



15 coisas que você deve abrir mão para ser feliz

Por Lumita D. Saviuc

1. Desista da sua necessidade de estar sempre certo.
2. Desista da sua necessidade de controle.
3. Desista da culpa.
4. Desista de sua conversa auto-destrutiva.
5. Desista de suas crenças limitantes.
6. Desista de reclamar.
7. Desista do luxo das críticas.
8. Desista da sua necessidade de impressionar os outros.
9. Desista da sua resistência à mudança.
10. Desista de rótulos.
11. Desista de seus medos.
12. Desista de suas desculpas.
13. Desista do passado.
14. Desista do apego.
15. Desista de atender as expectativas de outras pessoas.