

«ЗА НАМИ РОССИЯ, ЗА НАМИ НАРОД!»

24 июня 2022 года Саратовская региональная общественная организация трезвости и здоровья вместе со своими партнёрами по союзу общественных организаций «Саратов молодой» провела на Аллее трезвости на Соколовой горе в рамках областного проекта «Экосистема трезвости» праздник, посвящённый Дню молодёжи.

«Вся наша жизнь выстраивается ради молодёжи, ради детей. И мы сегодня собрались на нашей Аллее трезвости тоже ради – ради того, чтобы новое поколение выросло здоровым, трезвым, с осознанным выбором абсолютной трезвости», – сказала, приветствуя участников праздника, Наталия Александровна Королькова и передала микрофон бессменному ведущему уличных акций Алексею Мыцкову, а он, представив площадки, подготовленные нашими партнёрами, пригласил всех поучаствовать на них. Начиная с мастер-класса по йоге. Елена Васильевна Рыжова, объясняя перед началом занятия, какие элементы разучат, пошутила: «Можно попробовать стоять на голове!», однако это не испугало никого, желающих попробовать разные асаны оказалось много, особенно из скаутов (несмотря на начавшиеся каникулы многие штабисты пришли на свой праздник). На голову встал всего один человек – Станислав Буранков из Федерации йоги, помогавший Елене Васильевне провести мастер-класс; также помогали ей и его брат Владислав, и Надежда Петровна Петрова.

Как всегда, на нашем празднике было много спортивно-игровых площадок. Сергей Иванович



Брылёв, руководитель гольф-клуба, на сей раз пришёл не с битой для шара, а с... верёвкой. И многие с удовольствием прыгали через скакалку, а зрители получили удовольствие, созерцая, какие кульбиты придумали спортсмены воркаут-клуба «Примат» (руководитель Илья Кузнецов) Данила Гунидин, Армен Иракосян и Никита Шеленков. К примеру, Никита прыгал, стоя... на руках! Но ещё больше удивились зрители, когда Данила и Никита, взяв за руки за ноги Армена, стали прыгать так же легко, как будто без дружеского «груза».

«Прыгающую» площадку представили и волонтеры из Союза добровольцев России Галина Николаевна Шкарупо, Ксения и Ле-

онид Володько и Наталья Авдеева. Их игра называлась резиночка, она популярна у девочек с конца прошлого века. Но даже «мальчишеского возраста», как Алексею Мыц-



кову, ведущему праздника, небезынтересно было попытаться, смогут ли они удивить. Алексей – удивил, «без запинки» исполнив все предлагавшиеся упражнения.

Самой массовой оказалась площадка Игоря Валентиновича Попова, руководителя Саратовского отделения Федерации лазертаг России, причём с электронным оружием больше занимались... прохожие: наши-то уже наигрались, а вот детворе, пришедшей вечером накануне выходных в парк вместе с родителями, «стрелялки» были в охотку.

Площадка Рустама Раисовича Абдулманова, лидера «Возрождения», привлекала только силачей. Как и в прошлом году, добровольцы молодёжной

организации Духовного управления мусульман Саратовской области провели турнир по поднятию пудовой гири в рывке одной рукой. Кто больше раз поднимет гирию за две минуты? Награждая победителей в конце праздника и вручая призы, Рустам Раисович назвал их имена, объявляя результат: «Третье место – Сергей Иванович Брылёв – 50 раз, Данила Гунидин – 54, а победил Никита Шеленков, поднявший гирию 59 раз».

В этом году вместе с Рустамом Раисовичем пришли и представительницы прекрасного пола – юные саратовчанки Айша Ивановская, Миссия Ярагская и сёстры Саида и Амина Кузьяметовы. Нет, к металлу они не имеют никакого отношения, принесли с собой хну и кисточки. «Мехенди», – пояснила Айша, как называется вид искусства, когда хной рисуют на руке узоры, и многие ушли с праздника с его «автографом»; к примеру, Сергей Иванович Брылёв попросил нарисовать ему на руке ажурный саратовский мост. Кстати, популяризаторы мехенди дарили своим клиентам керамические магнитики с изображением саратовских достопримечательностей, в том числе

и с абрисом моста.

Мехенди – новый вид искусства. Были представлены на нашем празднике и старые добрые – песни и танцы. Спортсмен Максим Максимов с Увека, принимающий участие во всех наших спортивных мероприятиях с осени прошлого года, привёл с собой младшего брата Михаила Ревнищева, ученика теперь уже 6 класса школы № 16, и он исполнил на баяне (постигае игру на сём инструменте в музыкальной школе № 2) мелодию песни «Степь да степь кругом», а под минусовку исполнил патриотическую песню о России: «Пусть время нас бурным потоком несёт, // За нами Россия, за нами народ. // Традиции святы и тысячи лет // Продолжится летопись наших побед».

Настолько захватительно пел Миша, что последний куплет вместе с юным вокалистом подхватил Никита Шеленков, дуэт мощно повторил призывные слова песни: «Россия, Россия – в этом слове огонь и сила. // В этом слове победы пламя. // Поднимаем Россию зная!»

Целый концерт из восьми своих песен представила публике профессиональная певица из Энгельса Ольга Отантра (Otantra – сценический псевдоним Ольги Сергеевны Сальниковой), особенно приглянулась публике песня об озере Эльтоне. А под ритм быстрых мелодий певица приглашала всех танцевать, и на призыв откликнулись многие.

Принял участие в нашем празднике и Сергей Александрович Вехов, он... посадил два «дерева счастья»



на нашей Аллее трезвости (число деревьев перевалило за три десятка). Одно – каштан – от имени своей семьи, другое – сорт его не смог назвать, но оно красивое и ветвистое, с узкими листьями – от своей некоммерческой организации «Вторая жизнь». Ещё две таблички нужно изготовить студентам техникума отраслевых технологий (это они воплотили в жизнь макет нашего арт-символа на Аллее трезвости «Всё в твоих руках. Береги себя!»), а на наш праздник Дня молодёжи они пришли вместе со своим директором Василием Ивановичем Абеляшевым и принесли с реставрации обновлённые таблички для прежде посаженных деревьев (Василий Иванович с удовольствием поучаствовал в традиционной забаве наших праздников – перетягиванию каната).

Почти два часа продолжался наш праздник. И всё это время терпеливо ждал, когда он окончится... Кто бы вы думали? Дождь! А как только завершилась вся программа, по нашей Аллее трезвости прошёл тёплый июньский дождик. Для наших деревьев на Аллее трезвости, тем более для новых саженцев – благое дело.

