А. А. Почекета

Сберечь СВОБОДУ

Составитель: Почекета Александр Анатольевич

Рецензент: Маюров Александр Николаевич,
президент Международной академии трезвости;

Особая благодарность за помощь в создании книги:

Калинчуку Фёдору Михайловичу;
Чичерову Михаилу Валерьевичу;
Лядышеву Константину Константиновичу;
Сушинскому Сергею Александровичу;
Гриниченко Ивану Алексеевичу;

© А. А. Почекета

Киев, 2008

ПРЕДИСЛОВИЕ

Станет ли кто-нибудь всерьёз спорить с тем, что наш образ жизни в значительной степени зависит от наших привычек? Они позволяют доводить некоторые рутинные действия до автоматизма, избавляют от необходимости каждый раз заново задумываться, что и как нужно делать.

Совокупность наших привычек даёт представление о нашем характере. Мы привыкли быть такими, какими мы есть. Но не всегда привычное и, казалось бы, понятное является наилучшим выбором. Нередко мы поступаем «по привычке» — особо не задумываясь над своими действиями. И результаты порой бывают нежелательные…

А ведь от умения правильно поступать в различных ситуациях очень многое зависит в нашей жизни. Особенно в условиях, когда на пути то и дело встречаются разнообразные соблазны, случайные или же кем-то придуманные уловки, уводящие не только от правильных решений, но часто и от необходимых размышлений.

Как же научится не попадаться на уловки, не сбиться с верного пути и всегда делать свободный выбор? Как минимум, не помешает избавиться от вредных привычек, являющихся помехой в достижении успеха. И это совсем не сложно, если увидеть, осознать их, понять, как они формируются, и честно ответить себе на вопрос: «Какую пользу они мне приносят?»

Эта совершенно необременительная по объёму книга — об одной из довольно часто не замечаемых, но тем не менее — самых вредных привычек, терзающих человечество. Но адресована она не безнадёжным её пленникам, а в первую очередь свободным от этой пагубной привычки людям, которые желают свою свободу сберечь и укрепить. И, конечно же, воспитать свободных, здоровых детей.

Сразу хочется предупредить, что изложенные здесь факты взяты не «с потолка», а из надёжных, авторитетных источников. Однако сделанные из них выводы не претендуют на истину в последней инстанции, а взывают к Вашему критическому осмыслению. Поэтому вооружитесь надёжным инструментом, который ещё никогда не подводил старательного исследователя — логическим мышлением, и приготовьтесь узнать кое-что интересное.

Всё, с чем Вы не смогли согласиться после длительного самостоятельного анализа, предлагаем **изложить в письменном виде и прислать на наш электронный адрес**, размещённый в конце книги. Вместе мы обязательно докопаемся до истины!

Константин Лядышев, Юрий Клейнос, Александр Почекета

ОГЛАВЛЕНИЕ

ФАКТЫ: ИЗВЕСТНЫЕ И НЕ ОЧЕНЬ 3
Что такое этиловый спирт? 3
Наркотик или пищевой продукт? 4
Применение растворов этанола 6
Механизмы насилия над личностью 7
Алкоголь — личный враг каждого 9
Удар по мозгам 10
Выстрел прямо в сердце 11
Лёгкий способ угробить желудок… 12
…и заработать диабет 13
Заживо похороненная печень 13
Удар по почкам 14
«Праздничные» дети 14
Деградация личности 16
Смертельный исход 17
Украина — смертельно пьяная страна 17
Пиво — опаснейшая алкогольная смесь 19
Кому выгодно спаивание населения? 22
Мы сами оплачиваем своё уничтожение 25
На пороге генетической смерти 27
Как уберечь от алкоголя своих детей? 29
Тайны трезвого человека 31
Теория трезвости и «теория культурного пития» 32
САМАЯ НАГЛАЯ ЛОЖЬ ОБ АЛКОГОЛЕ 35
ЛОЖЬ №1: «малые дозы алкоголя полезны» 35
ЛОЖЬ №2: «алкоголь помогает общению» 36
ЛОЖЬ №3: «алкоголь снимает стресс» 37
ЛОЖЬ №4: «алкоголь повышает аппетит» 37
ЛОЖЬ №5: «вино содержит много витаминов» 38
ЛОЖЬ №6: «спирт успешно применяется в медицине» 38
ЛОЖЬ №7: «алкоголь согревает, помогает от простуды» 39
ЛОЖЬ №8: «вино защищает от инфаркта» 40
ЛОЖЬ №9: «алкоголь специально вырабатывается организмом» 41
ЛОЖЬ №10: «вино выводит радиацию» 42
ЛОЖЬ №11: «отравиться можно только суррогатом» 42
ЛОЖЬ №12: «сухой закон пользы не приносит» 42
ДЕМАГОГИЯ АЛКОГОЛЬНАЯ 45
«Когда выпью — мне хорошо!» 45
«Все люди пьют» 47
«Трезвенников не уважают в компаниях» 48
«Но ведь многие знаменитые люди пили!» 49
«Разумеется, алкоголизм — зло. Но если не злоупотреблять?» 50
«А как же «культура» пития?» 50
«Как можно не выпить на праздник?» 52
«А на свадьбе? ведь это традиция!» 53
«Перестану пить, когда захочу!» 54
«Наш народ всегда пил, и до сих пор не вымер» 55
«Разве можно убрать алкоголь?» 55
ПОЧЕМУ НЕЛЬЗЯ МОЛЧАТЬ О ТРЕЗВОСТИ? 58
Как можно вернуть обществу трезвость? 58
Что лично я могу сделать для отрезвления своего народа? 62
Рекомендуемая литература 63
Источники дополнительной информации 64

ФАКТЫ: ИЗВЕСТНЫЕ И НЕ ОЧЕНЬ

ЧТО ТАКОЕ ЭТИЛОВЫЙ СПИРТ?

Этиловый спирт (этанол, алкоголь) — сильнодействующий **мутагенный**[1] **нейротропный**[2] **протоплазматический**[3] **наркотический яд**.

В химической терминологии алкоголями называется большая группа органических соединений.

Вот базовые сведения о спиртах **из школьной программы:**

Насыщенными одноатомными спиртами (алканолами, алкоголями) называются органические соединения, содержащие одну функциональную группу OH.

Общая химическая формула: $C_nH_{2n+1}OH$;

метиловый спирт (метанол): CH_3OH;

этиловый спирт (этанол): C_2H_5OH;

пропиловый спирт (пропанол): C_3H_7OH;

и т. д.

Низшие спирты (до пропилового) растворяются в воде в любых соотношениях. Однако водородные связи между молекулами спирта и воды не позволяют получить 100%-й этиловый спирт. Поэтому абсолютным спиртом называют раствор этанола, содержащий не более 1% воды.

Температура кипения C_2H_5OH — 78,4°C. Горит бесцветным пламенем с выделением большого количества тепла.

Этиловый спирт — наркотик. При введении в организм человека у него ослабляется внимание, затормаживаются реакции, нарушается координация движений. **Длительное употребление** приводит к **глубоким нарушениям** деятельности нервной системы, заболеваниям сердечно-сосудистой системы, пищеварительного тракта.

Этиловый спирт широко применяется как техническая жидкость (в амортизаторах, тормозных устройствах, гидросистемах и т. д), **является хорошим растворителем**: не только в любых пропорциях растворяется в воде, но и **отлично растворяет многие органические вещества**. Хорошее сырье для химической промышленности, прекрасное топливо.

---

[1] Повреждает клетки мужского и женского организма, из которых впоследствии развивается новая жизнь: дети рождаются с умственными и физическими отклонениями.

[2] Выборочно действует на некоторые элементы нервной системы.

[3] Воздействует на протоплазму живых клеток нашего организма, повреждая её.

НАРКОТИК ИЛИ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКТ?

Наиболее авторитетным (но почему-то малоизвестным даже среди интеллигенции) является мнение по этому поводу Всемирной Организации Здравоохранения:

СПЕЦИАЛЬНОЕ РЕШЕНИЕ
28 сессии Всемирной Организации Здравоохранения
(1975 год)

АЛКОГОЛЬ — НАРКОТИК,
ПОДРЫВАЮЩИЙ ЗДОРОВЬЕ НАСЕЛЕНИЯ

Разумеется, это заключение не было научным открытием: оно опубликовано лишь как официальное подтверждение давно известного в науке факта. Медицина уже 300 лет диагностирует алкоголь как **наркотический нейротропный и протоплазматический яд**, то есть яд, воздействующий на нервную систему и все органы человеческого организма, разрушая их структуру на клеточном и молекулярном уровнях.

В «Большой советской энциклопедии» (том 2, стр. 116) также чётко обозначено: **«этанол относится к наркотическим ядам»**. «Санитарно-гигиенические нормы и правила» от 1999 года характеризуют алкоголь как **«вещество с доказанной для человека канцерогенностью[4]»**.

Однако до сих пор находятся так называемые «учёные», которые продолжают упорно доказывать всем, что алкоголь — это «пищевой», да ещё и «очень полезный», продукт. Кто-то искренне заблуждается, кому-то за это неплохо платят. Но в любом случае они **дезориентируют общество, приучая легкомысленно относиться к наркотическому яду.** Вместо того чтобы поставить вопрос о полном исключении этанола из пищевой промышленности и о защите населения от алкогольной эпидемии, эти «учёные» упрямо и бездоказательно настаивают на своей ошибочной и вредной установке.

Правда, алкоголь принято считать «специфическим» пищевым продуктом: на него наклеивают специальные акцизные марки; его почему-то не рекомендуют давать детям и беременным женщинам…

Но, несмотря на все эти «меры предосторожности», теперь уже не только больницы, но и все кладбища переполнены жертвами этого «продукта». А подавляющее большинство сидящих в тюрьмах совершили преступления именно под его «специфическим» воздействием.

---

[4] Канцерогенность — способность вызывать злокачественные опухли (рак).

Ещё в 1910 году Всероссийский съезд по борьбе с пьянством и алкоголизмом, на котором собралось 150 врачей и учёных медиков, специально рассматривал этот вопрос.[5] В результате вынесено специальное решение:

Пищевым продуктом может быть только такое вещество, которое является абсолютно безвредным для организма.

Алкоголь же как наркотический яд в любых дозах наносит человеку огромный вред: отравляя и разрушая организм, он сокращает жизнь человека в среднем на 20 лет.

А в 1915 году XI-й Пироговский съезд русских врачей принял следующую резолюцию:[6]

Алкоголь не может быть отнесён к питательным средствам, с чем необходимо ознакомить население.

Но при всей очевидной непригодности этого опасного химического вещества для внутреннего употребления, оно является главным ингредиентом разнообразных **наркотических смесей**, предлагаемых населению в качестве «напитков».

Пиво, вино, шампанское, водка, коньяк — вот далеко не полный перечень **ядовитых наркотических веществ**, которые в нашей стране выставляются в гастрономах наряду с пищевыми продуктами. Разумеется, все эти и другие растворы этанола не могут называться напитками или пищевыми продуктами, поскольку они не питают, а **повреждают все органы человеческого организма**, разрушая их структуру на клеточном и молекулярном уровнях.

Постоянно используемый для пропаганды этого одурманивающего зелья термин «напиток» маскирует истинную сущность наркотической смеси и способствует утверждению в сознании программы, заставляющей человека отравлять себя.

Как видим, ложь начинается с определения, что такое алкоголь. Подобных противоречий между научными фактами и бытующими в обществе суевериями очень много и по всем другим вопросам, касающимся алкоголя.[7] И ложь эта — огромное социальное зло, угрожающее жизни каждого из нас, прочности наших семей, будущему всего народа.

---

[5] Ф. Г. Углов. Самоубийцы. — Глава 2. Правда и ложь (*http://www.uglov.tvereza.info/knihi/s/2.html*).
[6] Там же.
[7] Этим противоречиям посвящена книга академика Ф. Г. Углова «Правда и ложь о разрешённых наркотиках» (*www.uglov.tvereza.info/knihi/index.html#pilorn*).

ПРИМЕНЕНИЕ РАСТВОРОВ ЭТАНОЛА

Не будем сейчас углубляться в подробности применения этилового спирта в химических лабораториях или в медицине для дезинфекции. Оставим это специалистам в соответствующей области. Лучше обратим внимание на то, как безжалостно применяется это вещество по отношению к огромной массе наших соотечественников, Каждый день. На глазах у всех

А применяется оно как **химическое оружие массового поражения**: это лучший способ лишить здоровья, а со временем и жизни любого человека. Поскольку этанол обладает наркотическими (а церемонии его употребления снабжаются ритуально-символическими) свойствами, жертва к нему очень быстро привыкает, и у неё возникает **тяга к повторным самоотравлениям**. Потребность эта тем сильнее, чем чаще и в бóльших дозах насыщается организм растворами этилового спирта — пивом, вином или любыми другими, а сознание — слепой верой в то, что спиртные изделия, якобы, необходимы для «полноценной жизни» в социуме.

Изменения, происходящие в организме под влиянием алкоголя, возникают **при употреблении любой дозы** этого наркотического яда. Степень этих изменений зависит от количества выпитого в составе различных смесей этанола и частоты его приёмов.

Отличия в повреждённости организма носят не качественный, а лишь количественный характер: например, оказывая своё смертоносное влияние на мозг, этанол не производит скачкообразных переходов от совершенно здорового состояния к полному идиотизму. Между крайними формами как физиологического, так и психического состояния имеется много промежуточных. И людей с различной степенью повреждённости физического и душевного здоровья в нашем обществе становится всё больше.

При современном уровне употребления алкоголя «средний» в этом отношении мужчина «вдруг» сталкивается с самыми различными недугами в возрасте около 30 лет. Это болезни желудка, печени, сердечно-сосудистой системы, неврозы, расстройства в половой сфере. Впрочем, болезни могут быть самыми неожиданными, ведь **действие этилового спирта универсально: он поражает все органы и системы человеческого организма**.

Все попытки отнести вредное влияние этилового спирта только к тем людям, которые признаны алкоголиками, в корне не верны. Алкоголизм, белая горячка, алкогольный галлюциноз, корсаковский психоз, алкогольный псевдопаралич, эпилепсия, галлюцинаторное слабоумие и многое другое — **всё это лишь последствия укоренившихся в нашем обществе «традиций» добровольного отравления этанолсодержащими жидкостями**.

А жизнь человека в условиях регулярного самоотравления не только чрезвычайно болезненна, но и необычайно коротка. Если пьющий человек не попал в автомобильную катастрофу или в больницу с заболеваниями печени или желудка, не погиб от инфаркта или гипертонии, он часто становится инвалидом от какой-нибудь бытовой травмы или драки. Алкогольный отравленник, как говорится, обязательно найдёт причину, от чего умереть преждевременно! По данным «Большой медицинской энциклопедии» **каждый третий погибает от причин, так или иначе связанных с употреблением алкоголя**.

По данным ВОЗ, средняя продолжительность жизни пьющего на 15-17 лет меньше среднестатистической продолжительности жизни, которая, как известно, высчитывается с учётом пьющих. Если же сравнить с полноценной, здоровой жизнью сознательного трезвенника, то разница будет ещё больше.

МЕХАНИЗМЫ НАСИЛИЯ НАД ЛИЧНОСТЬЮ

Существует два образа жизни: здоровый и нездоровый. **Трезвый и наркотический.** И если бы наше законодательство защитило молодого человека от алкоголя и табака хотя бы до 25 лет — в более старшем, а значит, сознательном возрасте он и подавно не захотел бы отдать свою судьбу в лапы наркотической зависимости.

Однако, вопреки здравому смыслу, общество спешит приобщить своё подрастающее поколение к незапрещённым наркотикам. **И делается это зачастую насильно**.

Человек, которому впервые предлагают попробовать алкоголь, не испытывает от него приятных ощущений. Ребёнок, которому подвыпившие родители в первый раз дают шампанское (*«Смотри, какой красивый лимонадик!»*), думает про себя после первого глотка: *«Ну и гадость этот ваш лимонадик! Как вы можете такое пить?!»* Но не всегда осмелится это сказать: маленьким ведь будут считать…

Молодой парень или девушка, впервые попавшие в компанию, где в ходу бутылки (обратите внимание: не с сорокаградусной водкой, а с пивом, вином или ещё какой-нибудь слабой и изрядно подслащённой алкогольной смесью), чувствуют себя растерянно. Вот-вот наступит тот момент, когда уже некуда будет деваться и придётся выбирать: **либо подчиниться пьяной «традиции», либо — заявить о своём имидже «белой вороны»**.

Вот и приобщаются новые жертвы регулярных опьянений к самому распространённому на Земле наркотику. И при этом делают вид (чего только не сделаешь под психологическим давлением компании, в которую хочется войти), что к чему-то хорошему приобщаются!

«Традиция пития», кстати, не такая уж древняя, как любят повторять несчастные её пленники.[8] Они не виноваты в своём невежестве, просто их воспитание проходило в обществе, в котором с детских лет приучали пить, да ещё не как-нибудь, а «культурно»! И никто толком не знал, что такое естественная трезвость.

Но вряд ли можно найти оправдание тем подлецам, которые **специально толкают молодых людей, не ведающих ещё всей скверны хмельного дурмана, на этот конвейер смерти**. Если бы знали их несчастные жертвы, попавшиеся на удочку «авторитета» и согласившиеся «только попробовать», тот дьявольский механизм психологического порабощения кандидатов в собутыльники, у них бы с неимоверной силой вырвался крик души: *«Лучше бы я стал «Белой вороной!» Ещё тогда, до первого глотка этого жалкого, отвратительного зелья…»*

А ведь если подавление свободной, трезвой воли пойдёт по намеченному плану — через несколько лет этот крик души, возможно, уже никто и не услышит. Скатившись на самое дно своего физического и нравственного разложения, ворона «чёрная» и в прямом, и в переносном смысле потеряет человеческий облик. Такое существо уже и человеком-то не каждый считает, не говоря уже о том, чтоб прислушиваться к каким-то его крикам…

Страшно смотреть, **с какой чёрной завистью и злорадством идёт незримая борьба за душу здорового, нетронутого никакими наркотическими растворами человека!**

Более скромные в компаниях всегда ведут себя тихо и мирно. Зато другие, кто понаглее, спешат задать ещё не сформировавшемуся обществу свои, привычные им нормы поведения. И не удивительно, что эти «нормы» зачастую оказываются в ярко выраженном противоречии с человеческой моралью. Таков уж нравственный закон бытия: зло всегда действует активнее, чем добро — подло, хитро и навязчиво.

И вот эти «другие» пытаются (причём весьма агрессивно) **навязать не утвердившимся ещё в своих жизненных принципах личностям нездоровый, безнравственный, наркотический образ жизни**.

Подросток, оказавшись даже на самое короткое время в такой среде, бывает настолько поражён услышанным и увиденным, что начинает подсознательно подражать дурному примеру, опасаясь «отстать от моды». К тому же, его может прельстить роль «заводилы», который прямо или косвенно провоцирует «менее продвинутых» пробовать пиво, сигареты и прочие наркотические вещества, а в общении между собой постепенно отказываться от взаи-

---

[8] История пития: *http://www.tvereza.info/sobriety/history/drinkinghistory_ru.html*

моуважения и нормальной, литературной речи в пользу бесконечных словесных издёвок, примитивного сленга и сквернословия...

