

**LBRIS**

We know  
books

**BRIAN TRACY**

controlează-ți

**t:mpul**

ca să-ți controlezi

**viața**

Traducere din limba engleză de  
CĂTĂLINA GROSU

**LITERA**  
București

*Master Your Time, Master Your Life:  
The Breakthrough System to Get More Results,  
Faster, in Every Area of Your Life*  
Brian Tracy

Copyright © 2017 Brian Tracy  
Ediție publicată pentru prima dată în limba engleză de G&D Media.  
Drepturile pentru traducere au fost obținute prin intermediul  
Waterside Productions, Inc.  
Toate drepturile rezervate



LITERA®

Editura Litera  
tel.: 0374 82 66 35; 021 319 63 90; 031 425 16 19  
e-mail: contact@litera.ro  
www.litera.ro

*Controlează-ți timpul ca să-ți controlezi viața*  
Brian Tracy

Copyright © 2026 Grup Media Litera  
pentru versiunea în limba română  
Toate drepturile rezervate

Editor: Vidrașcu și fiii  
Redactori: Gabriela Mitrovici, Carmen Ștefania Neacșu  
Corectori: Carmen Bitlan, Rodica Crețu  
Copertă: Flori Zahiu-Popescu  
Tehnoredactare și prepress: Ana Vărtosu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României  
TRACY, BRIAN

Controlează-ți timpul ca să-ți controlezi viața. Sistemul  
revoluționar care îți permite să obții mai multe rezultate,  
mai repede / Brian Tracy; trad.: Cătălina Grosu –  
București: Litera, 2026

ISBN 978-630-355-737-3  
I. Grosu, Cătălina (trad.)  
159.9

## CUPRINS

<i>Introducere</i> .....	7
<b>Capitolul 1: Timpul pentru planificarea strategică și stabilirea obiectivelor</b> .....	15
<b>Capitolul 2: Timpul productiv – efectuarea cât mai multor sarcini</b> .....	35
<b>Capitolul 3: Timpul pentru creșterea veniturilor</b> .....	55
<b>Capitolul 4: Timpul liber</b> .....	69
<b>Capitolul 5: Timpul de lucru</b> .....	77
<b>Capitolul 6: Timpul creativ</b> .....	93
<b>Capitolul 7: Timpul pentru rezolvarea problemelor și pentru luarea deciziilor</b> .....	115
<b>Capitolul 8: Timpul petrecut cu familia și cu ceilalți</b> .....	129
<b>Capitolul 9: Timpul pentru odihnă și relaxare</b> .....	147
<b>Capitolul 10: Timpul pentru liniște</b> .....	165
<i>Rezumat</i> .....	175

## 1

---

## Timpul pentru planificarea strategică și stabilirea obiectivelor

*Există o singură calitate pe care trebuie să o aibă  
cineva pentru a câștiga, și anume stabilirea definitivă  
a scopului, cunoașterea a ceea ce își dorește și dorința  
arzătoare de a realiza acel lucru.*

NAPOLEON HILL

**Unul dintre cele mai importante** genuri de timp din viață este cel petrecut gândind, luând decizii și planificând cum să obții ceea ce îți dorești cu adevărat în viață.

Cel mai relevant exemplu de pierdere a timpului este să pornești la drum fără scopuri clare, specifice. Mulți oameni își risipesc cei mai productivi ani ai vieții reacționând și răspunzând la ceea ce se petrece în jurul lor; investesc timp în a realiza scopurile altora, fără să-și rezerve măcar o parte din acest timp pentru a-și clarifica ce anume își doresc pentru propria persoană.

Există și o zicală: „Înainte să faci ceva, trebuie să faci altceva mai întâi“.

Înainte de a porni pe drumul mării aventuri a vieții, trebuie să hotărăști unde anume ai dori să ajungi. Vestea bună este că până acum nu au existat niciodată în istorie mai multe oportunități de a-ți atinge scopurile. Însă doar tu poți decide ce anume vrei.

Care este diferența dintre bogați și săraci? Una dintre explicații este că aproximativ 85% dintre oamenii bogați au un singur mare scop, pentru care lucrează tot timpul. Doar 3% dintre cei săraci au un scop și, în cel mai bun caz, lucrează pentru el ocazional.

### **1% spre deosebire de 99%**

În prezent există mari controverse cu privire la diferențele dintre cei 1% și restul oamenilor. Se spune că acei 1% controlează

Controlează-ți timpul ca să-ți controlezi viața

sau dețin mai multă bogăție decât restul de 99% la un loc. Statistica aceasta însă nu este exactă.

