Институт изучения и развития
научно-общественного
наследия Г. А. Шичко

Г. А. Шичко

ОСНОВНАЯ ТРЕЗВЕННАЯ ТЕРМИНОЛОГИЯ

(полный словарь-справочник трезвенника)

Установка
Оптимализм
Дезалкоголизмия
ТРЕЗВОСТЬ
Сингулизм
Аутоанамнез
Убеждения
Веритист
Гортоновика
Общество трезвости
Методы дезалкоголизмии
Внушаемость
Абсурдист
Алкоголепитие
Запрограммированность
Нервизм
Привычка

Институт изучения и развития
научно-общественного
наследия Г. А. Шичко

ОСНОВНАЯ ТРЕЗВЕННАЯ ТЕРМИНОЛОГИЯ

(полный словарь-справочник трезвенника,
разработанный Г.А. Шичко)

Москва
2024

УДК 159.91, 37.06, 316.6
ББК 51.15, 51.16, 60.526
Ш 65

Шичко Г. А.

Ш 65 Основная трезвенная терминология. Полный словарь-справочник трезвенника / сост. и комм. А. А. Карпачёв, А. А. Головин. – М.: Евразийская ассоциация здоровья, 2024. – 64 с.

ISBN 978-5-6041141-5-5

Терминологический словарь содержит наиболее полный свод трезвенной понятийно-терминологической базы, разработанной известным учёным и практиком Геннадием Андреевичем Шичко. Словарь включает термины по проблеме алкогольной и табачной зависимости, а также утверждению трезвости. Трезвенная терминология является составным элементом теории психологического программирования, разработанной Г.А. Шичко в 1970-1980 гг.

Словарь предназначен для широкой аудитории: как для граждан, освобождающих от различных зависимостей, так и для специалистов в сфере психолого-педагогической профилактики зависимостей, трезвого просвещения.

ISBN 978-5-6041141-5-5
9 785604 114155

© Г. А. Шичко
© Союз некоммерческих организаций в сфере профилактики и охраны здоровья «Евразийская ассоциация здоровья» (Институт изучения и развития научно-общественного наследия Г.А. Шичко), 2024

Геннадий Андреевич Шичко

(18.05.1922 – 03.11.1986)

Не было и нет такой силы, не было и нет такой формы физического насилия, с помощью которых можно было бы задушить правду, остановить прогрессивное развитие науки.
Трезвость – норма для человека, алкоголепитие – отклонение от неё.
Г. А. Шичко

От составителей

Данный словарь-справочник является наиболее полным сводом трезвенной терминологии, разработанной в 1970-1980-е гг. известным ученым и практиком Геннадием Андреевичем Шичко.

Словарь содержит термины по проблеме алкогольной и табачной зависимости, а также формированию трезвости. Данная терминология является важным элементом **теории психологического программирования Г.А. Шичко**. Теория включает концепцию психологического программирования как руководящей системы взглядов на природу отклоняющегося поведения; терминологический аппарат или язык теории (публикуется здесь); теорию алкоголизмии (формирования алкоголизма) и теорию дезалкоголизмии (превращения алкоголика в трезвенника); совокупность методов и методик дезалкоголизмии.

В словарь-справочник составители включили **135 терминов** из нескольких словарей и материалов Г.А. Шичко. Для корректности изложения источники, из которых взята терминология, обозначены символами:

(1) (без символьного обозначения) основная трезвенная терминология из материала «В помощь пьющим, пожелавшим стать трезвенниками». Материал взят из сборника «В помощь пьющим, пожелавшим стать трезвенниками» (существует как минимум две версии материала: архивная и опубликованная в открытом доступе в интернете, наиболее полный вариант опубликован в собрании трудов Шичко);

(2) * краткий словарь противокурильщика;

(3) ** маленький словарь трезвенника, составленный в 1984 г.;

(4) *** термины из заключительного отчёта «Разработка индивидуального психофизиологического подхода к избавлению от алкоголизма» 1981 г.;

(5) **** термины из статьи «Почему мы употребляем "спиртные напитки"?» 1976 г.

В каждом из указанных материалов могут содержаться одинаковые термины с разными определениями, которые в своём большинстве отличаются не сущностным содержанием, а версией

изложения. В связи с этим, составителями в качестве основного текста использованы наиболее полные определения. Там, где это было невозможно или нецелесообразно по смыслу, приведено несколько вариантов определений.

По представлению Г.А. Шичко словарь-справочник предназначен как для слушателей, проходящих курс избавления от алкогольной, табачной и иной зависимостей, так и для психолого-педагогической и просветительской работы по утверждению трезвости.

Несмотря на то, что словарь составлен более 35 лет назад, его концептуальный подход остаётся актуальным до сих пор. Словарь-справочник по основной трезвенной терминологии может использоваться специалистами, осуществляющими первичную, вторичную и третичную профилактику зависимого поведения психолого-педагогическими (немедицинскими) методами. Также пособие будет полезно педагогам, психологам, специалистам по работе с молодёжью, представителям некоммерческих организаций и добровольцам, всем заинтересованным в укреплении здоровья населения сторонам.

Своими научными трудами и статьями Г.А. Шичко разработал научную и практическую основу современного трезвеннического движения России. Благодаря активной научно-просветительской и общественно-государственной деятельности Г.А. Шичко способствовал появлению эффективного метода избавления людей от различных зависимостей, проведению антиалкогольной политики 1985-1987 гг.

Терминологический словарь подготовлен Институтом изучения и развития научно-общественного наследия Г.А. Шичко при Евразийской ассоциации здоровья. Основными целями и задачами института являются: увековечивание памяти и пропаганда научных и методических разработок Г.А. Шичко; издание трудов Г.А. Шичко, разъясняющих суть теории и практики социально-психологического программирования, метод и методику освобождения от алкогольно-табачной зависимости, формирования трезвых убеждений и трезвого мышления.

Г.А. Шичко **разработал и сформулировал понимание единственной причины вредных привычек** (проалкогольных, прокурительных, пронаркотических и др.), физических и ментальных потребностей — **психологическую запрограммированность**.

Психологическая проалкогольная запрограммированность формируется из:

– ***установки (настроенности)***, формируемой социальной средой в детстве примером родителей, окружения, средств массовой информации и др. агентами. Установка есть отношение (положительное, нейтральное, отрицательное) к употреблению алкоголя, настроенность к совершению определённого действия;

– ***программы*** (что пить? с кем пить? как? сколько? когда? по какому поводу?). Программа выступает алгоритмом поведения в конкретной ситуации;

– ***убеждения*** как уверенности в том, что действие является необходимым, правильным, что все так делают и т.д. Убеждению принадлежит ведущая роль как в психологической запрограммированности, так и жизни.

Полный словарь-справочник, как и указанные в нём ссылки на другие работы Шичко, опубликованы в книге: Шичко Г.А. Метод Геннадия Шичко. Теория психологического программирования: в 2 томах. Том 2. Научные основы теории психологического программирования / сост. и комм. А. А. Карпачёв, А. А. Головин. – М.: Концептуал, 2024. – 352 с.

А. А. Карпачёв, основатель и первый руководитель Института изучения и развития научно-общественного наследия Г. А. Шичко, председатель Межрегиональной общественной организации по пропаганде здорового образа жизни «Союз борьбы за народную трезвость»

А. А. Головин, генеральный директор Союза некоммерческих организаций в сфере профилактики и охраны здоровья «Евразийская ассоциация здоровья»

От автора[1]

Я более 10 лет работаю над словарем-справочником трезвенника. Предлагаемый вниманию читателей краткий словарь «Основная трезвенная терминология» взят из подготавливаемого мною сборника «В помощь пьющим, пожелавшим стать трезвенниками»[2], предназначенного для само- и взаимоизбавления от алкоголизма.

В словаре имеются неологизмы. Я не люблю вводить новые слова, тем более заниматься их поиском, однако углубленное изучение алкогольной проблемы и стремление повысить эффективность трезвенной работы вынудили поступить вопреки желанию. Наш знаменитый мыслитель и революционер А.Н. Радищев писал: «Доколе вещи не дано имя, доколе мысль не имеет знамения, то она разуму нашему чужда, и он над ней не трудится. Дабы усвоить разуму какое-либо познание, нужно прежде всего ее ознаменовать» (А.Н. Радищев. Полн. собр. соч. М.-Л., 1941, т. 2, с. 152). Поскольку мною выявлялись новые явления, то в силу необходимости пришлось их «ознаменовывать». Приведу два факта.

Всем хорошо известно, что эффективность лечения алкоголиков оставляет желать много лучшего. Мои наблюдения показали, что у алкоголиков искажено сознание, что эту искаженность нельзя устранить ни лекарствами, ни физиотерапией, ни угрозами и наказаниями. Искаженность сознания ложными сведениями об алкогольной проблеме я назвал «проалкогольной (питейной) запрограммированностью», а людей, обладающих ею, но не пьющих – «воздержанниками». Наркологические лечебные учреждения и лечебно-трудовые профилактория в лучшем случае превращают алкоголиков в воздержанников, но не в трезвенников. Воздержанники не

---

[1] Предисловие к словарю «От автора» взято из материала архива Шичко. Датируется 27 марта 1985 года. – Прим. сост.

[2] Данная работа приведена в книге Шичко Г.А. Метод Геннадия Шичко. Теория психологического программирования: в 2 томах. Том 2. Научные основы теории психологического программирования / сост. и комм. А.А. Карпачёв, А.А. Головин. – М.: Концептуал, 2024. – 352 с.

отличаются высокой устойчивостью по отношение к алкоголю, поэтому часть из них со временем возобновляет употребление спиртного. Нужны ли такие термины, как «проалкогольная запрограммированность» и «воздержанник»? Необходимы! Если бы какая-то неведомая сила запретила мне пользоваться этими терминами, то эффективность моей деятельности по пропаганде трезвости и по избавлению от алкоголизма педагогическими средствами резко снизилась.

Второй факт. Между людьми имеются огромные различия по многим признакам, в том числе по особенностям головного мозга. Эти особенности так велики, что одни и те же воздействия у людей вызывают разные реакции. Возьмем хорошо известный алкоголикам и их близким тетурам. Прием спиртного алкоголиками, «заряженными» этим препаратом, вызывает у одних смерть, у вторых - тяжелые и мучительные реакции, у третьих - средние, у четвертых - слабые, у пятых - по сути никаких, а шестым доставляет удовольствие.

Я обычно после окончания публичной лекции о гипнозе выявляю людей, отличающихся хорошей вникаемостью, добровольцы из них подходят ко мне, даю им простой прием вызывания сна на заданное время. И они на эстраде усыпляют себя. Курильщиков знакомлю с элементарным приемом вызывания у себя отвращения к табачному дыму. И вот человек, который минуты три назад бойко курил, теперь при первых затяжках дымом начинает усиленно кашлять, у него появляются: неприятный вкус во рту, тошнота, иногда рвота, общее плохое самочувствие. Давно использую такой способ: расписываюсь на клочке бумаги, вручаю его просителю, даю небольшие пояснения, и моя бумажка становится "магической", обладатель с ее помощью способен: усыпить себя на заданное время, снять усталость, головную боль, плохое настроение, повысить работоспособность, сопротивляемость заболеваниям, общее самочувствие, вызвать творческое вдохновение, склонность к нужному, но неприятному занятию, непереносимость алкогольных напитков и табачного дыма. Что это? Чудо? Нет, наука! Все ли люди могут вызывать у себя непереносимость табачного дыма, засыпать на заданное время, освобождаться от головной боли и т.д.? Нет! Нужно ли

учитывать индивидуальные особенности людей с целью оказания им более значительной помощи? Обязательно! В связи с этим я ввел в 1972 г. понятие «принцип сингулизма».

Данный словарь предназначен для слушателей, проходящих курс избавления от пьянства и алкоголизма. Его изучение принесет пользу всем пьющим. Оно укрепит в трезвости слушателей, а некоторым читателям поможет без постороннего вмешательства, самостоятельно избавиться от алкоголизма. Алкоголики, превратившиеся в сознательных трезвенников, смогут использовать словарь для проведения противоалкогольной пропаганды и агитации[3].

Буду рад узнать, что краткий словарь одним читателям помог обрести трезвость, другим - успешно проводить противоалкогольную работу и т.д. Надеюсь получить объективные критические замечания и дружеские советы.

---

[3] В архиве Г.А. Шичко также содержится другой материал «Маленький словарь трезвенника» (1984 г.) со следующей формулировкой:
«Данный словарь предназначен для иногородних слушателей, проходящих у меня двухдневный курс избавления от алкоголизма. Он не является копией словаря, содержащегося в упомянутом сборнике, шире и лучше его. Почему уделено особое внимание иногородним слушателям? Известно, что у алкоголиков ослаблены память и понимание нового материала, поэтому не всякий из них способен за два дня усвоить большой объем свежих знаний. Ленинградцы могут закрепить и расширить противоалкогольные знания в нашем трезвенном клубе оптимализма или путем получения у меня консультаций и некоторых материалов. Иногородцы такой возможности не имеют. Изучение словаря принесет пользу всем пьющим. Оно укрепит в трезвости слушателей двухдневного курса, а некоторым читателям поможет без постороннего вмешательства, самостоятельно избавиться от алкоголизма. Алкоголики, превратившиеся в сознательных трезвенников, смогут использовать словарь для проведения трезвенной пропаганды и агитации». – Прим. сост.

Рекомендации
по использованию словаря для самоотрезвления[4]

«Маленький словарь трезвенника» является вспомогательным пособием для иногородних алкоголиков, прошедших у меня двухдневный курс дезалкоголизмии. Он предназначен для самостоятельного пополнения и уточнения знаний, полученных и законспектированных во время занятий. Однако он способен принести пользу всем читателям, начиная от трезвенников и кончая алкоголиками третьей стадии.

В настоящее время во исполнение постановления ЦК КПСС «О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма»[5] начинается быстрый рост клубов и обществ трезвости, однако их члены не смогут проводить сколько-нибудь серьезную пропаганду трезвости из-за слабого знания алкогольной проблемы. Общества трезвости и клубы способны провести огромную полезную работу и в короткое время добиться отказа от спиртного основной массы населения, но при условии, что их члены станут сознательными трезвенниками. Для этого нужно усвоить достаточный объем ДОСТОВЕРНЫХ НАУЧНЫХ ЗНАНИЙ. Пока не существуют соответствующие пособия, поэтому временным их заменителем может быть предлагаемый словарь. «Лучше что-то, чем ничего».

Советую клубистам на собраниях коллективно прорабатывать словарь, критически обсуждать трактовку терминов, по возможности вносить уточнения. В период формирования Всесоюзного добровольного общества борьбы за трезвость, думаю, членами будут приниматься все непьющие, а в

---

[4] Данный материал является пояснением к маленькому словарю трезвенника Шичко. Найден в архиве Шичко. Датируется 18 июля 1985 года. Включен составителями в качестве элемента основной трезвенной терминологии. – Прим. сост.

