



رمز کامیابی

(فکرت را تغییر بده تا زندگیت تغییر کند)

نویسنده: برایان تریسی

مترجم: احمد حسینی بنده قرائی

سرشناسه	:	حسینی بنده قرایی، احمد - ۱۳۵۷
عنوان و نام پدیدآورنده	:	رمز کامیابی (فکرت را تغییر بده تا زندگیت تغییر کند)
مشخصات نشر	:	مترجم: احمد حسینی بنده قرایی،
مشخصات ظاهری	:	مشهد: مؤسسه فرهنگی، هنری و انتشاراتی ضریح آفتاب
شابک	:	۳۴۴ ص
وضعیت فهرست نویسی	:	۹۷۸-۶۰۰-۴۷۶-۲۸۱-۶
موضوع	:	فیفا
یادداشت	:	
رده‌بندی کنگره	:	
رده‌بندی دیویی	:	
شماره کتابشناسی ملی	:	



نام کتاب		رمز کامیابی (فکرت را تغییر بده تا زندگیت تغییر کند)
مترجم		احمد حسینی بنده قرایی،
ناشر		مؤسسه فرهنگی، هنری و انتشاراتی ضریح آفتاب
صفحه آرا		شیما طاهریون
طراح		
نوبت چاپ		اول ۱۳۹۸
قطع		رقعی
شمارگان		۱۰۰۰
قیمت		
چاپ		
شابک		۹۷۸-۶۰۰-۴۷۶-۲۸۱-۶

مرکز پخش: مشهد، خیابان امام خمینی، جنب اداره کل آموزش و پرورش خراسان رضوی
 باززرگانی: (۰۵۱) ۳۲۲۸۱۴۱۰ سفارشات: (۰۵۱) ۳۲۲۸۳۴۲۲ دفتر نشر: (۰۵۱) ۳۲۲۸۰۱۶۷
 Web site - www.zarihaftab.ir Email - zarihaftab@gmail.com

«حق چاپ محفوظ است»

فهرست

پیش‌گفتار	۵
مقدمه	۷
فصل اول / فکر خود را تغییر دهید	۱۵
فصل دوم / زندگی خود را تغییر دهید	۳۷
فصل سوم / رؤیاهای بزرگ در سرتان پیروانید	۶۵
فصل چهارم / تصمیم بگیرید که ثروتمند شوید	۸۱
فصل پنجم / سر رشته زندگی خود را بدست بگیرید	۱۱۳
فصل ششم / متعهد شدن به عالی بودن	۱۲۹
فصل هفتم / به روابط شخصی خود بها بدهید	۱۶۵
فصل هشتم / مثل یک نابغه فکر کنید	۱۸۹
فصل نهم / توانمندی‌های ذهنی خود را آزاد کنید	۲۱۳
فصل دهم / از فکر خود بیشتر استفاده کنید	۲۴۵
فصل یازدهم / آینده خودتان را خلق کنید	۲۷۳
فصل دوازدهم / عالی زندگی کنید	۳۰۱
خلاصه و نتیجه‌گیری	۳۳۵

تقديم به همسر سمیه که همیشه پشتیبان و مشوق من است.

پیش گفتار

اگر آماده‌اید تا به عظمت و بزرگی برسید و دستاوردهای بزرگ داشته باشید، نقشه دقیق راه در دستان شما است. شما دی ان ای^۱ آینده خود را در اختیار دارید. همه‌ی چیزی که برای ساختن یک آینده شگفت‌انگیز برای خودتان لازم دارید این است که این کتاب را بخوانید، تصمیم بگیرید که آن را در زندگی شخصی خود بکار برید، یک برنامه بنویسید و سپس با اشتیاق به پیش رفته و آن را عملی کنید. می‌خواهم یک اعتراف بکنم. من یکی از طرفداران پروپاقرص برایان^۲ هستم. من در مورد او، آثار درخشان و نتایج فوق‌العاده‌ای که بدست آورده، مطالعه کرده‌ام. من یکی از همکاران و دوستان نزدیک او هستم. ما در بسیاری از زمینه‌ها باهم کار کرده‌ایم و علاوه بر آن دفعات زیادی با همدیگر ملاقات داشته و با یکدیگر گفتگو کرده‌ایم.

