

Эпоха осени и дорогих вин: как оставаться молодой и активной после 50 лет



Что же поменялось?

В 50 лет женщина наконец-то себя любит. Ее роман со своим телом, душой, мыслями претерпевал все – от подросткового неприятия до агрессивных попыток внести радикальные перемены. Все было. Но сегодня каждая клеточка ее тела доставляет ей удовольствие. Хватит вопросов и претензий. Условной любви к себе и императивов общества. Она приняла себя полностью и целиком. Ее тело THE BEST!

У нее лучшие подруги (каждая прошла проверку не единожды). У нее лучшая косметика – она знает, что ей подходит, а что – нет. Проблема «нечего одеть» осталась далеко позади. На ее месте ювелирная, отточенная госпожа стратегия, которая управляет гардеробной империей. И каждая шляпка, каждая пара туфель знают свое место и знают свой выход.

Она ценит свое время. О, только не воспринимайте это буквально. Ценить время – означает не тратить его на тех, кто этого не заслуживает, а не вздыхать в тысячный раз о том, как же быстро летят дни. Это скучно.

У нее полная ясность в желаниях, принципах и ожиданиях от любимого, от себя и от вселенной в целом. Розовые очки уверенно сменили невесомые оправы от Tiffany. Она идет уже с иным кредо по жизни: «Реальность – это то, что ты видишь! Так окружи себя самым лучшим!»

Наслаждение жизнью

Женщина проходит огромный путь от молодой, наивной девушки до статуса мамы и жены. И всякий раз над ее прекрасной головой витают, словно черные вороны, императивы социума – должна то, должна это, обязана быть такой... Но если ей хватит мудрости и самоиронии, она разгонит и тучи руками, и все императивы. И рубеж 50 лет принесет ей подлинное сокровище – зрелое, красивое, уверенное «я». Четко освоенный навык любить жизнь и быть счастливой. У нее нет отговорок – есть убеждения. И я люблю женщин в этом возрасте! Их энергетика может за одно мгновение заставить поднять голову роту солдат и броситься в бой. Или одним словом помирить враждующие семейства.

А как же секс?

Интимная жизнь после 50-ти – это искусство. Потому что теперь вы знаете, чего вы хотите и как этих ощущений добиться. В вашей спальне прочно поселились страсть и оргазм. Осталось поддерживать огонь.... И вот тут есть детали!

В определенный момент женщина обнаруживает ранние симптомы приближающегося климакса. Но здесь главное – обратить внимание на гинекологическое здоровье. Тогда женщина сможет войти в новую для себя жизненную фазу физически подготовленной. Кардинальной гормональной перестройке организма в период угасания функции яичников сопутствует ряд неприятных симптомов. Некоторые из них можно облегчить или устранить вовсе – без использования медикаментов и побочных эффектов. Для этого нужно пойти приятным, безболезненным путем регулярного выполнения определенных упражнений, направленных на укрепление мышц малого таза.

В период пре- и постменопаузы систематические интимные тренировки дарят прекрасное самочувствие и эмоциональное удовлетворение. Это решает и задачи физиологического свойства. Тренировки позволяют продлить сексуальную активность настолько, насколько Она только пожелает....

Вечная молодость

Красотка Европа, да и Новый свет, не покладая рук, всеми видами искусств, психологии и пропагандой СМИ воспевают вечную молодость. Присоединимся. Но я за то, чтобы каждое вино имело свой возраст. И предпочту выдержанное многолетнее, сложносочиненное и никому не подчиненное вино молодому Божоле, даже если над последним шаманил хозяин лучших виноградников Франции. Лелею себя надеждой, что никого не обижу сравнением... Впрочем, его авторство принадлежит не мне. Женщин после 40 лет во все века сравнивали с баснословно дорогим, изысканным вином. Так вот... Вечная молодость – это прекрасная перспектива сегодняшнего дня. У нас с вами есть все шансы. Но при этом я голосую за осознанность и воспевание каждого нашего возраста, а не только пресловутых 18 лет! И если хотите знать, то я всегда предпочту леди за 50! И в плане бизнес-союза, и в простом соседстве в самолете! Если жизнь – это книга, то ни одну главу нельзя оставить без внимания. И у каждой будет свой...вкус!

Наталья романова



[назад](#)

по материалам сайта

**КРАСОТА[®]
ЗДОРОВЬЕ**