

# اثر مرکب

دارن هاردی

مترجم: فاطمه ندری

[www.ketab.ir](http://www.ketab.ir)



Hardy, Darren

هاردی، دارن

اثر مرکب / دارن هاردی؛ مترجم فاطمه ندری

تهران: شاهدخت پاییز، ۱۴۰۰

۱۹۷ ص.

۹۷۸-۶۲۲-۶۸۴۷-۳۰-۸

فیپا

The compound effect: multiplying your success, one simple step at a time, 2010  
عنوان اصلی:

موفقیت- رهبری - خودیاری

ندری، فاطمه، ۱۳۴۹- مترجم

BF ۶۳۷

۱۵۸/۱

۷۵۹۱۰۵۰

سرشناسه

عنوان و نام پدیدآور

مشخصات نشر

مشخصات ظاهری

شابک

وضعیت فهرست‌نویسی

یادداشت

موضوع:

شناسه افزوده

رده‌بندی کنگره

رده‌بندی دیویی

شماره کتابشناسی ملی



خیابان جمهوری، خیابان فخررازی، کوچه ماستری فرهادی، بلاک ۴۲ طبقه اول

تلفن: ۶۶۴۹۷۸۹۲ تلفن همراه: ۰۲۶۵۰۹۴۷۸

## اثر مرکب

دارن هاردی

مترجم: فاطمه ندری

ناشر: انتشارات شاهدخت پاییز

نوبت چاپ: دوم ۱۴۰۰

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۴۷-۳۰-۸

قیمت: ۷۰۰۰۰ تومان

## فهرست مطالب

۷	یک پیام اختصاصی.....
۱۱	مقدمه.....
۱۵	فصل ۱: اثر مرکب در عمل.....
۲۱	سکه جادویی.....
۲۲	سه دوست.....
۲۵	اثر موجی.....
۲۸	موفقیت روشی قدیمی.....
۳۱	طرز فکر میکروویوی.....
۳۵	فصل ۲: انتخاب‌ها.....
۳۷	فیل‌ها گاز نمی‌گیرند.....
۳۸	شکرگزاری در طی سال.....
۴۰	مسئولیت صد در صد.....
۴۳	خوش شانس.....
۴۴	فرمول کامل خوش شانس.....
۴۸	تله پول.....
۵۹	درخت پول.....
۶۴	موفقیت یک نیمه مارا تن است.....
۶۹	فصل ۳: عادت‌ها.....
۷۰	موجودات عادت.....

۷۵	نیروی چرایی وجود خود را بیابید.....
۷۹	انگیزه مرکزی.....
۸۳	اهداف.....
۸۸	بهبود خود.....
۹۱	تغییر دهندگان بازی.....
۹۸	تجسس در عادات بد.....
۱۰۵	تغییر سخت است.....
۱۰۹	فصل ۴: حرکت.....
۱۱۰	مهار قدرت حرکت بزرگ.....
۱۱۵	قدرت رویه‌ها.....
۱۲۱	روباهای شیرین.....
۱۲۳	ریتم رفتاری خویش را بیابید.....
۱۳۶	فصل ۵: تاثیرات.....
۱۳۸	آب ناسالم ننوشید.....
۱۴۱	رژیم رسانه‌ای بگیرید.....
۱۴۷	قطع کردن روابط.....
۱۶۰	فصل ۶: شتاب دهی.....
۱۶۲	لحظه‌های حقیقت.....
۱۶۵	نتایج خود را چندین برابر کنید.....
۱۷۹	نتیجه‌گیری.....
۱۸۴	پیوست.....
۱۸۶	پرسشنامه‌ها.....