برایان یکی از بهترین متفکران و نویسندگان در زمینه پیشرفت و اعتلای شخصی و کسب موفقیت در جهان است. من این را خوب می‌دانم؛ زیرا من بیش از ۸۲ میلیون کتاب در این زمینه فروخته‌ام که هدف آن‌ها کمک به افراد برای کسب بیشترین بهره از زندگی‌شان بوده است.

فکر خود را تغییر دهید تا زندگی‌تان تغییر کند به شما نشان می‌دهد که چگونه منابع خارق‌العاده درونی خود را کشف کرده و قدرت غیرقابل‌باور خود را برای رسیدن به اهدافتان مورد استفاده قرار دهید. در این کتاب شما می‌آموزید که چگونه افراد و منابع موردنیاز را به زندگی خود جذب کنید تا به هر هدفی که دوست دارید برسید.

با کاربرد اصول و ایده‌های این کتاب در همه امور زندگی خود و شروع دستیابی به نتایج جدید و بهتر در زندگی، شما کاملاً شگفت‌زده خواهید شد. این اصول همان‌هایی هستند که توسط انسان‌های بزرگ و موفق، میلیون‌های خودساخته و رهبران در هر زمینه‌ای مورد استفاده قرار گرفته‌اند.

در این کتاب، شما یک فرآیند گام‌به‌گام برای رسیدن به موفقیت‌های بزرگ خواهید آموخت که در نهایت به سادگی آن را در زندگی خود پیاده‌سازی می‌کنید. استراتژی مطرح‌شده برای موفقیت در این کتاب بسیار منطقی بوده و به‌صورت فوق‌العاده‌ای جذاب است و در نهایت آنچنان عملی و همه‌جانبه است که واقعاً منجر به یک تحول عظیم در عملکرد شخصی می‌شود.

شما که به‌هرروی فکر می‌کنید و همیشه در حال اندیشیدن هستید، پس چرا بزرگ فکر نکنید و نتایج عالی کسب نکنید؟

برایان در دنیای سخنوری و نویسندگی همانند نور می‌درخشد. فکر و اندیشه او ناب و غیرقابل‌باور است و از این طریق نتایج شگفت‌انگیزی را برای خود و صدها هزار انسان دیگر رقم زده است. اندیشه و فکر ناب برایان در این کتاب الهام‌بخش شما می‌شود تا نتایج مشابه و حتی بیشتر از آن را کسب کنید.

برای ماجراجویی‌ها و اکتشافات بزرگ در بزرگ‌ترین سرزمین موجود یعنی ذهن‌تان، آماده شوید! قرار است که تجربه فوق‌العاده‌ای داشته باشید.

مارک ویکتور هانسن^۱

نویسنده کتاب سوپ مرغ برای روح^۲

مقدمه

هیچ چیز در روی زمین وجود ندارد که شما نتوانید آن را داشته باشید، به شرط آن که در ذهن خود این واقعیت را بپذیرید که می‌توانید آن را بدست آورید.

- رابرت کولبو^۱

■ حقیقت در مورد شما

شما فردی کاملاً خوب هستید. شما شایسته یک زندگی فوق‌العاده، پر از موفقیت، مملو از خوشبختی، و سرشار از شادی و هیجان هستید. حق شما است که روابط شاد، سلامتی عالی، شغل خوب و استقلال مالی داشته باشید. این حق با تولد شما برایتان به وجود می‌آید. این‌ها چیزهایی هستند که باید در زندگی شما وجود داشته باشند.

