



СОРАТНИК

Газета Союза борьбы за народную трезвость

№ 2 (53) — Февраль 2000 г.

Издается с июня 1994 года

СОРАТНИК ДЕЛИТСЯ ОПЫТОМ

В ЯКУТИИ МОДНО БЫТЬ ЗДОРОВЫМ

Очень рады, что новое тысячелетие мы, трезвенники Якутии, встретили в тесном сотрудничестве с вами, соратники. Мы чувствуем ваше крепкое плечо, мы уверены, что есть на кого опереться в трудную минуту. Мы знаем, что занимаемся правым делом, и есть Бог, Который все видит и помогает нам в наших стремлениях и практической работе.

А результаты деятельности нашего общественного движения Якутского республиканского Центра «Трезвость из здоровье» уже ощущимы. По итогам нашей десятилетней деятельности (в ноябре 1999 г. нашей якутской школе Г.А. Шичко исполнилось 10 лет) мы получили «гран при» Департамента по охране генофонда народов Республики Саха (Якутия) в размере 15 тысяч рублей.

28 декабря нас в числе 23-х энтузиастов трезвенного движения принял Президент РС(Я) М.Е. Николаев, отметил нашу деятельность щедрым подарком, угостил чаем и включил меня в состав Правительственной комиссии по разработке Указа Президента о сети Президентских сел здорового образа жизни. Проект Указа подготовлен и находится на подписи у Президента. Вопросы трезвости в нем поставлены серьезно.

На той же встрече была создана вторая Правительственная комиссия, которая готовит Указ Президента об Академии

здорового образа жизни при Якутском университете, я подготовила предложения, которые включены в проект Положения об Академии.

Задачу формирования здоровья и здрового образа жизни населения Президент РС(Я) назвал стратегической задачей государственной власти республики еще в июне 1999 г., когда было подписано Соглашение Президента с заинтересованными министерствами и ведомствами, и с того момента во всех своих выступлениях и обращениях, даже в новогоднем приветствии к населению, молодежи республики, он заостряет внимание властных структур и населения на здоровье и здоровом образе жизни.

Вышел сборник его статей «Здоровье и здоровый образ жизни граждан Якутии», в которых поставлены конкретные задачи по формированию здоровья и здорового образа жизни, по противоалкогольной работе, по повышению культурного уровня населения, улучшению информированности населения в области социально-психологических проблем, «созда-

нию системы воспитания здорового поколения, направленной на обеспечение преемственности в поддержании здорового образа жизни подрастающего поколения, семьи». Предложил в каждом населенном пункте «организовать с участием самых авторитетных и уважаемых людей общества трезвости и вести плановую работу». Так что у нас появилась серьезная поддержка в лице первого человека республики.

В конце марта планируется проведение съезда народов республики, посвященного здоровому образу жизни. Избраны по улусам (районам) республики пятьсот делегатов.

Так что работы у нас много, много... В институте ведут курсы «Основы здорового образа жизни и профилактика болезней», «Вредные привычки и их профилактика», «Биология женщин», в базовой школе курс «Вредные привычки и их профилактика» и «Уроки нравственного здоровья». Много выступаем на встречах, совещаниях, конференциях (студенческих, научно-практических, международных),ездим в командировки по республике. У нас в Якутии стало модным быть здоровым, вести здоровый образ жизни.

Людмила Спиридовна ГРИГОРЬЕВА.

ИНФОРМИРУЕТ

В РУКИ НЕ БРАТЬ!

Когда беседуешь с подрастающим поколением о проблеме употребления легальных наркотиков — алкоголя и табака и наркотиков нелегальных, то молодежь ссылается на американские фильмы, которые каждый день показывают по телевидению. Они заявляют, что в Америке демократия и свобода, там все разрешено.

Так ли это на самом деле? Приведу лишь несколько фактов, взятых из наших средств массовой информации, книг, докладов.

В учебном пособии «Основы искусства антинаркотического воспитания» (г. Елец, 1999 г.) Н.А. Гринченко рассказывает такие факты.

В США уже к 1989 году в 41-м штате в начальных училищах, в средних и высших школах обязательными являлись уроки трезвости. Уроки антиалкоголизма были введены в Канаде, Англии, Швеции, Норвегии, Голландии, Бельгии, Франции.

Антинаркотическое воспитание в США предусматривается с детского сада и продолжается в течение всех 12-ти лет обучения в школе.

Кроме этого, действует суровая система запретов и наказаний подростков. Так, закон запрещает им возить, носить и просто держать в руках любые емкости со спиртным. Штраф 500 долларов. При повторном нарушении — тот же штраф плюс лишение водительских прав, что в условиях США «смерти подобно».

Закон исполняется, невзирая на личности. На всю Америку прогремела Сора Гор, дочь вице-президента Гор, которую наказали, когда заметили с бутылкой пива в руке.

Взрослый человек, даже если просто передаст подростку бутылку пива, должен быть оштрафован в первый раз на 100 долларов, за каждый последующий — на 2,5 тысячи долларов. За передачу двух бутылок пива — 3,5 тысячи долларов. Конечно, при такой системе любая антинаркотическая пропаганда станет действенной.

Еще в 1996 году газета «Известия» сообщила, что для американских солдат, несущих службу в составе миротворческих сил ООН введен запрет на алкогольные напитки. Об этом сказал министр обороны США Уильям Перри.

В сентябре 1998 г. «Голос Америки» в новостях утверждал, что в 1996 г. в США в штате Техас принят законодательный акт о депортации эмигрантов, совершивших правовые нарушения. Согласно этому закону по решению суда должны быть депортированы около пяти тысяч мексиканцев, которые были задержаны три раза за вождение автомобиля в нетрезвом состоянии.

