

## **Painel I**

### **Pontos sugeridos para reflexão e discussão:**

(Não tenha medo de trocar experiências,  
chorar e contar suas dificuldades.)



- 1 - Libertar a criatividade é fazer da vida uma grande aventura. É se abrir para outras possibilidades, ter prazer no novo, fazer novas descobertas, apreciar os desafios. Você tem libertado sua criatividade ou vive fechad@ em sua rotina?
- 2 - Surpreender as outras pessoas é fundamental para construir uma excelente imagem no inconsciente delas. Você as surpreende? Consegue encantá-las quando elas erram ou @ frustram? Diz coisas que nunca disse?
- 3 - A obsessão é uma fonte de ansiedade. Você tem ideias fixas ou comportamentos repetitivos que @ perturbam?
- 4 - Jesus encantava as pessoas. Todos tinham acesso à sua agenda. Ele sabia elogiar, encorajar e motivar as pessoas. Tinha uma alegria e uma sociabilidade contagiante. Você sente que vive num casulo? Sente que precisa se abrir mais?

## **Painel II**

### **Exercícios para prática diária:**

- 1 - Faça um relatório das características da lei "Libertar a Criatividade: Superar a Rotina", a partir do que você se lembra da palestra do último encontro.
- 2 - Surpreenda a si mesm@. Faça coisas que são saudáveis e lhe dão prazer.
- 3 - Surpreenda as pessoas ao seu redor. Dialogue carinhosamente com suas filhas e seus filhos, amig@s, mãe e pai, colegas. Faça perguntas que nunca fez. Diga o quanto el@s são importantes para você. Abrace-@s.
- 4 - Cumprimente as pessoas que têm funções simples, mas que são muito importantes.
- 5 - Economize críticas, julgamentos, mas gaste elogios com quem você ama ou trabalha.
- 6 - Passe um fim de semana em lugares novos. Ande por lugares diferentes. Dê flores em datas inesperadas.

☒ *Faça um relatório dos exercícios durante a semana. O que praticou e qual foi o resultado?*