

اینشتین می گوید

تو نابغه ای



موسی توماج ایری

فهرست

- ۳ حکایت دوستی من با اینشتین
- ۱۰ چرا اینشتین می‌گوید شما نابغه هستید؟!
- ۱۷ توصیه‌های اینشتین برای شکوفایی نبوغ ذاتی
- ۲۹ چند حکایت آموزنده و طنزآمیز از زندگی اینشتین



حکایت دوستی من با اینشتین

اولین بار وقتی کودکی پنج شش ساله بودم با اینشتین آشنا شدم. برادرم که آن موقع دانش آموز دبیرستان بود و نقاشی خوب می کشید، چهره ای را روی جلد یکی از دفترهایش رسم کرده بود.

موهای پُرپشت پریشان، پیشانی بزرگ پُرچین، چشمان سیاه نافذ، بینی کشیده، سبیل پُر و گندمی؛ همه و همه جاذبه خاصی به این چهره بخشیده بود و البته ذوق هنری نقاش هم بر تاثیر آن می افزود.

این چهره برای من جذابیت ویژه ای داشت. او به طرز عجیبی فراتر از یک شخص به نظر می رسید و تخیلات من را به سوی عجایب و رموز پرواز می داد. من بلافاصله از برادرم در مورد آن شخص پرسیدم. برادرم گفت

اینشتین می‌گوید تو نابعه‌ای

او اینشتین و یک دانشمند است.

بازی تخیلی فلسفی من

دنیای واقعی که در آن می‌زیستم، برایم در همان دهکده و دشتهای اطراف آن خلاصه می‌شد، اما دنیای تخیلات من هیچ حد و مرزی نداشت.

یادم می‌آید که شب‌ها موقعی که چراغ‌ها خاموش می‌شد و همه‌جا در تاریکی و سکوت رازآمیزی فرو می‌رفت، بازی خیالات من آغاز می‌شد. یکی از بازی‌های خیالی من این بود که دایره‌ای را در ذهنم تصور می‌کردم و سپس شروع می‌کردم که تمام چیزهایی که وجود داشت را داخل آن قرار دهم.



از چیزهای دور و برم شروع می‌کردم: خودم، افراد خانواده، همسایه‌ها، حیوانات، درختان، خانه‌ها و... تا اینکه می‌رسیدم به کل روستایمان و بعد همه‌ی روستاها، شهرها، کشورها، زمین، ماه، ستارگان و در نهایت به کل

اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

جهان می‌رسیدم. با قراردادن کل جهان در داخل آن دایرهٔ خیالی احساس عجیبی پیدا می‌کردم و دنیا به نظرم خیلی کوچک می‌آمد.



اما احساس عجیب‌تر وقتی به سراغم می‌آمد که خدا را هم (که در آن سن به عنوان خالق همهٔ اشیاء داخل آن دایره می‌شناختم) در دایره قرار می‌دادم. این کار احساس غیرقابل وصفی در من ایجاد می‌کرد. اینکه خارج از دایره هیچ چیزی وجود نداشت و تمام زندگی در داخل آن دایره خلاصه می‌شد، که با تمام بزرگی‌اش در ذهن من جا می‌گرفت، نوعی احساس بی‌معنایی و پوچی عمیق کل زندگی را در درون من ایجاد می‌کرد.

گویا این بازی ذهنی شکل خام آغاز علایق علمی و فلسفی من بوده است. بعدها فهمیدم که اینشتین هم عاشق این جور بازی‌های خیالی بوده و بنابراین به او احساس نزدیکی بیشتری کردم.

شیفتگی من برای شناخت اینشتین

در آن سالها حسرت بزرگم این بود که به کتاب‌هایی که می‌خواستم دسترسی نداشتم. خیلی دوست داشتم در مورد اینشتین و افکارش بیشتر بدانم.

کتابخانه کانون پرورش فکری و کتابخانه عمومی شهر بندرترکمن، که من سال دوم و سوم راهنمایی را در آنجا تحصیل می‌کردم، کتابی در این زمینه نداشت. در سال دوم دبیرستان (۱۳۷۱) در شهر گرگان، روزی در یک کتابفروشی به کتابی با عنوان «زندگینامه آلبرت اینشتین و تاریخ سیاسی و اجتماعی دوران او» برخوردم. کتاب قطوری بود که بسیار جامع به نظر می‌رسید و قیمت قابل توجهی هم داشت.



من در آن زمان دانش‌آموز دبیرستان شبانه‌روزی بودم و باید هفته‌ها مقداری از پول توجیبی ناچیزم را جمع می‌کردم تا بتوانم آن کتاب را بخرم. اما اشتیاق شدیدم به مطالعه باعث می‌شد که بارها و بارها به آن کتابفروشی مراجعه و مقداری از آن را سرپایی مطالعه کنم؛ اما فروشنده از این کار من خوشش نمی‌آمد و هر بار با چهره اخم‌آلود من را می‌پائید.

اینشتین می گوید تو نابغه‌ای

وقتی پولم به قیمت کتاب نزدیک شد، شاید هشتاد درصد قیمت کتاب، به کتابفروشی رفتم و خواستم که الباقی را به من تخفیف دهد. کتابفروش قبول نکرد. گفتم بقیه‌اش را بعداً می‌آورم، بازهم قبول نکرد و گفت: «از این کتاب فقط همین یک جلد مانده اگر واقعا می‌خواهی بخریش زودتر بقیه پولتو جور کن».

با ناامیدی از فروشگاه خارج شدم و مجبور شدم دو سه هفته دیگر هم صبر کنم. بعد از جور شدن کل پول با هیجان و شوقی بسیار به کتابفروشی رفتم. وارد شدم و به سمت آن قفسه همیشه رفتم، اما کتاب آنجا نبود. باورم نمی‌شد. به سراغ کتابفروش رفتم. او که تبسمی بر لب داشت گفت: «نگران نباش پسر، من کتاب را برایت نگه داشتم» و از زیر میز کتاب را درآورد و به من داد.



از آن روز با حرص و ولعی شدید شروع به خواندن کتاب کردم. در کتاب بسیاری مطالب فنی درباره نظریه نسبیت وجود داشت که با اینکه به شکلی عامه‌فهم بیان شده بود هنوز در سطح درک من که دانش‌آموز سال دوم دبیرستان بودم، نبود.

اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

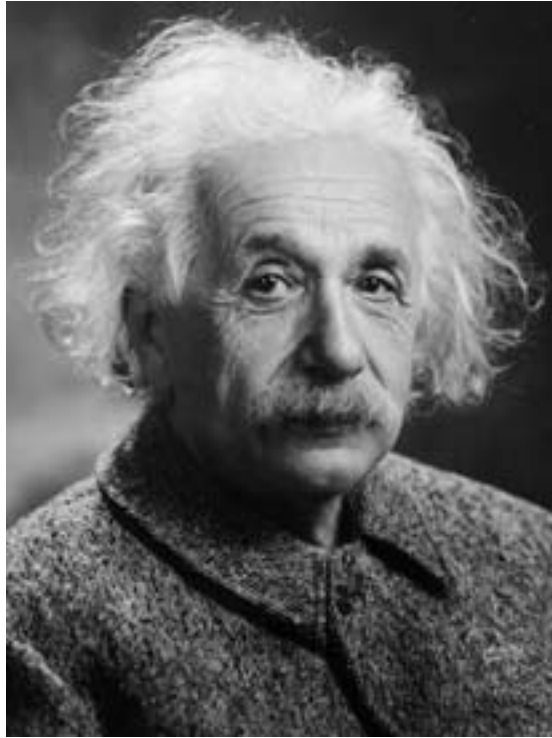


همنشینی دیرین من با اینشتین!

حالا حدود ۲۵ سال از روزی که آن کتاب را خریدم گذشته و در طول این سال‌ها، من بارها و بارها این کتاب و بسیاری کتابهای مشابه دیگر را خوانده‌ام. اینشتین همیشه یکی از متفکران مورد علاقه من بوده و در طول این سال‌ها شناختم از منش و نظریات او بیشتر و عمیق‌تر شده است. با مطالعه بیشتر، به شأن والای انسانی و عمق تفکراتش بیشتر پی بُردم. او نمونه بسیار اصیل انسانی است

اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

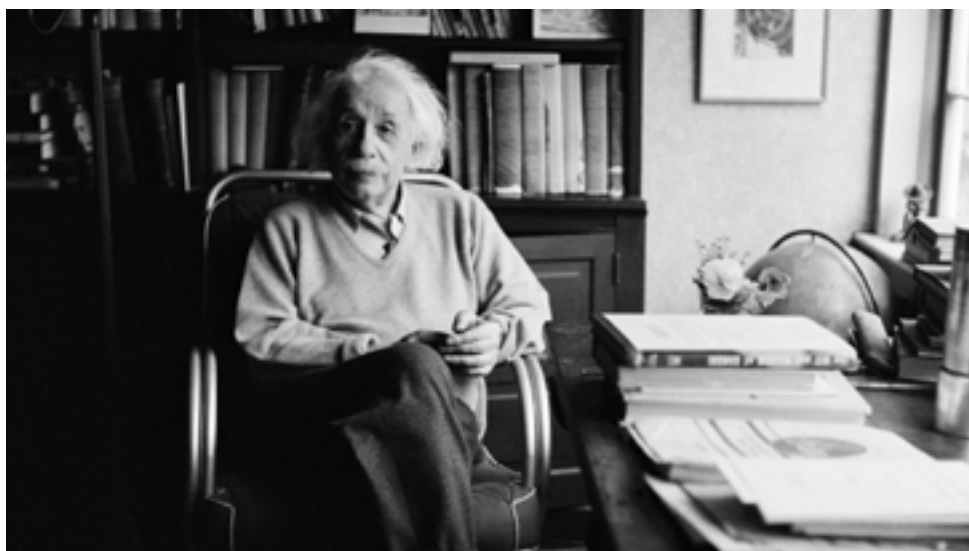
که در کنج خلوت و فقط به اتکای اشتیاق و کنجکاوی سیری‌ناپذیر و قدرت افکار خلاقه‌اش هم فهم ما از جهان و هم خود جهان ما را برای همیشه تغییر داد.



از طرفی کشفیاتش آنچنان انقلابی بود که باعث شد نگرش و درک ما از جهان طبیعت به طور بنیادی تحول یابد و از طرف دیگر بواسطه ابعاد فنی یافته‌هایش کیفیت زندگی بشر و حتی مناسبات سیاسی تاریخ جهان برای همیشه متحول شود.

اما گذشته از همه این تاثیرات، افکار اینشتین دارای پتانسیل بالایی برای الهامبخشی به ما برای فهم و نگاه عمیق‌تر به زندگی، حل مسائل امروز جهان و ساختن آینده‌ای بهتر می‌باشد.

چرا اینشتین می گوید شما نابغه هستید؟!



اینشتین؛ از کندذهنی تا نبوغ

از دید کسانی که در دوران کودکی اینشتین با او روبرو می‌شدند هیچ اثری از نبوغ در او به چشم نمی‌خورد اما آثار عقب‌ماندگی و کندذهنی آشکار بود.

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، به‌سختی 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.

او در نوجوانی، علاقه چندانی به تحصیل نداشت. پدرش از خواندن گزارش‌هایی که آموزگاران درباره پسرش می‌فرستادند، رنج می‌برد. گزارش‌ها حاکی از آن بودند که آلبرت شاگردی کندذهن، غیر معاشرتی و گوشه‌گیر است. در مدرسه او را «پدربزرگ کندذهن» لقب داده بودند!

مادری که به پسرش ایمان داشت

گویا فقط مادرش به او امید داشت و آینده‌ای رویایی را برای این کودک به ظاهر کندذهن تصور می‌کرد. اینشتین در این باره می‌نویسد:



«فقط یک نفر بود که به من ایمان داشت و آن هم مادرم بود. وقتی چهار یا پنج ساله بودم، روزی مادرم مرا به دیدن خاله‌ام برد. سر غذا نمی‌دانم چطور شد که مادرم گفت: «یادتان باشد که چه می‌گوییم، آلبرت مشهور خواهد شد!»..هرگز فراموش نمی‌کنم که همه حاضران سر سفره میز غذا با چه نگاه‌هایی به مادرم خیره شده بودند. خاله‌ام این حرف را برای دیگر خویشاوندانم تعریف کرد و از آن زمان به بعد من شده بودم مضحکه»

بروبچه‌های فامیل!«

و بقیه ماجرا را همه می‌دانیم که پیش‌بینی مادر اینشتین چطور درست از آب درآمد. او شاید به مشهورترین
چهرهٔ قرن بیستم و یکی از مشهورترین نوابغ تمام دوران‌ها تبدیل شد.

اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

نبوغ، همگانی است

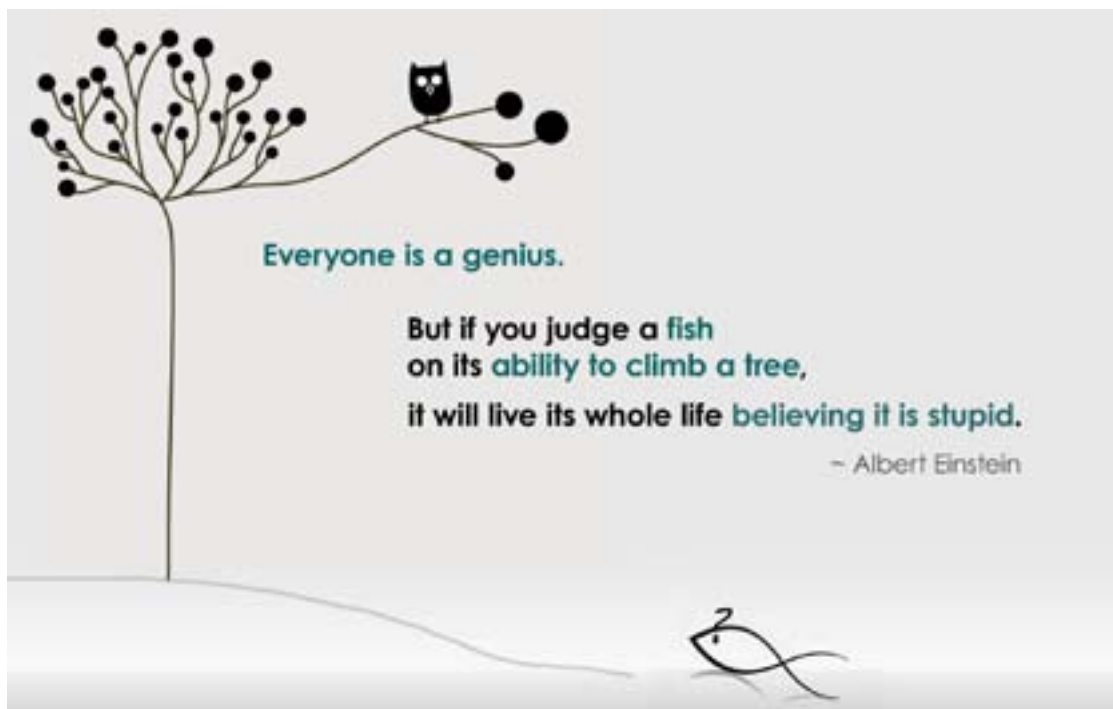
اما چطور ممکن است کودکی که باور عمومی اینقدر در مورد توانایی‌های او نظر منفی دارد بتواند به یک نابغه بی‌بدیل تبدیل شود؟

خود اینشتین در این مورد چه نظری داشت؟

و آیا خودش نیز خود را یک نابغه منحصر به فرد می‌دانست یا خیر؟

و به‌طور کلی چه نظری دربارهٔ نبوغ و نابغه داشت؟ جمله‌ای از او نقل شده پاسخ این سوال‌ها در آن خلاصه شده است. اینشتین گفته:

«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 می‌گوید تو نابغه‌ای

در طول تاریخ، نوابغ به عنوان 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 عمده در تشخیص، تشویق و شکوفایی توانایی‌ها و استعداد‌های یگانه فردی، همراه بوده است.

مدرسه استعداد همهٔ افراد را با یک معیار، که معمولاً همان ضریب هوشی (استعداد منطقی-ریاضی) است، می‌سنجد. این معیار مربوط به بیش از صد سال پیش است و امروزه حقایق جدیدی درباره توانایی‌های انسانی و نبوغ ذاتی هر انسانی کشف شده است.

هوش شما 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 رایج سنجیده می‌شود معیار مناسبی برای سنجش قابلیت‌های یک شخص نیست.

از نظر او این آزمون شاید در پیشبینی موفقیت شما در برخی موضوعات درسی مدرسه مثل ریاضیات، فیزیک و ... موثر باشد ولی در اندازه‌گیری توانایی شما در نوشتن یک سنفونی، برنده شدن در یک رقابت سیاسی یا ورزشی، ابداع یک ماشین برداشت محصول، حل یک بحران اجتماعی، مهار یک بیماری واگیر، راه اندازی یک کسبوکار، مدیریت یک شرکت، سرودن یک شعر یا یادگیری یک زبان خارجی چندان قدرتمند عمل نمی‌کند.

اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای



گاردنر معتقد است که همه 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. از نظر دکتر گاردنر همه ما انسانها به شکل‌های منحصر به فردی باهوش و با استعداد هستیم و موفقیت در نتیجه توسعه، پالایش و استفاده مکرر از استعدادهایی که از آنها برخورداریم؛ به دست می‌آید.

با این حساب، شما در مورد نبوغ ذاتی خود چه فکر میکنید؟



توصیه‌های اینشتین برای شکوفایی نبوغ ذاتی



از مغز خود برای فکر کردن استفاده کنید

«کاغذ را گذاشته‌اند برای یادداشت چیزهایی که فراموش می‌کنیم، مغز برای فکر کردن است.»

یکی از مهارت‌های بنیادی که در مدرسه آموخته نمی‌شود فکر کردن است. ما چون همیشه فعالیت مغزی داریم تصور 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 می‌شویم 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 صدها موضوع دیگر.

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.

اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

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 ذهن مان داشته، آن را بیشتر برای فکر کردن و تولید ایده‌های جدید به کار می‌گیریم.

خودتان باشید

«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.»

جامعه همیشه در جهت هم‌رنگ کردن ما با دیگران تلاش می‌کند. ممکن است هم‌رنگی با جماعت باعث احساس مقبولیت، پذیرش و امنیت در ما شود اما این خطر را نیز دارد که به‌مرور، خود واقعی مان را گم و فراموش کنیم.

هر یک از ما موجودی منحصر به فرد هستیم و با هدف انجام کاری ویژه به جهان آمده‌ایم. باید خودمان باشیم و راه خودمان را برویم. در غیر این صورت ممکن است آدم محترم و موفقی در اجتماع باشیم اما در عمق وجودمان همواره به زندگی نزیسته‌مان حسرت خواهیم خورد.

بهتر است نسخه دست اول خودمان باشیم تا نسخه دست دوم کسی دیگر. آیا شما خود واقعی‌تان را به یاد می‌آورید؟

نگرش خود را تغییر دهید

«معیار سنجش هوش، توانایی تغییر است.»

در یک تعریف، هوش را «توانایی مطابقت با شرایط» می‌دانند اما به نظر می‌رسد که اینشتین به تغییرات درونی‌تر و عمیق‌تر اشاره دارد.



معمولاً لازمه تغییر، غلبه بر یک عادت نهادینه شده است. اگر قرار باشد از محدوده عادات فکری و ارزشی خود فراتر برویم با چالش بزرگی مواجه خواهیم شد؛ اما توفیق در این کار با پاداش بزرگی نیز همراه خواهد بود.

