

15가지 긍정의 말

심호흡을
할 때마다
마음이
차분해집니다

나의 연구는
중요합니다.
나는 이후 세대
연구자들에게
영감을 줍니다.

나는 매일
세상에 아름답고
의미 있는 것을 위해
작은 일을 합니다.

나는 나에게 오는
모든 기회를 기꺼이
받아들일 것입니다.
나는 이기거나
배움을 얻을 뿐,
잃을 것이 없습니다.

나는 내 생각과 마음을
다루고 긍정적으로
바꿀 수 있는 힘이 있습니다.

나는 힘든 시간을
이겨냈고, 덕분에
더 강해지고
더 나아졌습니다.
이 문제도
헤쳐 나갈 것입니다.

나는 휴식을 취하고
즐길 수 있습니다.

나는 나를
불안하게 하거나
두렵게 만드는
생각을
넘어서고 있습니다.

나는 나에게 닥쳐오는
도전에 맞설 수 있는
힘과 용기를
가지고 있습니다.

행복은 선택입니다.
오늘 나는
행복하기로
선택했습니다

나는 나를
무조건적으로
사랑합니다.

나는 끊임없이
성장하고 있으며,
최선의 나 자신에
가까워지고 있습니다.

나는 지금 이 순간
안심할 수 있습니다

나는 내가 성취하고
배운 모든 것에
감사합니다.

나는 열정과 자신감을 가지고
내 꿈을 따릅니다.
내 능력과 목표에
자신을 가지고, 내가 세상에
제공할 수 있는 것이 있다고
확신합니다.