

Abby znovu bylo dobře

Restart – kdy se odvážíme ke změně? Když něco chybí, když někdo chybí, když je něčeho příliš.

Prožívání těžké situace

- Když ztrácíme, co je důležité.
- Stav prázdnoty a ztráta vize.

Hledání nového podnětu

- Ukončení, naplnění úlohy.
- Příliš dlouho příliš mnoho dobrého.
- Když je nabídka lepší než to, co máme.

Porozumění potřebě změny

- Když zvážíme „proč“ něco (ne)máme, za jakou cenu a co skutečně chceme.
- Bilance dosavadního života.

5 kroků k životnímu restartu:

1. Zastav se!
2. Ohlédni se!
3. Uklid' si v sobě i okolo sebe!
4. Odvaž se!
5. Jednej a vytrvej!

Příroda se novým začátkům nebrání, ba naopak, je na nich závislá.