توانایی اینشتین در تغییر نگرش به ساختار فضا و زمان، باعث انقلاب بزرگی در علم و شناخت ما از جهان گردید. چه تغییری در نگرش یا عاداتتان می‌تواند بزرگترین تحول مثبت را در زندگی شما ایجاد کند؟

تلاش نبوغ‌آمیز داشته باشید

«نبوغ ۱ درصد استعداد و ۹۹ درصد تلاش مداوم است.»

نوابغ کاری را انجام می‌دهند که شیفته آن هستند. آنان کاری را به‌زور انجام نمی‌دهند. کار آنان تفریحشان است. آنان برای رئیس خود یا برای حقوق آخر ماه و یا رضایت کسی دیگر کار نمی‌کنند. کار، به خودی خود برایشان لذت‌بخش است.

آنها کار و بازی را در هم ادغام کرده‌اند و به همین دلیل هرگز از تلاش خسته نمی‌شوند. پیکاسو گفته «هرگز موقع نقاشی کردن خسته نمی‌شوم، این ملاقات افراد و مهمانان است که خسته‌ام می‌کند.»

چه کاری است که هرگز از انجامش خسته نمی‌شوید؟ شاید سرنخ نبوغتان در آنجا باشد.

شکست را نپذیرید

«تا زمانی که دست از تلاش نکشیده‌اید، شکست نخورده‌اید.»

با نگرش مثبت، شکست می‌تواند به بزرگترین و ارزشمندترین راهنمای ما در مسیر موفقیت بدل شود. اگر نگرش درستی به شکست داشته باشیم و از آن بیاموزیم، آن را چون پلی به سوی پیروزی خواهیم یافت.

فرد موفقی گفته «اگر می‌خواهید سرعت موفقیت خود را دو برابر کنید، سرعت شکست‌های خود را دو برابر کنید.»

از اشتباهات خود بیاموزید

«ماه‌ها و سال‌ها فکر می‌کنم، در نود و نه مورد نتیجه‌گیری‌ام غلط است، ولی در صدمین بار حق با من است.»

طبیعی است که اینشتین هر دفعه همان راه قبلی را نمی‌رفت. ما در مواجهه با شکست باید دقیقاً به شکستمان نگاه کنیم و از آن یاد بگیریم تا اگر باز هم شکست خوردیم؛ شکست جدیدی را تجربه کنیم و درس جدیدی بیاموزیم.

وقتی از ادیسون پرسیدند «وقتی ۹۹۹۹ بار برای اختراع لامپ شکست خوردی چطور شد که ناامید نشدی و برای ۱۰۰۰۰ بار آن را امتحان کردی؟» در پاسخ گفت «من ۹۹۹۹ بار شکست نخوردم، بلکه ۹۹۹۹ روش کشف کردم که منجر به اختراع لامپ نمی‌شد.»

بزرگترین شکست‌های شما کدام بوده‌اند؟ چه درس‌هایی از آنها آموخته‌اید؟

همیشه در حال آموختن باشید

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

رشد شخصی نیز از جمله مواردی است که هرگز در مدرسه آموخته نمی‌شود. یکی از مهم‌ترین اهداف ما در تمام زندگی باید رشد و شکوفایی توانایی‌های بالقوه‌مان باشد.

ما هنگام تولد یک استعداد صرف هستیم و این استعداد بدون آموزش و کسب مهارت رشد نمی‌کند و شکوفا نمی‌شود. خداوند ما را به صورت خود آفرید و به ما قدرت خلق و ابداع بخشید. بیاییم از این موهبت الهی

استفاده کنیم.

لویس لوینسون، مجسمه‌ساز آمریکایی، گفته «اگر با بیشترین قابلیت خود زندگی نکنید به خداوند خیانت کرده‌اید.»

تاکنون از چند درصد از قابلیت‌های خود استفاده کرده‌اید؟

از قدرت ذهن خود درست استفاده کنید

«ذهن من آزمایشگاه من است.»

ذهن مرموزترین و شگفت‌انگیزترین ابزار جهان است. جهان با تمام بزرگی‌اش در ذهن جا می‌شود! زیرا ذهن قادر به تصور جهان است. پس ذهن به نحوی خالق جهان هم هست.



اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

ذهن در حالت ناخودآگاه، ابزاری برای بقا است. ذهن همه‌چیز را با هدف بقا تنظیم می‌کند. به همین دلیل ذهن دوست دارد همه‌چیز در وضعیتی آشنا و امن باقی بماند. به این خاطر ذهن در برابر ناشناخته‌ها، وضعیت‌های مبهم، تصمیم به تغییر و سؤالات جدید مقاومت می‌کند.

اما اگر ذهن، آگاهانه کنترل شود قادر به انجام کارهای شگفت‌انگیزی است و در غیر این صورت ما برده‌ او خواهیم بود. همان طور که گفته شده «ذهن یا خدمتکاری عالی است و یا اربابی بی‌رحم.»

خیالپردازی کنید

«دستکم روزی یک مرتبه به خودتان اجازه بدهید تا آزادانه بیندیشید و برای خودتان خیال‌پردازی کنید.»

یکی از قابلیت‌های شگفت‌انگیز ذهن، قدرت تخیل و خیال‌پردازی است. برخی فلاسفه تخیل را «ملکه قابلیت‌های ذهنی» نامیده‌اند.



اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

ما در کودکی خیال‌پردازانی نابغه هستیم. اما با بزرگ‌سالی این توانایی سرکوب می‌شود. با سرکوب خیال‌پردازی در واقع ما به یک آدم منطقی تبدیل می‌شویم اما قدرت خلاقیت خود را نیز از دست می‌دهیم.

تخیل هیچ محدودیتی ندارد. بیل گیتس می‌گوید «تمام سرمایه مایکروسافت تخیل انسان است.»

بزرگترین رویای شما چیست؟ در موردش خیال‌پردازی کنید. این اولین گام برای تحقق آن است.

از احمق به نظر رسیدن نترسید

«برای ایده‌ای که در نگاه اول احمقانه به نظر نرسد، امیدی وجود ندارد.»

ابداع یعنی به وجود آوردن ایده یا چیزی که از قبل وجود نداشته و ناشناخته است. همان‌طور که گفتیم ذهن



در برابر چیزهای جدید و ناشناخته مقاومت می‌کند. به همین دلیل مردم در ابتدا قادر به قبول چیزهای جدید نیستند و خیلی مواقع ایده‌های جدید را غیرممکن و احمقانه می‌دانند. تاریخ ثابت کرده که همه ابداعات بزرگ

در ابتدا مورد طرد و حتی تمسخر واقع شده‌اند.

