

# ДОБРОУМЕРНОСТЬ



Информационный бюллетень  
Международной независимой ассоциации трезвости

**№ 23 (376) декабрь 2020**



Подробнее см. на стр. 5

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Ошибка. Которую надо срочно исправить.....	2
Что делал накануне премьер-министр страны .....	3
Дмитрий Глуховский. Особое мнение. ....	3
Курение в России.....	3
<b>В отделениях МНАТ.....</b>	<b>5</b>
Навстречу еще одному юбилею.....	5
По страницам... сайтов электронных СМИ .....	5
В курганах книг .....	5
... старое, но грозное оружие .....	8
Резонанс.....	8

## **ОШИБКА. КОТОРУЮ НАДО СРОЧНО ИСПРАВИТЬ** (или Размышления на тему «Запретный плод сладок»)

Через несколько дней после рассылки предыдущего «Феникса» информационные ленты «обрадовали» нас потрясающим известием:

### **Комиссия ООН по наркотическим средствам решила исключить медмарихуану из категории самых опасных наркотиков в мире**

10:34, 03 декабря 2020

Комиссия ООН по наркотическим средствам решила исключить медицинскую марихуану и ее производные из категории самых опасных наркотиков в мире. За это решение проголосовали 27 стран, в том числе США и страны ЕС, против были 25, включая Россию и Китай. Одна страна, Украина, воздержалась при голосовании, — пишет газета The New York Times. Издание отмечает, что решение ООН благотворно скажется на исследованиях и применении марихуаны в медицинских целях.

<https://echo.msk.ru/news/2751934-echo.html>

Дата обращения 3.12.2020

Не зря в прошлом «Фениксе» мы перепечатали столь важную информацию (Феникс, № 375, с.6). Полезно повторить ее еще раз:

### **Владимир Путин признал легализацию марихуаны в других странах угрозой национальной безопасности**

06:31, 24 ноября 2020

Президент подписал новую стратегию антинаркотической политики на 10 лет вперед. В опубликованном документе говорится, что легализация марихуаны в других странах расширяет глобальный рынок наркотиков, передает ТАСС. Борьбаться с этим, в частности, нужно «духовными ценностями», говорится в стратегии.

<https://echo.msk.ru/news/2746746-echo.html>

Какова задача трезвенников? Она очевидна: оказать поддержку тем государственным деятелям, которые противостоят легализации марихуаны (в России – это консолидированная позиция политической элиты, в Украине такую дальновидную позицию занимает значительная часть руководства, но борьба – судя по тому, что Украина воздержалась при голосовании – продолжается). Комиссия по наркотическим средствам – еще не вся ООН. Есть Совет Безопасности, есть Генеральная ассамблея ООН – и эти структуры куда более значимы для мирового сообщества. Они могут исправить ошибку Комиссии.

Наша роль, роль трезвенников – антинаркотическое просвещение сограждан. Почему мы поддерживаем решительную позицию российского руководства в этом вопросе? Легализация марихуаны резко повысит социальный статус ее распространителей, создаст законодательно признанную группу интересов, с реальными механизмами лоббирования. Сравните ныне шинкарей, торгующих «паленой» водкой, и официальных производителей и распространителей алкогольных изделий. Чье влияние на политику, на СМИ (и, следовательно, на общественное мнение) сильнее? Легализованная марихуана даст ее распространителям огромные козыри по сравнению с нынешней ситуацией. Неужели есть хоть один наивный человек, предполагающий, что их аппетиты ограничатся только медицинскими целями?! Это же элементарный закон: чем бы ни торговал субъект (сникерсами или памперсами), он стремится расширить свое дело во имя получения большей прибыли. Неужели в марихуанном бизнесе соберутся одни дон-кихоты и будут действовать во вред собственному карману?