[5] 7 мая 1985 года приняты Постановление ЦК КПСС «О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма» и Постановление Совмина СССР «О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма, искоренению самогоноварения», которые положили начало антиалкогольной кампании 1985-1987 гг. Г.А. Шичко своей активной общественной работой и аналитическими записками в ЦК КПСС внёс вклад в появление данных постановлений. – Прим. сост.

дальнейшем — только сознательные трезвенники. Обретение такой трезвости будет содействовать словарь.

Рекомендации алкоголикам. Алкоголики должны начать процесс отрезвления с подробного описания своих пьяных злоключений и ведения дневника. Они имеют три возможности обрести трезвость: а) самостоятельно, б) в клубе самоотрезвления, в) самостоятельно и в клубе. Само- и взаимоотрезвление следует начинать с изучения терминов в следующем порядке: пьющий-непьющий, алкоголепийца-трезвенник, случайник-естественный трезвенник, пьяница-благоразумный трезвенник, алкоголик-сознательный трезвенник, абсурдист-веритист, проалкогольный абсурдист-противоалкогольный абсурдист, проалкогольный программист-противоалкогольный программист, алкогольный абсурдист-трезвенный веритист, проалкогольная запрограммированность, алкоголизм-трезвость, алкоголизмия-дезалкоголизмия, стадии алкоголизма, методы дезалкоголизмии (взаимоотрезвления, аппаратурный, гортоновический, самоизбавления), клуб, клубы пьющих-клубы трезвости, общество трезвости, алкогольное опьянение, алкогольные напитки, винный спирт, древесный спирт, самогон, энергетическая ценность этанола, трезвенные движения.

Другие термины следует изучать по мере появления их при изучении словаря, а порядок усвоения оставшихся устанавливается самостоятельно.

Пьяницы могут воспользоваться приведенными рекомендациями, а воздержанники, принужденники, случайники и матебремники прорабатывают словарь по собственному плану.

Всем советую читать дополнительные трезвенные материалы.

АБСОЛЮТНЫЙ СПИРТ – стопроцентный винный спирт, отличается в связи с особым способом получения более высокой токсичностью, чем ректификованный. Прием его внутрь не только в чистом, но и в разведенном виде недопустим. Понятие «абсолютный спирт» используется в статистике, например, при подсчете производства и потребления алкоголя на душу населения, при этом числовые показатели выражаются в литрах абсолютного спирта.

АБСУРДИЗМ – (лат. ab-surdus – нелепый, глупый, несообразный) – идеологическое направление отдельных групп, сообществ, выдумывающих и распространяющих всевозможные нелепости или сознательно искажающие факты.

АБСУРДИСТ – 1) носитель и пропагандист различных глупостей; 2)*** человек, некритически воспринимающий нелепые сведения, пропагандирующий, а иногда и выдумывающий их.

АЛКОГОЛЕПИЙЦА** – проалкогольно запрограммированный и пьющий человек.

АЛКОГОЛЕПИТИЕ – 1) употребление спиртных напитков; 2)*** приём (поглощение) спиртных напитков. Термин образован аналогично терминам «винопитие» и «чаепитие».

АЛКОГОЛИЗМ – 1) психическое отклонение в результате воздействия на организм алкоголя. Характеризуется питейной запрограммированностью, привычкой к употреблению спиртного, потребностью в нем и его употреблением; 2)** психологическое расстройство, основными признаками которого являются: питейная запрограммированность, привычка к употреблению спиртного, потребность в нем и поглощение его.

АЛКОГОЛИЗМИЯ** – процесс превращения трезвенника в алкоголика.

АЛКОГОЛИК** – проалкогольно (питейно) запрограммированный человек, привыкший к спиртному, испытывающий потребность в нем и поглощающий его.

АЛКОГОЛЬ** – (араб. al-kuhl – тонкий порошок) – органические соединения, содержащие в молекуле гидроксильную группу – ОН. Термин «алкоголь» часто употребляется в качестве синонима слов «этанол» или «винный спирт».

АЛКОГОЛЬНАЯ НАРКОМАНИЯ** – алкоголизм. Этиловый спирт является наркотиком, поэтому, с одной стороны, к нему развивается пристрастие, с другой – он вызывает наркоз, т. е. потерю сознания и в связи с этим полное обезболивание.

АЛКОГОЛЬНАЯ НАСТРОЕННОСТЬ (УСТАНОВКА)*** – направленность сознания на употребление спиртных напитков.

АЛКОГОЛЬНОЕ ОПЬЯНЕНИЕ – состояние отравленности мозга этиловым спиртом, глубина которого зависит от его концентрации в крови.

АЛКОГОЛЬНЫЕ ИЗДЕЛИЯ – спиртосодержащие жидкости, принимаемые внутрь с целью самоотравления (опьянения).

АЛКОГОЛЬНЫЕ НАПИТКИ** – спиртосодержащие жидкости, принимаемые внутрь с целью отравления головного мозга, называемого опьянением. К ним относятся многие искусственно приготовленные жидкости, в том числе пиво и крепленый сок. Токсичность «А.Н.» зависит от концентрации в них этилового спирта и ядовитых примесей.

АЛКОГОЛЬНЫЙ АБСУРДИСТ – 1) носитель и пропагандист ложных сведений об алкогольных напитках и последствиях их употребления; 2) человек, распространяющий ложные сведения о якобы положительном или безвредном действии алкогольных напитков на организм, о необходимости в определенных ситуациях их приема.

АУТОАНАМНЕЗ (алкоголика)[6] – описание собственного привыкания к алкогольным напиткам, последствий их приёма, процесса превращения в пьяницу, в алкоголика и попыток избавиться от алкоголизма. Аутоанамнез (анкета или автобиография алкоголика) - важный документ, позволяющий учесть индивидуальные особенности избавляющегося от алкоголизма.

---

[6] Данный термин добавлен составителями ввиду его важности при проведении дезалкоголизмии. Взят из статьи «План написания анкеты алкоголика» в методических материалах «В помощь пьющим, пожелавшим стать трезвенниками». – Прим. сост.

АУТОДЕЗАЛКОГОЛИЗМИЯ*** – самоизбавление от алкоголизма.

БЛАГОРАЗУМНЫЙ ТРЕЗВЕННИК – трезвенник, противоалкогольно запрограммированный на основе малого объема знаний по алкогольной проблеме.

БЕЗАЛКОГОЛЬНЫЕ НАПИТКИ** – такие напитки, в которых не содержится алкоголь и другие спирты.

ВЕРИТИЗМ – (лат. veritas – истина, правда, правдивость) – идеологическое направление, занимающееся поиском и распространением истинного, достоверного.

ВЕРИТИСТ – носитель и пропагандист научных истин и достоверных сведений.

ВИГИЛОГИПНОЗ*** – гипноз, при котором испытуемый бодрствует (гипнотическое бодрствование).

ВИННЫЙ СПИРТ – (лат. spiritus – змеиное шипение, благоухание, дуновение, дыхание, жизненная сила, душа, дух и др.) – бесцветная жидкость жгучего вкуса и неприятного запаха, отличается высокой токсичностью и наркотизирующим действием. Химическая формула – C2H5OH, синонимы: этанол, этиловый алкоголь, этиловый спирт. По действию на организм относится к наркотикам жирного ряда, наркотический эффект проявляется при сравнительно больших дозах. Дозы, вызывающие наркоз, мало отличаются от смертельных, поэтому при операциях применяется только в чрезвычайных случаях. Смертельное количество для взрослого 300-400 мл 96% спирта при приеме его в течение часа или 250 мл в случае приема в течение 30 мин. Для детей смертельной дозой могут быть 6-30 мл 96% этанола (Справочник по токсикологии «Неотложная помощь при острых отравлениях», М., 1977, стр. 105).

ВНИКАЕМОСТЬ – 1) настраиваемость мозга на определенную деятельность, способность сосредоточиться. Вникаемость является важнейшим свойством человека, с нею прямо связаны внушаемость, гипнабельность и вырабатываемость условных рефлексов. У алкоголиков, обладающих хорошей вникаемостью, легко удается вызывать отвращение к запаху и вкусу спиртных напитков, непереносимость их; 2)*** способность

коры больших полушарий к образованию концентрированный и устойчивых очагов возбуждения.

ВНУШАЕМОСТЬ – 1) степень подверженности внушениям; 2) способность человека воспринимать и реализовать в жизнь советы и наставления других людей. Распространено ошибочное мнение, будто алкоголики отличаются высокой внушаемостью: оно обосновывается легкостью принятия алкоголиками предложения выпить. Эта легкость объясняется проалкогольной запрограммированностью, а не хорошей внушаемостью. Не случайно многократные противоалкогольные внушения, просьбы и мольбы родственников и близких не только не удерживают алкоголиков от пьянства, но иногда вызывают у них озлобленность, гнев и буйство.

ВОЗДЕРЖАННИК – питейно запрограммированный человек, но не пьющий.

ВОСПРИИМЧИВОСТЬ ДОБРОГО – способность усваивать полезное, прогрессивное, разумное. Алкоголики, обладающие хорошей восприимчивостью доброго, перестают пить с первой грамотной противоалкогольной беседы.

ГИПНАБЕЛЬНОСТЬ* - степень податливости гипнозу. Нельзя верить распространенным россказням о высокой гипнабельности алкоголиков, она не выше, чем у других людей. Хорошо гипнабельных немного.

ГИПНОЗ – состояние высокой устойчивой устремленности или сосредоточенности, при которой все постороннее не воспринимается. Такое состояние можно вызвать у людей, обладающих хорошей вникаемостью, их немного. Гипноз не средство лечения, а состояние, при котором речевые воздействия способны достигать наибольшей эффективности. Для успешного избавления от алкоголизма нет необходимости пользоваться методам гипноза, решающее значение принадлежит усвоению научных знаний об алкогольной проблеме.

ГОРТОНОВИКА – (лат. hortatio – разные виды речевых воздействий, novo – обновлять, изобретать) – новая наука, занимающаяся изучением возможностей благотворного влияния на человека целенаправленной речью. Важнейшая задача гортоновики – разработка новых методов благотворного влияния

на людей с лечебной, воспитательной, производственной и т. п. целями. Алкогольная и курительная проблемы являются наиболее значительными и актуальными объектами изучения гортоновики. Методы избавления от алкоголизма и курения, применяемые мною, а также рекомендуемые читателям методы самоизбавления и взаимоизбавления от алкоголизма – гортоновические.

ДЕЗАЛКОГОЛИЗМИЙНОСТЬ – степень податливости алкоголика воздействиям, направленным на превращение его в трезвенника.

ДЕЗАЛКОГОЛИЗМИЯ – процесс превращения алкоголика в трезвенника.

ДРЕВЕСНЫЙ СПИРТ – бесцветная жидкость, в чистом виде по запаху и виду не отличается от винного спирта, при приеме внутрь вызывает опьянение. Д.С. высоко токсичен: 5-10 мл способны вызвать слепоту, а 40-50 – смерть. Химическая формула СН3ОН, синонимы: карбинол, метанол, метиловый спирт.

ЕСТЕСТВЕННЫЙ НЕКУРИЛЬЩИК* – человек, не имеющий представлений о курении и не интересующийся им (дети).

ЕСТЕСТВЕННЫЙ ТРЕЗВЕННИК – 1) трезвенник, не имеющий представления об алкогольных напитках и не интересующийся ими; 2) питейно незапрограммированный человек.

ЖУРНАЛ «ТРЕЗВОСТЬ И КУЛЬТУРА» – в советское время выходил массовым тиражом в период IV трезвенного движения в нашей стране с 1928 по 1932 г. Его издание возобновлено в период V трезвенного движения в 1986 г. Является органом Всесоюзного добровольного общества борьбы за трезвость.

ЗАПОЙ – очень тяжелое состояние алкоголика, выраженное постоянной потребностью в спиртном. Иногда эта потребность бывает так непреодолима, что пьющий за глоток алкоголя отдает все, что у него есть самого ценного и святого.

ИДЕОЛОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРНОСТЬ*** – степень объективности знаний, взглядов и убеждений человека и уровень целесообразности его поступков и деятельности. Важнейшая социальная функция идеологической культуры общества – защита

его членов от ложных, абсурдных сведений, идей, убеждений, а также вооружение их научными знаниями и материалистическими убеждениями. Термин образован в соответствии с известным термином «политическая культура».

ИЛЛЮЗОРНОСТЬ – состояние человека, выпившего даже небольшую дозу алкоголя, будто он принимает решения, контролирует и направляет свои действия, усилия, решает производственные или научные проблемы самостоятельно. На самом деле – это иллюзорность, так как мозг выпившего человека отравлен и в течение 15-18 дней находится во власти выпитой дозы спиртного. Образно выражаясь, невидимые щупальца алкоголя проникли на командные посты головного мозга и длительное время не уступают их. Так что, если человек выпивает даже по рюмке дважды в месяц – он постоянно находится под властью алкоголя.

КЛУБ* (англ. club – собираться вместе и др.) – «…собрание, постоянное общество, которое собирается в особом помещении для беседы и увеселений… Клубист – член клуба» (В. Даль «Толковый словарь»). Для наших дней более подходит такое определение: Клуб – добровольное объединение людей, периодически собирающихся для удовлетворения общих интересов. Существует много разнообразных клубов, все они делятся на официальные, полуофициальные и инициативные.

Официальные имеют свой устав, утвержденный местным органом власти и работают под его руководством. Они создаются в соответствии с действующим «Положением о добровольных обществах и союзах», утвержденных ВЦИК и СНК 10.07.1952 г.[7] Для открытия добровольного общества, в том числе и клуба, необходимо следующее: разработка устава и подача заявления органу власти, например, горисполкому, с просьбой утвердить его.

---

[7] ВЦИК - Всероссийский Центральный Исполнительный Комитет Советов рабочих, крестьянских и красноармейских депутатов. Избирался Всероссийскими съездами Советов и в период между их созывами являлся высшей властью в РСФСР (1918-1938 гг.).

СНК - Совет народных комиссаров СССР (Совнарком). Являлся высшим исполнительным и распорядительным (в первый период существования также и законодательный) органом СССР (1923-1946 гг.).

Рассмотрение устава производится в месячный срок, день утверждения считается днем создания организации к облечение ее правами юридического лица. Заявление должно быть подписано не менее, чем 10 учредителями, каковыми могут быть лишь совершеннолетние. Устав пишется по установленной форме, в нем обязательно должен быть отображен определенный круг вопросов (задачи клуба, способы их решения, права и обязанности членов и т.п.).

Полуофициальные клубы создаются с разрешения местных руководителей: директоров заводов, председателей колхозов, глазных врачей психоневрологических диспансеров и т.п. Устав не обязателен. В 1971 г. в Ленинграде при психоневрологическом диспансере был создан полуофициальный клуб благоразумия, который без лечения избавлял людей от алкоголизма, он имел свой устав. Многие официальные клубы трезвости страны на первых порах были полуофициальными.