در کارت‌ان غرق شوید

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

اگر ما کاری را که دوست داریم انجام دهیم معمولاً برایمان لذت‌بخش است و گذر زمان را حس نمی‌کنیم. اما اگر کارمان را دوست نداشته باشیم، هم عذاب می‌کشیم و هم زمان به‌کندی می‌گذرد.

طبیعی است که ما گاهی مجبوریم کارهایی را که دوست نداریم انجام دهیم. در این مواقع نیز با تمرکز کامل بر آن کار و نه بر گذر زمان و نه هر چیز دیگر، می‌توان در کار غرق شد و در نتیجه راندمان کار هم بالا رفته و حتی آن کار برایمان لذت‌بخش خواهد شد.

فقط بر هدف تمرکز کنید

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

گفتیم که ذهن ابزار فوق‌العاده قدرتمندی است اما معمولاً به‌صورت خودکار کار می‌کند. دانشمندان می‌گویند که روزانه حدود شصت هزار فکر از ذهن ما عبور می‌کند. در اکثر این افکار ما هیچ نقشی نداریم.

در ذهن ما، همواره مناظره‌ای در جریان است. تا وقتی نتوانیم آگاهانه ذهنمان را هدایت کنیم بازیچه آن

اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

خواهیم بود و او ما را به هر جا که خواست خواهد برد. ذهن خارج از کنترل عامل اصلی بسیاری از ناراحتی‌ها و بیماری‌های بشر است. ما در کنترل طبیعت و محیط بسیار موفق‌تر هستیم تا در کنترل ذهن خود.

ذهن به خاطر فلسفه وجودی خود (حفظ بقا) عادت کرده همواره به خطرات، ترس‌ها و چیزهای منفی بیندیشد و بدین ترتیب ما را به احساسات منفی دچار می‌کند.

کسی که بتواند ذهنش را کنترل کند، سلطان سرزمین وجود خود می‌شود و می‌تواند بر آن حکمرانی کند.

شهود خود را به کار گیرید

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

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

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 نیز خبر می‌دهد. عموماً فکر می‌کنند که شهود و الهام شانس و تصادفی رخ می‌دهد.

ما هنوز شناخت چندانی 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؛ اما برخی پیش‌زمینه‌ها ظهور آن را آسان‌تر می‌کند.

اولاً ما باید مسئله و پرسشی داشته باشیم.

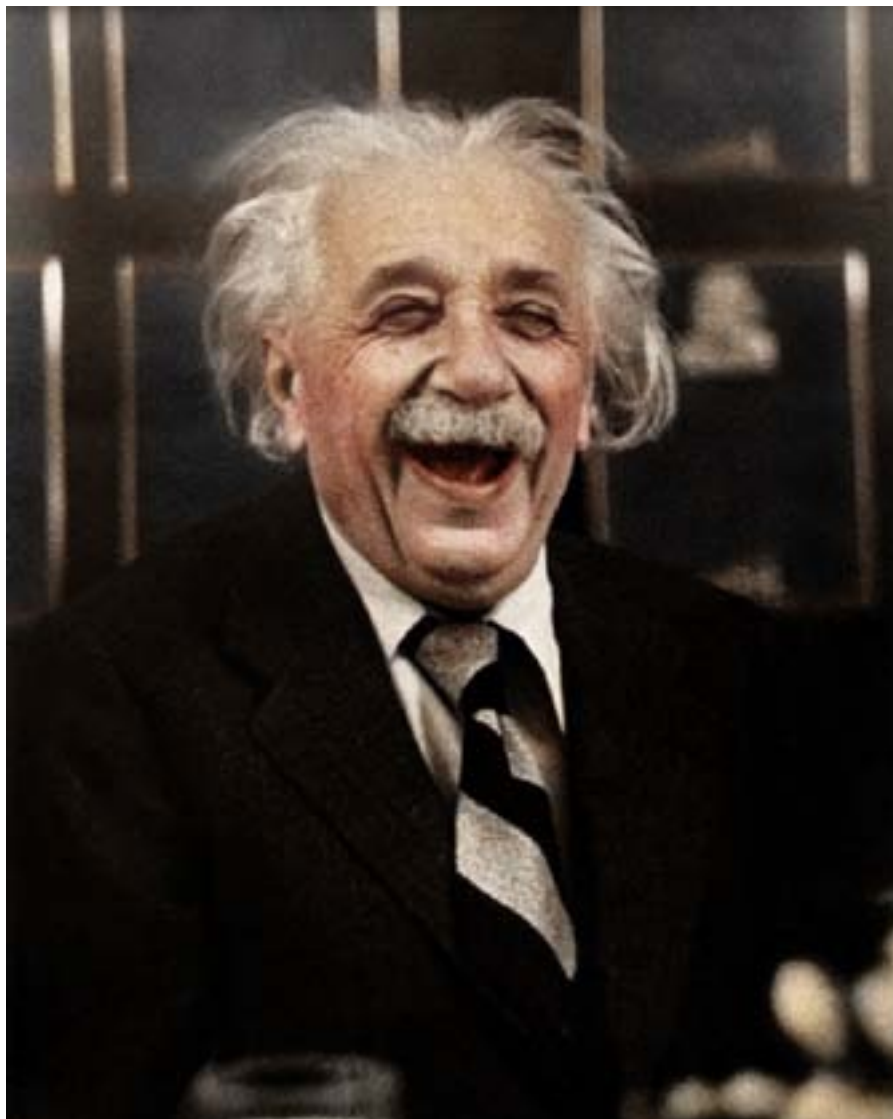
در مرحله دوم باید در مورد آن تمام اطلاعات موجود را بررسی کرده و عمیقاً بیندیشیم و بعد از تلاش آگاهانه کافی، مسئله را رها کنیم و به فعالیتی جنبی و آرام‌بخش مثل قدم زدن، دوش گرفتن بپردازیم. معمولاً در این اوقات فرشته الهام با جرقه‌ای در ذهنمان پاسخ مسئله را برایمان آشکار می‌کند.

پس هر یک از ما دارای نبوغی ذاتی و منحصر به فرد هستیم که با استفاده مناسب از قدرت ذهن، تمرکز و مداومت و تعهد به زندگی بر اساس خود اسیلمان می‌توانیم آن را شکوفا کنیم و بدین ترتیب بزرگترین رویاهای خود را محقق کنیم.

پس، از هم اکنون این توصیه‌های طلایی را به کار گرفته و نبوغ ذاتی خود را آشکار کنید.



چند حکایت آموزنده و طنزآمیز از زندگی اینشتین



اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

آدمی اگر دقت و بصیرت کافی داشته باشد از هر چیزی می‌تواند بیاموزد. همان طور که در فصل اول گفتم من از زمانی که در سال دوم دبیرستان زندگینامه اینشتین را خواندم به او علاقمند بودم.

