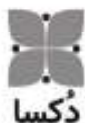


شہامت آغاز کردن



سرشناسه: کاداو، دیوید / Kadavy, David
عنوان و نام پدیدآور: شهامت آغاز کردن: تنها با پیروزی در نبرد درون شکوفا خواهید شد / نویسنده دیوید کاداو؛
مترجمان: نرگس حق‌مرادی، فاطمه حق‌مرادی؛ دبیر مجموعه: هادی صمدی.
مشخصات نشر: تهران: موسسه فرهنگی و هنری دیدگاه کاوش و سازندگی دکسا، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری: ۱۳۲ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۵۵۷۱-۸۹-۱
وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
یادداشت: عنوان اصلی: 2018, The heart to start : win the inner war & let your art shine
عنوان دیگر: تنها با پیروزی در نبرد درون شکوفا خواهید شد.
عنوان دیگر: شهامت آغاز کردن : در جنگ درونت پیروز شو و اجازه بده هنرت نمایان شود و بدرخشد.
موضوع: هنرها -- راهنمایی شغلی [Arts -- Vocational guidance]
نویسندگی -- دستنامه‌ها [Authorship -- Handbooks, manuals, etc]
خلافت هنری [Creation (Literary, artistic, etc.)]
موفقیت [Success]
شناسه افزوده: حق‌مرادی، فاطمه، ۱۳۶۶ - ، مترجم
شناسه افزوده: حق‌مرادی، نرگس، ۱۳۶۹ - ، مترجم
شناسه افزوده: صمدی، هادی، ۱۳۴۹ -
رده بندی کنگره: NX۱۶۳
رده بندی دیویی: ۱۵۳/۳۵
شماره کتابشناسی ملی: ۹۸۸۸۱۷۷
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

شهامت آغاز کردن

دیوید کاداوی

فاطمه حق مرادی
نرگس حق مرادی



عنوان: شهادت آغاز کردن
تنها با پیروزی در نبرد درون شکوفا خواهید شد

نویسنده: دیوید کاداوی

مترجمان: نرگس حق مرادی / فاطمه حق مرادی

طراح جلد: استودیو زاغ - یاسر عزآباد

صفحه‌آرا: سمانه حسن‌زاده

نوبت چاپ: اول، ۱۴۰۴

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۱۵۲,۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۵۵۷۱-۸۹-۱

موسسه فرهنگی دیدگاه کاوش و سازندگی (دُکسا)

نشانی: ایران، تهران، صندوق پستی ۱۴۶۵۵۹۴۳

Email: publication@doxa-v.org

تلفن: ۰۲۱۵۴۹۳۲۲۲۲

 doxa_vision

www.doxa-v.org

فهرست

۱.....	مقدمه مترجمان
۳.....	درباره نویسنده
۵.....	پیشگفتار

بخش اول: قوانین هنر

۱۵.....	فصل اول: هنر درون شماست
۲۳.....	فصل دوم: هنر یعنی خودشکوفایی
۲۹.....	فصل سوم: غرور شما از هنر شما می ترسد

بخش دوم: یافتن سوخت

۳۹.....	فصل چهارم: کنجکاوای اول از همه
---------	--------------------------------

۴۷.....	فصل پنجم: ندا
۵۳.....	فصل ششم: به سراغ تپش بروید
۵۹.....	فصل هفتم: چیزی که شما را به حرکت وا می‌دارد

بخش سوم: پیروزی با شروع

۶۷.....	فصل هشتم: سفسطه دژ
۷۳.....	فصل نهم: تورم سرمایه
۷۹.....	فصل دهم: انحراف کار خطی
۸۷.....	فصل یازدهم: مجوز خرابکاری
۹۵.....	فصل دوازدهم: جودوی انگیزشی
۱۰۵.....	فصل سیزدهم: ترک برداشتن شلاق
۱۱۳.....	سخن پایانی
۱۱۹.....	قدردانی

مقدمه مترجمان

حتماً برای شما هم پیش آمده که ایده‌های خلاقانه متعددی به سرتان بزنند، اما آن‌ها را در پس ذهن خود نگه داشته‌اید و هرگز اقدامی برای اجرایی کردن آن‌ها انجام نداده‌اید.

مسئله آغاز کردن، یکی از چالش‌های جدی زندگی بسیاری از ما است. بارها و بارها به دلایل نامشخص و به بهانه‌های مختلف شروع کاری را آن قدر به تعویق انداخته‌ایم که در نهایت فراموشش کردیم. حتی ممکن است اشتیاق کافی برای انجام کاری را داشته باشیم و با اینکه می‌دانیم عاشق آن کار هستیم و با شروع کردنش حالمان بهتر خواهد شد، باز هم در آغاز کردن تعلل می‌کنیم.

