

اثر مرکب

چگونه لاک پشت‌ها از خرگوش‌ها پیشی می‌گیرند

دون هاردی

ترجمه‌ی پوریا امامی



نشر میلکان

www.ketab.ir

سرشناسه: هاردی، درن، ۱۹۷۱-م، **Darren, Hardy**
عنوان و نام پدیدآور: اثر مرکب؛ نوشته‌ی درن هاردی؛ ترجمه‌ی پوریا امامی.
مشخصات نشر: میلکان، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری: ۱۹۱ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۷۳-۴۹-۸
وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
یادداشت: عنوان اصلی، **The Compound Effect**
موضوع: موفقیت، خودیاری
شناسه‌ی افزوده: امامی، پوریا - مترجم
رده‌بندی کنگره: BF۶۳۷
رده‌بندی دیویی: ۱۵۸/۱
شماره‌ی کتاب‌شناسی ملی: ۵۷۹۴۴۱۷

اثر مرکب
چگونه لاک پشت‌ها از خرگوش‌ها پیشی می‌گیرند
درن هاردی
ترجمه‌ی پوریا امامی
ویراسته‌ی مینا محمدیان از «ویراستارباشی»

مدیر تولید: کاوان بشیری
صفحه‌آرایی و آماده‌سازی: واحد تولید کتاب میلکان

چاپ: کرج
چاپ چهاردهم، ۶۰۰

تیراژ: ۱۱۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۷۳-۴۹-۸



نشر میلکان

www.Milkan.ir
info@Milkan.ir

تمجید اثر مرکب. ۹

پیام ویژه از آنتونی رابینز. ۱۷

مقدمه. ۲۱

فصل اول: اثر مرکب در عمل. ۲۵

فصل دوم: انتخاب‌ها. ۴۱

فصل سوم: عادت‌ها. ۶۹

فصل چهارم: تکانه. ۱۰۱

فصل پنجم: اثرات. ۱۲۱

فصل ششم: شتاب. ۱۳۹

جمع‌بندی. ۱۵۵

پیوست. ۱۵۹

پی‌نوشت‌ها. ۱۸۹

مقدمه

کتاب حاضر درباره‌ی موفقیت و الزامات دستیابی به آن است. وقتش شده که کسی این مطلب را مستقیم به شما بگوید. شما مدت زیادی گول خورده‌اید. هیچ ترکیب جادویی، فرمول محرمانه یا راه‌حل سریعی در کار نیست. ممکن نیست از طریق برنامه‌های جذاب و واهی و تنها با روزانه دو ساعت کار در اینترنت به درآمد ۲۰۰ هزاردلاری در سال برسید، در هفته ده کیلوگرم وزن کم کنید، با استفاده از کرم زیبایی بیست سال جوان شوید، زندگی زناشویی خود را با یک قرص سروسامان ببخشید یا با طرحی که بیش از اندازه خوب به نظر می‌رسد، همیشه موفق عمل کنید. بسیار عالی بود اگر می‌توانستید موفقیت شهرت، عزت‌نفس، روابط خوب، سلامتی و خوشبختی‌تان را در بسته‌ای کادوپیچ از فروشگاه‌های المارت[®] محله‌تان بخرید؛ اما این کارها شدنی نیست.

ما بی‌وقفه در معرض ادعاهایی هیجان‌انگیز و روبه‌افزایشیم، برای ثروتمند شدن، برانزده شدن، جوان تر شدن، جذاب تر شدن و...، آن‌هم یک‌شبه و با تلاشی کم و تنها سه پرداخت آسان ۳۹ دلار و ۹۵ سنتی. این پیام‌های بازاریابی تکراری حس ما را درباره‌ی الزامات واقعی موفقیت منحرف کرده‌اند. اصول ساده اما عمیق دستیابی به موفقیت دیگر به چشممان نمی‌آیند.

من از این موضوع خسته شده‌ام. دست روی دست نمی‌گذارم و اجازه نمی‌دهم این پیام‌های بی‌ملاحظه مردم را منحرف کنند. این کتاب را برای بازگرداندن شما به اصول اولیه نوشته‌ام و سعی می‌کنم به شما در مرتب کردن درم‌ریختگی‌ها کمک کنم و توجه‌تان را به اصول بنیادین جلب کنم. می‌توانید تمرین‌ها و قواعد امتحان‌شده‌ی موفقیت را که در این کتاب گنجانده شده‌اند، بلافاصله برای دستیابی به نتایج سنجش‌پذیر و پایدار، در زندگی خودتان پیاده کنید. به شما خواهم آموخت

که چگونه قدرت اثر مرکب را به دست بگیرید، یعنی سیستم عملکردی که زندگی تان را در راستای پیشرفت یا پسرفت اداره می‌کرده است. یادتان می‌دهم که طوری از این سیستم به نفع خودتان بهره ببرید که بتوانید زندگی تان را واقعاً متحول کنید. شنیده‌اید که ذهن تان را بر هر چه متمرکز کنید، می‌توانید به آن دست یابید، درست است؟ این جمله تنها در صورتی درست است که بدانید چطور این کار را انجام دهید. اثر مرکب کتاب راهنمایی است که به شما می‌آموزد چطور بر این سیستم مسلط شوید. وقتی این کار را انجام دادید، دیگر چیزی وجود نخواهد داشت که نتوانید به دستش بیاورید.

