

اشهر مرکب

دارن هاردی

www.ketab.ir

سرشناسه	: هاردی، دارن
عنوان و نام پدیدآور	Hardy, Darren
مشخصات نشر	: اثر مرکب / دارن هاردی ؛ مترجم مهرویه داداشی.
مشخصات ظاهری	: قم: آراسته ، ۱۳۹۸.
شابک	: ۲۴۷ ص. ۱۴×۲۱×۵/۵ س.م.
وضعیت فهرست نویسی	: ۴۰۰۰۰۰ ریال ۵-۵۳-۷۵۴۳-۶۰۰-۹۷۸
یادداشت	و ضعیف فهرست نویسی : فیبا
یادداشت	عنوان اصلی : The compound effect : multiplying your success, time, 2010.one simple step at a
یادداشت	: کتاب حاضر در سالهای مختلف توسط ناشران و مترجمان متفاوت منتشر شده است.
موضوع	: موفقیت
موضوع	: Success
موضوع	: رهبری
موضوع	: Leadership
موضوع	: خودیاری
موضوع	: Self-help techniques
شناسه افزوده	: داداشی، مهرویه، ۱۳۶۱ - مترجم
رده بندی کنگره	: ۶۳۷B۴
رده بندی دیویی	: ۶۱۵.۸
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۹۷۹۶۰۶



نشر آراسته

اثر مرکب

دارن هاردی	نویسنده:
مهرویه داداشی	مترجم:
.....	چاپ:
..... اول ۱۳۹۸	نوبت چاپ:
..... نسخه	تیراژ:
..... ۵-۵۳-۷۵۴۳-۶۰۰-۹۷۸	شابک:
..... ۴۰۰۰۰ تومان	قیمت:

حق چاپ محفوظ است

مرکز پخش: ۰۹۱۲۵۵۲۱۵۴۳

فهرست مطالب

۱۱	مقدمه
۱۳	نحسین اثر مرکب
۲۱	قدردانی
۲۲	پیامی ویژه از اتونی راینز

فصل اول: اثر مرکب در عمل

۳۸	سکه اسرارآمیز
۳۹	سه دوست
۴۲	اثر موجی
۴۶	موفقیت، روش قدیمی
۴۹	ذهنیت ماکروویو
۵۳	خلاصه مراحل عملی

فصل دوم: انتخاب‌ها

۵۸	فیل‌ها گاز نمی‌گیرند
۶۰	سال نو
۶۲	مسئولیت ۱۰۰ درصدی

۶۵	خوش شناسی
۶۶	فرمول کامل خوش شناسی
۶۸	شهریه بالای دانشگاه UHK
۶۹	سلاح سری شما، برگ برنده شما
۷۱	تله پول
۷۳	بازی ثروت
۷۵	آبام و رانیت گام بردارید
۷۹	فهرمان گمنام
۸۱	قدم زدن در شرکت
۸۳	درخت پول
۸۵	زمان گوهری ارزشمند
۸۹	قدرت اثر مرکب
۹۴	خلاصه مراحل عملی

فصل سوم: عادت‌ها

۹۷	مخلوقات عادت
۹۸	با خروج از لذت مقطعی شروع کنید
۱۰۳	پیدا کردن نیروی جادویی - قدرت چرایی
۱۰۵	شما باید چرای خودتان را بشناسید
۱۰۷	این قدرت چرای شما به اندازه کافی بزرگ است؟
۱۰۸	انگیزه درونی
۱۰۹	میدان مبارزه خود را پیدا کنید

اهداف	۱۱۲
به چه کسی تبدیل خواهید شد	۱۱۶
نحوه رفتار با خودتان	۱۱۸
پنج استراتژی جدید برای از بین بردن عادت‌های بد	۱۲۲
عادت‌ها بد خود را بررسی کنید	۱۳۰
شش استراتژی برای ایجاد عادت‌های خوب	۱۳۱
تغییر دهنده است	۱۳۹
صورت باشد	۱۴۰
خلاصه مراحل عملی	۱۴۲

فصل چهارم: تکانش‌ها

بهره برداری از قدرت تکانش بزرگ	۱۴۵
قدرت رویه‌ها	۱۵۱
روزهای خود را برنامه ریزی کنید	۱۵۵
طلوع و درخشش	۱۵۵
رویاهای شیرین	۱۵۸
ایجاد تغییر برای پیشرفت	۱۵۹
ریتیم جدید: پیدا کردن یک شیار جدید	۱۵۹
ثبت ریتیم خود	۱۶۳
ریتیم‌های زندگی	۱۶۵
قدرت ثابت قدم بودن	۱۶۸

- ۱۶۹ تلمبه چاه
- ۱۷۳ خلاصه مراحل عملی

فصل پنجم: تاثیرات

- ۱۷۶ ۱- ورودی‌ها: زباله وارد کنید، زباله دریافت خواهید کرد.
- ۱۷۸ آب آلوده ننوشید
- ۱۸۰ قدم اول: نگه‌بانی کنید.
- ۱۸۵ قدم دوم: هنگام رانندگی در دانشگاه ثبت نام کنید
- ۱۸۵ ۱- ارتباطات چه کسانی بر روی شما تأثیر می‌گذارند؟
- ۱۹۷ ۳. محیط تغییر محیط، رویکرد شما را تغییر می‌دهد.

