

*¿Cuál es tu verdadero tesoro?
¿Qué es lo que realmente quieres
de la vida? Dedicar unos minutos
a preguntárselo a tu corazón y,
después, escribe sobre ello.*

Del 1 al 5, valora cada una de estas cualidades en función del grado de integración que cada una de ellas ha alcanzado en ti:

*La humildad
La generosidad
La integridad
La paciencia
La templanza
La compasión
El autocuidado*

*¿Qué puedes hacer en tu día a día
para cultivar aquellas cualidades
que consideras menos fortalecidas?*