آیا تاکنون به دنبال پیدا کردن پاسخی برای این سؤال بوده‌اید که چرا نمی‌توانید کاری را شروع کنید؟ مطمئناً پاسخ‌های مختلفی به ذهن‌تان رسیده است؛ مقدمات لازم فراهم نیست، وقت ندارید، یا هنوز زود است. اما اگر منتظر فرصت مناسب یا فراهم شدن مقدمات بمانید، هرگز اتفاقی نخواهد افتاد.

دیوید کاداوی نویسنده، پادکست‌ساز، و سخنران انگیزشی، در این کتاب به سه موضوع اساسی می‌پردازد: نیروهای بازدارنده آغاز، محرک‌هایی برای ادامه دادن، و تکنیک‌هایی برای شروع.

برای گذر از بهانه‌ها و مقدمات برای شروع کاری، باید بر کمال‌گرایی غلبه کنید؛ در هر سطح یا وضعیتی هستید، کمال‌گرایی را کنار بگذارید و شروع کنید. سپس می‌توانید رفته‌رفته در کار خود خبره‌تر شوید و کیفیت کار خود را بهبود بخشید.

دیوید کاداوی نویسنده این کتاب خودش هم با این چالش دست و پنجه نرم می‌کرد تا زمانی که جیمز آلتوچر هنگام مصاحبه‌ای برای ضبط پادکست یادآور شد دیوید نیز آغازهای متعددی در زندگی داشته است. خواندن این کتاب را عمیقاً به افرادی توصیه می‌کنیم که کمال‌گرا هستند، از آغاز کردن می‌ترسند یا نمی‌دانند چگونه چطور آغاز کنند. این کتاب به شما شهامت آغاز کردن مسیری را می‌دهد که به خلق هنر می‌انجامد؛ هنری که فقط شما می‌توانید خلقش کنید.

فاطمه و نرگس حق‌مرادی

درباره نویسنده

دیوید کاداوی، یکی از پرفروش ترین نویسندگان آمریکایی است که به مقاله نویسی، پادکست سازی و سخنرانی انگیزشی نیز می پردازد. او در وبلاگ شخصی و پادکستش به مردم یاد می دهد که چگونه با خلق هنر منحصر به فرد خودشان، حتی اگر به مسیرهای غیر معمول کشانده شوند، به رضایت در زندگی برسند. مقاله ها و نوشته های دیوید کاداوی در بسیاری از مجلات و وبسایت های انگیزشی و علمی دنیا منتشر شده اند و تا به امروز او در ۱۲ کشور سخنرانی کرده است. کاداوی در حال حاضر در کلمبیا زندگی می کند.

پیشگفتار

برای کنترل دنیای خود اول باید فرهنگ‌تان را کنترل کنید... کتاب بنویسید. موسیقی خلق کنید. فیلم بسازید. نقاشی کنید. - چاک پالانیوک^۱

این کتاب را با معرفی حکایت فیل در اتاق^۲ شروع می‌کنم: شما برای آغاز کردن به این کتاب نیاز ندارید. فقط باید این کتاب را کنار بگذارید و کارتان را شروع کنید؛ این دقیقاً همان کاری است که باید انجام دهید. مثلاً اولین رمان خود را بنویسید، اولین آلبوم موسیقی خود را ضبط یا اولین شرکت خود را تأسیس کنید. پس اگر توانایی این را دارید که همین حالا کارتان را شروع کنید، امیدوارم چند صفحه اول این کتاب را ورق بزنید و پولی را که به سختی به دست آورده‌اید خرج خرید این کتاب نکرده باشید. از مصاحبت با شما لذت بردم و دوست دارم نتیجه کارتان را ببینم.

ولی آغاز کردن هرگز برای من آسان نبوده است. من حدود ۱۰ سال

1. Chuck Palahniuk

۲. فیل در اتاق یک اصطلاح استعاری زبان انگلیسی است که منظور از مشکل یا ریسک واضحی است که هیچ‌کس نمی‌خواهد در موردش بحث یا کار کند یا یک وضعیت گروه‌زدگی که هیچ‌کس نمی‌خواهد آن را به چالش بکشد. م

است که زندگی‌ام را صرف خلق آثار مختلفی کرده‌ام. من زندگی خود را از راه نوشتن، ضبط پادکست، و آموزش دانسته‌هایی که در این راه به دست آوردم، می‌گذرانم. هنوز هم اولین باری که یک «آغازگر» حقیقی را دیدم، به یاد دارم. او کودک همسایه بود که برای خود یک کسب‌وکار برف‌روبی راه انداخته بود. در جشن فارغ‌التحصیلی‌ام حسابی او را سؤال پیچ کردم. چطور توانستی موتور آن کامیون را بازسازی کنی؟ چطور مشتری پیدا کردی؟ او در جواب مدام شانه‌هایش را بالا می‌انداخت و می‌گفت: «فقط انجامش دادم.»

