

Отложи сегодня всевозможные трудоемкие и особенно энергозатратные дела. Речь не только в силе, и в активности, а и в ресурсе буквальном – денежном. Если что-то требует вложений – отложи его, повремени. Не факт, что ты к нему вернешься завтра, но сегодня точно заниматься им не стоит. Вечером постарайся активно отдохнуть – с танцами, дыхательными упражнениями, прогулкой. В общем – с максимумом движения.

... Отложи сегодня всевозможные трудоемкие и особенно энергозатратные дела. Речь не только в силе, и в активности, а и в ресурсе буквальном – денежном. Если что-то требует вложений – отложи его, повремени. Не факт, что ты к нему вернешься завтра, но сегодня точно заниматься им не стоит. Вечером постарайся активно отдохнуть – с танцами, дыхательными упражнениями, прогулкой. В общем – с максимумом движения.

...