

ЧИТАЙТЕ
В ЭТОЙ СЕРИИ:

«Герой и бунтарь»

«Психология влияния.
7-е, расширенное издание»

Даррен Харди

НАКОПИТЕЛЬНЫЙ ЭФФЕКТ

от поступка — к привычке,
от привычки — к выдающимся результатам

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

ОТЗЫВЫ О КНИГЕ «НАКОПИТЕЛЬНЫЙ ЭФФЕКТ»

«Эта мощная практичная книга, основанная на годах плодотворной практики, расскажет вам, как концентрироваться на ваших талантах путем приумножения окружающих вас возможностей. “Накопительный эффект” — сундук сокровищ с идеями для достижения успеха, о котором вы и мечтать не могли!»

— Брайан Трейси, спикер и автор книги «Формула роста. Лучшие стратегии успешных предпринимателей» (оригинал — *The Way to Wealth*)

«Первоклассная формула выдающейся жизни. Прочитайте эту книгу — и, что еще более важно, применяйте!»

— Джек Кэнфилд, соавтор «50 правил успеха, чтобы достичь желаемого в бизнесе и в личной жизни» (оригинал — *The Success Principles: How to Get from Where You Are to Where You Want to Be*)

«Даррен Харди написал новую библию в области саморазвития. Если вы приняли решение изменить свою жизнь и исполнить свои мечты с помощью реальной программы действий и реальных инструментов, вам необходима книга “Накопительный эффект”! Лично я планирую с помощью этой книги оглянуться назад и проанализировать, над чем в своей жизни мне надо поработать заново! Купите десять книг, одну для себя, остальные девять — для тех, кто вам дорог, поверьте, они будут вам благодарны!»

— Дэвид Бах, основатель *FinishRich.com* и автор восьми бестселлеров *New York Times*, в том числе *The Automatic Millionaire*

«Эта книга научит вас, как шагать по лестнице успеха через две ступени. Купите ее, прочитайте и зарабатывайте».

— Джефффри Гитомер, автор «Библии торговли» (оригинал — *The Sales Bible*) и «Маленькой красной книги о продажах» (оригинал — *The Little Red Book of Selling*)

«Даррен Харди объединил опыт лучших мировых умов и вычленил то, что реально важно. Просто, четко, в самую точку — именно этими принципами в жизни руководствовался я, а также знакомые мне топ-менеджеры. Эта книга приведет вас к успеху, счастью и удовлетворению».

— Донни Дойч, телеведущий и председатель Deutsch, Inc.

«“Накопительный эффект” — блестящий инструмент для исполнения желаний. Пусть он станет вашей пошаговой инструкцией. Прочитайте ее, изучите и обязательно применяйте!»

— Крис Виденер, спикер и автор книг *The Art of Influence: Persuading Others Begins with You* и *The Twelve Pillars*

«В своей книге “Накопительный эффект” Даррен Харди доказал, что здравый смысл, если его применять, может привести к невероятным результатам. Соблюдайте эти простые правила и станьте тем, кем вы должны быть!»

— Дэнис Уэйтли, спикер и автор книги *The Psychology of Winning*

«“Накопительный эффект” поможет вам выиграть соревнование, преодолеть трудности и создать жизнь, которую вы заслуживаете!»

— Т. Харв Экер, автор бестселлера *New York Times* «Думай как миллионер» (оригинал — *Secrets of the Millionaire Mind*)

«Эйнштейн сказал: “Сложные проценты — восьмое чудо света”. Чтобы приумножить ваши успехи, прочитайте, осознайте, осмыслите и используйте гениальную книгу моего друга Даррена Харди, она поможет вам осуществить все ваши мечты, надежды и желания».

— Марк Виктор Хансен, один из авторов серии книг «Куриный бульон» (оригинал — *Chicken Soup for the Soul*) и соавтор книги «Миллионер за минуту» (оригинал — *The One Minute Millionaire*)

«Рассказывающие об “успехе” люди, не применяющие свои теории на практике в личной жизни — в отношениях, браке, в семье, — не заслуживают моего уважения и восхищения. Их слова не вызывают доверия. До тех пор пока мы не познакомились с Дарреном Харди, мы никогда не беседовали о детях, женах, семьях. Даррен много знает о том, как достичь успеха, и, что намного значительнее, он хочет, чтобы и люди были успешны с правильной мотивацией!»

— *Ричард и Линда Эйр, авторы бестселлера New York Times Teaching Your Children Values*

«“Накопительный эффект” Даррена Харди — средоточие правил достижения успеха, актуальных для всех, кто в них нуждается! Будучи думающим лидером, он внес в эту сферу неоценимый вклад. Это потрясающая книга!»

