



5 coses que no has de fer si vols cuidar el teu amor propi



A vegades podem ser els nostres pitjors enemics o enemigues. La ment és molt traïdora i hem de tenir clar que aquesta veueta que tant ens molesta, no ens defineix.

Intenta gaudir de tots els moments agradables de la vida. Dóna la gràcies per ser qui ets i pel que tens i NO facis aquestes coses que et deixem a continuació:

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById)return;js=d.createElement(s);js.id=id;d.js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','playbuzz-sdk'));
```

```
[/playbuzz]
```