



SHARE
BEAUTY

РЕЦЕПТА ЗА ЩАСТИЕ

ПОЗНАВАМЕ Я КАТО Д-Р КАЛЯШЕВА. ЕДНА ГРАДСКА ЖЕНА, ЧИЯТО ПРОФЕСИЯ Е ЕСТЕТИКАТА НА ЧОВЕШКОТО ЛИЦЕ. СЕГА НИ РАЗКРИВА СОБСТВЕНАТА СИ ФОРМУЛА ЗА КРАСОТА И ДОБЪР ЖИВОТ.

ЛИЧНА ТЕРИТОРИЯ

Опитвам се да отпусна примката на технологиите и да съм все по-близо до себе си. Правя го с разум и чувства. Следвам емоциите си. Опитвам внимателно и приемам само това, което ме кара да се чувствам добре. Не ползвам приложения, без да се замислям, и не ги превръщам в религия. За мен времето е ценно и трябва да го „харча“ по най-добрия начин. Дали ще покоря някой връх, или ще потъна в хубава книга зависи от моментните ми предпочитания. Пристрастена съм и към спорта, не мога без него. Държа на постоянството и не пропускам пет пъти седмично да посещавам залата. Тренировките канализират енергията ми по най-добрия начин и не ги приемам само като грижа за тялото, а много повече.

Моя страст са и книгите. В последно време препрочитам Фройд, често се връщам и към „Разговорите с Бога“ на Нийл Доналд Уолш. Той споделя истини, които ние вече знаем, но като че ли отхвърляме с лека ръка. Тези дни си припомням едни неговии мисли за изобилието. Според него то не е нещо, което трябва да бъде постигнато. Изобилието вече съществува. Достатъчно е да излезем навън, да легнем на меката трева и да погледнем към необятното небе. За съжаление, само ние, хората, се заблуждаваме с илюзията, че „Няма достатъчно“.

ЛЕКО „ПОБУТВАНЕ“

Винаги съм казвала, че красотата идва отвътре, от увереността на един човек. Задачата ми като естетичен дерматолог е да коригирам лицето така, че да накарам пациентът да хареса себе си, да почувства тази сигурност. Корекциите ми са умерени, дори незабележими. С времето разбирам, че понякога имаме нужда някой леко да ни побутне, за да открием своята красота. Защо сравнявам работата си с „побутване“? За разлика от пластичната хирургия, в която хората могат да се преобразят изцяло, естетичната дерматология е създадена, за да подчертае естествените черти на лицето. Когато пациентът изрази своите желания, аз трябва да ги пречуля през призмата на естетиката на естественото излъчване. Това

правя – разкривам техния потенциал и обичта им към самите тях. Толкова е интересно да видиш промяната в настроението на хората, в тяхното излъчване. Сякаш не съм инжектирала продукт, а самоувереност.

ИЛЮЗИИТЕ ВЪВ ВИРТУАЛНИЯ СВЯТ

В Instagram всеки може да изглежда различно във всеки един момент благодарение на хилядите приложения за обработка. За съжаление, няма как да бъдем сигурни какви са хората в действителност, защото са се скрили под безброй филтри и фотошоп. Често ставаме свидетели на несполучливи корекции и смятам, че сме все по-чувствителни на тази тема. Попадала съм на снимки, на които намесата на медицината е очевидна, но описанието под снимката твърди обратното. Да вземем за пример Ким Кардашиян. Въпреки океана от снимки, където личи промяната в лицето ѝ, тя отрича да се е подлагала на интервенции и ни внушава да харесваме несъвършенствата си. Кардашиян не се спира дотук. Тези дни пусна линия гримове за тяло. Пак с мантрата, че трябва да обичаме себе си, но с няколко пласта грим върху бедрата си... Звучи парадоксално, въпреки това има хора, които ѝ вярват безусловно, защото тя играе ролята на господар на социалните мрежи. В такива случаи трябва да подхождаме с хумор и да не се оставяме да бъдем заблудени.

БЕЗ ПРИТЕСНЕНИЯ

Възрастта не е порок. Тя може да стане силно оръжие в ръцете на умния човек. Ако една успяла жена ще се чувства психически по-добре с естетични корекции, значи тя се нуждае от това, за да поддържа своя вътрешен заряд. Други нямат тази необходимост и пак са уверени и чаровни. Така че дори да изглеждаме с пет, десет, петнайсет години по-млади, това не ни прави по-щастливи, по-успели, по-уверени. Красотата е съвкупност от вътрешен мир, генетика, индивидуалност, житейски опит, пречупени през призмата на собствената ни интелигентност и възприятия за заобикалящата действителност.

DRKALIASHEVA.COM

„ГРАНИЦАТА
МЕЖДУ
ЕСТЕСТВЕНО
И НЕЕСТЕСТВЕНО
Е ТЪНКА, ЗАТОВА
Е НЕОБХОДИМА
ГОЛЯМА
ПРЕЦИЗНОСТ.“

„РИМ Е МОЯТ
ГРАД. В НЕГО
СЪМ СЕБЕ СИ И
ВСЯКА СЕКУНДА
Е ИСТИНСКИ
ПРАЗНИК.“