



Информационно-аналитическая газета

Колонка редактора

В глобальном смысле для нашей страны алкоголь и табак – самые мощные противозачаточные средства. Наиболее восприимчивы к продолжению рода организмы чистые и здоровые. Любой яд, ослабляя человека, снижает потенциал его возможностей, в том числе, вероятность зарождения новой жизни. Даже если оставить за скобками качество клеток, дающих жизнь, минус в демографии России мы получаем.

Ослабленные организмы обладают меньшей энергией к жизни. Алкоголь и табак – это мощнейшие пожиратели жизненной энергии и всех ресурсов от времени и здоровья до ума и денег. Многие умеренно выпивающие (по праздникам! Ха-ха!) семьи рожают на одного-двух детей меньше, чем породили бы, будучи трезвыми.

Намучившись с болезненными из-за алкогольно-табачных причин детишками, часть матерей уклоняется от сытого долга по наполнению страны народом. Тем самым они лишают своих малочисленных отпрысков мощной жизненной опоры на своих братьев и сестер в сложных жизненных ситуациях. А уж если урод или дебил рождается, тут даже на второго бывает боязно отважиться.

Алкоголь – самый большой и коварный разбойник в демографии. Легкая доступность слегка выпивающих партнеров отдаляет и ослабляет желание создать семью. А с другой стороны, способствует обмену инфекциями, ряд которых, наряду с абортами, весьма эффективно способствует бесплодию. Кстати, никто не знает, сколько детишек извлекают по кусочкам из женских тел после секс-контактов под хмельком.

Происшествия и приключения, о которых так любят рассказывать, навсегда избавляют от потенциальных женихов миллионы девушек и женщин, которые никогда не выйдут замуж. Либо выйдут, но ненадолго.

Ещё и ряд наших импортных «партнёров» ошутимо стараются, чтобы россияне побольше пили, больше курили и поменьше рожали.

Да что же делать? Ничего особенного. Просто надо беречь свою естественную трезвость и не позволять украсть её у своих детей. Сделать это можно только личным примером своей абсолютно трезвой жизни, чтобы «даже посудины винной» в доме не было.

Иначе вполне может случиться так, что вместо внуков придется заботиться о кошках да собачках. Это дело доброе и тоже нужное. Но всё-таки и лучше и приятнее заботиться о многочисленных внуках. А они, в силу своей природной трезвости и сердечности, не дадут пропасть ни кошкам, ни собакам.

Зависимость от первой сигареты

Юрий Кашин

Миллионы несамых разумных попадают на наивное заблуждение: «если я захочу, то брошу». Джозеф ДиФранца из Массачусетского университета в своих исследованиях убедительно показывает, что у многих подростков признаки табачной зависимости формируются после одной-двух сигарет. Хотя они не сразу переходят на несколько сигарет в день, даже при употреблении двух сигарет в неделю они испытывают те же симптомы, что и курильщики, употребляющие по две пачки сигарет в сутки (беспокойство, раздражительность, неспособность сконцентрироваться, безуспешность попыток «бросить» и т.д.).

Первоначально эта гипотеза была подтверждена опросами старшеклассников. В дальнейшем её подтвердили исследователи из канадского университета МакГилла, Колумбийского университета и Оклендского университета в Новой Зеландии. Более десяти исследований подтверждают, что механизм возникновения стремительной зависимости от никотина достаточно широко распространён среди начинающих курильщиков.

У 10% из них признаки зависимости появляются в течение двух дней после первого травления себя табачным дымом и у 25-30% в течение первого месяца. А новозеландские исследования показывают, что у 25% молодёжи симптомы зависимости появляются после 1-4 первых сигарет.

В опытах на животных установлено, что при введении доз никотина, соответствующих 1-2 сигаретам в день, в мозгу увеличивается

Симптомы зависимости могут сыграть роковую роль в формировании пожизненного табачного рабства и, в большинстве случаев, оказываются сильнее угрозы наказаний, силы воли и голоса разума.

Теорию возникновения стремительной зависимости иллюстрирует модель взаимодействия в мозгу системы, создающей влечение и системы, подавляющей влечение. У здоровых людей эти системы находятся в равновесии, подобно чашкам рычажных весов.

Например, система, создающая влечение, призывает к поглощению пищи, когда человек проголодался. А по мере насыщения обе системы

возвращаются в состояние равновесия.

У курильщиков попадание никотина стимулирует активность подавляющей системы. Мозг приспособляется к изменениям из-за поступления ядовитого вещества и стремится восстановить равновесие.

(Окончание по лосе 4)



Почему он попался?

количество рецепторов, участвующих в долговременной памяти и достаточно одной сигареты, чтобы занять 88% никотиновых рецепторов. Эти, подтвержденные другими учеными, исследования позволяют утверждать, что симптомы табачной зависимости у подростков могут возникнуть через два дня после первой сигареты.

