

## Módulo 10

# El camino de menor resistencia

## Fortaleza emocional para el alto desempeño

### Workbook

Tu mente viene de fábrica con la configuración del camino de menor resistencia.

Mientras que en la vida necesitas hacer un esfuerzo para lograr tus metas y desafíos, tu mente se resistirá a ir por ese camino porque no es el de menor resistencia.

Pero por suerte, es posible que la reprogrames. Y para ello necesitamos atravesar el momentum para que la mente se sienta más cómoda.

Para esto necesitas la disciplina. Esto es hacer lo que tengo que hacer cuando no tengo ganas de hacerlo. **¡Cuando lo logras, te conviertes en CAMPEON!** Demostrándote que tienes disciplina.

¡Hagamos una lista de las actividades de valor que necesitas hacer para convertirte en campeón de tus logros!

Escribe lo que sabes que tienes que hacer cuando no tienes ganas de hacer:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---