

С любовью к жизни

Трезвость – это любовь к жизни



№ 10 (14),
сентябрь
2013 г.

Общественная газета сторонников движения
«За трезвую Удмуртию»

Праздник трезвой семьи



Воскресенье 1 сентября 2013 года стало необычным днем в Ижевске. Решением Государственного Совета Удмуртии на три дня 25 мая, 1 июня и 1 сентября была запрещена продажа алкоголя. Этого решения трезвенники Ижевска ждали более 25 лет. Они писали многочисленные письма, обращения во все инстанции с просьбой прекратить продажу алкоголя в эти дни, когда звучит в школах последний звонок для выпускников, когда проходит День защиты детей, когда звонкоголосые мальчишки и девочки отправляются в школу. Как прекрасно, когда в эти дни родители и близкие детей трезвы, свободны от проблем, связанных с алкоголем.

Советом клуба «Родник – трезвая семья» было принято решение обратиться в администрацию Октябрьского района г. Ижевска с просьбой совместными усилиями провести праздник трезвой семьи 1 сентября. Администрация района пошла нам навстречу. Мы пригласили соратников из клуба «Родник – трезвая семья» и всех желающих, и трезвый праздник состоялся.

За час до наступления праздника у входа в парк имени Кирова стали прибывать организаторы. На эстраде зазвучал духовой оркестр. Это из районного центра Увы к нам прибыли юные музыканты во главе с руководителем оркестра И.Н. Змитровичем. Этот удивительный человек в наши трудные времена сумел создать детский духовой оркестр, который является украшением любого праздника. Ему удалось сшить для ребят красивые костюмы яркого зеленого театрального цвета, и юные музыканты радовали нас своей живой одухотворенной музыкой. Нужно сказать, что Илья Николаевич возглавляет республиканское родительское движение, делает все возможное, чтобы защищать права детей и родителей. В это время у входа в парк входящих приветствовали и вручали приглашение на праздник трезвой семьи члены клуба Анастасия Байдалина и Татьяна Шутова. Каждый участник праздника имел возможность получить в подарок газеты «С любовью к жизни» и «Родник трезвости». Здесь же была организована подписка на газеты. Распространялась трезвенническая литература, диски и футболки партии Сухого закона. На сцену поднимаются «родниковцы» - члены клуба «Родник – трезвая семья». Они поздравляют собравшихся с праздником и исполняют свой гимн «Трезвая Удмуртия». Этот

гимн настолько понравился участникам праздника, что многие захотели получить текст его. Публикуем:

**Над Уралом пьяным ветры голосили,
И дожди колюче били по щекам.
Только песни звонкие в синеву
пробились:
«Эй, ребята смелые, приходите
к нам!»**

**Недрузи спросили:
«В чем же Ваша сила?»
Все сегодня продано, кто же
Вас спасет?»**

**Твердо мы ответили:
«Трезвая Россия!
Трезвая Удмуртия! Крепкий
наш народ!»**

**«Но кругом же пьяницы,
но кругом же пиво,
И реклама хитрая манит молодежь?
И кругом аварии, косо все да криво –
Все с похмелья сделано.
Как же их спасешь?»**

**Учимся мы трезвости,
крепнет наша сила!
Наш союз великий
возродится вновь!
С трезвою Удмуртией ты сильнее,
Россия!
С нами Бог и правда, трезвость
и любовь!**

Затем прозвучал гимн «За трезвую Русь». Руководитель движения «За трезвую Удмуртию» Н.В. Январский предложил всем участникам праздника ответить на вопросы викторины: «Когда в России состоялся первый праздник трезвости? (Сто лет назад, 11 сентября 1913 г.). Сколько трезвенных движений было в России? (Пять. Сейчас идет пятое трезвенное движение, которое должно утвердить победу трезвости в России). Можно ли «культурно» употреблять алкоголь? (Нельзя, ибо понятие «культура» несовместимо с отрицательными явлениями, такими как пьянство, курение, наркомания, хулиганство, сквернословие...).

Были и другие интересные вопросы. Предложившие правильные ответы полу-

чали жетоны. Такие же жетоны получали те, кто придумал интересную кричалку. Запоминались такие из них:

«Только трезвая Россия будет великой!», «Кто не курит и не пьет, тот России патриот», «Тот, кто курит, тот, кто пьет, тот России предаст!», «Трезвым родителям – трезвых детей!», «Трезвым детям – трезвых родителей!», «Трезвым девушкам – трезвых парней!», «Трезвым юношам – трезвых девушек!», «Трезвым водителям – трезвых пешеходов!», «Трезвых пуля не берет!», «Мужики, хорош бухать – пора России подымать!»... Набравшие за праздник наибольшее количество жетонов получили наиболее популярные призы: футболки «Бурановские бабушки» и «За трезвую Удмуртию». Среди призов был также целебный кельчинский мед, трава «иванчай», помогающая в освобождении от тяги к алкоголю, бесплатная подписка на газету «Родник трезвости» и другие. Неожиданно стал накрапывать небольшой дождик. Но тут же зазвучала веселая бодрящая музыка, и вот уже перед нами искрометный детский танцевальный коллектив из Игры под руководством концертмейстера Ирины Мраевой. Бурными аплодисментами проводили слушатели выступление этого прекрасного танцевального коллектива. Перед трезвой пробежкой Ольга Сентякова из поселка Италмас провела разминку