И что самое страшное — всего один раз увидев вокруг себя полную безнравственность и беззаботное отравление пусть даже «символическими» дозами алкогольных растворов, **ещё не раскрывшаяся личность может надолго утратить в жизни нравственные ориентиры**…

АЛКОГОЛЬ — ЛИЧНЫЙ ВРАГ КАЖДОГО

По своим социальным последствиям **алкоголь является опаснейшим наркотиком в современном мире**. На его счету миллионы разрушенных человеческих судеб и миллиарды подорвавших своё здоровье людей.

Заняв место настоящих, приносящих здоровье напитков, прочно утвердившись в нашем обществе в качестве повседневного, дешёвого и вместе с тем «престижного» пойла, **пиво, вино и другие смеси этилового спирта** уродуют жизнь не только отдельных людей, но и всего общества.

Учёные подтверждают, что алкоголь уносит больше жертв, чем самые тяжёлые эпидемии: последние появляются периодически, а **употребление этанолсодержащих жидкостей в нашем обществе стало непрекращающейся эпидемической болезнью**. Занимаясь проблемой циррозов печени, постоянно встречаясь с тяжёлыми травмами на «скорой помощи», хирурги ежедневно убеждаются в том, что вред, наносимый этими наркотическими растворами, колоссален.

Алкоголь воздействует на все органы человеческого тела, прежде всего, поражая клетки наших органов, а также посредством парализующего действия на нейроны и нарушения вследствие этого координации физиологической активности организма.

И хотя чаще всего внимание уделяется именно физиологическим последствиям употребления алкоголя, намного страшнее — **последствия социальные**. Это постоянное ухудшение нервно-психического здоровья населения, увеличение количества несчастных случаев,[9] особенно — автокатастроф, которые уродуют жизни многих людей.

Алкоголь является мощнейшим фактором роста уровня всех преступлений, а особенно убийств и самоубийств. По данным ВОЗ, самоубийства среди пьющих имеют место в 80 раз чаще, чем среди трезвенников.[10]

---

[9] Анализ внезапных и случайных смертей показывает, что алкоголь как причина несчастных случаев занимает одно из ведущих мест.

[10] Ф. Г. Углов. В плену иллюзий. — Глава 5. Под угрозой интеллект (*www.uglov.tvereza.info/knihi/vpi/5.html*).

Современные исследования доказывают: **алкоголь, табак и другие наркотики являются важнейшими факторами демографического кризиса в Украине и других странах СНГ**.[11] Уже несколько лет подряд ВОЗ называет алкоголь и табак ведущими факторами риска для здоровья украинцев.

Экспертами Международной ассоциации исследований рака **алкоголь уже давно отнесён к группе агентов, обладающих канцерогенным эффектом**.[12] Наиболее сильная связь обнаружена между употреблением алкоголя и раком верхнего пищеварительного тракта (полости рта, пищевода, глотки и гортани),[13] а также желудка, поджелудочной железы, толстого кишечника, печени и молочной железы.[14] Употребление более 40 грамм алкоголя в день повышает риск рака полости рта и глотки в 9 раз.[15]

УДАР ПО МОЗГАМ

Нет такого органа в человеческом организме, который бы не разрушался от воздействия алкоголя. Но больше всех страдает мозг. Если концентрацию алкоголя в крови принять за единицу, то в спинномозговой жидкости она будет 1,5, а в головном мозге — 1,75.

Человеческий мозг содержит порядка 10 000 000 000 нервных клеток (нейронов). Этанол — хороший растворитель — наносит мозговым клеткам токсический удар, от которого они массово гибнут. Таким образом, после приёма кружки пива, стакана вина или 100 г. водки **в головном мозге остаётся целое кладбище убитых нейронов**, которые организм вынужден выводить через мочеполовую систему в городскую канализацию.

И когда врачи-патологоанатомы вскрывают череп любого так называемого «умеренно пьющего» человека, у всех видят одинаковую картину: **«сморщенный мозг»**, уменьшенный в объёме, вся поверхность коры которого в микрорубцах, микроязвах, выпадах структур. Таков результат систематической интоксикации алкоголем и продуктами его распада, в первую очередь ацетальдегидом.

Вот как киевский патологоанатом описывает мозг человека, который по мнению друзей пил «умеренно» и «культурно»: *«Изменения в лобных долях мозга видны даже без микроскопа, извилины сглажены, атрофированы, множество мелких кровоизлияний. Под микроскопом видны пустоты, заполнен-*

---

[11] Халтурина Д. А. Алкоголь и наркотики как важнейшие факторы демографического кризиса в России и Украине (*http://www.tvereza.info/downloads/literature/factorycrizisa_ru.html*).
[12] Blot W.J. // Cancer Res. — 1992. — N 52 (7). — p. 2119-2123.
[13] Letters. // British Medical Journal. — 1999. — N 318. — p. 1289-92.
[14] Rothman K.J. // Preventive Medicine. — 1980. — N 9(2). — p.174-179.
[15] Klygis L.M., Barch D.M. // Alcohol and Cancer. CRC Press. — 1992. — p.73-89.

ные серозной жидкостью. Кора мозга напоминает землю, после того, как на неё сбросили бомбы — вся в воронках. Здесь каждая выпивка оставила свой след…»[16]

По оценкам американских учёных, 200 г. сухого вина подавляют интеллект человека в течение 18-20 дней после приёма.[17] У тех, кто принимает такую дозу по крайней мере два раза в месяц, **умственная деятельность постоянно подавляется**, что, согласитесь, не очень приятно, особенно для людей интеллектуального труда.

Важно осознавать, что изменения в веществе головного мозга, наступающие под воздействием любой дозы этилового спирта, необратимы. Они оставляют после себя неизгладимый след в виде выпадения мельчайших структур мозга, что неизбежно сказывается на его функции. Повреждённая часть заменяется рубцам (соединительной тканью), а образовавшаяся пустота заполняется за счёт смещения соседних областей мозга.[18] Но даже в этих, сохранившихся областях мозга нервные клетки подвергаются изменениям протоплазмы и ядра, порой столь же резко выраженными, как и при отравлении другими известными ядами.

При этом клетки коры головного мозга поражаются гораздо больше, чем подкорковых частей, то есть алкоголь действует сильнее на клетки высших центров, чем низших. Восприятие потерпевшего от проникновения в его мозг этилового спирта затрудняется и замедляется восприятие, нарушаются внимание и память.

Вследствие этих изменений, а также постоянного влияния на человека питейного климата, начинают проявляться неблагоприятные искажения его психики. Наступает паралич сознания и воли: снимаются преграды, которые удерживают трезвого человека от бесполезных, необдуманных поступков. Личность меняется, начинаются процессы её деградации.

ВЫСТРЕЛ ПРЯМО В СЕРДЦЕ

Этиловый спирт вызывает поражение сердечно-сосудистой системы, в том числе в виде **алкогольной гипертонии и поражения миокарда**. На электрокардиограммах людей, отравляющих себя спиртными изделиями, замечаются значительные изменения. Обычными становятся перебои в сердечной деятельности (аритмия).

---

[16] Рязанцев В. В. Беседы о трезвости. Киев, «Высшая школа», 1987.
[17] Маюров А. Н., Маюров Я. А. Уроки культуры здоровья: Учебное пособие для ученика и учителя: 7-11 классы — М.: Педагогическое общество России, 2004.
[18] Попов Л. Е. Жить или пить — вот в чем вопрос (Научные основы трезвого образа жизни) — Новосибирск, 1986.

Гипертония у пьющих возникает в результате нарушения регуляции сосудистого тонуса, обусловленного токсическим действием этилового спирта на различные отделы нервной системы.

В основе алкогольного поражения мышцы сердца лежит прямое токсическое влияние спирта на миокард в сочетании с изменениями нервной регуляции и микроциркуляции. Развивающиеся при этом грубые нарушения внутритканевого обмена ведут к развитию очаговой и диффузной дистрофии миокарда, проявляющейся нарушением ритма сердца и сердечной недостаточностью.

Как установил академик А. Л. Мясников, алкоголь относится к числу факторов, способствующих развитию атеросклероза.[19]

Коварство воздействия алкоголя на сердечно-сосудистую систему ещё и в том, что организм молодого человека обладает значительным, приблизительно 10-кратным запасом капилляров. Поэтому в молодости нарушения кровоснабжения проявляются не так явно, как в более поздние годы. Однако **с возрастом запас капилляров исчерпывается, и последствия употребления алкоголя в молодости становятся более ощутимыми**.

ЛЁГКИЙ СПОСОБ УГРОБИТЬ ЖЕЛУДОК...

При приёме внутрь этанолсодержащей жидкости в первую очередь страдает пищевод и желудок. И чем больше концентрация яда в этой жидкости, тем тяжелее повреждение.

Этанол вызывает **ожог стенок пищевода и желудка**. При этом на стенках желудка образуется белый налёт, аналогичный белку сваренного яйца. Для восстановления омертвевшей ткани требуется значительное время.

Даже от небольших доз этилового спирта **раздражаются железы, расположенные в стенке желудка и вырабатывающие желудочный сок**. Сначала они выделяют слишком много слизи, а затем истощаются и атрофируются.

Пищеварение в желудке становится неполноценным, пища застаивается или, не переваренная, поступает в кишечник. Возникает гастрит, который, если не устранить его причину и серьёзно не лечить, может перейти в рак желудка.

Результаты непосредственного воздействия алкоголя на стенки желудка человека наблюдали американские учёные. Каждый из девятнадцати участников эксперимента со здоровым желудком выпивал натощак 200 г. вис-

[19] Там же.

ки. Через несколько минут после приёма виски наблюдались припухлость и покраснение слизистой оболочки. Через час можно было видеть многочисленные кровоточащие язвочки, а через несколько часов по слизистой оболочке желудка уже тянулись гнойные полосы.[20] Картина у всех девятнадцати испытуемых оказалась практически одинаковой!

...И ЗАРАБОТАТЬ ДИАБЕТ

Глубокие изменения имеют место и в поджелудочной железе, что объясняет частые жалобы пьющих на плохое пищеварение, резкие боли в животе и т. д. **Этанол подавляет выделение пищеварительных ферментов поджелудочной железы**, что препятствует расщеплению питательных веществ на молекулы, пригодные для питания клеток организма.

Повреждая клетки внутренней поверхности желудка и поджелудочной железы, **этанол угнетает процесс всасывания питательных веществ**, а перенос некоторых веществ в кровь вообще делает невозможным.

Из-за гибели особых клеток, расположенных в поджелудочной железе и вырабатывающих инсулин, **развивается сахарный диабет**. Плохое пищеварение, резкие боли в животе — это признаки панкреатита, воспаления поджелудочной железы.

Панкреатит и диабет на почве алкоголя — явления, как правило, необратимые, из-за чего люди обречены на постоянные боли и недомогания.

ЗАЖИВО ПОХОРОНЕННАЯ ПЕЧЕНЬ

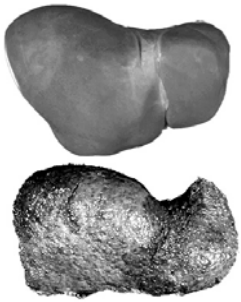
Проходя через печёночный барьер, **этиловый спирт разрушительно воздействует на клетки печени, которые под его влиянием погибают**. На их месте образуется соединительная ткань, или попросту рубец, не выполняющий печёночной функции. Уменьшается способность печени сохранять витамин А, наблюдаются другие нарушения обмена веществ.

Печень постепенно уменьшается в размерах, то есть сморщивается, сосуды печени сдавливаются, кровь в них застаивается, давление повышается в 3-4 раза. И если происходит разрыв сосудов, начинается обильное кровотечение, от которого больные часто погибают.

По данным ВОЗ, около 80% больных умирает в течение года после первого кровотечения. Изменения, описанные выше, носят название **цирроз печени**. По количеству больных циррозом, кстати говоря, определяют уровень алкоголизации в той или иной стране.

---

[20] Там же.



Алкогольный цирроз печени — одно из наиболее тяжёлых и безнадёжных в смысле лечения заболеваний человека. Цирроз печени как последствие потребления алкоголя, по данным ВОЗ, опубликованным в 1982 году, стал одной из основных причин смерти.

На рисунке для сравнения изображена печень здорового человека (сверху) и печень человека, «умеренно» употребляющего алкоголь (снизу).

УДАР ПО ПОЧКАМ

При попадании в организм спиртосодержащих жидкостей неизбежно страдают почки — органы, участвующие в процессах регуляции водносолевого обмена, поддержания кислотно-щелочного равновесия и выделения шлаков.

Небольшие дозы этанола повышают мочевыделение, что связано с раздражающим действием спирта на почечную ткань, а также с влиянием его на сердечно-сосудистую систему. Длительный приём алкоголя вызывает хронические заболевания почек — нефрит, почечнокаменную болезнь, пиелит.

Вследствие постепенного разрушения клеток почечной ткани погибшие клетки замещаются рубцами, в результате чего почки так же, как и печень сморщиваются и уменьшаются в размере.

«ПРАЗДНИЧНЫЕ» ДЕТИ [21]

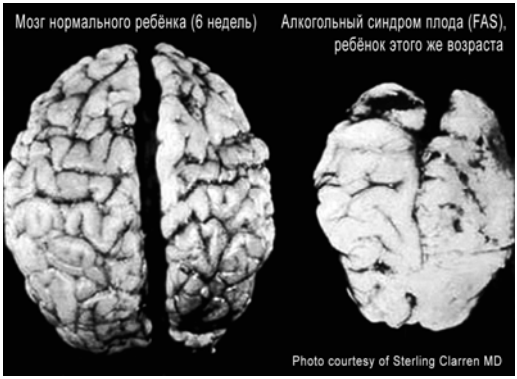
C_2H_5OH губительно действует на половую систему, репродуктивные ткани, зародышевые клетки и потомство. Пьющие родители рождают детей **хилых, слабых, неполноценных в физическом, умственном и нравственном отношениях, предрасположенных к тяжёлым заболеваниям**.

Влияние этанола здесь идёт по нескольким направлениям. Во-первых, алкоголь оказывает прямое травмирующее воздействие на половые железы, что чревато глубокими изменениями в половой сфере, включая атрофию репродуктивных органов.

Второй путь воздействия алкоголя — его влияние непосредственно на зародышевую клетку. На одной из сессий Академии медицинских наук СССР учёные демонстрировали под микроскопом зародышевые клетки, взятые у пьющих людей. Они были почти все изуродованными: то с большой деформированной головкой, то, наоборот, с очень маленькой. Ядро разных размеров, с изъеденными контурами, протоплазмы то мало, то много. Почти не было вид-

[21] Таким «ласковым» термином для обозначения дефективных детей пользуются европейцы.

но нормальных зародышевых клеток.[22] Разве возможно здоровое потомство при наличии таких грубых изменений?!



Отклонения от нормального развития плода имеют место даже в случае самого «умеренного» потребления алкоголя. Они проявляются (если не немедленно, то в последующих поколениях) в различных врождённых дефектах развития, объединяемых общим медицинским термином — алкогольный синдром плода (Fetus Alcohol Syndrome). Это может быть косоглазие, врождённая глухота, уменьшенные размеры мозга и черепной коробки, врождённые пороки сердца, умственная отсталость, недоразвитие конечностей или же полное отсутствие отдельных частей тела.

Для появления дегенеративного потомства совсем не обязательно, чтобы родители были алкоголиками. Если имеет место любое потребление алкоголя хотя бы одним из родителей, уже **достаточно велика вероятность появления потомства с тяжёлыми изменениями психики**.

Алкоголь, являясь токсином и мутагеном, способствует также рождению так называемых «сиамских близнецов» — детей с ярко выраженными врождёнными уродствами. Это результат неправильного развития двух яйцеклеток, повреждённых алкоголем.

В результате обследования полутора тысяч матерей и их детей, выяснилось, что отклонения от нормы наблюдаются у 2% детей, родившихся от матерей, которые совсем не употребляли спиртного. Этот показатель повышается до 9% среди детей «умеренно» пьющих матерей. У детей, матери которых пьют много, показатель отклонения от нормы составляет 74%. Причём у последних, как правило, регистрируется не одно, а несколько отклонений.[23]

А ведь родившиеся от пьющих родителей умственно отсталые дети неизбежно дают такое же потомство, и происходит **всё нарастающее снижение интеллектуального уровня народа.** И катастрофически нарастающее

---

[22] Ф. Г. Углов. Самоубийцы. — Глава 6. Больное пьяное потомство (*http://www.uglov.tvereza.info/knihi/s/6.html*).
[23] Там же.

количество дефективных и умственно отсталых детей это подтверждает. Уже прошли те времена, когда низкий уровень умственных способностей подрастающего поколения можно было замаскировать, упрятав небольшой процент дефективных детей в специализированные школы-интернаты. **По поводу небывалого раньше в истории снижения интеллектуальных способностей учащихся бьют тревогу уже не только в обычных школах, но и в высших учебных заведениях!**

ДЕГРАДАЦИЯ ЛИЧНОСТИ

При употреблении спиртосодержащих жидкостей развиваются не просто скоропреходящие неправильности характера, а **глубокие и устойчивые его изменения**. Рано ослабевает сила воли, мысли теряют глубину и обходят трудности, вместо того чтобы их разрешать. Круг интересов сужается и остаётся одно желание — «немножко выпить».

Люди имеют свойство переставать думать тогда, когда думанье начинает представлять трудности. А ведь именно тогда — справедливо заметил Лев Николаевич Толстой — мыслительная деятельность начинает быть по-настоящему плодотворной.

Человек чувствует, что решение стоящих перед ним вопросов требует напряжённого, часто мучительного труда, и ему хочется увильнуть от этого. Ведь это требует ещё и напряжения воли, которая ослабла, внимания, которое легко рассеивается, и свежих мыслей, которые просто не могут появиться в мозге, не освободившемся от порабощения алкоголем!

Как только человека начинает мучить проблема принятия какого-то важного решения, он прибегает к одурманивающим средствам и тем самым отстраняется от беспокойства, вызываемого тревожащими его вопросами.[24]

Чем дольше пьёт человек, тем сильнее страдает его нравственность. А падение нравственности сказывается в потере стыда. Это прекрасно понимал Лев Николаевич: *«Не во вкусе, не в удовольствии, не в развлечении, не в веселье лежит причина всемирного распространения гашиша, опиума, вина, табака, а только в потребности скрыть от себя указания совести»*.[25]

Трезвому совестно украсть, совестно убить. Пьяному ничего этого не совестно. Поэтому, если человек хочет сделать поступок, который совесть воспрещает ему, он берёт и целенаправленно одурманивается. Все могут заметить, что безнравственно живущие люди более других склонны к одурманивающим веществам.

---

[24] Л. Н. Толстой. Для чего люди одурманиваются (*http://www.tvereza.info/downloads/literature/dlachegoodurman_ru.html*)

[25] Там же.

