

ОПТИМАЛИСТ – ОПТИМИСТ

Приложение к газете
«С любовью к жизни»



№ 4 (47) май-июнь 2017 г.

Газета общероссийской общественной организации «Объединение «Оптималист»

Калейдоскоп холодного мая

Май в этом году не балует. Но, как говорят в народе, май холодный – год хлебородный. Будем надеяться на лучшее. Но в основные праздники мая Бог радовал нас хорошей погодой.

1 мая на праздничную демонстрацию в Ижевске, казалось, вышел весь город. Нарядные, с воздушными шарами и цветами шли учащиеся школ, родители, многие из которых с улыбками встречали плакаты наших трезвенников «Трезвые родители – счастливые дети». В этом году активисты общественного движения «За трезвую Удмуртию» шли на демонстрацию вместе с колонной активистов «Справедливой России». Руководитель этой фракции в парламенте депутат Государственного Совета Удмуртской Республики Фарид Анасович Юнусов нравится нам своей принципиальностью в заботе о гражданах Удмуртии. Постоянно ощущается его поддержка и трезвенному движению (сам он уже 14 лет абсолютный трезвенник), и спортсменам (он мастер спорта), и семьям (у него 5 детей), и больным (он доктор медицинских наук, хирург). То есть он не только вещает, но и своим примером показывает, каким должен быть настоящий трибун, защитник народа.

Праздник 9 Мая называют лучшим праздником в России. Праздник Победы, который почти совпадает с Днём Георгия Победоносца. Это праздник силы духа русского непобедимого народа, который вновь возрождается, уходя от иллюзий, и обманов, и самообмана, поэтому с каждым годом растёт число участников бессмертного полка победителей.

18 мая – 95 лет исполнилось бы гениальному русскому учёному, который сделал открытие о причине распространения алкоголизма и других видов наркотизма – о психологической запрограммированности сознания. Это Геннадий Андреевич Шичко, по методу которого уже более 3 миллионов граждан бывшего СССР избавилось от вредных привычек.

20 мая прошёл ставший уже традиционным крестный ход в честь иконы пресвятой Богородицы «Неупиваемая чаша» по маршруту «Ижевск-Воткинск-Осиновка-Пихтовка-Киварка-Кельчино». Из Ижевска отправилось около 40 человек, а к целебным святым источникам в Кельчино пришло уже более 150 крестоходцев.

25 мая исполнилось 95 лет Ивану Владимировичу Дроздову, великому русскому писателю-трезвеннику, написавшему 23 романа о русском народе и о необходимости его спасения от обманов и алкоголизма.

25 мая родился талантливый оратор-трезвенник, патриот, один из руководителей общественного движения «За трезвую Россию» В.Г. Жданов

Были в мае и скорбные дни. Скончался бывший президент УР А.А. Волков. Также ушёл из



жизни академик, один из выдающихся руководителей «Удмуртнефти», благотворитель, которому поклониться пришли тысячи жителей Удмуртии, В.И. Кудинов.

В Москве прошёл ураган, унёсший жизни 15 человек. За что-то на нас гневается Всевышний.

30 мая прошло заседание Круглого стола в Государственном Совете УР. Учителя и общественные деятели, активисты трезвенного движения республики высказали немало замечаний и предложений в адрес чиновников министерства образования и науки республики. Несмотря на то, что за последние 5 лет детская наркомания выросла на 60 процентов, эти чиновники не желают прислушиваться к мнению родителей, учёных и активистов-трезвенников. Этим бескорыстных энтузиастов с усердием, достой-

ным лучшего применения, не допускают в школы чиновники от образования, хотя во многих школах прямо у входа ученики дымят сигаретами, которые, по данным ВОЗ, являются стартовыми наркотиками.

И ещё тревожные новости. Откровенную ложь допускают средства массовой информации и чиновники, сообщая о том, что чуть ли не наполовину снизилось потребление алкоголя в России. Эти чиновники ссылаются на то, что стали меньше покупать водку. Но зато постоянно увеличивается производство и потребление пресловутых «фунфыриков», и даже иркутская трагедия не остановила преступный промысел подпольных «фармацевтов». Необходимо ужесточить законодательство. Продавцы и изготовители «фунфыриков» должны отправляться в места, не столь отдалённые, с конфи-

скацией имущества. Учёные общественного движения давно уже установили нехитрую закономерность: чем больше потребляют алкоголя и табака, тем выше смертность населения. В России и в Удмуртии вновь смертность превышает рождаемость. Вновь мы каемся в пропасть вырождения. Хорошо, что пока еще не скатились до лжи специалисты Всероссийского центра изучения общественного мнения, изучающие проблемы курения. Они сообщают, что в России каждый пятый человек выкуривает в день пачку сигарет или более. В свою очередь в ВОЗ представили информацию, согласно которой не менее 12 млн из нынешних потребителей табака в России рискуют умереть раньше времени от мучительных онкологических заболеваний, вызванных курением. 32% жителей России курят. Среди мужчин число курящих 44%. И в это время чиновники от образования не желают пускать в школы общественников-психологов, родителей, которые лучше многих наркологов смогут помочь школьникам избавиться от стартовых вредных привычек.

Поэтому давно уже назрела пора разработать новую комплексную программу борьбы за трезвость в России, в реализации которой видное место должны занять общественные трезвенные организации.

ТЕЗИСЫ ДОКЛАДА

на ижевской конференции «Практическая деятельность обществ и клубов трезвости» председателя ООО «Объединение «Оптималист» В.В. Куркина 21 апреля 2017 года

Главный путь для увеличения числа сознательных трезвенников – это работа по добровольному отрезвлению людей психолого-педагогическим методом Г.А. Шичко. Необходимы восстановление клубов трезвости и зарождение новых во всех регионах страны, их обязательная регистрация, иначе администрация не будет нас поддерживать. Нужно принять комплекс мер по воспитанию сознательных трезвенников: просветительные, законодательные, образовательные. Приоритетным из них является духовно-нравственное совершенствование. Как сказал Г.А. Шичко, «самая ценная часть человечества – это высокоморальные, сознательные трезвенники».

Практика показала, что через клубы трезвости можно охваты-

вать массы. Только создавая клубы трезвости, можно бросаться в бой за трезвость, без тылов насждёт безнадежный проигрыш. Преподавателей по методу Шичко можно готовить из соратников с любым образованием, но нужно, чтобы соратник отличался по одному признаку: быть готовым работать бескорыстно и по зову сердца. Конфликты происходят на нравственном пути: кто за Родину, а кто за собственный карман. Главный упор нам нужно делать на будущие поколения, которым придётся обустроить Россию. Но молодежь берёт пример с родителей и с воспитателей, поэтому нам нужно работать со всеми возрастными категориями. Всем трезвенническим организациям необходимо объединяться, мы сильнее в трезвой вере и тогда преодолеем вну-

тренние разногласия. «Излишняя, беспокойная горячность в отстаивании трезвости не помогает, а вредит трезвости», – говорил И.А. Краснонос, социолог, соратник Г.А. Шичко. Самая главная цель нашей работы в клубах – это пропаганда трезвого образа жизни, воспитание молодёжи в духе высокой нравственности, патриотизма, любви к Родине. Чтобы изменить ситуацию в стране в пользу трезвости, необходимо поменять законодательно алкогольные законы на трезвые. Мы, соратники, обязаны идти во власть, избираться на всех уровнях: от местного самоуправления до Государственной Думы. Я, как депутат Законодательного Собрания Камчатского края, работал председателем комитета по экологии и природопользованию с 1997 по 2007 год. Благо-

даря поддержке соратников (на Камчатке были созданы четыре клуба трезвости с одноимённым названием «Соратник»), меня народ избирал два созыва. За время основной депутатской работы мы направили более 20 законодательных инициатив по трезвости в Государственную Думу, Президенту, в Правительство, в Законодательное Собрание края. Из трёх законопроектов (по нашей теме) принят один «О защите нравственности и здоровья детей». Законопроекты «Об антиалкогольной политике в Камчатском крае», «Об ограничении курения табака в Камчатском крае» депутатами были отклонены. Мной был инициирован проект «Программы первоочередных мер государственной антиалкогольной политики» на сессии Законодательного Собрания. И

депутаты, и губернатор проголосовали за «Программу». Данный законопроект был направлен в Государственную Думу, в Совет Федерации, в Правительство, во все законодательные органы субъектов РФ с предложением поддержать «Программу». Из 85 субъектов законопроект поддержали 36! Представляете, более трети чиновников и депутатов ЗА ТРЕЗВОСТЬ!

В данное время вам можно ознакомиться с «Программой» в интернете. «Программа» жива, и мы сообщаем будем работать с законодательной властью по превращению проекта в жизнь.

С уважением
В.В. Куркин,
председатель
ООО «Объединение
Оптималист»



Предлагаемый к печати сборник по результатам конференции «Практическая деятельность обществ и клубов трезвости».

Материалы ижевской конференции «Практическая деятельность обществ и клубов трезвости» 21-22 апреля 2017 г.

Выступления:

Доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой Казанской медицинской академии А.М. Карпов: «Вопросы единства физической, психической и духовной составляющей человека в избавлении людей от вредных привычек».

Доктор медицинских наук, депутат Государственного Совета Удмуртской Республики Ф.А. Юнусов: «О создании законодательной базы для утверждения трезвости».

В.А. Толкачев, руководитель общественного движения «Трезвость-оптимализм» Республики Беларусь: «Борьба за трезвость – это спасение славянских народов».

А.Н. Маюров, президент МАТр, профессор: «К истории клубного трезвеннического движения».

И.Н. Газизянов, преподаватель (г. Заинск): «Лекции в учебных заведениях по позитивному мышлению».

А.А. Салахутдинов, почетный металлург объединения «Ижсталь», сопредседатель клуба «Родник – трезвая семья»: «23 года в клубе трезвости».

РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ

Выход из наркогеноцида России есть!

Ответственный секретарь Союза женщин Удмуртии Л. Д. Чеброва: «О ходе выполнения республиканского проекта «Трезвое село».

Старший преподаватель УдГУ, к.и.н., председатель Союза отцов Удмуртии С.В. Королёв: «История трезвенных движений в Удмуртии. Какие общественные движения в настоящее время поддерживают трезвость».

В.В. Куркин, председатель российского объединения «Оптималист»: «Задачи трезвенного движения страны. Клубы трезвости – основные ячейки будущего трезвого общества».

