

Jurnal Pemikiran Positif

Jurnal Berpandu 30 Hari

Catatan Harian

Dicipta dengan LoomJournals

Cara Menggunakan Jurnal Ini

Selamat datang ke jurnal anda! Berikut adalah beberapa petua untuk memanfaatkannya sepenuhnya:

- 1 Luangkan beberapa minit setiap hari untuk menulis
- 2 Jujurlah dan tulis dengan bebas tanpa penghakiman
- 3 Cuba menulis pada waktu yang sama setiap hari untuk membina tabiat
- 4 Semak semula catatan anda setiap minggu untuk mengesan corak



Imbas untuk panduan terperinci tentang cara menggunakan jurnal ini

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?

JURNAL PEMIKIRAN POSITIF

Tarikh _____

MOMEN POSITIF HARI INI

Bahagian terbaik hari anda, tidak kira betapa kecilnya

HIKMAH TERSEMBUNYI

Setiap cabaran menyembunyikan hadiah -- apakah manfaat tersembunyi atau pelajaran dalam kesukaran hari ini?

PEMBINGKAIAN SEMULA POSITIF

Ubah satu peristiwa negatif menjadi peluang pembelajaran

PERBUATAN BAIK

Sesuatu yang baik yang anda lakukan atau seseorang lakukan untuk anda

KEGEMBIRAAN DITEMUI HARI INI

Satu momen kecil kegembiraan, keindahan, atau keseronokan yang anda perasan hari ini

APA YANG SAYA SYUKURI HARI INI

Apa yang anda syukuri hari ini? Namakan seorang tertentu, detik, atau perkara

NIAT UNTUK ESOK

Apakah satu niat atau fokus yang akan membimbing anda esok?