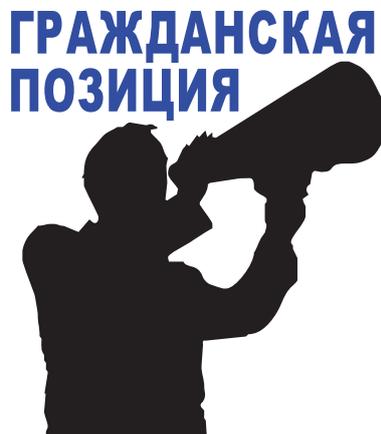


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. И. А. БУНИНА»

Н.А. Гринченко

Я — ГРАЖДАНИН. ПУБЛИЦИСТИКА.
ИЗБРАННОЕ



Елец — 2015

Публикуется по решению редакционно-издательского совета
Елецкого государственного университета имени И.А. Бунина
от 16.01.2015 г., протокол № 1

Рецензенты:

Зайцева И.В., кандидат педагогических наук, доцент кафедры романо-германских языков и перевода Института филологии Елецкого государственного университета им. И.А. Бунина;

Ельникова О.Е., кандидат филологических наук, начальник отдела образования, здравоохранения и культуры Елецкой городской общественно-политической газеты «Красное знамя».

Гринченко Н.А.

Г 85 Я — гражданин. Публицистика. Избранное. — Елец: Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина, 2015. — 190 с.

Книга «Я — гражданин. Публицистика. Избранное» представлена статьями, опубликованными за последние несколько лет в региональной и трезвенной прессе кандидатом педагогических наук, доцентом ЕГУ им. И.А. Бунина Натальей Александровной Гринченко. В центре её внимания актуальные проблемы гражданского общества: духовно-нравственное воспитание подрастающего поколения, профилактика химических зависимостей и формирование здорового образа жизни, экология, отношение к животным. Не обходит автор стороной и политические вызовы, с которыми сталкивается современная Россия. Автор считает, что в эпоху информационных войн долг каждого мыслящего образованного человека публично высказать свою позицию, чтобы помочь себе и обществу разобраться в непростых ситуациях социально-политического развития.

Книга может представлять интерес для работников сферы образования, государственных чиновников и просто граждан, равнодушных к судьбе своей страны, края, города, улицы. Вы можете не соглашаться с автором, но задуматься о проблемах, поднятых в публицистике автора, наверное, стоит.

УДК 374
ББК 74.200.556

Содержание

Предисловие	5
ПОЛИТИКА	7
Ещё раз о тёмной стороне протеста	7
Защити свою Родину в информационной войне	12
Чтобы выстоять	16
К ИСТИНЕ — ЧЕРЕЗ ДИАЛОГ	19
От культуры дискуссии к культуре личности	19
ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЛИТЕРАТУРЫ, ИСКУССТВА И СМИ В ПРОПАГАНДЕ ОБРАЗА ЖИЗНИ	22
Людям нужна правда!	22
Как наёмники	26
Три богатыря и Шамаханская царица	31
Русская закваска — это праздник пива?	38
Лев Толстой и трезвость	43
Вечер памяти артиста	49
БОРЬБА С ПЬЯНСТВОМ ИЛИ БОРЬБА ЗА ТРЕЗВОСТЬ?	52
Правда и ложь о «горбачёвской» антиалкогольной кампании	52
Якутия прорывается в лидеры	58
БОРЬБА С КУРЕНИЕМ	61
Заметки с V Всероссийского форума «Здоровье нации — основа процветания России»	62
Всегда ли на Руси курили?	68
Почему в России растёт число курящих девушек?	71
Главное — уберечь детей!	75
А ты поддержал антитабачный закон?	77
Выберемся из табачного рабства?	81
31 мая — Всемирный день без табака!	86
ОПЫТ ЗАРУБЕЖНЫХ КОЛЛЕГ В БОРЬБЕ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ	90
Опыт Швеции в преодолении зависимостей	90
ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ	107
Как защитить детей от растления	107

ВЕЛИКИЙ МОГУЧИЙ РУССКИЙ ЯЗЫК	109
Мат: запретить, нельзя разрешить	109
ЭКОЛОГИЯ	112
Выберемся из грязи?	113
Как преодолеть экологическое свинство?	115
Ещё раз об экологическом свинстве	117
Как воспитать экологическую культуру?	119
ОТНОШЕНИЕ К ЖИВОТНЫМ	122
Нужен приют для бездомных животных!	122
РЕЦЕНЗИИ	125
Почему у нас так много незамужних женщин?	126
Пять — двадцать пять, или Зачем нам «чернуха»?	130
«Учителя» — фильм насильственной деградации народа	132
Тысячи человеческих «спасибо»	134
КОНФЕРЕНЦИИ, СЕМИНАРЫ И СЪЕЗДЫ ТРЕЗВЕННИКОВ	136
XIII Международный	136
Встреча трезвенников на Кипре	139
Самоуважение по-русски	142
Для воспитания духовно-нравственной личности главное — создать условия	146
«Общее дело» — это борьба за трезвое здоровое общество	153
Всеукраїнський громадський рух	159
РОЛЬ ИНТЕЛЛИГЕНЦИИ В ОЗДОРОВЛЕНИИ ОБЩЕСТВА	163
В Ярославле готовят учителей	163
Опасный миф «новой» русской интеллигенции	164
Почему погибла Наташа?	168
Давайте сделаем правильный выбор!	171
ТРЕЗВЕННЫЕ ДАТЫ И ТРЕЗВЫЕ ПРАЗДНИКИ	175
11 сентября — церковный праздник трезвости в России	175
3 октября — Всемирный день ИОГТ или Международный праздник трезвости	178
Навстречу церковному празднику трезвости в России	179
Вместо заключения	183

Предисловие

Решение переиздать часть своих публицистических статей, опубликованных за последние несколько лет в региональной и трезвенной прессе, пришло потому, что сегодня, когда против России фактически ведётся гибридная война, особенно остро встал вопрос о гражданской позиции каждого отдельного человека. А ведь и от одного человека кое-что зависит, если он не равнодушен к проблемам общества, не боится отстаивать свои убеждения, а значит, способен убедить и повести за собой других. Каждый мечтает жить в благополучном обществе, но мало кто готов спросить с самого себя: *«А что лично я сделал для того, чтобы наша жизнь стала лучше?»*

Сегодня каждого честного неравнодушного человека не могут не волновать проблемы духовно-нравственного воспитания подрастающего поколения, профилактика химических зависимостей и формирование здорового образа жизни, экология, отношение к животным и к окружающей среде.

Нельзя обойти молчанием и политические вызовы, с которыми сталкивается современная Россия. Мы живём в эпоху информационных войн, и в этих войнах мы пока не научились держать удар. А ведь в них определяется состояние умов и поведение не только отдельных людей, но и больших социальных групп и народа в целом. К сожалению, даже среди образованных людей, нередко под свободой слова понимается свобода охаивать свою страну и преклонение перед всем иностранным. Критика, конечно нужна, но она должна быть конструктивной, помогающей стране преодолевать трудности развития. К сожалению, нередко критика превращается в неприятие собственной страны, что выгодно только нашим недругам.

На грабли охаивания и разрушения российская либеральная интеллигенция уже наступала в XIX–XX столетиях. Закончилось это, как известно, тремя революциями, большими людскими потерями, распадом сначала Российской империи как великой державы, а 70 лет спустя распадом СССР. Думаю, что если бы Россия была сильнее и стабильнее, не было бы и таких больших потерь в мировых войнах, возможно, не было бы и самих войн.

Сегодняшний социально-экономический и политический кризис в России это, прежде всего, — результат поражения в информационной войне, потому что в 90-е годы прошлого столетия страну *«разрезали по живому»*. Были нарушены сложившиеся социально-экономические и культурные связи. Более 20 миллионов русских людей вдруг оказались за границей. Отсюда долгосрочные этнические, ценностные и идеологические конфликты в бывших советских прибалтийских республиках (Латвии, Литве, Эстонии), в Приднестровье, а с 2014 года — гражданская война на Украине.

К сожалению, современная молодёжь не всегда понимает, что происходит. Многие из молодых людей черпают информацию из сомнительных сайтов

и вещающих по-русски «свободных голосов», враждебных России. Знаю немало даже вполне зрелых людей, весьма неглупых, которые в ситуации гражданской войны на Украине и неслыханной информационной и экономической войны, развязанной против России, читают, смотрят и слушают *исключительно* зарубежные телеканалы и сомнительные Интернет-источники, считая их образцами демократии, а российские СМИ провозглашают лживыми и пропагандистскими. И это в условиях информационной войны, когда на российских журналистов буквально объявлена охота, когда их убивают за то, что они рассказывают правду об увиденном и услышанном собственными глазами и ушами. Не за деньги, а за правду погибли Игорь Корнелюк, Антон Волошин, Андрей Стенин, Анатолий Клян. Убит в Киеве украинский писатель, философ и журналист Олесь Бузина, томится в застенках и рискует получить серьёзный тюремный срок за свой протест против так называемой «АТО» на Донбассе украинский журналист Руслан Кацуба.

Когда спрашиваешь таких «неверующих», почему собственной стране и друзьям России они доверяют меньше, чем иностранцам и недругам, внятного ответа нет, но поведения своего они не меняют.

Промывание мозгов идёт полным ходом со всеми вероятными рисками для судьбы России и всего русского мира в настоящем и будущем. Надо понимать, что Родину защищать нужно не только в окопах, но и в информационных войнах.

В сборник «Я — гражданин» вошли статьи, опубликованные в 2004–2015 гг. в трезвенной и региональной прессе: газетах «Соратник» (печатный орган «Союза борьбы за народную трезвость»), «Пока не поздно» (фонд «Нарком», г. Москва), «Красное знамя» (городская общественно-политическая газета, г. Елец), «Талисман» (до 2013 года — еженедельник «Липецкой газеты», с 2013 года — газета студентов и преподавателей ЕГУ им. И.А. Бунина) и др.

Статьи распределены по тематическому принципу, а внутри тематического блока — по хронологическому принципу.

Читатели могут не соглашаться со мной, ведь у каждого есть право на собственное мнение. Так спорьте же, доказывайте свою точку зрения с фактами в руках! Мир меняют к лучшему неравнодушные честные люди.

Автор

ПОЛИТИКА



Ещё раз о тёмной стороне протеста

Сегодня мы все являемся свидетелями того, как разваливаются, казалось бы, стабильные режимы в Египте, Ливии, теперь в Сирии. Но лучше в этих странах не стало: рушится экономика, льётся кровь в гражданской войне, потому что в мире есть силы, которым это нужно. Недовольство народа ловко используется профессиональными политтехнологами для развала целых государств. Технологии свержения неугодных режимов отработаны до мелочей.

Из этих технологий даже не делают секрета. В 2010 году вышло четвёртое издание на английском языке книги Джина Шарпа «От диктатуры к демократии», которая переведена и на русский язык. В книге даются подробные инструкции по развалу неугодных режимов. Силы, озабоченные экспортом «демократии» во всём мире, предлагают нести «свободу через насилие», потому что якобы «угнетённый народ часто не желает и временно является неспособным к борьбе, так как не верит в свою силу противостоять безжалостной диктатуре и не знает путей к спасению. Поэтому понятно, что многие возлагают надежду на своё спасение на других».

Это становится основанием для вмешательства извне во внутренние дела других стран. Предлагается «примерно двести конкретных методов ненасильственных действий, на деле их наверняка намного больше. Такие методы разбиваются на три общих категории: протест и убеждение, отказ

от сотрудничества и вмешательство. Методы ненасильственного протеста и убеждения в основном включают символические демонстрации, в том числе процессии, марши и пикеты (54 метода). Отказ от сотрудничества разделяется на четыре подкатегории: а) отказ в социальном сотрудничестве (16 методов); б) отказ в экономическом сотрудничестве, в том числе бойкоты (26 методов) и забастовки (23 метода); в) отказ в политическом сотрудничестве (38 методов); г) ненасильственное вмешательство с использованием психологических, физических, социальных, экономических или политических средств, таких как голодовка, ненасильственная оккупация и параллельное самоуправление (41 метод)».

Не секрет, что в современной России ситуация очень накалённая. Пока в период правления Горбачёва и Ельцина страна разваливалась на глазах, их только похваливали. Когда к власти пришли Путин и Медведев, которые смогли вырвать страну из хаоса и нищеты и вернуть стране самоуважение на международной арене, они стали подвергаться жесточайшей критике наших зарубежных «партнёров», а в самой России возникло достаточно сильное протестное движение, щедро финансируемое из-за рубежа. Пришлось даже принимать закон об иностранных агентах. И протестуют у нас не самые обездоленные и нищие, в вполне благополучные люди по вполне отработанным технологиям и правилам.

Думаю, что многие из протестующих искренне желают положительных перемен. У нас сегодня действительно немало причин для недовольства, одна коррупция чего стоит. Но как говорится, благими намерениями вымощена дорога в ад. Свержение легитимной власти, как этого требует оппозиция, приведёт к хаосу и гражданской войне. Это мы знаем из собственной истории, когда горстка революционеров, подстрекаемых из-за рубежа, которых всерьёз никто даже не воспринимал, совершила государственный переворот. Царь Николай II был назван «кровавым», а его супруга Мария Фёдоровна и её сестра принцесса Елизавета оклеветаны как блудницы, царская семья и ближайшие родственники убиты. Сегодня мы их почитаем как святых!

Между тем, Россия в XIX – начале XX веков из «догоняющей» страны превратилась в крупнейшую державу мира с бурно развивающейся экономикой и величайшей культурой и имела все шансы стать самой великой державой не только Европы, но и мира. Это не давало покоя нашим конкурентам. Сегодня точно известно: сделать революцию нам помогли из-за рубежа. Возвращение И.В. Сталина к державному курсу спасло страну от расчленения и распада. Но досталось это слишком дорогой ценой, через жестокость, море крови, нравственные и физические потери. По расчётам Дмитрия Менделеева, население страны к середине XX века должно было составить полмиллиарда человек. Не случилось: Первая мировая война, революция, коллективизация, Гулаг, Вторая мировая война сделали своё чёрное дело. Во время «перестройки»

мы тоже теряли по 1 миллиону человек в год, а главного «перестройщика» М.С. Горбачёва очень почитают на Западе. Не стало великой страны СССР, на очереди — Россия.

В приложениях к вышеназванной книге Джина Шарпа о технологиях цветных революций приводится список из 198 основных методов и приёмов протеста. Чувствуется, что наша оппозиция неплохо ими овладела. Даже «цветной» символ движения (в данном случае, «белые ленточки») учтён.

Главный принцип «цветного» протеста — постоянная критика власти, что бы она ни делала. Даже в благих переменах нужно выискивать плохое и всячески раздувать эти противоречия. Какой только грязи не льётся на легитимную власть. Проплаченные люди (тролли) изо дня в день пишут в Интернете по сотне и более оскорбительных высказываний на каждого в адрес Путина (тому есть документальные видеоподтверждения), что создаёт впечатление, что недовольны все. Когда ложь и клевета повторяется много раз, неискушённые люди начинают верить не своим глазам и представлениям, а внушённым формулировкам. Якобы к власти Путин пришёл в результате подтасовок, хотя даже иностранные наблюдатели на последних выборах подтвердили, что они прошли с минимумом нарушений; якобы Путин и Медведев — самые главные богачи в стране, хотя в действительности их доходы — одни из самых низких в Кремле; якобы они хотят разрушить страну, только непонятно, почему они тогда укрепляют её обороноспособность и мужественно защищают её интересы на международной арене (вспомним достойное поведение Дмитрия Медведева в момент Южно-Осетинского конфликта с Грузией в 2008 году); якобы это — диктаторы и душители свободы, но не понятно, почему при таких «диктаторах» можно говорить всё, что вздумается, никто за это не преследует, а в «демократичной» Америке блогеру, недовольному ограничениями свободы после Бостонских событий и написавшему фразу «К чёрту Обаму!», теперь светит серьёзный тюремный срок.

Народ стал забывать, каким ужасом обернулась для простых людей «катастрофа», из какой тьмы разрухи 90-х нам удалось выкарабкаться, когда нечего было есть, обуть и надеть, когда пустовали полки в магазинах, когда годами не платили зарплаты и месяцами задерживали пенсии. Нужно отдавать себе отчёт, что выкарабкаться удалось не случайно, а в результате осознанной политики первых лиц государства. Да, делается много ляпов, ошибок, не всё понятно в политике Путина–Медведева. Непросто лавировать между интересами крупного бизнеса, «прихватизировавшего» в лихие девяностые огромные национальные богатства и диктующего властям свои условия, и интересами народа; между интересами собственной страны и претензиями других стран.

Известный британский биограф Крис Хатчинс, написавший целый ряд биографий знаменитых людей планеты, в течение 6 лет изучал и биографию Путина. Много ездил по стране, изучал нашу реальность и документы и пришёл

к выводу, что Путин это — спаситель России, который вырвал страну из хаоса, вернул стране самоуважение и спас её от распада. Об этом можно прочитать в книге Криса Хатчинса «Путин», написанной в соавторстве с Александром Коробко (М., 2012).

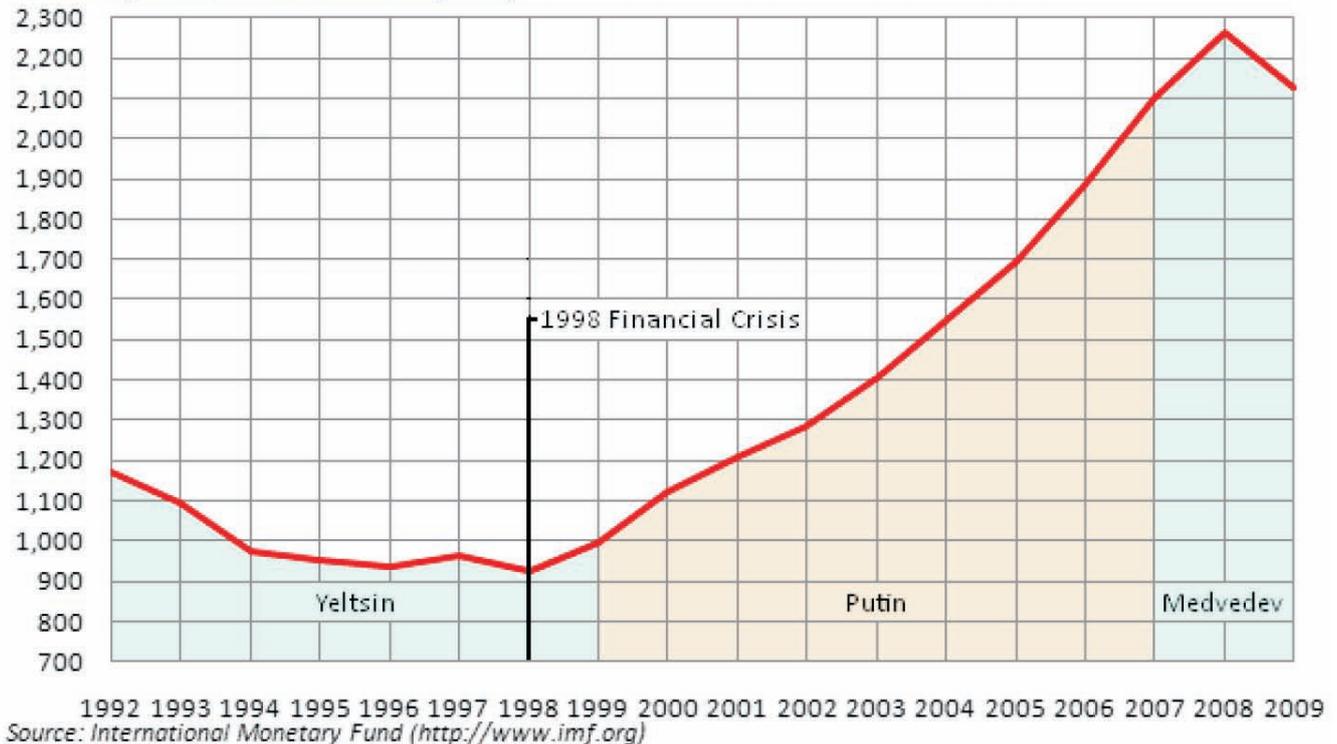
Что положительного произошло в постъельцинский период?

- Люди сыты, всё больше появляется добротных домов у простых граждан, вовремя выплачиваются зарплаты и пенсии, в магазинах всё есть, от избытка машин в городах пробки, хорошеют города.
- Отданы долги Международному Валютному Фонду, что позволяет проводить более независимую внешнюю политику.
- Стимулируется и повышается рождаемость, повысилась ожидаемая продолжительность жизни по сравнению с 90-ми годами: для мужчин с 58 лет до 64 и женщин с 72 до 75.
- Поднимается экономика. Раньше мы импортировали зерно из-за рубежа, сейчас — вывозим. Раньше стояли в очередях за «ножками Буша», сейчас едим свою курятину. Мы в числе ведущих энергетических стран мира. Медленно, но восстанавливается промышленность.
- Укрепляется работоспособность, восстанавливаются армия и флот, возрождается военно-промышленный комплекс. Обеспечиваются жильём ветераны войны.
- Поднимается и начинает решаться проблема с нелегальной миграцией.
- После антитабачных и антиалкогольных указов и постановлений, принятых под давлением трезвеннического движения, наметилась тенденция к снижению масштабов курения, употребления алкоголя и наркомании. Пропагандируется здоровый образ жизни.
- Снижается преступность, главные олигархи изгнаны или сидят в тюрьме, возбуждаются одно за другим уголовные дела против коррупционеров.
- В стране стабильность, только созидай. По данным Международного валютного Фонда, в России после распада СССР более чем в 2 раза увеличился валовой внутренний продукт.

Чтобы люди знали, что положительного сделано в конкретном селе, городе, деревне, нужно постоянно об этом рассказывать, просвещать. Люди мало знают о достижениях страны, вот и подхватывают специально распространяемые слухи о том, как всё плохо. Нужно понимать, что это — информационная война. На наших центральных каналах очень мало позитива — сплошные катастрофы и насилие, как будто ничего другого в стране и мире не происходит. Региональные СМИ пытаются давать кое-какую созидательную информацию, но они не способны затмить «чёрную отобранную реальность», преобладающую в нашем информационном поле.

Russian GDP (PPP) Since Fall of Soviet Union

Billions of International Dollars (2008)



Многое ещё предстоит сделать: преодолеть «перестроечную» разруху, поднимать нравственность, развивать технологии, строить экономику, не зависящую только от энергоресурсов. Необходимо создать, наконец, общественное телевидение. Сегодня оно в основном коммерческое, хотя формально государственные каналы есть, но пропагандируют они много низменного и вредного и слабо защищают подлинные интересы государства и народа. Возрождение или деградация зависят не только от Путина и Медведева, но и других граждан России, в том числе и от либералов, предпочитающих, к сожалению, «расшатывать лодку», а не строить.

Призывать нужно не к свержению легитимной власти, а к сотрудничеству и позитивному строительству. Критиковать власть нужно, но критиканство опасно. Кто-то мечтает о «цветной революции» и готов сам хоть завтра её здесь устроить и надеется, что после этого, якобы будет, как в Сингапуре. Не будет! А вариант Египта, Ливии и Сирии более чем вероятен. Там тоже верили, что сначала надо выгнать «диктаторов» и всё разрушить, а там появится некто, кто совершит чудеса. А потом у этого некто даже программы не оказывается. И всё кончается анархией и разрухой.

Ломать — не строить. И критиковать легче, чем делать реальное дело. Поэтому недовольные люди были, есть и всегда будут, но идти у них на поводу не следует. Нам нужно строить великую Россию.

2013 г., сентябрь

Защити свою Родину в информационной войне

Что бы вы подумали и сказали о человеке, который при нападении врага перебежал бы на его сторону? Или развёл бы демагогию о том, что нужно везде повоевать: и на своей стороне, и на стороне противника, иначе будет несправедливо? Наверное, многие назвали бы такое поведение предательством. Но когда такое поведение наблюдается в информационном плане, то это считается нормальным.

Конечно, современная мультимедийная среда предоставляет большие возможности для объективного сбора и интерпретации информации, для понимания многих процессов, которые происходят вокруг. Однако при этом никогда не следует забывать, гражданином какой страны ты являешься и на чьей стороне ты воюешь в современных информационных войнах.

В связи с событиями на Украине эта проблема стала особенно актуальной. После распада СССР Россия фактически сдала свои позиции на Украине, но это место немедленно заняли США. Уже более 20 лет там разжигаются русофобские настроения, ставка была сделана на украинский национализм, который и привёл к героизации Петлюры и Бандеры как великих борцов на «незалежную» Украину и возрождению фашизма.

Последний легитимный Президент Украины Янукович всё время метался между Западом и Востоком, в результате получил «майдан». Вначале «майдан» преследовал вполне демократические цели — высказать свой протест против коррупции и отстаивать свою мечту о лучшей жизни. Но уже с самого начала было понятно, что «майдан» нужен, прежде всего, Западу для достижения своих геополитических целей — окончательно оторвать Украину от России, потому что с Украиной мы сверхдержава, а без Украины — «недодержава». Стратегическая цель Запада состоит в том, чтобы не допустить возрождения России как великой державы.

На «майдане» фактически началась война США против России, но пока что на территории Украины. Отсюда всевозможные миссии высоких чиновников из США с булочками и другим прикормом для «майдана» и щедрая оплата услуг протестующих. По признанию заместителя Госсекретаря США Виктории Нуланд, после распада СССР в «усиление демократии» на Украине США вложили более 5 миллиардов долларов. В пик майданной революции деньги для «майдана» привозили мешками в самолётах. А после вооружённого переворота и незаконного захвата власти киевская хунта стала фактически марионеточным правительством США, и представители Госдепа США чувствуют себя здесь как дома.

Однако такое положение дел не принял юго-восток Украины, тесно связанный с Россией этнически и экономически. И это не удивительно, так как исторически эта часть современной Украины была частью России. Города юго-

востока, включая Одессу, строили русские цари, начиная с Екатерины Великой, а после революции в 20-е годы большевики передали эти земли вместе с населением Украине. Большинство жителей юго-востока, несмотря на усиленную украинизацию, всё ещё чувствуют себя русскими, считают своим родным языком русский. Кроме того, именно Россия обеспечивала многие промышленные предприятия юго-востока, прежде всего, оборонного комплекса, заказами, а значит и рабочими местами. Новым забугорным хозяевам сегодняшней Украины эти предприятия не нужны.

Стоит ли удивляться, что «майдан» привёл к расколу страны? Одни стремились любой ценой в западный рай, они в полной мере проявили себя на «Евромайдане» и при захватах государственных зданий в западных городах Украины. Другие (юго-восток) не видели своего будущего без России. Крым без единого выстрела при почти единодушном всенародном референдуме крымчан вернулся в Россию. На юго-востоке вначале были только мирные демонстрации с российскими флагами и требованием федерализации в рамках единой Украины и признания русского языка как второго государственного, что, между прочим, абсолютно соответствует европейской языковой политике в местах компактного проживания этносов. Никого ведь не удивляют четыре государственных языка в Швейцарии или по два в Канаде или Финляндии. Но в Киеве самозванные власти юго-восток не слышали, и тогда там начались захваты государственных учреждений по примеру недавних захватов их согражданами на западе Украины и в самом Киеве, поначалу вполне мирные без применения оружия. Но западных бунтарей признали «борцами за демократию». А на юго-востоке борцов за свои права объявили «террористами» и «сепаратистами», и отправили туда войска на усмирение несогласных. Так началась война новой украинской самозванной власти против собственного народа. Получили народный протест с вооружающейся самообороной и с перерастанием в полномасштабную гражданскую войну. После бойни в Одессе и Мариуполе разговоры о федерализации среди повстанцев прекратились, и взят курс на полное отделение.

Донбасс продолжает борьбу, провозглашены Донецкая и Луганская народные республики, проведён референдум, на котором абсолютное большинство людей проголосовало за независимость, но который, конечно же, ни Киев, ни Запад не признали. Вместо того чтобы пригласить лидеров юго-востока на переговоры, киевскими самозванными властями готовится бойня и физическое уничтожение всех несогласных под предлогом «сохранения единой Украины». Потому и такая спешка с выборами президента (Порошенко), чтобы как можно скорее легитимировать переворот и все деяния власти.

Кашу наши западные «друзья» в своей геополитической игре заварили, но классическая «цветная революция», в которую они вложили так много денег и надежд, провалилась, и теперь нужно назначить виновных. Кто виноват во всём случившемся? Конечно, Россия, ведь если бы Крым и пророссийски

настроенный юго-восток не спутали все карты, всё бы прошло так гладко. Отсюда небывалые санкции и оголтелая информационная война против России. Якобы это Россия всё устроила — и «майдан», и войну на юго-востоке.

Только почему-то на «майдане» никто никогда не видел ни одного русского политика, а на юго-востоке Украины люди вынуждены показывать свои паспорта, чтобы доказать, что они не граждане России. А вот американский след везде и всюду. Здесь воюют иностранные наёмники, в том числе американские, и летают вертолёты ООН без ведома самой ООН. И в этой ситуации нужно понять: готов ли ты защитить свою родину в это трудное время?

Большинство российских журналистов оказались достойными гражданами своей страны. Они честно выполняют свою работу, показывая изо дня в день, из часа в час то, что происходит на самом деле. Новостные программы Первого государственного канала, НТВ, RenTV, Россия-24, Россия 1, Russia Today все эти недели и месяцы на переднем крае борьбы. Военных журналистов не пускают к местам событий, бьют, стреляют, незаконно арестовывают, но они продолжают честно выполнять свой долг и рассказывать правду об увиденном.

В этих условиях вызывает удивление поведение некоторых наших граждан, которые игнорируют отечественные источники информации и переключают своё внимание на украинское телевидение, на сомнительный канал «Дождь», чьи сотрудники открыто признаются в давней и убеждённой нелюбви к России. В результате инфовирусы проникают в сознание людей и начинают медленно, но верно делать свою разрушительную работу.

Мой знакомый, когда-то вполне патриот, но сегодня большой любитель смотреть исключительно украинское телевидение, вдруг заявляет, что на юго-востоке сами во всём виноваты, что это был замечательный и благополучный край, а теперь там из-за сотни бунтарей хаос. Референдум, показавший, что за независимость от режима Киева проголосовало почти всё население Донбасса, его не убеждает, так как референдум «не легитимен». По его словам, и Крым уже бесконечно жалеет, что воссоединился с Россией, и крымчане ещё пожалеют, когда Украина, обласканная Западом, заживёт по-царски.

Другая знакомая, тоже любительница, как она говорит, «разных источников информации», не тем возмущается, что в Одессе зверски замучены только по официальным данным более сорока человек, а по слухам около 200, но тем, что они размахивали российскими флагами. Кому, мол, такое понравится. Украина — «независимое» государство! Нечего нам туда лезть.

Я не поклонница лидера ЛДПР Жириновского, но в программе Владимира Соловьёва «Воскресный вечер» от 16 мая 2014 года он сказал очень дельную вещь. Если ты не признаёшь, что события в Одессе являются фашизмом, то это — предательство. Он прав: когда творится зло такого масштаба, оставаться в стороне или оправдывать его — предательство. Это не значит, что нужно вводить туда войска для защиты пророссийски настроенных людей от зверств

правого сектора. Мы, видимо, не имеем права этого делать. Но есть одна вещь, которую обязаны делать все честные люди — узнавать и рассказывать правду.

Незадолго до трагических событий в Одессе я смотрела интервью, взятое российскими журналистами на Куликовом поле. Молодая женщина так объясняла там своё присутствие: её бабушки воевали против фашистов, и запрет празднования Дня Победы 9 мая она восприняла как покушение на их память, как предательство. Не исключено, что после одесской Хатыни её уже нет в живых...

Главное оружие противника — ложь. Какую версию трагедии в Одессе знают в США и Европе? Якобы произошёл конфликт между футбольными фанатами и пророссийски настроенными активистами. Последние укрылись в Доме профсоюзов, там «нечаянно» сами себя подожгли «коктейлями Молотова», поэтому кто-то сгорел, а кто-то выпал из окна. Трагическое стечение обстоятельств. О том, что это была заранее спланированная и хорошо организованная и оплаченная провокация против абсолютно безоружных людей, что «коктейли Молотова» против «колорадов» заранее готовили «милые украинские девочки» недалеко от Дома профсоюзов, что в здание с укrywшимися пророссийскими активистами сначала был пущен газ, а потом был устроен поджог, они не знают. Не знают, что тех, кто пытался спастись, расстреливали и зверски добивали дубинами на земле, что милиция не вмешивалась, а пожарных долго не пускали тушить пожар... Первыми после тушения пожара в здание вбежали каратели («правый сектор», «свободовцы» и т. п.), чтобы душить, добивать дубинами и жечь «коктейлями Молотова» тех, кто уцелел.

Самое циничное, что на украинском ТВ заранее знали, что произойдут такие события, и в прямом эфире устроили шоу из трагедии, представив её как героический акт защиты Украины от «террористов и сепаратистов». После трагедии вместо следствия — фарс, арестовывают и преследуют тех, кто сумел уцелеть, могилы погибших оскверняются, а все каратели на свободе.

Эту правду в мире не знают. Так же как и многое другое. Виновной опять назначена Россия с последующим пакетом санкций. Что это, как не война, братья и сёстры? Вставайте на защиту Родины! Пока в основном — на информационном поле. Для начала выключите те каналы, которые враждебны России и лгут. Попробуйте прислушаться к голосам тех журналистов, которые, рискуя жизнью, собирают информацию и стараются рассказать нам правду.

В ряде европейских стран (Германии, Италии, Сербии) проходят митинги протеста против информационной войны, развязанной против России. Появляются пророссийские публикации в британской, американской, немецкой прессе. Но западные политики высшего эшелона власти «не слышат и не видят», а американский президент Обама продолжает разъезжать по свету и агитировать за «дружбу против России». Война...

2014 г., май

Чтобы выстоять

Думаю, что даже самые большие оптимисты в России сегодня начинают понимать серьёзность нынешней политической ситуации. После распада СССР в демократической эйфории, что вокруг нас якобы сплошь друзья и союзники, мы не заметили, как за счёт стран бывшего Варшавского договора, который был добровольно упразднён, вдвое расширился и вплотную приблизился к нашим границам военно-политический западный альянс НАТО. Зачем, если мы якобы друзья и союзники?

Думали ли мы, что в братской Украине при самом активном участии западных политиков и, прежде всего, США совершится государственный переворот и к власти придёт враждебный России и всему русскому режим? В страшном сне не могло присниться, что будут цинично и жестоко расстреливать мирных жителей Донбасса, которые не согласились с переворотом и антирусской политикой новой власти. Думали ли мы, что в братской Украине из фашистов сделают героев, а героев объявят агрессорами и оккупантами? Но это случилось, и не вдруг, так как подготовка велась давно, прежде всего, за счёт переписывания истории и разыгрывания националистической карты.

Народ Донбасса не поддался на массовую антироссийскую истерию. Он встал с оружием в руках защитить независимость, нашу общую историю, культуру, язык. Пожалуй, Донбасс сегодня — главная надежда, что фашизм и русофобия на Украине не пройдут!

Маски сброшены

Сегодня все маски сброшены. Идёт подготовка к новому переделу мира. США всячески стремятся ни в коем случае не допустить формирование новых центров силы, но полны решимости сохранять своё финансовое, военно-политическое, экономическое, информационное превосходство. В обмен на сытую жизнь потеряла суверенитет даже Европа. Например, можно ли назвать независимой политику Германии (ведущей экономики Европы), львиная доля золотого запаса которой хранится в федеральной резервной системе США, а на двух американских военных базах (всего их в Германии 15) штаты держат ядерное оружие?

Растущие экономики Китая и России тревожат наших западных «партнёров» не на шутку. Открыто провозглашается политика сдерживания России. Ну не дают покоя западным «партнёрам» наши территории и природные богатства! Отсюда разговоры (даже среди политиков высшего ранга) о том, что «несправедливо, что такие природные богатства достались одной России», и что пора это изменить. Каким образом?

Для расшатывания ситуации все средства хороши: попытки «цветной» революции (давайте вспомним события на Болотной площади в 2012–2013 гг.,

когда некоторые господа-либералы прямо призывали штурмовать Кремль, причём и сегодня цветная революция в России с повестки дня наших противников не снята). Это — нелегитимные санкции, во многом рукотворное обрушение цен на нефть и, соответственно, падение курса рубля по отношению к доллару США и евро, от которых благодаря «мудрому» руководству западных и прозападных советников мы попали в такую сильную зависимость в постперестроечные годы.

Среди прочих средств разложения страны — хамство, наглость, ложь и клевета, пропаганда и внедрение всякого рода безнравственности, употребления алкоголя, курения и наркомании, двойные стандарты, формирование «пятой колонны» внутри самой России и уже откровенная подготовка войны «горячей» с размещением войск быстрого реагирования на территориях «шести прифронтовых государств» на западных границах с Россией. И всё это делается под аккомпанемент разговоров, что Россия — «агрессор» и угрожает всему миру, и что её нужно немедленно остановить.

Противопоставить всему этому мы можем только сплочённость, осознание того, что кроме нас самих Родину никто не защитит. А защищать её сегодня нужно, прежде всего, в информационных и экономических войнах.

Что сегодня самое главное?

Мой знакомый недавно вернулся из Польши. Долго хвалил польские дороги, то, как успешно они борются с коррупцией, как там всё прекрасно и замечательно. Потом разговор зашёл о России. Досталось всем: и власть не та, и народ не тот, и страна не та, и будущего нет.

Узнаёте риторiku? Не всякий враг так будет открыто и бесповоротно «поливать» чужую страну и её лидеров. А ведь это говорит человек неглупый, хорошо образованный о своей стране, которая вскормила, воспитала и обучила его! И таких «свободомыслящих» людей у нас немало, ведь в «тоталитарной» России никто за инакомыслие не преследует. Послушает такого деятеля человек без крепких убеждений — и пойдёт устраивать российский «майдан», чтобы было, как в Польше.

Надо понимать, что Родину нужно защищать не только в окопах, но и в *информационных войнах*. Мой знакомый — вольно или невольно — воюет против России.

События на Украине и санкционная война против России показали и противоположные примеры. У нас немало патриотически настроенных людей, готовых грудью защищать страну в эти нелёгкие времена. За правду в информационных войнах гибнут наши журналисты.

Что касается *экономических войн*, то и здесь нужно не расшатывать лодку, но сделать всё для того, чтобы помочь своей стране и своему народу пережить трудные времена. Для этого каждый должен на совесть делать своё дело на своём месте: строитель — строить, доктор — лечить,

учитель — учить, а чиновник — служить народу. И все вместе — трудиться на благо страны. Только все вместе мы сможем выстоять в этом испытании.

К сожалению, нередко приходится наблюдать, как люди «тянут одеяло» исключительно на себя. Слышала не раз от представителей бизнеса, продавцов, что они, «бедные», *вынуждены* поднимать цены, чтобы сохранить привычный уровень жизни. Подорожали исконно российские продукты, с долларом и евро никак не связанные. При небывалом урожае на зерно цены умудрились поднять даже на хлеб! На некоторые продукты цены подскочили в несколько раз! Что это, как не ценовой сговор поставщиков и продавцов? Прячется за этим, прежде всего, патологическая жадность монополий, если не сказать алчность. Эти господа привыкли шиковать за границей и расплачиваться там в долларах и евро.

Другая причина — отсутствие патриотизма, любви к своей стране и своему народу, потребительское отношение к своей Родине и слепое преклонение перед Западом. Да и есть ли у таких людей Родина? Один знакомый бизнесмен средней руки цинично заявил, что сейчас собирается вытащить свои деньги отовсюду, откуда можно, и «сваливать из этой страны».

Есть и ещё одна причина, побуждающая взвинчивать цены. Неоправданное повышение цен и связанное с этим падение уровня жизни простых граждан, по замыслу наших противников, должно вызвать массовое недовольство народа и рост социальной напряжённости. Люди, по их замыслу, не захотят терпеть тяготы и взбунтуются, что приведёт к хаосу и свержению легитимной власти. И тогда со страной делай, что хочешь. Подобные сценарии обкатаны в последние десятилетия в Ираке, Югославии, Ливии, Египте, Сирии, а теперь и на Украине.

Так что ценовая вакханалия (я говорю о *неоправданном* росте цен) есть не что иное, как предательство и подлость, государственное преступление, за которое нужно наказывать.

После всех санкций и обрушения рубля прежний уровень жизни сохранить невозможно. Да, большинство россиян уже привыкли жить хорошо. Показательный пример: раньше в трудные времена люди запасали соль и спички. Теперь, готовясь к кризису, скупают дорогую бытовую технику и машины. Значит, не так плох нынешний «режим», который нашим недругам так хочется обрушить нашими же руками.

Чтобы выстоять в наше нелёгкое время, нам нужно стать патриотами своей страны, сплочёнными и сильными, как бывало прежде в трудные моменты нашей истории. Необходимо обратиться к каждому гражданину России: «Защити свою Родину: живи по нравственным законам, не обижай ближнего своего, не травись алкогольно-табачными ядами и наркотиками, береги своё духовное и физическое здоровье, сторонись дурных сообществ, защищайся от разрушительной и враждебной информации, трудись не покладая рук там, где стоишь». Кроме нас самих Родину защитить некому.

2015 г., февраль

К ИСТИНЕ — ЧЕРЕЗ ДИАЛОГ



Студенты филологического факультета ЕГУ им. И.А. Бунина проводят литературную викторину в студенческом общежитии на тему: «Правда об образе жизни в зеркале литературы» (2012 г., май).

От культуры дискуссии к культуре личности

Мы живём в такое время, когда каждый может свободно высказывать своё мнение и при этом не бояться, что его за это «привлекут» и накажут. И такая свобода, конечно, благо. Большой потенциал имеют социальные сети. Здесь каждый волен высказать свои взгляды. Только не могу согласиться, что это нужно делать с помощью мата. Если у тебя низкий уровень культуры, то не надо навязывать своё хамство всем. Не всегда корректно ведутся и устные дискуссии. Плохо, если дискуссия перерастает в перепалку, а иногда в потасовку. Такие сцены нам иногда приходится наблюдать даже из залов заседаний национальных парламентов. На телевидении появился ряд программ, в которых столь бурные дискуссии подогреваются ради шоу и рейтинга, пусть даже скандального. Всё это не могло не сказаться на настроениях и поведении многих молодых людей, которые просто в силу своего возраста любят пошуметь и покричать. Однако для того и существуют институты образования, чтобы направлять энергию молодых в созидательное русло. Если этого не делать, то воспитаешь бунтарей

и нигилистов. И если они соберутся на улице, то получишь толпу, готовую к погромам. Останется найти кукловодов.

Эпидемия такого «свободомыслия» проникает в школьные и студенческие аудитории. Ложно понятая свобода слова превращается для некоторых учащихся и студентов в нежелание слушать и слышать, для них главное — собственное мнение. Современное понимание процесса обучения как преподавания и учения и субъект-субъектных взаимоотношений подменяется в голове «вольнодумца» убеждённой в том, что он сам всё знает и без преподавателя. Всё подвергается сомнению, осмеянию и критике уже потому, что сам наш «вольнодумец» думает иначе. Зачем изучать какие-то теории и концепции, готовиться к занятиям, заниматься исследованиями, когда можно просто заявить, что лично ты думаешь именно так — и точка? Если мы согласны готовить нигилистов и бунтарей, то, наверное, с этим можно примириться. Но если нашей целью всё-таки является подготовка ответственных граждан своей страны и профессионалов своего дела, то мириться с этим нельзя. Поэтому проблема культуры дискуссии не так проста, как кажется.

О том, что выражение собственных мнений необходимо направлять в организованное русло, догадывались даже дикари. В древних цивилизациях (Древняя Греция, Древний Рим и другие) существовали чёткие процедуры проведения собраний и дискуссий. Одним из важнейших правил ведения дискуссии в Древней Греции, например, было требование о недопустимости переходить на личности — «ad hominum». И, конечно, такие правила есть сегодня, как в общественно-политической, так и в научной сферах, что позволяет и мнения учесть, и порядок и уважение ко всем участникам дискуссии сохранить.

Каждому ясно, что некрасиво перебивать говорящего, топтать ногами, кричать, хамить, что необходимо уважать чужое мнение и соблюдать временной регламент. И всегда последнее слово должно всё-таки принадлежать компетентному лицу или кругу людей, чтобы дискуссия привела к созиданию, а не к разрушению, к объединению, а не к вражде и войне.

Одна из проблем высшей школы состоит в том, чтобы готовить думающих людей. Но каким образом и свободу личности не подавить, и культуру поведения воспитать, в том числе и культуру дискуссии? Нужно ли сохранять лекции в их обычном понимании? Какие другие методы можно применять?

Думается, что авторитет *лекций* как наиболее экономичного метода информирования студентов по тем или иным проблемам проверен временем, поэтому отказываться от них не нужно. Современная лекция — это лекция с компьютерной поддержкой, хорошей презентацией, с привлечением студентов к постановке проблемы, выделению противоречий, построению гипотезы и т. д. Однако чтобы идти в ногу со временем, конечно, нужно шире применять и другие формы и методы работы, в частности интерактивные методы. Назовём некоторые из них и дадим краткое их описание.

Модельный метод обучения. Занятия проводятся в виде деловых и ролевых игр: научная конференция, пресс-конференция, урок-суд и т. д. Каждый действует в рамках принятой роли. Конечно, такие занятия требуют тщательной подготовки, прежде всего, информационной.

Мозговой штурм — оправдан, прежде всего, тогда, когда необходимо выбрать правильный ответ из списка возможных: при выработке понятий, решений, предложений и т. п. Студентам предлагается следующая инструкция:

«Разбейтесь на группы 3–5 человек. Выберите спикера и секретаря. Все остальные — генераторы идей. Составьте список любых ответов, которые придут на ум, уберите внутреннего критика и записывайте без страха сказать что-то не так. Прочитайте список ещё раз, уберите лишнее, сократите число идей до трёх. Пусть спикер от лица вашей группы огласит список ваших идей».

Case-study. Это — метод активного проблемно-ситуативного обсуждения. Проблема решается на основе рассмотрения конкретного случая или случаев (кейсов). Для этого нередко требуется изучение дополнительных материалов и проводится предварительная подготовка. Затем обсуждаются различные варианты решения проблемы, выбирается наилучшее решение из числа предложенных вариантов, проводятся презентация и защита.

Метод проектов. Сущность метода проектов — стимулировать интерес обучающихся к определённым проблемам, что обязательно предполагает самостоятельное овладение определённой суммой знаний и обретение навыков исследовательской работы. Проект — вершина интерактивности, позволяющая совместить и научно-исследовательскую работу студентов, и потребность студентов в самореализации и самоутверждении. Развиваются ответственность к результатам собственной учебной деятельности, вырабатываются умения работать в команде, публичного выступления и защиты результатов собственных исследований, корректного ведения дискуссии, повышается уровень культуры личности в целом.

Таким образом, сегодня для организации дискуссии и развития личности студентов есть эффективные и интересные для студентов технологии. Нужно только захотеть их использовать.

Чего не следует делать в студенческой аудитории? Думаю, что допускать анархию. Когда начинают говорить все параллельно, то получается не дискуссия, а лай. *Настоящая дискуссия отличается от псевдодискуссии, прежде всего, тем, что к ней нужно тщательно готовиться всем субъектам дискуссии, в том числе студентам.* Не прав тот преподаватель, который считает, что разрешая себя перебивать на каждом слове, поощряя нигилизм и «вольнодумство», он очень демократичен и идёт в ногу со временем. Право на своё мнение студент должен заработать — трудом. Обучение должно быть воспитывающим и образующим.

2014 г., апрель

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЛИТЕРАТУРЫ, ИСКУССТВА И СМИ В ПРОПАГАНДЕ ОБРАЗА ЖИЗНИ



Трезвенники Казани отмечают седьмую годовщину отмены праздника пива.

Людам нужна правда!

(открытое письмо главному редактору «АиФ» Н. Зяцькову)

Уважаемый господин редактор! Я уважаю Вашу газету и подписываюсь на неё почти со дня её основания. Это действительно интересная газета. Но есть одна тема, которую, как я убеждена, Ваши авторы трактуют не совсем правильно. Эта тема — алкоголь.

В стране, которая вымирает от пьянства и пропивает свой последний генофонд, не ежедневные малые дозы «безопасного» алкоголя нужно пропагандировать, а абсолютную трезвость.

Вот несколько примеров из Ваших газет:

«Для мужчин доза сухого вина не должна превышать двух бокалов в день (250–300 мл), для женщин — 1 бокал (125–500 мл). Большинству людей это пойдёт только на пользу» (А. Мельников. Вино включает ген долголетия). Дальше идут предупреждения, кому это не пойдёт на пользу, но кого это уже заинтересует? Ведь Ваш автор фактически признаёт само собой разумеющимся ежедневное употребление вина.

«Относительно безопасные дозы алкоголя (в день): водка, коньяк — 30–60 мл, десертные, креплённые вина — 150–200 мл, шампанское, столовое вино — 200–300 мл, пиво — 450–720 мл». Эти дозы указаны прямо на фоне трезвенного плаката, на котором мужчина категорически отказывается от рюмки. (Ю. Экарева. Когда алкоголь полезен?). Зачем же было автору так исказить замысел художника, который явно призывает к полной трезвости? Оказывается, *«по данным Национальной алкогольной ассоциации, запасы алкоголя в розничной торговле к началу ноября 2008 года оказались в 6 раз выше, чем на тот же период прошлого года».* Возрадоваться бы автору, что народ хоть немного образумился, ан-нет! Так чьи же интересы вольно или невольно отстаивает госпожа Экарева: алкогольного капитала или народа? Ответ, думаю, ясен.

Ниже автор приводит список «лечебных» рецептов с помощью алкоголя. В конце, однако, есть приписочка (от редактора?): «Не обольщаться!» Но кто же теперь после такой рекламы пьянства её заметит!

После Нового года была публикация Ю. Борта «Погудели? Отходим...» Так и хочется добавить — «в мир иной», ведь новогодние праздники ежегодно дают всплеск смертности. Автор даёт рецепты для нейтрализации опьянения и преодоления синдрома похмелья. Благая, казалось бы, цель, но неумение контролировать количество выпитого является признаком алкоголизма. Зачем призывать человека с алкогольной зависимостью пить? Почему у автора вообще нет альтернативного слова «трезвость»? Дать бы рецепты вкусных безалкогольных коктейлей или описание мероприятий, которые помогли бы людям не скучать, оставаясь трезвыми, но увы! Есть только убеждённость в неизбежном пьянстве как естественном явлении. Альтернативу автор даже не предлагает!

Возьмём самую свежую публикацию А. Мельникова «Пить или не пить женщинам?» Вопрос риторический: конечно же, пить, причём каждый день, ведь это так полезно! И тут же дана фотография премиленькой девушки, почти девочки, которая должна почему-то пить каждый день.

Господа! Вы что-нибудь кроме сайтов виноделов видели, когда писали свои статьи? У нас ведь есть ещё и трезвенные сайты, где можно найти много информации о том, что думали об алкоголе, например, классики русской медицины: В.М. Бехтерев, И.М. Сеченов, С.С. Корсаков, И.П. Павлов. Они однозначно говорили о вреде даже малых доз алкоголя, которые Вы так усиленно пропагандируете.

Великий швейцарский учёный и великий трезвенник Август Форель в своих знаменитых «Тезисах о трезвости» писал: *«Каждый алкогольный напиток, в том числе перебродивший, как, например, вино, пиво или фруктовое вино, является ядом... Так называемые „умеренно“ пьющие не укрепляют себя, не питают себя и ничего не получают при этом. Они теряют в среднем около шести лет своей жизни... и страдают от заболеваний наполовину (т.е. в полтора раза) чаще, чем трезвенники... Сама привычка к умеренному*

питию замедляет и тормозит духовную работу... Алкоголь значительно меняет клетки головного мозга!.. Алкоголь портит зародышевые клетки пьющих мужчин и женщин, в результате их потомство более или менее вырождается... В качестве лекарства алкоголь, как правило, ни на что не годится... Только в качестве растворителя определённых медикаментов он полезен... Если с помощью взмаха волшебной палочки устранить всех пьяниц страны, то через несколько лет они заместятся новыми... Причина самого алкоголизма — в употреблении алкоголя... единственное средство оздоровления заключается в ликвидации употребления всех перебродивших или испытавших перегонку напитков».

Так писал о вине швейцарец, где пили только сухие вина и только высокого качества! Работая с алкоголиками, учёный пришёл к выводу, что лишь абсолютная трезвость самого алкоголика и его окружения может гарантировать избавление от алкоголизма. А если от пьянства вымирает целый народ, как это происходит сейчас в России? Какой должна быть позиция всех здравомыслящих людей? Научить пить «культурно» тех, кто уже имеет зависимость, невозможно, а искушать юных разговорами о пользе ежедневных выпивок — преступление!