یکی از جاذبه‌های اینشتین برای من، شوخ طبعی خاص و منحصر به فرد اوست. او که کلا روحی آزاده و بی‌پیرایه داشت می‌توانست ابتذال و بی‌معنایی بسیاری از آداب و رسم و رسوم و تشریفات بشری را ببیند و هر جا لازم باشد به راحتی به آنها پشت کند.



طبیعت ساده و کودکانه، روحیه شوخ طبع و رک و راست اینشتین همواره موجب پیشامدهای غیرمنتظره و جالب توجه در زندگی او بود. او در تمام زندگی‌اش این روحیه را حفظ نمود. خودش در این باره می‌نویسد:

«از زندگی خود در سال‌های پیری راضی هستم. حس بذله‌گویی خود را حفظ کرده‌ام و نه خودم را جدی می‌گیرم و نه بغل‌دستی‌ام را.»

اینشتین همواره از شهرت خود در حیرت بود. کمتری کسی افکار و نظریات علمی او را درک می‌کرد اما تمام دنیا او را می‌شناخت. چنین شهرت افسانه‌ای کافی است تا افسانه‌های بسیاری نیز پیرامون چنین کسی ساخته شود. این افسانه‌پردازی‌ها شناخت شخصیت واقعی اینشتین را دشوار می‌سازد.

اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

من برخی حکایات طنزآمیز را از زندگینامه معتبر او جمع‌آوری کردم که علاوه بر سرگرم‌کننده بودن، نکات جالب یا آموزنده‌ای را نیز پیرامون ارزش‌ها و طبیعت انسانی، میزان رشد یا عقب ماندگی، درک یا سطحی‌نگری فرهنگ بشری زمانه را بازتاب می‌دهد.

من برای احترام به برداشت خواننده، از هرگونه نتیجه‌گیری اخلاقی از این حکایات صرف نظر کرده و صرفاً به نقل قول پرداخته‌ام.

فلسفه جوراب و کشف جدید

یک روز که اینشتین از سفر لندن برگشت و به خانه‌اش در برلین رسید، چمدانش را به همان ترتیب که خانمش برایش پیش از حرکت بسته بود، بازآورد. دست به ترکیب چمدان نزده بود و با لحنی بسیار جدی می‌گفت فرصت نکرده از آن استفاده کند.



کفش‌هایش را بدون جوراب پوشیده بود و در توجیه آن به یکی از دوستانش گفته بود: «من به این نتیجه رسیده‌ام بدون جوراب هم می‌شود در کفش راه رفت. از طرفی جوراب‌ها زود به زود سوراخ می‌شوند و زخم

اینشتین می گوید تو نابغه‌ای

دائماً باید آنها را رفو کند؛ بنابراین من دیگر جوراب نمی‌پوشم چون امورات انسان بدون جوراب هم می‌گذرد.»

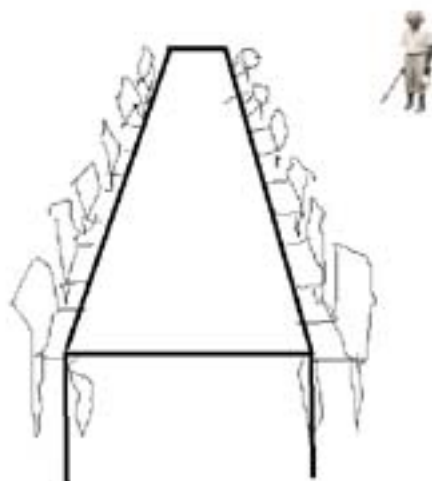
ستایش چاپلین

در دیداری که بین اینشتین و چارلی چاپلین صورت گرفت، اینشتین به چارلی چاپلین گفت: کار شما خیلی مهم است، زیرا مردم جهان از هر کشور و قومی که باشند حرکت‌های شما را می‌فهمند و تحسینتان می‌کنند.

چارلی در پاسخ گفت: ولی به نظر من کار شما خیلی مهم‌تر است، زیرا مردم جهان از هر کشور و قومی بدون آن که حرف‌های شما را بفهمند تحسینتان می‌کنند!

میز شام با تزیینات ویژه

اینشتین از کسانی که در مجالس مهمانی و محافل دوستانه، مسائل علمی را وسیله‌ی شیرین‌زبانی یا فضل‌فروشی می‌ساختند تنفر فوق‌العاده داشت.



اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

بانویی از بانوان مشهور برلین وقتی از او دعوت به شام کرد و برای اینکه اینشتین دعوت را بپذیرد نام گروهی از مشاهیر و اشخاص مهم را که در این مهمانی حضور خواهند داشت ذکر کرد؛ اینشتین در جواب او اظهار داشت: «پس انتظار دارید که من هم از وسایل تزئینی میز شام شما بشوم؟»

همنام افسانه‌ای

در سال ۱۹۲۲ که اینشتین به انگلستان مسافرت کرد در جواب برناردشو که از او بسیار تمجید کرده بود اظهار داشت: «از مطالب محبت‌آمیزی که نسبت به همنام افسانه‌ای من اظهار داشته‌اید سپاسگزارم، اما این همنام به راستی زندگی را بر من دشوار ساخته است.»

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!

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.

اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

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 نظریهٔ واحدی همچون نسبیت اینشتین در بعضی از کشورها به عنوان بولشویسم و در کشور روسیه به عنوان 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».

مصائب خانم اینشتین

در سفرهای اینشتین به کشورهای مختلف گاهی تشریفات مفصلی انجام می‌شد. اینشتین به هیچ‌وجه توجهی به این تشریفات نمی‌کرد و در این محل نیز مثل هر جای دیگری ساده و طبیعی بود و حال آنکه زن اینشتین تا حدی از این آداب‌ورسوم احساس ناراحتی می‌کرد و در این مورد چنین گفته بود: «من فقط یک زن خانه دار و ساده آلمانی هستم و بس، و میل دارم که جریان امور با سهولت و سادگی همراه باشد و در محیط‌هایی که تشریفات غیرعادی برقرار است خود را بدبخت می‌بینم. برای شوهر من وضع بکلی متفاوت است زیرا وی مرد

اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای



مشهوری است. اگر برحسب اتفاق وی از لحاظ مراسم و آداب مرتکب خطا و اشتباهی شود همه کس آن را به نبوغ او نسبت می‌دهند و حال آنکه در مورد من بلافاصله آن را ناشی از آداب‌ندانی و سوءتربیت می‌دانند.»

