

김동욱T 아침 6시 기상문자 - 일찍 일어나는 습관이 1등급을 만든다	
날짜	문자 내용
2019년 1월 26일 토 오전 10:19	인강 제자들아. 반가워^^ 수능날까지 매일 아침 웃으며 일어나기를~ 항상 응원할게!
2019년 1월 27일 일	흐리다고 태양이 사라진 건 아니다.
2019년 1월 28일 월	내가 꿈을 이루면 나는 누군가의 꿈이 된다.
2019년 1월 29일 화	시작하는 모든 존재는 늘 아프고 불안하다. 하지만 기억하라. 년 눈부시게 아름답다.
2019년 1월 30일 수	눈에 힘주고 고개를 들어라. 각도가 곧 태도다.
2019년 1월 31일 목	지금 필요한 건 걱정이 아니라 실행이다. 좋은 아침이다.
2019년 2월 1일 금	완벽한 목표보다 가벼운 습관이 더 강하다.
2019년 2월 2일 토	시냇물은 얇아서 소리를 내지만 강물은 깊어서 소리 없이 흐른다. 오늘도 저 강물처럼.
2019년 2월 3일 일	혼자여서 외로운 것이 아니라 홀로 서지 못해 외로운 것이다.
2019년 2월 4일 월	별은 바라보는 자에게 빛을 준다.
2019년 2월 5일 화	욕심과 불평에는 끝이 없고 감사와 칭찬에는 뒤끝이 없다.
2019년 2월 6일 수	과거를 후회하는 동안 오늘도 과거가 된다. 오늘을 후회 없이.

2019년 2월 7일 목	스스로 고민하지 않고 수업을 듣는 것은 깨진 항아리에 물 붓기와 같다.
2019년 2월 8일 금	진정한 자존심은 자신에게 진실한 것이다.
2019년 2월 9일 토	열정이 없는 사람은 꼼짝하지 않고 바람을 기다리는 배와 같다.
2019년 2월 10일 일	우리가 가진 모든 것은 당연한 것이 아니라 참으로 감사한 것이다. 오늘도 감사하는 맘으로..
2019년 2월 11일 월	최악의 상황에서도 최선을 생각하기를 주눅 들지 말고 흐트러짐 없기!
2019년 2월 12일 화	생각하는 쪽으로 삶은 스며든다.
2019년 2월 13일 수	아침의 신선함이 나른함으로 바뀌고 갑자기 아무것도 마음대로 되지 않을 때 이때가 바로 멈추지 말아야 할 때이다.
2019년 2월 14일 목	언젠가 아마도 그리고 만약에 앞으로 금기어들.
2019년 2월 15일 금	승자의 주머니 속에는 꿈이 있고 패자의 주머니 속에는 욕심이 있다.
2019년 2월 16일 토	행운이란 100% 노력한 뒤에 남는 것이다.
2019년 2월 17일 일	최고의 장애는 당신 안에 있는 두려움이다.

2019년 2월 18일 월	마음이 없으면 보아도 보이지 않고, 들어도 들리지 않는다.
2019년 2월 19일 화	사람을 자발적으로 움직이게 하는 것은 호기심이다.
2019년 2월 20일 수	자주 미루는 사람에게는 일주일 someday라는 요일이 하나 더 있다.
2019년 2월 21일 목	높은 벽은 그것을 넘었을 때 우리를 지키는 담장이 된다.
2019년 2월 22일 금	내 마음이 힘든 것과 그날 하루의 공부를 하지 않는 것은 다른 것이다.
2019년 2월 23일 토	지금보다 더 잘해야 한다는 강박감이 슬럼프를 만든다.
2019년 2월 24일 일	모든 꽃이 봄의 첫날 한꺼번에 피지는 않는다.
2019년 2월 25일 월	나이테는 나무가 겨울에도 자란다는 증거. 그 겨울에 자란 부분이 더 단단함.
2019년 2월 26일 화	하고 싶은 일에는 방법이 보이고 하기 싫은 일에는 핑계가 보인다.
2019년 2월 27일 수	확실한 미래는 확실한 나에게서 나온다.
2019년 2월 28일 목	텍스트의 가치는 읽는 사람의 정성에 따라 달라진다.

2019년 3월 1일 금	어쨌거나, 일단 시작하자. 10분만 공부할 각오로 일단 책상 앞에 앉아라.
2019년 3월 2일 토	일찍 시동을 걸수록 몸도 마음도 가볍다.
2019년 3월 3일 일	실전을 연습처럼 할 수 있는 여유는 열심히 준비한 자만이 누릴 수 있다.
2019년 3월 4일 월	오늘 하나는 내일 둘의 가치가 있다.
2019년 3월 5일 화	걱정은 만기일이 되기도 전에 지불하는 이자이다.
2019년 3월 6일 수	뇌는 습관을 단축키로 인식한다.
2019년 3월 7일 목	나를 힘들게 하는 감정은 비우는 것이 아니라 좋은 감정으로 교체하는 것이다. refresh^^
2019년 3월 8일 금	긍정적인 기억으로 부정적인 기억을 덮어라.
2019년 3월 9일 토	인생을 해롭게 하는 비애를 버리고 명량한 기질을 가져라. 웃는 하루!
2019년 3월 10일 일	네가 가진 생각이라는 강력한 무기를 믿어라. 너를 믿는 하루!
2019년 3월 11일 월	스스로를 믿어라. 자신감을 상실한 채로 계속 노력할 수 있는 사람은 없다.
2019년 3월 12일 화	새로운 하루를 위해 익숙한 일을 한다. 모든 반복은 특별하다. 오늘도 특별하게~

2019년 3월 13일 수	변명은 성장을 가로막는다. 변명하지 않는 하루. 변명할 것이 없는 하루 만들기.
2019년 3월 14일 목	조금 숨차도 한 걸음 한 걸음 그 소중함을 기억한다면 곧 비상할 것이다.
2019년 3월 15일 금	급정거와 급가속은 운전을 못하는 사람의 특징. 공부도 마찬가지.
2019년 3월 16일 토	스트레스를 받는 것은 시간이 없을 때가 아니라 시간을 통제할 수 없다고 느낄 때이다.
2019년 3월 17일 일	생각은 크게, 실천은 작은 것부터
2019년 3월 18일 월	E와 F의 차이는 선 하나. Excellent와 Failure 차이는 선 하나. 그것은 최선.
2019년 3월 19일 화	눈의 색깔은 바꿀 수는 없지만 눈빛은 바꿀 수 있다.
2019년 3월 20일 수	습관은 삶을 떠받치는 힘이다.
2019년 3월 21일 목	가슴 뛰는 삶, 그것에 무섭게 집중하라.
2019년 3월 22일 금	결심했던 때의 아름다운 나를 기억하자.
2019년 3월 23일 토	생각하지 않고 읽는 것은 씹지 않고 먹는 것과 같다.
2019년 3월 24일 일	아는 것이 아니라, 하는 것이 힘이다.

2019년 3월 25일 월	매일 10km를 달려두지 않은 사람은 경기 당일 풀코스를 달릴 수 없다. 오늘도 달렸!
2019년 3월 26일 화	쓰지 않아도 저절로 줄어들고 오늘이 지나면 다시 만날 수 없는 것은 오늘이다.
2019년 3월 27일 수	아침의 작은 성취가 온종일 자신감을 준다.
2019년 3월 28일 목	너 자신을 더욱 깨끗하고 밝게 유지하라. 너는 세상을 보기 위한 창문이니.
2019년 3월 29일 금	내가 아니라면 누가? 지금도 아니라면 언제?
2019년 3월 30일 토	노력을 중단하면 습관을 잃는다.
2019년 3월 31일 일	만족감과 함께 잠자리에 들고 싶다면 매일 아침 투지와 함께 일어나야 한다.
2019년 4월 1일 월	기분 좋은 하루는 내가 만든다.
2019년 4월 2일 화	한계는 환경을 탓하는 마음 때문에 생긴다.
2019년 4월 3일 수	위대한 것들은 항상 나로부터 시작된다.
2019년 4월 4일 목	기쁘게 자고 기쁘게 일어나는 것만으로도 인생은 달라질 수 있다.
2019년 4월 5일 금	내일의 약속보다는 오늘의 노력이 중요하다.
2019년 4월 6일 토	내 일이 없으면 내일도 없다.

2019년 4월 7일 일	돌맹이에 넘어졌다는 것은 곧, 너는 이미 그 돌맹이를 넘어섰다는 것이다.
2019년 4월 8일 월	이 순간을 넘어야 다음 문이 열린다. 그래야 내가 원하는 세상으로 갈 수 있다.
2019년 4월 9일 화	세상이라는 퍼즐에 한 조각이 되어라 너 없이는 완성될 수 없도록.
2019년 4월 10일 수	스승은 문을 열어준다. 하지만 반드시 당신 스스로 들어가야만 한다.
2019년 4월 11일 목	여유는 능동적 선택으로부터 생기고, 게으름은 선택을 회피할 때 찾아온다.
2019년 4월 12일 금	사자는 한번 정한 목표물을 바꾸지 않는다. 선택과 집중이 그를 사자이게 한다.
2019년 4월 13일 토	길이 하나라면 잃어버릴 것도 없다.
2019년 4월 14일 일	네가 걷는 모든 길의 이름은 성장이다.
2019년 4월 15일 월	마음을 다한 노력의 끝에, 마음을 닦은 꿈을 만나기를.
2019년 4월 16일 화	기적을 일으키는 것은 신이 아니라 자신의 의지다.
2019년 4월 17일 수	습관은 나무껍질에 글자를 새긴 것과 같아, 그 나무가 커감에 따라 글자도 커진다.