Так же, как и Форель, думали русские учёные, обращаясь в открытом письме к городским и земским самоуправлениям дореволюционной России «К решению вопроса о виноградном вине и пиве». В нём, в частности, говорилось: *«Понятие „умеренности“ неприменимо к употреблению спиртных напитков. Всякое употребление яда есть неумеренность и злоупотребление... Слабые спиртные напитки — пиво и виноградное вино — для здоровья даже вреднее водки, так как, кроме спирта, содержат много ядовитых примесей... Меньшая крепость пива и виноградного вина не является гарантией „умеренности“ потребления: кроме водочного алкоголизма существует пивной и винный, которые уже признаны серьёзным общественным бедствием в западно-европейских странах... Ни пиво, ни вино не могут быть средствами борьбы с алкоголизмом... Государство — во имя высших общественных интересов, ради улучшения физических условий существования народа — не только имеет право, но и обязано ограничивать свободу личности в области производства и продажи спиртосодержащих жидкостей, так же, как это практикуется относительно морфия и других сильно действующих ядов».*

А в другом документе русских врачей, Заключение постоянной комиссии по вопросу об алкоголизме, состоящей при русском обществе охранения народного здоровья, 1915 г., которая в течение 17 лет изучала алкоголизм во всей полноте, кроме всего прочего говорится: *«Если отдельные лица могут без заметного вреда справиться с небольшими и однократными приёмами спиртных напитков и не пойти по пути постоянного их употребления..., то массы народа удержаться на таких ступенях употребления не могут».*

Лучше, наверное, не скажешь. Любимым «национальным напитком» (водкой) уже серьёзно подорвали нравственное и физическое здоровье русских мужчин. Наши мужчины живут меньше, чем негры в Гондурасе. В России женщин детородного возраста на 7 миллионов меньше, чем мужчин. А если учесть «качество» тех мужчин, что есть, с учётом бомжей, лиц, сидящих в тюрьмах, и просто пьяниц, то картина вырисовывается трагическая. Только в 2006 году, по данным Липецкого областного комитета государственной статистики в Чаплыгинском районе, в трудоспособном возрасте мужская смертность превысила женскую в 10,3 раза. О каких крепких семьях и борьбе с демографической катастрофой в России может идти речь? Разве это не алкогольно-табачный геноцид?

В последнее десятилетие мы прошли проверку пивом, якобы «безалкогольным напитком», чтобы «вытеснить наркоманию и крепкий алкоголь». В результате только с 2003 года суммарное употребление алкоголя увеличилось на 5 процентов, т. е. пить стали ещё больше и вдобавок получили проблему массового детского и молодёжного пивного пьянства и алкоголизма. Наркоманов тоже меньше не стало. Теперь осталось убедить пить вино оставшихся девушек и женщин, пока не поражённых пивом, или плюс к пиву, какая разница, — тогда генофонд нации будет добит окончательно!

Как сказал автор социальных роликов об алкоголе архимандрит отец Тихон (Шевкунов), мы больше чукчи, чем европейцы, и наш организм не вырабатывает достаточное количество алкогольдегидрогеназы, спасительного фермента, расщепляющего алкоголь. Когда это такое было в нашей истории, чтобы русские люди пили вино каждый день, тем более девушки и женщины? Или нужен ещё один эксперимент над здоровьем нации? Вы не задумывались, господа, о том, что это может стать последней каплей, которая накроет и вас, и ваших детей тоже?

Та польза, которая может быть от вина за счёт наличия в нём антиоксидантов, к сожалению, с лихвой перекрывается тем, что в нём есть алкоголь и другие яды! Автор книги «Чудо-уксус», американский диетолог К. Орэй пишет, что *«исследование Джона Д. Фолтса из медицинской школы Висконсина выявило, что... предотвратить сердечно-сосудистые заболевания у тех, кто пьёт красное вино, помогает не алкоголь, а флавоноиды... Доктор Крейон считает, что существуют менее токсичные источники антиоксидантов, полифенолов и других веществ, которые содержатся в красном вине. Таким источником являются свежие фрукты, овощи, чеснок, специи, травы и пищевые добавки, в которых содержится гораздо больше антиоксидантов, чем в вине»*. В качестве здоровых альтернатив также предлагаются винный и яблочный уксус.

Практика, как известно, критерий истины. В мировой истории с библейских и античных времён было принято разбавлять вино водой в соотношении один

к трём — один к четырём. Но даже тогда были проблемы с пьянством. Достаточно почитать Библию или вспомнить, например, такое высказывание Аристотеля: «Пьянство есть добровольное безумие». В Российской истории были и периоды пьянства, и периоды трезвости. Периоды пьянства всегда были связаны с периодами смуты и правлением всякого рода «лжедимитриев». Периоды трезвости, наоборот, с надеждами на возрождение и обновление. А принципиальная позиция русских врачей и таких писателей как, например, Лев Николаевич Толстой с его «Согласием против пьянства», вообще привела к одиннадцатилетнему «закону трезвости» (1914–1925), чем был полностью развенчан миф об «извечном русском пьянстве».

В вопросах отрезвления народа пора применять испытанную историей стратегию и тактику. Запас прочности иссякает, мы уже у той черты, за которой может произойти полное угасание этноса и разрушение государства под названием Россия.

Если мы живём в демократическом государстве, то на страницах газеты должна быть представлена позиция не только алкоголизаторов, но и трезвенников. Иначе складывается впечатление, что мы живём в *алкогольной оккупации* общественного мнения средствами массовой информации!

Сегодня есть силы в России, в странах СНГ, за рубежом, которые предлагают трезвенные стратегии решения алкогольных проблем. Нужно сделать модными слова «трезвость» и «трезвый образ жизни», а не пропагандировать ежедневное употребление алкоголя, к тому же с девичьим лицом. Людям нужна правда об алкоголе в достаточном объёме, ориентация на созидание, а не на разрушение. И тогда, Бог даст, выживем.

2010 г., январь

Как наёмники

(открытое письмо ведущему программы «Постскриптум»
Алексею Пушкову)

16 января 2010 года в программе «Постскриптум» прошёл сюжет о предложении главы Роспотребнадзора Г. Онищенко «запретить» главным героям курить с экрана. К сожалению, вместо конструктивной критики и альтернативных предложений на человека, который реально пытается изменить ситуацию с курением в России, посыпались насмешки.

Главный миф авторов сюжета состоял в том, что кино всего лишь отражает жизнь и показывает то, что происходит в реальной жизни. На это можно возразить. Во-первых, в реальной жизни происходит и многое другое: люди ходят в туалет, сморкаются, ругаются матом и т.п., но это не значит, что эти действия необходимо выставлять напоказ. Функция искусства, очевидно, должна состоять в том, чтобы хоть немного изменить мир к лучшему, а не

наоборот. Во-вторых, существует и обратная связь: люди делают то, что видят в ближайшем окружении, а ближайшим окружением сегодня является не только семья, но и телевизор, который в буквальном смысле стал членом каждой семьи.

Российский учёный Геннадий Андреевич Шичко (1922–1986) разработал теорию социально-психологической запрограммированности, сущность которой состоит в том, что поведение людей зависит от тех программ, которые закладывает именно окружающая среда. В процессе социализации человек приобретает много положительных программ, которые выполняют важнейшую адаптивную функцию. Однако среди программ есть и разрушительные. В их числе — программы на курение и употребление алкоголя. Ещё задолго до реального приобщения ребёнок, видя курящих и пьющих родителей, других родственников, героев фильмов, получает установку на курение и употребление алкоголя в будущем. Ребёнок детсадовского возраста уже во всех подробностях способен описать, какое пиво он будет пить и какие сигареты курить. Пятилетний сын коллеги в те времена, когда пиво рекламировалось и в дневные часы, на потеху всем заявлял, что будет пить только пиво «Бочкарёв». Вопрос «пить или не пить» для него уже не стоял. Четырёхлетняя девочка из семьи трезвенников, где уже во втором поколении никто не курит и не пьёт, нарисовала принцессу с банкой пива в руке и написала: «Принцесса пива». Дети детсадовского возраста, играя в праздник, изображают пьяное застолье взрослых.

Исходя из своей теории, Г.А. Шичко разработал психолого-педагогическую методику избавления от алкогольной и табачной зависимостей. Избавление (не «лечение»!) от зависимости происходит без таблеток за счёт усвоения правдивой информации по алкогольно-табачной проблеме, за счёт развенчания основных алкогольных и табачных мифов и, следовательно, за счёт снятия социально-психологической запрограммированности на такое поведение. Практика, как известно, — критерий истины, и она показала, что по этой методике избавляются от зависимости почти все, кто ещё способен думать, читать и писать. Это значит, что теория социально-психологической запрограммированности проверена практикой!

В замечательном советском фильме «Человек с бульвара Капуцинов» убедительно показано, как искусство может влиять на поведение людей. Пришёл мистер Фюрст, стал показывать людям доброе кино, и нравы кардинально изменились к лучшему. И наоборот, пришёл мистер Секонд, с помощью кино стал насаждать всё низменное и быстро «опустил» тех же самых людей до состояния одичания и варварства.

Отрицать влияние искусства на поведение людей можно только по трём причинам: 1) преследуются какие-то политические интересы (захватнические, прежде всего); 2) преследуются экономические интересы (табак, как и любой наркобизнес, приносит огромные сверхдоходы); 3) имеется личная зависимость

от наркотика и сознательное или подсознательное стремление создать для своего порока режим благоприятствования.

Я далека от мысли, что авторы сюжета из такой уважаемой патриотически ориентированной программы как «Постскрипtum» могли преследовать какие-то политические или экономические интересы, хотя объективно такой сюжет — просто подарок табачному капиталу, 95% которого в России, кстати, принадлежит иностранцам, и им наш народ не жалко. Но я почти не сомневаюсь, что сюжет этот сняли люди курящие, сами зависимые от табака. Своё видение проблемы они и изложили в сюжете. Журналисты даже не удосужились проконсультироваться с экспертами по проблеме. А зачем? Они сами всё знают, и в их руках СМИ, чтобы внушать собственные заблуждения другим.

Исследованиями установлено, что существует три основные причины употребления алкоголя, табака и наркотиков. Это, во-первых, *социально-психологическая запрограммированность* на их употребление, которая выражается в их пропаганде, прямой и косвенной рекламе, традициях и обычаях. Показ курящих и пьющих на экране — та же реклама, только косвенная, ещё более изошрённая. Людям постоянно внушают: пить и курить — нормально! Во-вторых, это *доступность* алкоголя и табака: по цене, по возрасту, месту, времени приобретения.

Первые две причины действуют ещё до первой пробы. На продолжение употребления влияет третья причина — *наркотические свойства веществ*, которые позволяют удовлетворить определённые потребности людей (развлечься, уйти от реальности) суррогатными способами и вызывают наркотическую зависимость.

Поэтому научно обоснованными путями борьбы с употреблением алкоголя, курением и наркоманией будут три: 1) ограничение доступности; 2) формирование трезвенных убеждений, разрушение мифов относительно алкоголя, табака и других наркотиков и 3) воспитание духовно богатой, нравственно устойчивой личности, способной противостоять жизненным трудностям, имеющей перспективу и цель в жизни. Такая личность получает удовольствие не от наркотиков, а от самой жизни, любви, дружбы, семейного счастья, от творчества, общения с природой, физической культуры и т. п.

Научно обоснованными являются только комплексные подходы, в их числе пропаганда образа жизни. Поэтому пропаганду наркотиков всех мастей и видов необходимо ограничить, в том числе и на экране! И не нужно ждать, когда изменится жизнь, а помогать менять жизнь к лучшему самим.

Это поняли в США и других странах Запада. Там курильщиков запрещено показывать в кино. Недавно смотрела художественный фильм (производство США) «Здесь курят» о табачном капитале, о том, какую войну против него ведёт американское общество. Но даже в этом фильме ни один из героев фильма ни разу за весь фильм не закурил! Почему? Потому что там есть закон о запрете

показывать курильщиков на экране, который авторы фильма обязаны исполнять. Поэтому есть и результаты. На Западе курение выходит из моды, люди курят всё меньше, табачные компании потеснены с рынка и есть даже планы о полной ликвидации табачной отрасли к 2020 году. Поэтому так агрессивно и осваивают табачные компании наш, ничем не защищённый — ни законом, ни совестью ответственных лиц, рынок.

Авторы сюжета о предложении Онищенко запретить курение положительных героев на экране вскользь, как о чём-то малозначительном, упомянули, что курение в России ежегодно убивает 400 тысяч человек. Наверное, из этого факта и нужно было бы исходить в данном сюжете. У нас возраст приобщения к табаку снизился до 8–10 лет. У нас уже около 30 процентов женщин курят и, по прогнозам, скоро закурит каждая вторая женщина со всеми вытекающими из этого для общества последствиями.

Вместо того чтобы подумать, как конструктивно решить проблему, был показан ряд отрывков из фильмов, где герои курят, всячески стараясь убедить зрителя, что убирать курение и даже ограничивать его показ ни в коем случае нельзя!

Авторы сюжета показали, как курят герои любимой советской комедии «Девчата», но «усекли» из сюжета ту часть, где главная героиня фильма в ответ на приглашение потанцевать велела кавалеру выбросить папиросу. В этом фильме девушки из рабочего общежития ни разу не курили и не употребляли алкоголь, в свободное от работы время они учились, влюблялись, ходили на танцы. В этом фильме вообще нет ни единой сцены выпивки. И после ссоры с девушкой главный герой не уходит в запой, как любят это показывать во всех современных фильмах, а ищет другие пути завоевания сердца девушки.

Комедия «Полосатый рейс» снята без единого алкогольного сюжета, но разве от этого она хуже?

Комедия эпохи перестройки «Самая обаятельная и привлекательная» тоже снята без единого алкогольного сюжета, лишь один раз появляется бутылка с шампанским, но её герои фильма не пьют, так как сомнительная вечеринка не состоялась. Героиня закуривает, чтобы было легче познакомиться, и тут же выбрасывает сигарету с комментарием: «Фу, гадость какая!» Наверное, авторам данного протабачного сюжета следовало бы показать эти положительные примеры, а не оправдывать героя Баталова, который обкуривает собственную дочь и в клубах дыма укладывает её спать.

В старых советских фильмах почти не было сцен курения и пьянства, не оправданных сюжетом. Иное дело — сейчас. Герои фильмов не просто пьют и курят — они пьют алкоголь вместо воды, они курят всегда, везде и всюду. Опьянение с потерей человеческого достоинства, женское и даже детское курение показываются как норма. Очевидно, что в 99 процентах случаев можно было бы обойтись без показа этих сцен, но, наверное, так режиссёрам удобнее: зачем

что-то выдумывать, когда вот оно — самое простое сопутствующее занятие для актёров на сцене — пусть пьют и курят. Если бы в реальной жизни люди пили и курили так же, как нам предлагают «герои» на экране, наверное, нас уже не было бы, спились бы и стали курильщиками уже все.

Если Геннадий Онищенко и ошибается, то только в том, что курить в кино могут только отрицательные герои. Очевидно, что и отрицательные герои фильмов не должны это делать без крайней необходимости, не оправданной сюжетом! Ведь смогли же в американских фильмах практически полностью убрать курение, там не курят даже отрицательные герои.

Отдельная тема — новогодние праздники-2010. Пропагандировались не просто «культупитейство», но откровенное пьянство, «лицом в салат». Отличилась передача «Оливье-шоу» на первом (государственном!) канале. Все артисты, телеведущие, герои новогодних программ, даже почти непьющие Максим Галкин и Николай Басков приглашали людей не просто выпить, а напиться. Куда в этих условиях деваться человеку, которому пить нельзя или который пить не хочет?

А пить нельзя: всем детям, беременным женщинам, больным людям, алкоголикам и пьяницам, для которых эта выпивка может стать (и часто становится) последней в их жизни либо провоцирует запой. Пить категорически нельзя лётчикам, водителям, врачам и всем тем, от кого зависят здоровье и жизнь людей — не только во время праздника, но и заблаговременно до праздника, потому что последствия употребления алкоголя ещё долго будут мешать человеку полноценно справляться со своими профессиональными обязанностями.

Получается, что пить нельзя даже на Новый год доброй половине населения страны. Почему не учитываются интересы этой половины? Какую альтернативу употреблению алкоголя наши СМИ предложили? Никакой! Пить приказано всем, даже если не хочется или нельзя!

Известный пропагандист «культурного» пьянства из «Аргументов и фактов» А. Мельников разразился предновогодней статьёй на целую газетную полосу о том, как и что пить, что с чем смешивать или не смешивать, но ни разу не вспомнил о том, что пить можно что-то другое, например, сок или чай. Слово «трезвость» в наших официальных СМИ до праздников, во время праздников и после праздников не прозвучало ни разу! Не звучит оно и в будни.

Вот и имеем при такой пропаганде: то отнимают ручку у грудного ребёнка, потому что врачи и медсёстры «отмечали» Новый год на рабочем месте (пример празднования Нового года-2010), то бьются самолёты с пьяными лётчиками на борту, но самое страшное — тихо и без шума безвременно уходят из жизни сотни тысяч людей — жертвы алкогольно-табачной информационно-психологической и химической войны, которая уже несколько десятилетий ведётся против нашего народа.

Все думающие люди сегодня говорят: *«С нашими СМИ надо что-то делать, так как они стали рассадниками пропаганды всякого рода без-*

нравственности», фактически — защитниками чьих-то корыстных экономических и политических интересов, в том числе алкогольно-табачного капитала. Справедливости ради отмечу: у нас есть много честных журналистов, не на словах, а на деле озабоченных будущим страны, но в этой статье речь не о них.

Информационная власть у нас стоит выше законодательной, исполнительной и судебной властей и ни с кем по-настоящему не считается. Иначе как понимать тот факт, что Президент России поздравляет народ без фужера шампанского в руках, в предыдущих интервью объявляет курс на отрезвление народа, а СМИ в это время «отрываются по полной программе»?

Свобода СМИ у нас понимается как вседозволенность! Горстка людей может пропагандировать что угодно и как угодно просто потому, что им так хочется или их купили. А жертвами становится весь народ. Необходим закон об ответственности СМИ за то, что они пропагандируют. А пока можно использовать потенциал тех законов, которые имеются. Приглашаю патриотически настроенных юристов к сотрудничеству. Предлагаю создать прецедент и возбудить ряд судебных исков против пропаганды безнравственности в наших СМИ.

2010 г., январь

Три богатыря и Шамаханская царица

(размышления после новогодних праздников)

Всегда полезно сходить с детьми в кино и посмотреть, что смотрят они. Новый отечественный анимационный фильм «Три богатыря и Шамаханская царица», очевидно, адресован всем: и детям, и взрослым. Снимали его люди мудрые и неравнодушные к судьбе нашей Родины.

Сюжет фильма незамысловат. Шамаханская царица, одержимая идеей вечной молодости, узнаёт секрет: чтобы омолодиться, нужно полить волшебное дерево слезами тысячи красавиц и потом съесть его плоды. Поскольку всех красавиц в своём царстве она уже давно извела, по совету приближённых, она решила соблазнить киевского князя, где можно было найти не одну тысячу красавиц с их слезами. В ход идут чары царицы и обман. И чары, и обман действуют как против самого князя, так и против хранителей земли русской — богатырей Ильи Муромца, Алёши Поповича и Добрыни Никитича.

Силушки у богатырей достаточно, а вот устоять против обмана и чар у них не получилось. Много бед пришлось пережить, прежде чем враг был повержен. Слеплённый чарами царицы князь готов был полцарства отдать за милость царицы.

На поверку красавица оказалась безобразной, костлявой, злой и жестокой старухой, давно утратившей способность любить и одержимой идеей омолодиться любой ценой. Как и во всякой сказке, здесь всё заканчивается хорошо: враг

разоблачён и повержен. Почти... Потому что алчная царица не довольствовалась количеством яблок, полученных от яблони, политой слезами красавиц, достаточных для превращения в юную девушку. Она ела их ещё и ещё, пока не омолодилась до возраста... грудного ребёнка. Верный ей слуга-ворон отнёс свёрток с младенцем на подоконник киевскому князю. Растроганный князь умилённо подхватил младенца и взял его к себе: удочерил! Таким образом, история будет иметь продолжение!

Одно из главных православных понятий «трезвение» учит постоянной бдительности. Бдительны ли мы сегодня?

Фужер шампанского на Новый год

В предновогодние праздники все центральные газеты и телеканалы на все лады учили россиян, какой алкоголь выбрать, как предупредить тяжёлое отравление алкоголем, как выйти из похмелья и т. д. Вопрос, пить или не пить, даже не ставился. Конечно же, пить! Как говорится, «за всё уплóчено».

Известно, что новогодние продажи алкоголя в разы повышают повседневные доходы алкогольного капитала, поэтому достаётся доля и пропагандистам алкогольного застолья от столь богатого пирога. Но всем ли можно пить, даже если это всего лишь фужер шампанского на Новый год?

Наука однозначно отвечает, что пить категорически нельзя всем детям, как минимум до 18 лет, то есть до истечения всего периода активного формирования организма. А период окончательного созревания организма длится вообще до 22–23 лет. Недаром в большинстве пьющих стран разрешение на употребление алкоголя молодые люди получают только в возрасте 21 года.

Пить однозначно нельзя беременным и кормящим женщинам, а также зависимым от алкоголя и больным людям. Для них может стать роковым даже фужер шампанского на Новый год. Для этих категорий населения трезвость — единственная альтернатива.

А как в остальном мире? Из мировых религий алкоголь полностью запрещён в буддизме, индуизме, исламе и ещё более чем в 400 мелких конфессиональных сообществах. В 40 странах мира действует сухой закон, а в 41 стране мира, в их числе Норвегия, Швеция, Исландия и Финляндия, есть очень жёсткие ограничения, что делает эти страны почти трезвыми.

Как нас обманывают?

Ни слова о трезвости в центральных СМИ вы не найдёте. Приятными исключениями были лишь наши региональные СМИ и, разумеется, трезвенная пресса, которая доступна немногим.

Для того, чтобы понять, как нас ловят на алкогольную приманку, попробуем рассмотреть один из самых свежих примеров — интервью с известным врачом, профессором, академиком РАЕН Александром Бронштейном (Аргу-

менты и факты. — 2011. — № 1–2. — С. 13). Вот цитаты из интервью и наши комментарии к ним.

1. *«Статистика утверждает: 40 миллионов россиян алкоголь не употребляют вообще, 30 миллионов пьют в большом количестве, часто и помногу, а 70 миллионов — умеренно. Конечно, 30 миллионов — много, но нельзя утверждать, что вся страна пьёт. Это лишний довод против сухого закона».*

Поражает размах, с каким А. Бронштейн говорит о 30 миллионах россиянах: подумаешь, 30 миллионов! А ведь это каждый четвёртый-пятый житель страны, включая младенцев и стариков, а если рассматривать только трудоспособную часть населения, то статистика утверждает, что «злоупотребляют» алкоголем в России каждый второй мужчина и каждая третья женщина. И они нуждаются в реальной защите от алкоголя!

2. *«Ещё царский министр Витте в начале XX века говорил, что у нас пьют не больше, чем в других странах, но напиваются чаще».*

Скажу больше, в 1914 году накануне введения права местного запрета на производство и продажу алкоголя, известного как «сухой закон», в России был почти самый низкий уровень потребления алкоголя на душу населения в Европе (по разным данным, от 3,5 до 4,7 литра абсолютного алкоголя). Меньше нас пили только в Норвегии. Но даже тот уровень потребления показался нашему народу и всем передовым людям общества таким высоким, что дело дошло до полного запрета на производство и продажу алкоголя, потому что истинной традицией нашего народа является не пьянство, а трезвость.

3. *«На Западе знают свою норму: для одних это 2–3 бокала вина, для других — 2–3 рюмки водки, для третьих — пинта пива. У нас же...»*

Вот именно: у нас. У нас свои традиции. Мы всё делаем чересчур, и научить русского человека умеренности крайне трудно. А поскольку трезвости в русских национальных традициях куда больше, чем пьянства, то неплохо бы ориентироваться на наши собственные национальные стереотипы поведения, а не на западные. В этом же номере газеты «Аргументы и факты», в котором было опубликовано интервью с А. Бронштейном, есть статья под символическим названием «Жить очень долго можно только на родине и соблюдая традиции предков». Давайте же соблюдать лучшие традиции наших предков!

4. *«Во Франции средняя продолжительность жизни 85 лет. Но с молодых лет там пьют вино, для них это как хлеб, без которого жить нельзя. Они с детства воспитаны в таких традициях и знают, что 1–2 бокала вина во время еды будут только полезны».*

А. Бронштейн, наверное, не знает всей правды. Длительное время именно Франция удерживала пальму первенства по употреблению алкоголя в мире. Хотя в течение последних 40 лет потребление алкоголя во Франции сократилось примерно на 38%, отменить суммарный алкогольный удар не удаётся.

Особенно это прослеживается на судьбе известных людей Франции. Французский поэт-романтик Альфред де Мюссе, французский математик и философ Блез Паскаль, французский император Наполеон I, французский композитор Гектор Берлиоз, французский писатель Ги де Мопассан, Французский поэт Поль Варлен, поэт-символист Артюр Рембо, французская певица Эдит Пиаф и многие десятки и сотни известнейших людей Франции прошлого и настоящего страдали или страдают психическими расстройствами, склонны к наркоманиям или совершали суициды.

Масштабы алкогольной беды во Франции велики и чудовищны. Рождаемость, как и у всех пьющих, снижается. И это несмотря на то, что во Франции многодетные родители, имеющие трёх детей, имеют большие льготы. Рождаемость снижается даже несмотря на то, что Франция улучшает показатель естественного прироста за счёт высокой рождаемости в семьях мигрантов из Азии и Африки. Французы благодаря виноградному вину трудятся всё хуже. И поэтому работодатели часто предпочитают брать на работу трезвых выходцев из Турции, Алжира и т. п. (Как и у нас сегодня предпочитают брать на работу трезвых китайцев, таджиков и т. д.) Коренное население Франции стремительно исчезает, а им на смену приходят жизнеспособные трезвые иностранцы.

5. *«Ещё никто не доказал, что красное вино в умеренных дозах вредно».*

Существует много мифов о пользе вина. Что есть на самом деле?

Во-первых, в вине содержится до 12 процентов алкоголя — токсичного вещества, являющегося причиной, по признанию Всемирной организации здравоохранения, более 60 заболеваний.

Во-вторых, из справочников для виноделов можно узнать, что по мере превращения виноградного сока в вино убывают до крайне малых величин или даже исчезают основные полезные составные ингредиенты виноградных ягод. Кроме того, в процессе брожения виноградного сусла возникают, помимо этилового, высокомолекулярные «летучие» спирты: пропановый, изопропановый, бутиловый. Именно они отвечают за «букет» вина. Эти «летучие» спирты являются ядами. Допустимые нормы этих ядов в водоёмах, пригодных для бытового использования, в десятки и сотни раз ниже концентрации их в таких винах как «Совиньон», «Рислинг».

Исследования показали, что у любителей вина хронический алкоголизм формируется в 4 раза быстрее, чем при употреблении водки. Причём влечение к вину проявляется сильнее, а течение алкоголизма более злокачественное. При винном алкоголизме в 2 раза чаще, чем при водочном, возникают приступы белой горячки.

Есть и положительные отзывы о вине. В частности, указывается, что в красном виноградном вине содержатся полифенолы, мощные антиоксиданты, блокирующие окисление «плохого» холестерина и тормозящие образование бляшек в кровеносных сосудах.

Американский диетолог французского происхождения К. Орей, комментируя результаты исследований о положительных свойствах вина, признаётся, что сама вина не пьёт, так как от винного алкоголизма умерли её родители, и приводит данные *о здоровых альтернативах красному вину*.

Исследование Джона Д. Фолтса из Медицинской школы Висконсина показало, что 3 стакана сока из красного винограда предотвращает образование бляшек и в кровеносных сосудах так же, как 1 стакан красного вина. Учёный сообщает, что предотвратить сердечно-сосудистые заболевания помогает не алкоголь, а флавоноиды, которые содержатся и *в виноградном соке*. А доктор Крейон указывает, что существуют менее токсичные источники антиоксидантов, полифенолов и других веществ, которые содержатся в красном вине. Полезен винный уксус, в котором алкоголь уже расщеплён до безопасных составляющих. Другие здоровые альтернативы — это *фрукты, овощи, чеснок, специи, травы и пищевые добавки*, в которых содержится гораздо больше антиоксидантов, чем в вине.

Возникает вопрос: зачем нам навязывать винопитие, которое никогда не было традиционным в русской культуре, когда у нас есть другие, безопасные источники тех же полезных веществ, о которых говорят виноделы?

6. *«Надо организовать специальный институт и разработать специальную программу, чтобы научить людей пить сухое вино, чтобы они переключились с крепкого алкоголя на него».*

Эксперимент с научением наших сограждан пить «культурно» длится с начала 60-х годов. Результат известен. Сегодня уровень потребления абсолютного алкоголя на душу населения составляет 18 литров. Это один из самых высоких показателей в мире и это уровень, в 2 с лишним раза превышающий тот, за которым, по признанию Всемирной организации здравоохранения наступает вырождение этноса и деградация государства. А с конца 90-х годов на наших детях, молодёжи и женщинах проводится эксперимент по вытеснению крепкого алкоголя пивом. Результат тоже известен. Крепкий алкоголь остался, а пиво к нему только добавилось. И если раньше дети и женщины не разгуливали по улицам с бутылкой водки, то сегодня с баночкой пива — пожалуйста. Почтенные матери семейств целыми канистрами несут пиво домой, чтобы «всей семье хватило»!

7. Справедливости ради нужно отметить, что в этом же интервью А. Бронштейн предлагает меры по *«сокращению тяжёлого пьющих»*: ограничить время продажи алкоголя, сделать его дорогим, вести жёсткую борьбу с «левым» алкоголем, жёстко контролировать спиртовые настойки в аптеках, бороться с детским алкоголизмом. Увы! Эти правильные рекомендации сводятся на «нет» его другими рекомендациями. Во-первых, одним из его правил: алкоголь нельзя пить чаще, чем 1 раз в 4–5 дней. Это значит, что доктор фактически рекомендует людям оставаться трезвыми не чаще 2–3 дней в неделю!

По мнению специалистов Всемирной организации здравоохранения, *употребление алкоголя 1 раз в две недели уже является регулярным*. А продукты распада алкоголя в клетках головного мозга остаются до 26 дней. Это значит, что в течение этого времени мозг не работает в полную силу. Известный физик Лев Ландау в тех случаях, когда его уговаривали выпить фужер шампанского на Новый год, на целый месяц уходил в отпуск, так как, по его мнению, в течение целого месяца после этого он не мог полноценно заниматься физикой. Древнегреческий математик Пифагор считал несовместимыми питье вина и занятия математикой, поэтому сам не пил вина и ученикам своим запрещал. Согласно современным научным данным, алкоголь опасен тем, что нарушает работу самых тонких структур мозга, где заложены память, творчество, нравственность.

Во-вторых, собриологи и превентологи всех стран наряду с вышеупомянутыми ограничительными мерами всегда видят необходимость и в пропаганде трезвости. Формула борьбы выглядит так: *сознательный отказ под влиянием трезвенной пропаганды плюс запрет*. В интервью А. Бронштейна о трезвенной пропаганде нет ни слова.

В-третьих, необходимо понять, на кого нацелены рекомендации А. Бронштейна регулярно пить вино?

Если на алкоголиков, то ещё великие трезвенники прошлого — американский врач Бенджамин Раш (конец XVIII в.) и швейцарский учёный энциклопедист Август Форель (вторая половина XIX в.), работая с пьяницами и алкоголиками, сделали однозначный вывод: только абсолютная трезвость самого алкоголика и его окружения гарантирует полное исцеление. И сегодня любой нарколог знает, что пить бывшему алкоголику, если он хочет спастись, нельзя вообще — всю оставшуюся жизнь!

На «умеренно» пьющих? Тоже не очень правильно. Как бы «умеренно» люди не пили, именно из их среды и появляются алкоголики! Кто вообще не пьёт, тот не сопьётся.

На детей? Наверное, именно на них, чтобы у них даже подозрения не появилось, что можно просто оставаться трезвыми. Пусть у каждого из детей будет иллюзия, что именно с ними ничего страшного никогда не случится. Главное — научиться пить «культурно».

Интервью с А. Бронштейном украшено фотографией молодой женщины с фужером вина, а внизу написано: *«Доказано: пьяницы рождают пьяниц»*.

Вот именно. Лучше не скажешь. Тогда зачем выдавать вино за хлеб насущный и его пропагандировать?

Замалчивание альтернативы

Альтернатива была и есть. Её в избытке вы найдёте на страницах трезвенной прессы, на трезвенных сайтах в Интернете, только беда: очень многие даже не знают об их существовании. Слово «трезвенник» в центральных СМИ

фактически замалчивается или упоминается в уничижительном смысле. Но есть счастливые примеры из региональных СМИ. Вот что пишут, например, главный нарколог Липецкой области, заслуженный врач России М. Коростин и заведующий отделением профилактики ГУЗ Липецкого областного наркологического диспансера, заслуженный врач России, член общественной палаты г. Липецка и общественного Совета при УВД по Липецкой области:

«В разгар православного Рождественского поста дым коромыслом и до боя курантов, и после этого боя. Наш Новый год предшествует на целую неделю Рождеству. В целом многие наши соотечественники относят себя к православным. Особенно это проявляется в обрядах крещения детей, венчании молодожёнов и отпевании усопших, и даже в освящении яхт и лимузинов. В остальное время даже те, кто полностью пользуется непосильным трудом нажитыми благами капитализма, радостно ликуют и веселятся в хмельных забавах и бурном пиршестве, как во времена строительства коммунизма и развитого социализма».

В заключение авторы дают добрые советы отметить новогодние каникулы детскими утренниками, подростковыми дискотеками, в общении с природой, детьми и внуками. И советуют *«не забывать, к какой вере мы себя относим: и в дни радости, и в дни беды»* (АиФ-Липецк. — 2010. — № 51. — С. 18).

Немного статистики

Эту грустную статистику огласил в теленовостях по пятому Санкт-Петербургскому каналу 26 декабря 2010 года глава Липецкой области Олег Королёв.

В начале 90-х годов ожидаемая продолжительность жизни мужчин в Липецкой области составила 57 лет, в 2009 году она поднялась до 62 лет. Ожидаемая продолжительность жизни женщин в начале 90-х годов составила 72 года, в 2009 году она поднялась до 75 лет. В начале 90-х годов рождалось в Липецкой области всего около 9 тысяч детей, в 2009 году рождалось уже 14 тысяч детей. Однако, по признанию самого губернатора, радоваться особенно нечему, так как умерло в 2009 году около 20 тысяч человек, что означает, что даже в такой оптимистичный год скорость убытия населения Липецкой области составила 6 тысяч человек! По признанию губернатора, диспропорция полов в Липецкой области такова, что есть угроза вскоре превратиться в Амазонию.

От себя добавим: по сравнению с последней переписью население Липецкой области сократилось на 37 тысяч человек, а число лиц женского пола, включая грудных младенцев, где диспропорция полов обычно в пользу мальчиков, почти на 100 тысяч превосходит число лиц мужского пола (женщин — 637,8 тысячи; мужчин — около 538,2 тысячи). Это значит, что едва ли не каждая вторая женщина детородного возраста не может создать полноценную семью по причине отсутствия партнёра. А главной причиной вымирания наших мужчин является крайне нездоровый образ жизни, прежде всего — употребление алкоголя, куре-

ние, наркомания. Ни одна «горячая» война не выкашивает население так, как война химическая, алкогольно-табачно-наркотическая. И этот мужской проигрыш в войне оплачен слезами наших вдов и одиноких женщин! К сожалению, пока что есть только одна перспектива выравнивания диспропорции полов: прогрессирующее вымирание женщин за счёт всё большего внедрения моды на пороки среди девочек, девушек и женщин!

Скинем с себя «чары» пороков!

Самые опасные идеи обычно предлагаются в привлекательной упаковке. Там, где нельзя победить в открытом бою, предпочитают обмануть. Нужно понимать, что мы живём в несовершенном мире, фактически в цивилизации войны. Только ведётся эта война за место под солнцем в наш изощрённый век изощрёнными способами. Не нужно ни с кем воевать. Достаточно внедрить в сознание целых народов программу на саморазрушительное поведение! Это как пир во время чумы. Скинем с себя «чары» пороков!

2010 г., март

Русская закваска — это праздник пива?

В администрации города Ельца состоялось совещание, посвящённое подготовке к предстоящему Дню города. В рамках празднования Дня города впервые состоится фестиваль «Русская закваска». Газета «Красное знамя» от 24 июля 2010 года сообщила о том, что в числе главных мероприятий запланирована дегустация пива и кваса (пиво — первое в списке). Далее следует список мероприятий, к пиву и к другому алкоголю отношения не имеющий.

Ясно, что слово «закваска» является ключевым не зря. Словари сообщают нам, что «закваска» имеет два значения: 1) состав, вызывающий брожение, закисание (для теста, кваса, кефира) и 2) то же, что закалка.

Хорошее название! Только к чему сюда приплюсовывать и пиво? Возникает большое подозрение, что в рамках празднования Дня города кому-то очень хочется внедрить в наш город и «праздник пива», пока что маленький. А там, глядишь, и до большого отдельного «праздника пива» недалеко.

К чему приводит «безобидное» пиво можно пояснить на нескольких примерах.

Минск, 2003 год. Праздник пива. Милые девушки предлагают всем желающим бесплатное пиво и сигареты. И вдруг начинается гроза. Разгорячённая пивом толпа ринулась в подземный переход, где затоптала более 50 человек. Последующая экспертиза показала, что и у всех погибших в крови было повышенное содержание алкоголя.

2006 год, Москва. Трансляция на больших городских экранах чемпионата мира по футболу. Пиво льётся рекой. Это закончилось погромами, в результате которых были разрушены материальные ценности, были раненые и убитые.

Что нужно знать о пиве?

Прежде всего, — это «букет» вредных веществ. Сегодня пиво, — прежде всего, алкогольное изделие крепостью от 3,5% до 12%.

Алкоголь относится к специфическим нервным ядам нервно-паралитического действия. Алкоголь — классический наркотик, только легальный. От других ядов наркотики отличаются тем, что убивают не сразу, а медленно. Все наркотики приводят к суррогатным видам «удовольствий», порождённым нарушениями нормальной работы нейроэндокринной системы организма.

В пиве содержатся гормональные вещества, вредные соединения, сопутствующие алкогольному брожению — *сивушные масла*. Недавно установлено наличие в шишечках хмеля, используемых для придания пиву специфического горьковатого вкуса, фитоэстрогена 8-ПН, который по своей гормональной активности превосходит все остальные фитоэстрогены в 10–100 раз и приближается к женскому половому гормону — эстрогену. Действующая концентрация женского гормона в 1 л пива может в 2 раза превышать максимальную дозу полового гормона, вырабатываемую женским организмом.

Женщина, употребляя пиво, вводит в организм дополнительное количество женского гормона, что может приводить, как показано в опытах на крысах, к увеличению матки, разрастанию тканей матки, выделению излишнего секрета и слизи в фаллопиевых трубах, нарушению менструального цикла. Всё это снижает способность к деторождению, но зато приводит к увеличению половой активности и, следовательно, провоцирует половую распущенность. Характер у женщины становится мужским, агрессивным, женственность в облике снижается (это так называемая *маскулинизация*, т. е. обретение женщинами мужских черт). Избыток эстрогенов в женском организме также является одной из причин рака молочной железы.

Мужчина же, потребляя пиво, в значительной степени замещает мужской половой гормон на женский. В связи с этим у него меняется облик. Расширяется таз, жир откладывается по женскому типу — на бёдрах, мышцы живота слабеют, появляется «пивной животик», разрастаются грудные железы, в запущенных случаях из них сочится молозиво. Изменяется и характер — исчезает активность, волевые качества, стремление к победе и лидерству, развиваются апатия, безразличие к окружающему, импотенция, а влечение к женщине заменяется влечением к алкоголю. Это так называемая *феминизация* мужчин, т. е. обретение женских качеств. Поэтому рекламные трюки типа «пиво с „мужским“ характером» — есть лукавство производителя.

Есть ещё одно отрицательное свойство хмеля. С точки зрения ботаники ближайшим родственником хмеля является *конопля* (каннабис). Их даже можно скрещивать и получать гибриды. *Конопля является источником таких наркотиков, как марихуана и гашиш*. И в хмеле эти вещества тоже содержатся, но в более низкой концентрации. Помимо этого хмель вырабатывает немного

морфина — действующего начала опиума и героина. Алкоголь, содержащийся в пиве, — тоже сильнодействующий наркотик. Итак, *пиво — это «букет» наркотических веществ: этиловый спирт, сивушные масла, каннабиоиды*. Вот почему пристрастие к пиву формируется быстрее, а лечится пивной алкоголизм труднее, чем обычный.

В пиве содержатся и полезные вещества — глюкоза, сахароза, фруктоза, декстрины и другие углеводы, а также аминокислоты и полипептиды, витамины группы В, аскорбиновая, фолиевая и никотиновая кислоты — но в очень малых количествах. Поэтому *пиво не может считаться источником белка, углеводов и витаминов*. Кроме этого, в пиве содержатся минеральные вещества — ионы калия, натрия, магния, кальция, фосфора и т. д., но в организме они не задерживаются, так как при употреблении пива повышается выделение мочи и *они вымываются из организма*.

Часто горят, что пьют пиво, чтобы утолить жажду. Но *пиво не может считаться «напитком», утоляющим жажду*. Как стыдливо призналась в одном из интервью в программе теленовостей известная телеведущая и доктор медицинских наук Елена Малышева, в жаркую погоду холодное пиво не утоляет жажду, а усугубляет, так как организм воспринимает пиво как яд и начинает выводить жидкость, поступившую с пивом, из организма вместе с солями и другими полезными веществами. В результате человек испытывает ещё большую жажду, а при нахождении в воде в мышцах возникают судороги. Число утонувших за это жаркое лето в России уже превысило 200 человек. У большинства их них в крови был обнаружен алкоголь.

Ситуация усугубляется при раннем приобщении к пиву. Мальчики и девочки ещё не сформировались как личности, не стали мужчинами и женщинами, а уже получают «удары по голове», что снижает их нравственный потенциал и способности к обучению, по половой системе, что приводит к разрушению репродуктивного здоровья и т. д.

Есть и ещё одна опасность от пива. *Пиво, как легальный наркотик, наряду с другими алкогольными изделиями и табаком прокладывает путь для «нелегальной» наркомании*. Пиво не может быть средством отвлечения от наркомании. Думать так — значит верить, что пожар можно тушить керосином.

Пиво — средство демографического сдерживания

Пиво наряду с другими алкогольными изделиями, с табаком, половой распущенностью, генномодифицированными продуктами и т. п. относится к средствам демографического сдерживания, внедряемым мировой «закулисой» (создателями и хозяевами существующей мировой финансовой системы). Эта «мировая элита» чрезвычайно озабочена собственным комфортным проживанием на земле, которому угрожает, по её мнению, чрезвычайная плодовитость неполноценных народов, к коим, это совершенно очевидно,

причислили и нас. Вклад пива в демографическую катастрофу в России не вызывает сомнений!

Согласно статистике о десяти ведущих факторах риска для россиян, алкоголь стоит на первом месте у мужчин и на пятом — у женщин. Табак — фактор риска номер 2 для мужчин и номер 7 для женщин; наркотики — номер 8 для мужчин и номер 9 — для женщин.

Из-за внедрения пива в нашу жизнь возраст приобщения детей к алкоголю в последние 10 лет снизился с 15–16 до 12–13 лет. А ещё в середине 80-х годов прошлого века возраст приобщения к алкоголю в России был 17–18 лет! Любой нарколог объяснит, что чем раньше начало приобщения, тем выше риски развития психических и физических заболеваний вообще и алкоголизма в частности. Как отметил главный санитарный врач России Г. Онищенко, *«не СПИД, не туберкулёз погубят Россию, а пивной алкоголизм среди юного поколения»*.

Пиво наряду с вином, шампанским, алкоголь содержащими коктейлями — сильнейший провокатор детского, молодёжного и женского употребления алкоголя. Пиво, в отличие от крепких алкогольных изделий, — это массовое пьянство. Оно не вытесняет крепкий алкоголь, а лишь присоединяется к нему и затягивает в пьянство новые и новые жертвы. Пиво не уменьшает, а увеличивает масштабы алкоголизма. Пивной алкоголизм широко распространён в Чехии, Словакии, Германии, Великобритании.

Что известно об истории пива в России?

В Древней Руси пиво варили по великим праздникам несколько раз в году. Содержание алкоголя в натуральном пиве составляло обычно 3,5%. В естественном виде пиво, даже при соблюдении условий хранения, не хранится более 2–3 дней! Столько дней обычно и гуляли, выпивали всё пиво и дальше опять жили трезво. Такой тип употребления был вполне безопасным для народа. Пиво никогда не было нашим национальным «напитком». Оно никогда не занимало значительного места в структуре потребления алкогольных изделий в России.

Сколько пива мы пьём сегодня?

Международному пивному капиталу понадобились дополнительные рынки, и дело пошло: 1995 год — 12 л пива на душу населения, 2000 год — 37 л, 2009 год — около 80 л.

Что происходит? Суммарное потребление алкоголя на душу населения, по официальному признанию, 18 литров, что в 2,5 раза превышает уровень, определяемый Всемирной организацией здравоохранения как пороговый, за которым следует вырождение. При этом две трети человечества живёт в условиях строгих ограничений на алкоголь и полного запрета. Результат — вымирание населения, беспрецедентное для мирного времени.

Пивной капитал в России принадлежит иностранцам

Самая пикантная подробность пивной проблемы в России состоит в том, что 95% пивного капитала принадлежит иностранцам. В России даже изобрели специальные размеры посуды, способствующие ещё большему распространению пьянства: 2–3 литровые бутылки. В других пьющих странах разрешённый размер посуды для пива редко превышает 0,33 л.

В России самый лучший режим благоприятствования пивному капиталу. Пиво в России — якобы не алкогольное изделие, поэтому не подчиняется антиалкогольному законодательству: не приходится платить большие акцизы, почти нет рекламных ограничений, а доступность по цене (пиво стоит дешевле молока и сока), по местам приобретения и даже по возрасту просто фантастическая — можно купить даже в киоске и на улице.

Во всём мире к алкогольным изделиям относятся только те, в которых содержание алкоголя не превышает 1,5–2%. В первой редакции российского закона о том, что следует относить к алкогольным изделиям, к алкоголю было отнесено и пиво. Но потом была принята поправка, что к алкоголю следует относить все алкогольные «напитки» крепостью более 1,5%, кроме пива. Главный санитарный врач России прокомментировал это так: *«Чувствуется, что за эти два слова были уплачены огромные деньги».*

Что делать?

К сожалению, не приходится рассчитывать на то, что только «сверху» можно будет решить проблему. Там, где крутится иностранный капитал, силы всегда будут неравны даже на уровне президентов стран. Остаётся одно: не позволять себя одурачивать «снизу».

Желание поддержать своего, местного производителя за счёт такой пропагандисткой акции как бесплатная дегустация вполне понятно. Это ведь и рабочие места, и доходы в городской бюджет, может быть, более «натуральная» технология приготовления. Но всё это — сиюминутный выигрыш, да и он весьма спорный. Достаточно посмотреть и увидеть, наконец-то, разрушения, учиняемые подогретой пивом молодёжью: это и уличный вандализм, и груды алкогольно-табачного мусора на улицах, и правонарушения. После праздников полезно было бы снимать всё это на видео и потом показывать по телевидению. Достаточно присмотреться к тому, как любящие матери семейств тащат из магазина огромные бутылки с пивом, чтобы «всей семье хватило». Достаточно посмотреть на то, что образ материнства по-русски сейчас часто выглядит в обнимку с пивом и табаком. Без всяких цифр и научных исследований любому здравомыслящему человеку, не зомбированному разрушительной пропагандой, думаю, ясно: так жить нелзя! И мириться с этим дальше невозможно.

Не надо пропагандировать наркотик, даже с самыми благими намерениями. Научно установлено, что *одной из главных причин приобщения к алкоголю,*

табаку и наркотикам является пропаганда одурманенного образа жизни, которая формирует в мозгу человека программы порочного поведения ещё задолго до реального приобщения. Поэтому начало приобщения к тому или иному дурману для ребёнка в таком обществе — лишь вопрос времени. Вопрос, пить или не пить, даже не стоит. Пить приказано всем!

За счёт пропаганды можно внедрить что угодно. Так давайте же будем осторожнее с вещами, которые мы пропагандируем. У нас есть много такого, что действительно достойно пропаганды. Хорошая закуска у нас, слава Богу, есть.

2010 г., июль

Лев Толстой и трезвость



Согласие против пьянства

20 ноября 1910 года, не дожив 10 дней до 82 лет, умер великий русский писатель Лев Николаевич Толстой. Даже самый неосведомлённый человек в России если не читал, то хотя бы слышал о его романах, смотрел фильмы «Война и мир» и «Анна Каренина». Льва Толстого знают и ценят за рубежом. Однако мало кто знает о трезвенной публицистике Льва Николаевича Толстого, и тем более о его трезвенной деятельности.

Например, такой уважаемый еженедельник как «Аргументы и факты» в своей недавней публикации о Льве Толстом «Неясный побег» (Аргументы и Факты. — 2010. — № 45. — С. 39) допустил явный ляп, сообщив своей читательской аудитории (а это миллионы читателей в России и за рубежом), что хотя Толстой в зрелом возрасте и отказался от спиртного, создания обществ трезвости он не одобрял. *«То есть, это когда собираются, чтобы водки не*

пить? — издевался над трезвенниками Великий Старец. — *Вздор. Чтобы не пить, незачем собираться. А уже если собираться, то надо пить*». Авторы статьи Марина Мурзина и Сергей Осипов явно не владеют информацией!

Что было на самом деле? В 2007 году трезвенники России отметили выдающееся событие — 120-летие толстовского общества трезвости «Согласия против пьянства» (СПП). Девятнадцатое столетие в истории трезвеннического движения в России ознаменовалось тем, что на подъёме промышленной революции появилась возможность изготавливать водку в промышленных масштабах, что сделало её дешёвой и очень доступной и способствовало массовому распространению пьянства и возникновению проблемы алкоголизма. В середине XIX столетия это вылилось в стихийный крестьянский бунт против политики спаивания, который был жестоко подавлен властями. Наступило некоторое затишье, но поскольку проблема пьянства и алкоголизма только усугублялась, то русская интеллигенция остаться в стороне не могла.

Лев Николаевич Толстой, как истинный интеллигент, начинает, конечно, с себя. Он создаёт общество трезвости «Согласие против пьянства», в которое записывает, прежде всего, себя, членов своей семьи и своих лучших друзей, потом к нему в общество пришло много других. Уже через несколько месяцев в рядах «Согласия» состояло 744 члена. В его рядах были и 70–80-летние старцы, и совсем маленькие дети. Там были выходцы из разных слоёв общества и представители разных профессий: дворянин, крестьянин, дворник, пчеловод, извозчик, лесничий, токарь, маляр, повар, кухарка, горничная, няня, буфетчик, портной, сапожник, конторщик, гимназист, учитель, переводчик, врач, акушерка, офицер, чиновник, церковный староста, судья, купец, торговец. Из интеллектуальной элиты в общество вошли: писатель П.И. Бирюков, художники Н.Н. Ге и И.Е. Репин, учёные Н.Н. Миклухо-Маклай, генерал А.Д. Толышин и др.

Чем занималось «Согласие против пьянства»? Каждый выбирал себе направление деятельности по душе. Антиалкогольное просвещение и распространение трезвеннической публицистики Л.Н. Толстого, выработка личной трезвеннической позиции, поиск единомышленников, взаимодействие с чиновниками разного уровня. Каждый человек вносил посильный вклад.

В подписных листах общества говорилось: *«Ужасаясь перед тем страшным злом и грехом, которые происходят от пьянства, мы, нижеподписавшиеся, порешили: во-первых, для себя никогда ничего самим не пить пьяного — ни водки, ни вина, ни пива, ни мёда и не покупать и не угощать ничем пьяным других людей; во-вторых, по мере сил внушать другим людям, и особенно детям, о вреде пьянства и о преимуществах трезвой жизни и привлекать людей в наше согласие.*

Просим всех согласных с нами заводить себе такой же лист и вписывать в него новых братьев и сестёр и сообщать нам об этом.

Братьев и сестёр, изменивших своему согласию и начавших опять пить, просим сообщать нам» (Наше наследие. — 1989. — № 6. — С. 128–129).

Исследование о толстовском «Согласии против пьянства» было проведено Казанским отделением Международной Независимой ассоциации трезвости (МНАТ) под руководством кандидата исторических наук В.М. Ловчева.

Как видно из вышеизложенного, ничего похожего на издевательское отношение Льва Толстого к трезвенникам, трезвости и обществам трезвости и в помине не было. Наоборот, он сам стал создателем одного из самых массовых в России обществ трезвости и идейным вдохновителем второго этапа трезвеннического движения в России.

Чтобы получить представление о том, что действительно думал великий писатель о трезвости, приведём ряд цитат из его трезвеннической публицистики.

Почему люди пьют и курят?

Прежде всего, следует отметить, что великий писатель, философ и мыслитель Лев Николаевич Толстой не видел принципиальных различий между разными одурманивающими веществами: водкой, вином, пивом, гашишем, табаком, эфиром, морфином, мухомором. Для него они все суть вещества, искривляющие сознание.

Из статьи «Для чего люди одурманиваются»: *«Зачем людям нужно одурманиваться?»*

Спросите у человека, зачем он начал пить вино и пьёт. Он ответит вам: „так, приятно, все пьют“, да ещё прибавит: „для веселья“. Некоторые же, те, которые ни разу не дали себе труда подумать о том, хорошо или дурно то, что они пьют вино, прибавят ещё то, что вино здорово, даёт силы, то есть, скажут то, несправедливость чего давным-давно уже доказана.

