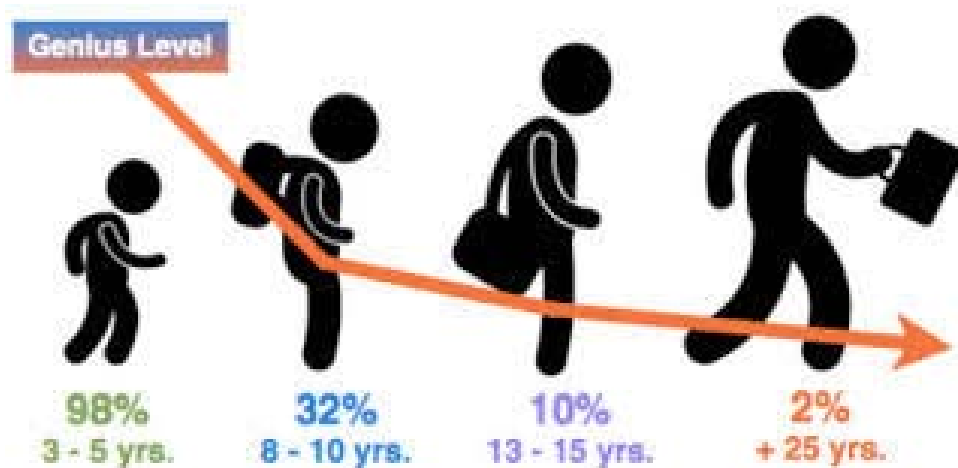




# خود نبوغ شناسی

چگونه نبوغ ذاتی خود را کشف و شکوفا کنیم؟



نویسنده  
موسی توماج ایری



# خودنبوغ شناسی

چگونه نبوغ ذاتی خود را کشف و شکوفا کنیم؟

نویسنده  
موسی توماج ایری

این کتاب رایگان بوده و بازنشر آن بدون تغییر در ظاهر و محتوا بلامانع است.

## فهرست مطالب

|    |   |
|----|---|
| ۷  | مقدمه   |
| ۷  | ضرورت خودنبوغ‌شناسی                                   |
| ۱۰ | ساختار کتاب   |
| ۱۲ | فصل اول: چه کسی نابغه نیست؟                           |
| ۱۳ | رویکرد ضعف محور و غفلت از توانایی‌ها                  |
| ۱۷ | نبوغ چیست؟  |
| ۱۸ | هوش و نبوغ  |
| ۱۹ | هوش شما چقدر چطور است؟                                |
| ۲۰ | همه نابغه‌اند؟!                                       |
| ۲۱ | تراژدی بلوغ: نابودی نبوغ                              |
| ۲۲ | افسانه‌های نبوغ                                       |
| ۲۳ | افسانه اول: نوابغ، نابغه به دنیا می‌آیند.             |
| ۲۳ | افسانه دوم: نوابغ در کودکی شناخته می‌شوند.            |
| ۲۴ | حکایت نبوغ: آلبرت کندذهن                              |
| ۲۴ | افسانه سوم: نوابغ افرادی مستعد و ممتاز در همه‌امورند. |
| ۲۵ | افسانه چهارم: نابغه‌ها دیوانه‌اند.                    |
| ۲۵ | حکایت نبوغ: چه کسی دیوانه است؟                        |
| ۲۶ | حکایت نبوغ: تعبیر سیاسی نظریه نسبیت                   |
| ۲۷ | افسانه پنجم: نابغه شدن تصادفی است.                    |
| ۲۹ | تو نابغه‌ای! - کی؟ من؟                                |
| ۳۱ | فصل دوم: کالبدشناسی نبوغ ذاتی                         |
| ۳۲ | الهیات نبوغ ذاتی                                      |
| ۳۴ | شهود نبوغ ذاتی  |
| ۳۵ | چگونه هر کسی را بهر کاری ساختند؟                      |
| ۳۵ | اندام شگفت‌انگیز                                      |
| ۳۶ | اتصالات نبوغ‌ساز                                      |

|    |                               |
|----|-------------------------------|
| ۳۸ | علت پایداری استعدادها         |
| ۴۱ | فصل سوم: خودنبوغ شناسی        |
| ۴۲ | آرزو و علاقه                  |
| ۴۳ | حکایت نبوغ: موهبت طلاق!       |
| ۴۴ | حکایت نبوغ: مادر بزرگ نقاش    |
| ۴۵ | یادگیری سریع                  |
| ۴۵ | حکایت نبوغ: کارمند افسرده     |
| ۴۶ | حکایت نبوغ: شنیدن ندای زندگی  |
| ۴۸ | لذت و شادی                    |
| ۵۰ | بازی                          |
| ۵۱ | خودشناسی                      |
| ۵۴ | فصل چهارم: موانع نبوغ         |
| ۵۵ | مانع مدرسه                    |
| ۵۶ | حکایت نبوغ: اهلی کردن و آموزش |
| ۵۷ | حکایت نبوغ: کاربرد کاغذ و مغز |
| ۵۹ | مانع هم‌رنگی                  |
| ۶۰ | حکایت نبوغ: گروه یک نفره      |
| ۶۳ | حکایت نبوغ: مُد سال           |
| ۶۴ | حکایت نبوغ: آینه روح          |
| ۶۵ | عقده یونس (ترس از بزرگی)      |
| ۶۷ | مانع عادت                     |
| ۶۹ | مانع مقاومت                   |
| ۷۱ | سایر موانع                    |
| ۷۳ | فصل پنجم: شکوفایی نبوغ ذاتی   |
| ۷۴ | رسالت نبوغ ذاتی               |

|    |                            |
|----|----------------------------|
| ۷۴ | رسالت شخصی و نبوغ ذاتی     |
| ۷۵ | رسالت شخصی چیست؟           |
| ۷۷ | کار عاشقانه                |
| ۷۹ | خصایل نبوغ ذاتی            |
| ۷۹ | شهامت                      |
| ۸۱ | بزرگ اندیشی                |
| ۸۳ | مداومت                     |
| ۸۷ | آرامش و تمرکز              |
| ۹۱ | امکانات نبوغ ذاتی          |
| ۹۱ | تفکر آگاهانه (کنجکاو مقدس) |
| ۹۴ | تخیل                       |
| ۹۷ | شهود                       |

### ضرورت خودنبوغ‌شناسی

تقریباً هر کسی تا حدودی استعدادها و علایق خود را می‌شناسد اما درصد بسیار زیادی از آدم‌ها نمی‌توانند این استعدادها و قابلیت‌های درونی خود را شکوفا کنند. کم نیستند کسانی که در رشته‌ای تحصیل می‌کنند که علاقه‌ای به آن ندارند. اکثر آدم‌ها از شغل خود ناراضی‌اند. آنها کارشان را چون شکنجه‌ای تحمل می‌کنند. کارمندان نیم ساعت کار مفید در روز انجام می‌دهند و منتظرند ساعت کاری تمام شود تا از زندان ادارات و شرکت‌ها آزاد شوند. آنها یک سوم عمرشان را در برابر حقوق ثابت ماهانه پیش فروش کرده‌اند. شبیه‌ها بدترین روز برای آنها است. اما جالب است بدانید عده‌ی کثیر دیگری وجود دارند که حسرت شغل آنها را می‌خورند.

### آنان بیکاران هستند.

نفس بیکار بودن هیچ اشکالی ندارد اما سربار بودن چندان امر خوشایندی نیست و بدتر از سربار بودن، عدم تحقق قابلیت‌ها و رشد شخصی است. طبق آمارها در سال ۱۳۹۳ تعداد ۵/۷ میلیون بیکار تحصیل کرده با مدارک لیسانس تا دکترا وجود داشته است. هر ساله میلیاردها تومان از پول خانواده‌ها صرف کلاس‌های کنکور می‌شود. این هزینه در دانشگاه نیز توسط خانواده‌ها و دولت تداوم می‌یابد تا بعد از چند سال چندین میلیون نفر با مدارک فوق‌دیپلم، لیسانس، فوق‌لیسانس و دکترا به خیل جمعیت بیکاران جامعه افزوده شود.

چرا قریب به اتفاق فارغ‌التحصیلان دانشگاهی که سال‌ها درس خوانده‌اند فقط منتظر آگهی‌های استخدامی هستند؟

چرا این افراد نمی‌توانند با استفاده از دانش و تحصیلات خود، کاری انجام دهند، خدمت و ارزشی ارائه

کنند، کسب و کاری برای خود ایجاد نمایند و درآمدی داشته باشند؟

چرا مدارس و دانشگاه‌ها در کشف و کمک به توسعه توانایی‌ها و استعدادهای افراد ناتوان‌اند؟

چرا باوجود ناکارآمدی مدارس و دانشگاه‌ها همچنان میلیاردها تومان ثروت خانواده‌ها صرف آمادگی

دانش‌آموزان برای آزمون کنکور و تحصیل در دانشگاه می‌شود؟

چرا اکثریت افراد از شغل خود ناراضی‌اند؟

چرا اکثر کسب و کارها با شکست مواجه می‌شوند؟

چرا اکثر افراد و شرکت‌ها فاقد هرگونه خلاقیت و نوآوری در کسب‌وکار هستند و در ارائه ارزش و تولید

ثروت ناتوان‌اند؟

چرا افراد نمی‌توانند با انجام کاری که دوست دارند به ثروت و استقلال مالی دست یابند؟

چرا اکثر افراد بالغ رویاهای بزرگ کودکی‌شان را رها کرده اهدافی معمولی و سهل‌الوصول را انتخاب

می‌کنند؟

چرا فقر، فساد، اعتیاد و انواع ناهنجاری‌های اجتماعی این قدر شایع و روزافزون است؟

بدیهی است که عوامل مختلفی در ایجاد این معضلات موثر بوده‌اند و طبیعی است که در نگاه اول

عوامل بیرونی مثل شرایط سیاسی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی مورد توجه قرار گیرد. اما می‌دانیم که

**بیرون بازتاب درون است.** اگر ما از منظر درونی به مسئله نگاه می‌کنیم عامل انسانی را از هر علتی موثرتر

می‌یابیم. مشکلاتی که توصیف شد حکایت از معضلات درونی ما دارد.

### علت درونی مشکل چیست؟

به نظر ما فقدان یک دانش-مهارت، علت اساسی است. دانشی که ما را به شناخت توانایی‌ها و استعدادهای

منحصربه‌فردمان قادر سازد؛ و مهارتی که روش شکوفا ساختن استعدادهای ذاتی‌مان را به ما آموزش دهد تا در



نهایت بتوانیم با انجام کاری که به آن علاقه و در آن استعداد داریم، ضمن رشد شخصی و معنادار ساختن زندگی خود، با ارائه خدمت و ارزشی خاص به جامعه، به ثروت و استقلال مالی نیز دست یابیم.

این آموزشی است که باید از کودکی به ما ارائه می‌شد.

ما باید یاد می‌گرفتیم که چه کسی هستیم؟

برای چه اینجاییم؟

علاقه و استعدادهایمان چیست؟

باید یاد می‌گرفتیم همه ما بدون استثنا موجودی منحصر به فرد هستیم و با استعدادها و توانایی‌های منحصر به فرد به دنیا می‌آییم.

باید یاد می‌گرفتیم که برای انجام کاری ویژه به دنیا آمده‌ایم.

باید یاد می‌گرفتیم که چگونه رسالت زندگی‌مان را کشف کنیم و نبوغ ذاتی‌مان را برای تحقق آن به کارگیریم. باید یاد می‌گرفتیم که برای خود اهداف درست و معنادار تعیین کنیم.

باید یاد می‌گرفتیم که چگونه از قوه تفکر، تخیل، اراده و ایمان خود برای دستیابی به اهداف‌مان استفاده کنیم.

باید یاد می‌گرفتیم که چگونه خلاقیت و نبوغ ذاتی خود را برای ارائه ارزش و خدمت به دیگران به کارگیریم.

باید یاد می‌گرفتیم که چگونه با انجام کاری که دوست داریم به ثروت و استقلال مالی دست یابیم.

اما ما نه در خانه، نه در مدرسه و نه در دانشگاه و نه در هیچ جای دیگری این دانش-مهارت را یاد نگرفتیم.

دلیل خیلی ساده‌اش این است که چنین دانش و مهارتی در قالب یک برنامه آموزشی اصلاً وجود نداشته

است. ما سعی کردیم چنین دانش-مهارتی را فراهم کنیم و آن را «خودنبوغ‌شناسی» نامیده‌ایم.

## ساختار کتاب

«خودنبوغ‌شناسی» مبتنی بر پنج اصل بنیادی است که هر اصل در یک فصل بسط یافته و تشریح شده است.

### ۱- اصل وجودی نبوغ ذاتی

در فصل اول با عنوان «چه کسی نابغه نیست؟» به بررسی تعاریف و برداشته‌ها از مفهوم نبوغ و ارتباط آن با هوش پرداخته با استفاده از دلایل عصب‌شناختی، فلسفی و روان‌شناختی نشان می‌دهیم که هر انسانی دارای استعدادها و قابلیت‌هایی ویژه است که آن را «نبوغ ذاتی» می‌نامیم. بدین ترتیب در این فصل به وجود توانایی‌های ویژه در درون خود پی می‌بریم و درک می‌کنیم که ابراز نبوغ ذاتی چگونه به لذت منتهی می‌شود و همچنین با عمیق‌ترین علایق ما پیوند دارد.

### ۲- اصل یکتایی نبوغ ذاتی

در فصل «کالبدشناسی نبوغ ذاتی» با سه رویکرد متافیزیکی، شهودی و عصب‌شناختی به بررسی شیوه‌تکوین و پیدایش استعدادهای هر شخص می‌پردازیم. همچنین نشان می‌دهیم که نبوغ ذاتی هر انسانی ساختاری یگانه و منحصر به فرد دارد. در نهایت نشان می‌دهیم که چرا نبوغ ذاتی هر فرد پایدار است، تغییر نمی‌کند و از بین هم نمی‌رود.

### ۳- اصل شناختی نبوغ ذاتی

فصل سوم با عنوان «خودنبوغ‌شناسی» شامل ارائه راهکارهایی برای یاری شخص در جهت کشف نبوغ ذاتی خویش است. نبوغ ذاتی نیازمند کشف و شناسایی توسط خود فرد است. هر شخصی در نهایت فقط

خود باید به تشخیص درست استعدادها و توانایی‌های خود دست یابد. اطلاعات این فصل، ما را در امر درون‌نگری و تشخیص پتانسیل‌های درونی خود و شناخت ساختار ویژه و یگانه آن یاری می‌دهد.

### ۴- اصل موانع نبوغ ذاتی

در فصل «موانع نبوغ ذاتی» به بررسی عواملی می‌پردازیم که مانع رشد و توسعه نبوغ ذاتی افراد می‌شوند. این موانع عمدتاً منشأ بیرونی دارند که با تأثیر روان‌شناختی منفی در فرد، منجر به سرکوب علایق و استعدادهای ویژه او می‌شوند. شناخت این موانع که به نسبت‌های مختلف در درون همه ما وجود دارد، برای غلبه بر آنها ضروری است.

### ۵- اصل شکوفایی نبوغ ذاتی

«شکوفایی نبوغ ذاتی» علاوه بر شناخت موانع، مستلزم خودشناسی و بصیرت برای معنادار ساختن وجود خویش، پیوند زدن نبوغ ذاتی با نیازها و مطالبات زندگی بشری و به‌کارگیری متعهدانه آن است. در اینجا نبوغ ذاتی به رسالت انسانی منحصر به فرد ما پیوند می‌خورد. در این فصل با طرح یک فلسفه وجودی نشان می‌دهیم که چگونه ظهور و بروز قابلیت‌های فردی، غایت بنیانی فلسفه زندگی به حساب می‌آید. همچنین دانش و مهارت‌های ضروری برای تقویت و توسعه نبوغ ذاتی مورد بحث قرار می‌گیرد. بخش‌های با عنوان «حکایت نبوغ» شامل برخی ماجراهای جالب و داستان‌های الهام‌بخش در زمینه مورد بحث است. بخش «تمرین نبوغ» شامل سؤالات و پیشنهادهایی برای تطبیق مطالب با وضعیت خویش و در نهایت به‌کارگیری آنها در زندگی شخصی است. این کتاب حاوی حقایق ارزشمند و تحول‌ساز است، فقط در صورتی که به صورت بخشی از نگرش، منش و رفتار زندگی هر روزه‌مان دربیاید.

فصل اول: چه کسی نابغه نیست؟

(اصل وجودی نبوغ ذاتی)

### رویکرد ضعف محور و غفلت از توانایی‌ها

فرض کنید پسر بچه‌ای کارنامه‌اش را از مدرسه دریافت کرده، به خانه می‌آورد. همه نمره‌های او متوسط (مثلاً حدود ۱۵) اما در درس انشاء نمره عالی (مثلاً ۱۹) و در درس ریاضی نمره ضعیف (مثلاً ۱۱) گرفته است. این دو درس توجه والدین را به خود جلب می‌کند. والدین به خاطر می‌آورند که او همیشه در ریاضی مشکل داشته و بیشتر وقتش را هم صرف تقویت این درس کرده است. اما در درس انشاء بدون هیچ تلاشی همیشه نمره عالی گرفته است. فکر می‌کنید والدین با دیدن کارنامه او چه عکس‌العملی نشان خواهند داد؟ آیا آن‌ها به درس انشاء بیشتر توجه خواهند کرد یا ریاضی؟ بیایید دو حالت فرضی را بررسی کنیم:

**عکس‌العمل اول:** پسر! ریاضی‌ات ضعیفه. باید روی ریاضی بیشتر کار کنی. (تاکید بر نقطه ضعف)

**عکس‌العمل دوم:** پسر! انشای تو عالیه. تو می‌تونی نویسنده یا شاعر بزرگی بشی. (تاکید بر نقطه قوت)

به نظر شما کدام احتمال بیشتر است؟

به دلایلی که در ادامه بیشتر توضیح خواهیم داد، اکثر آدم‌ها بر نقاط ضعف خود و دیگران بیشتر توجه می‌کنند تا نقاط قوت. همچنین فکر می‌کنند که نقاط ضعف را می‌توان با تمرین و آموزش به نقاط قوت تبدیل کرد. اما واقعیت این است که به دلایل فیزیولوژیک و عصب‌شناختی، که بعداً توضیح می‌دهیم،

نقاط ضعف با هر مقدار کار و تمرین، به نقاط قوت تبدیل نخواهد شد. اما نقاط قوت با اندکی تمرین و آموزش به طور جهشی توسعه خواهد یافت.

حالا ببینیم که با هر عکس‌العمل چه اتفاقی در درون کودک و در ناخودآگاه او می‌افتد و به احتمال زیاد او به چه باوری در مورد خود می‌رسد:

**حالت اول:** ریاضی من ضعیف است. من باهوش و زرنگ نیستم. من هیچ چمی نمی‌شم.

**حالت دوم:** انشای من عالی است. من آدم باهوش و خلاق هستم. می‌توانم یک نویسنده بزرگ بشم.

معلوم است که هر یک از این باورها چه تاثیری در کل زندگی فرد خواهد داشت.

این فقط یک مثال بود تا نشان دهیم:

**اولاً:** ما اکثر اوقات روی ضعف‌ها تمرکز می‌کنیم و سعی می‌کنیم آنها را به نقاط قوت تبدیل کنیم.

**ثانیاً:** کمتر برای تقویت و شکوفایی بیشترِ نقاط قوت وقت می‌گذاریم.

این رویکردی است که به تمام عرصه‌های زندگی ما بسط می‌یابد و ریشه‌ای تاریخی دارد. کلاً نگاه به بشر بیشتر متمرکز بر پتانسیل‌های منفی او بوده تا بر شئون متعالی وجود او. در زندگی روزمره نیز همواره در مواجهه با قوت‌ها و ضعف‌ها در عملکردمان، توجه بیشتری به نقاط ضعف می‌شود و به جای تمرکز بر نقاط قوت، سعی می‌کنیم نقاط ضعف را برطرف و به نقاط قوت تبدیل کنیم.

**ولی آیا نقاط ضعف کاملاً رفع و تبدیل به نقطه قوت می‌شود؟**

همان طور که گفتیم به دلایل عصب‌شناختی عموماً چنین اتفاقی نمی‌افتد. در بهترین حالت، نقاط ضعف

تا حدودی بهبود می‌یابد و با عدم توجه، دوباره به سطح قبلی برمی‌گردد. دلایل علمی این مسئله را در فصل کالبدشناسی نبوغ ذاتی توضیح خواهیم داد.