وقتی بیش از یک دهه پیش کار خودم را شروع کردم، بارها و بارها این داستان را در قالب نصیحت می‌شنیدم. گویی که همه اهالی سیلیکون ولی^۱، فقط همین را می‌توانستند به من بگویند. من کتاب‌های بی‌شماری را مطالعه کردم و به سخنرانی‌ها و پادکست‌های زیادی گوش دادم و در نهایت همه آن‌ها یک پیام داشتند: فقط شروع کن. اگر واقعاً اهل عمل باشید، این توصیه خوبی برای شما به حساب می‌آید. اما من همیشه یک دلیل برای سردرگمی داشتم: «بله، اما چگونه باید شروع کنم.»

در پاییز سال ۲۰۱۶ یک روز در استدیوی خودم وارد اسکایپ شدم. وقتی منتظر بودم تماس وصل شود، برای مسلط شدن به خودم نفس عمیقی کشیدم. آن روز قرار بود با یکی از قهرمان‌های زندگی‌ام برای پادکستی با عنوان «عاشق شغلت باش»^۲، مصاحبه کنم. جیمز آلتوچر^۳ مانند کودک همسایه، یک آغازگر واقعی است. او بیش از بیست شرکت را راه‌اندازی کرده و هجده کتاب نوشته است؛ از جمله کتاب پرفروش وال استریت ژورنال، با عنوان «خودت را انتخاب کن»^۴. او همچنین در یکی از بهترین

1. Silicon Valley

2. Love Your Work

3. James Altucher.

۴. Choose Yourself: با ترجمه فرزانه حسینی، از انتشارات شادن پژواک. م

پادکست‌هایش با کولیو^۱، سر ریچارد برانسون^۲ و سارا بلیکلی^۳ مصاحبه می‌کند.

من هربار با امید دستیابی به قدرتی ماورایی، مصاحبه خود را با میهمان‌هایم شروع می‌کنم. دوست داشتم بدانم که جیمز چگونه به این همه دستاورد رسیده است. به نظر می‌رسید جیمز می‌تواند اطلاعات خوبی را در مورد «شروع» در اختیارم بگذارد.

با این حال، حین مصاحبه با جیمز، هر لحظه بیشتر ناامید می‌شدم. به نظر می‌رسید که او هیچ‌وقت مشکلی برای آغاز کاری نداشت. او در مورد راه‌اندازی یکی از چندین مشاغل متعدد خود صحبت می‌کرد. جیمز می‌گفت تنها کاری که می‌کند این است که یک طرح تجاری کوتاه نوشته و آن را از طریق ایمیل به سرمایه‌گذاران نشان می‌دهد. من از جیمز پرسیدم چگونه شهادت این را پیدا کرد تا داستان‌های شرم‌آور خود را به صورت آنلاین منتشر کند؟ از او پرسیدم که آیا هرگز نگران این بوده که دیگران چه فکری در موردش می‌کنند؟ او گفت برایش مهم نیست که دیگران چه فکری می‌کنند. جیمز از بین همه دارایی‌هایش تنها پانزده مورد را نگه داشته و حتی مدرک دانشگاهی‌اش را دور انداخته است. از او پرسیدم آیا تا به حال فکر کرده که ممکن است دیوانه شده باشد؟ او پاسخ داد: «نه هرگز.»

هرچه بیشتر پیش می‌رفتیم چیزی را که دنبالش بودم پیدا نمی‌کردم و در نهایت تحمل‌م را از دست دادم. ناگهان حرف جیمز را قطع کردم و گفتم: «جیمز، من می‌خواهم یک چیز را در مورد تو بدانم. به نظرم مسئله‌ای که

۱. Coolio: موسیقی‌دان و ریپر اهل ایالات متحده آمریکا که از سال ۱۹۸۷ میلادی مشغول فعالیت بود. معروفترین کارش بهشت گانگسترها در آلبومی به همین نام برنده بهترین اجرای رپ در گرمی سال ۱۹۹۶ شد. م

۲. Sir Richard Branson: کارآفرین و سرمایه‌گذار بریتانیایی و رئیس و بنیان‌گذار گروه شرکت‌های ویرجین است. او عنوان بیش از ۴۰۰ شرکت در سراسر دنیا را از آن خود کرده است. نخستین سرمایه‌گذاری برانسون در ۱۶ سالگی در یک مجله به نام دانش آموز (Student) بود. م

۳. Sara Blakely: کارآفرین، نیکوکار و سرمایه‌دار اهل ایالات متحده آمریکا است، که در سال ۲۰۰۰ شرکت اسپانکس را تأسیس کرد. م

مانع پیشرفت بسیاری از افراد می‌شود این است که بزرگ فکر نمی‌کنند. حتی اگر این افراد بزرگ فکر کنند، خودشان را زیر سؤال می‌برند. حالا سؤال من این است که آیا تو ذاتاً بزرگ فکر می‌کنی یا تحولی در زندگی‌ات رخ داده که شروع به بزرگ فکر کردن کردی؟»

جیمز لحظه‌ای مکث کرد و گفت: «من همیشه در ذهنم مطمئن بودم که می‌توانم هر کاری که اراده کنم را انجام دهم. وقتی کلاس دوم بودم، کتاب‌هایی می‌نوشتم که فکر می‌کردم در آینده چاپ خواهند شد و از نظرم قرار بود همه آن‌ها کتاب‌های پرفروشی باشند. من همیشه فکر می‌کردم که هیچ چیز مانع من نیست.»

