ТРЕЗВОСТЬ, ЗДОРОВЬЕ, ПОРЯДОК!

СОРАТНИК

ГАЗЕТА РЕСПУБЛИКАНСКОЙ ПАРТИИ ТРЕЗВОСТИ

Выходит с Мая 1995 года | № 8 (008) | Октябрь 1996 года

ГИМН "ОПТИМАЛИСТОВ"

Муз. Ю. Ливина *Слова И. Биндюкова*

Мы пробирались дебрями в ночи
И без конца теряли направленье.
Но вот рассвет... И первые лучи
Нам принесли надежду на спасенье.
И пусть пока шагать нам нелегко —
Стена непониманья перед нами, —
Но мы клянемся памятью Шичко,
Что не уроним врученное знамя!

Припев: "Оптималист"! "Оптималист"!
Для всех людей труби тревогу!
И верю я, кто сердцем чист
К тебе всегда найдет дорогу...

Но одержав победу над собой,
Грош нам цена, когда мы руки сложим!
Мы каждый день должны бросаться в бой,
Ведь наш девиз: "Если не я, то кто же?"
К тем торопитесь, кто во власти зла,
В плену иллюзий, миражей и фальши.
Спешите делать добрые дела,
Спешите руку протянуть упавшим.

Припев.

Прошедшие весь ад хмельных дорог,
Мы может больше всех имеем право
К позорному столбу прибить порок,
Тугой петлей опутавший Державу,
Чтобы для тех, кто дебрями в ночи
Сейчас бредет, теряя направленье,
Блеснул рассвет... И первые лучи
Им принесли надежду и спасенье!

НЕ КУПИТЕСЬ НА КРАСИВЫЕ ПОБРЯКУШКИ

Вынужден дать одно примечание, поскольку и в наших изданиях, и в мнениях, и в речах политиков продолжается неправильное употребление слова "государство". В результате, в антиалкогольных высказываниях, начиная от Ф. Углова как наиболее авторитетного среди трезвенников, особенно новообращенных, и кончая авторами писем, продолжает сплошь и рядом встречаться нечто вроде "Государство несет огромные убытки от торговли алкоголем: на рубль дохода от продажи водки государственная казна теряет 3-4 рубля дохода" и т.п. С 70-х годов пишу (часто опираясь на авторитет Струмилина) о том, что государство от алкоторговли только выигрывает (его затраты на ликвидацию последствий алкоголепотребления ничтожны сравнительно с алкодоходами), а проигрывает общество, народ, страна. Мы, к сожалению, воспитаны на нелепых формулах "родное государство" и даже "родное советское правительство", которые для грамотного западного уха — чистая абракадабра. Там государство — это только политическая система, а правительство только чиновничий аппарат. Надо вспомнить хотя бы Ленина, которого у нас не знают ни его сторонники и последователи (а если и знают, то в основном, по сомнительным второисточникам да еще в истолковании наивных простаков или злонамеренных конъюнктурщиков), ни его противники и ниспровергатели. А Ленин в хрестоматийном труде "Государство и революция" доходчиво объяснил, почему любое государство, даже рабочее, социалистическое — явление и сущность чуждые обществу.

Слово точное, потому что рабочее государство (к слову сказать, у нас таковое так и не сформировалось, задушенное сталинской авторитарной бюрократией), не будучи чужим, все-таки чуждое.

От чуждости недалеко до паразитарности. Так было и так будет — как при Зюганове, так и при Ельцине. Просто при Зюганове произойдет перераспределение в общем объеме эксплуатации (в частности через эксплуатацию в сфере алкопотребления) между чуждым народу государством и чуждым народу капиталистическим либерализмом в пользу первого.

Мы, старые трезвенники, не случайно всегда были антигосударственниками, видя в государственной винной монополии явное и яркое выражение его чуждости. Не советую и нынешним трезвенникам становиться государственниками, покупаясь на красивые побрякушки вроде "державности". Всего лишь маленький штришок: один из лидеров народно-патриотического блока — Н. Рыжков, чья роль в ликвидации антиалкогольной реформы-85 общеизвестна (кстати, он сам подробно об этом рассказал в книге "Десять лет великих потрясений"). Рыжков — весьма показательный пример-персоналия. Человек, по-видимому, субъективно честный, но недалекий — так сказать, не чужой народу, — он искренне объясняет свое поведение, в том числе и свою позицию питейщика, заботой о народном благе, но его политика остается чуждой народу.

Станислав ШЕВЕРДИН.
г. Москва.
("Феникс", № 8, 1996 г.)

БЕЗ ЛЕЧЕНИЯ, БЕЗ СИЛЫ ВОЛИ, БЕЗ ГИПНОЗА...

Жизнь без табачного дыма и алкогольного угара доступна и самым заядлым курильщикам, и людям, пьющим давно и помногу, если они обратилась за помощью в "Оптималист" к БАТРАКОВУ Евгению Георгиевичу.

Е.Г. Батраков вот уже семь лет как проводит в Хакасии занятия с желающими вести здоровый, трезвый образ жизни по методу Г.А. Шичко. Этот удивительный метод основан исключительно на психолого-педагогическом воздействии, без применения каких-либо медикаментозных средств и гипноза, не имеет никаких отрицательных побочных действий на здоровых людей. Оздоровительный эффект, наступающий после прохождения шестидневных курсов, основан на добровольном отказе людей от разрушающих здоровье вредных привычек.

Мне довелось встречаться со значительным количество людей, посетивших "Оптималист", прошедших шестидневный курс у Батракова Е.Г. более 4-х, 5-ти лет назад. Никому из них и в голову не приходит снова начать курить или употреблять алкоголь. Это, как правило, жизнерадостные, активные люди, которые научились выходить из стрессовой ситуации без "помощи" табака и алкоголя. Более того, я сама прошла курс по избавлению от табачной зависимости три месяца назад. Сейчас чувствую себя здоровой, энергичной, ни в коем случае не хочу возвращаться к табачному кошмару. Я отказалась от курения сознательно, практически безболезненно, без какого-либо насилия над собой. Считаю метод Г.А. Шичко эффективным, веду активную пропаганду этого метода среди пациентов республиканской больницы, где я работаю врачом-рентгенологом, в кругу коллег, знакомых. Безопасность метода для здоровья очевидна. ***Уважаемые сограждане, приходите в "Оптималист" за здоровьем! Приходите, не пожалеете!***

Л. КОРНЕЕВА.