Спросите у курильщика, зачем он начал курить табак и курит теперь, и он ответит то же: „так, от скуки, все курят“.

Так же, вероятно, ответят и потребители опиума, гашиша, морфина, мухомора».

«Надо, насколько это от нас зависит, стараться поставить себя и других в такие условия, при которых не нарушалась бы ясность и тонкость мысли, необходимые для правильной работы сознания, а не поступать обратно, стараясь запутать эту работу сознания потреблением одуряющих веществ.

Человек ведь есть и духовное и животное существо. Человека можно двигать, влияя на его животное существо, и можно двигать, влияя на его духовную сущность... Сомневаться в этом невозможно, и все люди знают это; но является потребность обманывать себя. Людям не столько хочется, чтобы сознание работало правильно, сколько того, чтобы им казалось,

что правильно то, что они делают, и они сознательно употребляют такие вещества, которые нарушают правильную работу сознания».

«Для того чтобы понять всё значение такого отуманения своего сознания, пускай всякий человек вспомнит хорошенько своё душевное состояние в каждый период своей жизни. Каждый человек найдёт, что в каждый период его жизни перед ним стояли известные нравственные вопросы, которые ему надо было разрешить и от разрешения которых зависело всё благо его жизни... Но вот человек узнаёт средство отгонять эти вопросы всегда, когда они представляются, и употребляет его... Сознание перестаёт требовать разрешения их, и неразрешённые вопросы остаются неразрешёнными до следующего просветления. Но при следующем просветлении повторяется то же, и человек месяцами, годами, иногда всю жизнь продолжает стоять перед теми же нравственными вопросами, ни на шаг не подвигаясь в разрешении их. А между тем в разрешении нравственных вопросов и состоит всё движение жизни...

Пускай всякий вспомнит себя за тот период, во время которого он пьёт и курит, и пускай проверит то же самое на других, и всякий увидит одну постоянную черту, отличающую людей, предающихся одурманиванию, от людей, свободных от него: чем больше одурманивается человек, тем более он нравственно неподвижен».

«Пьют и курят не так, не от скуки, не для веселья, не потому, что приятно, а для того, чтобы заглушить в себе совесть. И если это так, то как ужасны должны быть последствия! В самом деле — подумать, какова бы была та постройка, которую строили бы люди не с прямым правилом, по которому они выравнивали бы стены, не с прямоугольным угольником, которым бы они определяли углы, а с мягким правилом, которое сгибалось бы по всем неровностям стены, и с угольником, складывающимся и приходящимся к каждому — и острому и тупому — углу.

А ведь благодаря одурманиванию себя это самое и делается в жизни. Жизнь не приходится по совести, совесть гибается по жизни».

Противостояние теории трезвости и «теории культурного питья»

Из статьи «Богу или Мамоне?»:

«Теперь все люди — всё равно, хотят ли они, или не хотят этого, — разделены на два лагеря: одни борются против употребления бесполезного яда, пьяных напитков и словом и делом, не употребляя вина и не угощая им; другие поддерживают и словом и, сильнее всего, примером употребления этого яда; и борьба эта идёт теперь во всех государствах и вот уже лет двадцать с особенной силой в России».

«Пьяницы стали пьяницами только оттого, что не пьяницы, не делая себе вреда, научили их пить вино, соблазнили их своим примером. Пьяницы

никогда не стали бы пьяницами, если бы не видали почтенных, уважаемых всеми людей, пьющих вино и угощающих им».

«Говорят: не нами началось, не нами и кончится. Нет, нами и кончится, если только мы поймём, что для каждого из нас питьё или непитьё вина не есть дело безразличное, что каждой бутылкой купленной, каждой рюмкой выпитого вина мы служим тому страшному дьявольскому делу, от которого гибнут лучшие силы человеческие; а напротив, воздержанием от вина для самих себя и прекращением безумного обычая употребления вина на праздниках, свадьбах, крестинах мы делаем дело огромной важности — дело нашей души, дело Божье. Только бы мы поняли это, то нами и кончится пьянство».

«Только бы мы поняли то, что в деле потребления вина нет теперь середины, и хотим мы или не хотим этого, мы должны выбрать одно из двух: служить Богу или маммоне».

Воспитывать личным примером

Из статьи «Праздник просвещения 12 января»: *«Вот приходит 12 января, и в газетах печатается следующее объявление: „Товарищеский обед бывших воспитанников (подчёркнуто авт.) императорского Московского университета в день его основания, 12 января, имеет быть...“»*

«Всякая мать страдает, не говорю уже при виде пьяного сына, но при одной мысли о такой возможности; всякий хозяин бегаёт пьяного работника; всякому неиспорченному человеку стыдно за себя, что он был пьян. Все знают, что пьянство дурно. Но вот пьянствуют образованные, просвещённые люди, и они вполне уверены, что тут не только нет ничего стыдного и дурного, но что это очень мило, и с удовольствием и смехом пересказывают забавные эпизоды своего прошедшего пьянства. Дошло дело до того, что безобразнейшая оргия, в которой спаиваются юноши стариками, оргия, ежегодно повторяющаяся во имя образования и просвещения, никого не оскорбляет и никому не мешает и во время пьянства и после пьянства радоваться на свои возвышенные чувства и мысли, смело судить и ценить нравственность других людей и в особенности грубого и невежественного народа.

Мужик всякий считает себя виноватым, если он пьян, и просит у всех прощения за своё пьянство. Несмотря на временное падение, в нём живо сознание хорошего и дурного. В нашем обществе оно начинает утрачиваться».

«Я думаю, что если бы прекратились все лекции и музеи и вместе с тем прекратились бы такие празднества и обеды, а кухарки, горничные, извозчики и дворники передавали бы в разговорах друг другу, что все просвещённые люди... умеют веселиться и беседовать без вина, то просвещение ничего не потеряло бы. Пора понять, что просвещение распространяется не одними туманными и другими картинками, не одним устным и печатным словами, но заразительным примером всей жизни людей».

Трезвые силы должны объединяться!

Из статьи «Пора опомниться»: *«Если сцепились рука с рукой люди пьющие и торгующие вином и наступают на других людей и хотят споты весь мир, то пора и людям разумным понять, что и им надо схватиться рука с рукой и бороться со злом, чтобы и их детей не споты заблудшие люди. Пора опомниться!»*

Остаётся добавить, что именно деятельность многочисленных обществ трезвости, созданных по инициативе самого народа при самом активном участии церковных приходов, а также общественная, научная и просветительская деятельность русской интеллигенции (Л.Н. Толстого, Ф.М. Достоевского, И.П. Павлова, В.М. Бехтерева, И.А. Сикорского, Н.И. Григорьева, С.А. Рачинского, И.П. Мордвинова и многих других лучших людей России) подготовила народ к осознанному принятию права местного запрета (серьёзные, но не абсолютные ограничительные меры) на алкоголь, который в 1914 году русский царь Николай II вводит на период мобилизации на Первую мировую войну. Этим правом народы России поспешили воспользоваться. Через год, идя навстречу пожеланиям народа, право местного запрета продлили.

Таким образом, опровергнут миф об «извечном русском пьянстве». В момент введения права местного запрета потребление алкоголя в России составляло по разным оценкам, 3,5–4,7 литра абсолютного алкоголя на душу населения. Меньше нас пили только в Норвегии. Но даже тот уровень потребления казался нашему народу запредельным, потому что *истинной традицией русского народа является не пьянство, а трезвость.*

После октябрьского переворота В.И. Ленин поддержал «сухой закон», но с 1920 года шаг за шагом ограничения на производство и продажу алкоголя начали снимать, причём «сверху». Окончательно все ограничения, вопреки воле и интересам народа, были сняты В.И. Сталиным, который таким образом решил изыскать деньги на восстановление экономики, *чтобы «не идти на поклон к капиталистам»*, и который обещал, что восстановление госмонополии на алкоголь будет *«временной мерой»* и право местного запрета будет возвращено при первой возможности.

Сегодня потребление алкоголя на душу населения составляет 18 литров абсолютного алкоголя, что в 3–4 раза превышает дореволюционный уровень и, как минимум, в 2 раза превышает порог в 8 литров, который Всемирная организация здравоохранения определила как критический, за которым следует угасание этноса и разрушение государства. Ситуация сегодня намного хуже, чем была накануне введения права местного запрета в дореволюционной России. При этом значительная часть современной интеллигенции не только не бьёт тревогу, а выдаёт пьянство за норму, всячески высмеивает трезвость, и тем самым служит не народу, а алкогольному капиталу.

2010 г., декабрь

Вечер памяти артиста



29 мая 2013 году народному артисту Абдулову исполнилось бы 60 лет. Он ушёл из жизни в расцвете творческих сил, в 54 года. Талантливый артист, красавец, прекрасный человек, открытая душа, хороший друг. Но не дожил.

Программа А. Малахова «Сегодня вечером» от 1 июня 2013 года на первом канале была посвящена памяти этого замечательного артиста. Было трогательно и грустно видеть его маленькую дочку Женечку, которая в момент его смерти была ещё так мала, что не помнит своего отца, и вторую жену-красавицу Юлию, а с 2008 года — вдову, и его несчастную мать, которой пришлось хоронить собственного сына (Не дай Бог никому хоронить своих детей!).

Друзья делились воспоминаниями, каким он был хлебосольным, щедрым, любящим друзей. Там, где был Александр, всегда был щедрый стол, причём он и сам готовил прекрасно, в частности знаменит его узбекский плов, ведь детство его прошло в Узбекистане, в Фергане. За своим гостеприимным столом он собирал, видимо, самые многочисленные компании друзей из всех наших артистов. При этом все вспоминали, что застолья не обходились без алкогольных излишеств, что сам Александр курил до четырёх пачек сигарет в день. Цитаты из воспоминаний друзей: *«он торопился жить»*, *«он хотел успеть всё»*, *«он брался за всё»*, *«он жил полной яркой жизнью»*. При этом подразумевалось, что злоупотребление алкоголем и запойное курение были частью этой *«полной яркой жизни»*. Говорили, что у нас был только ещё один такой артист, который также торопился жить и себя сжигал — Владимир Высоцкий.

Увы, никто не высказал сожаления о том, что если бы не саморазрушительное поведение Александра Абдулова, то многое в его жизни сложилось бы иначе: он полнее реализовал бы себя в искусстве, не потерял бы первую красавицу-жену Ирину Алфёрову. Среди советских артистов их называли самой красивой парой, но Ирина Алфёрова ушла от него, потому что не выдержала его ритма жизни с масштабными алкогольными застольями, бесконечным курением

и вечной суетой. Он успел бы воспитать своих детей и дождаться внуков. И, конечно, он бы всё ещё жил и радовал нас своим талантом. Но об этом в своих воспоминаниях на этой программе не сказал никто. Лейтмотивом была мысль: он жил полной жизнью, потому что любил друзей, много работал, пил, курил, достоин восхищения, сожалеть не о чем.

Только в течение последних лет мы потеряли многих из плеяды старых советских (Е. Матвеев, М. Ульянов, О. Янковский, В. Тихонов, Н. Мордюкова, Л. Гурченко), и, увы, весьма молодых российских артистов (Е. Красько, В. Галкин). Я перечисляю только самых известных и любимых, самых талантливых, подлинно народных артистов, умерших недавно. Явно прослеживается связь между продолжительностью и образом жизни. И нужно честно признаться, что более здоровый образ жизни таланту не вредил, а только помогал! Думаю, что никто не станет отрицать, что ныне, слава Богу, здравствующий известный артист Сергей Безруков, в реальной жизни совершенно не курящий и абсолютный трезвенник, из-за отсутствия вредных привычек не менее талантлив и любим народом.

Наши современные артисты — заложники собственного саморазрушительного образа жизни и делают заложниками своих поклонников, потому что кумирам подражают. И в этом — главная проблема, до сих пор не понятая и не озвученная российским обществом. Это раньше русские артисты были долгожителями и доживали до 80–90 и более лет. И от этого они не были менее талантливы и менее любимы. Сколько ещё нам нужно похоронить народных артистов, чтобы озвучить, наконец, проблему ответственности художника за то, как он живёт и что пропагандирует своим искусством и примером собственной жизни?!

В советское время было не принято писать о личной жизни артистов. И это было правильно. Во-первых, некрасиво вмешиваться в личную жизнь и смаковать её подробности, как это стало принято сейчас. Во-вторых, профессия артиста очень специфична, артист действительно испытывает огромные эмоциональные перегрузки и проживает за свою жизнь целый ряд чужих жизней. С этой точки зрения можно понять и большую уязвимость артистов с точки зрения употребления алкоголя, табака и наркотиков, склонность к неоднократным бракам и разводам. Но представьте, что будет, если весь народ начнёт жить так, как живут сегодня многие наши артисты. Мы просто вымрем!

Такой образ жизни пропагандировать нельзя. Но именно это происходит, когда мы, воздавая дань памяти артистам, со смехом вспоминаем, как много они курили, пили, буянили и т. п. Никто не кается, никто не просит прощения, никто не предлагает сделать выводы и беречь как самих себя, так и своих поклонников.

Между тем, на Западе выводы из такого положения давно сделаны. Сегодня там большинство артистов считают себя обязанными пропагандировать здоровый образ жизни, в том числе личным примером, а не наоборот.

Украинский трезвенник К. Красовский в течение ряда лет собирает галерею портретов известных трезвенников — кумиров молодёжи среди музыкантов, артистов кино, политиков и т. д. Его галерея насчитывает уже сотни таких портретов. Есть в этой галерее и портреты наших кумиров. И они регулярно публикуются в трезвенной прессе, в частности в приложении к международному бюллетеню Международной независимой ассоциации трезвости (МНАТ) «Фениксе». Все кумиры этой галереи утверждают, что отказ от табака, алкоголя и наркотиков помог им сохранить жизнь, здоровье, творческий потенциал.

Необходимо внедрять моду на здоровый образ жизни среди самих артистов. Тогда наших потерь среди талантливых людей (а это — наше национальное достояние) будет меньше, а здоровых людей, подражающих своим кумирам, — больше.

А пока — последнее грустное наблюдение. В известной советской песне тридцатилетней давности *«На теплоходе музыка играет, а я одна стою на берегу»*, спетой в наши дни, неизвестная мне певица поёт: *«На теплоходе музыка играет, ну а я стою на перекур»*, хотя в оригинале — *«на берегу»*. Поёт «по зову души» или ей хорошо заплатили?

2013 г., июнь

БОРЬБА С ПЬЯНСТВОМ ИЛИ БОРЬБА ЗА ТРЕЗВОСТЬ?



Фёдор Григорьевич Углов (1904–2008) — выдающийся хирург, доктор медицинских наук, академик РАМН, член Союза писателей России, Почётный член многих отечественных и зарубежных научных обществ.

Правда и ложь о «горбачёвской» антиалкогольной кампании

В 2009–2010 гг. Президент и Премьер России подписали ряд антиалкогольных и антитабачных указов и постановлений. Почувствовав угрозу своему прибыльному бизнесу, алкогольно-табачный капитал пошёл в агрессивное контрнаступление. В частности, огульно охаивается антиалкогольная кампания 1985–1987 годов.

Против антиалкогольной кампании 1985–1987 годов выдвигается ряд обвинений:

- официальное ограничение торговли алкоголем привело к экономическому кризису и развалу СССР;
- людей заставили стоять в очередях за спиртным;
- зверски вырубали виноградники в исторических зонах виноградарства в Крыму, что привело даже к самоубийству директора Массандры, всю жизнь занимавшегося виноделием;

- начались массовые отравления населения суррогатами;
- стало массовым самогоноварение, вследствие чего из продажи исчез свекольный сахар;
- главный идеологический виновник кампании — Углов, который прославился тем, что стал искать градусы в кефире;
- трезвость — противоестественное, и потому недостижимое состояние человека. Нормальный человек — тот, кто употребляет алкоголь.

Что было и есть на самом деле? Наше исследование (Н.А. Гринченко, 2001; 2010; 2013) показывает, что провал антиалкогольной кампании был умно и хитро запланирован и осуществлён, да так, чтобы и спустя многие годы люди содрогались от одного слова «трезвость». Рассмотрим каждое из обвинений в адрес кампании.

1. Ограничение торговли алкоголем привело к экономическому кризису и развалу СССР.

Сегодня уже не представляется секретом, что Адольф Гитлер, размышляя о политике в отношении покорённых славянских народов, сводил эту политику к краткой формуле: «водка и табак».

В 1945 году, предвидя победу СССР в Великой Отечественной войне, Ален Даллес, позже возглавивший ЦРУ, разработал план уничтожения СССР с помощью того, что сегодня называется информационно-психологической войной. Вот что он говорил: *«Окончится война... Мы будем всячески поддерживать всех, кто станет насаждать в человеческое сознание культ секса, насилия, садизма, предательства — словом, всякую безнравственность... Хамство и наглость, ложь и обман, пьянство и наркоманию, предательство, национализм и вражду народов — всё это мы будем культивировать в сознании людей... Всегда будем делать ставку на молодёжь...»*

Потом был Гарвардский проект — план развала СССР и Хьюстонский проект — план развала России.

Созревали условия для экономического развала и в самом СССР. Административно-командный стиль управления экономикой всё больше заводил её в тупик, а социалистический бюджет позорно зависел от алкогольных денег. Так, поступления в бюджет от винной монополии доходили до 29% от общего бюджета. Во время ограничительных мер бюджет СССР действительно недополучил алкогольных денег, но они поступили в сбербанк. Однако неэффективность социалистической экономики не позволила использовать эти деньги для подъёма экономики страны.

Не без заморской «помощи» росли противоречия между республиками СССР, которые всё больше приводили к распаду всех связей, в том числе экономических, что привело к кризису производства. Совершенно очевидно, что антиалкогольная кампания не могла быть собственно причиной экономического кризиса и развала СССР.

2. Людей заставили стоять в очередях за спиртным.

Любопытно, что, сократив производство алкоголя за два года на четверть, число магазинов, торгующих спиртным, сократили в 5 раз, а время торговли — в 2 раза. Таким образом, доступность алкоголя сократилась в среднем в 10 раз. Дальше — больше. В отдельных областях — Астраханской, Рязанской — число винно-водочных магазинов сократилось в 50 раз!

Ежедневно, чтобы разозлить народ ещё больше, всё это народное унижение снималось на плёнку, а вечером показывалось по телевизору.

3. Вырубили виноградники.

До сих пор неизвестно, кто давал приказы на их вырубку. Только ли из «благих побуждений» отрезвить народ? В Указе не планировалась ликвидация этой отрасли. Однако и представление о том, что главное применение винограда — это изготовление вина, сомнительно.

В Указе речь шла лишь о том, чтобы частично заменить винные сорта винограда столовыми. И при разумном подходе это никак бы не сказалось на важной отрасли земледелия в южных районах страны.

Вспоминается один разговор с врачом-психиатром из трезвого Ирака. На вопрос о том, что они делают из винограда, он охотно объяснил: «Как что? Едим вволю свежий виноград, делаем соки, пастилу, джемы. Мы очень любим виноград!»

4. Начались массовые отравления суррогатами.

В 1987 году все СМИ раструбили о том, что в 1987 году в СССР алкоголем и его суррогатами отравились 11 тысяч человек, но промолчали, что в 1984 году алкоголем и суррогатами, согласно статистическим отчётам, отравились 44 тысячи человек, т.е. в 4 раза больше, чем до антиалкогольных постановлений. Правду о том, что общее число отравлений алкоголем и его суррогатами не только не увеличилось, но сократилось в 4 раза, народ не знает до сих пор. Не знает и статистику отравлений алкоголем и его суррогатами в сегодняшней России, население которой в 2 раза меньше, чем в бывшем СССР. Сегодня мы не боремся с употреблением алкоголя, и человеческие потери от отравлений алкоголем и его суррогатами значительно превышают всё, что было раньше. Вот статистика смертности от случайных отравлений алкоголем и его суррогатами в одной только России (численность человек):

1991 г. — 16 653

1992 г. — 26 209 (была отменена госмонополия на водку)

1993 г. — 45 425

1994 г. — 55 473

1995 г. — 43 461

1996 г. — 35 233

1997 г. — 27 924

1998 г. — 21 800

1999 г. — 24 100
 2000 г. — 33 979 (прирост, очевидно, связан с наращиванием производства пива)
 2001 г. — 37 824
 2002 г. — 40 121
 2003 г. — более 54 000
 2008–2010 г. — более 30 000 человек ежегодно.

Смертность от случайных отравлений алкоголем



Таким образом, только от прямых отравлений алкоголем и его суррогатами ежегодно вымирает население небольшого российского города. При этом 93 процента всех смертей вызвано *не качеством алкоголя, а его количеством*. Но шума об этом никто не поднимает. Не потому ли, что сегодня алкогольный капитал добился, чего хотел: ему позволили беспрепятственно, практически без всяких ограничений наживаться на человеческих слабостях?

5. Стало массовым самогонование, поэтому исчез сахар.

Утверждают, что якобы самогонование не только полностью компенсировало государственное сокращение производства алкоголя, но пить стали даже больше. Из магазинов исчез сахар.

Здесь тоже не всё сходится. Согласно статистическим отчётам, потребление сахара в 1987 году выросло всего на 2 килограмма по сравнению с 1985 годом. То есть никакого чрезвычайного роста потребления сахара не произошло. Как показали исследования тех лет, никакого чрезвычайного роста самогонования в годы борьбы с пьянством не было, а дефицит сахара был тщательно спланирован. Кроме того, в годы антиалкогольной кампании сразу же снизилась смертность и резко выросла рождаемость. Ни до Указа, ни после, таких позитивных демографических показателей не было.

Исследование А.В. Немцова, одного из главных специалистов по алкогольной проблеме, показало, что только в 1985–1987 гг. ожидаемая продолжительность жизни мужчин увеличилась на 3,2 года, а женщин — на 1,2 года. Только

за два года антиалкогольная кампания в России сберегла жизни примерно 700 тысячам человек. А к 1993 году, когда потребление алкоголя достигло уровня 1984 года, количество спасённых от гибели россиян приблизилось к миллиону.

В годы антиалкогольной кампании на четверть снизилась преступность, а по тяжким преступлениям — на одну треть, уменьшилось число прогулов, аварий, пожаров. Детей в те годы рождалось на 500 тысяч в год больше, чем прежде. Снизилось число разводов, повысилась производительность труда.

Возникает вопрос: если народ в массовом порядке перешёл на самогон, то откуда взялась трезвость в семьях и почему улучшились демографические и другие показатели? Значит, народ стал пить меньше!

И всё-таки, куда исчез сахар? Ходили слухи, что с началом антиалкогольной кампании несколько крупнейших сахарных заводов страны срочно встали на капитальный ремонт. А ещё ходили слухи о том, что склады ломались от сахара, но населению его выдавали по талонам.

6. Главный идеологический виновник — Углов, который «прославился» тем, что стал искать градусы в кефире.

Углов — выдающийся хирург, доктор медицинских наук, был академиком РАМН, членом союза писателей России, почётным членом многих отечественных и зарубежных научных обществ.

Он стоял у истоков пятого трезвеннического движения в России и является автором книг о трезвости: «Ломехузы», «Правда и ложь об алкоголе», «В плену иллюзий» (во втором издании — «Из плена иллюзий»), целого ряда статей. Антиалкогольная публицистика Ф.Г. Углова прекрасно дополняет то, что написано о трезвости Л.Н. Толстым.

И всё-таки: какие градусы в кефире искал великий учёный? А правда такова: кефир получают на основе спиртового брожения, и содержание алкоголя в кефире может достигать полутора процентов. Если для взрослых людей это незаметно, то для грудных детей ситуация может оцениваться иначе. Странное дело, к началу 80-х годов всё детское питание в СССР стало кефирным, тогда как во всём мире детей кормили и продолжают кормить йогуртами и другими кисломолочными продуктами на основе неспиртового брожения.

7. Трезвость — противоестественное, и потому недостижимое состояние человека. Нормальный человек — тот, кто употребляет алкоголь.

И это — опять ложь. Две трети человечества и сегодня живёт трезво или в условиях строгих ограничений. Крупнейшие мировые религии — буддизм, индуизм и ислам — исповедуют полное воздержание от алкоголя. Внутри христианства лишь модерационисты исповедуют «умеренное» потребление, абстиненты и прогибиционисты говорят о полном воздержании.

В истории России трезвости всегда было больше, чем пьянства. А в 1014–1925 годы, известные, как годы права местного запрета на алкоголь, употребление алкоголя на душу населения составляло не более 0,8 литра на душу

населения. Сейчас — 18 литров. Это, по мнению ВОЗ, уровень тяжелейшей деградации нации и государства.

И всё-таки даже в современной пьяной России трезвенников много. Есть целый ряд боеспособных трезвеннических организаций, которые не дают замолчать проблему употребления алкоголя в стране. Выпускается целый ряд трезвенных газет и журналов: «Соратник», «Трезвение», «Мы — молодые», «Оптималист», «Трезвое слово», «Феникс» и др.

Росстат провёл выборочное обследование в 2008 году и выяснил, что 15,3% россиян не употребляли алкоголя в течение жизни, 22,2% — в течение последних 12 месяцев, 37,5% — в течение последних 30 дней.

ВЦИОМ в 2009 году выяснил, что каждый четвёртый россиянин (24%) вообще не употребляет алкогольных изделий. Ещё 25% опрошенных употребляют алкоголь реже, чем раз в месяц.

Фонд «Общественное мнение» в 2002–2010 годах провёл пять опросов. Их результаты показывают, что от 21% до 32% россиян никогда не употребляют алкогольных изделий, а ещё от 27% до 37% делают это всего несколько раз в год.

По совокупности опубликованных результатов опросов можно сказать, что 20–30% россиян вообще не употребляют алкоголь как минимум на протяжении года. Ещё 20–30% россиян употребляют алкоголь не чаще, чем раз в месяц. То есть половина населения России не имеет никаких признаков алкоголизма.

Так что слухи о том, что «пьянство — норма жизни», сильно преувеличены даже для современной России.

2011 г., май



Фото с обложки к учебно-методическому пособию для студентов А.Л. Афанасьева «Здоровый образ жизни как социально-культурное явление» (Томск, 2007).

Якутия прорывается в лидеры

В конце августа в г. Якутске состоялись курсы повышения квалификации для учителей по трезвенному воспитанию учащихся. Для проведения курсов были приглашены Президент Международной академии трезвости, доктор педагогических наук, профессор А.Н. Маюров (г. Н. Новгород), доктор исторических наук, профессор В.П. Кривоногов (г. Красноярск), кандидат педагогических наук, профессор Н.А. Гринченко (г. Елец Липецкой области).

Поездка в Саха (Якутию), безусловно, событие неординарное. Самая холодная точка планеты располагается именно здесь, в Якутии. Морозы могут достигать минус 70. Якутия занимает огромную территорию — 100 Голландий. Добраться до столицы Якутии — Якутска — сегодня можно только самолётом (6–7 часов полёта от Москвы), хотя железную дорогу уже проводят. Внутри самой Якутии сообщение зачастую возможно только самолётом. Наиболее комфортными для проживания здесь являются лишь 10 процентов территории, где и проживают 90 процентов от миллионного населения жителей республики. Якуты составляют лишь около 40% населения, остальные — это русские, украинцы, белорусы, другие северные народы, казахи, киргизы и др.

Якуты — народ православный, хотя, конечно, языческие корни сидят глубоко. Они носят русские имена и фамилии. В числе наших слушателей курсов были Матрёна, Марфа, Иван, не говоря уже о таких исконно русских именах, как Екатерина, Людмила и т. п.

Якутск конца лета поразил своим высоким голубым небом и белоснежными облаками. Степной город! Здесь много солнца даже зимой, когда температура опускается до минус сорока и ниже. В конце августа здесь было тепло, город приятно впечатлил чистотой и обилием цветов, прежде всего, петуний — на клумбах, в вазонах прямо на тротуарах и перед зданиями, в подвесных кашпо.

Мы жили в училище олимпийского резерва — красивом удобном здании с просторными жилыми комнатами, со вкусом меблированными, с ковровым покрытием в спальне, с гранитной облицовкой пола в остальных помещениях. Говорят, здесь поработал дизайнер. Специально для нас готовил повар, и здесь я впервые попробовала оленину. Обилие солнца позволяет здесь выращивать даже тепличные помидоры, весьма вкусные, между прочим, почти не отличишь от южных.

Так что слухи о том, что Якутия — это край земли и глубокая провинция, оказались явно преувеличенными. Здесь они себя обделёнными не чувствуют, они вполне самостоятельны, много молодёжи учится в вузах Москвы.

Для ведения курсов нам был выделен конференц-зал в правительственном здании № 2 в центре города, а Президент республики нашёл возможным и необходимым пригласить нас на встречу с министрами для обсуждения проекта закона республики Саха (Якутия) «О трезвости».

Президент республики Егор Афанасьевич Борисов (якут) — убеждённый трезвенник и активно поддерживает сторонников трезвенного движения в самой Якутии и за её пределами.

Из-за политики спаивания, которую в течение ряда десятилетий проводили как в годы советской власти, так и в постперестроечной России, якуты, как и многие другие северные народы, оказались на грани вырождения. Спирт «Роял» сюда гнали цистернами. А ведь северные народы не имеют того защитного фермента от алкоголя, который есть в организме у южных народов. Поэтому трезвенное движение находит здесь весьма широкую поддержку, хотя есть, конечно, и недовольные.

Проект якутского закона «О трезвости» поражает своей смелостью и принципиальностью.

В Законе говорится, что *«трезвость — естественное от рождения состояние человека, при котором он адекватно и чётко анализирует свои поступки и поступки окружающих его людей, осознанно контролирует свои действия и полностью отвечает за них»*; к алкогольной продукции относится всё, что крепче 0,5%, а употреблением алкогольной продукции считается любое *немедицинское употребление*. Употребление алкогольной продукции, согласно закону, — это *отклонение от нормы*, а норма жизни — *трезвость*. Формирование трезвого здорового образа жизни в республике провозглашается как государственная политика. Конечной целью такой политики является полный запрет на производство и сбыт алкогольной продукции. На промежуточном этапе — это вынос торговли алкогольной продукцией исключительно в немногочисленные специализированные магазины.

Уроки трезвости и культуры здоровья вводятся повсеместно, начиная с дошкольного образования и заканчивая вузовским. Научкой трезвости должны овладеть представители всех органов государственной власти, местного самоуправления, учреждений бюджетной сферы, малого и среднего бизнеса.

Провозглашается приоритетность защиты жизни и здоровья граждан республики Саха (Якутия) по отношению к экономическим интересам участников алкогольного рынка.

Разрабатывая столь радикальный закон, правительство Якутии не превысило своих полномочий, потому что недавние поправки в Федеральный закон № 171 «О государственном регулировании производства и оборота этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции и об ограничении потребления (распития) алкогольной продукции» дают право субъектам Российской Федерации сколько угодно ужесточать федеральный закон вплоть до полного изъятия алкоголя из жизни региона. Прецеденты уже есть. В Чеченской республике и в Ингушетии уже несколько лет существуют жёсткие ограничения на алкоголь. Здесь разрешено торговать алкоголем только 2 часа в сутки — с 8 до 10 часов утра, но курс взят на полное осушение прилавка. Здесь самая низкая

смертность и самая высокая рождаемость в стране. И не удивительно! Учёные знают, что такие демографические показатели, как рождаемость и смертность, напрямую связаны с уровнем употребления алкоголя на душу населения.

Провозглашая курс на трезвость, Президент республики Саха (Якутия) Егор Афанасьевич Борисов начал с себя и своих подчинённых. Во всех министерствах все встречи и банкеты теперь проходят исключительно трезво, и как говорят, скучно не стало. Наоборот, все убедились в преимуществах трезвых застолий.

Для реализации трезвенной политики разработан «Комплекс мер, направленных на формирование трезвого здорового образа жизни населения в республике Саха (Якутия) на 2012–2016 годы Министерства по молодёжной политике и спорту РС (Я)», создаётся отдел по внедрению трезвого здорового образа жизни в количестве 5 штатных единиц из числа активных участников трезвенного движения России и профессионалов высокого класса.

Специалисты Якутии утверждают, что народ Якутии готов к таким переменам. Это очень похоже на правду. Трезвенное движение в Якутии — влиятельная сила. Когда мы спросили слушателей-педагогов в зале, кто из них абсолютный трезвенник, их оказалось примерно 20 процентов, т.е. каждый пятый. После наших курсов их число, безусловно, станет ещё большим. Воспитать трезвых учеников может только трезвый учитель.

И ещё одно приятное наблюдение. Здесь я не слышала мата на улицах, который в центральных регионах России для части людей стал разговорным языком, и не видела на улицах курящих женщин (кроме одной — русской), хотя курящие женщины здесь тоже есть. Видно, якутские женщины ещё не утратили представление о том, что курение — это грех, а для женщины — грех вдвойне. И не утратили ещё свою женскую стыдливость.

Остаётся пожелать жителям Якутии успехов, а нам брать с них пример в их лучших начинаниях.

2012 г., сентябрь

БОРЬБА С КУРЕНИЕМ



Слева направо: известные специалисты в области профилактики — В.П. Трушов (г. Липецк), А.К. Дёмин (г. Москва), Д.У. Зейглер (США).
г. Елец, 16 мая 2013 г.



Заметки с V Всероссийского форума «Здоровье нации — основа процветания России»

Одним из мероприятий форума была научно-практическая конференция «Психологическая практика — здоровью нации», которая проходила 18 сентября 2009 года в Москве в Общественной палате РФ. Главной проблемой конференции было: «Профилактика табакокурения в России».

В современном мире курят примерно 28% населения. В России этот показатель равен 60% среди мужчин и 30% среди женщин. При этом 80% курильщиков мужского пола и 50% курильщиков женского пола приходится на возраст до 18 лет, что свидетельствует о выраженной тенденции к омоложению этого порока (Р.Р. Шайдуллина).

По доле (проценту) курящего населения наша страна занимает первое место в мире, что в 2 раза выше, чем в странах ЕС, и в 7 раз выше, чем в США. В абсолютных цифрах первое место занимает полуторамиллиардный Китай, на долю которого приходится треть потребляемого в мире табака.

Длительное игнорирование роста эпидемии табакокурения в России привело к тому, что у нас сформировалась новая иерархия ценностей.

Курящий юноша, мужчина воспринимаются как норма уже всё XX столетие, что связано с широким распространением курения во время Первой и Второй мировых войн. Кроме того, в Российской армии до недавнего времени курящим выдавался бесплатный паёк — 300 сигарет в месяц. Остальные автоматически становились пассивными курильщиками. И, как будто нарочно, чтобы заставить закурить и остальных, во время перекуров, когда курящие отдыхали, некурящих заставляли выполнять какую-нибудь работу. Сейчас этот дурной обычай отменили, но дело уже сделано: в общественном сознании «мужчина должен курить».

Если 20 лет тому назад образ курящей девушки воспринимался в высшей степени отрицательно, то сегодня, как показало исследование С.В. Трушовой в Москве, к женскому курению негативно относится только каждый третий. Это значит, что 7 человек из 10 уже воспринимают это крайне негативное явление как норму! Появилась тенденция «выравнивания» диспропорции полов за счёт уничтожения женщин и будущих детей.

Сегодня в России в возрасте 10–14 лет приобщается к курению каждый третий мальчик и каждая пятая девочка. А в возрасте старше 16 лет девочки, будущие матери, курят больше, чем мальчики!

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения, среди 24 причин сокращения продолжительности жизни в мире в целом — курение на втором месте, алкоголь — на шестом, наркотики на девятом. В России среди причин сокращения продолжительности жизни алкогольная смертность на первом месте, табачная — на втором. Они прямо или косвенно дают примерно 2/3 всех смертей

в стране. Ещё 70 тысяч смертей в год приносят «нелегальные» наркотики, которые прекрасно приживаются на почве, уже подготовленной «легальными» — алкоголем и табаком.

Табак плюс алкоголь повышают риск ранней смерти ещё на несколько лет. Вот и получается, что по продолжительности жизни женщин Россия находится на 100-ом месте, а по продолжительности жизни мужчин на 143-м месте в мире, что хуже, чем во многих африканских странах.

Только от причин, связанных с курением табака, в России вымирает 400 тысяч человек в год, ещё минимум 500 тысяч умирает от причин, связанных с употреблением алкоголя. Итого — 900 тысяч человеческих потерь ежегодно в «мирное» время, что примерно равно населению 8–9 городов, таких как Елец. Сверхсмертность — одна из причин демографической катастрофы в современной России со всеми вытекающими отсюда последствиями, вплоть до угрозы исчезновения этноса и государства.

Форум «Здоровье нации — основа процветания России» в числе приоритетных задач выделил проблему профилактики табакокурения в студенческой среде как наиболее продвинутой и образованной части молодёжи.

Научными исследованиями доказано, что табачная зависимость среди подростков и молодёжи наряду с пивоманией, коктейлеманией сегодня являются предпосылками (трамплином) для приобщения к нелегальным наркотикам.

Во многих докладах отмечалось, что недостатком современной профилактической работы в отечественных вузах является её одномоментная направленность, «кампанейщина», в то время как необходимо выстраивать систему мер, направленных на профилактику табакокурения в студенческой среде.

Современный подход к решению проблемы зависимостей, в том числе табачной, страдает «медикализацией» проблемы, к сведению профилактики к работе врача-нарколога. Это — борьба с последствиями, к тому же малоэффективная, потому что табакокурение — это проблема, прежде всего, мировоззренческая, ложное убеждение в том, что курение — это самое естественное и полезное в жизни занятие.

Форум в числе приоритетных профилактических задач выделил задачи формирования психологической культуры образа жизни студентов:

- создавать условия для развития очагов психологической культуры здорового образа жизни;
- создавать условия, направленные на формирование здорового образа жизни, исключая как ценность табакокурение и потребление любых других веществ, искусственно изменяющих психическое состояние человека;
- перестроить системы жизненно значимых социально-культурных ценностей молодёжи с акцентом на психологическое благополучие, высокое качество жизни, имидж успешного человека, исключая курение и употребление других одурманивающих веществ;

- разработать систему мер, направленных на профилактику табакокурения в вузе.

Идея профилактики под девизом «сверстник — сверстнику» является одной из самых продуктивных.

В московском Институте педагогики и психологии в лаборатории профессора В.В. Барцалкиной разрабатывается программа «Аддиктология», «Превентология». Цель программы — подготовка специалистов-аддиктологов, превентологов — специалистов по профилактике химических и нехимических зависимостей.

Будущий специалист — обязательно сам приверженец трезвого здорового образа жизни. Двойные стандарты для такого специалиста исключены!

Идея исключения двойных стандартов при воспитании подрастающего поколения и молодёжи была поддержана многими участниками форума. Подобно тому, что говорится о врачах («врач, исцелись сам»), необходимо говорить и об учителе: «Учитель, подай положительный пример сам!»

На форуме был также представлен опыт борьбы с курением в Елецком государственном университете им. И.А. Бунина. На факультете дополнительных педагогических профессий (ФДПП) осуществляется факультативное обучение по специальности «Основы собриологии — науки о трезвом образе жизни». В курсе собриологии студенты получают знания о сущности химических и других зависимостей и путях сохранения естественной трезвости и её восстановления в случае утраты.

Интенсивная информационная работа со студентами на ФДПП формирует прочные антикурительные установки у тех, кто ещё не начал курить или курит эпизодически. Что касается лиц, уже зависимых от табака, то они вынуждены избавляться от курения табака по двум причинам: 1) из-за растущего неприятия курения однокурсниками; 2) из-за необходимости выполнять письменные работы по учебному методу заочного избавления от курения табака елецкого врача, профессора В.И. Гринченко для сдачи зачёта. Для студентов избавление бесплатное. За 10 лет работы факультатива от курения табака в ЕГУ избавились десятки курильщиков. Причём эффект избавления, как показывают исследования, сохраняется по настоящее время.

Не скроем, бывают случаи утаивания своего порока: когда не слушают, не понимают, не желают понимать. Но на факультативе это — исключение, а не норма.

Борьба с курением в ЕГУ взята под личный контроль ректора, В.П. Кузовлева. Проводятся общие профилактические мероприятия: это, во-первых, — информационная работа: регулярные антитабачные публикации в университетской газете «Талисман»; настенная трезвенная и антиникотиновая пропаганда с еженедельным обновлением экспозиции и показ трезвенных фильмов на ряде факультетов; включение элементов антиникотиновой пропаганды в лекционные и практические занятия, что обычно зависит от личной позиции преподавателя.

Во-вторых, это — запрет курения на территории университета, кроме специально отведённых мест для курения. В-третьих, студентов информируют о том, что в случаях табачной зависимости они могут от неё избавиться с помощью специалистов.

Но здесь начинаются проблемы.

Антитабачная настенная пропаганда раздражает курящих коллег. Её могут даже сорвать! На их поддержку можно надеяться только там, где не курят сами. Отношение к курению зависит от личной позиции преподавателя. Курящий преподаватель всегда будет оправдывать этот порок и даже может выйти со своими студентами покурить!

К сожалению, запрет на курение соблюдается только в тех корпусах, где есть контроль. А ведь это — очень важная профилактическая мера. Запрет курения на территории университета (кроме специально отведённых мест) помогает сформировать мнение о курении как об отрицательном явлении.

Добровольных случаев обращения за помощью с целью избавления от курения тоже не наблюдается, что понятно: когда наркотик уже взял власть над человеком (а табак — наркотик, вызывающий сильнейшую зависимость, сродни героиновой), то до человека достучаться уже трудно. Лучше предупредить.

Несмотря на недостаточную эффективность общих профилактических мероприятий, от них отказываться не следует. Установлено, что систематическая информационная работа помогает не начинать курение тем студентам, кто ещё не приобрёл эту вредную привычку. Информационная защита помогает сделать правильный выбор и тем, кто курит лишь эпизодически. Однако не было ещё ни одного случая, когда бы кто-то из студентов, уже имеющих никотиновую зависимость, добровольно стал бы избавляться от неё. Даже сделав первый шаг к избавлению и согласившись на встречу со специалистом, студенты откровенно признаются, что не хотят бросать курить, так как это им нравится.

В докладе кандидата психологических наук В.В. Аршиновой прозвучали следующие цифры. Если в США на пропаганду здорового образа жизни на одного человека в год тратится 248,4 доллара, то в России — 0,25 доллара. Через 8 лет обещают повысить эту сумму до 0,4 доллара. Из этой суммы на профилактику зависимостей отводится около 30%. Ясно, что для пропаганды трезвого образа жизни просто нет денег. Одновременно реклама пива не сходит с экранов и страниц печатных изданий (денег на пороках людей зарабатывается достаточно), противопоставить ей нечего. Сегодня уже есть антиалкогольные ролики Тихона Шевкунова, социальная реклама, но им не выдержать конкуренции по плотности и интенсивности пропаганды порочного поведения. Алкогольно-табачный капитал не скупится на издание своей символики: жевательных конфет в виде сигарет, брелоков для ключей с бутылками, сувениров, открыток, маек, пакетов, пропагандирующих наркотический образ жизни.

На пропаганду трезвого здорового образа жизни и создание трезвенной символики на федеральном уровне, ещё раз повторяем, денег нет! Однако есть потенциал регионального уровня.

В Башкортостане 14 июля 2009 года министром здравоохранения А.А. Евсюковым был издан приказ о проведении кампании «Россия без табака». Согласно этому приказу с 25 июля 2009 года во всех лечебно-профилактических учреждениях Башкортостана был организован сбор подписей среди пациентов и сотрудников в поддержку этой кампании, которая одновременно освещалась во всех средствах массовой информации. В результате к середине сентября 2009 года было собрано 100 тысяч подписей. Кампания была организована по инициативе местных властей.

В Чувашии запущен проект «Чувашия без табака». В марте-апреле 2009 года здесь прошёл двухмесячник «Молодёжь — за здоровый образ жизни». В июне 2009 года фондом «Чувашия» была организована выставка «Предупредительные надписи в борьбе против курения». В республике было организовано 43 ресурсных центра добровольческого движения за здоровый образ жизни и 169 команд здоровья из числа учащихся, студентов, работающей молодёжи с охватом более 1000 добровольцев.

В рамках проекта изготовлено 40 тысяч буклетов по профилактике табакокурения, 5000 плакатов, 800 футболок с логотипом «Чувашия без табака», баннеры и растяжки, пропагандирующие здоровый образ жизни в количестве 62 штук. Ресурсным центром и добровольческими объединениями были распространены 100 видеороликов и комплектов методических материалов, направленных на профилактику табакокурения.

В числе дальнейших задач чувашского проекта:

- совершенствование механизмов взаимодействия всех социальных институтов по защите населения от табака;
- создание системы прессы: с одной стороны, ужесточение законодательства и контроль за его исполнением, с другой — усиление агитационно-просветительской работы, формирование общественного неприятия курения. Курить — вредно, не модно, не патриотично, не этично, не эстетично;
- противодействие маркетингу табачных изделий, основная цель которого — вовлечение всё новых граждан (прежде всего, детей и молодёжи) в сети этой пагубной привычки;
- реализация возможностей сокращения курения на основе правовых ограничений.

Исследованиями установлено, что существует три базовые причины употребления любых легальных и нелегальных наркотиков, в том числе табака: их доступность, пронаркотические убеждения людей (социально-психологическая запрограммированность на употребление алкоголя, табака и прочих одурманивающих веществ) и собственно наркотические свойства веществ, которые

позволяют удовлетворить определённые потребности людей (развлечься, уйти от реальности) суррогатными способами. Поэтому научно обоснованными путями борьбы с этими пороками являются *три главных направления*:

1. Ограничение доступности по времени, месту, возрасту, полу и т. д., что всегда было во всех культурах. На уровне конкретного учебного заведения это: запрет курения, кроме специально отведённых мест, ходатайства по удалению торговых точек, торгующих табаком, согласно закону, на расстояние не менее 100 метров от образовательного учреждения; пункты в уставе вуза об отношении к курению преподавателей и студентов. Например, устав Российского государственного социального университета запрещает пить и курить не только студентам, но и преподавателям, и эти запреты реально работают!

2. Формирование трезвенных убеждений. Разрушение мифов относительно алкоголя, табака и других наркотиков, пропаганда трезвого стиля жизни. Информирован — значит вооружён! Значит, получил антинаркотическую защиту! Эта работа является более эффективной, если проводится системно. На уровне конкретного вуза — это регулярные трезвенные публикации в университетской газете, настенная пропаганда, показ трезвенных фильмов, в том числе лекций ведущих пропагандистов трезвого образа жизни (В.Г. Жданова, И.П. Клименко, В.П. Кривоногова, А.Н. Маюрова и др.), выпуск трезвенной символики. Но самый действенный способ формирования трезвенных убеждений — это проведение курсов специальных занятий. Здесь и только здесь можно реально противостоять развязанной против наших детей и молодёжи проалкогольной, протабачной, пронаркотической пропаганде, не только сформировать мотивацию к избавлению, но и помочь в самом избавлении от зависимостей.

3. Воспитание духовно богатой, нравственно устойчивой личности, способной противостоять жизненным трудностям, имеющей перспективу развития, цель в жизни. Устойчивая личность не ищет суррогатных удовольствий, но получает радость жизни от самой жизни, творческого труда, общения с природой, физической культуры, здоровых увлечений, любви и дружбы, счастливой семейной жизни. Это как раз то, что наркотики всех мастей и видов мешают реализовать.

Только комплексный подход к проблеме гарантирует успех. Абсолютизация только одного из направлений, например, только третьего, успеха не принесёт. Представители табачного и алкогольного капитала — «волки в овечьей шкуре» — часто берутся спонсировать спортивные и культурные мероприятия, соглашаясь, что детей нужно отвлекать от пороков. Всё, что угодно, но только продолжайте нам разрешать беспрепятственно производить эту отраву и беспрепятственно её пропагандировать. Но сами-то совратители прекрасно знают, что пока будут свободная доступность и пропаганда наркотиков, никакое воспитание противостоять этому натиску не сможет.

2009 г., сентябрь

Всегда ли на Руси курили?

В феврале текущего года Президент России Владимир Путин подписал антитабачный закон, который был разработан в рамках Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака (РКБТ). Российский закон, далеко не самый радикальный из разработанных антитабачных законов в мире, в процессе его подготовки и продвижения стал предметом самых ожесточённых дискуссий.

Есть *потери*: 1) отмена запрета на благотворительность табачных компаний, что является легальной лазейкой для установления тёплых отношений с нужными людьми (на продвижение своих интересов на российском рынке международные табачные компании тратят более 1 миллиарда долларов в год); 2) в ряде стран приняты специальные законы о защите бюрократии от табачников, в российском законе ничего подобного нет; 3) за рамки регулирования в значительной степени выводятся некурибельные формы потребления табака, за исключением ограничений на насвай и т. д.

И борьба продолжается, прежде всего, на информационном уровне. Фабрикуются и распространяются новые мифы, некоторые из которых я и хотела бы подвергнуть сомнению в данной статье. Это мифы, что *«на Руси всегда курили»* и что *«борьба с курением способствует росту наркомании и сам закон был принят в России для того, чтобы этот самый рост наркомании ещё больше спровоцировать»*. Услышала я эти мифы от человека, который непосредственно отвечает за воспитание подрастающего поколения и искренне желает своему народу добра!

Миф 1. На Руси курили всегда.

Правда. Обычай курить табак впервые появился в цивилизациях, практикующих человеческие жертвоприношения и магические ритуалы. Считается, что новейшая история табака началась в 1492 году и неразрывно связана с именем Христофора Колумба. Главной целью экспедиции Колумба было открытие новых торговых путей, желание разбогатеть. Колумб был адмиралом испанского флота, и в своих поисках новых путей к Индии по ошибке «открыл» Америку. Но по дороге в Америку он попал со своей командой на группу островов, которая получила название Западно-Индийских.

Когда Колумб высадился на эти острова, то обнаружил, что аборигены, которых он называл индейцами, курят внушительных размеров трубки, скрученные из листьев какого-то растения, выпуская изо рта клубы дыма. Это были первобытные «сигары», которые сами индейцы называли «табаккос».

Поначалу табак курили сами моряки, а также портовые проститутки, криминальные элементы, портовые рабочие.

Вскоре табак стал популярным и среди высших классов испанского и португальского общества, и связана эта популярность, прежде всего, с именем Жана Нико, сына бедного нотариуса, который благодаря своему трудолюбию

и талантам попал в португальский двор. Экспериментируя с выращиванием табака в садах Лиссабонского дворца, он стал изучать лечебные свойства свежих табачных листьев. Он вылечил одного из своих знакомых, страдающих болезнями носа, компрессами из свежих табачных листьев, затем даму с дефектами кожи тем же способом избавил от абсцесса на щеке. Путь к известности для Нико был открыт.

Во Франции после ранней смерти своего сына пришла к власти Екатерина Медичи. Страдая мигренями, она обратилась к Нико, и тот рекомендовал ей растёртые в порошок листья табака в качестве нюхательного средства. Лечение королеве помогло, и вскоре весь королевский двор стал нюхать табак вне зависимости от мигрени и прочих недугов. Екатерина Медичи оказала Нико огромную поддержку в его табачных начинаниях, табак стали выращивать во всех королевских садах, а потом и по всей Франции. В VIII веке сигары были популярны уже при всех дворах Европы. Русской царице Екатерине II присылали сигары, украшенные шёлковыми ленточками, чтобы королевские пальчики не впитывали табачный запах и не желтели, касаясь табачных листьев.

Как видно из выше изложенного, распространению табака способствовала *вера в его целебные свойства*, а также мода на его употребление, которую ввели королевские особы. В наши дни табак успешно применяют в борьбе с огородными и садовыми вредителями, а свежие листья табака поедают даже животные. Но табак становится опасен, когда в высушенном виде превращается в табачный дым или применяется для рассасывания во рту.

Табак в России был под запретом вплоть до правления Петра I, который, находясь в Европе, сам пристрастился к табаку, а вернувшись, разрешил его свободный ввоз и продажу.

По мере распространения табака предприимчивые люди быстро смекнули, что *на табаке как веществе, вызывающем зависимость, можно неплохо зарабатывать*, что и стало главной движущей силой его дальнейшего распространения.

Распространению табакокурения в России в XX столетии способствовали русско-японская, Первая и Вторая мировые войны, коллективизация, Гулаг, т. е. события, которые срывали с места большие массы народа.

Размер папиросы в Первую мировую войну соответствовал калибру патрона, чтобы в случае необходимости быстро перестроить производство одного средства массового уничтожения на другое с наименьшими затратами.

Во время Второй мировой войны Адольф Гитлер так формулировал свою политику в отношении ненавистных ему славянских народов: *«Никаких прививок, никакой медицины, никакого образования, только водка и табак»*.

На рубеже тысячелетий на Западе табачному капиталу пришлось изрядно потесниться после серии успешных судов против табачных фирм, которые выиграли обычные граждане. По утверждению главного санитарного врача

России Геннадия Онищенко, Западная Европа планирует к 2020 году полную ликвидацию производства и продажи сигарет. Курение всё больше становится сомнительной привилегией «неполноценных» народов.

