



Маргарет Маннинг (*Margaret Manning*) — создатель интернет-журнала для женщин за 60 «Sixty and me». Её издание открыло миру поистине великих женщин, которые рассказали о своей жизни. Недавно Маргарет решила объединить усилия всех участников проекта, чтобы сформулировать пожелания молодым женщинам.

Предлагаем взглянуть на советы мудрых леди, которые прошли действительно через многое в жизни, а молодым это только предстоит.

Помните: жизнь — не генеральная репетиция, а премьерный показ. Принимайте возрастные изменения с благородством. Будьте собой.

Постарайтесь всегда мыслить позитивно и искать хорошее в каждой жизненной ситуации.

Проживайте каждый день по максимуму, ведь никто не знает, что ждёт нас за углом.

Помните, что жизнь может перевернуться в одно мгновение.

Возраст — это всего лишь цифра, которая не определяет вашу личность.

Живите настоящим моментом.

Выйдите из четырёх стен и погуляйте.

Найдите своё хобби. Оно будет спасать вас от рутины.

Всегда будьте честны с собой. Это трудно, но это всегда будет играть вам на руку.

Забудьте про возрастные стереотипы в обществе.

Не беспокойтесь о том, что становитесь старше, — беспокойтесь о том, чтобы не быть скучной.

Старость случается со всеми — неважно, боимся мы её или нет. Просто живите!

Никогда не переставайте искать вдохновения.

Жизнь — штука простая, но прожить её порой бывает трудно. Учитесь, читайте, путешествуйте.

Покупайте классическую одежду. Классика всегда в моде.

Не тратьте деньги на обувь: мужчины всё равно не смотрят на неё — они смотрят на ваши колени.

Не копите хлам. Избавляйтесь от всего ненужного.

Дорожите простыми вещами и не усложняйте себе жизнь.

Любите и относитесь к своим близким так же, как вы бы хотели, чтобы они относились к вам.

Любите искренне и бескорыстно.

Решайтесь завести детей тогда, когда вы действительно захотите этого. Правильного времени нет.

Сочувствуйте не только другим, но и себе.

Делайте больше фотографий. Некоторые люди уйдут из вашей жизни, а фотографии

останутся с вами навсегда.

Учитесь прощать. Отпускайте гнев и обиды, оставляйте в памяти лишь положительные эмоции. Контролируйте круг близких друзей, не впускайте туда лишних людей. Это важно. Цените свою семью. Она всегда будет рядом, всегда поможет, чтобы ни случилось.

Никогда не ложитесь спать, если злитесь на себя или кого-нибудь из друзей.

Как можно чаще говорите своим близким, что вы их любите.

После 30 наступит ваш расцвет. Осознавайте свою красоту.

Не тратьте время на переживания о вещах, которые вы не в силах изменить.

Разрывайте плохие отношения: вы не сможете поменять другого человека.

Заботьтесь о своей коже. Улыбайтесь чаще!

Доверяйте интуиции.

Не говорите о себе плохо. И даже не думайте.

Учитесь относиться к себе с самоиронией. Не воспринимайте всегда всё близко к сердцу.

Не стремитесь к совершенству. Будьте уникальны.

Позвольте своему ребёнку иногда побыть вашим учителем.

Будьте воином. Научитесь быть находчивой и самодостаточной.

Никогда не позволяйте страху взять верх.

Никогда не переставайте развиваться — ментально, физически и духовно.

Цените положительные аспекты старения: с каждым годом у вас всё меньше ответственности и больше свободы.

Не позволяйте никому говорить, что вы уже слишком стары для того, чем вы занимаетесь. Или наоборот слишком молоды.

Не бойтесь. Здесь, на седьмом десятке, всё будет хорошо. Природа готовит нас к каждому этапу нашей жизни.

Тэги: [которые](#) , [чтобы](#) , [предлагаем](#) , [советы](#) , [всех](#) , [проекта](#) , [женщинам](#) , [усилия](#) , [м](#)
[аргарет](#)

,
[решила](#)

,
[недавно](#)

,
[молодым](#)

,
[пожелания](#)

,
[сформулировать](#)

,
[объединить](#)