

Как улучшить свою жизнь: советы



**Каждый день гуляйте по 10-30 минут.
И улыбайтесь во время прогулки.**



Cochemiea poselgeri

Хотя бы 20 минут каждый день проводите в
тишине .



Echinocereus pectinatus



Спите 7 часов.

Coryphantha wohlschlageri

**Живите по закону трех «э»: Энергия,
Энтузиазм, Эмпатия.**



Lobivia tiegeliana

Больше играйте в игры.



Astrophytum super kabuto

Прочитайте больше книг, чем в прошлом
году.



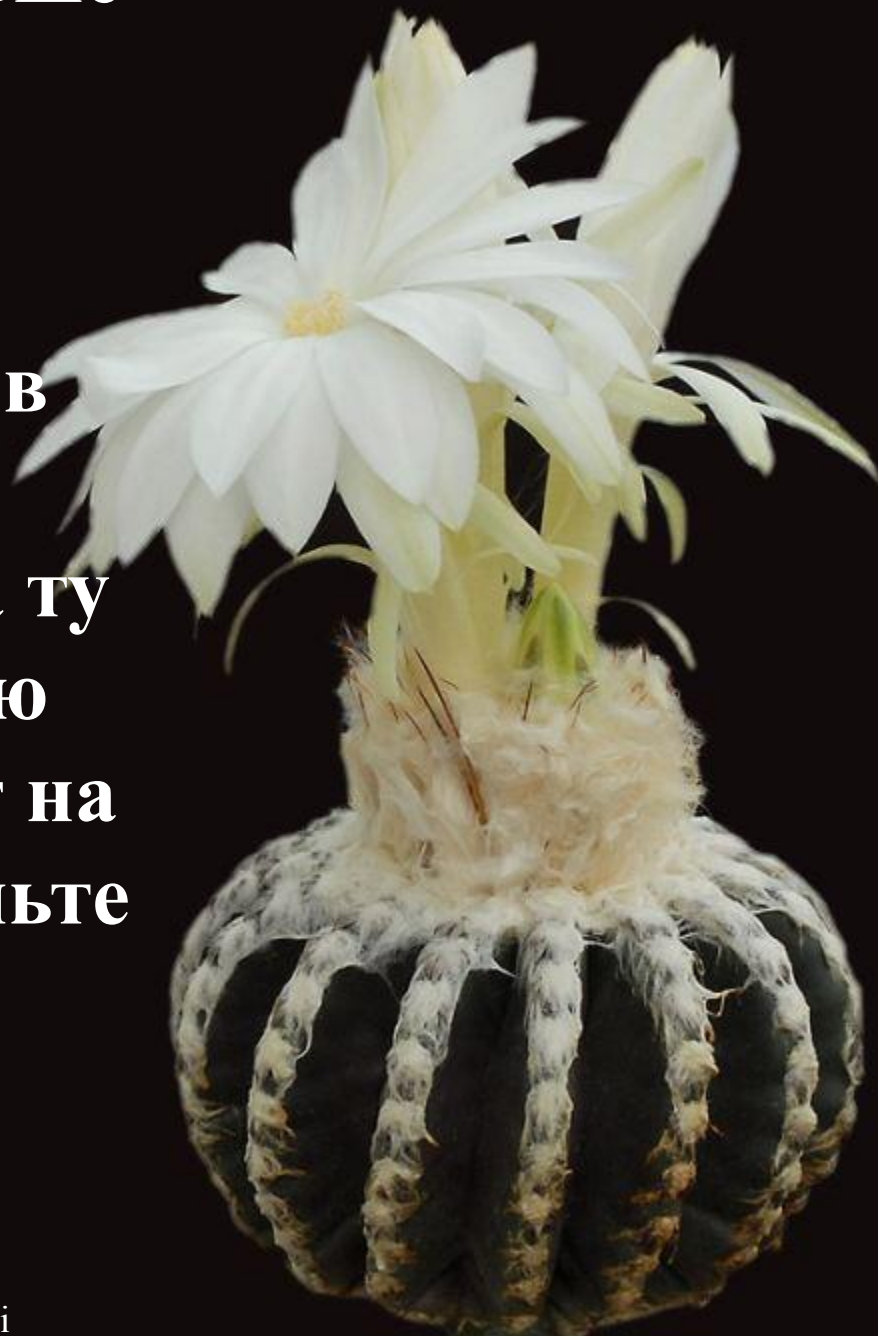
Rebutia poecilantha

Пейте много воды.



