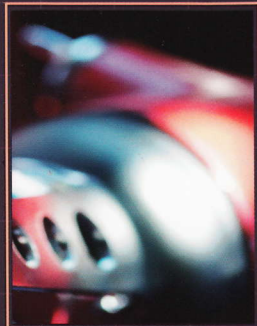


# MM

научно-популярный журнал

Machines and Mechanisms #2 (65) ФЕВРАЛЬ 2011



все гениальное просто

# ГЛАВНАЯ ТАЙНА МОЗГА ОТПУЩЕНИЕ ГРЕХОВ ЗА 45\$

## КАК УГНАТЬ АВТОМОБИЛЬ

[www.21mm.ru](http://www.21mm.ru)

ISSN 1999-2920



# Слово



Любой врач-кардиолог с легкостью опишет функции сердца и сосудов; гастроэнтеролог – печени и желудка; отоларинголог – уха, горла и носа; исключение составляет лишь мозг. Это «черный ящик» с информацией на входе и действием на выходе. Ни один психоневролог или нейрохирург точно не знает, что происходит внутри.

Несмотря на то что человеческий мозг активно изучают с помощью различных современных методов исследования, основные вопросы так и остаются нерешенными. Возможности мозга не вписываются в рамки современных материалистических представлений о том, на что способен человек. Никто так и не может определить, на сколько процентов мы используем потенциал мозга. Как связаны с мозгом такие чувства, как совесть, любовь, зависть? Как формируется мысль? Кто управляет сознанием? Где находится душа? Почему нужно верить интуиции? Как работает гипноз? Действительно ли есть ясновидящие, целители, как они воздействуют на нас? Вопросов бесконечно много, и ответы на них весьма противоречивы. Ведь с мозгом связана масса таинственных и загадочных историй, не поддающихся научному объяснению. Мы почти ничего не знаем о скрытых в нас резервах.

***Пытаясь приоткрыть завесу таинственности, мы решили этот номер посвятить возможностям человеческого мозга.***

MM

Содержание



8

**Машина новостей** 8

**Сетевой фильтр** 12

**Мокрая печать** 14

*Редакция выбирает лучшую клавиатуру*



14

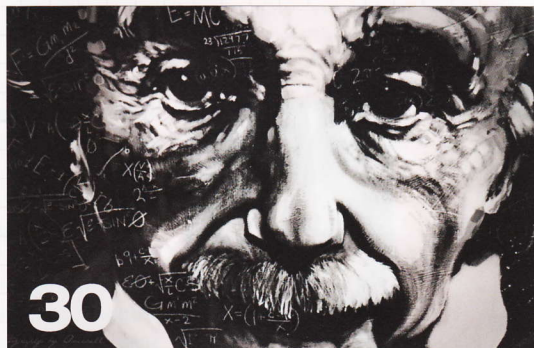
**Язык программирования мозга** 18

*Издатель «ММ» о главном «компьютере» человека*

**Головная роль** 24  
*Мозг изучает сам себя*

**Цена гениальности** 30  
*Откуда берутся моцарты*

**Стигма ненормальности** 36  
*Как распознать психа*

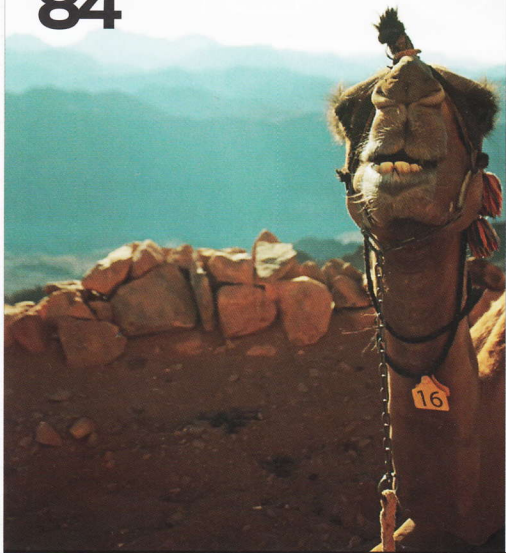


30



64

84



**Тело мастера боится 44**

*Массаж – дело хитрое*

**Все грани 50**

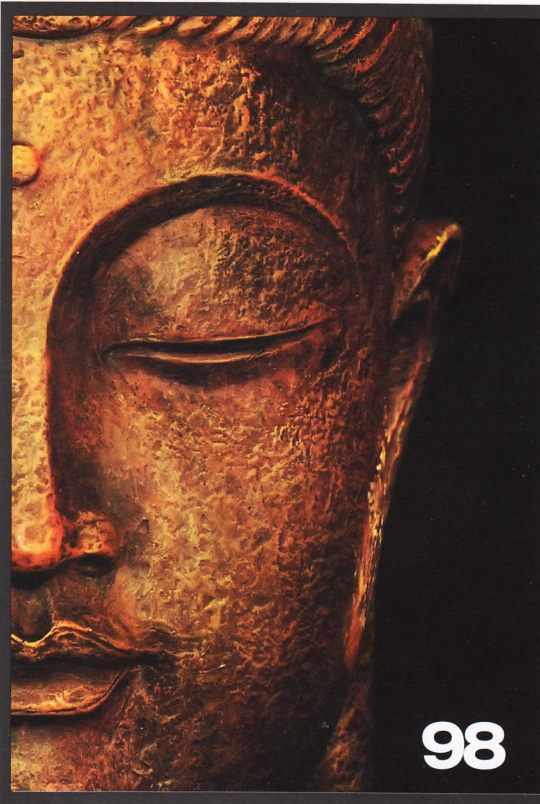
*Даниил Гранин о жизни и литературе*

**20 000 дел под водой 58**

*Как хорошо быть водолазом*

**Игры разума 64**

*Репортаж с фестиваля Yota Space 2010*



98

**На свежую голову 70**

*Почему она болит*

**Легко солгать тяжело 76**

*Изучаем детектор лжи*

**Ты куда, Моисей? 84**

*«ММ» избавляется от грехов*

**Нас не угонят 92**

*Береги автомобиль*

**Буддизм от первого лица 98**

*В гостях у ламы*

**Проза «ММ» 106**

*Звездолеты, монстры и красивые девушки*



92

# АВТОРЫ 48



## НАТАЛЬЯ НИФАНТОВА

Окончив Пермский государственный университет по специальности «журналистика», не смогла усидеть на месте и отправилась покорять Северную столицу. В детстве последовательно мечтала стать великим писателем, космонавтом и работником Красного Креста. Оттуда во взрослую жизнь вынесла любовь к печатному слову, теоретической физике и людям. Принципиальный «гностик» – руки так и тянутся ко всему, что «плохо познано». В этом номере «ММ» они потянулись к теме психических отклонений.

## ЮЛИЯ МЕШАВКИНА

89

Одна из редакторов «ММ». Окончила факультет литературного творчества, поэтому воплощает лирическую сторону журнала (да, такая тоже есть). В редакции считается специалистом по красивым фразам. Больше любит слушать, чем говорить, и для февральского номера подготовила интервью с Даниилом Граниным.



## ЛЮБОВЬ ШИРМАНОВА

90

Пишет для газет и журналов с 12 лет. Никак не могла решить, кем же ей быть: программистом, писателем или балериной. Поэтому окончила факультет журналистики по специальности «политический PR». Все время ищет разнообразия, любит технические новинки, в этом номере выбирает клавиатуру.

91

# ПИСЬМА

---

## **АНДРЕЙ, Г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**

Как-то у вас в журнале была статья про фриланс, и издатель ваш написал в своем комментарии, что «фрилансер деградирует и как человек, и как профессионал». Я с этим согласиться не могу. Как раз на работе в офисе он деградирует, больше выполняя одни и те же однотипные работы по одним и тем же методикам и технологиям. Рекламные агентства и студии не в счет, там действительно есть профессиональный рост. Когда человек упирается в потолок, он уходит на фриланс. Конечно, далеко не каждый имеет навыки администратора, от этого возникают большие сложности во взаимоотношениях заказчик – исполнитель.

В целом ваш журнал мне нравится. Покупаю не каждый номер, но ничего плохого сказать не могу. А за некоторые моменты в оформлении даже готов похвалить ваших дизайнеров.

## **НИНА, Г. ПЕТРОЗАВОДСК**

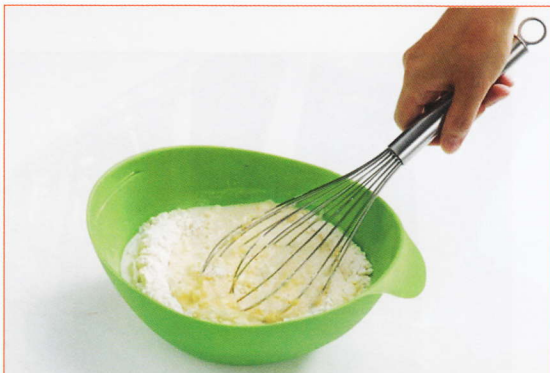
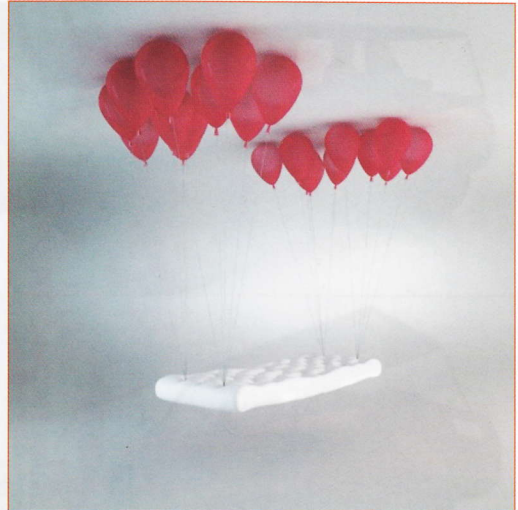
Журнал «Машины и механизмы» – мой любимый как по верстке, так и по содержанию. От нового номера каждый раз тяжело оторваться, но я стараюсь растягивать удовольствие, чтобы на неделю хотя бы хватило, потому как выходит журнал редко. Мне кажется, его давно пора делать еженедельным. Большое спасибо всем, кто его делает!

## **ТАТЬЯНА, Г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**

Первый раз купила журнал «Машины и механизмы» чуть меньше года назад, очень понравились (и нравятся до сих пор) статьи и сам стиль изложения информации: с одной стороны, не слишком упрощенно, с другой – не перенасыщено научной терминологией. В общем, с читателем обращаются как с человеком вдумчивым, но сохранившим детское стремление к познанию всего окружающего. Старайтесь сохранять эту линию, таких журналов сейчас мало.

## Под ПОТОЛКОМ

В очередной раз пересматривая фильм “Le Ballon Rouge” 1953 года, дизайнер Сатоши Итасака (Satoshi Itasaka) из японской компании “h220430” придумал необычный диван или скамейку Balloon Bench. **Выглядит она как матрас, привязанный к гроздьям воздушных шаров** и поэтому висящий под самым потолком. Несмотря на видимую легкость, шарики пластиковые, и накрепко прикручены к потолку, а к ним уже крепится матрас, скамейка или любое другое сиденье. О цене и времени поступления в продажу пока не сообщают.



## УНИВЕРСАЛЬНАЯ ПОСУДА

Уникальную гибкую посуду для приготовления блюд на пару изготовили дизайнеры из барселонской студии COMPEIXALAIGUA. Паровой ростер разработан для производителя силикона Lekue: он представляет собой удобную миску для пропаривания пищи, которая прекрасно подходит и для хранения еды. Достаточно «завернуть» в ростер сырую еду и поместить его в печь. По бокам останутся отверстия, благодаря которым горячий воздух и пропарит пищу. Готовый обед можно не раскладывать по тарелкам, а есть горячим из развернутого ростера. **Это чудо техники уже можно заказать в онлайн-магазине Lekue по 24,50 евро за штуку.**



## Автомобиль для гедонистов

Не все автомобили должны развивать высокие скорости и ездить по бездорожью. Человек, который добился успеха в жизни, может себе позволить не спеша прокатиться вдоль пляжа в Ницце или по улочкам Монако на небольшом милом автомобильчике, вроде Bamboo от компании Rinspeed. **Эта городская малолитражка для обеспеченных людей сделана из легких, но прочных материалов, а благодаря расцветке и формам вообще выглядит, как бамбуковая.** Ее максимальная скорость – чуть больше 100 км/ч. Bamboo представят на Женевском автосалоне в марте 2011 года, и максимум через год после этого машина пойдет в серийное производство.



## Новые «зеленые» вагоны

В Варшавском метрополитене в 2012 году появятся «зеленые» вагоны, разработанные корпорацией BMW и компанией Siemens. Их стоимость, конечно, весьма высока, зато они позволят сэкономить в будущем. Вагоны станут настоящим шедевром индустриального дизайна и современных технологий. **Главный плюс в том, что они на 98% созданы из переработанных материалов: это сократит сумму, необходимую для постройки вагонов, и избавит Польшу от части мусора.** Основным материалом – алюминий, это значительно уменьшит вес, а значит и потребление энергии. В очень просторных вагонах будут висеть электронные дисплеи с информацией для пассажиров: карты, интервалы движения, температура воздуха и тому подобное. Поручни будут сделаны в виде деревьев с ветками, упирающимися в потолок. Подобные инновационные технологии внедряются во всех странах Центральной и Западной Европы.







## ОСТОРОЖНО, ПОСАЖЕНО ДЕРЕВО!

В условиях современных городов людям не хватает зелени, в то же время деревья на улицах и в парках часто страдают от рук вандалов. Проект «городской мебели» называется Tree Bench, его автор – сербский дизайнер Марко Вукович (Marko Vuckovic) – спроектировал такую необычную скамейку, чтобы людям и растениям было комфортно друг с другом. **В скамейке пять отверстий: одно для ствола, остальные – для сбора дождевой воды, которая будет обеспечивать нужды корней.** Рядом на гладких пластиковых сиденьях могут расположиться отдыхающие с книжками, фотоаппаратами и бутербродами.



## ВЕСЕЛО И ВКУСНО

Luxigare – безумный японский дизайнер. Одно из недавних ее изобретений – съедобные цветные карандаши Crayon. Для приготовления каждого карандаша использовалось до восьми ингредиентов, которые подбирались по цвету. В итоге красный – с терпким фруктовым ароматом, желтый – с ананасово-банановым, черный – с запахом земляного ореха. Всего карандашей восемь, все они по текстуре похожи на печенье. **В блоге Luxigare можно взять полный рецепт на английском и повторить подвиг в домашних условиях.** И рисовать ими тоже можно, не забудьте!

Что лишнее Вы сегодня съели?

- Банку тушенки
- Биг Мак
- Биг Мак с жареной к
- Бисквит
- бисквитное пирожное
- Блинчики с мясом
- Блюдец Меда
- Блюдец огушени с с
- Блюдец творога
- Блюдец Халвы

Какое занятие Вам по душе?

- Бриться
- Быстро бегать
- Быстро прыгать чере
- Водить трактор
- Выкапывать червей
- Вносить мусор
- Гнать на лыжах по пе
- Готовить коктейли
- Громко петь
- Добывать уголь

Сжечь калории

## КАК СЖЕЧЬ ЛИШНИЕ КАЛОРИИ

[RUSSIANSTATENISLAND.COM/TESTS/CALORIES.ASP](http://RUSSIANSTATENISLAND.COM/TESTS/CALORIES.ASP)

Этот сайт точно для вас, если вам нравится подсчитывать калории или если вы все время худеете. Всего три графы: ваш пол, вредная пища, которую вы съели, и ваше любимое занятие. В ответ вам выдадут рецепт по сжиганию калорий. Бигмак и жареную картошку, запитые кока-колой, можно обезвредить, если в течение 5 часов 48 минут наблюдать за птицами, а если рубить дрова, то за 2 часа 25 минут. Вы уже готовы? Калории ждут вас!



## 20 ЛЕТ СПУСТЯ

[WWW.IN20YEARS.COM](http://WWW.IN20YEARS.COM)

Интересно узнать, как будет выглядеть ваша милостивая подружка через 20 лет? Здесь можно посмотреть на то, как она изменится, если будет вести привычный образ жизни. Доставляет удовольствие и рассматривание сегодняшних «звезд» в старости. Посмотрев на свое фото «за 40», очень хочется бросить пить и курить прямо сейчас. Может, еще не поздно?

## 1000 Awesome Things

HOME ABOUT BOOK THE TOP 1000



JANUARY 13, 2013

#331 When someone already highlighted your textbook



Thanks for the helping hand, friendly stranger.

AWESOME!

Photo: [Pete Jones](#) [iStock](#)



Amazon.com Amazon.co.uk Amazon.ca Barnes & Noble Borders Chapter IndieBound Indigo Penguin Walmart

More Release Dates Germany, France, Korea, Holland Dates TBD. Announced soon.

Blog Stats

• 23,639,274 hits

Share: [Facebook](#) [Twitter](#) [Google+](#) [LinkedIn](#) [Print](#)

Filed under [Uncategorized](#)

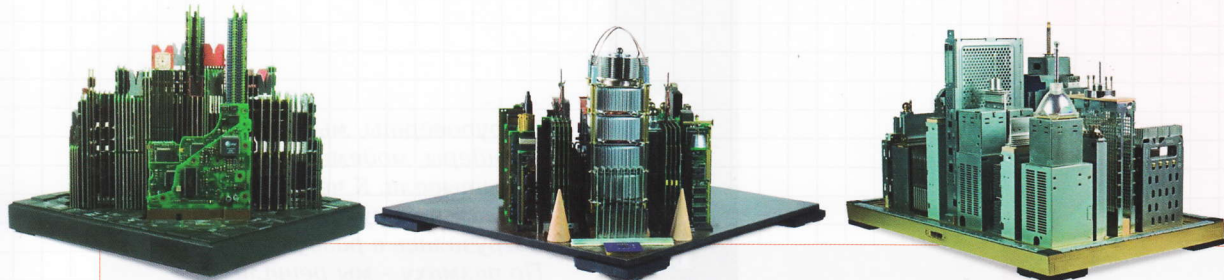
12 Comments

Search

## ЖИЗНЬ ПРЕКРАСНА

[WWW.1000AWESOMETHINGS.COM](http://WWW.1000AWESOMETHINGS.COM)

Нил Пэсрича (Neil Pasricha) – безнадежный оптимист, автор «книги удивительного». На своей странице он делает то же, что и в книге – тщательно собирает и нумерует необыкновенные моменты. Помогает быстро поднять настроение, поскольку, читая его «Тысячу удивительных вещей», вспоминаешь, что #380, 403 и 908 произошли с тобой буквально сегодня, и это действительно круто! Отличный курс-тренинг по умению радоваться простым вещам. Be happy =)



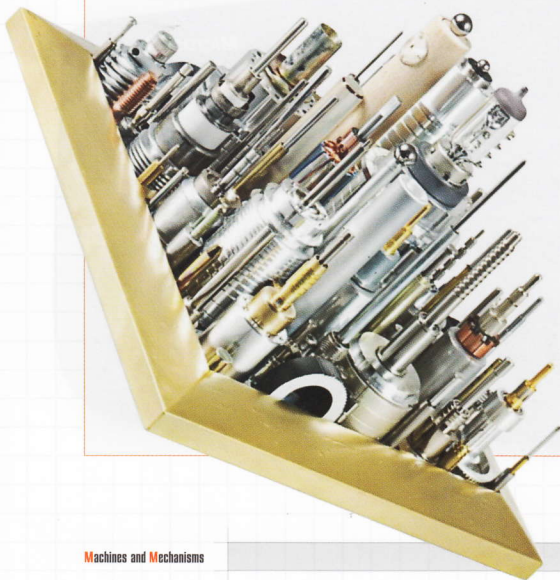
# Художник МЕГАПОЛИСА

[WWW.FRANCORECCHIA.IT](http://WWW.FRANCORECCHIA.IT)

Франко Реккья (Franco Recchia) – итальянский скульптор, создающий миниатюры городов из старых компьютерных деталей. Сначала ему просто было интересно, что находится внутри компьютеров, и он их разбирал, пока однажды не возникла идея создать из груды деталей нечто креативное. Немного фантазии – и старые материнские платы, лампы, блоки питания и прочие элементы превратились в части Нью-Йорка, Бостона, Питсбурга и других городов.

Своими скульптурами Франко хочет показать, что любая вещь, созданная человеком, красива и может стать основой для произведения искусства. Причем это справедливо не только для объектов, которым важно иметь эстетичный внешний вид, но и для тех, что ценятся прежде всего за функциональность.

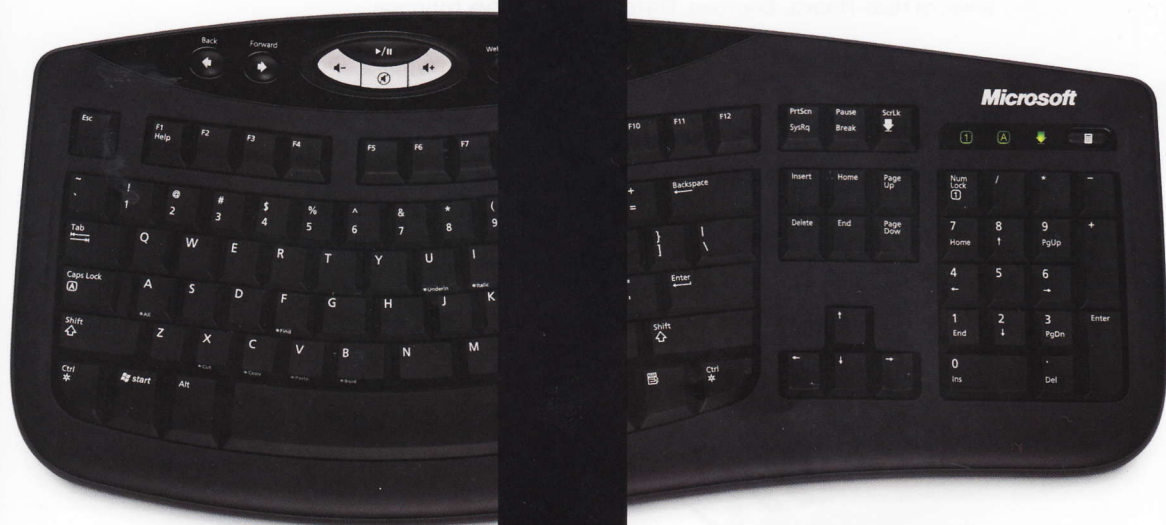
Понравившуюся работу легко купить за сумму от 2,4 до 8,1 доллара (в зависимости от миниатюры). Увидеть их вживую можно на различных выставках по всему миру; также множество городов (и других объектов) размещены на сайте скульптора.



Release by  
NALSUR KOSMOS

# МОКРАЯ ПЕЧАТЬ

*Шурупверты, мышки, блендеры, модемы мы уже испытывали. К чему бы еще приложить руки? Редакция погрузилась в раздумья. По размаху - мы решили главную проблему мира: с таким энтузиазмом люди примеряются к сдвиганию гор! Пока кто-то наконец не догадался, что выбирать нам нужно то, чем мы пользуемся большую часть времени. Клавиатуру!*



«Главное, чтобы клавиши потише щелкали. И чтобы рукам было удобно. А еще есть специальные такие – для тех, кто умеет “вслепую”. Или, может быть, с подсветкой? Это ведь тоже удобно... И красивую!» – решила женская половина редакции. При виде огромного количества клавиатур на магазинных полках глаза у нас разбежались... Но мы взяли себя в руки и выбрали всего три из этого разнообразия.

В результате нашли и бесшумную тоже: ее кнопки мягко опускаются под пальцами, никаких резких звуков. Только вот... впрочем, обо всем по порядку.

## Microsoft Comfort Curve Keyboard 2000

**ЦЕНА:** 1199 руб., MediaMarkt.

**РАЗМЕРЫ:** 46x27x1 см.

**ГЛАВНЫЕ ДОСТОИНСТВА:** эргономичность, водостойкость.

**НЕДОСТАТОК:** клавиши все-таки щелкают. Тихо, но щелкают.



Производители клавиатуры Microsoft Comfort Curve Keyboard 2000 интригуют пользователей небольшой заметкой «Предупреждение об опасности для здоровья», которую они разместили на обратной стороне устройства. Судя по тону сообщения, людям, проводящим за печатанием большую часть жизни, стоит почаще показываться врачу, потому что их подстерегает множество страшных заболеваний. Узнать о них подробнее рекомендуется в прилагаемом руководстве «Приступая к работе», но ничего интересного на эту тему там не написано – обычная инструкция. А паника производителей – обычное кокетство: работать за этой клавиатурой одно удовольствие.

Единственное неудобство ощущалось только в первый день пользования: ножки, которые приподнимают клавиатуру, немного скользили по столу. Но потом – видимо, после приобретения нескольких царапин – устройство перестало ускользать.

Comfort Curve Keyboard, или «Кривая комфорта», позиционируется как уникальная клавиатура, одобренная эргономистами. Создатели утверждают, что она особенно удобна для специалистов по слепому печатанию: изгиб линии, по которой располагаются клавиши, обеспечивает рукам естественное положение. Клавиши, кстати, разного размера: И (V), Т (N), П (G) и Р (H) больше остальных,

сначала к этому нужно привыкнуть, но через полчаса понимаешь, что на такой клавиатуре печатать «вслепую» и правда удобнее. Для тех, кто занимается этим 9 рабочих часов ежедневно, Comfort Curve Keyboard станет находкой.

Клавиатура не выглядит настолько сверхтонкой и сверхкомпактной, как считают авторы, но руки с ней действительно устают гораздо меньше. Она не бесшумна, но стучит негромко и довольно «мягко». Очень удобные дополнительные клавиши: вперед-назад, громкость звука, Интернет, почта, поиск и калькулятор – правда, все они срабатывают не моментально, а секунды через три.

Главный же, на мой взгляд, **КОЗЫРЬ** Comfort Curve Keyboard – **ЗАЩИТА ОТ ПОПАДАНИЯ ЖИДКОСТИ**. Проверять его достоверность было очень страшно. Так страшно, что сделать это с помощью горячего сладкого кофе со сливками я все-таки не решилась. Использовала теплый зеленый чай, который, просочившись между клавишами внутрь, не нанес устройству ни малейшего вреда. Успешно стучать можно было даже по хлюпающим кнопкам, но работать в луже все-таки неудобно – пришлось перевернуть клавиатуру и все вылить. Только несколько капелек, застрявшие между клавишами Alt и «пробел», поблескивали под светом ламп и нервировали до конца дня. Но мириться с таким неудобством на фоне общей комфортности было даже приятно.

## Logitech Illuminated Keyboard

**ЦЕНА:** 2999 руб., MediaMarkt.

**РАЗМЕРЫ:** 45x20x1 см.

**ГЛАВНЫЕ ДОСТОИНСТВА:** подсветка, мягкое покрытие.

**НЕДОСТАТОК:** тяжеловес. И пролить на нее ничего нельзя!



Как только клавиатура оказалась в моих руках – вокруг стали роиться желающие ее отнять. В конце концов мне даже пришлось вступить в неравный бой с коллегой, когда та попыталась вынести эту прелесть в мое отсутствие. Illuminated Keyboard бесспорно стоит таких подвигов.

*ЕДИНСТВЕННАЯ ИЗ ИСПЫТУЕМЫХ ОНА ИМЕЕТ ПОДСВЕТКУ КЛАВИШ – ЧЕТЫРЕХУРОВНЕВУЮ!* 100%, 50%, 25% и 0% яркости, которые можно регулировать по желанию. На мой взгляд, приятнее всего работать при 100%. Потому что даже при хорошем освещении подсвеченные буквы очень облегчают работу уставшим глазам.

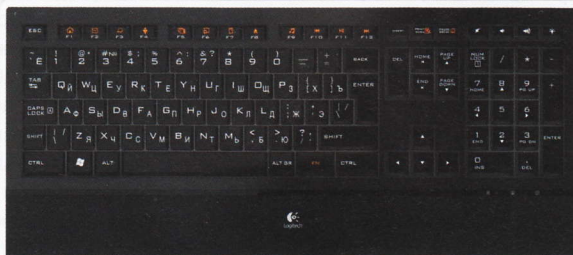
Illuminated Keyboard подойдет «совам», предпочитающим работать по ночам, поскольку подсветка позволяет совершенно спокойно печатать и в полной темноте, лишь бы экран было видно. Впрочем, зачем вам экран, когда есть такая клавиатура?

Правда, по весу она тяжелее остальных, хотя выглядит при этом шикарно – ни грамма жира, одни мускулы. Материал нежный и гладкий, словно прорезиненный, к нему приятно

прикасаться. Когда стучишь по ней ногтями, нервничая от того, что не складывается текст – звуки мягко гасятся, не барабана, как на обычной пластиковой клавиатуре. Клавиши низкопрофильные, при печати издают тихий, нераздражающий стук.

С клавиатуры можно открывать браузер, проигрыватель, переключаться между активными приложениями, извлекать диск, отключать звук и делать многие другие вещи – все это позволяет реже использовать мышь. Вообще, конечно, дополнительные кнопки максимально облегчают жизнь тем, кто не владеет мышкой, ведь они увеличивают возможности клавиатуры – это важно для тех, кто страдает ДЦП или другими заболеваниями.

К компьютеру Logitech Illuminated Keyboard подсоединяется через USB-разъем, при подключении через USB-хаб она не будет работать, поскольку подсветка делает ее очень энергоемкой. Лучше подключите к хабу флешку, фотоаппарат или bluetooth-приемник, чтобы освободить один слот для клавиатуры.



## Резиновая клавиатура NeoDrive от Qimo

**ЦЕНА:** 770 руб., «Компьютерный мир».

**РАЗМЕРЫ:** 33x12x0,5 см.

**ГЛАВНЫЕ ДОСТОИНСТВА:** компактность, бесшумность. Защищена абсолютно от всего.

**НЕДОСТАТОК:** неудобные клавиши.



Герметичная, силиконовая, с пыле-, грязе- и влагозащищенным корпусом, любительница мыла и воды. Мягкая, легкая, тонкая, размером с самолетный столик, гибкая, совершенно бесшумная, с черно-желтенькой расцветкой. Первая мысль при знакомстве с ней – «Немедленно, немедленно попробовать!» Уж очень эффектно выглядит упаковка – пластиковый «тубус» размером с жестяную баночку из-под напитка объемом 0,33 л.

Увы, восторг проходит после набора первых же слов. Резиновая клавиатура просто неудобна. И дело даже не в непривычно маленьких размерах и отсутствии дополнительных полезных кнопок. Дело в том, что ее «рецепторы» находятся прямо по центру резиновых клавиш – если присмотреться, их даже можно разглядеть сквозь силикон: маленькие прозрачные кнопочки. На них нужно попадать. При работе на стандартных клавиатурах наши пальцы располагаются совсем не перпендикулярно кнопкам – мы жмем как придется, прилагая разную силу: по «пробелу» ударили большим

пальцем, Shift едва задели мизинцем, но чувствительность клавиш от этого обычно не зависит. **С NEODRIVE НОМЕР НЕ ПРОХОДИТ: ДАВИТЬ НАДО НА СОВЕСТЬ, СТРОГО ПО ЦЕНТРУ.** У привыкших строчить со скоростью 200 знаков в минуту нервы сдают быстро: эти самые знаки не печатаются, приходится возвращаться почти к каждому слову. Через пару абзацев еще и пальцы начинают болеть, а в голову лезут истории про японскую девочку, которая вот так добарабанилась и сломала себе несколько маленьких пальчиковых косточек.

Дальнейшее зависит от того, насколько вам приспичило. Если вы печатаете на NeoDrive просто из интереса – он пройдет очень скоро. Но когда деваться некуда, она и вправду выручит: не потащите же вы с собой в сумке эту доску с кнопками, которая и на столе-то занимает много места. А тут достал из кармана «баночку» с клавиатурой, развернул, разместил на коленке – и печатаешь. И плевать, что сверху капает, вьюжит, морозит или заваливает тополиным пухом.

*Через месяц испытаний мы поняли, что клавиатура – дело вкуса. Тут нельзя найти общий идеал, каждому нужно что-то свое. Универсальность, эргономичность, подсветка, компактность, яркий внешний вид, удобство? Наверное, есть такие, что сочетают в себе все лучшие качества сразу, но мы их не нашли. Чем-то придется пожертвовать. А если найдете ту, что объединяет и подсветку, и эргономичное расположение клавиш, и легкость, и отсутствие провода – скорее всего, придется пожертвовать деньгами. Каждому свое, господа. ■*

# ЯЗЫК

## ПРОГРАММИРОВАНИЯ

# МОЗГА

*Каждая эпоха имеет свои метафоры и аналогии по отношению к мозгу. Если во времена Галена главным достижением времени были водопровод и канализация, то и мозг ассоциировался с системой каналов, а его основная функция – с заполненными жидкостью полостями.*

*В XVII веке новые открытия связывались с механистической моделью Вселенной, основанной на работах Ньютона и Декарта (ньютон-картезианской механистической модели). Отсюда и анализ мозга по аналогии с хорошо отлаженным механизмом.*

*Открытие электричества и свойств газов повлекло за собой возникновение теории «баллонистов», согласно которой нервы представляют собой полые трубки, по которым проходят потоки газов, возбуждающих мышцы, и теории «электрических флюидов».*

*В наше время самой распространенной моделью является научная метафора мозга – компьютер. Об этой теории мы и решили поговорить с издателем «ММ»*

**Александром Ивановичем Новиковым.**



– ЧТО ТАКОЕ МОЗГ И НАСКОЛЬКО ОН ИЗУЧЕН?

– На мой взгляд, мозг нельзя отделять от физического тела человека. Человеческое тело – это машина в какой-то степени, биомашина, которая точно так же перемещается по нашей планете, как моя «Ауди Q7», но только по некоторым другим принципам. Стоят внутри гироскопы и так далее, с помощью которых мы держим равновесие. Это тоже целый компьютер. Вот американцы сейчас сделали машину на двух колесах. Я на ней катался, стоит как влитая. Как? Всего две точки устойчивости, но она стоит и ездит, гироскоп ее держит на ходу. Точно так же и человек – это сложная биомашина, которую нужно заправлять, смазывать, ремонтировать и все остальное. А мозг – это компьютер, который управляет этой биомашинкой. И все, больше ничего.

– НО ПРО ЭТОТ КОМПЬЮТЕР ТАК МНОГО ВОКРУГ ГОВОРЯТ. ЧТО ЕГО НЕВОЗМОЖНО ДО КОНЦА ИЗУЧИТЬ, ЕСЛИ ОПУХОЛЬ МОЗГА, ТО ЧЕЛОВЕК ПОГИБАЕТ...