К столетию признания алкоголя наркотиком

Постановления совещания врачей и представителей врачебно-санитарных организаций по вопросу о борьбе с алкоголизмом (9-11 мая 1915 г.)

(Продолжение. Начало в №58)

6. Совокупность имеющихся данных позволяет думать, что прекращение продажи спиртных «напитков» в России способствовало уменьшению в населении ряда заболеваний (между прочим половыми и душевными болезнями), несчастных случаев (в частности – железнодорожных несчастий), пожаров, самоубийств, преступлений, увеличению продуктивности труда и накоплению материальных средств населением.

7. Распространение пива или виноградного вина не может быть средством борьбы с алкоголизмом, так как оно само по себе ведёт к алкоголизму (хорошо известные Западной Европе – «пивной» и «винный» алкоголизм). Пиво и виноградное вино особенно опасны тем, что эти «напитки», как более слабые и вкусные, охотно потребляются женщинами и детьми.

8. За общественными самоуправлениями, на которых законом возложена забота о народном здоровье, навсегда должно быть

сохранено право делать обязательным постановления о запрещении торговли спиртными «напитками».

Многообразным и существенным интересам многомиллионного русского народа должно быть отдано преимущество перед узкими интересами небольшой группы представителей алкогольной промышленности и торговли.

9. Совещание признает безусловно необходимым, чтобы не только в пределах России было запрещено производство спиртных «напитков», но и прекращен ныне же ввоз всяких спиртных напитков из-за границы.

В. Меры положительного характера. Общие социальные меры.

10. Совещание признает, что в борьбе с таким сложным общественным явлением, как алкоголизм, никоим образом нельзя ограничиваться мерами запрещения, имеющим отрицательный характер и создающим лишь благоприятную обстановку для мероприятий положительного характера, –

социальных, экономических и культурных, – которые и должны получить немедленно самое широкое распространение.

11. Важнейшей причиной алкоголизма масс должно быть признано инстинктивное стремление рабочего люда заглушить так или иначе разнообразные тягостные ощущения, которые возникают в организме вследствие угнетенного состояния нервной системы; это же угнетение, в свою очередь, главным образом создается ненормальными условиями жизни и труда. Поэтому для искоренения алкоголизма Совещание признаёт существенно необходимыми общие мероприятия социального характера, которые способствуют устранению указанных ненормальных условий. Сюда относятся:

а) Сокращение трудового дня, увеличение заработной платы, уничтожение сверхурочных работ, улучшение жилищ и питания, организация всех видов страхования на принципах самоуправления рабочих.

(Продолжение следует)

Табак для девушки не просто так

В Крыму предлагают запретить продажу алкоголя ближе ста метров от образовательных, детских, спортивных, медицинских и других социальных объектов. А в других регионах России существуют официально узаконенные разрешения торговать алкоголем в двадцати-тридцати метрах от школ. Того и гляди начнут в перемену на крыльчке пивом торговать.

Циники из Минкомсвязи пробрили возврат рекламы алкоголя в печатные издания, а сейчас бьются за разрешение торговать в киосках табачной отравой. Минздрав считает, что это может привести к росту численности курильщиков, армия которых заметно подтаяла в последнее время. Курят сейчас самые упёртые да неразумные, а из детишек, кто пошмысленнее, даже не начинают. Хорошо бы Минздраву аналогичное заявление обнародовать по поводу удешевления водки.

Глава Луганской народной республики Игорь Плотницкий своим указом запретил реализацию алкогольной и табачной продукции с восьми часов вечера до восьми утра. Указ об этом опубликован 14 марта на официальном сайте главы и совета министров ЛНР. Указ принят с целью снижения криминогенной обстановки в ЛНР его действие распространяется на работу объектов торговли и всех форм собственности.

Вот и до Киева постепенно доходит. Общественное движение «Трезвая Украина» предложило депутатам киевского горсовета ввести запрет на ночную торговлю алкоголем и, похоже, находит отклик и поддержку. Тем более, что во многих городах Украины ночной запрет действует. Как и везде, этот запрет привел к заметному снижению преступности.

Воспитательница детского сада по имени Люба пила дома красное вино. Проблема не только в том, что русские женщины практически все привыкли периодически выпивать, проблема в том, что Люба работала воспитательницей именно в более трезвой Финляндии и у неё есть сын, а власти узнали, что Люба пила дома красное вино. Наверное, сынишка проболтался, а может быть, сама Люба. У Любы забрали семилетнего сына и Астахов сейчас пытается помочь бедной женщине.

То во Франции, то в Норвегии, то ещё где-нибудь в Европе, пытающейся поставить Россию в угол, счет подобным ситуациям с русскими детишками идёт на десятки. Люди пытаются устроиться получше, а у самих то с отдельной комнатой для детей не получится, то в холодильнике чего-нибудь не хватает, то со школьным воспитанием половых извращений не согласятся, а то и вообще (о, ужас!) детей своих накажут. И готово дело: вместо родителей №1 и №2 детей могут передать родителям №3 и №4. Оказывается, за всё надо платить. Только дороговато обходятся «кружевные трусики» в ЕС и для украинок и для россиянок. Есть народная мудрость: «Где родился, там и пригидился».

