

Что делать, если вам все еще завидуют?

Жаба – самый страшный зверь! Она столько людей погубила!

Жаба – это тот зверь, который придавливает человека в тот момент, когда он завидует или жадничает. Иногда насовсем.

Вокруг вас всегда найдутся люди, которые не смогут справиться со своей завистливой жабой. Симбиоз с таким малоприятным существом выявляет самые плохие качества человека, во всяком случае, на то время, когда жаба одерживает верх. Очень мало людей, которые смогли приручить, выдрессировать ее.

Зависть – это в какой-то мере мерило успеха. Негативное мерило, которое может не только банально испортить настроение, но и довести до нервного срыва, если завистник окажется слишком агрессивным настроенным и будет активно мотать вам нервы. Но если вам завидуют – значит, признают ваши достижения, даже если не признаются в этом.

Но не стоит гордиться чужой завистью. Если среди ваших знакомых много завистников (и неважно, завидуют они вам, или вы все вместе завидуете кому-либо еще) – значит, что-то не так с кругом общения. Таких знакомых вряд ли можно будет считать искренними друзьями и положиться на них. Лучше общаться с людьми, которые могут искренне за вас порадоваться.

Если вы видите активного завистника, который энергично и навязчиво распространяет слухи о вас – не ввязывайтесь в драку, ни в словесную, ни в физическую. Зря потратите силы и энергию. Лучше держите дистанцию. Общение с таким человеком не может принести вам ничего хорошего, в лучшем случае он постарается вывести вас из себя или испортить настроение. Даже если у вас очень устойчивая психика, и никакие нападки вам не страшны, общение с завистником оставит после себя неприятный осадок.

Если вас расхваливают, расскажите, что ваши достижения – результат упорного труда, а не удачи. Спросят совета – дайте его. При этом ведь совсем не обязательно

раскрывать все секреты успеха – пусть это будет ваше ноу-хау.

Если похвалы в ваш адрес имеют негативный оттенок – достаточно один раз спокойно сказать, что это не так, и в дальнейшем игнорировать человека. Не бросайтесь на него с опровержениями – скорее всего, он только того и ждет, чтоб испортить вам настроение или вывести из себя. Если покажете, что слова собеседника вас сильно задели – значит, он своего добился, он победил. Своим испорченным настроением вы положите пудовую гирю на его чашу весов. Победа сомнительная, но вам-то от этого легче не будет.

Если же вы стали невольной причиной нападения жабы на вашего хорошего друга – надо помочь ему в нелегкой борьбе с ней. Считайте это его временным недомоганием. Помните о том, что чувство зависти порождает «слабые места» и болезненные мозоли: например, вашу подругу бросил любимый человек, а вы собираетесь выходить замуж. Не спешите сообщать о своих достижениях, это можно и отложить до тех пор, пока «любимые мозоли» подруг не зарубцуются, несколько недель можно подождать. Ваши достижения не должны восприниматься как пир во время чумы.

Если вам завидует близкий и любимый человек – помогите ему обрести душевное равновесие. Постарайтесь воспринимать его критические завистливые замечания **как крик о помощи**

. В этом крике слышны и неудовлетворенное самолюбие, и заниженная самооценка, и желание переложить ответственность за свои неудачи (человек может искренне считать, что с ним самим-то все о'кей) на других людей, а ответственность других людей за их достижения – на счастливое стечение обстоятельств.

Как минимум не стоит постоянно говорить только о своих удачах – таким образом вы можете вызвать раздражение даже у самого незлобивого и независтливого человека. Вы ведь и так (без хвастовства и раздраживания окружающих) знаете, что у вас все хорошо – зачем об этом твердить? Если же вы в принципе боитесь сообщать о своих успехах подругам – значит, или они не совсем подруги, или вы имеете какой-то внутренний конфликт. Зачем вам нужны такие «заклятые подруги» или внутренние паразиты?

Постарайтесь не завидовать другим. Осуждая «соринки» зависти у знакомых, учитесь замечать и устранять «бревна» аналогичного происхождения у себя самой. Подчеркивая чужие недостатки и принижая чужие успехи, завистливый человек пытается

Что делать, если вам все еще завидуют

Автор: admin

09.01.2011 23:22 - Обновлено 01.11.2014 09:07

возвыситься сам, заработать дополнительные очки в своих глазах и глазах окружающих. Это несчастный человек, чужие успехи и удачи портят жизнь, настроение и здоровье в большей степени ему самому, чем везунчикам и счастливчикам.

Зависть – это тот камень преткновения, о который разбилась не одна дружеская лодка. Не поддавайтесь на провокации завистников и не позволяйте испортить удовольствие и гордость от своих достижений. Удачи вам и хороших, независтливых друзей.

Автор - **Надежда Руби**

[Источник](#)