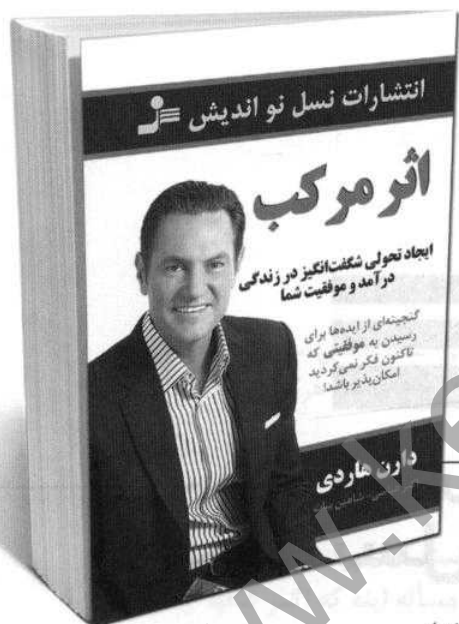




خواننده گرامی:

کتاب های انتشارات نسل نو اندیش ،

در تمامی مراحل تولید (تالیف و ترجمه، حروف چینی و صفحه آرایی، ویرایش، طرح جلد، امور چاپ و صحافی) با کیفیت بسیار بالا و با قیمت چایی پشت جلد در اختیار شما قرار می گیرد.

چنانچه کتاب حاضر فاقد این ویژگی ها باشد، تبدیلی محسوب می شود.

خواهشمندیم در صورت مواجه با هر یک از این موارد، با تلفن ۹-۸۸۹۴۲۲۴۷ واحد حقوقی نسل نو اندیش تماس حاصل فرمایید.

«اگر شخصی ... رفتار نامیده می‌شود، باید همان‌گونه خیابان‌ها و معابر را جارو کند که میکل آنژ نقاشی می‌کرد. بتهوون سمفونی می‌ساخت و شکسپیر شعر می‌سرود. او باید آن‌گونه خیابان‌ها را جارو کند که تمامی موجودات آسمانی و زمینی مکث کنند و بگویند: اینجا رفتگری کار می‌کرد که کارش را خوب انجام می‌داد.»
مارتین لوتر کینگ

همه‌ی عوامل دست‌اندرکار انتشارات نسل نواندیش، هر روز صبح، کار خود را با این آرزو شروع می‌کنند که مصداق این جمله‌ی زیبا باشند و در انجام وظایف خود نهایت توانشان را به‌کار می‌گیرند تا شما خواننده‌ی گرامی، لحظات گرانقدر خود را - با مطالعه‌ی این کتاب‌ها - سرشار از بهره‌مندی و لذت سازید.

با این همه، ما خود را از بهتر شدن کارمان بی‌نیاز نمی‌بینیم و نظرات‌تان را معیاری ارزشمند برای توجه و ارزیابی کارهای خود می‌دانیم؛ چرا که این آرا مایه‌ی بهتر شدن کارمان و در نتیجه رضایت بیشتر شما فرهیختگان خواهد بود.

برای این منظور می‌توانید با شماره تلفن‌های (۸۸۹۳۰۵۷۷-۸) و (۸۸۹۳۲۲۴۷-۹) یا صندوق پستی ۱۹۳۹۵/۶۹۳۱ و یا سایت www.naslenowandish.com و info@naslenowandish.com ما را از انتقادات و پیشنهادات خود بهره‌مند سازید.

با تشکر
بیزن علیپور
مدیر انتشارات نسل نواندیش



کلیه حقوق این کتاب برای

انتشارات نسل نواندیش محفوظ است

هیچ شخصی حق چاپ و نشر تمام یا بخشی از این کتاب را ندارد و متخلفین به موجب بند ۵ ماده ۲ قانون حمایت از ناشران تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

هاردی، دارن / Hardy, Darren

اثر مرکب: چندبرابر کردن موفقیت شما یک قدم ساده در یک زمان / دارن هاردی، مترجمان

اکبر عباسی، شاهین بیات

تهران: نسل نواندیش، ۱۳۹۴

۲۲۸ ص

۹۷۸-۹۶۴-۲۳۶-۶۸۴-۲

فیبا

عنوان اصلی: The Compound effect : multiplying your success, one simple step at a time. c2010.