فصل ششم: شتاب بخشیدن

- ۲۰۶ لحظه‌های موفقیت
- ۲۱۰ چندین برابر کردن نتایج
- ۲۱۲ فراتر از انتظار ظاهر شوید
- ۲۱۶ کارهای غیرمنتظره انجام بدهید
- ۲۲۰ فراتر از حد انتظار عمل کنید
- ۲۲۵ نتیجه‌گیری
- ۲۲۷ انتخاب‌ها
- ۲۳۱ ضمیمه‌ها
- ۲۳۲ پرسش‌نامه ارزیابی قدردانی
- ۲۳۴ پرسش‌نامه ارزیابی ارزش‌های اصلی

- ۲۳۸ پرسش نامه ارزیابی زندگی
- ۲۳۹ وضعیت جسمانی
- ۲۴۰ پرسش نامه تعیین هدف
- ۲۴۰ ۱ - فقط به آن فکر نکنید آن را روی کاغذ بیاورید.
- ۲۴۰ ۲ - حقیقت را معلق کنید.
- ۲۴۱ ۳ - بزرگ فکر کنید.
- ۲۴۲ پرسش نامه ارزیابی عادت‌ها
- ۲۴۴ ثبت رتبه هفتگی
- ۲۴۵ پرسش نامه تاثیرات موردی
- ۲۴۷ پرسش نامه ارزیابی ارتباطات

مقدمه

به راستی که تفکر دارایی است یک دارایی ارزشمند. و زمانی که با هدف مشخص، ثبات و اشتیاق وافر تلفیق می شود ثروت و دارایی های دیگری به دنبال خواهد داشت.

سال ها قبل در سن سی بارنس دریافت که تفکر تا چه اندازه در ثروتمند شدن بشر نقش دارد. کشف او یک شبه حاصل نشد بلکه طی سالیان دراز و اشتیاق وافر او برای شراکت با ادیسون بزرگ شروع شد.

یکی از ویژگی های بارز اشتیاق بارنس هدف مشخص او بود. او می خواست با ادیسون کار کند نه برای او. با دقت دامستانی چگونگی تحقق رویای او را دنبال کنید و اینگونه ۱۳ اصل دست یابی به ثروت برابان را موسس تر خواهد شد.

زمانی که این اشتیاق و انگیزه برای اولین بار در او شکل گرفت در جایگاهی قرار نداشت که بتواند آن را محقق کند.

بارنس در ابتدای مسیر با دو مشکل عمده مواجه بود. او اصلاً ادیسون را نمی شناخت و حتی پول بلیط قطار رفتن به شهر آرنج نیو جرسی را نداشت. این مشکلات به تنهایی می توانست هر انسانی را ناامید کرده و از ادامه مسیر باز دارد. اشتیاق او وصف ناپذیر بود. و برای دست یافتن به این هدف چنان مصمم

بود که سرانجام تصمیم گرفت به جای پذیرفتن شکست با قطار باربری خود را به نیوجرسی برساند.

او وارد آزمایشگاه ادیسون شد و آمادگی خود را برای شراکت با ادیسون بزرگ اعلام کرد. سال‌ها بعد ادیسون ماجرای اولین برخوردش را با آقای بارنس اینگونه تعریف کرد:

در آزمایشگاه کنار من ایستاد درست مثل یک انسان معمولی و بی‌پول، حالت چهره‌اش این حس را القا می‌کرد که برای رسیدن به آنچه که به دنبالش آمده است سخت مصمم است. تجربه سال‌ها معاشرت با قشرهای گوناگون به من آموخته بود که وقتی واقعاً به دنبال رسیدن به هدفی است که حتی حاضر است تمام زندگی‌اش را در یک کفه ترازو قرار بدهد تا آن را بدست بیاورد بدون تردید به آن دست خواهد یافت. من این فرصت را در اختیارش گذاشتم زیرا دریافتم که او عزمش را جزم کرده و تا لحظه تحقق هدفش تسلیم نخواهد شد رویدادهای بعدی به من اثبات کرد که اشتباه نکرده‌ام.