Доктор социологии, профессор университета штата Юта США Ричард Роппес рассказывал на третьем семинаре по социологии в Нижнем Новгороде о наказаниях за управление автомобилем в пьяном виде, действующих в Америке. Первый раз, когда водитель попадает в пьяном виде, его сажают на 10 суток в тюрьму и штрафуют на тысячу долларов. Кроме того, судья выносит решение на выбор: или 90 суток тюрьмы или принудительное лечение в группе анонимных алкоголиков.

Если вождение в пьяном виде повторяется, то водитель может потерять водительские права и год просидеть в тюрьме.

Подготовил Александр Алексеевич БОРОДИН.

РАССУЖДАЕТ

СОЗНАНИЕ ОЧИЩАЕТСЯ ДНЕВНИКОМ, А ДУША — ПОКАЯНИЕМ

В родительском доме бутылка никогда не считалась украшением стола, поэтому спокойное, равнодушное отношение к выпивке сформировалось у меня с детства. Но пили близкие мне люди, и я, что называется созависимый человек. Один пьет, он зависит от алкоголя, другой, живущий рядом с ним, — созависимый. Это очень и очень тяжело, пожалуй, тяжелее, чем пьющему человеку, который постоянно в бессознательном, наркотическом состоянии и боли не чувствует. Боль за двоих несет другой — созависимый.

Вот и пришлось пневмально разбираться самой, что же толкает людей к рюмке и как возникают зависимые состояния (а в качестве наркотика может выступать не только табак и алкоголь), говоря языком Православия, как возникают страсти.

О православной точке зрения на грех винопития я узнала на лекциях Владимира Георгиевича Жданова в феврале 1994 г., куда пришла вместе с сыном-студентом. Эти лекции стали поворотным моментом в нашей жизни. Страх терзал мое сердце: а вдруг сын возьмет пример с близких людей и станет пить? И вот в укрепление, в поддержку моим отчаянным мольбам (я даже не осознавала, что это моя молитва) Господь послал мне того, кто все разъяснил — В.Г. Жданова. То, что мы узнали на курсах Владимира Георгиевича, буквально потрясло. Сразу же после прослушанных лекций мы крестились в Русской Православной Церкви.

Сын рассказывал о полученных знаниях друзьям, знакомым в Новосибирске, у него нашлись единомышленники. А через несколько лет, когда сын венчался, за свадебным столом жених и невеста пили смородиновый сок, так их благословил духовный отец.

Шесть лет прошло, но до сих пор помню слова, с огромной силой убеждения сказанные на лекции Владимиром Георгиевичем: «Сознание человека очищается дневником и самовнушением, а душа очищается покаянием, постом и молитвой». И до сих пор с волнением вспоминаю задание, которое дал преподаватель: написать покаяние, вспомнить все грехи свои в этой жизни и сходить покаяться в церковь. Как я благодарна ему, что он указал мне путь — куда идти в моих метаниях и поисках. С тех пор только Православная вера помогла выстоять и выжить в прямом смысле слова.

Один из близких мне людей прослушал курсы по методу Г.А. Шичко у преподавателя-атеиста. И что же? С алкогольной зависимостью он порвал. Но как известно, «свято место пусто не бывает», и взамен одной проблемы мы получили другую. Как ужиться в мире с человеком, который находится в состоянии постоянного гнева, раздражительности, злобы? Чем больше смиряешься перед ним, тем больше недовольства. Но с помощью Божией и это преодолимо. Жаль только, что годы уходят на это преодоление, а будь человек верующий, он быстрее и легче осознал бы, что несовершенство находится внутри нас, а не вокруг, что начинать надо с покаяния и очищения себя, а не обвинения окружающих.

Еще хочу поделиться с вами, соратники. Недавно прочла «Соловецкий Патерик», там рассказывается, что святые отцы соловецкой обители были убежденными трезвенниками. Читая про иеросхимонаха Иова: «Для учеников своих преподобный составил скитский устав: «Если кто соизволит жить со мною и после меня в ските, то не должен употреблять в пищу коровьего масла, молока и рыбы, ОСОБЕННО ЖЕ НЕ ПИТЬ ВИНА». А старец Наум (XVII век) от рождения НИКОГДА НЕ ПИЛ НИ ВИНА, НИ ПИВА. Иеросхимонах Матфей (XVIII век) в 45 лет поступил в монастырь. От юности приучив себя к воздержанию, он ВО ВСЮ ЖИЗНЬ НЕ УПОТРЕБЛЯЛ ВИНА И ЧАЮ.

Это ли не пример для нас?

Но и в наши дни есть трезвеннические общины. «АиФ» № 44 за 1999 год рассказывает об опыте жизни бывших алкоголиков и наркоманов, переселившихся в глухой деревне Новосибирской области. «Все здесь веруют в Бога: считают, что выйти из состояния химической зависимости можно только с помощью высших сил». Наряду с самоанализом, работой обязательно присутствует молитва, то есть духовное начало стоит во главе угла.

Вы спросите, к чему я обо всем этом? Прочла в январском «Соратнике» два мнения: — В.П. Кривоногова и Г.А. Тарханова. А я даже не мнение хочу высказать. Я жизнью своей выстрадала то, что говорю вам: без духовных ориентиров, без опоры на веру в Бога трезвенническое движение обречено на тихое угасание.

Надежда Леонтьевна КИРОВА.



Мы часто отмечаем тот факт, что с Россией в мире считаются все меньше и меньше. Мечтаем о возрождении страны, пытаемся поднять экономику и жить богато и жирно, считая будто бы в этом решение всех наших проблем. Вот уже полтора десятилетия прошло с начала провозглашения так называемой «перестройки», а мы все слабее и слабее.

