Автор: admin
11.10.2011 21:58 - Обновлено 29.10.2014 07:22

Всегда ли следует искать сочувствия у «подруг»?

«В одном вопросе мужчины и женщины безусловно согласны между собой: и те и другие не доверяют женщинам».
Г. Менкен.

Жизнь часто сравнивают с дорогой. Но, увы, она даже близко не напоминает хорошо асфальтированное скоростное шоссе. Не так часто, как нам этого хотелось бы, нас ждут успех, радость, везение, исполнение всех наших желаний.

А за очередным поворотом дорога неожиданно преподносит нам сюрпризы, и не всегда они приятные. И моментально, на какое-то время, ты полностью теряешь «ориентацию» Даже если хочешь казаться сильной и все неприятности держать в себе, бывает очень трудно осуществить это намерение на деле.

Отрицательные эмоции до того переполняют, что необходимо куда-нибудь их выплеснуть. Поделиться, рассказать обо всем. Чтобы выслушали, встали на твою сторону, посочувствовали, утешили и, наконец, дали хоть какой-то совет. Издавна в народе бытует поговорка: «Чужую беду руками разведу…» И нам тоже начинает казаться, что со стороны наши проблемы и их решение намного виднее.

В странах Запада решением таких вопросов занимаются психологи и психотерапевты. Но, во-первых, у нас это пока не получило распространения. «У нас другой менталитет», – говорим мы в ответ на совет обратиться к специалисту. А во-вторых, зачем платить психологу? Когда подружка внимательно выслушает, поохает, и, наконец, произнесет такие лестные для тебя слова: «Что ты мучаешься с этим… (эпитеты подставь сама)? Разводись и все. Еще не такого найдешь!»

Ты уже задумалась?.. Безусловно, она права. Ведь по уму ты – Софья Ковалевская, а по красоте затмеваешь Пенелопу Крус. И найти более достойный объект для твоего внимания не составит труда. Стоит только объявить, что с сегодняшнего дня ты свободна. Предложения руки и сердца самых богатых и красивых мужчин со всего мира посыплются на тебя, как из рога изобилия… В мечтах ты уже начала проводить их кастинг.

Извини, что так некстати возвращаю тебя на нашу грешную землю.
Задай себе всего один вопрос. Почему же твоя лучшая подруга «почти такая же умная и красивая, как и ты», до сих пор не вышла замуж? Хотя ей уже немного за… А все ее романтические отношения испаряются через пару месяцев.

Да, какой бы высокий пост не занимала женщина, каким бы пентхаузом на Рублевке она не владела, она тоже иногда ищет сочувствия и понимания. «Сильная женщина плачет у окна» – это о таких женщинах поет Алла Пугачева. Женщина всегда мечтает быть слабой. И, по сути, является таковой.

Но в наше время она предпочитает не показывать свою слабость. Не хочет жалости и показного сочувствия. «Сильные» женщина многое пережили, прежде чем достигли такого статуса. И на практике убедились, что сочувствие на 90% неискреннее. Иногда оно больше похоже на злорадство.

Конечно, как и всегда, есть исключения. Это те женщины, которые живут счастливо. Не напоказ. Они не уверяют окружающих в этом, а на самом деле счастливы. Потому что живут в гармонии с собой и миром. Их немного, но они есть. А счастливый человек всегда добр и отзывчив. И если твоя подруга из этой категории, то тебе очень повезло.

Но что делать с тем испытанием, которое так неласково подкинула тебе судьба? Не носить же все переживания в себе? Ни в коем случае! Так можно легко впасть в депрессию и увидеть мир в самых темных и мрачных тонах.

Женщине в таких случаях часто помогает посещение магазинов, так называемый шопинг. Поход в салон красоты, смена имиджа, а иногда даже шоколадка.
Зайти в ванную комнату, встать под душ и «выплакать» свою проблему. Отболело и с водою утекло. Шоколадка после душа не отменяется, а приветствуется.
Выписать на листочек, что ты приобрела, и что потеряла, в связи с этой ситуацией. И как все это может служить уроком в дальнейшем.
Я не говорю о более сильных средствах, таких как алкоголь, сигарета и т.д. Они лишь наносят вред здоровью, только откладывая решение.

Есть еще один способ. Мне он часто помогает в жизни. Сначала вслух с пониманием и осознанием произнести известные слова Скарлетт О`Хара: «Я подумаю об этом завтра». Постарайтесь хотя бы немного успокоиться. Затем будьте внимательны. Прислушивайтесь и присматривайтесь ко всей поступающей к вам информации: известиям, фразам и т.п. За короткое время вам обязательно попадется на глаза скрытый намек или явная подсказка, как «разрулить» ситуацию. Это может быть статья в газете, передача по телевидению или даже какая-то песенка, прозвучавшая рядом.

Поверьте, ваш Ангел-хранитель всегда рядом и очень старается помочь. Не ударяйтесь в панику, а будьте внимательны к его подсказкам.

Автор - Наталья Абдуллаева
Источник