

Naslov originala:
Brian Tracy
No Excuses!: *The Power of Self-Discipline*

Copyright © 2010 Brian Tracy
Za izdanje na srpskom jeziku © Publik praktikum 2024

ZA IZDAVAČA:
Marko Sabovljević

UREDNIK:
Marina Sabovljević

PREVOD:
Tamara Jorgovanović

LEKTURA
Snežana Gligorijević

DIZAJN KORICE:
Siniša Subotić

ŠTAMPA:
Alpha print, Zemun

TIRAŽ:
1.000

IZDAVAČ:
Publik praktikum, imprint Harmonija
Dobrovoljačka 10/I, Zemun
office@publikpraktikum.rs
011/4202 544; 011/4202 545

GODINA IZDANJA:
2024

Sva prava su zadržana. Nijedan deo ove knjige ne sme se kopirati ni prenositi u bilo kom obliku ili bilo kojim sredstvima, elektronskim ili mehaničkim, uključujući foto-kopiranje, snimanje ili bilo koji sistem za skladištenje i pretraživanje informacija, bez pismenog odobrenja izdavača.

BRAJAN TREJSI

**NEMA
IZGOVORA!**

HARMON**IA**

*Ovu knjigu s ljubavlju posvećujem svom prijatelju
i saradniku Eriku Bermanu, jednom od
najdisciplinovanijih i najodlučnijih
ljudi koje poznajem.*

Sadržaj

Uvod: Čudo samodiscipline	9
---------------------------------	---

PRVI DEO: SAMODISCIPLINA I LIČNI USPEH

<i>Poglavlje 1:</i> Samodisciplina i uspeh	23
<i>Poglavlje 2:</i> Samodisciplina i karakter	33
<i>Poglavlje 3:</i> Samodisciplina i odgovornost.....	43
<i>Poglavlje 4:</i> Samodisciplina i ciljevi	53
<i>Poglavlje 5:</i> Samodisciplina i lična izuzetnost.....	63
<i>Poglavlje 6:</i> Samodisciplina i hrabrost.....	83
<i>Poglavlje 7:</i> Samodisciplina i istrajnost.....	93

DRUGI DEO: SAMODISCIPLINA U POSLOVANJU, PRODAJI I FINANSIJAMA

<i>Poglavlje 8:</i> Samodisciplina i posao	101
<i>Poglavlje 9:</i> Samodisciplina i liderstvo	113
<i>Poglavlje 10:</i> Samodisciplina i i poslovanje.....	121
<i>Poglavlje 11:</i> Samodisciplina i prodaja.....	129
<i>Poglavlje 12:</i> Samodisciplina i novac.....	139
<i>Poglavlje 13:</i> Samodisciplina i upravljanje vremenom.....	147
<i>Poglavlje 14:</i> Samodisciplina i rešavanje problema.....	155

TREĆI DEO: SAMODISCIPLINA I DOBAR ŽIVOT

<i>Poglavlje 15:</i> Samodisciplina i sreća.....	165
<i>Poglavlje 16:</i> Samodisciplina i lično zdravlje	173
<i>Poglavlje 17:</i> Samodisciplina i fizička kondicija	181
<i>Poglavlje 18:</i> Samodisciplina i brak.....	187
<i>Poglavlje 19:</i> Samodisciplina i deca	197

<i>Poglavlje 20:</i> Samodisciplina i prijateljstvo.....	207
<i>Poglavlje 21:</i> Samodisciplina i duševni mir.....	215
O autoru	221

Uvod:

Čudo samodiscipline

Postoji hiljadu izgovora za neuspeh, ali nijedan dobar razlog.

Mark Tven

Zašto su neki ljudi uspešniji od drugih? Zašto neki zarađuju bolje, žive srećnije i postižu mnogo više od većine za isti vremenski period? Šta je prava „tajna uspeha“?