и показала ряд упражнений из системы Ковалевой, с помощью которой можно излечить самые серьезные заболевания позвоночника и суставов. И вот уже молодежь и пенсионеры устремляются в трезвую пробежку. Участники пробежки получают сладкие шоколадки и чай. На сцену поднимаются бард из Воткинска Евгений Лисицин и певица Анна Антропова и под дружные аплодисменты зрителей исполняют свои чудесные песни.

Подходит время отправлять добровольцев на субботник. Это еще одно нововведение трезвого праздника, который проводится не для того, чтобы кого-то потешать, а для того, чтобы утешать, для того, чтобы приносить пользу всем. Администрация парка им. С.М. Кирова в последние годы проводит много интересных мероприятий, таких как «Кругосветка», спортивные состязания, трезвые праздники. А субботник – это форма нашей благодарности руководству парка.

В конце праздника его организаторы получили много слов благодарности от тех, кто пришел в парк. Улыбки и доброе настроение участников – это лучшая награда всем организаторам праздника. Среди них А. Салахутдинов, В. Бабинцев, И. Миловидова, Р. Русских, А. Ломаев, А. и В. Кирюхины, Э. Чекина, Т. Павлова, Т. Шутова, Т. Каперская, В. Каперский, Л. Миролюбов, А. Вахрушев, В. Морозов, С. Королев, Д. Халидов, Н. Веслова, А. Гайсин, А. Попов, С. Крылова, А. Байдалина, Ю. Кашин, а также другие, кто не смог прийти на праздник, но помогал в его подготовке.

Участники движения «За трезвую Удмуртию» благодарят администрацию Октябрьского района г. Ижевска, руководителя движения «Женщины Удмуртии» З. Степнову, активисток движения «Матери против наркотиков», руководителя организации «Ижторгметалл» О. Журавлева, руководителя кафе «Саша» Людмилу Федоровну Завражную и всех добрых людей, помогающих в проведении трезвенных, оздоравливающих население Удмуртии мероприятий.

**ОРГКОМИТЕТ ПРАЗДНИКА
ТРЕЗВОЙ СЕМЬИ**



**2 СТР.
АЛКОГОЛЬ ИЛИ САХАР?
ЧТО ВРЕДНЕЕ?**

**НАРОДНЫЙ
КАЛЕНДАРЬ АВГУСТА**

**3 СТР.
СЕМЕЙНЫЕ КЛУБЫ
ТРЕЗВОСТИ**

**4 СТР.
НЕ ОСКУДЕЕТ РУКА ДАЮЩЕГО**

**НЕДЕЛЯ ТРЕЗВОСТИ В ГЛАЗОВЕ
И ИЖЕВСКЕ**

МУЗЫКА, СПОРТ, ДЕЦИБЕЛЫ И ЗДОРОВЬЕ

Праздник бега прошел в Ижевске 22 сентября. Все было хорошо. На улицах не было пьяных. Мчались один за другим атлеты по городу, вызывая радостное чувство крепости и здоровья. Но вот когда я подошел к Дому правительства, где был старт и финиш, поразились тому, как мало людей присутствовало при награждении победителей. Мне было непонятно почему. Но тут ведущий закончил свою речь о бегунах, и загремела музыка. Это была даже не музыка, а отупляющая какофония, под какую на дискотеках пьют, колются и дерутся молодые. Грохот и отупляющий ритм «бум-бум-бум» привел к тому, что у меня заложило уши и застучало в висках. Я видел, как родители быстро уводили своих детей от этой отупляющей музыки. Академик Ф.Г. Углов, которого называли лучшим хирургом планеты, писал в своей книге «Ломехузы» о том, что такая оглушительная музыка способна на 2-3 недели вывести психику даже крепких молодых людей из строя, они хуже будут усваивать учебный материал.

А пожилых людей такая музыка даже может умертвить. Кто контролирует эту музыку, которая звучит в городе, в магазинах, раздаётся из автомашин «новых русских»? Не пора ли Государственному Совету Удмуртской Республики рассмотреть эти вопросы и принять закон о контроле за музыкой в городе не только в ночное время, но и во время праздников.

Н.Кочанов

ИВАН-ЧАЙ (КОПОРСКИЙ ЧАЙ)

Это удивительный целебный напиток, не имеющий противопоказаний. На Руси иван-чай любили и пили по утрам «богатырский чай» для того, чтобы зарядиться силой и бодростью, лечили им головные боли и расстройство желудка, алкоголизм, болезни почек. Применяли для профилактики импотенции.

Еще два-три века назад вся Европа закупала тысячами пудов русский иван-чай.

