

۱۱۶۸۵۱

به نام هستی بخش

شما عظیم‌تر از آنی هستید که می‌اندیشید (۳)

# مشکلات را شکلات کنید

به کوشش:

مسعود لعلی



سرشناسه	: لعلی، مسعود، ۱۳۵۵ - گردآورنده.
عنوان و نام پدیدآور	: مشکلات را شکلات کنید/ گردآورنده: مسعود لعلی.
مشخصات نشر	: تهران، بهارسیز، ۱۳۸۵.
مشخصات ظاهری	: ۲۱۶ ص.
فروست	: شما عظیم‌تر از آنی هستید که می‌اندیشید؛ ۳.
شابک	: ۹۷۸-۹۶۴-۹۱۴۱۴-۰-۴ / ۳۵۰۰۰ ریال
یادداشت	: چاپ دوم: خرداد ۸۶ - چاپ سوم: آبان ۱۳۸۶ (فیفا).
موضوع	: مهارت‌های زندگی.
موضوع	: مشکل‌گشایی.
موضوع	: راه و رسم زندگی.
رده‌بندی کنگره	: ۵ م ۵ / ۷ / ۴۴۹ BF
رده‌بندی دیویی	: ۱۵۳/۴۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۴۴۱۳ - ۸۵ م



**شما عظیم‌تر از آنی هستید که می‌اندیشید (۳)**

**مشکلات را شکلات کنید**

**به کوشش: مسعود لعلی**

امور فنی و هنری: شادروان مهناز عزب‌دفتری

طراح جلد: روح اله گیتی نژاد

لیتوگرافی: صاحب

چاپ و صحافی: گنج شایگان

شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: چهل و دوم، زمستان ۱۳۹۸

قیمت بدون CD: ۲۸۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۹۱۴۱۴-۰-۴

تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، کوچه بهشت آیین پلاک ۱۰

تلفن: ۳ - ۲۲۶۲۲۹۰۱؛ کد پستی: ۱۳۱۴۹۶۳۹۹۳

پست الکترونیک: [info@baharesabz.ir](mailto:info@baharesabz.ir)

فروشگاه اینترنتی: [www.bookala.ir](http://www.bookala.ir)

حق چاپ محفوظ است.

**ویرایش جدید**

## فهرست

۵۹	در حال رشد .....	۹	مقدمه .....
۶۰	شما چند ساله‌اید؟ .....	۱۷	۱- مشکلات را شکلات کنیم .....
۶۳	مرا چه کسی آفرید؟ .....	۱۹	سرگذشت دو سنگ .....
۶۴	تداعی‌کننده چه چیزی هستید؟ .....	۲۱	مثل دانه‌های قهوه باش .....
۶۶	استعدادهایتان در کجا نهفته است .....	۲۳	ماهی تازه .....
۶۷	۳- آنتونی رابینز از مشکلات می‌گوید .....	۲۵	تقلا .....
۶۹	بزرگان زاده نمی‌شوند .....	۲۶	توپ را جایی بزن که .....
۷۰	از زندگی خود یک شاهکار بسازید .....	۲۸	پرواز را به خاطر بسیار .....
۷۴	ثمره پشتکار .....	۲۹	جهنم کجاست .....
۷۶	باور خود را در مورد مشکل .....	۳۰	آشغال‌ترین جای دنیا .....
۷۸	آنتونی رابینز از مشکلات می‌گوید .....	۳۱	درخت غم و اندوه .....
۸۰	چند سرگذشت .....	۳۲	مرغ همسایه غاز نیست .....
۸۳	کلیدهای طلایی حل مشکلات .....	۳۳	دوست یا دشمن؟ .....
۸۵	داستان مرغ کنتاکی .....	۳۴	جور استاد به ز مهر پدر .....
۸۷	تغییر سرنوشت .....	۳۵	ساعت آفتابی .....
۹۱	سئوالات مشکل‌گشا .....	۳۶	خدا را شکر .....
۹۴	پرسش کلید پاسخ است .....	۳۸	تصویر آرامش .....
۹۶	مشکلی به‌نام شکست .....	۴۰	مه .....
۹۸	جادوی سئوال .....	۴۱	لیوان مشکلات .....
		۴۳	بیل نقره‌ای .....
		۴۴	جزیره .....
		۴۵	فاجعه .....
		۴۷	خالکوبی .....
		۴۹	قهوه زندگی .....
			۲- مشکلات ناشی از عدم
		۵۱	خودشکوفایی .....
		۵۳	خودباورری، خودباورری .....
		۵۶	شما یک شاهکارید .....
		۵۸	اگر شما نه، پس چه کسی؟ .....
			۴- خلاقیت ابزار مؤثر حل مسائل و
		۱۰۱	مشکلات .....
		۱۰۳	مراحل حل مسئله .....
		۱۰۵	۱- صورت مسئله‌تان را دقیقاً .....
		۱۰۶	۲- هر مشکلی راه‌حلی دارد .....
		۱۰۸	تا اراده‌ای هست راهی نیز هست .....
		۱۱۰	۳- دازکوب، قهرمان تمرکز .....
		۱۱۱	روش دکتر المرگیتس .....
		۱۱۳	خودکارهای ناسا .....
		۱۱۴	دکمه .....

