How to Get the Bulletproof Mindset of a Fearless Warrior



THE WARRIOR MINDSET

A Mentalidade Guerreira - Como obter a Mentalidade à prova de balas de um guerreiro destemada Conteúdo Capítulo 1: Introdução à mentalidade do

Guerrier 1
Quall é a men alidade does Guerrier? .....
.... 2
Capitol 2: O Objective - O que é precise para seer um Guerrier
.... 5
Vexes que voice no era um Guerrier .....
.... 6
Capitol 3: O Fogo Intern .....
.... 11
Encontrando sue objective .....
.... 15
Crandon sue propriety coding de etic .....
.... 16
Capitol 4: Soprano o Medoc .....
.... 18
Como user 'Configuração do me do' .....
.... 18
Stoicism e a men alidade de Guerrier .....
.... 21
Capitol 5: Men alidade de crescimento .....
.... 29
Poor que no tornados fracas .....
.... 29
Como vicar duo ....
..... 30
Men alidade de crescimento .....
.... 32
Capitol 6: Ferments para Crescimento e Resiliencies .....
..... 33
Meditação ....
..... 33
Respiração Coretta ....
..... 35
Chuveiros Frio's ....
..... 35
Treinamento de force e arts Marcia's .....
.... 36
Capitol 7: Aplicação dos Principia's Classics do Guerrier as Negócios e à Vida
.... 37
Likes da Arte da Guerra .....

.... 38
Likes do Principe ....
..... 40
Capitol 8: Conclusion: Ado tar um Camino mays deficit .....
..... 42



Capitol 1: Apresentando a Mentalidade Guerreira

Você já sentiu Como se a Vida é difícil? Como se às vezes pudesse ser uma luta para se levantar de manhã e fazer todas as coisas que você tem que fazer? Você já acordou se sentindo constantemente cansado e estressado? A vida parece demais? Claro, eu entendo. Você tem muito trabalho para fazer. Você tem dívidas, talvez. Talvez esteja cansado de fazer compras e talvez esteja com dor de estômago. Agora pense em um verdadeiro guerreiro. Pense em alguém que dorme duro, inseguro se vai ou não morrer durante a noite. Então eles acordam, sem tempo para um banho ou um bom café da manhã, e eles pulam direto para a ação. Eles ignoram suas feridas, tiram vidas e vêem seus amigos e seus irmãos de braços cruzados baleados e mortos na frente deles. Mas não, eu entendo. Você está cansado. Você teve que trabalhar até as 18:00 da noite passada...



O que quero dizer é que sua vida não é muito difícil. Você pode pensar que é difícil e às vezes pode se sentir difícil. Mas há pessoas lá fora com vidas muito piores do que você. Há pessoas lá fora que vivem com doenças incapacitantes e não dois centavos para esfregar juntos. E muitos deles fazem isso com dignidade, graça e bravura que nos envergonha. Veja, a mentalidade guerreira não tem nada a ver com combate. Na verdade, os hooligan's que começam brigas de bar e que pensam que são "difíceis" para começar lutas estão tão longe dos verdadeiros guerreiros quanto ele fica. Pergunte a qualquer um que tenha visto um combate real se eles gostariam de arriscar sua saúde e desperdiçar sua energia em busca de problemas. A mentalidade guerreira é diferente. Trata-se de saber o que você quer e ir para ele. É sobre ser difícil e é sobre não deixar pequenas coisas te derrubarem. Trata-se de avançar com o que você sabe que é certo e é sobre carregar responsabilidade e dificuldades em seus ombros com …

O que é a Mentalidade Guerreira?

A mentalidade guerreira é diferente. Trata-se de saber o que você quer e ir para ele. É sobre ser difícil e é sobre não deixar pequenas coisas te derrubarem. Trata-se de avançar com o que você sabe que é certo e é sobre carregar responsabilidade e dificuldades em seus ombros com dignidade e orgulho. Trata-se de não deixar suas emoções tirarem o melhor de você e é sobre não tomar a resposta fácil ou o caminho fácil para resolver seus problemas. Então, de onde vem esse título e essa abordagem? Qual é a teoria por trás da mentalidade do guerreiro?