اثر مرکب تنها فرایندی است که برای دستیابی به موفقیت نهایی به آن نیاز دارید. از کجا می‌دانم؟ اول این که این قوانین را در زندگی شخصی خودم پیاده کرده‌ام. از این که نویسنده‌ها سعی می‌کنند توجه مخاطبان را به شهرت و کامیابی خود جلب کنند متفرم؛ اما باید بدانید من از تجربه‌های شخصی خودم برای شما صحبت می‌کنم. چیزی که به شما ارائه می‌کنم اثباتی عینی است، نه نظریه‌ای تکراری. همان‌طور که آنتونی رابینز^{۱۱} اشاره کرده است، من در تلاش‌های کاری‌ام به موفقیت قابل ملاحظه‌ای دست یافته‌ام، چون سعی کرده‌ام زندگی‌ام را براساس قوانین این کتاب پیش ببرم. در بیست سال گذشته، موضوع موفقیت و دستاورد انسانی را بررسی کرده‌ام و صدها هزار دلار صرف آزمودن هزاران ایده، منبع و نظریه‌ی مختلف کرده‌ام. تجربه‌ی شخصی‌ام نشان داده است موفقیت، صرف‌نظر از این که چه می‌آموزید یا از چه راهبرد یا شگردی استفاده می‌کنید، چیزی نیست جز دستاورد سیستم عملکردی اثر مرکب.

دوم این که طی شانزده سال گذشته، یکی از راهبران صنعت رشد فردی بوده‌ام. با سخنرانان، نویسندگان و راهبران فکری محترم و اثرگذاری کار کرده‌ام. به عنوان سخنران و مشاور، ده‌ها هزار کارآفرین تربیت کرده‌ام. به راهبران کسب‌وکار، مدیران اجرایی شرکت‌ها و افراد ممتاز زیادی مشاوره داده‌ام. از میان هزاران مطالعه‌ی موردی، کارهای ثمربخش و بی‌ثمر را استخراج کرده‌ام.

سوم این که به عنوان ناشر مجله‌ی ساکسس^{۱۲}، هزاران مقاله و کتاب را بررسی و گزینش می‌کنم، به انتخاب متخصصانی کمک می‌کنم که در مجله به طور برجسته نشان داده می‌شوند و به مرور کل محتوای مطالب آن‌ها می‌پردازم. هر ماه با شش متخصص برجسته درباره‌ی بسیاری از موضوعات موفقیت مصاحبه می‌کنم و به

بهبود یافته‌هایشان پی می‌برم. همچنین هر روز اقیانوسی از اطلاعات در زمینه‌ی دستاوردهای شخصی را مطالعه و گزینش می‌کنم.

منظورم این است. وقتی چنین دید کاملی در خصوص این صنعت دارید و با مطالعه‌ی دستوالعمل‌ها و آموزه‌های برترِ موفق‌ترین افراد، دانش گسترده‌ای کسب کردید، به شفافیت قابل توجهی می‌رسید و واقعیت‌های بنیادین آشکار می‌شوند. با مشاهده، مطالعه و شنیدن تقریباً همه‌ی این حقایق، دیگر نمی‌توانم گول جدیدترین روش‌ها یا پیامبری خودخوانده را بخورم که از جدیدترین پیشرفت‌های علمی استفاده می‌کند. هیچ‌کس نمی‌تواند با دوز و کلک چیزی را به من قالب کند. من به منابع بسیار زیادی دسترسی دارم. جاده‌های بسیار زیادی را پیموده‌ام و از راهی پرپیچ و خم به حقیقت رسیده‌ام. همان‌طور که آموزگارم، فیلسوف بزرگ کسب و کار، جیم ران^{۵۸} گفته است، «هیچ اصل جدیدی وجود ندارد. حقیقت جدیدی در کار نیست، بلکه همان حقیقت قدیمی است. شما باید به فردی که می‌گوید "بیا این‌جا، می‌خواهم عتیقه‌جات ساخت خودم را به تو نشان دهم"، کمی مشکوک شوید و بگویید "نه، عتیقه‌جات ساختی نیستند."»

موضوع این کتاب، پس از جدا کردن تمام موارد غیر ضروری و چربی و کُرک، چیزی است که واقعاً مهم است. چه چیزی واقعاً ثمربخش است؟ اصول شش‌گانه‌ی تشکیل‌دهنده‌ی سیستم عملکردی که می‌تواند شما را به هر هدف مطلوبی برساند و زندگی مدنظرتان را برای‌تان بسازد چه هستند؟ این کتاب آن شش اصل را در بر می‌گیرد. این اصول سیستم عملکردی را تشکیل می‌دهند که اثر مرکب نام دارد.

پیش از پرداختن به عمق موضوع، به شما هشدار می‌دهم: دستیابی به موفقیت دشوار است. فرایند رسیدن به موفقیت پرزحمت و گاهی خسته‌کننده است. تبدیل شدن به فردی ثروتمند، تأثیرگذار و جهانی در حوزه‌ی خود کاری زمان‌بر و مشقت‌بار است. از این صحبت‌ها برداشت اشتباه نکنید. تقریباً بلافاصله پس از شروع به پیروی از این رهنمودها، آثارشان را در زندگی‌تان مشاهده خواهید کرد؛ اما اگر از کار، نظم و تعهد بیزار باشید، دوباره تلویزیون را روشن خواهید کرد و به تبلیغ تلویزیونی بعدی امید خواهید بست، تبلیغی که اگر به کارت اعتباری‌تان دسترسی داشته باشید، به شما قول موفقیت یک‌شبه را می‌دهد.