Академик МАТр, член правления российского объединения «Оптималист» И.Н. Афонин: «Как стать зорким, стройным, активным трезвенником в возрасте за 75 лет».

В.В. Шкляев, писатель, историк, общественный деятель: «1917-2017 годы. Мифы и реальность трезвым взглядом».

С.Н. Зайцев, врач-нарколог, писатель (г. Москва): «Вместо самоуничтожения – развитие своих физических, творческих, духовных способностей».

В.Н. Самарин, сопредседатель

общественного движения «Молодежь за трезвую столицу»: «О деятельности молодежного трезвенного движения в Москве».

Н.Н. Вольхин, пенсионер (г. Воткинск): «Как я из алкоголика стал чемпионом мира».

Г.В. Чудакова, врач (г. Воткинск): «Трезвенная деятельность врача на практике».

С.И. Черемных, активист клуба трезвости (г. Первоуральск): «Прививка к трезвости на «Байкальчике», или «Как вновь рождаются трезвые богатыри на Руси».

В.Н. Волков, член-корреспондент НАН, председатель общества «Трезвение» (г. Киров): «О подготовке талантливых трезвенных кадров из школьников, о создании Международной Славянской Детской Академии наук, образования, искусств и культуры».

Ю.И. Кашин, редактор газеты «Родник трезвости»: «Проект «За миллиардное Отечество».

Р.Т. Ключник, писатель (г. Санкт-Петербург): «Технология подавления русского народа».

Н.В. Январский, сопредседатель регионального общественного движения «За трезвую Удмуртию»: «С трезвою Удмуртией ты сильнее, Россия!»

В.А. Кузьмин, сопредседатель общественного движения «Молодежь за трезвую Удмуртию»: «О деятельности молодежного трезвенного движения в Удмуртии».

А.Н. Миронов, к.т.н., сопредседатель общественного движения «Молодежь за трезвую Удмуртию»: «О подготовке к молодежному слёту «Кельчинские зори», который состоится в конце июля в селе Кельчино Воткинского района Удмуртии».

Т.А. Лекомцева (г. Нижнекамск), председатель клуба трезвости: «Презентация книги «Методическое пособие по утверждению трезвости для преподавателей».

Р.М. Каюмова (г. Нижнекамск), председатель клуба трезвости «Нижнекамский оптималист»: «Различные виды трезвенного воздействия на население».

П.Н. Горняев (г. Нижний Новгород): «О внедрении уроков культуры, здоровья в учебные заведения с помощью учебников Международной Академии трезвости».

Н.Х. Веретенникова (г. Ижевск), председатель объединения «Родительская забота»: «Реализация программы утверждения трезвости среди учащихся через родительское общество».

**Временно исполняющему обязанности главы Удмуртской Республики
Александру Владимировичу Бречалову от руководителя региональной
общественной организации «За трезвую Удмуртию», члена комиссии республиканского конкурса
«Трезвое село» Н.В. Январского.**

Уважаемый Александр Владимирович!



Со вниманием ознакомились мы, члены региональной общественной организации «За трезвую Удмуртию», с Вашим выступлением на заседании антинаркотической комиссии Удмуртии.

Действительно, положение с наркоманией среди подростков в Удмуртии угрожающее. Хорошо, что Вы подметили, что выполнено всего лишь около пяти процентов из того, что мы можем сделать.

Ведь наркомания начинается не с иглы и синтетических наркотиков.

Она начинается с первой выкуренной сигареты, с первого глотка пива, с примера родителей, педагогов, врачей, артистов, которые на глазах у детей употребляют якобы «культурно» алкоголь и табак, являющиеся, по данным ВОЗ, «стартовыми наркотиками».

Поэтому начинать надо не с 201 наркопоста в учебных заведениях, а с предупреждения, с профилактики употребления наркотиков, с борьбы за сохранение трезвости у детей и моло-

дёжи, с оказания помощи тем, кто уже приобщился к легальным наркотикам – сигаретам и пиву. Наше общественное движение «За трезвую Удмуртию» за 32 года работы смогло помочь более чем 11 тысячам человек избавиться от алкоголизма, курения, других видов наркомании. Более 60 процентов из них не употребляют алкоголь и сейчас. Многие из них не употребляют вредные изделия 10, 20 и 30 лет. Среди них есть и бизнесмены, и врачи, и педагоги, и общественные деятели. Они могли бы принести большую пользу в реализации тех задач, какие ставите Вы. Но, к сожалению, прежнее руководство республики все наши обращения переадресовывало в Минздрав, а там, видимо, не заинтересованы, чтобы больных стало меньше. Доктор экономических наук, академик Б.И. Исаков доказал, что отрезвление только одного рабочего даёт производству прибыль в течение года свыше 200 000 рублей...

Вы, как активный общественник, выдающийся спортсмен и патриот России, прекрасно понимаете, что общественники могут сделать гораздо больше, чем чиновники, работающие в определённое время.

Проблема наркомании эффективнее решается психологами, а не наркологами, которые в своих выступлениях не говорят, что алкоголь и табак – стартовые наркотики. Я по образованию педагог и психолог. После исследований выступлений наркологов в школах мне стало ясно, что если в школе выступает нарколог и говорит о вреде наркотиков, то у ребят желание попробовать эти наркотики, особенно «слабые», увеличивается в три раза. Значит, читая многочисленные лекции о вреде наркотиков в школах и получая за это немалые деньги, наркологи, видимо, сами того не желая, работают

на увеличение подростковой наркомании.

А потом создаются эти самые наркопосты в школах. К сожалению, в университете в течение пяти лет готовят психологов, которые не могут избавить школьников от курения. Тогда как наши общественники из ижевского клуба «Родник – трезвая семья» делают это успешно и бесплатно. Но, к сожалению, в школы их пускают только самые трезвые директора (а таких очень мало).

21-22 апреля в Ижевске наше общественное отделение проводило конференцию «Практическая деятельность обществ и клубов трезвости». Около 100 специалистов и общественников обменивались опытом. Среди них видный профессор, известный в России и в мире, психотерапевт, руководитель кафедры Казанской медицинской академии А.М. Карпов, профессор С.Н. Зайцев из г. Москвы, академик В. А. Толкачев, руководитель общественного движения создателей трезвенников Республики Беларусь, председатель российского общественного трезвенного объединения «Оптималист» В.В. Куркин из Краснодара и ещё много опытных учёных и практиков, которые делились результатами своей работы по профилактике алкоголизма и наркомании среди взрослых и детей.

Мы разослали приглашения в Министерство образования и науки, в Министерство здравоохранения и в СМИ. Никто даже не откликнулся, кроме прекрасного специалиста, доктора медицинских наук, спортсмена и депутата Госсовета Удмуртии В.А. Юнусова, который выступил на конференции. Мы собрали записи многих выступлений опытных специалистов и могли бы выпустить сборник по итогам конферен-

ции, если бы нам оказали помощь в издании.

У нас за 30 лет разработаны программы профилактики курения и пьянства, начиная с младшего школьного и даже дошкольного возраста (сказкотерапия), разработаны программы работы с детьми с 1 по 11 классы и со студентами.

У нас свой подход к профилактической работе. Когда мы выезжаем в районы Удмуртии по проекту «Трезвое село» вместе с депутатом Госсовета Удмуртии З.И. Степновой, то мы ставим условие, что будем участвовать в проекте, если будут соблюдаться такие условия: занятия со школьниками, занятия с учителями (знакомство с психолого-коррекционной методикой Г.А. Шичко), профилактическая работа с родителями. Вечерами мы занимались с алкоголиками, нуждающимися в помощи, создавали клубы трезвости. Так мы работали в 2015-2017 годах в Алнашском, Граховском, Селтинском, Вавожском, Якшур-Бодьинском, Завьяловском, Воткинском районах Удмуртии. Результаты неплохие.

Мы просим Вас, Александр Владимирович, принять нас в составе В.И. Морозов, к.м.н., доцент УдГУ, руководитель общества православных врачей Удмуртии, А.Н. Миронов, к.т.н., сопредседатель движения «Молодежь за трезвую Удмуртию», Н.В. Январский, руководитель общественного движения «За трезвую Удмуртию». Считаем, что можем быть полезны в решении поставленных Вами задач в области профилактики наркомании среди детей и молодёжи.

**С уважением
Н.В. Январский,
сопредседатель общественного
движения «За трезвую Удмуртию»,
т. 8-912-029-25-35**

Практическая деятельность трезвенного движения невозможна без разработки и распространения информационных материалов, создания клубов, работы по принципу «выбрался сам, помоги другому» и пр. Но, кроме того, практическая деятельность невозможна и без площадок по обмену опытом, мест, где можно посмотреть на проблему с другой стороны, школ и слётов. Одна из таких площадок – школа-слёт «Кельчинские зори».

Школа-слёт «Кельчинские зори» проводится с 2014 года в селе Кельчино Воткинского района Удмуртской Республики. Слёт проходил летом, в середине августа. Это время выбрано не случайно: погода ещё летняя, день достаточно длинный, уже есть свежий ароматный мёд, овощи и фрукты со своего огорода. Одним словом все условия, чтобы вырваться из стремительного ритма городской жизни и в полной мере насладиться близостью с природой.

Обучение проходит на земле Воткинского района Удмуртской Республики, в селе Кельчино, в 25 км от г. Воткинска. При движении по трассе Воткинск-Пермь главное – это не пропустить поворот на Кельчино.

В зависимости от погодных условий и количества участников гости размещаются в палаточном городке или в деревенском доме.

Сам формат мероприятия подразумевает проведение обучения, но обучение не в

Кельчинские зори



А. Н. Миронов, сопредседатель общественного движения «За трезвую Удмуртию», кандидат наук, один из организаторов молодёжного слёта «Кельчинские зори»

виде семинарских занятий по множеству различных программ, как это происходит на озере Тургояк, а прежде всего методу Г.А. Шичко, в виде лекционных занятий, тренингов и самоподготовки. В процессе обучения происходит погружение в тему занятий.

Кроме этого, уделяется время проведению праздников: празднику села Кельчино, празднованию медового спаса, духовным вопросам. По уже сложившейся хорошей традиции открытие школы-слёта происходит при участии представителей Русской Пра-

вославной Церкви. На открытии также любой желающий может поучаствовать в народных танцах и играх, спеть песню или рассказать стихотворение. Большое внимание уделяется и простому человеческому общению.

