**РЕКОМЕНДАЦИИ УЧАЩИМСЯ**

**Как стать счастливым человеком**

 [](http://nperov.ru/schaste/kak-stat-schastlivym-chelovekom/)

**Что значит «стать счастливым»?**

«Стать счастливым» уже стало неким надоевшим ярлыком, наподобие заезженного рекламного слогана, смысл которого давно истерся от слишком частого употребления. Многие недоумевают, когда слышат вопрос «счастливы ли вы» и не знают что ответить.

Между тем, счастье это вполне достижимая вещь, просто надо знать, где его искать и многие люди, на мой взгляд, ищут его в тех местах где его нет. Так что же такое счастье? Прежде чем ответить на этот вопрос, давайте сначала скажу о том, что не является счастьем.

**Почему поиски счастья часто оказываются безуспешными?**

Многие из нас пребывают в поисках счастья всю жизнь, пытаясь найти его в разных вещах и, не находя его там, бросают эти вещи и обращаются к новым в своих бесконечных поисках. Кто-то пытается найти его в обладании предметами, деньгами, в перемене мест, в смене любовных партнеров, в острых ощущениях, во власти, в работе, в религии или увлечении светскими идеями, в удовлетворении всех своих физических желаний.

Но чаще всего это происходит безрезультатно, потому что счастье не там. Одно лишь обладание этими вещами не принесет вам ничего кроме временного удовлетворения, вслед за которым возникнут новые потребности, требующие своего насыщения. Тогда как отсутствие этих благ, в том случае если вы стали зависимым от них, сделает вас несчастным! Не очень честно, не правда ли?

**Что такое счастье?**

Счастье содержится не в обладании чего-то, оно существует, в какой-то степени, безотносительно вещей, которые вы имеете. И, поэтому, его не так легко обрести, так его не купишь, как бы банально это ни звучало. Но в то же время, его сложно потерять, так как оно не уходит насовсем вместе с исчезновением чего-то в вашей жизни. Счастье — это не временное состояние, а скорее результат каких-то навыков, это то, что нужно еще воспитать, развить в себе.

Но если уж говорить о счастье как о состоянии, то лучше назвать это вашим «метасостоянием», то есть тем, что стоит над всеми мелкими и повседневными невзгодами, образует собой общий знаменатель, суммирующий ваше отношение к жизни и то, что жизнь дает вам в ответ. Счастье — это не наслаждение! Это не временное наваждение, не эйфория, а размеренная, спокойная радость, гармония и баланс, уверенность и удовлетворенность.

Счастье не достигается просто путем суммирования всех ваших достижений, радостей и вычитания из этого ваших неудач и страданий. Это, как я уже сказал, больше отражает ваш взгляд на вещи, состояние вашего духа, которое существует независимо от мелких происшествий в вашей жизни. В общем, счастье — оно внутри, и достигается работой над собой и формированием правильного, позитивного взгляда на вещи, его не приобретешь ни дорогими покупками, ни переменой мест, сначала его нужно достичь в себе! А потом придет все остальное, внешнее.

Разве можно стать счастливым, просто сменив место обитания, когда вместе с багажом вы увезете в себе болезненный груз ваших душевных проблем, которые не разрешаться просто из-за смены места. Разве большое количество денег, дорогие машины принесут вам радость жизни, если внутри у вас зияет [бездна страхов](http://nperov.ru/soznanie/kak-izbavitsya-ot-straxa-15-metodov/), сомнений и неудовлетворенности? Эти вещи могут дать вам только временное облегчение.

**В поисках счастья**

Если вы не сможете быть хоть немножко счастливы с тем что имеете сейчас, в том месте, где обитаете в данный момент, если везде вы видите только плохое и вините во всем окружающие обстоятельства, то вам, увы, не видать счастья ни в чем, если вы не станете работать над собой и исправлять, в первую очередь, себя. Конечно сейчас вам может казаться, что вот именно отсутствие каких-то благ, машин, яхт, драгоценностей, дорогих вещей делает вас несчастливыми, но стоит только их заполучить вы станете счастливым.

Нет, это ошибка. Это и есть все те «ложные» ходы в нашем воображаемом лабиринте, которые никуда не ведут, а просто тешат вас призрачной надеждой.

Человека мотает из крайности в крайность в силу какого-то внутреннего наваждения. Неудовлетворенность, страдание, отсутствие целей и устремлений заставляют его судорожно искать выход и перебирать знакомые решения: деньги, еда, наркотики, статус, слава, религия, общественные идеи, власть, тусовки, субкультуры. Метаться от одного к другому, но в итоге, после временного удовлетворения все равно возвращаться в исходную точку — к страданию и неудовлетворенности. Стремление к счастью, гармонии, целостности в то же время, бегство от страдания — очень сильные побудительные мотивы человека.

**Счастье — это независимость от желаний**

Счастье — это не отсутствие желаний, это просто отсутствие полной зависимости от факта их удовлетворения. Счастливый человек по-прежнему может желать и денег, и машину, и хорошую работу. Но эти желания не делают его своей марионеткой, они не ставят его внутреннее благополучие в полную зависимость от себя! Если у него нет этих вещей, он все равно остается счастливым.

Да у него есть цель добиться этих благ и он планомерно движется к ее осуществлению, которое сделает его более довольным своей жизнью, ее внешними атрибутами. Но если он этого не достигнет, то это не ввергнет его в отчаяние, ведь у него не сводится свет клином на этих вещах, основное назначение у него другое и она лежит по ту сторону всех материальных благ.

Счастливые люди более энергичны, они готовы достигать своих целей и не выдумывать себе преград для этого, они более свободны, более гибки и более рассудительны. Они не ослеплены, не одурманены навязчивыми желаниями.