

## ХРАМ, СОЕДИНЯЮЩИЙ АФОН С ИЖЕВСКОМ

Ижевский храм иконы Иверской Божией Матери поражает своей неземной воздушной красотой. Вспоминаются слова великого русского писателя Ф. М. Достоевского «Красота спасёт мир». Эти слова известны многим, но не все знают продолжение этих слов: «В России красота выражается в Православии».

И в самом деле храмы России поражают своей изумительной красотой. Но есть особенно красивые храмы, которые словно излучают вокруг любовь и благодать. В Ижевске несколько таких храмов. Храм архангела Михаила выделяется мужской богатырской красотой, а храм иконы Иверской Божией Матери словно весь пронизан любовью защитницы нашей Пресвятой Богородицы. И кажется, что и прихожане, и священники становятся светлее, находясь в этом храме. Протоиерей Алексей Спасский в настоящее время постоянно занят многочисленными обязанностями настоятеля такого большого храма и строительством нового здания для Воскресной школы, но он нашёл время для актуального интервью об истории храма, который появился буквально на наших глазах ещё совсем недавно.

**Редактор.** Отец Алексей! Когда было принято решение о строительстве храма?

**О. Алексей.** В 2008 году архиепископ митрополит Николай Шкрумко благословил создание проекта строительства храма. Он сказал: «Чудеса иконы Иверской Божией Матери впервые проявились на Афоне. Пусть дух и благодать великого Афона будут и у нас в Ижевске...» И уже в 2009 году состоялась закладка памятного камня в присутствии архиепископа Николая Шкрумко, а также настоятеля ижевского храма благоверного князя Александра Невского о. Виктора Костенкова (ныне архиепископа митрополита Викторина Костенкова), главы правительства Удмуртии Питкевича Ю.С. и нас, нескольких священников. Все расходы строительства взяли на себя строительная группа Аспэк и лично руководитель строителей Виктор Геннадьевич Хорошавцев.

Руководителем проекта стал Анисифоров Пётр Иванович из Барнаульской художественной мастерской при участии Аспэк-проект. По проекту храм должен был быть одноэтажным, но потом мы решили внести изменения в

проект с согласия архитектора Петра Ивановича. Вообще храм получился оригинальным, было внесено ещё много важных изменений и дополнений в архитектуру. И всё это с согласия руководителя проекта. Если храм архангела Михаила красный, то храм иконы Иверской Божией Матери зелёный (любимый цвет Богородицы) с голубой кровлей. Колокольню решили делать двухъярусной, болеестройной.

Поменяли местами шатры. Церковь приобрела обаятельный женский облик. Строили храм с 2009 по 2017 год, но уже в 2014 году стали проходить службы в нижнем цокольном этаже храма, а в верхнем - с 2017 года. Над иконами трудились художники из творческой мастерской Царьград. Трофимов Д.С. расписывал храм в академическом стиле, Шуркус О.Р. из г. Палех, расписал верхний храм в каноническом стиле.

**Редактор.** Во сколько обошлось строительство храма?

**О. Алексей.** Я знаю общую сумму. Но не буду говорить. Почему? Вспоминается такой эпизод. Прихожу я на строительство храма и вижу на заборе большими буквами написано: ЦЕНА?

Меня спрашивают строители: «Что Вы сегодня такой грустный?» Я рассказал про надпись. А мне строители посоветовали, что надо написать в ответ -Храм бесценный! Ведь это личные деньги благодетеля Виктора Геннадьевича Хорошавцева, а он лучше знает, куда вложить деньги, раздать ли бедным, или купить яхту в Средиземном море или дворец в Аргентине, или построить храм на Руси, который будет стоять века. Кроме того, в храм вложена душа его строителей и священников, прихожан.

**Редактор.** Кого из православных прихожан Вы хотели бы особо отметить?

**О. Алексей:** Я мог бы назвать очень многих, но решил этого не делать, чтобы не обижать других, кого не смог назвать. Это было так: я поощрил часть наиболее заботливых прихожан, но заметил, что некоторые из прихожан обиделись на меня за то, что я их не поощрил. Поэтому, пользуясь случаем, хочу поблагодарить их всех за поддержку.

**Редактор.** Я помню, мы приходили с женой на Пасху к Вам за Благодатным огнём, когда ещё службы шли в нижнем храме. Удивительно было то, что ещё совсем недавно по телевизору показы-



вали, как вспыхнул Благодатный огонь в Иерусалиме, прошло всего несколько часов, и вот уже Благодатный огонь в Ижевском храме. Как это удалось?

**О. Алексей.** Всё очень просто. Как только вспыхивает Благодатный огонь в Иерусалиме, его переправляют в Москву. А Виктор Геннадьевич Хорошавцев фрахтует специальный самолёт и доставляет огонь в Ижевск.

**Редактор.** Спаси Бог! Трезвенники Удмуртии благодарны Виктору Геннадьевичу за то, что он проводил в Удмуртии прекрасный конкурс «Классы, свободные от курения». В результате конкурса многие школьники-курильщики расстались с сигаретами. А что ещё делает Виктор Геннадьевич для Удмуртии?