К сожалению, применение черного чая с кофеином, который изменяет свойства психики человека, сделало многих людей «кофеиновыми наркоманами», и они перестали пить иван-чай. В настоящее время идет возрождение прекрасной традиции пить настоящий русский напиток иван-чай, укрепляющий иммунную систему человека, а значит, позволяющий человеку освободиться от лекарственной зависимости.

Как заваривать иван-чай? Вода нужна родниковая, чистая. Довести воду до первых пузырьков и заваривать. На заварной чайник (500 мл) нужно 1-2 чайных ложки заварки чая. Вначале залить на одну треть чайник. Закрывать чайник полотенцем. Через 2-3 минуты долить до 2/3 чайника и дать настояться несколько минут. Желательно сахар в чай не класть, а пить его вприкуску с медом. Мед в чай не класть, так как при температуре 40-60 градусов витамины меда погибают. Чай пить из блюдец, в которых чай быстро охлаждается и не обжигает слизистую рта, языка, горла и желудка. Для того, чтобы чай был вкуснее и полезнее, желательно несколько раз перелить чай из заварочного чайника в чашку и обратно, подымая чайник для переливания на высоту 30-35 см.

Иван-чай можно заваривать несколько раз, свойства его от заваривания на второй раз только улучшаются.

Практически нет ни одного органа в человеческом организме, который не смог бы вылечить иван-чай. Им лечат головные боли, язву желудка, заболевания сердечно-сосудистой, мочеполовой и нервной системы, гастриты, диареи, колиты, дизентерию и др. Врачи рекомендуют пить целебный чай из кипрея для улучшения обмена веществ, нормализации сна, укрепления иммунитета, очищения организма от шлаков.

Богатыри Руси пили иван-чай! Пусть и у Вас будет богатырское здоровье!

Школа здоровья. т. 8-9120292535

Алкоголь или сахар? ЧТО ВРЕДНЕЕ?



Сахар чаще всего используется в качестве добавок в различные продукты питания, а не как самостоятельный продукт. Люди почти в каждом приеме пищи употребляют сахар. Этот продукт питания пришел в нашу жизнь примерно 150 лет назад и был очень дорогим и недоступным простым людям, его продавали по граммам в аптеках.

Как уже известно, сахар – ничто, это просто очищенный высоко усваиваемый углевод. Биологической ценности этот продукт никакой не имеет, за исключением калорий. В 100 граммах сахара содержится 409 ккал.

Среднестатистический житель России съедает примерно 100-140 грамм сахара в день. Хотя в человеческом организме никакой потребности в искусственном сахаре нет.

КАКОВА МНИМАЯ ПОЛЬЗА САХАРА?

Сахар по своим свойствам является стимулятором. Когда происходит повышение уровня сахара в крови, человек ощущает повышение активности, у него возникает состояние некоего возбуждения. По этой причине мы замечаем, что частота сердечных сокращений заметно увеличивается, наступает небольшой подъем артериального давления, учащается дыхание. Но по причине изменения биохимии внутри организма, которая не сопровождается никакими чрезмерными физическими действиями, дабы рассеивать полученную энергию, у человека появляется ощущение некоего напряжения внутри. Именно поэтому сахар довольно часто называют «стрессовая еда».

ВРЕД САХАРА

Постоянное употребление сахара сильно влияет на рост количества заболеланий сердечно-сосудистой системы. Кроме того, у людей, которых называют «сладкоежками», из-за большого потребления сахара нарушается обмен веществ и значительно слабеет иммунная система. Также сахар способствует преждевременному старению кожи и ухудшает ее свойства, что приводит к потере эластичности, могут появляться угревые высыпания, изменяется в худшую сторону цвет лица и многое другое. После того, как стали известны эти факты, ученые начали называть сахар «сладким ядом», так как сахар действует на организм медленно, на протяжении всей жизни человека, оказывая ощутимый вред всему организму.

САХАР ВЫМЫВАЕТ КАЛЬЦИЙ ИЗ ОРГАНИЗМА

На усвоение рафинированного сахара тратится огромное количество кальция, что способствует вымыванию кальция из костной ткани. Это может привести к появлению такого заболевания, как остеопороз, то есть повышается вероятность переломов костей.

Сахар наносит страшный вред зубам. Родители, которые любят баловать детей конфетами, должны помнить, что сахар прилипает к зубам, разрушая эмаль, способствует повышению кислотности во рту, что создает благоприятные условия для размножения вредоносных бактерий. Потребление сахара в больших количествах приводит к ожирению.

САХАР СОЗДАЕТ ЧУВСТВО ЛОЖНОГО ГОЛОДА

Если употреблять продукты с высоким содержанием сахара, то свободные радикалы начинают мешать нормальной работе нейронов коры головного мозга. Что приводит в итоге к чувству ложного голода, это, как правило, заканчивается переизбытком и сильным ожирением.