Инициативные клубы - самая распространенная форма объединения людей по интересам. Они создаются по договоренности трех или нескольких добровольцев, причем ни устав, ни разрешения на деятельность не требуются. Например, в 1979-1980 гг. в Ленинграде действовал Клуб оптималистов, т.е. людей, стремящихся наилучшим и наиполезнейшим для общества образом организовать свою жизнь. Мы собирались по очереди на квартирах членов; приятно, весело и по-деловому проводили время. В 1980 г. редакция еженедельника «Ленинградский рабочий» пригласила нас продолжить работу в ее стенах. Так инициативный клуб превратился в полуофициальную организацию – Общественный совет по пропаганде трезвости, который и ныне действует. В контакте с ним работают два полуофициальных клуба трезвенников и два инициативных – оптимализма и взаимоотрезвления.

КЛУБЫ ПЬЮЩИХ – обычно небольшие добровольные объединения людей, периодически собирающихся для коллективного употребления «спиртных напитков». Каждая компания, неоднократно совместно пиршествовавшая независимо от предлогов, представляет собой инициативный (неформальный) клуб пьющих. Существуют клубы случайно пьющих, пьяниц,

алкоголиков и смешанные. Отдельные клубы, отдельные из них имеют устав, письменно зафиксированный или устный. Такие клубы издавна создаются, остановимся на трех из них, действовавших в XVIII–XX вв.

В XVIII в. в Швеции К.М. Бельман основал орден Бахуса, в члены которого принимались добровольцы, подобранные городской стражей в состоянии опьянения не менее двух раз. Были разработаны пародийные церемонии, шествия и гербы. (К.М. Бельман. Песни Фредмана. Послания Фредмана. Л., 1982, с. 5-6 и 150).

В 40-х годах XIX в. полтавские помещики организовали клуб пьющих под названием «Общество "мочемордия"», члены которого в зависимости от степени пьянства имели определенные титулы и получали своеобразные ордена (З.Л. Гуревич, А.З. Зелевский Алкоголизм. Х., 1930, с.17).

В 1928 г. в Москве был разоблачен клуб пьющих «Кабуки», в уставе которого сказано: «Общество создается на платформе общего пьянства и свободной любви»; «Членами общества являются лица, имеющие в деле пьянства и разврата «боевой стаж». Во главе клуба стояли ответственные профсоюзные работники, суд их строго наказал.

Наша страна покрыта густой сетью клубов пьющих, а противостоят им пока немногие клубы трезвости, часто не имеющие даже элементарных условий для своих собраний, поэтому борьба идет неравная, а потому и малорезультативная. Клубы пьющих (кстати большинство неформальных молодежных организаций являются в первую очередь таковыми) являются самыми противочеловеческими, самыми вредными и самыми опасными. В них новички приобщаются к спиртному, а нередко к разврату и к преступлениям, становятся пьяницами и алкоголиками, деградируют физически и интеллектуально, некоторые обретают инвалидность, а отдельные гибнут от опоя, в пьяных драках, в результате несчастных случаев и т.п. Горестная участь членов клуба «Шелковник» показана, например, в повести Л. Семина и Г. Шичко «Горбатый стакан» («Аврора», 1971, №7 и 8).

Неформальные группировки - клубы пьющих - являются рассадниками горя, бед, зла, они не имеют морального права на существование.

КЛУБЫ ТРЕЗВОСТИ** – объединения добровольцев для совместного распространения трезвости. Первая организация трезвости появилась в 1808 г. в штате Нью-Йорк, а в России – в 1858. До революции и в 1928–1932 гг. действовало большое количество объединений трезвенников, в настоящее время их в СССР всего лишь несколько десятков, но, несмотря на это, они проводят заметную работу.

Клубы трезвости являются самыми гуманными, самыми полезными и перспективными общественными организациями. В зависимости от целей, их можно разделить на клубы взаимоотрезвления, отрезвления, взаимной поддержки, пропаганды трезвости и смешанные.

Клубы взаимоотрезвления состоят из алкоголиков, которые путем совместных занятий помогают друг другу стать трезвенниками. Членами клуба отрезвления являются трезвенники, основная цель состоит в том, чтобы собственными немедицинскими средствами избавлять людей от алкоголизма. Алкоголики принимаются в клуб претендентами, после оправдания надежд переводятся в кандидаты, а затем – в члены. Таким был, например, Ленинградский клуб благоразумия, действовавший в 197I–1975 гг. Клубы взаимной поддержки иначе называются клубами бывших пациентов, членами их является алкоголики, прошедшие курс наркологического лечения. Их общая цель – помогать товарищам воздерживаться от употребления спиртного. Клубы пропаганды трезвости состоят из трезвенников, которые доступными им средствами распространяют трезвость путем выступлений в печати и по радио, чтения лекций, бесед и т.п. Смешанные клубы преследуют не одну цель, а две и более.

Члены клубов трезвости приносят большую пользу обществу, они, как правило, являются высоко моральными, гуманными и патриотически настроенными людьми. Только в мозгу, основательно отравленном алкоголем, могут появляться обвинения их в сектантстве, религиозности, дефективности,

антисоветизме и диссидентстве. Все эти обвинения с большим правом можно предъявить их авторам и распространителям.

КОЛИЧЕСТВЕННЫЙ ПОКАЗАТЕЛЬ АЛКОГОЛЕПОТРЕБЛЕНИЯ – процент (доля) населения, употребляющий спиртные напитки. Точно выяснить число употребляющих спиртные напитки в стране сложно, об их распространенности можно судить косвенно – по потреблению абсолютного спирта, приходящегося на душу населения, начиная с новорожденных или с определенного возраста. В последний период подсчеты стали производить для населения в возрасте с 15 лет.

КУЛЬТУРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ СПИРТНОГО – нелепое словосочетание. Поглощение любого вредного для здоровья или испорченного продукта, тем более яда и наркотика – признак бескультурья. Термин «культура», как и «умеренность», не может сочетаться со словами, обозначающими отрицательное, вредное. Немыслимы: культурное взяточничество, культурное хулиганство, культурное воровство, культурное курение, культурное алкоголепитие.

КУРЕНИЕ* – психологическое расстройство, основными признаками которого являются: курительная запрограммированность, привычка к периодическому закуриванию в определенные ситуациях, потребность в курении и само курение табака.

КУРИЛЬЩИК* – человек прокурительно запрограммированный, привыкший к табаку, испытывающий потребность в его курении и курящий.

ЛОБЕСИЛ* – лекарственное средство для лечения от курения.

ЛЮДСКИЕ АЛКОЛЬНЫЕ ПОТЕРИ – численность убитых, умерших, получивших инвалидность, увечья, хронические заболевания и алкоголизм, в связи с употреблением «спиртных напитков» и их суррогатов. Можно рассчитывать людские потери полные и частичные для мира, отдельных стран и территорий, для разных периодов времени (десятилетие, год, месяц и т.п.). Полные потери включают в себя все людские потери, частичные – только убитыми, получившими увечья и т.п.

Наши людские алкогольные потери огромны, о чем свидетельствует следующий подсчет числа умерших в 1980 и 1984 гг.

По данным ВОЗ, каждый третий, умирающий в мире, – жертва алкоголизма («Большая медицинская энциклопедия», изд. 3, т.1, стр.736). В 1980 и 1984 г. в СССР проживало соответственно 264,5 и 273,8 млн. чел., причем умерло на каждую тысячу населения 10,3 и 10,8 чел. (Сб. «Народное хозяйство СССР в 1980 г.», с.7 и «СССР в цифрах в 1984 году», с.5 и 19). Из-за алкоголизма мы потеряли умершими

в 1980 г. (10,3:3) × (264 500 000:1 000) = 3,43 × 264 500 = 907 235 чел.;

в 1984 г. (10,8:3) × (273 800 000:1 000) = 3,6 × 273 800 = 985 680 чел.

Этот подсчет близок к истинной величине, одним из подтверждений чего может служить следующий факт: вскоре после замены ленинской запретительной системы сталинской водочной монополией (1 октября 1925 г.) – в 1927 г. было зарегистрировано по РСФСР (а сколько не учтено?) 500 000 убитых, искалеченных и раненных только в пьяных драках (С.Д. Дрейдон. За ваше здоровье. Л., 1929). И в наши дни немало людей погибает из-за алкоголепотребления. Например, 25.06.85 ленинградская газета «Смена» сообщила о трех юнцах С. Амелине, С. Лаховицком и С. Данилове, которые пьянствовали с тремя девушками, затем убили их. Первый, как несовершеннолетний, приговорен к 10 годам заключения, его дружки – к высшей мере наказания. Так из-за нескольких бутылок вина страна невозвратно потеряла 5 молодых граждан.

Не только наша страна несет значительные людские потери, но весь мир, особенно Европа. Некоторое представление об этом дает окончание статьи «Великая Отечественная», опубликованной 26.06.81 в болгарской газете «Трезвенность»:

«Около четырех десятилетий в Европе не свистят пули, не взрываются снаряды, не падают бомбы, не гибнут от вражеского оружия европейцы. Однако, к сожалению, противоестественная гибель и калечение людей продолжается. Непрерывно ведется междоусобная борьба между самыми близкими людьми:

родителями и детьми, братьями и сестрами, мужьями и женами... Основное средство ведения этой дикой, ничем не оправданной позорной войны является алкоголь. Данная война непрерывно ведется и преждевременно уносит в могилы множество человеческих жизней. Достаточно сказать, что за 36 мирных лет из-за употребления «алкогольных напитков» потеряло здоровье и погибло больше людей, чем в наикровопролитнейшем международном побоище. Многие заболевают и рано уходят из жизни вследствие курения.

Всем нам необходимо осознать эти факты и решительно отвергнуть противоестественные, бессмысленные, вредные для социалистического общества, для родных, для семьи и для себя занятия – употребление «спиртных напитков» и табачных изделий».

МАСКУЛИНИЗАЦИЯ АЛКОГОЛИЧЕК - (лат. maskulinus мужской) – ослабление женских и развитие мужских признаков в результате хронического отравления этанолом половых желез.

МАТЕБРЕМНИК (ЭТАНОЛОПАТ) – 1) человек, получивший потребность в спиртном в период утробного развития. Время этой опасной потребности возлагают на своих детей матери, принимающие спиртное в период беременности. Потребность не поддается уничтожению, если не поддерживается, то со временем угасает, однако в случае приема спиртного воскресает и иногда очень быстро – после нескольких выпивок. Так называемый мгновенный алкоголизм, т.е. стремительное появления пристрастия к спиртному – удел матебремников. Предельно большой вред своим детям несут женщины, пьющие и курящие во время беременности и в период кормления их своим молоком; 2)*** человек, получивший потребность в спиртном в период развития во чреве пившей матери. Поскольку грудным детям алкогольные напитки не дают, она угасает, но в дальнейшем, когда несчастный станет случайником, воскреснет, и он превратится в матебремника, а с переходом к регулярным попойкам – в алкоголика. Этанолопаты – питейно запрограммированные люди, обладающие потребностью в спиртном, но еще не имеющие привычки.

МАТЕРИАЛИСТИЧЕСКОЕ МИРОВОЗЗРЕНИЕ – «...понимание природы такой, какова она есть, без всяких посторонних прибавлений». (К. Маркс, Ф. Энгельс, ПСС, изд. I, т. XIV, с.651). «Употребление спиртных напитков и прочего дурмана противоречит материалистическому мировоззрению. Пьющие понимают алкогольную проблему с «посторонними прибавлениями», неправильно, именно поэтому они предаются противоестественным занятиям… Питейно запрограммированный – верующий, но, в отличие от религиозного человека, верит не в фантастические потусторонние силы, а в фантастические свойства потусторонних спиртных напитков» (Г.А. Шичко. Алкогольная проблема и возможности успешного ее решения. Докладная записка ЦК КПСС, 15.02.81 г., стр. 18 и 20).

Пьющий человек – проалкогольно запрограммирован, т.е. его мировоззрение искаженно ложным пониманием алкогольной проблемы, следовательно, он не может считаться истинным материалистом. Вот основные научно-материалистические истины: «алкогольные напитки» – ядовитые и наркотические жидкости, повреждающие весь организм, особенно сильно головной мозг; употребление их – противоестественное, ничем не оправданное, многосторонне вредное и недостойное здравомыслящего и культурного человека занятие. Каждый потребитель спиртного в той мере, в какой поглощает его, вносит собственный вклад во все беды, вызываемые алкоголем, в том числе в массовую гибель наших сограждан, в пьяные драки, в хулиганство и всевозможные преступления. Достаточно пьющему уразуметь эти истины, чтобы он добровольно отказался от нелепого занятия.

Только обладатели материалистического мировоззрения способны успешно проводить противоалкогольную работу.

МАТЕРИАЛЬНЫЕ АЛКОГОЛЬНЫЕ ПОТЕРИ** – общая сумма экономических потерь, вызываемых производством, продажей и потреблением «спиртных напитков». Материальные потери очень велики, они не поддаются полному учету. Их вызывают: изъятие из полевого обращения посевных площадей для выращивания сырья, сбор его и транспортировка на пивные, винные и водочные предприятия, производство «спиртных

напитков», хранение и реализация их, прогулы и уменьшение производительности труда, повышенная заболеваемость и замедленное выздоровление пьющих, содержание и лечение дефективных детей, оплата широких сетей наркологической, правоохранительной и карающих служб и т.п. Только из-за сниженной производительности труда алкоголепийц, промышленность в 1984 г. недодала стране продукции более чем на 70 млрд. руб. Подсчет простой.

В 1984 г. повышение производительности общественного труда на 1 % в промышленности давал продукции на семь с лишним миллиардов рублей (Сб. «СССР в цифрах в 1984 году», с.24). Считается, что потребление «спиртных напитков» снижает производительность труда минимум на 10 %. Итак, в 1984 г. советское государство недополучило продукции от промышленности более чем на 7 × 10 = 70 млрд. руб. Это число представляется астрономическим на фоне прошлогоднего дохода государственного бюджета, равнявшегося 376,2 млрд. руб.

Установление в стране трезвости поднимет доходную часть бюджета на 100 с лишним миллиардов рублей, преобразит жизнь общества, резко повысит материальное благосостояние народа.

МЕТОД АППАРАТУРНОЙ ДЕЗАЛКОГОЛИЗМИИ** – позволяет алкоголику самостоятельно с помощью приборов обрести трезвость.

Метод предусматривает следующее: 1) приход алкоголика в кабинет дезалкоголизмии, 2) изучение инструкции, 3) написание аутоанамнеза, 4) установление на его основе и других сведений о себе при посредстве специального прибора стадии алкоголизма, 5) выявление с помощью сингуломера своих индивидуальных особенностей, 6) в соответствии со стадией алкоголизма и индивидуальными особенностями выбор программы самовоздействия, 7) использование этой программы для а) подавления потребности в спиртном, б) угасания привычки к его употреблению, в) очистки сознания от питейной запрограммированности и г) обретения сознательной трезвости.

Аппаратурный метод дезалкоголизмии пока разработан теоретически, поскольку дирекция НИИЭМ[8] отказала в изготовлении аппарата, хотя оно было предусмотрено научным планом. Предполагалось, что задуманный небольшой комплекс приборов будет избавлять отдельных людей или их группы поначалу от алкоголизма и курения, а в дальнем по мере разработки новых программ – от наркомании, избыточного веса, бессонницы, неудачной любви и т.п. Автор не теряет надежды в ближайшем будущем изготовить аппарат, причем, в крайнем случае – собственными руками.

