

Можно ли обрести гармонию на всю жизнь?

Гармония в жизни. Все пытаются поймать её за хвост, как Иванушка Жар-птицу.

В то время как Иванушка хватает Жар-птицу – и в мешок, пытаюсь схватить гармонию, человек довольствуется лишь её бликами, осознанием своего минувшего состояния и упоением им в своей памяти.

Может ли человек жить в гармонии с собой здесь и сейчас, в текущий момент? Нет. Потому что счастье никогда полным не бывает.

Если спросить взрослого человека в момент его наивысшего воодушевления, счастлив ли он, то скорее всего ответом будет, что он безумно рад, и ему хорошо, но вы никогда не услышите: «Как я счастлив!» Проверено на опыте.

При этом он может даже осознавать, что действительно счастлив. Тем не менее, вслед за мыслью о своём счастье тут же мелькнёт другая мысль – о том, что жизнь полосатая, и это лишь затишье перед бурей. Действительно, никто не может сделать человека несчастным или счастливым, только его собственное ощущение того или другого.

Именно счастье ассоциируется с гармонией в сознании человека. Счастье и гармония не совпадают по смыслу. Если счастье – это буря положительных эмоций, действующих возбуждающее на человека. Физиологи отмечают, что состояние счастья сопровождается повышенным уровнем гормона эндорфина в организме человека. Гармония – внутреннее успокоение, состояние душевного равновесия. Она может переходить в экзальтацию и вызывать ощущение счастья. Таким образом, гармония и счастье – разные понятия по семантическому значению. Общее у них одно: оба быстро ускользают от человека.

Гармония и счастье всегда мимолётны. Тем не менее, счастье мы чувствуем, потому что каждая клеточка у счастливого человека улыбается и трепещет. Душевное равновесие зачастую не осознаётся. Это нормальное состояние души, когда нам хорошо, и всем

вокруг нас – тоже. В таком состоянии мысли спокойно текут в голове или их вообще нет, потому что не возникает потребности решать какую-нибудь очередную важную задачу в жизни. Ведь и так всё хорошо, к чему же ещё нужно что-то делать? Если наступила фаза полного душевного покоя – не к чему стремиться, не о чем жалеть.

Мы все хотим обрести гармонию в жизни. Но какую именно гармонию мы хотим? Наличие денег и других материальных ценностей не может гарантировать гармонии, наличие регалий дарует нам удовлетворение собственного тщеславия, но не приносит душевного спокойствия, здоровье – бесценный дар, но мы осознаём это, когда дар начинает исчезать с годами, поэтому здоровье дарит нам ощущение гармонии лишь в связи с отсутствием болезней. Бесконечно мы пытаемся обрести гармонию с самим собой и с окружающими.

Человек всегда стремится к стабильности. Это заложено в его геноме – из поколения в поколение передаётся этот кусочек ДНК, связанный с инстинктом самосохранения. Общественные понятия пронизаны желанием человека быть уверенным в завтрашнем дне, надеждой, что всё всегда будет хорошо, следовательно, стабильно, по крайней мере, не хуже. Например, построить дом – так на века, полюбить – так до гроба, выйти замуж – раз и на всю жизнь. Поэтому, когда речь идёт о достижении гармонии во всём: в семье, на работе, в себе самом, – это должно длиться всю жизнь. Один раз достиг гармонии – и можно думать, что так будет продолжаться всегда.

Ничего подобного. Покоя нет во Вселенной. Существование такого феномена, как развитие, сопровождается непрерывным изменением. «Всё течёт, всё изменяется», – слова Гераклита. Гармония, конечно, связана с чувством покоя, но это лишь субъективное ощущение того, что изменений нет. Они есть, просто увидеть их сложно. Вот почему так моментально ускользает чувство гармонии. Поэтому постоянно надо что-то перестраивать, как-то стабилизировать ситуацию, чтобы снова ее ощутить.

Природа кажется настолько гармоничной в первозданном виде, почему же человек не может оставаться в состоянии гармонии всю жизнь? В действительности в окружающем мире тоже постоянно происходят изменения, только циклические. Если посмотреть на человеческую жизнь как бы со стороны, то можно заметить, как чёрные полосы сменяются белыми.

Связывать гармонию в жизни с комфортом было бы неправильно. Ведь комфорт не

Можно ли обрести гармонию на всю жизнь

Автор: admin

17.04.2011 23:55 - Обновлено 31.10.2014 05:01

предполагает стремления к улучшению себя и своей жизни. Гармония же с её изменчивостью направлена на развитие человека и совершенствование условий его существования.

Пока мы живы, мы ищем и находим гармонию!

Автор - **Анна Дуварова**

[Источник](#)