Увлекательные творческие занятия всегда дарят радость, творчество вдохновляет и настраивает на позитивный лад. Творчество полезно как детям, так и взрослым. В детстве, когда ребёнок развивается и познаёт мир, в состоянии вдохновения и открытости к миру он находится постоянно. Ведь в детстве нет необходимости выполнять какую-то работу, которую делать надо, поэтому говорят, что детство – это самое счастливое время.

Но если правильно организовать свою деятельность и взять ответственность за свою жизнь в свои руки, то и во взрослой жизни можно в душе остаться ребёнком, находясь в том же беззаботном состоянии счастья.

Мир не стоит на месте и постоянно движется вперёд. Особенно развита социализация в таких больших городах, как Москва. Огромные мегаполисы просто заставляют не выпадать из повседневного активного ритма жизни, быть всегда «начеку». Поле для

развития в такой среде обширное, - можно посещать творческие мастер классы, которые научат чему-то новому, различные тренинги, спортивные и театральные кружки. Есть множество способов развлечься с пользой, получить заряд положительной энергии и вдохновения. Разнообразный режим дня позволяет дольше находиться в состоянии бодрости, развивает активность ума и не даёт соскучиться и состарится. Потому дети все такие активные - они находятся в постоянном потоке новой информации.

Естественно, излишний информационный поток может стать перегрузкой для организма человека, тогда лучшее место отдохнуть и расслабиться – это уединение на природе. Природа помогает восстановить силы, эмоциональный фон и психику. Часто женщины предпочитают уединяться, взяв с собой в руки какую-то рукодельную работу, вязание или вышивание. Именно монотонная работа даёт эффект расслабления. Если, выбравшись за город, накануне Вы посещали какие-то мастер классы в Москве , уединение может стать отличным поводом закрепить пройденный материал и уже без присутствия мастеров попробовать сотворить произведение самостоятельно. Пофантазировать, дать волю своему подсознанию и выплеснуть наружу всё, что лежит на душе. Таким занятием для творчества может стать абстрактное рисование картины или плетение мандалы, например. Когда художник не думает и не подбирает цвета по сочетанию, а интуитивно рисует, таким образом, раскрывая душу.

У каждого человека в жизни обязательно должно быть что-то «для души», особенно это важно в современном социализированном мире, который требует от нас максимум отдачи. Душевное творческое времяпровождение открывает дополнительные силы и даёт энергию для встречи следующего активного дня.