

7 ключей к женскому счастью.

Успехова. О.В.

2012

Оглавление:

1. Введение.....	3
2. Вот я здесь.....	4
3. Мифы и реальность.....	5
4. Это было давно.....	7
5. 7 секретов счастья.....	9
6. Отзывы.....	14

Введение.

Милые дамы, эта книга посвящается всем Вам. Мы все от рождения прекрасны, уникальны и совершенны... Но что происходит, когда мы растем, учимся, развиваемся, набиваем шишки и набираемся опыта?.. Почему мы все однажды оказываемся «здесь»? «Здесь» - значит на краю пропасти, на дне своей жизни... А ведь нам всем так хотелось счастья, не то чтобы чего-то сверхъестественного, а простого человеческого счастья... Так ведь?

Но мы все-таки «здесь»...

Иногда, я как бы пролистываю страницы своей жизни и отмечаю интересные детали. Сначала мы были совсем маленькими, и наши родители видели в нас милых принцесс, одевали в платья, заплетали косички, одним словом, наряжали как могли. Мы росли, становились самостоятельными, заводили подруг, боролись с конкурентками, завоевывали признание сверстниц. Наша внешность играла значительную роль в социальной адаптации, ведь если у тебя нет ничего нового и модного, то хвастаться тебе нечем... Кого тогда волновали твои пятерки и заслуги в рисовании?.. Постепенно желание «быть как все» заменялось на стремление «быть уникальной», тогда и начиналось увлечение субкультурами и прочей ерундой. Все по-разному выражали свой протест обществу, тем самым доказывая самой себе, что «ты такая одна» и «ты лучшая». И наконец, завершающий этап становления Женщиной – это выработка вкуса и приобретение своего уникального, но все-таки понятного обществу стиля.

Как жаль, что не все прошли эти этапы. Некоторые по-прежнему хвалятся новомодными штучками, названиями элитных брендов на своих побрекушках, а некоторые все еще ведут безответную войну с мировой модой, шокируя своей внешностью окружающих.

А ведь в мыслях каждой из нас есть тот самый неповторимый образ «идеальной себя», к которому мы стремимся, но можем так и не достичь...

Вот я здесь...

«Вот я здесь...» - подумала я – «завтра снова идти на работу и меня ждет ежедневный утренний стресс: что надеть, какую сделать прическу, какой подобрать макияж... Ну почему нельзя пойти в джинсах, майке и кроссовках, завязав хвостик и слегка подкрасив ресницы тушью?..» Думаю, порой это случается с каждой из нас, особенно тогда, когда мы знаем, что от нас ждут большего, чем обычно.

Мы женщины – иконы стиля, и просто не может быть по другому... Мы всегда должны быть идеальны, безупречны, и привлекать к себе восторженные взгляды прохожих.

И столько желания выделяться на общем фоне и еще больше страхов быть не понятой окружающими: нам хочется быть модной, но в то же время быть не «как все», быть яркой, но мы боимся насмешек, привлекать внимание мужчин, но не быть вызывающей, провоцировать зависть подруг, но не ненависть... И вот мы снова одеваем свой привычный футляр, тот, в котором нас уже привыкли видеть. А так хочется измениться и поразить всех своей красотой...

На самом деле проблема внешности гораздо важнее и значительнее для женщины, чем просто картинка, которую она демонстрирует обществу, создавая свой образ. Если копнуть чуть глубже в человеческую натуру, мы увидим, что внешность является отражением внутреннего мира человека. И, что особенно интересно, далеко не всегда человек воплощает свой внутренний мир в создаваемом образе, как раз наоборот. Наши страхи, комплексы и предрассудки заставляют нас прятать то самое сокровенное души нашей, нашу суть от чужих глаз. Мы боимся, что люди увидят нас «настоящих» и не оценят этого, причинят нам боль. Я выделяю два основных типа масок и футляров: «волк в овечьей шкуре» и «овечка в волчьей шкуре». Вы, наверно, замечали, как с виду милый и приветливый человек оказывается зачастую порядочной сволочью, а на первый взгляд «железная леди», на самом деле – нежная и чуткая натура...