Изгоняемые из США и Европы, табачники нашли рынок сбыта в России. С начала 90-х годов в нашей стране началось небывалое распространение курения табака, и Россия стала одной из самых курящих стран мира. Но самое страшное, что табачные компании стали вовлекать в курение детей, женщин и молодёжь — с помощью «лёгких» и «гламурных» или «настоящих мужских» сигарет, с помощью пропаганды курения в искусстве (сейчас нас обкуривают даже в театрах), кино и на телевидении. В результате с начала 90-х годов прошлого века женское курение выросло в 3–5 раз, курение среди школьников — в 10 и более раз.

Таким образом, слухи о том, что на Руси всегда курили, сильно преувеличены. Табакокурение в истории Европы и особенно России является относительно недавним «приобретением» и насчитывает всего несколько веков. Не курили известные герои русской литературы «трудные мальчики» Онегин и Печорин. Ещё в конце XX столетия почти не курили российские женщины, а в школах курили единицы, и их знали наперечёт. Разговоры о том, что мы всегда так курили, — опасный миф, который дезориентирует общественное мнение и мешает продолжить начатую наконец-то борьбу с курением табака.

Миф 2. Борьба с курением провоцирует рост наркомании. Антитабачный закон был принят злыми силами, чтобы окончательно разрушить Россию.

Правда. Когда я, работая над диссертацией, в конце 80-х годов проводила исследование в школах и ПТУ, то обнаружила, что пробовавшие алкоголь девочки и мальчики закуривали в 13,2 и в 3,2 раза чаще, соответственно, чем не пробовавшие алкоголь. В ПТУ оказалось, что все курильщики анаши начинали с курения табака.

Специалистам, оказывается, известно давно, что *все наркотики идут рука об руку и шанс начать сразу с наркотика у подростка почти равен нулю*. Но раннее знакомство с «легальными наркотиками» — алкоголем и табаком — и переживание состояния изменённого сознания толкает на поиск других «острых ощущений». В тысячах диссертаций, защищённых на Западе, доказано, что только решительное наступление на «легальные наркотики» позволяет снизить и уровень распространения «нелегальных».

Российские учёные считают, что *алкоголь, табак и наркотики — это вагоны одного состава, поэтому останавливать нужно весь состав!* Эпидемия наркомании в России (по разным оценкам у нас в стране насчитывается от 6 до 15 миллионов наркоманов) разразилась в 90-е годы, когда были открыты все шлюзы для беспрепятственного распространения алкоголя и табака, когда рубль стал конвертируемым и международная наркомафия стала осваивать российский рынок.

Сегодня немалые силы брошены на то, чтобы дискредитировать антитабачный закон, помешать его воплощению в жизнь. В том числе активизировались дельцы, всегда готовые заработать на человеческих пороках. Но когда с табаком не боролись, никого особенно не волновало, что в киосках можно купить не только табак и «энергетические напитки», но и так называемые «спайсы», а фактически наркотики. Сегодня в этом лживо обвиняют антитабачный закон, говорят, пусть уж лучше курят, чем наркотики употребляют. Нужно понять, кому это выгодно, и не поддаваться на провокации. Мечта всех легальных и нелегальных наркодельцов — свободно и беспрепятственно заниматься своим доходным бизнесом. Не будем им в этом помогать!

2010 г., май.

Почему в России растёт число курящих девушек?

Наша университетская газета «Талисман» сообщила, что несмотря на то, что 2011 год был объявлен в Ельце годом без наркотиков и табака, проведённые профилактические мероприятия нужных результатов не дали, а анонимный опрос учащихся и студентов, проведённый в высших и средних учебных заведениях города, *«буквально шокировал комиссию»*. В городе по-прежнему растёт число курящих девушек, стабильно сложной остаётся проблема наркомании (2011. — № 20).

Иоанн Златоуст когда-то изрёк: *«хочешь уничтожить народ, растли женщину»*. Женщина — последний оплот нравственности, и если опускается она, то рушится и общество. Поэтому тревога членов комиссии и автора заметки понятна, тем более что речь идёт даже не о женщинах, а о девочках и юных девушках.

Как такое стало возможным, что русская девочка, девушка, женщина, традиционно отличающаяся скромностью, сегодня пьёт, курит, ругается матом, не хранит целомудрие? Курение, безусловно, признак ущербности, а для девушки и женщины это, как правило, и неотъемлемая часть порочного образа жизни в целом.

Главная причина такой распущенности в обществе состоит в том, что безнравственность стала считаться нормой или вариантом нормы. Значительная часть наших работников искусства и СМИ ведут себя в соответствии с так называемым планом Даллеса по разрушению России: *«...Литература, театры, кино — всё будет изображать и прославлять самые низменные человеческие чувства. Мы будем всячески поддерживать и поднимать так называемых художников, которые станут насаждать и вдалбливать в человеческое сознание культ секса, насилия, садизма, предательства — словом всякой безнравственности... Хамство и наглость, пьянство и наркомания... всё это расцветёт махровым цветом»*.

Можно, конечно, скептически относиться к этому плану, что часто и происходит, но тогда почему у нас в России всё проходит точно по этому сценарию? Чтобы в этом убедиться, достаточно провести один вечер перед экраном телевизора или почитать так называемые «свободные» журналы и газеты.

Есть две базовые причины, почему табак, как и алкоголь, получил такое широкое распространение в обществе. Это чрезвычайная доступность (по цене, по местам приобретения, по возрасту) и постоянная пропаганда курения и потребления алкоголя во всех СМИ.

Любая комплексная профилактическая программа будет эффективной только тогда, когда будет направлена на ликвидацию этих двух причин. Поэтому, если мы хотим добиться снижения уровня курения, нужно снижать доступность табака и пропагандировать некурение и трезвость как норму жизни, а не наоборот.

Курение шагает в обнимку с пивом и «слабоалкогольными коктейлями», поэтому без свободы от алкоголя курение не одолеть.

Особенностью подросткового и молодёжного стиля употребления алкоголя и табака сегодня является то, что очень скоро рядом с «легальными» дурманами появляются «нелегальные» — наркотики. Поэтому массовое курение и употребление алкоголя — это подготовка к наркомании. Шансы приобщиться к наркотикам у некурящей трезвой молодёжи равны нулю! Проблема в том, что сегодня в нашем обществе осталось не так уж много взрослых, которые ещё помнят, что именно трезвость — это естественное состояние всех живых существ, отдельного человека, семьи, общества, а не наоборот.

Исследованиями установлено, что снизить уровень подросткового и молодёжного курения можно только одним способом: снизив уровень курения взрослых! Дети смотрят на нас!

Как показывает мировой опыт, чисто образовательные профилактические программы имеют низкую эффективность, если не опираются на принципиальную государственную и региональную политику. И эта политика должна быть направлена, прежде всего, — на основные причины: доступность и пропаганду наркотиков.

Существует много мифов, которые уводят в сторону от решения проблемы, назову лишь три из них.

Миф 1: «А что вы предложите взамен табака, алкоголя, наркотиков?»

Правда. Некурение, трезвость — естественное состояние человека и всех живых существ. Когда пороки не пропагандируются и преступный алкогольно-табачно-наркотический бизнес не имеет возможности так нагло навязывать свои услуги, как это делается сейчас в России, *большинству людей, и особенно детям и молодёжи, ничего взамен и не требуется.* Трезвые люди всегда найдут, чем себя занять. Помню своё далёкое детство и мальчишек с нашей улицы: они

целыми днями гоняли вместо шайбы просто спрессованную консервную банку, клюшками им служили палки, спортивной площадкой служила просто часть улицы. Никто им тогда не навязывал пиво или алкогольсодержащие коктейли, гламурные или лёгкие сигареты, водка предназначалась для взрослых мужчин, а о наркотиках даже не все и слышали. И они находили для себя здоровое занятие, несмотря на отсутствие условий и экипировки. В те годы во всех возможных местах зимой заливались катки и делались снежные горки. Летом дети гоняли мяч, заниматься физкультурой и спортом было модно и общепринято.

Миф 2: «Всегда так было»

Правда. Если бы всегда так было, нас бы уже не было.

Во всех традиционных культурах к женской нравственности всегда относились строже, чем к мужской, потому что знали: от распутной девки здорового потомства не жди. Сегодня наука точно знает, что в зарождении новой жизни участвует всего одна (!) половая клетка (яйцеклетка) и миллионы мужских (сперматозоидов). Причём из мужских половых клеток женскую клетку может завоевать только самая активная мужская. Поэтому если стаж курения или употребления алкоголя или даже наркотиков у мужчины невелик, то шансы породить здорового ребёнка у мужчины достаточно большие.

Приобщение к алкоголю и табаку в мужской популяции ещё 20–30 лет тому назад начиналось относительно поздно, ближе к совершеннолетию и старше, поэтому мужчины успевали породить здоровое потомство. Сегодня возраст начала приобщения к алкоголю снизился до 12–13 лет, а к табаку — до 8–10 лет. Поэтому шансы породить здоровое потомство значительно уменьшились и у мужчин.

В женской популяции ситуация значительно хуже. Набор половых клеток девочка получает при рождении один раз и на всю жизнь. Поэтому вся грязь, которая попадает в половые клетки девочки, девушки, уже никуда не денется, а останется в них навсегда. В частности, радиоактивный полоний-210, присутствующий в табаке, убрать в принципе невозможно. Пять лет женского курения равносильны самокастрации одного яичника. Каждая вторая курильщица бесплодна. Дети курильщиц, как правило, рождаются ослабленными.

Миф 3: «Экономика без табачных/алкогольных денег рухнет»

Правда. Табачные компании в России в виде налогов платят чуть более 3 миллиардов долларов, но на лечение болезней, прямо связанных с курением, из бюджета страны тратится 8–9 миллиардов долларов в год. Получается, что убытки в 3 раза превышают прибыль. При этом 4 транснациональные табачные компании вывозят за рубеж не менее 10 миллиардов долларов. Как говорится, здоровье ваше — деньги наши (см.: Аргументы и факты. — 2011. — № 35. — С. 13). Аналогичная ситуация с пивом, причём пивная промышленность, как

и табачная, — это на 95% иностранный капитал. Интересы бизнеса у нас стоят намного выше, чем интересы народа, государства и нашей цивилизации вообще.

Президент Д.А. Медведев и Председатель Правительства РФ В.В. Путин подписали ряд важных государственных постановлений и указов, нацеленных на снижение употребление алкоголя, табака и наркотиков. Однако в выступлении перед молодыми парламентариями страны в мае 2011 года Д.А. Медведев сообщил, что основные инициативы являются ответственностью региональных властей — страна большая и везде свои особенности и возможности.

Получается, что судьбы будущих поколений, каждого конкретного региона в наших собственных руках. Нужно выбирать такую власть, которая захочет и сможет что-то менять, и каждому надо понять, что только гражданское общество способно изменить ситуацию. Именно равнодушие каждого позволяет злу торжествовать.

Что делать? Международная практика выработала *меры, которые работают*:

- **Уменьшение ценовой доступности.** Цена сигарет и пива должна быть недопустимой для ребёнка, подростка, молодого человека.
- **Уменьшение шаговой доступности.** Алкоголь и табак должны продаваться в специализированных магазинах с чётко налаженным контролем.
- **Уменьшение возрастной доступности.** Неотвратимое наказание за продажу или вовлечение малолетних в употребление алкоголя, табака и наркотиков в виде крупных штрафов вплоть до уголовной ответственности.
- **Запрет сцен употребления алкоголя и курения на телеэкране,** если они не оправданы сюжетом. Крупные штрафы актёрам и режиссёрам, снимающим такие сцены.
- **Запрет рекламы, как открытой, так и скрытой.** Реклама есть только в местах продажи, т. е. в специализированных магазинах.
- **Запрет спонсорства со стороны табачных и алкогольных компаний.** Вместо этого — очень высокие акцизы, которые идут в государственную казну и уже оттуда распределяются по усмотрению государства или региона.
- **Пропаганда трезвого здорового образа жизни и создание условий для такого образа жизни,** разоблачение мифов о наркотиках всех мастей и видов.
- **Повышение защитных факторов личности** — как социальных (работа, учёба, семья, материальный достаток), так и психологических (выработка адекватной положительной самооценки, развитие эмоционально-волевых качеств личности, обучение умению общаться, проводить трезвый досуг, решать проблемные и конфликтные ситуации). Уроки культуры здоровья во всех образовательных учреждениях. Подготовка специалистов по профилактике в образовательных учреждениях.

Постскриптум. У меня вопрос к комендантам учебных корпусов, деканам факультетов, ректорату ЕГУ им. И.А. Бунина: почему, несмотря на имеющийся запрет курить на территориях учебных корпусов, этот приказ в большинстве корпусов не выполняется? Мы выращиваем здесь будущих учителей, воспитателей детских садов, спортсменов — или армию курильщиков, которые уже не мыслят себя без сигареты с раннего утра и до позднего вечера?

2011 г., ноябрь

Главное — убереечь детей!

Святой Георгий

Цинизм табачного капитала не знает границ. Оказывается, у нас уже есть сигареты с названием «Святой Георгий»!

Кто такой святой Георгий? Он был сыном богатых и благочестивых родителей. Поступив на военную службу, великомученик Георгий выделялся среди прочих воинов своим умом, храбростью, физической силой, воинской осанкой и красотой. Услышав однажды на суде бесчеловечный приговор об истреблении христиан, св. Георгий воспламенился состраданием к ним и героически погиб, защищая их от истребления.

На иконах св. Георгий изображается сидящим на белом коне и поражающим копьём змия. Это изображение основано на предании и относится уже к посмертным чудесам святого великомученика Георгия. Рассказывают, что недалеко от места, где родился св. Георгий, в городе Бейруте, в озере жил змей, который часто пожирал людей той местности. Что это был за зверь — удав, крокодил или большая ящерица — неизвестно.

Суеверные люди той местности для утоления ярости змея начали регулярно по жребию отдавать ему на съедение юношу или девуцу. Однажды жребий выпал на дочь правителя той местности. Её отвели к берегу озера и привязали, где она в ужасе стала ожидать появления змея.

Когда же зверь стал приближаться к ней, вдруг появился на белом коне светлый юноша, который копьём поразил змея и спас девуцу. Этот юноша был святой великомученик Георгий. Таким чудесным явлением он прекратил уничтожение юношей и девушек в пределах Бейрута и обратил ко Христу жителей той страны, которые до этого были язычниками.

Таким змием, пожирающим наших детей, сегодня являются табак, алкоголь, наркотики, пропаганда разврата. Образ святого Георгия Победоносца верхом на коне, поражающего дракона, является символом Всероссийской трезвеннической организации — «Союза борьбы за народную трезвость». Так что никакого отношения к табаку св. Георгий иметь не может в принципе. На очереди у табачников, видимо, сигареты под названием «Святая Мария».

Как нас обманывают?

В 1998 году в ходе судебного процесса случайно выяснилось, что 7 главных мировых табачных фирм в мае 1977 года вступили в тайный сговор под кодовым названием «Операция Беркшир». Лидеры компаний разработали тайную единую тактику и стратегию борьбы с мировым антитабачным движением. Для этого были созданы рабочие группы для внедрения следующих идей:

- 1) социальная приемлемость курения;
- 2) «полезные» эффекты табака;
- 3) медицинские проблемы.

В результате реализации этого плана табачные компании сумели:

- через своих наёмников в СМИ и в сфере искусства создать образ обаятельного успешного курильщика на экране, эксплуатируя образы известных актёров и популярных личностей;
- с помощью продажных медиков создать и внедрить в массовое сознание миф о том, что курение помогает снять стресс;
- договорились, что никогда не признают курение прямой причиной рака и других болезней.

Главная мишень табачников — это подростки, молодёжь и женщины, потому что мужской потенциал уже используется «под завязку». Отсюда «гламурные» и «лёгкие» сигареты, мода на женское курение.

Ситуация в России

Россия начала третьего тысячелетия — мировой лидер по распространённости потребления табака: здесь курит 42 процента населения. По числу курящих подростков мы вышли на первое место в мире. Неуклонно растёт женское курение. Стайки курящих девочек-школьниц 12–13 лет становятся привычной картиной.

Кроме того, что табак сам по себе яд, технический регламент на табачную продукцию в России содержит в несколько раз меньше ограничений, чем на Западе. Фактически средний российский курильщик курит не табак, а бумагу, пропитанную всякой химией. От табака здесь присутствует самая ядовитая часть растения — табачная жилка, которую раньше выбрасывали, а сейчас подсунули нашим курильщикам.

Удивляться здесь нечему, потому что 90–95 процентов табачного капитала сегодня в России — это иностранные компании, которых здоровье россиян волнует в последнюю очередь.

Что делать?

Сейчас всё чаще можно услышать очередной миф о том, что информационные технологии профилактики не работают. Ясно, что не очень-то хочется

табачникам, чтобы люди узнали правду о той продукции, которую они выпускают. Вот средний обыватель и думает, что *«курить вообще-то немножко вредно, но ничего страшного, и даже полезно»*.

Другой миф состоит в том, что ограничивать доступность и пропаганду табака не следует. Ведь у всех якобы есть выбор. Беда только в том, что выбор *«курить или не курить»* за нашу молодёжь давно сделан. Главная уловка пропаганды как раз и состоит в том, что выбирать предлагается между «лёгкими» или «крепкими», «мужественными» или «гламурными», «Святым Георгием» или «Примой».

Общая стратегия борьбы с табаком состоит в следующем: ограничивать доступность табачных изделий, прекратить их пропаганду и, наоборот, пропагандировать трезвый здоровый образ жизни, повышать защитные факторы личности.

Информационная работа должна стать неотъемлемой частью всех профилактических программ. Люди имеют право знать правду о «легальных» наркотиках, в том числе о табаке. И начинать эту работу нужно не тогда, когда человек уже увяз в наркотической зависимости и своими прокуренными мозгами уже не в состоянии усвоить информацию, а намного раньше. Главное — уберечь детей!

2012 г., май

А ты поддержал антитабачный закон?

До конца октября 2012 года Правительство обещало рассмотреть законопроект Минздрава, который предусматривает запрет курения в общественных местах, прежде всего, в учебных заведениях, учреждениях культуры и спорта, а к 2015 году — и в точках общепита, как это уже сделано в большинстве цивилизованных стран. И тут же в ряде СМИ началась очередная кампания, нацеленная на провал этого законопроекта. Например, в обзорных новостях за последнюю неделю, которые мне довелось посмотреть на каналах RenTV и НТВ, закон преподнесли как абсурдный: мол, знаем мы эти запреты, всё бы вам *«запрещать и не пущать»*, была одна радость у людей — покурить и расслабиться — и ту хотят отнять. Между тем, речь идёт о наркотике, вызывающем зависимость, сопоставимую с героиновой! Так что игрушкой и радостью табак назвать никак нельзя, ведь расплачиваться приходится не только здоровьем, но и свободой! Если общественность и специалисты сейчас промолчат, то антитабачные инициативы в очередной раз будут провалены. К тому же необходимо понимать, что цивилизация вообще держится на ограничениях и запретах. Вседозволенность не имеет никакого отношения к подлинной свободе. Как было сказано ещё в исторической Декларации прав человека и гражданина во Франции в 1789 году, *«свобода заключается в возможности делать всё, что*

не вредит другому». Добавим от моралистов древности: в том числе самому себе.

Зачем нужен этот закон?

В течение последних 20 лет Россия стала самой прокуренной страной мира. Курильщиками сегодня являются примерно треть населения страны, включая детей — всего 44 миллиона россиян. В результате по причинам, связанным с курением табака, преждевременно умирают около 400 тысяч наших сограждан. Это примерно население четырёх городов, таких как Елец. Наряду с алкоголем, табак является одной из главных причин заболеваемости и преждевременной смертности. Сегодня у нас курят 2/3 мужчин. И поскольку мужской потенциал среди курильщиков был использован почти «под завязку» ещё в начале 90-х, табачники с помощью так называемых «гламурных» и «лёгких» сигарет и агрессивно-навязчивой доступности и пропаганды курения расставили сети и ловушки для детей и женщин. В результате возраст приобщения к курению с начала 90-х годов у нас снизился с 15 до 11 лет, ежегодно пробует курить примерно 400 тысяч школьников, из них не менее трети остаются курильщиками на всю жизнь. Основная масса курильщиков приобщается к курению до совершеннолетия! Женское курение выросло в 3 и более раз. А ведь женское курение — это выстрел в будущие поколения, в генофонд нации. Нобелевскими лауреатами доказано, что табак вызывает мутации даже на уровне ДНК. Сегодня у нас каждый 200-ый ребёнок рождается с пороком сердца, и главная причина — употребление алкоголя и табака будущими родителями.

Получается, что едва не половина наших сограждан бездумно уничтожает самих себя и травит заодно своих ближних (70–80% россиян вынуждены вдыхать табачный дым дома, на работе, в транспорте, на автобусных остановках, в точках общепита, на улице, т. е. являются пассивными курильщиками). Фактически ведётся необъявленная гражданская табачная война одной половины населения против другой, потому что пассивное курение почти так же опасно, как активное.

Как это произошло?

Во время всеобщей неразберихи в тяжёлые 90-е годы иностранные табачные компании, которых во всём цивилизованном мире погнало прочь «поганой метлой», внедрились на российский табачный рынок. Сегодня на российском рынке хозяйничают Japan Tobacco International, Philip Morris, British American Tobacco, и не менее 90% табачного капитала в России принадлежит иностранцам. Им наш народ не жалко. Они платят налоги, но даже здесь сумели обмануть. В казну поступает примерно 88 миллиардов, а вывозится из страны 400 миллиардов. А нам остаются болезни и ранняя смертность, дырки в семейных бюджетах по причине курения, грязь на улицах, которую оставляют

за собой курильщики, испорченный воздух и падение нравственности, потому что курение — это всегда потеря чистоты. И возможным это стало благодаря всеобщему попустительству и коррупции. Страна должна знать своих «героев», и сегодня имена лоббистов табачного капитала можно легко найти в Интернете и в трезвенной, и не только трезвенной прессе. Это — депутат Госдумы Геннадий Кулик, депутат Госдумы Сергей Штогрин, замминистра финансов Дмитрий Шаталов, депутат Госдумы Надежда Школкина, много лет возглавлявшая Совет по развитию табачной промышленности, официальным спонсором которого является Japan Tobacco International, и другие вполне официальные лица. Почему они всё ещё сидят на своих местах и кто виноват? Да мы с вами! Потому что равнодушные, потому что не осознаём масштабы проблемы, потому что выбираем таких депутатов.

Наш ли это выбор?

Любимое выражение курильщика: *«Курить или не курить — мой выбор»*. Попробуем разобраться, насколько это соответствует истине.

Уже два десятилетия подряд в многочисленных телесериалах на телевидении нам исподволь внушают: курение и употребление алкоголя — норма. Но если раньше демонстрировали пьянство и курение преимущественно мужчин, то сейчас при малейшей проблеме или неприятности навязывается стереотип и женского поведения — выпей и закури. И не думайте, что это — случайность. За всё уплачено! В американском бюджете расходы на наши СМИ выделены в отдельную графу! Актёры и режиссёры заключают выгодные контракты о том, сколько раз за серию они должны появиться в кадре с сигаретой или выпивкой. Иные же делают это просто из «любви к искусству», потому что сами так живут, и нам навязывают.

Между тем, психологи знают, что в формировании поведения бессознательное играет даже большую роль, чем сознательные процессы. И важнейшим механизмом формирования стереотипов поведения является *и м и т а ц и я* эталонов поведения, которые можно видеть в семье, в школе, на улице, в кино, на телевидении. Табачники это прекрасно знают и не жалеют денег на лоббирование своих интересов. Вот почему так трудно добиться запрета курения в общественных местах, в кино и на телевидении.

Американцы сняли очень откровенный художественный фильм о табачном капитале — «Здесь курят». Там есть два интересных эпизода. В одном из них беседуют отец — табачный лоббист — и его сын-подросток. В нём прекрасно отражена «гибкая нравственность» табачников, которые умеют внушить своим клиентам ложный выбор. И выбор этот сегодня состоит не в том, чтобы курить или не курить, а *ч т о* курить. Во втором эпизоде беседуют два представителя табачной компании. Один из них сетует на то, что их стали «теснить» у себя на родине и грядут трудные времена, а другой говорит, что есть прекрасный выход

из положения: ситуацию спасут «рабы — русские рабы». Между тем курильщикам сумели внушить, что покушение на ограничение их курения — это покушение на их свободу!

Любая зависимость — это несвобода. Наркотическая зависимость — несвобода вдвойне, потому что это — внутренняя несвобода. Это хуже, чем просто рабство или зависимость от хозяина. Просто раб может восстать. Курильщик будет защищать своего порабощителя до конца. И это особенно страшно. Он будет говорить, что его проблемы и болезни «не от этого», что умирают от рака и те, кто не пьют и не курят. Его любимая поговорка: *«Кто не курит и не пьёт, тот здоровеньким умрёт»*. Он не слушает и не слышит никаких аргументов против курения, часто даже под угрозой тяжёлой болезни и смерти.

Что делать?

Если Вы не курите, то проявите гражданскую позицию. Кто лучше всех сможет защитить права и интересы некурящих и самих курящих? Только некурящий!

Если Вы курите сами, для начала попробуйте разобраться в проблеме. Может быть, для Вас ещё не всё потеряно и есть выход из тупика? Наберите слово «трезвость» в Интернете и найдите честную правдивую информацию о табаке на трезвенных сайтах, которых много сегодня. Ознакомьтесь с видеообращением нашего премьера Д.А. Медведева «Давайте вместе освободим нашу страну от табачной зависимости» на сайте blog-medvedev.livejournal.com/95107.html. Там же можно скачать и текст его выступления.

Даже если Вы курите сами, положи руку на сердце, ответьте: хотели бы Вы, чтобы курили Ваши дети и внуки? Считаете ли Вы возможным прожить без табачного яда? Кому нужно Ваше здоровье? Табачным магнатам? Кому нужны Ваши деньги? Разве дилемма «курить или не курить» — Ваше личное дело, если от этого страдает общество, расплачиваясь во всех смыслах за Вашу весьма укороченную жизнь и болезни (Вашу и Ваших близких), испорченный воздух и грязь на улицах, за постоянную рекламу порока подрастающему поколению? Сегодня главное — это уберечь детей, чтобы они не начали курить! И закон направлен, прежде всего, на защиту их интересов. Если вы честны перед собой, то ответ очевиден. Так действуйте! Проголосовать за антитабачный закон можно на сайте: mk.ru/nosmoking/?page=1.

Табачный капитал не дремлет. Уже собрано 165 000 подписей против запрета продажи сигарет в ларьках и киосках.

2012 г., октябрь

Выберемся из табачного рабства?

По официальной информации, 28 января 2013 года Государственная Дума приняла антитабачный законопроект, который повлечёт за собой множественные изменения в сфере продажи табачных изделий, а также повлияет на самих курильщиков. Теперь быть курильщиком будет не только не модно, но ещё и практически вне закона, если нарушать установленные правила.

Согласно утверждённым поправкам к закону, сигареты запретят размещать на витринах магазинов, оставив лишь преysкурант цен на них. В больших супермаркетах под табачную продукцию будут выделены специальные отделы, где курильщики смогут выбрать товар, не привлекая внимания других покупателей.

Также поправки полностью запрещают курение на территории всех учебных заведений — не только школ, но и вузов. Помимо этого авторы законопроекта планируют запретить курить в медицинских, культурных и спортивных учреждениях, в помещениях органов госвласти, на рабочих местах, в городском и пригородном транспорте, на вокзалах, в аэропортах, в лифтах и на лестничных клетках, детских площадках, автозаправках и автобусных остановках.

К третьему чтению закона планируется подготовить поправки в КоАП, регламентирующие конкретные штрафы за нарушения закона. Один из предложенных вариантов наказания за курение в общественных местах — штраф 3 тысячи рублей. Также в новой серии поправок планируется запретить продажу электронных сигарет и жевательной табачной смеси. Закон «Об охране здоровья населения от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» был внесён в Госдуму правительством Дмитрия Медведева. 22 января Медведев в разговоре с парламентариями заявил, что представители табачного лобби в Госдуме вносят в законопроект поправки, из-за которых он воспринимается критически.

Антитабачный закон должен вступить в силу 1 июня 2013 года. При этом часть его положений начнёт действовать с июня 2014-го — в частности, запрет на курение в гостиницах, помещениях общественного питания, на перронах пригородных железнодорожных станций.

Однако успокаиваться не следует. Информационная война в интересах табачников в последние месяцы только усилилась. Ещё агрессивнее звучат про-табачные речи, ещё агрессивнее ведётся демонстрация сцен курения на телевидении, и даже появился целый ряд новых песен, воспевающих курение. Работы предстоит много.

Что теряет Россия от курения?

Эксперты считают, что табак отнимает у человека до 25 лет жизни. В новейших исследованиях утверждается, что ежедневное выкуривание всего

2,5 сигарет для женщин и 3,5 сигарет для мужчин приводит к сокращению жизни на один год. Людские потери России от болезней и проблем, связанных с курением, составляют примерно 400 тысяч человек в год. Это примерно население четырёх малых городов, таких как Елец.

Согласно документам Всемирной организации здравоохранения, курение является причиной более 20 заболеваний и одной из главных «рукотворных» причин смертности среди населения, которая может быть устранена.

Если курение так вредно, то почему люди не бросают курить?

Люди не бросают курить потому, что табак — наркотик, разрушающий нормальное восприятие мира. Часто приходится слышать от молодых курильщиков, ещё не почувствовавших всех прелестей курения: курю, мол, потому, что «нет мотивации бросить». К сожалению, мотивация часто не появляется даже тогда, когда у человека рак или облитерирующий эндартериит с ампутацией конечностей, инфаркт или инсульт. Примеры? Пожалуйста!

В своём последнем интервью замечательный актёр, умирающий от рака лёгких, Александр Абдулов появился с сигаретой в руках. Когда друзья перед съёмками пытались эту сигарету у него отнять, он ответил, что теперь ему уже всё равно (но ведь и раньше было всё равно!). Не смог бросить курить даже после ампутации одной ноги другой замечательный актёр Александр Луспекаев, сыгравший свою последнюю роль в фильме «Белое солнце пустыни». Так он и умер во время съёмок от начавшейся гангрены второй ноги. По этой же причине умер когда-то знаменитый вратарь Лев Яшин. В музее Михаила Шолохова в станице Вёшенской Ростовской области экскурсовод показывает недокуренную трубку великого писателя, умершего от рака лёгких. Его последней волей было «поцеловать»... но не жену и дочерей, а свою убийцу — курительную трубку: он попросил закурить! Этот печальный список можно продолжать до бесконечности. А сколько безвременно уходит по причине курения простых, менее известных людей?

Что теряет человек, начавший курить?

Прежде всего, свободу. Теперь вы не будете принадлежать себе, но будете постоянно «на крючке у сигареты», которая будет разрушать здоровье — ваше, ваших близких и других окружающих людей, потому что они рядом с вами будут тоже вынуждены дышать табачными ядами. И вы будете добровольно изо дня в день платить дань своей порабощительнице — сигарете, выкладывая за неё порой последние деньги.

Если закурил подросток, то можно считать, что надежда на успешную учёбу похоронена, потому что табачные яды разрушают мозг (даже одна сигарета, начинённая табаком, нарушает память на неделю). Среди курильщиков, начавших курить в студенческие годы, отличников тоже почти не наблюдается.

Каждому мальчику важно знать, что, начав курить, он не доберёт в росте 10–15 сантиметров, так как табачные яды разрушают витамин роста — витамин А. Кроме того, он рискует так и не стать полноценным мужчиной. Сегодня на импотенцию жалуются даже двадцати- и тридцатилетние. Однако у мужчин есть шанс, так как мужские половые клетки периодически обновляются, но женские половые клетки — никогда.

Девочкам важно знать, что курение — не та сфера, в которой можно тягаться с мальчиками в равноправии. Во-первых, курение — эффективное средство самокастрации: 5 лет курения равносильно удалению одного яичника. Во-вторых, тот набор половых клеток, которые девочка получает при рождении, остаётся с ней навсегда, там и скапливаются все вредные вещества, которые попадают в организм в процессе курения или употребления других наркотиков. Женское курение — выстрел в будущие поколения, поэтому это — грех, если не сказать преступление, перед будущими детьми и внуками вдвойне!

Как защитить себя от курения?

Лучше не начинать курить вообще. Австралийские учёные доказали, что уже после первой сигареты зависимость от табака возникает у 5% курильщиков, после второй — у 10% и т. д. После 60 выкуренных сигарет зависимость возникает у всех 100%. Кроме того, производители табака с помощью современных технологий усиливают способность табака вызывать химическую зависимость.

Больше рискуют стать зависимыми от табака лица с психическим заболеванием и психологическим расстройством; лица дезадаптированные в обществе или конформные, стремящиеся «быть как все» и не имеющие собственного мнения. Больше рискуют люди, чьи матери курили во время беременности, у кого есть курильщики в семье или курит «любимый» учитель, актёр или близкий друг.

Информация для тех, кто верит, что курить «модно» и «круто»: в современном цивилизованном мире к курильщикам относятся как к больным или неуспешным людям. А если уж хочется быть «крутым», то истинная смелость сегодня состоит в том, чтобы отказаться от курения, даже если все вокруг курят. Быть овцой в стаде каждый сумеет, а ты — будь личностью!

Курение — ваш выбор?

Курильщик обычно говорит, что курение — это его личный выбор. Ребята! Выбор давно сделан за вас. С тех пор, как табачников стали теснить на Западе, они спасли свой бизнес тем, что в начале 90-х годов прошлого века перебазировали его в страны третьего мира, как их принято называть, к которым, очевидно, причислили и Россию. И сегодня Россия — самая прокуренная страна мира. Поскольку мужчины уже и тогда курили очень много, всё внимание

было сосредоточено на вовлечение в курение детей и женщин — с помощью лёгких и «гламурных» сигарет, прямой и скрытой рекламы через бесконечную демонстрацию сцен курения в кино, на телевидении и даже в театре. Скрытая реклама даже более опасна, чем прямая, потому что действует на подсознание. Бесстыдство табачного капитала (как и питейного) и их купленных слуг — пропагандистов пороков — поражает! В результате женское курение с начала 90-х выросло с 7 до 30–40 процентов в больших городах, а курение школьников в 10 и более раз. 90% взрослых курильщиков начали курить в возрасте до 20 лет, что полностью развенчивает миф о «свободном выборе» взрослого человека.

Как помочь человеку сделать действительно свой собственный выбор?

Применить метод «промывания мозгов» наоборот. Главный информационный метод — это метод разоблачения мифов и иллюзий. В своей пропаганде табачники активно эксплуатируют мифы о том, что курение якобы «снимает стресс», «повышает настроение и работоспособность» и т. п. Что есть на самом деле? Для этого нужно знать, как влияет курение на мозг человека.

Табак и мозг

В течение 10 секунд после вдоха никотин достигает мозга и начинает своё воздействие. Главное действующее вещество — никотин — заставляет мозг выделять такие вещества как норадреналин, серотонин, дофамин, ацетилхолин, эндорфины и др.

Норадреналин повышает артериальное давление, увеличивает частоту сердечных сокращений и дыхания, способствует рабочей мобилизации организма. Поэтому без никотина курильщик испытывает трудности концентрации внимания и снижение работоспособности. Серотонин — это нейромедиатор эмоциональной стабильности. Дофамин принято считать нейромедиатором удовольствия и т. д. Во время курения происходит обман организма, и *в результате никотиновой стимуляции истощаются собственные ресурсы мозга, он утрачивает способность выделять эти полезные вещества в ответ на обычные сигналы.* И человеку без сигареты становится всё не в радость: и работа, и окружающий мир, и семья, и дети. Без табака организм начинает испытывать огромный стресс. Острое желание закурить приводит к дополнительному стрессу! Получается, что то, ради чего человек начал курить — якобы снять стресс, поднять настроение — иллюзия, и проблема саморегуляции психических состояний только ещё больше усугубляется.

Курящие подростки сообщают о повышении общего уровня стресса, когда они начинают курить регулярно, и о его снижении, если они прекращают курить совсем.

Международная классификация болезней 10-го пересмотра (МКБ-10) относит курение к разряду психических расстройств. Возникает вопрос: курение — это причина или следствие психической патологии личности?

Материалы фундаментальных исследований, касающихся взаимосвязи между курением и различными нарушениями деятельности головного мозга, указывают, что *курение чрезвычайно распространено среди практически всех групп психиатрических пациентов* и признаки зависимости у них выражены сильнее, чем у психически здоровых людей.

Доказано, что курение может быть признаком или спутником хотя бы одного психического расстройства. Есть две группы психических заболеваний, связанных с курением.

1) Заболевания, которые имеют с никотиновой зависимостью общие причины и в отношении которых курение используется как средство самолечения. Это такие нарушения как шизофрения, биполярный психоз, большая депрессия, поведенческие расстройства, связанные со злоупотреблением пищей или употреблением психоактивных веществ.

2) Заболевания, для которых курение является причиной или фактором риска: невротические заболевания, тревожно-депрессивные расстройства, включая суицидальные мысли и действия, а также когнитивные проблемы, включающие развитие деменции (слабоумия).

С возрастом у человека происходит утрата познавательных функций. У курильщиков наблюдается более быстрая возрастная потеря различных функций головного мозга, которые в совокупности называются интеллектом, и происходит это не только в старческом, но и в среднем, и даже молодом возрасте.

Всё вышесказанное доказано учёными. Но очевидно и то, что **ущербность личности — не единственная причина курения**. Иначе пришлось бы признать, что почти половина населения России (42% населения, включая грудных младенцев, — курильщики) психически больные люди, хотя как ещё расценивать поведение людей, которых на государственном уровне на пачках сигарет предупреждают, что курение убивает, а они всё равно курят?!

Если курение связано с психическими расстройствами и психологическими проблемами личности, то откуда человек знает, что для «решения» своих проблем ему надо закурить? Вот здесь-то мы и выходим на главные причины, заставляющие человека курить. Это — доступность табачных изделий и пропаганда курения.

Доступность сигарет в России — чрезвычайная, провоцирующая: по цене (сигареты в России одни из самых дешёвых в мире), по местам приобретения (в любом киоске), по возрасту (хотя торговля табачными изделиями запрещена детям до 18 лет, этот запрет часто нарушается, и особенно в мелких торговых точках, так как в них продавца труднее контролировать).

Пропаганда — ничем не ограниченная, ни законом, ни совестью: распространение мифов о «пользе» курения, прямая и косвенная реклама табака, демонстрация сцен курения в кино и на телевидении, курение и высказывания в пользу курения авторитетных людей, песни и стихи прокурительного

содержания, курение в общественных местах, что начинает восприниматься как нормальное явление.

Новый закон направлен, прежде всего, на ограничение доступности и пропаганды курения, а значит на защиту наших детей и молодёжи от табачной агрессии. Однако он предусматривает и оказание квалифицированной помощи курильщикам в избавлении от курения. Поэтому всем честным людям нужно поддержать новый антитабачный закон.

2013 г., февраль

31 мая — Всемирный день без табака!

Праздник установлен по инициативе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в 1987 году. Каждый год имеет свой девиз. Например, весьма поучительным был девиз 2000 года: *«Табак убивает, не давайте себя одурочить»*.

Приуроченным к этой знаменательной дате оказался визит в Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина трёх известных специалистов по профилактике и здоровому образу жизни:

- Андрея Константиновича Дёмина, советника Российской Федерации первого класса, профессора, доктора политических наук, кандидата медицинских наук, президента Российской ассоциации общественного здоровья, координатора Национальной коалиции «За Россию, свободную от табака», профессора Первого МГМУ им. И.А. Сеченова, руководителя авторского коллектива и главного автора фундаментального труда «Россия — дело табак. Расследование массового убийства» (М., 2012);
- Дональда У. Зейглера, доктора философии, профессора Школы общественного здоровья и Центра глобального здоровья университета Иллинойс в Чикаго, бывшего директора Американской медицинской ассоциации по профилактике и здоровому образу жизни;
- Вячеслава Петровича Трушова, зав. отделением профилактики ГУЗ Липецкого областного наркологического диспансера, заслуженного врача России, члена общественной палаты г. Липецка и общественного Совета при УМВД по Липецкой области.

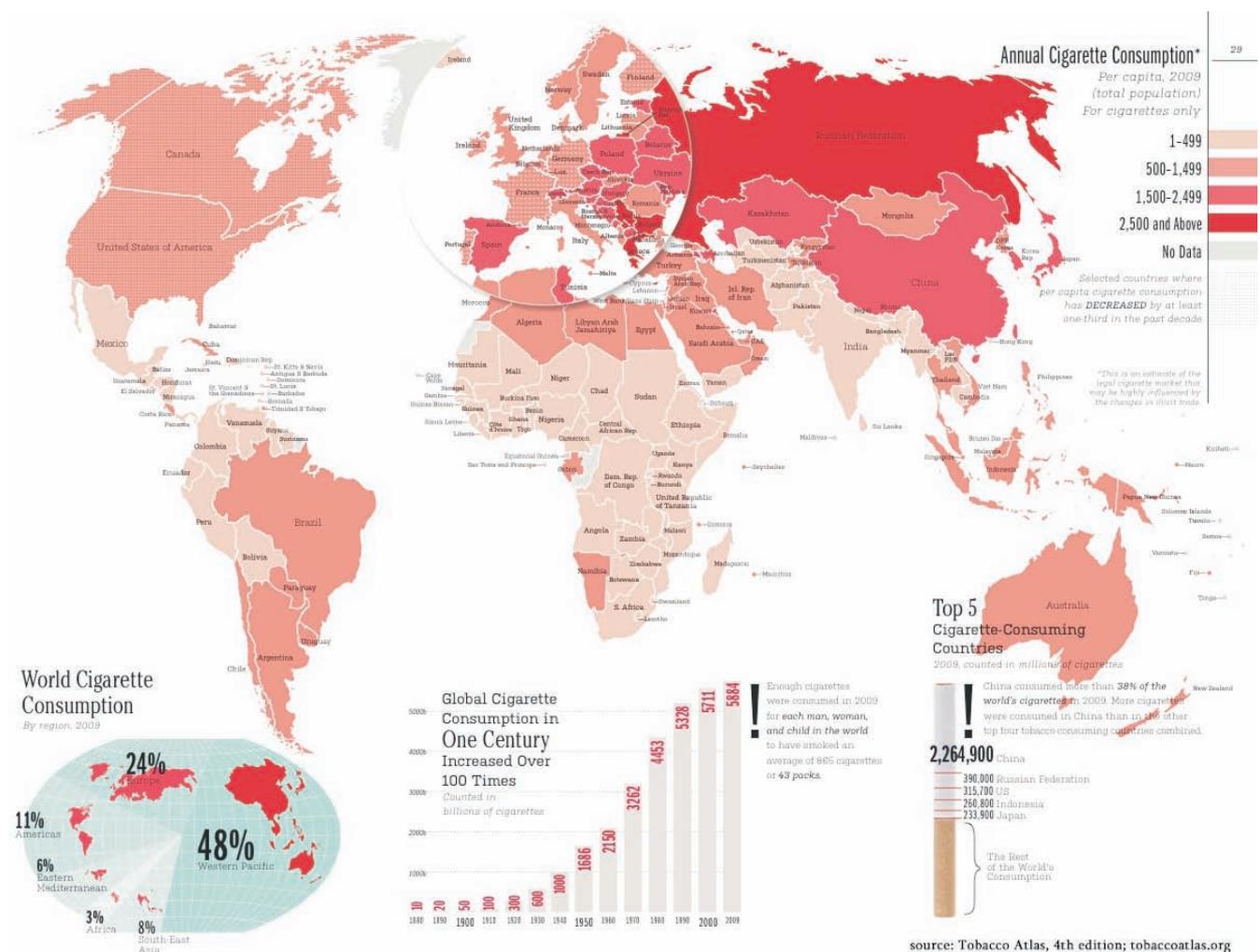
С фундаментальным докладом перед студентами и преподавателями университета выступил Дональд Зейглер. В роли переводчика выступил А.К. Дёмин, который, кроме всего прочего, отлично владеет английским языком.

Дональд — ходячая реклама здорового образа жизни. В свои 72 года он много ездит по свету с просветительскими лекциями. В день его выступления — это было второе по счёту выступление (перед этим он выступил в Липецке) — на лице его не было заметно ни тени усталости.

Главная мысль, которую старались донести до слушателей выступающие: табачная проблема — это, прежде всего, проблема очень выгодного с точки зрения прибыли бизнеса, бизнеса на человеческом невежестве и человеческих пороках. Поскольку табак вызывает зависимость, сопоставимую с героиновой, то главная цель табачников — сделать табак как можно более доступным, как можно более привлекательным, всячески его пропагандировать, в том числе через бесконечную демонстрацию сцен курения в кино и на ТВ, подсознательно внедряя мысль, что табак — это нормально, что это — часть образа жизни очень многих людей.

Миф о том, что курят очень многие, Дональд опроверг. По его данным, только 22 процента населения Земли старше 15 лет курят табак, остальные 78 процентов — не курят!

Была показана «табачная» карта мира, из которой видно, что Россия является самой прокуренной страной. В пятёрку самых курящих стран мира входят и США. Согласно статистике с 1965 по 2010 гг., в 1965 году курильщиков было 42,4 процента, в 2010 году их стало в 2 раза меньше — 19,3 процента. Потребление табака среди медицинских работников снизилось с 20 до 5 процентов. Вот что значит серьёзно взяться за дело!



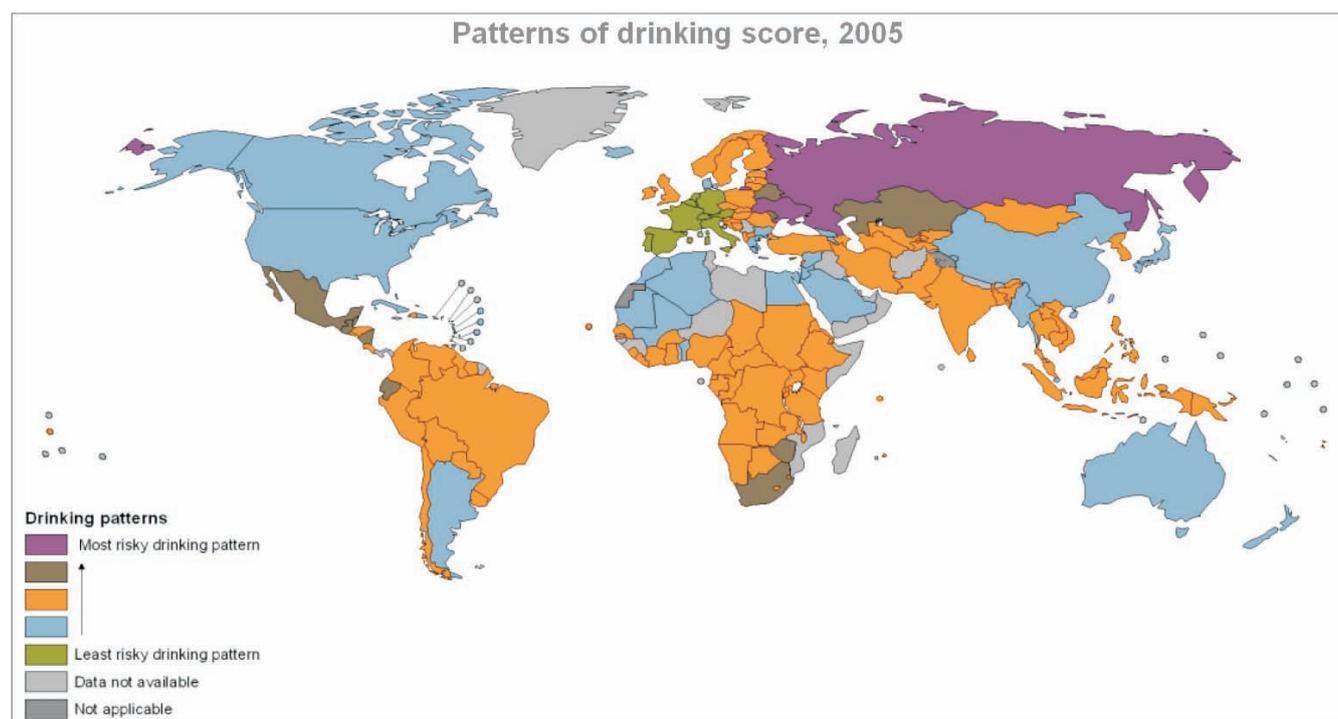
Зато в России в 2012 году — 44 миллиона из 142 курят. Почти половина населения страны! Россия — спасительный плацдарм для мирового табачного бизнеса, который убивает ежегодно до 400 тысяч наших сограждан. Медицинские работники часто курят в жизни и почти всегда — на экране телевизора и в фильмах!

Ситуация наглядно прослеживается на табачной карте мира, представленной выше.

Самый тёмный цвет — это территории с самым высоким уровнем потребления табака. В их числе — Россия, которая занимает одно из первых мест по количеству выкуриваемых сигарет на душу населения!

Не обошёл вниманием Дональд и алкогольную проблему. Оказывается, в США 40% населения старше 15 лет — трезвенники, не пьют даже шампанское на Новый год, 30% — умеренно пьющие, 20% — пьяницы, 5% — алкоголики.

Дональд назвал «безопасную» суточную дозу для мужчин и женщин, определённую Всемирной организацией здравоохранения. Это — 1 «дринк» для женщины и 2 «дринка» — для мужчины, образно говоря — это 1 и 2 налётка спирта для женщины и мужчины, соответственно. Однако он подчеркнул, что это не следует понимать как приглашение употреблять алкоголь каждый день. Это — просто та доза, которая у здорового взрослого человека расщепляется до безопасных составляющих в течение суток. Однако для подростков, людей с алкогольной зависимостью, беременных женщин, людей с психическим заболеваниями и травмами головы, представителей профессий, в которых требуются высокая точность и внимание, даже эта доза является непереносимой. (При этом



The boundaries and names shown and the designations used on this map do not imply the expression of any opinion whatsoever on the part of the World Health Organization concerning the legal status of any country, territory, city or area or of its authorities, or concerning the delimitation of its frontiers or boundaries. Dotted lines on maps represent approximate border lines for which there may not yet be full agreement.

Data Source: World Health Organization
Map Production: Public Health Information
and Geographic Information Systems (GIS)
World Health Organization

 **World Health Organization**
© WHO 2010. All rights reserved.

подумалось, что при русской склонности к невозддержанности лучшая доза для всех, очевидно, — ноль!)

В России после тяжёлой и упорной борьбы удалось увеличить число трезвенников в возрасте старше 15 лет до 28 процентов в 2012 году. «Злоупотребляют» алкоголем каждый второй мужчина и каждая третья женщина. Алкоголь убивает около 500 тысяч наших сограждан ежегодно. На алкогольной карте мира мы тоже первые. В самый тёмный цвет окрашена территория России.

Среди главных причин демографической катастрофы в России нездоровый образ жизни россиян занимает ведущее место.

Дональд назвал следующие меры по устранению демографических проблем:

- сокращение потребления алкоголя;
- здоровое питание;
- увеличение физической активности;
- полный и безоговорочный отказ от курения.

Дональд Зейглер призвал студенческую аудиторию приложить все усилия, чтобы сделать окраску табачной и алкогольной карт мира светлее, а нашу жизнь здоровее и ярче.

2013 г., май

ОПЫТ ЗАРУБЕЖНЫХ КОЛЛЕГ В БОРЬБЕ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ



Слева направо: городская Ратуша (City Hall) и гостиница Rico Hotel в Стокгольме;
внизу: Стокгольм зимним вечером.

Опыт Швеции в преодолении зависимостей

Самоуважение по-шведски

Лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать. В истинности этого утверждения я ещё раз убедилась, побывав в Швеции в рамках программы образовательного тура «Взаимодействие социальных служб и специалистов по профилактике употребления ПАВ (психоактивных веществ) и социальной реабилитации молодёжи».

Я увидела исполненную собственного достоинства, уважаемую страну. За несколько дней пребывания в Стокгольме (столице Швеции) я не видела ни одного курящего, ни одного подвыпившего и тем более пьяного, ни одного нищего. Здесь не принято есть, пить и курить на улицах, поэтому никто здесь не разбрасывает окурки и пачки из-под сигарет, баночки из-под пива или безалкогольных напитков, пакетики из-под фаст-фуда, что является обычным делом для российских городов и весей. Единственными курильщиками, которых я видела в Стокгольме, были наши водители и, увы, некоторые члены нашей делегации — социальные работники и психологи, которые в силу своего служебного положения курить, строго говоря, не должны.

Следует признать, что отсутствие курильщиков и выпивающих в открытых общественных местах ещё не значит, что таких проблем в Швеции нет вообще, но здесь не принято выставлять порок напоказ и подавать дурной пример окружающим. Зато бросается в глаза спортивный настрой многих жителей Стокгольма. Здесь много велосипедистов, там и тут велосипедные парковки. И для них здесь созданы все условия: аллеи поделены на пешеходную и велосипедную части, а там, где не позволяет маршрут, под велосипедную дорожку выделена часть проезжей улицы, на что указывают соответствующие знаки (рисунки велосипедиста или пешеходов на асфальте).

Чистота на улицах — идеальная. Здесь действительно совсем нет грязи. Зелёные газоны плавно переходят в тротуары и улицы. Справедливости ради следует отметить, что этому благоприятствует и сам климат Швеции. Здесь мало морозных дней и нет засухи, поэтому газоны не вымерзают и не высыхают. Но многое, конечно, зависит и от уровня бытовой культуры.