Obično započinjem seminare malom vežbom. Pitam publiku: „Koliko bi vas ovde želelo da udvostruči svoj prihod?“

Gotovo svi se nasmeše i podignu ruke. Onda ih pitam: „Koliko vas bi volelo da smrša? Razduži se? Stekne finansijsku nezavisnost?“

Ponovo se svi smeju, neki glasno odobravaju, i svi dižu ruke. Onda kažem: „Sjajno! To su divni ciljevi koje svako ima. Svi mi želimo da bolje zarađujemo, provodimo više vremena sa porodicom, budemo u formi i vitki i postignemo finansijsku nezavisnost.

„Ne samo što svi želimo isto, već svi znamo šta treba da uradimo da to postignemo. I svi nameravamo da to učinimo **jednom**. Ali pre nego što počnemo, rešavamo da odemo na malo putovanje do predivnog mesta iz mašte zvanog ‘Ostrvo jednog dana’.

„Kažemo: ‘Jednoga dana ću pročitati tu knjigu. Jednog dana ću početi da vežbam. Jednog dana ću se usavršiti i zarađivati više para. Jednog dana ću staviti svoje finansije pod kontrolu i vratiti dugove. Jednog dana ću uraditi sve ono što treba da postignem svoje ciljeve. Jednog dana.’“

Verovatno osamdeset odsto populacije veći deo vremena živi na Ostrvu jednog dana. Razmišljaju i sanjare o svemu što će uraditi „jednog dana“. Ko ih okružuje? Pa drugi ljudi na Ostrvu jednog

dana! A koja je glavna tema za razgovor na Ostrvu jednog dana? Izgovori! Svi oni sede i razmenjuju izgovore zašto su na ostrvu.

„Zašto si ti ovde?“, pitaju jedni druge.

Nije iznenađenje da su im i izgovori većim delom isti: „Nisam imao srećno detinjstvo“, „Nisam stekao dobro obrazovanje“, „Nemam para“, „Šef mi je mnogo zahtevan“, „U lošem sam braku“, „Niko me ne ceni“ ili „Ekonomska situacija je užasna“.

Svi boluju od „izgovoritisa“, koji je poguban po uspeh. Tačno je da imaju dobre namere, ali kao što znamo, „put u pakao popločan je dobrim namerama“.

Prvo pravilo za uspeh je jednostavno: odjavite se sa ostrva!

Nema više izgovora! Uradite ili nemojte da uradite – ali ne smišljajte izgovore. Prestanite da opravdavate to što ne preduzimate ništa. Učinite nešto. Učinite bilo šta. Bacite se na posao! Ponavljajte sebi: „Od mene zavisi šta će biti!“

Gubitnici nalaze izgovore, pobednici put napred. A kako možete da znate da li je vaš omiljeni izgovor validan ili ne? Jednostavno je. Pogledajte oko sebe i zapitajte se: „Postoji li još neko ko ima isti izgovor kao ja, a ipak je uspešan?“

Kada postavite to pitanje, ako ste iskreni, moraćete da priznate da postoje hiljade ili čak milioni ljudi kojima je bilo gore nego vama, pa su ipak učinili divne stvari sa svojim životima. A to što su hiljade i milioni učinili mogli ste i vi – da ste probali.

Kaže se: kad bi ljudi ulagali u postizanje ciljeva istu energiju koju troše na smišljanje izgovora za neuspeh, iznenadili bi sebe. Ali prvo što morate jeste da se odjavite sa ostrva.

Skromni počeci

Malo ljudi krene u život sa velikim preimućstvima. Ja, recimo, nisam završio srednju školu. Radio sam kao fizički radnik nekoliko godina. Imao sam ograničeno obrazovanje, ograničene sposobnosti i ograničenu budućnost. A onda sam počeo da se pitam: „Zašto su neki ljudi uspešniji od drugih?“ To pitanje mi je promenilo život.

Tokom godina pročitao sam hiljade knjiga i članaka koji se odnose na uspeh i postignuće. Čini se da se o razlozima ovih dostignuća govori i piše više od dve hiljade godina na sve moguće načine.

