

МІЙ СВІТ У СНАХ

Сон мені наснився, дуже дивний сон,
Наче я чую похоронний дзвін.
Тихо йду в білій сорочці до пояса,
І журавлі наче хрести дзвонів...

Тим часом, як сидів він (Пілат) на
суддівському місці, дружина його послала йому
сказати: не роби нічого Праведнику
Тому, бо я нині уві сні багато
постраждала за Нього.

Мт. 27. 19

Нещодавно я побачила сон, який викликає в мені дещо дивне і давно забуте відчуття надії на кохання. Після цього сну в мені щось перевернулося або точніше сказати відкрилося, і хоч кажуть, що не треба вірити снам, мені хочеться повірити. Я побачила невелику залу, форми прямокутника, вигляд спочатку був зверху. На підлозі довга доріжка червоного кольору, на боках залу великі скляні двері. Спочатку я побачила молодих дівчат, їх волосся було розпущене, а у волосся живі квіти дуже красиві, потім до зали увійшли юнаки і стали навпроти дівчат. Після того як всі зібралися, я побачила, як дівчата повернулися до юнаків і одна за одною стали вимовляти їм такі слова: ***Я впускаю тебе в своє життя таким, яким ти є***. Так вони говорили цю фразу по черзі, а їх було близько семи. В очах дівчат на той момент була спокійна впевненість і готовність любити, у цьому спокої була якась величезна сила. Коли я прокинулася, я не забула сон, а зараз записую, щоб і надалі пам'ятати. Після того як я побачила цей сон, я молюся так «Господи, якщо Тобі завгодно, пішли мені Любов до земного чоловіка, якщо є на те воля Твоя Свята, я чекатиму стільки, скільки буде потрібно. Якщо буде воля Твоя на те, щоб іти мені в монастир, піду з радістю, бо сама просила навчити мене любити Тебе Господи понад всяке земне благо.

Людмила

Зі щоденників

Я не п'ю вже 2 місяці, але мені постійно сниться той самий сон, як я уві сні напився. Нещодавно я згадав, що в новому сні, я пам'ятаю, що в попередньому сні напився, наче пам'ятаю свої старі п'ятики. Я думаю – дивно п'ю, а люди думають, що не п'ю. І ось одного з таких снів, коли я йшов п'яний, мене зустрів мій викладач Борис Олександрович. Побачивши мене, він запросив до себе додому та змусив писати щоденник. Я сів, почав писати і прокинувся. Коли я розплющив очі, то зрозумів, що це тільки сон! Яке щастя! Я тверезий!

Микола

Якщо ти уві сні бачиш, що ти досі п'єш, то це тобі сигнал писати щоденник, значить сторож спить, а він повинен боротися за тебе сплячого.
--

Але в той же час не можна надавати великого значення снам. Досвід подвижників каже, – не вір сну!

П Р І Т Ч А: НЕ ВІР СНУ!

До одного старця прийшов хворий чернець, що страждав від задухи горла і сказав:

- Сьогодні до мене уві сні прийшов Бог і зцілив мене.
- Богові дякуй, але сну не вір, - сказав старець.
- Як же не вірити, коли я лежав під час смерті, а зараз стою перед тобою здоровий? Як же я не дякуватиму Богові, який приходив до мене уві сні?

- А ти уяви, що одружився і вирішив випробувати вірність своєї дружини, сказав їй, що їдеш у відрядження, а сам, наклавши грим і, ставши гарнішим за себе самого, прийшов додому і почав його спокушати. А вона відкинула тебе! Так після цього ти ще більше її любитимеш. Дивись, вона ж тебе відкинула, але тебе ж і любить! Тому й кажу тобі: «Бога дякуй, а тому, хто приходив уві сні не вір!»



На лаві підсудних алкоголь

Свідок №16 Сашко, звинувачую алкоголь у тому, що:

1. Від нас пішов батько, коли мені не було 7 років.
2. Посадили дядька на 25 років за вбивство співмешканки.
3. Посадили мене самого за опір владі.
4. Помер дядько Мишко, спився, а був такий класний шевець.
5. Знову сів сам за хуліганство.
6. Вмирає батько, звинувачую алкоголь.
7. Вмирає мати, атеросклероз.
8. Вмирає старша сестра, звинувачую алкоголь.
9. Вмирає зять, рак горла.
10. Ампутують ногу зятю, ендартеріїту.
11. Потім цей зять помирає, звинувачую алкоголь.
12. Що мене тричі виганяли за 33 статтею з роботи.
13. Розлучення зі своєю родиною.

Покурю і, начебто, поспілкувалася з доброю людиною чи хибними переконаннями курильниці

Ольга Олександрівна, 38 років, стаж куріння 20 років.

Першого дня викурила 10 цигарок, зробила 100 затяжок.