2019년 4월 18일 목	장애물을 보는 자는 장애물에 부딪히고 목표를 보는 자는 목표에 닿는다.
2019년 4월 19일 금	큰 뜻을 가진 사람은 작은 굴곡은 견뎌다. 견딜 수 있어야 한다.
2019년 4월 20일 토	불안도 습관이다. 조금씩 없애야 한다.
2019년 4월 21일 일	앉으면 이긴다. 일요일이지만 앉자. 언능..
2019년 4월 22일 월	출발은 가속보다 힘들다. 이번 주도 힘찬 출발!
2019년 4월 23일 화	모든 것은 바뀔 수 있다. 그리고, 나 역시 무언가를 바꿀 수 있다.
2019년 4월 24일 수	수동적인 노력은 고생이고 능동적인 노력은 훈련이다.
2019년 4월 25일 목	즐길 것인가? 견딜 것인가? 오늘도 즐기길 바란다. 파이팅!
2019년 4월 26일 금	인생은 토너먼트가 아닌 리그다. 어제는 어제다. 오늘이 중요하다.
2019년 4월 27일 토	아침에 눈 비비며 참고, 식사 후 졸림도 참 아 얻는 잠은 하루를 잘 끝낸 나에게 주는 선물이다.
2019년 4월 28일 일	시련을 견디는 힘은 신념에서 나온다.
2019년 4월 29일 월	뇌는 우리가 믿고 기대하는 방향으로 작동한다. 너의 신념을 지키는 오늘이길.
2019년 4월 30일 화	1.01의 365승은 37.8 0.99의 365승은 0.026

2019년 5월 1일 수	사과 속에 들어 있는 씨앗은 셀 수 있지만 씨앗 속에 들어 있는 사과는 셀 수 없다.
2019년 5월 2일 목	너의 하루하루가 가능성의 범위를 확장하는 새로운 시작이 되었으면 좋겠다.
2019년 5월 3일 금	운명은 너의 힘으로 바꿀 수 있다. 너에게 좋은 쪽으로 끌어 당겨라.
2019년 5월 4일 토	아침마다 나를 설득해서 책상까지 가게 할 수는 없다. 반사적으로 책상 앞에 앉아야 한다.
2019년 5월 5일 일	불편함은 성장의 신호. 너에게는 불편함을 이기는 강인함이 있다. 오늘도 파이팅!
2019년 5월 6일 월	필자의 목소리가 들릴 때까지 집중해서 읽어라. 오늘도 힘내!!
2019년 5월 7일 화	2가지 기쁜 일을 위해 8가지 힘든 일을 슬기롭게 이겨내면 10가지가 모두 기쁨으로 올 것이다.
2019년 5월 8일 수	어머니가 나무라는 것은 너의 게으름이지 게으른 너가 아니다.
2019년 5월 9일 목	마음이 걱정과 긴장으로 젖어 있으면 열정의 불씨가 발생해도 의지가 불이 옮겨 붙지 못한다.
2019년 5월 10일 금	운전대를 잡아라. 조수석에서 할 수 있는 것은 불평뿐이다.
2019년 5월 11일 토	지름길은 빠른 길이 아니라 바른 길이다.
2019년 5월 12일 일	비교는 내 행복의 기준을 남에게 넘겨주는 것이다.

2019년 5월 13일 월	현명한 사람은 내일이라는 공수표를 믿지 않는다. 오늘도 열공!
2019년 5월 14일 화	정말 걱정해야 할 것은 걱정만 하고 있는 자신의 모습이다.
2019년 5월 15일 수	너의 능력은 세상의 평가보다 더 높은 곳에 있다. 자신감!
2019년 5월 16일 목	좋은 생각엔 더를 부치고 나쁜 생각엔 덜을 부쳐보자. 더 행복하다. 덜 힘들다. 덜 어렵다.
2019년 5월 17일 금	찰나를 이겨라! 일단 그렇게 선택하면 그 다음으로 나아가는 것은 쉽다.
2019년 5월 18일 토	넘을 수 없는 벽이라고 고개를 떨구고 있을 때 담쟁이 잎 하나는 결국 그 벽을 넘는다.
2019년 5월 19일 일	높은 벽은 그것을 넘었을 때 우리를 지키는 담장이 된다.
2019년 5월 20일 월	후회는 내가 했던 행동보다 하지 않았던 행동을 향한 미련이다.
2019년 5월 21일 화	데드라인을 정해놓고 매진하는 사람이 되라. 6평이 수능이다.

2019년 5월 22일 수	오늘보다 내일, 내일보다 모레, 조금씩 성장하고 있다는 믿음이 습관을 만드는 힘이다.
2019년 5월 23일 목	해야함은 할 수 있음을 함축한다.
2019년 5월 24일 금	성공으로 가는 엘리베이터는 고장. 계단을 이용한다. 한 계단, 한 계단씩. 오늘도 힘찬 걸음!
2019년 5월 25일 토	올바른 길은 당장은 끌리지 않지만 사는 내내 강력한 영향을 미친다.
2019년 5월 26일 일	웃음은 마음의 조깅^^ 씩 한 번 웃어봐. 오늘도 행복한 하루!
2019년 5월 27일 월	안정은 움직임 속에 있다. 팽이는 계속 도는 한 쓰러지지 않는다.
2019년 5월 28일 화	첫 번째 한 시간은 하루의 방향키다.
2019년 5월 29일 수	모든 것에는 그것을 해야 할 때가 있다. 타이밍에 강한 사람이 되어라.
2019년 5월 30일 목	몰입한다는 것은 그 외의 것들에 DEL 키를 누른 것과 같다. 오늘도 몰입!
2019년 5월 31일 금	단단한 마음으로 새벽을 맞으라.
2019년 6월 1일 토	마음의 불안이란 내가 흔들리고 있다는 의미. 중심 잡기! 불안 금지.
2019년 6월 2일 일	잃어버린 아침을 되찾자. 어떤 사람은 25시를 갖는다.

2019년 6월 3일 월	어려운 상황일수록 침착하라. 성급함에는 반드시 오류가 포함되어 있다.
2019년 6월 4일 화 오전 6:00	호기심으로 침착하게 집중하면 어떤 지문도 반응할 수 있게 된다. 평정심을 유지해라. 괜찮다. 항상 응원한다.
2019년 6월 4일 화 오후 4:41	시험 친다고 정말 고생했다. 오늘 꼭 시험지 분석 해서 너의 약점을 보완하는 국어 공부 방향을 찾길 바란다. 수고했어.
2019년 6월 5일 수	오늘의 질문이 내일을 만들 것이다.
2019년 6월 6일 목	방향을 찾을 때까지 자신을 돌파하라.
2019년 6월 7일 금	가능성을 믿는 순간 길은 시작된다.
2019년 6월 8일 토	자신을 사랑하는 것이야말로 평생 지속되는 로맨스.
2019년 6월 9일 일	삶을 윤기 있게 하는 것은 넘치는 만족이 아니라 소박함, 작은 것에 대한 감사다.
2019년 6월 10일 월	무엇이든 할 수 있는 '나이'다. 무엇이든 할 수 있는 '나'이다.
2019년 6월 11일 화	체력이 떨어지고 힘든 시기다. 조급해 말고, 긍정적인 맘으로 한 발씩만 앞으로 내딛기!
2019년 6월 12일 수	바다는 비에 젖지 않는다.

2019년 6월 13일 목	고난이란 최선을 다할 절호의 기회다.
2019년 6월 14일 금	생각의 폭은 둔각처럼 넉넉하게. 생각의 끝은 예각처럼 날카롭게. 생각하는 하루!
2019년 6월 15일 토	나를 보지 못하면 그림자만 보인다.
2019년 6월 16일 일	나침반은 목적지에 가까워질수록 더 크게 흔들린다.
2019년 6월 17일 월	마음이 끝나지 않았다면 아무것도 끝나지 않은 것이다.
2019년 6월 18일 화	미루는 습관과의 싸움을 미루지 마라.
2019년 6월 19일 수	공부 시간의 밀도를 높여라.
2019년 6월 20일 목	느리더라도 힘주어 뺨은 걸음이 발자국도 깊다.
2019년 6월 21일 금	질문을 멈추는 순간, 지문은 지루해진다. 항상 호기심을!
2019년 6월 22일 토	되면 한다가 아니라 하면 된다. 오늘도 하면 된다.
2019년 6월 23일 일	인생의 가장 힘든 시기가 우리의 저력이 된다. 힘내라~
2019년 6월 24일 월	천천히 깊게 생각하면 해결하지 못할 문제는 없다. 오늘도 차분한 하루.
2019년 6월 25일 화	일단 일어나라. 기회는 매일 아침, 잠든 사이에 찾아온다.

2019년 6월 26일 수	누구나 시작에는 쓰러짐이 없지만 끝마치는 것은 드물다.
2019년 6월 27일 목	포기하는 이유는 불가능해서가 아니라 불가능할 것 같아서다.
2019년 6월 28일 금	자신을 의심하지 마라. 의심이 있는 곳에는 확신이 설 자리가 없다.
2019년 6월 29일 토	부모님만이 지닐 수 있는 마음이 있다. 누가 그런 말을 해줄까. 누가 그런 마음을 줄까.
2019년 6월 30일 일	늘 어렵게 느껴지는 선택이 어려워도 해야 하는 선택이 내게는 더 옳은 길이다.
2019년 7월 1일 월	미래의 나는 분명 오늘을 그리워한다.
2019년 7월 2일 화	꿈에 다가갈 때는 조건을 걸지 말 것.
2019년 7월 3일 수	학에서 습으로 나아가야 한다.
2019년 7월 4일 목	그래서 못 한 것은 남지 않고 그럼에도 불구하고 한 것만이 남는다.
2019년 7월 5일 금	막연할 때는 기본적이고 절실한 것을 움켜쥐어야 한다.
2019년 7월 6일 토	가슴에 냉정과 열정을 품어야 하는 계절이다.