— *Стедман Грэхем, автор, спикер, предприниматель*

«Время от времени у вас возникает возможность перепрыгнуть из точки, где вы сейчас находитесь, в точку, куда вы всегда мечтали попасть. Эта книга даст вам такую возможность. Пришло ваше время. Превосходная работа ведущего специалиста».

— *Робин Шарма, автор бестселлеров New York Times «Монах, который продал свой Феррари» (оригинал — The Monk Who Sold His Ferrari) и «Лидер без титула» (оригинал — The Leader Who Had No Title)*

«Я всю свою жизнь провел, помогая людям докопаться до сути, и все это ради того, чтобы они стали счастливыми и успешными и достигали поставленных целей, именно поэтому я просто влюбился в эту книгу и рекомендую ее всем моим клиентам. У Даррена уникальный дар делиться своими знаниями и техниками, как, сэкономив время, немедленно запустить формулу успеха».

— *Конни Подеста, ключевой спикер, автор и инструктор*

«Если кто и знаком с основами успеха, так это Даррен Харди, издатель и шеф-редактор журнала *Success*. Эта книга рассказывает, как сконцентрироваться на основах того, что

является ключом к успеху. Пусть “Накопительный эффект” станет вашим руководством по жизни — по шагу в день!»

— Доктор Тони Алессандра, автор книги *The Platinum Rule and Charisma*

«Со своим “Накопительным эффектом” Даррен Харди примкнул к ряду великих авторов по саморазвитию! Если вы серьезно настроены достичь успеха и желаете развивать свой потенциал, вы просто обязаны прочитать эту книгу. Она станет вашим учебником».

— Вик Конант, председатель *Nightingale Conant*

«Жизнь скоротечна, в ней много отвлекающих моментов. Поэтому, если хотите продвигаться по ней эффективно, читайте эту книгу с маркером».

— Тони Джири, тренер по саморазвитию руководителей международных компаний и успешных людей

«Журнал *Success* фонтанировал великими идеями с момента его создания около ста лет назад. И теперь, в XXI веке, его руководитель Даррен Харди собрал основы, необходимые для создания жизни вашей мечты. Книгу надо не читать, ее нужно проглотить целиком и полностью».

— Стиф Фарбер, автор бестселлеров «Радикальная сила» (оригинал — *The Radical Leap*) и *Greater Than Yourself*

«Эту книгу должен прочитать каждый, кто стремится к успеху. Вы хотите знать, что от вас потребуется? Вы хотите знать, что делать? Это ваша инструкция на пути к успеху».

— Кейт Феррацци, автор бестселлеров *New York Times* «Ваша группа поддержки» (оригинал — *Who's Got Your Back*) и «Никогда не ешьте в одиночку и другие правила нетворкинга» (оригинал — *Never Eat Alone*)

«“Накопительный эффект” — надежный проводник к успеху. В нем представлена стратегия перехода из точки, где вы сейчас, в точку, где вы хотите оказаться. Имя Даррен Харди — синоним успеха! Я советую прочитать книгу, отработать ее и достичь успеха».

— Джеффри Хейзлетт, автор книги *The Mirror Test* и маркетинговый директор *Kodak*

«Можно провести остаток жизни в попытках добиться успеха, а можно следовать проверенным инструкциям и методам, описанным в этой книге. Ваш выбор: идти по сложному пути... или действовать разумно!»

— Джон Ассараф, автор книги *«Ответ. Как преуспеть в бизнесе, обрести финансовую свободу и жить счастливо»* (оригинал — *Answer*) и *Having It All*

«Наконец-то! Даррен Харди сделал это. Прекрасное изложение основных принципов достижения того уровня жизни, о котором вы всегда мечтали. Овладейте этими основами, и вы станете хозяином своего будущего!»

— Дон Хатсон, спикер, соавтор бестселлера *New York Times* *«Минута на размышление»* (оригинал — *The One Minute Entrepreneur*) и генеральный директор *U. S. Learning*

«Ваша жизнь станет результатом каждого вашего поступка. Пусть эта книга-инструкция покажет вам, как принимать правильные решения, развивать хорошие привычки и думать положительно. Ваш успех в ваших руках... и в этой книге».

— Джим Кэткарт, спикер и автор *The Acorn Principle*

«Одна из основных ценностей Zappos — стремление к росту и обучению. У нас в офисе есть библиотека, где мы раздаем сотрудникам и посетителям книги, которые, на наш взгляд, помогут им расти как лично, так и профессионально. Жду не дождусь, когда “Накопительный эффект” появится в этой библиотеке».