«КРУГЛЫЙ СТОЛ» В ПОДДЕРЖКУ МИНИСТРА

В конце мая произошло знаковое событие: Министерство здравоохранения России выступило с инициативами, направленными на утверждение трезвости, на снижение смертности от спиртных изделий. Наши врачи предложили: продавать алкоголь только тем, кому исполнился 21 год; установить новые запреты на рекламу алкоголя; ужесточить санкции за пропаганду потребления алкоголя; выступили против скидок с цены алкогольной продукции; предложили продавать спиртное не с прозрачных витрин, а с закрытых храни-

лищ, как продают сейчас сигареты; убрать торговлю спиртным из продуктовых магазинов; упорядочить торговлю спиртным в общепите, закрыть те «кафе» и «рестораны», когда владелец такого заведения ставит два столика и продаёт круглосуточно алкоголь с сухариками, это, дескать, общепит. Среди тех медиков, кто выступил от имени Минздрава с этими инициативами, был и министр министерства здравоохранения Саратовской области Олег Николаевич Костин.



Член комиссии по социальным вопросам, здоровому образу жизни граждан Общественной палаты Саратовской области Наталия Александровна Королькова 9 июня 2022 года провела в поддержку инициатив Минздрава и нашего министра «круглый стол» «Обсуждение реализации инициатив Минздрава Российской Федерации, направленных на утверждение трезвости и снижение смертности от спиртных изделий, на территории региона».

Заявленная цель проведения «круглого стола» – выработка эффективных методов формирования в молодёжной среде здорового трезвого образа жизни – была достигнута в ходе полурасового живого обсуждения этой животрепещущей темы.

Все выступающие – а их пятнадцать участников разговора высказались почти все – никто не выступил против инициатив Минздрава. Спор шёл лишь о том, как лучше помочь тем, кто ведёт борьбу за трезвление России. Наш соратник по трезвенническому движению Евгений Анатольевич Малякко, координатор Всероссийского движения «Трезвая Россия», предложил ввести в программу уроков ОБЖ трезвую тему, чтобы учителя знакомили школьников с теми рисками, с которыми они столкнутся, если станут употреблять спиртное, курить. Дело хорошее, согласилась ведущая «круглого стола» Наталия Александровна Королькова, но, резонно заметила она, проблема в учителях: если педагог сам не трезвенник, он не сможет увлечь детей идеей сохранения природной трезвости, не сформирует у своих слушателей трезвеннические убеждения. Идея вынести алкогольные магазины за поселения тоже требует проработки: как это осуществить? Проще и эффективнее убрать алкоголь с прилавков, как это сделано с табачной продукцией.

В отчёте заместителя прокурора Саратовской области Ульяны Владимировны Наминова обратили внимание две цифры: 241 нарушение закона о непродать спиртного несовершеннолетним выявлено, привлечено к уголовной ответственности... 6 человек. Так и хотелось спросить: а что же остальные 236? Ответил на этот вопрос Илья Николаевич Молчанов, начальник управления организации деятельности участковых полномоченных полиции и подразделений по делам несовершеннолетних ГУ МВД по Саратовской области. Оказывается, на первый раз продавцов лишь предупреждают, в случае повторного нарушения – заводят уголовное дело. Так вот, как только кто из продавцов получит предупреждение, так их переводят в другие отделы, торговать колбасой.

Разгорелась дискуссия, каким должен быть современный вытрезвитель, все согласились с мнением ведущей «круглого стола» – это должен быть реабилитационный центр, наутро, когда клиент проспит, с ним должен беседовать психолог, использовать момент для перепрограммирования сознания с алкогольных убеждений на трезвеннические.

Гораздо эффективнее не перепрограммировать, а с детства закладывать трезвеннические убеждения. По ходу ведения «круглого стола» Наталия Александровна постоянно обращалась к богатейшему опыту нашей общественной организации, других общественных организаций, которые работают с детьми. Хорошо сказала Любовь Борисовна Корольова, референт отдела семейной политики министерства труда и социальной защиты Саратовской области: когда в обществе будет считаться стыдным быть пьяным, тогда и детям легче будет внушить, что трезвость – это норма жизни.

Много конкретных предложений сложились в итоговую резолюцию, в ней нашли отражения все восемь пунктов, с которыми выступил Минздрав в надежде уменьшить зависимость общества от проалкогольных убеждений. Участники «круглого стола» упор сделали на усиление просветительской деятельности, уповав на то, что и законодатели помогут новыми законами, а правоохранители станут применять уже принятые законы, направленные на ограждение наших детей от алкоголизации, общественность же активнее включится в трезвенническое движение: в государственной концепции чётко прописано, что интересы бизнеса не выше интересов сохранения здоровья граждан России. Производители и продавцы спиртного и табачных изделий радеют за свой интерес, им не хочется терять барыши. Нам же, большинству граждан великой страны, терять нечего – кроме своих детей. Тут два пути: или считать, что не моё дело ратовать за трезвость, на это есть школа, полиция, другие госучреждения, молчать и потом удивляться, почему сын или дочь нуждаются в лечении от алкоголизма; или же личным примером трезвости формировать у своих детей трезвеннические убеждения.

Резолюция «круглого стола» направлена в соответствующие инстанции, и даже сам факт публичного обсуждения – уже работает на просвещение: за ходом дискуссии следило много журналистов, и мы надеемся, что средства массовой информации также поддержат нашего министра здравоохранения, выступившего за трезвость как основу развития страны и прочный фундамент здоровья – и граждан, и семьи, и общества в целом.

ТРЕХДНЕВНЫЙ КРАЕВЕДЧЕСКИЙ ПОХОД

совершили 17-19 июня 2022 года скаутские отряды Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья. Почти полтораста ребят и их родителей (да, да многие мамы и папы пошли вместе с сыновьями и дочками) держали путь в окрестности села Усовка Воскресенского района (добирались на автобусах), сделав трёхдневный привал на базе каяков «Н₂О-драйв», разбив свои палатки на лесном берегу живописного

волжского залива. Почему выбрали именно этот пункт для отдыха и работы над собой? По президентскому проекту «Марафон трезвости» скауты знакомятся с точками трезвости, а семья Мешковых, владельцев базы каяков – трезвенническая.



(Данила определили в этот отряд). А впереди ещё столько же интересных дел. Скаут-лидер Вера Викторовна Баженова, педагог Дома трезвости, открыла для меня и для Данила, что ждёт во второй половине похода: сразу после линейки, общего построения отрядов для приветствия командора Ассоциации скаутов Саратовской области, вновь пройду занятия на каяках. Штаб готовит «тропу приключений», спортивно-интеллектуальную игру. Как стемнеет – вновь позовёт костер, при его свете отряды будут знакомить друг друга со своими вокальными талантами.