– Если я еду на своей «Ауди», и у нее полетел компьютер на полном ходу, то наверняка я куда-нибудь врежусь. Мозг – это вычислительное устройство, которое точно такое же, как и эта железяка, только элементная база разная.

– И КАЖДОМУ ОТ РОЖДЕНИЯ РОЗДАЛИ ПО КАКОМУ-ТО КОМПЬЮТЕРУ СО СВОИМИ СПОСОБНОСТЯМИ И ВОЗМОЖНОСТЯМИ?

– Нет. По одинаковому.

– ОДИНАКОВОМУ???

– Абсолютно одинаковому компьютеру, но никто не раздавал. Он вырос вместе с те-

лом человека в зависимости от поставленных изначально целей и задач.

– ТО ЕСТЬ КОМПЬЮТЕРЫ У ВСЕХ ВСЕ-ТАКИ РАЗНЫЕ?

– Конечно, потому что компьютер, как и тело человека, сформировался в определенных условиях: в зависимости от той ситуации, в которой человек жил; от тех задач, для которых это человеческое существоует; от той среды, в которой человеческое тело с мозгом выросло; от воспитания и опыта, которые это тело вместе с мозгом получили. Если есть необходимость его роста – он растет, если нет – не растет.

– КОМПЬЮТЕР – ЭТО МАШИНА БЕЗДУХОВНАЯ.

– Да, бездуховная.

– ТОГДА ДУХОВНОЕ К ЧЕМУ ОТНОСИТСЯ?

– А это как раз тема другого разговора. Потому что, если говорить о мозге, то мозг – это

банальный компьютер, который имеет два параметра, как и вот этот (показывает на ноутбук). Один к одному. Память и логический процессор.

– ВЫ ГОВОРИТЕ, ЧТО МОЗГ УПРАВЛЯЕТ ВСЕМ ОРГАНИЗМОМ. А ДУХОВНОЕ НЕ ОТНОСИТСЯ К ОРГАНИЗМУ?

– Духовное к организму не относится в буквальном смысле. Духовное – это нечто совершенно другое. На эту тему нужно разговаривать долго. Если коротко, совсем чуть-чуть, то духовное в человеке есть, и оно гораздо важнее материального. Биомашина человеческого тела – это материальное, компьютер, который в голове (мозг) – это тоже материальное, но духовное

## ПРОГРАММЫ, КОТОРЫЕ ПИШУТСЯ В ГОЛОВЕ ЧЕЛОВЕКА, – ЭТО ОБУЧАЮЩИЕ ПРОЦЕССЫ, КОТОРЫЕ МЫ ПОЛУЧАЕМ ИЗ ВНЕШНЕЙ СРЕДЫ

в человеке есть. Что это? Душа или, может быть, еще что-то. Это на уровне теории. Про духовное я имею совершенно стройную, понятную систему, которая сложилась у меня с годами. Как его потрогать руками? Я же практичный человек, 10 лет в коммунистической партии состоял когда-то. И меня воспитывали не верующим в бога, атеистом. Как потрогать духовное? Вот, например, как потрогать телефон? (*Берет мобильный телефон.*) Он есть?

– *ЕСТЬ.*

– У нас с тобой какие-то отношения есть? Такие, нематериальные. Ты пришла ко мне, слушаешь меня, у нас есть отношения?

– *ЕСТЬ.*

– В русском языке, как и в других, существует понятие «есть». Я есть – это самое главное слово, которое существует во всем мире. Между мужчиной и женщиной, если они притягивают друг друга, есть любовь? Есть. И если она есть, она уже существует как таковая. Как все это дело потрогать руками?.. Духовное – все нематериальное, что окружает человека. Его гораздо больше.

– *ПОЛУЧАЕТСЯ, ЧТО ДУХОВНОЕ СОВЕРШЕННО НЕ УПРАВЛЯЕТСЯ МОЗГОМ?*

– Духовное в буквальном смысле мозгом не управляется. Это гораздо шире. В русской классике говорят о душе. Я верю в душу, в ее существование. Это некая нематериальная энергетика, которая существует вне зависимости от физического тела человека.

– *А ЧЕМ ОНО УПРАВЛЯЕТСЯ?*

– Ничем. Оно просто существует. Это некий энергетический густок, который, так или иначе, возникает с рождением человека.

– *ЕСЛИ МЫ ДУМАЕМ, ЭТОТ ПРОЦЕСС ТОЖЕ К МОЗГУ НЕ ОТНОСИТСЯ?*

– Относится. Это движение информации по компьютеру от входа до выхода. Что такое компьютер? Он состоит из двух вещей – память и логический процессор. В голове человека существуют несколько компьютеров, но их можно разделить на две части. Это уже не моя теория, а общепринятая, которая, может быть, не совсем научно обоснована, но она существует. У человека есть сознание и подсознание – два компьютера, которые одинаковы по своей сути. Сознание в левом полушарии живет, подсознание – в правом. Это два почти равнозначных компьютера. Что такое мысль? Мысль – это движение. В компьютере стоят определенные программы, как ключ в замке. Они разные. Это некая написанная программа, в ней есть входные и выходные параметры. Информация вошла в компьютер, прошла через обработку программами и вышла. В зависимости от того, как написана программа, и на ту информацию, которая лежит у него в памяти, сформировались некие выходные данные.

– *ПРОГРАММЫ МОЖНО ЗАКЛАДЫВАТЬ ИСКУССТВЕННО?*

– Конечно. Движение информации – это мысль. Наша голова достаточно совершенный компьютер. Память человека наполняется постепенно, со временем жизни. Остаются определенные данные, которые так или иначе нужны для работы этих программ. Программы, которые пишутся в голове человека, – это некие обучающие процессы, которые мы получаем из внешней среды. Например, какая-то народная мудрость, конкретные фразы, действия, опыт... Мы живем по программам. Я сейчас говорю только про часть, отвечающую за сознание. Мы живем по тем программам, которые в нем записаны, и наша речь –

?

это язык программирования. В течение жизни мы программируем постоянно свой компьютер и можем даже не знать про те программы, которые вокруг нас есть. А их можно получить откуда угодно. Даже из телевизора.

**– ПРОГРАММИРУЕТСЯ ЛИ МОЗГ ТЕЛЕВИДЕНИЕМ, РЕКЛАМОЙ?**

– Конечно. Есть целая наука NLP, совершенно нормальная действующая теория, которая не афишируется и в школе не изучается. Но она абсолютно точно работает. Если знать, как в наш компьютер ввести программу, тогда эта программа на выходе обязательно выстрелит.

**– СОЦИАЛИСТИЧЕСКИЙ СТРОЙ ТОЖЕ ПРОГРАММА БЫЛА?**

– Нет, это не программа, это идеология. Это совершенно другое. Программы – это нечто конкретное. Народная мудрость – программа, NLP – тоже, там есть совершенно определенные действия, например, для того, чтобы

человек с чем-нибудь согласился, надо с ним поговорить и как минимум три раза заставить сказать его ДА. Это работает, просто надо уметь этим пользоваться. И программа прописется. Но это я тебе примитивные программы говорю, вся жизнь – программирование этого компьютера. Дальше все просто. Мы на вход получаем постоянно действующую информацию от внешних источников – через зрение, обоняние, осязание. Первоначально компьютер попал человеку с определенной информацией. Человек родился, и какие-то программы уже поставлены. Как минимум программа старения человека. Никто не придумает рецепт бессмертия, не верю я в это.

**– А КУДА ВСЕХ ДЕВАТЬ, ЕСЛИ ВСЕ ОСТАНУТСЯ...**

– Но дело даже не в этом, куда их девать, а в том, что мозг человека, если не стареет, и тело не стареет, он развивается. И если человека, мягко говоря, не убить, то он станет господом богом через три поколения и убьет всех остальных.



**У КАЖДОГО ЕСТЬ  
ПРОГРАММЫ,  
КАК СЕБЯ ВЫЛЕЧИТЬ.  
ДРУГОЙ РАЗГОВОР,  
ЧТО ТАКИЕ  
ПРОГРАММЫ ДОЛЖНЫ  
БЫТЬ ЗАПУЩЕНЫ  
НА ЛЕЧЕНИЕ**

◀ А.И. Новиков

– СЛИШКОМ УМНЫЙ?

– Да, компьютер развивается, пишет на себя программы. Мы же к старости набираем опыт, знаний. Люди, которые в здравом уме к старости становятся мудрее, умеют правильно принимать решения, по-другому относятся к жизни. Компьютер набирается программ, которые фильтруют входную информацию. Мысль – это информация, которая двигается через наш компьютер. Электрические импульсы, которые преобразуются, объединяются, разъединяются, которые пытаются ради какой-то цели на выходе дать информацию. Кто же этой информацией пользуется? Та непосредственная сущность, которая по некоторым учениям называется душой. Где она находится – я не знаю. Но она получает необходимую информацию для принятия решений. И в этом у меня нет сомнения.

– А ВЫ ВЕРИТЕ В СГЛАЗ, ПОРЧУ?

– Да, я верю. Это программы, которые накладывают на человека. Можно поставить программы в голову человека, о которых он даже не узнает.

– КТО ЭТО СДЕЛАЕТ? СВЕРХЧЕЛОВЕК?

– Это должен быть как минимум человек, который знает, как эту программу поставить. Тебе не приходило в голову, что молитвы могут быть некой программой, обряды разные, которые поставят на вход, и ты на выходе будешь корректировать свои действия под ту программу, которая как вирус в голове сидит.

– НО ЭТИ МОЛИТВЫ НУЖНО ХОТЯ БЫ УСЛЫШАТЬ ИЛИ ВСЕ ЭТО МОЖНО НА РАССТОЯНИИ СДЕЛАТЬ?

– Так мы можем уйти в область мистики. Я думаю, что можно и на расстоянии, потому

что духовное ведь не связано с материальным миром. Если я люблю женщину, неважно, где она находится – в Америке или рядом со мной. Расстояние в духовном мире несколько другая специфика. Можно телепатически поставить программу. Но это разговор в другую сторону. Ты спрашивай меня про физические возможности мозга.

– НАПРИМЕР, ПРО СВЕРХВОЗМОЖНОСТИ.

– Давай вернемся на полшага назад, к подсознанию и интуиции. Есть правое полушарие у человека, которое называется подсознание. Ты когда-нибудь думала, что такое гипноз?

– ДА. Я ЗНАЮ, ЧТО НА МЕНЯ ГИПНОЗ НЕ ДЕЙСТВУЕТ.

– Гипноз действует на всех. На тебя плохо действует по той простой причине, что ты по первому своему образованию физик. Это основная причина. Как только эта причина будет сломана, гипноз на тебя будет

действовать. Интуиция – это основной канал связи между двумя компьютерами – сознания и подсознания, между тем, что находится в правом и левом полушариях человека. Компьютер подсознания работает на кого-то другого, не на тебя. Именно этот компьютер управляет физическими действиями человека, двигает нашими руками, ногами. А сознание – это то, что привито с детства. Чем лучше человек учился в школе, чем больше он физик, чем больше был неверующим, чем больше прагматик, тем меньше информации его сознательный компьютер пропускает в подсознание и наоборот. Это те защитные барьеры, про которые мы говорили в номере про алкоголь. Программы, которые наложе-

## **Если бы мозг был достаточно исследован, то мы научились бы управлять людьми**

ны обществом и стоят в сознании человека. Женщины по сути развития своего компьютера менее прагматичны и более восприимчивы к эмоциональному фону. Они не физики, они больше верят сердцу, как говорят. Поэтому защитный барьер у них более открыт и они более интуитивны, думают не мозгами, а сердцем. Но это не сердце. Они думают подсознательным компьютером. Сознательный компьютер у них не считает. А у мужчин он запрограммирован более мощно: физика, никакого бога, духовного мира, ядра, молекулы и так далее. Это те программы, которым их научили в школе. В результате наложались защитные барьеры, которые не пускают интуицию. Поэтому мужчины менее интуитивны, чем женщины.

**– А ГИПНОЗ – ЭТО ЧТО?**

– Гипноз – это разговор гипнотизера с кем-то другим, который управляет подсознательным компьютером. Этот компьютер управляет физическим телом человека, и может хорошо им управлять, даже вылечить его. Я верю в теории, согласно которым человек может вылечить себя сам, но, конечно, не от всех болезней, есть нюансы. У каждого есть программы, как себя вылечить. Другой разговор, что такие программы должны быть запущены на лечение. Гипнотизер расслабляет канал связи между сознательным и подсознательным у человека. А гипнотический сон – это снятие защитных барьеров сознания, отключение его и перевод в режим сна. Сознание разрешает гипнотизеру пройти через барьер в подсознание. Самый известный гипнотизер Милтон Эриксон, который создал на сегодняшний день самую точную научную теорию лечения гипнозом. Милтон Эриксон заходил в подсознательный компьютер, общался там с кем-то и просил вылечить человека. И эта сущность откликнулась на просьбу. Приблизительно так, без

шутки, и человек выздоравливал. Вот это, всего-навсего, и есть гипноз.

**– ЕСТЬ СОВЕРШЕННО ЧЕТКО ДОКАЗАННЫЕ ИСЛЕДОВАНИЯ, ЧТО В МОЗГЕ ЕСТЬ УЧАСТКИ, ОТВЕЧАЮЩИЕ ЗА ОПРЕДЕЛЕННЫЕ СПОСОБНОСТИ. ЕСТЬ ЛЮДИ, КОТОРЫЕ В ГОЛОВЕ СКЛАДЫВАЮТ ОГРОМНЫЕ ЧИСЛА, УМНОЖАЮТ...**

– На мой взгляд, это все очень притянута. Пусть кто-то скажет, что он как следует изучил мозг. Никто не скажет, никто ничего не знает. Я предполагаю, что мозг – это всего лишь наличие вот таких вот компьютеров, как мой ноутбук, только построенных на другой элементной базе. А мысль – это электрический импульс, который двигается в зависимости от того, какие программы установлены. Если бы мозг был достаточно исследован, то мы научились бы управлять людьми.

**– УПРАВЛЯЮТ ЖЕ. И ТОЛПОЙ УПРАВЛЯЮТ.**

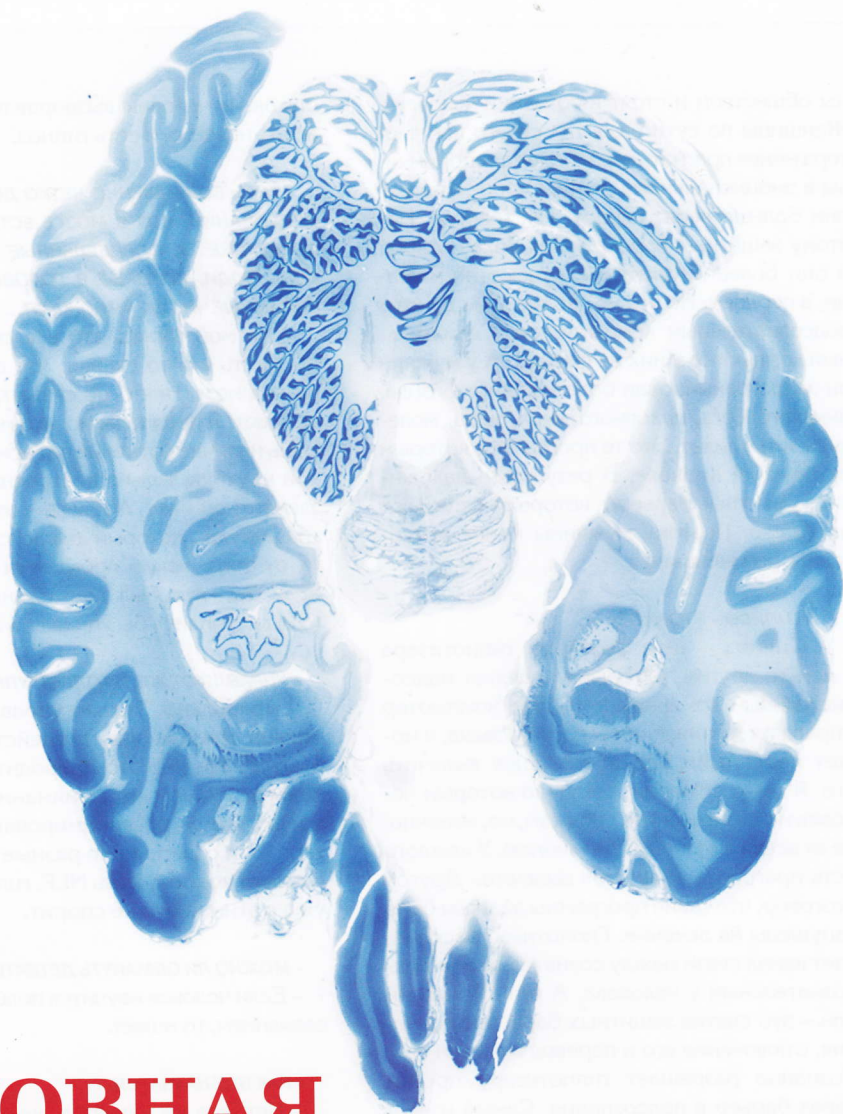
– Правильно. Только управляют не с помощью физических воздействий на компьютер, обычно это приводит только к его поломке. А за счет понимания и обучения правильному программированию компьютера. Это совершенно разные вещи. Да, управляют толпой. Есть NLP, гипноз, и сейчас уже с этим никто не спорит.

**– МОЖНО ЛИ ОБМАНУТЬ ДЕТЕКТОР ЛЖИ?**

– Если человек научится пользоваться подсознанием, то может.

**– КАК ВСЕ НАУЧАТСЯ...**

– Нет, все не научатся, не думай, что это легко. Человек должен понимать сам механизм, без мистики. Это четкая физика на уровне понимания, что если есть материальный мир, то есть и духовный мир. Про мозг нечего в этом плане рассказывать, потому что моя версия такая, а если она такая, то все примитивно, как кусок железки. ■



**ГОЛОВНАЯ**

**РОЛЬ**

*Матушка Природа старается избегать нерациональных вещей. Именно поэтому многие организмы, как малоразвитые и ущербные, так и наделенные гипертрофированными способностями, не могут адекватно развиваться и приспосабливаться (про эволюционные тупики слышали?). И до сих пор ни один мудрец так и не объяснил: зачем нужна настолько мощная мыслительная «машина» у нас в голове?*

**Г**

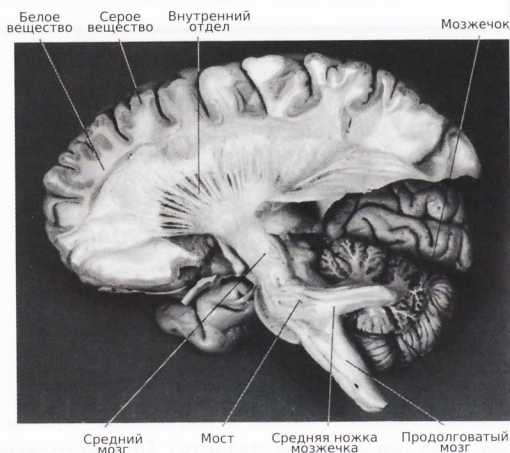
де теперь тиранозавры, самые совершенные хищники, когда-либо попиравшие планету? Полуметровые клыки, мощная мускулатура и отнюдь не черепаший быстрота и сообразительность сделали «королевского» динозавра абсолютным чемпионом Земли, которому не мог противостоять никто. Но нет врагов – нет и развития! Вся исполинская сила динозавров не помогла им выстоять перед лицом изменений среды обитания, причем не катастрофических и быстротечных, а весьма неторопливых и постепенных (то, что динозавров погубило падение гигантского метеорита – только теория).

Выжили совсем другие – мелкая млекопитающая живность, пугающаяся всего и вся. Любая злобная рептилия могла подстеречь и съесть, так что пришлось изворачиваться, приспосабливаться, коль скоро потомство млекопитающих не столь многочисленно, как у лягушек или рыб.

«Жизнь на грани» сделала естественный отбор весьма жестким и жестоким, с одной стороны, вынуждая наращивать мускулы и ускорять реакции, то есть идти по пути физических модификаций, а с другой – расширять спектр ответных рефлексов на раздражители. А это невозможно без развития нервной системы и увеличения мощности ее «центров управления». До каких пределов? Одному богу известно...

«Венец творения», положи руку на сердце, благополучно обходится тремя десятками рефлексов второго-третьего порядков и десятком первичных, мало чем отличающихся, например, от оленьих в пору гона. Более того: как существо стадное среднестатистический homo sapiens часто обходится роевым мышлением, напрочь отбрасывая интеллектуальную автономность и слепо следуя моде на одежду и «тачки», яблочные гаджеты и японские суши. Живой пример – «фанатские» волнения, лишённые всякого позитивного смысла, кроме желанья безнаказанно излить избыток грязной энергии!

**С ЭТОЙ ТОЧКИ ЗРЕНИЯ** в 50-тысячной толпе, громящей собственный город, sapiens'a гораздо меньше, чем в лесном муравейнике, образовании разумно устроенном и беспрекословно подчиненном законам непонятной нам логи-



▲ «Машина» в нашей голове очень сложна

## КОЛИЧЕСТВО НЕЙРОНОВ В МОЗГЕ ВЗРОСЛОГО ЧЕЛОВЕКА ПОЧТИ В ДВА РАЗА ПРЕВЫШАЕТ ЧИСЛО ЗВЕЗД В ГАЛАКТИКЕ!

ки. Если, конечно, понимать под разумом способность на основе анализа поступающей информации адекватно и оперативно реагировать на внешние воздействия, а также самому изменять среду обитания.

Бесспорно, многие найдут это определение неполным и противоречивым, памятуя, как часто мы поступаем алогично, ухудшая внешние условия и в упор не замечая богатства возможностей. И все же фундаментальная особенность разума – умение и стремление преобразовывать мир вокруг «под себя» – можно считать постулатом, которым руководствуется любое существо, считающее себя интеллектуальным. А из него простекают этика и логика, общественная мораль

и мировоззрение, то есть все то, что делает жизнь не такой невыносимой и даже осмысленной. Для этого нам дан мозг, самая совершенная биологическая «машина», возможности которой безграничны (в разумных пределах, конечно).

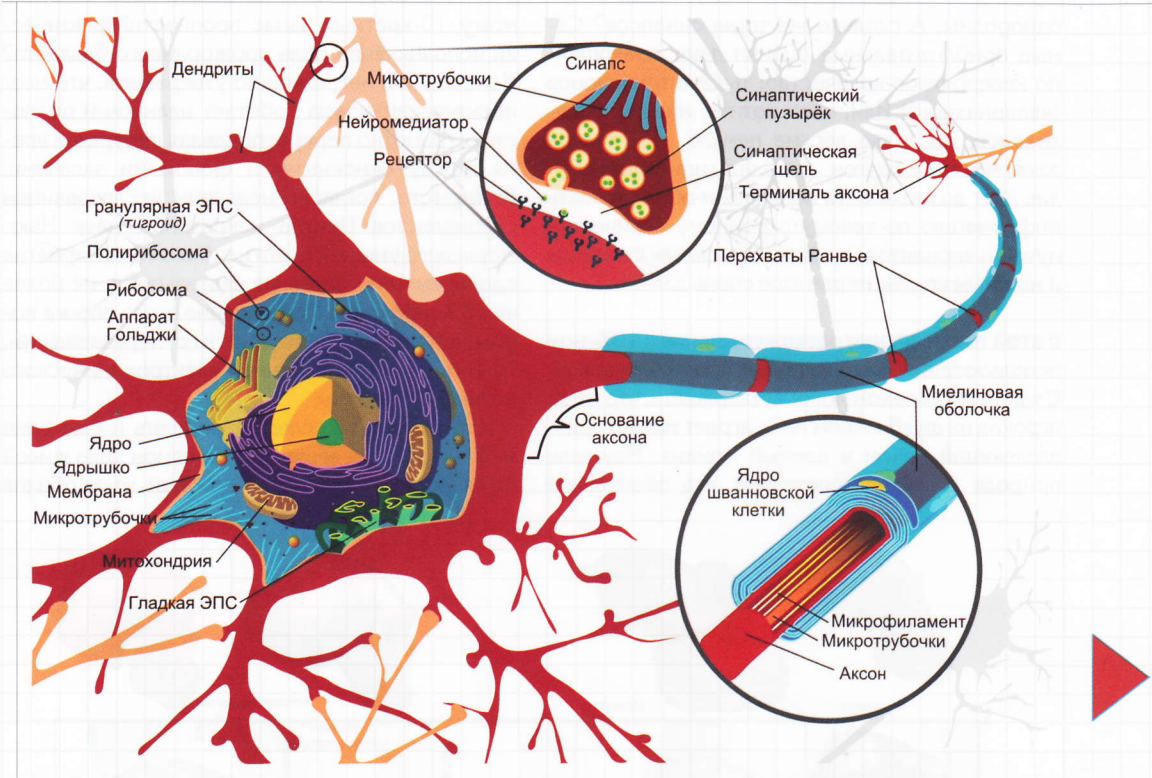
Любопытно, что многие светила античной науки, среди которых – Аристотель, считали мозг всего лишь особой железой (вроде молочной), все назначение которой – вырабатывать слезы и, простите, сопли. Но не будем смеяться над древними: глядя на окружающих, порой кажется, что не так уж неправ был умный древний грек...

Понадобилось больше двух тысяч лет, чтобы понять: эта самая «железа» в голове, составляющая всего два процента от общего веса, – **САМЫЙ ТРЕБОВАТЕЛЬНЫЙ ОРГАН В ТЕЛЕ ЧЕЛОВЕКА**. Его комфорту в определенной степени подчинена вся физиология. Судите сами: мозг потребляет пятую часть всего кислорода, вдыхаемого человеком! При этом его доставка обеспечивается сложнейшей системой сосудов, способных поддерживать очень стабильную подачу крови вне зависимости от мышечных и эмоциональных усилий. Да и черепная коробка, «футляр» для мозга, представляет собой прочную конструкцию, защищающую содержимое от вредных внешних воздействий. И защищать есть что!

**ГОЛОВНОЙ МОЗГ** (как и вся центральная нервная система) «построен» из двух типов клеток – нейронных и так называемых глиальных (от немецкого Glee – клей). Нейрон – это основной «кирпичик», он принимает входные сигналы по веткам-дендритам, представляющим собой целые кусты (до 10 тысяч) отростков, и отправляет исполнительные выходные сигналы по «кабелям»-аксонам.

Дендриты и аксоны объединены специальной областью контакта – синапсом, преобразующим электрические импульсы в химические сигналы. Фактически синапсы и связывают нейроны в многоуровневую сеть. Глиальные клетки (глиоциты) очень напоминают электрическую «обвязку» сложной радиосхемы, без которой самые совершенные компоненты мертвы. На них, глиальных клетках, собственно, и зиждется «конструкция» мозга: они обеспечивают функционирование нейронов, вплоть до «уборки» погибших клеток.





▲ Дендриты и аксоны объединены специальной областью контакта – синапсом

А теперь приготовьтесь поверить в самые невероятные цифры! Как вы думаете, какова общая длина аксонов в вашем мозге? 100 метров? 1000 миль? 20 тысяч лье? А вот и нет! Прописью: пять миллионов километров. То есть всего один школьный класс – и вот она, астрономическая единица наяву (5 миллионов умножим на 30 человек – и получим 150 миллионов километров, то есть расстояние от Земли до Солнца, одну астрономическую единицу).

**ГАЛАКТИКА МЛЕЧНЫЙ ПУТЬ**, на периферии которой мы имеем удовольствие обитать, относится к числу сверхгигантских. Так вот: количество нейронов в мозге взрослого человека почти в два раза превышает число звезд в галактике! При этом среди нейронов нет «желтых карликов» и «голубых гигантов» – все они практически

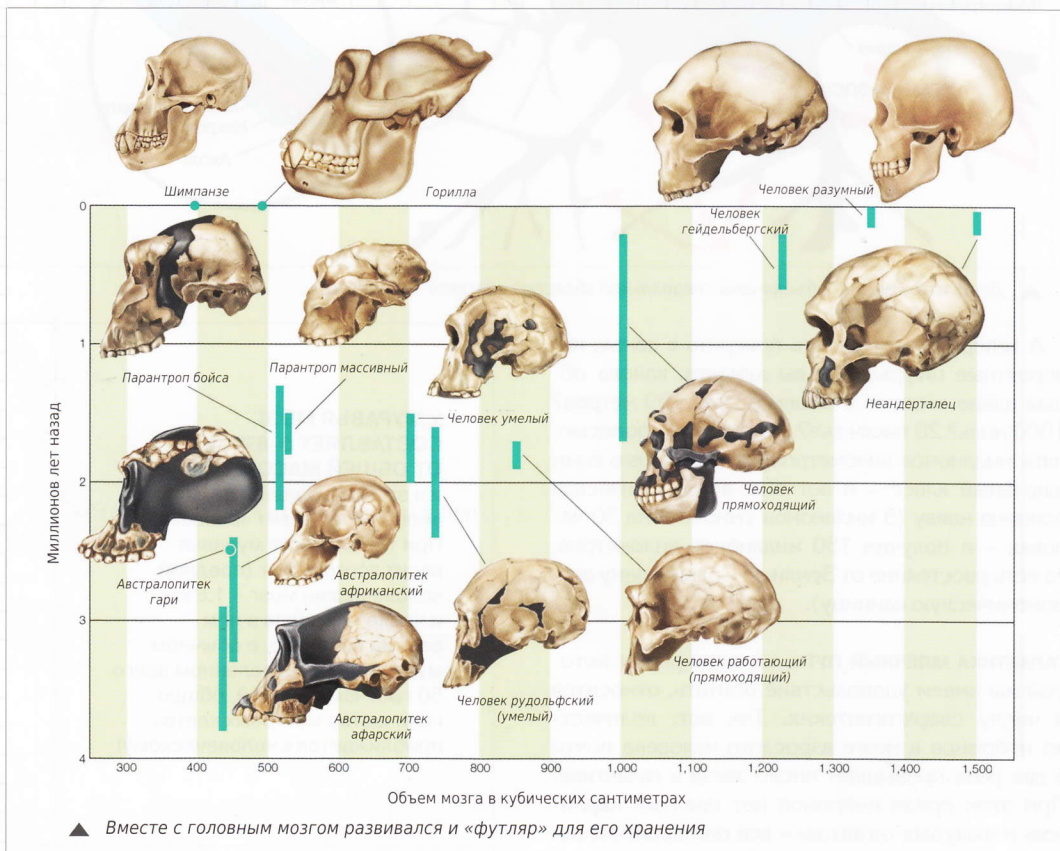
**У МУРАВЬЯ МОЗГ СОСТАВЛЯЕТ 6–8% ОТ ОБЩЕЙ МАССЫ ТЕЛА**, и в этом отношении он сильно опережает человека. При том что мозг муравья весит всего 0,3 мг (средний человеческий мозг – 1,6 кг) и число нейронов в нем весьма невелико, в обычном муравейнике, населенном всего 50 тысячами особей, общее количество мозговых клеток приближается к человеческому!

однородны. А сколько же тогда синапсов? Самые приблизительные оценки дают совершенно невероятное количество: тысяча триллионов (квадриллион)! Или, если хотите, миллион миллиардов, что тоже весьма немало. Но главное заключается в другом – все это гигантское обилие дает возможность получать и обрабатывать информацию по такому огромному количеству путей и вариантов, до которого самым сложным и мощным компьютерам еще очень далеко.

**С ЭТОЙ ТОЧКИ ЗРЕНИЯ** расхожее мнение о 10%-ном использовании мозга выглядит просто смешным. С таким же успехом можно утверждать, что из 22 игроков на футбольном поле играет только один, владеющий мячом в данный момент. Неужели природа столь расточительна, что обеспечила

мозгу 10-кратный запас прочности, фактически исполняющий роль прожорливого балласта? Конечно же, нет, и можно утверждать, что мозг практически всегда работает целиком и полностью, грамотно перераспределяя ресурсы и время между основными и фоновыми задачами. Более того, согласно недавним исследованиям специалистов Центра невралных наук Нью-Йоркского университета наиболее благоприятна одновременная активная деятельность не более чем 3% нейронов! Превышение этого порога порождает серьезные трудности с «перезарядкой», то есть с восстановлением электрохимического потенциала клеток.

Кстати, попутно следует развеять и еще один миф – о «сером» веществе. На самом деле живой функционирующий мозг – розовый, из-за обилия



кровеносных сосудов, снабжающих его кислородом. Серым он становится только при летальном исходе... То «серое вещество», которое чаще имеют в виду, составляет всего 40% от общей массы и представляет собой нейронную ткань, в которой и происходит «обработка» информации. Остальное приходится на долю «белого вещества» – жирового протеина (миелина), своего рода биозащиты торчащих из мозговых клеток дендритов и аксонов. Не следует думать, что «белое вещество» – структура вторичная и менее важная. Наоборот, оба типа мозговых тканей находятся в органическом единстве и друг без друга функционировать не могут.

**СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ**, среди которых особое место занимает томография, позволяют быстро и сравнительно безвредно увидеть структуру любых биологических образований. Неудивитель-

А в пункт Б: на машине с бензиновым мотором или на дизеле?

**МОЗГ – «МАШИНА»** совершенно невероятной сложности, все тонкости работы которой, скорее всего, не постичь никогда. И тем более обидно, что используется человеком (или вообще «отключается») он крайне непродуктивно. Приведем простой пример. Как вы конспектируете? Какой конспект для вас самый лучший? Неужели стенографическая запись полуторачасового монолога преподавателя? Но как же скучно по нему готовиться! Эти бесконечные монотонные строки, от одного взгляда на которые неужержимо клонит в сон...

**А МЕЖДУ ТЕМ** надо просто включить другие каналы восприятия и отличные от традиционных способы обработки информации (первый шаг на пути к эффективному современному мышле-

## **КАК СУЩЕСТВО СТАДНОЕ СРЕДНЕСТАТИСТИЧЕСКИЙ НОМО SAPIENS ЧАСТО ОБОХДИТСЯ РОЕВЫМ МЫШЛЕНИЕМ, НАПРОЧЬ ОТБРАСЫВАЯ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНУЮ АВТОНОМНОСТЬ**

но, что мозг стал одним из самых частых объектов томографических исследований. И вот что выяснилось: у мужчин и женщин с одинаковой «мощностью» мозга (равным IQ, хотя многие ученые полагают, что тесты Айзенка – популярное заблуждение насчет уровня интеллекта) содержание «серого вещества» различается... в шесть раз! Очевидно, многие читатели догадались, у кого «серого» больше. Женское «белое вещество» в основном сосредоточено в лобных долях (у мужчин там его нет вообще), по мнению ученых отвечающих за управление эмоциями, формирование личностных особенностей и рассудительность.

