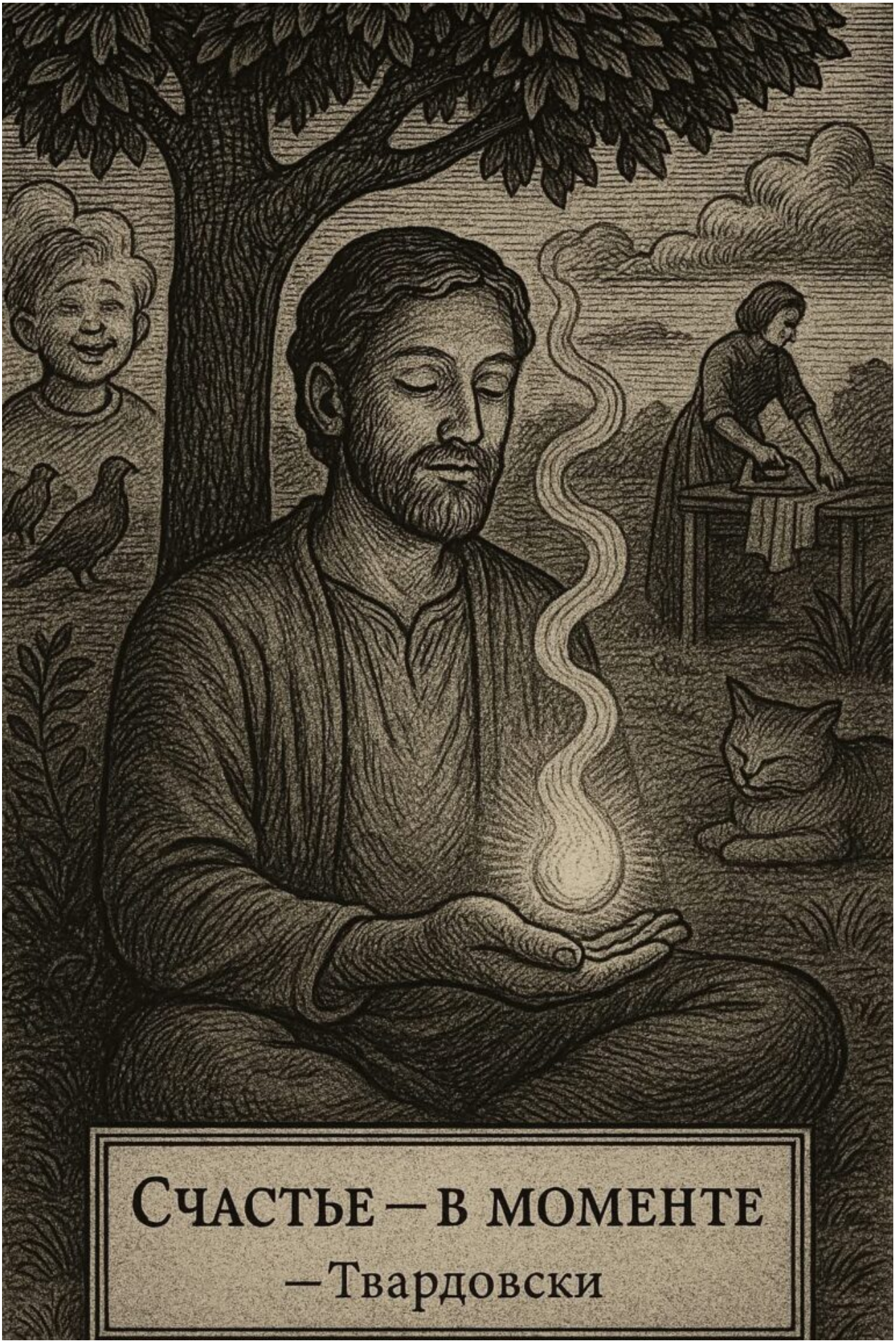
Счастье- в моменте


Счастье – в моменте
–Твардовски

СЧАСТЬЕ — НЕ КОГДА ТЫ ВСЁ ИМЕЕШЬ, А КОГДА ТЫ ПОЛУЧАЕШЬ УДОВОЛЬСТВИЕ ОТ ТОГО, ЧТО ИМЕЕШЬ.

