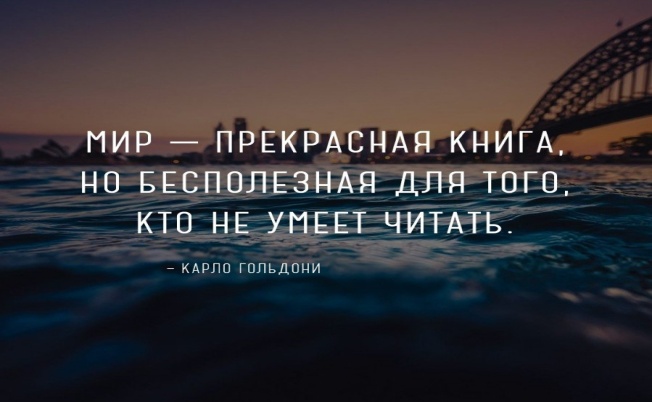
*30* ***СОВЕТОВ МУДРОЙ ЖИЗНИ***

**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?»,  
«Сегодня вечером я вылетаю в Буэнос-Айрес (любое место, которое очень хотите посетить), возьму ли я эту проблему с собой?»  
  
**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! Э… 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. Учитесь 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.**  
  
  
**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 долгий 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.