Marea diferență de bogăție existentă în societate se situează, de fapt, între cei 3% din top și ceilalți 97%. Și cum majoritatea oamenilor pornesc în viață cu foarte puțin sau chiar cu nimic, adevărata întrebare ar trebui să fie „Cum a fost posibil ca acești 3% să înceapă cu nimic și să aibă atât de mult succes în decurs de una sau două generații?”

Răspunsul este cât se poate de simplu. Cei 3% au scopuri și planuri clare, scrise, la care lucrează în fiecare zi. Știu foarte bine cine sunt, ce își doresc și încotro se îndreaptă. Au o strategie, o hartă care îi ghidează mai repede și cu mai mare acuratețe către scopul de a fi sănătoși, fericiți, prosperi, împliniți și bogați, pe când majoritatea oamenilor se chinuie o viață întreagă să atingă aceste idealuri.

Rezultatul faptului că au scopuri bine definite, scrise este că irosesc mult mai puțin timp decât alții cu același nivel de inteligență sau de educație. Cei care au planuri și țeluri scrise câștigă și acumulează, în medie, de zece ori mai mult decât alții cu același nivel de inteligență și de educație.

## Claritatea este totul

Există o povestire despre un vânător care merge la marginea unei păduri, închide ochii și țintește la întâmplare înspre copaci. Apoi se întoarce către prietenul său și spune: „Sper să iasă ceva bun din treaba asta!”

Din păcate, acesta este modul în care-și trăiesc viața mult prea mulți oameni. Se aruncă în viață ca un câine după mașina care trece pe stradă, rareori prinzând câte ceva. Majoritatea oamenilor trec prin viață fără scopuri, făcând și ei ce pot mai bine,

Timpul pentru planificarea strategică și stabilirea obiectivelor

sperând că li se va întâmpla ceva bun. Însă speranța nu este strategie. Este rețeta pentru eșec, dacă nu chiar pentru dezastru.

Pentru a obține maximum de la timpul tău, pentru a te bucura atât cantitativ, cât și calitativ de recompensele pe care ți le poate oferi viața, trebuie să-ți aloci periodic timp pentru a te gândi la scopuri, mai ales în perioadele de turbulență sau de schimbări rapide. Trebuie să fii orientat către țintă, să-ți stabilești țeluri, să-ți faci planuri, să-ți organizezi viața în jurul lucrurilor pe care vrei cu adevărat să le faci sau să le ai. Aceasta este cea mai importantă unealtă de management al timpului.

Pentru stabilirea scopurilor și planificarea strategică trebuie să faci un pas în spate, să-ți iei timp liber, departe de întreruperi și distrageri. Apoi să-ți pui mai multe întrebări esențiale pentru a te asigura că ceea ce faci în exterior este în concordanță cu ceea ce ești tu în interiorul tău și în armonie cu ceea ce vrei cu adevărat să realizezi în viață.

## Privește în tine

Prima întrebare pe care trebuie să ți-o pui este „Cine sunt?” Răspunsurile la această întrebare îți vor dezvălui modul în care te vezi – imaginea de sine –, persoana care crezi tu că ești. Având în vedere că toate comportamentele tale exterioare sunt întotdeauna în concordanță cu modul în care te vezi sau te descrii în interior, acest răspuns îți va dezvălui extrem de multe despre propria persoană.

La intrarea templului lui Apollo din Delphi, în Grecia antică, stătea scris „Omule, cunoaște-te pe tine însuți”. Acesta este punctul de plecare pe drumul înțelepciunii.

Socrate a spus: „Viața negândită nu merită trăită”. Dacă nu ți aloți regulat timpul necesar pentru a-ți examina viața și a te asigura că știi clar care-ți sunt obiectivele și că acestea nu

s-au schimbat între timp, vei trăi, fără să-ți dai seama, în modul reacție-răspuns, acționând impulsiv și adesea dansând cum îți cântă alții.

Începe această analiză a scopurilor prin a-ți da seama că ești unic și ai un potențial *extraordinar*. Nu a existat niciodată și probabil că nu va exista vreodată cineva exact ca tine. Fii tu însuși; toți ceilalți sunt deja luați.

Ești o combinație specială și complexă de cunoaștere, experiență, educație, talent, capacitate, interese speciale, emoții, dorințe și temeri. Mai mult, începând din copilărie ai avut o serie complexă de experiențe care te-au transformat în persoana care ești astăzi.

Deții puncte forte și calități și cu siguranță te-ai născut cu talentul de a fi extraordinar de bun la cel puțin un anumit lucru, dacă nu la mai multe chiar. Marea responsabilitate față de tine, dar și față de ceilalți este să-ți găsești scopul pentru care ai venit pe această lume. Trebuie să-ți clarifici viziunea, misiunea vieții, dorința inimii.

