



Мученики часто вызывали уважение и даже поклонение, особенно на Руси. Одетый в сирую, убогую одежку, больной, с лихорадочно горящими глазами человек, заставлял сытых, хорошо одетых и приятно пахнущих людей чувствовать себя неправыми, стыдиться своего богатства, благополучия и здоровья. А если этот "убогий" днем и ночью еще и молится о нас, грешных, тогда и совсем позор на наши головушки.

А вот пример классической русско-советской женщины: пашет на работе и пашет дома. На ней муж, дети, уборка, готовка. Если заболела гриппом, значит, появилась еще одна возможность заняться генеральной уборкой квартиры.

Женщина-мученица в свое время в нашей стране вызывала массу восторгов, хотя атеистическое общество и открестилось от такого "религиозного понятия", как мученичество. В наше время этот тип женщины называется по-другому. Теперь она не "простая советская труженица", а "деловая женщина". О том, сколько у женщины за время ее мученичества накопилось хронических заболеваний, история умалчивает.

Заметим, однако, что женщину-мученицу никто не заставляет под дулом пистолета проделывать бесконечную рутинную работу. У нее может быть интеллигентный муж и ухоженные, нешумные детишки. Она все это делает сама, из чувства долга. Вот только перед кем? Не перед теми ли родственниками, которые в будущем будут вынуждены ухаживать уже за ней, свалившейся из-за накопленных болезней?

Женщина-мученица постоянно недовольна, то пол испачкали на кухне, то сын тройку получил. Она всегда может найти повод для гнева и раздражения, потому что всегда хочет перекроить всех под себя. Ведь без нее, как она сама считает, жизнь родных закончилась бы, а уютная квартира превратилась бы в свинарник.

В характере женщины-мученицы — обвинять всех в своих неудачах. А когда вы обвиняете других, вы тем самым стремитесь уйти от ответственности перед собой и одновременно лишаете себя возможности совершить благие перемены в своем характере.

Женщина продолжает жить в страхе и состоянии загнанности в безвыходную ситуацию. Она может или постоянно жаловаться или, напротив, говорить, что у нее все прекрасно, но таким тоном и с такими глазами, что лучше бы из ее уст полился поток обвинений.

Женщину-мученицу очень редко можно увидеть радостной, поскольку она лишает радости и себя и других. Посмотрите на нее, когда она идет по улице со своим мужем или детьми! Маска бесконечного страдания застыла на ее лице!

Мученицы подсознательно стремятся привнести в свою жизнь разного рода несчастья. Они могут "случайно" заболеть, упасть, неудачно вложить деньги. Человек старается почувствовать свою значимость через страдания. Страдание становится смыслом жизни. Получение удовольствий отвергается, и смыслом жизни становится "запрограммированность на нужду и лишения".

Жизнь — это страдания и ещё раз страдания...

Жизнь в достатке, когда кругом много бедных — это аморально...

Жизнь тяжела и трудна...

Все достигается тяжелым трудом...

Нужно всем жертвовать ради (тут может прилагаться целый список, от детей до Родины)...

Быть бедным — благородно и духовно...

Вот лозунги мучеников. Но это ложные убеждения. В их основе - недостаточное понимание того, как устроен мир, незнание важных духовных законов.

Такие убеждения мешают всем нам понять естественность нашего стремления к успеху, процветанию и достатку.

Наш мир — это мир великого изобилия, и все мы рождены для жизни в материальном и духовном достатке. До тех пор, пока вам не удастся поверить в то, что наш мир — прекрасное место и у всех есть возможности добиться в жизни всего, чего вы хотите, у вас вряд ли получится стать счастливым человеком.

Отбросив мученичество и став счастливым человеком, вы вносите свой вклад в общечеловеческое счастье, вливаете свою благую энергию в планетный энергетический резервуар. А значит, даёте возможность и другим воспользоваться им, чтобы жить не в негативе, а в позитиве.