В Нижнекамске (Республика Татарстан) 17-18 апреля состоится научно-практическая конференция «Только трезвая Россия станет великой державой».

Заявки для участия в конференции принимаются в Оргкомитете до 10 апреля 2015 года, стоимость проживания в общежитии 250 рублей сутки.

Удивительно наблюдать, как идеи овладевают массами, в том числе идеи ложные, разрушающие. Вино надо пить. Много детей – плохо. Пить пиво – модно. Девушкам курить – современно ... Для укрепления таких идей в общественное сознание работают в корпорациях специальные структуры. Для оправдания разрушительных деяний финансируется реклама и механизм пропаганды. Они создают мифы и защитные линии: «они сами виноваты, что пьют, курят, колотятся», «всё вредно и жить вредно», «всё надо в меру» и т.д. Четвертая ветвь власти – информационная, подобно пастуху направляет огромные человеческие массы в требуемом направлении. Подавляющее число человеческих личностей даже при сильном желании не могут вырваться из этого потока и вернуться в естественное природное состояние – в трезвость. Как бы не говорили заклинание:

«Если я захочу, то брошу», – даже при осознании проблемы, наличии мощного стимула и огромном желании 60% курящих рожениц и кормящих матерей не могут освободиться из-под табачного рабства и травят своих кровных детей табачными ядами.

Не люблю страшилки, но всё-таки напомним. В почти 5000 тысячах химических веществ и соединений табачного дыма содержатся 196 ядовитых веществ, 64 канцерогенов, 16 способных вызвать наркотическую зависимость.

Самым сильным наркотиком является никотин, вырваться из-под власти которого, на мой взгляд, гораздо сложнее, чем из-под алкогольной.

В табачном дыме содержится множество металлов, в том числе кадмий, никель, хром, свинец, мышьяк, ртуть и восемь радиоактивных изотопов: (полоний-210, радий-226 и др.) Родство углекислого газа к гемоглобину в 20 раз сильнее, чем у кислорода. А у плода гемоглобин имеет ещё более сильную связь с углекислым газом, чем у взрослых. Это равносильно тому,



что придушивать своего потомка за его нежизненную шейку и спрашивать: «Ну и как, мой миленький? Так же тебе приятно, как и мне, твоей мамочке?»

А ещё с табачным дымом в организм мамы и ребёнка попадают бензол, винилхлорид, нафтиламин, сероводород, акролеин, нитрозамины и другая весьма не полезная химия. И это не самое худшее в самоотравлении вонючими сосками. Только на первый взгляд кажется, что человек распоряжается своим здоровьем по своему усмотрению. Мама, запрограммированная на употребление табака и вина, находясь в наркотической зависимости от этих ядов, наносит повреждения будущему потомству от незначительных, как заячья губа, срощенные пальцы, пороки сердца до тяжёлых уродств. Правда, такие нарушения бывают не очень часто, но бывают.

Ребенок, развивавшийся девять месяцев в плаценте, наполненной мутной вонючей жидкостью, обязательно будет хуже, чем мог бы быть.

Причину дефекта далеко не всегда можно установить, но вина курящих родителей (отца, в том числе!) не редкость. Например, бензоапирен в качестве мишени может выбрать ДНК. Он распирает двойную спираль ДНК, может непредсказуемо разорвать какую-то связь и образовать спираль ДНК с изменённой структурой. Риск повреждений значительно возрастает при быстром делении клеток в начале беременности, когда женщины ведут привычный алко-табачный образ жизни, то-есть курят и выпивают как обычно. Мать не имеет права подвергать ребёнка риску возможных повреждений. Отец, окуривая беременную женщину, также совершает преступление перед своими потомками.

Но даже узнав о новой жизни и, желая освободиться от табачной зависимости, мамы не могут справиться с привычкой и наркотической тягой.

Высокой эффективностью в избавлении от табачной зависимости обладает метод Шичко. Этот метод подключает внутренние психические ресурсы, значительно облегчающие освобождение от многолетней пагубной привычки. Метод несколько труден, но вполне по силам любому человеку, тем более будущей маме, обеспокоенной здоровьем и благополучием своего дитя.

Если вам не нравится жизнь с табаком, алкоголем, наркотиками, давайте прямо сейчас уберём их из нашей жизни. Метод Шичко – прекрасный помощник в этом деле.

Павел Доронин

Чтобы прекратить незаконную торговлю алкоголем, продажу его несовершеннолетним, необходимо соблюдать определённые юридические процедуры, работать с понятиями и с привлечением полиции.

