

С каким настроением мы входим в новый год?

Иногда у людей на нашей огромной планете случается что-то волшебное. Они вдруг доверчиво открываются миру и улыбаются, в их жизни как-то сами собой начинают происходить чудеса. И настроение появляется такое особенное, умиротворенное и жизнерадостное...

К сожалению, такое бывает довольно редко. Очень сложно людям сохранить в себе праздничное настроение и наслаждаться каждым днем своей жизни как праздником.

Но разве люди не хотели бы этому научиться, разве весь смысл жизни не заключается у многих в обретении счастья, в обретении гармоничного состояния души? Конечно, люди хотят быть счастливыми, но они часто не замечают своего счастья, не умеют довольствоваться тем, что имеют. А ведь это так просто! Разве оптимизм и жизнерадостность – удел только избранных счастливыхчиков? Нет! Каждый из нас самостоятельно выбирает краски для своих будней – кто-то окрашивает их в серые цвета, а кто-то жонглирует разноцветными красками и улыбается при этом, относясь ко всему играючи и не боясь экспериментировать.

Сейчас, в преддверии праздника, особенно это важно – суметь войти в новый год счастливыми, улыбающимися, довольными своей жизнью. Какие шаги нужно сделать для этого?

Всех простить. И себя в том числе

Очистить свою душу от мусора, от негатива. Вспомнить всех, на кого по каким-то причинам обиделись, и попросить у них прощение за это. Мысленно пожелать всем людям добра, всему миру. Пожелать, чтобы теплый свет был в каждом окошке многоэтажек, а за этими окнами жили счастливые люди, чтобы в их семьях, в их домах царил мир, чтобы они обнимали друг друга и не боялись любить. Попросить прощения у людей за свои невольные плохие мысли о них и простить их, в свою очередь, тоже за то, что они чем-то обидели вас.

С каким настроением мы входим в новый год

Автор: admin

07.08.2011 20:41 - Обновлено 31.10.2014 14:24

Простите себя за то, что в чем-то были слабы, в чем-то проявили трусость, мелочность или жадность. Простите себя за всё, что, как вам кажется, вы делали неправильно. Это был ваш опыт. Похвалите себя за смелость, за выдержку и терпение. Простите себя и мысленно согрейте любовью ребенка в своей душе, коим вы и являетесь до сих пор. Все мы взрослые дети. И наш маленький человечек очень нуждается в любви, ласке и поддержке.

Верните долги

Долги могут быть не только финансовыми, но и эмоциональными. Пообещали что-то и не сделали. Хотели выразить свои чувства и не осмелились. Вспомнили, что не навестили кого-то, не поговорили с кем-то, не сказали кому-то что-то очень важное, – исправьтесь. Ещё не поздно. Пусть ваша совесть будет чиста от всех недоговоренностей, от болезненных ожиданий и переживаний. Будьте богаты и щедры душой, и Жизнь ответит вам своей щедростью и любовью.

Составьте список благодарностей

Пусть этот список начинается так: «Я благодарю Жизнь за то, что в уходящем году я научился (-лась) тому-то и тому-то, встретила того-то, приобрел (-а), понял (-а)... и далее по списку. Я благодарю Жизнь за бесценный опыт, за интересные встречи, за новых друзей (можно перечислить поименно), за то, что они многому научили меня, благодарю за предоставленные возможности, за отличный отдых, за встречу с любимым, за получение образования, за то, что все мои близкие живы и здоровы, за то, что я научился (-лась) быть счастливым (-ой) и ценить то, что у меня есть.

Проявите свою любовь

К детям, к родителям, к друзьям, к животным, ко всему миру. Пусть ваша энергия любви как волшебная золотистая волна прольется на землю, окутает весь мир, зажжет улыбки на лицах и надежду в сердцах. Согрейте кого-то добрым словом, теплым взглядом, нежностью своей руки. Любовь – самое прекрасное, что есть на земле. Самое светлое и самое доброе. Любовь поистине способна творить чудеса. И когда вы дарите свою любовь миру, ваше сердце открывается и становится богаче, ваша душа очищается от

С каким настроением мы входим в новый год

Автор: admin

07.08.2011 20:41 - Обновлено 31.10.2014 14:24

всего злого и чуждого вам. Любите!

Сохраните в себе предвкушение и ощущение праздника

На все последующие дни вашей жизни постарайтесь сохранить это радостное праздничное настроение, восторженное состояние вашей души. Когда вы счастливы – это и есть истина. Когда вы просто радуетесь жизни, улыбаетесь людям, веселитесь и шутите – в это время Жизнь радуется вместе с вами. Она любит вас. И если вы научитесь всегда дарить ей своё хорошее настроение, она ответит вам тем же.

Если вы будете превращать свою жизнь в праздник, она станет праздничной. Праздничной, но не праздной. Она будет приносить вам удовольствие и подарит во всем удачу, если вы используете её во благо и станете лучше.

Жизнь желает нам только счастья, так будем счастливы и в Новом году, и всегда!

Автор - **Светлана Боженкова**

[Источник](#)