RECURSO 16 · MÉTODO

Las Tres Columnas

Así ordeno mi cabeza cuando todo se siente demasiado

Cuando siento que no doy abasto, no intento hacer más: intento ordenar. Descarga todo en una lista, sepárala en tres columnas y trabaja solo la primera.

Puedo hacerlo HOY
Solo trabaja esta columna

Esta SEMANA
Con día asignado

NO depende de mí
Lo suelto

Lo que no depende de ti no merece tu energía de hoy.