Раньше в процессе подготовки таких операций случалась утечка информации и когда мы приезжали в магазин, он был закрыт – его уже предупредили. Сейчас поступаем следующим образом. Я звоню в полицию начальнику общественной безопасности и говорю ему:

– Мы едем с рейдом по нарушениям алкогольного законодательства. Выделите нам участковых. Мы едем в магазин, где продают спиртное с нарушениями, где продаётся алкоголь несовершеннолетним.

– Хорошо.

Участковый должен действовать по закону и для того, чтобы участковый зашел за прилавок магазина, должны быть законные основания. Мы поступаем следующим образом. Когда все собрались, я сажусь с участковым в машину, остальные участники рейда садятся в микроавтобус. А перед этим звоним на телефон доверия и говорим:

– В таком-то магазине продаётся алкоголь с такими-то нарушениями Закона.

Телефон доверия есть в каждом городе. На этот телефон принимают информацию, не спрашивая ваши данные. Если вы звоните в полицию, у вас спрашивают имя, фамилию, где вы живёте... На телефон доверия этого говорить не надо. Я просто сообщаю:

– В магазине «Апшерон» продаётся пиво.

Эта информация поступает в дежурную часть. Она зафиксирована.

Умело – по закону

Я звоню начальнику общественной безопасности и прошу его:

– Сообщи участковому, что ты разрешаешь ему проводить проверку в таком-то магазине.

По сообщению жителей, которое поступило на телефон доверия, участковый имеет право зайти за прилавком, зайти в склад. Таким образом, операция по пресечению незаконной торговли алкоголем подготовлена.

Мы заходим и я говорю:

– Есть у вас пиво? Алкоголь?

– Нет, нету!

– У нас есть информация, что вы продаёте алкоголь и мы по Закону правомочны проверить эту информацию. Так есть или нет?

– Ой, есть! Мы там для себя....

Мы заходим и смотрим. Ничего себе, это «для себя»! Там и водка, и пиво, и вино.

Есть торговые точки, где по Закону нельзя продавать алкоголь. В большом городе спиртное можно продавать только в стационарных магазинах с торговой площадью не менее 50 квадратных метров и имеющих складское помещение. В 22 часа алкогольный отдел закрывается. Кто захочет купить алкоголь после 22 часов, надо преодолевать препятствия, уговаривать, чтобы для него одного открыли отдел.

Решение о времени торговли алкоголем принимает Законодательное собрание. В ХМАО торговля крепким спиртным с 01 июля 2013 года прекращается в 20 часов. В правительстве Югры отмечают благотворное влияние этого запрета – впервые удалось сдержать рост потребления алкоголя. Снизилось число смертельных отравлений крепким алкоголем и суррогатами.

Меньше пьяных погибло в пожарах и сократилось их число среди преступников. Снизилось число ДТП, совершенных пьяными водителями. У нас в городе Ноябрьске организован Совет по безопасности. Туда приходят все общественники и мы решаем различные вопросы. В полиции можно получить информацию: преступность такая-то, пьянство такое-то. И выходить с предложениями об ограничении продажи алкоголем с такого времени и до такого. Когда проводятся массовые мероприятия: День Победы, День города, – продажа алкоголя полностью запрещена. Как-то приезжал в Волоколамск, там тоже есть ограничения: в стеклянных бутылках нельзя продавать пиво, а в пластиковых можно. Чтобы дурак выпил, бутылку кинул и никому голову не проломил. Это же маразм!

Были ситуации, что в один и тот же магазин приходилось возвращаться по три раза. Магазин наказали, через какое-то время он снова продаёт. Потом снова поступает сигнал, что идёт торговля с нарушениями. Нужно делать так: выявили, один раз наказали. Выявили повторно – всё, теряешь бизнес. Конечно, нарушители и их защитники сопротивляются: «Что вы мешаете развитию нашего бизнеса».

Но мы понимаем, что этот бизнес ломает человеческие судьбы, уничтожает людей. И поддержка наших действий идёт со всех сторон. Как-то приходят представители азербайджанской диаспоры:

– Правильно делаете. Это здесь они ходят в драных свитерочках. А там у них в Баку стоят двухэтажные особняки на берегу моря.

И было приятно, что представители азербайджанской диаспоры нас подержали.

Полемика о трезвости

Владимир Коняев (г.Владимир)



Трезвость – это врождённое состояние человека, поэтому трезвость к алкоголю не имеет никакого отношения. Трезвость надо определять в отрыве от алкоголя. В нашем народе алкоголь искусственно привязан к удовольствиям, к общению, к успокоению, к снятию стрессов... И если трезвость определяется как свобода от алкоголя, то для большинства обывателей получается, что трезвость – это жизнь без удовольствия, без общения, без успокоения, без снятия стрессов... В таком случае это неприемлемо для людей.

Когда трезвость определяется как состояние, там совершенно другие акценты.

Трезвость – естественное состояние человека, при котором он анализирует свои поступки и поступки окружающих, контролирует свои действия и поступки, улучшает тем самым качество жизни как самой себе, так и ближайшему окружению.

