**Пробовал бросить курить!!!**

Самое сложное в стрельбе из лука – отпустить тетиву. Это нужно делать спокойно, уверенно, сохраняя ритм своего дыхания. Тогда полет стрелы будет стремительным и ровным и наконечник точно найдет свою цель. Каждый, кто старался бросить курить, знает, что это очень легко. Именно поэтому многие делали это не один десяток раз. Мы точно знаем, что полезно есть больше овощей, но пока доктор не скажет, что следующая порция картошки фри нас убьет, с удовольствием продолжаем ее покупать. Так мы устроены, что сказать себе «стоп» и серьезно измениться можем только тогда, когда потеряли или вот-вот потеряем все.

Если я думаю, как произошли мои самые сильные изменения, когда я мог сказать, что стал другим человеком, то в основном это моменты великих потрясений. Уход кого-то из близких, состояние максимального риска, ощущение, что ты прошел по краю, упал на самое дно и остался жив, и тебе дается второй шанс. Почему происходит так, что победы нас не учат, а учат поражения? Почему мы приобретаем максимум тогда, когда теряем, а не находим? И можно ли это как-то изменить, предусмотреть, успеть что-то сделать самим, чтобы следующий урок не был самым болезненным или последним?
У меня есть несколько объяснений этому.
 Во-первых, мы очень слабы, и для нас сиюминутная радость или удовольствие оказывается ценнее возможного наказания. Еще одну конфетку, еще одну картошку, еще одну рюмку – ведь очень тяжело провести грань, где заканчивается безопасная норма, потому что опасность неочевидна. И только тогда, когда отказывает печень, мы понимаем, что все это очень серьезно.
 Во-вторых, мы все время испытываем мир на прочность, ведь не понятно, кто установил такие законы и можно ли их нарушить. Сделаю чуть меньше, попрошу чуть больше, закрою глаза на это, позволю себе то, оправдывая это тем, что в целом же мы – неплохие люди, помогаем другим и даже знаем про десять заповедей.
 И, в-третьих – ужасная гордыня каждого из нас, уверенность в том, что именно Солнце вращается вокруг Земли, а точнее – персонально вокруг меня. Ведь человек подчинил природу, изобрел автомобиль и социальные сети, так пусть этот мир послужит мне по максимуму, на полную катушку, и нужно успеть взять от жизни все. Ну а в общем еще и потому, что современная культура поощряет соревнование и соперничество. Ты должен больше заработать, купить самую лучшую машину, то-то надевать и там-то отдыхать. Мы должны стать героями рекламных роликов, потому что, как нас уверяют, только такие семьи или такие люди счастливы.
 А ведь можно сделать все по-другому. Вспомнить, что измениться самому и изменить мир человек способен в состоянии большого счастья. Все это дается нам не просто так, это огромное благо и великое счастье, и прекрасный способ сделать первый шаг. Конечно, без тьмы не узнать, что такое свет. И, не упав вниз, ты никогда не узнаешь, как высоко был до этого. Но можно напоминать друг другу о том, в чем смысл, где наши ценности и корни, и для чего мы пришли в этот мир. Чтобы успеть до последнего жизненного урока совершить хотя бы один подвиг и одно доброе дело.

 (М ……, ученик 81 школы)