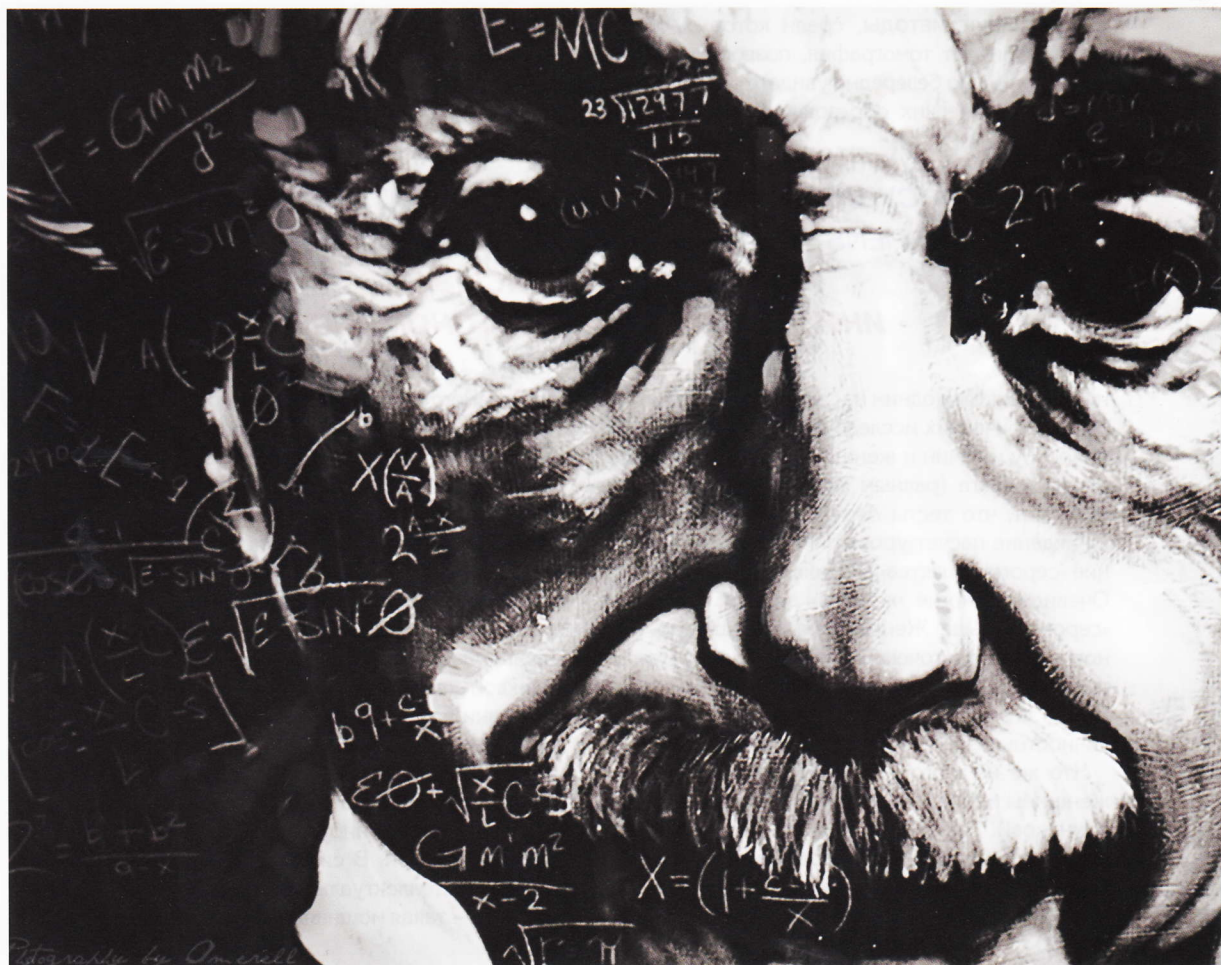
Что же из этого следует? Отнюдь не то, что женщины менее умны и интеллектуальны (IQ-то одинаков!). Это значит, что женский и мужской мозг устроен различно, но результат в итоге достигается примерно одинаковый. В конце концов, какая разница, на чем добираться из пункта

нию – самостоятельно найти литературу по теме). Заставьте себя генерировать сопутствующие образы, ассоциации, ощущения, то есть «включите» фоновые нейроны, и результат не заставит себя ждать. Голова ведь не только для того, чтобы ею есть или ломать о нее кирпичи...

**ДУМАТЬ БЫСТРЕЕ, РАЦИОНАЛЬНЕЕ, ШИРЕ – НАСУЩНАЯ И НАЗРЕВАЮЩАЯ НЕОБХОДИМОСТЬ** не только для политиков и финансовых стратегов. Давным-давно прошли времена, когда человеку с лихвой хватало знаний, полученных в школе полжизни назад. Сегодня в нашем безумно быстром мире с перманентными кризисами и угрозами без регулярного обучения, без эффективной обработки «водопада» информации невозможно добиться сколько-нибудь значимого результата в любой области. В силах любого человека совершить интеллектуальный прорыв. Ведь у нас в головах – такая мощная «машина»! ■

# ЦЕНА

*гениальности*



*Откуда берутся гении? Если заглянуть в словарь Даля, можно узнать, что гений – это человек, обладающий созидательными способностями, самобытным творческим даром и высшим изобретательным умом. Какова же природа этих особенностей? Передаются ли они по наследству, через ДНК, или формируются постепенно? Почему кто-то обладающий творческими задатками не выбивается из серой массы, а кто-то создает шедевр на века?*

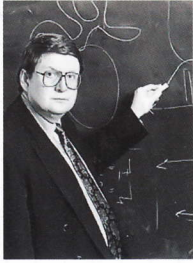


**В** мифологии считалось, что гений – это дух, овладевающий человеком, или же дух-покровитель, вызывающий к разным качествам, добрым или злым. Отсюда и появилось выражение «злой гений». Но в современном мире гениальность приобрела другое значение: в первую очередь таким термином называются способности мозга. Для его исследований в 1990 году в Санкт-Петербурге был основан Институт мозга человека Российской академии наук. Направления его работы – изучение мозговой организации внимания, эмоций, мышления, боли, творчества... То есть всего того, что делает мозг неповторимым и сложным объектом.

На вопросы «ММ» отвечает директор Института мозга человека, член-корреспондент РАН, доктор биологических наук и заведующий Лабораторией позитронно-эмиссионной томографии **С.В. МЕДВЕДЕВ**.

*– Святослав Всеволодович, есть ли в медицине понятие гениальности, и как наука относится к гениям?*

– Я считаю, что гений – это болезнь, поломка в работе мозга. Мы все находимся в рамках определенных стереотипов. Способности – это когда человек попадает в еле видимую цель, гениальность же – это когда он попадает, не видя цели. И это оказывается правдой! Правильно работающий мозг не может перейти на другой уровень, вырваться за установленные границы. Это может только гениальный человек. Например, Нильс Бор предположил, что электрон, вращаясь, ничего не излучает. А все физики мира считали, что излучает. **И БОР ОКАЗАЛСЯ ПРАВ**. Или Николай Иванович Лобачевский, создавший новую (неевклидову) геометрию. Это хорошие примеры гениальных людей. А вот, например, когда Альберт Эйнштейн поведал миру о специальной теории относительности – это не стало его гениальным открытием, так как до него уже было проведено много исследований, и если не он, то кто-то другой создал бы эту теорию в ближайшее время. Зато теория гравитации – гениальное открытие: если бы не Эйнштейн, то никто бы до этого не додумался еще лет пятьдесят. Да, стоит отметить, что по-настоящему гениальные люди, как правило, делают одно или два открытия за всю свою жизнь.



◀ С.В. Медведев называет гениальность болезнью

– Откуда же это берется? Чем можно объяснить гениальность?

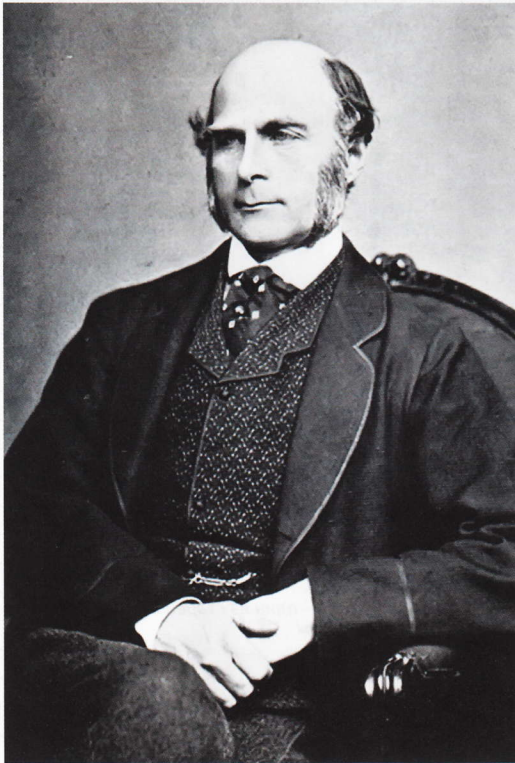
– У каждого человека в мозгу есть «детектор ошибок» – механизм, который знает, «как надо» (открыт в 60-е годы XX века в нашей стране академиком Натальей Петровной Бехтеревой. – Прим. авт.). Он позволяет делать рутинную работу: например, утром вы причесываетесь, делаете макияж и при этом думаете о предстоящем интервью. Когда вы выбираете, что надеть, вам не приходит в голову нарядиться в ультрамини-юбку или купальный костюм. Это и есть работа детектора – он отсекает ненужное. Он работает как внутренний предохранитель, не дающий нашим мыслям отклоняться от нормы. С возрастом этот механизм набирает силу.



▲ Н. Бор в школе считался средним учеником

**ПО МНЕНИЮ В.П. ЭФРОИМСОНА, В ГЕНОТИПЕ ГЕНИЕВ ЕСТЬ НЕЧТО ТОЛКАЮЩЕЕ ИХ К СВЕРШЕНИЯМ.** И это абсолютно лишено мистики – все объясняется с помощью биохимии. Например, гениям свойственны:

- гиперурикемия – повышенный уровень мочевой кислоты, провоцирующий подагру (ею страдали Птолемей, Александр Македонский и Иван Грозный);
- высокое содержание андрогенов у женщин (как у Жорж Санд или Жанны д'Арк);
- повышенный уровень катехоламинов (веществ-допингов типа адреналина) при синдроме Марфана (такие люди непропорционально сложены и очень энергичны – Авраам Линкольн, Никола Тесла, Ганс Христиан Андерсен);
- циклическая стимуляция повышенной умственной активности при слабой форме маниакально-депрессивного психоза.

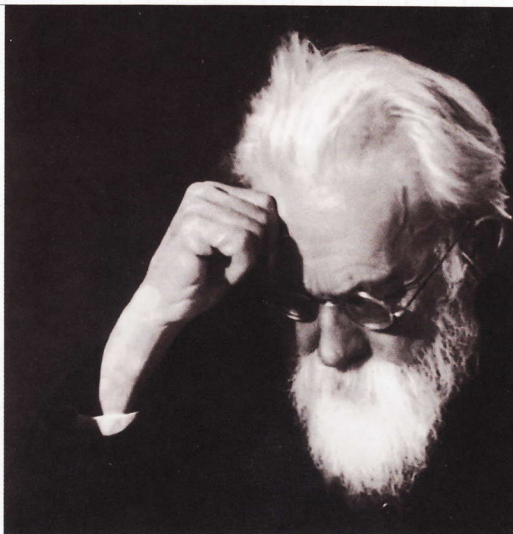
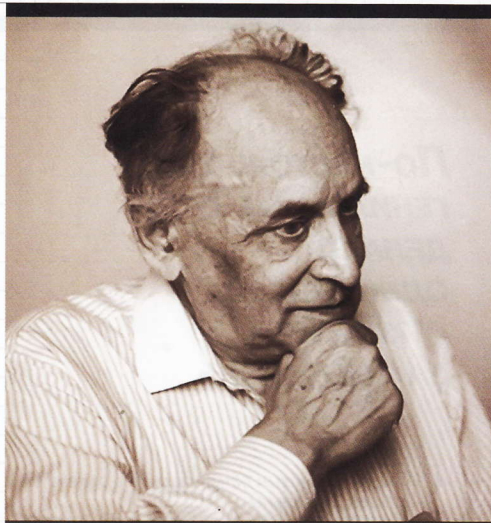


У гениального же человека «детектор ошибок» работает неправильно – это и есть сбой, некая поломка в работе мозга. Поэтому гении – не такие люди, как другие. Они не нормальные. Есть такой фильм «Мой муж гений», вообще довольно противный – так вот он неправильный, потому что гений показан там как обычный человек, такой же, как все, а если он гений, то к нему нельзя подходить с обычными мерками. Если копнуть историю, почитав личные письма Пушкина или Лермонтова, то становится понятно, что **В ЛИЧНОМ ОБЩЕНИИ ОНИ БЫЛИ ОЧЕНЬ СЛОЖНЫМИ ЛЮДЬМИ И ОТНЮДЬ НЕ ПОДАРКАМИ!** Как правило, от работы детектора зависит и то, что человек может совершить открытие в математике или физике в возрасте от 20 до 40 лет, а вот, например, в юриспруденции или медицине открытия делаются обычно в позднем возрасте. С воз-

## По-настоящему ГЕНИАЛЬНЫЕ ЛЮДИ ДЕЛАЮТ ОДНО ИЛИ ДВА ОТКРЫТИЯ ЗА ВСЮ ЖИЗНЬ

◀ Ф. Гальтон первым обнаружил, что отпечатки пальцев уникальны

В 1869 ГОДУ ДВОЮРОДНЫЙ БРАТ ЧАРЛЬЗДА ДАРВИНА – сэр Фрэнсис Гальтон – выпустил книгу «Наследственный гений: исследование его законов и следствий». Он впервые показал, что способности человека наследуются – на примере нескольких английских династий, при изучении которых обнаружился явно наследственный характер способностей и талантов. Российский ученый-генетик Владимир Павлович Эфроимсон подтвердил это в своей книге о гениях под названием «Генетика гениальности», вышедшей в 1998 году. Одна из основных мыслей книги заключается в том, что «гений – это, прежде всего, экстремальное напряжение индивидуально свойственных дарований, это величайший непрекращающийся труд на века, вопреки непризнанию, безразличию, нищете...».



- ▲ *В.И. Вернадский сlyвет историческим оптимистом*
- ▼ *В.П. Эфроимсон – один из старейших генетиков страны*



- ▲ *Л. Пастер всю жизнь занимался биологией и медициной, не имея соответствующего образования*

**ЗАДАТКИ, ЗАЛОЖЕННЫЕ ПРИРОДОЙ, ВРЯД ЛИ МОЖНО ИЗМЕНИТЬ.**

Но очень многое зависит от родителей и окружения – оно может испортить или улучшить мозг ребенка.

В.П. Эфроимсон ввел термин «импресси́нг» (от англ. impress – впечатление). О нем говорят, когда ранние детские впечатления, действуя в «чувствительный» период, определяют характер и направление деятельности личности на всю жизнь. В качестве примера импресси́нга часто приводят случай из жизни Софьи Ковалевской, которая подростком провела лето в комнате с необычными стенами – они были оклеены страницами учебника математики.

Ученый также подчеркивал, что для становления гения необходимо раннее признание, поощрение и свобода творческого самовыражения. Андре Мориа называл это «витамин П» – Преклонение, Признание, Поощрение.



## ГЕНИАЛЬНОСТЬ ЗАВИСИТ НЕ ТОЛЬКО ОТ ГЕНЕТИКИ И ОСОБЕННОСТЕЙ МОЗГА, НО И ОТ ВРЕМЕНИ И СОЦИАЛЬНЫХ ФАКТОРОВ

растом человек накапливает опыт, и мозг выдает и группирует нужную информацию.

– А этой «поломкой» можно объяснить то, что гениальные люди чаще других страдают заболеваниями нервной системы?

– Не совсем. Они просто другие, и их нельзя оценивать по тем же критериям, что и обычных людей. Гениальность предполагает сильное развитие в определенной области, иногда в ущерб другим направлениям. Такой человек, творя и изобретая, опустошает себя. Этим можно объяснить то, что гении рано сгорают.

– Можно ли с помощью каких-либо исследований определить, имеет ли человек необычные способности?

– Нет! Способности определяются с помощью тестов. Но тесты рассчитаны на нормальных людей, для гениев тестов пока никто не придумал.

– А можно ли стать гением в процессе жизни, или таким нужно родиться?

– На этот вопрос вам вряд ли кто-нибудь сможет дать ответ. Но я знаю, что есть случаи, когда люди становились гениальными после потрясений. Луи Пастер сделал свои великие открытия в химии и микробиологии после того, как перенес инсульт. Видимо, вследствие болезни у него в голове что-то изменилось.

– Откуда у человека появляется потребность в творчестве и тяга к изобретению чего-то нового?

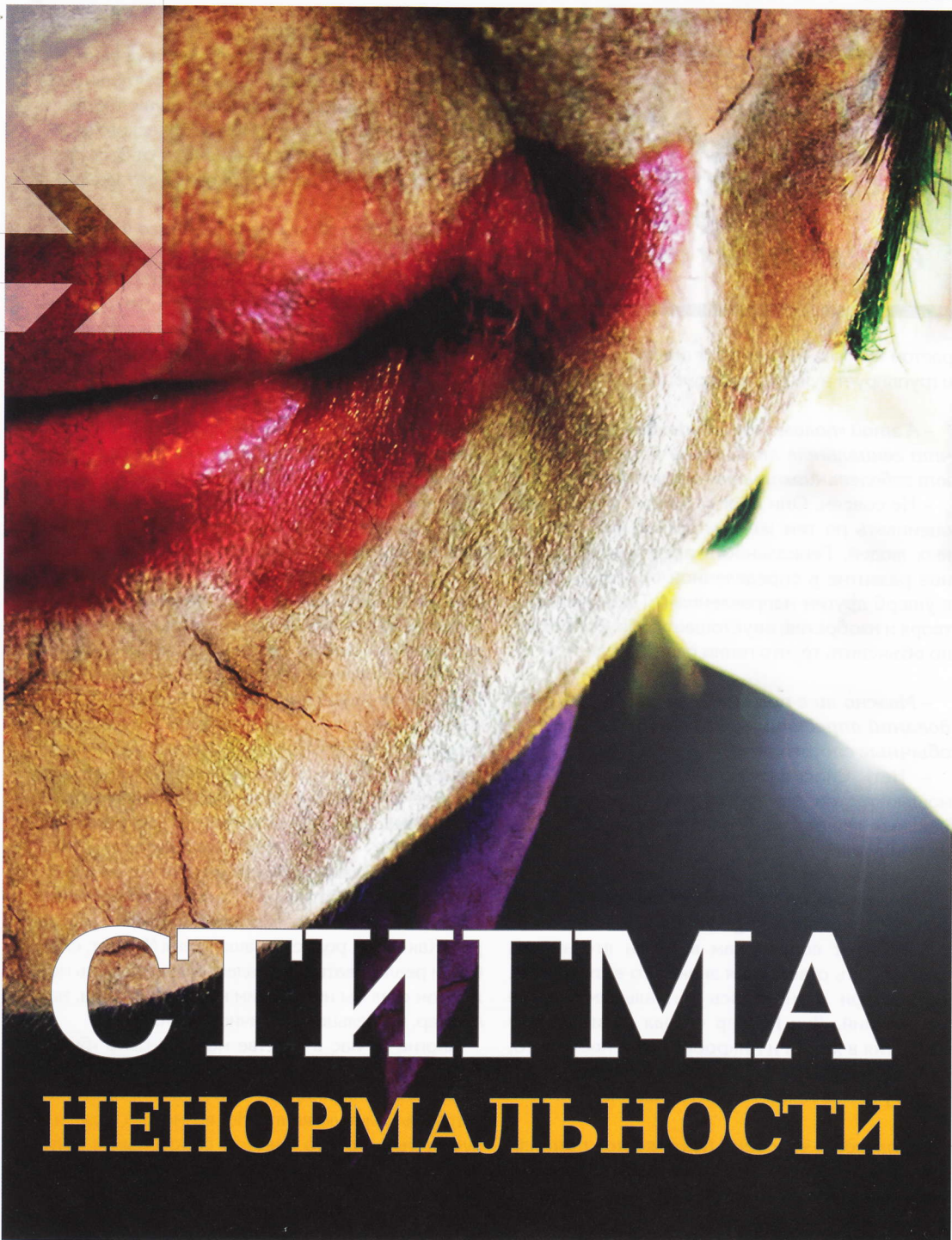
– Мы как раз занимаемся исследованиями творческих процессов. Мозговая деятельность у людей с техническим складом ума и с творческим сильно различается. Мозг творческого человека работает более интенсивно, а от этого появляется постоянная потребность в созидании.

– Различается ли мозг обычного человека и гениального?

– Еще в 1920-е годы в Москве открылся Институт Мозга Человека (не путайте его с петербургским), где исследовали мозг выдающихся людей, коими в те годы считались и наши вожди. Изучению подверглись центральные отделы нервной системы не только Владимира Ильича Ленина и известных коммунистов, но и других умных и талантливых людей. Так вот за 80 лет ученые никакой существенной разницы между ними так и не нашли.

В 1926 году Владимир Иванович Вернадский ввел понятие «пульсация гениальности»: это когда на протяжении одного – трех поколений в какой-либо стране или регионе одновременно появляются талантливые люди, которые поднимают на большую высоту уровень духовной жизни. Российский ученый-генетик Владимир Павлович Эфроимсон тоже описывал этот процесс в своей книге, упоминая «триады таланта»: зарождение (проблема генетическая), развитие и становление (проблема биосоциальная), реализацию (проблема социобиологическая). **СОВМЕСТНОЕ ДЕЙСТВИЕ ЭТИХ ФАКТОРОВ И ОБЪЯСНЯЕТ «ПУЛЬСАЦИЮ ТАЛАНТЛИВОСТИ».** Иными словами, гениальность зависит не только от генетики и особенностей в работе мозга, а еще и от времени, в которое живет человек, и от социальных факторов. Как знать, родись в наше время Моцарт, смог бы он реализовать свой талант или нет? Быть может, он стал бы не великим композитором, а, например, владельцем столичного клуба...

Многие из нас в детстве мечтали быть «быстрее, выше, сильнее»: громче всех петь, изобрести летающие сандалии, выучить десять языков или написать великую книгу. Но, возможно, намного лучше быть просто в чем-то способным и жить полноценной жизнью? Все-таки быть гением – тяжелый труд. ■



# СТИГМА

## НЕНОРМАЛЬНОСТИ

*Жена – истеричка, сын – идиот, шеф – параноик... Как часто в гневе или шутя мы раздаем близким и просто знакомым уже набившие оскомину и потому не воспринимаемые всерьез психиатрические «диагнозы»? Нам сложно представить, что однажды сказанное сгоряча может оказаться правдой.*

**П**о данным Всемирной организации здравоохранения каждый четвертый житель Земли страдает каким-либо психическим расстройством. А каждый второй имеет шанс заболеть в течение жизни. Например, по статистике Санкт-Петербургской Медицинской академии последипломного образования только в Северной столице около 800 тысяч человек нуждаются в профессиональной психотерапевтической помощи. Получают ее в лучшем случае 20 процентов нуждающихся. Остальные справляются со своими проблемами самостоятельно. Или не справляются.

**В НАШЕ ПРОСВЕЩЕННОЕ ВРЕМЯ** средства массовой информации, коммуникации и популяризации шагнули так далеко вперед, что любой телезритель, затрачивающий 20 минут в день на просмотр канала Discovery, может лелеять в себе сладкое чувство всезнания, не зная при этом почти ничего. Особенно это касается того, что «ближе к телу».

Если смотреть правде в глаза, придется признать, что в эпоху всеобщего «ликбеза» мы крайне смутно представляем себе, что творится в наших собственных головах, набитых обрывочными сведениями о «темной материи», основах аудита, обитателях морских глубин, особенностях тайской кухни, традиционных обрядах инициации племени тимбукту etc. Чужая душа по-прежнему потемки, **СОБСТВЕННЫЙ РАЗУМ – СУМЕРЧНАЯ ЗОНА**, тем более если он начинает «выходить из строя».

Кем представляется нам психически больной человек (в просторечии – псих)? Человекоподобным растением, пускающим пузырьки и покачивающимся в такт с биением собственного сердца? Опасным маньяком, слышащим «голоса», приказывающие ему распать кошку на заборе? Сумасшедшим шляпником, распеваящим нелепые частушки и вымалывающим прощение у «убитого» времени? А может, для кого-то это слесарь из Приднестровья, в 33 года бросивший все, чтобы стать тибетским монахом? Или соседка по общежитию, которая говорит с цветами и дает им имена, чтобы лучше росли?



▲ Наибольшую опасность представляют социопаты

Скорее всего, и то, и другое, и далее по списку. В сущности, в массовом сознании «псих» – это просто другой: нелогичный, неправильный, непонятный и потому опасный и интригующий одновременно. Ну что ж, осознание стереотипа – первый шаг к его разрушению...

**ПРЕЖДЕ ВСЕГО**, определимся с терминологией. С той самой, психиатрической, которая так глубоко проникла в нашу повседневную речь, что мы перестали считать эти слова терминами и незаметно исказили их значение до неузнаваемости. Начнем с того, что в словаре психиатров и клинических психологов не существует словосочетания «психическое заболевание». Поэтому и никаких «больных» там тоже нет. Есть люди, страдающие психическими расстройствами.

В соответствии с международной классификацией болезней (есть в этом какая-то ирония), действующей ныне в десятом пересмотре (МКБ-10), психическое расстройство – клинически определенная группа симптомов или поведенческих признаков, обычно причиняющих страдание и препятствующих функционированию личности. Как и следовало ожидать, ни слова о шляпниках или тибетских монахах.

**СУЩЕСТВУЕТ ОБШИРНАЯ КЛАССИФИКАЦИЯ ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТОГО, ЧТО ИМЕННО «РАССТРОИЛОСЬ»** (эмоциональные расстройства, расстройства поведения) или чем это было вызвано (органические расстройства, посттравматическое стрессовое расстройство). В последней группе, кроме всего прочего, выделяют расстройства, вызванные применением психоактивных веществ. То есть от алкоголя и наркотиков «крыша» может «съехать» отнюдь не фигурально. «Ты золотая рыбка? Нет, я белая горячка»...

Впрочем, «крыша» может и вернуться. И не только в случаях, связанных с потреблением спиртного. Всякое психическое расстройство имеет конкретную причину, не является «карой божьей» и теоретически излечимо. На практике, конечно, все индивидуально: зависит от патологии, компетенции врача, согласия пациента и многих других факторов. Впрочем, иногда и рак излечим, а от гриппа порой умирают.

**ЗЛУЮ ШУТКУ СЫГРАЛА** со всеми, кто страдает от психических расстройств, киноиндустрия. В средневековье их считали одержимыми и лечили побоями, в новейшей истории их считают потенциальными «маньяками» и смотрят с опаской, как на дикого зверя. Хотя, если повнимательней присмотреться к образу «психа» в современном кинематографе, ничего опасного в нем найти не удастся. «Человек дождя» Барри Левинсона, «Пролетая над гнездом кукушки» Милоша Формана, «Палата № 6» Александра Горновского, «Планета Ка-Пэкс» Айэйн Софтли, «Игры разума» Рона Ховарда рисуют нам так называемых «психов» милейшими людьми, иногда – выдающимися интеллектуалами, почти гениями, но уж никак не садистами и живодерами.

Другое дело – фильмы ужасов. Живодеров там пруд пруди. А сюжет, как правило, отличается недосказанностью. Вот какая-нибудь, по мнению всего кинотеатра, недалекая героиня, выскочив из очередной темной комнаты, кричит в телефонную трубку, что в ее дом ломился какой-то «ненормальный, псих, сумасшедший, психопат» (нужное подчеркнуть). По ходу пьесы выясняется, что у него было трудное детство, родовая травма, да и в школе его не любили. Затем за полторы минуты до конца фильма злодей погибает или исчезает в никуда, чтобы нанести ответный удар в сиквеле. И никакой судебной-психиатрической экспертизы. Зато зритель уже запомнил, что серийный убийца – это сумасшедший с трудным детством.

При всем при этом, реальные серийные убийцы, «маньяки» и изуверы крайне редко признавались невинными или хотя бы склонными к психическим расстройствам по результатам психиатрической экспертизы. Но общественное мнение неумолимо. Ведь так хочется объяснить не укладывающуюся в голове жестокость болезнью. Так строятся крепостные стены ощущения внутренней, пусть и воображаемой, безопасности, отделяющие уютный мир «нормальных» людей от непредсказуемости мира внешнего.

**СТАТИСТИКА ПЕЧАЛЬНО КОНСТАТИРУЕТ:** в последние годы наблюдается рост общего числа психических расстройств. С одной стороны, это связано, как и во многих сферах медицины, с улучшением диагностики. С другой – с пережитыми россиянами общественно-политическими и экономическими катаклизмами, зачастую выполняющими роль «спускового крючка» в развитии психических расстройств.

Настоящий бич современного человека – невротические, тревожные и тревожно-депрессивные расстройства. Их число за последние десять лет возросло в десять раз. В начале XXI века от депрессии страдают чаще, чем от повышенного давления, а среди причин инвалидности (!) депрессия уступает место только ишемической болезни сердца. При этом по данным специалистов одновременно увеличивается количество случаев,

когда депрессия «маскируется» под физическое недомогание или боль (так называемые алгические формы депрессии).

Однако депрессией сегодня мало кого удивишь. Ее, хотя такой подход встречает неизменное неодобрение психиатров и психотерапевтов, сегодня считают чуть ли не чем-то вроде зубной боли или насморка. Для массового же сознания

**ЕСЛИ СМОТРЕТЬ  
ПРАВДЕ В ГЛАЗА,  
ПРИДЕТСЯ ПРИЗНАТЬ,  
ЧТО В ЭПОХУ  
ВСЕОБЩЕГО «ЛИКБЕЗА»  
МЫ КРАЙНЕ СМУТНО  
ПРЕДСТАВЛЯЕМ СЕБЕ,  
ЧТО ТВОРИТСЯ  
В НАШИХ СОБСТВЕННЫХ  
ГОЛОВАХ**

человек, страдающий психическим расстройством, в первую очередь – опасный для себя или окружающих больной.

Чтобы узнать, так ли это на самом деле, мы обратились к психотерапевту Анне Владимировне Васильевой, кандидату медицинских наук, ведущему научному сотруднику отделения неврозов и психотерапии НИПНИ им. В.М. Бехтерева, доценту кафедры психотерапии ГМА им. И.И. Мечникова:

– Наибольшую опасность представляют для окружающих больные с антисоциальным расстройством личности (социопаты). У таких людей не сформирована система ценностей и моральных норм, поэтому они могут причинять вред другим с «холодной головой», весьма обдуманно и последовательно. Опасными могут быть пациенты с другими так называемыми «драмати-

**Боятся  
И НЕ ПРИЗНАЮТСЯ  
В СВОИХ ПРОБЛЕМАХ  
ДАЖЕ САМИМ СЕБЕ.  
Боятся  
И ИЗБЕГАЮТ ЛЕЧЕНИЯ**

ческими» расстройствами личности, пациенты в остром психотическом состоянии, а также пациенты с наркотической зависимостью, как в состоянии наркотического опьянения, так и находясь в поиске средств для приобретения новой дозы наркотика. Пациенты с пограничным расстройством личности склонны к самоповреждающему поведению, нанесению себе травм, занятиям опасными видами деятельности с целью получить «дозу адреналина». Отдельная группа –



это больные с тяжелой формой нервной анорексии, которые в своем навязчивом стремлении к похудению могут нанести непоправимый вред организму, когда изменения становятся необратимыми и заболевание заканчивается летальным исходом. В остром психотическом состоянии или в крайней степени депрессии пациенты могут предпринимать суицидные попытки, но, как правило, это происходит на более отдаленных этапах заболевания, и здесь главное – вовремя обратиться за медицинской помощью.

Таким образом, мы приходим к нехитрому выводу: чтобы однажды не обнаружить в непосредственной близости от себя знакомого всем по мрачным анекдотам «психа с топором», нужно его идентифицировать раньше, чем он даже подумает о топоре. Сказать просто. Гораздо сложнее сделать.

**КАК-ТО В СВОЮ БЫТНОСТЬ** работником пресс-центра одного медицинского учреждения я стала свидетелем драматической сцены. Оператор

как люди приходят к осознанию психического расстройства: самостоятельно, или тревожные сигналы подают родственники и друзья. Этика психиатров и психотерапевтов не позволяет распространяться о своих пациентах, поэтому я отправилась туда, где люди сами рассказывают о себе. На интернет-форумы.

Ресурсы, на которых психологи предлагают свою помощь on-line, забыты в основном однотипными сообщениями: «Я не вижу смысла в жизни», «Меня ничто не радует» и «У меня проблемы в общении с девушками». Здесь люди спасаются от депрессии и комплексов.

Если же говорить о психических расстройствах посерьезней (если психические расстройства вообще можно делить на серьезные и не очень), то такие сообщения еще нужно поискать. Совета и поддержки, как правило, просят родственники больных. При этом просят уже в критической ситуации: «Я его боюсь», «Моя мать доводит меня до истерики», «У моего парня галлюцинации»... Получается, даже

**НЕМУДРЕНО, ЧТО РАСПОЗНАТЬ «НЕАДЕКВАТ» В ПОСТОРОННЕМ ЧЕЛОВЕКЕ ТРУДНОВАТО,** но подчас мы и сами о себе знаем слишком мало. Например, почему мы так любим фильмы ужасов и триллеры? Ученые выдвигают три версии. Согласно первой, для некоторых людей страх связан с приятным возбуждением – это и есть постоянная аудитория «ужасного» книгоиздания и киноиндустрии. Суть другой гипотезы – в удовольствии, с которым человек понимает: все увиденное на экране – вымысел, и в реальности не произойдет. По третьей версии, поклонники ужасов просто любят быть несчастными. Ну нравится им пугаться!

телефонной «горячей линии», в очередной раз подняв трубку, замерла с раскрытым ртом. Несколько секунд женщина в полном ступоре слушала звонящего, а затем протянула телефонную трубку мне. Это был один из самых неприятных моментов в моей жизни. Потому что на том конце провода мужчина средних лет на полном серьезе хотел выяснить, почему наше медучреждение не лечит тех, кто лежит на кладбище. И настаивал на эксгумации и воскрешении своих родителей...