شما برای موفقیت مهندسی شده‌اید و طوری طراحی و خلق شده‌اید که می‌توانید سطوح بالایی از اعتماد به نفس، عزت نفس و غرور شخصی را دارا باشید. شما فوق‌العاده هستید و در هیچ زمانی از طول تاریخ بشریت شخص دیگری همانند شما در زمین وجود نداشته است. شما توانایی‌های استفاده نشده و استعداد های شکوفان نشده و کاملاً بی‌ظنیری دارید که وقتی به درستی مورد استفاده قرار گیرند می‌توانند همه چیزهایی که تا حالا در زندگی خود می‌خواسته‌اید را برایتان به ارمغان بیاورند.

1. Robert Collier

شما در عالی‌ترین برهه از تاریخ بشر زندگی می‌کنید. شما با فرصت‌های فراوانی احاطه شده‌اید که می‌توانید از آن‌ها استفاده کنید و به رؤیاهای خود جامه عمل بپوشانید. تنها محدودیت‌های واقعی در مورد آنچه که شما می‌توانید باشید، انجام دهید و یا داشته باشید، محدودیت‌هایی هستند که خودتان در فکر خودتان برای خود قائل هستید. آینده شما واقعاً نامحدود است.

■ واقعیت را بفهمید!

واکنش شما به سه پاراگراف قبلی چگونه بود؟ احتمالاً برای این سؤال دو پاسخ وجود دارد. اول اینکه شما جملات گفته‌شده را دوست داشتید و عمیقاً آرزو کردید که ای کاش همه آنها برای شما واقعیت داشتند. اما پاسخ دوم شما احتمالاً یا شک و تردید و یا نابوری بود. با وجود آنکه شما عمیقاً می‌خواهید که یک زندگی شگفت‌انگیز، سالم، شاد و پربار داشته باشید، ولی زمانی که این جملات را می‌خوانید، تردیدها و ترس‌های شما بلافاصله در مقابل شما ظاهر می‌شوند و دلایلی را برای شما یادآوری می‌کنند که به خاطر آنها این رؤیاهای و اهداف برای شما ممکن نیست. حُب، به خیل جمعیت پیوندید!

این دقیقاً همان احساسی است که من چند سال قبل داشتم. اگرچه خواسته من این بود که در زندگی خود یک فرد کاملاً موفق باشم، ولی در آن موقع بیکار بودم و علاوه بر اینکه تحصیلاتی نداشتم هیچ مهارتی هم بلد نبودم. من نمی‌دانستم چه کاری می‌توانم انجام دهم تا وضعیت و شرایطم بهتر شود. از یک طرف ایده‌های بزرگ در سرم داشتم و از طرفی هیچ‌گونه منبع یا فرصتی در اختیار نداشتم و عملاً احساس می‌کردم که بین این دو گیر افتاده‌ام. در همان زمان بود که من یک سری اصول فوق‌العاده و مهم را کشف کردم که منشأ تمامی موفقیت‌ها و دستاوردهای بزرگی بوده‌اند که در قرون و اعصار مختلف بدست آمده‌اند. و این چنین شد که زندگی من برای همیشه تغییر پیدا کرد.

پس از این که کارایی این اصول و قواعد در زندگی خودم اثبات شدند، شروع به صحبت کردن و آموزش آنها به دیگران شدم تا آنها هم همان ایده‌ها را در زندگی

خود اعمال کنند. از آن زمان تاکنون، من چندین هزار کنفرانس و سمینار را برگزار کرده‌ام که هرکدام چهار روز طول کشیده و در طی این کنفرانس‌ها در دهها کشور دنیا این اصول را با میلیون‌ها شرکت‌کننده در میان گذاشته‌ام. اکثر آنها نیز زمانی که برای اولین بار این ایده‌های خوش‌بینانه و این احتمالات ممکن را می‌شنیدند، شکاک بوده و نسبت به آنها تردید داشتند. این شکاکیت و تردید در آنها ادامه داشت تا اینکه آنها چیزهایی را آموختند که شما در صفحات پیش رو خواهید آموخت. این آموخته‌ها زندگی آنها را تغییر داد، چنانکه زندگی شما را نیز تغییر خواهند داد.

