

# Когда Россия протрезвеет, она все поймет

Каждый год в августе на реке Бабхе возле Байкала собираются бывшие алкоголики со всей России.

Над палаточным лагерем сквозь дымок костра виднеются растяжки "Трезвое Приамурье", "Трезвый Урал", "Трезвая Сибирь" и, наконец, — "Трезвая Россия".

При близком знакомстве бывшие алкоголики оказываются очень интересными людьми. Например, Игорь Афонин из Череповца — врач, ученый и писатель, автор многих книг по оздоровлению. Александр Зверев из Тюмени, председатель клуба "Трезвая Тюмень", — тоже писатель, автор книги "Трезвая политика". Александр Толстикова из Красноярска — ведущий инженер лаборатории автоматизации Сибирского энергетического научно-технического центра.

## Вы пьете?

Первый вопрос, который задают новичку, попавшему на слет: "Вы пьете?" И ошарашивают признанием:

— А вот мы — пьем! Пьем воду, сок, чай, молоко и кефир, морс и другие напитки. Безалкогольные. Потому что "алкохаль" по-арабски значит "дурь". А тот, кто пьет дурь, соответственно, кто? Дурак!

Вас обязательно угостят любимым напитком бывших алкоголиков, сваренным тут же, на костре. Травяной настой насыщенного брусничного цвета с ягодами, какой-то кисло-сладкий, безалкогольный и необычайно вкусный.

А потом проводят под тент из пленки, закрывающий импровизированный актовый зал. Здесь проводятся лекции. Бывшие алкоголики, а ныне ученые, врачи и писатели, рассказывают, как бросить пить и курить, как избавиться от лишнего веса, как победить гипертонию, остеохондроз и псориаз. Наконец, как правильно бегать, какую систему упражнений делать каждое утро, как правильно дышать, чтобы жить полноценной жизнью. А рядом художник (тоже, кстати, бывший алкоголик) нарисует вам великолепный дружеский шарж.

Палаточный актовый зал полон. Среди слушателей — множество женщин, мужчин и подростков. Потому что едут сюда, на берег Байкала, со всей России семьями. И уже не первый год.

## Трудно быть алкоголиком

Алкоголиком быть не просто стыдно, им быть тяжело. В этом признаются все, кто нашел в себе силы бросить пить. Пройти все психдиспансеры, наркологические лечебницы, кодирования и остаться человеком, более того — полноценной личностью, могут немногие.

Например, Александр Толстикова из Красноярска признается:

— Когда я в психиатрической лечебнице впервые увидел трезвыми глазами, как ведут себя алкоголики в состоянии психоза, я ужаснулся. Кто-то хихикает и кому-то невидимому подмигивает, кто-то поет, кто-то танцует под ему одному слышную музыку, кто-то что-то громко доказывает, а кто-то даже пытается играть в шахматы, — настоящая перепившаяся компания. Но уже не в "квартире с обоями", а в психушке.

У Александра Толстикова большой стаж "нетрезвой жизни". А жизни трезвой — как раз только начало. "Я пытаюсь бросить пить, — со вздохом признается он. — Но не всегда получается. Чтобы не сорваться снова, приехал сюда".

Почти то же самое говорят о себе и другие поборники трезвой жизни. Председатель Амурской общественной организации "Трезвое Приамурье" Игорь Терехов (бывший офицер Советской армии), рассказывает:

— Меня часто на занятиях спрашивают: "А у вас какой стаж трезвой жизни?" Я отвечаю: "Три года"! Раздается вздох разочарования. Тогда я прошу: "Поднимите руки, у кого больше?" Опускают головы.

## Реклама лжет

Пожалуй, алкоголики — единственные люди, которые на своей шкуре испытали простую истину: вся реклама построена на лжи. Каждую минуту по телевидению идет реклама пива. Дескать, стоит тебе выпить, и ты — супергерой. Все самые красивые девушки твои, престижная работа и лучшая одежда от кутюр твои, все радости жизни — твои! И это все только благодаря пиву.

— Какая наглая ложь! — возмущается Игорь Терехов. — Алкоголика никто не будет держать на хорошем месте, тем более на престижной вакансии с хорошей зарплатой. А уж во что одеты алкаши — посмотрите вокруг себя. Эту одежду никак не назовешь "с иголочки". А что может пьяный любовник? А пьяный воин, защитник? То-то же, что ничего. А все ведь начинается с пива.

## Нет зверя страшнее пива

Врачи и ученые в один голос говорят, что пиво — самый страшный напиток. Именно с пивного алкоголизма и начинается алкоголизм настоящий. Со временем пива становится мало, необходимо что-то более крепкое, например водка. А кому-то не хватает и водки, тогда он берется за героин. У молодежи эти кадры мелькают, как в мультиках. К героину многие приходят очень быстро, начав с "легкого" пива.

