



# Подспорье

Приложение к газете «Боратник» Союза борьбы за народную трезвость

Издается с мая 2001 г.

№ 6 (108)

Июнь 2010 г.

## Читайте в номере:

Резолюция научно-практической конференции, Красноярск, май 2010 г. – стр. 1;

С.С. Аникин «От своих убеждений не откажемся» – стр. 3;

Н.А. Гринченко «Семья: традиция и современность» – стр. 5;

Н.А. Гринченко «Здоровый образ жизни» – стр. 11;

«Остановить ювенальную юстицию» – стр. 17;

«Алкоголь - великий обман человечества», – стр. 22.

**ТРЕЗВОСТЬ!**

**НАЦИЯ!**

**РОССИЯ!**



## РЕЗОЛЮЦИЯ

Всероссийской научно-практической конференции

«Алкогольный и наркотический террор в России. Трезвость народа - Общее дело» и Митинга в поддержку антиалкогольных инициатив Президента Российской Федерации, проходивших 20.05.2010 г. в географическом центре Российской Федерации в городе Красноярске

Мы, граждане России, являющиеся согласно ст.3 Конституции РФ, «носителем суверенитета и единственным источником власти в Российской Федерации», участники Всероссийской научно-практической конференции «Алкогольный и наркотический террор в России. Трезвость народа – Общее Дело», проходившей 20 мая 2010 года в географическом центре России в городе Красноярске, жители субъектов Российской Федерации: Красноярского края, Иркутской, Калужской, Кемеровской, Ленинградской, Московской, Новгородской, Новосибирской, Омской, Свердловской, Саратовской, Тюменской, Ярославской областей, а

также республик: Алтай, Бурятия, Марий-Эл, Татарстан, Удмуртия, Хакасия, городов Федерального значения: Москвы и Санкт-Петербурга, а также соотечественник, временно проживающий в г. Эдмонтон (Канада), обсудив и заслушав доклады и выступления, посвященные поддержке антиалкогольных инициатив Президента РФ Медведева Д.А., единогласно признаем алкоголь, а вместе с ним табак и другие наркотики, оружием массового поражения и требуем остановить алкогольный геноцид, развязанной алкогольной мафией на территории Российской Федерации, в том числе в Сибири и Красноярском крае, в частности.

Конференция и митинг, в поддержку антиалкогольных инициатив Президента Российской Федерации, приняли решение обратиться к Президенту РФ, в органы государственной и законодательной власти Российской Федерации, Сибирского Федерального округа, Красноярского края, к гражданскому обществу России со следующими предложениями:

1. Активнее поддержать антиалкогольные инициативы Президента РФ Д.А. Медведева;

2. Признать в законодательном порядке пиво видом алкогольной продукции, с распространением на него соответствующих правовых и законодательных антиалкогольных актов;

3. Признать в законодательном порядке этиловый спирт (алкоголь) ядом, с распространением на него соответствующих правовых и законодательных актов для токсических и ядовитых веществ;

4. Признать этиловый спирт (алкоголь) наркотиком, с распространением на него соответствующих правовых и законодательных актов для наркотических веществ;

5. Включиться в проект по отрезвлению России «Общее Дело», ставший поистине всенародным, и рекомендовать транслировать фильмы и рекламу из проекта «Общее Дело» по всероссийским, региональным и местным каналам центрального телевидения;

6. Признать положительными итоги антиалкогольной кампании 1985-1987 гг., и рекомендовать перенести опыт антиалкогольной деятельности тех лет, с учётом просчётов и ошибок, в современную Россию, считая период 1988-2010 г. в области алкогольной политики крайне разрушительным и опасным для страны и жизнеспособности нации;

7. Признать положительными итоги антиалкогольной деятельности в России в период 1894-1914 г., рекомендовать перенести опыт антиалкогольной деятельности тех лет, с учётом просчётов и ошибок, в современную Россию;

8. Рекомендовать министерству здравоохранения РФ публично провозгласить, что злоупотребление – это употребление алкогольной продукции в немедицинских целях;

9. Рекомендовать всем религиозным конфессиям, действующим на территории Российской Федерации, публично осудить употребление алкогольной продукции в немедицинских целях, как злоупотребление;

10. Рекомендовать гражданам Российской Федерации, в первую очередь руководителям любого уровня, педагогам, медицинским работникам, сотрудникам правоохранительных органов, государственным служащим считать употребление алкоголя дурным тоном, негативно отражающимся на имидже государства;

11. Рекомендовать лидерам всех политических партий, действующих на территории Российской Федерации, включиться в процесс отрезвления России, считая трезвый образ жизни моральным обликом члена партии;

12. Рекомендовать руководителям высших, средних, начальных профессиональных учебных заведений усилить воспитательную работу, предупреждая и пресекая случаи употребления алкогольной продукции, включая пиво, студентами и учащимися;

13. Рекомендовать родителям, и взрослым людям, воздержаться от употребления алкогольной продукции,

включая пиво, в присутствии детей и несовершеннолетних;

14. Рекомендовать государству и обществу обратить внимание на спивающихся людей, на неблагополучные семьи, где, как правило, имеет место употребление алкогольной продукции, с тем, чтобы помочь им вернуться к трезвой жизни;

15. Рекомендовать как можно шире распространять трезвеннические знания, в том числе в электронном виде, среди осужденных, подростков, стоящих на учёте в комнате милиции, воспитанников детских домов, учащихся начального профессионального образования и др.;

16. Запретить употребление алкогольной продукции в кабинетах государственных, общественных, правоохранительных, образовательных, учебных заведениях;

17. Рекомендовать правоохранительным органам следить за исполнением действующего антиалкогольного законодательства и административного кодекса;

18. Рекомендовать повсеместно ограничить пропаганду и рекламу (прямую, косвенную, контекстную) употребления алкогольной продукции и иных форм аддиктивного поведения через средства массовой информации и коммуникации, с помощью введения специальных акцизных исчислений;

19. Начать глобальную просветительскую трезвенную деятельность, как через средства массовой информации и коммуникации, так и через образовательные, культурные, спортивные и иные виды деятельности;

20. Рекомендовать российскому журналистскому корпусу больше и активнее освещать положительные стороны трезвого образа жизни и правильного поведения;

21. Рекомендовать министерству культуры рассмотреть вопрос о минимизации сцен употребления алкогольной продукции и других видов аддиктивного поведения на сценических подмостках, понимая, что культура – есть лучшее и высшее достижение человеческой деятельности и взаимоотношений между людьми;

22. Рекомендовать министерству образования и науки рассмотреть вопрос о принятии положительного решения о проведении антиалкогольных уроков и уроков трезвенного воспитания в образовательных учреждениях не реже 1 раза в неделю.

23. Рекомендовать Международной Академии трезвости разработать образовательную программу, и начать подготовку специалистов по трезвенному воспитанию;

24. Рекомендовать повсеместно распространять видеоматериалы телевизионного проекта «Общее Дело», видеолекции ведущих специалистов по трезвенному воспитанию и образованию и другую видеопродукцию, способствующую отрезвлению нации;

25. Рекомендовать гражданскому обществу, общественным, религиозным, патриотическим организациям включиться в деятельность по отрезвлению России;

26. Рекомендовать рассматривать нацию как единое духовное тело, где нет религиозных, политических, националистических, образовательных, корпоративных и иных границ, разъединяющих людей, считая участие в общем Деле отрезвления народов Российской Федерации национальным интересом каждого гражданина России;

27. Рекомендовать гражданскому сообществу рассматривать трезвость как естественное биосоциальное состояние, присущее человеку от рождения, в связи с чем, призвать создавать культурно-педагогические и информационно-психологические условия для нормального развития индивида в семье и обществе, без алкогольной и иной психоактивной продукции; понимать трезвый образ жизни как важный и необходимый процесс в жизнедеятельности человека, направленный на усвоение им норм правильного поведения, связанный с поступательным инновационным преобразованием общества и становлением сильного, процветающего государства;

28. Рекомендовать отныне считать 20 мая Всероссийским Днём Трезвости, приурочивая к нему все мероприятия по трезвому здоровому образу жизни.

29. Поддержать инициативу трезвенников Свердлов-

ской области по развитию попечительств о народной трезвости;

30. Поддержать инициативу трезвенников Саратовской области по развитию скаутского движения и проведению ежегодных школьных и молодежных фестивалей трезвости;

31. Поддержать инициативу трезвенников Тюменской области по проекту утверждения и сохранения трезвости «Трезвость – воля народа»;

32. Поддержать инициативу трезвенников Красноярского края в деле объединения спортивных, туристских и патриотических сообществ, организаций по здоровому образу жизни в общем стремлении отрезвлению нации;

33. Официально считать, что путь России вперед к светлому будущему от разорения к достатку это путь трезвой России.

---

---

# ОТ СВОИХ УБЕЖДЕНИЙ НЕ ОТКАЖЕМСЯ

Выступление С.С. Аникина 15 июня 2010 года в Саратове, на межрегиональной научно-практической конференции «Взаимодействие власти, общества и религиозных организаций в вопросах профилактики молодежного алкоголизма и наркомании»

*Пойдем на костер, будем гореть, но от убеждений своих не откажемся*  
академик Н.И. Вавилов

Сегодня мы, может быть впервые за долгие годы, почувствовали себя нацией!

Нация имеет, как минимум, три составляющие: язык, психологию, религию. В этом отношении, мы русские – люди проживающие на территории Российской Федерации и считающие своей родиной Россию, находимся в уникальной ситуации, когда большое число этнических групп, народностей и народов говорит на одном языке – русском языке! Наши дети обучаются по одним и тем же образовательным программам, у нас единое информационное пространство. И, несмотря на то, что люди исповедуют разные религии, порой состоят в оппозиционных друг другу партиях, мы ощущаем себя единым духовным организмом – нацией!

Религии наших народов это лёгкие нации, они питают нас живительной влагой, дают почувствовать себя уникальным человеком, этносом, народом, имеющим свои особые, отличительные признаки.

Но ценностью для каждого из нас является Бог (Аллах), Отечество, Родина, Семья, Человек. Когда мы говорим о Боге, то подразумеваем единство, родство всего человечества. Когда произносим: «Отечество» - имеем в виду всех святых, всех героев и тружеников, в земле Российской просиявших, трудящихся во благо России. Думая о Родине, мы представляем территориальные границы государства, народа, проживающего здесь. Семья это не только память о семи поколениях, но это и моё будущее, и моё настоящее. Здесь и сейчас я осознаю, что до меня было тысяча поколений - предков, передавших мне всё богатство генофонда Рода, сделавшего мой народ победителем и великими в мировом значении. Семья – это культура и традиция моего народа, это результат истории, съаккумулированный в

малой единице рода. Поэтому Человек есть наивысшая ценность после Бога, т.к. он, человек, является хранителем и продолжателем традиций, защитником Родины, вдохновителем Отечества.

К сожалению, в современных условиях, именно человек подвергается агрессии и разрушению. При этом смыслообразующие ценности подменяются на фальшивые, а его биологическая субстанция уничтожается. В первом случае речь идёт об информационно-психологической диверсии, во втором – о наркотиках, в том числе алкоголе.

То, что алкоголь – наркотик – не вызывает сомнения. Проследим метаморфозу, произошедшую на заре перестройки.

ГОСТ – 18300-72 п.5.1. гласил: «**Этиловый спирт – легко воспламеняющаяся бесцветная жидкость с характерным запахом, относится к сильнодействующим наркотикам, вызывающим сначала возбуждение, а затем паралич нервной системы**». В преддверии антиалкогольного Указа, ГОСТ несколько изменился и в ГОСТ 5964-82 п/п 4.1. читаем: «Этиловый спирт – легко воспламеняющаяся бесцветная жидкость с характерным запахом, относится к сильнодействующим наркотикам». После антиалкогольного Указа и Постановления от 1985 г., когда за 1,5 года было «недоубито» алкоголем около 1 миллиона мужчин трудоспособного возраста; когда в стране родилось незапланированных 2 миллиона детей; когда средняя продолжительность жизни россиян увеличилась на 2,5 года; и когда алкогольная мафия понесла огромные убытки; когда общественность стала требовать прекратить алкогольный геноцид; когда народные массы вышли на улицы и площади столичных городов, с требованием лучшей жизни – международным

этно-религиозным капиталом, в чьём ведении находились рычаги концептуального влияния, было принято решение: в первую очередь изменить действующее законодательство в области алкогольной политики (пьяным народом легче управлять!). И в 1987 году ГОСТ 18300-87 п\п 1.2.4., а затем в ГОСТ 6964-93 п\п 7.1. читался не иначе как «этиловый спирт – легко воспламеняющаяся бесцветная жидкость». И всё!

С этого момента этиловый спирт перестаёт быть «сильнодействующим наркотиком», а с 90-х годов становится питьевой жидкостью, пищевым продуктом, напитком.

Следом за изменением ГОСТ, в страну хлынули гектолитры спиртосодержащей жидкости, а пиво выведено из разряда алкогольной продукции. И закрутился гайдарочубайсовский молох уничтожения нации! Губительной деформации были подвергнуты все сферы российской жизни, начиная от развала СССР и заканчивая физического уничтожения россиян. В результате, за 20 лет, после внесения «малюсенькой» поправки в законодательство – изменения госстандарта на этиловый спирт, мы потеряли 30 миллионов соотечественников. В основном людей трудоспособного возраста, в основном мужчин (априори воинов), бесславно сгинувших по вине употребления алкоголя.

На сегодняшний день в России ежегодно гибнет свыше 800 тысяч наших братьев и сестёр, по вине употребления спиртного. Ещё 400 тысяч в результате табакокурения. Ещё 100 тысяч человек – от приёма внутривенных наркотиков. В общей численности, это население пяти самых крупных городов на территории Красноярского края.

Нас убивают алкоголем! – поэтому мы требуем остановить алкогольный геноцид!

Русскими учёными установлено, что в сравнении с другими государствами, где люди живут в среднем 80 лет, в России одна из самых низких продолжительностей жизни в мире. Она короче на 30-40 лет, чем у жителей Европейского Союза, Северной Америки, Азии, Японии, Ближнего Востока, Австралии, Индонезии и др. При этом основная причина смерти русского народа – употребление ими легальных и нелегальных наркотиков. Подсчитано, что только курение сокращает жизнь на 20-25 лет, так называемое «умеренное» потребление алкоголя на 30-35 лет, курение и употребление спиртного – на 35-40 лет. В то время, как «неумеренно» пьющие выгорают на 50 лет раньше, чем это было отведено им природой. Потребители нелегальных наркотиков живут 5-7 лет, после начала их употребления, и погибают на 55-60 лет раньше, чем могли бы прожить. Многие из потребителей, например, героина не доживают до 30 лет и уходят «в мир иной», так и не оставив после себя потомства.

Сегодня наблюдается тенденция, когда молодые родители, любители пива 90-х годов, не могут зачать и выносить ребёнка. Более того, прогнозируется, что сегодняшние 14-17-летние подростки, любители пивной и другой слабоалкогольной продукции, будут также не в состоянии зачинать и рожать, т.к. в этих алкогольных жидкостях содержатся вещества без ножа кастрирующие пьющих.

В современной России по причине употребления родителями алкогольной продукции, в том числе пива, рождается более 200.000 (двухсот тысяч) дефективных детей. По числу лиц с отклонениями в развитии на 10000 (десять тысяч) жителей, Красноярский край лидирует среди других регионов Российской Федерации.

Более 50% первоклассников имеют опыт употребления спиртного, главным образом пива. Среди лиц старше 15 лет 98% употребляют алкогольную продукцию, включая пиво. По данным социологов, среди выпускников школ 2009 года доживут до пенсионного возраста только 40 %, в то время, как среди их сверстников в Великобритании таковых будет 90%.

