



Ольга Мещерская

Носодие — календарь
по укреплению
и обновлению
чувств

Для нововлюбленных
и пар со стажем

Ольга Мещерская

**Пособие-календарь по укреплению
и обновлению чувств. Для
нововлюбленных и пар со стажем**

«Издательские решения»

Мещерская О.

Пособие-календарь по укреплению и обновлению чувств.
Для нововлюбленных и пар со стажем / О. Мещерская —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-833534-1

Этот бессрочный календарь создан для тех, кто без ума от своей половинки. Он подскажет, как радовать объект своих чувств на протяжении всего года. Привнесет в картину вашей любви яркие краски. Напомнит о ваших личных годовщинах. И станет кружевной рамкой вашего прекрасного чувства.

ISBN 978-5-44-833534-1

© Мещерская О.
© Издательские решения

Содержание

Дни, окутанные хлопьями снега и романтическими идеями	7
Наши декабрьские мечталки-хотелки	10
Я тебя люблю каждую прожитую секунду	12
Фантазии и волшебство	17
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Пособие-календарь по укреплению и обновлению чувств Для нововлюбленных и пар со стажем Ольга Мещерская

© Ольга Мещерская, 2016
© Екатерина Солохина, дизайн обложки, 2016
© Анастасия Брюханова, фотографии, 2016
© Екатерина Солохина, иллюстрации, 2016

Редактор Екатерина Солохина

ISBN 978-5-4483-3534-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Мир влюбленных не похож на мир не влюбленных. В первом даже паутина – тончайшее кружево, вдохновляющее на вязание узорчатых салфеток и неувядающих цветов. Влюбленные чувствуют и живут по-особому. От того они особенно счастливые и красивые.

Любовь не умирает, но может превратиться из волшебного цветка во что-то плоское и бесформенное, если о ней не заботиться, не удобрять, не холить и не лелеять. К сожалению, под грузом ответственности, бытовых дел и переживаний мы часто забываем о том, что хрупкая конструкция цветка, соединяющая своими лепестками два теплых сердца, бьющихся одинаково мелодично, нуждается в поддержке

Книга, которую вы держите в руках – это та самая поддержка и подпитка ваших невероятных и бесподобных чувств. Это ежедневные подсказки по улучшению и обновлению эмоций, которые вы друг другу с улыбкой доставляете. Это бесконечный календарь любви, в котором каждый день неповторим и не похож на предыдущий.



Декабрь

Дни, окутанные хлопьями снега и романтическими идеями

1. Наверняка, ваш компьютер хранит ценнейшую коллекцию совместных фотографий. Почему бы эту коллекцию не распечатать? На случай внезапной поломки компьютера или повсеместного исчезновения электричества.

Конечно же, после того, как вы получите фотографии, их нужно будет рассортировать и поместить в альбом. Семейные фотоальбомы – это так романтично! Будет, что показать засидевшимся гостям или родителям. Да и самим перелистывать драгоценные страницы, на которых застыли воспоминания, не надоест даже в тысячный раз.

2. Альбом было бы здорово сделать вместе! Скрапбукинг, старые журналы, фломастеры, краски, цветы со свиданий, вложенные между книжных страниц, памятные сувениры, типа билетов в кино и на поезд... Используйте все, что навеивает на вас самые приятные воспоминания о медовых месяцах и конфетно-букетных днях.

Два-три вечера под любопытные взгляды снежинок, пролетающих мимо окон, и ваш семейный альбом готов! Ваша книга памяти и любви...

3. В преддверии Нового года разложите пасьянс, дабы быть готовыми к чудесам и сюрпризам года предстоящего. Только сделайте этот пасьянс сами. С исключительно положительными толкованиями картинок и символов. Наволшебничайте себе самый лучший и яркий год!

4. Проведите вечер со словарем. Найдите новые слова и прочитайте их значения. Расширьте вместе свой лексический запас языка и упражняйтесь в изящных оборотах речи.