А завтра посоревнуются в тире – скаут-лидер Илья Алексеевич Дементьев привёз воздушные винтовки. Будет также вертушка-активитет, чем будут заниматься – скажут завтра, но несомненно одно: мальчишки и девочки научатся чему-то новому,

узнают новое, что пригодится в жизни, что закаляет характер.

Впрочем, «работать над собой» можно и в одиночку. Каждый выбирает себе испытание, проверяя, на что он способен. Как Лёня Цевелёв из отряда «Сварог». Его нельзя было заметить: стройный, статный, он стоял поодаль от построившихся на линейке отрядов, и стоял по стойке «смирно!» задолго до того, как прозвучала привычная на построениях команда: «Равняйся! Смирно!» Отрядам доложить о готовности. Стоял как часовой. «Он и есть часовой», – пояснила Елена Храмовичева, – сдаёт испытание. Немного осталось, скоро час пройдёт, как он сам себя поставил на часах».

Часовой нельзя ни с кем разговаривать. Но слушать можно. И он услышал напутственные слова Наталии Александровны Корольковой. Спросив, не замёрзли ли они ночью и

услышав бодрый ответ хором «Нет!», Наталия Александровна похвалила отряды: «Вы преодолели, сумели себя сберечь. Это очень важное качество – суметь себя сберечь. И важно этому учиться. Наши скаутские лагеря этому учат. Для нас самое главное – ваша безопасность, чтобы вы были сыты и получили по полной программе, которая могла бы изменить вашу жизнь. И всё, что мы делаем в наших лагерях – это только для развития. Да, мы отдыхаем для развития, учимся, как дышать. И передавайте это своё умение взрослым, которые вокруг вас. Вы отдыхаете так, как взрослые порой не умеют. Учитесь! Это вы можете сделать!»

Наталия Александровна напомнила, что общество трезвости создало Ассоциацию скаутов Саратовской области пятнадцать лет назад, эту дату мы планируем отметить на осеннем

слёте, сказала она, он пройдёт в Петровске.

Но осень ещё не скоро. А пока – после линейки патрули по очереди пошли кататься на каяках, остальные кто играл в волейбол, другие обсуждали отрядные дела, многие занимались делом. Мыли посуду, к примеру. Ведь в походе весь быт на плечах самих ребят. Только у скаутов из «Колибри» в этом походе «льгота»: скаут-лидер Наталия Сергеевна Шалимова сагитировала более двух десятков мам и пап пойти вместе с их чадами в поход, и надо было видеть, как радовались они общению. И с природой (после душевного города), и со своими детьми (вместе варить кашу на костре – лучший способ воспитать трудолюбие, уверяю вас!), и друг с другом. Как раз когда начался мастер-класс для детей на водной глади залива, в тени деревьев родители уселись на стульчиках в кружок, чтобы

обсудить с педагогом Шалимовой, руководителем класса, в котором учатся их дети, и с психологом Дома трезвости Ильёй Алексеевичем Дементьевым проблемы воспитания.

Тема мастер-класса сформулирована примерно так: «Семейные ценности и гендерное воспитание», но несомненно: затронут и другие вопросы, ведь такое родительское собрание, когда не нужно спешить по домам или на работу, не сравнится ни с одним собранием в стенах школы.

Эти три дня почему именуются краеведческим походом? Во-первых, ребята познакомились с замечательным уголкем природы нашего края. Здесь даже лотос растёт!

Кстати, Вера Викторовна похода проводит «мастер-класс» по ботанике, объясняя школьникам, какие травы растут на поляне (увы, для многих наших юных современников травы остаются «знакомыми незнакомцами»: в лицо их знают, а как знать-величать и какими свойствами обладают – не ведают). Во-вторых и в главных – узнали о семье Мешковых (она рассказала на линейке Наталия Александровна), семье, положившей в основу развития своего успешного бизнеса и жизненных устоев трезвости (о Мешковых – рассказ особый).

И дети, и родители ещё раз убедились, как можно с пользой для себя и для других отдыхать. Так что поход на каяках можно считать успешным, раз вернулись из него мамы и папы и их дети более сплочёнными, защитившими в своём сознании важность семейных ценностей.



«Н₂О-драйв» Антона Мешкова и сыновей

С Антоном Евгеньевичем Мешковым, создателем базы каяков «Н₂О-драйв» возле села Усовка Воскресенского района, я познакомился в позапрошлом году, когда его одноклассник Николай Сергеевич Божок, давний друг общества трезвости и здоровья, подсказал нам, где с ребятами можно отдохнуть пару дней с пользой для своего здоровья.



Тогда поляна на волжском берегу была ещё не обжита, не то что сегодня: появились строения, увеличилось количество каяков, и, следовательно, число отдыхающих. Прибавилось и забот Мешковым: они завели... скотину – в сараях и в загонях блеют козы, гогочут гуси, крикают утки, лопочут индюки, резвятся в клетках кролики. Если бы Антону Евгеньевичу, уважаемому служащему Газпрома, степенному отцу семейства сказали пять лет назад, что он будет жить в лесу фермером и одновременно организатором водного туризма, он бы не поверил. Однако в нашей жизни многое непредсказуемо.

Как более трёх десятилетий для педагогической деятельности из степного города Уральска было невозможным представить, что их выдают с насыщенных мест и им придётся искать убежища на Волге. В 1992 году, когда начался отсчёт раздельного бытования «братских республик», Антону исполнилось восемь лет. Только-только пошёл в школу, а вот аттестат зрелости довелось получать в Балакове, куда семья переехала в 1999 году. В Уральске он учился в английской школе, такую же в волжском городе нашли, но в том учебном заведении – лицее при Балаковской АЭС – был ещё и химико-биологический уклон. Пришлось Антону приналеж на эти науки, подтянув себя до отличника вдобавок к таким предметам, как физика, математика и астрономия (эти предметы преподавал в Уральске Евгений Анатольевич, папа Антона), а также география и история (а это – мамино наследие, Татьяна Львовна учила этим наукам ребят).