Более половины преступлений и правонарушений совершается в состоянии алкогольного опьянения. 90 % убийц совершают это тяжчайшее преступление под воздействием спиртного. 3/4 осужденных преступили закон в состоянии алкогольного опьянения. И т.д.

Не выдерживает критики политический курс, при котором прибыль от реализации алкогольной продукции превышает ценности человеческой жизни и здоровья людей. Почему-то аналитиками игнорируется тот факт, что 1 (один) поступивший в казну «алкогольный рубль» приносит государству 6 (шесть), а по некоторым данным 9 (девять) и более рублей убытка. Странно, что властью не учитываются данные Общественной Палаты РФ, согласно которым ежегодные экономические «алкогольные» потери в Российской Федерации составляют 1 триллион 700 миллиардов рублей. Не поддаётся пониманию, почему власть, вместо того, чтобы способствовать выходу из экономического кризиса, оказывать помощь народонаселению Российской Федерации в укреплении крестьянских хозяйств, развитию предпринимательства и становлению финансовой независимости граждан, способствует социальной депрессии, искусственно создаёт условия для массовой алкоголизации, стимулирует детское и молодёжное пьянство, тем самым, увеличивая количество алкогелезависимых и ослабленных людей, повышая риск преждевременной смертности, усугубляя социальную атмосферу, приближая демографическую катастрофу.

В 1910 году, когда потребление алкоголя на душу населения не превышало 2,5 л, депутаты Государственной Думы справедливо указали, что *борьба против пьянства и алкоголизма это, прежде всего, борьба с политической прибылью за счет спаивания народа*. Мы полностью солидарны с этим положением! Но, исходя из современных условий, когда душевое потребление этилового спирта увеличилось в 8 раз, а «алкогольная» смертность – кратно, считаем, что **борьба против пьянства и алкоголизма это не только борьба с политикой получать прибыль за счет спаивания народа, но и борьба с политикой физического истребления людей ядом и легальным наркотиком – алкоголем.**

Понимая, что в Российской Федерации алкоголь используется в качестве оружия массового уничтожения, и то, что если не остановить алкогольный геноцид, то Россия исчезнет с лица Земли как государство, а русский народ как государствообразующий этнос перестанет существовать; опасаясь повторение судьбы индейцев Северной Америки, в 2009 году был запущен общественно-государственный проект «Общее Дело», вдохновителями которого стал архимандрит Тихон Шевкунов, настоятель Сретенского монастыря, и профессор, председатель СБНТ В.Г. Жданов. Данный проект одобрен и поддержан Президентом РФ и Патриархом РПЦ МП Кириллом.

Трезвенное движение России и стран СНГ активно включилось в воплощение проекта в жизнь. Одновременно с тем, алкогольная мафия начала действия против его реализации, и с каждым днём всё острее противостояние.

В чём же видят враги отрезвления нации опасность? Они испугались ПРАВДЫ! Т.к. этот проект информационный, направленный на просвещение людей, в первую очередь детей и молодёжи с тем, чтобы те узнали правду об алкоголизации, о своем перспективном будущем, кто за этим стоит и кому это выгодно. Всеми силами алкогольная мафия стремится замолчать правду, добивается, чтобы правда не звучала из радиоприёмников и с телевизионных экранов. И на это у них имеются основания, т.к. результат показа по центральному телевидению только 2-х из 7 антиалкогольных фильмов и нескольких роликов ошеломляющ: народ, который на протяжении десятилетий убеждали пить алкогольную отраву, вдруг добровольно, по собственной инициативе начал отказываться покупать и пить алкогольные изделия, включая пиво. Поэтому под влиянием алкогольного лобби, телевизионный проект «Общее Дело» был приостановлен на неопределённое время.

Но процесс пошёл и его не остановить! Странников народного проекта «Общее Дело – отрезвление России» оказалось великое множество. Россия словно воспрянула ото сна. Десятки тысяч людей по всей стране тиражируют диски и распространяют их среди своих знакомых и родственников. Все чают отрезвления нации. В независимости от религиозной, этнической, политической и иной принадлежности, Мы встали на защиту будущего наших детей, за сохранения страны. Осознав беду, мы сердцем почувствовали своё единство, впервые за долгие годы ощутили себя Националь, Народом.

Именно здесь, сейчас мы сердцем чувствуем своё духовное единство: мы – Нация! Мы – единый Народ!

Несмотря на то, что порой тысячи километров разделяют нас друг от друга: от Балтийского моря до Тихого океана, от Чёрного моря до Северного Ледовитого океана, каждый из нас готов по первому зову поспешить на помощь друг другу.

Движимые этим чувством единства, мы прибыли к вам

в Саратов, на берега матушки-Волги с берегов величавого Енисея, из Красноярского края, и шлём низкий поклон от земли сибирской.

20 мая, в Красноярске, в географическом центре России, прошла подобная конференция, под названием «Алкогольный и наркотический террор в России. Трезвость народа – Общее Дело». В резолюции было сказано, что необходимо добиваться признания алкоголя – этилового спирта ядом и наркотиком; что следует шире распространять диски «Общее Дело»; что необходимо, по примеру Свердловской области, повсеместно организовывать попечительства о Народной Трезвости; что надо добиваться во всех учебных заведениях 1 раз в неделю антиалкогольных уроков или уроков трезвости; что следует отвергнуть курс антиалкогольной политики на «культурное» и «умеренное» питание, как тупиковый и ошибочный, изменив его в сторону трезвенного воспитания; что необходимо, при проведении в жизнь антиалкогольной политики, учитывать положительный опыт 1894-1924 и 1985-1987 годов; добиваться введения и возвращения Всероссийского праздника Трезвости.

От имени трезвенников Сибири и Дальнего Востока, российского народного движения «Трезвая Россия», я выражаю уверенность, что слова «Трезвость! Нация! Россия!» трезвенники Поволжья напишут на своих знаменах, и мы вместе поведём Россию от разорения к достатку через отрезвление нации и её духовно-нравственное оздоровление.

Будем же помнить, соратники, что только трезвая Россия станет великой державой!

**Трезвость! Нация! Россия! – в этом, Правда, в этом, Сила!**

Я верю, что взаимное сотрудничество между Поволжьем и Сибирью в вопросах Трезвости только начинается, и мы сможем не только обогатить друг друга новыми идеями, но и порадовать земляков реальными достижениями в деле отрезвления нации.

## СЕМЬЯ: ТРАДИЦИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ

### Православная семья и нарушение традиции

Согласно толковому словарю В.И. Даля, «семья – это совокупность близких родственников, живущих вместе; родители с детьми; женатый сын или замужняя дочь, отдельно живущие, составляют уже иную семью» (1).

«Основная черта древнерусской праведности – особое, чисто русского склада, целомудрие христианского брака как великого таинства, безусловное послушание воле Божией и безответно-кроткая покорность мужу, которая была мыслима только потому, что женская душа смирялась перед Промыслом Божиим и принимала свою судьбу, счастливую или несчастливую, как благой дар свыше.

**Единственная жена единственного мужа – вот жизненный идеал Православной Руси.** Волшебный туман тонкого искусства любви, окутывавший рыцарские замки на Западе, не расстилался над русским теремом. Русская жена верна, тиха, милосердна,



кротко-терпелива, всепрощающа.

Другая черта древнерусской женской праведности – особый «чин» вдовства. Вдовство – не случайное несчастье. Благоверные княгини второй раз замуж не выходили (хотя Церковь второй брак не запрещала).

*Многие вдовы постригались в монахини сейчас же после погребения мужа. Подвиг супружеской жизни увенчивался подвигом иноческим... В глубине сущности своего каждая представительница высшего круга Древней Руси таила в себе инокиню...», – так начинается сборник православных рассказов и воспоминаний о русских женщинах (2).*

В православной культуре верили, что «никто не может лучше научить нравственности, как мать». Но как этому помочь? Надобно прежде подготовить добрых матерей.

Гений и хранитель матушки Руси Константин Петрович Победоносцев, государственный деятель и примерный муж, отец и семьянин считал, что в воспитании отроковиц – будущих жен и матерей – должен преобладать не анализ, а синтез, так как аналитические методы воспитания противоречат природе женщины и пробуждают самоуверенность, гордость, заносчивость, разрушающие личность. И в современной православной литературе пишут о том, что в силу преобладания правополушарного, синтезирующего мышления у женщин, и женское образование должно быть соответствующим. Развитие же левополушарного аналитического мышления рвет женскую психику на части и убивает веру. А без веры жена, мать – «злоносица» (3).

В православной литературе утверждается, что первым фундаментальным камнем в домостроительство рода человеческого Творец закладывает ДЕВСТВО. Пречистая Дева-Богородица, рождающая Божественного Младенца, девственница. Праведный Иосиф, который самим Господом был указан как обручник Пречистой Девы, свято исполнил свой долг и стал навсегда для всех отцов-мужей первообразом верного защитника женского деинства и целомудрия как святыхни.

Таким образом, традиционный взгляд на воспитание детей подразумевает четкую дифференциацию по половому признаку с учётом природных врождённых качеств мужчин и женщин.

В «Психологии» Дэвида Майерса, известном учебнике, по которому учатся студенты многих университетов мира, тоже говорится об эволюционной предрасположенности мужчин и женщин к специфическим гендерным (половым) ролям в обществе. Такая предрасположенность, по мнению ученых, не является жесткой и варьирует в зависимости от культуры и времени. Однако речь здесь идет в основном об общественном разделении труда. В кочевых обществах собирателей пищи существует минимальное разделение труда по половым признакам, в сельскохозяйственных, наоборот, отличия максимальные. В индустриальных обществах – больше вариантов, но они остаются! Наблюдения показывают, что даже там, где девочки и мальчики равны по закону и имеют возможность играть вместе, девочки все-таки предпочитают куклы, а мальчики – машины. Вырастая, мужчины гораздо больше стремятся к лидерству, чем женщины. В одном из интервью в марте 2010 года госсекретарь США и супруга экс-президента Билла Клинтона Халлари Клинтон призналась, что ее главная забота в данный момент состоит в том, что ее дочь выходит замуж и что она легко готова отказаться от должности госсекретаря ради того, чтобы быть, прежде всего, матерью.

В XXI веке западные психологи предъявили иссле-

дования, согласно которым психологически каждый мужчина – это немножко женщина, а каждая женщина – это немножко мужчина. Иными словами, в каждой женщине могут присутствовать какие-то мужские черты характера, а в каждом мужчине – женские. Казалось бы, звучит заманчиво. Но не признать того, что усреднённое бесполое воспитание детей привело общество в целом, и семью, в частности, к глубокому кризису, не возможно.

Георгий Емельяненко, рассматривая проблему экологической катастрофы с религиозно-философских позиций, делает вывод о том, что небывалое разрушение биосферы планеты в XX веке имело целью уничтожить девственность во всей женственно-детской природе. Этим уничтожилась и первооснова нравственности у детей всех народов: стыд, совесть, милосердие.

Разорив фундаментальный камень бытия – семью, – пишет автор, – лукавый выгнал женщину-Еву на улицу, в соцуету, на баррикады и трибуны, на панель, высшее образование и обучение... нет более первозданного уклада и вечных родоначальных архетипов невесты, жены, матери, дочери...

Предвечный архетип отца в семье пропал без вести еще раньше. Его святое место давно занято сверхактивным блудократом или, наоборот, сверхпассивным со-кратом – собутыльником, соразвратником. И тот и другой – заклятый враг женщины.

Инстинкт продолжения рода эмансипированных женщин, утратив опору на мужское начало, разрушается. Образованная Ева осталась на планете одна. Адам развращен, детей отобрали и разбросали на «съедение Молоху-обществу». Ева лишена всего, но совершенно свободна! Грядет эра новых амазонок, а пока – женщины снизу-доверху отбирают у мужчин все первенство на земле. Высокоразвитая Ева наводит свой порядок – новый матриархат. Стерлись привычные половые семейно-социальные роли-функции... в результате необратимого вырождения МУЖЧИНЫ и ЖЕНЩИНЫ, не способных, да и не желающих более быть первородными мужем и женою! Вот почему как никогда на планете прогрессивно растут бракоразводные процессы, умножаются бесполое браки, идет транссексуальный сдвиг полов, чтобы вообще не было ни мужского, ни женского, а одна только «бес-полая плоть» (4).

Таким образом, по мнению Г. Емельяненко, апокалипсис высокоразвитой семьи уже состоялся. Женщину-жену испокон веков традиционно именовали хранительницей очага, устройтельницей домашнего порядка, а в православии с любовью называли еще и церковкой, а семью – малой церковью. А сейчас она, как иронично замечают современники-мужчины – «эмансипэ».

Широкое распространение сначала на Западе, а потом и в России, получил так называемый «гражданский брак». Многие авторы (например, М. Журиная: «Бесмыслица или гражданский брак»), анализируя это явление, приходят к выводу, что это словосочетание обозначает не что иное, как «блуд», который не зависит ни от образования, ни от социального положения. Сожителство, именуемое гражданским браком, позволяет тому, кто передумал, бросить на произвол судьбы того, кто доверился, и причем, как правило, в тяжелое время. Еще хуже приходится детям, если они рождаются в таком браке, что происходит не часто, для них мама

и папа – величина не постоянная, символизирующая опору в жизни, а переменная. А потом, когда дети проявляют цинизм и жестокость, винить надо, прежде всего тех, кто их растлил с младенчества. Ведь много они просто не знают.

Автор статьи приходит к выводу, что современный брак имеет право именоваться таковым перед Богом и людьми только тогда, когда фиксируется и как гражданская регистрация, и как церковный брак.

Нравы, по мнению автора, упали и продолжают падать потому, что их никто не исправляет. Но свободной любви не бывает. Личная свобода заканчивается там, где начинается судьба другого человека. Метастазам порока необходимо противостоять: в своей семье, в своем окружении (5).

Неупорядоченное половое общение приводит к венерическим заболеваниям, уродствам, бесплодию и вырождению. Но это лишь часть проблемы. Дело в том, что беспорядочные половые связи растлевают, прежде всего, душу. Но и тело, как учат в традиционных религиях – это храм души. Известный американский католический проповедник Джош Макдауэлл в своих письмах к дочери и к сыну предупреждает, что оскорбление тела всегда является и оскорблением души, поэтому не может быть «легких» половых связей.

«Целомудрие дочери дороже мне жизни и собственной чести», – говорил великий русский полководец А.В.Суворов. Такое отношение к женскому целомудию во всех мусульманских странах по сей день. Так работает инстинкт самосохранения нации, культуры, веры и языка. На востоке и сегодня твердо знают, что без всеобщей охраны девства, женщины, семьи – народ тут же развратится и потеряет все.

Блуд разрушителен и для юноши. По учению Церкви, сохранение юношей-мужчиной девственности – жертва богоугодная. Однако женское целомудрие – это святыня. Которую необходимо охранять. В силу законов антропологии в женщине любое мужское беззаконие остается навсегда. Сегодня уже широко известно явление телегонии, сущность которого состоит в том, что первый мужчина оставляет свой биологический, генетический след в женщине навсегда. Первый мужчина становится отчасти отцом всех будущих детей женщины.

Утраченное целомудрие может восстановиться только в браке, где муж и жена – одно целое. Единство мужского и женского начал – закон природы, как плюс и минус, тычинка и пестик, левое и правое полушария мозга.

Сегодня уже никто не отрицает, что современный человек с его преобладающим левополушарным аналитическим мышлением – это «горе от ума», враг природе, окружающим и самому себе. Без развитого второго, правополушарного мышления не может быть гармонии. У миролюбивых морских дельфинов нет признаков функциональной асимметрии, оба полушария развиты примерно одинаково. Женщине развитое правополушарное мышление дано от природы, и это достояние надо беречь. Мужчина и женщина вместе составляют принцип взаимодополнительности, как модель мира на земле.