2019년 7월 7일 일	미소 짓는 것보다 이맛살을 찌푸리는 일이 더 근육을 많이 쓴다. 절망이 더 힘들다.
2019년 7월 8일 월	조그만 일에서부터 올바른 정신을 지켜야 한다.
2019년 7월 9일 화	자신에 대한 승리가 가장 완벽한 승리다.
2019년 7월 10일 수	아침에 내린 비는 화창한 오후를 선물한다.
2019년 7월 11일 목	스마트폰을 옆에 두고 하는 집중은 없다.
2019년 7월 12일 금	목표가 높으면 팔을 뻗어보자. 키가 능력이라면 팔은 간절함이다.
2019년 7월 13일 토	비가 와도 우산이 있으면 덜 젖는다. 자존감의 우산을 펴라.
2019년 7월 14일 일	내 힘을 전부 쏟아내지 않은 채 미지근하게 살아가는 삶. 그건 자신에게 미안한 일이다.
2019년 7월 15일 월	완벽하고 싶은 마음 때문에 작은 실수를 현미경으로 들여다보지 마라.
2019년 7월 16일 화	양궁 선수들은 과녁보다 자기 몸에 집중한다. 힘든 순간일수록 우리 자신에 집중해야 한다.
2019년 7월 17일 수	불공평은 공평하지 않다는 뜻이지 극복할 수 없다는 뜻이 아니다.

2019년 7월 18일 목	꿈의 끈을 꼭 묶어보자. 그러면 마음껏 뛰어도 혹 넘어지더라도 절대 틀리지 않을 것이다.
2019년 7월 19일 금	지름길로만 정상에 오르면 지도 밖의 새로운 길은 도전하지 못한다.
2019년 7월 20일 토	최고의 레이스는 완주하는 것이다.
2019년 7월 21일 일	후회는 삶을 불완전 연소시킬 때 남는 그을음이다. 오늘도 완전 연소!
2019년 7월 22일 월	행복은 땀이고 행운은 덤이다.
2019년 7월 23일 화	뚜벅뚜벅 걸어가다 보면 숨어있던 신기한 일들이 선물처럼 나타날 것이다.
2019년 7월 24일 수	긍정적인 생각은 뿌연 세상을 맑게 보여준다. 긍정의 힘!
2019년 7월 25일 목	내가 싸워야 하는 상대는 남이 아니라 매 순간의 나이다.
2019년 7월 26일 금	도망과 도전은 한 곳 차이다.
2019년 7월 27일 토	방향을 정하지 못하면 바람은 어디에서 불어오든 역풍이 된다.
2019년 7월 28일 일	습관적인 불평이 나의 눈을 가린다.
2019년 7월 29일 월	집중이라는 감각 세계에 무한한 가능성이 있다.

2019년 7월 30일 화	기대지도 기대하지도 말자. 결국, 마지막까지 의지할 수 있는 건 나 자신이다.
2019년 7월 31일 수	정신력으로 굽은 활을 팽팽하게 당겨라.
2019년 8월 1일 목	한계라고 생각이 들면 한 개만 더.
2019년 8월 2일 금	실행해야(do) 문(door)이 열린다. 미뤄온 다짐들이 이뤄지는 오늘이길.
2019년 8월 3일 토	자기 기분에 지지 않는 삶. 스스로 서서 스스로 다스리는 사람.
2019년 8월 4일 일	현재와 목표 사이의 벽은 초심이 허문다.
2019년 8월 5일 월	오늘 하루가 어떤 하루일지는 나에게 달려 있다. 오늘의 삶을 스스로 선택해 본다.
2019년 8월 6일 화	욕심으로 보내면 두려운 100시간 긍정으로 보내면 행복한 100일~ 오늘도 담대하고 굳건하게. 파이팅!
2019년 8월 7일 수	미래라는 낱말을 입에 올리는 순간, 그 단어의 첫째 음절은 이미 과거를 향해 출발한다.
2019년 8월 8일 목	목표 설정과 연습을 통해 위기를 극복해낸 경험. 그 모든 노력이 강한 자존감으로 돌아온다.

2019년 8월 9일 금	자신에게 몰입하지 못하는 사람일수록 시선을 타인에게 고정한다.
2019년 8월 10일 토	새 책을 펼치던 첫 마음으로 임하면 날마다 새로우며 깊어지며 넓어진다.
2019년 8월 11일 일	매일매일 좋아지고 있으니 웅크리지 말아라. 곧 피어날 수 있으니.
2019년 8월 12일 월	위 기를 기 회로
2019년 8월 13일 화	시험은 나의 성장과 발전을 기억하는 나이테다.
2019년 8월 14일 수	자만은 노력이라는 칼끝을 무디게 하는 방해물이다.
2019년 8월 15일 목	출사표를 던지기 전, 외롭고 화려하지 않은 수련 기간이 필요하다.
2019년 8월 16일 금	홀로 잠드는 밤에도 눈부신 아침에도 가능성은 언제나 나와 함께이다.
2019년 8월 17일 토	나와의 타협에 익숙해지면 기분은 흐트러진다.
2019년 8월 18일 일	한계를 반가워하자. 우리가 성장하는 순간이다.
2019년 8월 19일 월	여행자는 스스로 길을 걸지만 방랑자는 길이 대신 걸어준다. 오늘도 즐거운 여행!

2019년 8월 20일 화	어제는 History 내일은 Mystery 오늘은 Present, 선물이다.
2019년 8월 21일 수	걱정은 이제 그만. 중요한 것은 네 손에 있는 나침반을 믿는 일!
2019년 8월 22일 목	정체된 상황을 단호히 끊을 수 있는 유일한 칼은 바로 열정이다.
2019년 8월 23일 금	간절히 물어야 달라질 수 있다. 읽을 때도 마땅히 치열해야 한다.
2019년 8월 24일 토	준비가 미루기의 또 다른 형태가 되어서는 안 된다. 준비되기 전에 시작하라.
2019년 8월 25일 일	과정에 전념하는 것이 발전을 결정한다.
2019년 8월 26일 월	비교의 칼을 거둬라. 그 칼은 결국 네 심장을 노린다.
2019년 8월 27일 화	삶에서는 감정을 따라야 하는 순간보다 이겨내야 하는 순간이 더 많다.
2019년 8월 28일 수	자기를 믿기 어렵다면 자신에게 좀 더 시간을 주길.
2019년 8월 29일 목	마음이 흔들려도 포기하지 말아야 하는 계절이다.
2019년 8월 30일 금	자신을 태우지 않고 빛나는 별은 없다.
2019년 8월 31일 토	의심하지 마라. 그것 또한 공부의 중요한 능력이다. 할 수 있다는 생각 자체가 실력이다.

2019년 9월 1일 일	끈기는 불가능한 것을 가능하게, 가능한 것을 유망하게, 유망한 것을 확실하게 만든다.
2019년 9월 2일 월	오늘 하고 있는 것이 내가 된다.
2019년 9월 3일 화	만약을 생각하느라 고통받는 것보다 현재에 온전히 몰두해보자.
2019년 9월 4일 수	고비를 만나도 침착하게 반응하면서 읽기를.. 평정심을 잃지 않고 시험 보기를.. 욕심 버리고 최선을.. 항상 응원한다^^
2019년 9월 5일 목	고요히 가다듬어 동요하지 않음이 마음의 근본이다.
2019년 9월 6일 금	비슷한 것 같지만 분명 같지 않은 것이 우리의 매일이다.
2019년 9월 7일 토	지금, 여기를 열심히 살면서 그때를 기다릴 것.
2019년 9월 8일 일	되감기가 없고 일시 정지도 없다. 그러니 괜찮다. 힘든 시간도 하나씩 흘러갈 것이다.
2019년 9월 9일 월	나 자신을 잘 조절할 수 있다면 이미 그 순간, 나는 내 삶에서 이기고 있는 것이다.
2019년 9월 10일 화	빨라지는 시간, 천천히 서두르자.

2019년 9월 11일 수	최고의 승부사는 자신과 싸워서 이기는 자이다.
2019년 9월 12일 목	힘든 이 순간에 친숙해지자. 가까이 두고 익숙해짐으로써 의연하게 견디자.
2019년 9월 13일 금	흔적으로 기쁨으로 풍요로움으로 가을과 함께할 시간이다.
2019년 9월 14일 토	강물은 때론 굽이쳐 흐르지만 결코 바다를 포기하지 않는다.
2019년 9월 15일 일	차가운 새벽 공기가 밤 이불 사이로 속 고개를 내민다. 이제 일어날 시간 ^^
2019년 9월 16일 월	강점은 환경에 따라 달라지지만 강인함은 영구적이다.
2019년 9월 17일 화	정성은 모든 것의 처음이자 마지막이고 정성을 기울이지 않으면 아무것도 이룰 수 없다.
2019년 9월 18일 수	자신감은 성공으로 이끄는 제1의 비결이다. 오늘도 자신을 믿는다!
2019년 9월 19일 목	안을 키우면 밖이 융성해진다. 튼튼한 내면의 근육을 만들어라.
2019년 9월 20일 금	늦었다는 생각이 들 때 그래도 시작하라. 밤에게는 오후도 이른 아침이다.
2019년 9월 21일 토	나의 응원단장은 나다.