موفقیت / رهبری / خود یاری

عباسی، اکبر، ۱۳۴۳ - مترجم / بیات، شاهین، ۱۳۶۵ - مترجم

BF ۶۲۷ ۱۸۰۸ ۱۳۹۴

۱۵۸/۱

۳۸۹۹۲۷۱

اثر مرکب

نویسنده: دارن هاردی

مترجمان: اکبر عباسی - شاهین بیات

ویراستار: معصومه امیرخانی

صفحه‌آرا: الهه ایمنی

طراح جلد: ندا ایمنی

ناشر: نسل نواندیش

شمارگان: ۲۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول

سال چاپ: ۱۳۹۴

قیمت: ۱۳۹۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۳۶-۶۸۴-۲

ISBN:978-964-236-684-2

کتاب‌های مورد نیاز خود را از فروشگاه انتشارات نسل نواندیش تهیه فرمایید.

نشانی فروشگاه نسل نواندیش: میدان ولیعصر - ابتدای کریمخان - پلاک ۳۰۸

تلفن: ۸۸۹۴۲۲۴۷ - ۹

www.naslenowandish.com

info@naslenowandish.com

فهرست مطالب

۱۷	تحسین اثر مرکب.....
۲۷	قدردانی.....
۲۹	پیامی ویژه از آنتونی رابینز.....
۳۳	مقدمه.....
۳۹	فصل اول. اثر مرکب در عمل.....
۵۹	فصل دوم. انتخاب‌ها.....
۹۳	فصل سوم. عادت‌ها.....
۱۳۳	فصل چهارم. تکانش.....
۱۵۹	فصل پنجم. تأثیرات.....
۱۸۳	فصل ششم. شتاب بخشیدن.....
۲۰۵	نتیجه‌گیری.....
۲۱۱	ضمیمه‌ها.....
۲۱۱	پرسش‌نامه ارزیابی قدردانی.....
۲۱۳	پرسش‌نامه ارزشیابی ارزش‌های اصلی.....
۲۱۹	پرسش‌نامه ارزیابی زندگی.....
۲۲۵	پرسش‌نامه تعیین هدف.....
۲۳۵	پرسش‌نامه ارزیابی عادت‌ها.....
۲۴۳	پرسش‌نامه تأثیرات ورودی.....
۲۴۵	پرسش‌نامه ارزیابی ارتباطات.....



ایا به دنبال کسب
موفقیت هستید؟
می خواهید موفق تر
از امروز باشید؟
حتی موفق تر از
آن که تا به حال
تصورش را هم
نکرده بودید؟
موضوع کتاب همین
است.

به دست آوردن موفقیتی فراتر از حد تصوراتان
هیچ حيله و اغراقی در کار نیست. این کتاب تنها حاوی
حقایق است و این که چگونه موفقیت را کسب کنید.
به عنوان ناشر و سردبیر نشریه موفقیت، نویسنده این
کتاب، دارن هاردی، تمامی راهها را شنیده، دیده و آزموده
است. این کتاب شامل اصولی برای به دست آوردن
موفقیت است، اثر مرکب شامل عناصری است که
جویندگان موفقیت نیاز دارند بدانند و به آن‌ها عمل کنند.
پس از به دست آوردن مهارت در این‌ها، موفقیت‌های
خارق العاده‌ای کسب خواهند کرد. در این کتاب مطالب
زیر را مطالعه خواهید کرد:

- چگونه می‌توان همیشه برنده بود، بهترین استراتژی
برای به دست آوردن هر هدف و پیروز شدن در هر
رقابتی، حتی اگر رقیبان شما باهوش تر و مجرب تر
باشند، چیست؟
- ریشه کردن عادت‌های بد (ممکن است از وجود
برخی از آن‌ها آگاه نباشید) شما را از مسیر موفقیت
خارج می‌کند.
- ایجاد انضباط برای دستیابی به موفقیت‌های بزرگ.
- کلیدهای مهم ایجاد انگیزش؛ چگونه خود را ترغیب به
انجام کارهایی کنید که تمایلی به انجام آن‌ها ندارید.
- به تسخیر درآوردن نیروی تکانش. اگر آن را به
دست آورید، هرگز متوقف نخواهید شد!
- اسرار شتاب گرفتن افراد موفق: آیا آن‌ها دارای
برتری غیرعادlane هستند؟ بله هستند، ولی شما هم
می‌توانید آن را داشته باشید.
- اگر برای داشتن زندگی خارق العاده جدی هستید، از قدرت
اثر مرکب استفاده کنید تا بتوانید موفقیتی خارق العاده به
دست آورید. هم اکنون سفر خود را آغاز کنید.