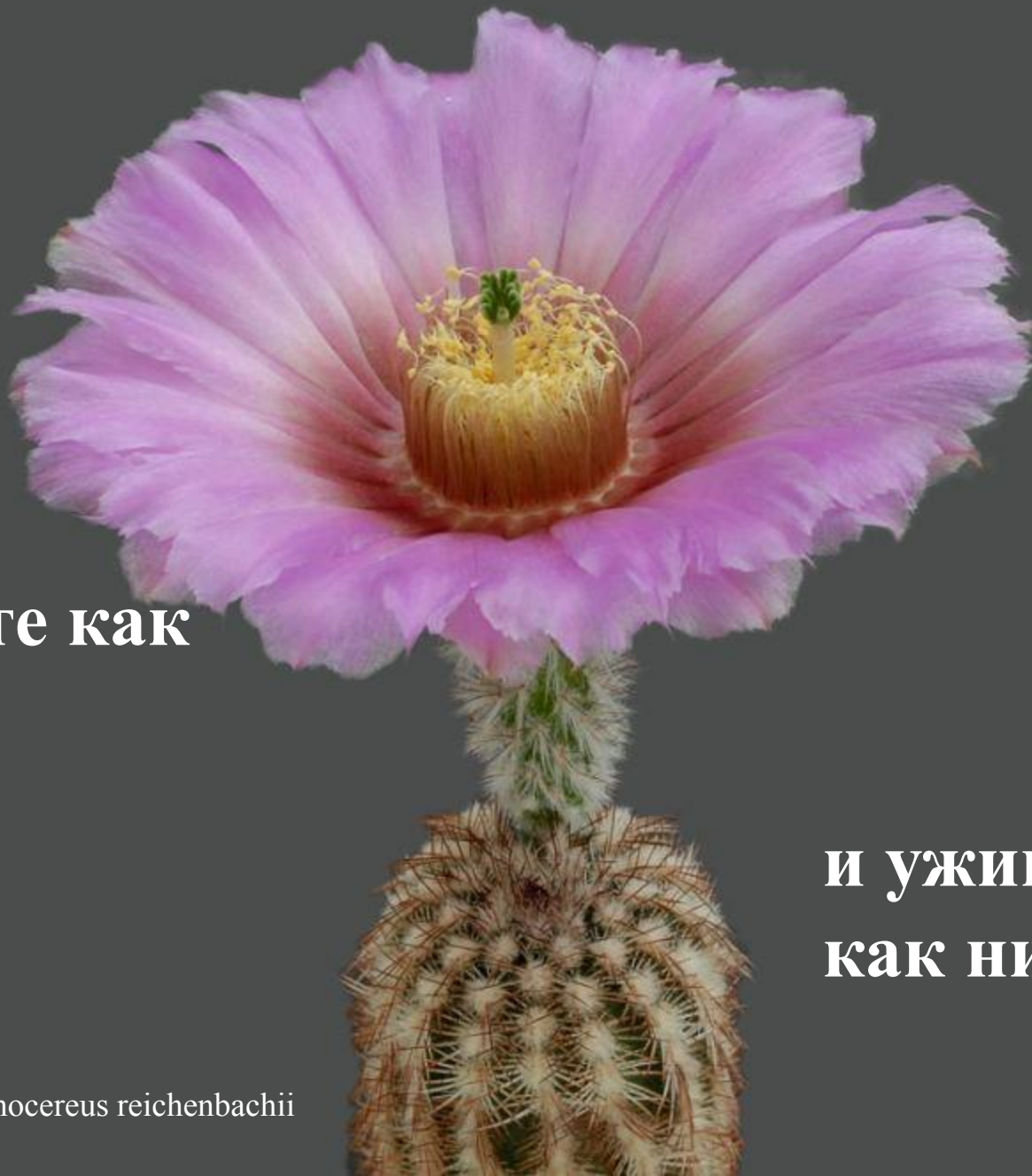
Lobivia robusta

**Ешьте больше
ту еду,
которая
растет на
деревьях и в
виде
растений, а ту
еду, которую
производят на
заводах, ешьте
меньше.**