2019년 9월 22일 일	인생에 걸돌지 않겠다는 다짐은 눈빛을 살아 있게 한다.
2019년 9월 23일 월	다시 없을 지금, 여기. 다시 없을 내가 있다.
2019년 9월 24일 화	지금 힘들다면 잘하고 있는 것이다.
2019년 9월 25일 수	시험 전날에 하지 않을 일이라면 지금도 하지 말자. 시험 전날이 되어보는 하루.
2019년 9월 26일 목	어제의 나에게 "고마워" 오늘의 나에게 "수고해" 내일의 나에게 "할 수 있어"
2019년 9월 27일 금	자잘한 충동에 일일이 화답하며 기회를 흘려보낸다면 평생을 기다려도 솟구칠 수 없다.
2019년 9월 28일 토	희망의 끝까지 열정의 끝까지 정말의 끝까지 끝까지 가보자.
2019년 9월 29일 일	완벽이란 완벽 그 자체가 아니라 완벽을 향한 열정과 노력이다.
2019년 9월 30일 월	자신감을 가질 충분한 이유가 있다. 지금까지 잘해 왔듯이, 앞으로도 잘해 나갈 것이다.
2019년 10월 1일 화	지혜로운 사람은 사소한 일상을 통해 자신 스스로 주인이 된다.
2019년 10월 2일 수	꽃들이 감동을 주는 이유는 천재지변에 아랑곳하지 않고 자신에게 몰입해 있기 때문이다.

2019년 10월 3일 목	여전할 것인가, 역전할 것인가.
2019년 10월 4일 금	배운 것을 더 확장하되 그 모든 과정에 즐거움이 동행했으면 좋겠다.
2019년 10월 5일 토	무한한 것들은 언제나 우리 마음속에 있다. 마음을 다해 용기를 내보자.
2019년 10월 6일 일	행동은 목적에 따라간다.
2019년 10월 7일 월	하루를 원망하며 사는 것보다 하루를 감사히 받아들이는 것이 나에 대한 최선의 예의이다.
2019년 10월 8일 화	물을 넘치게 하는 것은 마지막 한 방울이다.
2019년 10월 9일 수	지금 겪고 있는 고통과 좌절은 그 언젠가의 승자가 겪었던 과정이다.
2019년 10월 10일 목	했더라면, 혹은 하지 않았더라면. 가정법으로는 어디에도 닿을 수가 없다. 현재를 살자.
2019년 10월 11일 금	삶을 이루는 것 중 상당수는 사실 습관이고, 습관이 행복한 사람이 행복하다.
2019년 10월 12일 토	꾸준한 오늘이 있기에 무한한 내일이 있다.
2019년 10월 13일 일	시간이 흐른다고 미래가 되는 것은 아니다. 미래를 내세워 오늘 할 일을 흐리지 말 것.

2019년 10월 14일 월	자신의 노력을 존중하라. 자존감은 자제력을 낳는다.
2019년 10월 15일 화	바라는 대로 되지 않을까 봐 초조해하지 말기. 바라는 대로 되지 않았다고 실망하지 않기.
2019년 10월 16일 수	끝을 맺기를 처음과 같이 하면 실패가 없다.
2019년 10월 17일 목	근심은 욕심을 많이 부리는 데서 생겨난다. 지금 네 앞의 책에 몰입!
2019년 10월 18일 금	풀리지 않는 문제들 앞에서 결코 인내심을 잃지 마라.
2019년 10월 19일 토	불안이 밀려올 수도 있다. 휩쓸리지만 않았으면 좋겠다. 밀려온 것들은 빠지기 마련이다.
2019년 10월 20일 일	실패란 더 이상 노력하지 않는 상황이다.
2019년 10월 21일 월	마음의 평정은 모든 지식의 으뜸이다.
2019년 10월 22일 화	매사에 일희일비하며 휘둘리지 말자. 달고자 하는 지점에 우직하게 걸어가 보자.
2019년 10월 23일 수	거의 다 한 일은 아직 이루어진 일이 아니다.
2019년 10월 24일 목	멈춰 방황할 시간에 한 발 더 뛰어 지금을 살자.
2019년 10월 25일 금	바람은 나에게만 부는 게 아니다.

2019년 10월 26일 토	흔들리는 건 너의 눈과 활시위를 당기는 손이다. 명중할 수 있을까 의심하는 마음이다.
2019년 10월 27일 일	과녁은 늘 그 자리에 있다.
2019년 10월 28일 월	오늘을 다하고 내일을 기다리자.
2019년 10월 29일 화	신념으로 두려움을 녹여라.
2019년 10월 30일 수	마지막 한 걸음은 혼자서 가야 한다.
2019년 10월 31일 목	해낸다는 확신에게 성공은 답을 준다.
2019년 11월 1일 금	시험 전은 중요한 시기이지만, 흐트러지기 쉽다. 흔들리지 말고 꾸준하게 담대하게~
2019년 11월 2일 토	너희들은 대학보다 훨씬 소중한 존재들이다.
2019년 11월 3일 일	행복의 반대말은 불행이 아니라 불만이다.
2019년 11월 4일 월	가장 오래, 가장 멀리까지 배웅해주는 사람은 바로 부모님이다.
2019년 11월 5일 화	처음의 다짐을 잃지 않는 초심 모든 일에 최선을 다하는 열심 끈기 있게 마무리하는 똥심 그리고 너희에게 보내는 진심

2019년 11월 6일 수	어렵고 급박한 상황일수록 휘둘리지 말고 휘둘러야 한다.
2019년 11월 7일 목	삶은 거울과 같다. 삶에 미소 지으면 삶이 너에게 미소 지을 것이다.
2019년 11월 8일 금	포기하지 말고, 희망을 잃지 말며, 자신을 저버리지 말라.
2019년 11월 9일 토	네가 너이기 때문에 소중한 것이고 아름다운 것이고 사랑스러운 것이고 가득한 것이다.
2019년 11월 10일 일	일찍 피는 사람 늦게 피는 사람 차이는 있어도 자신만의 행복의 꽃은 반드시 핀다.
2019년 11월 11일 월	괜찮다. 다만 뭘 해도 행복하기를 절벽 끝에서라도 스스로에게 상처 주지 말기를
2019년 11월 12일 화	침착은 위기를 이긴다. 가볍게 움직이지 말고 침착하게 태산같이 행동하라.
2019년 11월 13일 수 오전 6:00	오늘은 80분 내내 집중하는 훈련을 해보자. 중간에 흔들리지 말고 호기심은 집중력의 원천^^ 항상 응원해.

2019년 11월 13일 수 오후 2:00	잊지 않았지? 오늘 10시까지 공부하는 거. 괜찮아. 차분하게~
2019년 11월 14일 목 오전 6:00	감사하는 마음으로 너의 12를 믿어라. 침착하게 잘 반응하길. 년 잘 해낼 거야^^
2019년 11월 14일 목 오후 9:00	추운데 수능 보느라 많이 고생했다. 앞으로 너희들의 삶에 행복만이 가득하길~ 일일이 답장 못해 미안해. 고마웠고 괜찮다.
2019년 12월 31일 화	2019년의 마지막은 샘과 함께하는 새로운 시작. 6시다. 일어나라~ - 김동욱 -
2020년 1월 1일 수	극복할 수 있는 힘은 나에게서 시작된다. 언제나.
2020년 1월 2일 목	첫 걸음의 보폭이 반드시 클 필요는 없다. 일단 해보자.
2020년 1월 3일 금	새로운 내일은 오늘 아침 시작된다.
2020년 1월 4일 토	1.01의 365승은 37.8 0.99의 365승은 0.26 하나만 더.
2020년 1월 5일 일	완벽하게 하려 하지 말고, 하면서 완벽해지자.
2020년 1월 6일 월	습관은 복리로 작용한다.
2020년 1월 7일 화	뛰어가지는 말고 늦지 않도록 그리고 마지막까지!

2020년 1월 8일 수	미래를 바꾸는 열쇠는 현재다.
2020년 1월 9일 목	꿈은 삼키는 것이 아니라 강한 자신감으로 뱉어내는 것이다.
2020년 1월 10일 금	준비는 최고의 예방책과 해결책이다.
2020년 1월 11일 토	좋은 습관으로 향하는 마찰력은 줄이고 나쁜 습관으로 향하는 마찰력은 높여라.
2020년 1월 12일 일	아는 것이 힘이다. 하는 것이 힘이다.
2020년 1월 13일 월	놓친 시간은 돌아오지 않지만 놓칠 시간은 다가오고 있다.
2020년 1월 14일 화	연습은 익숙함을 선사한다. 익숙함은 자신감을 불러일으킨다.
2020년 1월 15일 수	시간의 아침은 오늘을 밝히고 마음의 아침은 내일을 밝힌다.
2020년 1월 16일 목	마음가짐은 세상을 보는 렌즈이다. 감사 렌즈로 삶의 초점을 바꾸자.
2020년 1월 17일 금	버려지는 노력은 없다.

