

FOGADALMAK

1. Megfogadom, hogy nyugodt maradok egyszerűen!
2. Ezentúl jobban figyelek a táplálkozásomra. Lefogyok és egészségesen nézek ki
3. Többet takarítok majd, kevesebb alkoholt iszok, leküzdöm a lustaságomat
4. Kertész leszek, s fát nevelek
5. Megtalálom azt, amit keresek: lelki békesség, az em missziómat, Barát. Sikerüljön az, amit terveztem.
6. Többet nem cigizek, mindennap szaladok és meghallgatom a szüleimet.
7. Nem fogok sietni.
8. Nem fogyasztok több csokit és édességet. Ezentúl tisztelem a testem.
9. Sok időt töltök természetközelenben. Időben fekszek, korán kelek. Többet foglalkozok szakdolgozattal, nyelvvizsgálóval. Odafigyelek jobban a testsúlyomra.
10. Önkéntesen egyszerű időbeosztás és szeretet!
11. Sok még a teendőm, sokat fogok ezen gondolkodni, hogy jobb legyek.
12. SZÍV SZIMBÓLUM Jobban összpontosítani a fizikai állapotomra, többet sportolni. Megértőbbnek, elfogadóbbnak lenni. Erősebben összpontosítani a lingvisztikai fejlődésemre. SZÍV SZIMBÓLUM
13. Jobban próbálok odafigyelni az újrahasznosításra és a környezetszennyezésemet minimalizálom.
14. Időbeosztás és szorgalom. Megértés és elfogadás.
15. A legközelebbi jótékonysági akciókon részt veszek önkéntesként.
16. Türelem
17. Önkéntes leszek, egyszerű leszek!
18. Jobb tanulás. Sok kedvesség másokkal. Környezetvédelem. Barátkozás. Fogykúra. Szófogadóság. Odafigyelés.
19. Reggel szaladok és tornázok!
20. Megfogadom, hogy idén még visszahozom a nyári „beach bodyt”, megtanulok sakkozni és télen teszek egy nyelvvizsgát. Ha nem, akkor gáttá. Haha
21. Kinn ülök a napon minden nap, hogy feltöltsön energiával.
22. Elfogadónak lenni másokkal szemben, nem negatív dolgokra helyezni a hangsúlyt.
23. Gyűljön ki a 2000 TikTok followerem
24. Igyekszem időben érkezni fontos helyekre. Szeretek ismerkedni és új dolgokat kitalálni. Helyes étrend összeállítás. Sokat sportolok és ezt rendszerezni próbálom. Minél kevesebb szemetet hagyni magam után. Több pihenés, kevesebb stressz.
25. Rendszeresen görkorizok és biciklizek! Idén vizsgázom a sofőr suliban
26. Megfogadom, hogy holnap utántól nem iszok. 1 napig. ☺
27. Mindennap elmegyek sétálni a természetbe és írok naplót.
28. Szeretnék egészségesen élni, boldog családot alapítani és lényegében boldogan leélni az életem hátralevő részét! Köszönöm
29. Elkisérem nagymamát a templomba holnaptól, elkezdek tanulni angolul és anyák napja alkalmával meglepem anyumat egy csokor virággal.
30. Megfogadom, hogy többet vásárolok csomagolásmentes boltban
31. Vlogger akarok lenni és jónak válni általa.

32. Ez is maradok: Barátságos. Nem haragtartó. Célkitorok. Álmodozó. De igyekszem jobb lenni.
33. Hallgatok magamra és szeretem magam 😊
34. Kigyurom magam
35. Youtube csatornáimra rendszeresen töltök fel új anyagot és növényekkel kirakom a szobám, mert úgy érzem több ötletem van általa.
36. Minden hónapban elolvasok egy könyvet abban a témában, amiben akarok fejlődni.
37. Megtanulok pentatonozni E és D molban. Milliárdos leszek. Elveszem Monica Bellucit feleségül
38. Kevesebb net, több sport!
39. szeretnék felhagyni a lustálkodással és a haszontalan időtöltéssel. Több időt fordítani a tanulásra, a szellemi fejlődésre. Ismét közelebb kerülni Istenhez.
40. Szeretnék utazni egyszerűen.
41. Úgy vagyok jó, ahogy vagyok! 😊
42. Bátor vagyok és munkahelyemen jobban és jobban teljesítek.
43. Boldog vagyok, részt veszek több Erasmus+ projekten és elkezdek részt venni a szervezésben
44. Pozitív. Hidegvérűség.
45. Szeretném, ha ezentúl céltudatosabb lennék és többet nem veszekszem a szüleimmel.
46. Üres lap.
47. Minden nap segítek valakinek valamiben.
48. Keresek egy munkát és nekifogok álmaimat megvalósítani.