

12+

ЛИЛИЯ ВОЗДУШНАЯ

Я так хочу!

Секреты лёгкого счастья



Лилия Воздушная

Я так хочу!

«Издательские решения»

Воздушная Л.

Я так хочу! / Л. Воздушная — «Издательские решения»,

Эта книга — твой личный карманный проводник и увлекательная игра на 21 день. Никакой заумной психологии и скучных поучений! Каждый день — новая секретная фишка, капля бытового волшебства, юмор и простое действие в режиме ленивой грации. Пройди этот квест, чтобы глаза зажглись от счастья, а жизнь мягко настроилась на волну тотального везения, финансового изобилия и привычек молодости. Разреши себе жить красиво, ведь тебе всё можно по умолчанию!

© Воздушная Л.

© Издательские решения

Содержание

Добро пожаловать в игру!	6
ДЕНЬ 1. Прощай, унылый Зануда!	8
ДЕНЬ 2. Трюк перевёртыш- «ЗАТО...»	10
ДЕНЬ 3. Твоя личная фишка «Чужая посылка»	12
ДЕНЬ 4. Чистка зеркал и ментальный детокс	14
ДЕНЬ 5. Чит-код «Главная роль»	16
ДЕНЬ 6. Пятизвёздочный отель для любимых купюр	19
Конец ознакомительного фрагмента.	20

Я так хочу!

Лилия Воздушная

© Лилия Воздушная, 2026

ISBN 978-5-0071-4015-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Добро пожаловать в игру!

Раз уж ты держишь в руках этот путеводитель, значит, твой Навигатор Удачи сработал идеально.

Устраивайся поудобнее, налей себе чашечку ароматного чая или какао и давай сразу договоримся о правилах. Точнее: **об их полном отсутствии.**

Полки книжных магазинов буквально ломятся от массивных пособий с кричащими названиями в духе: «Как стать сверхпродуктивной за 24 часа», «Тайм-менеджмент для железных леди» или «Преодолей себя и завоюй мир». Авторы этих трудов с суровыми лицами на обложках обещают, что как только ты начнешь жить по их **жестким условиям**, на тебя тут же посыплются горы успеха и безграничного счастья.

Получалось ли у тебя внедрить эти суровые правила в реальную жизнь? Обычно вся «сверхпродуктивность» ломается уже на третий день. Ты открываешь глаза под звон будильника, смотришь на серый пейзаж за окном и понимаешь, что твое единственное искреннее желание прямо сейчас — укутаться в уютный плед, обнять пушистого кота и устроить себе день абсолютного покоя. И именно в этот момент в голове активизируется **внутренний критик**. Он начинает уныло зудеть, напоминая про безвольную Золушку, которая снова всё проспала, не перебрала мешок с фасолью и никогда не заслужит свой билет на бал.

О, Господи... Ну сколько можно себя винить?

У меня для тебя потрясающая новость: прежние законы штурма реальности больше не работают! Наш мир и так перегружен стрессом, и попытки покорить его, сцепив зубы от напряжения, приводят лишь к выгоранию и усталости.

Фортуна — дама с очень тонким вкусом. Она никогда не придет на запах паники, тревоги и бесконечной суеты.

Удача выбирает тех, кто умеет жить красиво, расслабленно и с мягким, благородным спокойствием.

Эта книга — не очередной скучный учебник по саморазвитию, от которого клонит в сон.

Перед тобой — твой личный, карманный проводник в мир заботы о себе и одновременно волшебная трансформация, рассчитанная ровно на 21 день.

Почему именно столько? Нейробиологи давно доказали: за три недели наш мозг способен полностью стереть старые, унылые привычки усталости и на автопилоте прописать **мышление Счастливицы.**

Мы не будем ничего преодолевать и ломать себя через колено. Зачем, если можно устроиться на диване с любимым напитком и просто играть? Я беру тебя за руку в твоей **«Точке Ноль»** — когда ты устала, а отражение в зеркале не вызывает радостных мурашек. И бережно поведу по игровому полю к легкости, уверенности в себе и привычкам истинной Королевы.

