



2023 год союз общественных организаций «Саратов молодой» по традиции начал с новогодней пробежки. Собрались **1 января** в 14 часов возле цирка, чтобы после энергичной разминки пробежать с флагами по пешеходному проспекту до Набережной Космонавтов и окунуться в ледяную Волгу на Бабушкином взвозе. Алексей Михайлович Банников скандировал слоганы, а все бегущие повторяли за ним зычным хором кричалки: «Трезвые родители – здоровые дети», «И стар, и млад бежит со мной! Вперёд, «Саратов молодой!»», «Только трезвая Россия станет великой!», «Если Волга разольётся, её трудно переплыть. Если трезвость возвратится, сразу легче станет жить!» На эти бодрые призывы многолюдный уже послеобеденный проспект откликнулся добрыми улыбками и приветственными одобряющими возгласами.

«Мороз и солнце – день чудесный!», – продекламировал кто-то из прохожих, когда **19 января** в завершении крещенских купаний строились на фотосессию на фоне ротонды на Бабушкином взвозе активисты Саратовского общества трезвости и здоровья.

Памятное фото сделали и с министром молодежной политики и спорта Саратовской области Дубовенко Олегом Александровичем. Как всегда, любители зимнего



плавания получили гастрономическую поддержку от добровольцев Ассоциации благотворительных фондов «Пища жизни».

УТРО ГОДА хроника января

14 января 2023 года поставлена ещё одна «Точка трезвости» – «Национальная деревня народов Саратовской области». Фестиваль русских народных игр «Трезвые забавы» в этнографическом комплексе «Национальная деревня народов Саратовской области» стал уже традиционным для Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья, как, впрочем, и встречи в «Русском доме», на узбекском подворье, знакомство с национальными культурами народов России. «Трезвые забавы» проведены при финансовой поддержке Фонда Президентских грантов.



18 января 2023 года Наталья Александровна Королькова приняла участие в круглом столе «Комсомольской правды». «Как вернуться к работе после новогодних праздников». «К сожалению, в нашей стране утрачена традиция отмечать события по трезвому, – сказала она, – хотя в последнее время молодёжь возвращается к истокам: до середины XX века наш народ был одним из самых непьющих в мире. Но если мы посмотрим на зависимых людей, то увидим: не праздник виноват, а виновато употребление алкоголя. Для людей зависимых праздник даёт возможность употребить, потому что мест употребления становится больше, и употребление становится как бы оправданным. И когда наши реабилитанты переходят от зависимого состояния в трезвое, то здесь самое сложное для них – научиться по трезвому отдыхать. Поэтому наша задача в обществе трезвости – мы учим быть трезвыми».

Несомненно, что информацию, полученную на уроке трезвости **23 января 2023 года**, старшекласники школы № 10 г. Саратова будут обсуждать не один день: реабилитолог Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья Владимир Алексеевич Коняев прочитал им лекцию о семейных отношениях. В скором времени его слушателям предстоит выбрать не только профессию, но и спутника жизни, и советы, данные психологом, пригодятся им. Лектор затронул, конечно же, и тему трезвости: она для создания крепкой семьи – то же, что надёжный фундамент для дома.



26 января 2023 года в Доме трезвости за круглым столом подвели итоги завершившегося президентскому проекту «Марафон трезвости».

Разговор вели те, кто активно участвовал во многих мероприятиях проекта – прежде всего педагоги, скаут-лидеры Вера Викторовна Баженова, Татьяна Игоревна Конькова, Светлана Викторовна Горбулёва, Илья Алексеевич Дементьев. Приняли участие в дискуссии наши партнёры из краеведческих музеев – Ксения Андреевна Ени из Саратова и Валерий Иванович Ковляк из Энгельса. Из Энгельса же приехали педагоги школы № 7 Олеся Викторовна Александрович и Марина Николаевна Бебишева («Марафон трезвости» и познакомил нас с ними).

География диспута расширил телеэкран: на видеосвязи были скаут-лидеры Лидия Владимировна Панферова из школы № 82 г. Саратова и Людмила Геннадьевна Кирсанова из Саратовского техникума отраслевых технологий, из Петровска Марина Алексеевна Сивихина со школьниками, из

«МАРАФОН ТРЕЗВОСТИ» ФИНИШИРОВАЛ. ВПЕРЕДИ – НОВЫЕ СТАРТЫ

Пугачёва Татьяна Александровна Рау со скаутами, Юлия Захарова, Наталья Павлова из Саратова, и другие, всего тринадцать подключений.

В начале разговора высокую оценку завершившемуся проекту дала Наталья Владиславовна Севастьянова, заместитель министра министерства труда и соцзащиты Саратовской области: «Наталья Александровна и ваш коллектив – вы неиссякаемы в разработке интереснейших проектов. У вас инновационный подход, у вас разрабатываются методики, которые реально живут и имеют реальные результаты. Один из них – проект «Марафон трезвости». Наше министерство продолжит оказывать необходимую поддержку вашей организации как поставщику социальных услуг, и мы надеемся на дальнейшее сотрудничество».

«Неиссякаемы, потому что у нас – команда!», – пояснила Наталья Александровна, посвятив своё выступление краткому обзору тех мероприятий, которые за год провели мы

в поездках по области. «Изоминка» проекта в том, что педагогам вместе с ребятами составляли интерактивную карту Саратовской области, отмечая на ней «точки трезвости», то есть те места, в которых живут люди, исповедующие абсолютную трезвость. Чтобы отметить на карте такую точку, нужно было добраться до неё и встретиться с этими удивительно интересными людьми. Год назад нашли первую точку – семью фермеров Седовых из села Пигари Озинского района. В Петровском

районе это уже целое трезвое село – Новая Усть-Уза. Школьникам и педагогам запомнилось оно песнями: в мае в местном клубе провели Второй фестиваль татарской песни. Окунулись в прошлые века в поисках «точек трезвости», когда посетили Октябрьский городок Татищевского района (первое трезвое село в России, основанное в 1828 году) и город Вольск – первый уезд, поднявшийся в 1858 году против кабатчиков.

И снова – современность. Третий год подряд

мы проводим на турбазе каяков в Воскресенском районе скаутские слёты у Антона Мешкова, трезвенника. Обо всех точках (их планировали «открыть» полтора десятка, нашли же – восемнадцать!) не расскажем.

Однако нельзя не упомянуть о самой известной для скаутов точке трезвости – нашем палаточном лагере «ОПЛОТ» на берегу Волги близ места приземления Гагарина. О том, как интересна жизнь в лагерях и на слётах (весенних и осенних) говорили сами ребята: выступили скауты из Петровска и из Пугачёва, участники «Перекрёстков», созданных в Саратове, Петровске и Пугачёве. Главное, что отметили юные «марафонцы трезвости», это то, что благодаря проекту они узнали много нового и приобрели новых друзей.