2020년 1월 18일 토	더욱 큰 절실함, 더욱더 많은 경험, 더욱더 깊은 공부 내 삶에 변곡점이 된다.
2020년 1월 19일 일	책임져야 할 시간은 그때 그 일이 아니라 지금 이 순간이다.
2020년 1월 20일 월	게으른 자에게 세상에서 가장 먼 여정은 머리에서 손까지이다.
2020년 1월 21일 화	오늘 하루 긍정적인 사고로 태엽을 감아보자.
2020년 1월 22일 수	산 정상은 하늘에 닿는다. 이 정상에 이르는 길의 이름은 끈기이다.
2020년 1월 23일 목	주어진 환경과 자극을 선택할 수는 없어도 환경과 자극에 대한 반응은 선택할 수 있다.
2020년 1월 24일 금	아침에는 운명 같은 건 없다. 있는 건 오로지 새날.
2020년 1월 25일 토	극복할 수 있는 힘은 나에게서 시작된다, 언제나.
2020년 1월 26일 일	기상 후 시선을 책상으로 옮겨보자. 10분만 공부할 각오로 일단 책상 앞에 앉아라.
2020년 1월 27일 월	오늘 하루는 내 작은 인생이다.

2020년 1월 28일 화	미래의 나는 분명 오늘을 그리워한다.
2020년 1월 29일 수	비범함은 평범한 일상에서 축적된다.
2020년 1월 30일 목	더 좋은 나를 위해 은 낱을 위해
2020년 1월 31일 금	나중에 알찬 열매만 맺을 수 있다면 지금 당장 꽃이 아니라고 슬퍼할 이유는 없지 않은가.
2020년 2월 1일 토	지혜로운 사람은 파도 너머 멀고 깊은 바다를 응시하며 작은 일에 일희일비하지 않는다.
2020년 2월 2일 일	스마트폰을 옆에 두고 하는 집중은 없다.
2020년 2월 3일 월	힘한 언덕을 오르기 위해서는 먼저 천천히 걷는 것이 필요하다.
2020년 2월 4일 화	내일의 한계선은 오늘의 노력에 의해 새로이 그려질 것이다.
2020년 2월 5일 수	내일을 위한 최선의 준비는 오늘의 일을 가장 훌륭하게 하는 것이다.
2020년 2월 6일 목	우리는 모두 똑같이 일주일마다 168시간을 받는다.
2020년 2월 7일 금	목표를 낮추지 말고 노력을 높여라. 오늘도 파이팅!
2020년 2월 8일 토	모든 벽은 문이다.

2020년 2월 9일 일	충실하게 보낸 하루가 행복한 잠을 가져다 준다.
2020년 2월 10일 월	완벽한 지도를 가져야 길을 떠날 수 있는 것은 아니다.
2020년 2월 11일 화	매미는 7년 동안 땅속에서 버티고, 모죽은 5년 동안 뿌리만 자란다. 조바심 금지!
2020년 2월 12일 수	습관은 나무껍질에 글자를 새긴 것과 같아, 그 나무가 커감에 따라 글자도 커진다.
2020년 2월 13일 목	노력을 중단하면 습관을 잃는다.
2020년 2월 14일 금	비관은 기분에 취하고 낙관은 의지다.
2020년 2월 15일 토	생각하지 않고 읽는 것은 씹지 않고 먹는 것과 같다.
2020년 2월 16일 일	재미는 결과나 미래에 있지 않다. 오직 넘어지고 일어서기를 반복하는 과정, 즉 현재에 있다.
2020년 2월 17일 월	어렵게 공부하면 잊기가 어렵다.
2020년 2월 18일 화	모든 우거진 나무의 시작은 기다림을 포기하지 않은 씨앗이다.
2020년 2월 19일 수	행복의 다른 이름은 고마움. 내가 이미 가지고 있는 것의 거함을 아는 마음.

2020년 2월 20일 목	완벽한 목표보다 가벼운 습관이 더 강력하다.
2020년 2월 21일 금	어제의 나에게 "고마워" 오늘의 나에게 "수고해" 내일의 나에게 "할 수 있어"
2020년 2월 22일 토	멀리 있는 미래에 대한 짝사랑 대신 오늘을 뜨겁게 안아보자.
2020년 2월 23일 일	현재는 미래의 가능성이고 미래는 과거의 초심이다.
2020년 2월 24일 월	아침의 시간은 흐름이 느리다. 아침 1시간은 밤 1시간 30분~2시간에 필적한다.
2020년 2월 25일 화	매일 10km를 달려두지 않은 사람은 경기 당일 플코스를 달릴 수 없다.
2020년 2월 26일 수	오늘을 신뢰해야 내일을 잡는다.
2020년 2월 27일 목	일찍 시동을 걸수록 몸도 마음도 가볍다.
2020년 2월 28일 금	그냥 해라. 물 마시듯 밥 먹듯. 공부는 일상이 돼야 한다. 파이팅!
2020년 2월 29일 토	마음이 바뀌면 모든 것이 바뀐다.
2020년 3월 1일 일	인생은 필사본이 아니라 스스로 써 나가는 책이다.

2020년 3월 2일 월	절제는 과정(현재)에 집중하도록 만든다.
2020년 3월 3일 화	지금 밝아오는 이 아침은 이 세상 최초의 아침이다.
2020년 3월 4일 수	(없음)
2020년 3월 5일 목	물음표를 던지면 느낌표를 얻는다.
2020년 3월 6일 금	만선을 꿈꾼다면 그물부터 촘촘히.
2020년 3월 7일 토	사소한 것에서 감사할 줄 아는 노력이 자신을 더 좋은 사람으로 만든다.
2020년 3월 8일 일	오늘 한 시간이 내일 두 시간보다 가치 있다.
2020년 3월 9일 월	배움은 능력의 문제가 아니라 의지의 문제다.
2020년 3월 10일 화	멈춰 방황할 시간에 한 발 더 뛰어 지금을 살자.
2020년 3월 11일 수	하고 싶은 것을 하지 못하면 할 수 있는 것만 찾게 되고 나중엔 마지못해서 해야 한다.
2020년 3월 12일 목	비슷한 것 같지만 분명 같지 않은 것이 우리의 매일이다.
2020년 3월 13일 금	변함없이 노력해야 변화가 일어난다.
2020년 3월 14일 토	자신을 한순간에 소진해버리는 공부가 아닌 지속 가능한 공부의 길로 들어가 보자.

2020년 3월 15일 일	첫 번째 한 시간은 하루의 방향키다.
2020년 3월 16일 월	지루한 반복이 위대한 반전을 일으킨다.
2020년 3월 17일 화	어제 맨 끈은 느슨해지기 쉽고, 풀어지기 쉽다. 나날이 거듭 여며야 변하지 않는다.
2020년 3월 18일 수	별에 시선을 고정한 사람은 마음을 바꾸지 않는다.
2020년 3월 19일 목	운전대를 잡아라. 조수석에서 할 수 있는 것은 불평뿐이다.
2020년 3월 20일 금	흔적이 축적되면 기적을 낳는다.
2020년 3월 21일 토	진짜 봄은 봄비 뒤에 온다.
2020년 3월 22일 일	깊이 파지 않으면 결코 피지 않는다.
2020년 3월 23일 월	정말 걱정해야 할 것은 걱정만 하는 자신의 모습이다.
2020년 3월 24일 화	미래의 나로 살면 현실의 내가 따라온다.
2020년 3월 25일 수	위 기를 기 회로
2020년 3월 26일 목	습관의 본질은 나를 믿는 마음, 곧 신념이다.
2020년 3월 27일 금	인생이란 결국 날마다 일어나는 작고 사소한 일들로 채워지고 끝나는 것. 작은 것들이 중요하다.
2020년 3월 28일 토	네 꿈에 찬물을 끼얹는 것은 다른 사람의 자유고, 그 꿈을 끝까지 고수하는 것은 너의 자유다.

2020년 3월 29일 일	방법은 실행 속에 있다.
2020년 3월 30일 월	매일 아침 정확한 시간에 일어나는 사람은 하루의 시간이 여유롭다.
2020년 3월 31일 화	춤춤 준비하면 설렘이 두려움을 압도하게 된다.
2020년 4월 1일 수	가르치는 것은 희망을 말하는 것, 배우는 것은 성실을 가슴에 새기는 것.
2020년 4월 2일 목	웃음은 마음의 조깅^^ 씩 한 번 웃어봐. 오늘도 행복한 하루!
2020년 4월 3일 금	질문을 멈추는 순간, 지문은 지루해진다. 항상 호기심을!
2020년 4월 4일 토	좋은 꿈 꾸었어? 이제 더 좋은 꿈을 향해 달려가자.
2020년 4월 5일 일	삶에서 가장 중요한 관계는 나 자신과의 관계이다.
2020년 4월 6일 월	일어나기 싫다고 잠에 취해있으면 월 화수목금토일 수험생활 장장수하게 될 것이니
2020년 4월 7일 화	환기를 하면 집안 공기가 좋아지듯 행복을 위해 마음의 환기도 필요하다.
2020년 4월 8일 수	운동은 하루를 짧게 하지만 인생을 길게 해 준다.
2020년 4월 9일 목	태양 빛을 맞이하려면 어둠 속 불빛에 매혹되지 말아라. -핸드폰 불빛

2020년 4월 10일 금	진득하게 오래 끓이지 않고, 제대로 된 육수를 얻을 수 없다. 절대적 시간은 중요하다.
2020년 4월 11일 토	알람을 맞추던 어제의 그 용기, 자신감은 어디 갔니. 그건 단지 욕심이었니
2020년 4월 12일 일	아직 아무도 늦지 않았다.
2020년 4월 13일 월	지금 일어나면 하루가 상패할 거다.
2020년 4월 14일 화	'졸리지만 일찍 일어나서 공부할까?' '이번 한 번만 좀 더 잘까?'
2020년 4월 15일 수	E와 F의 차이는 선 하나. Excellent와 Failure 차이는 선 하나. 그것은 최선.
2020년 4월 16일 목	간절하게 바라는 것이 있다면 일단 흘러가는 이 시간부터 값지게 쓰는 것이 우선이다.
2020년 4월 17일 금	화난 마음 가라앉기도 전에 속상한 너의 마음을 더 신경 쓴 사람. 너의 부모님이다.
2020년 4월 18일 토	너에게 이 문자는 "몇 시간 전" 문자니? 조금전이라면 아주 칭찬해.
2020년 4월 19일 일	달을 향해 쏘라. 빛나가더라도 별들 사이에 내려앉게 될 것이다.
2020년 4월 20일 월	무한한 것들은 언제나 우리 마음 속에 있다. 마음을 다해 용기를 내보자.
2020년 4월 21일 화	나와의 타협에 익숙해지면 기본은 흐트러진다.
2020년 4월 22일 수	이걸 읽고 다시 눈을 감는 친구들은 없겠지. 눈떠라, 아침이다.