Можно сказать, что в Швеции уже построили справедливое общество, по-нашему — социализм. Лица с доходами 10 тысяч крон и ниже подоходным налогом не облагаются. Зато сверхбогатые отдают почти половину своего дохода, государство само решает, куда направить эти деньги, хотя даже при таких налогах среди богатых существует спонсорство.

В Швеции принято уважать и себя и других, и ценить каждого, кто послужил во благо страны. В одном из самых известных и величественных зданий Стокгольма — здании городского муниципалитета, или городской Ратуше (City Hall), том самом, где награждают нобелевских лауреатов и устраивают обеды в их честь, мы увидели на стенах барельефы людей. Оказывается, это барельефы строителей ратуши. Вспоминается экскурсия по Санкт-Петербургу, во время которой экскурсовод сокрушалась, что знаменитые зарубежные архитекторы, отстроившие Петербург, не удостоивались того, чтобы быть увековеченными в памятниках, и даже не имели права быть захоронёнными в России.

Практицизм в Швеции возведён в национальную добродетель. Здесь носят скромную функциональную одежду, пригодную в том числе и для езды на велосипеде, и умеют зарабатывать деньги там, где их можно заработать.

Голубой зал нобелевских лауреатов в городской Ратуше никогда не простаивает. Его постоянно сдают разным организациям (не частным лицам) под торжественные мероприятия за 45 тысяч крон (примерно четыре с половиной тысячи евро). А королевский дворец является музеем только до 15:00. Хотя у королевской семьи есть другая резиденция, здесь в спальнях всё ещё могут заночевать именитые гости, здесь устраиваются обеды и проводятся переговоры.

Поражает относительная тишина. Здесь можно сидеть на железнодорожном вокзале и не глохнуть от шума, но спокойно разговаривать с соседом. Благодаря каким-то современным технологиям здесь тихо даже в метро. А ведь Стокгольм — город не маленький, здесь проживает 1 миллион 800 тысяч человек. Интересно, что четверть населения современной Швеции — это мигранты разных столетий. Здесь проживает даже 34 тысячи русскоязычного населения. Веротерпимость и толерантность подчёркиваются хотя бы тем фактом, что на здании городской Ратуши наряду с христианскими символами есть и звезда Давида, и мусульманский полумесяц.

Таковы самые общие впечатления о Швеции. Но целью нашей поездки всё-таки было ознакомиться с опытом Швеции в области профилактики химических зависимостей.

Алкоголь

Во второй половине XIX века Швеция была одной из самых пьющих стран Европы и значительно превосходила по этим показателям Россию. А потом здесь сменили алкогольную политику на ограничительную и с тех пор никогда от неё не отступали, чем спасли нацию от разрушения и гибели.

Сегодня в Швеции существует жёсткая госмонополия на алкоголь — производить алкоголь может только государство. В обычных магазинах алкоголь не продают, только в специализированных магазинах. Здесь и только здесь можно увидеть и рекламу алкоголя и табака, больше — нигде! Есть ограничения и по времени: торговля алкоголем запрещена после 19:00 и ночью, в выходные и праздники.

Есть ограничения и по возрасту. Хотя совершеннолетие здесь наступает в 18 лет, оно даёт право только голосовать, право покупать алкоголь молодые люди могут реализовать только с 21 года. И этот закон не нарушается. С продавцами алкоголя ведётся просветительная работа. Кроме того, для выявления нарушений часто используется метод провокаций. Полиция направляет за алкоголем молодых людей, которым уже есть 21 год, но которые выглядят моложе и следит за тем, потребуют ли у молодых людей паспорт.

Алкоголь разрешён в ресторанах, но контроль и здесь очень жёсткий. В 2006 году 50 ресторанов Стокгольма были лишены лицензии на торговлю алкоголем из-за нарушения правил торговли (например, доведение клиента до состояния сильного опьянения).

В Швеции самый высокий налог на алкоголь — 90 процентов от себестоимости.

Со вступлением в Евросоюз ситуация в Швеции ухудшилась, но свою госмонополию на алкоголь они отстояли. К сожалению, по настоянию Евросоюза, в крупных магазинах теперь можно купить так называемое «народное пиво», некрепкое по нашим меркам: 4 баночки пива содержат 15–17 мл алкоголя. Но даже это очень тревожит шведских экспертов, так как, по их мнению, раннее приобщение к алкоголю и табаку опасны и вредны не только сами по себе, но и облегчают приобщение молодёжи к наркотикам. Кстати, эксперты в Швеции отметили пагубность российского курса на пиво. Они уверены, что пиво нам не поможет одолеть наркоманию, а алкоголизма нам прибавится. Впрочем, мы это и сами хорошо видим.

Несмотря на ограничительные меры по возрасту, опросы 2006 года среди школьников показали, что в течение последнего месяца 25 процентов учащихся хотя бы 1 раз употребляли алкоголь.

Потребление абсолютного алкоголя на душу населения в Швеции сегодня увеличивается. Хотя, согласно данным источника Euromonitor, количество потребляемого алкоголя здесь составляет 5,2 литра на душу населения (что даже согласно официальной, урезанной статистике как минимум в 2 раза меньше, чем в России, а в действительности разница ещё больше), сами шведы не склонны считать ситуацию благополучной и даже утверждают, что ситуация с пьянством у них очень тяжёлая.

Характерной тенденцией является поляризация между теми, кто полностью отказался от алкоголя и не пьёт вообще, и теми, кто пьёт всё больше. Однако, судя, например, по демографическим показателям, здравый смысл здесь преобладает.

Продолжительность жизни шведских мужчин составляет 78 лет, а женщин — 82 года, в то время как средний российский мужчина не доживает до пенсии и живёт всего 58–59 лет, а женщины — 72 года. Кстати, такой большой разрыв между продолжительностью жизни российских мужчин и женщин эксперты объясняют тем, что женщины в большинстве своём (пока что) пьют и курят меньше мужчин.

Табак

Курить в Швеции не модно, не престижно, да и просто не принято, по крайней мере, в открытых общественных местах. Совсем нет рекламы табака. Однако исследования по школам рисуют уже не такую радужную картину. Опросы среди школьников, проведённые в 2006 году, показали, что в течение последнего месяца курили хотя бы 1 раз 25 процентов учащихся. Но в школе для трудных, например, о которой более подробно речь пойдёт ниже, курение полностью запрещено как среди учащихся, так и среди педагогов.

Но какими бы не были результаты исследований, фактом остаётся то, что здесь нигде не обнаружишь даже следов курения — ни запаха, ни окурков, которые так отравляют жизнь (во всех смыслах) в России.

Наркотики

В Швеции на 11 миллионов жителей, по оценкам экспертов, насчитывается 16 тысяч наркоманов, причём 8 тысяч из них проживает в Стокгольме. Основные наркотики — каннабис, амфетамин, кокаин, и на одном из последних мест — героин. Активным наркоманом здесь считается тот, кто «колелся» хотя бы 1 раз в течение последнего года.

Как и в случае с алкоголем и табаком, антинаркотическое законодательство здесь очень строгое. Все преступления, связанные с наркотиками, делятся на мелкие, средние и тяжкие. Мелким преступлением считается наличие менее 60 граммов каннабиса, менее 5 граммов амфетамина, менее 0,05 грамма героина, менее 0,5 грамма кокаина. За мелкие преступления полагаются крупные штрафы или тюремное заключение до 6 месяцев. И здесь нельзя оправдаться тем, что держишь наркотик только для личного употребления. Преступлением считается и само употребление, и наказание неминуемо. К тяжким преступлениям относится хранение 2 кг и более каннабиса, 250 граммов и более амфетамина, 25 грамм и более героина, 50 г и более кокаина. За это можно уже получить тюремный срок до 14 лет.

В Швеции считают очень опасной мелкооптовую торговлю. Арестовать и уничтожить большую партию наркотиков похвально, но не достаточно. Приобщение молодёжи начинается через мелкооптовых торговцев. Чтобы противостоять мелкооптовой торговле, здесь переоборудуются целые площади, чтобы не оставалось никаких укромных уголков, где можно было бы втихую торговать алкоголем или наркотиками.

В целом антинаркотическое законодательство и наркотическая политика являются достаточно жёсткими (во всяком случае, значительно жёстче, чем в России).

В 1978 году Риксдаг объявил, что целью шведской антинаркотической политики является общество без наркотиков.

В 1980 году генеральный прокурор принял решение о привлечении к суду за владение наркотиками, независимо от количества.

В течение 80-х годов проводились активные антинаркотические кампании в школах. Крупные средства вкладывались в лечение наркоманов, полиция работала по раннему выявлению наркопотребления среди молодёжи и препятствовала торговле наркотиками на улицах.

В 1982 году появилась возможность принудительного лечения, когда другие формы не работали и употребление наркотика угрожало жизни и здоровью наркомана. Эта возможность есть и теперь.

В 1984 году была проведена активная кампания по сбору подписей за запрет потребления наркотиков.

В 1988 году Риксдаг принял решение о запрете наркопотребления.

В 1993 году Риксдаг изменил закон, который позволил полиции использовать анализ крови и мочи в качестве доказательств.

В 1999 году правительство внесло все наркосодержащие грибы в класс наркотиков.

В 2007 году вопрос о наркотестировании в школах занял важное место в политической повестке дня и широко обсуждается в обществе.

Полиция в Швеции имеет следующие права:

- провести обыск жилья и личности;
- взять анализ мочи и крови;
- прослушивать телефонные разговоры в случаях тяжких преступлений.

О демократии и свободе у них свои понятия: *«Твоя свобода размахивать руками (пить, курить и употреблять наркотики) кончается там, где начинается мой нос»*. А демократия должна соблюдаться в тех пределах, пока это не угрожает безопасности государства.

Однако и здесь не всё так гладко. Под давлением Евросоюза для лечения наркоманов здесь стали применять метадоновые и субитексовые заместительные программы, т. е. один наркотик просто заменяется другим и в результате приводит к пожизненной зависимости. Я не встретила в Швеции ни одного специалиста, который бы одобрял заместительную терапию, но пока они ничего поделать с этим не могут. Правда, при этом они подчёркивают, что, слава Богу, не опустились до того, что наркоманов колют сами медики, якобы для профилактики ВИЧ и гепатитов, как это уже происходит в Норвегии. Или, например, в Финляндии так увлеклись субитексовой заместительной терапией, что многие наркоманы начинают сразу с субитекса. Таковую наркотическую политику в Швеции называют политикой тушения пожара с помощью бензина.

Но свет в конце тоннеля всё-таки есть. В столице Швеции Стокгольме находится головной офис лидирующей европейской организации ЕСАД (European cities against drugs), выступающей за Европу, свободную от наркотиков. Анализируя содержание одного из последних изданий ЕСАД News Letter (выпуск 7, № 103, сентябрь 2007), можно выделить следующие тенденции:

1. Сегодня многие эксперты пришли к выводу, что *стратегия уменьшения вреда в борьбе с наркоманией себя не оправдала*. Исследования, проведённые в ряде стран, показали, что обмен игл вряд ли серьёзно защищает наркоманов от инфицирования ВИЧ и гепатитами, так как главной причиной является не отсутствие чистых игл, а рискованное поведение наркоманов в целом. В своём докладе от 2006 года Международный комитет по контролю за наркотиками (МККН) неоднократно призывал правительства отказаться от введения инъекционных кабинетов и программ заместительной терапии. Странам рекомен-

довано вкладывать деньги в те методы лечения, которые позволяют пациенту полностью отказаться от наркотиков.

2. Сегодня эксперты наконец-то признали, что опасность каннабиса была сильно недооценена, и даже ведутся разговоры о том, что его следует отнести к тяжёлым наркотикам. Каннабис — это самый распространённый нелегальный наркотик в мире. Многочисленные исследования показали, что марихуана вызывает серьёзные проблемы со здоровьем и очевидные побочные эффекты. Каннабис увеличивает риск эпизодических психических расстройств у 40 процентов потребителей. Европейскую прессу заполняют сообщения о ножевых ранениях, убийствах и самоубийствах, вызванных психическими галлюцинациями после курения анаши. Особенно курение анаши опасно для подростков, так как их мозг всё ещё развивается и больше подвержен наркотическому эффекту. Легализацию этого наркотика эксперты называют опасным и безответственным экспериментом над здоровьем общества. Легализовав в своё время этот наркотик, Голландия уже не знает, как избавиться от этой напасти. Например, муниципалитет города Маастрихта принял решение в течение ближайших трёх лет вынести все кофе-шопы, торгующие марихуаной, за пределы города поближе к бельгийской границе, из-за чего Бельгийское правительство заявило свой законный протест.

В целом ситуация с наркотиками в мире более или менее стабилизировалась, а в Швеции даже наблюдается улучшение ситуации. Если в 2000 году здесь наркотики пробовали хотя бы 1 раз 10 процентов учащихся, то в 2006 году таких учащихся оказалось только 5 процентов. По мнению экспертов, это результат усилий по профилактике, реабилитации и умелому применению наказаний. Общая стратегия должна состоять в том, чтобы не успокаиваться на достигнутом, но всё время сохранять бдительность. (Для сравнения: исследование, проведённое в 2007 году в семи школах и четырёх профтехучилищ города Ельца Липецкой области показало, что хотя бы 1 раз пробовали наркотики 23 процента учащихся. Это в 5 раз больше, чем в Швеции!)

Опыт профилактики. Центр лечения зависимостей «Мария»

В этот центр могут обратиться все, кто имеет проблемы с алкоголем и наркотиками или просто хочет больше об этом узнать.

Главная цель программы — смягчение проблем, связанных с употреблением алкоголя и наркотиков. Целевая группа — наркоманы старше 18 лет. Помощь оказывается анонимно.

В работе центра можно выделить два основных направления работы.

Первое — полевые исследования. Специалисты центра сами идут к наркоманам и алкоголикам. Они общаются с наркоманами, всячески подчёркивают свою независимость от полиции, убеждают их провести тесты на ВИЧ и гепатиты. Вопреки всеобщему мнению, что наркоманы безразличны к своему здоровью,

специалисты центра утверждают, что они весьма озабочены своим здоровьем, хотя и разрушают его с помощью наркотиков. Поэтому они обычно соглашаются на пробы крови и даже вакцинацию. Далее они могут обратиться и за лечением.

Во время полевых исследований специалисты проводят и анкетирование, чтобы выяснить реальную ситуацию. Одним из главных вопросов анкеты обычно является: «Знают ли твои родители, где ты проводишь своё свободное время?» В центре убеждены, что главным фактором риска является неблагополучие в семье: безнадзорность, недоверие между родителями и детьми, конфликты и т. д. Целью анкетирования также является формирование мотивации к лечению, так как вопросы поставлены таким образом, что заставляют наркомана о многом задуматься.

Второе направление работы центра — это лечение наркоманов. Здесь оказывают следующие *медицинские услуги*:

- проведение тестов и распределение лекарств, предписанных метадоновой или субитексовой программой;
- скорая помощь (круглосуточно);
- консультации — любой наркоман может прийти в центр в сопровождении социального работника.

Методы лечения зависимостей следующие:

- 12 шагов (по программе анонимных алкоголиков);
- предупреждение срывов — ознакомление с возможными методами лечения;
- формирование мотивации к лечению с применением метода анализа и решения проблем;
- метод идентификации и коррекции проблемного поведения;
- акупунктура (иглоукалывание) — для тех, кто находится в состоянии абстиненции.

Как видно из вышеизложенного, специалисты центра всё ещё остаются в плену программ уменьшения вреда. Здесь всё ещё применяют метадоновые и субитексовые программы, могут ограничиться просто тестированием и вакцинацией, не привлекая наркоманов к принудительному лечению. Но в опыте центра и много ценного: мотивирующие анкеты, полевые исследования и инициативное изучение реальной ситуации, применение психологических методов анализа проблем и проблемного поведения, так как именно нерешённые проблемы зачастую приводят к зависимости.

Молодёжный центр «Мария Унгдом»

Центр действует с 1966 года на базе сотрудничества медицинских и социальных служб. Целевая группа:

- наркоманы и алкоголики моложе 20 лет;
- группа риска;
- дети зависимых от алкоголя и наркотиков.

Зона ответственности — 25 муниципалитетов г. Стокгольма и графства Стокгольм с охватом 1,7 млн жителей.

В штате — 100 сотрудников: социальные работники, социальные наблюдатели, администрация, врачи-психиатры, психологи, гинекологи, венерологи.

Центр состоит из:

- скорой помощи (24 часа в сутки);
- стационара — 2 палаты для детоксикации и обследования;
- амбулатории для оказания внестационарных услуг и лечения;
- службы ВИЧ-профилактики и консультации.

В деятельность центра активно включается семья подростка. Члены семьи могут находиться с подростком во время детоксикации и исполняют важную роль в процессе лечения и реабилитации.

Несмотря на термин «лечение», здесь исходят из того, что наркомания — не болезнь, а психологическая и социальная проблема, это — результат дисфункции на различных уровнях: личность — семья — общество. Часто это — комплексная проблема, и симптом употребления — это крик о помощи. Проблема наркомании — это также политическая и медицинская проблема. Требуются политическая воля и соответствующее законодательство с одной стороны и разработка эффективных методов лечения с другой.

Принципы работы:

- доступность 24 часа в сутки;
- быстрое реагирование — необходимо воспользоваться кризисом для изменения ситуации;
- предварительные контакты с подростком, т. е. подросток должен быть известен уже по группе риска;
- комплексный подход к подростку — быстрая активизация всех видов служб;
- стремление увидеть проблему/симптомы в контексте жизни подростка.

Главные условия эффективности профилактики:

- родители знают, что происходит;
- дети доверяют своим родителям.

Самые большие факторы риска:

- положение униженных и оскорблённых;
- ранее приобщение к психоактивным веществам;
- принадлежность к мужскому полу.

Дополнительные факторы риска.

На уровне личности:

- наследственность;
- агрессивность;
- дурная компания;
- отчуждённость и бунтарство.

На уровне социума:

- употребление психоактивных веществ в семье;
- доступность их в доме;
- слабая родительская власть;
- семейные конфликты;
- напряжённые взаимоотношения;
- трудности в школ.

Формула успеха № 1:

- сотрудничество между разными службами. Все под одной крышей: социальные работники, врачи, средний медицинский персонал, психологи, специальные педагоги, руководители образовательных и профессиональных учреждений;
- комбинированная стационарная и амбулаторная помощь;
- доступность 24 часа в сутки;
- семейное консультирование.

Формула успеха № 2:

- использование кризиса для немедленного вмешательства;
- быстрое реагирование;
- тесное сотрудничество со всеми службами помощи;
- разнообразие методов лечения.

Анкета наркомана

Социальная ситуация и наркотики:

- семейное положение;
- функция наркотического опьянения;
- функция наркотика;
- отношение родителей и родственников к алкоголю и наркотикам;
- степень зависимости.

Положение в школе:

- успеваемость;
- контакты со школьным медицинским кабинетом.

Отдых и развлечения:

- друзья;
- интересы.

Отклонения в поведении.

Медицинские показания и результаты предыдущих опросов.

Лечение

Лечение в центре осуществляется на основе потребностей пациента и его семьи. Цели семейной терапии:

- сохранение статуса и авторитета родителей;

- укрепление сотрудничества между всеми заинтересованными сторонами;
- примирение детей и родителей.

Методы:

- стратегическая семейная терапия (Jay Haley);
- структурная семейная терапия (Minuchin);
- экспериментальная семейная терапия (Whitaker);
- коммуникативная семейная терапия (Satir);
- ориентированная на вознаграждение семейная терапия (de Shazer, Furman).

Цели семейной терапии для подростков:

- предъявить новую полезную информацию, которая позволила бы подростку расстаться с вредной привычкой;
- научить делать правильный выбор;
- помочь подростку осознать свою зависимую роль в семье;
- уменьшить чувство вины.

Методы:

- обучение в группе — 2 часа занятий 1 раз в неделю;
- виды работ — рисование, записи, домашние задания;
- занятия могут проходить как вместе с представителями противоположного пола, так и без них;
- индивидуальные занятия — в течение семестра хотя бы 2 раза;
- анонимность — каждый обучающийся остаётся анонимным.

Трезвенная работа с теми, кто привёл подростка в центр

Полицейские, социальные работники, родители могут предоставить огромное количество информации о том, что произошло: были ли подростки жертвами нападения, имеют ли травмы, где это произошло, кто ещё там был. Обычно это — не единичный случай, и опытные работники смогут подсказать, как молодёжь попадает в группу риска.

Трезвенная работа с подростками

Медицинская помощь: смена одежды и т. д.

Скорая медицинская диагностика:

- содержание алкоголя в промилле;
- анализ мочи на другие наркотики.

Личностно-ориентированный неоценивающий подход:

- разговор о том, что в действительности произошло;
- преодоление нервозности и озабоченности;
- умение слушать (отравление наркотиком следует расценивать как попытку вступить в контакт);
- кризисное реагирование.

Некоторые молодые люди не хотят, чтобы сообщали их родителям («Они убьют меня, если вы не сообщите родителям, то я никогда так больше не поступлю, если вы сообщите, то будет столько проблем, что я стану алкоголиком»).

Трезвенная работа с родителями

- Родителей следует вызвать незамедлительно, особенно для сбора медицинской информации (о травмах, эпилепсии, астме, перенесённых болезнях и т. д.);
- родителей следует привлечь к этапу скорой помощи — важно, чтобы они видели своих детей. Преодоление кризиса вместе с родителями имеет большую перспективу;
- родители испытывают меньшее чувство вины, если могут помочь;
- персонал и родители лучше понимают друг друга, когда работают вместе;
- лучше, если они придут хоть ненадолго, чем вообще не придут.

Если родители не желают приходить:

- важно оставаться настойчивыми и не терять шанс для будущих контактов;
- родители могут передумать через пару дней;
- важно рассказать родителям о местах нахождения социальных служб, это даст им шанс принять решение;
- не делайте поспешных выводов. Может быть, они просто боятся огласки.

Если родители разгневаны:

- помогите им преодолеть гнев и понять ситуацию, в которой оказался их подросток;
- если родитель собирается ударить ребёнка, немедленно остановите его, можно вызвать на помощь кого-нибудь из сотрудников;
- постарайтесь поговорить с ним и примите меры кризисного реагирования.

Если семья трудная и подростка следует удалить из такой семьи, здесь применяются срочные меры по поиску другой опекунской семьи.

Преодоление кризиса

Чтобы преодолеть кризис, необходимо увидеть проблему употребления алкоголя или наркотика в широком контексте. Проведите повторное обследование: измерьте, как изменилось содержание алкоголя в крови в промилле или наркотика в моче после поступления в центр, измерьте кровяное давление, получите заключение врача, показания полиции и показания подростка. Воспользуйтесь кризисом для последующей реабилитации.

Реабилитация

Осуществляется в течение 10 дней. Необходимо получить ответы на следующие вопросы: справилась ли семья с кризисом? О чём сейчас думают члены

семьи? Изменяются ли теперь какие-нибудь семейные правила? Восстановился ли контакт между подростком и родителями? Какие выводы сделали для себя родители? Какие выводы сделал для себя подросток?

Принимается решение о прекращении или продолжении работы с подростком.

Опыт молодёжного центра особенно интересен тем, что здесь осмелились утверждать, что алкоголизм и наркомания — не болезни (у нас так утверждают все, кто работает по методу Г.А. Шичко). Медицинские мероприятия направлены здесь только на детоксикацию. Никаких программ уменьшения вреда! Только обучение с выполнением письменных работ и домашних заданий (как и в методе Шичко), психологическая и социальная помощь при активной поддержке и участии семьи (Шичко тоже искал опору в семье). Получается, что шведские и российские учёные независимо друг от друга пришли к похожим методам. Только в России нет такой мощной поддержки государства и нет такой системы социальной и психологической помощи, которая создана в Швеции.

Проект Фрисхюсет (Fryshuset)

Работа по проекту осуществляется в трёх направлениях:

- 1) обучение в гимназии для проблемных подростков;
- 2) организация свободного времени;
- 3) участие в социальных проектах.

Обучение в гимназии

Гимназия — это частная школа для подростков, у которых были серьёзные проблемы, прежде всего, с учёбой. В ней обучается около тысячи учащихся. Среди них — много детей мигрантов из Азии и Африки. Именно этот контингент попадает, прежде всего, в группу риска.

Обучение строится на проблемном подходе, т. е. подростки сами добывают знания под руководством учителя, участвуя в проектах. Например, начинается работа над проектом «Остров». Цель проекта — построить благополучное общество на острове. В ходе работы над проектом осуществляются междисциплинарные связи — с историей, географией, биологией, политологией и т. п.

Выбор проекта зависит от интересов учащихся. Как утверждают педагоги школы, 90 процентов учащихся преодолевают трудности в учении и могут вернуться обратно в свои школы или остаться здесь, причём эта гимназия гарантирует базовый уровень знаний.

Свободное время

Свободное время подростков — особая забота педагогов школы. Здесь есть репетиционные комнаты для самостоятельного творчества, но особенно следует отметить отношение к спорту. Кроме уроков физкультуры, здесь есть клубы

скейтборда и баскетбола, насчитывающие, соответственно, 5000 и 3000 членов. Двери спортивных клубов открыты для всех желающих. И первое, что видят посетители школы в просторном холле при входе — это открытую дверь в огромный спортзал.

В холле можно перекусить и даже выпить из автомата бесплатную чашечку кофе или чая.

В школе категорически запрещено пить и курить. И это правило соблюдают, прежде всего, сами педагоги. А раз есть положительный пример, то и подростки (практически все, как нас здесь уверили) не пьют и не курят.

Социальные проекты

Электра (Electra) — проект для девочек, попавших в трудную жизненную ситуацию. Нередко это девочки из трудных семей, переживших насилие, и здесь им помогут найти убежище, которое предоставляют социальные службы. Методы работы — ролевые игры и психодрама, которые позволяют им разобраться в собственной ситуации. В этот же проект вовлечены и мальчики. Дело в том, что мальчики в семьях мигрантов из Азии и Африки имеют свой взгляд на роль и права девочки и женщины в семье и обществе. Здесь им помогают увидеть в девочке и женщине равноправного человека.

Союз сестёр (United Sisters) — это своего рода женский ночной патруль на ночных дискотеках. Здесь исходят из того, что часто скрытыми причинами конфликтов среди мальчиков на дискотеках являются девочки. Цель проекта — устанавливать контакты с девочками на дискотеках и через них оказывать влияние на потенциальных участников конфликтов. Сёстры проходят специальную подготовку по основам общения.

Одинокие матери — это система поддержки для молодых матерей в возрасте до 25 лет. Материальную поддержку от государства они получают достаточную, но они также нуждаются и в моральной поддержке. Клуб одиноких матерей даёт им возможность ознакомиться с методами ухода за ребёнком, учат общению с детьми. Кроме того, молодые матери объединяются и по очереди сидят с детьми.

Ночной патруль — это Интернет-патруль, который отслеживает молодёжные сайты и оберегает молодёжь от деструктивных сайтов. Кроме того, молодые люди могут обратиться за помощью или консультацией через специальный сайт.

Волна (Wave). Клуб для молодёжи до 30 лет. Его цель — борьба с шумом и беспорядками на дискотеках и во время спортивных соревнований, работа с фанатами.

Выход (Exit). Цель проекта — работа с неонацистскими группировками, оказания помощи бывшим членам таких группировок, так как выходить из таких группировок опасно для жизни. В проекте участвуют многие бывшие участники неонацистских группировок.

Присутствие. Цель проекта — контролировать ситуацию на дискотеках, в бассейнах, общественном транспорте, во время проведения праздников.

Главный метод работы — поиск, нейтрализация и вербовка лидеров — потенциальных организаторов беспорядков, переориентация их деятельности на профилактику беспорядков. На молодёжных мероприятиях в Швеции требуется полный отказ от алкоголя и наркотиков. И пример должны подавать, прежде всего, лидеры. У них даже могут протестировать кровь и мочу на наличие алкоголя и наркотиков. И это помогает ребятам устоять перед соблазнами и заодно служит рекламой для остальных: у нас нет двойной морали, делай как я.

Спокойная улица — самый крупный проект школы Фрисхюсет. Цель проекта — вовлечение незанятой молодёжи 20–30 лет в деятельность по профилактике беспорядков на улице. Достигаются ещё две подцели — молодой человек получает работу, на улице появляется компетентный, знающий свой микрорайон работник.

Здесь, как и в проекте «Присутствие», — важно найти лидера и привлечь его на свою сторону, переориентировать его с негатива на позитив. Эти лидеры становятся хозяевами (hosts) улиц после прохождения соответствующей подготовки. Они обучаются таким вещам, как первая помощь, права человека, знакомятся с уголовным кодексом, проходят тренировку навыков общения, обучаются решению конфликтных ситуаций. В дальнейшем они работают в своих микрорайонах, школах, на общественном транспорте, сотрудничая с полицией и социальными службами, и получают за это зарплату.

В проекте участвуют и подростки (juniors). Они тоже проходят специальную подготовку и становятся инструментом влияния на своих сверстников. После прохождения учёбы в торжественной обстановке им вручается диплом и значок участника проекта «Тихая улица». Это даёт ему право на волонтерскую работу совместно с хозяевами улиц.

Если волонтеры захотят продолжить свою деятельность в проекте, они могут перейти в статус помощников. Помощником может стать любой подросток не младше 18 лет и имеющий не менее 1 года стажа волонтерской работы. Помощник — это уже больше, чем волонтер, но пока не нанятый на работу и не получающий зарплату.

Все проекты являются открытыми, в них могут принимать участие как учащиеся школы Фрисхюсет, так и другие граждане города. Главное в проектах — организация помощи и предупреждение беспорядков силами самих молодых людей. Общество берёт на себя финансирование и организацию.

Центр Фрисхюсет работает уже 23 года. Гимназия финансируется отдельно, остальную деятельность финансируют спонсоры. Кроме того, центр продаёт свои услуги муниципалитету, который выделяет центру 15 миллионов крон (примерно 150 тысяч евро) ежегодно.

Всешведская ассоциация «За общество без наркотиков»

Это общественная организация, которая считает, что наркотики — слишком крупная проблема, чтобы быть отданной на откуп только экспертам. Чтобы добиться успеха в борьбе с наркотиками, необходимо вовлечь всё общество.

Себе в заслугу общество ставит принятие всех радикальных законов, которые позволили взять ситуацию с наркотиками под контроль. Это — и закон о привлечении к суду за владение наркотиками вне зависимости от их количества, и закон о принудительном лечении, и закон, разрешающий брать кровь и мочу на анализ в качестве доказательств.

Организация не очень многочисленная, но эта проблема решается за счёт выпуска большого количества печатных материалов, которые регулярно рассылаются в соответствующие инстанции и распространяются среди простых граждан.

Организация Смарт

Smart в переводе с английского означает «умный», т. е. организация умников и умниц. Она занимается профилактикой зависимостей посредством поощрения позитивного поведения и заключения индивидуальных контрактов. Цель — отодвинуть возраст первого приобщения к алкоголю, табаку или наркосодержащим веществам. Целевая группа — дети в возрасте 10–16 лет. Работа проводится в сотрудничестве со школой и родителями. В программе участвуют около 30 тысяч школьников Швеции. В программе участвуют и зарубежные школьники. В рамках проекта организуются летние лагеря для подростков.

Контракт может содержать только один пункт о табаке или целых четыре пункта. Таким образом, подросток даёт зарок и подписывает контракт, в котором обязуется:

- не употреблять до определённого возраста табак и алкоголь, отказывается пробовать наркотики;
- не участвовать в саботаже/хулиганстве;
- не участвовать в мелких кражах/воровстве
- не участвовать в издевательствах над слабыми.

Контракт подписывается подростком и одним из родителей. Контракт даёт привилегии на участие в лотереях, различных мероприятиях.

Стоит заметить, что идея контрактного метода для России не новая. Ещё С. Рачинский в конце XIX века подписывал со своими учениками контракт о воздержании от алкоголя до окончания школы. И сегодня при некоторых православных приходах, связанных с трезвенническим движением, прихожанам предлагается давать обет трезвости. Контрактный метод используется и рядом преподавателей, работающих по методу Г.А. Шичко.

Выводы

Обобщая опыт Швеции, который действительно достоин изучения, так как здесь смогли свести к минимуму проблемы, связанные с употреблением алкоголя, табака и наркотиков, можно отметить следующие *слагаемые их успехов*:

1. Государство взяло на себя ответственность и мужественно в течение многих десятилетий проводит жёсткую ограничительную политику в отношении всех наркотиков, прежде всего, легальных — алкоголя и табака. Алкоголем и табаком здесь торгуют в специализированных магазинах, существуют жёсткие ограничения по времени торговли (нельзя торговать алкоголем после 19:00, ночью, в выходные и праздники) и по возрасту (алкоголь нельзя употреблять до 21 года). Очень важно, что здесь добиваются исполнения этих ограничительных мер — лишают лицензии за нарушение правил торговли, привлекают к суду всех, кто владеет любым (!) количеством наркотика. Алкоголь и табак здесь стоят дорого, а алкогольный налог в Швеции — самый высокий в мире — 90% от себестоимости.
2. При поддержке государства легче работать и всем остальным. Деятельность по профилактике употребления алкоголя, наркомании, правонарушений здесь является социально востребованной и почётной. Здесь действительно создана комплексная система профилактики, в которой задействованы все заинтересованные службы.
3. Здесь высоко ценят роль семьи. Все виды профилактических мероприятий, связанных с подростками, обязательно предполагают вовлечённость родителей. И это помогает повысить ответственность родителей за воспитание детей и обоюдному сближению.
4. Здесь каждый считает себя в ответе за всё, что происходит. Принцип активного вмешательства в кризисную ситуацию является наиглавнейшим как для профессионалов, так и для простых граждан. Можно сказать, что всё общество находится в состоянии бдительности, и это, конечно, результат того, что этим не на словах, а на деле озабочено государство.

2007 г., ноябрь

ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ



Как защитить детей от растления

Алкоголь, табак, наркотики, сексуальное растление — всё это средства демографического сдерживания, хорошо известные «специалистам-технологам» по проведению политики сокращения населения неугодных народов и даже целых государств.

Сегодня, в условиях демографической катастрофы в России, опять стало модно говорить о ценностях семьи и детей. Однако все разговоры так и останутся разговорами, если не будут подкреплены конкретными делами по возрождению народной нравственности.

Если пробудить ранний сексуальный интерес у подростка, то это приводит не только к распущенности, но и может привести к психологическому расстройству.

В чём сущность психологического расстройства? Если сказать популярным языком, то *голова перемещается вниз, а низ перемещается на место головы*. Представили? А теперь представьте, что будет, если человек начинает думать не головой, а половыми органами.

Отсюда такие дикие поступки подростков (и всё чаще — это девочки), как заглядывание под чужие юбки и бюстгалтеры, поиски порнографических сайтов и фильмов. Подросток забрасывает учёбу, отличник может стать троечником и даже полностью бросить школу. В конечном итоге для подростка это может закончиться ранней утратой целомудрия, венерическими заболеваниями и даже ВИЧ-инфекцией.

Самое страшное, что такое поведение заразно. Как говорится в русской поговорке: *«Появится одна паршивая овца, испортит всё стадо»*.

Распущенность не зависит от возраста. Можно растлить даже восьмилетнего ребёнка и, соответственно, поломать ему всю последующую жизнь. Так что половая распущенность — это вовсе не показатель взросления, а сексопатология, проще говоря — сексуальная озабоченность. Это очень опасно и для самого человека, и для окружающих его людей.

Телевидение, кино растлевают людей, пробуждают ранний половой интерес, пропагандируют разврат. Вот почему родители не должны допускать, чтобы их дети смотрели откровенные сцены в кино и на телевидении; а должны строго следить за тем, какие сайты посещают их дети, нет ли среди них порнографических, не закачаны ли в мобильные телефоны их детей порнографические слайды или видео.

Благополучие общества во многом зависит от состояния половой культуры. Девственность, целомудрие, чистота помыслов и поведения — в основе всей системы православных ценностей. Грязь в мыслях быстро превращается в грязь в поведении. Поэтому нужно так воспитывать своих детей, чтобы у них и в мыслях не было ничего грязного.

Мы победили в Великой Отечественной войне, прежде всего, благодаря высокой народной нравственности. Ещё в самом начале Второй мировой войны немецкий врач-гинеколог, проводивший обследование русских женщин, которых угнали на работу в Германию, писал в докладе Гитлеру: *«Россию победить невозможно, пока у этого народа такая нравственность: более 90% обследованных мною лиц женского пола от 15 до 20 лет — девственницы»*.

Растление детей сегодня — не случайно. Нас не смогли победить в открытой войне, поэтому применяют такое страшное оружие, как растление — через табак, пиво, энергетические «напитки», чтобы пораньше приучить к алкоголю, навязать половую «свободу». Семья и нравственность у тёмных сил — главные враги на пути к мировому господству и реализации плана «Золотой миллиард», согласно которому население Земли должно быть сокращено до одного миллиарда.

Мы все знаем, или слышали хотя бы, о десяти Библейских заповедях. Но мало кто знает, что есть и 13 сатанинских заповедей «Чёрной Библии». Смысл первых двух из них состоит в следующем:

- запреты — зло, ничего нельзя запрещать, запретный плод сладок;
- не подчиняйся запретам.

Не по этим ли заповедям мы сегодня фактически живём? Это — опасно! Вопрос, как себя вести, нравственно или безнравственно — не личное дело каждого. От распущенности одного страдают все, кто рядом, и общество в целом. Давайте учиться нравственности вместе с нашими детьми.

2012 г., июнь

ВЕЛИКИЙ МОГУЧИЙ РУССКИЙ ЯЗЫК



Мат: запретить, нельзя разрешить

В Государственной Думе Российской Федерации подготовлен законопроект о запрете сквернословия: в общественных местах, в СМИ, в искусстве. Либералы встретили этот законопроект в штыки.

Аргументы либералов можно свести к следующему:

1. Непонятно, о чём идёт речь и что можно считать сквернословием. Нужно тогда составить словарь конкретных запрещённых слов, а это вряд ли возможно, значит, и запрещать нечего.
2. Мат — сакральный язык наших предков, обозначающий половые взаимоотношения, поэтому в нём ничего плохого нет.
3. Матом не брезговал сам Александр Сергеевич Пушкин.
4. Народный фольклор тоже содержит матерные слова, не надо замахиваться на народную культуру.
5. В США пробовали запретить 7 матерных слов, а добились обратного эффекта, потому что «запретный плод сладок».

Лукавство этих аргументов не сразу и не каждому очевидно. Попробую привести собственные аргументы против легализации сквернословия.

Думаю, что всем здравомыслящим людям всё-таки не нужно дополнительно объяснять, какие слова просто грубые, а какие матерные. Это интуитивно понимают даже дети. Одним из плюсов советской эпохи было то, что мат всё-таки оставался на задворках культуры, а не лез в искусство и на телеэкраны. И это было, я думаю, совершенно правильно. Да, на улицах мат можно было иногда услышать, но куда реже, чем сейчас. Сегодня он, при всеобщем попустительстве, превратился в почти нормальное явление. А ведь мат по своей сущности — это грязные намёки, неуважение к собственным родителям, к тайне продления рода и, как правило, это — сильные отрицательные эмоции.

Я живу недалеко от школы и слышу, как матерятся по дороге в храм науки (или из храма науки — не важно) даже первоклассники. Однажды была свидетелем того, как из монастырского храма с двумя детьми выходила женщина и крыла своих детей самыми грязными словами. Когда я сделала ей замечание, она на секунду призадумалась, хотя потом всё-таки нахамила, но было видно, что ей не по себе. Значит, не всё потеряно и подтверждается тезис, что нравы грубеют, когда их никто не исправляет. Дурные нравы нужно исправлять!

Ехала как-то в автобусе, на коленях у молодой женщины сидела девочка лет двух и вдруг эта девочка заговорила — мат-перемат. Кто-то умирал со смеху, а те, кто поумнее, смотрели на молодую мамашу с недоумением. Это же как надо было разговаривать с ребёнком дома, чтобы в числе первых освоенных образцов речи был мат! О подростках и части молодёжи я уже и не говорю. Можно было бы утешиться: мол, мы не сквернословим, мы так разговариваем. Но так ли это безобидно?

Филологи утверждают, что матерные слова происходят от названий половых органов мужчины и женщины и акта совокупления, поэтому кое-кто делает вывод, что в этих словах ничего дурного нет, что естественно, то не безобразно. Это так, но почему-то большинству людей всё-таки и в голову не приходит ставить посреди гостиной унитаза или выставлять свои интимные любовные дела напоказ, хотя примеры психического помешательства среди отдельных людей и даже отдельных культур всё-таки есть. За свою распущенность люди расплачиваются заболеваниями, передающимися половым путём, губят своих детей и внуков, ломают собственные жизни. А цивилизация, погрязшая в пороках, как свидетельствует история, просто вырождается. Сказано ведь в Библии — не прелюбодействуй! И Содом и Гомора однозначно осуждены. Интимные дела не выставляют напоказ и не превращают в предмет публичного торга. Цивилизация — это всегда ограничения и запреты.

«Наше всё» Александр Сергеевич Пушкин мог в узком кругу похулиганить и срифмовать что-нибудь не вполне приличное для себя и своих друзей. Но ему и в голову не приходило вставлять такие перлы в свои произведения,

предназначенные для народа. Вся поэзия и проза Пушкина — это высокой стиль, после которого хочется жить и быть лучше!

Сегодня публично сквернословят политики, чиновники, депутаты, артисты. Наверное, таким способом хотят выглядеть ближе к народу.

Господа, быть и выглядеть — разные вещи! Не нужно делиться с народом своей ущербностью и грязью. Если хотите *быть* ближе к народу, то лучше поделитесь с народом своими доходами!

Что касается американского опыта, на который ссылаются наши крупные СМИ, то хочу напомнить, что на всех наших телеканалах сохраняется значительное влияние американских «спонсоров», у которых расходы на наши СМИ выделены отдельной строкой в госбюджете. Нашим заморским «друзьям» не выгодно, чтобы мы становились здоровее и крепче. За всей этой либеральной говорильней о том, что сквернословие — норма и запрещать его нельзя, кроются не только собственная испорченность, но и торчат уши наших заморских «спонсоров».

Несколько слов о том, что говорят о сквернословии учёные-естествоиспытатели. Опыты на двух группах экспериментальных объектов (вода, продукты питания, растения) показали: если одной группе объектов каждый день говорить добрые слова, а другую группу ругать скверными словами, то «обруганные» протухают, сгнивают и погибают, в то время как «обласканные» живут долго. Это значит, что сквернословие и грубость действует губительно на живую природу. Что же происходит с нами, с нашими детьми на фоне постоянного сквернословия? Стоит ли потом удивляться, что мы много болеем и плохо живём?

В последние десятилетия с нами произошло немало плохого. Мы стали беспрецедентно много пить, стали самой прокуренной страной мира, наша молодёжь погибает от наркотиков, рушатся семьи, падают нравы. И, слава Богу, власть наконец-то решается сказать «Нет» многим отрицательным явлениям, которые приводят к нашей деградации и вырождению. Такие инициативы нужно поддерживать!

Демократия — это, прежде всего, ответственность. И ответственность проявляется не только в поведении и поступках, но и в речи. *«Заговори, чтобы я тебя увидел!»* — говорили древние.

2011 г., август

ЭКОЛОГИЯ



г. Елец, вид с Аргамаченского моста.



Члены Липецкого отделения «Союза борьбы за народную трезвость» (СБНТ Липецк) на уборке парка, г. Липецк.

Выберемся из грязи?

В рамках экологического проекта, разработанного студентами пятого курса факультета иностранных языков Елецкого государственного университета им. И.А. Бунина в последнюю неделю перед Пасхой, некоторые из положений проекта были претворены в жизнь. Была написана и опубликована статья в газете «Красное знамя» под заголовком «Как выбраться из грязи?», целью которой было привлечь внимание жителей родного города к проблеме: «Так (т. е. на помойке) жить нельзя!»

Был проведён эксперимент. Жителям улиц Шевченко и Аргамаченская была разнесена листовка следующего содержания:

Дорогие ельчане! Наша улица — это дорога к трём храмам. Если каждый уберёт рядом с собственным домом, наш город станет чище, дух — светлее, а тело крепче.

Пусть чистота станет для нас традицией!

Результаты эксперимента оказались обнадеживающими. Большинство ельчан хочет, чтобы в городе стало чище, и даже внесли личный вклад в уборку территорий около своих домов. Таких оказалось примерно 70 процентов.

Единственный недостаток, думается, вполне поправимый — это то, как и что нужно убирать. Самые рьяные ельчане нагребли кучи земли, листьев, мелких веточек вместе с попутным «рукотворным мусором» — бутылками, стеклом, пакетами и т. п. Давайте разберёмся: способны ли городские коммунальные службы вывезти всё это из города? Да и нужно ли это? Зачем убирать «экологический» мусор, такой как поверхностный слой почвы, прошлогодние листья, веточки и т. п.? Природа и сама всё это прекрасно переработает в перегной. Это стоит делать разве что на нескольких центральных улицах города, где сплошь асфальт и плитка. А вот с «рукотворным мусором» — бутылками, пакетами, стеклом и прочим — природе не справиться. Именно это и нужно убирать! И мусора получится значительно меньше, и уборка будет более эффективной. А то ведь собранные кучи так и лежат. Вряд ли их все смогут вывезти. Это — тяжёлый физический труд (не экскаватор же подгонять к каждому дому), к тому же совершенно напрасный.

Мы обращаемся к тем 70-ти процентам, которые откликнулись на наш призыв сделать город чище, со следующими рекомендациями. Во всём цивилизованном мире уборка и утилизация мусора держатся на нескольких принципах:

Сортировка мусора. В странах Европы, в Японии благодаря сортировке мусора часть мусора сжигают, что даёт энергию самой мусорной фабрике, часть перерабатывают в твёрдые отходы и используют в строительстве, часть (пищевые отходы) используют на корм скоту и в качестве органических удобрений. У нас в Ельце мусорной фабрики пока нет. Но принцип сортировки необходимо взять на вооружение. Для тех, кто живёт в частном секторе, пищевые отходы

можно складывать в компостные ямы и потом использовать как удобрение. Бумагу можно периодически сжигать в небольших количествах. А вот пластиковые бутылки, пакеты, стекло, консервные банки всегда можно собрать в мешочек и выбросить в мусоровоз. А заодно собрать и мусор рядом с домом. Это не потребует почти никаких усилий, зато будет очень эффективным для очистки родного города от мусора.

Упаковка и переработка мусора. Если мусорную кучу оставить открытой, то, наверняка, убрана вовремя она не будет. Но даже если эту кучу уберут, то получится это, скорее всего, не сразу, и ветер к тому времени успеет её раскидать. Получается — мартышкин труд!

Если под мусором понимать в основном «рукотворный мусор», то он легко помещается в мешочки и его нетрудно либо отнести в ближайший мусорный контейнер, либо выбросить в мусоровоз. К сожалению, эффективная система переработки рукотворного мусора в нашей стране ещё не создана.

Регулярность уборки. Уборка мусора — вообще-то процесс круглогодичный. Но в нашем снежном краю необходимость наведения порядка во дворах и улицах в основном существует 5–6 месяцев в году.

Убирать мусор следует не тогда, когда придёт приказ свыше или после того, как зарастёшь по уши, а всё время. Это даже вернее назвать не уборкой, а постоянным поддержанием чистоты. Там, где чисто, не у каждого поднимется рука сорить. Кроме того, когда мусора мало, то его очень легко убирать. Это просто должно войти в привычку.

Остаётся рассказать о тех 30-ти процентах, которые не откликнулись на призыв убрать перед собственным домом. Впрочем, рассказывать особенно нечего. Это люди, убеждённые, что кто-то должен прийти и навести порядок около их домов. Кто-то не желает убирать из принципа, кто-то считает себя до такой степени немощным, что даже не в состоянии собрать несколько бумажек, а кто-то вообще договорился до того, что убирать около них должен сам глава города.

Характерная деталь: дома, в которых люди не захотели потрудиться на общее благо, как правило, неухоженные, неудобные. Таких людей убрать перед собственным носом, видимо, можно заставить только силой, с помощью штрафа, например. Может быть, потому они и такие бедные, что слишком ленивые? У доброго хозяина и свой дом в порядке, и на улице прибрано. А хороших хозяев нужно поощрять и даже награждать подарками.

Убеждена: уважающий себя человек жить на помойке не станет, даже если эту помойку устроил не он. Он её уберёт и даже посадит цветы на радость себе и людям.

2007 г., апрель

Как преодолеть экологическое свинство?



Термин «экологическое свинство» ввёл наш современник, известный российский хирург, путешественник и исследователь Эрнест Мулдашев. Звучит грубо, но когда смотришь на свалки мусора, как в пределах наших городов и весей, так и за их пределами, понимаешь, что суть явления обозначена очень точно!

К сожалению, Елец к числу чистых городов не отнесёшь, хотя в последние года прогресс есть: появились урны на центральных улицах, мусор не вываливается прямо на землю, а собирается в мешки, и всё больше людей начинают понимать, что чистота в городе зависит от всех и каждого. Поэтому люди и откликаются на призывы убирать в общественных местах и возле своих домов. Ведь ясно же, что уборщиков с мётлами к каждому дому не приставишь, и если ты не лежишь парализованный, и есть у тебя ноги и руки, то тебе вполне по силам прибраться хотя бы рядом с местом, где живёшь.

Увы, так думают не все. Есть люди, которые предпочитают годами перешагивать через помойки возле своих домов, толстеть и болеть от малоподвижного образа жизни, но даже не наклонятся, чтобы поднять бумажку (не я, мол, сорил), а часто сами и набрасывают этот мусор.

Думаю, что есть только *два основных пути* решить эту проблему.

Первый путь: нерадивых граждан нужно заставить следить за чистотой. Необходимо как минимум постановление властей, которое обязывало бы граждан отвечать за порядок на территориях, прилегающих к их домам.

Так поступают в ряде регионов России, в Украине, в Казахстане. В качестве механизмов реализации таких постановлений надо использовать экологическое просвещение через СМИ и образовательные учреждения, штрафы, общественное осуждение, поощрения, льготы и т. п.

Второй путь. Не получается заставить других, нужно делать самим. Только возникает вопрос: хватит ли средств в бюджете города так раздувать штаты коммунальных служб?

Есть серьёзные претензии и к коммунальным службам города. Я живу на Арагамаче. За весь путь от нового магазина «Магнит» на улице Маяковского (Новомосковской) через Арагамаченский мост до самого магазина «У Петровича» (это 20 минут ходьбы) вы не найдёте ни одной урны! Ясно, что большинство людей себя угрызениями совести не обременяет и швыряет мусор, где попало. Под мостом и вдоль русла Ельчика скопилась многолетняя огромная помойка. И это в 200 метрах от дома-музея Т. Хренникова и в 500 метрах от Вознесенского собора. Я писала письмо в коммунальные службы города с просьбой убрать эти многолетние помойки под мостом. Получила ответ, что в ближайшее время это будет сделано. Прошло уже два года...

Уважаемые коммунальщики! Поставьте же, наконец, урны или мусорные контейнеры в нужных местах, чтобы не провоцировать людей на экологическое свинство.

Есть и другая проблема. Конечно, большинству людей не всё равно, чисто или грязно на улицах, ведь это задевает наши нравственные и эстетические чувства. Однако есть и такие люди, которые будто не замечают, что здесь только что прибрали, что рядом есть урны, и тут же сорят вновь. Чтобы в этом убедиться, достаточно подойти к автобусной остановке рядом с Вознесенским собором и посмотреть вниз. Урн здесь достаточно, но определённая категория людей швыряет мусор вниз на крутой склон. Думаю, что это делают в основном одни и те же люди (иначе пришлось бы подозревать в экологическом свинстве всех), которые выезжают ежедневно с этой остановки, вот за год и набирается гора грязи. А ведь Вознесенский собор — визитная карточка города. Кроме того, здесь проходят знаменательные события: спартакиада города, демонстрация в День Победы. Вот и получается: впереди площадь, а внизу помойка. Есть предложение установить здесь полицейский патруль, чтобы штрафовать за экологическое свинство, глядишь, и постепенно приучили бы людей соблюдать чистоту.

Кроме того, к этой сложной территории нужно прикрепить, например, спортфак ЕГУ, чтобы здесь гарантировано убирали хотя бы пару раз в год. Склон горы крутой, и без спортивной подготовки убирать его трудно, но и дальше мириться с этой грязью нельзя. Туристическим городом хотим стать, а сами свои помойки убрать не можем. Давайте же выбираться из экологического свинства!

Я обозначила лишь два объекта, где до сих пор, не смотря на все чистые четверги перед Пасхой, так и не убрано. Сколько их ещё по Ельцу! Поддерживаю предложение создать сайт, на который можно было бы сообщать о замеченных помойках, нерадивом поведении отдельных жителей и даже водителей, захламляющих наш город. В США и Европе считается нормальным сообщить в полицию о том водителе, из окна которого полетел на дорогу мусор. Поэтому там и чисто. Конечно, на Западе есть много такого, что нам абсолютно противопоказано, ведь далеко не всё хорошо и там, но в добрых делах нужно брать с них пример.

Экологическая культура — это часть общей культуры человека и показатель его нравственной, эстетической и гражданской позиции.

2012 г., апрель

Ещё раз об экологическом свинстве

Проблема наведения порядка и чистоты в городе, к сожалению, несмотря на усилия коммунальных служб, пока далека от удовлетворительного решения. Говорят, что главный санитарный врач России Геннадий Онищенко, побывав недавно в нашем городе, назвал наш город грязным, хотя мы, жители Ельца, видим, что в городе в последние годы стало заметно чище. Но ведь было ещё хуже! И это не только вина коммунальных служб, но и самих граждан.