Если это не был жестокий телефонный розыгрыш, то случай можно считать очевидным. Для меня, к счастью, он был единичным. А журналистский интерес подталкивал узнать,

близкие люди начинают серьезно беспокоиться за психическое здоровье друг друга, только когда симптомы становятся очевидными или больной сам осознал свою проблему и смог признаться в ней родным.

Специалисты, к сожалению, только укрепили меня в этом мнении. По словам **АННЫ ВАСИЛЬЕВОЙ, В БОЛЬШИНСТВЕ СЛУЧАЕВ БОЛЬНЫЕ СТАНОВЯТСЯ ПАЦИЕНТАМИ ПСИХОТЕРАПЕВТА НА ПОЗДНИХ СРОКАХ ЗАБОЛЕВАНИЯ,** после посещения всех других возможных специалистов и проведения всевозможных дорогостоящих обследований. Для многих к этому моменту болезнь становится образом жизни:



**ДАЖЕ БЛИЗКИЕ  
ЛЮДИ НАЧИНАЮТ  
СЕРЬЕЗНО  
БЕСПОКОИТЬСЯ  
ЗА ПСИХИЧЕСКОЕ  
ЗДОРОВЬЕ  
ДРУГ ДРУГА,  
ТОЛЬКО КОГДА  
СИМПТОМЫ  
СТАНОВЯТСЯ  
ОЧЕВИДНЫМИ**

◀ Наше психическое здоровье напрямую зависит от отношения общества

– Обращение за консультацией – это действительно очень большая проблема. Часто пациенты либо не понимают, что больны, либо считают свое состояние ленью и распушенностью. Довольно сложно сказать, как именно можно уговорить человека пойти на консультацию к специалисту. Наверное, лучше уговаривать обратиться с целью проведения уточняющего обследования или для повышения стрессоустойчивости. Главное – в случае отказа не отступать и предлагать повторно, а при получении согласия не откладывать визит к врачу.

**ОФИЦИАЛЬНО ВОЗ ПРИЧИСЛЯЕТ К ПРИЗНАКАМ ПСИХИЧЕСКОГО НЕЗДОРОВЬЯ СЛЕДУЮЩИЕ:**

> нарушение чувства непрерывности, постоянства и идентичности своего физического и психического «Я»;

- > отсутствие чувства постоянства и идентичности переживаний в однотипных ситуациях;
- > не критичность к себе и своей собственной психической продукции (деятельности) и ее результатам;
- > несоответствие психических реакций (адекватность) силе и частоте воздействий среды, социальным обстоятельствам и ситуациям;
- > неспособность самоуправления поведением в соответствии с социальными нормами, правилами, законами;
- > неспособность планировать собственную жизнедеятельность и реализовывать эти планы;
- > неспособность изменять способ поведения в зависимости от смены жизненных ситуаций и обстоятельств.

На практике без специального образования воспользоваться ими для выявления психи-



ческих расстройств довольно трудно. «Неспособность планировать собственную жизнедеятельность» сгоряча можно приписать любому подростку. А, положив руку на сердце, каждый может сознаться и в «некритичности», и в «неадекватности». Слишком широкими являются эти понятия вне психиатрической науки.

Впрочем, кустарная постановка диагнозов – вообще опасная затея. Но можно выделить симптомы, заметив которые у себя или близкого человека, вы должны хорошенько подумать о консультации психотерапевта:

– Если человека даже на протяжении двух недель беспокоит необоснованно сниженное настроение, или ухудшение настроения несоразмерно поводу, который его вызвал, или постоянная тревога, а особенно если это состояние сопровождается снижением аппетита, работоспособности, нарушениями сна, снижением общего уровня активности, неприятными ощущениями в области сердца, общим дискомфортом, лучше обратиться к специалисту. Важно помнить о том, что всегда лучше прийти на консультацию, чем долго и безуспешно пытаться «брать себя в руки», поскольку при нарушении обменных процессов в центральной нервной системе это малоуспешное предприятие. Также **КОНСУЛЬТАЦИЯ ПСИХОТЕРАПЕВТА НЕОБХОДИМА ПРИ ПОВТОРЕНИИ ОДНИХ И ТЕХ ЖЕ КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЙ ИЛИ ПРИ НАВЯЗЧИВЫХ СТРАХАХ И СОМНЕНИЯХ.**

Естественно, сложно было удержаться от вопроса: можно ли по каким-то признакам распознать психическое расстройство при первой встрече – у прохожего на улице, таксиста, человека, знакомство с которым произошло в Интернете?

– К сожалению, если человек не ведет себя откровенно странно: не разговаривает с несуществующими собеседниками, не говорит странные нелогичные вещи, не повторяет стереотипные движения и так далее, – заподозрить психическую патологию не всегда возможно. У психически больного человека может быть вполне сохранное фасадное внешнее поведение, некоторые пациенты выглядят «здоровее всех здоровых», гипернормальными людьми. Поэтому лучше просто

соблюдать обычные меры предосторожности: пользоваться службами такси, встречаться с малознакомыми людьми в общественных местах.

Важно помнить, что часто проявления агрессии у психически больных являются защитным поведением в ответ на предполагаемую агрессию с вашей стороны, поэтому ни в коем случае не нужно вести себя агрессивно, а в закрытых помещениях не стоит загораживать выход, чтобы дать возможность альтернативы спасения бегством вместо проявления агрессии.

**ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ** согласно определению Всемирной организации здравоохранения – это состояние благополучия, при котором человек может реализовать свой потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества. Это значит, что психическое здоровье каждого человека, помимо генетики и травм, напрямую зависит от отношения к нему этого сообщества.

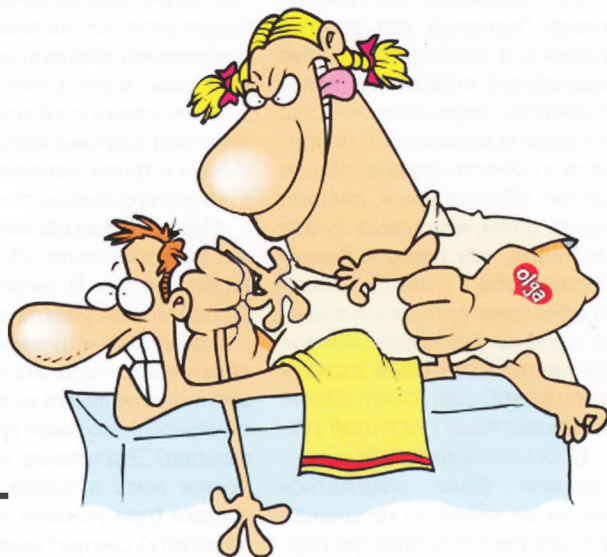
«Псих» – в российском обществе это слово звучит оскорбительно. «Псих» как позорное клеймо на всю жизнь. И такое сравнение не случайно. В социологии существует термин «стигматизация» (от греческого «стигма» – ярлык, клеймо), которым обозначается применение общественных санкций к группе людей на основании их отклонения от нормы. А что такое применение общественных санкций? Это кошмар любого человека. С тобой боятся жить в одном доме, соседи шепчутся, коллеги (при условии, что тебя вообще приняли на работу) смотрят косо, «земля слухами полнится»... Все это, конечно, во многом зависит от поставленного диагноза. Поэтому диагноза, а значит и врача, боятся как огня.

Боятся и не признаются в своих проблемах даже самим себе. Боятся и избегают лечения. Боятся и срываются на близких. Боятся и кончают жизнь самоубийством.

Так будет продолжаться до тех пор, пока мы смотрим фильмы ужасов про «психов», и обрекаем миллионы людей на самый страшный кошмар – нахождение по ту сторону баррикады, разделяющей человечество на нормальных и ненормальных. ■

# ТЕЛО

## МАСТЕРА БОИТСЯ



«Рельсы-рельсы, шпалы-шпалы, ехал поезд запоздалый...». Кто из нас не помнит этот стишок? В детстве я была уверена, что это единственный и правильный вариант массажа.

Спустя какое-то время на массажных курсах нас научили выполнять движения «поглаживание-разминание-поколачивание» в правильной последовательности, и сразу предупредили, что подрабатывать массажистами мы не сможем, так как для этого нужно медицинское образование. А спустя еще какое-то время дни, проведенные за компьютером, напомнили о себе болями в шее. Тут детским стишком было не отделаться – пришла пора искать хорошего массажиста.

Казалось бы, нет ничего проще, чем выбрать грамотного специалиста, стоит только залезть на какой-нибудь форум, почитать отзывы и на их основании выбирать того, кому можно доверить свое тело. На деле ситуация оказалась намного сложнее. Перелистав почти полсотни электронных страниц и перепробовав различные комбинации слов, пришлось смириться с неутешительным выводом: в Интернете я так и не смогла найти ни одного обсуждения специалистов массажного дела, а в поисках отзывов наткнулась только на очередную саморекламу.

Тогда я решила пойти по пути наименьшего сопротивления, и выбрала массаж в своем фитнес-клубе. **МЕНЯ ВСЕГДА ИНТЕРЕСОВАЛО, ЧЕМ, КРОМЕ ЗАВЫШЕННОЙ ЦЕНЫ В 1500 РУБЛЕЙ, ОТЛИЧАЕТСЯ МАССАЖ В СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ.**

Администратор сразу же любезно спросила мое имя, телефон и дату рождения, не забыв упомянуть про скидки. Хороший маркетинговый ход. На вопрос о том, нужно ли взять что-то с собой или как-то подготовиться, голос в трубке любезно прошептал: «Просто приходите. Мы будем вас ждать!»

В салоне меня встретила милая молодая девушка. «Вам очень повезло! – лучезарно улыбаясь, сказала она. – Сегодня работает очень хороший специалист!» С этими словами мне представили массажиста с золотой надписью «Владимир» на бейдже. Он проводил меня в кабинет со стенами шоколадного цвета и полотенцами в тон.

**Если ВАША ЦЕЛЬ –  
УЛУЧШИТЬ ФИЗИЧЕСКОЕ  
СОСТОЯНИЕ, А ТАКЖЕ  
УСТРАНИТЬ ЛЕГКИЕ  
НЕДОСТАТКИ,  
СЛАБО ВЫРАЖЕННЫЕ  
ИСКРИВЛЕНИЯ  
ПОЗВОНОЧНИКА, ТО БЕЗ  
ГРАМОТНОГО СПЕЦИАЛИСТА  
НЕ ОБОЙТИСЬ**

Устроившись на удобной массажной кушетке, я приготовилась к 60 минутам расслабляющей терапии, но грезам не суждено было сбыться. Владимир со знанием дела стал осматривать мои мышцы и пришел к неутешительным выводам о том, что они в плачевном состоянии. «Вот тут у вас стоит блок», – приговаривал массажист, с силой нажимая на шейные мышцы, пока я тихо поскуливала от боли.

В итоге, Владимир участливо спросил, что мне больше по душе – легкие поглаживания или улучшение работоспособности мышц? Я решила, что уж если идти, то до конца, и выбрала второе.

Владимир честно отработывал свои деньги и положенные 60 минут. Кажется, на моем теле не осталось ни одной мышцы, обделенной вниманием массажиста. Но, если верить словам опытного специалиста, все эти страдания только на пользу.

В конце сеанса массажист провел забавный тест на силу мышц. Идея его заключалась в том, что наше тело реагирует на все внешние факторы. «Вот попробуйте сказать, как вас зовут, и надавить на мою руку!» – «Меня зовут Яна!» – четко сказала я и с силой прижала руку Владимира. «А теперь попробуйте сказать, что вас зовут Света!» Я послушно выполнила задание, и Владимир с легкостью пересилил меня. «Видите, – подытожил он, – ваше тело само показывает, что для него правильно, а что нет».

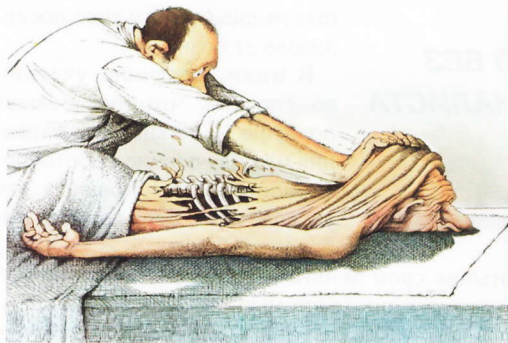
Видя мою заинтересованность, Владимир посоветовал узнать побольше о методике прикладной кинезиологии, а если я совсем заинтересуюсь, то и купить где-нибудь красную книжку под названием «Энергетическая медицина».

На выходе девушка-администратор продолжала лучезарно мне улыбаться и рассказывать о безграничных возможностях их центра. Нечего сказать, безграничная вежливость персонала полностью оправдывает завышенную стоимость услуг.

Наутро у меня все еще ныли размятые мышцы, и выходить из дома совершенно не хотелось,

поэтому выбор ограничился специалистами, готовыми приехать вечером на окраину города. Массажистов, работающих на дому, я стала искать через социальные сети, предполагая, что не все индивидуальные мастера будут обременять себя звучными сайтами. **ЗАПРОС «МАССАЖИСТ НА ДОМ» ВЫДАЛ МНЕ НЕСКОЛЬКО ДЕСЯТКОВ ГРУПП И ПРОФАЙЛОВ.** В большинстве из них не было указано никаких контактных данных, а если мне все-таки удавалось дозвониться, выяснялось, что массажисты категорически отказываются покидать свои насиженные места. Наконец я обнаружила одну аккуратную группу, где подробно были расписаны услуги, цены и контактные данные. У девушки по имени Алина не было медицинского образования, зато был сайт с солидным названием и доменной зоной .com. За сеанс на своей территории массажистка брала 600 рублей, еще 300 надо было добавить за выезд «на дом».

В 8 вечера Алина появилась на пороге моей квартиры. Она сразу направилась в комнату, попросила приглушить свет, расстелила плед на полу и включила заунывную музыку на своем телефоне. Алина ни слова не сказала о том,



#### ПРАВИЛЬНЫЙ МАССАЖ ВСЕСТОРОННЕ ВЛИЯЕТ НА ОРГАНИЗМ:

регулирует возбудимость нервной системы, улучшает кровообращение, укрепляет мышцы, помогает суставам, стимулирует кроветворение, лимфообращение и обмен веществ. Но массаж неквалифицированный может повредить нервную или мышечную ткань, привести к спастическим и воспалительным изменениям. Если вы недостаточно упитанны, лучше избегать глубокого, «сильного» массажа – поберегите нервы, мускулы и кости околопозвоночной области.



▲ Ни усталости, ни боли – только легкая расслабленность в теле

## **НЕ ДУМАЛА, ЧТО В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ ТАК СЛОЖНО НАЙТИ ХОТЯ БЫ ОДИН СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ МАССАЖНЫЙ САЛОН**

что со мной не так и на что нужно обратить внимание, а сразу же приступила к работе, чем несказанно порадовала. В ее руках мышцы чувствовали себя очень комфортно, и я наконец получила то приятное расслабление, которого ожидала еще от первого сеанса.

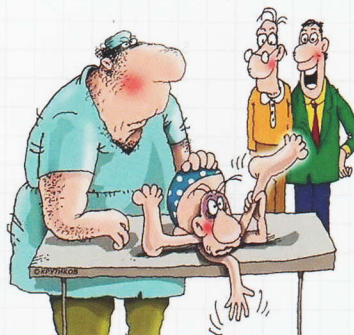
Все движения Алина выполняла по механически заученным схемам. На курсах массажа нас учили тем же самым движениям в том же самом порядке. По окончании сеанса не обнаружилась ни мышечная усталость, ни болевые ощущения – только легкая расслабленность в теле.

Следующим моим шагом в поисках идеально-го массажиста стала идея найти массажный салон. Не салон красоты с массажным кабинетом, а именно центр, специализирующийся

на массаже. Но мои попытки оказались тщетны. Не думала, что в далеко не маленьком городе Петербурге так сложно найти хотя бы один специализированный массажный салон. В итоге, мое внимание привлек сайт с забавным названием «РукиРуки». Компания позиционировала себя как массажный центр европейского уровня. На сайте были подробно расписаны виды массажа с указанием цен и характеристик специалистов разных категорий. Категорий этих было две, и, как мне объяснили, отличались они только количеством положительных отзывов и постоянных клиентов, но эта разница составляла 200 рублей за сеанс.

Голос на другом конце провода решил за меня, что я отправлюсь к специалисту второй категории. Я не стала спорить, тем более что это выходило дешевле.

**ПЕРВЫЕ СЕАНСЫ МАССАЖА  
ВСЕГДА НЕПРИЯТНЫ.  
ТОЛЬКО К ТРЕТЬЕМУ РАЗУ  
МЫШЦЫ ПЕРЕСТАЮТ  
БОЛЕТЬ**



Массажный центр, где работал «специалист второй категории», оказался обычным салоном красоты. У входа меня встретила девушка, похожая на воплощение мужских грез. Она была стройная, с копной длинных рыжих волос и в коротком тоненьком медицинском халате. Ею оказалась массажистка Софья.

Перед тем как приступить к сеансу, она внимательно осмотрела спину и прощупала мышцы. Ей хватило нескольких секунд, чтобы оценить состояние моего тела, выявить сколиоз и напряжение в шейном отделе.

После этого Софья начала переминать мышцы шеи. На мои поскуливания мастер безапелляционно заявила, что первые сеансы массажа всегда неприятны. Только к третьему разу мышцы придут в тонус и перестают болеть. «Зато завтра вы будете чувствовать себя так, будто с вас содрали кожу, – «ободрила» меня Софья. – Но это только завтра».

Массажистка полностью подтверждала свой диплом Медакадемии имени Павлова. Она грамотно отвечала на бесконечные вопросы о здоровье, проверила силу моих мышц и сказала, на что обратить внимание в первую очередь. После сеанса болело все тело, но поскольку я была предупреждена заранее, то была к этому готова.

Итоговая сумма за сеанс, вместо заранее оговоренных 900 рублей, составила 1100. «Наверное, это означает, что я попала к специалисту

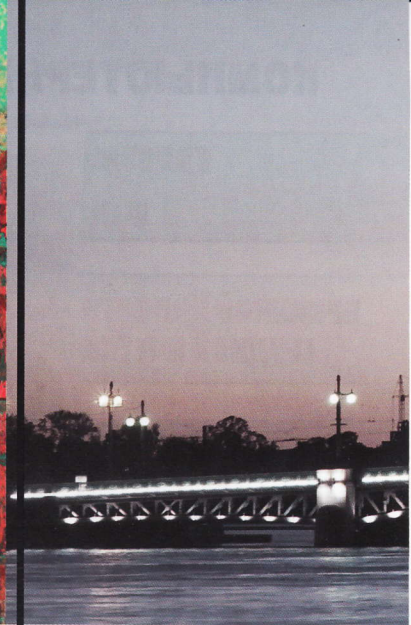
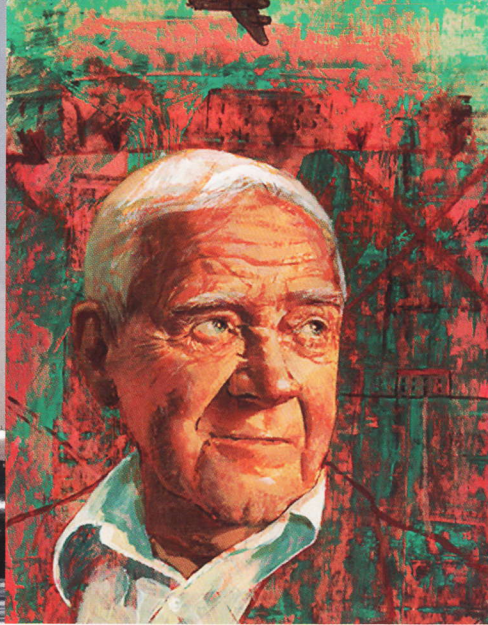
первой категории», – успокоила я себя, но неприятный осадок все равно остался.

Как ни странно, никто из массажистов не настаивал на продолжительном курсе «массажерапии» и не пытался упорно записать меня на следующий сеанс. Это приятно удивило.

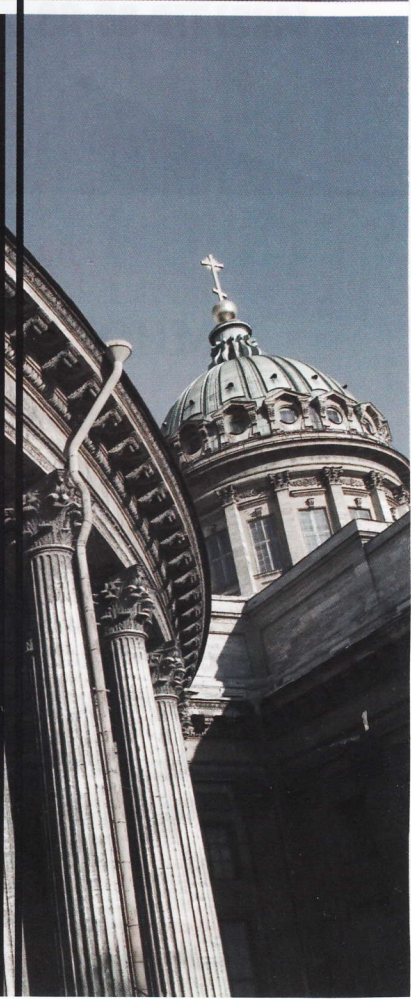
Если вы уверены в своем непоколебимом здоровье и хотите просто немного размять застоявшиеся мышцы, а также сэкономить, то можете смело обращаться к домороженным мастерам с дипломами курсов. Но, хоть они и будут обучены основам массажа, это не дает гарантии того, что работа такого специалиста не принесет вреда.


Если же ваша цель – улучшить физическое состояние, а также устранить легкие недостатки, например, слабо выраженные искривления позвоночника, то без грамотного специалиста не обойтись. Таких мастеров можно найти в любом массажном центре, поскольку дипломированный профессионал – это визитная карточка салона.

В элитных центрах цены на массаж выше минимум на 300–600 рублей в сравнении с заведениями среднего класса. Это компенсируется качеством обслуживания, высокой квалификацией массажиста и чрезмерной вежливостью персонала. А вот пол массажиста принципиального значения не имеет. С силой размять ваши мышцы способны как мужчины, так и женщины. ■



Я не люблю читать о войне, и если бы знала, что «Прекрасная Ута» как раз об этом, я бы ее даже не открыла. Но на первой странице я прочла: «Замок стоял на лесистой горе, настоящий замок с башнями, переходами, толстыми стенами...» – и не смогла остановиться. Книга была не о войне, а о том, что больше войны – о совести, о ненависти, о непреклонной памяти, о прощении, о любви... Тогда я училась в восьмом классе и не могла даже представить, что через много лет ее автор **ДАНИИЛ ГРАНИН** откроет мне дверь своей квартиры, а потом будет долго отвечать на мои вопросы.





# ВСЕ ГРАНИ

Первым делом я подарила Даниилу Александровичу свежий номер «ММ» и, рассказывая о журнале, посетовала на современные читательские вкусы:

**– Большинство все-таки любит что полегче, повеселее...**

– А при чем тут вкусы, что полегче и повеселее – это не вкусы, а потребности человека.

**– Почему же раньше такие издания были более востребованы?**

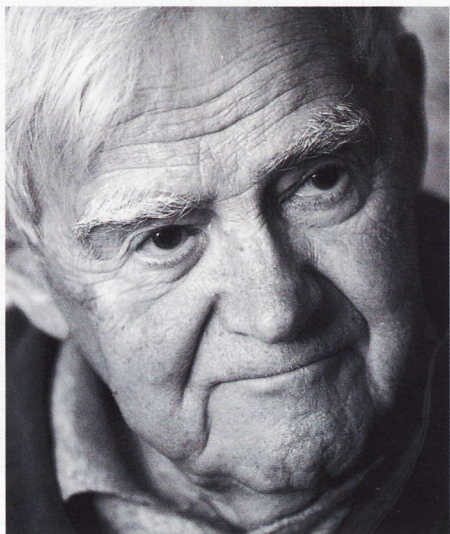
– Вы знаете, все задают этот вопрос. Одни говорят, что люди меньше стали читать, другие – что читают больше несерьезную литературу. Это вопрос непростой, и даже заслуживает отдельного разговора. Если вы сравните газетные киоски, допустим, 20-летней давности – и нынешние, вы увидите, как много стало журналов. Переводные, наши, гламурные, маленькие, большие... Они издаются, и кто-то ведь их читает? Журнал, который не читают, существовать при рыночных отношениях не может. Значит, читают не меньше, а больше. Это первое.

Второе – прекратился выпуск каких-то очень нужных журналов. «Наука и жизнь», «Химия и жизнь» – издания подобного формата или не найдешь, или они вообще прикрылись. Это огорчительно. Потому что это были хорошие журналы – жалко, что их не издают, а не издают, может быть, потому, что их не читают. А почему не читают? Потому, что мы вышли в другую жизнь, которой у нас никогда не было. Мы вышли в рыночную жизнь, которая ждет совершенно других качеств от человека. Чтобы существовать, надо все время зарабатывать деньги. Вот в этих условиях существование такого журнала, как ваш, требует от него особых качеств: ему нужно другое оформление, какие-то короткие статьи, привлекательность – чем-то он должен обольщать читателя. Некоторые издания умеют это делать, некоторые существуют по традиции. Но это участь всех журналов. То же самое и с книгами происходит. Это нормальный процесс – процесс завоевания читателя и конкуренции.

**– Вы не считаете, что это как-то характеризует общество?**

– Общество? В каком смысле?





**ДАНИИЛ АЛЕКСАНДРОВИЧ  
ГРАНИН (ГЕРМАН) -**

русский советский писатель и общественный деятель. Кавалер ордена Святого Андрея Первозванного, ордена «За заслуги перед Отечеством» III степени, ордена Отечественной войны I степени, ордена Дружбы народов.

Герой Социалистического Труда, Почетный гражданин Санкт-Петербурга, лауреат Государственных премий СССР и России, премии Президента РФ в области литературы и искусства, премии Гейне и многих других премий. Инициатор создания ленинградского общества «Милосердие»; президент Общества друзей Российской национальной библиотеки; председатель правления Международного благотворительного фонда им. Д. С. Лихачева. Автор многих книг, 10 из которых экранизированы.

**КОГДА Я ВЕРНУЛСЯ С ВОЙНЫ  
И ПОШЕЛ РАБОТАТЬ  
В «ЛЕНЭНЕРГО»,  
Я ПО НОЧАМ СТАЛ ПИСАТЬ.  
КОМУ, ДЛЯ ЧЕГО –  
ЭТО МЕНЯ НЕ ИНТЕРЕСОВАЛО.  
ЭТО БЫЛА ПОТРЕБНОСТЬ**

– Я думаю, что человек во многом есть то, что он читает.

– Нет. Я считаю, что такая формула очень вас обедняет. Человек может вообще ничего не читать, а ходить в филармонию, получать наслаждение от этого. Почему его обязательно надо мерить чтением? Это такое... чисто цеховое рассуждение.

– В одном из своих произведений вы называете жизнь «цепью упущенных возможностей». Как нужно жить, чтобы таких возможностей было меньше?

– Это проблема, которую люди не могут решить до сих пор. Вот у нас когда-то был лозунг: «От каждого по способностям, каждому по труду». Ну, «по труду» – понятно. А что такое «по способностям»? Никто не знает своих способностей, кроме людей гениальных, которые чувствуют некий священный призыв к чему-то. Но большинство-то не слышит этого голоса. И это трагедия. Потому что люди не успевают себя осуществить и не знают, кто они. Кто он такой? Может быть, он полководец, а может, парикмахер – он сам не знает, к чему у него есть дар.

Я, кстати, не случайно сказал о парикмахере. Я знал одного очень преуспевающего руководителя крупной

строительной организации. Который, приходя домой, причесывал свою жену, своих родных... и в конце концов ушел в парикмахеры, открыл свой салон. Вот как бывает!

Многие художники так называемого примитивного искусства поздно принимались за живопись; я знаю писателей, которые поздно начали писать. Как найти себя? Не знаю. Тем более, мы не привыкли прислушиваться к себе. Мы больше прислушиваемся к другим.

Вот у древних греков какой был главный лозунг?.. Ну вот, а еще Литературный институт окончили. Говорю же – сомнительное весьма заведение... Ну что ж вы, это же основа античной жизни! «Познай самого себя!» Вот в это и входит тот внутренний голос, а может, заложенная в нас наследственность, чье-то желание... Желание подсказать, направить куда-то. Мы не слышим или не обращаем внимания, и «Познай самого себя» – это непонятно нынешнему человеку.

**– Как вы поняли, что должны писать? Вы помните этот момент?**

– Это был не момент. Это было что-то... Кто-то меня все время толкал.

Я хотел пойти на исторический факультет, но мать мне сказала: «Это не профессия». Поскольку отца у нас выслали, нам надо было зарабатывать на жизнь. И я пошел на инженерную специальность, окончил Политехнический институт. Я не жалею, но это все-таки было не мое, тем более эти гидростанции, в которых я быстро разочаровался... А потом я ушел на войну. Воевал. Но я все время чувствовал, что мне хочется писать. Что писать, о чем – да я понятия не имел! Я был совершенно далек от литературы – и тем не менее, когда я вернулся с войны и пошел работать в «Ленэнерго», я по ночам стал писать. Кому, для чего – это меня не интересовало. Это была потребность. Про войну, еще про что-то, какой-то там портрет, характер – тема не важна, важно писать. И первые рассказы напечатаны были сразу. Потом я написал роман «Искатели» – для того времени это был бестселлер, до меня эту тему никто не затрагивал. Переводы, переиздания, кино, спектакли – блистательный был успех.

И постепенно я оказался перед выбором. Трудность была в том, что у меня получалась инже-

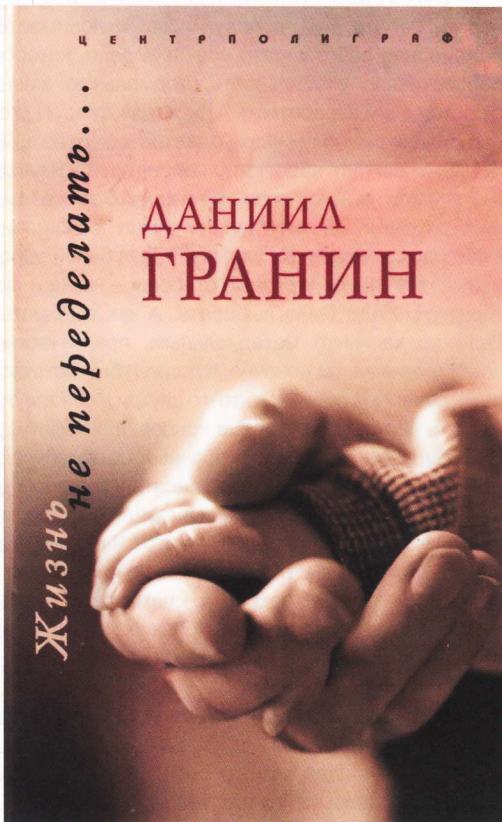
нерная работа – и тут получилось! И понимаете, инженерная работа – это все-таки дело, которое обеспечивало стабильность, нормальную жизнь с постоянным заработком. А писательство... Ну хорошо, один раз получилось, а завтра ничего не выйдет! Это был путь абсолютно непонятный – и какое я еще имел на него право? Я не кончал этих ваших литературных институтов, не имел отношения к филологическому факультету. Я был белой вороной! А они тянули в разные стороны – наука и литература. Надо было выбирать. А как выбирать? Если по каким-то материальным, практическим соображениям, то, конечно, я должен был остаться на инженерной работе. А что-то внутри меня тянуло сюда, и перетянуло, в конце концов, в литературу. И я ушел в никуда. В мир призрачный, не обеспеченный... Я не был членом Союза писателей, и вообще он мне не нравился. Они меня вызвали по первому рассказу – прорабатывать! Ну и что? Я сказал: «Да я знать вас не хочу!» Я понимал, что печататься могу независимо от этого союза. Но к чему я это рассказываю – вот этот внутренний призыв... Кто-то меня тянул, толкал сюда. Что это было? Не знаю.

**– А как вы считаете, ради чего должен работать писатель?**

– Да только для самого себя! Меня читатель не интересовал и не интересуется.

**– «Искусство для искусства»?**

– Нет-нет! Эти ваши формулы – они не отражают ничего, наоборот заглушают. Значит, так. Я пишу не для читателя. Писать для читателя – это значит изучать, что он хочет, что ему интересно, идти на поводу... Здесь есть и какая-то составляющая моды, потому что вкус читателей меняется – сегодня они любят про войну, завтра мемуары, послезавтра еще что-то... Пушкин хорошо написал об этом: служить царю, служить народу – не все ль равно? Народу тоже не надо служить. «Себе лишь угождать!» Почему мы не прислушиваемся к этому? «Искусство для искусства!» Ужасная формула, боже мой! «Как нехорошо, а где же народ, а где же наш читатель, наше, понимаете, все...» Ерунда. Это ерунда. Писатель пишет то, что ему интересно, то, что он хочет. Я не просто писал – у меня была идея, с которой я шел,



как со знаменем: научное творчество, поэзия научной работы, драма идеи, все эти невидимые миру столкновения, борьба... Мне хотелось рассказать об этом, потому что только в творчестве человек раскрывается наиболее красиво и полно. Поэтому меня никогда не интересовал читатель, и до сих пор не интересуется. Приходилось – ну, вначале из любопытства – ходить на читательские

**ПИСАТЕЛЬ ПИШЕТ ТО, ЧТО ЕМУ ИНТЕРЕСНО, ТО, ЧТО ОН ХОЧЕТ. Я НЕ ПРОСТО ПИСАЛ – У МЕНЯ БЫЛА ИДЕЯ, С КОТОРОЙ Я ШЕЛ, КАК СО ЗНАМЕНЕМ**

◀ Даниилу Гранину действительно есть что сказать о жизни



▲ Переводы, переиздания, кино, спектакли – блистательный успех

встречи. Пустое! Когда поэт читает свои стихи – это почти театр. А что прозаик?.. Они мне начинают высказывать: «А тут у вас не получилось», «А это недостаток», «А вот это надо было...» Он один раз прочел – и уже судит, а я это создавал три года. Ну, не получилось что-то! Но я-то знаю лучше, чем вы все. Вы мне ничего подсказать не можете!

