

# 1ª LEI DA QUALIDADE DE VIDA

## Ser autor(a) da sua história: o resgate da liderança do "eu"

### **Ser Autor(a) da sua História é ser...**



- 1** Capaz de reconhecer a grandeza da vida e da história fascinante que cada ser humano possui inscrita em sua memória.
- 2** Capaz de construir e seguir metas claras. Não ter uma vida sem direção.
- 3** Capaz de fazer escolhas para atingir suas metas. Ter consciência de que toda escolha implica em perdas e não apenas em ganhos.
- 4** Capaz de tomar decisões e corrigir rotas sociais, profissionais e afetivas.
- 5** Capaz de reconhecer seus limites, falhas e atitudes incoerentes. Reconhecer suas doenças psíquicas. Ter consciência de que o pior doente é aquela pessoa que nega a sua doença.
- 6** Capaz de não desistir da vida, mesmo diante das perdas, dificuldades, decepções. Acreditar sempre na vida.
- 7** Capaz de ser transparente. Não se esconder atrás do sorriso maquiado, posição social, conta bancária.
- 8** Capaz de ter domínio próprio. Não ser controlad@ pelo ambiente, circunstâncias e conflitos internos.
- 9** Capaz de liderar a si mesm@ antes de liderar o mundo de fora.
- 10** Capaz de treinar sua inteligência para viver todas as leis da qualidade de vida deste programa. Quem vive essas 10 leis conquista todas as demais características.