А ещё отец научил его программированию. На рубеже веков весьма редкое ремесло, пригодившееся студенту. Правда, не с самого начала стал он айтишником. Поступил в педагогический институт Саратовского университета. На первом же курсе и женился. Его избранница, Ольга Викторовна, училась в Поволжской акаде-

мии госслужбы. Семью надо кормить, да за жильё платить (снимали квартиру), и студент подрабатывал где только мог. Ещё в детстве от отца перенял искусство фотографии, теперь оно стало приносить доход. Как и музыкальные навыки: устроился в ресторан, в ансамбль. Даже барменом работал.

«Как не спились!», – вырвалось у меня, Антон же Евгеньевич смеётся: «Я был самым скучным барменом, так считали посетители».



ли бара, пока не заводили со мной разговор». Прививка трезвости – тоже от родителей, завидное наследство, не правда ли, в наш век, когда от отца к сыну, увы, переходит увлечение «тормозной жидкостью», то есть алко-голем, тормозящим многие и многие мечты, рушащим планы.

Один из завсегдатаев бара, разговорившись с ним, и подсказал Мешкову: что ты здесь забыл, ты же классный айтишник. Иди в МЧС, там как раз нужны такие редкие специалисты.

И с 2004 года пять лет отработал Антон Евгеньевич в управлении МЧС по Саратовской области. В 2006 году родился сын Тимофей, в 2009 – дочь Катя, ещё через два года – младший сын Матвей. Это когда Антон Евгеньевич уже в «Газпром трансгаз Саратов» работал. Зарплата там неплохая, но её не хватало: трое детей, ипотека... Заняться бизнесом помог случай. Несчастный случай. Увлёкся ещё давно горным велосипедом, и в один не прекрасный день получил тяжелейшую травму при падении, сильно повредил икру на правой ноге, месяц ходить не мог, пока эскулапы не собрали ногу, однако решительно заявив: «Со спортом придётся распрощать-

ся!» Расстаться со спортом? И тут друзья подсказали: иди в греблю, там главное – руки.

И он настолько влюбился в новый для себя вид спорта, что решил изготавливать каяки по своим чертежам. К его удивлению, нашёл мастеров лишь в... Шанхае! Поэтому что в России утрачены технологии производства лёгких судов – каяков.

В первый год изготовил два десятка каяков. В этом году счёт идёт уже на сотни, не меньше трёхсот «спустили на воду», и желающих отдохнуть с веслом в руках достаточно.

Ну, а живность при доме и для души, и для прибавки достатка, да и жалко – такая «трава у дома моего» даром пропадает! Дом Антона Евгеньевича – на базе, Ольга Викторовна живёт в городе, поскольку детям надо учиться в православной гимназии; хотя подумывают, а не перевести ли школьников в Усовку, тогда вся семья будет в сборе семь дней в неделю, а не только по воскресеньям, как сейчас. Впрочем, на каникулах мальчишки помогают отцу и в прокате лодок (инструктаж проводят, выдают инвентарь), и по хозяйству: рвут траву, кормят птицу и коз. Совместный труд сплачивает, а примерная трезвость родителей потому и примерная, что ребята, глядя на отца с матерью, и свою жизнь выстраивают без химических протезов радости. Истинная радость – труд, приносящий пользу людям. Антон Евгеньевич полагает, что интерес к тому виду спорта, который он поддерживает, сохранится не менее полувека, так что его сыновья без работы не останутся.

Не придётся им скучать и на досуге. «Тимофей играет на гитаре, на ударных, – говорит отец о талантах детей, – Катя поёт, почти профессионально, лауреат международных конкурсов, и на фортепиано играет. Младший, Матвей, тот тоже освоил гитару – бас-гитару, любит робототехнику...»

«Да вам можно семейный ансамбль составить!», – говорю, а Антон Евгеньевич подкакивает: «Да, да, мы и играем вместе». Где? Да везде, где только находятся слушатели, получающие драйв и от звуков музыки, рождённой семейным квартетом. Понятие драйв современный словарь иностранных слов поясняет как «приподнятое, специфическое психологическое состояние, удовольствие, удовлетворение от чего-л., сильная эмоция, а также то, что создает это состояние, даёт это удовлетворение, эмоцию и т. п. Получить драйв». Именно это слово молодёжного жаргона, которое приблизительно можно перевести с английского как «энергия», выбрал Антон Евгеньевич для названия своей водной базы, отсюда и вторая часть названия, химическая формула воды – Н₂О. Ну, а для Антона Евгеньевича драйв – видеть, как твой нелёгкий труд (кто отваживается в наше время вести свой бизнес, знает, насколько нелёгкое это дело) доставляет «сильные эмоции» клиентам (а многие из них становятся постоянными «покупателями радости» от водных прогулок, друзьями хозяина базы каяков), дарит людям вдохновение от общения с природой. И это сознание своей нужности – непревзойдённый драйв!

Владимир ВАРДУГИН

На снимках: Антон Евгеньевич Мешков; Матвей Мешков – инструктор плавания на каяках

ПОМОЖЕМ ФРОНТУ ТРЕЗВОСТЬЮ В ТЫЛУ!

«Ущерб СССР от алкоголя превысил все военные потери страны в Великой Отечественной войне 1941 – 45 гг.»

Из доклада академика хирурга Ф.Г. Углова, 1981 г.

В наше грозное время, когда Россия вынуждена вести войну с коллективным Западом во главе с США руками украинцев на Украине, я обращаюсь к каждому в отдельности гражданину России по крайне важному вопросу. Речь о возможности усилить нашу Родину экономически и духовно. В пору крутого перелома в истории это вопрос жизни и смерти государства и его граждан. Тем более, что речь идёт о бандеровщине, отличающейся запредельной жестокостью при том, что Запад открыто не считает русских за людей и объявляет подлежащими истреблению.

Каждый, читающий эти строки, по разному относится к алкоголю и, в зависимости от этого, будут разными и его усилия по помощи и вклад в помощь стране и фронту.

Первыми идут лица, **не употребляющие спиртное**, поэтому они не участвуют в пьяных ЧП и не калечат своё здоровье, а, следовательно, берегают государственные деньги, которые тратятся на лечение раненых в ЧП, больных от алкоголя, а также на восстановление ущерба народному хозяйству от аварий по пьяному делу. Если непьющие товарищи найдут в себе силы разяснить другим то, о чём мы пишем, то это будет их дополнительным вкладом в укрепление Родины.

Вторыми идут **мало и редко пьющие** (рюмка по большим праздникам). Хочет думать, что им не потребуются больших усилий воли, чтобы отставить эту рюмку, но так как таких людей много, они могут вызвать эффект детонации на отказ от алкоголя других категорий, по разному зависящих от спиртного. Теоретически эффект может быть даже огромным.