Каждая глава открывает новый этап квеста.

Один день — один полезный чит-код, капля доброго бытового волшебства, щепотка юмора и одно простое, очень легкое действие.

Пока ты будешь проходить уровни, листать эти страницы и заглядывать в тайные закрома с быоти-ритуалами, твой Навигатор Удачи перестроится сам. Включайся в процесс на максимум, собирай полезные чит-коды и разреши себе просто играть. Нужные люди, удачные обстоятельства и новые классные возможности сами найдут дорогу к твоему дому, ведь правила этой игры теперь работают исключительно на тебя.

Твой билет на главный бал жизни уже у тебя в руках по праву твоего рождения. Глаза вот-вот засветятся от счастья, а Вселенная приготовилась открывать свои сундуки с подарками.

В этой игре нет жестких рамок, но давай заключим одно простое соглашение. Пообещай себе на эти 21 день отключить критика и разрешить себе просто играть. Без лишних придиорок к себе. В режиме полного удовольствия.

Впиши сюда своё королевское имя, чтобы активировать этот путеводитель:

Я, Королева _____, вступаю в игру!

Моя главная цель на этот 21 день:

- Вернуть сияние глаз, свежесть, роскошное ощущение лёгкости.
- Открыть пространство для успеха, радости, вдохновения и личной свободы.
- Стать счастливой, очаровательной и гармоничной уже сегодня.

Ну а теперь... Сделай глубокий вдох. Переверни страницу.
Наш первый квест начинается.

ДЕНЬ 1. Прощай, унылый Зануда!

Первый шаг сделан, и мы официально на старте!

Наша игра начинается с легкого наведения порядка в мыслях.

Мы не будем копать в старых обидах или проводить скучные психологические сессии. Мы поступим гораздо круче — снимем с должности главного критика в твоём **внутреннем королевстве**.

Точка ноль, в которой ты сейчас находишься, — это не приговор, а просто идеальное и очень уютное место для старта.

Чтобы взлететь легко и с удовольствием, нужно просто сбросить **лишний балласт**.

Главный нарушитель твоего хорошего настроения, уверенности и сияющих глаз сидит вовсе не в кабинете строгого директора и не в комментариях под твоими постами в соцсетях. Он живет прямо у тебя в голове.

Знакомься, это твой **Внутренний Зануда**. Тот самый скрипучий, вечно недовольный голос, который активизируется в самые неподходящие моменты.

Ты завершила сложный проект или отлично ответила на уроке? Он шепчет: *«Ну, могло быть и лучше, вон там ты немного ошиблась»*.

Ты решила примерить красивое платье или купила классный блокнот? Он зудит: *«Куда тебе, отложи деньги на что-то более практичное»*.

Ты замахнулась на грандиозную цель или захотела нарисовать картину? Он уныло бубнит: *«Даже не суйся, у тебя не выйдет, вокруг полно тех, кто талантливее!»*.

Этот персонаж искренне считает себя твоим главным телохранителем, но на самом деле он — неэффективный, **токсичный гость**, который просто забирает твою уверенность в себе и заставляет глаза тускнеть.

Пришло время вежливо, но твердо выставить его за дверь!

Чит-код Уровня: Каждый раз, когда Внутренний Зануда начинает уныло зудеть: «У тебя ничего не выйдет», мгновенно нажимай мысленную кнопку отмены, тепло улыбайся и отвечай ему: «Спасибо за твоё мнение, но сегодня я играю по своим правилам».

Визуализируй этот процесс. Представь своего зануду в виде суетливого маленького гномика в потертом пиджаке и смешных нарукавниках.

Выдай ему красивую грамоту «За долгую службу», подпиши приказ об освобождении от должности без права возвращения и захлопни перед его носом дверь в свой прекрасный замок.

Теперь место Главного Вдохновителя в твоей голове свободно!

