

Fórmula do sucesso..

Exercício para fortalecer sua decisão em agir.

1. Escreva quatro ações que você sabe que deveria estar fazendo agora mesmo
2. Liste a dor que você associa a cada uma das ações e que está impedindo você de agir. Seja emocional, não apenas racional.
3. Liste o prazer que você ganha ao **não** fazer essas ações.
4. Para cada uma dessas ações, escreva um parágrafo respondendo o que vai lhe custar se você não tomar essas ações. O que você vai perder na vida? Qual será o preço a longo prazo?
5. Novamente, para cada uma delas, escreva todo o prazer que você obterá se agir. Quais serão os benefícios? Como isso vai melhorar a qualidade da sua vida? Como isso vai criar mais felicidade, sucesso, liberdade ou orgulho?

Guarde essas suas respostas em mente e assista o próximo vídeo! Vamos em frente!



FERNANDOCAESAR