

Счастливым людям свойственны определенные привычки



Каждый человек хочет быть счастливым. Между тем счастливым людям свойственны определённые привычки, благодаря которым они и являются счастливыми.

НЕ БЕСПОКОЯТСЯ О ТОМ, ЧТО О НИХ ДУМАЮТ ДРУГИЕ

Не позволяют негативно настроенным людям влиять на их самочувствие. Что бы ни говорили эти люди, все стекает с них, как с гуся вода. Ведь они твердо знают, что достойный человек – не тот, у кого нет недостатков, а тот, у кого есть достоинство.

ВСЕГДА ВИДЯТ ПЛЮСЫ

Во всем плохом есть что-то хорошее. Если не удастся разглядеть в ситуации положительную сторону, такие люди создают ее сами. Они не сожалеют. Если это было хорошо, то это замечательно. А если это было плохо, то это опыт.

ВСЕГДА ДРУЖЕЛЮБНЫ И БЛАГОДАРНЫ

Счастливым людям не важно, как вы выглядите или откуда вы родом. Все, что им нужно, это еще один человек, рядом с которым можно смеяться и быть счастливым. Они не стесняются и не жалеют нескольких минут на то, чтобы выразить благодарность другим людям.

ВСЕГДА УЛЫБАЮТСЯ И ПОЗИТИВНЫ

«Мы смеемся не потому, что мы счастливы; мы счастливы потому, что смеемся» (Уильям Джеймс). Улыбки и смех – неотъемлемая черта счастливых людей. Так уж сложилось, что люди, с которыми мы проводим много времени, влияют на нас и на наше восприятие окружающего мира. Чем больше времени мы проводим с позитивно настроенными и оптимистичными людьми, тем более светлыми красками будет раскрашена наша жизнь.

ЖИВУТ В НАСТОЯЩЕМ МГНОВЕНИИ

«Я пережил много страшных вещей в своей жизни, некоторые из них произошли на самом деле» (Марк Твен). Они не ждут вечера пятницы, утра воскресенья, покупки новой машины, новой квартиры. Не ждут весны, лета, осени, зимы. Ведь самая ужасная ошибка – это думать, что ты живешь, когда на самом деле ты лежишь в камере хранения в ожидании жизни.

ЗНАЮТ, ЧТО НЕ ВСЕ СОВЕРШЕННО, НО НЕ РАССТРАИВАЮТСЯ

Трудно побороть в себе перфекционизм, но это необходимо. Все хорошо в меру. Счастливые люди умеют контролировать стремление к совершенству. Они не казнят себя за неточности и недочеты. Они гордятся собой и своими достижениями. Иногда некоторые вещи идут не так, как планируется, и это нормально. Невозможно все держать под контролем.

СТАРАЮТСЯ СДЕЛАТЬ ДОБРО

Один из лучших способов чувствовать себя счастливым – изменять окружающий мир. Для этого необязательно спасать народ или останавливать цунами. Достаточно просто улыбаться людям, делать комплименты, помогать друзьям, дарить подарки.

ПРОДОЛЖАЮТ УЧИТЬСЯ

Они любопытны и стремятся узнать новое о мире и людях, населяющих его. Всегда есть что-то, о чем мы еще не знаем. Интерес к жизни дает энергию, помогает создать новые идеи, положительно влияет на мышление и делает дни более насыщенными и яркими.

