

## Be happy (sé feliz)

1. Muéstrate
2. sigue tu instinto
3. inspírate
4. deja de ser una víctima
5. haz todo aquello que sabes hacer bien
6. ama tu trabajo
7. míralo todo desde una nueva perspectiva
8. ten curiosidad por todo lo que te rodea
9. no te aíslas
10. júntate con los que quieres
11. márcate objetivos
12. acaba lo que empezaste
13. ayuda a los demás
14. olvídate por un día de las noticias
15. baila
16. mímate un poco
17. enfréntate a tus miedos
18. visita un museo
19. alguna decisión es mejor que ninguna decisión
20. haz ejercicios
21. desenchúfate de la tele
22. escucha música
23. mantente en contacto con la naturaleza
24. ánimo, tú puedes
25. busca el equilibrio
26. procura dormir bien
27. lee
28. compra flores
29. trata de llegar
30. programa un plan realista
31. no te compares con los demás
32. vive el momento
33. no seas injusto contigo mismo
34. acepta que la vida tiene momentos buenos y malos
35. piensa cada noche en las cosas buenas que te han sucedido hoy
36. deja que entren las nuevas ideas
37. cree en ti (el mejor estreno de la temporada, “es mi vida” protagonista : yo, divertida, inspiradora)
38. sé amable (cede el paso, tiende las manos, echa piropos, sé amable ya)
39. deja que la gente sepa lo especial que eres
40. sé honesto contigo mismo
41. no dejes que te obsesionen los pensamientos negativos
42. céntrate en crear lo que deseas
43. dedica tiempo simplemente a divertirse
44. da las gracias a las personas que te enseñan, que te apoyan, que te animan, e invítalas a tomar un café
45. no lo olvides: el dinero no puede comprar la felicidad
46. ofrece lo que ya no necesitas a quienes sí que pueden necesitarlo
47. valora quien eres en este momento
48. forma parte de un grupo
49. encuentra un espacio común
50. cuida el amor en tu vida
51. haz una lista de agradecimientos
52. ama a la madre tierra
53. hazlo lo mejor posible
54. no pierdas la esperanza, nunca sabes lo que el mañana te puede traer
55. nunca dejes de aprender
56. aprecia lo que tienes
57. cree en algo tan grande como tú mismo
58. permanece junto a tus amigos y tu familia (el amor nos cuida) sé honesto contigo mismo
59. sé honesto contigo mismo