



Иван Миланов Петров

Ода за щастието

„Не зацикляйте. Опитвайте всевъзможни начини да промените живота си. Може би така ще налучкате варианта, в който ще се чувствате щастливи. Ако се чувствате нещастни в даден момент, НЕ СЕ СТРАХУВАЙТЕ, всички хора се страхуват поне веднъж в живота си, а повечето дори и по-често от вас. Не се страхувайте ако не знаете какво да правите с живота си, познавам хора на 50, които все още не знаят. ТАНЦУВАЙТЕ. ДВИЖЕТЕ СЕ. Човешкото тяло е най-съвършеното творение на природата. Не го игнорирайте. Не пилейте тази природна даденост, а я използвайте разумно. Движението дава жизненост, енергия и съвсем нов поглед върху живота. Ако танцувате по 15 минути на ден ще бъдете по-здрави и по-щастливи, ако тичате по 15 минути на ден ще остарявате значително по-бавно. Изхвърлете всички негативни мисли. Нервните клетки не се възстановяват. Колкото и да тормозите главата си с мрачни мисли и самообвинения, НЕ МОЖЕТЕ ДА ПРОМЕНИТЕ МИНАЛОТО. Никой не може. Но МОЖЕТЕ да промените настоящето. Настоящото е във ваши ръце и ако наистина искате – вие можете да го промените. Трябва просто ДА ПОВЯРВАТЕ в собствените си възможности, и повярвайте ми: ако промените настоящето си, ще можете да промените и бъдещето си. Запознайте се с нови хора и ОПОЗНАЙТЕ СВЕТА през техните очи. Ще бъдете изненадани, колко много неща ЩЕ НАУЧИТЕ. Животът е едно огромно училище. От вас зависи дали ще тичате нетърпеливи в час или ще бягате от училище. ПЪТУВАЙТЕ. Насладете се на красотата на природата, на нейните причудливи създания, на нейните невероятни форми. Има толкова много места, на които не сте били. Не си струва да ги изпускате. Всеки проблем си ИМА РЕШЕНИЕ. Ако не можете да намерите решение дълго време, трябва да се запитате: «Дали това е правилният метод?» Опитайте други решения. Ако пак не успеете, поискайте помощ от приятел. Той може да ви посочи решението, което през цялото време е било пред очите ви, и докато намерите решението, ще научите нови неща един за друг и ще си станете още по-близки. ЖИВЕЙТЕ така, сякаш всеки ден ви е последен и се радвайте на всеки миг, в който сте под слънцето. ИЗБЕРЕТЕ СИ ХОБИ. Въобще изберете си нещо, което да правите в свободното си време, колкото и глупаво да е то. По-добре да правиш нещо, отколкото да не правиш нищо. Времето, прекарано в седене или в гледане на телевизия, е пропиляно. По-добре е разглеждането на любимите бирени капачки, отколкото нехайният мързел. Ако имате хоби, ще се зареждате с положително настроение и радости. ВЗЕМЕТЕ СИ ДОМАШЕН ЛЮБИМЕЦ. Той ще ви развлеча, и ако го погледате докато сте в лошо настроение,

той ще бъде чудодейно лекарство. СМЕЙТЕ СЕ. Всеки ден по малко, но от сърце. Припомняйте си весели случки от миналото си и се смейте на наивността си. Радвайте се на малките неща. ПРЕЖИВЕЙТЕ очарованието на разтапящия се в устата шоколад. Обичайте нещо – желе от дюли, капучино, овчарска салата, обичайте животните, да наблюдавате птиците, повей на вятъра, шума на листата. ОБИЧАЙТЕ. Няма да повярвате каква огромна сила се крие в любовта. Тя може да ви накара да направите неща, които в момента ви изглеждат невъзможни. Тя може да ви накара да давате всичко от себе си и да бъдете повече себе си, за да постигате чудеса. ПОСТАВЯЙТЕ СИ ЦЕЛИ. Преследвайте ги. Постигайте ги. Всяка постигната цел е покорен връх. Всички върхове могат да бъдат покорени, а усещането всеки път е невероятно и неповторимо. САМОУСЪВЪРШЕНСТВАЙТЕ СЕ. Опитвайте се всеки изминат ден да тичате ПОВЕЧЕ, или ПО-БЪРЗО, да плувате повече, или ПО-ДАЛЕЧ, да скачате ПО-ДЪЛГО, или ПО-ВИСОКО. И вярвайте, че каквото и да сте постигнали, то НЕ Е ГРАНИЦАТА на вашите възможности. А е само прелюдия към следващите ви успехи. Знайте, че щастието ви трябва да е плод на дълга еволюция, еволюция на ума, която трябва да извървите. Вашият жизнен път – това е цената на щастието, която трябва да платите. Изправени сте пред една дилема – какво ще изберете, дали ще живеете така, както сте живели досега, или ще изберете живота. Помислете внимателно, защото щастието не е факт – то е начин на мислене. ВКУСЕТЕ ЖИВОТА. Помислете дали искате да преминете през живота или ще се оставите животът да премине през вас. Така че наслаждавайте се на живота .“

Холограмата угасна и човекът изчезна. Джак изумено погледна Джо и попита шашнато:

– К'во бе' т'ва?

– М' не 'нам!

Разнесе се гръм. Двамата погледнаха оловно-сивото небе.

– Айч 'одиме, щот' 'ного вѐн – лошо. – Извика Джо и двамата побързаха да слязат от бунището, където бяха тръгнали на лов за плъхове, защото не бяха яли от три дни. Бързаха към дупката, в която живееха и зарязаха холоуредата, на който пишеше: „Позитивна философия при депресии и психически сривове“. Той не им трябваше, защото нито можеха да четат, нито уредът ставаше за ядене. Имаше защо да бързат. Озонов слой отдавна нямаше и всяка изминала секунда навън застрашаваше живота им. Отгоре на всичко, облаците приближаваха. Първите капки удариха земята. Започваше да вали киселинен дъжд.

КРАЙ

© Иван Миланов Петров

Източник: <http://bezmonitor.com>

Свалено от „Моята библиотека“ [<http://purl.org/NET/mylib/text/1968>]