Наверняка адвокатами марихуанопотребления будет раскручиваться аргумент «запретного плода». У нас есть чем возразить сим игрокам с краплеными картами. Это взгляд вокруг. Микрорайон. Город (село). Регион. Страна. Есть нелегальные наркотики («запретные плоды») и есть легальные, легкие в приобретении (плоды совершенно доступные). Кого больше в России: алкоголиков (жертв доступного плода) или зависимых от нелегальных наркотиков (жертв плода запретного)? Вопрос риторический.

Мы можем услышать научнообразное бухтение о «динамике», мол, алкоголь давно распространяется, а эти наркотики новые, посмотрим-де через какое-то время в будущем. И это ложь!

Возьмем близкие по потреблению табак и производные конопли (марихуану). Потребителей какого из веществ больше вокруг нас? Вопрос риторический №2. Курящих табак, однозначно. И?

Когда европейцы (в том числе россияне) узнали о курении табака? После плавания Колумба, в конце XV века. Когда стали курить коноплю? На территории России – в середине I тысячелетия до нашей эры, это зафиксировал такой авторитетный свидетель как отец истории Геродот. Итого, потреблению конопли (марихуаны) две с половиной тысячи лет, курению табака – максимум с полтысячи. Если же считать с ЛЕГАЛИЗАЦИИ курения при Петре Первом, то табакокурению в нашей стране чуть больше трех веков. А результаты? То-то! Конечно, адвокаты легальной наркотизации включают (а, может быть, уже включили) свой заезженный баян: «Запретный плод сладок...». Да, согласимся с ними. Только потом уточним:

## **«Запретный плод сладок, а доступный плод слаще в десятки раз!»**

*Владимир Ловчев, доктор исторических наук, председатель МНАТ*

## ЧТО ДЕЛАЛ НАКАНУНЕ ПРЕМЬЕР-МИНИСТР СТРАНЫ

В Японии есть давний обычай: большие газеты на вторых полосах помещают короткие справки о том, что делал накануне премьер-министр страны. Во сколько пришел в офис, чем занимался утром, с кем вел переговоры, обедал-ужинал и т.д. Сообщают не все, конечно, но общая канва остаётся более-менее ясной, поскольку за этим следят репортёры, приписанные к главе правительства.

Так вот — премьер-министр Японии Ёсихидэ Суга весьма прозаически встретил в минувшее воскресенье свое 72-летие, не проводил каких-либо торжеств или застолий по этому поводу. Как сообщается, он провел первую половину дня в своей квартире в общежитии для депутатов парламента, затем посетил дантиста, а после этого встречался с руководством Минздрава, обсудив ситуацию с коронавирусом. Остаток дня Суга пребывал в уединении, готовясь к трудовой неделе.

**Нынешний японский премьер вообще склонен к достаточно аскетическому образу жизни. Он не употребляет алкоголя и не курит, очень скромен в еде, встает в 05:00<sup>1</sup>.**

Утром и вечером Суга-сан уже долгие годы неизменно делает по сто упражнений на пресс и почти всегда (теперь уже в сопровождении охраны) совершает прогулку от парламентского общежития до резиденции главы правительства.

Кабинет он возглавил в минувшем сентябре в возрасте 71 года и 9 месяцев. До этого он почти восемь лет был генеральным секретарем правительства. Это очень важный пост — такой министр-координатор, который сводит воедино деятельность всех ведомств. Так вот — среди 34 послевоенных руководителей правительства Японии только трое в момент вступления в должность были старше его.

В наступающем 2021 году Суге предстоит важное испытание — выборы в ключевую нижнюю палату парламента, полномочия которой истекают в будущем октябре. Судя по всему, они будут проведены досрочно, весной-летом.

Уровень поддержки нынешнего премьера в последнее время падает, поскольку население раздражено недостаточными, как ему кажется, мерами властей по обузданию эпидемии. Однако успешное проведение всеобщих выборов, бесспорно, позволит Суге продлить свои полномочия на посту главы правительства. Если он протянет на этой должности еще четыре года и два месяца, то уйдет в отставку самым пожилым премьером в послевоенной истории Японии. Почти уверен, что его фиксируемые прессой привычки к тому времени не изменятся: подъем в пять, сто упражнений, прогулка, работа. И никакого алкоголя.

