

A CIÊNCIA DA RIQUEZA

GERAÇÃO DE NOVOS HÁBITOS

AULA 04- DESFRUTE

A FÉ SÓ É USADA NOS MOMENTOS DE DIVERSIDADES, QUANDO AS COISAS POSSÍVEIS NÃO PARECEM SER. JÁ O DESFRUTE É O TEMPO TODO, SEJA NO TEMPO DE ADVERSIDADE, SEJA NO TEMPO DE BONANÇA.

PENSE EM ALGO QUE VOCÊ FAZ QUE PARECE IMPOSSÍVEL DESFRUTAR E VIRE O JOGO.

LEMBRE-SE: QUANTO MAIS DESFRUTE, MENOS ANSIEDADE.

COMECE A REPETIR ATÉ QUE ENTRE NA SUA CABEÇA: "DESFRUTE É MEU LIFESTYLE."

TUDO QUE FOR FAZER A PARTIR DE HOJE ENCONTRE DIVERSÃO. DESFRUTE DE UM LIVRO QUE ESTIVER LENDO. TE DESAFIO A ENTRAR EM UM ESTADO DE FLOW (FLUXO).

#DESFRUTEATODOTEMPO