Перестань оправдываться перед самой собой.

Позволила себе лишнее пирожное вечером? Это был не «срыв», а акт заботы о хорошем настроении.

Не успела сделать идеальную уборку в комнате? Это не лень, это экологичное распределение сил — сегодня твоему вдохновению был нужен

покой. Как только ты уберешь этот фокус внимания с вечной вины, твои глаза начнут светиться от счастья!

Инвентарь игрока: Красивое зеркало, телефон и чашечка вкусного какао или ароматного чая. Если чувствуешь, что зануда слишком сильно упирается руками в порог, открой раскраску-антистресс, включи любимый плейлист и просто порисуй пять минут.

Это идеально переключает мысли.

Действие дня (Твой первый Квест): Приказ об увольнении.

Открой заметки в телефоне и напиши официальный документ твоего королевства:

«Я, **Любимица Фортуны**, настоящим приказом увольняю своего Внутреннего Зануду с должности начальника отдела самокритики за систематический пессимизм и порчу моего прекрасного настроения. Пропуск в мою реальность для уныния и паники заблокирован навсегда.

Приказ вступает в силу немедленно.

Дата: [Сегодня]. Королевская подпись: [Твое Имя]».

Поздравляю, **первый уровень пройден!**

Система обновлена, первый чит-код активирован.

А теперь подойди к зеркалу. Но не для того, чтобы выискивать недостатки или оценивать укладку. Зафиксируй взгляд на роскошной девушке в отражении, слегка подмигни себе и с **лёгкой улыбкой** произнеси: «*Да-а-а... Повезло же кому-то со мной!*».

Сделай глубокий вдох. Переворачивай страницу с абсолютным спокойствием, Зануды там больше нет!

ДЕНЬ 2. Трюк перевёртыш- «ЗАТО...»

Ну что, дорогая моя, Внутренний Зануда пакует свои чемоданы, а мы переходим на **второй уровень** нашей игры.

Сегодня мы прокачаем твою **психологическую броню** и научимся создавать классное настроение буквально из ничего.

Бывает так, что день с самого утра подкидывает мелкие сюрпризы и рушит твои задумки. Но Любимица Фортуны отличается от обычных людей одним **секретным навыком**: она умеет мгновенно перекрашивать любой серый момент реальности в ярко-розовый.

Быть Счастливицей вовсе не означает, что в твоей жизни вообще никогда не происходит досадных мелочей. Код везения — это твое личное умение использовать **приём трансформации** под названием «**Зато...**»

Обычный человек, сталкиваясь с преградой, тут же опускает руки: «Ну вот, вечно мне не везет, всё испорчено, день насмарку!».

В этот момент его внутренний навигатор моментально улавливает волну грусти и прокладывает маршрут в еще больший хаос. Глаза тускнеют, а энергия падает на ноль.

Мы играем по другим правилам!

Как только реальность пытается подкинуть тебе неожиданную пакость, ты не расстраиваешься, а включаешь азарт.

Твоя задача — в течение одной минуты найти весомый, классный плюс в этой ситуации и **изменить** её в свою пользу.

Давай посмотрим, как работает этот чит-код на практике.

Реальность: Ты собиралась на очень важную встречу или прогулку с друзьями, но на улице ливень стеной, а нужный автобус уехал прямо перед твоим носом. **Маневр Перевёртыша:** «Отлично! Вселенная буквально укладывает меня обратно в постель. Никуда не еду, перенесу встречу в онлайн. Зато я проведу день в уютных носочках, спокойно порисую в своем любимом блокноте, заварю какао и наконец-то посмотрю тот классный фильм, который так долго откладывала». **Реальность:** Из совместного творческого проекта или командной игры в самый последний момент ушел человек, на которого ты очень рассчитывала. **Маневр Перевёртыша:** «Прекрасно! Освободилось место для кого-то более вдохновленного и надежного. Этот человек явно не тянул мою грандиозную задумку. Зато теперь у меня появилось много свободного времени и сил, чтобы довести этот проект до идеала!»