И должен вам сказать, что эта позиция оправдывает себя. Я пишу то, что мне интересно, а что мне интересно – то и другим интересно. Есть такая мерка. Если бы я угождал, то это было бы, может, интересно полгода, а дальше... Это не работа. А я выкладываю самого себя: чем я болен, чем я возмущен, что я люблю – это мое, мое заповедное, сокровенное, я об этом хочу рассказать людям. И мои книги – те же «Иска-

тели», «Иду на грозу», «Зубр» – вызывали отклик среди людей, им было интересно, потому что никто с ними об этом не говорил.

Что такое «Зубр»? Это был громкий скандал, но это уже в прошлом, неважно... Я рассказал о великом ученом, которого я знал и любил и который работал в Германии – наш, русский человек, Николай Тимофеев-Ресовский. Он остался в Германии, не поехал сюда в 1937 году, хотя его требовало наше правительство. Не поехал, потому что знал, что погибнет тут. А в Германии у него была возможность заниматься наукой. «А, работал на фашистов...» Да вы не знаете, что такое ученый! Для биолога нет фашистов! Он был увлечен, не считаясь с этой вашей политикой! Да, он продолжал работать при Гитлере, его чтители, он делал великие открытия. И красота и мощь этой позиции, неприличной для нас, – это меня так... захватило!

**– А для писателя должен быть фашизм?**

– (Пауза.) Это правильный вопрос. Смотря о чем он пишет... Вот Андерсен со своими сказками – а? А что, это великая книга.

**– Там тоже есть добро и зло.**

– Но фашисты тоже признают добро и зло, не надо так упрощать. И фашисты, знаете... Где были фашисты? В Германии?

**– В Италии.**

– А в России?

**– И в России есть.**

– Вот именно. Понимаете, не надо никого слушать. Вот Белла Ахмадулина, царствие ей небесное. Пример независимой жизни.

**– В книге «Причуды моей памяти» вы цитируете Ольгу Берггольц: «У меня никогда не было врагов, которых я заслуживаю – одни какие-то шавки». А у вас были настоящие враги?**

– Личные враги? Наверное, они были, а может, и есть. Но они меня не интересуют. Я, например, почти не читаю критические статьи о себе. Чего я буду их читать? Они не знают того, что знаю я. К тому же критика эта довольно поверхностна, и обращена прежде всего

к читателю. Расстраиваться из-за этого, звонить ему по телефону: «Что ж ты сделал, как тебе не стыдно!» – зачем?

**– В советском воспитании большую роль играл образ врага.**

– Это совсем другой враг. Я бы сказал, не враг, а противник. Вот я, например, сегодня прочел в газете, как бандитски, хамски ведут себя люди на дорогах. Эти хулиганы, эти жулики, эта коррупция – масса есть людей, которых просто ненавидишь! Это противники, не мои личные враги, хотя они мне лично ненавистны. Чиновники наши. Взятчники. Хамство их... Конечно, эти явления иногда невыносимы. Особенно в нашем обществе. Мы падшее общество. Мы многое потеряли. У нас мало совести, у нас мало доброты, у нас мало сострадания. Мы очень изменились – при советской власти мы были лучше. Мы все-таки не позволяли себе такого цинизма, что позволяют себе сегодня люди, которые ничего не стыдятся, ничего... Но это другой вопрос.

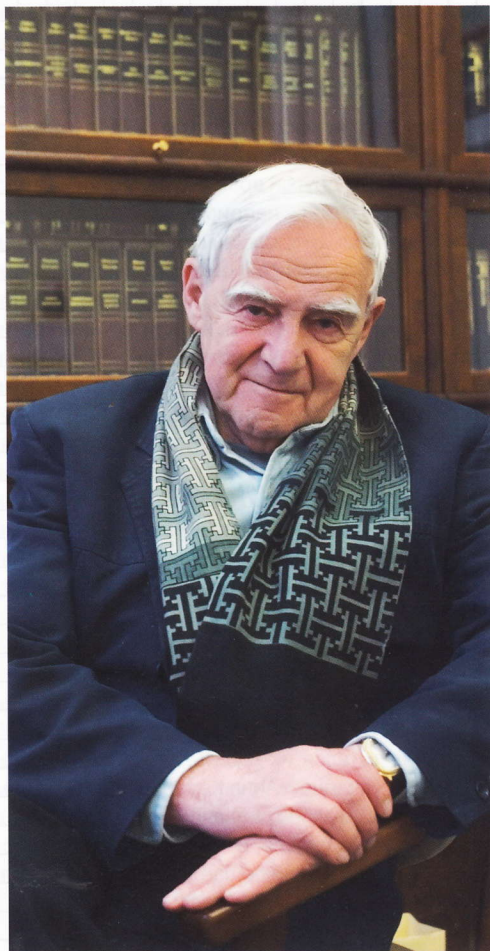
**– А как восстановить эту утрату?**

– Это не задача писателя. Писатель – это боль, а не рецепт. Что, Достоевский давал рецепты? А когда он пытался их давать, это выходило довольно беспомощно. «Анна Каренина» – какой там вывод? Она правильно сделала, что бросилась под поезд, или неправильно, и что следует из этой истории... Толстой это не решает. Это не его задача. Вы помните, какой там эпиграф?

**– «Мне отмщение...»**

– «...и Аз воздам». ОН воздаст. Понимаете? Это все очень непростые вещи, которых у нас не умеют касаться и не хотят.

Вот не так давно я встречался с молодежью. Хорошая студенческая аудитория в одном гуманитарном заведении. Сидело примерно полтора-два человека. «Скажите, – спросил я, – кто из вас признает, что душа является материальной? Материальной субстанцией, с которой необходимо считаться – так же как, скажем, с насморком?» Двенадцать (!) человек подняло руку! А остальные: «Душа – это понятие, это эфир...» – «А совесть?» – говорю я. «А совесть – это вообще придумано».



**Был ребенок, был студент, был солдат...  
Это все разные люди.  
Не знаю, сколько их**

Понимаете, вот каков подход – души нет, а есть какое-то поэтическое понятие, которое никакой реальной роли в жизни человека не играет и играть не может...

**– Вы писали, что в правлении каждого советского лидера можно различить две фазы: время надежд и время разочарований. Какая фаза у нас сейчас?**

– Что касается власти, она упорно не уделяет внимания духовной жизни людей, всему тому, из чего складается нравственное начало. Культ денег – это губительно. Вас интересуют именно правители?

**– Скорее страна.**

– Вот это правильно, страна. Не правители, потому что они приходят и уходят. И наше внимание и интерес к ним – это что-то такое... унизительное. Спросите у француза, американца: «А кто у вас президент?» – «А черт его знает». А мы! «Боже мой! Он сегодня улыбнулся! А кому? А как?» Поэтому это вопрос об обществе. Но как вы ставите этот вопрос?

**– Сейчас время разочарований или веры?**

– Вы знаете, история не бывает ни плохой, ни хорошей. Она объективна. Кому-то она хороша, кому-то она плоха. Время какое?.. Для нашего общества – не страны даже, а общества – это время очень тяжелое. Рыночные отношения многих людей выбили из нормальной жизни. Сколько людей не могут себя найти сейчас! Люди оказались беспомощны, они не привыкли жить брошенными. То есть раньше государство заботилось – сейчас не заботится никто. Это совсем другое время. Жестокое по сравнению с советским временем. Хотя вообще-то вся Европа и весь мир живет без этой заботы, там каждый сам старается выжить, найти себе место.

В этих условиях люди проявляют себя по-разному. Оказалось, что раньше, при советской жизни, люди не знали, что такое деньги. Неважно было, сколько ты получал, где ты работал. А сейчас, когда все определяется тем, сколько ты получаешь... Вот я имею дело с чиновником. Прихожу к нему, нужно мне что-то для меня или для других – люди ведь обращаются ко мне. Я начинаю с ним говорить, и у него вот здесь, на лбу, появляется надпись: «А что

я буду с этого иметь?» И он уже не слушает, а думает, как бы отвязаться от меня – понимает, что он ничего от меня иметь не будет. Это повсеместно. Бессовестное, больное общество.

**– Что же сделать, чтобы общество начало вздоравливать?**

– Не знаю. Я – не знаю. Я не хочу даже об этом говорить – это не мое дело. Общество наше трусливое, вялое. Может быть, это оправдано тем, что слишком много было разочарований, слишком много врал, обманывали людей, потому что люди-то неплохие, хорошие люди, народ – талантливый народ, работающий народ. Пьянство, лень – да ничего подобного! Человек уезжает в Америку – и оказывается великолепным работником, верно? Откуда что взялось... А у нас он был какой-то неудачник. Поэтому надо менять, наверное, условия, режим, систему жизни. Система жизни должна быть такая, как выработала человеческая цивилизация, с учетом наших особенностей. Беда России в том, что у нее всего много. Зачем нам эти громадные территории, которые мы не можем освоить? Зачем нам это количество газа и нефти, из-за которого мы перестали работать, а качаем просто?

**– В автобиографии в 1980 году вы писали о своей жизни: «Меня было три, а может, больше». Сколько вас сегодня, спустя 30 лет?**

– (Пауза.) Да. Наверное, был ребенок, был студент, был солдат... Это все разные люди. Не знаю, сколько их. Но конечно, я сейчас другой. Если бы я сейчас встретился с тем лейтенантом, какой был, я бы ему не понравился. Он бы не понял меня... И он бы мне не понравился. И в то же время в нем было что-то очень хорошее – то, чего во мне нет. Он, например, записался добровольцем в народное ополчение и пошел воевать, хотя мог не идти – работал на оборонном заводе. Зачем он пошел? Хотел защищать: «Проклятые фашисты, мы их разгромим, они лезут на наши земли...» А я б сегодня не пошел.

**– Потому что земля теперь такая?**

– Потому что я разочарован. Во многом. Меня во многом обманули. Я не знал правды. И хотя это звучит кощунственно, но я бы добровольцем не пошел. По мобилизации – да, это обя-

занность. Но добровольцем, без всякого оружия побегать в народное ополчение... А я уважаю его за это. Это глупый поступок для меня сегодняшнего, но я не смеюсь над ним. Я глубоко уважаю его. Я не знаю, понятно это или нет... Так что у нас с ним сложные взаимоотношения. Вы ведь тоже себя ребенком помните? Вы совершали глупости, которых бы сегодня не совершили?

**– Кто их не совершал!**

– Ну, это не ответ.

**– Конечно, но в то время я не могла поступить иначе.**

– Ну вот. Но ведь эти глупости – это не только глупости. Иногда это глупость доверчивости, глупость любви, верно? А это достойно уважения, потому что в молодости нельзя без этого.

**– Даниил Александрович, есть мнение, что псевдоним наносит отпечаток на жизнь и творчество...**

– У меня псевдоним образовался, когда я пришел в журнал «Звезда», принес один из своих первых рассказов. Там ведал прозой Юрий Павлович Герман. И он сказал: «Слушайте, ну что мы тут будем вдвоем, народ запутается – возьмите себе псевдоним».

**– В будущем на вас это не повлияло?**

– Нет,нисколько. И я понимал его. Мне-то было все равно.

*После разговора я достала одну из новых книг Даниила Александровича – «Причуды моей памяти», для автографа. Гранин оживился:*

*– А вы ее прочли?*

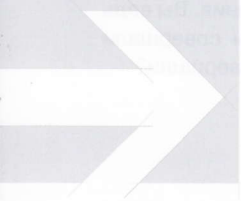
*– Да.*

*– Ну, и что?*

*– Мне было очень интересно. Интересен именно формат «записной книжки» – короткие и длинные истории, цитаты, зарисовки...*

*Выслушав мои восторги, Даниил Александрович взял ручку:*

*– Такая форма дает свободу. Мне надоели все эти фабулы, сюжет, судьбу каждого героя нужно куда-то вести, выстраивать... ■*



# 20 000



# ДЕЛ ПОД ВОДОЙ

*Тяжелая работа в любых погодных условиях с риском для жизни и здоровья, спасение людей, имущества, предотвращение экологических катастроф... Это не описание вакансии супермена. Это повседневная жизнь водолаза.*

Небольшое уточнение: героические будни, с которых мы начали, – работа людей нескольких специальностей, объединенных призванием морского спасателя. По-русски «спасение» – понятие очень широкое: спасать можно и пожитки, и части тела, и душу... В международной «морской» терминологии есть разновидности спасения: rescue – когда речь о человеческой жизни, salvage – если имеется в виду работа с судами и грузами. Rescue – это долг, salvage подразумевает коммерческую основу. И то и другое связано с высокими нагрузками и риском, и любым из терминов можно описать работу региональных бассейновых аварийно-спасательных управлений в составе Госморспасслужбы Министерства транспорта. Сотрудники Балтийского БАСУ (помимо прочих заслуг, его считают эталоном профессионализма в водолазном деле) согласились рассказать нам о профессии водолаза, без которой редко обходится спасательная операция.

**РУССКИЙ СПЕЦИАЛИСТ** – это, что называется, «и тец, и жнец». БАСУ занимается аварийно-спасательными, подводно-техническими, гидротехническими работами, снимает суда с мели, ремонтирует их на плаву, буксирует, ликвидиру-

ет разливы топлива, очищает дно акваторий... Из этого следует вопрос: сколько всего должен уметь водолаз?

Во-первых, грамотно производить разведку: на основании этих сведений проводятся работы. Разбираться в устройстве судов, свойствах материалов, уметь работать с тросами. Желательно быть квалифицированным подводным сварщиком и резчиком, а также умело обращаться с грузами. Поскольку иногда приходится заниматься буксировкой, специалисты БАСУ проходят подготовку по управлению малыми плавсредствами. Еще необходима способность подстраиваться под экстремальные условия: аварийно-спасательную бригаду (в профессиональной терминологии – станцию) «выбрасывают» на аварийное судно, а там уж насколько споро пойдут работы, настолько и близко возвращение. Поэтому извольте обеспечить себе условия жизни в любое время года и даже, возможно, приготовить обед персон на 12.

Список навыков впечатляющий. За рубежом работают по иному принципу – у них развита специализация: одни отвечают за осмотр акваторий, другие – за сварочные работы. В этом смысле русские водолазы намного опередили зарубежных коллег. Когда-то кронштадтская организация «ЭПРОН»



(Экспедиция подводных работ особого назначения, открытая в 1923 г.) была сильнейшей в мире, служить там почитали за честь. Сейчас российские водолазные квалификационные документы за рубежом не признают... Но наши школы стремятся переходить на зарубежные стандарты.

Сложность в том, что в России плохо разработана научная составляющая. Наши правила водолазной службы предназначены для довоенной техники, а многие водолазы до сих пор ныряют в трехболтовке (85-килограммовый костюм, который используется с XIX века и за границей давно стал музейным экспонатом).

– **САМЫЕ АВТОРИТЕТНЫЕ СОВРЕМЕННЫЕ ШКОЛЫ** водолазов – Новороссийская им. Н.И. Маноменова, Московская при ФГУ «Подводречстрой», а также курсы под руководством К.В. Логунова на кафедре морской и подводной медицины Медицинской академии последиplomного образования ДОСААФ, – говорит Евгений Морозов, главный специалист по аварийно-спасательным работам БАСУ. – Есть центры подготовки при МЧС, но воспринимать их всерьез не стоит. Подлететь на вертолете и снять людей с тонущего корабля – с этим ребята из МЧС успешно справляются. **А ВОТ КОГДА ЭКИПАЖ НАХОДИТСЯ В ВОЗДУШНОЙ ПОДУШКЕ ПЕРЕВЕРнуТОГО СУДНА – ЭТО УЖЕ НАША РАБОТА.**

Сейчас водолазы в БАСУ приходят и после армии, и после училищ. Самая главная подготовка для них – практика в составе станции. Здесь нет ни тренировочных спусков, ни периода адаптации: новички независимо от опыта и знаний сразу приступают к реальной работе с реальным грузом ответственности. Каждый год специалисты подтверждают квалификацию на экзамене, проводятся и учения, но тут как у военных: никакие учения не заменят боя.

В России только один вуз готовит водолазов – Военно-морской инженерный институт в Адмиралтействе. Он выпускает водолазных специалистов, это самое высокое «звание». Чуть ниже рангом мастер водолазных работ. Далее деление по классам: 1-й, 2-й, самый низкий – 3-й. Существует еще разделение по дополнительным классификациям: водолаз-электросварщик, водолаз-взрывник и др.

**ОЧЕНЬ ЧАСТО И ОФИЦЕРЫ**, и матросы приходят с военной водолазной службы на гражданскую голеями: мол, у нас уже по 300–400 часов водолазной подготовки! Но на «гражданке» считается, что водолаз из новичков переходит в «среднячки» только после 1000 часов – то есть 5–6 лет практики. Правда, часы часам рознь. Одно дело спасательные операции, другое – например, работы по обследованию дна.

Очевидно, что «с улицы» в профессию идут единицы: уж очень это сложно и дорого. Мастер водолазных работ Станислав Плешаков как раз то самое исключение. После школы он пошел учиться на экономиста в Технологический институт, водолажным делом занимался как любитель и даже представить не мог, что сможет найти себя именно здесь:

– В эту профессию я пришел в 22 года – достаточно поздно, обычно начинают лет в 18–19 (большинство – на срочной службе). Сначала я отучился в ДОСААФе, получил третий класс, потом за свой счет проходил практику в «Волго-Балте» (одно из ведущих воднотранспортных предприятий России. – *Прим. ред.*). После обучения пришел устраиваться в БАСУ. Полгода меня не хотели брать на работу, говорили: «Зачем ты нам, доучись в институте и увольись!» Приняли только, когда я заверил, что не уйду из кабинета, пока по мне не примут положительного решения. Какой же у меня был экзаме́н при устройстве! Но я ответил на все вопросы, причем без подготовки и без остановок.

Технологический институт я окончил, отучился в аспирантуре, получил степень кандидата экономических наук. Никуда не ушел, даже несмотря на серьезные травмы, продолжаю с удовольствием работать в любимой организации.

Сейчас получаю второе высшее в Университете водных коммуникаций, там же преподаю водолазное дело студентам.

**НА ПОЛУЧЕНИИ ОБРАЗОВАНИЯ** трудности не заканчиваются. Водолазное дело сильно сказывается на здоровье: в основном страдают сердечно-сосудистая и нервная системы. Женщинам идти в водолазы запрещено (работа под давлением вызывает бесплодие).



**ПСИХИКА ДОЛЖНА БЫТЬ  
КРЕПКОЙ КАК КАНАТ.  
ЛЮБОЙ ПСИХОЗ МОЖЕТ  
ПРИВЕСТИ К СМЕРТИ**





▲ Любая операция связана с риском

Велика психологическая нагрузка. По словам Александра Василенина, главного водолазного специалиста, нервы у водолазов должны быть крепкими как канат. Любой психоз может привести к смерти:

– Я знал водолаза, который сам себя погубил. Он зацепился, начал кричать. Коллеги запаниковали, стали его вытаскивать. В итоге пережался шланг подачи воздуха, и парень затонул на глубине два метра.

К счастью, в БАСУ последний форс-мажорный случай был в 1978 году. Специалисты на раз вычисляют непригодных к подводным работам людей: одни подвержены панике, другие отлынивают от тяжелой работы. Таких быстро увольняют.

**ВЫДЕРЖАТЬ НЕПРОСТЫЕ УСЛОВИЯ** действительно может не каждый. Зачастую обследование приходится выполнять на ощупь. В Балтийском бассейне идеальная видимость под водой – 30 см (для сравнения, сахалинцы работают в условиях 15-метровой видимости). Конечно,

## ВОДОЛАЗУ НЕОБХОДИМА СПОСОБНОСТЬ ПОДСТРАИВАТЬСЯ ПОД ЛЮБЫЕ ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ

используется подсветка, но все равно перед глазами – лишь расплывающееся пятно. Кроме того, мешают механические препятствия – металлические и пластиковые элементы судовых конструкций, выпавшие грузы. Например, во время одной из спасательных операций водолазам пришлось работать в окружении 300 кг подпорченной ставриды.

Прибавьте к этому температуру воды, которая на Балтике и летом не превышает 10–12 градусов! В водолазных костюмах редко применяется

система обогрева – дорого и не всегда возможно. Надевается только теплозащитная одежда, иногда два комплекта, плюс сохраняет воздух пористый неопрен, из которого сделан костюм. Если водолаз работает активно, ему относительно тепло, а вот если занимается сваркой, минут через 20 начинает замерзать.

Сколько времени водолаз проводит под водой – вопрос сложный, надо учитывать множество факторов. По словам специалистов, порой приходилось работать и по 6 часов.

Какую ни возьми операцию – спасательную, судоподъемную, – она связана с неограниченными нагрузками, зачастую с риском:

– Мы поднимали бункеровщик «Норд-вест», который затонул в ноябре 2003 года с грузом мазута около 590 тонн, – рассказывает Евгений Морозов. – Судно опрокинулось, легло на бок у причала.

**РАБОТАЛИ БЕСПЕРЫВНО, ЧАСОВ ПО 20, В ДВЕ СМЕНЫ, В МАЗУТЕ.** По утрам иногда было минус 26. «Норд-вест» буквально выламывали из льда.

Успешно выполнять операции, «от и до» сверяясь с техникой безопасности, на деле невозможно. Александр Василенин (один из немногих *главных*, который не только распоряжается, но и ходит под воду) однажды должен был пролезть в щель высотой не более полуметра. Ему пришлось отстегнуть баллон с аварийной смесью и подвести шланг-сигнал непосредственно к маске. Без этого работы не могли выполнить две недели!

**В СУРОВЫХ УСЛОВИЯХ РАБОТЫ** должно быть надежное снаряжение. Выпускают ли такое российские производители?

– Мы используем в основном импортную продукцию, – говорит Александр Василенин. – Наши что-то сейчас пытаются выпускать... Но это отличается от зарубежного так же, как «Жигули» от «Мерседеса». А основная ошибка наших производителей в том, что цена их продукции лишь на 15 процентов ниже.

Водолазный костюм служит 5–6 лет, маски – 2–3 года. Современные водолазы стремятся перейти на сверхлегкое снаряжение, чтобы быстрее и качественнее выполнять работы. Сейчас разработаны хорошие легкие материалы для работы в загрязненных средах – правда, стоят они неде-

шево. Комплект снаряжения на одну водолазную станцию обходится примерно в \$30 тыс., что уж говорить об оснащении судов! Технический вопрос очень мешает российским водолазам быть «впереди планеты всей». Государственное финансирование в этой сфере более чем скромное.

**ЕСТЬ И МНОГО** негосударственных водолазных организаций – правда, в основном лишь на бумаге. Те, что действительно работают, отталкиваются от возможности найти заказы – «под них» нанимаются водолазы. Уровень профессионализма и степень соблюдения техники безопасности здесь неоднозначны. В этом смысле в России правовой вакуум. В СССР работу водолазов принимала специальная комиссия – ее специалисты ныряли и давали заключение. Сейчас заказчику предоставляют фото- и видеоотчеты.

**ЖИЗНЬ ВОДОЛАЗОВ** не назовешь спокойной. За год поступает 6–8 заявок на спасательные операции, в перерывах, чтобы не терять квалификацию и зарабатывать, все подразделения БАСУ занимаются коммерческими работами: флот – буксировкой, ЛАРН (Ликвидация аварийных разливов нефти и нефтепродуктов) устанавливает в порту боны (плавающие заграждения), очищает суда от мазута и т.д., а водолазы осуществляют подводно-технические и судовые работы.

Есть еще и дежурства; могут и ночью подняться по тревоге. Отпуск дают в основном зимой, все аттестованные спасатели получают к отпуску два обязательных дня, за участие в аварийно-спасательных работах и вредные условия труда тоже даются дополнительные дни.

Водолазы со стажем от 2750 часов (от 275 часов в год) могут досрочно выйти на пенсию – в 50 лет.

– Мы своих не бросаем – после выхода на пенсию заслуженных специалистов устраиваем, например, мастерами. Но если человек добросовестно работал, к 50 годам ему уже по состоянию здоровья приходится выходить на пенсию.

**НЕТ, ЕСЛИ ИХ СПРОСИТЬ**, то они, конечно же, вовсе не герои. Но как еще назвать тех, кто спасает людей и не только, сознательно портит здоровье и не рассчитывает получить взамен золотые горы? ■



# ИГРЫ

## РАЗУМА



*В начале декабря Петербург увидел первое в России лазерное шоу с созданием объемного изображения. Михайловский замок, который при множестве свидетелей «распался» на кусочки, а потом «восстановился» в прежнем облике, конечно, удивил многих. Но это масштабное представление было только заправкой, точнее – прологом международного фестиваля технологий и искусства Yota Space 2010. Все самое интересное скрывалось далеко от исторического центра.*

**В ТЕЧЕНИЕ ДВУХ НЕДЕЛЬ** четыре этажа Фрунзенского универмага были заполнены интерактивными произведениями ведущих мировых профессионалов в области видео, компьютерных и мультимедийных технологий. Yota Space стала площадкой для обмена опытом и творческого роста всех, кто занимается или просто интересуется аудиовизуальным искусством. На фестиваль было приглашено огромное количество прессы, побывал там и «ММ». Из множества инсталляций и хэппенингов мы выбрали пять самых, на наш взгляд, интересных.

## Volume

КОМАНДА UNITED VISUAL ARTISTS

«Аудиовизуальный лес» составлен из 46 светодиодных колонок. Колонки оснащены тепловизорами и датчиками движения, поэтому чутко реагируют на приближение человека, меняя холодный цвет на теплый. Сначала это забавляет: подходишь, и столб «радуется» тебе, начиная светиться и звучать, а когда отступаешь – гаснет и замолкает. Если дождаться момента, когда посетителя в «лесу» будет немного, можно поймать эффект именно от своего движения. Консультант при входе в **Volume** обещал выправление ауры и восстановление душевного здоровья.

**От авторов:** «Это наша культовая инсталляция. Мы обеспечиваем взаимодействие людей и техники: здесь задействованы и видео, и звуковые эффекты – люди творят, взаимодействуя с нашей инсталляцией. Кстати, эта работа впервые демонстрировалась в помещении».

◀ Volume (United Visual Artists)

## Augmented Shadow

ДЖУН МУН (JOON Y MOON)

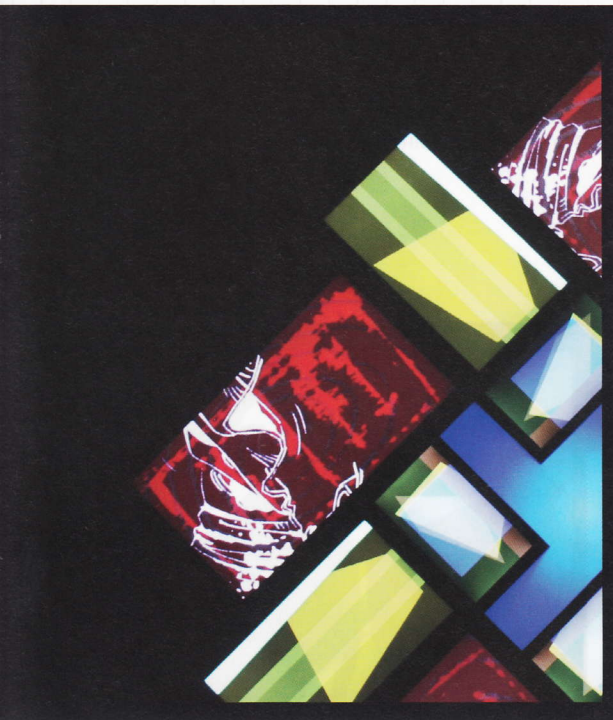
На освещенном столе несколько кубиков, изображающих дома, и один кубик-солнце. Вы начинаете их переставлять – и перед вами оживает целый мир: появляются птицы, люди, на солнечной стороне улицы «вырастают» деревья. От перемены мест кубиков меняется жизнь человечков: они обзаводятся жилищем, идут к солнцу за теплом, которое бережно несут в свой дом.



▲ Augmented Shadow (Joon Y Moon)

Через пару минут так проникаешься этой экосистемой, что начинаешь заботиться о малышах, беспокоиться о том, чтобы у них в домах было солнце. А ведь и над нами кто-то переставляет кубики. Жуть!

**От автора:** «Я программист, который исследует королевство «Искусство & технология».



▲ 77 million paintings (Brian Eno)



▲ Webcam piano (Mehmet Akten)

## 77 million paintings

БРАЙАН ИНО (BRIAN ENO)

«Визуальная музыка» – постоянно меняющиеся живописные цифровые полотна с таким же уникальным звуковым рядом.

Идея проекта – предмет 30-летних исследований автора: размывание границ между художественными дисциплинами. Создатели говорят, что музыкальные произведения, которые здесь используются, «ведут себя, как картины», в то же время 77 million paintings – это «картины, которые ведут себя, как музыкальные произведения». Изображения медленно меняются и развиваются – одно и то же нельзя увидеть дважды. Каждая картина нарисована от руки самим Брайаном, затем она переводится в цифровой формат и воспроизводится в про-

странстве. Это новый шаг в экспериментах композитора, которые он называет «генеративным искусством».

«Живая», дышащая картина притягивает внимание. Цвета перетекают один в другой, меняются фрагменты – похоже на калейдоскоп, который движется самостоятельно. Фоном звучит какая-то инопланетная музыка – наверное, такую любят где-то в районе туманности Андромеды.

**От автора:** «Я надеюсь создать пространство, похожее на большое медленно движущееся круговое зеркало, которое воспроизводит чувства и эмоции, побуждает размышлять о настоящем и будущем».



## Webcam piano

МЕХМЕТ АКТЕН (MEHMET AKTEN)

Инсталляция преобразует движения рук в мелодии, при этом прикасаться к экрану не надо. Хотя это и не настоящее пианино, и нет чудесного ощущения клавиш, но удовольствие от того, что под пальцами музыка – есть. Тональность и цвет пузырьков, которые сопровождают любой ваш пасс, можно поменять с помощью тех же прикосновений «к воздуху». Для того чтобы поиграть, приходилось выстоять получасовую очередь: дорвавшиеся подолгу отказывались уходить.

Webcam piano – одна из трех составных частей проекта «Исследование» по созданию интерактивного видео, которое взаимодействует с людьми.

**От автора:** «Интерес у меня в том, чтобы создать язык, на котором люди могли бы объясняться с компьютерами – как режиссер с артистами, композитор с музыкантами... Я рассматриваю себя в качестве визуального художника, интерактивность уже на втором месте. С ее помощью обеспечивается взаимодействие человека с креативной средой. С технологической точки зрения мои инсталляции очень просты, они демонстрируют, что вы можете создавать при помощи своего тела: художественные полотна, музыку или просто формы, расширяющие наше осознание действительности».



## Peasouper

ДЖЕЙСОН БРЮДЖЕС (JASON BRUGES)

Peasouper – это четыре экрана, которые, отражая проекции друг на друга, образуют своеобразный коридор, освещенный проектором у вас за спиной. Если отразиться в первом из них, а потом быстро пройти вдоль «коридора», глядя на экраны и потолок, можно увидеть себя, стоящего перед первым экраном несколько секунд назад. Идея этой работы навеяна лондонскими туманами. Отражения проплывают как в молоке, при взгляде на них возникает мистическое ощущение – будто заглядываешь в потусторонний мир.

► Jason Bruges



С Джейсоном Брюджесом нам удалось немного поговорить.

– **Джейсон, как вы считаете, ваша работа – это искусство или наука?**

– Определенно это искусство, но оно очень близко граничит с наукой. Я бы сказал, это искусство, в которое на начальном этапе можно внести предварительные настройки – например, освещение. Картинка и сама работа складывается из отдельных фрагментов, как кубики, в единое целое – один большой фрагмент или кубик.

Лучи света, а в данном случае – туман, в котором отображается фигура, генерируются компьютером из ее кусочков-проекций. Ваше изображение разделяется на отдельные составляющие, которые сохраняются в определенном участке памяти компьютера, потом они отправляются на обработку, и камеры «вытягивают» из данных ячеек полномасштабное изображение.

Нечто подобное мы делали в Лондоне: мониторовали изображения, воссоздавали материал, движение объекта... Можно сказать, что все наши достижения были получены эмпирическим путем: проводилось множество экспериментов, научных тестов. Мы проделали колоссальную работу, и благодаря всему этому получили уни-

кальный опыт. Сложно было воссоздать единое целое, предугадать изначальные настройки – того же света, но мы смогли.

Это не просто работа по освещению декора, в нее вовлечены люди, изображения которых воссоздаются из отдельных кусочков. Изображения оцифровывались и собирались воедино, как круги на воде. Также мы проводили опыты по освещению фасадов зданий. Я восхищен возможностями этой технологии! Мы анимировали один из лондонских мостов: картинка создавалась из четырех кусочков, и мост двигался, двигался, двигался – настолько реалистично, что казалось, он в самом деле может что-то задеть и разрушить...

**Даже при полном отсутствии таланта можно научиться рисовать и играть на пианино, можно поднапрячься еще, освоить мультимедийные технологии и делать забавные штуки, жонглируя модным термином «инновация». Но художника отличает другое – жажда создавать собственное пространство, чтобы говорить в нем на своем языке. Многие из того, что включило «Пространство Yota 2010», позволяет в этом убедиться. ■**

A high-angle, close-up photograph of a woman's face in a bathtub. Her eyes are closed, and her dark hair is being splashed with water from a showerhead above. The water creates a shimmering, golden-brown effect on her face and hair. The bathtub's white surface and two silver handles are visible at the top of the frame. The overall mood is refreshing and serene.

