

Профилактика вредных привычек - превентология

(алкоголь, табак, игровая/игорная и компьютерная зависимость, мат, блуд, аборты и др.)

Шевчук Денис Александрович

Содержание

Об авторе

Фото автора

Отзывы о брошюре (книге) Шевчука Дениса "Профилактика вредных привычек"

Превентология и теория Геннадия Шичко

О пользе запретов и другие факты о трезвости

Нормальная семья - за трезвый образ жизни

Медицинские факты

Литература по трезвости (ссылки для бесплатного скачивания)

Абсолютная трезвость богоугодна

Профилактика игровой и игорной зависимости

Профилактика азартных игр и мошенничества

Игровая зависимость

Мат, его сущность и профилактика.

Профилактика блуда, абортов и пример целомудрия

Измены — глупый путь

Приложения

Влияние алкоголя на спермограмму (мужскую репродуктивную систему)

В храм сходить нельзя, за алкоголем — можно

Доступность алкоголя и закрытие храмов во время «алкосамоизоляции» — рост преступности

"Культурно-умеренно" выпивший сын зарубил топором родителей

90% детдомовцев — жертвы «культуропитательства». Мы не сторожи брату своему?

После культурного-умеренного выпивания алкоголя в честь крещения ребенка папа девочку выкинул из окна

Что такое «обет трезвости»?

Экономическое обоснование трезвости

Протоиерей Андрей Ткачев о запретах

В Москве культурно-умеренно выпивший пассажир трамвая избил беременную женщину

Ученые-трезвенники: академик Федор Углов

Академик Ф.Г. УГЛОВ и Православие

Производители алкоголя и спирта - лидеры по уклонению от налогов

Прототип Штирлица не пил алкоголь и не курил!

О методе Шичко

Увлечение компьютерными играми: беда или благо?

Вред от курения марихуаны

Мозг и каннабис не совместимы!

Нарушения в органах дыхания

Мужская потенция

Разрушение зубов

Формирование других зависимостей

Пропаганда марихуаны как бизнес

Употребление конопли приводит к необратимым последствиям в организме
ЛСД (кислота) - разрушитель мозга
Умные люди живут дольше и зарабатывают больше
Ректора-взяточники ненавидят ЕГЭ

Аннотация

Автор регулярно участвует как эксперт по теме зависимостей в СМИ, читает лекции, участвовал в разработке двух федеральных законов по теме. Имеет 2 высших образования и множество курсов повышения квалификации, автор книг и статей. Книга будет полезна социальным службам и отделам, психологам и наркологами, врачам и педагогам, превентологам, аддиктологам, журналистам и политикам, священнослужителям, специалистам по работе с молодежью. Включает собриологию (науку о трезвости) и метод Геннадия Шичко.

Москва, 2022 г.

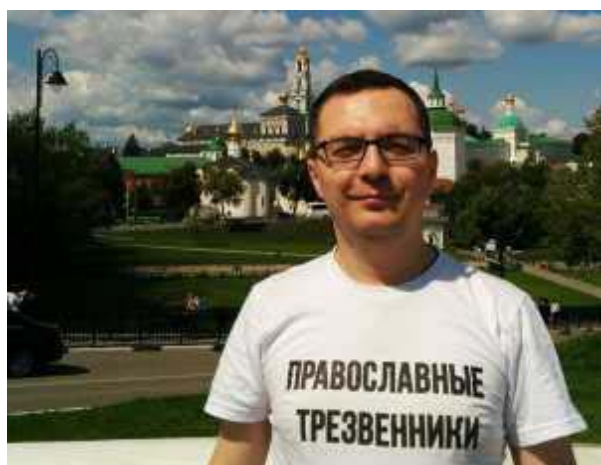
Об авторе

Шевчук Денис Александрович (в крещении Дионисий)

Современный российский писатель, активно сотрудничал с руководящими сотрудниками Минздрава РФ по профилактике вредных привычек. Готовил лекторов и медиа-спикеров по здоровому образу жизни (ЗОЖ), доцент МАТр. Преподавал несколько дисциплин в крупных госвузах столицы РФ, журналист, экономист, юрист, выпускник православных миссионерских курсов, выпускник викариатской миссионерской школы (Москва, ЮЗАО), получил несколько высших образований в ведущих московских вузах. Закончил курсы по различным специальностям, работал Заведующим лабораторией кафедры иностранных языков в крупном госвузе Москвы и Заведующим лабораторией Центра переподготовки и повышения квалификации преподавателей высших и средних специальных учебных заведений Минобрнауки России. Член Президиума Международной Академии Трезвости (intacso.ru), руководитель Юридического проблемно-отраслевого отделения. Член Союза журналистов России и Союза журналистов Москвы. Со-основатель проекта «Гражданский контроль» (trezvokontrol.ru), движения “За сухой закон” (засухойзакон.рф, trezvayarossia.ru), юрист движения «Трезвый Петербург», руководитель юридической службы Союза Борьбы за Народную Трезвость (СБНТ, sbnt.ru).

Автор брошюры регулярно участвует как эксперт по теме зависимостей в СМИ, читает лекции, участвовал в разработке двух федеральных законов по теме. Имеет 2 высших образования и множество курсов повышения квалификации, в т.ч. выпускник православных миссионерских курсов, автор книг и статей. Брошюра будет полезна не только социальным службам и отделам, психологам и наркологами, врачам и педагогам, превентологам, журналистам и политикам, но и миссионерам, катехизаторам, священнослужителям, специалистам по работе с молодежью.

Фото автора









«Граждане, будьте бдительны!»



Денис Шевчук

ПОГОВОРИМ?

ДЕНИС ШЕВЧУК
активист Союза борьбы за народную трезвость
и движения "Трезвая россия"



Отзывы о брошюре (книге) Шевчука Дениса "Профилактика вредных привычек"

«Брошюра "Профилактика вредных привычек" может представлять большой интерес как для лиц, занимающихся вопросами профилактики, так и для членов семей, ориентированных на стремление к ЗОЖ. В ней нет многословия и пустоты под прикрытием "научнообразия". Предельно ёмко и чётко указаны доводы в пользу ценностей ЗОЖ, выделены основные пороки, подрывающие здоровье и успешность как семьи, так и общества в целом. Особенно ценным, на мой взгляд, является обозначение позиции представителей Русской православной церкви, вставших на защиту трезвых традиций, самих устоев и основ нашего общества и семьи. Автор, как активист трезвеннического движения и искренне верующий человек, стремится донести до читателя мысль, что самым глубинным корнем всех пороков является безбожие. Это издание - лишь капля правды для восполнения огромного дефицита информации о проблеме вредных привычек в обществе. Желаю Денису Александровичу успехов в его благородном труде и подвижничестве», **Зайцев Сергей Николаевич** (bibliapteka.ru), врач психиатр-нарколог, психолог, психотерапевт, автор самоучителей отказа от табака, алкоголя, пособия для родных и близких наркомана, алкоголика "Созависимость - умение любить", автор практического пособия для врачей и психологов "Совершенствование методов лечения алкоголизма без желания пациента".

«Отзыв о брошюре Шевчука Дениса «Профилактика вредных привычек»

Брошюра выгодно отличается тем, что охватывает нестандартно широкий спектр зависимостей (от алкоголя до блуда). Это имеет значение для привлечения внимания самых разных людей к тем или иным проблемным пристрастиям. Справедливо приоритет придан трезвости как состоянию кардинальным образом оздоравливающим жизнь. Новым и многообещающим моментом является рассмотрение трезвости в плоскости Православной веры. Трезвость именно то естественное состояние, которое сугубо абсолютизируется ввиду наркотической природы этилового спирта. Убедительны приведённые статистические данные об эффекте ограничительных мер на продажу алкоголя, в частности в 1985-1987 гг. Широкий обзор вредных привычек и их разбор удался благодаря краткости, ясности и грамотности изложения. Обозначив свою принадлежность к Православной вере, автор делает более авторитетными свои суждения. Этому же служат данные, приведённые о нём в брошюре. Таким образом есть все основания считать, что данная работа, распространённая должным образом, принесёт пользу людям в избавлении их от различных вредных привычек», **Козленко Лев Сергеевич**, кандидат медицинских наук.

«Данная брошюра просто обязана лежать на столе каждого педагога, врача, менеджера предприятия, чиновника и депутата, отца и матери, жены и мужа. В ней кратко и чётко изложены характеристики и виды зависимостей, причинно-следственные связи, и, главное, дана экономическая и духовная оценка последствий ущерба. Предложены наиболее эффективные меры борьбы. Денис Шевчук - автор, которого я уважаю как своего учителя и наставника. Уверен, что его изложение доступно и поможет всем - от детей до стариков отделить зерна от плевел и победить искусственно поддерживаемую невежественность, насаждаемую врагами нашей страны. Следуйте тезисам, изложенным в этой брошюре - и вы и ваши близкие никогда не свернут на порочную и гиблущую тропу заблуждений в отношении таких опасных зависимостей как химическая, алкогольная, табачная, безнравственность и другие. Только Сухой закон, Православие и Семейный патриархат спасёт Россию!», **Антон Сергеевич Силантьев**, общественный деятель, ученый ФИЦ ХФ РАН, эксперт ряда передач в СМИ, создатель группы ВКонтакте «Партия Сухого Закона» (76.000 человек), доцент МАТр, координатор Союза Борьбы за Народную Трезвость (основанного академиком Федором Угловым, СБНТ).

"Огромное СПАСИБО за твой труд. Я твоими трудами пользуюсь. Этот твой труд я распечатаю для помощи в проведении курса", **Фахреев Владимир Анварович**, социальный педагог профильного подросткового клуба, действительный член международной ассоциации психоаналитиков, руководитель общественной организации «Трезвый Альметьевск», руководитель Альметьевского городского общественного движения «Благотворительный реабилитационный центр им. Талгата Шайхуллина» (г. Альметьевск, Республика Татарстан).

«В брошюре Дениса Александровича Шевчука "Профилактика вредных привычек" главным, на мой взгляд, является то, что автор показывает направление, в котором двигаться можно. Легко сказать: "Не пей!" или "Не кури!", но чем заняться и куда направить взгляд, когда появится свободное время? И здесь автор даёт ответ: православная вера, церковь, Христос! Хочется отметить, что в брошюре есть рекомендации, связанные с игровой и интернет-зависимостями. Мало кто сейчас понимает, что зависимость от социальных сетей и виртуального пространства тоже страсть, и страсть эта разрушает душу! Я считаю, что говорить на эту тему необходимо и чем больше людей это будут делать, тем лучше. Брошюра написана в информационном стиле, но при этом "живая" по подаче материала. Эмоциональный эффект достигается, в том числе благодаря включению цитат авторитетных

людей из РПЦ и из светского общества. Построение аргументов, статистика и небольшие вставки о реальном опыте людей, с которыми сталкивался автор, делают брошюру практически полноценным трудом, и что немаловажно, имеющим практические рекомендации по борьбе с корневой проблемой России, имя которой "Зависимость"!», **Али Екатерина Максимовна**, поэт, журналист, прозаик, психолог. Выпускница Литературного института им. А.М. Горького. Автор аудиокниги стихотворений в серии "Голоса поэтов" Библиотеки искусств имени А. П. Боголюбова (2021 г.). Публиковалась в журнале "Фома", газета "Культура". Проза и поэзия выходили на порталах "Textura", "Православный блог", "Прочтение", "На середине мира" и других. Воцерковлённая христианка, прихожанка Сретенского монастыря и храма Светителя Николая Мирликийского у Соломенной сторожки.

«Все мы знаем, что существуют вредные привычки. Люди, которые придерживаются ЗОЖ, их не имеют и считают злом. Алкоголь, курение и приём наркотиков вызывают поражение ЦНС, рак, инсульт и другое. Родители должны контролировать общение и увлечения детей, время проведения за ПК. Воспитывать детей нужно своим примером. Церковь против алкоголя, блуда и сквернословия», **Кобышева Марина Александровна**, педагог-психолог, отзыв на "Профилактика вредных привычек".

«Отзыв на книгу Шевчука Дениса Александровича (в крещении Дионисия). Профилактика вредных привычек (алкоголь, табак, игровая/игорная и компьютерная зависимость, мат, блуд, аборты и др.). Москва, 2021 г. ISBN 978-5-0053-5112-8. Книга Шевчука Дениса Александровича «Профилактика вредных привычек (алкоголь, табак, игровая/игорная и компьютерная зависимость, мат, блуд, аборты и др.)», вышедшая в свет в 2021 году в Москве, как никогда актуальна и не утратит своей актуальности спустя многие годы, ведь тема вредных привычек и их профилактики нужна в обществе, так как от нее зависит благосостояние государства. ...

Книга способствует сохранению и укреплению семейных ценностей, потому что помогает осознать то, что вредные привычки мешают созданию и существованию здоровой и счастливой семьи, а их искоренение повлечет укрепление семьи, что будет способствовать счастью индивида и созиданию государства.

Автор в своей книге дает и раскрывает понятие обета трезвости, как стимула трезвого образа жизни и приводит экономическое обоснование трезвости, что очень ценно, так как бывали примеры в жизни людей, что они, подсчитав во что обходятся их вредные привычки (в процентном соотношении к заработной плате), порывали с вредными привычками.

Книга, хоть и содержит немного страниц, но является достойным произведением, собравшим в себе необходимые советы, касающиеся жизненно-важных вопросов.

Также книга содержит, помимо отзывов на книгу и фотографий автора, полезные приложения, заставляющие задуматься о пагубности вредных привычек и их негативном влиянии на репродуктивную систему, психику детей и взрослых, разрушительном эффекте в

жизни людей, подвластных вредным привычкам.

Книга и приложения к ней аргументированы, доводы подкреплены либо цитатами из Писания, либо цитатами из жития Святых, высказываниями известных Священнослужителей, статистическими данными, в том числе данными судебной статистики, случаями из жизни, нашедшими отражение на страницах прессы, в конце каждой главы – библиографический список, который при желании может быть дополнительно изучен читателями настоящей книги, что будет содействовать им ко благу. Полезна и поучительна для практического применения и примера жизни биография учёных-трезвенников, а также выдающихся лиц, ведущий трезвый образ жизни.

В книге также собраны статьи иных авторов, посвященные профилактике вредных привычек, что освящает проблему с разных сторон и делает книгу многообразной, мнения единомышленников полезны для аргументации позиции автора.

Рекомендации, данные Шевчуком Денисом Александровичем в книге, имеют практическую ценность и значимость.

Книга рекомендуется к прочтению всем, интересующимся и поддерживающим здоровый образ жизни, родственникам лиц, обладающих вредными привычками, а также родителям как подспорье для воспитания здорового образа жизни детей», 20 июня 2022 года, **Мария Михайловна Носивец**, практикующий юрист по гражданским делам, член экспертного совета комитета Государственной Думы РФ по вопросам семьи, женщин и детей, e-mail: mmnisl@mail.ru

Превентология и теория Геннадия Шичко

Превентология - наука о предупреждении социально значимых заболеваний и социальных отклонений (девиантного и делинкветного поведения), о повышении уровня психического, физического и духовного здоровья населения в целом.

Самая современная и реально работающая теория зависимостей была разработана в конце прошлого века Геннадием Шичко, другие существовавшие и существующие теории можно теперь считать донаучными.

Геннадий Андреевич Шичко, кандидат биологических наук, автор гортоновического (словесного) метода избавления от алкогольной и табачной зависимостей. К своему методу Шичко шел сложным и уникальным путем: участвуя в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг. в качестве командира и политработника, он убедился в значении проникновенного слова старшего участника боя для создания необходимых для участника боя установок личности. Правильно сказанные слова снимали страх, вселяли уверенность в победе, веру в правоту своей миссии и в свои силы, во время ВОВ он впервые столкнулся с проблемой «наркомовских ста граммов» - воспеваемые в песнях и стихах военного времени водка и спирт провоцировали неуправляемое поведение и вели к неоправданным человеческим потерям.

После войны Геннадий Шичко работает в институте экспериментальной медицины в

Ленинграде, богатом традициями школы физиологов академика И.П. Павлова. Он отличается глубоким пониманием психологии за счет университетского образования и военного опыта работы с людьми.

В 1969 году выходит его фундаментальная монография «Вторая сигнальная система и ее физиологические механизмы». Изучая свойства головного мозга, Геннадий Шичко обратил внимание на возможность использования результатов своих исследований для избавления от алкогольной и табачной зависимостей. Вчерашнему фронтовику, ему было больно видеть, как после победы над страшным и грозным врагом - фашизмом наш народ стал погибать от пьянства и курения.

Шичко Геннадий Андреевич (1922-1986) – советский ученый, кандидат биологических наук, психофизиолог, ученик второго поколения Павловской школы. Работая в институте экспериментальной медицины в Ленинграде, богатом традициями школы физиологов академика Павлова И. П., он разработал теорию психологического программирования поведения человека. Её суть заключается в следующем: поведение человека во многом определяется социальными стереотипами, которые закладываются в его сознание с детства. Слово может быть использовано и для выработки у человека, особенно у ребенка, психологического иммунитета, т.е. отрицательной настройки по отношению к раздражителям, применение которых приводит к появлению вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания), а также по отношению к аморальным поступкам и т.п. Вопрос о возможностях и приемах использования в интересах практики целенаправленных воздействий на вторую сигнальную систему ... находится на стыке многих наук: физиологии, педагогики и некоторых других... Эта наука уже стоит у двери жизни и, можно думать, в ближайшее время... активно включится в борьбу за человека, за его физическое и нравственное здоровье.

Психологическая запрограммированность, по Г.Шичко, это «комплекс временных связей, отобразивших определенную социально-психологическую программу и принуждающий человека выполнять ее», психологическое программирование – это наиболее тонкая и очень эффективная форма принуждения людей, осуществляется под влиянием социальной среды, ее программ. **Универсальная причина употребления алкоголя – это искажение сознания ложными представлениями, которые он назвал психологической питейно-проалкогольной запрограммированностью.**

Геннадий Андреевич Шичко - кандидат биологических наук, советский психофизиолог, представитель школы Павлова, открыл механизм приобретения вредных привычек. В ходе своих исследований пришел к выводу: люди не виноваты в том, что становятся алкоголиками (табачниками). Отравляться алкоголем (и другими интоксикантами) их заставляет социально-психологическая запрограммированность поведения. Все люди появляются на свет естественными трезвенниками, но рождаясь в обществе, в культуру которого уже внедрены питейные традиции (и прочие традиции отравления, "табакокурение", отравление опиумом, морфием и т.д.), они обречены на приобретение проалкогольной запрограммированности. Положительное отношение к алкоголю (а равно и ко многим другим интоксикантам), восприятие спиртного, как неотъемлемой части жизни, без которой никак не обойтись, формируется в раннем детстве. Безопасность спиртного, его социальная приемлемость укореняются в сознании и подсознании ребёнка и становятся основой ПРОГРАММЫ САМООТРАВЛЕНИЯ. Ложные убеждения, искажённые представления об алкоголе, приобретённые через культуру и ближайшее окружение, заставляют человека вести себя противоестественно – травиться.

Психолого-педагогический метод Шичко для избавления от вредных привычек. В работе по методу Геннадия Андреевича Шичко используется научная информация преподавателя – ис-

торические, экономические, медицинские аспекты проблемы, и самостоятельная работа слушателей – анкеты, дневники, сочинения. При этом в сознании стираются ложные программы и одновременно формируются новые, направленные на трезвый, здоровый образ жизни. Особенно эффективен метод, если преподаватель — православный христианин, желательно — священнослужитель (диакон или священник), поскольку как альтернатива и дополнительный мотиватор предлагаются православные ценности.

Классификация людей по их отношению к спиртному

По терминологии Г.А. Шичко, все человечество делится на две большие группы:

- алкоголепийцы (алкоманы)
- трезвенники

АЛКОГОЛЕПИЙЦЫ

1. Случайнопьющие – эпизодически и обычно понемногу употребляющие спиртные изделия. Например, бокал шампанского на Новый год.
2. Принужденники – не имеют питейной программы, но пьют.
3. Пьяница – алкогольно запрограммированный человек, имеющий привычку к употреблению алкоголя и поглощающий его.
4. Алкоголик – алкогольно запрограммированный человек, имеющий привычку, потребность к употреблению алкоголя и поглощающий его.

Примечание: Пьяницы и алкоголики часто называют себя «умеренно» или «культурно» пьющими. На самом деле они являются питейно запрограммированными людьми, абсурдистами, как правило, не ведающими правды об алкоголе.

ТРЕЗВЕННИКИ

1. Естественные трезвенники – не имеют питейной программы и не употребляют спиртное. Это все родившиеся люди.
2. Убежденные, сознательные трезвенники – в результате полученных научных знаний разрушили алкогольную и получили трезвую программу.
3. Религиозные трезвенники – вследствие религиозных взглядов отказались от алкоголя.
4. Благоразумные трезвенники – на основе малого объема знаний, но значительного благоразумия сняли с себя алкогольную программу.
5. Воздержанники – питейно-запрограммированные люди, но не пьющие. Это люди, прошедшие медицинское лечение – химическую защиту и т.д. Среди трезвенников это группа риска.

Примечание: Трезвость – нормальная, естественная, безалкогольная жизнь отдельного человека, группы людей, общества или народа.

Алкоголизм – психологическое расстройство, распущенность (нас распустили), вредная привычка с основными признаками: питейная запрограммированность, привычка, потребность к употреблению спиртного и поглощение его.

ОФИЦИАЛЬНО одобрено

Министерство здравоохранения и медицинской промышленности Российской Федерации

Заключение о методе Г. А. Шичко

Для государственных лицензионных комиссий

№10-04/ 6-100 от 28.06.1995 г.

Минздравмедпрома России

Министерство здравоохранения и медицинской промышленности Российской Федерации считает, что метод Г.А. Шичко не нуждается в медицинском лицензировании, т.к. является психолого-коррекционной методикой.

Зам. начальника Управления организации медицинской помощи населению А.С. Карпов
методшичко.рф

Аудио/видео курсы специалистов по методу Шичко бесплатно:

диакон Иоанн Клименко - уроки трезвости по методу Шичко (аудио, видео)
методшичко.рф/Klimenko.html

Фахреев Владимир, Избавление от вредных привычек по Шичко аудио
cloud.mail.ru/public/JSgC/GBckSiBaX

Фахреев Владимир - уроки трезвости в школе аудио cloud.mail.ru/public/Cn6j/YkUGqRpyu

Лотенков Кирилл, Освобождение от зависимостей, по Шичко (аудио)
cloud.mail.ru/public/y3hV/aufrPCoZD

Шевчук Денис - СМИ - алкоголь (малые дозы) и слабоумие
cloud.mail.ru/public/aH6T/V7aR8Wy1x

О пользе запретов и другие факты о трезвости

Разоблачение мифов и откровенной лжи в стиле «запретный плод якобы сладок».

Православные люди живут по заповедям, их (как известно) 10. Что, они все жаждут сладости убивать (одна из заповедей)? Конечно, нет. Заповеди — это ориентир, человеку понятно пояснили чего делать нельзя, если он воспитан в православии — соблюдает без проблем.

Если человека запрограммировали через СМИ и фильмы как круто-классно-сладостно убивать — то да, это запретный плод вынужденно становится сладким. Через СМИ по глупости или специально нам повторяют про сладость запретов, повторяют откровенную ложь «все мы знаем к чему приводят запреты...» (на самом деле не все и не всё знаем).

Например, типовой миф «все мы знаем к чему привел сухой закон...» (при этом говорящий обычно понятия не имеет какие сухие законы вообще были и к чему они привели).

Любые ограничения нежелательного явления (законодательные и/или ценовые)

приводят к его уменьшению, как с точки зрения юриспруденции, так и с точки зрения практики продаж любых товаров и услуг: УК РФ, КоАП — сплошные ограничения, а уж график с обратной зависимостью цены и спроса знает даже первокурсник-экономист. Вот есть статья в УК РФ про изнасилование, тем не менее насилуют, мы же не будем ее отменять? Да, УК РФ не избавляет нас от всех проблем, но он радикально уменьшает их масштаб. Неверие в работу закона — это миф, который изучают первокурсники-юристы в предмете «теория государства и права» (правовой нигилизм). Конечно, идеализировать работу закона тоже нельзя — это правовой идеализм. Покажем это на примере алкоголя и табака.

Есть **3 причины потребления алкоголя и табака**:

- **запрограммированность** (в основном через СМИ, фильмы-сериалы, заказные статьи);
- **доступность** (территориальная и ценовая);
- **наркотические свойства** (алкоголь — легальный наркотик).

Никакой речи о свободе выбора нет — при ежедневном навязывании-впаривании и сверх-доступности.

Убыток бюджету РФ от алкоголя 1,7 трлн. руб. в год (данные ОП РФ) — примерно в 25 раз больше акцизов, от табака 1,2 трлн. руб. (Минздрав) - примерно в 10-15 раз больше акцизов. 3-4 трлн. руб. в год мы тратим из бюджета на последствия потребления алкоголя и табака. Можно просто прижать эти 2 наркоманские отрасли и построить на сэкономленные

средства **3 млн. квартир в год**. За каждого ребенка начиная с первого можно дарить по квартире, деньги в бюджете есть. Сразу решится проблема демографии, абортот, поддержки многодетных семей и многие другие. По данным СМИ за 2019-2020 годы из-за алкоголя страна теряет 5 триллионов рублей в год— это еще больше.

Грубо говоря, половина вызовов скорой помощи — алкоголики и наркоманы. Если к вам не приехала или не во время скорая — вините не Минздрав, а алкомафию. При этом фельдшерам, особенно девушкам, часто угрожает из-за них смертельная опасность. Прижав алко-табачных мафиози, можно направить свободные триллионы на здравоохранение, повышение пенсий и зарплат, стипендий, пособий...

Более 95% табачного бизнеса в РФ — капитал США, Англии и Японии.

Более 80% алкогольного бизнеса в РФ — капитал стран НАТО.

Каждый может сам ввести «ответные санкции» западным странам и лично посмотреть как рушатся их корпорации. Как только благодаря запретительным мерам и трезвым общественным организациям РФ стала трезветь — тут же забастовали английские пивные рабочие, стали закрывать иностранные алкозаводы в РФ.

Последние годы благодаря новым ограничениям и частично трезвым организациям страна стала трезветь и как результат: больше средств идет на другие отрасли (открываются новые книжные магазины, магазины игрушек и качественной дорогой еды, расширяется перечень социальных благ от государства нуждающимся и т.д.).

В убытки пока не вписывают скрытые потери, 1 пример: пьяная смена взорвала промышленный энергетический котел размером с 9-этажное здание на починку которого из бюджета потратили 1 млрд., при этом все списали на форс-мажор, никто не наказан, причины не афишируют, мой знакомый там работал и лично все видел.

Экономические потери (только доказанные) от алкоголя составляют не менее одного триллиона 700 миллиардов рублей в год. Они связаны с повышенной смертностью, потерей продолжительности здоровой жизни, утратой трудоспособности, со снижением производительности труда, затратами на лечение связанных с алкоголем заболеваний, с социальными выплатами государства инвалидам, сиротам, с ущербом от пожаров, ДТП, с расходами на содержание заключенных, на борьбу с преступностью и беспризорностью. Употребление алкоголя – основной фактор демографического и социального кризиса в России, общенациональная угроза на уровне личности, семьи, общества, государства и, следовательно, угроза национальной безопасности.

90% детей в детских домах в РФ — дети родителей, лишенных родительских прав из-за алкоголя, это жертвы лжетеории культурного пьянства-пития.

82% убийств в России совершается в состоянии алкогольного опьянения («РосПравосудие», 2013).

К чему привели антиалкогольные ограничительные меры 1985 -1987 годов
(андроповские, полусухой закон СССР):

1. **Преступность сократилась на 70%.**

2. Меньше стало психически больных людей. Освободившиеся в психиатрических больницах койки были переданы для больных другими заболеваниями.

3. Увеличилось потребление молока населением.

4. **Улучшилось благосостояние народа.** Укрепились семейные устои.

5. Производительность труда в 1986-1987 годах повышалась ежегодно на 1%, что давало казне 9 миллиардов рублей.

6. Количество прогулов снизилось, в промышленности на 36%, в строительстве на 34% (одна минута прогула в масштабе, страны обходилась в 4 миллиона рублей).

7. Возросли сбережения. В сберкассы внесено на 45 миллиардов рублей больше.

8. В бюджете за 1985-1990 годы если учесть, что каждый рубль, полученный за алкоголь, нес тогда 6-8 рублей убытка (а сейчас 25 рублей убытка), сохранено было в стране не менее 150 миллиардов рублей.

9. Повысились нравственность и гигиена.

10. Уменьшилось число травм и катастроф, убытки от которых снизились на 250 миллионов рублей.

11. **Почти исчезла гибель людей от острых отравлений алкоголем** (Если бы не закоренелые алкоголики, которые пили всё, то острых отравлений от алкоголя не было бы совсем!!!)

12. **Значительно снизилась общая смертность.** Смертность населения в трудоспособном возрасте уменьшилась в 1987 году на 20%, а смертность мужчин этого же возраста на 37%.

13. **Выросла средняя продолжительность жизни**, особенно у мужчин: с 62,4 в 1984 году до 65 лет в 1986 году. Снизилась детская смертность.

14. **Вместо прежнего унылого мрака в рабочих семьях появились: достаток, спокойствие и счастье.**

15. Трудовые сбережения шли на обустройство квартир. Покупки стали более целесообразными.

16. Ежегодно продавалось продуктов питания больше на 45 миллиардов рублей, чем до 1985 года, вместо наркотических ядов.

17. Безалкогольных напитков и минеральных вод продавалось на 50% больше.

18. **Резко уменьшилось число пожаров.**

19. **Женщины, почувствовав уверенность в завтрашнем дне, начали рожать.** В России в 1987 году количество родившихся детей было самым большим за последние 25 лет.