Наш образ – это беззвучное послание всему миру. Посмотрите на себя в зеркало... Что Вы хотите этим сказать? Какой Вы видите себя? «Волчицей»? «Овечкой»? Может быть, у Вас есть свой вариант?..

Женщина обладает немислимой властью над людьми: как над мужчинами, так и над женщинами. Красивая Женщина вызывает зависть и желание подражать ей у других женщин, а мужчины все готовы отдать за один только взгляд этой Богини. Красивой Женщине все блага жизни достаются легко и непринужденно, она всегда на высоте, ей проще устроиться на престижную работу, найти хорошего мужа, а женщины хотят с ней дружить и быть на нее похожей – она счастлива.

Все дело в том, что наряжаясь, мы создаем эмоции, особое настроение в себе и в умах окружающих нас людей и получаем от них соответствующий ответ. Вы когда-нибудь замечали, как отличается Ваше чувство Себя когда Вы в джинсах и кроссовках, от того, когда Вы в платье и на каблуках? Только представьте, насколько может стать лучше и легче ваша жизнь, если получить этот волшебный ключик к счастью. Вы сможете продвинуться вперед по карьерной лестнице или получить хорошую работу, найти нужного именно Вам мужчину или вызвать прилив чувств в уже остывшие с годами отношения, добиться признания окружающих, осуществить свои мечты и просто стать счастливой, а главное полюбить себя. Всего один шаг – принять решение создать свой уникальный образ – откроет перед Вами новые горизонты. Или Вы хотите упустить этот шанс?

Мифы и реальность.

«Золушки».

Многие женщины считают, что достаточно быть хорошей хозяйкой, что бы найти мужа, хорошо делать свою работу, чтобы получить хорошую должность, быть хорошим человеком, чтобы быть счастливой.

Да это так, но...

- Не имея чувства вкуса и собственного стиля, Вы теряете шанс привлечь к себе внимание достойного мужчины, который будет готов добиваться Вас и совершать подвиги в Вашу честь. Ведь мужчины, как и мы, хотят гордиться своей второй половинкой и точно знать, что Она такая одна, и Она самая лучшая и

красивая... Конечно, личные качества никто не отменял, но и внешность играет далеко не последнюю роль.

- Многие крупные компании, нанимая людей на руководящие должности, указывают «презентабельную внешность» как одно из требований и рассматривают только резюме с приложенными фотографиями. Да и если на собеседовании вы с конкуренткой наберете одинаковое число баллов, то, скорее всего, работу получит та, которая будет хорошо выглядеть.
- А что касается счастья, конечно, в первую очередь, важно быть хорошим человеком, но и любить себя тоже нужно. Ведь если Вы хороший добрый искренний человек, зачем скрывать это под какой-то маской? Будьте собой, воплощайте свою доброту в своем уникальном стиле и наслаждайтесь своим коктейлем красоты душевной и внешней. Важно учесть, что Ваша внешность должна быть понятна окружающим, Вы посылаете им добро, и они должны прочесть это.

«Принцессы».

Как правило, это юные особы, которые любят себя, чувствуют себя самой лучшей и уникальной, знают все модные коллекции, отлично разбираются в мировых брендах, в курсе всех новинок и тщательно следят за тенденциями. Их кредо – красота спасет мир, а мода – их смысл жизни.

- Помните: «встречают по одежке, провожают по уму». Стиль – это гармоничное сочетание внешности, поведения и личных качеств человека. Одно без другого существовать не может.
- Очень важно знать чувство меры в деталях и мелочах, иначе Вы рискуете сойти за цыганку. Вкус никогда не кричит, и как хорошо сказала Коко Шанель: «Если вас поразила красотой какая-нибудь женщина, но вы не можете вспомнить, во что она была одета, — значит, она была одета идеально».

«Экстрималки»

Яркие, необычные, уникальные поклонницы пирсинга, тату и прочих экстравагантных штучек... Яркая, иногда даже отпугивающая внешность, небывалые цвета волос... Самовыражение, индивидуальность, протест обществу – ключевые слова этого направления.

