



SE TORNE
INVENCÍVEL

“É impossível vencer aquele
que não desiste”

PROGRAMA
AVANTE

SE TORNE
INVENCÍVEL

“É impossível vencer aquele
que não desiste”

Quando as circunstâncias da vida mudam, você muda? A sua conduta muda?

Em tempos difíceis nem todos estão preparados para o incontável. Mas isso não significa que temos que parar por aí. Podemos fazer muitas coisas para fortalecer nosso corpo, mente e alma para conseguirmos lidar com as situações, não importando o que aconteça.

Estamos sendo cercados de muita negatividade, mas esse guia foi criado exatamente por conta disso. Para podermos viver de forma mais positiva e conseguir se colocar na melhor posição possível! Este é um guia criado para o Autodomínio.

É assim que conseguimos prosperar durante esses momentos!

Mas lembre tudo o que estará aqui NÃO é reservado apenas para os tempos difíceis!!!

Não estou me referindo apenas a quando a adversidade ataca. Mas também quando os tempos são ótimos e estamos bem mais confortáveis.

Conseguir ter os mesmos valores perto quando as coisas são fáceis é algo que deve ser analisado.

Porque eu poderia argumentar que esse é o verdadeiro problema.

Quando toda a poeira baixar... Quando nossas vidas começam a voltar ao que eram antes... Tudo é o suficiente pra você? Você não quer mais?

Independentemente das circunstâncias precisamos estar preparados. Para prosperarmos em todos os momentos.

Nós vamos vencer sempre independente do momento!
E vamos obter o que queremos nessa vida!

PROGRAMA
AVANTE

SE TORNE INVENCÍVEL

A MENTALIDADE DE QUEM QUER VENCER

Ter a mentalidade de vencedor é a base para alcançar nosso desenvolvimento pessoal.

Fortalecendo a mente é a melhor maneira de se condicionar a superar momentos difíceis. Temos que começar em algum lugar.

SEMPRE vamos começar com a nossa mente.

MOTIVAÇÃO

Sempre me perguntam como me mantenho motivado e como me mantenho focado. EU geralmente respondo algo como:

“Se eu quero atingir meus objetivos o que eu devo fazer...
TUDO o que eu posso”.

Então como você não fica focado e motivado?

Como você desiste de seus sonhos se você sabe que a única coisa que determina se você vai realizar seus objetivos ou não é que você nunca **DEVE DESISTIR?**

Então não importa onde você esteja sempre tem que progredir constantemente. EU tenho que progredir constantemente. EU tenho que colocar mais esforço e determinação.

VOCÊ DEVERIA TAMBÉM. Muitas pessoas estão contando com você!

Lembre-se do seu **PORQUÊ.**

PROGRAMA
AVANTE

SE TORNE INVENCÍVEL

POSITIVIDADE

Nesta vida, tudo é sobre o que significa para você.

Se você é inerentemente uma pessoa negativa, mas se você escolha a positividade quando você sabe que está inerentemente negativo, significa mais. Quando você tem uma personalidade que se vicia facilmente e você escolhe progredir, quando você cresce em um ambiente negativo, quando você está perto de pessoas negativas e você usa seu tempo para ser uma pessoa positiva SIGNIFICA MUITO MAIS.

Tudo é sobre o que significa para você

FODA-SE os outros e como eles são e o que elas pensam.

GRATIDÃO

A VIDA É UM GRANDE TESTE DE GRATIDÃO.

O que é isto?

Gratidão é ação. Gratidão é progresso.

Não há estagnação no universo.

Ou estamos crescendo ou estamos morrendo, progredindo ou regredindo.

A vida acontece para nós.

Tudo o que acontece em nossa vida tem o objetivo de nos fortalecer, e evoluir nosso caráter. Depois de incorporar essa mentalidade e praticar verdadeiramente a gratidão pelo bem e pelo mal, é quando realmente começamos a apreciar a vida.

É o motivador final.

PROGRAMA
AVANTE

SE TORNE INVENCÍVEL

ACUMULE VITÓRIAS

Não há nada como começar o dia com VITÓRIAS.
Você mesmo DEVE o controle de seu dia e CRIAR seu destino.

Você tem uma escolha todos os dias quando você ouvir o alarme disparar, você vai se fortalecer BASTANTE e perseguir essa visão ou simplesmente ignorar e voltar a dormir?

1. ACORDE IMEDIATAMENTE

Pés no chão, sem tempo para o modo soneca. Temos uma visão para criar. Escolha um horário que é difícil. Quando fazemos o que é difícil tomamos o controle de nossas vidas.

3. VIZUALIZAR

Faça uma imagem de quem você quer se tornar, não só possuir. Que atributos e comportamentos você considera que devem ser parte de você. Entre nessa visão e deixe a sua consciência te guiar.

5. ATINJA ESSES MACROS

Hora de colocar energia no sistema. Comer alguns carboidratos, mas mantenha leve para que você possa ter a sua próxima vitória.

