

DIA 2

DATA:

AFIRMAÇÃO

SIM, EU POSSO.

CITAÇÃO

"SUA MENTE É UMA COISA PODEROSA. QUANDO VOCÊ A PREENCHE COM PENSAMENTOS POSITIVOS, SUA VIDA COMEÇA A MUDAR." - GAUTAMA BUDA

EXERCÍCIO ESCRITO

PENSAMENTOS INSPIRADORES PARA SUBSTITUIR PENSAMENTOS NEGATIVOS

PREPARAÇÃO PARA EMERGÊNCIAS PESSOAIS