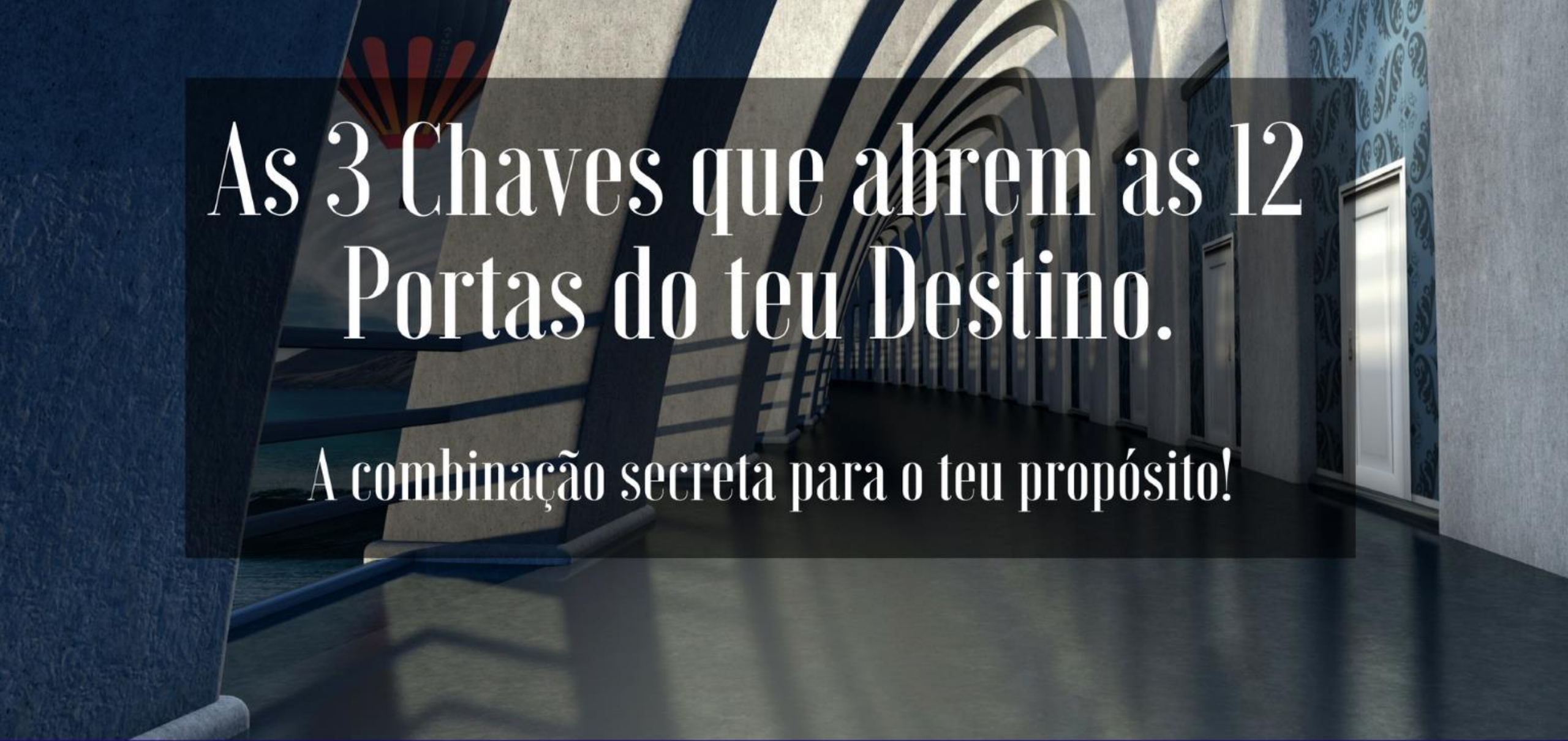




As 3 Chaves que abrem as 12 Portas do teu Destino.

A combinação secreta para o teu propósito!

	As Portas	A porta que abre...	Perguntas que deves fazer a ti própria.	Dicas
1ª Chave SENTIR	1ª Porta	O Auto-Conhecimento	Quem realmente sou? O que é que me leva a agir da forma que ajo?	- Podes ser uma pessoa Emocional, emoções; Mental, pensamento excessivo ou Instintiva, acção.
	2ª Porta	A Validação	Dos 9 tipos de personalidade, qual é o meu? Quais as situações em que eu consigo agir de uma forma clara e eficaz?	- Se és uma pessoa emocional, o que te bloqueia é a excessiva dependência exterior, se és mental, o medo do futuro, se és instintiva a raiva e falta de planeamento.
	3ª Porta	Os Comportamentos	O que é verdadeiramente importante para mim? Que valores direccionam a minha vida?	- O que valida os teus comportamentos é a tua hierarquia de valores. Quando não os respeitas entras em incongruência.
	4ª Porta	O Condicionamento	O que me limita e quero alterar? Tudo em que eu acredito e que me limita é completamente verdade?	- O que te limita, por norma, são ordens não questionadas, as crenças, que te dizem o que é possível e impossível.