5. Заведите книгу «Семейные традиции и секреты любви и взаимопонимания». Создайте свои собственные традиции, которые постарайтесь воплотить в новом году. Раз в неделю обдумывайте прожитые вместе дни и заполняйте страницы вашей книги интересными наблюдениями и находками в области чувств.

6. Подарите своей любимой букет цветов из ткани. Перевяжите их яркой лентой, на которой напишите маркером: «Эти цветы никогда не завянут. Так же, как и моя любовь к тебе!»

7. Купите сковородку в виде сердечка. Приготовьте на ней оладьи или блины. Намажьте губы вишневым или малиновым вареньем. Оставьте сладкие поцелуи на получившихся сердечках. На тарелке, с помощью кондитерского шприца, наполненного шоколадным кремом, напишите: «Сделано с любовью».

8. Не знаете, как оригинально и романтично отпраздновать новый год? Вспомните, о какой стране грезилась весь год ваша половинка. И создайте антураж в стиле заморских краев. Отправьте вашу любовь на день к родителям, а сами займитесь украшением дома.

На стекла окон прилепите плакаты-фото с изображением мест из мечты вашей половинки. Приготовьте или купите еду, соответствующую этим краям. Изучите традиции празднования местного нового года. И претворите некоторые из них в жизнь. Выучите пару фраз местного языка. Верните свою половинку домой, и ждите благодарностей и самого лучшего нового года на свете.

9. Сделайте елку своими руками. Из старых журналов, мешковины, еловых веток, отживших свое футболок. Пусть в каждой комнате будет по волшебной елочке hand made. Купите хвойного масла и аромалампу. Даже если у вас, в этом году, не будет настоящей елки, вы сможете воссоздать запах новогоднего счастья с помощью этих покупок.

10. Вместе украсьте елку крупными шарами, разбавив их фигурками, изображающими ваши пожелания к новому году. Это могут быть платья, машины, дети, дома, телефоны, флаги стран, которые хочется посетить... Все, что вам желается видеть в своем маленьком царстве.

Напомните Деду Морозу о ваших мечтах, и ждите их непременно осуществления в следующем году!

11. Заведите альбом под названием «Один день вечной любви». Один раз в году, в один и тот же день, делайте совместное фото, которое приклеивайте в этот альбом. Рядом с фото описывайте свои чувства друг к другу.

Такой альбом поможет вам наблюдать изменения вашей внешности и любви. Рост и развитие самого прекрасного чувства на свете, любовно вложенного Создателем в вашу пару.

12. Начните коллекционировать что-нибудь необыкновенное. Как Нино из «Амели», коллекционирующей разорванные, плохо получившиеся фотографии, из кабинки моментального фото. Можно, например, находить пуговицы на улицах и складывать их в красивую стеклянную баночку.

13. Купите бинокль. В декабре наблюдайте из окна за снежинками, а в марте за возвращающимися из теплых краев птицами.

14. Пока вашего любимого нет дома, вышейте на верхней части одного носка из каждой пары по маленькому сердечку. Украшенные символом любви, носки станут в десять раз теплее и в двадцать любимее.

15. Если ваша любимая, не смотря на новую теплую шубку, продолжает мерзнуть и мечтать о весне, согревайте ее по утрам поцелуями и сообщениями, сколько дней осталось до первой капли. По вечерам отпаивайте вашу Снегурочку горячим молоком с медом и ромашковым чаем, они благотворно влияют на кожу и нервную систему, не вызывая привыкания. Дарите любимой маленькие букеты цветов и яркие свитера, напоминающие краски весны и лета. А в один из безветренных дней выложите лепестками роз на снегу: «В моем сердце всегда весна, благодаря тебе, мой солнечный зайчик!»

16. Запишитесь на несколько сеансов танго. Этот танец поможет вам услышать и почувствовать друг друга с помощью языка движений. Раскроет те грани вас, о существовании которых вы даже и не подозревали.

17. Закажите для своей пары портретные куклы.

