Автор: admin
20.12.2011 13:32 - Обновлено 31.10.2014 06:57

Отчего я начала курить и почему бросила?

Нахожу вполне нормальным желание молодой девушки стать современной, стильной и уверенной в себе. Приехав после окончания школы из провинциального городка в столицу, именно об этом я и мечтала: избавиться от своей, бросающейся в глаза каждого, инородности. И если кому-то выпало стать столичным жителем уже по праву рождения и по штампу в паспорте, то мне пришлось приобретать навыки и учиться жить и дышать иначе. Я стала равняться на столичных див. Кто из вас в молодости не был склонен к подражанию, бросьте в меня камень.

Тогда, в 80-х годах, на улице с сигаретой в зубах можно было встретить лишь мужчину. Девчонки и женщины курили в худшем случае в кустах, в подъездах, в лучшем – на собственных кухнях. Это были смелые и, я бы не побоялась сказать, избранные. Попав в круг творческой молодежи художников и музыкантов, я восхищалась их эрудицией, раскованной манерой общения, стильным видом и даже сигаретой. Во всем я находила какой-то определенный шарм.

До тех пор курящими женщинами я восхищалась лишь в кино. Героинями достойных фильмов чаще всего были женщины умные, утонченные, аристократические. Сигарета в их руках лежала очень естественно, не вульгарно и как-то совсем не отвлекала зрителя от сюжета фильма.

Память очень избирательна, и я совсем не помню, когда и с кем я попробовала затянуться впервые. Но всегда бывает когда-то первый раз, и у меня он был. Наверняка это было сделано неумело и смешно. Помню себя уже красиво курящую. Все, кто впервые видел, как я закуриваю, именно в этом меня убеждали. А когда другие делают акцент, что это тебе к лицу, то, сами понимаете, хочется повторить. Тогда парни заглядывались на меня, а один влюбился и взял меня в жены. Влюбился в компании, когда я обратилась к нему за огоньком.

Сейчас понимаю, что тогда я курила немного. Мне не приходилось особенно прятаться, так как курила я только в кругу друзей и в нормальных условиях. Я легко могла обходиться без курения столько, сколько нужно было, и мне удавалось, таким образом, не огорчать своих близких.

Легко перестала курить, как только узнала, что ношу под сердцем ребенка. И несколько лет не помышляла об этом. Ровно до того периода, когда детки подросли и я снова стала посещать все те же дружеские посиделки, где творческий народ вел свои интеллектуальные беседы, сидя на чьей-то кухне в сигаретном дыму.

Дети стали ходить в школу, когда я почувствовала свою зависимость от сигареты. Я с трудом выдерживала, пока они уйдут, чтобы отправиться на балкон. Мне безумно не хотелось, чтобы дети знали о моей слабости. Меня стало удручать то, что я перестала быть хозяйкой положения, что не я управляю, а мной управляют. И даже не кто-то из близких, а какая-то сигарета.

А больше всего огорчало то, что я вдруг поняла, что сама не в состоянии уже справиться с этой зависимостью. А еще любимая сестра, от которой это больше не удалось скрыть, однажды сказала мне, что я стала это делать как-то по-мужски, и меня это вовсе не красит. Она не читала морали, не призывала меня бросить, а тихо так и грустно просто сказала. Это тронуло меня. Да я и сама стала отмечать, что давно уже не получаю былых комплиментов.

Я оглянулась вокруг и заметила, что наступили другие времена, когда на киноэкране все меньше курящих, зато в жизни не курят единицы. Курят прямо возле школы ученицы, не стесняясь прохожих. Курит каждая вторая женщина, торгующая вещами или селедкой на рынке. Курят молодые кормящие мамы, прямо над коляской своих малышей. Одну сигарету от другой прикуривает моя подруга, прямо в квартире, в которой с ней вынуждены дышать никотином ее двое детей (!) и некурящий (!) муж. Курят даже знакомые, пропагандирующие здоровый образ жизни. Они закуривают после утренней полезной овсянки, до и после фитнес-зала, до и после сауны…

Психологи учат никогда не говорить человеку, что он плохой, а говорить, что он поступил плохо. Получается, что если женщина курит, то это не значит, что она дура, а означает лишь, что она имеет дурную привычку, т.е. дурно поступает. Не знаю…

Когда я поняла, что все-таки дура, то очень захотелось все изменить. Однажды я вышла на балкон, выкурила сигарету, и мне стало очень плохо. Не столько физически (организм ко всякой гадости привыкает), сколько на душе. И я в отчаянии обратилась с просьбой **туда**, куда обращаются, когда полная безысходность. На следующий день я свалилась с

ангиной. Болела тяжело, с высокой температурой. Через неделю я выздоровела окончательно и от ангины, и от никотиновой зависимости!

Я знаю, как объединяет сигарета людей в компании, особенно на работе. Сама, появляясь в новом коллективе, порой (на секундочку!) жалею, что распрощалась с этой дурной привычкой. Если ты куришь, то быстрее вольешься в компашку курящих. Там, в вонючей курилке, на этаже или на сквозняке в коридоре, тебя примут в сообщество и за один перекур посвятят во все интриги и тайны, а к концу первого рабочего дня тебе уже покажется, что ты здесь вечность… и пора делать ноги.

Да, я перестала бывать во многих любимых и прокуренных квартирах, но зато мне не приходится каждый раз мыть голову, стирать провонявшие вещи (это в курении мне всегда не нравилось). Да, я все реже и реже общаюсь с некоторыми старыми приятелями, но зато мой муж тоже уже много лет не курит. И сыновья не курят! Зато с оставшимися друзьями мы легко общаемся за чашечкой хорошего кофе, за бокалом приличного вина. И нам не скучно.

Почему все-таки я так отчаянно захотела распрощаться с этой привычкой? Прежде всего потому, что не терплю, когда меня ограничивают в свободе. Я хочу сама выбирать, что мне делать.

И еще одна веская причина: сегодня в этом уже нет шарма. А я не хочу в толпу, не хочу как все. Не хочу, как глупенькая школьница, как тетушка с рынка, как вонючий ниже этажом сосед, который закуривает свои дешевые папиросы прямо в лифте, потому что не может потерпеть даже две минуты…

А я давно стараюсь делать только то, что хочу.

Я не говорю о вреде курения, об этом знает каждое малое дитя. Я никого не призываю бросить курить, считаю это бессмысленным. Я всего лишь хочу поделиться своим опытом, размышляя вслух.

Я хотела, и я это сделала!

Информация к размышлению.
В период полнолуния легко можно избавиться от вредных привычек (курение, алкоголь, игромания и пр.). Сама Вселенная приходит к нам на помощь. А **21 декабря** случилось **полное лунное затмение**
! Значит, и сегодня, и завтра, и послезавтра, кто очень хочет и воздержится, тот может оставить позади все, что не желает брать с собой в новый 2011 год.

Удачи!

Автор - **Любовь Годзинская**

Источник