В перспективе Кельчинские зори могут быть ежегодной молодёжной школой, направленной на обучение молодых перспективных кадров трезвеннического движения, на рассмотрение, обсуждение и обмен опытом, наработанным различными обществами и клубами в деятельности по сохранению, утверждению и распространению трезвости. В рамках данного мероприятия может проводиться совместное изучение и совершенствование психолого-коррекционного метода Г.А.Шичко. Школа-слёт «Кельчинские зори» может стать всероссийским ежегодным мероприятием по подготовке кадров трезвеннического движения, площадкой для планирования и обучения актива, воспитания лидеров трезвеннического движения. Возможно проведение ежеквартальных скайп-конференций для определения наиболее востребованных тем и методик обучения.

P.S. Поступило предложение провести слёт в 2017 году с 22 по 29 июля. Одним из важных направлений молодёжной школы является развитие творческих способностей детей и молодёжи, а также обмен опытом активистов молодёжного движения.

Вопрос-ответ

Здравствуйтесь, дорогая редакция! Прочитала вашу газету. Часто ко мне приходят бесплатные газеты, такие как «Лидер», «Успех» и др., в которых есть объявления о том, что та или иная знахарка или даже потомственная колдунья окажет помощь в трудных жизненных ситуациях, снимет порчу, поможет избежать одиночества... Газет таких на полке накопилось много. Кроме того, есть книги, которые давали женщины, несколько раз приходившие и уговаривавшие вступить в секту «свидетели Иеговы». Книги вроде бы о Боге. Но эта кучка газет и книг вызывает неприятное чувство, от них словно холодит. Как к этому отнестись? Я читала у дьякона Андрея Кураева, что всегда нас Бог защитит и бояться нам нечего. Но сомневаюсь, потому что знаю много случаев, когда люди страдали от общения с ведьмами. Да и сам Кураев, по-моему, показал себя не с лучшей стороны, когда в школах начинали вводить уроки православия, он выступал за то, чтобы эти занятия вели не священники, а простые учителя. Но как учитель-атеист может вести уроки православной культуры? Только извращая всё. Так что мне объяснения этого Кураева не понравились. Как быть с этими газетами и книгами от сектантов?

Вера

От редакции: Кандидат богословия, иерей Даниил Сысоев писал на эту тему, отвечая, в том числе и дьякону Андрею Кураеву: «...если мы обратимся к сборнику канонических норм, который употребляют в нашей церкви при исповеди – «Номоканон при Большом Требнике», то увидим, что и здесь факт воздействия магов признаётся как вполне реальный. Канонической оценке волшебства посвящены параграфы с 13 по 24. Здесь прямо утверждается, что «чародеи волшебством бесы привлекают на свои хотения...» Перечисляются те чародеи, которые вызывают демонов при помощи церковных молитв, тех, кто наводит импотенцию, дают удачу при охоте, защищают скот, наводят на людей паралич, создают отравы, занимаются прорицанием, астрологией и т.п. Далее Д. Сысоев опровергает доводы дьякона Андрея Кураева: « Неужели Андрей Кураев считает себя мудрее тех отцов, которые составили и пользовались Номоканоном? Почему для него постановления протестанствующего еп. Феофана Прокоповича важнее многовекового опыта церкви?..»

Известна мудрость веков: не впускать в свой дом врага. Газеты и книги, где есть объявления от знахарей, экстрасенсов, ведьм и колдунов, небезопасны. Если от намоленных икон в доме создаётся благодатная атмосфера, то от закодированных газет атмосфера неприятная, что вы и ощутили уже. В таком случае газеты лучше не просто выбросить, а сжечь. Объявления в такие газеты, где публикуются колдуны, лучше также не давать, так как такие газеты привлекают к себе негативные чувства. К сожалению, многие продавщицы, работающие индивидуально, связываются со знахарками для привлечения удачи в деньгах. Это небезопасно. Вы можете временно выиграть в чём-то, но в дальнейшем будете страдать и вы, и ваша семья, ваши близкие от темных сил, которых вы привлекли к себе, даже не ведая об этом.

Но есть прекрасная защита от нечистых воздействий. Это пост и молитва. Это исповедь в православной церкви и причастие. Попросите совета у священника, лучше опытного, как быть? Доброго здоровья и помощи Божией Вам, Вера.

Не кипятите ВОДУ дважды: СМЕРТЕЛЬНО ОПАСНО!

Как часто мы ставим чайник, чтобы нагреть воду, и потом забываем о ней, потому что начался любимый сериал или появились какие-то неотложные дела? Тем временем вода остывает, и поэтому мы кипятим ее по второму кругу. Но знаете ли вы, что происходит с водой при повторном кипячении?

Несмотря на то, что это очень важная тема, её почему-то игнорируют на уроках биологии или химии. Когда вода закипает, её состав меняется. И обычно это идет только на пользу, поскольку из неё испаряются вредные летучие соединения. Именно поэтому кипячёная вода считается пригодной для питья и безопасной.

Тем не менее, если вода кипит слишком долго или кипятится не первый раз, то её химический состав изменяется в худшую сторону. Таким образом, вместо того, чтобы испаряться, многие опасные вещества накапливаются.

К ним относятся мышьяк, нитраты и фторид. Даже изначально полезные минералы могут стать вредными, если их накопится большое количество, как например, соли кальция, которые мо-



гут привести к образованию камней в почках.

Вредное воздействие воды на организм человека при повторном кипячении:

1. Мышьяк

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) утверждает, что «питьевая вода представляет собой наибольшую угрозу для здоровья населения из-за мышьяка».

Воздействие мышьяка на организм может привести к интоксикации, которая, в зависимости от силы воздействия, может постепенно развиваться в серьёзные последствия.

Потенциальные последствия интоксикации мышьяком включают желудочно-ки-

шечные симптомы, диабет, периферическую невропатию, заболевания сердечно-сосудистой системы, почечную дисфункцию, заболевания кожи и даже рак.

2. Нитраты

Естественно, нитраты есть во всём на нашей планете: они находятся в почве, воде и воздухе. Но если это химическое вещество используется в качестве пищевой добавки, например, в мясе, или если оно подвергается воздействию высоких температур, как в случае с кипящей водой, оно становится весьма опасным.

Высокие температуры преобразуют нитраты в нитрозамины, которые являются канцерогенными веществами.

Нитраты тесно связаны с различными видами рака, включая рак яичников, толстой кишки, мочевого пузыря, поджелудочной железы, пищевода и желудка, а также многих других заболеваний, таких как лейкемия и неходжкинская лимфома.

3. Фтор

На спорную тему влияния фтора на организм и его присутствия в питьевой воде было проведено много исследований. Но факт остаётся фактом: входящий в химический состав воды фторид представляет собой потенциальную опасность для вашего здоровья.

По данным Гарвардского университета, которые были получены в 27 исследованиях, проводимых в течение 22 лет, воздействие фтора приводит к неблагоприятным последствиям в плане когнитивного развития у детей.

Согласно результатам исследования, опубликованному в журнале «Environment Health Sciences», фтор в питьевой воде приводит к снижению уровня IQ у детей. В другом эксперименте, проводимом в 2013 году, была установлена взаимосвязь фтора со снижением уровня рождаемости у подопытных мышей.



Ещё один трезвый день в Удмуртии

11 сентября в Удмуртии будет запрещена продажа алкогольных изделий. Соответствующую поправку в статью 1 закона «Об ограничении розничной продажи алкогольной продукции на территории республики» приняли депутаты Государственного Совета УР на сессии 6 июня 2017 года. 11 сентября – день трезвости в РФ. 25 мая и 1 июня также запрещено продавать алкоголь в республике. Но ещё остаются 362 дня в году, когда в заведениях торговли можно свободно покупать то, что ещё в 1975 году Всемирная Организация Здравоохранения признала наркотиком. Конечно, одними запретами много не сделаешь, нужна всеобщая трезвенная просветительная работа, в первую очередь в СМИ. Но всё же меньше в этот день будет аварий по вине пьяных водителей, меньше пьяных драк, изнасилований, других преступлений. Чаше будут улыбаться дети. Ведь трезвые родители – счастливые дети!

ВОПРОС ПРЕЗИДЕНТУ

В государственной казне все меньше остаётся денег. В правительстве РФ поговаривают о заморозке пенсий лет на десять или больше. И в то же время более 1 триллиона 700 миллиардов ру-



блей каждый год государство теряет из-за последствий продажи алкоголя (по данным Минздрава РФ) и более 1

триллиона рублей теряется от последствий продажи табака в стране (в ценах 2012 года). Всего же потери, по данным

независимых экспертов, составляют не менее 6 триллионов рублей в год.

Но вопреки принятой в 2009 году концепции по сокращению потребления алкоголя правительством принимаются решения, направленные на быстрое спаивание, вырождение нашего населения. В результате в последние годы смертность вновь стала превышать рождаемость. Скажите, кому это выгодно? Почему игнорируются все предложения общественного движения «За трезвую Россию»? Активисты-общественники этого движения в НКО, общинах, клубах трезвости спасают ежегодно в несколько раз больше погибающих от алкоголя и других наркотиков людей, чем наркологи, все вместе взятые. Когда начнётся объединённым народным фронтом борьба за трезвость в стране? Вы говорили, что национальной идеей в России должен быть патриотизм. Согласны. Но нужно добавить: патриотизм, трезвость, духовность – это та великая Троица, которая может нас спасти в России.

