Твоя жизнь станет намного успешнее, если будешь придерживаться этих 50 правил!!!

- [ ] 1. Начинай свой день с благодарности за все, что у тебя есть.
- [ ] 2. Рано вставай (5-6 утра).
- [ ] 3. Пей много воды (3—4 литра в день).
- [ ] 4. Принимай контрастный душ для оздоровления.
- [ ] 5. Планируй свой день.
- [ ] 6. Ставь цели, но не привязывайся к ним.
- [ ] 7. Прощай, прощай, прощай своих друзей и врагов. Ты несовершенна, поэтому прощай другим их несовершенства
- [ ] 8. Проводи как минимум 15 минут в день на свежем воздухе, а еще лучше — 30—60 минут.
- [ ] 9. Избегай негативного окружения.
- [ ] 10. Будь верной своей мечте.
- [ ] 11. Окружи себя достойными людьми, которые будут способствовать твоей реализации.
- [ ] 12. В периоды кризиса выполняй программу-максимум.

- [ ] 13. Если работа не нравится, но она необходима для роста и приближает к цели, продолжай ее делать. Верь в себя!
- [ ] 14. Отдавай 10% дохода на благотворительность.
- [ ] 15. Не скупись на похвалу, особенно для своей команды.
- [ ] 16. Будь эмоциональна в похвале и сдержана и деликатна в критике.
- [ ] 17. Помни: какое бы хорошее дело ты ни делала, всегда кто-то будет недоволен. Это неизбежно.
- [ ] 18. В успехе испытывай благодарность за победу. В поражении испытывай благодарность за опыт.
- [ ] 19. Чтобы испытывать счастье от работы, думай только об отдаче, а не о том, сколько денег заработаешь в результате.
- [ ] 20. Стремись к росту, не бойся препятствий.. Помни: чтобы достичь мастерства в любом деле, нужно как минимум 10 тысяч часов усердной работы.
- [ ] 21. Здоровайся с людьми первой и улыбайся им. Только сильный и успешный человек может позволить себе первым проявить доброжелательность
- [ ] 22. Деликатно прощайся с теми людьми, которые не способствуют реализации твоего потенциала.
- [ ] 23. Вообще не пытайся никого изменить. Попытки изменить окружающих людей — самый верный путь к несчастью
- [ ] 24. Будь «лифтом» для окружающих людей. Поднимай их.

- [ ] 25. Относись к критикам с пониманием. Это нереализованные люди, у которых нет большего наслаждения, чем высказывать свое неодобрение.

- [ ] 26.Никогда не принимай никаких жизненно важных решений в плохом настроении. Сначала войди в положительное пиковое состояние, потом решай, как жить дальше.

- [ ] 27. Слова вдохновляют и слова разрушают. Выбирай их с чуткостью и любовью.

- [ ] 28. Никогда не поздно начать новое дело, внедрить новую привычку и завести новое хобби. Продолжай искать то, что расширит твой кругозор.

- [ ] 29. Веди дневник успеха, особенно по категориям, над которыми работаешь больше всего.

- [ ] 30. Выполняй договоренности. Для этого не обещай ничего, если не уверена на 100%, что сможешь это сделать.

- [ ] 31. Избегай сплетен.

- [ ] 32. Анализируй каждое значительное событие в своей жизни. Какой урок ты извлекла из него?

- [ ] 33. Раз в неделю позволяй себе ничего не делать. Скорее всего, это будут самые счастливые, наполненные и продуктивные дни твоей жизни.

- [ ] 34. Никогда ничего не бери у человека, если не готова отдать то, что ему нужно от тебя.

- [ ] 35. Если тебя предали, виноват ты.
- [ ] 36. Поражения неизбежны. Это твои главные учителя. Люби их.
- [ ] 37. Всегда фиксируй все договоренности в письменном виде. Иногда люди забывают их, а иногда “забывают”.
- [ ] 37. Всегда фиксируй все договоренности в письменном виде. Иногда люди забывают их, а иногда “забывают”.
- [ ] 38. Помни, что зачастую в жизни “черная полоса становится взлетной”.
- [ ] 39. Не обращай внимания на людей из своего прошлого. Потому что всегда есть причина, по которой они не в твоем будущем.
- [ ] 40. Самые лучшие инвестиции — это инвестиции в обучение и в отношения.
- [ ] 41. «Иногда шаг вперед есть результат пинка в зад». Люди, которые добились успеха в твоем деле, как раз могут служить этим мотивирующим пинком.
- [ ] 42. Чем больше ответственности, тем больше власти. Чем больше власти, тем больше возможности помочь другим людям. Чем больше помогаешь другим, тем счастливее становишься.
- [ ] 43. Всегда говори людям о своих ожиданиях и узнавай их ожидания относительно тебя, прежде чем вступать в какие-либо отношения или заключать сделки. 99% ссор и обид происходят из-за непонимания ожиданий другой стороны.

- [ ] 44. Жизнь как езда на велосипеде: если тебе тяжело, значит, ты идёшь на подъём.

- [ ] 45. Регулярно иди на осознанный и просчитанный риск. Это тренирует интуицию и характер.

- [ ] 46. Люби всех, дружи с несколькими, будь с одним.

- [ ] 47. Ешь как можно больше ощелачивающих продуктов (сырые овощи) и полезных жиров (авокадо, растительные масла, орехи).

- [ ] 48. Занимайся спортом каждый день.

- [ ] 49. Чем лучше физическое здоровье, тем больше энергии, а значит, тем больше пользы ты принесешь этому миру.

- [ ] 50. Счастье — это твоя максимальная реализация во всех жизненный сферах.

ЖЕЛАЮ ТЕБЕ ПОСТРОИТЬ КОМАНДУ МЕЧТЫ, ДОСТИГНУТЬ ЗАВЕТНОГО УСПЕХА И БЫТЬ ЗДОРОВЫМ! НАТАЛЬЯ @natali_r921

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: https://checklists.expert

как это убрать?