Dane aktualne na dzień: 29-03-2024 07:01

Link do produktu: https://sklep.pasterz.pl/jak-hartowac-wole-tadeusz-zielinski-p-10001.html



Jak hartować wolę? Tadeusz Zieliński

Cena	**14,50 zł**
Numer katalogowy	**id9746**
Kod EAN	**9788389282675**
Producent	**Jerozolima**

Opis produktu

Jak hartować wolę? Tadeusz Zieliński

Stwórca obdarzył człowieka wolną wolą. Niestety granica między wolnością w działaniu a zniewoleniem jest bardzo cienka. Paradoksalnie, by nie popadać w niewolę swoich uzależnień, należało by kształtować siłę swojej woli. Mówiąc krótko: siła naszej woli jest miarą naszej wolności.

Tadeusz Zieliński w książce *Jak hartować wolę?* przywraca znaczenie tej zaniedbanej władzy, jaką jest wola, w kształtowaniu życia człowieka. Najlepszą ilustracją zawartości książki niech będą słowa samego Autora:
Jest tylko jedna dziedzina, w której nasza wyjątkowość nie ma żadnej, nawet najmniejszej konkurencji. Jest nią wola, właśnie wola – cudowny dar, który wraz z samopoznaniem daje nam zdolność kierowania sobą – naszymi czynami i myślami. Żadne zwierzę tego daru nie ma, żadne nie zdoła opanować swojego instynktu: złości, strachu, czy reakcji na bodźce seksualne. Powód ten wystarczył, aby podjąć próbę zainteresowania Was kwestiami hartowania woli...

Czy wolę da się ćwiczyć tak, jak się ćwiczy mięśnie na siłowni czy podczas aerobiku? Analogia do trenowania w sporcie dotyczy przede wszystkim faktu, że w obu przypadkach bardzo ważna jest metoda treningu. Tak jak różne mięśnie udaje się wyćwiczyć stosując odpowiednie metody, tak też wzmacnianie woli można ćwiczyć na wiele sposobów – w różnych sytuacjach i dziedzinach.

Autor reprezentuje starsze pokolenie, dla którego kwestie kształtowania swojego charakteru były oczywiste, i z pozycji dziadkowej mądrości chce swoje doświadczenie przekazać pokoleniom kolejnym. Jednocześnie zdaje sobie sprawę, że nie będzie to łatwe, gdyż *do realizacji postanowień związanych z trudnościami i przeszkodami trzeba w y s i ł k u, który jest miarą woli, silnej woli. A to przecież nie jest teraz w modzie. Żyjemy przede wszystkim w kulturze przyjemności a nie wyrzeczeń.*

SPIS TREŚCI: Czym jest wola?; Czyny nawykowe i kontrolowane; Silna wola – co to znaczy?; Kilka wskazówek jak wzmacniać wolę; Czy poprzez samokontrolę można się zmienić?; Zakończenie – wola, wyjątkowa cecha naszego gatunku.

Seria: KU DOJRZAŁOŚCI

ISBN 9788389282675
Format: 11,5x18 cm;
Ilość stron: 96