

Kartice za unutrašnji mir

30 nežnih podsetnika
za povratak sebi

Udahni.
Zastani. Izaberi jednu karticu.

Sve je
u redu.

Sve je u redu.

Dovoljno je
što dišem.

U redu je
da osjećam.

Dišem i
puštam.

Dajem sebi
prostor.

Imam pravo
na mir.

Ne moram
ništa da
dokazujem.

Nema žurbe.

Nema žurb

AFIRMATIVNE KARTICE

za smirenje, ljubav prema sebi
i povratak sebi – svaki dan.



30 kartica
za nežnu podršku
kad ti je najpotrebnije.

Emociologija



Ne moram sve
rešiti danas.
Dovoljno je da
budem ovde.

Ovo je talas.
I proći će.



Dišem.
I to je već dovoljno.



Ne moram verovati
svakoj misli.
Ja biram šta zadržavam.

Ja sam
svoj siguran
prostor.



Spremna sam
da zablistam.
Moje svetlo
ne poznaje granice.



Privlačim mir, ljubav
i obilje u svoj život.
Univerzum me uvek
podržava.



Pomažem i sebi
kao što
bih i drugima.




Moje misli, potrebe
i osećanja
su isto tako važna.



Vredna sam
ljubavi i paznje.

Emociologija




Ne moram da žurim,
sve dolazi u pravo vreme.

Emociologija



Dovoljna sam baš
ovakva kakva jesam.

Emociologija



Moje misli, potrebe
i osećanja
su isto tako važna.

Smiri se

Ne moram sve rešiti danas.
Dovoljno je da budem ovde.

Emociologija



Dovoljna sam baš
ovakva kakva jesam.

Emociologija



Pomažem i sebi
kao što
bih i drugima.

30 calming affirmation cards





Sve je dobro.
Sigurna sam
i zaštićena.



Svaki dan mi donosi
mir i blagoslov.



Dovoljna sam,
baš takva kakva jesam.



Ne tražim potvrdu
napolju,
imam je u sebi.



Pomažem i sebi
kao što
bih i drugima.



Moje misli, potrebe
i osećanja
su isto tako važna.



Ima vremena
za sve što
je važno.



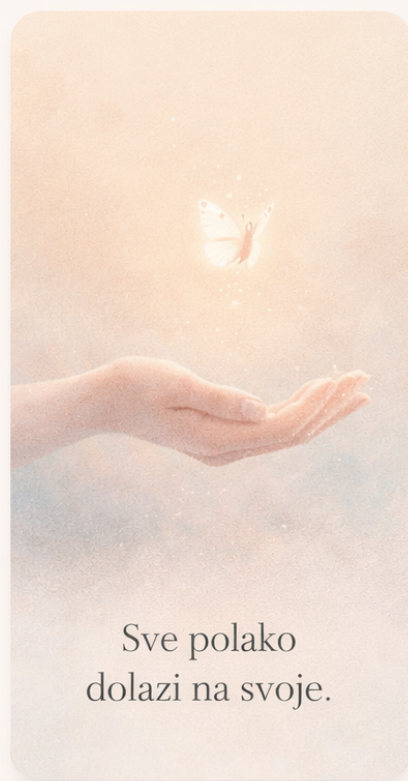
Ne moram da jurim
da bih postigla
dobre stvari.



Sve je u redu.



Tu sam.



Sve polako
dolazi na svoje.



Ne moram
sve danas.



Život nije trka.
Ono što je tvoje,
stići će u svom vremenu.



Smem da
stanem
bez osečaja
krivice.



Odmor nije slabost.
On je način
da se vratiš sebi.



Nisam dužna
da budem
savršena
da bih bila vredna.



Vrednost ne dolazi
iz postignuća,
već iz postojanja.

Dovoljno je da jesi.





U svakom trenutku
biram ono
što mi je potrebno.




Verujem sebi
da znam
što je najbolje za mene.

Dovoljna sam
baš ovakva
kakva jesam.



Emociologija





Mogu stati
i ponovo početi.



Mogu stati
i ponovo početi.



Podsetnik

Ima vremena
za sve što
je važno.

Emociologija

U meni postoji svetlo
koje me uvek vraća kući.

Emociologija

Smiri se

Ne moram sve rešiti danas.
Dovoljno je da budem ovde.

Emociologija

30 calming affirmation cards

