

Aula 1 - COMO CANALIZAR ENERGIAS RUINS?

- 1) Você acorda bem, toma seu banho gelado, faz o boot cerebral e sai de casa cheio de fé e muito animado. Algum coisa ruim acontece com um colega de trabalho ou com alguém que você ama muito. Qual atitude você vai tomar para não deixar que isso atrapalhe seu humor?

- 2) A negatividade traz muitos prejuízos afetando tanto a nós quanto quem está perto. (Poder de atração). Assinale das opções abaixo qual não é verdadeira.

- a) ☐ Limita a criatividade
- b) ☐ Restringe potencial de crescimento
- c) ☐ Afeta o humor
- d) ☐ Transfere doenças
- e) ☐ Transfiro as alternativas acima para quem está perto
- f) ☐ Me dá impulso para viver meu crescimento

- 3) Pessoas que alimentam sentimentos e energias negativas estão mais sujeitas ao estresse, ficam mais doentes e têm menos oportunidades ao longo de suas vidas do que as que optam por viver de forma positiva. Que atitudes a partir de agora você vai tomar para que você tenha paz, saúde e mais oportunidades? Transborde esse conhecimento na vida de alguém.
