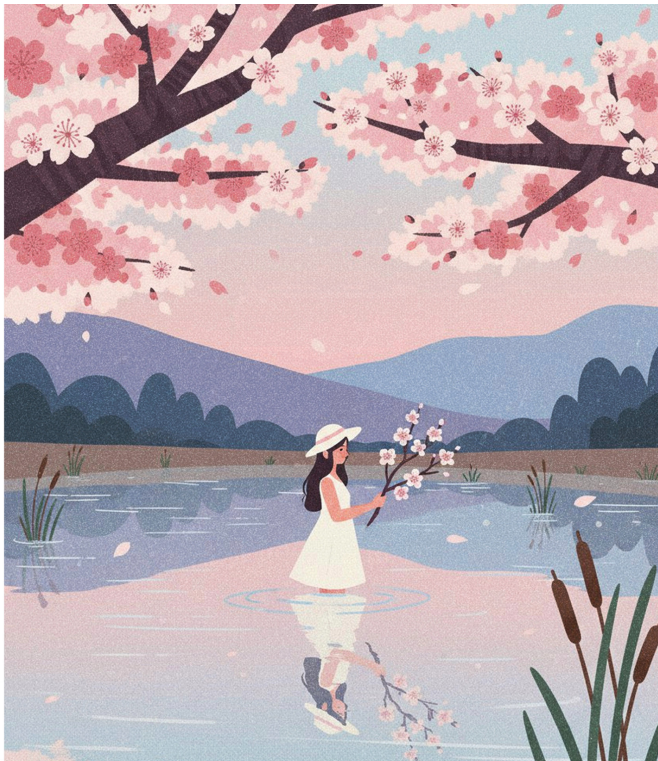


morning
book

Книги для чтения в утренней тишине



ЧОН СЫН ХВАН

КАЖДОЕ УТРО Я ВЫБИРАЮ СЕБЯ

Поддерживающие письма
для начала нового дня

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Сын Хван Чон
Каждое утро я выбираю
себя. Поддерживающие
письма для начала нового дня
Серия «MorningBOOK. Книги
для чтения в утренней тишине»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=73801818

*Каждое утро я выбираю себя. Поддерживающие письма для начала
нового дня / Чон Сын Хван: Эксмо; Москва; 2026
ISBN 978-5-04-244205-6*

Аннотация

От того, с какими мыслями вы начинаете каждое утро, зависит вся ваша жизнь.

Внутри этой книги – 25 поддерживающих писем. Читая их с утра, вы постепенно меняете восприятие происходящего и свое состояние: учитесь замечать счастье в моментах, снижаете внутреннее напряжение и видите ценность в простых, рутинных моментах.

Эта книга – способ начинать каждый день с мысли «Мир меня любит» и шаг за шагом перестроить свою жизнь через маленький, но регулярный утренний ритуал.

Содержание

Глава 1	8
Не потерять сегодня	10
Хороший для меня человек	12
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Чон Сын Хван
Каждое утро я
выбираю себя

Поддерживающие письма
для начала нового дня

© ###, 2022

© Манакова Э.В., перевод на русский язык, 2025

© Бортник В.О., иллюстрации в блоке, 2026

© Марчук А. С., обложка, 2025

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

* * *



Если стараешься быть хорошим человеком, в твою жизнь приходят хорошие люди. Я надеюсь, что ты станешь для меня хорошим человеком. А я постараюсь

быть хорошим человеком для тебя.

Глава 1

Не потерять себя

Сегодняшний я помню, что вполне могу быть счастливым.



Не потерять сегодня

В последнее время я благодарю себя за то, что в этом шумном, суетливом мире у меня есть время прочитать хотя бы одну книгу. Благодарю за то, что даже в жёсткой и сухой повседневности могу спокойно съесть тёплую тарелку риса.

Чувствовать благодарность за прожитый день совсем несложно, но я непозволительно долго жил без этого. Жизнь у каждого своя, всё зависит от того, как мы на неё смотрим, и я, оказывается, давно забыл, что значит быть благодарным.

Я видел только тёмную сторону и упускал красоту мира. Слушал лишь шум, раздражавший меня, и не слышал музыки, что дарила покой.

Пленённый лишними желаниями, не чувствовал тепла семьи. Гоняясь за мимолётными удовольствиями, не смог приблизиться к тем, кто смотрел на меня с любовью.

Мои два глаза, два уха, две руки и две ноги должны были стремиться к прекрасному, а они всё чаще обращались к тому, что приносило лишь тяжесть.

Я должен был чаще смотреть в глаза любимому человеку, внимать рассказам друзей, которым был нужен, чаще дер-

жать за руки родителей, что держали меня в детстве, и смело шагать вперёд, чтобы разделить с ними новые моменты.

Стоит вновь оглянуться по сторонам.

Всё, что я имею, зависит от того, как я это воспринимаю.

Тогда тьма превращается в свет, печаль – в радость, а одиночество оборачивается счастьем.

Мир прекрасен.

Просто мы слишком часто теряем из виду эту простую истину.

Сегодняшний я помню, что вполне могу быть счастливым.

Хороший для меня человек

С возрастом всё чаще слышишь от людей: «Живи по-доброму, будь хорошим человеком». Наверное, это потому, что мы не знаем, где, когда и при каких обстоятельствах можем встретить тех, с кем когда-то были близки. Жизнь порой снова приводит к нам тех, с кем, казалось бы, прощались «навсегда», и оказывается, что мы оба нуждаемся в помощи и поддержке. А злые слова, сказанные в сердцах, всё равно когда-нибудь доходят до ушей того, о ком были произнесены.

Жизнь научила меня тому, что счастлив тот, кто сохраняет доброе сердце и не теряет позитивного взгляда на мир в любых обстоятельствах. Я видел, как люди, страстно стремившиеся к успеху, жертвовали многим ради богатства, но стоило им утратить человечность, как исчезало всё: и успех, и деньги. Счастлив тот, чьё сердце чисто.

Многие говорят, что деньги не приносят счастья, но без них шансов стать счастливым гораздо меньше. Это, пожалуй, правда, но прежде чем думать о деньгах, стоит спросить себя: стал ли я хорошим человеком, зарабатывая их? Приношу ли я добро другим? Если не воспитывать в себе человечность и не работать над душевностью, то даже с деньгами и славой, только дашь себе больше поводов для несчастья.

Есть люди, которые, добившись признания, всё равно несчастны из-за собственной жадности и эгоизма. И есть те, кому тяжело жить материально, но кто продолжает стараться ради всеобщего счастья. Трудно судить, кому из них живётся лучше, но несложно понять, кто из них лучший 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.