Благодаря проекту подру-

жился с новыми друзьями и Дом трезвости.

Задумали мы создать передвижную выставку об истории трезвеннического движения на земле саратовской, и сотрудники краеведческих музеев помогли нам изготовить планшеты. По месяцу стояла наша выставка в Саратовском и в Энгельском музеях, о чём и сообщили собравшимся Ксения Андреевна и Валерий Иванович.

Ковляк – общественник, руководитель молодёжной организации «Гагаринцы Поволжья», участник поисковых отрядов. На круглом столе договорились о дальнейшем сотрудничестве и с музеями, и с «Гагаринцами Поволжья», накопившими богатейший опыт по патристическому воспитанию.

Собственно, и наша Ассоциация скаутов Саратовской области растит патриотов, и все наши проекты – как федеральные, так и местные – направлены на то, чтобы наши юные земляки росли достойными героев прошлых времён.

«Марафон трезвости» успешно финишировал. А у «марафонцев» сил только прибавилось. Впереди – новые старты.



История саратовского общества трезвости – это история, связанная с Домом трезвости на Григорьева, 45. Центр города, отдельно стоящий особняк, памятник архитектуры. Дом всегда был объектом интереса для определённых лиц, считающих, что общество трезвости не имеет права находиться в этом здании. Однако они не учитывали, что за нами стоят люди, защищающие трезвость как основу процветания человека и страны. Ярким и, пожалуй, самым сильным защитником был Евгений Александрович. Именно он в 1990 году поставил палатку свободы на Театральной площади и 9 месяцев с командой агитировал за свободу и трезвость, заставил администрацию города пойти на переговоры с нами, в результате которых нам вернули договор аренды на Григорьева, 45, а мы сняли 9-месячный пикет. Именно с этого момента началась наша активная работа на ниве продвижения идей трезвости, помощи людям в её обретении, воспитании нового трезвого здорового поколения.

Евгений Александрович был сильным пропагандистом, многим людям помог обрести трезвость, в том числе и через свои статьи, обладал он уникальным стилем в подаче информации. Вот как пишет о творческой работе Евгения Александровича его соратник Лев Сергеевич Козленко в своей статье «Кинжальный дискурс Королькова».

«Одна из первых статей Евгения Александровича (ЕА) – «Трезвость как культура». Автор обращает внимание на то, что поскольку спирт является наркотиком (по определению ВОЗ от 1975 г.), то он должен быть заменён на другие соединения буквально во всех продуктах питания. Звучит более, чем категорично, но абсолютно правильно с точки зрения спасения этноса. А вот

выражение: «прижигающие свой мозг спиртным учёные» и тут же вывод о том, что такие учёные бесцельны дать правильную концепцию алкоголизма как частного случая наркомании.

Чрезвычайно ценным и оригинальным является подход Е.А. к наркомании (в том числе алкогольной) как к заболеванию онкологического характера, где мутагеном-канцерогеном является спирт. И, наконец, о любви. Человеку от природы дано высшее счастье – любовь. Употребляющие наркотики теряют естественную способность к реальной любви. А вот более простое объяснение алкозависимости: «Среди массы населения всегда есть часть малоспособных к жизни людей, которые помогают себе жить пьянством».

В статье «Трезвость – философия жизни» обращает внимание апелляция к независимому (!) общественному движению в борьбе с алкоголизмом, как легальной наркоманией.

«Именно в общественном движении нет жадности власти, жадности к наживе и холуйства на службе. Общественная организация, реализующая через себя в целом обществу идею трезвости, реализует новое общественное сознание, новую человеческую ценность духовного наполнения». Соглашались, написано вдохновенно. А вот новый термин: «гражданские проповедники трезвости». Это сказано об убеждённых и умелых в своём пропагандистском промысле подвижниках.

Далее Евгений Александрович пишет, что замена Фрейда на Павлова в советские времена привела, в частности, к тому, что наркоманию стали считать вредной привычкой и болезнью научения и тем самым «замазали ретушью процесс психомутации от действия наркотика». ЕА считает также опасной провокацией классификационный признак алкоголя как сексуального стимуля-

УШЛА ЭПОХА

27 декабря 2022 года умер наш соратник, Корольков Евгений Александрович, который долгое время был членом правления Саратовской региональной общественной организации трезвости и здоровья. 36 лет – его вклад в работу организации, и не только работу, но и в её сохранение, защиту.

тора, указывая, что мутация нервных клеток идёт именно в половом центре. В целом это мираж половой активности, за которой чётко следует отказ от полового инстинкта. Каков рецепт выхода из наркомании? Уходить от наркотиков через любовь и покаяние. Это и есть духовный аспект исцеления наркоманов. Ещё один аспект – лечебное наркотическое голодание. Поражённые наркотиком участки центров удовольствия мозга входят в режим дистрофии. Наркоман учится вновь быть нормальным человеком. И ещё одна фраза завершает философскую статью: «...осознание миллионами людей слова «вино» как повинности человека наркотику».

В ней видится маленькое лингвистическое открытие, которое полезно использовать в нашей работе.

В статье «В кайфе живёт жадность» ЕА делает более масштабное открытие. Анализируя фундамент нашей культуры – сказки – он обнаруживает, что не было в древней Руси спиртных «напитков» и других наркотиков, способных породить пьяниц и наркоманов. Почему? Пили мёдовуху с неопасным содержанием спирта, да ели редьку с квасом. И подтверждается это фигурой сказочного Кащея Бессмертного. У него даже



тела нет, но есть огромная жадность. Только одного вида жадности нет у Кащея – той, что утоляется наркотиком. Значит, не было в Руси наркотиков, раз их нет в сказках русского народа. Это открытие подтверждается также характером русских народных песен. Нет в наших песнях горячечного бреда от винных паров, нервной дрожи от ударов наркотиком. Согласитесь, беспощадное заявление и жёсткий бескомпромиссный дискурс, который мы назвали кинжальным.

Здесь же о любви. «Любовь не может жить вместе с наркотиком, она тихо, незаметно, безвозвратно уходит». Несколько раньше: «Любовь – это прирученный зверёк, с ним будь ласковым и осторожным».

Вы слышали где-нибудь что-либо подобное? (Да, в названии кинофильма). Ведь есть предмет для размышления, а это важно. Хлёстко сказано про трахунных спиртом поэтов и растленных им же эстрадных певцов. Сочиняют нелепые песни. Вот и у Николаева: «Выпьем за любовь». Комментарии излишни. Тут ведь либо дремучее невежество, либо страсть к великой популярности, оплаченной сотнями тысяч.