г. Абакан.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

ЗАБАЛДЕТЬ — значит превратиться в балду.
БАЛДА — бестолковый человек.
(Словарь русского языка).

Мне 47 лет. 19 лет — трезв. Здоровье — отменное, однако все чаще болит и покалывает сердце, глядя на загнанную, зареформленную Россию, которую ведут до конца под псевдосермяжное: "коней на переправе не меняют".

Близок конец. От того и сердце...

Но, пропади она пропадом эта трезвость!!! Оказывается, могло ж быть несказанно лучше?! Ну, рассудите сами.

Не далее, как вчера доктор Лев Щеглов из Петербурга в телепередаче "Абрамово яблоко" будто очи отворил: оказывается, как он сам себе на себе научно доказал по заданию тамошнего пивзавода, 70 грамм водки в день заметно уменьшают вероятность развития инфаркта.

Потрясающе!

А в сущности, это ж самое наглядное подтверждение слов великого И.П. Павлова, который еще в начале века также не менее научно на безродных "шариках" выявил: даже небольшие дозы спиртного расстраивают условно-рефлекторную деятельность коры головного мозга на 2-3 недели, т.е. даже после однократного приема наркотического дурмана, человек в течение 2-3 недель представляет собой самую заурядную балду типа Щеглова, не способную реагировать ни по-людски, ни по-человечески.

Возьмите и еще одно лыко в сторону: выдающийся физик-теоретик Ландау как-то обронил: как выпью бокал сухого, так не могу работать суток 15!

А вы думаете это почему Б. Ельцину, В. Черномырдину, А. Лившицу глубоко плевать на все ваши протесты, голодовки, забастовки и прочую суету из репертуара XIX столетия? А вот — берегут сердце: 70 грамм кремлевской и — никаких проблем с инфарктом! Правда, Борис Николаевич что-то подкачал в этом смысле летом этого года — несколько синфарктился. Ну, да и ясное ж дело — воздержался поди от стопки другой. Вот и результат. Вот и не верь после этого Щегловым из некогда образованного Санкт-Петербурга...

Евгений БАТРАКОВ.

ПРОРВЕМСЯ?

Давно перевалило за полночь. Утихли в доме дневные звуки — голоса детей, радио, телеэкрана. Даже машин не слышно за окном. И только маятник кухонных ходиков стучит, выводя когда-то привычное: да-вай, пи-ши.

Давно, без малого два года не служила мне моя кухня рабочим кабинетом. А сегодня я снова пишу. Но — не репортаж, не корреспонденцию, не зарисовку. Я пишу: "К табачным изделиям я отношусь отрицательно. Я слишком долго была зависима от сизого дыма сигарет. Теперь я хочу освобождения. Хватит прятать свой страх перед жизнью за этим дымом, отравляющим мозг. Пора начинать жить."

— Не поздно ли, разменяв пятый десяток? — глумится надо мной мой собственный внутренний черт.

— Это уж моя проблема, — отвечаю ему. Мне не очень повезло — я поздно пришла в "Оптималист". Но ведь есть и другие, которые пришли туда раньше — в 30, в 25 лет. Их жизнь будет духовно богаче и счастливее моей.

А у меня пока все неизменно: ни работы нет, ни перспективы ее получить. Предпринимательская деятельность с каждым днем кормит все скуднее, а настроение приподнятое: была — не была, прорвемся как-нибудь. Не может быть, чтобы не прорвались!

Откуда этот странный оптимизм? На чем он держится? Да на том, что не одна я такая. У меня есть соратники — все те, кто побывали на занятиях Евгения Георгиевича Батракова. 110 групп прослушали его курс. А значит, нас уже около 3-х тысяч по самым скромным подсчетам.

Конечно, в масштабах республики это не очень много. Но в масштабе одного отдельно взятого человека это — сила. Ведь еще Маяковский заметил:

Плохо человеку, когда он один,
Горе одному, один — не воин.
Каждый дюжий ему господин
И даже слабые, если — двое.

А в беде человек, как правило, одинок. Это праздники праздновать все кидаются толпами. Так принято. Такое клише заложено в нас с раннего босоногого детства. Потому что "пьющим народом управлять легче" — как говаривала Екатерина II. А мерзкое послевкусие этих праздников грозит бедою каждому: мне, тебе, ему.

Похмелье — это всегда одинаково: на своем и на чужом пиру. Отравленный организм сопротивляется, борется, принося человеку страдания. Страдать же хочется не каждому. Почему и длится в нашей стране тяжелый, непрекращающийся запой и перекур. К тому же сегодня работать негде, заработать невозможно, а жить надо. Так и ломаются люди, пополняя ряды алкоголиков, курильщиков, наркоманов. Оглушая, разрушая себя, люди создают иллюзию, что им море по колено. Живы — и ладно. Но и умерли — не велика беда: уже при жизни никому не были нужны.

Но так ли уж не нужны? Отравимся все — кто же будет в шахтах работать, резину выпускать, канализацию чистить? С одним письмоводителем любой царь земной, даже районного масштаба, выжить не сумеет. А значит, весь сегодняшний беспредел — ни что иное, как очередная попытка удержать людей на коленях, рассортировав их на чистых и нечистых при помощи алкоголя и табака. Но ведь от чистого (умеренно пьющего), до нечистого (алкоголика) порою даже и полшага не ступить. Так что никомуненужность — это очередная сказка. Пришедшим в "Оптималист", осознав свою беду, в нее верить не приходится. Перешагнув порог клуба, каждый становится соратником всех, кто был здесь до него и придет позже. Все мы нужны друг другу. Сегодня ты поможешь мне, а завтра — я тебе.

Не беда, что нас мало. Пока — мало. С каждым днем нас будет больше. Трезвые, непрокуренные мозги сейчас необходимы. Даже для того, чтобы остановить чудовищную манипуляцию общественным мнением, когда одно пишем, другое в уме. Вот и сейчас нам как заклинание твердят властные структуры о том, что рубль стабилизировался, и мы вот-вот начнем жить лучше. И это лишь на основании искусственно снижаемого банками курса доллара. А перед нашими глазами другое — все тощеющий кошелек и астрономический рост цен даже на потребительскую корзину. Каждый испытывает этот обман, но оглушенные алкоголем и табаком, — молчат. А те, кто не оглушен, тот лишь стрижет купоны начальственной милости, либо одинок до того, что боится высунуться.

