



Артур Речапов

**Улучши Себя
раз и
навсегда!**

Артур Речапов

Улучши Себя раз и навсегда!

«Автор»

2026

Речапов А. А.

Улучши Себя раз и навсегда! / А. А. Речапов — «Автор», 2026

Уважаемый читатель! здесь собраны избранные цитаты известных философов, писателей политиков, актеров и других личностей - внесших свой вклад в развитие нашего мира, а так же пословицы и поговорки и 5 жизненных правил которые непременно улучшат Вашу жизнь! Не стоит забывать известное изречение А. С. Пушкина "Учись, мой сын: наука сокращает Нам опыты быстротекущей жизни" А жизнь действительно чрезвычайно скоротечная штука: не успел оглянуться и тебе уже 30, а дальше пойдет еще быстрее. Так не трать же ее на обиды, зависть и прочий негатив. А лучше прочитай хотя бы одно мудрое изречение. И пусть оно поможет тебе!

© Речапов А. А., 2026

© Автор, 2026

Артур Речапов

Улучши Себя раз и навсегда!

Сборник цитат и поговорок на каждый день, + 5 жизненных правил – без воды, чистый концентрат пользы!

Ну а ты чего стоял? Нужно было взять его за рога и выкинуть с площади.

– Я не могу.

– Почему не можешь?

– Потому что я маленький.

– Маленький, большой... Можешь или не можешь – это всегда тебе решать.

Когда ты найдёшь то, что полюбишь по- настоящему, ты сам удивишься, сколько всего ты сможешь.

Из фильма Легенда #17

Мы все учились понемногу

Чему-нибудь и как-нибудь.

А. С. Пушкин

1) Не важно, будешь ли ты лучше кого-то. Важно, будешь ли ты лучше, чем вчера Дзигоро Кано

2) власть над собой – это начало всех великих дел Пифагор

3) Не ищи признания у других, ищи его у самого себя Ральф Уолдо Эмерсон

4) Только пройдя через трудности, человек узнает силу своего характера Эпиктет

5) Не бойся медленно идти, бойся оставаться на месте Конфуций

6) Мы больше страдаем в воображении, чем в реальности Сенека

7) Успех – это способность идти от неудачи к неудаче, не теряя энтузиазма Уинстон Черчилль

8) Чем больше у человека внутренней силы, тем меньше он нуждается во внешнем одобрении Лев Толстой

9) Слабый никогда не прощает. Прощание это удел сильного Махатма Ганди

10) Лень делает все трудным, а труд – все легким Бенджамин Франклин

11) Нет ничего, что было бы хорошим или дурным, но делает его сознание таковым Шекспир

12) Величайшее открытие – это то, что человек может изменить свою жизнь, изменив свое отношение Уильям Джеймс

13) Если человек не идет вперед, он идет назад Иоган Вольфганг Гете

14) Мудрый человек требует всего лишь от себя, ничтожный – от других Лев Толстой

15) Никто не может унижить тебя без твоего согласия Элеонора Рузвельт

16) Тот, кто не может подчиняться себе, будет вынужден подчиняться другим Бодо Шефер

17) Предосторожность проста, а раскаяние многосложно Иоган Вольфганг Гете

18) Мы не имеем никакого права быть недовольными этой жизнью. Если нам кажется, что мы недовольны ею, то это значит только то, что мы имеем основание быть недовольными собою. Лев Толстой

19) Растут люди только испытаниями. Хорошо знать это и так принимать выпадающие на нашу долю горести, облегчать свой крест тем, чтобы охотно подставлять под него спину. Лев Толстой

20) Не заботьтесь о том, чтобы другие любили вас. Любите, и вас будут любить. Лев Толстой

21) Не хвали себя, не осуждай и не спорь. Лев Толстой

22) Когда мы больше не в состоянии изменить ситуацию, нам надо менять себя Виктор Франкл

23) Неудача – это просто возможность начать снова, но уже более мудро Генри Форд

24) Либо вы управляете Вашим днем, либо день управляет вами Джим Рон

25) Каждый, кто перестает учиться, – стареет, неважно, в 20 или 80 лет, а любой другой, кто продолжает учиться, остается молодым. Самое главное в жизни – это сохранить мозг молодым. Генри Форд

26) Успешные люди вырываются вперед, используя то время, которое остальные используют впустую. Генри Форд

27) Ничего особенно не трудно если, разделить работу на небольшие части Генри Форд

28) Время не любит, когда его тратят впустую. Генри Форд

29) Люди чаще капитулируют, чем терпят крушение. Генри Форд

30) Воздух полон идей. Они постоянно стучатся к вам в голову. Вы просто должны знать, чего вы хотите, затем забыть это и заниматься своим делом. Идея придёт внезапно. Так было всегда. Генри Форд

31) Человек умирает тогда, когда перестаёт меняться, а похороны – просто формальность. Генри Форд

32) Если Вы думаете, что у Вас всё получится, значит так оно и будет. Если Вам кажется, что у вас ничего не выйдет, – так и случится. И в том, и в другом случае вы оказываетесь правы. Генри Форд

33) Жизнь, как я ее понимаю, не остановка, а путешествие. Даже тот, кто думает, что он «остановился отдохнуть», не пребывает в покое, а, по всей вероятности, катится вниз. Генри Форд

34) Деньги человека не меняют, они просто снимают с него маску. Если человек сам по себе эгоист или жадный, деньги просто покажут это. Генри Форд

35) Вы живой магнит. То, что вы притягиваете в свою жизнь, пребывает в гармонии с вашими доминирующими мыслями Брайан Треси

36) Есть только один способ избежать критики: ничего не делайте, ничего не говорите и будьте никем. Аристотель

37) Какой бы мрачной ни была твоя жизнь, открой глаза и постарайся увидеть возможности. Ты увидишь потому что они есть всегда. Ник Вуйчич

38) Если ты угнетен, значит живешь в прошлом. Если встревожен, значит, живешь в будущем. Если умиротворен, значит, живешь в настоящем Лао Цзы

39) Если вы хотите получить то, чего у вас никогда не было, будьте готовы делать то, чего никогда не делали. Томас Джефферсон

40) Секрет изменения – сосредоточить всю свою энергию не на борьбе со старым, а на создании нового. Сократ

41) Чувство юмора крайне важно. Это ваша броня. Эми Ньюмарк

42) Страх – это тюрьма, в которую ты садишь себя сам. Пауло Коэльо

43) Пока ты боишься потерять, ты уже проиграл. Лао-цзы

44) Никогда не мстите подлым людям. Просто станьте счастливыми и они этого не переживут. Юрий Никулин

45) Чем яснее ты видишь себя, тем труднее тобой манипулировать. Виктор Франкл

- 46) Человек становится свободным только тогда, когда перестает зависеть от чужого мнения. Иммануил Кант
- 47) Когда человек теряет смысл, он ищет удовольствие. Виктор Франкл
- 48) Там, где заканчивается терпение, начинается сила. Брюс Ли

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.