

Dyornal ng Afirmasyon

Isang 30-Araw na Gabay na Journal

Araw-araw na Entry

Ginawa gamit ang LoomJournals

Paano Gamitin ang Journal na Ito

Maligayang pagdating sa iyong journal! Narito ang ilang tip para masulit ito:

- 1 Maglaan ng ilang minuto bawat araw para magsulat
- 2 Maging tapat at sumulat nang malaya nang walang paghatol
- 3 Subukang magsulat sa parehong oras araw-araw para maging ugali
- 4 Suriin ang iyong mga entry linggu-linggo para mapansin ang mga pattern



I-scan para sa detalyadong gabay kung paano gamitin ang journal na ito

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay

DYORNAL NG AFIRMASYON

Petsa _____

AFFIRMATION NGAYONG ARAW

Sumulat ng positibong pahayag sa kasalukuyang panahon, na para bang totoo na ito -- hal. 'Ako ay kumpiyansa at may kakayahan'

BAKIT KO PINANINIWALAAN ITO

Anong ebidensya mula sa buhay mo ang sumusuporta sa affirmation na ito? Maglista ng mga tiyak na sandali o katangian

BISWALISATION

Isipin ang iyong tagumpay nang malinaw -- ilarawan ito na parang totoo na

EBIDENSYA NGAYON

Ano ang nangyari ngayon na sumusuporta sa affirmation mo? Kahit maliliit na sandali ay mahalaga

PAGPAPAKAWALA NG PAGDUDUDA

Pangalanan ang mga pagdududa o limitadong paniniwala na lumitaw ngayon -- ang pagpapangalan sa mga ito ay nagpapaluwag ng h

ANG IPINAGPAPASALAMAT KO NGAYON

Para saan ka nagpapasalamat ngayon? Magbanggit ng isang tiyak na tao, sandali, o bagay