Поэтому и необходима сейчас партия трезвости. Она поможет и возрождению нашей республики, и страны в целом. Тогда-то мы и прорвемся сквозь серое, давящее, мрачное существование мокриц, которое ведем сегодня. А в одиночку и не пробиться в жизни, и ничего не изменить. Вся история нашего государства говорит о том. Так прислушаемся же к ее голосу!

Людмила ШУЛЬГИНА,
член Республиканской партии трезвости.

г. Черногорск.

ТОВАРИЩЕСТВО «ОПТИМАЛИСТ»

Мы, оптималисты, в разное время обратились за помощью в товарищество "Оптималист", когда убедились, что со своей тягой к спиртному и табаку самостоятельно нам не справиться. Некоторых заставили обратиться в товарищество родственники, даже администрация предприятий и учреждений, кое-кто пришел, движимый любопытством. И никто из нас не пожалел об этом. Напротив, многие из нас точкой отсчета настоящей жизни считают день прихода в "Оптималист".

Среди нас есть люди разного возраста, с разным образованием и общественным положением. Всех нас объединила одна беда — тяга к спиртному и табаку, тяга, которую мы успешно преодолели и теперь радуемся такому освобождению.

Алкоголизм, пьянство, курение у каждого проявились по-своему. Кто-то обратился в товарищество, став законченным алкоголиком, кто-то потерял все, что имел, включая и чувство собственного достоинства, кто-то опустился до бродяжничества... Некоторые из нас побывали на принудительном лечении и в тюрьме в результате потребления алкоголя. Наше поведение было преступным по отношению к нашим семьям, трудовым коллективам, к себе, к обществу в целом. Но и те из нас, кто никогда не попадал ни в тюрьмы, ни на принудлечение, чье пьянство не приводило к потере работы, к развалу семьи, в определенный момент поняли, что употребление спиртного и курение мешает нам нормально жить.

Теперь все мы равны, все едины в нашем стремлении к трезвости и некурению. То, что мы встречаемся, помогаем друг другу и другим людям, идет на пользу и каждому из нас, и всему движению оптималистов. Когда-то табак и алкоголь подчинили нас себе, сделали нас заложниками дурных наклонностей. Теперь же мы не пьем и не курим, и не испытываем желания и потребности в приеме одурманивающих веществ. Мы счастливы в трезвой жизни!

В товариществе "Оптималист" мы узнали, что алкоголепотребление это очень древняя проблема. Мы узнали, что внедрению в народные традиции одурманивающих веществ способствовали сначала служители культа, а затем и власть имущие. Именно власть имущие заинтересованы в том, чтобы мозг трудящихся был одурманен каким-либо ядом. Зачем? На этот вопрос исчерпывающий ответ дала еще Екатерина II: "Пьяным народом править легче".

Пьянство, алкоголизм, курение основатель движения оптималистов Г.А. Шичко назвал не болезнью, а психологическим страданием. И наш личный опыт подтверждает это утверждение. А поскольку курение, пьянство, алкоголизм — это не болезнь, значит и лечить нечего. Поэтому всех, кто приходит на курсы в товарищество "Оптималист", здесь называют не пациентами, а слушателями курса по избавлению от курения и алкоголепития.

Раньше, до прихода в "Оптималист", у нас не только возникало патологическое желание выпить, но мы поддавались этому желанию в самое неподходящее время. А потом не знали как остановиться и когда остановиться...

Став пьяницами или алкоголиками, мы на собственном опыте убедились, что если даже мы и были людьми волевыми, когда дело касалось воздержания от алкоголя, силы воли оказывалось недостаточно. Мы давали зарок какое-то время не пить, давали клятвенные обещания близким, администрации, коллективу, переходили с одних алкогольных изделий на другие, пытались пить только в определенные дни или часы, только пиво или только шампанское, но — ничего не помогало! В результате, мы напивались даже тогда, когда не хотели или это шло в разрез с нашими планами...

В нашей жизни наступали периоды полного отчаяния, беспросветности. Иногда казалось, что сходим с ума. Иногда приходили мысли о самоубийстве. Мы ненавидели себя за то, что загубили свои способности, таланты, потеряли в жизни все, что имели, скатились на самое дно жизни. Иногда мы даже начинали себя жалеть и заявляли, что нам уже никто и ничто не поможет. Сейчас, вспоминая эти периоды своей жизни, даже не верится: неужели все это было?!.. Да, это жуткое время, когда мы пили и курили, было! Когда мы пили и курили, мы словно бы шли по минному полю — в любое мгновение мы могли оказаться в больнице, в тюрьме...

Пьянство, алкоголизм, курение, которые мы испытали на себе, это НЕ БОЛЕЗНЬ, а психологическое страдание. И нет ничего постыдного в этом страдании, потому что человек не виноват в том, что он пьет спиртное и курит. Курение и пьянство — это результат психологической запрограммированности человеческого сознания, которое целенаправленно формируется преступными антинародными политиками и дельцами от экономики. Алкогольно-табачная запрограммированность или искаженность сознания толкала нас на поглощение жидкостей, отравленных алкоголем, на поглощение табачного смрада.

Мы убедились: у пьющего и у тех, кто курит — особого выбора нет. Если он не откажется от табака и алкоголя, рано или поздно он станет алкоголиком, пройдет сквозь психушку, тюрьму, на худой конец "свалится" в могилу. Страшно и то, что каждый пьющий спиртное, каждый курильщик табака тащит за собой, а нередко толкает впереди себя, самых родных и близких людей, ради которых в любых иных обстоятельствах он не задумываясь пожертвует своей собственной жизнью.

Где же выход? Мы уверены: единственный выход избавиться от рабской алкогольно-табачной зависимости — это полностью и навсегда избавиться от спиртного и табака. И когда пьющие или курящие решатся последовать этому совету, для них начнется совершенно новая и светлая жизнь. Именно новая, ибо оценки трезвого человека, его впечатления, его мироощущение никак не совпадают с теми, искаженными оценками и впечатлениями алкоголизированного и прокуренного человека. Это также несопоставимо, как сравнение физиономии в трезвом и пьяном виде.

В прошлом, когда мы пили и курили, у нас была уверенность, что можно "знать меру". И потребовалось немало времени, чтобы понять простую в сущности вещь: дело не в 20-й сигарете, дело не в "лишней рюмке". Дело в самой первой сигарете, в самой первой дозе спиртного. Достаточно выпить первую рюмку, выкурить первую сигарету и начиналась "цепная реакция": рюмка за рюмкой, сигарета за сигаретой... И остановиться было неимоверно сложнее, нежели отказаться от первой рюмки, от первой сигареты.

