

С какими мыслями войти в новый год?

Хочешь быть здоровым, богатым, толерантным 365 дней в году?

Тогда, живя в эпоху перемен, нужно помнить, что:

- Все хорошее невозможно получить просто так, его надо создавать нам самим.
- Наша жизнь складывается из огромного числа поступков, они сменяются и создают мозаичную ткань нашей жизни.

- Начинать каждый день нужно с чувством радости и счастья.

- Настраивать себя на здоровый образ мыслей.

- Всегда помнить, что жизнь есть движение, и то, что сегодня представляется трагедией, возможно, завтра вызовет улыбку.

- Каждый из нас живет не изолированно от окружающего мира, а является его частью и поэтому:

будьте внимательны к себе и окружающим

учитесь мириться с чужими недостатками

берегите свой язык от злых слов и лживых речей

берегите свое доброе имя

сохраняйте мир и доброжелательность любой ценой

не пытайтесь изменить мир и окружающих

постарайтесь быть искренними

научитесь прощать

будьте реалистичны

станьте оптимистом

перестаньте завидовать

избавьтесь от лени

научитесь видеть окружающий мир

пусть все живут, как хотят, а Вы живите как надо.

- Помните, что здоровье – главное богатство. Если у человека есть здоровье, то у него есть все.

- Заботиться о своем здоровье должен каждый.

- Скажите решительное «НЕТ» – сигаретам, алкоголю, мимолетным увлечениям и случайным связям.

- Формируйте здоровый жизненный стиль. Закаляйтесь. Правильно питайтесь.

Здоровый образ жизни плюс желание и сила воли позволят вам жить не болея.

- Не стоит сосредотачиваться на плохих воспоминаниях. Если у вас есть проблемы, есть

С какими мыслями войти в новый год

Автор: admin

25.01.2012 10:38 -

и способы их преодоления. Вспомните слова одного из героев Г. Вайнера «Жизнь – это не то, что с нами происходит, а то, как мы это воспринимаем»

- Все наши болезни – это результат наших неверных мыслей и поступков. О чем мы думаем, то и получаем.

Пусть сбудется мечта многих – новая жизнь с Нового года!

Здоровья, уверенности в себе, мира, радости, удачи, успехов ВСЕМ!

Автор - **Лилия Шельмина**

[Источник](#)