**О. Алексей.** Много храмов в Удмуртии построено на его деньги и с его участием. Его мечта построить храмы в каждом районном центре нашей республики. Он понимает, что храмы - это вечность! Десятилетия и столетия прихожане будут молиться за него и его семью. Он был против сокращения средств на строительство храма. Иногда мне хотелось что-то сделать проще, чтобы сократить расходы. Но он говорил: «Нет, нужно всё делать канонически. Ведь это для Бога и для вечности. Дай Бог ему прекрасного здоровья! Так легко было с ним работать, и мы, строя храм, жили вдохновенно, были счастливы от созидания такой красоты».

**Редактор.** Спаси, Господи, вас, строители и жертвователи храма. Дай Бог вам всем вечной благодати...



# Наклонись к целительным травам

*Идёт огородная пора. Многие огородники усердно воюют с крапивой, одуванчиками, снытью, пыреем. Однако учёные всего мира сообщают об удивительных целебных свойствах этих, казалось бы, ненужных сорняков.*

## Начинаем с крапивы

Мой отец Владимир Николаевич рассказывал, вернувшись после войны из госпиталя домой: «Меня и тысячи раненых в госпиталях спасла ... крапива. У меня было страшное ранение в живот, когда осколки мины поразили почку, которую врачи удалили. Прогнозы от врачей были также — прожить лет пять, если буду беречь себя от алкоголя и табака. В госпиталях, где лежали раненые с поражёнными почками, каждый день выносили умерших от ран. Но вот отца привезли в омский госпиталь, где с апреля по ноябрь умер лишь один раненый. Оказывается, медсёстры госпиталя заготавливали на широких улицах Омска крапиву. Промывали её и передавали поварам, которые клали крапиву в чай, в кашу, в суп».

И после войны отец любил крапиву в супе и прожил с одной почкой ещё 60 лет, и появились на свет мы, нас было у отца с мамой 12 детей.

По многочисленным исследованиям учёных всего мира, у крапивы всё полезно: и листья, и корневища, и семена, и соцветия. В наше время всё больше людей умирает от рака. Так вот, корни крапивы помогают при лечении онкологических заболеваний, опухолей, обладают желчегонными свойствами. В крапиве много витаминов (в 6 раз больше, чем в апельсинах), много кремния, йода, которые укрепляют память, иммунную систему, предотвращают старческое слабоумие, болезнь Паркинсона. Кальций и фосфор укрепляют кости, зубы. Калий и магний улучшают работу сердечно-сосудистых систем. Железо, входящее в состав крапивы, способствует снижению содержания сахара в крови. Салаты из крапивных листьев способствуют выведению радиации из организма. Собирают крапиву при растущей луне, тогда она имеет наибольшую силу. Срезанные веточки крапивы промывают холодной водой, провяливают и сушат при температуре 40-50 градусов. Срок хранения 2 года.

## Лечебные свойства

Снятие воспалительных процессов. Останавливает кровотечения, нормализует менструации. Снимает судороги, противостоит опухолям. Семена крапивы применяют против бесплодия и импотенции. Для этого перемешивают семена крапивы с бананом и употребляют ежедневно до восстановления либидо.

Свежий сок из листьев и семян крапивы помогает при выведении солей из суставов, при остеохондрозе, при варикозе, опрелостях и поражении участков тканей.

Мочегонные свойства крапивы используют при камнях в почках, ревматизме.

Для лечения ушибов, переломов, растяжений связок часто используют масло крапивы или крапивную массу, прокрученную на мясорубке. Листья крапивы используют в восстановительных чаях. Употребляют крапиву при кашле и туберкулёзе. Корни — при сильном кашле. Отвар из кор-

невищ используют для компрессов при заболеваниях кожи. Отвар семян применяют против паразитов. Сок крапивы эффективно выводит шлаки.

Если часто идёт из носа кровь, то нужно 1 ст. ложку листьев крапивы залить стаканом горячей воды, варить 10 минут, процедить. Пить по 1 ст. л. около 5 раз в сутки.

Чтобы снять боль, берут листья крапивы и кору крушины в пропорции 1:1. Всего 8 г смеси на литр горячей воды, выдержать на водяной бане 10 минут, оставить на полчаса. Пить по одному стакану 4 раза в сутки.

При постоянных запорах — листья крапивы плюс тысячелистник плюс крушина в пропорции 1:1:2. Ложку сбора залить 200 мл горячей воды и варить 1 минуту, оставить на полчаса. Пить по стакану перед сном 14 дней подряд.

При фурункулах, угрях или другой сыпи свежий сок крапивы применяют по 1 ст. ложке до выздоровления. При эрозии матки смачивают тампон в соке крапивы и используют на ночь на протяжении 2-3 недель. На Востоке крапиву применяют как средство от облысения. Много исследований полезных свойств крапивы сделано профессором Соколовым С. Я. и другими русскими учёными. У крапивы интересные свойства: молодая крапива понижает артериальное давление, а старая, высушенная крапива повышает его. При облысении используют настой крапивы: 1 ст. ложка листьев на стакан кипятка, дать постоять полтора часа, протирать лысину один раз в неделю.

При тромбозе и тромбозе потребляют настои крапивы нужно в малых дозах, а также можно использовать сныть и настои из коры осины, которые растворяют тромбы.