Jedna od osobina oko koje se većina filozofa, učitelja i stručnjaka slaže jeste značaj samodiscipline. Disciplina je ono što morate da posedujete kako biste se oduprli zavodljivosti izgovora.

Samodisciplina vam omogućava da se „odjavite sa ostrva”. Ona je ključ za sjajan život i bez nje trajan uspeh nije moguć.

Razvoj samodiscipline promenio mi je život, a promeniće i vaš. Neprestanim zahtevanjem više od sebe, postao sam uspešan u prodaji, a onda i u marketingu. Nastavio sam školovanje i stekao fakultetsku diplomu u svojim tridesetim, što je zahtevalo hiljade sati posvećenog učenja. Prvi sam uvezio „Suzukijeve” automobile u Kanadu, otvorio šezdeset pet prodajnih salona i prodao vozila u vrednosti od dvadeset pet miliona dolara – i to sve pošto sam počeo bez ikakvog predznanja u toj oblasti. Ono što sam imao, međutim, bila je disciplina i odlučnost da naučim sve što treba i primenim u onome što hoću da uradim.

I u poslove sa nekretninama ušao sam bez predznanja ili iskustva, uneo moć discipline i podržao to stotinama sati rada i učenja. Onda sam počeo da gradim šoping centre, industrijske parkove, poslovne i stambene zgrade.

Uz samodisciplinu sam izgradio uspešne poslove u obučavanju, savetovanju, predavanjima, pisanju, snimanju i distribuciji. Moji audio i video programi, knjige, seminari i programi obuke zaradili su više od petsto miliona dolara i objavljeni su na trideset šest jezika u pedeset četiri države. Tokom godina sam savetovao više od hiljadu kompanija i obučavao preko pet miliona ljudi na seminarima i predavanjima. U svakom slučaju, samodisciplina je bila ključna za moj uspeh.

Otkrio sam da možete postići gotovo svaki cilj koji postavite ako ste dovoljno disciplinovani da platite cenu, radite šta treba i nikad ne odustanete.

Za koga je ova knjiga?

Ova knjiga napisana je za ambiciozne, odlučne ljude koji žele da postignu sve što je moguće u životu. Napisana je za one koji su „gladni” da učine više, imaju više i da budu više nego što su ikad bili.

Možda je od svih spoznaja vezanih za uspeh najvažnija ta da, ako želite da postignete veliki uspeh, morate postati drugačija osoba.

Nisu materijalne stvari koje stičete ono što toliko znači koliko ***kvaliteti osobe koja morate da postanete*** da biste prosperirali iznad proseka. Razvoj samodiscipline je pravi smer koji čini sve mogućim za vas.

Ova knjiga je vodič korak po korak da postanete izvanredna osoba koja je sposobna za izvanredna dostignuća.

Slučajni susret otkriva uzrok uspeha

Pre nekoliko godina pohađao sam konferenciju u Vašingtonu i tokom pauze otišao na ručak u obližnji „Fud fer“. Mesto je bilo puno, pa sam seo sâm za poslednji slobodan sto, koji je bio za četvoro.

Ubrzo su došli stariji gospodin i mlađa žena, njegova asistentkinja, sa poslužavnicima u rukama i očigledno tražili gde da sednu.

Za mojim stolom bilo je dosta mesta, pa sam odmah ustao i pozvao ih da mi se pridruže. Stariji gospodin je oklevao, ali sam insistirao. Napokon je seo, veoma zahvalan, te smo počeli da razgovaramo dok jedemo.

Zvao se Kop Kopmajer. Čim se predstavio, znao sam ko je. Bio je legenda u proučavanju uspeha i dostignuća. Kop Kopmajer napisao je četiri bestselera, od kojih je svaki sadržao dvesta pedeset principa uspeha koje je ustanovio tokom više od pedeset godina istraživanja i proučavanja. Te četiri knjige pročitao sam od korica do korica, i to više puta.