МЕТОД ВЗАИМООТРЕЗВЛЕНИЯ** – метод коллективного обретения пьющими, в том числе алкоголиками, трезвости на основе взаимопомощи. Пьющие создают инициативный клуб случайно пьющих, пьяниц, алкоголиков или смешанный, регулярно встречаются и совместно изучают специально подобранные научно-материалистические противоалкогольные материалы, новые публикации, трезвенные литературные произведения, осуществляют взаимопомощь и дружеский контроль. Каждый клубист пишет аутоанамнез или автобиографию пьющего, систематически ведет дневник. Аутоанамнезы поочередно зачитываются и обсуждаются на собраниях, что оказывает дезалкоголизирующее влияние на слушателей, позволяет лучше узнать друг друга и содействует сближению клубистов. Желающие зачитывают свои наиболее

---

[8] Научно-исследовательский институт экспериментальной медицины Академии медицинских наук СССР. Ныне — Федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Институт экспериментальной медицины». В данном институте впервые в мире были созданы вакцина от полиомиелита, живая вакцина от гриппа, здесь же лечили больных чумой. В данном Институте в своё время работал И. П. Павлов.

В Институте Г.А. Шичко проработал 32 года. Основные научные исследования и экспериментальные работы Г.А. Шичко проводил в области высшей нервной деятельности человека. В 1954 году написал и в 1958 защитил диссертацию на соискание учёной степени кандидата биологических наук на тему «К вопросу о высшей нервной деятельности взрослого человека». Научными руководителями диссертации выступили старейшие ученики и ближайшие помощники И. П. Павлова — профессор И. С. Розенталь и академик АМН СССР П. С. Купалов. – Прим. сост.

интересные дневниковые записи. Клубы взаимоотрезвления – инициативные, они не нуждаются в уставе, в регистрации и даже в извещении какого-либо должностного лица о своем существовании. По достижении основной цели – трезвости, клуб самораспускается. Клубисты, которым не удалось избавиться от алкоголизма, вступают в другой клуб или обращаются за помощью к специалистам.

МЕТОД ГОРТОНОВИЧЕСКОЙ ДЕЗАЛКОГОЛИЗМИИ** – нелечебный и по-настоящему научно-материалистический метод, предусматривающий с помощью специальных занятий превращение алкоголика в сознательного трезвенника. Метод позволяет при его правильном использовании добиваться почти стопроцентного положительного результата. На сегодня – это единственный метод, обеспечивающий полное избавление людей от алкоголизма и резко повышающий их сознательность. Он самый гуманный.

М.Г.Д. предусматривает следующее:

1) написание подробной автобиографии алкоголика (аутоанамнез);

2) в течение установленного периода систематическое ведение дневника;

3) выявление индивидуальных особенностей алкоголика;

4) проведение бесед и психологических сеансов с учетом этих особенностей, аутоанамнеза и дневниковых записей;

5) настройка на бережное отношение к своему здоровью, к здоровью других, на самозащиту от абсурдистских влияний, на добросовестное исполнение семейных и трудовых обязанностей;

б) проверка знаний, взглядов и убеждений[9].

В процессе занятий достигаются следующее:

а) освобождение от питейной запрограммированности;

б) угасание привычки к его употреблению и потребности в нем;

в) усвоение достоверных трезвенных сведений;

г) формирование на их основе научных взглядов и убеждений, относящихся не только к алкогольной проблеме.

Важно отметить следующее: ученые расходовали массу средств и времени на поиск препаратов, которые подавляли бы потребность в спиртном, между тем она угасает в первые один-два сеанса, причем у части алкоголиков появляется отвращение к спиртному. В избавлении людей от алкоголизма решающее значение принадлежит научным знаниям, волевые усилия и борьба с собой по существу не нужны.

Метод применяется в четырех вариантах: индивидуальный, групповой, развернутый и сокращенный.

Выше представлен индивидуальный вариант, при групповом – занятия состоят из лекций, бесед, психологических

---

[9] В архивном материале «Основная трезвенная терминология» приведена следующая формулировка:

«М.Г.Д. заключается в следующем:

1) написание подробной автобиографии алкоголика (анкета);

2) в течение установленного периода руководителем курса систематическое ведение дневника;

3) выявление индивидуальных особенностей алкоголика;

4) проведение бесед и разбор анкет и дневниковых записей;

5) выработка установки на бережное отношение к своему здоровью и здоровью других, на самозащиту от абсурдных влияний, на добросовестное исполнение семейных и трудовых обязанностей;

6) проверка знаний, взглядов и убеждений.

В процессе занятий достигаются следующее:

а) усвоение достоверных трезвенных сведений;

б) формирование на их основе научных взглядов и убеждений, относящихся не только к алкогольной проблеме;

в) освобождение от питейной запрограммированности и привычки к употреблению алкогольных напитков, потребности в них». – Прим. сост.

сеансов, периодической проверки знаний, взглядов и убеждений. Развернутый вариант состоит из 15 полуторачасовых занятий, сокращенный – из четырех трехчасовых, проводимых в два дня.

Желательно, но не обязательно воздержание от употребления спиртного перед началом курса занятий и во время его проведения. Важно, чтобы алкоголик в результате усвоения научных знаний добровольно и сознательно перестал пить, а не по принуждению и не путем волевых усилий.

Слушатели, хорошо усвоившие курс, становятся сознательными трезвенниками, радуются этому, гордятся этим и добровольно проводят противоалкогольную работу, причем некоторые собственными силами оказывают помощь алкоголикам[10].

МЕТОДЫ ДЕЗАЛКОГОЛИЗМИИ** – методы избавления от алкоголизма. Принято считать, будто от алкоголизма можно освободиться только путем медицинского лечения, в действительности же существует много нелечебных методов.

Все известные и возможные методы можно разделить на следующие группы: лечебные методы, гортоновические, административные, товарищеские, семейные, самоличные, религиозные и смешанные. К группе гортоновических методов относятся: метод аппаратурной дезалкоголизмии, метод взаимоотрезвления, полный и сокращенный (двухдневный) курс занятий.

МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ И ИЗБАВЛЕНИЯ ОТ КУРЕНИЯ* – в зависимости от количества людей, подвергающихся противокурительным воздействиям методики, могут быть разделены на три группы: а) индивидуального применения, б) группового, в) массового. Первая группа методик предусматривает

---

[10] Там же.

«Важно, чтобы алкоголик в результате усвоения научных знаний добровольно и сознательно перестал пить, а не по принуждению и не путем волевых усилий или испуга.

Слушатели, хорошо усвоившие курс, становятся убежденными трезвенниками, радуются этому, гордятся и активно включаются в борьбу против пьянства и алкоголизма, некоторые самостоятельно ведут занятия с пьяницами, алкоголиками и курильщиками, помогают им обрести трезвость и некурение». – Прим. сост.

избавление от курений каждого человека в отдельности. Примером может служить лечение курильщиков с помощью лекарств. Каждому ясно, что инъекции лобелина можно производить отдельно каждому человеку. Для методик массового применения характерно то, что предусмотрено одновременное избавление от курения очень многих людей. Эти люди могут быть слушателями больших аудиторий, зрители специального фильма или телепередачи, слушатели радио. Для методик группового применения характерно одновременное использование их для избавления от курения группы людей. Все методики можно разделить на три большие группы: избавление от курения с посторонней помощью, самоизбавление, комбинированные. Каждую из этих групп можно разделить на подгруппы: а) лечебные методики, б) нелечебные методики, в) комбинированные, г) самолечение, д) нелечебные методики самоизбавления, е) комбинированные методики самоизбавления. Для успешного проведения противокурительного курса необходимо соблюдать принцип сингулизма, т.е. принцип учета индивидуальных особенностей людей. Известно, что между людьми по разным признакам существуют значительные различия.

МЕТОД САМОИЗБАВЛЕНИЯ ОТ АЛКОГОЛИЗМА** – позволяет алкоголику самостоятельно обрести трезвость. Метод предусматривает следующее:

1) написание аутоанамнеза;

2) ведение дневника и периодическое прочитывание его;

3) выявление своих индивидуальных особенностей;

4) в соответствии с ними использование специального приема подавления потребности в спиртном и, при наличии показаний, выработки непереносимости его;

5) изучение специально подобранных научных материалов;

6) критический разбор художественных произведений, затрагивающих алкогольную проблему.

МЕТОДЫ САМОИЗБАВЛЕНИЯ ОТ КУРЕНИЯ* – самый простой метод самоизбавления от курения – отказ от него. Со временем произойдет подавление курительной программы и человек станет гарантированным антикурильщиком. Второй

способ – самоизбавление от курения с соблюдением принципа сингулизма.

МОНОПОЛИЯ ВОДОЧНАЯ** – исключительное право государства распоряжаться производством водки и ее торговлей. В нашей стране впервые стала постепенно вводиться с 1894 г., в 1914 г. массовое трезвенное движение ликвидировало ее.

В.И. Ленин был противником водочной монополии, введена после его смерти (1925) и действует в наши дни.

НЕКУРЯЩИЙ* – человек, совершенно не употребляющий табачные изделия,

НЕПЬЮЩИЙ – человек, совершенно не употребляющий этанолосодержащие жидкости.

НИКОТИН* – табак в 16 веке был подарен французской королеве в качестве лечебного средства от головной боли послом Португалии Ж. Нико (отсюда - "никотин"). Никотином принято называть один из химических продуктов, образующийся при курении, вследствие сухой возгонки табака. Никотин - ядовитое вещество, смертельная доза для человека - 50 мг. Выделяется из организма с мочой, потом, грудным молоком. Кроме того, никотин – наркотик. При курении вызывает краткую эйфорию, по некоторым данным рефлекторного характера. К никотину, как и к любому наркотику, развивается привыкание, а затем влечение. При начальном употреблении никотин вызывает вместе с другими ядовитыми веществами, образующимися при курении, острое отравление никотином. В дальнейшем такое отравление становится хроническим и отрицательные реакции подавляются.

ОБЩЕСТВО ТРЕЗВОСТИ** – добровольная и обычно многочисленная организация, борющаяся за трезвость. В нашей стране в дореволюционное время имелось много обществ трезвости, в 1928 г. в связи с быстрым ростом распространенности пьянства, вызванным водочной монополией, появилось общесоюзное Общество борьбы с алкоголизмом, имевшее свой печатный орган – журнал «Трезвость и культура». Общество провело большую отрезвляющую работу, в короткое время добилось заметного снижения пьянства, планировало во вторую пятилетку навсегда изгнать из жизни советского народа водку и

пиво, однако к концу первой пятилетки было сначала преобразовано, а затем распущено (1932).

В настоящее время намечена организация Всесоюзного добровольного общества борьбы за трезвость. Активная, научная и целеустремленная деятельность будущего Общества способна привести к постепенному сознательному отказу населения от употребления спиртных напитков.

ОРДЕН «ЗА ПЬЯНСТВО» – восьмиугольная чугунная отливка с металлическим обручем для подвешивания к шее, и с надписью посредине: «За пьянство». Орден учреждён Петром I и служил «наградой» для злостных алкоголиков.

ОСТРОЕ ОТРАВЛЕНИЕ ТАБАКОМ* - отравление, вызванное курением табака у начинающих курильщиков. Симптомы: рвота, частый пульс, судороги, подъем кровяного давления. Обычно наблюдается при первых попытках курения.

ОПОЙ – тяжелое опьянение, нередко приводящее к смерти.

ОПЬЯНЯЮЩИЕ ВЕЩЕСТВА – вещества, вызывающие состояние опьянения. К ним относятся многие яды: этанол, метанол, антифриз и др.

ПОТРЕБНОСТЬ В НИКОТИНЕ* – очень сильная нужда в табаке, при неудовлетворении ее в определенный промежуток времени могут возникнуть абстинентные страдания. У многих они протекают слабо. Полностью не исчезают. Может быть нейтрализована.

ПОТРЕБНОСТЬ В АЛКОГОЛЕ (ЭТАНОЛЕ) – очень сильная, иногда непреодолимая тяга к спиртному, появляющаяся у пьющего после приема первых порций его, а у алкоголиков – почти непрекращающаяся жажда выпить. Воздержание от удовлетворения потребности вызывает все усиливающееся болезненное состояние – абстинентные страдания. Это состояние иногда бывает настолько мучительным, что алкоголик готов пойти на все ради снятия или смягчения страдания. При тяжелой абстиненции горемыки пьют суррогаты алкоголя и другие ядовитые вещества, ничего общего не имеющие со спиртным, совершают преступления или самоубийства. Однако, как показывает практика, достаточно перемучаться некоторое время, чтобы потребность стала слабеть, а затем угасла.

Ученые-медики ведут поиск препаратов, которые уничтожали бы или подавляли потребность в спиртном, однако эта работа представляется напрасной тратой времени, труда и народных средств. К тому же нет необходимости иметь такое лекарство, поскольку потребность в алкоголе легко и быстро угасает в результате гортоновических занятий - разумных трезвенных бесед и лекций. У алкоголиков, отличающихся хорошей вникаемостью, удается очень быстро не только подавить потребность, но и выработать непереносимость спиртного[11].

Потребность в этаноле – специфический признак алкоголика, именно с ее появлением завершается процесс алкоголизмии. Она не поддается полному уничтожению, даже после многолетнего воздержания от спиртного ее следы сохраняются. Потребность иногда возрождается после одной-двух или нескольких выпивок. В связи с этим наркологи категорически и навсегда запрещают своим пациентам прием алкоголя и спиртосодержащих жидкостей.

ПОЯВЛЕНИЕ ПРИВЫЧКИ – характерный признак пьяницы.

ПОЯВЛЕНИЕ ПОТРЕБНОСТИ (в спиртном) – признак алкоголизма.

ПРАВО МЕСТНОГО ЗАПРЕТА – право трудящихся самостоятельно решать вопрос о существовании питейных заведений в районе их проживания, в местах трудовой деятельности или вблизи от них. В нашей стране это право впервые было предоставлено сельским обществам в мае 1885 г., в связи с чем началось второе отечественное трезвенное движение, выразившееся в массовом закрытии кабаков. Быстрое отрезвление Руси было прервано введением царской винной монополии (1895) и ограничением права местного запрета. В марте 1914 г. ограничения сняли под влиянием прогрессивных деятелей и большевиков. Это вызвало третье трезвенное движение, которое через полгода завершилось установлением в стране трезвости,

---

[11] В материале «Маленький словарь трезвенника» (1984 г.) содержится следующая формулировка: «У алкоголиков, отличающихся хорошей вникаемостью, удается в несколько минут не только подавить потребность, но и выработать непереносимость спиртного и его запаха». – Прим. сост.

которая после победы Великой Октябрьской революции была закреплена соответствующим Постановлением СНК[12], подписанным В.И. Лениным (см. статью «Трезвенные движения»)[13]. Введением в 1925 году государственной винной монополии это право местного запрета было упразднено, однако, в 1927 г. под нажимом прогрессивных сил советское правительство предоставило право закрывать питейные заведения, а в период четвертого трезвенного движения (1928-1932) в 1929 г. подтвердило его. Оно имело целый ряд ограничений, потом пользовались им редко, затем о нем забыли, после Великой Отечественной войны было практически отменено[14].