18. Представьте, что ваша любовь – это цветок. Какой он? Где растет? Сколько у него лепестков и листиков? Каким они цветом? Нарисуйте или сделайте из цветной бумаги цветок вашей любви. Заботьтесь о нем, говоря друг другу прекрасные слова и поддерживая начинания своей половинки. Для цветка любви это самая чистая и питательная вода.

19. Посчитайте, сколько родинок украшает тело вашей половинки.

20. Напишите простым карандашом на альбомных листах недовольствия и обидки по отношению друг к другу. Дайте вашей половинке ознакомиться со списком. А потом торжественно уничтожьте записи с помощью яркого ластика.

Пусть Новый год начнется с чистого листа для вашей пары. А все ворчания останутся в году минувшем. Старайтесь быть друг для друга самыми лучшими и минимизировать недовольствия. Чтобы к концу следующего года их не осталось совсем!

21. Подарите друг другу по серебряному кольцу. Пусть на кольцах будет выгравировано признание в любви крошечными буквами. Что-то вроде: «Моя любовь к тебе подобна кругу. Также бесконечна и неизменна».

22. Разберите вместе ваши шкафы. Честно признайтесь друг другу, что вам кажется неуместным и некрасивым в гардеробе партнера. Отдайте эти вещи тем, кому они смогут доставить радость. Для вас же радость – быть самой красивой, стильной, и желанной половинкой на свете, не так ли? Кроме того, такое периодическое вмешательство в личное пространство друг друга поможет вам лучше узнать своего партнера и подскажет идеи для будущих подарков.

23. Нарядитесь Дедом Морозом и Снегурочкой. Загляните в детский магазин. И купите подарков для деток из малообеспеченных семей вашего двора или округа, все зависит

от вашего материального положения. Вносите вместе паззлы добра и света в мозаику мира. Вы будете гордиться друг другом, и чувствовать себя настоящими волшебниками.

24. Создайте для своего любимого романтический кроссворд. Посвященный вашей паре. Например, в вопросах вы можете спросить у своего котика/зайчика/солнышка/рыцаря/короля и т. д. на какой улице вы встретились. Или каким цветом шарф на вас был надет. Какие цветы ваш любимый подарил вам в первый раз. И каким словом ласково вас называл. Все, что помните, и что хотите, чтобы вспомнил ваш партнер.

25. Поиграйте вместе в компьютерную игру. Выберите ту, в которую можно играть одновременно вам обоим. Игру, в которой каждый ваш шаг будет отражаться на вашем партнере. Научитесь чувствовать друг друга даже в виртуальном мире.

26. Сделайте красивые новогодние букеты из еловых веток, шишек, и декоративных элементов для ваших мам.

27. Свяжите или купите длинный-предлинный теплый шарф, обвяжите его вокруг ваших шей, и отправляйтесь на прогулку. Если один из вас имеет привычку постоянно обгонять второго, такая прогулка поможет вам стать внимательнее друг к другу. Сблизит вас, в прямом смысле этого слова.