As emoções condicionam os nossos estados, o que pensamos e o que fazemos.

O **Auto-conhecimento** permite-te perceber a forma como interpretas o mundo, ao mesmo tempo que te facilita a compreensão dos comportamentos das outras pessoas. O que te bloqueia é a forma como direcionas a tua atenção, se por tristeza, por medo ou por raiva.

Quando não conheces a distinção, entre atingir os objetivos e, viver de acordo com **os teus valores**, frequentemente sentes um incómodo contínuo. Os teus valores validam os teus comportamentos.

Condicionar tem o sentido de alterar, de questionar o que para ti são verdades confortáveis e que limitam a tua ação, logo, condicionam o teu destino. São essas ordens que não questionas que têm o nome de **crenças**.

	As Portas	A porta que abre...	Perguntas que debes fazer a ti própria.	Dicas
2ª Chave EQUACIONAR	5ª Porta	O Propósito	O que é que me impulsiona e me mantém concentrada sem esforço?	- Tudo aquilo que te faz sorrir de “orelha-a-orelha” - Tudo o que te faz perder a noção do tempo.
	6ª Porta	A Decisão	Quero seguir o meu propósito? Qual o meu processo de tomada de decisão?	- Como é que ficas verdadeiramente convencida de alguma coisa. - Como fazes a avaliação das coisas, objetiva ou subjetiva.
	7ª Porta	A Estratégia	O que vou fazer e como vou fazer?	- Referências - Há sempre alguém que já fez esse caminho, só tens de perceber quais os passos que essa pessoa tomou.
	8ª Porta	O Foco	Para onde vou direcionar o meu foco?	A maneira mais poderosa de controlar o teu foco, é através do padrão de perguntas que fazes a ti própria. Segue um padrão de perguntas construtivas e não limitativas.

Há certas causas, tarefas e ações que te impulsionam como uma força superior, onde perdes a noção do tempo, onde tudo à tua volta se torna supérfluo sempre que estás focada nisso, isso é um sinal do teu **propósito**.

Estar interessado é diferente de estar empenhado. Empenhado implica compromisso. Quando crias um compromisso contigo própria sentes a força da determinação. É fundamental perceberes **a tua forma de tomada de decisão** quando entras em ação, se por aproximação do prazer ou por afastamento á dor.

O poder da decisão dá-te a capacidade de ultrapassar qualquer desculpa. Nesse momento defines uma estratégia, um caminho que te levará a um **objetivo**. A decisão precede a ação e determina as acções que vamos tomar.

O teu sucesso é condicionado pela forma como direcionas o teu foco, a tua atenção. **O teu foco** vai atuar como: fonte de problemas, de alegrias, oportunidades incríveis ou de insucesso.

	As Portas	A porta que abre...	Perguntas que debes fazer a ti própria.	Dicas
3ª Chave REALIZAR	9ª Porta	A Motivação	Que metas é que me vou propor cumprir e que me motivam?	O teu objetivo tem que te estimular, tem obrigatoriamente de depender única e exclusivamente de ti.
	10ª Porta	O Caminho	Vou colocar em pratica com a estratégia que defini..	O fim nem sempre é o melhor propósito. O caminho que fazes até lá tem que te preencher e valorizar.
	11ª Porta	A Observação	Estou a alcançar as metas a que me propus? De que forma?	Ter a noção consciente das diferentes metas que traçámos para o nosso objetivo aumentam a determinação e a motivação.
	12ª Porta	A Avaliação	Das metas que me propus, quais as que já realizei/não realizei e o que me levou a fazê-lo/Não fazer?	Perceber quais as emoções que estão presentes neste processo e perceber o seu verdadeiro significado. Normalmente são mal interpretadas.

A tua **motivação** é a fonte para a acção. Aquilo que te move tem que ser autónomo, a realização do teu objetivo tem que depender unicamente dos teus esforços e dedicação, não pode estar na mão de ninguém a sua validação.

Provavelmente, nem que tenha sido uma única vez, já deves ter dito “basta, não quero mais isto”. Isso significa que o caminho que estavas a fazer te trazia mais dor do que prazer, por isso, escolhe um novo **caminho** que te preencha e não te limite.

Tudo o que pode ser **medido pode igualmente ser avaliado**. É importante avaliares a mensurabilidade do teu objetivo através das metas e das datas a que te propuseste., só assim percebes e canalizas as emoções a teu favor.

Não importa onde comesças, mas as decisões que tomas sobre onde estás determinada a acabar. O sucesso vem das boas **avaliações**, que por sua vez surgem da experiência que tiveste das más experiências. Ao longo do caminho vais abandonar algumas metas e substituir por outras, a isso chamamos fazer distinções.