Способность испытывать чувство стыда утрачивается пьющими очень рано; паралич этого высокого человеческого чувства понижает человека в нравственном смысле гораздо больше, нежели любой психоз. Неудивительно, что рост заболеваемости и смертности, а также преступности среди населения идёт в строгом соответствии с уровнем потребления алкоголя. Последняя, как в зеркале, отражает этот уровень.

Даже при редко допускающихся приёмах алкоголя человек незаметно для самого себя нравственно опускается: он месяцами, годами, а иногда и всю жизнь продолжает стоять перед теми же нравственными вопросами, которые не давали покоя трезвой, не одурманенной совести, ни на шаг не продвигаясь к их разрешению.

А между тем, в разрешении этих вопросов и состоит всё движение жизни! Вот и стоит всю жизнь человек неподвижно на том же, раз усвоенном миросозерцании, упираясь при всяком наступающем периоде просветления всё в ту же стену, в которую он упирался 10–20 лет назад. И сознательно притупляет то острие мысли, которое могло бы пробить её.

СМЕРТЕЛЬНЫЙ ИСХОД

Как всякий яд, **алкоголь, принятый в определённой дозе, приводит к смертельному исходу**. Путём многочисленных экспериментов установлено наименьшее количество яда (из расчёта на килограмм веса тела), которое необходимо для отравления и гибели животного — так называемый токсический эквивалент.

Из наблюдений за отравлениями людей этанолом выведен токсический эквивалент и для человека. Он равен 7-8 г. **Для человека в 64 кг смертельная доза будет равна 500 г** чистого спирта. Если сделать подсчёт для 40-градусной водки, то окажется, что смертельная доза равняется 1200 г. Для детей смертельная доза в 4–5 раз меньше.[26]

При поступлении в организм смертельной дозы температура тела снижается на 3-4 градуса. Смерть наступает через 12-40 часов.

УКРАИНА — СМЕРТЕЛЬНО ПЬЯНАЯ СТРАНА

Ужасны последствия потребления растворов этилового спирта, выражающиеся в пьяницах и алкоголиках — закономерных жертвах этого бесчеловечного химического эксперимента, проводящегося над нами, словно над подопытными кроликами. Но **гораздо более ужасными являются последствия**

[26] Данные справочника по токсикологии «Неотложная помощь при острых отравлениях». — М., 1977, с.105.

того самого, считающегося безвредным, «умеренного» потребления спиртных изделий, которому предаётся большинство людей, а в особенности — элита нашего общества!

Сегодня нельзя не признать: **руководящая деятельность в Украине** — политическая, финансовая, научная, культурная и т. д. — **производится в основном людьми, постоянно находящимися в ненормальном состоянии**: было бы наивно предполагать, что человек, регулярно принимающий «умеренные» дозы алкоголя (без которых сейчас никак не обходятся официальные мероприятия), находится в совершенно нормальном, трезвом состоянии, когда он работает.

Состояние похмелья и угнетения (которое часто усиливается ещё и курением) — это **умственно подавленное и нравственно бесчувственное состояние**. И продолжается оно до тех пор, пока мозг окончательно не восстановит свою нормальную деятельность, нарушенную химическим воздействием. Но если самоотравления спиртосодержащими изделиями будут повторятся каждые 2–3 недели (а доза, эквивалентная 200 г. сухого вина, подавляет интеллект человека в течение 18-20 дней[27]) — возвращение человека к полноценной, сознательной жизни так и не произойдёт…

Чем больше людей пьёт, тем резче меняется психическая жизнь всего общества. Наряду с появлением большого числа идиотов, дебилов (в результате зачатия у пьяных родителей) и помешанных вследствие длительного потребления алкоголя, в обществе находится всё больше и больше субъектов, ещё сравнительно здоровых в умственном отношении, но уже несвободных от перемен характера, вызванных «невинным увлечением» разнообразными «напитками» из этилового спирта.

Уровень душевого потребления алкоголя[28] в Украине является одним из самых высоких в мире и достигает **около 20 литров абсолютного спирта на душу населения в год** (в то время как официальная статистика говорит о 12-13 литрах).

Вряд ли в мире найдётся страна, где пиво, вино, водка и сигареты рекламируются агрессивнее, чем у нас. **Народ Украины стремительно наркотизируется и самоуничтожается**. И надежды, что процесс этот остановится или хотя бы замедлится сам по себе — безосновательны.

---

[27] Маюров А. Н., Маюров Я. А. Уроки культуры здоровья. Учебное пособие для ученика и учителя: 7-11 классы — М.: Педагогическое общество России, 2004.

[28] Душевое потребление алкоголя вычисляется следующим образом: из количества произведенных и импортированных за год спиртных изделий вычитают экспортированный алкоголь; полученную величину пересчитывают на стопроцентный спирт и делят на число жителей данной страны.

Воспитание детей и молодёжи в здоровом, трезвом духе сейчас, как никогда, приобретает первоочередное значение. А вопрос защиты населения от беспрецедентной для всей предшествующей истории нашего народа доступности пива, сигарет и других легальных наркотиков становится **вопросом жизни и смерти для нас и наших потомков**.

ПИВО — ОПАСНЕЙШАЯ АЛКОГОЛЬНАЯ СМЕСЬ

Не водка или самогон, а **именно пиво является теперь «национальным пойлом» для украинцев**, благодаря его агрессивной пропаганде всеми средствами массовой информации. Увеличивающиеся с каждым годом объёмы продаж этого наркотического зелья делают своё дело: пенистая одурманивающая смесь затягивает в свой плен всё новые и новые поколения. Армия пивных наркоманов постоянно пополняется, и что самое страшное — молодеет.

Ужасные кадры, отснятые во время «праздника пива» в Харькове, свидетельствуют о масштабах «слабоалкогольной» оккупации наших городов. Этот «праздник», как, впрочем, и многие другие подобные мероприятия, не обошёлся без визита «скорой помощи»…

Иллюстрацией губительных для общества последствий пивопития являются и майские события 2002 г. на Манежной площади Москвы, когда воз-

буждённые этой смертоносной жидкостью футбольные фанаты устроили избиения своих соотечественников и граждан других стран.

Белорусы никогда не забудут «праздник пива» в Минске 30 мая 1999 года, когда одуревшая от пива и сигарет молодёжь бросилась укрыться от грозы в подземный переход и насмерть растоптала 53 человека, среди них — 42 девушки в возрасте от 15 до 22 лет…

Волосы встают дыбом, если сравнить былое благополучие самых «застойных» советских времён с теми пьяными вакханалиями, которые можно наблюдать на улицах Киева сейчас (особенно в вечернее время возле входов в метро). Соблюдение толпами особей мужского и женского пола, сосущих пиво, даже элементарных норм приличия уже становится пережитком прошлого. Общество продолжает стремительно катиться вниз, и с каждым годом положение усугубляется.

Вот и 2008 год подарил нам очередную, отнюдь не радостную весть: как показали последние исследования ВОЗ, **Украина занимает первое место в мире по употреблению алкоголя среди детей и молодёжи**.[29] 40% подростков выпивают по крайней мере раз в месяц.

Молодые люди, не зная всей правды о пиве, легкомысленно соблазняются рекламой и дурным примером своих ровесников. Получая первую дозу этого наркотического вещества, они почему-то думают, будто преодолевают какой-то радостный рубеж в своей жизни. На самом деле они вступают на порог пивной наркомании: **пиво — самый доступный легальный наркотик, прокладывающий путь другим, более сильным наркотическим веществам**. Именно потребление пива является первопричиной искалеченных судеб миллионов наших соотечественников.

Не стоит наивно предполагать, что данное утверждение — преувеличение. По данным Международной академии трезвости, основанным на многолетних исследованиях отечественных и западных учёных, а также на документах ВОЗ, пиво, образно говоря, является первым вагоном того наркотического поезда, который норовит умчать беспечных граждан в страну грёз и зависимостей:

[29] Об этом сообщает, например, «Правда»: *http://pravda.com.ua/ru/news_print/2008/1/4/69277.htm*

99% наркоманов начинали с пива и сигарет.[30] Таким образом, пиво является удобным «трамплином» и в алкоголизм, и в наркоманию.

Об этом же свидетельствуют и многочисленные заключения украинских и зарубежных наркологов.[31]

Угроза пива национальному здоровью[32] — не новость в научном мире. Ещё в начале XX века ревизионная комиссия Московского столичного попечительства о народной трезвости встревожилась наступлением на здоровье и благополучие народа пивоваренной промышленности.

После специального совещания врачей-участников комиссия пришла к следующим заключениям:[33]

1. Пиво всякой крепости должно определяться не иначе как спиртное изделие («напиток»).
2. Пиво — «напиток», вредный для организма.
3. Оно — не питательный напиток.
4. При остальных равных условиях — 2%-ое пиво хотя, казалось бы, и представляет для народа много меньше опасностей, чем 4%-ое, однако, оно сделается опасным и даже худшим злом, чем 4%-ое пиво, в виду вредных примесей, которые будут прибавляться для получения наркотического воздействия 2%-ого пива на психику.
5. Возрастание потребления пива ничуть не уменьшает потребление водки.
6. Разрешение свободной продажи пива, при запрещении продажи водки, создаст пивной алкоголизм не только между мужчинами, но и между женщинами и детьми.
7. В особенности опасно допущение продажи пива для народного здравия во время войны и в ближайшие годы после неё.

Как видим, весь спектр последствий распространения пива в обществе был известен ещё около века тому назад.

---

[30] Из доклада президента Международной академии трезвости А. Н. Маюрова: *http://www.tvereza.info/sobriety/today/ways_ru.html*

[31] Учёный вывод кафедры наркологии Харьковской медицинской академии последипломного образования: *http://www.tvereza.info/alcohol/beer/narcolog_ru.html*

[32] Подробно о влиянии пива на организм читайте в работе И. П. Клименко «Горькая правда о пиве» (*http://www.tvereza.info/downloads/literature/gorkajapravdaopive_ru.html*).

[33] Введенский И. Н. Опыт принудительной трезвости. (*http://www.tvereza.info/downloads/literature/forcedabstinenceexperience_ru.html*).

Но сегодня наше правительство (разумеется, не без помощи производителей пива, получающих за своё смертоносное зелье огромные прибыли) закрыло на это глаза. Закон Украины «Про державне регулювання виробництва і обігу спирту етилового, коньячного і плодового, алкогольних напоїв та тютюнових виробів» **не распространяется на производство и продажу пива**, позволяя ему продаваться где угодно и кому угодно наравне с пищевыми продуктами.

Первый рейхсканцлер Германии Бисмарк как никто другой знал о вредных последствиях увлечения пивом и дал ему следующее определение: ***«От пива делаются ленивыми, глупыми и бессильными»*** (под термином «бессильными» имелась в виду импотенция).

Зная одну только эту незамысловатую истину, ни одна уважающая себя девушка не согласится встречаться с парнем, которому одурманивающая жидкость дороже здоровья — своего и своих будущих детей. То же самое касается и парня, если он, конечно, выбирает себе настоящую спутницу жизни, а не «игрушку» для минутного развлечения.

Но на кого же тогда рассчитывают производители пива? Разумеется, на тех простаков, которых удастся соблазнить химическим «удовольствием», кто поверит красивым сказкам о «полезности» хмельного раствора. По признанию самих производителей этих пенистых жидкостей, все многочисленные картинки с пивом на рекламных щитах и рекламные «водевили» на телеэкранах **адресованы прежде всего подросткам и молодёжи**[34] — чтобы не потерять клиентуру в ближайшем будущем.

Прикрываясь слабой концентрацией алкоголя в пиве и пользуясь отсутствием какой-либо законодательной защиты населения от спаивания, алкоторговцы на глазах у родителей превращают трезвых детей в пьющую молодёжь и родителей-пьяниц. **Почему же мы не защищаем молодое поколение от такого человеконенавистнического спаивания?** Неужели кому-то ещё не ясно, что пивная контркультура — это начало «культуры» наркотизма, ведущей к деградации молодого поколения и гибели нашего народа?!

КОМУ ВЫГОДНО СПАИВАНИЕ НАСЕЛЕНИЯ?

Алкоголь никогда и нигде не распространялся стихийно — он всегда насаждался сознательно силами, враждебными обществу. Самое главное для стремящихся навязать обществу наркотический дурман — не останавливаться ни перед чем, идти на любые подлости, чтоб получать миллиардные прибыли, наживаясь на человеческой глупости.

---

[34] Global Status Report: Alcohol and Young People. David H. Jernigan. WHO, 2001.

О том, какие прибыли и рычаги влияния даёт спаивание населения, говорят многочисленные исторические примеры.

Когда в начале XX века в Российской империи началось движение за трезвость,[35] барон Гинзбург заявил в своем кругу, что его поставки алкоголя дают ему золота больше, чем все золотоносные прииски на Лене. Поэтому-то он и прилагал все усилия к тому, чтобы доказать, что так называемые «умеренные дозы» водки для русского человека безвредны.

Гитлер, как и все другие претенденты на мировое господство, отлично понимал, что **если разрушить духовную, нравственную жизнь человека, его можно направить на самые бесчестные и подлые дела**. Водка, табак и дешёвая порнография — вот и вся его социальная программа для оккупированной украинской, белорусской и российской территории. Гитлера давно уже нет, но **почему не прекращена политика спаивания и духовного растления нашего народа?!**

Политика эта внедрялась в Советском Союзе с конца 50-х — начала 60-х годов. В привлекательной обёртке обучения «культуре пития» развернулась пропаганда «умеренных» доз алкоголя. Соблазняющими сценами поглощения шампанского были переполнены все праздничные программы центрального телевидения. В речах и официальных публикациях сквозило, что потребление «продуктов» алкогольной промышленности — чуть ли не государственная установка и она не подлежит изменению.

Начался безудержный рост государственной продажи алкоголя — с 3,0 литра в год в 1960 году до 10,8 литра в 1980 году.[36] Десятилетиями каждый «нормальный» (т. е. — не отказывающийся слегка отравиться «в честь праздника») советский человек **был вынужден всё с большей скоростью подтачивать своё здоровье**. А официальная пропаганда усыпляла народную бдительность: проблемы, мол, начинаются лишь со «злоупотребления», то есть — алкоголизма…

К сожалению, подобные установки укоренились в нашем обществе настолько прочно, что **многие и до сих пор считают необходимостью поддерживать пьяную «традицию», расплачиваясь за каждый праздник своим здоровьем**.

Для понимания усилий алкобизнеса в направлении отравления населения алкогольными ядами полезно рассмотреть динамику изменения формулировок ГОСТов.

---

[35] Об истоках трезвенного движения в Российской империи в конце XIX века, можно прочитать, например, в книге «Уроки трезвости» Александра Мороза и Владимира Цыганкова.

[36] Ф. Г. Углов. Правда и ложь о разрешённых наркотиках. — Глава 2. Кому несёт алкоголь материальное благо? (*http://www.uglov.tvereza.info/knihi/pilorn/2.html*).

Наиболее полным с точки зрения подачи информации является образец стандарта 1972 года:

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СТАНДАРТ СОЮЗА ССР

СПИРТ ЭТИЛОВЫЙ РЕКТИФИКОВАННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ

ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ
ГОСТ 18300-72

Утверждён и введён в действие Постановлением Государственного комитета стандарта Совета Министров СССР от 26.12.1972 № 2329

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

5.1 **Этиловый спирт — легко воспламеняющаяся, бесцветная жидкость с характерным запахом, относится к сильнодействующим наркотикам, вызывающим сначала возбуждение, а затем паралич нервной системы.**

В ГОСТе от 1982 года слова ***«вызывающим сначала возбуждение, а затем паралич нервной системы»*** исчезли из формулировки.

ГОСТ 1993 года и вовсе не сообщает, что ***этанол является наркотиком***. Таким образом, информация об опасности алкоголя становится всё менее и менее доступной. Химические же свойства этого вещества, разумеется, не поменялись.

Вот какое существенное влияние оказывалось на общество в условиях «плановой» экономики. Стоит ли говорить о возможностях алкобизнеса в условиях свободного рынка?

Чтобы ускорить процесс массового, добровольно-принудительного самоотравления, задействована вся мощь современных СМИ — безотказных средств формирования массового сознания. Не удивительно, что **ежедневное посасывание алкогольных смесей уже стало нормой в молодёжной среде**.

Здравоохранение всего мира бьёт тревогу по поводу небывалого ранее вовлечения молодёжи в потребление алкоголя. Действительно, в наши дни производители алкогольных изделий не просто предлагают покупателям свой товар. Они **пытаются навязать его потребление с помощью изобретения и продвижения особого стиля жизни**, построенного на нездоровых

идеях и сомнительных ценностях, но насыщенного яркими эмоциями и острыми ощущениями. Для этого используются самые разнообразные приёмы, делается всё возможное, **чтобы сделать самоотравление наркотическим зельем как можно более привлекательным для молодёжи**.

Особо преуспевшие в «слабоалкогольном» бизнесе уже не скрывают, что сознательно стремятся внедрить свои «продукты» в массовое сознание, **чтобы молодые поколения не могли даже подумать о возможности отсутствия незапрещённых наркотиков в повседневной жизни**.

По данным ВОЗ, с начала XXI века производители алкогольных изделий во всём мире направляют только четверть своего рекламного бюджета на прямую рекламу этих дьявольских изделий — по телевидению, радио, в печатных изданиях и т. д. **Остальные же 75% направлены на скрытую рекламу** — это всевозможные спонсорства, акции и конкурсы — собери, мол, столько-то крышечек от пива... При этом вероятность получения ценного приза, разумеется, близка к нулю, зато все те ужасные последствия культивируемого пристрастия к «безобидному напитку», о которых его производители и распространители «забывают» сообщить, гарантированы каждому, легкомысленно попавшемуся в их сети.

А сетями этими сегодня опутана вся наша страна. И не удивительно, ведь **алкоголь — превосходный источник доходов для его производителей и мощнейшее средство манипулирования нашим сознанием**.

МЫ САМИ ОПЛАЧИВАЕМ СВОЁ УНИЧТОЖЕНИЕ

Чтобы **оглушить себя наркотиком**, временно побывать в плену иллюзий и нанести очередной урон своему здоровью, играя тем самым со смертью, население затрачивает огромные средства.

В эпоху плановой экономики нас убеждали, что производство и продажа алкоголя выгодны для государства. На самом же деле **алкоголь разоряет, уничтожает наше общество**.

Для иллюстрации этого очевидного факта пропагандисты всенародной трезвости ещё 20-х годов использовали следующий наглядный пример:

Из двух с половиной пудов ржи, содержащих известное (указанное на рисунке в фунтах) количество питательных веществ, на винокуренном заводе получается ведро (20 бутылок) чистого спирта, в котором нет ни одной питательной частицы. Таким образом, каждый мешок зерна — а ведь это продовольственный запас страны! — превращается в смертоносную жидкость, которой достаточно для того, чтобы насмерть отравить 20 человек. [37]

---

[37] Тяпугин Николай. Народные заблуждения и научная правда об алкоголе. — Москва, Издательство Наркомздрава, 1926. — 152 с.