*Василий Головин*

*<https://echo.msk.ru/blog/golovnin/2754248-echo/> Дата обращения 7.12.2020*

## ДМИТРИЙ ГЛУХОВСКИЙ. ОСОБОЕ МНЕНИЕ

Дмитрий Глуховский — автор исключительно популярной (заслуженно популярной!) трилогии «Метро -2033, 2034, 2035», а также «Текста», по которому поставлен фильм, выдвинутый на премию «Золотой глобус»

«... моя позиция такая, что собирать массовые концерты, когда **ТЫ ЗНАЕШЬ, ЧТО ЛЮДИ НАВЕРНЯКА БУДУТ ПИТЬ АЛКОГОЛЬ, БУДУЧИ ПЬЯНЫМИ, ОНИ НЕ СМОГУТ ВЫДЕРЖИВАТЬ СОЦИАЛЬНУЮ ДИСТАНЦИЮ**<sup>2</sup>, они будут кричать, танцевать, там заразится куча народу, учитывая, что официальная статистика у нас под 30 тысяч у нас в стране, а неофициальные в разы больше, очевидно, то это безответственно. Ты берешь на себя ответственность за какое-то количество людей, которые заболеют, какое-то количество людей, которые, возможно, погибнут. Стоит ли это того? С моей точки зрения, нет».

*Из выступления в передаче «Особое мнение» на «Эхе Москвы»*

*(подробнее тут: <https://echo.msk.ru/programs/personalno/2754224-echo/>)*

## КУРЕНИЕ В РОССИИ

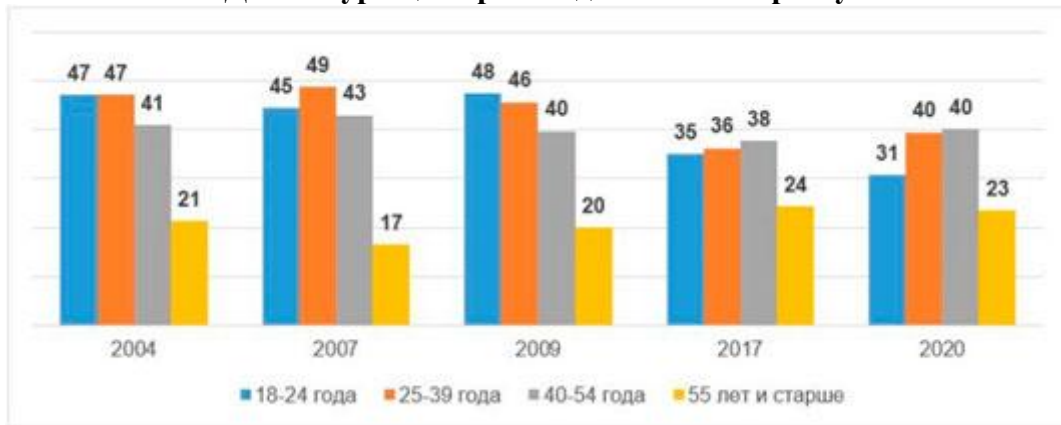
За последние три года число курящих в России немного снизилось. При этом отчётливо прослеживается сокращение доли курящих среди молодых групп населения. Наибольшее сокращение доли курящих произошло в Москве и крупных городах: до — 20 процентных пунктов по сравнению с 2009 годом. Чаще отказываются от курения мужчины, высокодоходные респонденты и молодежь.

С 2017 года доля курящих в России сократилась незначительно — с 38% до 33%. Но изменения происходят — они наиболее заметны в отдельных группах населения. За последнее десятилетие снизилась доля курящих в возрасте 18-24 лет. Чуть слабее спад в возрастной группе 25-39 лет. В более старших возрастных группах значимые изменения не наблюдаются. Одним из возможных объяснений для таких результатов может быть изменение моды и стиля жизни среди молодых граждан. Люди в старшем возрасте менее склонны менять свои привычки.

