

A VIRADA

BY LETÍCIA CAZARRÉ

1 Onde você está hoje?

O QUE MAIS TE INCOMODA NA VIDA HOJE?

O QUE VOCÊ SENTE QUE MAIS TE PRENDE NO PILOTO AUTOMÁTICO?

SE SUA VIDA CONTINUASSE EXATAMENTE ASSIM PELOS PRÓXIMOS CINCO ANOS, COMO VOCÊ SENTIRIA?

2 Qual é o meu destino?

COMO VOCÊ GOSTARIA QUE A SUA ROTINA FOSSE DAQUI A UM ANO?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

O QUE PRECISARIA MUDAR PARA QUE VOCÊ SE SENTISSE MAIS REALIZADA?

.....

.....

.....

.....

.....

E QUAL SERIA A SUA VIDA IDEAL LEVANDO EM CONTA EQUILÍBRIO,
CLAREZA E INTENÇÃO?

.....

.....

.....

.....

.....

3 Escolha uma dessas 3 ações para ser feita hoje:

1. RESERVAR UM MOMENTO SÓ PARA VOCÊ
2. DIZER UM PRIMEIRO NÃO
3. CRIAR UM ESPAÇO NA SUA AGENDA PARA FAZER O QUE VOCÊ AMA