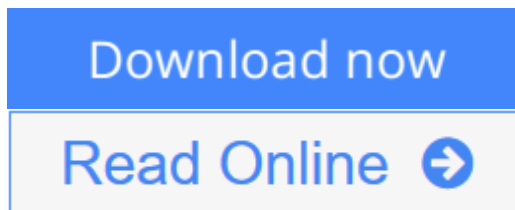




## Agarra o Agora (Portuguese Edition)

By Gustavo Santos



**Agarra o Agora (Portuguese Edition)** By Gustavo Santos

**Perdoa o passado, liberta-te no presente, não sofras com o futuro. Sente o poder do Agora**

O desafio é este: para de pensar. Desliga o teu cérebro, liga o teu coração. Esquece a culpa, os ressentimentos, o que foi e poderia ter sido, põe de lado os bloqueios e as mentiras. Os medos e as expectativas. E sente, apenas. Difícil, não é?

Recordas alguma situação onde o tempo não te tenha limitado, pressionado nem apressado? Algum instante em que tenhas vivido na plenitude que só a paixão consegue auferir? Sentido o impacto da gratidão? Em que tenhas realmente vibrado? Aquele momento, curto ou longo, de gargalhas ou até de tristeza, vivido em pleno, de forma apaixonada. Vivido em total liberdade. Como se não houvesse amanhã. Em que és tu na verdadeira aceção do teu ser. Não? Sabes o que isso significa? Que não vives o Agora. Que te esqueceste de ser. E que te perdeste de ti. O Agora é o teu passaporte para a felicidade.

Depois do enorme sucesso de *Arrisca-te a Viver*, em 4.<sup>a</sup> edição, o *coacher* e apresentador de televisão Gustavo Santos faz-nos um convite irrecusável: *Agarra o Agora*. Tens coragem para isso? Para o agarrares com todas as tuas forças? Para te libertares dos fantasmas do passado, da culpa e da raiva, para deixares de viver na expectativa de uma realidade que pode ou não acontecer, numa constante ansiedade em relação ao futuro, nem agarrado às armadilhas de um presente que te prende, coarta os movimentos, anula os teus sentimentos e não te deixa voar?

Com mais de 150 perguntas, difíceis mas transformadoras, e 16 exercícios que te vão fazer reequacionar a forma como vives, este livro é uma ferramenta fundamental para começares a agarrar a tua vida.

**Um Agora pode mudar a tua vida. Acredita.**

**Gustavo Santos** nasceu a 27 de maio de 1977 e, desde cedo, dedicou-se às artes. Iniciou a sua aventura profissional na dança, tendo-se tornado campeão mundial

de Hip-Hop com o grupo Hexa, em Los Angeles. Após algumas lesões que o obrigaram a ter de escolher outro rumo de vida, enveredou pela representação, tendo participado em algumas peças de teatro e inúmeras séries e telenovelas bem conhecidas do público português. Foi apresentador do programa da Sic Mulher, *Querido, mudei a casa*. Paralelamente a toda esta jornada, houve algo que nunca mudou: a sua paixão pelas palavras. Iniciou-se pela literatura, tendo já publicado três romances. Com a chancela de A Esfera dos Livros publicou *Arrisca-te a Viver*, que se encontra em 6ª edição e *Agarra o Agora*, em 3.ª edição. Na área da valorização pessoal é orador em inúmeras palestras. *Arrisca-te a Viver* é a espinha dorsal do que acredita serem as bases de uma vida feliz. Como costuma dizer: «Eu partilho o meu conhecimento e dou as ferramentas, a mudança depende de cada um.» É formado em Coaching segundo as normas da ICF.

Blogue: [gustavosantosescritor.blogspot.com](http://gustavosantosescritor.blogspot.com)

 [Download Agarra o Agora \(Portuguese Edition\) ...pdf](#)

 [Read Online Agarra o Agora \(Portuguese Edition\) ...pdf](#)

# Agarra o Agora (Portuguese Edition)

By Gustavo Santos

Agarra o Agora (Portuguese Edition) By Gustavo Santos

## Perdoa o passado, liberta-te no presente, não sofras com o futuro. Sente o poder do Agora

O desafio é este: para de pensar. Desliga o teu cérebro, liga o teu coração. Esquece a culpa, os ressentimentos, o que foi e poderia ter sido, põe de lado os bloqueios e as mentiras. Os medos e as expectativas. E sente, apenas. Difícil, não é?

Recordas alguma situação onde o tempo não te tenha limitado, pressionado nem apressado? Algum instante em que tenhas vivido na plenitude que só a paixão consegue auferir? Sentido o impacto da gratidão? Em que tenhas realmente vibrado? Aquele momento, curto ou longo, de gargalhas ou até de tristeza, vivido em pleno, de forma apaixonada. Vivido em total liberdade. Como se não houvesse amanhã. Em que és tu na verdadeira aceção do teu ser. Não? Sabes o que isso significa? Que não vives o Agora. Que te esqueceste de ser. E que te perdeste de ti. O Agora é o teu passaporte para a felicidade.

