

Spis treści

Wprowadzenie	1
Rozdział 1. Uwolnij swój pełny potencjał	7
Rozdział 2. Podwój swoją wydajność	29
Rozdział 3. Uprość swoje życie	43
Rozdział 4. Wykorzystaj swoje najcenniejsze zasoby	57
Rozdział 5. Osobiste planowanie strategiczne	85
Rozdział 6. Doładuj swoją firmę i karierę	103
Rozdział 7. Popraw swoje życie rodzinne i osobiste	121
Rozdział 8. Osiągnij niezależność finansową	137
Rozdział 9. Ciesz się doskonałym zdrowiem i kondycją	153
Rozdział 10. Wykorzystaj w pełni swój potencjał i stań się tym, kim możesz się stać	165
Rozdział 11. Zmień coś na lepsze w swojej społeczności	181
Rozdział 12. Rozwój duchowy i spokój wewnętrzny	193

Siedem lekcji na XXI wiek	205
Program „Focal Point Advanced Coaching and Mentoring”	209
Dodatek. Lista wartości	211
Zalecana lektura	215
O autorze	219