### تمرین نبوغ:

در یک صفحه کاغذ دو ستون در نظر بگیرید. در مدت یک دقیقه، در یک سمت تمام نقاط ضعفتان و در سمت دیگر تمام نقاط قوتتان را که به خاطر می‌آورید، بنویسید؟  
خب حالا تعداد نقاط ضعف و نقاط قوت را شمرده در زیر آنها بنویسید. تعداد کدام بیشتر است؟

اکثر آدم‌ها نقاط ضعف بیشتری می‌نویسند. چرا چنین است؟

زبان و ادبیات نقاط ضعف انسانی غنی و متنوع است، اما زبان نقاط قوت انسانی چنین نیست. مثلاً اگر از شما بپرسم که ده بیماری جسمی یا روانی را نام ببرید، این برای شما کار چندان سختی نخواهد بود. اما اگر از شما بخواهم که ده استعداد و ویژگی نبوغ‌آمیز را نام ببرید؛ آیا به همان راحتی خواهید توانست؟

قریب به اتفاق انسان‌ها بیماری‌های بیشتری را می‌شناسند تا توانایی‌ها و پتانسیل‌های نبوغ‌آمیز. به خاطر تمرکز تاریخی بر ضعف‌ها و بیماری‌های انسانی، زبان بشری غنای بیشتری در این زمینه پیدا کرده است. مثلاً تفاوت‌های معنی‌دار در واژه‌های نوروز، سایکوز، افسردگی، شیدایی، هیستری، حملات هراسی، اسکیزوفرنی وجود دارد. یک متخصص امراض روانی کاملاً از تفاوت این واژه‌ها آگاه است و در تشخیص و درمان آنها، این تفاوت‌ها را در نظر می‌گیرد. در حقیقت، این زبانِ ضعف، چنان گسترده است که اکثر غیرمتخصصان نیز احتمالاً آن را دقیق بکار می‌برند. اما در مقابل برای توصیف نقاط قوت، بسیار مشکل داریم. در فصل اول خواهیم دید که از صد سال پیش، تنها معیار سنجش استعداد افراد، همان ضریب هوشی یا هوش‌بهر (IQ) بود که صرفاً استعداد منطقی-ریاضی افراد را می‌سنجید. برای اولین بار

سی سال پیش بود که تازه یک روانشناس، **نظریه هوش‌های چندگانه** را مطرح کرد که تازه آن هم از هفت نوع هوش فراتر نمی‌رفت.

این خود نشان می‌دهد که تمام تمرکز ما بر نقاط ضعف بوده تا نقاط قوت. همه جا به جای تمرکز بر نقاط قوت و سرمایه‌گذاری و به‌کارگیری حداکثری آنها، به کاهش و رفع نقاط ضعف پرداخته می‌شود. این رویکردی عمومی در تربیت، آموزش، مدیریت سازمان‌ها و دنیای کسب‌وکار است. از لحاظ استفاده از قابلیت‌های انسانی نیز همیشه همین رویکرد حاکم بوده است.

در طول تاریخ، نوابغ به‌عنوان انسان‌هایی که گویا دارای قدرت و موهبتی فرا انسانی‌اند، ستوده شده‌اند و به‌مرور، نبوغ به مثابه موهبتی ویژه تلقی شده که فقط به برخی از انسان‌ها اعطا شده است. از طرف دیگر سیستم‌های آموزشی و تربیتی مدرن که مبتنی بر آموزش همگانی و انبوه، بر مبنای روش و محتوایی یکسان است، با ضعف‌های بنیانی در تشخیص، تشویق و شکوفایی توانایی‌ها و استعداد‌های یگانه فردی، همراه بوده است. حتی نظام‌های آموزشی در بسیاری مواقع باعث سرکوب نبوغ ذاتی افراد و مانع شکوفایی آن بوده‌اند به طوری که نبوغ افراد بسیاری جز با رها شدن از قید و بندهای سیستم آموزشی شکوفا نشده است. سیستم آموزشی رایج مبتنی بر پیش‌فرض‌هایی نادرست و محدود در مورد پتانسیل‌های انسانی است و اساساً قدرت تشخیص قریحه لازم در افراد برای خلق یک پدیده کاملاً بدیع و بی‌سابقه را ندارد.



## نبوغ چیست؟

تلاش‌های گوناگونی به منظور ارائه یک تعریف روشن برای نبوغ و نابغه انجام شده است. فرهنگ وبستر نابغه را چنین تعریف کرده است:

کسی که توانایی فطری ذهنی یا استعدادی منحصر به فرد داشته باشد، کسی که روحیه او الهام‌بخش یا زندگی‌بخش یک قوم باشد، کسی که والاترین استعدادهای ذهنی به صورت موهبت به او اهداء شده باشد.

در فرهنگ توصیفی روان‌شناسی ربر، نبوغ به سطح بالای کارکرد عقلانی یا خلاقیت، و نابغه به شخصی که دارای چنین قابلیت‌هایی است، اطلاق می‌شود. در این فرهنگ توصیفی اما به دقت نبودن تعاریف ارائه‌شده از نبوغ و نابغه، اشاره شده است. متأسفانه (یا خوشبختانه) به نظر نمی‌رسد که مجموعه روشنی از ویژگی‌هایی که نابغه را مشخص و نبوغ را تعریف می‌کند، وجود داشته باشد. همه رفتارهای ما، از جمله رفتارهای عقلانی و خلاق، در معرض انواع گوناگون عوامل غیرشناختی مثل انگیزش، خلق و خو، هیجان و ویژگی‌های ضروری و مورد نیاز محیط قرار دارد و اشخاصی که در یک زمینه نابغه به نظر می‌رسند الزاماً در سایر زمینه‌ها نبوغ خود را بروز نمی‌دهند. علاوه بر این، زبان عامیانه چنان اغتشاشی را در مورد این اصطلاح به وجود آورده که امروزه سودمندی آن حتی در متن‌ها و تخصصی مورد تردید است.



استیون پرسفیلد در کتاب **نبرد هنرمند** می‌نویسد:

Genius (نبوغ) کلمه‌ای لاتین است، رومی‌ها این کلمه را به روح درونی، که مقدس و منزّه است، اطلاق می‌کردند که از ما مراقبت و ما را در حرفه‌مان راهنمایی می‌کند. نویسندگان با نبوغش می‌نویسد، نقاش با نبوغش نقاشی می‌کشد، هرکس که اثری خلق می‌کند از همین مرکز مقدس اداره می‌شود. مقرر

فرماندهی روح ما در آنجاست، سفینه‌ای است که خودِ بالقوه و ستاره قطبی ما را در خود دارد.

نیازی نیست که بخواهیم خود را خیلی درگیر تعاریف و مفاهیم نماییم. هدف ما در این کتاب **شناخت، کشف و شکوفا ساختن استعدادها و توانایی‌های منحصر به فرد خود** است که آن را **نبوغ ذاتی** نامیده‌ایم.

### هوش و نبوغ

عموماً، نوابغ انسانی‌هایی بسیار باهوش شناخته می‌شوند و **ضریب هوشی**، یا **هوش بهر (IQ)**، یکی از معیارهای تعیین نبوغ شناخته شده است. برای مثال، زمانی ضریب هوشی صد و چهل یا بیشتر را ملاک قرار می‌دادند.

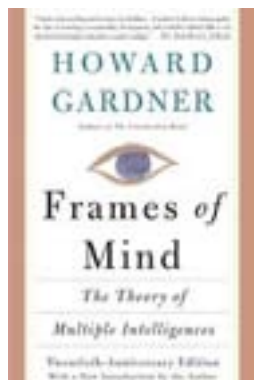


در میان روانشناسان نیز، همواره بر سر طبیعت واقعی هوش، بحث‌های دشواری جریان داشته است. طبق روش سنتی، استعداد بالقوه افراد با آزمون ضریب هوشی (IQ) سنجیده می‌شود. این آزمون مبتنی بر

سنجش مهارت‌های منطقی و ریاضی است و سابقه آن به بیش از یک قرن می‌رسد. فرض عمومی بر آن است که اگر کسی در این آزمون‌ها رتبه بالایی بگیرد فرد باهوشی است و فرصت‌های ویژه‌ای در زندگی دارد و اگر رتبه‌اش پایین بود به این معنا است که فرد، گیرایی کندی دارد و فرصت‌های کمی در اختیار خواهد داشت. این آزمون در حال حاضر یکی از معیارها برای پذیرش در برخی مدارس، دانشگاه‌ها و یکی از ملاک‌های استخدام در اکثر مشاغل در سازمان‌های دولتی و خصوصی است.

اما نمره هوش بهر (IQ) چقدر می‌تواند معیار درستی برای سنجش استعداد و توانایی افراد در عرصه‌های مختلف و متنوع زندگی و فعالیت انسانی باشد؟

### هوش شما چقدر چطور است؟



هوارد گاردنر استاد دانشگاه هاروارد حدود ۳۰ سال پیش این نوع سنجش هوش را به چالش کشید. او در کتابش با عنوان **چارچوب‌های ذهنی: نظریه هوش‌های چندگانه** به توسعه این ایده پرداخت که هوش منطقی-ریاضی که از طریق تست هوش سنجیده می‌شود معیار مناسبی برای سنجش قابلیت‌های یک شخص نیست. از نظر او تست هوش شاید در پیش‌بینی موفقیت شما

در برخی موضوعات درسی مدرسه مثل ریاضیات، فیزیک و ... موثر باشد ولی در اندازه‌گیری توانایی شما در نوشتن یک سمفونی، برنده شدن در یک رقابت سیاسی یا ورزشی، ابداع یک ماشین برداشت محصول، حل یک بحران اجتماعی، مهار یک بیماری واگیر، راه‌اندازی یک کسب‌وکار، مدیریت یک شرکت، سرودن یک شعر یا یادگیری یک زبان خارجی چندان قدرتمند عمل نمی‌کند.

گاردنر معتقد است که همهٔ انسان‌ها از ترکیب منحصر به فرد هفت نوع هوش (زبانی، منطقی-ریاضی، موسیقی، بدنی-جنبشی، بصری و تشخیص ابعاد اشیاء، هوش بین فردی، هوش درون فردی) برخوردارند. به نظر او به جای پرسیدن سؤال «هوش شما چقدر است؟» عاقلانه‌تر این است که بپرسیم: «**هوش شما چطور است؟**» در نهایت ایده بنیانی نظریه گاردنر این است که:

همهٔ ما انسان‌ها به شکل‌های منحصر به فردی باهوش و با استعداد هستیم و موفقیت در نتیجهٔ توسعه، پالایش و استفاده مکرر از استعدادهایی که از آن‌ها برخورداریم؛ به دست می‌آید.

همه نابغه‌اند؟!

همه نابغه‌اند اما اگر شما نبوغ یک ماهی را با توانایی‌اش برای بالا رفتن از یک درخت بسنجید، او در تمام زندگی‌اش با این باور خواهد زیست که یک کودن تمام‌عیار است.

### اینشتین

این گفته **اینشتین** به‌وسیله تحقیقات علمی هم تأیید شده است. دکتر **کلوین تیلر** استاد دانشگاه یوتا، یکی از پیشگامان بزرگ در آموزش افراد تیزهوش و پر استعداد، به مطالب بسیار شگفت‌انگیزی در تحقیقات خود دست‌یافت. وی دریافت که **تمام کودکان تیزهوش و خلاق‌اند**. برخی در سخنوری خلاق‌اند، بعضی در حرکات بدنی، بعضی دیگر در نقاشی یا نویسندگی و عده‌ای دیگر در شیوه‌ای که با دیگران ارتباط پیدا می‌کنند، یا در سبک سازمان‌دهی.

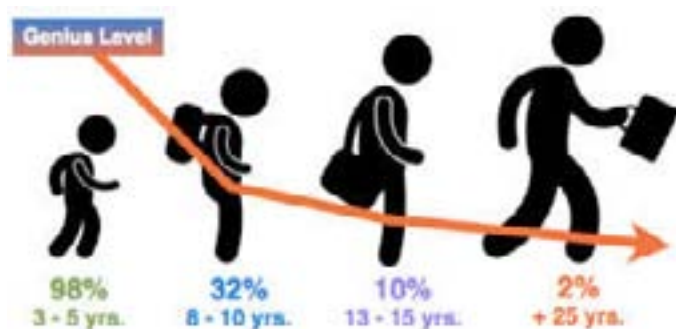
دکتر تیلر **مجموعه‌ای از استعدادها را کشف کرد که بسیاری از آنها قبلاً هرگز شناخته نشده بود**. این نکته بسیار مهمی است زیرا نبوغ افراد منحصر به فرد است و در واقع **با تولد هر فرد یک استعداد و توانایی کاملاً جدید به طور بالقوه به دنیا افزوده می‌شود**. بسیاری از این استعدادها چون از قبل در هیچ گروهی از استعدادهای بشری دسته‌بندی نشده، ناشناخته باقی می‌ماند؛ مگر اینکه نیازی جدید باعث به کارگیری و شناخت آنها شود یا توسط متخصصی چون دکتر تیلور بررسی شده و کشف گردد.

هر کودکی هنرمند است. مسئله این است که پس از این که بزرگ شد، هنرمند باقی بماند.

### پابلو پیکاسو

پژوهش‌ها نشان داد که **تقریباً تمام کودکان نوابغ خلاق‌اند**. یک محقق، **آزمون‌های سنجش تفکر خلاق را** در مقاطع مختلف سنی بر روی **۱۶۰۰ کودک** انجام داد. در آزمون‌های اولیه که وقتی کودکان بین سه تا

پنج سال قرار داشتند، انجام شد؛ ۹۸ درصد کودکان در طبقه‌بندی نابغه قرار داشتند. وقتی همین کودکان آزمون‌های مزبور - دقیقاً همان آزمون‌های قبلی - را پنج سال بعد (سنین ۸ تا ۱۰ سال) انجام دادند، فقط ۳۲ درصد در همان سطح قبلی قرار داشتند. پنج سال بعد (سنین ۱۳ تا ۱۵ سال) این رقم به ۱۰ درصد کاهش یافت. در مورد دویست هزار فرد بالغ بالای بیست و پنج سال همان آزمون‌ها اجرا شد. فقط ۲ درصد در سطح نابغه قرار داشتند. (نمودار زیر) چه اتفاقی افتاده بود؟



### تراژدی بلوغ: نابودی نبوغ

پس همان طور که دیدیم، مطابق با اصل وجودی نبوغ ذاتی، همه انسان‌ها با نبوغی ذاتی و منحصر به فرد به دنیا می‌آیند اما به مرور زمان و با بزرگ‌تر شدن، این نیروی خلاقه کمتر و کمتر می‌شود و تقریباً از بین می‌رود. همان طور که مخترع بزرگ، باکمینستر فولر گفته:

همه نابغه به دنیا می‌آیند و جامعه آن‌ها را نبوغ زدایی می‌کند.

والدین، مدرسه و جامعه می‌توانند تأثیری مخرب بر روی نبوغ ذاتی افراد داشته باشند. هر چقدر این عوامل محیطی منفی‌تر و ناسالم‌تر باشند، تأثیر تخریبی آنها بیشتر خواهد بود.

فرآیند اجتماعی شدن، در برابر جریان خلاقیت طبیعی ما با برچسب زدن از طریق داوری‌هایی چون خوب-بد، درست-غلط، مناسب-نامناسب، معقول-نامعقول، منطقی-غیرمنطقی، عاقلانه-احمقانه، زشت-زیبا؛ مانع ایجاد کرده و آن را سرکوب می‌کند. کودکان خردسال، درکی از این ارزش‌ها و برچسب‌ها نداشته و بدون این محدودیت‌ها کنش و واکنش نشان می‌دهند. توانایی ما در ابراز خلاقیتمان به تدریج که می‌آموزیم نظرها، ارزیابی‌ها و باورهای دیگران را بپذیریم، افت می‌کند. **با این حال نبوغ خلاق پنج سالگی در درون ما پنهان و در انتظار آزاد کردن خویشتن است.**

نبوغ، وضع طبیعی آدمی است.

نووالیس، شاعر آلمانی

ارزش‌ها و باورهای اجتماعی به مرور ذهن ما را از حالت طبیعی خود خارج ساخته، مانع بروز نیروی نبوغ خلاقمان در بزرگسالی می‌شود.

### افسانه‌های نبوغ



نوابغ همواره به صورت استثناء و تافته‌ای جدا بافته تلقی شده‌اند، چون که ظهور آن‌ها در جوامع نسبت به جمعیت انسانی بسیار قلیل بوده است. این مسئله، آمار بخش قبل را تأیید می‌کند که **درصد ناچیزی از انسان‌ها به شکوفایی استعدادهای بالقوه خود دست می‌یابند.** هر چیز نادر و استثناء موضوعی مناسب برای مبالغه و

افسانه‌پردازی است. **دکتر آندره جی. النیکف** در کتاب **مگا خلاقیت** به پنج باور عمومی نادرست در مورد نبوغ اشاره می‌کند. وی معتقد است که ماهیت نبوغ با یک سری افسانه‌های گمراه‌کننده محصور شده است.

شاید مردم از مفهوم نبوغ ترسانده شده‌اند. در هر صورت باید از این افسانه‌ها پرده برداری شود.

**افسانه اول: نوابغ، نابغه به دنیا می‌آیند.**

در بخش قبل متوجه شدیم که در واقع همه ما نابغه به دنیا می‌آییم. هر کودکی یک نابغه بالقوه است؛ اما کشف نبوغ ویژه هر کودک خود به نبوغ و بصیرت ویژه‌ای نیاز دارد که به ندرت ممکن است در کودکان‌ها و مدارس یافت شود.

نبوغ ذاتی، یک استعداد بالقوه است که بدون قرار گرفتن در یک محیط مثبت اجتماعی و بدون یادگیری مهارت‌های لازم، نمی‌تواند شکوفا شود.

یک مثال این مطلب را روشن‌تر می‌کند. سنگ مرمر عنصری زیباست که در طبیعت به شکل یک توده وجود دارد. این هنر و خلاقیت مجسمه‌ساز است که مرمر را از یک تکه سنگ خام تبدیل به شیئی موزه‌ای می‌کند. در مقابل، یک مجسمه‌ساز ناوارد می‌تواند همین سنگ را خرد کند و از بین ببرد و نتیجه کارش از سطل زباله سر درآورد. پتانسیل و استعداد درون هر فرد نیز مانند همین سنگ مرمر خام است و شخص بسته به مهارتی که می‌آموزد و استفاده‌ای که از آن می‌کند، ممکن است سر از زندان یا تالار افتخارات درآورد؛ بنابراین، نوابغ نابغه به دنیا نمی‌آیند بلکه همه با نبوغ ذاتی بالقوه به دنیا می‌آیند که باید کشف و شکوفا شود.

**افسانه دوم: نوابغ در کودکی شناخته می‌شوند.**

این باور از اشتباه گرفتن دو مفهوم نابغه (Genius) و خارق‌العاده (Prodigy) ناشی شده است؛ که این مفهوم را می‌رساند که اگر فردی در کودکی نابغه شناخته نشود، او دارای نبوغ نبوده و نمی‌تواند نابغه باشد. در واقع این افراد عجیب و خارق‌العاده‌اند که در کودکی شناخته می‌شوند. نابغه متفاوت است. بسیاری از

نوابغ بزرگ در کودکی حتی کندذهن به حساب می‌آمدند.

حکایت نبوغ: آلبرت کندذهن

آلبرت اینشتین خیلی دیرتر از بچه‌های معمولی صحبت کردن را آغاز کرد. طبق ادعای خود اینشتین، او تا سن سه سالگی حرف زدن را آغاز نکرده بود و بعد از آن هم حتی تا سنین بالاتر از نه سالگی، به سختی صحبت می‌کرد. به دلیل پیشرفت کند کلامی اینشتین و گرایش او به بی‌توجهی به هر موضوعی که در مدرسه برایش خسته‌کننده بود و در مقابل توجه صرف او به مواردی که برایش جالب بودند، باعث شده بود که برخی همچون خدمه منزل آن‌ها، او را کندذهن بدانند.

کتاب حکایت نبوغ آلبرت اینشتین

پابلو پیکاسو فقط به کمک پدرش که در تمام کلاس‌ها در کنارش می‌نشست، توانست مدرسه را به پایان برساند. توماس ادیسون همیشه نمرات پایین در درس علوم می‌گرفت. آیا کسی در مدرسه ادیسون یا اینشتین می‌توانست آینده این دو نابغه را پیش‌بینی کند؟ پس به‌جای قبول این باور که «نوابغ در کودکی شناخته می‌شوند» باید بپذیریم که در درون هر کودکی نابغه‌ای نهفته که همیشه در انتظار آشکار شدن است.

افسانه سوم: نوابغ افرادی مستعد و ممتاز در همه امورند.

باینکه نوابغی چون **لئوناردو داوینچی** و **گوته** وجود داشته‌اند که نبوغی چندبعدی و چندرشته‌ای را بروز داده‌اند اما تعداد دیگری از آن‌ها مانند **بتیهوون** که ناشنوا بود و **هلن کلر** که نابینا و کر و لال بود، قطعاً نشان دادند حتی نوابغی وجود دارند که توانایی‌های یک فرد معمولی را هم ندارند با این حال می‌توانند نابغه باشند، چه رسد به افراد معمولی. دکتر **الینکیف** بر مبنای تحقیقات خود معتقد است که:

هر کودک و هر فردی می‌تواند نابغه باشد. تاریخ نشان می‌دهد که همه این فرصت را دارند.



افسانه چهارم: نابغه‌ها دیوانه‌اند.

باید بدانیم که بین فرد عادی و نرمال و فرد بیمار و روان‌رنجور تفاوت وجود دارد. افرادی مریض هستند اما عادی و افرادی سالم هستند اما غیرعادی. شخصی مانند **ونسان ونگوک** ممکن است بیمار بوده باشد اما شخصی عادی شناخته شده است، به این علت که او آثار مثبت و بدیعی خلق کرده است. شخصی مثل **هیتلر** شاید سالم بوده باشد (که من شخصاً به این مسئله شک دارم) اما غیرعادی شناخته شده و این به دلیل مخرب بودن فاجعه‌آمیز او است.