■ اصل بزرگ

شاید مهم‌ترین اصل ذهنی و روحی که تاکنون کشف‌شده این است که شما تبدیل به همان چیزی می‌شوید که بیشتر اوقات در مورد آن فکر می‌کنید. دنیای بیرونی شما یک تصویر آینه‌ای از دنیای درونی شما است. چیزی که در خارج از شما در جریان است، انعکاسی است از آنچه که در داخل شما وجود دارد. شما می‌توانید وضعیت درونی یک شخص را با نگاه کردن به وضعیت بیرونی زندگی او بفهمید. و این دو همیشه با هم مرتبط هستند.

■ فکرها تعیین‌کننده هستند

ذهن شما به صورت فوق‌العاده‌ای قدرتمند است. افکار شما تقریباً همه چیزهایی که برای شما اتفاق می‌افتد را کنترل و تعیین می‌کنند. افکار شما می‌توانند ضربان قلب شما را افزایش یا کاهش دهند، هضم غذا را بهبود بخشند یا در آن اختلال ایجاد کنند، ترکیب شیمیایی خون شما را تغییر دهند، و به شما کمک کنند که شب بهتر بخوابید و یا برعکس در نیمه‌های شب از خواب بپريد.

افکار شما می‌توانند شما را خوشحال یا ناراحت کنند، و گاهی اوقات این کار را حتی در یک آن انجام می‌دهند. آنها می‌توانند شما را آگاه و هوشیار نگه داشته و یا باعث حواس‌پرتی و افسردگی شما شوند. آنها می‌توانند باعث شوند که شما محبوب یا منفور، با اعتماد به نفس یا ترسو، و مثبت یا منفی باشید. افکار شما می‌توانند باعث شوند که شما احساس یک فرد قوی یا ضعیف، پیروز یا قربانی، و قهرمان یا بازنده را داشته باشید.

در زندگی مادی شما، افکار شما می‌توانند شما را به موفقیت یا شکست، رفاه یا فقر، و احترام یا بی‌توجهی برسانند. افکار شما، و اقداماتی که افکارتان شما را به انجام آنها ترغیب می‌کنند، کل زندگی شما را تعیین می‌کنند. و در این میان بهترین خبر برای شما این است که آنها کاملاً تحت کنترل خودتان هستند.

■ افکار، احساسات و خواسته‌ها

شما مجموعه پیچیده‌ای از افکار، احساسات، نگرش‌ها، خواسته‌ها، تصاویر، ترس‌ها، امیدها، شک‌ها، تردیدها، عقاید و همت‌ها هستید که هر یک از آنها دائماً در حال تغییر است، و گاهی اوقات برخی از آنها از یک ثانیه تا ثانیه بعد تغییر می‌کنند. هر کدام از این عناصرِ شخصیت شما بر عناصرِ دیگر تأثیر می‌گذارد، و گاهی اوقات این تأثیر به شیوه‌ای غیرقابل پیش‌بینی انجام می‌شود. کل زندگی شما نتیجه درهم‌تنیدگی و اتصال این عوامل به یکدیگر است.

افکار شما باعث ایجاد تصاویر و چشم‌اندازهایی می‌شوند که احساسات شما را شکل می‌دهند. این تصاویر و احساسات باعث ایجاد نگرش‌های شما شده و اقدامات شما را شکل می‌دهند. سپس پیامدها و نتایج حاصل از اقدامات شما تعیین می‌کنند که چه سرنوشتی برای شما رقم بخورد. اگر شما در مورد موفقیت و اعتماد به نفس فکر کنید، احساس قدرت و لیاقت در وجود شما شکل می‌گیرد، و شما کارهای خود را بهتر انجام خواهید داد. اگر شما به ارتکاب اشتباه و یا شرمندگی فکر کنید، صرف‌نظر از اینکه چقدر خوب هستید ضعیف عمل خواهید کرد.