Такое определение становится интересным людям. Порой мы боимся слова трезвость. Где-то «Трезвый десант» переименовали в «Десант здравосозидания», чтобы смягчить стенообразующую реакцию пьющих чиновников. В Бурятии на стене административного здания написали «Трезвая Бурятия» – и такая полемика началась! Я сам два раза в маршрутке принимал участие в такой полемике. Эти слова затирали, а они снова проступали. Администрация плитку переложила, чтобы избавиться от этих слов.

Очень важно и пора заговорить о трезвости, как о состоянии. Это важно для того, чтобы молодёжь, поддерживающая трезвость двигалась в правильном направлении. И если мы не заговорим о трезвости, как о состоянии, то молодые соратники снова пойдут по бессмысленному пути битвы с алкоголем.

Карл Башарин (г.Якутск)

Я не согласен с этим определением.

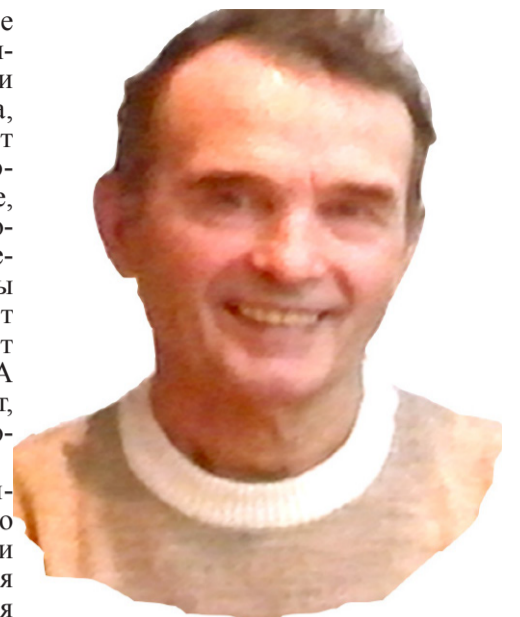


Существует научное определение трезвости: «Трезвость – естественное, единственно нормальное и творческое состояние человека, семьи и общества, свободное от проалкогольной запрограммированности, потребности в алкоголе, привычки употреблять его и самого употребления». Алкоголь прежде всего поражает мозг. Когда мы живём трезво, наш мозг отражает внешнюю среду правильно. Вот это и есть состояние трезвости. А когда человек дурман употребляет, принимает внутрь отраву, это состояние исчезает.

Коварство алкоголя проявляется в том, что он постепенно разрушает человека, незаметно и для него и для окружающих, давая ему иллюзию эйфории. Мы не для химических удовольствий родились, мы родились для жизненно важных дел. От алкоголя человек переходит в состояние постепенной дегградации, поэтому мы не должны бояться слова трезвость и всегда и везде доказывать преимущества трезвости.

Игорь Афонин (г.Череповец)

Когда ко мне на занятия по методу Шичко приходят алкоголики, на третьем занятии к слову трезвость они относятся спокойно. В зависимости от аудитории это слово нужно преподносить адаптировано. Поэтому всё зависит от нас. Помните, Серафим Саровский говорил: «Очистись сам и вокруг тебя спасутся тысячи» («Стяжи дух мирен, и вокруг тебя спасутся тысячи»). Перефразируя, как мы себя ведем в окружении, так и наше окружение будет вести себя.



Есть такая притча про буддийских монахов и улитку.

Шли четыре монаха. Один нечаянно наступил на улитку и сокрушается: «Я убил живое существо!» Самый мудрый из них говорит:

– Да, ты поступил нехорошо. Ты убил живое существо.

Другой монах говорит:

– Но если я не буду их убивать, они съедят всю мою капусту и я умру с голода.

– Да, ты прав. Их надо убивать.

Тогда третий монах говорит:

– Как же так? Двое говорят противоположные вещи и оба правы? Так же не бывает!

– И ты прав! – Сказал мудрейший из них.

Поэтому с разными людьми и в разных ситуациях нужны разные подходы.

Поэтическая страничка

Три девицы под окном
Расслабились вечерком.
Незатейливо, без своры
Шли под пиво разговоры;
И, цигарками дымя,
Обсуждали тему дня.

«Кабы я была царица, –
Говорит одна девица:
– То на весь крещёный мир
Приготовила я б пир.
Разудалую гулянку,
Полумесячку пьянку!
Мне народ свой упоить,
Как персты водой облить».

«Кабы я была царица, –
Говорит её сестрица:
– То на весь бы двор одна
Наткала я полотна.
И тогда уж, знамо дело,
Свиту царскую одела.
Похваляюсь я не зря,
Шью покруче кутеря!»

«Кабы я была царица, –
Третья молвила девица:
– Я б для батюшки-царя
Родила богатыря.
Наслаждения царица,
Я в любви не кошка, львица!
Обыщи весь белый свет,
Мне по сексу равной нет.
В деле этом не ребёнок,
С «Камасутрой» сплю с пелёнок.
А для батюшки-царя
На сто поз готова я!»