### **Как воспитать будущего семьянина?**

В 70-е годы прошлого столетия в западной психо-

логической литературе появился термин «безмамная мама». Оказывается, что если в детстве мать ведет себя холодно, рано отдает ребёнка в ясли, то и дочка, скорее всего, будет холодна со своими детьми. Чтобы ребёнок научился привязываться к кому-либо сердцем, ему необходимо сначала привязаться к собственной матери. Это поднимает проблему повышения роли матери в раннем воспитании детей. А ведь сегодня многие матери не могут и порой не хотят уделить своему ребёнку должного внимания и слишком рано отдают их в чужие руки или просто оставляют безнадзорными, ставя стремление «сделать карьеру» выше любви и заботы о собственном ребёнке.

Справедливости ради следует отметить, что такое требование фактически навязано женщине современным обществом. От женщины слишком много ждут, а ведь жена и мать – это уже профессия, и, очевидно, первая, и обязательная профессия для каждой женщины, а потом уже все остальное. Поэтому отчуждение жены и матери от семьи – это само по себе препятствие для создания полноценной семьи в настоящем и воспитания семьянинов в будущем.

### **Как воспитать будущую жену и мать?**

Сегодня стали модными куклы Барби, но это не те прежние куклы Маши, которых девочки кормили из ложечки, укладывали спать и т.д. Кукла Барби – это модель не ребёнка, а взрослой девушки, у которой на уме одни наряды. И игры в такие куклы, как считают некоторые психологи, программируют девочек не на будущее материнство, а на развлечения и потребление.

Не воспитаешь будущую жену и мать, сосредоточившись лишь на обучении её танцам, иностранным языкам, компьютерным играм. Вряд ли получится достойная хозяйка, жена и мать из той девочки, которая привыкла жить в быту на всём готовом. Поэтому трудовое воспитание девочки, приобщение её к бытовому труду – это еще и серьезная подготовка к будущей семейной жизни.

### **Как воспитать будущего мужа и отца?**

В современных квартирах основным занятием для мальчиков часто становятся только компьютерные игры. Мужской работы нет даже для отцов семейств (воду не носить, дрова не рубить и т.п.). Где же выход? Значит, надо бытовую работу не делить на мужскую и женскую, а каждому делать то, что лучше получается, или любую домашнюю работу делать тому, кто в данный момент свободен. И мальчики должны быть в этом процессе полноправными участниками. Какой-то шанс для развития мужских навыков к труду дает дача, но дачный сезон короток, а воспитывать надо каждый день.

Лучший пример для воспитания – это справедливое разделение труда между матерью и отцом, и в современной квартире это отнюдь не механическое разделение на мужской и женский труд. Если отец семейства своей единственной обязанностью дома считает отдых на диване перед телевизором, то на такую же роль он программирует и своего сына. А значит, вырастет инфантил, не способный, ни к систематическому труду, ни к ответственности, ни к созданию прочной семьи..

Не привлекать детей к бытовому труду и постоянным обязанностям в семье – значит подкладывать мину замедленного действия под их будущую семейную жизнь, т.к. бытовые неурядицы, несправедливое разделение

домашнего труда – одна из частых причин разводов.

При этом всё-таки мальчик должен оставаться мальчиком, а девочка – девочкой. К сожалению, современные мультфильмы, не говоря уже о взрослом кино, особенно западного производства, уже с малых лет стирают различия между мужскими и женскими чертами характера

В современном кино насаждается представление о женщине как существе жестоком, властном, грубом, а о мужчине, наоборот, как безвольном и слабым. Но чаще мужчины и женщины на экране просто соревнуются в безнравственности и жестокости. А ведь традиционно женские черты – это миролюбие, терпение, доброта, умение любить и прощать.

Главой семьи традиционно был мужчина. Глава – это тот, кто берёт на себя ответственность принимать решения, но и, с другой стороны, отвечать за них. Поэтому воспитание будущего главы семьи – это воспитание в нём ответственности!

### Дети

Идеалом в православной культуре была многодетность (три сына или три дочери). В такой семье формировались такие качества как взаимопомощь, взаимовыручка, забота о младших и более слабых. Настоящая любовь проявляется только там и тогда, когда двое учатся любить третьего – то есть своего ребёнка, а ещё лучше – нескольких детей.

Сейчас семьи всё чаще однодетные, что лишает ребёнка полноценного развития и полноценного опыта общения с самыми близкими людьми.

Ещё одна беда – неполные семьи. Обычно – это мать и ребёнок. Такая изначальная ущербность часто служит препятствием для создания собственной полноценной семьи, потому что нет модели взаимоотношений в полной семье.

### Как выбрать будущего супруга?

Есть объективные проблемы выбора супруга. Традиционно было не принято жениться или выходить замуж за человека не своего круга – чужой религии, национальности, социального положения. И это было оправданно, т.к. даже при отсутствии вышеперечисленных препятствий для достижения взаимопонимания, всегда есть достаточное количество других проблем для создания благополучной семьи.

Есть субъективные проблемы выбора. Говорят о браках по любви, по расчету, по сватовству. Большинство согласны, что браки надо заключать только на основе любви. Однако православный священник Илия Шугаев утверждает, что жениться или выйти замуж по любви невозможно, потому что всё, что не вечно, не имеет права называться любовью. Поэтому у молодых людей есть не любовь, а всего лишь влюбленность, чувство зарождающейся, но еще не родившейся любви. Влюбленность переживается ярче, чем любовь, но любовь рождается только там, где есть состояние единения двух людей, между которыми возникла тесная связь. Как сказано в Библии, «будут (два) одна плоть».

Согласно церковному учению о трехсоставности человека (тело, душа, дух), есть и три уровня любви: духовный, душевный и телесный.

Совершенная любовь в браке охватывает всё существо человека так, что двое становятся одним целым.

Поэтому в основе брака не только телесное влечение, но и родство душ и духа.

Смысл брака, как утверждает И. Шугаев, зависит от того, чего человек хочет в браке: ИМЕТЬ – жену/мужа, дом, детей или БЫТЬ – мужем/женой, отцом/матерью, хозяином дома. «Иметь» подразумевает «обладать», а если вещь разонравилась, то её можно и выбросить. «Быть» – это готовность изменить самого себя ради сохранения единого целого.

Именно желание «быть» является творческим началом для сохранения семьи. В книге «Искусство любви» Э. Фром объясняет, что *проблема любви – это не проблема выбора (идеальных не найдешь), а способности любить самому.*

Брак – это всегда жертвенность. Только с человеком, способным жертвовать своим личным ради целого, стоит связывать свою жизнь.

И. Шугаев выделяет четыре признака неготовности к семейной жизни. *Первый* признак – нежелание хранить целомудрие до брака. Это чаще всего кончается быстрым разочарованием и разрывом. *Второй* признак – предложение вступить в так называемый «гражданский брак», то есть съехаться и жить вместе. В большинстве случаев все, кто начинают сожительствовать в гражданском браке, не оформляют своих отношений и разбегаются, даже не родив детей и лишь покалечив душу. Дети – главный смысл брака. А иметь детей в гражданском «браке» мало кто хочет. *Третьим* признаком, по которому можно судить о будущих проблемах, является нежелание «до поры до времени» даже в законном браке заводить детей, а пока «погулять» или «закончить институт», «встать на ноги». Это свидетельствует о нежелании брать на себя ответственность за слабых и беззащитных. *Четвертый* признак – аборт. Семьи, в которых свершился этот тяжкий грех, часто распадаются. Соучастие в добрых делах – ведение общего хозяйства, воспитание детей – укрепляет семью, соучастие в недостойных делах – разрушает (6).

Сегодня установлено, что окончательное созревание мозга наступает не раньше, чем в 20-25 лет. Социальная зрелость наступает ещё позже. И хотя для физической близости и деторождения молодые люди созревают уже к 16-18 годам, при отсутствии психической и социальной зрелости они ещё не могут адекватно воспринимать свою ответственность друг перед другом. Поэтому лучший возраст для вступления в брак, по мнению православного врача К.В. Зорина, 20–30 лет. Человек в этом возрасте уже достигает социальной и духовной зрелости, определенной степени ответственности. Однако если и в 30 лет кто-то всё ещё ждёт своего «принца» или «принцессу», не желая изменять себя, тот, скорее всего, так и не построит добрую семью, если построит вообще.

Важной причиной несостоявшихся браков является сегодня то, что до брака многие юноши и девушки курят и выпивают. На нетрезвую голову правильный выбор сделать невозможно. Одурманивающие вещества часто объединяют совершенно неподходящих друг для друга людей, что потом заканчивается скорым разводом.

Главное человеческое качество, необходимое для семейной жизни – это способность любить человека, а это больше, чем только половая любовь. Если будет



любовь к человеку, то будут и терпение, и умение прощать, и готовность жертвовать личными интересами ради общих.

Как писал апостол Павел: «Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, не гордится, не бесчинствует... не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а сорадуется истине... всё покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит. Любовь никогда не перестает...» (1 Кор. XIII, 4-8).

### Как создать крепкую семью?

Одним из главных препятствий на пути построения крепкой семьи, по мнению психологов, является незрелость личности. Это - главная причина разводов. Мужчина или женщина, вместо того, что измениться самому (самой), продолжает выбирать, иногда по много раз, надеясь, что «наконец-то повезет». В действительности, главная проблема супружеской жизни состоит в том, чтобы быть готовым брать на себя ответственность, преодолевать трудности, менять себя.

Мужчина и женщина необходимы друг другу. Женщина раскрывает свою женскую сущность только тогда, когда рядом с ней сильный мужчина. А мужчина становится настоящим мужчиной только рядом с мудрой женщиной, которая не внушает ему комплекс неполноценности, а помогает стать настоящим главой семьи, даже если пока он не вполне готов к этой роли. Мудрая женщина, где надо похвалит, где надо – ласково напомнит, где надо – промолчит.

Мужчина умен, а женщина мудра и сердечна.

*«Можно спокойно утверждать, что женщина раскрывается во всей своей красе только тогда, когда рядом с ней надежный муж, за которым она, как за каменной стеной. Иначе её душа начинает «каменеть». И мужчина со своей стороны преображается, если рядом с ним находится кроткая и заботливая жена. Супруг, правильно выполняющий свою роль в семье, может реально изменить другого. Мужчина, будучи мужественным, делает супругу женственной. Жена, будучи женственной, может сделать мужа главой своей семьи. Поэтому в данной ситуации основной рецепт для супругов будет вполне простым: каждому вернуться к своим свойствам, к своей роли в семье»* (7), – так пишет в своей книге православный священник Илия Шугаев.

Выше уже было сказано о необходимости делать выбор будущего супруга только на трезвую голову, т.к. одурманивающие вещества часто объединяют совершенно неподходящих друг для друга людей.

Есть и другая опасность от одурманивающих веществ. Если алкоголь и табак перекочают и в семейную жизнь, то они могут стать причиной многочисленных конфликтов и даже супружеской измены. Небогатый бюджет молодой семьи будет постоянно подтачиваться расходами на алкоголь и табак. Вместо полноценного досуга, интересных увлечений молодые люди будут разрушать себя и прежде всего свои души одурманивающими веществами, тем самым лишая, как самих себя, так и своих будущих детей полноценной жизни. Регулярное употребление алкоголя и курение табака – основная причина моральной деградации, рождения умственно и физически неполноценных (по мнению

экспертов Всемирной организации здравоохранения, регулярным употреблением алкоголя следует считать 1 раз в 2 недели и чаще). Есть десятки причин, по которым молодой семье выгодно ещё до свадьбы стать исключительно трезвой семьей. И есть две главные причины, по которым это может не получиться.

Во-первых это употребление алкоголя мужем (причиной нередко становится вечно недовольная жена: пилит его, называет неумехой, лодырем, лентяем, тунеядцем, а у современных мужчин и без того волевые качества слабо развиты. Но вместо исправления при таком поведении жены муж часто выбирает одно: напиться и забыться. А ведь, можно действовать наоборот: похвалить, поддержать, вдохновить!)

Во-вторых – это отношение самой молодой жены к употреблению алкоголя и табака в семье. Если молодая женщина начнёт необдуманно следовать установившейся в последние десятилетия «традиции» – ставить по праздникам на стол алкоголь (а праздников в современной России больше, чем дней в году!) и позволять другим людям «угощать» этим веществом себя и мужа, то скоро она получит в лице собственного мужа алкоголика, а если будет ратовать за равноправие, то очень рискует ещё раньше стать алкоголиком сама. К сожалению, в этом нет никакого преувеличения. Ложное понимание равноправия толкает девушек и на равноправие в курении и употреблении алкоголя. А заканчивается это для слабого пола значительно быстрее и трагичнее, чем для мужчин.

В статье главного нарколога Липецкой области М. Коростина рассказывается о том, что последствия разрушительного образа жизни сегодня коснулись не только мужчин, но и женщин. В результате случилось то, что сегодня называется демографической катастрофой. За ненадобностью закрываются родильные дома в районных центрах (Становом, Красном, Долгоруково, Добром), вслед идет закрытие неперспективных сельских школ и фельдшерских пунктов.

Наркологи отмечают алкогольные запои у беременных женщин. Из родильных домов поступают просьбы проконсультировать рожениц-наркоманок и младенцев, родившихся от таких матерей. Только за один год за отчетный период в 2006 году по сравнению с 2005 годом количество женщин, состоящих на наркологическом учете в областном наркодиспансере возросло: по алкоголизму на 22,6%, по наркомании на 34,1%, по токсикомании на 30,4%. Более 800 женщин ежегодно получают стационарное лечение в областном и, наверное, в разы больше тех, кто вообще не получает никакого лечения. От 70 до 100 женщин лечатся от белой горячки. Растет число пациенток со средним специальным и высшим образованием.

Семейное алкогольное окружение выявлено у 65% пациенток. Все пациентки диспансера поголовно курят.

Если 8-10 лет тому назад основной возраст пациенток был 30-50 лет, то сейчас нередко случаи запойных форм алкоголизма у 20-летних (8).

Алкоголизм и наркомания носят у женщин более скрытый характер, поэтому поступают они в наркологический диспансер в очень запущенном состоянии. А помочь женщине, страдающей зависимостью, гораздо труднее, чем мужчине.

Дети от таких женщин, если они есть, чаще всего больные, со скрытыми или явными пороками развития, они часто становятся на путь правонарушений, алкоголизма и наркомании.

Что касается «нелегальных» наркотиков, то это – полный крах личности семьи и общества, потому что они разрушают намного быстрее и стремительнее, чем алкоголь и табак.

Таким образом, семья и общество держатся до тех пор, пока женщина остается женщиной, а мужчина – мужчиной, пока сохраняется принцип взаимодополнительности, но самое главное – пока существуют любовь и нравственность, причем любовь понимается в самом широком смысле этого слова, а не просто как половая любовь. Падение женской нравственности приводит и семью, и общество в целом к распаду и вырождению. Но женская нравственность не может удерживаться до бесконечности, при том падении нравственности мужчин, которую мы имеем сегодня. Поэтому все силы общества сегодня должны быть направлены на воспитание, прежде всего, будущих отцов и матерей, а не просто на воспитание абстрактного человека, на воспитание нравственности. Остальное – приложится.