21. **Меньше стало самоубийств**

В 1985-1987 годах умирало в год на 200 тысяч человек меньше, чем в 1984 году. В США, к примеру, такого снижения добились не за год, а за семь лет. Идеологи: генеральный секретарь ЦК КПСС Юрий Андропов, Егор Лигачев, Михаил Соломенцев. Принципиальные решения были приняты до Горбачева и без его участия. Горбачев сразу как почувствовал власть уволил организаторов ограничений, отменил их, и потом развалил страну.

Польза запретных мер: Россия (Российская империя и РФ)

Правда и ложь о "сухом законе" (1914-1925 гг.)

Результаты законодательного запрета винной торговли были тщательно изучены и опубликованы в ближайшие и последующие годы (А. Мендельсон. Итоги принудительной трезвости. М., 1916 г.; А. Введенский. Опыт принудительной трезвости. М., 1915 г.; Д. Воронов. Жизнь деревни в дни трезвости. М., 1916 г., и др.). В научных, строго объективных трудах было показано, что результатом запрета явилось почти полное прекращение потребления алкогольных изделий, что привело к благотворным последствиям и прежде всего к росту производительности труда, снижению смертности, преступности и заболеваемости.

Русские всегда положительно относились к сухим законам, несмотря на жесткое сопротивление алкомафии. Как только Николай 2, несмотря на давление алкомафии, разрешил народу вводить местные сухие законы, по всей империи **ПО ВОЛЕ НАРОДА** был введен сухой закон.

Трезвые бунты империи.

В учебниках истории специально умалчивают о трезвых (антиалкогольных бунтах) в России, когда русские, славяне отдавали жизнь и свободу за трезвость, громили корчмы, протестовали против насильственного спаивания.

Мы все знаем о мелкой тусовке декабристов, а о трезвой войне не знаем, хотя она гораздо

масштабнее.

На трезвенников посылали войска в разные регионы, отправляли на каторгу, показательно судили тысячи людей.

ОБ ЭТОЙ ВОЙНЕ УМАЛЧИВАЮТ УЧЕБНИКИ, хотя то была **самая настоящая война, с орудийными залпами, погибшими и пленными, с победителями и побежденными**, с судилищем над поверженными и празднованием одержавшими победу и получившими контрибуцию (возмещение убытков, связанных с войной). Баталии той неизвестной школьникам войны разворачивались на территории **12 губерний Российской Империи** (от Ковенской на западе до Саратовской на востоке) в **1858 - 1860** годах.

Только за 1858—1860 гг. в России произошло до **300 выступлений** помещичьих крестьян. Эту войну историки чаще называют **"ТРЕЗВЕННИЧЕСКИМИ БУНТАМИ"**, потому, что крестьяне отказывались покупать вино и водку, давали зарок не пить всем селом. Почему они это делали? Потому, что не хотели, чтобы за счет их здоровья наживались откупщики - те **146 человек, в чьи карманы стекались деньги от продажи спиртного со всей России. Водку откупщики буквально навязывали; если кто не хотел пить, ему все равно приходилось платить за нее**: такие тогда установились правила...

В те годы в нашей стране существовала практика: каждый мужчина приписывался к определенному кабаку, а если он не выпивал своей "нормы" и сумма от продажи спиртного оказывалась недостаточной, то недобренные деньги кабатчики взымали с дворов местности, подвластной кабаку. Тех же, кто не желал или не мог платить, секли кнутом в назидание другим.

Крестьяне отвернулись от кабака не столько из-за жадности, сколько из-за принципа: трудолюбивые, работающие хозяева видели, как их односельчане один за другим пополняют ряды горьких пьяниц, которым уже ничего, кроме выпивки, не мило. Страдали жены, дети, и чтобы прекратить расползание пьянства среди сельчан, на сходах общины всем миром решали: **В НАШЕМ СЕЛЕ НИКТО НЕ ПЬЕТ!**

Что оставалось делать виноторговцам? Они сбавили цену. Рабочий люд не откликнулся на "доброту". Шинкари, чтобы сбить трезвеннические настроения, объявили о бесплатной раздаче водки. И на это люди не клюнули, ответив твердым: **"НЕ ПЬЕМ!"**

К хлебобобам присоединились и горожане: рабочие, чиновники, дворяне. **Поддержали трезвость и священники, благословлявшие прихожан на отказ от пьянства**. Это уже не на шутку испугало виноделов и торговцев зельем, и они пожаловались правительству. В марте 1858 года министры финансов, внутренних дел и государственных имуществ издали распоряжения по своим ведомствам. Суть тех указов сводилась к **запрету...ТРЕЗВОСТИ!** Местным властям предписывалось не допускать организации обществ трезвости, а уже существующие приговоры о воздержании от вина уничтожить и впредь не допускать. Вот тогда-то, в ответ на запрет трезвости, по России и прокатилась волна погромов. Только прибывшие войска навели порядок.

Всего же по России **в тюрьму и на каторгу отправили 11 тысяч человек** (сравним - свыше **120 человек** декабристов было сослано на разные сроки в Сибирь, на каторгу или поселение, **120 и 11000** - есть таки разница). **Многие погибли от пуль: бунт усмиряли войска, получившие приказ стрелять в восставших**. По всей стране шла расправа над теми, кто отважился протестовать против спаивания народа. **Судьи свирепствовали**: им велели не просто наказывать бунтовщиков, а **покарать примерно**, чтобы другим **неповадно было стремиться "к трезвости без официального на то разрешения"**. Власть имущие понимали, что усмирить можно только силой.

Польза запретных мер: США

Во время так называемого "сухого закона"(проибишн) в США в 1918 - 1934 гг "жуткая американская мафия" не смогла поднять уровень потребления алкоголя выше чем 1 (один!)

литр абсолютного спирта на душу населения. "Сухой закон" в США был отменён в 1934 году по требованию "легального бизнеса", что сразу вызвало скачок душевого потребления алкоголя до 4-х (четыре!) литров абсолютного спирта. Это при том что президент-алкоголик налагал вето на сухой закон и мешал его работе.

При сокращении производства и продажи "легального" алкоголя сокращается не только его потребление, но и потребление "нелегального алкоголя" (самогон и прочее).

После **ночного запрета на торговлю алкоголем** в Москве **общая преступность упала на 24%**, похожее по регионам, **в среднем на четверть по РФ**. Это даже не сухой закон, только ночью нельзя.

Все сухие и почти-сухие законы были волей народа снизу, а отменялись против воли народа сверху. И всегда польза была в разы выше вероятных минусов (многие из которых выдуманы).

Сотни тысяч человек в России ежегодно гибнут от употребления алкоголя. Цифры отравления суррогатным алкоголем выглядят небольшими на фоне вреда, приносимого легальным алкоголем. Мы уже не верим в лживую рекламу «качественного» алкоголя, это все равно что тараканам предлагать «качественный» дихлофос; цель-то уничтожение за деньги самих покупателей. **99% алко-смертей именно от основного действующего отравляющего вещества-яда — спирта (этанола), а только 1% алко-смертности от «суррогатов»**, об этом сознательно умалчивают и производители, и их пиаристы. А это порядка **0,5-0,7 млн. смертей в год от алкоголя** и примерно **0,4 млн. от табака**. Никакие войны не сравнятся в эффективности с алкотабачной агрессией производителей по отношению к нашей стране.

Больше 8 литров чистого спирта на человека в год - это вымирание нации.

Благодаря анти-алкогольным ограничениям и трезвым общественным организациям сейчас 40% называют себя трезвенниками. Мировая практика - без ограничений никаких эффектов не будет. Пьющие и сотрудники алкомафии предлагают их не трогать и строить спортплощадки, повышать "качество" алко-наркотиков. Можно для насильников строить футбольные площадки и "отвлекать" их от преступлений, повышать "качество" изнасилований, но кроме ограничений ничего не прокатит, это и наш опыт и мировой. У меня одноклассник умер от некачественного героина, а до этого потреблял качественный. Одноклассница умерла от цирроза печени в 36 лет, от качественного алкогольного яда, говорила что со мной якобы скучно — я не пью и не курю, зато ей теперь там весело, она не умела веселиться без алко-наркотика. Одноклассник и его младший брат погибли с пьяным отцом на машине, от качественного алкоголя.

Производители алкоголя и табака регулярно пытаются **заменить борьбу с ними** (алкогольной и табачной мафией) **заведомо неэффективными методами**, например:

- создание производителями алкоголя анти-научной лже-теории культурного умеренного питья-пьянства, которая как раз наоборот — приводит к спаиванию (начиная с детей)
- «давайте заниматься спортом, и алкоголь сам по себе исчезнет». Пропаганда спорта сама по себе никак не уменьшает пьянство. У нас что, 100% спортсменов трезвенники? Нет, даже дисквалифицируют членов сборных РФ, им что, мячика не хватило?
- «надо повышать культуру». У нас все деятели культуры трезвенники? Нет. А эстрада

вообще финансово заинтересована в спаивании. В ночных клубах не выгодны исполнители-трезвенники, в этих зланных заведениях главный доход не от билетов — а от алкоголя.

- Алкоголику надо якобы дать альтернативу. У трезвенника всегда есть идеи чем заняться, проблема - «где найти еще время?». У пьющего мозг не работает нормально, проблема — «как убить время?». Альтернатива уже есть — жить трезво.

Среди мифов:

- якобы на Кавказе пьют долгожители, совсем наоборот. Историки обнаружили только **3 района системного долгожительства на Кавказе — все 3 трезвые районы** (2 — мусульманских и 1 высокогорный где веками никто не видел ничего виноградного).
- якобы в Грузии, Франции, Германии много пьют и все нормально. На самом деле эти страны — лидеры по алкоголизму и связанным с ним болезням. Во Франции и Германии местное население вымирает и уступает место трезвым народам.

Нормальная семья - за трезвый образ жизни

1. Количество соблазнений до брака не с будущим мужем прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.
2. Количество изнасилований прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.
3. Количество преступлений общее (особенно насильственных) прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.
4. Количество разводов прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.
5. Количество детдомовцев при живых родителях прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.
6. Количество абортс прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.
7. Самая популярная у алкобизнеса и самая лживая реклама - лже-теория «культуры» пьянства-пития (именно она направлена на спаивание молодежи и детей).

Курящие школьники Москвы в 17 раз чаще наркоманят, чем некурящие, это документ - есть в гаранте. **Убрать курение - в 17 раз минимум упадет наркопотребление. А среди абсолютных трезвенников наркоманов не более половины процента (0,5%). Убрать алкоголь и табак — наркобизнес просто рухнет, практически нереально некурящего убежденного трезвенника заставить наркоманить (особенно если он еще и приобщен к православным ценностям).**

Собриология — наука о трезвости как норме жизни, естественном состоянии человека, данном ему природой при рождении. Трезвенники не употребляют такое ложное разделение понятий для психоактивных веществ, ядов и наркотиков как "употреблять" и "злоупотреблять", любое потребление таких веществ есть злоупотребление. Ошибочно пользоваться терминами "пищевой продукт" и "напиток" по отношению к веществам, обладающим наркотическим свойством и ядовитым (алкоголь, он же этанол или этиловый спирт), так как более правильным и точным будет **"алкогольное изделие"**.

Среди методов избавления от вредных привычек популярен психолого-педагогический метод

Шичко Г.А. (1922-1986, психофизиолог, собриолог, кандидат биологических наук). В работе по методу **Геннадия Андреевича Шичко** используется научная информация преподавателя – исторические, экономические, медицинские аспекты проблемы, и самостоятельная работа слушателей – анкеты, дневники, сочинения. При этом в сознании стираются ложные программы и одновременно формируются новые, направленные на трезвый, здоровый образ жизни. Особенно эффективен метод, если преподаватель — православный христианин, желательно — священнослужитель (диакон или священник), поскольку как альтернатива и дополнительный мотиватор предлагаются православные ценности.

Хорошо известны книги **Ф.Г. Углова, В.П. Кривоногова, А.Н. Маюрова, И.П.Клименко** («Горькая правда о пиве и табаке»), **И.В.Бачинин** «Как организовать общество трезвости на приходе» и др.

Популярны аудиозаписи "**Основы собриологии**" Виктора Павловича **Кривоногова** (профессор, доктор исторических наук, этнограф и собриолог): «**История распространения алкоголя на Руси до конца советского времени**», «**Алкогольная ситуация в наши дни. Разбор лжетеории культурного питья**», «**Истинные и ложные причины алкогольной проблемы**» (можно бесплатно скачать на viktorkrivanogov.ru). Про видео Владимира Георгиевича Жданова (sbnt.ru/clips) думаю многим известно.

Экономический ущерб от потребления табака в России

Курение не только сокращает продолжительность жизни минимум на **10-30 лет** и убивает **350-400 тысяч** россиян ежегодно (большинство из них – мужчины). Две трети умерших от курения умирают в трудоспособном возрасте, когда они могли бы прожить еще 10-30 продуктивных лет. Табак наносит существенный финансовый урон россиянам, причем как курящим, так и некурящим. Экономические потери складываются из нескольких факторов. Табак убивает людей в старших трудоспособных возрастах, т.е. **наиболее квалифицированную рабочую силу**. Смертность от курения **сокращает внутренний рынок**, который является основным источником поддержки отечественного производителя. Сокращается число лиц, способных тратить деньги и совершать покупки, снижается ВВП. Для всего мирового сообщества уже давно стало очевидным, что **курильщики экономически менее продуктивны, нежели некурящие**. Мужчины-курильщики теряют из-за курения примерно **15%** своей заработной платы. В России степень негативного влияния курения на заработную плату выше, чем в Германии и США, где курящие работники теряют от 4% до 8% зарплаты. В сумме экономические потери курильщиков примерно 2% регионального ВВП. Курящие работники болеют чаще, чем некурящие, особенно после 35 лет. В сумме совокупные косвенные потери от курения только из-за более низкой производительности труда (а) и из-за дополнительных потерь от нетрудоспособности (б) курильщиков по нашим оценкам составляли в 2009 г. 207,5 млрд. рублей, что соответствует 0,77% ВВП или 21,59% расходов консолидированного бюджета на здравоохранение (**всего ущерб не менее 1,2 трлн.**, в 6 раз больше, больше чем все расходы на Минздрав). К указанной сумме потерь можно отнести также ущерб от вызванных сигаретой пожаров и ДТП. Следует отдельно упомянуть затраты на лечение заболеваний, связанных с курением. Рак, инфаркты, инсульты обходятся дорого и самому курильщику, и государству. Каждый 14-й рубль при оказании госпитальной помощи затрачивается на лечение заболеваний, связанных с курением. Табачная корпорация “Филип Моррис” выпустила лживый (и цинично-аморальный) отчет, что курение якобы выгодно для государства, поскольку сокращает численность пенсионеров, содержать которых накладно. Однако независимый экономический анализ показал, что это исследование было тенденциозно и построено на некорректной методологии. Согласно расчетам, потери производительности вследствие обусловленной курением преждевременной смертности составляют, по меньшей мере, 671,6 млрд. руб. 2009 г. (24,7 млрд. долл. США) в год, т.е. более 3% ВВП России.

Человек, **знающий правду** (имеющий достаточный объем достоверной информации) **никогда не будет употреблять алкоголь или табак**, даже иногда и немного. Как пример - факт о крупном американском ученом, **сфабриковавшем 145 исследований** о якобы пользе/безвредности вина (доказанные факты фальсификации). Понятно, что **ни один уважающий себя ученый не возьмется доказывать пользу "умеренных" доз яда или наркотика, в частности алкоголя или табака, т.к. это невозможно в принципе (антинаучно)**. Подобных фактов дезинформации — десятки. Еще **академик Павлов открыто и прямо называл жуликами всех, кто пытался «научно обосновать» мнимую безвредность или пользу алкогольных изделий**, именно за это лично ему предлагали взятки. Даже в теории СМИ не могут существовать без финансовой поддержки, это говорится в учебниках и лекциях для журналистов-студентов. **Реклама и спонсорство (скрытая реклама) — ежедневная рутина. Производители алкоголя и табака (легальных пока наркотиков) ежедневно обманывают людей**, массово — через СМИ. Помимо спонсорства и рекламы **нанимаются штатные профессиональные вруны** для регулярного участия в передачах, написания статей и т. д., лично встречался с такими.

Вопреки устоявшимся мифам, трезвенники борются вовсе не с пьяницами и не с пьянством (алкоголизмом), а за полную абсолютную трезвость (понятно, что число алкоголиков уменьшается как следствие). Никакого «умеренного» и «культурного» потребления алкоголя-алкояда (алкогольных изделий), никаких «по праздникам», «с друзьями» и т.д. Активная современная молодежь знает, что **алкоголь - наркотик и яд**, это подтверждено авторитетными международными и отечественными источниками. Основной способ борьбы — изучение и **распространение достоверной информации** о вреде алкоголя и табака, **разоблачение рекламных мифов** (а их порядка 40, а то и больше, соратники насчитали более 55), а также с нарушениями законодательства в сфере торговли и рекламы алкотабачных изделий. Новую волну трезвеннического движения в истории России поднял всемирно известный хирург, академик **Федор Григорьевич Углов**, проживший 103 года и даже после 100 лет проводивший уникальные операции, рекордсмен «книги рекордов Гиннеса», автор многих книг («**Правда и ложь о разрешенных наркотиках**», «**Самоубийцы**», «**Сердце хирурга**», «**Ломехузы**» и др.). **Главные оппоненты и враги трезвенников - пропагандисты "умеренного" потребления алкоголя и мифологии "культуры" пьянства-пития** (именно она направлена на спаивание молодежи и детей). «Культурно-отравляющихся» нет смысла учить отравляться «культурно» - куда ж еще! Пьяницы обычно начинают более чем "культурно", это в конце они нахрюкиваются. **А вот дети и молодежь, от природы трезвые, должны приучаться постепенно к этому наркотику (по мнению производителей алкоголя и табака). Тогда гарантированный сбыт и уничтожение этноса.**

Медицинские факты

«Устанавливать какие-либо нормы потребления (этанолa), говорить о том, какие дозы могут считаться “безвредными” – все это вопросы в высшей степени иллюзорные» (**Н. Е. Введенский**).

«С тех пор как доказан безусловный вред алкоголя с научно-гигиенической точки зрения, не может быть даже речи о научном одобрении “малых” или “умеренных” доз алкоголя», «Доказано, что даже малые дозы алкоголя ослабляют умственные способности» (**В. М. Бехтерев**).

Школой И. П. Павлова доказано, что после первой, самой малой дозы алкоголя, в коре головного мозга парализуются те отделы, где заложены элементы воспитания, то есть культуры.

"Институт, ставящий себе целью открыть безвредное количество алкоголя, не имеет права считаться научным институтом" (**И.П.Павлов**, физиолог, создатель учения о высшей нервной деятельности, прожил 86 лет).

Особенно тяжело слушать об «умеренных дозах» и «культурном» винопитии потому, что повсеместно встречаемся с безграничным горем и трагедиями, в основе которых лежат «культурное» винопитие и «умеренная» доза.

ГОСТ 72г. и 82г. **«Спирт – сильнодействующий наркотик, вызывающий сначала возбуждение, а затем паралич нервной системы»**

Большая Советская Энциклопедия (БСЭ): **«Алкоголь относится к наркотическим ядам»**

Алкоголь — наркотик, яд, мутаген, канцероген (вызывает массу видов рака), тератоген, депрессант (вызывает депрессии и немотивированную агрессию).

Значимая часть онкологии (рак) и сердечно-сосудистых заболеваний — от алкоголя и табака.

В 2012 Международное Агентство по Изучению Рака (IARC) причислило **алкоголь (этанол)** и его главный метаболит-**ацетальдегид**, к **вызывающим опухоль веществам**

(канцерогенным веществам) в организме человека. По данным международной статистики, за 2002 г., оценено, что приблизительно 3.6 процента всех раковых образований или 389,100 случаев, связаны с алкогольным потреблением. Раковые образования, для которых сильные эпидемиологические данные свидетельствуют о том, что употребление алкоголя связано с повышенным риском их появления, включают следующие образования (но не ограничиваются ими): пищевода, гортани, глотки, желудка, ободочной и прямой кишки, печени, поджелудочной железы, легких, предстательной железы, молочной железы, центральной нервной системы и кожи. Хорошо известно, что употребление любого алкоголя связано с большим разнообразием раковых образований, и число этих установленных зависимостей продолжает расти. Согласно статистическим данным с 2002 года, примерно 3,5 процента всех смертей от рака связаны с алкоголем. Употребление алкоголя также снижает выживаемость больных раком.

Большая медицинская энциклопедия, гл. редактор академик Б.В. Петровский. М: «Советская энциклопедия». 1986. Том 28, С, 372-373 **ЭТИЛОВЫЙ СПИРТ**: «На организм человека этиловый спирт оказывает **НАРКОТИЧЕСКОЕ** и **ТОКСИЧЕСКОЕ** действие, а затем резкое угнетение центральной нервной системы. Даже в небольших дозах приводит к нарушению важнейших функций организма и тяжелейшему поражению всех органов и тканей, вызывает органические заболевания нервной и сердечно-сосудистой систем, печени, пищеварительного тракта, ведет к моральной и психической деградации личности».

Биологическая химия. Конспект лекций: «Образующийся уксусный альдегид и сам этиловый спирт являются токсичными для человека, особенно для клеточных мембран».

«Нередко женщины употребляют спиртные напитки, не зная еще, что они беременны.

Многие считают, что небольшая доза алкоголя «не повредит». Но это не так, «Безопасных доз» алкоголя не существует. Считается, что от действия 100 г водки погибают 7,5 тыс.

активно работающих клеток головного мозга», **Акушерство и гинекология: учебник.** - Изд. 7-е. Славянова Изабелла Карповна, к.м.н. Издательство: Феникс, 2014. Учебник предназначен для студентов медицинских колледжей и училищ, а также практикующих фельдшеров.

Никотин провоцирует мутацию клеток, способствует формированию злокачественных новообразований (рак). Онкология часто заканчивается летальным исходом, причем человек может умереть в молодом возрасте. Болезнь приносит физические мучения и душевные страдания, а патологический процесс не всегда можно остановить.

Табак и табачный дым содержат более 3000 химических соединений, более 60 из которых являются канцерогенными, то есть способными повредить генетический материал клетки и вызвать рост раковой опухоли. По данным исследований более 90% смертных случаев от рака легкого и около 30% всех смертных случаев от рака вызваны употреблением табака.

От рака легкого умирает в мире больше людей, чем от какого-либо другого вида рака. На ранних стадиях и иногда даже позже рак легкого может никак не проявляться. Но когда обнаруживаются его признаки, болезнь часто оказывается сильно запущенной, поэтому, в отличие от некоторых других видов рака, рак легкого обычно приводит к летальному исходу. Так в течение 1 года после выявления рака легкого умирает 66% мужчин и 62% женщин, а в течение 5 лет - 85% мужчин и 80% женщин.

Курение также вызывает рак горла, рта, языка, губ, гортани, зева, мочевого пузыря, почек и поджелудочной железы, и даже рак мозга (курение является основной причиной возникновения рака мозга). Установлена связь между курением и некоторыми другими видами рака, включая рак желудочно-кишечного тракта, молочной железы и шейки матки.

Ухудшение памяти, появление стойких головных болей, депрессивных состояний, разного рода неврозов и неврастений, бессонницы – это обычная симптоматика курящего человека. Опыты исследователей показали, что для осуществления поставленной задачи, на которую уходит в среднем около восьми часов, после выкуривания пачки сигарет необходимо уже не менее, чем на два часа больше.

Риск возникновения инсульта у курильщика во много раз выше, чем у человека некурящего. При ишемическом инсульте происходит закупорка кровеносного сосуда тромбом (скопление клеток или патологический сгусток крови). Курение значительно ускоряет процесс формирования тромбов. Вторая по распространенности причина инсультов у курящих людей – это тяжелые поражения артерий, как последствия влияния курения на сосуды головного мозга. Из-за поражения артерий головного мозга, происходит их разрыв и кровь изливается в мозг так формируется геморрагический инсульт.

В Германии в рамках борьбы с курением организовали акцию: как влияет курение на мозг. Один из экспонатов акции – плакаты с фотографиями магнитно-резонансной томографии (МРТ) мозга курящего человека и некурящего. Не надо было быть врачом, чтобы увидеть разницу. Ощущение, что у курящего в черепе просто нет ничего! Акцию быстро свернули, и знаете из-за чего? В дело вмешались крупные концерны по продаже сигарет.

Уже через год после нового анти-табачного закона, урезанного на 50% из-за коррупции, курить бросили 17%. Например, вопреки мнению граждан, по личным просьбам иностранных табачных фирм не стали запрещать курение на остановках общественного транспорта на федеральном уровне. Большая часть населения РФ, даже большая часть самих курящих поддержали изначальный вариант анти-табачного закона, который был сильнее и строже на 50%. Псевдо-защитники прав курящих (структурное подразделение американской табачной фирмы) плевать хотело на самих курящих, от их имени и вопреки их мнению транслировало приказы из США, их зарплаты просто огромны. Прибыль рестораторов во всем мире и всегда растет при полном запрете курения в кафе и ресторанах, минимум на 15%, а часто в разы. При этом жулики-псевдорестораторы над которыми смеются коллеги врут что якобы у них там убыток.

Алкоголь и табачный дым (в т.ч. пассивное курение) способствуют смене половой ориентации. Подробно об этом - "Горькая правда о пиве и табаке", Клименко Иван Петрович, кандидат химических наук, диакон, ответственный за трезвенную работу на приходах г. Москвы (распоряжение Святейшего Патриарха Кирилла), ранее - заместитель заведующего лабораторией химии диазосоединений в ИОХ РАН (Российская академия наук, Институт органической химии) и по совмещению - доцент в Московском городском педагогическом университете на Химико-биологическом факультете.

Литература по трезвости (ссылки для бесплатного скачивания)

Дионисий Шевчук. **“О трезвости”** modskt.ru/project/dionisij-shevchuk-o-trezvosti/
Шевчук Дионисий, **«О пользе запретов и другие факты о трезвости»**, «Трезвение» № 4 (197) Май 2019 г. yadi.sk/i/afY6OZ4PxbV92A
Шевчук Дионисий, **“Абсолютная трезвость богоугодна”**, «Трезвение» № 8 (193) Ноябрь-декабрь 2018 г. yadi.sk/i/upfu-bVtuEnwkw
Горькая правда о пиве и табаке. Клименко Иван Петрович - yadi.sk/d/xZYs46HG5I-XG
Ф.Г.Углов - **Правда и ложь о разрешенных наркотиках** yadi.sk/d/cT-nD-7L6KMpm
Трезвый образ жизни: пособие для классных руководителей и учителей предмета «Основы здоровья», преподающих в 8–9 классах // Отв. ред. Козуля С.В. — Симферополь — 2013 — 72 с. - yadi.sk/d/aZHipYhJ7N5xS
Сберечь свободу / Сост. А. А. Почекета. — Киев, 2008. — 64 с. yadi.sk/d/8hrns0Kd6kTqA
Как организовать общество трезвости на приходе : практические рекомендации / священник Игорь Бачинин ; Синодальный отдел по церковной благотворительности и социальному служению Русской Православной Церкви. yadi.sk/d/IApkY8cd5FdVo
“Кажущаяся безопасность или учение священномученика Владимира (Богоявленского) о трезвости” , Священник Михаил Романюк yadi.sk/d/9wuYwWqs7WiGo
алкоголь (малые дозы) и слабоумие - ролик о трезвости в СМИ
смотреть - youtu.be/gkfWRC3UNE8
Скачать без установки ssyoutube.com/watch?v=gkfWRC3UNE8&feature=youtu.be
Маюров А.Н., Кривоногов В.П. **Как отрезвить Россию (Законы собриологии).** Москва 2011 yadi.sk/d/BKU-lfJf7_Uqs
Собриология. Наука об отрезвлении общества. /Под ред. проф. А.Н. Маюрова. Авторы: А.Н. Маюров, В.П. Кривоногов, Н.А. Гринченко, В.И. Гринченко, А.М. Карпов, И.В. Николаев. 3 изд., перераб и доп. – Н. Новгород: «Издательский салон» ИП Гладкова О.В., 2013 — 543с. yadi.sk/d/61x912fP4ot_i
Кривоногов. Собриология (конспект лекций в ворде) yadi.sk/d/wCbh-7y17NMwI
Аудиозаписи лекций - viktorkrivanogov.ru
по методу Шичко:
Иван Владимирович Дроздов. **Геннадий Шичко и его метод**
cloud.mail.ru/public/Gbv7/544gJjrcr
диакон Иоанн Клименко - **уроки трезвости по методу Шичко** методшичко.рф/Klimenko.html
Избавление от табакокурения. Березин Владимир yadi.sk/i/IHLGxmcRgSd3L
Зиновьев Н.К. **Жизнь без алкоголя и табака** yadi.sk/i/BRz9eYgdaloXSww
Вадим Владимирович Лапшичев
Самый верный способ расстаться с курением и начать жить yadi.sk/i/02sZGf-ufxYC6
Самый верный способ расстаться с алкоголем и начать жить yadi.sk/i/T9IXKxDCfxXmU
Самый верный способ расстаться с лишним весом и начать жить yadi.sk/i/nBizP4MdfuMXj
Самый надежный и правдивый метод избавления от любой вредной привычки. Метод Шичко yadi.sk/i/sGUMHfEHfjnLF
Обучение трезвости по методу Шичко yadi.sk/i/QsXACNfDuCuH8
В.Г.Жданов, С.И.Троицкая - **Алкогольный террор.** Пить или Жить?
cloud.mail.ru/public/31ee/6hQUX3r7a
СБНТ — книги (бесплатно) sbnt.ru/knigi
«Православные трезвенники» vk.com/trezvenie_pravoslavie (участники - 11000), Движение "За сухой закон" засухойзакон.рф

Абсолютная трезвость богоугодна

Среди православных часто возникают споры, можно ли употреблять алкоголь. Критики РПЦ обвиняют ее как «пьяную религию», есть много примеров когда молодежь принимает ислам только из-за трезвости в этой религии. Попробуем разобраться. Согласно данным **ВЦИОМ, 80% жителей РФ – православные (РПЦ)**. Бытует мнение, что православные чуть ли не обязаны быть винопьющими людьми и в связи с этим в отношении трезвенников часто возникает специфический вопрос: «А не сектанты ли они?». Нет, скорее наоборот. Итак, кто же такие они, «православные трезвенники»? Подборка свежих (и не очень) аргументов.