Каждый рубль, поступивший в бюджет от реализации алкогольного дурмана, в начале 80-х годов наносил обществу более 3 рублей прямого экономического ущерба. Однако более поздние расчёты и уточнения говорят о том, что эта цифра сильно занижена. По расчётам экономиста Б. И. Искакова, экономические потери от алкоголя в 5–7 раз превышают доход от его продажи.[38]

За 11-ю пятилетку (1981–1985 гг.) продажа алкоголя принесла казне Советского Союза 169 миллиардов рублей. Материальные потери, вызванные за этот срок производством, продажей и потреблением спиртного (прогулы и уменьшенная производительность труда; расходы на медицинское обслуживание пьющих;[39] содержание и лечение дефективных детей; оплата широких сетей наркологических и правоохранительных служб и ещё множество разных убытков) превысили 600 миллиардов рублей.

Но самое страшное — **страна поплатилась жизнью 5 миллионов человек**, умерших в опоях, пьяных драках, от связанных с потреблением алкоголя болезней и других последствий алкоголизации общества.

Аналогичная картина наблюдается и в США: в 1983 г виноторговцы продали алкогольных «напитков» на 46 миллиардов долларов, а государство понесло убытки на 120 миллиардов. Социальные и экономические потери от употребления алкоголя в 1998 году Соединённые штаты оценили уже в 184,6 миллиардов долларов.[40]

---

[38] Ф. Г. Углов. Правда и ложь о разрешённых наркотиках. — Глава 12. Ложь и правда об алкоголе (*http://www.uglov.tvereza.info/knihi/pilorn/12.html*).

[39] Лечение больных по вине алкоголя, согласно данным ВОЗ, отнимает в ряде стран до 40% всех ассигнований на здравоохранение.

[40] WHO Global Status Report on Alcohol, 2004.

Крупнейший русский экономист, лауреат Ленинской премии, академик С. Г. Струмилин писал: *«торговля ядами, пусть и по самым высоким ценам, извлекая попутно и добавочную сверхприбыль за каждое новое отравление, — это такое занятие, с которым нельзя никак смириться. Ведь не торгуем же мы такой отравой как опиум или героин, хотя за них душевнобольные люди готовы платить ещё дороже, чем за водку и спирт.* ***Употребление алкоголя стало величайшим бичом человечества****. И с этой угрозой давно пора вступить в решительную борьбу».*[41]

Дарвин в своих трудах также высмеивал экономистов, которые называли производство спирта источником народного благосостояния. Он писал: *«Сколько затрачивается энергии, земли и сил на добывание этого губительного продукта, не дающего никакого питания, не представляющего пользы, если не считать аптекарского и промышленного применения, но* ***имеющего главной своей целью телесную и духовную порчу человеческого организма****…»*

Взвешивая все последствия потребления этого опаснейшего на Земле наркотика, специалисты справедливо считают, что больше всего следует сожалеть не о расходах и материальных затратах, а о том неоценимом вреде, который наносится обществу отравлением и развращением населения. **Систематическая алкоголизация уже запустила механизм прогрессирующего вырождения генофонда украинской нации**.

НА ПОРОГЕ ГЕНЕТИЧЕСКОЙ СМЕРТИ

Алкоголь — жестокий социальный яд, поскольку ведёт народы, его потребляющие, к вырождению.

Учитывая все тяжкие последствия употребления алкоголя и особенно принимая во внимание его губительное действие на потомство, Дарвин вынужден был громко заявить: *«Привычка к алкоголю является большим злом для человечества, чем война, голод и чума, вместе взятые»*.

По существу и масштабам людские потери нашего народа от потребления алкоголя, за счёт появления огромного количества людей с дефектами умственного и физического развития, подобны военным потерям. Коренное отличие от последних лишь в том, что если после любой войны страна могла восстановить свои силы полноценными новыми поколениями, то **ущерб от алкоголизации страны невосполним**. Появившиеся на свет умственно отсталые люди неизбежно дают такое же неполноценное потомство. Происходит всё возрастающее снижение умственных способностей народа. И единст-

[41] Струмилин С. Г. «Хозяйственный расчёт и проблемы ценообразования».

венным способом прекратить этот процесс является полное исключение алкоголя из жизни общества. **Уничтожение генофонда — слишком дорогая цена сомнительному «удовольствию» от употребления алкоголя**.

Сегодня по приблизительным оценкам мы пьём около 20 литров на душу населения в год.[42] По заключению Всемирной организации здравоохранения, уже начиная с 8 литров начинается процесс необратимого изменения генофонда нации, то есть начинается процесс её вырождения.

«Повреждение генетического кода может наступить под воздействием алкоголя и наркотиков, токсических веществ, радиации, живых вакцин, антибиотиков, стрессовых ситуаций — констатирует всемирно известный хирург Фёдор Григорьевич Углов.[43] — *Но* ***именно алкоголь, табак и другие наркотики дают 96% повреждений генетического кода****, а на всё остальное приходится 4%»*.

В 1990 году в школы Советского Союза пошло 1 миллион 650 тысяч умственно отсталых детей. Причём это не полные идиоты, а всего лишь дети с небольшими физическими и умственными отклонениями.

Всего к этому времени по данным академика Б. И. Искакова в стране насчитывалось не менее 26 миллионов генетически ослабленных людей, большинство из которых — дети и школьники.[44] 16,5% родившихся детей имели аномалии, а 3,5% — в крайней степени. При существующей демографической тенденции через 40 лет эти 26 миллионов должны были превратиться в 80 миллионов генетически ослабленных детей.

Об этом не принято кричать со страниц газет и телеэкранов. Даже о количественном уменьшении населения Украины на 5 миллионов за последние 15 лет говорят неохотно. Что же говорить о качественном ухудшении генофонда нашей нации, которая находится на грани исчезновения?

Этим то и опасна алкоголизация населения детородного возраста, что она неизбежно приводит к рождению дебильного потомства.

В защите нашего будущего от деградации ответственная роль принадлежит женщине. Благодаря своим высоким душевным качествам она всегда была менее склонна к разврату и алкогольным возлияниям.

В условиях вымирания нации **каждая девушка призвана не только быть примером для подражания в нравственном отношении, но и прививать трезвенное мировоззрение своему будущему мужу**. Проявив забо-

---

[42] Халтурина Д. А. Алкоголь и наркотики как важнейшие факторы демографического кризиса в России и Украине (*http://www.tvereza.info/downloads/literature/factorycrizisa_ru.html*).

[43] Павел Ефимов. Хирургическая точность прогнозов // «Трезвость и культура», № 3/2004 (*http://www.uglov.tvereza.info/pressa/2004/2004-08.html*).

[44] Там же.

ту о будущем всего народа и о своей собственной семье, она не должна допускать употребления алкоголя парнями. А тех, кто считает «нормой» время от времени «культурно» отравлять себя каким-либо раствором этилового спирта, именно она **может и должна вернуть к сознательно трезвой жизни**!

КАК УБЕРЕЧЬ ОТ АЛКОГОЛЯ СВОИХ ДЕТЕЙ?

Ребёнок учится тому,
Что видит у себя в дому:
Родители пример ему…
Себастиан Бранд

Испокон веков вполне справедливо считается, что наилучшим способом воспитания является личный пример родителей. Если и папа, и мама (очень хорошо, когда вместе с ними — все тёти, дяди, бабушки и дедушки) живут трезво — о поисках «счастья» в алкогольном наркотике не может быть и речи. Если же хотя бы один из родителей всего раз в жизни проявит беспечность и легкомыслие — поднесёт к губам сосуд, наполненный каким-либо алкогольным раствором, а особенно если всё это будет происходить в праздничной атмосфере — будьте уверены: **у ребёнка сложится положительное отношение к алкоголю**. Ход детских мыслей предугадать несложно: *«Папа, мама — пьют, при этом они весёлые, добрые, и поэтому — праздник. Папа, мама — авторитет. Раз они так делают, значит и я буду, когда вырасту. И чем быстрее начну пить — тем быстрее вырасту!»*

Вдумайтесь во всю глубину этой зловещей ассоциации: *«праздник — веселье — счастье — алкоголь»*. Страшно даже предположить, что было бы с нашим обществом, если бы таким же подлым образом — незаметно, но надёжно — с ранних лет приучали нас колоть себе вены или сыпать в нос белый порошок!

А ведь если наркотизацию общества не остановить — в недалёком будущем наши дети будут встречать Новый Год уже не с «безобидными», казалось бы, фужерами шампанского, а с «новогодними» шприцами и «праздничными» пачками героина… Мы этого хотим?!

Разумеется, у трезвых родителей, которые присутствуют на алкогольных мероприятиях, дети мыслят совсем по-другому: *«Папа, мама — авторитет. Раз они не пьют эту жидкость, значит, — точно знают, что это плохо. Мои родители самые умные! Вот и я таким буду, когда вырасту»*.

Наблюдая за праздником до его «победного» конца (когда над большинством присутствующих победу одерживает алкоголь) — дети ещё раз могут убедиться в правильности жизненной позиции своих трезвых родителей,

которые, **не смотря на всё происходящее вокруг, сохранили свою трезвость** — а значит здоровье и радость, настоящее, не суррогатное счастье. И в этот день они улыбаются и смеются, танцуют и поют так же, как и во все другие дни своей полноценной трезвой жизни.

Трезвые родители — конечно же, идеал в сегодняшнем мире. Но идеал этот — светлый и желанный, и чем больше родители задумываются о здоровье и счастье своих детей — тем понятнее и нужнее становится им естественный, трезвый образ жизни. **С каждым днём всё больше семей в Украине выбирает для себя сознательную трезвость**, надёжную хранительницу домашнего очага — взамен расточающей и развращающей «культуры» ритуальных самоотравлений.

«Когда-то, несколько десятилетий назад, мы, непьющие люди, принимая гостей, большинство из которых были трезвенниками, ставили на стол, по традиции, вино для тех, кто хотел налить себе рюмку-другую, — вспоминает Эмилия Викторовна, жена Фёдора Григорьевича Углова. — *Но однажды* ***Геннадий Андреевич Шичко очень точно заметил, что мы — ритуальщики****. Что у наших детей и внуков это неизбежно войдёт в программу. С тех пор бутылка исчезла со стола. А наши дети и внуки — трезвенники»*.

Но что делать, если дети уже воспитаны в духе «культурного употребления» алкоголя по праздникам? Если они уже видели, что их родители пьют, а значит — сформировали в своём сознании подпитываемые рекламой и попкультурой убеждения: *«праздник без алкоголя невозможен»*, *«употребление этанолсодержащей жидкости само по себе является праздником»*?

К сожалению, именно такая ситуация является типичной для нас сегодня. И если дети уже подросли и пошли в школу со сформировавшейся (совсем не обязательно успевшей проявиться!) программой на употребление алкоголя — перевоспитывать ребёнка, прививая ему трезвое мировоззрение уже гораздо труднее. В этом случае можно предложить два надёжных способа уберечь детей от пьянства и алкоголизма:

Первый: **одному или обоим родителям стать алкоголиками**. Чем больше дети будут видеть маму или папу в мерзком, отвратительном состоянии — тем больше вероятность, что у ребёнка всё-таки сформируется отрицательное отношение к употреблению тех токсических веществ, которые привели к такому состоянию его родителей.

Второй: **обоим родителям занять активную трезвенную позицию**. Навсегда освободиться (если это ещё до сих пор не сделано) от употребления любых алкогольных изделий в любом виде, в любом количестве и в любых

ситуациях, отменить в своей семье варварский обычай «угощения» этой отравой других. Перестать каким-либо образом поддерживать существующие в обществе алкогольные обычаи и предрассудки.

Этот способ, как показывает опыт, требует от родителей проявления здравомыслия, ответственности и огромной любви к своему чаду. Но вместе с тем, это вполне естественное для непомутнённого разума решение очень часто бывает встречено холодком непонимания, градом обрушиваемых на наши головы проалкогольных суеверий, а порой — и горьких обид. Самое главное здесь — не терять взаимопонимания со своими близкими. И даже если фронт борьбы за трезвую истину проходит прямо посреди семьи, не позволяйте ему разрушить той любви, без которой ни трезвость, ни здоровье уже будут не нужны…

Разумеется — родители, которые реально стремятся защитить своих детей от всех мыслимых и немыслимых последствий добровольного самоотравления этанолсодержащими жидкостями, в конце концов выбирают именно **путь сознательной трезвости**. И хотя поначалу бывает нелегко воплощать в жизнь это великое искусство — сохранения и утверждения трезвости, уже через несколько месяцев это приносит свои первые плоды.

ТАЙНЫ ТРЕЗВОГО ЧЕЛОВЕКА

Трезвость даёт человеку колоссальные преимущества в жизни.[45]

Трезвый, свободный от влияния любых наркотических ядов человеческий организм имеет непревзойдённые возможности самовосстановления, саморегуляции и самозащиты, у него достаточно сил противостоять неблагоприятным экологическим факторам. Трезвость обеспечивает организму возможность надолго сохранить свою естественную молодость и силу. При этом беспрепятственно развивается интеллект и творческое воображение, легко приобретаются новые знания и опыт.

Трезвость – это ясное сознание. Недаром в народе высшей похвалой является эпитет «трезвый»: трезвое решение, трезвый ум и т. д.

Сознательная трезвость укрепляет волю и развивает личность человека: он чувствует себя уверенно, так как умеет отстоять свою независимость, отказавшись от спиртного, сигареты или нелегальных наркотиков. Он всегда поступает так, как нужно и хочется ему, а не пьющей и курящей компании.

Трезвые методы отдыха укрепляют человека, восстанавливают физические силы и наполняют его творческой энергией, в то время как химические

[45] По материалам статьи «Преимущества трезвой жизни для человека» с сайта ХРОО СБНТ и КУСТ «Трезвый Харьков» (*http://trezvost-kharkov.narod.ru/oficial/preimuschestvo.htm*).

ослабляют волю, лишают человека возможности самосовершенствования и творческого поиска, делают его психологическим инвалидом.

Трезвость позволяет человеку максимально реализовать свои возможности в профессиональной деятельности, достичь взаимопонимания в общении с другими людьми, обрести тепло домашнего очага и семейного счастья, постичь вершины так необходимого каждому семьянину искусства воспитания детей. Только полная трезвость открывает путь к нравственному совершенству, поскольку никогда не позволяет наркотикам заглушать голос совести.

Сознательная, непринуждённая трезвость даёт человеку намного больше, чем это можно выразить в словах. Стоит только попробовать — как только разум сумеет преодолеть последние признаки трудно объяснимой симпатии к алкогольному самобичеванию, Вы сами почувствуете это.

Установление в стране трезвости преобразит жизнь общества, резко повысит материальное благосостояние народа.

За трезвыми людьми — будущее!

ТЕОРИЯ ТРЕЗВОСТИ И «ТЕОРИЯ КУЛЬТУРНОГО ПИТИЯ»

Вряд ли кого-то сможет удивить тот факт, что в нашем обществе «нормальными» принято считать людей, которые не отказываются «культурно» отравить себя в праздничной обстановке. **«Умеренное» потребление алкогольного наркотика считается необходимым элементом социализации**, в то время как трезвость (так же, как и беспробудное пьянство) нередко называют отклонением от «нормы».

Но ведь это абсурд!

Ещё никто не родился с бутылкой пива в руках или с вонючей сигаретой во рту. Невозможно не признать: **именно трезвость является естественным, дарованным нам с рождения состоянием**, которое обеспечивает возможность жить здоровой, счастливой и полноценной жизнью!

Здоровому, трезвому человеку свойственно постоянно стремиться к новым достижениям в своём физическом, интеллектуальном и нравственном развитии. А заразить его вирусом «культурного» самоотравления — оказывается, самый лёгкий способ отнять желание и возможность даже задуматься о каком-либо развитии.

Именно это и достигается пропагандируемой в нашей стране повсеместно «теорией культурного пития»: мы с пелёнок вынуждены наблюдать ри-

туалы группового одурманивания алкогольными «напитками», которые воспринимаются некоторыми людьми как незыблемая святыня. Не выпить «как положено» во время совершения подобного ритуала считается проявлением глубочайшего неуважения. А все попытки серьёзно поговорить на эту тему пресекаются беспощадной алкогольной демагогией.[46]

Не оказывая абсолютно никакого отрезвляющего влияния на тех, кто уже пьёт «культурно» (и тем более — на алкоголиков), **«теория культурного пития» направлена своими действиями на приобщение к спиртному подрастающего поколения**, не потерявшего ещё естественную трезвость в своей жизни.

Таким образом, конвейер смерти, запущенный этой «теорией», никогда не останавливается. «Борьба с пьянством и алкоголизмом» оттаскивает от алкоголя упившихся им пьяниц и алкоголиков — они же жутко мешают «культурно» и «умеренно» пьющим! А на их место приходят новые поколения подростков и детей, обучающихся ритуалам употребления спиртного.

А теперь, подводя некоторые итоги, сравним два пути, предлагаемых для решения алкогольной проблемы, в следующей таблице:

Утверждение сознательной трезвости	Борьба с пьянством и алкоголизмом
Научная основа — теория трезвости.	**Основа** — «теория культурного пития»
Создателями теории трезвости являются такие известные учёные как И. М. Сеченов (творец российской школы физиологии), В. М. Бехтерев (невропатолог, психолог и психиатр), И. А. Сикорский (психиатр и публицист), создатель системы химических элементов Д. И. Менделеев, исследователь влияния на общество сухого закона 1914 года И. Н. Введенский, автор русскоязычного учебника трезвости А. Л. Мендельсон, великий русский педагог С. А. Рачинский, величайшие писатели Ф. М. Достоевский и Л. Н. Толстой, отец советской физиологии И. П. Павлов, а также родоначальники современного трезвенного движения — физиолог Г. А. Шичко и всемирно известный хирург Ф. Г. Углов.	Кто является **автором «теории культурного пития»** — до сих пор не ясно. Это какие-то безвестные виноделы и виноторговцы, а также привыкшие беззаботно отравлять себя и других (или же одурманенные «успешной» сделкой по продаже собственной совести) графоманы и шоумены.

[46] См. раздел ДЕМАГОГИЯ АЛКОГОЛЬНАЯ, с. 45.

