

## Семь правил выработки такого умонастроения, которое принесет вам душевное спокойствие и счастье

**Правило 1.** Заполните свой ум мыслями о спокойствии, мужестве, здоровье и надежде, ведь "наша жизнь – это то, что мы думаем о ней".

**Правило 2.** Никогда не пытайтесь свести счеты с Вашими врагами, потому что этим Вы принесете себе больше вреда, чем им. Поступайте, как генерал Эйзенхауэр: никогда не думайте ни минуты о людях, которых Вы не любите.

**Правило 3.** Вместо того чтобы переживать из-за неблагодарности, будьте к ней готовы.

**Правило 4.** Ведите счет своим удачам, а не своим неприятностям!

**Правило 5.** Забывайте о своих собственных неприятностях, пытайтесь дать немного счастья другим. Делая добро другим, вы в первую очередь помогаете себе.



**Правило 6.** Когда судьба вручает вам лимон, постарайтесь сделать из него лимонад.

**Правило 7.** Забывайте о своих собственных неприятностях, пытайтесь дать немного счастья другим. "Делая добро другим, вы в первую очередь помогаете себе".