

## Семь принципов хорошего настроения

Настроение влияет на решения, а решения – на поступки.

Не я подчиняюсь своему настроению, а моё настроение подчиняется мне.

Мы должны выгнать депрессию! Если в церкви нет радости, это антиреклама Царства Божьего. Не депрессия должна вытеснять радость, а наоборот.

Вноси в свой банк памяти только позитивные мысли. Депрессия – это духовная интоксикация из-за негативной информации. Пропускай через себя позитивную информацию, а не негативную. Человек есть тот, чем он питается, какую информацию он через себя пропускает через глаза, уши, ощущения. Мы должны следить, чем питаемся и физически, и духовно. Мы должны готовить своё сердце прежде, чем идти в церковь.

Широко улыбайтесь, приветствуйте друг друга, дарите хорошие комплименты. Люди, которые умеют широко улыбаться, заключают самые удачные контракты. Когда ты говоришь (и по телефону) с кем-то, улыбаясь, у тебя разговор будет более продуктивный. Широкая улыбка – прекрасное лекарство от неловкости, придаёт чувство уверенности, побеждает страх, гонит тревогу, уничтожает уныние и отчаяние. Улыбка – отражение внутреннего состояния. Улыбка уничтожает враждебное отношение. Трудно злиться на человека, широко и искренне улыбающегося. Работай над своими гримасами.

Чтобы у тебя было стабильное позитивное настроение и состояние сердца, ты должен вооружиться следующими принципами:

### Псалом 33

1. Хвали Его всегда.

Источником хорошего настроения являются мои глубокие и стабильные взаимоотношения с Богом, как и хвала Ему во всякое время, и благодарное сердце перед Богом.

### Фил. 4:4-6

*Радуйтесь всегда в Господе; и ещё говорю: радуйтесь. Кротость ваша да будет известна всем человекам. Господь близко. Не заботьтесь ни о чём, но всегда в молитве и прошении с благодарением открывайте свои желания пред Богом*

Правильная молитва – один раз попросил и 10 раз поблагодарил за ответ.

2. Подари кому-нибудь хорошее настроение.

3. Добивайся своего любой ценой.

4. Будь реалистом перед Богом, а перед дьяволом и людьми исповедуй веру.

5. Для того, чтобы увидеть Его дела, надо вкусить, как благ Господь.

6. Не потеряй страх Господень.

7. Не мешай Богу сокрушать твой характер. Бог будет работать с тобой всю твою жизнь.

Вопросы:

1. Что питает депрессию, а что – хорошее настроение?

2. Для чего нужна широкая улыбка?

3. Перечислите семь рецептов хорошего настроения по 33 Псалму.