FELIZ

-La felicidad es como los abrazos. Hay que compartirla para disfrutarla.

-Recuerda como te sientes en este momento, y no lo olvides nunca.

-Hoy es el mejor día para buscar aquello que más anhelas conseguir.

-Si tienes la actitud de un ganador, ten por seguro que algún día lo serás.

-Ser feliz es el camino para lograr una buena vida.

The most important thing is to enjoy your life — to be happy. It's all that matters - Audrey Hepburn​

-La felicidad es el mejor maquillaje.

-Sé la razón por la que la gente cree en la gente buena.

-El día de hoy te reto a contagiar tu felicidad.

- Usa tu sonrisa para cambiar el mundo y no dejes que el mundo cambie tu sonrisa

ENOJADA

-“For every minute you are angry you lose sixty seconds of happiness.

-Odiar a las personas es como incendiar tu casa para matar a una rata.

-El enojo es un ácido que puede hacer más daño al recipiente en el que se almacena que a cualquier cosa en la que se vierte.

-El enojo te hace más pequeño, mientras que el perdón te obliga a crecer más allá de lo que eres.

-El mejor guerrero nunca está enojado.

-Enojada? Se vale, lo que no se vale es quedarte con el enojo, sácalo TODO.

–El enojo guardado es un veneno.SÁCALO.

-Todos los días tenemos muchas oportunidades para enojarnos, estresarnos u ofendernos. Puedes preferir no dejar que las cosas pequeñas te molesten.

TRISTE

- Después de cada tormenta sonríe el sol;

-Sabes lo importante que eres para mí; tú siempre vas a contar con mi apoyo incondicional atte: Kevin.

- Sécate esas lágrimas y demuéstrale al mundo la mujer fuerte que eres.

- A terapia no va quien tiene problemas, problemas tenemos todos. A terapia va quien desea solucionarlos.

- Eres más importante y especial de lo que piensas. Hoy sólo puedo pedirte una cosa, y ésa es que recuperes tu alegría cuanto antes.

-Veniste al mundo para ser feliz, no te distraigas.

ESTRESADA

- Para cada problema hay una solución.

- ¿Por qué te preocupas? Si has hecho lo mejor que has podido, preocupándote no conseguirás solucionarlo

- No hay problema que no tenga solución en vida

-Al igual que las manecillas de un reloj no llegan a ninguna parte, ¡los pensamientos ansiosos nos hacen dar vueltas y vueltas sin llevarnos a ninguna parte!

AMOR PROPIO

-No todas las obras de arte están en museos, por ejemplo tu estas en tu casa.

-No son naranjas, ni limones. Eres tú que vales millones

- Si te pidiera que nombraras todas las cosas que amas en este mundo, ¿cuánto tardarías en decir tu nombre?.

- Te has criticado durante años y no ha funcionado. Intenta aceptarte y mira qué pasa.

-- La persona más influenciable con la que hablarás todo el día eres tú. Ten cuidado entonces con lo que te dices a ti mismo.

- Eres tan increíble como te dejas a ti mismo serlo.

- Porque si uno se acepta a sí mismo, el mundo entero lo acepta también.

-“You’re always with yourself, so you might as well enjoy the company.”

-“Your relationship with yourself sets the tone for every other relationship you have.”

-“Stay true to yourself. An original is worth more than a copy.”

-You are imperfect, permanently and inevitably flawed. And you are beautiful.

-La belleza exterior no es más que el encanto de un instante. La apariencia del cuerpo no siempre es el reflejo del alma.

-

MOTIVACIÓN

- El primer paso no te lleva a donde quieres llegar, pero te saca de donde estás.

- Sólo una cosa vuelve un sueño imposible: el miedo a fracasar.

-El 90% del éxito se basa en el esfuerzo

- Hazlo. Y si tienes miedo, hazlo con miedo.

- El éxito surge de una mentalidad positiva convertida en acciones positivas.

- Si te caes diez veces levántate once

- Los retos son los que hacen que la vida sea interesante y superarlos es lo que hace que la vida tenga sentido

- La más grande venganza es lograr lo que otros dicen que no puedes hacer

- ''Nunca es demasiado tarde para ser lo que quieres ser''.

-Querer es poder.

TENGAS UN MAL DIA

- Como tu amigo, te aconsejo ver el lado positivo de lo que te está pasando. La vida consiste en eso, en rescatar lo mejor de cada situación.

- “Todo pasa por algo, ahora no te das cuenta, pero luego con la calma y dejando pasar el momento amargo que estás viviendo, te darás cuenta por qué sucedió esto.”

- La vida siempre tiene altos y bajos, los altos nos llenan de felicidad, y de los bajos salen las mejores enseñanzas.

- Cuando algo malo te suceda tienes 3 opciones: dejar que te marque, dejar que te destruya, o dejar que te fortalezca

- “El año tiene 365 días, no todos tienen que ser buenos, y si te ha ido mal un día, recuerda que tienes muchos para poder superar lo que te salió mal, muchos ánimos y fortaleza, siempre tendrás nuevas oportunidades de ser feliz”.

- “Mañana es otro día, lo que salió mal hoy se hará mejor mañana, ya tienes la experiencia que nos deja un fracaso, para eso sirven, para superarnos, no te desanimes y sigue adelante”.

- “Ya sabes que el esfuerzo es lo que nos lleva al éxito, un mal día no te puede hacer pensar lo contrario, sigue adelante que al final tendrás el fruto de tu esfuerzo”.

- “Arriba ese ánimo, tienes todo el potencial para ser feliz, una mala situación momentánea, no quiere decir que tu día entero sea malo, trata de descubrir en los pequeños detalles, grandes fortalezas para ser feliz y que toda tu tristeza sea convertida en alegría”.

TENGAS UN BUEN DIA