مُد سال

شور و هیجان خارق‌العاده مردم نیویورک هنگام اولین سفر اینشتین به آمریکا در سال ۱۹۲۱ در تاریخ فرهنگ قرن بیستم حادثه نادر است.

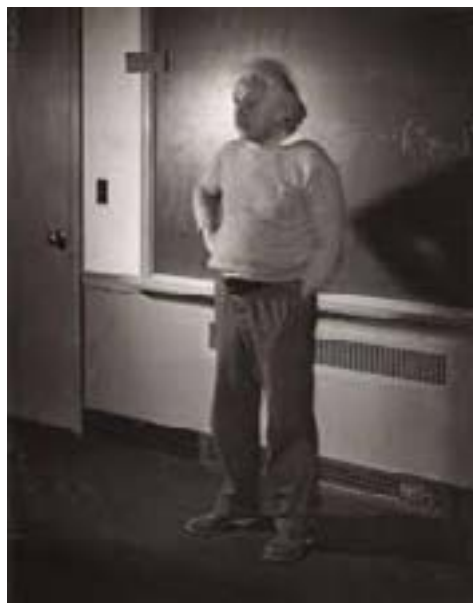


روزی یکی از همکاران اینشتین از او سؤال کرد که این استقبال پرهیجان چه نوع تأثر و انفعالی در او به وجود آورده است؟

اینشتین پاسخ داد: «کافی بود بخاطر داشته باشیم که همین مردم بارها از کسی که در بازی بوکس 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 مُد جدیدی داشته باشند و امسال نظریهٔ نسبی جزو مدها می‌باشد.»

تماشاچیان

بعد از کسب شهرت جهانی و زمانی که اینشتین در دانشگاه برلین تدریس می‌کرد یک کلاس عمومی داشت که حضور در آن برای عموم آزاد بود. او دوست داشت که در حضور گروهی از مستمعان که دارای اطلاعات عمومی وسیع باشند لیکن تخصص در فیزیک نداشته باشند صحبت کند و در این حال می‌توانست اصول کلی علم را به ساده‌ترین و روشن‌ترین صورت ممکن برای حضار مجلس شرح دهد.



بسیاری از مردمی که برای استماع سخنرانی‌های وی حاضر می‌شدند حتی به‌درستی نمی‌دانستند که این

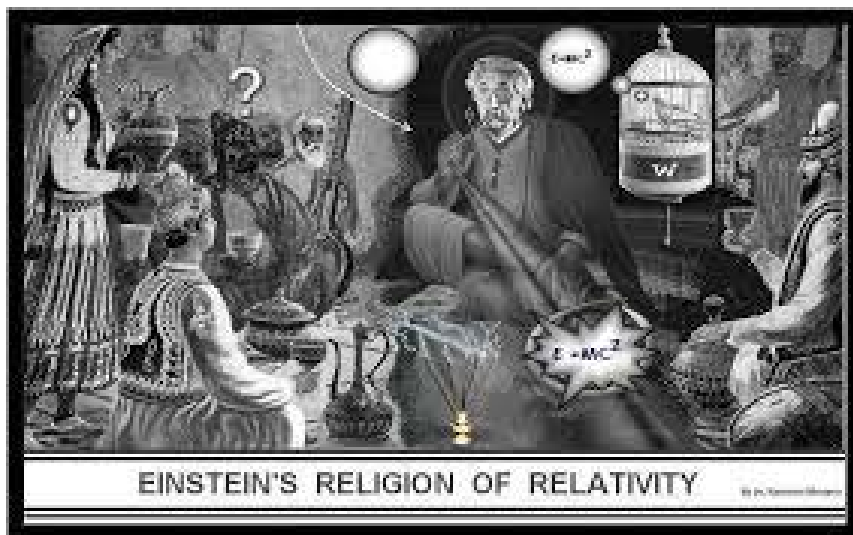
اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

شخص فیزیکی‌دان یا ریاضیدان یا فیلسوف یا مردی خیال‌باف است. معمولاً در مواردی که تعداد این کنجکاوان در کلاس‌های درس بیش از اندازه زیاد می‌شد اینشتین اظهار می‌داشت:

«اکنون لازم است من چند دقیقه‌ای صبر کنم تا کسانی که از حضور در این مجلس مقصودی جز دیدن قیافه‌ی من نداشته‌اند بتوانند تشریف ببرند». معمولاً در چنین مواردی همه‌ی حضار جلسه درس را ترک می‌کردند و فقط هشت تا ده تن از دانشجویان باقی می‌ماندند و اینشتین خوشحال بود از اینکه می‌تواند درباره‌ی مسائل فنی و تخصصی به بحث پردازد.»

الهیات اینشتین

فیلیپ فرانک، همکار و زندگی‌نامه‌نویس اینشتین، نوشته: بسیاری از مردم اصولاً کوچک‌ترین اطلاعی از این موضوع ندارند که نظریه نسبیت به کدامیک از شُعَب مختلف و متعارف بشری تعلق دارد.



مابین سال‌های ۱۹۲۰ و ۱۹۳۰ روزی در شهر پراگ به یکی از این جلسات سخنرانی درباره‌ی نظریه نسبیت وارد شدم که در آن اوقات در همه‌جا بسیار متداول بود. در این جلسه مردی را که متخصص الهیات کاتولیک

اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

بود و قبلاً می‌شناختم ملاقات کردم و وی مرا به اُسقفی که در جلسه حضور داشت معرفی کرد.

اسقف در حالی که بسیار متعجب به نظر می‌رسید گفت: «عجیب است! آیا فیزیکدان‌ها نیز به تئوری اینشتین علاقه دارند؟»

جنگ ابدی

در سال ۱۹۳۲ که اینشتین می‌خواست به ایالات متحده آمریکا مسافرت کند و عده‌ی بسیاری از اتحادیه‌های زنان به جرم اینکه وی اشاعه دهنده‌ی عقاید مفسده انگیز از قبیل صلح‌طلبی می‌باشد با ورود او مخالفت می‌کردند، اینشتین با لحنی آمیخته به شوخی به خبرنگار آشویتدپرس چنین گفت:

«چرا نمی‌خواهند مردی را که اینقدر عادی است که با هر جنگی در جهان مخالف است بجز جنگ اجتناب‌ناپذیر مابین زن و شوهر، در آمریکا بپذیرند؟»



موجود تماشایی

اینشتین عادت داشت که جدی‌ترین تشریفات را شوخی تصور کند و بزرگ‌ترین افتخارات ظاهری را بی‌اهمیت بداند. به کرات اتفاق افتاد که در میان جدی‌ترین مراسمی که به‌عنوان قدردانی از او به عمل می‌آمد، ناگهان

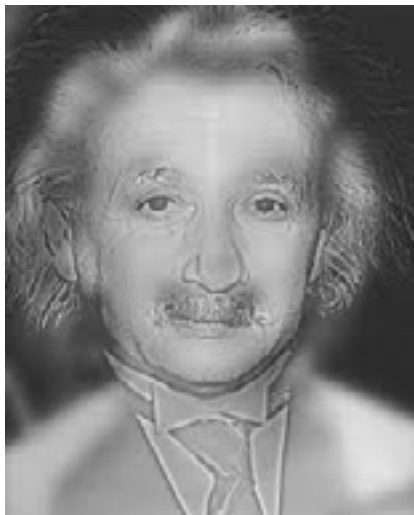
اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

نگاهی به سوی یکی از نزدیکان خود می‌انداخت و چشمک و لبخندی می‌زد که اصلاً این حرف‌ها را به ریش نگرفته است.

