

## **Dez princípios que te ajudarão a ser mais feliz**

Nos dias de hoje é muito comum vermos pessoas numa busca avassaladora para ser feliz. É fato que não podemos ensinar ninguém a ser feliz, deve vir de dentro de cada um esse desejo. No entanto, segue alguns princípios que se colocados em prática te ajudarão a viver uma vida mais prazerosa e feliz.

### **1- Aprenda a gostar de você e reconhecer seu valor.**

Olhe para você com mais carinho e respeito por si mesmo, busque seu posicionamento no Planeta Terra e jamais perca a sua essência.

### **2- Demonstre um bom astral**

As pessoas realizadas são aquelas que conseguem manter uma postura positiva mesmo nos momentos mais difíceis. Ficar reclamando ou de cara feia não resolverá seus problemas e muito menos sentir pena de si mesmo.

### **3- Descubra sua Missão**

Procure descobrir sua missão na Terra, o que te dá alegria, motivação para acordar entusiasmado e viver uma vida com significado. E ao chegar o fim do dia saber o quanto você é valioso e quão grande é sua contribuição para a humanidade.

### **4- Invista em você**

Nós somos arquitetos da nossa personalidade. Procure de acordo com suas metas e objetivos fazer investimento em sua pessoa e em todas as áreas da vida (espiritual, afetiva, mental, familiar, física, financeira e profissional). Lembre-se: é importante o equilíbrio entres as áreas para que a balança não penda para apenas um lado.

### **5-Aprenda a gerenciar seu tempo**

Arrume tempo para trabalhar, realizar seus sonhos, faça cursos, dê 100% de sua dedicação aos projetos com compromisso e responsabilidade. E lembre-se de incluir as pessoas que você ama em seus projetos.

### **6- Cerque-se de pessoas positivas**

Pessoas de bem com a vida procuram sempre falar de bons assuntos, portanto cerque-se de pessoas entusiasmadas, que acreditam no futuro e não ficam só fazendo previsões de mau agouro.

### **7- Comemore suas conquistas**

Compartilhe suas conquistas com pessoas que você gosta. Mesmo as pequenas conquistas devem ser celebradas com alegria. Faça festa, vibre, expresse sua alegria e agradeça ao Criador.

## **8- Tenha fé e atitude**

Não adianta nada fazermos projeto de vida e não acreditarmos na capacidade da concretização do mesmo, portanto é necessário agir com fé e determinação para que o projeto se realize.

## **9-Seja Solidário**

Reserve tempo em sua agenda para realizar um trabalho voluntário em uma entidade ou visitar uma pessoa doente. Muitas pessoas estão morrendo de solidão perto de você e basta um sorriso, um abraço ou uma boa conversa para fazer a diferença na vida desta pessoa e na sua também.

## **10-Estabeleça suas prioridades**

Todos nós temos vontade de realizar muitas coisas na vida, mas não é possível realizar tudo ao mesmo tempo. Portanto é necessário estabelecer prioridades, pois quem quer fazer tudo ao simultaneamente acaba não fazendo nada bem feito.

Este material pode ser reproduzido desde que citada a fonte.

Antonia Braz é Pedagoga, Psicopedagoga e Especialista em Gestão Recursos Humanos.