

# Український вибір.

Країною керуєш ти.

№ 3, липень 2016

www.vybor.ua



## ЕДИНСТВЕННИЙ ИСТОЧНИК ВЛАСТИ

**МИЛАНА СОЛОВЬЯН,**  
выпускающий редактор газеты

16 июля 1990 года произошло событие, навсегда изменившее историю нашей страны.

Опираясь на стремление народа самостоятельно принимать решение о судьбе своей страны, Верховный Совет УССР принял Декларацию о государственном суверенитете Украины. Единственным источником государственной власти признан народ, от имени которого может выступать только Верховный Совет УССР. И именно украинский народ, поддержав 1 декабря 1991 года на всенародном референдуме Акт провозглашения независимости Украины, стал источником государственной власти. Нынешняя проевропейская власть, несмотря на громкие заявления о том, что Украина наконец-то встала на путь демократических реформ, не соблюдает основополагающие принципы Декларации о государственном суверенитете Украины – реальное народовластие. Власть не спешит прислушиваться к мнению украинцев, по-прежнему отстраняя граждан страны от решения государственных вопросов.

## КАК УБЕРЕЧЬ УКРАИНУ?



В Украине как государстве светском церковь отделена от государства (статья 35 Конституции Украины). При этом власть и церковь должны сосуществовать на принципах взаимоуважения и разделения сфер влияния на украинское общество.

Так исторически сложилось, что Киев стал прародителем православия на территориях, которые сегодня разделены государственными границами. К сожалению, сейчас в Украине границу пытаются провести и закрепить и в сердцах верующих по обе стороны вооруженного противостояния. Все мы знаем, что религиозные разногласия не раз использовали как повод для войн, вооруженных конфликтов, противостояний (в мировой истории таких примеров огромное множество) власть имущие, преследуя свои тайные и зачастую меркантильные цели. Казалось бы, горькие уроки прошлого должны многому научить — навсегда отказаться от нетерпимости, от разделения на «своих» и «чужих» по принципу вероисповедания и принадлежности к той или иной церкви, от нагнетания страстей и разжигания розни.

Церковь во все времена была сильнейшим центром влияния на общество. Огромным влиянием обладало и государство, представленное властью. И несмотря на то, что церковь отделена от государства — их синергия нередко порождает силу, направленную на подавление и истребление всех инакомыслящих. Но и противостояние власти и церкви недопустимо. Более того, власть не может, не должна вмешиваться в дела церкви, становиться на чью-либо сторону. Нельзя допустить в Украине национального противостояния на религиозной почве.

Будем откровенны: Киевский патриархат, взывая к сердцам и жертвенности своих мирян, пытается бороться против Московского патриархата, который несколько столетий является духовным пастырем православия в Украине. И крестный ход, который идет по Украине — от Донецкого и Тернопольского регионов до Киева, стал знаковым в условиях вооруженного противостояния в стране, стал выражением воли народа о необходимости мирного урегулирования конфликта на Донбассе.

В такой ситуации власть должна была бы услышать православных верующих, которые (и это не зависит от принадлежности к тому или иному патриархату) пытаются объединить всех украинцев — объединить, опираясь на духовность. Но представители власти, исповедующие идеологию «партии войны», не только не слышат — слышать не хотят. Они и тут видят «приски врагов». Председатель Верховной Рады А. Парубий уже отреагировал в свойственной ему манере на проведение крестного хода: «Враг также разрабатывает планы по дестабилизации ситуации внутри страны путем создания искусственного политического кризиса, беспорядков на улицах». Такая реакция не удивляет — идеология «партии войны» базируется на невосприятии свободы мировоззрения и вероисповедания, невзирая на то, что соответствующее право граждан закреплено в Конституции. А ведь свобода вероисповедания, как и свобода волеизъявления, является индикатором уровня защиты человеческого достоинства государством.

