

Я І МОЄ МАЙБУТНЄ

Вірую... у життя майбутнього століття.

Християнський Символ Віри

**Я говорю з тобою, з майбутнім,
крізь час, молись на мене**

Спогадів про дитинство багато, але не можу визначити перший кадр. Мама нас із братом старшим змушує спати, щоби мовчали. Брат ховає папірець у руки, а я маю вгадати в якій руці. Хоч і мовчимо, але граємо. Ломав руку, було 4 роки, сів на колоду і кричу: «Як я колоду переважаю». Висота була близько метра. До 7 років мама ростила нас одна. Була якась гулянка у її сестри, брат пробував із двоюрідним братом не пам'ятаю що, але алкогольне, я не став. У мене в дитинстві був настрій, ніколи не пити та не курити. Мама завжди мені говорила: «Доктор сказав, що якщо до 30 років питиму і куритиму і пристигатиму, то скоро помру». У мене були проблеми зі здоров'ям, з легенями. Ну і ось на цій гулянці мені стало нудно, всі п'ють, я один, я підійшов до своєї тітки і говорю: «Хочу писати». Вона: "Писай мені в кишеню". Я був зайвий там, усі пили, а я ні. Першу сигарету я пам'ятаю, як сам куштував, в інших не пам'ятаю. Ми ходили на озеро, замерзли і мені кажуть, щоб зігрітися треба покурити гарячого диму, і я покурив. Перше кохання було в 4 класі, гарна була дівчинка, я знав, що крім мене вона подобається двом. Але я їй навіть не освідчився в коханні, а потім кохання пройшло саме собою. Ну, а по-справжньому в 19 років, нерозділене кохання, воно мені пропонує дружбу, ми гуляємо разом, на прощання в нагороду поцілунок і все. Вона курила, може, через неї я почав курити. Щоб я зрадив? Я вів щоденник у роки (19-21 рік), у ньому були такі рядки: «О, горілка! Якби була моя воля, я назавжди викреслив би тебе з історії Росії». Це я писав після того, як я напився і не закрився у чужій квартирі (мій приятель пустив мене жити). Загалом на 1000 рублів десь вкрали речей. Я студент, звісно, нічого йому не віддав. Хотілося вішатися, не в прямому значенні. Багато можна згадувати поганого, все через алкоголь. В тому ж щоденнику я писав: «Вася я говорю з тобою, з майбутнім, крізь час, молись на мене! Від мене залежить, ким ти станеш! Скільки в мене було уроків і зароків, все більше не п'ю! І пробита голова, і смерть приятеля, з ким разом випивали, і розлучення, і нове кохання. І я все одно не покинув. Єдине змінив би, якби не було в житті цієї гидоти – алкоголю. Життя мене так навчало, але запрограмованість була сильнішою.

5 серпня 1995 р. Василь (камнерез)*

* Лист написано на 4 дні спец.курсу, далі у Василя було два зриви, але він продовжував роботу над собою, і став свідомим непитушим (стаж тверезості більше 5 років). Не опускай руки, якщо в тебе буде зрив, головне, щоб ти хотів бути тверезим, хотів чесно. І якщо ти насправді хочеш стати свідомим непитушим, то навіть не дивлячись на зриви (які були у Василя), ти їм станеш. Головне – не повертай зі шляху. Ці зриви (див. дн №7 притча про монаха, що оступився) ти можеш розглядати, як ослаблення віри або гріх, який відокремлює від Бога людини, яка йде до Нього. Але гріх, скоєний людиною, підлягає лікуванню (сповіддю, дієприкметником тощо.), і людина, який зробив гріх однаково йде до Бога, а чи не повертає назад.

Привіт Антоне! Пишу тобі майбутньому. Я вірю, що ти змінишся в майбутньому. Ти, майбутній, не забувай, пиши щоденники, напиши їх усі п'ятдесят, бо я пити не кину. Я

знаю Антон, що треба змінювати свою свідомість і ходити до клубу, тільки ти про це не забувай. Завжди пам'ятай про мене, і я тебе прошу – врятуй мене. Я бачу тебе в майбутньому з дружиною та дітьми, ти дуже любиш їх, а вони тебе. Тобі добре, адже ти так мріяв про те, щоби кохати і бути коханим. А ще, ти, мабуть, віриш у Бога, цікаво, хто твій Бог? Яке у Нього ім'я? Ти знаєш, мені так хочеться туди до тебе у твоє майбутнє. До зустрічі, тобі щастя.