7. REJEITE OS VICIOS

Qual o seu vício? Reflita e entenda o que faz você perder o controle. Já temos várias vitórias. Você vai jogar elas no lixo agora ou vai terminar FORTE? ESSA É SUA ESCOLHA.

2. MEDITAÇÃO

Você deve fazer o que melhor funciona para você. Alguns fazem exercícios de respiração, outros Yoga, Eu prefiro música e entender as citações das minhas notas ou livros.

4. HIDRATAÇÃO

Sempre pela manhã tome água para começar a colocar o seu organismo em perfeita sintonia e funcionamento.

6. WORKOUT

Arrebente no seu primeiro treino. Se você está cansado do dia anterior ÓTIMO, vai significar mais ainda!

PROGRAMA
AVANTE

SE TORNE
INVENCÍVEL

ACUMULE VITÓRIAS

É assim que você **ACUMULA VITÓRIAS**

É ASSIM QUE CONSTRUÍMOS UM DIA PERFEITO.

Se somarmos dias perfeitos, acabamos com uma vida perfeita. Tudo se resume a consistência e ser conscientemente congruente com sua conduta diária.

Quando você se esforça muito para prolongar ainda mais a única vida que você foi abençoado com, buscando a saúde tratando-se bem, tratando sua vida com respeito, o Universo vai reconhecer isso e tudo vai se alinhar, assim tudo o que almejamos um dia será conquistado.

» Então, lembre-se, levantar cedo, buscando o crescimento, se dedicando fisicamente para transformar tanto a alma, corpo e mente. O alinhamento e crescimento surgem a partir desse momento.

» Todo mundo está olhando demais ao redor em busca de respostas, olhe para dentro, você sabe que vai encontrá-las.

» Não acorde logo para trabalhar, acorde para o crescimento, acorde para se conhecer melhor, acorde bem e pensando nessa nova fase de realizações visualize o seu futuro a sua nova vida o seu novo eu.
EU GARANTO que você irá começar viver cada vez mais em plenitude.

PROGRAMA
AVANTE

SE TORNE INVENCÍVEL

A CHAVE PARA O AUTO CONTROLE ESTÁ NO QUE INJERIMOS

Se estamos consistentemente ingerindo coisas das quais nos arrependemos,
Se estamos consistentemente consumindo coisas que nos levam a
pensarmos de forma negativa se estamos agindo consistentemente de uma
maneira que não gostamos, estamos sendo “fracos” por dentro
pois realmente não estamos fazendo o que precisamos fazer.

Não estamos honrando a nossa palavra.

Tudo é alinhamento, quando estamos em sintonia com o nosso propósito
(sermos a pessoa que admiramos).

Quando fazemos o que falamos

Quando fazemos todas as nossas tarefas diárias com amor

Quando não colocamos ódio no mundo e temos uma visão de prosperidade

NÓS ESTAMOS CADA VEZ MAIS PERTO DO NOSSO PROPÓSITO.

Quando nós fugimos dos momentos difíceis, encaramos com rancor, ódio
nós acabamos nos afastando cada vez mais.

Se colocamos um objetivo, visualizamos e fazemos diariamente o que deve
ser feito, o universo irá dar conta de entregar exatamente aquilo que
queremos se nós estamos realmente alinhados com isso.

Isso é uma construção diária, essas habilidades nós podemos adquirir e estar
cada vez mais orgulhosos de quem nós somos e da vida que estamos
tendo, com prosperidade vivendo no presente e aproveitando cada instante

PROGRAMA
AVANTE

SE TORNE
INVENCÍVEL

No final do dia, tudo se resume a fazer tudo o que você pode fazer para se tornar a melhor versão de si mesmo para que você possa dar tudo sem pensar no que você irá ganhar em troca.

Essa é a chave da vida.

Devemos nos manter fiel a isso e ter uma compreensão profunda dos nossos princípios orientadores que consideramos TÃO VERDADEIROS para a pessoa que queremos nos tornar, e assim o trabalho para chegar lá será irrelevante... porque o que você precisamos fazer NÃO É NEGOCIÁVEL.

PROGRAMA
AVANTE

SE TORNE
INVENCÍVEL

SINAIS QUE COMEÇAMOS A OPERAR EM
UMA FREQUÊNCIA ELEVADA

- » Clareza - Menos confusão, mais decisões para aqueles ao seu redor.
- » Senso de Propósito - Cada interação, mesmo que Remota, parece muito mais significativa
- » Perspectiva - Você NÃO se preocupa com coisas pequenas!!!
(Não importa o quanto você quer se estressar com isso e construir em sua mente, isso é muito pequeno)
- » Unidade - Você se sente CONECTADO a tudo e a todos!!!

Muitas coisas acontecem em nosso FAVOR estamos todos passando por isso juntos!!!

Comece a colocar em prática tudo isso que você está vendo. Pode parecer simples, mas muitas vezes negligenciamos o básico.

Vamos atrás da vida que queremos, um passo de cada vez.

Vizualize e vá atrás

VOCÊ IRÁ CONSEGUIR!!!

PROGRAMA
AVANTE