Крестный ход верующих власть имущие пытаются преподнести как попытку несогласных расшатать ситуацию, подорвать стабильность, но это откровенный популизм. Так власти пытаются оправдать запреты мирных шествий и свободы волеизъявления граждан. Оценку таким заявлениям А. Парубия дал народный депутат фракции «Оппозиционный блок» Вадим Новинский, отметив: подобные «выпады» главы парламента свидетельствуют о том, что он недостойно занимает эту высокую должность, ведь в обязанности спикера входит представлять интересы всех граждан. В связи с этим В. Новинский анонсировал инициативу по созданию спецкомиссии парламента для дачи оценки высказываниям А. Парубия. В этом году исполняется 1028 лет со дня крещения Руси. 1028 лет, объединяющих всех православных христиан. Но постмайданные политики в своих политических целях навязывают обществу идею разделения православных народов. Несколько провокаций, направленных против настоятелей Украинской православной церкви Московского патриархата, и попыток таких провокаций в Киевской, Сумской,

## УДЕРЖАТЬ СЕРДЦА И МЫСЛИ

РЕДАКЦИЯ ГАЗЕТЫ

Европейский комиссар по правам человека Нильс Муйжниекс за последние четыре года совершил шесть служебных поездок в Украину. Недавно был обнародован доклад по итогам его последней поездки, состоявшейся 21–25 марта текущего года. Доклад комиссара Совета Европы оказался объемным и достаточно критическим для украинской власти.

Представитель Совета Европы подчеркнул, что: «Люди, независимо от того, где они проживают — на территориях под контролем правительства или вне такового контроля, — имеют право на получение пенсии, это является их собственностью».

По мнению еврокомиссара, украинская власть должна минимизировать изоляцию Донбасса: «Я знаю, что это сложно, что не всё в руках Украины. Но необходимо поддерживать контакты с людьми того региона, пытаться удержать их сердца и мысли, потому что это будет отвечать интересам будущего поколения украинцев».

Львовской, Николаевской и Луганской областях, начиная с 2014 года, свидетельствуют о том, что внутри страны, где и так происходит вооруженный конфликт, провоцируют еще и противостояние на религиозной почве. Причем тактика остается неизменной: представители «партии войны» действуют на опережение — заранее обвиняют мирные собрания граждан в участии в антигосударственных движениях и собраниях. Как верно отметил В. Новинский, видимо, молитва является действительно мощным оружием против действующей власти.

К сожалению, в условиях конституционного и политического кризиса в Украине формирование образа врага и поиски врагов становятся чуть ли не государственной идеологией. Беда в том, что так во враги можно записать едва ли не всех русскоязычных граждан, в том числе несогласных с властью и в вопросах духовного характера.

А что реально делает власть для защиты прав и интересов верующих? За 2014–2016 годы по всей территории Украины сожгли или пытались сжечь более десяти храмов Украинской православной церкви Московского патриархата. Виновные так и не понесли наказания. Или преступления против несогласных молчаливо поощряются властью?

Все-таки церковь реально должна быть отделена от государства, от власти. И любые вопросы в религиозной сфере должны решаться путем прямого обращения к иерархам, а не властью с помощью призывов и обвинений, которые отдельные граждане могут принять за сигналы к активным действиям. Такие провокации, граничащие с оголоволенным сепаратизмом, как раз и направлены на раскол общества, которому внушают, что православие бывает разным в зависимости от национальности и духовного уровня. Православие — едино, а те, кто пытается его разделить, стараются расколоть не только церковь, но и без того биполярное украинское общество.

**ВАСИЛИЙ НИМЧЕНКО,**  
заместитель председателя Общественного движения «Украинский выбор – Право народа»







# А ПОТОМУ ЧТО БЕЗ ВОДЫ...

**НАШЕ ЗДОРОВЬЕ –  
НАШЕ БУДУЩЕЕ**

## КАК ПРАВИЛЬНО ПИТЬ ВОДУ

Слишком много воды не бывает, просто пейте понемногу и часто – так полезнее. За один прием много не пейте – избыток жидкости быстро всасывается в кровь и дает излишнюю нагрузку на сердце и дополнительную работу почкам. Только сбалансированный график приема качественной воды поможет вам сохранить здоровье и долголетие.

