**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.