Discocactus horstii

Завтракайте как король,

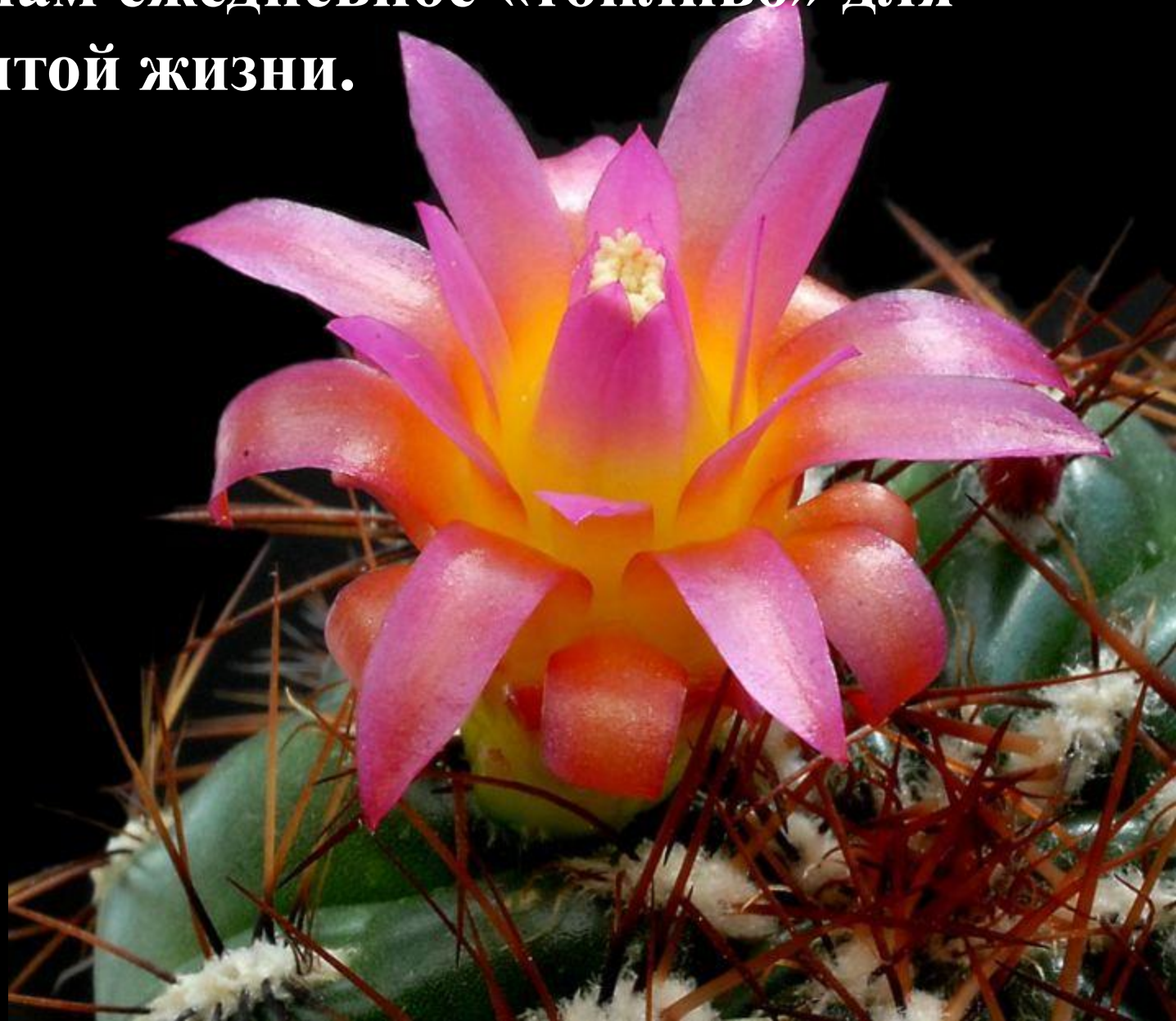


**обедайте как
принц**

**и ужинайте
как нищий.**

Echinocereus reichenbachii

**Найдите время для молитвы и медитации.
Они дают нам ежедневное «топливо» для
нашей занятой жизни.**



Oroya peruviana

Больше мечтайте, когда Вы бодрствуете.



Escobaria minima

Больше улыбайтесь и смейтесь.



Rebutia pallida

**Заставьте улыбнуться хотя бы трех человек
каждый день.**

Escobaria wissmannii



**Не растрачивайте
свою драгоценную
энергию на
сплетни.**



Mammillaria albiflora

**В ситуациях, где Вы ничего не можете
контролировать, откажитесь от негативных
мыслей.**

**Вместо этого,
потратьте свою
энергию на
ПОЗИТИВНОСТЬ
данного
момента.**

Echinocereus klapperi



**Проводите свое время с людьми старше 70 лет
и младше 6 лет.**



Echinocereus polyacanthus

Жизнь слишком коротка, чтобы тратить ее
на ненависть.



Neowerdermannia vorwerkii

Не воспринимайте себя так серьезно.