Н.В. Январский,
сопредседатель регионального
общественного движения
«За трезвую Удмуртию»

Будьте как дети



Вспоминаю эпизод тридцатилетней давности. Мы с зятьями, мужьями моих двух сестёр копаем картошку на огороде у бабушки. Приходит время обеда. На стол ставится водка. Все мужи, кроме меня, употребляют её с криканием и весёлыми прибаутками. После обеда, поработав немного, подвыпившие мужи идут покурить, а потом отправляются на длительный отдых. Остаёмся мы на огороде вдвоём с Яночкой, шестилетней племянницей, моей старательной помощницей. Собираем картошку в мешки, и я таскаю эти мешки в подполье. Наш огород находится на горе, и видно, как с запада, севера и юга на нас движутся темно-лиловые тучи. Со стороны севера на расстоянии полукилометра идёт к нам сплошная завеса белёсого дождя. Несколько дождинок уже предупредительно капнули на голову. Надо что-то делать. Ведь картошка уже вся выкопана и лежит в бороздах, её надо срочно перетаскать в подполье. Если её вымочит дождём, нужно потом её долго сушить и собирать уже будет не так удобно. Я начинаю креститься и прошу Бога задержать дождь, хотя и не очень верю, что это поможет нам. Тучи окружают нас всё плотнее, и чувствуется, что вот-вот

хлынет сильный дождь. Капли падают на голову всё чаще. Яночка вопросительно смотрит на меня. Я говорю ей: «Яночка, ты ещё не имеешь столько грехов, сколько у меня. Поэтому твою молитву быстрее услышит Бог. Давай попросим Бога, чтобы он задержал дождь, пока мы не уберём картошку.» Она послушно вскидывает ладошки вверх: «Дедушка, пусть будет солнышко!» И тут происходит удивительное. Вдруг капли с неба перестают на нас капать, тучи останавливаются, и выглядывает солнце. Нам видно, как внизу в округе повсюду идёт дождь, а у нас сухо! Мы быстро складываем картошку в мешки, и я бегом таскаю их в подполье. Вот и последний мешок я забрасываю в яму. И как только мы с Яночкой вбежали в дом, пошёл такой ливень, что казалось, кто-то сверху льёт воду из ведёр, а от земли шёл такой шум, словно на неё сыпали картошку. А Яночка пошла спокойно к бабушке пить молоко, словно каждый день она совершала такие чудеса. А может, они, эти чудеса, и совершаются каждый день, только мы их не замечаем?...

Другой случай. Мы едем на слёт на озеро Тургояк. И вдруг утром в 4 часа на горной дороге автобус останавливается. Водитель сконфуженно пробормотал: «Бензин кончился!», вышел на дорогу с ведром и стал останавливать машины. Но машин проходило мало, и они, даже не снижая скорости, пронеслись мимо. Мы можем опоздать на открытие слёта! Что делать? Я прошу нескольких соратниц, про которых знаю, что они ходят в церковь, помолиться вместе со мной. Отходим за поворот, чтобы не смущать встревоженных соратников, и читаем молитвы. Но редкие машины пронеслись мимо. И тут я вспоминаю случай с Яночкой. Вместе с нами едет на Тургояк восемнадцатилетняя круглолицая красавица Таня. Она добрая и скромная, не похожа на современных разбитых девиц с татуировками на теле. Я спрашиваю её: «Таня, ты крещёная?»

«Да! – отвечает она. – «Пойдём с нами! Поможешь нам помолиться!» Мы вновь уходим за поворот и молимся. Проходит несколько минут, и вдруг подъезжает бензовоз. Останавливается. И водитель весёлым голосом окликает нас: «Что, ре-

бята, бензин кончился?» И это в горах в 5 часов утра! Соратники выглядывают из автобуса: «Ну, вы даёте! Сейчас мы тоже с вами вместе будем молиться!...»

Вспоминаются прекрасные слова из Евангелия: по вере даётся! И ещё: будьте как дети!

Дорогие читатели! Возможно, и у Вас были такие интересные случаи. Напишите! Возможно, по вашим письмам мы откроем новую рубрику? Главный редактор Н.В. Январский.

Послесловие. Вчера отправил я эти заметки выпускающему редактору. А сегодня утром мой знакомый Павел, работающий грузчиком в продуктовом магазине, рассказал такую историю: «Просыпаюсь я утром, рука у меня откинута в сторону, и ладонь раскрыта, а в раскрытой ладони лежит маленький котёнок из тех, которых недавно родила моя кошка... А у меня их девять кошек, – добавил он скороговоркой. – К чему такой знак? К счастью?» И мне вспомнилось, как некоторые жёны проклинаят своих мужей-алкоголиков. Паша тоже алкоголик, но он добрейший человек, исправно работает в магазине, считает, что он сам сможет избавиться от алкоголя. Недавно подвёл меня к одному подвыпившему человеку и сказал: «Помогите моему другу избавиться от алкоголизма, тяжело ему. Но денег у него нет, чтобы заплатить за лечение». Мы поговорили с его другом. Он пообещал прийти на курсы по методу Шичко, но пока не пришёл. Обычно в пьяном виде многие просят на занятия, обещают прийти, но как только протрезвеют, забывают про свои обещания... Видимо, всему свой срок. Ведь пьянство – это учёба на избавление от каких-то тяжких грехов, от эгоизма, гордыни, блуда и т.д. Вспомним Библию. Когда Ной и его сыновья вышли из ковчега после Всемирного потопа, они занялись возделыванием винограда. Видимо, до потопа виноград не выращивали и не знали его коварных свойств. Праведник Ной попил забродивший виноградный сок и опьянел. Ной разделся и голый лежал в шатре. Его сын Хам увидел наготу отца и посмеялся, пошёл рассказывать братьям о срамоте отца (по еврейским законам нельзя было показываться голым даже перед родственниками). Братья

Хама Сим и Иафет не стали смеяться над отцом, а пятась задом, чтобы не видеть наготу отца, закрыли его одеждой. Когда Ной протрезвел и узнал о случившемся, он проклял потомков Хама и сказал, что от них пойдут хамовитые грубые племена. Глядя на постоянно мелькающие на экранах физиономии юмористов, просмеивающих русских алкоголиков, думаешь: – «Вот они, наследники Хама, сами ставшие хуже Хама». А наши наивные сограждане не жалеют тысячи рублей, спешат на концерты хамовитых жванецких и весело там гогочут, считая себя выше опьяневших наследников Ноя. Не смеяться и издеваться нужно над алкоголиками, а спасать их правдивой информацией. Но мало одной правдивой информации. Нужна мотивация на трезвый образ жизни. Нужны простые и доступные формы избавления от вредных привычек, не кодировка, рассчитанная на животный страх человека перед смертью, а метод самоизбавления, подобный гениально простому и доступному методу Г.А. Шичко.

Многие алкоголики считают, что можно самому быстро избавиться от алкоголизма. Этим пользуются вербовщики и заманивают алкоголиков на самые тяжёлые работы, обещая им большие деньги. Мне рассказали, что в Алнашском районе часто вербуют на работы в соседний Татарстан. Как правило, возвращаются они оттуда без денег, а иногда и без документов, так как часто попадают в настоящее рабство. Тех, кто пытается бежать, ловят на дорогах, избивают до полусмерти и вновь заставляют работать за одну еду. Известны несколько случаев, когда люди, согласившиеся там работать, просто теряются и многие годы их не могут найти... Уже в центре Ижевска можно прочитать объявления, что на работу приглашаются бомжи, алкогольно зависимые люди, которым обещают жилье, пищу, уход и деньги... Потом этих людей не могут отыскать... Эту проблему нужно решать как можно быстрее. Лучший выход – это реабилитация в православных общинах при церквях и монастырях. В православии никто насильно не заставляет верить в Бога, но подход к алкоголикам человеческий.

Протокол конференции российского объединения «Оптималист»

21 апреля 2017 года в г. Ижевске прошла конференция ООО «Объединение Оптималист».

Количество участников конференции – 72 человека. Были представлены города и регионы: Москва, Санкт-Петербург, Ярославль, Краснодарский край, Татарстан (города Альметьевск, Нижнекамск, Заинск, Набережные Челны), Нижний Новгород, Киров, Кировская область, Череповец, Саров, Первоуральск, Казань, Воткинск, Ижевск, Можга, Сарапул, Вавож, Завьялово, Завьяловский, Воткинский, Граховский, Шарканский, Сарапульский и другие районы Удмуртии. Также в работе конференции принял участие руководитель движения «Трезвенность – Оптималист» Республики Беларусь В.А. Толкачев (г. Минск).

Принимали участие в работе конференции через электронную связь лидеры трезвенного движения из Екатеринбурга, Красноярска, Якутска, Севастополя, Республики Беларусь и Украины.

На конференции с отчетным докладом выступил председатель правления объединения «Оптималист» В.В. Куркин. В прениях принимали участие Н.В. Январский, В.Н. Волков, А.Н. Мионов, В.И. Костарева и другие.

Заслушав и обсудив отчетный доклад председателя правления «Оптималист» В.В. Куркина, конференция приняла решение:

За время с октября 2016 года, когда на конференции в Сочи было переизбрано правление ООО «Объединение Оптималист», была проделана определенная общественная работа. Восстановлена деятельность объединения «Оптималист», избраны члены Координационного совета объединения и члены



правления. Разработаны и с небольшими поправками утверждены положения о правлении объединения, о Координационном совете, о методическом совете, о совете старейшин-трезвенников. Создан и плодотворно работает сайт «Оптималист». Модератор сайта – секретарь правления «Оптималист» Л.В. Астахова. Регулярно выпускается газета «Оптималист-Оптимист». Главный редактор газеты – заместитель председателя правления «Оптималист» Н.В. Январский. Дважды в месяц проводятся по скайпу планёрки членов правления под руководством председателя правления «Оптималист» В.В. Куркина, на которых члены правления отчитываются о проделанной работе, намечают планы на будущее. Создаются новые клубы трезвости и восстанавливаются ранее работавшие и останавливавшие свою деятельность клубы. Наблюдается взаимодействие с молодёжными трезвенными организациями. Готовятся и создаются новые пособия по трез-

венной работе со школьниками и студентами, с молодёжью. Выпускаются диски, фильмы по трезвенной тематике. Члены объединения «Оптималист» принимают активное участие в проектах «Трезвое село», «Трезвые дворы», «Трезвые пробежки», праздники трезвости и т.п.

Вместе с тем в работе объединения «Оптималист» имеются определённые недостатки, которые необходимо устранять. Лишь в нескольких регионах проводится работа по восстановлению клубов и обществ трезвости. Мало внимания уделяется ветеранам трезвенного движения, отошедшим от трезвенной деятельности. Недостаточна работа по воспитанию кадров молодых сознательных трезвенников, по укреплению их связи с ветеранами трезвенного движения, по передаче им опыта трезвенной работы. Член правления ООО «Объединение Оптималист» Свиридов В.М. самоустранился от работы в правлении. Член правления ООО «Объединение Оптималист» Коновалов С.В.

загружен работой в благотворительном фонде «Трезвость» Республики Татарстан, поэтому недостаточно хорошо выполняет решения правления, не может наладить дружелюбные контакты с членами клуба «Нижнекамский Оптималист», из которого он вышел.

Принято решение: работу правления ООО «Объединение Оптималист» за отчетный период с октября 2016 года по настоящее время признать удовлетворительной. Результат голосования: решили единогласно.

Утвердить Положения о Координационном совете, о правлении, о методическом совете, о совете старейшин. Доработать и утвердить на правлении объединения план практических действий ООО «Объединение Оптималист» на будущее. Результат голосования: решили единогласно.