2020년 4월 23일 목	가장 빛나는 별을 보기 위해선 가장 깊은 어둠 속으로 걸어가야 한다
2020년 4월 24일 금	어제는 다 탄 재이고, 내일은 나무이다. 오직 오늘만이 밝게 타오르는 불이다.
2020년 4월 25일 토	세상에서 제일 무겁고 제일 말 안 듣는 게 나다. 나를 들어 올리면, 우주를 들어 올린다.
2020년 4월 26일 일	다리야, 발을 내디디고 일어나라 손아, 책을 펴거라 눈아, 글자를 보아라 일어나라 육체여
2020년 4월 27일 월	터널이 많을수록 목적지에 더 빨리 도착한다.
2020년 4월 28일 화	안 될 사람은 안 될 핑계를 만들고, 될 사 람은 될 이유를 만든다.
2020년 4월 29일 수	자갈한 충동에 일일이 화답하며 기회를 흘려보낸다면 평생을 기다려도 솟구칠 수 없다.
2020년 4월 30일 목	시간여행을 할 수 있는 유일한 방법은 과거로 돌아간 사람처럼 현재를 사는 것이다.
2020년 5월 1일 금	실행해야(do) 문(door)이 열린다. 미뤄온 다짐들이 이뤄지는 오늘이길.
2020년 5월 2일 토	지금 올린 문자 알림음은 일어나라고 올린 거지, 끄고 다시 자라고 올린 게 아냐. 알면서.

2020년 5월 3일 일	지름길로만 정상에 오르면 지도 밖의 새로운 길은 도전하지 못한다.
2020년 5월 4일 월	다음 중 ㅋ을 찾으시오 ㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱ ㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱㄱ 어때 잠이 좀 깨는가?
2020년 5월 5일 화	마음을 다한 노력의 끝에, 마음을 닳은 꿈을 만나기를.
2020년 5월 6일 수	지문에 반응하듯 알람 소리에도 반응하자. 호기심의 스위치를 켜듯 전등 스위치도 켜자. 그렇게 하자. 제발^^
2020년 5월 7일 목	습관은 삶을 떠받치는 힘이다.
2020년 5월 8일 금	부모님만이 지닐 수 있는 마음이 있다. 누가 그런 말을 해줄까. 누가 그런 마음을 줄까.
2020년 5월 9일 토	방향을 잃었다면 시작한 그곳을 보자. 시작한 그곳에 절실한 내가 있을 테니.
2020년 5월 10일 일	목적지에 닿는 유일한 방법은 왼발 앞에 오른발 오른발 앞에 왼발을 두는 일!
2020년 5월 11일 월	천천히 깊게 생각하면 해결하지 못할 문제는 없다. 오늘도 차분한 하루.
2020년 5월 12일 화	잘못된 길은 없다. 멈춰 있지만 않으면 된다. 방향은 둘째 문제이다.

2020년 5월 13일 수	시간이 흐른다고 미래가 되는 것은 아니다. 미래를 내세워 오늘 할 일을 흐리지 말 것.
2020년 5월 14일 목	날마다 같은 시간에 같은 행동을 흔들림 없이 하면 마음이 안정되고 불안감이 사라진다.
2020년 5월 15일 금	햇빛은 한 초점에 모일 때만 불꽃을 내는 법이다.
2020년 5월 16일 토	간절함. 꿈에 닿기 위한 최소한의 준비물.
2020년 5월 17일 일	가다 보면 길이 나오고 걷다 보면 끝은 나온다. 흔들리지 마라.
2020년 5월 18일 월	노력이 0이면 아무리 행운을 곱해도 결과는 0이다
2020년 5월 19일 화	후회는 내가 했던 행동보다 하지 않았던 행동을 향한 미련이다.
2020년 5월 20일 수	출발하게 만드는 힘이 동기라면 계속 나아가게 만드는 힘은 습관이다.
2020년 5월 21일 목	어떤 자세와 태도가 되풀이되면 그것이 곧 그 사람의 정체성이 된다.
2020년 5월 22일 금	감사하는 마음은 행복의 도화선이다.

2020년 5월 23일 토	어머니가 나무라는 것은 너의 게으름이지 게으른 너가 아니다.
2020년 5월 24일 일	그저 늘 현재형으로 어제 한 것만큼 오늘도 빠뜨리지 말고 조금씩 단련하기.
2020년 5월 25일 월	모든 시간들을 꺼안고 있으면 정작 오늘을 잃어버린다.
2020년 5월 26일 화	구부러진 길이라도 똑바로 걷는 사람이 끝까지 간다.
2020년 5월 27일 수	열정은 신이 인간에게 달아 준 보이지 않는 날개이다. 열정적인 하루가 되길!
2020년 5월 28일 목	오늘은 언제나 지상에서의 내 나머지 인생을 시작하는 첫날이다.
2020년 5월 29일 금	핑계를 대는 것은 회피하는 것이다. 세상과 자기 자신에게 지지 않는 삶을 살아야 한다.
2020년 5월 30일 토	눈으로 보면 껍데기가 보이지만, 마음으로 읽으면 본질이 보인다.
2020년 5월 31일 일	일단 움직여 습관으로 만들자. 습관이 되면 자연스럽게 움직여진다.

2020년 6월 1일 월	누구나 시작에는 쓰러짐이 없지만, 끝마치는 것은 드물다.
2020년 6월 2일 화	인생에서 가장 긴 시간 동안 나를 믿어주는 사람은 다름 아닌 자기 자신이다.
2020년 6월 3일 수	단련하면 언젠가 폭발시킬 수 있다.
2020년 6월 4일 목	두려움 너머에 내가 원하는 것이 있다.
2020년 6월 5일 금	출발점, 목적지 그리고 그 과정인 한 걸음 한 걸음이 여정을 만든다.
2020년 6월 6일 토	설레는 삶, 마음 뛰는 오늘을 만나자 ^^
2020년 6월 7일 일	감사는 표현할수록 나무처럼 자연스럽게 싱싱한 생명력과 에너지가 사방으로 퍼져나간다.
2020년 6월 8일 월	하루하루 살아가는 삶이 아닌, 꿈을 하나하나 이루며 살아가는 삶으로.
2020년 6월 9일 화	실패가 성공의 어머니라면, 호기심은 성공의 외할머니. 모든 것은 호기심으로부터~
2020년 6월 10일 수	여러 가지 시작 중 가장 중요한 시작은 하루의 시작이다.
2020년 6월 11일 목	앞으로의 길을 내다볼 때 필요한 것은 걱정이 아닌 판단이다.

2020년 6월 12일 금	즐길 것인가? 견딜 것인가? 오늘도 즐기길 바란다. 파이팅!
2020년 6월 13일 토	길을 알려주는 사람은 많아도, 그 길을 걸 어야 하는 것은 너 자신이다.
2020년 6월 14일 일	일상의 지루함을 견뎌낼 수 있는 사람이 결 실을 맺는다.
2020년 6월 15일 월	이루기 위해서 미루지 말아라.
2020년 6월 16일 화	실패엔 다음이 있다. 포기엔 다음이 없다.
2020년 6월 17일 수	먼 미래에 대한 준비는 오늘 하루의 실천이다.
2020년 6월 18일 목	모든 한계는, 오늘, 지금 이 순간의 한계다.
2020년 6월 19일 금	물방울이 바위를 뚫는 것은 그 힘이 아니라 꾸준함 때문이다.
2020년 6월 20일 토	육신이 지쳐갈 때, 마음의 눈은 예리해진다.
2020년 6월 21일 일	뜨거운 열정보다 중요한 것은 지속적인 열 정이다.
2020년 6월 22일 월	인생은 곱셈이다. 어떠한 찬스가 오더라도 내가 제로라면 의미가 없다.
2020년 6월 23일 화	상상하는 그 이상의 힘을 쏟아라. 그래야 비로소 잠재력이 발휘되기 시작한다.
2020년 6월 24일 수	비전은 원대하게. 목표는 명료하게. 계획은 치밀하게. 시작은 재빠르게. 과정은 꼼꼼하게.
2020년 6월 25일 목	힘들 땀 잠시 네가 걸어온 길을 뒤돌아 봐라. 그 얼마나 보람 있었던가.
2020년 6월 26일 금	평온한 바다는 결코 유능한 뱃사람을 만들 수 없다.
2020년 6월 27일 토	시간이 없었음을 탓하지 말자. 변명이 있었음을 탓하자.
2020년 6월 28일 일	시간이 없었음을 탓하지 말자. 변명이 있었음을 탓하자.
2020년 6월 29일 월	열정은 뜨거움이 아니라 인내심. 오늘도 꾸준히.
2020년 6월 30일 화	체력이 떨어지고 힘든 시기다. 조급해 말고, 긍정적인 맘으로 한 발씩만 앞으로 내딛기!

