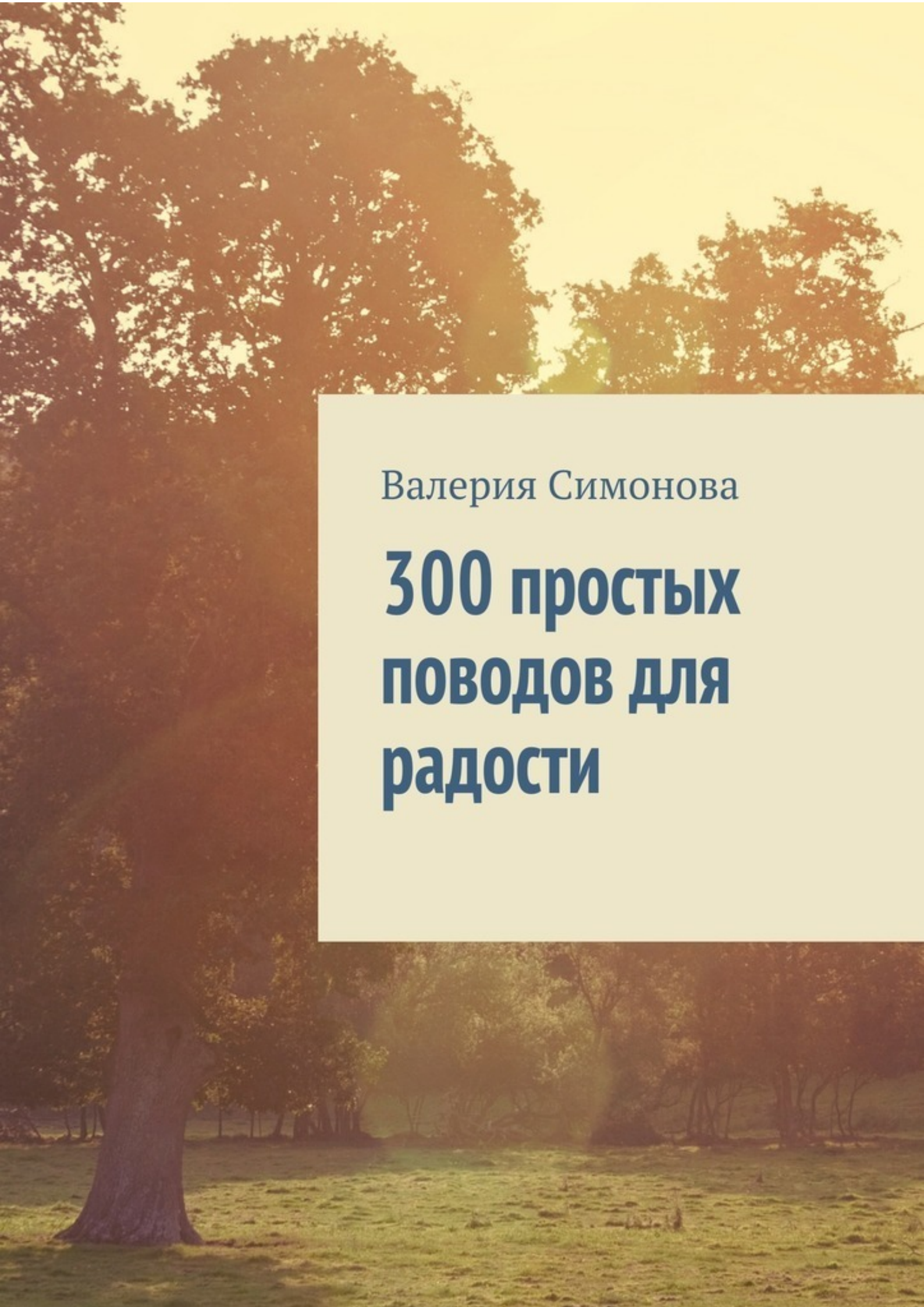




Валерия Симонова

**300 простых
поводов для
радости**

Валерия Симонова

**300 простых
поводов для радости**

«Издательские решения»

Симонова В.

300 простых поводов для радости / В. Симонова —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-833387-3

Радоваться нужно по поводу — или просто так? Даже в самые тяжелые времена можно отыскать поводы для радости, которые кроются в повседневных мелочах. Нужно лишь внимательно посмотреть вокруг...

