Làm gì để tiêu diệt tính ù lì chậm chạp

Tutorial: <https://www.youtube.com/watch?v=l-sc0OblfmI>

1.Môi trường xung quanh gọn gang, sạch sẽ.

2.Những thức không quan trọng, chỉ quyết định trong 3 giây, có là có, không là không.

3.Bất cứ khi nào cảm thấy bản thân chì chệ thì đếm từ 1 đến 3, đứng dậy, rồi làm luôn .

4.Không nhượng bộ bản thân.

Bỏ ngay thói quen: thôi 1 phút nữa mình sẽ làm

5.Viết ra tất cả các mục tiêu cầm hoàn thành trong ngày mai.

6.Đi ngủ sớm.

7.Ăn ít thôi

Đời còn nhiều thứ cần khám và phá lắm.

8.Tập trung vào công việc hiện tại.

Để đầu óc đâu đâu sẽ làm tốc độ công việc chậm đi đáng kể đấy.

9.Bạn không có nhiều thời gian như bạn nghĩ.

10.Ở gần những người nhanh nhẹn.