

Жизнь прекрасна!!!

Просыпаясь, улыбаюсь
Солнцу, Небу и Земле!
Жизнь прекрасна! Жизнь
чудесна!
Люди улыбнитесь мне!!!
Вы забудьте о проблемах,
вы забудьте о делах!
Пусть веселая улыбка
заиграет на губах!
Пусть глаза блестят от
счастья!
Пусть раздастся звонкий
смех!
И тогда на этом свете
будем счастливы мы все!
Радуйтесь жизни!
Смейтесь от счастья!
Улыбок не прячьте
Назло всем несчастьям!
Живите! Любите
Безумно и страстно!
Грустить не спешите,
Ведь жизнь так
прекрасна!!!



Существует ряд «лекарств» от плохого настроения, которые действуют безотказно:

1. Скушай плитку шоколада или конфетку, это обязательно поднимет тебе настроение!
2. Спорт – это также хорошее средство, повышающее настроение. Конечно, в плохом настроении и тебе не



хочется делать никакие физические упражнения, однако стоит заставить себя сдвинуться с места и сделать пару простых движений, и твое настроение начинает

меняться!

3. Танец .Если ты любишь танцевать, тогда поставь дома любимый диск и потанцуй от души, растворяя в ходе танца свое плохое настроение и



заряжая себя позитивной энергией.

4. Горячая ванна с ароматическими маслами поможет тебе расслабиться и обрести душевное спокойствие.

5. Сделай приятное для своих близких (окажи помощь, подари подарок, навести их). Приготовь свой кулинарный шедевр!
6. Если у тебя плохое настроение, пообщайся с домашними животными, а если нет таковых, заведи одного.



7. Выйдя на улицу, оглянись вокруг и заметь что-либо приятное, красивое, порадуйся, что ты это заметил. Просто улыбнись проходящим мимо людям. Повтори про себя не менее семи раз: «У меня отличное настроение, я счастлив!»

На что ты настроен.

В большом городе встретились два друга. Один приехал из далекой деревни. Он с интересом смотрел на так называемую «цивилизацию». Люди шли толпой, не обращали внимания друг на друга. Каждый был занят своими мыслями. Друзья вышли на центральную улицу. Вечер опустился на город, и город засиял всеми красками и разноцветными огнями.

– Видишь сколько здесь ресторанов, баров, клубов. Тому у кого есть деньги здесь хорошо живется, - сказал горожанин. Гость с интересом смотрел на вечерний город. И вдруг он услышал тихий голос сверчка, он так обрадовался этому звуку, как родному человеку.

– Слушай, вон там в кустах живет сверчок, - сказал он своему другу. Тот удивленно посмотрел на гостя: - Ты что, какой сверчок? Это же город, мегаполис! Тут сверчки уже давно не живут.

– Да нет же, смотри..., и гость подошел к газону, раздвинул ветки куста. Там и вправду сидел маленький сверчок и изо всех сил напевал, пытаясь перекричать шум города.

– Вот это да, как же ты его услышал? - понимаешь дело в том, на что настроено твое сердце. – это как? - спросил горожанин.

-Вот смотри, сейчас я брошу монетки, они ведь тоже не громко падают, но на их звук обернутся люди, которые настроены на деньги. Так и произошло, на звук монет стали оборачиваться люди, смотреть не из их ли карманов выпали они. Каждый человек видит и слышит то, на что настроена его душа.

- Если твоя душа настроена на добрых людей, тебе в жизни будет больше встречаться добрых и отзывчивых людей. А если ты будешь жить, озлобившись на весь мир, жизнь будет подсовывать тебе не очень приятные сюрпризы. Горожанин застыл в изумлении.

– Но есть и хорошая новость,-улыбнулся гость, - каждый человек может перенастроится. Это в его силах, хоть и не очень легко. Было бы желание.

И они двинулись дальше. И, горожанин впервые за все годы жизни в городе, заметил, как ярко и загадочно на небе светит луна.

А НА ЧТО НАСТРОЕНЫ ВЫ?



Посмотри в зеркало. Улыбнись!

Повторяй:

«С каждым днем, мне становится во всех отношениях все лучше и лучше».

«С каждым днем мне везет все больше и больше»

«Поток удачи в моей жизни все увеличивается и увеличивается»

«Я самый лучший ученик, и с каждым днем мое умение учиться становится все лучше и лучше»

Я смогу..., У меня получится..., У меня выйdet..., я сделаю!