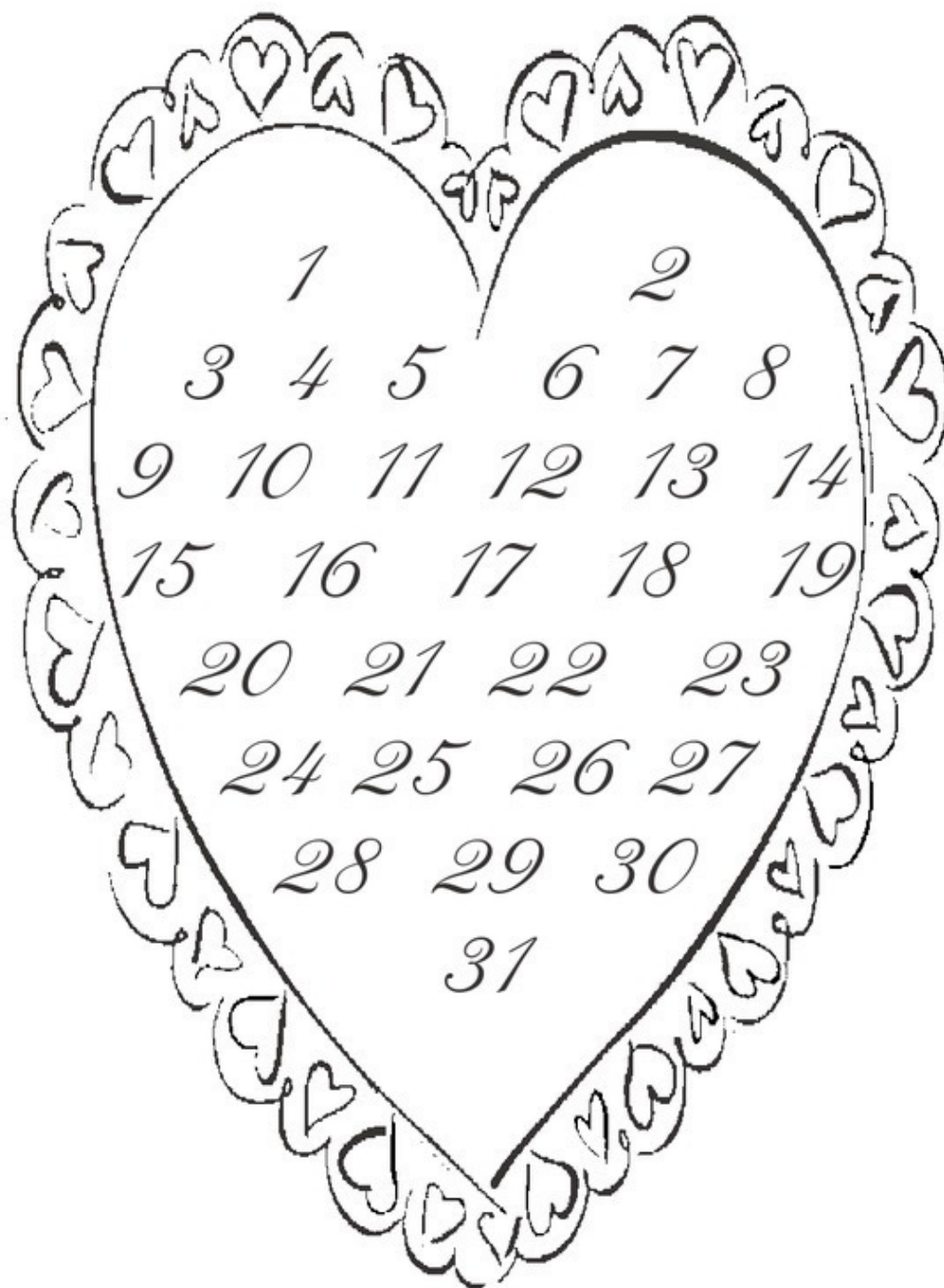
28. Сделайте друг другу маски для рук. В зимнее время они особенно нуждаются в вашей заботе. Пусть ваши руки всегда будут мягкими и нежными. Тогда их прикосновения будут согревать лучше, чем горячее дыхание батареи.

29. Подарите своей возлюбленной браслет для шармов. Выгравировайте на нем: «Коллекция моих чувств к тебе». И каждый раз, когда вы будете ощущать необходимость выразить свою любовь, дарите шармик. Делайте на шармах гравировку или украшайте камнями. Пусть браслет вашей половинки превратится в особенное украшение, так как его владелица – самая особенная и неповторимая!

30. Посетите салон для новобрачных. Примерьте платье невесты и костюм жениха. Даже если вы женаты. Даже если не собираетесь жениться.

31. Купите большие одинаковые свитера. Они самые стильные, теплые, и уютные. В них вы будете выглядеть, как образцовые влюбленные.

Наши декабрьские мечталки-хотелки



Анварь



Я тебя люблю каждую прожитую секунду

1. Напишите своей половинке признание в любви на снегу. Сфотографируйте. Распечатайте получившееся фото и вложите в белоснежный конверт. Украсьте его снежинкой из серебристой бумаги и перевяжите голубой лентой. Напишите на нем: «Каждая зима с тобой в главной роли чуточку теплее и много прекраснее тех, что были прежде»...