Pošto smo malo ćaskali, pitao sam ga nešto što bi ga pitali mnogi u toj situaciji: „Od svih hiljadu principa koje ste otkrili, koji smatrate najvažnijim?“

Nasmejao se sa bleskom u oku, kao da su ga to pitali mnogo puta, i odgovorio bez oklevanja: „Najvažniji princip za uspeh je početkom 20. veka izneo Elbert Habard, jedan od najplodnijih pisaca u američkoj istoriji. Rekao je: ***‘Samodisciplina je sposobnost da uradiš ono što treba i kad treba, sviđalo ti se to ili ne.’***“

„Ima devetsto devedeset devet drugih principa“, nastavio je, „koje sam otkrio na osnovu proučavanja i iskustva, ali nijedan ne funkcioniše bez samodiscipline. Sa samodisciplinom funkcionišu svi.“

Dakle, samodisciplina je ključ za ličnu veličinu. Ona je magični kvalitet koji vam otvara sva vrata i čini sve mogućim. Uz

samodisciplinu se prosečna osoba može visoko i brzo uzdići koliko joj dopuštaju talenti i inteligencija. Ali bez samodiscipline, darovita osoba koja ima osnovu, obrazovanje i mogućnosti retko će se uzdići iznad osrednjosti.

Dva vaša najveća neprijatelja

Kao što je samodisciplina ključ uspeha, njen **nedostatak** je glavni uzrok neuspeha, frustracije, izneverenih očekivanja i nesreće u životu koji nas tera da tražimo izgovore i ne cenimo sebe.

Možda su dva najveća neprijatelja uspeha, sreće i ličnog zadovoljstva linija manjeg otpora i faktor brze koristi.

Linija manjeg otpora navodi ljude da biraju lak način u gotovo svakoj situaciji. Oni svuda traže prečice. Stižu na posao u poslednjem trenutku i odlaze čim se pruži prilika. Traže šeme za brzo bogaćenje i lak novac. S vremenom stvaraju naviku da uvek traže lakši, brži način da dođu do nečega što žele umesto da rade ono što je teško, ali neophodno da postignu istinski uspeh.

Faktor brze koristi, koji se nadovezuje na liniju manjeg otpora, čak je i gori jer vodi ljude do neuspeha i izneverenih očekivanja. Ovaj princip kaže: „Ljudi uvek traže najbrži i najlakši način da dođu do nečega što žele odmah, vodeći malo ili nimalo računa o dugoročnim posledicama svog ponašanja.” Drugim rečima, većina radi ono što je **korisno**, što je zabavno i lako umesto onog što je **neophodno** za uspeh.

Svakoga dana, u svakom minutu, u vama se odvija bitka da li da uradite ono što je ispravno, teško i neophodno (kao anđeo na jednom ramenu) ili nešto što je zabavno, lako i ima malu ili nikakvu vrednost (kao đavo na vašem drugom ramenu). Svakog minuta svakog dana morate se boriti i pobediti u toj bici sa faktorom brze koristi i odupreti se privlačnoj snazi linije manjeg otpora ako istinski želite da postanete sve ono za šta ste sposobni.

Preuzmite kontrolu nad sobom

Druga definicija samodiscipline je **samosavlđavanje**. Uspeh je moguć samo onda kada možete da savladate svoje emocije, nagone i sklonosti. Ljudi kojima nedostaje sposobnost da gospodare svojim nagonima postaju slabi i raspušteni i na njih je nemoguće osloniti se.

Samodisciplina se može definisati i kao **samokontrola**. Vaša sposobnost da kontrolišete sebe i svoja dela, šta govorite i radite, i uverenje da je vaše ponašanje u skladu sa dugoročnim ciljevima koje ste postavili obeležje su nadmoćne osobe.

