منداڵییەوە تۆ حەزت بە ئەنجامدانی کردووە و خەڵکیی ستایشیان کردوویت لەسەر ئەو کارە.

چوارەم، ئەو کارەی فێربوونی بەلای تۆوە ئاسان بووە و ئەنجامدانیشی ئاسان بووە. لە ڕاستیدا هێندە ئاسان بووە تۆ بیرت چۆتەوە چۆن و کەی فێری بوویت. تەنها ئەوە بووە ڕۆژێك لە ڕۆژان دەبینیت ئەنجامدانی ئەم کارە بەلاتەوە زۆر ئاسان بووە.

پێنجەم، ئەو کارەی ئاگا و هۆشی تۆی ڕاکێشاوە. جۆش و ئەندێشەتی بۆ خۆی کێش کردووە. تۆ حەز بە بیرکردنەوە لێی و خوێندنەوە دەربارەی و قسەکردن لەسەری و فێربوونی دەکەیت. ئەمە سەرەنجی تۆی ڕاکێشاوە، وەك چۆن پەپولەیەك بەرەو ڕووناکیەك دەڕوات.

شەشەم، تۆ حەز بە فێربوونی دەکەیت و بە تێپەڕبوونی کات و تابێت تیایدا باشتر دەبیت. حەزێکی قووڵی ناخیت هەیە بۆ نایاب بون لەم بوارە دیاریکراوەدا.

حەوتەم، کاتێک ئەو کارە ئەنجام دەدەیت، وەک ئەوە وایە کات بوەستێت. زۆر جار هێندە دووروودرێژ کار دەکەیت لەو بوارەدا بیرت دەچێتەوە نان بخۆیت و بخەویت چونکە هێندە تیایدا سەرقاڵ دەبیت.

هەشتەم، تۆ ڕێز و نرخاندنێکی بێشومارت هەیە بۆ ئەو کەسانەی باشن لەو کارەی تۆ گونجاویت بۆ ئەنجامدانی. تۆ حەز دەکەیت وەکو ئەوان وابیت و حەز دەکەیت لە دەوریان بیت و کارلێك بکەیت لەگەڵیاندا.

ئەگەر ئەو هەشت خاڵەی سەرەوە جێبەجێ دەبێت بەسەر هەر کارێکدا تۆ ئێستا دەیکەیت یان هەر شتێك لە ڕابردوودا ئەنجامتداوە، ئەوا بزانە ئەو کارە ئەوەیە تۆ ناوازەیت تیایدا و "خوازیاری دڵتە."

تۆ لەدایکبوویت بۆ نایاب بوون

لێهاتووییە سروشتیەکانت زگماکین و ئاسانن بۆ پەرەپێدان. ئەم جۆرە لێهاتووییانە لە نەستتدا بەرنامەڕێژکراون. تۆ بۆ ئەنجامدانی ئەم کارە لەدایکبوویت. ئەرکی تۆ لەم کار و بوارەدا بریتیە لە پشکنین و گەڕان بەناو ئەم لێهاتوویی و توانا سروشتیەتدا و پاشان بەردەوامبوونی پەرەپێدانی.

زۆرینەی کارامەییەکان تەواوکارن، زۆرینەیان پشت دەبەستن بە یەکدی، ئەمە واتە دەبێت تۆ لە کاتێك لە کاتەکاندا کارامەییەکت هەبێت بۆ ئەوەی بتوانیت کارامەییەکانی ترت بەکاربێنت لە ئاستێکی بەرزتردا. هەندێك جار تۆ پێویستە فێری کارامەیی تر ببیت کە ڕەنگە حەزت پێی نەبیت و چێژی لێ نەبینیت، بەڵام ئەمە ئەو قوربانیەیە تۆ دەبێت بیدەیت بۆ ئەوەی بتوانیت لە بوارە هەڵبژێردراوەکەتدا نایابێتی بەدەست بێنیت.

Scanned with CamScanner

یەك كارامەییت ماوە

بڕوانە ئەم یاسایە: ڕەنگە یەك كارامەییت مابێت بۆ دووهێند كردنی بەرهەمدارێتی و ئەدا و داهاتت. ڕەنگە تەنها پێویست بكات ئاستی ئەو كارامەییە بەرز بكەیتەوە تا بتوانیت هەموو كارامەییەكانی تر لە ئاستێكی بەرزدا بەكاربێنیت.

لەیادت بێت هەموو كارامەییە كارسازیەكان دەكرێت فێر بكرێن. كارامەیی كارسازیی پەیوەندی بە زیرەیەوە نیە. ئەگەر پێویستت بە هەر كارامەییەكی كارسازی هەبێت فێری ببیت بۆ ئەوەی ئەوپەڕی توانای خۆت بەكار بێنیت، ئەوا دەتوانیت لە ڕێگەی ڕاهێنان و دووبارەكردنەوەوە فێری ببیت.

خۆت بەدوور بگرە لە تەڵەی ئەدای لاواز

زۆر باوە ئەگەر لاواز بیت لە كارامەییەكی دیاریكراودا، ئەگەری هەیە كاری لەسەر نەكەیت. بەمە دەكەویتە تەڵەی "بێدەسەڵاتیی فێركراو"ەوە. ڕەنگە بڵێیت "من هێندەی پێویست باش نیم لەو بوارەدا" یان "من هیچ لێهاتوویی و توانایەكی سروشتیم لەو كارامەییەدا نیە."

بەڵام ئەمە تەنها خۆ بەدوورگرتن و پاساو هێنانەوەیە، ئەگەر ئەو كارامەییە بەشی پێویست گرنگە بەلاتەوە، ئەوا دەتوانیت فێری ببیت. خراپترین بڕیار بیدەیت بریتیە لە نەچونە پێش لە كارێكدا بۆ چەندان مانگ و ساڵ تەنها لەبەر ئەوەی یەك كارامەییت نیە كە خودی كارامەییەكە دەكرێت فێری ببیت لەڕێی خۆ تەرخانكردن و پابەندبوونەوە. ڕێمەدە ئەمەت بەسەردا بێت.

Scanned with CamScanner

نایابێتی بریتیە لە گەشتێك

وتەیەکی کۆن هەیە دەڵێت "هەر شتێك شایەنی ئەوە بێت بەباشی ئەنجام بدرێت، ئەوا شایەنی ئەوەیە لە سەرەتادا بە لاوازی ئەنجام بدرێت". ئەوە ڕاهێنان نیە کە دەبێتە بالا دەست بوون، بەڵکو ڕاهێنانی کەموکوڕە کە وردە وردە دەبێتە بالادەست بوون.

لەگەڵ دەستپێکردنی هەر کارێکی نوێدا، پێشبینی ئەوە بکە بە لاوازی ئەنجامی بدەیت. لە سەرەتادا هەست بە خاووخلیچکی و ناخۆشی دەکەیت. هەست بە نەگونجاوێتی و کەمی دەکەیت. زۆرجار هەست دەکەیت کەسێکی گەمژەیت و هەست بە شەرمەزاری دەکەیت. بەڵام ئەمە ئەو قوربانیەیە تۆ دەبێت بیدەیت بۆ بەدەستهێنانی نایابێتی لەو بوارەدا. تۆ هەمیشە دەبێت لە پێشەکیدا قوربانی بدەیت بۆ سەرکەوتن، ئەو قوربانیەش زۆرجار بریتیە لە کاری زۆر بۆ بالادەست بوون لە کارامەییەکی سەختدا کە پێویستت پێیە بۆ سەرکەوتن و بەرەوپێشچوون لە بوارەکەتدا.

داردەستە سیحریەکەت بەکاربێنە

تەکنیکی داردەستی سیحری بەکاربێنە. بیهێنە پێش چاوت دەتوانیت داردەستێکی سیحری بەکاربێنیت و ئەوپەڕی بالادەستی و شارەزایی بەدەست بێنیت لە هەر کارامەییەکی دیاریکراودا. ئەو کارامەییە چیە؟ ئەگەر بتوانیت داردەستێکی سیحری بەکاربێنیت و هەموو خۆزگە و ئاواتەکانت بێتە دی دەربارەی لێهاتوویی و کارامەییەکانت، ئەوا خۆزگە بۆچی دەخوازیت؟

Scanned with CamScanner

وەڵامت بۆ ئەم پرسیارانە هەرچییەك بێت، ئەوا ئامـاژەدەرە بۆ ئەو ئامانجـە نوێیانـەی پێویسـتە دایانبنێیـت دەربـارەی ئـەو کارامـەیی و توانایانەی پێویستە پەرەیان پێبدەیت تا بتوانیت ببیتە باشترین کەس لە کارەکەی خۆتدا .خۆت بکەرە پرۆژەی "خـۆت ئـەنجامی بـدە". ئامادەبـە ساڵ و دوو ساڵ و سێ ساڵ تەرخان بکـەیت بـۆ نایـاب بـوون لـە بـوارێکی گرنگدا. ئامادە بە هەر قوربانیەك پێویست بوو بیدەیت تا ببیتـە باشـترین کەس لە کارەکەی خۆتدا.

هاوکێشەی سێ کۆ یەك

هاوکێشەیەك هەیە پێی دەوترێت سێ کۆ یەك بۆ باڵادەست بوون لـە هـەر جۆرە کارامەییەکدا، ئەم هاوکێشەیە ئاسانە و هـەموو کاتێـك کـاری خـۆی دەکات. سەرەتا رۆژانە لەو بوارەدا بخوێنەوە، تەنانـەت ئەگـەر ١٥ بـۆ ٣٠ خولـەکیش بێـت. زانیـاریی تایبەتمەنـدیی کەڵەکـەبوونی هەیـە. تـا زیـاتر بخوێنیتەوە و فێر بیت، خود ئاسوودەبیت زیـاتر دەبێـت لـە ئەنجامـدانی کارەکەتدا بە نایابی.