Конференция постановила: за неоднократные нарушения устава, а также обязанностей члена правления ООО «Объединение Оптималист» вывести Свиридова В.М. и Коновалова С.В. из членов правления ООО «Объединение Оптималист». Результат голосования: решили единогласно.

Избрать новыми членами правления Всероссийского объединения «Оптималист» И.Н. Афонина (клуб трезвости и прозрения «Преображение», г. Череповец) и В.Н. Самарина, сопредседателя движения «Молодёжь за трезвую столицу» (г. Москва). Результат голосования: решили единогласно.

В.В. Куркин,
председатель конференции

Н.В. Январский,
секретарь конференции

Если не мы, то кто же?

Дорогие соратники! Вновь началось вырождение нашего народа быстрыми темпами. Смертность вновь стала опережать рождаемость, о чём были вынуждены сообщить даже СМИ. Принимаются все новые и новые законы и постановления, разрешающие пропаганду и продажу алкоголя всюду, даже в детских учреждениях. Причём различные хорошо оплачиваемые центры, ссылаясь на органы статистики, сообщают, что пьянство в нашей стране уменьшилось за последние годы аж на 38 процентов, что даже Геннадий Онищенко назвал ложью. На кого рассчитывать, к кому обращаться?

Ещё 20 лет назад наш мудрый лидер Ф.Г. Углов с горечью сказал на съезде трезвенников в Ижевске: «Нам не на кого больше надеяться!» Но нас, сознательных трезвенников, многие тысячи, и с каждым днём нас становится больше, хотя нас умело развели по принципу: кто за Родину, кто за свой карман и за рост доходов своих чад. Многих из нас не пускают в школы, ссылаясь на нашу некомпетентность в делах образования и науки. Нам нужны новые программы, новые пособия и учебники для работы по трезвенному воспитанию со школьниками, родителями, учителями, с молодёжью и наркотически зависимыми людьми, со всеми категориями населения. Да, у нас есть учебники культуры здоровья МАТр, есть пособия, выпущенные в разных регионах. Но нужна альтернатива, так как не всех устраивают учебники и пособия: в них находят много ошибок. В школах нам нужно добиваться введения родительского всеобуча, чтобы лучшие учёные-трезвенники, педагоги, активисты-трезвенники среди учителей, студентов и волонтеров-учащихся смогли вести занятия по утверждению трезвости для родителей учащихся и на всех уровнях.

Необходимы учебники для учителей математики, химии, физики, биологии, литературы, русского языка, истории и т. п. с примерами трезвого научного взгляда на явления, описываемые в учебниках. Эти книги о трезвости должны быть доступны и детям, и их родителям, и учителям. При правлении ООО «Объединение Оптималист» создается методический центр, который может оказать помощь в рассмотрении предлагаемых программ, пособий и учебников. Первые проекты могут быть представлены в методический центр уже к слёту на озере Тургояк с 1 по 7 июля. Условия конкурса разрабатываются. Просим высылать свои предложения на адрес редакции «Оптималист-оптимист».

С уважением
Н.В. Январский,
главный редактор газеты
«Оптималист-оптимист»

Отказ от табака

Курение в два раза опаснее для сердца, чем неправильное питание и сидячий образ жизни!

По данным Европейского кардиологического общества именно к таким выводам пришли ученые после проведенных исследований за последние несколько лет. Ряд исследований совершенно отчетливо показали, что курение является

серьезнейшим фактором риска для развития сердечно-сосудистых заболеваний и рака.

При этом вредными для жизни оказались не только обычные сигареты, но и сигары, электронные сигареты и также кальян. Gazetateploie.ru

Более 80 процентов курильщиков желали бы избавиться от табака, но не могут этого сделать, так как пробо-

вали освободиться, но у них не получилось. Между тем, как сообщают соратники, отказавшиеся от курения по методу Г.А. Шичко, освободиться от табака для них было гораздо легче, чем казалось вначале. Нужно только перестать бороться с табаком, сокращая количество выкуриваемых сигарет до нескольких или одной в день. Но надо принять Решение, наметить день отказа, не более 8 дней затратить на подготовку к освобождению и решительно переключиться за здоровый бездымный образ жизни.

Человек – это триединство тела, души (разума) и духа (совести). Поэтому решать проблему освобождения от табака нужно в триединстве.

Тело ваше не должно отягощено нездоровой тяжелой пищей, мясом, яйцами, сырами, молочными продуктами, булками и сладким. Кандидаты в космонавты освобождаются от курения за три дня за счет овсяной диеты. Овсяная каша на воде или с растительным

маслом, типа бальзама Омега-ферол.

На уровне разума хорошо помогают самоаналитические дневники перед сном и настрои Г.Н. Сытина.

На уровне духа (совести) нужно покаяться за те поступки, за которые вам было стыдно, чтобы не заглушать свою совесть сигаретами или алкоголем. Стараться больше не грешить, не употреблять алкоголь. Накануне отказа от табакокурения напишите 9 раз подряд: «Сегодня и завтра и навсегда я свободен от сигарет на всю жизнь.» Сожгите все сигареты до одной на мусорке, прополощите рот водой с содой и ложитесь спать. В последующие

2-3 дня нужно делать все, чтобы быть занятыми делами, при которых вы не курили. Вечером желательны бег и молитва, написание и чтение своих дневников перед сном.

Успеха Вам и доброго здоровья Вам и Вашему роду.

Телефон Ижевской школы здоровья для консультаций: 8-9120292535, 24-12-06.





Новая встреча с поэтом Александром Гребёнкиным



Наш знаменитый земляк Александр Гребёнкин живет в Перми. Недавно он выпустил свою очередную, уже сорок третью книгу стихов. Это мужественный поэт, который в самые тяжёлые «бандитские» 90-е годы стал яростно бороться с разрушением всего святого силой своего поэтического таланта. У Александра прекрасная семья, красавица жена Антонина, дочь-юрист, внучки и 93-летняя тёща-украинка Меланья Максимовна. Она ещё имеет здравый разум, приводит добрые примеры дружной и счастливой жизни Украины в советские времена. Из разговора с бабушкой я вновь убедился, что те передачи, какие постоянно устраивают на телевидении соловьёвы и им подобные, ничего хоро-

шего дать не могут, так как на телевидение приглашаются люди, заведомо ненавидящие всё русское. Поэтому из таких передач складывается отрицательное отношение и к доброму, любящему звонкие песни и шутки украинскому народу. Последние факты, когда 9 Мая на шествие «Бессмертного полка» вышло более 500 000 человек, несмотря на опасность фашистского режима, показал, что народ Украины в основном был и остаётся братским и добрым. Книги А. Гребёнкина, такие как «Материнское сердце» и детские, есть в нашей редакции, они быстро расходятся. Желающие их приобрести могут обратиться к нам по телефону 24-12-06.

А. Гребёнкин

Глашатаи новой эпохи
Судьбу уготовили нам
И наши последние крохи
По собственным тащат домам.
И всё же душа не ослепла,
Пророком я быть не берусь
И верю: восстанет из пепла
Земля моя светлая – Русь!

Порвав стальные удила,
Русь просыпается святая.
Уже звенят колокола,
Народ на вече собирая.
Уже сомнений больше нет,
Что он вернёт былую славу,
Решит, кому держать ответ
За низко павшую державу.

ИЗ ДУХОВНОГО НАСЛЕДИЯ

Пьянство многолико. На Руси пьянством называли всякое духовно-чувственное возмущение сознания. Главная причина пьянства, курения, наркомании – кревоугодие, то есть стремление вкусно поесть, попить, угодить своему чреву, которое глупо и ненасытно. Это называют ненасытной утробой, страстью. Страшную судьбу готовят родители своим чадам, которых с пелёнок пичкают всеми сладостями.

Наркологи называют пьянство и алкоголизм болезнью, психологи – искажением сознания, а духовные лица – страстями. Есть страсти кревоугодия, блуда, сребролюбия, гнева (обиды), печали, уныния, тщеславия, гордости.

Вот что пишут святые отцы о страстях.

Пьянство блуда

Блуд находит пособника себе в свойствах тела... Где блуд, там обитает диавол.

От блуда всё тело становится нечистым, оно оскверняется так, как бы упало в грязный сосуд, наполненный нечистотами. Хотя всякое греховное рабство бесславно, бесчестит благородство души. Но блудник есть самый бесчестный раб греха, которому приказано последним вычерпывать грязь. Собирать нечистоту в кучу. Служить грязному делу, валяться в тине удовольствий, заниматься бесстыдством...

Если твой брат соблудил, не поноси его обидными словами, не насмехайся над ним. Ты не доставишь этим пользы слушающему, но решительно повредишь ему.

Сам же избегай блуда, оскверняющего нашу душу и тело; блуда, удаляющего нас от

Бога и от святых; блуда, который уготовляет для нас вечный и неугасимый огонь.

Пьянство сребролюбия

Неблагодарность и ненасытность – великое зло. Человек, порабощённый чем-то материальным, всегда поглощён волнением и душевной тревогой, потому что то дрожит, боясь, как бы у него не отняли богатство, то испытывает страх за свою жизнь. Начав собирать, человек этим связывается и отдавать уже не может. Но если человек начнёт не собирать вещи, а раздавать их, тогда его сердце не поймаёт, как соберётся во Христе. У какой-то вдовы нет денег, чтобы купить на одежду своим детям аршин ткани, а я буду копить? Как я это вынесу? Большинство удобств влекут за собой неудобства. Старец Паисий Святогорец (1924-1994).

Не бойтесь бедности!

Господь пасут мя, и ничтоже мя лишит. (Пс. 22, 1)

Сытая душа попирает и соты, а голодной душе всё горькое сладко. (Притч. 27, 7)

Отвратительно для гордого смирение; так отвратителен для богатого бедный. (Сир. 13, 24)

Не бедных ли мира избрал Господь быть богатыми верою им наследниками Царствия, которое он обещал любящим его? (Иак. 2, 5)

Наши предки жили куда беднее нашего, но они твёрдо верили, что Бог не оставит их без помощи в самой крайней нужде и бедности. Даст Бог детей, даст и на детей – это неопровержимая и опытом подтверждённая истина. Богослов Герман Шиманский (1915-1961).

Если мы заботимся о жене и детях, то Бог уже не печётся о

них. Если же оставим свои заботы, то Бог попечётся и о них, и о нас. Препод. Иоанн Пророк (6 век).