САХАР СПОСОБСТВУЕТ СТАРЕНИЮ

Чрезмерное потребление сахара может привести к тому, что на коже раньше срока начнут появляться морщины, так как сахар откладывается как бы про запас в коллагене кожного покрова, тем самым уменьшая ее эластичность. Причина вторая, по которой сахар способствует старению, – это то, что сахар способен вызывать свободные радикалы, которые убивают наш организм изнутри. Сахаром питаются паразиты, которыми заражены почти 99 процентов людей. Рост потребления сахара приводит к росту онкологических заболеваний.

САХАР ВЫЗЫВАЕТ ПРИВЫКАНИЕ

Как показали опыты, проведенные на крысах, сахар вызывает довольно сильную зависимость. При употреблении сахара в мозге человека происходят изменения, которые очень схожи с теми, какие происходят под действием морфия, кокаина и никотина. Как сказали ученые, выводы для людей будут аналогичными. Слушатели нашей Школы здоровья, освободившиеся от алкоголизма и курения, говорят, что от сахара освободиться намного сложнее. Как и при потреблении алкоголя, освободиться от сахарной зависимости мешают мифы, например такой, что якобы сахар в варенье или в других изделиях менее вреден. Нужно запомнить:

О вреде алкоголя известно всем. Лишь «абсурдисты», то есть люди, зависимые от алкоголя и обманутые лживыми заявлениями тех, кто желает наживаться на продаже этого яда и наркотика, каким является любой алкоголь, пусть он в красивой упаковке шампанского или вина со многими медалями, могут утверждать, что алкоголь полезен. А вот про сахар многие не знают, что это вещество в наши дни больше всего разрушает здоровье людей. Ведь сахар относится к одним из самых популярных продуктов питания.

САХАР ЛИШАЕТ ОРГАНИЗМ ВИТАМИНОВ ГРУППЫ В

Все витамины группы В обязательно нужны для пищеварения и усвоения организмом всех продуктов питания, которые содержат сахар и крахмал. Белый сахар не содержит никаких витаминов. По этой причине, чтобы усвоить белый сахар, организм удаляет витамины группы В из печени, почек, нервов, желудка, сердца, кожи, глаз, крови.

Это может привести человека к чрезмерной нервной возбудимости, сильному расстройству пищеварения, чувству постоянной усталости, снижению зрения, к мышечным и кожным заболеваниям, а также могут возникать сердечные приступы и многое другое.

САХАР ИСТОЩАЕТ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ЗАПАС

По причине того, что в сахаре наблюдается сильный дефицит витаминов, в организме получается невозможным закончить метаболизм углевода, из-за чего выход полученной энергии не получается такой, какой необходим. Это приводит к тому, что у человека появляются выраженные признаки усталости и заметно снижается активность.

САМЫЙ ВЕСКИЙ ФАКТОР

Сахар снижает силу иммунной системы в 17 раз. Чем больше сахара у нас в крови, тем слабее иммунитет. Почему сахарный диабет опасен именно осложнениями? Потому что истина лежит в сахаре. При диабете сахар не усваивается и постепенно накапливается в организме. И чем больше его накапливается в крови, тем все меньше и меньше приходится нам надеяться на иммунную систему. Вот почему сахарный диабет вызывает столь смертельные осложнения, весь секрет во влиянии сахара на иммунитет, он его буквально парализует.

ВЫВОД

Потребление рафинированного сахара нужно исключить на 99 процентов. Заменить его медом! Лучше всего не употреблять различные конфеты, сгущенное молоко, торты, варенье, проще говоря, все продукты, в которых имеется высокое содержание концентрированного сахара.

Перестать пить чай с сахаром и полностью исключить шоколад, включая и горький, хотя горький шоколад наносит минимальный вред.

AyZdorov.ru Портал о здоровье.

Семейные клубы трезвости

В 1964 году сербский психиатр Владимир Удолин заметил странную закономерность. Почти все пациенты-алкоголики, покидавшие стены загребской клиники, где он тогда работал, спустя какое-то время почти все непременно возвращались туда. Между тем, в их медицинских картах отмечали улучшение состояния. Этим людям действительно удавалось воздерживаться от спиртного – но недолго. Проанализировав статистику, профессор Удолин пришел к неутешительному для врача выводу: медицина не в силах бороться с алкоголизмом. К такому же выводу примерно в эти же годы пришел в России старший научный сотрудник НИИ экспериментальной медицины Г.А. Шичко. Значит, пристрастие к алкоголю или наркотикам правильнее рассматривать не как болезнь, а как тип отклоняющегося поведения или образ жизни. А психолог Геннадий Андреевич Шичко назвал это явление проалкогольной запрограммированностью сознания.

Всемирная организация здравоохранения также не относит алкоголизм или наркоманию к болезням. И лишь наш Минздрав и еще врачи некоторых стран считают алкоголизм болезнью и тщетно стараются излечить алкоголиков. Между тем, ясно, что если выпивает окружающие алкоголика, то с кого же ему брать положительный пример? Пытаться научиться «пить культурно»? Но всем понятно, что после первой-второй рюмки алкоголик забывает о воздержании и далее все повторяется с худшим финалом.