Антон, із 29 щоденника .

Увага, хто працює за програмою! Якщо ти не в змозі уявити себе в майбутньому тверезим і некурцям, то це програш теоретично. Якщо ти не можеш уявити собі тверезим свято, терміново повідом про це інструктору.

Я БОРОТИСЯ ВИРІШИВ ЗА СВІТЛО...

Ольга Ананьєва

**Я боротися вирішив за світло
Я хочу, як увесь світ, кохати!
Мені трохи за двадцять років –
Я сміятися хочу та жити!**

**А ще хочу сад та дім
Усіх зібрати у ньому хочу друзів.
І мрію, як усі, потім
Про дружину для своїх дітей.**

**Обов'язково буде так –
Я хочу весь світ кохати,
Нехай кричить вирок паперів
Я сміятися вирішив і жити!**

Мій найкращий вчинок у житті

Отже, у всьому, як хочете, щоб із вами
Вчиняли люди, так чиніть і ви з ними.

- Сину, якщо побачиш, що з крана тече вода, закрий його. Можливо, у цей час у пустелі від спраги гине людина.
- Але ж ця вода не дістанеться йому.
- Проте одним безглуздим вчинком на землі буде менше.

ПРИТЧА ПРО БУХАНКУ ХЛІБА.

Якось людина потрапила на Суд, перед нею поставили ваги, на один бік, яких складали добрі справи, на інший – злі. Чаша добрих справ виявилася порожньою...

- Хіба ти не зробив жодного доброго вчинку?
- Ні, – відповідає, – жодного.

Тоді злі люди оточили його і потягли до темряви.

- Я згадав, - закричав з переляку чоловік, - одного разу, жебрак попросив у мене хліба, а я просто, щоб він відстав від мене, схопив буханець зі столу і запустив його в жебрака.

Ангели поклали буханець на чашу добра, і вона перетягла все зло, яке завдала людям ця людина.



А може, твій найкращий вчинок попереду? А може, це допомога новачкові?

Помилкове переконання №14.

Я п'ю вино, пиво, горілку, щоб вигнати з організму радіацію, адже на підводних човнах, у Чорнобилі, на атомних станціях тощо. і т.п. видають вино, горілку тощо.

Переконання

І говорячи це, вони ледве переконали народ не приносити їм жертви і йти кожному додому.

Діян. 14, 18

**Справжні консультанти тютюнових корпорацій
залишаються в тіні**

Філософський бізнес

Транснаціональна тютюнова компанія Japan Tobacco International (JTI) опинилася в центрі курйозного скандалу. Професор кафедри філософії лондонського Birkbeck Роджер Скрутон зажадав від цієї компанії підвищення «заробітної плати» за публікацію тютюнових статей в авторитетних британських виданнях. Як пише британська The Guardian , Роджеру Скрутону здалося мало щомісячної надбавки в 4,5 тис. англійських фунтів, які він отримує від JTI , і він попросив накинути ще 1 тис.

Професор зажадав гроші з тютюнової корпорації

Професор, який до того ж сам пише шпальти в американській газеті The Financial Times готовий за ці гроші кожні два місяці публікувати у провідних газетах і журналах необхідні JTI статті. При цьому він посилається на добрі особисті зв'язки з журналістами у The Wall Street Journal , The Times , The Financial Times , The Economist та багатьох інших виданнях. На прес-конференції Роджер Скрутон підтвердив, що JTI вже два роки користується консультаціями його фірми Horsell 's Farm Enterprises з питань боротьби з антитютюновим законодавством. Враховуючи, що в Англії одні з найсуворіших антитютюнових законів, справа захисту інтересів виробників тютюну має бути досить прибутковою. Інакше хто б став платити 4,5 тисяч фунтів на місяць професору філософії за звичайні консультації. У прес-службі женецького офісу JTI "Известиям" підтвердили, що професор Скрутон працював з ними багато років, і " з цього ніхто не робив секрету ". Як пояснили "Известиям" у компанії, спільна робота з консультантами - звичайна практика як для JTI , так і для багатьох інших тютюнових виробників . Ідея в тому, що саме люди з боку допомагають компаніям подивитись ту чи іншу ситуацію по-новому, запропонувати свіже рішення.

