

Все любят мотивацию.

Красивые видео. Громкие цитаты. Мурашки по коже. Ощущение, что с понедельника начнётся новая жизнь.

Проблема только в том, что мотивация живёт недолго.

Сегодня ты готова покорять мир. Завтра не выспалась. Послезавтра плохое настроение. Через неделю навалились проблемы.

И вот уже от вчерашнего вдохновения не осталось ничего.

Поэтому успешных людей создаёт не мотивация.

Их создаёт дисциплина.

Дисциплина — это когда ты делаешь то, что нужно, даже когда не хочется.

Когда идёшь на тренировку без настроения.

Когда работаешь над собой без аплодисментов.

Когда продолжаешь двигаться вперёд в дни, когда никто не видит твоих усилий.

Это скучно.

Именно поэтому большинство людей её ненавидят.

Все хотят результат. Никто не хочет повторять одни и те же правильные действия сотни дней подряд.

Но жизнь устроена несправедливо.

Она награждает не тех, кто ярко стартует.

Она награждает тех, кто долго не сходит с дистанции.

Посмотри вокруг.

Большинство людей не проиграли из-за отсутствия таланта.

Они проиграли в тот момент, когда решили действовать только при наличии настроения.

А настроение — самый ненадёжный партнёр в жизни.

Сегодня оно есть. Завтра его нет.

Если твои действия зависят от эмоций, ты всегда будешь стоять на месте.

Поэтому перестань ждать вдохновения.

Перестань надеяться на волшебный понедельник.

Перестань договариваться с собственной ленью.

Просто сделай то, что должна сделать сегодня.

Потом повтори это завтра.

А затем ещё раз.

И однажды люди назовут твой результат удачей.

Хотя на самом деле это была дисциплина, которую ты выбирала каждый день, когда никто не смотрел.