



ПОДАРОК СУДЬБЫ

Первый и единственный раз попробовал водку Лемар Тараканов на проводах в армию. Мама собрала на стол, и друг его позвал прогуляться на велосипеде до гастронома. Купили несколько бутылок, одну из них тут же раскупорили. Товарища моментально развезло, а Лемару было удивительно, что его алкоголь «не взял». За столом выпил ещё бокал шампанского и... Очнувшись на диване, мать и друзья обливали его водой, приводили в чувство, что получалось плохо: до самого Владивостока, куда забросил его армейский жребий, его тошнило, все без малого три недели путешествия в армию. Так он ещё раз понял, что пить и курить ему совсем нельзя, приро-

да ставит надёжный барьер (если бы так было у всех!). Вспомнил, как несколько лет назад до того он, посмотрев трофейный фильм из заграничной жизни, решил подражать киногерою: раздобыл гаванскую сигару и так же лихо её раскурив. Не докурив и половины, как потерял сознание. Хорошо, что вовремя пришла мама с работы, увидев недокуренную сигару и бледного сына, поняла, в чём дело и отхлестала его по щекам, восстановив кровообращение и избавив его от кислородного голодания.

Конечно, поначалу ему приходилось трудно в компаниях, однако скоро все привыкли к его трезвости и не докучали, завидуя его работоспособности. И то —

Природа подарила ему замечательную трезвость, и он воспользовался подарком судьбы в полной мере, став профессиональным художником и запечатлев на бумаге и на холстах своё время — с тридцатых годов XX века и по день сегодняшний (рисует — сколько себя помнит). Своим необычным именем обязан отцу, большему с дореволюционным стажем, сгинувшем в годы сталинских репрессий. Лемар — составное из первых слогов фамилий вождей мирового пролетариата — Ленина и Маркса.



время не тратил ни на застолья (выпил — уже не работник), ни на похмелья — «после вчерашнего» тоже ведь не до творчества. Долгие годы работал художником в газетах, в издательстве, оформлял книги. Не один памятник погибшим воинам воздвигнут в саратовской глубинке по его проектам. Не выдохся он и сейчас, когда разменял девятый десяток. Как

раз в дни его восьмидесятилетия открыли на Князевском взвозе созданный им самим памятник спецназовцам.

Профессия подарила ему встречи со многими замечательными людьми, образы которых он запечатлел карандашом, пером и кистью.

О самом памятном своём «натурщике» Лемар Владимирович не раз рас-

сказывал своим собеседникам, с охотой откликнулся и на просьбу поведать ещё раз ту историю для читателей нашей газеты.

«5 января 1965 года мне посчастливилось познакомиться с Юрием Алексеевичем Гагариным.

Именно познакомиться, а не только увидеть первого космонавта издали. Виталий Васильевич Колчин, редактор «Зари молодёжи», послал меня на встречу студентов индустриально-педагогического техникума с самым знаменитым его выпускником, приехавшим на празднование двадцатилетия техникума.

Юрий Алексеевич стоял за трибуной, рассказывал ребятам о своём полёте, вокруг суетились фотографы, ну, и я подошёл поближе и щетинной кисточкой тушью стал набрасывать на лист бумаги портрет.

Виктор Митрошенков, автор изданной в 1987 году книги о Гагарине «Земля под небом», потом рассказал мне, что он за сёк время — за полторы минуты набросок был готов.

Я показал его Юрию Алексеевичу, чем весьма удивил его. «Как тебе так быстро удалось нарисовать? Меня художники по часу мучают, не дают пошевелиться, а ты слёту нарисовал». — «Я, Юрий Алексеевич, пожарный художник», — ответил я. Объяснить, что такое «пожарный художник», я смог, когда мы осматривали дом-музей Чернышевского. Ставя свой автограф на моём рисунке (на следующий день его опубликовала «Заря молодёжи»), Юрий

Алексеевич шепнул: «Не уходи, сейчас в музей поедом» (космонавт — на «Волге», я — на зарёвском «Москвиче»).

Быстро схватывая натуру учил меня мой первый учитель Алексей Иванович Бородин во Дворце пионеров, этот навык развивался, когда я стал работать в издательстве: иногда скапливалось столько работы, что приходилось оставаться за полночь — на мне же были ещё и многотиражные газеты.

