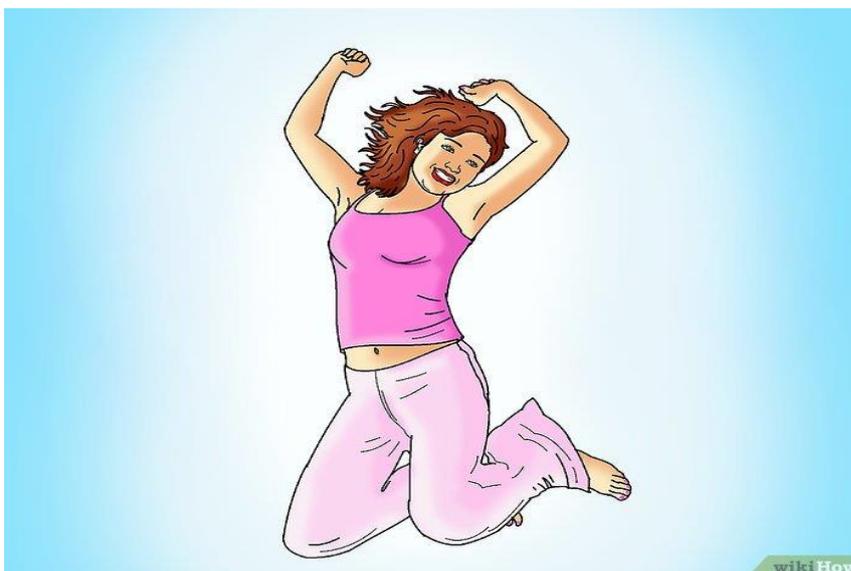


## Как развить позитивный взгляд на жизнь

Вы когда-нибудь встречали людей, которые, кажется, просто излучают радость и положительную энергию? Вам хотелось быть похожим на них? Может быть вы размышляли: "Почему у них столько друзей? Почему они так популярны? Что в них такого, что делает их такими... классными?" Эти люди обладают так называемым "позитивным взглядом на жизнь". Позитивный взгляд на жизнь поможет вам получить от жизни то, к чему вы стремитесь, не потеряв при этом радости и не разучившись смеяться.

### Шаг 1



**Будьте влюблены в свою жизнь.** Воодушевляйтесь тем, кто вы есть. Переживайте каждый момент так, словно он последний в вашей жизни. Дышите полной грудью!

### Шаг 2:



**Не реагируйте... действуйте!** Проявляйте проактивный подход, думайте обо всем наперед, чтобы создавать счастливые моменты в своей жизни, а не просто сидеть в ожидании, когда же случится что-то плохое.

**Шаг 3:**



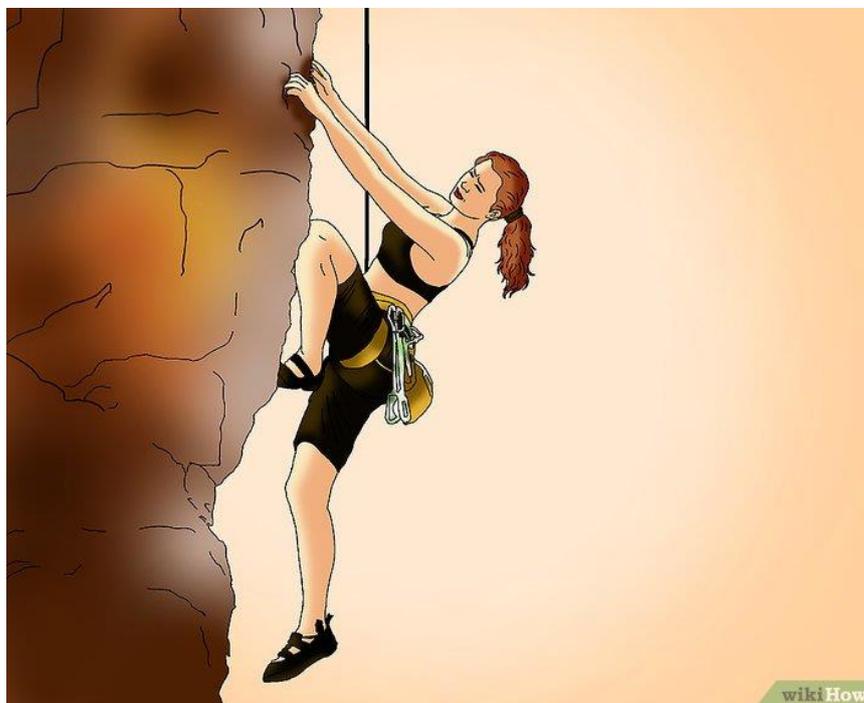
**Верьте в то, что каждый момент совершенен, независимо от того, что случится в дальнейшем.** Даже худшие моменты – это часть жизни, и не стоит позволять им разрушать вас. Всякое бывает. Переживите и идите дальше.