## Квашение крапивы

Полезные свойства крапивы сохраняются и даже усиливаются при её квашении. Удивительным образом в квашеных продуктах образуются витамины В, которых не было до сквашивания. Появляется множество полезных бактерий, которые очищают и оздоравливают кишечник.

Крапиву нужно вымыть, просушить на полотенце, нарезать небольшими кусочками. Стебли тоже можно резать. Помять хорошо. Переложить в банку, пересыпав солью (на 300 граммов 15 граммов соли). Три дня квасить в тёплом месте.

## Сныть — от слова снеть, еда

Трава сныть получила широкую популярность, особенно в православной среде, после того, как стало известно, что великий святой Серафим Саровский три года питался этой травой и заготавливал её на зиму. «Поварю я её в горшочке с водой. Это хорошая еда!» — говорил он.

Учёные утверждают, что формула сныти больше всего подходит к формуле крови человека, она обладает мочегонными свойствами, снимает боль, противопоказаний для употребления сныти нет. Сныть очищает кровь человека.

## **Действие сныти —**

противовоспалительное, общеукрепляющее, болеутоляющее, мочегонное, смягчительное, желчегонное, заживляющее, противораковое, антипаразитарное, противогрибковое. Помогает при артритах, подагре, артрозе, ревматизме, заболеваниях почек и желчного пузыря, рожистых воспалениях. Лечит суставы. Для этого делают припарки из свежих листьев сныти. Отвары сныти помогают при высоком давлении, отёках. Салаты из сныти помогают побороть слабость, депрессии, невроты, особенно в сочетаниях с настоями и ваннами.

Для лечения почек 2 столовых ложки сныти залить стаканом кипятка. Настоять 1 час в термосе. Принимать по четверти стакана 4 раз в день. При заболеваниях печени, при болях в суставах добавить ещё один стакан воды и также регулярно принимать.

## **Как квасить сныть**

Молодые листья сныти нарезать, сложить в стеклянную банку, пересыпать тёртой морковкой и порошком хмели-су-

нели. Приготовить рассол (на 1 литр воды — полторы чайных ложки соли) залить сныть рассолом, для лучшей закваски положить корочку ржаного хлеба. Положить груз, чтобы сныть не всплывала и оставить бродить на 2-3 дня.

Приятного аппетита и доброго здоровья желает вам Ижевская школа здоровья и трезвения.

## **Салат и пирожки из сныти**

Сныть промыть и мелко нарезать. Отварить яйцо и измельчить с помощью вилки. Смешать с листьями яйца. Для приготовления пирожков взять 1 кг сныти и залить кипятком до размягчения. Мелко нарезать. Добавить 3 стакана варёного риса и 3 яйца. Начинять пирожки.

**Директор Ижевской школы здоровья и трезвения профессор Н.В. Январский**

# **Солнечные целебные одуванчики**

В этом году, как никогда, было много цветущих золотистых одуванчиков.

И в сёлах, и в больших городах, на изумрудных лугах и вдоль дорог, улыбаясь, радуют они людей своими золотистыми звёздами головок. Православные люди говорят: всё это творит Бог для людей. Для чего же так много одуванчиков, чем они могут порадовать человека, кроме своей красоты. И вот тут открывается целая Божия аптека. Применяют одуванчики в первую очередь для очищения организма людей, которые загрязняют сами себя извращающим вкус питанием, алкоголем, прививками, химическими добавками. Целебные растения помогают людям, служат для укрепления иммунной системы, улучшения зрения и еще от множества болезней. Люди давно подружились с природными аптекарями. В Японии, Индии, США, Франции одуванчики выращивают на специальных плантациях, делают из листьев вкусные оздоравливающие салаты, настои, лекарства. Официальная медицина подтверждает, что разные части одуванчиков эффективны в комплексной терапии.

### **Чай из одуванчиков:**

- устраняет отёки,
- оздоравливает печень,
- тонизирует,
- помогает снизить вес,
- устраняет расстройство пищеварения,
- борется с онкологическими заболеваниями,
- облегчает при инфекции мочевыводящих систем.

### **Для снижения давления, при заболевании печени, при диабете:**

Сначала промыть цветы и листья. Залить кипящей водой. Через 20 минут можно пить. Корни одуванчика промыть, мелко порезать. Посушить в течение 2 часов. 1-2 чайных ложки положить в кастрюлю, залить кипятком, закрыть и выдержать 5-10 минут. Лечение начинают с малого количества настоя, потом его можно увеличивать. Тем, кто страдает от закупорки желчных путей, не следует употреблять настой. Помогают настои от кашля, от хронических запоров, от застоя желчи,

от паразитов. Снижается иммунное нервное истощение. Применение корней восстанавливает функции нервной системы. Сок одуванчиков назначают для улучшения печёночных функций, очистки желчного пузыря, восстановления после операций. Порошок из корней растения понижает уровень глюкозы у больных сахарным диабетом. Регулярный приём средств на основе одуванчиков помогает справиться с возрастным снижением зрения, снижает вероятность развития катаракты.

## **Рецепт для улучшения зрения:**

Берут 3 части корней одуванчика, две части репчатого лука, 4 части мёда. Сок из корней одуванчика смешивают с мёдом, настаивают в тёплом месте 4-5 часов. Ватные диски смачивают в готовом составе и накладывают на веки. Регулярные примочки помогают улучшить зрение, предотвратить появление катаракты.

