

01º DESAFIO



E aí, Titi na área!

Chegou a hora de você usar o seu passado e transformar isso em glória aí na sua vida!

Quanto tempo você já perdeu com medo de fazer algo?

Sabia que as pessoas que colocam expectativas no futuro acabam decepcionadas?

“Mas Pablo, o que eu tenho que fazer então?!”

Voltar para o agora! É isso mesmo, apenas 10% da sua energia cerebral deve ser focada no passado, 20% são usados para o planejamento do futuro. Mas os outros 70% são para você viver no agora!

A tarefa dessa aula é:

Faça uma lista das coisas que tem roubado a sua atenção no futuro e no passado. Anote tudo aquilo que tem tirado a sua atenção do momento mais importante da vida: o hoje.

Lembre-se que só é roubado no passado e no futuro quem se desconectou do agora!

Até a próxima tarefa General!!!

Você vai sair disso agora, faça a tarefa e TMJADF! 🤘 🤘