Disciplina je definisana kao samoodricanje. Ona zahteva da se odreknete lakih zadovoljstava, iskušenja koja su tolike ljude odvela na stranputicu, i umesto toga disciplinujete sebe da radite samo ono što je ispravno na duge staze i prikladno u tom trenutku.

Samodisciplina zahteva **odlaganje zadovoljstva**, odnosno da odložite kratkoročno zadovoljenje kako biste uživali u većim nagradama dugoročno.

Razmišljajte na duge staze

Sociolog dr Edvard Banfield sa Harvarda sproveo je pedesetogodišnju studiju o razlozima socioekonomskog napredovanja u Americi. Zaključio je da je najvažnija pojedinačna odlika ljudi koji su postigli veliki uspeh u životu bila „dugoročna perspektiva”. Banfield je „vremensku perspektivu” definisao kao „količinu vremena koju pojedinac uzima u obzir kada određuje svoja trenutna dela”.

Drugim rečima, najuspešniji ljudi razmišljaju na duge staze. Oni gledaju što je moguće dalje u budućnost kako bi odredili kakvi žele da postanu i koje ciljeve žele da ostvare. Onda se vraćaju u sadašnjost i određuju šta treba da rade – ili ne rade – kako bi postigli tu željenu budućnost.

Ovo dugoročno razmišljanje može se primeniti na posao, karijeru, brak, veze, novac i lično ponašanje – o čemu će biti reči na stranicama koje slede.

Uspešni ljudi paze da sve što rade kratkoročno bude u skladu sa onim što žele postignu dugoročno. U svakom trenutku praktikuju samodisciplinu.

Možda najvažnija reč u dugoročnom razmišljanju jeste **žrtva**. Nadmoćni ljudi mogu da idu kroz život podnoseći žrtve na kratke staze, i velike i male, kako bi osigurali bolje rezultate i nagrade u budućnosti.

Ovu spremnost na podnošenje žrtve nalazimo kod ljudi koji provode sate, pa čak i godine pripremajući se, učeći i usavršavajući svoje veštine kako bi postali važniji i mogli da imaju bolji život u budućnosti umesto da provode vreme u druženju i zabavljanju u sadašnjosti.

Longfelou je jednom napisao:

*Velikani nisu dosegli visine
Tako što su odjednom poleteli
Već su ulagali puno truda
dok su drugi ljudi spavali.*

Sposobnost da razmišljate, planirate, naporno radite i disciplinujete sebe da činite ono što je ispravno i neophodno, a ne zabavno i lako, ključno je da biste stvorili divnu budućnost za sebe. Dugoročno razmišljanje je veština koja se stiče. Kako postajete bolji u tome, sve ste sposobniji i da preciznije predvidite šta bi moglo da se desi u budućnosti kao posledica vaših aktivnosti u sadašnjosti. To je kvalitet superiornog razmišljanja.

Kratkoročni dobitak može biti dugoročni gubitak

Postoje dva zakona čije žrtve postajete kada ne praktikujete samodisciplinu. Prvi je „zakon nenameravanih posledica“. Po tom zakonu, „nenameravane posledice nekog dela mogu biti mnogo gore nego nameravane zbog nepostojanja dugoročnog razmišljanja.“

Drugi je „zakon izopačenih posledica“ koji kaže da „kratkoročne aktivnosti namenjene trenutnom zadovoljenju mogu voditi do izopačenih ili suprotnih posledica od onih kojima se težilo“.

Na primer, možete uložiti vreme, novac ili emocije sa željom i namerom da vam bude bolje i da budete srećniji. Ali pošto niste pažljivo razmislili ili uradili domaći, posledice vašeg ponašanja

mogu biti daleko gore nego da niste učinili ništa. Svaka osoba je to doživela, često više puta.

Zajednički imenitelj uspeha

Biznismen Herbert Grej sproveo je dugoročnu studiju tragajući za nečim što je nazvao „zajedničkim imeniteljem uspeha”. Posle jedanaest godina konačno je zaključio da je zajednički imenitelj uspeha to što „uspešni ljudi imaju *naviku* da rade stvari koje neuspešni ne vole da rade.”

