

УРОКУ
РАДОСТИ
И СЧАСТЬЯ
ОТ САМЫХ
МАЛЕНЬКИХ



Живите настоящим.

Наверное, такую картину видел каждый: ребенок играет, падает, разбивает коленку, начинает захлебываться рыданиями, а через секунду, позабыв о своих синяках и ссадинах, снова веселится, радуется и смеется. Дети не держатся за свои отрицательные эмоции, они легко отпускают их и продолжают наслаждаться жизнью. Взрослые же люди продолжают думать о плохом, даже когда оно осталось далеко позади.

Нельзя жить прошлым. Наша жизнь – это то, что происходит здесь и сейчас.

“Вчера” уже умерло, “завтра” еще не родилось, у вас есть только “сегодня” для того, чтобы чувствовать, жить, думать, радоваться, что-то менять и т.д. Вы не сможете быть счастливыми, пока не научитесь ценить настоящий момент.

Сосредоточьтесь на хорошем.

Когда ребенок играет, он счастлив. Он увлечен своими игрушками и не думает ни о чем другом, именно поэтому в процессе он получает столько удовольствия. У взрослых, к сожалению, все иначе. Даже веселясь с друзьями, многие продолжают думать о недоделанном проекте, о неоплаченном счете, о проблемах с соседями и т.д. Иногда необходимо позабыть о неприятностях, чтобы получить полноценное наслаждение жизнью. О плохом вы всегда можете подумать позже.

Используйте воображение.

Дети постоянно используют всю свою фантазию. Они не ограничивают себя комнатой, в которой они играют, им представляются драконы, старинные замки, сокровищницы и принцы с принцессами. Поэтому их игры столь увлекательны и интересны. Те, кто с годами разучились пользоваться своим воображением, закрыты для новых возможностей. Они так и остаются в пустой комнате. А те кто мыслит творчески, получают замки.

Верьте в то, что невозможное возможно.

Для детей нет ничего невозможного. Они безгранично верят в себя и свои возможности. Им кажется, что при желании они даже смогут научиться летать. Жаль, что вырастая, многие забывают об этом. Люди сами загоняют себя в рамки. Вспомните себя маленькими, вспомните, что в мире нет ничего невозможного.



Не зацикливайтесь на возрасте.

Дети никогда не думают о своем возрасте, им кажется, что впереди у них целая вечность. Для взрослых же возраст очень важен. Он служит им хорошим оправданием. Они многое не могут позволить себе лишь из-за собственных страхов, но при этом они обманывают сами себя шаблонной фразой: "Уже слишком поздно". Помните, никогда и ни для чего не бывает слишком поздно.

Радуйтесь чаще.

Дети так часто улыбаются и смеются, потому что они умеют находить радости в мелочах. Они восхищаются, когда видят бабочку, веселятся прыгая через лужи, наслаждаются обычным пломбиром. Дети берут от жизни лишь самое хорошее. Никогда не ругайтесь на свою судьбу. Лучше скажите ей спасибо за все то чудесное, что происходит с вами.

Будьте добры к людям и доверяйте им.

Дети открыты и доверчивы ко всем, кто их окружает. Они не хотят никому вреда и не думают, что кто-то может причинить вред им. Взрослые часто бывают жестоки даже с близкими людьми. Они могут обидеть, отказать в помощи, оскорбить. Также по мере взросления, люди приобретают еще одно отрицательное качество – подозрительность. Многим кажется, что все вокруг имеют лишь плохие намерения.

Невозможно стать счастливым человеком, если вы постоянно причиняете вред другим и ждете его же в ответ. Доброта и любовь – вот два главных составляющих счастья.

Верьте в свою мечту.

Дети абсолютно уверены в том, что все их желания исполняться и не сомневаются в этом ни на секунду. Вы можете сколько угодно твердить мальчишке, мечтающему стать космонавтом, что это очень сложная и опасная профессия, но он все-равно не станет вас слушать.

Пока он наверняка знает, что его мечта сбудется и делает все, чтобы приблизить этот момент – читает книги про космические корабли, изучает звезды, упражняется, чтобы укрепить здоровье и т.д. Взрослые люди слишком обременены ненужными заботами и у них часто не бывает времени на собственные мечты и желания. Столкнувшись с первым же препятствием, они отказываются от того, к чему стремились долгое время.



Дорожите счастьем, дорожите!
Замечайте, радуйтесь, берите
Радуги, рассветы, звезды глаз -
Это все для вас, для вас, для вас.

Услыхали трепетное слово -
Радуйтесь. Не требуйте
второго.

Не гоните время. Ни к чему.
Радуйтесь вот этому, ему!

Эдуард Неадов