<sup>1</sup> Выделено редакцией «Феникса»

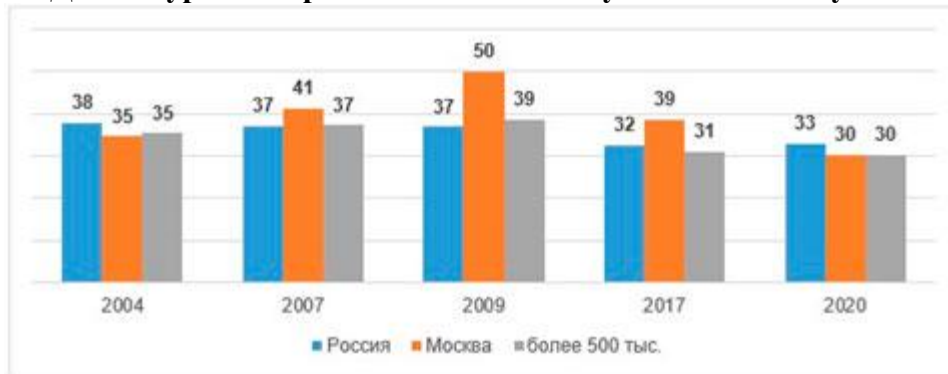
<sup>2</sup> Выделено редакцией «Феникса»

### Доля «курящих» респондентов по возрасту



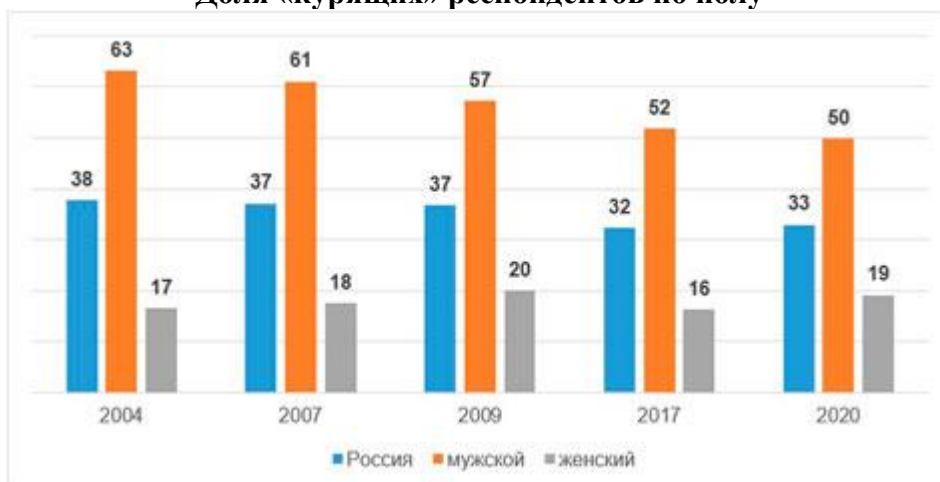
Другое важное изменение отмечается в Москве. Здесь доля курящих с 2009 года снизилась на 20 процентных пунктов – с 50% до 30%. Отчасти это может объясняться тем, что в столице строже следят за исполнением антитабачного законодательства – в соответствии с Федеральным законом №15 от 2013 года, существенно расширился список мест, где запрещено курение и продажа табачных изделий, был введён полный запрет на рекламу табачных изделий.

### Доля «курящих» респондентов по типу населенного пункта



Доля курящих среди мужчин заметно больше, чем среди женщин. Однако именно среди мужчин отмечается наиболее заметный спад – с 63% в 2004 году до 50% в 2020 году. Доля курящих женщин стабильна и держится на уровне около 20%.