Всегда главным богатством страны считалось количество и качество населения. Именно потому, что русский народ был в прошлом многочислен и здоров во всех отношениях, он смог расселиться на территории нынешней России и далеко за ее пределами. А как на сегодня представлена проблема?

Хорошо известно, что последствия переворота октября 1917 года, называемого большевистской революцией и Великой Отечественной войной унесли десятки миллионов, в основном самых лучших представителей русского народа — основы России. Известно и то, что с 90-х годов смертность населения превысила рождаемость. Но мало кто знает, что простое воспроизведение русской нации прекратилось еще в 60-х годах и то, что ежегодно по причине, казалось бы, мало обидного курения табака страна теряет около 300 тысяч человек, от потребления алкоголя — около 900 тысяч человек, а наркотики уносят уже десятки тысяч молодых людей.

Понимаю, до «перестройки» строили коммунизм. Правителей страны не волновало ухудшение демографической ситуации среди русских, главное, чтобы было больше советских людей. И их становилось больше. Так, численность коренных народов Кавказа и Средней Азии только с 1959 по 1989 годы возросла в 2,5 — 3 раза. Распался «союз». В бывших союзных республиках к власти пришли националисты и нормой стала забота прежде всего об интересах их коренных народов. А в России?

По прежнему в общественном сознании над всеми жизненными потребностями и целями довлеет интернационализм. Именно поэтому у нас прозападная политика государства, вымирает коренное население и заселяют наши земли нероссийские народы.

Надеюсь, что нынешние правители страны. Вообще непонятно, кто ее управляет. Предлагаю подумать о наших проблемах на уровне субъекта Федерации, в большинстве случаев которыми управляют люди, рожденные русскими матерями. Проблем много, они — копия общероссийских, но я вновь о количестве и качестве населения.

Растет заболеваемость, инвалидизация, смертность населения, неуклонно сокращается его численность. Прогрессирует нравственная и умственная деградация, распространяется табакокурение, употребление алкоголя, наркотиков. Мы слабеем, тупеем и вырождаемся, и не видно этому конца. Но самое страшное то, что политики закрывают на эту проблему глаза и вспоминают о ней лишь иногда, перед выборами.

Специалисты ООН предупреждают, если ничего не изменится, то к середине XXI века численность населения России сократится вдвое, а к концу века русский этнос вообще исчезнет с лица земли. Иными словами, подобно Римской, Византийской, Вавилонской исчезнет Русско-российская цивилизация. Кто будет жить в России в следующем веке?

По данным печати, в стране уже живет около ста тысяч африканцев, более миллиона представителей народов Кавказа и Средней Азии. Только в Москве проживает более 80 тысяч китайцев и столько же афганцев. Известно, нет плохих народов, все народы имеют право на жизнь на прекрасной планете Земля. Именно поэтому утверждают: русский народ и другие коренные народы России — не исключение. В XXI веке очень возможны межэтнические конфликты на русской земле. Понимаю, трудно это поверить, как трудно было из 60-х годов представить хаос 90-х. Но это так. В Китае, Африке, Средней Азии, на Кавказе и т.д. отмечается перенаселение. В мире истощаются природные богатства. Россия же занимает 12% территории суши планеты, находится на ней 40% природных богатств и проживает всего лишь 2,5% населения. Не хотят нас видеть сильными народы, у которых высока численность и дефицит природных богатств. А хотим ли мы, ныне живущие в России, сохранить свою цивилизацию? Думаю, что «да», но, к сожалению,

мало что для этого делаем.

Посмотрите на наши семьи. В более чем 60% из них один-два ребенка, а для сохранения нации должно быть не менее трех. Все больше распадается и меньше заключается браков.

Обратите внимание, сколько вокруг пьющих, курящих людей, имеющих лишний вес. Все эти люди с потенциально укороченной жизнью: в среднем у курильщиков — на 23-25 лет, у потребляющих алкоголь — на 17-20 лет, у страдающих лишним весом — на 12-15 лет. А наркоманы вообще живут менее 10 лет с момента приобщения к наркотику. Растет самая высокая в мире половая диспропорция. Если в 1913 году мужчин в стране было меньше, нежели женщин на 1 миллион, то в 1994 году только в Москве на 4 млн. мужчин приходилось 5 млн. женщин. По прогнозам, к 2010 году Россия станет страной «вдов».

Как остановить этот раскручивающийся маxовик самоуничтожения русского и других российских народов?

Нельзя рассчитывать на то, что по мере укрепления экономики и увеличения дохода в семейный бюджет рожаемость повысится сама по себе. Сознание людей уже давно сориентировано на легкомыслие, развлечения, но не на труд. А воспитание детей — это тяжелый труд, который должен обществом оплачиваться в полной мере. Всегда в стране высокую рожаемость обеспечивало село. Так, во время Великой Отечественной войны из десяти солдат, находящихся в окопах, восемь были из села. А ныне на одно деторождение в сельской местности приходится несколько смертей. У нас уже в настоящее время большие проблемы с укомплектованием армии. Нужно обращение к национально-патриотическим и православным чувствам русского народа. Нужно возрождение русского духа. Именно так было в первую и вторую Отечественные войны. Так было во все трудные времена нашей истории.

Третье. В повышении уровня здоровья населения нельзя рассчитывать только на здравоохранение. По оценкам Всемирной организации здравоохранения от медицины здоровье человека зависит всего на 8-10%, а от образа жизни — на 50%. Профилактика же неинфекционных заболеваний (сердечно-сосудистых, раковых, сахарного диабета и т.д.), которые дают наибольшую смертность населения, в стране отсутствует.

