

Юлия Болгова

# *Придумай свой год*

(веселые и добрые идеи для каждого дня)



**Юлия Болгова**  
**Придумай свой год. Веселые  
и добрые идеи для каждого дня**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=28265916](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=28265916)  
ISBN 9785449011329*

**Аннотация**

Идеи для их творческого воплощения живут среди нас. Увидеть их, претворить в реальность – увлекательное занятие. Жизнь становится более яркой, легкой, веселой, когда фантазируешь события каждого дня, изобретаешь способы, приемы действий и с воодушевлением отправляешься в путь за исполнением желаемого. В этой книге представлены простые варианты действий на каждый месяц года, которые разукрасят ваши будни и выходные в яркие краски радости и добра.

# Содержание

С наступающим новым годом!	5
Январь	9
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# **Придумай свой год Веселые и добрые идеи для каждого дня**

**Юлия Болгова**

*Фотограф* Юлия Болгова

© Юлия Болгова, 2017

© Юлия Болгова, фотографии, 2017

ISBN 978-5-4490-1132-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# С наступающим новым годом!

Вы когда-нибудь придумывали будущий год? В новогоднюю ночь все люди загадывают желания, и до тех пор, пока куранты отбивают заветные двенадцать ударов многие из нас искренне мечтают об исполнении своих желаний. Но на следующее утро уже перестают мечтать и в скором времени забывают о том, что пожелали в новогоднюю ночь.

А может все-таки попробовать придумать свой новый год? Не просто пожелать улучшения своей жизни в какой-либо области, а придумать целую программу жизни на предстоящие 365 дней. Как вам такая идея поработать волшебником, творящим свою жизнь? Всего один год. Готовы? Возможно вам понравится фантазировать, создавать сюжетную линию дня, месяца, года? Попробуем прожить новый, наступающий год по-другому, нестандартно?

Кто хочет реализовать свои силы в волшебном творении, то вам необходимо обзавестись воображаемой волшебной палочкой, колпачком, плащом со звездами и немедленно приступать к работе. Новый год уже на пороге. Надо торопиться!

Итак, закрываем глаза... и представляем себя волшебником. Сначала свой внешний облик. Не торопитесь. Волшебники не спешат. Они наслаждаются своим ремеслом. Почувствуйте прилив радостных чувств от осознания, что вы —

волшебник. Подумайте о том, что вы можете загадать исполнение любого желания в своей жизни. Настройтесь на чудо. Оно действительно возможно. Ощутите мягкую радость и добрый покой. Настроились? Почувствовали приближение чуда? Тогда приступайте!

Сотворите в своем воображении картинку первого дня нового года. Утро. Вы проснулись после новогодней ночи. Открыли глаза. Что вы видите? Представляйте то, что хотите видеть, а не то, что предполагаете увидеть. Заставляйте сознание рисовать нужный и желанный для вас образ. Не знаете? – Вот подсказка. Представьте за окном зимнюю сказку! Огромные, белые, искрящиеся на солнце снежные покрывала. Полюбуйтесь снежным богатством и чистотой белизны. Порадуйтесь искрящемуся на солнце снегу. Мысленно вдохните запах бодрящего морозца. Ощутите силу зимы. Проживите счастливые чувства зимнего утра. Первый день нового года начался. Впереди целых 365 дней. Целый год радости и счастья. Думайте именно так. Счастье! Жизнь приготовила для вас счастье! А вы, как настоящий волшебник, выбираете события в своей жизни, чтобы счастье ярче сверкало.

Итак, утро первого дня нового года. Что дальше? Что вы хотите делать в этот день? С кем общаться? Как? На какие темы беседовать? Куда пойти? Что делать дома? Запланируйте свои желания. В состоянии счастья. Не думайте о том, как обычно проходит первое января. Думайте о том, каким необычным, волшебным способом вам бы хотелось его про-

вести. Пусть это будут простые желания. Главное, чтобы они радовали вас. И мечтайте прямо сейчас. Вы подходите к окну, раскладываете на подоконнике конфеты, прикрепляя к каждой из них маленькую снежинку, полагая, что это метель принесла в ваш дом сладость. Или начинаете готовить завтрак, добавляя в тарелку каждого члена семьи маленький новогодний сюрприз в виде конфеты. Вам не важно знать, понравится ли это окружающим. Вам нравится в этот день чувствовать радость от праздничных сюрпризов и неожиданностей. Создавайте эти сюрпризы в своем воображении, в своей фантазии.