С точки зрения экологического сознания, людей, видимо, можно разделить на несколько категорий. В первую группу следует отнести тех, кто сорит только тогда, когда видит, что урны нет, а уносить домой мусор домой не хочется. И они аккуратно кладут мусор на обочину тротуара. Их можно назвать *«стыдливymi» экологическими нарушителями.*

Во вторую группу входят те, кому безразлично наличие или отсутствие урн, они швыряют мусор, где попало. И среди них находятся те, кто за особую доблесть считает закинуть мусор как можно дальше: чтобы мусор и глаза всем «мозолил», и убрать его было трудно. Конкретный пример — мусор на склоне у остановки «Вознесенский собор». Так поступают *экологические агрессоры.* Чтобы за ними убрать, приходится проделывать акробатические трюки. Хочется верить, что их немного, но жизнь окружающим они отравляют изрядно. Таким людям, видимо, нужна не просто экологическая полиция, а экологическая жандармерия с дубинками! Ведь по-хорошему не понимают!

И первых и вторых хочется спросить: *когда Ваша бутылка с пивом или пачка сигарет были полными, почему вы их несли с собой, хотя весили они больше? Сейчас, когда они опустели и весят меньше, почему вы их оставляете на улице? Это ведь — общественное место, а не Ваша вотчина. Разве не ясно, что ваш долг — донести этот мусор до ближайшей урны, а если урны нет, отнести домой!*

В третью группу относятся те, которые сами не сорят, но и собственной инициативы не проявят, чтобы на наших улицах стало чище. Они не станут убирать даже рядом с собственным домом, оправдываясь тем, что «не я сорил». Это — *экологически равнодушные люди*. Их, видимо, много. И в этом наша беда, потому что без гражданской позиции всех и каждого проблема чистого города решена быть не может в принципе.

К четвёртой группе следует отнести тех, кто не только сам не сорит, но и готов убрать в общественном месте, если призовут, например, в «чистый четверг». Однако собственной регулярной инициативы такие люди не проявляют. Их можно назвать *«случайными» экологическим добровольцами*.

Наконец, к пятой группе относятся те редкие люди, которые не приемлют грязь вообще. Они не только никогда не сорят сами, но и регулярно участвуют в добровольных экологических акциях, либо незаметно убирают свою территорию ответственности: рядом с домом, по дороге на работу и т. д. Таких людей у нас единицы. Они — наша *экологическая совесть*. Но таких людей должно быть много. Их нужно выращивать, воспитывать, начиная с детского сада, школы, вуза.

Экологическая культура — это часть общей культуры. С экологического свинства начинается пренебрежение к порядку вообще, к нравственным нормам, к своей земле, к своей малой родине. *От неприбранной комнаты до ссоры* — один шаг, — гласит народная пословица. Грязные улицы городов, посёлков — показатель хамства и низкой гражданской ответственности общества. У нас никто не сделает замечание экологическому нарушителю. Что-то не слышно, чтобы кого-то за экологическое свинство у нас оштрафовали. Сорить можно совершенно безнаказанно! Почему?

Между тем, как и всякое проявление культуры, экологическое сознание не рождается само собой, но воспитывается: укладом жизни семьи, обычаями города, школой, пропагандой через СМИ, законами, инструкциями, экологическими указателями. С этой точки зрения хочется поддержать проект «Красного знамени» «За чистый город!» Почаще нужно выходить к людям, брать у них интервью, проводить опросы. Потому что это тоже воспитывает и заставляет задуматься о собственном экологическом поведении. Экологическое свинство как явление не имеет ни возраста, ни пола, ни профессии. Я видела старушек, выбрасывающих мусор в Ельчик, и вижу детей и молодёжь, которые убирают чужую грязь.

Нам нужны лозунги: *«Чистоту родному городу!»*, *«За чистый город!»*, *«Чисто не там, где метут, а там где не сорят»*, *«Не сори — это твоя родная земля!»*, *«Защити родную землю от мусора!»*, *«Люби свою землю — не сори!»*. Патриотизм начинается с уважения к тому месту, в котором ты живёшь.

2012 г., август

Как воспитать экологическую культуру?

За последние годы похорошел наш родной Елец: выросли новые здания, магазины, офисы, обновились тротуары, установлены урны (но их не хватает!), стало больше цветов — и стало чище! Всё это, конечно, радует, но до идеала ещё очень далеко.

Основу экологической культуры, т. е. культуры отношения к окружающей среде, составляет сознание и мировоззрение человека. И воспитание экологической культуры — это целенаправленный процесс. Это — воспитание дома, в школе, на улице, на работе, в свободное время. Это — воспитание не только словами, но и созданием гармоничной окружающей среды, воспитание красотой и личным примером, а также вовлечение в реальную деятельность по улучшению экологической ситуации возле своего дома, места учёбы или работы.

В данной статье я предлагаю поговорить только об одном аспекте экологической культуры — бытовом. Мусор и грязь, увы, не побеждены, а если и взяты под контроль, то в основном на центральных улицах города, где улицы убирают коммунальщики. Стоит перейти в спальные районы и частный сектор, как сразу видишь, кто какой уровень экологической культуры имеет. Где-то чисто убрано и посажены цветы (честь и хвала этим людям), а где-то годами копится свалка прямо под заборами хозяев. И в последнем случае удивляешься: неужели «г о с п о д а м» самим не противно жить на куче мусора или рядом с кучей мусора? Чего не хватает этим людям, чтобы убрать рядом с местом, где они живут? Совесть? Самоуважения? Патриотизма? Наказания? Неужели не понятно, что к каждому дому человека с метлой не поставить!

По логике захламления — чем больше грязи, тем больше в этом месте люди мусорят. Пока чисто, сорят лишь самые бессовестные. При 20–30 процентной степени загрязнённости территории в экологических свиней превращаются почти все по принципу *«всё равно здесь помойка»*. На эту тему есть исследования на Западе, и я лично проверила это на собственном опыте. Я всегда регулярно убираю возле своего дома (меня так приучили с детства), а в последние несколько лет добровольно закрепила за собой территорию по маршруту следования на работу. Это — территория вдоль Аргамаченского моста. Два-три раза в год я единолично или вместе с внучкой убираю этот достаточно длинный маршрут в своё свободное время. Когда очень некогда, а территория начинает захламляться, прихватываю с собой по дороге на работу мешочки для мусора и резиновые перчатки, чтобы по пути собрать бутылки, пустые пачки от сигарет (это — 90 процентов от всего мусора) либо пакеты из-под фаст-фуда и отнести их до ближайшей урны или мусорного контейнера. И знаете, на этом маршруте стало намного чище, а экологического хамства меньше! Не у каждого поднимается рука сорить там, где убрано.

В городе у меня есть юная единомышленница. Примерно полгода тому назад на местном телевидении прошёл сюжет о девочке-подростке, которая добровольно, в одиночку собирает мусор по близлежащим улицам, потому что душа этой юной девочки не терпит безобразия, но жаждет совершенства и красоты. Браво, девочка! Жаль, что я не запомнила её имени.

Воспитывают экологическую культуру и самые обычные социальные объекты, например, остановки автобусов. Ко мне часто приезжают из других городов друзья и почти всегда спрашивают: *«Почему у вашего ж/д вокзала такая грязная и неудобная автобусная остановка, ведь это — входные ворота в город, в каком-то смысле „лицо города“?»* Действительно, раздолбанная, вечно грязная автобусная остановка рядом с ж/д вокзалом — позор города. Коммунальщики никогда не были на этой остановке? Они не ездят общественным транспортом? Нельзя ли как-то благоустроить и обновить эту остановку? Нет достойной стоянки вблизи ж/д вокзала и для такси.

Давайте, наконец, обустроим железнодорожные ворота нашего города! Пора убрать и многолетний мусор в канаве сразу же за ж/д полотном. Через эти груды мусора проходят все гости нашего города, прибывающие по железной дороге. Стыдно так встречать своих гостей.

Особую боль вызывает экологическая ситуация за городом. Я приглашаю неравнодушных к природе людей прогуляться за аргамаченские новостройки: милое место, достойные дома, а дальше — беспредел. Поля вдоль старой рязанской дороги — любимое место нашей семьи для велосипедных прогулок. И совершенно очевидно, что с каждым годом экологическая ситуация здесь только усугубляется. Удлиняется череда свалок вдоль дубовой рощи. А лесополоса вдоль поля с подсолнухами — это бесконечная омерзительная помойка, которую хорошо видно, когда едешь по дороге на велосипеде. Привыкнуть к этому экологическому фашизму невозможно. Это — э к о л о г и ч е с к а я р а з р у х а! Все виды мусора перемешаны: какие-то мешки, палки, доски, корыта, пластиковые бутылки... Всё оскорбляет взор, издаёт зловоние и вызывает самые неприятные чувства. За державу обидно! За людей стыдно!

Проблема охраны природы от «экологических фашистов» — государственной важности. Если нет нужных законов, то необходимо выступить с законодательными инициативами, выходить с ними на государственный уровень, а также принимать какие-то постановления регионального уровня. Можно использовать потенциал сайта democrator.ru. Юристы, откликнитесь! Сколько вас уже вышло из стен Елецкого государственного университета, а обратить внимание на проблему некому.

Так как же всё-таки воспитать экологическую культуру у наших граждан? Без сомнения, эта проблема тесно связана с духовно-нравственным и гражданским воспитанием личности. Нормы экологического поведения необходимо прививать в семье, детском саду, школе, вузе, трудовом коллективе.

О необходимости соблюдать чистоту нужно всё время напоминать. Можно это делать вполне ненавязчиво, например: «*Спасибо за чистоту на улицах (на дорогах)*», «*Спасибо, что убрали за собой*» и т. п. Можно применять методы морального стимулирования. Порадовала информация в «Красном знамени» (от 15 июля 2014 г.) о том, что на планёрке с руководителями структурных подразделений администрации города, которую провёл глава г. Ельца С.А. Панов, было решено в план благоустройства включать лишь те улицы, жители которых сохраняют порядок и чистоту перед своим домами. Прекрасная идея, но, наверное, она нуждается в пропаганде, чтобы жители города твёрдо знали — если ты заботишься о порядке в городе, то и мы позаботимся о тебе. Но думаю, что нужен не только пряник, но и кнут. Нерадивых граждан нужно штрафовать, да так, чтобы мало не казалось.

Давайте научимся любить свой дом, свою улицу, свой город. Это — наша земля. И нужно быть её достойными.

2013 г., август

ОТНОШЕНИЕ К ЖИВОТНЫМ



Нужен приют для бездомных животных!

Неделю назад у меня погиб любимый котик Мурзик.

...Помню, как этой осенью рядом с домом услышала отчаянное мяуканье. На дереве сидел маленький пушистый серый комочек и просил помощи. Едва я взяла его на руки, как он сразу с благодарностью замурлыкал, громко, как трактор, и я поняла, что положить его обратно на дерево уже не смогу. И ни разу об этом не пожалела. Он покорила дружелюбием, чистоплотностью и сообразительностью: сразу понял, где туалет и как нужно себя вести порядочному коту в хорошей семье. Через несколько месяцев он превратился в молодого сильного красивого кота. Но такого разве удержишь в четырёх стенах, да ещё в частном доме? Конечно, каждый день выходил погулять.

Мурзика отравили, он долго и мучительно умирал. Вскоре отравили и соседкиного кота. И он тоже долго и мучительно умирал.

И ещё отравили Ляпку, пятимесячного соседкиного щенка. Полгода тому назад у пенсионерки Нины оценилась дворняга Дина. Пристроить её обаятельных щенят обычно не трудно. Даём бесплатное объявление в «Елецкую рекламу» и пристраиваем в «хорошие руки» почти всех. На этот раз мальчиков

разобрали всех, а девочку Ляпку так никто и не взял, хотя собачка была просто прелесть: ласковая, разумная и очень симпатичная — белая с чёрными пятнами. Так и жили собака Дина с дочкой Ляпой у пенсионерки Нины, а мы, соседки Нины, помогали их подкармливать. Каждый день Ляпка подбегала к моей двери, потому что знала, что для неё всегда есть угощение. Ведь в семье всегда остаётся то куриная косточка, то рыбий хвостик, то недоеденная тарелка супа или котлета. Зачем выбрасывать в помойное ведро то, что может послужить кормом для живых существ, для красоты и гармонии природы!

Говорят, что о предстоящей «зачистке» территории города от «бездомных животных» предупреждали по радио. Не знаю, я не слышала, не читала в газетах, не видела по телевизору. Просто у нас на Аргамаче вдруг разом исчезли все собаки и кошки, а у многих погибли и животные, имеющие хозяев. Женщина на остановке пожаловалась, что нашла кусок мороженого отравленного мяса даже в собственном дворе. Благо, её собака не успела проглотить эту отраву.

Не так давно на автовокзале в Липецке встретила женщину, раздающую щенков. Их любимую дворовую собаку, которую любили и кормили всем двором, отравили, а щенки остались. Нашлась женщина, которая их помыла, привела в порядок и почти для всех щенят нашла хозяев. Я видела её с последним щенком, думаю, что и для этого щенка она найдёт добрых людей.

Устроителей охоты на бездомных животных можно поздравить. По крайней мере, район Аргамачи действительно удалось «зачистить», в том числе от домашних питомцев. И многим людям от такой «зачистки» больно и горько.

Конечно, проблему бездомных (и не только бездомных) животных нужно решать. Сама сержусь, когда вижу хозяина, гуляющего с громадной собакой без намордника. Риск для прохожих очень велик. Удивляюсь людям, которые выбрасывают котят и щенят на улицу. Вместо того чтобы потратится однажды на стерилизацию животного или отдать уже родивших щенят или котят в «хорошие руки» по бесплатному объявлению, некоторые граждане предпочитают их просто выбрасывать. Очень скоро такое голодное и холодное животное теряет приличный вид, и уже мало кто решится взять себе «заразу» в дом. Так появляются бездомные животные.

Знаю пенсионерку Валю, которая регулярно покупает куриные головы для бездомных кошек, которых подкармливает на остановках города. Слышала о старике, который регулярно покупает зерно для городских голубей. Впечатляет, что сегодня в Донбассе, охваченным войной, находящиеся на грани гуманитарной катастрофы люди остаются людьми и, как могут, заботятся о кошках и собаках. Донбасс сегодня тоже «зачищают», но от людей, от всех несогласных. И люди это остро чувствуют, поэтому не теряют человечности.

Чего же не хватает нам, сытым и благополучным людям в мирных российских городах и весях, чтобы цивилизованно решать проблему бездомных животных? На энтузиазме отдельных добрых людей кардинально проблему

не решить. Наверное, нужны специальные программы, в которые входили бы, прежде всего, аспекты просвещения населения о том, как минимизировать риски появления бездомных животных. Нужно пропагандировать стерилизацию, кастрацию животных, другие способы урегулирования рождаемости животных, а хозяев, любителей прогуливаться по улицам с потенциально опасными собаками без намордников или отпускающих их «погулять» без присмотра, штрафовать. Короче, необходимы административные, организационные и прочие мероприятия.

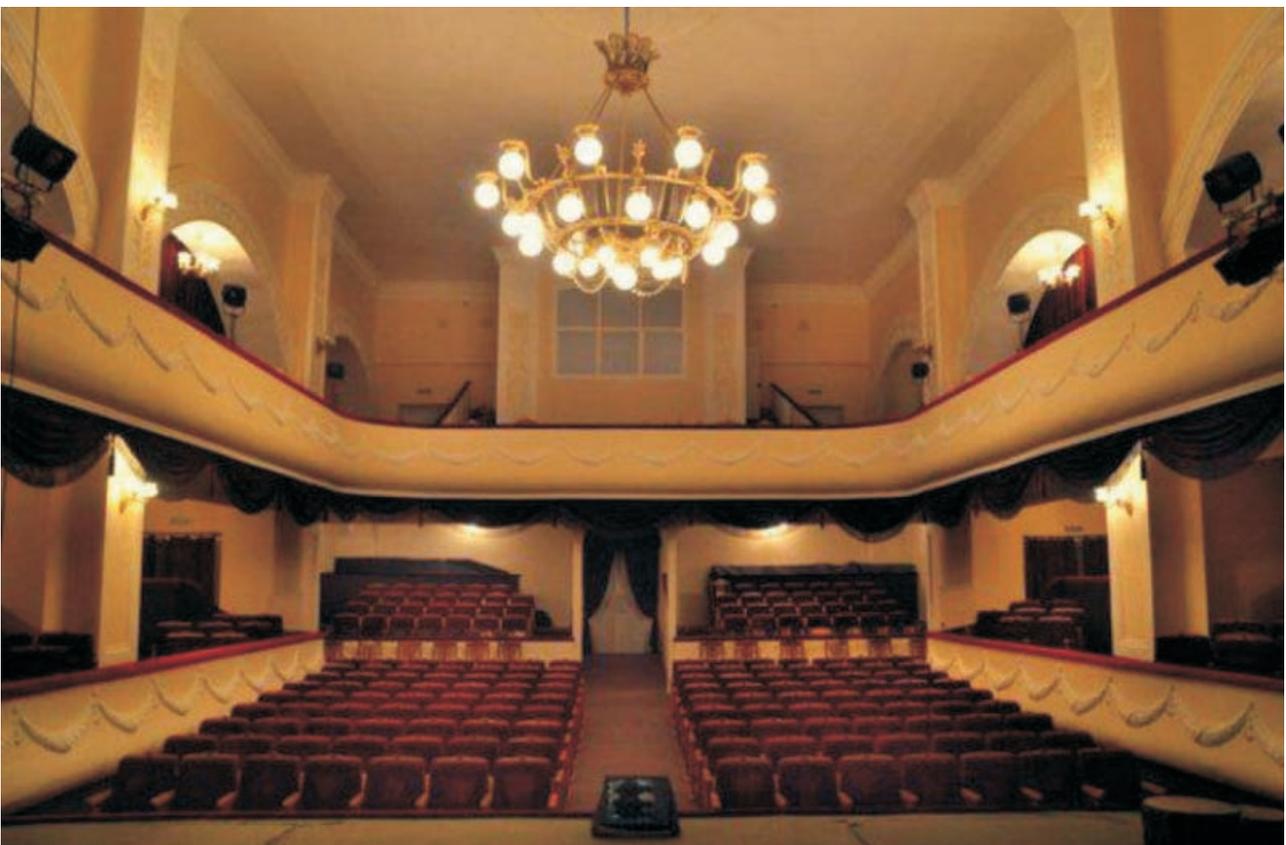
Для бездомных животных нужны приюты. Думаю, что если будут разработаны специальные программы, найдутся энтузиасты и спонсоры. И тогда под очередную плановую расправу не будут попадать и наши домашние и дворовые любимцы. Неужели убийство — лучший и единственный способ решения проблемы?

В далёком детстве помню отстрелы бездомных собак на улицах. Мы, детишки, ненавидели этих людей, потому что чувствовали, что что-то делается не так, не по-человечески. Мы обзывали таких людей живодёрами и пытались защитить собак, как могли. Было пролито немало детских слёз. В период перестройки один из моих друзей, геолог, остался без работы. Нужно было кормить семью, жену, мать и двух малолетних детей. И он пошёл отстреливать собак. Выдержал недолго, сказал как-то: *«Если бы ты только видела взгляд собаки, которую ты собираешься пристрелить. Она ведь всё понимает и молит о пощаде. Я чувствовал себя убийцей»*. Мой друг нашёл другую работу. Какое-то время собирал лекарственные травы. Сейчас у него успешный бизнес в Новосибирске, у всех членов семьи дома, квартиры, машины. Не пропали.

Жаль, что люди, убивающие собак с помощью яда, не видят их предсмертных мук. Ведь они длятся по несколько часов. Может быть, тогда призадумались бы и предложили другие пути решения проблемы? Да, у нас в России сегодня много других проблем, особенно в нынешней непростой внешнеполитической и экономической ситуации. Но главная проблема, по-моему, всё-таки состоит в том, чтобы оставаться людьми. Бездушие и жестокость, с которыми мы сталкиваемся в современной жизни, часто начинаются с жестокости к животным.

2015 г., январь

РЕЦЕНЗИИ



Елецкий драматический театр (вид снаружи и зрительный зал).



Сцена из сказки «Про Иванушку дурачка».

Почему у нас так много незамужних женщин?

Люблю наш елецкий драматический театр. Безусловно, это один из главных центров духовной жизни и украшений провинциального Ельца. Историческим памятником является само здание театра. Вестибюль театра увешан почётными грамотами, заработанными труппой театра на разных конкурсах. У нас замечательные артисты. Но не всегда можно согласиться с выбором репертуара и трактовкой отдельных театральных пьес.

Незамужняя женщина

Спектакль под этим названием поставлен по пьесе Льва Корсунского. Действие, очевидно, происходит в 80-е годы прошлого столетия. Сюжет пьесы весьма прост. Ирина — девушка не первой молодости, и все её помыслы устремлены на то, чтобы выйти замуж за своего сослуживца Феликса. Ей кажется, что это — последний шанс устроить свою личную жизнь. Но в однокомнатной квартире не остаётся места для матери. Надежда Андреевна потрясена, что дочь фактически выгоняет её на улицу и заявляет, что сама собирается выйти замуж. В качестве жениха она представляет немолодого пьющего соседа, для которого предстоящая женитьба является полной неожиданностью. Заканчивается спектакль хорошо. И дочь, и мать получают по предложению выйти замуж

от своих «героев», и все, кажется, счастливы. Но дурной осадок после просмотра спектакля остался. Дело, видимо, и в тексте самой пьесы, и в её трактовке.

Поведение Ирины по отношению к матери — хамское. Доброй эту девушку не назовёшь. Думается, что причина её одиночества была именно в дурном отношении к людям. Вот она и отталкивала от себя мужчин.

Наоборот, сама Ирина почему-то делает предположение о том, что причина её одиночества в её скромности, в том, что она не курит и не вешается мужчинам на шею.

Феликс, незадачливый жених, ужасный зануда и почти трезвенник, потому что пьёт только «культурно», представлен недоумком. Слова «духовность» и «душевная связь», которые он ищет в будущей супруге, звучат в пьесе как ругательство. Но «настоящим мужчином», как напрямую называли его позже герои спектакля, он всё-таки стал... После того, как напился до неприличия, курил прямо в квартире (в отличие от бомжеватого соседа, который всё-таки выходил покурить на балкон), и даже *«чуть было не соблазнил женщину»*. Хуже того, актёр, играющий роль Феликса, так увлёкся курением, что табачный дым проник даже на задние ряды амфитеатра, что для людей некурящих было крайне неприятно.

Что можно почерпнуть хорошего из этой пьесы?

Текст пьесы, видимо, писался в том время, когда «секса в стране не было», и такое отношение автора к пренебрежению физической стороной любви было хоть как-то оправдано. Но ведь сегодня другая беда: современные девочки часто теряют девственность, будучи школьницами! Сегодня отсутствие скромности и сдержанности у девушек и юношей становится настоящей бедой, которая приводит к духовному опустошению, венерическим заболеваниям, бесплодию, а значит то, о чём якобы печётся автор пьесы (чтобы у матери как можно скорее появились внуки), для многих современных матерей остаётся лишь мечтой. Любопытно, но когда *«секса в стране не было»*, проблем с рождаемостью в России было намного меньше. Высокая рождаемость в России наблюдалась в те времена, когда девушки и юноши были максимально скромными. И самая высокая рождаемость сегодня не на развращённом Западе, а в тех странах, где ценятся целомудрие и чистота: в странах, где исповедуются ислам, буддизм, индуизм. Целомудрие является одной из главных добродетелей и в Православии, а ведь Елец — город православный, город, где много действующих православных храмов.

Целомудрие в спектакле представлено как порок.

На протяжении всего спектакля не прекращаются выпивки на сцене и перекур, одно утешает, что курят в спектакле пока что только мужчины, в отличие от дня сегодняшнего, когда порок курения глубоко поразил и женскую часть нашего общества.

Пьют на протяжении всего спектакля люди, которые мечтают построить семейную жизнь, хотя известно, что алкоголь — заклятый враг семейной жизни и семейного благополучия. Более того, именно алкоголь и табак являются главными причинами беспрецедентного вымирания русских мужчин трудоспособного возраста.

Грустная статистика

Можно смело утверждать, что Россия начала третьего тысячелетия — это страна вдов и одиноких женщин, прежде всего, среди русского населения, которое более других пострадало от моды на пьяного мужика, сексуальной революции, табачной и пивной эпидемии.

Как сообщил в теленовостях по пятому Санкт-Петербургскому каналу 26 декабря 2010 года глава Липецкой области Олег Королёв, в начале 90-х годов ожидаемая продолжительность жизни мужчин в Липецкой области составила 57 лет, в 2009 году она поднялась до 62 лет. Ожидаемая продолжительность жизни женщин в начале 90-х годов составила 72 года, в 2009 году она поднялась до 75 лет. В начале 90-х годов рождалось в Липецкой области всего около 9 тысяч детей, в 2009 году рождалось уже 14 тысяч детей. Однако, по признаю самого губернатора, радоваться особенно нечему, так как умерло в 2009 году около 20 тысяч человек в год, что означает, что даже в такой оптимистичный год скорость убытия населения Липецкой области составила 6 тысяч человек! Диспропорция полов в Липецкой области такова, что есть угроза вскоре превратиться в Амазонию. Поэтому выходить из кризиса нужно не постепенно, а немедленно. Времени на раскачку, по признанию губернатора, больше нет.

К сожалению, губернатор так и не связал причины демографической катастрофы с эпидемиями курения, пьянства и насаждаемым развратом, хотя сегодня это научно доказано с фактами в руках. Специалисты считают, что мы только вступаем в демографическую катастрофу, и если не изменим своего поведения, просто вымрем от своих пороков как этнос, как цивилизация.

От себя добавим: по сравнению с последней переписью, население Липецкой области в 2009 году сократилось на 37 тысяч человек. А число лиц женского пола, включая грудных младенцев, где диспропорция полов обычно в пользу мальчиков, почти на 100 тысяч превосходит число лиц мужского пола: женщин — у нас 637,8 тысячи; мужчин — около 538,2 тысячи.

Это значит, что едва ли не каждая вторая женщина детородного возраста не может создать полноценную семью по причине отсутствия партнёра. А главной причиной вымирания наших мужчин является крайне нездоровый образ жизни, прежде всего, употребление алкоголя, курение, наркомания. Ни одна «горячая» война не выкашивает население так, как война химическая, алкогольно-табачно-наркотическая. И этот мужской проигрыш в войне оплачен слезами наших вдов и одиноких женщин! К сожалению, пока что есть только одна перспектива

выравнивания диспропорции полов: прогрессирующее вымирание женщин за счёт всё большего внедрения этих пороков среди девочек, девушек и женщин!

В чём состоит предназначение искусства?

Недавно ходила с внучками на спектакль «Кошкин дом». Замечательная трактовка, задорная игра артистов, однозначные замечательные выводы в пользу торжества добра, которые делают дети, уходя со спектакля! Но почему считается, что взрослых нужно меньше ориентировать на добро, чем детей? Жизнь показала, что взрослые нуждаются в такой защите ничуть не меньше, чем дети.

Зло пустило глубокие корни в нашем обществе. Центральные СМИ находятся в руках людей, которым, видно, наплевать на то, куда катится Россия вообще и русский этнос в частности. Для них главное — прибыль любой ценой, высокий рейтинг за счёт потакания низменным влечениям и вкусам. Очевидно, есть и определённый политический заказ со стороны определённых социальных групп, как в России, так и за рубежом, на тот поток безнравственности и агрессии, который ежедневно обрушивается на головы наших граждан. Всё это называется информационно-психологической войной, которая уже не первое десятилетие ведётся против России.

В таких условиях вся надежда на региональные СМИ и на региональное чиновничество и интеллигенцию. Большой вклад в пропаганду нравственности или безнравственности может сделать и провинциальный театр. Но когда в театрах перед спектаклями предупреждают зрителей, например, что автор пьесы использует ненормативную лексику, а значит и создатели спектакля собираются её использовать, то это уже беда. Нам что, мало мата в жизни? А ведь мат — это не просто так. Научно доказано, что отрицательные эмоции разрушают нервную систему, а вместе с ней и сердечно-сосудистую. Но, может быть, самая главная потеря — мат духовно и нравственно опускает человека.

Можно, конечно, начать демагогию о том, что *«не нужно наступать на горло песне»*, что *«из песни слова не выкинешь»* и т. п. Заповедь посвящения в одну из самых высоких степеней сатанизма гласит: «всё разрешено» или «запрещается запрещать».

Мы что, живём в соответствии с этим сатанинским лозунгом? На телеэкранах Великобритании, Израиля, многих других стран Запада (я уже не говорю о странах ислама, где законы очень строгие) вы не найдёте пропаганды безнравственности. Для внутреннего потребления у них существует серьёзная нравственная цензура, и не только нравственная. Например, на Западе уже давно нельзя показывать курильщиков по телевидению. В известном американском художественном фильме о табачном капитале «Здесь курят» нет ни одной сцены курения! Почему? Да потому, что создателям фильма с такими сценами придётся платить серьёзный штраф за причинение ущерба общественной

нравственности. Там даже из старых фильмов вырезают все сцены курения, потому что они всерьёз намерены покончить с табачной эпидемией уже в 2020 году в своих странах и уже добились больших успехов, идя по этому пути.

Известно, что театры испытывают дефицит хороших современных сценариев. Так отнеситесь творчески к уже существующим. Сместите акценты, дайте свежую актуальную трактовку, уберите вредное и наносное. В театре и на сцене не стесняются переделывать даже классику. И это не всегда плохо. В Ельце удачной была постановка спектакля «Ревизор» в женском составе, когда почти все мужские роли, кроме самого Хлестакова, исполняли женщины.

Суть искусства, как говорил великий русский художник И.Я. Репин, состоит в его очаровании. Искусство не только отражает жизнь, но и задаёт людям образцы для подражания. И это — огромная ответственность перед народом и временем, в котором живёшь. Нужно всегда думать о том, как слово или образ отзовется.

2010 г., ноябрь

Пять — двадцать пять, или Зачем нам «чернуха»?

Оговорюсь сразу: в своей статье я не хочу обидеть артистов Елецкого драматического театра. Они честно делают свою работу на радость елецкому зрителю, не избалованному развлечением. Наш московский друг частенько посещает Елец: ради наших храмов, святого источника и Елецкого драматического театра, который он оценил по достоинству. Но думаю, что в оценке спектакля «Пять — двадцать пять» по пьесе Даниила Привалова он бы со мной согласился.

Вот как описывается сюжет пьесы «Пять — двадцать пять» в репертуарном буклете: *«25 октября его не стало. Покончил с собой, прыгнув с девятого этажа кирпичной девятиэтажки. Кто он? Что он хотел? Имело ли это смысл?»*

Жизнь даётся один раз и как ею распорядиться — решать нам...

Это история любви юноши и девушки, современная история Ромео и Джульетты».

Увы, лично я увидела во время спектакля депрессивную декадентскую историю, которую вряд ли стоит показывать широкой публике. Молодой человек, который подружился с бутылкой, становится неспособным продолжать обучение в вузе, бросает учёбу, устраивается на работу и здесь приобщается к наркотикам.

Ещё в вузе он полюбил однокурсницу, которая из-за несчастной любви к другому человеку совершает суицидальную попытку, но её удаётся спасти. Позже она полюбит нашего «героя» но совершит самоубийство, узнав, что он наркоман, после которого он проживёт ещё два года и тоже покончит с собой.

Идея самоубийства муссируется в течение всех полутора часов спектакля. Авторский ход — попадание «героя» на судилище сразу и к Богу и к сатане, которые дают ему шанс ещё раз прожить последний день, мало что добавляют к поиску истинных причин такого поведения героев и путей выхода из сложившейся ситуации.

Странно, но создалось впечатление, что молодые люди живут в абсолютном вакууме. Где семьи «героев»: мамы, папы, бабушки, дедушки, братья, сёстры, дяди, тётки наконец? Или ценности семьи у нас настолько утрачены, что даже не достойны упоминания?

Где страна, в которой они живут? Они далеки от общественной жизни, их ничто не интересует? А ведь патриотизм — это не благодушная выдумка, а закон природы. Всё живое, начиная от травинки, кустика, животного и заканчивая человеком, отстаивает свою территорию, защищает её, либо уходит в небытие. Патриотизм как личностная ценность помогает человеку вынести самые тяжёлые испытания.

Где интерес молодых людей к учёбе, хобби, увлечения, любовь к природе?

«Герои» спектакля — в полном смысле «потерянное поколение», которое может, но не хочет жить хорошо. У них есть занятия (учёба в вузе, работа), они не голодают, есть крыша над головой, даже называются конкретные адреса проживания. Близкие люди, видимо, есть, хотя автор пьесы не считает нужным их даже упоминать, но показывает лишь друзей «героя» — таких же «торчков», как и он сам. Увы, это, по замыслу автора, — один из источников «юмора» в пьесе. Нас уже приучили смеяться над пьяными. Теперь, оказывается, наркомания — это тоже очень «смешно».

Явным промахом автора пьесы является муссирование разных способов ухода из жизни. Не станет ли это инструкцией для подростка или молодого человека, который ищет, как ему свести счёты с жизнью?

В отличие от горьковской пьесы «На дне», в которой показаны люди, хоть и опустившиеся, но стремящиеся к добру: они очень хотят, но не могут жить лучше, в пьесе «Пять — двадцать пять» «герои» могут жить лучше, но не хотят, потому что не имеют опоры на важнейшие жизненные ценности: семьи и Родины. И в этом случае действительно жить не для кого и не для чего.

Автор пьесы не даёт даже намёка на выход из тупика, в котором оказались «герои». Минутный призыв одного из «торчков» в конце спектакля, что *«надо жить, живите»*, что *«„оттуда“ не возвращаются»* и т. п., трудно назвать хорошим концом, обещанным зрителям авторами постановки. Эта «депрессивная комедия», как её называют авторы, не даёт шанса увидеть выход из тупика, но оставляет зрителя в недоумении.

Проблему наркомании, суицида, утраты смысла жизни у молодых людей поднимать, конечно, нужно, но это, на мой взгляд, — явно неудачный опыт.

Смысл искусства, видимо, состоит в том, чтобы помочь человеку не только увидеть проблему, но и подсказать *пути выхода из неё*. В данной пьесе всё сводится к декларации, что «*„оттуда“ не возвращаются*», а ради чего стоило жить «здесь», не сказано.

Духовные ориентиры обществу должны задавать произведения, которые вдохновляют на жизнь, а не на смерть. Моё мнение: от таких пьес и спектаклей больше вреда, чем пользы. На малой сцене где-нибудь в колонии, может быть это и можно показать, но с последующим обсуждением. А такой показ лишь приучает людей к мыслям о пьянстве, наркомании, самоубийстве как вариантах нормы, и поэтому, на мой взгляд, вреден.

2012 г., ноябрь

«Учителя» — фильм насильственной деградации народа

Первое сентября — День знаний для всей страны. Школьное образование стоит перед решением ряда проблем: как повысить конкурентоспособность? Как усовершенствовать систему ЕГЭ? Как вернуть сочинение по литературе для выпускников? Как мотивировать детей и население в целом больше читать? Как сохранить здоровье школьников и вернуть нормы ГТО? Насколько реалистичен новый стандарт учителя и как его реализовать? Как повысить зарплату учителя и при этом не подорвать его здоровье ненужной писаниной и чрезмерной нагрузкой? Как сделать экипировку школьника доступной для родителей любого достатка? Как воспитать гражданина и патриота своей страны? Как сохранить традиционные национальные ценности на фоне небывалого распада традиционной семьи? Как не допустить новую мировую войну?

В этом году первое сентября — особенный день, потому что отмечался он на фоне небывалой за последние годы информационной войны, развязанной против России. Идёт чудовищная братоубийственная война на юго-востоке Украины, которой не видно конца. Впервые после распада СССР дети Крыма будут обучаться по российским учебникам и российским программам. Десятки тысяч детей беженцев с Донбасса пойдут учиться в российские школы. Идея воссоединения русского мира витает в воздухе, патриотизм на подъёме.

Первый государственный российский канал подготовил к новому учебному году «сюрприз» — многосерийный телевизионный фильм «Учителя» (режиссёр — Вардан Акопян, сценаристы — Ольга Ларионова, Яна Райская, Юлия Разумовская). Казалось бы, самое время ответить на вызовы современности и показать фильм, достойный нашего времени, России и россиян. Но такого цинизма я не ожидала даже после скандального фильма Валерии Гай Германики «Школа», которая сама и в школе-то никогда не училась, а взялась судить

о школе и учить других. В том фильме, хоть и в скандальной форме, поднимались проблемы школьников и показывали, прежде всего, детей. В фильме «Учителя», якобы комедии, дети — всего лишь «подтанцовка», некий фон, а главная тема — это сексуальная озабоченность учителя и педагогического коллектива в целом.

Судите сами. Железная Леди школы — завуч, на которой всё держится, страдает от женского одиночества и мечтает «станцевать танго» с директором школы, то ли армянином, то ли грузином, для которого главная забота всё-таки в другом: как заработать на мигрантах, используя школьные помещения? Учительница английского языка, замужняя женщина, навязывается новенькому учителю и делает ему минет прямо в своей машине. Другой учитель мужского пола не знает, как добиться секса с сексуальной «англичанкой», спрашивает совета у «новенького» коллеги и делает попытку сексуального соращения прямо в стенах школы во время общешкольного «Осеннего бала».

«Осенний бал» для учителей — это просто повод расслабиться самим и по возможности удовлетворить свои сексуальные потребности. Запрещённый завучем в стенах школы алкоголь некоторые учителя всё-таки тайно пронесли и также тайно употребляют. Что будут делать во время бала ученики, никого из учителей не волнует вообще. Вполне достойная любви и уважения, на первый взгляд, учительница биологии, чтобы «отшить» ненужного поклонника, прямо на обеденном столе исполняет частушку про «электрошок между ног». Новенький учитель, бывший ученик этой школы, подстрекает своих учеников на хулиганский поступок по отношению к завучу школы (один из учеников намертво приклеил ей на юбку наклейку с рожицей). Во время стихийной дискуссии, организованной тем же «новеньким» учителем, один из учеников спрашивает девочку, которая ему, видимо, нравится, был ли у неё секс с взрослым мужчиной, на что она с вызовом отвечает: «А если был, то что?» Таким образом, тематика всего фильма — ниже пояса. «Дом-2» на первом государственном канале, да и только!

В фильме снялись известные актёры: Ирина Розанова, Валерий Баринов, Екатерина Васильева. Жаль, хотя сыграли свои роли они хорошо. Лучше вообще не сниматься, чем сниматься в таких низкопробных фильмах с таким растлевающим потенциалом.

Не скрою, для меня смотреть такие фильмы — тяжкое испытание, сил хватило только посмотреть третью и четвёртую серии. Бездарно, пошло, безнравственно! Этот фильм — просто диверсия против школы, против учителей и учеников, против России в целом. Образование — одно из самых чувствительных мест для общества. Хотите в Россию и в русский мир? Тогда посмотрите на этот русский мир! Пусть вас стошнит от такого русского мира!

Только ли от низкой культуры и невежества появляются такие фильмы? Убеждена, такие фильмы случайно не появляются. Нужно понимать, что это

чей-то социальный заказ. И если наши учителя в массе своей не такие, какими их изображают в фильме, то их можно такими сделать, целенаправленно вытравляя из школы целомудрие и нравственность. Зачем войскам НАТО на нас сегодня нападать? Достаточно снять серию таких фильмов-бомб, и страны не будет. Останется лишь добить несогласных.

Я ещё помню старые фильмы о школе советской эпохи — «Розыгрыш», «Школьный вальс», «Чучело» и другие. Они тоже не всегда принимались безоговорочно. Но там были проблемы, которые действительно волновали общество. Эти фильмы создавали мотивацию на то, чтобы стать лучше. На что мотивирует фильм «Учителя»?

Я хочу обратиться к Президенту, к депутатам Государственной Думы, к руководителям телеканалов, к педагогическому сообществу, ко всем неравнодушным гражданам России. Почему свободу творчества в современной России понимают как свободу растлевать народ? Кто финансирует эти фильмы? Кто их консультирует? Кто их рецензирует? Почему продукция, которая входит через телевизор или кино в каждый дом, не подвергается никакой нравственной цензуре? Сегодня политические события достигли такого накала, что вопрос стоит только так: «Либо править бал в стране будет «пятая колонна», либо гражданское общество и власть дадут растлителям и предателям достойный отпор. Либо мы научимся защищаться в информационной войне, либо нас не будет вообще уже в обозримом будущем».

2014 г., сентябрь

Тысячи человеческих «спасибо»

22 сентября в Севастополе на «XXIII Международной конференции-семинаре по собриологии, профилактике, социальной педагогике и алкологии» состоялась презентация книги Натальи Юхимец «Тысячи человеческих „спасибо“». Книга посвящена украинскому апостолу трезвости Фёдору Калинчуку.

Фёдор Михайлович Калинчук впервые приехал на эту конференцию в Алушту в середине 90-х годов. С тех пор он стал частым гостем и участником этой конференции, которая с 2000 года стала проходить в Севастополе. Благодаря Фёдору Калинчуку, конференция стала популярной среди украинских трезвенников, и численность украинской делегации стала здесь одной из самых многочисленных. В последний раз он приехал в Севастополь в 2011 году, меньше чем за год до своей смерти.

Вспоминая Калинчука, соратники рассказывали о его исключительных человеческих качествах и подвижничестве. Дело отрезвления народа было для него смыслом жизни.

Присоединюсь и я к этим воспоминаниям. Впервые я встретила Калинчука в Севастополе в 2007 году. И сразу наши дороги пересеклись. И он, и я проводили семинар в молодёжной группе. Поскольку состав группы у нас был один и тот

же, мы сделали эти два семинара взаимодополняющими. Сначала все ребята шли к Калинчуку, потом ко мне. Ходили и мы с Калинчуком на занятия друг к другу. Вспоминаю наших ребят — Йоханну, Юру, Сашу и других. С Сашей Почекетой у меня с тех пор установилось творческое сотрудничество.

Я сама преподаватель с многолетним стажем. Но то, что я увидела на лекциях Калинчука, меня потрясло и заворожило. Его лекции можно сравнить со спектаклем талантливого артиста, с той лишь разницей, что он играл самого себя и был абсолютно искренен во всём, о чём рассказывал. Два часа лекций пролетали незаметно. Запомнился его искрящийся юмор. Меня не так-то просто рассмешить, но на его лекциях я часто и от души смеялась, так он умел рассказать историю, да ещё и показать её в лицах. И ещё запомнилась его фраза: *«Учитель — это не тот, кто учит, а тот, у кого учатся»*. Сам он и был таким учителем.

Скажу честно: я даже струсилась после первого занятия приглашать ребят к себе, боялась, что они меня не захотят слушать после такого рассказчика. Но обошлось. Потому что Фёдор Михайлович отнёсся ко мне с величайшим уважением и настроил ребят на дальнейшую работу, и все ребята после лекции дружно отправились ко мне. Потому что я проводила свои занятия, слава Богу, в другом жанре, иначе бы просто не выдержала сравнения. Это были практические уроки трезвости с элементами тренинга. Более того, Фёдор Михайлович, несмотря на то, что уставал после своих занятий, находил в себе силы приходить ко мне на занятия и сам. Мы договорились сотрудничать, но в 2008 и 2009 году мне пришлось выполнять функции переводчика конференции, что не оставляло ни сил, ни времени для чего-то ещё. Мы запланировали на будущее совместный мастер-класс *«От А до Я о трезвости»*. К сожалению, не сложилось. Сначала не смогла приехать на конференцию я, потом не стало его...

В 2012 году на Всеукраинском съезде трезвенников в Белой Церкви был вечер воспоминаний о Фёдоре Калинчуке. Я видела искренние слёзы людей, которые его знали, любили, помнили, были благодарны за обретенную благодаря ему трезвость. Прочитав книгу Натальи Юхимец, лучше начинаешь понимать, какого масштаба личностью он был. Ведь раньше это был просто соратник, один из нас, никакой звёздности, наоборот — простота и сердечность, и даже застенчивость. Такими, наверное, обычно и бывают по-настоящему замечательные люди.

Спасибо Наталье Юхимец за хорошую книгу о трезвеннике и Учителе с большой буквы — Фёдоре Калинчуке.

*2014 г., октябрь
(опубликовано на сайте «Трезвая Украина»)*

КОНФЕРЕНЦИИ, СЕМИНАРЫ И СЪЕЗДЫ ТРЕЗВЕННИКОВ



Слева направо: участники конгресса «Общее дело» Д.А. Халтурина, С.С. Аникин, Н.А. Гринченко, С.А. Сушинский, А.Е. Шабашов (г. Москва, 16 февраля 2012 г.).

XIII Международный

Тринадцатый Международный семинар по собриологии, профилактике, социальной педагогике и алкологии состоялся, как и прежде, в конце сентября в Крыму, в Севастополе. На семинаре прошли регистрацию 82 делегата из России, Украины, Белоруссии, Казахстана. Однако на самом деле гостей было ещё больше.

Самое главное — отложил все свои дела и в очередной раз почтил своим присутствием на семинаре Фёдор Григорьевич Углов со своей супругой Эмилией Викторовной. Именно здесь семья Угловых решила отдохнуть перед серьёзным и ответственным событием — всенародным празднованием столетия со дня рождения Фёдора Григорьевича.

В числе гостей было много тех, кто приехал впервые. И здесь они имели шанс убедиться, что действительно приехали туда, где действительно собрались убеждённые трезвенники. Как признались некоторые из них позже, перед поездкой на семинар от своих близких и знакомых они получили напутствие лично убедиться в том, что трезвенники действительно совсем не пьют и не курят. К сожалению, алкоголь и табак настолько прочно вошли в нашу жизнь, что многие люди в России уже не верят, что бывает иначе.

Не было гостей из дальнего зарубежья. Не прошли даром террористические акты, потрясшие Россию накануне. И, наверное, не понравилось число 13. Его на Западе стараются избегать.

И всё-таки семинар прошёл удачно. Удивительное дело: на семинаре трезвенников напрочь забываешь, что «наши» украинцы, белорусы живут где-то в зарубежье, настолько сильным бывает там чувство единения со всеми.

Семинар — как большой оркестр, где каждый играет на своём инструменте. В результате получается весьма симпатичный хор. На пленарном заседании, уже не первый год, выступил В.Г. Жданов и в очередной раз всех поразил убедительностью и эмоциональностью своей информации. Владимир Георгиевич, безусловно, оратор от Бога и, может быть, лучший лектор по алкогольной проблеме конца XX — начала XXI столетия.

Великолепно выступил с антиалкогольной лекцией А.Н. Маюров. Антиалкогольные и антитабачные семинары по методу Шичко провели вечно молодой и темпераментный Ю.А. Ливин, энергичный и остроумный В.А. Толкачёв, мудрая якутка В.М. Кузьмина (она же и врач-гомеопат, владеющий уникальными современными средствами и методами диагностики и лечения различных заболеваний). И хотя метод Шичко один, у каждого автора свой почерк, который ни с чьим другим не спутаешь.

Настоящих наркоманов для избавления от наркотической зависимости прямо на семинар в Севастополь привёз с собой В.А. Дружинин. Дерзкий шаг, но Дружинин в себе уверен — не первый год многие наркоманы, прошедшие через его клуб взаимопомощи, стали бывшими. В.А. Дружинин также провёл и семинар о Любви, так как уверен, что умение любить — лучшая защита от жизненных невзгод.

Кандидат психологических наук Е.Н. Волков провёл обновлённый семинар по психологии влияний.

Побывал в гостях на семинаре подмосковный театр «Куклы и люди», представивший детский спектакль как форму опосредованной антинаркотической работы с детьми. Мы спектакль видели — дело стоящее. Оказывается, с детьми младшего школьного возраста можно говорить о наркотиках, вообще не упоминая этого слова. А когда они сами догадаются, о чём идёт речь, можно направить разговор в нужное русло с помощью книжки-раскраски, метода незаконченного рассказа, дискуссии.

Боевой энергичный коллектив подмосковного фонда «Радость» провёл мастер-класс, состоящий из суставной утренней гимнастики, тренингов чувств и общения, игротехник. На утреннюю гимнастику ходила и я. После хорошей утренней разминки мы дружно уходили в сторонку, где купались в море.

Самое судьбоносное событие лично для меня произошло на семинаре по коррекции зрения всё того же В.Г. Жданова. Не верила, но сняла очки. А ведь докатилась почти до пяти диоптрий. Но дневники, гимнастика и массаж для глаз совершили чудо — уже в Севастополе я очки сняла и без очков даже смогла подготовиться к докладу. К сожалению, вернувшись на работу в университет, где я преподаю и где мне приходится много готовиться к занятиям и работать в плохо освещённых аудиториях, я иногда надеваю очки. Но это уже не 5 диоптрий, а всего полторы. И работу над зрением я намерена продолжать до победного конца, т. е. до полного избавления от вредной привычки ношения очков.

На совместном семинаре С.Н. Варанкиной и В.Г. Жданова узнала о том, что когда-то русский мёд северных пчёл славился на весь мир и доходы от экспорта пчелопродукции в России составляли более трети российского бюджета. Дело в том, что диастазное число мёда северных пчёл составляет около 50 единиц. Потом в России увлеклись более медоносными южными пчёлами с диастазным числом мёда в пределах 15 единиц, а значит и с более низкими целебными свойствами. Мёд из России больше никто не покупает. Сейчас былую славу русского мёда пытаются воссоздать энтузиасты компании «Тенториум», создав 200 километров пасек в экологически чистых районах Пармского заказника Пермской области и возродив культуру разведения северных пчёл. Поэтому трезвенники считают полезным для себя содействовать распространению продукции компании. Ведь это — высококлассная продукция, дарованная самой природой, которая усваивается на 100% и даёт человеку все 600 витаминов и микроэлементов, необходимых для поддержания здоровья.

С тайнами имени могла ознакомить всех желающих автор книги «Правда о главном секрете русского языка» якутка Н.И. Сафронова-Левина. От неё я узнала, что в русском языке ключевыми являются лучшие в мире слова — Свет и Любовь. И что ношу я замечательное имя Наталья, которое означает «природная», «естественная» и в котором зашифровано слово «Любовь». Встречу с этой интересной женщиной я считаю большой удачей.

Вечерами, конечно, были дискуссии, и все были, конечно, правы, потому что когда собираются вместе сразу столько ярких лидеров, иначе и быть не может. Были купания в море каждый день, экскурсии для всех желающих и много работы для тех, кто добросовестно ходил на семинары. А потом было грустное расставание и надежда на то, что через год мы снова соберёмся вместе. А организовали этот семинар, как всегда, А.Н. Маюров и его команда, за что им большое спасибо!

2004 г., сентябрь

Встреча трезвенников на Кипре

XV Международная конференция-семинар по собриологии, профилактике, социальной педагогике и алкологии в этом году проходила в два этапа. С 20 по 30 сентября 2006 года — в г. Севастополе (Украина), с 8 по 13 октября 2006 года — в г. Ларнака (Кипр).

В конференции на Кипре приняли участие более 70 делегатов из Греции, Кипра, Сербии, Болгарии, Литвы, Швеции. Но самой многочисленной делегацией была делегация из России и Беларуси (24 человека).

Организаторами конференции-семинара были, прежде всего, Международная академия трезвости (МАТр), основанная в России по инициативе профессора А.Н. Маюрова, её главной целью является подготовка профессионалов и волонтеров трезвеннического движения.

Принимающая сторона была представлена двумя неправительственными некоммерческими организациями: Евро-Средиземноморским товариществом против химических зависимостей (EMPASA), главной целью организации является разработка и внедрение программ профилактики, лечения и проведения научных исследований. Другой организацией был Центр информации о наркотиках и лечения наркозависимых лиц. Цель этой организации — оказание услуг по первичной и вторичной профилактике, лечение и реабилитация лиц, зависимых от психоактивных веществ.

Темой конференции-семинара было: *«Роль религии в профилактике химической зависимости»*, что, конечно, обусловило достаточно широкое представительство на конференции религиозных деятелей. В основном это были православные священники: прежде всего, президент КЕНТЕ митрополит Кризостомос Китиона, были представители католической церкви.

Россию представлял иеромонах отец Анатолий Берестов, который возглавляет душепопечительский центр по избавлению от наркомании в Московской Епархии. Отец Анатолий не только священник, но и доктор медицинских наук. Его доклад отличался особой глубиной. С цифрами и фактами в руках отец Анатолий рассказал о том, как за несколько лет существования центра в нём прошли реабилитацию 4000 наркозависимых, а также пострадавших от оккультизма и игромании молодых людей. Почти все они вернулись к нормальной жизни. И главными секретами успеха были молитва, исповедь и причастие, послушание, чистая воцерковлённая жизнь. *«Сила Божия исцеляет всех. Первая задача, — считает отец Анатолий, — научить ребят жить по-христиански, быть патриотами отечества»*. Отец Анатолий утверждает, что профилактику наркомании следует начинать с профилактики курения и употребления алкоголя. Вероятность стать наркоманом у курильщика в 55 раз выше, чем у некурящего. А если при этом добавляется спиртное, то риск наркомании увеличивается в 100 раз.