## Fă ceea ce îți place cu adevărat

Una dintre cele mai importante sarcini în viață este aceea de a găsi ceva ce-ți place cu adevărat să faci, pentru ca apoi să-ți concentrezi toată energia în a deveni extraordinar de bun la realizarea aceluia lucru.

De-a lungul vieții adulte și al carierei, este necesar să-ți adresezi o serie de întrebări și să răspunzi la ele. Pe măsură ce trece timpul și câștigi experiență, răspunsurile la aceste întrebări se vor schimba. Însă trebuie să ai răspunsuri clare și să fii dispus să le schimbi pe măsură ce obții mai multe informații.

Începe prin a presupune că nu ai limite. Imaginează-ți că ai putea avea o baghetă magică și că ți-ai putea face viața ideală în toate modurile posibile. Întreabă-te:

1. Ce îmi doresc eu *mult* să fac cu viața mea?
2. Ce îmi doresc eu *mult, mult* să fac cu viața mea?
3. Ce îmi doresc eu *mult, mult, mult de tot* să fac cu viața mea?

Cheia o reprezintă a treia întrebare, cea cu „mult, mult, mult de tot”. Ea te determină să sapi adânc în tine, să lași deoparte răspunsurile superficiale legate de bani și de succes și îți oferă adesea răspunsul pe care l-ai căutat. Astfel începi să-ți descoperi potențialul deplin.

## Planificarea strategică personală

Companiile de succes investesc extrem de mult timp și bani pentru a dezvolta planuri strategice pentru afacerile lor. Este vorba despre obiective bine gândite și despre planuri pe care le folosesc pentru a obține mai mult succes și o profitabilitate mai mare pe piețele competitive.

Tot astfel și noi avem nevoie de un plan strategic personal, ca să ne asigurăm că realizăm cât mai mult în timp cât mai scurt, lăsând în urmă cât mai puține greșeli.

În planificarea strategică personală există patru întrebări de bază pe care trebuie să ți le adresezi în mod regulat:

1. *Unde mă situez acum în viață?* Ce ai realizat până acum? Ce situație financiară ai? Ce fel de familie ai? Care este gradul tău de sănătate și nivelul condiției tale fizice?
2. *Cum am ajuns unde sunt acum?* Care au fost alegerile și deciziile din trecut care au creat viața ta de acum? Ce anume poartă răspunderea pentru succesul tău de până acum? Care a fost motivul pentru pașii înapoi?

3. *Unde vreau să ajung în viitor?* Idealizează și imaginează-ți un viitor perfect. Proiectează în viitor cinci ani și imaginează-ți că viața ta este extraordinară în toate privințele. Cum ar arăta? În ce mod ar fi diferită de viața ta de acum?
4. *Cum pot ajunge, de unde sunt acum, acolo unde vreau să fiu?* Care sunt lucrurile pe care le-ai putea face, începând de acum, pentru a-ți crea viitorul perfect?

Claritatea este cel mai bun prieten posibil. Planificarea strategică personală necesită, în primul rând, stabilirea unor scopuri clare, scrise, iar în al doilea rând, examinarea cu mare atenție a diferitelor moduri și strategii pe care le-am putea implementa pentru a le obține.

Majoritatea oamenilor vor să câștige mulți bani făcând ceea ce le place, reușind astfel să obțină, în cele din urmă, independența financiară. Însă doar un procent mic din populație va realiza acest obiectiv comun. De ce?

### Prima generație de bogați

Numai în Statele Unite există mai mult de zece milioane de milionari, dintre care peste 80% și-au obținut singuri averea. În lume există aproape 2 000 de miliardari, dintre care două treimi au ajuns acolo prin propriile puteri. Toți aceștia sunt indivizi care au pornit de la zero și au ajuns să aibă succes financiar într-o viață de muncă, dacă nu chiar într-o perioadă mai scurtă. De ce nu și tu?

Există multe moduri diferite de a-ți atinge obiectivele prioritare la un venit ridicat, la independență financiară sau chiar la bogăție.

Cea mai frecventă cale către succesul financiar este antreprenoriatul, capacitatea de a porni și de a construi o afacere de succes. În ziua de astăzi, este mult mai ușor să pornești o afacere și să fii primul care oferă un produs sau un serviciu decât în orice altă perioadă din istorie. Ai nevoie de mai puțin de 24 de ore pentru a-ți înregistra firma, a-ți crea site-ul și a-ți demara afacerea.

Mulți oameni își câștigă independența financiară specializându-se și devenind extraordinar de buni în domeniile lor de activitate, lucrând pentru altă companie și fiind plătiți foarte bine, desigur. Lucrează pentru altcineva și avansează prin muncă, ajungând de-a lungul anilor să câștige din ce în ce mai mult.