دووهەم، گوێبگرە لە بەرنامەی دەنگیی فێرکـاریی لەسـەر ئـەو بابەتـە لـە ئۆتۆمبیلەکەتدا، شۆفێری ئەم سەردەمە ساڵانە بە تێکڕا نزیکـەی ٥٠٠ بـۆ ١٠٠٠ کاتژمێر لە ئۆتۆمبیلدا بەسـەر دەبـەن. کـاتی شـۆفێریت بکـە کـاتی فێربـوون. تـەنها لـەم رێگەیـەوە دەتوانیـت ببیتـە رۆشـنبیرترین کەسـی بوارەکەی خۆت، گوێ بگرە و فێر بە وەك لەوەی گوێ لە مۆسیقا بگریت.

سێهەم، ئامـادەی سـیمینار و وۆرکشـۆپەکانی بوارەکـەی خۆتبـە. ژیـانی چەندان کەس گۆڕانکاریی بەسەردا هاتووە بە.ئامادەبوون لە سیمینارێکی یەك رۆژە یان دوو رۆژەدا لە بوارەکانی خۆیاندا .

Scanned with CamScanner

کۆتـا هۆکـار بریتیـە لـە بـەکارهێنانی ئـەوەی فێـری بویـت لـە نـزیکترین دەرفەتدا. هەرکاتێك بیرۆکەیەکی باش دەبیستیت، کاری لەسەر بکە. ئـەو کەسەی یەك بیرۆکـە دەبیسـتێت و کـاری لەسـەر دەکـات بـەهادارترە لـەو کەسەی گوێبیستی سەدان بیرۆکە دەبێت بەڵام کار لەسەر هیچیان ناکات.

راهێنان و ئەنجامدان دەبێتە باڵادەست بوون

تـا زیـاتر راهێنــان و ئەنجامـدانی ئـەوەی فێـری بوویـت بکـەیت، خێراتـر شـیاوتر و کارامــەتر دەبیـت لــەو بـوارەدا. تــا زیـاتر راهێنــان بکــەیت، متمانەبـەخۆبوونت زیـاتر دەبێـت و پەرەدەسـێنیت. تـا زیـاتر راهێنــان بکـەیت، خێراتــر زاڵ دەبیـت بەسـەر هەسـتکردن بـە نـەگونجاوێتی لـەو کارامەییەدا و خێراتر شارەزای دەبیت. تا زیـاتر راهێنـان بکـەیت، خێراتـر ئەو کارامەییە دەچێتە سندوقی ئامرازەکـانی هزرتـەوە کـە بتوانیـت هـەتا لەو پیشەیەدا بیت بەکاری بێنیت.

هــەر ئــەمڕۆ، هــەر ئــەم ساتـە، خـۆت یـەکلا بکـەوە بـۆ ئـەوەی ببیتـە یەکەمینـەکانی بوارەکـەی خـۆت. بزانـە ئـەو یەکەمانـە کێن، بزانـە چـەند پەیدا دەکـەن و چـی جیـاوازتر لـە تـۆ ئـەنجام دەدەن. بزانـە چـی جـۆرە زانیاری و کارامەییەکیان پەرەپێداوە و خۆت یەکلایی بکەوە تـۆش ئەوانـە پەرەپێبدەیت. لە یادت بێـت، هەرکەسـێك هـەر کـارێکی کردبێـت، بـەپێی هەلومەرجی خۆت، تۆش دەتوانیت ئەنجامی بدەیت. هـیچ کەسـێك لـە تـۆ باشتر نیە و هیچ کەسێك لە تۆ ژیرتر نیە. ئەو راستیەی کەسانی یەکـەم و لوتکەی بوارەکەت لە ساتێك لە ساتەکاندا تەنانەت لەو بـوارەی تـۆدا هـەر نەبوون، بەڵگەیە بۆ ئەوەی ئەوان چیی بەدەسـت بێـنن، تـۆش دەتوانیت

بەدەستی بێنیت، تەنها ئەگەر ئامانجی بۆ دابنێیت و کاری بۆ بکەیت بەپێی پێویست. ئەوە بزانە هیچ سنورێك بوونی نیە.

ببە شارەزای بوارەکەی خۆت:

١ .ئەمڕۆ خۆت یەکلایی بکەوە لە بوون بە یەکەمەکانی بوارەکەی خۆت. پابەندبوونێکی هەمیشەیی ئەنجام بدە.

٢ .بوارە سەرەکیەکانی کارەکەت دەستنیشان بکە، ئەو شتانەی تۆ دەبێت "بێ ئەملاو لا و بە تەواوەتی" ئەنجامیان بدەیت بۆ ئەوەی لە بوارەکەتدا سەرکەوتوو بیت.

٣ .لاوازترین بوارت دەستنیشان بکە و دەست بکە بە پرۆژەی "خۆت ئەنجامی بدە" بۆ ئەوەی لەو بوارەدا نایابێتی بەدەست بێنیت.

٤ .ئەو زانیاریانەی تر دەستنیشان بکە کە پێویستە فێریان بیت بۆ ئەوەی ببیتە یەکەمەکانی بوارەکەی خۆت و پاشان پلانێك دابنێ بۆ وەرگرتنی ئەو زانیاریانە.

٥ .خۆت تەرخان بکە بە فێربوونی بەردەوامەوە. بخوێنەوە و گوێ بگرە لە بەرنامەی دەنگی و ئامادەی خول و سیمینارەکان ببە و پاشان ئەوەی فێری بوویت کاری پێبکە بە زووترین کات.

Scanned with CamScanner

بەشی دوازدە
پەیوەندی لەگەڵ کەسانی دروستدا بکرە

"ڕوانگەت بۆ ژیان، خەملاندنی خۆت، خەملاندنی بەهای خۆت، هەموو ئەمانە لەلایەن ژینگەکەتەوە یەکلایی دەکرێنەوە. تەواوی پیشەکەت دەگۆڕدرێت و لە قالب دەدرێت لەلایەن چواردەورەکەتەوە، لەلایەن کەسایەتی ئەو کەسانەی ڕۆژانە پەیوەندییان لەگەڵ دەگریت."

"ئۆریسن سوێت ماردن"

هەموو شتێك لە کار و ژیانیشدا بریتیە لە پەیوەندیەکان. هەر شتێك بەدەستی دەهێنیت یان شکست دەهێنیت لە بەدەستهێنانیدا بە جۆرێك لە جۆرەکان پەیوەندی هەیە بە کەسەکانەوە. توانات لە دروستکردنی پەیوەندیە دروستەکاندا لەگەڵ کەسانی دروستدا لە هەموو قۆناغەکانی ژیان و پیشەکەتدا دەستنیشانکارێکی زۆر گرنگە بۆ سەرکەوتن و بەدەستهێنانەکانت و کاریگەریەکی بەهێزی دەبێت لەسەر خێرایی گەشتنت بە ئامانجەکانت.

تا زیاتر بەشێوەیەکی ئەرێنی خەڵك بناسیت و خەڵکیش بە شێوەیەکی ئەرێنی بتناسێت ئەوا زیاتر سەرکەوتوو دەبیت لە هەر شتێکدا هەوڵی بۆ بدەیت. یەك کەسی دروست لە کاتێکی دروستدا دەتوانێت ڕێچکەیەکت بۆ

خۆش بکات ببێتـە هـۆی گۆڕینی سـەرتاپای ژیانـت و چـەندان سـاڵت لـە کاری سەخت بۆ بگەڕێنێتەوە.

هیچ کەس بە تەنها سەرناکەوێت

بەشێکی سەرەکی لە دانانی ئامانج بریتیە لەوەی تۆ ئەو خەڵك و گروپ و ڕێکخراوانە دەستنیشان بکەیت کە یارمەتیدەرت دەبن لـە بەدەستهێنان و گەشـتن بـە ئامانجەکانتـدا. بـۆ بەدەسـتهێنانی هـەر جـۆرە ئامانجێـك، تـۆ پێویستت بە یارمەتیی چەندان خەڵك هەیە. باشە ئەو خەڵکانە کێن؟

سیٚ پۆلێنی گشتی هەیـە بـۆ ئـەو کەسانەی تـۆ پێویسـتت بـە یارمـەتی و هاریکارییان دەبێت لە داهاتوودا. ئەو کەسـانەش بـریتین لـە کەسـانی نـاو پیشەکەت و نزیك لە پیشەکەت، خێزان و هاوڕێیان، وە کەسانی ناو گـروپ و ڕێکخراوەکـانی دەرەوەی پیشـەکەت یـان بازنـە کۆمەڵایەتیەکـەت. تـۆ پێویستە ستراتیژیەتێك دابڕێژیت بۆ کارکردن بە کاریگەرییانە لەگـەڵ هـەر گروپێکدا.

پەیوەندیە سەرەکیە کارسازیەکانت

لـە کارەکەتـەوە دەسـت پێبکـە. گـرنگترین کەسـەکانی پیشـەکەت کـێن؟ پلانـت چـیە بـۆ دروسـتکردنی پەیوەندیـەکی ئاسـت بـەرزتر لەگەڵیانـدا؟ لیستێك دروست بکە بۆ هـەموو ئەوانـەی لـەناو پیشـەکەت و لەدەرەوەیدا کار دەکەن، سـەرۆککارەکەت، هاوپیشـەکانت، هـاو ئیشـەکانت، کەسـانی خـوار ئاسـتەکەی خـۆت و بـە تایبـەتیش کڕیارەکانـت و دابینکارەکانت و فرۆشیارەکانت ئەگـەر هـەبێت. کـام لـەم کەسـانە توانایـەکی گـەورەتریان

Scanned with CamScanner

هەیە بۆ یارمەتیدانت یان زیان گەیاندن پێت لە بەدەستهێنانی ئامانجەکانی پیشەکەت و کارەکەتدا؟

هەندێك جار لە بینەرانم دەپرسم، ئامادەبوان چەند کەسیان لە بواری خزمەتگوزاریی ڕاژەی بەشداربووواندا کار دەکەن؟ تەنها چەند کەسێك دەست هەڵدەبڕن. پاشان منیش دەڵێم هەموومان لە بواری ڕاژەی بەشداربوواندا کار دەکەین، جا گرنگ نیە پیشەکەمان ناوی چیە و چیە.