Но как отказаться? Многие из нас в прошлом на собственном опыте прочувствовали: принудительная трезвость и некурение — состояние малопривлекательное, малоприятное. Некоторым из нас удавалось не пить спиртное и не курить несколько дней, недель, даже месяцев, но мы чувствовали себя при этом какими-то мучениками, не получающими радости от такого воздержания. Хуже того, у нас в этот момент появлялась несвойственная нам раздражительность, грубость, апатия... И мы жили в состоянии ожидания, когда же можно будет опять выпить или закурить...

Обретя трезвость и некурение в "Абаканском оптималисте", мы наслаждаемся обретенной свободой: кончилась наша зависимость от алкоголя и табака, МЫ БЕЗРАЗЛИЧНЫ К ЭТИМ ЯДАМ!

Услышав впервые о товариществе "Оптималист", мы усомнились — очень уж невероятным казалось, что люди, бывшие когда-то хрониками, заядлыми курильщиками, презираемыми за слабости и отталкивающий вид, действительно смогли от этого избавиться и ведут трезвую, здоровую жизнь. И еще нам казалось: мы пьем и курим как-то "по-другому", что у нас "особый случай", что если "Оптималист" помог кому-то, помог другим, то уж нам-то никак помочь не сможет. Хорошо, что наши опасения не подтвердились!

Были среди нас и такие, кто еще не испытал на себе все кошмары алкоголизма, кто еще не задыхался, не захлебывался по утрам собственными мокротами от курежки: они считали, что смогут справиться со своей зависимостью самостоятельно... И — не справились. Пришли в "Оптималист".

Здесь мы поняли две вещи: во-первых, все пьющие и курящие сталкиваются с одними и теми же проблемами, независимо от образования, от того, занимают ли они ответственные посты или же дошли "до ручки" и побираются, чтобы наскрести на кружку пива; во-вторых, мы убедились в том, что программа избавления от пьянства и курения оказывается успешной практически ВСЕГДА, если человек искренне желает избавления от вредных наклонностей, добросовестно посещает занятия и выполняет все рекомендации.

Что было, то было. Нам не дано изменить наше прошлое, но будущее — в наших руках! Теперь — в наших руках!

Что нужно для принятия решения жить без алкогольной отравы, без табака и других ядохимикатов? Нужно честно взглянуть на себя, на свою зависимость и признать, что отрава оказалась сильнее нас. Дело это, конечно, не простое. Хотя бы потому, что мы, как оказалось, имели самое туманное представление о том, что кроется под таким понятием, как, скажем, алкоголизм. Алкоголики, например, у нас ассоциировались с деградантами, людьми слабыми и безвольными. Разве могли мы себя признать за таковых? Оказалось, что алкоголик — это не обязательно человек, валяющийся под забором, пьющий все то, что горит. Алкоголиками были и Иван Грозный, и Петр III, и председатель СНК Рыков, и Генеральный секретарь ЦК КПСС Брежнев, и министр культуры Фурцева и многие, многие другие.

Большинство из нас с огромным облегчением узнало, что МЫ НЕ ВИНОВАТЫ в своем пьянстве, алкоголизме, курении, как считали родственники, руководители, милиционеры и другие. Мы не виноваты, ибо программирование нашего сознания на алкоголепитие и курение велось незаметно для нас самих. Мы даже и не подозревали о том, что государственные средства массовой обработки человеческого сознания вели против нас настоящий информационный террор. Мы смотрели кино, где рекламно покуривали и попивали киногерои и мы думали, что это хорошо. Разве могли мы даже задумываться о том, что именно такие сцены винопития и курения ПРОВОЦИРОВАЛИ нас на подобные же поступки?!

В товариществе "Оптималист" мы узнали, что наше горе — это психологическое страдание, искаженность сознания, которое надо НЕ ЛЕЧИТЬ, а ОЧИЩАТЬ от ложных представлений о проблеме пьянства, алкоголизма, курения. Однако самим решить эту задачу нам оказалось не под силу, требовалась помощь со стороны, и эту помощь нам оказал "Оптималист".

В товариществе "Оптималист" нам сразу сказали, что нас никто не должен убеждать в том, кто мы — пьяницы или алкоголики. Убедиться в своем пьянстве или алкоголизме мы должны были сами, путем самостоятельного анализа известных лишь нам фактов из своей собственной жизни. А получив сведения о стадиях алкоголизма и пьянства, каждый из нас самостоятельно поставил себе нечто вроде диагноза, т.е. отнес себя к той или иной категории пьющих.

Мы убедились: программа товарищества "Оптималист" по избавлению от пьянства, алкоголизма, курения — помогает практически всем, кто хочет бросить это многопланово-вредное занятие. Это относится и к тем, кого уговорили прийти на занятия, если они добросовестно следовали в дальнейшем правилам этих занятий. Многих из нас натолкнули на мысль обратиться в товарищество сложности, возникшие в отношениях с окружающими, неприятности на работе. Некоторые из нас не сразу решились следовать рекомендациям. Однако в дальнейшем наш собственный опыт показал, что "Оптималист" ДЛЯ ВСЕХ ЖЕЛАЮЩИХ — пьющих и непьющих — ПРЕДЛАГАЕТ РЕАЛЬНЫЙ ВЫХОД ИЗ ЛАБИРИНТА ГУБИТЕЛЬНЫХ ПРИВЫЧЕК, предлагает ОПТИМАЛЬНЫЙ, т.е. НАИЛУЧШИЙ ВАРИАНТ ЖИЗНИ. Большинству из нас этот переход в состояние сознательной трезвости дался без особого труда.

На момент прихода в "Оптималист" у многих из нас были серьезные проблемы: долги, неприятности на работе и дома, собственный тяжелый характер... Но очень скоро мы убедились в том, что корнем множества наших проблем был алкоголь и табак, что множество наших проблем просто невозможно решить, если не отказаться от курения и употребления спиртного. Это не значит, конечно, что как только мы перестали пить и курить, так все решилось само собой, но на трезвую, светлую, свежую голову решать проблемы становилось намного легче и проще.

Жить полнокровно, казалось нам, можно только с алкоголем и табаком, иначе жизнь представлялась нам просто невыносимой. Мы и представить себе не могли, что существует жизнь без вина и сигарет! Мы и представить себе не могли, что жизнь без спиртного и сигарет может быть такой интересной, престижной, увлекательной!