Не столько бедный огорчается своей бедности, сколько завидует благополучию ближнего. Что может быть гнуснее? И. Златоуст.

Моль всё поедает и на гроб не оставляет своего достоинства; лучшая погребальная почёт – доброе имя. Святитель Григорий Богослов (329-389).

Вы лишились имущества? Господь дал, Господь и взял, да будет имя Господне благословенно Иов. 1, 21.

Русские пословицы

Даст Бог день, даст Бог и пищу.

Хлеб с водою, да не пирог с лихвою!

Денег нет, так подушка под головой не вертится...

Оздоровительные системы Ижевской школы здоровья

Как легко избавиться от лишнего веса или провести коррекцию фигуры?

Дневник избавления от лишнего веса

1. Утро начинается с вечера. Вечером перед сном нужно написать дневник самооздоровления и настрой на самоисцеление, а также обязательно составить план на следующий день. Человек, выполняющий свой план, успевает за наше быстротекущее время сделать в несколько раз больше, чем тот, кто живёт, не планируя своего будущего. Начинать можно с небольшого ежедневного дневника, увеличивая его со временем.

Пример вечернего дневника для самооздоровления и избавления от лишнего веса. (Дневник лучше показывать наставнику или человеку, который смог решить проблемы, какие решаете вы).

1. Имя, отчество, фамилия или псевдоним. Например, я стройный Александр.

2. Дата, время написания (только перед сном).

3. Перечислите всё, что съели и выпили в течение дня, включая лекарства. (Лекарства нужно убирать, так как они не решают проблему, а лишь убирают симптомы, то есть убирают боль. А боль – это сигнал, что нам нужно изменить образ жизни. Кроме того, лекарства – это в основном психотропные вещества, затрудняющие работу мозга.) Норма – за день нужно съесть то, что входит в ладошки, сложенные вместе, не больше.

4. Какую пищу считаете вредной, а какую полезной для вашего организма? Почему? Отношение к её виду, запаху, вкусу.

5. Отношение к предложению съесть лишнюю, вредную для вас пищу, употребить алкоголь, табак, лекарства.

6. Ваше отношение к употребляющим алкоголь, табак, перепадающим, систематически употребляющим лекарства. Самочувствие в их компании.

7. Проявление привычки и потребности к перееданию, употреблению алкоголя, табака, лекарств. Переживания, связанные с отходом от привычных для вас норм поведения. Задачи.

8. В случае срыва (если не выполнили задачи, поставленные в 18 вопросе) подробно опишите всё, что с этим связано: причины, побудившие съесть лишнюю, вредную для вас пищу, употребить табак, алкоголь, лекарства. Название съеденного, выпитого, самочувствие до, во время, после срыва, оценка случившегося, задачи на будущее.

9. Ваши убеждения в связи с переходом к здоровому образу жизни. Программа дальнейшего отношения к питанию, алкоголю, табаку, лекарствам.

10. Прояснённое сознание по данной проблеме (ясность необходимости здорового образа жизни без лекарств и алкоголя).

11. Самоконтроль веса. Высчитывать по формуле: рост в см - 100 = вес

12. Овладение оздоровительными системами. Что удаётся, что нет. Почему? Что нужно делать?

13. Физические нагрузки в течение дня. Зарядка, ходьба, бег, работа на огороде, домашние дела. Если не выполнили поставленную задачу, проанализируйте и поставьте задачу на будущее по исправлению этого.

14. Физическое самочувствие в течение дня. (Недомогания, бодрость, как спали). Что использовали для улучшения самочувствия? Результат. Задача на будущее.

15. Психическое самочувствие (настроенность мыслей, желания, эмоции).

Моральное самочувствие (отношение к собственным поступкам, удовлетворённость или угрызения совести). Что сделали для улучшения самочувствия? Результат. Задачи.

16. Взаимоотношения с родственниками, друзьями, коллегами по работе в связи с вашим переходом к здоровому образу жизни. Что вы делаете, чтобы отношения улучшались? Результат. Задачи на будущее.

17. Самостоятельная работа по переходу к здоровому образу жизни (написание дневников, утренних и вечерних настроев, сочинений), проведение постов (утренних до обеда или по средам, пятницам, субботам и т.д.), очищений, изучение оздоровительной литературы.

18. Цель жизни, программа на завтра, на неделю, месяц по духовному и физическому самооздоровлению. Ваши покаянные мысли.

После вечернего дневника нужно написать настрой самовоздействия (желательно левой рукой).

Люблю свой дневник и жду встречи с ним! Работа с дневником помогает мне очистить свое подсознание от ненужных вредных привычек. Я верю, что с каждым днём всё с моим телом и со здоровьем становится лучше и лучше во всех отношениях. Я прошу помощи у Господа Бога и верю, что я добьюсь своей цели. Мои болезни уходят, болячки рассасываются. Я радуюсь жизни и люблю жизнь и всех людей. Аминь!

Дневники пишутся 9 дней подряд перед сном, потом нужно написать сочинение о своей оздоровительной работе и о планах на ближайший год. Свои дневники желательно показывать преподавателям, знающим метод Г.А. Шичко или же тем, кто может показать Вам положительный пример. Потом пишутся дневники подряд в течение 40 вечеров ежедневно, в последующий месяц через день, потом ещё месяц через два дня, потом, если очень заняты, 1 дневник в неделю. Если Вы недовольны результатом, дневники пишутся чаще. Ставьте цель и добивайтесь её.

Телефон Ижевской школы здоровья и трезвения для справок 8-912-029-25-35.



ЛЮДИ ИЗ СТАЛИ

В Красноярском крае функционирует один из старейших клубов в России: клуб трезвости и здоровья «Оптималист», который зародился ровно 32 года тому назад в городе Сосновоборске, на заводе автоприцепов в сталелитейном цехе. Инициатором создания объединения стал молодой, энергичный парторг Николай Владимирович Тесля, чей энтузиазм и трезвенное убеждение, незатухающее стремление сделать жизнь людей лучше и интересней, настойчивость и трудолюбие, и сегодня движут яхту трезвости к надежным портам здоровья и долголетия через буйные моря житейских невзгод. «Кораблик счастья», – так можно назвать этот клуб, с его бессменным капитаном, знающим курс и лоцию, твёрдой рукой направляющим штурвал вперёд из прошлого в будущее.

Удивительно! Кануло в лету время советской власти и быльем пошло ударное строительство социализма и коммунизма. Уже давно нет ни цеха, ни завода, ни той страны, которую с чистыми сердцами ваяли комсомольцы-добровольцы, что всем миром лелеяли и любили, возвышали до небес. Как сквозь землю провалилось государство, прославлявшее человека труда, а не олигарха, где заботились о детях и старших поколениях, ценили людей. Всё исчезло, будто пригрезились! Словно не было плановых пятилеток, бессонных ночей, рабочих бригад, заводских коллективов, соревнований, воодушевлённых речей и храбрых маршей народных побед. Ныне, как тени минувшей эпохи, перемещаются по улицам с потухшими глазами россияне, не имеющие ни прошлого, ни будущего, ни настоящего, без мечты и надежды, без денег и работы, но в нужде, кабале, баснословных долгах и заботах о том, как и чем кормить семью.

Был период, когда многие не выдерживали безнадёги перестройки и разрушения социалистического строя, вместе с которым ломались судьбы миллионов, громились фабрики и заводы, удушилось сельское хозяйство; когда негде было взять копейки на кусок хлеба. Тогда будто поветрие снизошло на Россию: волна самоубийств мужской части населения прокатилась от западных до восточных границ, выкашивая армии сторонников социалистической идеи. Что это было: стечение обстоятельств, эпидемия психоза или социально-демографическое явление новой власти – остаётся загадкой, но в петлю в те годы лезли учёные и военные, рабочие и строители, крестьяне и учителя. Здоровые мужчины, отцы семейств, среди которых немало было заслуженных людей и передовиков производства, «героически» вычёркивали себя из списков живых где-нибудь в гаражах, приняв «для храбрости» сто граммов. Кто знает, может, ушедшие считали, что, поступая так, уменьшают пищевую нагрузку на членов семьи...

Да, многие, с кем когда-то труднились «оптималисты», лежат в холодной земле: кто-то повесился, кто-то спился, кто-то умер естественной смертью. Печально, что пламя клубной свечи не привлекло их внимание, не отогрела души, жаль, что не возгорелись их сердца идеей отрезвления нации; остались они сиротливыми и несчастными, наедине со своей бедой да бутылкой. Как ни банально и сослегательно это звучит, но если бы они стали клубистами, то большинство из них до сих пор радовали бы своих близких любовью и посылной

помощью детям и внукам...

Но это было позже, а тогда, в далёком 1985 году, в сполохах огня, в атмосфере гари и копоти возник клуб сталелитейщиков, можно сказать, как феникс из пепла. Формально этому послужило Постановление Совета Министров СССР от 7 мая 1985 г. № 410 «О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма, искоренению самогеноварения», опубликованное в газете 17 мая.

Уже на следующий день – 18 мая 1985 г., на сосновоборском заводе автоприцепов проявили себя сторонники трезвого образа жизни. Поначалу робко и неумело, а затем всё настойчивее и успешнее, прямая противоалкогольная деятельность обрела признаки культуры трезвого образа жизни. Одним из первых помощников Николая Владимировича стала Галина Рейш. Юной красавице было поручено читать лекции о вреде пьянства и алкоголизма. Человек отважный, она смело взялась за незнакомое дело и гордо шагнула навстречу пьющему рабочему коллективу.

