

СТРАНА СОВЕТОВ | Розовый кварц подарит вам молодость и долголетие

ДАРЬЯ ДОЛИНИНА

Весна – само по себе вдохновляющее время года. Период возрождения природы, обновления и цветения. Но как ни странно, именно весной у многих женщин начинается депрессия. То недостаточно тепло на улице, то снег тает не так быстро, как хотелось бы, то и вовсе весна не такая, как надо.

Наверное, медики нашли бы причину в авитаминозе, а психологи – в гормональных сбоях. Но, собственно, причина неважна. Важно – как в этот период не впасть в уныние, а наоборот, начать радоваться всему вокруг? Помогут в этом некоторые способы поднятия женской энергетики. Опробовано на практике – способы очень приятные, незатейливые и благотворно действующие не только на саму женщину, но и на её семью. Ведь, как известно, если женщина довольна, значит – счастлива семья. Именно женщина задает «погоду» в доме, одаривает любовью родителей и детей, вдохновляет супруга. Ну и о себе, конечно, забывать не стоит.

Первое, что необходимо весной для поддержания бодрости духа, – режим дня. Сон – лучшая косметика. Поэтому постарайтесь ложиться спать пораньше, чтобы спать не менее восьми часов. И пораньше же вставайте. Чтобы никуда не торопиться, а с кружечкой кофе насладиться видом рассвета и весенним щебетанием птиц.

Не пренебрегайте уходом за собой – найдите время, сходите к косметологу. Весной очень полезно почистить кожу, сделать различные маски и, может быть, внести что-то новое в повседневный макияж. Например, тон помады сделать ярче, а ресницы – пушистее. И почему бы не сменить причёску, перекрасить волосы, сделать образ свежее?

Довольная женщина – счастье в семье



ФОТО: ДАРЬЯ ДОЛИНИНА

Пересмотрите рацион. Если зимой организму требовалась энергия для согревания, то теперь ему нужны витамины и очищение. Так что больше фруктов, содержащих клетчатку и витамины. Женщине полезно баловать себя сладостями и молочными продуктами. Например, очень хороша творожная каша. В нагретый нежирный творог добавляем немного грецких орехов, изюма, чайную ложку сухой клетчатки, пару ложек мёда или варенья. И всё это заливаем нежирным кефиром. Перемешать – вот вам лёгкий обед с обилием белка и кальция, который так нужен волосам и костям.

Обратите внимание на украшения из камней. Как человек, собирающий полудрагоценные и поделочные камни, знаю, какое влияние они имеют. Самый красивый и полезный для женщины камень – розовый

кварц. Полупрозрачный, нежно-розовый, он используется в основном в украшениях и действует самым благотворным образом на женскую привлекательность, усиливает магнетизм и нежность. Второй по значимости – жемчуг. Но здесь очень важно, чтобы его подарил именно мужчина, потому что жемчуг – это залог верности. А ещё он считается символом долголетия и молодости.

Украшения из бирюзы притягивают взгляды мужчин. По-весеннему яркий андрацит усилит в женщине чувственность. А розовый турмалин может помочь в случае неудачной любви. Но для повседневной носки он не подходит.

Перед тем как одеть купленное украшение, подержите его минуту в проточной холодной воде, пусть смоеется чужая энергетика.

И ещё очень важный нюанс,

который наши женщины могут перенять у восточных красавиц: не пренебрегайте своей нешностью, находясь дома. Вместо халата наряжайтесь в лёгкие просторные платья. Носите украшения, пусть муж и дети видят, какая красивая у них мама.

Весной для поднятия энергетики дома очень важно поддерживать в нём чистоту. Дело в том, что женское тонкое тело распространяется и на квартиру. Не бойтесь выбросить ненужные вещи, разобрать завалы и кладовки – это избавит от застоя энергии дома. Ухоженный дом – бальзам спокойствия на душу. Зажигайте по вечерам свечи – огонь символизирует очаг, убирает негатив, приносит тепло и уют. Полезно использовать ароматические палочки.

Украшайте дом свежими цветами. Некоторые люди не любят срезанные цветы, потому что умирая, цветы могут забирать энергию у окружающих. Замечательной альтернативой станут цветы в горшочках. При хорошем уходе они будут радовать вас не один год.

Внесите в свою жизнь долю романтики – ходите на свидания, даже с собственным мужем! А если девушка ещё не замужем, принимать ухаживания и ходить на свидания – это едва ли не основная женская обязанность! Главное – понимать, что свидания и мужские знаки внимания вас ни к чему не обязывают. А в качестве благодарности за букет цветов или вкусный ужин достаточно вашей счастливой улыбки!

Дарья ДОЛИНИНА
ответит на ваши вопросы
на сайте magmetall.ru



БЕЗОПАСНОСТЬ

Слишком лёгкий пароль

Специалисты американской компании SplashData обнародовали пятёрку самых ненадёжных паролей пользователей Интернета в 2013 году.