Теория трезвости прямо и открыто заявляет, что **алкоголь — это нейротропный протоплазматический наркотический яд**, воздействующий на все органы человеческого организма, разрушая их на клеточном и молекулярном уровнях.	«Теория культурного пития» называет алкоголь **«специфическим» пищевым продуктом**, вскользь замечая, что этот «продукт» не рекомендуется давать детям, беременным женщинам, водителям за рулём и т. д.
Нормальным человеком считается здоровый, сознательно избегающий отравлений психологически независимый человек, который не только сам не употребляет одурманивающих веществ, но и осознаёт лежащую на каждом из нас ответственность за свободу будущих поколений от легальных и нелегальных наркотиков.	**«Нормальным»** считается тот, кто пьёт «умеренно», приносит стабильный доход производителям одурманивающего зелья, неустанно подтачивает своё здоровье, а значит — рано или поздно понесёт свои деньги и в больницы, и в наркологические кабинеты. Алкоголики, конечно, считаются отклонением от нормы, но их (как и трезвенников) принято возвращать к «нормальному» уровню потребления наркотика.
Выбор, который даёт человеку теория трезвости: **сознательная свобода** от любого воздействия на организм психотропных веществ, или же (под давлением тех или иных обстоятельств) **не менее сознательное отравление ими** — вопреки здравому рассудку, нравственному долгу перед потомками и принципу самосохранения.	**Выбор**, который предлагает своим приверженцам «Теория культурного пития» заключается лишь в том, **какое из одурманивающих веществ избрать для самоотравления**: пиво, вино, водку, коньяк или что-нибудь из заморской экзотики. Знать же о последствиях поглощения этих гремучих смесей — считает «теория культурного пития» — человеку совсем не обязательно…
Теория трезвости направлена на **возвращение обществу абсолютной трезвости** как надёжной основы его развития. Она призывает как взрослое, так и подрастающее поколения, а в особенности — женщин и детей вести абсолютно трезвый образ жизни. Это значит, что во взрослую жизнь будут входить здоровые поколения молодых людей, которые будут воспитывать здоровых детей.	«Теория культурного пития» направлена на **поддержание деструктивного культа «умеренного пития» среди населения**. Она тормозит развитие общества и защищает баснословные доходы производителей алкоголя, призывая на вооружение весь накопившийся за многие годы балласт алкогольной демагогии и мифологии.

САМАЯ НАГЛАЯ ЛОЖЬ ОБ АЛКОГОЛЕ

ЛОЖЬ №1: «МАЛЫЕ ДОЗЫ АЛКОГОЛЯ ПОЛЕЗНЫ»

Сейчас многие авторы пишут (а газеты и журналы, к сожалению, печатают), что так называемые «умеренные» дозы, «культурное» употребление вина или пива не только безвредны, но чуть ли не полезны. Все эти суждения столь же безграмотны, сколь и опасны.

Чтобы приобщить человека к какой-нибудь гадости, нужно совсем немного. Достаточно утаить от наивного потребителя правдивую информацию о свойствах предлагаемого «продукта», навязывая ему одностороннее мнение о его «пользе». А когда полезных свойств у товара не оказывается — их приходится просто выдумать, хотя бы для «малых доз»!

Многочисленные опыты на животных, проведённые Иваном Петровичем Павловым, показали, что после сравнительно небольших доз алкоголя у собаки гаснут выработанные условные рефлексы и восстанавливаются лишь через шесть дней. Опыты более поздних лет подтверждают отрицательное воздействие алкоголя на нервную систему.

Машинистка, которой перед началом работы дали выпить 25 граммов водки, делала ошибок на 15–20% больше, чем всегда. Водители автомашин пропускали запрещающие знаки, стрелок не мог точно поразить мишень…

При выполнении более сложных заданий влияние «малых» доз принятых внутрь растворов этанола сказывается ещё сильнее. При этом этанол не только снижает работоспособность, но и уменьшают стремление к творчеству. Даже наиболее «умеренно» пьющие со временем становятся неспособными к систематической работе.

Известный физик-теоретик Лев Давыдович Ландау в своих воспоминаниях писал: *«Традиционно выпитый новогодний бокал шампанского на целый месяц лишает меня творческой активности»*.

Опыты доказывают, что, действительно, после приёма 200 г. вина способности к творчеству, аналитической деятельности, обобщению информации — т. е. все высшие функции мозга — полностью восстанавливаются лишь через 18–20 суток.[47] Таким образом, **если употреблять алкоголь чаще, чем один-два раза в месяц, мозг так и не сможет освободиться от влияния наркотического яда и всё время будет находиться в отравленном состоянии**. А в случае непрерывного воздействия алкоголя на мозг вред, причиняемый ему, конечно же, очевиден.

---

[47] Маюров А. Н., Маюров Я. А. Уроки культуры здоровья: Учебное пособие для ученика и учителя: 7-11 классы — М.: Педагогическое общество России, 2004.

Виною автомобильных катастроф является не алкоголизм, не пьянство, а любое употребление алкоголя. Исследования чехословацких учёных показали, что кружка пива, выпитая шофёром перед выездом, увеличивает количество аварий в 7 раз по сравнению с трезвыми водителями. Приём 50 г водки увеличивает это число в 30 раз, а приём 200 г водки — в 130 раз.[48] Эти данные говорят о том, что никакой «допустимой» концентрации спирта в крови, которая якобы не оказывает существенного влияния на частоту аварий на транспорте, просто не существует.

При этом надо иметь в виду, что отрицательное влияние этанола на центральную нервную систему, а следовательно — на внимание, быстроту реакции и т. д. сказывается даже спустя несколько дней.

Таким образом, **для алкоголя не существует безвредных доз**, как и для любого другого наркотика — морфия, героина — назначаемых врачами только в исключительных случаях и на короткий срок (максимум на 1-2 дня), иначе возникнет наркотическая зависимость.

ЛОЖЬ №2: «АЛКОГОЛЬ ПОМОГАЕТ ОБЩЕНИЮ»

На вопрос *«Зачем Вы употребляете спиртное?»* многие недолго думая (и совершенно игнорируя при этом объективные научные факты) отвечают: *«Это помогает общению»*. Далее следуют скорее эмоциональные, чем рациональные рассуждения о «снятии всевозможных преград», «раскрепощении», избавлении от «комплексов» и т. д.

Но давайте рассуждать логически. Если люди не смогли найти общего языка без воздействия ядовитых веществ на свою нервную систему, то какова же вероятность того, что у них это получится после химического отравления? Наоборот — алкоголь устанавливает дополнительные преграды для взаимопонимания. Уже одной бутылки пива (а этим, согласитесь, редко ограничиваются «дружеские» встречи) достаточно, чтобы затуманить сознание собеседников, создать препятствия точному выражению их мыслей, неосознаваемые принявшими дозу алкоголя.

Под воздействием этанола человеческое общение теряет содержательность, принимает примитивные формы. Утрачивается способность внимательно слушать, следить за своей речью, контролировать поведение. Ярко проявляется склонность к стереотипным и бессмысленным выражениям, к пустой игре словами. Пробуждаются низменные наклонности и страсти.

Но всё это заметно лишь постороннему, трезвому наблюдателю…

---

[48] Ф. Г. Углов. В плену иллюзий. — Глава 4. Что посеешь, то пожнёшь (*www.uglov.tvereza.info/knihi/vpi/4.html*).

ЛОЖЬ №3: «АЛКОГОЛЬ СНИМАЕТ СТРЕСС»

Одним из самых глубоко укоренившихся суеверий об алкоголе является утверждение о том, что он способен ослабить напряжение и волнение.

С 1970 года американские исследователи проводили систематические наблюдения за людьми во время выпивки. Они обнаружили, что симптомы беспокойства и напряжения возрастали, хотя, протрезвев, подопытные часто утверждали обратное. Им приходилось просмотреть видеозапись своего поведения, чтобы убедиться в том, что происходило в действительности.[49]

На самом деле **алкоголь безнадёжно неэффективен как ослабляющее беспокойство средство**. Обычные успокоительные обнаруживают свои свойства почти в каждом проведённом исследовании. Для алкоголя же число случаев с положительным и отрицательным результатом одинаково, что подтверждает статистическую независимость психологического состояния человека от употребления спиртного. Если бы фармакологическая фирма изучала алкоголь в целях его продажи как успокоительного, такие результаты заставили бы её немедленно прекратить дальнейшие исследования.

Тщательное изучение этого вопроса показало, что во всей нервной, а также эндокринной системе алкоголь приводит к таким же грубым изменениям, которые имеют место и при стрессе. Таким образом, обретёт ли пациент желаемое спокойствие, или наоборот, окажется ещё более возбуждённым — вопрос спорный; а вот пагубное воздействие яда на организм ему гарантировано, поскольку с физиологической точки зрения **само употребление любых доз алкоголя уже является для организма стрессом**.[50]

ЛОЖЬ №4: «АЛКОГОЛЬ ПОВЫШАЕТ АППЕТИТ»

Под влиянием алкоголя железы, расположенные в стенке желудка, начинают активнее вырабатывать желудочный сок, что и воспринимается как повышение аппетита. Однако под влиянием раздражения железы сначала выделяют много слизи, разъедая при этом стенки желудка, а со временем истощаются и атрофируются.

Таким образом, у человека извращается ощущение аппетита. Естественное чувство голода преувеличивается, происходит перегрузка желудочно-кишечного тракта, нарушается нормальное пищеварение. Последствия этого — нездоровая полнота, расстройство пищеварительного аппарата.

---

[49] Х. О. Фекьяер. Алкоголь и иные наркотики: магические или химические вещества? (*http://www.tvereza.info/downloads/literature/fekjaer_ru.html*).

[50] Иванец Н.И., Валентик Ю.В. Алкоголизм. М., «Наука», 1988, с. 66.

Таким образом, вызывая обманчивое ощущение повышения аппетита, на самом деле каждая порция алкоголя только усугубляет изменения во всём железистом аппарате пищеварительного тракта. При повторных приёмах алкоголя защитные и компенсаторные механизмы выбывают из строя и изменения тканей и органов становятся необратимыми.

ЛОЖЬ №5: «ВИНО СОДЕРЖИТ МНОГО ВИТАМИНОВ»

Широко распространено мнение, будто бы стакан натурального виноградного вина «содержит суточную норму витаминов». Многие повторяют эту неправду, вычитывая её в винодельческой литературе и статьях периодики, пропагандирующих винопитие под лозунгом «вино — антипод пагубной водки». Но если заглянуть в справочник по виноделию,[51] то можно увидеть, что происходит с питательными веществами и витаминами винограда по мере его превращения сначала в мезгу, далее в сусло и, наконец, в виноматериал: **содержание в нём витаминов и прочих питательных веществ убывает до крайне малых величин**.

Но самое главное — сахар, содержащийся в винограде, при производстве сухого виноматериала **превращается в наркотик — этиловый спирт**.

ЛОЖЬ №6: «СПИРТ УСПЕШНО ПРИМЕНЯЕТСЯ В МЕДИЦИНЕ»

Трудно назвать более подлый обман, чем совет «лечиться» алкоголем! Это варварское предписание (под которым, кстати, не отважится поставить свою подпись ни один сознательный врач) упорно и безжалостно лишает здоровья миллионы людей. Алкоголь разрушает все ткани и органы человеческого тела, приводя в конце-концов к ранней смерти. Тяжкие последствия употребления алкоголя наступают не сразу. Болезнь усиливается постепенно, и даже когда больной погибает, причину объясняют чем-то другим.

Поэтому очень немногие из заболевших по вине алкоголя понимают, в чём причина (или одна из существенных причин) их тяжёлой болезни. Об этом лучше всех знают хирурги и патологоанатомы.

В связи с тем, что об алкоголе как «лечебном средстве» до сих пор распространяется много лживых суждений, нужно, наконец, внести ясность в понимание данного вопроса. **Алкоголь является только растворителем и консервантом в лекарствах и никакими так называемыми «лечебными» свойствами не обладает**. Кроме того, полезное действие лекарств, изготовленных на спирту, часто сводится на нет действием алкогольного яда.

---

[51] Например: А. В. Субботин и др. Физико-химические показатели вина и виноматериалов.

Кроме того, уже при сравнительно небольших дозах проявляется наркотический эффект этанола. **Дозы, вызывающие наркоз, мало отличаются от смертельных**. Поэтому при операциях алкоголь применялся только в безвыходных ситуациях (например, в условиях отсутствия медикаментов во время Великой отечественной войны).

Ещё в 1915 году Пироговский съезд русских врачей вынес специальное решение:[52]

РЕЗОЛЮЦИЯ
ПИРОГОВСКОГО СЪЕЗДА РУССКИХ ВРАЧЕЙ
(1915 год)

1. Нет ни одного органа человеческого тела, который не подвергался бы разрушительному действию алкоголя.
2. Алкоголь не обладает ни одним таким действием, которое не могло бы быть достигнуто другими лечебными средствами, действующими полезнее, безопаснее и надёжнее.
3. Нет такого болезненного состояния, при котором необходимо назначать алкоголь на сколько-нибудь продолжительное время.
4. Необходимость исключения алкоголя из списка лекарственных средств является выводом из множества научных наблюдений и точных лабораторных исследований.

Тремя годами позже аналогичное решение принял съезд врачей США, который также установил, что алкоголь приносит только вред.

Какой бы раздел медицины мы не взяли, какие бы заболевания, повреждения или травму не начали изучать — несомненно увидим, что алкоголь в ряде случаев играет основную роль в развитии того или иного патологического процесса.

ЛОЖЬ №7: «АЛКОГОЛЬ СОГРЕВАЕТ, ПОМОГАЕТ ОТ ПРОСТУДЫ»

Часто можно услышать, будто бы водка согревает, а хорошая порция вина — и гриппа как не бывало. Однако каждый неграмотный крестьянин испокон веков знал, что потребление алкоголя на холоде приводит к очень быстрому замерзанию человека.

---

[52] См. энциклопедию «Основные термины и понятия, применяемые в антинаркотической воспитательно-профилактической работе с подростками и молодёжью» (*http://www.intacso.ru*)

Несмотря на то, что алкоголь действительно является источником энергии, алкогольные калории, в отличие от такого же количества калорий, полученных, к примеру, из углеводов, не питают и не согревают организм, а **сжигаются бесполезно, разрушая при этом его клеточную и молекулярную структуру**.

Под влиянием алкоголя вскоре наступает паралич кожных сосудов. Они расширяются, и к поверхности тела притекает больше крови. Человеку кажется, что он согрелся, но на самом деле это обман: нагревается только кожа, которая очень быстро отдаёт полученное тепло наружу. Организм утрачивает нормальную чувствительность к холоду и кожа перестаёт реагировать на понижение температуры тела сжатием кровеносных сосудов

Температура тела при этом понижается, в чём нетрудно убедиться как теоретически (воспользовавшись законом сохранения энергии) так и практически (проведя её измерения с помощью термометра).

Что касается лечения болезней — Французская Академия Наук специально проверяла это и доказала, что алкоголь никакого влияния на вирусы гриппа, как и на другие вирусы, не оказывает. Наоборот, **ослабляя организм, алкоголь способствует частым заболеваниям и тяжёлому течению всех инфекционных болезней**. В частности, во время эпидемии тифа в конце XIX века в Киеве пьющие рабочие заболевали в 4 раза чаще, чем трезвенники.[53]

ЛОЖЬ №8: «ВИНО ЗАЩИЩАЕТ ОТ ИНФАРКТА»

Очень часто приходится слышать, будто бы определённые сорта вина уменьшают риск сердечно-сосудистых заболеваний.

Вот что на самом деле показывают исследования учёных: *«регулярное потребление алкогольных изделий в малых дозах (10 г. этилового алкоголя ежедневно или через день)* ***вероятно****, сокращает риск развития ИБС (ишемической болезни сердца)* ***для населения некоторых стран****»*.[54]

Как видим, риск изучался только в отношении ишемической болезни, при этом не учитывалось значительное повышение риска развития алкоголизма у лиц с алкогольной предрасположенностью, а также **полностью проигнорированы неизбежные негативные медицинские и социальные последствия потребления алкоголя**. Патологоанатомы действительно находили у «лечившихся» таким образом проходимыми коронарные артерии крупного калибра. Однако, кроме чистых сосудов, у таких людей нередко наблюдаются и «прочищенные» мозги — вынуждены констатировать они.

---

[53] Ф. Г. Углов. Самоубийцы (*http://www.uglov.tvereza.info/knihi/s/2.html*).
[54] Тезисы сборника региональных публикаций ВОЗ, Европейская серия №80, 1998 г.

Более того, исследования мелких внутрисердечных сосудов показывают глубокие изменения сосудистых стенок со склеротическими наслоениями как в самих стенках, так и в окружающем их миокарде. Эти изменения в сосудах приводят к тем же явлениям ишемии миокарда, то есть к недостаточному кровоснабжению с последующим кардиосклерозом, как и при заболеваниях стенокардией.

Таким образом, употребление вина «для лечебных целей» в конце концов вызывает поражение сердечно-сосудистой системы в виде алкогольной гипертонии и поражения миокарда.

Люди, ведущие здоровый образ жизни (т. е. некурящие, не употребляющие алкоголя и других наркотиков, занимающиеся физкультурой, воздерживающиеся от пищевых продуктов высокой жирности) **не нуждаются в снижении риска возникновения ИБС посредством воздействия на свой организм алкогольными ядами**.

Тем же, кто реально подвержен риску возникновения сердечного приступа, для безвредной защиты нужно пить виноградный сок. Именно к такому выводу приводят результаты исследований доктора Джона Фолтца из Висконсийской медицинской школы: в то время как красное вино снижает активность тромбоцитов (кровяных пластинок, образующих тромбы в сосудах) всего на 45%, красный виноградный сок даёт цифру 75%.[55]

ЛОЖЬ №9: «АЛКОГОЛЬ СПЕЦИАЛЬНО ВЫРАБАТЫВАЕТСЯ ОРГАНИЗМОМ»

Иногда можно услышать, будто бы алкоголь постоянно синтезируется человеческим организмом и его присутствие необходимо для нормального существования человека.

Это лишь наполовину правильно: этиловый спирт является промежуточным продуктом распада более сложных органических веществ, т. е. он, в самом деле, часто появляется в нашем организме. Но так же быстро он раскладывается на более простые химические вещества, и его мизерное количество, которое образуется во время таких реакций, не может нанести организму тот ущерб, который наносит сознательное поглощение человеком алкогольных смесей даже в самых «умеренных» дозах.

Таким образом, утверждение о необходимости присутствия в организме алкоголя, а тем более — о якобы его постоянном и целенаправленном синтезе является, мягко говоря, преувеличением.

---

[55] Информация «Зеркало недели» — *http://www.zn.ua/3000/3680/11328*

ЛОЖЬ №10: «ВИНО ВЫВОДИТ РАДИАЦИЮ»

Некоторые люди наивно полагают, будто бы алкоголь выводит радионуклиды из организма.

На самом деле зафиксированное при принятии внутрь вина (или любого другого раствора этанола) временное уменьшение радиационного фона в местах скопления радионуклидов — щитовидной железе, лёгких, спинном и костном мозге — **свидетельствует лишь о перераспределении радионуклидов по всему кровяному руслу**.

Более глубокие исследования, проводившиеся с помощью меченых атомов, доказывают, что радиация из организма не выводится, а распределяется по ранее не заражённым органам.

«Памятка населению по радиационной безопасности» расставляет все точки над «и» в данном вопросе: *«Особо обращаем ваше внимание, что многочисленными исследованиями установлено: приём алкоголя не оказывает профилактического действия при облучении организма человека, а наоборот усугубляет развитие лучевого поражения»*.

ЛОЖЬ №11: «ОТРАВИТЬСЯ МОЖНО ТОЛЬКО СУРРОГАТОМ»

Широко распространено мнение, будто бы предлагаемые в качестве «напитков» этанолсодержащие жидкости бывают «качественными» (дорогие, марочные вина) и «некачественными» (дешёвая водка или самогон).

На самом деле химическое вещество C_2H_5OH является неизменным в любых алкогольных смесях, не зависимо от присутствия или отсутствия в них других, сладких или горьких, «дорогих» или «дешёвых» добавок.