حکایت نبوغ: چه کسی دیوانه است؟

در سفر به آمریکا، وقتی اینشتین مورد توجه شدید و کف زدن پیوسته آمریکایی‌ها قرار گرفت، به خبرنگاران گفت: نباید گول این چیزها را خورد. مردم آمریکا به طور معمول بدون تفکر تحسین می‌کنند؛ و در جای دیگر گفته بود: چقدر جای تأسف است که همه درباره من سخن می‌گویند بدون آن که حرف‌های مرا بفهمند. من به طور معمول از سوی کسانی ستایش می‌شوم که زحمت فهمیدن حرف‌های من را به خود نمی‌دهند. یا آنان دیوانه هستند یا من!

کتاب حکایت نبوغ آلبرت اینشتین

گاهی این نابغه نیست که دیوانه است، بلکه جامعه‌ای که او در آن زندگی می‌کند دیوانه است. **جوردانو برونو**، فیلسوف ایتالیایی، به علت اعتقاد به جهان‌های متعدد سوزانده شد. آیا این جنون‌آمیز نبود؟ چه اشکالی داشت اگر او این‌گونه فکر می‌کرد؟ **گالیله** را شکنجه دادند و او مجبور به پس گرفتن رسمی نظریه‌اش در مورد چرخش زمین شد تا زنده بماند. **سقراط** محاکمه، محکوم و اعدام شد، فقط به این علت که در بازار با جوانان به بحث می‌پرداخت. این‌ها روش‌هایی بودند که جوامع گذشته و اغلب دیوانه با

آینده مبارزه می‌کردند. اینشتین به‌عنوان یک مثال نسبتاً معاصر خیلی خوش‌شانس بود که در جامعه‌ای متمدن‌تر زندگی می‌کرد، در غیر این صورت ممکن بود او نیز به سرنوشت پیشینیانش دچار شود. هرچند که او نیز طعم جنون توده‌ای را چشید و بعد از چند سال آوارگی در نهایت عطای وطنش را به لقایش بخشید. جالب اینکه اینشتین از هر دو طرف مخاصمه مورد حمله بود.

حکایت نبوغ: تعبیر سیاسی نظریه نسبیت

در سال‌های دهه سی نظریه نسبیت در آلمان به‌عنوان «بولشویسم در فیزیک» غالباً مورد حمله قرار گرفته بود و از طرف دیگر به‌وسیله جمعی از دانشمندان شوروی به‌عنوان «نظریه بورژوازی و ارتجاعی» نامیده شده بود. در سال ۱۹۲۷ روزی فیلیپ فرانک، دوست و همکار اینشتین، از یک استاد فلسفه سیاسی در شوروی پرسید: «برای من قابل درک نیست که چگونه نظریه واحدی همچون نسبیت اینشتین در بعضی از کشورها به‌عنوان بولشویسم و در کشور روسیه به‌عنوان ضدبولشویسم مورد حمله قرار گرفته است». استاد مذکور پس از لحظه‌ای تفکر با لحن قاطعی پاسخ داده بود: «در ممالک سرمایه‌داری نظریه نسبی از این موضوع پشتیبانی می‌کند که اقتصاد سرمایه‌داری فقط «صحت نسبی دارد». از طرف دیگر در اتحاد شوروی هواخواهان اینشتین مدعی هستند که دستگاه کمونیست فقط دارای «صحت نسبی» است. ماحصل موضوع این می‌شود که اصحاب نسبیت در همه‌جا، به حق و واقع، محکوم گردند».

کتاب حکایت نبوغ آلبرت اینشتین

در نهایت می‌توانیم بگوییم که نابغه‌ها هم به اندازه بقیه مردم ممکن است سر از تیمارستان درآورند. تفاوت در آن است که دیوانگی نوابغ در تاریخ ثبت می‌شود و جنون سایر مردم صرفاً در مدارک پزشکی.

افسانه پنجم: نابغه شدن تصادفی است.

این طرز فکر از برخی اکتشافات غیرمترقبه و تصادفی در تاریخ علم ناشی شده است. برای مثال **ویلهلم رونتگن**، رادیواکتیویته را وقتی کشف کرد که به طور تصادفی مقداری از آن را که در کنار فیلم خام عکاسی که در کاغذ سیاهی پیچیده بود؛ قرار داد. او اشتباهی فیلم‌ها را ظاهر کرد و متوجه نقاط سفید رنگ عجیبی بر روی فیلم عکاسی شد. این نقاط نشان‌دهنده وجود اشعه‌هایی ناشناخته (اشعه X) بودند که بر خلاف اشعه‌هایی معمولی از کاغذ سیاه عبور می‌کردند. ممکن است برخی بگویند **روننگتن** خوش‌شانس بوده ولی دیگران لزوماً این کشف را خوش‌شانسی تلقی نمی‌کنند. در نظر بگیرید که یک شخص معمولی چند وقت یک‌بار ممکن است سر و کارش به مواد رادیواکتیو بیفتد و فیلم عکاسی را به طور اشتباهی کنار آن‌ها بگذارد؟ **روننگتن** یک محقق بود. او دیر یا زود به این کشف می‌رسید. در آن زمان چنین تحقیقاتی در آزمایشگاه‌های متعددی انجام می‌شد؛ حال اگر **روننگتن** آن را کشف نمی‌کرد شخص دیگری به این کشف کم و بیش تصادفی می‌رسید.

شانس همیشه به سراغ ذهن‌های آماده می‌آید.

### لویی پاستور

نابغه‌ها محققانی ژرف‌نگر هستند. آن‌ها همیشه گوش به زنگ‌اند و به همین علت هم به نظر می‌آید که آن‌ها همیشه در زمان مناسب در جای مناسب قرار دارند. معمولاً شانس و تصادف هم در این موارد حاصل سال‌ها کار دقیق در حوزه‌ای است که آن کشف در آن صورت گرفته است. پس می‌بینیم که افسانه‌ها و باورهای نادرست زیادی در رابطه با نبوغ وجود دارد. این باورها ما را از

شکوفایی نبوغ ذاتی مان بازمی‌دارند. آنها به ما اجازه تنبلی می‌دهند؛ به ما می‌گویند که اگر ایده‌های متفاوت و جدیدی مطرح کنیم مردم ما را دیوانه خواهند پنداشت؛ به ما می‌گویند که مطرود خواهیم شد؛ یا ما که از این شانس‌ها نداریم، یا هنوز جوانیم یا برای ما دیر شده که به پتانسیل‌های خلاقمان دست‌یابیم؛ اما همه اشتباه است. ما باید دائماً تلاش کنیم تا به بهترین کسی که می‌توانیم، تبدیل شویم. طبیعت هیچ چیز و هیچ‌کس را بیهوده خلق نکرده، ما اینجاییم تا مأموریتی را به انجام برسانیم. به قول رالف والدو امرسون: وقتی طبیعت می‌خواهد کاری انجام شود، نابغه‌ای را برای انجامش خلق می‌کند.

پس تک‌تک ما بر اساس طرحی دقیق و برای اجرای نقشی یگانه خلق شده‌ایم، اما این نقش خودبه‌خود اجرا نمی‌شود، ما دارای قوه اراده و اختیار هستیم و جز با خواسته خود؛ قادر به تحقق آن نخواهیم بود. شکوفا ساختن کامل استعدادها و پتانسیل‌های انسانی مان شاید مهم‌ترین هدف زندگی بشری باشد.

از آدمی خواسته شده که از خویشتن‌انی را بسازد که تقدیرش را تحقق می‌بخشد.

### پل تیلیش

این گفته تیلیش شاید متناقض به نظر برسد. به دلیل اینکه ما معمولاً تقدیر را چیزی که از قبل رقم خورده است می‌دانیم، نه چیزی ساختنی. این باور از لحاظی درست است. ما استعدادهای خود را انتخاب نمی‌کنیم. نبوغ ذاتی ما عطیه‌ای تقدیری است اما صرفاً با شناختن و اراده خودمان قادر به تحقق این تقدیر خواهیم بود.

### تو نابغه‌ای! - کی؟ من؟

همان طور که در بخش‌های قبل نشان داده شد، براساس اصل وجودی نبوغ ذاتی، هر انسانی دارای استعدادها و قابلیت‌های ویژه‌ای می‌باشد؛ بنابراین شما نیز به‌عنوان یک انسان نبوغ منحصربه‌فرد خود را دارا هستید.

### حال آیا شما می‌توانید بپذیرید که یک نابغه هستید؟

شاید پذیرفتن این حقیقت راحت نباشد. ما در کودکی و نوجوانی از طرف والدین، اطرافیان، همسالان، معلمان دائماً مورد قضاوت و مقایسه قرار گرفته‌ایم:

- تو باهوش نیستی
- تو به هیچ جایی نمی‌رسی
- تو خوب نیستی
- استعداد نداری
- به درد هیچ کاری نمی‌خوری
- از پس پوشیدن شلوارت هم بر نمی‌آیی
- هر بچه‌ای بهتر از تو نقاشی میکشه
- بین داداشت چه نمره‌های خوبی گرفته
- ریاضی‌ات ضعیفه، باید بیشتر کارکنی
- و ...

این داوری‌ها برای عزت نفس و اعتماد به نفس ما مُهلک هستند. قضاوت‌های منفی دیگران از طرفی احساس دوست داشتن خود و ارزشمند بودن را در ما از بین می‌برد و از طرف دیگر ما را نسبت به

توانایی‌های بالقوه خود بی‌اعتماد می‌سازد. کم‌کم این باورهای منفی به بخشی از وجودمان تبدیل می‌شوند و توانایی‌های ما به آن باورها محدود می‌شود. ما می‌پذیریم که خوب نیستیم، ضعیف هستیم، ناتوان هستیم، کم‌استعداد هستیم و صدها باور منفی که چون تارهای نامرئی همیشه ما را در اسارت خود نگاه می‌دارند. اما حال که بالغ شده‌ایم نسبت به رشد خود مسئول هستیم. **ما باید با بازکاوی باورهای اشتباهی که در کودکی پذیرفته‌ایم، باورهای درست و مثبت را جایگزین آن‌ها نماییم.** برای غلبه بر باورهای منفی نسبت به توانایی‌های خود و جایگزین ساختن باوری مثبت و قدرتمند لازم است که شناخت بیشتری نسبت به روش تکوین و ساختار یگانه نبوغ ذاتی داشته باشیم. در فصل بعد به این مسئله می‌پردازیم.

## فصل دوم: کالبدشناسی نبوغ ذاتی

(اصل یکتایی نبوغ ذاتی)

در این فصل می‌خواهیم با روش تکوین و ساختار یگانه نبوغ ذاتی بیشتر آشنا شویم. ما از سه زاویه به این موضوع خواهیم پرداخت. **رویکرد متافیزیکی، رویکرد شهودی و رویکرد عصب‌شناختی.**

### الهیات نبوغ ذاتی

**ما از کجا آمده‌ایم؟** این سؤال آن چنان بنیادی است که بدون توجه به آن هر عملکرد و مقصود بشری ناقص و فاقد اصالت و غایت خواهد بود. این سؤال هم منشأ، هم ماهیت و هم مقصود وجود ما را دربرمی‌گیرد. برای چنین سوال‌هایی شاید هرگز نتوان پاسخی در **حیطه زبان و منطق** یافت. **زبان**، بعد از «وجود» می‌آید و در دایره **وجود** شکل می‌گیرد، بنابراین شاید ابزار مناسبی برای کنکاش درباره حقیقت **وجود** نباشد. شاید به همین دلیل است که شعرا و عرفا همیشه **زبان** را ابزاری بسیار محدود برای اظهار تجارب **وجودی** خود دانسته‌اند.

در متون دینی آمده که «**خدا انسان را به صورت خویش آفرید**». از دو لحاظ خلق انسان توسط خدای قادر مطلق ایجاب می‌کند که هر انسانی **موجودی منحصر به فرد و دارای توان و استعدادی یگانه** باشد.

**اول؛** اگر قرار باشد که هر یک از ما یگانه نباشیم در این صورت به نحوی اصالت خالقیت خدا زیر سؤال می‌رود زیرا **خالق بودن یعنی آفریدن چیزی کاملاً نو و بی‌سابقه**. اگر بعضی از ما کپی بعضی دیگر بود در این صورت اصالت صفت خالقیت خدا نقض می‌شد. درست است که ما انسان‌ها به مثابه یک «**نوع**» همه به هم شبیه هستیم اما هیچ یک دقیقاً عین یکدیگر نیستیم. این واقعیت حتی در مورد دو قولوهای همسان هم صدق می‌کند. آنها کپی همدیگر نیستند. بنابراین **هر موجودی از جمادات تا انسان هر یک موجودی یگانه و منحصر به فرد است.**



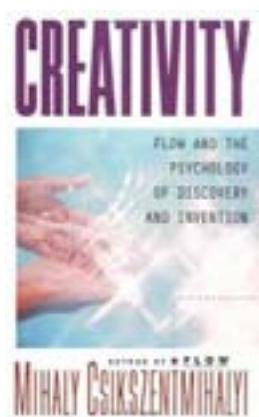
**دوم؛** اینکه ویژگی بارز خدا خالقیت اوست. پس اگر انسان را به صورت خویش آفریده باشد باید به او این ویژگی خالقیت را عطا کرده باشد. همین ویژگی خالقیت، بزرگ‌ترین قوه و پتانسیلی است که در وجود بشری یافت می‌شود زیرا این همان بارزترین ویژگی خدایی یعنی خالق بودن است. ما این قوه و توانایی را در وجود انسان «نبوغ ذاتی» نامیدیم.

طبق توضیح اول، نبوغ ذاتی هر انسانی نیز، مثل وجود خود او، باید یگانه و منحصر به فرد باشد. این همان اصل یکتایی نبوغ ذاتی است. پس در وجود هر یک از ما استعداد و توان بالقوه‌ای وجود دارد که فقط و منحصرأ به ما اعطا شده است. این نوع نگاه به نبوغ ذاتی، عمق و معنای ویژه‌ای به آن می‌بخشد. این توان بالقوه در صورت شکوفایی، از قدرت خلاقیت خدایی برخوردار است. ما بارقه‌ای از روح الهی هستیم و نبوغ ذاتی در واقع عطیه‌ای الهی است که روح ما با شکوفایی آن هرچه بیشتر الوهیت خود را آشکار می‌سازد.

ابداع، خلاقیت و ابتکار ویژگی بارز نبوغ است و همه ما ذاتاً نوابغی خلاقیم. اگر ما نبوغ را ارزشمند می‌دانیم به دلیل همین توان آفرینش و ابداع آن است. **خلاقیت ویژگی خدایی است.**

توانایی خلاق انسان‌ها، تصویر خداست.

مری دالی



**چیکست مِهی،** روانشناس ایتالیایی، در کتابش با عنوان **خلاقیت** می‌نویسد:

حداقل به دو دلیل، خلاقیت منبع اول ارزش در زندگی ماست. اول اینکه اکثر چیزهایی که جالب، مهم و انسانی هستند در نتیجه خلاقیت به دست آمده‌اند. دوم اینکه ۹۸ درصد الگوی ژنتیکی ما با شامپانزه‌ها یکسان است،

منه‌های خلاقیت. بدون وجود خلاقیت، تشخیص میمون از انسان واقعاً دشوار است.

هیچ‌چیز به اندازه خلاقیت، به ما سرور، سرزندگی، همدلی، جسارت و توانگری نمی‌بخشد. **خلاقیت** با ارزش‌ترین دارایی است زیرا خالق تمام دارایی‌های جهان است.

### شهود نبوغ ذاتی

آیا به طور کلی می‌دانید که در چه زمینه‌ای استعداد دارید؟

آیا می‌دانید چه علایقی دارید و از چه فعالیت‌هایی لذت می‌برید؟

تاکنون به کسی برنخورده‌ام که مطلقاً پاسخ این سؤالات را نداند. باینکه ممکن است در طی فرآیند اجتماعی شدن استعدادها و علایق ذاتی‌مان به مقدار زیادی سرکوب شده باشد اما هر یک از ما هنوز سرنخ‌هایی از آن را تشخیص می‌دهیم. اکثر انسان‌ها حداقل تا حدودی می‌دانند که چه استعداد ویژه‌ای دارند، چه کاری را به راحتی و با لذت و هیجان انجام می‌دهند. می‌دانیم که چه کاری برای ما دل دارد و چه کارهایی را باید با اکراه و تقلا انجام دهیم.

شهود درونی ما به ما نشان می‌دهد که چه استعداد و توانایی‌های درونی داریم. ما این را با قلب خود احساس می‌کنیم. ما حتی برخی استعدادها و ویژه‌ها را در دیگران نیز تشخیص می‌دهیم. ممکن است که شفافیت درونی خود را نسبت به استعداد و علایق خود از دست داده باشیم و یا تحت تأثیر ارزش‌های کاذب اجتماعی علایق‌مان منحرف شده باشد. در فصل بعد راه‌های کشف و بازیابی نبوغ ذاتی خود را بررسی خواهیم کرد.

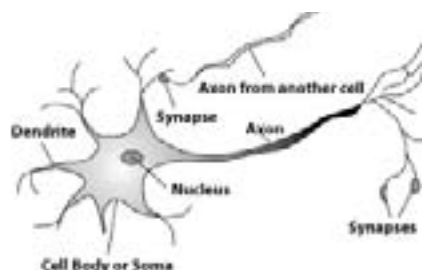
## چگونه هر کسی را بهر کاری ساختند؟

### اندام شگفت‌انگیز



مغز اندام عجیبی است که به نظر می‌رسد به سمت عقب رشد می‌کند. کبد، کلیه‌ها، دست‌ها و پاها در ابتدا کوچک هستند و به تدریج بزرگ می‌شوند تا به اندازه مناسب بزرگسالی برسند؛ اما در مورد مغز عکس این رخ می‌دهد. مغز ابتدا با سرعت زیادی بزرگ می‌شود و سپس تا زمان بزرگسالی کوچک و کوچک‌تر می‌شود و با این حال شما باهوش‌تر و باهوش‌تر می‌شوید.

علت این وارونگی را می‌توان در چیزی یافت که سیناپس (synapse) می‌نامند. سیناپس وسیله ارتباطی دو سلول مغزی است که سلول‌ها (سلول‌های مغزی را نرون Neuron نیز می‌نامند) را قادر می‌سازد تا



باهم ارتباط داشته باشند. رفتارهای ما بر اساس ایجاد رابطه مناسب

میان نرون‌های مغز می‌باشند. به طور ساده می‌توانیم بگوییم که ساختار

شبکه سیناپسی میان نرون‌ها خالق استعدادهای ماست. تشکیل ارتباطات

سیناپسی بسیار جالب توجه است.

چهل و دو روز پس از لقاح، مغز شما رشدی چهار ماهه را شروع می‌کند. در روز چهل و دوم، اولین نرون به وجود می‌آید و ۱۲۰ روز بعد، یک صد میلیارد (۱۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰) نرون خواهید داشت! این یعنی اینکه در هر ثانیه ۹۵۰۰ نرون جدید به وجود آمده‌اند؛ اما زمانی که این حرکت انفجاری تمام شود، قسمت اعظم داستان نرون‌ها نیز خاتمه یافته است. به هنگام تولد یک صد میلیارد سلول دارید و تا اواخر میانسالی نیز اکثر آن‌ها حفظ می‌شوند.

## اتصالات نبوغ‌ساز

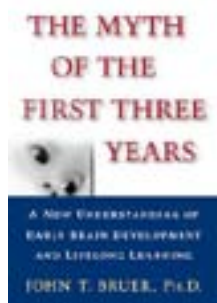


جای دیگری در مغزتان، داستان حقیقی یعنی داستان سیناپس‌ها شروع می‌شود. ۶۰ روز قبل از تولد، نرون‌ها سعی می‌کنند تا باهم ارتباط برقرار کنند. هر نرون یک زائده بنام آکسون از خود خارج می‌کند و سعی می‌کند توسط آن با سایر نرون‌ها ارتباط برقرار کند. هنگامی که

اتصال موفقیت‌آمیزی برقرار شد یک سیناپس ساخته می‌شود. در طول سه سال اول زندگی شما، این نرون‌ها در ساخت این اتصالات بسیار موفق عمل می‌کنند. در حقیقت، در سه سالگی هر یک از این یک‌صد میلیارد نرون، پانزده هزار ارتباط سیناپسی با دیگر نرون‌ها تشکیل داده‌اند؛ یعنی هر نرون با پانزده هزار نرون مرتبط شده است. بدین ترتیب، شبکه تارهای وسیع، ظریف و بی‌نظیر شما بافته شده است. سپس، اتفاق عجیبی می‌افتد و به دلایلی، طبیعت شما را وادار می‌کند تا بسیاری از تارهای به‌دقت تنیده شده را فراموش کنید. تارهایی که نادیده گرفته شده‌اند تعمیر نمی‌شوند و شروع به نابودی می‌کنند. شما آن‌چنان به بخشی از شبکه عصبی خود بی‌علاقه می‌شوید که بین سنین سه تا پانزده سالگی میلیاردها ارتباط سیناپسی را از دست می‌دهید. در سن شانزده سالگی نصف شبکه عصبی شما از بین رفته است و نمی‌توانید آن را دوباره بسازید.