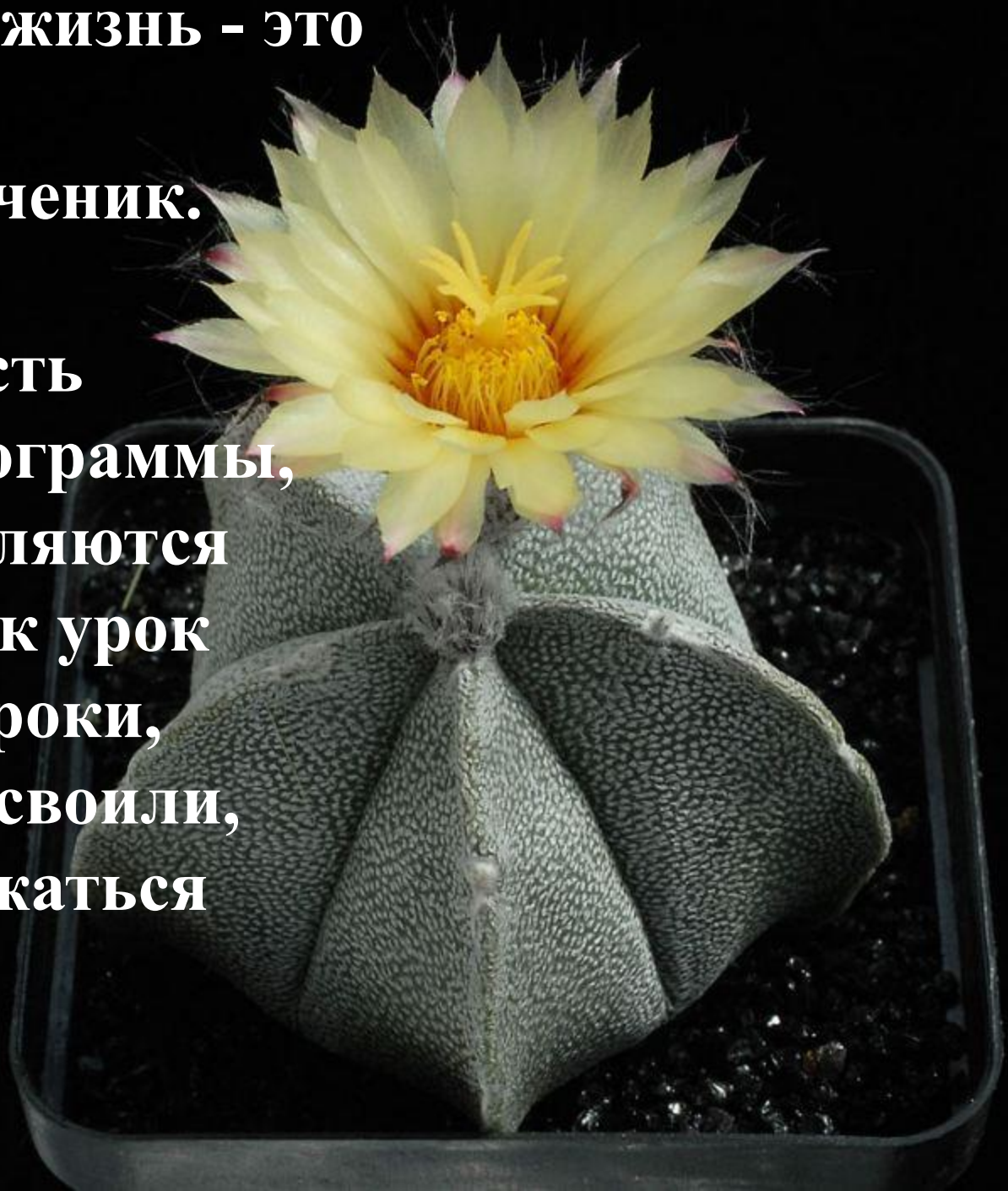
Matucana krahni

**Забудьте прошлое.
Не напоминайте
своей половинке
об ошибках в
прошлом. Это
может разрушить
ваше
сегодняшнее
счастье.**



Discocactus pugionacanthus

**Поймите, что жизнь - это
школа,
и Вы в ней ученик.
Проблемы –
это просто часть
школьной программы,
которые появляются
и исчезают как урок
алгебры, но уроки,
которые Вы усвоили,
могут продолжаться
всю жизнь.**