Ядовитость плохо очищенных алкогольных изделий, действительно, выражена сильнее, но **основным отравляющим эффектом всё-таки обладает этиловый спирт, а на долю примесей приходится, в крайнем случае, всего 6% ядовитости**.[56] Это значит, что как острое, так и хроническое отравление суррогатами происходит главным образом за счёт самого этилового спирта.

ЛОЖЬ №12: «СУХОЙ ЗАКОН ПОЛЬЗЫ НЕ ПРИНОСИТ»

Такое убеждение вдалбливается в наше сознание не случайно: если народ решительно восстанет против планового спаивания, как это уже было в нашей стране в 1914 году, алкобизнес мгновенно рухнет.

---

[56] Ф. Г. Углов. Самоубийцы (*http://www.uglov.tvereza.info/knihi/s/2.html*).

По данным «Большой советской энциклопедии» душевое потребление алкоголя в 1906-1910 гг. равнялось 3,4 литрам, в 1915 г. оно приблизилось к нулю, и только в 1925 г. возросло до 0,88 литра.

Число психических больных на почве употребления алкоголя: в 1913 г. — 10 267 человек, в 1916–1920 гг. — лишь единичные наблюдения.

Процент психических больных алкоголиков к общему числу поступивших в психиатрические больницы в 1913 г. — 19,7%, в 1915–1920 гг. — менее одного процента; и лишь в 1923 г. — этот показатель вырос до 2,4%.[57]

Исследования, проведённые фабрикантами и заводчиками, показали, что уже на следующий год производительность труда повысилась на 9-13%, а прогулы на 27–43% снизились.

Это сравнительно непродолжительное в историческом масштабе отрезвление имело настолько благотворное влияние на общество (страна сразу же ожила: моментально упала преступность, резко снизилось количество пьяниц и психических больных, взметнулись вверх показатели производства и т. д.), что никакие вымыслы недоброжелателей не смогли сломить устойчивого общественного мнения о пользе сухого закона. **При опросе населения 84% высказались за то, чтобы сухой закон оставить на вечные времена**.

Депутаты Госдумы от крестьян писали в своём обращении к царю: *«Да будет стыдно всем тем, которые говорили и говорят, что трезвость в народе немыслима, что она не достигается запретом. Не полумеры нужны для этого, а одна решительная бесповоротная мера. Изъять алкоголь из свободного обращения в человеческом обществе на вечные времена».*

Об этом сухом законе английский общественный деятель Ллойд Джордж сказал: *«Это самый величественный акт национального героизма, который я только знаю»*.

Теперь, когда от этих событий нас отделяет почти целое столетие, нетрудно навязать обществу одностороннюю оценку сухого закона и провозглашать, будто бы никаких положительных результатов он не принёс. Но утверждать так — значит сознательно вводить общественное мнение в заблуждение. Возникает вопрос: зачем это нужно и кому это полезно?

Не меньшей дискриминации подвергся и Указ Правительства 1985 года «О преодолении пьянства и алкоголизма». Распускались различные слухи, будто бы люди стали больше пить самогон и суррогаты; будто бы возникли перебои с сахаром, так как из него стали гнать самогон; что стали рубить виноградники; что за водкой возникают очереди, позорящие страну...

---

[57] И. Н. Введенский. Опыт принудительной трезвости. (*http://www.tvereza.info/downloads/literature/forcedabstinenceexperience_ru.html*).

На самом деле по статистике никакого увеличения потребления сахара в эти годы не было. Вот реальные последствия антиалкогольной кампании в Советском Союзе в 1984–1987 годах: душевое потребление алкоголя снизилось по различным регионам от 2 до 5 раз,[58] что привело к падению смертности на 12% среди мужчин и на 7% среди женщин. Смертность от алкогольных отравлений понизилась на 56%. Смертность среди мужчин от несчастных случаев и насилия понизилась на 36%, от пневмонии на 40%, от других заболеваний дыхательной системы на 20%, от инфекционных заболеваний на 20%, а от сердечно-сосудистых заболеваний на 9%.

Впервые за многие годы на работе перестали пить и жёны увидели дома трезвых мужей. Не по слухам, распространяемых алкогольной мафией,[59] а по статистическим данным, самогон стали гнать меньше, меньше стало и отравлений суррогатами. Показатель заболеваемости алкогольным психозом к 1988 году резко упал в 3,2 раза.[60]

После сворачивания антиалкогольной кампании показатели смертности, в особенности мужской, резко выросли.[61]

Что же касается очередей, то их заинтересованные в этом силы создавали специально. Сократив продажу водки на 20-30%, количество магазинов, торгующих водкой, сократили в 10 раз, чем и были вызваны эти очереди, которые специально снимали и показывали по телевизору.

Учитывая, что каждый рубль, полученный за алкоголь, несёт 4-5 рублей убытка — годы «полусухого» закона сохранили стране 150 миллиардов рублей.

Но превыше всех материальных ценностей, которые мы получили от недопитого алкоголя, **бесценное сокровище — миллионы спасённых жизней и рождённых здоровыми детей**. Поколение, рождённое трезвыми родителями в 1985–1987 гг. является **последней генетической надеждой нашей нации**.

---

[58] «Трезвость и культура», 1990, № 3, с.68.

[59] Данный термин для обозначения представителей бизнеса, активно способствующих уничтожению населения алкоголем, впервые ввёл Ф. Г. Углов в своей книге «Ломехузы» (*http://www.uglov.tvereza.info/knihi/l/1.html*).

[60] «Вопросы наркологии», № 1, 1991 г., с.33.

[61] Leon D. A., L. Chenet, V. M. Shkolnikov, S. Zakharov, J. Shapiro, G. Rakhmanova, S. Vassin and M. McKee. Huge Variation in Russian Federation Mortality Rates 1984—1994: Artefact, Alcohol or What? Lancet, 1997; 350: 383—388.

ДЕМАГОГИЯ АЛКОГОЛЬНАЯ

Демагогия алкогольная (проалкогольная) — это спекуляция научными фактами об алкоголе в откровенно подлых и корыстных целях. Обычно она сопровождается фальсификацией событий из истории алкоголизации и трезвенных движений либо изображением их в ложном свете, оформляется внешне правдоподобной, но по существу искусно подтасованной аргументацией. Кажущееся правдоподобие демагогического словесного потока зачастую позволяет алкогольным программистам добиваться желаемых результатов, не обнаруживая своих действительных намерений.

Алкогольная демагогия стала сильным и опасным средством манипулирования индивидуальным и массовым сознанием. Внешний признак демагогии — ложный пафос, цветистое красноречие, апелляция к примитивным, низменным инстинктам слушателей и т. п.[62]

Когда человек говорит об алкоголе неправду — значит, он либо каким-то образом заинтересован в том, чтобы люди пили, либо просто находится в зависимости от алкоголя и всей сопутствующей ему лживой информации, масштабы которой трудно переоценить.

Существует множество провокационных вопросов и утверждений, относящихся к алкогольной демагогии. В этом разделе мы рассмотрим самые распространённые их примеры.

«КОГДА ВЫПЬЮ — МНЕ ХОРОШО!»

Состояние возбуждения, которое испытывают многие люди, привыкшие к употреблению внутрь растворов этанола, **объясняется следующими двумя причинами:**

1. *Физиологическая*: в результате воздействия психоактивного вещества — алкоголя — на структуры лимбической системы и опиатоподобные рецепторы головного мозга возникает явление, давно известное в медицине и называемое эйфорией. Разберёмся, наконец, что же это такое.

Эйфория — это субъективно приятное состояние, в котором человек ощущает возбуждение, особого рода «бодрость», «прилив сил», «улучшение» настроения; возникает гипертрофированное ощущение своей значимости, порой — неограниченности возможностей. Иногда эйфория проявляется в ощущении приятной оглушённости, расслабленности, удовлетворённости, безмятежности, мнимого «благополучия».

---

[62] Явление алкогольной демагогии описывает Сергей Сушинский в своей книге «Наука о трезвости» (*http://www.tvereza.info/downloads/literature/notr_ru.html*).

Одной из причин эйфории является возбуждение подкорки, старейшей в филогенетическом отношении части мозга, в то время как работа более молодых и чувствительных его частей сильно нарушается или парализуется.

Будучи субъективно приятной, сама по себе **эйфория является рискованным состоянием**, так как человек при этом в той или иной степени **отключается от реальности**. За счёт обмана психики химическим веществом он чувствует себя «на верху блаженства».

И что самое интересное — несчастная жертва алкогольной эйфории зачастую не замечает нарушения нормальной деятельности своего организма. Если же этому человеку намекнуть, что он, мягко говоря, находится не в норме — реакция помрачённого сознания и уязвлённого самолюбия может быть непредсказуема…

2. *Социально-психологическая*: настроение человека, весь диапазон эмоций, которые проявляются обычно у участников алкогольных застолий, чаще всего зависит не от воздействия на организм психотропного вещества из разноцветных бутылок.

Возбуждённое настроение возникает значительно раньше — уже при созерцании закупоренной стеклотары с отравой.

Когда двое друзей «хорошо проводят время» с вином или пивом, они не сидят в ожидании, пока достаточное количество алкоголя абсорбируется кишечником, поступит в мозг и проникнет в определённые его центры.

Человек, собравшийся «культурно» залить в себя «умеренную» дозу наркотической смеси, уже заранее подсознательно готовится вести себя так, как заведено в данной компании.

Отсюда несложно сделать вывод[63], что **состояние возбуждения инициируется не принятием внутрь того или иного раствора C_2H_5OH**, а **запрограммированностью человека на определённое поведение**, которое и запускает процесс отравления собравшейся за столом компании этанолсодержащими жидкостями.

Поэтому целенаправленное изменение сложившихся стереотипов о действии алкоголя и других наркотиков может полностью изменить отношение человека к их употреблению.[64]

Люди прибегают к наркотическим средствам, в том числе и к алкоголю, в надежде притупить неприятные ощущения (напряжения или утомления), частично парализовав на время деятельность своей нервной системы. Одна-

---

[63] Результаты многочисленных исследований, подтверждающих данный вывод, приводятся в книге Х. О. Фекьяера «Алкоголь и иные наркотики: магические или химические вещества?» (*http://www.tvereza.info/downloads/literature/fekjaer_ru.html*).

[64] В странах СНГ успешно работает методика Г. А. Шичко самоизбавления от табачной, алкогольной и других зависимостей: *http://www.tvereza.info/sobriety/today/shichkomethod_ru.html*

ко, **создавая на короткое время иллюзии и самообман, алкоголь не только не устраняет причины неприятностей, но часто ещё больше усугубляет их**, осложняет и отяжеляет жизнь человека. На следующий день после «наслаждения» эйфорией нерешённые проблемы и неприятные ощущения возвращаются, и при этом очень редко возникает желание их конструктивного решения.

Такого человека проще всего склонить к повторным приёмам алкоголя — и постепенно все жизненные сложности настолько усугубляются, что человек уже не в состоянии с ними справиться. Он незаметно для самого себя нравственно опускается, позволяет наркотику заглушать голос совести, не говоря уже о каком-либо творческом поиске или стремлении к вершинам нравственного совершенства. Потому что, как говорил Л. Н. Толстой, ***спирт консервирует душу и ум так же, как анатомические препараты***.

«ВСЕ ЛЮДИ ПЬЮТ»

«Почему вы не пьёте? — спрашивают пьющие трезвого. — Нынче ведь все пьют» **Этот провокационный вопрос совершенно неправилен**! Не тому надо удивляться, что человек не вливает в себя алкогольную отраву, а тому, зачем другие люди это делают.[65]

Говорят, что пьют для здоровья. Однако от трезвости испокон веков ещё никто не болел; никому и в голову не приходило устраивать лечебницы для трезвенников. О лечении же алкоголиков, т. е. людей, отравивших спиртом и тело, и сознание, слышим всё чаще и чаще. Кроме того — целый ряд болезней (не будем их лишний раз перечислять) является неизбежным спутником употребления внутрь алкогольных растворов.

Говорят, что пьют от горя, или же для веселья. Опять непонятно!

Никто, нигде и никогда не жаловался на трезвость. Из-за трезвости отца, мужа, или сына ни одна слеза в мире не была пролита. Из-за питья же — наоборот. Если собрать все слёзы, вызванные пивом, вином и водкой, они затопили бы кабаки. Плохое, стало быть, «веселье» в питье, если оно несёт с собою плач, горе и проклятья.

Человек, не принимающий яд, поступает адекватно. Он выполняет свою функцию самосохранения — защищает свой организм. А вот успех алкоголепийцы более чем сомнителен: если только его не вырвало — он отравил свой мозг, свои репродуктивные органы, понизил свой иммунитет и повысил подверженность различным заболеваниям.

---

[65] По материалам статьи Г. Петрова «Неправильный вопрос» из книги «Долой пьянство», написанной ещё в 1903 году (*http://www.tvereza.info/downloads/literature/doloj_ru.html*).

Отравляя организм более раза в месяц, человек постоянно держит в парализации высшие отделы мозга. Отравляясь более раза в неделю, человек не выходит из запоя. Серьёзно обдумав и взвесив всё это, действительно очень трудно понять — зачем же люди пьют? Зачем тратят заработанные деньги на отраву, зачем так настойчиво угощают этой отравой других? Остаётся одно объяснение — дурная привычка, привитая в самом раннем, ещё несознательном возрасте позорным баловством взрослых.

«Так все делают». Но мало ли что все делают! Попадём к дикарям-людоедам — там все лакомятся человеческим мясом. Мы тоже станем? Попадём к грубым язычникам — там все кланяются идолам. Мы вместе с ними будем молиться? Придём в сумасшедший дом — там все чудачат, кривляются, кричат и буйствуют. Вместе с ними станем дурить?

Нет, нет и ещё раз нет!

Так зачем же принимать отраву только из-за того, что «все так делают»? Не лучше ли смотреть не на то скверное, дикое и грубое, что делают пресловутые и безликие «все», а на то доброе и светлое, к которому стремятся отдельные — пусть немногие, но зато лучшие люди?

...Было время, когда везде было много всякой дикости. Но постепенно, шаг за шагом, год за годом, лучшие люди выбирались на лучшую дорогу сами и понемногу тащили за собою других. Вот и сейчас наступает тот переломный момент истории, когда с ещё одной дикой традицией, уносящей бесчисленные человеческие жертвы, должно быть покончено.

«ТРЕЗВЕННИКОВ НЕ УВАЖАЮТ В КОМПАНИЯХ»

Это лишь поначалу кажется, будто от трезвенника — настоящего, здорового трезвенника, который сделал свой выбор под влиянием осознанной информации, а не хронической язвы желудка — общество отвернётся.

Заявляя во всеуслышание о своём естественном, сознательном неприятии любых растворов алкогольного (как и любого другого) наркотического яда, **человек рискует потерять только своих действительных или потенциальных собутыльников**. Настоящие друзья не только не отвернутся от трезвого человека, но и поддержат его в этом прекрасном начинании! Более того, движимые уважением и неподдельной, искренней дружбой, окружающие с удовольствием возьмут с него пример: в очень скором времени примут для себя такое же решение — жить трезво.

И только недоброжелатели могут позволить себе отрицательные высказывания по поводу трезвого образа жизни, и уж тем более — в адрес трезвого человека, сознательно живущего в этом естественном состоянии.

Пока человек свободен от влияния алкоголя (когда спиртное вызывает у него эмоций не больше, чем керосин, шампунь или стиральный порошок), **он — Личность**. Как только он теряет эту свободу и приобретает страсть — он жертвует собственной индивидуальностью. Сливается с огромной массой запрограммированных на потребление алкоголя и табака, которая бездумно следует за одурманивающей модой, одинаково мыслит, одинаковыми средствами достигает одинаковых целей…

А если разобраться — то это **страсть приобретает себе в подчинение ещё одно человеческое существо**, ещё одно обезличенное орудие для привнесения в мир хладнокровного безразличия, хаоса и даже явного зла, которое не так давно ещё могло называться Человеком и стремиться к чему-то высокому.

«НО ВЕДЬ МНОГИЕ ЗНАМЕНИТЫЕ ЛЮДИ ПИЛИ!»

Ревнители алкогольной эйфории любят приводить в пример выдающихся правителей, известных писателей и поэтов, которые не прочь были опрокинуть рюмку-другую, даже в стихах выражая свою приверженность к хмельному.

Задумаемся: может быть, этот творческий процесс происходил у них **не благодаря, а вопреки наркотическому самоотравлению?!** И какие шедевры могли бы они создать, не ограничивая свои творческие способности алкогольной интоксикацией? Одурманивание наркотическим веществом постепенно губит саму возможность творчества. А «проявлениями фантазии» и «достижениями творческой мысли» иногда называют и плоды галлюцинаций, вызванных психоактивным веществом…

Алкогольное опьянение — это ни что иное, как **острая интоксикация, обусловленная психотропным действием жидкостей, содержащих этиловый спирт**.[66] И признавать вершиной человеческого гения любое «творчество», произведённое под воздействием алкогольной интоксикации, было бы крайне опрометчиво.

Зная, что пьющий человек оскотинивается ровно настолько, сколько выпил спиртного, в древней Греции детям наглядно (на рабах) показывали, что **алкоголь — средство подавления разума**. О каком творчестве здесь может идти речь?!

Наоборот, несчастные жертвы одурманивания становятся не творцами, а «пластилином» в чужих руках. Пьющими людьми легче управлять, потому что **пьющий не мыслит, а мыслящий не пьёт**.

---

[66] Руководство по психиатрии в 2-х томах. М., «Медицина», 1983, т.2, с. 252-253.

«РАЗУМЕЕТСЯ, АЛКОГОЛИЗМ — ЗЛО. НО ЕСЛИ НЕ ЗЛОУПОТРЕБЛЯТЬ?»

Как ни тяжёлы последствия алкоголизма, корень проблемы не в нём. Трагедия начинает разыгрываться с самого первого момента приобщения к алкоголю. Учитывая, что этанол — наркотик и протоплазматический яд, каждому образованному человеку должно быть ясно, что **бороться с алкоголизмом, не предотвращая употребление алкоголя — это всё равно, что бороться с убийством во время войны**.

Совершенно очевидно, что если идёт война — будут и раненые, и убитые. А если имеет место потребление спиртных «напитков», которое, к тому же, в так называемых «культурных» формах позиционируется престижным, то будут и пьяницы, и алкоголики. Не признать этого могут лишь те, кто совершенно отравил свой мозг алкоголем, или же удовлетворён существующим положением и хотел бы стабилизации достигнутого уровня потребления, а значит — продолжения деградации и полного вымирания нашего народа.

Следует также пристальнее рассмотреть сам термин «злоупотребление». Если есть «злоупотребление», то подразумевается, что бывает и употребление не во зло, а в пользу. Но такого употребления нет! Любая доза алкоголя причиняет вред организму. Разница лишь в степени вреда.

Термин «злоупотребление» в принципе некорректен, и в то же время очень коварен: он даёт возможность прикрывать любое количество выпитой отравы отговоркой — я, мол, не злоупотребляю. На самом деле любое употребление спиртных изделий всегда есть злоупотребление.