درباره‌ی نویسنده

صندلی‌ای که امروز دارن هاردی به عنوان ناشر
و مدیر مسئول نشریه موفقیت بر روی آن
می‌نشیند، روزگاری جایگاه اوربسون سوئت
ماردن، کلمنت استون، ناپلئون هیل و اوجی
ماتدینو بوده است. اکنون شانزده سال است که
دارن به عنوان سرآمد صنعت پیشرفت شخصی
شناخته شده است. وی مدیریت دو شبکه
تلویزیونی مرتبط به پیشرفت شخصی را بر
عهده دارد؛ شبکه مردم و شبکه آموزش
موفقیت. این دو شبکه بالغ بر هزاران برنامه
تلویزیونی را با شرکت بسیاری از متخصصان و
کارشناسان تراز اول دنیا در حوزه موفقیت تولید
می‌کنند. موفقیت دارن در نتیجه اصولی است که
وی در کتابش از آن به عنوان اثر مرکب یاد کرده
است. وی به عنوان کارآفرین، دارای درآمدی
شش رقمی در هجده سالگی بود، در ۲۴ سالگی
درآمدی بیش از یک میلیون دلار در سال داشته
و در ۲۷ سالگی صاحب شرکتی به ارزش پنجاه
میلیون دلار بوده است. دارن به هزاران کارآفرین
آموزش داده و به عنوان مشاور برای بسیاری از
شرکت‌های مطرح صنعتی فعالیت کرده است. او
به عنوان ناشر و سردبیر نشریه موفقیت جایگاه
بسیار ویژه‌ای دارد. جایگاهی که به وی توانایی
مصاحبه با متخصصان و کارشناسان حوزه
پیشرفت شخصی را داده است. او همچنین
امکان مصاحبه با مدیران برجسته صنعت،
کارآفرینان برتر، ورزشکاران موفق و قهرمانان
المپیک را داشته است. این امر سبب شده است
او بتواند برده از راه‌های موفقیت خارق العاده این
افراد برداشته و آن‌ها را به اشتراک بگذارد.
دارن هر ماه در نشریه موفقیت، در وبلاگ
شخصی‌اش و در صفحه طرفدارانش در
فیسبوک، بهترین اطلاعات و استراتژی‌های
موجود در زمینه موفقیت را به همراه اصول
آزمایش شده خود در اختیار مردم قرار
می‌دهد. او متعهد است به دیگران کمک کند
تا آن‌ها نیز از تمام پتانسیل‌هایشان استفاده
کرده، بتوانند ثروتمندتر و رضایت‌بخش‌تر
زندگی کنند. دارن، یک سخنران محبوب و
برجسته است و به صورت منظم در برنامه‌های
رادیویی و تلویزیونی ظاهر می‌شود.

این کتاب درباره موفقیت است و آنچه باید انجام داد تا آن را کسب کرد. دیگر زمان آن رسیده است که یک نفر موضوع را مستقیم به شما بگوید. شما مدت زمانی طولانی فریب خورده‌اید. هیچ معجون معجزه‌آسا، فرمول مخفی یا راه‌حلی سریع وجود ندارد. نمی‌توانید با دو ساعت کار کردن در روز در اینترنت، دویست هزار دلار درآمد داشته باشید، پانزده کیلوگرم در هفته وزن کم کنید، با استعمال کرم روی صورت‌تان بیست سال جوان‌تر شوید و روابط زناشویی‌تان را با یک قرص درمان کنید. هرگز نخواهید توانست موفقیت پایدار را با هر طرحی که برای درست بودن، بسیار واقعی به نظر می‌رسد، به دست آورید. خیلی عالی بود اگر می‌توانستید موفقیت، شهرت، اعتماد به نفس، روابط خوب، سلامتی و تمام مفاهیم خوب دیگر را در قالب یک بسته از فروشگاه محلی بخرید؛ ولی هرگز این‌گونه نیست.

ما مدام با تبلیغات هیجان‌انگیز که پولدار شوید، تناسب اندام پیدا کنید، جوان‌تر شوید، جذاب‌تر شوید و... بمباران می‌شویم. آن‌ها ادعا می‌کنند تمام این‌ها تنها با تلاش خیلی کم و با پرداخت مبلغی ناچیز مثلاً ۳۹/۹۵ دلار قابل حصول هستند. این پیام‌های تکراری تبلیغاتی، برداشت ما از تلاش برای رسیدن به موفقیت را دچار اختلال کرده است. ما نگرش ساده، اما عمیق خود از اصول اولیه موفقیت را از دست داده‌ایم.