ТРЕЗВАЯ ЖИЗНЬ, НОВАЯ ЖИЗНЬ ОКАЗАЛАСЬ ПРЕКРАСНОЙ НЕЗНАКОМКОЙ!

ЕГОР-ТО БЫЛ ПРАВ?

С ростом продажи и потребления алкоголя связывают динамику смертности работники морга в Нижнем Тагиле. До известного антиалкогольного указа сюда доставлялось ежегодно до 1000 трупов, во время действия указа — только 700. Но вот указы отменили, и уже в 1992 году поступило 1300 трупов, год спустя 1800, а прошлый год побил все рекорды — 2500! Очень многие из "клиентов" морга попали сюда благодаря алкоголю, особенно мужчины средних лет.

ДЕПУТАТЫ — ПРОТИВ РЕКЛАМЫ ТАБАКА

Значительным большинством голосов депутаты Национального собрания Франции приняли законопроект, направленный на борьбу с курением и алкоголем. Среди предусмотренных мер — введение жестких ограничений на рекламу спиртного и полный запрет на рекламу табачных изделий. Компаниям-производителям алкоголя и сигарет запрещен и такой скрытый вид саморекламы, как спонсорство различных культурных, спортивных, благотворительных мероприятий.

ПИТЬ И КУРИТЬ — УЖЕ НЕ МОДНО

Население Швейцарии ведет сейчас более здоровый образ жизни, чем несколько лет назад. К такому выводу пришел Институт профилактики алкоголизма. За последние 12 лет число швейцарцев, совсем не употребляющих алкоголь, увеличилось с 12 до 20 процентов, ежедневно прикладываются к рюмке уже не 20, а 17 процентов.

Выходит из моды и курение, особенно среди мужчин средних возрастов. Удельный вес курящих снизился с 40 до 33 процентов, причем свободолюбивые швейцарцы вовсе не возражают против запретительных мер в вопросе о курении.

НУЖЕН ЛИ ХАКАСИИ СВОЙ СПИРТЗАВОД?

В марте по местному радио выступал председатель Абаканского городского Совета депутатов О.Е. Жуганов по поводу строительства в Усть-Абаканском районе Хакасии завода по производству водки и питьевого спирта. В начале своего выступления он осуждает политику спаивания российского народа, поэтому его, поддерживающего трезвенническое движение и ведущего здоровый образ жизни, уважают многие горожане. Но, что удивительно, в конце своего выступления Олег Егорович оправдывает решение Верховного Совета Хакасии во главе с В.Н. Штыгашевым и Совета Министров нашей Республики во главе с Е.А. Смирновым о строительстве завода по производству питьевого спирта (интересно узнать, по чьей инициативе?) и выделении на эти цели 5-ти млрд. рублей. А ведь эти деньги из кармана налогоплательщиков, то есть жителей Хакасии. Из слов О.Е. Жуганова можно понять, что якобы это "мудрое" постановление решит все проблемы нашей Республики с денежными средствами, потому что весь акцизный сбор от производства и продажи "местной" водки и спирта останется в Хакасии и без проблем будет выплачиваться заработная плата медикам, учителям, работникам культуры, милиции и других бюджетных организаций, легче будут решаться другие насущные социальные вопросы.

ВОДКА

СМИРНОФФ-ТОРОСОФФ

Яд — 40 %
Вода — 60 %

АО "Хакасспирт"

Это же утопия! Тогда давайте в каждом поселке, в каждом улусе понастроим десятки вино-водочных заводиков и проблемы с денежными средствами будут решены: пенсионеры будут своевременно получать свои пенсии, матери — пособия на детей, с зарплатой у работников вопросов не будет, да и очередной детский дом для детей-сирот при живых родителях -алкоголиках можно будет оперативно построить на эти "пьяные" деньги, а для лечения тех, кто вдруг отравится своей "местной" водкой или вино-водочной продукцией, завезенной из других регионов России, ближнего или дальнего зарубежья, можно будет легко закупить лекарства. Одна останется забота у наших властных структур — как уговорить или заставить людей от мала до велика покупать, а следовательно, и употреблять алкогольную отраву. А то выходит так, что еще мало у нас в Хакасии рождается дебильных детей, мало происходит убийств, грабежей, насилий на почве пьянства, мало умирает людей от алкогольных отравлений, цирроза печени, белой горячки, мало губится невинных жизней на дорогах Хакасии по вине пьяных водителей, совершающих дорожно-транспортные происшествия.

Не удивительно было бы услышать рассуждения о пользе акцизов от кого-нибудь другого, но не от Вас, уважаемый Олег Егорович, государственного человека, глубоко знающего алкогольную проблему.

Если пройти по торговым точкам г. Абакана, и других населенных пунктов Хакасии, и проанализировать положение с продажей и употреблением алкоголя, то может прийти мысль: не специально ли нас спаивают, не существует ли государственной или внегосударственной программы уничтожения народа России, в том числе и Хакасии, путем спаивания алкоголем — этим наркотическим протоплазматическим ядом?

Почти не встречается уважающих себя хозяев частных или руководителей государственных магазинов, киосков или ларьков, торгующих спиртным, в которых было бы меньше 15-20 наименований вино-водочных изделий, а порой, можно насчитать 60-70, как, например, в г. Абакане на проспекте Ленина в торговой точке под звучным названием "Бродвей", куда мамы некоторые иногда водят на "экскурсию" своих несовершеннолетних детей, да еще с гордостью рассказывают своему 7-10-летнему отпрыску, какие вина его мама употребляла, а какие после получения зарплаты, в первую очередь, продегустирует. Такому эпизоду я случайно оказался очевидцем. Тут напрашивается вопрос: каким же будет такой молодой человек, когда ему исполнится 14 — 16 лет, если мама, самый дорогой человек, заложила в его сознание программу: "Подрастешь, сынок, употребляй алкоголь — это прекрасно!" Но она не сказала ему, что алкоголь — это наркотическое вещество, это яд, который приносит вред здоровью и горе себе, родным и близким людям. Не стоит таким мамам удивляться, отчего у ребенка диатез, почему у него уже расшатана нервная система и он плохо усваивает школьную программу или из-за чего у него "букет" различных заболеваний. Конечно, алкоголь — это не единственная причина из личных, семейных и социальных проблем человека, есть много других причин, но все-таки, я считаю, алкогольная — одна из главных.