Только вымолвить успела,
Дверь тихонько заскрипела,

Сказка о царе Салтане

Почитывая Пушкина А.С.

И в светлицу входит царь,
Стороны той государь.
Во всё время разговора
Он стоял позадь забора;
Речь последней по всему
Полюбилася ему.

«Здравствуй, красная девица, –
Говорит он: – будь царица.
Вы ж голубушки с сестрой,
Поезжайте вслед за мной».

Царь недолго собирался,
В тот же вечер обвенчался;
С молодой красой женой
Сел Салтан за пир честной.
И никто с начала мира
Не видал такого пира:
Яства высились горой,
Растеклось вино рекой.

День прошел – царя Салтана
Уложили спать вполпьяна,
И оставили одних
В почивальне молодых.
А царица молода,
Дела вдаль не отлагая,
.....
С первой ночи понесла.

Царь, прознавши новость эту,
Усадил жену в карету,
В здравницу велел послать,
Чтоб дитю комфорт создать.
С государыней простившись,
И от счастья прослезившись,
Ей наказывал себя
Поберечь, его любя.

Времени прошло немало,
И пора родить настала.

Государь не спит ночей,
От супруги ждёт вестей.
Шлют к нему гонца лихого,
Вот с чем, от слова до слова:
«Родила царица в ночь,
Не то сына, не то дочь,
Не мышонка, не лягушку,
А неведому зверюшку!»

Как услышал царь-отец,
Что донёс ему гонец,
В гневе начал он чудесить,
И гонца хотел повесить;
Передумал на сей раз,
Дал гонцу такой приказ:
«Царь велит своим боярам,
Времени не тратя даром,
И царицу, и приплод
Тайно бросить в бездну вод».

Делать нечего, бояре
Потужив о государе,
Прочитали вслух указ,
И царицу в тот же час

В бочку с отпрыском садили,
Засмолили, покатали
И пустили в океан –
Так велел-де царь Салтан.
А в народе слух пустили:
«Мол царица
С сыном вышла в окяян,
Там настиг её туман.
Сколь потом их не искали ...
Оба без вести пропали.

Сказка ложь, да в ней намёк,
Молодой семье урок:
**Не важна на ложе трезвость,
А нужны Любовь и Трезвость!**
(Плагиагор)

Были опрошены 256 юношей. Им предложили три вопроса и соответственно три варианта ответа: положительно, безразлично, отрицательно.

Вопрос первый: «В твоей компании девушки курят. Как ты к этому относишься?» – 4% положительно, 54% безразлично, 42% отрицательно.

Вопрос второй: «Девушка, с которой ты дружишь, курит. Как ты к этому относишься?» – 1% положительно, 15% безразлично, 84% отрицательно.

Вопрос третий: «Хотел бы ты, чтобы твоя жена курила?» – Буря протестов! Из 256 только двое ответили, что им всё равно. Остальные категорически возразили.

Академик Ф.Г.Углов (Из письма курящей девушке)

«Я всё умею – пилить, строгать, колотить. Мужик должен всё это делать, а не гири тягать в фитнес-клубе. Ой, жалуются некоторые, работы нет. Научись плитку класть – будешь на «Мерседесе» ездить. Я у себя на участке город целый выстроил, баню, сарай. А если на диване лежать и дыню наедать – плохо закончишь. Алкоголем, наркотиками. К сожалению, сейчас много таких мужиков...»

Когда ко мне приезжают, говорят: «Далеко вы забрались». А я спрашиваю: «Далеко от чего?» И человек замолкает. Из-за того, что я в деревне живу, у меня каждый день другой. Каждый день – другое небо. Утром встал – и завертелось, а вечером смотришь и видишь: и такие облачка, и этикие Господь подпустил. Ни фига себе!

Стоишь и как безумный смотришь на эти звезды и думаешь: «Боже мой, вот завтра умру, и что я скажу ему?» Как в молитве говорится: если тень твоя так прекрасна, каков же ты сам? Я однажды вошел в дом, думал, сейчас компьютер включу, а электричества не было.

И я оказался в полной темноте. Лягте как-нибудь в темноте, отключите все «пикалки» и задайте себе такой вопрос: кто вы и как вы живете? Я вообще нормальный парень или так себе?

Юрий Кашин

Экономические потери, озвучиваемые в 36-37 миллиардов рублей, представляют собой деньги, недополученные тогда в розничной торговле. Но дополнительная прибыль, полученная за счет снижения простоев, роста производительности труда, сокращения пьяных прогулов, уменьшения брака, в процессе охаивания не учитывается. В экономике любой страны на рубль прибыли от реализации алкоголя получают 3-5 рублей убытков. Наша страна в этом не исключение. Да и 36 миллиардов долларов в бюджете Советского Союза не так уж и велики были деньги.