Третьими идут **принужденники**. Их тоже немало. Они не любят алкоголь, но выпивают в компаниях по принуждению выпивок, опирающихся на деспотизм питейных обычаев. Ну, раз принято, так придётся и под столом полежать. Отказ принужденников по мотивам военного положения страны должен умерить раж выпивок, а это пойдёт впрок государству.

Четвёртыми идут **регламентировщики**, чётко следующие питейным обычаям. Они не столь напористы в принуждении других, но всё равно вносят вклад в количество ЧП с материальным уроном (аварии) и расшатывают своё здоровье, на восстановление которого так или иначе идут государственные средства.

Пятыми идут **винообожатели**. Их много. Урон государству от их пьяного хобби велик. Да и как ему не бывать, если исповедыванием и обожанием культа пьянки они поспевают где только можно и являются одним из столпов пьянства в стране. Не думаю, что вклад их в дело правое будет сколько-нибудь заметным. Хорошо бы ошибиться в этом.

Шестыми идут **закадычные пьяницы**. От их художеств количество пьяных ЧП близко к максимуму. На этих товарищей могут повлиять только суровые ограничительные меры по доступности алкоголя и запрет самодоговаривания. Но может случиться и вдруг, редко, но всё же: пробудится боже за Родину, а тут как раз наш лозунг, да ещё с пояснениями.

Седьмыми идут **страдающие выраженным алкоголизмом**. Они требуют специальных пособий по исцелению и реабилитации при их согласии. Эта категория лиц дорого обходится государству, обществу, семьям, да и просто рядом живущим. А желающих исцелиться на 10 млн. человек будет примерно полмиллиона, т.е. 5%. И одним из побуждающих к исцелению мотивов должен быть – помощь фронту. В редких случаях на этих страдальцев нисходит некое озарение и они завязывают на всю жизнь. Катарсис. И опять же, вдруг что-то шевельнётся у товарища, а тут наша статья с весьма уважительным отношением к читающему.

А достаточно большую прослойку избавленных от зависимости от спиртного и вынужденным жить в трезвости следует причислить к **простым трезвенникам**, хотя некоторая их часть становится трезвенниками сознательными, участвующими в движении за трезвость. Именно эта их деятельность даёт надёжную гарантию от возврата к старому.

И, наконец, **сознательные трезвенники** непосредственно участвуют в пропаганде трезвости, в том числе примером собственной жизни и, поддерживая в обществе идеи полного отрезвления, помогают обществу совершать этот дрейф к зовущему его благу.

Примечание.

Значимость питейного фактора в условиях Гражданской войны 1918-1922 годов воплотилась в действиях большевиков, продливших сухой закон, объявленной ещё Царём по просьбе трудящихся, в основном крестьян, в России. Расстрелы за манипуляции с алкоголем – факт не свирепости революционеров, а условий смертельной схватки Нового со Старым. И Новое тогда победило, в том числе и потому, что был силовым подавлен алкоголь. Для нынешних наших пьющих граждан это кажется невероятным.

**Поможем фронту трезвостью, друзья!
Доколе с пьянкою постылой колготиться,
Держа в руках «акцизную синицу»,
И обрекая на гибель «журавля».**

* Даже при монополии на производство спирта потери от его потребления в деньгах примерно в 4-6 раз превышают доход от продажи. А уж об акцизных деньгах и говорить нечего. Богатеют на нас частники. А упреждаемое, но в данном аспекте невежественное большинство продолжает угрюмо верить в барыш государства от пьяных денег.

Лев Сергеевич КОЗЛЕНКО
ветеран труда и трезвеннического движения СССР – России, член правления Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья с 1987 года, награжден «Орденом М.Д. Челышова», кандидат медицинских наук



Плакат 1920-х годов
«Курение — яд, берегите ребят.
Я не курю сознательно»

О вреде курения медицина в начале XX века говорила мало, тем удивительнее обращение к теме «Никотинные заболевания нервной системы» студентки А. Т. Петряевой, прочитавшей вышеупомянутый доклад на годичном заседании 30 октября 1923 года студенческого психоневрологического кружка имени А.А. Кожевникова и С.С. Корсакова и опубликованный в журнале «Саратовский вестник здравоохранения» в №1-2 за 1924 год с подзаголовком «Из клиники нервных болезней Саратовского университета».

Доклад большой, изобилует, как и положено научному сообщению, терминами и латынью. Сегодня этот доклад интересен тем, что уже в то время наука неопровержимо свидетельствовала о наркотических свойствах никотина, хотя в быту на курение смотрели как на безвредную забаву. Читая строки, написанные почти столетие назад, мы видим, как изменилось отношение к курению в обществе, отрадно, что сегодня никто уже не считает табачную наркоманию терпимой. Публикуем здесь выдержки из доклада А.Т. Петряевой.

«Никотин является аналогом других narcotica»

Профессор Минор говорит: «Алкоголик опасен себе лично, семье, потомству и всему обществу, порождая вокруг себя и внутри семьи зону пьянства, нищеты, пороков, преступления, дурной наследственности и т.п. Сифилитик — тяжёлый больной; его болезнь протекает часто в крайне незастойной, отталкивающей форме, а главное — он заразителен. Курильщик совсем не антисоциален: он никому, кроме себя, не приносит вреда; он никого не заражает, разве только окружающий воздух дымом папирос. Курильщик останется приятным членом общества, особенно если он хорошими сигарами щедро угощает других. С большим вниманием относится к курильщику и государство. Для курильщиков по всему свету бегают десятки тысяч вагонов с предупредительной надписью «для курящих», написанной на всех языках».

Фраза, что курильщик никому не вредит, кроме себя, не совсем верна, но эту выдержку из статьи профессора Минора я привела, чтобы показать, насколько к курильщику и государство, и общество проявляют терпимость.

Никотинисты употребляют в различных видах различные сорта табака. Количество действующего начала находится в зависимости от способа употребления его — курения, нюхания или жевания.

При курении, по данным Понтага, получают следующие продукты, которые поступают в организм и могут оказать то или иное действие: никотин, пиридиновые основания, синильная кислота, окись углерода и другие. По вычислениям того же автора, при выкуривании в день 20 папирос с содержанием в них по 0,5 табаку в организм поступает ежедневно 0,09 никотина. При нюхании и жевании в организм поступает никотин и летучее масло. Летальной дозой никотина для взрослого человека является доза в 0,08-0,16 гр. То, что именно никотин является главным действующим ядом в табаке, и что все явления острого и хронического табачного отравления суть явления никотинного отравления, можно считать доказанными, главным образом, опытами Щербака и другими работами лаборатории Кравкова. Явления, которые обычно наблюдаются при курении в первый раз — тошнота, дрожь в членах, головная боль — наблюдаются и при вдыхании паров пири-

дина, поэтому Щербак и Кравков не отрицают вполне некоторого действия и других составных частей табака. Принимая, что табачное отравление есть отравление никотинное по преимуществу, следует остановиться на вопросе, на какие части организма и как действует никотин. (...)