به نظر قرار نبود آن ابرقدرتی که دنبالش بودم را از جیمز دریافت کنم. اگر او همیشه فکر می‌کرد که می‌تواند هرکاری را انجام دهد، دیگر چیزی برای آموختن به فردی مثل من نداشت. من هنوز ۴۵ دقیقه دیگر برای مصاحبه با او زمان داشتم. پس تصمیم گرفتم موضوع را عمیق‌تر مطرح کنم: «من هم مانند خیلی‌ها احساس می‌کنم، ایده‌ها و رؤیاهای متعددی در ذهن دارم که درکشان به نظر سخت می‌رسد. در حقیقت افرادی مثل من متوجه نیستند که ایده‌های ذهنی‌شان، همان چیزی است که می‌تواند اجرایی شده و به حقیقت تبدیل شود.»

جیمز به موضوع خیلی واضحی اشاره کرد: «ایده‌های زیادی در سرت هست. گفته بودی که اهل اوماها^۱، در نبراسکا^۲ هستی؛ اما حالا در کلمبیا^۳ زندگی می‌کنی و در حال ضبط یک پادکست و مصاحبه با منی هستی که شش هزار مایل از تو فاصله دارم. تو همین حالا در حال انجام کاری شگفت‌انگیز و به نوعی علمی تخیلی هستی. پس اجازه بده سؤالی از تو بپرسم: آیا خیلی اتفاقی تصمیم گرفتی اوماها رو ترک کرده و به کلمبیا نقل مکان کنی؟ چطور این اتفاق افتاد؟»

1. Omaha
2. Nebraska
3. Colombia

حرف‌های جیمز یک نکته داشت. من داشتم جیمز را در مورد مسئله «شروع» بازجویی می‌کردم در حالی که خودم «شروع‌های» متعددی در زندگی‌ام داشتم. من چند شرکت تأسیس کرده، یک کتاب پرفروش نوشته و چندین پادکست ضبط کرده بودم. همچنین، مانند جیمز، چندین هفته پیش از این گفت‌وگو، تمام دارایی‌ام را فروخته و به آمریکای جنوبی نقل مکان کرده بودم.

برخلاف جیمز، من هیچ‌وقت فکر نمی‌کردم که بتوانم کاری را انجام دهم. در واقع، انگار «هیچ‌چیزی» در زندگی‌ام به دست نیاورده بودم. شاید بزرگ شدن، کتاب‌هایی که خوانده بودم، هر فیلمی که تماشا کردم و هر بازی ویدیویی که بازی کرده بودم یکی از همان کارها باشد، مثل رشد سیب صحرایی روی درخت در حیاط پشتی؛ همه این کارها به نظرم خیلی طبیعی بودند منتها به نظرم ماورایی می‌رسیدند. هیچ وقت تصور نمی‌کردم این چیزها ساخته انسان‌های میرایی مثل من باشد. هرگز تصور نمی‌کردم که شغلم می‌تواند شبیه صبح‌های خیلی زودی که با چشمان پف کرده به مدرسه می‌رفتم سخت نباشد، بلکه می‌تواند بیشتر شبیه تابستان‌های لذت‌بخشی باشد که در اتاقم مشغول مطالعه و نقاشی کشیدن بودم. تا آن‌جا که یادم است، در منطقه‌ای که من بزرگ شدم همه این‌طور بودند، به غیر از بچه همسایه با آن پاروی برف روبی‌اش.

وقتی فهمیدم خلق یک هنر (مثل نقاشی کردن، طراحی سایت یا کسب‌وکار برف‌روبی) می‌تواند یکی از گزینه‌های پیش رویم باشد، باید ذهنیتی را که چندین دهه با آن زندگی کرده بودم تغییر می‌دادم. هیچ‌وقت به این فکر نکرده بودم کاری به غیر از کارهایی که به من محول می‌شد انجام دهم. انگار این‌طور مقرر شده بود که فقط تکالیفم را انجام دهم، در کلاس حرفی نزنم و با یک مداد در آزمون‌های استاندارد، گزینه مناسب را انتخاب کنم. نتیجه همه این کارها برای من نامشخص بود. تا اینکه یک روز خودم

را در حالی یافتیم که در اتاقک بژ رنگی نشسته بودم؛ این چیزی نبود که آرزویش را داشتم.

وقتی در نهایت به دنبال ایده‌هایم رفتم، این ذهنیت کهنه مثل دیوارهای هزارتویی از ترس‌ها و تحریفات ذهنی شده بودند. من از قضاوت دیگران می‌ترسیدم؛ به توانایی‌هایم شک داشتم و با انگیزه‌هایم در جنگ بودم؛ و سعی می‌کردم ذهنم را منحرف کنم.

