



Како да постигнеме успех во еден свет во кој сè бега надвор од контрола и во кој често пати се соочуваме со непријатности? Сите големи лидери, философи, уметници, спортисти и визионери имаат една заедничка карактеристика. Онаа што им овозможува да го скротат својот гнев. Да ја избегнат деконцентрацијата и да ги прошират своите хоризонти. Рајан Холидеј ја нарекува спокојство. Тој се задржува на будистичката и на стоичката философија за да покаже зошто човек треба да се движи пополека за да ги оствари своите цели. Што е спокојството? Зошто ни е потребно? Остварливи ли се успехот, напредокот и самоусовршувањето без оваа клучна состојба на умот? Самата античка мисла е свесна дека секој човек се раѓа спокоен и дека многупати го доживува спокојството во текот на својот живот. Но оваа книга детално проучува како да се постигне тоа спокојство по желба, и не само да се постигне туку и да се задржи во себе. Преку разгложување на трите вечни полиња: умот, телото и душата, Холидеј стигнува до главните одредишта на стоичката философија, спокојството и истрајноста, ги анализира и создава модерно четиво наменето за секој што се стреми кон лично усовршување и исклучителност.