ПРИВЫКАНИЕ К ТАБАКУ* – постепенное ослабление защитных реакций организма на курение.

ПРИВЫКАНИЕ К ЭТАНОЛУ (АЛКОГОЛЮ)** – постепенное ослабление защитных реакций, на прием алкоголя. У новичка спиртные напитки вызывают комплекс защитных реакций, обычно появляющихся при пищевом отравлении: тошноту, рвоту, головокружение и некоторые другие. Многократный прием алкоголя как бы проделывает брешь в защите организма от ядов, и он все слабее реагирует на их поступление, происходит привыкание. Теперь даже массивные выпивки не вызывают рвоты, суточная доза некоторых алкоголиков доходит до 2, а в отдельных случаях – до 4 л водки. Частые выпивки снимают защиту организма не только от алкоголя, но и от некоторых других ядов, в том числе наркотических. Давно известно, что алкоголики

---

[12] Советом народных комиссаров. – Прим. сост.

[13] Известны две статьи Шичко под данным названием: первая, более полная – «Трезвенные движения в нашей стране, их особенности и практическое значение» (Реферат доклада для противоалкогольной конференции, намечаемой в Нижнем Тагиле, 21 февраля 1979 года); вторая, сокращенный вариант - «Трезвенные движения» (газета «Южная правда», 10 сентября 1982 года). – Прим. сост.

[14] Тем не менее, отвечая на вопросы трудящихся г. Тольятти, М.С. Горбачев сказал, что в местечке, где он родился, был проведен сельский сход, на котором постановили закрыть все питейные заведения. Таким образом, было подтверждено официальное существование права местного запрета, которым в настоящее время воспользовались во многих местах нашей страны. – Прим. Шичко.

значительно хуже трезвенников впадают в наркотическое состояние, причем некоторое пытаются драться, будучи на операционном столе. С переходом пьющего к воздержанию от спиртного происходит восстановление защитных реакций.

Привыкание нельзя смешивать с привычкой.

ПРИВЫЧКА К УПОТРЕБЛЕНИЮ СПИРТНОГО** – 1) устойчивая автоматизированная тенденция выпивать по случаю определенных событий, через какие-то периоды или в каких-то ситуациях. Если человек пьет только по праздникам, или только в выходные дни, или при встрече с друзьями, у него вырабатывается соответствующая привычка. Воздержание от реализации привычки вызывает психологическую неудовлетворенность. Привычка к употреблению спиртного сама собой угасает в случае отказа от регулярных выпивок. Ее можно подавить грамотной лекцией, умелой беседой, или специальным психологическим сеансом; 2) устойчивые действия в питейных и курительных ситуациях. Например, выпивать по случаю определенных событий, закуривать после обеда...

ПРИВЫЧКА К УПОТРЕБЛЕНИЮ ТАБАКА* – устойчивая, автоматизированная тенденция периодически закуривать в определенных ситуациях, обстановке и т.п. Воздержание от реализации привычки вызывает психологическую неудовлетворенность. Привычка к периодическому закуриванию сама собой угасает в случае отказа от периодического закуривания.

ПРИНУЖДЕННИК – 1)* незапрограммированный на курение человек, но курящий; 2)*** человек, которого заставляют употреблять спиртное. Принужденник не имеет питейного убеждения и настройки на прием спиртного, иногда располагает некоторыми проалкогольными сведениями.

ПРИНЦИП ГУМАННОСТИ*** – принцип чуткого, благожелательного отношения к людям, обратившимся за помощью. Надлежит так вести себя, чтобы это содействовало повышению эффективности воздействий.

ПРИНЦИП ЛИЧНОГО ПРИМЕРА*** – принцип обязывает всех, проводящих противоалкогольную работу, в том числе наркологов, быть трезвенниками. Принцип так сформулирован в

сборнике древнеиндийской мудрости: «Как он поучает другого, так пусть поступает и сам».

ПРИНЦИП НЕРВИЗМА*** – принцип понимается по-павловски[15]. Принцип обязывает при рассмотрении патологического процесса непременно учитывать роль нервной системы. Формирование алкоголизма почти целиком связано с нервной системой, с патофизиологическими изменениями, происходящими преимущественно в коре больших полушарий, именно поэтому удается успешно проводить дезалкоголизмию с помощью словесных воздействий. Ключ от проблемы алкоголизма находится не у биохимиков, как многие считают, а у психологов и физиологов.

ПРИНЦИП МАТЕРИАЛИСТИЧЕСКОГО МОНИЗМА*** – принцип, согласно которому необходимо: а) решительно отвергать представления о сверхъестественном и намёки на него, б) исходить из признания психической деятельности функцией, физиологической деятельностью головного мозга. Принцип требует проявлять личную активность, не надеяться на чудеса и случайности.

ПРИНЦИП ОПТИМАЛИЗМА – 1) принцип поиска и выбор наилучших, оптимальных решений. Алкоголик имеет перед собой ряд вариантов дальнейшей жизни, в том числе: пить пуще прежнего, оставить все неизменным, перейти на более слабые напитки, уменьшить частоту выпивок, обрести трезвость. Оптимальный вариант – стать трезвенником, наихудший, пессимальный – пить пуще прежнего. Человек, умело руководствующийся принципом оптимализма, живет наилучшей, полноценной и наиболее полезной жизнью. Существование пьяницы, алкоголика – противоположность такой жизни; 2) постоянное совершенствование разумного образа жизни, бескорыстная помощь другим обрести наилучший образ жизни.

---

[15] Нервизм - концепция преимущественного значения нервной системы в регулировании физиологических функций и процессов жизнедеятельности организма животного или человека. Понятие «нервизм» введено русским физиологом, лауреатом Нобелевской премии Иваном Петровичем Павловым. – Прим. сост.

ПРИНЦИП СИНГУЛИЗМА – принцип учета индивидуальных особенностей человека. Игнорирование этого принципа приносит большой ущерб обществу, например, мешает резкому повышению выздоравливаемости больных, подъему воспитательной и учебной работы. К общим основным свойствам нервной системы человека относятся: вникаемость, памятливость и подвижность.

ПРОАЛКОГОЛЬНАЯ (питейная) ЗАПРОГРАММИРОВАННОСТЬ –

1) искаженность сознания ложными проалкогольными сведениями, вынуждающая человека, вопреки инстинкту самосохранения, поглощать алкогольную отраву;

2) изуродованность сознания ложными проалкогольными сведениями, включающая в себя настроенность (установку) на употребление спиртного, программу отношения к нему и проалкогольное убеждение;

3)*** комплекс временных связей, искаженно отобразивший алкогольную проблему и принуждающий человека употреблять спиртные напитки.

ПРОАЛКОГОЛЬНАЯ (питейная) СОЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА*** – совокупность значимых проалкогольных сведений, на основе которых происходит питейное программирование.

ПРОАЛКОГОЛЬНОЕ (питейное) ПИТЕЙНОЕ ПРОГРАММИРОВАНИЕ*** – проалкогольные воздействия, формирующие питейную запрограммированность.

ПРОАЛКОГОЛЬНЫЙ ПРОГРАММИСТ – человек, распространяющий проалкогольные ложные сведения и тем программирующий своих слушателей, читателей или зрителей. Все алкоголепийцы в той или иной мере являются проалкогольными программистами, наиболее социально опасны – сивушники.

ПРОГРАММА ОТНОШЕНИЯ К ТАБАКУ* – решение относительно особенностей курения. Это решение отвечает на такие вопросы: что, как, сколько, с кем, в какой обстановке курить. С течением времени программа изменяется. Никто, начиная курить, не планирует курить по 2 пачки в день, подбирать окурки с лестницы, если нечего курить.

ПРОГРАММА УПОТРЕБЛЕНИЯ СПИРТНОГО** – решение относительно особенностей приема «алкогольных напитков». Это решение отвечает на такие вопросы: что пить? как? сколько? до какого состояния? с кем пить? в какой обстановке? С течением времени программа изменяется, никто, например, не планирует в период приобщения к спиртному пить одеколон, политуру, клей БФ и т.п., но с обретением алкоголизма многие включают эти суррогаты в свою программу.

ПРОДЛЕНИЕ ЖИЗНИ** – межведомственная комплексная научная программа увеличения продолжительности жизни, повышения трудоспособности, активного долголетия населения, утвержденная Министерством здравоохранения, АН, АМН СССР[16]. Важнейшее условие успешного выполнения программы - широкое распространение трезвости и противокурения. Считается, что алкоголизм сокращает жизнь человека на 15-20 лет, а курение на 10-15 лет. Существенными факторами, вызывающими старение и преждевременную смерть, являются переедание и психические травмы.

ПРОКУРИТЕЛЬНАЯ ЗАПРОГРАММИРОВАННОСТЬ* – 1) искаженность сознания ложными прокурительными сведениями, вынуждающая человека вопреки инстинкту самосохранения поглощать явную отраву; 2) изуродованность мозга (сознания) ложными прокурительными сведениями, включающая в себя установку (настроенность) на курение, программу отношения к нему и прокурительное убеждение.

ПРОКУРИТЕЛЬНЫЙ ПРОГРАММИСТ* – человек, распространяющий прокурительные ложные сведения и тем программирующий своих слушателей, читателей или зрителей. Все курильщики в той или иной мере являются прокурительными программистами.

ПРОТИВОАЛКОГОЛЬНЫЙ АБСУРДИСТ** – непьющий человек, выдумывающий и распространяющий или только распространяющий искаженные противоалкогольные сведения. Обычно к этой «святой лжи» прибегают из доброго желания

---

[16] АН – Академия наук СССР, АМН – Академия медицинский наук СССР. – Прим. сост.

склонить людей к воздержанию от употребления спиртного. Противоалкогольные абсурдисты наряду с пользой приносят вред великому делу борьбы против алкоголепотребления, они подрывают доверие к лекторам-трезвенникам и к их выступлениям, деформируют сознание людей, принимающих ложное за истинное.

Никакие благие помыслы противоалкогольного абсурдиста не могут оправдать допускаемые им выдумки, искажения фактов, фальсификацию статистических данных. Самое сильное противоалкогольное средство – научная правда, при умелом использовании ее удается легко превращать пьяниц и алкоголиков в трезвенников.

ПРОТИВОАЛКОГОЛЬНЫЙ ПРОГРАММИСТ – человек, проводящий трезвенное программирование. Имеется две разновидности такого программирования – религиозное и благоразумное, последнее выгодно использовать для превращения детей в трезвенников.

ПРОТИВОКУРИЛЬЩИК* – не запрограммированный прокурительно человек и некурящий.

ПРОТИВОКУРИТЕЛЬНЫЙ ВЕРИТИСТ* – носитель и распространитель, пропагандист научных истин о курении.

ПРОТИВОКУРИТЕЛЬНЫЙ ПРОГРАММИСТ* – человек, проводящий противокурительное программирование.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАПРОГРАММИРОВАННОСТЬ – комплекс временных связей, отобразивший определенную социально-психологическую программу и принуждающий человека выполнять её.

ПЬЮЩИЙ – человек, употребляющий этанолсодержащие жидкости.

ПЬЯНИЦА[17] – 1) человек, проалкогольно запрограммированный и регулярно пьющий (например, по праздникам). Так называемые «умеренно пьющие» на самом деле – самые настоящие пьяницы; 2)** проалкогольно запрограммированный человек, имеющий привычку к регулярному употреблению спиртного и поглощающий его. Истинно заявление проф. А. Портнова: «Гораздо правильнее назвать пьянством систематический прием спиртного, пусть даже в небольших дозах». (А. Портнов. Пьянство и алкоголизм. «Вечерний Новосибирск», 23.01.1973, с.3). Так называемые «умеренно пьющие» на самом деле являются пьяницами.

ПЬЯНСТВО – систематическое употребление спиртных напитков вследствие сформировавшейся привычки.

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ АЛКОГОЛЕПОТРЕБЛЕНИЯ** – процент (доля) населения, употребляющий «спиртные напитки». Точно выяснить число алкоголепийц в стране сложно, об их распространенности можно судить косвенно – по потреблению абсолютного алкоголя, приводящегося на душу населения, начиная с новорожденных или с определенного возраста. В последний период подсчеты стали производить для населения в возрасте с 15 лет. И это более правильно, поскольку, дает более правильную картину.

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ АЛКОГОЛИЗМА** – процент алкоголиков среди всего или части населения. В последнее время расчет производится относительно населения в возрасте с 15 лет. В некоторых странах распространенность алкоголизма среди этой части населения доходит до 10 %. Высок этот показатель и в нашей стране.

РЕАЛКОГОЛИЗМИЙНОСТЬ – подверженность воздержанника рецидиву алкоголизма, зависит от индивидуальных

---

[17] В некоторых работах Г.А. Шичко использует также термин «умеренник» как синоним пьяницы. См., например, «Разработка индивидуального психофизиологического подхода к избавлению от алкоголизма (Заключительный отчёт)» Отчёт опубликован в книге Шичко Г.А. Метод Геннадия Шичко. Теория психологического программирования: в 2 томах. Том 2. Научные основы теории психологического программирования. – М.: Концептуал, 2024. – 352 с. – Прим. сост.

особенностей человека, метода дезалкоголизмии и окружающей среды.

РЕЛИГИОЗНЫЙ ТРЕЗВЕННИК*** – 1) трезвенно запрограммированный верующий, считающий алкоголепитие греховным занятием, влекущим за собой тяжелую божью кару. Р.Т. не располагает научными знаниями об алкогольной проблеме. У Р.Т. на основе мистических представлений сформировалась трезвенная запрограммированность, которая удерживает от потребления «спиртных напитков». Значительная часть населения Земли относится к религиозно запрограммированным трезвенникам.

РЕМИССИЯ** (лат. remissio – ослабление, освобождение, прекращение) – ослабление болезненных проявлений у алкоголика, период воздержания от употребления спиртного,

САМОГОН – алкогольный напиток, изготавливаемый в домашних условиях из крахмалистых и сахаристых продуктов. Состоит из воды, этилового спирта и побочных продуктов брожения, к которым относятся очень ядовитые сивушные масла (высшие спирты – амиловый, бутиловый, изоамиловый и др.). В самогоне содержится от 0,1 до 0,9 % сивушных масел, поэтому он отличается высокой токсичностью и значительно быстрее узаконенных «спиртных напитков» разрушает здоровье и приводит к психической деградации. Изготовление самогона является уголовным преступлением.

САМОЛИЧНАЯ ДЕЗАЛКОГОЛИЗМИЯ*** – самоизбавление от алкоголизма.

СЕБЕСТОИМОСТЬ ЭТАНОЛА (СПИРТА)** – все затраты на производство и сбыт спирта, представленные в денежном выражении. Полная себестоимость включает в себя фабрично-заводскую себестоимость (затраты на производство в целом по винокуренному предприятию), расходы на реализацию спирта и некоторые внепроизводственные траты. Полная себестоимость этанола зависит от многих причин, в том числе от мощности винокуренного завода, его технического оснащения, вида и качества сырья, производительности труда.