Да, они уникальны, необычны, всегда выделяются на общем фоне, но...

- Первое ощущение, которое вызывают эти люди в умах окружающих – это страх, желание обойти их стороной. Зачастую мрачная и не приветливая внешность отпугивает людей. С такой внешностью очень сложно найти хорошую высокооплачиваемую работу, потому, что руководители не воспринимают всерьез таких людей. Представьте, как будет выглядеть такое чудо в офисе крупной компании...
- Вспомните, мы говорили об эмоциях в нашем послании миру... Открою маленький секрет: страх, который испытывают люди, видя таких интересных существ, не их, а Ваш. Если заглянуть в душу таких людей, можно увидеть нежную и прекрасную суть, которая боится быть обиженной. Такая внешность, как мощная нерушимая стена, защищающая ранимую натуру от жестокого окружающего мира. Возникает вопрос, как наладить личную жизнь и обзавестись друзьями? Единственный вариант, который возможен – это признание в своих кругах, но только подумайте, скольких приятных встреч и знакомств Вы лишаетесь, ведь мир гораздо шире и интереснее, чем Вы видите сквозь густую челку.

Это было давно...

Когда-то давным-давно, когда я была совсем маленькой девочкой, я была не такой как все. Я жила в своем маленьком мире. Мне было очень трудно заводить друзей и общаться со сверстниками.

Для меня всегда был важен внутренний мир человека: его мысли, цели, убеждения, идеи - все то, чем он живет и дышит. Но почему-то (тогда я этого

не понимала) мое окружение фокусировалось на внешних проявлениях человеческой сущности: на статусе, на новых "крутых" одежках, на эксцентричном поведении. И было совсем не важно, кто прав, а кто - нет, все всегда поддерживали ту "крутую девчонку в модных шмотках".

Какое счастье, что в тот период я поменяла школу! И начался новый виток моей жизни. Желание выделяться из толпы брало верх, и я стала экспериментировать со своей внешностью. Хочу выразить особую благодарность директору нашей гимназии, всему пед.составу и одноклассникам за то, что этот период моей жизни был лишен насмешек и издевок в адрес моей внешности. Мои эксперименты порой превосходили все ожидания! Так, например, в 10 классе на новый год я покрасила крупную прядь на челке в ярко-синий цвет, в надежде на то, что за две недели каникул краска смоеется. Но этого не произошло, краска была очень едкой, и я ходила так в школу около месяца. Потом мне самой уже надоел этот непонятный полувывымывшийся цвет, и я осветлила эту прядь. Вы даже представить себе не можете моего удивления, когда после блондирования эта прядь стала нежно-бирюзового цвета! Вдох-выдох... Я подобрала макияж в таких же тонах и еще месяц ходила в школу с "креативом".



Потом я поступила в колледж на парикмахера. Выбор профессии был определен судьбой. О, Боже! Какие возможности открылись мне! Моя внешность стала еще ярче и экстравагантнее. Постоянное движение в выборе форм, цветов, макияжа и одежды заполнило мою жизнь, и казалось бы, вот оно счастье, но... За пределами колледжа все эти супер модные LOOK'и оказались не жизнеспособными. Круг замкнулся и цикл стал повторяться.

Я уехала из родного города и открыла свой маленький салончик красоты. Три года своей жизни я посвятила ему. Имея возможность реализовывать себя как мастер в трех направлениях: прически, ногти, макияж, я с большим удовольствием бралась за работу, особенно с невестами. Создавать полностью образ человека, менять его внешность в



лучшую сторону, видеть слезы радости своих клиентов, осуществлять их мечты и помогать им в жизни через их внешность – это то, ради чего я тружусь и живу. Пока я жила в другом городе, произошла одна интересная история, которая и натолкнула меня на мысль, что внешность играет колоссальную роль в жизни каждого из нас.