این حقایق عجیب به نظر می‌رسند. چرا طبیعت چنین کاری می‌کند؟ چرا طبیعت این قدر انرژی صرف می‌کند تا شبکه‌ای بسازد که عمده آن را بعداً بی‌مصرف رها کرده و نابود کند؟ جواب این سؤال آن‌گونه که **جان بروئر (John Bruer)** در کتابش بنام **افسانه سه سال اول** بیان کرده چنین است:

زمانی که صحبت از مغز است، «کمتر، بیشتر است». نکته اصلی این است که سیناپس‌های بیشتر



دلیل هوش و استعداد بیشتر نیست. در عوض، هوش و کارایی شما بستگی به سرمایه‌گذاری شما بر روی قوی‌ترین ارتباطات سیناپسی شما دارد. طبیعت شما را مجبور می‌کند تا میلیاردها اتصال را خاموش کنید تا بتوانید باقیمانده را بکار گیرید.

در ابتدا طبیعت به شما ارتباطاتی بیش از آنچه نیاز دارید می‌دهد، چون در خلال سال‌های اول زندگی، موضوعات بسیاری را باید جذب کنید؛ اما جذب تنها کاری است که می‌کنید و هنوز نمی‌توانید دنیای اطراف خود را درک کنید. چرا قادر به درک نیستید؟ چون با توجه به ارتباطات فراوان در اقیانوسی از علامات و اطلاعات از منابع مختلف قرار گرفته‌اید. برای آنکه درکی از این جهان داشته باشید، باید برخی از اطلاعات را خاموش کنید. طبیعت در دهه بعدی عمرتان در این زمینه به شما کمک می‌کند. ژنتیک و تجربیات اوایل کودکی به شما در یافتن ارتباطات بهتر و قابل‌استفاده‌تر کمک می‌کند. این ارتباطات ممکن است مربوط به رقابت، تفکر راهبردی، کنجکاوی، تصور فضایی، روابط و ... باشند. آن قدر از این ارتباطات استفاده می‌کنید تا آن‌ها قوی‌تر و منظم‌تر شوند.

در مقایسه با اینترنت، این ارتباطات مثل **خطوط پرسرعت** شما هستند. **در این خطوط سیگنال‌ها قوی‌تر هستند. این خطوط خاص، نوع و ساختار نبوغ ذاتی شما را مشخص می‌کنند.** در سطح میکروسکوپی، شبکه ذهنی شما از خطوط فوق‌سریع گرفته تا سایر اتصالات کندتر و بعضی اتصالات قطع‌شده و غیرفعال را در بر می‌گیرد و به همین دلیل است که بعضی رفتارها و واکنش‌ها برای شما خوب و مناسب هستند، درحالی‌که سایر رفتارها، هرچقدر آن‌ها را تمرین کنید، همیشه حالت اجباری و تصنعی برای شما دارند و باید هم این گونه باشد. اگر طبیعت شبکه شما را به چند ارتباط اندک و قوی کاهش نمی‌داد، هرگز بزرگسال نمی‌شدید و برای همیشه در حالت کودکی و بمباران اطلاعاتی می‌ماندید. در این صورت حافظه شما بی‌نهایت می‌شد و به خاطر غرق شدن در جزئیات و ناتوانی در فراموش کردن شکل ابرها، مزه غذاها،

چهره‌ها و میلیاردها اطلاعات دیگر نمی‌توانستید ایده‌های کلی به‌دست آورید و در نتیجه نمی‌توانستید فکر کنید. همچنین احساسی نیز نمی‌داشتید، قادر به برقراری ارتباط با دیگران نبودید و نمی‌توانستید تصمیم بگیرید. فاقد شخصیت، ارجحیت، قضاوت، هیجان و شور بودید. فاقد استعداد بودید.

برای نجات شما از چنین سرنوشتی، طبیعت بعضی از اتصالات را تقویت کرده و میلیاردها اتصال دیگر را از بین می‌برد؛ و به این صورت، انسانی خواهید بود با استعدادهای متمایز که در این جهان به شیوه‌ای بی‌نظیر و پایا عمل خواهید کرد.

استعدادهای ما چنان برای ما طبیعی هستند که به نظر می‌رسد درکی که از جهان داریم با دیگران مشترک است؛ اما حقیقت این است که درک ما از جهان کاملاً شخصی است. درک ما همان الگوهای تکرارشونده فکری، احساسی یا رفتاری هستند که معلول شبکه عصبی منحصر به فرد ما هست. جالب‌ترین تفاوت میان افراد ناشی از جنس، نژاد یا سن نیست، بلکه منتج از اتصالات شبکه ذهنی افراد است. به این ترتیب، نبوغ ذاتی شما نیز ناشی از قوی‌ترین اتصالات شماست که در نوع خود منحصر به فرد است.

### علت پایداری استعدادهای

همان طور که گفتیم استعدادهای شما ناشی از خطوط قدرتمند و پرسرعت اتصالات شبکه عصبی شماست. این اتصالات یک بار و برای همیشه ساخته شده‌اند. شما در هر روز صدها تصمیم کوچک و بزرگ می‌گیرید. شما قادر نیستید روی هر تصمیم کوچکی فکر کنید بنابراین غریزی عمل می‌کنید. در این حالت مغز شما کاری را می‌کند که طبیعت در این مواقع انجام می‌دهد: راهی را پیدا و طی می‌کند که دارای کمترین مقاومت باشد، یعنی استعدادهای شما. گزینه‌ای پدیدار می‌شود و شما بلافاصله یکی از خطوط پرسرعت خود را فعال می‌کنید و بوم! تصمیم گرفته می‌شود. گزینه دیگر، خط پرسرعت دیگر و تصمیم دیگر.

مجموع این تصمیمات کوچک که هر روز ممکن است مثلاً به هزار تصمیم برسد، عملکرد شما در آن روز

است. یعنی ۲۴۰۰۰۰۰ تصمیم در یک سال کاری. آیا ممکن است این تعداد تصمیم آگاهانه گرفته شود؟ به همین دلیل است که فقط با دادن آموزش مهارتی به افراد نمی‌توان عملکرد او را بالا برد. با یادگیری ممکن است بتوانید چند اتصال جدید بسازید اما نمی‌توانید کل شبکه ذهنی خود را دوباره از نو بسازید. مهارت جدیدی که یاد گرفته‌اید شاید در چند تصمیم کوچک تأثیر بگذارد و بر چند اتصال ضعیف شما اثر بگذارد، اما فقط بر تعداد انگشت‌شماری. تصمیمات آن قدر فراوان و آن قدر فوری هستند که مهارت شما نمی‌تواند خطوط پرسرعت را کاملاً مسدود کند و تغییری مهم و پایدار در رفتار شما به وجود آورد. **مهارت‌ها تعیین می‌کنند که آیا می‌توانید کاری را انجام دهید یا نه، درحالی‌که استعدادها چیزی مهم‌تر ارائه می‌کنند: با چه کیفیتی و چند بار می‌توانید آن را انجام دهید.** این حقیقت یکی از ادعاهای اصلی مریبان موفقیت و خودیاری را نقض می‌کند. آنها مدعی‌اند که «شما اگر واقعا بخواهید قادر به انجام هر کاری هستید و با سعی و تلاش در هر کار و فعالیتی می‌توانید موفق شوید و به اوج برسید.» **اما این حقیقت ندارد.** ما ممکن است به بهای تلاش و تقلای بسیار در هر فعالیتی مقداری پیشرفت کنیم اما بعید است در آن به اوج برسیم. در مقابل در زمینه نبوغ ذاتی مان به شکل برق‌آسایی قله‌های ترقی را خواهیم پیمود.

ما در این فصل با اصل یکتایی نبوغ ذاتی آشنا شدیم. اینکه هر یک از ما ساختار منحصر به فردی از استعداد و توانایی‌ها داریم که جوهره فردیت ما را تشکیل می‌دهد. مرحله بعد از پذیرفتن نبوغ ذاتی خود، کشف و شناسایی آن است. نبوغ ذاتی شما، مثل اثر انگشتان، منحصر به فرد است. **دیپاک چوپرا، نویسنده و پزشک هندی، در کتاب هفت قانون معنوی موفقیت در توضیح نبوغ ذاتی می‌نویسد:**



صاحب استعدادی بی‌همتا هستید و به شیوه‌ای بی‌همتا آن را بیان و عیان می‌کنید. کاری هست که بهتر از هر کس دیگر در این جهان می‌توانید آن را به انجام برسانید.

به هر یک از ما توانایی‌ها و استعداد‌های منحصر به فردی اعطا گردیده است. توان بالقوه ما همیشه در انتظار آشکار شدن قرار دارد. استعدادها و توانایی‌ها می‌توانند انواع گوناگونی داشته باشند. در واقع به تعداد انسان‌ها و بیش از آن می‌تواند استعداد وجود داشته باشد چون معمولاً در بیش از یک زمینه توانایی و استعداد خلاقه داریم. **اینشتین** در زمینه تصور فضایی و پرسیدن سؤالات جدید درباره طبیعت استعداد بالایی داشت. **ادیسون** به ابداع ابزارهای کاملاً جدید علاقمند بود. نبوغ **چاپلین** و **والت دیزنی** در زمینه سرگرم کردن مردم بود؛ اما چطور بدانیم که استعدادها و نبوغ ذاتی‌مان چیست؟



## فصل سوم: خودنبوغ شناسی

(اصل شناختی نبوغ ذاتی)

با پی بردن به اینکه هر یک از ما در وجود خود نبوغی ذاتی داریم، در این فصل به کشف و شناخت نبوغ ذاتی یگانه خود می‌پردازیم. بر اساس اصل شناختی نبوغ ذاتی، هر کسی باید خود بتواند نبوغ ذاتی خود را کشف کرده و بشناسد. منابع بیرونی ممکن است به ما کمک کنند و برایمان الهام‌بخش باشند اما در نهایت این خودمان هستیم که باید بتوانیم نسبت به نبوغ ذاتی خود به شفافیت و اطمینان برسیم. معیارهای بیرونی و باورهای منفی که در طول سال‌ها درباره توانایی‌های خود شکل داده‌ایم، ممکن است دیدمان را تیره‌وتر ساخته باشد اما با تأمل، درون‌نگری و بازیابی خود واقعی‌مان، قادر خواهیم بود با استفاده از برخی توصیه‌ها به کشف نبوغ ذاتی خود دست یابیم.

### آرزو و علاقه



آرزوها و علایق افشاگر وجود یک استعداد است، به‌ویژه زمانی که در اوایل زندگی درک شوند. **پیکاسو** در سن سیزده سالگی در مدرسه نقاشی بزرگسالان ثبت‌نام کرده بود. **اینشتین** در پنج سالگی با دریافت یک قطب‌نما و مشاهده ثابت شدن عقربه آن در جهتی خاص غرق تفکر شده، حدس زده بود که باید نیرویی خارجی وجود داشته باشد که بر عقربه موثر است. **موتزارت** اولین سمفونی خود را در سن سیزده سالگی نوشت.

با اینکه اینها نمونه‌های بسیار چشمگیر هستند اما در زندگی همه ما صدق می‌کنند. شاید به خاطر ژن‌هایتان و یا تجربیات کودکی در فعالیت‌هایی وارد شده و توسط دیگران دفع شده باشید. درحالی‌که برادرتان در حیاط دنبال دوستانش می‌کرده است، شما نشسته‌اید تا سر آبپاش را تعمیر کنید و برای اینکه بفهمید چگونه کار می‌کند، آن را از هم باز کرده‌اید. مغز تحلیلگر و فنی شما از ابتدا حضورش را نشان داده

است. شاید وقتی با چند کودک دور هم می‌نشستید صحبت‌های شما همه را جذب خود می‌کرد. مغز شما استعداد کلامی خود را آشکار کرده بود. شاید به طور خودجوش با تکه چوبی شکل‌هایی روی زمین ترسیم می‌کردید، مغز شما استعداد تجسمی‌اش را نشان داده است.

این تجربیات ویژه به دلیل اتصالات سیناپسی خاص در مغز شماست. اتصالات ضعیف‌تر محرک ضعیف‌تری هستند و ممکن است هنگامی که مادرتان، هر چند با نیت خیر، شما را مجبور به کاری می‌کرد، احساس عصبی پیدا کرده و به گریه می‌افتادید. در عوض، در برابر قوی‌ترین اتصالات نمی‌توانید مقاومت کنید. آنها تأثیری آهنگری دارند و شما را با قدرت به‌سوی خود می‌کشند. شما این کشش را احساس می‌کنید و بنابراین آرزوی آنها را دارید و نسبت به آنها علاقه و شور و شوق نشان می‌دهید.

واضح است که فشارهای اجتماعی و مالی گاهی این آرزوها را به‌عقب می‌رانند و مانع شما در اجرای آنها می‌شوند.

حکایت نبوغ: موهبت طلاق!

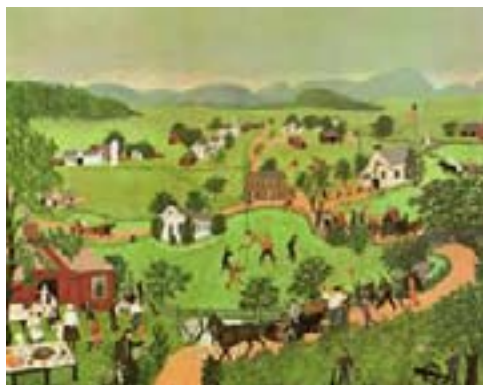


پنلوپه فیتزجرالد (۱۹۱۶-۲۰۰۰)؛ رمان‌نویس مشهور و برنده جایزه بوکر، به خاطر تأمین مالی خانواده به تنهایی و بدون کمک همسر الکی‌اش، قادر نبود که تا سن پنجاه سالگی بنویسد. هنگامی که طلاق گرفت، این نیاز مهار نشدنی همچون زمان نوجوانی بیدار شد. در خلال بیست سال بعدی زندگی‌اش، وی دوازده رمان چاپ کرد و قبل از مرگش در سن هشتاد سالگی، بنا به گفته یکی از همکارانش عموم داستان‌نویسان وی را به‌عنوان بهترین رمان‌نویس بریتانیا می‌دانستند.

حکایت نبوغ: مادر بزرگ نقاش



آناماری روبرتسون موزز (۱۹۶۱-۱۸۶۰)، احتمالاً رکورددار عقیم گذاشتن یک استعداد نیرومند است. وی در مزرعه‌ای در بخش شمالی ایالت نیویورک به دنیا آمد و در کودکی شروع به کشیدن و طراحی کرد و چنان در به تصویر کشیدن



سایه‌روشن‌های محیط اطرافش مشتاق بود که شیره توت و انگور را باهم مخلوط می‌کرد تا به نقاشی‌هایش رنگ دهد. اما طرح‌های پراحساسش بزودی به خاطر نیازهای زندگی کشاورزی‌اش به کناری گذاشته شد و به مدت ۶۰ سال نقاشی

نکرد. عاقبت در سن هفتاد و هشت سالگی از کشاورزی بازنشسته شد و اجازه داد که استعدادش آزاد شود و مانند پنلوپه فیتزجرالد به خاطر انرژی فروخورده‌اش به سرعت اوج گرفت. در زمان مرگش در بیست و سه سال بعد، وی هزاران مزرعه‌ای که از زمان کودکی به یادداشت، به تصویر کشیده بود و در پانزده نمایشگاه انفرادی به نمایش گذاشته و در تمام جهان بنام نقاش مادر بزرگ موزز شناخته شد.

آرزوهای شما ممکن است همچون آرزوهای مادر بزرگ موزز سمج و تغییرناپذیر نباشند، اما همواره در شما کشش ایجاد می‌کنند. آنها باید این‌گونه باشند. **آرزوهای شما این واقعیت فیزیکی را نمایان می‌کنند که بعضی اتصالات مغزی شما از دیگر اتصالات قوی‌تر هستند.** بنابراین اهمیتی ندارد عوامل خارجی چقدر بازدارنده باشند، این اتصالات قوی همواره شما را فرامی‌خوانند و می‌خواهند شناخته شوند. اگر می‌خواهید که نبوغ ذاتی خود را پیدا کنید باید به آنها توجه کنید.

البته، گاهی ممکن است فقط به خاطر ارزش‌های اجتماعی و مُد و تبلیغات رسانه‌ای یا کسب شهرت تحت تأثیر «آرزوهای غلط» مثل «دکتر، مهندس و هنرپیشه یا خواننده مشهور شدن» قرار گیرید. اینها

آرزوهای کاذبی هستند و شما با مراجعه به عمق وجود خود و اگر با خود صادق باشید، می‌توانید اصیل یا کاذب بودن آنها را متوجه شوید. غیر از این سیگنال‌های کاذب، سایر آرزوهای انسان حکایتگر از نبوغ و استعداد بوده و ارزش شناسایی و پیگیری را دارند.

### تمرین نبوغ:

در کودکی و نوجوانی چه آرزوهایی بزرگی در سر داشتید؟

به چه زمینه یا زمینه‌هایی علاقه دارید؟

انجام چه کار و فعالیتی به شما شور و هیجان می‌بخشد؟

در مورد این سوالات با آرامش و فراغت بیندیشید و افکارتان را بنویسید. نوشتن بهترین روش فکر کردن است. هرچه بیشتر بنویسید عمیق‌تر خواهید اندیشید. نبوغ ذاتی ما معمولاً بیشتر از یک وجه دارد. ممکن است چند استعداد خاص و به ظاهر نامرتب داشته باشیم. نبوغ ذاتی شما ساختار یگانه این استعدادها است. هدف ما کشف این ساختار یگانه نبوغ ذاتی‌مان است.

### یادگیری سریع

یادگیری سریع نشانه دیگری از استعداد شماست. گاهی اوقات یک استعداد خود را از طریق آرزو و اشتیاق نشان نمی‌دهد. به دلایل فراوانی، با اینکه استعداد در شما وجود دارد، اما صدای آن را که شما را فرامی‌خواند نمی‌شنوید. در عوض، در زمانی دیرتر چیزی در استعداد جرقه می‌زند و این سرعت یادگیری مهارتی است که نشانه وجود و قدرت استعداد در شماست.

حکایت نبوغ: کارمند افسرده



برخلاف پیکاسو، هنری ماتیس (۱۸۶۹-۱۹۵۴) که معاصر وی بود، آرزو و علاقه‌ای به نقاشی نداشت. در حقیقت، زمانی که به بیست و یک سالگی رسید حتی یک‌بار هم قلم و رنگ در دست نگرفته بود. وی یک کارمند دفتر حقوقی و اکثر اوقات

مریض و افسرده بود. یک روز بعد از ظهر هنگامی که دوران نقاهت یک آنفلوآنزای دیگر را می‌گذراند، مادرش برای آنکه روحیه او را بهتر کند، یک جعبه رنگ و قلم در اختیارش قرار داد. تقریباً بلافاصله جهت و خط سیر زندگی او تغییر کرد. وی احساس کرد که موجی از انرژی از زندانی تاریک رها گشته و برای اولین بار این نور را دید. وی مشتاقانه یک کتابچه راهنمای «چگونه نقاشی کنیم؟» را خواند و روزهایش را با نقاشی و رنگ‌آموزی پُر کرد. چهار سال بعد، بدون داشتن سابقه تحصیلی در بهترین مدرسه نقاشی پاریس پذیرفته شد و تحت نظر استاد گوستاو موری به تحصیل و پرورش نبوغش پرداخت و یکی از نقاشان ماندگار تاریخ هنر شد.

### حکایت نبوغ: شنیدن ندای زندگی



فردریک لائو اولمستد (۱۸۲۲-۱۹۰۳) نیاز به موقعیتی مشابه برای روشن شدن استعدادش داشت، اما زمانی که همچون ماتیس، استعدادش آزاد شد، مراحل کمال در حوزه خود را با سرعتی بی‌نظیر طی کرد. اولمستد به مدت سی سال مردی

بی‌قرار و معمولی بود که در هنگام دیدار از انگلستان در سال ۱۸۵۰، ندای زندگی خود را کشف کرد (آنچه که امروزه معماری محوطه‌سازی نامیده می‌شود). جرقه‌ای که زده شد به گفته خودش این بود «پرچین‌ها، پرچین‌های انگلیسی، پرچین‌های زالزالک، همگی در حال شکوفه دادن و انوار خورشید از میان فضای آبی.» چند سال بعد، پس از مراجعت به آمریکا و پیرایش ایده‌هایش، وی برنده بزرگ‌ترین مسابقه محوطه‌سازی شد که تا آن زمان برگزار شده بود: یعنی پارک مرکزی نیویورک. این مأموریت وی بود.

