

最高の人生を創るための 14のマインドセット

本当の自分を見つけ、自分らしく幸せな最高の人生を手に入れるために必要なマインドセットをリストにしました。日々の生活の中で取り入れていけるように、時々チェックしてみてください。

- 過去にとらわれない
- 他人の評価を気にしない
- 心の声をきく
- 自分の人生を歩く
- 自分に時間を与えてあげる
- 考えすぎない
- 笑顔と感謝を忘れない
- 自分の可能性を信じる
- 頑張り過ぎない
- 自分をほめる
- 失敗を恐れない
- 言霊を使う
- ネガティブを手放す
- 出来事をポジティブにとらえる