На первом месте – комбинация «123456», прошлогодний лидер «password» опустился на вторую строчку. Закрывают пятёрку такие элементарные пароли, как «qwerty» – начальные буквы латинской раскладки клавиатуры – и «abc123». Среди других популярных секретных сочетаний – слова, которые в переводе с английского означают «обезьяна», «ятебялюблю», «тьень» и «счастье».

ИННОВАЦИИ

Умные ползунки

Команда родителей-энтузиастов представила на выставке в Лас-Вегасе умные радиоползунки.

Сейчас многие семьи пользуются приборами, с помощью которых можно услышать не только плач, но и кашель, одышку и прочие звуковые эффекты, указывающие на проблемы. Но для любой манипуляции всё равно приходилось топать к малышу. Теперь ползунки будут регистрировать каждое движение или повышение температуры и сообщать родителям.

НУ И НУ!

Пернатый свидетель

Полиция индийского города Агра в штате Уттар-Прадеш задержала убийцу местной жительницы по наводке принадлежавшего ей попугая. В свою очередь понять беспокойство птицы при появлении рядом с ним преступника и передать информацию о нём в правоохранительные органы сумели родственники убитой, Неелам Шармы.

Убийство Шармы, супруги редактора местного издания, произошло 20 февраля у неё дома. Помимо женщины, жертвой нападения злоумышленников стал и её домашний пёс. Попугай, находившегося дома, преступники не тронули, и, таким образом, он стал свидетелем убийства.

После убийства о попугае начали заботиться родные Шармы, среди которых оказался и её племянник Ашутос Шарма Госвами. Всякий раз, когда он проходил мимо клетки с птицей, та начинала кричать и вести себя беспокойно. Тогда родные убитой заподозрили что-то неладное и стали приносить разные имена рядом с попугаем; когда очередь дошла до имени Ашутоса, пернатое вновь занервничало. О поведении попугая сообщили в полицию, которая задержала подозреваемого. Он сознался в совершении преступления.



ТЕСТ

А сколько вам на самом деле лет?



Истинный возраст человека и, тем более его самочувствие, зависят, как известно, от целого ряда жизненных обстоятельств, привычек и черт характера. Отвечая на приводимые ниже 15 вопросов теста «да» или «нет», нужно в основном отнимать или прибавлять год или несколько лет к своему «паспортному» возрасту.

1. Живёте ли вы в большом городе?
«Да» – прибавить один год.
«Нет» – вычесть один год.
2. Живёте ли вы одни?
«Да» – прибавить один год.
«Нет» – вычесть один год.
3. После завершения средней школы продолжили ли вы свое образование?

4. Регулярно ли вы читаете газеты?
«Да» – вычесть один год.
5. Являетесь ли вы тем, кого считают зажиточным или даже богатым человеком?
«Да» – прибавить два года.
6. «Сидячая» ли у вас профессия?
«Да» – прибавить один год.
7. Занимаетесь ли вы минимум два раза в неделю спортом?
«Да» – вычесть три года.
8. Считаете ли вы себя довольным жизнью человеком?
«Да» – вычесть один год.
«Нет» – прибавить два года.
9. Быстро ли вы становитесь раздражительным?
«Да» – прибавить два года.
10. Ежедневно ли вы употребляете алкоголь?

11. Ежедневно ли смеётесь?
«Да» – вычесть два года.
 12. Выкуриваете ли вы более шести сигарет в день?
«Да» – прибавить один год.
 13. Курите ли вы уже более 10 или 20 лет?
«Да. 10 лет» – прибавить три года.
«Да. 20 лет» – прибавить семь лет.
 14. Считаете ли вы себя любознательным человеком?
«Да» – вычесть один год.
 15. Чувствуете ли вы себя в основном раскрепощённо и не принимаете всё близко к сердцу?
«Да» – вычесть один год.
- Число, которое вы вывели после ответа на эти вопросы, и является истинным возрастом.

ЧУДЕСНОЕ СПАСЕНИЕ

Незапланированный круиз

На атолле Эбон в составе Маршалловых островов в Тихом океане нашли мужчину, который провёл в море около 16 месяцев. Его лодка во время этого путешествия была серьёзно повреждена и лишилась винта. Мексиканца по имени Хосе Иван нашли двое местных жителей.

Хосе осмотрели врачи, которые установили, что у него понижено кровяное давление, однако никаких серьёзных заболеваний не диагностировали. Мужчину напоили и накормили. По словам очевидцев, у него длинная борода и волосы, а кроме нижнего белья на нем нет никакой одежды.

С Иваном на коралловом острове успел также пообщаться норвежский исследователь Ола Фьельдстад, который в настоящее время работает на Эбоне. Он сообщил агентству, что выяснить о мексиканце удалось немного: например, он рассказал, что вместе с ним путешествовал его друг, но он скончался несколько месяцев назад; в ходе плавания Иван питался черепахами, птицами и рыбой, пил дождевую воду и черепаший сок.

Известно, что Хосе Иван и его приятель отплыли из Мексики осенью 2012 года и направились в Сальвадор. Зачем они предприняли это плавание, пока не выяснено.