Автор: admin
27.06.2011 14:13 - Обновлено 29.10.2014 10:17

Как выжить под землей, или Почему люди в метро такие злые?

Никогда не замечали за собой, что, когда спускаетесь в подземное царство метрополитена, в вас как будто кто-то вселяется, вы становитесь жестче, нетерпимее, раздражительнее? Нет? Тогда вам исключительно повезло – сия пучина вас еще не поглотила. Но, наверняка, вы часто наблюдаете уставшие озлобленные лица, сталкиваетесь с грубостью и хамством, становитесь свидетелями конфликтов.

Почему же люди так жестоки по отношению друг к другу? Ведь вполне вероятно, что дома их любят, на работе ценят и уважают. Но когда они погружаются под землю, все человеческое испаряется, и на лицах появляются искаженные злостью маски.

Немудрено озлобиться, когда день ото дня приходится спускаться в людской муравейник, в давке прокладывать себе безопасный маршрут, маневрируя и двигаясь как можно быстрее, дабы не быть затоптанными, вступать в борьбу за территорию, где едва возможно уместиться двумя ногами. Подчас нам элементарно не хватает воздуха, мы задыхаемся в ограниченном пространстве, на нас давят стены и люди.

Естественно, в таких условиях любая мелочь выводит из себя. Но! Давайте не будем забывать, что мы не одни. Вокруг нас тоже люди с таким же нервным напряжением внутри. Они тоже устали и хотят побыстрее вырваться наружу. **Давайте с пониманием относиться друг к другу**
. Вам ведь приятно, когда вас пропускают, уступают место, извиняются, если случайно задели, или когда в ответ на ваше извинение звучит не грубое «осторожнее надо быть», а понимающее «ничего страшного». Хотите, чтобы так было всегда? Тогда давайте начнем в первую очередь с себя и не завтра, не со следующего понедельника, а прямо сегодня!

Это не так уж сложно. Перво-наперво нужно научиться замечать вокруг себя прекрасное и не зацикливаться на негативном. Вот девушка, чем-то окрыленная, порхает, едва касаясь земли. Встрепенитесь, улыбнитесь, подумайте о приятном – и у вас тоже появится легкость и непринужденность в походке. А вот школьники смеются на весь вагон. Не надо ворчать, что опять не удастся вздремнуть. Просто порадуйтесь за них, вспомните себя такими же беззаботными.

Моя первая поездка в переполненном транспорте совсем не связана с отрицательными эмоциями. Наоборот, было забавно, качаясь из стороны в сторону, зависнуть в положении полулежа то на соседе справа, то на соседе слева. И как тут удержаться от смеха? Это сейчас такие поездки раздражают, но когда-то было иначе. Значит, все-таки возможно посмотреть на эту проблему с юмором.

А вы наблюдали когда-нибудь картину, как люди врываются в вагон на конечной станции, чтобы успеть занять место? Любое терпение иссякнет, если при этом тебя отпихивают локтями и разве что не прыгают через голову. А вы вспомните детскую игру, когда участников на одного больше, чем стульев, и по команде ведущего надо успеть занять себе место. Веселая игра! Попробуйте сыграть в нее в метро.

Если во время этой игры или в любой другой давке вас кто-то задел, толкнул, не спешите злиться, не набрасывайтесь сразу с оскорблениями на обидчика. Вполне вероятно, что он сделал это случайно и не со зла. Вместо язвительных укоров и грубых обвинений взовите к его сочувствию. Ну, к примеру, вот так: «Ваша сумка очень больно впивается мне в бок». Естественной реакцией будет извинение. Если же в ответ вы услышали грубость, не уподобляйтесь. Просто вам попался человек, которого ни в семье не любят, ни на работе не уважают. Мысленно посочувствуйте ему – он в гораздо худшем положении, чем вы.

В метро намного приятнее ездить в компании – за разговором дорога кажется короче и не успеваешь замечать мрачные лица. К сожалению, это не всегда возможно, зато помечтать нам никто не помешает. Вспомните людей, которые вам дороги. Если мысли заняты чем-то приятным, время летит быстрее, а неприятности отступают на второй план. Толкаясь в очереди на эскалатор или впихивая себя в закрывающиеся двери вагона, постарайтесь отвлечься от мрачной действительности, начните строить планы на выходные, праздники или отпуск.

Многие, наверно, замечали такую особенность: когда торопишься, люди, как назло, начинают путаться под ногами. Закрадывается подозрение, что весь мир сговорился против вас и чинит препятствия. Хочется обругать первого же приезжего, который встал посередине пути, преградив всем дорогу, и никак не может решить, куда дальше идти, чтоб опять не заблудиться. Но разве этот бедняга виноват, что вы опаздываете? Войдите в его положение: он в чужом городе, первый раз в метро, а здесь все куда-то бегут и толкаются. Может, махнуть на все и помочь ему найти дорогу? **Давайте будем**

внимательнее друг к другу

.

Большинство конфликтов и столкновений происходит из-за нашей спешки. А если начать пораньше выходить из дома, чтобы не опаздывать и никуда не торопиться? Суета рождает нервозность, которая по цепочке передается от одного к другому. Только что нагрубили вы, а спустя какое-то время нахамили вам. Зло порождает зло. Лучше подарите прохожему улыбку, и она еще не раз вернется к вам.

Давайте будем добрее друг к другу! Счастливого вам пути.

Автор - Светлана Орешникова
Источник