

CONSCIENTE

ATIVE E UTILIZE SUA SABEDORIA CONSCIENTE PARA TOMAR MELHORES DECISÕES E TER MELHORES RESULTADOS EM TUDO QUE FAZ

Desconstruindo um evento para melhor entender como responder a ele de forma consciente:

1

SENSAÇÕES

O que eu vejo?
O que eu ouço?



2

PENSAMENTOS

Como eu interpreto o que eu vejo e ouço?
Quais são meus julgamentos?



3

SENTIMENTOS

Qual é minha resposta emocional?
Como eu me sinto?



4

INTENÇÕES

O que eu quero, espero e desejo para mim e para os outros?



5

AÇÃO

O que eu farei pelo meu passado, presente e futuro?