Мученик же с годами все больше осознает в глубине своей души обиду за несправедливости, которые ему пришлось пережить, и синдром жертвенности словно притягивает к нему всевозможные несчастья.

Что же нужно сделать для того, чтобы избавиться от этой страшной болезни - мученичества?

1. Осознайте, что вам нужно многое в жизни.

Признайте свои потребности и попросите окружающих о помощи, но без жалоб и обвинений. Может быть, раньше вы были уверены, что они сами должны догадаться о том, что вам нужно.

Например, я знаю одну женщину, которая всегда страдала в метро, извергая мысленные проклятия в сторону сидящих мужчин. Сама она с сумками стояла. Кроме болезней, она себе ничего не заработала. А ведь нужно было всего лишь попросить уступить ей место — и такой человек обязательно нашелся бы.

2. Освободитесь от желания всех обвинять.

3. Освободитесь от фанатичного стремления во всем быть правой и безупречной.

Признайте свои ошибки, только без негативной критики! Возьмите на себя ответственность за принимаемые решения.

4. Четко осознайте, чего вы хотите, а чего нет.

Научитесь не врать ни себе, ни другим людям.

5. Научитесь отказывать людям в том, что они могут сделать сами, не испытывая угрызений совести и не портя с ними отношений.

Например, вы устали после работы и не хотите готовить семье ужин. Если у вас дома нет инвалидов или младенцев, не готовьте! Сядьте и попросите, чтобы вам принесли чай и бутерброды.

6. Научитесь доводить до конца то, что вы хотели, и не отступайте, пока не получите задуманное.

7. Научитесь всегда находить выход. Создайте список имеющихся решений-альтернатив. Сделайте выбор.

8. Доставляйте себе ежедневно хотя бы одно удовольствие.

Все зависит от вашего желания и воображения. Можете выпить кофе с куском вкуснейшего торта и не думать о калориях, можете принять ванну с расслабляющими маслами и ароматом розы, а можете просто пойти в магазин и купить себе еще одну помаду!

Проявите желание развлечь себя! И не позволяйте никому нарушить ваши планы!

И последнее. Составьте список того, что вам мешает, и сожгите его.

Например, вы хотите пойти на курсы английского языка. Запишите причины, по которым вы не можете этого сделать:

У меня нет времени.
А как быть с ребенком?
Муж будет против.
Не найдется денег, и.д. и т.п.

Продолжайте список, пока не иссякнут аргументы. Когда почувствуете, что вам (а скорее не вам, а вашему дракону мученичества) больше нечего сказать, предайте список с перечнем аргументов торжественному сожжению!

Болезнь под названием мученичество должна быть побеждена!

Кстати, красивые молодые девушки, идущие по морозу в коротких юбках и на высоченных каблуках, тоже относятся к разряду мучениц, а не к сексуальным женщинам-вамп, как они сами думают.

Итак, вам придется избавиться от многих старых привычек, но это действительно необходимо. Вам придется оставить образ жизни, основанный на обмане, на ложной манере преподнесения себя окружающим и ложном представлении о собственной личности с ее стремлением во всем казаться правым и склонностью к вынесению обвинений, страданиям и поиску проявлений сочувствия.

То, что вы приобретете, несоизмеримо ценнее. Вы обретете чувство собственного достоинства и любовь окружающих, впервые подаренную вам такой, какая вы есть на самом деле. Ваши ожидания любви, купленной ценой постоянных жалоб и морального вымогательства, исчезнут вместе с сопутствующим им отчаянием.

На смену отчаянию придет умение ориентироваться в ситуации, видеть альтернативные пути ее решения и способность сделать правильный выбор, свидетельствующий о том, что вы стали хозяйкой собственной жизни.

Вы найдете удовольствие в каждом прожитом вами дне. Но самое главное, люди будут стремиться к вам, а не от вас, как это было раньше, когда они видели в вас изуродованную страданиями мученицу, с которой они вынуждены были иметь дело.