شما هم ممکن است چنین تجربه‌ای داشته باشید. زمانی که شروع به یادگیری مهارتی مثلاً در کسوت یک کار جدید، چالشی جدید و یا محیطی جدید می‌کنید، انگار بلافاصله مغزتان روشن شده است، گویی

تعداد زیادی کلید به یک‌باره زده شده‌اند. این مهارت به روی اتصالاتی که به‌تازگی باز شده‌اند با چنان سرعتی به حرکت درمی‌آیند که بزودی مراحل آن ناپدید می‌شوند. حرکات شما، مانند حرکات منقطع و پرشی تازه‌کاران نیست و در عوض مشابه حرکات زیبای هنرمندان است. به‌زودی تمامی همکلاسان خود را پشت سر می‌گذارید. از پیش مطالب را می‌خوانید و مسائلی را آزمایش می‌کنید که هنوز برنامه آموزشی آنها را مطرح نکرده است. حتی مربی نیز از شما دل خوشی ندارد چون با سؤال‌ها و نظرات جدید وی را به چالش می‌کشید. اما اهمیتی به این مسائل نمی‌دهید چون مهارت جدید چنان به طور طبیعی در وجود شما نفوذ کرده است که مشتاق هستید هر چه زودتر آن را عملی کنید.

البته همه این لحظات استثنایی را که در مسیر زندگی‌شان را به یک‌باره عوض کرده است تجربه نکرده‌اند، اما چه این مهارت در امر فروش باشد، چه در معرفی کالا، چه طراحی و معماری، نوشتن یک گزارش، سرگرم کردن کودکان، چه آموزش کارکنان جدید، چه ویرایش یک متن، میزبانی از مهمانان یک هتل و ... اگر آن را به‌سرعت یاد بگیرید، باید به آن عمیق‌تر بنگرید. به این ترتیب قادر خواهید بود تا استعدادهایی که این یادگیری سریع را میسر کرده‌اند، شناسایی کنید.

### تمرین نبوغ:

لیستی از فعالیت‌ها و کارهایی را که آنها را به سرعت یاد می‌گیرید و به راحتی انجام می‌دهید بنویسید. آیا این کارها با شور و هیجان هم همراه است؟ آیا به رویاها و آرزوهای کودکی شما مرتبط است؟ این تمرین می‌تواند سرنخ‌هایی را برای کشف نبوغ ذاتی‌تان به شما ارائه دهد.

## لذت و شادی

به دنبال شادمانی خود بروید.

### ژوزف کمبل

قوی‌ترین سیناپس‌های شما طوری طراحی شده‌اند که اگر آنها را بکار ببرید، احساس خوبی به شما دست می‌دهد. منشاء حقیقی شادی ناشی از پیگیری علایق و نبوغ ذاتی در اصل روح ماست که همواره شیفتهٔ تحقق و شکوفایی والاترین ابعاد وجودی ماست. این لذت و شادی در جسم ما با تحریک اتصالات پرسرعت شبکه عصبی و ترشح برخی هورمون‌ها به تجربه درمی‌آید.

از انجام چه کار یا فعالیتی لذت می‌برید؟

چه کاری شما را به هیجان می‌آورد؟

ممکن است سرخ‌نبوختان همان جا باشد. این آسان‌ترین و بهترین راه برای کشف استعداد به نظر برسد، اما به همین سادگی هم نیست. به دلایل زیادی (که اکثر آنها مربوط به تاریخچه روانی ماست) طبیعت توطئه کرده است تا تعداد اندکی از محرک‌های ضداجتماعی ما را تشویق نیز نماید. برای مثال، آیا تاکنون تجربه این را داشته‌اید که وقتی شخصی زمین می‌خورد، احساس خوشحالی کنید؟ آیا تاکنون تحریک شده‌اید که شخصی را در جمع تحقیر کنید و یا از زیر بار مسئولیت شانه خالی کنید و شخص دیگری را به خاطر خطای خودتان، سرزنش کنید؟ بسیاری از مردم بدون توجه به شرم‌آور بودن این اعمال، آنها را انجام می‌دهند. در هر یک از این رفتارها، بنای احساس خوب، بر پایه احساس بد یا ناراحتی شخص دیگری است. این رفتارها ثمربخش نیستند و باید از آنها دوری شود. این نمونه‌ها نه تنها نشان



وجود استعداد نیست بلکه بیشتر نیاز به تجدیدنظر در ارزش‌های اخلاقی را بازتاب می‌دهد. بنابراین اگر آنتن خود را به‌سوی شناسایی فعالیت‌های مثبتی که لذت و شادی را برایتان فراهم می‌آورند، تنظیم کنید، بیشتر منفعت خواهید برد. همه ما دارای بافتی چنان بی‌نظیر هستیم که رضایتمندی و شادی‌های کمی متفاوت از دیگران را تجربه می‌کنیم پس به موقعیت‌هایی که رضایت برای شما به ارمغان آورده است با دقت توجه کنید.

نبوغ ذاتی شما به‌صورت فعالیتی متجلی می‌شود که شما از انجام آن لذت می‌برید و همچنین آن کار را به‌راحتی و بدون تقلا انجام می‌دهید. در طول انجام آن احساس شور و هیجان دارید. اشتیاق و آفری نسبت به انجام آن دارید. علت همه این احساسات خوب همان شبکه عصبی خاص و منحصر به فرد شماست. طبیعت، فقط در جهت تلاش در جهت شکوفایی نبوغ ذاتی خودتان، به شما پاداش می‌دهد!

### تمرین نبوغ:

برخی نشانه‌های فعالیتی که نبوغ ذاتی شما را آشکار می‌کند:

- این فعالیت برای شما لذت‌بخش و شادی‌آور است
- فعالیت شما راحت، بدون زحمت و لذت‌بخش است
- فعالیت به معنای واقعی کلمه برای شما معنادار است
- وقتی به آن فعالیت می‌پردازید، گذر زمان را حس نمی‌کنید
- فعالیت باعث می‌شود که احساس خوبی در مورد خودتان پیدا کنید
- کار دیگری وجود ندارد که بخواهید آن را انجام دهید
- از آن فعالیت به خاطر خودش لذت می‌برید نه به‌عنوان وسیله‌ای برای دستیابی به هدفی دیگر

در این مرحله ما کاری به این نداریم که آیا موضوع نبوغ شما اصلاً کار به حساب می‌آید؟ آیا می‌توان

از طریق آن کسب درآمد و امرارمعاش کرد؟ و ... فقط و فقط هر کاری را که برخی از نشانه‌های بالا را داراست، فهرست کنید. این کارها نمایندهٔ نبوغ ذاتی شماست.

**اینشتین** از مشاهده و درک طبیعت لذت می‌برد پس به مشاهده و بررسی طبیعت ادامه داد تا اینکه توانست به اکتشافاتی انقلابی در شناخت قوانین طبیعت دست‌یابد. نفس انجام این کار برای او لذت‌بخش بود.

لذت موجود در نگاه کردن و درک طبیعت، یکی از زیباترین هدیه‌های خداوند است.

### اینشتین

### بازی



در واقع این راه نیز تداوم همان لذت و شادی است. کودکان دائماً در حال بازی هستند؛ اما بزرگسالان بازی را کودکانه می‌دانند و سعی می‌کنند به یکی از کارهایی که از نظر جامعه جدی شمرده می‌شود، بپردازند. برای بزرگسالان بازی و تفریح چیزی جنبی و متمایز از کار است. بازی و تفریحات

بزرگسالان اکثراً مشابه هم است و این بیانگر آن است که حتی بازی‌های آن‌ها نیز به وسیلهٔ ارزش‌های اجتماعی و تبلیغات رسانه‌ها شکل داده شده است؛ اما بازی کودک کاملاً خودانگیخته است و هیچ هدف ثانوی را تعقیب نمی‌کند. بازی برایش لذت‌بخش و هدف اصلی است. چنین فعالیتی است که از استعداد و نبوغ ذاتی ناشی می‌شود و عامل مهمی برای آشکار شدن آن است.

فقط در حال بازی انسان واقعاً خودش است.

### شیلر

به‌عنوان یک بزرگسال باید ببینیم که در کودکی بیش از همه به چه بازی‌هایی علاقه داشتیم و در حال حاضر چه بازی و تفریحی بیش از همه برای ما لذت‌بخش، هیجان‌انگیز و معنادار است. آیا دوست ندارید با انجام تفریح و بازی، درآمد هم کسب کنید؟ آیا دوست ندارید که بازی و تفریح‌تان کارتان باشد؟

خلاقیت همان هوش است به همراه سرگرمی.

### اینشتین

### خودشناسی

**خود را بشناس!** این جمله با اینکه به‌عنوان یک شعار و آموزه فلسفی و معنوی همواره تکرار شده اما مهارتی نیست که در مدرسه یا دانشگاه به ما آموخته شود. یک علت آن، عقب‌ماندگی شناخت بشری در این زمینه است. با وجود چندین میلیون سال از ظهور انسان، در شناخت خویشتن هنوز در گام‌های اول هستیم و شناخت ما از جهان پیرامون به‌مراتب بیشتر از شناخت ما از جهان درونمان است. کیهان‌شناسی به‌مثابه یک علم، به‌مراتب منسجم‌تر و متقن‌تر از روانشناسی یا فلسفه است. خودشناسی دانشی نیست که با پاسخ دادن به لیستی از سوالات روانشناسی بتوان به آن پاسخ داد بلکه نیازمند مطالعه، تفکر و مراقبه در تمام طول زندگی است. ما باید علاوه بر سعی در شناخت خویشتن به مثابه انسانِ نوعی، باید تلاش کنیم روحيات و استعدادهاي منحصر به فرد خود را نیز بشناسيم. این شناخت نیز مستلزم مطالعه، درون‌نگری و تأمل است. باید بدانیم:

به چه چیز علاقمندیم؟

به چه چیز عشق می‌ورزیم؟

می‌خواهیم زندگی خود را وقف چه دستاوردهایی بکنیم؟

وقتی با خودمان صادق و روراست باشیم این خودکاوی در یافتن نبوغ ذاتی به کمک ما خواهد آمد. نوابغ درک و تصور درستی از توانایی‌هایشان دارند و ویژگی قابل توجه و برجسته آنان، جهت‌دهی و تمرکز بر یادگیری و توسعه هرچه بیشتر توانایی‌هایشان است.

همه افراد توانایی بروز مهارت‌ها و استعداد‌های یگانه خود را به شیوه خاص خود دارا می‌باشند.

### تمرین نبوغ:

آیا مجموعه ویژگی‌های خود را برشمرده و تعیین کرده‌اید؟

به چه شیوه‌هایی بیش‌ترین احساس رضایت را در ابراز وجود به دست می‌آورید؟

هم‌اکنون این کار را بکنید. ببینید که چه نوعی از ابراز وجود برای شما لذت‌بخش، هیجان‌انگیز و معنادار است.

آن‌ها که بالاترین رضایت و لذت را تجربه می‌کنند، به جهان وجه تمایز و نبوغ ذاتی خود را ارائه می‌کنند.

من نابغه نیستم، فقط در برخی زمینه‌ها باهوشم و روی همان زمینه‌ها پافشاری می‌کنم.

توماس واتسون، بنیان‌گذار آی.بی.ام

بنابراین اگر آرزو، اشتیاق، علاقه، یادگیری سریع و لذت و شادی در انجام فعالیتی احساس و مشاهده

کردید، سعی کنید درنگ کنید و به دنبال نشانه‌هایی از استعداد‌های خود در آنها بگردید. این نشانه‌ها شما

را به سوی نبوغ ذاتی‌تان هدایت خواهد کرد.

هدف این فصل کمک به شما برای کشف نبوغ ذاتی‌تان بوده است. اگر هنوز در شناسایی نبوغ ذاتی خود تردید دارید این فصل را دوباره بخوانید. سعی کنید یافته‌های خود را با ذکر تاریخ بنویسید. مراجعه و بازخوانی آنها برای شما الهام‌بخش خواهد بود و تاریخچه‌ای از فرآیند خودشناسی شما فراهم خواهد ساخت و برای ارزیابی و بررسی سفرتان در مسیر کشفیات درونی مفید واقع می‌شود. خودنبوغ‌شناسی زیرمجموعه‌ای از خودشناسی است. ما در تمام عمر خود باید در مسیر شناخت و تحقق بیشتر توانایی‌های خود حرکت کنیم. خودشناسی سفری است بی‌پایان چون ما در ذات خود موجودی بی‌کران هستیم.

پس از کشف و شناخت استعدادها و نبوغ ذاتی‌مان باید با موانع فراروی تحقق نبوغ‌مان نیز آشنا شویم تا بتوانیم آنها را پشت سر گذاشته و به شکوفایی برسیم.

## فصل چهارم: موانع نبوغ

(اصل موانع نبوغ ذاتی)

براساس **اصل موانع**، نبوغ ذاتی که یک توان بالقوه است به طور خودبخودی بالفعل نمی‌شود. علت این است که با موانع بسیاری روبروست. شناخت این موانع اولین قدم برای غلبه بر آنهاست. عمده این موانع با تأثیر محیط و شرایط بیرونی در درون ما ایجاد شده‌اند. این موانع برخی تربیتی، بعضی آموزشی و بسیاری از آنها اجتماعی‌اند و در نهایت به صورت برخی باورها و موانع روان‌شناختی بروز پیدا می‌کنند.

### مانع مدرسه

محیط خانواده یکی از موثرترین عوامل در توسعه یا سرکوب نبوغ ذاتی کودکان است. کودک از همان آغاز با بایدونبایدها، داوری‌ها و مقایسه‌های بسیاری مواجه می‌شود که هر کدام از آنها ممکن است موانع بزرگی در مسیر شکوفایی استعداد کودکان ایجاد کند. ایجاد یک محیط امن، آرام‌بخش و شاد و حمایتگر در کنار آگاهی والدین از اصول تربیتی و روانشناسی کودکان، برای رشد آنها و شکوفایی توانایی‌هایشان تعیین‌کننده است.

عامل مهم دیگر در شکوفایی یا سرکوب استعدادهای کودکان مدرسه است. این مهم‌ترین مرحله در فرآیند اجتماعی شدن انسان است. با این حال سیستم‌های آموزشی همچنان کاستی‌های خود را دارند. هنوز بسیاری از مهارت‌های اساسی که لازمه زندگی مدرن است به کودکان آموخته نمی‌شود. هنوز بنیان تحصیلات همچنان بر حافظه متکی است نه بر قوه درک و تفکر. اینشتین تعبیر جالبی از تحصیلات دارد:

تحصیلات همان چیزی است که پس از پایان مدرسه و فراموش کردن آموخته‌های آن باقی می‌ماند.

### اینشتین

سیستم‌های آموزشی در شناسایی و یاری به شکوفایی استعدادهای کودکان بسیار ناتوان هستند. کتاب‌های درسی بسیار خشک و فاقد جذابیت هستند و از طرف دیگر اکثر معلمان فاقد هنر آموزش و همچنین عشق و انگیزه لازم برای تدریس می‌باشند. با چنین وضعیتی عجیب نیست که اکثر کودکان در طول تحصیل به مرور شور و شوق و کنجکاوی ذاتی خود را از دست بدهند.

اینکه کنجکاوی از آموزش رسمی جان سالم به در می‌برد واقعاً یک معجزه است.

### اینشتین

حکایت نبوغ: اهلی کردن و آموزش

اینشتین همیشه از شیوه آموزش خشک و اجباری مطالب به کودکان در مدارس ناراحت بود و در تأثیرات تعلیمات نامطبوع در وجود کودکان گفته بود: «اگر کسی حیوان درنده‌ای را صبح تا شام به زور و به ضرب شلاق وادار به خوردن کند، بدون اینکه این حیوان اشتهای خوردن داشته باشد، به زودی خواهد توانست خوی درندگی را از ایشان سلب کند و اگر بخصوص غذاهای مخصوصی هم انتخاب نماید و آنان را وادار به بلعیدن آن کند، بهتر به این کار توفیق خواهد یافت.»

محیط مدرسه معمولاً فاقد شرایط جذاب برای پروبال دادن به تخیلات کودکان است. کودکان هر چیزی را با بازی و قصه بهتر یاد می‌گیرند.

اگر می‌خواهید فرزندان‌تان خلاق و باهوش باشند، برایشان داستان تخیلی بخوانید. اگر می‌خواهید آن‌ها بیشتر باهوش باشند، برایشان داستان تخیلی بیشتری بخوانید.

### اینشتین



کودکان به نظر اینشتین به صورت موجوداتی بی‌گناه و بی‌پناه در جهانی انباشته از شگفتی‌ها و پدیده‌های عجیب زندگی می‌کنند. او برای آشنا کردن کودکان با قوانین شگرف طبیعت، خود را توانا و ورزیده می‌دانست. عبارات و اصطلاح‌هایی را می‌پسندید که هم دقیق و روشن و هم در خور فهم کودکان باشد. به عقیده او علت بی‌خبر ماندن بسیاری از مردمان باهوش و بااستعداد از این جهان شگرف آن است که علم را به شیوه‌های آموزشی خشک و پوسیده به دانش‌آموزان درس می‌دهند.

مثال آوردن، یکی از راه‌های آموزش نیست، بلکه تنها راه آموزش است.

### اینشتین

هنوز آموزش در مدارس مبتنی بر حافظه است. در پاسخ دادن به سؤالات امتحانی حافظه نقش اصلی را ایفا می‌کند.

حکایت نبوغ: کاربرد کاغذ و مغز

اینشتین از کودکی از حفظ کردن درس‌ها و انجام دادن تکلیف‌های دبستانی متنفر بود و بیش‌تر به مطالعه آزاد علاقه داشت. در آمریکا هنگامی که در پرسشنامه سنجش هوش و استعداد منسوب به ادیسون، به این سؤال برخورد که «سرعت صوت چقدر است؟». فریاد زد: «چه می‌دانم؟ این چیزها را به آسانی می‌توان در هر کتاب درسی پیدا کرد. چه لزومی دارد آن‌ها را به حافظه تحمیل کنم! کاغذ را گذاشته‌اند برای یادداشت چیزهایی که فراموش می‌کنیم، مغز برای فکر کردن است.»

اینشتین با کودکان دوستی نزدیکی داشت. او در رابطه با کودکان خود را در سطح آن‌ها قرار می‌داد. به عقیده او روح یک طفل دست‌نخورده و دوست‌داشتنی است؛ شاداب و انعطاف‌پذیر و صادق و پرشور است، زیرا هنوز زیر فشار قراردادها در نیامده و خدشه‌دار و دگرگون نشده است؛ و از همین روست که کودک بی‌آنکه از نادانی خود شرم‌منده باشد، آشکار و بی‌پروا پرسش‌هایی را مانند سیل بر زبان جاری می‌کند.

در سیستم آموزشی ما در اولویت اول قرار گرفتن کنکور باعث شده که کل فلسفه آموزش از معنا تهی



شود. سالانه میلیاردها تومان از پول خانواده‌ها و هزاران ساعت از عمر دانش‌آموزان و معلمان صرف آموزشگاه‌ها و کلاس‌های آمادگی کنکور می‌شود. از همان کلاس اول ابتدایی، کنکور به‌عنوان هدف

نهایی در نظر گرفته می‌شود. طبیعی است که این سیستم فاقد هرگونه توانایی در کشف و شکوفایی نبوغ ذاتی افراد خواهد بود. نتیجه این همه هزینه مادی و انسانی این شده که امروز پنج شش میلیون فارغ‌التحصیل بیکار داریم که بیشتر آن‌ها دارای مدارک لیسانس تا دکترا هستند. یعنی سیستم آموزشی میلیون‌ها سربار به جامعه تحویل داده است. این است حاصل آموزش کنکور محور.

اگر با تعبیری که اینشتین به تحصیلات به‌عنوان چیزی که «پس از پایان مدرسه و فراموش کردن آموخته‌های آن باقی می‌ماند» نگاه کنیم، دانش‌آموزان از این تحصیلات مبتنی بر کنکور چه چیز ارزشمندی به‌دست می‌آورند: پاسخ یک هیچ بزرگ است.

### تمرین نبوغ:

به دوران تحصیل خود در مدرسه بیندیشید:

چه خاطرات منفی از این دوران دارید؟

معلمان چه قضاوتی در مورد توانایی‌های شما داشتند؟

چقدر معیار نمرات کارنامه را برای ارزیابی استعدادهای خود پذیرفته‌اید؟  
مدرسه چه تاثیرات محدودکننده و بازدارنده در شکوفایی استعدادهای شما داشته است؟  
اگر تحصیلات خود را از نو شروع می‌کردید دوست داشتید چه رشته یا رشته‌هایی را دنبال کنید؟

### مانع هم‌رنگی

انسان‌ها یک وجه مشترک دارند: همه متفاوت هستند.

### رابطه زندگی

هم‌رنگی با جماعت ممکن است برای خود واقعی ما بسیار گران تمام شود. شوپنهاور گفته «ما حدود نیمی از شخصیت خود را در راه تلاش برای شباهت به دیگران از دست می‌دهیم». این ادوارد یانگ شاعر قرن هجدهم بود که گفت:

درحالی‌که اصل به دنیا می‌آییم چه می‌شود که رونوشت از دنیا می‌روییم؟

جیمز هیلمن در کتاب **رمز روح** علت این مسئله را ناشی از غفلت از فردیت در زندگی اجتماعی مدرن می‌داند. او می‌نویسد:

اول از همه باید این نکته را روشن کنیم که در الگوی زندگی مدرن، طبیعت انسان و تأثیر متقابل ژنتیک و محیط، یک نکته اساسی حذف شده و آن فردیت انسان‌ها است، یعنی همان چیزی که شما را می‌سازد و متفاوت از دیگران می‌کند. پذیرفتن این مسئله که ما از برخورد مبهمی میان ژنتیک و نیروهای اجتماعی به وجود آمده‌ایم مثل این است که شأن خود را در حد یک محصول آن عوامل پائین بیاوریم.