И Владимир Удолин и Геннадий Шичко поступили одинаково. Они стали создавать клубы трезвости. Но на клубы трезвости, создаваемые Г.А. Шичко, шло давление от власти имущих. И лишь после знаменитого постановления 1985 года об усилении борьбы за трезвость благодаря ученикам Г.А. Шичко клубы трезвости в России стали возникать на базе курсов по избавлению от алкоголизма и курения.

Профессор Удолин открыл первый семейный клуб трезвости в 1964 году. Спустя 15 лет их на Балканах насчитывалось уже более 2000. Широкое распространение движения семейных клубов трезвости получило в Италии. Эффективность занятий в семейных клубах трезвости, по утверждению итальянской ассоциации, составляет 40-60 процентов.



К примеру, эффективность избавления от алкоголизма у наркологов достигает лишь 3-5 процента, по признанию самих наркологов. Эффективность метода Г.А. Шичко 65-75 процентов. И очень многое здесь зависит от создания клубов трезвости и реабилитации в них бывших алкоголиков. Но клубы трезвости в государственных учреждениях неустойчивы, так как многое зависит от того, разрешат ли чиновники заниматься в помещении. А вот семейные клубы трезвости не зависят от произвола чиновников, и потому, наверное, сейчас приходит именно время семейных клубов трезвости. Такие клубы трезвости в Удмуртии имеются в Ижевске, Воткинске, Селтах, Игре, Глазове.

В России первый семейный клуб трезвости появился при Никольском храме села Ромашково в 1992 году под руководством врача-психиатра, священника Алексея Бабурина. В мае 2011 года создано межрегиональное общественное движение в поддержку семейных клубов трезвости.

А раньше подобные клубы трезвости были практически по всей России. В 1913 году в стране проживало около 30 миллионов староверов, которые не потребляли алкоголь и не курили. Люди ходили в гости друг к другу, пили чай, вели беседы, пели песни. Зимой снимали избы для посиделок и танцев. Летом проводили вечерки. Почти при каждом церковном приходе создавались общества трезвости. Сейчас идет возрождение этих славных обычаев. С легкой руки С.В. Саблина и его ученика А.В. Кормильцева из Первоуральска по всей стране идет возрождение вечеров. Пора также возродить клубы трезвости, объединяя опыт профессора

Удолина и наш русский опыт. Семейные клубы, идущие от профессора Удолина, вырабатывают такую практику.

Семейный клуб трезвости – это сообщество семей, добровольно объединившихся для решения проблем, порождаемых различного рода пристрастиями.

Основным фактором в борьбе с зависимостью является восстановление и гармонизация отношений в семье. Клуб работает полноценно, когда его посещает вся семья целиком. Все члены семьи призываются к полному воздержанию от употребления алкоголя. Однако основным принципом клубов является побуждение людей к изменению образа жизни.

Обсуждение строится на принципе: здесь и сейчас. Возращение к прошлому не полезно, а порою и вредно.

Никто не должен давать другим советов, предлагать готовые рецепты. В большинстве клубов наложен запрет на обсуждение политики, религии и алкоголизации. Люди делятся своими проблемами, радостями, своей болью – словом, своей жизнью. Все это выносится на общее обсуждение, зная, что могут получить помощь от товарищей по несчастью. Кроме того, рассказывая о своем опыте, они дают возможность другим находить ответы. Собрания проходят по определенным правилам, схожим с теми, что приняты в психоневрологических группах. Ведет занятия специально обученный руководитель (методист), который также является членом клуба, но занимает в нем особую роль. Он направляет в нужное русло обсуждение проблемы, создает на занятиях доброжелательную спокойную атмосферу, побуждает выступать застенчивых и робких.

Между собраниями кон-

троль за семьями – участниками клуба осуществляет избранный всеми его членами староста. Избирается также казначей, отвечающий за финансовые расходы для общих нужд. Секретарь ведет документацию клуба, составляет протоколы встреч. Эти записи прочитываются в начале следующей встречи, чтобы те, кто по каким-то причинам отсутствовал, смогли сразу войти в курс обсуждаемых проблем. Все члены клуба по очереди исполняют эти и другие обязанности (ответственный за патронаж, за уборку и т.п.), меняясь ролями, по крайней мере, раз в год. Таким образом, все несет ответственность за жизнь клуба. Желательно, чтобы клуб имел свое помещение и фиксированное расписание работы. Если помещения пока нет, можно встречаться на квартирах по очереди. Встречи проходят 1 раз в неделю и длятся 1,5 – 2 часа. Каждая семья должна предупредить о своем возможном отсутствии.

Когда число семей достигает 12, клуб должен разделиться. При большом количестве людей невозможно обсуждать проблемы всех членов клуба, не каждый имеет возможность высказаться. Часто деление клуба бывает болезненным для тех, кто привык друг к другу. Но на самом деле оно должно восприниматься как праздник. Ведь в мире появляется еще одна открытая дверь для семей, которым нужна помощь.

