

# Spis treści

|                 |                                                             |            |
|-----------------|-------------------------------------------------------------|------------|
| WPROWADZENIE    | Magia samodyscypliny                                        | 9          |
| <b>Część I</b>  | <b>SAMODYSCYPLINA I SUKCES OSOBISTY</b>                     | <b>21</b>  |
| 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        |
| <b>Część II</b> | <b>SAMODYSCYPLINA W BIZNESIE,<br/>SPRZEDAŻY I FINANSACH</b> | <b>107</b> |
| 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        |

|                  |                                     |            |
|------------------|-------------------------------------|------------|
| <b>Część III</b> | <b>SAMODYSCYPLINA I DOBRE ŻYCIE</b> | <b>179</b> |
| 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        |