

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	9
Предисловие автора	11
Введение: кто пишет вашу историю?	12
Десять правил приручения Тигров	30

ЧАСТЬ I. ПРАВИЛА ЦЕЛОСТНОСТИ

Правило 1. Не бойтесь действовать уже сегодня — время ограничено	51
Правило 2. Перепишите свой кодекс принятых представлений и постоянно меняйте его	86
Правило 3. Каждый день двигайтесь в том направлении, куда стремитесь	119

Часть II. ПРАВИЛА ЛИДЕРСТВА

Правило 4. Станьте хозяином в своей голове	179
Правило 5. Ищите тех, кто может вам помочь	216
Правило 6. Не ищите безопасности в конформизме	240

ЧАСТЬ III. ПРАВИЛА ПЕРЕМЕН

Правило 7. Каждый день делайте что-нибудь из того, что вас страшит	259
Правило 8. Управляйте своим временем, чтобы что-то менять	278
Правило 9. Создайте распорядок, который обеспечит основы продвижения к цели	312

Часть IV. Правило Роста

Правило 10. Никогда, никогда не сдавайтесь	339
Эпилог. Жизнь без Тигра	369
Приложение	373
Благодарности	381