**"Жизнь стоит того, чтобы жить!"**

В чём ценность человеческой жизни? Чтобы понять это, человеку дана огромная сила для преодоления любых жизненных испытаний. В моменты, когда тебя **одолевают депрессия, чувство одиночества**, тебе кажется, что ты **в безвыходной ситуации** – именно в такие моменты стоит осознать, что твой кажущийся жизненный тупик, вовсе не является таковым.



**Выход есть всегда** **– измени свой угол зрения на мир и твоя жизнь изменится.** Это на своём жизненном примере показали многие люди. В тебе, как и в миллиардах других людей, **есть сила жить, есть воля её созидать.**

1. Прежде всего, улыбайся – широко, весело от всей души. Расправь плечи. Дыши глубже. Попробуй спеть куплет из какой-нибудь весёлой песни. Физически невозможно быть унылым и подавленным, если ты надел маску счастливого человека.

2. Засучи рукава и займись делом. Работа – дешёвое и одно из самых лучших лекарств на земле.

3. Объяви войну скуке у себя дома. Пусть каждый день будет хоть самый маленький, но праздник. Скука рождается, когда умирает игра. Начни бороться за своё счастье на основе оптимистического мышления, и ты будешь счастлив.

Если вы хотите, чтобы жизнь улыбалась вам, подарите ей сначала своё хорошее настроение. (Б.Спиноза)

**

Жизнь не посылает испытаний выше твоих сил, значит, ты можешь найти выход из любой трудной ситуации или попросить помощи у других.

Ты наделён **правом Выбора**, и от тебя зависит решение, каким мыслям отдавать своё ценное внимание. От того, как ты научишься себя контролировать и постоянно переключаться на позитивные мысли, зависит и твоя дальнейшая жизнь. А благие поступки укрепят твою веру и даруют прочную основу жизни на стороне добра, пребывая на которой, не страшны никакие жизненные испытания.

**Всё в твоих руках! Ты капитан своего корабля и в твоих силах выбрать курс в направлении настоящей ЖИЗНИ!**

Выход из любой жизненной ситуации с пользой, как для человека, так и для окружающих, существует всегда. Нужно лишь запастись ценными знаниями, силой воли, терпением и **ЖЕЛАНИЕМ ЖИТЬ.**

****

**Жизнь** – это возможность. Воспользуйся ею.

**Жизнь** – это красота. Увлекайся ею.

**Жизнь**– это мечта. Ощути её.

**Жизнь** – это вызов. Прими его.

**Жизнь** – это обязанность твоя насущная. Исполни её.

**Жизнь** – это игра. Стань игроком.

**Жизнь** – это богатство. Не разбазаривай его.

**Жизнь**– это приобретение. Охраняй его.

**Жизнь** – это любовь. Насладись ею сполна.

**Жизнь** – это тайна. Познай её.

**Жизнь** – долина слёз. Преодолей её.

**Жизнь** – это песня. Допой её до конца.

**Жизнь** – это борьба. Стань борцом.

**Жизнь** – это бездна неизвестного. Входи в неё без страха.

**Это твоя жизнь. Завоюй её!**