کڕیارەکانت دەستنیشان بکە

کڕیار دەکرێت پێناسە بکرێت بەو کەسەی تۆ پشتی پێدەبەستیت بۆ سەرکەوتن و بەرەوپێشبردنی کارەکەت یان پیشەکەت. هەروەها کڕیار ئەو کەسەیە تۆ پشتی پێببەستیت بە هەر جۆرێك بێت. لەڕێی ئەم دوو پێناسەیەوە، هەموو ئەو کەسانەی لە دەورتن بە جۆرێك لە جۆرەکان کڕیارن.

بۆ نمونە، سەرۆککارەکەت کڕیاری سەرەکییە لە پیشەکەتدا. توانات بۆ ڕەزامەندکردنی سەرۆککارەکەت کاریگەریی زیاتری دەبێت لەسەر داهاتووت و داهاتەکەت و پیشەکەت وەك لە هەر کارێکی تر ئەنجامی بدەیت. ئەگەر هەموو ئەوانەی تر بڕەنجێنیت، بەلاّم سەرۆککارەکەت دڵخۆش بێت لەگەڵت، ئەوا لە پیشەکەتدا سەلامەتیت و مسۆگەرە. خۆ ئەگەر هەموو کەسێکی ناو کارەکەت و دەرەوەی کارەکەشت دڵخۆش بکەیت بەلاّم سەرۆککارەکەت دڵتەنگ بێت لەگەڵت، دڵنیابە ئەمە دەبێتە لەکارخستن و پەکخستنی داهاتووت.

ستراتیژیەتی ڕاژەی بەشداربووانت

یەكێك لە باشترین ستراتیژیەتەكان بتوانیت بەكاری بێنیت بریتیە لە دروستكردنی لیستێك لەسەر هەموو ئەو شتانەی تۆ باوەڕت پێیە بۆی خراویتە سەر كار. پاشان وەڵامی ئەم پرسیارە بدەوە "بۆچی من كارم هەیە؟" لە وەڵامدا هەموو ئەو شتانە بنوسە كە بەمێشكتدا دێن، پاشان ئەم لیستە بدەرە سەرۆككارەكەت و داوای لێبكە لیستەكە ڕێكبخات بەپێی ئەولەویەتەكانی خۆی. چی گرنگترینە بەلای سەرۆككارەكەتەوە؟ چی دووهەم گرنگترینە؟ ئەی سێهەم گرنگترین؟ بەم جۆرە.

لەو ساتە بەدواوە، خۆت ڕابێنە لەسەر كاركردن لەسەر ئەركە سەرەكیەكانی سەرۆككارەكەت. دڵنیابە لەوەی هەركاتێك سەرۆككارەكەت تۆی بینی یان قسەی لەگەڵ كردیت تۆ سەرقاڵ بیت بەو شتەی ئەو داینـاوە گرنگترین بێت بەلایەوە. ئەمە زۆر یارمەتیدەرت دەبێت لە پیشەكەتدا وەك لە هەر شتێكی تر.

دوو تایبەتمەندیی سەرەكیی بۆ پلە بەرزكردنەوە

لە ڕاپرسیەكدا لەگەڵ ١٠٤ بەڕێوەبەری جێبەجێكاری باڵادا كە لە گۆڤارێكدا چەند ساڵێك لەمەو بەر بڵاوكرایەوە، ٢٠ تایبەتمەندییان خرایە بەر دەست كە لە فەرمانبەری باڵادا بوونی هەبێت، پاشان داوایان لێكرا گرنگترین تایبەتمەندی هەڵبژێرن. ٨٦٪ ی بەڕێوەبەرەكان دوو تایبەتمەندییان هەڵبژاردبوو بەوەی گرنگترینن بۆ سەركەوتن و بەرەوپێشبردنی پیشەكان. یەكەم، توانای دانانی ئەولەویەت، واتە جیاكردنەوەی كار و شتی پەیوەندیدار و ناپەیوەندیدار. دووهەم، توانای ئەنجامدانی كارەكان بە خێرایی.

هیچ شتێك لە پیشەكەتدا هێندەی ناسراوبوون بەوەی كەسێكیت گرنگترین كارەكان بە خێرایی و چاكی ئەنجامدەدەیت سود ناگەیەنێت بە ناوبانگت.

كاری زۆر لەسەر ئەركی هەڵە؟

بەڵام شتەكە لێرەدا بریتیە لەوەی زۆر كەس زۆر بە سەختی كار دەكەن لە پیشەكانیاندا بەڵام لەسەر ئەو ئەركانە نا كە سەرۆككارەكانیان بە گرنگترینی دادەنێن. شتە ناخۆشەكە بریتیە لەوەی ئەگەر تۆ كارێكی ناگرنگ زۆر بە چاكی ئەنجام بدەیت، ئەگەری هەیە زیان بگەیەنێت بە پیشەكەت و تەنانەت ببێتە هەڕەشەش. بەڵام ئەگەر تۆ كارت لەسەر ئەولەویەتە باڵاكانی سەرۆككارەكەت كرد، وە بە چاكی و خێرایی ئەنجامتدا، ئەگەری هەیە هێندەی هەموو كارێكی تر یارمەتیدەری ناوبانگت بێت لە پیشەكەتدا.

لەگەڵ گۆڕانكاریی لە دۆخ و هەلومەرجەكاندا، با پەیوەندیت لەگەڵ سەرۆككارەكەتدا كراوە بێت. دڵنیابە لەوەی ئەو كارەی ئەمڕۆكە سەرقاڵیت پێوەی هێشتا لە ئەولەویەتە باڵاكانی سەرۆككارەكەت بێت. پاشان خۆت ڕابێنە لەسەر ئەنجامدانی ئەو كارە بە خێرایی. هیچ شتێك سەرۆككار هێندەی ئەوەی كەسێك كارەكەی بە خێرایی ئەنجام بدات دڵخۆش ناكات، دڵنیابە لەوەی تۆ یەكێك بیت لەو كەسانە.

كڕیارە سەرەكیەكانی ترت

هاو ئیشەكانت كە تۆ لە ئیشەكەتدا پشتیان پێدەبەستیت بەهەمان شێوە كڕیارن. بڕۆ لای هەر یەكێكیان و پرسیاریان لێبكە ئایا هیچ شتێك هەیە

Scanned with CamScanner

بتوانیت یارمەتیان بدەیت تیایدا یان نا. لێیان بپرسە ئایا هیچ شتێك هەیە تۆ زیاتر ئەنجامی بدەیت، یان کەمتر ئەنجامی بدەیت، یان بوەستیت لە ئەنجامدانی بۆ ئەوەی یارمەتیدەر بیت لەوەی ئەوان کارەکانیان باشتر ئەنجام بدەن یان نا.

ڕاستیەکە ئەوەیە خەڵکیی بە درێژایی ڕۆژ بیر لە خۆیان و پیشەکانیان دەکەنەوە. هەرکاتێك یارمەتیت پێشکەش کرد بە کەسێك بۆ ئەوەی کارەکەی بە باشتر و خێراتر ئەنجام بدات، ئەو کەسە دواتر بە هەمان شێوە ئامادەی یارمەتیدانت دەبێت.

یاسای چاندن و دروێنەکردن بریتی نیە لە یاسای دروێنەکردن و چاندن. ئەم یاسایە ڕیزبەندیەکی تایبەتی هەیە، سەرەتا تۆ دەبێت ببەخشیت، پاشان دەتوانیت وەرگریت. یەکەمجار تۆو دەچێنیت، دواتر دروێنەی دەکەیت.

دەبێت بەردەوام بەدووی هەر دەرفەتێکدا بگەڕێیت لە کارکەتدا بتوانیت یارمەتی کەسانی تر بدەیت و کاری باشیان لەگەڵدا بکەیت. هەر هەوڵێکی ڕاستگۆیانەت بۆ یارمەتیدانی کەسێك دواتر دێتەوە ڕێت بە شێوەیەك لە شێوەکان و لە کاتێك لە کاتەکاندا و زۆرجار کەمترین پێشبینیت هەیە بۆی.

بەناوبانگترین کەسەکان لە هەر شوینێکی کاردا ئەوانەن هەمیشە ئامادەن دەستی یارمەتی درێژ بکەن بۆ ئەوانی تر.

تا خەڵکی زیاتری دەورت تۆیان بەدڵ بێت و پشتیوانیت بکەن، باشتر و خێراتر ئەگەری پلە بەرزکردنەوە و زیادبوونی داهاتت دێتە پێش.

Scanned with CamScanner

ناوبانگێك بۆ خۆت دروست بکە کە کەسێکی یارمەتیدەریت، هەروەها یارمەتی وەرگریش.

بەدووی ئەو ڕێگەیانەدا بگەڕێ تیایدا ببیتە سەرچاوەیەکی بەهادار بۆ ئەو کەسانەی لە دەورتن و ئەوانیش بە شێوەیەکی ئۆتۆماتیکی بەدووی ئەو ڕێگەیانەدا دەگەڕێن بتوانن یارمەتی و پشتیوانیتی تێدا بکەن لە کاتێکدا زۆرترین پێویستیت پێیە.

به باشی له تیمدا کاربکه

ڕەنگە گرنگترین تایبەتمەندی تۆ بتوانیت پەرەی پێبدەیت بۆ سەرکەوتنی ماوە درێژ لە کارەکەتدا بریتی بێت لەوەی بە باشی لە تیمدا کار بکەیت. لە لێکۆڵینەوەیەکی چەند ساڵەی زانکۆی ستانفۆرددا، لێکۆڵەران بۆیان دەرکەوت توانای هەڵسوڕان بە باشی لە تیمدا دیارترین تایبەتمەندی بووە لەو کەسانەدا کە بە خێرایی توانیویانە پێشبکەون.

