Algo que te dé miedo

Algo que piensas que no eres capaz de hacer o te da mucho miedo, como:

Aventarte de la tirolesa

Echarte un clavado

Subirte a una bici

Manejar

¡¡Hazlo!! ¡Si te da miedo, supéralo! Poco a poquito, demuéstrate que no es si no esa barrera del miedo que te impide hacer algo que cualquier otra persona sin miedo hace demasiado fácil.

Que voy a hacer que me da miedo hacer, pero lo quiero hacer:

Cambia tu dialogo interno contigo mismo: tengo miedo, pero ese miedo me ayudará a justamente hacerlo bien, sé que puedo y lo voy a lograr, estoy emocionado, nervioso, me gusta sentir esta adrenalina, sé que lo voy a hacer, soy mejor cada día, el miedo es mi aliado.

¡¡¡Y venga aviéntate!!!!