Нередко можно слышать уверения, будто спирт стоит копейки – пятак 1 л. Это не так. Например, в 1980 и 1981 гг.

себестоимость 1 л. на Караванском спиртзаводе равнялась соответственно 40,5 и 38,2 коп. («Ферментная и спиртная промышленность», 1983, №1, с.21).

СИВУШНИК – алкоголепийца, который зловредным делом и лживым словом активно препятствует распространению трезвости и порочит ее. Большой вред приносят сивушники, связанные со средствами массовой информации и искусством. Термин образован от слова «сивуха», которым обозначают сивушное масло и плохо очищенную водку.

СИВУШНОЕ МАСЛО – 1) маслянистая жидкость, обладающая неприятным запахом и высокой токсичностью. Является побочным продуктом спиртового брожения. Содержится в сравнительно больших количествах в спирте-сырце и в самогоне. Сивушное масло состоит в основном из одноатомных спиртов жирного ряда – изоамилового, пропилового и др. 2)** дополнительный продукт спиртового брожения, представляющий собой смесь многих вредных веществ. Сивушные масла содержатся в больших количествах в спирте-сырце (0,23-0,64 %) и самогоне, сравнительно немного в «спиртных напитках». Состоят в основном из одноатомных спиртов – пропилового, изобутилового и изоамилового, в небольшом количестве входят жирные кислоты, сложные эфиры, альдегиды и др. вещества. Сивушные масла – маслянистая жидкость, с весьма неприятным запахом, очень ядовита, в смеси с водой мутнеет. Применяются в химической, металлургической, парфюмерной и фармацевтической промышленности.

СИВУШНЫЙ РЕАКЦИОНЕР – алкоголепийца или непьющий злоумышленник, подрывающий советское противоалкогольное законодательство и сдерживающий трезвенное движение. К сивушным реакционерам относятся, например, самогонщики, нарушители правил торговли спиртным, авторы кинокартин, телевизионных передач и литературных произведений, прямо или косвенно восхваляющих спиртные напитки и пропагандирующих их употребление.

СИНДРОМ ПОХМЕЛЬЯ – 1) состояние, при котором алкоголик чувствует необходимость употребления алкоголя после очередной выпивки с целью улучшения самочувствия. На первом

этапе развития синдрома абстинентные расстройства возникают после массивных выпивок, обычно на следующее утро имеют место: тремор, боли в области сердца, головная боль, головокружение, сухость во рту, тошнота, вялость, ломота во всем теле и т.д. Улучшение самочувствия достигается как приемом алкоголя, так и питьем крепкого чая или кофе. Позже расстройства появляются не только после обильной выпивки, но даже и в небольших дозах прием спиртного вызывает у алкоголиков синдром похмелья, который тот устраняет алкоголем. Затем к соматовегетативным расстройствам присоединяются психологические: тревога, беспредметный страх, чувство виновности, состояние обреченности и др. Нарушается сон, сновидения имеют часто устрашающий характер. Алкоголик опохмеляется не только утром, но и в любое другое время суток, чаще - неоднократно. Но иногда алкоголики остатками волевых усилий преодолевают путем воздержания от алкоголя похмельный синдром и через два-три дня их состояние улучшается; 2)** расстройство самочувствия алкоголика, появляющееся при второй стадии алкоголизма, устраняется приемом спиртного.

СЛУЧАЙНО ПЬЮЩИЙ (СЛУЧАЙНИК) – питейно запрограммированный человек, эпизодически употребляющий спиртные напитки.

СОЗНАТЕЛЬНЫЙ ТРЕЗВЕННИК – 1) трезвенник, хорошо усвоивший алкогольную проблему, постигший и осознавший всю вредность алкоголя, в связи с чем является не только убежденным, но и воинственным трезвенником, пропагандистом трезвых идей, борцом за установление трезвости в стране; 2) трезвенник, хорошо знающий алкогольную проблему и на основе этого осмысленно избравший безалкогольную жизнь; 3)*** человек, избравший трезвость сознательно на основе достаточного запаса научных знаний по алкогольной проблеме. Это единственная подгруппа, которая действительно пользуется свободой выбора между алкоголепитием и трезвостью. Сознательные трезвенники – особо ценная часть населения, которую невозможно приобщить к спиртному, их отличает принципиальность, благожелательное, сочувственное отношение к пьющим; алкоголиков они считают не

отбросами общества, а жертвами пьющих, стараются в меру возможностей помогать им.

СОМНОГИПНОЗ*** – гипнотический сон.

СТАДИИ АЛКОГОЛИЗМА – степени тяжести алкогольного страдания. Специфическая особенность алкоголиков – потребность в этиловом спирте, по мере пьянства она изменяется. В зависимости от ее выраженности различают три стадии алкоголизма, которые имеют порядковые номера или разные названия. Первая стадия характеризуется слабой выраженностью потребности; вторая – средней, третья – сильной. Физиологическими спутниками потребности в этаноле являются: переносимость алкоголя (толерантность), подавленность рвотного рефлекса, утрата количественного и ситуационного самоконтроля, похмельный абстинентный синдром, забывание событий периода опьянения, характер пьянства, психозы и некоторые другие.

Первая стадия алкоголизма. Потребность слабо выражена, но по мере продолжения возлияний усиливается, алкоголик способен ее преодолеть и самостоятельно стать воздержанником; толерантность непрерывно поднимается и превосходит первоначальную раза три; отсутствует рвотная защитная реакция; утрачивается способность произвольного прерывания выпивки; похмельный абстинентный синдром слабо выражен и не всегда появляется; отмечаются полимпсесты, т. е. отрывочные воспоминания о событиях периода опьянения; пьянство имеет относительно систематический характер.

Вторая стадия алкоголизма. Потребность настолько значительна, что алкоголик не способен справиться с нею; толерантность достигает наибольшего значения и далее многие годы держится примерно на этом уровне, затем намечается падение ее; рвотный рефлекс отсутствует; к утрате количественного контроля присоединяется утрата ситуационного; становится выраженным похмельный абстинентный синдром; полимпсесты сменяются забыванием все больших отрезков периода опьянения; пьянство систематическое и запойное; изредка появляются психозы и эпилептиформные припадки.

Третья стадия алкоголизма. Потребность в спиртном ярко выражена, она вспыхивает и становится непреодолимой после

приема рюмки алкогольного напитка; толерантность значительно снижается; восстанавливается рвотный рефлекс; полностью утрачивается количественный и ситуационный самоконтроль; абстинентный синдром ярко выражен; забывание событий периода опьянения бывает постоянное, полное и происходит даже после приема небольших доз алкоголя; систематическое и запойное пьянство; часто появляются психозы и выраженные эпилептиформные припадки; быстро протекают: деградация личности, резкое снижение профессиональных навыков и трудоспособности, утрата связей с родственниками и трудовым коллективом.

СТЕПЕНЬ ОПЬЯНЕНИЯ – уровень отравленности организма алкогольными напитками. Имеется много классификаций С.О., клиническая классификация исходит из концентрации этанола в крови, которая выражается в тысячных долях - промилле. Степени опьянения и соответствующие им концентрации алкоголя в крови: легкая - 1-2, средняя - до 4, тяжелая - до 6-7, смертельная - свыше 7 промилле.

Для успешного проведения отрезвляющей работы наиболее подходящей является классификация, исходящая не из концентрации алкоголя в крови, а из степени отравленности организма и прежде всего поражения мозга. Выделено шесть С.О.: дурашливость, буйность, параличность, безумность, усыпленность и наркозность.

Первая стадия отравления (искусственное веселье, дурашливость) – слабое опьянение, которое появляется после приема малой дозы этанола, характеризуется ненормальным возбуждением, в связи с которым появляются: повышенная подвижность, болтливость, развязность, бахвальство, шумливость, самонадеянность.

Вторая стадия отравления (буйность) – опьянение, при котором достигается наибольшая патологическая возбужденность мозга, которая обуславливает повышенную раздражительность, вспыльчивость, озлобленность, склонность к скандалам и дракам. Буйность не всегда проявляется в таком виде: если пьяного никто и ничто не тревожит, он может вести себя спокойно.

Третья стадия отравления (параличность) – степень опьянения, при которой возбуждение у пьющего сменяется все усиливающимся торможением мозга. Характерными признаками третьей С.О. является усиливающееся нарушение координации двигательных актов: речи, ходьбы, работы рук. Иногда парально пьяный не может самостоятельно передвигаться.

Четвертая стадия отравления (безумность) – такая отравленность мозга этанолом, при котором имеет место как бы функциональный распад мозга. Утрачена тонкая согласованная мозговая деятельность, сознание подавлено, поэтому безумно пьяный не соображает, что делает и говорит, он порой бормочет всевозможные нелепости. Способность думать нарушена, зачастую полностью утрачивается. Признаки безумности наблюдаются при первых трех С.О., однако она ярко выражается лишь при четвертой, когда переходит в безумство.

Пятая стадия отравления (усыпленность) – алкогольный сон. Пьяный полностью не утрачивает чувствительность, поэтому его можно тем или иным способом разбудить, даже поставить на ноги, однако двигательные акты у него нарушены еще во время третьей С.О.

Шестая стадия отравления (наркозность) – алкогольный наркоз. Пьяный полностью утрачивает чувствительность и защитные рефлексы, поэтому может утонуть в ванне и в луже, захлебнуться рвотной массой, сгореть в огне, вызванном выпавшей изо рта сигаретой.

Наркотическая широта этанола мала, т. е. мало отличаются дозы, приводящие к наркозу и к смерти, поэтому в части случаев наркоз переходит в смерть.

«СУХОЙ ЗАКОН» – народное неофициальное название принятого в 1919 г. конгрессом США закона, запретившего производство и продажу спиртных напитков (Prohibition Act – запрещение продажи спиртных напитков, закон). Закон вступил в силу в январе 1920 г., а в декабре 1933 г. был отменен.

В нашей печати издавна неправильно освещаются причины отказа от «сухого закона», вина возлагается на трудящихся, якобы творивших массовые преступления, поскольку «запретный плод сладок», и тем создавших ситуацию хуже прежнего. Это яркий

пример абсурдистской логики питейных программистов. Материализм, здравомыслие и жизнь обязывают считать, что правительственное введение запрета на что-то снижает его распространенность. Проалкогольные абсурдисты ложным освещением последствий введения в США запретительной системы, будто вызвавшей рост смертности, отравлений и преступности стремятся сдержать распространяемость положительного отношения к нему среди нашего населения. Если допустить, что американские власти оказались бессильны в схватке с нарушителями «сухого закона», откуда они черпают энергию на проведение длительной и упорной борьбы с торговцами наркотиками? Почему правительство не допускает свободную торговлю ими по тем же мотивам, по которым отменило «сухой закон»?

Под влиянием российской запретительной системы и тяжелых последствий империалистической войны резко усилилось тяготение народов многих стран к трезвости, в ответ на это международная сивушная реакция начала создавать свои организации для пресечения трезвеннических устремлений. Например, в 1921 г. в Лозанне была основана «Международная Лига против запрета», в нее вошли представители многих стран, она пользовалась поддержкой части крупных миллиардеров. На счету этой реакционной организации много черных противонародных сивушных побед: она в 1922 г. внесла значительный вклад в провал запрета в Швеции, сорвала обсуждение алкогольной проблемы в Лиге Наций, приложила свои усилия к подрыву «сухого закона» в США. Существовали и национальные сивушные организации, так в 1921 г. в Швейцарии был создан «Центральный Секретариат, предназначенный для борьбы с излишками воздержания», задавшийся целью «препятствовать преувеличенному и ошибочному влиянии фанатиков воздержания, пробуждая в массах интерес к алкоголю». К международной сивушной реакции примкнули правительства некоторых стран: в 1922 г. под нажимом Испании в Исландии отменили запрет «алкогольных напитков»; в 1927 г. под угрозами правителей Испании, Португалии и Франции пала запретительная система в Норвегии; в 1919 г. Франция выразила протест в связи с

принятием США «сухого закона». Введение этого закона вызвало, положительные изменения в стране (снижение смертности, преступности, прогулов и т.п.), однако национальная и международная сивушная реакция приложила максимум стараний, чтобы наводнить страну подпольными и контрабандными «спиртными напитками», спиртное ввозили флотилиями и эшелонами. Это показывает, что борьба с алкогольной преступностью велась слабо. Республиканская партия отстаивала запретительную систему и этим собирала немало голосов на выборах, оппозиционная демократическая партия требовала отмены его. Тяжелый кризис (1929-1935) резко ослабил правящую партию, на выборах 1932 г. одержали победу демократы и в декабре 1933 г. отменили «сухой закон».

Ни одна запретительная система не была отменена по вине населения, в странах, правительства которых отстаивали ее и вели непримиримую борьбу с нарушителями, она выдержала испытание временем. Мусульманское население арабских стран второе тысячелетие трезво живет и не посягает на религиозный запрет. Во многих странах благополучно существует запрет на спиртное и его не собираются отменять (Ливия, Иран, Саудовская Аравия и др.).

Отечественная запретительная система (1914-1925) принесла много благ нашей Родине, отменили ее после смерти В.И. Ленина, под предлогом «заполучить необходимые оборотные сродства для развития нашей индустрии своими собственными силами...» (И.В. Сталин. Соч., т. 10, с. 232). Жизнь показала, что этот путь ложный, он привел не к усилению темпов развития промышленности, а к снижению, к резкому подъему прогулов, брака, поломок машин, преступности, хулиганства и т.п. Индустриализация страны не по-ленински, а по-сталински, с помощью водки, очень дорого обошлась Советскому народу, мы все еще продолжаем расплачиваться за нее жизнями, здоровьем и благополучием населения, многочисленными бедами, огромными экономическими потерями и многим-многим другим.

Сивушная реакция, добившись отмены запретов на спиртное, начала дискредитировать это многосторонне ценное и разумное мероприятие, распространяло слухи о несостоятельности «сухого закона», о печальных последствиях его введения, причем в

качестве основного аргумента все еще используется не совсем удачный опыт США. Сивушники лживыми разглагольствованиями о порочности «сухого закона» одурачили очень многих несведущих, в том числе учителей, а эти ложные представления внедряет в сознание учащихся и тем деформируют его.

Люди, обладающие здравым и деловым мышлением, это в первую очередь простые труженики, видят преимущества запретительной системы, поэтому высказываются в ее пользу и недоумевают, почему не воспользуются ею, чтобы сразу избавиться от многочисленных бед и потерь?

Запрет на производство и торговлю «алкогольными напитками» – радикальный способ решения алкогольной проблемы, он сам по себе способен утвердить в стране трезвость, но, конечно, не обойдется без его нарушений. Более подходящий метод – избавление советян от проалкогольной запрограммированности и оказание им помощи в усвоении научных знаний с тем, чтобы они стали благоразумными или сознательными трезвенниками. Трудно сомневаться в том, что с обретением трезвости подавляющим большинством не замедлит появиться запретительная система.