## **Салат из корней одуванчика**

Рекомендуют при заболеваниях желудка, щитовидной железы, расстройства потенции у мужчин и фертильности у женщин. Свежие корни вымачивают в течение ночи в холодной воде. Утром их измельчают, добавляют соус и любимые специи. Можно добавить морковь.

Сок одуванчика относится к тонизирующим и укрепляющим средствам, а также для борьбы с пародонтозом, при заболевании позвоночника, для повышения крепости зубов. Хорошо помогает сок из одуванчиков в смеси с соком моркови и листьев репы.

Настой из корней одуванчика используют для лечения экзем. Берут равные части корней одуванчика, заливают холодной водой, настаивают 12 часов, затем кипятят и оставляют на 2-3 часа настояться. Пьют по полстакана три раза в сутки.

# Как нам вредят нетрезвенники и что делать

Здравствуйте, уважаемый Николай Владимирович! О чём прошу: прочитайте это моё письмо и передайте Малышеву Е.М. и другим членам Совета старейшин. Если будут вопросы, звоните по телефону 8-905 1578778 или пишите. С уважением Симонова Елена Викторовна, ветеран трезвенного движения России, п. Хромцево, Ивановская область.

Во-первых, о вашей книге «Исцеление русским словом». Книга замечательная. Изложено всё обстоятельно и кратко, а краткость – сестра таланта. Я давно заметила, что небольшие книги постоянно берут и читают лучше, чем солидные книги. Это говорит о снижении интеллекта народа по алкогольной причине. И потому я успешно делаю буклеты, а также брошюры. И думаю, что это также помогло снизить потребление алкоголя в Хромцево почти наполовину. Как дела со снижением продажи алкоголя в Ивановской области, мне неизвестно. Я в основном распространяю свои буклеты в храме. А также я выступала по радио в Фурманове. Я выступала и в школах, пока мне не закрыли туда доступ. Вашу хорошую книгу я вручила священнику, врачу, внуку, племяннице. Сейчас я готовлю буклеты со статьями Ф.Г. Углова и в первую очередь вручу священнику.

Но главное, о чём я хочу сказать вам, как заместителю председателя Совета старейшин-трезвенников, - это забота и настоящая помощь соратникам, попавшим в беду.

У меня прежде всего болит сердце о Власове Леониде Владимировиче, подполковнике запаса, который проводил занятия по избавлению от алкоголизма у нас в Хромцево. На курсы ходили шесть человек, но они никогда не ходили по одному, потому что они в одиночку могли не дойти до ДК, где проводились занятия. Им угрожали, что избьют. После окончания курсов Власов поехал в Ригу, где живёт его семья, за пенсией. И там в подъезде его дома на него напали, избили до потери сознания и отняли все деньги. А затем его дети запретили ему участвовать в трезвенном движении, как он ни рвался вновь бороться за трезвость. Я часто вспоминаю этого прекрасного патриота России.

Второй случай. Анатолий, редактор газеты «Трезвый Петроград». Я думаю, вы в курсе дела, что он в голом виде бегал по проспекту в Санкт-Петербурге с плакатом о трезвости. Я не сомневаюсь в том, что это он не сам до такого додумался, кто-то его подставил.

Трагедия Юрия Александровича Соколова, руководителя объединения трезвенников, вам тоже известна. Его маршрут в родные места многие знали. Что стоит пролить масло у столба на повороте дороги. И машина уже не слушает руля, ...авария. Его деньги исчезли. У нас в Фурманове автомобилист сбил насмерть двух женщин, прогуливающихся по тротуару. На колёсах машины нашли масло. А авария с Ф.Г. Угловым? Кто подбросил кукурузные семечки по обычному маршруту Углова? Как



его ненавидела наркомафия!. Я помню, как его злобно называли «этот якут». Статьи его не печатали в газетах. У человека сердце изболелось за свою страну, за свой народ, а к нему такое отношение?!

В общем, я вас веду к тому, что надо разработать какие-то меры защиты активистов-трезвенников против алконаркомафии. Ведь у нас «Союз борьбы за трезвость», а не просто «Союз трезвенников». Я на себе испытала, как алкомафия может нас преследовать. Когда я жила какое-то время в своём доме в районном центре в Фурманове, мне даже подвели воду под дом, в результате чего развелась сырость, плесень, зимой стало жить там невозможно, я стала болеть и лежала в больницах. В доме, что стоял выше моего, жили люди торгова. Чтобы осушить землю под моим домом, требовалось много денег. А где я их возьму? В общем, я продала дом и уехала в Хромцево. А здесь я ощущаю электромагнитное излучение от бесконтрольных вышек. В вашей книге есть страничка против воздействия тёмных сил, и я её читаю перед сном. Вы советуете также читать молитвы перед сном, что я и делаю.

Беспокоит также вопрос о связи. Телефон вдруг начинает неправильно работать или отключается неожиданно.

Надо об исчезнувших соратниках наводить справки. В общем, считайте, что я выступила перед Советом старейшин, ведь мне за 85 лет. Но я с вами до последнего вдоха. Это слишком серьёзно. Всего Вам наилучшего!

