

Aula 19 – COMO FAZER TAREFAS

- 1) O importante é não parar nunca. Faça pouco, mas faça todos os dias. Hoje tire 7 minutos do seu dia para ouvir o Criador.
- 2) Comece pelas tarefas mais fáceis, isso irá te impulsionar a realiza-las. Comemore as tarefas concluídas para ancorar prazer no seu cérebro.
- 3) Assista e compartilhe com 3 pessoas [clicando aqui](#) o meu vídeo sobre autossabotagem.