#### **Русские пословицы и поговорки**

Муж без жены – что гусь без воды.  
Муж без жены, что конь без узды.  
Муж – голова, жена – душа.  
Муж за рюмочку, а жена за стаканчик.  
Муж задурит – половина двора горит,  
а жена задурит, и весь дом сгорит.  
Мужем жена хороша.  
Мужик без бабы пуще малых деток сирота.  
Жена мужу пластырь, а он ей пастырь.  
Жена не гусли: поиграв, на стенку не повесишь.  
Жена при муже хороша.  
Женаты – богаты; холосты – бедны.  
Женишься – переменишься.  
Женский ум лучше всяких дум.  
Первое замужество не скрасило,  
второе не вызолотит.  
Пей воду, вода не смутит ума.  
Первую рюмку ты берешь, а вторая тебя хватает.  
Полюбите вы нас черненькими,  
а беленькими всяк полюбит.  
Порозно думать – вместе не жить.  
Пьянство – души потопление, семьи разорение.  
Ради милого и себя не жаль.

Родители берегут дочь до венца,  
а муж жену – до конца.  
Родится роток, родится и кусок.  
Род в род идет.

#### **Выводы**

Единственная жена единственного мужа – вот жизненный идеал семейной жизни Православной Руси.

Первым фундаментальным камнем в домостроительство рода человеческого Творец закладывает ДЕВСТВО, чистота, целомудрие.

Традиционный взгляд на воспитание детей подразумевает четкую дифференциацию по половому признаку с учётом природных врождённых качеств мужчин и женщин.

«Гражданский брак» с точки зрения русского языка и традиционных нравственных понятий – бессмыслица.

Будущего семьянина надо воспитывать с детства.

Смысл брака, как утверждает И. Шугаев, зависит от того, чего человек хочет в браке: ИМЕТЬ – жену/мужа, дом, детей или БЫТЬ – мужем/женой, отцом/матерью, хозяином дома. «Иметь» подразумевает «обладать», а если вещь разонравилась, то её можно и выбросить. «Быть» – это готовность изменить самого себя ради сохранения единого целого. Именно желание «быть» является творческим началом для сохранения семьи.

Главное человеческое качество, необходимое для семейной жизни – это способность любить человека, а это больше, чем только половая любовь.

Одним из главных препятствий на пути построения крепкой семьи, по мнению психологов, является незрелость личности. Это – главная причина разводов. Мужчине или женщине, вместо того, что измениться самому (самой), продолжает выбирать, иногда по много раз, надеясь, что «наконец-то повезет». В действительности, главная проблема супружеской жизни состоит в том, чтобы быть готовым брать на себя ответственность, преодолевать трудности, менять себя.

Мужчина и женщина необходимы друг другу. Женщина раскрывает свою женскую сущность только тогда, когда рядом с ней сильный мужчина. А мужчина становится настоящим мужчиной только рядом с мудрой женщиной.

Одурманивающие вещества опасны до брака: они часто объединяют совершенно неподходящих друг для друга людей. И не менее опасны после брака: они приводят семью к распаду и вырождению.

#### **Литература:**

Толковый словарь живого великорусского языка В.И. Даля / Сост. Н.В. Шахматова и др. – СПб.: ИД «Весь», 2004. – С.555).

Емельяненко Г. Что такое экология? // О женщина! Велика вера твоя. По благословию святейшего Патриарха Московского и Всея Руси Алексия II. – СПб., 2000. – С. 281–292.

О женщина! Велика вера твоя. По благословию святейшего Патриарха Московского и Всея Руси Алексия II. – СПб., 2000. – С. 88–89.

Безумие перед Богом // О женщина! Велика вера твоя. По благословию святейшего Патриарха Московского и Всея Руси Алексия II. – СПб., 2000. – С. 317–327.

Журинская М. «Бессмыслица или гражданский брак» // Форма. Православный журнал для сомневающихся. – 2008. – №2(58). – С.82–88.

Священник Илия Шугаев. Как сохранить семью – М.: Изд-во Московской Патриархии, 2009. – С.10–16.

Священник Илия Шугаев. Как сохранить семью – М.: Изд-во Московской Патриархии, 2009. – С.66–67.

Коростин М. А ну-ка, девушки, а ну, красавицы! // Аргументы и Факты – Липецк. – 2007. – №12.

Литература для дополнительного чтения  
Бердяев Н. Эрос и личность: философия пола и любви. – СПб.: Изд. Дом «Азбука-классика», 2007. – 224 с.

Зорин К.В. Время обнимать и время уклоняться от объятий. В поисках супружеского счастья. – М.: Русский Хронограф, 2009. – 352 с.

Зорин К.В. Об очень личном с православным врачом. – М.: Русский Хронограф, 2009. – 320 с.

Назначение женщины по учению Слова Божия. Составил священник Дмитрий Соколов. – Спб., 2007. – 92 с.

Русская семья от рождения к вечности. Белый город, 2008. – 360 с.

Русские пословицы и поговорки. По ред. В.П. Аникина; Сост. Ф. Селиванов; Б. Кирдан; В. Аникин. – М.: Художественная литература, 1988. – 431 с.

Священник Илия Шугаев. Как сохранить семью. – М.: Изд-во Московской Патриархии, 2009. – 96 с.

Фром Э. Искусство любить/Пер. с англ.; Под ред. Д.А. Леонтьева. – 2-е изд. – Спб.: Изд. Дом «Азбука-классика», 2008. – 224 с.

Josh McDowell. Why wait? Word Publishing. Dallas-London-Vancouver-Melbourne Copyright 1988/

Н.А. Гринченко  
кандидат педагогических наук, г. Елец

---

---

# ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Отношение к здоровому образу жизни в древних цивилизациях

Здоровье ценилось с древних времен. Человеку надо было выживать: добывать себе пищу, обеспечивать себя жильем и одеждой, отбиваться от врагов.

Большое значение закаливанию и физической культуре уделялось в Древней Греции, а спартанское воспитание стало символом аскетического воспитания, отличной физической и духовной подготовки. Именно в Греции зародились Олимпийские игры, названные так в честь горы Олимп, где, по древнегреческим преданиям, жили боги.

В Древнем Риме воины славились силой, выносливостью, отвагой, что достигалось тренировками. Однако, завоевав полмира, древние римляне забыли о воздержании, перестали разбавлять виной водой и стали устраивать многодневные пирушки, переходящие в оргии. Началось нравственное разложение с последующим разрушением империи.

У всех народов с древних времен формировались специальные системы физического самоусовершенствования: закаливание, борьба, физические упражнения и т.п. У всех народов имелись ограничения в пище, питье, в отношении к одурманивающим веществам.

## Отношение к здоровому образу жизни в религиозных учениях

Все мировые религии, так или иначе, уделяли внимание вопросам здорового образа жизни, но никогда эти вопросы не являлись самоцелью. Они всегда рассматривались в контексте нравственных учений.

### Иудаизм

Моисей – законодатель и учитель еврейского народа, основатель религии иудаизма, исходил из учения, согласно которому путь к человеческому благополучию и согласию лежит через справедливое общественное устройство и верховенство закона. С именем Моисей связан один из древнейших и самых распространенных кодексов нравственного поведения, состоящих из Десяти заповедей. Четвертая заповедь гласит: «Помни день отдохновения». Суббота – день, который отдается Богу. Отдохновение предписано и рабам, и чужеплеменникам, находящимся в доме, и даже домашнему

скоту. Здесь прослеживается забота о душе (когда речь идет о людях) и теле одновременно. Как говорят современные врачи, необходимо «разумное сочетание труда и отдыха».

Один из трех сакральных разделов Священного писания иудаизма Тора учит ритуальной чистоте. Понятия «чистота» и «нечистота» в иудаизме не подлежат рациональному объяснению, и их не следует понимать как обычную гигиену или физическую чистоту. Все ритуалы носят здесь, прежде всего, сакральный смысл.

**Миква** – специальный бассейн для ритуального погружения, необходимый для соблюдения законов семейной чистоты, для очищения человека после того, как он прикоснулся к трупу человека или животных (кроме кошерных животных, предназначенных в пищу или для жертвоприношения), для очищения посуды, изготовленной неевреем и в некоторых других случаях. В России еврейские женщины делали проруби в замерзших прудах, чтобы выполнить заповедь ежемесячного погружения в микву.

Сегодня миква – это вырытый в земле и выложенный кафелем бассейн от 3 до 5 метров в длину и от 2 до 3 метров в ширину, который заполняется водопроводной водой и соединен трубой с другим бассейном, содержащим дождевую воду. Труба закрыта пробкой, которую вытаскивают перед погружением, чтобы хотя бы немного дождевой воды попало в микву. Обычно миква сооружается в помещении, примыкающем к синагоге.

Женщинами миква используется в основном для очищения после менструации и родов. Мужчинами – накануне определенных ритуалов и религиозных праздников. Очищение через микву обязательно для нееврея, принимающего иудаизм.

**Кашрут** (система пищевых запретов) означает ритуально чистое питание – потребление «кошерной» пищи. Пища некошерная называется трефа. Кошерны все растения, хотя не все они съедобны. Что касается животной пищи, то здесь существует целый комплекс запретов:

кошерны жвачные животные, имеющие полностью разделенные копыта (корова, овца, коза), остальные (верблюд, лошадь, свинья и др.) – трефа;

некошерны птицы (лебедь, цапля и др.). Птицы, не включенные в список, теоретически разрешены, но на практике ортодоксальные евреи едят только кур, индеек и уток;

животное с дефектом внутренних органов – трефа;  
животное или птица, прежде чем отправиться на кухню, должно быть убито специально обученным резчиком по особому правилу, чтобы смерть наступила мгновенно;

Тора запрещает есть кровь животных или птиц, поэтому ее удаляют с помощью соли и воды;

кошерна рыба, имеющая плавники и чешую. Остальные обитатели моря (моллюски, ракообразные, угорь, минога и др.) – трефа;

все остальные представители фауны (пресмыкающиеся, насекомые и др.) – трефа;

евреи не едят мясную и молочную пищу вместе. Кошерная кухня (в том числе, посуда, ножи и др.) разделена на две части – мясную и молочную. Желательно иметь две плиты и две раковины;

продукты, не содержащие ни мясных, ни молочных компонентов (овощи, яйца) можно есть как с мясом, так и с молоком;

существует запрет на одновременное употребление злаковых и бобовых и смешение их в одной посуде.

Самым первым и наиболее важным среди обрядов жизненного цикла является обрезание – операция по иссечению крайней плоти у мальчиков на 8-й день после рождения, который, как утверждает, имеет не только религиозный, но и гигиенический смысл (1; 2).

### **Христианство**

В христианстве одним из важнейших понятий является пост – воздержание от пищи. Пост существовал еще в ветхозаветные времена. Древнейшие из церковных писателей утверждают, что христианский пост Апостолы установили в подражание Моисею и Иисусу Христу, постившим 40 дней в пустыне.

Смысл христианского поста сводить исключительно к гастрономическим аспектам не правильно, хотя его диетический и гигиенический смысл весьма высок. Однако главный смысл поста – духовный.

Согласно христианской антропологии, человек – это триединство: «тело-душа-дух». Главное в человеке – дух, поскольку в духе – «образ и подобие» Божие. В самой природе человека нет ничего скверного и низменного. Скверное – это извращение воли, низменное и недостойное – это страсти и грех. Поэтому пост – это не только укрощение тела, но и душевных страстей.

**Телесный пост** тройственен и подразумевает:

ограничение в пище;  
употребление особого рода пищи;  
редкий прием пищи и даже – в определенные дни и часы поста – полное воздержание от нее.

**Душевный пост включает:**

ограничение внешних впечатлений – «пищи души»;  
контроль над информацией, т.е. над качеством «пищи», которую получает душа, исключение всего того, что раздражает страсти;  
редкий прием «пищи», т.е. периоды уединения, молчания, безмолвия, молитвенного сосредоточения на

своих грехах, покаяния.

**Духовный пост** – это усиленное молитвенное бдение, сокрушение о своих грехах. «*Пост и молитва, - по словам протоиерея Валентина Свенцицкого, - два крыла духовной жизни, два крыла, подрезанные у современного христианского общества мирским существованием*».

**Православный пост** – самый длительный в христианстве около 200 дней в году. Посты делятся на многодневные и однодневные. К многодневным постам относятся:

пост св. Четыредесятницы, или Великий пост, который начинается за 7 недель до Пасхи и длится 40 дней до Пасхи;

пост апостолов Петра и Павла, называемый Петровым или Апостольским. Этот пост подвижный. Он начинается с понедельника через неделю после праздника Святой Троицы через 57 дней после Пасхи и длится до праздников святых апостолов Петра и Павла;

Успенский пост (в память Успения Богородицы) длится 14 по 28 августа, второй по строгости пост, ослабляется по субботам и воскресным дням, а также в праздник Преображения Господня 19 августа;

Рождественский пост предваряет праздник Рождества Христова за 40 дней.

К однодневным постам относятся: пост в среду и пятницу в воспоминание предания Спасителя на страдание и смерть, хотя в некоторые среды и пятницы поста нет, есть и несколько других однодневных постов. Существуют и разные степени строгости поста. Беременным женщинам, больным, малолетним детям и путешествующим делаются послабления. Выходить из поста надо также постепенно, как и входить в него (3).

Болезнь в христианстве рассматривается как признак душевного неблагополучия. Болезнь – это и расплата за грех, и способ исправить человека, обратить его внимание на то, что он делает не так. Один из смыслов заключен в понимании болезни как милости Божией, как пути к спасению. Св. Нифонт, лежа на смертном одре, на вопрос, есть ли какая польза человеку от болезни, отвечал: «*Как золото, разжигаемое огнем, очищается от ржавчины, так и человек, терпящий болезнь, очищается от своих грехов*». Болезнь имеет силу смягчать жестокие сердца, заставляет осознать свою немощь, научает сострадать ближнему и любить его (4).

### **Индуизм**

В индуизме наибольшую известность имеет практика йоги. Йога – это не доктрина, а духовная практика, открывающая путь к достижению самадхи – достижения духовных вершин. Йога практикуется в Индии с древних времен и все еще популярна в наши дни. Существует несколько видов йоги, которые различаются по уровням трудности. Самоограничения и моральный самоконтроль – необходимые части йоги. Раджа-йога включает в себя овладение позами тела (асанами), способствующими пробуждению духовных энергий. Со временем йог становится неуязвимым для болезней.

Более сложная ступень – искусство правильного

дыхания (пранаяма), понимаемое как управление жизненной энергией (праной). Йог добивается глубокого и ритмичного дыхания, умеет задерживать его без ущерба для здоровья. Освоив его, он обретает способность управлять своим психологическим состоянием, отключаться от внешних воздействий. Но все это – только подготовка к истинной духовной практике, которая включает в себя три ступени: дисциплина ума (способность к концентрации на каком-либо духовном объекте), созерцание (углубление концентрации, проникновение в законы мироздания и смысл вещей), транс или просветление – полное отделение себя от тела, состояние блаженства, внутренней свободы, «парения» над миром (5).

### Ислам

*«Многие предписания ислама имеют здравоохранительное значение, и выполнение этих предписаний дают не меньший эффект, чем образ жизни, рекомендуемый сторонниками самых новомодных систем. Мусульманин своим здоровьем, трезвостью и гигиеническими навыками обязан исламу, как образу жизни»,* - так пишет помощник имама Ф. Вагапова.

Профилактическая медицина в ее исламском понимании подразделяется на две основные части:

Предписания и наставления, регламентирующие исполнение правил личной гигиены и тем самым способствующие сохранению здоровья индивидуума.

Предписания, способствующие чистоте окружающей среды и сохранению здоровья общества.

Особое место в системе предписаний занимает запрет на употребление вина. *«Запрет вина в Исламе – это не что-то такое, чему может быть дано послабление или что может быть отменено. Запрет и разрешение в исламе – это навсегда»,* - утверждает Ф. Вагапова.

Из пищевых запретов в исламе – наиболее известен запрет на свинину. Однако этика Корана сочетается с возможностями человека. Например, если нечего есть, кроме свинины, то разрешается отступление от этого запрета.

