BRAYAN TREYSİ

BƏHANƏLƏRƏ YOX!

Daxili intizamın gücü

Tərcüməçi:
Aqil Hacı

qanun nəşriyyatı

BRIAN TRACY

NO EXCUSES!

The Power of Self-Discipline

İnsan təbiət qüvvəsi kimi qarşısıalınmaz ola bilər. Axı o da təbiətin bir parçasıdır. Amma necə? Əslində, çox sadə. Daxili intizam xüsusiyyətinə yiyələnməklə! Bundan sonra inkişaf etmədiyinizə görə bəhanə gətirməyəcəksiniz. Adi insanların ömrü boyu əldə edə bilmədiklərini bu kitab vasitəsilə bir neçə aya əldə edəcəksiniz.

Müəllifə görə, insanın həyatdakı bütün nəticələrinin kökündə özünüidarəetmə səviyyəsi dayanır: sağlamlıq, maliyyə rifahı, münasibətlər, karyera, xarakter və şəxsi inkişaf yalnız və yalnız intizamlı davranışın məhsuludur.

MÜNDƏRİCAT

Giriş: Daxili intizam möcüzəsi 7

I KİTAB. Daxili intizam və şəxsi müvəffəqiyyət

I HİSSƏ: Daxili intizam və uğur 25
II HİSSƏ: Daxili intizam və xarakter 39
III HİSSƏ: Daxili intizam və cavabdehlik.........................52
IV HİSSƏ: Daxili intizam və məqsədlər 64
V HİSSƏ: Daxili intizam və şəxsi mükəmməllik 77
VI HİSSƏ: Daxili intizam və cəsarət.................................100
VII HİSSƏ: Daxili intizam və inadkarlıq 112

II KİTAB. Biznes, satış və maliyyə işlərində daxili intizamın tətbiqi

VIII HİSSƏ: Daxili intizam və iş 121
IX HİSSƏ: Daxili intizam və liderlik 135
X HİSSƏ: Daxili intizam və biznes 145
XI HİSSƏ: Daxili intizam və satış 155
XII HİSSƏ: Daxili intizam və pul.......................................165
XIII HİSSƏ: Daxili intizam və vaxtın idarə edilməsi 175
XIV HİSSƏ: Daxili intizam və problem həlletmə...........184

III KİTAB. Daxili intizam və yaxşı həyat

XV HİSSƏ: Daxili intizam və xoşbəxtlik..........................195
XVI HİSSƏ: Daxili intizam və şəxsi sağlamlıq................199
XVII HİSSƏ: Daxili intizam və fiziki hazırlıq 208
XVIII HİSSƏ: Daxili intizam və evlilik.............................215
XIX HİSSƏ: Daxili intizam və uşaqlar 226
XX HİSSƏ: Daxili intizam və dostluq 238
XXI HİSSƏ: Daxili intizam və beyninizin sakitliyi........248

Müəllif haqqında...255

Giriş

Daxili intizam möcüzəsi

"Uğursuzluq üçün minlərlə bəhanə olduğu halda bircə dənə də olsun real səbəb yoxdur".
Mark Tven

Nə üçün bəziləri digərlərindən daha uğurlu olur? Nə üçün bəziləri yaşanan eyni illər ərzində digərlərindən daha çox pul qazanır, həyatını daha xoşbəxt yaşayır və ümumiyyətlə, həyatda daha çox şeyə nail olurlar? Uğurun "əsl sirri" nədir?

Mən, adətən, seminarlarımı belə bir sualla başlayıram: "Kim öz gəlirini iki dəfə artırmaq istərdi?"

Demək olar, hamı gülümsəyərək əlini qaldırır.

Sonra növbəti sual:

– Kim artıq çəkidən azad olmaq istərdi? Kim borclardan azad olmaq, maliyyə müstəqilliyi əldə etmək istərdi?

Yenə də hamı gülümsəyir və həvəslə əlini qaldırır. Onda mən deyirəm:

– Çox gözəl! Biz hamımız bu gözəl istəklərə malikik. Daha çox pul qazanmaq, ailəmizə daha çox vaxt sərf etmək, sağlam olmaq və maliyyə müstəqilliyi əldə etmək

istəyirik. Biz nəinki sadəcə bu istəklərə malikik, hətta onlara nail olmağın yollarını da bilirik. Və **nə vaxtsa** qol çırmayıb həmin işləri görmək məramındayıq. Amma qolumuzu çırmayıb işə girişməzdən öncə tətil götürüb, "Nə vaxtsa" adlı gözəl tropik adaya istirahətə getməyi qərara alırıq. "Nə vaxtsa filan kitabı oxuyacağam. Nə vaxtsa məqsədimə nail olmaq üçün lazım olan işləri görəcəyəm. Nə vaxtsa..." Əhalinin 80%-i "Nə vaxtsa adası"nda yaşayır. "Nə vaxtsa" görəcəkləri işlər və əldə edəcəkləri nailiyyətlər haqda düşünür, xəyallar qurur.

– Bəs onların "Nə vaxtsa adası"ndakı qonşuları kimlərdir?

– ''Nə vaxtsa adası"nın digər sakinləri!

– Bəs bu adadakı əhalinin əsas söhbət mövzusu nədir?

– Bəhanələr!

