

Светлана Варжеленко

Магия Нового года: понятная инструкция

как загадывать желания под бой курантов, чтобы они сбывались

Светлана Варжеленко

Магия Нового года: понятная инструкция. Как загадывать желания под бой курантов, чтобы они они сбывались

https://litres.ru/74986479
ISBN 9785007174947

Аннотация

Почему в конце декабря даже самые серьёзные взрослые люди снова начинают верить в чудо — и как сделать так, чтобы новогоднее желание сбылось не только на бумажке в бокале? Эта книга — тёплая и понятная инструкция по созданию своего лучшего года без надрыва. На живых примерах из жизни и с опорой на работу мозга ты узнаешь, как правильно завершить старый год, загадать желание без скрытых ошибок и превратить декабрь в трамплин для удачи.

Содержание

Введение. Почему в конце декабря в воздухе висит настоящее электричество чуда 5
Глава 1. Откуда на самом деле взялась традиция загадывать желания в новогоднюю ночь — и почему она работает 8
Глава 2. Эффект коллективного поля: что происходит, когда миллионы людей одновременно верят в сказку 11
Глава 3. Нейробиология нового листа: почему наш мозг обожает точку «первого января» 14
Глава 4. Генеральная уборка перед стартом: как закрыть старые обиды, долги и «хвосты» уходящего года 16
Конец ознакомительного фрагмента. 18

Магия Нового года: понятная инструкция Как загадывать желания под бой курантов, чтобы они они сбывались

Светлана Николаевна Варжеленко

© Светлана Николаевна Варжеленко, 2026

ISBN 978-5-0071-7494-7
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение. Почему в конце декабря в воздухе висит настоящее электричество чуда

Вспомни это удивительное, ни с чем не сравнимое ощущение, которое каждый год накрывает нас ближе к концу декабря.

На улице хрустит белый снег, в окнах домов зажигаются разноцветные гирлянды, в магазинах пахнет свежими мандаринами и хвоей, а в душе даже у самых серьёзных, занятых и уставших за год взрослых людей вдруг просыпается тихое, тёплое предвкушение праздника. Кажется, что сам воздух вокруг становится плотнее, светлее и словно наэлектризован ожиданием доброй сказки.

Почему так происходит? Неужели это просто красивая детская привычка или сила праздничной рекламы?

Вовсе нет! Конец декабря и новогодняя ночь — это по-настоящему особенное, сильное время, в котором удивительным образом соединяются сразу три мощные силы: законы нашей психологии и работы мозга, энергия миллионов людей, одновременно мечтающих о хорошем, и природный ру-

беж, когда один большой жизненный круг завершается, а другой только начинает свой разбег. Но при этом почти каждый из нас сталкивался с одной обидной загадкой. В новогоднюю ночь мы с горящими глазами пишем желание на крошечном клочке бумаги, торопливо сжигаем его над бокалом под бой курантов, загадываем «хочу, чтобы в новом году всё было хорошо и денег хватало» — а потом наступает февраль, март, май, и жизнь снова катится по старым рельсам, словно никакого волшебства и не было!

И тогда человек вздыхает и говорит себе: «Видимо, чудеса в новогоднюю ночь случаются только в кино, а в реальной жизни это просто красивая игра».

Но правда в том, что волшебство Нового года работает безотказно — просто у него, как у любого тонкого инструмента, есть свои правила и маленькие секреты! Когда ты загадываешь желание в суете, за три секунды до полуночи, вперемешку с усталостью, недосказанными обидами уходящего года и размытыми словами «хочу, чтобы не было проблем», твой внутренний навигатор просто не понимает, куда тебя вести.

В этой книге мы поговорим о магии Нового года по-взрослому, честно, тепло и без скучных лекций. Ты узнаешь, почему рубеж первого января обладает особой силой для наше-

го подсознания, как правильно и с благодарностью закрыть двери уходящего года, какие скрытые ошибки мешают новогодним желаниям сбываться и какие простые, красивые ритуалы помогут тебе превратить декабрь и первые дни января в настоящий трамплин для твоих самых смелых мечт. Налей себе чашку ароматного чая с корицей или мандарином, укутайся в тёплый плед — наше новогоднее путешествие начинается прямо сейчас!

