### Ejerza su fuerza de voluntad

En este ejercicio, nombre una área de su vida pequeña en donde le gustaría tener más disciplina. Después, comprométase a usar su disciplina y fuerza de voluntad para una semana.

Ahora es su turno. Nombra una área de su vida en donde le gustaría tener más disciplina:

Nombra uno o dos acciones que puede hacer para ejercer su fuerza de voluntad.

1.

2.