**Шаг 4:**



**Будьте благодарны.** Благодарность – очень простой способ намного больше ценить свою жизнь. Нет ничего плохого в том, чтобы мечтать и ставить перед собой цели, но тем временем наслаждайтесь тем, что у вас есть... даже если этого не так много.

### Шаг 5:



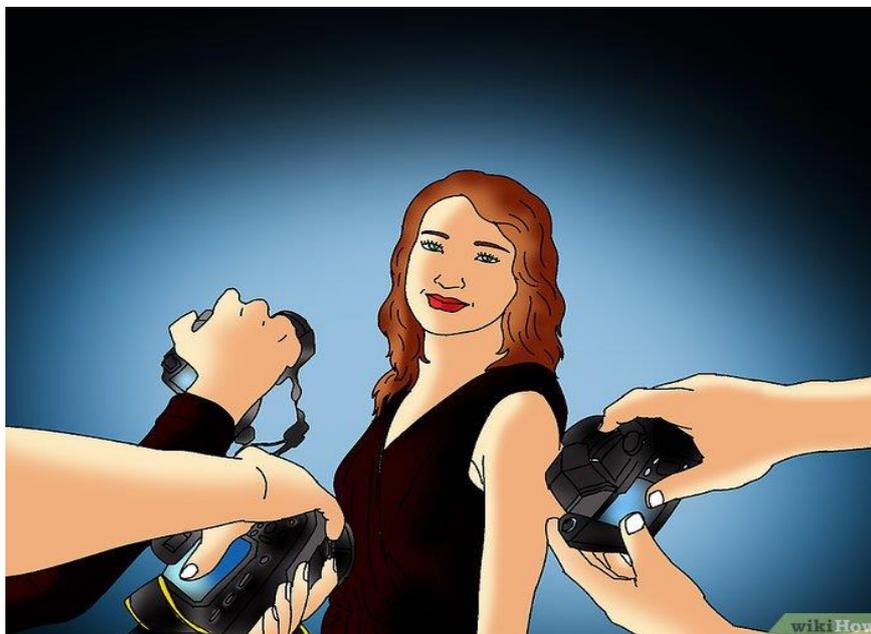
**Хватайтесь за каждую возможность, чтобы не сожалеть в дальнейшем об упущенном.** Если вам выпадает случай чему-то научиться, стать лучше или попробовать что-то новое, не сидите дома и не взвешивайте за и против. Вскидывайте на ноги и вперед! Новый опыт – замечательный способ наслаждаться жизнью.

### Шаг 6:



**Не теряйте чувства юмора.** Научитесь смеяться, и люди будут вам благодарны. Смех создает столько положительной энергии и в вас и в окружающих вас людях! Не воспринимайте жизнь слишком серьезно... будьте готовы признать, что да, бывают очень забавные моменты.

### Шаг 7:



**Верьте в то, что ваша судьба в ваших руках.** Никто не может отнять у вас мечту, пока вы дышите на этой земле. Если у вас есть намерение и сила воли, вам практически все подвластно. Успех – то, как вы сами это определяете, и вы можете быть успешны. Даже если вы ничего не делаете, вы все равно создаете свою жизнь, так почему бы не сделать ее запоминающейся?