2. Примите вместе ванную. С огромным количеством пены, пахнувшей елью. Поиграйте в пенные снежки.

3. Купите для своей половинки самое теплое, нежное, и мягкое одеяло, которое только сможете найти. К подарку приложите записочку: «Зимние ночи обещают быть жаркими».

4. Отметьте красным сердечком в календаре свои собственные праздники. Не забудьте в эти дни порадовать своего любимого человечка чем-нибудь, ну, очень приятным!

5. Устройте вечер раскрытия маленьких тайн и больших секретов. Поделитесь друг с другом тем, что никак не решались сказать на протяжении года. Например, что копилку-свинку разбила не кошка, а вы. И деньги из нее не улетели в окно, так как вы проветривали квартиру, и был сквозняк, а были потрачены на туфли...

6. Испеките пряники в форме человечков, сердечек, северных оленей. Украсьте получившуюся вкусняшку шоколадом, кусочками сухих фруктов. Заварите молочный улун. Укутайтесь в теплый плед. Включите новогоднюю сказку. Например, «Снежную королеву». Наслаждайтесь сладким ароматным вечером под волшебные звуки голосов из экрана и ваших влюбленных, бьющихся в унисон сердец.

7. Зимние вечера – самое лучшее время для романтики! Вспомните вашу историю любви и запишите ее. Только каждый пусть записывает на отдельном листочке! Поменяйтесь листками и прочитайте кардиограмму мыслей вашего партнера.

8. Купите теплые пижамы в одном стиле. Вышейте или напечатайте в полиграфии крупными буквами: «Любимый» на мужской, «Любимая», соответственно, на женской пижаме. Даже сто зим спустя, любите друг друга и дорожите своими светлыми и бесценными чувствами!

9. Совместными усилиями создайте коврик из шерстяных помпонов. Пусть он будет в виде сердца. Постелите его рядом с кроватью. Тогда даже самое морозное утро будет начинаться для вас тепло и уютно. А перед тем, как окончательно проснуться и ступить на коврик, не забудьте поцеловать вашу половинку!

10. Разберите елку. Снимите новогодние украшения со стен, заменив их списками или коллажами желаний и надежд, возложенных на наступивший год. Сообща работайте над реализацией задуманного! Тогда все обязательно исполнится!

11. Какая зима без снеговика? Сделайте торт или салат в форме этого сказочного персонажа. Включите любимый англичанами рисованный мультфильм Snowman. Плотно пообедайте, скрасив трапезу разговорами о чем-нибудь прекрасном и возвышенном. О той же Англии, например, или о живописи.

12. Купите валенки! И украсьте их соответственно вашим предпочтениям. Например, мужские валенки могут обзавестись глазками, носиком, ротиком, и черным бантиком-бабочкой. А женские тем же самым, только вместо бабочки пусть будет корона или цветной бантик. Ходите в таких валенках кататься с горки, гулять с племянниками и детьми, есть мороженое, и смотреть кино. И сами повеселитесь, и проходим поднимите настроение!

13. Посетите детское новогоднее представление. Обязательно купив билеты с подарками! Нарядитесь на представление в костюмы любимых сказочных персонажей, поведите хоровод вокруг елочки с Дедом Морозом и Снегурочкой, попляшите с малышами... А после концерта идите получать подарки. Один заберите домой, а второй подарите грустному малышу, родители которого не смогли себе позволить купить ему подарок. По лицам ребят можно дога-

даться, кто нуждается в вашем маленьком жесте добра. А улыбка малыша, обрадованного неожиданным сюрпризом... Она бесценна и горяча, как летнее солнышко!

14. Нет ничего прекраснее, чем проснуться зимой от запаха весны... Подарите своей половинке букет цветов. Просто так. Потому что она красивая и самая лучшая! Закажите утреннюю доставку цветов или начните ваше утро с похода в магазин. Поверьте, ваш самый главный цветочек, нежащийся в постели и досматривающий цветные сны, распустится и разблагухается пуще прежнего от такого красивого жеста.