*Симонова Елена Викторовна.*

**Президенту РФ В.В. Путину****Уважаемый Владимир Владимирович!**

В грозный час для нашей Родины есть горячее желание помочь фронту в (В ЗАЩИТЕ РУССКИХ ЛЮДЕЙ ОТ ФАШИСТОВ НА УКРАИНЕ).

Как ветеран Трезвеннического движения (ТД) СССР-РОССИИ, многократно обращавшийся к представителям власти всех уровней, не могу не повторить с пристрастием, что потребление спиртного большей частью населения России есть по сути самоистребление не только себя, но и непьющих граждан одновременно с нанесением ущерба народному хозяйству в целом.

Поясню. Дело не столько в заболеваниях печени и мозговых инсультах у пропойцев. Дело в тысячах ЧП в России по пьянке с гибелью и увечьем ДЕТЕЙ и взрослых и в многочисленных авариях и пожарах на всех участках народного хозяйства с ущербом экономике и жилищному фонду. Это ведь полная аналогия потерям на фронте в живой силе и технике.

ТРЕЗВЕННОЕ ДВИЖЕНИЕ РОССИИ вправе настаивать на мерах по минимизации ущерба от потребления АЛКОГОЛЯ. Эта цель может быть достигнута постепенным(!) введением ограничений по производству и потреблению алкоголя. Так вот, ПОКА проект «Сознательно Трезвая Россия» находится в Государственной Думе и его ждёт обдумывание и обсуждение, было бы с большой пользой для сегодняшнего дня и для будущего осуществить меры неотложные.

Во-первых, следует покончить с ярко выраженной демонстрацией спиртного в виде «иконостасов» на самых

видных покупателям местах в маркетах. Покойный В.В. Жириновский предлагал одиозные изделия помещать в самый дальний угол магазинов.

Во-вторых, надо закрыть все винно-водочные и пивные точки, развёрнутые в жилых домах. Результата будем ждать недолго, поскольку подействует закон доступности алкоголя.

В-третьих, сократить до разумных пределов время продаж алкогольных изделий. ПРЕКРАТИТЬ ПРОДАЖУ ПИВА В НОЧНОЕ ВРЕМЯ В ТАК НАЫВАЕМЫХ ПИТЬСБУРГАХ, КОТОРЫЕ КРУГЛОСУТОЧНО СПАИВАЮТ НАШУ МОЛОДЁЖЬ. ИМЕННО С ПИВА НАЧИНАЕТСЯ СПАИВАНИЕ МОЛОДЫХ ГРАЖДАН РОССИИ. ПИВОМ И НАРКОТИКАМИ ОДУРМАНИВАЛИ МОЛОДЫХ ШТУРМОВИКИ ГИТЛЕРА И НАЦИСТЫ НА МАЙДАНАХ УКРАИНЫ. При запрещении ночной торговли в Москве на 25% снижалась преступность от употребления спиртного.

В-четвёртых, нужно объявить самогонварение вне закона. И если всеобщее отрезвление представляется многим фантастикой, то вышеозначенные меры, как правило, получают одобрение. Это можно назвать бескровной разведкой перед работой по осуществлению проекта «Сознательно Трезвая Россия». К тому же, как видите, ничего провокационного в предложенных мерах нет, а эффект, уверяю, будет чувствительным.

Военное время не терпит проволочек. Мы и наши соратники с нетерпением ждём ответа. ВСЁ ДЛЯ ФРОНТА, ВСЁ ДЛЯ ПОБЕДЫ!

**С уважением, Козленко Лев Сергеевич, ветеран труда и ТД СССР-РОССИИ, член правления Саратовской РООТиЗ с 1987 года, член Совета старейшин ТД, награждён «Орденом М.Д. Челышова», кандидат медицинских наук. ПОДДЕРЖИВАЮ ПИСЬМО ЛЬВА СЕРГЕЕВИЧА: РУКОВОДИТЕЛЬ ОБЩЕСТВЕННОГО ДВИЖЕНИЯ «ЗА ТРЕЗВУЮ УДМУРТИЮ», ЗАМ. ПРЕДСЕДАТЕЛЯ ПРАВЛЕНИЯ РОССИЙСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ СОЗНАТЕЛЬНЫХ ТРЕЗВЕННИКОВ «ОПТИМАЛИСТ» профессор МСА НИКОЛАЙ ВЛАДИМИРОВИЧ ЯНВАРСКИЙ**

**Невероятно, но факт**

В предыдущей газете «Оптималист» мы писали о том, что благодаря настройам Г.Н. Сытина могут происходить чудесные исцеления и даже вырасти новые зубы, волосы. Мне рассказывали, что некий человек из Воткинска, прихожанин одного из храмов, увидел в этом нарушение Божиих законов и даже где-то в Интернете обвинил нас в чём-то. Очевидно, этот человек не любит нас, трезвых людей, впал в прелесть и считает, что может судить всех по своему разумению. Но ведь факты говорят сами за себя. Сама биография доктора Сытина удивительна. Благодаря своим настройам он после 9 ранений был признан годным к строевой службе. И ДАЖЕ КОНСЕРВАТИВНОЕ, НО ЛУЧШЕЕ В ТО ВРЕМЯ В МИРЕ МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ СССР ПРИЗНАЛО ЕГО МЕТОД, и он получил поддержку правительства во главе с Косыгиным, а мэр Москвы Лужков выделил ему ПРЕКРАСНОЕ помещение под его центр. Сытин помогал космонавтам в восстановлении после космических полётов, с ним дружили