از نظر **یونگ** هدف زندگی دستیابی به فردیت است. یعنی به فعل درآوردن توانایی‌های بالقوه. اما هم‌رنگی با جماعت یکی از موانع بسیار بزرگ در راه دستیابی به این هدف است. از این‌روست که آدمی که در پی شکوفای نبوغ درونی است باید بهای طرد شدن و انزوا را بپردازد.



حکایت نبوغ: گروه یک‌نفره

یکی از همکاران اینشتین زمانی گفته بود: «در برلن فقط دو نوع فیزیکدان وجود داشته است. نوع اول عبارت بود از

اینشتین و نوع دوم همه‌ی آن‌های دیگر». این توصیف را در مورد وضعیت اینشتین در همه‌ی زمینه‌ها نیز می‌توان به کار برد. او آن‌چنان به فردیت ویژه‌ی خود عینیت بخشیده بود که داخل هیچ گروه و دسته‌ای نمی‌گنجید و همان‌طور که یکی دیگر از همکارانش گفته «وی به تنهایی گروه خاصی را تشکیل می‌داد».

ارزش‌های سنت و اجتماع از همان سنین مدرسه، کودک را تحت تأثیر قرار می‌دهد. تأثیری که در اکثر مواقع منجر به دفن خود واقعی ما شده، ما را به شکل یک کپی و رونوشت از انسان مقبول اجتماع درمی‌آورد.

از اطوکشیدن شخصیتتان و صاف کردن چروک‌های آن خودداری کنید. زیرا این کار ممکن است به هم‌رنگ شدن با جماعت منجر شده و در نهایت باعث شود که خود واقعی‌مان را از دست بدهیم.

توماس مور

اجتماع می‌خواهد وجوه منفی و غیرعقلانی وجود ما را نفی کرده، از ما یک شهروند خوب بسازد و معمولاً

در دستیابی به این هدف موفق است. درحالی‌که به قول **توماس مور** «منحصربه‌فرد بودن هر انسان به اندازه بخش‌های منطقی و نرمال، از بخش‌های غیرنرمال و ابلهانه شخصیتش نیز تشکیل می‌شود». این بخش‌های منفی، غیرمنطقی و شیطانی وجودمان در روانشناسی **یونگ**، **سایه** نامیده می‌شوند. **رابرت بلاي**، شاعر و نویسنده، **سایه** را به یک کوله‌پشتی نامرئی تشبیه می‌کند که هر یک از ما با خود حمل می‌کنیم و در سال‌های رشد، آن ویژگی‌هایی را که مورد پذیرش خویشان، دوستان و اجتماع نیستند در این کوله‌بار می‌ریزیم. این کوله‌بار رفته‌رفته سنگین‌تر شده و خود واقعی ما در زیر فشار آن ضعیف‌تر و ضعیف‌تر می‌شود تا زمانی که کاملاً فراموشش کنیم.

کسی که مثل سیاهی‌لشکر به دنبال جمعیت راه می‌رود، معمولاً فراتر از جمعیت نخواهد رفت، اما کسی که به تنهایی راه می‌پیماید، احتمالاً خود را در جاهایی خواهد یافت که هرگز کسی آنجا نبوده است.

### اینشتین

در راه شکوفایی نبوغ ذاتی‌مان نباید از تنهایی و طرد شدن بترسیم زیرا همان‌طور که گفته شده «معاشرت به دانایی می‌افزاید اما تنهایی مکتب نبوغ است». و باید بدانیم که به قول **جان سی مکسول** «به دنبال گله رفتن راه خوبی برای گوسفند شدن است».

در طریق زندگی خود به یک دوراهی رسیدم، و من راهی را برگزیدم که کمتر کسی در آن گام برمی‌داشت و همین از من فردی ممتاز و برجسته ساخت.

### رابرت فراست

ارواح بزرگ همیشه با مخالفت خشونت‌آمیز اذهان متوسط روبرو شده‌اند، یک ذهن متوسط این را نمی‌تواند

بفهمد که چرا یک مرد بزرگ حاضر به تعظیم کورکورانه در مقابل تعصبات مرسوم جامعه نیست و به‌جای آن آزادی بیان و ابراز عقیده به‌صورت شجاعانه و صادقانه را انتخاب کرده است.

### اینشتین

مقبولیت و شهرت اجتماعی یکی دیگر از دام‌های است که همواره ممکن است ما را اسیر کند. با دستیابی به یک موفقیت اجتماعی و دستیابی به شهرت، به آسانی ممکن است مانع بزرگی در راه رشد بیشتر و شکوفایی توانایی‌هایمان ایجاد شود.

شهرت روز‌به‌روز مرا احمق‌تر می‌کند! که البته این یک پدیدهٔ متداول است.

### اینشتین

درست است که انسان موجودی اجتماعی است اما اجتماعی بودن به این معنا نیست که همه خود را با معیارهایی مشخص تطبیق دهند. بسیار مهم است بدانیم چه نیازهای روان‌شناختی، ما را به‌سوی دیگران می‌کشاند. اگر عزت نفس سالمی داشته باشیم نسبت به خود احساس خوبی خواهیم داشت و نه تنها از با خود بودن و تنهایی عذاب نمی‌کشیم بلکه آن را به‌عنوان یک حق ضروری برای خود محفوظ خواهیم داشت. تنها بودن برای بسیاری از آدم‌ها عذاب‌آور و حتی ترسناک است. در تنهایی، ما با خودمان مواجه می‌شویم و این مواجهه ممکن است ما را با حقایق و سوال‌های دشواری روبرو کند که در میان جمع یا موقع سرگرم بودن به رسانه‌ها یا شبکه‌های اجتماعی و هر سرگرمی دیگر به‌راحتی به فراموشی سپرده می‌شوند.

یکی برای یافتن خویش و یکی برای گم کردن خویش رو به همسایه می‌آورد. عشق بد تو به خودت، تو را در انزوا و تنهایی زندانی می‌کند.

### نیچه

در اکثر موارد افراد بازیچه معیارهای اجتماعی قرار می‌گیرند. رسانه‌ها برای بقای خود دائماً بازی مُد و شهرت را دامن می‌زنند و هر چند وقت کسی را تیترا قرار داده و پس از مدتی به سراغ فرد دیگری می‌روند. اینشتین، شاید به‌عنوان معروف‌ترین انسان عصر خود، هیچ‌وقت بازیچه شهرت و بازی رسانه‌ها نشد. او نوشته:

آیا عجیب نیست من که فقط کتاب‌های غیر معروف نوشته‌ام این قدر معروف باشم؟

### حکایت نبوغ: مُد سال

شور و هیجان خارق‌العاده مردم نیویورک هنگام اولین سفر اینشتین به آمریکا در سال ۱۹۲۱ در تاریخ فرهنگ قرن بیستم حادثه نادری است. روزی یکی از همکاران اینشتین از او سؤال کرد که این استقبال پرهیجان چه نوع تأثیر و انفعالی در او به وجود آورده است؟ اینشتین پاسخ داد: «کافی بود بخاطر داشته باشیم که همین مردم بارها از کسی که در بازی بوکس یا تنیس توفیق یافته، استقبالی شدیدتر از این کرده‌اند تا انفعال و تأثرم چندان رفیع نباشد»؛ و یک‌بار دیگر در این مورد گفته بود: «خانم‌های نیویورک مایل هستند که هر سال مد جدیدی داشته باشند و امسال نظریه نسبی جزو مدها می‌باشد.»

طبیعت به ما استعدادی خاص خودمان بخشیده و وقتی در پی شکوفایی آن هستیم با ایجاد احساساتی

عالی مثل شور و لذت و شادی درونی به ما پاداش می‌دهد. در غیر این صورت نیز طبیعت با هشدارهایی چون احساس بی‌معنایی، ناامیدی، افسردگی، دل‌مردگی، فشار عصبی و استرس و انواع بیماری‌های روان‌تنی به ما یادآوری می‌کند که در مسیر تحقق خود واقعی‌مان قرار نداریم و باید راهمان را اصلاح کنیم.

خداوند به شما کمک می‌کند تا آنچه می‌توانید، بشوید، تمام آنچه برای آن سرشته شده‌اید. اما هرگز اجازه نمی‌دهد در قالب شخص دیگری موفق شوید.

جو یسی مییر

حکایت نبوغ: آینه روح

شوپنهاور، فیلسوف آلمانی، کتاب‌هایی یکی بعد از دیگری نوشت و در میان اجتماعی که به او روی خوش نشان نمی‌داد، پخش کرد؛ و تنها اجر و مزدی که به‌دست آورد، چند جلد مجانی از کتاب‌هایش بود که گهگاه به‌دستش می‌رسید. قسمت زیادی از نوشته‌های او چون کاغذ باطله به فروش رفت و خودش اظهار می‌داشت: «و چه می‌توانی انتظار داشته باشی؟ کتاب آینه روح نویسنده و خواننده هر دو است. اگر خری در آن نگاه کند نمی‌توانی انتظار داشته باشی که عکس فرشته‌ای در آن نقش ببندد».

هرگز به دیگری اجازه نده که دنیای تو را بسازد، زیرا به کوچک‌ترین جهان قناعت خواهد کرد.

ادوین لوئیس کول

تمرین نبوغ:

چه کارهایی دوست داشتید انجام دهید که به خاطر نگرانی از عکس‌العمل دیگران منصرف شدید؟  
چه علایق یا ویژگی‌هایی را به دلیل عدم مقبولیت در اجتماع در وجود خود سرکوب کرده‌اید؟  
اگر در جایی بودید که هیچ کس شما را نمی‌شناخت چگونه زندگی می‌کردید و چه کاری انجام می‌دادید؟



خود واقعی شما چگونه آدمی است؟ آیا در حال حاضر با خود واقعی‌تان زندگی می‌کنید؟



معرفی کتاب:

«جانانان مرغ دریایی» نوشته ریچارد باخ داستانی الهامبخش برای کسانی است که می‌خواهند خودشان باشند و با معیارهای خودشان زندگی کنند.

### عقده یونس (ترس از بزرگی)

فاجعه زندگی هر کس، محدود بودن به یک استعداد نیست، بلکه شکست خوردن در استفاده از همان یک استعداد است.

#### ادگار دلبیو ورک

چرا با اینکه هر یک از ما با استعدادهای منحصر به فرد به دنیا می‌آییم، تعداد اندکی از انسان‌ها می‌توانند این قابلیت‌ها را شکوفا و از آنها استفاده کنند؟ یکی از دلایلی که روانشناس انسان‌گرا **آبراهام مازلو** برای این مشکل مطرح کرد، «**عقده یونس**» نام دارد. **یونس** پیامبر که در انجیل و قرآن نیز از او یاد شده است، یک بازرگان کم‌جرئت بود که در مقابل درخواست خداوند برای اجرای یک مأموریت مهم، مقاومت کرد، عقده یونس به «**ترس از بزرگی**» یا **رویگردانی از سرنوشت واقعی** اشاره دارد.

**مازلو** اعتقاد داشت که ما همان‌طور که از بدترین ویژگی‌های خود وحشت داریم از بهترین ویژگی‌هایمان هم می‌ترسیم. شاید برای ما داشتن یک مأموریت در زندگی خیلی ترسناک باشد به همین دلیل برای ادامه حیات خود به انجام یک سری مشاغل عادی روی می‌آوریم و دنبال یک سری اهداف عادی می‌رویم. همه ما لحظاتی را تجربه کرده‌ایم که طی این لحظات متوجه توانایی‌های واقعی‌مان شده‌ایم. **مازلو** در این

زمینه می‌نویسد: «ولی همزمان با اینکه این توانایی‌ها را در خود می‌بینیم از روی ضعف، حیرت و ترس به لرزه می‌افتیم.»

ترس از پیگیری و تحقق نبوغ ذاتی مان و کار کردن در حد کفایت، دستورالعمل یک زندگی عمیقاً غمبار است زیرا اگر این روش را انتخاب کنیم از همه ظرفیت‌ها و فرصت‌ها کناره‌گیری می‌کنیم. بعضی از افراد از جستجوی بزرگی پرهیز می‌کنند چون از این می‌ترسند که زیاده‌خواه به نظر برسند. ولی این فقط می‌تواند یک بهانه برای فرار از سعی و کوشش باشد. از این رو ما معمولاً اهداف پست و کوچکی را برای خودمان در نظر می‌گیریم. احتمال برجسته شدن، صاعقه‌ای از ترس را در دل هر انسان عادی ایجاد می‌کند. زیرا متوجه می‌شود که اگر برجسته باشد توجه دیگران را به خود جلب می‌کند. عقده یونس تا حدودی به از دست دادن کنترل و ترس از احتمال اینکه شخصیت قدیمی خود را از دست بدهیم نیز مربوط می‌شود.

### تمرین نبوغ:

تصور کنید که با شکوفا ساختن نبوغ ذاتی‌تان به تمام رویاهای خود دست‌یافته‌اید و انسانی خودساخته و تأثیرگذار هستید. سعی کنید با جزئیات همه‌چیز را تصور کنید و فرض کنید که همه‌چیز واقعی است. حالا به احساسات خود دقیق شوید. آیا سرنخی از احساساتی چون ترس، نگرانی، دلهره، تیرکشیدن یا سوزش در بخشی از بدن و هر نوع علائم مشابه را تجربه می‌کنید؟ آنها را بنویسید. مواجه شدن با ترس‌ها از قدرت آنها کاسته و معمولاً آنها را از بین می‌برد.

هر نوع تغییر همواره با مقداری اضطراب و نگرانی همراه است. ذهن ما وظیفه حفظ بقای ما را بر عهده دارد و هر تغییری را عامل تهدید بقای ما می‌داند. هر چه این تغییر آنی‌تر و اساسی‌تر باشد نگرانی و استرس نیز بیشتر خواهد بود. اما خوشبختانه تغییر ما در جهت خودشکوفایی و تحقق خود، یک شبه اتفاق

نمی‌افتد. ما به‌مرور با ترس‌های درونی خود مواجه شده بر آنها غلبه می‌کنیم. از طرف دیگر چون ذهن ناخودآگاه ما قادر به تشخیص تصور از واقعیت نیست هرچقدر که دستیابی به خود ایده‌آل و زندگی دلخواه خود را بیشتر تجسم و تصور کنیم به‌مرور ذهن ما آن را به‌عنوان واقعیت می‌پذیرد و نه تنها از مقاومت آن کاسته می‌شود بلکه با قدرت جادویی خود ما را برای دستیابی به اهدافمان یاری هم می‌دهد. پس باید تصویرسازی ذهنی مداوم تحقق رویاهایمان را جدی بگیریم.

### مانع عادت

انسان موجودی است که به همه‌چیز عادت می‌کند.

#### داستایوفسکی

با فرآیند رشد و تحت تأثیر تجارب، ژنتیک و محیط، الگوها و عادت‌های رفتاری در ما شکل می‌گیرد. به‌ویژه عادت‌های فکری و باورهای تثبیت‌شده می‌توانند مانعی برای تغییر در جهت شکوفایی استعدادهایمان محسوب شوند.

معیار سنجش هوش، توانایی تغییر است.

#### اینشتین

یک عادت می‌تواند برای ما حکم خدمتکاری عالی یا اربابی بی‌رحم را داشته باشد. عادات مفید هستند در صورتی که در جهت اهداف ما باشند. اما عادت‌هایی که به شکل ناخودآگاه شکل گرفته‌اند باید مورد

بازبینی قرار گیرند تا مشخص شود که آیا متناسب با اهداف متعالی ما هستند یا نه. نحوه تفکر و نگرشی که به شکل یک عادت در ما تثبیت شده ممکن است وسعت دید ما را محدود کرده، مانع خلاقیت شود.

دیوانگی، انجام کاری دوباره و دوباره و انتظار نتایج متفاوت است.

### اینشتین

هر عمل خلاق مستلزم فراتر رفتن از سطح فکر معمول است. تا وقتی که اسیر عادات فکری باشیم قادر به یافتن راه حل مسائل نخواهیم بود.

نمی‌توانیم مشکلاتمان را با همان سطح فکری که آن را ایجاد کرده، حل نماییم.

### اینشتین

برای پرورش نبوغ ذاتی‌مان ضروری است اجازه ندهیم که آنچه توسط محیط به ما القاء شده، ما را در اسارت خود نگاه دارد. وقتی همواره از روی عادت رفتار کنیم در واقع تفاوت چندانی با یک ربات نخواهیم داشت. به چالش کشیدن عادت‌ها و فراتر رفتن از آنها است که وجه خلاقه وجود انسانی ما را می‌سازد.

تراژدی زندگی آن چیزی است که وقتی آدم زنده است در او می‌میرد.

### اینشتین

### تمرین نبوغ:

با ایجاد تغییرات کوچک در کارهای معمولی روزانه می‌توانیم به ذهنمان تازگی و طراوت بیشتری بدهیم. لازمه این کار دقت در کوچک‌ترین رفتارها و کارهایی است که انجام می‌دهیم. مثلاً به لباس پوشیدن

خود دقت کنیم. اول پاچه چپ شلوار را می‌پوشیم یا پاچه راست را؟ اول آستین راست را می‌پوشیم یا چپ را؟ دکمه‌ها را از بالا به پائین می‌بندیم یا برعکس؟ و ... دقت به این رفتارهای جزئی به مرور ما را نسبت به الگوهای رفتاری خود که به شکل عادت درآمده آگاه می‌سازد.

وقتی بتوانیم این تمرین را به افکار و باورهای خود نیز بسط دهیم پی خواهیم بود که بسیاری از باورهای مخرب و محدودکننده را بدون هیچ دلیلی پذیرفته‌ایم. با این آگاهی این قدرت را خواهیم داشت که آنها را تغییر داده و باورهای مثبت و حمایتگر را جایگزین آنها سازیم. مهم‌ترین باورها، باورهای ما در مورد خودمان است و تا وقتی که نتوانیم در ذهنمان خودمان را در مراتب بالای رشد و تعالی ببینیم چنین چیزی در واقعیت محقق نخواهد شد.

### مانع مقاومت

برای شروع و انجام هر عمل خلاقانه‌ای همواره با موانع درونی روبرو خواهیم بود. پذیرفتن یک باور جدید یا انجام یک کار جدید ذهن ما را با نوعی عامل مبهم و ناشناخته مواجه می‌کند. همان طور که گفتیم بزرگ‌ترین وظیفه ذهن حفظ بقای ماست. بنابراین در پیش گرفتن هر عادت یا رفتار جدید با مقاومت ذهن روبرو می‌شود. رسالت ذهن حفظ وضع موجود است و هر عامل ناشناخته را عامل تهدید بقای ما می‌داند. این کارکرد طبیعی ذهن است و برای زنده ماندن ما ضروری است. مشکل وقتی پیش می‌آید که ذهن آن را به تمام تغییرات بسط داده و در برابر تغییرات مثبت نیز مقاومت می‌کند.

اقدام به هر عملی دلهره می‌آفریند، اما اقدام نکردن گم کردن خویشتن است ... و هر اقدام جدی آگاهی از خویش را به همراه دارد.

کی‌یر کگور

مهم‌ترین مرحلهٔ انجام یک کار شروع آن است. بدیهی است تا وقتی کاری شروع نشود هرگز انجام نخواهد شد و به پایان هم نخواهد رسید. اما این مشکل‌ترین مرحله کار نیز هست. مقاومت دقیقاً در همین نقطه یقهٔ ما را می‌گیرد و از هیچ ترفندی برای عقب راندن ما صرف‌نظر نمی‌کند.

رازى هست که نویسندگان واقعی آن را می‌دانند و نویسندگان تازه‌کار از آن خبر ندارند و آن این است: سختی کار به قسمت نوشتن مربوط نیست. قسمت مشکل نشستن و شروع به نوشتن کردن است. آنچه ما را از نشستن و شروع به کار کردن بازمی‌دارد مقاومت است.

استیون پرسفیلد، نویسندهٔ کتاب **نبرد هنرمند**



**پرسفیلد**، این کتاب (**نبرد هنرمند**) را تماماً به معضل مقاومت اختصاص داده است. او مقاومت را مسموم‌ترین نیروی روی زمین می‌داند که بیشتر از فقر و بیماری و اختلالات جسمی ریشهٔ بدبختی است زیرا تن دادن به مقاومت روح را از شکل می‌اندازد. ما را از رشد بازمی‌دارد و از آنچه هستیم و به دنیا آمده‌ایم تا باشیم کوچک‌تر می‌کند.

هر خورشیدی سایه ایجاد می‌کند. سایهٔ نبوغ هم مقاومت است. همان قدر که شوق روح برای تحقق خودش قوی است، نیروهای مقاومتی هم که به‌سوی آن نشانه رفته‌اند، قوی هستند. مقاومت سریع‌تر از گلولهٔ شلیک‌شده، قدرتمندتر از لکوموتیو و ترک آن هم سخت‌تر از ترک مواد مخدر است.