2020년 7월 1일 수	마음이 과거에 있으면 후회하고 미래에 있으면 불안하다. 지금, 현재를 살자.
2020년 7월 2일 목	이겨낼 수 없을 것 같은 순간도 시간이 지나고 보면 별일 아니다. 오늘도 이겨내 보자.
2020년 7월 3일 금	빛나지 않는 별은 없다. 다만 빛나는 때가 조금씩 다를 뿐이다.
2020년 7월 4일 토	도전하고 부딪쳐라 아프지 않고 원하는 것을 얻을 수는 없다.
2020년 7월 5일 일	양궁선수들은 과녁보다 자기 몸에 집중한다. 힘든 순간일수록 우리 자신에 집중해야 한다.
2020년 7월 6일 월	우직함이야말로 꿈꾸는 곳에 이르는 가장 빠른 길이다.
2020년 7월 7일 화	행복은 땀이고 행운은 덤이다.
2020년 7월 8일 수	한계라고 생각이 들면 한 개만 더.
2020년 7월 9일 목	인생에서 가장 슬픈 세 가지. 할 수도 있었는데, 해야 했는데, 해야만 했는데.
2020년 7월 10일 금	행복은 삶에 대한 통제력에 비례한다.
2020년 7월 11일 토	꿈에 눈이 멀어라. 시시한 현실따위 보이지 않게.
2020년 7월 12일 일	높은 벽은 그것을 넘었을 때 우리를 지키는 담장이 된다.
2020년 7월 13일 월	진정한 용기는 두려움을 느끼지 않는게 아니라 두려워도 계속 시도하는 것이다.
2020년 7월 14일 화	낭비한 시간에 대한 후회는 더 큰 시간낭비다.
2020년 7월 15일 수	변명은 성장을 가로막는다. 변명하지 않는 하루. 변명할 것이 없는 하루 만들기.
2020년 7월 16일 목	승자와 패자의 차이는, 승자는 패자들이 하기 싫어하는 일을 꾸준히 한다는 점이다.
2020년 7월 17일 금	실전을 연습처럼 할 수 있는 여유는 열심히 준비한 자만이 누릴 수 있다.
2020년 7월 18일 토	힘들지만 견뎌 보는 것. 하루를 견디고 나면 다음 날도 그 만큼은 견딜 수 있게 되는 것.
2020년 7월 19일 일	스스로를 믿어라. 자신감을 상실한 채로 계속 노력할 수 있는 사람은 없다.

2020년 7월 20일 월	최대정지마찰력은 운동마찰력보다 크다. 멈추면 다시 시작할 때 더 많은 노력이 필요하다.
2020년 7월 21일 화	여유는 할 일을 하면서 충분히 쉬는 것이고, 게으름은 할 일도 안 하면서 쉬지도 못하는 것이다.
2020년 7월 22일 수	기다리지만 하는 사람들에게는 노력하는 사람들이 버린 일만 떨어진다.
2020년 7월 23일 목	엄청난 노력이 작은 차이를 만든다. 그 작은 차이는 엄청난 결과를 만든다.
2020년 7월 24일 금	그래서 못 한 것은 남지 않고 그럼에도 불구하고 한 것만이 남는다.
2020년 7월 25일 토	이상과 망상의 가장 큰 차이는 바로 행동이다.
2020년 7월 26일 일	수천 명의 적과 싸워 이긴 사람보다 자기 자신과 싸워 이긴 사람이 진정한 승리자다.
2020년 7월 27일 월	새벽이 찾아오지 않는 밤은 없다. 인내와 희망을 가져라.
2020년 7월 28일 화	스스로를 제어하지 못하는 사람은 진정한 자유를 얻을 자격이 없다.
2020년 7월 29일 수	게으름은 짧게 보면 편하지만 길게 보면 고통스럽다.
2020년 7월 30일 목	백 번의 다짐보다 한 번의 실천이 꿈을 이루게 한다.
2020년 7월 31일 금	실천은 핑계를 없애는 것에서부터 시작된다.
2020년 8월 1일 토	준비에 실패하는 것은 실패를 준비하는 것이다.
2020년 8월 2일 일	꿈은 도망치지 않는다. 도망가는 것은 항상 자신이다.
2020년 8월 3일 월	만족감과 함께 잠자리에 들고 싶다면 매일 아침 투지와 함께 일어나야 한다.
2020년 8월 4일 화	아침마다 나를 설득해서 책상까지 가게 할 수는 없다. 반사적으로 책상 앞에 앉아야 한다.
2020년 8월 5일 수	내일의 약속보다는 오늘의 노력이 중요하다.
2020년 8월 6일 목	성공은 매일 부단하게 반복된 작은 노력의 합이다.
2020년 8월 7일 금	반복되는 하루는 단 한번도 없다. '단 한번' 뿐인 시간의 합은 거짓말하지 않는다.
2020년 8월 8일 토	당신이 잠자리에서 일어나든 안 일어나든, 하루는 시작된다.
2020년 8월 9일 일	위대한 변화의 시작은 조그만 성실에서 시작된다.
2020년 8월 10일 월	성공의 정의는 '끝까지 해내는 것'이다.
2020년 8월 11일 화	노력은 어떻게든 흔적을 남기는 법이다.

2020년 8월 12일 수	본능적인 충동에 저항할 때, 우리는 발전할 수 있다.
2020년 8월 13일 목	순간적으로 타오르는 열정보다 중요한 것은 시간이 흘러도 한결같이 진득한 열정이다.
2020년 8월 14일 금	같은 24시간이지만 누군가는 24일처럼 보내고, 누군가는 24분처럼 보낸다.
2020년 8월 15일 토	불편함은 성장의 신호. 너에게는 불편함을 이기는 강인함이 있다. 오늘도 파이팅!
2020년 8월 16일 일	현명한 사람은 내일이라는 공수표를 믿지 않는다. 일도 열공!
2020년 8월 17일 월	노력이란 나태를 1분 더 참는 것이다.
2020년 8월 18일 화	안정은 움직임 속에 있다. 팽이는 계속 도는 한 쓰러지지 않는다.
2020년 8월 19일 수	힘든 싸움에서 승리하려면 자신을 굳게 믿어야 한다.
2020년 8월 20일 목	역경 속에서도 의욕을 잃지 말자. 최선의 결과는 곤경 속에서 나오는 경우가 많다.
2020년 8월 21일 금	남들이라는 허상 대신 나 자신에게 인정받는 사람이 되자.
2020년 8월 22일 토	해야 할 일을 작은 것들로 나누면 특별히 어려운 일은 아무것도 없다.
2020년 8월 23일 일	오늘은 힘들고 그 내일은 더 힘들 것이다. 행복은 그 너머에 있다.
2020년 8월 24일 월	일단 일어나라. 기회는 매일 아침 당신이 잠든 사이에 찾아온다.
2020년 8월 25일 화	지금 적극적으로 실행하는 괜찮은 계획이 다음 주에 실행할 완벽한 계획보다 낫다.
2020년 8월 26일 수	자신이 할 수 있다고 생각하는 것보다 매일 조금씩 더 하라.
2020년 8월 27일 목	마음이 잘 길들여진 사람은 어려운 상황에서도 자기 자신을 놓치지 않는다.
2020년 8월 28일 금	나태함을 슬럼프로 착각하지 마라. 그건 게으름에 대한 자기 합리화다.
2020년 8월 29일 토	공부할 시간이 없다고 말하는 사람은, 시간이 있어도 공부하지 못한다.
2020년 8월 30일 일	성공은 당신이 넘어지는 것보다 단지 한 번 더 일어나는 것으로 이루어진다.
2020년 8월 31일 월	큰일이라 생각들수록 아무렇지 않게 그냥 하는거다.
2020년 9월 1일 화	오늘 컨디션이 50%라면 50% 쉬는 것이 아니라 100%를 만들기 위해 50% 더 노력하자.
2020년 9월 2일 수	긍정적인 정서는 그 자체가 능력이다. 할 수 있다고 믿는 순간 능력이 올라간다.

2020년 9월 3일 목	큰 꿈을 갖는다는 것은 사소한 노력을 지루하게 반복하겠다는 다짐을 하는 것과 같다.
2020년 9월 4일 금	힘들다고 포기하면 그 너머의 풍경은 볼 기회조차 사라진다.
2020년 9월 5일 토	소인배는 불운에 길들여지고 놀린다. 그러나 위대한 사람들은 불운 위로 올라선다.
2020년 9월 6일 일	기억해라, 시간은 짜내는 것이다.
2020년 9월 7일 월	지금보다 더 절실한 나중은 없다.
2020년 9월 8일 화	편안함을 쫓으면 괴로워지고, 꿈을 쫓으면 즐거워진다.
2020년 9월 9일 수	끈기가 있어야 운도 따른다.
2020년 9월 10일 목	힘든 일이 습관이 되면 습관은 그 힘든 일을 쉽게 만든다.
2020년 9월 11일 금	생각한 것은 생각만 한 것. 말한 것은 말만 한 것. 행동으로 옮긴 것만이 내가 한 일이다.
2020년 9월 12일 토	사소하고 꾸준한 것들이 인생을 바꾼다.
2020년 9월 13일 일	중요한 것은 계획 자체가 아니다. 발을 가는 소처럼 실천하는 것이다.
2020년 9월 14일 월	지금 필요한 건 걱정이 아니라 실행이다.
2020년 9월 15일 화	너의 약점을 단련하라, 너의 강점이 될 때까지.
2020년 9월 16일 수	너무 욕심내지 말고 차분하게 지문에 반응하며 최선 다했으면 좋겠다. 호기심으로 집중! 응원할게. 파이팅이다. 제자들아~
2020년 9월 17일 목	사자는 한번 정한 목표물을 바꾸지 않는다. 선택과 집중이 그를 사자이게 한다.
2020년 9월 18일 금	화려한 양탄자는 단조로운 바느질로 만들어진다.
2020년 9월 19일 토	탈출구가 아니라 돌파구를 찾아라.
2020년 9월 20일 일	당당함은 스스로에 대한 엄격함에서 나온다.
2020년 9월 21일 월	내가 꿈을 이루면 나는 누군가의 꿈이 된다.
2020년 9월 22일 화	조금 숨차도 한 걸음 한 걸음 그 소중함을 기억한다면 곧 비상할 것이다.
2020년 9월 23일 수	자신을 절제하는 힘을 가진 사람이 가장 강한 사람이다.
2020년 9월 24일 목	원칙을 가지고 인내하라.