- ۱۱۵ ..... من قاچاقچی هستم
- ۱۱۶ ..... یک معما
- ۱۱۷ ..... کودکان، قهرمان خلاقیت
- ۵- زمان‌های سخت هیچ‌گاه دوام نمی‌آورند  
اما انسان‌های سخت و محکم چرا ..... ۱۱۹
- مانع ..... ۱۲۱
- موفقیت نتیجه من می‌توانم‌هاست ..... ۱۲۲
- داستان زندگی لوبیز هی ..... ۱۲۴
- با طلا باید نوشت ..... ۱۲۷
- داستان زندگی برایان تریسی ..... ۱۲۹
- قوانین جهانی موفقیت ..... ۱۳۲
- انتخاب با شماست ..... ۱۳۵
- بن‌بست یا دروازه ..... ۱۳۸
- اینکه شود یا نشود با من است ..... ۱۴۰
- چارلی باسول ..... ۱۴۲
- خم می‌شوم ولی خرد نمی‌شوم ..... ۱۴۴
- ۶- مشکلات نداشتن هدف و رؤیا ..... ۱۴۷
- زندگی در مه ..... ۱۴۹
- به‌امکانات بیندیشید ..... ۱۵۲
- آلوم اهداف ..... ۱۵۴
- القبای موفقیت ..... ۱۵۷
- شیرینی موفقیت ..... ۱۵۹
- چیزی بیشتر از هیچ چیز ..... ۱۶۰
- جادوی فکر بزرگ ..... ۱۶۱
- مشکل هم‌رنگ جماعت نبودن ..... ۱۶۳
- افتخار ..... ۱۶۵
- ایجاد سابقه ..... ۱۶۶
- اولین باش ..... ۱۶۷
- پیروز نمی‌شوی اگر نیاغازی ..... ۱۶۸
- آینده‌نگری ..... ۱۶۹
- جهش تا حد معین ..... ۱۷۰
- معما ..... ۱۷۱
- تمرکز بر هدف ..... ۱۷۲
- مشکلات عدم تمرکز ..... ۱۷۳
- فقط یک صندلی انتخاب کنید ..... ۱۷۴
- ادامه دادن را ادامه دهید ..... ۱۷۵
- اندرزهای ادیسون ..... ۱۷۶
- هر جزری را مدی است ..... ۱۷۷
- ۴۰ عذر و بهانه مشهور ..... ۱۷۸
- مجسمه علیرغم ..... ۱۸۱
- به‌ساعت‌تان نگاه نکنید ..... ۱۸۲
- از یک سوراخ دوبار گزیده نشوید ..... ۱۸۳
- فردا یعنی هیچ وقت ..... ۱۸۴
- سرزمین ازدها ..... ۱۸۵
- قبول خطر ..... ۱۸۶
- ۷- آن را که تویی چاره بیچاره
- نخواهد شد ..... ۱۸۷
- راه‌حل ..... ۱۸۹
- قدرت دعا ..... ۱۹۱
- دعا چیست؟ ..... ۱۹۲
- اجابت ..... ۱۹۳
- ابزار خداوند ..... ۱۹۴
- حضور ..... ۱۹۶
- آنجلی و دوستان ..... ۱۹۷
- درخت بامبو ..... ۱۹۹
- ایمان ..... ۲۰۱
- تسلیم ..... ۲۰۲
- ۸- مشکلی به‌نام مرگ ..... ۲۰۵
- مرگ، قانون مشترک ..... ۲۰۷
- حقیقت مرگ ..... ۲۰۸
- همه ما روزی پروانه می‌شویم ..... ۲۰۹
- اطلاعات لطفاً ..... ۲۱۱

چه بسیار شود که چیزی را ناگوار  
شمارید ولی به حقیقت خیر در  
آن بوده است.

«بقره، ۲۱۶»

#### «مقدمه»

روزی «زیبایی» و «زشتی» در ساحل دریا به هم رسیدند. آن دو به هم گفتند: «بیا در دریا شنا کنیم». برهنه شدند و در آب شنا کردند، زمانی گذشت و زشتی به ساحل بازگشت و جامه‌های زیبایی را پوشید و رفت. زیبایی نیز از دریا بیرون آمد و تن پوشش را نیافت. از برهنگی خویش شرم کرد و به ناچار لباس زشتی را پوشید و به راه خود رفت. تا این زمان نیز، مردان و زنان، این دو را با هم اشتباه می‌گیرند. اما اندک افرادی هم هستند که چهره زیبایی را می‌بینند و فارغ از جامه‌هایی که بر تن دارد او را می‌شناسند و برخی نیز چهره زشتی را می‌شناسند و لباس‌های او را از چشمهای اینان پنهان نمی‌دارد.