Четвертое. В ходе реализации программы оздоровления населения в первую очередь необходимо обязать любым способом избавиться от тех или иных пороков врачей, педагогов, журналистов, депутатов, работников администраций и т.д. как наиболее авторитетных представителей народа, на образ жизни которых вольно или невольно ориентируется остальное население. Нормой для поступления и учебы в медицинских и педагогических учебных заведениях должно стать некурение, неупотребление наркотиков, отсутствие лишнего веса.

Пятое. В школах области в общеобразовательные программы обучения необходимо ввести курс обучения сохранению здоровья, направленный, прежде всего, на эффективное предупреждение вредных привычек.

Шестое. Нас сегодня Россия — мировой лидер в употреблении легальных наркотиков — табака и алкоголя, которые уверенно прокладывают дорогу употреблению нелегальных наркотиков. Необходим запрет на пропаганду алкоголя и табака в любой форме. Он, как безоговорочная норма, существует во всех развитых странах.

По данным ВОЗ, по причине курения табака в настоящее время в России умирает 32% мужчин. Число курящих 8-10-летних детей за последние пять лет возросло на 30%. В основном по этой причине к 2020 году смертность среди наших мужчин будет самой высокой в мире.

Знаю: реализация алкоголя в немалой степени формирует доходную часть бюджета. Но знаю и другое: алкоголь — главный виновник дебилизации нашего населения. По оценкам специалистов ВОЗ, ныне в России 30% населения имеют умственные дефекты. Среднедушевое потребление алкоголя составляет 25 литров. При 8 литрах отмечается вырождение народа. Среднемировой уровень потребления алкоголя — 5 литров.

Осмысливая состояние здоровья и демографическую ситуацию, невольно задумываешься: неужели мы — русские, россияне — второсортны и обречены на вымирание от собственных пороков — интернационализма, неразумного отношения к пище, ожирения, малоподвижности, курения табака, употребления алкоголя и наркотиков, лени, беспечности и невежества? Грустно, но факт: окончив ряд учебных заведений, в том числе высшее, мы не имеем знаний и навыков по сохранению здоровья. И это в то время, когда по средней продолжительности жизни российские мужчины несколько лет назад находились на 135-м месте, а женщины — на сотом. Половина нынешних 16-летних юношей не доживет до пенсионного возраста.

Нет-нет, да мы еще вспоминаем о величии русского народа. Но на сегодня оно, думаю, лишь в том, что мы «по великому» самоуничтожаемся. Горькая истина! Предки наши были великими, а мы их потомки — вырожденцы. Говорю об этом лишь потому, что «горькая правда лучше, чем сладкая ложь».

К сожалению, так получилось, что мы уже давно ведем тот образ жизни, который был десятки лет назад предопределен для России Западом в порядке реализации так называемого плана Алены Даллеса — составной части проводимой войны, предусматривающей наше многопрофильное ослабление на протяжении десятилетий. Пора от констатации фактов ухудшения здоровья населения перейти к его сохранению и затем к улучшению. В связи с этим,лагаю депутатам и администрации областного уровня деловое сотрудничество по реальному оздоровлению и сохранению населения. Верю: ныне действующие депутаты и руководство администрации определяют стратегию развития области не только на срок своих полномочий, но и на десятилетия, поколения. И вот только тогда, когда мы вновь станем сильным числом и качеством при известных наших достоинствах, нас снова зауважают в мире.

Виктор Иванович ГРИНЧЕНКО, врач.
399740 г. Елец, Липецкая обл., а/я 101.

СОХРАНИМ ЛИ МЫ СВОЮ ЦИВИЛИЗАЦИЮ?

Нужна общегосударственная программа сохранения населения подобно тем, которые успешно реализуются вот уже десятки лет в США и странах Западной Европы. Но неизвестно, когда она будет разработана и принята к исполнению в России. Нет у нас для этого огромных средств, да и результат, надо признаться, при наличии такой программы будет получен не скоро.

К счастью, есть другой путь. В стране около двадцати лет назад ученым Г.А. Шичко разработан метод ускоренной психокоррекции сознания в рамках устранения вредных привычек. Ныне разработан и в последние годы успешно апробирован заочный метод самопсихокоррекции сознания, позволяющий в очень короткий срок в домашних условиях обучиться избавлению от курения табака (от 4 до 9 дней), снижению лишнего веса до нужных пределов (7 вечеров), разумному отношению к алкоголю (7 вечеров).

Убежден: остановить самоуничтожение мы вполне можем, основываясь на возможностях, которыми располагают законодательная и исполнительная власти субъектов Федерации и на указанном методе избавления от пагубных привычек.

Предлагаю всем заинтересованным сторонам, в первую очередь депутатам и администрации областного уровня для рассмотрения и обсуждения следующие основы программы сохранения населения области, которая должна быть разработана и принята к реализации навсегда.

Первое. Результаты работы депутатов и администрации необходимо оценивать прежде всего по их вкладу в дело сохранения количества и качества населения области. Все другие критерии второстепенные. Уверяю, наши потомки не воспользуются теми социальными благами, которые мы ныне создаем на своей земле, если народ будет и далее многопрофильно ослабевать. Слабых не щадят ни на бытовом уровне, ни на мировой арене. Об этом красноречиво говорит судьба русских людей в бывших союзных республиках.

Второе. Через средства массовой информации нужна идеологическая стимуляция рождающейся. Не обойтись и без экономической поддержки. Должно наступить время, когда с бездетных или малодетных граждан, но материально обеспеченных, в пользу многодетных будет взиматься немалый налог.