Галина Васильевна, понимая, что знаний недостаточно, стремилась учиться. Она стала завсегдаем красноярского клуба трезвости, который создал Г.М. Кострыкин, заведующий отделом Центрального райкома Красноярской городской организации КПСС. Вскоре он возглавил (и является его бессменным руководителем до сего дня) Красноярское общество трезвости и здоровья, филиал которого открылся и в Сосновоборске. Одним из сотрудников стала Г.В. Рейш. Какие-то сведения она почерпнула из выступлений лектора В.П. Кривоногова, перебравшегося к тому времени из Абакана в Красноярск, читавшего при библиотеке лекции о вреде пьянства и алкоголизма. Затем была направлена на 10-дневные курсы по методу Г.А. Шичко в г. Курган, но заряд вдохновения получила на занятиях заезжего трезвенника из Ленинграда. Она буквально заразилась идеей помощи людям, и с 1988 года начала сама вести курсы по методу Г.А. Шичко. Через клуб «Доверие» прошли сотни людей. Они перестали пить, курить, приобщались к трезвому образу жизни. Более 3-х лет она сотрудничала с Г.И. Тархановым, пытавшимся в те годы создать сибирскую сеть сторонников здорового образа жизни, делавшим попытки отрезвления людей через профессиональные сеансы и курсы. Вела занятия по весу, а с 1994 г., после знакомства с В.Г. Ждановым, освоила направление по восстановлению зрения. За эти годы объехала весь Красноярский край, многие регионы Сибири и Дальнего Востока, европейской части России. Рейш не знает усталости, дважды в месяц проводит оздоровительные курсы, в которых большое внимание уделяет алкогольно-табачной проблеме. Огромный вклад внесён ею в дело отрезвления и оздоровления нации. Десятки тысяч людей по всей стране знают её в лицо, отзываются с благодарностью. Каково же было её удивление узнать от бывших заключённых, что в колонии, где она много лет тому назад вела курсы по методу Шичко, существует традиция их проведения; и каждый раз в начале занятий звучат слова благодарности в её адрес.

На сегодняшний день Г.В. Рейш является заместителем руководителя сосновоборского клуба трезвости и здоровья «Оптималист». Можно предполагать, что без её участия и поддержки инициатив Николая Владимировича, этого объединения бы не существова-

ло. Они стали идеальной парой, и если он – папка-вдохновитель, то она – мамка, чьи многочисленные «детки» становятся завсегдаемыми клубными встречами.

А тогда, после выхода майского постановления, перед ними стояла одна задача: заменить алкогольные традиции рабочих сталелитейного цеха на культурный досуг. Начали с производства: руководство завода выделило комнату отдыха. Белоснежные скатерти, украшенные столы, восемь самоваров плюс один на 20 литров, изготовленный коллективом пусконаладочной бригады, угощение и уютные места для отдыха в обеденный перерыв не прельстили рабочих. Те, наскоро перекусив в «столовке», по привычке шли в бытовые помещения, где можно было в замасленной спецодежде развалиться и покуривать встать.

Сколько же пришлось приложить усилий, чтобы расшатать, сломать эти закостенелые стереотипы! Сколько выдумки и творческой находчивости потребовалось, чтобы завсегдаи-пьяницы начали менять своё отношение к алкогольным привычкам! Но, как говорится, терпение и труд всё перетрут, и уже через три-четыре месяца от желающих участвовать в клубной жизни не было отбоя. Безалкогольные праздники, коллективные выезды в столицу края на лекции по здоровому образу жизни, совместные экскурсии в музеи, семейное посещение кинопремьер, театров, выход на природу, спортивные соревнования – всё это вовлекало в клубную деятельность всё большее количество сторонников здорового образа жизни. А когда через два года систематически заработали курсы по методу Г.А. Шичко, клуб начал пополняться сознательными трезвенниками, окрылёнными не просто мечтой о здоровой и сытой жизни, но идеей отрезвления общества. «Советские обряды и ритуал – без рюмки хмельного. Наш курс – на трезвость!», «Трезвые традиции рожают трезвые ритуалы», «Товарищи! Не будьте в стороне от борьбы против пьянства, за высокую трудовую и общественную дисциплину у себя в трудовом коллективе и в городе! Словом и делом внеси свой вклад во всенародную борьбу!» – эти и подобные им мысли рождались в головах протрезвевших сосновоборцев. Аналогичные плакаты и объявления собственного производства украшали цеха и улицы города, привлекая взгляды потенциальных оптималистов.

Заметно жизнь людей начала меняться от пьянства к трезвости, больше стало улыбок, в семьях рождались дети, молодожёны получали бесплатные квартиры; современный город с широкими улицами и красивыми площадями разрастался на глазах. Наступило последнее десятилетие XX столетия, впереди маячил XXI век со своими надеждами и ожиданиями – столько было связано мечтаний и стремлений к нему, казалось, что вот-вот раскроются новые горизонты и весь советский народ войдёт в новую политико-экономическую формацию – эру коммунизма. Но неожиданно всё пошло наперекосяк: началось массовое увольнение рабочих, сокращались производства, разваливалась социальная инфраструктура, резко усилилась алкоголизация народа, почти мгновенно произошла смена ценностных ориентиров общества от созидания к разрушению.

Эти перемены не могли не сказаться на трезвенниках Сосновоборска. Но как бы им ни было тяжело, клуб не распался. «Доброжела-

тели» отняли помещение – начали собираться в сквере, а в ненастную погоду в кафе; власть противилась антиалкогольной деятельности – искали новые формы распространения трезвеннических знаний; не было средств на наглядную агитацию или чествование юбиляра – ухитрялись привлекать спонсоров. А несколько лет назад удалось снять квартиру на первом этаже. И тут же начались проверки, жалобы, приглядки за деятельностью общественников. Соседей по дому, как и представителей городской администрации и правоохранительных органов надо понять: если б «пивной причал», то можно спать спокойно, а вот трезвенники – мало ли что им в голову взбредёт. Сколько ни объясняй проверяющим, что за более чем три десятилетия в их обществе ни разу спиртное даже не разливалось, а про употребление и речи быть не может, те не понимают, смотрят с недоверием, а то и сочувствием: не больные ли?

В настоящее время клуб объединяет более пятисот человек. Естественно, что все клубисты в малосенькую квартирку даже не поместятся, но в случае надобности смогут и сами прийти, да ещё и вместе со своими домочадцами, а то и знакомыми. Но такое бывает редко, разве что на массовое мероприятие какое позовут, праздник трезвости, например.

Двери клуба открыты каждый день, любой желающий может стать желанным гостем. Только переступив порог, он сразу попадает в атмосферу клубной жизни. Плакаты, фотографии, почётные грамоты, литература и газеты, видеоматериалы – всё пронизано духом трезвенничества. Поэтому с первой секунды новичок знает, что попал в среду сознательных трезвенников, которые не курят и не пьют, любят жизнь, являются активным примером лучшей жизни. Здесь нет навязчивой пропаганды или назойливого убеждения: разумный человек всё сам понимает и выбирает. Если же кому потребуются помощь, то он её получит незамедлительно. Оптималисты уверены, что трезвость – это отношение к жизни, к поступкам.

Сосновоборское трезвенническое сообщество отличается уважительным отношением к своим членам. Чествование юбиляров и проводы в последний путь не формальны, а душевны, проходят в атмосфере внимания и любви. Если соратник покидает их навсегда, отойдя к Богу, его имя заносится в книгу памяти, а он навечно зачисляется в члены клуба. Об этом будет напоминать грамотка на стене, точно такая же выдается и родственникам. Отныне на каждом клубном заседании будет оглашаться имя усопшего. Данная традиция существует с 2010 года.

В последние годы сосновоборский «Оптималист» будто обрёл второе дыхание и вновь стал собирать своих друзей под открытым небом. Проведено семь летних слётов трезвых сил, на два из которых съезжались соратники из Сибирского федерального округа, на один – из Красноярского края. Народные коллективы, запуск воздушного шара, семинарские занятия, уха, хороводы, песнопения, творческие конкурсы, викторины, игры объединяли детей и молодёжь, ветеранов и людей среднего возраста в настоящий союз трезвых людей.

Соратники знают, что их труд не напрасен, что их жизнь прошла не зря: на службе людям, потому что видят плоды своего труда. Они уверены, что такие клубы необходимы, так как оздоравливают челове-

скую среду, служат примером для подрастающего поколения.

Спасибо вам, люди из стали: Николай Владимирович Тесля, Галина Васильевна Рейш, Александр Яковлевич Куркин, Павел Павлович Красноярцев, Любовь Иннокентьевна Панова, Валентина Ивановна Янченко и многие-многие другие соратники, с кого начинался клуб трезвости и здоровья «Оптималист», благодаря кому он живёт. Вы горите факелом в этой кромешной мгле, несёте людям свет верности и правды, являетесь добрым знаком для других.

От автора:

Геннадий Андреевич Шичко большую надежду возлагал на клубную жизнь трезвенников. Были и скептики, которые утверждали, что для отвращения советских людей от пьянства потребуется около 6 миллионов клубных объединений. Цифра внушительная, пугающая, чиновникам казалось, что всё само собой рассосётся, поэтому особых усилий они и не прикладывали. Игнорировали данную рекомендацию методолога и в трезвеннической среде. Впрочем, вскоре сам сошёл на нет и общественный институт подготовки инструкторов трезвости (иницированный Г.А. Шичко), которые становились и первыми руководителями организованных ими клубов, а вслед за тем прекратили свою деятельность многие клубные объединения по стране.

Отразилось отсутствие клубной жизни на трезвенническом движении, где некоторые умники предлагали работать на широкую аморфную аудиторию, предполагая, что она и есть класс культуропропитцев. По сути, они свернули реальную трезвенническую деятельность, сведя её к борьбе с ветряными мельницами, а не за человека. Некоторые «рафинированные трезвенники» презрительно отзывались о пьяницах, относя тех к низшей касте. В силу добродушия, бесконфликтности и доверчивости людей, прошедших курсы по методу Г.А. Шичко, и наглости, натиску, беспардонности самопровозглашённых проповедников новой идеологии, направление на развитие клубной работы угасло. Теперь на первое место вышла идея личного обогащения, а следом появилась наукоподобное учение под ложными регалиями и дутыми фактами.

Всё это способствовало разрушению единого трезвенного информационно-ментального смыслового пространства. Более того, можно утверждать, что с исчезновением клубов трезвости трезвенническая жизнь страны прекратилась. Да, имеются антиалкогольные и антитабачные информационные поля; да, существуют виртуальные группы сторонников суррогатных и сектантских учений, но общецелевого, однообразного движения за трезвость нет. Трезвоподобное есть, но однообразного нет. Его и быть не может, так как отсутствуют школы инструкторов, открывающих клубы трезвости.

Более-менее благополучная ситуация там, где клубы сохранились, где руководители не поддались на общий психоз и продолжали дело Шичко-Углова. Это, в первую очередь, Якутия. Вот так маленькие клубы трезвости укрупняются. Если так дальше пойдёт, то не за горами тот день, когда вся республика станет единообразным «клубом трезвости».

Невольно приходишь к выводу, что трезвенническое движение начинается там, где появляются клубы трезвости, и заканчивается, когда они исчезают.