Следующая статья: «Алкоголизм, наркомания – не болезнь?». Это – эмиграция от «я» в «оно». И здесь не менее наивно о потерях человеческой расы. «...человека иногда отстреливают на войне... но в общем человеческая жизнь пережигается коммерцией на удобрения». Не правда ли, вы вспомнили о крематории? Получается, что наркомания – не болезнь, а эволюция в никуда. Надо сказать, что у ЕА статьи написаны совсем простым языком, и это его стиль. Вплоть до того, что приходится выдёргивать из контекста отдельные образные элементы. Вот начальный абзац статьи «Свалка рекламных ценностей». «Из Ваньки Иван Иванович развивается в экстремальных условиях сложного учения, фальшивый же Болван Диванчик выкукливается из развратного развлеченья». Лихо, не правда ли? Вот так к месту скажешь, и оппонент на лопатках.

В статье «Днём учим, а ночью лечим» встречаем: врач-винотерапевт. Куда уж метче, не правда ли? Или вот это: «Кукла идеи живёт в культе вина. В ритуальной пьянке под вино или под коньяк каждый получает эротическое от себя самого... сам пью сам гуляю, сам себя любовью исцеляю – это ли не идея кладбищенской любви». «Виновата ли я, что вино так люблю, – поёт Россия».

Следующая статья «Душа человека имеет весьма ощутимые и по-

нятые формы». С сарказмом написано, что укрощением цивилизации является наркотик. Что и говорить, едко и метко. Далее много о том, какая «культура» обрушивается на неразвитую душу малыша, подростка, юноши. Похабный анекдот с улицы у нас уже стал культурой. «Уличное воспитание у нас быстро вытесняется телевизионным, дешёвым, пошлым, игристым, шумным и голубым. Да, да, вы правильно поняли: сидят как бы мужики парочками и обучают всех, кто смотрит и слушает – гетеро и гомосексуализму. Калякают, хихикают так весело и беззащитно, как будто они не брак природы, а цвет цивилизации». А про наркоманию: «...наслаждение от трупного запаха собственной души». Вот он, корольковский убойный дискурс. Много о творчестве наркоманов. Прочитаем внимательно. «...творчество наркоманов как уникальное выражение их душевного заболевания гуляет по миру в одежде культурного наследия, а настоящее место ему – в лаборатории учёного-нарколога (трезвого – Л.С.). Обыватель собирает себе на потеху песни и пляски, писульки, исторгнутые в наркотическом оргазме их сбрендившей душой, и потихоньку сам делается обладателем наркоманной души. Он и не заметит, как сподобится менталитета наркомана...то, что он истеричная марионетка, трепещущая от порывов чужого наркотического экстаза, не осознаётся».

Евгений Александрович ушёл из жизни вскоре после вынужденного ухода общества трезвости из здания по улице им. Григорьева Е.Ф., 45. Ушла эпоха, закончился большой период нашей жизни. Впереди новые победы всей нашей команды. Но память мы сохраним.

Наталья Александровна КОРОЛЬКОВА, Лев Сергеевич КОЗЛЕНКО

Токсиколог Алексей Валерьевич Водовозов 20 ноября 2022 года разместил в ютубе беседу «Про упоротых дельфинов, тест на алкоголизм, белую горячку и прочее».

Её просмотрело уже более двух миллионов человек: умеет учёный о сложных вещах говорить понятно и доходчиво.

Предлагаем вниманию читателей нашей газеты фрагмент беседы, где токсиколог объясняет, что происходит в организме, когда в него попадают молекулы этилового спирта.



Когда алкоголь попадает в наш организм, то часть его всасывается уже в ротовой полости, потому что этанол – C₂H₅OH – великолепная молекула, с точки зрения биохимии она уникальна. Во-первых, она маленькая, и у неё есть одновременно свойства растворимости и в жирах, и в воде. То есть она проникает везде без каких-либо задержек. Пока глоток дойдёт до двенадцатиперстной кишки, 35% алкоголя уже всосалось, и у вас уже начинаются эйфорические вещи, за что и любят спиртное, это психоактивное вещество.

Психоактивные вещества – это прямое удовольствие. Нам не нужно совершать какие-то длительные действия для того, чтобы наступило удовлетворение: пожалуйста, есть кнопка химическая, и есть немедленный ответ. Это нравится.

Этанол всосался в кровь, дальше что? А дальше нужно понимать, что с точки зрения фармакологии эта-

«МЫ МОЖЕМ ПРЕДСКАЗАТЬ, ЧТО БУДЕТ НАУТРО»

нол – депрессант, и он будет постепенно гасить активность нейронов головного мозга, вплоть до полной остановки. То есть недалеко будет кома или летальный исход.

Всё, что до комы – это опьянение, которое будет связано с постепенным угасанием деятельности определённых групп нейронов. И сначала это многим нравится – уходит так называемый нейронный шум. У нас в голове куча мыслей: ипотека не выплачена, дети, коллеги и всё остальное прочее – всё это в голове роится. А этанол раз – и пригасил этот шум, и единственно, что нас на определённой фазе опьянения интересует – уважает нас собеседник или нет. Всё остальное уже не важно. То есть человеку хорошо. Именно: он успокоился, но это примерно где-то до 20 граммов чистого этанола, то есть это полтора-два бокала вина, очень несерьёзная

доза, на которой мало что останавливается.

А вот дальше уже считается средняя доза – выше 20, до 50 граммов. Дальше будут постепенно выключаться различные регуляторные функции головного мозга. Первыми выключатся те, что появились позже всего – контроль, то есть префронтальная кора, и всё, что у нас отвечает за контроль – будет отключаться: сигналы от них не идут. И на первый план выходит миндалинное тело, тот самый «весёлый» участок мозга, который отвечает за всякие импульсивные порывы.

Опьянение может быть сильно индивидуально. Кто-то становится невероятным добряком, а кто-то как раз очень злым и неудобоваримым в компании. Человек как бы обнажает свой глубинный «я». Не всем оно нравится.

Опьяневшего начинают интересоваться все

странные вещи, например, сможет ли он сесть на поперечный шпагат с разбегу, и прочие вещи. То есть происходит это именно потому, что у него контроля практически никакого не осталось.

Если кто скажет, что выпить бокал вина, и сразу силы появляются, то это объясняется так. Силы появляются потому, что ушла тревожность, мозговой шум ушёл. Полегчало в

не потому, что он голоден, а потому, что его мозг считает, что он голоден, и человек готов есть абсолютно всё: курицу с мороженым, например, то есть абсолютно не сочетаемые вещи.

Где-то на этой стадии наступает дихотомия (раздвоение). То есть часть эффектов у опьяневшего вызывают ещё цельные молекулы этанола, а часть уже пошла от метаболитов (метаболиты – это продукты внутриклеточного обмена, подлежащие окончательному распаду и удалению из организма), считающихся для нашего организма ядом, токсином, нейротоксином, потенциально летальным эффектом, поэтому алкогольные метаболиты начинают перерабатываться в печени, и в нашем рассказе это отдельная история.