تصاویر و چشم‌اندازهایی که از فکر خودتان سرچشمه گرفته و یا تحت تأثیر عوامل خارجی در ذهن شما ایجاد شده‌اند، قادر هستند که ایده‌ها، احساسات و نگرش‌های همسو با خود را در شما بوجود آورند. سپس آنها اقداماتی را موجب می‌شوند که برآیند و نتیجه مشخصی را بدنبال دارد. موقعیتی که در آن قرار می‌گیرید و یا قضاوت یک شخص دیگر می‌تواند باعث شود که فوراً در شما احساس خوشحالی یا غم، سربلندی یا عصبانیت، و محبوبیت یا تنهایی شکل بگیرد.

■ نگرش‌ها، اقدامات و احساسات

نگرش‌های شما چه مثبت باشند و چه منفی، چه سازنده باشند و چه مخرب، منجر به ایجاد تصاویر، احساسات، اقدامات و رفتار متفاوتی می‌شوند که بر زندگی و روابط شما تأثیر می‌گذارند. درواقع اساس نگرش‌های شما تجارب قبلی و فرضیه‌های پایه‌ای است که شما در مورد چگونگی امور مختلف دارید.

اقدامات و رفتار شما باعث ایجاد احساسات و نگرش‌هایی می‌شوند که همسو با آنها است. با استفاده از قانون برگشت‌پذیری^۱ شما می‌توانید احساس خود را با رفتار و عمل خود سازگار کنید. اگر طوری رفتار و عمل کنید که انگار در حال حاضر خوشبخت، شاد، مثبت و با اعتماد به نفس هستید، به‌زودی احساس درونی شما نیز همین‌گونه خواهد شد. بدانید که رفتار و اقدامات شما تحت کنترل مستقیم خودتان هستند، درحالی‌که احساسات شما تحت کنترل مستقیم خودتان نیستند. جنبه‌های بیرونی زندگی شما به‌خودی‌خود خنثی هستند. در عوض معنا و مفهومی که شما به آنها می‌دهید تعیین‌کننده نگرش‌ها، عقاید، احساسات و واکنش‌های شما نسبت به آنها است. اگر شما فکر خود را در مورد هر بخشی از زندگی خود تغییر دهید، چگونگی احساس و رفتار خود در آن حوزه را تغییر خواهید داد. و از آنجاکه تنها خودتان می‌توانید تصمیم بگیرید که چگونه فکر کنید، توانایی کنترل کامل بر زندگی خود را دارید.

■ باورهایتان را مورد سؤال قرار دهید

قانون باور^۲ می‌گوید: به هر چه که اعتقاد راسخ داشته باشید واقعیت زندگی‌تان می‌شود. باورهای عمیق شما چه درست باشند و چه غلط، رفتار و عمل شما همیشه با آنها سازگار بوده و منطبق بر آنهاست. و بدانید که همه باورهای شما آموختنی هستند. واضح است که باورهای کنونی شما از همان ابتدا با شما نبوده‌اند.

باورهای شما تا حد زیادی واقعیت شما را تعیین می‌کنند. خیلی وقت‌ها شما چیزی را که می‌بینید باور نمی‌کنید. از طرف دیگر شما ترجیح می‌دهید چیزی را

1. The Law of Reversibility, 2. The Law of Belief

بینید که از قبل آن را باور دارید. شما می‌توانید باورهای داشته باشید که کیفیت زندگی را بالا برده و باعث خوش بینی و خوشبختی شما شوند، و یا می‌توانید در مورد خودتان و پتانسیلی که دارید باورهای منفی داشته باشید، که عملاً چنین باورهایی همانند مانع از تحقق موفقیت‌هایی که استحقاقش را دارید، جلوگیری خواهند کرد.

