

ЩОДЕННИК № 45

Г Н Є В

Бо гнів людини не чинить Правди Божої

Четвертий рівень залежності мозку – ГНІВ. Ми розбираємо з тобою пристрась у міру складності. Ти скажеш, що від гніву легше позбутися, ніж від срібололюбства, але дивися – людина може кинути колотися і взагалі вживати наркотики, вона може не зраджувати дружину (чоловіка) і бути не жадібною до грошей, але ненавидіти весь світ і все навколо. Через гнів може статися зрив, це дуже поширене явище. Лють, ненависть, гнів - і укол, як відплата за гріх.

Зі щоденників наркоманів

«...я ненавидів батьків, як вони їли, як вони розмовляли, я думав, швидше б їх не стало, і тоді і квартира і машина буде моя, я вже думав, можливо вбити їх...»

Зі щоденників наркоманів

«Я з дитинства мріяв про машину, просив батьків купити мені, і коли відмовили, я цього ж дня пішов до пацанів і, коли запропонували вколотися, вмазався, може навіть і на зло їм».

Стереотипи тиску: не купіть машину - на голку сяду; не дасте грошей на дозу - у в'язницю сяду. Порівняй: не купіть велосипед - втечу з дому.

Ось благодатний і невичерпний напрямок для твоїх думок, переглянь своє колишнє життя. Згадай усе, що ти робив поганого та ганебного, і думай – чи не можна виправити тепер..? Так, ти посаджений(а) у в'язницю марно, перед державою та її законами тобі каятися нема в чому. Але – перед совістю своєю? Але перед окремими іншими людьми? «І взагалі, ти знаєш, я переконався, що жодна кара в цьому земному житті не приходить до нас незаслужено. Мабуть, вона може прийти не за те, у чому ми насправді винні. Але якщо перебрати життя і вдуматися глибоко – ми завжди знайдемо той наш злочин, за який тепер нас зазнав удару».

Пропоную до твоєї уваги лист наркомана, конфлікт почався з того, що прийшовши в центр, я побачив С*** і Д*** і викупив їх, т.к. вони були у нетверезому стані. Вчора ми з С*** їздили до психіатричної лікарні і розмовляли з наркоманами, одне дівчисько погодилося, поки лежить там, працювати за програмою, і сьогодні ми мали знову з'їздити до неї, але я, побачивши їхній стан, заборонив їм. Вони стали запевняти, що тверезі, тоді я взяв у них у банку сечу на аналіз.

Конфлікт із наркоманами

Привіт Санич ! Сьогодні я вирішив написати щоденник після довгого не писання вище згаданого. (Зайшла тітка і веліла йти вечеряти). Блін, хотів написати щось зле, гидке, а поки вечеряв, захотів писати таке. Я вчора таким чином написав будь-якою нісенітницею оголошення «Благодійний фонд...». І зверху написав щоденник №666. Хотів спочатку дати тобі почитати, але потім вирішив, що це просто несерйозно, що це п'ятихвилинка. (Хоча, як знати). Там, звичайно, багато гидоти. Але мені просто ці дні так хрінова на душі, розумієш Санич – Хрінова. Як ти кажеш, на лекціях – порожнеча. Ось саме Вона. Ти розумієш, це почалося вчора на Хохрякова , коли ти зайшов і почав гнати. Ми не зрозуміли спочатку, що це ти виконуєш таке. Ми думали, це спеціально ти все кажеш, щоб ми задумалися, про щось поміркували . Ми з Дімою переглянули всі варіанти, але версії не клеїлися, і ми дочекалися кінця лекції і хотіли зрозуміти, що ти виконував!? Але коли ти знову розпочав цю пісню, я просто ох... Я розумію, що психолог, що досвід є, і я знаю всі твої психологічні штучки та тактику, яку ти обрав під час розмови, не на мені застосовувати треба, а на комусь другом (хоча б не наркоману), але ти зрозумій: ти помилився. Психолог-практик з великим досвідом роботи, навчаючи 89-у групу (ну, хто ти ще, ти все натякаєш, але не кажеш, хоча я здогадуюсь, не вперше спілкуючись із наркоманами) – помилився. Усі помиляються люди, це нормально. Та й хрін би з нею з цією помилкою, але коли ти сьогодні ще почав гнати цю ж пісню, я взагалі «загубився у часі та просторі» (і в цей момент намалював «Благодійний фонд...»). Ти зрозумій, якби я вколовся (або ми вкололися) я б:

1. цього не приховував би, якби попався тобі на очі;
2. я б просто там не знаходився, знаючи, що ти зараз прийдеш;
3. у квартирі пахло б ангідридом, якби ми там варили;
4. та херня це все. Я просто не можу зрозуміти, яке затемнення на тебе найшло?