А вот цельная молекула этанола всё ещё бродит по организму и устраивает там погром везде, куда дотянется. Реально – везде! Что она делает? Ну, например, подтормаживает обмен глюкозы. То есть, по сути, мы уходим в такую небольшую гипогликемию (гипогликемия – это состояние пониженной концентрации глюкозы в крови). Кстати, это объясняет, почему нам утром так сильно хочется есть, и почему такая выраженная жажда в том числе – гипогликемия!

Затем ещё одна составляющая этой утренней жажды, головной боли и всего остального. Дело в том, что у нас в задней доле гипофиза накапливается прекрасный антидиуретический гормон. Судя по названию, он как раз нужен для того, чтобы сдерживать выход из нашего организма и жидкости, и электролита. Цельная молекула этанола вклинивается в мембрану как раз в том

участке, и поджимает немало кальцийзависимый канал. Кальций есть, сигнал есть, команда на открытие есть, но он открываться не может. И получается так, что антидиуретический гормон остаётся в задней доле гипофиза. К чему это приводит? К тому, что возникает мощнейший мочегонный эффект. И мы теряем и жидкость, и глюкозу, и хлор, и натрий, и калий и всё остальное.

То есть, не будь этой молекулы спирта в мембране, антидиуретический гормон часть из этого вернул бы в организм, а здесь у нас по сути и обезвоживание, и обессоливание одновременно. Именно поэтому на следующее утро (мне нравится токсикология – мы можем предсказать всё, что произойдёт) на следующее утро у нас будет невероятная жажда, головная боль, перебои в работе сердца, ломота мышц и всё остальное.

В начале XX века рассказы для детей Клавдии Владимировны Лукашевич (1859–1931) были популярны не менее, чем книги Лидии Чарской. Отвечая на вопросы читателей о её жизни, она в 1914 и 1918 годах издала воспоминания «Моё милое детство». «...он не курил, не пил никакого вина и вследствие этого пользовался особенной симпатией бабушки и няни, — отзывалась она о своём отце, малороссийском помещике Владимире Васильевиче Мирец-Имшенецком. — Вот-то послал Бог мужа Клавденьеке... Непьющий, некурящий, сокровище, а не человек... Такое ей счастье! — говаривала няня. — Да, — поддакивала бабушка. — Клавденьеке судьба вышла редкая. Сама-то она буйная головушка... Надо бы ей мужа потвёрже. А Владимир Васильевич очень уж добр». «Папа кончил университет по камеральному факультету, но из-за своей скромности и застенчивости никогда не мог выдвинуться ни на каком поприще, — вспоминала Клавдия Владимировна. — Он только и умел,

что любить нас, свой дом, заботиться о нас, горячо любить нашу весёлую, избалованную маму. Он и нас научил тому же, и мы смотрели на маму как на какое-то высшее существо».

Публикуем здесь заключительную часть рождественского рассказа К.В. Лукашевич «Заветное окно», написанного в 1901 году, когда интеллигенция подхватила призыв Льва Толстого бороться за изгнание спиртного из жизни людей (хотя тогда по нынешним меркам наши соотечественники и не пили, ну что такое три-четыре литра алкоголя на душу населения?).



Хмель шумит, ум молчит

В 1895 году в Петербурге стал выходить «Вестник трезвости», одобренный Министерством народного просвещения для учительских библиотек, семинарий, бесплатных читален. В том же году началось издание «Московского столичного попечительства о народной трезвости». С начала XX века действовало такое попечительство и в Саратовской губернии. Некоторые статьи журнала посвящены положению дел в Саратове и окрестностях. Есть чему подивиться, есть что проанализировать.

Постоянно возмущаясь пьянством, этим видом народной гибели, местная администрация решила бороться со злом в корне — уничтожить кабатчиков вовсе. В этом помог закон от 5 июня 1892 года, предоставляющий сельским обществам право брать деньги за согласие открыть в усадебных местах питейные заведения. Крестьяне запросили с кабатчиков такие большие деньги, что коммерсанты устроили между собой стачку. С момента открытия общественной виноторговли страшный разгул, царивший во время частного винного промысла, исчез. Деревенские жители как в зеркале увидели отражение сельской народной язвы — кабатчиков. С момента закрытия общественных винных лавок хищники были уничтожены. Исчезновение кабатчиков сильно повлияло на уменьшение пьянства. Но не искоренило его, к сожалению.

«Вестник трезвости» (1893, № 24) свидетельствует: «Вчерашние пропойцы начали работать, мелкое воровство прекратилось, притоны конокрадов ликвидированы. С заменой частной виноторговли общественной рабочей Тамбово-Камышинской линии железнодорожной дороги так характеризовали наставшую перемену: раньше работали на вадке и луке, а теперь работаем на хлебе и луке». Но особое значение общественная торговля по понятным причинам имела для крестьянских женщин и детей. Успех не мог остаться незамеченным. В скором времени общественная виноторговля была введена в других уездах Саратовской губернии. Вот как, оказывается, обстояли дела в 1893 году...

Выдающийся химик Владимир Васильевич Челинцев (в июле 1918 года он создаст и возглавит кафедру органической химии в Саратовском университете) предостерегал: с закрытием повсеместно продажи крепких изделий увеличивается число злоупотреблений денатуратами. Профессору, например, довелось видеть в Саратовской губернии алкоголиков, которые употребляли водку с керосином! Их всё же может оттолкнуть от суррогатов страх болезней или даже смерти. Древесный спирт вызывает слепоту, а политура — столбняк. Необходимо серьёзно бороться с этим злом, с этой новой эпидемией. Пьянство, загнанное в подполье, принимает ужасные, уродливые формы. Источник алкоголизма — потребность в возбуждении. Направьте эту потребность по правильному культурному руслу, и вы разрешите вопрос всецело.

Еженедельник «оглядывался» на заграничные публикации статьи «Пьянство англичанок», «Алкоголизм в Северо-Американских штатах». О норвежцах «Вестник трезвости» сообщал следующее: начало борьбы с пьянством в

Норвегии было положено в 1845 году, когда спиртное продавалось повсюду. Законом было определено весьма ограниченное число частных лиц, которым каждая община могла давать разрешение на продажу алкоголя. Новый закон в 1871 году сделал ещё один шаг к пресечению зла, проистекающего от продажи водки. Он запрещал частным лицам её продажу. Только акционерные компании могли получить разрешения на эту продажу, но получение было связано с массой ограничительных условий. Автор статьи указывал на некоторые из них: например, компании не имели право давать в кредит, а также обязывались держать для потребителей бутерброды и горячие кушанья. Но и это не принесло желаемых результатов: если и уменьшилось потребление водки и вин, то потребление пива значительно возросло.