کاری تیم زۆر سەرنجڕاکێشە. ٪٢٠ ی ئەندامانی تیم ڕێژەی ٪٨٠ ی کارەکان دەکەن. ئەو ٪٨٠ یەی دەمێنێتەوە بەڕێژەیەکی کەم بەشدارن لە کۆبونەوەکاندا و بە دەگمەن کار دەکەن یان ئامادەبوون بۆ خۆبەخشی دەردەبڕن. ئەرکی تۆ بریتیە لەوەی ببیتە یەکێك لەو ٪٢٠ ە.

بۆ بوون بە ئەندامێکی باشی تیم، هەمیشە بە ئامادەییەوە بچۆ هەر کۆبونەوەیەکەوە، بەرامبەر ئەو کەسە دابنیشە کە کۆبونەوەکە دەبات بەڕێوە و ڕاستەوخۆ تەماشای چاوی بکە. زووبەزوو قسە بکە و پرسیار بکە، خۆبەخشی بکە بۆ ئەرکەکان. کاتێکیش خۆبەخشی دەکەیت، بە

Scanned with CamScanner

باشی و بە خێرایی ئەنجامی بدە تا دیار بێت ئەو کەسە کێیە کارەکان بە تەواوەتی ڕادەپەڕێنێت لە شوێنی کارەکەتدا.

گرنگترین توانا بریتیە لە پشت پێبەستراوێتی

دەتوانیت مەودایەکی پڕ وزەی ئەرێنی و سەرنجڕاکێش لەدەوری خۆت دروست بکەیت لە ڕێی دروستکردنی ناوبانگێکەوە بۆ خۆت بەوەی ئەو کەسەیت هەمووان دەتوانن پشتت پێببەستن بۆ ئەنجامدانی کارەکان. لە دەرەنجامدا کاری گەورەتر و زیاترت پێدەدرێت لەگەڵ ئەو دەسەڵات و پاداشتانەی لەگەڵ ئەم کارانەدا شان بە شانن.

لە کاتی خۆت بگرە و ئەوانەی خوار پلەی خۆت بناسە لە شوێنی کارەکەتدا. قسەیان لەگەڵ بکە و پرسیاریان لێبکە. یارمەتییان پێشکەش بکە ئەگەر توانیت. زۆر بە تایبەتیی میهرەبان بە لەگەڵیاندا. ستایشیان بکە و دەستخۆشیی کارەکانیان لێ بکە، سەرسام دەبیت ئەمە چی جیاوازیەك دروست دەکات لە پیشەکەتدا.

یارمەتیدەر بە

یاسایەك هەیە دەڵێت "تا زیاتر یارمەتیدەر بیت بەبێ چاوەڕوانکردنەوەی هیچ شتێك، یارمەتی وەردەگریتەوە لە پێشبینی نەکراوترین لایەن و سەرچاوەوە."

دڵنیابە هەر هەوڵێك بدەیت بۆ فراوانکردنی ناسیاوەکانت بە هەدەر ناڕوات، وەکو تۆو هەر کەسە و کاتی دروێنەی خۆی هەیە. هەندێك جار ڕاستەوخۆ و دەستبەجێ دەرەنجامی دەبێت، هەندێکیشیان چەندین مانگ و ساڵیشی پێدەچێت، دەبێت ئامادەی ئارامگرتن بیت.

Scanned with CamScanner

خاڵەكانی وەرچەرخان

لە هەر خاڵێكی وەرچەرخانی ژیانتدا، كەسانێك هەن بۆ ڕێنماییكردن و ئاڕاستەكردن و یارمەتیدانت. بارۆن دی رۆتچایلد دەڵێت "ئاسیاوی بێ سودت نەبێت". ئەگەر تۆ دەتەوێت لە پیشەكەتدا سەركەوتوو بیت دەبێت كەسانێك نە ناسیت و لەگەڵ كەسانێكدا كات بەسەر نەبەیت كە نازانن ژیانیان بەرەو كوێ دەڕوات و هیچ ئامانجێكیان نیە، جا گرنگ نیە ئەم كەسانە چەندێك ڕووخۆش و قسە خۆشن. زۆر كەس لە سەرەتای پیشەكەیاندا كەسانێك دەناسن تەنها كاتیان دەكوژن، ئەمەش ئاسایی و سروشتیە، چونكە هەڵەكردن عەیبەی تێدا نیە، بەتایبەت ئەگەر لاو و كەم ئەزموون بیت. بەڵام نابێت ئەم پەیوەندیە بێهودەیە بەردەوام بێت و ببێتە هۆی لەمپەر و وەستاندنت لەوەی تەواوی تواناكانت بخەیتە گەڕ.

گرنگترین پەیوەندیەكانت

ئەو كەسانەی تۆ زۆر پێویستت بە یارمەتی و هاریكارییان هەیە بریتین لە خێزان و هاوڕێكانت. وەك بێنجامین دیزرایلی دەڵێت "هیچ سەركەوتنێكی ژیانی دەرەوەت قەرەبووی شكستی ژیانی ماڵەوەت ناكاتەوە".

زۆر گرنگە هەموو ئەو كات و عاتیفانەی پێویستن بۆ بنیادنان و پاراستنی ژیانێكی ئاست بەرزی ماڵەوە تەرخان بكەیت. ئەگەر ژیانی ماڵەوەت پتەو و زامن و گەرموگوڕ بێت و خۆشەویستی تێدابێت، ئەوا لە هەموو لایەنەكانی تری ژیانی دەرەوەتدا سەركەوتوو دەبیت.

خۆ ئەگەر ناخۆشییەك ڕوویدا لە ماڵەوەتدا بەهۆی ئاگالێنەبوون و پشتگوێ خستنەوە، زووبەزوو كاریگەری دەكاتە سەر كارەكەت بە

Scanned with CamScanner

شێوەیەکی خراپ و نەرێنی. کێشەیماڵەوەت دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی ئاگاداریت لەسەر کار و بەتاڵکردنەوەی وزەت. هەندێك جار دەبنە هۆی تێکشاندنی پیشەکەت.

کارە سەختەکان

ئەگەر تۆ پێویست بێت لە سەرەتای پێشەکەتدا کاری زۆر بکەیت، دڵنیابە ئەمە لەگەڵ خێزانەکەتدا باس بکەیت بە ڕوونی و ئاشکرایی. لە ماوەی پیشەکەتدا تۆ پێویستت دەبێت بە سەختی و زۆر کار بکەیت بۆ ماوەی کاتژمێری دووردرێژ بەبێ پشوو وەرگرتن بۆ ئەوەی دەرفەتەکانی تەواوکردنی کارەکانت لەدەست نەدەیت.

دڵنیابە ئەندامانی خێزانەکەت تێبگەن چی دەگوزەرێت و بۆچی وا زۆر کار دەکەیت، وە دڵنیابە لە کاتەکانی دواتردا قەرەبوویان بکەیتەوە و پشوو وەربگریت و کات پێکەوە بەرنە سەر. دەبێت ژیانت بە هاوسەنگی بێڵیتەوە.

لەگەڵ کەسانی دروستدا پەیوەندی دروست بکە:

١ .لیستێك دروست بکە بۆ کەسە گرنگەکانی ژیانی پیشەیی و کارت. پلان دابنێ بۆ یارمەتیدانیان بە جۆرێك لە جۆرەکان.

٢ .لیستێك دروست بکە بۆ کەسە گرنگەکانی ژیانی تایبەتیت، بزانە چی جۆرە پەیوەندیەکت دەوێت هەبێت لەگەڵیاندا و پێویستە چی بکەیت بۆ ئەوەی ئەمە بێتە دی.

Scanned with CamScanner

٣ .بزانە کام گروپ و ڕێکخراو لە کۆمەڵگەکەتدا بەسوود و یارمەتیدەرن بۆ پیشەکەت. ئەمڕۆ پەیوەندیان پێوە بکە و چاوپێکەوتنیان لەگەڵ ساز بکە.

٤ .پەیوەندی بگرە لەگەڵ کەسە پێویستەکانی کۆمەڵگەکەتدا بۆ پیشەکەت و بە شێوەیەکی کەسیی بیانناسە.

٥ .بەدووی هەر دەرفەتێکدا بگەڕێ بۆ فراوانکردنی بازنەی کۆمەڵایەتی و پیشەییت. نامە بۆ خەڵکی بنێرە و لە هەموو دەرفەتێکدا پەیوەندییان لەگەڵ دروست بکە.

Scanned with CamScanner

بەشی سیازدە
کاتت بە باشی بەڕێوە ببە

" کات وەکو دەنکۆڵەی لم لە دەستمان دەڕوات، هەرگیزیش ناگەڕێتەوە. ئەوانەی کات بە دانایی بەکاردێنن پاداشتەکەیان ژیانێکی دەوڵەمەند و پڕ بەرهەم و ڕەزامەندە".

"ڕۆبین شەرما"

بۆ بەدەستهێنانی هەموو ئامانجەکانت و بوون بەو کەسەی لە تواناتدا هەیە ببیت، ئەوا پێویستە کۆنترۆڵی کاتت بکەیت. دەروونناسان بە گشتیی هاوڕان لەسەر ئەوەی "هەبوونی هەستی کۆنترۆڵ" بریتیە لە لایەنێکی سەرەکی بۆ دڵخۆشی و متمانە بەخۆبوون و هێز و خۆشگوزەرانیی کەسی. هەستی کۆنترۆڵ تەنها کاتێک وەدەست دێت ئەگەر کارامەییەکی نایابی بەڕێوەبردنی کاتت هەبێت.
شتە باشەکە ئەوەیە کارامەیی بەڕێوەبردنی کات دەکرێت وەدەست بێت وەکو هەموو کارامەییەکی تر. گرنگ نیە لە پێشوودا چەندێک نارێکخراو و پەرش و بڵاو بویت، یان چەندێک حەزت بە دواخستنی کار کردووە یان چەندێک حەزت بە چالاکیە کورت و خێرا و بەها نزمەکان کردووە، گرنگ ئەوەیە دەتوانیت بگۆڕێیت. دەتوانیت ببیتە کەسێکی کاریگەر و کارا و بەرهەمدار لە بوارەکەتدا، ئەمەش لەڕێی فێربوونی ئەوەی چۆن کەسانی تر توانیویانە لە سەرلێشێواوییەوە بگەنە ڕوونێتی و لە پشت ساردیەوە

بگەنە جەختدارێتی. لەڕێی دووبارەکردنەوە و ڕاهێنانەوە تۆش دەتوانیت ببیتە کەسێکی ئامانجدار لە بوارەکەی خۆتدا.