В практике клубов трезвости России есть отличия от клубов, в которых не говорят о религии, не обсуждают проблемы алкоголизации. Православным клубам трезвости нет необходимости говорить о Боге, как о какой-то непонятной сущности, которую каждый понимает в меру своего разумения, что есть в клубах «Анонимных алкоголиков». Вера в Иисуса Христа и Святую Троицу близка и дорога нашему народу. Ведь, несмотря на всевозможные гонения за веру, около 80 процентов населения России крещеные. В клубах по методу Г.А. Шичко обязательно изучение проблем алкоголизации, поскольку в клубах готовятся сознательные трезвенники, которые должны понимать сами и уметь объяснить страдающим употреблению ядовитых и наркотических веществ.

Несомненно одно: клубы трезвости необходимы и их нужно утверждать и сохранять!

И ДАЮ СЕБЕ ЗАРОК

В баре душно, полумрак.
Как же я сюда забрался?
Что-то вспомнить не могу.
Видно, лишку поднабрался.

Подошел официант,
Говорит мне: «Рассчитайтесь!»
По карманам... Денег нет!
«Кто украл их, признавайтесь.»

Да, попал я в переплет.
Как же выбраться, не знаю.
Хорошо, что в уголке
Сослуживца замечаю.

С милой дамочкой сидит.
Неудобно мне признаться,
Но пришлось перезанять
Для того, чтоб рассчитаться.

Заплатил сполна за все,
В общем, все, что насчитали,
Да еще доволен был,
Потому что не забрали.

Кое-как бреду домой,
Мысли черные витают,
Что же дома я скажу?
Ведь с получкой дожидают.

Как признаться, что пропилил?
Как признаться, что украли?
Детям кое-что купить
Мы с полочки обещали.

И даю себе зарок,
Что с полочки пить не буду.
И когда она придет,
Этот казус позабуду.

И.Г. Лукиных

ПОБЕЖДАЙ!

Ты твердишь: кругом иуды,
Даже землю продают.
Скоро Родины не будет:
Всюду пришлые снуют.

Загляни в себя поглубже.
А ты сам не предавал?
Не твердил, что трезвость хуже,
Чем шампанского бокал?

Забывал родных, любимых,
Водку мамой называл.
Били русских, ты шел мимо,
Свой своих не защищал.

Ты все ждешь от жизни чуда,
А ведь жизни суть проста:
Побеждай в себе иуду
И увидишь свет Христа.

Николай ЯНВАРСКИЙ

КРИЧАЛКИ

Папа пил – семью губил. Пить бросай – семью спасай!
Пить бросай – страну спасай!

Кто не курит и не пьет – тот России патриот!
Тот, кто курит, пиво пьет – тот Россию предают!

Тот, кто курит, пиво пьет – как урна ржавая гниет!
Кто пиво пьет – большой живот и болезни наживет!

Только трезвая Россия будет великой!
Только трезвая Удмуртия станет здоровой!

Трезвым родителям – трезвых детей!
Трезвым детям – трезвых родителей!

Хочешь Родину крепить – перестань курить и пить!
Лучший выбор – трезвая жизнь!
Лучший выбор – Трезвая семья!

Трезвый я плюс трезвая жена, плюс трезвые дети – больше счастья на этом свете!

Трезвость победит ненастье. Трезвость – радость. Трезвость – счастье!

ВОЗЬМЕМСЯ ЗА РУКИ, ДРУЗЬЯ!

Приглашаем Вас на встречу соратников в клуб «Мечта», где собираются неравнодушные к судьбе Родины люди из движения «За здоровую трезвую Удмуртию». Здесь можно без оплаты изучить уникальный метод Г.А. Шичко, позволяющий помочь себе и близким, друзьям надежно **избавиться от курения и других вредных привычек, от страха и уныния, научиться быть лидером и управлять своим будущим.** Наши встречи по вторникам с 18-00 по адресу: ул. 40 км, д. 29, клуб «Мечта» (ост. «Школа искусств», далее через дорогу к механическому заводу, обходим его справа по направлению к стадиону школы № 59 и через несколько зданий – клуб).

Наши телефоны:
8-9120292535, 300112, 8-9226918725.
Ждем Вас, друзья!
Время действовать!

Записаться на курсы по освобождению от курения, алкоголизма и других греховных зависимостей по уникальному оздоровительному методу Г.А. Шичко, исключающему кодирование и иные неправославные вредоносные методы, а также получить консультации, материалы по проблемам зависимостей можно по телефонам:
8-922-691-87-25, 8-912-029-25-35; (3412)21-20-55.

ПОДПИСКА

Подписаться на газету «С любовью к жизни» можно с любого месяца по вторникам с 18-00 по адресу: г. Ижевск, ул. 40 км, д. 29, клуб «Мечта». Проезд до ост. «Школа искусств». Тел. 8-9120292535.