### Доля «курящих» респондентов по полу



### Курите ли вы? Если нет, то курили ли в прошлом?

	2004	2007	2009	2017	2020
Курю сейчас	38	37	37	32	33
Сейчас не курю, но курил/а в прошлом	13	14	15	18	17
Никогда не курил/а	49	47	48	49	49
Затрудняюсь ответить	0	1	—	1	1



### Что вы курили в последние 30 дней? (сен.20, в %% от тех, кто курит)

	Всего	18-24 года	25-39 года	40-54 года	55 лет и старше
Обычные сигареты	93	83	93	93	95
Системы нагревания табака (IQOS, GLO и др.)	5	24	4	4	1
Самокрутки	3	0	2	3	4
Трубку	1	3	2	0	0
Кальян	2	12	3	1	0
Электронные сигареты, испарители, вейпы	2	14	3	1	1
Другое	0	0	0	1	1
Ничего не курили за последние 30 дней	0	0	0	0	0
затрудняюсь ответить	0	0	0	1	0

Подавляющее большинство курильщиков выбирают обычные сигареты. Однако молодые люди (в возрасте 18-24 лет) также заметно чаще прочих возрастных групп выбирают альтернативные способы курения, в частности, системы нагревания табака. Наиболее популярные системы нагревания табака, по данным исследования: IQOS и GLO.

#### Методология

Опрос проведен 25 – 30 сентября 2020 года по репрезентативной всероссийской выборке городского и сельского населения объемом 1605 человек в возрасте от 18 лет и старше в 137 населенных пунктах, 50 субъектах РФ. Исследование проводится на дому у респондента методом личного интервью. Распределение ответов приводится как от общего числа опрошенных, так и от числа указанных в описании групп населения (например, пользователей интернета).

Статистическая погрешность при выборке 1600 человек (с вероятностью 0,95) не превышает:

3,4% для показателей, близких к 50%

2,9% для показателей, близких к 25% / 75%

2,0% для показателей, близких к 10% / 90%

1,5% для показателей, близких к 5% / 95%

Ввиду малой статистической наполненности некоторых описываемых групп данные описания и заключения следует рассматривать в первую очередь как указание на тенденции идущих изменений в практиках курения.

Левада-Центр, 19 ноября 2020 г. <http://www.demoscope.ru/weekly/2020/0879/opros04.php>

Дата обращения 9.12.2020 Информация получена от Людмилы Ивановой (Казань)



## В отделениях МНАТ

### Казань



Друзья! До **30 декабря** – до ближайшей к Новому году среды – остается немного времени.

Нас ожидает в это утро очень интересная прогулка. Возможно в этот раз (или в январе 2021 года) мы с Вами увидим эту замечательную скамейку. Да не простую, а с совой – с птицей, которая является символом мудрости и трезвости одновременно.

**И – мнатовцы абсолютно уверены – вы не забыли, что на прогулку нужны маски с оптимистической трезвеннической символикой.**

## Навстречу еще одному юбилею

Меня заинтересовала идея нового слогана для февральских чтений. «Праздник трезвости открывает книгу» мне представляется самым удачным и нейтральным в соответствии с политикой МНАТ. Зачем менять? Но буду рада, если кто-то придумает ещё лучше. У меня получается только что-то вроде **«Трезвое чтение — души пробуждение»**.

*Наталья Гринченко, Елец*

Еще один интересный вариант слогана для февральских чтений предложила Луиза Хакимова (см. ниже в рубрике «Резонанс»). Редакция «Феникса»

## По страницам... сайтов электронных СМИ

### **Депутат Европарламента от Венгрии Йозеф Сайер ушел в отставку после задержания на секс-вечеринке в Брюсселе** 01:05, 02 декабря 2020

Как передает агентство «Рейтер», один из ближайших соратников премьер-министра Венгрии Виктора Орбана, он попросил прощения за нарушение коронавирусных ограничений. При этом политик утверждает, что не употреблял наркотики и не знает, почему у него обнаружили таблетку экстази. По сведениям журналиста телеканала «Евроньюс», Сайер был на вечеринке для геев. При этом ранее при его участии были приняты поправки в Конституцию Венгрии, которые закрепляют понятие брака как союза мужчины и женщины.  
<https://echo.msk.ru/news/2751108-echo.html>

## В курганах книг...

### **Немцы стали в кризис чаще читать поваренные книги**

Кулинарные книги в Германии сейчас особенно популярны. А какая еще литература помогает немцам справляться с кризисом?