من از این موضوع خسته شده‌ام. دیگر نمی‌خواهم بنشینم و این تبلیغات بی‌فایده و مضر را که مردم را از مسیر خارج می‌کنند، ببینم. این کتاب را نوشتم تا دوباره شما را به اصول اولیه بازگردانم. می‌خواهم به شما کمک کنم تا از این اغتشاش‌ها و در هم ریختگی‌ها، رها و بر روی اصول اساسی متمرکز شوید. می‌توانید بلافاصله تمرین‌ها و اصول آزموده شده موفقیت موجود در این کتاب را در زندگی خود به کار گیرید و شاهد نتایج پایدار و ملموس آن باشید. می‌خواهم به شما آموزش دهم تا قدرت اثر مرکب را به کنترل خود درآورید؛ سیستم عاملی که زندگی شما را چه در جهت بهتر شدن و چه در جهت بدتر شدن تحت کنترل دارد. تنها در صورت استفاده درست از این سیستم عامل می‌توانید زندگی‌تان را متحول کنید. بدون شک شنیده‌اید که «می‌توانید هر آن‌چه را در ذهن دارید، به دست آورید» درست است؟ خب، اما تنها به شرط آن که بدانید چگونه. اثر مرکب، دستورالعملی اجرایی است که به شما یاد می‌دهد چگونه در استفاده از این سیستم استاد شوید. وقتی مهارت لازم را کسب کردید، دیگر هیچ چیزی وجود نخواهد داشت که نتوانید آن را به دست آورید.

از کجا می‌دانم اثر مرکب تنها فرآیندی است که می‌تواند شما را به موفقیت نامحدود برساند؟ اول این که این اصول را در زندگی خود به کار بسته‌ام. بسیار متفردم که نویسندگان، سنگ شهرت و دارایی‌هایشان را به سینه می‌زنند. بسیار مهم است که بدانید من از تجربیات شخصی‌ام در این کتاب صحبت می‌کنم و تئوری ثابت‌شده و عملی به شما ارائه می‌دهم. همان‌طور که آنتونی رابینز اشاره کرد، از موفقیت قابل‌ملاحظه‌ای در تلاش‌های تجاری‌ام برخوردار شده‌ام. این موفقیت فقط به این خاطر بوده است که خودم را ملزم ساختم با اصولی زندگی کنم که در این کتاب معرفی شده است. طی بیست سال گذشته، خیلی جدی بر روی موفقیت و

دستاوردهای افراد مطالعه کرده‌ام. صدها هزار دلار را صرف آزمودن ایده‌ها، منابع و فلسفه‌های مختلف کرده‌ام. تجربه شخصی من اثبات کرده است که مهم نیست چه چیزی یاد می‌گیرید یا از چه استراتژی یا تاکتیکی استفاده می‌کنید، مهم این است که موفقیت همیشه در نتیجه سیستم عامل اثر مرکب به دست می‌آید.

دوم این که در شانزده سال گذشته، یکی از رهبران صنعت موفقیت و پیشرفت شخصی بوده‌ام. با رهبران بزرگ، سخنرانان و نویسندگان مختلف همکاری کرده‌ام. به عنوان سخنران و مشاور به هزاران کارآفرین آموزش داده‌ام. مربی رهبران بزرگ تجارت، مدیران اجرایی و افراد موفق بیشمار بوده‌ام. از هزاران موردی که مطالعه کرده‌ام، هم روش‌های موثر و هم روش‌های ناکارآمد را استخراج کرده‌ام.

سوم این که به عنوان ناشر نشریه موفقیت، هزاران مقاله و کتاب را غربال، تحلیل و مطالعه کرده‌ام. این به ما کمک کرده است که بتوانیم کارشناسان بسیاری را در نشریه معرفی کنیم. هر ماه با چندین متخصص درباره موضوعات موفقیت مصاحبه کرده و بهترین ایده‌های آن‌ها را استخراج می‌کنم. هر روز در حال جمع‌آوری، مرتب‌سازی، غربال کردن و حرکت در اقیانوس اطلاعات مربوط به پیشرفت شخصی هستم.