Кстати, о пиве и ошибочном воззрении на его распространение. Является ли пиво лучшим средством борьбы с распространением крепких изделий? С медицинской точки зрения пиво всякой крепости определяется как спиртное изделие, вредное, а не питательное. Как бы нашему народу в борьбе с алкоголизмом водочным не привить губительный для него алкоголизм пивной? Медики выступали против пивоваров, подавших обширную докладную записку в совет министров о пользе пива в деле народного оздоровления. («В борьбе за трезвость», 1914 г., №6).

Антиалкогольный журнал выпускал «народные листки». Один из них приводит народные пословицы о гибельных плодах пьянства. «Не все люди знают, что они яд выпивают», «Водка не питает, кто пьёт — голодаёт», «Хорошо было ремесло, да хмелем заросло», «Вино вину творит».

Запоминается изображение «Ядовитого древа и его плодов», опубликованное в журнале «В борьбе за трезвость», № 6 за 1914 год. Ствол — «пьянство», на ветвях плоды — «сумасшествие», «самоубийство», «безработица», нищенство», «семейный разлад» и т.д. А питают то древо корни — «водка», пиво», вино» и т.п. Видели это «дерево» на первой в России выставке по борьбе с алкоголизмом, проходившей в декабре 1910 года в Москве. Посещая её, простой люд преимущественно останавливался перед наглядными пособиями, находя в них прямое подтверждение всех печальных последствий от потребления спиртного. Актуальна эта картинка и в наше время...

Маргарита ШАШКИНА,
главный архивист Государственного архива Саратовской области



ЗАВЕТНОЕ ОКНО

Ужин был скромный: только похлёбка дымилась на столе, стоял горшок каши, лежал нарезанный хлеб да лепёшки.

— А в позапрошлом году у нас и гусь был, и пельмени, и шаньги, — вспомнил было Кеша.

— Господи! Это не ребёнок! Это бревно бесчувственное! — вскрикнула молодая женщина и, упав на скамейку, зарыдала горько, отчаянно, беспомощно.

Старушка нагнулась к ней.

— Полно, Агаша... Грешно так убиваться... Разве он понимает... Дитя малое, неразумное...

— И дети чувствуют... А этот каменный... жестокий...

— Лучше молись, Агаша... Не плакать, не гневаться, а молиться надо, чтобы Он помог снести горе... И за грешную душу молись...

— Думать о нём не хочу!.. — сквозь рыдания отчаянно твердила женщина.

— Уймись, Агашенька!.. Всем нелегко... Пожалей и нас... На дворе такой праздник...

— Праздник другим... Нам хуже буден... На людей смотреть зазорно... Всё он, злодей! Из-за него свету не видим, горе мыкаем...

Кеша испуганно смотрел на мать. Опять она плачет, кланяет отца... Конечно, он сделал им зло... И в голове мальчика, как в панораме, промелькнули недавние годы, когда нагрянула на них страшная беда. Отец и раньше запивал, а потом связался с какой-то пьяной, бесшабашной компанией, всё собрался идти на золотые приски... А тут около их села напали на денежную почту и ямщика и почтальона убили... Был ли в том виноват отец, никто доподлинно не знает. Бабушка уверяет, что он на такое дело не пойдёт... Но его забрали, посадили в тюрьму, повели в город на суд, и дорогой, говорят, он бежал... Вот уже два года о нём ни слуху ни духу. Где-то он, жив ли, сыт ли?.. Может, в эту морозную ночь один в лесу; может, погиб, замёрз.

Кеша жаль его до слёз. Отец, бывало, берёт его, ласкал, и мать любила, жалела... Всё зло пошло от вина, как говорит бабушка, да от товарищей... Старуха извелась и совсем ослепла от слёз. Вот и мать худеет, чахнет, стала как тень... Трудно им теперь и с лошадьми справляться, и хозяйство без мужика плохо идёт.

Мальчик подошёл к матери, хочется ему её утешить да не умеет. — Мама, мамушка, — проговорил он ласково. Бедная женщина вскопчила, отёрла слёзы, лицо её стало снова суровым, злобным, отупевшим.

— Ужин простыл, — заметила она, садясь к столу, но сама ни до чего не притронулась, и старуха тоже ничего не ела. Один мальчик со здоровым детским аппетитом поел и похлёбки, и каши, и лепёшек.

Мать после ужина отрезала несколько больших ломтей хлеба, послонила и сказала, подавая сыну:

— Неси, Кеша, туда... — голос её дрогнул.

— Мама, вчерашний хлеб взяли! И у Савельевых взяли, а вот у Митрохиных и посеичас лежит. Не берут...

— У них собаки злые... Должно быть, боятся, — прошамкала бабушка.

— Погоди, Кеша, я и сала кусок отрежу... Тоже положи.

Молодая женщина вышла из горницы и тотчас же вернулась с мешком в руках. Она достала из него большой кусок сала и отрезала добрую половину.

— Сало — это хорошо... Нынче мороз лютый... На морозе съесть кусок сала — живо согреешься... Всё равно, что в печку дровец положить!.. Сало — очень хорошо, — говорила бабушка и ласково глядела на невестку, мигая подслеповатыми глазами.

— Иди, Кеша, положи всё. Да смотри, не урони... А я тут мигом уберусь, да и спать...

Мальчик надел полушубок, шапку, рукавицы, забрал хлеб и сало и выбежал из избы. Поручение матери было для него дело обычное, и он исполнял его охотно.

Когда через некоторое время он вбежал в избу, на нём лица не было. Бледный как полотно, он весь трясся и едва переводил дух.

— Что с тобой? Говори... Что случилось? — испуганно спросила мать, подбегая к нему и усаживая его на скамейку.

— Мамушка, знаешь ли... — начал было мальчик и заплакал.

Бабушка вышла из-за печки, куда она уже убралась спать. Подошедши близко к внуку, она силилась разглядеть его и вся дрожала.

— Что случилось, дитяtko?

— Отчего ты так долго? Воры там? Говори, не мучь! — умоляющим голосом спрашивала мать, теряя мальчика за рукава.

— Мама, я тебе скажу... Вот что...

— Говори скорее, прибил тебя кто?

— Мамушка, отец приходил... Правда, правда... Он велел кланяться... Правда...

Если бы удар грома разразился над этими людьми, если бы внезапно вспыхнула вся изба, — они не могли бы быть более поражены, ошеломлены...

Бабушка покачнулась, почти упала на скамейку, плакала и крестилась... Агаша глядела на сына дикими глазами и махала растерянно рукой...

— Путаешь! Пустое! Врёшь... Ты не в своём уме, — повторяла она отрывисто.

— Ей-Богу, мама... Правда, бабушка...

— Не может быть! Ты обознался!

— Тебе причудилось в темноте...