В разделе "Художественная литература" немецкого интернет-магазина Amazon книги о Гарри Поттере остаются бесспорным бестселлером. Вот и на прошлой неделе из десяти самых продаваемых романов шесть - с этим знаменитым персонажем Джоан Роулинг. Гарри Поттер хорош и в кризис. А есть ли новые тенденции? Что еще сейчас раскупают немцы, и какие книги не котируются?

#### **Прогулки пешком и на велосипеде**

Кризис, вызванный новым коронавирусом, изменил образ жизни многих людей. Отразился он и на том, какие книги сейчас читают. "Действительно, пандемия повлияла на потребительские предпочтения", - отмечает представитель крупного книготоргового предприятия в Гамбурге в интервью информационному агентству dra.

Особенно заметен возросший спрос на велосипедные и пешие прогулки по маршрутам в самой Германии. Настоящими хитами продаж стали книги об Эльбских Песчаных горах, природном парке Бергишес Ланд, а также о велосипедных турах в окрестностях Мюнхена. Число продаж некоторых гидов по Германии увеличилось вдвое, а то и втрое, отмечают и в мюнхенском издательстве Rother Bergverlag.

#### **Спрос на детские книги и "сделай сам"**

Частичное закрытие школ, отмена культурных и развлекательных мероприятий из-за локдауна, ограниченное предложение возможностей досуга для детей и подростков также сказываются на книжных предпочтениях. В 2020 году литература для детей и юношества - единственный сегмент, в котором торговый оборот вырос по сравнению с прошлым годом. В целом в этом году объем продаж на книжном рынке был ниже, чем в прошлом, но, как отмечают эксперты, спрос на книги растет.

Ограничение социальных контактов заставляет и взрослых проводить больше времени в четырех стенах. Кто-то стал облагораживать жилье, кто-то открыл для себя новое хобби. "Такие и до этого популярные темы, как "сделай сам", креативность, садоводство, кулинария, выпечка, особенно выпечка хлеба, сейчас еще больше востребованы", - отмечают в берлинском книготорговом предприятии Zeitfracht.

Такую тенденцию заметили и в Мюнхене. "В отдельных сегментах спрос вырос. Больше стали покупать поваренные книги, гиды для велосипедных и пеших прогулок, а также политическую литературу", - отмечают в книжной сети Hugendubel. Зато путеводители по разным другим странам, кроме Германии, сейчас продать сложно.

#### **Книги, которые помогают отвлечься**

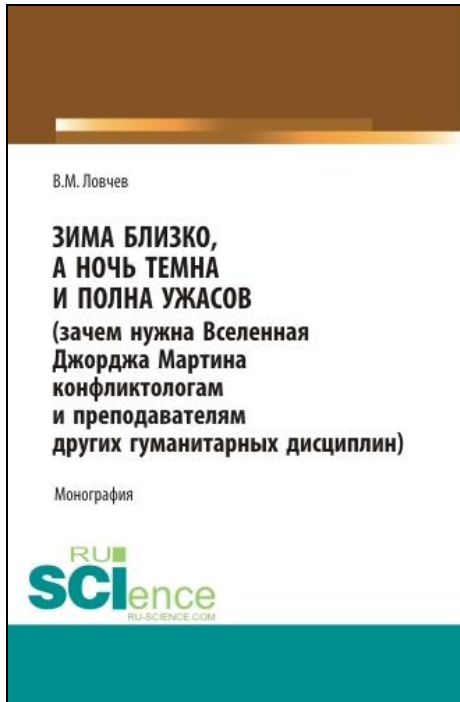
Еще один тренд связан с потребностью поднять себе настроение и отвлечься. "Многие проданные экземпляры - развлекательного содержания", - говорят в Zeitfracht. Больше стало и тех, кто сам пробует себя в

роли писателя. На платформе "самиздата" VoD в первый локдаун весной было опубликовано намного больше книг по сравнению с прошлым годом: в одном только апреле наблюдался рост на 40 процентов.