نکته اینجاست که وقتی شما دارای این چنین دید کاملی در مورد این صنعت باشید و از مطالعه آموزش‌ها و کارهای موفق‌ترین افراد جهان، دانش عمیقی به دست آورده باشید، هوشیاری فوق‌العاده‌ای در شما پدیدار می‌شود و تمام اصول حقیقی موفقیت برایتان شفاف و روشن می‌شوند. با دیدن، خواندن و شنیدن همه این‌ها، دیگر نمی‌توانم خودم را با تبلیغات کاذب و ادعاهای مطرح شده از جانب افراد خودمدعا با عنوان «موفقیت‌های عملی» فریب دهم. هیچ‌کس نمی‌تواند من را فریب دهد.

من منابع زیادی دارم. راه‌های زیادی را امتحان کرده‌ام و برای یافتن حقیقت، مسیر دشواری را طی کرده‌ام. همان‌طور که استاد و یکی از بزرگترین فیلسوف‌های تجارت، جیم ران می‌گوید: «هیچ اصول جدیدی وجود ندارد. حقیقت چیز جدیدی نیست، بلکه موضوعی قدیمی است. به کسی که می‌گوید می‌خواهم به شما عتیقه‌های ساخت خودم را نشان دهم، باید شک کنید. شما نمی‌توانید عتیقه تولید کنید!»

این کتاب با حذف تمام مطالب غیرضروری، بر روی اصولی تمرکز دارد که اهمیت واقعی دارند و بر روی روش‌های عملی و قابل‌حصول تاکید می‌کند. وقتی بر روی اصول پایه‌ای بیان شده در کتاب که در مجموع، سیستم عاملی را تشکیل می‌دهند، تمرکز کنید، می‌توانید با به دست گرفتن کنترل آن‌ها، هر هدف و خواسته‌ای را که در زندگی دارید، به دست آورید. این کتاب شامل ۶ اصل بنیادی است که با یکدیگر یک سیستم عامل را تشکیل می‌دهند. این سیستم عامل اثر مرکب خوانده می‌شود.

قبل از آن که شروع کنیم، یک هشدار دارم؛ به دست آوردن موفقیت دشوار است. این فرآیند، پرهزمت، خسته‌کننده و گاهی کسل‌کننده است. ثروتمند شدن، موثر بودن و تبدیل شدن به فردی مشهور در رشته خودتان، فرآیندی آرام و پرهزمت است. دچار اشتباه نشوید، شما در زندگی خود با دنبال کردن اصول این کتاب نتایج سریعی به دست خواهید آورد، اما اگر از کار کردن، منظم بودن و تعهد بیزار هستید، بهتر است تلویزیون را روشن کنید و امیدتان را به همان تبلیغات بازرگانی ببندید. همان‌هایی که شعار موفقیت یک‌شبه می‌دهند و کافیس کارت اعتباری داشته باشید.

به عنوان آخرین مطلب، می دانید تمام چیزی که لازم دارید، موفق شدن است. لازم نیست چیز جدیدی یاد بگیرید. اگر مورد لازم برای موفق شدن، تنها اطلاعات بیشتر بود، هر کسی با اینترنت پرسرعت، الان در قصر زندگی می کرد. شما نیازمند اطلاعات جدید و بیشتر نیستید، بلکه به برنامه عملی جدید نیاز دارید تا به شما کمک کند موفق شوید. اکنون زمانی است که باید عادات های جدید ایجاد کنید تا شما را به سمت موفقیت سوق دهند. موفقیت به همین سادگی است.

در ادامه این کتاب، قرار است یک برنامه عملی ملموس را با جزئیات دریافت کنید. بگذارید این طرح، انتظارات شما را تغییر دهد، فرضیات گذشته تان را پاک کند، حس کنجکاوی تان را شعله ور سازد و به زندگی تان ارزش ببخشد. همین الان شروع کنید. خواهش می کنم شروع کنید! از این اصول استفاده کنید. این کتاب و ابزارهایی که در آن گنجانده ام، شامل بهترین مطالب و روش هایی است که تا به حال شنیده، دیده و آموخته ام. این کتاب، عصاره بهترین مطالبی است که هر ماه در نشریه موفقیت برای شما تهیه می کنیم. همه این ها در یک کتاب کوچک که می تواند زندگی شما را تغییر دهد و بسیار ساده است، گنجانده شده است!

بیایید شروع کنیم!