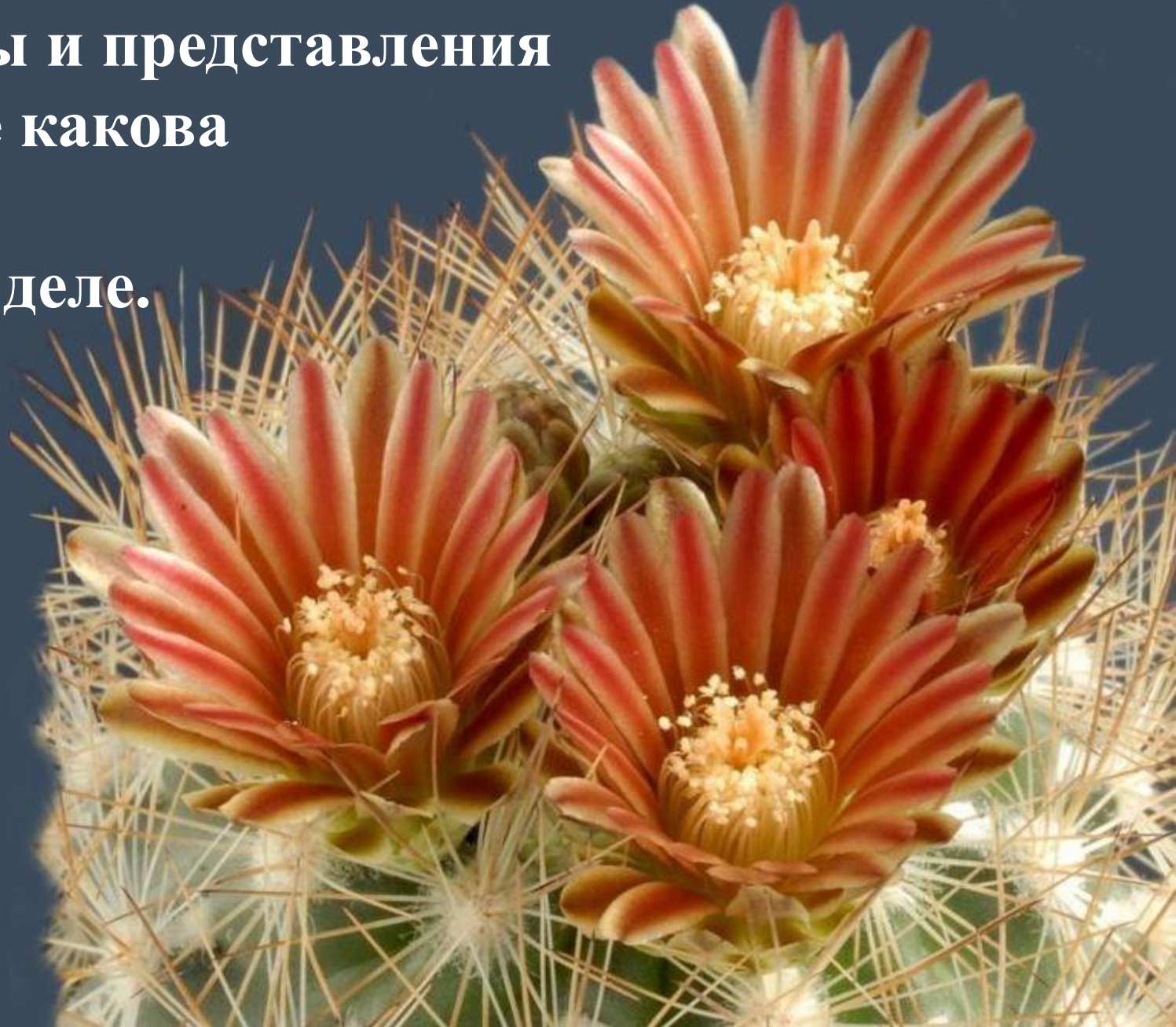
Astrophytum coahuilense

**Вам не надо отстаивать каждый спор.
Соглашайтесь не соглашаться.**



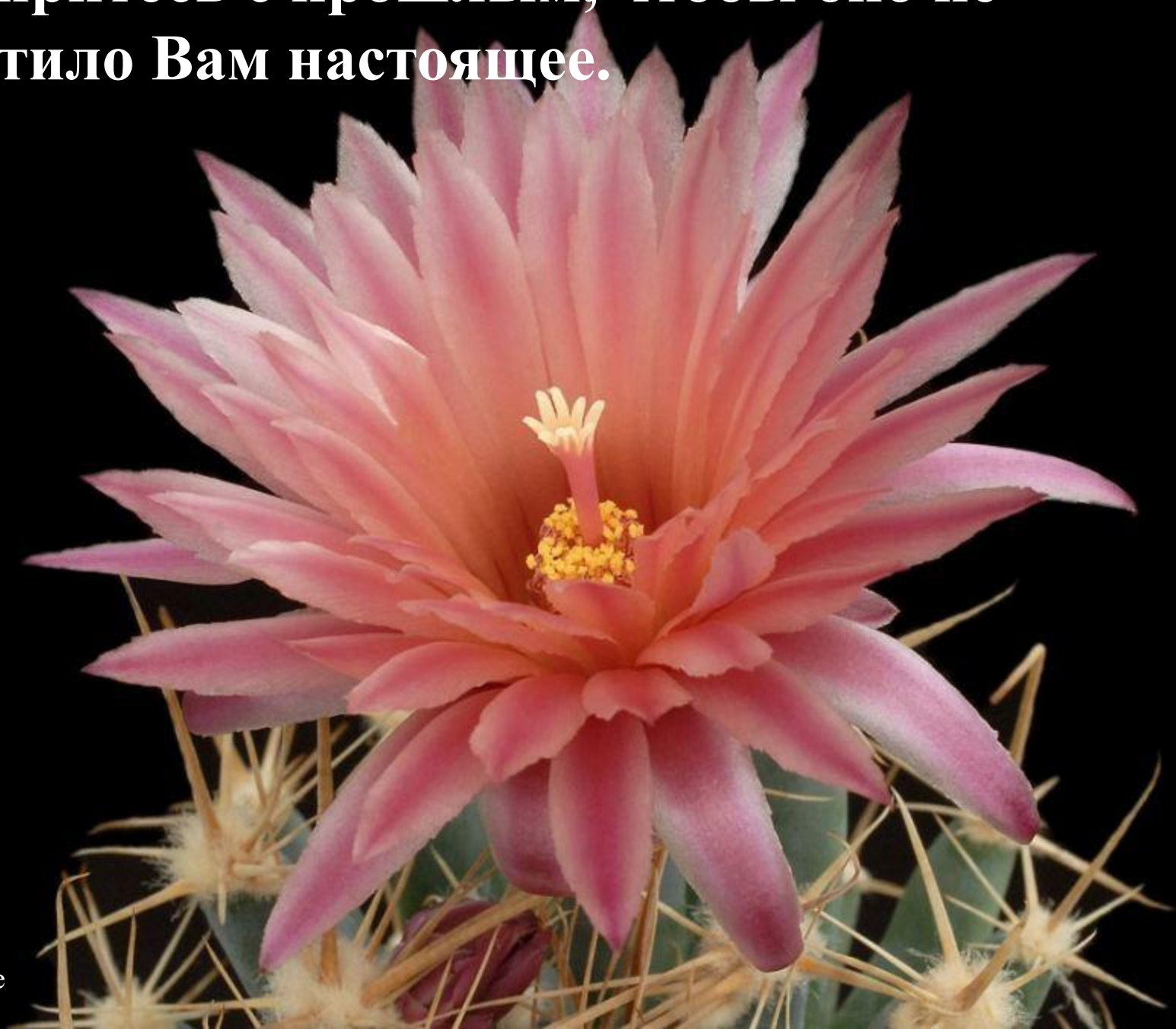
Echinocereus subinermis

