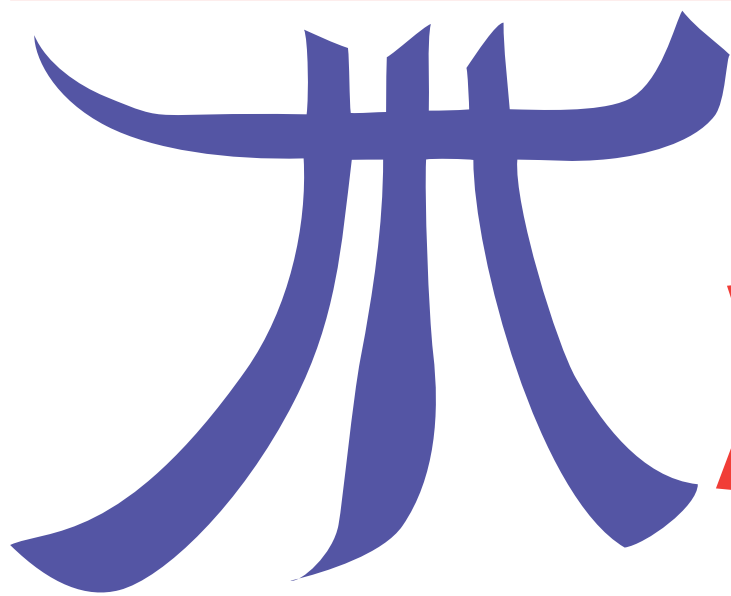


4 Как следить за новостями
и мировыми процессами

6 Как ответить на
вопрос «чего я хочу?»

10 Секрет из Тибета:
горячая вода по утрам

№8 (236) 2022



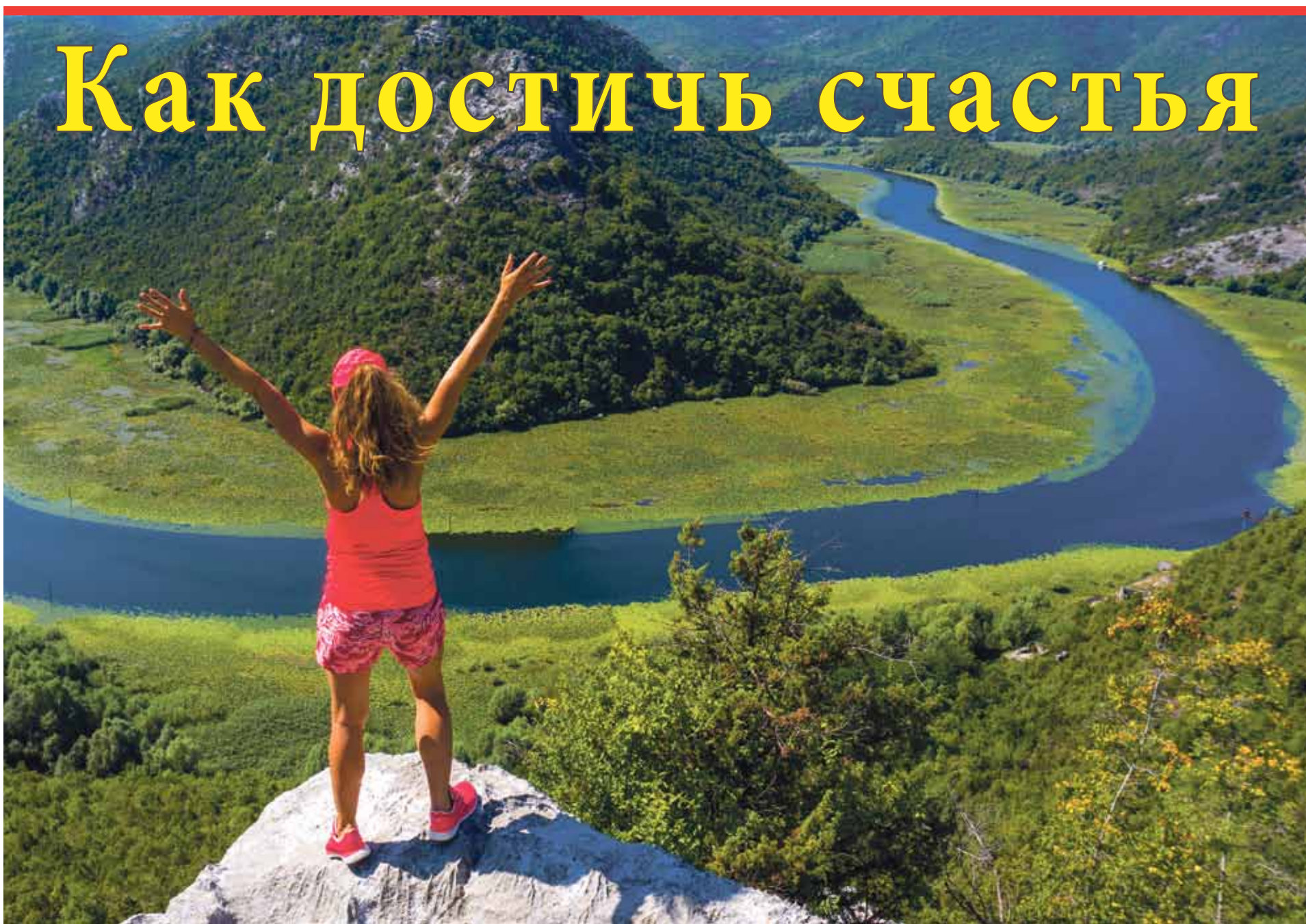
А Й Н А

ЖИЗНИ



ПОЗНАВАЙ, РАЗВИВАЙСЯ, ЖИВИ ОСОЗНАННО!

Как достичь счастья



**Что такое счастье?
Наверняка услышу в
ответ: «у каждого свое
представление о сча-
стье». Позвольте с вами
не согласиться!**

Счастье — в самом ощущении счастья! Вот когда вы это чувство переживаете, это и есть счастье. Для него не нужна причина, оно само по себе. Это базовое ка-

чество человека, его природа. Так же, как любовь, благодар- ность, покой. Это для радости нужны внешние источники, и она быстро проходит. Радость — это не чувство, а эмоция!

Попробуем дать определение слову «чувство». В интернете я не нашел вразумительного определения. Чувства постоянно смешивают с эмоциями. При- шлось обратиться к толковому словарю.

Чувство — своеобразная форма отражения действительности, в которой выражается отноше- ние человека к миру. В отличии от эмоций, чувства присущи толь- ко человеку. Основные особен- ности чувств, по которым люди отличаются друг от друга — на- правленность чувств, их глубина, устойчивость, действенность.

Когда мы счастливы, мы не ищем в этом состоянии никакой выго- ды, счастье ценно само по себе.

Дети ближе к Богу, и свое вну- треннее состояние счастья они выражают через внешние объек- ты. Ах, цветочек! Ммм, бабочка!

У взрослых наоборот — вот бу- дут деньги, тогда и порадуясь. И проводят жизнь в погоне за счастьем, поставив его в за- висимость от внешних объектов. Если подумать, то целью любой деятельности человека является достижение состояния счастья, радости. Это необходимая атмос-

фера для жизни. Если вы не соз- дадите такую атмосферу, то все, что у вас есть — обладание веща- ми, успешная карьера и прочие мирские блага — по их достиже- нии утрачивают смысл. Все будет впустую.

Вспомним фильм «Москва сле- зам не верит»: «Молодец ты, Катя! Мы своим ребятам тебя всегда в пример ставим. Всего,

Продолжение на 5 стр.