# НА СВЕЖУЮ ГОЛОВУ

*Болит, гудит, трещит, раскалывается, и наконец, просто ничего не сообщает – наш центр управления иногда доставляет нам много неприятностей. Большинство, не задумываясь о причинах, принимают таблетку «от головы». Чаще всего она помогает, но случается и наоборот – даже возникает осложнение. Более того, лекарство, прекрасно снимающее головную боль у одного, может быть смертельно опасным для другого.*

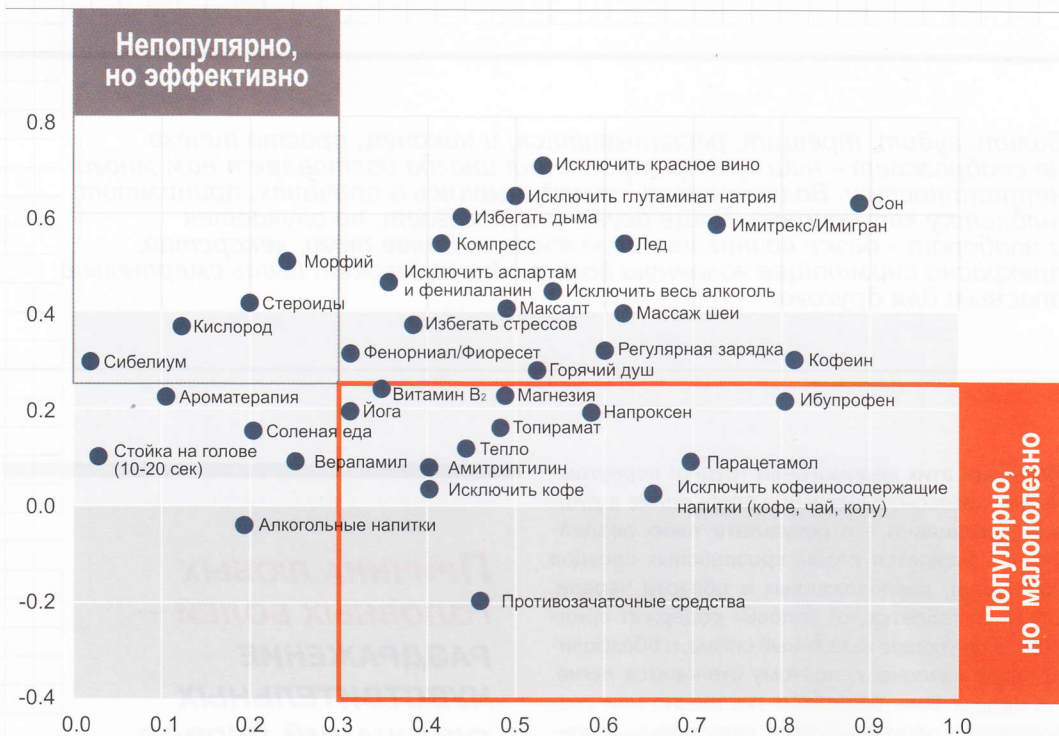
Избежать этих недомоганий трудно: переутомление, стрессы, длительное пребывание в душном помещении – в результате таких воздействий начинается спазм кровеносных сосудов или мышц, расположенных в области черепа. Обычная таблетка «от головы» содержит средство, снимающее мышечный спазм, и обезболивающий компонент, поэтому становится легче. Но иногда боль беспокоит постоянно или возвращается периодически в виде сильных приступов. Как правило, такая боль имеет разное происхождение, да и по характеру бывает различной: стягивающей голову, как шлем, распирающей ее изнутри, острой, тупой ноющей или в виде внезапных приступов мигрени, когда болит половина головы.

Причина любых головных болей – раздражение чувствительных окончаний нервов, рецепторов. Их особенно много на наружной поверхности черепа: в коже и подкожной клетчатке, мышцах и сухожилиях, сосудах, надкостнице черепа, оболочках головного мозга. Сам мозг нервных окончаний не содержит, но и в нем есть кровеносные сосуды, содержащие рецепторы.

**ГОЛОВНАЯ БОЛЬ РЕДКО БЫВАЕТ ОДНОГО ВИДА, ОБЫЧНО ОНА НОСИТ СМЕШАННЫЙ ХАРАКТЕР.** Например, к неприятным ощущениям, вызванным спазмом сосудов или повышением давления, присоединяется мышечная боль, похожая на сдавливающий обруч.

## **ПРИЧИНА ЛЮБЫХ ГОЛОВНЫХ БОЛЕЙ – РАЗДРАЖЕНИЕ ЧУВСТВИТЕЛЬНЫХ ОКОНЧАНИЙ НЕРВОВ, ИЛИ РЕЦЕПТОРОВ**

Боль в виде шлема или обруча сначала возникает на небольшом участке головы, а затем распространяется на всю волосистую часть, лоб, верхнюю часть шеи. Наша голова покрыта сухожильным шлемом, который тесно прилегает к костям черепа. От сухожилий отходят мышцы головы и шеи, которые позволяют делать произвольные движения. При сильной усталости на фоне физических или психических нагрузок, при неврозах, остеохондрозе, заболеваниях глаз, ношении тесного головного убора происходит спазм мышц, прикрепленных к сухожильному шлему, и он натягивается, сдавливая череп.



▲ Соотношение популярности и эффективности средств против головной боли

При мышечной головной боли прежде всего необходимо установить ее причину. Если она вызвана стрессами и усталостью, помогают отдых, прогулки на свежем воздухе и успокаивающие средства. Если дело в остеохондрозе, боли уменьшатся от ношения специального шейного воротника, новокаиновых блокад или обезболивающих препаратов.

Головная боль при нарушениях со стороны сосудов головного мозга очень опасна. Возникает она при изменении артериального давления, атеросклерозе.

При понижении давления голова болит обычно по утрам. Это состояние сопровождается общей слабостью, сердцебиениями, иногда – обмороками.

При повышении давления головная боль начинается в затылочной, височной или лобно-глазничной области, усиливается после волнения, переутомления, при резких колебаниях погоды. Такие боли тоже нередко возникают утром, иногда распространяются на всю голову или на половину головы, имеют пульсирующий или сжимающий характер. Часто они уменьшаются, когда человек встает, и проходят к середине дня. Иногда боль при высоком давлении сопровождается тошнотой, рвотой, головокружением. Эти боли сигнализируют о растяжении стенок артерий. Опасность в том, что переполненный кровеносный сосуд может лопнуть: в результате кровь попадает в ткань головного мозга, где производит разрушительное действие – геморрагический инсульт.

При атеросклерозе сосудов головного мозга боль носит тупой ноющий характер, она не сильная, но, как правило, постоянная. Усиливаясь после любого физического или нервно-психического напряжения, она сопровождается шумом в ушах, головокружением, иногда – понижением слуха и изменениями со стороны вестибулярного аппарата: при ходьбе и резких поворотах больного пошатывает. Симптомы означают, что забитые атеросклеротическими бляшками сосуды плохо снабжают кровью головной мозг. Опасность этого состояния в том, что на фоне атеросклероза иногда возникают спазмы того или иного сосуда. Если такой спазм длится долго, то обслуживаемый этим сосудом участок мозга начинает отмирать – **ЧЕЛОВЕК ПОЛУЧАЕТ ИШЕМИЧЕСКИЙ ИНСУЛЬТ.**

При нарушении мозгового кровообращения, вызванного спазмом сосуда, головная боль возникает в той стороне, где он расположен, но в некоторых случаях может распространяться и на всю голову. Кроме того, появляются признаки нарушения работы мозга в виде изменений или полного выпадения функций пораженного участка: внезапно нарушается зрение, слух, координация.

Понятно, что каждый из перечисленных видов сосудистой головной боли требует своего лечения. Очень опасно при высоком артериальном давлении принимать обычные таблетки от головной боли, так как в их состав обычно входит кофеин – он может вызвать спазм кровеносных сосудов и поднять давление еще больше. Поэтому, если голова болит часто, нужно обратиться к врачу и выяснить, почему это происходит.

Мигрень чаще возникает у женщин, чем у мужчин, а еще ее иногда называют болезнью великих людей. Есть сведения, что мигренью страдали Цезарь, Бетховен, Дарвин, Гейне, Чайковский, Ницше, Фрейд и многие другие знаменитости. Начинается заболевание, как правило, в молодом возрасте, до 30 лет. Причины его развития окончательно не выяснены, но, скорее всего, у страдающих им людей имеется наследственная предрасположенность, которая может

## **МИГРЕНЬЮ СТРАДАЛИ ЦЕЗАРЬ, БЕТХОВЕН, ДАРВИН, ЧАЙКОВСКИЙ, НИЦШЕ, ФРЕЙД И МНОГИЕ ДРУГИЕ ЗНАМЕНОСТИ**

не проявиться, а может и проявиться под влиянием различных факторов – например, при нарушении гормонального фона, аллергиях, заболеваниях желудочно-кишечного тракта и т.д.

Сами приступы могут быть вызваны стрессами, изменением погоды, ярким мерцающим светом, сильными звуками – это так называемые пусковые (триггерные) факторы. При этом приступ случается не мгновенно, а через некоторое время, когда больной находится в состоянии расслабления.

Приступ мигрени начинается с фазы предвестников, которая может возникать за день до головной боли и выражается в подавленном настроении, общей слабости или, напротив, в состоянии эйфории. Непосредственно перед приступом происходит резкий спазм сосудов головного мозга (фаза ауры), а затем такое же резкое их расширение, которое сопровождается головной болью.

Различают простую и ассоциированную мигрень, которые могут сменять друг друга на протяжении жизни. Простая мигрень начинается без ауры. Приступ может застать в любое время суток, даже ночью во время сна. Сначала боль появляется в области лба, виска, обычно с одной стороны, затем захватывает половину головы или голову целиком. Она носит пульсирующий, давящий и распирающий характер, усиливается от малейших внешних воздействий в виде яркого света, звуков, запахов или движений тела. В течение ближайших нескольких часов боль усиливается. Иногда в области виска видна пульсирующая набухшая артерия – если ее придавить к височной

кости, то боль уменьшается (вспомните аристократок из кино, сжимающих виски). Приступ простой мигрени длится от 8 часов до двух суток.

Ассоциированная мигрень протекает с аурой, которая появляется за 10–20 минут до приступа и проявляется преходящими неврологическими расстройствами – чаще в виде кратковременного нарушения зрения из-за спазма сосудов: перед глазами появляется сетка, видимость предметов искажается. Затем кровеносные сосуды резко расширяются, и появляется односторонняя пульсирующая головная боль, нарастающая в течение часа – двух, после чего она ослабевает и полностью исчезает часов через шесть, но иногда длится дольше. Приступ часто сопровождается тошнотой и усиливается от любых внешних воздействий. Иногда при тяжелых приступах мигрени неврологические нарушения, начавшиеся во время ауры, остаются и после приступа – такую мигрень называют осложненной.

В некоторых случаях приступы мигрени следуют один за другим, и тогда говорят о мигренозном статусе. Это тяжелое состояние с нарастающей слабостью, рвотой, иногда – нарушением сознания.

Лечится мигрень различными лекарственными средствами. В первую очередь прописывают обезболивающие: анальгин, пенталгин, нестероидные препараты. Если приступ не снимается, используют средства, вызывающие спазм кровеносных сосудов – эрготамин, дигидроэрготамин, суматриптан. Их может назначить только врач, так как при неправильном применении состояние может резко ухудшиться. Мигренозный статус лечится только в стационаре.

Профилактика мигрени – это четкое соблюдение режима дня, рациональное питание и, как это ни сложно в наши дни, исключение нервно-психических нагрузок.

Голова может болеть и при изменении внутричерепного давления. Оно повышается, например, при появлении в головном мозге какого-то объемного образования (опухоли, абсцесса, гематомы после черепно-мозговой травмы), что вызывает раздражение оболочек мозга и сильную распирающую головную боль. Снять ее могут только лекарственные средства, уменьшающие

## Иногда головные боли начинаются на фоне монодиет для снижения веса

отек мозга – в первую очередь мочегонные. Объемное образование в большинстве случаев удаляют путем операции.

Снижение внутричерепного давления тоже может провоцировать боль: такое случается, например, после взятия спинномозговой жидкости с диагностической или лечебной целью.

Головная боль невралгического происхождения появляется при раздражении чувствительных веточек нервов, заканчивающихся в области головы. Такое состояние может быть вызвано различными патологическими процессами, которые приводят к хроническому раздражению нерва (воспаление, травма, обменные нарушения в окружающих тканях). При этом возникает приступообразная острая боль, приступы обычно короткие, но частые. Провоцирует приступы невралгических болей раздражение определенных участков на голове (триггерных зон). **ЧТОБЫ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ТАКОЙ БОЛИ, НЕОБХОДИМО ЛЕЧИТЬ ОСНОВНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ**, приступ же снимается обезболивающими лекарственными и манипуляциями, в том числе новокаиновыми блокадами.

Иногда головные боли начинаются при нарушении обмена веществ, в результате которого возникает сбой в работе болевых рецепторов головы. Это случается при хроническом нарушении питания, отсутствии в рационе необходимых продуктов – например, на фоне длительных монодиет для снижения веса. Восстановить обмен веществ не так просто, для этого часто требуется помощь врача.

Головная боль – явление многообразное. Конечно, если голова болит изредка, нет смысла обращаться к врачу, но если это становится регулярным, обойтись без медицинской помощи уже не удастся. ■



**ЛЕГКО СОЛГАТЬ**

**ТЯЖКЕ**

*Хорошо это или плохо, но от природы наш мозг не приспособлен для вранья. Вернее, приспособлен, но не для всякого. Не только мы – и животные, и растения умеют обманывать, прикидываясь дохлыми или сливаясь с окружающей средой. Делают они это с одной целью – выжить. Наша способность к легкому вранью ограничена теми же ситуационными пределами. А вот врать, чтобы скрыть неприглядную правду, – другое дело...*

«Кто съел остатки мамонта?» – «Не я!» – «Не ты? А кто же тогда? Пушкин?» Решения «врет – не врет», «виновен – не виновен» в первобытном обществе принимали его наиболее авторитетные члены – старейшины. Но уже тогда древние люди понимали, что такое человеческий фактор. А если сам старейшина в доле с воров и тоже полакомился окороком мамонта? Чтобы сделать процесс выявления лжи более наглядным и убедительным, были изобретены первые «детекторы лжи».

Первый механический детектор – гидросфигмометр – разработал и применил в 90-х годах XIX века итальянский психиатр Чезаре Ломброзо. В основу был положен закон Архимеда. Руку подозреваемого погружали в сосуд с водой; в зависимости от изменений кровяного давления уровень жидкости слегка повышался или, наоборот, понижался. Преступник в ответ на демонстрацию предметов с места происшествия показывал четкое и систематическое повышение кровяного давления. При этом физиологическая реакция у невиновных была хаотичной или отсутствовала вовсе.

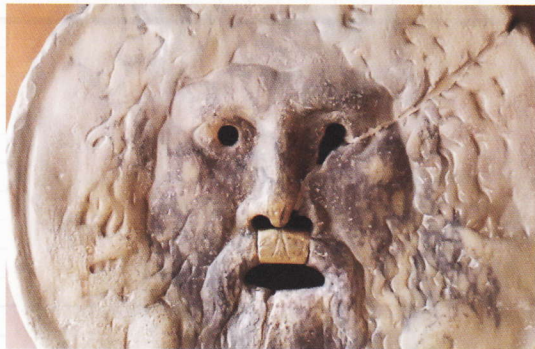
С современной точки зрения гидросфигмометр – прибор примитивный. В сегодняшнем техпаспорте было бы указано, что он контролирует всего лишь один канал. Важно другое – в ходе своих экспериментов Ломброзо убедительно обосновал сам принцип работы полиграфа.

Полиграф (англ. polygraph) придумали в Америке. В начале 20-х годов офицер калифорнийской полиции Джон Ларсон разработал прибор для синхронной фиксации сразу нескольких физиологических параметров. Название произошло от греческих слов «поли» (много) и «графо» (пишу). Для равномерной протяжки бумажной ленты был использован часовой механизм. Три автоматических пера фиксировали динамику изменений кровяного давления, пульса и дыхания. На выходе получилось что-то похожее на современную кардиограмму.

За прошедшие с тех пор 70 лет наука шагнула далеко вперед. Усовершенствована методика исследования, серьезные изменения претерпела конструкция аппарата. Но принцип его

# ЛЮ





работы, сформулированный еще в XIX веке, остался неизменным.

Вот официальное определение, данное в документе «Государственные требования к минимуму содержания и уровню требований к специалистам для получения квалификации «Специалист по проведению инструментальных психофизиологических опросов» (Москва, 2001):

«Полиграф – техническое средство, используемое при проведении инструментальных психофизиологических исследований для синхронной регистрации параметров дыхания, сердечно-сосудистой активности, электрического сопротивления кожи, а также, при наличии необходимости и возможности, других физиологических параметров с последующим представлением результатов регистрации этих параметров в аналоговом или цифровом виде, предназначенном для оценки достоверности сообщенной информации».

За эмоциональные реакции человека отвечает вегетативная нервная система, которая не поддается контролю сознания. За редким исключением: **ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ЗАНИМАЮТСЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКИМИ ПРАКТИКАМИ, НАПРИМЕР ЙОГЕЙ, МОГУТ СОЗНАТЕЛЬНО КОНТРОЛИРОВАТЬ ЭТИ ПРОЦЕССЫ.** Обычный человек такими навыками не обладает. Он не может усилием воли регулировать реакцию на раздражители, особенно одновременно по нескольким параметрам. На чем-то одном он, конечно, сможет сосредоточиться, но комплексная картина все равно его выдаст.

Вот зачем в конструкции полиграфа предусмотрена «синхронная регистрация физиологических параметров». Кстати, именно поэтому термину «детектор лжи» специалисты предпочитают профессиональное «полиграф».

Полиграф – измерительный прибор. Результат его работы – не вспышка одной из двух лампочек: «красная – виновен, зеленая – невиновен», а скучные графики, громоздкие таблицы

**ЗАВРАВШИЙСЯ ЧЕЛОВЕК БОИТСЯ РАЗОБЛАЧЕНИЯ,** и это заставляет его нервничать. При этом меняются многие физиологические реакции. Например, приостанавливается слюноотделение («от страха во рту пересохло»). В Древнем Китае подозреваемый должен был набрать в рот пригоршню сухого риса и выслушать обвинение. Если рис оставался сухим, вина считалась доказанной. В Западной Африке подозреваемые должны были передавать друг другу обладающее чрезвычайно тонкой скорлупой яйцо пустелги. Предполагалось, что виновный либо выронит его, либо раздавит. Индусы заставляли испытуемого после каждого ответа на вопрос тихо ударять в гонг. Было замечено, что виновный, отвечая на вопрос о преступлении, бил в гонг сильнее.



## ОБМАНУТЬ ДЕТЕКТОР ЛЖИ НЕЛЬЗЯ – ОН ЖЕЛЕЗНЫЙ

◀ Наука шагнула далеко вперед.  
Но ложь неискоренима

или компьютерные массивы данных, на основании которых специалист может «оценить достоверность сообщенной информации». Каковы критерии этой оценки?

Развивая теорию Чезаре Ломброзо, наш замечательный психофизиолог Александр Лурия еще до войны доказал, что у человека возникает повторяющаяся реакция в ответ на демонстрацию знакомых предметов. По сути дела, при исследовании на полиграфе происходит тестирование памяти. Все, что человек видел, слышал или в чем принимал участие, оставляет в памяти четкий след, так называемую энграмму. А полиграф является инструментом, позволяющим эту энграмму выявить. Если раздражитель совпадает с образами, которые содержит память, это можно обнаружить на графиках.

В СССР эту теорию ошельмовали как лженауку, наряду с генетикой и селекцией. Но все круто изменилось, когда на Западе при помощи «детектора лжи» стали активно разоблачать советских разведчиков. Самый известный случай – провал нашего резидента в США Рудольфа Абея. Американцы знали, что он работает на иностранную разведку, но не знали, на какую именно. Абею демонстрировали слайды с изображениями разных стран, и когда ему показали Москву, Кремль и Красную площадь, то есть то, что он реально видел и что из памяти уже не сотрешь, – прошла реакция, которую и зафиксировал полиграф.

Спустя несколько лет в СССР создали секретную 30-ю лабораторию КГБ, где изучались на-

выки противодействия полиграфу. Там наших разведчиков учили обманывать американские приборы. И там же проверяли по возвращении на Родину – не завербовала ли их иностранная разведка.

По способу фиксации результатов полиграфы разделяются на аналоговые и цифровые. Аналоговые (механические, чернильно-пишущие или традиционные) приборы регистрируют измерения на диаграммной ленте. Среди несомненных плюсов – автономность, компактность, быстрота развертывания, относительно невысокая цена. Большинство современных моделей могут достаточно долго работать от комплекта пальчиковых батареек или от аккумулятора.

Современный цифровой (компьютерный) полиграф представляет собой сенсорный блок, подключаемый либо к персональному компьютеру, либо к ноутбуку по интерфейсу RS-232, USB, реже – по FireWire. Последний способ используется при синхронной записи видео с одной или нескольких камер. Сенсорный блок предназначен для захвата, усиления, фильтрации сигналов с датчиков, преобразования их в цифровой вид и передачи в компьютер.

Для регистрации данных оба типа полиграфов используют как минимум три группы датчиков:

- верхнего (грудного) и нижнего (брюшного) дыхания. Для этого на область грудной клетки и желудка помещаются пневматические трубки;
- пульса, кровенаполнения сосудов и/или артериального давления. Эти параметры регистриру-

ются при помощи специального манжета, который оборачивается вокруг плеча;

– кожно-гальванического рефлекса (сопротивления кожи). Представляет собой металлические электроды, прикрепленные к пальцам руки.

Наиболее сложные модели могут одновременно фиксировать до 50 физиологических параметров, в том числе: покраснение отдельных частей лица, учащенное моргание, подрагивание губ, расширение или сужение зрачков. В некоторых случаях регистрируется электрическая активность головного мозга. С помощью подключаемых программных модулей возможен качественный анализ изменений мимики, мелкой моторики, темпа и тембра речи. **ЧЕМ БОЛЬШЕ КАНАЛОВ, ПО КОТОРЫМ ИДЕТ СЪЕМ ИНФОРМАЦИИ, ТЕМ ВЫШЕ ДОСТОВЕРНОСТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ.**

Вопреки распространенному мнению тестирование на полиграфе не является строго стандартизированной процедурой. Считается, что это скорее искусство, чем наука, поскольку качество подготовки тестовых вопросов и интерпретация результатов напрямую зависят от квалификации, опыта и интуиции эксперта. Однако первичный анализ полиграммы вполне по силам даже новичку.

Итак, допрос закончен, и на нашем экране несколько разноцветных графиков. Каждый подписан: артериальное давление, амплитуда дыхания и т.д. Для нашего удобства компьютер уже отчертил вертикальными линиями моменты, соответствующие вопросам и ответам. По форме графики напоминают зубья пилы. Где-то они острые, где-то более гладкие. В какой-то момент виден отчетливый скачок. Затем «скачок» разглаживается, и форма графика постепенно возвращается к норме. Какие выводы можно сделать из этих изменений?

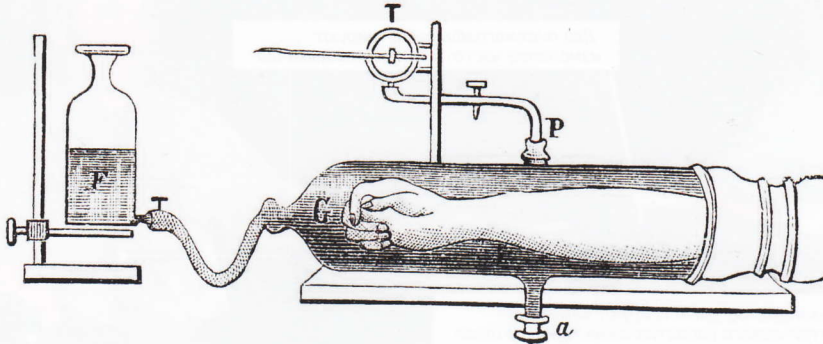
Три компонента полиграммы: фон, реакция, артефакт. Фон соответствует состоянию спокойного сидящего человека, которому не задают вопросов. Это норма, свойственная конкретному человеку в отсутствие внешних воздействий. Графики относительно стабильны и, как правило, напоминают по форме «пилу».

Артефакт – заметное изменение, не связанное с предъявляемыми стимулами и обусловленное воздействием дестабилизирующих факторов – внешних (например, внезапный хлопок в ладоши) или внутренних (умышленные или неумышленные движения, кашель, внезапные болевые ощущения и т.п.).

Реакция – заметное изменение в ответ на стимул (вопрос, предмет или изображение предмета), предъявляемый в ходе исследования. Картина соответствия стимулов и реакций позволяет сделать заключение о причастности респондента к тем или иным событиям. В зависимости от индивидуальных особенностей организма «реакция» может выражаться в усилении, ослаблении или стабилизации динамики на одном или нескольких графиках.

При анализе полиграммы важно понимать, что реакции, зафиксированные на графике, не обладают специфичностью. Это значит, что однозначно определить причину реакции невозможно. Например, вслед за Рудольфом Абе́лем, подозреваемый узнает на фото родные кремлевские звезды. Сердце дрогнуло – и вот он, скачок на третьем и пятом каналах. Затем вы демонстрируете клиенту марсианский пейзаж, он незаметно прикусывает себе кончик языка – и снова скачок на тех же графиках. А теперь решайте, кто он – марсианин или москвич. Единственная объективная характеристика реакции – устойчивая выраженность в ответ на предъявление ситуационно значимого стимула. Отсюда первое правило полиграфолога: используйте разные формулировки и обязательно повторяйте вопросы несколько раз в разной последовательности. Пример. Чтобы определить, получал ли человек взятку, спросите его о том, какой точно была сумма, в каких именно купюрах, где лежали деньги, во что они были завернуты и т.д. Если на каждом из этих вопросов наблюдается устойчивая реакция, можно говорить о том, что в памяти подозреваемого есть идеальные следы о совершенном деянии.

Более глубокие знания можно получить на курсах полиграфологов – они есть в любом большом городе. Так, петербургский Центр оценки достоверности информации имеет полтора десятка филиалов по всей России – от Вологды



▲ Гидросфигмометр

**ЗА НАШИ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ  
РЕАКЦИИ ОТВЕЧАЕТ  
ВЕГЕТАТИВНАЯ НЕРВНАЯ  
СИСТЕМА, КОТОРАЯ  
НЕ ПОДДАЕТСЯ  
КОНТРОЛЮ СОЗНАНИЯ**



▲ А руки-то дрожат...

**МОЖЕТ ЛИ ПОЛИГРАФ ОШИБИТЬСЯ?** В одной глухой деревне произошло убийство участкового. Весомых улик не было, поэтому к расследованию привлекли полиграфологов. Супруга одного из подозреваемых настояла на том, чтобы муж явился на допрос в пиджаке и при галстуке. Дескать, люди из Москвы приехали, приоденсья. А мужик всю жизнь проходил в телогрейке и кирзовых сапогах. Галстук надел первый раз после свадьбы, полдня вспоминал, как правильно завязать узел. В ходе тестирования подозреваемым показывали различные бытовые предметы: ножи, топоры, ведра, утюги. Вроде бы случайный набор. И вот в ходе интервью именно с этим подозреваемым обнаружилась устойчивая реакция при демонстрации галстука. Но в том-то и штука, что потерпевший был задушен именно галстуком! Ложное обвинение предотвратили, но был момент, когда следствие находилось в шаге от роковой ошибки.



▲ Принцип работы полиграфа

до Владивостока. Стоимость базового обучения – 85 тыс. рублей. Национальная школа детекции лжи (Москва) с филиалами в Перми, Новосибирске, Владивостоке и Астане за 92 тыс. рублей предлагает следующую программу: базовый цикл – 4 недели, двухмесячная практика по месту работы, трехнедельный итоговый цикл.

Специалист (как правило, врач-психолог), прошедший надлежащую подготовку, заметит на полиграмме очень многое. Есть понятие нормальной физиологии, а есть физиология атипичная, когда видно: что-то здесь не так. Например, если реакция опережает раздражитель, можно утверждать, что обследуемый пытается применить элементы противодействия тесту и повлиять на результат проверки. Принятый накануне алкоголь, медикаменты или намеренно вызванная физическая боль тоже влияют на общую картину исследования, но квалифицированный полиграфолог все эти уловки обходит без труда.

По оценкам специалистов, систематические проверки на детекторе лжи снижают количество преступлений в компании в среднем на 30%, а материальных потерь – наполовину. Поэтому

вопрос о том, стоит ли тратить деньги на подобное тестирование, отпадает сам собой. Остается только выяснить – какова цена вопроса?

Детекторы лжи американских компаний Lafayette Instruments, Stoelting Co., Axcitone считаются самыми дорогими: от 10 тыс. долларов без учета таможенных пошлин. Однако модели российских разработчиков ни в чем не уступают американским аналогам, а цены заметно ниже.

**Начальная модель – «Барьер-14», 8 каналов, 107 тыс. руб.**

Встроенный интеллектуальный блок позволяет выявить противодействие тестированию еще до анализа полиграммы. На индикаторе три сектора: «Низкий» – функциональное состояние понижено, обследуемый не готов к проверке (это может быть связано с переутомлением или приемом успокоительных препаратов); «Норма» – физиологические показатели находятся на линейном участке, можно ожидать адекватной реакции на стимулы; «Высокий» – обследуемый перевозбужден, возможна неадекватная реакция.

**«Крис» (развитие конструкции «Барьера») – 11 каналов, 159 тыс. руб.**

Хит продаж 2009 года. По сравнению с «Барьером-14» добавлены: второй датчик кожной реакции и два канала регистрации психологического состояния.

Усиленный интеллектуальный блок дополнен двумя новыми индикаторами:

- шкала «Самоконтроль» помогает оценить уровень концентрации внимания. Сектор «Ослабление» – обследуемый растерян, а его поведение легко корректируется извне. В этот момент легче всего получить признательные показания. «Норма» – испытуемый контролирует ход исследования, не ощущая при этом чувства опасности. «Высокий» – испытуемый максимально собран в ожидании вопросов, на которые он не хотел бы отвечать, тестирование оценивается им как реальная опасность;

- шкала «Энергетика» позволяет оценить функциональные резервы обследуемого, то есть его физическую способность сопротивляться тестированию. Если показатели энергетики нормальные или высокие при высоком уровне самоконтроля, разговорить обследуемого и получить от него достоверную информацию, скорее всего, не удастся.

**Полиграф «Риф» – 11 каналов, 254 тыс. руб.** Является дальнейшим развитием системы «Крис». В нем использованы сверхпрецизионные микросхемы, позволяющие максимально повысить точность усиления и преобразования сигналов, снимаемых с датчиков.

**Полиграфы «Конкорд» – 8 каналов, от 236 тыс. руб.**

«Конкорд О» – беспроводной полиграф с традиционным набором регистрируемых показателей, цена базовой комплектации без стоимости обучения 236 500 руб. В «Конкорд ОТ» к беспроводной схеме добавлен комплект проводных датчиков (цена – 246 500 руб.), в «Конкорд М» (цена – 305 300 руб.) используется анализатор устной речи и традиционный полиграф, «Конкорд МН» (цена – от 341 700 руб.) делает дополнительный анализ неконтактных исследований.

Заявляя самое дорогое предложение по полиграфам, «Конкордия» дает вполне понятные цены на дополнительное оборудование. Комплект внешних датчиков дыхания – 17 000 руб.,

## ТЕСТИРОВАНИЕ НА ПОЛИГРАФЕ – ИСКУССТВО, А НЕ НАУКА



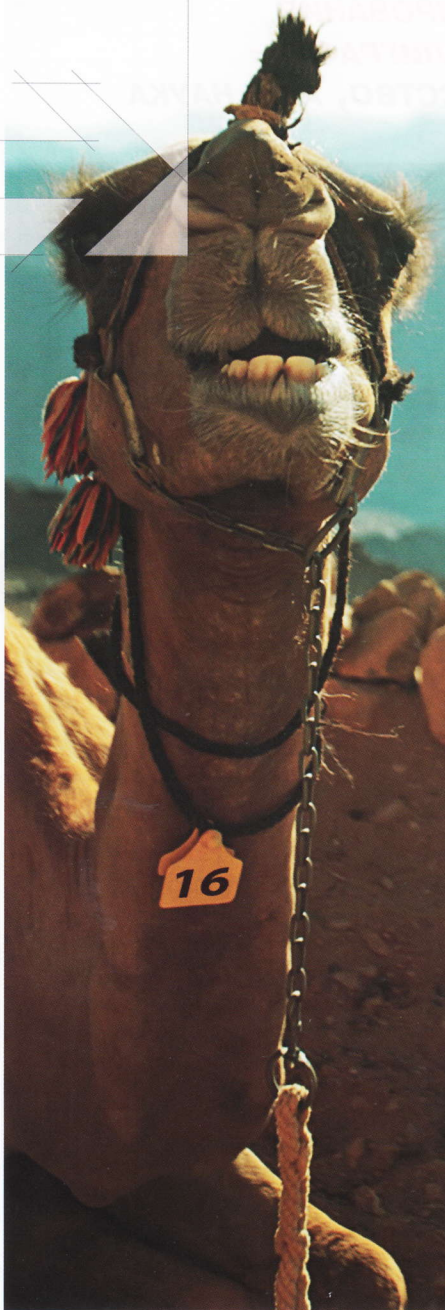
▲ Полиграф

блок неконтактной регистрации – 51 200 руб., аудио-видео-комплекс – от 75 000 руб. Если вы не следите за ценами на «датчики неконтактной регистрации», оцените следующую позицию в списке: ноутбук, диагональ 17", от 14 000 руб. Цена действительна при покупке полиграфа. По запросу «обмануть полиграф» Яндекс найдет больше 200 тысяч ссылок. Значительную часть этих советов публикуют сами полиграфологи, чтобы ловить наивных обывателей на свои же «крючки». На самом деле ввести в заблуждение можно эксперта. А обмануть детектор лжи нельзя – он железный, а значит, в пепелке «испытуемый – прибор – эксперт» это единственное звено, не способное на преднамеренную ложь. ■

# ТЫ КУДА, МОИСЕЙ?



16



*Все мы время от времени начинаем новую жизнь – расчищаем рабочий стол, бросаем курить, покупаем гантели. Иногда перерождение даже входит в соцпакет: этой зимой руководство нашей компании предоставило сотрудникам возможность очиститься от всех грехов (даже смертных). Правда, для этого пришлось совершить трехдневную туристическую поездку в Египет.*

Из-за шумихи в СМИ можно предположить, что искупление происходило при встрече с акулами. Нет. Грехи смывались потом, которым мы истекали, поднимаясь на гору Моисея (и который на вершине превратился в ледяную корку прямо на наших измученных телах). Именно там, как свидетельствует Библия, людям когда-то были переданы основы нравственности в виде заповедей. Происходило это в жуткой обстановке: Синайские горы были объята огнем, земля дрожала, сверкали молнии, и, перекрывая грохот всего этого безумия, глас господень диктовал Моисею заветы. Сейчас участок, по описанию максимально совпадающий с библейским объектом, известен не только как место паломничества (и христиан, и мусульман), но и как популярный туристический маршрут. 45 долларов – и вы повторяете путь пророка, а в конце встречаете восход на высоте 2285 м.

**Гид Али**, который в 21.00 забрал нас из отеля и сопровождал до подножия, похвастался, что благодаря своей работе он почти безгрешен, потому что поднимался на Джабал-Муса (это по-арабски) уже раз сто. Выглядел он и вправду довольно свежо, чего нельзя было сказать о нас: вместо того чтобы благоразумно выспаться перед походом, мы весь день осваивали курортную местность. От нашего отеля до горы 2,5 часа на автобусе. Первые минут тридцать экскурсовод честно доносил до нас какие-то дополнительные знания об истории Синайского полуострова, но потом разрешил-таки поспать.

