

Как формировать позитивное мышление

Если вы хотите выработать у себя умонастроение, которое принесет Вам покой и счастье, выполняйте следующие правила:

1. Думайте и ведите себя жизнерадостно и Вы почувствуете себя жизнерадостным.
2. Никогда не думайте о тех людях, которые Вам неприятны.
3. Не вспоминайте те события, которые Вам неприятны.
4. Единственный способ обрести счастье – это не ждать благодарности, а творить добро ради собственной радости.
5. Ведите счет своим удачам, а не своим поражениям.
6. Не подражайте другим.
7. Найдите себя и будьте собой.