

WORKSHEET



DESIGNED BY
SUCCESS MENTOR
DARREN HARDY

دفترچه برنامه صبحگاهی

"اقدام کردن پایه و اساس تمام موفقیت ها است."

-پابلو پیکاسو

۱. جسمی:

هر روز صبح هنگامی که از خواب بیدار می شوم به منظور نشاط بدنی، سه کار زیر را انجام می دهم:

-
-
-

۲. ذهنی:

مهمترین کاری که باید امروز انجام دهم تا یک گام به هدف اصلی ام نزدیک شوم چیست؟ چه اقداماتی برای انجام این کار باید انجام دهم؟ چه مقدار زمان را برای انجام این کار اختصاص می دهم؟

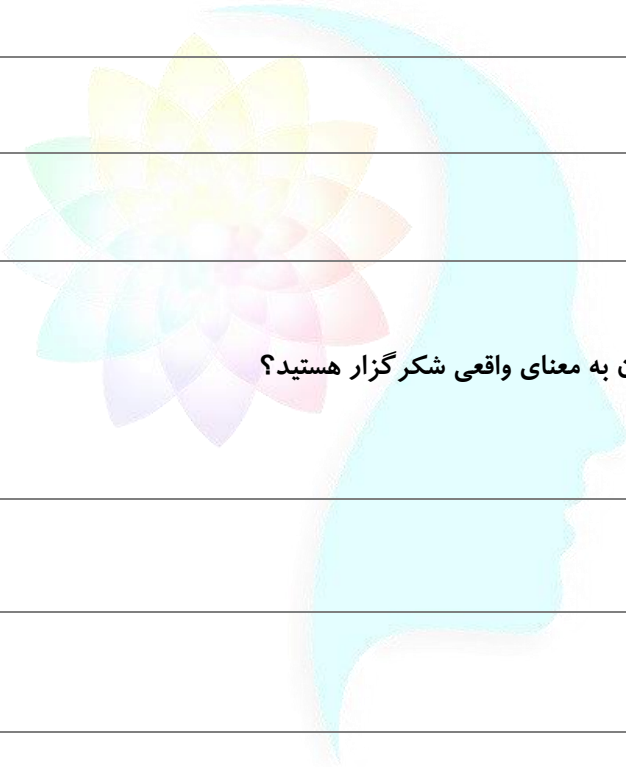
"راز موفقیت شما در عادت های روزانه شما نهفته است."

-مایک موردک

۳. معنوی

شکرگزاری روزانه:

برای حضور چه کسانی در زندگی تان شکرگزار هستید؟



برای کدام یک از داشته هایتان به معنای واقعی شکرگزار هستید؟

"پشتکار عامل اصلی رسیدن به دستاوردهای بزرگ است."

-دارن هاردی