A šta su te stvari? Ispostavilo se da uspešni ljudi ne vole da rade isto ono što ni neuspešni ne vole, ali ih ipak rade jer znaju da je to cena koju treba da plate ako žele da dožive veća dostignuća i nagrade u budućnosti.

Grej je utvrdio da su uspešni ljudi više zainteresovani za „zadovoljavajuće rezultate”, dok su neuspešni više zabrinuti za „zadovoljavajuće metode”. Uspešne, srećne ljude zanimaju *pozitivne, dugoročne posledice ponašanja*, a neuspešne *lično uživanje i trenutno zadovoljstvo*.

Motivacioni govornik Denis Vejtlj rekao je da su najuspešniji ljudi bili oni koji su se bavili aktivnostima za „postizanje cilja”, dok su prosečne ljude više zanimale aktivnosti za „smanjenje tenzija”.

Večera pre deserta

Najjednostavnije pravilo u vežbanju samodiscipline je pojesti „večeru pre deserta”. U obrocima postoji logičan sled jela, a desert dolazi na kraju. Prvo jedete glavno jelo i ispraznite tanjir, a tek onda dobijate desert.

Postoji slatka, ali varljiva nalepnica za kola koja kaže: „Život je kratak, jedi prvo desert.”

Zamislite šta bi se desilo ako biste došli kući s posla i, umesto zdravog obroka, pojeli veliko parče pite od jabuka sa sladoledom. Kakav apetit za zdrave, hranljive namirnice biste posle toga imali? Uz sav taj šećer u želucu, kako biste se osećali? Da li biste bili puni energije i spremni da uradite nešto produktivno? Ili biste bili umorni i tromi, spremni da otpišete dan kao završen?

Dobićete isti rezultat kao kada posle posla odete na piće ili dva i onda se vratite kući i uključite televizor. To su jednostavno različiti oblici „deserta” koji eliminišu vašu sposobnost da uradite nešto korisno tokom ostatka večeri.

Verovatno je najgori deo da sve što ponavljate uskoro postaje **navika**. A navika, kada se jednom stekne, teško se gubi. Navika da se bira lakši put, radi nešto što je zabavno i u čemu se uživa, ili jede desert pre večere, postaje sve jača i neizbežno vodi ka ličnoj slabosti, izneverenim očekivanjima i neuspehu.

Navika samodiscipline

Na sreću, možete razviti i naviku samodiscipline. Redovno vežbanje da disciplinujete sebe da radite ono što treba i kad treba, sviđalo vam se to ili ne, postaje sve jača kako vežbate. Odbijate da nalazite izgovore.

Loše navike se lako stiču, ali se sa njima teško živi. Dobre navike se teško stiču, ali se sa njima lako živi. Kao što je Gete rekao: „Sve je teško pre nego što postane lako.”

Teško je stvoriti navike samodiscipline, samosavladvanja i samokontrole, ali kada jednom uspete, one postaju automatske i lako se sprovode. Kada navika samodiscipline stekne čvrsto uporište u vašem ponašanju, počinje da vam biva nelagodno kada se ne ponašate disciplinovano.

Najbolja vest je da se sve navike **uče**. Možete naučiti svaku kako biste postali osoba kakva želite. Možete postati izvanredna osoba vežbajući samodisciplinu kad god je potrebno.

Svako vežbanje samodiscipline **jača** svaku drugu disciplinu. Nažalost, svaka slabost u disciplini takođe slabi sve one druge.

Da biste razvili naviku samodiscipline, najpre morate da donesete čvrstu odluku kako ćete se ponašati u određenim aktivnostima. Zatim odbijate da pravite izuzetke dok se navika samodiscipline u toj oblasti ne učvrsti. Uvek kada popustite, a hoćete, morate ponovo da odlučite da nastavite vežbanje samodiscipline dok vam ne postane lakše da se ponašate disciplinovano nego nedisciplinovano.