15. Наверняка, у вас завалилась меховушка от старого пуховика, варежки, которые выкинуть жалко, а носить уже не хочется, шарф. Сделайте из этих материалов теплую кормушку для птиц или домик для бездомных котят-щенят. И заботьтесь о гостях и их уюте. Для того, чтобы зима стала теплее, всего-то и надо, что подарить кусочек тепла тому, кто в этом нуждается.

16. К приходу вашей половинки положите носки и тапочки на батарею, заварите ромашковый чай с ложечкой меда, и подготовьте согревающую, полную любви и нежности улыбку. Такую, от которой растаяла бы сама Снежная королева.

17. Напишите письма маленьким племянникам и кузнам-кузинам. От Деда Мороза и Снегурочки. Продлите малышам волшебство Нового года! Приложите к письмам наклейки, календарики, закладки, и отправьте конверты по адресам проживания ваших маленьких друзей. Без указания обратного адреса. То-то удивятся ваши семьи, получив такие письма. А как обрадуются малыши!..

18. Свяжите свитера для ваших кружек. Они сохранят дольше тепло содержимого утренней амброзии и не позволят пальчикам обжечься. Вышейте на свитерах изображения корон и надписи: «доброе утро, принц» и «доброе утро, принцесса». На свитер для кружки любимого можно добавить: «Так здорово начинать утро, сидя напротив тебя, мой герой. Уверена, сегодня ты покоришь еще больше вершин, чем обычно!»

19. Проведите день без электричества. Отключите все гаджеты. Запаситесь свечами и письмами о любви великих людей. Нарядитесь. И любите друг друга! Сегодня особенно неистово! Сумерки к этому располагают как нельзя лучше.

20. Причешите друг друга. Почистите друг другу зубки и сапоги. Признайтесь друг другу в любви. Пообещайте друг другу, что ваши чувства никогда не остынут! Даже при наступлении глобального похолодания и вечного января.

21. Пусть каждая деталь в вашем доме, в вашем образе, и в ваших мыслях будет красивой! Украсьте теплые домашние носки. Пришейте кружево на резинку женских носков. На мужские прикрепите кисточки из ниток. Перед сном, когда носки отправятся спать, побалуйте ножки друг друга массажем.

22. Устройте грандиозное чаепитие с бабушкиным вареньем, сливочным маслом, и свежим батоном. Только не выбрасывайте опустошенную банку из-под варенья! Бабушки, обычно, просят хорошие банки, а вам, как любимым деткам, конечно же, досталась лучшая из лучших, вернуть. Для варенья на следующий год. Бабушки – народ чудной и своеобразный. Тщательно вымойте банку и наполните ее сладостями. Или украшениями. Или вложите в нее билет на спектакль. Руководствуйтесь вашими возможностями и бабушкиными предпочтениями. На банку приклейте записку: «В благодарность за чудо-варенье». Банку заверните в подарочную бумагу и вручите заботливой бабушке.

23. Помогайте становиться друг другу лучше! Введите штрафы за проявление ваших худших черт или вредных привычек.

24. Тепло оденьтесь и отправьтесь на прогулку в ближайший парк. Захватите с собой термос с горячим шоколадом, печенье. Полюбуйтесь зимними пейзажами, изучите следы обитателей парка на снегу, возьмите напрокат лыжи.

25. Нарисуйте картину «Наша зима». Гуашью, акварелью, карандашами, фломастерами или всем сразу. Абстрактно или реалистично. На холсте или листе бумаги. Неважно! Важно, что вы вдвоем будете создавать что-то прекрасное.

26. Новогодние праздники закончились. Но это не повод перестать дарить подарки! Устройте праздник самого холодного январского дня, например, в который подарите друг другу что-нибудь теплое. Это может быть кружка горячего какао, такой же температуры поцелуй и объятия, а может быть и кашемировый джемпер.