Глава 1. Откуда на самом деле взялась традиция загадывать желания в новогоднюю ночь — и почему она работает

Традиция отмечать переход из старого года в новый и загадывать заветные желания на пороге будущего — одна из самых древних и сильных традиций в истории человечества. Ей уже не одна тысяча лет!

Ещё в глубокой древности люди внимательно наблюдали за солнцем и природой. Они видели, что в конце декабря наступают самые длинные, тёмные ночи в году — дни зимнего солнцестояния, после которых солнце словно рождается заново и день начинает по минуте прибывать. Для наших предков этот момент был главным символом победы света над тьмой, жизни над замиранием, надежды над страхом.

В разных странах мира люди с незапамятных времён верили: в ту волшебную ночь, когда старый год передаёт ключи новому, граница между миром наших мыслей и миром реальных событий становится особенно тонкой. В Древнем Риме люди дарили друг другу сладкий мёд, инжир и монеты,

чтобы весь следующий год прошёл в достатке и радости. На Руси в святочные вечера собирались всей семьёй у тёплой печи, благодарили землю и дом за прожитый год и шептали заветные пожелания на будущий урожай, здоровье и счастливую судьбу. Но почему эта древняя традиция не исчезла в наш век высоких технологий, смартфонов и космических ракет, а, наоборот, с каждым годом становится только сильнее?

Всё дело в том, что человеческая душа и наш мозг остро нуждаются в точках обновления.

В бесконечной череде рабочих будней, счетов, звонков и бытовых забот человеку очень трудно остановиться посреди обычного вторника и сказать себе: «Всё, с сегодняшнего дня я оставляю старые тревоги позади и начинаю новую главу своей жизни!». Ум привычно цепляется за вчерашний день и тянет старые проблемы в завтрашний.

А вот новогодняя ночь даёт нам законное, красивое, признанное всем миром право на чистый лист!

Когда календарь переворачивает последнюю страницу декабря, даже самый закоренелый скептик внутри нас расслабляется и соглашается: «Да, старый год закончился, а впереди — целых триста шестьдесят пять совершенно новых, чистых

страниц, на которых можно написать совсем другую, счастливую историю!».

Именно в эту секунду, когда твой внутренний контролёр и критик отступают в сторону, открывается прямой доступ к твоему подсознанию. И если ты подойдёшь к этому моменту осознанно, спокойно и с ясным намерением, твоё желание ляжет в самую глубину души, как отборное зерно в тёплую весеннюю землю.

Глава 2. Эффект коллективного поля: что происходит, когда миллионы людей одновременно верят в сказку

Задумывался ли ты когда-нибудь над тем, почему в обычную среду пятнадцатого марта загадать желание бывает гораздо сложнее, чем тридцать первого декабря за пять минут до полуночи? Казалось бы, и календарь тот же, и квартира та же, и ты сам не изменился — но в конце декабря словно невидимая волна подхватывает тебя и несёт вперёд!

Всё дело в удивительном явлении, которое и физики, и психологи называют эффектом коллективного резонанса.

Вспомни, как в физике ведут себя два камертона, настроенных на одну ноту: если ударить по одному из них, второй начинает звучать сам собой, просто подхватив вибрацию воздуха. Точно так же устроены и человеческие сердца, и наши мысли!

В последние дни декабря по всей стране и по всему миру происходит событие, аналогов которому нет ни в один дру-

гой день года. Десятки миллионов людей одновременно достают из коробок ёлочные игрушки, развешивают огоньки, покупают подарки близким, прощают старые обиды, улыбаются прохожим на заснеженных улицах и искренне, как в детстве, настраиваются на радость, добро и веру в чудо! Когда миллионы людей одновременно излучают светлые, тёплые эмоции надежды и благодарности, вокруг Земли возникает мощнейшее общее энергетическое поле — настоящий океан созидательной силы.

В обычный рабочий день, когда вокруг кто-то спешит, кто-то ворчит в очереди, а в новостях говорят о проблемах, тебе приходится грести к своей мечте в одиночку, словно на маленькой лодке против сильного течения. Но в новогоднюю неделю ты словно поднимаешь парус в попутный ветер огромного океана! Общая радость людей многократно усиливает твой собственный настрой, растворяет твои сомнения и придаёт твоим намерениям особую скорость и лёгкость.