— Да нет же, мамушка... Он... рыжая борода... Ведь я же знаю... Говорил со мной, заикался... Держал меня за голову руками... Плакал...

— Ах, Боже мой! Где же он?! Что же ты нас не кликнул... Куды он пошёл? Да правда ли!.. Путаешь ты, врешь... Говори, куды он пошёл?!

И, не слушая больше слов мальчика, обе женщины, как были в одних платьях, выбежали на двор... Но нежданного гостя и след простыл... На улице было тихо, никого не видно... Только мороз сильно давал себя знать.

Агаша выбежала за ворота, метнулась туда-сюда... Где-то побли-

зости у соседей раздался выстрел и гулко пронёсся в тишине. Этими выстрелами в сибирских городах и сёлах мирные обыватели пугают по ночам воров, дают знать, что не спят и караулят свои дома... Собаки залаяли во всех концах.

Молодая женщина схватилась за грудь и вбежала стремительно в

избу...

— Что же ты не позвал, не кликнул?! Это не ребёнок! Это бревно бесчувственное!

Бабушка сидела около внука и расспрашивала его сквозь слёзы.

— Не гневи Бога, Агаша... Молиться надо... Оставь Кешу! Ну, что же? — обратилась она к мальчику. — Как он? А ты ему что?.. Говори скорее... Сначала говори...

Кеша вопросительно взглянул на мать... Та кивнула головой и прислонилась к стене.

— Говори сначала...

Мальчик рассказал всё по порядку. Когда мама дала ему хлеб и сало, он выбежал на двор, прошёл в закуску и выглянул в окошко. Тихо было, на небе звёздочек тьма, и снег яркий, белый... Только и видно было небо да снег... А под окно ему посмотреть и невдомёк. Смахнул он снег с подоконника, положил сало, пожевал хлеб, хотел уже идти, как вдруг его схватила чья-то рука... Он испугался до полусмерти и крикнул... Верно, не слышали. Хотел ещё крикнуть громче, а руки ему зажали рот и голову охватили, и кто-то говорит так жалобно: «Молчи! Молчи, милый Кеша! не пугайся... Молчи...»

— Мама, бабушка, я его сразу признал... рыжий... заикается...

— Признал, дитяtko... Как не признать-то?! Кровь заговорила, — прошептала старушка и залилась слезами.

— Ой, не верится, маменька! Кеша, да неужто правда?!

— Правда, мама. Плакал он... Меня гладит по голове... а сам плачет... Говорит всё: «Милый да милый... молчи... не пугайся».

— А ты что же? — спросила Агаша, и лицо её озарилось улыбкой, которой давно уже не видали домашние, и в глазах мелькнула живая радость.

— Я, мама, шибко испугался... Хотел вас кричать, хотел бежать; не могу — он держит. Говорит: «Подожди, не ходи, мне их видеть нельзя; а тебя, — говорит, — мне Сам Бог послал».

— И про Бога вспомнил в горе, сынок!.. То-то раньше бы помнил да призывал Его... Не сбился бы с пути и не сгубил бы себя и семью... — шептала с горечью старушка.

— Что же он, Кеша, про нас-то говорил? — снова спросила мать и впиалась глазами в сына.

— Говорил: «Кланяйся маме и бабушке в ножки... Скажи, что прошу прощения... Скажи, что, если Господь направит меня на добрый путь, я к ним приду... Они у меня всегда в уме...»

— Так и сказал «они у меня в уме»?

— Да, так и сказал и заплакал.

— Злодей! Если б думал о нас да жалел, не пошёл бы на злое дело... И мы бы не мучились, — с горечью проговорила Агаша и задумалась.

— Как же он одет-то, несчастный? — снова спросила она, и голос её смягчился.

— Не примитил, мама... Мне и ни к чему... Кажись, на голове платок.

— Какая уж тут одежда... Поди, в такую стужу и руки и ноги отморозены... — прошамкала бабушка.

— Что же ты ему про нас сказал? — спросила мать.

— Ничего не сказал, мама...

— Глупый, тебе бы сказать, какую мы муку из-за него терпим, как нам глаза в люди показать совестно...

— Полно, Агаша, разве дитя что понимает... Тут и большой потеряется... Ребёнок испугался, где ж ему всё сказать, — заметила старушка.

— В какую он сторону пошёл-то?!

— Прямо пошёл... Он, мама, и хлеб и сало взял, перекрестился и за пазуху положил.

Бабушка заплакала, заплакала и Агаша.

И долго-долго, далеко за полночь, в маленькой хатке шли расспросы. Мальчик уже ничего не мог сказать нового и в двадцатый раз повторял одно и то же, и в двадцатый раз задавала ему мать те же вопросы: «Ну, а он что? Так и сказал? А ты что? Про нас спросил? Что же ты сказал?»

Глядя на мать, Кеша думал: «Какая мама стала пригожая, лицо красное, в глазах точно огни, сама смеётся».

— Ложитесь спать, желанные... Утро вечера мудренее, — ласково сказала Агаша. — Ложись, Кешенька, ложись, сынок... Я тебе мягонько постелю... Завтра на ёлку в школу пойдёшь... — И она суетливо забегала по избе.

Даже старая бабушка с изумлением повела в сторону невестки подслеповатые глаза, а мальчик продолжал про себя дивиться: «Какая мама стала добрая, точно и не она, какая стала прворная и смеётся... Чудно, право!» — мелькало в его головёнке, и ему казалось, что у них стало теплее, светлее, точно правда наступил праздник, и бабушка ободрилась, улыбается, и кот без страха вспрыгнул на лавку, не опасаясь теперь получить шлепка.

Скоро всё успокоилось, затихло в небольшом крайнем доме. Все улеглись спать. Кеша во сне улыбался: детские грёзы приятны и веселы; бабушка долго ворочалась, охала и шептала молитвы. Только одна Агаша так и не смыкала глаз во всю ночь: её мысли неслись вслед за одиноким прохожим: и корила-то она его мысленно, и прощала, и жалела... Зачем он не вызвал её?.. С какой бы радостью она его обула, одела в дорогу, накормила бы... Несколько раз выбегала она за ворота и смотрела тревожно вдаль, возвращалась к окну, около которого сиделись отец с сыном, как будто кого-нибудь ожидая...

С тех пор они обе, и старушка и молодая женщина, ждут и ждут... С особенной любовью и заботой кладут они хлеб и другую провизию на заветное окно... Может быть, подойдёт ещё праздник, и они дождутся того, кто обещал направиться на добрый путь и к ним вернуться.



