**30 принципов мудрой жизни**

1. Отпускайте людей и ситуации.  
Не прокручивайте возможные варианты событий. Случилось так, как случилось. Когда сложно отпустить, задавайте два вопроса:  
«Будет ли это важно для меня через 5 лет?»,  
  
  
2. В конце каждой недели отвечайте на вопросы:  
«Что я изучил на прошлой неделе?»  
«Самое большое достижение за неделю?»  
«Какой момент на этой неделе был самым незабываемым и почему?»  
«Потратил ли я на что-то время в пустую? Если да, то на что?»  
  
3. Следите за внешностью.  
Всегда будьте готовы к новым достижениям и неожиданным встречам.  
«Здравствуйте! В голове не укладывается… Мечтал о встрече с Вами всю жизнь! Ээээ…Только вы извините, сегодня я не очень хорошо выгляжу… Замотался, знаете ли…»  
  
4. Не нойте и не жалуйтесь на судьбу.  
Молча встаньте, идите и делайте всё, что необходимо.  
  
5. Путешествуйте! Два раза в год отправляйтесь туда, где никогда не были. Путешествия помогут обрести себя.  
  
6. Позвольте себе делать ошибки.  
Что-то упустили – не упустите урок из этого. Ошибка – отличная возможность для развития.  
  
7. Развивайте индивидуальность.  
Вы такие, какие есть. Ни с кем не соревнуетесь, кроме себя.  
  
8. Принимайте решения самостоятельно.  
Не готовьте по чужим рецептам.  
  
9. Не навязывайтесь.  
Мир огромен – в нём точно есть тот, кто будет счастлив, получая именно Ваши взгляд и улыбку.  
  
10. Медитируйте каждый день.  
Учитесь расслабляться и концентрироваться.  
  
11. Улыбайтесь, если что-то вышло не так, как вы планировали.  
Помните, не получить желаемое – иногда и есть везение.  
  
12. Учись говорить «НЕТ».  
Не бойтесь отказывать!  
– Не желаете ли совершить визит вежливости? Нет?  
– Нет!  
  
13. Оценивайте каждое произносимое слово на правдивость, полезность и доброту. Говорите по сути, ничего лишнего. НЕТ – сплетням, лжи и жалобам! Лучше молчите, если нечего сказать.  
  
14. Думайте.  
Прежде, чем принять решение, оцените его стоимость.  
  
15. Если Вас угораздило сильно разозлиться на кого-то – подождите 24 часа прежде, чем ответить.  
  
16. Будьте независимы и самодостаточны.  
Ваше счастье зависит только от Вас, а не от того, как думают и поступают другие люди.  
  
17. Уважайте себя и других.  
Человек выбирает сам. Не вмешивайтесь в дела, которые Вас не касаются. Не заглядывайте в чужую жизнь мыслями и словами – не упускайте из вида Свой выбор!  
  
18. Действуйте исключительно внутри собственной сферы влияния.  
Не беспокойтесь о том, на что не можете влиять.  
  
19. Бывайте на свежем воздухе каждый день.  
Вне зависимости от погоды и настроения.  
  
20. Верьте в мечты и идеи.  
Время нелинейно. Они уже осуществились!  
  
21. Развивайте таланты.  
Помните, они у Вас есть! Просто откройте глаза.  
  
22. Будьте ответственны за свои слова и поступки.  
Ваши слова имеют огромную силу.  
  
23. Будьте верным. Людям, принципам и выбору.  
«Быть верным – не врождённое качество. Это решение!»  
  
24. Если есть дело, работа над которым займёт меньше 3-х минут, – его следует выполнить незамедлительно.  
Не откладывайте в доооолгий ящик. Туда давно уже ничего не помещается.  
  
25. Следите за здоровьем.  
Оно – одно. Впереди у Вас свершения – здоровье понадобится для их реализации. Спорт, йога, медитация помогут. Проверьте!  
  
26. Обретите внутренний покой и гармонию.  
Истинная сила человека проявляется не в порывах, а в спокойствии.  
  
27. Примите факт, что прошлое в прошлом.  
Оно не существует! Извлекайте опыт, отпустите и идите дальше.  
  
28. Расставляйте приоритеты.  
Всему своё место.  
  
29. Побеждайте страхи.  
Страх – всего лишь иллюзия.  
  
30. Никогда не сдавайтесь!  
Настойчивость и упорство всегда вознаграждаются.