من مطمئنم که جیمز هم در شروع با چنین موانعی روبه‌رو شده است، اما به نظر می‌رسد به آسانی توانسته بر آن‌ها غلبه کند. این مسئله من را یاد انگیزه نوشتن اولین کتابم با عنوان «طراحی برای هکرها» می‌اندازد. روزی دوستی به من گفته بود که هر زمان از یک طراح می‌پرسم چگونه باید یک لوگو و وبسایت زیبا طراحی کرد، شانه‌هایش را بالا می‌اندازد و پاسخی می‌داد که رضایت بخش نبود: «به نظرم یا استعدادش را داری یا نداری.»

از نظر من این پاسخ درستی نیست. یک تحقیق روانشناسی جدید نظر من را تأیید می‌کند. افرادی که باور دارند می‌توانند یاد بگیرند، قطعاً یاد می‌گیرند (ذهنیت رشد). افرادی که این باور را ندارند، در یادگیری دچار مشکل هستند (ذهنیت ثابت). قبلاً به ما گفته بودند که مغز در سن مشخصی دیگر تغییر نمی‌کند اما حالا می‌دانیم که تغییرات مغز هرگز متوقف نمی‌شود.

من به چشم خودم افرادی را دیده‌ام که توانستند کارهایی را انجام دهند که در ظاهر طبیعتاً نباید می‌توانستند آن‌ها را انجام دهند. از وقتی اولین کتابم را نوشتم، از برنامه‌نویسان زیادی ایمیل دریافت کردم که گفتند از اینکه بالاخره توانسته بودند طرح‌های زیبایی بسازند، هیجان‌زده شده بودند. حتی یکی از این ایمیل‌ها را از یک توسعه‌دهنده نرم‌افزار دریافت کرده بودم که کوررنگی داشت. او برای تشخیص رنگ‌ها محدودیت جسمی داشت

اما به سادگی توانسته بود راه جدیدی برای درک رنگ‌ها پیدا کند و حالا می‌توانست با طراحی پوسته وب‌سایت، به درآمد برسد.

در این کتاب قصد دارم مسئله «شروع» را برای افرادی که با توصیه «فقط شروع کن» مشکل دارند، تجزیه و تحلیل کنم. فرقی ندارد که در سر چه فکری دارید؛ نوشتن یک رمان، تأسیس یک شرکت یا پرش از روی دره گرند کنیون^۱ با موتورسیکلت. به شما نشان خواهم داد چگونه شهامت لازم برای آغاز کردن را به دست بیاورید.

در اولین بخش این کتاب با قوانین هنر آشنا خواهید شد. شما ایده‌هایی برای ایجاد هنر خود دارید اما سؤال این جاست که چه نیرویی در درون شما مانع انجام اینکار می‌شود.

بخش دوم در مورد سوخت است. خواهید فهمید، حتی وقتی که اوضاع پیچیده می‌شود، چطور نیروی کافی برای ادامه راه را به دست آورید.

بخش پایانی یعنی بخش سوم به شما کمک می‌کند با شروع کردن به پیروزی برسید. خواهید فهمید چطور هر بار آغاز کردن را به تعویق می‌اندازید؛ و چگونه می‌توانید بر موانع ذهنی برای شروع کردن غلبه کنید و به سمت خط پایان پیش بروید.

موضوع اصلی این کتاب داستان من است. با چندین داستان کوتاه به شما نشان خواهم داد که چگونه توانستم بارها و بارها بر ترس‌ها، شک‌ها، کمال‌گرایی و حواس‌پرتی‌هایم برای شروع کردن، غلبه کنم. من شما را از نبراسکا به سیلیکون ولی، به شیکاگو و کاستاریکا و جایی که هم‌اکنون هستم، یعنی کلمبیا، می‌برم. من شما را در سفر تبدیل شدنم از یک کارمند به یگ بلاگر، و طراحی که کتاب پرفروشی را نوشت همراه می‌کنم. اگرچه در طول این سال‌ها شروع‌های متعددی داشتم، در این کتاب می‌خواهم

1. Grand Canyon

در مورد یکی از ساده‌ترین و در عین حال مهم‌ترین شروع‌های زندگی‌ام صحبت کنم.

هر فصل این کتاب به شما نشان می‌دهد که چگونه خالقان و کارآفرینان از پدیده مشابهی برای «شروع» استفاده کرده‌اند. از ایول نایول^۱ گرفته تا مایا آنجلو^۲، اد شیران^۳ و جی کی رولینگ^۴؛ همه این افراد شروع‌های متعددی داشته‌اند و بر همان موانعی که من و شما با آن روبه‌رو هستیم غلبه کرده‌اند. در این کتاب همچنین با مهمانان پادکست صد و چند قسمتی‌ام با عنوان «عاشق کارت باش» آشنا خواهید شد؛ افرادی مثل ست گودین^۵، دانشمند رفتارشناسی دن آریلی^۶، یک فیلمنامه‌نویس هالیوود، یک آشپز، خالق موفق یک تابلو و بسیاری دیگر.