«Из 150 святых, в житии которых говорилось об их отношении к вину, 140 были абсолютными трезвенниками, и только 10 из них держались умеренности (при чем умеренности того вина, которое по своему содержанию близко стояло к виноградному соку, сильно разбавлялось)», священник Михаил Романюк. Т.е. Большинство святых отцов Православной Церкви — трезвенники. Анализировались только те жития, где можно сделать однозначные выводы, но цифры можно экстраполировать (это научный метод). Принцип «согласия отцов» (мнение большинства святых отцов) имеет приоритет в спорных случаях (консенсус патрум — Consensus patrum). Из деяний Седьмого Вселенского Собора: «Отвергающим учение святых отцов и предание кафолической Церкви и ссылающимся на мнения... что не должно следовать учению святых отцов и Вселенских Соборов и преданию кафолической Церкви, анафема!»

13 слов иврита переводились на русский лишь **одним словом «вино»**, хотя имели **разные значения** (см. доклад священномученика Владимира (Богоявленского) «Против ли нас (абстинентов, трезвенников) Библия?», дипломную работу «Образ и значение вина в текстах Пятикнижия Моисеева» Клименко И.П., кандидат химических наук, диакон).

У множества народов севера: чукчей, лопарей, ненцев, – более 20 слов для обозначения отдельных видов снега. В языке эскимосов таких обозначений около 40.

Святитель Тихон Задонский: «Есть две дороги, выбирай любую: одна служить врагу, а другая – Богу. Хочешь служить врагу – пей сам вино, пиво, водку, угощай людей, справляй крестины, свадьбы, похороны с угощением – и послужишь врагу. Хочешь служить Богу, то первое: брось сам пить пиво, вино и водку; ни много ни мало, а совсем брось для того, чтобы не подавать соблазна людям. Второе: брось обычай угощать других на проводах, свадьбах, крестинах, не бойся того, что осудят тебя за это люди. Бойся не людей, а Бога. Дело это – не шутка. И если мы не на словах только христиане, а хотим и на деле служить Христу и Богу, то нельзя нам по-прежнему пить вино и угощать им. Давайте же сделаем так, и помоги нам Бог».

В Задонском монастыре хранятся мощи великого святого Тихона Задонского, известного своей трезвенной деятельностью. Будучи епископом Воронежской епархии, он столь страстно проповедовал трезвость, что в его приходе перестали покупать вино. За это местные виноделы писали жалобы, и св. Тихона уволили со службы, после чего он вскоре умер в Задонском монастыре.

Получается, что один из самых известных Святых РПЦ — не просто трезвенник, а трезвенник-активист, он по определению не сектант и не еретик, обвинять его в этом — хула на РПЦ.

«Только призыв к полному воздержанию, а не просто к «умеренному употреблению», сможете сегодня уберечь людей от алкоголизма», – митрополит Калужский и Боровский Климент (Капалин).

о. Серафим Саровский: «Вот вам мое завещание: не имейте в доме своем не только вина, но даже и посуды винной».

Святитель Феофан Затворник: «винопитие совсем должно быть изгнано из употребления из среды христиан».

Не обманывайтесь... пьяницы... Царства Божия не наследуют (1 Кор. 6:9-10).

Апостол Павел говорит, что Христиане не должны даже общаться с пьяницами: **"Но я писал вам не сообщаться с тем, кто, называясь братом, остается блудником, ... или пьяницею, ... с таким даже и не есть вместе"** (1. Кор. 5:11).

«Дьявол никого так не любит, как пьяниц, потому что никто так не исполняет злой воли его, как пьяница. Убегай от вина, как от змея», святитель **Иоанн Златоуст**

Священник Георгий Балакин:

«Проповедь трезвости — миссионерское служение», «... трезвость, как воздержание от употребления спиртного тоже традиционна для православных. И эта традиция освящена трудами и молитвами подвижников благочестия: святого Иоанна Предтечи, апостола Иакова, священномученика Владимира (Богоявленского), священномученика Андроника (Никольского) и многих других святых мужей и жен.

... всевозможные недруги и хулители Церкви, построив свою лживую антицерковную пропаганду на утверждении, что якобы Церковь является противником трезвости, обвиняет любого трезвенника в гнушении и насаждает обязательное питье для верующих».

«Абсолютная трезвость богоугодна», «Жить трезво — обязанность каждого христианина», – **священник Игорь Бачинин**, кандидат педагогических наук, магистр богословия, председатель Всероссийского Православного братства «Трезвение» РПЦ МП.

«Правильнее воспринимать трезвость как необходимое для христианина состояние, лишение которого удаляет от Бога», «Должен звучать призыв к абсолютной трезвости, а не к «умеренному употреблению». Должен быть страх перед опьянением», – **кандидат богословских наук протоиерей Илья Шугаев**, настоятель храма Архистратига Михаила в г. Талдоме Московской области

В Ветхом Завете священникам дана была заповедь: **«вина и крепких напитков не пей ты и сыны твои с тобою... Это вечное постановление в роды ваши, чтобы вы могли отличать священное от несвященного и нечистое от чистого»** (Лев. 10, 8—10).

«Несмотря на то, что **алкоголь есть злейший враг истинной религии**, иные думают привлечь, как видите, **лучшую из всех религий (христианство)** на свою сторону, чтобы одержать верх над нами и нашими стремлениями» – доклад «Против ли нас (абстинентов) Библия?» священномученика Владимира (Богоявленского), митрополита Киевского и Галицкого. Священномученик Владимир (Богоявленский) говорил: «Тысячи людей, которые умерли пьяницами, сделались таковыми потому, что в своей жизни подражали умеренно пьющим. В этом, а не в другом каком-нибудь смысле, следует понимать выражение и

профессора Бунге: “умеренные суть соблазнитель”. Такие люди несут ответственность за принудительное питье, которое приводит очень многих к гибели».

«...Итак, **трезвость пусть будет священной и обязательной для всех служащих алтарю Господню**», «Прежде всего, всякий будет сам благим примером трезвости... Горе нам – пастырям, если соблазняем на вино наших верных. Тут дело даже не в пьянстве, а только в том, что «и батюшка пьет», если он даже только одну рюмку выпьет. Нужно считаться с народной психологией и с народной слабостью, ищущей себе всякого оправдания. А, кроме того, кто поручится, что выпивающий только по рюмочке не будет и горько пить и не сделается пьяницей? Ведь никто не родился пьяницей, а пьяницами делались, начиная только с «умеренного и разумного» выпивания», – **Священномученик Андроник (Никольский), епископ Пермский**.

«Если не хотите, чтобы дети пили – не пейте, не хотите, чтобы дети курили – не курите, не хотите, чтобы блудили – не блудите. Воспитывайте детей примером своей собственной жизни», – **Архимандрит Иоанн Крестьянкин**.

История трезвой России и история православного трезвенного движения неразрывно связана. В начале 20 века существовало более 1800 обществ трезвости, из них 95 % братств трезвости православной церкви, остальные – светские и других религий. В те времена Россия была самой трезвой страной в Европе. А в 1914 году был объявлен «сухой закон».

В отличие от ислама нам не запрещено употреблять. Но **рекомендовано относиться к полному отказу от употребления алкоголя как к богоугодному делу**. Например, никто не заставит тебя быть волонтером, заниматься добрыми делами, но это полезно и одобряемо. Это разновидность добрых дел. Их даже курирует в РПЦ именно отдел по благотворительности. В нем есть Координационный центр по утверждению трезвости и противодействию алкоголизму.

Согласно статистике, Российская Империя, построенная и выросшая на Православии, как государствообразующей религии, была одной из самых малопьющих стран Европы. Веками население росло как в количественном, так и в качественном аспекте. Вся элита русского общества до революции 1917-го года возрастала в традициях русского православия. Православие как раз борется с пьянством как с тяжелым пороком. Русский – значит православный. Русский – значит трезвый. И спиваться в России начали во второй половине XX века, в атеистической России. К 1991 году мы пришли именно через атеистическую распущенность (прошу не обижаться атеистов, это не поклеп, это ответ на ложное обвинение что якобы «всех спаивает РПЦ», многие священники-трезвенники погибли во время репрессий, а современные священнослужители такие же люди – смотрят/читают СМИ, где навязываются проалкогольные мифы, и прежние трезвые традиции возрождаются не так быстро).

Мизер вина в Причастии не ощущается (тем более, что православные верующие причащаются не вином, а «кровью Христовой»). А вот заправка в некоторых храмах смесью вино-вода, это плохо, но не во всех храмах – на усмотрение батюшки, во многих заправка без алкоголя – это хорошо, над этим вопросом можно работать на местах. Также желательно обращать внимание на соотношение вино-вода чтобы вина там было не слишком много.

В Концепции Русской Православной Церкви по утверждению трезвости и профилактике

алкоголизма, принятой на заседании Священного Синода от 25 июля 2014 года говорится:
«Святые Отцы часто являли пример абсолютной трезвости в своей жизни и призывали к ней.

... долг Церкви — возрождать в общественном сознании отношение к трезвости как нравственной ценности. Христиане при этом призываются быть примером трезвой жизни...

Церковь благословляла принятие обетов трезвости, поддерживала создание обществ трезвости. Святейший Синод в 1859 году своим указом благословил священнослужителям «живым примером собственной жизни и частым проповедованием в Церкви Божией о пользе воздержания содействовать возникшей в некоторых городских и сельских сословиях решимости воздерживаться от употребления вина».

... Утверждение трезвости как вид социального служения Церкви включает в себя профилактику алкоголизма, а также реабилитацию и реадaptацию лиц, страдающих алкогольной зависимостью.

Работа по утверждению трезвости ... имеет целью... утверждение идеала трезвости и трезвого образа жизни в современном обществе, особенно в семье, где происходит формирование личности.

... Церковь считает заботу о духовном здоровье человека своим долгом и в создавшейся ситуации намерена всячески содействовать утверждению трезвости в обществе и профилактике алкоголизма».

«Библия благословляет трезвость. Великое множество православных святых жили абсолютно трезво, т.е. вообще не употребляли вина. Если говорить о русских святых, то здесь можно перечислить целый сонм святых: **преподобный Сергей Радонежский**, о котором сказано в его житии, что «от юности своей не пил он ничего хмельного», **преп. Антоний Печерский**, **преп. Афанасий Печерский**, **преп. Иринарх Затворник**, **преп. Кирилл Белозерский**, **преп. Иосиф Волоцкий**, **преп. Александр Свирский**, **преп. Серафим Саровский**, **святитель Иов**, **Патриарх Московский**, **свт. Тихон Задонский**, **свт. Феофан Затворник**, **свт. Игнатий Брянчанинов**, **священномученик Владимир**, **митрополит Киевский**, **сщмч. Сильвестр**, **архиепископ Омский**, **сщмч. Митрофан**, **епископ Гомельский** – вот далеко неполный список русских православных святых, своей жизнью показавших нам пример абсолютной трезвости. Очень четкую позицию по этому поводу занимал преп. Иосиф Волоцкий, устроитель монастырской жизни на Руси. По его мнению одно дело – на Востоке, в Греции или Древнем Израиле, там люди, может быть, могли пить вино умеренно и не иметь в связи с этим никаких проблем. Но у нас на Руси должен быть другой закон. И для своего монастыря он ввел полный запрет на употребление хмельного (сухой закон — прим.)», – **Клименко И.П., кандидат химических наук, диакон.**

«Чем больше я наблюдаю жизнь современных православных молодых людей, тем больше понимаю, что именно с молодым поколением нужно связывать формирование нового здорового православного образа жизни», Святейший **Патриарх Кирилл.**

«Наша миссия: СВИДЕТЕЛЬСТВОВАТЬ О ХРИСТЕ РАДОСТЬЮ ТРЕЗВОЙ ЖИЗНИ», "христианский образ жизни обладает всем необходимым, чтобы научиться жить трезво", «при разработке церковной методологии помощи зависимым людям необходимо будет описать метод помощи по Шичко... факт, что сотням, если не тысячам людей в нашей стране, такой метод помог», **Валерий Доронкин** — руководитель Координационного центра по утверждению трезвости и противодействию алкоголизму Синодального отдела по церковной благотворительности и социальному служению РПЦ МП

"Пропаганда культурного питания ... - преступление", митрополит Тихон (Шевкунов),

Сопредседатель Церковно-общественного совета по защите от алкогольной угрозы, член Высшего Церковного Совета РПЦ.

Про это же говорит Евангелие от Марка,9:42: «А кто соблазнит одного из малых сих, верующих в Меня, тому лучше было бы, если бы повесили ему жерновный камень на шею и бросили его в море» (самая популярная у алко-мафии и самая лживая реклама - «культура» питания-пьянства, именно она направлена на спаивание молодежи и детей).

Владыка Тихон (Шевкунов), будучи архимандритом Сретенского монастыря, после просмотра видео с участием Владимира Жданова, снял серию роликов «Общее дело» (он - выпускник сценарного факультета ВГИКа) и часть из них показали на 1 канале: резкое падение продаж бухла на 21%, ролики по приказу алкомафии сняли с показа не показав их все (народ не должен знать правду).

Через вино, как бы через дверь, человек приходит к другим порокам, **Архиепископ Никон (РОЖДЕСТВЕНСКИЙ)**

«**Во всякое время бойся вина**, юный; потому что вино никогда не щадит тела, возжигает в нём огонь худого пожелания», Преподобный Ефрем Сирин

Не пей ни за свое, ни за чужое здоровье. От этого ничье здоровье еще не улучшилось, а твое окончательно будет разрушено, Святой праведный Иоанн Кронштадтский

"**Трезвость - страшное слово для любой сволочи**", Сергий Кашин, священник.

"Кто усопших водкой поминает, тот им больших мук уготовляет", Св. пр. **Иоанн Кронштадтский**.

Употребление на кладбищах/поминках алкогольных изделий в качестве поминовения усопших — это не православный обычай. Это обычай, появившийся в период **запрета на богослужения и панихиды**, во время всеобщей **христианской неграмотности**. Ведь умершим требуется наша память и **НАШИ МОЛИТВЫ**... На поминках по русской традиции подавали: кутью, блины и кисель.

В России, Германии, Италии и Франции **за курение отлучали от Церкви**. В Персии курильщикам отрезали носы и губы, а **торговцев табаком сжигали заживо**. В 1623 году папа Урбан VIII издал буллу, в которой грозил **отлучением нюхающим табак от церкви**. В Турции султан Амурат 4 в 1625 году велел **виновных в курении** водить по улицам с петлёй на шее, потом **казнить**, а головы с трубками во рту выставлять напоказ. В 1634 году указом царя Михаила Федоровича **за курение табака предавали смерти**. В 1697 году Петр I из необходимости привлечь иностранных специалистов (вынужденная мера) снял запреты с курения и разрешил свободную торговлю табаком. Хотя русская церковь всемерно сопротивлялась этому нововведению: **за курение табака отлучали от церкви вплоть до 18 века. Табак был запрещён в России Патриархом, как вещь нечистая и противорелигиозная.**

Епископ Глазовский и Игринский Виктор: «слова апостола, что: «Если брат мой притыкается, изнемогает, **век не буду ... пить вина**»... для многих стало основанием принятия их личного обета трезвости. Для того, чтобы помочь не только себе, но и страждущему ближнему своему».

Преподобный Зосима Соловецкий: “Заповедую ученикам моим соблюдать устав киновии; **опьяняющее питье ... не должны быть на этом острове...**” (один из основателей

Соловецкого монастыря; святой Русской Церкви, почитается в лике преподобных, ввел сухой закон в Соловецком монастыре и заповедовал его сохранять).

Преподобный Иосиф Волоцкий: «Не подобает нам иметь в обителях питья, от которого бывает пьянство», для своего монастыря ввел полный запрет на употребление хмельного (сухой закон).

Призывал к трезвению и **апостол Пётр:** «**Трезвитесь**, бодрствуйте, потому что противник ваш диавол ходит, как рыкающий лев, ища кого поглотить» (1-е Петра, 5:7-10).

"...**дьявол есть отец курения**, ... Курение открывает врата, и нечистый дух входит в человека... Вкус сигарет я не могу сравнить ни с чем, кроме чего-то дьявольского", Святой праведный **Иоанн Кронштадтский**

Труд святителя **Игнатия (Брянчанинова)** «Аскетические опыты, 1 часть»:
"Вино лишает человека способности сохранить ум в трезвении".

Священник Валерий Духанин, Проректор Свято-Николо-Угрешской духовной семинарии, кандидат богословских наук, член Издательского совета Русской Православной Церкви:
«Даже на упаковках сигарет официально пишут: «Курение убивает». Как же не является грехом то, что убивает, что мучает, лишает здоровья, доставляет страдание самому курящему и огорчает близких ему людей?».

Протоиерей Павел Гумеров: «Несомненно, **курение – это грех**».

Протоиерей Олег Стеняев: «Все мы знаем, что курение наносит вред человеческому здоровью, а в Писании сказано: «Если кто разорит храм Божий, того покарает Бог: ибо храм Божий свят; а этот храм – вы» (1 Кор. 3: 17)».

Игумен Лука (Степанов): «**никотинный дым** хотя вдыхается телом, но **занимает в душе место Божией благодати и не допускает ее**».

Священник Максим Горожанкин: «**курение – это грех**. Причем грех страшный, наносящий ущерб богодарованному здоровью».

По статистике распадается порядка половины венчанных браков.

– В чем обычно причина расторжения именно церковного брака, по вашему опыту?

– "**В основном алкоголь и наркотики**", протоиерей Александр Дягилев, председатель Комиссии по вопросам семьи, защиты материнства и детства Санкт-Петербургской епархии.

- Многочисленные публикации и исследования однозначно говорят - **50% или более разводов от алкоголя**. От наркотиков, курения и всего остального в разы меньше.

- «Согласен полностью. Поэтому у меня на приходе - **сухой закон**», протоиерей Александр Дягилев.

Исповедь по десяти Заповедям Божиим

ВТОРАЯ ЗАПОВЕДЬ: «НЕ ДЕЛАЙ СЕБЕ КУМИРА... И НЕ СЛУЖИ ИМ».

Грехи против этой заповеди следующие:

Не куришь ли? Помни! **Курением выкуривается Святой Дух**.

Приготовление у себя самогонных опьяняющих напитков и распространение их.

СЕДЬМАЯ ЗАПОВЕДЬ: «НЕ ПРЕЛЮБЫ СОТВОРИ» т. е. (не прелюбодействуй).

Разнежение похоти искусственными способами (вино, курение, наркотики...)

Святитель Игнатий Брянчанинов: «все охмеляющие напитки, особливо хлебные, возбуждают подвижнику, как лишаящие ум трезвости, и тем победы в мысленной брани. Победенный ум, особливо сладострастными помыслами, усладившийся ими, лишается духовной благодати; приобретенное многими и долговременными трудами теряется в несколько часов, в несколько минут.

Монах отнюдь не должен употреблять вина, сказал преподобный Пимен Великий. Этому правилу должен последовать и всякий благочестивый христианин, желающий сохранить свое девство и целомудрие».

Священник Дмитрий Смирнов: «Вообще с вином заканчивать. Я вот не пью вина, и знаете, так хорошо себя чувствую, это гораздо лучше, тем более от вина много русских людей погибло.

Если у нас духовенство также не будет пить, как и курить - это будет шикарный пример для народа. Можно, оказывается здоровенный мужик и не пьет, и все, и ни первая, ни вторая, ни за здоровье, ни за дедушку, ни за бабушку, я бы это рекомендовал».

преподобный Иоанн Лествичник: «Видал я престарелых священников, поруганных бесами, которые юным, не находившимся под их руководством, благословением разрешали на вино и прочее на пиршествах... нам не должно в этом случае обращать внимание на их благословение; а особенно, когда мы еще боремся с огнем плотской похоти».

о.Даниил Сысоев: «Если человека тянет к каким-либо страстям – пьянству, блуду, нужно всячески избегать причин, их вызывающих. И если даже кто-то из священников и благословит выпить немного вина, нужно не слушать его, а воздержаться, потому что спасение души важнее всего» (Беседы о страстях, иерей Даниил Сысоев), «Помните, что есть вещи, которые с познанием воли Божией совершенно не совместимы: **воля Божия никогда не открывается пьяному**, потому что человек помрачил свой разум. Воля Божия никогда не открывается человеку **в состоянии наркотического опьянения**, в состоянии экзальтации, как жрецы Ваала. Воля Божия никогда не открывается человеку, который оправдывает очевидное зло. **Воля Божия открывается человеку с трезвым умом**, потому что разум человека при приближении к разуму Бога усиливается» (расшифровка беседы иерея Даниила Сысоева), «Воля Божия никогда не открывается: 1) пьяному, потому что у человека помрачен разум; 2) человеку в состоянии наркотического опьянения или экзальтации (когда человек себя "накрутил"); 3) человеку, который оправдывает зло» (Как узнать волю Божию? Священник Даниил Сысоев), «За умерших надо молиться. Для них церковная молитва - это настоящая пища, а не водка, налитая на кладбище, никому не нужная, кроме бесов и алкоголиков».

Протоиерей Андрей Лоргус: "Церковь не может сказать, что торговля табаком — это допустимо, равно как и торговля водкой, потому что это гибель народа. Когда народ спивается, конечно, это не может оставаться без нравственной оценки. Недаром в последние несколько лет Русская Православная Церковь инициировала и антиалкогольную кампанию в СМИ, и законодательные предложения по ограничению продаж алкоголя".

Фёдор Емельяненко: "Я не употребляю алкоголь и перестал его употреблять отчасти из-за того, что о русских складывается такое мнение... почему-то увидев русского, иностранцы сразу начинают говорить: "водка, водка..." К табаку и алкоголю отношусь отрицательно, и считаю, что избавляться от них надо не кодированием, а прежде всего осознанием, что это

грех".

"Юным нельзя позволять пить ничего опьяняющего", **Святитель Тихон Задонский**

"запрет - это очень хорошая вещь ... в России запретили продавать алкоголь после 23 часов вечера... статистика хулиганства и преступлений резко пошла на спад", **протоиерей Андрей Ткачев**

Протоиерей Дмитрий Климов: «Опомнитесь! Каждую выпитую бутылку водки нужно воспринимать как ракету, которая в нашу сторону прилетела, и у нас взорвалась».

"Мысленный волк, **дьявол губит христиан жадностью к питью вина** и нагло расхищает наследие Христово", «**Табак — подслащенная пилюля дьявола**, которую он дал плоти, прикрываясь ее потребностью, ее похотию бессмысленною. Четыре зла разом делает чрез табак дьявол: время драгоценное убивает, жизнь сокращает, самую глупую роскошь производит и у нищих насущное пропитание отнимает. Поверьте, так ли это. По всем соображениям так. О, проклятое, бессмысленное курение (да и нюхание табака)!»), «Во всяком случае, курение табаку есть каждение многострастной плоти — этому многоглавому истукану — и равносильно курениям идольским», **Святой праведный Иоанн Кронштадтский**

Прот. Евгений Пейков: "Апостольское правило хвалит воздержание от ... вина с христианскою целью, т.е. как упражнение в добродетели. Ап. Тимофей совсем не употреблял вино, в том числе и в праздники, что не вызывало замечаний со стороны апостола Павла". Вино крайне опасно, чрез него легко можно впасть во многие грехи, особенно в распутство (Еф.5:18). Вино действует как средство, помогающее проникнуть страстям в еще не заблудшую совсем душу. Трезвому человеку совесть препятствует в совершении распутных действий, а после вина совесть притупляется, открывая дорогу греховным похотям и желаниям. Не зря Св. Писание сравнивает его со змеем и решает проблему пьянства рекомендацией даже не смотреть на вино, а не только не пить его «Не смотри на вино, как оно краснеет, как оно искрится в чаше, как оно ухаживается ровно: впоследствии, как змей, оно укусит, и ужалит, как аспид» (Притч. 23. 32).

плачьте и рыдайте, все пьющие вино, о виноградном соке, ибо он отнят от уст ваших!

Иоил.1,5

Вина и крепких напитков не пей ... чтобы вы могли отличать священное от несвященного и нечистое от чистого. Лев.10,9–10

кто любит вино и тук, не разбогатеет. Притч.21,17

Не смотри на вино, как оно краснеет, как оно искрится в чаше, как оно ухаживается ровно: впоследствии, как змей, оно укусит. Притч.23,31

Горе тем, которые храбры пить вино и сильны готовить крепкий напиток, которые за подарки оправдывают виновного и правых лишают законного! Ис.5,22–23

Притч.31:4. Не царям, Лемуил, не царям пить вино, и не князьям — сикеру

Соломон представлен как ученик — обучаемый своею матерью, поэтому он называет себя Лемуилом — учеником.

Вино - глумливо, сикера — буйна

Владимир Носов, координатор православного Движения «Сорок Сороков» (ДСС) и член Патриаршей комиссии по вопросам физкультуры и спорта: «На территории России благополучно действует сухой закон (за рулём). Проблем и возмущения нет. Ситуация

вымирания народа и целых территориальных единиц заставляет говорить о сухом законе во всем обществе. Пока ещё не поздно» (Носов Владимир Александрович - мастер спорта международного класса, трехкратный Чемпион России по боксу, победитель первенства Европы).

«Больше 80 процентов преступлений в семейно-бытовой ситуации совершаются в состоянии алкогольного или наркотического опьянения. То есть разработчики законопроекта хотят вторгаться в семью как в институт, в миллионы наших семей, декларируя постулат семейно-бытового насилия, а порядка 84 процентов этого семейно-бытового насилия совершаются в состоянии алкогольного или наркотического опьянения. Так причина-то в алкоголе и в наркотиках, а не в семейных отношениях как таковых», - лидер и создатель православного движения "Сорок сороков" (ДСС), отец девяти детей, состоящий 25 лет в счастливом браке, композитор **Андрей Кормухин**.

«Алкоголь — это оружие, которое человек направляет против самого себя», — Председатель Синодального отдела по взаимоотношениям Церкви с обществом и СМИ Владимир Легойда.

Сказал Бог у Иеремии: возми чашу вина неразбавленного (неразбавленного — прим.) сего от руки моей и напой (ею) все народы, к которым Я пошлю тебя. И испиют и изблюют и сделаются безумными от лица меча (Иер.25, 16).

Ибо чаша гнева в руке Господней с вином неразбавленным, исполненным крепости, и Он изливает из нее то на одних, то на других; но сила вина не истощится, пить будут его все грешники земли (Псалтирь 74:9, **неразбавленное вино - наказание грешникам и ослабление врагам**).

"Горе тебе, который подаешь ближнему твоему питье с примесью злобы твоей и делаешь его пьяным, чтобы видеть срамоту его!", — Аввакум 2:15

"Он (Иоанн Креститель) будет велик пред Господом; не будет пить вина и сикера, и Духа Святого исполнится еще от чрева матери своей", — Евангелие от Луки 1:15.

«Если есть повод отказаться от алкогольных напитков, то стоит им воспользоваться».

Миссиология. Учебное пособие. Издание 2-е, исправленное и дополненное. Миссионерский отдел Русской Православной Церкви. — М., 2010. 400 с.

«Все эти сказки про какие-то «безвредные дозы», про то, как это, красное вино, помогает желудку — все вранье», глава синодального отдела Московского патриархата по взаимоотношениям Церкви с обществом и СМИ **Владимир Легойда**.

"Вода – прекрасный напиток, она не нарушает ясности мыслей, а выпитая чаша вина мутит ум", "Вино по природе своей незнакомо с целомудрием", "Вино – это поджога остывшей страсти, а всякое подложенное в огонь вещество усиливает пламень", "Вино – эта желчь для девственников, приносит им много бесславия, а гневливость доводит до неистовства, все же это – путь к смерти", **святитель Григорий Богослов**

Источник: Симфония по творениям святителя Григория Богослова / [ред.-сост.: Т. Н. Терещенко]. - Москва: Даръ, 2008. - 608 с. - (Духовное наследие).; ISBN 978-5-485-00194-0

"Роскошная трапеза с обилием вина так изменила сознание правителя, что он решил казнить пророка Божия, которого, будучи в трезвом состоянии, «боялся, зная, что он муж праведный и святой, и берег его; многое делал, слушаясь его» (Мк. 6:20)",

"Надо прививать людям с раннего возраста вкус к трезвому образу жизни. Ведь пьяный человек — это тот, кто потерял драгоценное время, не говоря уж о здоровье",
+КИРИЛЛ, ПАТРИАРХ МОСКОВСКИЙ И ВСЕЯ РУСИ (2022 г.)

"трезвость — это норма жизни", Патриарх Московский и всея Руси Кирилл (2024): «Еще один серьезный вызов Русскому миру — это алкогольная угроза. Мы много говорим о необходимости повышать рождаемость и укреплять семейные ценности, о пропаганде многодетности и борьбе с абортами, но забываем, что страшным зверем, пожирающим людей, остается алкоголь. Распад семей, женское и мужское бесплодие, рождение больных детей, тяжкие преступления со смертельным исходом, совершенные в пьяном виде, и, наконец, разрушение здоровья и значительное снижение умственных способностей как у самих употребляющих алкоголь, так и у их потомков, получающих дурную наследственность, — всё это ведет к физической, интеллектуальной и духовно-нравственной деградации людей и в перспективе к неумолимому угасанию нации.

Проблема возникла, конечно, не вчера. На протяжении нескольких столетий распространяются и настойчиво навязываются общественному сознанию ложные стереотипы о якобы извечной склонности русского человека к пьянству. Ничего подобного! Русский человек всегда был работающим, трудолюбивым, ответственным, целеустремленным. Без этих важных качеств просто невозможно было бы создать такое государство, каким является Россия.

