Автор: admin
10.04.2014 11:06 -

Как избавиться от вредных привычек?

Мне хочется, чтобы вы думали. Думайте, это приятно. Что означает словосочетание «вредные привычки»? Что такое привычка вообще? Это набор определенных действий, правил, объектов, в которых вы ощущаете острую потребность применительно времени и месту.

Это не какая-то автоматизация или какое-то повторение действий, нет. ***Привычка*** – это острая потребность. Вы не можете себе отказать в привычке. Это невозможно. Не вы это контролируете. Я привык утром вставать и пить кофе. И я буду чертовски зол, если кофе я не попью. Я ведь не автоматически готовлю кофе… Я не привык готовить кофе. Я привык его пить. Только в этом вся суть и горесть привычки. Вы не можете себе отказать в этих маленьких слабостях (сладостях).

Что заставляет нас привыкать? Ответ на этот вопрос прост. Привыкать нас заставляет только наш организм. Наша анатомия и физиология. Но разве заставляет? Я бы сказал, позволяет. Да, именно так. Организм позволяет нам привыкнуть…

Второе слово в словосочетании «Вредная привычка» – слово ***вредная***. Абсолютно бессмысленное здесь слово. Что для организма вредно? Проще сказать что безвредно. Вообще в этом отношении мне нравится фармакология. Определение слова яд знаете? **Яд** – это вещество, способное в малых дозах вызывать смерть или необратимые нарушения функции организма. Это если простыми словами. Теперь зададим себе вопрос: а разве любое вещество в больших дозах не будет являться ядом? Я бы ответил – да, вопрос только в том, насколько большая доза будет действительно большой.

Все, что нас окружает, может принести вред организму значительнее, чем доза наркотиков, сигарета или бутылка водки. Вот я тоже попался на удочку, приготовленную нам. Почему я назвал только эти три вредные привычки? **Курение, Наркомания, Алкоголизм.** Вот что приходит в голову каждого при словах *Вредные привычки*. О, только эти три бича общества…

Я много слышал и читал про здоровый и вредный образ жизни. Мне столько раз рассказывали, как вредно курить потому, что это вызывает какой-то там рак легких. Мне говорили про 40% смертности от курения. Боже, как мало… Люди, я не в этих 40%. Я там, в 60% здоровых…

И эти люди, которые мне рассказывали про жизнь без сигарет, ставили все с ног на голову. Они рассказывали про окончательный результат моей привычки… В медицине есть свои законы. Двумя я пользуюсь каждый день. Первый - не навреди! Второй - узнай причину заболевания, убери ее и, заболевание излечится.

Никто мне не смог сказать, почему я начал курить. Где причина моего заболевания? Какова она? Как я могу вылечить это, если я не знаю, какое лекарство принимать? Антибиотики принимают, когда возбудитель болезни – бактерия. Противовирусные препараты, когда возбудитель – вирус. И я прошу: покажите причину наркомании, курения, пьянства, и я вылечу их. Быстро, точно, безболезненно и со 100% гарантией на рецидивы.

Все молчат… Боятся показать мне причину. А ведь причина эта страшна. Ее не убить никакими препаратами. Она такая же, как и причина, по которой при упоминании о вредных привычках, в головах только три их них.

Причина вредных привычек страшна сама по себе. Еще страшнее ее понимание. Оглянитесь вокруг. Это **общество**. Задумайтесь, почему вы принимаете Колдрекс при первых симптомах простуды и гриппа? Почему не Феназон? Только потому, что название Колдрекс у вас на слуху. Вам постоянно вводят в уши это название. Поверьте, есть препараты лучше и безопаснее. Только вот вы их не знаете.

Курение, пьянство и наркомания – это надуманные и успешно культивируемые понятия. Искусственно раздуваемые до масштабов проблемы. Интересно, откуда вы узнали бы про героин, если бы никогда не слышали этого слова. Если бы никогда не видели в глаза водку, откуда бы вы узнали ее вкус и это великолепное, дающее силы опьянение? Почему вас не волнуют проблемы жевания бетеля в Таиланде? Да только потому, что вы в глаза его не видели. А ведь вставляет лучше водки.

Общество само сделало себе проблему. Теперь оно ее «решает». Только вот проблемы нет. Если вашу ванну затопило – почините кран и вода скоро высохнет. Уберите с прилавков водку, табак – и курящие и пьющие исчезнут. Уберите все напоминания об этом, и через два поколения вы не увидите никого с сигаретой и бутылкой.

Государство с большим удовольствием поддерживает стремление общества. С удовольствием и заботой тратя миллионы на пропаганду здорового образа жизни, оно с еще большим удовольствием получает миллиарды, продавая водку и табак. Монополизировав рынок вредных привычек, оно создает иллюзию заботы. Продавать наркотики ему мешает только здравый смысл. Государству не нужны безумцы с сорванной крышей. Ими сложно управлять.

Вот что самое интересное. Вспомните, как вы первый раз закурили или выпили. Вы попросили свою первую рюмку или сигарету. Да, вы сами попросили… Никто не связывал и не заливал насильно в рот спиртное. Оно вынуждает попросить…

И общество дало вам, что вы просили. Оно доброе и всегда готово прийти на помощь своим людям. Вы стали рабами общества. Каждый день молитесь: «Дайте, дайте… Дайте мне новый телевизор, машину, диван, сигарету». Оно дает. Взамен оно требует только повиновения.

Совершенно очевидно из моих слов, что я перекладываю свою вину на других. Это не совсем так. Моя вина только в том, что я родился и воспитан здесь, в этом обществе. Родись я в Афганистане, я бы не считал вредной привычкой даже гашиш.

Я участник естественного отбора. Общество само отбирает сильных, а слабых убивает. Оно ждет, кто попросит сигарету, вино, наркотик, и со смаком убивает его. Морально убивает и физически тоже. **Обществу не нужны слабые люди, люди, которые просят** . Не нужны рабы. Это расходный материал. Во главе общества могут стоять только сильные люди. Люди, которые не просят, а забирают.

Я слаб, и только поэтому я курю (прошу)… Сильный духом не попросит…

Теперь вы знаете еще одну причину. Я не могу вылечить эту болезнь. Болезнь с такой причиной сможет вылечить каждый человек у себя самого, как только станет **сильным**. Станет Homo Sapiens (Человек разумный) и начнет думать.

Думайте, это приятно… Мне хочется, чтобы вы думали!

Автор - **Алексей Каешко**
Источник