**1.** Первое правило на пути к образу успешного, преуспевающего во всём человека это – ***Каждое утро, проснувшись, начинать день с улыбки самому себе, приветствуя себя любимых.*** Необходимо похвалить, поблагодарить себя, поблагодарить окружающий нас мир, окружающих людей. Пожелать себе успешного дня, пожелать счастья, любви.

**2. *Эффективно используйте своё время.*** В нашем быстроразвивающемся и мчащемся со скоростью света мире бывает трудно сосредоточиться на выполнении важных дел, ведь столько отвлекающих факторов манит нас отвлечься. Старайтесь работать всё отведённое на работу время. Всегда помните, что ваше время ограничено, так что не тратьте его попусту.

**3**. ***Откажитесь от необходимости соответствовать ожиданиям окружающих.*** Слишком много людей сегодня живут жизнью, которая им не принадлежит, они делают не то, что хорошо и правильно для них, а то, что диктует им общество, родители. Не позволяйте чужим ожидания о вас взять над вами верх.

**4. *Выбирайте тщательно ваше окружение.*** От того, какие люди вас окружают, зависит львиная доля успеха в вашей жизни. Помните, что секрет состоит в том, чтобы дружить с теми, кто лучше, и тренироваться с теми, кто сильнее.

**5. *Если вы никогда не планируете и не записываете своих целей, а держите их в голове, то не ждите, что вы их достигните.*** Только чётко записанные на бумаге цели будут удивительным образом работать на вас.

**6. *Умение правильно определить приоритеты***. На учебе, работе вы должны отдавать 100% своего времени работе, приходя домой, вы 100% времени обязаны посвящать общению с родными. Приходя домой после работы, дайте себе установку не включать телевизор, компьютер, радио, в начале уделите как можно больше времени близким.

**7. *Постоянно развивайтесь как физически, так и интеллектуально.*** Чтение книг, посещение различных тренингов, обучающих курсов, просмотр полезных вдохновляющих фильмов никогда не дадут вам отстать от жизни. Регулярные занятия спортом сохранят вашу молодость и здоровье на долгие годы.

**8. *Навсегда откажитесь от алкоголя и табака,*** которые подрывают ваше здоровье и продуктивность.

**9. *Позаботьтесь о своём питании,*** которое является важным составляющим крепкого здоровья. Откажитесь от трёх белых ядов: муки, соли и сахара. Вы будете приятно удивлены результатами. Ешьте больше свежих овощей, фруктов и орехов. Пейте не менее двух литров воды в день.

**10. *Благодарите жизнь каждый день за то, что у вас есть.*** Благодарное отношение даёт вам огромное удовлетворение и счастье.