## مقدمه

این اثر در مورد چگونگی کسب موفقیت است، برای دستیابی به موفقیت چقدر زمان احتیاج است؟ احتمال دارد که خودتان را گول بزنید اما هیچ نوش دارو و فرمول جادویی یا راه حلی سریع برای بدست آوردن موفقیت نیست، درآمد سالانه ۲۰۰ هزار دلار را نمی‌شود با ۲ ساعت کار روزانه با اینترنت ایجاد کرد، امکانش نیست هفته‌ای ۲۰ کیلو لاغر شوید، با هیچ چیزی نمی‌شود، شبیه ۲۰ سالگی خود شوید، با خوردن هیچ قرصی کسی عاشق شما نمی‌شود و با نیرنگ و مکر به هیچ موفقیت مادام‌العمری نخواهید رسید.

خوب بود اگر امکان داشت موفقیت، شهرت، اعتماد به نفس، روابط خوب، سلامت و ثروت خود را در یک بسته از فروشگاه‌های المارت بخرید ولی خوب می‌دانید که این طور نیست! ما همیشه در حال روبرویی با ادعاهای انگیزشی در مورد ثروتمند شدن، خوش اندام بودن و جوان‌تر و جذاب‌تر شدن هستیم، که با تلاشی بسیار کم و با قیمتی کمتر از ۴۰ دلار بدست می‌آید. این پیام‌های تبلیغاتی ذهن ما را در راه رسیدن واقعی به هدف خود منحرف می‌کند، از پیغام‌های دروغین و تبلیغ صرف خسته شدم من عقب نشینی نخواهم کرد تا تماشای این پیغام‌های پوچ مردم را بیشتر از این به انحراف نکشاند.

دلیل نوشتن این کتاب همین است که پایه و اساس درست موفقیت به وضوح مطرح شود. یکی از اهدافم این است که آسفتگی شما را سر و سامان دهم و شما را متمرکز بر اصول اساسی کنم. شما هم می‌توانید با به کارگیری و انجام تمرین‌های این کتاب به نتایج پایدار و قابل‌سنجش برسید. شما در این کتاب قدرت اثر مرکب را خواهید یافت و زندگی خود را به سمت بهتر شدن هدایت می‌کنید از آن استفاده کنید، تا انقلابی در زندگی خود ایجاد کنید. حتما شنیده‌اید که به هر آنچه می‌اندیشید و در زندگی برایش هدف گذاری کنید، دست خواهید یافت. پس نحوه رسیدن به آن را پیدا کنید، اثر مرکب به شما خواهد آموخت، با اجرای تکنیک‌های این کتاب چیزی نیست که قابل دست‌یابی نباشد، می‌دانید چرا می‌گویم اثر مرکب تنها روش برای رسیدن به موفقیت است چون آن را در زندگی خودم پیاده سازی کرده‌ام و نتایجش را دیده‌ام، از این که نویسندگان معروف به شهرت و ثروت خود افتخار می‌کنند، ناراحتم، بدانید که من از ثروت‌هایم سخن نمی‌گویم، بلکه از تجارب خودم صحبت می‌کنم و شواهدی زنده به شما نشان می‌دهم که قصد بیان نظریه‌های تکراری را ندارم.

همان‌طور که آنتونی رابینز ذکر کرد من از کوششی که قبلا برای کارم کرده‌ام امروز لذت می‌برم. چون به اصول این کتاب پایبند بوده‌ام. در ۲۰ سال اخیر در رشته موفقیت بسیار مطالعه و تفحص کرده‌ام و هزاران دلار را صرف تست ایده‌ها، فلسفه‌ها و منابع موفقیت کرده‌ام و تجاربم اثبات کرد که انتخاب ترندها و آموخته‌ها و سبک‌های شما بی‌اهمیت است. چون که موفقیت در پی نظام اثر مرکب آشکار خواهد شد.

در ۱۶ سال اخیر، مشاور و استاد حوزه توسعه و پیشرفت موفقیت فردی بوده‌ام و با صاحب‌نظران، سخنرانان و نویسندگان مشهوری همکاری داشته‌ام در سطح سخنران و مشاور ده‌ها هزار کارآفرین را تعلیم داده‌ام و مربی رهبران کسب و کار و مدیران ارشد اجرایی و بسیاری از افراد موفق بوده‌ام.