

# Как создать новогодний ритуал?

Новогодняя ночь – это время, когда многие, даже скептики, начинают верить в чудеса. Под бой курантов многие из нас обязательно загадают заветное желание – все же мы немного дети. И многие будут верить, что это желание непременно сбудется.

Помочь в осуществлении задуманного помогут новогодние ритуалы. Правильное их проведение не только настроит на праздничный лад, но и сделает нашу мечту более реальной.

Ритуал – это своеобразный символический язык, на котором можно обращаться к нашему бессознательному. При этом очень важно возвышенное и серьезное отношение к ритуалу – можно сказать, отношение как к священнодействию. Символ, который используется в ритуале, должен эффективно воздействовать на бессознательное, вызывать в нем определенные процессы.

Этот символ или символы у каждого человека свои. Но есть символы универсальные, общие для всех людей. Один из них – символ перехода из одного времени в другое. Жизнь человека – постоянная череда изменений, переходов из одного состояния в другое, из одного времени в другое. Новый год как раз является этой вехой, и новогодний ритуал может помочь психике любого человека переключиться на новый этап жизни, сделать его более благополучным для себя.

Как же это происходит? Если создать особое эмоциональное состояние, соединив его с символическим действием, то получится ритуал. Это может быть нечто вполне обычное – например, новогодний стол. Можно просто приготовить праздничный ужин, а можно придать этому особый смысл. Красивый стол и вкусная еда должны носить символический характер. Например, вы можете представлять, что каждый съеденный кусочек праздничного угощения – это некая энергия, которая становится частью вашей новой жизни, приятных новых изменений в ней. Главное здесь – сосредоточенный и серьезный подход к вашему ритуалу, то, что обычно называют «священным трепетом». Только в этом случае праздничная трапеза станет ритуалом, трансформирующим нашу психику.

## Как создать новогодний ритуал

Автор: admin

14.01.2011 13:38 - Обновлено 30.10.2014 04:15

---

Надо отметить, что хороший ритуал требует подготовки. Можно воспользоваться уже готовыми сценариями. Например, написать желания на бумажке, потом её сжечь, размешать пепел в шампанском и выпить под бой курантов. Но лучше придумать свой особый ритуал. Особенно если вам не слишком нравится вкус горелой бумаги.

Накануне Нового года многие ищут в Интернете ответы на такие вопросы: какие блюда поставить на стол в год черного водяного Дракона? Шары какого цвета повесить на елку? Как надо одеться для встречи 2012 года? Но так ли это важно на самом деле?

Вынужден огорчить читателя – традиции и ритуалы, связанные с восточным гороскопом, не оказывают на нас ощутимого влияния, поскольку чужды нашей культуре. Наше бессознательное не понимает чужого языка, чуждого символизма. Уверен, что большинство наших соотечественников, как и я, не знает, чем прошлый годний «металлический Кролик» отличается от нынешнего «черного водяного Дракона». Эти символы, как правило, не несут в себе эмоциональных переживаний для нас. Их использование – не более чем развлечение.

Впрочем, и в этом есть польза. Ведь праздник должен иметь соответствующий антураж. В русской культуре есть такая забава, как карнавал: люди прячут лица под масками и веселятся. В этот момент они отстраняются от привычного для себя имиджа. Надевая одни маски, карнавальные, они снимают другие, социальные. Наша психика периодически нуждается в смене ролей. Это необходимая профилактика психического здоровья. Так что чем больше разнообразия в новогоднюю ночь, тем лучше. Необычный наряд, нестандартное поведение помогут высвободить ту энергию, которая прежде скрывалась. Всевозможная атрибутика восточного гороскопа может создать новую непривычную атмосферу. Эта небольшая игра тоже может стать символом обновления.

Как же правильно сформулировать свое новогоднее желание? Прежде всего, необходимо понимать, что ваши желания должны быть реальными и действительно для нас важными. Они не должны быть конфликтными, то есть нацеленными на причинение вреда другим людям или самому себе. В противном случае ваша психика сделает все возможное, чтобы вы не добились поставленной цели.

Существует множество причин, по которым наши желания не сбываются. Эти причины нужно устранить. Например, внутренние страхи. В качестве простого новогоднего ритуала можно предложить выписать свои страхи на бумаге, потом сжечь её и таким

## Как создать новогодний ритуал

Автор: admin

14.01.2011 13:38 - Обновлено 30.10.2014 04:15

---

образом символически от них избавиться. А затем представить, как с едой или напитками за новогодним столом в вас входят новые способности – смелость, решительность, упорство, при этом не забывать о серьезности всего происходящего. Психика с помощью этого символического действия может освободиться от страхов и дать толчок к развитию новых качеств.

Еще очень важно, чтобы желания не были надуманными. Надо уметь слушать самого себя. Мы, к сожалению, не всегда умеем это делать, порой наши цели и желания приходят извне, «как у всех». Например, человек может ощущать некую пустоту и неудовлетворенность своей жизнью, но не понимать, в чем причина. В этом случае срабатывает стереотип: не хватает наверняка денег, машины, квартиры, престижной работы... И люди начинают желать именно это. Но не получают, потому что на самом деле им нужно что-то другое.

В Новый год стоит загадать осуществление своего самого глубинного, сокровенного, настоящего желания. Если человек слышит самого себя, ощущает свои настоящие, подлинные потребности, то он их обязательно удовлетворит.

Хочу пожелать читателям узнать о своих истинных потребностях и желаниях, и с помощью новогоднего ритуала осуществить их в 2012 году.

Автор - **Игорь Поляков**

[Источник](#)