با هر آغاز، یک پایان در ذهن تداعی می‌شود. اگر می‌خواهید شهامت لازم را برای آغاز کردن به دست آورید، باید درک درستی از آنچه که قرار است شروع کنید، داشته باشید. شاید آن کار چیز خاصی باشد که کس دیگری نتواند انجام دهد. در فصل اول این موضوع را بررسی خواهیم کرد.

1. Evel Knievel

2. Maya Angelou

3. Ed Sheeran

4. J. K. Rowling

۵. Seth Godin: ست گادین (گودین) کارآفرین و سخنران اهل ایالات متحده آمریکا است. او در زمینه کسب‌وکار فعالیت می‌کند. م

6. Dan Ariely

بخش اول
قوانین هنر

فصل اول

هنر درون شماست

کاری را که حوصله انجام دادنش را ندارید، به دیرتر از فردا موکول نکنید.

پابلو پیکاسو^۱

شاید دیوانه‌وار به نظر برسد، ولی داستان از این قرار است. ماه سپتامبر بود. همین‌که وارد گلخانه پارک لینکلن^۲ شدم نسیم دلنواز خشک و خنکی که از سمت دریاچه میشیگان می‌وزید به داخل آمد. این گلخانه بیشتر شبیه یک قصر شیشه‌ای پر از گیاهان گرمسیری است. اکسیژن تازه وارد شش‌هایم شد. بارها این مسیر را قدم زده بودم و هر دفعه احساس آرامش می‌کردم، ولی این بار فرق داشت. وقتی داشتم از کنار گل فیلودندرون^۳ و نخل مانیلا^۴ می‌گذشتم عضلات بدنم شل شدند. ناگهان سرخوشی وجودم را گرفت؛ مثل بخاری که از یک فنجان چایی داغ بلند می‌شود، انگار که بدن خودم بخار می‌کرد. بعد، این سرخوشی تبدیل به احساسی عجیب شد. قسمت جالبش این‌جاست: احساس کردم می‌توانم با خیال راحت بمیرم.

۱. Pablo Picasso: پابلو روییس ای پیکاسو نقاش، شاعر، طراح صحنه، پیکرتراش، گراورساز و سرامیک‌کار اسپانیایی و یکی از برترین و تأثیرگذارترین هنرمندان سده ۲۰ میلادی بود.

2. Lincoln Park Conservatory

۳. Philodendron: نام گونه‌ای وسیع از گیاهان گلدار در خانواده گل شیپوریان است.

۴. Manila palm: یا نخل کریسمس نام یک گونه از تیره نخل است.

وارد اتاقی شدم که پر از سرخس‌های ماقبل تاریخ بود؛ سرخس عروس، سرخس کروکدیل و سرخس قلبی. بیشتر این سرخس‌ها از زمان دایناسورها به جا مانده‌اند. در آن حالت که به خاطر اکسیژن زیاد مسموم شده بودم، کمی بیشتر از معمول به سرخس‌ها خیره شدم. احساس ارتباط عجیبی با آن‌ها داشتم.

آن روز، روز بعد از چاپ اولین کتابم بود. صبح از صدای ویریه تلفنم از خواب بیدار شده بودم و دیدم که کریس تماس گرفته است. کریس ویراستار انتشارات وایلی^۱ بود و با اینکه تازه از خواب بیدار شده بودم همان کاری را کردم که همه می‌کنند: صدایم را طوری صاف کردم که انگار ساعت‌ها بیدار بودم و حالت حرفه‌ای‌ها را به خودم گرفتم. کریس از پشت تلفن گفت: «دیوید کاداوی! نویسنده پرفروش!» او کمی قبل‌تر در همان روز با هواپیما از دبی به آمریکا برگشته بود و خبرها دیر به گوشش رسیده بود. کتابم «طراحی برای هکرها^۲» در صدر جدول آمازون قرار گرفته بود. وقتی دیوید را برای ناهار ملاقات کردم به من گفت اینکه یک کتاب تخصصی در فهرست بیست کتاب برتر در حوزه کامپیوتر و اینترنت قرار بگیرد، موفقیت بزرگی است. ولی کتاب من اولین کتاب این حوزه شده بود و ما را به شدت غافلگیر کرد. در عین حال جایگاه هشتم را هم در بین کتاب‌های دیگر آمازون در دسته‌بندی‌های مختلف از آن خودش کرده بود.

کتاب‌های مان تمام شده بود. در روز رونمایی کتاب، روی صفحه آمازون کتاب من یک علامت بزرگ و نارنجی گذاشته بودند که رویش نوشته بود «تمام شد» و این واقعاً برایم آزاردهنده بود، چرا که افراد زیادی منتظر بودند تا آن را بخزند. کمی عصبانی شده بودم، ولی سعی می‌کردم به صحبت‌های کریس گوش کنم که مثل یک متخصص با اطمینان و اعتماد

1. Wiley

2. Design for Hackers

به نفس نقشه‌اش را برایم توضیح می‌داد. انتشارات می‌خواست کتاب‌های بیشتری چاپ کند، و بخش بازاریابی می‌خواست منابع بیشتری را صرف تبلیغ کتاب من کند. همه چیز عالی پیش می‌رفت. کریس گفت: «واقعاً شگفت‌انگیز است.»

