

خلاصه کتاب

آن یک چیز

نویسنده: گری کلر، جی پاپاسان

تهیه شده توسط تیم آموزشی رایینز



فهرست

پیشگفتار

بخش اول: دروغ‌ها که ما را گمراه و منحرف می‌کنند

بخش دوم: حقیقت؛ مسیر سراسر است به سوی بهره‌وری

بخش سوم: نتایج فوق‌العاده آزادکردن ظرفیت‌هایتان

پیشگفتار

اگر تعداد ساعات روز برای همه آدم‌ها یکسان است، پس چطور به نظر می‌رسد که برخی کارهای بیشتری را نسبت به بقیه به سرانجام می‌رسانند؟ چطور می‌توانند کار بیشتری بکنند؟ دستاورد بیشتر، درآمد بیشتر و دارایی بیشتری داشته باشند؟ اگر زمان، واحد پول موفقیت است، چطور است که برخی موفقیت بیشتری کسب کنند؟ پاسخ این است که از رویکرد درستی برای انجام کارها بهره می‌گیرند.

تعداد کارها را کم می‌کنند.

اگر در هر چیزی که می‌خواهید به دست آورید بهترین شانس را می‌خواهید، رویکردتان همیشه باید یک چیز باشد. تعداد کارها را کم کنید.

«کم‌کردن تعداد کارها» یعنی اینکه از هر کاری که می‌توانید انجام دهید صرف‌نظر کنید و فقط همان کاری را بکنید که برایتان بهتر است. یعنی یادتان باشد که اهمیت همه کارها با هم برابر نیست و باید کارهایی را که از همه مهم‌ترند مشخص کنید. در این صورت بهتر می‌توانید آنچه را که انجام می‌دهید به آنچه می‌خواهید، پیوند بزنید. این رویکرد مبتنی بر این رهیافت است که نتایج فوق‌العاده با محدودیت هر چه بیشتر دامنه تمرکز انسان، رابطه مستقیم دارند.

برای اینکه بیشترین بهره را از کار و زندگی‌تان ببرید باید تا آنجا که می‌توانید تعداد کارها را کم کنید. خیلی‌ها درست برعکس فکر می‌کنند. معتقدند موفقیت بزرگ امری زمان‌بر و پیچیده است در نتیجه تقویم و لیست کارهایشان بیش از اندازه پر است بعد کم‌کم حس می‌کنند موفقیتشان دور از دسترس به نظر می‌رسد و به همین دلیل هدف را کوچک‌تر می‌کنند؛ چون نمی‌دانند موفقیت فقط وقتی حاصل می‌شود که چند کار محدود را به‌خوبی

انجام دهند، می‌کوشند کارهای زیادی را با هم انجام دهند و در نهایت دستاورد اندکی خواهند داشت. باگذشت زمان انتظارانشان را کاهش می‌دهند، رؤیاهایشان را رها می‌کنند و با این کار زندگی‌شان را کوچک می‌کنند. اما قرار نیست زندگی را کوچک کنیم؛ بلکه چیز دیگری باید کوچک شود.

بخش اول: دروغ‌ها که ما را گمراه و منحرف می‌کنند

آنچه آدم را دچار دردسر می‌کند بی‌اطلاعی‌اش نیست، بلکه چیزهایی است که به صحتشان اطمینان دارد، درحالی‌که درست نیستند. (مارک تواین)

ما انسان‌ها تمایل داریم مطابق با باورهایمان عمل کنیم، حتی اگر باورمان نادرست باشد. در نتیجه، پایبندی به یک چیز دشوار است؛ زیرا خیلی حرف‌های دیگر هستند که باورشان کرده‌ایم و چه بسیار پیش می‌آید که این «حرف‌های دیگر» بر تفکر ما تأثیر می‌گذارند، اعمال ما را به گمراهی می‌کشانند و ما را از مسیر موفقیت منحرف می‌کنند.

زندگی آن قدر کوتاه است که ارزش ندارد صرف امور خیالی یا نامحتمل شود. راه‌حل‌های واقعی که ما به دنبالشان هستیم اغلب جلوی چشمانمانند. متأسفانه آنچه آن‌ها را از چشم ما پنهان می‌کند مقدار زیادی اطلاعات است که آن‌ها را «عقل سلیم» می‌دانیم، درحالی‌که فقط یک مشت مزخرف‌اند.

شش دروغی که میان شما و موفقیت قرار گرفته‌اند

۱. همه چیز به یک اندازه اهمیت دارد

۲. چند کارگی

۳. زندگی منظم

۴. اراده از همه چیز مهم‌تر است

۵. زندگی متعادل

۶. بزرگ بد است