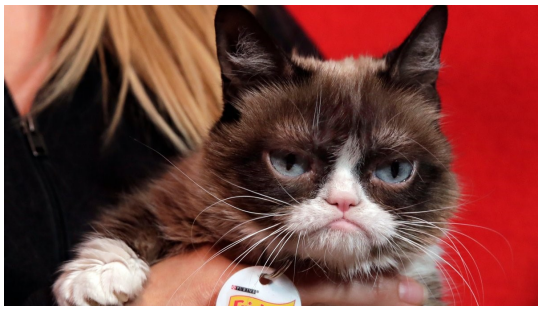


День Святого Валентина, если ты одна или один

14 февраля мир отмечает день святого Валентина. Шутки шутками, но люди на День Валентина делятся на две категории: влюбленные и те, у кого пары нет и кто чувствует себя одиноко и неловко.

Если вы выбираете подарок для своей половинки, то вам лучше ознакомиться с этими материалами: что подарить парню на Валентина и что подарить девушке на Валентина. Если же у вас нет пары, в этом материалы мы расскажем, почему День влюбленных в одиночестве не каторга, а настоящее удовольствие.

Без сарказма

В первую очередь, научитесь спокойно относиться к этому празднику. Не "заливайте" на свои страницы в соцсетях посты о том, что этот день для вас не очень приятный. В дополнение, не стоит упоминать, что это еще и праздник душевнобольных. Это не является поводом для шутки.

Хотя это и может прозвучать странно, но выработайте в себе радость к этому празднику. Да, это действительно день любви, однако не всегда нужно воспринимать его так буквально. Подумайте и найдите тех, кому бы действительно понадобилась ваша поддержка и тепло сегодня. Возможно, это ваши родные, друзья или даже домашний любимец. Уделите им свое время и поймите: вы никогда не были одиноким и вас всегда окружают те, кому вы очень дороги.

Не нужно превращаться в Гринча и быть скоплением злости и сарказма. Ни в этот день, и вообще никогда. Вы можете быть романтиком и ждать встречи с человеком, которого вы полюбите. Нужно верить в себя и в то, что ваше счастье близко – и оно придет.

Ограничьте себя от скопления влюбленных

Как бы то ни было, но на День Валентина вам же лучше обходить места, которые так любят влюбленные. В романтических и уютных кафе и ресторанах – сегодня просто бум. Если же душа таки хочет повеселиться – выберите спокойный ресторан, где к вам точно не будут "подкатывать" с вопросами об одиночестве и эфемерном зяте, который вашей маме точно не нужен.
И что главное – никогда не соглашайтесь на предложение ваших друзей, которые будут вас жалеть и предложат провести этот день вместе. Вы будете третьим лишним. И когда они начнут обниматься, вы и не заметите как начнете доливать себе вино. А разве вам нужно похмелье? Поэтому не портите день себе и вашим друзьям.

Порадуйтесь за себя

День влюбленных придумали продавцы открыток. И это правда. На этом празднике наживаются абсолютно все – начиная от кассира, заканчивая продавцами цветов, валентинок и ненужных сувениров.
Порадуйтесь! Вы сегодня, как абсолютно здоровый и нормальный человек, сохранили свой бюджет от неоправданных затрат.

Не смотрите мелодрамы

Если вы слишком эмоционально реагируете на истории любви в мелодрамах – лучше не смотрите их. Самобичевание – одна из худших вещей в мире, поэтому отложите подальше план посмотреть "Дневник памяти" или "Три метра над уровнем неба".

Просмотр сентиментальных романтических комедий, посвященных празднику, только сделает хуже, так же как и песни о любви. Нельзя не только грызть себя за жалость к себе, но и чувствовать ее как таковую. Это только оставит ощущение брошености, несчастье, и заставит вас прослезиться от чувства, что вам чего-то безумно не хватает.

Посвятите этот день себе

Если 14 февраля – это день любви, то почему же не посвятить его любви к себе? Представьте, что каждый день вы просыпаетесь и просыпается ваш организм, который поддерживает вам жизнь. Ежедневно, без вашего ведома, органы и маленькие клетки вашего тела, работают чтобы вы могли жить. Ваш организм постоянно борется с различными болезнями, вирусами и другими проблемами, поэтому поблагодарите его. Выскажите себе любовь, ведь так как вы любите себя, так вас и будут любить другие. Как бы это банально не звучало, но сделайте себе подарок в этот день. Ведь это прекрасный повод наконец купить себе абонемент в зал, или записаться на курсы, о

которых давно мечтали.
Также не помешает подумать и о доме. Давно хотели разобрать шкаф и выбросить лишнее? Или научиться готовить изысканный десерт? Вперед, сегодня ваш день!

Запомните несколько простых истин

– Вы не одиноки. Вы никогда не одиноки, лишь нужно меньше драматизировать и открыть глаза, оглянуться вокруг – ваши люди всегда рядом.
– Вы не половинка кого-то, вы целостный организм и личность.
– Отсутствие любимого или любимой в вашей жизни – это не повод для грусти. Вы живы, здоровы, умны и целеустремленны.

– Наличие партнера не принесет гарантированно вам счастье. Далеко не все отношения такие гармоничные, как бы того хотелось.
– Вопрос о вашем одиночество ставят только люди, которые не удовлетворены своей личной жизнью. Воспринимайте такие вопросы с доброй улыбкой и отвечайте, что всему свое время.
Любите себя. Полюбите себя и и не обращайте внимания, что сейчас вы без пары. Развивайтесь, будьте счастливы. Любите свою жизнь, которую вы проживаете, а не живите ради того, чтобы найти любовь.