Автор: Administrator
08.08.2008 16:30 -



Согласно статистике около 80% мужчин хотя бы единожды изменяли своим возлюбленным. Статистика, проценты - все это очень абстрактно, но как быть, если эта проблема коснулось непосредственно вас? Любимый изменил. Вы узнали. Как реагировать? И реагировать ли на это вообще? Что делать в такой ситуации?

Чаще всего, женщины склонны сильно драматизировать происходящее. И вот вас уже с головой захлестнула обида. Внутри больно, темно и гадко. Снаружи слезы, красные заплаканные глаза и распухший нос. Все на белом свете превращаются во врагов, а сам этот белый свет несправедлив и жесток. Но из всего этого есть реальная возможность извлечь выгоду. И женщины осознанно или нет, делают это. Ведь можно требовать повышенного внимания и сочувствия подруг, и не перебьют, будут внимательно слушать, и сочувствовать, ведь у вас ГОРЕ. Можно обвинять любимого во всех смертных грехах, а заодно с ним и всех мужиков. Разве не все они такие гады!? Можно перебить гору посуды в присутствии любимого или прямо об него, это уж кто к чему привык.

Если у вас нет настроения, закатывать истерики, но имеется огромное желание отомстить за нанесенную обиду, то вышеописанный сценарий вам не подойдет. Внутри у вас будет все также пасмурно, уныло и противно, но во вне вы будете излучать улыбки, станете еще более обворожительны и дружелюбны. Вы не будете скандалить с изменником, и плакаться окружающим: для них у вас все замечательно, «все пучком». Вы затаитесь, и будет поджидать подходящего момента, чтобы отомстить. В этом вопросе женщинам, как правило, не требуется помощь, слабая половина человечества очень на этот счет изобретательна. И, в конце концов, вы испытаете чувство глубокого удовлетворения, но вот только станет ли у вас внутри светло и легко от этого?

А что если сделать над собой усилие и с первых мгновений не позволить чувству обиды править бал? Сразу не допустить, чтобы внутри стало гадко. Что для этого можно сделать? Ведь эмоции вас переполняют и вот-вот захлестнут с головой. Да включить эту самую голову. Спросить себя: "зачем?". Зачем расстраиваться (расстраивать себя),

неужели от этого станет легче? Или оттого, что вы злитесь, расстраиваетесь, все повернется вспять и станет снова хорошо? Эти вопросы не смогут в один момент избавить вас от горестных переживаний, но как только вы задумаетесь, у вас появится реальный шанс выбрать для себя то внутреннее состояние, которое хотите вы, а не то, которое "принято" переживать в подобных обстоятельствах. Ну а для того чтобы закрепить выбранное вами состояние души, необходимо поискать в случившемся хорошее, выделить положительные стороны. Они обязательно есть, просто надо потренироваться искать их в любых ситуациях. Например, вы можете воспринять измену как что-то интересное: "надо же, со мной такого еще не случалось!". Можно почувствовать себя свободной: теперь вы не обязаны стирать его носки, и можете больше времени проводить с друзьями. Вы можете пуститься на поиски нового друга, а можете вообще не реагировать на измену: ведь он снова с вами. Да мало ли хорошего еще можно найти, только надо постараться и поискать.

Источник: РОЛ