



Лора Дан

# Состояния Духа

40 прозаических миниатюр

Лора Дан

**Состояния Духа**

«Издательские решения»

**Дан Л.**

Состояния Духа / Л. Дан — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-747888-9

Приветствую тебя, мой читатель! Приглашаю тебя в путешествие по «лабиринту» Души! Она так глубока, так непостижима, так загадочна!..В книге — 40 прозаических миниатюр. Они раскрывают самые разные состояния нашей Души. Выбор, гармония, торжество, приверженность, благодарность... Какие удивительные состояния переживаем мы в течение своей жизни! Дорогой читатель, пусть это путешествие будет интересным для тебя! С теплом, Лора Дан.

ISBN 978-5-44-747888-9

© Дан Л.

© Издательские решения

## Содержание

1. Безмятежность	6
2. Гармония	7
3. Радость	8
4. Благодарность	9
5. Смех	11
6. Отрешённость	13
7. Мудрость	14
8. Прощение	15
9. Выбор	16
10. Торжество	17
11. Честность	18
Конец ознакомительного фрагмента.	19

# Состояния Духа

## 40 прозаических миниатюр

### Лора Дан

© Лора Дан, 2016

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Приветствую тебя, мой читатель! Приглашаю тебя в путешествие по «лабиринту» Души!

Она так глубока, так непостижима, так загадочна!..

В книге – 40 прозаических миниатюр. Они раскрывают самые разные состояния нашей Души. Выбор, гармония, торжество, приверженность, благодарность...

Какие удивительные состояния переживаем мы в течение своей жизни! Дорогой читатель, пусть это Путешествие будет интересным для тебя!

С теплом, Лора Дан.



(В книге использованы фотографии, сделанные автором).

## 1. Безмятежность

*Сохраняй терпение и не забывай,  
что всё в этом мире преходяще.  
(Пауло Коэльо).*

День был тихим, и, казалось, самым обычным. Лёгкий ветер, щебетанье птиц. Негромкое, ненавязчивое, скорее успокаивающее. Небо серо – голубым цветом убегало за горизонт, в бесконечность. И самый обычный день. Спокойный, невозмутимый.

Мысли не волновали и не напрягали. Они просто БЫЛИ. Проходили мимо. Как безликая толпа людей, справа и слева проходящих мимо.

Мысли появлялись и проходили... Появлялись и проходили... И было так спокойно, так умиротворённо, так тихо.

В каждом дне появляется что-то, что отзывается в Душе волнением или тревогой, беспокойством или радостью. Но в этот раз ни одна мысль не волновала, не тревожила, не беспокоила и даже не радовала. Мысль просто БЫЛА.

Картинки окружающего мира сменяли друг друга как картинки в калейдоскопе. Одна ярче другой, потом наоборот, и опять, и опять... Но мысли проходили и проходили мимо спокойно и тихо.

И прекрасным было то, что это ОНА царствовала в Душе! Она принесла покой и свободу. ОНА разогнала суету и беспокойство! Это ОНА показала мир без тревог и глупых, никому не нужных волнений.

ОНА царила в уставшей ДУШЕ – БЕЗМЯТЕЖНОСТЬ.

## 2. Гармония

*Мир ждёт тебя РАДОСТНОГО.*

Звуки, ароматы, цветы, животные и даже люди – всё это ОНА.

ОНА витает в воздухе, и ты улыбаешься.

Ты думаешь: «Как красиво! Как всё удивительно прекрасно!»

ОНА заставляет тебя улыбнуться, даже если тебе плохо и мрачно, одиноко и тягостно.

Будто, ОНА говорит тебе: «Ты только оглянись! Посмотри вокруг! И твои тяжёлые мысли растворятся во мне. Это неизбежно! Их не бывает там, где есть я...»

И ты оглядываешься и видишь то, что раньше не замечал.

Проходил мимо.

И ты понимаешь САМОЕ ГЛАВНОЕ – то, что тебе ОЧЕНЬ НУЖНО это заметить, видеть, чувствовать, любоваться.

Ты понимаешь вдруг мимо чего проходил все эти годы.

И даже серое небо сегодня – часть ЕЁ.

Просто сегодня ОНА такая. Всегда РАЗНАЯ.

Но ОНА всегда в этом мире.

И ты смотришь на небо, щурясь и улыбаясь... Как ребёнок...

Ты видишь мир вокруг и ЕЁ... Как неизбежный закон Мироздания.

Теперь ты всегда будешь видеть и чувствовать ЕЁ, ГАРМОНИЮ.

### 3. Радость

ОНА рождается в самой глубине сердца. И сразу становится тепло.

Восторг охватывает всё вокруг, и «вырастают крылья».

ОНА поднимает тебя над суетой, и ты думаешь: «Как прекрасно!»

ОНА дарит ликование. Мир, будто, обнимает тебя, и больше нет одиночества, грусти, тревог и печали. Такой изматывающей печали, отнимающей у столько сил!