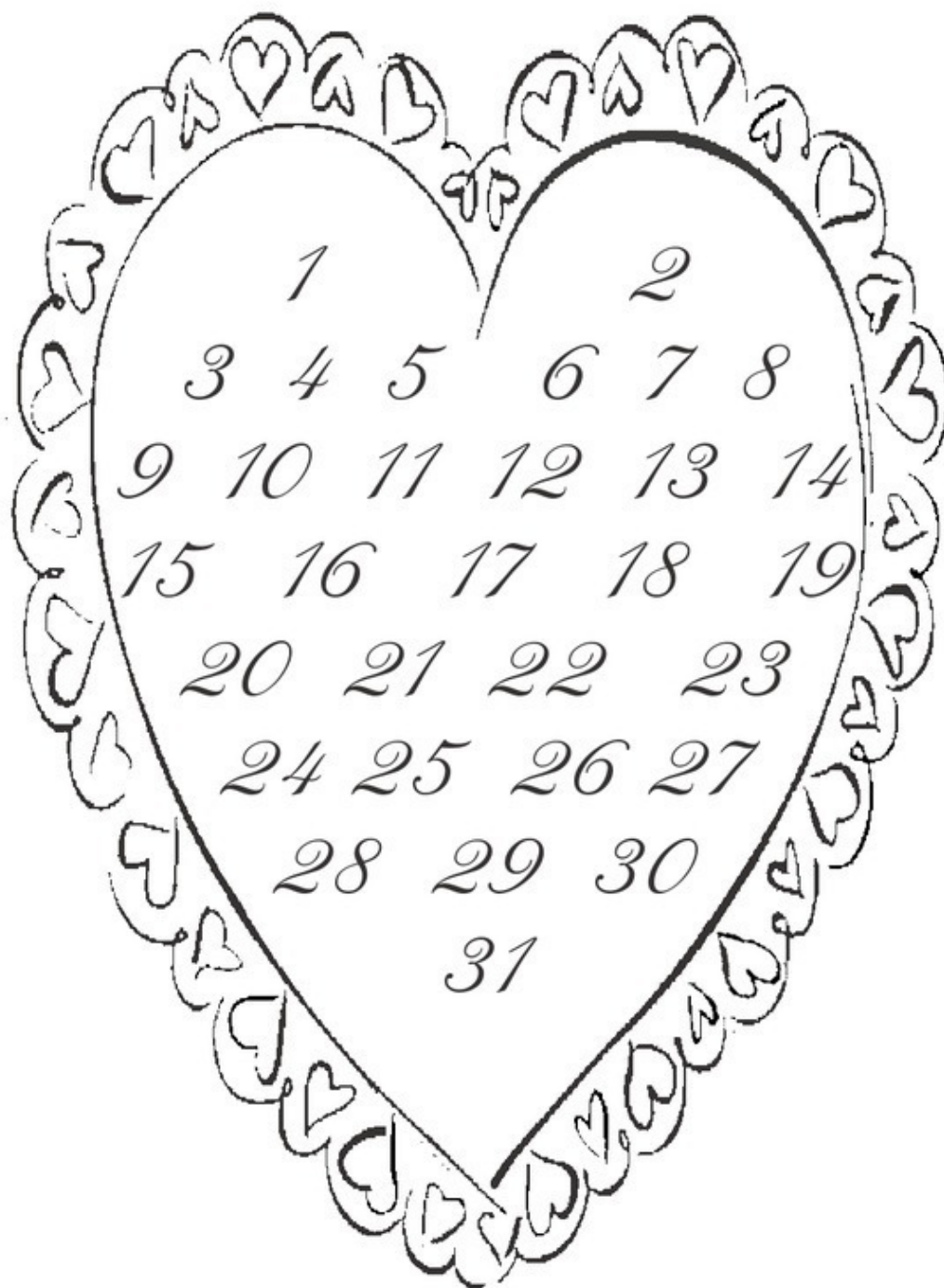
27. Отправьтесь на каток под открытым небом после полуночи. Луна, звезды, чернильное небо над двумя влюбленными... Романтичнее вечера, точнее ночи, и не придумать!

