Автор: admin
26.05.2011 23:05 - Обновлено 30.10.2014 04:12

Как себя побаловать, или Маленькие радости на каждый день

Себя, любимую, надо баловать. Ежедневно, ежечасно. Потому что наша жизнь - это вовсе не ожидание светлого "завтра". Надо получать удовольствие от каждой прожитой минуты. И не откладывать на потом. Поэтому с сегодняшнего дня я буду делать что-либо из нижеприведенного списка. Для себя. Для души.

1. На моем столе всегда будет букетик цветов. И неважно, подаренные ли это пылким поклонником охапки роз или скромный букет из незабудок, собранных на даче. А не цветы - так икебана из веточек, листиков и бумажной бабочки.

2. Каждый день я буду узнавать что-то новое. Более того! Я отыщу в своих интересах тему, которую буду с удовольствием и интересом изучать, копая все глубже и глубже. Кто знает, может быть, я напишу целое исследование на тему "Красный цвет в литературных произведениях"?

3. Я отыщу себе хобби. Ну и что, что я уже собираю марки! Еще одно увлечение никогда не станет лишним.

4. Каждый день я буду делать хотя бы одну фотографию. Возможно, это будет один и тот же ракурс, один и тот же кадр. Но как интересно будет сложить эти кадры в одну историю!

5. Я буду вести "Дневник Радостей". Каждый вечер буду записывать те (не)многие моменты, которые порадовали меня за истекшие сутки. Возможно, сначала будет сложно отыскивать их в кипе будничных дел - так я буду учиться создавать их самостоятельно!

6. Я буду ежевечерне звонить родителям и болтать с ними, выкладывая свои новости и выслушивая их.

7. Я буду выучивать хотя бы пять новых слов иностранного языка по вечерам. Просто так. Это может быть один язык, а может быть - и разные. Например, разве не увлекательно узнать, как будет "здравствуйте" на всех европейских языках?

8. Я буду читать стихи вслух. Я совсем перестала это делать, а ведь поэзия - это одна из радостей жизни.

9. Я начну гулять. Просто буду выходить на пару остановок раньше, чтобы пройтись до работы пешком.

10. Я буду чаще улыбаться. Незначительное сокращение мышц лица - а какая целительная сила!

Автор - **Оксана Добрикова**

Источник