بژاردە و بڕیارەکان

ئەگەر دیوێکی سەرکەوتن بریتی بێت لە توانای دانانی ئامانج بۆ خۆت، ئەوا دیوەکەی تری بریتیە لە توانای خۆ ڕێکخستن و کارکردن لەسەر بەهادارترین ئەرکەکانت لە هەموو کات و ساتێکی ژیانتدا، بە بەردەوامی. بژاردە و بڕیارەکانت تا ئەم ساتە دوو لایەنی دروستکاری ژیانی تۆ بوون. بۆ گۆڕانکاریی یان باشترکردنی ژیانت بە هەر شێوەیەك، ئەوا دەبێت بژاردە و بڕیاری نوێ بدەیت و هەڵبژێریت کە زیاتر هاوتا بن لەگەڵ ئەوەی بە ڕاستی تۆ کێیت و چیت دەوێت.

خاڵی دەستپێکی کات بەڕێوەبردن بریتیە لەوەی ئامانجەکانت دەستنیشان بکەیت و پاشان ئەم ئامانجانە بەپێی ئەولەویەت و بەهاکانیان ڕێکبخەیت. تۆ دەبێت زۆر ڕوون و ئاشکرا بیت لە هەموو ساتەکانی ژیانتدا لەسەر ئەوەی چی شتێك بەپێی ساتەکان گرنگترینە بەلاتەوە.

ئەگەری هەیە لە ساتێك لە ساتەکانتدا ئامانجەکەت بریتی بێت لە کارسازیی یان دارایی یان پیشەیی. ڕەنگە دواتر ئامانجەکەت بریتی بێت لە خێزان یان پەیوەندیەکانت. وە ئەگەری هەیە لە ساتێکی تردا بگۆڕێت بۆ تەندروستی و لەش ڕێکی. لە هەموو ئەم دۆخانەدا تۆ دەبێت وەکو نیشانە شکێن نیشانە لە بەرزترین ئەولەویەتت بگریتەوە لەو ساتەدا، نەك

... ئامانجەکان!...

وەك تفەنگێکی سەڵیە بە هەڕەمەکی دەست ڕێژ لە نیشانەکانت بکەیت و هەوڵ بدەیت لە یەك کاتدا چەندان شتی لە توانا بەدەر ئەنجام بدەیت.

کارە دروستەکە

پیتەر ئۆسپێنسکی، زانای فیزیای پشت سروشت و فەیلەسوف جارێکیان لەلایەن خوێندکارێکیەوە ئەم پرسیارەی لێکرا "چۆن بزانم کارە دروستەکە بۆ من چیە ئەنجامی بدەم؟" ئەم زانایەش وتی "ئەگەر تۆ نیشانەکەتم پێ بڵێیت، دەتوانم پێت بڵێم کام کارە دروستە بۆت ئەنجامی بدەیت."

ئەمە نمونەیەکی گرنگە، تاکە ڕێگە بۆ ئەوەی تۆ بتوانیت بزانیت کام کارە دروستە یان نادروستە یان زۆر گرنگە یان کەم گرنگە یان ئەولەویەت بەرزە یان نزم، بریتیە لەوەی نیشانە و ئامانجەکەت دەستنیشان بکەیت لەو ساتە دیاریکراوەدا. لەو ساتە بەدواوە تۆ دەتوانیت هەموو چالاکیەکانت دابەش بکەیت بەسەر چالاکیەکانی (A) و چالاکیەکانی (B)

چالاکیی A بریتیە لەوشتەی بەرەو ئامانجەکەت دەبات بە شێوەیەکی خێراتر و ڕاستەوخۆتر و باشتر. چالاکیی B بریتیە لەو چالاکیەی بەرەو ئامانجە گرنگەکەت نابات.

پۆلی زێری

لە لێکۆڵینەوەیەکدا لەلایەن Gallup بۆ دۆزینەوەی بەهێزیەکاندا، چاوپێکەوتن لەگەڵ هەزاران پیاو و ژندا کرا بۆ دەستنیشانکردنی ڕەگی سەرکەوتن لە ژیان و کاردا، دەرکەوت "ژیریی" چەندبارە و چەندبارە

Scanned with CamScanner

دەبێتەوە. لێرەدا لێکۆڵەران داوایان کرد پێناسەی ژیریی بکەن، وەڵامدەران وەڵامێکی سەرنجڕاکێشیان باسکرد. ئەو ژیرییەی ئەوان باسیان دەکرد پەیوەندی نیە بە نمرەی زیرەکیەوە یاخود نمرەکانی قوتابخانەوە، بەڵکو مەبەستیان لەژیریی بریتی بوو لە "شێوازی ڕەفتارکردن."

بە واتایەکی تر، ئەگەر تۆ وەکو کەسێکی ژیر ڕەفتار بکەیت، ئەوا ژیریت، ئەگەر بە پێچەوانەوە ڕەفتار بکەیت ئەوا ناژیریت و هیچ گرنگ نیە نمرەکانت چەندن و داهاتت چەندە.

ئەی کەواتە شێوازی ڕەفتارکردنی ژیریی چیە؟ ئەمە بریتیە لە هەر شتێك تۆ ئەنجامی دەدەیت هاوتا لەگەڵ بەدەستهێنانی ئامانجەکانتدا. هەر کاتێك تۆ شتێك ئەنجام بدەیت کە بەرەو ئامانجەکەت ببات و نزیکت بکاتەوە لەو شتەی بەڕاستی دەتەوێت بەدەستی بێنیت، ئەوا تۆ بە ژیری ڕەفتار دەکەیت. لەلایەکی ترەوە ڕەفتارکردنی ناژیری بریتیە لەو شتانەی بەرەو ئامانجەکان ناتبەن، یان خراپتر لەمە، لە ئامانجەکانت دوورت دەخەنەوە. با زۆر ڕاشکاوانە باسی بکەین، هەر کارێك ئەنجامی بدەیت و یارمەتیدەرت نەبێت لە بەدەستهێنانی شتێکدا کە بتەوێت بەدەستی بێنیت، ئەوا بە گەمژانە ڕەفتار دەکەیت. ئەم جیهانە پڕە لەو کەسانەی ڕۆژانە بە گەمژانە ڕەفتار دەکەن و هیچیش ئاگاداری ئەو کاریگەریە نەرێنیە نین ئەم کارانەیان دەیکاتە سەر ژیانیان.

(دەستبەجێ) لە (گرنگ) جیا بکەوە

لە پرۆسەی بەڕێوەبردنی کاتدا، تۆ دەبێت (دەستبەجێ) لە (گرنگ) جیا بکەیتەوە. ئەرك و کارە دەستبەجێکان ئەوانەن کە دەدرێن بەسەرتدا

Scanned with CamScanner

لەلایەن فشاری دەرەکی و داواکاریە دەرەکیەکانەوە. ئەمانە ئەو شتانەن تۆ دەبێت دەستبەجێ ئەنجامیان بدەیت. زۆر کەس هەن هەموو ڕۆژەکانیان بە کارە دەستبەجێکان بەسەر دەبەن، وەکو وەڵامدانەوەی تەلەفون و کاری لەپڕ و دۆخی کتوپڕ و ئەو داواکاریانەی لەلایەن سەرۆککار و کڕیارەکانتەوە لێت دەکرێت.

بەڵام ئەرەك گرنگەکان ئەوانەن کە یارمەتیدەرن بۆ داهاتووی ماوە درێژت. هەندێك لەم کار و ئەرکانە دەکرێت خۆیان لە پلاندانان و ڕێکخستن و پشکنین و لێکۆڵینەوە و دانانی ئەولەویەتەکانتدا خۆیان ببیننەوە.

هەروەها هەندێك ئەرك هەن دەستبەجێن بەڵام گرنگ نین، وەکو وەڵامدانەوەی تەلەفۆن یان هاوپیشەیەك بیەوێت دەمەتەقێت لەگەڵ بکات. بەهۆی ئەوەی ئەم کارانە لە شوێنی کارەکەتدا ڕوودەدەن، زۆر بە ئاسانی لێت تێکەڵ دەبن لەگەڵ کارە ڕاستەقینەکان. جیاوازیی ئەرکی دەستبەجێ لەگەڵ ئەرکی گرنگ ئەوەیە دەستبەجێکان هیچ دەرەنجامێکیان نیە .

پۆلێنێکی تر لە ئەرکەکان ئەوانەن نە دەستبەجێن نە گرنگ، وەکو خوێندنەوەی گۆڤار لە شوێنی کارەکەتدا یان بەسەربردنی کاتێکی دووروودرێژ بۆ پشوو لە کارەکەتدا. ئەم چالاکیانە زۆر زیانبەخشن بۆ پیشەکەت چونکە کاتێکی زۆر دەگرن و تۆ دەتوانیت ئەم کاتە بەکاربێنیت بۆ ئەنجامدانی ئەو کارانەی پارەی لەسەر وەردەگریت و ئەو کارانەی داهاتووی لەسەر بەندە.

Scanned with CamScanner

ڕەچاوی دەرەنجامەکان بکە

گرنگترین وشە لە دەستنیشانکردنی بەهای ئەرکێك یان چالاکیەکی دیاریکراودا بریتیە لە وشەی "دەرەنجامەکان." ئەرکی بەهادار و گرنگ ئەو ئەرکەیە کە دەرەنجامێکی ڕاستەقینەی هەیە بۆ تەواوکردن یان تەواونەکردنی کارێك. تا دەرەنجامی ئەرکێك یان چالاکیەك گەورەتر بێت، گرنگیەکەی زیاد دەکات.