2020년 9월 25일 금	양이 쌓이면 질적인 변화가 일어난다.
2020년 9월 26일 토	노력을 이기는 재능은 없고 노력을 외면하는 결과도 없다.
2020년 9월 27일 일	부러진 뼈는 붙으면서 더욱 강해진다.
2020년 9월 28일 월	이 순간을 넘어야 다음 문이 열린다. 그래야 내가 원하는 세상으로 갈 수 있다.
2020년 9월 29일 화	꿈과 성취의 유일한 차이는 노력이다.
2020년 9월 30일 수	최고의 승부사는 자신과 싸워서 이겨야 한다.
2020년 10월 1일 목	사소한 것도 계속 쌓이다보면 묵직해진다.
2020년 10월 2일 금	미래란 예측하는 것이 아니라 만들어 내는 것이다.
2020년 10월 3일 토	아침의 긍정적인 작은 생각 하나가 너의 하루 전체를 바꿀 것이다.
2020년 10월 4일 일	나 자신을 잘 조절할 수 있다면 이미 그 순간, 나는 내 삶에서 이기고 있는 것이다.
2020년 10월 5일 월	행동의 가치는 그 행동을 끝까지 이루는 데 있다.
2020년 10월 6일 화	눈의 색깔은 바꿀 수는 없지만 눈빛은 바꿀 수 있다.
2020년 10월 7일 수	기적을 일으키는 것은 신이 아니라 자신의 의지다.
2020년 10월 8일 목	나를 가로막는 건 항상 나 자신이다.
2020년 10월 9일 금	어제와 똑같은 오늘을 살면서 색다른 내일 을 기대하는 것은 어리석다.
2020년 10월 10일 토	오늘의 계획은 인생의 마지노선처럼 지켜라.
2020년 10월 11일 일	수동적인 노력은 고생이고 능동적인 노력은 훈련이다.
2020년 10월 12일 월	기대지도 기대하지도 말자. 결국, 마지막까지 의지할 수 있는 건 나 자신이다.
2020년 10월 13일 화	아침의 작은 성취가 온종일 자신감을 준다.
2020년 10월 14일 수	삶에서 이루고 싶은 것이 있다면 묵묵히 칼을 가는 시간이 있어야한다.
2020년 10월 15일 목	건전한 열등감이란 타인과 비교해서 생기는 것이 아니라 이상적인 나와 비교해서 생기는 것이다.
2020년 10월 16일 금	결심했던 때의 아름다운 나를 기억하자.
2020년 10월 17일 토	게으름은 부지런히 당신을 갇아 먹는다.
2020년 10월 18일 일	새벽녘의 계획이 하루 일을 결정한다.
2020년 10월 19일 월	누구도 자신의 한계에 가보지 못했다.

2020년 10월 20일 화	스스로를 믿어라. 자신감을 상실한 채로 계속 노력할 수 있는 사람은 없다.
2020년 10월 21일 수	슬럼프라는 문은 초심이라는 열쇠를 넣으면 부드럽게 열린다.
2020년 10월 22일 목	실패한 자가 패배하는 것이 아니라 포기한 자가 패배하는 것이다.
2020년 10월 23일 금	승자는 눈을 밝아 길을 만들지만, 패자는 눈이 녹기를 기다린다.
2020년 10월 24일 토	기적은 노력의 다른 이름이다.
2020년 10월 25일 일	생각대로 살지 않으면, 사는대로 생각하게 된다.
2020년 10월 26일 월	배움에 고파하라. 그럼 언제든지 굶주리지 않을 것이다.
2020년 10월 27일 화	게으름은 즐겁지만 괴로운 상태다.
2020년 10월 28일 수	성공과 실패는 불가피하게 만나는 좌절과 시련에 어떻게 대응하느냐에 달려있다.
2020년 10월 29일 목	큰 뜻을 가진 사람은 작은 굴곡은 견딘다. 견딜 수 있어야 한다.
2020년 10월 30일 금	당신이 붙잡을 수 있는 시간은 오늘 뿐이 다.
2020년 10월 31일 토	가야할 때 가지 않으면, 가려 할 때는 갈 수가 없다.
2020년 11월 1일 일	글렀다고 생각될 때 그만두면 다음 번에도 이길 수 없다.
2020년 11월 2일 월	어제를 넘어선 오늘을 살자.
2020년 11월 3일 화	생각하지 않고 읽는 것은 씹지 않고 먹는 것과 같다.
2020년 11월 4일 수	행동에는 말로는 다할 수 없는 위대한 파급 력이 있다.
2020년 11월 5일 목	물을 넘치게 하는 것은 마지막 한 방울이 다.
2020년 11월 6일 금	많은 사람이 재능의 부족보다 결심의 부족 으로 실패한다.
2020년 11월 7일 토	많은 인생의 실패자들은 포기할 때 자신이 얼마나 성공에 가까이 있었는지 모른다.
2020년 11월 8일 일	고요한 뒤에야 안정이 있고, 안정된 뒤에야 생각할 수 있고, 깊이 사색한 뒤에야 얻을 수 있다.
2020년 11월 9일 월	포기하지 말고, 희망을 잃지 말며, 자신을 저버리지 말라.
2020년 11월 10일 화	어렵고 급박한 상황일수록 휘둘리지 말고 휘둘러야 한다.

2020년 11월 11일 수	해낸다는 확신에게 성공은 답을 준다.
2020년 11월 12일 목	생각하는 쪽으로 삶은 스며든다.
2020년 11월 13일 금	오늘을 다하고 내일을 기다리자.
2020년 11월 14일 토	시험 전은 중요한 시기이지만, 흐트러지기 쉽다. 흔들리지 말고 꾸준하게 담대하게!
2020년 11월 15일 일	실패란 더 이상 노력하지 않는 상황이다.
2020년 11월 16일 월	불안이 밀려올 수도 있다. 힘쓸리지만 앉았으면 좋겠다. 밀려온 것들은 빠지기 마련이다.
2020년 11월 17일 화	풀리지 않는 문제들 앞에서 결코 인내심을 잃지 마라.
2020년 11월 18일 수	방황하는 사이에 지치는 것뿐이다. 지금 가는 길을 믿자. 진지하게 그 길에 전념하자.
2020년 11월 19일 목	했더라면, 혹은 하지 않았더라면. 가정법으로는 어디에도 닿을 수가 없다. 현재를 살자.
2020년 11월 20일 금	최악의 상황에서도 최선을 생각하기를 주눅 들지 말고 흐트러짐 없기!
2020년 11월 21일 토	행운이란 100% 노력한 뒤에 남는 것이다.
2020년 11월 22일 일	눈에 힘주고 고개를 들어라. 각도가 곧 태도다.
2020년 11월 23일 월	열심히 했다. 불안해하지 마라. 네가 너를 믿지 못하는데 누가 너를 믿겠니?
2020년 11월 24일 화	거의 다 한 일은 아직 이루어진 일이 아니다.

2020년 11월 25일 수	어떤 상황에서도 매일 계속하는 것, 그것이 인생을 특별하게 만든다.
2020년 11월 26일 목	휘둘리지 말고 서두르지도 말고 비교하지도 마라.
2020년 11월 27일 금	네가 걷는 모든 길의 이름은 성장이다.
2020년 11월 28일 토	공부하면 축적해갔던 치열한 사유의 시간들 은 머리가 아닌 몸에 새겨진다.
2020년 11월 29일 일	단 한 발자국만 내딛어도 고뇌는 가벼워진다. 걱정보다 무거운 짐은 없다.
2020년 11월 30일 월	근심은 욕심을 많이 부리는 데서 생겨난다. 잡생각은 치워 두고, 지금 네 앞의 지문에 몰입하자.
2020년 12월 1일 화	꾸준한 오늘이 있기에 무한한 내일이 있다.
2020년 12월 2일 수 오전 6:00	행복과 불행은 내 마음의 상태다. 흔들림 없는 고요한 마음, 그것이 곧 행복이다.
2020년 12월 2일 수 오후 5:00	제자들아. 열공하고 있지? 괜찮아. 그러니 마지막까지 차분하게 최선을 다하기. 파이팅이다~
2020년 12월 3일 목 오전 6:00	호흡 자주하고 차분하게 지문과 반응하길... 네 안에 년 생각보다 잘 해낼 거야. 최고보단 최선이 훨씬 아름답단다. 응원할게~
2020년 12월 3일 목 오후 6:00	제자들아. 오늘 고생 많이 했다. 결과가 어떠하든 너는 오늘 훌륭했다. 너희들을 가르칠 수 있어 행복했다. 항상 응원할게^^