В свете этого с сердечной болью воспринимаю сообщения о том, что в текущем году существенно выросла продажа алкоголя: по некоторым из видов продажа выросла даже на 60 %[4]. Неприемлемо высоким остается употребление алкоголя на душу населения[5]. Это реальная проблема национального масштаба.

Русская Православная Церковь, свидетельствующая о смертельной опасности алкоголизации, не может не бить в набат по этому поводу. У нас существует Церковно-общественный совет по защите от алкогольной угрозы, задачей которого является в том числе координация усилий Церкви, государства и институтов гражданского общества. Хотелось бы получить актуальную информацию о том, что реально делается для борьбы с алкогольной угрозой, в том числе и в рамках работы этого Совета.

Алкоголь оказывает непосредственное влияние на повышение смертности среди населения, поэтому никакие меры по улучшению демографической ситуации в стране не будут иметь ощутимого эффекта, если не вести борьбу за укрепление трезвенных убеждений. Знаю, что в некоторых российских регионах уже действуют или активно обсуждаются меры по ограничению продаж алкоголя. Думаю, это доброе начинание, заслуживающее поддержки.

В свое время, когда я был ректором духовной академии в Ленинграде, в мои обязанности входило также пастырское окормление русских приходов в Финляндии. И, посещая эту страну, я был удивлен, как системно, с каким упорством и настойчивостью власти осуществляли программы по ограничению употребления алкоголя. Как известно, среди северных народов это явление было действительно очень распространено и представляло большую опасность. И ведь многого достигли: никакого повального пьянства в Финляндии, по крайней мере, о ней могу говорить, не существует. Казалось, что из этого рабства вырвать народ невозможно, но ведь сделали — посредством разумных государственных программ, широкого информирования общественности, воспитания в школах и других учебных заведениях. Поэтому есть, конечно, соответствующие примеры, и, думаю, было бы очень

важно, чтобы и у нас осуществлялась планомерная работа по ограничению употребления алкоголя нашим населением.

Необходимо вернуть нашему народу понимание и убеждение, что трезвость — это норма жизни, тем более жизни духовной. Люди, погруженные в церковную культуру, помнят, что каждое утро мы просим Господа, чтобы Он даровал нам бодрствующим сердцем и трезвенною мыслью прожить всю ночь здешней земной жизни[6]. А духовное трезвение невозможно без трезвения плоти, это аксиома!

Без возвращения людей к трезвенному образу жизни нельзя представить будущее Русского мира. Если мы хотим и впредь сохранять мировое лидерство в технологическом, интеллектуальном отношении, если желаем, чтобы в народе нашем рождались талантливые, умные и, главное, здоровые дети, борьба с алкогольной угрозой — архиважная задача, которую необходимо решать и решать безотлагательно. Но при этом все-таки должен сказать: совершенно очевидно, что предпринимаемые меры достигают своей цели, и мы являемся свидетелями уменьшения алкогольной зависимости в масштабах нашей страны» (Доклад Святейшего Патриарха Кирилла на пленарном заседании XXVI Всемирного русского народного собора 2024 г.).

”Трезвость – это великое Божие благословение. И люди, которые оценивают собственную трезвость как дар Божий, они воспринимают трезвость как дар спасения, ибо если пьяницы Царствия Божия не наследуют, то человек обретший трезвость - он уже вышел на этот путь, который приближает его ко спасению» (Православная трезвость - пути к спасению и исцелению — о. Олег Стеняев, 6 мая 2019).

"Вода – прекрасный напиток, она не нарушает ясности мыслей, а выпитая чаша вина мутит ум", "Вино по природе своей незнакомо с целомудрием", "Вино – это поджога остывшей страсти, а всякое подложенное в огонь вещество усиливает пламень", "Вино – эта желчь для девственников, приносит им много бесславия, а гневливость доводит до неистовства, все же это – путь к смерти", святитель Григорий Богослов, Симфония по творениям святителя Григория Богослова / [ред.-сост.: Т. Н. Терещенко]. - Москва : Даръ, 2008. - 608 с. - (Духовное наследие).; ISBN 978-5-485-00194-0

Источники:

Православные трезвенники trezvenie-pravoslavie.ru и vk.com/trezvenie_pravoslavie
Иоанно-Предтеченское братство «Трезвение» Русской Православной Церкви
«Кажущаяся безопасность или учение священномученика Владимира (Богоявленского) о трезвости», священник Михаил Романюк (yadi.sk/d/9wuYWqs7WiGo)
«Как организовать общество трезвости на приходе: практические рекомендации», священник Игорь Бачинин; Синодальный отдел по церковной благотворительности и социальному служению Русской Православной Церкви (yadi.sk/d/IApkY8cd5FdVo)
Клименко Татьяна Ивановна, миссионер-катехизатор trezvo@gmail.com
Доронкин Валерий Константинович (руководитель Координационного центра по утверждению трезвости и противодействию алкоголизму синодального отдела по церковной благотворительности и социальному служению РПЦ МП) (vkdl974@gmail.com)

Профилактика игровой, игровой и

компьютерной зависимости

Профилактика азартных игр и мошенничества

Азартные игры основаны на хорошем знании наших грехов, на алчности, на лени, на желании быстро и легко разбогатеть, на желании халявы. Любимая клиентская база жуликов — эгоистичные алчные люди, именно они чаще всего попадают в финансовые пирамиды и теряют деньги (но не только они). Другим фактором является незнание большинством граждан такой науки как теория вероятностей, массовой правовой и экономической безграмотностью.

Можно ли заработать на биржах и финансовых пирамидах? Конечно нет, там нет зарплаты. Заработать от слова «работа» (это там, где есть зарплата). Всем нужна работа, почти всем, и на это слово ловят предлагатели «заработать» на биржах, форексах и т.д. Я работал в банках и в сфере финансов большим боссом, абсолютное большинство банковских сотрудников никогда не играют на биржах — они получают зарплату, хотя казалось бы — они профи. Гарантированно зарабатывают организаторы — с каждого платежа, с каждой операции они получают маленький %. Вот вы собрали со 100 друзей по 100 рублей, перетасовали, взяли с каждых 100 рублей по 1 рублю комиссии, раздали выборочно, а смысл? В среднем каждому досталось по 99 рублей. Каждый участник фактически надеется украсть у других больше, чем потеряет, это алчность и эгоизм, в среднем по теории вероятностей теряют. Можно ли заработать на игре в наперстки, кручу-верчу? Ответ очевиден. Все игровые автоматы, все тотализаторы построены на этом принципе. Православные христианские ценности — на мой взгляд лучший вариант профилактики.

Игровая зависимость

Компьютерная игра (по мнению специалистов) должна:

Развивать;

Не содержать бранных слов и выражений;

Не формировать циничного отношения к действительности;

Не содержать агрессивной информации;

Не вызывать привыкания к боли, драматическим ситуациям;

Не учить противозаконным поступкам;

Не уродовать внешний облик человека;

Не содержать сексуальной тематики.

Я бы добавил: условно-бесплатные игры, которые имеют платные опции — это соревнование кошельков родителей, а не умений игрока, это нужно сообщить ребёнку.

Аналогичной цензуре родители должны подвергать и фильмы, которые смотрят дети. Оптимальный вариант, когда мало времени на игру в компьютерные игры, т.к. ребёнок занимается в спортивной секции, музыкальной школе, кружке и т.д.

Некоторые правила техники безопасности для родителей

Для детей 7-12 лет компьютерная норма составляет 30 минут в день, не чаще чем 1 раз в два дня. Для подростков 12-14 лет — можно проводить у компьютера 1 час в день. От 14 до 17 лет максимальное время, проводимое ребёнком за компьютером — 1,5 часа в день. Взрослым нежелательно работать за компьютером более 5 часов в день. Необходимо иметь выходной день один раз в неделю, когда за компьютер не садишься вообще.

Что делать, чтобы ребёнок не стал зависимым от компьютера?

По возможности приобщать к полезной и общепольной активности (волонтерство);

Родители должны познакомить своего ребёнка с временными нормами;
Родителям необходимо контролировать разнообразную занятость ребёнка (кружки, секции, широкие интересы);
Необходимо приобщать ребёнка к домашним обязанностям;
Прививать ребёнку семейное чтение;
Необходимо ежедневно общаться с ребёнком, быть в курсе возникающих у него проблем и конфликтов;
Родители могут контролировать круг общения ребёнка. Обязательно приглашать в гости друзей сына или дочери;
Родители должны знать место, где ребёнок проводит свое свободное время;
Учите своего ребёнка правилам общения, расширяйте кругозор ребёнка;
Необходимо научить своего ребёнка способам снятия эмоционального напряжения, выхода из стрессовых ситуаций;
Регулярно осуществлять цензуру компьютерных игр и программ;
Можно приобщить ребёнка к настольным играм, научить его к играм своего детства;
Не позволяйте ребёнку бесконтрольно выходить в интернет. Установите запрет на вхождение определённой информации;
Обсуждайте с ребёнком отрицательные явления жизни, вырабатывайте устойчивое отношение к злу, активное противостояние тому, что несёт в себе энергию разрушения, уничтожения, деградации личности;
Помните о том, что родители для ребёнка являются образцом для подражания. Поэтому сами родители не должны нарушать правила, которые установили для ребёнка (с учётом своих норм естественно);
Посещайте службы в православных храмах, читайте сами и детям православную литературу, водите детей в воскресную школу при храме;
Проанализируйте сами себя. Не являетесь ли вы сами зависимыми от табака, алкоголя, телевизора? Лучший рецепт профилактики зависимости у вашего ребёнка – ваше освобождение от своей зависимости.

Причины возникновения компьютерной зависимости:

отсутствие контроля со стороны родителей, неумение ребенка самостоятельно играть, организовывать свою игру;
дефицит общения в семье, т.е. стремление заменить компьютером общение с близкими людьми;
родители не осознают взросления ребенка и не изменяют стиль общения с ним;
ребенку дома не комфортно, т.к. у него нет личного пространства, где бы он чувствовал себя хозяином;
низкая самооценка и неуверенность ребенка в своих силах, зависимость его от мнения окружающих;
замкнутость ребенка, его неприятие сверстниками;
незнание правил психогигиены взаимодействия с компьютером;
отсутствие православного воспитания и мировоззрения.

Рекомендую брошюру по теме, выдержки из которой буду цитировать ниже. Барцалкина В.В., Дегтярев А.А. «Путь героя»: Интерактивное занятие по профилактике компьютерной зависимости среди подростков (методические рекомендации) / Барцалкина В.В., Дегтярев А.А. - М.: Общероссийская общественная организация «Общее дело», 2019. - 20 с.». Путь героя. Фильм о зависимости от компьютерных игр <https://youtu.be/Xda2b-R4t18>

Одним из элементов компьютерной среды выступают компьютерные игры. Игровая

компьютерная зависимость представляет собой одну из социально опасных аддиктивных форм поведения, которая влечет за собой негативные изменения в мотивационно-потребностной и эмоционально-волевой сфере личности, приводит к психопатологическим изменениям и нарушениям социальных норм поведения. Уход подростка в виртуальную игровую реальность обеспечивает ему иллюзорное переживание эмоционального благополучия, создает иллюзию исчезновения проблем, приводит к тому, что он теряет потребность непосредственного общения со сверстниками в реальной жизни, становится социально дезадаптированным.

Как вы считаете, сколько времени в неделю тратит человек, играющий в компьютерные игры?

В среднем около 15 часов. Бывает, конечно, на порядок больше. Это 750 часов в год или 31 день, т.е. целый месяц, включая день и ночь. Например, среднее прохождение игры Fallout-4 занимает 400 часов. Для сравнения, полный курс по программированию и базам данных составляет 270 часов. Стандартный курс обучения водителей на категорию «В» состоит из 160 академических часов - это 120 обычных часов. И вот вопрос: что нам реально пригодится в жизни?

Кто может вспомнить два примера, рассказывающие о том, куда участники фильма «ПУТЬ ГЕРОЯ» вкладывали своё время и как изменилась их жизнь? В фильме мужчина рассказал, как он научился играть на гитаре, а девушка рассказала, как она за год выучила французский язык.

Давайте подумаем, куда человек мог бы вложить своё время, потраченное в течение года на компьютерные игры, так, чтобы это могло пригодиться ему в реальной жизни? Кто может привести примеры? Например, навык грамотно и интересно говорить. Для этого можно каждый день уделять время чтению классической, научно-популярной или профессиональной литературы. Физическое развитие. Особенно важно для парней, чтобы они могли при необходимости постоять за себя или заступиться за девушку. Ведь это странно, когда ты «прокачиваешь» силу персонажа, но не укрепляешь силу собственного тела. Для этого можно не менее трех раз в неделю делать физические упражнения. Например, бегать, заниматься на турниках, кататься на велосипеде, плавать. Творческое развитие. Можно научиться играть на музыкальном инструменте, например, на гитаре. Заниматься художественным творчеством, рисовать. Участвовать в театральных постановках, поэтических вечерах.

Если человек уделяет, например, 4 часа в неделю физическому развитию, 4 часа - творческому развитию, 6 часов - чтению литературы или просмотру видео для развития профессиональных навыков, и при этом тратит 2 часа на компьютерные игры, то в этом нет проблемы. «Делу время, потехе час». В результате время будет работать на твоё развитие. Давайте подумаем, что человек теряет, если он проводит много времени за компьютерными играми? Он ухудшает своё здоровье, прежде всего - зрение. Также снижает свой творческий потенциал, привыкая действовать по шаблону заложенных в играх вариантов действий. И, конечно, он теряет время. Один из примеров в фильме «Путь героя» Общероссийской общественной организации «Общее дело»: «За 5000 часов можно практически любой навык освоить. Да, это будет не уровень профессионала, но это будет хороший средний уровень, который может позволить тебе зарабатывать деньги, кормить свою семью и делать вещи, которые тебе более интересны.

Ещё один распространенный вопрос: «А как же кибер-спорт? Ведь на играх можно зарабатывать деньги». Как вы считаете, сколько человек из тех, кто играет в компьютерные игры, участвует в игровых турнирах и зарабатывает на этом? Сколько человек в вашем окружении выбрали участие в играх как профессию? Из миллионов игроков как профессию участие в играх выбрали всего несколько сотен людей во всем мире, и это

является неким исключением из общего правила. Как правило, это только расходы денег, времени и здоровья.

Насколько применимы в нашей реальной жизни навыки, полученные персонажем в игре?

Для чего человеку необходимо приобретать и развивать собственные навыки и способности? Эти навыки не имеют ничего общего с реальным миром. Даже для того, чтобы приготовить обед, требуются знания и навыки. Развитие способностей необходимо для достойного будущего, для получения заслуженного уважения в обществе. Есть профессиональные навыки, которыми мы должны обладать, чтобы получить хорошую работу. Например, быть общительным, ответственным, непрерывно повышать своё образование.

Интересный пример по поводу велогонки, когда ты участвуешь в велогонке и кто-то едет за тобой. Зачем это делается? Это драфтинг - когда кто-то «сидит у тебя на колесе», едет за тобой и это позволяет ему экономить силы и при этом ехать с такой же скоростью. Когда мы видим людей, которые идут вперед, общаемся с ними и берем с них пример, у нас неожиданно получается в жизни то, чего раньше не получалось. Жизнь показывает, что мы можем добиваться новых успехов, следуя за успешными людьми. Окружение влияет на всю нашу жизнь, на то, кем мы станем. Есть люди, которые тянут нас вниз, а есть те, кто помогает нам стать лучше, раскрыть свои таланты.

Почему важно избегать дурного общения и, наоборот, стремиться к общению с целеустремленными и порядочными людьми? Окружение - это очень важный момент в жизни любого человека. Окружение влияет на всю нашу жизнь, на то, кем мы станем. Если мы общаемся с людьми, которые принимают наркотики, то рано или поздно кто-то предложит нам попробовать дозу. Если наши друзья тратят время только на то, чтобы играть в компьютерные игры, рано или поздно мы тоже можем перенять такой образ жизни. Если мы общаемся с целеустремленными, ответственными и порядочными людьми, то это делает нас лучше и помогает достигать в жизни хороших результатов. К примеру, если твои друзья серьезно увлечены какой-либо деятельностью, например, изучением языков, программированием, моделированием, тебе будет гораздо легче найти что-то увлекательное и для себя. Известная мудрость гласит: «Скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты.

Давайте подумаем, где мы можем находить интересное общение? Мы можем участвовать в общественных организациях, например, стать волонтером в благотворительном проекте.

Посещать литературные и туристические клубы, музыкальные и спортивные кружки, смотреть видео на интересные темы, например, лекции по истории - ведь это тоже общение!

Бывает так, что погружение в игру является попыткой скрыться

от проблем, убежать от реальности. К чему это может привести? И почему, на ваш взгляд, человек так поступает? Скрываясь от реальности, проблемы только увеличиваются. Каждый день, проведенный за игрой, приумножает и ни в коем случае не решает те проблемы, которые могут быть в реальной жизни: неуверенность в себе, конфликты со сверстниками и близкими людьми, плохая успеваемость и т.д. Нет неразрешимых проблем, только надо решать их не искусственно, получая временное облегчение, «убегая в игру», а прилагая усилия в реальной жизни.

Как вы понимаете девиз «Не играть в героя, а быть им»? Тратя своё время на развитие компьютерного персонажа, человек перестает развиваться сам. Каждый из нас уникален и приходит в этот мир со своими талантами и предназначением. Путь каждого из нас неповторим. Можно придумать тысячу отговорок, чтобы вместо того, чтобы интересно жить в реальном мире, тратить своё время, сидя за компьютером. Самая интересная игра – это реальная жизнь человека, жизнь настоящего героя.

Мат, его сущность и профилактика

Как правило, причинами частого употребления мата являются:
комплексы неполноценности;

плохое знание своего родного языка (банальный недостаток словарного запаса из за недостатка чтения);
пример родственников и окружения;
сознательное программирование СМИ.

У женщин мат способствует выработке андрогенов, у нормальной женщины их не должно быть много. Косметологи обратили внимание на то, что у женщин и девушек из компаний, где мат — обыденный язык, тело обрастает волосами, ломается голос. Если мужчина не хочет причинить девушке и женщине вред, при них «выражаться» нельзя, матерная речь им особенно вредна, провоцируя гормональные нарушения.

Мат - признак недостатка слов родного языка плюс массы комплексов неполноценности, человек просто не знает русский язык. Это круто только для таких же - с комплексами неполноценности и не владеющих родным языком. Жалко их, как правило мало читают и просто не знают как что-то сказать по-русски.

Регулярное посещение служб в православном храме с детьми (по субботам, воскресеньям или когда возможно) улучшает социализацию детей в окружении без мата.

Профилактика блуда, абортов и пример целомудрия

«Тренироваться до брака» - это импотентская теория.

СМИ и общество нам навязывают модную лжетеорию: якобы перед созданием семьи нужно обязательно «попробовать пожить вместе», или как еще говорят - «потренироваться до брака».

Современная медицина нам говорит, что **здоровым юношам и девушкам никакие «тренировки» не нужны.** Веками наши предки, с принятием православия, жили моногамно и без «тренировок».

Какие мысли должны появиться у девушки, если ее ухажер или поклонник предлагает «интимные тренировки» (или просто — блуд):

- он не планирует создавать семью и заводить общих детей;
- он не способен или не хочет содержать семью;
- у него проблемы физического или психического характера (разовая или регулярная импотенция например);
- он воспринимает девушку как бесплатную, простите, проститутку;
- он не православный, во всяком случае — не воцерковленный (для православной девушки это часто означает массу проблем, если конечно она не имеет миссионерской подготовки).

Поводом к написанию статьи была передача, ток-шоу (несколько лет назад), где основное время эфира получил пропагандист именно этой лжетеории. Я пожалел, что меня там не оказалось. Хотелось спросить молодого человека: «у вас проблемы со здоровьем, вы импотент, зачем вам тренироваться?». Суть сюжета передачи: девушка-школьница планирует отдаться парню на его 18-летие (вопрос да или нет уже не стоит — просто факт), проблема — надо ли говорить об этом маме.

Девушки, да и парни, причем иногда даже православные, верят этой лжетеории. В результате позже чем нужно создаются нормальные семьи, часто — именно по этой причине не создаются. Далеко не все могут принять «шлейф» прошлого опыта. Многим хорошим и

успешным мужчинам приходилось не раз отказывать в отношениях молодым, красивым и умным девушкам именно по этой причине. Некоторые из них до сих пор не в браке и без детей (хотя прошло много лет).

Когда мужчина, изначально настроенный на семью и детей, выбирает себе жену, то ему сложно представить как его избранница дарила свою молодость и красоту в «тренировках» с непонятными гражданами, это многих унижает, это опускает на уровень ниже этих «первых мужчин». Я думаю похожие чувства возникают и у девушек, так что молодым людям не стоит торопиться и гнаться за количеством. Всем, кто еще не в браке (да и тем кто уже в браке тоже), я бы посоветовал прочитать книгу «**Один раз на всю жизнь**», Шугаев Илия, свящ.

Девушек и их родителей следует предупредить о факте существования профессионалов, готовящих за деньги техникам быстрого знакомства-соблазнения любителей одноразового секса. **Пика́пом** (от англ. **pick up**) называют деятельность, направленную на знакомство с целью соблазнения, а также с развитием необходимых для этого навыков.

Сущность ПИКАПА (Примечание Бачиной О.С.)

- Привлечение парней и девушек, имеющих травму разрыва отношений, предательства, неудачи.
- Привлечение парней и девушек с комплексами неполноценности и отсутствием навыков нормальной межполовой коммуникации.
- Пропаганда соблазнения для разового секса.
- Пропаганда идеологии циничного отношения к женщине/мужчине и отношениям («женщина – существо – высасывающее мозг», поэтому ее/его «нужно потреблять, мстить и делать больно»; соблазнение девушек для разового секса, «развод» парней на деньги и пр.).

Методы ПИКАПА

- Профессиональная подстройка
- Сокращение дистанции (неожиданно поцеловать или взять за интимные места)
- Тактильный контакт
- Отработка навыка в знакомствах и соблазнении, заранее заготовленные шаблоны ответов на вопросы девушки
- Малые дозы алкоголя
- Ранжирование девушек по привлекательности, составление списков для «вызвона»
- Методы как бросать девушку, что говорить до... и после..., и чтобы отстала.

Последствия ПИКАПА

- Обесценивание отношений.
- Циничность и агрессивность сознания пикапера при внешней дружелюбности.
- Как ответ на травму от манипуляций и обмана формируется ответный цинизм/изменение ценностей у жертвы пикапа.
- Распространение тенденции тотального манипулирования на поведение мужчин и женщин в обществе.

Суть вопроса:

1. сам факт понимания существования пикаперов и их реальные цели/свойства
2. методы пикапа (самый эффективный - малые дозы алкоголя для снятия моральных барьеров)
3. признаки легкодоступности для быстрого секса, негатив для будущего мужа (курение, алкоголь)
4. образ жизни статусных/успешных мужчин

Статусные/успешные мужчины не ходят по ночным клубам-заведениям, они заняты делами, семьей, хобби и т. д. Ночью нормальные мужчины спят (если конечно не на ночной работе). В ночные клубы-заведения ходят маменькины-папенькины сыночки и сомнительные личности (хотя сериалы, снятые на деньги этих заведений, показывают обратное с целью обманом набрать клиентов). Я лично провел более тысячи деловых переговоров с владельцами и руководителями бизнеса, 100% встреч без алкоголя и табака, никто из них не посещал ночные клубы-заведения (во всяком случае про это не было ни слова).

Рекомендации девушкам:

1. трезвость, некурение
2. волонтерство
3. РПЦ (православные ценности)
4. общество мужчин с серьезными целями (семья, дети, работа), приоритет - православные трезвенники, есть даже сдеты православных трезвенников («Увильды»)
5. девушка сама может проявить активность если понимает что парень - вариант "хорошего мужа" (не по внешности, а по характеру, воспитанию и привычкам)
6. надежность часто обратно пропорциональна опыту ативных знакомств и прямо пропорциональна скромности. Даже тот, кто не боялся воевать в Афганистане, по словам сослуживцев мог заработать при виде красивой девушки. Пикапер от девушки не заработает, хотя часто всего вокруг боится.
7. табу на знакомство с парнями из пьющих тусовок, ночных заведений и т.д.

На самом деле чем обладают пикаперы:

1. комплексы неполноценности
2. не может иметь семью и-или регулярный секс (импотенция)
3. часто женятся далеко не на тех, кого могут соблазнить, а на порядок хуже по их же параметрам
4. не могут удержать надолго тех кто им нужен

Разочарование в пикапе

Разочарование в пикапе и пропаганда семейных ценностей бывших пикаперов.

Бывшие пикаперы, если успеют - понимают что нормальные семейные ценности намного выше их методов и целей.

Зачем нужны пикаперам малые дозы алкоголя

- Парализовать волю и критическое мышление
- Сломать сопротивление
- Добиться тела и бросить
- Это самый популярный из 10-ти самых популярных методов разового соблазнения (не для брака и семьи)
- Для серьезных отношений алкоголь не предлагают
- Большие дозы - статья за изнасилование (беспомощное состояние), именно поэтому малые дозы
- **Собриология — наука о трезвости как норме жизни.**

Нормальная семья - за трезвый образ жизни

- Количество соблазнений до брака не с будущим мужем прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.
- Количество изнасилований прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.

- Количество преступлений общее (особенно насильственных) прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.
- Количество разводов прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.
- Количество детдомовцев при живых родителях прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.
- Количество аборт прямо пропорционально потреблению чистого спирта на душу населения.
- **Самая популярная у алкобизнеса и самая лживая реклама - лже-теория «культуры» пьянства-пития (именно она направлена на спаивание молодежи и детей).**

Дополнения

Большинство случаев ранней половой связи девочек, лишения невинности с кем попало (не с будущим мужем и отцом детей) совершается под влиянием так называемых «малых-умеренных» доз алкоголя (самая эффективная реклама алкоголя для спаивания несовершеннолетних), подчеркиваю — даже не из-за пьянства, а из-за алкоголя вообще (связь с пьяной — это уже статья, можно попасть на изнасилование). А потом идут аборт, т.к. девочка под алкоголем залетела от случайного парня.

Курящие девушки по многочисленным опросам мужчин воспринимаются как бесплатные проститутки почти в 100% случаев. Даже курящие мужчины не хотят курящих жен. Курящие мужчины боле эгоистичны, учеными установлены многочисленные факты экономии мужчинами даже на детских игрушках ради покупки курева.

Совет бывшего опытного пикапера, осознавшего его пагубность, который я узнал специально для девушек: никогда не соглашайтесь на «бокал алкоголя» - это явный признак что хотят ваше тело и ничего более. Театры, прогулки, иные безалкогольные мероприятия — это без проблем (есть шанс что вас воспринимают адекватно).

Для семейного воспитания детей рекомендую купить или скачать книгу: **«Один раз на всю жизнь».** Беседы со старшеклассниками о браке, семье и детях», священник **Илия Шугаев.**

Измены — глупый путь

Если я изменяю красивой/хорошей девушке/жене — я лох, рискую отношениями с красивой/хорошей ради некрасивых/нехороших. Если я изменяю некрасивой/нехорошей девушке с красивой/хорошей — я лох, сам девушку/жену выбрал. Аналогично если девушка изменяет хорошему мужу — она дура, рискует хорошим ради мутного типа. Если девушка изменяет плохому мужу/парню — она дура, сама выбрала такого мужа. Существует более 50 заболеваний, передающиеся половым путём (ЗППП), или инфекций, передаваемые половым путём (иППП/зППП), которые могут передаваться за 1 половой акт, при этом даже платно можно проверить всего порядка 13-15 видов (не более трети изученных иППП/зППП), латекс не спасает от многих иППП/зППП (в том числе от СПИДа, просто вероятность заразиться ниже). Инкубационный период и бессимптомное носительство иППП/зППП никто не отменял. Благодаря иППП/зППП можно запросто получить бесплодие.

Академик Фёдор Углов об абортах и контрацепции

«Аборт на фоне запланированного уничтожения Российского народа выглядит особенно страшно и подло. Даже с научной точки зрения любой аборт надо рассматривать как душегубство, детоубийство, убийство ребенка еще в утробе матери. Это варварство самого низкого уровня, поддержать которое не может ни один образованный, гуманный человек. Что касается гормональных препаратов и введения спирали - это очень вредно. Они калечат женщину, все ее существо, а кроме того, не может дать полной гарантии и predisполагают ко многим заболеваниям, особенно к раку матки. И очень часто ведет к тому, к чему приводит и аборт, женщина не может родить вообще или родит уроды или больного, малоспособного к жизни ребенка.

А вы, мужчины! Отцы детей, которых собираются убить, пока они еще не родились! Помните, что это ваш ребенок, который, когда вырастет, будет вас кормить и защищать! Остановите вашу подружку от этого страшного шага. Через несколько месяцев, когда появится на свет это чудо - ваш ребенок -она будет безмерно счастлива и благодарна вам за то, что вы остановили ее и не дали совершиться преступлению и смертному греху - убийству своего ребенка! Женщины! Боритесь за здоровую, нормальную и многодетную семью!», академик РАМН Ф.Г. Углов, проф., д.м.н. Федор Углов отличался соблюдением здорового образа жизни, который он пропагандировал всю свою жизнь. Секретом своего долголетия Углов считал абсолютную трезвость и некурение, трудолюбие, совершение добрых дел, умеренность в пище. Как старейший в мире практикующий хирург Углов попал в Книгу рекордов Гиннеса, прожил 103 года, в 100 лет еще оперировал. Один из первых в мире Углов разработал методики лечения пороков сердца, выполнял сложнейшие операции на пищеводе, ему принадлежит изобретение искусственного клапана сердца.

Академик Ф.Г. УГЛОВ и Православие: «Я человек глубоко верующий и воспитан был в религиозной семье. Я убежден, что без веры не может быть высокой нравственности и духовно здорового народа», «В православной вере мы были воспитаны с детства. Отец, старший брат, сестра - все пели в церковном хоре. Мы посещали храм, исповедывались, причащались, в школе нам преподавали Закон Божий».