Тому зараз напишу чисту правду. Востаннє я коловся в понеділок, позаминулого тижня з Дімою, коли залишився в нього ночувати, а потім ми приїхали до училища на Щорса. До цього моменту я більше наркотиків не приймав взагалі. За ці слова я відповідаю. С***.

Ти, до речі, так і не повідомив результатів аналізу, якщо він взагалі був. І що вчора, що сьогодні хрінова – глухий кут, безвихідь, розчарування – гризуть мене. Ось у натурі, якби вчора в мене були гроші, я б після твоїх (після яких я ох...) уколівся б, не замислюючись, бо ти підвів нас із Дімою до того стану. (Тут ще видно, що С*** не вийшов на 10-у сходинку).

Г К Б С М П
Химико-токсикологическая лаборатория

АНАЛИЗ № 47-51

Ф., и., о. _____

Отделение Частное обращение Палата _____

Методика: _____ Результат: _____

Исследованная масса доставленная
г. 3. на наличие наркотических
и психотропных препаратов.

Исследование проводилось методом тонкослой-
ной хроматографии.

Из вышеуказанной группы препаратов
обнаружен эфедринсодержащий препарат,
входящий в состав "Джесра" "Винта" и т.п.

Время 21³⁰ - 23⁵⁵

Дата: « 26 » сентября 1996 г.

Врач-лаборант _____

2.02.96 г. Тираж 30 000 Заказ № 17890

ИПП «Уральский рабочий»

7ел. 22-37-35

Коментарі

І ще загроза – у моєму зриві ти винен. У нас у центрі був один алкоголік, він розповідав, що коли він не п'є, то рідні кажуть: Ні, ти п'єш. "Ні, - відповів він, - не п'ю". "Ні, ти п'єш" - знову говорили рідні. І тоді він йшов і наживався, щоби довести їм, що не п'є. "Я п'ю, щоб довести їм, що я не п'ю". Дуже часто це спалах люті, з якою людина не може впоратися і бере в руки пляшку або шприц.

«Просто грошей немає, і я терпів на тверезу. Я думав, а може все це нісенітниця? Вигадка. Гей! Де ви, хлопці! Ау-у ! Діонісе, ти де? А Андрійко? А Діма? Нема їх, нечутно, а де вони? (А ми з тобою знаємо, де вони).

Хто в нас ще є – Олег, Діма та я. (Всі вони тоді кололися і не ходили до клубу). Ну Олег був у колгоспі, за всього бажання вколотися він не міг би цього зробити – ніде взяти. Я теж зривався, але я не знаю, якби я тут жив, то невідомо що було б».

Коментар

Що з хлопцями, зараз писатимемо чесно, сенсу немає щось прикрашати.

1. Діоніс – у клуб не ходить, уперше до нього привіз мене його батько, десь о 22.00, мені шкода стало хлопця, і я почав із ним працювати вдома. Нещодавно зустрів його у селищі, йшов за дозою.
2. Андрію було тоді 17 років, зараз 19, зрідка з'являється у клубі, перекумарює і знову сідає на голку. Весь час обіцяє працювати за програмою, мешкає у бабусі.
3. Діма № 1 – уколівся після маминого дня народження. Мама була у нас у клубі, але висновків про тверезість не зробила. Мама налила йому келих шампанського. «Як я тільки його випив, – казав Діма, – одразу почався ГОН». Звичайно, не через маму він став колотися, але батьки - ЗРОБІТЬ ВИСНОВОК! Через півроку Діма одружився, зараз у клуб не ходить, шанси на те, що він веде тверезе життя, мінімальні. 1998 року Діма знову прийшов у клуб і знову почав працювати за програмою, у червні – народилася донька.
4. Олег зараз у армії.
5. Діма №2 – періодично кидав, але знову повертався до голки, отримав два роки умовно, зв'язався з наркоманом-афганцем, зараз сидить у СІЗО, я ходив побачити до сина і зайшов до нього. «Зараз я все зрозумів, – каже Діма, – але пізно». Не пізно Діма. Ніколи не пізно. Він чекає на листи з клубу. Діти напишіть йому листа. 1998 - Діма знаходиться в колонії, загальний стаж 3,5 року.

Продовження листа Сергія

Залишається Діма – не можу нічого сказати щодо Діми – я особисто його наколотим не бачив (молодець Діма!) Але Діма ще має інші проблеми, ми якось їх обговорювали, які можуть привести назад, не дай Боже.

Я навіть чую зараз твій голос: « Так вони перестали писати щоденники. Адже головне – записи». Ха-ха-ха дуже смішно за-пі-сі . Ну, неможливо все життя писати ці формули.