28. Вырежьте солнышки из желтого картона. Развесьте их по спальне. Пусть в вашем маленьком царстве всегда живут солнце, свет, тепло, и любовь.

29. Подарите своей любимой зеркало. Выгравировайте на нем: «You are beautiful! Every day. Every night. Every year. Forever».

30. Купите медальончик. Поместите в него фото своего любимого и прядку его волос. Особенное удовольствие ваша половинка получит, когда кто-то из знакомых спросит о содержимом медальона, и вы с гордостью его продемонстрируете.

31. Сходите в магазин парфюмерии. И выберите друг для друга новые духи. Не забудьте захватить с собой кофейных зерен, чтобы палитра ароматов не смазалась, и чтобы вы смогли, как следует, прочувствовать каждую нотку ароматного снадобья. Более бюджетный вариант – создать свой аромат в домашних условиях. После вашего эксперимента каждая комната будет благоухать и напоминать о том чудном дне, который вы провели вместе.





Фантазии и волшебство

1. Доверьтесь судьбе, вложив свою руку в руку своей половинки, загадав самый чудесный на свете отпуск, закрыв глаза, и ткнув пальцем в крутящийся глобус. Что там у вас выпало?..

В самый холодный месяц года особенно приятно мечтать о летнем отпуске и предвкушать солнечные объятия.

2. Место предстоящего отдыха выбрано. Теперь самое время изучить язык местного населения. Это так увлекательно и так сближает —совершенствоваться вдвоем и в одном направлении.

3. Выберите маленький кусочек стены в своей квартире. Очистите его от обоев, если таковые имеются. Нанесите белую краску, поверх которой черной или ярко-красной краской напишите признание в любви своей половинке. Увековечьте ваши чувства в камне.

4. Почему только на Новый год принято наряжать дерево? Долой стереотипы! Ко дню всех влюбленных вешаем на пальму, алое, или любое другое домашнее растение, сердечки. Из бумаги, картона, теста, пластика, шоколада. Из того, к чему у вас лежит душа. И в назначенный день договариваемся друг с другом проснуться и обнаружить под украшенным деревом подарки.

5. Выделите время для обдумывания своих материальных желаний. Подробно опишите их, указывая примерную стоимость и место продаж. Обменяйтесь списками. Пусть список самых желанных подарков живет в вашем кошельке, чтобы не потерять и не забыть в нужный момент, о чем грезилa ваша половинка.

Когда появится возможность, сразу же постарайтесь порадовать свою любовь. Не дожидаетесь праздничных дат. Получать и дарить подарки без повода – еще приятнее, чем с таким! Ведь они дарятся по зову души, а не по зову календаря.

6. Сфотографируйте любимую часть тела вашей половинки. Повесьте на стену и предвкушайте встречу со своей частичкой самого большого, кружевного и распрекрасного чувства на свете, во время ее отсутствия дома.

Только делайте фото с такого ракурса и так искусно, чтобы гости вашей спальни не были посвящены в ваши интимные дела. Вы можете запечатлеть деталь любимого места, родинку, примостившуюся на нем, размазать фон с помощью фоторедактора.

Или просто вложите фото в фотоальбом и доставайте по необходимости.

7. Подарите любимому небольшой альбом ваших эротических фотографий. Этот подарок даст вам повод побаловать себя новым бельем для фотосессии, а любимого новыми пикантными специями чувств.

8. Начните свое зимнее утро с кофе, приправленного шариком сливочного мороженого.

9. Вы еще не обзавелись малышом? Планируете годика через два-три? Соберите коробочку для вашей будущей крохи. Можно две, если никак не договоритесь о поле, или мечтаете о близнецах. Наполните ее маленькими одежками. Напишите письмо своему будущему ребенку и себе, только уже взрослым и серьезным маме и папе. Красиво запакуйте получившееся послание в будущее, уберите в шкаф, и доставайте годика через два-три.

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.