

Дневник за ПОЗИТИВНО мислене

Дневник с насоки за 30 дни

Дневен запис

Създадено с LoomJournals

Как да използвате този дневник

Добре дошли във вашия дневник! Ето няколко съвета, за да извлечете максимума от него:

- 1 Отделяйте няколко минути всеки ден за писане
- 2 Бъдете честни и пишете свободно, без да се съдите
- 3 Опитайте се да пишете по едно и също време всеки ден, за да изградите навик
- 4 Преглеждайте записите си всяка седмица, за да забележите тенденции



Сканирайте за подробно ръководство как да използвате този дневник

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?

ДНЕВНИК ЗА ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ

Дата _____

ПОЛОЖИТЕЛЕН МОМЕНТ ОТ ДЕНЯ

Най-хубавата част от деня ви, колкото и малка да е

СВЕТЛАТА СТРАНА

Всяко предизвикателство крие подарък - каква е скритата полза или урок в днешната трудност?

ПОЛОЖИТЕЛНО ПРЕФОРМУЛИРАНЕ

Превърнете едно негативно събитие във възможност за учене

АКТ НА ДОБРОТА

Нещо мило, което направихте или някой направи за вас

НАМЕРЕНА РАДОСТ ДНЕС

Малък момент на радост, красота или удоволствие, който забелязахте днес

ЗА КАКВО СЪМ БЛАГОДАРЕН ДНЕС

За какво сте благодарни днес? Посочете конкретен човек, момент или нещо

НАМЕРЕНИЕ ЗА УТРЕ

Кое едно намерение или фокус ще ви води утре?