کەواتە دەبێت ئامانجت بریتی بێت لە ئەنجامدانی ئەو کارانەی گەورەترین دەرەنجامی دەبێت لەسەر ژیان و کار و پیشەکەت.

Scanned with CamScanner

بەشی چواردە
کۆڵمەدە تا سەرکەوتن

" هەندێك شت هەن ئاستەمە بسپێردرێن بە کەسانی تر و بە کارامەییش ئەنجام نادرێن، کارە مەزنەکان بەهۆی هێزەوە ئەنجام نەدراون بەڵکو بەهۆی کۆڵنەدانەوە ئەنجامدراون".

"ساموێل جۆنسن"

هەموو سەرکەوتنێکی مەزن لە ژیانتدا، نوێنەرایتیەکە بۆ سەرکەوتنی کۆڵنەدان. توانات بۆ بڕیاردان لەوەی چیت دەوێت و پاشان دەستکردن بە کارکردن بۆی و کۆڵنەدان لەبەردەم هەموو کۆسپ و بەربەست و سەختیەکاندا تا ئامانجەکانت وەدەست دێت بریتیە لەو پابەندبوونە گرنگەی تۆ بۆ گەشتنت بە سەرکەوتن. دیوەکەی تری کۆڵنەدان بریتیە لە ئازایەتی.

ڕەنگە گەورەترین ئاستەنگی و ئاڵنگاریەك ڕووبەڕووی ببیتەوە بریتی بێت لە لەناوبردن و داگیرکردنی ترست وە دروستکردن و پەرەپێدانی ئازایەتی. وینستن چەرچڵ دەڵێت "ئازایەتی بریتیە لە ڕووکاری هەموو ڕەوشت و تایبەتمەندیەکان و هەموو لایەنەکانی تر پشتی پێدەبەستن".

لەناوبردن و زاڵبوون بەسەر ترسدا

ترس هەمیشە و بەردەوام گەورەترین دوژمنی مرۆڤایەتی بووە و دەبێت. کاتێك فرانکلین ڕووزەفێلت وتی "تاکە شتێك لێی بترسین بریتیە لە

... ئامانجەکان!...

خودی ترس" مەبەستی ئەوە بوو کە عاتیفەی ترس وەك لەو واقیعەی لێی دەترسین هۆکاری دڵەڕاوکێ و شڵەژان و فشار و دڵتەنگییە.
کاتێك تۆ تایبەتمەندی و خووی ئازایەتی و متمانە بەخۆبونێکی پتەو دروست دەکەیت، چەندان ئەگەر و دەرفەتی جیاواز و ناوازەت بۆ دەڕەخسێن و ئامادە دەبن.
تەنها لە بیرکردنەوەی خۆتدا، بزانە دەوێریت بیر لە چی بکەیتەوە، یان ببیتە چی، ئەگەر لەم جیهانەدا لە هیچ شتێك نەترسیت.

دەتوانیت فێری هەموو ئەو شتانە ببیت کە پێویستت پێیانە خۆشبەختانە ئازایەتیش شتێکە دەتوانیت فێری ببیت وەکو هەموو کارامەییەکانی تری سەرکەوتن. بۆ ئەمە دەبێت لەگەڵ خۆت کاربکەیت تا هەموو ترسەکانت داگیر دەکەیت و لەناویان دەبەیت و لە هەمان کاتدا ئەو ئازایەتی و متمانە بەخۆبوونە دروست دەکەیت کە دەبێتە هۆی مامەڵەکردن لەگەڵ هەوراز و نشێویە مسۆگەرەکانی ژیاندا.
نوسەری وتاری ڕۆژنامە، ئان لاندەرس دەڵێت "ئەگەر پرسیارم لێکرا لەسەر ئەوەی بە ڕای من تاکە گرنگترین ئامۆژگاری چیە بۆ هەموو مرۆڤایەتی، دەڵێم چاوەڕێی کێشە و دژواری بکە وەك ئەوەی بەشێك بێت لە ژیان، وە کاتێك ئەم ناخۆشی و دژوارییە دێتە سەر ڕێت، پێداگر بە و لە نێو چەوانی بڕوانە و بڵێ من لەتۆ گەورەترم و تۆ ناتوانیت بمبەزێنیت." ئەم قسەیە بریتیە لەو هەڵوێست و ڕەفتارەی دەبێتە مایەی سەرکەوتن.

Scanned with CamScanner

هۆكار و چارەسەرەكانی ترس

خاڵی دەستپێكی زاڵبوون بەسەر ترس و پەرەپێدانی ئازایەتی بریتیە لە لێكۆڵینەوە لە هۆكارەكانی ترسەكانمان. وەك دەزانین سەرچاوەی ترس بریتیە لە پەروەردەكردنی منداڵی و ڕەخنەی ڕووخێنەر لەلایەن هەردوو دایكوباوكەوە یان یەكێكیانەوە دەبێتە هۆی ئەوەی هەست بە دوو جۆر ترس بكەین، ئەوانیش ترس لە شكست كە وادەكات بڵێین "ناتوانم" و دووهەم بریتیە لە ترس لە ڕەتكردنەوە ئەمەش وادەكات بڵێین "پێویستە وابكەم."

بەهۆی ترسەوە ئێمە سەرقاڵ دەبین بە ترس لە لەدەستدانی پارە و كات و عاتیفەی ناو پەیوەندیەكانمانەوە. زۆر هەستیار دەبین بەرامبەر بڕاردەكان و ڕەخنە ئەگەریەكانی كەسانی تر، هەندێك جار وامان لێدێت بترسین لە ئەنجامدانی هەر كارێك كە تەنها كەسێك بەدڵی نەبێت. ترسەكانمان زۆرجار توشی ئیفلیجیمان دەكەن و دەبنە لەمپەر بۆمان لەوەی كاری بنیادنەر ئەنجام بدەین لە ڕۆشتنمان بەرەو ئاراستەی خەون و ئامانجەكانمان. وامان لێدێت تووشی نابەدڵی و دوودڵی دەبین، توشی بڕیار نەدان دەبین، توشی كار دواخستن دەبین، پاساو دەهێنینەوە و هۆكار دەدۆزینەوە بۆ دواخستن. لە كۆتاییشدا هەست بە پشت ساری و بێ ئومێدی دەكەین و دەڵێین " پێویستە وابكەم بەلام ناتوانم" یان "ناتوانم بەلام پێویستە وابكەم."

ترس و نەزانین شان بە شانی یەكن

دەكرێت ترس بەهۆی نەزانینەوە دروست ببێت. كاتێك مرۆڤ زانیاریەكانی كەموكوڕییان تێدایە ئەوا لە دەرەنجامی كارەكانی دەترسێت و گرژ و نا

... ئامانجەکان!...

ناسودەیە. نـەزانین وادەکـات بترسـین لـە گۆڕانکـاری و لـە نـەزانراو و وادەکات خۆ لابدەین لە هەرشتێکی تازە و جیاواز.

پێچەوانەی ئەمەش ڕاستە، ئەگـەر هەوڵماندا بـۆ کۆکردنـەوەی زانیـاری و ئەزموون لە بوارێکی دیاریکراودا ئەوا ئازایەتی و متمانە بەخۆبوونمان زیـاد دەکات لەو بوارەدا. لە ژیانتدا چەند بوارێك هەیە تـۆ هـیچ ترسـێکت تێیـدا نیـە چـونکە شـارەزا و باڵادەسـتیت لـەو بـوارەدا. بـەهۆی زانـین و ئەزموونەکەتەوە تۆ هەست بەوە دەکەیت بە تەواوەتی بتوانیت کـۆنترۆڵی هەرچیەك بکەیت بێتە پێش .

شەکەتی هەمووومان ترسنۆك دەکات

هۆکارێکی تری دروست بوونی تـرس بریتیـە لـە نەخۆشـی یـان شـەکەتی. ئەگەر ئێمە ماندوو و نەخۆش بین یان لەش ڕێکیمان نـەبێت، ئەگـەری زۆر زیاترە توشـی تـرس و گومـان بـین وەك لـەوەی لەشساغ و تەندروسـت و وزەدار بین.

هەندێك جار ئـەوەی پێویسـتتە تـەنها خـەوێکی باشـە یـان پشـوویەکە بـۆ پڕبوونەوەی وزەی دەروونی و عاتیفیت. پشوو وە حەوانەوە دەبنـە هـۆی بنیادنانی ئازایەتی و متمانە بەخۆبوون وەك هەموو هۆکارەکانی تر.

هەمووومان دەترسین

خاڵێکی گرنگ هەیە بزانرێت ئەویش ئەوەیە هەموو کەسێکی ژێر شتێکی هەیە لێی بترسێت، ئەمە ئاساییە و سروشتیە، وەکو تـرس و دوودڵ بـوون دەربارەی تەندروستیی جەستەیی و عاتیفی و داراییمان. کەسـی ئـازا ئـەو کەسە نیە کە ناترسێت، وەکـو مـارك تـواین دەڵێـت "ئازایـەتی بریتیـە لـە

بەرگەگرتنی ترس و باڵادەستبوون بەسەر ترسدا نەك نەبوونی ترس".
شتەکە ئەوە نیە تۆ بترسیت یان نا، چونکە هەموومان دەترسین، پرسیارەکە ئەوەیە ئایا تۆ چۆن مامەڵە لەگەڵ ئەو ترسەدا دەکەیت؟ کەسی ئازا ئەوەیە سەرباری ترسەکان هەر بەردەوامە لە بەرەوپێشچوون.
شتێکی تر کە فێری بووم بریتیە لەوەی کاتێك تۆ ڕووبەڕووی ترسەکانت دەبیتەوە و بەرەو ڕووی ئەوە دەچیت کە لێی دەترسیت، ترسەکانت هەڵدەوەشێن و کەمدەبنەوە و لەگەڵ ئەمەشدا ئاستی ڕێزی خود و متمانەی خودت بەرز دەبێتەوە.
بەڵام کاتێك خۆت لە ترسەکەت لادەدەیت، ئەو ترسە گەشە دەکات و گەورە دەبێت و وای لێدێت کۆنترۆڵی هەموو لایەنەکانی ژیانت دەکات.
لەگەڵ زیادبوونی ترسەکەشتدا، ئاستی ڕێزی خود و متمانەی خودت کەم دەبێتەوە. گلێن فۆرد، ئەکتەری ئەمریکی وتویەتی "ئەگەر ئەو کارەی لێی دەترسیت ئەنجامی نەدەیت، ئەو ترسە کۆنترۆڵت دەکات".