Приложения

Влияние алкоголя на спермограмму (мужскую репродуктивную систему)

Шевчук Денис

В статье рассмотрены ранее малоизученные факты поражения целого ряда органов (в том числе и репродуктивной системы) употреблением алкоголя.

Употребление алкоголя (любого и в любом количестве!!!) провоцирует поражение целого ряда органов, в том числе и репродуктивную систему. Алкоголь негативно воздействует и на зрелые сперматозоиды, хранящиеся в придатках яичек, и на синтезирующие их клетки. Этим и обусловлено негативное влияние алкоголя на спермограмму. Не зря обязательным пунктом схемы подготовки к сдаче этого анализа является отказ от спиртного минимум за 7-10 дней (ознакомьтесь, как подготовиться к сдаче спермограммы). Это необходимо для того, чтобы успели образоваться новые не поврежденные токсинами сперматозоиды, тогда картина анализа будет относительно объективной. В идеале исключить алкоголь следует за 3 месяца – это срок обновления

полного набора половых клеток. А еще лучше - исключить алкоголь навсегда. Воздержание перед спермограммой необходимо для сохранения нормального кровоснабжения и сперматогенеза яичек. После разовой интоксикации восстановление произойдет через 4-7 дней. При хроническом употреблении алкоголя данная мера почти бессмысленна. Функциональность яичек безвозвратно сокращена уже как минимум вдвое. **В семенной жидкости хронических алкоголиков порядка 70% сперматозоидов имеют патологическую структуру и неподвижны.** Происходит жировое перерождение тканей извитых канальцев, сперматогенез может полностью прекратиться.

Качество функционирования яичек во многом зависит от количества тестостерона, общего гормонального фона. Анализ на гормоны входит в число обязательных в программе диагностирования бесплодия, а также перед протоколом ЭКО. Если алкоголь употребляется длительно и регулярно, то даже через 3 месяца воздержания показатели спермограммы существенно не улучшатся. Обусловлено это тем, что **продукты распада спиртных изделий нарушают функционирование яичек в части выработки тестостерона.** Именно этот гормон отвечает за количество и морфологию сперматозоидов. Регулярное употребление алкоголя приводит к атрофии андрогенных рецепторов, в результате чего они перестают полноценно функционировать.

Существенным негативным фактором, уменьшающим количество тестостерона, является лишний вес. Жировая ткань при помощи фермента ароматазы активно трансформирует тестостерон в женский эстроген. Особенно актуальна данная проблема для мужчин, часто **употребляющих пиво.** Для них характерно наличие большого объема висцерального жира в области живота (откладывается под мышцами, вокруг органов), в котором активность ароматазы наиболее высока. В спермограмме обнаруживаются отклонения в виде малого числа сперматозоидов, повышенного количества структурно неполноценных и малоподвижных единиц.

«Мозг алкоголика выглядит ещё хуже, чем его печень» — Вячеслав Дубынин, доктор биологических наук о влиянии алкоголя на нервную систему.

Безалкогольное пиво также стимулирует набор лишнего веса. Напиток содержит большой объем консервантов и вкусовых добавок, которые негативно влияют на сперматогенез. Большинство андрологов категорически запрещают своим пациентам пить любые виды пива.

Отказ от пива и переход на другие виды алкоголя проблему не решит. Продукты распада этанола не способствуют сбросу лишнего веса. **Регулярно употребляющим алкоголь мужчинам сложно похудеть** по ряду причин:

- Замедлен метаболизм. Организм занят утилизацией токсинов, сжигание жиров уходит на последний план.
- Снижена выносливость. Падает эффективность тренировок в спортзале.
- Повышен аппетит. Алкоголь растворяет жиры, из которых отчасти состоят клеточные мембраны. В результате глюкоза активно проникает в клетки, а ее концентрация в крови падает – отсюда повышенное чувство голода.

Алкоголь нарушает гормональный баланс не только посредством негативного воздействия на яички. У мужчин утилизацией избытка женского тестостерона занимается печень. Алкоголь отвлекает этот орган от его прямой функции, в итоге женские гормоны начинают преобладать над мужскими.

Алкоголь и лейкоспермия (лейкоциты в сперме)

Употребление алкоголя (в том числе разовое) может спровоцировать обострение имеющихся заболеваний. Например, некоторые мужчины замечают, что наутро после вечеринки начинает ныть яичко или низ живота. Это признаки активизации инфекций, ранее «спящих» в мочеполовых путях.

Регулярное употребление алкоголя снижает иммунитет репродуктивных органов, размножению бактерий ничто не мешает. Итогом почти всегда становится хронический простатит, который часто является причиной снижения фертильности спермы.

После употребления алкоголя в спермограмме нередко обнаруживается повышенное количество лейкоцитов, а также другие отклонения, препятствующие нормальному зачатию. Инфекции и хронические патологии могут обостриться при любом количестве алкоголя, особенно актуально это для страдающих простатитом.

Чем старше мужчина, тем выраженнее негативное влияние алкоголя на сперматогенез. После разовой дозы восстановление происходит медленно, токсины в тканях яичек сохраняются дольше. Не стоит надеяться, что к моменту зачатия ребенка «все выведется». Негативные изменения в структуре яичек накапливаются постепенно и никогда не бывают изолированными. Страдают все органы, развивается цепная реакция, в ходе которой нарушается работа каждой системы. Не обязательно быть хроническим алкоголиком, чтобы приобрести аутоиммунное или эндокринное бесплодие.

Инттоксикация (**курение, алкоголь, пестициды, гербициды**) приводят к **фрагментации ДНК**. Исследования за 1996 г, выявили **прямую зависимость между онкологическими заболеваниями у детей и курением их отцов** (сперматозоиды которых подверглись окислительному повреждению ДНК).

Спермограмма – это качественное и количественное визуальное, физико-химическое и микроскопическое исследование спермы (эякулята) мужчин репродуктивного возраста. Спермограмма – практически единственный анализ, позволяющий объективно оценить количество и качество семенной жидкости и ее составных компонентов, и по этим данным сделать выводы о фертильности (способности к зачатию) мужчины.

Анализ прост в исполнении и очень информативен при условии правильной подготовки, сдачи материала и трактовки результата. Однократный анализ спермы не может быть показателем отклонений, необходимо повторное проведение спермограммы 2-3 раза. При выявлении отклонений в спермограмме врач может сделать вывод причинах бесплодия и способах его устранения, о тактике лечения и вариантах дальнейшего зачатия (естественным путем или при помощи вспомогательных репродуктивных технологий). Обычная спермограмма дает оценку качества семенной плазмы (жидкости, в которой находятся половые клетки), позволяет определить концентрацию сперматозоидов и степень их подвижности, но не углубляется в структуру (морфологию). **Спермограмма по Крюгеру (спермограмма с оценкой морфологии по строгим критериям Крюгера)** – доскональное изучение строения сперматозоидов, в ходе которого лаборант-сперматолог сравнивает образцы в эякуляте с эталоном. Анализ обычно сдают для оценки шансов на естественное зачатие.

Андролог - врач, специалист в области андрологии, изучающей мужчин, мужскую анатомию и физиологию, заболевания мужской половой сферы и методы их лечения. Уролог-андролог – это специалист узкого профиля, который занимается клинической практикой в области патологий мужской мочеполовой системы. Проще говоря, все, что беспокоит мужчин и касается мочеиспускания, половой жизни, зачатия детей – в

компетенции уролога-андролога. Обычный уролог из поликлиники по полису ОМС может не иметь квалификации и права трактовать результаты спермограммы (которая тоже не входит в ОМС), андрологи пока бывают только в платных клиниках. К сожалению, кто хочет иметь детей и есть проблемы/вопросы — это все за свой счет. А вот убивать детей абортами — на это деньги из наших налогов есть всегда по ОМС, ежегодно так убивают более миллиона наших сограждан.

Шевчук Дионисий,
выпускник православных миссионерских курсов, экономист, юрист, журналист
vk.com/dionisiitrezvennik

Отзывы

Антон, 32 года: «Жена заставила на месяц отказаться от алкоголя перед повторной спермограммой. Стойко перенес все тяготы этого лишения, но в итоге подвижность и морфология вошли в нормальные пределы. Хотя алкоголиком не был никогда. Пил не более пары банок пива по вечерам и несколько стопок водки иногда по выходным» (явная зависимость — прим.).

Александра, 28 лет: «В Центре планирования семьи врач в первую очередь спросил, как обстоят дела с алкоголем и курением. В итоге отправил мужа на 3 месяца воздерживаться и назначил повторную спермограмму. В результате подняли и морфологию, и подвижность, и общее количество существенно увеличилось. А главное – разжижение улучшилось (его вообще не было)».

Вероника: «Алкоголь - отвратная штука. Муж злоупотреблял раньше пивком по вечерам...Казалось бы - мелочь. А в итоге из-за этого сперма плохая была, забеременеть не могли. Как только от алкоголя отказался, начал ... принимать курсами (в интернет-магазине ... заказывали, так удобнее) и спортом занялся - показатели улучшились. Наконец-то смогли забеременеть».

Вследствие употребления алкоголя:

меняется состав спермы, ее консистенция, концентрация сперматозоидов;

снижается интенсивность выработки сперматозоидов;

ухудшается кровообращение в организме в целом и в органах репродуктивной системы;

снижается подвижность сперматозоидов;

значительно возрастает количество патологических форм половых клеток.

Каждый случай употребления алкоголя, даже в небольших количествах, негативно влияет на процесс сперматогенеза, который длится в течение 68–85 дней. Даже однократный прием алкоголя угнетает процесс выработки тестостерона в течение 5 дней, что в свою очередь может привести к эректильной дисфункции, снижению либидо и половому бессилию.

Возрастание концентрации дефектных сперматозоидов повышает шансы на оплодотворение именно такой половой клеткой, что повысит риск развития патологий плода и может привести к рождению ребенка с генетическими нарушениями.

При подготовке к сдаче спермограммы отказ от алкоголя — одно из обязательных условий. Рассмотрим, чем это продиктовано. Спермограмма оценивает параметры семенной жидкости по макро- и микроскопическим показателям.

На фоне употребления алкоголя:

объем спермы уменьшается в результате угнетения функций репродуктивной системы; время разжижения увеличивается, то есть сперма становится более густой, что затрудняет доставку сперматозоидов к яйцеклетке; нарушается процесс сперматогенеза, что неизбежно сказывается на выработке клеток с идеальным строением, и, наоборот, увеличивается количество дефектных сперматозоидов; алкоголь провоцирует образование дефектов хвостовой части сперматозоидов, что негативно сказывается на траектории и скорости их движения;

На вопрос, сколько нельзя пить алкоголь перед сдачей спермограммы, врачи дают четкий ответ: не менее 7 дней. Но в период планирования беременности или при подготовке к участию в донорских программах и программах ВРТ алкоголь рекомендуется полностью исключить не менее чем за 3 месяца.

Слабоалкогольные изделия, такие как пиво и некоторые другие, нередко воспринимаются как безвредные. Их пьют за ужином, в бане, да и просто во время дружеских посиделок. Но так ли они безобидны, можно ли пить пиво перед спермограммой?

Пиво содержит спирт, пусть и в небольших количествах. А о негативном влиянии спиртосодержащих изделий на качество спермы мы уже говорили;

в пиве высока концентрация фитоэстрогенов, близких по своим свойствам к женским половым гормонам. Они угнетают либидо у мужчин, замедляют или заметно снижают выработку тестостерона. Нередко любителя пива можно определить по характерной полноте по женскому типу, включая также увеличение молочных желез;

пиво очень калорийно. Поклонники этого изделия даже называют его «жидким хлебом». Но в силу именно этой особенности регулярное употребление пива приводит к набору массы тела и, как следствие, ожирению. Нездоровая полнота вкупе с вышеперечисленными факторами нарушает работу репродуктивной системы. Безалкогольное пиво также не может считаться безобидным изделием. Да, в нем нет спирта, но фитоэстрогенов содержится достаточно, а об отрицательном влиянии которых на репродуктивные способности мужчин говорилось.

Что касается других слабоалкогольных изделий, таких как популярные сейчас тоники, то и они не могут считаться полностью безвредными. Во-первых, в них также содержится спирт. Во-вторых, они щедро сдобрены красителями, ароматизаторами и консервантами. В сочетании даже с небольшим количеством спирта они наносят непоправимый вред здоровью человека в целом и его способности к зачатию и рождению детей в частности.

Доказано, что спирт поражает не только желудочно-кишечный тракт и печень, но также и органы репродуктивной системы. В особенности его воздействию подвержены предстательная железа, семенники, яички. От нормального функционирования каждого из этих органов зависит фертильность мужчины. Соответственно, чем больше было выпито алкоголя, чем он был крепче, тем хуже результаты спермограммы.

Многие полагают, что прием небольших доз алкоголя, не приводящих к опьянению, не наносит вреда организму и уж никак не может повлиять на результаты спермограммы. Это не так. Организм не успевает восстанавливаться, и негативные изменения нарастают как снежный ком. В результате снижается оплодотворяющая способность спермы, что не может не отразиться в спермограмме. Влияние алкоголя на спермограмму может быть прямым и косвенным. Влияние этанола, содержащегося в спиртных напитках, сказывается на подвижности сперматозоидов. А ухудшение общего состояния организма дает искаженную клиническую картину. Если перед спермограммой врач установит, что в предшествующие дни пациент принимал алкоголь, он может отказать в исследовании, сославшись на нарушение правил подготовки к анализу. Результаты такого исследования будут недостоверными, а значит, опираться на них при назначении схемы лечения бессмысленно.

Из личного опыта: бывшая коллега моей жены развелась из-за условной (устранимой)

бесплодности мужа, он любитель пива + варикоцеле (расширение вен гроздьевидного сплетения семенного канатика, проще - варикоз). Операцию против варикоза предложили сделать (отказался, боится), а бросить пиво и вообще алкоголь либо не предложили, либо тоже посчитал сложным. При этом даже двустороннее варикоцеле далеко не всегда приводит к бесплодию (у трезвенников).

Литература

- Дионисий Шевчук. "О трезвости" <http://modskt.ru/project/dionisij-shevchuk-o-trezvosti/> (две работы Дениса Шевчука из цикла "О трезвости" были удостоены Диплома III степени Московского литературного конкурса имени священномученика Иоанна Восторгова "Семья и трезвость" за научное исследование темы трезвости, председатель жюри - епископ Сергиево-Посадский Парамон)
- Шевчук Дионисий, «О пользе запретов и другие факты о трезвости», «Трезвение» № 4 (197) Май 2019 г.
- Шевчук Дионисий, "Абсолютная трезвость богоугодна", «Трезвение» № 8 (193) Ноябрь-декабрь 2018 г.
- Шевчук Денис, "Цитаты под рукой", "СОРАТНИК" № 4 (235) — май 2017 г.
- Шевчук Денис, «Причины появления алкогольно-табачной зависимости», Родник трезвости № 08 (100) август 2018.
- Шевчук Дионисий, «Православие – вера трезвая», Родник трезвости № 08 (100) август 2018.
- Д.А. Шевчук, Л.А. Шевчук, «Экономическое обоснование трезвости», Подспорье № 5(181) июль-август 2018 г.
- lifenews алкоголь (малые дозы) и слабоумие <https://youtu.be/gkfWRC3UNE8>

Шевчук Денис Александрович, создатель группы «Православные трезвенники» (vk.com/trezveniepravoslavie - более 9700 участников), доцент МАТр, со-основатель проекта «Гражданский контроль» (trezvokontrol.ru), движения за Сухой закон (zasukhoizakon.rf), trezvayarossia.ru), vk.com/dionisiitrezvennik , denisikjurist@gmail.com

В храм сходить нельзя, за алкоголем — МОЖНО

Продажи алкопойла в период изоляции выросли на 33%. У алкогольных компаний в Москве объем заказов вырос в два раза. Кому на Руси жить хорошо...

Почему вводятся ограничения для множества бизнесов, а для алкогольного не вводятся? Это самый важный бизнес в условиях самоизоляции???

Выручка алкогольного бизнеса в условиях самоизоляции выросла на 33%! Пьянствовать с соседями, заражая весь дом, можно, а прогуляться в одиночку нельзя. В храм сходить нельзя, за алкоголем — да хоть по 5 раз на дню. В некоторых регионах РФ ввели ограничения на продажу алкоголя, в Грузии запретили продажи алкоголя, даже в некоторых районах Франции запретили алкоголь, а Москве и Московской области - самом крупном и проблем регионе - не ввели. Алкоголь подрывает иммунитет и способствует безответственному к карантину поведению граждан - вместо того чтобы сидеть в самоизоляции люди собираются компаниями и пьянствуют.

Если руководство действительно заинтересовано в реально эффективных действиях в борьбе с коронавирусом, то запрет продаж алкоголя - это действие, которое нужно произвести как можно скорее.

3 апреля, **Минпромторг** выступил с **ОТКРОВЕННО КОРРУПЦИОННЫМ** (на мой взгляд) заявлением, в котором настойчиво не рекомендовал региональным властям идти на крайние ограничительные меры по запрету алкоголя. Мнение Минпромторга идет вразрез с интересами как государства, так и остальных отраслей экономики.

90% детей в детских домах в РФ — дети родителей, лишенных родительских прав из-за алкоголя, это жертвы лжетеории культурного пьянства-пития.

82% убийств в России совершается в состоянии алкогольного опьянения («РосПравосудие», 2013).

При сокращении производства и продажи "легального" алкоголя сокращается не только его потребление, но и потребление "нелегального алкоголя" (самогон и прочее). Во время алко-«самоизоляции» в Московской области взорвался самогонный аппарат... Напомню, в МО НЕТ алкоограничений!

После **ночного запрета на торговлю алкоголем** в Москве **общая преступность упала на 24%**, похожее по регионам, **в среднем на четверть по РФ**. Это даже не сухой закон, только ночью нельзя.

Все сухие и почти-сухие законы были волей народа снизу, а отменялись против воли народа сверху. И всегда польза была в разы выше вероятных минусов (многие из которых выдуманы).

Сейчас **убыток бюджету РФ от алкоголя 1,7 трлн. руб.** в год (данные ОП РФ) — примерно **в 25 раз больше акцизов**, эти деньги можно было направить на зарплаты врачам, на выплаты населению, на помощь бизнесу...

Шевчук Дионисий, экономист, юрист, журналист, выпускник православных миссионерских курсов

Доступность алкоголя и закрытие храмов во время «алкосамоизоляции» — рост преступности

В храм сходить нельзя, за алкоголем — можно. В результате - рост тяжких преступлений и общей преступности.

Продажи алкопойла в период изоляции выросли на 33%. У алкогольных компаний в Москве объем заказов вырос в два раза. Кому на Руси жить хорошо...

Почему вводятся ограничения для множества бизнесов, а для алкогольного не вводятся? Это самый важный бизнес в условиях самоизоляции???

Выручка алкогольного бизнеса в условиях самоизоляции выросла на 33%! Пьянствовать с соседями, заражая весь дом, можно, а прогуляться в одиночку нельзя. В храм сходить нельзя, за алкоголем — да хоть по 5 раз на дню. В некоторых регионах РФ ввели ограничения на продажу алкоголя, в Грузии запретили продажи алкоголя, даже в некоторых районах Франции запретили алкоголь, а Москве и Московской области - самом крупном и проблем регионе - не

ввели. Алкоголь подрывает иммунитет и способствует безответственному к карантину поведению граждан - вместо того чтобы сидеть в самоизоляции люди собираются компаниями и пьянствуют.

Если руководство действительно заинтересовано в реально эффективных действиях в борьбе с коронавирусом, то запрет продаж алкоголя - это действие, которое нужно произвести как можно скорее.

3 апреля, **Минпромторг** выступил с **ОТКРОВЕННО КОРРУПЦИОННЫМ** (на мой взгляд) заявлением, в котором настойчиво не рекомендовал региональным властям идти на крайние ограничительные меры по запрету алкоголя. Мнение Минпромторга идет вразрез с интересами как государства, так и остальных отраслей экономики.

90% детей в детских домах в РФ — дети родителей, лишенных родительских прав из-за алкоголя, это жертвы лжетеории культурного пьянства-пития.

82% убийств в России совершается в состоянии алкогольного опьянения («РосПравосудие», 2013).

При сокращении производства и продажи "легального" алкоголя сокращается не только его потребление, но и потребление "нелегального алкоголя" (самогон и прочее). Во время алко-«самоизоляции» в Московской области взорвался самогонный аппарат... Напомню, в МО НЕТ алкоограничений!

После **ночного запрета на торговлю алкоголем** в Москве **общая преступность упала на 24%**, похожее по регионам, **в среднем на четверть по РФ**. Это даже не сухой закон, только ночью нельзя.

Все сухие и почти-сухие законы были волей народа снизу, а отменялись против воли народа сверху. И всегда польза была в разы выше вероятных минусов (многие из которых выдуманы).

Сейчас **убыток бюджету РФ от алкоголя 1,7 трлн. руб.** в год (данные ОП РФ) — примерно **в 25 раз больше акцизов**, эти деньги можно было направить на зарплаты врачам, на выплаты населению, на помощь бизнесу...

Рост тяжких преступлений и общей преступности на фоне карантинных мер

Генпрокуратура зафиксировала рост тяжких преступлений более чем на 13%.

Как я писал ранее, продажи алкопойла в период изоляции (благодаря отсутствию запретов на его продажу) выросли на 33% по РФ (данные Сбербанк РФ), в Москве объем заказов вырос в два раза.

Количество тяжких и особо тяжких преступлений, зарегистрированных в марте 2020 года, оказалось на 13,5% больше, чем в аналогичный период 2019 года. Число всех преступлений в марте оказалось на 10,5% больше, чем в феврале (данные РБК).

В марте 2020 года в России на 4,4% выросло число зарегистрированных преступлений по сравнению с мартом прошлого года - открытые данные Генпрокуратуры. Сильнее всего выросло число тяжких и особо тяжких преступлений — на 13,5%.

Всего за март 2020 года Генпрокуратура зарегистрировала 188 тыс. преступлений — это на 8 тыс. больше, чем в марте 2019 года или на 12 тыс. (7%) больше, чем в марте 2018. Лидеры по росту преступности — Татарстан (+31% по сравнению с прошлым годом), Москва (+25%), Удмуртия (+22%).

Число преступлений в марте оказалось также на 10,5% больше, чем в феврале, когда правоохранные органы зафиксировали 170 тыс. преступлений. При этом аналогичная динамика была и в прошлом году (161 тыс. в феврале 2019 года против 180 тыс. в марте).

С 2016 по 2018 год число преступлений, регистрируемых в марте каждого года, наоборот, сокращалось (на фоне сокращения продаж алкоголя). Так, в марте 2016 года правоохранные органы зафиксировали 221 тыс. преступлений, спустя год — 194,5 тыс., а в 2018 году — 176 тыс. преступлений.

Прямая корреляция продажи чистого спирта на душу населения и преступности была обнаружена еще в прошлом веке.

Алкоголь плохо влияет на иммунную систему легких, которые собственно и поражаются при коронавирусе.

Весь мир бьет тревогу: «Люди спиваются на самоизоляции». Продажи алкоголя с марта по апрель заметно выросли по сравнению с аналогичным периодом за 2019 год.

Алкоголь имеет выраженное токсическое действие не только на печень, но и в целом на все органы и системы человеческого организма: сердце и сосуды, головной мозг и нервы, органы пищеварения, а также на иммунную систему.

«Употребление алкоголя связано с целым рядом заболеваний, которые могут сделать человека более уязвимым к инфекционным болезням, в частности к COVID-19. Алкоголь компрометирует иммунную систему и повышает риск неблагоприятных последствий для здоровья», - сообщает ВОЗ.

В частности, алкоголь нарушает иммунную защиту органов дыхания:

нарушается работа реснитчатых клеток, которые очищают дыхательные пути от инфекционных агентов;

снижают свою активность клетки иммунитета, в частности альвеолярные макрофаги и нейтрофилы;

уменьшается концентрация защитных иммуноглобулинов на поверхности слизистой бронхов.

Все эти факторы приводят к тому, что к пьющим людям чаще цепляется вирусная и бактериальная респираторная инфекция, и она чаще вызывает осложнения на легкие в виде пневмонии, острого респираторного дистресс синдрома и сепсиса.

Шевчук Денис Александрович (в крещении **Дионисий**), экономист, юрист, журналист, выпускник православных миссионерских курсов, vk.com/dionisiitrezvennik

"Культурно-умеренно" выпивший сын зарубил топором родителей

Под Рязанью "культурно-умеренно" выпивший сын, вышедший из тюрьмы, зарубил топором своих родителей

май 2020, алко-само-изоляция

В поселке Старожилово между 43-летним мужчиной, находившимся в состоянии "культурно-умеренного" опьянения, и его отцом возник конфликт. Сын, недавно вышедший из тюрьмы, несколько раз ударил папу топором.

После этого подозреваемый напал на маму, которая услышала шум и прибежала в комнату.

От полученных травм оба родителя скончались, а их сын-убийца скрылся, однако стражам порядка удалось задержать его по горячим следам.

Непутевый отпрыск недавно освобожден из колонии и в тот вечер напился. Чтобы взяться за топор и ударить им папу, хватило обыкновенного разговора на повышенных тонах (алкоголь - депрессант, вызывает немотивированную агрессию и депрессию, о чем сознательно умалчивают многие СМИ).

Душегуб уехал из Старожилова в областной центр, где продолжил пьянствовать

В Старожилове рассказали про убийцу родителей. На свободе он задерживался недолго, но успел завести жену и дочь, которые от него сбежали.

Убиты пенсионеры Александр и Зоя Мазынины. Мужчина в прошлом отбывал срок за хулиганство и драки (скорее всего, тоже нетрезвые), но это не помешало ему стать первоклассным токарем и до ухода на заслуженный отдых проработать на одном из местных сельхозпредприятий. В августе 2019 глава семейства перенес инсульт, начал ходить лишь через два месяца после выписки. Женщина прежде работала на почте, после ухода на пенсию воспитывала внучку.

«В феврале этого года он в очередной раз вышел из тюрьмы. Навёл на огороде порядок, спилил тополя, сделал изгородь, расчистил место за гаражами... Но при виде бутылки терял над собой контроль. К тому же родители постоянно давили на сына, почему он не устраивается на работу», - пишут о подозреваемом.

Про главных виновников трагедии - производителей и пиаристов-лоббистов бухла, СМИ как обычно не пишут.

Напомню, многие регионы не приняли ограничения на продажу алкоголя даже на период пандемии коронавируса... Парикмахерские закрыты, алкомаркеты открыты...

Шевчук Денис Александрович (в крещении Дионисий), экономист, юрист, журналист, выпускник православных миссионерских курсов

90% детдомовцев — жертвы «культуропитательства». Мы не сторожи

брату своему?

90% детей в детских домах в РФ — дети родителей, лишенных родительских прав из-за алкоголя, это **жертвы лжетеории культурного-умеренного пьянства-пития**. 90% детей попадает в детдома **по вине производителей алкоголя и их пиаристов, лоббистов**. При живых родителях. После культурных-умеренных пьянок. Много пап и мам погибли по вине производителей алкоголя и их пиаристов.

Православные, мы не сторожи брату своему? Слабо полностью отказаться от бухла ради ближнего?

Каждый рубль, потраченный вами на алкопойло, спонсирует алкомафию, назойливую рекламу, взятки алколобби, сцены пьянок в кино.

2012 год - в детдоме под Архангельском повесилась 15-летняя девочка спустя два месяца после того, как ее вместе с двумя несовершеннолетними сестрами отобрали у родителей по инициативе органов опеки, родители отличались «культурным-умеренным» пьянством (не алкоголики, под забором не валялись). Кстати, **далеко не все СМИ написали причину изъятия — потребление алкоголя**, запомните этот факт. Лично мне звонили ТВ, 1 канал, просили прийти на передачу и высказать мнение по этому поводу, как водится спросили что планирую сказать (и согласовать это, понятно, с боссами). Предложили 2 варианта: «вы считаете виноватой опеку или нет?». Я поторопился, наверное, и сказал что буду говорить как есть, на самом деле, правду: «опека вообще значения не имела, виноваты производители алкоголя и их пиаристы, лоббисты и т.д.». Перезвонили, передачу вообще отменили. Бухло и курево — это же спонсоры... Шоу не получилось у них. Когда я узнал эту новость, у меня были слезы, и я знал причину и виновников, и ничего не мог сделать, виновники безнаказанны.

Прочитал новую статью, детдомовец попал туда в пол-года, родители культурно-умеренно бухали и такие же приходили в гости в детдом, парню уже 24, родители до сих пор культурно-умеренно пьянствуют и ему негде жить. На наши налоги государство должно покупать сироте отдельную квартиру, хотя есть квартира с пьющими родителями. Либо мы будем жить трезво, либо платить за воспитание сирот чужими людьми и обеспечивать их жильем (при наличии пап и мам, при наличии квартир для культурно-умеренных пьянок). Родители не лежат под забором, они вполне культурно и совсем умеренно бухают в квартире. Сирота во время вируса потерял работу, нормальный бизнес стоит. А чиновники из Минпромторга, получая неслабую зарплату из наших налогов, рассылают спам-письма по регионам «только не запрещайте бухло на время вируса!» (как я писал ранее https://ruskline.ru/news_rl/2020/05/05/v_hram_shodit_nelzya_zhalkogolem_mozhno — рост продаж алкоголя во время пандемии вырос аж на 33% и им все мало).

Знакомая пенсионерка, дочь и 2 внука, зять выпивал. Говорил я ей, вам и дочери культурно-умеренно бухать нельзя, не провоцируйте мужа... В новый год выпили, муж сорвался, попал в дурку. Теперь внуков воспитывает отчим, а не папа. Ради глупого языческо-атеистического самоотравления на НГ (алкоголь — наркотик и яд) дети будут без папы.

Недавно был день защиты детей... Защитите детей, покажите пример их родителям, живите абсолютно трезво!