В США благодаря многолетней пропаганде здорового образа жизни добились за последние 20-25 лет заметного снижения смертности от сердечно-сосудистых заболеваний, резко снизилось потребление табака, алкоголя и как следствие этого — наркотиков. Средняя продолжительность жизни там ныне составляет 78 лет и в начале XXI века приблизится к 85 годам. (В России же, соответственно: 64 и 59 лет).

Но в стране есть опыт, достойный подражания. В конце 80-х годов на Новолипецком металлургическом комбинате в течение четырех лет в связи с соответствующей профилактикой было достигнуто снижение смертности от инсульта головного мозга на 45%.

Уверенно заявляю: используя указанный метод психокоррекции сознания в рамках избавления от вредных привычек, можно достичь заметных успехов в оздоровлении населения за короткий срок, но более масштабно. Ныне уже поздно призываю население к оздоровлению. Мы обязаны быть здоровыми. И не иначе! На Западе считают, что русские уже исчерпали возможности к самоохранению. Но хочется верить в то, что у нас есть еще запас прочности. Нам как воздух нужна мода на сохранение здоровья, как, впрочем, и на многодетность. Мы вынуждены использовать зарубежный опыт оздоровления населения, где ведущую роль в дисциплинировании населения играют административные меры, принимаемые к нежелающим быть здоровыми. К примеру, страдающие лишним весом не могут стать директорами предприятий, полицейскими, к ним предъявляются более жесткие требования при страховании жизни. Не принимаются на работу люди, имеющие повышенный уровень холестерина в крови и т.д. Сорок процентов предприятий имеют некурящий персонал. С малолетством в учебных заведениях дети ориентируются на некурение и трезвость, на физическую активность и укрепление семьи и т.д. А что нам мешает за счет предприятий обеспечить контроль за уровнем веса, артериального давления, холестерина и глюкозы крови у людей, работающих на них при соответствующем законодательном обеспечении этих действий? Ведь давно нормой стал контроль за противопожарной и противовспышечной обстановкой на предприятиях. При отклонении указанных показателей от нормы люди должны будут получать рекомендации по их нормализации.

ЭХО СОБЫТИЯ: КОНКРЕТНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

На съезде трезвенических движений в г. Санкт-Петербург (октябрь 1999 г.) было высказано много деловых предложений. В репортаже со съезда ("Соратник" № 10 – ноябрь 1999 г.) не представлялось возможным рассказать обо всех. Сегодня мы заостряем ваше внимание на некоторых конкретных предложениях, прозвучавших с трибуны съезда.

КУРСЫ ДЛЯ РОДСТВЕННИКОВ**В.Г. ЖДАНОВ:**

— Нам необходимо серьезно подумать о специальных курсах для родственников алкоголиков — жен, сестер, матерей. Займитесь этим — разработайте специальный курс, хорошую рекламу. Чтоб люди знали: если жена страдает от мужа-алкоголика, можно прийти на такие курсы. Мы здесь научим, расскажем, как быть в подобной ситуации.

ИСПОЛЬЗУЙТЕ ПРОГРАММЫ**Ю.А. ЛИВИН:**

— Сегодня практически везде существуют местные и региональные антинаркотические программы. Предлагаю соратникам принять активное участие в их реализации, используя возможности этих программ, в том числе в антиалкогольной, антикурильной деятельности.

НАЧИНАТЬ С УЧИТЕЛЕЙ**Ф.М. КАЛИНЧУК:**

— Сейчас мы много говорим о том, что нужно работать с детьми в школах. Советую из собственного опыта. Если вы решили пойти к детям в школу, то начинать нужно с учителей. Иначе будет серьезный конфликт. Дети в соответствии с новыми знаниями начинают критически оценивать поведение учителей. Учителя не могут понять, в чем дело, что случилось.

Поэтому нужно сначала очень серьезную работу провести с учителями, беседы с родителями на родительских собраниях, и только потом начинать занятия с детьми.

КЛУБЫ — НЕБОЛЬШИЕ**В.А. ДРУЖИНИН:**

— Когда мы начинали отрезвлять людей, казалось, что все легко и просто. Мы проводим занятия, создаем клуб. В клубе 20 человек, потом 40, 60, 80, 100... Нам казалось, что это победа. Но случился обратный процесс. В клубе опять стало 80, 60... 20 человек.

В чем же дело? Преподаватель искренне хочет создать клуб. Люди, которые прошли курсы, искренне хотятходить в клуб. Что мешает? Почему и преподавателю трудно, и члены клуба не могут найти в клубе того, что ищут, не могут реализовать себя?

Мы серьезно занялись этой проблемой и сделали вывод: большие клубы не оправдывают себя. Все эти годы мы были в поиске. Ведь ни у кого нет конкретной психологической программы — что будет человек делать в клубе.

Сейчас у нас в Екатеринбурге идет эксперимент. Создаются небольшие клубы по 12-15 человек. Организовать такую микрогруппу — нелегкая задача, нужно учить индивидуальные особенности людей, их желание быть вместе. Однако мы уже разработали методику создания микрогрупп и вскоре сможем поделиться опытом. Мы уверены — именно такие небольшие клубы нужны людям. И уже потом, когда такие группы сложились, можно начинать общение между ними.

ВЫПУСКНЫЕ ВЕЧЕРА — БЕЗ АЛКОГОЛЯ**Л.И. АСТАХОВА:**

— В нашем городе Южно-Уральске создана городская молодежная антинаркотическая организация. Она выступила с инициативой: потребовать от городской администрации и Совета народных депутатов, чтобы в законодательном порядке запретили распитие спиртных напитков на выпускных вечерах. Ведь это явное вовлечение в пьянство несовершеннолетних родителями и педагогами, что является нарушением 151-й статьи Уголовного кодекса. В административном кодексе также есть статьи, запрещающие вовлечение в пьянство несовершеннолетних. К сожалению, педагоги и родители не знают этих законов.