Во всех выступлениях священства красной нитью проходила мысль о том, что корни наркомании — в отступлении от праведной христианской жизни, в потере духовных и нравственных ориентиров. Неоднократно звучала мысль о том, что согласно учению Православной Церкви, Бог создал человека в единстве духа и тела. Всякое осквернение тела оскверняет и дух. Поэтому курящий и отравляющий себя другими одурманивающими веществами наносит непоправимый ущерб и своему духу.

Главным конфликтом и интригой конференции-семинара явилось столкновение трезвенной идеологии оптималистов и культурпитейских убеждений киприотов. Выступление профессора Кривоногова о противостоянии идеологий абсолютной трезвости и культуры питья вызвало бурю несогласия и протестов. Даже те из киприотов, которые сами не пьют и против даже самого «культурного» винопития, растерянно спрашивали: *«Неужели можно не угощать, если пришли гости?»*

Справедливости ради нужно сказать, что на Кипре исстари пьют только чистый виноградный свежавыжатый или перебродивший сок. Никаких ухищрений с креплёными винами там нет. Никакой перегонки в чистый спирт для пищевых целей. На обеденном столе может стоять небольшой графин вина, и желающие могут выпить. За неделю пребывания на Кипре я ни разу не видела ни одного пьяного или просто киприота с затуманенным взором. Женщины пьют меньше или не пьют совсем. Если компания приходит в ресторан, не факт, что они обязательно закажут вино. Курящих там тоже заметно меньше, чем в России, и они не ведут себя так нагло, как наши курильщики. Хотя бы стараются прятать свой порок в стороне от окружающих.

Наша делегация отказалась от угощения вином в первый же день. Нас поняли и больше не угощали.

Культурпитейский спор подытожил научный консультант EMPASA, бывший гражданин Болгарии, почти наш земляк, Филип Лазаров. Он сказал, что категорически против слова «борьба», что корни наркотизма в социальном кризисе, которое переживает человечество, а не в «пресловутой программе» на питьё. Однако под напором фактов и выступлений был всё-таки вынужден признать наш положительный опыт избавления от зависимостей по методу Шичко. При этом он подчеркнул, что нужно обязательно учитывать конкретный исторический опыт и конкретную ситуацию. Если в России серьёзные проблемы, то нам их и решать теми способами, которыми мы сочтём нужными. На Кипре особых проблем нет, поэтому слово «трезвость» для них не приемлемо.

Короче, гости и хозяева остались при своих мнениях. Однако было заявлено, что сотрудничество будем продолжать. Следующая встреча может произойти совместно с представителями уже других конфессий в 2007–2008 годах.

Рассказ о конференции-семинаре был бы слишком неполным, если не рассказать немного о Кипре. Кипр — это остров в юго-восточной части Среди-

земного моря, примерно в 450 километрах от Бейрута. Население острова примерно 640 тысяч человек. В основном это — греки местного происхождения, есть немало эмигрантов, в том числе из России и стран СНГ. Северная часть Кипра с 1974 года находится под контролем Турции. Туда же переселились и все турки-киприоты. Ситуация пока непримиримая и неразрешимая.

В середине октября остров встретил нас тёплой погодой (+26 градусов по Цельсию). Море тёплое, но очень солёное, жжёт глаза. Честно говоря, наши родные черноморские медузы приятнее, чем солёная разъедающая горечь средиземноморской воды.

До нашего приезда на южном побережье Кипра 4 месяца не было дождей. Земледелие затруднено, орошение осуществляется по трубам, и каждый кустик поливается отдельно. Многие продукты завозятся. Основная отрасль экономики — туризм. Лишь 10–15 процентов территории заняты лесами. Остальное — выжженная земля с чахлыми островками пожухлой травы. Зато в сезон дождей (с середины ноября до марта) земля покрыта цветочным ковром.

Кипр производит впечатление края, где коммунизм уже наступил. Я так и не поняла, где живут бедные, а где богатые. Кипрские деревни — это светлые двухэтажные домики, построенные из местных материалов и отделанные под евроремонт. На крышах — неперенные цистерны с водой на случай прекращения водоснабжения. Их обычно две, и одна из цистерн прогревается солнечными батареями. Так что с горячей водой у них проблем нет. Воды мало, воду экономят, но с ситуацией справляются. В уютных двориках непременно растут роскошные цветущие кустарники с белыми, розовыми, сиреневыми пахучими цветами.

Мы жили в Garden View Hotel (в переводе на русский — гостиница с видом на сад). И здесь всюду уютные зелёные газоны, цветущие кустарники, финиковые пальмы и лазурно-голубой бассейн, совсем как в западных фильмах. В номерах безукоризненная чистота и белизна, а стёкла на лоджию такие чистые, что мы не раз расшибали себе лбы, ошибочно считая, что дверь открыта.

На Кипре, как и в России, тоже много продукции выпускается в пластиковых пакетах и бутылках, но всё это куда-то вовремя убирается, всё чисто и благопристойно. Экологическая катастрофа им не грозит.

На Кипре мы увидели, что можно жить на маленьком острове, не иметь особых природных ресурсов и при этом жить весьма безбедно и справедливо, без той чудовищной пропасти между бедными и богатыми, к которой мы уже стали привыкать в России.

Таковы самые общие впечатления о кипрской конференции. Подобные встречи помогают расширить собственный кругозор, дают возможность других посмотреть и себя показать. Думаю, что российские наработки в области профилактики вызвали всеобщий интерес и внесли достойный вклад в мировой опыт преодоления зависимостей.

2006 г., октябрь

Самоуважение по-русски

30–31 января в рамках XVI Международных Рождественских чтений впервые за 16 лет работала секция «Трезвость и будущее России», которую многие участники чтений позже переименовали как «Трезвость — будущее России!»

Работу этой секции помог организовать факультет психологии, социальной медицины и реабилитационных технологий Российского государственного социального университета (РГСУ). Под аплодисменты всего зала декан факультета Е.А. Петрова сообщила, что устав университета запрещает своим студентам пить и курить (и, разумеется, употреблять наркотики). Среди первокурсников здесь уже сложилась традиция: после поступления все четыре тысячи студентов проходят в трезвенном марше по улицам Москвы, скандируя: *«Я не пью и не курю, я студент РГСУ»*. Действительно, здесь мы не встретили даже следов курения и употребления пива. Может быть, не все студенты и преподаватели полностью свободны от алкоголя и табака, но здесь, в храме науки, чисто. А на территории университета стоит храм во имя Феодоровской иконы Божией Матери, в которой после чтений был отслужен благодарственный молебен. Наверное, это образ такого учебного заведения, который нужен сейчас для спасения нашей молодёжи от обвального пивного алкоголизма, эпидемии табакокурения и наркомании.

Не меньший восторг вызвало сообщение игуменьи Алексии (Петровой), настоятельницы Владычного Введенского женского монастыря (г. Серпухов Московской области), в котором хранится оригинал иконы «Неупиваемая чаша», помогающей страдающим от порока пьянства, сообщение о том, что в их монастыре не пьют вина даже по престольным праздникам.

Председателями трезвенной секции были архиепископ Пензенский и Кузнецкий Филарет и ректор РГСУ, академик РАН В.И. Жуков. В числе сопредседателей были протоиерей Алексей Бабурин (председатель Душепопечительского центра имени преподобномученицы Великой княгини Елизаветы Фёдоровны «Дом милосердия») и иерей Игорь Бачинин (председатель Всероссийского православного братства «Трезвение»). Рядовыми участниками были как священнослужители и монашествующие, так и светские учёные и общественные деятели.

Сегодня нередко высказывается мнение, что православные трезвенники — это сектанты, что православие как религия не проповедует полное воздержание от алкоголя.

Вопрос не простой. И даже на чтениях наметились разногласия по вопросу о том, призывать ли людей к полной трезвости или к умеренному винопитию. Однако сторонники и тех, и других взглядов констатировали, что в дни самых тяжёлых испытаний для России Церковь всегда отстаивала интересы народа. Известно, что трезвенное движение в России второй половины XIX — начала XX века полностью поддерживалось Православной Церковью, что большая

часть обществ трезвости создавалась под покровительством Церкви. А известный русский педагог С.А. Рачинский, один из лидеров трезвеннического движения конца XIX века и создатель одного из первых обществ трезвости в России на базе Татевской сельской школы, считал, что утверждение трезвой жизни будет наиболее эффективным при церковном приходе.

В г. Ельце Липецкой области, который я представляла на чтениях, тоже было создано и прославилось своей достойной деятельностью Рождественское Аргамаченское общество трезвости, основанное Елецким священником Анатолием Брянцевым. Уже давно нет этого общества — после революции в борьбе с Церковью было уничтожено и общество трезвости — но по сей день живы некоторые из бывших членов этого общества. И им уже под 100 лет, и своих детей они воспитали в трудах и уважении к трезвости.

Кроме того, на чтениях звучала мысль о том, что Православие, строго говоря, религия трезвая, но об этом просто забыли. Вино, которое используется в таинстве евхаристии, не только символизирует кровь Христову, но и меняет свои свойства. Приводились примеры, когда люди боялись причащаться, потому что имели сильную аллергию на вино. Однако причастие вином в Церкви никакой аллергии не вызывало.

Цитировались отрывки из Библии, из которых следовало, что слово «вино» там используется в двух смыслах: молодое вино — это свежавыжатый виноградный сок, а старое вино — это перебродивший сок. Всякий раз, когда вино упоминается в положительном смысле, речь идёт о молодом вине, а в отрицательном смысле — о старом вине.

Можно также вспомнить об одном из библейских чудес Христа, когда на свадьбе он превратил воду в кувшинах в молодое вино и гости недоумевали, почему вначале им было подано плохое, старое (т. е. перебродившее вино), а потом хорошее, молодое вино (т. е. свежий виноградный сок), ведь обычно хозяева поступают наоборот.

Говорилось также о том, что в странах, где издавна произрастал виноград и производилось вино, очень плохая вода, и разбавление воды вином с целью её обеззараживания было вопросом выживания.

Пьянство в Библии ставится в один ряд с другими пороками. По словам апостола Павла *«...ни пьяницы, ни прелюбодеи, ни злоречивые Царства Божия не наследуют»* (1 Кор. 6, 10). Один из самых почитаемых в христианстве святых пророк, предтеча и креститель Господень Иоанн (*«Из рождённых жёнами не восставал больше Иоанна Крестителя»* — Мф. 11, 11) отличался абсолютно трезвым образом жизни. Сказано о нём: *«Ибо он будет велик пред Господом; не будет пить вина и сикера, и Духа Святаго исполнится ещё от чрева матери своей»* (Лк. 1, 15).

Все почитаемые Русской Православной Церковью святые воздерживались от винопития и осуждали пьянство. Преподобный Феодосий Печерский ещё

в XI веке говорил, что через пьянство человек отгоняет от себя ангела-хранителя и привлекает беса. Совсем не пили вина свт. Иоанн Златоуст, свт. Митрофан Воронежский, св. прп. Афанасий Печерский, свт. Пётр, митрополит Московский, свт. Василий Великий, св. прп. Серафим Саровский и многие-многие другие святые отцы Православной Церкви. Святой преподобный Серафим Саровский завещал: *«...не имейте в дому своём не только вина, но даже и посуды винной»*. А святитель Тихон Задонский, наш земляк (святые мощи его покоятся в Задонском монастыре Липецкой области), писал: *«Есть две дороги, выбирай любую: одна служит 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 и 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»*.

Так какие же трезвенники сектанты, если все наши почитаемые святые не пили вина и призывали к трезвости других?!

Самая главная мысль, которая звучала на чтениях, это мысль о трезвении духовном, без которого отрезвление от химических веществ теряет всякий смысл, причём под духовностью понимают, прежде всего, чёткие нравственные ориентиры, соблюдение библейских заповедей, воцерковлённую жизнь. Все зависимости вырастают на болоте бездуховности. Пьянство и алкоголизм, курение, наркомания, игромания — суть страсти, пороки, они имеют греховную природу, и в бездуховном человеке избавление от одной зависимости неизбежно приведёт к возникновению другой. Конечно, духовным и нравственным может быть и атеист! Но человек верующий имеет дополнительную защиту от Бога.

Все участники чтений поддержали идею о введении в школьное обучение предмета «Основы православной культуры». Этот предмет уже несколько лет ведётся как факультативный (необязательный) в некоторых школах России. Но недавно Патриарх Московский и всея Руси Алексей II предложил ввести этот предмет в государственные образовательные стандарты и сделать его обязательным уже с 1-го сентября 2009 года. Для тех, кто исповедует другие религии, следует ввести соответствующие предметы, а для атеистов — «Основы нравственной этики». Министр образования и науки Андрей Фурсенко согласился, что духовно-нравственные ценности обязательно должны присутствовать в образовательном процессе.

На чтениях честно и открыто признали, что на уровне всего общества в вопросах отрезвления сейчас трудно сделать что-то радикальное. Мы живём при диком капитализме, когда нажива правит бал. Ради денег у нас сегодня пренебрегают народной нравственностью, народным здоровьем. За деньги можно купить и совесть «народного» депутата, и совесть журналиста и даже учёного.

Но Православие предлагает замечательный ресурс, который содержится в нашей вере: каждый православный христианин должен спросить, прежде всего, с себя — ведь духовные преобразования в обществе начинаются с отдельной личности. Вот этот ресурс и нужно использовать для отрезвления общества. Каким бы диким ни был российский капитализм, всё-таки насильно в горло нам никто не заливают. Это мы сами курим, пьём, сквернословим, играем в азартные игры, хотя тёмные силы нас, конечно, на это провоцируют. Но где наша свободная воля?

Всем, кто так или иначе связан с вопросами трезвости, сегодня ясно, что подлинное возрождение России без отрезвления общества невозможно. Чтобы поднять народную нравственность и преодолеть демографический кризис, необходимо: перестать травить себя ядами-наркотиками девушкам и женщинам, — ведь без этого не будет здорового потомства и нравственно здоровой семьи; перестать, наконец, пьянствовать мужчинам и взять ответственность за самих себя, за семью, за детей, за свой труд; священникам, которые в полной мере ещё не осознали всю пагубность пьянства и других зависимостей для общества, осознать это и призывать церковный народ к трезвости на своих проповедях.

Нашему бизнесу пора бы понять, что насаждая пороки и наживаясь на этом, они рубят сук, на котором сами сидят. Ведь если ситуация с вырождением народа не изменится, то уже к середине XXI века, по подсчётам учёных, нас останется немногим более 80 миллионов. Кто тогда будет охранять наши границы и работать на полях и заводах?

Решение проблемы за счёт иммигрантов просто сметёт с лица земли нашу цивилизацию. Уже сегодня в «мировом сообществе» муссируется идея о том, что если плотность населения в регионе составляет менее 8 человек на один квадратный километр, то эта земля должна принадлежать «всем». Разумеется, под «всеми» Запад имеет в виду себя. Наши основные природные богатства находятся за Уралом, а демографическая ситуация там критическая, без китайцев и других иммигрантов многие работодатели уже обойтись не могут. В наших северных областях, например, в Ярославской области, население убывает со скоростью 3 процента в год. Чтобы решить проблему отрезвления России, необходима чёткая позиция властей. Однако почему-то до сих пор проект «Программы первоочередных мер государственной антиалкогольной политики», поддержанный 36-ю субъектами Российской Федерации (а достаточно поддержки 30-ти), лежит без движения в Госдуме.

Особая тема — ответственность СМИ и искусства. Они так преуспели в пропаганде пьянства, курения, всякого рода разврата, что переубедить теперь молодёжь в том, что не всегда так было, почти невозможно.

Пора осознать: быть или не быть России — зависит от каждого из нас. *«Быть или пить?»*, *«Трезвость — будущее России!»* — вот лозунги трезвенной секции XVI Рождественских чтений в Москве. А 11 сентября, день Усекновения

главы Иоанна Предтечи, предлагается провозгласить Всероссийским праздником трезвости, как это было в дореволюционной России, по постановлению Синода Русской Православной Церкви, которое, кстати, с тех пор никто не отменял.

2009 г., январь

Для воспитания духовно-нравственной личности главное — создать условия

В Екатеринбурге 8–10 июня состоялась третья сессия научно-практического семинара по разработке теории трезвенного просвещения. Организаторами семинара были: «Попечительство о народной трезвости» Свердловской области, «Синодальный отдел по церковной благотворительности и социальному служению РПЦ», Учреждение Российской академии образования «Уральское отделение», «Российский государственный профессионально-педагогический университет» и «Уральский государственный педагогический университет».

Главным организатором и вдохновителем семинара был священник Игорь Бачинин, кандидат педагогических наук, трезвенник, который изучил дореволюционный опыт российских обществ трезвости и успешно продолжает дело отрезвления народа в своём регионе. Свой опыт он обобщил в книге «Как организовать общество трезвости на приходе?», которая выдержала уже второе издание.

Экспертами семинара выступили: д. пс. н., профессор, член-корр. Российской академии образования (РАО) В.И. Слободчиков, к. п. н., профессор, почётный работник высшего профессионального образования РФ С.Т. Тимофеев и д. п. н., к. м. н., профессор Уральской государственной юридической академии Б.Н. Алмазов.

Рядовыми участниками семинара были священники, психологи, педагоги, социальные работники, медики, доценты и профессора высшей школы.

Целью семинара было: выявление методологических подходов к воспитанию человека в трезвенных традициях отечественной культуры.

Эксперты семинара задали основную траекторию поисков.

Б.Н. Алмазов. Основная причина возникновения потребности в бегстве от действительности с помощью одурманивания — это духовно-нравственный кризис, размытость нравственных ориентиров. На примитивных стадиях развития потребности в одурманивании нет. Цивилизация — тяжёлый хомут.

Основные субъекты профилактики — семья, система (образовательных учреждений и т. п.) и среда неформального общения. Если есть неблагополучие в одной или даже в двух из этих сфер, то ещё можно устоять. Полный крах личности наступает, когда неблагополучие возникает во всех трёх сферах. Такая личность враждебна всей системе ценностей, принятых в данном обществе.

С.Л. Погорелов. Основные субъекты трезвенного просвещения — это Церковь, семья, наука. Традиции культуры в России — это, прежде всего, традиции православной культуры. Необходимо формировать потребность личности в самостоятельном выстраивании собственной системы ценностей. Нельзя допускать развала фундаментального образования. Чтобы защищать свои взгляды, человеку необходимо уметь хорошо ориентироваться в философских, естественных и точных науках, быть хорошо образованным.

В.И. Слободчиков. Антропология — учение о человеке. Антропологический подход в образовании состоит в понимании человека как творческого самосозидающего существа. Образовательный процесс — это не социальная дрессура, а создание условий для развития личности ребёнка.

Антропология — это «заснеженная дорога», по которой нужно пройти из пункта А в пункт Б. Что может помешать дойти? Если двигаться вместо ребёнка, если заслонить реальность для ребёнка, если вообще отсутствовать.

Педагог — лишь «техническое средство» для решения не своих задач, а задач ученика, педагог — главный инструмент педагогической деятельности, педагог — «овеществлённая технология». Уникальность педагогической позиции состоит в том, что он есть главное орудие для создания условий для развития хорошего в человеке и блокирования дурного.

Учителю нужно ходить не на работу, а на встречу с содеятелем. Ребёнок — «девичья фамилия» Человека. Хороший управленец спит 24 часа в сутки и просыпается только тогда, когда необходимо его вмешательство.

Норма — это не то среднее, что есть, не примирение со злом, а лучшее, что есть для данного ребёнка в данных обстоятельствах.

Понятие духовности в России тесно связано с православным мировоззрением, с православными ценностями. Духовность связана с верой в высшее Начало как основной источник духовности. Христианская антропология как учение о происхождении (создании) и назначении (эсхатологии) человека в свете Священного Писания и святоотеческого Предания даёт наиболее полную картину становления человеческого в человеке.

В числе других наиболее ярких выступлений на семинаре следует отметить лекцию протоиерея **Илии Шугаева**, к. богосл. н., на тему «Построение системы профилактики зависимости с учётом половозрастной психологии». Сущность подхода состоит в том, чтобы мальчикам давать мужское воспитание, а девочкам — женское. Проблемы начинаются там, где каждый забывает о своём главном предназначении. Бесполое воспитание порождает зло.

Большой интерес вызвало выступление **И.С. Валитовой**, методиста высшей категории, и **Д.В. Савельковой**, педагога-психолога 1 категории Детско-юношеского центра (г. Челябинск). Они представили целый ряд остроумных материалов по антиалкогольной и антитабачной пропаганде среди учащихся.

Л.В. Киржанова, к. пс. н., руководитель психологической службы «Православный семейный психолог» (г. Челябинск) обратила внимание слушателей на то, что необходимо повышать психологические защитные факторы личности, учить бороться со страхами и состояниями тревожности, иначе на смену одной зависимости придёт другая. Проблема — в самой личности. По мнению докладчика, одним из лучших методов работы с детьми является обучение умению что-либо делать собственными руками. Для мальчиков очень полезным занятием является кружок авиамоделирования. Она также представила образцы социальной символики для молодёжной одежды (маек, футболок).

Руководитель Челябинской молодёжной организации «Трезвение» **Олег Бушуев** рассказал об опыте трезвенного общения православной молодёжи. Основные направления работы — обучение молитве, утверждение семейных ценностей, организация праздников, турпоходов, спортивных мероприятий, слётов, беседы о пользе трезвости, проведение летней школы-слёта.

Вызвало оживлённую дискуссию выступление **Е.Н. Гусаровой**, педагога-психолога высшей категории на тему «Информация — генетика — здоровье» (или как убедить подростка не материться). Высказывались разные точки зрения, существующие сегодня в науке, влияет или не влияет мат на генетический код человека. Представление о том, что молитва может менять генетику, И. Шугаев назвал оккультным.

Подверглась критике теория телегонии, которая не вписывается в научные представления генетики. Кто-то даже сказал, что теорию телегонии запустили как метод борьбы с Христианством. Однако И. Шугаев высказался против экстремизма как в ту, так и в другую стороны. Явление телегонии, по его мнению, может проявляться в некоторых случаях, а может и не проявляться вовсе. Вопрос пока остаётся открытым.

Е.Э. Лайковская, к. м. н., начальник Управления координации и стратегического развития министерства социальной защиты населения Свердловской области, доцент кафедры общественного здоровья и здравоохранения Уральской государственной медицинской академии представила доклад на тему «Государственный подход к формированию здорового образа жизни в Свердловской области». Она огласила ужасающую статистику, связанную с распространением эпидемии курения в России. Государственный подход к профилактике табакокурения, по мнению докладчика, состоит в ограничении доступности табака, пропаганде здорового образа жизни и создании условий для здорового образа жизни.

Н.А. Гринченко была представлена собриологическая концепция профилактики в образовательной среде. Концепция построена на основе теории трёхпричинности употребления алкоголя, табака и наркотиков. Этими причинами являются доступность одурманивающих веществ, пропаганда одурманенного образа жизни всеми возможными способами

и ущербность личности, которая в наркотических свойствах одурманивающих веществ ищет способы ухода от действительности.

Основная гипотеза профилактики в образовательной среде (семья, образовательное учреждение, досуговая сфера) состоит в следующем. Профилактика немедицинского употребления одурманивающих веществ будет эффективной, если:

1) *на государственном и региональном уровнях*, на деле, а не на словах, будет проводиться *политика ограничения доступности* одурманивающих веществ и будут приняты соответствующие законы. Многое зависит и от гражданского общества, от активности всех и каждого;

2) *на государственном и региональном уровнях*, на деле, а не на словах, будет реально осуществляться *пропаганда трезвого образа жизни*, несовместимая с идеей мифического «умеренного» употребления и будут приняты соответствующие законы. Ведущую роль в этом играет информационная среда. Многое зависит и от инициативы «снизу»;

3) если в профилактическом процессе *на региональном уровне* будут участвовать *все субъекты профилактики образовательной среды*: семейная среда; среда образовательного учреждения, досуговая среда; при этом устанавливается сотрудничество с Церковью, медицинскими учреждениями, социальными и психологическими службами;

4) если в образовательной среде под трезвенной работой понимать: *а) формирование трезвенного мировоззрения; б) духовно-нравственное воспитание; в) воспитание безопасной/жизнеспособной личности; г) формирование трезвой воспитательной среды.*

Основными субъектами профилактики в образовательной среде, согласно этой концепции, являются семья, образовательное учреждение, среда неформального общения (досуговая среда).

Семья

Зря говорят о том, что серьёзный опыт профилактической работы с семьёй имеется только на Западе.

К. п. н., заместитель директора Православного центра непрерывного образования во имя прп. Серафима Саровского **Г.В. Гусев** поведал участникам семинара о том, что фактически весь опыт обществ трезвости в дореволюционной России был, прежде всего, опытом семейным.

Русский педагог **С.А. Рачинский**, отдавший 30 лет воспитанию крестьянских детей, пришёл к выводу, что ничего не может сделать даже для лучших своих учеников, не научив их трезвости. Лучшей формой трезвенной работы с детьми он считал работу при церковном приходе. Учащиеся и их родители давали обеты трезвости. Позже к Рачинскому потянулись и крестьяне с соседних деревень.

Святой праведник **Иоанн Кронштадтский** создавал «дома трудолюбия». В его домах всё было направлено на возрождение нормальной семьи. Здесь были все виды ручного труда, работала воскресная школа, были рисовальные классы.

В опыте **И.П. Мордвинова** есть описание организации трезвых семейных вечеров, праздников и юбилеев, есть программа курса учения о трезвости для начальных школ. И.П. Мордвинов указывал, что трезвенник-пропагандист должен быть, прежде всего, семейным педагогом.

Иеромонах, игумен **А.Л. Горшков** указывал, что самая активная программа трезвости закладывается в семье. Все дореволюционные трезвенники говорили о необходимости врачевания семьи, малой церкви.

В дореволюционном опыте Рождественского Аргамаченского общества трезвости в г. Ельце Орловской губернии (сегодня — Липецкая область), созданного по инициативе священника **Николая Брянцева**, акцент был сделан также на работу с семьёй. Члены общества, которые смогли пережить все войны и революции, прожили по 90 и более лет, были многодетными и передали эстафету трезвости своим потомкам до наших дней.

В Советской России после отмены «сухого закона», когда проблемы употребления алкоголя вновь обострились, в борьбе за трезвость участвовали и дети: проходили пионерские трезвенные марши, в дни выплаты зарплат дети с плакатами встречали своих отцов у предприятий с призывом *«нести всю полочку домой»*.

Опыт семейной трезвенной работы был возрождён в наши дни. По инициативе **А.Л. Бабурина** 5 декабря 1992 года был создан первый семейный клуб трезвости при Никольской церкви в с. Ромашково Московской области. В семейных клубах задача — не просто освободиться от алкогольной зависимости, а от всех греховных страстей.

Кроме регулярных встреч и занятий членов клуба, у клуба — два основных направления работы: 1) профессиональный театр «Камерная сцена» под руководством Михаила Щепенко и 2) любительский театр из самих общинников, на сценах которых прорабатываются проблемы, приводящие к пьянству и другим греховным страстям.

Именно из семейных проблем вырастают греховные страсти. По результатам исследования Б.С. Братуся, дети, которым родители предлагают алкоголь дома, в 9 раз чаще становятся алкоголиками, чем дети родителей, которые этого не делают. Многие дети вырастают в семьях не со своим биологическим отцом, или его нет вообще.

По мнению Г.В. Гусева, необходимо создавать комплексы семейной социальной реабилитации, состоящие из: во-первых, воскресной школы, во-вторых, обществ трезвости и, в-третьих, церковно-приходской школы.

Образовательное учреждение

Под системой образовательных учреждений следует понимать сложившуюся систему российского образования: детсад — школа — вуз. Большинство специалистов согласно с тем, что профилактическую работу следует начинать с детского сада.

В учебно-воспитательных планах школ в настоящее время место профилактических мер не определено. Имеется опыт проведения занятий в рамках учебных дисциплин и внеурочной деятельности (классные часы, внеклассные и внешкольные мероприятия). Поддерживается и идея введения специального профилактического предмета. Важнейшей проблемой при этом является готовность работников образовательных учреждений к осуществлению профилактической деятельности.

Что касается университетов, то здесь, как и в школе, полезно было бы включать профилактическую информацию в курсы учебных дисциплин, разрабатывать специальные программы для целевых групп студентов с алкогольной и табачной зависимостью. Кроме того, на базе университетов можно осуществлять подготовку специалистов двух профилей: для волонтерской трезвенной деятельности и педагогической трезвенной деятельности. Наконец, на базе университетов можно проводить курсы повышения квалификации по профилактике.

В Елецком государственном университете им. И.А. Бунина на факультете дополнительных педагогических профессий уже 15 лет ведётся факультатив по подготовке будущих учителей к трезвенной деятельности в школе. Вторым направлением в 2010–2011 годы стала подготовка собриологов-волонтеров. В числе ближайших планов на осень 2011 года — ведение курсов повышения квалификации для учителей, психологов, журналистов и т. д.

Деятельность образовательного учреждения по формированию трезвенного мировоззрения. Формирование научного мировоззрения можно осуществлять как в процессе изучения курсов учебных дисциплин (ОБЖ, биология, химия, история, русский язык, литература, иностранный язык), так и на отдельных уроках «Культуры здоровья», «Полезные привычки» и т. п.

При формировании мировоззренческих знаний предпочтительным является, прежде всего, системный подход, т. е. необходима передача полноценных знаний о медицинских и социальных последствиях употребления известных и доступных в данном регионе одурманивающих веществ в соответствии с возрастными особенностями, полноценные сведения по истории вопроса. Было бы правильно, чтобы выпускники школы после изучения курсов химии и биологии имели чёткое представление о том, что такое алкоголь и табак, их химический состав, каково истинное, а не мифическое воздействие этих веществ на организм человека и всех живых существ.

Целый ряд учебных предметов (литературу, русский язык, географию, историю, математику, физику) можно использовать как бы невзначай, «в тему».

Деятельность образовательного учреждения по духовно-нравственному развитию и воспитанию личности. Духовно-нравственное развитие и воспитание личности осуществляется, прежде всего, через формирование ценностного отношения к традиционным национальным ценностям, таким как: патриотизм, семья, дети, забота о старых и малых, соборность, труд, природа. Через духовно-нравственное развитие и воспитание личности формируются основные нравственные понятия, постигается наука различения добра и зла. Большой потенциал для этого содержат уроки русского языка и литературы, факультатив «Основы православной культуры» или «История религий», а также внеурочная практическая деятельность учащихся по сохранению и восстановлению памятников старины, церквей, участие в экологических рейдах, проведение трезвенных акций и т. п.

Деятельность образовательного учреждения по воспитанию безопасной/жизнеспособной личности. Безопасность/жизнеспособность личности — это, прежде всего, борьба за выживание. Но личная борьба за выживание очеловечена правом на жизнь других людей. Воспитание безопасной/жизнеспособной личности — это деятельность по повышению защитных факторов личности. Это — оказание социальной и психологической помощи, тренинги общения, решение проблемных и конфликтных ситуаций, арт-терапия, занятия физкультурой и спортом, помощь в организации оптимального режима дня и т. д.

Формирование трезвой воспитательной среды в образовательном учреждении. В большинстве педагогических подходов указывается на роль примера в воспитании детей. Если мы хотим воспитать трезвое поколение, то двойных стандартов быть не должно. Это не значит, что всех нужно немедленно загнать в общества трезвости. Однако трезвым силам образовательного учреждения необходимо объединяться. Это могут быть союзы трезвых учителей, родителей, клубы трезвости и здоровья со своими уставами и принятием гражданских обетов трезвости, объединяющие учителей, родителей и учащихся.

Среда неформального общения (досуговая среда)

Одним из мифов алкогольно-табачного капитала является то, что как только будет построено достаточное количество спортивных объектов и создано клубов по интересам, проблема сама по себе «рассосётся». Они даже оказывают спонсорскую помощь в строительстве и создании таких объектов, в проведении спортивных соревнований. Разумеется, условия для проведения досуга нужны, но если надеяться только на это, оставляя доступность и пропаганду без внимания, то проблема решена не будет. Если во дворе дома торгуют спиртным, а рядом висит соблазнительная реклама, что «пиво — напиток для всей семьи», не факт, что попытки организовать досуг будут на стороне трезвых сил.

Выход один — закрыть все эти «точки». Молодёжные праздники, общественные мероприятия следует проводить в абсолютной трезвости. *Формирование трезвой досуговой среды — это ограничение доступности алкоголя и табака и популяризация трезвых альтернатив.*

Необходимыми условиями эффективности профилактики в образовательной среде, согласно собриологической концепции, являются ограничение доступности АТН и пропаганда трезвости на государственном и региональном уровнях.

Семинар продемонстрировал перспективы сотрудничества науки и религии в таком важном деле, как воспитание человека в трезвенных традициях отечественной культуры.

2011 г., июнь

«Общее дело» — это борьба за трезвое здоровое общество

16–17 февраля 2012 года в Москве, в Зале Церковных Соборов храма Христа Спасителя состоялся Конгресс Общественного движения по защите от алкогольной угрозы «Общее дело». В Конгрессе приняли участие более 400 участников из 81 региона России. От имени администрации Президента РФ всем губернаторам, а для священства — от имени Патриархии были отправлены письма с просьбой командировать на Конгресс активных участников проекта «Общее дело» за счёт бюджетных средств регионов. В числе трёх приглашённых лиц от Липецкой области была доцент ЕГУ им. И.А. Бунина, профессор Международной академии трезвости Н.А. Гринченко.

Конгресс был созван по инициативе и при активном руководстве сопредседателя Церковно-общественного совета по защите от алкогольной угрозы архимандрита **Тихона (Шевкунова)**, наместника Сретенского монастыря в Москве, автора нашумевшего документального фильма «Гибель Империи. Византийский урок» (2008), а также ряда документальных антиалкогольных фильмов и социальных антиалкогольных роликов, созданных в рамках проекта «Общее дело», показ которых был начат на Первом канале российского телевидения в 2009 году, но вскоре прекращён без объяснения причин.

Приветствие Конгрессу направили Председатель Правительства РФ В.В. Путин и Патриарх Московский и всея Руси Кирилл.

В числе выступавших на пленарном заседании были известные профессионалы в области здравоохранения и представители чиновничества: **И.П. Чуян**, глава Федеральной службы по регулированию алкогольного рынка; **Г.А. Онищенко**, главный санитарный врач России, руководитель Роспотребнадзора; **Л.А. Бокерия**, ведущий кардиохирург России, директор Научного центра сердечно-сосудистой хирургии им. А.Н. Бакулева, президент Общероссийской

общественной организации «Лига здоровья нации», член Общественной палаты РФ, и другие.

Большинство участников представляли общественные организации: **Д.А. Халтурина**, сопредседатель Российской антитабачной коалиции; **И.П. Клименко**, ответственный секретарь Иоанно-Предтеченского братства «Трезвение»; **В.Г. Жданов**, председатель «Союза борьбы за народную трезвость», иерей **Игорь Бачинин**, председатель Иоанно-Предтеченского братства «Трезвение»; **А.Н. Маюров**, президент Международной академии трезвости, и многие другие.

На Конгрессе не присутствовали представители Чеченской республики и Ингушетии, так как алкогольную проблему в своём регионе они в основном решили. Алкоголем там торгуют только в специализированных магазинах с 10 до 12 часов дня. Продолжительность жизни мужчин в этом регионе, несмотря на военные конфликты, на 8 лет превышает среднероссийский уровень. Там самая высокая в России рождаемость и самая низкая смертность населения, потому что там смогли возродить трезвые народные традиции и добиться их соблюдения.

Проблема

Главная проблема для обсуждения — алкогольная ситуация в России и её влияние на нравственное, демографическое, экономическое, политическое состояние общества. Алкогольная угроза, как табачная и наркотическая — это угроза национальной безопасности России.

Уровень потребления абсолютного алкоголя на душу населения в России в 2012 году составляет 15–18 литров в год, из них на пиво в перерасчёте на абсолютный алкоголь уже приходится 4 литра! И выпивают это пиво в основном подростки, молодёжь и женщины. Всемирная организация здравоохранения считает, что при уровне, превышающем 8 литров на душу населения, наступает деградация и вырождение нации. Пороговый уровень в среднем по России превышен примерно в 2 раза! Но это — как средняя температура пациентов в больничной палате. Есть благополучные регионы, менее благополучные и неблагополучные!

Липецкая область — в числе неблагополучных. Согласно последней переписи населения в 2010 году, после переписи населения 2002 года население области сократилось на 40 тысяч человек, а число женщин в области почти на сто тысяч меньше, чем число мужчин (около 600 тысяч женщин и 500 тысяч мужчин).

Сегодня в России ежедневно употребляют алкоголь 30% мальчиков и 20% девочек старше 13 лет, 47% мужчин и 10% женщин. По мнению экспертов Всемирной организации здравоохранения, употребление алкоголя 2 раза в месяц считается регулярным. Получается, что мы превратились в нацию пьяниц, и при этом стали считать это нормой!

Главными причинами сверхсмертности в России являются сердечно-сосудистые заболевания, алкоголь и табак. Только по причинам, связанным с употреблением алкоголя, Россия теряет 500 тысяч человек ежегодно. Это — каждая четвёртая смерть в стране.

В последние 3–4 года в целом по России наметились положительные тенденции к увеличению продолжительности жизни и увеличению рождаемости. Но это — всего лишь тенденции, и без отрезвления общества коренным образом демографическую проблему не решить. Если уровень смертности останется прежним, то в ближайшие годы около 5% женщин и 25% мужчин будут умирать, не дожив до 55 лет по причинам, связанным с употреблением алкоголя.

Рука об руку с алкоголем, табаком и пропагандой разврата наступает ВИЧ/СПИД. В целом по России ВИЧ-инфекцией поражены 0,8% населения. Для сравнения: в США — 0,5%, в Евросоюзе — 0,3%, т. е. в России сегодня ситуация в 2–3 раза хуже, чем на Западе. Как показали исследования в ряде регионов России, среди молодёжи, живущей вне брака, процент ВИЧ-инфицированных может достигать до 20%, а среди завсегдатаев дискотек с их «раскрепощённостью» в обнимку с алкоголем, табаком и даже наркотиками, снимающими всякие запреты, процент ВИЧ-инфицированных может составлять 15%! Если болезнь не лечить, то смерть наступает через 5–15 лет, умирает в основном молодёжь в возрасте 25–30 лет. Если лечить, то лишь 20% пациентов имеют шанс дожить до 55–60 лет. Около 8% пациентов вообще не переносят лечение и погибают в первые месяцы после его назначения, остальным удаётся продлить жизнь, но вылечить ВИЧ-инфекцию на современном этапе развития науки невозможно. Кроме того, стоимость лечения очень высокая: около 200 тысяч рублей в год.

Положение осложняется тем, что первые три стадии заболевания из пяти проходят бессимптомно. ВИЧ-инфицированный чувствует себя совершенно здоровым, к врачу не обращается и продолжает вести тот «раскрепощённый» образ жизни, который и привёл его к трагедии, заражая всё новых и новых людей. Поскольку научно доказанными являются три пути заражения ВИЧ (половой путь, через кровь и через грудное молоко от матери к ребёнку), то главными средствами профилактики являются: сохранение целомудрия до брака, верность в супружеской жизни и отчасти защита с помощью презервативов, но полной защиты от ВИЧ презервативы не дают. Бытовым путём ВИЧ-инфекцией не заражаются. Возвращение к нравственным нормам наших предков — главный путь спасения от нарастающей ВИЧ-эпидемии!

В начале третьего тысячелетия на международной арене обостряется борьба за природные ресурсы, в том числе российские. В современных условиях в ход идут все средства — подкуп (коррупция), алкоголь, табак, наркотики, но прежде всего — ложь и обман, замалчивание масштабов проблемы. Все что-то слышали, все что-то знают, но в глубине души многие считают, что ничего

особенного не происходит, потому что пьют, курят, безнравственно себя ведут «я — ты — он — она». А ведь «гибнет целая страна!»

Представители как минимум шести центральных российских телеканалов присутствовали на Конгрессе и активно снимали всё происходящее, но лишь на Первом канале и СТС мельком прошла информация об этом Конгрессе. Это, по меньшей мере, странно, если учесть масштабы проблемы и её актуальность для России.

Один из главных методов информационно-психологической войны — метод *з а м а л ч и в а н и я*. Для сравнения можно вспомнить, с какой радостью все центральные телеканалы недавно сообщили об инициативе ввести в России «праздник русской водки». Музей водки, да ещё какой, в современной России есть, музея трезвости — нет.

Сегодня в России как никогда обострились противоречия между представителями алкогольного и табачного бизнеса и патриотами России. В новом антитабачном законе «О защите здоровья населения от последствий потребления табака» и поправок к табачному регламенту блокируются 7 самых главных положений, которые могли бы значительно снизить масштабы курения, по которому Россия уже вышла на первое место в мире! В их числе: размещение картинок о последствиях табакокурения на пачках сигарет, что лучше учитывает психологию подросткового возраста и юношества, когда и начинается массовое приобщение к курению; запрет курения в кино- и телесюжетах, в общественных местах, что является постоянной скрытой пропагандой табакокурения и т. д. Многие российские министерства дали отрицательные отзывы на проект этого закона, что, по мнению экспертов, *«очень похоже на исполнение указаний, которые крупнейший мировой производитель табака разослал по органам государственной власти»*. Аналогичным образом убивают и антиалкогольные указы, постановления и проекты законов! Интересы алкогольно-табачного бизнеса сегодня у нас важнее здоровья нации и благополучия государства.

На одном из круглых столов возникла дискуссия о том, стоит ли употреблять слово «трезвость» в профилактической работе. Не отпугивает ли это слово многих потенциальных союзников в борьбе за оздоровление общества?

Позволю себе высказать свою личную точку зрения. Можно дискутировать о том, в каких дозах и как употреблять алкоголь взрослым людям, но во всех культурах по отношению к детям и юношеству до 18–21 года мнение однозначное: нельзя употреблять никогда, ни в каких дозах. Даже лекарства для детей во всём мире готовят только на неспиртовой основе. Почему мы считаем нормальной ситуацией, когда дети даже детсадовского возраста прекрасно знают слова: «шампанское», «пиво», «вино», «водка», «сигареты», но при этом стесняемся внедрить в лексикон ребёнка слово «трезвость»? Не потому ли, что просто не хотим отказываться от своих собственных слабостей?! Разве плохо звучит: *«Трезвость — это круто!»*, *«Трезвость — лучший образ жизни!»*,

«Без трезвости нет резовости!», «Защити свою Родину — живи трезво!», «Только трезвая Россия станет великой!»?

Что делать?

Главное — осознать, что мы все *«сидим в одной лодке»*. И краткосрочные выгоды и бизнеса, и жирующих на этом бизнесе чиновников, продажных журналистов, учёных оборачиваются огромными общими стратегическими потерями и могут в конечном итоге привести к краху нашей цивилизации.

В Обращении к руководству страны в числе основных мер по исправлению ситуации участники Конгресса предлагают следующие.

На законодательном уровне: создание общественно-государственных советов по защите от алкогольной угрозы при Президенте РФ и при руководителях субъектов федерации.

В области просвещения и средств массовой информации: возвращение проекта «Общее дело» на телеканалы, систематическое осуществление национальной информационной кампании во всех СМИ; обязательное просвещение в образовательных учреждениях.

В сфере ограничения доступности алкоголя: ужесточение ответственности за продажу алкоголя несовершеннолетним, сокращение числа точек продажи, повышение акцизов на алкогольную продукцию, повышение штрафов за распитие алкоголя в общественных местах.

Также предлагаются меры по борьбе с нелегальным и суррогатным алкоголем, раннее выявление и помощь страдающим алкоголизмом и их семьям.

Опыт регионов

Наилучшие результаты достигаются там, где инициативу берут в свои руки главы администраций населённых пунктов и губернаторы, а не перепоручают это своим заместителям. Партизанская борьба за оздоровление общества в виде трезвенных движений не может быть главной и единственной по определению. Это всё равно, что во время войны отказаться от регулярной армии.

Несколько примеров из регионов, где главы «осознали и активно возглавляют» процесс отрезвления.

Республика Коми, г. Ухта. Трезвенные мероприятия финансируются из бюджета города, проводится работа с журналистами, в каждом учреждении есть плазменные экраны, на которых регулярно показывают социальные антиалкогольные ролики и документальные фильмы проекта «Общее дело». Результат: улучшение многих показателей и *«Не мы стесняемся, что трезвые, а стесняются те, кто пьют»*.

Костромская область. Здесь подняли штрафы за продажу алкоголя детям от 500 тысяч до одного миллиона рублей (вместо прежних трёх тысяч). С десятков предпринимателей разорились, а другим стало неповадно. Действует

постоянный патруль. Суды выигрывает трезвый губернатор. С 2011 года в школах проводятся только трезвые выпускные вечера. Преступность сократилась на 30%, а число лиц с алкогольной зависимостью — на 20%. Девиз губернатора И.Н. Слюняева: *«Невозможно уговорить зло превратиться в добро, его можно только заставить»*. Информация о Конгрессе здесь активно освещалась во всех местных СМИ.

Воронежская область. Антиалкогольные ролики показывают перед просмотром фильмов в кинотеатрах, на уроках ОБЖ и классных часах в школе. Практикуются пикеты у магазинов, торгующих алкоголем. Около 500 волонтеров не только просвещают, но и активно вовлекают молодёжь в альтернативную деятельность, пропагандируют спорт, здоровые увлечения, творчество. Организуются мероприятия с показом социальных роликов и документальных фильмов проекта «Общее дело», которые, как правило, завершаются чем-то позитивным: концертом, конкурсом, вечером отдыха и т. п. Органы Госнарконтроля сопровождают все мероприятия. Результат — снижение смертности, преступности, выявление женского алкоголизма и активная постановка на учёт проблемных подростков.

Город Ковров Владимирской области. Здесь верят, что одна из самых незащищённых территорий — это досуговая сфера подростков и молодёжи — двор. Внедряется воркаут — уличная гимнастика. Школьные выпускные вечера уже несколько лет исключительно трезвые. Важно, что все трезвенные мероприятия широко освещаются в местной прессе и на телевидении. Город Ковров объявлен территорией трезвости.

Вывод: чем выше понимающий, заинтересованный в решении проблемы начальник, тем проще решается вопрос оздоровления общества. Большое значение имеет развитие гражданского общества и общественных движений.

Результаты есть!

Диски проекта «Общее дело» распространяются по всей России, а социальные антиалкогольные ролики переведены на 17 языков! Ширится трезвенное народное движение.

За последние три года потребление алкоголя в России сократилось на 18%. На государственном уровне издано около 10 законов и постановлений, разработаны важные проекты законов, пиво приравняется к алкоголю и в ближайший год его доступность сократится, а реклама пива с телевидения будет изъята полностью. Число трезвенников в России в 2011 году увеличилось, по данным ВЦИОМ, с 24 до 28 процентов! Но проблем много. Борьба продолжается. Главная инициатива по реализации программ оздоровления общества передана в регионы. Сверху поддержка будет.

2012 г., февраль

Всеукраїнський громадський рух



15–16 июля 2012 года в г. Белая Церковь на Украине состоялась научно-практическая конференция на тему «Формирование трезвого образа жизни в семье и обществе». По итогам конференции опубликован сборник статей с одноимённым названием (Белая Церковь, 2012), в числе которых есть статьи по педагогике, социологии, истории, медицине и иным аспектам проблемы. В числе приглашённых гостей была доцент ЕГУ им. И.А. Бунина, профессор Международной академии трезвости, председатель Липецкого отделения СБНТ Н.А. Гринченко.

Научная часть прошла, как и полагается, с презентацией и прослушиванием докладов на украинском и русском языках, с последующими семинарами. Я, как представитель России, выступила с докладом об итогах экспериментальных уроков трезвости в одной из школ г. Лебедяни Липецкой области. Никаких языковых проблем не возникало.

Выяснилось, что я неплохо понимаю украинский язык, в том числе выступления докладчиков, которые звучали на украинском языке. Меня это так вдохновило, что я даже решила пройти обучение на одном из семинаров, тоже на украинском языке, и вполне успешно, хотя преподаватель предлагал ради меня провести его на русском.

Однако это была не просто конференция, а всеукраинский слёт трезвенников. Программа встречи не ограничивалась только презентацией научных

докладов и проведением научно-практических семинаров, но и предусматривала последующий отдых в палаточном городке в дубовой роще рядом с санаторием «Діброва». Поэтому я взяла с собой двух внучек (13 и 10 лет), спальные мешки и палатку. И не пожалела, хотя груз в дальнюю дорогу с пересадками (от Ельца до Киева прямого поезда нет), сами понимаете, для бабушки и малолетних детей не простой. Но некоторые трудности, которые пришлось испытать в пути, окупились сторицей.

В первый вечер знакомств мы вспоминали о своём пути к трезвости. И почти во всех выступлениях звучало светлое имя украинского трезвенника, профессора международной академии трезвости, Фёдора Калинчука, недавно безвременно ушедшего от нас. Оказывается, всего лишь один трезвый человек может обратиться к трезвой жизни самых разных людей из самых разных регионов. Я знала Фёдора Калинчука лично, слушала в Севастополе его удивительные, полные юмора лекции, а он ходил на мои занятия. Говорят, что его безвременный уход не в последнюю очередь связан с травлей, организованной против него. Кое-кому была очень неуютна его трезвенная деятельность. На съезде были две его старшие дочери-красавицы. Одна из них — с маленьким сыном. Фёдор Калинчук был организатором первого украинского слёта трезвенников, инициатором создания сайта «Трезвая Украина». И на этом слёте он был незримо с нами и, думаю, был бы очень рад тому, как мы проводили время.

Я, конечно, и раньше слышала, что украинцы — народ певучий, но чтобы до такой степени...

Короче, каждый вечер до глубокой ночи это были песни у костра, с настоящим баянистом! Песен украинские трезвенники знают десятки и десятки, если не сотни. Я даже задалась вопросом: а мы, обычные русские люди, не профессионалы, могли бы петь так много народных песен? Мы точно не могли, поэтому украинские трезвенники пели и русские, и советские песни тоже. Мои внучки выучили 2 песни на украинском языке: гимн украинских трезвенников и шуточную украинскую народную песню «Курка-чубатурка».

Отдельная тема — украинские вышиванки, расшитые женские блузки и мужские рубашки, юбки. Я заказала своим внукам и блузки, и юбки с настоящей украинской вышивкой! И это не просто экзотика — это красивые вещи, которые можно с удовольствием носить здесь и сейчас.

Были и конкурсы, и игры с хороводами, и танцы на поляне. Дети (один был даже в коляске) — полноценные участники слёта. Палаточный городок (а это — не менее 30 палаток) выглядел очень живописно. И хотя я на всякий случай сняла номер в санатории, жить мои внучки хотели только в палатке. Решение бытовых вопросов здесь было организовано хорошо. И пили мы ключевую воду! Старшая внучка всё время восхищалась, что, оказывается, так много красивых парней и девушек живут абсолютно трезво, и при этом нисколько белыми воронами себя не чувствуют, для них это просто норма жизни. Значит, не зря



я взяла на эту встречу своих внучек, потому что в нашем современном наркотизированном обществе всё поставлено с ног на голову: если ты не пьёшь и не куришь, то ты не вполне нормальный человек — или просто больной, или сектант. Старшая внучка нашла себе подружку-ровесницу, тоже Настю, теперь их дружба продолжается в Интернете, и мы пригласили в гости в Россию всю Настину семью.

Были и экскурсии в удивительный парк «Александрия», бывшее княжеское поместье со статуями, беседками, прудами, цветниками, с удивительной историей семьи, так тесно переплетённой в том числе и с известными русскими фамилиями, раскинувшееся на 108 гектаров. Здесь мы купили на память две замечательные картины на берёсте. Купались в живописной реке Рось, в которой всё ещё можно видеть розовые водяные лилии, занесённые в Красную книгу.

Воспользовались шансом и немного подлечиться, ведь мы были рядом с санаторием, с природными радоновыми ваннами, гидромассажем и кучей других процедур по вполне доступным ценам. Даже появилась мысль приехать сюда в будущем уже целенаправленно в санаторий, чтобы набраться здоровья и сил.

Саша Почекета, убеждённый трезвенник, автор замечательного сайта «Трезвая Украина» и организатор этой конференции-слёта, аспирант-математик, пригласил меня с внучками в гости в Киев. У нас было в запасе всего два

дня, но мы их использовали по максимуму. Самое главное — побывали в Киево-Печерской лавре с её знаменитыми пещерами, где столетиями сохраняются мощи или частицы мощей православных святых праведников, в их числе Феодосия Печерского и равноапостольного князя Владимира, любовались Днепром, была экскурсия по городу и ужин с украинской национальной кухней.

Сашин товарищ-аспирант, Богдан, уроженец маленького украинского села (всего-то 300 дворов) на самой границе с Польшей, угощал нас домашними пирогами и деревенской сметаной. Глядя на Богдана, не скажешь, что это парень из деревни, наоборот — это утончённый худощавый парень с почти аристократическими манерами и застенчивой улыбкой, пишет диссертацию по геометрии. Спрашиваю: «Богдан, а сено косить и корову доить умеешь?» Оказывается, умеет.

Приятно впечатлило киевское метро. Там почти в каждом вагоне есть трезвенные плакаты: карта «Пьяные страны мира», по которой видно, что Россия и Украина — в числе самых пьющих стран мира, и плакат-призыв с изображением белокурых голубоглазых детишек: «Живи тверезо. Заради нас!» Молодцы трезвенники — поработали.