Бесспорно, что смертность людей у нас в Хакасии велика и рост ее увеличивается. Вспомните, сколько, к примеру, за последнее время умерло или погибло ваших знакомых или незнакомых людей по причинам, связанным напрямую или косвенно с пьянством в вашем подъезде, в доме на вашей улице, в вашем поселке или работников вашего предприятия.

А теперь ответьте, уважаемые читатели нужен ли в Хакасии завод по производству питьевого спирта, водки или другой какой-либо алкогольной отравы?

А.БОРОДИН,
преподаватель курса "Основы безопасности жизнедеятельности".

"ПОДОБНЫЕ ВЕЩИ МЕНЯ НЕ ИНТЕРЕСУЮТ..."

— Вы употребляете алкоголь?

Джина ЛОЛЛОБРИДЖИДА: Ни капли. И никогда в жизни не курила. Поэтому никогда не просыпалась в понедельник окосевшей. Когда я начала сниматься в кино, я время от времени пила немного вина. Теперь я пью одну воду. Знаю, что если начать пить, то испорчу внешность. Алкоголь портит кожу. Кроме того, я весела от природы, мне не требуется шампанское для поднятия настроения.

("СПИД-Инфо", N 12, 1991 г.).

— Вас никогда не соблазняли наркотики?

Патрисия КААС: Никогда. Я не курю, не пью, потому что не люблю спиртного. Единственный раз в жизни я попробовала водку в России и опьянела. Мне незнаком вкус марихуаны. Подобные вещи меня не интересуют.

("Ровесник", N 7, 1991 г.).

— Не секрет, что многие музыканты снимают напряжение...

Маша РАСПУТИНА: Водкой? У нас в группе во время работы никто не пьет. Я так вообще не пью, не курю. Любила хорошее пиво, но сейчас говорят, что от него связки садятся — и от пива отказалась. И потом вино в таком количестве — это иллюзия. Музыкант думает, что выступает лучше, когда выпьет, а на самом деле — хуже. Доза увеличивается, и так до полной деградации.

("АиФ" N 5 1992 г.)

Светлана ВЛАДИМИРСКАЯ:

— Можно сказать, я вообще не вращаюсь в "свете". Раньше мне это нравилось. Теперь нет: много-много людей, много шума... А я же не пью, не курю, не употребляю наркотики. Многие считают это дикостью. Оттого меня не во всем понимают, оттого я не вписываюсь в какие-то, грубо говоря, музыкальные тусовки.

— Сегодняшний стиль жизни поп-исполнителей предполагает и гонку за деньгами.

— Я очень спокойно отношусь к деньгам. Если у меня не будет возможности зарабатывать, не особо расстроюсь. Для меня это все на втором плане. Главное — душа. Я работаю, в общем-то, мало. Работаю там, где мне хочется, нравится.

— И в ресторанах нравится!

— Всех людей, какими бы они ни были, нужно любить. Конечно, атмосфера во время выступлений бывает и очень тяжелой. Иногда ухожу со сцены и думаю: ну вот еще один концерт отработала и, слава Богу, жива. В буквальном смысле слова — жива. Выстрелы в залах Москвы — в порядке вещей.

И все равно себе говорю: надо дарить тепло людям. Особенно несчастным.

— Там, в ресторанах и ночных клубах, собираются несчастные люди!!

— Материально они обеспечены. Но, кроме денег, у них ничего нет. В глазах — пустота. Они душевно несчастны и одиноки, понимаете?

("Абакан", NN 168 — 169, 1994 г.).

Н. КОРОЛЕВА.
Не курила, не курю и не буду курить!

◆

А. ГУБИН.
ЦТ, 30 сентября 1995 г.
Не курил и не пробовал.

◆

ЦТ "Момент истины", 27.11.95 г.

Андрей Кириллов:
— Как же вы можете Магомаеву разрешать курить?

Тамара Синявская:
— Тут он сам... Он ведь курит 20 лет. Он сам очень хочет бросить курить, но не может. Видите, он даже с мундштуком стал курить. Он не может бросить курить.

Муслим Магомаев:
— Я и сам себе говорю: единственное, о чем я жалею в жизни это день, когда я взял первый раз. Этот день я помню очень хорошо.

◆

ТВ, 24 марта 1995 г.
М. Пуговкин, нар. артист СССР:
— Когда 22 года назад я бросил курить, меня спросили: "Че, хочешь дольше пожить?" "Не дольше, — ответил я, — а лучше".

◆

ТВ, 2 апреля 1995 г. Санкт-Петербург.
Рок-певица Д. Стингрей:
— Я сама не пью, поэтому я очень-очень против алкоголя. Я не люблю быть на вечеринках и говорить.

Многие люди боятся быть свободными без пития. Я часто бывала на вечеринках и люди думали: Джоанна — пьяна, потому что я как сумасшедшая была. А я не пила. Я просто знаю, как быть свободной, если я хочу быть сумасшедшей. Я могу делать это без алкоголя. И я надеюсь, что в будущем здесь в России люди будут меньше пить, потому что это неприятно видеть.

Я не знаю даже вкуса алкоголя. Я пью простую воду очень-очень холодную. Мой любимый напиток — очень холодная простая вода.

Я не курю. И тоже не люблю дым. Я понимаю, что каждый человек может делать, что он хочет. Но когда они курят, их дым все равно гуляет внутри меня.

Я сама живу, как я хочу. Я вегетарианка, я не пью, я не курю. И это мой выбор. Я не хочу сказать, что другие люди должны жить, как я. Но я думаю, что это важно, чтобы каждый человек получил информацию, он пусть сам решает хочет курить или нет.

◆

ТВ, Санкт-Петербург, 25 июня 1995 г.
— Александр, вы так добросовестно и убедительно проникаетесь состоянием вот такого алкогольного барда, а у вас "крылышки от портвейна не слипались"? Когда-нибудь?

Александр Дольский, бард:
— Было дело, конечно. Ну, а почему же нет? Но я об этом стараюсь не вспоминать, потому что это были такие противные старые времена, когда никуда не пускали, ничего не давали. Было дело.

— Это продуктивно с точки зрения творчества?

— Нет. Как Шаламов говорил, что никакой пользы нет сидеть в тюрьме, абсолютно, так абсолютно нет никакой продукции от алкоголизма и вообще от алкоголя. Это самообман. Понимаете? Это наркотик. Ну, каждый человек, который употребляет, он старается оправдать, когда восхваляет это дело.

Я человек непьющий.

◆ ◆

— Как вы решили проблему алкоголя?