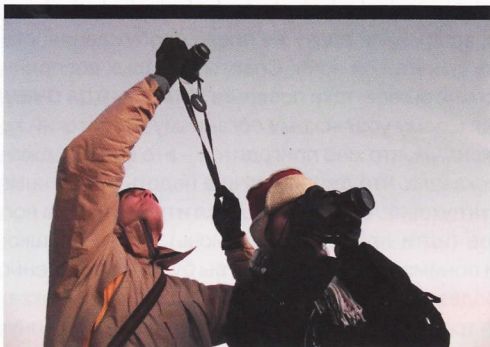
Эти безмятежные часы в автобусе мы не раз потом вспомнили, двигаясь по горной тропе... да что там, вспомнили сразу же после пробуждения, оказавшись в холодных объятиях египетской ночи. Советы бывалых воспринимаются только наполовину, но мне вы все-таки поверьте. **ТАМ ПРАВДА ОЧЕНЬ ХОЛОДНО.** Я тоже думала, как моему уральскому организму египетский холод покажется ерундой, а максимум, что мне пригодится – это свитер, джинсы и ветровка. Но практика показала, что джинсы лучше надеть утепленные, а вместо ветровки должен быть пуховик. Еще нужна шапка и перчатки. На ноги тоже что-то теплое и удобное (идти предстоит всю ночь), но не слишком «ценное» (камни, пыль – сами понимаете). Утепляться вы будете постепенно, а утром так же постепенно раздеваться, поэтому нужен подходящий рюкзак. И деньги нужны: современная тропа Моисея иногда напоминает оживленную торговую улицу... Но обо всем по порядку.





▲ Рассвет на высоте

## 45 ДОЛЛАРОВ — И ВЫ ПОВТОРЯЕТЕ ПУТЬ САМОГО МОИСЕЯ



**ПОСЕТИВ ДВЕ ЛАВКИ** с туристскими и религиозными сувенирами и проехав через два полицейских поста, мы вышли у монастыря Святой Екатерины, который построен вокруг неопалимой купины. Забегая вперед – очень красивое место, но в условиях той же египетской ночи из всей этой красоты мы заметили только уют кафетерия, где один из столов был выделен под наши сухие пайки.

Благословляя нас перед дорогой, Али раздал фонарики и номерки на шею: всем одинаковые, 16. Почему именно 16 – неясно (может, это рейтинг Али или код нашей группы по особой классификации – «русские, нежадные, но на верблюдах не поедут»?), но эти цифры объединили нас в группу «Али-Баба» – такое коллективное имя упрощает общение в горах. Было около 2 часов ночи. С этого момента мы попали под командование проводника Салаха – поджарого и быстрого. Они все там поджарые и быстрогого...

**ОПИСЫВАЯ СВОЕ ВОСХОЖДЕНИЕ** на гору Моисея в книге «Пирамидальное путешествие», сатирик

Михаил Задорнов свидетельствует, что «тропа осталась нетронутой со времен Моисея». Это не так! Маршрут давно утопан миллионами любознательных и религиозных людей, а хранители-бедуины замечательно его окультурили. **СТРАШНО ПРЕДСТАВИТЬ, СКОЛЬКО ЧЕЛОВЕКО-ЧАСОВ** ушло на то, чтобы выложить из камней все эти бортики, насыпи и террасы. Моисею и не снилось. Разумеется, это вам не Невский проспект, почти вся дорога довольно узкая, и удобнее идти колонной по двое, а не шумною толпою (шуметь, кстати, не то чтобы не принято – болтовня отнимает много сил). Салах руководил откуда-то издалека: «Али-Баба, направо, верблюд!» Флегматичные «корабли пустыни» вышагивали тут же – то навстречу, то с нами по пути. Видеть их, таких больших, с такими мощными копытами, в такой близости и в таком количестве было как-то волнительно. Южные голоса со всех сторон предлагали воспользоваться транспортом: «Кэмэл, верблууд!» Михаил Задорнов, кстати, их послушался, и часть пути преодолел верхом. Но мы этим аттракционом пренебрегли: во-первых, покачиваться на высоте верблюжьего горба, двигаясь по узкой горной тропинке, страш-

новато. Во-вторых, знающие люди утверждают, что восхождение на верблюде снимает грехи только с этого самого верблюда, но не с его пассажира. Однако за ночь мимо нас прошествовало довольно много «всадников». Переговаривались они на чужеземных, западноевропейских наречиях.

За первыми впечатлениями мы не заметили, как добрались до привала. Всего их семь, по всему пути, и Салах уверял, что дойти до первого – это самое сложное. Но затем начался подъем с куда большим градусом, и на справедливые претензии тех, кто еще мог говорить, проводник возразил: «Да, это было самое трудное! А вот сейчас начинается “мама дорогая”!»

Скорее всего, он имел в виду физическую нагрузку, но этими же словами можно описать и пейзаж, который в свете луны становился все волшебнее. Глянув вниз на извиляющуюся дорогу, можно было увидеть тонкую цепочку огоньков – группы под другими именами, идущие следом, напоминали гномов, которые вышли на ночной промысел. Был момент, когда я почувствовала себя в арабской сказке, глядя, как в сотне метров от меня, на более высоком «витке» тропы бесшумно дви-

**ОБРАЗ ПРОРОКА МОИСЕЯ**, одной из ключевых фигур трех мировых религий, всегда будоражил воображение людей – своей ролью в истории, исключительной судьбой.

Он родился в Египте, в еврейской семье, чудом избежал гибели и даже попал во дворец фараона, где жил под боком врага 40 лет, а после был вынужден бежать в «землю Мадиамаскую». На новом месте Моисей женился на дочери жреца и следующие 40 лет был мирным животноводом, пока однажды из объюгаемого пламенем куста – неопалимой купины – к нему не обратился Бог. Он поручил Моисею спасти еврейский народ – вывести из Египта в Палестину.

Через 40 лет, полных испытаний, израильтяне достигли «земли обетованной», но самому Моисею попасть туда не довелось – Бог наказал его за... высокомерие. Моисей просто не выполнил наставлений. Когда люди изнывали от жажды, он добыл воду, ударив железом по скале. Бог же велел ему сказать скале, чтобы та открыла источник.

Есть разные версии о том, когда Моисей жил и творил историю, но гипотезу о его полной мифичности не поддерживает даже наука. Наоборот, ученые ищут объяснение его чудесам. Например, переход Красного моря (когда воды расступились перед евреями, и те спаслись от преследования египетских солдат) повторил профессор Токийского университета. Шого Уэно (Shogo Ueno) поместил над емкостью с водой сверхпроводящий магнит, под действием которого вода «продавилась», образовав каскады по бокам резервуара и обнажив дно. А россиянин Павел Королев из Южно-Сахалинского института морской геологии и геофизики считает, что воды Красного моря просто ушли в глубокие трещины на дне, которые могли образоваться после землетрясений.

гались фигуры верблюдов и людей – наполовину скрытые камнями, совсем черные на фоне темно-синего неба с очень близкими звездами. Одна из них упала на наших глазах и наверняка исполнила бы несколько желаний, если бы мы сформулировали их более развернуто, чем «Ой!».

**САЛАХ СЛУКАВИЛ: САМОЕ СЛОЖНОЕ** в этом четырехчасовом подъеме – отдых. Да-да. Семь привалов – это семь небольших стоянок с каменными хижинами (они презентабельно именуются rest house), в которых туристы плюхаются на лавки и пытаются отдышаться. Дело хорошее, но беда в том, что организм, утомленный подъемом и желанием спать, сразу начинает расслабляться, и именно в этот момент слышит команду: «Али-Баба, пошли!» Двигаться в прежнем ритме становится куда тяжелее, и только успеваешь взбодриться – опять привал.

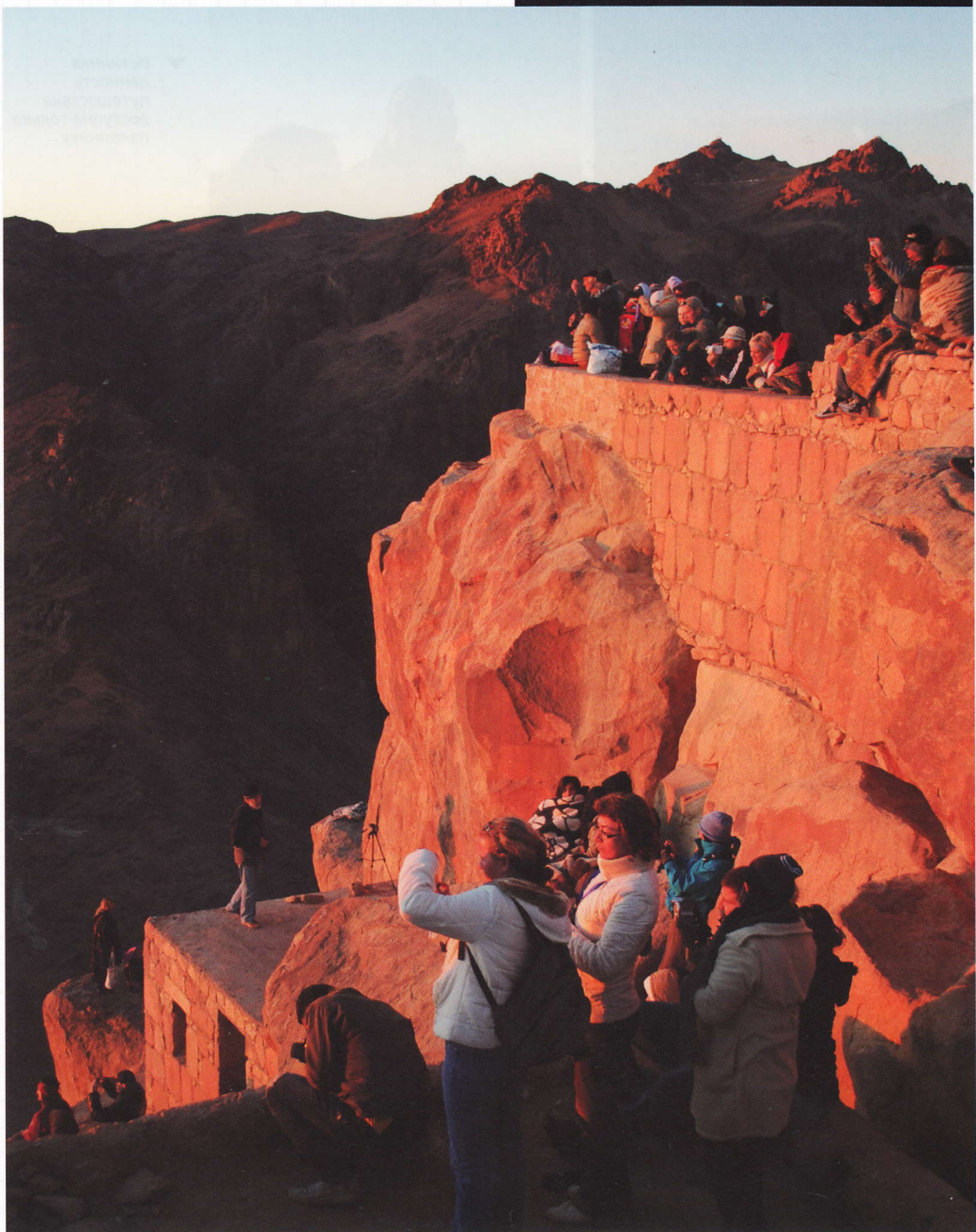
Насчет лавок я несколько приукрасила. Дело в том, что среди нескольких групп (одновременно с нами поднимались еще три коллектива – и русских, и иностранных, в каждом как у нас – человек по 20) мы занимали какое-то привилегированное положение. На каждой стоянке мы находили много утомленных туристов, которые переводили дух на камнях. А нас приглашали внутрь, где было тепло, светло и ярко. Почти все хижины изнутри украшены разными колоритными вещами: цветными коврами, расшитыми занавесками и даже элементами костюмов для танца живота. Похоже, с высотой над уровнем моря возрастает и количество звезд в характеристиках rest house: кажется, в шестом по счету был... кафельный пол.

И конечно же, на привалах нам предлагали выпить для сугреву: «Чай, кофе, каркаде!» В каждой хижине есть «уголок торговли» – витрина с напитками и шоколадом. **ВИДЕТЬ В ЭТИХ УСЛОВИЯХ СНИКЕРСЫ И БАНОЧКИ С КОЛОЙ НЕМНОГО СТРАННО**, а может, и страшно – от мысли, что цивилизация достанет тебя повсюду. Мы почти не пили всю ночь (это тоже мешает при подъеме), но рискнули взять чайку на последней стоянке. До вершины оставалось совсем чуть-чуть, а до рассвета еще прилично – надо было ждать на привале, чтобы окончательно не замерзнуть на вершине. Четыре горячих стаканчика и два сникерса обошлись в 12 долла-

## ЧУВСТВА ОСВОБОЖДЕНИЯ ОТ ГРЕХОВ НЕ НАБЛЮДАЛОСЬ – ЗАТО БЫЛА ПРИЯТНАЯ УСТАЛОСТЬ И ОЩУЩЕНИЕ УНИКАЛЬНОСТИ МОМЕНТА

ров. Сникерс оказался точь-в-точь таким, каким был в 1993 году, когда мы с мамой купили его впервые и хранили в холодильнике. Здесь, на высоте 2000 м, холодильник был, похоже, вечным, и мы с ближайшими коллегами довольно быстро решили скинуться на пару шерстяных одеял (4 доллара за штуку). Сидеть, закутавшись в них, было вполне уютно, кто-то даже высказал идею подремать так до рассвета, пока можно будет идти обратно. Минут за сорок до восхода Салах предложил сделать последний рывок, чтобы занять на вершине «лучшие места».

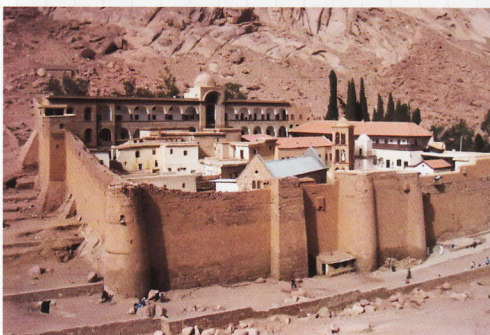
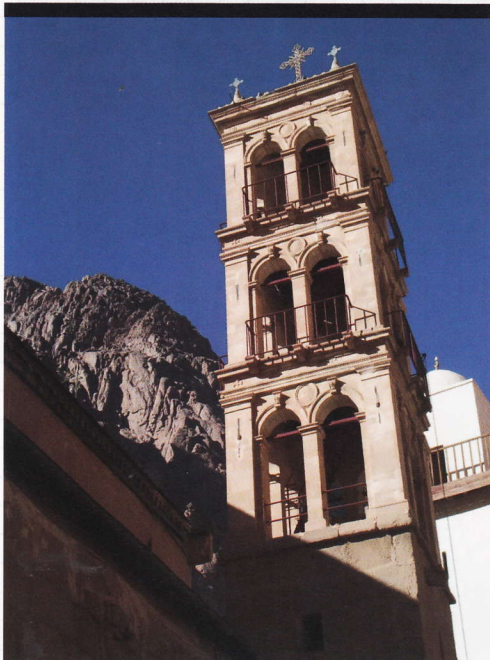
**НАМ ОСТАЛОСЬ ПРЕОДОЛЕТЬ 750** каменных ступеней. Думаю, это какое-то условное число, потому что различить, где заканчивается одна ступень и начинается другая, зачастую невозможно. Финиш, к которому мы так долго шли, был достигнут как-то незаметно. Вдруг открылась бесконечная долина, впереди показались стены маленького храма, лотки с сувенирами и туристы, облепившие часть вершины и обратившие лица на восток. Было немного жаль, что я не могу испытать истинного религиозного восторга, доступного людям, которые всерьез готовятся к этому паломничеству или даже живут среди скал отшельниками, проникаясь обстановкой. Чувства освобождения от грехов тоже не наблюдалось – зато была приятная усталость, почти физическое удовольствие от красоты пейзажа и ощущение уникальности момента. Сначала посветлели наши изможденные лица, потом вершины гор стали желтыми, потом на горизонте появилось маленькое красное пятно. Я подума-



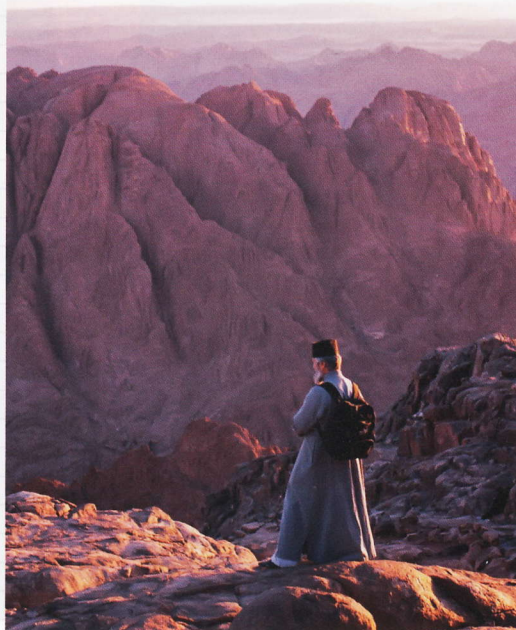
▲ Побывать здесь мечтают многие

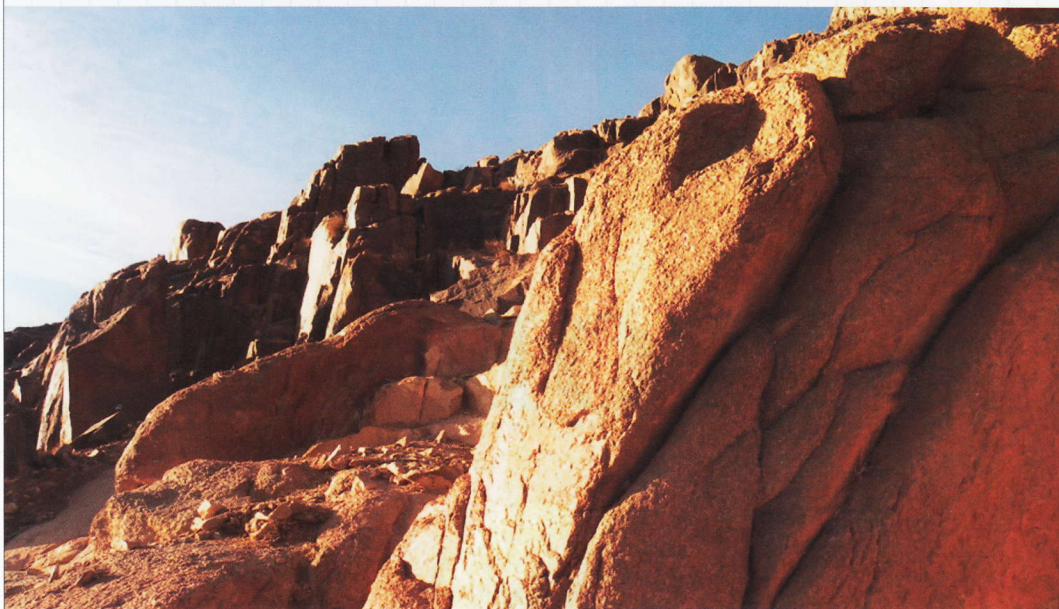


▼ Истинная  
ценность  
путешествия  
доступна только  
паломнику



**САМОЕ СЛОЖНОЕ В ЭТОМ  
ЧЕТЫРЕХЧАСОВОМ  
ПОДЪЕМЕ — ОТДЫХ**





ла, что испортить такую минуту можно разве что эсэмэской «Привет, как дела, я на горе Моисея»... и рука сама потянулась к телефону. Сеть и не думала никуда деваться! Хотя было бы странно, если бы «вышка», принявшая в свое время такие ценные указания, сейчас утратила свои свойства.

**С НАСТУПЛЕНИЕМ УТРА** и началом обратного пути стало понятно, почему эта необычная экскурсия происходит ночью. Когда видишь, сколько предстоит пройти, энтузиазм испаряется – для туристической индустрии это потеря. Но есть и другая причина: горы днем и горы ночью – это «две большие разницы», и полнота впечатлений возможна только при их сочетании.

При свете дня можно было разглядеть спутников из других групп – таких же измотанных и пока безгрешных. Наверное, проведя вместе эту знаменательную ночь, мы стали чуть-чуть родными. Нас, али-бабаевцев, можно было назвать молодым и здоровым коллективом (все не уверенные в себе сотрудники остались в отеле), но мне довелось обгонять людей, с виду совершенно не готовых к хождению в принципе – не то что

к хождению по горам: с тросточками в руках, слабостью в ногах и печатью долгожительства на лицах. Возможно, это путешествие придало им сил и даже помогло в борьбе с недугами... Хотя наши курильщики как дымили, так и дымят. Как у них хватило «дыхалки» на подъем – ума не приложу.

Дети на горе тоже были, но не туристы, а маленькие бедуины. Днем они занимались тем же, чем старшие ночью: продавали сувениры и предлагали проехаться на «кэмэле».

**ГОВОРЯТ, СПУСКАТЬСЯ ТЯЖЕЛЕЕ**, чем идти вверх – особенно когда позади бессонная ночь, а ноги уже не понимают, чего вы еще от них требуете. Но чувство исполненного долга, бонус в виде хороших снимков и предстоящий завтрак здорово подгоняют. Внизу нас встречал все такой же свежий Али и неожиданная красота древнего монастыря Святой Екатерины, по которому нам провели скомканную экскурсию. Вот там точно стоит побывать в более собранном состоянии: если бы не фото, сделанные по инерции, я бы сейчас и не вспомнила, что была у той самой непалимой купины. ■



# НАС НЕ УГОНЯТ



*Справедливость изречения «если автомобиль захотят угнать, его угонят» подкрепляется сотнями реальных историй. Но для автовладельцев это не повод опустить руки. Есть немало способов усложнить задачу автоворов и сорвать их планы.*

Отсутствие в России межрегиональной базы угнанных машин, либеральность нашего законодательства в отношении угонщиков, а также попустительство сотрудников милиции, никоим образом не заинтересованных в их поимке, привели к печальным последствиям. Угоны стали настоящей бедой всероссийского масштаба. И бороться с этой бедой приходится самим автовладельцам.

Какие средства борьбы с угонами мы знаем? Их не так уж много. Самый нетривиальный – это переложить все риски на страховую компанию, купив полис КАСКО. Так, в частности, поступают владельцы кредитных машин, для которых страховка является обязательным условием банка-кредитора. Но надеяться на то, что при наступлении страхового случая вам легко компенсируют стоимость угнанного авто, могут только законченные оптимисты. Страховая может и вовсе не выплатить ни копейки, если вы нарушите условия договора, где может быть прописано место хранения машины или иметься размытое требование типа «принятие мер по обеспечению сохранности автомобиля». Это означает, что если вы оставили машину незапертой или с приоткрытым окном, то со страховой выплатой могут быть проблемы. И упаси бог оставить в угнанной машине ключи или техпаспорт – в этом случае вас ждет 100%-ный отказ в выплате компенсации! Кроме того, нужно вовремя сообщить страховой компании об угоне и правильно оформить все бумаги в милиции, иначе, опять же, получите не деньги, а, как говорил Остап Бендер, «от мертвого осла уши». Но, даже выполнив все требования, ждать выплаты придется три, а то и более месяцев: пока в милиции закроют уголовное дело (искать угонщиков, разумеется, никто не будет) и пройдут все этапы согласований в разных отделах страховщика...

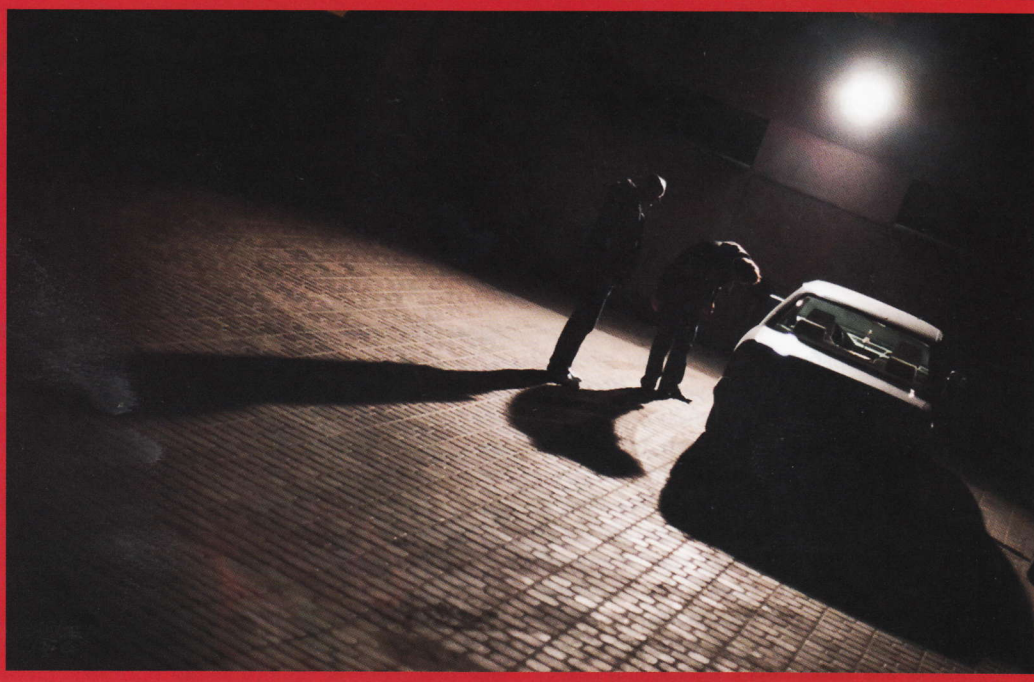
Впрочем, иметь полис КАСКО не так уж плохо, но только как одну из ступеней защиты от угона. Правда, на практике получается наоборот: КАСКО косвенно влияет на ухудшение «угоностойкости»

## **СТРАХОВАЯ МОЖЕТ НЕ ВЫПЛАТИТЬ НИ КОПЕЙКИ, ЕСЛИ ВЫ НАРУШИТЕ УСЛОВИЯ ДОГОВОРА**

автомобиля! Потратившись на недешевый полис, противоугонную систему ставят уже «для галочки» – лишь бы она отвечала требованиям страховой компании. Причем такая система, как правило, ставится прямо в дилерском центре. Для дилера продажа допоборудования – побочный бизнес, и с установкой охранных устройств там никто особо не заморачивается, работая по отлаженной «конвейерной» схеме. Десятки машин, ежедневно выходящие из ворот дилерского центра, оснащенные однотипными противоугонными системами, представляют легкую добычу для угонщиков. Причем последние нередко работают в связке с мастерами СТО, способными без труда сделать дубликат брелока от сигнализации.

Словом, мы настоятельно не рекомендуем ставить охранную систему у дилера. Если же в автосалоне вам пригрозят снять машину с гарантии, если охранную систему на нее будут ставить на стороне, знайте: это наглая ложь! Дилер не имеет права отказать в гарантийном ремонте автомобиля, если установка допоборудования была произведена в сертифицированной мастерской. **ДОВЕРИТЬ УСТАНОВКУ ОХРАННОЙ СИСТЕМЫ МОЖНО ТОЛЬКО ТОЙ КОМПАНИИ, ДЛЯ КОТОРОЙ ЭТОТ ВИД ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЯВЛЯЕТСЯ ПРИОРИТЕТНЫМ.** Таковых великое множество, и выбор лучшей – задача не из легких. Здесь неоценимую помощь могут оказать профильные интернет-форумы, где по отзывам автовладельцев, а также по адекватности ответов специалистов мастерских можно найти настоящих профи. Последние наверняка посоветуют ставить не просто сигнализацию, а так называемый





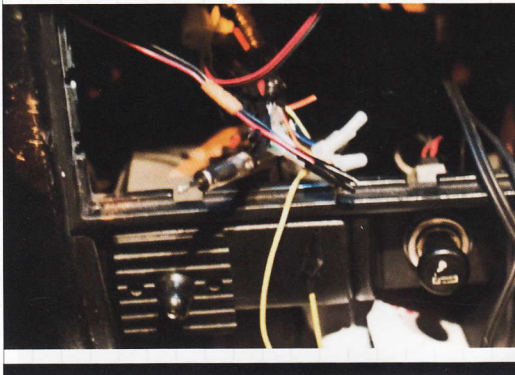
▲ Часто угонщики работают в паре

противоугонный комплекс, в состав которого входит несколько различных охранных систем: сигнализация, дополнительный иммобилайзер и механический замок.

Функция сигнализации ясна из названия. Основная задача таких устройств не охранять, а сигнализировать владельцу (при помощи sireны или пейджера) о возмущениях, происходящих с машиной. «Органы чувств» сигнализации – это пьезодатчик удара, ультразвуковой сенсор объема салона и, иногда, датчик контроля периметра автомобиля. Сигнализация также управляет замками дверей и блокирует цепь электропитания двигателя, защищая автомобиль от угонщиков-дилетантов. Однако мало-мальски подготовленный автор справится с ней без труда – используя электронный код-граббер, считывающий сигнал с брелока сигнализации. Код-грабберы способны взломать самые навороченные сигнализации, а купить подобное устройство может

любой желающий – в Интернете предложений предостаточно. Противодействовать таким «перехватчикам» невозможно, но их работу можно вычислить. Если появляются проблемы при снятии машины с охраны и на кнопку приходится жать более одного раза, стоит насторожиться: это верный признак работы код-граббера.

Именно по причине легкости взлома, акцентировать внимание на сигнализации как основном элементе защиты автомобиля не стоит. И «крутизна» системы не имеет в данном случае никакого значения – переплата здесь идет лишь за имя да наличие тех или иных функций, которые зачастую не только не приносят пользы, но и вредят. Так, любимая россиянами функция автозапуска, позволяющая заводить мотор по таймеру и садиться в уже прогретый салон, продельвает гигантскую брешь в защите машины, значительно упрощая процесс угона. Практически все современные автомобили еще на заводе оснащаются иммобилайзером – чипом, встроенным в ключ



## **КАСКО** КОСВЕННО ВЛИЯЕТ НА УХУДШЕНИЕ «УГОНОСТОЙКОСТИ» АВТОМОБИЛЯ



▲ Каждый третий вор разбивает боковое стекло

зажигания, по которому в момент запуска мотора машина опознает своего владельца. Соответственно, завести двигатель, не вставив ключ в замок зажигания, можно только в двух случаях: если нет иммобилайзера или он отключен. Именно к последнему варианту и прибегают установщики сигнализаций с автозапуском, лишая автомобиль каких-либо шансов устоять перед угонщиком.

На иномарках последних поколений заводская система защиты достигла таких высот, что для взлома штатного иммобилайзера угонщикам приходится разбирать чуть ли не полмашины, меняя блоки управления двигателем и даже панель приборов. Подобные системы получили большое распространение и есть даже у таких недорогих моделей, как Ford Focus. Но один, как известно, в поле не воин: чтобы усложнить задачу грабителей, иммобилайзеров должно быть как минимум два. Дополнительный «беззвучный страж» хорош тем, что работает независимо от сигнализации,

и для управления им используется не радиокод, а контактный либо бесконтактный ключ, который невозможно «сгрabить». Это, однако, не значит, что иммобилайзер нельзя взломать. Уметь можно. Но для этого угонщику потребуются не только соответствующие навыки, но и дополнительное время, которое работает не на него.

Чтобы усложнить задачу угонщиков, дополнительный иммобилайзер нередко размещают не в салоне, а в моторном отсеке, оснащая капот электромеханическим замком, управляется который при помощи того же иммобилайзера. Такая связка очень эффективна: чтобы отключить иммобилайзер, нужно открыть капот, а чтобы открыть капот, нужно отключить иммобилайзер. Получается замкнутый круг. Но для настоящих профи и это не преграда. Они могут попасть под капот, отжав его специальными пневмобаллонами и перекусив тросик замка. Некоторые автовладельцы используют дорогие погружные иммобилайзеры, размещаемые прямо в бензобаке. Вычислить



**НЕ СТОИТ ЗАБЫВАТЬ  
О СТАРОЙ ДОБРОЙ  
МЕХАНИКЕ —  
ОНА МОЖЕТ СТАТЬ  
НЕПРЕОДОЛИМЫМ  
РУБЕЖОМ  
НА ПУТИ УГОНЩИКА**

- ▲ Надежный механический замок
- ◀ Упаси бог оставить в машине ключи

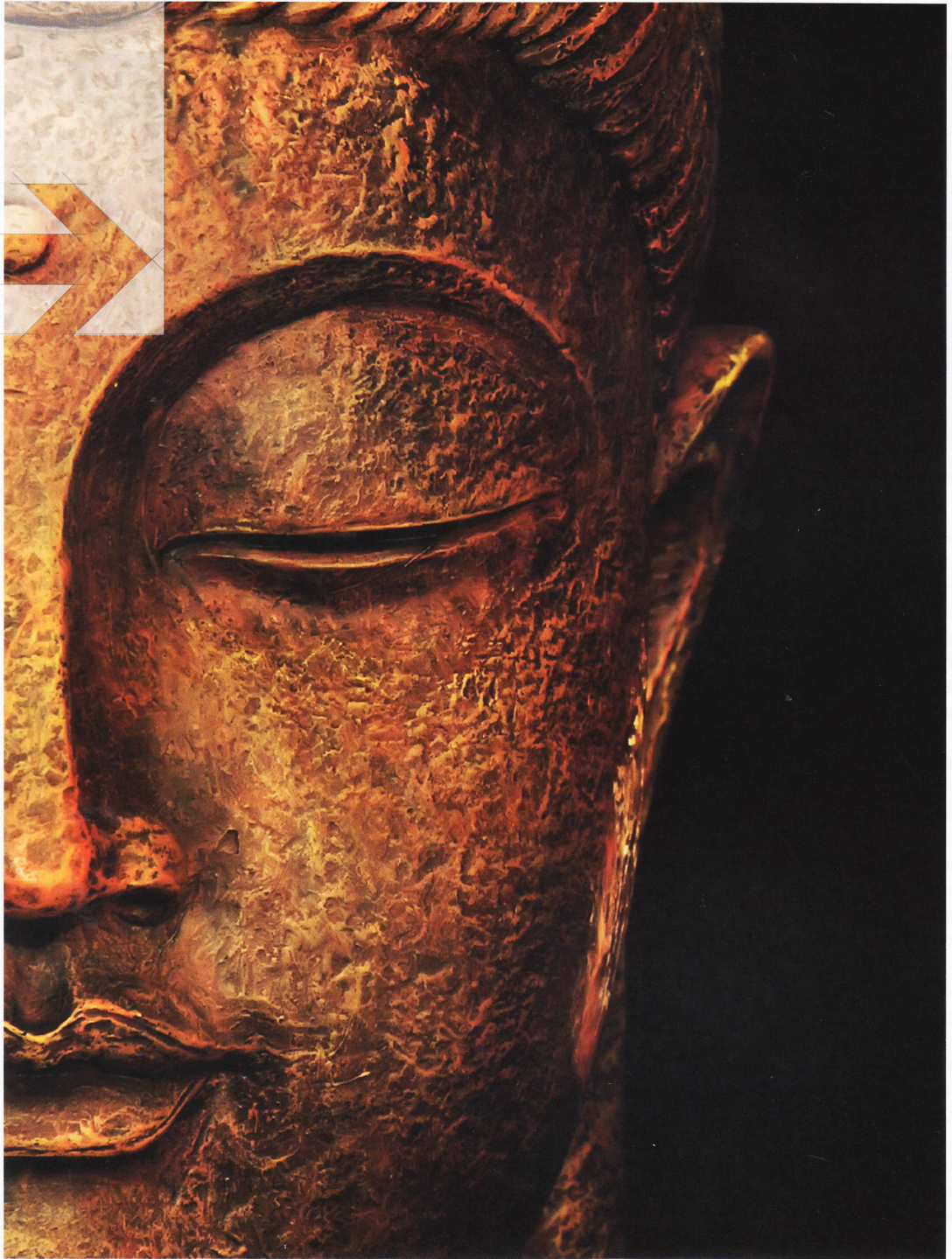


такую систему несложно – если при включении зажигания не жужжит бензонасос, значит он заблокирован. Поскольку добраться до погружного иммобилайзера муторно, угонщики поступают проще: они заменяют неработающую систему питания отдельным бачком с бензином, в котором насосом создается давление, достаточное для подачи топлива в камеру сгорания.