Благодаря ограничениям на алкоголь, именно в те годы, снизилась смертность и возросла рождаемость, больше стало браков и меньше разводов, уменьшилось количество больных и заключенных. Многие семьи облегченно вздохнули, пожив с трезвыми мужьями и отцами. Люди не боялись за детей, гуляющих по вечерам. Сформировалась благодатная атмосфера спокойствия и безопасности. Не сравнить с нынешним городским пейзажем молодых людей, по причине пивалкогольной справляющих нужду в людных местах среди бела дня. Озлобление можно было найти в алкогольных очередях, в которые нормальный человек вставал только из-за психологической зависимости сопровождать важные собы-

Аксиомы академика Углова

2005 год

(Продолжение. Начало в №52 - 58)

тия алкоголем. Да еще жестоко озлоблены были деятели искусства и литературы, которые уже давно сменили принцип «ни дня без строчки» на лозунг «ни дня без рюмки». Среди них были и талантливые любимцы всей страны. Они и возопили первыми. Безусловно, тогда ситуацией с алкоголем недовольны были многие. Нельзя взрослых людей силком принуждать или палкой погонять к «светлому будущему». Но озлобления в обществе не было. Сейчас злобы в обществе намного больше. Хорошо растут проявления злобы от вино-водочных ливней.

Венцом вранья является ложь про вырубленные виноградники. Не многие виноградники превратились в пустыри, подобные нынешним заброшенным полям средней полосы. Винными сортами винограда тогда было занято 95 % площадей всех виноградников. Планомерно и быстро винные сорта заменялись на столовые сорта винограда с разными сроками созревания. Цель была поставлена: «Обеспечить свежим виноградом столы трудящихся с июня до октября месяца». И эта цель была достигнута. Освобожденные от винных сортов площади засаживали сортами винограда с разными сроками

созревания. Иные виноградники садили в тенистых местах для удлинения срока созревания винограда. Но про виноградники нам внушают так, как будто их топорами срубили, лозу сожгли, земли забросили. Но через три года собрали такой же урожай, как до начала горбачевской компании.

В России в результате реформ заброшено 33 миллиона гектар пашни. В России насчитывается 17 000 вымерших деревень и сел. А пропагандисты «культурного винопития» – защитники пьянства, – до сих пор вопят о вырубленных виноградниках, как о неслыханном злодеянии. Понять их можно, ничто не может так сильно расстроить пьянчужку, как разбитая бутылка хмельного зелья. Хватит врать, ребята! Сходите на эти виноградные поля с видеокамерой. На обратной дороге загляните на другие, на русские поля.

Конечно, глупостей и дуростей всегда хватает. Причины для недовольства были. Но масштаб маразмов был тогда несоизмеримо ниже, чем в реформаторские годы. Нахрапистые неумехи до сих пор держаться за ругательное слово «реформа». Оно их кормит и кормит весьма прилично.

(Продолжение следует)

Церковь об алкоголе

«Винопитие совсем должно быть изгнано из употребления из среды христиан»

Святитель Феофан Затворник

Зависимость от первой сигареты

Юрий Кашин

(Окончание. Начало на полосе 1)

При этом он усиливает активность системы, создающей влечение.

Постепенно действие полученной дозы никотина заканчивается и система, подавляющая влечение, перестает быть активной. А система, создающая влечение, активизируется. Она, подобно качелям, выводит мозг из равновесия и создает сильную тягу. Эта тяга настолько сильна, что подавить её можно только единственным способом – отравлением себя дозой из следующей сигареты.

Данный механизм табачной тяги начинает работать уже тогда, когда в организме ещё нет постоянного присутствия никотина, как у курильщиков со стажем.

Процессы торможения и возбуждения неразрывно связаны, как две стороны одной медали. Так у опьяневшего человека алкоголь вызывает наркотическое торможение в коре головного мозга, которое приводит к возбуждению подкорковых центров вследствие положительной индукции. Эмоциональные реакции усиливаются, человек испытывает прилив сил и ощущение эйфории. Искажается оценка окружающей обстановки и критическое отношение к поступкам, всё кажется доступным и возможным.

Прилив сил и болезненная весёлость сменяются тоской и упадком сил. Дурашливость может перейти в дурость, поведение стать агрессивным, а человек социально опасным.

В организме курильщика со временем происходит адаптация организма к поступлению с дымом многочисленных табачных ядов и выработка соответствующих противоядий. Эти противоядия требуют от курильщика своей нейтрализации и тем самым усиливают табачную тягу.

Важно в самом начале табачной «карьеры» принять самые срочные и энергичные меры по избавлению от табачной зависимости. К сожалению, в подавляющем большинстве случаев знаний для объективной оценки ситуации в голове подростка недостаточно, а самоуверенности, в силу специфики возраста, очень много. Аналогичные процессы и, вероятно, с меньшей скоростью происходят при старте в употребление пива и вина, а также при игромании и возникновении других наркотических зависимостей.