Onlar bir yerə toplaşıb, bu adada olmaqlarına müxtəlif bəhanələr gətirirlər. "Niyə buradasan?"– deyə bir-birilərindən soruşurlar. Və bu suala verilən cavabların oxşar olmaları heç də təəccüblü deyil. "Uşaqlığım pis keçdiyindən...", "Yaxşı təhsil almadığımdan....", "Başlanğıc kapitalım olmadığından", "Mənim bosum pis adamdır...", "Kimsə məni həvəsləndirmir..." və ya "İqtisadiyyat bərbad vəziyyətdədir..."

Onların hər biri, uğur üçün öldürücü təsirə malik "bəhanə" xəstəliyinə tutulublar. Onlar hamısı xoş məramlıdırlar, amma necə deyərlər, "Cəhənnəmin yolu xoş məramla salınmışdır".

Uğurun birinci qaydası çox sadədir: adanı tərk et!

Bəhanələrə son qoy! İşi ya gör, ya da görmə, amma bəhanə gətirmə. Beynini fəaliyyətsizlik üçün müxtəlif bəhanələr uydurmağa sərf etməyi dayandır. Nə isə et. Bir iş gör.

İşə başla. Özün üçün təkrar et: "Görüləcək iş, sadəcə, məndən asılıdır!"

Uğursuzlar bəhanə gətirir, qaliblər isə inkişaf edir. Gətirdiyiniz bəhanənin tutarlı və ya dəyərli olmasını necə müəyyən edə bilərsiniz? Çox sadə, ətrafınıza baxın və soruşun: "Mənim gətirdiyim səbəbi gətirən uğurlu adam varmı?" Özünüzə qarşı səmimi olsanız görərsiniz ki, eyni şəraitə düşmüş yüz minlərlə, hətta milyonlarla adam var ki, heç bir çətinliyə baxmayaraq öz həyatlarını dəyişmiş və uğur qazanmışlar. Əgər cəhd etsəniz, milyonların edə bildiyini siz də edə bilərsiniz.

Deyirlər, insan, bir işə bəhanə gətirməyə sərf etdiyi qədər enerjini səmərəli bir işə sərf etsə, aldığı nəticə özünü belə təəccübləndirər. Amma öncə adanı tərk etməlisiniz!

Çox az adam start xəttindən müəyyən üstünlüklərlə tərpənir. Şəxsən mən ali təhsil almamışam. Bir neçə il fiziki işdə işləmişəm. Məhdud təhsil, məhdud qabiliyyətlər və məhdud gələcəyə malik idim. Və sonra sual verdim: "Nə üçün bəziləri digərlərindən daha uğurlu olur?" Bu sual həyatımı dəyişdi. Uğur və nailiyyətə aid minlərlə kitab və məqalə oxudum. Sanki nailiyyət əldə etməyin yolları, 2000 il ərzində bütün mümkün vasitələrlə müzakirə edilmiş və yazılmışdır. Bütün filosof, müəllim və ekspertlərin qeyd etdiyi vacib bir keyfiyyət var – **daxili intizam**. Bəhanə komfortuna müqavimət göstərmək üçün məhz intizam tələb olunur. Deməli, adanı tərk etmək üçün sizə intizam lazımdır. Məhz parlaq gələcəyin açarı budur-intizam, bunsuz heç bir uğur dayanıqlı olmaz.

Daxili intizamın aşılanması mənim həyatımı dəyişdi və sözsüz ki, sizinkini də dəyişəcək. Özümdən daima daha artığını tələb etməklə mən əvvəlcə satışda sonra isə ida-

rəçilikdə uğurlar qazandım. Təhsilimi davam etdirdim, otuz yaşımda, ağır zəhmət və kitabxanalarda minlərlə saat sərfi tələb edən magistr dərəcəsinə yiyələndim. Kanadada ilk Suzuki importçusu oldum, altmış beş diller məntəqəsi açdım, 25 milyon dollarlıq avtomobil satdım və bütün bunları avtomobil sənayesindən heç bir şey anlamadığım halda edə bildim. Çünki mənim daxili intizamım və lazım olan bilikləri əldə etmək məqsədim güclü idi.

Daşınmaz əmlak bazarına qoşularkən, bu sahə haqda heç bir məlumatım və təcrübəm yox idi, sadəcə əvvəlki işlərdə aşılanmış daxil intizamım var idi. Sonralar mən, ticarət mərkəzləri, sənaye şəhərcikləri və ofis binaları ilə məşğul olmağa başladım.

Daxili intizam hesabına, treninq, konsultasiya, natiqlik və satış sahəsində uğurlu biznes qurdum. Audio və video proqramlarım, kitablarım, seminar və treninq proqramlarım otuz altı dilə tərcümə edilərək əlli dörd ölkədə yayıldı və 500 milyon dollardan çox gəlir gətirdi. Mindən çox şirkətə konsultasiyalar verdim, seminarlarımda 5 milyondan artıq insan iştirak etdi. Bütün bu uğurlarımın əsasında isə daxili intizam dayanırdı. Kəşf etdim ki, qarşıya qoyulan istənilən məqsədə nail olmaq olar, yetər ki, onun haqqını ödəmək və heç vaxt ruhdan düşməmək üçün daxili intizam olsun.