Кроме того, **неправильно считать, что пагубная привычка касается лишь конкретного, пьющего человека**. Пьёт, мол, — сам себе хуже делает!

Нет, употребление алкоголя, как сильнейший бациллоноситель, тянет свои щупальца к окружающим, и в первую очередь — к юному поколению. «Культурный» алкоголепийца (в отличие от куда более «наглядного» в этом отношении бомжа-алкоголика) показывает пагубный пример детям, провоцируя их как можно быстрее начать подражать «взрослому» поведению, неосознанно подрывая при этом своё здоровье.

«А КАК ЖЕ «КУЛЬТУРА» ПИТИЯ?»

Разговоры об «умеренных» дозах и «культурном» винопитии — это ловушка для простаков. Все пьющие, все алкоголики начинали пить «культурно», а кончали в психиатрических больницах или на кладбище лет так на 20 раньше положенного срока.

Попробуем с научных позиций рассмотреть этот вопрос.[67] Во-первых, ни один из ревнителей «культурного пития» не сказал, что это такое. Что понимать под этим термином? **Как увязать эти два взаимно исключающих друг друга понятия — *алкоголь* и *культура*?**

Может быть, под термином «культурного пития» люди понимают обстановку, в которой происходит поглощение вина? Красиво сервированный стол, прекрасная закуска, изысканно одетые люди, и пьют они высшие сорта шампанского, ликёра или коньяка? Это — «культура пития»?

Как показывают научные данные, опубликованные ВОЗ, ещё в конце прошлого столетия на первое место в мире вышел так называемый «менеджеровский алкоголизм», то есть алкоголизм деловых людей, ответственных работников.

Итак, если в понятие «культура пития» вкладывается стоимость алкогольных смесей либо обстановка, в которой приличные, «культурные» люди отравляют себя этими наркотическими жидкостями, то, как мы видим, это не выдерживает критики.

Может быть, ревнители «культурного пития» имеют в виду, что после принятия какой-то дозы алкоголя люди становятся культурнее, умнее, а их беседы — более интересными, содержательными, наполненными глубоким смыслом?

Но какой орган, если не головной мозг, является ответственным за культуру человека? Для того чтобы обнажить всю абсурдность словосочетания «пить культурно», полезно вспомнить, как алкоголь действует на мозг.

Школой И. П. Павлова доказано, что даже самые малые дозы алкоголя в коре головного мозга воздействуют на те отделы, где заложены элементы воспитания, то есть культуры.[68] Так о какой же «культуре пития» можно говорить, если уже после первого бокала шампанского начинает исчезать из мозга всё то, что приобретено с воспитанием?

Из представленного анализа ясно: **ни в мышлении, ни в действиях человека, принявшего любую, в том числе «малую» дозу алкоголя нет ничего, что хоть в какой-то степени напоминало бы культуру**.

Между тем, слепая вера в существование какой-то «культуры пития» каждый день продолжает наносить непоправимый вред нашему обществу. Если в 1925 году, когда ещё пропагандировалась абсолютная трезвость, трезвенников среди различных категорий рабочих-мужчин было 43%, то в настоящее время они составляют менее 1%!

---

[67] Рассуждения Ф. Г. Углова из книги «Самоубийцы» (*www.uglov.tvereza.info/knihi/s/9.html*).

[68] Ф. Г. Углов. Правда и ложь о разрешённых наркотиках. — Глава 10. Традиции нравственности и право на материнство (*www.uglov.tvereza.info/knihi/pilorn/10.html*).

Таких привычных нам сегодня пьяниц и алкоголиков в 1925 году было всего 9.6%, а в 1973 году их стало уже 30%.[69] Неустойчивой по отношению к алкоголю оказалась и молодёжь: если в 1925 году пробовавших алкоголь в возрасте до 18 лет было 16.6%, то в 1975 году их стало уже 95%.[70]

В наши дни молодёжь приобщается к потреблению слабоалкогольных жидкостей намного раньше. И делается это по навету товарищей (а иногда даже собственных родителей) как само собой разумеющееся. А если среди студентов или старшеклассников и встречаются убеждённые трезвенники, то их можно сосчитать на пальцах…

Поэтому в современных условиях стремительной алкоголизации, как никогда, следует помнить, что **сохраняют здоровье на всю жизнь, а тем более — достигают удивительного долголетия только те, кто не попадается в ловушку «культурного» потребления алкоголя**.

«КАК МОЖНО НЕ ВЫПИТЬ НА ПРАЗДНИК?»

Праздник — это радость. Это повод собрать всех своих, увидеться, пообщаться. Для чего же в таком случае алкогольные изделия? Ни одному живому существу (разумеется, кроме так называемого *homo sapiens*) **не приходит в голову травить себя от радости наркотическим веществом**!

К сожалению, в нашем обществе сформировалось определённое сословие людей, которые считают C_2H_5OH обязательным и незаменимым атрибутом каждого праздника. Конечно, абсурдно обвинять их в этом, поскольку их сознание с ранних лет искалечено проалкогольным воспитанием. Однако позволять этому тлетворному влиянию преобладать в нашем обществе ни в коем случае недопустимо! *«Пьянство является вековым злом, оно пустило глубокие корни в нашем быту и* ***породило целую систему диких питейных обычаев****,* — говорил ещё в начале прошлого века выдающийся психиатр и общественный деятель, академик Владимир Михайлович Бехтерев. — *Эти обычаи требуют пития и угощения вином при всяком случае…»*

Только последней степенью нравственной деградации можно объяснить тот факт, что люди стали собираться вместе не для того, чтобы поздравить друг друга с праздником, раскрыть друг другу свои лучшие душевные порывы, а с другой, куда более примитивной целью: **«культурно» отравить себя и своих родных растворами этилового спирта**. При этом, разумеется, и почести воздаются не настоящим «виновникам» торжества, а алкогольному наркотическому яду.

---

[69] Ф. Г. Углов. Ломехузы. — Глава 3. Оглянемся назад (*http://www.uglov.tvereza.info/knihi/l/3.html*).
[70] «Молодой коммунист», 1975 г., № 9.

Алкоголь — враг праздника и отдыха, он исключает саму его возможность. Любые дозы алкогольных растворов подавляют природное стремление человека к истинной радости, заглушая его естественные чувства наркотическим «кайфом», эмоциональным суррогатом. Из-за употребления пива или вина праздничный день утрачивает своё нравственное и физиологическое значение как день отдыха и душевного подъёма.

Так давайте же, наконец, перестанем делать вид, будто бы нас и наших детей не касаются эти дикие ритуалы самоотравления алкогольными жидкостями, установленные и поддерживающиеся в обществе ужасающим, упрямым невежеством по отношению к этанолу.

Насилие над организмом, и уничтожение генофонда, прикрываемые красивыми фразами и тостами со ссылкой на так называемые «традиции», не может признаваться нормой здравомыслящим человеком. Все наши праздники должны стать трезвыми уже сейчас, иначе в недалёком будущем в ритуальное поклонение этиловому дьяволу будут навсегда втянуты и наши дети!

«А НА СВАДЬБЕ? ВЕДЬ ЭТО ТРАДИЦИЯ!»

Когда начинаешь убеждать, что употребление алкоголя (особенно по праздникам) ничего не приносит, кроме вреда — многие, даже соглашаясь с основными положениями, выставляют вдруг такой аргумент: а как же можно не выпить, например, на свадьбе? Как можно нарушить «традицию»?!

В действительности **на Руси существовала противоположная, славная традиция, которая запрещала жениху и невесте пить вино**. В этом обычае сказалась мудрость народа, охранявшего себя от вырождения. И ради наших будущих поколений эту традицию и ныне следовало бы строго соблюдать!

В наши дни медицине уже достоверно известно, что **если зачатие произошло в период, когда зародышевая клетка находилась в состоянии «опьянения», то дети очень часто рождаются умственно или физически отсталыми**. Если молодожёны вопреки всякому здравомыслию выпьют «за здоровье» — тут-то как раз никакого здоровья и не получится: они имеют все шансы подложить под здоровье своего ребёнка бомбу замедленного действия, отравив его и свою собственную жизнь.

Именно охрана жизни и здоровья будущего ребёнка лежит в основе славной древней традиции, согласно которой на свадьбе жениху и невесте не принято пить вино. **Алкоголь и молодожёны не совместимы ни при каких условиях**.

Итак, как бы не пытались убедить нас в абсолютно противоположном ревнители «обычаев», массовая культура и проалкогольная пропаганда, именно на свадьбе употребление алкоголя особенно вредно и даже преступно. В день, когда образуется семья и, возможно, зарождается жизнь будущего её члена, **осквернять свое будущее шампанским и другими спиртными «напитками» — не просто кощунство, а тяжкое преступление**!

«ПЕРЕСТАНУ ПИТЬ, КОГДА ЗАХОЧУ!»

…Так думали многие несчастные пленники химического удовольствия. Привыкая, словно собачки Павлова, радоваться каждому акту алкогольного самоистязания, человек медленно, но уверенно теряет право выбора. Ему уже и в голову не придёт отказаться от «угощения» токсическим веществом, которое это состояние вызывает. А в отличие от состояния естественной радости, ощущение алкогольной эйфории характерно тем, что при его повторении **развивается неконтролируемое стремление испытывать его вновь и вновь**.

Представим себе абсолютно антигуманный, но, к сожалению, очень часто проводимый в наше время эксперимент: хороший знакомый предлагает немножко отравиться пивом (реже — шампанским, вином, более концентрированными растворами) за его счёт. Если жертва эксперимента соглашается — она не только **обрекает свой организм на очередное изнасилование сильнодействующим наркотическим ядом**, но и вскрывает свою зависимость от данного вещества, что позволяет «угощающему» успешно воплощать в жизнь стратегию **манипулирования сознанием и поведением жертвы**.

Любое, даже самое, казалось бы, пустяковое увлечение алкоголем (как и любым другим наркотическим веществом) незаметно для его жертвы становится влечением, пристрастием, и, наконец — зависимостью. Запускается проверенный механизм деградации человека.

Но физиологические страдания, которые испытывает организм из-за этих систематических отравлений — ничто по сравнению с теми **муками совести, которые как раз и пытается заглушить очередной дозой алкогольного раствора** жертва «невинного» увлечения.[71]

Таким образом, человек попадает в заколдованный круг: физические страдания заставляют его снова и снова отравляться растворами этанола, а постоянно нарастающие психологические самоистязания продолжают вызывать всё более жестокое истощение организма.

---

[71] Эту мысль хорошо выразил Лев Николаевич Толстой в своей книге «Для чего люди одурманиваются?» (*http://www.tvereza.info/downloads/literature/dlachegoodurman_ru.html*).

«НАШ НАРОД ВСЕГДА ПИЛ, И ДО СИХ ПОР НЕ ВЫМЕР»

Многие любят повторять, что наш народ всегда пил, пьёт и будет пить. **Такое убеждение умышленно поддерживается огромным объёмом целенаправленно созданного «народного» творчества**: это и песни, и кинофильмы,[72] и другие художественные произведения. Все они рисуют яркие картины непрестанного употребления алкоголя нашими предками, выставляют наш народ вечно пьющим, гуляющим, и к тому же — гордящимся своими пьяными «традициями».

Картины эти, завуалированные юмористическим жанром повествования, настолько прочно укоренились в народном сознании, что очень редко кому-то приходит в голову мысль проверить эту «истину».

На самом деле возраст пьяной «традиции» — не более двух-трёх столетий.[73] **Объёмы поглощения алкогольного наркотического яда до сухого закона 1914 года никогда не превышали 4-5 литров на душу населения в год**. Обратившись же к истории славянских народов до XVI века, мы вообще не найдём следов массового потребления алкогольных изделий.[74] **Трезвость являлась национальной чертой нашего народа**.

Сегодня же, «благодаря» искусно проведённой пропаганде, население страны действительно становится таким, каким его десятилетиями старались обрисовать недоброжелатели: мы пьём около 20 литров абсолютного спирта в год... К сожалению, всё самое скверное и пагубное гораздо быстрее, чем что-нибудь хорошее, переносится с экранов в нашу реальную жизнь.

«РАЗВЕ МОЖНО УБРАТЬ АЛКОГОЛЬ?»

С тех пор, как в нашу массовую культуру просочились фильмы, песни и прочие «творения», оправдывающие и прославляющие употребление растворов этанола, в сознании народа крепко-накрепко укоренилась мысль о невозможности существования без самоотравлений.

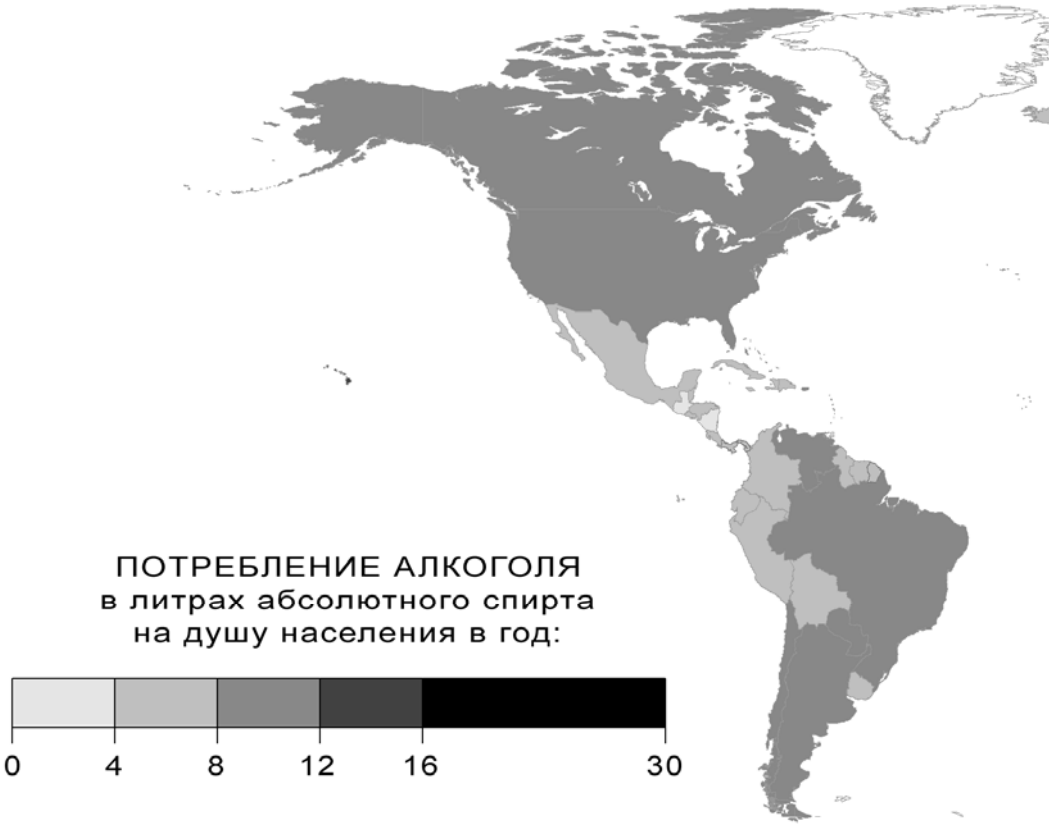
Как же велико бывает удивление обычного жителя пьяной Украины, когда он узнаёт, что, **две трети населения планеты, оказывается, живут трезво**! Народы многих стран мира свободны от всех бед, связанных с изготовлением, продажей и потреблением алкогольных смесей. **Они сознательно выбрали и утвердили для себя (а значит — и для своих потомков) трезвый образ жизни**.

---

[72] Вспомним, хотя бы, такие шедевры алкогольной пропаганды советского кинематографа как «Вечера на хуторе близ Диканьки», «За двумя зайцами» и многие другие…

[73] История пития: *http://www.tvereza.info/sobriety/history/drinkinghistory_ru.html*

[74] Прыжов И. Г. История кабаков в России в связи с историей русского народа.



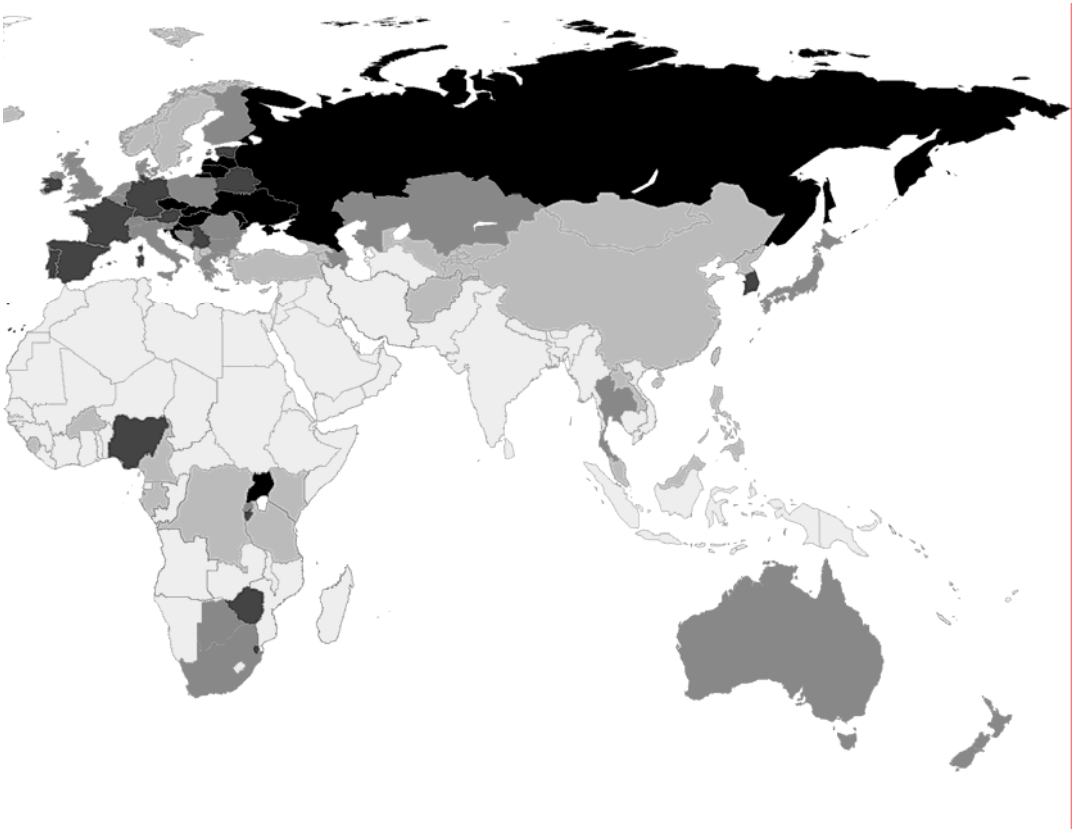
По сведениям Международной академии трезвости[75] в 41 государстве мира действует абсолютный сухой закон, а ещё в 40 странах — законы, в определённой степени охраняющие трезвость населения.

Например, в такой небольшой стране как Бангладеш, по данным ВОЗ, собранным в 2003 году, **87,4% мужчин и 99,7% женщин никогда в жизни не пробовали алкоголь**.[76] Мусульманское население арабских стран (Иран, Ливия, Пакистан, Иордания, Саудовская Аравия и многие другие) второе тысячелетие живёт трезво и не собирается отменять сухой закон.