زن او زمانی حکایت کرد که در میان استقبال عمومی و کف زدن‌های اهالی نیویورک از وی سؤال کردم که نظرش در این خصوص چیست. جواب داد: «عینا مثل این است که مردم به تماشای سیرکی آمده باشند و با این حال تصور میکنم شیر و زرافه بیش از من درخور تماشا هستند».

نتیجه ازدواج نبوغ و زیبایی

فرد خلاق ناشناسی زمانی در جایی نوشت که مریلین مونرو، هنرپیشه زیباروی و معروف، یک وقتی نامه‌ای نوشت به آلبرت اینشتین که: فکرش را بکن که اگر من و تو ازدواج کنیم بچه‌هایمان با زیبایی من و هوش و نبوغ تو چه محشری می‌شوند!



اینشتین هم نوشت:

«ممنون از این همه لطف و دست و دل‌بازی شما. واقعاً هم که چه غوغایی می‌شود! ولی این یک روی سکه

اینشتین می‌گوید تو نابغه‌ای

است. فکرش را بکنید که اگر قضیه بر عکس شود چه رسوایی بزرگی بر پا می‌شود!»

نشانی معروف

هنگامی که اینشتین به تازگی در دانشگاه پرینستون شاغل شده بود، یک روز قرار بود به خانه برود ولی نشانی خانه‌اش را فراموش کرده بود. راننده تاکسی، او را نمی‌شناخت.

اینشتین از راننده پرسید: «آیا می‌دانید خانه اینشتین کجاست؟»



راننده گفت: «چه کسی آدرس اینشتین را نمی‌داند؟ هر کسی در پرینستون آدرس خانه اینشتین را می‌داند.»

اینشتین پاسخ داد: «لطفا مرا به آنجا ببرید.»

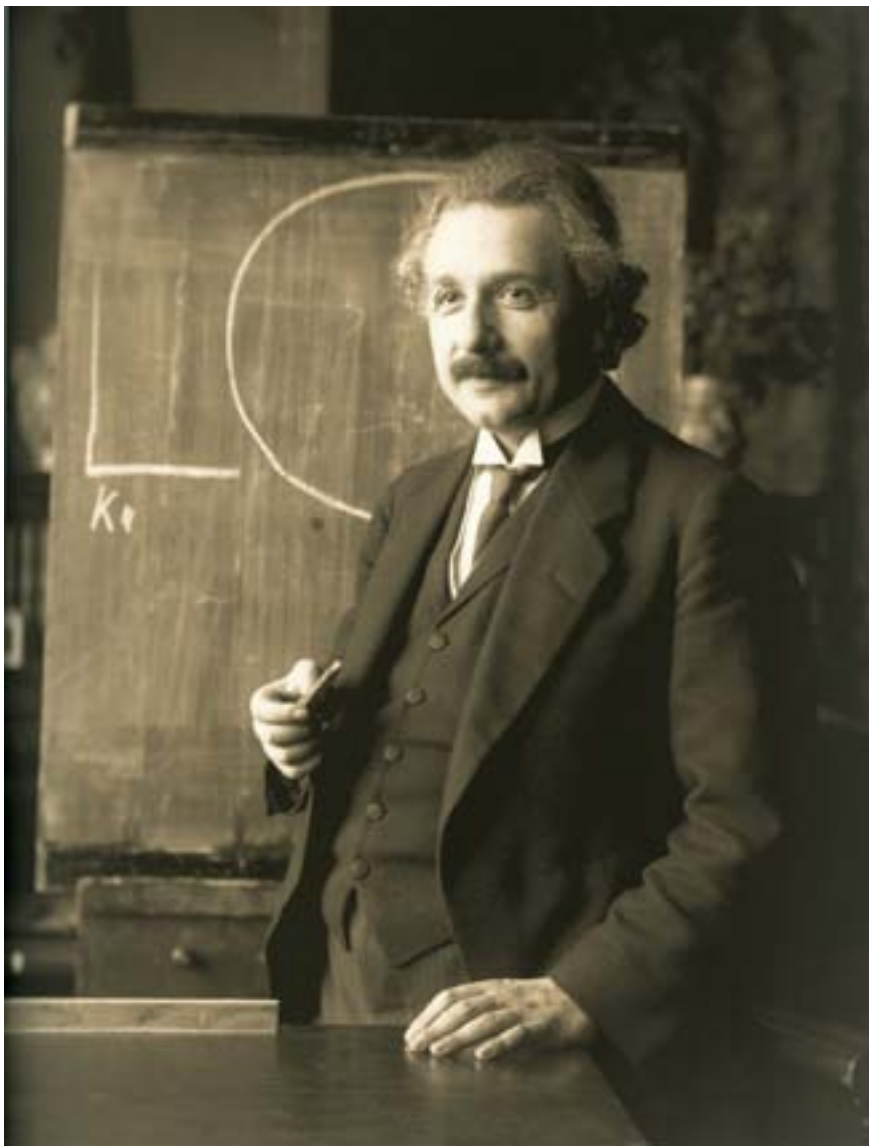
ببر گیاهخوار و امکان تفاهم بشری

اینشتین در مورد تمایل جنگ‌طلبانه بشر گفته بود: «تمایل به جنگ تا حدود بسیار بر ذات و طبیعت آدمی غالب است، همان‌طور که ماهیت رودخانه‌ها است که گاه و بی‌گاه در کناره‌های خود سیل و ویرانی ایجاد کنند»؛

و روزی به یکی از پیشگامان نهضت صلح گفته بود:



«آدمیان در راه تفاهم با یکدیگر همانقدر با مشکلات مواجه خواهند بود که ببری بخواهد به گیاهخواری بپردازد».



نامفهومترین چیز در جهان این است که جهان در خور فهم است. آلبرت اینشتین

پایان