Автор: admin
23.04.2011 17:45 - Обновлено 30.10.2014 04:18

Как справиться с осенней хандрой в домашних условиях?

Для начала хочу оговориться. Я не психолог и не собираюсь тут исследовать причины хандры, я могу лишь предложить некоторое количество внешних косметических средств, кои на мне, к примеру, срабатывают.

Но для начала нужно определить, правда ли вам так хреново, как кажется. Для этого выпросите у мамы/спионерьте у дедушки/честно заработайте/найдите 70 рублей, зайдите в ближайший магазин соответствующей тематики и купите аудиодиск, который давно хотели. Да-да, вон тот. Вернитесь домой и послушайте. Если вам понравилось – то излечение уже наступило помимо вашего желания. Если нет – увы – придётся читать дальше. А дальше – методы излечения хандры (примечание: все они применимы только в том случае, когда вы не хотите или не можете обратиться к друзьям. А это – самый лучший способ).

1. Мрачный. Запритесь в комнате, задвиньте дверь диваном, задёрните шторы (ах да, тут главное – не забыть притащить побольше еды. Насчёт туалета лучше не думать, попортите образ, но горшочек под диваном, коим стыдливо прикрыта дверь, не помешает), включите максимально брутальную музыку (в моём случае флойдовская «стена» бьёт все котировки), лягте и хрумтите чипсами (или что у вас там поесть?). В ритм, думая о тщете всего сущего. Через некоторое время тоска достигнет апогея и естественным путём покинет ваш организм.

2. Злобный. Установите как можно больше брутальных игрушек на компьютер и шинкуйте всех на максимальной сложности изо всех сил. Медитируйте на раздробленные орочьи кости. Наслаждайтесь стекающими с лезвий мозгами ботов. Хохочите над рогатым уродом дьябло, осыпая его коварными ударами. Вложите в избиение младенцев весь негатив – и вам полегчает.
Если по каким бы то ни было причинам вы – не поклонник компьютерных игр или у вас их физически нет – не расстраивайтесь. Киньте что-нибудь с балкона и готично смотрите на раскатывающиеся винтики-кусочки. Я вот кидала старый телефонный аппарат как-то. Его всё равно собирались нести на помойку.

3. Прекрасный. Уходитесь с фотоаппаратом до кровавых мозолей. Испишите обои стихами. Нарисуйте причину тоски в паспорте. Выпросите у соседа сверху балалайку и

научитесь играть богемскую рапсодию... В общем, весь мир у ваших ног! Главное – чтобы троды таких плудов не шли дальше ЖЖ. А то засмеют, знаете ли...

4. Бытовой. Уйдите в ванну и проведите там по меньшей мере два часа, полируя себя до появления золотистой корочки. Купите и заварите мяту. Приготовьте максимально вкусную еду, на которую способны (ну или попросите кого-нибудь). Вылезьте чистым и расслабленным, завернитесь в свежий халат и усядьтесь смотреть что-нибудь очень-очень любимое, заедая и запивая. Подготовки много, но и эффект – ошеломительный!

А сейчас – нечто совершенно иное – **5. Циничный.** Сдайте анализ мочи. Думаете, я шучу? Как бы не так. Потрясающий цинизм этого процесса и наглядное изображение того, что вы, собственно, собой представляете, помешает вам продолжать усиленно жалеть себя и вызовет здоровый (?) смех, особенно когда вы поймёте, что и за этим бывают очереди. Ну а в качестве бонуса ещё и состояние своего здоровья узнаете.

6. Трудовой. Вывалите из шкафов все книги. И одежду. И диски. И игрушки. Причём на кровать, а лучше – на клавиатуру – то есть так, чтобы функционировать нормально, не убрав всё это – вы не могли...
...и начните разгрёб завалов. Методично. Поштучно. Как захочется – можно втупую алгоритмично (сюда с красной обложкой, сюда – с жёлтой), можно – творчески (на эту полку все кофточки, которые пошли бы Боре Моисееву, на эту – что пошли бы Оззику). И долго. Как вариант – под хорошую любимую музыку, можно даже энергично-агрессивную. К полуночи, когда всё наконец разляжется, – вам воистину полегчает!

Все методы опробованы на людях. В ходе испытаний ни одно животное не пострадало. Только те бактерии, которых я задавила телефоном.
Дополнения и уточнения – принимаются!..

Автор - **Александра Голубева**

Источник