Сейчас убыток бюджету РФ от алкоголя 1,7 трлн. руб. в год (данные ОП РФ) — примерно в 25 раз больше акцизов, от табака 1,2 трлн. руб. (Минздрав) - примерно в 10-15 раз больше акцизов. Убытки от наркотиков, от последствий их потребления всегда больше доходов.

3-4 трлн. руб. в год мы тратим из бюджета на последствия потребления алкоголя и табака. Можно просто прижать эти 2 наркоманские отрасли и построить на сэкономленные средства 3 млн. квартир в год. За каждого ребенка начиная с первого можно дарить по квартире, деньги в бюджете есть. Сразу решится проблема демографии, абортот, поддержки многодетных семей и многие другие.

Грубо говоря половина вызовов скорой помощи — алкоголики и наркоманы. Если к вам не приехала или не во время скорая — вините не Минздрав, а алкомафию. При этом фельдшерам, особенно девушкам, часто угрожает из-за них смертельная опасность. Прижав алко-табачных мафиози, можно направить свободные триллионы на здравоохранение, повышение пенсий и зарплат, стипендий, пособий...

Более 95% табачного бизнеса в РФ — капитал США, Англии и Японии.

Более 80% алкогольного бизнеса в РФ — капитал стран НАТО.

Каждый может сам ввести «ответные санкции» западным странам и лично посмотреть как рушатся их корпорации. Как только благодаря запретительным мерам и трезвым общественным организациям РФ стала трезветь — тут же забастовали английские пивные рабочие, стали закрывать иностранные алкозаводы в РФ.

Последние годы благодаря новым ограничениям и частично трезвым организациям страна стала трезветь и как результат: больше средств идет на другие отрасли (открываются новые книжные магазины, магазины игрушек и качественной дорогой еды, расширяется перечень социальных благ от государства нуждающимся и т.д.).

Алкоголь — наркотик, яд, мутаген (вызывает мутации ДНК), канцероген (вызывает рак), тератоген (вызывает пороки развития у детей), депрессант (вызывает депрессии и немотивированную агрессию). Значимая часть онкологии (рак) и сердечно-сосудистых заболеваний — от алкоголя и табака. 82% убийств в России совершается в состоянии алкогольного опьянения («РосПравосудие», 2013).

"Он (Иоанн Креститель) будет велик пред Господом; не будет пить вина и сикера, и Духа Святаго исполнится еще от чрева матери своей", — Евангелие от Луки 1:15.

«Если есть повод отказаться от алкогольных напитков, то стоит им воспользоваться».

Миссиология. Учебное пособие. Издание 2-е, исправленное и дополненное. Миссионерский отдел Русской Православной Церкви. — М., 2010. 400 с.

«Все эти сказки про какие-то «безвредные дозы», про то, как это, красное вино, помогает желудку — все вранье», глава синодального отдела Московского патриархата по взаимоотношениям Церкви с обществом и СМИ **Владимир Легойда**.

Владимир Носов, координатор православного Движения «Сорок Сороков» и член Патриаршей комиссии по вопросам физкультуры и спорта: «На территории России благополучно действует сухой закон (за рулем). Проблем и возмущения нет. Ситуация вымирания народа и целых территориальных единиц заставляет говорить о сухом законе во всем обществе. Пока ещё не поздно» (Носов Владимир Александрович - мастер спорта международного класса, трехкратный Чемпион России по боксу, победитель первенства Европы).

«Алкоголь — это оружие, которое человек направляет против самого себя», — Председатель Синодального отдела по взаимоотношениям Церкви с обществом и СМИ **Владимир Легойда**.

Сказал Бог у Иереми: возьми чашу вина неразбавленного (неразбавленного — прим.) сего от руки моей и напой (ею) все народы, к которым Я пошлю тебя. И испиют и изблюют и

сделаются безумными от лица меча (Иер.25, 16).

Ибо чаша гнева в руке Господней с вином неразбавленным, исполненным крепости, и Он изливает из нее то на одних, то на других; но сила вина не истощится, пить будут его все грешники земли (Псалтирь 74:9, **неразбавленное вино - наказание грешникам и ослабление врагам**).

"Горе тебе, который подаешь ближнему твоему питье с примесью злобы твоей и делаешь его пьяным, чтобы видеть срамоту его!", — Аввакум 2:15

«Больше 80 процентов преступлений в семейно-бытовой ситуации совершаются в состоянии алкогольного или наркотического опьянения... порядка 84 процентов этого семейно-бытового насилия совершаются в состоянии алкогольного или наркотического опьянения. Так причина-то в алкоголе и в наркотиках, а не в семейных отношениях как таковых», - лидер и создатель православного движения "Сорок сороков", отец девяти детей, состоящий 25 лет в счастливом браке, композитор **Андрей Кормухин**.

Шевчук Денис Александрович (в крещении Дионисий), экономист, юрист, журналист, выпускник православных миссионерских курсов

После культурного-умеренного выпивания алкоголя в честь крещения ребенка папа девочку выкинул из окна

Результаты культурных пьянок: полгода мужик был образцовым отцом и заботился о девочке, однако затем "променял все на рюмку", начал избивать жену и жить за ее счет.

<http://ren.tv/novosti/2019-08-20/ne-proshchu-mat-o-muzhchine-kotoryy-pytalsya-vybrosit-iz-okna-mladenca>

А у нас многие православные христиане (включая воцерковленных) даже не читали Концепцию Русской Православной Церкви по утверждению трезвости, принятую на заседании Священного Синода ещё в 2014 году, где священноначалие призывает нас к трезвости также как и «Святые Отцы часто являли пример абсолютной трезвости в своей жизни и призывали к ней».

«Христиане при этом призываются быть примером трезвой жизни...», но не все в курсе, лично от меня про это с удивлением узнают некоторые священнослужители даже в Москве, а мне было бы приятнее наоборот (узнавать от них).

«Церковь благословляла принятие обетов трезвости, поддерживала создание обществ трезвости. Святейший Синод в 1859 году своим указом благословил священнослужителям «живым примером собственной жизни и частым проповедованием в Церкви Божией о пользе воздержания содействовать возникшей в некоторых городских и сельских сословиях решимости воздерживаться от употребления вина».

Лично я пару раз уходил с православных мероприятий из-за сильного запаха спирта, мне бы чай или кофе...

«Работа по утверждению трезвости ... имеет целью... утверждение идеала трезвости и трезвого образа жизни в современном обществе, особенно в семье, где происходит

формирование личности».

Когда же это начнется, наконец, повсеместно, и перестанут выбрасывать детей с балконов собственные родители...

Дионисий Шевчук, выпускник православных миссионерских курсов, экономист, юрист, журналист

Что такое «обет трезвости»?

Что это такое — обет трезвости? Все просто: обещание. Человек обещает Богу, что не будет пить ничего, что содержит алкоголь. Обещает после особого молебна, перед Крестом и Евангелием, иконой или мощами святых. Дополнительно можно обещать не курить, не играть в азартные игры, не сквернословить. Обещает на всю жизнь или на определенный срок. Это могут быть и ранее зависимые от алкоголя, и их родственники или знакомые, и просто все кто хочет показать правильный пример ближним. В Москве перед принятием обета рекомендуют пройти школу трезвости, которую ведет диакон Марфо-Мариинской Обители милосердия о.Иоанн Клименко, кандидат химических наук, автор брошюры «Горькая правда о пиве и табаке», дипломной работы «Образ и значение вина в текстах Пятикнижия Моисеева», ответственный за трезвую работу на приходах Москвы (Распоряжение Святейшего Патриарха Кирилла). Школу трезвости можно пройти очно или заочно, видео можно посмотреть или скачать на сайте методшичко.рф на странице (методшичко.рф/Klimenko.html). После молебна каждому выдается обетная грамота и святой образ, перед которым давался обет трезвости. Существует благочестивая традиция, что обет трезвости дают не только страждущие, но и люди, которые сами не страдают от недуга винопития, ради своих ближних. Они дают обет трезвости не ради себя, а ради того, чтобы Господь, видя их усердие в воздержании и стремлении жить трезвой жизнью, помог и их близким. Обет трезвости предполагает изменение всей жизни человека: необходимо расстаться со своим эгоизмом, научиться преодолевать негативные черты своего характера (сквернословие, раздражительность, конфликтность, зависть, жадность, лень) и приложить все усилия к действенному покаянию, только в этом случае действие благодати в его душе принесет ожидаемый плод.

Шевчук Денис (Дионисий) vk.com/dionisiitrezvennik

выпускник православных миссионерских курсов, координатор движения "за Сухой закон" (засухойзакон.рф)

Экономическое обоснование трезвости

Сейчас **убыток бюджету РФ от алкоголя 1,7 трлн. руб.** в год (данные ОП РФ, 2009г.) — примерно **в 25 раз больше акцизов, от табака 1,2-1,5 трлн. руб.** (Минздрав 2012г.) - примерно **в 10-15 раз больше акцизов.**

Студентам 1 курса эконофака известна **«кривая производственных возможностей».**

Покупая алкоголь и/или табак = крадешь у детишек игрушки.

Экономический интерес - это форма проявления экономических потребностей.

Средства, с помощью которых удовлетворяются потребности, называются благами. Одни из них имеются в **неограниченном** количестве, например воздух, другие - в **ограниченном**.

Ограниченные в своем физическом объеме блага называются **экономическими**.

Для получения экономических благ необходимы соответствующие **ресурсы**. С их использованием для удовлетворения потребностей человека связаны все проблемы экономического развития. Решение этих проблем базируются на двух экономических

аксиомах:

- **человеческие потребности безграничны и неутолимы.** Хорошей иллюстрацией этого является известная сказка о золотой рыбке;
- **ресурсы общества, необходимые для производства товаров и услуг, ограничены или редки.**

Отмеченное противоречие разрешается **путем выбора**. Не случайно одно из определений экономики гласит: **экономика описывает и анализирует выбор из ограниченных ресурсов для удовлетворения неограниченных потребностей.**

Факторы производства - это ресурсы, используемые для производства экономических благ. Под экономическими ресурсами понимаются все природные, людские и произведенные человеком ресурсы.

Противоречия экономического развития, связанные с ограниченностью ресурсов, разрешаются путем **выбора альтернативных путей их использования** с учетом экономической эффективности.

В упрощенном виде эффективность использования ограниченных ресурсов моделируется с помощью **кривой производственных возможностей**. Она определяет границу производственных возможностей, которая показывает максимально возможный объем производства конкретного товара или вида услуг при заданных ресурсах и знаниях, которыми располагает экономика, и заданных объемах производства других товаров и услуг.

Кривая производственных возможностей - графическое изображение различных комбинаций производства благ при максимальном использовании имеющихся ресурсов и существующем уровне технологии.

Если предложение имеющихся в распоряжении общества ресурсов увеличивается, то появляется возможность произвести больше как первого, так и второго альтернативных товаров. Это отражается сдвигом кривой производственных возможностей. Происходящий при этом экономический рост имеет одну важную особенность: общество может реализовать их в будущем, только ограничив текущее потребление. Компромиссы между сегодняшними издержками и завтрашними выгодами касаются всех, кто принимает решения, - отдельных потребителей, предприятий и государственных органов

Главной экономической задачей является выбор наиболее эффективного варианта распределения факторов производства в целях решения проблемы ограниченности ресурсов и безграничности человеческих желаний. Отражением этой проблемы является постановка **трех основных вопросов экономики.**

1. **Что** должно производиться - т.е. какие товары и в каком количестве;
2. **Как** будут производиться товары, т.е. кем, с помощью каких ресурсов и какой технологии они должны быть воспроизведены ;
3. **Для кого** предназначаются товары, т.е. кто должен потреблять товары и извлекать из них пользу.

Уменьшение алко-табачных магазинов/отделов приведет к росту магазинов игрушек, книжных, продуктовых, хозяйственных и т. д.

Это знают первокурсники-экономисты. Знают ли об этом некоторые чиновники и депутаты?

Альтернативная стоимость (англ opportunity cost - [опотьюнити кост])

АЛЬТЕРНАТИВНАЯ СТОИМОСТЬ, альтернативные издержки — стоимость производства товара или услуги, измеряемая с точки зрения потерянной (упущенной) возможности производства другого вида товара или услуг, требующих тех же затрат ресурсов; цена замены одного блага (в том числе псевдо-блага) другим. Если при выборе из двух возможных благ (**псевдо-благ типа алкоголя или табака**) и их источников потребитель (покупатель) отдает предпочтение одному, жертвуя другим, то второе (псевдо-)благо есть альтернативная цена первого. Так что альтернативная стоимость (псевдо-)блага есть цена потери, на которую готов идти потребитель, чтобы получить возможность приобрести желаемое (псевдо-)благо.

Покупатели алкотабачной отравы жертвуют потреблением нормальных товаров (благ), в том числе жертвуют потреблением своих близких, детей.

Плюс спонсируют и поддерживают ядо-отрасли и все связанные с ядо-отраслями отрасли/компаний.

Более того существует эффект мультипликации.

Мультипликатор, эффект мультипликации.

Первоначально эффект мультипликации может быть показан на примере увеличения занятости при организации общественных работ. При расширении общественных работ рост числа занятых оказывается более значительным, чем увеличение числа работников, непосредственно привлекаемых к общественным работам. К примеру, рабочие, нанятые для сооружения шоссейных дорог, увеличивая спрос на потребительские товары, «вызывают» тем самым дополнительную занятость в отраслях, специализирующихся на выпуске этих товаров во «вторичном» секторе. В свою очередь рост доходов и потребления этой группы рабочих потребует расширения производства предметов потребления в смежных отраслях - «третичном» секторе. Образующаяся таким образом цепная связь распространяется (по убывающей) и на другие сектора. Эффект мультипликации будет зависеть от величины «начального» импульса.

Вывод: уменьшение потребления ядов (алкоголь и табак) наносит удар отраслям/фирмам, связанным с ядопроизводством и его торговлей, рекламой, в том числе косвенно...

И наоборот: за счет высвобождающихся средств от уменьшения потребления ядов (алкоголь и табак) можно развивать нужные отрасли, например продуктов питания, детских игрушек, книжный бизнес, наука и образование, туризм, сельское хозяйство, культура, ... причем увеличение будет многократно больше освобожденным от алкоголя средствам.

Шевчук Денис (Дионисий), экономист, юрист, журналист, выпускник православных миссионерских курсов.

denisikjurist@gmail.com

vk.com/dionisiitrezvennik

Протоиерей Андрей Ткачев о запретах

Я хочу поговорить с вами сегодня о запретах. Современная жизнь очень революционная, люди бунтуют против запретов - религиозных, гражданских, всяких. Когда говоришь человеку «нельзя» - он говорит: почему нельзя, кто сказал, что нельзя, где написано, что нельзя? А вот я хочу!

Существует конфликт между «я хочу» и «нельзя». Как правило, мы часто хотим то, что нельзя. И в этом конфликте «нельзя» и «хочу» побеждает «хочу». Я говорю об этом вполне в конкретной привязке, потому что в ближайшее воскресенье 23 числа сего текущего месяца на Суворовской площади прошло стояние против абортот. Нельзя убивать детей, нельзя. Да, есть показания врачей, есть опасность жизни матери, есть факты беременности в случае изнасилования. Есть ещё отягощенные психологические, религиозные ситуации, с личными событиями. Но в принципе правило очень простое: детей убивать нельзя. Не виноваты они ни в чём, за что их убивать? Убивайте грешников, которые во всем виноваты. Что же вы убиваете детей, которые не виноваты? Это очень простая тема на самом деле, которая осложнена и запутана, напущено очень много разными болтунами, духовными злодеями. Они кричат про права и свободу, наводя тень на плетень, чтобы продолжать Молохову жертву, чтобы выскоблить из материнских чрев детей, зачатых в разных ситуациях: по любви,

по случайной встрече, по залёту - по всякому. Но, тем не менее, ни в чем не виноватых, невинных детей. Вот, нельзя. И говорят: что вы одними запретами с нами общаетесь, с нами нельзя так, мы такие - сякие, мы сами с усами.

Я хотел вам сказать, что **запрет - это очень хорошая вещь**, неприятная, но хорошая. Например, у нас в **России запретили продавать алкоголь после 23 часов вечера**. Вы знаете, **статистика хулиганства и преступлений резко пошла на спад**. Т.е. раньше можно было купить в наливайке - забегайке сколько хочешь, а водка - продукт такой, сколько не купи - её всё мало, всё равно два раза бежать. Те, которые под шофе, выбегают на улицу в ближайшую наливайку купить себе лишний пузырь и по дороге успевают побить друг другу морды, сунуть ножик под ребро кому-нибудь или ещё что - нибудь откаблучить, потому что люди не в себе. Вот запрет пришел - преступность упала. Потом - запрет продажи алкоголя на заправках, т.е. раньше можно было купить на заправке водку и коньяк, шампанское и пиво. Сейчас ничего не купишь, только минеральную воду. Вы знаете, это прекрасно.

Некоторые фантазеры говорят, понимаете, если я хочу выпить - то я себе куплю, где хочу, запретами ничего не сделаешь. Надо, чтобы я не хотел покупать. Нет, это иллюзии и фантазии. Вот здесь покупать нельзя, здесь заправляются водители и не зачем им перед собою созерцать брендовые разные напитки, выстроенные ряды бутылок. Они соблазняют человека, т.е. не показывай мне этого, я соблазняюсь. Так что можно сказать, что можно голыми ходить, а ты не блуди. Иди на пляж нудистов, там голые все ходят, а ты не распаяйся, смотри, но не распаяйся. Это же глупость, сумасшествие. Оно же есть в человеке, а человек невольно зажигается нехорошим огнем и потом совершает разные нехорошие дела. Потом жизнь вся портится, т.е. удалите соблазн с глаз человека. Запрет полезен в этом случае.

Потом была шумная история с казино и игральными клубами, когда сказали: надо закрыть, это гадость, сумасшедший народ творит, не поймешь что. Я когда-то смотрел документальный фильм, поразивший меня, когда доктор шел на ночное дежурство и по дороге зашел в игровой салон. А там хитро всё, там окон нет, т.е. там непонятно - за окном ночь или день, там искусственный свет, красные стены. Там непонятно, сколько сидишь - час или три, семь или десять. Часов нигде нет на стенах. Народ зашел вчера вечером, а вышел послезавтра утром. Он не знает, сколько там был день или полдня. Он, конечно, может узнать потом по часам, по телефону, но в принципе он не чувствует времени, оно летит, как пух от уст Эола. Вот, доктор зашел поиграть - и прилип к рулетке или к карточному столу. Играл-играл - а там обязательно разносят разное пойло, там они пьют. Денег массу оставляют, что-то выигрывают, что-то проигрывают. Он там сидел, ел, пил, играл, продул всё, что имел в карманах. Злой вышел оттуда спустя много часов и пошёл в больницу. Руки дрожат, душа не на месте. И привезли больного, срочная операция. Он его зарезал. Руки дрожат, ночь без сна, коньяк, виски, плюс проигрыш, расстройство - он зарезал человека. Потом исповедь: я убийца, я убил, но убил не потому, что я убийца, а потому, что я игрок.

И вот возник вопрос: закрывать эту гадость надо - не закрывать? Поднялся шум: слушайте, мы кормим бюджет, мы наполняем Пенсионный фонд, без нас вообще экономика загнетса. Закрыли, экономика не сдохла, бюджет наполняется. Пенсионный фонд если страдает, то страдает по другим причинам, а не от отсутствия игрового капитала. Игромены всё ушли в тень, их можно ловить, сажать, казнить, наказывать штрафами - но влияния на жизнь это закрытие не произвело. Можно закрывать - и ничего не будет, потому что все эти крики: мы нужны экономике - это всё чепуха. Публичные дома, игральные дома, казино, ночные клубы по интересам – это все точки распространения наркотиков. Они ничего не наполняют, кроме

ада преисподней, куда сходят души людей, туда ходящих. Все остальное не наполняется - ни бюджет, ни национальная экономика.

В общем, крики за свободу могут быть самыми разными. Я хочу то - сё, хотя на здоровье, но есть вещи, которые нельзя делать, запрещается.

Недавно мне случилось быть в Краснодаре, там есть федеральная инициатива, там запрещают детям несовершеннолетним до 16 лет или до 14, может быть чуть ниже порог до паспортного возраста - быть на улице после 22 часов без взрослых. И сразу заговорили: как это, что это, почему это, что вы себе позволяете, это полицейское государство! - Нет, статистику проверили - упало количество драк, краж, похищений людей и исчезновений детей из семьи. Упало, была такая - а стала в два раза меньше.

В принципе запреты - это хорошо. Запрет - это нормальная вещь для любой культуры. Для того, чтобы эту ситуацию проиллюстрировать, подтвердить, закрепить божественными словами, я хотел бы напомнить, что заповеди есть повелительные и запретительные. Есть заповеди обязывающие. Например: помни день субботний, т.е. это приказ со знаком плюс, сделай это. Или: чти отца и мать - это приказ. А есть запрет: не прелюбодействуй, не нарушай святыню брака. Не укради, не присваивай себе ничего чужого. Частица «не» отрицательная здесь, она очень важна. Прошу вас, всех слушающих нас сегодня и вообще слушающих в принципе и думающих о жизни, понять, что без запретов нет цивилизации. Любая цивилизация - это система приказов и запретов. Там, где запретов не будет, там жизнь закончится.

Написано же: «не влезай - убьёт» на любой трансформаторной будке. Это запрет. Ты скажешь: "да что за наглость такая, как можно мне запрещать лезть в трансформаторную будку? Я всю жизнь хотел залезть в трансформаторную будку. Эта мечта всей моей жизни. Я хочу залезть. Естественное право любого человека - залезть в трансформаторную будку". Можно снять табличку - ну, залазь. Потом будет видно, что с тобой случится.

Допустим, на вокзал приходишь, написано там: не ходите по путям, не переходите с пути на путь по рельсам, пользуйтесь переходами, берегись поезда. Такие вещи пишут. Зачем? Да потому, что каждый год поезда наматывают на колеса сотни идиотов, которые не умеют читать или читают, но не понимают, что они читают. Они бегут, чтобы было быстрее. Потом спотыкаются об эти рельсы, потому что ты думаешь, ты молодой - а ты уже старенький. Ты думаешь, что ты быстрее побежишь, а ты споткнулся. Думаешь: сейчас поднимусь - а не получается. Думаешь: сейчас перебегу, а там ещё сумка осталась, сумку заберу - и в это время тебя намотало на колеса, как в фильме ужасов. Всё, приехали.

А написано там было: не лезь сюда, не бегай через пути или не стой под стрелой, когда кран едет. Это запреты, зачем они нужны? Чтобы жить.

Вся песня этих злодеев, врагов и всего святого, которые кричат: перестаньте нами командовать, нам нельзя жить под гнетом запретов, мы делаем то, что хотим. Хочу делать аборт - делаю, хочу то, хочу это. Хочу сменить пол - меняю пол. Хочу - самоубьюсь, сбросившись с крыши - не мешайте мне.

Цивилизации стоят на запретах. Там, где нет запрета - нет цивилизации. Потому что наши любят: цивилизация, цивилизация - магическое слово. Под цивилизацией понимают ровные асфальтированные дороги, вежливых полицейских, свободное перемещение товаров, денег и

людей, рабочей силы, но ведь эти все цивилизации живут на системе запретов. Вот это нельзя. Вот этим можно торговать, а этим нельзя. Надо понять, что слова «нет», «нельзя» - это основа цивилизации. И там, где люди бунтуют якобы за свободу против запретов - они бунтуют за грех и за самоубийство. Они хотят прыгать по проводам, совать пальцы в розетку, спать на проезжей части, плясать на железнодорожных путях и при этом хотят быть живы, здоровы, счастливы. Так не бывает, это всё будет наказываться.

У евреев, которые раньше нас получили Божий закон и дольше нас о нем думали, говорили, что люди, которые не знают слово «нет» - это вообще не люди. Например, есть критические вещи: нельзя матери спать с сыном, нельзя отцу спать с дочерью. Говорят: почему? Это без почему, это табу. Слово «табу» - это слово полинезийского происхождения. Это языческий термин, который обозначает строжайший запрет на некоторые действия, которые не объясняются. Говорит: почему нельзя? Это нельзя объяснять, это просто нельзя. Например, нельзя человеку есть человека. Вот умер, например, человек, его нельзя расчленивать, сварить и съесть. Современные дураки спрашивают: почему нельзя? А табу предполагает - это не объясняется, это просто нельзя. Это нельзя, это касается кровосмешения, инцеста, т.е. нельзя спать с матерью, нельзя спать с дочерью. Сегодняшние люди совсем как бы отупели, они стали чудовищами. Они говорят: объясните, докажите. Им говорят: это не доказывают, это табу. Табу не доказывают, это аксиома. Как в математике есть геометрия, точка и прямая - это аксиомы. Параллельные прямые не пересекаются - это аксиомы, не нужно доказывать. Вот, исходя из этого, уже дальше поехали. А наши сегодняшние фокусники говорят: расскажите, докажите, объясните, убедите. В чём тебя убеждать? В том, что нельзя отгрызть палец у человека и сварить из него суп? В этом тебя надо убеждать?

Цивилизация есть там, где нельзя, т.е. не трогай это, это чужое. Уважай чужую собственность, покой. Например, после 11 музыку выключи, потому что за стеной спят люди. Это и есть цивилизация. Цивилизация есть там, где есть слово «нельзя». А нас убеждают в том, что цивилизация есть там, где вообще всё можно.

Хочешь - ходи голый? - Да, конечно, можно. Нет, нельзя. Он говорит: почему нельзя? Она природа, я природа, мы полюбили друг друга. Нам все время приходится доказывать некоторые вещи, которые в принципе недоказуемы. Я сегодня говорю об этом и в контексте и без контекста, как бы в принципе говорю об этом, потому что многим из нас это непонятно.

Считается, что мы абсолютно свободны. Ничего подобного, раз ты забеременела, ты не свободна. Ты должна выносить ребенка и родить его. Ты не должна превращать свою утробу в гроб. Утроба должна быть домиком, т.е. утроба - это первый домик человека, уютный, теплый, маленький домик, как монашеская келья. Ты один там, больше никого нет, ты там живешь. Нельзя утробу превращать в пыточную камеру. Тебя раскромсали, расчленили, вытащили, выскоблили, окровавили - и всё, до свиданья. А это нельзя.

Наши говорят: почему нельзя, что такое? Я хотел вам сегодня сказать, дорогие друзья, что религиозный закон, и нравственный закон, и государственный закон стоят на твердом основании повелений и запретов, т.е. есть вещи, которые нельзя. Если таких вещей нет - то это самоубийственное сообщество, которое не является цивилизацией. Таких обществ до сих пор не было. Они только начинают появляться. Это на наших глазах разрастающаяся раковая опухоль человечества, которая не знает слова «нельзя».

Нельзя плясать на могилах, нельзя смеяться над калекой, нельзя подставлять ножку слепому, нельзя бить слабого, нельзя бросать беременную женщину, а тем более от тебя

забеременевшую, нельзя убивать детей во чреве и т.д. нельзя, нельзя - это цивилизация. Заберите слово «нельзя» - это будет собачатня, в которой все загрызут друг друга насмерть. Вот к этому и ведет нас эта пресловутая тема якобы свободы. Мы к свободе идем, к свободе. К какой свободе, болваны? Вы в концлагерь идете. Революционеры перед 17-м годом всех звали к свободе. Зашли болваны, и все - в концлагерь и там отдали Богу душу - в концлагере, а не на свободе. А звали всех на баррикады, на демонстрации: свобода, царизм нас замучил, так тяжело жить, свобода нужна. Вот тебе свобода - кайло в руки, телогреечка - и на Колыму! Годик помахал кайлом и успокоился. Вот такая свобода ждет всех любителей воевать с запретами.

В Москве культурно-умеренно выпивший пассажир трамвая избил беременную женщину

На северо-востоке Москвы полицейские задержали культурно-умеренно выпившего мужчину, избившего в трамвае беременную пассажирку. На записи видеокамеры из салона трамвая видно, что 41-летний житель Подмосковья внезапно ударил сидевшую рядом с ним женщину, а когда та попыталась уйти, нанес еще несколько ударов вдогонку. Женщина потеряла сознание и была госпитализирована.

Алкоголь — наркотик, яд, мутаген, канцероген, тератоген, депрессант (вызывает депрессии и немотивированную агрессию).

По данному факту органами полиции возбуждено уголовное дело по признакам преступления, предусмотренного ст. 116 УК РФ (побои).

Как обычно наказания избежали главные виновники: производители алкоголя и его пиаристы (купленные алкобизнесом журналисты, коррумпированные алколобби чиновники и депутаты).

Ученые-трезвенники: академик Федор Углов

Федор Григорьевич Углов.

Прожил 103 года (05.10.1904 — 22.06.2008), в 100 лет проводил сложнейшие хирургические операции, никогда не курил, абсолютный трезвенник, воцерковленный православный.

Федор Григорьевич Углов - выдающийся хирург современности, один из основоположников отечественной торакальной и сердечно-сосудистой хирургии, лауреат Ленинской премии, Первой национальной премии лучшим врачам России, премии Андрея Первозванного, премии им. А.Н.Бакулева, академик РАМН, главный редактор журнала "Вестник хирургии им. И.И.Грекова", почетный член многих отечественных и зарубежных академий и научных обществ, внесший весомый вклад в анналы мировой хирургии, занесенный в Книгу Рекордов Гиннеса в качестве старейшего в мире оперирующего хирурга.

Родился в деревне в Иркутской области. Супруга — Углова (Стрельцова) Эмилия Викторовна, кандидат медицинских наук. Дети - трое, 9 внуков, 9 правнуков, 2 праправнука на момент последних лет жизни (сейчас вероятно больше).

В период советско-финляндской войны служил старшим хирургом медсанбата на Финском фронте (1940—1941). После начала Великой Отечественной войны на протяжении всех 900 дней блокады Ленинграда работал в осажденном городе хирургом, начальником хирургического отделения одного из госпиталей.

Более 40 лет руководил кафедрой госпитальной хирургии СПб ГМУ, создал большую хирургическую школу.