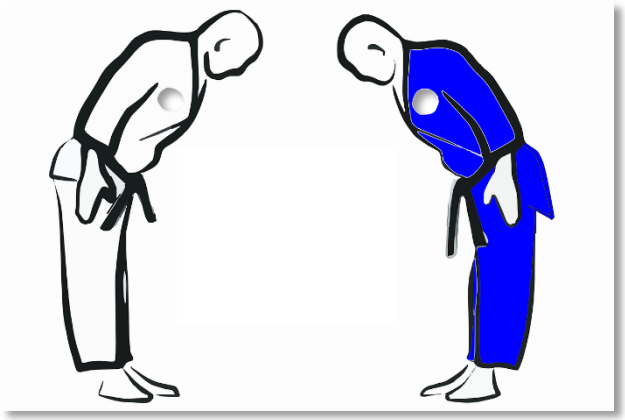


Claro, vem da nossa imagem romântica do guerreiro e das histórias de guerreiros da história. Vem de contos de nossos homens e mulheres mais corajosos que lutaram batalhas reais enquanto permanecem de cabeça fria, sacrificando-se pelos outros e fazendo coisas incríveis. Agora, todos sabemos que, na realidade, nem todo guerreiro se encaixa neste molde. Para cada indivíduo heroico que se colocou na linha de fogo, teria havido centenas de mais soldados que reclamaram, que estavam nele pelas razões erradas, ou que não se colocariam para fora para os outros. Romantizar a guerra é de fato uma ideia terrível – é um estado de coisas verdadeiramente horrível e muito poucas pessoas se sentem como "guerreiros" quando se deparam com o fogo inimigo. Mas é a imagem do "guerreiro" ideal que estamos olhando aqui. E em nossas noções de maiores guerreiros da história como os samurais ou os espartanos. A questão é que algumas pessoas conseguem ficar frias e calmas até mesmo nas piores situações. Algumas pessoas constantemente forjam...

são características que nos fazem bons pais, bons amigos e bons parceiros. São características que nos ajudam a viver com nós mesmos e a ganhar respeito e admiração dos outros. Imagine se você tivesse a força mental para sentar em um banho frio congelante por horas a fio. Imagine se você não fosse em fases em situações de risco de vida. Pegue essas características e coloque-as contra os desafios absolutamente míseros que a maioria de nós enfrenta hoje. Eles cairiam como dominós. Ter a mentalidade de um guerreiro e passar pela vida moderna é como se abarroar com os músculos e ter que levantar 5kg. Desenvolver a mentalidade desse guerreiro é como um exercício para sua mente, sua filosofia e sua alma. Isso vai torná-lo invencível.



- **Capítulo 2: O Objetivo – O que é preciso para ser um Guerreiro Então, quais são os inquilinos da mentalidade guerreira? Que palavras podemos usar para descrever o guerreiro moderno? Aqui estão apenas alguns**:Courageous



- Autodisciplinado
- Princípios
- Forte
- Vontade
- Tipo Crescimento
- Orientado
- Autossuficiência
- Protecção
- Auto-sacrifício
- Calma
- Responsável
- Motivacional, Inspirador, Carismático
- Nobre
- Poderoso
- Modesto (embora não necessariamente humilde)

Estas são apenas algumas das características pelas qual um verdadeiro guerreiro deve se esforçar. Estas são algumas das coisas que vamos procurar cultivar e entender melhor ao longo deste livro. Outra grande descrição de um guerreiro vem de uma fonte improvável: o filme da Disney Mulan. Estas citações são da música "I'll Make a Man Out of You", mas na verdade elas podem se aplicar igualmente a uma mulher. Ah, e caso você não queira aprender lições sobre cavalheirismo de um filme da Disney, considere o fato de jackie Chan ter cantado a versão chinesa da música. Ele é um dos verdadeiros guerreiros da vida, então talvez isso dê um pouco mais de peso... Tranquilo como uma floresta, mas em chamas dentro. Uma vez que você encontrar o seu centro Você tem certeza de ganhar. Devemos ser rápidos como um rio correndo com toda a força de um grande tufão com toda a força de um fogo furioso Misterioso como o lado escuro da lua Ainda e calmo por fora então, mas com grande poder e força por dentro. Não impulsionado por impulso ou capricho, mas por um propósito maior. N...



Mas há muitas maneiras que a mentalidade guerreira se aplicará no seu dia-a-dia também e muitas oportunidades para demonstrar o que é preciso para ser um guerreiro. Talvez a maneira mais fácil de considerar isso é olhar para todas essas vezes que você não era um guerreiro em sua vida. Estes são os momentos em que seu medo, sua raiva ou sua falta de motivação e força de vontade levou a melhor sobre você. Considere isso:

Você acorda de manhã e percebe que sua camisa favorita está rasgada, você passa o resto do dia com raiva de todos, de mau humor e não focando no seu trabalho. Este pequeno inconveniente arruinou sua capacidade de se manter produtivo e fez outras pessoas se sentirem mal. Está chovendo, então você cancelou seus planos de visitar seu amigo na estrada, que você sabe que estava ansioso para o jogo juntos. Você está tentando perder peso, mas você está com pouca energia e então você come um grande pedaço de bolo. Um amigo desmaia em uma festa e em vez de ficar calmo e seguir um protocolo correto para ter certeza de que eles estão bem, você em vez disso entra em uma aba, grita com todos e piora as coisas. Seu chefe precisa que você complete uma tarefa antes de ir para casa. Você se ressente da ideia de ficar mais tarde e você está se sentindo cansado então você apressá-lo e colocar em menos do que o seu melhor trabalho. Você tem dito a amigos por anos que você vai escrever um livro e que é seu sonho se tornar um autor publicado. Você tem...