и руководитель космонавтов Королёв, и Гагарин, и другие космонавты. На нашем слёте трезвенников на озере Тургояк руководитель центра «Семья» из Москвы В.А. Кречетов рассказывал и показывал свои выращенные в 70 лет зубы благодаря дневникам и настройам Сытина. Заглянул я и в Интернет, на страницу здравоохранения, где есть сведения о том, что у Марии Андреевны Шаповаловой из Сочи в 100 лет внезапно стали расти новые зубы, у Дарьи Андреевны из Чебоксар зубы прорезались в 94 года, у Марии Васильевны из села ЧУВАШСКОЕ-ДРОЖЖАНОЕ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН ЗУБЫ СТАЛИ РАСТИ В 104 ГОДА! И ЭТО НЕ КОСТЯНЫЕ НАРОСТЫ, А НАСТОЯЩИЕ ЗУБЫ У СТАРИКОВ. Средняя продолжительность жизни в России около 70 лет. Но, возможно, ресурсы человеческого организма рассчитаны на более продолжительную жизнь. ТЕПЕРЬ МЫ ВИДИМ, что наш организм способен на большее. ЕСТЬ СТИМУЛ НЕ СДАВВАТЬСЯ!

**Редактор**



# Журнал в газете: «Гортоновика и трезвая жизнь»

## Краткое описание новой науки гортоновики

Гортоновическая дезалкоголизация, открытого, разработанного и внедрённого в практику ленинградским физиологом из Научно-исследовательского института экспериментальной медицины кандидатом биологических наук Геннадием Андреевичем Шичко.

**Гортоновика** – лат. hortatio – разные виды речевых воздействий, пово – обновлять, изобретать.

Так назвал Г. Шичко новую науку, занимающуюся изучением возможностей благотворного влияния на человека целенаправленной речи.

В чём заключается этот метод? Послушаем самого Шичко:

– Для того, чтобы ответить на этот вопрос, надо, прежде всего, определить, что такое алкоголизм и кого можно назвать алкоголиком. Мое определение таково: **алкоголик – это питейно запрограммированный человек, обладающий привычкой к употреблению спиртного, потребностью в нём и пьющий.**

Цель метода – избавить человека от первых трёх признаков. Тогда четвёртый исчезнет сам по себе.

Для уяснения проблемы приведём обычные возражения оппонентов:

– Разве сама по себе потребность в спиртном не исчерпывает понятия?

– Нет, не исчерпывает. Для серьёзной и эффективной работы надо учитывать все четыре признака.

– Опишите, с чего Вы начинаете лечение?

– Я не занимаюсь лечением. Моя работа по существу педагогическая. И своих подшефных алкоголиков я называю не пациентами, а слушателями... А начинаю я с того, что прошу представить мне аутоанамнез, т.е. подробное описание пьяных своих злоключений.

– Зачем?

– Затем, чтобы выработать тактику индивидуального подхода к человеку. А сам он, вспоминая и размышляя, лучше осознает свое положение. Одна женщина отдала мне тетрадь со словами: «Написала, и пропало желание пить». Кроме того, слушатели по моей просьбе ведут дневники, в которых отражают свои мысли, чувства, поступки, изменение отношения к алкоголю. И даже сновидения, связанные с алкоголем.

– Это всё вступительная часть. А далее?

– Далее я учитываю такую физиологическую особенность мозга, как способность к сосредоточению. Чем выше сосредотачиваемость человека, тем лучше он воспринимает сказанное.

Открытие Шичко заключается в том, что он определил причину, по которой люди пьют. Причина эта – проалкогольная (питейная) запрограммированность, то есть, система взглядов и убеждений. Человек ведёт себя или поступает соответственно своим убеждениям. Каковы убеждения, таковы и поступки.

Проалкогольная запрограммированность складывается из:

– установки на употребление спиртного,  
– программы отношения к нему – сколько пить, с кем, где и т.д.,

– проалкогольного убеждения: пить – это хорошо, полезно и т.д.

Могут возразить: а что, раньше этого не знали? Да, не знали! Энгельс считал, что пьют от убожества жизни, что спиртные напитки являются для человека «почти единственным источником радости» (Ф.Энгельс, «Положение рабочего класса в Англии»).

Лев Толстой полагал, что человек пьёт для заглушения совести.

Другие говорят: для снятия напряжения, стрессов, для сугреву, с устатку, для аппетита, для поправки здоровья и т.д.

Т. Дурасова в книге «Слышу, как стучится беда» описывает беседу учёных по этой проблеме за круглым столом. Ведущий спросил: «Так почему же все-таки пьют?» И психолог, специалист по этим вопросам, сказал:

– А вот когда вы ответите на этот вопрос, вам дадут Нобелевскую премию!

Известно, что средство для борьбы с недугом только тогда найти можно, когда определена причина.

Шичко определил причину и нашёл средство борьбы с алкоголизмом. Если человек пьёт в результате искажённости сознания, значит, нужно перепрограммировать это сознание, заменить проалкогольное убеждение на трезвенное. По этому пути он пошёл и в подробностях разработал содержание и методику занятий, в результате которых в течение десяти дней самый глубокий алкоголик превращается в трезвенника.

