

# A REGRA DE OURO

\* FAÇA AOS OUTROS APENAS AQUILO QUE DESEJARIÁAMOS QUE OS OUTROS NOS FIZESSEM, SE ESTIVESSEM EM NOSSA SITUAÇÃO

**1 A VIDA É GRANDE COBRADORA E EXIMIA RETRIBUIDORA, NO FINAL, TUDO RETORNA A VOCÊ**

**2 O CAMINHO MESTRE DA AÇÃO & REAÇÃO ESTÁ REPLETO DE OURO**

EXISTEM 2 TIPOS:



**PREVISÍVEL**  
não é passivo a variação, sabe o que vai colher



**IMPREVISÍVEL**  
é passivo a variação, não sabe o que vai colher

you colhe a mesma intensidade que plantar

DÊ O SEU MELHOR INDEPENDENTE DO QUE VAI RECEBER

VOCÊ NÃO CONTROLA O QUE VEM, MAS CONTROLA O QUE VAI

"Retribuir a tolice, é tolice"

## 3ª LEI DE NEWTON

### LEI DA AÇÃO & REAÇÃO

"toda ação há sempre uma reação oposta e de igual intensidade"



VIDA É O RESULTADO DO QUE VOCÊ PENSA, FALA E FAZ



3ª LEI DE NEWTON SE APLICA

se você deseja o mal dos outros, o mesmo mal vai pra você

17

# O RITMO HIPNÓTICO

ACONTECE EM FORMA DE HÁBITO

ACEITA SUGESTÃO NO ÂMBITO DO SUBCONSCIENTE

**1 O RITMO HIPNÓTICO É UM CANHÃO PODE TE PROTEGER, SE APONTADO PRA DIREÇÃO CERTA, OU PODE MATAR, SE APONTADO NA DIREÇÃO ERRADA**

**2 FAÇA DO DIÁLOGO INTERNO UMA PRECE BEM FEITA**

O começo de qualquer ritmo hipnótico vem da cabeça antes de qualquer ação existem um diálogo interno

**MICRO HÁBITO** como pensamos  
**MACRO HÁBITO** o que fazemos na prática

TEM 2 CAMINHOS

RITMO HIPNÓTICO É AQUILO QUE FAZ SEM QUESTIONAR

**1ª LEI DE NEWTON**  
**LEI DA INÉRCIA**

"todo corpo apresenta a tendência de permanecer em repouso ou em movimento retilíneo e uniforme"

É MUITO MAIS FÁCIL CONTINUAR EM MOVIMENTO DEPOIS QUE VOCÊ COMEÇA

**SABOTAGEM**

**OBJETIVO**

bar no fim do  
trabalhar  
ficar com a família  
procrastinar  
se alimentar mal  
estudar  
academia  
não estudar  
acordar tarde  
acordar todo dia cedo

**RUIM**

**BOM**

BUSQUE PENSAR DE UMA FORMA MAIS OTIMISTA

**PRECE BEM FEITA**

**RITMO HIPNÓTICO POSITIVO**

**VAI DA TUDO ERRADO**

**RITMO HIPNÓTICO NEGATIVO**

acorda cedo  
não reclama, faz algo pra mudar

pensa em como entregar mais no trabalho, relacionamentos etc

diálogo interno positivo

resto do dia positivo  
Pensa que dá pra mudar pra melhor

As correntes do hábito são leves para serem sentidas, mas pesadas para serem quebradas.