

Порадник на кожен день!

КРОК 1.

САМООРГАНІЗУЙСЯ!

Якщо ви боїтеся, що вас поб'ють, вважайте себе побитим.

Якщо ви гадаєте, що ви не можете, ви не зможете ніколи.

Якщо ви гадаєте, що програєте, ви вже програли.

Тому що у всьому світі ми бачимо,

Що успіх починається з волі людини, - усе залежить від стану розуму.

Якщо ви будете вважати, що вас лишать позаду, це так і буде.

Ваші думки повинні летіти високо, щоб дати можливість вам піднятися.

Перш ніж ви зможете здобути перемогу, ви повинні бути впевнені в собі.

Найсильніший і найшвидший не завжди перемагає у життєвих битвах.

Рано чи пізно перемога дістається тому, хто вважає, що він зможе.



КРОК 2.

ПЕРЕКЛЮЧИСЬ!

Умійте володіти собою. Оточуйте себе любов'ю, позитивом та гармонією!

Пам'ятайте: Найкращий спосіб боротися з душевним неспокоєм - постійна зайнятість:

- ранкова посмішка світу з широко розкритими очима;
- правильно заданий ритм; діяльність, яка приносить користь та задоволення;
- спілкування із значимими людьми;

- єднання з природою та мистецтвом;
- прогулянки та фізична праця на свіжому повітрі.

КРОК 3.

ДІЙ!

Якось зимової ночі розпочався найсильніший снігопад. Вранці учні, пробираючись по пояс в снігу, зібралися в залі для медитацій. Учитель почав свою промову так:

- Скажіть мені, що потрібно робити в ситуації що склалася? Один з учнів сказав: - Слід молитися про відлигу. Інший промовив: - Потрібно сидіти у своїй келії, а природа сама дасть відповідь на це запитання. Третій висловився так: - Тому, хто пізнав істину, має бути однаково, чи є сніг, чи його немає. Учні приготувалися вислухати найціннішу мудрість наставника. Він подивився на вихованців, зітхнув і промовив: - Лопати в руки – і вперед!

Мораль: **Щоб щось змінити, потрібно насамперед діяти!**