Плакат ученицы 10 «а» класса лицея № 15 г. Саратова Жанны Козловой



Плакат ученицы 6 «ю» школы № 10 г. Саратова Алёны Горшковой

ИТОГИ КОНКУРСА «ТРЕЗВЫЙ КРЕАТИВ»

С 1 декабря 2022 года по 25 декабря 2022 года Саратовская региональная общественная организация трезвости и здоровья и Ассоциация скаутов Саратовской области проводили Открытый областной конкурс-марафон «Трезвый креатив» в рамках реализации президентского проекта «Марафон трезвости». В конкурсе приняли активное участие более сотни школьников и учащихся колледжей из Саратова, Пугачёва, Петровска, Октябрьского городка Татищевского района.

Цель конкурса – углубление у подрастающего поколения знаний о здоровом образе жизни и укреплении здоровья семьи, улучшение навыков поиска и анализа информации, приобретение навыков общения в сетях интернета по наиболее важным вопросам здорового трезвого образа жизни. Участники конкурса соревновались в номинациях: рисунок, видеоролик; семейный архив: фото; презентация; буклет, листовка; Я – креатив; плакат; творческие выступления (видео). Жюри подвело итоги. Победителями признаны:

В номинации «Рисунок» первое место заняла девятиклассница «Лицея-интерната-64» Алина Сейтхалилова.

В номинации «Видеоролик» победителем объявлена работа шестиклассницы гимназии № 2 Вероники Помощниковой «Твой будущее – в твоих руках».

В номинации «Семейный архив: фото» лучшей работой признаны фотографии из семейного альбома Глеба Болгова, ученика 5 «б» класса гимназии № 34.

В номинации «Презентация» жюри отметило как лучшие две работы: презентацию «Трезвый образ жизни» Алёны Горбань из Саратовского техникума отраслевых технологий, и презентацию «Идём в поход», подготовленную воспитанниками Центра развития творчества детей и юношества г. Пугачёва Настей Семёновой, Юлией Гурьяновой, Денисом Чикунным и



Рисунок девятиклассницы «Лицея-интерната-64» Алины Сейтхалиловой

Дамиром Дакеновым из подросткового клуба «Ровесники».

В номинации «Буклет, листовка» признан лучшим буклет «Я – житель трезвого города» Александра Власова, студента Саратовского техникума отраслевых технологий.

В номинации «Я – креатив» победителем признана стенная газета, созданная сёстрами Евой Аминовой (6 лет) и Верой Аминовой (4,5 года) вместе с родителями.

В номинации «Плакат» наиболее ярко проявили себя участники конкурса. Первое место разделили работы Карины Сучиной из гимназии № 34 г. Саратова (плакат «Создавай себя!») и Жанны Козловой из лицея № 15 г. Саратова (плакат «Мы за здоровый образ жизни»).

В номинации «Творческое выступление (видео)» лучшим стал видеоролик, присланный на конкурс студентами Саратовского техникума отраслевых технологий: Алексей Радаев, Максим Бобров, Алексей Балашов и Артём Ануфриев исполнили песню группы «Король и шут» «Лесник».

«Категорически не хотят быть похожими на взрослое поколение»

Один из лучших мировых примеров борьбы с алкоголизмом в последние десятилетия продемонстрировала Россия – потребление алкоголя с 2008 года снизилось на 43 процента.

Одной из главных причин Всемирная Организация здравоохранения называет эффективную национальную политику. В 2021 году медики Давид Заридзе, Иван Стилиди и Александр Румянцев получили Государственную премию за разработку и внедрение технологий, направленных на снижение заболеваемости и смертности населения, в том числе от алкоголизма.

«Снижению способствовали не только меры, пред-

принятые на государственном уровне – повышение стоимости алкогольной продукции, запрет рекламы спиртных изделий, внедрение системы учёта ЕГАИС, – но и стремление самих людей к здоровому образу жизни, которые отказываются от вредных привычек в пользу спорта и правильного питания», – комментирует Мария Захарова, аналитик исследовательской компании NТech.

Тем не менее в стране по-прежнему много пьют. В 2021-м показатель составил 9,1 литра на душу населения.

Некоторые эксперты считают, что в последние три года употребление алкоголя в России вновь стало расти (впрочем, офици-

альным данным это не соответствует). Причина, по мнению специалистов, – стресс. Всё началось в первый год пандемии и связанных с ней ограничительных мер. Это международная тенденция – например, в Британии тоже фиксируют рост тяги к спиртному.

Негативная тенденция особенно заметна в сельской местности – там растёт смертность из-за алкоголизма. За 2022-й в России на шесть процентов увеличилось количество психических расстройств и на семь – людей с синдромом зависимости от спиртного, сообщила в декабре директор департамента медицинской помощи детям, службы родов-

помощения и общественного здоровья Минздрава Елена Шешко.

«Самое страшное – рост женского алкоголизма на селе на семь процентов», – отметила она. По словам чиновницы, треть детских смертей также произошла из-за пьянства родителей.

По данным Захаровой, треть жителей России вообще не употребляет алкоголь. Чаще всего выпивают люди в возрасте от 25 до 45 лет. При этом доля пьющих в возрасте до 25 лет снижается и сейчас составляет около 44 процентов. Таким образом, считает эксперт, молодые люди показывают, что «категорически не хотят быть похожими на взрослое поколение».

ria.ru

СТРАНА БЕЗ ТАБАКА!

В Новой Зеландии пожизненно запретили продавать сигареты людям, родившимся после 2008 года

Новая Зеландия продолжает ужесточать анти-табачные законы в рамках стремления правительства сделать страну «свободной от табачного дыма» к 2025 году. Уже сейчас государство имеет один из самых низких показателей курения среди взрослого населения из всех 38 стран Организа-

ции экономического сотрудничества и развития (ОЭСР). Число курящих взрослых новозеландцев сократилось вдвое за последнее десятилетие – до 8%, при этом приблизительно 56 тысяч человек бросили курить в 2021 году. Для сравнения: данные ОЭСР говорят о том, что в 2021 году курили 25% взрослых жителей Франции.

В соответствии с новыми нормами, запрещается продажа табака всем, кто родился 1 января 2009 года или позже. За нарушение предусмотрено штраф до 150 000 новозеландских долларов (около \$95 910). Причём запрет будет действовать в течение всей жизни человека. Кроме того, к концу 2023 года количество

розничных точек, имеющих лицензию на продажу табака, сократится на 90% – с 6000 до 600.

Тысячи людей проживут более долгую и здоровую жизнь, а система здравоохранения получит на \$5 млрд больше денег за счёт отсутствия необходимости лечить болезни, вызванные курением, такие, как различные виды рака, сердечные приступы, инсульты и ампутации, – заявила Айша Верралл (Aysha Verrall), заместитель министра здравоохранения Новой Зеландии.

ria.ru

СЕЯТЬ ЛЕГЧЕ, ЧЕМ ПЕРЕСЕВАТЬ

Занимаюсь я только вопросами трезвости и отрезвления. Работа моя заключается исключительно в анализе различных привычек человека – хороших или вредных, – но именно привычек.