Литература: Э.А. Гуревич, А.З. Залевский. Алкоголизм, 1930[18] / «Советская историческая энциклопедия». М., 1971, т.13, с. 974; Справочник «Политические партии». М., 1981, с.321-325.

ТАБАК* - растение, листья которого обладают наркотическим свойством. Завезен в Европу из Америки в 15 веке испанскими завоевателями. Первые достоверные сведения о табаке относятся к 1496 г. При курении табака образуются следующие химические вещества: никотин - яд и наркотик, аммиак, смолистые

---

[18] У нас в стране рождается 18% дебилов и столько же полудебилов, т.е. почти 36% - практически каждый третий – неполноценный для государства человек (из выступления профессора Искакова). Дебил высоковозрастный – это человек, по умственному развитию отброшенный на миллионы лет назад, т.е. питекантроп; полудебил – неандерталец. – Прим. Шичко.
(Искаков Борис Иванович (14 ноября 1934 – 26 сентября 2016) – активный деятель трезвеннического движения, первый президент Международной славянской академии наук, образования, искусств и культуры, заведующий кафедрой статистики МИНХ (РЭУ) им. Г.В. Плеханова, доктор экономических наук, профессор. – Прим. сост.).

вещества, угарный газ. В смолистые вещества входит бензопирон - опасный канцероген, содержатся радиоактивные вещества.

ТЕРАТОГЕННЫЕ ФАКТОРЫ** – факторы, под влиянием которых у беременных женщин рождаются уродливые дети. Четверть века назад в ФРГ и в ряде других западных странах наблюдались массовые случаи рождения уродливых детей (без рук, или без ног и т.п.) у женщин, принимавших снотворный препарат талидомид. В настоящее время обнаружено много тератогенных препаратов: противотошнотный бендектин, хлористый калий, спирты и др. К счастью, эмбрионы с тяжелыми повреждениями погибают, в случае начала патологического процесса на 7-8 неделе беременности, появляются местные уродства, после 8-10 недели эмбрионы обычно выживают и на свет появляются дефективные дети. В этот период особо опасен прием «спиртных напитков» и некоторых лекарств. Алкоголь является особо опасным тератогеном, поскольку способен вызывать не только физические уродства, но и психические, в том числе врожденное слабоумие (олигофрения). Курение* – опасный тератоген.

ТОЛЕРАНТНОСТЬ (лат. tolerantia – терпение, выносливость) – переносимость алкогольных напитков. Спирт – яд, поэтому организм на первых порах при попадании его внутрь стремится, удалить прежде всего рвотными движениями. Реактивность на отраву зависит от многих причин, в том числе от здоровья человека, особенностей и состояния его мозга, от степени поврежденности организма прежними выпивками. Реактивность данного момента, кроме того, зависит от самочувствия, настроения, содержимого желудка, качества и количества закуски, компании и обстановки.

Каждая новая порция спиртного снижает защиту организма от ядов и увеличивает переносимость. Это увеличение происходит в течение длительного периода, который измеряется временем от первого знакомства с этанолом и до окончания второй стадии алкоголизма. Многие алкоголики выпивают в сутки до 1 л водки некоторые – до 2, а отдельные – до 4. Нарколог Р. Васильев сообщил о рекордсмене, среди его пациентов, который выпивал до 25 л вина в сутки. («Советская Эстония», 11.02.77). К концу второй

стадия алкоголизма организм оказывается настолько поврежденным, что начинается обратный процесс – снижение толерантности, иногда она со временем настолько падает, что 1-3 рюмки водки становятся предельными разовыми дозами. Алкоголик при третьей стадии оказывается в положении тяжелого противоречия: испытывает сильную потребность в спиртном, а организм не принимает его в достаточном количестве и даже на небольшие дозы отвечает рвотой. Длительное воздержание от употребления спиртного восстанавливает нормальную толерантность, а рецидив пьянства быстро возвращает ее к былому патологическому уровню.

ТОЛЕРАНТНОСТЬ (к табаку)* – переносимость табака. Никотин - яд, поэтому организм на первых порах старается удалить его (рвотные движения). Каждое новое курение подавляет защиту организма от ядов и увеличивает переносимость. Постепенно она доходит до 2 и более пачек. Длительность - воздержания от курения восстанавливает нормальную толерантность, а рецидив курения быстро возвращает ее к былому патологическому уровню.

ТРЕЗВЕННИК – человек, не имеющий питейной запрограммированности и совершенно не употребляющий спиртное.

ТРЕЗВЕННЫЕ ДВИЖЕНИЯ – широкая активная противоалкогольная деятельность населения. В нашей стране можно выделить четыре отечественных трезвенных движения[19].

Первое трезвенное движение (1858–1860 гг.) началось в период революционного подъема и явилось наиболее ярким его проявлением. Движение возникло сначала в Ковенской, потом Виленской и Гродненской губерниях, а через год распространилось на десятки других. Оно было стихийным и истинно народным. Суть его состояла в том, что в знак протеста против злоупотреблений откупщиков, сравнительной дороговизны и значительной токсичности водки, наши предки коллективно

[19] В маленьком словаре трезвенника (1984 г.) также приводится следующая формулировка: «В 1972 г. автор счёл целесообразным выделить четыре отечественных трезвенных движения, которым присвоил порядковые номера». – Прим. сост.

отказывались от ее употребления. Население не подчинилось распоряжению царизма об уничтожения существующих и запрещении создания новых обществ трезвости. 26.10.1860 г. был принят законодательный акт о замене с 1863 г. откупной системы акцизной.

Второе трезвенное движение началось в мае 1885 г. в связи с предоставлением сельским обществам права закрывать в пределах своих территорий кабаки. В течение нескольких лет десятки тысяч обществ потребовали очистить их земли от питейных заведений. Россия быстро трезвела. Царизм остановил этот бесподобный социальный процесс введением водочной монополии. Частные кабаки сменили государственные казенки. Право местного запрета было резко ограничено, начался подъем пьянства. Однако даже в 1913 г. душевое потребление абсолютного алкоголя в России было в 7 раз ниже, чем во Франции, и равнялось всего лишь 3,13 л. на душу населения. Противоалкогольная борьба прогрессивных сил России, в числе большевиков, нарастала.

Третье трезвенное движение (1914-1925 гг.). 11 марта 1914 г. новый министр финансов Барк расширил возможности закрытия питейных заведений сельскими обществами, что и вызвало небывалое в истории человечества трезвенное движение, которое с началом войны завершилось установлением трезвости на огромных просторах нашей Родины, причем не по воле царя, как считают многие, а народа.

Советская власть сохранила режим трезвости, и он был закреплен Постановлением СНК «О воспрещении на территории РСФСР изготовления и продажи спирта, крепких напитков и не относящихся к напиткам спиртосодержащих веществ», утвержденное В.И. Лениным 19.12.19 г., и «Планом электрификации РСФСР», предписавшем сохранить «запрещение потребления алкоголя... как безусловно вредного для здоровья населения».

Октябрьский пленум ЦК ВКП(б) 1924 г. по настоянию Сталина, Бухарина, Рыкова и еще четырех их единомышленников принял решение о введении водочной монополии. Пленум ЦК партии был против этой опасной меры, однако «семерка» сделала

ложное заявление, будто В.И. Ленин летом и в сентябре 1922 г. «несколько раз заявлял каждому из нас, что… необходимо будет ввести водочную монополию…» (И.В. Сталин. Соч., т. 9, с. 192). Сталин скрыл письмо Ленина от 13.10.22 г., адресованное ему лично, в котором против введения водочной монополии выдвинуты два веских аргумента: «…серьезнейшие моральные соображения, и ряд деловых возражений Сокольникова». (В.И. Ленин. Соч., изд. 5, т. 45, с. 223). Против введения монополии возражали многие, в том числе старые большевики-ленинцы, например, Н.К. Крупская. В прениях на октябрьском пленуме ЦКК[20] 1924 года она призвала «бороться против закона о введении монопольки», при этом обратила внимание «на полную необоснованность цифровых данных Госплана, на отсутствие даже попытки выяснить причины распространения самогона», на «отрицательное отношение Владимира Ильича к торговле сивухой». («Известия», 11.10.24 г., с. 6).

Монополию ввели через год – 1 октября 1925 г. Перерыв после Октябрьского Пленума ЦК партии был использован для подготовки населения к этому пагубному событию. Были сделаны искусные попытки оправдать этот опасный шаг в развитии нашей страны надуманными заявлениями, например, такими: мол, эта мера временная, как только поднимем тяжелую промышленность, в стране будет введен «сухой закон». Именно так объяснял Сталин делегации иностранных рабочих, которые недоумевали по поводу винной монополии[21]. Водка в том виде, в котором предлагается

---

[20] ЦКК - Центральная контрольная комиссия РКП(б), ВКП(б), КПСС. Являлась высшим контрольным органом Коммунистической партии Советского Союза в 1920—1934 гг. и в 1990—1991 гг. – Прим. сост.

[21] Речь идет о беседе И.В. Сталина с иностранными рабочими делегациями 5 ноября 1927 г. Присутствовало 80 делегатов от Германии, Франции, Чехословакии, Южной Америки, Китая, Финляндии, Дании и Эстонии. Среди множества вопросов французская делегация подняла вопрос «Как увязываются водочная монополия и борьба с алкоголизмом?»

И.В. Сталин ответил следующее (далее приведены выдержки выступления): «Я думаю, что их трудно вообще увязать. Здесь есть несомненное противоречие. Партия знает об этом противоречии, и она пошла на это сознательно, зная, что в данный момент допущение такого противоречия является наименьшим злом. Когда мы вводили водочную монополию, перед нами стояла альтернатива: либо

нашему народу сейчас, сразу не была пущена в ход, вначале народ готовили к ее употреблению с помощью так называемой «рыковки» (метко окрестили ее в народе) – 30%-ой водки. Отсюда явствует: водочная монополия была введена обманным путем. Алкогольные напитки были навязаны нашему народу.

Вредоносное мероприятие сразу же породило массу бед: дезорганизацию производственной деятельности, общественной и

пойти в кабалу к капиталистам, сдав им целый ряд важнейших заводов и фабрик, и получить за это известные средства, необходимые для того, чтобы обернуться; либо ввести водочную монополию для того, чтобы заполучить необходимые оборотные средства для развития нашей индустрии своими собственными силами и избежать, таким образом, иностранную кабалу. Члены ЦК, в том числе и я, имели тогда беседу с Лениным, который признал, что, в случае неполучения необходимых займов извне, придется пойти открыто и прямо на водочную монополию, как на временное средство необычного свойства. Вот как стоял перед нами вопрос, когда мы вводили водочную монополию. Конечно, вообще говоря, без водки было бы лучше, ибо водка есть зло. Но тогда пришлось бы пойти временно в кабалу к капиталистам, что является еще большим злом. Поэтому мы предпочли меньшее зло. Сейчас водка дает более 500 миллионов рублей дохода. Отказаться сейчас от водки, значит отказаться от этого дохода, причем нет никаких оснований утверждать, что алкоголизма будет меньше, так как крестьянин начнет производить свою собственную водку, отравляя себя самогоном. … Значит ли это, что водочная монополия должна остаться у нас и в будущем? Нет, не значит. Водочную монополию ввели мы как временную меру. Поэтому она должна быть уничтожена, как только найдутся в нашем народном хозяйстве новые источники для новых доходов на предмет дальнейшего развития нашей промышленности. А что такие источники найдутся, в этом не может быть никакого сомнения. Правильно ли поступили мы, отдав дело выпуска водки в руки государства? Я думаю, что правильно. Если бы водка была передана в частные руки, то это привело бы: во-первых, к усилению частного капитала, во-вторых, правительство лишилось бы возможности должным образом регулировать производство и потребление водки, и, в-третьих, оно затруднило бы себе отмену производства и потребления водки в будущем. Сейчас наша политика состоит в том, чтобы постепенно свертывать производство водки. Я думаю, что в будущем нам удастся отменить вовсе водочную монополию, сократить производство спирта до минимума, необходимого для технических целей, и затем ликвидировать вовсе продажу водки. Я думаю, что нам не пришлось бы, пожалуй, иметь дело ни с водкой, ни со многими другими неприятными вещами, если бы западноевропейские пролетарии взяли власть в свои руки и оказали нам необходимую помощь». Источник: И.В. Сталин Сочинения. Том 10. Август-декабрь 1927. М., 1949. С. 231-234. – Прим. сост.

семейной жизни; невыполнение планов, массовые прогулы и порчу оборудования; разложение партийных, профсоюзных и государственных кадров; резкий подъем самогоноварения (что стоили аргументы в пользу введения водочной монополии, чтобы искоренить самогоноварение?), хулиганства и преступности… Создалась кризисная ситуация, для выхода из нее решил создать Общество борьбы с алкоголизмом (ОБСА).

Четвертое трезвенное движение. Общество было создано в феврале 1928 г., а с июля стал выходить его журнал «Трезвость и культура». Началось замечательное советское трезвенное движение. Под влиянием Общества и при его непосредственном участии в 1929 г. вышли прогрессивные и серьезные противоалкогольные законы. Большую активность проявляли дети, особенно пионеры, они устраивали трезвенные митинги и демонстрации. Закрывались предприятия алкогольной промышленности и места торговли спиртным, многие труженики добровольно переходили к трезвости, были найдены интересные формы проведения борьбы за трезвость. Под влиянием ОБСА и детского движения первый пятилетний план так изменили, чтобы к завершению его резко снизилось производство водки и пива; во вторую пятилетку предполагалось полностью изжить эти отравляющие жидкости.

Триумфальное шествие трезвости испугало кое-кого из власть предержащих, поэтому на Всесоюзный совет противоалкогольных обществ, ОБСА и журнал «Трезвость и культура» обрушились тяжелые и необоснованные удары. Ясная, четкая и реальная цель – утверждение в стране трезвости, была осуждена как узко трезвенническая. Вместо нее выдвинули широкую и туманную – выполнение «указания товарища Сталина об улучшении культурных и бытовых условий широчайших трудящихся масс». («Культура и быт», 1931, № 27, с. 11). «Новаторы» решили уничтожить пьянство путем борьбы с клопами, вшами, грязью и т.п. Эта идеологическая диверсия привела к ликвидации трезвенного движения 1928-1932 гг. Общество было упразднено, однако положительные результаты его деятельности долго давали о себе знать. Не случайно до Великой Отечественной войны пьянство в СССР было слабо

распространено, о чем свидетельствует, например, такой факт: в 1980 г. продано «алкогольных напитков» в 7,8 раза больше, чем в 1940 г., а население за это же время выросло только в 1,36 раза.

В 1981 г. началось пятое трезвенное движение. Оно связано с межведомственной научно-практической конференцией «Профилактика пьянства, алкоголизма в промышленном городе», состоявшейся в г. Дзержинске Горьковской области[22]. Здесь пропагандисты трезвости впервые открыто и единым фронтом выступили против сторонников так называемого умеренного питья и были поддержаны большинством делегатов.

В работе конференции активное участие принял и автор данного словаря-справочника Г.А. Шичко. Одновременно с этим им было подготовлено и переслано вначале в Госплан СССР, а затем в адрес Президиума XXVI съезда КПСС письмо, по существу развернутая научная работа «Об установлении трезвости в XI пятилетке»[23]. Эта работа – серьезное исследование автора,

---

[22] Сегодня – Нижегородская область. – Прим. сост.