— Огромной популярностью в нашем лагере пользуется книга "Унесенные водкой", в которой рассказывается о великих артистах, певцах и писателях, погибших в расцвете сил и таланта от алкоголизма. И знаете, многие из нас бросили пить, узнав о судьбе любимых актеров и певцов, — говорит Игорь Терехов.

На соседней поляне, рядом с "Трезвой Россией", по иронии судьбы проходит слет байкеров и рокеров — "Байкал-шаман". Через палаточный лагерь бывших алкоголиков то и дело снуют пьяные и обкурившиеся молодые люди, шатаются едва прикрытые полотенцами голые девицы. Парни в синих футболках с надписями "Пиво Пит" сквозь сигаретный дым долго пытаются разглядеть соседей. Прочитав лозунг "Трезвая Россия", пьяный рокер орет: "Убил бы!"

## "Протрезвели — прослезились"

— А вы знаете, что делает пчеловод, чтобы отобрать мед у пчел? — спрашивает Александр Зверев. — Он их обкуривает. Есть специальные такие дымокуры. И вот когда обкуренные пчелы еле ползают, ничего не видя и не слыша, человек отбирает у них все соты. Пчелы приходят в себя и ужасаются: а улей-то пуст! Меда нет! И надо начинать каторжный труд сначала.

То же самое, по словам бывших алкоголиков, происходит сейчас с Россией. Пока русские пьют, иностранные державы не зевают. Под видом "перестройки" закрыли заводы и фабрики, свели на нет колхозы и совхозы, уничтожив на корню сельское хозяйство. А теперь вывозят "мед" — наши ресурсы. Успокаивая ограбленных жителей страны алкоголем, наркотиками и веселой музыкой, Россию превратили в сырьевой придаток капиталистических держав.

— Когда вся Россия протрезвеет, она поймет, что с ней произошло за эти годы, — уверен Игорь Терехов.

## Как бросить пить?

Советы дает бывший алкоголик, врач и писатель Игорь Афонин

1. Надо найти сильный мотив. "Замотивировать" свое решение. Например, я брошу пить, чтобы получить хорошее здоровье. Или: я брошу пить, чтобы у меня родились здоровые дети. Или: я брошу пить, чтобы найти престижную работу. Или: я брошу пить только потому, что не хочу, чтобы на мои тяжким трудом заработанные деньги кто-то ездил на Канары. Сложи вместе все деньги, которые ты за год тратишь на удовлетворение порока, и ты увидишь, что пропил уже две машины. А сколько ты еще пропьешь? Не жалко?

2. Узнай свой порок. Фрейд говорил: "Осознанность ведет к освобождению". Надо знать свойства алкоголя. Это наркотик, который ведет к закупорке сосудов (а не к расширению, как все привыкли думать), к атрофии клеток головного мозга, к импотенции. Знание — это власть над проблемой. Сосредоточься на своем пороке, изучи его, и ты его одолеешь.

3. Победи в себе страх. Тебе с детства внушали, что ты этого не умеешь, то не сможешь, за это не берись. В тебе живет страх сделать шаг вперед. Убери этот страх, вырви его из своей души.

4. Воспитавай в себе веру в то, что ты сможешь жить без алкоголя.

5. Воспитывай в себе самоуважение. Докажи окружающим, что тебя можно уважать, чтобы никто не говорил о тебе: "А-а-а, этот-то? Пьянь!"

6. Знай, что ничего не получается сразу. Нужна постепенность, постоянство в накоплении знаний, в осознании того, почему ты здесь, среди алкоголиков, а не среди здоровых людей.

7. Воспитывай волю. Многие говорят: я бросал пить пять раз и не смог. Значит, тебе уже можно поставить пять памятников за то, что ты находил в себе желание бросить. Просто у тебя не было сильных мотивов. Найди их. И ты победишь порок!

Автор: Оксана Гордеева © Пятница ОБЩЕСТВО, МИР 👁 2990 13.08.2005, 15:17 📄 244

URL: <https://babr24.com/?ADE=23578> Bytes: 7738 / 7696 Версия для печати Скачать PDF

👍 Порекомендовать текст

Поделиться в соцсетях:

*Также читай те эксклюзивную информацию в соцсетях:*

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

*Связаться с редакцией Бабра:*

[newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

## НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24\\_link\\_bot](#)

Эл.почта: [newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

## ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

## КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [krsyar.babr@gmail.com](mailto:krsyar.babr@gmail.com)

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [nsk.babr@gmail.com](mailto:nsk.babr@gmail.com)

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [tomsk.babr@gmail.com](mailto:tomsk.babr@gmail.com)

Прислать свою новость

## ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: [@babrobot\\_bot](#)

эл.почта: [equatoria@gmail.com](mailto:equatoria@gmail.com)

#### **СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:**

---

эл.почта: [babrmarket@gmail.com](mailto:babrmarket@gmail.com)

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)