Одна моя подруга постоянно жаловалась мне по телефону на то, что не может найти себе подходящего парня. Все мужчины, которые с ней знакомились и пытались завести отношения, стремились найти в ней опору и поддержку. Ее просто убивало, что никто из них не видел в ней ту самую ЕЕ – нежную, хрупкую, скромную девушку, которая нуждается в защите и заботе... Скайпа тогда еще не было, а телефон передает только голос... Когда я приехала на пару дней к родителям и встретила с подругой, меня повергла в шок ее внешность! Черные волосы, постриженные в геометрическое четкое «каре» с прямой густой челкой, черная обводка (по другому я это даже назвать не могу) глаз, темные узкие джинсы и черная кожанная куртка-пиджак с воротником стойкой. Четкие прямые линии, мрачные цвета, резко очерченные углы даже не вызвали желания просто приблизиться к ней! «Не влезай, убьет!» - единственное, что я смогла в ней прочитать...

И тут меня осенило, что образ, демонстрируемый нами обществу, имеет куда большее значение в жизни, чем принято считать...

С тех пор, эта идея поселилась во мне, и я задалась целью – помогать людям решать их проблемы в жизни меня их внешность.

7 ключей к счастью.

Так в чем же секрет красоты и счастья? Как сделать свою внешность приносящей пользу в жизни?

Думаю, не многие задумывались о том, как наша внешность влияет на события, происходящие в наших жизнях. Я уже говорила о том, что мы отправляем миру некое сообщение, созданным нами образом, и мир отвечает нам... Задумайтесь, когда вы пишете кому-нибудь смс-сообщение, вы просто

набираете отдельные буквы или ни чем не связанные между собой слова? Вы пишете текст, который несет в себе смысл, для того, чтобы человек, который будет читать это, понял вас. Так почему же не сделать внешность своим инструментом в достижении целей и счастья? Я не стремлюсь переодеть весь мир по общему стандарту, я хочу помочь вам научиться пользоваться своей внешностью в своих интересах.

Ключ 1: Мода.

Ваша внешность, точнее все ее составляющие должны быть современными и модными, ну как минимум соответствовать основным ее тенденциям. Нет смысла гнаться за модой, нужно черпать из нее то, что нужно именно вам. Например, варианты причесок, цвета, сочетания разных предметов гардероба, аксессуары. Сочетая одну и ту же вещь с другими, совершенно разными вещами, дополняя их аксессуарами, макияжем и соответствующей прической, вы сможете выглядеть каждый раз по-новому. Для этого не обязательно иметь много вещей, достаточно обзавестись несколькими качественными вещами, которые вы сможете комбинировать. Иногда, и какая-то давно завалявшаяся в шкафу юбка или кофточка могут стать основой для создания модного образа. Дополните ее стильной сумкой или ярким ремнем и вы снова в тренде!

Ключ 2: Стиль.

Как говорится мода проходит, а стиль остается. Стиль – это определенное сочетание одежды, прически, макияжа, аксессуаров, объединенных одной идеей.

Стили бывают разные: классический, романтический, спортивный, деловой, молодежный и т.п. По названиям становится понятно их назначение. Так же их можно сочетать в классическо-романтический, например. Вы можете даже создать свой уникальный стиль.

Классический стиль больше подходит для театров, ресторанов, светских вечеринок. Он торжественен и величествен. Черный, белый и красный, коричневый и бежевый его основные цвета.

Романтический стиль более свободный и эмоциональный. Цветовая гамма не ограничена: все нежные, пастельные тона, а так же яркие и насыщенные цвета. Может быть вашим повседневным стилем.

Классическо-романтический стиль – это классика с оттенком романтики.

Деловой стиль – образ не только работника офиса, но и настоящей бизнес-леди. Строгий, сдержанный, лишенный эмоций и полный целеустремленности. Брючные костюмы и пиджаки с юбками в спокойных приглушенных тонах придадут уверенности в себе даже самым скромным особам.

Спортивный стиль свободный и удобный. Подходит исключительно для занятий спортом!!!