مضرترین باورهایی که شما می‌توانید داشته باشید، باورهای خودمحدودکننده هستند. باورهای خودمحدودکننده باورهایی در مورد خودتان و پتانسیل‌هایتان هستند که مانع پیشرفت شما می‌شوند. اکثر آنها حقیقت ندارند. اغلب آنها نتیجه اطلاعاتی هستند که شما آنها را بی‌چون و چرا پذیرفته‌اید، و اغلب آنها از دوران کودکی با شما هستند. حتی اگر کاملاً اشتباه باشد، در صورتی که باور داشته باشید که نمی‌توانید به یک زندگی سالم و پر از خوشبختی دست پیدا کنید و یا پول زیادی بدست آورید، این محدودیت‌ها برای شما واقعیت پیدا خواهند کرد. ریچارد باخ^۱ در کتاب خود به نام رؤیاهای^۲ نوشته است که «محدودیت‌های خودتان را به صورت دقیق موردبررسی قرار دهید، شاید شما واقعاً چنین محدودیت‌هایی نداشته باشید.»

■ شما یک آهنربای زنده هستید

قانون جاذبه می‌گوید که شما همانند یک «آهنربای زنده» هستید و همواره در حال جذب افراد، ایده‌ها، فرصت‌ها و شرایطی هستید که با افکار غالب شما هماهنگ هستند.

وقتی شما مثبت، خوش‌بینانه، عاشقانه، و با افکار موفقیت‌آمیز فکر می‌کنید، شما یک میدان نیروی مغناطیسی ایجاد می‌کنید. همانند جذب براده‌های آهن به آهن‌ربا، چیزهایی که به آنها فکر می‌کنید به سمت شما جذب می‌شوند. این قانون توضیح می‌دهد که چرا لازم نیست شما نگران کامیابی و موفق شدن خود بوده و به منشأ آن فکر کنید. اگر شما بتوانید ذهن خود را به وضوح بر روی آنچه که می‌خواهید متمرکز کرده و از فکرکردن در مورد آنچه نمی‌خواهید خودداری کنید، آماده شده‌اید که همه چیزهای مورد نیاز برای رسیدن به اهداف خود را جذب کنید.

1. Richard Bach, 2. Illusions

شما با تغییر تفکر، زندگی خود را تغییر می‌دهید.

■ تنها معیار واقعی

برتراند راسل^۱ (فیلسوف انگلیسی) گفته است: «بهترین دلیل قابل انجام بودن یک کار آن است که تابه حال دیگران توانسته باشند آن را انجام دهند». در کتاب عهد جدید^۲، عیسی مسیح یک روش را برای تعیین درستی اصول به مسیحیان یاد داده است: «برای شناسایی یک اصل ثمره و نتیجه آن را بررسی کنید».

به عبارت دیگر تنها سؤالی که شما در مورد هر ایده نیاز به پرسیدن آن دارید این است که «آیا این ایده کار می‌کند؟». آیا این ایده می‌تواند نتایج موردنظر شما را به ارمغان بیاورد؟ میلتون فریدمن^۳ (اقتصاددان برنده جایزه نوبل) گفته است که: «تنها معیار واقعی برای درستی یک نظریه یا یک ایده، توانایی شما برای پیش‌بینی‌های صحیح آینده بر پایه آن است».

خبر خوب این است که ایده‌ها و اصولی که شما قرار است یاد بگیرید قبلاً آزمایش شده و در زندگی و تجربیات میلیون‌ها نفر از مردم ثابت شده‌اند. مانند هر اصل دیگری از اصول کائنات، این اصول نیز خنثی هستند. چنانکه می‌دانیم کائنات انتخابی بر خورد نکرده و با همه به‌طور یکسان رفتار می‌کند. هر دانه که شما در زمین بکارید کائنات آن را رشد خواهد داد. هر دانه فکری که شما در ذهن خود بکارید نیز به‌خوبی توسط کائنات رشد خواهد یافت و این چیزی است که کاملاً به خود شما بستگی دارد.

