



HABits

Ti va di giocare?

- Pensa ad un proposito che hai o un obiettivo che vuoi realizzare.
- Esci a fare una passeggiata e cerca un sasso (spiaggia, campagna o strade cittadine, vedi tu!). Sceglilo senza pensarci troppo, lascia che sia lui ad attirare la tua attenzione.
- Lava il sasso e mettilo in un posto dove puoi vederlo spesso: nella tasca di un vestito preferito, nel portafogli, sulla mensola del bagno, sul tuo comodino...
- Ogni volta che ti capita sotto gli occhi o tra le mani, pensa al tuo proposito e al più piccolo passo che puoi fare adesso per muoverti nella direzione in cui vuoi andare.
- Ripeti, con fiduciosa leggerezza, almeno una volta al dì.



Le pietre sono tra gli elementi più antichi
della Terra.

I sassi di HABits hanno viaggiato per milioni
di anni e attraversato innumerevoli
trasformazioni prima di arrivare, in questa
forma, qui.

Sono tutti pezzi unici, proprio come te.

Abbi cura di entrambi.