Чит-код Уровня: Как только мир выбивает тебя из колеи, произнеси вслух или мысленно волшебное заклинание: «**Маршрут перестроен! Зато теперь я могу...**» — и мгновенно придумай один классный, легкий и приятный для себя плюс.

Когда Вселенная видит, что тебя невозможно расстроить и ты из любого кислого лимона умудряешься сделать освежающий лимонад с кубиками льда и веточкой мяты, она сдаётся. Твой **Навигатор Удачи** понимает, что ты играешь на максималках, и начинает подкидывать тебе только те события, от которых глаза светятся от счастья!

Инвентарь игрока: Блокнот, ручка и чашечка ароматного ягодного чая. Если чувствуешь, что ситуация совсем запуталась, достань свой личный кристалл удачи. Небольшой розо-

вый кварц или аметист на твоём столе мгновенно снимет лишнее напряжение, вернёт мыслям королевский дзен и наполнит комнату правильной атмосферой (*о силе камней мы с тобой говорили в моей книге «Камни силы Королевы...*).

Действие дня (Твой второй Квест): Поймай пакость за хвост. Вспомни одну неприятную ситуацию, которая случилась с тобой за последние несколько дней (или подлови первую же мелкую неурядицу, которая произойдет сегодня).

Сделай перевертыш. Запиши это событие в блокнот, поставь стрелочку и напиши крупными буквами: **«ЗАТО ТЕПЕРЬ Я...»**.

Придумай три самых классных и выгодных для тебя последствия этого момента. Выбери из них лучшее и разреши себе им насладиться.

ДНЕВНИК ПЕРЕВЕРТЫША

Какое неприятное событие или мелкая неприятность произошла недавно?

А теперь переворачиваем реальность!

Пиши крупно: **ЗАТО ТЕПЕРЬ Я...**

Три лёгких, приятных и вдохновляющих для меня последствия:

1. _____

2. _____

3. _____

Позволь себе этому порадоваться.

Второй уровень пройден, и твой Навигатор Удачи официально переведен в **режим абсолютного везения**.

Квест выполнен по-королевски!

ДЕНЬ 3. Твоя личная фишка «Чужая посылка»

Навигатор Удачи настроен на волну везения, и мы плавно переходим на **третий уровень** нашей игры!

Сегодня мы прокачаем твой личный фейсконтроль.

Как только ты уволишь Внутреннего Зануду и начнешь светиться от счастья, мир обязательно решит проверить твои настройки на прочность. На горизонте неизбежно появятся они — **Министры Уныния**. Это могут быть ворчливые прохожие, вечно недовольные люди в транспорте или просто знакомые, которые авторитетно заявят: «Да куда ты лезешь?», «У тебя ничего не выйдет!» или «Ты слишком много на себя берешь, спустишь на землю».

Обычная девушка в такой момент совершает главную ошибку: она либо начинает яростно оправдываться (и теряет свое сияние), либо вступает в затяжной спор (и сливает всю энергию). В итоге Министры Уныния уходят сытыми, а у нашей Счастливицы гаснут глаза.

Мы играем тоньше! Лови потрясающий чит-код, который выстроит вокруг тебя невидимый, но абсолютно **непробиваемый щит**.

Представь, что чужое негативное мнение, критика или мрачные прогнозы — это просто ошибочная посылка, которую курьер по недосмотру привез к дверям твоего дома. Ты открываешь коробку, а там лежат какие-нибудь ржавые болты, старые сломанные инструменты или чужой грязный хлам.

Станешь ли ты со слезами на глазах распаковывать этот груз, оплачивать его, примерять на себя и пытаться использовать в хозяйстве? Конечно же, нет! Ты покачаешь головой, вежливо откажешься и скажешь курьеру: «Ошибочка вышла, это не мой заказ. Забирайте обратно».

Чужой дефицит, зависть и страхи — это посылка, которую ты не заказывала. Пусть отправитель забирает этот груз себе и сам разбирается со своим добром!