ترسەکانت شیکار بکە

پاش دەستنیشانکردنی ئەو هۆکارانەی بوونەتە دروستبوونی ترسەکانت، هەنگاوی دواترت بریتیە لە زاڵ بوون بەسەر ترسەکانتدا، بۆ ئەمەش دەبێت دابنیشیت و کات تەرخان بکەیت بۆ دەستنیشانکردن و پێناسەکردن و شیکردنەوەی ترسە کەسیەکانت بە شێوازێکی نابابەتیانە.
لەسەرەوەی کاغەزێکدا ئەم پرسیارە بنوسەوە "لە چی دەترسم؟" پاشان دەست بکە بە نوسینی هەموو ترسەکانت، بە گەورە و بچوکەوە.

لە ترسە باوەكانتەوە دەست پێبكە وەكو ترس لە شكست و لەدەستدان و ڕەتكردنەوە و ڕەخنە.

زۆركەس لەوانەی ترسی شكست زاڵبووە بەسەریاندا وزەیەكی زۆریان تەرخان كردووە بۆ پاساو هێنانەوە و ڕووپۆشكردنی هەڵەكانیان. ناتوانن مامەڵە لەگەڵ بیرۆكەی هەڵەكردندا بكەن. هەندێكی تر ترسی ڕەتكردنەوە زاڵ بووە بەسەریدا وهێندە هەستیارن لەوەی چۆن دەردەكەون لەلای كەسانی تر وایان لێهاتووە نەتوانن هیچ كارێكی سەربەخۆ بكەن، تا ئەوكاتەی بەتەواوەتی دڵنیان كەسێك كارەكەی ئەمان پەسەند دەكات و ڕەزامەندە پێی.

ئەولەویەت بۆ ترسەكانت دابنێ

پاش نوسینی لیستەكەت بۆ ئەو ترسانەی كاریگەری كردۆتە سەر بیركردنەوە و ڕەفتارت، ئەم ترسانە ڕێك بخە بە ڕیزبەندیی گرنگییان. هەست دەكەیت كام ترس گەورەترین كاریگەریی هەیە لەسەر بیركردنەوەت یان بۆتە لەمپەر؟ كام ترس ژمارە دووە؟ ئەی سێهەم ترس؟ بەم شێوەیە. بە ڕەچاوكردنی ترسە بەربڵاوە باڵاكەت، وەڵامی ئەم سێ پرسیارە بنوسە:

١ .چۆن ئەم ترسە بۆتە لەمپەر بۆم؟

٢ .ئەم ترسە چۆن یارمەتیدەرمە؟ یان چۆن یارمەتیداوم؟

٣ .سود و قازانجم لە لەناوبردنی ئەم ترسەدا چیە؟

Scanned with CamScanner

بۆ لەناوبردنی ترسیش بە هەمان شێوە دووبارە کردنـەوە و مەشـق کـردن لەسەر ئازایەتی و ئەو ڕەفتارانەی دژی ترسەکانتن یارمەتیـدەرت دەبێـت.
بۆ ئەوەی ئازا بیت بە ئازایانە ڕەفتار بکە هەرکات پێویست بوو.
یەکەم هەنگاو بۆ لەناوبردنی ترس بریتیە لـە دەسـت پێکـردن، بریتیـە لـە بەگەڕخستن، بریتیە لە هەنگاونان بۆ دەرەوەی مەودای ئاسودەییت.

خود پەروەردەکردن کرۆکی تایبەتمەندیەکانە

تاکە گرنگترین تایبەتمەندی بۆ سەرکەوتن بریتیە لە خود پەروەردەکردن. ئەمـە واتـە هـەبوونی توانـا لـە ناختـدا بـۆ ئەنجامـدانی ئـەوەی پێویسـتە ئەنجامی بدەیت کاتێك پێویستە ئـەنجامی بـدەیت پێـت خـۆش بێـت یـان ناخۆش، بنەما لەسەر هێزی کەسایەتی و وورەت.
کەسایەتی بریتیە لە توانای پابەنـدبوون بـەو بڕیارانـەی دەیانـدەیت پـاش ئـەوەی جـۆش و هەسـتی بڕیاردانەکـە نامێنێـت. ئـەوەی فێـری بوویـت یەکلاییکار نیە بۆ داهاتووت، بـەڵکو ئـەوەی ئایـا ئامادەیـت و وورەت هەیـە خودت پەروەردە بکەیت و قوربانیـە پێویسـتەکان بـدەیت هـەتا دەگەیتـە ئامانجەکەت یان نا.

خود پەروەردەکردن پێویستە بۆ دانانی ئامانج و پلانـدانان بـۆ بـەدیهێنان و گەشتن بە ئامانجەکان. خود پەروەردەکردن پێویستە بـۆ پێداچـوونەوە و نوێکردنـەوەی پلانەکـەت بـە زانیـاریی نوێـوە. خـود پـەروەردەکردن پێویسـتە بـۆ ئـەوەی بتوانیـت کاتەکـەت بـەکاربێنیت بـۆ جەختکردنـەوە لەسەر یەك شـت لـەو سـاتەی پێویسـتت بـەو شـتەیە. تـۆ پێویسـتت بـەم لایەنە بۆ ئەوەی ڕۆژانە کار لەسەر خۆت و کەسێتیت بکـەیت و فێـری ئـەو

Scanned with CamScanner

شتانە بیت کە پێویستتە بە مەبەستی چێژ بینین لەو سەرکەوتنەی لە تواناتدایە پێیان بگەیت.

خود پەروەردەکردن پێویستە بۆ دواخستنی ئاەنگێران و کۆکردنەوەی پارە و ڕێکخستنی لایەنی دارایی بۆ گەشتن بە ئامانجەکانت. پێویستت بەم لایەنەیە بۆ ڕێکخستنی ئامانج و خەونەکانت و جوداکردنەوەیان لە گومان و ترسەکانت.

کۆڵنەدان بریتیە لە خود پەروەردەکردن

ڕەنگە گرنگترین وێناکردنی خود پەروەردەکردن بریتی بێت لە ئاستی کۆڵنەدانت لەکاتێکدا دەکەویتە نشێوی و هەورازەکانی ژیانەوە. کۆڵنەدان پێوانەی ڕاستەقینەی کەسایەتی مرۆڤە. کۆڵنەدانت بریتیە لە ئاستی باوەڕبوونت بە خۆت و باوەڕبوون بە توانات لە سەرکەوتندا.

تۆ هەرکاتێك دووچاری دژواری و ناخۆشی و نشێوی و هەوراز بویتەوە و کۆڵت نەدا، ئەوا بزانە هێزی کۆڵنەدانت زیاتر دەبێت و شکۆ و هێز و ڕێزگرتنت لە خۆت بەهێزتر دەبێت. کۆڵنەدان بریتیە لە خاڵی دەستپێکی سەرکەوتن.

کۆنفۆشیۆس زیاتر لە ٤٠٠٠ ساڵ لەمەو بەر وتویەتی "مەزنترین سەرکەوتنمان بریتی نیە لە شکست نەهێنان، بەڵکو بریتیە لە هەستانەوە پاش شکست و کەوتن".

ئێلبەرت هەبارد دەڵێت "شکست هێنان تەنها لە هەوڵنەداندا هەیە، شکست هێنان تەنها لە ناخی خۆمانەوە بڕیاری لەسەر دەدرێت، هیچ بەربەستێك ڕزگارمان ناکات ئەگەر خۆمان لاواز بین."

Scanned with CamScanner

ڤینس لۆمباردی دەڵێت "کەوتن و شکستت گرنگ نیە، گرنگ ئەوەیە لەپاش کەوتنەکەت هەڵبستیتەوە."

دژیەکیە مەزنەکە

دژیەکیەکی سەرنجڕاکێش و گرنگ هەیە لە ژیاندا کە دەبێت ئاگاداری بیت. دژیەکیەکە ئەوەیە ئەگەر تۆ کەسێکی ژیر بیت، ئەوا چی بتوانیت ئەنجامی دەدەیت بۆ ئەوەی ژیانت ڕێکبخەیت بە جۆرێك ناخۆشی و بێئومێد بوون بێتە کەمترین ئاست و خۆتیان لیّ لابدەیت. ئەمە کارێکی ژیرانە و لۆژیکیە. هەموو کەسە ژیرەکان هەموو هەوڵێك دەدەن بۆ ئەوەی کەمترین ناخۆشی بێتە ڕێیان و ئامانجەکانیان بەدەست بێنن.

بێئومێدبوون مسۆگەرە

سەرباری هەموو هەوڵەکانمان، ناخۆشی و بێئومیدی شتانێکی ئاسایی و سروشتین و مسۆگەرن و لێکدانەبڕاون لە ژیان. بێنجامین فرانکلن دەڵێت کە شتە مسۆگەرەکان بریتین لە مردن و باجدان، بەڵام ئەزموونی هەموو کەسە سەرکەوتووەکان دەڵێن بێئومێدیش مسۆگەرە. چەندە ڕێکخراو و باش کارەکانت ئەنجام بدەیت، هەر دەبێت ئەزموونی بێئومێدی و لەمپەر و کۆسپ و دژواریەکان بکەیت لە ژیانتدا. تا ئەو ئامانجانەی بۆ خۆتیان دادەنێیت گەورەتر و ئاڵنگارتر بن، ئەزموونی بێئومێدی و دژواریی زیاتر دەکەیت.

