I AM exercise in Romanian

**Calatorie Frumoasă, Plus Practica Afirmațiilor în Oglindă**

Orice Urmează după EU SUNT ești TU. Scrie numele tău în spatiul liber după Te Iubesc \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ apoi printează pagina și pune-o langă oglindă. Fă din această practica un obicei care va dura pentru totdeauna.

Afirmațiile în Oglinda sunt unele dintre cele mai intense, revelatoare, pline de satisfacții lucruri pe care le poți face pentru promovarea iubirii de sine. Această practică de Afirmații în Oglinda, va aduce asupra ta grație și bunatate, ceea ce include sa nu te rușinezi sau învinovățesti pentru deficiențele trecute. Poți pune trecutul deoparte și sa te miști cu succes intr-o lume mai bună și stralucitoare.

Pentru a paractica Afirmațiile în Oglinda, du-te la oglindă și uita-te direct în ochii tăi. Inițial, acest lucru poate fi dificil. Mulți oameni relatează prima lor încercare, spunând ca au fost surprinși de faptul ca nu s-au putut uita în proprii ochi fără a găsi defecte autoimpuse de criticat. Daca asta ți-se intamplă și ție, nu te judeca, doar observă. Dacă există o eliberare de lacrimi, lăsați-le să curgă. Totul face parte din procesul de a începe să te regăsești și să iubești persoana frumoasă din interior. Adevăratul TU! Apoi, spune: Te Iubesc urmat de numele tău și de o afirmație pozitivă. Spunand: Te Iubesc, ție insuți poate fi incomod și inconfortabil pentru primele câteva ori. Fă din această practica parte a rutinei tale zilnice. Iți recomandăm sa o faci tot atât de des ca spalatul pe dinți. O igienă excelentă a minții este esențială pentru a deveni cea mai bună versiune a ta!

Orice Urmează dupa EU SUNT ești TU

Uita-te în oglindă și spune Te Iubesc \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Sunt constient(ă) că gandurile mele Imi Crează Realitatea

Eu Sunt Curajos/Curajoasă

Eu Sunt Încrezător/Încrezătoare

Eu Sunt Determinat(ă)

Eu Sunt Energetic(ă)

Eu Sunt Neînfricat(ă)

Eu Sunt Recunoscător/Recunoscătoare

Eu Sunt Sanatos/Sănătoasa

Te Iubesc \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Eu Sunt Inspirat(ă)

Eu Călătoresc Frumos

Eu Sunt Bun(ă)

Eu Sunt Iubit(ă)

Eu Sunt mai mult decât suficient(ă)

Eu Cresc

Eu Sunt Optimist(ă)

Eu Sunt Puternic(ă)

Te Iubesc \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Eu am Propria Personalitate

Eu Sunt Rezistent(ă)

Eu Sunt de Succes

Eu Sunt Tenace

Eu Sunt Exuberant(ă) *Here the translation was also (nenfricat) so I put a sinonim*

Eu Sunt Pretuit(ă)

Eu Sunt Extraordinar(ă)

Eu Sunt DA!

Eu Sunt Zelos/Zeloasa

Te Iubesc \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_