***Вісім правил американського психолога Дейла Карнегі, які принесуть Вам душевний спокій і щастя:***

- Поводьтеся життєрадісно, і Ви почуватиметесь життєрадісним.

-Ніколи не намагайтеся помститися вашим ворогам, тому що цим ви завдаєте собі більшої шкоди, ніж їм.

- Замість того, щоб хвилюватися через чиюсь невдячність, не сподівайтесь на вдячність. Пам’ятайте, що єдиний спосіб знайти щастя - не чекати вдячності, а творити добро заради власної радості.

- Вдячність — така риса характеру, яку слід виховувати, тому, якщо хочемо, щоб наші діти були вдячними, необхідно вчити їх цього.

- Ведіть рахунок своїх успіхів, а не своїх неприємностей. У житті треба ставити перед собою дві мети. Перша - здійснення того, чого ви прагнули. Друга - уміння радіти досягнутому.

- Не уподібнюйтесь до когось. Знайдіть себе і залишайтеся собою, адже уподібнення - недопустимо!

- Коли доля дає вам лимон, намагайтеся зробити з нього лимонад. Найважливіше в житті полягає в тому, щоб максимально використовувати свої успіхи. Справді важливим є уміння скористатися втратами. Це потребує розумових зусиль, у цьому й полягає різниця між розумною та нерозумною людиною.

- Забувайте про свої неприємності, намагайтеся дати трохи щастя іншим. Якщо виробите добро для інших, ви, насамперед, допомагаєте собі.