[23] Известны следующие материалы по данному вопросу, подготовленные Г.А. Шичко: письмо первому заместителю председателя Госплана СССР В.Я. Исаеву; письмо «О возможности утверждения трезвости в XI пятилетке» (15.01.1981 г.); «Алкогольная проблема и возможности успешного её решения» (докладная записка, направленная Комиссии по доработке проекта ЦК КПСС к XXVI съезду КПСС «Основные направления экономического и социального развития СССР на 1981-1985 годы и на период до 1990 года», 15.02.1981 г.); «Дальше отступать некуда!» (обращение к делегатам XXVI съезда КПСС, 1981 г.).

Следует отметить важный аспект многогранности трезвеннической деятельности Г.А. Шичко. Помимо научной, общественной и просветительской работы, помощи людям в освобождении от зависимостей Г.А. Шичко также вёл активную работу с органами государственной власти. Его взаимодействие с партийными деятелями и научно-практические рекомендации способствовали выходу 16 мая 1985 года в СССР Указа «Об усилении борьбы с пьянством и алкоголизмом, искоренении самогоноварения» и проведению антиалкогольной кампании 1985-1987 гг. Этому предшествовали следующие письма и обращения: «Изыскание мер с целью искоренения пьянства» (письмо первому заместителю председателя Госплана СССР В.Я. Исаеву, 21.01.1982 г.); «О ходе претворения в жизнь важных противоалкогольных документов» (письмо в Президиум XXVII съезда КПСС, 17.02.1986 г.); обращение к делегатам XXVII съезда КПСС, 1986 г. и др. – Прим. сост.

внесшего целый ряд рекомендаций, часть из которых уже реализована.

«Пятое трезвенное движение, - писал Г.А. Шичко, - завершится утверждением трезвости в СССР».

ТРЕЗВЕННЫЙ ВЕРИТИСТ – носитель и пропагандист научных сведений о спиртных напитках и последствиях их употребления.

ТРЕЗВОСТЬ – нормальная, безалкогольная жизнь отдельного человека, группы людей, общества или народа.

УБЕЖДЕНИЕ ПРОАЛКОГОЛЬНОЕ (питейное)**** – система взглядов, в правильности которых убежденный твёрдо уверен. Убеждение обладает рядом особенностей: (1) оно побуждает человека к соответствующей деятельности, именно этим в первую очередь объясняется тот факт, что запреты и тяжёлые кары не приводили людей к отказу от алкоголепития, если в их среде господствовали питейные убеждения. (2) Убеждение нельзя изменить ни угрозами, ни оскорблениями, ни лекарствами, ни жестокими репрессиями. Убеждение может быть изменено только определенными психологическими воздействиями – переубеждением. (3) Убеждения отличаются большой стойкостью. Человек сравнительно легко отказывается от ложных знаний в пользу истинных, но он с большим трудом поддаётся и переубеждению. (4) Человек упорно отстаивает и добровольно пропагандирует убеждение. (5) Убеждение выражается в его тесной связи с эмоциями. Всё согласующееся с убеждением человека приятно ему, всё противоречащее вызывает раздражение, досаду, обиду. Обычно люди проявляют нетерпимость к попыткам изменить их убеждения. Этим объясняется бурное реагирование пьяниц на уговоры близких отказаться от разгульной жизни. Убеждение подчас обладает такой огромной жизненной значимостью, что человек нередко предпочитает смерть отказу от него. Так поступали многие, например, Дж. Бруно.

Питейные убеждения выражаются в уверенности, что употребление «спиртных напитков» нормальное, оправданное и необходимое явление.

УМЕРЕННОЕ ПИТЬЕ – нелепое словосочетание. Понятие «умеренность» не может сочетаться с обозначением отрицательного. Возможны: умеренная еда, умеренная работа, умеренное занятие спортом; невероятны, абсурдны словосочетания: «умеренное истязание», «умеренное воровство», «умеренное отравление», «умеренное питье». Люди, пользующиеся такими понятиями, – алкогольные абсурдисты, а пропагандирующие их с помощью средств массовой информации – идеологические диверсанты.

УСЛОВНО-РЕФЛЕКТОРНОЕ ОПЬЯНЕНИЕ*** – опьянение, появляющееся под влиянием условных раздражителей или при воображении акта приёма спиртного.

ФАРМАКОНАРКОМАН*** – пронаркотически запрограммированный человек, обладающий привычкой к употреблению фармаконаркотиков, потребностью в них и прибегающий к ним. Термин «фармаконаркоман» применяется в связи с тем, что понятие «наркоман» имеет большой объем и включает в себя не только морфинистов, героинистов, гашишстов и им подобных, но и алкоголиков и курильщиков.

ФЕМИНИЗАЦИЯ АЛКОГОЛИКОВ (лат. femina – женщина) – ослабление мужских и развитие женских признаков в результате хронического отравления алкоголем половых желез.

ХЛЕБНОЕ ВИНО – водка.

ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ЭТАНОЛА** – количество энергии, высвобождающейся при биологическом окислении винного спирта. Энергетическая ценность выражается в килокалориях (ккал) и в килоджоулях (кДж). Много говорится и пишется о высокой энергетической ценности алкоголя. В действительности же она не так значительна, как принято считать. Энергетическая ценность этилового спирта равна 7,00, жиров – 9,00, белков – 4,00, усвояемых углеводов – 3,75 ккал/г. Ценность «алкогольных напитков» значительно ниже, чем спирта и многих продуктов питания. Например, калорийность вина столового белого равна 0,65, винограда – 0,69, булки городской – 2,54 ккал/г (Сб. «Химический состав пищевых продуктов». М., 1977).

ЭТАНОЛ** – краткое и наиболее удачное название винного спирта. Термин «этанол» обозначает лишь одно

химическое вещество, в отличие от него термин «алкоголь» – многие. Производные от последнего термина также многозначимы и к тому же некоторые не имеют научных определений. Примером могут служить слова «алкоголизм» и «алкоголик». В связи с этим целесообразно взять за основу вместо термина «алкоголь» – «этанол». В таком случае удастся избежать многозначности терминов и вложить в них определенный объективный смысл. Примеры некоторых производных слов: «этаноломания» (пристрастие к этанолу), «этанолизация» (введение в организм «этанольных напитков» или этанола), «этанолик» (всякий потребитель спиртного), «этанолопат» (пьяница), «этаноломан» (алкоголик в понимании, которое указано в данном словаре) и т.д.

При перепечатке на машинке или при переписке очень прошу тщательно сличать с этим оригиналом, выверенным мною. Недопустимы искажения, «усовершенствования» и расширение. Если же переписчик никак не может удержать себя от приложения к словарю своего творчества, он обязан особо оговорить это.

Автобиография Шичко Геннадия Андреевича[24]

Родился 18 мая 1922 года в Минской области в семье служащего. В 1940 году окончил среднюю школу в городе Пятигорске и поступил в Военно-Морское училище имени ЛКСМУ (Севастополь), через год меня перевели во вновь создаваемое Военно-Морское училище ПВО, которое ускоренными темпами закончил 15 ноября 1941 года и получил воинское звание лейтенант. Был направлен в Майкоп, где по распоряжению местного начальства временно преподавал для офицеров теорию артиллерийской стрельбы и огневую подготовку. С января 1942 года занимал ряд командных должностей в Волжской военной флотилии. 15 октября в сражении за Волгу получил тяжелые ранения в обе ноги. До июня 1944 года находился на излечении в госпиталях, выписался инвалидом из-за большого костного дефекта правой большой берцовой кости. За боевую деятельность награжден орденом и медалями.

В 1944 году организовал кафедру военно-морской подготовки в Ленинградском институте точной механики и оптики (ЛИТМО) и временно исполнял обязанности руководителя её. Одновременно с преподаванием в ЛИТМО учился на правах вольнослушателя на Высших исторических классах Военно-Морской академии. В апреле 1945 года меня перевели в слушатели академии и освободили от работы в ЛИТМО. В 1946 году успешно окончил Высшие исторические классы и был назначен преподавателем военно-морской тактики в училище связи (город Ломоносов). В связи с ходатайством дирекции ЛИТМО в феврале 1947 года меня возвратили на прежнее место работы. Здесь до 1950 года читал лекции по теории артиллерийской и торпедной стрельбы, краткий курс теории вероятностей и случайных ошибок, боевые средства флота и военно-морскую тактику.

В 1948 году по состоянию здоровья вышел в отставку.

---

[24] Один из вариантов автобиографии. Из письма Маюрову А.Н. от 12 мая 1977 года. Источник: Переписка по кругу. Письма-размышления о проблеме пития и трезвости: в 7-х томах / Сост., предисл., предпосылки переписки по кругу, примеч., послесловие профессора А.Н. Маюрова. Н. Новгород: Гладкова О.В., 2020. Том 2. – Февраль 1975 - май 1978. Стр. 241-243. – Прим. сост.

В 1950 году экстерном окончил психологическое отделение философского факультета Ленинградского университета (поступил в 1947 году) и принял приглашение дирекции и партбюро Института экспериментальной медицины (ИЭМ) заняться изучением высшей нервной деятельности. В этом институте работаю и по настоящее время. В сентябре 1951 года по просьбе руководства ИЭМ и Петроградского РК КПСС в течение года был старшим преподавателем кафедры диалектического и исторического материализма. Работу проводил с аспирантами и научными сотрудникам ИЭМ. С сентября 1952 года занят изучением высшей нервной деятельности вообще, в.н.д. человека в особенности. В 1973 году на правах почасовика прочёл небольшой курс гортоновики (см. ниже) для одной группы 5 курса психологов Ленинградского университета. Из-за сложности в оформлении совместительства прекратил преподавание.

В 1948 году принят членом КПСС[25]. В 1954 году написал, в 1958 году защитил диссертацию и мне присудили ученую степень кандидата биологических наук. В июне 1965 года утвержден в ученом звании старшего научного сотрудника по специальности «физиология». В настоящее время являюсь старшим научным сотрудником лаборатории физиологических механизмов управления памятью.

В порядке повышения образования закончил: Философский факультет Университета марксизма-ленинизма (1948 год), Народный университет радиоэлектроники (1963 год), Отделение социологии Факультета партийно-хозяйственного актива Университета марксизма-ленинизма при ГК КПСС[26] (1967 год).

В ИЭМе выполнял разнообразные партийные и общественные поручения: был зам. секретаря партбюро, членом партбюро, партгруппоргом, депутатом Райсовета, с 1950 года по 1972 год руководил методологическими семинарами, являлся командиром ДНД[27] института, председателем методсовета по атеизму и членом методсовета по философии при Петроградском РК КПСС и т.д. В настоящее время возглавляю

[25] Партбилет № 13310999. – Прим. Г.А. Шичко.

[26] ГК КПСС – городской комитет КПСС. – Прим. сост.

[27] ДНД – добровольная народная дружина. – Прим. сост.

Противоалкогольную секцию Штаба ДНД Петроградского района и Клуб самообладания при ней, провожу политинформацию по международным вопросам, читаю противоалкогольный и противокурительный минимум для учеников 10 класса одной из школ.

Написал две монографии (одну в соавторстве), много научных и научно-популярных статей, повесть «Горбатый стакан» (в соавторстве). В настоящее время работаю над докторской диссертацией «Гортоновика, её принципы, методы и возможности. Термин «Гортоновика» – неологизм, образованный из двух латинских слов – «hortatio» и «novo». Первое из них обозначает различные способы воздействия слова на человека: убеждение, внушение, уговаривание и др., второе в переводе значит: обновлять, переделывать, изобретать.

Гортоновика – научное направление, занимающееся поиском забытых, испытанием известных и разработкой новых методов благотворного словесного воздействия на человека.

Гортоновика призвана обслуживать разные сферы человеческой деятельности, в том числе обучение, воспитание, лечение.

Основными принципами гортоновики является: 1) материалистический монизм, 2) гуманность, 3) оптимализм, 4) нервизм, 5) символизм учет индивидуальных особенностей людей, 6) личный пример.

Некоторые достижения гортоновики:

1. Установление разновидности гипноза.

2. Разработка новых, очень простых и полностью исключающих элементов колдовства методик гипнотизации. Эти методики позволяют вызывать не патологический, а физиологический, приятный и не дающий осложнений гипноз.

Обнаруженная мною разновидность его – вигилогипноз (гипнотическое бодрствование) представляет собой по существу состояние самадхи, для достижения которого йоги проводят сложные и длительные упражнения. Вигилогипноз достаточно гипнабельных людей удается вызвать в течение нескольких секунд.

3. Разработка и успешное практическое испытание в стоматологической поликлинике метода психоанестезии, позволяющего предупреждать появление у пациентов волнения, страха, а у некоторых и боли при лечении зубов.

4. Создание новой теории формирования алкоголизма (алкоголизмии).

5. Классификация методов избавления от алкоголизма (дезалкоголизмии).

6. Создание теории дезалкоголизмии.

7. Успешная практическая проверка правильности теории алкоголизмии и дезалкоголизмии.

8. Классификация людей в зависимости от отношения их к алкоголю.

9. Разработка новых методик для практической реализации принципа сингулизма.

10. Экспериментальное установление невозможности гипнопедии и разработка метода гипнозопедии, действительно обеспечивающего лучшее усвоение учебного материала.

Студенты обучаются вводить себя по собственной команде в вигилогипноз с предварительной настройкой на хорошее понимание и усвоение лекции или текста.

Никакие специальные классы, кушетки или кровати, переговорные устройства и пр. не требуются. Это перспективный метод, поскольку обеспечивает максимальное выявление и использование возможностей человека усваивать знания.

Гортоновика при её надлежащем развитии будет играть большую роль в деле оптимизации обучения, воспитания, лечения, спортивных упражнений, укрепления семьи и т.п. Она поможет людям избавиться от абсурдизма, т.е. от нелепых представлений о сверхъестественном, о невозможности жить без алкогольных «напитков» и табачных изделий, о парапсихологии, телекинезе, психохирургии и прочем подобном.

12 мая 1977 г. Г. Шичко

Терминологический словарь

Шичко Геннадий Андреевич

**ОСНОВНАЯ ТРЕЗВЕННАЯ ТЕРМИНОЛОГИЯ.
ПОЛНЫЙ СЛОВАРЬ-СПРАВОЧНИК ТРЕЗВЕННИКА**

Составители *А.А. Карпачёв*, *А.А. Головин*
Редактура и компьютерная вёрстка *А.А. Головин, Е.И. Карпачёва*
Технический редактор *Д.Ю. Журавлёв*

ISBN 978-5-6041141-5-5

Подписано в печать 29.12.2024
Формат 60x90/14, Гарнитура Times New Roman.
Бумага офисная. Цифровая печать. Печ.л. 2,5, тираж 100 экз.

Отпечатано с готового оригинал-макета
в типографии РА «Википринт»
115487, г. Москва, ул. Нагатинская, д.28., корп.2
Тел./факс: (495) 585-77-56
www.art-bear.ru