Вам хотелось бы встретиться с друзьями или родственниками? Хотите погулять с ними в лесопарке? Представляйте, как гуляете, смеетесь, шутите. Желайте испытывать нужные вам чувства. И испытывайте. Думаете, что не сможете никого вытащить из дома первого января? Не думайте. Вы – волшебник! Представляйте, не думая о возможностях или не возможностях.

Хотите, чтобы вечер прошел еще более необычно? Тогда придумайте его заранее. Кто мешает вам танцевать? Нет, не дома. Танцуйте на улице вместе со снежинками. Кружитесь в вальсе. Пойте, читайте стихи. Что еще хотите? Хотите забраться на спинку скамейки в парке, достать из сумки термос с заваренным кофе, бутерброд сыром и полакомиться таким ужином на воздухе? Вам это нравится? Вам этого хочется? Или что-то другое пожелаете, что выведет вас из со-

стояния однообразного проведения праздничных дней? Пожелайте! Вы – волшебник. Не выходите из этого состояния. Представьте, как происходит то событие, которое вы бы хотели иметь в своей жизни. Что мешает вам фантазировать? Только не проживайте сполна все чувства. Лишь коснитесь желаемых чувств. Пусть состояние ожидания чуда, предвкушение приятных чувств призовут вас к последующим действиям.

Чтобы то, что вы хотите действительно произошло, нужно совершить действие, хотя бы небольшое. Конфеты за вас на подоконник никто не положит, в парк с термосом не пойдет и танцевать вместе с январским снегом не будет. Действия будут совершаться вами легко, если вы их захотели. А захотеть их можно через эмоции, которые щекотали и будоражили вас, когда вы представляли свой день. И чем необычнее были желания, тем эмоции были слаще. Новые действия, не совершаемые никогда ранее, приманивают ваше внимание гораздо сильнее, чем известные и знакомые. Увлекать себя в мир волшебного творения и есть искусство создавать свой день, месяц год. Вперед?

# Январь

А теперь, давайте подумаем о том, как бы вам хотелось, чтобы прошел первый месяц нового года. Январь – длительный период праздничных выходных, морозных дней, длинных ночей.

Начнем с ночи и вечера. Январские ночи. Какие они? Рождественская ночь. Крещение. Субботние зимние вечера. Вечера рабочих дней. Вы хотите ложиться спать рано в будни? Вам так нравится? Вы так привыкли? А по-другому? Чтобы необычно? Не, как всегда. А что если в субботние январские вечера играть в какие-нибудь игры? Или писать смешные стихи? Или каждый вечер надувать воздушный шарик, внутрь него класть маленькую записку с новым желанием? За месяц вся ваша квартира будет усеяна разноцветными шариками. И не важно, сбудется ли желание, важно, что вам нравится эти желания придумывать и украшать ими свой дом. Попробуйте переставлять по вечерам обувь в прихожей. Не прятать, просто менять местами. Еще так не делали? Попробуйте. Засыпать и просыпаться будете от этого мероприятия в веселом, легком настроении. Всего один месяц! Или проведите эксперимент с книгами, фотографиями, посудой, одеждой, украшениями. Книжки (не все, конечно, если их много) переставляйте в новые места, сортируя их по темам, цвету, по несоответствию, противоречию. Фо-

тографии украшайте смешными подписями или рисунками. Посуду подбирайте для еды по настроению, по своему характеру, используйте нелюбимые чашки и тарелки для любимых блюд. Лишнюю посуду заполните сладостями, зеленью, игрушками. Украшения доставайте из сундуков и коробочек, рассматривайте их, примеряйте перед зеркалом, используйте для украшения цветов, картин, кувшинов и других предметов. Вы еще не знаете, чем заполнить январские вечера? Придумывайте. Фантазируйте. Представляйте, как это будет происходить. И в состоянии волшебника записывайте свои желания, мечты, идеи в специальный волшебный блокнот или складывайте их в волшебный сундучок.

# 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.