Так вот, представь, у тебя в руках яблоко. Простое, красное, с каплями воды на кожуре. Ты можешь его съесть, ощущая хруст и сладость, можешь подкинуть в воздух, наблюдая за его траекторией, а можешь даже посадить семечко в землю, рассчитывая на дерево в будущем. Но если ты держишь яблоко и думаешь: «Почему не ананас?» — ты уже проиграл.

Мы все в каком-то смысле коллекционеры. Одни собирают деньги, другие — знания, третьи — разочарования. Какой смысл в сундуке, доверху набитом золотом, если ты всю жизнь сидишь на нём, как старый дракон, боясь потратить хоть монетку? Ведь золото имеет ценность только тогда, когда ты его тратишь.

Люди гонятся за счастьем, как дети за радугой. А оно — здесь и сейчас. Прямо в этом моменте. В утреннем луче солнца, пробивающемся сквозь занавески. В запахе кофе. В случайной улыбке незнакомца. В тишине после долгого дня.

Но нет, ум требует большего: хочет славы, хочет признания, хочет быть выше, быстрее, сильнее. И вот ты уже несёшься в этой бесконечной гонке, не замечая, что круги по стадиону — это просто круги, а финиша нет.

Счастье — это не конечная точка, не медаль на шее, не гора, на вершине которой вдруг заиграют ангельские трубы. Это способ идти, способ видеть, способ быть.

ЖИЗНЬ — ЭТО НЕ О ТОМ, ЧТОБЫ ПОЛУЧИТЬ ВСЁ, ЧТО ТЫ ХОЧЕШЬ. ЭТО О ТОМ, ЧТОБЫ НАУЧИТЬСЯ ХОТЕТЬ ТО, ЧТО У ТЕБЯ УЖЕ ЕСТЬ.

А теперь спроси себя: ты вообще знаешь, что у тебя есть? Не то, что хочется, а именно то, что уже в руках?

Человек — странное существо. Когда у него пустые карманы, он мечтает о деньгах. Когда деньги приходят, он думает, что теперь ему не хватает любви. Когда появляется любовь, вдруг

оказывается, что ему бы ещё здоровья. И вот он идёт, словно ослик за привязанной впереди морковкой, не замечая, что за спиной у него целый сад.

Счастье не громкое. Оно не вырывается в новости, не требует фанфар. Оно тихо сидит в уголке, ждёт, когда его заметят. Но беда в том, что мозг — мастер игнорировать очевидное.

Хочешь знать, что у тебя есть? Закрой глаза. Представь, что завтра утром ты проснёшься, но исчезнет всё, чему ты не уделял внимания. Вот проснулся — а нет горячего чая, потому что ты никогда не задумывался, как приятно держать в руках тёплую кружку. Нет любимой музыки, потому что ты давно слушал её фоном, а не сердцем. Нет близких людей, потому что ты не говорил им, как они важны.

ТАК ВОТ. ЧТОБЫ НЕ ПРОСНУТЬСЯ В ПУСТОТЕ, НАЧНИ ЦЕНИТЬ, ПОКА У ТЕБЯ ЭТО ЕСТЬ.

Совет простой, но сложный: замедлись. Почувствуй. Не пробегай по жизни, как турист по городу, а всматривайся, как художник в каждый мазок.

И подытожим. Тебе не нужен миллион, чтобы быть счастливым. Не нужен идеальный партнёр, чтобы любить. Не нужен другой мир, чтобы почувствовать магию. Всё уже здесь. Вопрос не в том, чтобы заполучить что-то ещё. Вопрос в том, чтобы научиться видеть то, что уже есть.