Вода – самое загадочное вещество, с которым мы сталкиваемся ежедневно. Обыкновенная вода обладает уникальными свойствами. Молекула воды не так уж проста – она обладает дисимметрией: у кислородной части – отрицательный заряд, у водородной – положительный, к тому же они смещены относительно друг друга. Это

Малейшее отклонение становится причиной серьезных болезней. Поэтому пить нужно воду с pH как у нормальной крови. Вода существует не только в твердом, жидком и газообразном состоянии. Только в жидком состоянии ученые выделяют 5 отдельных состояний, а в твердом – 14.

Чистая вода – благо, она является источником жизни, а загрязненная варварским отношением человека к природе – носителем серьезных проблем: 85% всех заболеваний в мире передается через воду, 25 млн человек умирают «от воды» ежегодно!

**ЖЕСТКАЯ ВОДА.** В такой воде главным образом присутствуют соли кальция (Ca) и магния (Mg). В такой воде тяжелее стирать (больше расход мыла и моющих средств), на стенках чайника и посуды для приготовления пищи постоянно оседает налет – карбонат кальция (CaCO<sub>3</sub>).

**МЯГКАЯ ВОДА.** В некоторых регионах Украины – Полтавской области, Карпатских и Закарпатских районах – вода мягкая, с очень низким содержанием солей кальция и магния. Чай и кофе, заваренные на такой воде, вкуснее и ароматнее. А после принятия душа на коже остается пленочка, защищающая кожу от пересыхания. Это плюсы, но есть и минусы: при постоянном употреблении мягкая вода отрицательно влияет на прочность костей и зубов – опять-таки из-за низкого содержания солей.

**Воде дана таинственная власть  
Быть соком жизни на Земле.**

*Леонардо да Винчи*

объясняет способность воды «намагничиваться». Формула H<sub>2</sub>O существует лишь на бумаге. Такого «химически» чистого вещества в природе не существует, ведь вода – лучший в мире растворитель, поэтому содержит огромное количество примесей, что определяет ее меру активности – pH. Величина pH очень важна, ведь мозг человека на 85% состоит из воды, а кровь – на 80%. Показатель кислотно-щелочного баланса крови человека: 7,35 – 7,45.

## ПОВОРОМ ПРО АШ ДВА О

В повседневной жизни мы не всегда осознаем, что пользоваться водой прямо из-под крана далеко не безопасно. И совсем немного знаем о химическом составе воды в водопроводах, бьюетах, скважинах и колодцах.

**ВОДА ИЗ-ПОД КРАНА.** Традиционный способ дезинфекции водопроводной воды – это хлорирование. Употребление хлорированной воды почти в два раза увеличивает вероятность заболеть раком пищевода, в 1,5 раза – раком мочевого пузыря и прямой кишки. Также хлорированная вода на 30% ускоряет процесс старения.

**Чтобы определить, достаточно ли воды содержит в данный момент ваш организм, ущипните себя за верхнюю сторону ладони. Если кожа моментально приняла первоначальный вид, вы потребляете достаточное количество воды.**

# ПОМОГИ СЕБЕ САМ, ИЛИ КАК ОЧИСТИТЬ ВОДУ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

Потребление воды – услуга платная. И зачастую качество услуги, которую мы оплачиваем, то есть качество воды, далеко от идеала. Поэтому важно, не дожидаясь, пока власти озоботятся здоровьем украинцев, найти решение самостоятельно. Мы подскажем несколько легкодоступных способов для очистки воды в домашних условиях.

**1. Кипячение** стерилизует воду, очищает ее от вредных микроорганизмов, вирусов и микробов. Кипятить воду нужно в течение 15 мин, не накрывая крышкой: важно, чтобы все вредные соединения испарялись. Недостатки кипячения:

– соединения хлора все равно остаются, а они очень опасны для здоровья;  
– мы получаем так называемую «мертвую воду», бесполезную для здоровья, поскольку в ней нет необходимых для человека микроэлементов.