Ф.Г. Углов одним из первых в стране успешно выполнил сложнейшие операции на пищеводе, средостенье, при пертальной гипертензии, аденоме поджелудочной железы, при заболеваниях легких, врожденных и приобретенных пороках сердца, аневризме аорты. Он является автором изобретения “Искусственный клапан сердца и способ его изготовления” (1981, 1982). Ф.Г. Углов — хирург с уникальной хирургической техникой, после выполненных операций ему неоднократно аплодировали многие известные хирурги мира.

Выдающийся хирург, ученый и педагог, Ф.Г. Углов и работая до последних лет своей жизни. Работая в должности профессора кафедры госпитальной хирургии СПб ГМУ имени академика И.П. Павлова, он проводил обходы и консультации хирургических больных, занятия со студентами и молодыми хирургами, выполнял операции, многие из которых, уникальны.

Федор Углов — автор монографий “Резекция легких” (1950, 1954), “Рак легкого” (1958, 1962; переведена на китайский и польский языки), “Тератомы пресакральной области” (1959), “Диагностика и лечение слипчивого перикардита” (1962), “Хирургическое лечение портальной гипертензии” (1964), “Осложнения при внутригрудных операциях” (1966), “Катетеризация сердца и селективная ангиокардиография” (1974), “Патогенез, клиника и лечение хронической пневмонии” (1976), “Основные принципы синдромальной диагностики и лечения в деятельности врача-хирурга поликлиник” (1987). Им опубликовано более 600 статей в различных научных журналах.

В 1974 году в свет вышла его первая художественная книга “Сердце хирурга” и сразу завоевала любовь самой широкой читательской аудитории, несколько раз переиздавалась в России, переведена на многие языки мира. Еще до Великой Отечественной войны Федор Григорьевич начал **борьбу за трезвость** в стране: читал лекции, писал статьи, письма в ЦК и Правительство. Его статьи и выступления по радио и телевидению надолго остаются в памяти читателей и слушателей, отличаются скульптурной, зримой доказательностью, бескомпромиссностью суждений и выводов. В этих беседах он как бы продолжает бой за жизнь и здоровье людей — бой, который более 70 лет со скальпелем в руках вел у операционного стола. За непримиримую борьбу с алкогольной мафией, с пропагандистами анти-научной лже-теории «культуры питания-пьянства» (именно она направлена на спаивание молодежи и детей) власти пытались незаконно упрятать ученого в психушку, но общественность чудом отстояла героя-академика. Его пытались задобрить и пряниками, обещая дать в руководство собственный институт сразу как он перестанет быть трезвенником и позволит себе «пить культурно», но он отверг предложение жуликов-алкоголиков.

Ф.Г. Углов — автор книг: “Человек среди людей (записки врача)” (1982), “Живем ли мы свой век” (1983), “Под белой мантией” (1984), “Образ жизни и здоровье” (1985), “В плену иллюзий” (1985), “Из плена иллюзий” (1986), “Береги здоровье и честь смолоду” (1988), “Ломехузы” (1991), “Самоубийцы” (1995), “Капкан для России” (1995), “Человеку мало

века” (2001), “Правда и ложь о разрешенных наркотиках” (2004), “Тени на дорогах” (2004), «Воспоминания русского хирурга. Одна революция и две войны», «Честный разговор о том, что мешает быть здоровым русскому человеку», «Советы столетнего хирурга», а также более 200 статей в художественно-публицистических журналах. Часть из них можно бесплатно скачать на сайте СБНТ sbnt.ru/knigi/

Академик Ф.Г. УГЛОВ и Православие

В чем секрет деятельного долголетия? В одном из интервью Фёдор Григорьевич сказал о себе так: **«Я человек глубоко верующий и воспитан был в религиозной семье. Я убежден, что без веры не может быть высокой нравственности и духовно здорового народа».**

Когда началась революция, будущему академику было 13 лет. В храм стало ходить труднее, и молиться пришлось большей частью дома. Юный Фёдор в антирелигиозных мероприятиях никогда не участвовал. **«Мы знали, что любые насмешки над Богом — это тяжкий грех. Да и вообще, в Сибири, мне кажется, этого было меньше. Над верующими не насмехались. Но все равно в храм людей стало ходить меньше, а потом начались хулиганства, и храм закрыли. За свою жизнь многое пришлось пережить, но искра веры в моей душе всегда помогала мне и спасала меня в трудные минуты».**

В большой семье Угловых — отец рабочий, мать крестьянка — было **шестеро детей**. Из нее вышли **два учителя, один инженер, профессор-глазник и академик-хирург**. **«Разве могли бы мои родители без Бога и Церкви заложить в нас такой прочный нравственный стержень?! Уже став отцом и дедом, я убедился, что только в вере человек во всей полноте сможет проявить и реализовать себя».**

Мать Фёдора Григорьевича, простая крестьянка, отличалась высокой внутренней культурой, требовательностью к себе и деятельной добротой к окружающим. Как-то раз она сказала сыну: «Старайся делать как можно больше добра и не жди от людей немедленной благодарности». Всю жизнь он стремился следовать материнскому принципу. Не гнался за славой и успехом, старался выполнять свою работу честно, добросовестно помогал пациентам. **Углов любил повторять, что врач послан больному от Бога и должен лечить его с Божией помощью.** Он говорил: «В хирургии нет пустяков. Поэтому хирург всегда обязан делать все с такой нежной заботой, как будто перед ним находится близкий и любимый человек. Я всегда откликался сердцем на человеческое несчастье, вероятно поэтому Бог до сих пор и дает мне возможность заниматься делом, которое составляет смысл моей жизни»

Секрет долголетия

Перешагнувшего через столетний рубеж, но сохранившего ясность мышления и работоспособность, Фёдора Григорьевича часто спрашивали, как ему это удастся. В своей известной книге «Сердце хирурга» ученый излагает несколько принципов, соблюдение которых поможет сберечь нравственное и физическое здоровье: «Основная заповедь: делай добро и не требуй, чтобы тебе немедленно ответили тем же. Ты сделал добро и забыл об этом. Но оно вернется к тебе — именно тогда, когда ты будешь в этом особенно нуждаться. Не делай зла другим людям, ибо сделанное тобою зло обязательно вернется к тебе, многократно усиленное. Если хочешь сохранить жизнь и здоровье на долгие годы, соблюдай элементарные требования здоровой жизни. Любой труд — физический и умственный — полезен для человека. Желательно сочетать их хотя бы в малой степени. Таким образом создается гармоничность личности».

«Он был удивительным человеком, второго такого я не знаю, — рассказывает Эмилия Углова,

супруга Фёдора Григорьевича. — Работоспособный, талантливый, умный, сильный, достойный. Он всегда много трудился, говорил, что работа помогает справиться с неприятностями, болезнями. У Фёдора были прекрасные природные данные от Бога: нежные руки, тонкое чутье врача, он мог точно диагностировать опухоли при осмотре. В зарубежной прессе была статья „Аплодисменты в операционной“. Иностранные хирурги во время медицинского симпозиума наблюдали за тем, как он оперировал: ловко, артистично. Операция в какой-то момент стала критической, но Фёдору Григорьевичу удалось блестяще ее провести, что вызвало аплодисменты коллег.. Он словно прессовал время, никогда не терял его понапрасну. Очень много всего успевал сделать за день, мог за один вечер написать научную статью. Отдых для него заключался в смене видов деятельности. Когда голова устала от умственной работы, он начинал что-то делать по дому. Если мы были на даче, то убирал снег, любил работать на земле».

На Всесоюзной конференции по борьбе с алкоголизмом 1981 года доклад Фёдора Григорьевича «Медицинские и социальные последствия употребления алкоголя в СССР» произвел эффект разорвавшейся бомбы. **Власти** назвали Углова «сумасшедшим академиком» и **запретили печатать его работы**. Но нашлись патриоты, которые записали доклад на магнитофон и напечатали его. С этого началось распространение среди народных масс **правдивых сведений об алкоголе**. До самой смерти Фёдор Григорьевич был руководителем Союза борьбы за народную трезвость (sbnt.ru). Его первый зам — Владимир Жданов продолжил общепольное трезвое дело, они оба подчеркивали необходимость и важность православия (даже несмотря на критику соратников-атеистов). Лично я впервые услышал известную фразу христианского апологета Тертуллиана (что душа по природе христианка) именно в записи выступления Владимира Жданова, еще будучи некрещеным, а уже через много лет повторно — на православных миссионерских курсах. Первый заместитель председателя СБНТ и издатель трезвых газет (Соратник, Подспорье, Трезвение) Тарханов Григорий Иванович — тоже православный. Устав СБНТ прямо говорит: «9.5. Организация относится с **уважением к Православию**» и «9.6. Организация отрицательно относится к новоявленным религиозным течениям». После общения с Федором Угловым и Владимиром Ждановым люди не только бросали травить себя алкогольными изделиями, а крестились, воцерковлялись, некоторые принимали сан. **Большие надежды на возрождение трезвости на Руси Фёдор Углов связывал с Православной Церковью**. В статье «Православие и духовное возрождение русского народа», написанной в 1997 году, Углов подчеркивает: «**Мы должны понимать, что отличительной чертой нашей духовной жизни была и есть соборность, а это есть единство народа в исполнении христианского долга и самоотверженности, в стремлении посильного приближения к Богу. В молитве мы говорим: „избави нас от лукавого...“ Не меня, а нас, это всенародная и общая молитва. Мы молимся за весь народ, мы, русские православные люди, составляем единое целое.И в этом наша сила и непобедимость**».

Фёдор Григорьевич говорил, что **самым запомнившимся его пациентом был митрополит Иоанн (Снычев)**. За год до своей смерти владыка Иоанн лечился в **клинике, которой руководил Углов**. Фёдор Григорьевич писал о своих беседах с митрополитом: «Но если всякий без исключения человек нуждается в покаянии и спасении, то почему того же нельзя сказать о целом народе, нации, государстве? — поразила меня однажды мысль. Не в том ли, что уклонились от пути, указанного Богом, корень всех наших бед, причина разорения и неустроенности богатейшей в мире страны? Высказывая свою догадку владыке Иоанну, я еще не знал, что вряд ли мог сыскать более просвещенного собеседника. Он ответил, что, точно, каждый народ как дитя,

непосредственное, со своим неповторимым характером, и стоит ослабнуть Христовой проповеди, ... всякий народ может быть ввержен в пучину самочиния и беспорядка. А русский — тем более, потому что он доверчив и простодушен. Но именно эти качества в сочетании с добротой, верой в высшую справедливость, отзывчивостью, нестяжательностью, склонностью к духовному созерцанию делают его наиболее восприимчивым к принятию Божественного откровения».

Вечная память

Фёдор Углов похоронен на Никольском кладбище Александро-Невской Лавры. На могиле хирурга торжественно установили бронзовый бюст. Также в СПб установлен памятник в сквере Федора Углова на пересечении улиц Рентгена и Льва Толстого, непосредственно перед клиникой госпитальной хирургии нынешнего Первого Санкт-Петербургского государственного медицинского университета (ПСПбГМУ) имени академика И.П. Павлова. Скульптура выполнена из бронзы. Она представляет собой собирательный образ врача, склонившегося над пациентом. На пьедестале начертаны слова академика Федора Углова: "Труд врача - в высшей степени гуманен и благороден". На открытии отметили, что именно Федор Углов создал и возглавил Союз борьбы за народную трезвость, благодаря чему и сегодня поколения людей 85-89 годов рождения поддерживают демографию страны. Внук академика Федора Углова, член-корреспондент РАН Михаил Сильников отметил, что переименование сквера и установка памятника осуществлялись по решению правительства Петербурга и при поддержке медицинского сообщества.

«Профессор Углов — ваше национальное достояние. Он двинул хирургию так же высоко, как вы двинули покорение космоса», Майкл Эллис ДеБейки, американский кардиохирург

«Академик Углов остаётся в памяти как незаурядная, исторических масштабов личность, мы преклонялись, равнялись на хирурга Божией милостью», председатель горкомитета С.-Петербурга по здравоохранению профессор Юрий Щербук

Федор Углов: «В православной вере мы были воспитаны с детства. Отец, старший брат, сестра — все пели в церковном хоре. Мы посещали храм, исповедывались, причащались, в школе нам преподавали Закон Божий. Я даже дружил с детьми о.Георгия, служившего в нашем храме».

Федор Углов: «Я заявляю со всей ответственностью: наш народ сознательно спаивают. На это есть свои причины. С одной стороны, пьяный человек становится послушен и не бунтует, а другая сторона — обогащение алкогольной мафии. Этим людям не нужен трезвый русский человек, они всячески этому противодействуют. Помните «сухой закон», введенный в России в 1914 году? Так вот, еще в 1911 году барон Гинзбург, встревоженный ростом антиалкогольного движения, в своем кругу заявил: «От поставки водки для казенных винных лавок, от промышленного винокурения я получаю больше золота, чем от всех моих золотых приисков. Поэтому казенную продажу напитков надо любой ценой сохранить и оправдать в глазах пресловутого общественного мнения».

Заинтересованные лица пытались «научно» доказать, что употребление «умеренных» доз алкоголя — явление нормальное, что, например, чайный стакан сорокаградусной водки совершенно безвреден при ежедневном употреблении. В 1912 году они обратились к академику И.П.Павлову с просьбой дать заключение по проекту создания лаборатории для обоснования безвредности умеренного потребления алкоголя. Ученый ответил: «Институт, ставящий себе неперменной целью открыть безвредное употребление

алкоголя, по справедливости не имеет права именоваться или считаться научным... Все те, кому дороги государственные средства, здоровье населения и достоинство русской науки, имеют обязанность поднять свой голос против учреждения института такого названия...». Подобный же отзыв об этой затее дал профессор А.Введенский.

Производители алкоголя и спирта - лидеры по уклонению от налогов

Производители алкоголя и спирта - лидеры по уклонению от налогов, именно они больше других задолжали налоговикам

Минимум треть зарегистрированных в России фирм имеют налоговую задолженность, общая сумма долгов по налогам составила 789,5 млрд руб.

В большинстве случаев суммы недоимок по налогам компаний невелики, если это обычный бизнес, не алкогольный.

У половины сумма не превысила 1 тыс. руб.

Лишь у 3% юрлиц из базы данных ФНС задолженность превышает 1 млн руб.

Еще у 8% фирм долги составляют от 100 тыс. до 1 млн руб.

17% компаний недоплатили от 10 тыс. до 100 тыс. руб. налогов.

Задолженность в размере 1–10 тыс. руб. числится за 21% компаний.

Большинство компаний — лидеров по суммам налоговой задолженности в базе данных ФНС — производители алкоголя и спирта.

На первом месте по уклонению от налогов - ликеро-водочный завод «Ярославский» с недоимкой 10,7 млрд руб. Сейчас предприятие проходит процедуру банкротства, бывшему гендиректору предъявлено обвинение в уклонении от уплаты налогов в размере 2,5 млрд руб.

Денис Шевчук, экономист, юрист, журналист

2018 г.

засухойзакон.рф

Прототип Штирлица не пил алкоголь и не курил!

Черняк Ян Петрович (настоящее имя Черняк Янкель Пинхусович) – сотрудник Главного разведывательного управления (ГРУ) Генерального Штаба Вооруженных Сил СССР. В 70-х годах с разрешения ГРУ встречался с Юлианом Семеновым и послужил прототипом образа знаменитого Штирлица. КГБ к реальному «Штирлицу» не имел никакого отношения. Он был военным разведчиком. А это не КГБ, а ГРУ. Сын чешского еврея и венгерской еврейки. Родители погибли или пропали без вести во время Первой мировой войны, и мальчик воспитывался в сиротском приюте.

Находясь в зарубежной командировке, Черняк провел исключительно ценную работу по созданию нелегальной резидентуры и лично завербовал 20 агентов.

Невзрачный и безнациональный, он был очень сильным и ловким, а также мастером рукопашного боя. Располагая примитивными средствами, мог подделать любой документ, классно изготовить печать, штамп. Его донесения не поддавались посторонней расшифровке, а фотоматериалы при попытке их обработать – засвечивались.

К 20-ти годам он овладел семью (!) иностранными языками, а на языке Шиллера и Гете молодой студент изъяснялся так, что его не отличали от уроженца западногерманских земель. Русский язык он выучил позже в разведшколе в Москве.

К началу войны члены его группы «Крона» занимали видные позиции в Рейхе, и полученная от них информация стратегического и военного характера получала самую высокую оценку в Москве. Ни один из агентов Черняка никогда не был разоблачен гестапо. Что мы знаем об этих людях? Фактически ничего.

12 июня 1941 года – до сообщений Рихарда Зорге и Леопольда Треппера, – Черняк добыл и передал в Москву секретный приказ главнокомандующего сухопутными войсками Германии о сроке, основных целях и сигналах нападения на Советский Союз в рамках плана «Барбаросса».

Его агентами были ценные источники, в том числе кинозвезды фашистской Германии Ольга Чехова и Марика Рекк. Марика Рекк принадлежала к разведывательной группе Яна Черняка, он-то и завербовал актрису еще в 1937 году. Любимица министра пропаганды Геббельса, она, вращаясь в высших кругах рейха, добывала сведения исключительной важности.

После нападения Гитлера на СССР нелегальная резидентура Черняка, действовавшая в Германии, Италии и некоторых других европейских странах, не только не прекратила работу, но и стала источником важнейших материалов.

Центр получал от группы Яна Черняка информацию, представлявшую огромное значение и оказавшую большое влияние на ход войны. Его агентура, насколько можно судить, состояла из местных кадров, имевших безупречную репутацию и находившихся на важных должностях в Рейхе. 35 ценных источников, в том числе в вермахте, гестапо и абвере, а один – непосредственно в Ставке фюрера.

«Крона» существовала почти одиннадцать лет. И если о «Красной капелле» Леопольда Треппера и «Красной тройке» Шандора Радо немецкая контрразведка знала и, в конце концов, смогла напасть на их след и ликвидировать – первую в 1942 году, вторую в 44-м, – то о нелегальной группе Черняка могла только догадываться по перехваченным радиোগраммам, которые не поддавались расшифровке. Черняку так и не было присвоено офицерское звание, он остался вольнонаемным служащим Вооруженных Сил.

«Я не нарушал требований конспирации. Всегда помнил, чем может закончиться для меня встреча с контрразведкой, а поэтому не посещал публичные дома, спортивные

соревнования, театры, где часто проводились облавы и проверки документов, не нарушал местных законов, чтобы не привлекать к себе никакого внимания. Этому и учил своих помощников. Но? кроме всего прочего, разведчику еще нужно обыкновенное везение. Мне везло».

Помните, в фильме «Семнадцать мгновений весны» показано, как Штирлиц отдыхает в своем особняке на окраине Берлина и попивает армянский коньяк. Не было у него особняка. Он никогда не жил постоянно на одном месте. И не пил. Все время ночевал у друзей и редко когда на одном месте дважды. С первого прочтения он запоминал слово в слово 10 страниц текста на любом из семи языков и расположение семидесяти предметов в комнате - с первого взгляда.

Агентам Черняка удалось в 1941 году добыть копию плана «Барбаросса», а в 1943 году — оперативный план немецкого наступления под Курском. Черняк передавал в СССР ценную техническую информацию о танках, артиллерийских орудиях, по реактивному вооружению, разработкам химического оружия, радиоэлектронным системам. В 1944 году им было передано свыше 12 500 листов технической документации и 60 образцов радиоаппаратуры. Сеть Черняка была одной из лучших в истории разведки — в ней не было ни одного провала за 11 лет работы.

30 декабря 1944 года: «Получил от вас 475 иностранных письменных материалов и 102 образца аппаратуры. Подбор материалов сделан настолько умело, что не оставляет желать ничего лучшего». Чуть позже: «Получил от вас 811 иностранных информационных материалов, в том числе 96 чертежей, описаний и инструкций новейших радиолокационных средств. Совет по радиолокации Госкомитета обороны готов поддержать представление ваших работников к правительственным наградам и премированиям».

Всего Черняком было передано 12.500 листов технической документации, 102 образца аппаратуры, документы, касающиеся радиолокации, электропромышленности, корабельного и авиационного вооружения, металлургии.

Указом Президента «за мужество и героизм, проявленные при выполнении специального задания» Черняку Яну Петровичу было присвоено звание Герой Российской Федерации. Указ был принят, когда Ян Петрович находился в коме в больнице, за 10 дней до его смерти, и награда была вручена его жене. На похоронах генерал армии Михаил Колесников заявил журналистам, что Черняк был одним из прототипов полковника Максима Исаева (Штирлица) в фильме по роману Юлиана Семёнова «Семнадцать мгновений весны».

Любой вымысел о деятельности советских разведчиков мог выйти только с одобрения всеисильной Конторы, иначе бы книга не прошла через Главлит (цензуру): в художественном вымысле могли быть раскрыты методы работы разведки. Поэтому надо было визировать даже вымысел. И еще одно условие - непременно написанное и отснятое должно вызывать патриотизм.

Денис Шевчук vk.com/dionisiitrezvennik
deniskredit@gmail.com
trezvayarossia.ru

о методе Шичко

Преподаватель о психолого-педагогических (немедицинских) курсах по методике Геннадия Андреевича Шичко (кандидат биологических наук, ветеран ВОВ).

Хочу рассказать вам об уникальном методе освобождения от любых зависимостей, от наших ведущих специалистов в этой области и успешно применяю на практике.

Этот метод поразил меня своей простотой, уникальностью и стопроцентным результатом (при жестком соблюдении условий данной методики).

Сейчас я расскажу вам о его практическом применении.

Эта методика заключается в безболезненном, немедикаментозном отказе от любых зависимостей и решении жизненно важных задач.

Без гипноза, без кодировок и других воздействий, в очень короткий срок!

В основе метода лежит работа с ложными установками, доведение альтернативной (правдивой) информации и запуска в организме человека процессов саморегуляции. С помощью этого метода вы можете быстро настроить свой организм на отказ от вредных привычек.

Вам не придется мучиться, страдать и изнурять себя специальными упражнениями. В вашем подсознании заложены внутренние силы, которые все сделают сами, самым естественным и безопасным для организма путем.

Метод состоит из трех этапов:

1. Получение альтернативной информации (10 занятий подряд по 2.5 часа);
2. Написание дневника перед сном;
3. Пребывание в группе (посещение клуба один раз в неделю в течение года).

А теперь разберем подробно!

1 этап: получение альтернативной информации.

Ваше сознание и подсознание - это сосуд, который внутри вас, он наполняется с детства не правильными, ложными установками, искаженными представлениями, разрушающими вашу жизнь. Наше подсознание - это свалка ментального мусора. Ваша задача изучить альтернативную (правдивую) информацию, с помощью которой у вас сформируется критика в отношении вашей зависимости, пропадет тяга и появится желание освободиться от нее.

2 этап: написание дневника перед сном.

В основе метода лежит воздействие на сознание и подсознание человека альтернативной, правдивой информацией, с последующим анализом прожитого дня в виде написания дневника перед сном. Что это значит? Это значит, что если вы напишете о своих желаниях и установках на успех четким действием, ручкой и рукой на бумаге, то эта информация незамедлительно отложится в вашем подсознании и будет формировать новые программы, которые откроют вам новые возможности. А главное - делать вы все это будете с удовольствием.

Слово, написанное человеком перед сном, действует на сознание и подсознание в десятки раз сильнее, чем слово сказанное, услышанное и прочитанное. Ложные программы разрушаются именно во сне, когда человек спит после написания дневника.

Правила написания дневника:

1. Писать перед сном, написав - сразу лечь спать;
2. Писать от первого лица (я, мне, мое);
3. Писать разборчиво, красиво, сосредоточится на том, что вы пишете;
4. Исключить частицу НЕ (не хочу, не могу, не знаю);
5. Ответ должен быть полным, развернутым, чтобы был понятен вопрос;
6. Писать только правду, все свои чувства, эмоции, переживания.

3 этап: пребывание в группе (закрепляющий)

Что бы чувствовать в новой приобретенной привычке и не вернуться к какой-либо старой, необходимо закрепить свои проделанные усилия.

Самым действенным способом станет общение с теми, кто пытается сделать тоже самое, что и вы, или уже добились устойчивого результата.

Если в числе ваших друзей есть те, кто тянет вас вниз, нужно прекратить с ними общаться. Настоящие друзья вас всегда поддержат!

Увлечение компьютерными играми: беда или благо?

Компьютеры стремительно внедрились в жизнь современного человека. Сегодня уже стало привычным видеть, что человек взаимодействует с компьютером постоянно – на работе, дома, в машине и даже в самолете. Постепенно компьютер становится неотъемлемой частью жизни не только взрослого, но и ребенка. Многие родители считают, что пусть лучше ребенок сидит дома за компьютером у них на глазах, чем гуляет с дурной компанией. Тем самым ребенок получает свободный и неограниченный доступ к компьютеру.

Вместе с появлением компьютеров появились и компьютерные игры, которые сразу нашли массу поклонников среди детей и взрослых. На сегодняшний день компьютерная техника достигла такого уровня развития, что позволяет создавать очень реалистичные игры с хорошим графическим, цветовым и звуковым оформлением, что влечет за собой рост количества людей, фанатично увлекающихся компьютерными играми - геймеров (от английского «game» - игра).

Действительно, компьютерные игры стали представлять собой увлекательное занятие для многих дошкольников, школьников, студентов и взрослых. Дошкольников уже порой не интересуют обычные игрушки, как раньше, они стремятся быстрее попасть домой, потому что там их ждет заветная игра. Школьники прогуливают занятия только из-за того, что всю ночь провели у экрана и не успели подготовиться к урокам, которые становятся менее важными, чем пройденный уровень игры. А на переменах в школе сейчас одной из наиболее актуальных тем становится тема компьютерных игр и количество очков за них.

Что лежит в основе увлеченности компьютерными играми

Исследователи считают, что потребность в игре как таковой, свойственна человеку на протяжении всей его жизни. В процессе игры удовлетворяется неосознаваемая познавательная потребность, вследствие чего ребенок получает удовольствие. Определенное место в ряду компьютерных игр занимают нероловые логические и обучающие игры.

Детское восприятие устроено таким образом, что для запоминания и усвоения информации нужны ассоциации, игра. Если использовать компьютерные игры в разумных пределах (не более 1 часа в сутки с перерывами через 15-20 минут для ребенка 6-9 лет) и не в ущерб другим сторонам жизни ребенка, то они могут принести положительный результат: научат детей счету, иностранному алфавиту, усилят концентрацию внимания, улучшат мыслительные операции, процессы принятия решения, будут способствовать формированию художественного воображения, помогут развить быстроту реакции.

Вместе с тем, ребенок, который всем остальным развлечениям и увлечениям предпочитает лишь компьютерные игры, пусть даже и развивающие, подвергается риску возникновения многих серьезных проблем. Проведенные исследования доказали, что если ребенок младше 10 лет пристрастился к компьютеру, то это может замедлить его развитие, как физическое, так и психическое. Просиживая за любимой компьютерной игрушкой, такой ребенок начинает вести не свойственный этому возрасту образ жизни, исключая необходимую двигательную активность, развитие широкого спектра эмоциональных реакций, познание окружающего мира, формирование коммуникативных навыков в общении и в обычных детских играх со сверстниками. Психологи считают, что до 10-11 лет для развития детей гораздо более полезно заниматься спортом, подвижными играми (боулинг, футбол, волейбол), музыкой, рисованием, ходить в походы, кататься на роликах, коньках, лыжах, велосипеде. Надо также иметь в виду, что детям трудно соблюдать «меру» в игре, т.к. процессы саморегуляции у них еще недостаточно сформированы, а значит им

трудно ограничивать время игры на компьютере, вовремя делать перерывы, следить за режимом питания.

Многие электронные игры подразумевают не только решение логических задач, но и определенную эмоциональную нагрузку, которая, по сути дела и лежит в основе большинства случаев патологической привязанности к играм. Электронные игры значительно отличаются по жанру и содержанию. Наименее опасны так называемые аркадные игры, с простой графикой и звуком. За этими играми, как правило, «убивают время», они не могут вызвать длительной привязанности. Другое дело – ролевые игры, во время которых игрок «перевоплощается» в управляемого им героя и с головой погружается в его мир. В таких играх ощущение реальности может быть очень велико и надолго удерживать внимание играющего.

Наибольшую опасность представляют «стрелялки», которые характеризуются весьма примитивным сюжетом, основанном на насилии. Такие игры могут отрицательно сказаться на психике ребенка и стать причиной его чрезмерной агрессивности.

Анализируя проблему увлеченности компьютером, исследователи обращают особое внимание на то, что дети порой настолько вживаются в компьютерную игру, что в виртуальном (вымышленном) мире игры им становится гораздо интереснее, чем в реальной жизни. В этом мире существуют интересные задачи, невыполнение которых не приводит к каким-либо отрицательным последствиям: к плохим отметкам, к порицанию со стороны родителей, к разочарованию в себе и т.д. Больше того, сделанная ошибка может быть исправлена путем многократного повторного прохождения того или иного момента игры.

Факторы, способствующие привыканию ребенка к компьютерной игре:

- отсутствие ответственности;
- реалистичность процессов и полное абстрагирование от окружающего мира;
- возможность исправить любую ошибку путем многократных попыток;
- возможность самостоятельно принимать любые (в рамках игры) решения, вне зависимости от того, к чему они могут привести.

Установлено, что ролевые компьютерные игры в большей степени, нежели неролевые, позволяют человеку уйти от реальности в виртуальный мир. Дети и подростки, не сумевшие реализовать себя в повседневной жизни, в ролевых компьютерных играх принимают на себя роль компьютерного персонажа, отождествляются с ним и получают возможность через новую для себя роль удовлетворить те потребности, которые остаются неудовлетворенными в реальной жизни. Вслед за этим, чем больше ребенок начинает играть, тем отчетливее и важнее становятся для него различия между реальной жизнью и виртуальной. Постепенно игра превращается в средство компенсации его жизненных проблем: удовлетворение жажды приключений, желание снизить эмоционально-психологическое напряжение, вызванное нарушенными отношениями в семье и/или со сверстниками, потребность избежать физического и/или эмоционального насилия, уход от проблем, связанных со школьной неуспеваемостью, желание расслабиться и отдохнуть и т.д.