**Не сравнивайте свою жизнь с жизнью других
людей. Вы и представления
не имеете какова
их жизнь
на самом деле.**



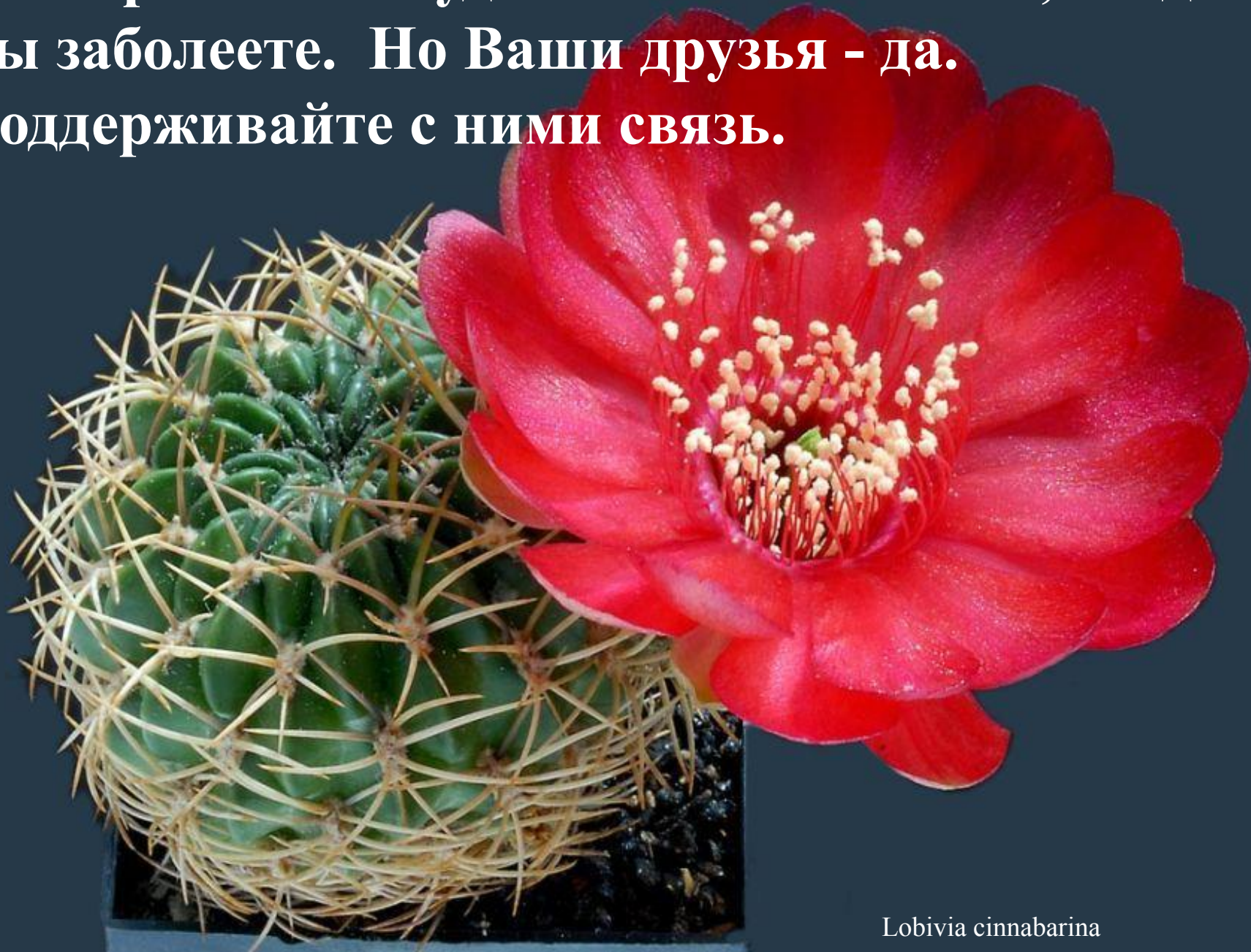
Echinomastus durangensis

Примиритесь с прошлым, чтобы оно не испортило Вам настоящее.