Чит-код Уровня: Когда кто-то пытается вылить на тебя порцию критики или непрошенных советов, активируй внутренний **Переводчик**. Посмотри на человека с мягким, искренним интересом и скажи вслух нашу главную фразу-щит: **«Какое любопытное наблюдение! Спасибо, что поделилась»**

И... всё! Точка. Собеседник ждет, что ты начнешь злиться или оправдываться, но ты просто зафиксировала факт наличия у него мнения, развернулась и на легкой походке пошла дальше пить свой ароматный чай. Твои границы на замке, а глаза продолжают сиять!

Инвентарь игрока: Любимый парфюм, увлажняющий блеск для губ и телефон. Если после общения с Министрами Уныния тебе захочется вернуть мыслям идеальный покой, открой нашу бьюти-раскраску из книги «Королевский лоск за 5 минут» — это лучший способ быстро восстановить баланс сил и включить режим душевного комфорта.

Действие дня (Твой третий Квест): Тренажер «Взгляд Моны Лизы». Если сегодня кто-то попытается задеть тебя едким замечанием, нарушить твои границы или дать глупый совет — сделай паузу ровно в три секунды. Возврат посылки!

Мягко посмотри человеку прямо в глаза, загадочно улыбнись (как Мона Лиза) и спокойно произнеси: «Какое любопытное наблюдение! Спасибо, что поделилась». Мысленно

представь, как коробка со ржавым хламом улетает обратно к владельцу. Закрой тему и переключись на приятные мысли.

Третий уровень пройден блестяще!

КОРОЛЕВСКИЙ ПОЧТОВЫЙ ТЕРМИНАЛ. Манифест оформления возврата «Чужой посылки»

Если тебе пытаются вручить критику, зависть или чужие страхи — не распечатывай эту коробку. Заполни этот официальный манифест возврата прямо сейчас:

Кому: Отправителю (Министрам Уныния)

1. Что возвращаем: Ненужные советы, критику, чужой дефицит радости.

2. Причина возврата (выбери свой королевский аргумент):

- Ошибка адресата. Это не мой заказ, я выбираю легкость.
- Товар не соответствует моему королевскому статусу.
- Мой личный фейсконтроль заблокировал доставку.

3. Статус посылки: С мягкой улыбкой Моны Лизы отправлено обратно владельцу.

Переворачивай страницу с абсолютным облегчением.

Твои границы на надежном и крепком замке!

ДЕНЬ 4. Чистка зеркал и ментальный детокс

Готова? Щит против чужих хмурых посылок работает на полную мощность, а мы переходим на **четвертый уровень** нашей игры!

Сегодня мы устроим генеральную уборку в твоём **ближайшем окружении**. Мы научимся экологично фильтровать общение, чтобы никто в мире не мог воровать твоё сияние и утягивать твою легкую энергию на дно.

Давай проведем быструю и очень простую инвентаризацию тех, с кем ты делишься своими мыслями. По своему влиянию на твоё настроение всех людей условно можно разделить на два типа: **«Радиаторы»** и **«Пылесосы»**.

Радиаторы — это люди-солнышки.

После пяти минут общения с ними тебе безумно хочется творить, придумывать новые идеи, запускать секретные проекты, порхать и покупать красивые вещи. Они излучают тепло, веру в тебя и стопроцентный позитив.

Пылесосы — это те самые персонажи, после разговора с которыми ты чувствуешь себя так, словно весь день без отдыха выполняла тяжелую, изнурительную работу.

Они вечно жалуются на погоду, учебу, плохое настроение и весь мир вокруг. Самое интересное, что менять в своей жизни они ничего не хотят — им просто нужен бесплатный контейнер, куда можно без зазрения совести слить свой внутренний негатив.

Если обычная девушка из вежливости покорно сидит и часами слушает эти излияния, то у Счастливицы на «пылесосы» стоит жесткий блок. Твое личное пространство в интернете и в жизни — это твой замок. Ты же не станешь терпеть, если кто-то начнет складывать пакеты с мусором на коврик перед твоей дверью?