همان‌طور که به آن سرخس‌های ماقبل تاریخ خیره شده بودم، از خودم می‌پرسیدم که چرا نمی‌توانم همیشه این احساس را داشته باشم. احساس می‌کردم صلحی متعالی وجودم را فراگرفته است. با جهان اطرافم یکی بودم. احساس می‌کردم فناپذیر شده‌ام؛ نه به این شکل که دیگر کسی نتواند پایم را لگد کند و اگر هم بکند من آسیبی نبینم، بلکه احساس می‌کردم وجودم به فراتر از کالبدم رفته است.

کاش می‌توانستم آن احساس را در همه حال حفظ کنم، ولی ظاهراً برای خلق این هنر راه حل جایگزین دیگری وجود ندارد. شاید تصور کنید موفقیت کتابم به داشتن این احساس کمک می‌کند، ولی فکر می‌کنم این طور نیست. اگر کسی کتابم را نمی‌خرد هم باز این احساس را داشتم.

در تمام زندگی‌ام دلم می‌خواست خلق کنم. بعضی‌ها آرزو دارند پدر و مادر شوند. بعضی‌ها دوست دارند پولدار شوند. من هم دوست دارم بسازم. زندگی‌ام را طوری ساختم و خواهم ساخت که اولین اولویت آن خلق کردن باشد. در جلسات روانکاوی زیادی اقرار کرده‌ام که نگرانم این خواسته‌ام ریشه در خودخواهی و خودشیفتگی داشته باشد. ولی در نهایت به این نتیجه رسیده‌ام که نمی‌توانم طور دیگری زندگی کنم. همیشه حس بی‌قراری در من وجود دارد. اگر یک روز چیزی خلق نکنم بی‌قرار می‌شوم و حس می‌کنم آن روز را تلف کرده‌ام.

احساس عجیبم در آن روز به همین خاطر بود؛ احساس می‌کردم آمادگی این را دارم که در بزرگراه فولترون^۱ از اتومبیل پیاده شوم و یکی از

آن کامیون‌های حمل زباله بزرگ و کثیف و کهنه من را زیر بگیرد، و یک جورهایی از نظر من اصلاً اشکالی نداشت. چون من چیزی خلق کرده بودم. چیزی که خلق کردم شاید به اندازه آن سرخس‌های ماقبل تاریخ ماندگار نشود، ولی وجود داشت؛ و از بدن من جدا بود. البته قبلاً چیزهای کوچکتر زیادی مثل مقاله بلاگ، لوگو یا اپلیکیشن خلق کرده بودم، ولی این بار فرق داشت. این کتاب خالص‌ترین ترکیب عشق و علاقه‌ام بود که تا آن روز توانسته بودم خلق کنم. برای رسیدن به این نقطه مسیری طولانی و پرپیچ‌وخمی را به تنهایی طی کردم و بالاخره به مقصد رسیده بودم.

کلاس چهارم بودم که معلم یک جعبه پر از توپ‌های لاستیکی ارتجاعی را به کلاس آورد. آقای لاندن ما را گروه‌بندی کرد و مترهای میله‌ای به ما داد. یکی از هم‌کلاسی‌هایم به نام تاد که موهای مجعد و لطیفی داشت و دندان‌هایش خرگوشی بود متر میله‌ای را به صورت عمودی روی زمین نگه داشت. هیدر، هم‌کلاسی دیگرم، با یک گیره، یک مداد و چند شیشه نوشابه کنارش ایستاد. من هم همان‌طور که معلم گفته بود یک توپ لاستیکی برداشتم و کنار متر میله‌ای ایستادم.

آقای لاندن که با نگاهی همه‌چیزدان در کلاس پرسه می‌زد، از ما خواست توپ‌ها را بیندازیم و بالا آمدنشان را بعد از زمین خوردن با متر اندازه بگیریم. آن توپ‌ها خیلی ارتجاعی بودند. چند ثانیه قبل دیده بودم که معلم یکی از توپ‌ها را به زمین زد و توپ تا سقف رفت. نمی‌توانستیم به طور دقیق بگوییم توپ معلم چند سانت اوج گرفت، چون ارتفاعی که بالا رفت بیشتر از ارتفاع متر بود. از آن‌جا که یک بار هم‌کلاسی‌هایم رای «خوش‌اخلاق‌ترین» دانش‌آموز را به من داده بودند، سعی می‌کردم همیشه کاری را بکنم که به من گفته‌اند. برای همین همان‌طور که معلم گفته بود، توپ را فقط رها کردم.

