



فصل هشتم: «من توقع هیچ چیزی ندارم و همه چیز را می‌پذیرم.»

«تمام کارهایی که به ذهنت می‌رسد و می‌دانی که نباید انجام دهی متوقف کن و همه‌ی کارهایی را که می‌دانی باید انجام دهی شروع کن.»
اولاً، با دیدن عنوان این فصل فریب نخور. واقعیتی وجود دارد که باعث می‌شود با تحیر صفحات دیگر کتاب را بررسی کنی. این موضوع را در نظر داشته باش.

همیشه در آرزوی داشتن شغل دلخواه خودت بودی که رئیس خودت باشی، برای خودت برنامه‌ریزی کنی و کاری کنی که به آن افتخار کنی؛ چیزی که به عنوان یک زندگی کامل مورد توجه قرار دهی. از میان ترکیب کارهای سخت، عزم و اراده، نقشه‌ی مشخص، شما مدیریت برنامه‌ریزی زندگی خود در راهی که این رؤیای تو بتواند تحقق یابد را داری.

تصور کن که با یک ایده‌ی بزرگ کاری مواجه می‌شوی، شرکتی را برای تولید لوگوی جذاب و ساختن برند اجاره می‌کنی و حالا زمان این است که مشغول کار شوی، در این جا بازی شروع می‌شود. البته توبه یک فروشگاه بزرگ نیاز داری و آن اولین کار تو است. هفته‌ی بعد با ماشین در اطراف شهر می‌چرخنی و موقعیت‌ها و مکان‌ها را در نظر می‌گیری و با صاحبان ملک وارد معامله و مذاکره می‌شوی.

این کار آسان نیست، اما تو سرانجام جایی را که فکر می‌کنی یک موقعیت خوب است و قیمت مناسبی دارد، پیدا می‌کنی. مکان دیگری را زیر نظر داشتی، اما بودجه‌ی تو در حد هزینه‌ی آن جا نبود و نتوانستی روی آن کار کنی. حالا موضوعات دیگری مثل حق بیمه، مدرک شغلی و پرداخت مالیات مورد توجه قرار می‌گیرد. حتی اگر بتوانی کسب درآمد کنی، باید یک حسابدار برای امور حسابداری و مالیات‌های خودت داشته باشی.

بسیار خوب، حالا به سراغ برنامه‌های بعدی می‌رویم. فروشگاه تو نیاز به مبلمان و تجهیزات و لوازم ضروری دیگر دارد، پس لازم است چند وسیله‌ی مورد نیاز را خریداری کنی. کار بعدی آماده کردن فهرست کارهایی است که باید انجام شود. بدیهی است که به کس دیگری نیز نیاز است تا در آن جا کار کند. پس زمانی را هم برای استخدام تعدادی از افراد در نظر می‌گیری. به این موضوعات توجه کن. همه چیز خوب پیش می‌رود تا این‌که... اتفاقی می‌افتد! بازار با کسادی روبه‌رو شده و باعث می‌شود تا محصولات را که تولید کردی ارزان‌تر بفروشی و حالا به دنبال راه‌های چاره و بازارهای جدید می‌افتی. وای چه بد شد!

قلب تو ضعیف می‌شود و به سختی نفس می‌کشی تا این‌که دیوانه‌وار در جستجوی عمده‌فروش‌ها، واردکنندگان، صاحبان کارخانه - هر کسی که بتواند کمک کند - می‌روی و شروع به پرس‌وجوی مظنه می‌کنی. تنها مشکل این است که قیمت‌های مظنه، بیشتر از قیمت‌های مورد نظر تو است. با این موضوع چکار می‌توانی بکنی؟ به شکل خستگی‌ناپذیری ادامه می‌دهی و باز تحقیق و جستجو می‌کنی، اما به هیچ چیزی دست پیدا نمی‌کنی. این موضوع به زودی در زندگی تو تبدیل به فاجعه می‌شود! منابع

و زمان بسیار زیادی صرف کرده‌ای تا موفق شوی، اما با مانع بسیار بزرگ جدیدی برخورد می‌کنی. حالا تصور می‌کنی که باید با آن مواجه شوی. این کسب و کار است؛ ممکن است هر چیزی اشتباه از آب درآید، شک و تردید ذهن تو را درگیر می‌کند: «من می‌دانستم که چنین چیزی اتفاق می‌افتد.»

این احساس در تو شکل می‌گیرد و رشد می‌کند تا این که تو را از پای درمی‌آورد. شروع یک کسب و کار به معنای این است که در هر کاری که انجام می‌دهی ریسک کنی. آیا ارزش آن را دارد؟ تو برای رضای خدا پرداخت مبالغی را پذیرفتی! حالا که واقعاً در مورد آن فکر می‌کنی، برای این طرح زمان بیشتری را نسبت به کار قبل صرف می‌کنی؛ خیلی بیشتر. منظورم این است که باید شب و روز به سختی تلاش کنی. تو نسبت به قبل نظارت کمتری روی زمان خود داری. پول و فکر تو در جریان این موضوع قرار می‌گیرد. چرا تصور کردی که این کار برای تو بهتر است؟ آیا این همان قراردادی نیست که آن را امضا کردی؟ همان است؟

شاید تمام آن کارها اشتباه بود. تو کمی دچار کسالت شده و بیشتر عصبی می‌شوی و شاید تمام سرمایه‌ات را از دست بدهی و به کار خود خاتمه دهی و افتان و خیزان نزد رئیس قبلی خود برگردی و از او تقاضا کنی تا دوباره به شغل قدیمی خودت بازگردی.

