

تعزز الأفكار الإيجابية الحياه وتدعمها كما تزودك بالطاقة وتجعلك تشعر انك أقوى وأكثر ثقة كلما كنت ايجابياً متفائلاً تتزايد سعادتك في كل جانب من جوانب حياتك. وتجلب الأفكار السلبية نقيض ذلك كله فهي تسلب طاقتك وتجعلك تشعر انك أضعف وأقل ثقة فكلما تفكر او تقول شيئاً سلبياً فإنك تهدر طاقتك وتشعر بالإحباط والبؤس مع الوقت ويمكن للتفكير السلبي ان يصيبك بالمرض البدئي.