Zece la sută dintre milionari sunt profesioniști, adică medici, avocați, arhitecți, contabili, ingineri sau au alte profesii cu înaltă calificare. Au muncit din greu mult timp, au obținut rezultate extraordinare, au câștigat reputație și, în cele din urmă, au ajuns să fie plătiți foarte bine.

Poți alege calea antreprenoriatului și a construirii unei afaceri proprii sau poți alege să lucrezi pentru o altă companie, în special pentru una cu potențial ridicat, care abia își începe activitatea. Te poți specializa și poți deveni foarte bun în ceea ce faci. Există mai multe moduri diferite de a deveni un om de succes.

### Ascultă-ți instinctul

Poți alege diferite căi, în funcție de personalitate, aptitudini, temperament și ceea ce îți place cu adevărat. Vestea bună este că nu există doar o singură cale către succes. Milioane de oameni se descurcă extraordinar în plan financiar lucrând pentru altcineva sau specializându-se, sau combinând cele două modalități. Alții devin oameni de succes în afaceri sau ca antreprenori prin stăpânirea unei mari varietăți de competențe. Alții întreprind mai multe acțiuni. Încep propria afacere și se

specializează apoi în a deveni performanți în oferirea unui serviciu sau dezvoltarea unui produs pe care și-l doresc mulți și pentru care aceștia sunt și dispuși să plătească.

Claritatea reprezintă probabil 95% din succes. Cu cât îți este mai clar cine ești și ce vrei să faci, cu atât este mai ușor să reușești, în aproape orice condiții sau circumstanțe.

Thomas Carlyle a scris: „Cine nu are țeluri clare face progrese mici oricât de lin i-ar fi drumul, însă cine are scopuri clare progresează chiar și pe calea cea mai anevoioasă“.

Când îți aloci suficient timp pentru a te opri să te gândești la ceea ce îți dorești cu adevărat și la modul în care ai putea obține acel lucru, este posibil să economisești ani de muncă grea în care să faci pași când înainte, când înapoi, înregistrând astfel doar progrese mici. Uită greșelile trecutului și concentrează-te asupra viitorului. Un proverb turcesc spune: „Indiferent cât ai parcurs pe un drum greșit, întoarce-te“.

## Factorul inteligență

Umoristul american Josh Billings a spus cândva: „Nu ceea ce știe un om îi face acestuia rău, ci ceea ce știe și nu e adevărat“.

Când eram mic, profesorii și părinții îmi repetau încontinuu că dacă nu iau note bune, dacă nu termin liceul, dacă nu merg la facultate, nu voi avea succes în viață. Și i-am crezut. Când am ratat absolvirea liceului, m-am resemnat să efectuez o serie de munci fizice grele. Câțiva ani am spălat vase, am săpat șanțuri, am lucrat în fabrici, dintre care unele de cherestea, și uneori am dormit în mașină.

Până într-o zi când, frustrat fiind la vederea atâtor oameni de succes în jurul meu, dintre care mulți mult mai tineri ca mine, am început să-mi pun semne de întrebare cu privire la

concepțiile mele despre succes și despre eșec. Am început să mă întreb: „De ce unii oameni au mai mult succes decât alții?“

Ceea ce am aflat m-a surprins profund. Am descoperit că relația dintre succes și educația superioară, inteligență, notele bune, proveniența dintr-o familie bogată sau chiar abilitățile innăscute este cât se poate de firavă.

Inteligența a fost identificată ca fiind o calitate importantă a oamenilor de succes din fiecare domeniu. Cercetări aprofundate au demonstrat însă că mulți oameni de succes nu au un coeficient de inteligență excepțional, nici note deosebite în școală. Este adevărat că au o inteligență peste medie, însă nu sunt genii.

## Un mod de acțiune

Experții au conchis că inteligența este mai mult „un mod de acțiune“, nu este reprezentată de notele bune sau de coeficientul de inteligență ridicat. Și atunci, ce anume este un mod inteligent de acțiune? Răspunsul este simplu: acționezi *inteligent* atunci când faci ceva ce te îndreaptă către unul dintre scopurile pe care ți le-ai propus. Acționezi *neinteligent* atunci când faci un anumit lucru care nu te îndreaptă către ceea ce spui că dorești să realizezi.

În seminarele mele predau o tehnică extrem de simplă, despre care promit că dublează veniturile oricărei persoane din sală. O denumesc „Metoda A/B“.

Iată cum funcționează: îți împarți toate sarcinile și activitățile în două categorii, sarcinile A și sarcinile B. Activitățile A sunt acelea care te apropie de scopurile pe care nu îți dai seama că vrei cu adevărat să le atingi. Sunt țeluri precum să ai mai mult succes în domeniul tău de activitate, să câștigi mai mult, să-ți petreci mai mult timp cu familia și prietenii și să te bucuri de o stare de sănătate optimă.