



Instituto Pensamiento Positivo  
Ideas inspiradoras para personas y organizaciones

INSTITUTO PENSAMIENTO POSITIVO

# 30 HÁBITOS PARA MEJORAR TU VIDA DE EMPRENDEDOR

SERGIO FERNÁNDEZ



PENSAMIENTOPOSITIVO.ORG

# MEJORA TU VIDA DE EMPRENDEDOR

## Estimado/a amigo/a

Muchas gracias por descargar este ebook llamado **“30 hábitos para mejorar tu vida”** extraídos de mi seminario online **Vivir Sin Jefe** dedicado a enseñarte conocimientos y habilidades que te van a ayudar en tu larga carrera emprendedora.

He creado este seminario porque quiero compartir contigo la inspiración, las herramientas y las claves prácticas para que puedas conducir tu vida profesional al siguiente nivel, para que puedas diseñar el tipo de vida que desees y para que sepas cómo hacerlo realidad.

Creo que el día en que cada uno de nosotros convierta su pasión en su profesión y viva de acuerdo a sus valores, ese día disfrutaremos de vidas más plenas y significativas y nuestro mundo tendrá otro aspecto.

Pienso que la verdadera felicidad en el aspecto profesional viene dada de ofrecer la mejor versión de nosotros mismos cada día y de poner al servicio de los demás aquello que sabemos hacer mejor.

Espero que disfrutes la lectura de este texto. Y así, antes de comenzar esa apasionante aventura vital que es la de emprender y arrancar tu futuro proyecto, podrás conocer algunos hábitos que, de llevarlos a cabo, cambiarán tu manera de Vivir Sin Jefe.

¡Feliz lectura! Sergio Fernández

# 10 HÁBITOS FINANCIEROS

1. Dile cada día a la vida “Estoy dispuesto a recibir todo lo que deseo e incluso algo mejor si lo hay”. A la vida le encantará saber que estás al fin dispuesto a aceptar sus dones.
2. Sitia tu cerebro. Con información de alta vibración y hazlo cada día.
3. Pregunta sólo al que sabe. Paga por el mejor asesoramiento que puedas.
4. Lleva siempre dinero abundante en el bolsillo. Sólo pruébalo.
5. Piensa en términos anuales o incluso mayores para tomar tus decisiones económicas.
6. Ahorra independientemente de la cantidad con la que empieces.
7. Compra contracorriente. Cuando compran, vende. Cuando venden, compra.
8. Compra sólo lo mejor, aunque sea un número pequeño de veces.
9. Di no al plan de pensiones. Tu economía la gestionas tú.
10. Acaba con todas tus deudas. No contraigas deuda salvo para comprar activos o para formación [y con cautela].

# 5 HÁBITOS ENERGÉTICOS Y DE ALIMENTACIÓN

1. Procesa o cocina los alimentos tan poco como sea posible.
2. Evita productos que caducarán dentro de mucho tiempo.
3. Toma productos de temporada.
4. Pregúntate antes de comer si tienes hambre o sed.
5. Come al 70% de tu capacidad [comer menos=comer más con los años].



# 5 HÁBITOS PARA DESCANSAR MEJOR

1. Levántate al menos un día a la semana sin despertador.
2. Vete una hora antes a la cama y levántate una hora antes [las peores decisiones se toman siempre por la noche].
3. Invierte en un buen colchón y en sábanas de algodón o seda [sólo 2].
4. No duermas con nada encendido y mucho menos la TV.
5. Antes de dormir: Agradecimientos + Visualiza.



# 5 HÁBITOS PARA EMPEZAR EL DÍA

1. Determinar los objetivos personales, profesionales, sociales...
2. Respirar bien.
3. Cepillarse los dientes, ducharse sin parabenos o aluminios, etc...
4. Unos minutos de meditación o de silencio.
5. Lidera tu vida.



# 5 HÁBITOS PARA VIVIR MEJOR

1. Elimina la TV completamente. Nunca enciendas a ver qué echan. Lidera tu vida.
2. No te quejes. Nunca.
3. Al menos una vez al año haz una formación.
4. Lee un libro a la semana.
5. No compres, alquila.



# INSTITUTO PENSAMIENTO POSITIVO



Estos son 30 de los hábitos que te van a ayudar a tener una salud, situación financiera y vida mejor. Pero hay muchos más que en Instituto Pensamiento Positivo desarrollamos en nuestro seminario online Vivir Sin Jefe, un sistema para trabajar 7 áreas de desarrollo personal y profesional.

**"Porque no hay desarrollo profesional sin desarrollo personal."**



Instituto Pensamiento Positivo

# DESCUBRE NUESTRA FORMACIÓN PARA TU CRECIMIENTO PERSONAL Y PROFESIONAL

Nuestra misión es divulgar y democratizar las ideas y las claves prácticas de desarrollo personal y profesional para que puedas disfrutar de una vida más plena y significativa.

[VER MÁS INFORMACIÓN](#)