Коментар

Все життя писати не треба, другий ступінь – це 50 щоденників, на жаль, його проходять небагато, от якби вони ПРОПИСАЛИ ВСЕ щоденники та сказали, що нам не допомогло, тоді інше питання. Але зазвичай і кажуть, що це мені не допоможе, і не пишуть.

Зі щоденників наркоманів

Але як тоді допомогти цим хлопцям? Як допомогти нам наркоманам, адже нам дуже погано. У наркомана, який кинув колотися, постійна слабкість, депресія, сум, невідомість, а головне ми не бачимо в житті нічого, що б перевищило силу наркотику, кайф цей найсильніший, ну хіба що може бути наркотик сильніший за те, що приймав до цього. Всі. Так, я не хочу колотися, я не хочу назад у болото, в трясовину, я не хочу більше прокидатися і відчувати найстрашніше почуття - Кумар, але цей кайф, цю тягу я пам'ятаю добре і саме це може привести назад до печери. Саме бажання кличе, та й природно укол – вирішення проблеми поганого стану, фізичного та морального. Ну, а якщо я сидітиму вдома один із улюбленою тіткою, то це зніме, звичайно, ломку, зніме психологічну напругу і дасть мені сили. А може праця, постійна праця, втома, фізичні навантаження допоможуть зняти напругу в суглобах та мозку? Ні ні та ні. Не все так просто. Саме тому немає людини, яка б сказала: "Я кинув наркотики на все життя і мені абсолютно не хочеться вколотися". Якщо так хтось скаже – він збреше – я особисто не повірив би.

Коментарі

Сергій ще не вийшов на свідому тверезість. Я не п'ю дев'ятий рік, і мені так само кажуть. А я справді не хочу. Наркоман, який кинув колотись, але не змінив переконань, залишився наркоманом.

Чим би і як би не лікували алкоголіка і наркомана, скільки б не жив він тверезо, якщо не позбувся питного, пронаркотичного (хибного) переконання, не може вважати себе таким, що повністю звільнився від пияцтва і наркоманії. Г.А.Шичко
--

Зі щоденників наркоманів

Хоча знаю один вихід. Вихід є, і я знаю про це давно. Це дуже серйозна і важка річ (перепрошую) – ВІРА в Бога. Це, мабуть, єдиний вихід. Швидше за все. Я не бачу інших шляхів із лабіринту наркотиків. Але ж віра в Бога просто так не дається і не береться, до

цього треба прийти самому, там усередині себе ти маєш бути чистим у помислах та вчинках. І сатана просто так не відпускає. Ось знаєш Саніч, мене щось відлякує, коли я перебуваю в храмі, я ніби не можу довго там перебувати. Але в той же час мені часом хочеться, часом потрібно прийти до святого цілителя Пантелеймона, навіть просто так. Мені дуже подобається *****. Коли я з ним поговорю, мені стає легше, чи то сповідь, чи то просто розмова. Але думка, що працювати, тобто. цілий день мене просто налякала, та й заробіток, звичайно, вплинув, хоча як ти сказав за 100 млн. Я б погодився, вибач мені Господи. Чомусь мені не дуже сподобалося у *** сьогодні вранці. А може просто для мене ближче храм у психіатричній лікарні, все ж таки перший храм, де я ніби усвідомлено перебував, перша сповідь у житті, перший священик, який мене вислухав і, та взагалі я вперше розмовляв з батюшкою, який зрозумів і в подальшому поставився до мене по-доброму, з розумінням. В о.Євгенії відчувається щось таке. А ось у *** я сьогодні сповідався, у мене навіть не виникло жодних почуттів, батюшка сидів у кріслі і з виглядом найголовнішого повчав мене в тому, що я вже знаю і так що я вже в принципі усвідомив і в цьому покався, а чогось потрібного він не сказав. Розумієш, коли людині погано, і він комусь про це говорить, чи то священик, чи просто звичайна людина, то йому треба почути від співрозмовника щось потрібне йому в той момент, те, що в людину вселить надію, а не зламає її. А може, я просто звик до нашого клубу і всього, що пов'язано з цією справою, адже останнім часом я тільки цим і живу. Саніч – лекції – церква – клуб – Хохрякова. До речі, моя улюблена тітонька сказала мені сьогодні за вечерею, це замість приємного апетиту: «Сергію, готуйся через тиждень їхати додому. Всі. Досить. Відпустка закінчена. У мене відпустка була 12 днів, то я працювала рік, щоб 12 днів гуляти, а ти не працював 5 років і тобі ще відпустка 36 днів». Мені просто страшно їхати туди. Боюся, не витримаю, зламаюсь, та й шкода звідси їхати, адже тут я вперше пізнав і дізнався і зрозумів щось, що мені було дуже потрібно і дуже важливо. Саніч! Вибач я може сильно різкий щоденник написав, може тебе десь образив, вибач, я, звичайно, не маю права тобі це висловити, адже я знаю точно, що ти бажаєш нам усім і мені, в тому числі, тільки щастя і хочеш і намагаєшся нам допомогти. Це дуже важко, але це ти робиш. І те, що я тут писав про це все – ну просто треба було мені це все написати, щоб стало легше. Адже щоденник як напишеш – одразу легше стає, це я перевіряв на собі не один раз, а тут я різкий щоденник написав – різко легше стало. Адже мені не кому це все висловити, а ти зрозумієш. Дякую. З повагою Сергій.

