

เทคนิคเรียกสวย.....ใน 5 นาที

นำเสนอเมื่อ : 1 ต.ค. 2552

มีเทคนิคเรียกสวยใน 5 นาทีมาฝาก สาวใดยากสวยทำตามได้เลยค่ะ....

กระชับผิว เรียบเนียนผ่องใส

สำหรับสูตรเด็ดช่วยปลุกผิวช่วงเช้าๆ เปิดน้ำเย็นใส่อ่าง เทน้ำแข็งลงไปพอให้เย็นจัดๆ ค่อยวิกน้ำสะอาดผิวหน้าเบาๆ 10 ครั้ง ตาสว่าง ผิวจะค่อยๆ ผัดเลือด

เปิดไหล่

สาวอิมรูตีเขียวเรื่องนี้ หลังออกกำลังกาย เลือดจะบีบเข้ากล้ามเนื้อมากกว่าปกติ สัดส่วนช่วงที่ออกกำลังกายจะดูกระชับกว่าที่เคยเป็นไปได้นานราว 1-3 ชั่วโมง ร้อยานนี้ ถึงคราวต้องใส่สายเดี่ยวโปรโมตความขาว วิตพื้นเลนยอง อย่างน้อยๆ ก็ 10 ครั้ง แด้อยาเกิน 50 ครั้ง พอให้กระชับจะนาประชิดมากกว่ากล้ามเนื้อจะ

ผมหงอก

คืนนี้กะสระรับอรุณ ไม่ต้องใช้เวลาครึ่งค่อนวันนั่งไต้แดด คว่าโรลอันโตๆ ม้วนผมที่แห้งแล้วที่ละซ่อ ม้วนให้ทั่วศีรษะเลย เปิดไดร์ลมรอน เป่าโรลทุกอันให้มีอากาศรอนๆ ให้ทั่วถึง แล้วย่อยให้เย็นสนิท (ใช้เวลาไม่ถึง 5 นาที) คอยๆ แกะโรลออก แปรงลูบเบาๆ สักหน่อย เช็กซีเซียวคะ

พื้นผิวใส

สุรนี้ สวยดูน่าสั่งได้

บีนหน้าสม ใช้นิวตบหน้าส้มให้ทั่วผิวหน้าที่ล้างสะอาด ผิวจะใสๆ กระจ่างๆ ไปนานหลายชั่วโมง ผิวได้รับวิตามินซีสดๆ จากส้ม วิตามินบีที่มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ ชัดผิวอ่อนๆ ช่วยกระชับผิวน้อยๆ กลืนสมอ่อนๆ ที่ติดมา จะจางจากผิวในเวลาเร็ว แต่ถึงไม่จาง ผูหึงรับได้คะ กลืนสมจัดเป็นหนึ่งกลิ่น เทรนต์ ฎุกสกัดให้ผสมในน้ำหอมมาแล้วบรอยชนิด

แกมปลั่งใส

เรียกอาการแกมใส คล้ายจะอินโนเซนต์แต่ไม่นะ แอบใช้ลิปกลอสเนื้อใสบาง ป้ายๆ โทนกแกม (ไม่มีลิปกลอสก็ขาวสลีน บีโตร์เลียม เจลลี่ พอแทนกันได) ป้ายพอกก็ไม่ต้องมาก ประกายใสๆ จะกระจายแสงที่ตกกระทบแกมไหวๆ ลอตตาคนมอง เช็กซีเซียวตัวเอง

หยั้หน้าบึงๆ

สาวรอนรอยฟูเรนไฮต์ก็สู้วันตาละเหยีย ตาโรยเป็นกุหลาบกลีบขี้ ใ้แดงกว่าผางบางๆ ชุบน้ำโสก (โสมเป็นของแพงไปเลย ไม่มีโสม ใ้หน้าชาแกกแทนได) ไม่ได้โททานลงไปนะคะ หน้ามาแปะดวงตา 5 นาที ตาใ้บึง

ผิวประกาย

เบือทากันแดดกันหรือเปล่า รู้ทั้งรู้ว่าอยากผิวขาว ผิวดูอ่อนเยาว์ไปนานเท่าทาน คาตาเดียวที่เผลอสองสุดอยู่ที่หลบแดดและทากันแดด แต่ยังไม่ต้องทาทุกวันๆ นี้ ผสมครีมกันแดดกับครีมเนื้อประกายประเภทซิมเมอร์ครีม หรือไมก็ผสมผงอายแชโดว์สีชมพูหรือสีน้ำผึ้งกับครีมกันแดด แลวทาให้ทั่วผิวกายผิวหน้าคุณจะมีผอง ขยับนิดขยับหน่อย แสงตกวิบวับ ชวนเหลียวชวนมอง แลวอาการเบือทากันแดดจะหาย

เล็บเธอ

ไม่มีเวลาทาเล็บและยังต้องคอยอีก 2-3 ชั่วโมงให้เล็บแห้ง ขอเวลาแค่ 1 นาที ใช้ลิปบาล์มที่คุณกั้นปากแตก ลูบๆ ลงไปที่เล็บแทนหรือไมก็ทวน้ำมันบำรุงเล็บลงให้ทั่ว เล็บจะดูใ้ สุขภาพดี แลดูสะอาดตาขึ้นมาทันที เทรนต์เมกอัพสมัยใหม่ นิยมแต่งหน้าใ้ผิวสุขภาพดี หน้าใ้สๆ สีแกมสีปากลงพวยชวนเอ็นดู แพชั่นสีเล็บก็เช่นกัน นิยมเล็บใ้สๆ ดูสุขภาพดี

ยิ้มพื้นสวย

ยิ้มที่พื้นเหลือ หน้มหัวใจกล้าหาญก็กระเจิง ผสมไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 1 ช้อนชา กับโซเดียมไบคาร์บอเนต 1 ช้อนชา (ตัวแรกชื่อที่รูนขายยา ตัวหลังเรียกกันเบกกิ้งโซดา หาชื่อที่ซูเปอร์มาร์เก็ต) ใ้แปรงฟันเพียงอาทิตย์ละครั้งจะช่วยลดคราบเหลืองจากชา กาแฟ และบุหรี่ ระวัง อยากลิ้นลงไปด้วยก็แลวกัน

ความลับสุดท้าย

ความสุขภายในช่วยให้ผู้หญิงดูสวยขึ้น แต่พอเธอเครียด กล้ามเนื้อใบหน้าของเธอทุกมัดจะหดเกร็ง ความแก่ชราขึ้นทันที เมื่อใดที่รู้สึกเครียด ขอให้หลับตาลง ในใจนับ "หนึ่ง" ขึ้นไปถึง "ร้อย" ซ้ำๆ แลวหลับจาก "ร้อย" กลับมาหา "หนึ่ง" อีกครั้ง ใ้เวลาเพียง 5 นาที จิตใจคุณจะไปร่งขึ้น ความเครียดจะน้อยลง