■ افکار خود را انتخاب کنید

افراد موفق کسانی هستند که نسبت به افراد ناموفق به‌طور موثرتری فکر می‌کنند و رویکرد آنها نسبت به زندگی، روابط، اهداف، مشکلات و تجربه‌ها با دیگران متفاوت است. آنها دانه‌های بهتری می‌افشانند و در نتیجه زندگی بهتری درو می‌کنند. اگر شما یاد بگیرید همانند افراد موفق، شاد، سالم و کامیاب دیگر فکر کرده و عمل کنید، به‌زودی شما هم این نوع زندگی را تجربه کرده و از آن لذت

1. Bertrand Russell, 2. New Testament, 3. Milton Friedman

خواهید برد. هنگامی که شما طرز فکر خود را تغییر دهید، زندگی خود را تغییر خواهید داد.

کائنات با کسی شوخی ندارد و همیشه خالصانه، جدی و سختگیرانه است. او همیشه کار خود را درست انجام می‌دهد در حالی که اشتباهات و شکست‌ها همیشه از خود بشر هستند. او از انسان‌هایی که قادر به قدرشناسی او نیستند بیزار بوده و تنها با افراد شایسته، خالص و بی‌ریا کنار آمده و رازهای خود را برای آنها آشکار می‌کند.

- جان ولفگانگ فون گوته^۱

فصل اول

فکر خود را تغییر دهید

یک قانون در روانشناسی وجود دارد که می‌گویند اگر شما تصویری از آنچه می‌خواهید باشید را در ذهن خود بسازید و آن را به مدت کافی در ذهن خود حفظ کنید، به‌زودی تبدیل به همان تصویری می‌شوید که در ذهن شما وجود داشته است.

- ویلیام جیمز^۱

روزی روزگاری یک زن حدوداً ۳۰ ساله، متأهل و دارای دو فرزند وجود داشت که مانند بسیاری از افراد دیگر در خانواده‌ای بزرگ شده بود که مرتب به او انتقاد می‌شد و غالباً پدر و مادرش با او رفتار ناعادلانه‌ای داشتند. نتیجه چنین رفتاری در او احساس عمیق حقارت و کمبود عزت‌نفس بوجود آورده بود. این زن منفی‌باف و ترسو بوده و به‌طور کلی اعتماد به نفس نداشت. او خجالتی بود و اغلب با خودش در ستیز بوده و برای خودش ارزشی قائل نبود. او احساس می‌کرد که در هیچ چیز استعداد ندارد.

یک روز که او در حال رانندگی به طرف بازار بود، ماشین دیگری از چراغ قرمز رد شده و با او تصادف کرد. وقتی به هوش آمد در بیمارستان بستری بود و دچار یک ضربه مغزی خفیف و ازدست‌دادن کامل حافظه شده بود. با اینکه هنوز می‌توانست صحبت کند ولی هیچ خاطره‌ای از زندگی گذشته‌اش به یاد نداشت. او به فراموشی کامل مبتلا شده بود.

در ابتدا پزشکان می‌گفتند که این وضعیت موقتی است اما هفته‌ها گذشت و حتی مقدار کمی از حافظه او بازنگشت. شوهر و فرزندان او روزانه با او ملاقات می‌کردند ولی او آن‌ها را به یاد نمی‌آورد. از آنجا که وضعیت او موردی غیر معمول بود سایر پزشکان و متخصصان روزانه به او مراجعه می‌کردند تا او را معاینه کرده و سوالات خود را در مورد وضعیتش از او بپرسند.

■ شروع مجدد

در نهایت او با حافظه خالی به خانه رفت و مصمم شد که بفهمد چه اتفاقی برای او رخ داده است. او شروع به خواندن کتاب‌های درسی پزشکی و مطالعه بر روی موضوع تخصصی فراموشی و ازدست‌دادن حافظه کرد. با متخصصان در این زمینه

1. William James