ISBN 978-5-44-833387-3

© Симонова В.
© Издательские решения

300 простых поводов для радости

Валерия Симонова

© Валерия Симонова, 2016

© Наталия Полянская, фотографии, 2016

ISBN 978-5-4483-3387-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Говорят, для радости нужен повод. Обычно имеют в виду, что повод какой-то большой – получить наследство от швейцарского дядюшки, которого никогда не знал, или жениться по любви, или отправиться в путешествие мечты... Но даже тогда можно упустить сотни мелочей, из которых состоит наша жизнь и которые делают ее счастливее. В этой книге я и перечисляю 300 простых способов обрадоваться, которые можно найти каждый день. Или придумать свои.

Радость – это вещь, которая делает нас счастливее. Мгновения острой радости часто остаются с нами навсегда; иногда они угасают, смытые потоком ежедневных впечатлений, однако и тогда у нас остается хорошее послевкусие. Может, мы и не вспомним потом, отчего именно были так счастливы, но так ли важно? Ведь жизнь проходит здесь и сейчас.

Эту книжку можно брать с собой, можно дарить любимым и почаще вспоминать, что именно нужно сделать, чтобы снова почувствовать радость жизни.

Что же можно сделать, чтобы обрадоваться?

1. Проснуться утром и улыбнуться новому дню.
2. Заварить себе большую чашку кофе и пить, обхватив ее ладонями.
3. Покормить уток в пруду.
4. Пройти по мокрому песку в полосе прибоя, собирая ракушки.
5. Долго гладить мурлыкающего кота.
6. Зимой играть в снежки и «ангелов».
7. Зажечь множество свечей и расставить по всему дому.
8. Устроить ужин с друзьями и хохотать над шутками, понятными только вам.
9. Украсить свой дом к празднику.
10. Зайти в кафе с мороза и постоять, вдыхая запахи.
11. Надкусить хрустящую корочку пирога.
12. Крепче взяться за подлокотники кресла, когда самолет отрывается от земли.
13. Рисовать на запотевшем стекле.
14. Посмотреть на ночное небо и опознать несколько созвездий.
15. Найти невероятно интересную книжку и читать всю ночь.
16. Прийти домой и снять туфли.
17. Во время совещания рисовать смешных человечков в блокноте.
18. Открыть новенькую книжку и понюхать между страницами.
19. Чихнуть от души.
20. Обнять мягкую игрушку, когда спишь.
21. Получить письмо или посылку, которую очень ждешь.
22. Походить босиком по лужам после дождя и по мокрой траве.
23. Расслабить ремень на джинсах на одну дырочку во время ужина в ресторане.
24. Сидеть на подоконнике и разговаривать по телефону с другом.

25. Идти домой и знать, что тебя там ждут.
26. Валяться на ковре, болтая ногами, и больше ровным счетом ничего не делать.
27. Поиграть с детьми в прятки. А можно – и со взрослыми!
28. Приготовить самое любимое блюдо.
29. Прихлопнуть единственного комара, который мешает спать.
30. Намазать на хлеб столько паштета, сколько хочешь.
31. Выиграть в дурацкой компьютерной игрушке, которая никак не поддавалась.
32. Выйти из самолета и впервые почувствовать запах места, в которое прилетел.
33. Просидеть в кофейне пару часов, глядя на людей за окном.
34. Гулять под дождем без зонтика.
35. Лечь на чистые простыни.
36. Прийти на премьеру давно ожидаемого фильма, поставить рядом кока-колу и попкорн и ждать последние минуты до начала.
37. Улыбнуться прохожему и поймать ответную улыбку.
38. Понюхать распутившийся цветок.
39. Лежать в ванной и читать книжку.
40. Поймать бабочку и отпустить, чтобы летела дальше.
41. Ехать в машине и ловить ладонью ветер.
42. Запустить в небо летающий китайский фонарик.
43. Крепко обнять того, кого любишь.
44. Взять в руки зверька, который умещается в ладонях.
45. Случайно сделать классный фотокадр.
46. Играть в настольную игру шумной компанией.
47. Записывать что-то в блокноте ровным почерком. Или неровным!

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.