*Татьяна Вайнман, Немецкая волна, 9.12.2020*

[https://www.dw.com/ru/kakie-knigi-populjarny-w-germanii/a-55883456?maca=rus-newsletter\\_ru\\_Themen-russ-2394-xml-newsletter&r=4716269488469528&lid=1698828&pm\\_In=66007](https://www.dw.com/ru/kakie-knigi-populjarny-w-germanii/a-55883456?maca=rus-newsletter_ru_Themen-russ-2394-xml-newsletter&r=4716269488469528&lid=1698828&pm_In=66007)

*Дата обращения 10.12.2020*



## Зима не просто близко, а очень близко

Жанр книги, на которую я пишу аннотацию, понятен тем, кто видел прежние мои книги про Гомера, Данте, Шекспире и Гёте. В данном издании я дал этому жанру окончательную (пусть и самоироническую) формулировку: «мемуарно-методически-гедонистический».

Методическая книга – она содержит рекомендации по совершенствованию учебного процесса с помощью образов, созданных писателем Джорджем Мартиным и сериалом «Игра престолов».

Мемуарная книга – многие рекомендации проверены на собственном опыте,

Самым спорным в определении жанра может показаться прилагательное «гедонистический». Однако подумаем.

Изучать, а потом и описывать в своих статьях и монографиях следует то, что тебе интересно. Заниматься – тем предметом, который доставляет удовольствие. Тогда и увидишь куда больше, чем работая над темой «опричь души». А полученные положительные эмоции передадутся читателю, и он с БОльшей охотой захочет опробовать предложенные его вниманию рекомендации – на занятиях, в ходе профилактических акций или просто в беседах со своими друзьями и близкими.

Большинство предметов, которые обсуждаются на страницах книги, выходят за пределы общественного здоровья. Однако и читатели «Феникса» найдут здесь полезную для себя информацию.

«Игра престолов» – не новичок в нашей работе.

Казалось бы, что можно добавить к литературному интерактиву по «Игре престолов», прошедшему апробацию в ходе Праздника трезвости, бесед в студенческих аудиториях, в профилактических акциях в социальных сетях?!

Материал того интерактива, конечно, воспроизведен в книге (в Приложении).

Однако этим не исчерпывается значение данной книги для активистов трезвеннического движения. Им интересен будет, в первую очередь, раздел, называемый «Ведение в наркоконфликтологию».

Более половины его составляют образы Джорджа Мартина, впервые вовлеченные в трезвенническую пропаганду (пожалуй, надо бы выразиться осторожнее – впервые в мнатовскую работу).

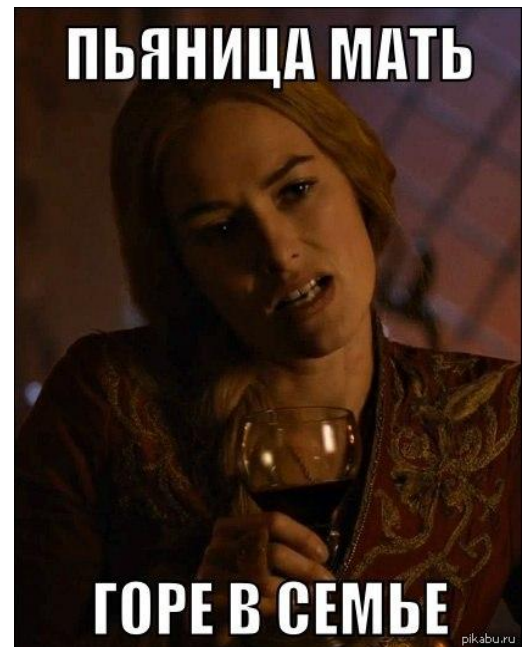
Старый интерактив состоял из шести вопросов (по числу граней в стандартном кубике, который бросал участник). Аннотируемая книга позволяет «замахнуться» на равное прежнему продолжение: довести число вопросов до дюжины, чтобы участник бросал два кубика сразу.