Ситуація та час приходу думки закурити – перед приготуванням вечері о 21.30.

Мої дії – вдих 3 рази.

Відчуття – приплив крові до голови.

Результат – немає бажання покурити.

Господи! Як же хочеться курити! Не буду. Я ж відвідую заняття. Ну і що? Адже можна одну. Одну єдину. Рідню. Вона така близька, рідна, зрозуміла. Покурю і, начебто, поспілкувалася з доброю людиною. З собою? Я для себе перший друг та радник. А до чого тут вона, біленька трохи шорстка, таємнича. Заповітний вогник, вдих і... і блаженство? Не зрозуміла. Першить у горлі, грудку в грудях. Неприємні відчуття. Краще подихаю. Раз, другий та третій. Полегшало. Чи надовго? Піду чистити рибу. Готово. Можна й посмажити. Чудово. Вогонь зменшений, можна й покурити. Знову!? Ну, що це таке? Інших думок чи що? Зайду у ванну, подивлюся на себе у дзеркало, візьму гарним жестом сигарету та закурю. Будь що буде. Дуже хочеться. Зробила, як сказала. У дзеркалі втомлене обличчя, сигаретний дим із рота та з носа. Та й краси! Жах якийсь! Дихаю.

Одного разу вистачило. Поговорю краще із донькою. Начебто б відпустило. Спробую ще разочок перед сном. Цілком ніякої сили волі. Стільки років пліч-о-пліч з сигаретою, милою, коханою. І раптом кинути різко, грубо! Чи може з нею поговорити? Адже друзі розходяться. Ось і наші доріжки з тобою, здається, теж розходяться. Давай попрощаємся по-доброму. Не хочеш зі мною розлучатися. Розумію тебе дуже добре. Мені теж з тобою важко розлучатися. Звикла я до тебе, приліпилася. Не можу без тебе жити. Але ти мучиш мене, я не вільна. Думаю про тебе, коли тебе зі мною нема. Я не можу спокійно їсти, спати, працювати, займатися з донькою, просто відпочивати. Ти мені не даєш. Мені погано, я ні про що не можу думати, доки не вдихну твій аромат, запах. Тоді все стає іншим, милим та рідним. Але це вже пута на ногах. Я хочу вдихнути життя, запах життя без тебе. Ти щось спотворюєш.

Одного разу я забула гроші, і дорогою на роботу не змогла купити цигарок. Спочатку я думала тільки про те, як прийду на роботу, візьму гроші, куплю пачку цигарок і затагнуся. Довго не було автобусу. Я почала розглядати голубів, що підлітали, почала годувати їх насінням. Вони так обережно підходили, групувалися, сварились. Своє життя у них. Хмари. Почала спостерігати, як змінюється форма. Ось кролик, ось химерний замок, а це справжній богатир. Пішов сніг. Сніжинки закружляли у вихорі. Іскрилися, падали. І цей запах зимової свіжості. Я раптом відчула себе дурнею. Я багато бачила, чула, помічала. Чому ж тоді димна завіса така важлива для мене ? Чому? Я боюсь світу. Я хочу спотворень. Хіба це мене влаштовує? Дихаю раз, другий, третій. Сигаретка, вибач, якщо щось не так. Але нам треба розлучитися. Усьому приходить колись кінець. Є початок, але й кінець. Правильно?

УВАГА КУРИЛЬНИКУ! Якщо ти так мило розмовлятимеш зі своєю старою «подругою» нічого не вийде. А як треба з нею розмовляти? Розмовляти не треба взагалі! Треба ненавидіти порок і себе разом із пороком, а без пороку любити! Ненависть погане почуття, але спрямована на порок, приносить користь. Ти хочеш умовити вбивцю, яка забирає 2,5 мільйона життів на рік, не вбивати тебе? Ти хочеш домовитись із сатаною, щоб він відстав від тебе? Лише війна! Війна до повної перемоги і лише потім мирне життя!

Горілка-шоу зі смертельними наслідками

У тридцятирічного тюменця Андрія з'явився первісток. Поки дружина з немовлям перебували у пологовому будинку, щасливий батько вирішив відзначити подію з друзями в одному із нічних клубів. А там саме оголосили «горілка-шоу», суть якого полягала в тому, щоб залпом випити літр «національного» російського напою. На переможця чекав приз у тисячу американських доларів. Цією неабиякою сумою і звабився новоспечений тато, щоб зробити коханою «царський подарунок». До того події майже непитуший чоловік влив у себе літр горілки. Тільки ось долари довелося витратити не на подарунок, а на похорон – призер після шоу від алкогольного отруєння до тям так і не прийшов.

Газета "Фенікс" з посиланням на "Вечірню Казань", 24.10.2000 р.