**2. Отстаивание.** Достаточно подержать емкость с водой открытой около восьми часов, и хлор вместе с другими летучими вредными примесями испарится. Если периодически воду еще и помешивать, то процесс испарения хлора, т. е. очищение воды, пройдет интенсивнее. Важно отметить, что соли тяжелых металлов в отстоянной воде остаются, оседая на дно, поэтому аккурратно сливайте уже очищенную воду, стараясь ее не взбалтывать и оставляя осадок на дне.

**3. Поваренная соль** поможет очистить воду из-под крана от вредных микроорганизмов и солей тяжелых металлов. В двух литрах воды растворите 1 столовую ложку соли и подождите 15–25 мин. Недостаток этого способа очистки – такую воду ежедневно употреблять не рекомендуется.

**4. Заморозка** – едва ли не самый «модный» вариант очищения воды, причем, как доказывает наука, еще и самый эффективный. Налейте воду в емкость так, чтобы в ней оставалось немного свободного объема (при замерзании

вода расширяется). Проследите, чтобы вода замерзла в половину своего объема. Незамерзшую воду слейте – как раз в ней и соберутся все вредные примеси. Чистую воду после заморозки пейте и используйте для приготовления еды. Размороженная вода обладает целебными свойствами, ускоряет восстановительные процессы в организме. Талую воду врачи рекомендуют пить при аллергии, дерматите, стоматите, бронхиальной астме.

**5. Кремний** также хорошо очищает воду от примесей. Его можно купить в аптеке, прежде чем положить в банку с водой, хорошо вымойте в теплой воде. Банку нужно держать на свету, избегая при этом прямых солнечных лучей. Подождите два-три дня и пейте с наслаждением чистую воду, но учтите, что ее нужно сливать не до конца, ведь все вредные примеси соберутся на дне. И последний совет: на 1–5 литров воды достаточно кусочка кремния в 3–10 г.

**6. Активированный уголь** заменит дорогие фильтры, в основе которых преимущественно используют именно уголь. Аккурратно оберните таблетки активированного угля марлей или широким бинтом, положите в воду, и через 8 часов она очистится.

На литр воды достаточно всего одной таблет-

ки угля, чтобы избавить воду от всех примесей и запахов, которые накопились в старых трубах. Это очень важно, ведь трубы в наших домах не меняли десятками лет.

**7. Серебро** известно своими очищающими и дезинфицирующими свойствами издревле. Этот металл способен избавить воду от химических соединений, микробов и вирусов. Антибактерицидный эффект серебра сильнее, чем у хлора, к тому же «серебряная вода» долго сохраняет полезные свойства. Не зря в православных храмах святую воду хранили в серебряных сосудах, а ее целительные свойства и вера помогали при различных хворях.

**8. Народные средства** тоже стоит попробовать. Предложим несколько вариантов: – несколько гроздей рябины (ведь близится осень, и нарвать свежую рябину будет легко) опустите на 2–3 часа в воду. В качестве очистителя рябина может поспорничать даже с серебром и активированным углем; – кора ивы, луковая шелуха, листья черемухи и можжевельника также очень эффективны. С их помощью очищаться вода будет около 12 часов.

## БУДЬТЕ ВСЕГДА ЗДОРОВЫ!

Газета «Український вибір.  
Країною керуєш ТИ.»  
зареєстрована  
в Міністерстві юстиції України.  
КВ № 21841-11741  
від 01.02.2016.

Засновник та видавець –  
Всеукраїнська громадська  
організація  
«Всеукраїнський громадський  
рух “Український вибір-  
Право народа”».

Редакційна рада:  
Василь Німченко – голова ради,  
Олег Бабанін – заступник голови,  
Сергій Ветров – заступник голови,  
Олена Маркосян, Тетяна Корольова,  
Андрій Павленко

Наша адреса: 01601,  
м. Київ, вул. Велика Васильківська, 23-б.  
Тел. (066)2652646; e-mail: gazetavybor@mail.ua  
Головний редактор – Сергій Ветров  
Відповідальний за випуск – Милана Солов'ян  
Дизайн та концепція – Ярослав Шабалін