Одним из трех основных устоев, наряду с молитвой и обязательной милостыней, в исламе является пост. Он устанавливается на один месяц (девятый по счету месяц мусульманского года – Рамадан, в который Мухаммеду было ниспослано первое откровение. Выражается мусульманский пост в полном воздержании в светлое время суток (когда можно отличить белую нитку от черной) от пищи, воды, табака, всего, что способно отвлечь от светлых мыслей. Пост является основным поступком, призванным показать, что человек умерен, воздержан, что он правильно понимает соотношение материальных и душевных благ. Пост – время тщательного выполнения всех других обязанностей. Обязанность поста не распространяется на беременных женщин, малолетних детей, тех, кто находится в неволе.

Перед обязательной молитвой (5 раз в день) мусульманин обязан омыть ноги, руки и лицо (6; 7).

Таким образом, совершенно очевидно, что мировые религии обращают внимание на сохранение здоровья человека. Однако в религиях здоровье не самоцель,

а часть духовной практики. Тело в религиозном понимании – это храм души. Оскверняя тело, человек оскверняет и душу.

### Понятие здоровья в наши дни

Актуальность здорового образа жизни в современном мире вызвана возрастанием и изменением характера нагрузок на организм человека в связи с усложнением общественной жизни, увеличением рисков техногенного, экологического, психологического, политического и военного характера, провоцирующих сдвиги в состоянии здоровья.

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), **здоровье** – это «...состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов» (8). В соответствии с этой концепцией забота о сохранении здоровья должна осуществляться на трех уровнях: физическом, духовном и социальном.

**Физическое здоровье** определяется состоянием и функционированием организма. Если человек физически здоров, то он свободно выполняет свои текущие обязанности, У него достаточно энергии, чтобы учиться, работать, справляться с домашними и семейными обязанностями.

**Душевное здоровье** определяется тем, насколько человек доволен собой и насколько успешно справляется со своими ежедневными обязанностями. Душевно здоровый человек нравится самому себе таким, каков он есть и доволен своими достижениями. Душевно здоровый человек – хозяин своей жизни, а не жертва. Он способен брать на себя ответственность, винит за свои ошибки себя, а не окружающих и старается их исправить. Душевно здоровый человек оптимистичен, верит в будущее и делает все для того, чтобы это будущее было светлым.

**Социальное здоровье** определяется тем, насколько человек ладит с другими людьми. Социально здоровый человек может устанавливать и поддерживать отношения любви и дружбы с другими людьми, он уважает не только свои права, но и права других, умеет оказывать помощь нуждающимся и при необходимости принять помощь самому, он поддерживает здоровые отношения с родственниками, умеет находить новых друзей, умеет выразить свои потребности так, чтобы они были понятны окружающим и не ущемляли права других.

Как сохранить здоровье?

Говорят, что человек «обречен» быть здоровым, потому что природой ему для здоровья дано все. Просто нужно знать законы природы и вести себя в соответствии с ними.

Личный вклад – уже 50% здоровья. Это **образ жизни** человека. Генетическими факторами здоровье человека определяется на 20%, от медицины наше здоровье зависит всего на 10%, а остальные 20% определяются другими факторами (экологией, степенью благосостояния и т.д.)

В религиях болезнь рассматривается как признак душевного неблагополучия. Сегодня и светские врачи говорят о духовных причинах болезней. Например, доктор медицинских наук О.И. Елисеева в своих практических рекомендациях «15 шагов к здоровью» на первое

место ставит пункт: «*проанализировать и устранить духовные причины своих заболеваний*».

В светском понимании здоровый образ жизни является предпосылкой для всех остальных сторон жизнедеятельности. Еще в начале XX столетия русский врач и писатель В. Вересаев писал, что человек, который не заботится о своем здоровье, подобен плохому мастеру, который не заботится о своих инструментах. Также говорят: «*Здоровье это еще не все, но все без здоровья – это ничто*».

Таким образом, чтобы сохранить здоровье необходимо соблюдать нравственные законы и вести здоровый образ жизни, т.е. жить по законам природы.

### Концепции здоровья

Существует множество концепций сохранения здоровья: государственных и авторских.

С точки зрения государственной политики сохранения здоровья, выделяют 3 уровня: социальный, инфраструктурный и личностный.

На **социальном уровне** сохранение здоровья осуществляется с помощью пропаганды через СМИ и информационно-просветительскую работу. В России проблемами этого уровня занимается служба формирования здорового образа жизни (СФЗОЖ), которая включает краевые, областные, городские и районные центры здоровья, врачебно-физкультурные диспансеры, косметологические лечебницы, кабинеты пропаганды здорового образа жизни. Научно-методическое обеспечение осуществляет Всероссийский научно-исследовательский центр профилактической медицины.

На **инфраструктурном уровне** – это конкретные условия в основных сферах жизнедеятельности (наличие свободного времени и материальных средств), профилактические учреждения и экологический контроль.

На **личностном уровне** – это система ценностных ориентаций человека, бытовой уклад.

С 1 января 2006 года в России стартовал национальный проект «Здоровье». Основная задача проекта – улучшение ситуации в здравоохранении и создание условий для его модернизации. В рамках проекта можно выделить три основных направления: повышение приоритетности медико-санитарной помощи, усиление профилактической направленности здравоохранения, расширение доступности высокотехнологичной медицинской помощи. В числе задач профилактической направленности следует выделить такие, как «**формирование у населения культуры здоровья**» и «**повышение у населения мотивации к здоровому образу жизни**» (9; 10). Ясно, что участие в решении этих задач могут принимать образовательные учреждения, начиная с детского сада и кончая вузом. Поэтому свой вклад в реализацию национального проекта «Здоровье» могут и должны сделать педагоги.

В числе авторских систем оздоровления можно назвать системы Н. Амосова, Ю. Андреева, И. Афонина, М. Гоголан, П. Иванова, Г. Малахова, И. Неумывакина, Н. Семеновой, Г. Сытина, Е. Фролова, В. Травинки, С. Троицкой, Г. Шаталовой и многих др. Из зарубежных авторов в России известны П. Брэгг, У. Бейтс, Л. Хэй

и др. Все перечисленные системы очень интересны и заслуживают специального рассмотрения. Нас же, прежде всего, интересует концепция здорового образа жизни в целом.

Можно выделить главные характеристики, присутствующие во всех современных концепциях. На **физическом уровне** это – физическая культура, рациональное питание, здоровый сон, разумное сочетание труда и отдыха, гигиена, закаливание. На уровне **душевного здоровья** – это способность мыслить позитивно и соответственно выстраивать свою жизнь. На **социальном уровне** – это способность жить в гармонии с самим собой и окружающими людьми. Это – самоутверждение в дружбе, любви, в профессии, в спорте, в хобби и увлечениях. Все уровни здоровья тесно связаны между собой и взаимно дополняют друг друга.

Доктрина о здоровом образе жизни А.М. Карпова

В доктрине о здоровом образе жизни, разработанной доктором медицинских наук А.М. Карповым (2008), **саногенез** (рождение здоровья) рассматривается на всех уровнях биологической и социальной организации жизни человека.

Автор опирается на теория биопсихосоциальной структуры человека (БСЧ) разработанную российским ученым В.М. Бехтеревым (см.: Мозг: структура, функция, патология, психика. Избр. Труды в 2 томах.-М. 1994).

**Здоровье по А.М. Карпову – это продукт собственного организма, интеллекта и воли**, а здоровый образ жизни – это разумный образ жизни. Поэтому здоровому образу жизни надо учить.

Программа помощи человеку, по А.М. Карпову, в сохранении и обретении здоровья состоит в следующем:

- устранить опасность;
- дать информацию об опасности и способах преодоления стресса;
- восстановить конструктивность в мыслях и поступках;
- составить программу действий и начать ее реализацию.

Сохранение здоровья осуществляется на физическом и психосоциальном уровнях. Чтобы быть здоровым на **физическом уровне**, необходимы:

- а) внутренние условия:
  - физическая активность (на свете есть много лекарств, которые можно заменить движением, но нет такого лекарства, которое можно использовать вместо движения);
  - правильное питание – обеспечение организма белками, жирами, углеводами, минеральными веществами, витаминами, водой;
  - разумное сочетание труда и отдыха, здоровый сон;
- б) внешние условия:
  - воздух, тепло, свет...

Что касается **психосоциального здоровья**, то оно зависит, прежде всего, от того, что человек видит, слышит, чувствует. И здесь определяющими являются **информационные воздействия**.

Информационные воздействия общества на современного человека — в основном негативные. Это раз-

рушительные программы на сверхпотребление, одурманенный и порочный образ жизни в целом, который внушается через телевидение и массовую «культуру». А когда человек начинает вести такой порочный образ жизни, он разрушается на уровне души и тела.

Грозную опасность для физического **здоровья** человека представляют одурманивающие вещества – алкоголь, табак и другие (нелегальные) наркотики. АТН вредны и для здоровья **психосоциального**, так как мешают распознавать деструктивные информационные воздействия и принимать правильные решения относительно своего поведения. Еще В.М. Бехтерев в своей статье «Личность и условия ее развития и здоровья» указывал, что для здорового развития личности необходимо устранить распространение спиртных и иных опьяняющих «напитков».

АТН разрушают человека:

через химическое воздействие, потому что эти яды действуют как на всех уровнях организма – от уровня молекул и генов (поэтому АТН часто называют генным оружием) до уровня органов и систем организма;

на уровне психосоциальной организации личности (души и духа).

### **Педагогические концепции здоровья**

В технологии физического воспитания, сбережения и укрепления здоровья, разработанной группой педагогов-новаторов, «здоровый образ жизни» (ЗОЖ) – это *«совокупность форм поведения, которая способствует выполнению человеком профессиональных, общественных и бытовых функций в оптимальных для здоровья условиях, и которые выражают ориентированность личности на то, чтобы формировать и укреплять свое здоровье».*

ЗОЖ – это:

поведение и мышление человека, обеспечивающие ему охрану и условия для здоровья;

индивидуальная система привычек, которая обеспечивает человеку необходимый уровень жизнедеятельности для решения задач, связанных с выполнением обязанностей и для решения личных проблем и запросов;

система личной научно-обоснованной профилактики заболеваний;

модель поведения индивида в данных конкретных условиях жизни, уменьшающая риск заболеваний...;

система жизни, обеспечивающая достаточный и оптимальный обмен человека со средой и тем самым позволяющая сохранить здоровье на безопасном уровне (11).

В ряде педагогических концепций здоровья, представленных в «Энциклопедии образовательных технологий» (12) проблема формирования «негативного отношения к вредным привычкам (алкоголизации, табакокурению, наркомании) упоминается или подразумевается: «отказ от разрушителей здоровья: табака, алкоголя, наркотиков»; «школа без курения, алкоголя, наркотиков», «класс без курения, алкоголя, наркотиков» (А.Ф. Пазухин); «не употребляй алкоголь и не кури» (система «Детка» П.К. Иванова).

Здоровый образ жизни – это трезвый образ жизни?

Абсолютное большинство авторов концепций здоровья и здорового образа жизни считают, что понятие «здоровый образ жизни» не совместимо с понятиями «алкоголь», «табак» и «наркотики». И хотя по отношению к малым дозам алкоголя в медицинских целях в ряде концепций для взрослых делается снисхождение (Н. Семенова, Е. Фролов), то в концепциях здоровья для детей и молодежи психоактивным одурманивающим веществам места нет!

Как сказала подростковый врач-психиатр-нарколог из Татарстана Роза Нажипова:

Формула жизни проста:

Здоровье, мораль, красота,

Созидание, трезвость и воля –

Человека достойная доля.

### **Последствия употребления алкоголя для души и духа**

Когда говорят о последствиях употребления алкоголя, табака и наркотиков (АТН), то обычно имеют ввиду физические последствия. Однако понятие здоровья, как было отмечено выше, включает в себя и духовную составляющую. Проблема состоит в том, что АТН разрушают не только тело, но и душу. Об этом предупреждают все традиционные религии, великие русские писатели Л.Н. Толстой и Ф.М. Достоевский, великие ученые.

АТН для души тем опаснее, что человек не замечает опасности. Как утверждает доктор медицинских наук А.М. Карпов, при повреждении тела у человека появляются эмоции страха, тревоги и человек идет к врачу или сам принимает меры к оздоровлению. При повреждении души АТН, разворотом, наоборот, мышление нарушается, способность анализировать утрачивается, совесть теряется, воля слабеет, и человек продолжает вести порочный образ жизни.

Часто ссылаются на Библию, как на авторитетный источник, поощряющий винопитие.. Сегодня доказано, что воздержание от вина и других алкогольных изделий в Библии представлено как великая добродетель. Святые Православной Церкви, как правило, были абсолютными трезвенниками. Пищу они вкушали самую скудную и скромную. Другие мировые религии (индуизм, ислам) полностью запрещают употребление алкоголя. (подробнее об этом см.: Тема 5. История борьбы за трезвость).

### **Новейшие писатели и поэты**

**У. Шекспир:** *«О ты незримая сила вина! Если не дано тебе еще названия, так я назову тебя дьяволом».*

**Достоевский Ф.М.:** *«От пьянства народ загноился... От него иссякает народная сила, гложет источник будущих богатств, беднеет ум и развитие».*

*«Употребление спиртных «напитков» скотинит и зверит человека, ожесточает его, отвлекает от светлых мыслей, тупит перед всякой доброй пропагандой, а главное неотразимо стоит над человеческой волей и вообще искореняет всякую человечность».*

**Толстой Л.Н.:** *«Спиртные напитки – зло, дьявольское питье, от них люди делаются сначала как лисичи, потом как волки и, наконец, как свиньи».*

## Великие ученые

**Ковалевский П.И.**, проф.: «В числе первых признаков алкогольного слабоумия является ослабление и падение нравственных начал... Пьяница всему предпочитает кабак и водку... Такой человек забывает требования общественных условий, нравственных приличий и общепринятых законов в деле поклонения своему идолу. Ложь, обман, воровство, мошенничество – все это самые позволительные средства».

**Форель А.**, проф.: «Медленно, исподволь пьяница делается нелюдимо, чувственнее, глупее, нравственное чувство притупляется, усыпляется совесть, он делается лживым, лукавым и тупым. Быстро умирает в человеке человек, пока наконец какая-нибудь обессиливающая болезнь (катар желудка, случайный перелом ноги или просто истощение) не вызовет появления белой горячки».

**Чиж**, проф.: «Алкоголь, ослабляя умственные способности и волю пьяницы, разрушает тем самым высшие нравственные понятия, – одним словом, ведет к безнравственности, преступности, потому что пьяница, лишенный руководства нравственных чувствований и понятий, поступает под влиянием эгоистических мотивов и даже чисто животных побуждений».

**В.М. Бехтерев:** «Бедность и преступления, с одной стороны, и развитие нервных и душевных болезней, с другой, – вот доказанные современной наукой губительные последствия алкоголизма».

«Нечего и говорить, что цифры погибающих от опоя еще ничуть не выражают числа лиц, погибающих от алкоголя вообще... нельзя не принять во внимание лиц, погибающих духовно и нравственно от пьянства» (13).

## Выводы

Здоровье ценилось с древних времен. Человеку надо было выживать: добывать себе пищу, обеспечивать себя жильем и одеждой, отбиваться от врагов. У всех народов формировались специальные системы физического самоусовершенствования: закаливание,

борьба, физические упражнения и т.п. У всех народов имелись ограничения в пище, питье, в отношении к одурманивающим веществам. У всех народов с древних времен физическое здоровье ассоциировалось с силой духа.

Мировые религии обращают внимание на сохранение здоровья человека. Однако в религиях здоровье не самоцель, а часть духовной практики. Тело в религиозном понимании – это храм души. Оскверняя тело, человек оскверняет и душу.