دژیەکیەکە ئەمەیە، ئاستەمە بتوانین گەشە بکەین و پەرە بەخۆمان بدەین ئەگەر دووچاری دژواری و ناخۆشی نەبینەوە. هەموو وانە

Scanned with CamScanner

گرنگەکانی ژیان لە دەرەنجامی کۆسپ و شکست و کەوتنە کاتیـە کانـەوە فێر دەبین کە ئەوپەڕی هەوڵماندا وە لێیان بەدوور بین .

دژواری تاقیکردنەوەمانە

بەدرێژایی مێژوو، بیرمەندانی مـەزن بیریـان لـەوە کردۆتـەوە کـە دژواریـی بریتیـە لـەو تاقیکردنەوەیـەی دەبێـت تیایـدا دەربچیت بـۆ گەشـتن بـە ئەنجامـدان و بەدەسـتهێنانی هـەر شـتێکی شایسـتە. هیرۆدۆتـس، فەیلەسوفی یۆنانی، دەڵێت "دژواریی توانـای دەرکێشـان و خستنە گـەڕی هێـز و تایبەتمەندیـە شـاراوەکانی مرۆڤـی هەیـە کـە بـەبێ دژواریـی ئـەم لایەنانە بە متی دەمانەوە."

تایبەتمەندیە نایابەکانی هێـز و ئازایـەتی و کەسـایەتی و کۆڵنـەدان کاتێـك دەردەکەون تیاتدا کە دووچاری ئاڵنگاریە گەورەکان دەبیتەوە و تۆش بـە ئـەرێنی و بنیادنەرانـە وەڵامـی دەدەیتـەوە. هـەموو کـەس لـە هـەنگاوە جیاوازەکـانی ژیانیانـدا دووچـاری سـەختی و ناخۆشـیەکان دەبنـەوە. جیـاوازی نێـوان کەسـێکی سـەرکەوتوو لەگـەڵ کەسـێکی ناسـەرکەوتوو بریتیـە لـەوەی سـەرکەوتووەکە دژواری و ناخۆشـی و ناهەمواریـەکان بەکاردێنێت بۆ گەشەکردن و پەرەپێدان، بـەڵام ئـەوەی تـر ڕێدەدات ئـەم لایەنە ناخۆشانە ببنە تاساندن و ترساندن و پشت ساردکردنەوەی.

لە بێئومێدیەوە باز بدە

ئابرەهام زەلێزنیك لە زانکۆی هارڤارد لێکۆڵینەوەی کرد و بۆی دەرکـەوت ئاستی وەڵامدانەوەت بۆ بێئومێدی بە گشتیی ئاماژەدەرێکی ڕوونە لەسەر ئـەوەی تـۆ چـەندێك ئەگـەری مـەزنێتی و سـەرکەوتنت هەیـە. ئەگـەر تـۆ

چەندێك بکرێت لە بێئومێدیەوە فێر بیت و پاشان زاڵ بیت بەسەریدا و بەرەو پێش بەردەوام بیت، ئەوا ئەگەری مەزنێتی و سەرکەوتن لە ژیانتدا زۆر بەرزە.

سەرکەوتن یەك هەنگاو لە پاش شکست دێت

زۆرجار سەرکەوتنە مەزنەکان یەك هەنگاو پاش ئەوە دێن کە هەموو شتێك لە ناختدا دەڵێت تەواو وازبێنە و سارد ببەوە. چەندان کەس بە درێژایی مێژوو سەرسام بوون بەوەی دۆزینەوە مەزنەکانیان و سەرکەوتنەکانیان لە دەرەنجامی کۆڵنەدان بووە بە رووی بێئومێدیدا لە کاتێکدا هەموو شتەکانی تر لە دژی سەرکەوتنی ئەمان بوون. کۆتا هەوڵی کۆڵنەدان کە پێی دەوترێت "تاقیکردنەوەی کۆڵنەدان" لە پێش سەرکەوتنە مەزنەکانەوەیە. هـ. رۆس پیرۆ، کە بە ١٠٠٠ دۆلارەوە توانی کارسازییەکی مەزنی ملیار دۆلاریی دابمەزرێنێت، دەڵێت "زۆر کەس واز دەهێنن لە هەوڵ و تەقەلادان لە کاتێکدا تەنها کەمێکیان ماوە بگەنە سەرکەوتن. لە کۆتا خولەکدا واز دەهێنن، یەك هەنگاوی دەمێنێت بۆ سەرکەوتن واز دەهێنن".

هیرۆدۆتس دەڵێت "هەندێك مرۆڤ تەنها کەمێکیان دەمێنێت بگەنە ئامانجەکەیان بەڵام واز دەهێنن، لەکاتێکدا هەندێك کەس لە کۆتا ساتەکاندا هەوڵ و تەقەلاکانیان توندتر دەکەنەوە و سەختتر هەوڵدەدەن و دەگەن بە سەرکەوتن".

ئەم بنەمای کۆڵنەدان و بەردەوامبوونە لە ژیانی چەندان کەسی مەزندا بەدی دەکرێت. فلۆرەنس سکۆڤیل شین، دەڵێت "هەموو کارە مەزنەکان

و سەرکەوتنە مەزنەکان هاتوونەتە بوون بەوەی کەسەکان پابەند بوون بە دید و ڕوانگەکەیانەوە و زۆرجار ئەم سەرکەوتنە مەزنانە لە دوورەوە لە شکست و بێئومێدی دەچن".

ناپلیۆن هیلّ لە کتێبی (بیربکەوە و دەوڵەمەند بە Think and Grow Rich) دەڵێت "پێش ئەوەی سەرکەوتن بێت و دەربکەوێت لە ژیانی هەرکەسێکدا، بە دڵنیاییەوە تووشی بەزین و شکستی کاتی دەبێتەوە. کاتێك بەزین زاڵ دەبێت بەسەر مرۆڤێکدا، ئاسانترین و لۆژیکیترین کار بریتیە لە وازهێنان، ئەم وازهێنانەش ئەوەیە زۆرینەی مرۆڤەکان تێی دەکەون."

هاریەت بیچەر ستۆوی، لە کتێبی (سرودی مەیدانی جەنگی کۆمارەکە The Battle Hymn of the Republic)دا دەڵێت "هەرگیز وازمەهێنە، چونکە ساتی وازهێنان کات و ساتی بەرزبونەوەی شەپۆلی بەرژەوەندیەکانتە".

ئەوەی لەلای تۆ و زۆرینەی کەسەکان نادیارە و ئاگاداری نین، بریتیە لەو هێزە بێدەنگە تێکشکێنەرەی بەهاناتەوە دێت لەکاتی جەنگانتدا لەگەڵ بێئومێدیدا.

کلۆد م. بریستل دەڵێت "ئەوەی هەموو بەرگریەکان تێك دەشکێنێت و هەموو بەربەستەکان ڕادەماڵێت بریتیە لە هەوڵە بەردەوام و پێداگرەکان."

جەیمس ویتکەم ڕایلی، دەڵێت "گرنگترین هۆکار بریتیە لە کۆڵنەدان، بریتیە لە ڕیگەنەدان بەوەی وزە و جۆشەکەت خەفە بکرێت بەهۆی ئەو بێئومێدیەی بە مسۆگەریەوە دووچارت دەبێتەوە."

Scanned with CamScanner

دەرەنجام

هەر ئێستا کاری بۆ بکە

١ .قفڵی تواناکانت لابدە

٢.کۆنترۆڵی ژیانت بگرە دەست

٣ .داهاتووی خۆت دروست بکە

٤ .بەهاکانت بە ڕوونی دابنێ

٥ .ئامانجە ڕاستەقینەکانت دەستنیشان بکە

٦ .بڕیار لەسەر مەبەستە دیاریکراوە سەرەکیەکەت بدە

٧ .باوەڕەکانت شی بکەوە

٨ .لە سەرەتاوە دەست پێبکە

٩ .بەرەوپێشچوونت پێوانە بکە

١٠ .بەربەستەکان لابدە

١١ .ببە شارەزا لە بوارەکەی خۆتدا

١٢ .لەگەڵ کەسانی دروست و گونجاودا هاوڕێیەتی بکە

١٣ .پلانی کار دابنێ

١٤ .بە باشی کاتەکەت بەڕێوە ببە

١٥ .ڕۆژانە بە ئامانجەکانتدا بڕۆوە

١٦ .بە بەردەوامی ئامانجەکانت وێنا بکە

١٧ .هزری نەستی باڵات چالاك بکە

١٨ .بەردەوام نەرمێتیت تێدا بێت

١٩ .قفڵی سەر داهێنەرایەتیە زگماکیەکەت لابدە

Scanned with CamScanner

٢٠ .ڕۆژانە کارێك ئەنجام بدە بۆ ئامانجەکانت

٢١ .کۆڵمەدە تا سەرکەوتن

ئەمانــەی لای ســەرەوە بیســت و یــەك بنــەمای دانــانی ئامــانج و بەدەستهێنانی ئامانجە. بـەکارهێنان و پێداچوونەوەت بـۆ ئـەم بنەمایانـە دەبێتە هۆی ئەوەی ژیانێکی نایابت بۆ دابین بکات. هـیچ شـتێك ناتوانێـت ببێتە ڕاگر و بەربەست بۆت.

بەختێکی باش!

Scanned with CamScanner

BRIAN TRACY

GOALS!

ئەم کتێبە بۆ ئەو کەسانەیە کە دەیانەوێت بە خێرایی پێشبکەون و سەربکەون. ئەگەر تۆش بەم جۆرە بیر دەکەیتەوە و بەم جۆرە هەست دەکەیت، کەواتە ئەم کتێبە بۆ تۆ نوسراوە. ئەو بیرۆکە و بابەتانەی لە دوو توێی ئەم کتێبەدا جێیان کراوەتەوە و ئاماژەیان پێکراوە ڕزگارت دەکەن لە چەندان ساڵ لە کارکردنی سەخت و دژوار بۆ بەدەستهێنانی ئەو ئامانجانەی زۆر گرنگن بەلاتەوە .

Bakhtiary Bookshop
ktebxanay baxtiary
07505000122
بەختیاری
4000 IQD

Scanned with CamScanner