На мой взгляд, сюжеты весьма поучительные.

Например, какой персонаж и за что заслужил такое распоряжение властителя: «Подать сюда бочку [вина] из подвалов! Сейчас мы утопим его в ней» (С. 48)

Модель принудительной алкоголизации – следующее событие: «Чертог гудел от ... смеха <...> Вина струились рекой — не та кислятина, что производят в [название местности], а сладкие сорта из [название местности], сдобренные заморскими пряностями. <...>. [Персонаж, представительница прекрасного пола] не могла понять, почему пьет с теми, с кого охотно кожу бы содрала». (С. 48) Да это просто иллюстрация к Фекьяеру!

И последний пример. Клянусь, это придумал не я (кладу руку на мнатовский значок), это событие происходит в Вестеросе: «Молодой Принц отдыхал на походном стуле перед своей черной палаткой, сняв шлем. В его темных, как у отца, волосах сверкала серебряная прядь. Слуга поднес ему кубок, и принц выпил глоток. Если он умен — это вода, подумал [персонаж], если нет — вино» (С. 49). И кто же это?





Согласитесь, хорошую всё-таки вещь придумал Джордж Мартин!

О том, как получить аннотируемую книгу, можно узнать в редакции «КНОРУС». Адрес: kas@kporus.ru  
*Владимир Ловчев, автор книги «Зима близко, а ночь темна и полна ужасов»*

### ... старое, но грозное оружие

Замечательную фотографию прислала нам Наталья Кореева! Ради нее стоИт возродить былую рубрику «... старое, но грозное оружие». Так выглядел материал казанской аптеки №6 времен антиалкогольной кампании конца 20-х гг. прошлого века.



Но, может быть, это не только история? Напишите, практикуют ли в Вашем городе (или селе) аптекари такую абсолютно не накладную, но эффективную форму трезвеннической пропаганды? Мы опубликуем Ваш отрядный пример, оттиражируем сей социально ценный опыт. А потом вместе подумаем: как поддержать современных трезвомыслящих специалистов? Первое, что приходит в голову: при прочих равных условиях покупать медикаменты в аптеках с подобными рецептами. Но, наверняка, есть и другие формы наладить взаимовыгодное сотрудничество ... Информационная поддержка со стороны трезвеннических СМИ – это само собой разумеется.

*Владимир Ловчев, редактор «Феникса»*

## Резонанс

На новейший номер «Феникса» у меня сразу несколько откликов.

Этим летом были с группой ребят на острове Свяжске, много гуляли, но чайной общества трезвости не увидели. Наверное летом её ещё не было. А так хотелось бы там чайку попить и поддержать автора этой инициативы. Даже если он сам далёк от трезвости.

Второй отклик на обложку вален(т)чений: мне тоже понравился вариант с огнём внутри человека. Виктория, моё вам восхищение!

Третий отклик на лозунг для этих же чтений. Предлагаю свой вариант: **«Захвати книжку на пути к трезвости»**. В данном случае я рассматриваю трезвость как путь, поскольку достичь абсолютной трезвости, то есть независимости в пище и суждениях, не представляется возможным. Например, я не пью алкоголь, не курю. Но при этом пью чай и кофе, ем мясо, зависаю в соцсетях. И это тоже варианты зависимостей. Поэтому до абсолютной трезвости ещё далеко.

*Луиза Хакимова, Казань*

**Материалы публикуются в авторской редакции  
 Редактор бюллетеня «Феникс» Владимир Ловчев  
 ([v.Lov4ev@yandex.ru](mailto:v.Lov4ev@yandex.ru))**