**Здоровье** – это «...состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов».

Личный вклад в здоровье – это 50%. Это **образ жизни** человека. Генетическими факторами здоровье человека определяется на 20%, от медицины наше здоровье зависит всего на 10%, а остальные 20% определяются другими факторами.

**Здоровье** по А.М. Карпову – это **продукт собственного организма, интеллекта и воли**, а здоровый образ жизни – это разумный образ жизни. Поэтому здоровому образу жизни надо учиться.

Программа помощи человеку, по А.М. Карпову, в сохранении и обретении здоровья состоит в следующем:

- устранить опасность;
- дать информацию об опасности и способах преодоления стресса;
- восстановить конструктивность в мыслях и поступках;
- составить программу действий и начать ее реализацию.

Грозную опасность для физического **здоровья** человека представляют одурманивающие вещества – алкоголь, табак и другие (нелегальные) наркотики.

Все наркотики вредны и для здоровья **психосоциального**.

Коварство наркотиков состоит в том, что человек не замечает опасности.

Негативные последствия употребления алкоголя для души и духа отмечают все авторитетные источники: религиозные, литературно-художественные, научные.

## Литература

1. . Все религии мира/Под общей ред. Е.В. Кузьминой.-М.: АСТ: ХРАНИТЕЛЬ; Спб.: Сова, 2008. С. 214-228.
2. Гусейнов А.А., Апресян Р.Г. Этика: Учебник.- М.: Гардарика, 1998.- С.65- 75.
3. Православный пост. Великий пост, Петров пост. Успенский пост, Рождественский пост: Традиции, правила, кухня/Сост.Т. Сергеева.-3-е изд.-М.: Локид-Пресс, 2004.-С.5-10.
4. Силуянова И. Человек и болезнь. По благословию Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Алексия. Изд. 2-е, доп. Изд.Сретенского Монастыря, 2001. - С.14-16.
5. Все религии мира/Под общей ред. Е.В. Кузьминой.-М.: АСТ: ХРАНИТЕЛЬ; Спб.: Сова, 2008. С. 166-170.
6. Гусейнов А.А., Апресян Р.Г. Этика: Учебник.- М.: Гардарика, 1998.- С.107-108.
7. Вагапова Ф. Ислам и трезвые религии// www.optimalist.narod.ru
8. Карпов А.М. Здравствуй, если хотите. Образовательные основы интеграции медицины, экологии, образа жизни

и власти/А.М. Карпов. – Казань, 2008. – С.1.

4. Приоритетный национальный проект в сфере здравоохранения /http://zdorovie.perm.ru

10. Профилактика/http://zdorovie.perm.ru/Prophylaxis
11. Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных технологий. М.: НИИ школьных технологий, 2006.-С.671.
12. Там же.
13. Счастлив тот, кто вина не пьет. Как молиться об исцелении от недуга пьянства. – М, 1997. – С.20-35.

Дополнительная литература

14. Баккиоки С. Вино в Библии: Пер. с англ. – 2-е изд. – Заокский: «Источник жизни», 2004. – 384 с.
15. Синельников В.В. Учебник Хозяина жизни. 160 уроков Валерия Синельникова.-М.: Центрполиграф, 2009.-222с.
16. .Cristianity and alcohol  
http://en.wikipedia.org/wiki/Christianity\_and\_alcohol
17. . Islamic view of the Bible  
http://en.wikipedia.org/wiki/The\_Bible\_in\_Islam

Н.А. Гринченко  
кандидат педагогических наук, г. Елец



# ОСТАНОВИТЬ ЮВЕНАЛЬНУЮ ЮСТИЦИЮ

## «БЕРЕГИ СЕМЬЮ – ЗАЩИТИ РОССИЮ!»

**7 июня 2010 года с 12ч до 14ч перед администрацией г. Сургута** состоится акция, направленная на защиту семьи.

**Цель:** Ответственность Сургута намерена противостоять угрозе исходящей от ювенальной юстиции (ЮЮ), чьи технологии уже давно (с 1999 г. в г. Урае) продвигаются в нашем округе и с каждым годом набирают активность.

**Организаторы акции:** благотворительная организация «Центр семьи, материнства и детства» и Сургутское отделение молодежного движения «Сибирь Молодая Православная».

*К повышению активности общественности побуждают происходящие события. 26 мая 2010 года прошло заседание общественной палаты ХМАО по вопросу «Перспективы развития ювенальной юстиции в ХМАО». Планируется приезд в г. Сургут авторитетного правозащитника Астахова П.А., который активно занимается продвижением ювенальной юстиции в России. Все делается во имя якобы благих целей – защита прав детей.*

На акции каждый желающий сможет оставить свою подпись против развития ЮЮ в ХМАО, а также узнать подробнее, в чем заключается негативное воздействие ЮЮ на семью и общество в целом.

Против развития ЮЮ в ХМАО-Югре уже выступили организации и видные общественники города:

- ЖЕНСОВЕТ ОАО «Сургутнефтегаз»
- некоммерческое партнерство «Правоведы»
- ТОС №28
- члены общественной палаты ХМАО Лоншакова Е.В., Бондаренко С.А.
- и другие.

Общественная организация «Работающая молодежь г. Сургута» и Молодежный общественный совет г. Сургута также, как и ранее выступают в защиту детей и семьи. Сегодня наш оппонент – ювенальная юстиция – институт «семьи» западного образца. Внедрение ювенальной системы – угроза институту семьи, демографической ситуации, здоровью детей, системе образования, увеличения подростковой преступности и роста коррупции.

Анализ внедрения ювенальной юстиции на западе раскрывает цель тех, кто продвигает ювенальные технологии – постепенное и безоговорочное вмешательство в семью и целостность общества, ставя интересы отдельных личностей над интересами общества, права ребенка над правами полноценной семьи. Так какова же цель ЮЮ? Цель ЮЮ на территории России – дестабилизация общества путем воздействия на основу общества, т.е. на семью и как следствие сокращение населения ещё более быстрыми темпами, что в свою очередь грозит потерей контроля над обширными территориями и ресурсами России. За примерами да-

леко ходить не надо. В Сургуте, согласно «Стратегии социально-экономического развития муниципального образования «город Сургут» на период до 2020 г.» предусмотрено «демографическое сжатие» - сокращение местного населения г. Сургута. Ставка делается на поддержание численности города, как производительной силы, за счет миграции. Идеальные вдохновители и творцы «Стратегии» города уверены, что их старость обеспечат иностранцы?

Технологии ЮЮ – технологии глобализации. Цель глобалистов – сосредоточение управления концентрацией производительных сил и распределения результатов труда в руках «избранных». Транснациональные корпорации безудержные в перемалывании ресурсов планеты, рассматривают детей, как потребителей, пытаются через них завладеть производительной силой родителей. Самой главной потребностью детей являются хорошие родители, бабушка и дедушка. Корпорации пытаются собой, своим брэндом подменить родителей («Все будет кока-кола» и т.п.). В сознании детей целенаправленно формируется убеждение, что родители – лишь источник денег. Ювенальные технологии узаконивают технологии порабощения, и по возможности, рассматривают, чуть ли не любую попытку воспитания детей со стороны родителей нарушением «прав человека».

Воплощение вышеописанной концепции не приемлемо, так как опасно. Предлагаем жителям города, округа и страны рассмотреть и развить направление в защиту семьи, как целого и неделимого элемента общества, для чего:

Осуществлять пропаганду семьи в более широком смысле, что семья – это папа, мама и дети, двое дедушек и две бабушки, живущие в ладу под одной крышей. Разрыв поколений на основе субъективных предубеждений о современности и прошлом – это разрыв семьи, что происходит часто, от чего надо избавляться.

Решать жилищную проблему незамедлительно, кардинально меняя подходы к обеспечению ее доступности. Для того чтобы семья многих поколений могла осуществлять основную свою функцию (воспитание детей, уход за престарелыми), её жилище должно быть достаточно просторным, чтобы каждому её члену (нескольким поколениям одной ветви семьи, живущих в одном месте) *не было тесно в их общем доме и чтобы дом был уютен.*

Необходимо устранение из жизни общества «генераторов проблем» - алкоголь, табак и другие наркотики.

В случае же когда целостность семьи объективно нарушена (потеря главы семьи или детей родителями) необходимо стремиться компенсировать это при помощи социальных учреждений.

# ПРОТЕСТ ПРОТИВ ЮВЕНАЛЬНОЙ ЮСТИЦИИ

15 и 19 мая 2010 года в Киеве пройдут акции протеста против введения на Украине ювенальной юстиции

Словосочетание **«ювенальная юстиция»** пока ещё малоизвестно в нашей стране. Но как только обычные украинцы — учителя и медики, учёные и домохозяйки — узнают, что спрятано под двумя «Ю», реакция одинакова у всех: **необходимо защитить нашу Родину от этой беды!**

**15 и 19 мая 2010 года** в Киеве пройдут акции протеста против введения на Украине ювенальной юстиции.

В первую очередь, Ваши собственные родные дети будут в школах находиться под патронажем «уполномоченных лиц по защите прав ребёнка». Чиновники, неподотчётные никому в пределах школы, города и даже района, будут выуживать, выспрашивать у Ваших детей — не обижают ли их родители или учителя.

Работники ювенальной юстиции будут обучать детей, как правильно доносить на родителей и педагогов

А если ребёнок пожалуется, что ему запрещают курить, смотреть порнографию по интернету, заставляют

его мыть посуду, помыть пол или сходить в магазин (всё это по ювенальным меркам считается нарушением прав ребёнка!) — родители будут наказаны, а ребёнок — безвозвратно изъят из семьи...

**Пока ещё в наших силах остановить зло!**

Что может сделать каждый из нас?

Информировать об опасности ювенальной юстиции всех своих знакомых, распространять эту информацию в интернете; объединяться в региональные родительские комитеты; собирать подписи под обращением против введения ювенальной юстиции на имя Президента, Министра юстиции, народных депутатов.

Скачать текст обращения и подписные листы.

Узнать больше о ювенальной юстиции: [www.sovest.dnipro.org](http://www.sovest.dnipro.org)

Рекомендуем посмотреть документальный фильм «Стена».

*связаться с координаторами «Трезвой Украины» в регионах или представителями Всеукраинского родительского движения.*

## ОСТАНОВИТЬ ЮВЕНАЛЬНУЮ ЮСТИЦИЮ

29 марта в Независимом пресс-центре прошла пресс-конференция на тему: «Отбирание детей за бедность: новая юридическая практика?»

Сергей Пчелинцев (отец, пострадавший от действий «детозащитников») заявил: «Из моей семьи изъяли детей, потому что я являюсь политическим активистом левых взглядов. Сначала сотрудники центра «Э» пытались вербовать меня, обещая устроить проблемы семье. Потом, собственно, наступили проблемы. Следует отметить, что среди сотрудников милиции, пришедших забирать у меня детей, были два человека в чине подполковника. На обычные, дежурные рейды такие ребята не ходят.

Люди встали, высказались в мою защиту. Я очень благодарен всем за это. За то, что мне помогли вернуть детей в семью!»

В завершение своей речи Пчелинцев призвал: «Нам сейчас всем нужно объединиться против ювенальной юстиции. Нам нужно создать прецедент успешного противостояния! Сейчас еще мы можем остановить это!»

Александра Барам (мать, подвергшаяся изъятию двоих детей) рассказала, что она не могла в течение длительного времени получить российское гражданство, а значит, и оформить надлежащие документы на двоих детей. Данное обстоятельство стало в глазах чиновников достаточной (!) причиной для изъятия малюток у молодой матери. Впрочем, неофициально Александре пояснили, что ее дети просто приглянулись для усыновления. В настоящее время дети Александры находятся в доме ребенка, а дело о лишении ее родительских прав разбирается, как и дело о лишении родительских прав Пчелинцева, судом города Дзержинска.

Марина Волкова рассказала, что попала под пресс «детозащиты» после того, как осмелилась письменно пожаловаться директору школы, в которую ее дочь Валерия ходила, на то, что с ее дочерью в школе плохо обращаются.

В результате в феврале 2008 года Волкова Марина Александровна однажды не дождалась свою 8-летнюю дочь Леру из школы, а, придя за ней, узнала, что Лера была отправлена в 27-ю больницу для беспризорных детей (впоследствии, 21 февраля, в приют «Зюзино») в качестве «безнадзорного» и «беспризорного» ребенка.

Затем были составлены материалы на возбуждение на Марину Волкову уголовного дела по ч.1 ст.116 УК РФ. По версии «детозащитников», мать систематически избивала ребенка. В качестве доказательства оных экзекуций фигурировал акт об обнаружении у Леры царапины на лбу и двух синячков на лице. По версии следствия, они появились следующим образом - мать повалила дочь на пол и долго била руками и ногами (если принять данную историю на веру, то результат выглядит явно не соответствующим приложенным для его достижения усилиям).

В итоге Лера провела в приюте более полутора месяцев и сидела бы и дольше, если бы отчаявшаяся мать не выкрала дочь из казенного дома.

Затем, 30 ноября 2009 г., Марине Волковой пришла СМСка от дочери: «Мама, забирай меня срочно». Марина перезвонила, услышала в трубке крик и плач, срочно побежала в школу. Впоследствии выяснилось, что Лера пришла в школу с небольшим покраснением на лице (прижали к двери в автобусе).

Школьная соцработница, которую «детозащитники»

мотивировали следить за юной Волковой, тут же сигнализировала «куда надо». Тотчас приехали сотрудницы опеки и какие-то врачи. Девочку, по ее словам и рассказу педагогов, вытащили из класса, повели в медкабинет. Школьная медсестра начала силой раздевать Леру. Лера, уже знавшая, что от «детозащитников» ничего хорошего ожидать не приходится, вырывалась, кричала и плакала. В итоге одежда на девочке оказалась разорванной. В конце-концов Лере удалось вырваться от мучителей. Она убежала и спряталась в школьном туалете, откуда и написала СМС матери. «Детозащитники» тем временем составили акт об обнаружении у Леры Волковой множественных синяков и кровоизлияний. Интересно, что Волковы сразу после этой истории свозили дочь на освидетельствование в травмпункт на Старокачаловскую улицу. Никаких следов избиений обнаружено не было. 3 декабря к Волковым в дом явились представительницы опеки, заявившие, что у них есть ордер на отобрание ребенка. Они требовали открыть им. Угрожали выломать дверь. В настоящее время семья Волковых фактически находится в осаде. Девочка не может посещать школу, ей приходится довольствоваться домашним образованием.

Судебное разбирательство между семьей Волковых и «детозащитой» продолжается.

Сама Калерия Волкова (она также присутствовала на пресс-конференции) заявила, что мать ее никогда не била. Что с матерью ей очень хорошо, а в приюте, наоборот, очень плохо, поскольку воспитатели дава-

ли ей таблетки, «от которых очень хотелось спать», периодически наказывали, заставляя ночью стоять навытяжку, а воспитанники «постоянно дралась». Из приюта юная Волкова вышла со множеством синяков и прокушенным пальцем.

Михаил Трепашкин (адвокат) заявил: «Что такое ювенальная юстиция в наших условиях? Это когда ребенка из-за одного синячка помещают в детдом, откуда он выходит с десятком синяков и сильнейшим нервным стрессом!»

Рэм Латыпов (Комитет за гражданские права) утверждал: «Изъятие детей из семей - это наиболее грубое нарушение прав человека, которое в настоящее время распространяется все более и более!». По его словам, зачастую при изъятии имеет место коррупционный мотив, поскольку ребенка до двух лет очень легко продать на усыновление. Также изъятие может осуществляться (как это было в случае с Пчелинцевыми) для наказания родителей - политических активистов. Р. Латыпов отметил, что в суде по таким делам часто имеет место неравенство сторон. «Детозащитников» поддерживает прокуратура, а родители часто не имеют средств для найма юриста. Латыпов призвал к созданию общественной коалиции для контроля за «ювенальной юстицией».