18 часов в поезде — и мы опять в России, в Воронеже, а через 20 часов путешествия были уже в Ельце. Оказывается, мы так близко живём, и у нас гораздо больше общего, чем разного. Даже язык понимать легко. И принимали нас по-славянски — с открытой душой. И как портится настроение, когда граница, таможня, проверки, недоверие. Я верю, что у России и Украины есть общее будущее. Мы ведь все вышли из Киевской Руси. Спасибо, Украина, за тёплый приём!

2012, июль

РОЛЬ ИНТЕЛЛИГЕНЦИИ В ОЗДОРОВЛЕНИИ ОБЩЕСТВА



В Ярославле готовят учителей

В октябре этого года депутат от Ярославской областной думы, наш соратник Пётр Иванович Губочкин организовал проведение собриологического семинара для ярославских учителей. За помощью он обратился к соратникам со всей России. В числе приглашённых была и я.

Для учителей Ярославской области я читала лекции и с помощью молодых учителей дала два показательных урока трезвости. Учителя были очень довольны, благодарили за то, что им наглядно показали, как нужно работать с детьми.

Сам Пётр Иванович провёл для учителей занятия по избавлению от алкогольной и курительной зависимостей.

Инициатива Петра Ивановича дорогого стоит. Конечно, необходимо готовить к трезвенной работе будущих учителей в педвузах. Но не менее важной является собриологическая подготовка тех учителей, которые уже работают в школе. Так что, соратники, нам нужно быть готовыми приехать в любую точку

России, где будут организовываться такие семинары. Это, конечно, не просто, не везде местные власти идут навстречу. Как признался сам Пётр Иванович, вряд ли ему удалось бы организовать такой семинар, если бы он не был депутатом.

Хотелось бы поблагодарить Петра Ивановича за тёплый приём: и встретил, и проводил, и жильём обеспечил, и достойно заплатил. А ещё сам показал город. Ярославль — один из красивейших старинных городов России. Так что поездка оказалась и полезной, и приятной, и интересной.

2007 г., октябрь

Опасный миф «новой» русской интеллигенции

Это миф о том, что благополучие в обществе не зависит от каждого из нас, что есть, мол, Президент, правительство, пусть они и действуют, а мы люди «маленькие», каждый у нас отвечает за себя. К сожалению, именно этот миф повторил в своей статье «Сухая свадьба» корреспондент елецкой городской общественно-политической газеты Р. Дёмин.

В статье рассказывается об опыте трезвой жизни ельчан во времена горбачёвской антиалкогольной кампании и «сухого» закона в дореволюционной России. Автор справедливо отметил, что актуальность отрезвления общества велика, как никогда прежде, но, к сожалению, выводы автора в конце статьи сводятся к тому, что *«и общество, и государство мало что делают в практическом плане для протрезвления граждан. Так что каждый из нас сегодня на него отвечает самостоятельно — в меру образования и воспитания»*. И это всё? И каждый из нас ни за что больше не отвечает?

Согласиться с таким выводом невозможно ни в целом, ни в частности. Активная жизненная позиция, позиция гражданина и патриота своей страны — это мощная сила, которая заставляет власть имущих ущемлять интересы господствующих классов в пользу народа. В начале февраля 2011 года в теленовостях прошёл сюжет о том, как в Италии удалось нанести удар по коррупции. Все граждане просто вывесили из окон белые простыни с антиправительственным протестом: «Или вы боретесь с мафией, или уходите!» В результате мафия потерпела сокрушительное поражение!

Что касается трезвости, то формула борьбы за трезвость хорошо известна всем собриологам и превентологам, т.е. тем людям, которые профессионально занимаются проблемами отрезвления общества. Это — система пресса: сознательный отказ плюс запрет. Что это значит?

Первое. Нужны ограничительные меры. Государство несёт ответственность за свою антиалкогольную, антитабачную и антинаркотическую политику в целом. Много в этом плане ещё предстоит сделать, но ведь многое уже есть!

Сегодня гражданин России может опираться на следующие уже имеющиеся указы, постановления, законы, имеющие отношения к отрезвлению народа:

1. Конституция РФ — Основной закон — провозглашает, что основные права и свободы человека неотчуждаемы и принадлежат каждому от рождения, что она защищает *«основы конституционного строя, нравственности, здоровья, права и законные интересы других лиц, обеспечивает оборону страны и безопасность государства»* (ч. 3 ст. 55).

2. Уголовный кодекс Российской Федерации. Статья 111 УК РФ: *«Нанесение тяжкого вреда здоровью, опасного для жизни человека, или повлекшего за собой... заболевание наркоманией или токсикоманией... наказывается лишением свободы от двух до восьми лет».*

3. Федеральный закон «О рекламе». Статья 21.2: *«Реклама алкогольной продукции не должна размещаться «в теле- и радиопрограммах, при кино- и видео-обслуживании».*

4. Федеральный закон от 10 июля 2001 года № 87-ФЗ «Об ограничении курения табака». Статья 4. Запрещение розничной продажи табачных изделий лицам, не достигшим 18 лет. Статья 6. Запрещение курения на рабочих местах, в городском, пригородном транспорте и воздушном транспорте, в закрытых спортивных сооружениях, организациях здравоохранения, образовательных организациях и организациях культуры, помещениях, занимаемых органами государственной власти. Статья 7. Пропаганда знаний о вреде курения табака.

5. Рамочная конвенция ВОЗ по борьбе против табака (РКБТ ВОЗ), ратифицированная Россией 11 апреля 2008 года. Часть третья, статья 3.1: *«Стороны признают, что ценовые и налоговые меры являются эффективным и важным средством сокращения потребления табака различными группами населения, особенно молодёжью»;* Статья 13.1: *«Стороны признают, что полный запрет на рекламу, стимулирование продажи и спонсорство приведёт к сокращению потребления табачных изделий»;* Статья 14.1: *«Каждая Сторона разрабатывает и распространяет надлежащие всесторонние и комплексные руководящие принципы, основанные на научных данных и наилучшей практике, с учётом национальных обстоятельств и приоритетов и принимает эффективные меры для содействия прекращению употребления табака и обеспечения адекватного лечения табачной зависимости».*

6. Федеральный закон от 22.12.2008 № 268-ФЗ «Технический регламент на табачную продукцию». Статья 9.6: *«Не допускается нанесение на потребительскую тару и (или) лист-вкладыш информации, содержащей утверждения о том, что 1) потребление данного табачного изделия (вида табачного изделия) снижает риск возникновения заболеваний, связанных с потреблением табачных изделий; 2) данное табачное изделие (вид табачного изделия) менее опасно для здоровья, чем другие табачные изделия (другой вид табачных изделий); 3) снижен риск возникновения заболеваний, связанных с потреблением*

данного табачного изделия (вида табачного изделия), вследствие наличия, отсутствия или пониженного содержания выделяемого при потреблении табачного вещества...»

7. Распоряжение правительства РФ от 30 декабря 2009 года № 2128-Р «О концепции реализации государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения РФ на период до 2020 г.».

Таким образом, со стороны государства сделан ряд важных шагов к отрезвлению общества. Нужно действовать. Давайте привлекать нарушителей имеющихся законов и постановлений к ответу, писать, кричать об этом, судиться, протестовать, наказывать! Но общество находится в глубокой спячке. Как говорится, наркоз есть наркоз: постоянно расслабляющиеся с помощью алкоголя и табака люди теряют волю, активность, ничего не хотят, утрачивают способность отстаивать свои права. Это прекрасно знают сильные мира сего, которые используют наркотическое состояние народа для достижения своих корыстных экономических и политических целей.

Второе. Формирование трезвенных убеждений. И с этим у нас просто беда.

В октябре 2010 года в Иванове состоялась Международная конференция по алкоголю. Собравшиеся были крайне изумлены выступлением аспирантки из Великобритании Анны Бейли, которая пишет диссертацию о провале медведевской антиалкогольной кампании! Как такое стало возможным? Очень просто. Анна Бейли изучила имеющиеся у нас документы, направленные на отрезвление народа, и сделала вывод, что антиалкогольная кампания, которая, как мы все знаем, у нас ещё и не начиналась, уже провалилась! Курьёз? Некомпетентность юной аспирантки? Нет, это приговор, приговор всем нам, нашей пассивности и равнодушию.

Почему у нас об этих постановлениях, указах, законах почти никто ничего не знает? Кто должен быть популяризатором этих документов? Прежде всего, СМИ! Но почему этого не происходит? Прежде всего, потому, что все наши телеканалы живут в основном за счёт рекламы. Какую долю в этом может составлять, например, реклама пива, можно только догадываться. Но это не только прямая реклама пива на каналах телевидения, но и постоянная скрытая и прямая пропаганда одурманенного образа жизни почти во всех телепрограммах, телесериалах.

Глава Роспотребнадзора Геннадий Онищенко признался в одном из своих интервью, что знает весьма уважаемых народных артистов, которым очень хорошо приплачивают за то, чтобы они появлялись в кадре то с сигаретой, то с выпивкой.

Грустно, но получается, что наше общественное мнение формируется за счёт денег мирового пивного и табачного капитала, ведь наша пивная и табачная промышленность на 90–95% принадлежит иностранцам, которым наплевать

на нашу молодёжь, на наше здоровье, на нашу страну. Главное — прибыль любой ценой. Играет роль и личная зависимость работников СМИ от алкоголя и табака. Вот и имеем во всех центральных СМИ пропаганду порочного, саморазрушительного образа жизни.

Сегодня СМИ часто называют четвёртой властью. Многие возражают: это не четвёртая, а самая что ни на есть первая власть. Что нам сумеют внушить из всех углов, то все и будут делать! Понадобилась всего несколько лет, чтобы обрушить коммунистические идеалы у абсолютного большинства людей. А до этого мы долгие годы пребывали в уверенности, что живём в самой счастливой и беззаботной стране. И это тоже было благодаря мощнейшей пропаганде. Вот какая сила — наши СМИ!

Какие выводы из этого следуют?

Чтобы сделать эффективной выработанную международным опытом формулу отрезвления общества «сознательный отказ плюс запрет», нужно не только рассчитывать на государство, но кое-что сделать и самим. Именно СМИ, а также искусство — это те силы, которые могли бы изменить наш мир к лучшему.

Работники СМИ, искусства — это интеллектуальная элита общества. От того, кому они будут служить, зависит и успех. И многое, очень многое, зависит от позиции региональных СМИ!

Только в России в XIX столетии зародилось понятие «интеллигенция». Во всём мире образованных людей называют просто интеллектуалами.

Чем отличается интеллигент от интеллектуала? *Интеллигент* служит народу. Интеллектуал может служить хоть дьяволу. Ему всё равно. *Интеллигент* — всегда патриот. Ради блага своей страны и своего народа он всегда готов поступиться собственными слабостями и интересами. Интеллектуал ищет, прежде всего, свою выгоду. *Интеллигент* понимает, что в то время, когда кто-то выращивает хлеб, делает машины, выполняет чёрную рутинную работу, он имеет возможность умственно развиваться, и он просто обязан защищать глубинные интересы простых людей, которые не имеют возможности, времени и сил разбираться во всех хитросплетениях современных информационно-психологических и информационно-финансовых войн.

Я не первый год занимаюсь проблемами трезвости. Знаете, что чаще всего приходится слышать от наших современных интеллектуалов, когда пытаешься им объяснить суть проблемы? — «Чего вы от меня хотите? Я не пью», или: «У меня в семье таких проблем нет», или: «Мне своих забот хватает» и т. п. Как будто они живут в другой стране или имеют возможность, как олигархи, в любой момент, когда станет совсем плохо, собрать чемоданы и удрать из «этой страны».

Сегодня все зарубежные и отечественные специалисты единодушны в своём мнении: главная причина демографической катастрофы в России, феноменов сверхсмертности среди мужчин трудоспособного возраста, распада семей,

массового сиротства детей при живых родителях, падения нравов — в беспрецедентном уровне наркотизации общества. В Липецкой области даже в самом благоприятном с точки зрения демографии 2009 году население сократилось на 6 тысяч человек! А всего со времени последней переписи (2002 г.) население области, несмотря на значительный приток мигрантов, сократилось на 37 тысяч человек, а число женщин почти на 100 тысяч превышает число мужчин. Это значит, что население области, как и население большинства регионов России, прежде всего, в местах компактного проживания русских, наиболее поражённых пьянством и курением, продолжает вымирать.

Пороки стали восприниматься как норма или как варианты нормы. Сломавать эти новые опасные стереотипы можно только с помощью неравнодушных людей, с возрождением интеллигенции как уникального русского явления, которая в полной мере осознаёт свою миссию.

2010 г., ноябрь

Почему погибла Наташа?

Летом 2011 года в детском оздоровительном лагере погибла студентка физико-математического факультета ЕГУ им. И.А. Бунина Наташа Нечаева — умница, красавица и просто хороший человек. Погибла, спасая ребёнка. Две человеческие жизни оборвались.

Как стараются сегодня всех уверить косвенные виновники этой трагедии — руководство лагеря — Наташа Нечаева пала жертвой своей собственной самодеятельности, мол, самовольно повела детей через дамбу. А раз сама виновата, то и расследовать нечего. Однако есть свидетельства очевидцев, которые показывают, что трагедия не была случайностью. Вот что поведала одна из студенток-практиканток о порядках, которые царили в том лагере:

«Этим летом у нас была летняя педагогическая практика в молодёжном лагере „Спутник“ Тербунского района. Работать предстояло с детьми из интерната для умственно отсталых детей. Сдана сессия. Подошло время заезда в лагерь.

День клонился к вечеру. Машина подъехала к лагерю. Захожу с вещами на территорию лагеря и вдали вижу гурьбу молодых людей, замечая, как ко мне бежит мальчонка 12–13 лет. „Закурить есть?“ — спрашивает. „Нет, не курю“, — отвечаю. Мальчуган махнул рукой, побежал к своей компании, сказав, что приехал очередной „ботаник“. Я поняла, что это про меня, насторожилась, и не зря...

Три недели практики промчались незаметно. Её можно считать „почти“ успешной. „Почти“, потому что, как оказалось, в лагере были почти ежедневно вечерние попойки. Причём инициаторами таких посиделок были

не дети, а воспитатели. И это — оздоровительный лагерь! О каком же здоровье можно говорить?

Раньше я посещала спецкурс собриологии на факультете дополнительных педагогических профессий, привезла в лагерь диски с полезными материалами. На моё предложение сделать сеанс по просмотру фильма услышала от воспитателя шокирующий ответ: „Ты им лучше закурить дай“.

Как оказалось, сигареты в этом лагере были тоже востребованы. А самое интересное, что сигаретами детей угощал мужчина-врач.

Такого безобразия в лагере я не ожидала. Считаю, что гибель Наташи Нечаевой не была случайной. При такой „организованности“, а вернее расхлябанности начальства, ещё и не такое могло произойти. Вместо того чтобы отбить вредные привычки, в лагере делали всё наоборот.

Между прочим, из 10 воспитателей лагеря — 6 человек были курящие. Из 125 детей в лагере курил каждый третий».

Случай вопиющий, ещё не получивший должного резонанса и должной моральной оценки. Моральной, потому что юридически придраться трудно. Ну, подумаешь, пошла Наташа с детьми одна, самовольничала, сама виновата. Но правда состоит в том, что после ночных развлечений днём полусонным воспитателям было не до детей. Вот и приходилось нашим студентам-практикантам зачастую крутиться с детьми в одиночку.

К сожалению, такая ситуация в летних оздоровительных лагерях не редкость. Мои бывшие выпускники часто рассказывают мне, что педагогический коллектив летних лагерей обычно раскалывается на две группы: тех, кто любит выпить, покурить и погулять (их уже больше), и тех, кто живёт трезво и помнит, зачем они сюда приехали. А приезжают сюда работать с детьми, нашими детьми!

Всё это свидетельствует о том, как далеко зашла деградация нашего общества. Учитель, который должен быть примером для всех, курит и пьёт сам, причём не дома, а на работе, где он несёт ответственность за детей. А начинается всё с нашей терпимости к курению студентов, когда будущие учительницы и воспитательницы детских садов с утра пораньше забегают за корпус, чтобы выкурить свою утреннюю сигарету. А мы на это смотрим и молчим: мол, мы ничего не можем с этим поделать, это их «право».

Не хочется бросать камень в нашего учителя, который за гроши работает с нашими детьми. Но позиция «Раз так мало платят, пусть столько и спрашивают» тоже не годится. Кому не нравится работать за гроши, пусть уходит, а остальные должны понимать, что дети — наше будущее. Как их воспитаем, так и будем жить. Я не хочу обвинять конкретных людей, не жажду мести, я хочу поставить проблему: воспитать нравственность у детей может только тот учитель, который сам живёт по нравственным принципам.

Есть профессии, в которых нравственная чистота личности особенно важна. В Федеральных государственных образовательных стандартах второго поколения в числе основных принципов духовно-нравственного воспитания школьников на первом месте назван *нравственный пример педагога*.

Нравственный облик учителя, его моральные нормы имеют первостепенное значение для духовно-нравственного развития и воспитания учащихся. *«Повсюду ценность школы равняется ценности её учителя»* (Дистервег). Организация воспитательного процесса в системе «школа — семья — социум» потребует педагогов, способных не только учить, но и воспитывать обучающихся. Мы сегодня от этого далеки. Ложно понимаемая демократия приводит к деградации общества.

Когда я посетила в 2007 году с образовательным туром Швецию, нам показали школу для трудных детей. В устав этой школы был включён обязательный пункт о трезвости и некурении учителей и учащихся школы. Школа потрясла воображение. Её впору было назвать привилегированной гимназией, а не школой для трудных детей. И сделал её такой трезвый коллектив школы!

Видимо, есть профессии, к которым необходимо предъявлять повышенные нравственные требования. И профессия учителя, безусловно, из их числа. Трезвости ребёнка может научить только трезвый учитель. Не хочешь быть трезвым — уходи из профессии! И трезвость сегодня не фантазия на тему: «Как ущемить права „бедного учителя“?», а категорический императив.

Демографический вызов российскому обществу в период до 2020 года состоит в том, что в ближайшие 10 лет произойдёт катастрофическое сокращение числа граждан трудоспособного возраста. В 2010 году трудоспособное население Российской Федерации (мужчин в 16–59 лет и женщин в 16–54 года) составило 63% от общей численности населения. Всего лишь за 10 лет к 2020 году доля трудоспособного населения сократится до 55%.

Половину граждан мы теряем из-за сверхсмертности мужчин трудоспособного возраста, причём умирают наши мужчины, прежде всего, от пороков курения и употребления алкоголя. Показатели смертности от болезней системы кровообращения также являются одними из самых высоких в мире. Показатели смертности от новообразований, внешних причин (аварийность, насильственная смерть и т. п.), случайные отравления алкоголем, самоубийства, убийства в разы превышают подобные показатели в «старых» странах Евросоюза. Главными причинами этих заболеваний являются опять-таки курение, массовая алкоголизация, низкая физическая активность, нездоровый образ жизни в целом.

Другая половина потерь будет связана с низкой рождаемостью. Низкая рождаемость будет результатом не только того, что вступит в детородный возраст поколение, рождённое в кризисные 90-е годы, но и в результате неудовлетворительного здоровья, прежде всего, женщин детородного возраста, которые

сегодня «раскрепостились» до того, что нередко соревнуются по части пьянства, курения и всякой распущенности с мужчинами. Ранняя беспорядочная половая жизнь приводит к инфекциям, передаваемым половым путём, а значит, бьёт по будущим поколениям.

В структуре причин младенческой смертности более 2/3 случаев приходится на перинатальный период и врождённые аномалии, т. е. на заболевания, связанные со здоровьем матери. Эти проблемы сегодня пытаются решить с помощью создания хорошо оборудованных перинатальных центров. Врачам дана установка спасать даже самых безнадежных детей. Но, думается, начинать нужно всё-таки с образа жизни будущих отцов и матерей и народа в целом. *А здоровый образ жизни — это, прежде всего, нравственный образ жизни.* Тело человека, согласно религиозным воззрениям, — храм души, и осквернение этого храма приводит и к осквернению души.

У нас нет выбора: либо возродить нравственность и начинать с конкретных шагов в конкретном городе, селе, в конкретном трудовом коллективе, в конкретном учебном заведении, в конкретном кругу друзей, в конкретной семье (на словах-то у нас многие за нравственность, но только на словах), либо нас ждёт участь цивилизаций, погибших от собственных пороков.

2010 г., сентябрь

Давайте сделаем правильный выбор!

Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина — классический государственный университет, который готовит интеллектуальную элиту для нашего края. Здесь собраны значительные интеллектуальные ресурсы со всего региона. Между тем, до идеальной ситуации с духовно-нравственным воспитанием и культурой в целом ещё далеко. Проблема состоит в том, как использовать университетский потенциал для оздоровления молодёжной нравственности и культуры в регионе в целом.

В эти майские дни можно начать с трезвенных дат. Май — начало июня богаты такими праздниками:

- 10 мая по новому стилю (28 апреля по старому стилю) — годовщина дореволюционного Всероссийского праздника трезвости, который возрождён, например, в Казани и ряде других регионов России;
- 19 мая — праздник православной святыни — иконы «Неупиваемая чаша», перед которой молятся для избавления от пьянства и других зависимостей;
- в этот же день, 19 мая — день рождения выдающегося учёного-трезвенника Геннадия Андреевича Шичко, автора безлекарственного метода избавления от зависимостей;
- 31 мая — Всемирный день некурения.

Наверное, в список трезвенных дат можно добавить и Международный день семьи 15 мая и День защиты детей 1 июня, ведь благополучная семья — это, прежде всего, трезвая семья, а счастливые дети чаще всё-таки вырастают именно в трезвых семьях и никогда — в пьяных.

Одурманенный образ жизни стал вариантом нормы. С трезвостью в стране, мягко говоря, напряжёнка: пиво, сигареты в шаговой и ценовой доступности даже для ребёнка, крепкий алкоголь — очень дешёвый даже по отношению к советским временам (в 3–5 раз дешевле, чем был). Подростки и молодёжь к этому букету отравы нередко добавляют и наркотики.

Нам внушают, что склонность к одурманиванию — это наши вековые традиции и наш свободный выбор. Ложь! Русский национальный напиток — не пиво, а квас. И исконно русской национальной традицией является не пьянство, а трезвость. Сейчас мы пьём в 4–5 раз больше, чем до революции 1917 года — 18 литров абсолютного алкоголя в год, и в результате активно деградируем и вымираем.

Число школьников за последние полтора десятилетия сократилось почти в 2 раза, не хватает абитуриентов. Поэтому идёт такая борьба за каждого потенциального абитуриента, не важно, какого качества, что наносит непоправимый ущерб качеству нашего образования.

В детородном возрасте (25–35 лет) на 10 женщин приходится только 7 мужчин, включая наркоманов, алкоголиков и тех, кто в тюрьмах сидят. Спрашиваются, откуда возьмутся крепкие семьи и повысится до демографически безопасного уровня рождаемость?

Не хватает рабочей силы, поэтому так процветает нелегальная миграция со всеми вытекающими последствиями для экономики, культуры и безопасности страны.

По причинам, связанным с употреблением алкоголя, мы теряем не менее 500 тысяч человек ежегодно, что вылилось в так называемый «Русский крест», когда употребление алкоголя прямо коррелирует со смертностью и обратно пропорционально рождаемости. Чем выше уровень употребления алкоголя, тем выше смертность и ниже рождаемость.

Русская женщина традиционно была скромницей, не пила и не курила. Женская распущенность сегодня не знает границ! Даже юная мамаша с коляской не стесняется разгуливать по городу с пивом и сигаретой в зубах. И это лучшие из наших девушек, которые родили и растят детей.

«Гламурный», потребительский образ жизни, внутри которого упакованы все виды легальных и нелегальных наркотиков и сексуальная распущенность, пропагандируется всеми СМИ. Через гламурные газеты и журналы, лживые телепрограммы, постоянную прямую и скрытую рекламу (через постоянный показ пьющих, курящих и распутствующих киногероев) ведётся агрессивная пропаганда порочного, саморазрушительного образа жизни.

Корпорация «D» (drugs — наркотики), осуществляя культур-интервенцию (Н. Маркова), действует по всем законам маркетинга с четырьмя «P»:

- Product (предлагает внешне привлекательный продукт),
- Price (соблазняет доступной ценой),
- Place (делает свой продукт доступным во месту приобретения),
- Promotion (занимается активным продвижением своего продукта).

Этот преступный бизнес делает огромные деньги на алкоголе, табаке, нелегальных наркотиках, порнографии, игромании. На баснословные барыши, полученные от своего преступного бизнеса, корпорация покупает учёных, государственных деятелей, работников искусства, что делает этот преступный бизнес почти непотопляемым.

Стоит ли после этого удивляться, что грех попутал даже наших студентов ЕГУ? Группа выпускников факультета журналистики не придумала ничего лучшего в качестве дипломного проекта, чем издать глянцевого «Журнальчег» с портретами полуодетых девиц. А одна из выпускниц и авторов глянца без тени смущения поведала всем о своём «сексе в маленьком городе» с пикантными подробностями и призналась, что вот теперь-то она созрела для «настоящих отношений» и мечтает об одном-единственном... Она даже не понимает, где она и что с ней происходит...

Навязанным стереотипам поведения трудно сопротивляться. Я преподаю на факультете иностранных языков, студенты которого отличаются огромным трудолюбием, живым умом, широким кругозором и трезвостью. Но выпускные балы, например, проходят по навязанному всем стереотипу и на ИнЯзе: купить как можно больше алкоголя, пойти в ресторан, где вам навяжут заведомо громкую музыку, из-за которой не слышно даже самого себя, не то, что соседа по столику. Остаётся только пить, курить и изображать нечто вроде танца.

Многие студенты всех факультетов, даже те из них, которые воздерживались прежде от одурманенного образа жизни, на таких выпускных балах пьют, некоторые весьма много, и курят.

В этом году я пыталась поломать этот стереотип. Вместе со студентами мы подготовили ряд конкурсов, застольных и праздничных игр, но из-за заведомо громкой музыки в ресторане, рассчитанной только на одурманенных людей, о реализации нашей идеи пришлось забыть.

Мои предложения

1. Необходимо начать серьёзную борьбу с курением. Лучший метод воспитания — личный пример преподавателей. На факультете дополнительных педагогических профессий (ФДПП) есть десятка два фильмов по табаку и алкоголю. Они почему-то не востребованы кураторами. Никто не обращает внимания на студентов, курящих не в специально отведённых местах. Мы даже не задумываемся, что стали самой прокуренной державой мира и что ежегодно

по причинам, связанным с потреблением табака, Россия теряет около 400 тысяч своих сограждан. Табак — это генное оружие и эффективное средство демографического сдерживания, так как каждую вторую женщину курение табака приводит к бесплодию, табак является причиной мужской импотенции, подрывает физическое и психическое здоровье будущих поколений.

2. Необходимо прививать гигиеническую культуру по отношению к громкой музыке. Борьба с громкой музыкой входит отдельным пунктом во все западные оздоровительные программы. Громкая музыка — побочный результат научно-технического прогресса. Если изобретены усилители звука, это вовсе не значит, что звук нужно включать на полную мощность. У нас можно оглохнуть даже на рядовых университетских концертах. Громкая музыка звучит везде — в парках, на городских концертах. Между тем, громкая музыка причиняет большой вред психическому здоровью людей, провоцирует агрессию и склонность к одурманенному поведению.

В России с громкой музыкой никто не борется, в отличие от западных стран, где есть специальные люди, которые отслеживают громкость музыки в общественных местах и не забывают преподносить крупные штрафы нарушителям. Давайте начнём борьбу с громкой музыкой в отдельно взятом городе, отдельно взятом университете, отдельном коллективе. Это ведь часть экологической и гигиенической культуры современного человека.

3. Необходимо повышать культуру проведения выпускных вечеров. Неужели люди, получающие диплом о высшем образовании, способны только глушить себя алкоголем, табаком и за пределами громкой музыкой? И никакой выдумки, никаких конкурсов, никаких песен, никаких игр, никаких затей? Выпускные балы нужно играть, чтобы из наших стен выходили люди, умеющие проводить застолье и отдыхать без дурманов. Вот это был бы реальный вклад в борьбу за оздоровление народной нравственности. Стоит подумать над тем, чтобы проводить такие вечера по возможности в стенах университета, где можно было бы регулировать и громкость музыки, и количество алкоголя. То количество алкоголя, которые закупают студенты во главе с кураторами на выпускные балы, составляет, если всё это пить, почти половину смертельной дозы.

4. Необходимо отмечать трезвенные календарные даты. Почему бы не объединить все названные в начале статьи весенние трезвенные даты и не объявить, скажем, с 10 мая по 1 июня ежегодный месячник борьбы за трезвый здоровый образ жизни? Для начала хотя бы в отдельно взятом регионе, в Ельце, например.

Давайте сделаем первые четыре шага, ведь мы — интеллектуальная часть общества. Вот это был бы наш собственный выбор, а не выбор, навязанный корпорацией «D» (drugs).

2011 г., июнь

ТРЕЗВЕННЫЕ ДАТЫ И ТРЕЗВЫЕ ПРАЗДНИКИ



Праздник трезвости в Екатеринбурге;
трезвая свадьба Президента Фонда «Защита нации», члена Координационного совета при Минздраве России, члена Экспертного совета при ФАС России Сергея Сушинского.

11 сентября — церковный праздник трезвости в России

29 августа по старому стилю и 11 сентября по новому по определению Святейшего Синода за №2481 — традиционная дата проведения праздников трезвости в дореволюционной Российской империи и ныне в странах СНГ. Праздник трезвости отмечается в день Усекновения главы пророка, предтечи и крестителя Господня Иоанна. Это о нём сказано в Библии: «... он будет велик пред Господом; не будет пить вина и сикера, и Духа Святаго исполнится ещё от чрева матери своей» (Лука, 1:15).

Нужен ли Праздник трезвости сегодня?

Уже и на официальном уровне признано, что главной причиной демографической катастрофы в России является беспрецедентно высокий уровень употребления алкоголя — 18 литров, тогда как Всемирная организация здравоохранения заявляет, что 8 литров абсолютного алкоголя на душу населения — это тот предел, за которым наступает вырождение общества.

От последствий демографической катастрофы в России прямо или косвенно страдает каждый. Нам давно не хватает рабочих рук, и мы вынуждены широко использовать труд мигрантов. За 10 с небольшим лет число школьников в России сократилось с 22,3 миллиона до 13, т. е. почти вдвое. Учителям в школах уже некого учить, а в вузах недоборы. Русские мужчины живут меньше, чем негры в отсталых странах Африки. Число детей в детских домах приближается к миллиону.

Начиная с начала девяностых годов прошлого столетия ежегодно численность россиян сокращается примерно на 700 тысяч человек! Уже сегодня Китай и Япония не стесняются обозначать на своих картах наши Сибирские и Дальневосточные территории как свои собственные, временно оккупированные Россией. Скоро нам уже не хватит сил для охраны собственных границ.

Болезни, катастрофы, аварии, убийства, самоубийства, бедность, разбитые семьи, сиротство при живых родителях, экономическая отставание, моральная деградация и угроза полного вырождения русской цивилизации — вот плата за поклонение Бахусу. Если мы не возродим трезвые народные традиции, то археологи будущего будут изучать развалины наших опустевших сёл и городов, вымерших от пьянства, как сегодня изучают опустевшие города и храмы майя. Нас устраивает такая перспектива? Конечно, нет!

Возродить традиции трезвости нелегко. Сколько их, производителей алкогольной и табачной отравы! А их покровители в высокопоставленных кабинетах! А продажные учёные и журналисты! А сами одураченные потребители алкогольных и табачных ядов! Однако альтернативы трезвости нет. Быть или пить — вот как поставлен сегодня вопрос.

В ряде регионов России этот праздник начинают возрождать. Например, уже второй год подряд в Свердловской области проводят областной праздник трезвости. Опыт, достойный подражания. Вот примерная программа этого праздника, намеченная на 11 сентября:

1. После литургии на Усекновение главы пророка, предтечи и крестителя Господня Иоанна — крестный ход. По окончании крестного хода — молебен на принятие обета трезвости.

2. В конференц-зале Екатеринбургской епархии состоится Актовый день епархиального общества «Трезвение». В программе: консультации, демонстрации фильмов, выставка, выступление хоров, чаепитие.

3. В областном краеведческом музее — открытие выставки «Трезвость — счастье народа».

12 сентября пройдут акции «Только трезвая Россия станет великой».

Инициатор и организатор Дня трезвости — общественно-государственное движение «Попечительство о народной трезвости» при содействии органов государственной власти и местного самоуправления, традиционных конфессий, деловых кругов, общественных организаций, средств массовой информации.

Руководитель оргкомитета — иерей Игорь Бачинин, член Церковно-общественного совета по противодействию алкогольной угрозе при Священном Синоде.

С 1995 года Праздник трезвости регулярно отмечается в Казани. В этом году торжественное открытие Праздника трезвости состоится 11 сентября в 10:00 в музее Е.А. Боратынского.

В музее будет размещена уникальная выставка: «Роль символов в пропаганде здорового образа жизни: трезвеннические брелоки из разных стран мира. Вход в музей в этот день будет бесплатным для посетителей.

Желающие смогут поучаствовать в уникальной экскурсии «Казань неизвестная» по местам, связанным с именами трезвенников и трезвенными событиями.

В одном из отделений Республиканского наркологического диспансера будет организован «Праздник с чаем».

В торгово-развлекательном комплексе «Тандем» пройдёт молодёжная акция «Фотобум». Лозунги акции: «Быть здоровым — красиво!», «Держись на трезвой волне!»

В студенческом клубе Казанского государственного медицинского университета пройдёт праздничный концерт с играми и конкурсами, с дегустацией безалкогольных напитков.

На радиостанции «Эхо Москвы» в Казани» пройдёт викторина, посвященная Празднику трезвости.

Организаторы праздника: волонтеры Казани, Казанская епархия Русской Православной Церкви, Казанское отделение Международной независимой ассоциации трезвости, музей Е.А. Боратынского и ряд других организаций.

Не подводят и москвичи. В программе московских трезвенников встречи с журналистами, раздача листовок о необходимости повышения акцизов на алкоголь и табак, сбор подписей под письмом Кудрину по этому же вопросу, брифинги для общественников.

Организаторами московских трезвенных мероприятий являются Федеральный проект Года молодёжи «Технология добра», Российская коалиция за контроль над алкоголем (РККА), Российская антитабачная коалиция (АТАКа), Московский государственный индустриальный университет (МГИУ), Общественное движение «Молодёжь за трезвую Россию» (МТР).

Безусловно, опыт проведения праздников трезвости достоин самого тщательного изучения и распространения. И праздник должен ассоциироваться не с пьянкой, а с трезвостью!

Трезвость — это радость, а не унылый подвиг.

Праздники трезвости — один из важнейших путей возрождения трезвых народных традиций и отрезвления общества.

2009 г., сентябрь

3 октября — Всемирный день ИОГТ или Международный праздник трезвости

В 1851 году группа из 20 печатников в городе Ютика (штат Нью-Йорк, США) сформировала группу трезвости, назвав себя «Добрые храмовники». В течение года возникло несколько лож «Добрых храмовников». Одна из групп, которая заседала в Сиракузах, изменила название и стала называть себя «Независимый орден добрых храмовников» (Independent Order of Good Templars — IOGT — ИОГТ). Именно от этой встречи в 1852 году и ведётся исчисление Всемирных Конгрессов ИОГТ.

История ИОГТ связана с именами многих известных людей, среди них — имя великого учёного и великого трезвенника Августа Фореля (1848–1931), который возглавлял швейцарское трезвенническое движение и даже избирался Всемирным казначеем ИОГТ.

Возглавляя клинику для душевнобольных в Цюрихе, он сделал для себя открытие, что только абсолютная трезвость самого алкоголика и его окружения гарантирует полное избавление от алкоголя.

В своих знаменитых «Тезисах о трезвости» Форель писал: *«Каждый алкогольный напиток, в том числе перебродивший, как например, вино, пиво или фруктовое вино, является ядом... Так называемые «умеренно» пьющие не укрепляют себя, не питают себя и ничего не получают при этом... Каждый, кто пьёт умеренно, соблазняет (бессознательно) часть своих более слабых сограждан делать то же самое... Привычка к «умеренному» питию затрудняет духовную работу, увеличивает число ошибок, делает наше мышление более тривиальным и более поверхностным, уменьшает мускульную силу и безопасность при движении, тем самым уменьшает способность к любой физической и духовной работе... Алкоголь значительно меняет нервные клетки головного мозга!.. Алкоголь портит зародышевые клетки пьющих мужчин и женщин, в результате их потомство более или менее вырождается... Причина самого алкоголизма заключается в употреблении алкоголя, которое, будучи широко распространённым, незаметно приводит большую часть народа к злоупотреблению».*

Своей трезвенной деятельностью Форель придавал такое огромное значение, что, несмотря на то, что прославился он, прежде всего, своим пятитомным трудом «Социальная жизнь муравьёв». На его могиле сделана надпись «Апостол антиалкоголизма».

ИОГТ и сегодня является действующей организацией, которую по праву можно назвать самой жизнеспособной организацией, сохранившей себя на протяжении уже почти 160 лет!

Деятельность ИОГТ сегодня охватывает следующие области:

- алкогольная политика и профилактика;

- наркотическая политика и профилактика;
- реабилитационная работа;
- работа с детьми;
- работа в целях мира и развития.

Сегодня ИОГТ — это всемирное объединение неправительственных организаций, объединяющих мужчин и женщин всех возрастов, независимо от их цвета кожи, национальности, веры, социальной позиции и политических взглядов. Целью ИОГТ провозглашается строительство богатой, свободной и полезной жизни для всех людей мира. А средством достижения этой цели является стиль жизни, свободный от алкоголя и других наркотиков. Движение ИОГТ считает, что каждый человек является уникалом и обладает бесконечной ценностью. Согласимся с этим и скажем «нет» наркотикам всех мастей и видов.

2009 г., октябрь

Навстречу церковному празднику трезвости в России

29 августа по старому стилю и 11 сентября по новому по определению Святейшего Синода за № 2481 — традиционная дата проведения праздников трезвости в дореволюционной Российской империи и ныне в странах СНГ. Праздник трезвости отмечается в день Усекновения главы пророка, предтечи и крестителя Господня Иоанна. Это о нём сказано в Библии: *«... он будет велик пред Господом; не будет пить вина и сикера, и Духа Святаго исполнится ещё от чрева матери своей»* (Лука, 1:15).

Это повод поговорить об отношении к вину в Библии. Сегодня часто можно слышать от людей, даже весьма уважаемых, что трезвость — это сектантство, что норма жизни — это пить, курить и одурманиваться.

Одним из первых известных нам научных исследований об отношении к вину в Библии является доклад Высокопреосвященнейшего Владимира, митрополита Киевского и Галицкого, «Против нас ли абстинентов Библия?», прочитанный на Всероссийском съезде практических деятелей по борьбе с алкоголизмом в 1912 году в Москве. Доклад был недавно переиздан в репринтном формате, но поскольку он написан в дореволюционной орфографии и был когда-то адресован научной и чиновничьей аудитории, для массового читателя его прочтение затруднительно. Поэтому появление работы священника Михаила Романюка «Кажущуюся безопасность или учение священномученика Владимира (Богоявленского) о трезвости» весьма облегчает эту задачу.

М. Романюк анализирует основные идеи доклада митрополита Владимира и привлекает в качестве доказательного материала многочисленные цитаты из Библии и факты и цифры из современной жизни.

Словом «вино» в Библии обозначается и виноградная гроздь, и свежавыжатый виноградный сок, и перебродившее, ферментированное вино. Состояние

опьянения однозначно осуждается. Более того, Библия, содержит более 70 отрицательных высказываний о винопитии и его последствиях, очевидно, имея ввиду именно перебродившее вино. Разоблачается миф о том, что Иисус Христос в первом из совершённых им чудес в Кане Галилейской якобы превратил воду в пьяное вино и аргументированно утверждается, что это мог быть только свежий виноградный сок или какой-либо другой безалкогольный неперебродивший продукт из винограда.

Михаил Романюк особенно выделяет те места в докладе митрополита Владимира, в которых содержится призыв к пониманию Библии не по букве, а по духу. Вино — соблазн для немощных. Поэтому лучше воздержаться от винопития не ради самого себя, а чтобы не соблазнять других, менее слабых духом собратьев. Митрополит Владимир уверенно утверждает, что если бы Иисус Христос оказался в современном пьяном обществе, он бы *«не стал размахивать пивною кружкой... или бокалом шампанского... но выгнал бы защитников пива и вина... чтобы было легче справиться с дьяволом алкоголя и его дружиной»* и считает, что апостол Павел *«охотно вступил бы теперь в общество трезвости»*.

Актуальность абсолютной трезвости в русской (украинской, белорусской) культуре состоит в том, что, во-первых, у этих народов никогда не было традиционного регулярного употребления вина или другого вида алкоголя и они переносят алкоголь хуже, чем южане, для которых виноград и изделия из него являются привычными продуктами; во-вторых, русские (украинцы, белорусы) не умеют пить мало и склонны к излишествам; в-третьих, алкогольная ситуация, сложившаяся на рубеже второго и третьего тысячелетий у этих народов является чрезвычайной и приводит к людским потерям, сопоставимым с военными.

Книга Михаила Романюка написана доступным языком, автор бережно относится ко всем источникам и много цитирует и, безусловно, поможет священнослужителям и простым людям лучше понять и осознать идею отрезвления общества. Книга содержит приложения: «Учение священномученика Владимира о трезвости по пунктам»; «Причины и возможные пути преодоления непонимания некоторыми богословами трезвенного движения и русской Православной Церкви» протоиерея Евгения Пейкова; «Святые отцы о трезвости и трезвении», а также работу протоиерея Алексея Бабурина и Г.В. Гусева «Русская Православная Церковь в борьбе за трезвость народную».

Современным православным исследованием, подтверждающим правоту митрополита Владимира, является выпускная квалификационная работы выпускника духовной семинарии И.П. Клименко «Образ и значение вина в текстах Пятикнижия Моисеева» (Иоанно-Предтеченское братство «Трезвение» Русской Православной Церкви, 2011). К аналогичным выводам приходят и зарубежные исследователи Библии, среди которых самый известный автор С. Баккиоки (Вино в Библии. «Источник жизни», 2004).

Известно, что в современном христианстве есть три основных течения по отношению к алкоголю и трезвости: модерационизм, абстенционизм и прогибиционизм.

Модерационизм (умеренность). Этой позиции придерживаются Римская католическая Церковь, Англиканская Церковь внутри Протестантизма. Эта концепция также принимается большинством лютеранских церквей и Свидетелями Иеговы.

Модерационисты утверждают, что вино — это дар Божий и его не надо запрещать.

Абстенционизм. Этой позиции придерживаются многие баптисты, пятидесятники, методисты и другие евангелические и протестантские группы.

Абстенционисты утверждают, что в давние времена употребление вина было оправдано, во-первых, для того, чтобы обеззараживать питьевую воду. Во-вторых, вино в библейские времена было слабее и разбавлялось водой, поэтому пьянство не было таким распространённым. Изобретение дистилляционных технологий привело к появлению крепкого и дешёвого алкоголя, который уменьшил экономические барьеры для пьянства. Абстенционисты утверждают, что умеренность — причина пьянства, поэтому в современных условиях ответственность христиан должна быть иной: лучше полное воздержание.

Прогибиционизм — это движение за полный запрет алкоголя. Этой точки зрения придерживаются Южная баптистская конвенция, адвентисты седьмого дня и др. прогибиционисты.

Отношение к вину в православии можно отнести и к модерационизму, и к абстенционизму.

После раскола Христианской Церкви 1054 года наименование «православная» закрепилось за восточной церковью. Православное вероучение базируется на Священном Писании (Библии) и Священном Предании (включающем постановления первых семи Вселенских соборов, решения поместных соборов, сочинения отцов церкви и т. д.).

В таинстве причастия здесь используются квасный хлеб и вино. Но это вино язык не поворачивается назвать алкоголем. К тому же оно разбавляется горячей водой, и то малое количество алкоголя, которое остаётся, служит для дезинфекции. Никто от этого вина ещё не опьянел. Важной частью православного образа жизни являются посты, всего до 200 дней в году. В числе основных принципов — воздержание и умеренность.

В заключение хотелось бы привести ряд цитат из учений святых отцов и учителей Церкви:

Св. Василий Великий: *«Как вода противится огню, так вино потопляет умные мысли».*

«Как дым прогоняет пчёл, так пьянство удаляет духовные дарования. Когда вино управляет пьяным, он уподобляется лошади без узды».

Св. Иоанн Златоуст: *«Дьявол никого так не любит, как пьяниц, потому что никто так не исполняет его злой воли, как пьяница. Убегай от вина, как от змия... Пьяный хуже бесноватого, потому что он по своей вине беснуется».*

Св. Григорий Богослов: *«Пьянство, плотская любовь, ревность и бес равны между собою. К кому они пришли, у того погубят ум».*

«Вода — прекрасный напиток, она не нарушает ясности мыслей, а выпитая чаша вина мутит ум».

Климент Александрийский: *«Всякий человек, напившись вина, делается раздражительным, ослабеваеет умом, бывает многоречив».*

Ефрем Сирин: *«Кто любит упиваться, тот утратит многое: ибо говорит и делает он, что не должно, богатство своё, как чужое, расхищает и отдаёт врагам, потому что упоение омрачило его ум».*

Св. Тихон Задонский: *«Есть две дороги, выбирай любую: одна служит 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 и 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».*

Св. Серафим Саровский: *«Вот вам моё завещание: не имейте в доме своём не только вина, но даже и посуды винной».*

На волне трезвеннических движений в России в XIX – начале XX столетий Православная Церковь находилась на передовых рубежах борьбы за трезвость. До революции в Российской империи действовало около 3000 братств трезвости, которые объединяли более полумиллиона человек, принявших обет полного воздержания от алкоголя.

Есть приверженцы абсолютной трезвости среди православных священников и в наши дни: иерей Игорь Бачинин, священник Алексей Мороз и др. Они много делают для отрезвления народа в своих епархиях. Однако в массе своей современные православные священники, будучи частью нашего алкоголизированного общества, не торопятся принимать обеты трезвости.

Таким образом, слухи о сектантстве трезвенников-христиан, в их числе православных, сильно преувеличены. Библия призывает «не соблазнять малых сих», которые могут оказаться слабее духом, чем ты. В современной алкогольной ситуации это особенно актуально. А если эти слухи распространяет какой-нибудь уважаемый профессор, то обидно за профессора и жаль студентов. Они ведь могут этому поверить. Нормой жизни всё-таки является трезвость, а не наоборот.

2012 г., сентябрь

Вместо заключения

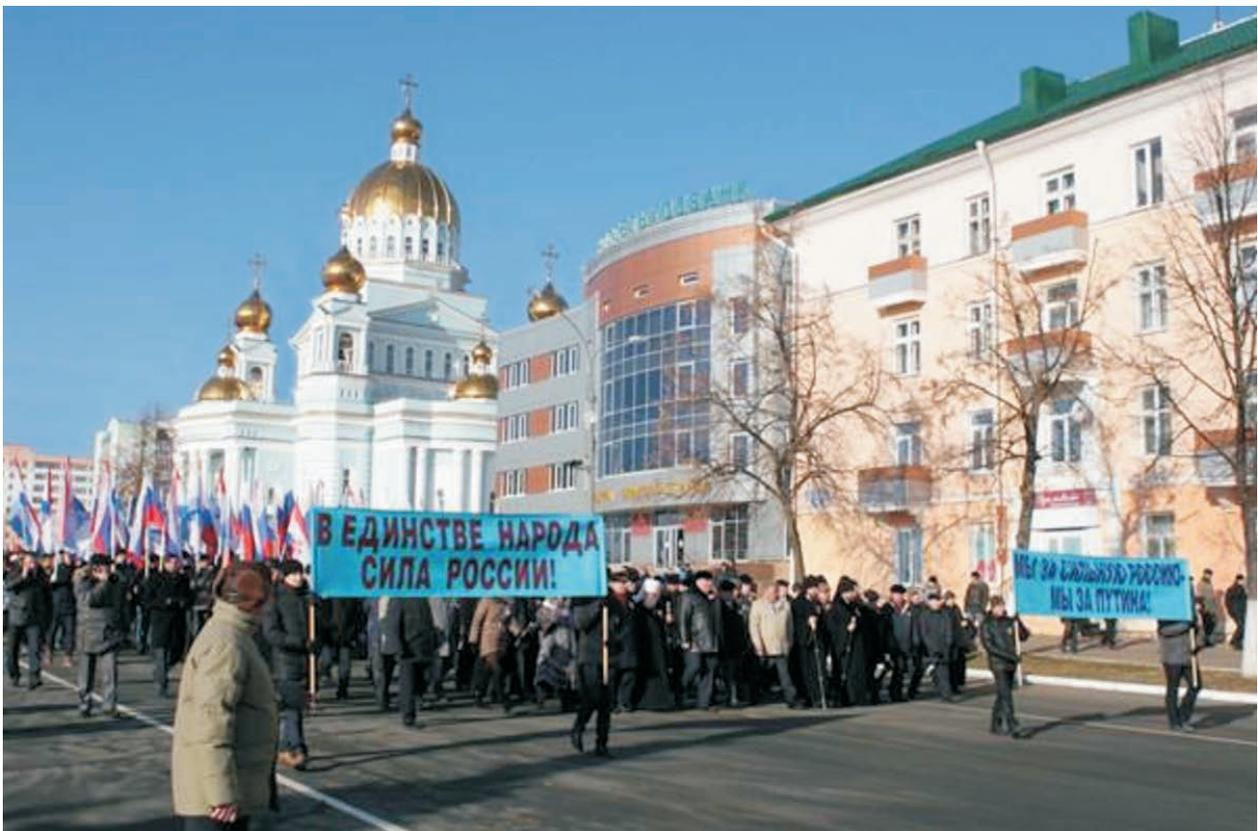
Вместо заключения я решила предложить вниманию читателей сборника моих статей «Я — гражданин» серию картинок и фотографий на тему «Гражданская позиция».



Личностные качества ПАТРИОТА

**Активная гражданская позиция -
активное стремление направить свои
способности на благо других людей, на
благо своей Родины**

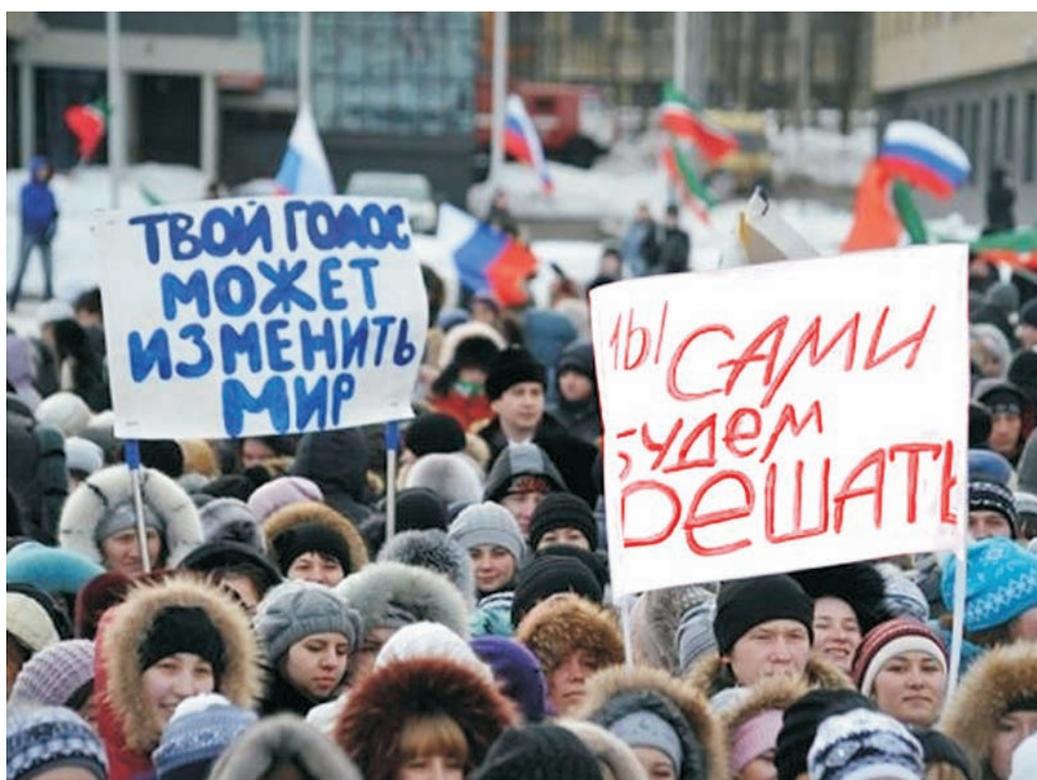












Источник: Гражданская позиция / yandex.ru/images/search?img_url

Наталья Александровна Гринченко

Я — ГРАЖДАНИН. ПУБЛИЦИСТИКА.
ИЗБРАННОЕ



Книга публикуется в авторской редакции

Печ. л.: 12,4. Уч.-изд. л.: 11,5.

Электронная версия.

Размещено на сайте: <http://lib.elsu.ru/>

Заказ 7

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования

«Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина»

399770, г. Елец, ул. Коммунаров, 28, 1