С Юрием Алексеевичем и его женой Валентиной Ивановной целый час ходили по музею, нашим гидом была директор музея — Нина Михайловна, внучка Чернышевского.

В газете «Саратовские вести» 10 апреля 1996 года вместе с моим рисунком публиковалась фотография: Нина Михайловна, Юрий Алексеевич и я.

А накануне Дня космонавтики 2012 года мне подарили фотографию, о существовании которой я и не подозревал: здесь мы вдвоём с Юрием Алексеевичем на фоне музейной экспозиции.

Кто из фотографов сопровождал Гагарина в музей и запечатлел там космонавта — не знаю.

Много интересных встреч подарила мне «Заря молодёжи», но эта — самая памятная».

Владимир ИВАНЧУК

На снимках: Ю.А. Гагарин и Л.В. Тараканов, 5 января 1965 года; портрет Гагарина работы Л.В. Тараканова; Лемар Владимирович знакомит со своим творчеством, апрель 2012 года.

ВОЗЬМИ С СОБОЮ ПАРАШЮТ

Воспитание трезвости: здоровому образу жизни нужно учить уже в детском саду

Есть ценности сиюминутные, а есть — вечные. Испокон веков существовали идеи, двигавшие всё общество в направлении духовного развития. Изначально это были библейские заповеди, затем — в нашей стране — кодекс строителя коммунизма. Ценности духовные, культурные помогают человеку не заикливаться на бытовых проблемах, дают силы выстоять в сложной ситуации.

К сожалению, сейчас в нашей стране идёт бездумное копирование и даже, я бы сказал, активное внедрение образа жизни, характерного для западной цивилизации прошлого века: расслабление или же веселье без применения каких-либо «вспомогательных» средств типа алкоголя, никотина и пр. представляется иной раз просто невозможным. И это происходит несмотря на то, что и Европа, и Соединённые Штаты ныне отрекаются от подобной стратегии.

Проблемы употребления так называемых «разрешённых наркотиков» — алкоголя и никотина — это проблемы не только отдельных личностей, но и общества. Всё начинается с детства. И государственная политика, и семья, и школа должны это учитывать, подавать пример правильных жизненных установок. Уже в детском саду нужно начинать пропагандировать здоровый образ жизни. Во-первых, ребёнок должен видеть положительный пример взрослых. Второй важный фактор: удовольствие от физических упражнений, от занятий, способствующих развитию личности, походов в музеи, театры должно оставаться у ребёнка ощущение праздника. Тогда впоследствии человек сохранит память об этом и

в минуты усталости или плохого настроения в первую очередь будет думать не об искусственных средствах снятия стресса, а о естественных. Молодёжь необходимо увлечь здоровым образом жизни: юных должна радовать сама жизнь. Клубы по интересам, спортивные секции должны быть в каждом дворе.

Единая государственная политика должна проводиться и в информационно-медийном пространстве. Рекламу пива, сигарет необходимо запретить. Исключений быть не должно. Иначе получается так, что пропаганда трезвости ведётся только на словах, на деле же во внимание принимаются только статьи доходов алкогольной и табачной промышленности. Ещё одним важным фактором является то, что принято называть «скрытой рекламой». Бывает очень печально смотреть хорошие художественные фильмы, в которых главный герой, обаятельный человек, сразу завоёвывает симпатии публики, постоянно появляется на экране то с рюмкой в руках, то с сигаретой. В подобных случаях я однозначно выступаю за цензуру — за цензуру в том, что касается пропаганды здорового образа жизни. Мы — за трезвую державу, которая гордится своими гражданами. Если в

обществе существуют не совсем верные установки, отжившие свой век традиции, цензура должна быть направлена на то, чтобы новое восторжествовало над старым. Но свято место пусто не бывает. Если мы ликвидируем рекламу алкоголя и сигарет, её место должно занять внедрение здоровых жизненных установок, получение позитивных эмоций от безалкогольного, безникотинового образа жизни. Я считаю, что первостепенным в этом плане мог бы стать пример выдающихся людей нашего времени, информация об их достижениях и том образе жизни, который помог им добиться успеха.

