Ïîñòîÿííî ïîâòîðÿéòå ñåáå ýòè ñëîâà: ÿ ñòîéêèé è ñïîêîéíûé, ÿ ñòîéêèé è ñïîêîéíûé, ÿ ñòîéêèé è ñïîêîéíûé. Ïîñòîÿííî ïîâòîðÿéòå ñåáå ýòè ñëîâà: ÿ ñòîéêèé è ñïîêîéíûé, ÿ ñòîéêèé è ñïîêîéíûé, ÿ ñòîéêèé è ñïîêîéíûé.