

Motivační desatero

Jediný nereálný cíl je ten, za kterým se neodhodláš jít.

Nevzdávej se toho, co chceš nejvíc, pro něco co chceš právě teď.

Hodina cvičení jsou pouze čtyři procenta tvého dne.

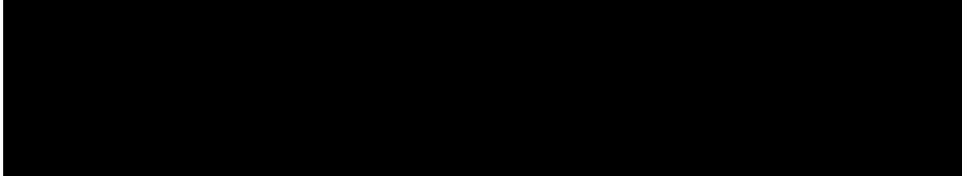
Tvůj dnešní boj jenom rozvíjí sílu, kterou budeš mít zítra.

Jídlo je nejčastěji zneužívaná droga a cvičení nejpodceňovanější antidepressivum.

Ty se nepotíš. To jen tvůj tuk pláče.

Vždycky, když máš chuť to vzdát, vzpomeň si, proč jsi začala.

Nechtěj být perfektní. Staň se pouze svojí nejlepší verzí.



S tímhle desaterem zvítězíte sami nad sebou

Nikdy nedokážete překonat oceán, dokud nebudete mít odvahu ztratit z očí břeh.

Nikdo neříkal, že cesta bude snadná. Ale že výsledek bude stát za to.

Ať už si myslíte, že to zvládnete nebo si myslíte, že to nezvládnete, máte pravdu.

Pochybnosti zabíjejí více snů, než se kdy povedlo jakémukoli krachu.

Když sedmkrát upadnete, prostě jen osmkrát vstaňte.

Nechtějte být výsledkem okolností. Buďte výsledkem vlastních rozhodnutí.

■■■■ pravděpodobnosti říká, že čím víc přání máte, tím víc se vám jich splní.

Proto hlavně nikdy nepřestávejte snít.

Jediný člověk, kterého byste se měli stále snažit vylepšovat, je člověk, kterým jste byli včera.

Svůj život změníte až ve chvíli, kdy začnete měnit věci, které děláte denně.

Tajemství úspěchu je ukryto v každodenní rutině.

Nejprve se tě budou ptát, proč to děláš. ■■■■ ■ ■ ■■■■ ■■■■ ■ ■ ■■■■