Мы занялись пропагандой родителей и педагогов. Написали письма в городской

Совет народных депутатов, в городскую администрацию и в городское управление образования. Это вызвало действие. Было общегородское собрание, и его результатом стало запрещение распития спиртных напитков на выпускных вечерах.

Внушу предложение, чтобы клубы трезвости всех городов и сел подхватили это начинание, тогда по всей стране прекратится вовлечение в пьянство несовершеннолетних. Считаю, что нужно внести предложение в Государственную Думу: ужесточить контроль за выполнением антиалкогольного законодательства и официально запретить распитие спиртных напитков на выпускных вечерах.

штрафа в размере от пятидесяти до ста рублей.

СТАТЬЯ 162. Распитие спиртных напитков в общественных местах или появление в общественных местах в пьяном виде.

4. Появление в общественных местах в пьяном виде подростков в возрасте до 16 лет равно распитие ими спиртных напитков влечет наложение штрафа на родителей или лиц, их заменяющих, в размере от тридцати до пятидесяти рублей.

(В ред. Указа Президиума Верховного Совета РСФСР от 1 октября 1985 г.)

КОДЕКС РСФСР ОБ АДМИНИСТРАТИВНЫХ ПРАВОНАРУШЕНИЯХ.

СТАТЬЯ 163. Доведение несовершеннолетнего до состояния опьянения.

Доведение несовершеннолетнего до состояния опьянения родителями несовершеннолетнего или иными лицами — влечет наложение



ПОЖЬ: сухие вина полезны, «умеренные» дозы безвредны, «культурное» винопитие — ключ к разрешению алкогольной проблемы.

ПРАВДА:

каждому образованному человеку ясно, что бороться с алкоголизмом, не борясь с потреблением алкоголя, — бессмыслица. Учитывая, что алкоголь — наркотик и протоплазматический яд, потребление его неизбежно приведет к алкоголизму.

Вести борьбу с пьянством, не запрещая потребление алкоголя, равносильно бороться субъектом во время войны. Говорить, что мы не против, мы за вино, но мы против пьянства и алкоголизма — это такое же ханжество, как если бы политики говорили, что мы не против войны, мы против убийства на войне.

Между тем, с в решении ясно, что если идет война, будут и раненые и убитые, что если имеет место потребление спиртных напитков, то будут пьяницы и алкоголики. Не понимать этого могут только те, кто совершенно отравил свой мозг алкоголем, или же те, кто удовлетворен теперешним положением дел, кто хотел бы «стабилизировать достигнутого уровня потребления».

Основное направление, по которому идет непрекращающееся насижение пьянства и алкоголизма, это пропаганда так называемого «умеренного» и «культурного» винопития.

Н.Е. Введенский писал: «Устанавливать какие-либо нормы потребления, говорить о том, какие дозы могут считаться «безвредными», а какие уже вредными организму, — все это вопросы в высшей степени условные и иллюзорные. Между тем подобными вопросами стремятся отвлечь внимание от разрешения практических вопросов по борьбе с пьянством как общественным злом, сказывающимся крайне губительно на благосостоянии народа, экономическом и нравственном, на его работоспособности и благополучии. Подобное возбуждает во мне крайнее удивление и даже негодование». В другом месте он пишет: «Действие алкоголя (во всех содержащих его напитках: водки, ликеры, вина, пиво и т.д.) на организм в общем сходно с действием наркотических веществ и типичных ядов, как хлороформ, эфир, опий и т.п.

Как и эти последние, алкоголь в слабых дозах и вначале действует как бы возбуждающим образом, а позднее и в более сильных дозах — парализующе как на отдельные живые клетки, так и на весь организм. Указать количество алкоголя, при котором он мог бы действовать только в первом смысле, совершенно невозможно...».

Это значит, что невозможно определить «умеренную» дозу, которая не действовала сразу же парализующе. Как же можно рекомендовать «умеренные» дозы, если даже ученый не может определить, что это такое!

Корифей русской психиатрии В.М. Бехтерев писал: «С тех пор, как доказан беззловный вред алкоголя с научно-игиенической точки зрения, не может быть даже речи о научном одобрении «малых» или «умеренных» доз алкоголя. Всем известно притом, что начало всегда выражается «малыми» дозами, которые постепенно переходят в дозы большие и большие по закону тяготения ко всему вообще наркотическим ядам, к каковым относится прежде всего алкоголь».

Некоторые ревнители пьянства, понимая, что пропаганда «умеренных» доз слишком явно противоречит данным науки и жизненному опыту, категорически против трезвости, но рекомендуют пить «культурно». Таких ревнителей «культурного» винопития находится все больше. И они не стыдятся об этом писать, хотя сами отлично понимают, что это такая же глупость, как говорить о горячем льде или мягким граните.

МОЖНО ЛИ ПИТЬ КУЛЬТУРНО?

и пьют они высшие сорта коньяка, ликера, бургундское вино или кинзмарули? Это культура винопития?

Как показывают научные данные, опубликованные ВОЗ, подобное винопитие не только не предупреждает, а наоборот, создает более благоприятную обстановку для развития пьянства и алкоголизма во всем мире. И по ее данным, в последнее время так называемый «менеджеровский» алкоголизм, то есть алкоголизм деловых людей, ответственных работников выходит на первое место в мире. И если в понятие «культура» винопития вкладывается обстановка, то, как мы видим, это не выдерживает критики и приводит нас к еще большему развитию пьянства и алкоголизма.