З газети "Известия", 29 січня 2002 №15

Нам треба терміново поставити свої щити з антирекламою

Коли я пив і кутив, то статті в газетах і журналах про користь спиртного я сприймав як звичайне і природне явище. Але ось прочитав статтю про професора Роджера Скрутона, і раптом все стало зрозуміло – ці компанії купують журналістів, і вони пишуть для них те, що потрібно. Інакше звідки б стільки статей про користь пива, вина та горілки? А фільми, де головний герой палить? Хіба це не реклама, якщо у збірної команди з футболу спонсори пиво "Балтика" та тютюнова компанія "Мальборо". Це ж смішно! Так, я розумію, що грошей немає у команди, але спорт із рекламою спиртного та тютюну не сумісні. Я читав, як знаменитому футболісту Пеле пропонували за величезні гроші продати своє ім'я для реклами на цигарках та спиртному, але він сказав, що ніколи на це не погодиться, окрім реклами бразильської кави. Я поважаю Олександра Розенбаума. Але на його місці, не став би рекламувати цигарки "Петро I ". Я хочу навіть написати йому про це. Та над рекламою тютюну та спиртного працюють фахівці високого рівня, і все це робиться таємно. Зараз я розповідатиму про це, я розповідатиму, як нас обдурюють виробники спиртного та тютюну. У місті тільки й бачиш рекламу цигарок: «Хіба в мене не добрий смак?», та пива: «Є речі заради яких варто жити!?» Я сам зараз згадав, як казав цю фразу, коли мене лаяли за п'янку, так, я так казав: «Так, я працюю і живу для цього». Ти знаєш, написав і сам не вірю, що раніше так думав: Жити, щоб пити . Ось що робить реклама. Нам треба терміново поставити свої щити із антирекламою. Ось нещодавно бачив класну рекламу «Мама не кури», там двоє малюків пишуть на цигарку. Ось що я зрозумів прочитавши про професора, але зрозумів це чомусь тільки зараз.

Андрій

Запитання до щоденника № 29

*Для працюючих з проблеми алкоголізму та їх близьких
(Заповнюється перед сном)*

1. Ім'я, дата, час заповнення щоденника.
2. Яким/якою я уявляю себе у майбутньому?

3. Чи можу я уявити себе тверезим до кінця життя?
4. Напиши лист собі майбутньому/майбутньому.
5. Який найкращий вчинок я зробив у своєму житті?
6. Що я думаю про хибне переконання №14?
7. Що я думаю про статтю «Справжні консультанти тютюнових компаній залишаються в тіні»?
8. Наведи приклади прямої (відкритої) та прихованої реклами спиртного.
9. Опиши вчинки, зроблені тобою в стані автопілота (за розповідями інших), за які тобі соромно.
10. Що я відповідаю на пропозицію випити алкогольную отруту?
11. Моя особиста філософія тверезості.
12. Яка вада я в собі знайшов/а, крім вживання алкогольної отрути? У чому виражаються дії (ще неусвідомлені, ще неконтрольовані мною) стосовно цього пороку?
13. Мої нові погляди, які допомагають позбутися моєї пороку?
14. На який час я вирішив відмовитися від вживання алкогольної отрути?
15. Мої інші думки, якими хочу поділитися в щоденнику?
16. Напиши власні формули настрою.

УВАГА: щоденники з 29 до 35 заповнюються через три дні.

Запитання до щоденника № 29

Для працюючих з проблеми куріння

(Заповнюється перед сном)

1. Ім'я, дата, час заповнення щоденника.
2. Яким/якою я уявляю себе у майбутньому?
3. Чи можу я уявити себе тим, хто не палить/що до кінця життя?
4. Напиши лист до себе майбутнього/майбутньої.
5. Який найкращий вчинок я зробив у своєму житті?
6. Що я думаю про статтю «Справжні консультанти тютюнових компаній залишаються в тіні»?
7. Наведи приклади прямої (відкритої) та прихованої реклами тютюнової отрути.
8. Намалюй у щоденнику плакат з антирекламою тютюну з благодійного фонду тверезості ім. Геннадія Шичко, зроби 10 копій та розклей на вулиці (у клубі спитай рекламу фонду, повісь на дошку оголошень, де ти працюєш, живеш тощо).
9. У якому поганому вчинку, скоєному в минулому, я хотів би покаятися?
10. Чи залишилася в мене звичка курити? (Якщо «так», то в чому?)
11. Яку ваду я в собі знайшов, крім куріння тютюнової отрути? У чому виражаються дії (ще неусвідомлені, ще неконтрольовані мною) стосовно цієї вади?
12. На який час я вирішив відмовитися від тютюнової отрути?
13. Мій настрій на відмову від тютюнової отрути на завтрашній день?
14. Напиши власні формули настрою.