Нарушение функции центральной нервной системы Кравков объясняет двояким влиянием никотина: с одной стороны действием яда на нервную систему непосредственно, с другой — косвенным влиянием расстроенной сердечной и дыхательной деятельности.

Влияние табака на нервную систему клинически выражается явлениями острого и хронического отравления. Явления острого отравления несомненно гораздо более редки. Приведу яркий литературный случай Richardson, а.

Привычный курильщик, в возрасте между 30-40 годами, выкурил в течение 1/2 суток 40 сигареток и 14 сигар. К вечеру у него обнаружился упадок сил и беспокойство.

(Далее автор доклада перечисляет течение болезни — бессонница, наутро тремор век, дрожание во всех мышцах, а «к вечеру полная потеря сознания, похолодание тела, в мышцах непрерывная мелкая дрожь и, наконец, смерть от асфикции»).

А «длительное отравление никотином, как выяснили опыты Жебровского, Паради и других, вызывают артериосклероз, поэтому понятно возникновение и истинной грудной жабы. В литературе имеется случай истинной никотиновой грудной жабы, окончившейся летально».

(Правда, оговаривается автор, «это единственный случай, но исследование Lulinsk,orgo дают такую статистику: из 88 случаев грудной жабы только 8 относились к женщинам (надо полагать, не курящим — примечание редакции газеты «Вопреки»), в другой раз из 67 случаев были 7 женщин, во всех остальных случаях были мужчины курильщики»).

Студентка рассматривает далее пагубное влияние никотина на желудочно-кишечный тракт, органы дыхания, слуха, зрения, на половую сферу, используя в своей речи латынь и медицинские термины, а переходя к главному разделу — влиянию никотина на психику курильщика, ссылается на исследования Obersteiner, a, Loebisch, a,

которые «указывают на ослабление умственных способностей, ослабление внимания к работе, неясность мысли, перескакивание при разговоре с предмета на предмет. Особенно вредно влияет курение на интеллектуальные способности детей. Decaisne из 38 курящих детей у 27 нашёл неохоту к умственному труду, нередко с малокровием, сердечбиением и пр».

«Привычные курильщики не только не признают вредного влияния никотина на головной мозг, но убеждены, что функции мозга под влиянием курения даже улучшаются: мыслительные способности как будто обостряются, человек становится более работоспособным. Пуссон объясняет это тем, что никотин в известной стадии своего действия расширяет сосуды головного мозга, затем уже их суживает. Loebisch полагает, что истинного улучшения умственной работы курение не даёт, что это есть кажущееся ощущение облегчения, в связи с особым состоянием, которое по существу является угнетением психики, а не возбуждением. Правильнее, вероятно, предположить, что если умеренное курение и способно так или иначе (рефлекторно, может быть, как предполагает Кравков) вызывать чувство возбуждения психики, то хронический никотинизм, наряду с явлением сосудистого склероза, ведёт уже определённо к угнетению. Никотин является в этом отношении аналогом других narcotica. Привычные курильщики, как и все наркоманы, без его стимулирующего влияния подчас вовсе не умеют работать, но, как особенность, присущая табаку, отмечается отсутствие привыкания к никотину».

Последнее замечание докладчицы впоследствии было опровергнуто наукой. Как и заключительное умозаключение студентки Петряевой: «Явлений «воздержаний», «табачного голода», кроме разве тоски, у оставляющих курение почти не наблюдается». Если бы это было так, то человечество давно бы рассталось с табаком, однако, увы, никотин, верно указала докладчица в 1923 году, — наркотик, и он с трудом оставляет свои жертвы. Надо надеяться, что план Минздрава России к 2050 году изжить курение табака сбудется, ведь сегодня странно читать в докладе А.Т. Петряевой, как в начале XX века табак не только курили, но и нюхали, и жевали.

ГОСПРЕМИЮ ПРИСУДИЛИ ЗА ОСНОВЫ ПРОГРАММЫ СНИЖЕНИЯ СМЕРТНОСТИ ОТ АЛКОГОЛИЗМА

Государственная премия России по науке и технологиям за 2021 год присуждена российским специалистам за создание основ национальной программы по профилактике смертности от разных причин, в том числе от алкоголизма.

Имена лауреатов, удостоенных премии в соответствии с указом президента России, огласил ректор МГУ имени Ломоносова академик Виктор Садовничий в четверг на пресс-конференции в Москве. Согласно указу, премию получили медики Давид Заридзе, Иван Стилиди и Александр Румянцев. Они удостоены награды за разработку и внедрение технологий, направленных на снижение заболеваемости и смертности населения, в том числе от алкоголизма, и легших в основу соответствующей госпрограммы.

Заридзе заведует отделом эпидемиологии опухолей Центра координации онкологической помощи Национального медицинского исследовательского центра Давид Заридзе, Иван Стилиди возглавляет Национальный медицинский исследовательский центр онкологии имени Блохина, а Румянцев является научным руководителем Национального медицинского исследовательского центра детской гематологии, онкологии и иммунологии имени Дмитрия Рогачёва Минздрава России.

Заридзе, Стилиди и Румянцев организовали и провели серию крупнейших исследований, направленных на обозначение курения и употребления алкоголя как значимых факторов смертности, пояснил ректор МГУ.

«Увеличение стоимости акцизной марки, запрет рекламы алкогольной продукции, ограничение розничной торговли, запрет продаж спиртного в ночное время, жёсткий контроль производства и пресечение изготовления фальсификатов привели к снижению смертности у мужчин в два раза, с 1000 до 450 человек на 100 тысяч населения. То есть антиалкогольная государственная политика положительно повлияла на демографическую ситуацию в стране, помогла сохранить жизни 3,5 миллионам россиян», — сказал Стилиди журналистам.

По традиции, вручение Госпремии проходит в Кремле в День России 12 июня.

ria.ru
© РИА Новости / Макс Ветров
10 июня 2022 г.