Не оскудеет рука дающего

Алексей Владимирович Ломаев к вере в Бога пришел в Чечне. Это было еще до начала чеченских войн, когда Россия пыталась наладить хорошие отношения с республикой, но это не получалось. Уже начались нападения на русских и не только на солдат. Ломаев и раньше работал в Чечне, поэтому, когда ему предложили контракт с хорошими деньгами для работы руководителем стройки там, он согласился. Но участвовавшие похищения русских и их убийства заставили руководство вооружить всех строителей. А не только солдат. Накануне той страшной ночи, когда было зарезано 15 человек из 60, ночевавших в солдатской палатке, в строительную часть приезжал батюшка. Он, благословлял солдат, беседовал с ними, а солдату Ивану подарил иконку Христа в рамке со стеклом. И вот ночью в палатке раздался хруст стекла, а затем крики и стрельба. Оказалось, в палатку проникли трое: араб-наемник, чеченец и чеченка. Чеченка завлекла часового, и его «сняли». Потом таким же образом удалось зарезать часового, который стоял внутри палатки. Вначале человека будили, и как только он открывал глаза, его сразу же резали. Так поступали, зная, что в этом случае от шока человек не может вскрикнуть. Иван свою иконку положил на коробку с патронами. На эту иконку и наступил араб. Хруст от нее разбудил Ивана и солдат. Наемник араб был сразу же убит, а затем убит и чеченец. Чеченка же быстро упала на пол. Беспорядочная стрельба продолжалась, и тогда Ломаев крикнул: «Перестаньте стрелять! Своих перестреляете!».

Пока он ходил в штаб докладывать о случившемся, чеченку убили.

Так Ломаев стал верующим и благотворителем. Часть своих заработанных денег он стал передавать на нужды церкви или на другие добрые дела. А зарабатывал он неплохо. Работал на Севере. Потом организовал доставку на Север воды. Стал руководителем стройки. И всюду занимался благотворительностью. К нему стали обращаться за помощью директора ижевских школ №5, 64, 74, 90, заведующие детскими садами, руководители республиканского Цен-



тра для подростков с ограниченными возможностями, Республиканской офтальмологической больницы, подросткового клуба «Мечта», администрация г. Ижевска, настоятели храмов, президент Федерации спорта и традиционного УШУ УР ... И всем он помогал. В селе Гольяны начал строить часовню и церковь. Алексей полюбил реку Каму как символ вселенской любви. Ведь перевод слова Кама – это любовь. Он даже написал поэму в стихах о Каме и о волшебном цветке любви, который объединил трех красавиц сестер, которые ранее повздорили, – Беларусь, Россию и Украину. Очевидно, по этой причине Алексей и стал мечтать о строительстве православного центра, в котором бы было место всем: и русским, и украинцам и белорусам, всем нуждающимся в помощи.

И тут, как часто бывает, за все доброе идут удары от сил зла. Самый большой удар пришел от любимой жены. Она стала упрекать его, что он напрасно тратит деньги.

«Я бы еще поняла тебя, если бы ты строил школы. А то церкви! Кому они

нужны?» Тогда Алексей Владимирович решил в самом деле начать строить целый комплекс: рядом с церковью построить и воскресную школу, и больницу, и дом для реабилитации тех, кто страдал от алкогольной и наркотической зависимостей. Другими словами, Алексей Владимирович решил строить православный реабилитационный Центр для бывших алкоголиков и наркоманов. Ведь в Удмуртии тысячи людей страдают от алкогольной и наркотической зависимостей, но до сих пор нет православного реабилитационного центра. Есть центры протестантов и других конфессий, которые получают помощь извне, а православные центры пока отсутствуют. Он создал благотворительный фонд «Благовест». Когда он потратил на строительство почти 30 миллионов рублей, пришла беда. ОАО «Уральский Трастовый банк» (г. Ижевск, ул. Пушкинская, 268) объявил о своем банкротстве и отказался выплачивать ему его личные деньги, которыми он должен был расплачиваться с рабочими.

До сих пор свои деньги он не может вернуть. К этому прибавилась еще одна

беда. От него отвернулась жена, а потом и двое сыновей. Это было серьезнейшее испытание. Другой на месте Алексея Владимировича сломался бы, запил. А он, наоборот, вступил во вновь создаваемую партию сухого закона России, и его избрали заместителем председателя регионального отделения партии. Он верит в победу трезвых добрых сил.

Дорогие друзья! Сегодня пришла пора помогать благотворителю. Сколько добра он делал людям, неужели же мы все вместе не сможем сделать доброе дело и для него, и для строительства центра?

Нужен хороший адвокат, чтобы помочь ему вернуть свои деньги. Нужна молитвенная помощь рабу Божьему Алексею, чтобы судья, который обязан разобраться это дело и помочь ему вернуть свои деньги, сделал это. Нужно поддержать счет благотворительного фонда «Благовест», который сегодня нуждается в средствах.

По возможности помогите человеку, который так жалеет подарить нашей Республике православный Реабилитационный центр.