Делается это при помощи:

1. слова услышанного,
2. слова увиденного,
3. слова сказанного,
4. слова, воспроизведённого графически (ведение дневников).

Три первых позиции слова составляют суть Второй сигнальной системы, по И.П. Павлову.

Четвёртая позиция открыта Геннадием Шичко и явилась завершением учения о Второй сигнальной системе. Все это нашло отражение, подробно описано и разработано в книге Г.А.Шичко «Вторая сигнальная система». Без этого открытия не было бы и метода отрезвления Г. Шичко.

Мы бы хотели запатентовать это открытие. И в этом желании нет никакой корысти, а преследуется единственная цель: закрепить открытие за его автором и чтобы честь открытия принадлежала нашему отечеству.

Кроме открытия причины винопития, Шичко в подробностях разработал методику отрезвления людей и на

практике доказал ее дееспособность. Если наркология, официальная отрасль медицины, отрезвляет 6-7 процентов находящихся у неё на излечении людей, то Шичко в своих группах отрезвлял 90 процентов слушателей. В наркологических лечебницах алкоголики лежат месяцами, у Шичко же избавление от пьянства проводилось за десять трехчасовых занятий в вечернее, свободное от работы время.

Сотни человек избавил от пьянства Геннадий Андреевич в своих группах. Тысячи его учеников и последователей отрезвляют ныне алкоголиков по его методу и добиваются в своих группах примерно тех же результатов, что и Шичко. Его метод признан в нашей стране, его последователей можно встретить едва ли не во всех городах и республиках.

Только в Ленинграде по методу Шичко работают 23 инструктора-отрезвителя. Лучшие из них – Михайлов, Егоров, Бутлицкий... В городе на Неве создана ассоциация клубов

«Оптималист» - так назвал свой клуб Геннадий Шичко, в эту ассоциацию входит четыреста клубов «Оптималист». Ежегодно проводятся всесоюзные конференции, съезды,

семинары по распространению метода Г. Шичко.

В Чебоксарах, на Волге, трезвенники добились разрешения и установили памятник Геннадию Андреевичу Шичко.

В Ленинграде, в Выборгском районе, Дворцу культуры, где отрезвлял алкоголиков Шичко, присвоено название «Оптималист», в этом же районе в настоящие дни заканчивается строительство музея им. Шичко.

Газеты и журналы с начала 80-х годов регулярно печатали статьи о его методе.

В № 2 за 1986 г журнала «Наш современник» напечатана библиографическая повесть о Г. Шичко писателя И. Дроздова: «Тайны трезвого человека». О его методе рассказывает в своих книгах академик Ф. Углов «В плену иллюзий», «Из плена иллюзий» и т.д.

В Ленинграде тиражом 50 тысяч выходит газета «Оптималист», в каждом номере содержатся рассказы о методе Г. Шичко.

Открытие ленинградского учёного становится основным орудием отрезвления народа в нашей стране.

*И Дроздов, 1992 (9?)*

*С.-Петербург*

---

---

## Тест «Алкоголик ли я?»

*Институт имени Хопкинса, США*

*Постарайтесь честно ответить на следующие вопросы (да или нет).*

1. После ссоры в семье, после выговора начальника ищите ли вы успокоение в спиртных изделиях?

2. Замечаете ли вы, что в последнее время стали больше пить?

3. Случалось ли вам, проснувшись утром после выпивки, не помнить, что было вчера?

4. КОГДА ПЬЁТЕ В КОМПАНИИ, НЕ СТАРАЕТЕСЬ ЛИ НЕЗАМЕТНО ВЫПИТЬ БОЛЬШЕ?

5. Случались ли ситуации, когда без алкоголя вы чувствовали себя неуверенно?

6. Стараетесь ли опорожнить первую рюмку быстрее, чем делали это раньше?

7. Приходите ли в негодование, когда близкие осуждают ваши выпивки?

8. Замечаете ли у себя провалы в памяти?

9. Всегда ли у вас находятся причины, оправдывающие выпивку?

10. Часто ли сожалеете о том, что сделали или сказали в пьяном виде?

11. ВОЗНИКАЕТ ЛИ У ВАС ЖЕЛАНИЕ КОНТРОЛИРОВАТЬ КОЛИЧЕСТВО ПОТРЕБЛЯЕМЫХ ВАМИ СПИРТНЫХ ИЗДЕЛИЙ?

12. Часто ли нарушаете данное себе слово меньше пить или бросить пить совсем?

13. Пытались ли вы бросить пить?

14. Стремитесь ли к тому, чтобы ваша семья и друзья не видели вас пьяными?

15. Замечали ли вы, что из-за активного потребления спиртного у вас появились финансовые затруднения и проблемы на работе?

16. Увеличилось ли количество людей, которые, как вам кажется, несправедливо к вам относятся?

17. Дрожат ли у вас руки после небольшой выпивки?

18. Бывает ли, что ваш запой длится несколько дней?

19. Чувствуете ли иногда депрессию и нежелание жить?

20. Бывают ли у вас после пьянки слуховые и зрительные галлюцинации?

