**ИСТИННЫЕ ПРИЧИНЫ НАШЕГО РАЗДРАЖЕНИЯ**

из книги «Семь Духовных Законов Успеха»

1. Умные люди говорят, что нас раздражает в людях то, что свойственно нам самим. А точнее то, что мы не хотим в себе принимать и признавать. Тех черт характера, которых у нас нет, в другом человеке можем просто не заметить, либо отнесемся к ним равнодушно.

2. Люди не оправдывают наши ожидания. Чем ближе нам человек, чем более "своим" мы его считаем, тем больше от него требуем. Но у него-то свои цели и устремления и он не должен, да и не может сделать нас счастливыми.

3. Нас часто раздражают чужие успехи. Это происходит потому, что мы сравниваем свои слабые стороны с сильными сторонами других людей. Этому нас учили родители, учителя, да все наше общество, в котором поощряется соревнование, которое нетерпимо к ошибкам, которое плевать хотело на индивидуальность и личные склонности человека.

4. Мы с головой погружены в материальность, считаем ценными материальные вещи, те, за которые отдаем деньги (которые так тяжело зарабатывать!) и совершенно не ценим истинные ценности - человеческие взаимоотношения, то, что достается нам бесплатно.
Мы любим вещи и пользуемся людьми. То есть, по большому счету, относимся к людям, как к вещам.

5. Мы не живем настоящим, а терзаемся прошлым и беспокоимся о будущем. Как часто, вместо того, чтобы наслаждаться радостью настоящего момента, дарить и принимать всю любовь, уважение, признательность, мы портим все дело воспоминаниями о нашей негативной реакции на какие-либо поступки человека, либо страхами о будущем, что нам эту любовь и уважение не удастся удержать.

6. Таково созданное нами общество. И чтобы изменить его, нужно начать с себя. То есть за все общество в ответе каждый в отдельности и все вместе.
Конечно же, вы скажете: ну что может сделать один человек?
Я лично всегда задаю себе такой вопрос: "Если не я, то кто?"
Ответственность - другое название свободы.

**Что из этого получается:**

1. Нелюбовь и неприятие себя порождает нелюбовь окружающих, потому что мир вокруг - это лишь отражение мира внутри.

2. Негативные эмоции (которые и есть сама жизнь) раскрашивают всю нашу реальность в соответствующие тона. Мы сами притягиваем так называемую "черную" полосу.

3. Раздражаясь, мы отдаем свою силу. То есть заявляем Вселенной, что эти люди могут оказывать влияние на нашу жизнь. И Вселенная конечно же отвечает всегда одно и тоже: "Слушаю и повинуюсь." (Фильм Секрет)

**Что с этим делать:**
1. Помнить, всегда помнить, пока это не станет ощущаться всем существом, что мы - одно, что мы едины. Что нельзя победить за счет других, но можно - вместе (Фильм Код Моисея). Что каждая душа пришла в этот мир для того чтобы решать свои задачи, и никто ничего вам не должен.

2. Принять себя целиком, полюбить, перестать сравнивать себя с другими. Принять как свои достоинства, так и свои недостатки, ибо "в каждом темном уголке души могут таиться сокровища" (Фильм Код Моисея).
А когда мы примем и полюбим себя, мы автоматически полюбим и примем других таких, какие они есть.

3. Взять на себя ответственность за всех людей, которых мы притягиваем в свою жизнь. Каждый встреченный нами человек показывает нам нас, люди лишь зеркало наших отношений с миром.

4. Мы всегда вольны сами выбирать как реагировать на поведение другого человека. Мы можем не реагировать автоматически, рефлекторно (обижаться на оскорбление или радоваться похвале), а сами выбрать, создавать свои чувства, то есть быть креативными в этом вопросе.