Вадим Степанцов, поэт и композитор, 34 года:
— С помощью наших заокеанских друзей. Дело в том, что я очень дружу с лидером молодежного объединения "Митьки" — Дмитрием Шагиным. Они два года назад побывали в Америке на лечении от алкоголизма. И вот, Митя в своих наездах, он пытался меня выловить и как-то поставить на путь, познакомить с людьми, которые там, в Америке лечат спивающихся и сширивающихся рок-звезд, артистов и т.д. Вот, "митьков" там вылечили.

Так совпало, что прошлым летом, когда я снимался в фильме Ивана Дыховичного "Музыка для декабря", там был и Митя Шагин, и там была делегация из ассоциации "Анонимных алкоголиков" — вся головка завязавших пить алкашей, причем давно уже завязавших, во главе с их духовным вождем — отцом Мартиным.

Отец Мартин посмотрел на меня и сказал: "Вадим — едет".

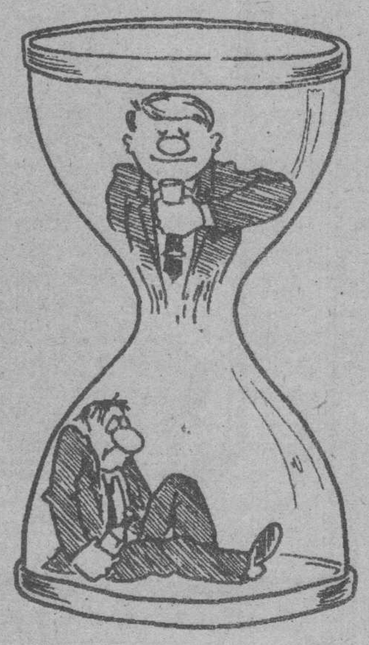
У меня сердечко екнуло, я понял, что вот сегодня сделаю последний глоток и — все. И так и получилось. Мы с нашим руководителем — Сергеем Куминым, мы там замечательно провели в этом американском лечебно-трудовом профилактории месяц; потом еще чуть-чуть пошарахались по Балтимору... Было неплохо. И, в общем, я понял, что безалкогольная жизнь, она имеет свои прелести.

— Терапевтическая стратегия тамошняя отличается от наших ЛТП?

— Да. Дело в том, что здесь лечат под страхом, а там — силой убеждения, силой примера такого, как ты алкоголика, который без всякого медицинского вмешательства "завязал".

— Потрясающе! А как долго длится эта вся процедура?

— 28 дней. Курс лечения стоит 15 тысяч долларов.



Культурное потребление — путь к пьянству.

ПАЦИЕНТ БАТРАКОВА

Мне пришлось ночевать в городе Абаза. В одном номере со мной поселился рабочий из Красноярска, человек лет сорока, назвавшийся Семеном Кирилловичем. От него я впервые и услышал о Батракове. По словам моего нового знакомого выходило, будто Батраков умеет своеобразным методом избавлять людей от тяжелой болезни, с которой официальная медицина не всегда может справиться. Речь шла об алкоголизме. Причем, Батраков вроде бы не применяет ни таблеток, ни уколов, ни трав.

— В свое время я дважды лежал в наркологическом диспансере, — рассказывал Семен Кириллович. — После первого держался около двух месяцев, после второго запил сразу же, страшнее прежнего. Дома, конечно, скандал за скандалом, жена выставляла на площадку чемодан. Работу потерял. Пришлось переезжать в деревню к матери, под Минусинск. И там с собою ничего не мог поделать. Опять дружки, опять беспробудные запои. Однажды, не найдя денег на опохмелку, мы тайком увели с нашего двора корову и продали в соседней деревне. На водку, значит. Мать как узнала... Одним словом, едва фельдшерица ее откачала. Вмешался участковый, и загрохотал я в ЛТП на два года. Думаете, там не пил? Вернулся, и все началось сначала. Думал, никакие силы теперь мне не помогут. Но тут подвернулся счастливый случай. Один наш родственник в Абакане узнал о клубе "Оптималист" и написал матери, что есть смысл меня там полечить. К назначенному сроку мать доставила меня в этот самый "Оптималист". Я поехал только потому, что не хотел с ней ссориться. А про себя посмеивался: мне ЛТП не помог, какой мне клуб! В тот день на встречу с Батраковым Евгением Георгиевичем, председателем клуба, собралось мужиков двадцать, некоторые пришли, как и я, с почетным "конвоем". И хотите верьте, хотите — нет, через семь дней все мы до одного окончательно и бесповоротно стали трезвенниками. Я уже два года в рот не беру и никогда не возьму. Новую семью завел, ребенка ждем. Одним словом, все, как у людей.

В тот вечер за Семеном Кирилловичем пришла машина, и мне не удалось дослушать его до конца. Позднее я на какое-то время за другими делами забыл о Батракове и его необычном пациенте, которого не вылечили ни наркологические диспансеры, ни ЛТП, а помогли какие-то загадочные лекции в "Оптималисте". Но потом я услышал еще несколько восторженных отзывов об этом клубе и наконец выбрал время познакомиться с ним поближе.

Метод, которым пользуется Батраков. Попробую изложить его суть, Люди никогда не рождаются с рюмкой в руке. На земле есть страны, где коренные жители никогда не употребляют вино и водку. И, что удивительно, по нашим меркам, не чувствуют себя обделенными или лишенными какой-то части земных радостей. В других странах людям с раннего детства закладывают в голову информацию о том, что употребление спиртного является нормальным занятием, оправданным, неизбежным, важным и даже необходимым в жизни. То есть формируют питейное убеждение, настроенность, программу на употребление спиртного. Программистами чаще всего выступают, того не подозревая, пьющие родители, родственники, знакомые. Свою немалую лепту вносят кинофильмы и телепередачи, в которых с необычайной завлекательностью демонстрируются сцены выпивок. Человек еще ни разу не пробовал вина, но в его мозгу уже заложена некая перфокарта, она определит его дальнейшее отношение к алкоголю. Наступит праздник, и человек будет знать, что надо выпить с друзьями и близкими, придут гости, значит, надо выставить на стол бутылку, и т. д. С течением времени программа настолько укореняется в сознании, что отдельные люди уже не мыслят себя без вина и водки. Они понимают, что наносят вред здоровью, они видят, как, порой, неприятно их поведение окружающим, но тем не менее, продолжают пить, они не властны над собой, они действуют автоматически. Обсуждение на собраниях, выговоры, переносы очередей на квартиры, лишение премий и, наконец, увольнение с работы мало что дают, лишь незначительное количество выпивох под страхом репрессий начинают воздерживаться от алкоголя.