و در این زندگی چه بسیار زیبایی‌هایی که زشت می‌نمایند و چه زشتی‌هایی که زیبا جلوه می‌کنند. این کتاب درباره یکی از بزرگترین زیبایی‌هایی است که زشت جلوه‌گر شده است. زیبایی «مشکلات».

اصولاً ما آدم‌ها از هرگونه سختی و دردسری بیزاریم و با شنیدن کلمه «سختی» منزجر و نگران می‌شویم. این مسأله خود منعکس‌کننده نگاه و نگرش ما به واقعیت «مشکلات» است. ما اغلب مشکلات و سختی‌ها را به دو گونه تعبیر و توجیه می‌کنیم:

۱- بدشانسی و بداقبالی

۲- کیفر گناهان و اعمال ناشایست.

هدف من در این کتاب این است که چهره واقعی و اصیل و ارزشهای نهفته در مشکلات و بحران‌ها را به شما نشان دهم، بار دیگر لباس زیبایی بر قامت مشکلات بپوشانم، به صورتی که این تغییر نگرش باعث شود با آغوشی باز به استقبال این موهبت بزرگ الهی بروید و بجای آه و ناله و شکایت، خردمندانه در صدد حل آنها برآیید و از آنها سود ببرید.

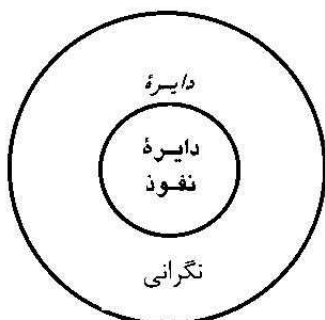
### «مشکل نگرشی است که نسبت به مشکل دارید»

یک کاغذ سپید بردارید و در مرکز آن نقطه‌ای بگذارید. فرض کنید آن نقطه شما هستید. حالا دایره‌ای دور آن بکشید. نام این دایره، دایره نفوذ است.

دایره

نفوذ

در واقع هر مسأله ای که برای شما به راحتی قابل حل شدن است و شما را به دردمر نمی‌اندازد، در این دایره قرار می‌گیرد. حالا دایره‌ای بزرگتر دور دایره نفوذتان رسم کنید. نام این دایره، دایره نگرانی است.



وسعت دایره نفوذ نشان‌دهنده میزان توانمندی‌های شماست. هر چه انسان توانمندتر باشد، یعنی دایره نفوذ بزرگتری داشته باشد، شرایط و مسائل بیشتری در دایره نفوذش قرار می‌گیرد.

دایره نفوذ و نگرانی انسان‌ها با هم متفاوت است، زیرا توانمندی‌ها و ظرفیت‌های افراد متفاوت است. لذا ممکن است یک اتفاق برای یک نفر بحران بزرگ تلقی شود اما همان مسأله برای دیگری چیز مهمی محسوب نشود. مثلاً، کودکی را در نظر بگیرید که عروسکش شکسته است. او گریه و زاری می‌کند. بزرگترها به او می‌خندند که به خاطر این مسأله کوچک به هم ریخته است. آنها متوجه نیستند که کودک دارای حلقه نفوذ بسیار کوچکی است، لذا بیشتر اتفاقات در خارج از دایره نفوذش قرار می‌گیرد.

هر چه بیشتر رشد کنیم و تجربیات بیشتری به‌دست آوریم، دایره نفوذمان گسترده می‌گردد و در واقع رشد چیزی جز گسترش دایره نفوذمان نیست.

بلوغ مقوله ای مربوط به سن و سال نیست. خیلی ها از نظر سنی بالغ به نظر می‌رسند اما با کوچکترین مسأله ای از کوره در می‌روند، افسرده می‌شوند و ماتم می‌گیرند. زیرا در واقع آنها هنوز به رشد واقعی نرسیده اند.

به سادگی و از نوع مسائل و بحران‌های افراد می‌توان به میزان رشد و پختگی آنها پی برد. اینکه یک فرد چه چیزی را مسأله و مشکل بداند منعکس کننده میزان بلوغ اوست. فرض کنید به خانه دوستی رفته‌اید و از شما می‌خواهند به دفتر حل مسائل ریاضی فرزندش نگاهی بیندازید تا بررسی کنید آیا مسائل به درستی حل شده اند یا خیر. حتی اگر کسی به شما نگوید او در چه پایه‌ای مشغول به تحصیل است، از صورت مسائل، به میزان تحصیلات او پی می‌برید.

حالا سؤال مهمی که شما باید به آن پاسخ دهید

هرگاه می‌اندیشیم مشکل بیرون از ماست، خود آن اندیشه مشکل ماست.  
« استفان کاوی »

این است: مسائل و سؤالات عمده زندگی شما چیست؟ چه چیزی آرامش شما را سلب می‌کند و فکرتان را به خود مشغول می‌کند؟ همانطور که گفته شد، مسائل همچون آینه‌ای میزان

قدرت‌تان را به ما نشان می‌دهد و تصویری از ما را به خویش باز می‌تاباند. اما سؤال مهم‌تر این است با مسائل عمده و فراز و نشیب‌های زندگی چگونه برخورد می‌کنید؟