Дневник

Дмитрий, 38 лет, семьи нет, живёт в общарпанной комнатухе в общежитии, перебивается заработками на стройках. Имеет права водителя В и С категории. Прошёл курс по методике Шичко, освободился от рабской алкогольно-табачной зависимости.

2. 05.03.2015г. в 00ч. 43 мин.

3. Отношение к спиртному отрицательное, негативное. Алкоголь - яд, отравка, наркотик. Я отказался от самоуничтожения.

4. Находясь среди пьяных людей, я только укрепляюсь в своем решении, в своем выборе трезвой жизни. Я понимаю, что я смог вырваться из этих сетей. Я доволен собой.

5. Выпить предлагают все реже, только по телефону, ради шутки. Все уже поняли, что я серьезно настроился на трезвую жизнь.

6. Сегодня встретил Васю, работали как-то вместе. Он, как обычно, с похмелья, мятый, потрепанный, покоцанный. Поболтали в дал ему совет брать пример с меня.

7. Мысли о спиртном практически отсутствуют, только в виде воспоминаний о прошлой жизни. Теперь мысли только о трезвом образе жизни.

8. Даже во сне я знаю, что я трезвый здоровый человек и сны мне снятся только трезвые, чистые, здоровые.

9. Я очень сильно и серьезно настроен на трезвый образ жизни, ведь я теперь знаю, насколько опасен и вреден алкоголь, поэтому даже мысли об употреблении отсутствуют.

10. И в дальнейшем мое решение, мое мнение останется прежним: алкоголь - это очень опасный наркотик, который убивает все вокруг.

11. Глубоко убежден, что государству пора изменить



Услуга «Трезвый водитель»

отношение к торговле этим наркотиком, ведь с помощью алкоголя происходит геноцид нашего коренного населения.

12. Очень сожалею, что столько лет мое сознание было замутнено алкоголем. Но теперь все изменилось. Я открыл глаза и взглянул на всё по-другому. Буду меняться!

13. Смешно вспоминать, как я зависел от употребления отравы. Но теперь я сильный и легко отказываюсь даже от мысли о яде.

14. Мой организм больше и больше настраивается на здоровый образ жизни, а в здоровом теле нет места алкоголю - это яд.

15. Переживания отсутствуют у меня по поводу прошлой жизни. Что было, то было. Теперь жизнь изменилась. Теперь я свободен!

16. От пьяных противно пахнет. Хорошо, что от меня так не разит, ведь я человек трезвый, в алкозаведения дорогу забыл. Лучше я схожу в спортзал.

17. Физ. самочувствие отличное. Я крепок, здоров, спортивный и веселый.

18. Морально и психически я устойчив, что позволит мне и дальше продолжать преодолевать любые препятствия на моем пути.

19. Каждый день получаю самоудовлетворение от своего состояния - чистого и трезвого.

20. Все меня хвалят и радуются за меня. Рад и доволен собой и я сам.

21. Смотрел диск DVD «Общее дело».

22. Впечатлился. Люди делают очень полезное дело для страны.

23. Теперь я трезвый и энергичный. Осталось найти хорошую работу.

24. Все это использую для поиска всего того, чего я хочу, а я хочу много.

«Я расстался с алкоголем навсегда. У меня будет прекрасная трезвая жизнь».

Из дневника Алексея (37 лет), слушателя курсов Шичко:

Проясненное сознание - это обалденно!

Главный редактор Ю.И. Кашин
Дизайн и верстка Т.И. Загорская
Учредитель:
ООО «Малое предприятие «Вишня»
Адрес редакции, издателя: 426057, г. Ижевск, ул. Пастухова, 13-9

Координаты редакции:
426054, г. Ижевск, а/я 4956
Телефон: (3412) 58-75-51,
58-58-39
E-mail: samtrezv@ya.ru
Сайт www.alnepey.ru

Мнение редакции может не совпадать с точкой зрения автора
Тираж 4000
Цена свободная
Дата выпуска 17.03.2015 г.

Газета отпечатана в Сарапульской городской типографии по адресу 427900, г. Сарапул, ул. Раскольниково, 152
Подписано в печать 16.03.2015 г.
По графику 14.00
Номер подписан 14.00

Газета зарегистрирована
ПИ № ТУ 18-0146 от 14 мая 2010г.
Газета перерегистрирована
ПИ № ФС 77-42236 от 04 октября 2010г.

Курсы по методике Шичко

– Избавление от алкогольной и табачной зависимостей, восстановление трезвости в семье

– Избавление от очков и восстановление зрения по методу Шичко-Бейтса;

– Курс стройности и здоровья по методу Шичко-Оганян;

Групповые, индивидуальные и он-лайн курсы.

Занятия проводит профессор

Кашин Юрий Иванович

т.8.912-751-60-67 8.912-751-60-67

Общество трезвости при храме Иоанна Предтечи (г.Киров)

тел. 8.909-131-33-94; 8.919-5145-28-18

Помогает людям выбрать трезвую жизнь самим и их близким!

