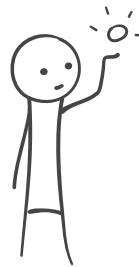




*Tady si to  
můžeš sešít.*

# posviť si na smysluplnost v životě



*Posviť si na cestu vpřed tím,  
že si ji promyslíš.  
Všechny odpovědi máš v sobě.  
Stačí si naslouchat.*

*Připrav si pero nebo tužku,  
dobré pití a klid.  
Nespěchej. Najdi si na sebe  
alespoň 2 hodiny času.  
Neboj se přestat a dát si pauzu.  
Rozlož si přemýšlení klidně  
do více dní.*

*Piš, kresli, trhej, mačkej,  
přeskakuj, škrtej, vyhazuj.  
Žádná odpověď není špatná.*

Hledáš nějakou konkrétní odpověď?  
Nebo přicházíš s obecnější zakázkou?  
Máš-li jakákoliv očekávání, odlož si je sem,  
ať se ti při hledání neztratí z dohledu.

A large rectangular area defined by a dotted line, intended for writing answers or notes.



Jaké jsou tvé metriky spokojenosti?  
Jak poznáš, že už máš vše, co jsi chtěl?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Za co jsi na sebe doposud nejvíce pyšný?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Co jsou tvé superschopnosti?  
V čem jsi lepší než většina lidí kolem tebe?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Jak bys mohl své superschopnosti využít k tomu,  
aby byl svět o trochu lepším místem?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Co si na tobě lidé většinou nejrychleji oblíbí?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Co bys dělal hodiny, i kdyby ti za to nikdo neplatil?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Co jsi miloval dělat jako malý?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Nad čím nejčastěji přemýšlíš, když máš chvíli klidu?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Komu a jak pomáháš žít spokojenější život?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Jaká témata se tě bytostně dotýkají? Co tě zvedá ze židle?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Kdyby měl týden 8 dní, jak bys trávil ten den navíc?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Co ses vždycky chtěl naučit, ale neměl jsi na to čas?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Co bys po sobě chtěl na tomto světě zanechat?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

V čem se cítíš nedoceněný?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Kdybys měl posledních 5 let života, v čem bys byl sebevědomější a odvážnější?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Až se na smrtelné posteli podíváš zpět na tohle období, čeho bys mohl litovat?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Co jsi ochotný obětovat pro své sny?

. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .

Je možné, že se snažíš sabotovat své štěstí?  
A jak bys to, čistě teoreticky, mohl dělat?

. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .

Komu se snažíš zavděčit? Čí projev uznání by tě potěšil?

. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .

Proč nebo kvůli čemu nenacházíš čas na to,  
co chceš opravdu dělat?

. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .

Jakou radu bys dal svému 20letému já?

. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .

**WOW!**  
**Hotovo?**  
Skvělá práce!





Kterých 10 myšlenek si z tohoto zamyšlení odnášíš?

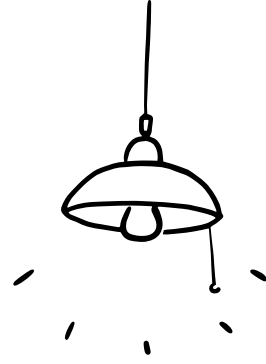
Shrň své aha-momenty, nové poznatky či dej rovnou dohromady akční plán kroků, do kterých se pustíš.

1. . . . .
2. . . . .
3. . . . .
4. . . . .
5. . . . .
6. . . . .
7. . . . .
8. . . . .
9. . . . .
10. . . . .

A large grid of dots for writing notes, consisting of approximately 20 columns and 20 rows of small dots.

Rozhovor sám se sebou je skvělý nástroj  
sebepoznání, ale ne vždy nám stačí.

Pořád si s něčím nevíš rady?  
Jdi si o tom popovídat s někým dalším.  
A pokud ve svém okolí nikoho takového  
nemáš, vezmi si k ruce profíka.  
Třeba terapeuta nebo kouče.



### **Jsou ti teď věci jasnější?**

Posviť na cestu i ostatním  
a zsdílej to na sítích pod  
**#posvitsi.**