PRACOVNÍ LISTY

VÁŠ PRŮVODCE SEBEPOZNÁNÍM A INSPIRACÍ

JAK LISTY VYUŽÍT?

- Zapisujte si všechny myšlenky, pocity a inspirace, které k vám přicházejí.
- Inspirace, které zachytíte, se ukotví a budou vás provázet při jejich realizaci.
- Postupně se vám odkryjí cesty, jak vaše vhledy a nápady uvést do reality.

TÝDEN 8: VNITŘNÍ HARMONIE

- Co pro mě znamená vnitřní harmonie?

- Které oblasti mého života potřebují větší harmonii a rovnováhu?

- Jak se cítím, když jsem v harmonii?

- Napište 3 způsoby, jak si dnes vytvořit pocit harmonie.

- Vizualizujte svůj den plný harmonie a klidu a zapište si to: