

СЕМЁН СЕМЁНОВИЧ

Как самому бросить пить без помощи  
врачей, колдунов, уколов и таблеток.



# **Семён Семёнович Семёнов**

## **Как бросить пить без помощи врачей, колдунов, уколов и таблеток**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=29175070](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=29175070)*

*SelfPub; 2021*

### **Аннотация**

Пить в конце концов бросают все, некоторые успевают это сделать ещё при жизни. В книге автор, основываясь на своём опыте, предлагает комплекс мер, направленных на то, чтобы любой человек без посторонней помощи, без таблеток и уколов смог бросить пить. Столкнувшись с проблемой алкоголизма достаточно близко, он, поговорив с людьми, которые сами, без какой-либо помощи, бросили пить, пришел к выводу, что все они ,не договариваясь между собой, соблюдают одни и те же правила. После важных событий в своей жизни автор решает написать книгу, в которой рассказывается способ самостоятельного и полного отказа от алкогольных напитков.

# Семён Семёнов

## Как бросить пить без помощи врачей, колдунов, уколов и таблеток

*Пить, в конце концов, бросают все. Некоторые успевают это сделать ещё при жизни.*

Здравствуйте, дорогие читатели, меня зовут Семён Семёнович, и в первых строчках своей книги хочу поблагодарить Вас за оказанное мне доверие, выраженное в том, что захотели прочитать эту книгу. Надеюсь, что информация, изложенная в ней, будет для Вас полезной и время, потраченное на изучение материала, не будет потерянным.

Если у Вас или у друзей, родственников, знакомых есть проблемы с алкоголем, есть желание завязать с выпивкой, но никак не получается, то это как раз то, что Вам надо. Как ясно из названия книги, речь в ней пойдет о том, как самому себя заставить отказаться от алкоголя без посторонней помощи.

Напрашивается вопрос: кто я такой, и зачем вдруг решил написать такую книгу? Отвечу: я простой обычный человек, не писатель, не учёный, не врач-нарколог, не общественный деятель. Это моя первая работа, и поэтому прошу не судить

строго за правильность построения предложений и последовательность изложения информации. В книге точно не будет никаких сложных для понимания выражений и медицинских терминов, всё рассказывается простым и доступным языком.

Почему решил написать на эту тему? Да всё очень просто. Не могу больше смотреть, как молодые и полные здоровья мужчины и женщины погибают от вина, как рушатся семьи, как дети остаются сиротами, как ради спиртного многие отказываются от всего, что им было так дорого, от будущего, превращаются в изгоев общества и погибают. Мне самому пришлось пройти через алкогольную зависимость, и я знаю эту проблему, как говорится, изнутри, а не по рассказам. Я смог преодолеть эту проблему без помощи врачей, колдунов, уколов и таблеток. Хочу поделиться своим методом с теми, у кого есть подобные сложности.

Мне не очень хочется обижать врачей, но доверие к такому способу остановить желание выпить, как кодирование, не много. Видел такую картину, когда человек не выдерживает кодировки и начинает пить. Нередко всё лечение сводится к уколу и запугиванию, что если он выпьет, то умрет. Это не всегда срабатывает. Мне кажется, что кодировка срабатывает эффективно только тогда, когда человек сам хочет завязать с алкоголем. Если же его заставляют подвергнуться этой процедуре родственники или, например, начальник с работы требует принести справку о кодировке, то такое воздержание не продлится долго.

Что касается обращения с этой проблемой к колдунам, ведьмам или другим представителям магических сил, то возникает много сомнений. Каким способом представители нетрадиционной медицины будут на Вас воздействовать, при помощи гипноза или при воздействии на подсознание. Не возникнет ли каких побочных эффектов от такого вмешательства.

Выбор к кому из специалистов обратиться стоит за Вами, я же просто высказываю своё мнение и предлагаю попробовать справиться самому.

Проблема алкоголизма, скорее всего не физическая, а психологическая. Как надо повлиять на человека так, чтобы он сам больше не захотел пить? Наверное, сейчас врачи смогут решить и психологические проблемы, но не у всех, кто выпивает, есть на это деньги.

Желание завязать с выпивкой это уже большое дело, ну а дальше постарайтесь дочитать книгу до конца и применить на практике рекомендации, изложенные в ней. Всё просто, но не скажу, что легко. Если у меня получилось, то и у Вас получится.

Молодежь начинает выпивать для того, чтобы казаться взрослыми, и никто из них не задумывается о последствиях. Одной из основных проблем я считаю момент, когда человеку предлагают похмелиться. Похмелье переходит в запой и в дальнейшем приводит к зависимости и деградации.

Сам я до определенного момента не видел сложностей

в том, что пью. Периодически возникающие неприятности, связанные с употреблением спиртного возникали и на работе, и дома в семье, и со здоровьем тоже. Но примерно такие же проблемы были и у многих моих друзей, знакомых. Поэтому мне казалось ничего страшного, всё как у всех.

Пока в один прекрасный день на меня не обрушились все несчастья разом. Жена сказала, что если я ещё раз выпью, то она подаст на развод и заберёт детей, на работе пригрозили увольнением, если ещё раз заметят нетрезвым, и врач, проводивший очередной медосмотр посоветовал завязать с употреблением, если хочу ещё пожить. Вот так сразу и с трёх сторон. Это всё, как говорится, меня задело за живое и заставило задуматься.

Почему и зачем люди пьют, почему так сложно остановиться, и так легко пьющий человек отказывается ради спиртного от всего, что было ему так дорого. Сейчас я даже рад, что тогда меня припёрло с трех сторон, а то бы я и не замечал никаких проблем и неизвестно, чем бы это всё кончилось.

А так я стал искать информацию в интернете, в книгах, и у меня как будто открылись глаза. Возможно, отсутствие информации, в какой-то мере способствует тому, что у нас в стране так много пьют. Я стал вспоминать, как я начинал употреблять алкоголь и просто был в шоке.

Первое знакомство со спиртным начиналось в 14-15 лет, если не считать употребление шампанского на Новый Год.

Раньше ещё в Советском Союзе у нас не было сотовых телефонов и интернета, и мы, чтобы встретиться, собирались в определённом месте почти каждый вечер. Собиралась веселая компания человек 9-10, и вот, что я хочу сказать. Из этой компании до 35 лет не дожили 3 человека и все по причинам как – то связанным с алкоголем. Это же примерно третья часть. Вы только вдумайтесь в это.

В связи с этим очень хочется сказать сегодняшним молодым людям. Если Вы будете выпивать, так же как и мы в своё время, то возможно 30% из Вас не доживет до 35-40 лет. Наверное, многие бы задумались, и не стали бы относиться к употреблению спиртного так легкомысленно.

Дорогие читатели, у каждого из Вас, если вспомнить, найдутся примеры, когда кто-то из знакомых или даже родственников погиб, покалечился, испортил себе жизнь из-за пристрастия к алкоголю. Наверное, надо с таким положением дел бороться.

После того как я сам бросил пить, скажу сразу получилось не с первого раза и даже не со второго, я решил поделиться опытом. Считаю, что если хоть одному человеку книга поможет завязать с выпивкой, то все мои труды по написанию этого материала не будут напрасными.

Для того чтобы победить врага надо знать его в лицо. Наш враг это алкоголь. Чтобы победить его, нам надо досконально изучить, что такое алкоголь и как он влияет на наш организм, что нам делать просто необходимо, а что делать ни в

кчем случае нельзя. Только после как мы узнаем всю необходимую информацию можно приступать к практическим шагам по борьбе с пристрастием к спиртному.



# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.