Н. Январский

Реквизиты фонда: Некоммерческая организация «Благотворительный Фонд «Благовест»
ИНН 1808206580
Р/счет №40703810568000000036
Реквизиты Отделения № 8618 Сбербанка России
Банк Отделение №8618 Сбербанка России г. Ижевск
БИК 049401601
Кор. счет 30101810400000000601
ОКПО 09269502
ОКОНХ 96130
ИНН 7707083893
КПП 183502001
ОГРН 1027700132195
Адрес: 426000 г. Ижевск, ул. Красная, дом 105

Почтовый адрес: 426000 г. Ижевск, ул. Пушкинская, дом 281

Тел. приемной: (3412) 48-99-58
Факс приемной: (3412) 48-99-59

Неделя трезвости в Глазове и в Ижевске



Три года назад развернулась активная деятельность братства «Трезвение» в г. Глазове под руководством протоиерея Виктора Сергеева. Практически почти во всех школах города и района выступали православные трезвенники во главе с неумолимым батюшкой, проводились многочисленные крестные ходы. Во многих церквях Глазовского и других районов, где благочинным был протоиерей Виктор Сергеев, читались акафисты пресвятой Богородице в честь ее иконы «Неупиваемая чаша». Более ста человек, ранее страдающих от алкоголя, табака, наркомании,

приняли обеты трезвости. В августе 2013 года протоиерей Виктор Сергеев получил назначение в храм святых царских мучеников г. Ижевска. И уже на новом месте он сразу же принял активное участие в празднике трезвой семьи в парке имени С.М. Кирова 1 сентября, а затем принял обет трезвости у 13 человек. Благодаря его поддержке успешно прошла целая неделя трезвенных мероприятий в Глазове, где активную роль сыграли православный психолог Елена Тихонова и преподаватель истории и обществознания школы №15 Макаров Владимир Петрович, избранный недавно председателем братства «Трезвение». Работа по профилактике вредных привычек в школьной и молодежной среде была отмечена на международном фестивале социальных технологий «За жизнь-2013» как лучший проект года в номинации «Трезвение». Славное наступление трезвости продолжается.

Н. Кочанов

Памяти Люции Павловны Шичко-Дроздовой



14 сентября 2013 года на 80-м году жизни скончалась выдающаяся деятельница трезвенного движения страны Люция Павловна Шичко. Она родилась в семье военнослужащего, детство ее прошло в суровые военные годы, и всей своей жизнью она, словно отважная защитница, стремилась спасать людей от гибели. Она вышла замуж за Г.А. Шичко, ученого, борца за отрезвле-

ние народа. Работа мужа, его трезвенная позиция увлекла Люцию Павловну настолько, что она вместе с Г.А. Шичко ездила на съезды, конференции, писала статьи, читала лекции студентам. Она печатала статьи и материалы исследований Г.А. Шичко, помогала ему в проведении занятий с людьми, избавляющимися от алкоголизма и других вредных привычек в клубах трезвости. В 1986 году она овдовела. В 1988 году вышла замуж за писателя Дроздова И. В. Писатель И.В. Дроздов при поддержке Л.П. Шичко написал книгу «Геннадий Шичко и его метод», которая стала настоящим учебным пособием для преподавателей по методу избавления от вредных привычек. За двадцать с лишним лет совместной жизни с И.В. Дроздовым Люция помогла писателю в издании двадцати романов, во многих из которых автор описывал явления борьбы за трезвость. Почти каждую книгу мужа Люция Павловна перепечатывала на компьютере и сама заключала договоры с

издательствами на выпуск новых книг. В 1993 году она издала книгу о Г.А. Шичко «Он пришел дать нам веру». Через год вышла новая книга «Слово есть Бог». В четырех номерах журнала «Трезвость и культура» за 1995 год напечатала повесть об академике Ф.Г. Углове. В 1998 году и 2000 году напечатала две литературоведческие статьи «Книги моего мужа» о творчестве Ивана Владимировича Дроздова. С 1997 года член Союза писателей России. В феврале 1999 года избрана членом Международной Славянской Академии в качестве профессора.

Люция Павловна не имела своих детей, но многие соратники, которым она помогала в их трезвенной деятельности, называли ее своей мамой. Вместе с И.В. Дроздовым Л.П. Шичко несколько раз посещала Ижевск, участвуя в трезвеннических конференциях, помогая нам своим активным участием, заслужила нашу благодарность и любовь. Вечная память Люции Павловне Шичко-Дроздовой.

Н.В. Январский

Учредитель: Удмуртское отделение СБНТ, ОД «За Трезвую Удмуртию», МП «Мегатекс»
Адрес редакции: 426068, г. Ижевск, а/я 2816,
тел.: (3412) 212-055, 8-922-691-87-25

Главный редактор: Н. Январский
Выпускающий редактор: Н. Мялькина
Верстка: О. Евсеев

Газета отпечатана в типографии ООО «Союз»
г. Ижевск, ул. Пушкинская, д. 367а,
Телефон: 90-87-65.
Дата выпуска: 30.09.2013 г.
Заказ №