Мы включаем режим красивого **душевного баланса**.

Тебе не нужно устраивать сцены и официально объявлять человеку: «Всё, мы больше не подруги!». Действуй тоньше: переведи общение в текстовый формат, сокращай время контакта и никогда не вовлекайся эмоционально.

Чит-код Уровня: Если кто-то настойчиво пытается втянуть тебя в обсуждение сплетен, слухов или очередных тревожных новостей, используй фразу-выручалочку: «Ой, у меня чайник закипел!». Ты можешь физически встать и выйти из комнаты, сославшись на важный звонок, или мягко, но твердо перевести тему на милых котиков.

Помни: ты не обязана быть удобной, понятной и «хорошей» для всех вокруг. Ты обязана быть счастливой для самой себя! Когда ты закрываешь дверь перед теми, кто тебя обесценивает, ты открываешь огромные **парадные ворота** для тех, кто будет тобой искренне восхищаться.

Инвентарь игрока: Твой смартфон и чашечка ароматного рафа или ягодного чая. Если после чистки окружения тебе захочется заполнить освободившееся пространство чистым вдохновением, **сделай глубокий вдох и мысленно поблагодари себя за этот шаг**.

Внутри тебя уже запускаются новые, легкие правила того, как привлекать в свою жизнь подарки и классные возможности из состояния **истинной свободы** от чужого мнения.

Действие дня (Твой четвертый Квест): Цифровая дезинфекция. Открой свои подписки в социальных сетях. Найди минимум три аккаунта, которые вызывают у тебя глухое раздражение, чувство неполноценности или транслируют сплошной пессимизм. Без колебаний нажми кнопку «Отписаться» или «Заблокировать».

Сделай это абсолютно без чувства вины.

ФИЛЬТР СВЕТА И ВДОХНОВЕНИЯ: *Твой королевский список освобождения.*

1. Загляни в свои социальные сети и телефонную книгу.
2. Найди тех, кто вместо поддержки сеет уныние, зависть или критику.
3. Вычеркни их из своего круга общения, изящно нажми кнопку «Отписаться» или переведи звонки в беззвучный режим.

Зафиксируй свою свободу здесь:

Освободила место для чуда (кто это был?): _____

Отпустила с миром (имя или ник): _____

Убрала из поля видимости (прощай!): _____

Твой внутренний замок официально очищен от чужого шума!

Четвертый уровень пройден!

Воздух вокруг тебя снова стал чистым, свежим и готовым к привлечению больших чудес.

ДЕНЬ 5. Чит-код «Главная роль»

Представь себе знаменитую голливудскую актрису, которая играет великую императрицу в историческом блокбастере.

В перерыве между дублями она может сидеть на простом складном стуле посреди пыльного павильона, укутавшись в тёплый халат и попивая обычный чай. Но меняется ли от этого её внутренний статус в кадре? Становится ли она менее величественной?

Конечно же, нет. Она прекрасно знает, КТО она, и просто ждет команды режиссера: «Мотор!».

Многие девушки совершают огромную ошибку: они позволяют серым бытовым декорациям полностью диктовать свое настроение. Случайная неприятность с утра, замечание прохожего, гора невыглаженных вещей в углу — и всё, внутренняя Счастливица тут же прячется, уступая место уставшей Золушке.

Мы меняем эти правила раз и навсегда!

Отныне любые мелкие неурядицы вокруг тебя — это не крах жизни, а просто временный пыльный павильон.

Ты — **Главная Героиня** своего личного фильма, и твое внутреннее сияние не зависит от того, какая погода за окном или какая посуда сейчас стоит в раковине.

Когда в твоей жизни временно наступает хаос, мгновенно включай этот игровой настрой. Сломался любимый аксессуар по дороге на важную встречу? Это не катастрофа, это ироничный и пикантный сюжетный поворот в первой серии твоего личного сериала про огненный успех. Окружающие пытаются раздуть драму?