**А. ЗИМБОВСКИЙ**

[http://kbarieru.info/201015/?15\\_2\\_3](http://kbarieru.info/201015/?15_2_3)

Газета «К барьеру» N 15 (46) 12 АПРЕЛЯ 2010 г

## «Европейская бомба»

**Государство начинает вмешиваться в личную жизнь граждан. Ювенальная юстиция, за введение которой в России ратует Евросоюз, сможет лишить родителей преимущественных прав на воспитание детей и привести к бесконтрольному вмешательству чиновников в жизнь семьи.**

В последнее время новости о ювенальной юстиции (ЮЮ) напоминают сводки с фронта: только после майских праздников митинги против ее введения прошли в Рязани, Ханты-Мансийске, Сарове, Тюмени, Новосибирске, во многих регионах прошли круглые столы. Против ЮЮ направлена и итоговая резолюция Русского народного собора, закончившегося в Москве 27 мая. Поводом послужили очередные слушания в Общественной палате РФ, прошедшие 27 апреля. На них презентовались новые законопроекты, касающиеся введения ЮЮ. Тема, которая так или иначе касается каждого, обсуждалась на круглом столе в Нижегородском Законодательном Собрании. Что же такое ювенальная юстиция?

Проект федерального закона о внесении дополнений в закон «О судебной системе в Российской Федерации» предусматривает повсеместное создание специализированных ювенальных судов в системе федеральных судов общей юрисдикции. Ювенальные суды, как гласит законопроект, будут рассматривать уголовные, гражданские и административные «дела, хотя бы одним из участников которых является несовершеннолетний». В феврале 2002 Госдума РФ приняла его в первом чтении.

ЮЮ провозглашает принцип приоритетности прав ребенка, говорится на сайте kreml.org. Это означает, что дети имеют право подавать на родителей и вообще на взрослых в суд. Такая практика существует уже во многих странах, и она показывает, что дети весьма расширительно толкуют свои права, в чем им с охотой помогают ювенальные суды и ювенальные социальные службы. На деле получается, что родители уже не могут ограждать детей от влияния деструктивной массовой культуры, поскольку ювенальные суды трактуют подобный запрет как нарушение права ребенка на информацию и досуг. Таким образом, ЮЮ лишает родителей их права на определение приоритетов в воспитании.

В системе ЮЮ значительно расширяются права суда и социальных служб, которые могут вторгнуться в любую семью и по формальным критериям отнять ребенка. В российское законодательство о семье уже внесено понятие «ребенок в опасной ситуации». Ювенальная трактовка позволяет подвергать по нему практически 100% российских детей. Бедность, стесненные жилищные условия, потеря родителями работы, развод,

конфликты могут послужить условием изъятия детей из семьи. Во всех странах, где существует ЮЮ, детей нередко изымают из вполне нормальных, культурных семей, поскольку такие дети достаточно социализированы и ухожены, поэтому выше котируются на рынке усыновления. С другой стороны, родителей обязывают оплачивать содержание ребенка в приюте или приемной семье. Поэтому у платежеспособных родителей выгодно отнимать детей. Все это неминуемо повлечет за собой рост уровня коррупции.

**Татьяна Захарова**, начальник судебного департамента при областном Верховном суде, считает, что ЮЮ вносит в работу судов милосердие и сердечность по отношению к детям. Она ратует за примирительные процедуры между правонарушителем и жертвой. **Лариса Павлова**, адвокат Московской коллегии адвокатов, заметила, что подобная практика и сегодня ведется в рамках примирительного расследования, когда возможно прекращение дела до суда. Она также считает опасной подмену понятий “законность” и “правопорядок” на “милосердие” и “сердечность”, что может привести к безответственности за правонарушение. “В России существует одна из самых стройных и насыщенных систем защиты прав несовершеннолетних, в том числе и от насилия в семье. Между тем “европейская бомба” уже закладывается в наше семейное законодательство. В названии нового Семейного кодекса пропало слово “брак”, зато в нем есть слова о толерантности и правах сексуальных меньшинств. Ребенку с 14 лет разрешено самостоятельно обращаться в суд — для защиты от родителей. Существует положение, внедренное западными правозащитниками, о том, что родитель имеет право подвергнуть медицинскому вмешательству и лечению своего ребенка без его согласия только до 15 лет, а наркомана до 16 лет. Россия, несмотря на тысячи протестов, ратифицировала Европейскую социальную хартию, в которой, в частности, есть пункт об обязательном сексуальном просвещении в школах по западным программам. В Германии запрет родителей посещать эти занятия уже является основанием для наложения штрафа и отбирания детей”.

Лариса Павлова считает, что “России нужны другие законы — защищающие семью. В законопроектах, навязываемых Западом, родитель становится “мальчиком для битья”. Родив ребенка, человек попадает в группу риска, к нему могут быть применены различные санкции вплоть до уголовных, он лишается преимущественного права на воспитание ребенка в избранной им системе нравственных ценностей. Так можно лишить смысла само рождение детей. Россия имеет право не принимать международные нормы, противоречащие ее национальной безопасности. К примеру, Греция и Испания не принимают ювенальную юстицию”.

А в России адепты ювенальной юстиции через Министерство образования РФ пытаются внедрить в школах так называемый “паспорт ученика”, где школьники должны будут самостоятельно отразить вредные привычки родителей, определить, к какой категории относится их семья: благополучной или неблагополучной. Это по-

зволит создать банк данных персонального характера, в том числе и на государственных деятелей, ученых, занимающихся секретными разработками, предпринимателей, поскольку их дети тоже учатся в школе.

“В ювенальной юстиции даже слова “родитель” нет, есть “законные представители”, — говорит **Татьяна Боровикова**, руководитель Всероссийского сообщества многодетных и приемных семей “Много деток хорошо” (Москва). — И это бомба в отношениях “отцы и дети”, предполагающая перезагрузку нашей духовно-нравственной системы. Чиновники получают право регламентировать отношения между родителями и детьми, а дети начинают этим манипулировать, доносить на родителей”. По мнению Татьяны Боровиковой, ювенальные подходы по сути своей приводят к безнаказанности подростков, всплеску наркомании, бессилию правоохранительных органов перед молодежным экстремизмом. “Вспомните Францию. Там подростки жгут машины, бывает, что и вместе с людьми. И никого не сажают, потому что в любой банде есть неподсудный подросток до 16 лет, на которого все можно свалить. Примирительные процедуры без покаяния не приносят результата”. Татьяна Боровикова встречалась по этим вопросам и с Путиным, и с Медведевым, но никакой реальной поддержки от них общественность пока не получила.

Даже если сегодня в нашей стране большие проблемы с воспитанием детей, мы способны найти наш, отечественный выход из сложившейся ситуации, считает протоирей, замруководителя отдела образования Нижегородской Епархии **Алексей Горин**.

Участники круглого стола дали массу предложений: запретить пропаганду вседозволенности, растления и насилия через СМИ, учить в школах не тому, как общаться с половым партнером, а тому, как строить отношения в семье, дать детям широкую возможность для занятий спортом, разностороннего культурного развития. Говорили о том, что нужна строка в бюджете по экстренной помощи семьям на случай тяжелых болезней, травм, пожаров, потери работы кормильцем. Нужны центры социальной защиты семьи с опытными психологами. А если уж действительно заходит речь о неблагополучии в семье, то должны быть четкие и веские критерии, ведь отсутствие апельсина, и даже тараканы в квартире, еще не показатель угрозы жизни ребенка. В России большинство семей живут на грани бедности, и это не вина родителей. Надо делать все возможное, чтобы дети и родители оставались вместе, поскольку никто не защитит ребенка лучше, чем родные люди.

Финал встречи оказался неожиданным. Ведущий круглого стола **Сергей Красиков**, председатель комитета ОЗС по информатизации, работе с общественными организациями и СМИ, запретил собравшимся проголосовать против введения в России ЮЮ. Круглый стол, по его мнению, не вправе что-то решать. Предложил писать письма. Вот так...

**Ольга ЧУПАЧЕНКО**

«Биржа» № 20 от 1 июня 2010 года  
<http://www.birzhaplus.ru/birzha/?63094>

**Уважаемый Дмитрий Анатольевич!**

В Государственной Думе рассматривается законопроект «Об ограничении оборота информации эротического и порнографического характера».

Сам факт внесения законопроекта об ограничении и запрета порнографии и эротике, свидетельствует о понимании нашими законодателями вреда данных явлений для нравственных устоев и ценностей Российского общества, а также физического, психического здоровья граждан, особенно для детей и юношества.

Данная редакция законопроекта по своей природе имеет двоякий смысл, и принятие его приведет не к ограничению оборота такой продукции и информации (как указано в заявленной цели законопроекта), а, наоборот, к её практически широкому бесконтрольному распространению.

Так в части 1 статьи 1 данный законопроект определяет правовые основы государственного регулирования деятельности, связанной с оборотом продукции эротического и порнографического характера, организацией и проведением мероприятий эротического характера, в целях обеспечения нормального физического и психического развития и нравственного формирования личности несовершеннолетних, охраны здоровья граждан и защиты общественной нравственности.

Фактически же содержание самого проекта закона свидетельствует о легализации того, против чего он направлен. Само признание порнографии, как допустимого явления, направлено на разрушение культурных традиций и обычаев всех без исключения народов России, общепринятых моральных устоев, нравственных норм, семейных и духовных ценностей в нашем обществе, а также физической, психической и нравственной безопасности детей.

Часть 2 статьи 1 законопроекта предусматривает, что порнография, эротика могут распространяться в образовательных, медицинских, документальных и научно-просветительских материалах (программах), и в произведениях «имеющих художественную ценность».

Порнография наносит вред нравственности общества независимо от ее художественной ценности. Художественная ценность лишь в большей степени увеличивает вред, так как усиливает воздействие на человека, а закон это разрешает. Порнография наносит вред репродуктивному здоровью общества, так как она

пропагандирует беспорядочные половые отношения, противоречит ценностям семьи и брака. Предлагаемый проект направлен против решения демографических задач нашего общества.

Тем более безнравственны, аморальны и недопустимы нормы закона, направленные на защиту порнографии, как художественной ценности. Художественная ценность не имеет статуса безусловной ценности общества, не защищается законом, так как отсутствуют критерии, позволяющие определить наличие в том, или ином объекте художественной ценности.

Вопрос разграничения эротике и порнографии – самая главная проблема, поскольку не только в России, но и в международной практике «нет четкой дефиниции и понятия порнографии»: на разных этапах истории культуры и искусства это понятие меняется.

Внимательно рассмотрев законопроект, родительская общественность пришла к выводу, что он запрещает распространять порнографию только лишь государственным учреждениям. Зато любое юридическое лицо может получить разрешение на распространение такой информации.

Абсурдность положений данного законопроекта в том, что разрешается то, против чего направлен сам закон.

Легализация порнографии заключается в «зелёной улице» распространения ее в медицинских и образовательных программах и материалах. Своеобразная лазейка, способствующая распространению порнографии в школах и детских поликлиниках и других заведениях.

**Родительская общественность, Дмитрий Анатольевич, обращает Ваше внимание, на то, что проект закона независимо от желаний и побуждений его авторов направлен, против исторических и традиционных семейных ценностей многонационального Российского общества, тем самым является антиконституционным, так как семья является одним из главных объектов защиты государства.**

**Родительская общественность просим Вас отклонить принятие и утверждение законопроекта «Об ограничении оборота информации эротического и порнографического характера» в предлагаемой редакции, и направить его на серьезную доработку с учетом всех замечаний при широком обсуждении в обществе.**

№	ФИО	АДРЕС	ПОДПИСЬ

*Законопроект «Об ограничении оборота продукции эротического и порнографического характера» еще не снят с рассмотрения и Всероссийское родительское собрание просит нас писать подобные обращения как Президенту, так и председателю Государственной Думы РФ Б.В.Грызлову, (103265, Москва, Охотный ряд, 1), и председателю Совета Федерации РФ С.М.Миронову (103426, Москва, Б.Дмитровка, 26).*

*Разумеется, надо давать отпор подобными обращениями и введению ювенальной юстиции. Только активная позиция общественности, нас с вами, может остановить преступные посягательства наших недругов на нравственность и моральные устои общества, защитить нашу молодежь, наши семьи. Будем же активны! «Наша хата» – не с края – ред.*

# Алкоголь – великий обман человечества

*Материал был прислан в редакцию по электронной почте. К сожалению, не зафиксировал – кем. И подписи под ним не оказалось. Решил опубликовать лишь по тому, что необычное изложение привычной темы. Посмотрите, может кому пригодится такая форма изложения для местной печати – ред.*

## Введение

Алкоголь – самый великий обман из всех, с которым сталкивалось человечество за всю свою историю. Этим обманом пронизаны буквально все стороны нашей жизни. День рождения – давайте выпьем, новый год – давайте выпьем, ребенок родился – давайте выпьем ну и т.д. Даже в церкви некоторые обряды связаны с вином. Ну почему не с минералкой, почему? Удивительно, как кто-то смог связать добровольное потребление алкоголя с нашими маленькими жизненными радостями. Сколько же времени потребовалось на то, чтобы люди с удовольствием воспринимали вкус этого противного яда.

К сожалению, с развитием средств массовой информации одурачивание народа стало настолько легким и эффективным, что уже мало кто понимает, что происходит на самом деле. А на самом деле нас убивают. Подло, жестоко, беспощадно. Но вы все еще не понимаете это и смеетесь над предыдущей фразой. А зря.

Задумывая этот проект, я сильно сомневался, нужен ли он вообще в наше время. Ведь люди и так стали более подкованные в плане обработки информации своей головой, нежели 20 лет назад. Потому этот текст и не претендует на то, что, прочитав его, вы сразу же бросите пить. Но то, что вы узнаете хоть что-то новое из неё, я не сомневаюсь. По крайней мере, ваше отношение к алкоголю в некоторых ситуациях изменится, и изменится очень сильно.

При чтении не стоит стараться запомнить все доводы, приводимые здесь. Достаточно просто четко представлять себе картину одурачивания народа в нашей стране, да и во всем мире. И не думайте, что во всем виновато правительство, партии, и прочие организации. Они не в силах что-либо поделать. Они не могут менять людей, хотя покорный одураченный народ всегда лучше непокорного и думающего. Все, больше ни слова о политике, она тут ни при чем.

Ну и напоследок хочу сказать, что если вы все-таки не настроены на «прозрение», «раскрытие глаз» и прочую белиберду, просто не читайте этот текст. Захлопните её немедленно и отнесите любому алкашу в вашем подъезде.

Ах да, и сразу хочу предупредить, что в этом тексте нет никакого стиля изложения. Зато тут все предельно понятно. А если вдруг не нравится, что нет стиля, то перечитайте еще разок последнее предложение предыдущего абзаца.

## Все мы одинаковы

Все в мире закономерно и логично. Ничего не берется просто так, из воздуха. Если вы умный человек, значит, вы много читаете, много говорите, много слушаете. Если вы хитрый человек, значит, вы много наблюдаете. Ну и так далее. Пьющими людьми просто так тоже не становятся. На все есть своя причина. Но по своей ли воле вы хотите выпивать? Конечно, нет.

Все люди одинаковы от рождения. Конечно, вы сейчас

можете заявить, что вы особенный, и уж точно не похожи на своего соседа-идиота, или друга-мазохиста, или, или, или. Так оно конечно и есть, но не во всем. У нас у всех разное мышление. Нет двух одинаковых человеческих мозгов. Нет, ну на вид то они похожи, конечно, в вот извилины у всех в разные стороны.