Depois do enorme sucesso de *Arrisca-te a Viver*, em 4.<sup>a</sup> edição, o *coacher* e apresentador de televisão Gustavo Santos faz-nos um convite irrecusável: *Agarra o Agora*. Tens coragem para isso? Para o agarrares com todas as tuas forças? Para te libertares dos fantasmas do passado, da culpa e da raiva, para deixares de viver na expectativa de uma realidade que pode ou não acontecer, numa constante ansiedade em relação ao futuro, nem agarrado às armadilhas de um presente que te prende, coarta os movimentos, anula os teus sentimentos e não te deixa voar?

Com mais de 150 perguntas, difíceis mas transformadoras, e 16 exercícios que te vão fazer reequacionar a forma como vives, este livro é uma ferramenta fundamental para começares a agarrar a tua vida.

## Um Agora pode mudar a tua vida. Acredita.

**Gustavo Santos** nasceu a 27 de maio de 1977 e, desde cedo, dedicou-se às artes. Iniciou a sua aventura profissional na dança, tendo-se tornado campeão mundial de Hip-Hop com o grupo Hexa, em Los Angeles. Após algumas lesões que o obrigaram a ter de escolher outro rumo de vida, enveredou pela representação, tendo participado em algumas peças de teatro e inúmeras séries e telenovelas bem conhecidas do público português. Foi apresentador do programa da Sic Mulher, *Querido, mudei a casa*. Paralelamente a toda esta jornada, houve algo que nunca mudou: a sua paixão pelas palavras. Iniciou-se pela literatura, tendo já publicado três romances. Com a chancela de A Esfera dos Livros publicou *Arrisca-te a Viver*, que se encontra em 6.<sup>a</sup> edição e *Agarra o Agora*, em 3.<sup>a</sup> edição. Na área da valorização pessoal é orador em inúmeras palestras. *Arrisca-te a Viver* é a espinha dorsal do que acredita serem as bases de uma vida feliz. Como costuma dizer: «Eu partilho o meu conhecimento e dou as ferramentas, a mudança depende de cada um.» É formado em Coaching segundo as normas da ICF.

Blogue: [gustavosantosescritor.blogspot.com](http://gustavosantosescritor.blogspot.com)

## Agarra o Agora (Portuguese Edition) By Gustavo Santos Bibliography

- Sales Rank: #2157277 in eBooks
- Released on: 2014-04-10
- Format: Kindle eBook

 [Download Agarra o Agora \(Portuguese Edition\) ...pdf](#)

 [Read Online Agarra o Agora \(Portuguese Edition\) ...pdf](#)

## **Editorial Review**

### **Users Review**

#### **From reader reviews:**

##### **Edward Thompson:**

Do you have favorite book? For those who have, what is your favorite's book? Book is very important thing for us to know everything in the world. Each guide has different aim or even goal; it means that reserve has different type. Some people experience enjoy to spend their time to read a book. These are reading whatever they take because their hobby will be reading a book. What about the person who don't like reading a book? Sometime, man feel need book after they found difficult problem as well as exercise. Well, probably you will need this Agarra o Agora (Portuguese Edition).

##### **Edward Avelar:**

In this 21st hundred years, people become competitive in each and every way. By being competitive at this point, people have do something to make these individuals survives, being in the middle of typically the crowded place and notice simply by surrounding. One thing that at times many people have underestimated this for a while is reading. Yeah, by reading a publication your ability to survive boost then having chance to endure than other is high. To suit your needs who want to start reading the book, we give you this Agarra o Agora (Portuguese Edition) book as nice and daily reading e-book. Why, because this book is more than just a book.

##### **Eileen Schmitt:**

Hey guys, do you wishes to finds a new book to study? May be the book with the title Agarra o Agora (Portuguese Edition) suitable to you? The actual book was written by well-known writer in this era. The book untitled Agarra o Agora (Portuguese Edition)is one of several books that everyone read now. This book was inspired many people in the world. When you read this publication you will enter the new dimension that you ever know prior to. The author explained their idea in the simple way, therefore all of people can easily to understand the core of this publication. This book will give you a great deal of information about this world now. To help you see the represented of the world in this particular book.

##### **Robert Cox:**

Agarra o Agora (Portuguese Edition) can be one of your nice books that are good idea. We recommend that straight away because this reserve has good vocabulary that may increase your knowledge in vocabulary, easy to understand, bit entertaining but nonetheless delivering the information. The author giving his/her effort to set every word into enjoyment arrangement in writing Agarra o Agora (Portuguese Edition) but doesn't forget the main point, giving the reader the hottest as well as based confirm resource details that

maybe you can be one among it. This great information can easily drawn you into brand-new stage of crucial thinking.

**Download and Read Online Agarra o Agora (Portuguese Edition)  
By Gustavo Santos #4T1L32M6G8I**

## **Read Agarra o Agora (Portuguese Edition) By Gustavo Santos for online ebook**

Agarra o Agora (Portuguese Edition) By Gustavo Santos Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Agarra o Agora (Portuguese Edition) By Gustavo Santos books to read online.

### **Online Agarra o Agora (Portuguese Edition) By Gustavo Santos ebook PDF download**

**Agarra o Agora (Portuguese Edition) By Gustavo Santos Doc**

**Agarra o Agora (Portuguese Edition) By Gustavo Santos Mobipocket**

**Agarra o Agora (Portuguese Edition) By Gustavo Santos EPub**