Посмотри на них как на **массовку**, которая просто плохо выучила свои роли. Ты не обязана подстраиваться под чужой хаос. Он обязан утихнуть, сталкиваясь с твоей непоколебимой уверенностью в том, что всё идет по лучшему сценарию Вселенной.

Инвентаризация кусь-моментов

Наш внутренний **двигатель везения** работает на очень чистом и дорогом топливе. И это топливо — твоя искренняя, детская, чистая радость. В нашей игре мы называем эти вспышки счастья «**кусь-моментами**». Это те самые восхитительные секунды, когда ты буквально откусываешь от жизни самый сладкий кусочек.

Давай зафиксируем их и превратим в твою личную суперсилу:

— Ты делаешь первый глоток ароматного рафа в уютной тишине кондитерской.

— Гладишь урчащего кота и понимаешь, что тебе никуда не нужно спешить.

— Открываешь коробку со свежими цветными карандашами и плавно погружаешься в раскрашивание узоров.

Именно из таких маленьких, приятных деталей и выстраивается твой королевский статус.

Обычный человек пробегает мимо этих моментов, не замечая их, потому что его голова забита тревогами о будущем. Но Любимица Фортуны умеет нажимать на **внутреннюю паузу**. Она смакует каждую каплю удовольствия, фиксирует её в памяти и мысленно говорит Вселенной: «*О да, мне это безумно нравится! Пожалуйста, повтори на бис!*» Чем больше таких

вспышек ты замечаешь за день, тем мощнее становится твое внутреннее сияние, и тем быстрее реальность подстраивается под твои капризы.

Синдром отложенного платья

Но какая же Главная Героиня без роскошного наряда?

Давай снимем с антресолей твою красивую жизнь, которую ты так усердно прячешь в шкафу!

Многие обожают копить вещи для мифического «особого случая». Красивый блокнот лежит в заводской упаковке, потрясающий дорогой парфюм пылится на полке в ожидании грандиозного праздника, а нарядное платье в пайетках грустно вздыхает на вешалке, потому что «сегодня всего лишь обычный вторник».

В итоге ты изо дня в день ходишь по дому в растянутой футболке, пьешь из чашки со сколом и неосознанно транслируешь миру сигнал: «*Я согласна на серость, я пока не заслужила лучшего*».

Запомни: самое главное и особенное чудо в твоей жизни — это тот факт, что ты сегодня проснулась!

Начни носить свои лучшие вещи прямо сейчас. Достань красивую чашку, налей в неё любимый напиток. Используй свой самый классный парфюм перед обычной прогулкой. Мир моментально считывает этот королевский дзен.

Когда ты выглядишь и чувствуешь себя великолепно посреди самого обычного буднего дня, твой **Навигатор Удачи** понимает, что ты готова к крупным подаркам, и начинает прокладывать к тебе маршруты изобилия.

Чит-код Уровня: Реальность всегда сдается первой. Если ты упорно, расслабленно и с легкой ироничной улыбкой продолжаешь чувствовать себя Любимицей Судьбы, миру ничего не остается, кроме как перестроить все внешние обстоятельства под твой внутренний лад.

Удерживай этот фокус внимания! Удача, радость и вдохновение — это не случайные подарки, это твоя естественная среда обитания. Разреши себе снять этот тёплый халат посреди любого павильона!

Инвентарь игрока: Твои любимые бусы (или любое изящное кольцо), зеркало и наша фирменная быюти-раскраску из книги «Королевский лоск за 5 минут». Рисование красивых узоров под любимый сериал — это твой личный экспресс-хак для быстрого перемещения в состояние полного блаженства.

Действие дня (Твой пятый Квест): *Жест-фиксатор и ликвидация внутреннего завхоза.*

Придумай одно простое физическое действие, которое будет возвращать тебя в состояние Главной Роли за одну секунду (например, плавное поправление воображаемых бус на шее, легкий наклон головы или красивое расправление плеч). Тело обладает потрясающей памятью на эмоции: этот жест мгновенно пошлет мозгу сигнал: «Всё под контролем, мы держим лоск».