Повседневный стиль включает в себе то, что вы носите, когда одеваетесь для себя. Вы надеваете то, что вам удобно, вы в этом комфортно себя чувствуете, и именно в это время ваша внешность соответствует вашему внутреннему миру, вашему ощущению себя.

Ключ 3: Эмоции.

Это как раз та часть, которая создает определенное настроение в умах окружающих. Вы переносите свои эмоции во внешность неосознанно. Но это можно научиться контролировать. Например, вы идете на деловую встречу, где основными вашими оппонентами будут мужчины, тогда вы можете привнести в свою внешность немного сексуальности, добавив какую-нибудь кокетливую деталь, которая привлечет их внимание к вам как к женщине, но и не нарушит сдержанный деловой образ. И наоборот, понравиться в такой ситуации женщинам можно слегка смягчив строгость образа.



То же самое правило можно применять и к любым другим образам и ситуациям. Попробуйте провести эксперимент на своих друзьях. Если вы хотите что-то получить от них, подумайте, как вы можете повлиять на них своей внешностью? Какие эмоции вам нужно в них вызвать для получения этого? Что в вашем образе может вам помочь?

Ключ 4: Детали.

Это, казалось бы, мелочи, но, если разобраться, вся наша жизнь состоит из мелочей. А один маленький браслетик может существенно повлиять на ваш образ. Сумочки, туфельки, браслетики, колечки и кулончики – такие маленькие и вроде, незаметные, но очень влиятельные ваши помощники. Они помогают изменить настроение, как ваше, так и вашего образа, и гармонично завершить его. Наденьте любимое платье или костюм и посмотрите, как впечатление от него будет меняться с разными аксессуарами. Ими можно рассказать о том, как вы ощущаете себя именно сейчас или о том, что вы, к примеру, счастливы.

Ключ 5: Актуальность.

Думаю, не стоит говорить о том, что на пляж в вечернем платье не ездят. Но осмелюсь напомнить, что ложка хороша к обеду. Экспериментируя со своей внешностью, главное не увлекаться и стараться соответствовать случаю и окружению. Например: если у вас очень хорошее настроение и вы хотите им поделиться с сотрудниками, не стоит одевать одежду ярких цветов в офис. Это испортит впечатление о вас как о сотруднике и создаст впечатление, что вы не серьезно относитесь к своей работе. Лучше, в таком случае, добавить какой-нибудь яркий и стильный аксессуар или создать небольшой акцент на деталях вашего образа. Именно такое решение и объявит всем, что вы прекрасно себя чувствуете, радуетесь жизни и просто счастливы.

Ключ 6: Поведение.

Вот мы добрались до самого интересного. В образе все должно быть взаимосвязано, а значит, ваше поведение и манеры должны соответствовать вашему образу. Это может показаться сложным, подстроить поведение под

картинку, но на самом деле все гораздо проще. Попробуйте, наденьте джинсы, майку и кроссовки. Ну как? Запомните свои ощущения, походите по комнате, попозируйте перед зеркалом. А теперь переоденьтесь в красивое платье и туфли на шпильке. Чувствуете разницу? Как вам ваша осанка, походка? Вы уже совсем другая женщина – королева, с идеальными манерами. Не бойтесь, будьте смелее и все у вас получится.

Ключ 7: Гармония.
(внутреннего мира и внешности)

Ваш внутренний мир настолько богат и уникален, что спрятать его ни под какой одеждой не получится. Самое важное в вашем образе то, что он должен быть гармоничным. Причем не только сам по себе, а еще и вместе вами. Вы должны чувствовать себя комфортно, легко и свободно. Именно этот критерий и будет доминирующим в вашем образе. Гармоничные люди всегда прекрасны, даже если обнажены или одеты в домашний халат. Наша с вами задача, помочь вам перестать прятаться за одеждой и строить невидимые стены между вами и окружающими, а наоборот – открыться и дарить свой внутренний свет миру и получать только «ДА» в ответ.



ОТЗЫВЫ.

Эту главу вы можете написать сами. Все ваши отзывы и предложения высылайте по электронной почте pantera813813@mail.ru