Ты восторгаешься цветком или соседским котом, лужей после дождя у твоего подъезда или кепкой у прохожего... Да мало ли что может вызвать в твоей Душе ОНА. Когда ты смеёшься, (словно солнечные лучи из глаз!) тебя, бывает, трудно остановить, так ОНА обнимает тебя! В этом состоянии хочется творить, создавать, мириться с недоброжелателями и простить всех врагов. Это состояние делает тебя лучше, доброжелательнее, гостеприимнее.

Ещё бы, ведь это ОНА – Её Величество РАДОСТЬ охватывает тебя!..



## 4. Благодарность

Благодарю тебя, Солнце, за Свет!  
Благодарю тебя, утренний дождь!  
За череду долгожданных побед  
И за волнения тихую дрожь!..  
Благодарю тебя, вьюга в ночи!  
Благодарю Осень с яркой листвой!  
Добрый ручей торопливо журчит,  
Нежно туман укрывает собой  
Рощи, поля... Так прекрасен и тих  
Вечер... Устав, засыпает трава...  
Благодарю! Вновь сплетаются в стих  
Из вдохновлённого сердца слова!..

Это так просто – благодарить. И даже если тебе это не привычно, попробуй. Скажи «благодарю» не конкретному человеку, а пусти это слово во Вселенную, как кораблик по ручью... Тебе сразу станет легко, весело и радостно. Это такое волшебное слово! Поверь, я не сразу научилась благодарить, но когда у меня получилось сказать это от чистого сердца, легко и радостно, осознанно и трепетно, я, как будто, получила новые силы... Иногда мы не хотим благодарить, потому, что нам кажется, что не видим хороших результатов и изменений в своей жизни.

Не волнуйся, мой дорогой друг, всему своё время, и то, что сейчас тебя так беспокоит, скоро исчезнет. Просто поблагодари Вселенную за то, что имеешь. За тех, кто никогда тебя не оставляет. За тех, кто оставлял тебя, и, тем самым, показал тебе истинных друзей... За тех, кто помог тебе в трудную минуту словом или рукопожатием. И даже если ты одинок, поблагодари за то, что так будет не всегда, день придёт, когда ты уже не будешь одинок. Тебе будет с кем разделить свои мысли, свои чувства и даже свою жизнь... Ты будешь очень счастлив!

Ты УЖЕ счастлив, потому, что находишься здесь, на этой удивительной планете!

За окном тихо стучит по карнизу дождь. Ты когда-нибудь задумывался о том, какое это счастье – слушать дождь!..

**БЛАГОДАРИЮ ТЕБЯ, СОЛНЦЕ, ЗА СВЕТ!**

**БЛАГОДАРИЮ ТЕБЯ, УТРЕННИЙ ДОЖДЬ!..**



## 5. Смех

Страх уходит, когда появляется ОН. Исчезает, растворяется.  
Солнце сияет радостнее, а если дождь, то он смеётся вместе с тобой.  
Тьма отступает, потому, что царит ОН. И вокруг тебя собираются люди...  
ОН им так нужен! Необходим!  
Чтобы сбросить усталость, чтобы жить в непростом мире.  
Чтобы быть рядом с друзьями и любимыми, чтобы обнять их.  
ОН объединяет. ОН создаёт невидимый мост между тобой и людьми.  
И вы, как одна семья, радуетесь.

ОН исцеляет. Соседский кот, по ночам не дававший тебе покоя, кажется тебе лучшим другом. Ты берёшь его на руки и весело говоришь: «Мой хороший! Какой ты чудесный и, главное, спокойный!..»

Радость поднимается из глубины сердца, и ты смеёшься.

В глазах – лучики, ты хохочешь.

Ты исцеляешься, потому, что царствует ОН, важный лекарь Души – СМЕХ.



## 6. Отрешённость

Ты освободился от всех привязанностей, от желаний.

Ты остался один на один с самим собой. Сначала тебя это удивило и испугало.

Ты был напуган.

Как же так?..

Но потом, постепенно, увидев себя **НАСТОЯЩЕГО**, ты обрадовался.

Ты принял и понял.

И каждый день стал **ТВОИМ**. Ты знал, что сказать, как ответить.

Или промолчать. Когда и где, ты понимал теперь.

Ты был в мире, но был не в нём.

Ты видел город, людей, деревья в парке, но был сторонним наблюдателем.

И тебе даже понравилось это, потому, что многое становилось понятным, и, главное, ты научился владеть собой. Ты стал **СОБОЙ**. Не тем, кем тебя хотели видеть другие. Нет, ты стал самим собой. **НАСТОЯЩИМ**.

И однажды ты просто посмотрел на распустившийся у дома маленький цветок.

Невзрачный.

Одинокий.

Розового цвета с мелкими точками по краям лепестков.

Ты посмотрел на цветок и заплакал.

Ты был в мире, но был не в нём.

**ОНА** показала тебе **МИР** и **ТЕБЯ НАСТОЯЩЕГО – ОТРЕШЁННОСТЬ**.

## 7. Мудрость

ОНА приходит не сразу, а постепенно. И не всегда. И не ко всем.

ОНА – труд Души. Работа. Но когда приходит ОНА, приходит ПОНИМАНИЕ, ЯСНОСТЬ.

Мир становится другим. Конечно, он – тот же, но ты видишь его другим.

И для тебя он уже не будет прежним.

Уходят волнение и тревоги. Ты понимаешь, что они бесполезны и думаешь: «Почему раньше я тратил столько сил на них?»

Тебе больше нравится бывать одному. Не всегда, но ты очень ценишь моменты уединения.

Не одиночества, нет, уединения. Одиночество разрушает, в то время как уединение даёт силы и спокойствие. Оно врачует твои душевные раны. И ты начинаешь уважать себя и всех вокруг. Ты понимаешь, что мир разнообразен, и у каждого есть право ВЫБОРА. Тебе многое становится ясным.

То, что было «закрыто» под семью замками раньше, открывается тебе.

Ты понимаешь законы Мироздания и знаешь теперь своё место в мире.

Ты счастлив, потому, что ОНА дала тебе силы, понимание, покой.

ОНА, МУДРОСТЬ, теперь идёт с тобой по жизни рука об руку и помогает, помогает, помогает.

Бесконечно.

## 8. Прощение

Тебе захотелось это сделать. Никто не заставлял. Не просил.

Никто не запугивал тебя, но тебе захотелось это сделать.

Твоя Душа была к этому готова. И ты сделал.

Ты попросил прощение у всех – близких и далёких, знакомых и незнакомых, у тех, у кого счёл необходимым попросить прощения.

Ты попросил прощение у своего любимого отца, который в детстве обижал тебя, а ты не мог ответить.

Ты сказал: «Прости!», и полились слёзы.

Когда ПРОЩЕНИЕ появляется в твоей Душе, льются слёзы. Откуда их так много?!

Ты простил своего бывшего друга. И даже (это так удивило тебя!) ты взял и позвонил ему. Нет, ты не почувствовал барьер, ты подумал: «А если этот день – последний?» и позвонил.

И твой бывший, давно забытый друг так обрадовался. Ты сказал: «Прости, я так долго не звонил! Но я так хочу с тобой поговорить! Мне так много хочется рассказать тебе!..»

И вы встретились. Ты видел, как твой бывший друг волновался. Ты не волновался, понимая, что делаешь и зачем. Ты очень хотел увидеть, что твой бывший, такой любимый друг, простил тебя.

Вы долго разговаривали. Несколько часов подряд.

И после этого мир стал ещё радостнее. Ещё светлее. Ещё прекраснее.

Потому, что в этом мире две прекрасные Души простили друг друга и помирились.

ПРОЩЕНИЕ появляется тогда, когда твоя Душа готова и когда ей это необходимо, как свежий воздух.

Как лёгкость, подаренная после.

## 9. Выбор

Иногда ОН застаёт тебя врасплох.

Иногда жизнь подготавливает тебя к НЕМУ месяцы, годы, а, бывает, и десятилетия.

Порой ты быстр, и даже не задумываешься о НЁМ, но бывает, что ОН мучает тебя.

И днём, и ночью... Ты понимаешь, что тебе никуда не деться.

Ты не можешь убежать, спрятаться от НЕГО.

ОН настигнет, и ты будешь вынужден.

Да, там, где появляется ВЫБОР, быстро или медленно, сразу или постепенно, сам или с помощью других людей, но ты действуешь и принимаешь ЕГО.

Да, часто ты ошибался. Это неизбежно. Проходило время, и ты негодовал, внутренне (а то и внешне!) возмутился, потому, что понимал, что ошибся.

Но ошибки были нужны твоей Душе, чтобы двигаться дальше.

Расти и развиваться.

А сейчас ты понимаешь, что ошибок не было, был и есть Путь, по которому ты идёшь и учишься.

Не раз ты и твой ВЫБОР – вы будете вместе, как самые лучшие друзья!

И ОН у тебя будет ПРАВИЛЬНЫМ!..

## 10. Торжество

*Каждый день – ПРАЗДНИК!*

Душа не часто испытывает это.

Когда появляется в жизни выдающееся событие, и Душа ликует, значит, царит в ней – **ТОРЖЕСТВО!**

Ты вспоминаешь весь свой Путь, все события жизни и думаешь: «Да, справедливость всё-таки есть!»

В центре груди столько тепла, что тебе кажется: если не отдашь сейчас – взорвёшься!

И даже когда постепенно ты успоаиваешься, на лице блуждает улыбка...

Мир воспринимается радостным, добрым, гостеприимным.

Как будто, он только и ждал тебя. И дождался.

И ты торжествуешь. У тебя много идей, сил, планов и проектов. Ты не намерен отступить, потому, что ты вкусил **ТОРЖЕСТВО**. Найди причину для праздника прямо сейчас!



## 11. Честность

Часто ты обманывал себя.

На многое закрывал глаза.

Но пришёл день, и ты сказал: «Хватит!»

Уединившись, один на один со своими страхами, проблемами, неудачами (как ты считал!), суетой и бесконечными волнениями, ты вдруг осмелился посмотреть внутрь себя самого.

Это ОНА – ЧЕСТНОСТЬ – помогла тебе.

Конечно, сначала ты упирался: «Да нет! Я не такой! Я совершенно другой человек!..»

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.