

7 consigli per colorare la tua vita

OSA IL CAMBIAMENTO: correre il rischio di abbandonare i propri schemi e provare qualcosa di nuovo è il primo passo verso una vita più ricca ed appagante

MANTIENI LA MENTE ALLENATA: leggi, studia, fai giochi di logica, non perdere nessuna occasione per mantenere la tua mente in attività

COLTIVA L'ARMONIA: nell'ambiente in cui vivi, così come nelle relazioni con gli altri e con te stesso, preserva ed accresci la bellezza visibile e quella invisibile

ASCOLTA IL TUO CORPO: è lui a portare avanti le tue battaglie, rispettalo! Mangia in modo sano, fai attività fisica, riposa se sei stanco, donati una coccola speciale

NUTRI LA TUA ANIMA: che tu sia credente o meno, ricorda che c'è una parte profonda di te che non va trascurata, lì è custodito il senso della tua vita

CIRCONDATI DI AMICI VERI: la buona compagnia è un toccasana a cui non bisogna rinunciare, che ti aiuterà a non aver paura della solitudine quando ci sarà

RIFUGGI DALL'EGOISMO, DONA: il tuo denaro nella misura in cui puoi, le tue capacità e le tue competenze qualora ti sia richiesto, tutto te stesso sempre!



www.cristinabuonaugurio.it