

4. Viaja Ligero

1) Escribe en un Minuto

- ¿Qué has descubierto con este vídeo?
- ¿Cómo lo vas a aplicar a nivel personal?

2) Organiza un cajón de tu casa o de tu oficina si es que hace falta, teniendo en cuenta estas preguntas cada vez que tengas un objeto en tu mano:

¿Lo necesito?

¿Lo he usado en los últimos 6 meses?

¿Me hace realmente feliz?

Deja sólo aquellos objetos que tienen SI en las tres respuestas al mismo tiempo. Te sorprenderás del resultado

3) Escribe 20 cosas SIN las que podrías vivir: (puedes comenzar por tu ropa, puedes usar las mismas preguntas del punto anterior para decidir)

- | | | |
|----|-----|-----|
| 1. | 9. | 17. |
| 2. | 10. | 18. |
| 3. | 11. | 19. |
| 4. | 12. | 20. |
| 5. | 13. | |
| 6. | 14. | |
| 7. | 15. | |
| 8. | 16. | |

Te reto a que una vez termines el listado te deshagas inmediatamente de esas cosas, elige si los obsequiarás o venderás, déjalas a parte y toma acción con ellas cuanto antes.

- 4) Teniendo en cuenta que tu visión inmediata es el pago de deudas, te invito a que escribas a continuación las tareas que harás a partir de hoy para cumplir ese objetivo: (uno por día por una semana)

Por ejemplo: “Tomaré bus en lugar de taxi y guardaré ese dinero para abonar a mis deudas”

Día 1:

Día 2:

Día 3:

Día 4:

Día 5:

Día 6:

Día 7: