



КНИГА ПРО СЧАСТЬЕ



Лео Борманс

Иллюстрации

Себастьяна ван Донинка

Содержание

МОЯ ИСТОРИЯ **ДЕСЯТЬ РАССКАЗОВ, КОТОРЫЕ СДЕЛАЮТ** **ВАШУ ЖИЗНЬ СЧАСТЛИВЕЕ**



МЕЧТА → *Альба*.....9



ОТНОШЕНИЯ → *Мола*.....12



ЯЗЫК ЭМОЦИЙ → *Минго*.....17



ИСКРЕННОСТЬ → *Ляпа*.....23



СПОРТ → *Нанду*.....26



ТЕПЛОТА → *Гокко*.....30



ОСОЗНАННОСТЬ → *Кагу*.....34



РЕШИМОСТЬ → *Бранта*.....40



ИНТЕРЕС → *Кеа*.....47



ЯСНАЯ ЦЕЛЬ → *Вел*.....51





Альба

Как же темно. Альба всматривался вдаль, но не видел ничего, кроме чёрного неба и серых туч. Он расправил огромные крылья, поймал поток воздуха и доверился ветру. Потом сделал несколько взмахов, нырнул в облако и принялся описывать круги. Нет, ничего и никого не видно: ни звёзд, ни птиц. Лишь холодный ветер, да тёмные тучи, да бескрайний океан под ним.

— Что я здесь делаю? — спросил себя Альба. И эти четыре слова сами собой сложились в песенку. — Что я здесь делаю? Здесь что я делаю? Делаю что я здесь? Что здесь я делаю? Делаю здесь я что? Я делаю что здесь? Что я здесь делаю?

Вжих! Альба камнем полетел вниз. Острым клювом он пронзил морскую волну. Цап! Отменная добыча — Альба поймал кальмара. М-м-м! Как же вкусно! Он пару раз взмахнул крыльями и снова поднялся к облакам. — Я делаю что здесь? Делаю я здесь что? Что я здесь делаю?

Вдруг среди туч что-то сверкнуло. Альба пригляделся. Что это — солнце? Нет, не похоже. Этот предмет намного меньше и гораздо ближе. Но как сияет! Альба медленно полетел туда. За тёмными грядами туч показалось маленькое золотое облако. Так вот откуда сияние! Альбе захотелось приблизиться к нему, но яркий свет слепил глаза. Пришлось свернуть с пути. Что же за тем облаком? Оно ничем не пахнет и не издаёт звуков. — Что я здесь делаю? Теперь я знаю что. Я хочу понять, что за тем золотым облаком!

Альба сильно взмахнул крыльями и сделал широкий разворот. А затем полетел в сторону облака быстрее ветра.

Зуф-ф! Бонг! Клаш-ш-ш! Альба летел прямо сквозь сияющее облако. Он слышал музыку. Его окружали белые и красные облака. Он видел солнце, звёзды и луну. И вдруг почувствовал, что пахнет рыбой. В воздухе его окружила стая летучих рыб!

— Какие прекрасные облака!

Альба парил на тёплом ветру. Он пролетел несколько километров, ни разу не взмахнув крыльями. Альба рассмеялся. Тучи рассеялись.

— Вот где я всегда хотел оказаться! Что я здесь делаю? Да у меня здесь полно дел!

Он трижды взмахнул крыльями и стрелой взвился вверх. Вон там ещё одна птица. И ещё.

— Давай дружить?

Альба не хотел возвращаться к тёмным холодным тучам. Здесь он чувствовал тепло солнца, вдыхал запах моря, видел яркие цвета и слышал музыку. За красными облаками пряталось ещё одно золотое. И ещё одно. И ещё.

— А что, если пролететь и сквозь них? Нет, пока не буду. Может быть, потом. А сейчас я хочу просто парить. Долго-долго. Вот что я здесь делаю!



Всё ли ты услышал(а)?

- Из каких слов Альба сложил песенку?
- Сколько разных предложений из этих слов сможешь составить ты?
- Что увидел Альба среди тёмных туч?
- Что было по другую сторону золотого облака?
- Что больше всего любит Альба?

Что ты об этом думаешь?

- Почему Альба не испугался лететь сквозь золотое облако?
- Что ты хотел(а) бы увидеть, пролетая сквозь золотое облако?
- Какой вопрос ты задаёшь себе, когда смотришь на облака?
- Думал(а) ли ты, чем хочешь заниматься в жизни?
- В какой ситуации ты чувствовал(а) себя окрылённым(ой)?



«Тот, чьи глаза открыты,
всегда найдёт золотое облако».

МОЯ ИСТОРИЯ

МЕЧТА = прислушивайся к своим желаниям, будь открытым(ой) миру, занимайся любимым делом.

→ Если ты всего боишься и прячешься от мира, сложно ощутить счастье. Альба хотел узнать, что он здесь делает. В пути он понял: если тебе что-то не нравится, всегда можно найти выход из ситуации. Среди тёмных туч обязательно окажется золотое облако. Если не побояться пролететь сквозь него, можно найти ответы на вопросы «Кто я такой?» и «Для чего я здесь?».

узнать что-то новое о себе и о смысле жизни, найти друзей. Теперь Альба понимает, что больше всего на свете он любит летать, это — дело его жизни. Он увидел и другие золотые облака, но решил пока не лететь сквозь них. Он счастлив просто парить.

→ Тому, кто читает: расскажите, чего вы боитесь и о чём мечтаете.

Кто такой Альба?

- Альба — странствующий альбатрос. У этой птицы самый большой размах крыльев в мире — до 3,7 метра. В плечах у альбатросов есть особый «замок» из сухожилий, на который птица может «защёлкнуть» крылья, чтобы не махать ими во время полёта, а парить. Альбатросы гнездятся на островах Южного океана и летают исключительно над водой. Там они находят пищу: рыбу, моллюсков и ракообразных. Эти птицы — виртуозы полёта. Если альбатрос поймает воздушный поток, он может преодолеть тысячу километров — и ни разу не взмахнуть крыльями. По земле альбатросы ходят вразвалку, как утки.
- Как выглядит альбатрос? Сможешь его нарисовать?



Сделай!

- Нарисуй или вырежи из цветной бумаги пять облаков. На двух тёмных изобрази то, чего ты боишься, а на трёх золотых — то, о чём мечтаешь.
- Выйди на открытое место или поднимись повыше и понаблюдай за облаками. Какие предметы или животных они тебе напоминают?