УВАГА! Організатори шоу, звісно, знали, що то смертельна доза, т.к. в одному літрі 40-градусної горілки знаходиться 400 г 96-градусної алкогольної отрути!

А смертельною дозою може бути (див. дн №14 «Словник тверезника», складений Геннадієм Шичком, постійно повертайся до словника) 250 г 96-градусного спирту, випиті протягом півгодини. Тому організатори смертельного номера зробили такий величезний приз, сподіваючись, що хтось все-таки вирішиться (не шкода грошей на вбивство!). горілку. Ну, треба ж якось знищувати людей у Росії!

Робота з думкою випити спиртне,
закурити (отруїтися тютюновим димом)

Знову повернися до щоденника №2. Тобі необхідно було, як прийде думка, зробити пробіжку, щоб кров, що циркулює, розбила думку. Був такий випадок з одним наркоманом, він узяв із собою їжі, намет і пішов перекумарювати в ліс, у лісі він зустрів

біля вогнища старого, розповів йому все про себе і запитав: Що ви мені порадите? Старий, заважаючи паличкою вугілля, дістаючи печену картоплю, сказав: «Тебе врятують ноги, починай бігати». Почавши бігати, наркоман зайнявся спортом і кинув колотись.

Це не вигадана історія, вона записана зі слів матері наркомана.

РЕКОМЕНДАЦІЇ: Починай біг поступово - 1 хвилина біг, 1 хвилина ходьба, знову 1 хвилина біг і на перший день достатньо. Далі додай по хвилині. Нам відомі випадки, коли в такий спосіб досягали таких результатів, що бігали марафон 42 км 195 м! Ось що означає начебто простий БІГ!



ЗАПРОГРАМОВАНІСТЬ

Ну хто ж із нас на палубі великий
Не падав, не блював і не лаявся.
Їх мало з досвідченою душею,
Хтось міцним у качці залишався.

Тоді і я під дикий шум
Не зріло знаючий роботу
Спустився в корабельний трюм,
Щоб не дивитися людську блювоту.

Той трюм був російським шинком,
І я схилився над склянкою,
Щоб не шкодуючи ні про кого,
Себе занапастити в угарі п'яним.
Сергій Єсенін

Руйнування запрограмованості

- Як позбутися алкоголізму?

Давай спитаємо про це Геннадія Шичко.

Для того, щоб відповісти на це питання, треба дати визначити – що таке алкоголізм і кого можна назвати алкоголіком. Алкоголізм - психологічне страждання, основними ознаками якого є питна запрограмованість, звичка до вживання спиртного, потреба в ньому та поглинання його. Алкоголік – питейнозапрограмована людина, що володіє звичкою до вживання спиртного, потребою в ньому та п'є. Мета методу – позбавити людини перших трьох ознак, тоді четвертий зникне сам собою.

- А хіба мало позбавити людини лише потреби?

- Ні, мало. Для серйозної та ефективної роботи треба враховувати всі чотири ознаки.

На заповіді Геннадія Шичко

Поспішайте робити добро!
Поспішайте!
Поспішайте боротися зі злом”
Поспішайте!
Якщо не я, то хто?

Чи зможе?

Якщо не я, то хто
допоможе?
Вибрався сам – допоможи іншому!
Нехай будуть люди з Шичком знайомі!
30.10.93 р.

Запитання до щоденника № 24

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

1. Ім'я, дата, час заповнення щоденника.
2. Опиши, які ти зараз бачиш сни.
3. Які сни ти бачив, коли вживав алкогольную отруту?
4. Які висновки ти робиш зі своїх снів?
5. Який висновок ти робиш із притчі "Не вір сну"?
6. Чи стану я займатися бігом, додаючи щодня по одній хвилині?
7. Завчи та напиши на згадку визначення терміна "питна запрограмованість".
8. Чому запрограмованість це спотворення свідомості, а чи не підсвідомості?
9. Чому всі люди питейнозапрограмовані, але одні стають алкоголіками, а інші ні?
10. Що мені найбільше запам'яталося у щоденнику №24?
11. Що б я сказав алкогольній отруті, якби ще раз побачив її на лаві підсудних?
11. На який час я вирішив відмовитися від алкогольної отрути?
12. Напиши рішучі власні формули настрою.

Запитання до щоденника № 24

*Для працюючих з проблеми куріння
(Заповнюється перед сном)*

1. Ім'я, дата, час заповнення щоденника.
2. Опиши, які зараз бачиш сни.
3. Чи бачиш ти сни, де все ще куриш?
4. Які висновки ти робиш зі своїх снів?
5. Чи я намагаюся розмовляти з сигаретою, як зі своєю подругою/другом?
6. Щоб я сказав цій подрузі, якби ще раз побачив її на лаві підсудних?
7. На який час я вирішив/ла припинити травити себе тютюновим отрутою?
8. Напиши рішучі власні формули настрою.