Ferobergia hybrida

**Ваша работа не будет о Вас заботиться, когда
Вы заболете. Но Ваши друзья - да.
Поддерживайте с ними связь.**



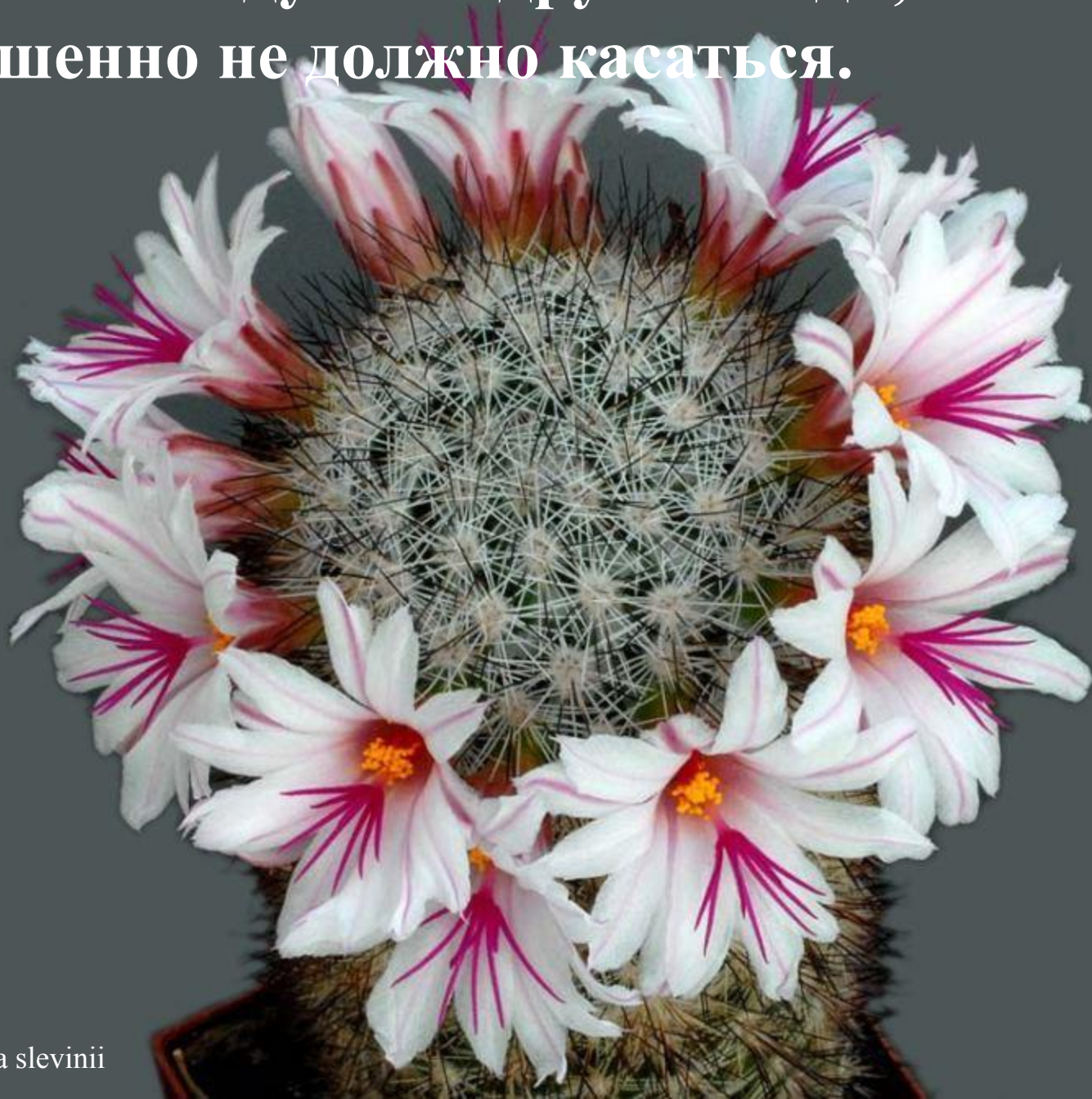
Lobivia cinnabarina

Простите всех и за все.



Lobivia peclardiana

То, что о Вас думают другие люди, Вас
совершенно не должно касаться.



Mammillaria slevinii

**Хорошо или
плохо
сейчас, но
ситуация
изменится.**



Cylindropuntia tenuis

**Избавьтесь от всего, что
не полезно,
не красиво или
не приносит
радости.**



*Ortegocactus
macdougallii*

**Зависть - это пустая
трата времени.
У вас уже есть все,
что Вам надо.**



Parodia spaniosa

Все самое лучшее еще
впереди.