Поэтому так важно не проводить предновогодние дни в угрюмой суете и жалобах на пробки в магазинах. Наоборот — с удовольствием вливайся в этот праздничный поток! Полюбуйся на вечерние огни города, включи любимую новогоднюю музыку, купи мандаринов, пожелай добра кассиру в магазине — и ты сразу почувствуешь, как эта мощная волна

коллективного волшебства подхватывает и тебя.

Глава 3. Нейробиология нового листа: почему наш мозг обожает точку «первого января»

Но чудеса новогоднего рубежа объясняются не только красивой энергией праздника — у этого феномена есть и абсолютно чёткое научное объяснение в психологии и нейробиологии мозга! Учёные называют его «эффектом свежего старта».

Посмотри, как устроена наша память и самооценка в течение года. Когда человек пытается начать новую жизнь с обычного четверга, в его голове всё ещё живо вчерашнее воспоминание: «Вчера я опять сорвался, понервничал, не успел закончить дела и поспорил с близкими — значит, я такой же неуверенный и уставший, как вчера». Старые ошибки тянутся за нами невидимым шлейфом и мешают поверить в свои силы.

Но когда наступает первое января, в нашем мозге срабатывает удивительный природный переключатель!

Психологи провели десятки исследований и доказали: в такие яркие календарные рубежи — особенно в первый день

нового года — наш мозг автоматически проводит чёткую черту между «прошлым я» и «новым я». Все промахи, неудачи и усталость остаются по ту сторону тридцать первого декабря, словно в закрытой книге, которую поставили на дальнюю полку. А перед тобой открывается совершенно чистая тетрадь без единой помарки! В эти первые дни нового года наш мозг становится удивительно пластичным, открытым и восприимчивым к новым целям и привычкам. Внутри выделяется естественный дофамин — гормон предвкушения, интереса и здорового азарта. Внутренний критик на время притихает, а подсознание с готовностью принимает новые установки: «Да, в новом году я действительно могу жить спокойнее, зарабатывать больше, беречь своё здоровье и смело идти к своим мечтам!».

Именно поэтому все планы, намерения и желания, которые ты грамотно, спокойно и с теплом закладываешь на стыке декабря и января, имеют в несколько раз больше шансов на успех, чем цели, поставленные в середине обычного месяца.

Но чтобы этот чистый лист первого января по-настоящему заиграл, перед праздником нужно сделать одну очень важную вещь — мягко и с уважением закрыть двери уходящего года. Об этом мы и поговорим в следующей главе!

Глава 4. Генеральная уборка перед стартом: как закрыть старые обиды, долги и «хвосты» уходящего года

Представь себе, что тебе подарили красивый, сверкающий новый чемодан, в который нужно аккуратно сложить самые лучшие наряды и подарки для большого счастливого путешествия. Но вместо того чтобы навести внутри порядок, ты запихиваешь туда мешок вчерашнего мусора, мокрую тряпку, старые рваные тапки и обрывки просроченных квитанций. Понятно, что в таком чемодане даже самые красивые вещи мгновенно испортятся!

Именно так поступают многие люди, когда пытаются загадать прекрасные желания на новый год, не закрыв старые «хвосты» в доме и в собственной душе.

Запомни золотой закон новогоднего обновления: новое чудо приходит только на чистое, свободное место. Поэтому за пять-семь дней до тридцать первого декабря проведи простую, но невероятно сильную генеральную уборку сразу на трёх уровнях — в пространстве, в финансах и в сердце.

Уровень первый — физическое пространство. Пройдись по квартире, шкафам, полкам и ящикам стола. Без жалости выброси всё сломанное, треснувшее и отслужившее свой срок: старые чеки, засохшие ручки, треснувшие чашки, одежду, которую ты не надевал весь год. Протри зеркала и окна, перебери кошелёк и наведите чистоту в каждом углу. С каждым выброшенным мешком хлама ты будешь физически чувствовать, как в дом входит свежий воздух и место для новых подарков судьбы.

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.