

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. تاثیرات
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 تاثیرات ورودی
۲۴۵	پرسش‌نامه ارزیابی ارتباطات

اثر دیگری از همین نویسنده
بهترین سال زندگی خود را طواری کنید فرمول ثبت شده
برای پرسش های بزرگ

اثر مرکب

ایجاد تحولی شگفت انگیز در درآمد، زندگی و موفقیت شما

این کتاب تقدیم می شود به

به خاطر این که خودت و موفقیتت برایم مهم است.

مقدمه

این کتاب درباره موفقیت است و آن چه 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.