15 июня 2022 года в Доме трезвости состоялся разговор председателя правления Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья Наталии Александровны Корольковой с настоятелем храма во имя святителя Митрофания Воронежского отцом Игорем Москвичёвым. В Саратовской митрополии он руководит епархиальным отделом по утверждению трезвости, а недавно учредил при своём храме приходское общество трезвости. Поделившись своими впечатлениями от первых шагов нового общества и сверится с опытом общественной организации, занимающейся продвижением трезвости более трёх с половиной десятилетий, и пришёл к нам отец Игорь.



ВОЛЬСК-ГОРОДОК — ПЕТЕРБУРГА УГОЛОК

3 июня 2022 года скауты и скаут-лидеры Ассоциации скаутов Саратовской области побывали на экскурсии в Вольском краеведческом музее в рамках президентского проекта «Марафон трезвости», который ведёт Саратовская региональная общественная организация трезвости и здоровья, чтобы нанести на виртуальную карту Саратовской области ещё одну точку трезвости.

БУДЕМ ЗНАКОМЫ!

Прежде, чем за традиционной чашкой чая побеседовать, отец Игорь осмотрел недавно смонтированную передвижную выставку «Битва за трезвость». Саратовский фронт», в которой отражена полутора вековая история борьбы за трезвость на земле саратовской. Славную страницу вписали в неё и дореволюционные общества трезвости при саратовских храмах. Наталия Александровна рассказала о нашем взаимодействии с епархией уже в нашем веке, когда наших соратников духовно окормлял отец Пахомий, в начале столетия настоятель Свято-Троицкого храма Саратова, а ныне епископ Покровский и Новоузенский. Вспомнила об уроках трезвости

совместно с отцом Андреем Евстигнеевым и отцом Дионисием Абрамовым. О совместной молитве и чтении акафиста иконе «Неупиваемая Чаша» в Казанском храме. О дружбе с обществом трезвости «Лоза истинная», вот уже пять лет действующем при Свято-Троицком соборе Саратова.

Отец Игорь, в свою очередь, рассказал о своей недавней поездке в Москву и в подмосковную Рузу на встречу со столичными соратниками по борьбе за трезвость, и о тех планах, которые намечали его прихожане, участвующие в трезвенническом движении. Наталия Александровна познакомила гостя со многими направлениями работы нашего общества трезвости, о тех ме-

роприятиях, которые сейчас готовятся – празднование Дня молодёжи на Аллее трезвости на Соколовой горе (пригласила отца Игоря на наш праздник вместе с его прихожанами), скаутский палаточный лагерь в начале июля.

Отец Игорь недавно возглавил епархиальный отдел по утверждению трезвости, но уже проникся интересом к этой непростой работе, и с благодарностью принял из рук Наталии Александровны книги и брошюры, которые пригодятся ему в организации работы приходского общества трезвости.

Настоятель храма во имя святителя Митрофания Воронежского подарил Наталии Александровне изготовленную типографским

способом икону святителя Николая, чудотворца Мир Ликийских, освящённую в итальянском городе Бари, где почивают мощи великого святого (туда отец Игорь недавно ездил в командировку).

В заключение встречи договорились тесно сотрудничать. Приглашать друг друга на свои мероприятия и организовывать совместные. Отраднo, что в епархиальной среде ширится интерес к трезвенническому движению, отчего оно только выиграет несоизмеримо, потому что проблема зависимостей во многом духовная, без правильного понимания истоков наркомании (и алкоголизма, табакокурения как частного случая наркомании) трудно найти путь к исцелению.

В конце пятидесятих годов по Российской империи прокатилась волна трезвеннических бунтов: в семнадцати губерниях, от Ковенской на западе до Саратовской на востоке, крестьяне и мещане протестовали против политики славянина народа, которую проводили откупщики при попустительстве чиновников. Тогда в нашей стране имели право производить и продавать спиртное всего сто сорок два человека, они-то и старались всячески продвигать в массы свой смертоносный товар. Можно сказать: не хочешь, не пей, однако откупщики добились того, что крепостные крестьяне были закрепощены не только помещикам, но и откупщикам: не хочешь, не пей, но деньги за неиспользованный товар (вино или водку) всё равно отдай в местный кабак.

В 1858 году кабатчики взвинтили цены, крестьяне в ответ объявили бойкот, перестали ходить в питейные заведения. И не от жадности: видели, как гибнут от спиртного их односельчане. Трактирщики сбавили цену. Народ не откликнулся на «доброту». Тогда в сёлах и городах стали выставлять бочки с вином даром. Люди ответили: «Не пьём!» Этот лозунг мгновенно распространился по всей России. Целые сёла на въезде выставляли большой самовар, что символизировало – это трезвое село!

В марте 1859 года министры финансов, внутренних дел и государственных имуществ издали распоряжение, суть коего сводилась к запрету... трезвости! Местным властям предписывалось не допускать организации обществ трезвости, объявления сёл свободными от спиртного. Власти уповали на законопослушность граждан, а получили трезвеннические бунты. Начавшись в мае на западе страны, в июне волнения докатились до Волги. Крестьяне громили питейные заведения, выливали на землю вино в Балашовском, Аткарском, Хвалынском, Саратовском и во многих других уездах. Особенный размах погромы приобрели в Вольске. 24 июля трёхтысячная толпа разбила в городе винные выставки на ярмарке. Восставшие разоружили полицию и солдат, охранявших кабаки. Только через несколько дней прибывшие из Саратова войска утихомирили толпу, арестовав 27 зачинщиков беспорядков (хотя восставшие не грабили кабаки, как уверяли потом кабатчики, а уничтожали тот товар, который народ просил не продавать – вино и пиво). Всего по Вольскому и Хвалынскому уездам в тюрьму посадили 132 человека.

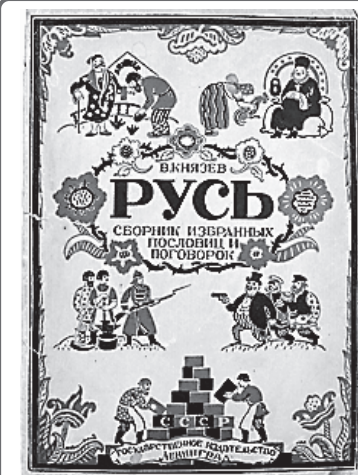
Трезвеннические бунты не прошли даром. Откупную систему сменили на государственную монополию, а общества трезвости разрешили создавать.

Саратовская делегация скаутов и педагогов прослушала рассказ научных сотрудников Вольского краеведческого музея Наталии Олеговны Холматовой и Олега Сергеевича Дубинцова об истории города. У истоков преобразования села Мальковки в город Волгск в 1781 году (из-за неудобности произношения превратившегося в Вольск) стоял купец Василий Злобин, наживший свои миллионы как раз на винных откупах. Те откупа принесли ему не только богатство, но и смерть сына, пристрастившегося к вину.