По данным российских психологов от 10 до 14% людей, играющих в компьютерные игры, обретают патологическую зависимость от них. Особенно подвержены этому подростки. Понятие «компьютерная зависимость» появилось в 90-х годах прошлого века. Она характеризуется навязчивым стремлением уйти от повседневных забот и проблем в виртуальную реальность, улучшив тем самым свое эмоциональное самочувствие. Специалисты относят подобный вид зависимости к тяжелым эмоциональным расстройствам, специфической эмоциональной «наркомании».

Стадии психологической зависимости от компьютерных игр.

1. Стадия легкой увлеченности. После того, как подросток один или несколько раз поиграл в ролевую компьютерную игру, он начинает «чувствовать вкус», ему начинает нравиться компьютерная графика, звук, сам факт имитации реальной жизни или каких-то фантастических сюжетов. Компьютер позволяет подростку с довольно большой приближенностью к реальности осуществить свои мечты. Например, мечтая быть сильным, супергероем, ребенок получает такую возможность в игре, преследуя и побеждая других. Таким образом, начинает реализовываться неосознаваемая потребность в принятии роли компьютерного персонажа. Подросток начинает играть, уже не случайным образом очутившись за компьютером, стремление к игровой деятельности принимает некоторую целенаправленность. Однако специфика этой стадии в том, что игра в компьютерные игры носит скорее ситуационный, нежели систематический характер. Устойчивая, постоянная потребность в игре на этой стадии не сформирована, игра еще не является значимой ценностью.
2. Стадия увлеченности. Фактором, свидетельствующим о переходе подростка на эту стадию формирования зависимости, является появление в иерархии потребностей новой потребности — игра в компьютерные игры. Игра на этом этапе принимает систематический характер. Если подросток не имеет постоянного доступа к компьютеру, т.е. удовлетворение потребности тормозится какими-либо обстоятельствами, возможны достаточно активные действия по устранению этих обстоятельств.
3. Стадия зависимости. Эта стадия характеризуется изменением самооценки и самосознания. Игра полностью вытесняет реальный мир. Зависимость может оформляться в одной из двух форм: социализированной и индивидуализированной. Социализированная форма игровой зависимости отличается поддержанием социальных контактов с социумом (хотя и в основном с такими же игровыми фанатами). Такие подростки очень любят играть совместно, играть с помощью компьютерной сети друг с другом. Игровая мотивация в основном носит соревновательный характер. Эта форма зависимости менее пагубна в своем влиянии на психику ребенка, чем индивидуализированная форма. Подростки не отрываются от внешнего окружения, не уходят «в себя»; социальное окружение, хотя и состоящее из таких же фанатов, все же, как правило, не дает человеку полностью оторваться от реальности, «уйти» в виртуальный мир и довести себя до психических и соматических нарушений.
4. Стадия привязанности. Эта стадия характеризуется угасанием игровой активности, сдвигом психологического содержания личности в целом в сторону нормы. Человек «держит дистанцию» с компьютером, однако полностью оторваться от психологической привязанности к компьютерным играм не может. Это самая длительная из всех стадий — она может длиться всю жизнь, в зависимости от скорости угасания привязанности. Компьютерные игры имеют небольшую историю, однако случаев полного угасания зависимости — единицы. Человек может остановиться в формировании зависимости на одной из предыдущих стадий, тогда зависимость угасает быстрее.

В настоящее время выделяются два основных психологических механизма образования зависимости от ролевых компьютерных игр: потребность в уходе от реальности и в принятии роли другого. Они всегда работают одновременно, но один из них может превосходить другой по силе влияния на формирование зависимости. Оба механизма основаны на процессе компенсации негативных жизненных переживаний, а, следовательно, есть основания предположить, что они не будут работать, если человек полностью удовлетворен своей жизнью, не имеет хронических психологических проблем и считает свою жизнь счастливой и продуктивной. Однако таких людей очень немного, поэтому большинство людей можно считать потенциально предрасположенными к формированию психологической зависимости от ролевых компьютерных игр.

Еще более усиливают подростковую компьютерную зависимость глобальные сети, где подросток играет уже не с компьютером, а с миллионами живых людей, которых он не идентифицирует за печатными текстами. Сеть тоже представляет собой сублимат ролевых

игр. Здесь «играющий» придумывает своего персонажа, т.е. самого себя, выдавая себя придуманного тысячам собеседников за себя реального.

«Играющий» действует уже не по законам, описанным программистами и дизайнерами, а по правилам, придуманным им самим. Осознание бесконечности сетевого пространства, безнаказанности и огромного количества участников процесса постоянно подталкивает ребенка, подростка создавать и описывать собственные правила поведения, принимать решения, которые в целом не имеют отношения к реальной жизни.

Признаки компьютерной зависимости:

- когда родители просят отвлечься от игры на компьютере, ребенок демонстрирует острый эмоциональный протест;
- ребенок раздражается при вынужденном отвлечении;
- ребенок не может спланировать окончание игры на компьютере; - ребенок постоянно просит деньги для обновления программного обеспечения компьютера и приобретения новых игр; - ребенок забывает о домашних делах и приготовлении уроков; - у ребенка сбивается режим дня, режим питания и сна, он перестает заботиться о собственном здоровье; - чтобы постоянно поддерживать себя в бодрствующем состоянии, ребенок начинает злоупотреблять кофе и другими энергетическими напитками; - прием пищи происходит без отрыва от игры на компьютере; - ощущение эмоционального подъема во время игры на компьютере; - ограничение общения постоянным обсуждением компьютерной тематики с окружающими; - нетерпение, предвкушение и продумывание заранее своего возвращения к компьютеру.

Появление подобных признаков может сопровождаться нарушениями в работе желудочно-кишечного тракта, болевыми ощущениями в области позвоночника, лопаток, запястий рук. Кроме того, регулярное раздражение глазных яблок может способствовать появлению головных болей и проблем со зрением. Нередко развивается бессонница и нервное истощение.

Факты, которые должны насторожить родителей.

- ребенок начал есть, пить, учить уроки, не отходя от компьютера;
- ребенок начал проводить ночи за компьютером;
- ребенок начал прогуливать школу для того, чтобы поиграть за компьютером;
- как только ребенок возвращается домой, то сразу направляется к компьютеру;
- ребенок забывает поесть, почистить зубы, причесаться, переодеться (чего раньше не замечалось);
- ребенок находится в раздраженном, агрессивном состоянии, не знает, чем заняться, если компьютер сломался;
- ребенок шантажирует, угрожает, если ему запрещают играть на компьютере.

Как предотвратить развитие компьютерной зависимости у детей. Компьютер в жизни ребенка.

Важное влияние на личность ребенка оказывает стиль воспитания, который преобладает в семье.

В настоящее время ученые выделяют четыре типа семей, провоцирующих развитие зависимости у подростков:

1. травмирующая семья, в которой ребенок отождествляется либо с агрессором, либо является жертвой, что сопровождается чувствами стыда и беспомощности, от которых он впоследствии избавляется с помощью какого-либо объекта зависимости, будь то алкоголь, наркотики или компьютер;
2. навязчивая семья, возлагающая собственные грандиозные ожидания на ребенка и, таким образом, формируя у него сильное эмоциональное напряжение, связанное со страхом не оправдать родительские ожидания;
3. лживая семья, в которой ребенок утрачивает чувство реальности и собственной личности, испытывает стыд, отчуждение и деперсонализацию;
4. непоследовательная семья, когда родительские правила различаются и меняются на ходу, создавая у ребенка сильный эмоциональный дискомфорт.

Исследования психологов показали, что в семьях подростков, страдающих компьютерной зависимостью, чаще используются негармоничные стили воспитания. В этих семьях преобладает хаотический уровень адаптации. Это означает, что члены семьи в проблемных или конфликтных ситуациях не способны конструктивно решать возникающие проблемы. Все члены семьи дистанцированы друг от друга. Так, например, у каждого из них свои интересы, которые не согласуются с интересами других членов семьи, поэтому им трудно принимать совместные решения. Кроме того, для них характерна неэффективная коммуникация, которая может проявляться в неадекватном взаимном восприятии членами семьи друг друга и собственной семьи в целом, в наличии множества «закрытых» для обсуждения тем и т.д. Все это приводит к формированию коммуникативных и личностных проблем у ребенка, иллюзорное решение которых становится возможным, в частности, в условиях виртуальной реальности, т.е. повышает риск развития компьютерной зависимости. У родителей из этих семей была обнаружена также высокая степень семейной тревоги, выражающаяся в семейной напряженности. Это означает, что выполнение семейных обязанностей является для них непосильной задачей. При таком положении дел в семье ослабляются эмоциональные контакты между членами семьи, возникает недоверие друг к другу, что приводит к развитию неблагоприятной эмоциональной атмосферы в семье.

Интересно, что дети в этих семьях оценивали поведение родителей как непоследовательное, враждебное и директивное, что характеризует авторитарный, противоречивый и эмоционально отвергающий стиль воспитания. Авторитарные отношения исключают душевную близость с детьми, поэтому между ними и родителями редко возникает чувство привязанности, что ведет к подозрительности, постоянной настороженности и даже враждебности к окружающим. При противоречивом стиле воспитания не удовлетворяется одна из важных базовых потребностей личности - потребность в стабильности и упорядоченности окружающего мира. Непредсказуемость родительских реакций лишает ребенка ощущения стабильности и провоцирует повышенную тревожность, неуверенность, импульсивность, а в сложных ситуациях даже социальную дезадаптацию.

В противовес этому специалистами было установлено, что наилучшие взаимоотношения детей и подростков с родителями складываются обычно тогда, когда родители придерживаются демократического стиля воспитания.

Демократический стиль (в терминологии других авторов - «авторитетный», «сотрудничество») характеризуется тем, что родители поощряют личную ответственность и самостоятельность своих детей в соответствии с их возрастными возможностями. Подростки включены в обсуждение семейных проблем, участвуют в принятии решений, выслушивают и обсуждают мнение и советы родителей. Родители требуют от детей осмысленного поведения и стараются помочь им, чутко относясь к их запросам. При этом родители проявляют твердость, заботятся о справедливости и последовательном соблюдении дисциплины, что формирует ответственное социальное поведение.

Этот стиль в наибольшей степени способствует воспитанию самостоятельности, активности, инициативы и ответственности. Поведение ребенка направляется в этом случае последовательно и вместе с тем гибко и рационально:

- родитель всегда объясняет мотивы своих требований и поощряет их обсуждение с подростком;
- власть используется лишь в меру необходимости;
- в ребенке ценится как послушание, так и независимость;
- родитель устанавливает правила и твердо проводит их в жизнь, но не считает себя непогрешимым;
- он прислушивается к мнениям ребенка, но не исходит только из его желаний.

Кроме того, эмоциональные отношения в семье играют важную интегрирующую роль, благодаря которой члены семьи ощущают себя единой общностью и чувствуют теплоту и поддержку друг друга.

Несколько рекомендаций родителям.

1. Стройте отношения в семье на принципах честности и умении признавать ошибки.
2. Не оскорбляйте ребенка и его круг общения.
3. Будьте другом и помощником своему ребенку.
4. Сделайте так, чтобы ребенок мог вам довериться всегда и при любых обстоятельствах.
5. Не бойтесь показывать свои чувства ребенку, если вы расстроены сложившейся «компьютерной» ситуацией. Тогда он увидит в вас не противника, а близкого человека, который тоже нуждается в заботе.
6. Если вдруг возник конфликт, который выражен в приказном тоне с вашей стороны о прекращении работы за компьютером, то не следует торговаться с ребенком, надо четко заявить о своей позиции и объяснить её.
7. Всегда нужно оговаривать время игры ребенка на компьютере и точно придерживаться этих рамок. Количество времени нужно выбирать, исходя из возрастных особенностей ребенка. Например, до 5 лет не рекомендуется ребенка допускать до компьютера, стоит поощрять его познание мира без посредничества электроники. С 6 лет ребенку можно начинать знакомиться с компьютером (15-20 мин. в день). Для подростка 10-12 лет желательно не более 2 часов в день и не подряд, а по 15-20 минут с перерывами.
8. Категорически запрещается играть в компьютерные игры перед сном.
9. Необходимо прививать ребенку интерес к активным играм и физическим упражнениям, чтобы он чувствовал радость от этого.
10. Необходимо следить, чтобы игра на компьютере не подменяла реальное общение со сверстниками, друзьями и близкими.
11. Следует проводить обсуждение игр вместе с ребенком, выбирать развивающие игры.
12. Не ограждать ребенка от компьютера вообще, поскольку это неотъемлемая часть будущего, в котором ребенку предстоит жить.

Вред от курения марихуаны

Бронхит и воспаление легких, снижение иммунитета, проблемы с потенцией и риск онкологии, деградация мозга – вот не полный список, чем опасно курение марихуаны. Временное отсутствие неприятных симптомов – это иллюзия. Большинство курильщиков марихуаны втягиваются в серьезные проблемы со здоровьем, когда жизнь от кайфа до ломки превратится в ад для всей семьи наркозависимого. Давно известно, что марихуана разрушительно влияет на кратковременную память, сильно снижает способность к обучению и может провоцировать развитие психических расстройств.

«Первое, чем опасно курение марихуаны - желание превысить дозу. Потом начнется необъяснимое беспокойство, раздражение, которое будет моментально проходить от новой затяжки. Ожидание новой дозы, когда кажется, что еще ничего плохого не происходит –

вот чем опасно курение марихуаны. Это настоящий наркотик, который вызывает и физическую, и психическую зависимость. **Вред марихуаны доказан.** Она является **вводным наркотиком, который часто приводит к употреблению героина, ЛСД и кокаина.** Ничего не случится через неделю или две, но через несколько месяцев регулярного употребления марихуаны промежутки между «косяками» заполнятся **депрессией, тошнотой, бессонницей, ознобом, агрессивностью без всякой причины.** Это и есть ломка – патологическое состояние, при котором повышается давление, учащается пульс, начинается диарея, возможны судороги, но, главное, начинается нестерпимая боль в суставах и мышцах. Организм требует дозы. Значит, пора обращаться к наркологу, чтобы быстро снять ломку», врач психиатр, психиатр-нарколог Константин Сергеевич Вторушин.

Мозг и каннабис не совместимы!

Изучение физиологических данных 2223 подростков показало, что у принимавших каннабис детей истончаются левая и правая дорсолатеральная префронтальная кора. А она отвечает за функции памяти, когнитивной гибкости, планирования и абстрактного мышления. **Необратимые структурные изменения мозга!** Марихуана нарушает когнитивные функции мозга – к ним относятся процессы мышления, способность к обучению и запоминанию, восприятие реальности, процессы мотивации, координация движений. Наиболее ярко эти нарушения проявляются, конечно, у подростков, но взрослые люди также подвержены влиянию каннабиса на центральную нервную систему и головной мозг. Каннабиноиды воздействуют на ряд отделов головного мозга, что приводит к следующим последствиям:

- проявление необоснованного страха или эйфории;
- снижение памяти и концентрации внимания;
- нелогичность в мыслях, поступках и эмоциях;
- чрезмерная выработка дофамина сначала провоцирует проявление позитивных эмоций, за которыми следует жесткая депрессия.

Токсичные вещества влияют и на кровеносную систему, что может спровоцировать ряд осложнений:

- проникновение токсинов в кровь;
- формирование стаза в капиллярах;
- проникновение плазмы крови в ткани мозга, что приводит к отеку главного органа;
- сбой в транспортировке полезных элементов в соседние участки головного мозга;
- отмирание клеток ЦНС (включая клетки мозга).

Нарушения в органах дыхания

В дыме марихуаны содержится в 20 раз больше аммиака, чем в табачном дыме. Этот ядовитый газ разрушительно воздействует на слизистые дыхательных путей, затрудняет дыхание, а при регулярном вдыхании в высоких концентрациях способен вызывать гипоксию клеток организма, **регулярный прием каннабиса связан с развитием хронической обструктивной болезни легких (ХОБЛ).**

Мужская потенция

Прием марихуаны на треть и более уменьшает количество сперматозоидов, а также снижает их активность.

Разрушение зубов

Употребление марихуаны в разы повышает риск периодонтита – воспаления связок и костных тканей, которые удерживают зубы.

Формирование других зависимостей

Употребление каннабиса значительно повышает риск развития других химических зависимостей – никотиновой, алкогольной и химической.

Пропаганда марихуаны как бизнес

Нанимаются опытные профессиональные вруны, на одного такого я лично писал жалобы в полицию и иные гос.органы: реальные доказательства вреда «травки» замалчиваются, редко афишируются перед широкой аудиторией. Поэтому каждый раз, услышав о мнимой «легкости» или якобы «пользе» марихуаны, стоит подключать критическое мышление, игнорировать подобную информацию (брехню) и обращаться к авторитетным научным источникам, распространителей подобной брехни нужно жестко посылать «лесом» и по возможности сообщать о них в полицию.

Употребление конопли приводит к необратимым последствиям в организме:

- заторможенность мыслительных процессов;
- психологическая замкнутость;
- сужение круга интересов;
- снижение умственных способностей;
- раскоординация движений;
- апатичность;
- нестабильность эмоционального состояния;
- анатомические изменения в мозге;
- нарушение памяти;
- болевые ощущения в области груди;
- повышение кровяного давления;
- заторможенность;
- болезненная реакция на световые и звуковые сигналы;
- снижение социальной активности;
- повышение риска развития таких патологий, как хронический бронхит, гепатит, почечная недостаточность и т.д.

ЛСД (кислота) - разрушитель мозга

Употребление наркотического вещества ЛСД (кислота) крайне опасно для организма человека. Последствия регулярного приема могут быть весьма плачевными: различные психические расстройства, шизофрения, эпилепсия, нервные срывы. Человек, находясь под воздействием дозы лсд, не отдает отчет своим действиям, он теряется между реальностью и вымышленным миром. Он может попасть в беду или нанести вред другим людям. Психологические последствия:

- Устойчивые галлюцинации, постоянное видение несуществующих объектов может не только долго сохраняться, но и прогрессировать. Поэтому, чтобы находиться в трезвом уме и твердой памяти человеку приходится принимать корректирующие препараты. Синдром Алисы в стране чудес, комплекс неврологических дезориентирующих симптомов, включающий изменения, связанные с потерей ориентации во времени, с правильной оценкой размеров предметов и расстояния в психиатрии называется синдромом Алисы, часто приводит к неприятным последствиям в личной и социальной жизни. Острый психоз, встречается довольно часто из всех психических расстройств, при острой форме психоза человек не может контролировать свое эмоциональное состояние, раздражается, появляется агрессивность, иногда такое расстройство заканчивается убийством или самоубийством. После окончания приема психоактивного вещества человек через месяцы, а иногда и через годы может ощутить краткосрочные “флэшбеки”, это выражается в возвращении галлюцинаций и измененного сознания. Наклонности суицидального плана, страшные видения, изменение сознания часто толкают человека на необдуманные поступки, а депрессивное настроение может подтолкнуть наркомана к суициду. ЛСД не открывает истину, это лишь особенности работы поврежденного мозга. Даже однократное употребление ЛСД чревато тяжелыми последствиями, употребление может толкнуть его в тяжелую психическую патологию. Действие галлюциногена может наступить спустя месяцы и годы после употребления (не только дома в кровати, но и на работе, за рулем автомобиля, на высоте). «Употребление галлюциногенов, как и любых других наркотиков, — всегда русская рулетка. Отек мозга, НРРД (длительное расстройство восприятия), флэшбэки, бэд-трипы, психозы — миллион последствий, и очень тяжелых» (психиатр-нарколог Василий Шуров).

ЛСД, последствия употребления:

- Нарушения хромосомного характера;
- Появляется склонность к насильственным действиям по отношению к окружающим людям;
- Наличие умственного помешательства;
- Тяга к суициду;
- У людей употребляющих ЛСД, рождается больное потомство с нарушениями психического здоровья, наличием различных типов патологий и многое другое;
- У человека, употребляющего данный препарат, замечен ряд психических и психологических изменений в поведении, характере, что провоцирует его на асоциальное поведение в обществе.
- Достаточно употребить ЛСД 5-8 раз, чтобы попасть от него в зависимость, на что называется психическое состояние человека, его нервной системы. С каждым новым приемом ЛСД доза его постоянно повышается, что связано с потребностью получения новой порции ощущений, к чему и стремится наркоман, повышение дозы — свойство всех наркотиков (включая алкоголь и табак, но тут все гораздо быстрее). Часто обнаруживается появление психоза, расстройства психического здоровья человека и ряд других опасных факторов. Если наркоман на следующий день снова употребит дозу, сопоставимую с предыдущей, у него не возникнет эффекта, к которому он стремится, но, в тоже время, при ее повышении, очень велик шанс попадания в психиатрическую клинику. Опасность употребления заключается и в том, что человек часто пытается нанести вред собственному здоровью и покончить с собой. Кислота оказывает крайне

негативное воздействие на биохимию мозга человека, что часто приводит к шизофрении и другим видам психических отклонений.

Мефедрон, меф, мяу-мяу, соль

Это относительно новое «изобретение» на рынке наркотиков и в этом заключается одна из главных его опасностей. Нам очень мало известно о его долгосрочных последствиях, о том, как он влияет на организм. Поставщики мефедрона преподносят его как что-то безобидное, но мы знаем, что он обладает мощным потенциалом вызывать психическую зависимость уже с первых употреблений. Физическая зависимость проявляется тяжелыми депрессиями, галлюцинациями, паранойей, психозами, при которых человек нуждается в госпитализации. На выходе таких наркоманов часто ждет психоорганический синдром: снижение интеллекта, тяжелые поражения памяти и резкое оскудение эмоциональной сферы.

На его счету миллионы сломанных жизней: передозировки, разрушенная психика и здоровье, уголовные сроки за хранение и распространение.

Секс под мефедроном

Одна из главных областей применения наркотика — это групповые секс-вечеринки.

под мефедроном у человека исчезает представление о собственных личных границах и предпочтениях, он может согласиться на сексуальные эксперименты, которые в реальной жизни считает недопустимыми. Можно сказать, что его мозг превращается в мозг рептилии, которую ведут только собственные сиюминутные желания. На таких секс-вечеринках с гетеросексуальными людьми случается гомосекс, незащищенные половые контакты и т.д.

Альфа-ПВП

Мужчина, находясь под действием альфа-ПВП зашел на 30 секунд в туалет, а затем выскочил оттуда и начал обвинять жену в том, что она за это время ему изменила. Он был настолько в этом уверен, что жене пришлось привести его на прием. Повреждения мозга оказались столь существенны, что обычная беседа не смогла скорректировать его бредовое состояние. В себя он пришел только после длительного лечения с детоксикацией.

Умные люди живут дольше и зарабатывают больше

Смертность людей с высоким уровнем образования в четыре раза ниже, чем у малообразованных. До последнего времени считалось, что на продолжительность жизни человека в основном влияют три фактора: наследственность, образ жизни и экология. Однако ученые пришли к выводу, что умные живут дольше и меньше болеют. Смертность людей с высоким уровнем образования в четыре раза ниже, чем смертность малообразованных. Оказывается, мозг без нагрузки стареет гораздо быстрее. Ученые давно объясняют различия в состоянии здоровья разных людей их принадлежностью к разным социальным группам и разницей в уровне благосостояния. Британские ученые дополнили эту концепцию новыми данными. Оказывается, уровень интеллекта также влияет на состояние здоровья людей. Чем выше уровень интеллекта у ребенка, тем больше шансов у него прожить дольше. До революции в России наличие очков было

признаком ума, состоятельности, интеллигентности, благородного происхождения. Сейчас интеллектуалов ценят во всем мире, переманивают из других стран (утечка мозгов), они являются основным фактором экономического роста и благосостояния нации. В России богачи — в основном хорошо образованные люди. Две трети из них имеют высшее образование. У большинства — 86 % — родители принадлежат к интеллигенции. Среди “капитанов” российского бизнеса практически отсутствуют люди без высшего образования. Ученые в качестве определяющих выделяют три основных критерия, влияющих на продолжительность жизни: наследственность (до 20 %), образ жизни (до 55 %) и экологические факторы (20 %). При этом в показателе «образ жизни» на первых местах находятся материальный доход и уровень образования. Кстати, в странах Запада в своей практике страховые компании, оценивая при помощи тестов потенциальную продолжительность жизни клиента, обязательно включают эти показатели в вопросник. Уровень материального благополучия оказывает значительное влияние на образ жизни. Люди с меньшими доходами чаще болеют и реже прибегают к медицинской помощи. Однако на здоровье человека влияют не столько самим деньги, сколько характер их использования в интересах здоровья. Например, люди с более высокими доходами имеют возможность получить лучшее образование. В свою очередь, смертность людей с высоким уровнем образования примерно в 1,5 — 4 раза ниже, чем в группах с низким уровнем образования. Считается также, что человеческий мозг без нагрузки стареет значительно быстрее. Продолжительность жизни напрямую зависит от уровня интеллекта. Влияние оказывает склонность к долговременному планированию жизни у умных людей, они больше прислушиваются и к рекомендациям медиков. Что касается продаж, то расширение кругозора, чтение обучающей литературы позволяет заметно повысить качество общения с клиентами — с вами будет о чем поговорить.

Миф: отличник якобы ничего не добьется, а троечники якобы становятся миллионерами?

Как объяснить, что по сети гуляют такие «факты» и собирают тысячи лайков? Их целенаправленно распространяют иностранные агенты и малограмотные неудачники. Доказано: уровень образования в стране коррелирует с развитием экономики.

Истории этих сказок везде одинаковые:

отличник — зубрил, учился, нервничал, красный диплом положил на полку и теперь получает минимальную зарплату;

троечник — забивал на уроки, бросил универ, жил в кайф, а потом бац — собственная компания и миллионы на счету.

И многие сразу делают вывод: не буду заставлять учиться, глядишь, вырастет богатым и успешным.

Но это ловушка, оценки — это не просто цифры в дневнике. За ними стоят когнитивные навыки (развитые или нет):

внимание, чтобы доводить дела до конца,

память, чтобы держать в голове нужное,

мышление, чтобы анализировать и находить нестандартные решения.

Без этих навыков ни троечник, ни отличник далеко не уйдут. Успех в будущем держится именно на них.

И поэтому реальная картина: те, кто развивает когнитивные способности, учатся лучше,

работают продуктивнее и в итоге могут добиться высоких должностей и зарплат.

Ректора-взяточники ненавидят ЕГЭ

Если педагог не способен дать нужное образование, он валит свои недостатки на форму контроля, а не на формат подачи знаний

Имея опыт работы в госвузах и анализируя публикации (интервью, мнения) ректоров и деканов по теме ЕГЭ, могу дать абсолютно точный показатель «любителей взяток»: дикая ненависть к ЕГЭ, абсолютная нелюбовь. Я могу прямо сказать: до ЕГЭ понятие «ректорский список» тех, кто точно должен поступить, никого не удивляло. Абсолютное, тотальное взяточничество. Те места, которые не купили, занимали выпускники «подготовительных курсов» при вузах, кто имел репетиторов из числа экзаменаторов. При этом учиться на курсах в других вузах большого смысла не имело (хотя, конечно, полезно). Это что, в разных вузах разная математика?

Если ректор или декан госвуза ругает ЕГЭ, я уверен на 100%: он брал взятки и очень жалеет, что сейчас не может. Нет реально других аргументов. Пришли якобы плохие абитуриенты? Так отсеяй их после 1-й сессии. Не хочешь? Почему? А, они сессию тебе лично проплатили...

Если педагог не способен дать нужное образование, директор школы или завуч не в состоянии выполнять свою работу и подлежит увольнению — они валят свои недостатки на ЕГЭ, а это форма контроля, а не формат подачи знаний.

Отличное высказывание: «Я очень поддерживаю решение, закрепившее ЕГЭ по русскому языку как обязательный для всех, независимо от направления, на которое поступает абитуриент. ... Грамотность делает человека конкурентоспособным на рынке труда. ...

Что касается ЕГЭ по русскому, я не думаю, что экзаменационный формат может повлиять на знание языка. Это параллельные миры. ЕГЭ — это форма контроля знания. Все. А реальное знание зависит от преподавания в школе, от учителя, его подготовки и квалификации. Я не могу судить обо всей стране, но конкретно к нам приходят очень хорошо подготовленные дети. Понятно, что это ориентированные на филологию и лингвистику абитуриенты, но их не становится меньше, и средний балл не падает». Ректор Института Пушкина Наталья Трухановская.

Предпочитающих традиционные экзамены больше среди россиян с зарплатами от 100 тыс. руб. в месяц (80%), это те, кто может дать крупные взятки при поступлении, нанять репетитора из приемной комиссии, записать на дорогие курсы при вузе.

Что интересно: попытку пролоббировать интересы абитуриентов с богатыми папами и мамами предприняли депутаты от КПРФ, они выступили за богатых.

Владимир Путин высказался против отмены ЕГЭ, это значит, что он против возврата коррупции в вузы.

Необходимо ввести аналог ЕГЭ для поступающих в магистратуру и аспирантуру на бюджет, поскольку коррупция на этом уровне процветает, и других способов с ней бороться нет.

Лично мне заведующий кафедрой госвуза, автор популярного учебника, доктор наук и профессор при первом же знакомстве заявил: либо поступай на платное, либо нужно «финансово помочь кафедре». В другом вузе два места в аспирантуре из 3-х заняли умные, 3-е место купил посредственный сокурсник, 3-й по уму вынужден был поступать в другой вуз на платное, я лично знаю всех 4-х и того, кто принимал решение (в данном случае декан).

Шевчук Денис

<http://vk.com/dionisiitrezvennik>

<http://vk.com/deniskredit>

<https://www.litres.ru/author/denis-shevchuk-30567201/>

<https://www.litres.ru/author/denis-shevchuk/>

https://ridero.ru/author/shevchuk_denis_aleksandrovich_uuxpv/