

# СЕКРЕТИ ЩАСЛИВИХ ЛЮДЕЙ

«Всі щасливі люди схожі один на одного»  
Лев Толстой

## 1. Мета життя

Для того, щоб стати щасливим, вам потрібно мати в житті мету. Інакше ви будете розсіяні і не зібрани. Ваша мета – це ваш життєвий «стержень».

## 2. Хто ви?

Не живіть чужим життям, щоб виправдати чиєсь очікування. Люди можуть чекати від вас чого завгодно – не йдіть у них на повідку.

## 3. Створіть себе

Визначте для себе свої принципи, і дійте у відповідності з ними. Тільки так ви завжди будете вірні собі.

## 4. Забудьте минуле

Ви не будете щасливі доти, поки несете тягар минулого. Ви зробили помилку? У вас був неприємний досвід минулого? Відпустіть ці спогади. Зосередьтесь на теперішньому!

## 5. Несіть відповідальність за своє життя

Щоб стати щасливим необхідно перш за все стати вільним. Незалежно від того, наскільки погана ситуація, ви завжди вибираєте самі, як саме вам вчинити. І відповідальність за цей вибір несе тільки ви самі. Не звинувачуйте в своїх невдачах ще когось.

## 6. Будуйте відносини

Це саме те, що дає нам щастя. Любов повинна залишатися головним пріоритетом.

## 7. Захоплення

Вони також приносять нам маленькі радощі. Так що коло своїх захоплень необхідно розширювати. Таким чином ви розширюєте свої шляхи гармонії. Нас оточує багато цікавих речей.

## 8. Цінуйте те, що маєте

Бути щасливим легко, якщо ви вдячні. На жаль, розгледіти те, чого у нас немає, набагато важче, ніж те, що ми вже маємо. Ми не вміємо сприймати обставини, як належне. Подивіться навколо – може у вас вже є причини стати щасливим.

## 9. Мисліть позитивно

Щасливі люди ні на хвилину не допускають хмурих думок.

## 10. Творіть

Творчість надає сили і втягує вас в стан позитиву: ви просто не помічаєте невдач навколо вас.

## 11. Почніть з того, що у вас вже є.

Щаслива людина не чекає все життя певного рівня заробітку чи високої посади, щоб стати щасливою. Радуватися можна вже тому, що у вас є. «Дурний шукає щастя за горами, а розумний - під ногами», - Джеймс Оппенгейм.

## 12. Змінюйтесь

Щастя приходить до того, хто постійно росте, розвивається, вчиться. Змінюйтесь, шукайте щось нове, направляйте ваше життя на новий рівень.

## 13. Використовуйте свої таланти

Ви повинні знайти в собі таланти і розкрити їх. Вірний шлях до щастя – знайти те джерело, яке б допомогло розвивати таланти.

## 14. На зациклуйтесь на дрібницях

Часто дрібниці – це вороги нашого щастя. Пам'ятайте, навіть дрібні тріщини топлять корабель, адже вони ростуть і з часом стають справжніми пробоїнами.

## 15. Приборкуйте свої амбіції

Амбіції – це не погано, але вони не повинні брати верх на здоровим глуздом. Інакше ви просто переоцінете себе.

## 16. Робіть щасливими інших

Це найдієвіший спосіб стати щасливими. Робіть добро людям, і ви побачите, що це вже щастя. Щастя ніколи не приходить через егоїзм, тільки лише через віддачу.

## 17. Співчувайте

Це найвища форма самовіддачі.

**НЕМАЄ НІЧОГО ВІДВАЖНІШОГО, НІЖ ПЕРЕМОГА НАД САМИМ СОБОЮ!**