**نبرد هنرمند**

این کتابی عالی برای هرکسی است که برای تحقق بخشیدن به علایق و استعدادهای خود تلاش می‌کند. مطالعه جدی آن را به همه شما دوستان توصیه می‌کنیم.

### سایر موانع

برخی موانع روان‌شناختی دیگر نیز از جمله **خودتخریبی** یا خود ویرانگری و **کمال‌گرایی** از جمله موانع رشد و شکوفایی استعدادها هستند.

گاهی ما بزرگ‌ترین دشمن خویشتنیم و دائماً در حال گستردن دام‌هایی هستیم که در نهایت خود در آنها گرفتار می‌شویم. **خودتخریبی** یکی از این دام‌ها است. خودتخریب‌گرها معمولاً انسان‌های بسیار مستعدی هستند اما فقط بخش کوچکی از قوای خود را در جهت فعالیت‌های سازنده به کار می‌گیرند. قسمت عمده توان آنها صرف خنثی کردن فعالیت‌های از پیش برنامه‌ریزی شده و در نهایت آماده ساختن خود برای روبرو شدن با شکست می‌شود. عنصر مشترک در تمام الگوهای خودتخریبی این است که «**فرد به انجام کاری مبادرت می‌ورزد که برای خودش زیان‌آور است**». خودتخریبی در واقع نوعی استفاده منفی از نبوغ ذاتی است.

**کمال‌گرایی** نیز می‌تواند یکی از اشکال خودتخریبی باشد. نقاشی که چند ماده رنگی را باهم ترکیب می‌کند اما به دلیل عدم رضایت از ترکیب رنگ به دست آمده بارها و بارها به این کار ادامه می‌دهد و هیچ کار دیگری انجام نمی‌دهد. نویسنده‌ای که پشت سرهم صفحات یک دست‌نوشته را پاره می‌کند و تا ابد «کارش را دوباره آغاز می‌کند». کمال‌گرایی آنها به تدریج تمام انرژی و اراده آنها را سست می‌کند. همیشه کارها به تعویق می‌افتد. **کمال‌گرایی باعث می‌شود که هرگز نتوانیم یک فعالیت خلاقانه را به اتمام برسانیم.**

معرفی کتاب:

کتاب «خودشکوفایی و خودویرانگری» نوشته دکتر ساموئل جی. وارنر منبع بسیار مفیدی در این زمینه است.





## فصل پنجم: شکوفایی نبوغ ذاتی

(اصل شکوفایی نبوغ ذاتی)

تا اینجا فهمیدیم که با استعدادی یکتا و ذاتی به دنیا آمده‌ایم. سعی کردیم نبوغ ذاتی خود را بشناسیم و با موانع موجود در مسیر شکوفایی آن آشنا شدیم. در این فصل می‌خواهیم قدم نهایی را برای شکوفایی نبوغ ذاتی خود برداریم. بر اساس **اصل شکوفایی نبوغ ذاتی**، ما مسئول محقق ساختن استعدادهای ذاتی خود هستیم و این شکوفایی خودبخودی اتفاق نمی‌افتد. باید بدانیم شکوفایی نبوغ ذاتی فرآیندی است که در تمام زندگی ما باید تداوم داشته باشد.

تا اینجا همه چیز پتانسیل محض و بالقوه بود. قدرتی پنهان و خفته. حالا ما می‌خواهیم این نیرو را به شکل یک فعالیت، کار یا منش انسانی در جهان خارج به ظهور برسانیم. برای شکوفایی همه‌جانبه نبوغ ذاتی، ما نیاز داریم که ابتدا آن را به غایت و فلسفه زندگی خود پیوند بزنیم که ما آن را با عنوان «**رسالت نبوغ ذاتی**» مطرح می‌کنیم. سپس با برخی از صفات انسانی که لازمه تحقق پتانسیل‌های ماست با عنوان «**خصایل نبوغ ذاتی**» آشنا می‌شویم. در نهایت قدرتمندترین ابزارهای انسانی را که برای تحقق بخشیدن به استعدادهای خود در اختیار داریم، با عنوان «**امکانات نبوغ ذاتی**» مطرح می‌کنیم.

### رسالت نبوغ ذاتی

#### رسالت شخصی و نبوغ ذاتی

جایی هست که جز تو هیچ کس نمی‌تواند آن را پُرکند. کاری هست که جز تو هیچ کس قادر به انجامش نیست.

### افلاطون

همان‌طور که در توضیح اصل یکتایی گفتیم، ما موجودی منحصر به فرد هستیم و با استعدادی منحصر به فرد به دنیا آمده‌ایم. حالا باید این نکته اساسی را نیز اضافه کنیم که ما برای مقصود و غایتی منحصر به فرد نیز در این جهان متجلی شده‌ایم. معنا و مقصودی که از آن با عناوینی چون «**طرح الهی**»، «**دارما**»، «**رسالت شخصی**»، «**برنامه زندگی**»، «**تقدیر ازلی**»، «**غایت حیات**»، «**ماموریت زندگی**» و ... نام برده شده است. در واقع نبوغ ذاتی نیرو و توان به ظهور رساندن این ماموریت و رسالت ویژه است.

هر کسی در زندگی غایتی دارد. موهبتی بی‌همتا یا استعدادی ویژه تا آن را به دیگران هدیه کند. و هنگامی که این استعداد بی‌همتا را با خدمت به دیگران بیامیزیم، وجد و طرب جانمان را تجربه می‌کنیم که هدف نهایی همه ماست.

### دیپاک چوپرا



#### رسالت شخصی چیست؟

رسالت شخصی با هدف متفاوت است. هدف جایی است که ما به سوی آن حرکت می‌کنیم و وقتی به آن رسیدیم دیگر کار پایان می‌یابد. اما رسالت شخصی چون قطب‌نمایی مسیر و جهت زندگی ما را مشخص می‌کند. رسالت یا غایت، بی‌نهایتی مستمر و مستقل از زمان است که تنها جهت را می‌نمایاند و فقط می‌توان با آن هم‌سو شد. ما اهداف خود را تعیین می‌کنیم ولی رسالت را باید کشف کنیم.

رسالت ما با هدف خلقت و معنای وجودی ما پیوند دارد. جوهر راستین وجود ما معنوی است. ما موجوداتی معنوی هستیم که در قالب جسمانی متجلی شده‌ایم. انسان‌هایی نیستیم که گهگاه تجربه‌های معنوی دارند بلکه برعکس «موجوداتی معنوی هستیم که گهگاه تجربه‌هایی انسانی داریم». ما اینجا هستیم تا ضمیر

برتر یا جوهر معنوی خود را کشف کنیم. باید خودمان دریابیم که خدای درونمان می‌خواهد زاینده شود تا بتوانیم الوهیت درونمان را بیان و عیان کنیم.

درست همان‌گونه که تصویر کامل درخت بلوط در تخم آن وجود دارد، طرح الهی حیات آدمی نیز در ضمیر برتر او نقش بسته است.

فلورانس اسکاول شین

### تمرین نبوغ:

برای کشف رسالت شخصی زندگی خود باید در اعماق وجود خود کاوش کنیم و به این سوال پاسخ دهیم که:

هدف از آفرینش شخص ما چه بوده و برای چه مقصودی به این جهان آمده‌ایم؟

باید پاسخ را در چند جمله بنویسیم. کشف رسالت شخصی بخشی از فرآیند خودشناسی ماست و با عمیق‌تر شدن شناخت ما، عمیق‌تر و کامل‌تر خواهد شد.

نبوغ ذاتی در واقع ابزار و نیروی به انجام رساندن رسالت شخصی ماست. بنابراین با شناخت نبوغ ذاتی خود، سرنخی بسیار عالی برای کشف رسالت شخصی خود نیز در دست خواهیم داشت. باید از خود بپرسیم که قرار بوده با این استعداد ویژه چه غایت و مقصودی را دنبال کنیم. **دیپاک چوپرا** می‌نویسد:

هر انسانی دارای استعدادی بی‌همتاست. کاری هست و شیوه یکتایی که شما بهتر از هر کس دیگر در کل این سیاره به انجام آن قادر هستید.

معمولا چنین است که با پیوند زدن نبوغ ذاتی خود با خدمت به بشریت، در جهت رسالت خود گام برمی‌داریم و آن را تحقق می‌بخشیم.

نبوغ و ارزش بشر وقتی با عالی‌ترین صورت خودش کوفای می‌شود که شخص خود و هدف‌های فردی را در وجود اجتماع حل و محو کند.

### اینستین

وقتی رسالت شخصی خود را کشف کنیم و با انجام کاری که نبوغ ذاتی ما را بکار می‌گیرد در جهت ارائه خدمت و ارزشی به جهان گام برداریم، لذت، اشتیاق، معناداری و حتی فراوانی و برکت مالی را تجربه خواهیم کرد.

### تمرین نبوغ:

نبوغ ذاتی من چیست؟

رسالت شخصی من چیست؟ چه خدمت و ارزشی می‌توانم به جهان هدیه کنم؟  
با استفاده از نبوغ ذاتی خود چگونه می‌توانم رسالت شخصی‌ام را تحقق بخشم؟

### کار عاشقانه

همان‌طور که گفتیم کاری که به آن علاقه داریم و از انجامش لذت می‌بریم با نبوغ ذاتی‌مان همسو و سازگار است. بنابراین باید کاری را انجام دهیم که دوستش داریم و به آن عشق می‌ورزیم. و وقتی با این کار، ارزش و خدمتی را به دیگران عرضه کنیم که در جهت رسالت شخصی‌مان باشد در بالاترین مراتب خودش کوفایی و تعالی مادی و معنوی قرار خواهیم داشت. تنها با انجام کاری که برایمان دل داشته باشد خواهیم توانست

خدمت بزرگی به جهان عرضه کنیم زیرا عشق و اشتیاق نیرویی است که بر هر مانعی غلبه می‌کند.

هر جا عشق بزرگی هست، معجزات بزرگی اتفاق می‌افتد.

### ویل اکاثر

از طرف دیگر وقتی که به کار عاشقانه‌مان مشغول باشیم در واقع مشغول تفریح و بازی خواهیم بود نه کاری که سراسر تقلا و جان‌کندن باشد.

مادامی که انسان مشغول انجام کاری باشد که رسالت شخصی اوست، شادی و سرخوشی برایش امری جدانشدنی است که این نتیجه قرار گرفتن در مسیری درست است. همچون گلبرگ‌هایی رنگارنگی که از گلی زیبا رشد می‌کنند؛ وقتی انسان در جستجوی مهربانی و کمک به دیگران قدم برمی‌دارد احساسات وی قبل اطمینان، عمیق و تاثیرگذار بوده و احیاگر روح او خواهد بود و این ریتم احساسی، هماهنگی خاصی را بین طبیعت و فرد به وجود می‌آورد.

### جان راسکین؛ فیلسوف انگلیسی

وقتی که کارمان تبدیل به سرگرمی و تفریح‌مان شود در واقع نفس انجام کار برای ما به منزله پاداش و نتیجه خواهد بود. علاوه بر این انجام کاری که دوست داریم، با بکارگرفتن نبوغ ذاتی‌مان، بازدهی بالایی خواهد داشت که به شکل ارائه ارزش و خدمتی عالی به دیگران زندگی خودمان و سایرین را غنا خواهد بخشید.

رمز موفقیت این است که کار خویش را به یک سرگرمی مبدل سازید.

### مارک تواین

## خصایل نبوغ ذاتی

### شهامت

زندگی یا ماجرای جسورانه است یا هیچ.

### هلن کلر



شجاعت و شهامت خصلتی است که ما را قادر به اقدام ساخته و در برابر موانع راه پایدار نگاه می‌دارد. شجاعت بنیان بسیاری از ارزش‌های عالی انسانی است. **رولو می**، روانشناس وجودی، معتقد است که «شجاعت، فضیلت یا ارزشی در میان سایر ارزش‌های شخصی نظیر عشق یا وفاداری نیست، بلکه بنیاد و اساسی است که زیربنای همه فضیلت‌ها و ارزش‌های شخصی دیگر است و به آنها واقعیت می‌بخشد. بدون شجاعت، عشق ما به شکل وابستگی محض رنگ می‌بازد. بدون شجاعت، وفاداری ما به سازشگری بدل می‌شود.» باید بدانیم که شجاعت و شهامت به معنای فقدان ترس، یاس و ناامیدی نیست، بلکه توانایی اقدام و حرکت به جلو علی‌رغم ترس، یاس و ناامیدی است. شجاعت باعث می‌شود که به رسالت خود متعهد بمانیم، افکار و اندیشه‌های خود را ابراز کنیم و با گوش دادن به ندای وجدان خویش، به زندگی غنا و تعالی ببخشیم.

شهامت سرشار از سحر و نبوغ است.

فلورانس اسکاول شین

ما برای فراتر رفتن از محدودیت وجود خود و جامعه و پا گذاشتن در سرزمین‌های ناشناخته وجود خویش به جسارت و شهامت نیاز داریم.

هیچ کس نمی‌تواند بدون از دست دادن چشم‌انداز ساحل سرزمین‌های جدید را کشف کند.

آندره گاید

شجاعت لازمه شکوفایی نبوغ و خلاقیت ذاتی ماست.

به اندازه کافی شجاع باشید تا بتوانید خلاقانه زندگی کنید. خلاقیت سرزمینی است که کس دیگری قبلاً به آنجا راه نیافته است. شما باید خانه‌های امتنان را ترک کرده و به پهنه شهود قدم بگذارید. هیچ اتوبوسی به آنجا نمی‌رود. تنها با کار سخت و خطر کردن می‌توان به آن مکان رسید. چیزی که در آن پهنه کشف خواهید کرد، بی‌نظیر است: خویشتن خویش.

آلن آدا

### تمرین نبوغ:

آیا برای پیگیری رسالت شخصی و شکوفایی نبوغ ذاتی خود به اندازه کافی شهامت دارم؟  
بزرگترین ترس‌های من در این مسیر کدام است؟  
چطور می‌توانم شهامت و شجاعت لازم را در خودم به وجود آورم؟  
آیا به خودم، رسالتم و نبوغ ذاتی‌ام ایمان دارم؟

افسوس که هراس‌انگیزترین ناباوری، ناباوری نسبت به خودتان است.

توماس کارلایل



## بزرگ اندیشی

زندگی کوتاه‌تر از آن است که کوچک باشیم.

### دیزرائیلی

با محدود کردن خواسته‌هایت، توانایی‌هایت را محدود خواهی کرد.

### چارلز شواب



برای تحقق استعدادها و توانایی‌های ذاتی خود باید از دایره کوچک روزمرگی فراتر برویم. باید اهدافی بزرگ و همتی عالی داشته باشیم.

مرغ را پر می‌برد تا آشیان      پیر انسان همت است ای مردمان

### مولوی

باید اهداف شخصی خود را به رسالت شخصی و رسالت شخصی را به هدفی جهان‌شمول پیوند بزنیم. اهداف و آرزوهای کوچک هرگز انگیزه و انرژی لازم را برای تحقق کامل نبوغ ذاتی ما فراهم نمی‌کنند. اهداف حقیرانه و سهل‌الوصول، بزرگترین و قویترین استعدادهای درونی ما را پنهان و سرکوب می‌نمایند.

بزرگترین خطر برای اکثر ما این نیست که اهداف ما خیلی بزرگ و دور از دسترس است، بلکه برعکس خیلی نزدیک است و خیلی زود آن را به دست می‌آوریم.

### میکل‌آنژ

فقط با داشتن اهدافی بلند و والا می‌توان از محدودهٔ آشنای ممکنات فراتر رفت و به خلق و ابداع چیزی کاملاً نو و بی‌سابقه نائل شد.

باید کارهایی انجام دهید که فکر می‌کنید از شما ساخته نیست.

### النور روزولت

به رویاهایتان بچسبید و آنها را زنده نگه‌دارید، زیرا اگر رویاهایتان بمیرند، زندگی به پرندهٔ شکسته‌بالی تبدیل می‌شود که دیگر قدرت پرواز ندارد.

### لنگستون هیوز

### تمرین نبوغ:

بزرگترین رویاهای من چیست؟

بزرگترین آرزوهایم در زندگی شخصی کدام است؟

بزرگترین هدفم در راستای رسالت شخصی‌ام و خدمت به جهان چیست؟

بالاترین حدی که می‌توانم نبوغ ذاتی‌ام را شکوفا کنم کدام است؟

اگر با بیشترین قابلیت خود زندگی نکنید به خداوند خیانت کرده‌اید.

لویس لوینسون، مجسمه‌ساز آمریکایی

### مداومت

نبوغ یک استعداد بالقوه است و جز با یادگیری دانش و مهارت‌های لازم و تلاش مداوم رشد نمی‌کند و به شکوفایی نمی‌رسد. ممکن است بسیاری فکر کنند نوابغ بدون هیچ تلاشی به موفقیت‌های بزرگ دست می‌یابند ولی واقعیت کاملاً عکس این است.

نبوغ یک درصد استعداد و نود و نه درصد تلاش مداوم است.

### اینشتین

تلاش و مداومت از ویژگی بارز هر نابغه‌ای است. اما باید بدانیم که این تلاش و پشتکار با تقلا و جان‌کندن سایر آدم‌ها تفاوت اساسی دارد. کاری که نوابغ انجام می‌دهند برایشان حکم بازی و تفریح را دارد. تلاش آنان به جدیت کودکان هنگام بازی می‌ماند. در واقع کار آن‌ها تفریح‌شان است. به خاطر همین است که می‌توانند به طور خستگی‌ناپذیر ساعت‌ها به تلاش‌شان ادامه دهند.

دلیلش این نیست که من خیلی زرنگ هستم. دلیلش این است که مدت بیشتری روی مسایل کار می‌کنم.

### اینشتین

مبنای مداومت و پایداری، قدرت اراده است. اراده نیرویی است که ما را بر هدف تمرکز می‌دهد تا علیرغم شکست‌های موقتی بتوانیم به تلاش خود ادامه دهیم و تسلیم نشویم.

چیزی در دنیا جای مداومت و پشتکار را نمی‌گیرد. استعداد جای مداومت را پر نمی‌کند. دنیا پر از انسان‌های بااستعداد شکست‌خورده است. نبوغ جای مداومت را نمی‌گیرد. بسیاری از نوابغ شکست می‌خورند. تحصیلات جای مداومت را پر نمی‌کند. دنیا پر از ناکام‌های تحصیل‌کرده است. مداومت و عزم و اراده از هر عاملی قدرتمندتر هستند.

توماس واتسون، مؤسس آی.بی.ام



به کاشتن بذر ادامه دهید، چون هیچ‌گاه نمی‌دانید کدام یک رشد خواهد کرد؛ شاید همه آنها.

### اینشتین

تا هنگامی که شخص متعهد نشود، پیوسته تردید و امکان عقب‌نشینی و ناتوانی وجود دارد. در تمامی اعمال مبتکرانه و خلاق، یک حقیقت بنیادین وجود دارد که در نظر نگرفتن آن، طرح‌ها و نقشه‌های عالی بی‌شماری را از بین می‌برد. آن حقیقت این است که زمانی که شخص بدون تردید خود را متعهد کند، مشیت الهی نیز به حرکت در می‌آید و انواع و اقسام رویدادها به یاری شخص می‌شتابند؛ رویدادهایی که امکان ندارد در غیر این صورت روی دهند. جریان کامل رویدادها بر مبنای تصمیم قاطع شخص به راه می‌افتد تا همه‌گونه یاری مادی، دیدارها و موارد پیش‌بینی‌نشده را به نفع شخص پدید آورد، رویدادهایی که حتی در تصور فرد نمی‌گنجد. هر آنچه را که فکر فکر می‌کنید می‌توانید انجام دهید یا آرزو دارید، شروع نمایید. در بی‌باکی، نبوغ، خلاقیت، توانایی و سحر و جادو نهفته است.

### مورای

مشکلات فرصت‌هایی هستند که باعث می‌شوند به اهداف بهتری برسیم. آنها موانعی بر سر راهمان هستند تا تجارب بیشتری کسب کنیم و در کارمان پخته‌تر شویم.

و علف هرزه چیست؟ گیاهی که هنوز فوایدش را کشف نکرده‌اند.

### امرسون

وقتی دری بسته شد در دیگری باز می‌شود. قانون طبیعت می‌گوید که همیشه باید تعادل برقرار شود.

فرصت‌ها در دل مشکلات نهفته‌اند.

### اینشتین

هر چه طولانی‌تر و بیشتر مقاومت کنیم احتمال موفقیت ما بیشتر می‌شود. نوابغ به راحتی تسلیم نمی‌شوند. ادامه راه ممکن است مشکل باشد اما نباید تسلیم شویم و درحالی که درس‌های جدیدی می‌آموزیم، باید بخش‌هایی تازه را در وجودمان پرورش دهیم و تصمیماتی متفاوت و مشکل اتخاذ کنیم.

ادیسون قبل از اختراع لامپ ده هزار بار شکست خورد. اشخاص عادی با تجربه کردن اولین شکست دست از تلاش برمی‌دارند. به همین دلیل است که در زندگی با انبوه اشخاص عادی و تنها با یک ادیسون روبرو هستیم.

### ناپلئون هیل

تا زمانی که دست از تلاش نکشیده‌اید، شکست نخورده‌اید.

