



---

*Pozytywny  
dziennik*

---





Barbara Celińska

Pozytywny  
dziennik





© Text copyright Wymownia Barbara Celińska

Text: Barbara Celińska

Publishing House  
Wymownia  
[www.wymownia.pl](http://www.wymownia.pl)



WYMOWNIA PRACOWNIA



## WSTĘP

Skupianie umysłu na tym, co pozytywne, ma moc przyciągania powodzenia do Twojego życia. Nie ma w tym żadnej magii. Potwierdzają to psycholodzy i lekarze. Odpowiednie nastawienie pomaga Ci przewyciężać codzienne problemy, poprawia zdrowie i samopoczucie. Warto pracować nad tym, by optymizm i radość życia były Twoim nawykiem. Ten dziennik Ci w tym pomoże. Łagodnie naprowadzi Twoje myśli na to, co przyjemne i sprawi, że częściej będziesz się uśmiechać. Wydrukuj dziennik i prowadź go przez 30 dni, zapisując odpowiedzi na 2 pytania. Zajmie Ci to tylko kilka minut dziennie. Będziesz zdziwiony, ile szczęścia wywołają Twoje myśli. Trenuj bycie pozytywnym już od dziś.