Если вы ответили «да» хотя бы на один вопрос, у вас первые симптомы алкоголизма. Если на несколько, вы находитесь на следующих стадиях алкоголизма: вопросы 1-7 – ранняя, первая стадия, которая длится обычно 10-15 лет, вопросы 8-17 – средняя стадия алкоголизма, длится 2-5 лет; 18-20 – последняя стадия алкоголизма.

Наиболее высокий показатель смертности от алкоголя приходится на трудоспособный возраст. А в 14 процентах случаев жертвами спиртных изделий становятся люди 20-39 лет. Вклад потребления алкоголя в мужскую смертность в России составляет 75 процентов. Помимо болезней, связанных с пагубным пристрастием, причинами смертей становятся также несчастные случаи, драки, ДТП, совершённые пьяными водителями.



### Последнее стихотворение отца Андрея Алёшина

Ты пойми: хорошо умереть на войне.  
Это лучше, чем гнить на больничной постели.  
Это значит, Господь не оставит вдвойне  
И простит все грехи, что когда-то имели.  
Почему же вдвойне?  
Потому что война,  
Потому что струна зазвучит на пределе,  
И забьётся в последней молитве жена,  
И отложат дрозды вековечные трели.  
Я закрою глаза, чтобы снова открыть,  
Где не знаю, но хочется Господа видеть,  
Чтоб за ближних молить, за Россию просить  
И родных и любимых на небе увидеть.

Отец Андрей Алёшин преставился  
ко Господу 4. 12.21 г. в 15-00

### Это я и был

Архимандрит Павел рассказывал такую историю. Г. Тутаяев. 47 год. Ночь. Очередь за хлебом. Под утро открывается окошко, и объявляют, что хлеба на всех не хватит. «Не стойте!» А в очереди женщина с двумя детьми, такие исхудалые, в чём душа держится. И ясно, что хлеба им не достанется. Выходит мужчина, он по очереди шестой или седьмой, прилично одетый, -- не нам чета. Берёт женщину за руку и ведёт вместе с детьми на своё место. Стойте здесь.

– А как же вы?

Махнул в ответ рукой.

Вот ему-то Господь и скажет: «Проходи в рай!»!

– Да как же, Господи, я ведь тебя не знаю.

Как же не знаешь, когда та женщина с детьми – это я был!

### БЛАГО ДАРИМ

Правление ООО «Оптималист», ООО «Норт» и ООО «Радио», а также Андрея, Алексея, Клавдию, Анастасию, Ларису, Диодора, Галину, Анастасию, Людмилу, Елену, Татьяну, Алика, Алевтину, Рарису, Тамару, Нину, Валентину, Надежду, Светлану, Олега, Леонида, Наталью, Ирину, Таисью, Елену, Татьяну, Альбину, Ольгу, Андрея, Надежду, Ольгу, Ольгу, Вячеслава, Клавдию, Эмилия, Валерия, Лидию, Алевтину, Николая и активистов трезвенного движения «Оптималист» за оказание финансовой помощи в выпуске этого номера газеты.

**Благодарим попечителей Кельчинской школы здоровья и трезвения имени Ф.Г. Углова. Просим молитв за благодетелей.**

**Вышла в свет книга профессора Н.В. Январского «Исцеление русским словом». Книга вышла пока ограниченным тиражом. Заявки на книгу можно сделать по телефону 8-9120292535.**

### ПРИГЛАШАЕМ НА ЗАНЯТИЯ

Производится запись для изучения уникального метода Г.А. Шичко, позволяющего без вредоносного кодирования, наркологических и других медикаментозных способов избавляться от пьянства, алкоголизма, курения, переедания, ношения очков и линз, сквернословия и других вредных привычек. Занятия проводятся как для родственников зависимых людей, так и для самих страждущих бесплатно.

Ижевская школа здоровья и трезвения под руководством профессора Н.В. Январского проводит занятия как очные, так и заочные, через Интернет и через связь по телефону.

**Телефон для записи:  
8-9120292535.**

### Как подписаться на газету «Оптималист»?

Это очень просто: нужно перечислить 300 рублей на телефон редактора 8-9120292535 и сообщить свой электронный адрес и полностью Ф.И.О, а также адрес проживания. Газета будет приходить с месяца заявки на год ежемесячно на электронный адрес. На почтовый адрес отправлять газеты сложно из-за дороговизны почты. Поэтому, за исключением отдельных случаев, мы это делать не можем.

Главный редактор газеты Николай Владимирович Январский.

Учредитель: ООО «Оптималист»  
Адрес редакции: 426068, г. Ижевск,  
ул. Барышникова, 31, кв. 42,  
тел.: (3412) 212-055, 8-912-029-25-35  
E-mail: anikola12a@yandex.ru

Отпечатано в МУП г. Сарапула «Сарапульская типография» в полном соответствии с предоставленными Заказчиком оригинал-макетами.  
427960, УР, г. Сарапул, ул. Горького, 20 «б», 152. т. 8-922-693-22-02  
E-mail: ooo-spp@mail.ru  
Дата выпуска: 10.06. 2022 г. Тираж 999. Заказ №

Главный редактор: Н. Январский  
Ред. коллегия: В.В. Куркин,  
А. Миронов

**Прочитай – передай другому!**