— Тони Шей, автор книги *«Доставляя счастье»* и генеральный директор *Zappos*

«Если когда-либо и был человек, контролировавший успех, то это Даррен Харди, издатель и главный редактор журнала *Success*. Я всегда с нетерпением жду его следующую статью. Он великий источник великих идей».

— Ларри Беннет, председатель *Speakers and Authors Networking Group*

КНИГА ПОСВЯЩАЕТСЯ

Джерри Харди, самому лучшему
человеку, моему отцу, мужчине, который
собственным примером научил меня
принципам накопительного эффекта.

И Джиму Рону, моему наставнику,
который, среди прочего, научил
меня говорить о вещах, важных
неравнодушным людям.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!

Названия глав выглядят очень просто. Стратегии успеха ни для кого не секрет, но многие их игнорируют. Вам кажется, что вы уже знакомы с секретом успеха? Так думает каждый. Но те шесть стратегий, что описаны в этой книге, применяемые в связке, улучшат ваш доход, уровень жизни, ваши результаты, как никогда раньше.

На посту главного редактора журнала *Success* я многое повидал. Ничто не работает так, как сила накопительного эффекта, проявляющаяся при совершении последовательных действий.

Итак, вы можете достичь реального успеха в своей жизни. О чем бы вы ни мечтали, чего бы ни хотели, к чему бы ни стремились, в книге, что вы сейчас держите в руках, содержится четкий план действий. Читайте и покоряйте этот мир!

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!	10
БЛАГОДАРНОСТИ	13
СПЕЦИАЛЬНОЕ ПОСЛАНИЕ ОТ ЭНТОНИ РОББИНСА	15
ВВЕДЕНИЕ	20
ГЛАВА 1. Теория «накопительного эффекта» в действии	25
ГЛАВА 2. Решения	51
ГЛАВА 3. Привычки	95
ГЛАВА 4. Момент	147
ГЛАВА 5. Факторы	179
ГЛАВА 6. Ускорение	209
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	234

БЛАГОДАРНОСТИ

Хочу поблагодарить всю мою команду канала и журнала *Success*, которая поддерживала меня на этом пути, покрытом кровью, потом и слезами, и в особенности моих добрых друзей и коллег Рида Билбрея и Стюарта Джонсона...

Мою музу и помощницу Линду Сивертсен, которая помогла выудить из моего прошлого воспоминания и истории и привести их в порядок...

Моего волшебника-редактора Эрин Кейси, редактора журнала *Success* Лизу Оккер за ее волшебное прикосновение к материалу и нашего выпускающего редактора Дебору Хайз...

Многочисленных экспертов по саморазвитию, с которыми я работал и у которых учился на протяжении двух десятков лет: генеральных директоров, пробивных предпринимателей и лидеров, у кого мне выпал шанс взять интервью и почерпнуть новые идеи, представления и мудрость...

Всех читателей журнала *Success*, моего блога, других моих работ, чей энтузиазм и отзывы поощряли меня на дальнейшее развитие своего потенциала,

в результате чего я все лучше мог помочь остальным раскрыть их потенциал...

И наконец, самое важное — мою прекрасную и замечательную супругу Джорджию, которая, пока я работал над этой рукописью, проводила без меня долгие вечера и выходные дни.

Не важно, что вы изучаете, какой тактикой или стратегией пользуетесь, успех является результатом накопительного эффекта.

СПЕЦИАЛЬНОЕ ПОСЛАНИЕ ОТ ЭНТОНИ РОББИНСА

За последние тридцать лет я имел честь помочь совершить прорыв в жизни более чем четырем миллионам людей. Я работал с разными категориями и слоями общества, от президентов стран до заключенных, от олимпийских чемпионов до оскароносных режиссеров, от бизнесменов-миллиардеров до тех, кто еще только начинал делать свои первые шаги в бизнесе. Будь то пара, старающаяся сохранить семью, или заключенный, предпринимающий попытки изменить свою жизнь по выходе из тюрьмы, я всегда фокусировался на том, чтобы люди достигали подлинных и устойчивых результатов. При этом не существует волшебной таблетки или секретной формулы, нужно понимать механизм работы реальных инструментов, стратегий и знаний, необходимых для построения осмысленной жизни.

Оба мы, Даррен и я, приняли решение контролировать свою жизнь еще в молодости. Мы искали ответы на вопросы, разыскивая людей, которые жили