Автор: admin
17.08.2013 23:23 -

Как изменить себя, или Ты лучшая: миф или реальность?

Сколько раз вы смотрели на себя в зеркало и думали о том, что очень далеки от идеала? А сколько раз, глядя на экран телевизора, вы завидовали той или иной актрисе или певице? Ответ прост: «МНОГО!».

И это нормально! Каждая женщина хочет быть красивой, успешной и любимой. Но не каждая женщина может оторваться от очередного бразильского сериала и начать действовать. Если вы к таким не относитесь, смело вставайте и за дело.

Как утверждает большинство психологов, если хотите изменить свою жизнь или привнести в неё что-то новое – измените причёску. Так что, берите в руки телефон и записывайтесь в салон красоты, а там можно ещё забежать маникюр сделать или массаж лица. И вообще салон стоит посещать хотя бы раз в месяц для поддержания себя в том же ослепительном виде.

Кстати, ещё пара советов: если вы хотите кардинально изменить цвет волос и, например, из жгучей брюнетки превратиться в очаровательную блондинку, лучше сделайте частое мелирование, это меньше вредит волосам, чем полное окрашивание. Тем же, кто хочет лишь подчеркнуть цвет волос, лучше выбрать какой-нибудь оттенок ближе к своему цвету. А вот превратиться из блондинки в брюнетку куда сложнее, здесь без полного окрашивания волос не обойтись, но не следует краситься сразу в очень тёмный цвет, для начала попробуйте цвет молочного шоколада.

Что же касается ногтей, лучше делать гелевые, а не акриловые коготки, а если у вас ногти от природы крепкие и красивые, то по этому поводу вообще не стоит заморачиваться. Просто сделайте маникюр в салоне или дома и вперёд!

Ещё одно важное правило: ничего не бойтесь, и смело экспериментируйте как с внешностью, так и с одеждой!

Загляните в шкаф и начинайте выбрасывать или отдавать подругам то, что вам не по душе. Носить надо то, что нравится! И впредь покупайте только то, к чему лежит душа.

Ведь наверняка, многие из вас часто приобретают вещи по совету подружки или молодого человека, а то и мужа. Одним хочется просто побыстрее покинуть это «заведение» и отправиться смотреть очередной футбольный матч, а остальные, думаю и сами понимаете почему, советуют взять именно эту кофточку, и когда ты стоишь в раздумье, с «честными» глазками уверяют тебя купить ЭТО.

Стоп! Теперь покупаете только то, что ты действительно считаешь нужным и то, что не просто будет занимать место в шкафу. Думайте только сами! Нет, если у вас есть человек, на которого можно положиться, это замечательно. Поздравляю! Но, увы, это в наше время редкость, так что действуйте самостоятельно.

Все те же правила действуют и по отношению к косметике. Только то, что нравится!

Хотя есть пара общих советов: никогда не красьте веки розовыми тенями, это придаёт глазам болезненный вид. Губную помаду лучше подбирать нейтральную, яркая помада – это вульгарно!

Что касается шампуней, если у вас окрашенные волосы, то, естественно, не надо мыть их шампунем для неокрашенных, и наоборот. Разного вида масочки и ополаскиватели тоже не помешают.

А вот перед тем как нанести лак на ноготки, предварительно покройте их основой под лак (продаётся в любом косметическом магазине).

Кремы, душ и прочие принадлежности – это на ваш выбор. Как говорится, на вкус и цвет товарища нет! Каждому нравится свой вид косметики и своя марка, одному типу кожи подходит одно, а другому другое. Советы тут особо не помогут, только личный опыт.

Теперь пора подумать и о других вещах. Есть ли у вас хобби? Если нет, то начинайте

его подыскивать. Хобби отвлекает от повседневной суеты и скрашивает скучные будни.

Можете заняться фэн-шуй (заодно и квартирку измените), сходить в конный клуб или в танцзал. Также можно заняться изучением языков или культуры другой страны. Можно записаться в фитнес-центр (и приятно, и полезно). Всё к вашим услугам!

Естественно, и работа не должна нагонять тоску. Ваш новый девиз: «Работа – это праздник!», ну или хотя бы приготовление к нему. Если в работе вы не можете найти ничего хорошего, стоит её поменять! Сходите на какие-нибудь курсы по повышению квалификации или поучитесь чему-то новому. Как говориться: «учиться никогда не поздно!».
Нет, вы не подумайте, я не призываю вас бросать работу и отправляться «туда не зная куда»! Просто, если работа не совсем та, о которой мечтали, можно собраться с силами и самим попробовать привнести в неё что-то новенькое, креативное. От изменения интерьера рабочего стола до новой тактики ведения дел. Если есть такая возможность, можно попробовать себя в чём-то новом. А вдруг....

Но не забывайте и про близких!
Порадуйте свою семью или молодого человека: устройте семейный поход в зоопарк или ужин при свечах только для вас двоих.

Ваша жизнь наверняка наполнится яркими моментами, вы будете с удовольствием подходить к зеркалу и с радостью вставать в семь утра на работу. Вы станете светиться от счастья и притягивать к себе массу новых впечатлений и людей. Жизнь меняется, и меняется к лучшему! Удачи Вам!

Автор - **Лера Виноградова**
Источник