Может быть, ревнители «культурного» винопития имеют ввиду, что после принятия какой-то дозы вина люди становятся культурнее, умнее, интереснее, их беседа более содержательна, наполняется глубоким смыслом? После принятия «малых» и «умеренных» или уже после принятия больших доз? Об этом пропагандисты «культурного» винопития умалчивают. Разберем оба положения с научной точки зрения.

Школой И. Павлова доказано, что после первой, самой малой дозы алкоголя в коре головного мозга парализуются те отделы, где заложены элементы воспитания, то есть культуры. Так о какой же культуре винопития можно говорить, если после первой рюмки исчезает в мозгу именно то, что приобретено воспитанием, то есть исчезает сама культура поведения человека, нарушаются высшие функции мозга, то есть ассоциации, которые заменяются низшими формами. Последние возникают в уме совершенно некстати и упорно держатся. В этом отношении такие упорные ассоциации напоминают собою явление чисто патологического. Изменение качества ассоциаций объясняется пошлостью мыслей подвыпившего, склонность к стереотипным и тривиальным выражениям и к пустой игре словами.

Таковы научные данные о состоянии нервно-психической сферы человека, принявшего «умеренную» дозу алкоголя. В чем же здесь проявляется «культура»? Из представленного анализа нет ничего, что хоть в какой-то степени напоминало бы культуру, ни в мышлении, ни в действиях человека, принявшего любую, в том числе «малую» дозу алкоголя.

Я думаю, нет необходимости описывать научные данные о поведении человека, принявшего большую дозу алкоголя. Там мы найдем еще меньше моментов в мышлении, в поведении человека, что говорило бы о культуре.

Мне как врачу особенно тяжело и больно слушать об «умеренных дозах» и «культурном» винопитии потому, что очень уж часто я встречаюсь с трагедиями, в основе которых лежит «культурное» винопитие и «умеренная» доза. Об этих трагедиях, на верное, все знают, но не все соприкасаются с ними так близко, как врачи.

Федор Григорьевич УГЛОВ, академик.

ПО СТРАНИЦАМ ПРЕССЫ

Мы знаем, что русский народ вымирает. С середины 60-х годов у нас резко упала рождаемость, а после 1991 года так же радикально возросла смертность. Каждый год русских становится на миллион

меньше. В то же время народы юга, проживающие в нашей стране, отличаются застаревшим устойчивым приростом своей численности.

График, нарисованный ниже, показывает, как меняется соотношение славянских и мусульманских народов на территории бывшего государства Российского (Советского Союза). Мы видим, что до революции славян было больше в восемь раз, а сейчас — всего в два с половиной

раза. В 2018 году, когда пойдут в Армию рождающиеся сейчас мальчики, число славян и мусульман в России сравняется. Какая судьба ждет тогда наш народ, — не трудно догадаться на примере Чечни или Казахстана.

Казалось бы — правительство должно всемерно поддерживать вымирающие русские области, оказавшиеся в эпицентре демографической катастрофы. Однако ничего подобного в жизни не происходит. Вот цифры, рассчитанные специалистами РОНСа (Русского общеноционального союза) на основе доклада Счетной палаты Российской Федерации Егору

НАСЕЛЕНИЕ РОССИИ (СССР)



ВСТРЕЧА ДЛЯ ВАС

Сергей Евгеньевич Васильев — генеральный директор завода АТИ (тормозных, уплотнительных и теплоизоляционных изделий) в городе Санкт-Петербург. Пока это единственный известный нам руководитель — православный трезвеник. Просто удивительно, как много делает этот человек для утверждения трезвости и Православия. Сегодня ваша встреча с ним.

— Сергей Евгеньевич, путь к трезвости и Православию у всех очень непростой... — Как многие люди в нашей стране, я страдал от пороков винопития и табакокурения. И вот дошел до такого состояния, когда употребление алкоголя поставило преграду для моего дальнейшего развития, как человека. Смысл жизни был утрачен. Я потерял себя как личность, как профессионал, как отец, как муж, как сын. Тяжелым был поиск выхода из этой ситуации. Обращался ко многим способам, в том числе медикаментозным. Ничего не помогало. В 1987 году я познакомился с людьми из клуба, который тогда назывался «Оптималист». Руководитель клуба Владимир Алексеевич Михайлов пригласил меня на курс бесед по избавлению от порока пьянства.

Долгим был мой путь к трезвости. Не сразу воспринял я то, что рассказывал В.А. Михайлов. Гордыня мешала. Считал, что я образованный, начитанный, коренной ленинградец. Что мне может поведать человек с периферии? Такая вот ересь живущих сидела во мне. Но в конце концов я поверил руководителю, выполнил все его указания, в том числе по ведению дневника. Я избавился от мучившего меня порока. И теперь встал вопрос: как жить дальше? Православные люди понимают, что когда избавляешься от бесса винопития, на его место могут прийти семь злых. Если после обретения трезвости человек не обретет в своей душе Господа, Его спасительную помощь, этот человек может впасть в еще более тяжкие грехи. Мы могли наблюдать это на наших близких людях, которые отрезвились и стали впадать в гордыню, стяжательство, заниматься экстрасенсорикой, оккультизмом... Господь милостью Своей сохранил меня от этого.

Я начал помогать другим людям изба-

виться от греха винопития и теперь уже во всем следовал своему наставнику — Владимиру Алексеевичу. Он принял Крещение. Видя, как он меняется — его духовный рост, его молитвы, его бескорыстную помощь людям, я тоже принял Таинство Крещения. Нет, Михайлов ни на чем никогда не настаивал. Он всегда действовал своим примером. Потому что главная проповедь — это личный пример.