Пьющие пытаются найти помощь в медицинских учреждениях. Врачи-наркологи способны внушить им смертельный страх перед алкоголем, но противоалкогольные препараты не способны разрушить питейную запрограммированность. Вот почему некоторые больные ждут не дождутся, когда закончится действие введенного в организм лекарства и можно снова взяться за рюмку. Алкоголики думают, что после воздержания они смогут пить умеренно, "как все люди", без запоев. Первая же доза спиртного приносит горькое разочарование, заложенная в мозгу питейная программа начинает раскручиваться с беспощадной и потрясающей силой.

Неужели нельзя добраться до этой зловредной программы и все-таки разрушить ее, разобрать по кирпичику? Метод позволяет сделать это. Люди, прошедшие специальный курс оздоровления, чувствуют себя освобожденными от непомерной тяжести, словно от какого-то колдовского сна. Они только теперь начинают понимать, что пить нельзя, это противоестественно для человека, это ему не нужно, это вредно. Пить нельзя никак: ни "культурно", ни запоями. Но мало разгромить питейную философию, надо перепрограммировать сознание.

Психотерапевтов привлекают простота, доступность, а самое главное, высокая эффективность метода. Шутка ли, она достигает 95 — 100 процентов! А наркологические больницы и специальные колонии излечивают только 6 — 7 процентов своих пациентов.

Абаканский клуб "Оптималист" работает уже три года. За это время он избавил от питейной и курительной зависимости более тысячи человек.

После одной из лекций я рассказал Е. Г. Батракову о своей встрече в Абазе с его бывшим пациентом и заметил, что это был, видимо, какой-то особый случай, более трудный, чем остальные.

— Ничего подобного, — ответил Евгений Георгиевич, — людей, побывавших в ЛТП, безуспешно лечившихся в наркологических диспансерах, прошло через наш клуб довольно много. И рецидивов среди них мы не знаем.

Ю. УГОЛЬКОВ,
соб. корр.
"Красноярского рабочего".

(10 апреля 1992 г., "Красноярский рабочий").

Memo

ПУТЬ

Василий НАЗАРОВ

Сто грамм. Бутылка. Литр. Ящик.
Один раз в месяц. В праздник —
чаще.
Похмелье. Пьянка. Вытрезвитель.
Прогулы. Жалобы. Родители.
Жена. Развод. Уход с работы.
"Друзья". Десятка "до субботы".
Ломбард. Продажа. Ссора. Две.
Врач. Участковый. ЛТП.
Беда. Печаль. Тоска. Исканье.
Ночами самоистязанье.
Луч света вдруг — газетный лист!
Спасенье! Клуб "Оптималист".

●ЭКОНОМ

ЧАСТНЫЙ ИНТЕРЕС

Рад винодел, что сделал много пива. Рад и продавец, что продал больше пива. И нарколог рад — алкашей все больше. Мент рад — растет преступность. Рад гробовщик — отменно мрут!

Пригорюнился винодел — поредел народец.

Е. БАТРАКОВ.

♦ ♦ ♦

●ТЕЛЕГРАММА В НОМЕР

Дорогие алкоголики!
Спасибо вами всем за то, что вы есть! Спасибо вам за то, что вы отдали свои деньги за винно-водочную отраву! Ваши деньги мы получаем регулярно 5-го и 25-го.

Врачи. Учителя. Администрация г. Абакана

♦

Алкаши-братья!
Низкий поклон вам и благодарность от нас, наших жен и детишек наших за то, что мы не безработные!

Работники МВД.

♦

Директору пивзавода.
Директору гидролизного завода.
Главе администрации г. Абакана Н. Булакину.
Председателю Совета О. Жуганову.
Дорогие господа! Спасибо вам за ваш очень нужный труд, благодаря которому у нас есть сегодня не только хлеб, но и масло.

Врачи травматологического отделения.

ЗНАКОМТЕСЬ — "ОПТИМАЛИСТ"!

ГОД СОЗДАНИЯ: 1989.
МЕСТО РАБОТЫ: Республика Хакасия.
ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ: Оказание населению помощи в избавлении от алкогольной, табачной и других зависимостей.
"ЧЕМ ЛЕЧИМ?": "Лечим" без таблеток и гипноза, но основательно и надежно с помощью информационной психокоррекции по методу Г.А. Шичко.
ЧТО ОЗНАЧАЕТ СЛОВО "ОПТИМАЛИСТ": Слово "оптималист" означает наилучший, оптимальный образ жизни.
НУЖНА ЛИ ПОДГОТОВКА: Подготовка для прохождения курса не требуется, но иметь при себе собственное и твердое желание отказаться от ядопотребления обязательно.
ЭФФЕКТИВНОСТЬ: За 8 лет работы через ТОО "Оптималист" прошло более 3-х тысяч человек из Абакана, Курагино, Минусинска, Лесосибирска, Красноярска и многих других мест. Среди тех, кто добросовестно выполнил все рекомендации руководителя курса, срывов НЕТ НИ ОДНОГО.
ОПЛАТА: Всего 620 тыс. рублей. (Для сравнения: стоимость аналогичного курса в США составляет более 3 тысяч долларов!) Причем, только "Оптималист" гарантируя вам 100% эффективность при выполнении вами рекомендаций, гарантирует вам и 100% возврат ваших денег в случае вашего срыва по вине "Оптималиста".
ЧЕМ ОТЛИЧАЕТСЯ НАШ МЕТОД ОТ ИНЫХ: У нас человек отказывается от ядопотребления легко и свободно не потому, что нельзя пить-курить-чифирить, но потому, что все эти разновидности дурмана становятся ему ни к чему.

У НАС РАЗУМНАЯ ПОМОЩЬ ДЛЯ РАЗУМНЫХ ЛЮДЕЙ!

Телефон для справок и консультаций: г. Абакан, 4-05-77.
ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС И В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ!

"СОРАТНИК"
Учредители:
ТОО "Димед"
ТОО "Оптималист"

Газета зарегистрирована в Региональном управлении регистрации и контроля за соблюдением законодательства о средствах масовой информации № Х0063 от 19 апреля 1995 г.

Адрес редакции:
662601, г. Абакан, а/я 1288, тел. 4-05-77
Тираж 3.000 экз.
За редактора: Т. Комиссарова.