Как известно, лучший вид отдыха — это смена деятельности. Поэтому для людей, живущих и работающих в городе, очень полезен активный отдых. Общение с природой дарит истинную радость, которую невозможно сравнить с ощущениями, вызванными алкоголем.

Здоровый образ жизни и физическая культура связаны неразрывно. Любые физические упражнения способствуют выводу из организма веществ, вызывающих всем известную «мышечную радость». А некоторые виды спорта — в частности, экстремальные — дарят ни с чем не сравнимые ощущение

ния. С 2006 года я принимаю активное участие в делах Саратовского аэроклуба им. Ю.А. Гагарина. Считаю, что в деле пропаганды здорового образа жизни возрождение аэроклуба играет немалую роль. Помимо того, что парашютный спорт подразумевает физические тренировки и, соответственно, положительно влияет на здоровье, прыжок с парашютом способствует выбросу адреналина. В мире неоднократно проходили чемпионаты по парашютному спорту, целью которых было показать: экстрим даёт больше ярких эмоций, чем сигареты, алкоголь, другие наркотики.

Давно известно, что эмоции от прыжка с парашютом перебивают все негативные тенденции тяготения к алкоголю и никотину. Более того, согласно статистическим данным, 30% героинового наркоманом справляются с болезнью благодаря так называемым «адреналиновым заместителям наркотиков» — экстремальным видам спорта. Прыжки с парашютом помогают тем, кто пытается преодолеть алкогольную, никотиновую зависимость. На мой взгляд, необходима государственная поддержка парашютного спорта как способа избавления от этих болезней. Некоторые полагают, что это связано с большими затратами. Эти люди просто не считают, сколько государство тратит на лечение наркоманов и алкоголиков, на содержание реабилитационных центров. Я



знаю, что ни одна копейка, израсходованная на развитие парашютного спорта, не будет потрачена зря.

Сам я впервые прыгнул с парашютом, когда мне было 59 лет, сейчас активно пропагандирую данный вид спорта и даже создал команду «Патриоты России» по прыжкам с парашютом, которой руководит председатель федерации парашютного спорта Сергей Сорокоумов. Эмоции от прыжка настолько сильные и незабываемые, что помогают преодолеть любые стрессы. Я верю, что развитие парашютного спорта станет одной из составляющих грамотного системного подхода к воспитанию здоровых жизненных установок. И именно эти установки станут основой нового образа жизни — жизни, где во главе угла встанет не искусственная взбудораженность, вызванная алкоголем, а те позитивные моменты, которые дарит каждый день нашего существования.

Александр СИДОРЕНКО, генеральный директор ОАО «НПП «Реф-Оптоэлектроника», председатель регионального отделения политической партии «Патриоты России»

НА ВСЁ ЕСТЬ ВРЕМЯ В ЖИЗНИ ЭТОЙ

На всё есть время в жизни этой, На все великие заботы. И на далёкие планеты, И на далёкие полёты. На все нелёгкие маршруты, На то, чтоб галстук завязать... И не хватило лишь минуты, Чтёб о любви тебе сказать.

Василий ШАБАНОВ

КОМНАТА СМЕХА

Что за причуда? Что за потеха? Плачет старуха в комнате смеха. Там зеркала безнадёжно кривые, В них отражаются люди живые. Комната смеха, комната слёз... Сказано в шутку, вышло всерьёз. Мы были молоды, мы не боялись, Мы над печалью громко смеялись, Всё-то на свете было смешно, Весело солнце светило в окно... Что же ты плачешь, старуха моя? В комнате смеха состарилась я.

Фёдор СУХОВ

Редактор
В. И. ВАРДУГИН

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

Учредитель - Саратовская региональная
общественная организация трезвости и здоровья

Адрес редакции: 410002, г. Саратов,
ул. Е.Ф. Григорьева, 45. Телефон: 23-68-10.
E-mail: OT45@yandex.ru www.otsar.ru

Газета зарегистрирована Поволжским управлением регистрации и контроля за соблюдением законодательства РФ о средствах массовой информации (г. Саратов). Свидетельство № С 1623. Номер подписан в печать 23 апреля 2012 г. по графику — в 16.00, фактически — в 18.30.

Отпечатано способом офсетной печати в ОАО «Издательство «Слово», г. Саратов, ул. Волжская, 28. Тираж 1000. Заказ № 528.