واوووووووووووووووو

ببرام! پیش از آنکه در مسیر خود پیش برویم، یک گام به عقب برداریم.

منتظر اتفاق غیرمنتظره بودن

واقعاً چه اتفاقی افتاده است؟ ساده است. تو هم شبیه هرکس دیگر هستی که با انتظارات و توقعات شان ارزیابی شده‌اند. من درباره توقعات

عادی روزمره که از آن‌ها آگاهی دارید، صحبت نمی‌کنم. همچنین صحبت من مثل آن‌چه بی‌تعارف با خود بیان می‌کنیم نیست، مثل «من این را انتظار دارم» یا «انتظار آن را دارم» که البته هوشیارانه بیان می‌شود. چیزی است که فقط پنهانی بیان می‌شود و توفقط وقتی که در آن عمیق شوی، متوجه آن می‌شوی.

نه، من در مورد انتظارات تهدید کننده، خانمان‌سوز و خیانت‌بار صحبت می‌کنم که در فیلم جنجالی برادوی وجود دارد. انتظاراتی که حتی از آن‌ها اطلاع نداشتی تا این‌که کاملاً تورا احاطه کردند. اگر من و تو متعهد شویم که تغییر برنامه‌ای در زندگی مان داشته باشیم، برای این کار آن‌گونه که می‌دانیم خود را آماده می‌کنیم که شامل موضوعاتی از انتظارات مان، آن‌چه می‌خوانیم، می‌شنویم و تصور می‌کنیم، می‌شود.

ما شروع به تصویرسازی آن در ذهن خود می‌کنیم؛ تحقیق می‌کنیم؛ در مورد نظر دیگران پرس‌وجو می‌کنیم و جزئیات آن اطلاعات را بررسی می‌کنیم. شروع به سرهم کردن یک ایده از چیزهای مشابه به آن می‌کنیم و مسیر رسیدن به آن را مشخص می‌کنیم. تصور ذهنی که از آن داریم از کیفیت کار و برنامه‌های ما سرچشمه می‌گیرد.

آن‌چه نمی‌توانیم ببینیم به دلیل این است که یک دنیا توقعات پنهان شده ایجاد کرده‌ایم - رخنه‌ها و شکاف‌هایی که در اساس و پایه‌ی برنامه‌های زندگی مان پنهان شده‌اند - که برنامه را راهبری می‌کنند و می‌توانند ایده بالقوه ما را پیش از آنکه واقعاً اراده‌ی آن‌ها را پیدا کنیم، از بین ببرند. در مثال شغلی ما کارفرما «انتظار ندارد» که قرارداد تولید خود را از دست بدهد و هنگامی که آن قرارداد را از دست می‌دهد، به اندازه‌ی کافی اتفاق بدی است و وقفه در انتظارات او واقعاً بزرگ‌ترین دردسربرایش خواهد بود.

چگونه می‌توانی توقعات پنهان شده در زندگی‌ات را بشناسی؟
اگر موقعیت‌هایی در زندگی‌ات داری که در آن‌ها ناامیدی، رنجش، افسوس، توقیف، خشم و بی‌حالی را تجربه کرده‌ای، اساساً در هر مرحله از زندگی که نتوانسته‌ای خودت را ثابت کنی یا بخشی از اعتماد به نفست را از دست داده‌ای یا دچار هر هیجان دیگری شده‌ای، این انتظارات را داری. در هر جایگاهی که فقط خودت نیستی، اگر در این جایگاه‌ها به حد کافی دقت کنی واقعیت آن بخش از زندگی خود را به شکل سناریو با چشمان عقلت می‌بینی.

اگر در زندگی زناشویی با همسر خود اختلافی داری، بین توقعات خود و این‌که چگونه «تصور شده» که باشد و این‌که در حقیقت امر چگونه است، خلاء و فاصله خواهی یافت. برای دیگران ممکن است مسائل مالی تو، کاهش وزن، شغل جدیدت و یا چیزهای دیگر پیش آمده باشد. ضعف توبه‌طور مستقیم مربوط به خلاء بین انتظارات پنهانی و واقعیت زندگی تو است. بزرگ‌ترین خلاء و فاصله، بدترین چیزی است که واقعاً تو احساس می‌کنی. در جایی خواندم که ریشه‌ی اختلافات زناشویی توقعات بی‌مورد و بیش از اندازه است.

فکر می‌کنم که سطح توقعات در جامعه روز به روز بیشتر می‌شود. به نظر من مشکل، خود توقع است. من معتقدم که اختلافات زندگی تو نتیجه‌ی هزاران سخن ناگفته یا انتظارات بیان نشده‌ات است که خود، سایه‌ای بزرگ بر تجربیات زندگی تو می‌گستراند؛ زمانی که می‌خواهی زندگی را با توقعات تطبیق دهی، این اختلاف‌ها عامل ایجاد استرس می‌شوند و به دلیل عدم مطابقت آن‌ها با زندگی‌ات باعث ناامیدی تو می‌شوند. در این جا چیزهای دیگری وجود دارد که ایشان انجام می‌دهند. در واقع در