

Кто из нас, листая глянцевые картинки идеальных интерьеров не ловил себя на мысли, что вот в такой шикарной обстановке я-то уж точно был бы счастлив. Думаете все так просто? Нет, все гораздо, гораздо проще. Счастье в дом приходит не с дорогими обоями и не с дизайнерскими интерьерами, а с весенним ветром, летним солнцем, осенним дождем и несколькими нехитрыми приемами, о которых мы, конечно, расскажем прямо сейчас.

Зеленое и желтое



Исследователи университета Врие, что в Амстердаме, путем долгих опытов и сложных умозаключений выяснили, что насыщенные оттенки зеленого и желтого цветов вызывают ощущение счастья. Тут, конечно, важно не переборщить, несмотря на пословицу, что счастья много не бывает.

И давайте оставим шуточки про веселых ученых Амстердама с их счастливой жизнью и занятыми печеньками. Мы не призываем сей же час красить все стены в доме в канареечный колер, но поставить желтый вазон и обзавестись зеленым плодом может каждый. Заодно и проверите на себе чудодейственное влияние цвета на организм.

Букет цветов



Семейные фото



Всезнайки из Портсмутского университета настойчиво уверяют, что просмотр сентиментальных фотографий дарит приятные ощущения, чувство защищенности и спокойствия. Проверить это совсем несложно, просто пролистайте семейный альбом. Заодно подберете достойные кадры для настенного коллажа или рамочки на прикроватный столик.

Свечи и ваниль



Цветочные ароматы

На пользу запаха цветов настаивает ассоциация психологических наук (APS). Как утверждают эти умные люди, рецепторы в нашем носу неразрывно связаны с отделом головного мозга, отвечающего за эмоции. И именно цветочные ароматы запускают процессы выработки нейромедиатора серотонина, так называемого «гормона счастья». Это камень в огород тех скептиков, кому жалко денег на живые цветы. Не хотите букет, так хоть освежитель воздуха себе заведите, но непременно с цветочным ароматом.

Сюрприз



Последний по списку, но отнюдь не по значению фактор, который приманивает счастье в дом, кто бы подумал – застеленная кровать! На этот раз данные взяты из онлайн опроса. Согласно его результатам из «застилателей постельки» счастливыми чувствуют себя 71% опрошенных. А вот среди тех, кто кровать не застилает, несчастными себя признали аж 62%.

Ну что, будем пробовать осчастливить свой дом?)