Историю давно минувших дней хранят архивы и музеи. Помнят в Вольске и те памятные события июля 1859 года. Внесли свою строку в ту историю и наши скауты. Они подарили отделу истории Вольского краеведческого музея книгу, изданную Саратовским обществом трезвости и здоровья – «Битва за трезвость. Саратовский фронт». Музейные работники открыли для себя имена тех предводителей борьбы за трезвость, которые пострадали от несправедливого суда в 1859 году – Л. Маслов и С. Хламов, крестьяне села Сосновка; М. Костинин из Терсы, П. Вертегов, А. Володин и М. Володин, В. Сухов из Донгуза. Эти имена запечатлены в судебных документах, хранящихся в Государственном архиве Саратовской области, рассказано о них и в книге «Битва за трезвость. Саратовский фронт».

После посещения залов краеведческого музея скауты совершили прогулку по центральным улицам города Вольска – пешеходной зоне. Олег Сергеевич Дубинцов поведал историю самых примечательных зданий. Надо сказать, их недавно отреставрировали, и любящая замечательной архитектурой, понимаешь, почему в позапрошлом веке родилась поговорка «Вольск-городок – Петербурга уголок». Скаут Саша Хохлов заметил: «Такое впечатление, что двести лет здесь ничего не меняли». Так оно и есть: в историческом центре Вольска можно снимать кинофильмы о старине. Конечно же, сфотографировались на улице красивого города, побывали и у дома-памятника, в котором жила Герой Советского Союза Зинаида Маресьева, медсестра, уроженка Вольска, совершившая героический подвиг в боях на Курской дуге и павшая смертью храбрых, спасая раненых.

Прогулка завершилась за чертой исторической части города, в летнем кафе. После вкусного обеда экскурсанты, поблагодарив гостеприимных вольчан, отправились домой, и на следующий день на нашей виртуальной карте появился видеоролик о поездке в Вольск, рассказы-вающий о новой точке трезвости.



В 1924 году в Ленинграде государственное издательство выпустило сборник избранных пословиц, присказок, поговорок и прибауток под названием «Русь» тиражом 5000 экземпляров. Автор-составитель Василий Васильевич Князев в предисловии отмечал, что предлагаемый читателю сборник начат ещё его дедом Константином Николаевичем Высоцким в 1870-х годах: «В бумагах деда мне удалось найти несколько толстых тетрадей с пословичными записями, преимущественно, уральского и западносибирского месторождения и сбора». К дедовым запасам автор присоединил и отцовское богатство, «две тетрадки с пословицами и баутками Вятки и Приуралья». Сам же Василий Князев начал собирать и записывать пословицы и присловки, начиная с четырнадцатилетнего возраста. Мало того, «к моей работе присоединилась и приняла в неё деятельное участие жена моя, Евдокия Петровна Ваничева-Князева, уроженка (...) Петроградской губернии (местности, сказочно богатой всевозможными произведениями народного творчества)». Василий Васильевич Князев сохранил для потомков такие поговорки и пословицы, кои не найдём ни в словаре Владимира Ивановича Даля, ни в других книгах.



ХМЕЛЬ НЕ ВОДА, ЧЕЛОВЕКУ БЕДА

ВИНО, ТРЕЗВОСТЬ. – Кабак пропасть, там и пропасть. – Горе, горе, где живёшь? «В кабаке за бочкой». Горе, горе, что жуёшь? «Сухари с примочкой». – Лучше знаться с дураком, чем с кабаком. – Не жаль молодца ни бита, ни ранена, жаль молодца похмельного. – Не жаль вина, жаль ума. – Выпьешь вина, так убавишь ум. – Хмель шумит, ум молчит. – Не упивайся вином, будешь покрепче умом. – Пить хмельное, так и говорить такое. – Пить – ум пропить. – Вино уму не товарищ. – Вино с разумом не ладит. – Пойми пьяного речи, поймёшь и свиное хрюканье. – Сам себя губит, кто вино любит. – С хmeliной спознаться, с честью расстаться. – Ковш беды ладит. – Чарочки держаться, с людьми не знаться. – Вино не снасть: дела не управит. – Вино вину творит. – За ковш, за нож; за чарку, за палку. – Хмель не вода, человеку беда. – С вином поводишься, нагишом находишься. – В чём сам хмель ходит, в том и нас водит. Хмель щеголёк: сам в рогожке, а нас нагишом водит. – Бутылочки да рюмочки доведут до сумочки. – Ёлка (кабак) чище метлы дом подметёт. – Чок, чок, так и посвистывай в кулачок. – Хмельёк водит без сапог. – Вино ремеслу не товарищ. – Пропойное рыло в конец разорило. – Пьяницы – золотая рота. – Кабатчика обогатило, а семь волосей по миру пустило. Глупый много, а пьяница трезвого, не любит.

ТРЕЗВОСТЬ. – Счастлив тот, кто вина не пьёт. – Не буду пить винца до смертного конца. – Холодная вода не мутит ум. – Сколько воды ни пить, а пьяному не быть. – Кто вина не пьёт, пьян не живёт. – Вино горячит, а вода холодит.

НА РАЗНЫЕ ТЕМЫ. – Молодость плечами покрепче, старость – головою. Молодость рыщет, от добра добро ищет. – Муж жене пастырь, жена мужу пластырь. – Своя сермяжка никому не тяжка. – На чужие кучи глаза не пучи. – Чужая больсть даёт поест, а про свою еле пою. – Брови нависли – дума на мысли. – Много баять не подобает. – Пирог с маком смаком лаком. – Без песен рот тесен. – Иже не ври же: его же непригоже. – Где хвост начало, там голова мочало. – Гость на госте – хозяйну радость. – Доброе начало полдела откачало. – Деньги тлен (да без денег плен). – Дурак дурака учит, оба глаза пучат. – Вы люди речисты, вам все дороги чисты; мы люди бессловесны, нам все проходы тесны. – Хорошая ежа не придёт лёжа. – Не листья: не к шерсти. – Экой армяк: чуть что, и обмяк. – Тупо сковано, не наточишь; глупо рожено, не научишь. – Ученье без уменья не польза, а беда. – Верная указка не кулак, а ласка. Не тем красен пир, что трубит трубы, а тем, что люди людям любит. – Учись доброму, худое на ум не пойдёт. Моль одёжу, ржа железо, а худое братство нравы тлит. Уменье половина спасенья.