Цитата из словаря: «Привычка – сложившийся способ поведения, осуществление которого в определённой ситуации приобретает для индивида характер потребности».

Вот, скажем, на ребёнка сел комар. Что сделает ребенок с комаром? Он прихлопнет этого вампира и правильно сделает: нечего кровью человеческую пить! Второго комара малыш уже не будет разглядывать, а сразу прихлопнет, как только тот попытается «прилечь» ему на лоб. И третьего хлопнет. И всю оставшуюся жизнь будет биться с комариным отребьем с переменным успехом. А теперь представьте на мгновение чудо: комары перестали пить кровь. И комар, в знак примирения, решает дружелюбно поцеловать человека в лоб. Для чего решительно «прилится». А человек? А что человек? Человек-то здесь вроде собственно и не при чём. А вот привычка, которая «вторая натура», она как раз и заставит его прервать дружелюбный комариный полёт. Как итог, комар всё равно будет прихлопнут. Это привычка появилась на личном опыте защищать себя даже в неравном бою!!!

Но чаще ребёнок берёт пример с других людей, и в первую очередь с родителей. Ещё Конфуций вывел формулу: «Посеешь поступок – пожнёшь привычку, посеешь привычку – пожнёшь характер, посеешь характер – пожнёшь судьбу». И получается: поступок возвращает судьбу человека.

Вот пример работы казалось бы незаметного на первый взгляд поступка на вредную привычку. Мама над колыбелькой собственного ребёнка один раз в жизни задумалась (дело конечно житейское, с кем не бывает), и в этой задумчивости взяла и погрызла ноготь. И всё, больше она в жизни этого не делала. Ни разу! А у малышка, который уже давно вырос, стабильная привычка грызть ногти. И никто даже вспомнить не может, откуда это у него. Ведь никто: ни папа, ни мама, ни бабушка, ни даже предешушка ногтей точно не грызут, а вот он грызёт. А почему? Да только потому, что это когда-то сделала мама – любимый для него человек!

Есть хорошие привычки. Скажем, чистить зубы. Они тоже нарабатываются. Причём нарабатываться могут очень долго. А бывает и так: вместо того, чтобы нарабатывать привычку (быть может, даже полезную), у ребёнка вызывают отвращение к ней, и эта привычка превращается в «антипривычку». Такое тоже бывает. Вот меня дядя учил чистить ботинки. О, как он учил!!! И я могу начистить ботинки так, что можно смотреться в них как в зеркало. Но я ненавижу чистить ботинки, потому что он меня так учил!!! Выработывал привычку, а в результате получилась антипривычка.

Как предотвратить появление вредных привычек, как избавиться, если они уже появились?

Здесь необходима работа родителей, в первую очередь. Особенно если привычка только-только нарабатывается. Причём поведение родителей должно отличаться при работе с девочкой от работы с мальчиком. Здесь самое важное помнить, что в мальчике лет с 9-10, уже начинает «резаться мужчина». А мужчина по природе своей победитель. В нём заложено два основных инстинкта: защитник и добытчик. Зная это, мама очень сильно может влиять на поведение своего сына (ну и на мужа между прочим тоже). Если она грамотно ведёт себя с сынулей (ну и конечно с мужем), предлагая мальчику постоянно думать и сравнивать, тогда она своего ребёнка может вести достаточно быстро от привычки. «Что будет, если ты вот сейчас загрызёшь карандаш? Как ты думаешь? Что с карандашом случится? У тебя не будет возможности срочно записать что-то своё очень умное. И тогда ты начнёшь грызть локти. Может быть, есть смысл вообще прекратить этим заниматься? Тем более, что ты этим действием начинаешь напоминать ту самую дворняжку, которая кость грызёт в своей любимой подворотне. Прости, но это же просто смешно». И мальчик обязательно начнёт уходить из этой ситуации, избавляясь от этой привычки. Потому что он – победитель. И этот статус утратить ему страшнее самых страшных мук.

С девочкой немножечко по-другому. Девочка – хранительница очага, она «Берегиня». Если она настырно и решительно грызёт свой карандаш, то этим действием утрачивает способность беречь его, сохроняя. Значит, её внимание нужно обратить именно к этому. «Ты смотри, что у нас с тобой получается. Ты девочка, ты красавица, а напоминаешь своим поведением собаку, которая где-то в подворотне грызёт кость, как ты несчастный карандаш. Нет, ну если тебе нравится походить на неё, то я не против – грызи и дальше, только согласись, что теряешь в красоте своей, в обаятельности. А в результате-то что? Твое добро страдает – страдаешь и ты!». И всё выравнивается.

А если запрещать да орать: «Дурак ты! Да как ты смеешь!» Да смеет он, смеет: ему с карандашом в зубах «думается» лучше. Её подруга или друг (отличники между прочем) «загрызли» уже роту карандашей, и ничего – шибко умные. Он даже не осознанно будет продолжать грызть этот злополучный карандаш, делая назло и вопреки...

Естественно, ещё есть и среда. Социум так называемый. Среда тех ребятшек, с которыми дружит ваше чадо. Раньше (помните?!?) семьи наши были многодетными, и социум был внутрисемейным. Детишек было много, и старший был для малышни непререкаемым авторитетом. А теперь – ребёнок один. И ему нужен социум (до зарезу нужен), где бы он мог посамодержавиться, проявить себя, как мальчик, как девочка. Хорошо, если в этом социуме лидером просто нормальный подросток. То есть и не курит он, и не пьёт, и в порочащих связях не замечен. Короче, спортсмен, красавец и отличник. Только такие лидеры сейчас жуткая редкость. Значит в этом социуме, где варится ваше чадо, то, что было заложено вашими поступками, но ещё не проявилось, вылезет обязательно. И потом родителям доказать ребёнку, что такое плохо или очень плохо, становится весьма проблематичным. Вот почему родители обязаны первыми отрешиться от своих вредных привычек. Почему? Потому что пример ваш, дорогие родители, изначален и работает. Что посеешь – то и жнешь. Вот только сеять всегда легче, чем «пересевать». Но это уже другой разговор.

Владимир Алексеевич КОНЯЕВ

Редактор
В. И. ВАРДУГИН

Газета «Вопреки»
издается с декабря 1994 года.
Распространяется бесплатно.

Учредитель – Саратовская региональная
общественная организация трезвости и здоровья

Адрес учредителя, издателя и редакции:
410056, г. Саратов, ул. им. Т.Г. Шевченко, д. 2а.
Телефон: 23-68-10.
Почта: saratov@domtrezvosti.ru Сайт: otrezvosti.ru

Газета зарегистрирована Поволжским управлением регистрации и контроля за соблюдением законодательства РФ о средствах массовой информации (г. Саратов). Свидетельство № С 1623 от 19 февраля 1997 г.