---

[75] Официальный сайт Международной академии трезвости: *http://www.intacso.ru*

[76] Ustun TB et al. The World Health Surveys. In: Murray CJL, Evans DB, eds. Health Systems Performance. Assessment: Debates, Methods and Empiricism. Geneva, World Health Organization, 2003.



И в нашей стране был период расцвета всенародной трезвости: в течение 1914-24 гг. душевое потребление алкоголя в стране приблизилось к нулю, составляя 0,1-0,2 литра. Устанавливаемый по инициативе местных органов, власти сухой закон оказал самое благотворное влияние на ум и нравственность нашего народа. Даже несмотря на его скорую отмену душевое потребление алкоголя в стране ещё долго не превышало 2,0 литров на душу населения, и только в шестидесятых годах начался катастрофический рост этого показателя.

ПОЧЕМУ НЕЛЬЗЯ МОЛЧАТЬ О ТРЕЗВОСТИ?

Пора донести до людского сознания,
Что пиво, курение — есть наркомания!
Что всюду: в продаже, в семье, на работе —
Фасованный в дозы легальный наркотик.

С. Н. Басманов

Если в нашем доме неприятно пахнет, мы не будем сидеть сложа руки и закрывая нос. Найдём источник зловония и уберём его из жилища.

Настало время **всем вместе взяться за очищение нашей Родины от алкогольного зловония**, убивающего нас и наши будущие поколения на генетическом уровне. Давно пора навсегда убрать её из своей личной жизни и из повседневной действительности в целом.

Если мы этого не сделаем — уже через одно-два поколения **вырождимся как жизнеспособная нация**, а потом и физически исчезнем с лица Земли, как и другие народы, уничтоженные этим утончённым механизмом, сделавшим ненужным применение оружия массового поражения.

Многие жители Украины, ознакомившись с правдивой информацией об алкоголе,[77] уже избрали для себя трезвый образ жизни. Ряды наших соратников постоянно пополняются. И нужно сказать, что забота о личном здоровье — далеко не первая причина, которая побуждает трезвенников делиться с окружающими данной информацией, вступать в дискуссии, вскрывать всю безосновательность алкогольных суеверий и убеждать своих родственников не потакать пагубным алкогольным «традициям». Ведь от того, насколько скоро удастся освободить общество от пленения всевозможными одурманивающими веществами, зависит жизнь наших близких, наших детей, будущее нашей нации.

Трезвость — в настоящее время это не просто право личного выбора, это определение судьбы нашего народа. От нас зависит, что мы передадим детям: научим ли их чему-нибудь высоконравственному, духовному, или передадим им лишь привычку периодически одурманиваться и сливать свои мозги в унитаз.

КАК МОЖНО ВЕРНУТЬ ОБЩЕСТВУ ТРЕЗВОСТЬ?

Делая свой выбор между трезвым и наркотическим образом жизни, мы в какой-то мере зависим от образа жизни, преобладающего в обществе. А

[77] Огромную роль в этом процессе сыграла лекция В. Г. Жданова «Алкогольный и наркотический террор против Святой Руси» (*http://www.tvereza.info/downloads/video/alcoholvideo_ru.html*).

трезвость общества, в свою очередь, зиждется на личной трезвости каждого из нас.

Но чтобы изменить в первую очередь самого себя, а потом — и окружающих нас людей, необходимо приложить некоторые усилия:

— **преодолеть обычаи и предрассудки**, заставляющие нас относиться к алкогольным растворам в красивых бокалах как к хорошим приятелям, а не как к наркотикам, несущим смерть;

— **освободиться от психологической программы** на употребление этих наркотиков путём осознания сущности понятия «спиртные напитки», скрытой под невинным названием;

— **обесточить поток лживой информации**, которая не позволяет нам и нашим близким узнать правду об этих легальных наркотиках;

— **максимально ограничить доступность алкоголя и других наркотических веществ** в собственном доме, городе, стране;

— **воспрепятствовать приобщению молодых «клиентов» наркобизнеса** к пиву и сигаретам — наиболее привлекательным видам наркотического самоотравления.

Лишь совокупность этих мероприятий как на личном, так и на государственном уровне сможет спасти от падения в пропасть нас и наших детей.

Во многих европейских странах уже действуют законодательные ограничения на употребление алкоголя:[78]

	в медицинских учреждениях	в учебных учреждениях	в общественном транспорте	в парках и на улицах	во время спортивных мероприятий	в ресторанах
Беларусь	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	частичный запрет	частичный запрет	
Норвегия	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет
Польша	частичный запрет	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	частичный запрет	частичный запрет
Румыния	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	ограничения	частичный запрет	
Словакия	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	ограничения	частичный запрет	
Словения	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	частичный запрет		частичный запрет	частичный запрет
Турция	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	частичный запрет	ограничения		
Чехия	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет	

[78] Информация ВОЗ: *http://data.euro.who.int/alcohol/Default.aspx?TabID=2422*

В скандинавских странах, например, по закону нельзя стать министром, педагогом или медиком, если ты употребляешь алкоголь, табак или какие-то другие наркотики. Всё образование и здравоохранение в Норвегии и Швеции бесплатны. Тюрьмы пусты, поскольку нет клиентуры (туда попадают, в основном, туристы из стран СНГ). Алкоголь и табак продают исключительно в специализированных магазинах — в основном, вне городской черты.

Употребление алкоголя, табака и других наркотиков в исламских государствах запрещено Кораном. За курение табака предусмотрены меры наказания плетьми или ударами палок по пяткам. За торговлю алкоголем, равно как и другими наркотиками, предусмотрены жёсткие меры, вплоть до смертной казни. Поэтому алко-нарко-проблем в арабском мире практически не существует.

В ряде стран Европы уже введены серьёзные ограничения на рекламу пива (в том числе — и на косвенную рекламу посредством спонсорской поддержки):[79]

	Национальное ТВ	Кабельное и спутниковое ТВ	Национальное радио	Печатные издания	Бигборды	Места продажи	Кино
Беларусь	частичный запрет		**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**
Дания		частичный запрет	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	ограничения	ограничения	ограничения	ограничения
Исландия	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	частичный запрет	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	частичный запрет	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	частичный запрет	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**
Норвегия	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	частичный запрет	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**
Польша	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет
Турция	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	частичный запрет	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет
Франция	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет		частичный запрет	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**
Швейцария	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет
Швеция	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	**ПОЛНЫЙ ЗАПРЕТ**	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет	частичный запрет

Почему же до сих пор продолжают зомбировать наш народ?

Даже не прибегая к строгим запретительным мерам, можно было бы значительно улучшить здоровье нашего наркотизированного общества, сделав менее доступными по цене отравляющие смеси.

[79] Информация ВОЗ: *http://data.euro.who.int/alcohol/Default.aspx?TabID=2422*

Вот средние цены на этанолсодержащие жидкости в некоторых странах Европы: [80]

	Бутылка пива (0,5 литра), в ЕВРО	Бутылка вина (0,75 литра), в ЕВРО	Бутылка водки (0,7 литра), в ЕВРО	*для сравнения:* БигМак, в ЕВРО
Беларусь	0,28	1,70	2,06	1,20
Чехия	0,23	1,18	3,19	1,78
Дания	0,92	4,00	10,75	4,25
Финляндия	1,40	4,65	14,80	3,20
Франция	0,66	2,29	11,00	3,00
Германия	0,80	2,20	5,00	2,65
Исландия	2,36	17,00	28,00	7,00
Ирландия	2,10	9,07	13,09	3,00
Италия	1,66	3,00	14,45	2,80
Нидерланды	0,62	2,69	8,79	2,95
Норвегия	2,84	11,21	39,01	4,33
Польша	0,43	2,15	5,59	1,35
Россия	0,50	2,00	1,50	1,20
Швеция	1,29	3,91	21,54	3,18
Швейцария	1,60	6,44	13,53	3,10
Турция	1,45	5,78	11,56	2,15
Украина	0,40	1,06	1,96	0,60

Как видим, с точки зрения доступности легальных наркотиков Украине (и нашим ближайшим соседям) принадлежит печальное лидерство.

Как известно, с января 2008 года в Беларуси вступили в силу жёсткие ограничения на распитие пива в общественных местах. Неужели мы так и останемся самой алкоголизированной страной Европы?

[80] Информация ВОЗ (2006 год): *http://data.euro.who.int/alcohol/Default.aspx?TabID=2422*

ЧТО ЛИЧНО Я МОГУ СДЕЛАТЬ ДЛЯ ОТРЕЗВЛЕНИЯ СВОЕГО НАРОДА?

Первый, очень важный шаг уже сделан: прочитав данную книгу, Вы ознакомились с основами собриологии — науки об отрезвлении общества. Вооружившись этими базовыми знаниями, а также просмотрев размещённые на нашем сайте видеоматериалы, Вы готовы принять решение, возможно, самое важное в Вашей жизни: навсегда освободившись от любых одурманивающих веществ, стать примером трезвого образа жизни для своих близких, друзей, своего города и всей нашей страны. Это — **Ваш уверенный второй шаг.**

А жить трезво — это не только ни при каких (и уж тем более — праздничных) обстоятельствах не употреблять ни капли алкоголя, табака и других наркотиков, но и, конечно же, не «угощать» этой отравой других. Глубоко осознавать правильность, естественность, жизненную необходимость своей трезвенной позиции. Для этого необычайно важно найти единомышленников в собственном городе или области.

Третий шаг — это формирование коллективов трезвых людей, объединённых искренним стремлением — освободить общество от наркотического плена. Коллективов, в которых каждый соратник, независимо от своих политических или религиозных убеждений, будучи примером трезвого образа жизни для окружающих, готов сделать всё от него зависящее, чтобы кардинально изменить к лучшему нашу насквозь пропитанную незапрещёнными наркотиками жизнь.

Трезвый коллектив уже может многое. Поддерживая друг друга, можно нести идею трезвости в школы, медицинские учреждения, в местные органы власти. Как это делать наиболее эффективно — могут подсказать ветераны трезвенного движения, соратники из других регионов.

Делом совести и чести для каждого из нас является вернуть на светлый путь естественной, сознательно трезвой жизни тех, кто ещё не осознал всей опасности попустительского отношения к проалкогольному общественному мнению. А для этого нужно научиться взывать к личности каждого человека, пробиваясь сквозь шелуху дремучих алкогольных суеверий, которыми привыкли прикрываться приверженцы «культурного пития».

Необходимо сплотить силы всего общества, чтобы защитить нацию от одурманивания, прежде всего — уберечь от этой «моды» молодых людей. Правда — могучий инструмент отрезвления народа, избавления его от иллюзий о пиве и вине.

И ни на минуту не сомневайтесь в том, что даже один трезвый человек может спасти многих от наркотической деградации, научившись правильно доносить до собеседников трезвенную информацию!

«Трезвая Украина»: *www.tvereza.info*
Пишите нам: *Ukraina@tvereza.info*

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Булгаков Михаил. **Морфий**.
2. Введенский И. Н. **Опыт принудительной трезвости**. — Москва, Издание Московского Столичного Попечительства о Народной Трезвости, 1915. — 32 с.
3. Дроздов Иван Владимирович. **Геннадий Шичко и его метод**. — Л., 1991 — 160 с.
4. Дроздов Иван Владимирович. **Унесённые водкой**. О пьянстве русских писателей.
5. Жданов Владимир Георгиевич. **Алкогольный террор в России и пути его преодоления**.
6. Калінчук Федір Михайлович. **Паростки тверезого життя**. — Тернопіль: Астон, 2007 — 152 с.
7. Клименко Иван Петрович. **Горькая правда о пиве**. — Москва, 2007. — 20 с.
8. Красовский К. С. **Кому выгодно поощрять потребление алкоголя среди подростков**. — Казань: Фолиант, 2002. — 28 с.
9. Красовский К. С., Андреева Т.И. **Всё, что Вам не нужно знать о пиве, если Вы собираетесь его пить**.
10. Лондон Джек. **Джон Ячменное зерно**.
11. Маюров А. Н., Маюров Я. А. **Уроки культуры здоровья**. Учебное пособие для ученика и учителя: 7-11 классы — М.: Педагогическое общество России, 2004. — 850 с.
12. Мендельсон А. Л. **Учебникъ трезвости**. Сост. по соч. Жюля Дени для начальной и средней школы. — Спб.: Изданіе Россійскаго Общества борьбы съ алкоголизмомъ, 1913. — 163 с.
13. Мороз Александр, Цыганков Владимир. Уроки трезвости. — М., Спб.: 2006. — 304 с.
14. Петров Г. **Долой пьянство** (сборник статей) — УПЦ, Киев, 1991. — 88 с.
15. Попов Л. Е. **Жить или пить — вот в чем вопрос** (Научные основы трезвого образа жизни) — Новосибирск, 1986. — 16 с.
16. Сушинский С. А. **Наука о трезвости**. — Москва, 2007. — 96 с.
17. Толстой Лев Николаевич. **Для чего люди одурманиваются?**
18. Тяпугин Николай. **Народные заблуждения и научная правда об алкоголе**. — Москва, Издательство Наркомздрава, 1926. — 152 с.
19. Углов Фёдор Григорьевич. **Медицинские и социальные последствия употребления алкоголя.** Доклад на Всесоюзной конференции по борьбе с алкоголизмом. Дзержинск, 1981.
20. Углов Фёдор Григорьевич. **В плену иллюзий**. — 1985.
21. Углов Фёдор Григорьевич. **Ломехузы**. — Ленинград, 1991.
22. Углов Фёдор Григорьевич. **Самоубийцы**. — СПб.: Возрождение России. 1995. — 120 с.
23. Углов Фёдор Григорьевич. **Правда и ложь о разрешённых наркотиках**. — М.: Форум. 2004. — 208 с.
24. Фекьяер Ханс Олаф. **Алкоголь и иные наркотики: магические или химические вещества?** — Киев. 1999. — 88 с.
25. Шичко Геннадий Андреевич. **Вторая сигнальная система и её физиологические механизмы** (Вторая сигнальная система и рефлекторная деятельность). — Л.: Медицина, 1969. — 223 с.
26. Шичко-Дроздова Люция. **Слово есть Бог** (Страницы жизни Геннадия Шичко). — СПб.: ЛИО «Редактор», 2003. — 56 с.

ИСТОЧНИКИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ИНФОРМАЦИИ

Видеоматериалы:

Лекция Жданова «Алкогольный и наркотический террор против Святой Руси»
«Трезвые миры» — доклад профессора А. Н. Маюрова
«Собриология» — лекция В. П. Кривоногова
Лекции В. П. Кривоногова для педагогов
В. Г. Жданов. «Русский крест»
В. Г. Жданов. «О решении алкогольной и табачной проблем»
«Севастопольские встречи» — программа с участием В. Г. Жданова и А. Н. Маюрова
Короткометражный фильм «Гараж» (Александр Кокизюк)
Художественный фильм «Спасите наши души» (киностудия им. М. Горького,1987 г.)

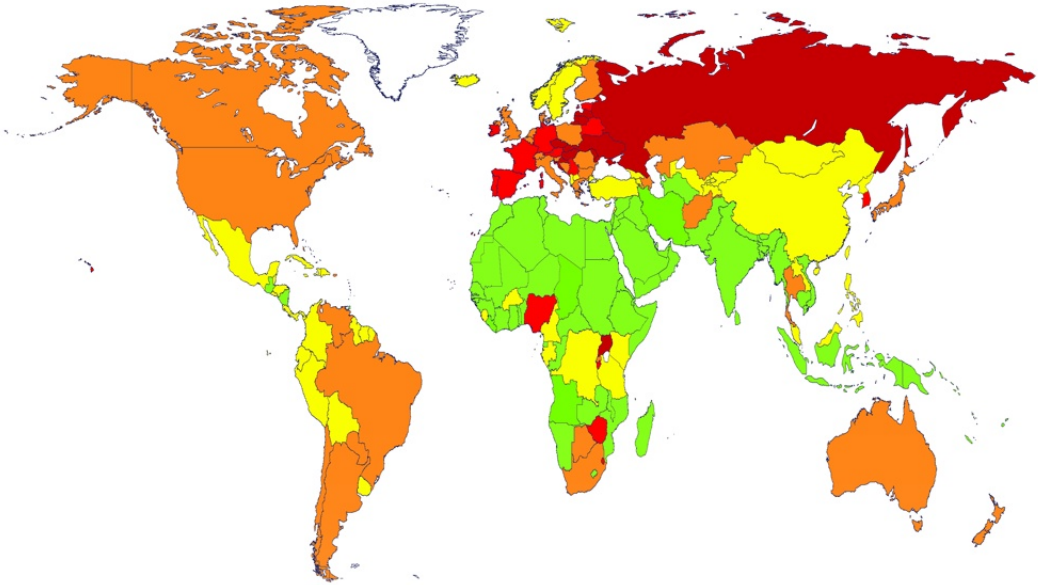
Газеты и журналы:

Журнал «Трезвое слово»
Газета «Соратник»
Газета «Мы молодые»
Газета «Трезвение»
Газета «Оптималист»

Интернет-ресурсы:

«Трезвая Украина»: ***www.tvereza.info***
Союз Борьбы за Народную Трезвость: ***www.sbnt.ru***
Всеукраинская общественная организация «Здоровая нация»: ***www.zn.dp.ua***
«Трезвый Харьков»: ***www.trezvost-kharkov.narod.ru***
Международная Академия Трезвости: ***www.intacso.ru***
Международная Независимая Ассоциация Трезвости: ***www.adic.org.ua/mnat***
Белорусское общественное объединение «Трезвенность-Оптималист»: ***www.optimalist.org***
Трезвость – норма жизни: ***www.samsonov.name/blog***
«Трезвая Россия»: ***www.trezvostrus.ru***
Общероссийская Общественная Организация «Оптималист»: ***www.optimalist.narod.ru***
Общество «Трезвение»: ***www.trezv1.narod.ru***
Абаканский «Оптималист»: ***www.klub5rus.narod.ru***
«Трезвый Екатеринбург»: ***www.trezvekb.ur.ru***
Задонский «Оптималист»: ***www.zadonsk.ru/optimalist***
Кировское Молодёжное движение «Союз Борьбы за Народную Трезвость»: ***www.sbnt.nm.ru***
«Трезвый Комсомольск»: ***www.trezvo-koms.org***
Нижнекамский «Оптималист»: ***www.konovalov.trezv.com***
Нижнекамский подростковый клуб «Аметист»: ***www.ametist-globus.blogspot.com***
«Трезвая Рязань»: ***www.tr-62.narod.ru***
«Трезвая Тюмень»: ***www.trezvo-o-politike.narod.ru***
Челябинская Молодёжная организация «Трезвение»: ***www.trezv.mrezha.ru***
Система Информации на Русском языке по Профилактике Алкогольных, Табачных и прочих Интоксикантных Проблем: ***www.adic.org.ua***

ПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ В МИРЕ



литров абсолютного спирта на душу населения в год

www.tvereza.info