

**10. oktobris –
Starptautiskā garīgās
veselības diena**

**Svarīgi prast pareizi elpot.
Ieelpot laimi – izelpot
labsirdību.**



**Tu neesi pilnīgi sagērbies,
ja tavā sejā nav smaida.**



**Kad mēs palīdzam citiem,
mēs palīdzam sev.**



**Kas notiek cita dvēselē, mēs
nezinām...**

**Mēs varam pamēģināt izdarīt tā,
lai tur kļūst siltāk.**



**Laimīgs ir tas, kas iemācījās
sajūsmināties.**



**Man nervu šūnas nav
vajadzīgas, man vajadzīgas
mierīgas šūnas.**



**Jautājiet sev biežāk:
“Vai tas būs aktuāls pēc gada?”**



**Ja pēkšņi pazuda zeme zem
kājām, iespējams dzīve Jūs
paņēma uz rokām.**



**Būt nelaimīgam – tas ir ieradums.
Būt laimīgam – tas ir ieradums.
Izvēlieties paši!**



**Vienmēr ieklausies sevī -
labs cilvēks sliktu neieteiks.**



**Katrs šķērslis tiek
pārvarēts ar uzstājību.**



**Optimisms - tas ir dzīves
aromāts!**