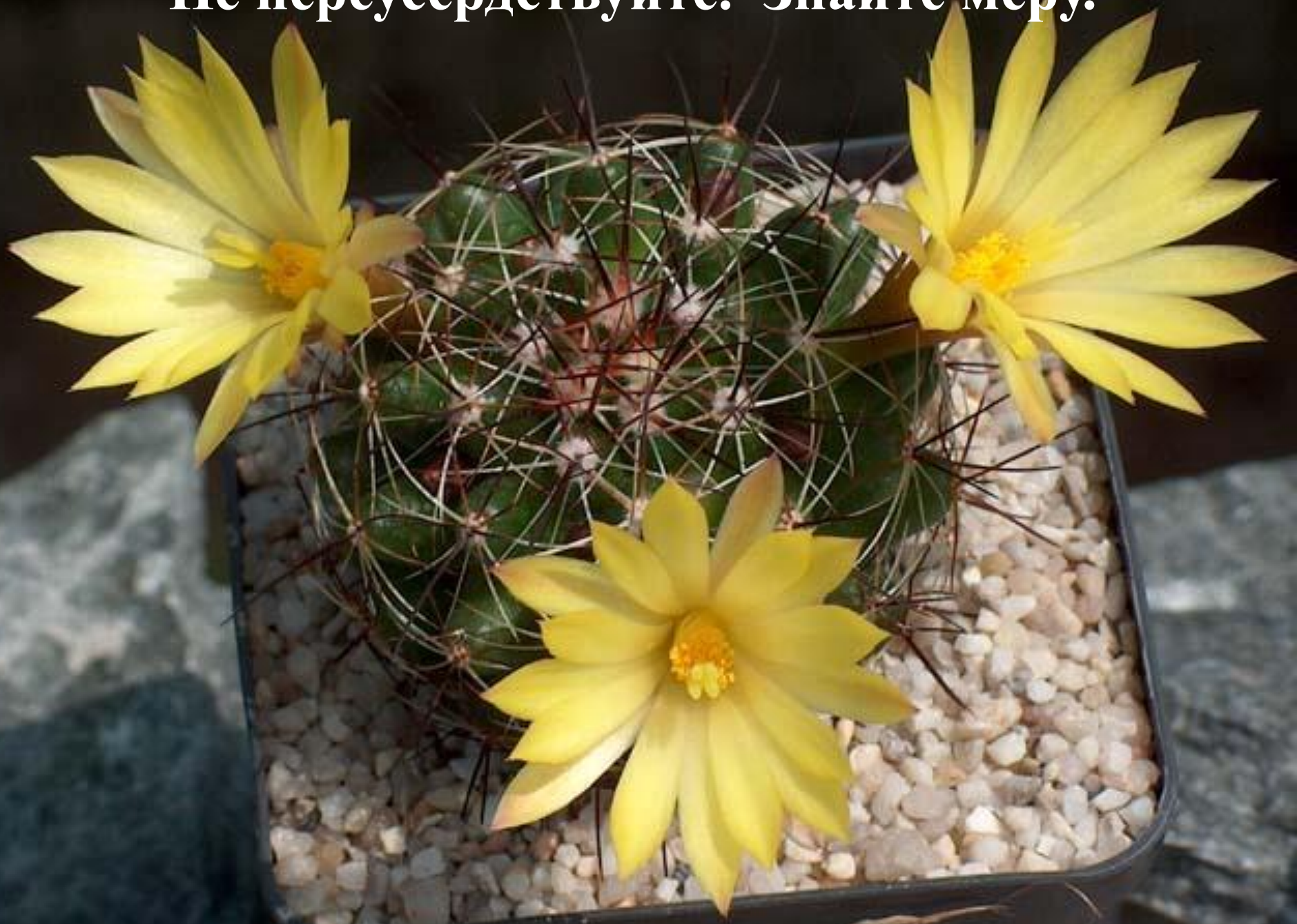


Parodia spaniosa

**Как бы Вы себя не чувствовали, вставайте,
одевайтесь и выходите к людям.**



Не переусердствуйте. Знайте меру.



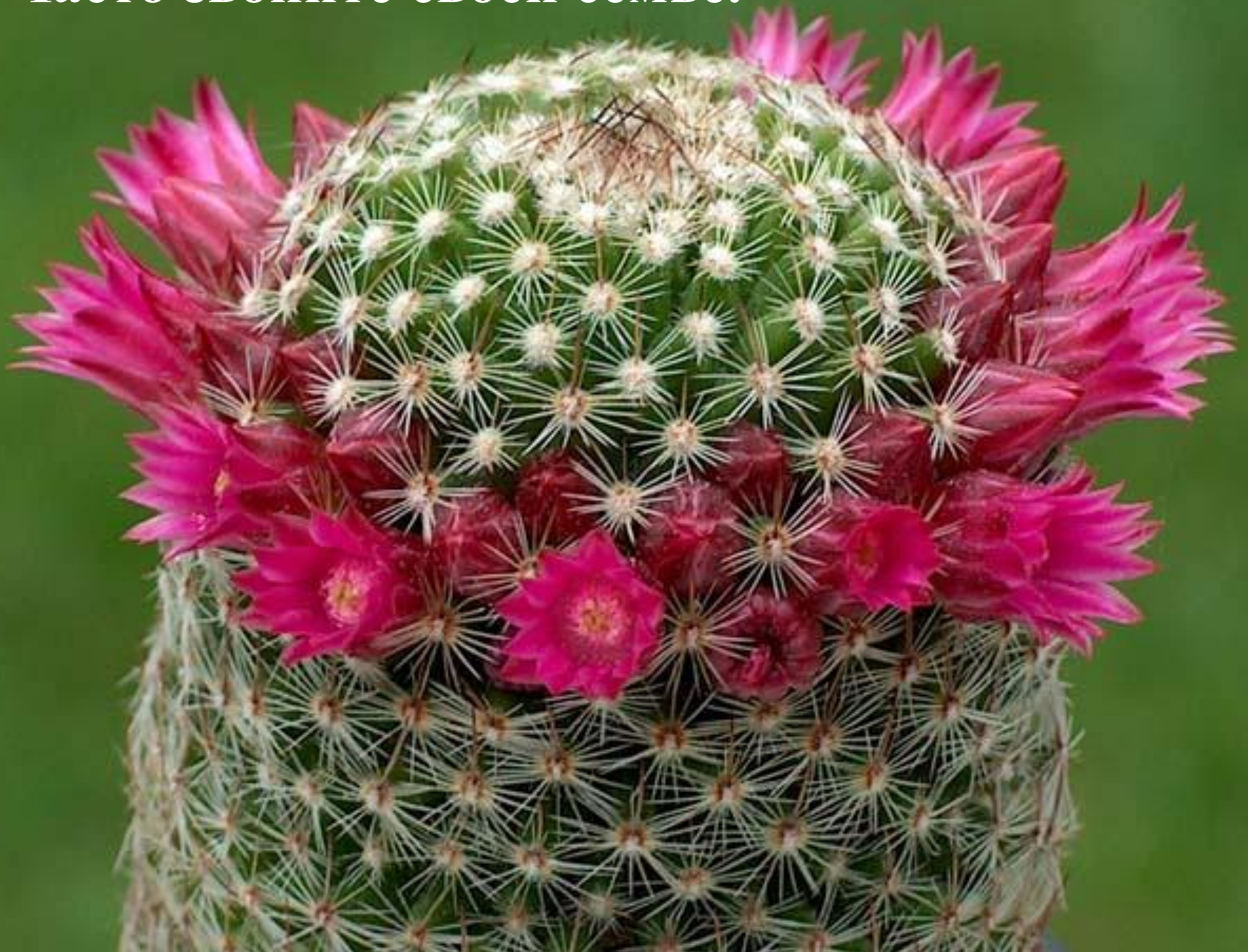
**Ваше внутреннее «Я» всегда счастливо.
Так будьте же счастливы!**



**Поступайте
по совести!**



Часто звоните своей семье.



**Каждый день делайте
что-нибудь хорошее для
других.**



**И пожалуйста, отправьте эти слайды тем, кто
Вам дорог.**