Velika naknada

Naknada za razvijanje visokog stepena samodiscipline je izvanredna! Postoji direktna veza između samodiscipline i **samopoštovanja**:

- Što više vežbate samosavlađivanje i samokontrolu, više ćete voleti i ceniti sebe.
- Što više disciplinujete sebe, imate jače samopoštovanje i lični ponos.
- Što više vežbate samodisciplinu, imate bolju sliku o sebi. Gledate i mislite o sebi na pozitivniji način. Srećniji ste i jači kao osoba.

Stvaranje i održavanje samodiscipline kao navike je doživotni proces i bitka koja traje. Nikada se ne završava. Izazov da se sledi linija manjeg otpora i faktor brze koristi neprestano vrebaju negde u vašim mislima i čekaju priliku da uskoče, da vas odvedu na stranputicu da radite nešto zabavno, lako i beznačajno, a ne ono što je teško, neophodno i poboljšava vam život.

Napoleon Hil je jedan svoj bestseler završio rečima: „Samodisciplina je **ključ uspeha**.” Samodisciplina je ključ samopoštovanja, samouvažavanja i ličnog ponosa. Razvoj samodiscipline je vaša garancija da ćete prevazići sve prepreke i stvoriti sebi divan život.

Sposobnost da se praktikuje samodisciplina je stvaran razlog zašto su neki ljudi uspešniji i srećniji od drugih.

Kako je ova knjiga pisana

Na stranicama koje slede, opisaću dvadeset jednu oblast života u kojima je pokazivanje samodiscipline nužno za ispunjenje vašeg punog potencijala i postizanja svega što je moguće.

Ova knjiga je podeljena na tri segmenta zbog preglednijeg čitanja. Prvi deo naslovljen je *Samodisciplina i lični uspeh*, a kroz sedam poglavlja naučićete kako da bolje ostvarite **lični potencijal** praktičovanjem samodiscipline u svakoj oblasti ličnog života, uključujući postizanje ciljeva, izgradnju karaktera, prihvatanje odgovornosti i razvijanje hrabrosti, i kako da ona bude istrajna i odlična podrška svemu što radite.

U sedam poglavlja drugog dela knjige saznaćete kako da naučite mnogo više nego ikad u oblastima **poslovanja, prodaje i ličnih finansija**. Naučićete zašto i kako je samodisciplina od suštinskog značaja da postanete lider u svojoj branši, da vodite posao profitabilnije, prodajete više, investirate pametnije i upravljate svojim vremenom tako da postignete maksimalne rezultate.

Najzad, u sedam poglavlja trećeg dela knjige naučićete kako da upotrebite čudo samodiscipline u svom privatnom životu. Naučićete kako da je praktikujete u oblastima sreće, zdravlja, fitnesa, braka, dece, prijateljstava i postizanja duševnog mira. Naučićete kako da poboljšate kvalitet svog života i veza sa drugima u svakoj oblasti.

U svakom poglavlju ću vam pokazati kako da inkorporirate više stepene samodiscipline i samosavladavanja u sve što radite.

Na narednim stranicama naučićete kako da preuzmete potpunu kontrolu nad svojim ličnim i profesionalnim razvojem i kako da postanete jači, srećniji i imate više samopouzdanja u svakom segmentu života koji vam je važan. Naučićete kako da raskinete sa starim navikama koje vas sputavaju i kako da razvijete navike samopouzdanja, samokontrole i samodiscipline koje će vam omogućiti da postavite i ispunite svaki cilj. Naučićete kako da u potpunosti zagospodarite svojim umom, osećanjima i budućnošću.

Kada savladate moć samodiscipline, postaćete **nezaustavljivi**, kao sila prirode. Nikada nećete imati izgovore zato što ne napredujete. Postići ćete više u narednih nekoliko meseci i godina nego što neki ljudi postignu za čitav život.