Робота з думкою-ГОНОм

Зверни увагу на запис у листі Сергія: «Саме тому немає людини, яка б сказала, що я кинув наркотики на все життя і мені абсолютно не хочеться вколотися, якщо так хтось скаже, вона збреше, я особисто не повірив би». Сергій це помилкове переконання не змінив, він все ще вважав (ми не знаємо чи вважає зараз), що це найвищий кайф. І якщо це так, то все життя треба присвятити боротьбі з ГОНОм, чи багато на цьому протримається людина. Якщо ти змінив переконання, якою може бути ГОН. Хіба може ГОН у людини – загнати собі по вені ацетон? Адже це ж абсурд і тут так само.

Хіба може ГОН у людини – загнати собі по вені ацетон?

Тут наша робота з ГОН закінчується, закінчується якщо ти змінив(а) переконання. Ось що про це пишуть наші наркомани.

Зі щоденників наркоманів

«... Та який ГОН? Мені став противний сам прихід!

«Який може бути ГОН, якщо думка про наркотики мені гидка?»

Оце і є перемога! Їм стала гидка взагалі суть наркоманії, як Марії Єгипетської суть проституції. А їй, то святий скаже якась блудниця: «Якщо мені хтось скаже, що я припинила займатися проституцією і більше не хочу туди повертатися, я їй не повірю». Від проституції немає таблеток лише совість людини. Від наркоманії немає таблеток – лише совість людини.

Від проституції немає таблеток лише совість людини.

Отже, ще раз, зі зміною хибних переконань ми звільняємось від ДОНу.

Зі зміною хибних переконань ти звільняєшся від ГОНу .

Тільки не впадай в іншу крайність і не заспокойся. Пам'ятай, ми не викорінили помислів, ми протиборці .

Ми не викорінили помислів, ми протиборці .

Метод Шичко геніально простий – зміни помилкові переконання, і ти звільнишся від залежності. Наркоман же вчепився в голку і кричить: Допоможіть мені! А коли йому кажуть: "Віддай голку". Він відповідає: Не віддам! Ви так допоможете».

П Р І Т Ч А

Люди! Врятуйте, допоможіть!

Якось, збираючи в лісі гриби, одна людина почув крик: «Люди! На допомогу! Допоможіть!» Прибігши на крик, він побачив людину, що обхопила дерево і кликала на допомогу.

- Що трапилося? – спитав грибник.

- Та ось дерево мене до себе притягло і не відпускає від себе. Допоможи мені!

Людина спробувала відтягнути його від дерева, але в нього нічого не вийшло. Тоді він почав розгойдувати дерево, сподіваючись вирвати його з корінням, але незабаром упав знесилений і заплакав від неможливості допомогти потрапив у біду. Так наревившись вдосталь, він раптом підвівся, підійшов до кричача, обійшов кілька разів навколо і сказав: «Послухай, що ти вчепився за це дерево? Ти пальці розіжми і руки опусти !!! » Отак і ти вчепився в голку, а нам треба тільки одне – розтиснути пальці і викинути з рук шприц.



руйнування брехливих переконань

№ 12. Зараз уже минув тиждень (місяць), як я не колюся, піду до друзів і відмовлю їх колотись, боятися мені нічого, адже я ж зав'язав(ла).

Друзі кидати не можна, і ти їм допоможеш, але в будь-якому випадку ходити туди, де збираються наркомани, небезпечно для тебе самого, особливо зараз. Мине час, ти зміцнішаєш і тоді можеш багатьом допомогти.

Зараз же можеш передати через батьків, щоб твої друзі знімали ломку та приходили до клубу.

Запитання до щоденника № 45

1. Опиши, як ти розумієш і працюєш по 9-му ступені.

2. Опиши, як гнів заважав тобі у житті. Чи послужив гнів і образа причиною твоєї наркоманії та твоїх зривів?
3. Твої дії за незаслуженої образи?
4. За якої умови відбувається звільнення від ДОНу ?
5. Відповідай на запитання обов'язкового щоденника. Формули 3 рази.