С.С. Анкин, Красноярск



Об этой войне умалчивают учебники

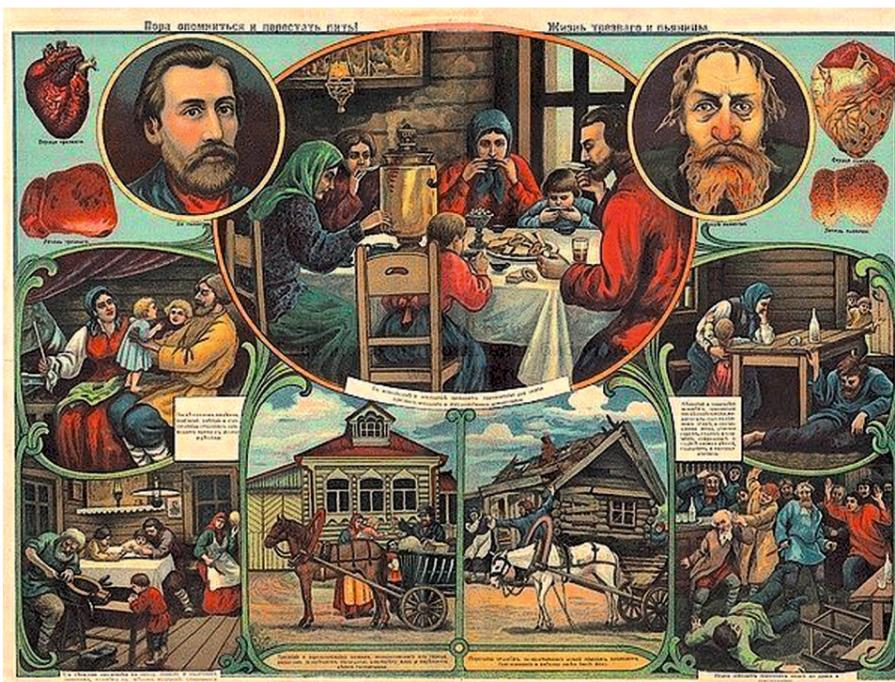
Хотя это была самая настоящая война, с орудийными залпами, погибшими и пленными, с победителями и побеждёнными, с судилищем над поверженными и празднованием одержавших победу и получивших контрибуцию (возмещение убытков, связанных с войной). Баталии той неизвестной школьникам войны разворачивались на территории 12 губерний Российской империи (от Ковенской на западе до Саратовской на востоке) в 1858-1860 годах.

Эту войну историки чаще называют «ТРЕЗВЕННИЧЕСКИМИ БУНТАМИ», потому что крестьяне отказывались покупать вино и водку, давали зарок не пить всем селом. Почему они это делали? Потому, что не хотели, чтобы за счёт их здоровья наживались откупщики - те 146 человек, в чьи карманы стекались деньги от продажи спиртного со всей России. Водку откупщики буквально навязывали; если кто не хотел пить, ему всё равно приходилось платить за нее: такие тогда установились правила...

В те годы в нашей стране существовала практика: каждый мужчина приписывался к определённому кабаку, а если он не выпивал своей «нормы» и сумма от продажи спиртного оказывалась недостаточной, то недобренные деньги кабатчики вносили с дворов местности, подвластной кабаку. Тех же, кто не желал или не мог платить, секли кнутом в назидание другим.

Виноторговцы, войдя во вкус, взвинчивали цены: к 1858 году ведро сивухи вместо трех рублей стали продавать по десять. В конце концов крестьянам надоело кормить дармоедов, и они, не сговариваясь, стали бойкотировать торговцев вином.

Крестьяне отвернулись от кабака не столько из-за жадности, сколько из-за принципа: трудолюбивые, работающие хозяева видели, как их односельчане один за другим пополняют ряды горьких пьяниц, которым уже ничего, кроме выпивки, не мило. Страдали жёны, дети, и, чтобы прекратить расползание пьянства среди сельчан, на сходах общины всем миром решали: В НАШЕМ СЕЛЕ НИКТО НЕ ПЬЁТ!



Что оставалось делать виноторговцам? Они сбавили цену. Рабочий люд не откликнулся на «доброту». Шинкари, чтобы сбить трезвеннические настроения, объявили о бесплатной раздаче водки. И на это люди не клюнули, ответив твердым: «НЕ ПЬЁМ!»

К примеру, в Балашовском уезде Саратовской губернии в декабре 1858 года 4752 человека отказались от употребления спиртного. Ко всем кабакам в Балашове приставили караул от народа для наблюдения, чтобы никто не покупал вино, нарушивших зарок по приговору народного суда штрафовали или же подвергали телесному наказанию. К хлебоборобам присоединились и горожане: рабочие, чиновники, дворяне. Поддержали трезвость и священники, благословлявшие прихожан на отказ от пьянства. Это уже не на шутку испугало виноделов и торговцев зельем, и они пожаловались правительству. В марте 1858 года министры финансов, внутренних дел и государственных имуществ издали распоряжения по своим ведомствам. Суть тех указов сводилась к запрету... ТРЕЗВОСТИ! Местным властям предписывалось

не допускать организации обществ трезвости, а уже существующие приговоры о воздержании от вина уничтожить и впредь не допускать. Вот тогда-то, в ответ на запрет трезвости, по России и прокатилась волна громов. Начавшись в мае 1859 года на западе страны, в июне бунт дошел и до берегов Волги. Крестьяне громили питейные заведения в Балашовском, Аткарском, Хвалынском, Саратовском и во многих других уездах. В Вольске 24 июля 1859 года трехтысячная толпа разбила там винные выставки на ярмарке. Квартальные надзиратели, полицейские, мобилизовав инвалидные команды и солдат 17-й артиллерийской бригады, тщетно пытались утихомирить бунтующих. Восставшие разоружили полицию и солдат, выпустили из тюрьмы заключённых. Только через несколько дней прибывшие из Саратова войска навели порядок, арестовав 27 человек (а всего по Вольскому и Хвалынскому уездам в тюрьму бросили 132 человека). Всех их следственная комиссия осудила по одному только показанию кабацких сидельцев, оговоривших подсудимых в расхищении вина (громя ка-

баки, бунтовщики не пили вино, а выливали его на землю), не подкрепляя свои обвинения доказательствами. Историки отмечают, что не зафиксировано ни одного случая воровства, деньги расхищали сами служащие питейных заведений, списывая пропажу на восставших. С 24 по 26 июля по Вольскому уезду было разбито 37 питейных домов, и за каждый из них с крестьян взяли большие штрафы на восстановление кабаков. В документах следственной комиссии сохранились фамилии осуждённых борцов за трезвость: Л. Маслов и С. Хламов (крестьяне села Сосновка), М. Костюнин (с. Терса), П. Вертегов, А. Володин, М. Володин, В. Сухов (с. Донгуз). Принимавших участие в трезвенническом движении солдат по суду велено было, «лишив всех прав состояния, а нижних чинов - медалей и нашивок за беспорочную службу, у кого таковые есть, наказать шпицрутенами через 100 человек по 5 раз и сослать в каторжную работу на заводах на 4 года». Всего же по России в тюрьму и на каторгу отправили 11 тысяч человек. Многие погибли от пуль: бунт усмиряли войска, получившие приказ стрелять в восставших. По всей стране шла расправа над теми, кто отважился протестовать против спаивания народа. Судьи свирепствовали: им велели не просто наказать бунтовщиков, а покарать примерно, чтобы другим неповадно было стремиться «к трезвости без официального на то разрешения». Власть имущие понимали, что усмирить можно силой, а вот долго сидеть на штыках - неудобно. Требовалось закрепить успех. Как? Правительство, подобно героям популярной кинокомедии, решило: «Кто нам мешает, тот нам и поможет». Откупную систему продажи вина отменили, вместо неё ввели акциз. Теперь всякий желающий производить и продавать вино мог, заплатив налог в казну, наживаться на спаивании своих сограждан. Во многих селах нашлись предатели, которые, чувствуя за спиной поддержку штыков, продолжили войну против трезвости иными «мирными» методами...

СРОЧНЫЕ КУРСЫ ПО МЕТОДУ Г.А. Шичко

в Ижевской школе здоровья профессора Н.В. Январского.

Избавление от курения и любых вредных привычек и зависимостей по методу науки гортоновики, снимающей вред кодирования.

Восстановление зрения и освобождение от очков за счёт улучшения общего состояния здоровья организма и глаз по методу П. Брега-Г. Шичко.

КУРС СТРОЙНОСТИ И ПРИРОДНОГО ОЗДОРОВЛЕНИЯ.

Курсы индивидуальные, групповые и по скайпу. Особое внимание уделяется восстановлению психики прошедших кодирование, лечение у наркологов, экстрасенсов и сектантов. Есть возможность пройти курс восстановления естественного состояния здоровья и трезвости в стационаре в Центре трезвения в селе Кельчино Воткинского района.

Телефоны: 8 - 912-029-25-35, 24-12-06.
anikola12a@yandex.ru

БЛАГОДАРИМ

всех, оказавших помощь в издании этого номера газеты, а также всех, кто оказывает нам помощь в сборе средств на строительство здания Центра трезвения в селе Кельчино Воткинского района, общественную организацию «Оптималист», компанию УРАЛГИПС, Ольгу, Тамару, Надежду, Валентину, Августу, Наталью, Николая, Веру, Марину, Нину, Иоанна, Александра, Ирину и всех, кто оказывает нам помощь, не называя себя.

Наша газета распространяется благотворительно, не продается, выпускается исключительно на пожертвования читателей и прихожан храмов, а чаще просто на пенсию членов редакции. Поэтому просим Вас оказать редакции газеты любую помощь даже в размере нескольких рублей, чтобы мы могли регулярно выпускать газету. Номер нашей карты в Сбербанке 639002689009451900. На этот же номер можно перечислить средства на строительство здания Центра трезвения в селе Кельчино Воткинского района.

Богатый не тот, кто много имеет, а кто много помогает другим, ибо с ним Бог. Сегодня, чтобы мы лучше смогли помочь страждущим, мы просим вас помочь нам в строительстве нашего центра, где могли бы разместиться нуждающиеся в нашей помощи в избавлении от курения, пьянства, алкоголизма, наркомании и других зависимостей.

Подписка на газету

«Оптималист-оптимист»

с любого месяца.

Стоимость подписки на электронный вариант 120 рублей на год, на бумажный вариант 160 рублей на полгода, включая доставку.

Оплата с любого месяца

на карточку

Сбербанка России 639002689009451900.

Возможны

другие варианты.

Тел. 8-912-029-25-35.