### اینشتین

بسیاری از مردم وقتی که تنها چند قدم تا موفقیت فاصله دارند دست از تلاش می‌کشند و تسلیم می‌شوند.

قبل از موفقیت باید مشکلات موقتی را بپذیریم، تا از آنها بیاموزیم و بر آنها غلبه کنیم.

ماه‌ها و سال‌ها فکر می‌کنم، در نود و نه مورد نتیجه‌گیری ام غلط است، ولی در صدمین بار حق با من است.

### اینشتین

انفعال و تسلیم شدن ما را از دستیابی به اهدافمان بازمی‌دارد. «باید از دست کشیدن دست بکشیم» و علیرغم همه مشکلات به راهمان ادامه دهیم و جز با در آغوش گرفتن هدف متوقف نشویم.



زندگی مثل دوچرخه‌سواری است، برای حفظ تعادل باید حرکت کنید.

### اینشتین

باید به خاطر داشته باشیم که لذت‌بخش‌ترین قسمت سفر در طول مسیر است پس باید از مسیر دستیابی به هدف لذت ببریم. در این صورت عملکرد بالاتری نیز خواهیم داشت. ما نمی‌خواهیم که ابتدا به هدف برسیم و سپس شاد شویم ما می‌خواهیم شادمانه به هدف برسیم.

عاشق سفر هستم، ولی از رسیدن متنفرم.

### اینشتین

جاده همیشه از مهمانسرا بهتر است.

### سروانتس

دنیا گرد است، جایی که ممکن است به نظر آخر راه برسد می‌تواند آغاز راه باشد.

### ایری بیکر پریست

#### تمرین نبوغ:

در پیگیری اهداف چقدر مداومت و پشتکار دارم؟

در حال حاضر بزرگترین مشکلم چیست؟ چگونه می‌توانم از این مشکل به عنوان یک فرصت استفاده کنم؟

چطور می‌توانم با آموختن از شکست‌هایم زودتر به موفقیت دست یابم؟

#### آرامش و تمرکز

در زندگی پرسرعت و پرتنش امروزی، آرامش، به گوهری نایاب می‌ماند. اما تا وقتی که دستیابی به آرامش را وابسته به شرایط بیرونی بدانیم خبری از آن نخواهد بود. زندگی به طور طبیعی با مقداری تنش و اضطراب همراه است. آگاهی از اینکه هر لحظه ممکن است بمیریم و تمام رشته‌وابستگی‌هایمان گسسته شود زاینده عمیق‌ترین و معمولاً پنهان‌ترین اضطراب‌های ماست که آنها را اضطراب‌های وجودی می‌نامیم. ما برای بکارگرفتن حداکثر پتانسیل‌های درونی به تمرکزی کانونی نیازمندیم و لازمه این تمرکز آن است که آرامش داشته باشیم. ایمان مذهبی همیشه راهی برای کسب آرامش درونی بوده است.

با یاد خدا دل‌ها آرام می‌گیرند.

### قرآن

آرامش باعث می‌شود که بتوانیم تمام توجه خود را در لحظه و در کاری که مشغول آنیم حفظ کنیم.

از آرامش و اطمینان، نیرو خواهی گرفت.

### انجیل



علاوه بر دلهره‌ها و اضطراب‌های وجودی، ذهن در حالت عادی خود همواره در حال تولید افکار خودبخودی است. همیشه در ذهن ما مناظره‌ای در جریان است که تمرکز ما را مختل می‌کند.

ذهن هیچ‌گاه درست کار نمی‌کند مگر هنگامی که در آرامش است.

### سنکا

ذهن فقط در حالت آرامش و تمرکز می‌تواند دریافت‌کننده الهام و شهود باشد و خلاقیت درونی را به ظهور



برساند. ما باید یاد بگیریم که ذهن را از حالت خلبان خودکار خارج ساخته و خودمان کنترل آن را به دست بگیریم. همان طور که قبلاً گفتیم چون ذهن برای حفظ بقا طراحی شده همواره دنبال خطرات و امور منفی است و همین افکار منفی، خود تنش و اضطراب ایجاد کرده مانع تمرکز ما می‌شود. خودآگاهی به افکار و مناظره ذهنی، باعث سکوت ذهن و آرامش می‌شود.

سکوت را در خود پرورش دهید، زیرا که راز قدرت است.

### ویلیام جیمز

مراقبه بر ذهن باعث سکون و آرامش و تقویت تمرکز می‌شود.

سکوت عاملی است که چیزهای بزرگ را به وجود می‌آورد.

### توماس کارلایل

ذهن ما همیشه در حالت سکون و آرامش بالاترین بازدهی را خواهد داشت.

راه افزایش بهره‌وری و یادگیری بیشتر این است که با چنان لذتی کارهایت را انجام بدهی که متوجه گذشت زمان نشوی.

### اینشتین

هزار و یک عامل و افکار مزاحم همواره در پی برهم زدن تمرکز و توجه ماست. اراده عاملی است تا بتوانیم توجه خود را بر یک چیز متمرکز ساخته و هر عامل مزاحمی را کنار بزنیم.

اهل سرگرمی و وقت‌گذرانی بی‌هدف نیستیم، همین که انجام کاری را شروع کردم، دیگر به هیچ‌چیز اجازه نمی‌دهم ذهنم را به خود مشغول کند.

### اینشتین

تنها در حالت تمرکز و غرق شدن در کار است که می‌توانیم خلاق باشیم و از محدوده‌های معمول فراتر برویم. ما باید تمام ذهن، قلب و روحمان را به کاری که در حال انجامش هستیم ببخشیم تا بتوانیم نبوغ ذاتی خود را هرچه تمامتر به ظهور برسانیم.

همان‌طور که مسلمانان هنگام ورود به مسجد کفش‌های خود را جلوی درب در می‌آورند، من هم هنگام کار کردن جسم خود را در خارج از اتاق کارم می‌گذارم.

### پیکاسو

کامیابی از آن‌کسی است که تک‌بین باشد و تنها به یک آرزو چشم بدوزد و هر چه که او را از یگانه هدفش باز می‌دارد، کنار نهد.

### هاپکینز

#### تمرین نبوغ:

هر روز دقایقی را به تمرکز و مراقبه اختصاص دهید. سعی کنید در طول روز از افکار خودبخودی و مناظره‌های ذهنی خود آگاه باشید. این تمرین باعث می‌شود که به مرور ذهنتان آرام و آرامتر شود. نوشتن راهی برای تخلیه افکار مزاحم است. نوشتن برنامه‌های روزانه در شب قبل باعث می‌شود که ذهن آرام‌تر شده و خواب بهتری داشته باشیم.



## امکانات نبوغ ذاتی

تفکر آگاهانه (کنجکاوی مقدس)

کنجکاوی مفرط حوا به ما اشتیاق، اشتها و گرسنگی داد.

باربارا گریزوتی هریسون

همه دانش بشری محصول کنجکاوی، پرسش و تلاش مداوم برای یافتن پاسخ آنها است. تمام کشفیات مهم تاریخ در نتیجه یک سؤال ایجاد شده است. تمام نظریات فلسفی محصول پاسخگویی به برخی سؤالات بوده است. تمام ایده‌های جدید نتیجه کنجکاوی اشخاص برای پاسخ به یک مسئله بوده است. نوابغ انسان‌هایی جستجوگر هستند. آنها شدیداً علاقمندند تا در حیطه فعالیت و علایق خود، حقیقت را دریابند. این جستجو برای یافتن حقیقت برای آنها لذت و هیجان زیادی دارد. کنجکاوی برای کشف حقیقت ارزشی فی‌نفسه دارد و مقدس است.

جستجوی حقیقت، بسیار گران‌بهرتر از کشف حقیقت است.

اینشتین

تفکر آگاهانه با یک پرسش آغاز می‌شود. ما معمولاً فعالیت مغزی را با فکرکردن اشتباه می‌گیریم. ذهن ما به سؤالات واکنش نشان می‌دهد. هر تفکر آگاهانه فرآیند تلاش برای پاسخ به یک پرسش است.

اندیشیدن، دشوارترین کار ممکن در دنیا است، احتمالاً به همین دلیل است که عدهٔ بسیار کمی خود را درگیر آن می‌کنند.

### هنری فورد

برای شکوفا ساختن نبوغ ذاتی‌مان باید نسبت به آن موضوع، کنجکاوی شدیدی داشته باشیم. این اشتیاق، یادگیری در آن زمینه را برای ما سریع‌تر و راحت‌تر و عمیق‌تر می‌سازد.

من استعداد خاصی ندارم فقط شدیداً کنجکاووم.

### اینشتین

ما در زمینه‌ای که استعداد داریم نیاز به دانش و مهارت داریم. برای کسب این دانش و مهارت باید دائماً به جستجو و کندوکاو در آن موضوع بپردازیم. این کار باعث افزایش تسلط ما به آن زمینه می‌شود.

مهم این است که از پرسشگری باز نایستید، برای هر کنجکاوی پاسخی وجود دارد.

### اینشتین

برای یک فرد نابغه دنیا سراسر رمز و راز است. او ژرف‌تر به جهان می‌نگرد و می‌داند که دنیا چقدر پیچیده است، بنابراین همواره در تلاش برای درک عمیق‌تر حقایق مرتبط با رشته خود است. نامفهوم‌ترین چیز دربارهٔ جهان این است که جهان در خور فهم است.

### اینشتین

نوابغ همواره سعی می‌کنند از ابعاد جدیدی به موضوعات بنگرند و وجوه پنهان آنها را کشف و درک کنند. این کشف و درک، لذت و شعف عمیقی برای آنها به همراه دارد.

راز آلودگی امور، زیباترین چیزی است که به تجربه ما در می‌آیند. راز آلودگی منشأ هر هنر و علم راستین است. آنکه با چنین احساسی بیگانه است، آن را که دیگر توان توقف، تأمل و به حیرت فروشدن نیست، از نظر من هم‌ارز مردگان باید شمرد؛ چشمان او بسته است.

### اینشتین

ما همواره باید در حال یادگیری و پیشرفت بیشتر در زمینه نبوغ ذاتی خود باشیم. ما ذاتاً موجودی بیکران هستیم. اگر دانشی داریم می‌خواهیم باز هم دانش بیشتری کسب کنیم. اگر دارایی داریم باز هم می‌خواهیم دارایی بیشتری داشته باشیم. اگر خلاق هستیم می‌خواهیم خلاق‌تر باشیم. این خواستن بی‌پایان از ذات بیکران ما ناشی می‌شود. ما باید همواره به‌سوی کمال و رشد بیشتر در حرکت باشیم.

رشد فکری باید از زمان تولد آغاز گردد و فقط با مرگ متوقف شود.

### اینشتین

یکی از مهارت‌های بنیادی که در مدرسه آموخته نمی‌شود فکر کردن است. ما، چون همیشه فعالیت مغزی داریم، خیال می‌کنیم که داریم فکر می‌کنیم. تفکر آنچنان ارزشمند است که حتی در آموزه‌های دینی **یک ساعت تفکر از هفتاد سال عبادت برتر شناخته شده است** و یا در قرآن دائماً به تفکر دعوت شده است؛ اما جالب است که چنین مهارتی هرگز آموخته نمی‌شود و بیشتر آموزش، مبتنی بر حافظه است.

در طول روز مسائل بسیاری به ذهن ما خطور می‌کند. این افکار ممکن است کارهایی که باید انجام دهیم باشند یا سوالی در رابطه با کارمان یا پروژه‌ای که باید سر وقت تحویل دهیم و ... بهتر است که همواره دفترچه‌ای همراهمان داشته باشیم تا این نوع افکار را یادداشت کنیم و همچنین برنامه‌های هر روزمان را شب قبل در آن بنویسیم. این کار به ذهن ما نظم داده مانع آشفتگی آن می‌شود. نظم ذهنی باعث آرامش ما می‌شود و ذهن آرام همواره کارایی بالاتری دارد. بدین ترتیب به جای اینکه بازیچه افکار تصادفی و خودبخودی باشیم، کنترل بیشتری بر ذهنمان داشته، آن را بیشتر برای فکر کردن و تولید ایده‌های جدید به کار می‌گیریم.

### تمرین نبوغ:

ما باید در رشته‌ای که با نبوغ ذاتی‌مان مرتبط است دانش، اطلاعات وسیع و مهارت بالایی داشته باشیم. باید با مطالعه و تمرین، دانش و مهارت خود را توسعه دهیم. هر روز در زمینه علایق و استعدادهای خود مطالعه کنید. مطالعه منفعلانه بازدهی ناچیزی دارد. هر آنچه را می‌خوانید به پرسش بکشید و در مورد آن بیندیشید. هر روز زمانی را به تفکر اختصاص دهید. تفکر، همواره بهتر است با نوشتن همراه باشد. سوالاتی مطرح و در مورد پاسخ‌های احتمالی بیندیشید. در مورد تمام مسائل زندگی‌تان با تمرکز و آگاهانه فکر کنید.

### تخیل

تخیل را **ملکه قابلیت‌های ذهنی** دانسته‌اند. نقطه شروع هر موفقیت، وجود یک نظریه یا نقطه‌نظر است که این نیز ناشی از همان تخیل یا تصور است. خیال کارگاهی است که تمام اعمال و ساخته‌های بشری ابتدا در آنجا شکل می‌گیرد. گفته شده هر چه را که انسان بتواند در ذهن خود تصور کند می‌تواند به آن دست یابد.

ذهن من آزمایشگاه من است.

### اینشتین

اکثراً بزرگ‌ترها کودکان را بخاطر خیال‌پردازی سرزنش می‌کنند در صورتی که هر ابداع و ابتکاری ناشی از بازی تخیل است. همان طور که روانشناس بزرگ **کارل یونگ** نوشته «هر نظریه خوب و هر عمل خلاق ناشی از تخیل است و ریشه در چیزی دارد که از روی عادت خیال‌پردازی کودکانه نامیده می‌شود. بدون این بازی خیال‌پرداز، اثر بارور تولد نمی‌یابد. ما بی‌نهایت به بازی تخیل مدیونیم.»

انسان گاه تخیل خداست و گاه تفکر گدا.

### هولدرلین



دستکم روزی یک مرتبه به خودتان اجازه بدهید تا آزادانه بیندیشید و برای خودتان رویاپردازی کنید. همه چیز با یک رویا شروع می‌شود. باید بزرگ بیندیشیم و رویاهای بزرگ در سر داشته باشیم.

### اینشتین

فقط رویاهای بزرگ می‌توانند روح انسان‌ها را به حرکت درآورند.

### مارکوس اورلیوس

تمام کارهای بزرگ توسط انسان‌های خیال‌پرداز انجام شده است.

صاحبان رویا نجات‌دهندگان جهانند.

جیمز آلن، نویسنده کتاب تو همانی که می‌اندیشی

شاعران دوره رمانتیک اعتقاد داشتند که تخیل رابطه‌ای ماهوی با حقیقت و واقعیت دارد و هنگامی که تخیل به کار می‌افتد قادر به دیدن چیزهایی می‌شود که عقل از دیدن آنها عاجز است. از نظر آنها قوه خیال، هم خالق و هم کاشف از طبیعت و ماورای آن بود. **شلی** از شاعران رمانتیک گفته است:

نسبت عقل به تخیل، مانند جسم به روح یا مانند سایه شیء به خود شیء است.

منطق شما را از A به B می‌برد ولی تخیل شما را به همه جا می‌برد.

اینشتین

این عالم تخیل، نامتناهی و ابدی است، حال آنکه عالم مادی، متناهی و موقت است.

ویلیام بلیک، شاعر

باید بدانیم که منظور از تخیل در اینجا خیال‌بافی منفعلانه و بی‌هدف نیست.

بین رویاهای بی‌باکانه و خیال‌بافی، فاصله‌های بسیاری وجود دارد. اولی موتور شما را روشن کرده و شما را به جلو می‌راند و دیگری ذهن را به دست توهم می‌سپارد. انسان برای تحقق رویای حقیقی‌اش حاضر است جان خود را از دست بدهد. اما خیال‌بافی فقط باعث می‌شود زودتر به خواب برویم.

جان سی مکسول



### تمرین نبوغ:

لیستی از رویاها و آرزوهای خود تهیه کنید. تنها ۳ درصد از مردم جهان این کار را انجام می‌دهند. هر روز زمانی را به خیالپردازی در مورد خواسته‌ها و اهداف خود اختصاص دهید. سناریوی زندگی رویایی و ایده‌آل خود را بنویسید.

### شهود

تنها قلب می‌داند چگونه آنچه را ارزشمند است بیابد.

### داستایووسکی

شهود، بصیرت یا الهام نیز یکی دیگر از همان نیروهای درونی ماست که هرگز برای استفاده از آن آموزش نمی‌بینیم.

من به شهود و الهامات معتقدم؛ چون گاهی اوقات، در برخی مسایل، احساس می‌کنم که حق با من است، ولی نمی‌دانم چرا؟

### اینشتین

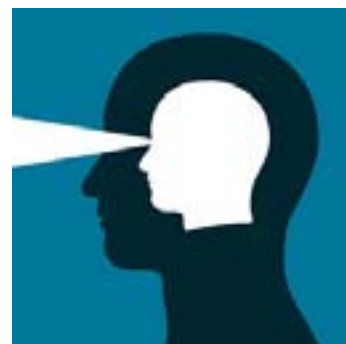
شهود در واقع دیدن با چشم درون است که آن را حس ششم نیز نامیده‌اند. گاهی این حس از اتفاقات، مکان‌های دور یا زمان‌های دور و نزدیک نیز خبر می‌دهد.

تنها چیز باارزش واقعی، قوه الهام (شهود) است.

### اینشتین

عموماً فکر می‌کنند که شهود و الهام شناسی رخ می‌دهد. ما هنوز شناختی از این قدرت نداریم و روشی دقیق که منجر به شهود می‌شود را کشف نکرده‌ایم و به همین دلیل هنوز از فرشته الهام صحبت می‌شود.

من هرگز هیچ‌کدام از اکتشافات خود را از طریق تفکرات آگاهانه  
به‌دست نیاورده‌ام.



### اینشتین

برخی پیش‌زمینه‌ها ظهور شهود و الهام را آسانتر می‌کند. اولاً؛ ما باید مسئله و پرسشی داشته باشیم. در مرحله دوم باید در مورد آن تمام اطلاعات موجود را بررسی کرده و عمیقاً بیندیشیم و بعد از تلاش آگاهانه کافی مسئله را رها کنیم و به فعالیتی جنبی و آرامبخش مثل قدم زدن یا دوش گرفتن بپردازیم. معمولاً در این اوقات فرشته الهام با جرقه‌ای در ذهنمان راهنمایی لازم را به ما عطا می‌کند.

**کارل گوستاو یونگ**، روانشناس سوئیسی، معتقد بود که ذهن ما از طریق ناخودآگاه جمعی به تمام تجارب و دانش بشری مرتبط می‌شود. این ایده را شاید بتوان به مثابه نظریه‌ای برای توجیه پدیده الهام و اشراق و مکاشفه بکار برد. ذهن ناخودآگاه شخصی ما در حالت خواب یا آرامش عمیق قادر است با ناخودآگاه جمعی ارتباط پیدا کرده پیام‌هایی را ارسال و دریافت کند. مراقبه و آرام کردن ذهن روشی بسیار عالی برای دریافت الهام است. آرامش، باعث اتصال خودآگاه ما به لایه‌های عمیق‌تر آگاهی شده، قدرت الهام ما را افزایش می‌دهد. مراقبه قسمتی بنیادی از تمام آئین‌های دینی و اسطوره‌ای بوده است. امروزه ثابت شده که مراقبه یا مدیتیشن علاوه بر افزایش الهام، تقویت بینش و آگاهی، جسم ما را نیز تقویت نموده و همچنین باعث آرامش و شادمانی بیشتر می‌شود.

### تمرین نبوغ:

هر جا که هستید می‌توانید با توجه به درون خود، مراقبه کنید. عصارهٔ مراقبه، حضور در لحظه است. اما برای این کار، تکنیک‌های زیادی بکار گرفته می‌شود. شما می‌توانید با مشاهده افکار خود یا تنفس آگاهانه یا صرفاً توجه به بدن خود از درون، شروع کنید. به مرور روش مناسب خود را خواهید یافت و با تمرین بیشتر به لایه‌های عمیق‌تر آگاهی دست خواهید یافت.

### سخن پایانی

دوست عزیز! از اینکه این کتاب را تهیه و مطالعه کردید، از شما سپاسگزاریم. امیدواریم مطالب این کتاب برای شما جالب و مفید بوده باشد. آرزوی ما این است که با کشف و شکوفایی نبوغ ذاتی خود و با انجام کاری که دوست دارید، ضمن ارائه ارزش و خدمت به دیگران، به شادمانی، خودشکوفایی، ثروت و استقلال مالی دست یابید و همواره در مسیر رشد شخصی، مادی و معنوی بیشتر گام بردارید. از نظرات، انتقادات و پیشنهادات شما در مورد این کتاب استقبال می‌کنیم. لطفاً از طریق ایمیل زیر نظرات خود را با ما در میان بگذارید.

[mtoumajiri@gmail.com](mailto:mtoumajiri@gmail.com)

# خودنبوغ شناسی

چگونه نبوغ ذاتی خود را کشف و شکوفا کنیم؟

نویسنده

موسی توماج ایری