

Magia

Spis treści

WPROWADZENIE	Magia samodyscypliny	7
Część I	SAMODYSCYPLINA I SUKCES OSOBISTY	21
ROZDZIAŁ 1.	Samodyscyplina i sukces	23
ROZDZIAŁ 2.	Samodyscyplina i charakter	35
ROZDZIAŁ 3.	Samodyscyplina i odpowiedzialność	47
ROZDZIAŁ 4.	Samodyscyplina i cele	59
ROZDZIAŁ 5.	Samodyscyplina i osobista doskonałość	71
ROZDZIAŁ 6.	Samodyscyplina i odwaga	91
ROZDZIAŁ 7.	Samodyscyplina i wytrwałość	101
Część II	SAMODYSCYPLINA W BIZNESIE, SPRZEDAŻY I FINANSACH	107
ROZDZIAŁ 8.	Samodyscyplina i praca	109
ROZDZIAŁ 9.	Samodyscyplina i przywództwo	121
ROZDZIAŁ 10.	Samodyscyplina i biznes	131
ROZDZIAŁ 11.	Samodyscyplina i sprzedaż	141
ROZDZIAŁ 12.	Samodyscyplina i pieniądze	151
ROZDZIAŁ 13.	Samodyscyplina i organizacja czasu	161
ROZDZIAŁ 14.	Samodyscyplina i rozwiązywanie problemów	171

Część III	SAMODYSCYPLINA I DOBRE ŻYCIE	179
Rozdział 15.	Samodyscyplina i szczęście	181
Rozdział 16.	Samodyscyplina i zdrowie	191
Rozdział 17.	Samodyscyplina i kondycja fizyczna	201
Rozdział 18.	Samodyscyplina i małżeństwo	207
Rozdział 19.	Samodyscyplina i dzieci	219
Rozdział 20.	Samodyscyplina i przyjaźń	231
Rozdział 21.	Samodyscyplina i spokój ducha	241

Samodyscyplina to zdolność do robienia tego, co trzeba, kiedy trzeba i bez względu na to, czy się nam chce, czy nie.

ELBERT HUBBARD, jeden z najbardziej płodnych pisarzy amerykańskich

Pomyśl o swoim celu w życiu. Czy chciałbyś zarabiać dwa razy więcej? Spłacić kredyt? A może schudnąć? Zapewne nie tylko tego pragniesz, ale nawet wiesz, co musisz zrobić, żeby to osiągnąć. I zamierzasz to zrobić... kiedyś. Jednak zanim się do tego faktycznie weźmiesz, dochodzisz do wniosku, że należy Ci się krótki wypad w wymaginowane miejsce, zwane wyspą *Kiedys*.

Natomiast pierwsza zasada sukcesu jest bardzo prosta: wydostań się z wyspy! Przestań szukać wymówek! Zrób to, co masz zrobić, albo tego nie rób, ale przestań się tłumaczyć. Nie używaj już swojego wspaniałego umysłu do wymyślania zawyżonych wykrętów i usprawiedliwień. Zrób coś. Cokolwiek. No już! Powtarzaj sobie: „To, co się stanie, zależy ode mnie!”.

Niniejsza książka pokaże Ci, jak — krok po kroku — stać się nadzwyczajną osobą, zdolną do nadzwyczajnych dokonań. Samodyscyplina jest czynnikiem, dzięki któremu można wydostać się z wyspy. Stanowi ona klucz do wspaniałego życia, bez którego nie sposób osiągnąć żadnego trwałego sukcesu. Każdy z dwudziestu jeden rozdziałów podaje metody zwiększania samodyscypliny w wybranej sferze Twojego życia:



- **PRYWATNEJ** – uświadomi Ci, że to Ty jesteś odpowiedzialny za swój sukces, i pokaże, iż wytrwałość naprawdę przynosi efekty;
- **BIZNESOWEJ I FINANSOWEJ** – staniesz się lepszym przywódcą i menedżerem, będziesz lepiej zarabiać, poprawisz organizację czasu i umiejętność rozwiązywania problemów;
- **SZCZĘŚCIA ŻYCIOWEGO** – staniesz się szczęśliwszy, zdrowszy i bardziej wysportowany.

BRIAN TRACY sam pewnego dnia opuścił wyspę *Kiedys*. Nie skończył szkoły średniej, więc przez kilka lat pracował jako robotnik. Jednak dzięki samodyscyplinie zdołał odmienić swoje życie oraz odnieść sukces jako handlowiec, specjalista od marketingu, inwestor, deweloper i w końcu konsultant do spraw zarządzania. Doradzał ponad tysiącowi firm, prowadził warsztaty i seminaria motywacyjne, w których wzięły udział ponad cztery miliony ludzi z czterdziestu krajów; napisał czterdzieści pięć książek. W Polsce jest znany m.in. dzięki takim tytułom, jak: *Zjedz tę żabę*, *Punkt zwrotny* czy *Sposób na sukces*. Szturmem podbił także listę przebojów wydawnictwa Onepress — dzięki serii motywacyjnych miniporadników. Jak sam twierdzi: „Nieważne, kim się urodziłeś, ważne, kim chcesz zostać”.