Есть у каждого человека еще и такая штука, как бессознательные процессы. И вот управление ими у всех людей осуществляется абсолютно одинаково. Эти бессознательные процессы формируются без нашего с вами ведома. Например, ярким светом вам в глаза посвети, и вы зажмуритесь. Ну, вы и сами это знаете. Или ходите вы без мыслей в голове «правой, левой, правой, левой, стой раз два».

Однако, есть и такие бессознательные процессы, которые управляют обществом. Ну, например, в трусах одних мы по городу не пойдем гулять, нам будет очень стыдно. Но ведь можно сделать и так, что мы будем высмеивать вещи, которые на самом деле очень даже важны для нас. Задумайтесь, часто ли вы слышите выражение «примерный семьянин» в последнее время? Не часто? Я так и думал. А может, к тому же, это выражение вызывает у вас улыбку? Судить не буду, но, по-моему, это не очень здорово.

Теперь же задумайтесь, какое выражение лица вы принимаете, когда кто-нибудь говорит вам: «Я трезвенник». Или даже так: «Я трезвенник!». Ну и совсем тяжелый случай с вами должен произойти, когда вы услышите: «Я трезвенник!!!». Стоп! Замрите. А теперь, не меняя выражения лица идите к зеркалу. Ну как, улыбаетесь? А чему улыбаетесь то? Тому, что ваш собеседник не травится спиртом? Очень смешно я вам скажу, просто обхохочетесь. Дальше больше.

## Кто заставляет нас пить

Нами управляют потоками информации, которые в огромных количествах выливаются на нас с экранов телевизоров, мониторов, телефонов, и даже стендов прямо на улице. Избавится от этого невозможно, даже не пытайтесь. Зато можно научиться отличать плохое от хорошего.

Когда вы рождаетесь, ваш мозг чист, как снег в Антарктике. И вот по мере взросления вы потихоньку забываете собственный мозг кусочками нужной и не нужной вам информации. Иначе никак, все, что мы видим, слышим, щупаем, нюхаем, пробуем на вкус, и хорошее и плохое остается в нашей памяти. Вы думаете - это плохо? Нет, это прекрасно, ведь хорошее видно только на фоне плохого. А ведь хорошего в мире всегда больше. Катастрофически больше. Где-то 80% в мире хорошего и всего лишь 20% плохого. Просто мы заостряем внимание на плохом и думаем, что все плохо. А на самом-то деле – нет.

Поток информации можно поделить на открытую информацию и скрытую. Открытая информация воспринимается нашим мозгом и остается в нашей памяти. Скрытую же рекламу мы воспринимаем, но не запоми-

наем. А именно скрытая реклама и преобладает сейчас на нашем ТВ. И вот мы уже думаем что сыр «Хохланд» лучше сыра из ближайшей деревни. А чем лучше-то? Да ничем, просто нам там сказали, а ведь они там в «ящике» такие умные, как же им не верить?

А теперь подумайте, какой доход у пивоваренных компаний и ликероводочных заводов в день? Я то сам не знаю, честно говоря, но уверен, что астрономический. Вот они и придумывают каждый день новую рекламу и антирекламу пива. Думаете, зачем антирекламу? Да потому что некоторые, увидев антирекламу, пьют назло ей. Лучшие психологи в мире работают, чтобы мы травились изо дня в день.

Вы же все слышали слоганы в рекламе пива? Общий смысл: «Пьешь пиво - значит ты крут!». У меня парень знакомый как-то есть захотел на улице и купил себе ряженки. На него смотрели как на идиота. А вот если ты идешь с пивом по улице да еще и выпиваешь из горла, ты просто герой.

Информация – страшная сила. Она не может убить, но может заставить нас переубивать друг друга. Она не может отравить, но может заставить нас травиться. Она не обладает эмоциями, но может заставить нас поверить в то, что травится это хорошо. И вот мы уже думаем, что все проблемы решает бутылка пива или чекушка водки. Давайте теперь поглядим, как можно легко обойтись без стопоря в повседневной жизни.

### **Проблемы в семье решаются по-другому**

Вот интересно, кто вообще придумал решать проблемы, в том числе и семейные с помощью выпивки? Как жидкость со сложной, но запоминающейся химической формулой может помочь вам решить проблему бедности семьи? Или раздоры детей и родителей.

Вы можете сказать «Алкоголь помогает мне расслабиться!». Опять чушь несусветная, дорогой читатель. Алкоголь никому и никогда не помогает расслабиться. Он просто отключает зоны мозга в вашей голове, и вот вы уже думаете, что вам хорошо. А что хорошего, может то, что вам теперь на все по барабану? А погулять с родными не судьба? Или помочь сыну уроки сделать. Только вдумаетесь. Во время трудового дня сколько раз вы подумали о том, чтобы выпить и сколько раз о том, чтобы помочь сыну сделать домашнее задание. Страшно стало? То то же.

Да и большинство семейных раздоров случаются именно из-за того, что жены не выносят пьянства своих мужей. Ведь в настоящее время процент разводов в нашей стране колоссальный. А почему? Потому что жизнь в одной квартире ну очень отличается от цветочно-конфетной стадии ухаживания. И одна из основных причин этих разводов – пьянство мужского пола и нежелание уделять внимание полу противоположенному.

А теперь давайте задумаемся, какой пример мы показываем подрастающему поколению? Кто самый мужественный и отважный человек на земле для ребенка? На кого они хотят походить всю свою жизнь? Кто их кумир? Вы, дорогой папаша. И если вы приходите и наливаете первым делом стопарь, то какой же мужественный пример вы подаете родному сыну! Вы просто герой. И будьте уверены, что ваш сын вырастет еще большим героем, нежели вы. Ведь он хочет вас «догнать и перегнать».

Подростковый алкоголизм это «заслуга» прежде всего родителей этих детей. Конечно, СМИ играет довольно большую роль и на детей, но все-таки вам они априори

верят больше. Так что думайте, когда выпиваете следующую раз, что губите вы не только себя, но и своих детей, какого бы возраста они ни были. Вы всегда в ответе за них, и не важно, что закон регламентирует вашу ответственность только до их совершеннолетия. Вы то знаете, что это не так.

### **Смертельные традиции**

Так что же заставляет нас пить? Ну, скорее наверно кто, а не что. Ведь только разумному существу надо держать большую массу людей в повиновении и обмане. Природу не обманешь, зато можно обмануть сознание, данное вам. Подумайте, почему, когда ребенок пробует спиртосодержащий «напиток» ему хочется надавать по голове тому, кто дал ему эту отраву. А со временем мы привыкаем к яду, и он даже начинает нам нравиться. Почему же так происходит?

На самом деле организм никогда и ни у кого не привыкает к этой гадости. Это заметно, особенно, наутро, когда ваше тело стремится очиститься, и у вас льет изо всех дыр. А если не льет, значит, сил у вашего тела на это уже не осталось и оно медленно умирает. Но ведь если это не зависимость, то почему мы пьем?

Все дело опять таки в вашем мозгу. Нам внушили очень давно, что любое хоть сколько-нибудь значимое событие в вашей жизни должно обязательно сопровождаться распитием спиртных «напитков». А зачем? Зачем вам это нужно? Зачем вы травите себя в минуты радости? Чтобы жизнь медом не казалась?

Кто-то очень давно внушил нам это отвратительную идею и мы, как зомбированные идиоты поверили в неё. Вот когда вы наутро говорите: «Я так отрывался вчера, когда напился» чему вы радуется? Ведь отрывались то не вы, а алкоголь, изменивший ваше сознание. Нормальный поступок можно повторить в любое время, а если вы этого не можете, значит, это сделали не вы. Это сделал алкоголь. Вот подумайте честно, вам приятнее познакомиться и переспать с девушкой по трезвой или по пьяни? Если вы ответили «без разницы» или «по пьяни» то, держу пари, вы просто закомплексованная личность, которая по трезвой-то и не умеет.

Ну и еще кое-что. Никогда не ведитесь на фразы типа «Ты что не пьешь, не мужик что ли?». Это он не мужик, потому что когда выпьет, род продолжить не сможет. А если и сможет, то сможете ему потом сказать: «В семье не без урода». Вы же, отказавшись от алкоголя, в любой ситуации сможете стать нормальной, гармоничной, здоровой личностью, способной на добрые дела.

### **Почему мы должны остановить это?**

И правда, почему? Давайте все вместе продолжим травиться. Не надо ничего менять. Я еще не готов к переменам. Меня и так все устраивает. Даже если я изменюсь, люди то, окружающие меня пить не бросят.

Вот сколько чепухи сейчас в вашей голове, дорогие читатели. Ну, или уже меньше, если читаете этот текст сначала. Скажу вам честно по секрету, чтобы изменить мир, окружающий вас, достаточно изменить мысли в своей голове, отношение к людям, вещам, животным, еде, короче, всему и желательно сразу.

Не пытайтесь бросать пить. Не дай Бог, вы попытаетесь это сделать. 100% у вас ничего не выйдет. Это будет провал, затем у вас начнется депрессия, а потом вы подумаете: «Мне поможет только водка. Водка – зло, но мне поможет!». И, естественно, побежите искать волшебный

эликсир.

На самом же деле, просто попытайтесь думать по-другому. Идею нельзя убить, но её можно заменить другой идеей. Вот и вы, не думайте, что надо «бросить пить» думайте, что «надо заработать 100.000 рэ на трезвую голову за месяц». Или «покорить вот ту блондинку с огромными глазами». Дайте себе цель в жизни. Интересную вам цель, цель нужную, цель, которую вы можете достичь. И мысли об алкоголе у вас уже точно не появятся.

По последним данным потребление спирта на человека в России составило где-то 18 литров. Мы вымираем. Причем вымирает только титульная нация – русские. Вы когда-нибудь видели грязного пьяного кавказца в подворотне с бутылкой пива? Если да, пришлите фото. Я, например, не видел. И если вы сейчас подумали что-нибудь вроде «чертовы чурки», вы недалёковидны. Это чертовы мы, русские, потому что позволяем себя спаивать. Мы – основополагающая нация в России, стала очень слаба, потому-то и появился страх перед другими нациями, стремящимися к господству, как и все нормальные народы на планете. Закон выживания еще никто не отменял.

Только не подумайте, что я кого-то не люблю или что-то разжигаю. Ни в коем разе. Наша страна уникальна. Второй, столь разнорациональной страны в мире нет. И мы должны сохранить наше богатство и приумножить его. А для этого надо жить в мире, радости и уважении любого человека из своей страны. Иначе о нас будут вспоминать только из учебников истории.

#### **Самый элементарный способ бросить пить**

Самый элементарный способ бросить пить алкоголь – это не пить его. Никогда и ни при каких условиях. Только так можно соскочить с этой отравы. Если же у вас буду мысли типа: «Вот сейчас пивка глотну и неделю в завязке» то ничего у вас, естественно, не выйдет. Потому что если хотите отказаться от чего-либо, надо отказываться окончательно и бесповоротно, иначе мысли и воспоминания разрушат все ваши благие начинания. Поэтому важно думать позитивно и радоваться жизни, наслаждаться и жить в этом мире. Подумали что-нибудь вроде: «Какой радоваться, брехня все это буддистская». Ну, правильно подумали! Можно мыслить как угодно, но главное занять себя целью, которая будет вам интересна. Думаете, Гагарин наслаждался и радовался, когда улетал в неизведанный космос? Нет, конечно. Но голова у него определенно была занята ну очень важными мыслями. И ему было не до стопоря, это уж точно. Вот и вы, дорогие читатели, займите себя уже чем-нибудь. Есть у вас какая-нибудь безумная идея, но вы её стесняетесь? Не надо стесняться, вперед, дерзайте, покажите себя!

Всем известно, что у людей смех противоположен страху. Так вот, знайте, что осуждение, неодобрение, косые взгляды, а подчас и неодобрение и злость в адрес человека связано всего лишь с завистью к нему. Человек гениален, когда он индивид, а вот толпа, это масса баранов и коров, которые всеми силами стремятся сделать вас похожими на себя. Ну, то есть – на баранов и коров. Так что если вам на ум как-нибудь придет гениальная идея, но вы постесняетесь её исполнить, то повторите

себе 3 дня и 3 ночи: «Я баран, я баран, я баран...». Коровам аналогично.

Обиделись? Не надо, я хороший. Я просто пытаюсь подвести вас к мысли о том, что мы травимся алкоголем из-за того, что что-то в нашей жизни не исполнилось, что-то не реализовалось, что-то пошло не так... Но ведь вы же еще живы, значит вы еще многое можете исправить. Что подумали, лень, косяк, неохота? Повторяем 3 дня и 3 ночи фразу в кавычках из предыдущего абзаца.

Неужели вам нужно что-то еще, кроме как получать удовольствие от жизни. Скажу по секрету: если вы несчастный человек, значит, вы получаете удовольствие от страданий. Задумайтесь об этом. Серьезно задумайтесь. И бросайте пить, прямо сейчас, посмотрите на часы, запомните это время, все, вы трезвенник, поздравляю!

Думаете, все не настолько просто, как тут написано? Да все еще проще на самом деле! Не верите? Ну значит повторяем еще 3 дня и 3 ночи: «Я баран, я баран, я баран...». Коровам аналогично.

#### **Закключение**

Подводя итоги, хочу сказать, что нашему обществу необходимы перемены. А все перемены, как вам известно, начинаются в головах людей. Мы должны начать думать по-другому, тогда мы и будем жить по-другому. Текст этой книги был обращен в основном мужскому населению. Про пьющих девушек и женщин я даже писать не хочу, прежде всего, потому, что именно мы, мужчины, виноваты в их алкоголизме. А потому надо всегда начинать с себя. А там, глядишь, и прекрасная половина подтянется.

Хочу под конец высказать еще одну мысль. Все мы травим себя из-за того, что чувствуем вину по отношению к себе. Богатые люди пьют из-за того, что замечают на себе озлобленные взгляды бедняков. Бедняки пьют из-за того, что ничего не сумели достичь в этой жизни. Дети пьют потому, что родители показывают им дикий пример, говоря при этом «Никогда не пей, сынок». Ага, папаша, что ты ему еще скажешь? Никогда не женись на той дуре? Или никогда не получай плохие оценки? Ну и что из ваших пожеланий сбудется? Держу пари, что все.

Учите детей только хорошему. Ну зачем ребенку знать, что если он будет долго на морозе гулять, то получит воспаление легких? Чтобы он в страхе всю ночь не спал, и к переохлаждению добавилось бы переутомление, и он заболел бы воспалением легких? Думайте, что вы говорите и показываете детям. Всегда и везде.

Возвращаясь к теме алкоголизма, хочу сказать вам напоследок, что алкоголь абсолютно никак не связан с нашей жизнью. Нет такого аспекта в нашей жизни, когда требовалось бы пить спирт. При высокой температуре им можно обтираться. Или горло полоскать при боли в горле. Но не пить же! Вам же не приходило никогда в голову «бухнуть» борной кислотой.

Научитесь отдыхать, не используя страшный дурман, рушащий ваш мозг. Естественно, советов по этому поводу я вам дать не смогу, так что думайте сами решайте сами как отдыхать и расслабляться.

Если вы дочитали все это до конца, то спасибо вам за это. От всего сердца. Я верю в то, что вы сможете бросить пить. Навсегда. И никогда не вспоминать об этом страшном обмане человечества.

**Адрес редакции: 655016, г.Абакан, à/я 327, т.(3903)22-83-29, (913)445-59-06, (950)307-22-49  
E-mail:trezvo@yandex.ru, www.sbnt.ru. Тираж 1200 экз.**

Редактор Г.И.Тарханов, верстка Наталья Тарханова.

Редакционный совет: С.С.Аникин, Н.А.Гринченко, М.А.Метелёв  
Издается на благотворительные взносы сторонников трезвости