Постепенно все мы начали воцерковляться. Укрепляя нас на пути православной трезвости, трезвости во имя Бога, ныне покойный митрополит Санкт-Петербургский и Ладожский Иоанн (Снычев). Он благословил православное трезвенное движение, много

духа и тела. Ведь я работаю не только как директор завода, но и занимаюсь деятельностью общественной, политической. По мере своих скромных сил пытаюсь влиять на атмосферу в нашем городе и в стране.

— Именно поэтому при храме «Неупиваемая Чаша» с ноября 1997 года начала вещание радиостанция «Православный Санкт-Петербург».

— Да, с этого времени каждый день с 18 до 21 часа, а в субботу с 13 до 16 часов мы встречаемся с радиослушателями. Работаем на средних волнах 437 м (684 кГц). Радиошколу трезвения ведет Владимир Алексеевич Михайлов. Обязательно есть время на вопросы в прямом эфире.

Понимая, какая ответствен-

крещения и стали прихожанами храма. А вообще прихожане — люди во всем Санкт-Петербурга, приезжают даже из других городов, чтобы получить помощь в школе трезвения, помолиться перед иконой Божией Матери «Неупиваемая Чаша». На Божественной литургии в воскресные дни причащается до 250-ти человек.

— Православные люди говорят о трезвении, понимая это гораздо шире, чем трезвость.

— Потому что нам нужно не только не пить вина и не курить, но вырабатывать трезвый взгляд на жизнь, все время трезвиться и бодрствовать. Как сказал апостол Петр: «Трез-

ТРЕЗВИТЬСЯ И БОДРСТВОВАТЬ

беседовал с нами о путях его развития. С февраля 1993 года наш клуб по благословению Владыки Иоанна получил название «Бодрствование».

— Сергей Евгеньевич, на вашем предприятии освящена церковь во имя иконы Божией Матери «Неупиваемая Чаша». Это ваша идея оборудовать храм на территории завода?

— Наш клуб «Бодрствование» несколько раз переехал с места на место. И вот разместился на заводе АТИ, где я к тому времени стал директором. Тогда и родилась задумка построить храм. Это идея всех православных трезвеников. Просто я смог ее воплотить, потому что Господь дал мне для этого средства и возможности.

Теперь по святым молитвам перед иконой Божией Матери «Неупиваемая Чаша» и по принятии обета трезвости перед этой иконой, многие люди избавились от тяжелых пороков пьянства, табакокурения и наркомании.

— Сергей Евгеньевич, вы — руководитель-трезвеник. У вас какой-то особый подбор кадров?

— Мы принимаем на работу всех людей. У меня нет такого послушания — брать на завод только людей трезвых. Ведь и Церковь Христова устроена не для здоровых, а для больных. Конечно, праздники с выпивкой на заводе строго запрещены. А до того, как я стал директором, комиссия из четырнадцати человек занималась распределением на заводе спирта.

Теперь, естественно, выросла производительность труда, меньше стало прогулов, хищений. И если человек хочет, он приходит в школу трезвости, которая действует при клубе. Но насильно не заставляем никого.

Ну а мне самому, как трезвому человеку, конечно, работать гораздо легче. Трезвый взгляд, он помогает сохранять бодрость

ноги на нас лежит, мы печатаем литературу, которая помогает людям избавиться от тяжелых пороков, укрепляет их в вере Христовой.

Кроме того, на заводе есть православный культурный центр. Организуем встречи с духовенством, мирянами. Скажем, недавно у нас побывал схиархименит с горы Афон. Наши гости — и настоятели крупных монастырей, и монахи, и православные политики, военные.

Недавно встречали мы в своем храме мироточивую икону Царя-мученика Николая II. Устраиваем паломничество по святым местам.

— Сергей Евгеньевич, вы — руководитель предприятия, староста церкви, руководитель радио. Как у вас на все это хватает времени?

— Конечно, одному человеку такое не под силу. Но с помощью Божией можно сделать любое дело. Господь подает помощь свою по молитвам известного всей стране духовного подвижника отца Николая Гурьянова с острова Залита Псковской области. Он молится за наше православное радио. А также по молитвам настоятеля нашего храма отца Иоанна Миронова, других священников, всех людей, которым мы помогаем.

— То, что на предприятии есть домовая церковь как-то влияет на заводчан?

— Безусловно, многие наши работники под влиянием того, что здесь находится храм, приняли Таинство

Православные трезвеники всегда рады поделиться своим богатым опытом. Бывая в Санкт-Петербурге, вы можете обратиться в клуб по адресу: ул. Цветочная, 16. Тел. 298-07-60.

По благословению настоятеля храма во имя иконы Божией Матери «Неупиваемая Чаша» издаются «Листки трезвости». Те, кто интересуются вопросами православной трезвости, могут по поводу приобретения «Листков» обратиться к заместителю председателя клуба «Бодрствование» Владимиру Анатольевичу Цыганкову по адресу: 195269 г. Санкт-Петербург, ул. Учительская, д. 19, корп. 2, кв. 101.

Беседовала

З. ПАВИНА.

На снимках. 1. В студии православного радио Санкт-Петербурга. Вопрос в прямом эфире слушают Сергей Евгеньевич Васильев — руководитель радио (справа) и Владимир Алексеевич Михайлов — председатель клуба «Бодрствование».

2. Прихожане храма у мироточивой иконы Царя-мученика Николая II.



Редактор
З.А.ПАВИНА

Учредитель:
Союз борьбы за
народную трезвость

Для писем:
662601, Россия, г. Абакан-1, а/я 1099. Тел. 5-84-40.
Internet: WWW.SORATNIK.IRK.RU E-MAIL:SORATNIK@IRK.RU

Тираж
990 экз.

Уважаемые читатели! Очень просим вас не использовать эту газету в хозяйственных целях. Если газета вам больше не нужна, отдайте ее другому. Пусть она будет эстафетой трезвости.