

# 5 PYTAŃ PRAWDZIWEJ PRZYJEMNOŚCI



- 1) Czy zrobienie tego zaspokoi mnie?
- 2) Czy zrobienie tego da mi coś pozytywnego?
- 3) Czy zrobienie tego jest zgodne z moim celem?
- 4) Czy zrobienie tego to jedyny sposób by zaspokoić mózg?
- 5) Czy po zrobieniu tego będę się czuć tak, jak chciałam się czuć?