

Optimistic October 2026



OFFICIAL

Bazar Ertəsi

Çərşənbə Axşamı

Çərşənbə

Cümə Axşamı

Cümə

Şənbə

Bazar



1
Bu ay səbirsizliklə
gözləyə biləcəyin
üç şeyi yaz

2
Optimist ola
biləcəyin bir şey
tap (çətin dövrdə
olsan belə)

3
Sənin üçün
həqiqətən vacib
olan bir məqsədə
doğru kiçik bir
addım at

4
Gününe,
siyahındakı ən
vacib işlə başla

5
Realist
optimist ol.
Həyatı olduğu
kimi gör, amma
yaxşı tərəflərə
fokuslan

6
Özünə xatırlat
ki, hər bir iş
yaxşıya doğru
dəyişə bilər

7
Bu gün
ətrafındakı
insanlarda
yaxşı tərəfləri
görməyə çalış

8
Uzun müddətdir
təxirə saldığın bir
iş və ya layihədə
irəliləyiş et

9
Vacib bir
məqsədini
güvəndiyin biri
ilə paylaş

10
Son vaxtlar nələri
başardığını
düşünmək üçün
vaxt ayır

11
Özünü və ya
başqalarını
günahlandırmaqd
an çəkin. Faydalı
bir çıxış yolu tap

12
Bu gün
müsbət xəbərlər
və sevinc gətirən
səbəblər axtar

13
Çətin bir
vəziyyəti
yaxşılaşdırmaq
üçün konstruktiv
bir addım at

14
Çətin bir
vəziyyəti
yaxşılaşdırmaq
üçün konstruktiv
bir addım at

15
Çox vaxt dəyərin
bilmədən etdiyin
uğurlar üçün
özünə təşəkkür et

16
Siyahını bir
kənara qoy və
əyləncəli və ya
ruhlandırıcı bir
şey et

17
Cəmiyyətdə
görmək istədiyin
müsbət
dəyişikliyə doğru
kiçik bir addım at

18
Cəmiyyətdə
görmək istədiyin
müsbət
dəyişikliyə doğru
kiçik bir addım at

19
Gələcəkdə
işinə yarayacaq
müsbət
keyfiyyətlərindən
birini müəyyən et

20
Uzun müddətdir
təxirə saldığın bir
iş görməkdən
zövq al

21
Başqalarının
gözləntilərini
burax və sənin
üçün əhəmiyyətli
olan şeylərə
fokuslan

22
Ümidverici bir
sitatı, şəkli və ya
videonu dostun
və ya iş
yoldaşınla paylaş

23
Hansı
şeylərə prioritet
verəcəyin
mövzusunda
seçimin olduğunu
qəbul et

24
Son vaxtlar yaxşı
gedən üç konkret
şeyi yaz

25
Hər şeyi edə
bilməzsən! İndi
sənin üçün ən
vacib olan üç
prioritet nədir?

26
Qarşılaşdığın bir
problemə yeni bir
baxış bucağı tap

27
Bu gün özünə
qarşı mehriban ol.
Unutma, irəliləyiş
zaman alır

28
Özündən soruş:
"Bir il sonra bu
hələ də vacib
olacaqmı?"

29
Səbirsizliklə
gözləyə biləcəyin
əyləncəli və ya
həyəcanlı bir
fəaliyyət
planlaşdır

30
Gələcək üçün
sənə ümid
verən üç şeyi
müəyyən et

31
Qarşıdakı ay
üçün sənə
məqsəd və mənalı
hiss verəcək bir
hədəf qoy



Xoşbəxtlik üçün fəaliyyət

Daha xoşbəxt · Daha Mehriban · Birlikdə

OFFICIAL