Найди в доме одну красивую вещь, которую ты упорно берегла «на потом» (дорогой крем, роскошный блокнот, красивый наряд или коллекционный чай). Распакуй её и начни пользоваться уже сегодня, зафиксировав этот восхитительный кусь-момент!

АКТ О ВСТУПЛЕНИИ В ПРАВА ГЛАВНОЙ РОЛИ

Документ немедленного наслаждения жизнью

Не откладывая, встань, открой шкаф или заветную комодную шкатулку. Достань то, что берегла для особого случая.

Какая вещь прямо сейчас начинает служить твоему удовольствию?

Запиши её сюда: _____

Мой сегодняшний кусь-момент — это: _____

Мой телесный жест-фиксатор Главной Роли (например, поправление бус):

Я официально разрешаю себе быть счастливой, нарядной и вдохновленной сегодня. И завтра. И всегда.

Пятый уровень пройден!

Твоя самооценка на высоте, психологическая защита активирована, а твоя внутренняя броня включена на максимум.

ДЕНЬ 6. Пятизвёздочный отель для любимых купюр

Внимание! Твой Навигатор Удачи вывел тебя на **шестой уровень**. Сегодня мы открываем один из самых интригующих секторов нашей карты — **Территорию Изобилия**.

Скажи, пожалуйста, ты когда-нибудь задумывалась, в каких условиях «любят отдыхать» твои личные ресурсы и карманные деньги? Давай прямо сейчас проведём быстрый тест.

Загляни в свою сумочку, рюкзак или карманы. Что там происходит прямо сейчас? Честный выбор за тобой:

Вариант А: Мой кошелёк (или картхолдер) в полном порядке, карты на местах, наличные лежат ровно.

Вариант Б: Там устроили вечеринку старые чеки, случайные фантики, проездные и куча мелких бумажек, а карта сиротливо зажата между ними.

Если твой ответ **Б** — без паники!

У энергии изобилия потрясающее чувство собственного достоинства. Она totally не выносит пренебрежения и унылых будней. Деньги — это желанные, уважаемые и очень дорогие гости в твоём внутреннем королевстве. А значит, жить они должны исключительно в роскошном, аккуратном и чистом пространстве.

Наведение порядка в кошельке и сумочке — это не просто скучная бытовая уборка. Это твой **личный магнитный чит-код**.

Вещи и сбережения обладают уникальным свойством: они с невероятной скоростью притягиваются именно туда, где для них уже созданы пятизвёздочные условия.

Ловушка Уровня: Эффект зажатых кулаков

Почему суета и паника блокируют везение? Давай разберем главный парадокс этой локации, о котором никогда не расскажут в скучных учебниках.

Когда ты судорожно, до хруста в пальцах цепляешься за каждую монетку, постоянно тревожишься и думаешь только о дефиците, ты создаешь мощнейшее внутреннее напряжение. В нашей игре этот опасный баг называется **«эффектом зажатых кулаков»**.

Интерактивный эксперимент прямо сейчас: Зажми свой кулак изо всей силы. Сильнее, ещё сильнее! А теперь, не разжимая пальцев, попробуй взять со стола телефон или изящную чашку с любимым напитком. Ну как, получилось?

Спойлер: ты ничего не сможешь взять. Ты только зря потратишь кучу сил, а чашку и вовсе рискуешь разбить.

Правило Игры простое: Чтобы мир мог вложить в твои руки что-то по-настоящему крупное, классное и вдохновляющее, **ладони нужно разжать!** Перестань просчитывать расходы с выражением лица уставшего математика. Снижай избыточную серьезность, выдыхай, и заблокированные потоки радости сами найдут дорогу к твоему дому.

Твой денежный уровень: Планка экономкласса

Как Игроки неосознанно соглашаются на малое?

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.