ما توپ‌ها را از ارتفاع یک متری زمین رها کردیم و توپ من بعد از زمین خوردن تا ارتفاع هشتادونه سانتی متر بالا رفت. حتماً اشتباهی رخ داده بود. هیدر پیشنهاد کرد دوباره امتحان کنیم. نتیجه همان بود. پیچ‌ها در کلاس پیچید و گروه‌ها برای دیدن نتایج با هم صحبت کردند. بنچه‌ها از هم می‌پرسیدند: «نتیجه شما چی بود؟ چییییی؟!» هیاهویی برپا شده بود. یکی از دانش‌آموزان از فرط ناباوری روی زمین نشست. بقیه فریاد می‌کشیدند و به این طرف و آن طرف می‌پریدند. اگر این توپ‌های ارتجاعی آن‌قدرها هم بالا نمی‌رفتند، پس یک دروغ محض بودند. دیگر چه دروغ‌هایی را به خورد ما داده بودند؟ آن روز درک جمعی ما از واقعیت در کلاس چهارم در هم شکست. از آن روز به بعد دیگر مثل قبل نشدیم.

بعد از اینکه آقای لاندن نظم را به کلاس برگرداند با آرامش توضیح داد قوانینی وجود دارند که می‌توان طبق آن‌ها ارتفاع بالا رفتن یک توپ را پیش‌بینی کرد. توپ وزن دارد و تا فاصله مشخصی پرتاب می‌شود. یک توپ «خاصیت ارتجاعی» به خصوصی دارد که مشخص می‌کند چگونه به رها شدن و زمین خوردن واکنش نشان خواهد داد. اگر این قوانین را بدانید رفتار یک توپ را درک خواهید کرد. وقتی یک توپ را رها می‌کنید تا به زمین بخورد، هرگز به بالاتر از ارتفاعی که از آن رها شده است نمی‌رسد.

درست مثل قوانینی که اوج گرفتن یک توپ را بعد از زمین خوردن مشخص می‌کنند، قوانینی هم وجود دارند که نشان می‌دهند آیا شما از پس کاری بر می‌آیید یا خیر. ما در طول زندگی انرژی جنبشی را ذخیره می‌کنیم. زمان می‌گذرد و با تجربه‌های جدید پیرتر می‌شویم. چه بخواهیم و چه نخواهیم تحت تأثیر دنیای اطراف قرار می‌گیریم. قضاوت دیگران را می‌شنویم، یا با حواس‌پرتی‌ها از مسیر منحرف می‌شویم. می‌توانیم بگذاریم این تأثیرات ما را متوقف کنند؛ درست مثل یک صندلی شنی که روی زمین ولو می‌شود. یا می‌توانیم انرژی این تأثیرات را مهار کنیم

و ظرفیت‌های پنهانی‌مان را آزاد کنیم. به علاوه، با تلاش بیشتر می‌توانیم ارتفاع بالا رفتن‌مان را بیشتر کنیم.

اگر دنبال شهامت می‌گردید تا چیزی را خلق کنید، باید بفهمید چه نیروهایی شما را عقب نگه داشته‌اند. باید بدانید چطور از رخداد‌های غیرقابل‌پیش‌بینی زندگی بیشترین بهره را ببرید. باید بفهمید چه کارهایی می‌توانید بکنید تا تلاش‌تان برای رسیدن به هدف نتیجه دهد. همین‌ها تفاوت میان اوج گرفتن و خزیدن را مشخص می‌کنند. با این اوصاف به اولین قانون هنر زندگی می‌رسیم: هنر درون شماست.

جون بوکنکامپ^۱ خالق سریال شاهکار فهرست سیاه^۲ از شبکه ان‌بی‌سی است. جیمز اسپیدر^۳ در این سریال نقش یک خلاف‌کار فوق حرفه‌ای را بازی می‌کند که خبرچین اف‌بی‌آی هم هست. قبل از نوشتن نمایشنامه این سریال، جون سال‌ها با خودش کلنجار رفته بود. او به موفقیت‌های کوچکی دست پیدا کرده بود، ولی افراد کمی خواهان همکاری با او بودند. با این حال، جون باور داشت هنوز چیز خاصی وجود دارد که باید به دنیا نشان دهد.

در پادکستم با نام «عاشق شغل‌ت باش»^۴ از جون خواستم پیامی به کسانی بدهد که سعی می‌کنند تهیه‌کننده را به عنوان یک خالق پیدا کنند. او گفت یادتان باشد که «مهم نیست چه کسی هستید، فقط شما می‌توانید کاری را که برایش ساخته شده‌اید انجام دهید. و آن کار چیزی است که واقعاً به سمتش کشش دارید. حتی اگر کاری عجیب باشد.» وقتی فیلم‌نامه جون بارها و بارها رد شد، او به خودش یادآوری کرد که «من کار خودم را

۱. Jon Bokenkamp: نویسنده و تهیه‌کننده آمریکایی که به خاطر فیلم‌نامه‌نویسی فیلم‌های گرفتن جان‌ها، تماس و لیست سیاه شناخته شده است.

2. The Blacklist

3. James Spader

4. Love Your Work