

OS

12

PILARES DO CRESCIMENTO HUMANO

As 12 dimensões de uma vida íntegra e com propósito.

01 Inteligência Financeira	02 Inteligência Emocional	03 Mindfulness	04 Nutrição
05 Bem-estar Físico	06 Equilíbrio	07 Propósito	08 Produtividade
09 Relacionamentos	10 Aprendizado	11 Estoicismo	12 Criatividade

01

Inteligência Financeira

Dominar o dinheiro avantes que ele te domine.

burrinhoesforcado.com/pilares/inteligenciafinanceira/

02

Inteligência Emocional

Conhecer e regular suas emoções com sabedoria.

burrinhoesforcado.com/pilares/inteligenciaemocional/

03

Mindfulness

Presença plena no momento que existe: agora.

burrinhoesforcado.com/pilares/mindfulness/

04

Nutrição

Alimentar o corpo como templo da mente.

burrinhoesforcado.com/pilares/nutricao/

05

Bem-estar Físico

Movimento diário como ato de respeito a si mesmo.

burrinhoesforcado.com/pilares/bem-estarfisico/

06

Equilíbrio

Integrar todas as esferas sem sacrificar nenhuma.

burrinhoesforcado.com/pilares/equilibrio/

07

Propósito

Saber por quê você acorda todo dia.

burrinhoesforcado.com/pilares/proposito/

08

Produtividade

Fazer mais do que importa, menos do que distrai.

burrinhoesforcado.com/pilares/produtividade/

09

Relacionamentos

Cultivar vínculos que elevam o espírito.

burinhosforcado.com/pilares/relacionamentos/

10

Aprendizado

A mente que para de aprender começa a morrer.

burinhosforcado.com/pilares/aprendizado/

11

Estoicismo

Filosofia prática para uma vida de virtude e razão.

burrinhoesforcado.com/pilares/estoicismo/

12

Criatividade

Criar é a forma mais nobre de contribuir.

burrinhoesforcado.com/pilares/criatividade/