Упоывая на электронные средства защиты, не стоит забывать и о старой доброй механике – она может стать последним непреодолимым рубежом на пути угонщика. Надежный механический замок, установленный на рулевом валу, не позволит машине уехать даже при заведенном моторе. Такие блокираторы выпускаются многими отечественными и зарубежными фирмами, а цена их может различаться в разы. Здесь важно выбрать «золотую середину», поскольку высокая цена замка вовсе не гарантирует надежную защиту. Все рулевые блокираторы выглядят одинаково – как правило, это стальной штырь с замочной скважиной в торце. Но конструктивно они имеют ряд важных отличий: это тип стали, из которой изготовлен штырь, сложность замка и его устойчивость к механическим воздействиям, а также способ крепления к рулевому валу. Здесь мы рекомендуем присмотреться к продукции отече-

ственных производителей. Марку замка называть не будем, чтобы нас не уличили в «продажности», тем более что она хорошо известна, а мастера-установщики профильного сервиса, скорее всего, порекомендуют вам именно ее.

Что касается установки замков на коробку передач, то мы бы не стали рекомендовать такой способ защиты. Дело в том, что без руля машина никуда не уедет, а автомобиль с неработающей КПП легко утащить на буксире. За примером идти далеко не надо – у моего коллеги угнали автомобиль именно таким способом, причем сделали это нагло, среди бела дня. Конечно, угнать машину могут и при помощи эвакуатора, и здесь уже будет бессильна любая система защиты. А выручит в этом случае только GSM/GPS-маяк – небольшое электронное устройство, позволяющее вычислить местоположение автомобиля по спутнику или вышкам операторов сотовой связи. Благодаря такому маяку в прошлом году питерские милиционеры «накрыли» целую стоянку ворованных автомобилей. Но и эта система не безгрешна: существуют специальные электронные «глушилки», способные создать помехи для работы подобных устройств. Так что защититься от угона на 100% не получится, но, подойдя к этому делу с умом, можно значительно повысить шансы не лишиться своего «железного коня». ■



# БУДДИЗМ ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Лучше один раз увидеть, чем перечитать полку книг и ничего не понять. Возможно, именно этого правила стоит придерживаться, изучая Тибет и одну из его религий – буддизм. Но, готовясь к путешествию на Кайлас, мы все же решили поговорить с человеком, знающим о буддизме больше других: настоятелем петербургского дацана «Гунзэчойнэй» **Будой Бальжиевичем Бадмаевым**. Вопросы нашему собеседнику задавал участник предстоящей экспедиции – издатель «ММ» Александр Иванович Новиков.

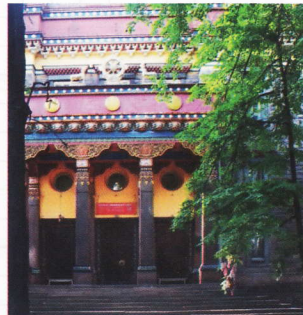


▲ Джампа Доньёд - ширээтэ лама (настоятель) петербургского дацана. В миру - Буда Бальжиевич Бадмаев

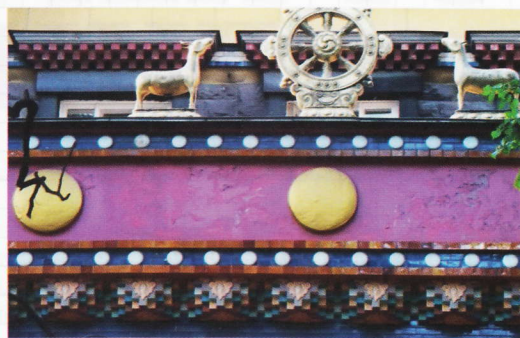
– Буда Бальжиевич, нас к вам привело вот что: мы выпускаем журнал, и в рамках одного из наших проектов мы собираемся в экспедицию в Тибет. Хотелось бы расспросить вас о буддизме, о Кайласе, о вашем отношении ко всему этому. Для вас как для человека – что такое Кайлас? Или, может, совсем ничего?

– Ну, во-первых, конечно, Кайлас сравнивается с величественной горой Меру. А во-вторых, ее считают некоей обителью бога, потому что внешне эта гора – как огромная пирамида, которую невозможно создать руками человека. Если говорить об эзотерическом аспекте, это «продукт деятельности» богов. В этом случае она, конечно, является для нас местом поклонения, особенно для тибетских буддистов. В-третьих, это возможность работать с сознанием. Вы знаете, что буддизм – это способность работать со своим сознанием, и, находясь вблизи каких-то священных мест, можно развить свою внутреннюю, духовную структуру. На самом деле вы должны понять, что наш рациональный мир...

**Внутренняя  
духовность нужна  
только вам —  
ни окружающим,  
ни социуму тем более**



▼ Петербургский дацан построен в 1915 г. Это самый северный буддийский монастырь в мире



**– Материальный?**

– Нет, все-таки рациональный, кроме материи есть ум – его потрогать нельзя, но он есть, и все это проходит в рамках рациональной психологии, поэтому я называю это «рациональный мир». Так вот, рациональный мир не предполагает, что есть какие-то возможности духовного совершенствования. Но даже если вы очень рациональное существо, вы можете видеть результаты этого, условно, развития, если начнете сами это допускать. Допускать, что есть нечто такое, что с обычной точки зрения трудно объяснить. Ум очень гибок, многообразен, имеет много возможностей развиваться, и именно благодаря этому способен приобретать разные формы. С позиции рациональных людей это будет казаться чудом, а с позиции практиков – нет: просто человек потихоньку изменяет себя, мировоззрение, и может себя развить до такой степени, что это будет казаться невероятным.

Конечно, такое развитие не предполагает рамок одной жизни. Мы прекрасно понимаем, что

жизнь человека очень коротка, и успеть за это время чего-то достичь – это маловероятно, поэтому буддизм верит в перерождение, и мы говорим, что, переходя из одного сознания в другое, мы нарабатываем опыт, развиваем свое сознание и таким образом можем достичь высоких духовных состояний. Люди, которые в это не верят, тоже очень рациональны, и все хотят тут же, сразу. Если же смотреть с позиции буддиста – понятно, что он торопится, что он развивается, но он не ждет, что в этой жизни он станет святым. Но вот это понимание, гибкость, умение мыслить – когда мы расширяем таким образом свое сознание, мы понимаем, что появляется гораздо больше возможностей изменять себя, чем это было бы в одной рациональной жизни. Иначе ум становится бедным, забитым в определенные рамки, и вариантов какого-то выхода становится гораздо меньше.

Мало того, вы должны понять, что верования, которые существуют в мире, не появились на пустом месте. Опыт предыдущих поколений позволяет говорить о том, что это не какие-то придуманные истории. Взять историю Иисуса Христа: в мою бытность молодым считалось, что это сказка. Сейчас люди начали понимать, стали задумываться о святости Христа, о том, что это было его способностью развиваться, то есть духовное развитие само по себе.

**– То есть, по вашему мнению, Иисус тоже был буддой?**

– Он не был буддой, он был... святым, скажем так. Если вы просто приоткроете для себя буддизм, вы увидите, что таких подвигов, какие совершал Иисус, там великое множество. Буддой стать очень трудно...

Буддизм совершенно свободен в мировоззренческом плане, мы пытаемся понять окружающий мир в полном объеме и не строить перед собой искусственных преград. Другие учения не говорят о множестве бесконечных перерождений, которое у вас было до вашего сегодняшнего состояния. Буддизм об этом говорит, в этом смысле он свободен: и так возможно, и так возможно.

**– Значит, святые места для буддиста – это возможность дотронуться до духовного мира, повысить духовный уровень. А есть ли у духовности четкое определение?**

– Начнем с простых вещей. Я на своих лекциях говорю: в буддизме духовность определяется по самоосознаванию личности. Вот есть живое существо, и оно определено некими качествами живого существа. В мире огромное разнообразие таких существ, начиная от клетки, и общее для них – это свойство умирать. И когда мы спрашиваем, что живое существо хочет – конечно, оно хочет дольше жить. Заповедь «не убий» исходит от природы живого существа. Поэтому не убивай никого. Не воруй, не бери чужое – и христианство, и буддизм трактуют заповеди со своей позиции. У каждого свои религиозные аспекты – мы же говорим, что это все исходит от природы живого существа. Вот оно, определение добра и зла. Если мы не совершаем зла с позиции заповедей, значит, мы более духовны. Это простая истина. Сложно ее обычному человеку соблюдать? Достаточно сложно! Но, тем не менее, стараться идти в эту сторону, развиваться – надо.

?

**– Как-то очень просто получается: живи и делай добро. А любовь относится к духовности? Дружба, общение, вера в бога?**

– Дело в том, что любовь и сострадание ко всему живому и есть базисная основа буддизма: зачем ты будешь кого-то убивать, если ты его любишь? Развитие любви и сострадания и является основой для того, чтобы не применять каких-то «недуховных» действий. Любовь, дружба не связаны с убийством, это понятия, которые мы в себе и возвращаем, поэтому мы говорим, что любое живое существо должно быть счастливым, и ради стабильного счастья не надо убивать, не надо воровать... Почему так? Потому что какие условия ты создаешь вокруг, то же самое тебя и будет преследовать.

**– Ну хорошо, если духовность просто в том, чтобы делать всем добро...**

– Это не просто, на самом деле, это только кажется! Вы должны понять: вот мы это приняли,





своим сознанием отделили себя от плохого, оставили доброту. Что в этой доброте? Счастье есть? Есть. Любовь есть? Есть. Сострадание есть, спокойствие есть – то есть все эти внутренние счастливые состояния, скажем так. Как результат, как хорошо сделанная работа. Грубо говоря, надо улицы подметать, чтобы быть счастливым. Как раз в этом и будет духовность – простой дворник может быть более духовным человеком.

**– Что же получается: в основе всех религий лежит необходимость делать добро. Но, выходя на улицу, мы видим, что она не подметена, и люди, которые нас окружают, бывают совсем не духовными. Может, что-то мешает развитию духовности?**

– Буддизм не ставит целью всех остальных сделать духовными людьми, все зависит от нас самих. Вот это и есть главная задача: буддист работает в первую очередь с собственным сознанием, он начинает с себя, со своих кармических условий. Один ест мясо, другой не ест, один не может без водки, другой может, третий курит – и так далее. Человек потихоньку начина-

?

ет с этим работать. Это не значит, что он в один момент решил – и сегодня же стал духовным. Это большая внутренняя работа. Если вы встанете завтра утром и скажете: «У меня нет врагов» – у вас душа успокоится. Вы в первую очередь помогаете сами себе. Вот это и есть внутренняя духовность, она нужна только вам – ни окружающим, ни социуму тем более! И критический взгляд на окружающий мир – это характеризует в первую очередь нас самих, это Мы так считаем. А мы не должны так считать, мы должны изменить это, мы должны сами сказать: да, сегодня я такой, как есть, несколько не хуже и не лучше, и надо с чего-то начинать. Пораньше вставать, если любишь поспать по утрам... Изменить что-то! Самоуважение и понимание самого себя – вот это самое главное. Так мы поймем окружающий мир.

**– Возвращаясь, к Кайласу: Буда Бальжигевич, а вам самому доводилось там бывать, вы совершали кору вокруг Кайласа?**

– В этой жизни пока не получилось – ну, значит, есть другие цели и задачи. Но, тем не ме-

**Жизнь коротка,  
и успеть за это время  
чего-то достичь  
маловероятно.  
Поэтому буддизм верит  
в перерождение**

◀ Чтобы прикоснуться к Западному Лицу Кайласа, нужно преодолеть труднодоступное ущелье

нее – каждый из нас ставит перед собой задачу совершенствовать себя, мы знаем об этом месте, и нужно когда-то действительно совершить туда именно религиозное паломничество.

– **Так может быть, европейская история все это придумала, а у буддистов есть места гораздо сильнее, чем Кайлас?**

– Естественно, в буддийской традиции есть места и такого значения, и еще сильнее.

– **Пока нет ни одного подтвержденного свидетельства того, что кто-то поднимался на эту гору, хотя с точки зрения альпинизма она довольно легкая. Как вы думаете, почему?**

– Я думаю, здесь играет роль религиозный фактор – Кайлас почитаем, и люди, даже если они приезжают из чисто спортивного интереса, все-таки уважительно относятся к верующим, которые находятся там. Это если объяснить с точки зрения рационального мышления. Вторая причина – боги не пускают, и все.

– **Тем не менее, мы собираемся совершить кору – как вы думаете, насколько это возможно, пустит нас гора или нет?**

– Конечно, все возможно, всегда в нашей жизни были смельчаки... Может быть, кто-то когда-нибудь возьмет на себя такое обязательство и поднимется на Кайлас. Другой вопрос – какие будут последствия, мы же помним, как была вскрыта гробница Тутанхамона, а потом причастные к раскопкам люди поумирали один за другим... Предостерегать, что она вас не пустит – это неправильно. Просто у каждого места есть своя история, а то, что там происходит... Я думаю, люди, которые туда не поднимались – они из собственного опыта и говорят, что подниматься нельзя. Должно быть, есть какие-то причины.

– **Есть много загадочных историй об экспедициях, которые отправлялись в Тибет разными государствами. Что же все там ищут?**

– Первое, о чем могу сказать – почему-то все думают, что есть какое-то материальное «зерно», которое можно потрогать и стать властелином мира. Ну и, естественно, каждый хотел такого владычества. Хотя, наверное, благодаря исследованиям в такой неверной трактовке о Тибете так много и известно.

– **То есть вы считаете – сказки?**

– Вот именно с позиции владычества миром это сказки. Вся мощь Тибета заключается в его буддийском учении. Речь о том, что мы делаем наше сознание максимально свободным, допуская, что все миры существуют – и вероятный, и невероятный. Но на чем мы строим свои умозаключения? На том, что при той свободе, которая есть, единственное, что может быть – причинно-следственная связь, карма. Мы можем какую-то сторону своего сознания в тех или иных аспектах развить, и как результат получим тот или иной мир на том или ином развитии. Поэтому для буддиста особых чудес и не существует. Все объясняется с точки зрения кармы, духовного развития.

– **Причинно-следственная связь – что это? Как это потрогать руками?**

– Это не потрогать руками! Вот стол. Он же не был столом, верно?

– **Деревом был.**

## САМОУВАЖЕНИЕ И ПОНИМАНИЕ САМОГО СЕБЯ — ЭТО САМОЕ ГЛАВНОЕ

– Деревом, может, пластмассой, тем не менее, благодаря определенным действиям он перед вами находится. То есть он не просто так появился и не просто так исчезнет - он сломается, сгорит, кто-то его выбросит...

– **У него есть судьба?**

– Да, некая линия от появления до исчезновения. Так и у человека существует эта линия. Но по сравнению со столом человек гораздо более сложное существо, многообразное. Возьмем простое семечко пшеницы: если мы посадим его, в любом случае пшеница вырастет. Но для этого надо создать кучу условий – земля, вода, тепло и так далее. Так и у человека: существует и физический аспект, и духовный, что является нашим сознанием. И в этом духовном сознании и есть ответ на этот вопрос. То есть сама личность человека очень сложная и, как и его судьба, имеет много сложных моментов. Человек был благополучным, вдруг все перевернулось – и мы этому не удивляемся, хотя рациональный мир говорит: «Ну как это могло быть?» А мы находим объяснение в нашем учении.

– **Причинно-следственные связи – ответ на вопрос, почему так произошло. И это карма? Это не судьба в прямом смысле?**

– Нет.

– **Это линия его жизни?**

– Линия его жизни в том смысле, что на каждом этапе он выбирает эту линию.

– **То есть зависит от него?**

– От него! Есть вещи, которые зависят от него, есть вещи, которые не зависят (он же не может без воздуха, не может обернуться собакой), но в рамках человеческого он должен быть свободен, и эта свобода у него есть. Он может развивать себя духовно – и в лучшую сторону, и в худшую.

– **Буддийская традиция считает, что на Кайласе живут боги. Живут, покровительствуют – неважно, какая-то энергетика есть. А что это за боги?**

– Ну, вообще на Кайласе искали Шамбалу.

– **Шамбала – это же отдельная история, насколько я понимаю...**

– Нет, на самом деле и там искали, но там рациональный мир ее не нашел...

– **Пока. Может, мы найдем!**

– Нет, тут понимаете, в чем дело... Вот я могу рассказать о некоторых вещах, связанных с мировоззрением. У нас в Бурятии был практикующий буддист. Ушел – и исчез. Его не было года три: он отправился куда-то в лес и пропал. Потом в один прекрасный день объявился. «Ты где был?» – «Как где? Я из леса пришел». Описывает, как он шел, нашел какой-то город, общался там с кем-то... «Потом смотрю, – говорит, – на часы: пора домой». И пришел обратно через три года, а ему показалось, что ходил он только с утра до вечера. Что это? Рациональный мир не может объяснить, потому что он думает, что внешний мир существует истинно. Он не понимает, что это объект его ума! Тем не менее, с позиции этого практика было так: он вышел из дома, погулял и пришел, а с позиции окружающих – его не было три года. Вот где он был это время – непонятно.

– **В Шамбале?**

– Нет, речь о том, что бывают такие перекосы, и связаны они с нашим сознанием.

– **Ну, сознание – согласен, а вот физическое тело? Оно же материально: если он вошел в лес, тело не могло исчезнуть. Мысли могли «уйти» куда угодно. А куда делось тело?**

– Есть такая притча: людям завязали глаза и велели – ну-ка, потрогайте, что такое слон. Один взялся за хобот и сказал – это змея, другой схватил за ногу – решил, что это столб, третий потрогал слона сверху и подумал, что это огромная гора. Окружающий мир является совокупностью наших ощущений, только и всего. За этим больше ничего не стоит. А что такое совокупность ощущений? Это и есть наш ум.

**– Буддисты верят, что они перерождаются много раз. В христианстве есть понятие души – это нечто нематериальное, что живет в человеке. Есть ли оно в буддизме?**

– Здесь много терминов, схожих с русским пониманием души. Все, что не есть пять видов ощущений, через которые мы постигаем окружающий мир, и некое осознание своего Я – вот это и является... можно сказать, душой, но это не так, потому что все это сознание. Душа есть во всем, но мы говорим – это все наше сознание.

**– Тогда, возвращаясь к началу вопроса: что-то должно перерождаться. Что перерождается по буддизму? Физическое тело – лишь кусочек рационального мира, нынешнее тело умрет и исчезнет, а что переродится – высшее Я, душа?**

– Чтобы вы меня поняли, потребуется, по крайней мере, долго постигать природу буддийского мировоззрения. У нас нет деления на материальное и нематериальное, это несколько научное – идея, сознание, идеализм, материализм... Мы говорим: все есть сознание. Даже вы сейчас в моем сознании. Внутренний и внешний мир – это и есть целостность моего сознания. Если мы с этой точки зрения смотрим на окружающий мир, то тогда не может быть ничего материального.

Вот попробуйте подумать, что будет происходить с вами, если вы умрете. Вы закрываете глаза, засыпаете...

**– Сознание тоже засыпает?**

– Засыпает, а потом оно просыпается, и вы видите следующий день и видите картину, ко-

торая действительно связана с предыдущим днем. Когда вы засыпаете и просыпаетесь – вы словно умираете и просыпаетесь.

**– То есть мы умираем в одном человеке, а просыпаемся в другом?**

– Ну, можно так сказать. В любом случае это можно сравнить только так. И в любом случае наше сознание никуда не девается, но мы прекрасно понимаем, что мое вчерашнее Я не является сегодняшним, потому что я чуть-чуть поменялся, я на один день постарел, я что-то новое в жизни понял. И все это происходит постоянно. Постоянно – нет того существа, которое было минуту назад. Так и идет перерождение: мы сворачиваемся во сне, сворачивается наше сознание, мы перестаем ощущать внешний мир... а потом разворачиваемся и просыпаемся.



**– Кто разворачивает-то?**

– Вы сами. Ваше сознание.

**– Буда Бальжиевич, мы обязательно расскажем, что нам удалось увидеть и почувствовать на Кайласе – не зря же люди, которые там побывали, рассказывают о необычайных ощущениях. Или это все следствие географических условий?**

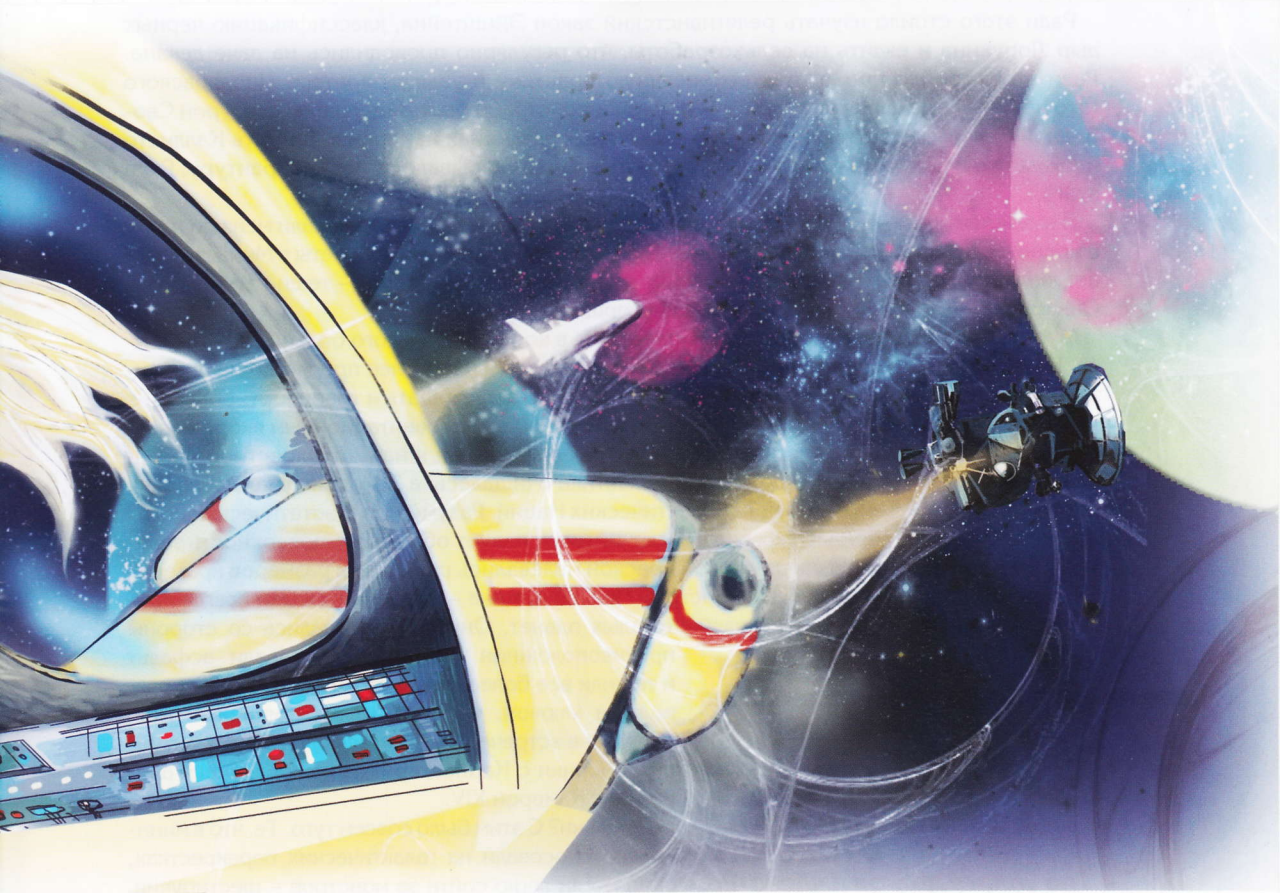
– Можно и так сказать – все-таки высокогорье, климат, погода... И тем не менее, люди поклоняются как действительно созданному кем-то (или чем-то) артефакту. Мы ведь тоже не можем сказать, что боги не влияют на жизнь людей. Нет, они существуют и очень влияют, потому что многие процессы до сих пор не изучены, они происходят и без предсказаний, и с предсказаниями, и когда мы задаем вопрос – почему одна тектоническая плита надвигается на другую? – получается, что какие-то силы действительно существуют, даже неизведанные, даже непонятные рациональному сознанию. А может, понятные немножко. Как говорит Далай Лама, «если вы представите обоснованные доводы, которые опровергают наше мировоззрение, мы с удовольствием будем верить в то, что вы скажете». ■



# **ЗВЕЗДОЛЕТЫ, *монстры* И КРАСИВЫЕ ДЕВУШКИ**

Автор: Пауль Госсен

Иллюстрации: Альбина Бунина



**Р**огда я поступил на высшие курсы астронавтики, в моей голове были только звездолеты, монстры и красивые девушки. Впрочем, остальные кадеты моего выпуска страдали тем же – в общежитии над кроватями у всех нас висели стереоплакаты с новейшими плазменными истребителями, клыкастыми гидра-драконами с Титана и очаровательными солистками поп-группы «Насморк». Другое дело, что у некоторых эти плакаты вскоре сменились расписаниями очередных сессий, но начинали-то мы все одинаково.

Свое будущее я представлял так: на грандиозном фоне колец Сатурна мой звездолет идет на перехват пяти или шести боевых кораблей сорокаглазых осьминожек с Лукас XXII. Вражеские лазерные лучи пляшут по обшивке звездолета, многотонные бомбы взрываются в опасной близости от иллюминаторов. Я отвечаю редкими, но точными выстрелами из протонной пушки. Пшик – и нет вражеского корабля! Пшик – и нет второго! Пшик! Пшик!.. А за моей спиной – одна слева, другая справа – визжат на пол-Галактики Лина и Джу, солистки незабвенного «Насморка».

Ради этого стоило изучать релятивистский закон Эйнштейна, классификацию черных дыр Лопухина и ездить на сельхозработы, что регулярно проводились на даче декана. Ради этого стоило проходить трехмесячную практику в унылом кратере Циолковского (это на Луне), где даже плакаты с девушками и монстрами были запрещены цензурой Свободной Селены. Ради этого стоило на выпускных экзаменах намеренно спутать Каллисто и Амальтею и получить четверку, что гарантированно закрывало путь в аспирантуру. Ради этого...

И я действительно получил направление в Дальний Космос. Друзья хлопали меня по плечу и иронически переглядывались за спиной. Звездолеты им заменили кабинеты в Министерстве астронавтики, девушек – выпускницы торговых колледжей, а монстров – теши-негуманоиды. Они сделали свой выбор, я – свой. Я стал мусорщиком.

Мусор есть везде, даже в космосе. Более того, в космосе его много больше, чем на Земле. Если земляне мусорят в размерах Солнечной системы, то более продвинутые цивилизации – в размерах Галактики. И кто-то должен все это расчищать и транспортировать.

Звездолет мне достался крошечный, но мощный. Я цеплял гравитационным якорем свалки размером с Землю и перегонял их из центральных частей к нам – в окрестности Солнечной системы. И все были довольны: Галактика очищалась, а Земля получала отсрочку по уплате долгов и членство в Лиге Галактических Наций. Разумеется, в эстетических целях мусорным планетам придавался вид неотличимый от планет обычных – поверхность заливалась слоем асфальта, а сверху яркой краской малевались различных размеров кратеры.

Короче, звездолет у меня был. Монстры? Пожалуй, тоже – мусорные свалки всегда привлекают внимание бродяг и жителей отсталых планет. Они подкрадывались со стороны

противоположной буксиру, взламывали асфальт и тащили все более-менее стоящее. Я гонял их разводным ключом. Сорокаглазые осьминожки мне, правда, не встречались. Так, всякая мелочь – разумные сморчки с Карпентер II да свихнувшиеся андройды с Камерон XIV.

Девушки? С этим было совсем туго. Те, что в мини-юбках голосовали на галактических перекрестках, сами могли легко сойти за монстров – шестирукие, трехглазые, с длинными фиолетовыми языками, раздваивающимися на кончике, – завидев их издали, я инстинктивно прибавлял скорость. Так что деву-

шек по-прежнему заменял плакат Лины и Джу, украсивший стенку за моей спиной.

Летели дни, месяцы и световые годы. Мусорные планеты не кончались, но я не тужил и все ждал какой-нибудь галактической заварушки, где потребуются пилот-герой. И тут...

Впрочем, начиналось все как обычно. Я подцепил очередную мусорную планету и поволок к нам на периферию. Свалка как свалка – разве что кто-то прикололся и в районе экватора намалевал нехорошее слово на космолингве, в последнее время с подобным хулиганством я встречался не раз. Ну а когда до Солнечной системы оставалось не более десяти парсеков, сердце в моей грудной клетке вдруг на мгновение сжалось, а потом рванулось и бешено станцевало рок-н-ролл – на обочине космической трассы голосовали... красивые девушки. Да-да, те самые – Лина и Джу, солистки группы «Насморк». Что-то у них полетело в реактивном двигателе, и розовая яхта, больше напоминающая домик Барби, чем звездолет, встала намертво.

Я угостил их колой, потом взял разводной ключ и постучал по соплу яхты – не помогло. Тогда я уныло развел руками.

## **И ВСЕ БЫЛИ ДОВОЛЬНЫ: ГАЛАКТИКА ОЧИЩАЛАСЬ, А ЗЕМЛЯ ПОЛУЧАЛА ОТСРОЧКУ**

**по уплате долгов и членство  
в Лиге Галактических Наций**

– Вы нас подбросите до Солнечной системы? – спросила Лина; в ее глаза вмещалась Вселенная.

– А лучше до Земли, – попросила Джу. – У нас вечером концерт. – Вселенная раздвоилась, и я уронил разводной ключ себе на ногу.

– В буксире только одно место, – смущенно ответил я, – вам придется сесть мне на колени. Девушки рассмеялись и закивали. Потом Джу достала мобильник и закричала:

– Алло! Алло! Да-да, мы успеваем! Не отменяйте концерт.

Тут я поднял глаза и сквозь неровный космический загар решительно покраснел – мой взгляд наткнулся на безобразную надпись, что опоясывала по экватору транспортируемую планету. Девушки, похоже, надпись еще не заметили, и я решил, что ни в коем случае не должен допустить этого.

– Минуточку! – прокричал я, включил реактивный ранец и помчался к планете, размахивая распылителем.

Неладное я заметил при облете свалки: асфальт в нескольких местах был взломан. Проклятые воришки! Придется заделывать – в таком виде планету у меня не примут. И я пошел на посадку. К счастью, приземлиться я не успел: взгляд царапнула новая подробность – на краю взломанного участка валялись дохлые сморчки. Те самые, с Карпентер II, что не мрут даже от дуста! Озадаченно почесав шлем скафандра в районе затылка, я глянул в проломанное отверстие и содрогнулся: мусора там не было! А на меня смотрел глаз размером с Австралию! Тут асфальт затрещал, и по всей планете побежали трещины. Я оперативно дал задний ход и увидел второй глаз. Планета злобно смотрела на меня из-под обломков разлетающегося асфальта. Была она темно-коричневая, морщинистая, с золотым кольцом в правом ухе. Некоторое время мы смотрели друг на друга, потом планета открыла чудовищных размеров глотку.

К счастью, у меня первый разряд по полетам с реактивным ранцем. Я развернулся и помчался назад к буксиру. Живая планета, перекусив трос гравитационного якоря, ринулась следом.

Времени объяснять ситуацию не было – девушки поняли все сами. Я упал в кресло, Лина и Джу прыгнули мне на колени, и я выжал ускорение до предела. Нам повезло – мы опалили планете бровь и помчались прочь, а вот роскошная яхта, оставшаяся у обочины, секундой позже была проглочена.

К Солнечной системе мы подлетели на сверхсветовой скорости. Планета-хищница неслась следом. И тут в районе мусорных свалок зашевелились еще четыре планеты, асфальт на них стал трескаться и осыпаться. Все они без исключения были помечены тем самым нехорошим словом. Планеты без всякого уважения посмотрели в нашу сторону и пошли на перехват.

– Это заговор против Земли! – закричал я. – Вторжение в ее территориальные владения! Враг проник под видом мусора!

Девушки вцепились в меня обеими руками и с ужасом смотрели на все эти страсти. Мне надо было спасти их! Надо было спасти Землю! А у меня ни протонной пушки, ни лучемета – к чему они мусорщику? Только разводной ключ. Нет, и тот я забыл на трассе.

И тут у меня появился план.

– Во сколько начинается концерт? – спросил я, расправляя плечи.

– Что? – удивилась Лина. – В восемнадцать ноль-ноль. – Она и думать забыла про концерт.

– По Гринвичу, – добавила Джу. Эта никогда ничего не забывала.

– Успеем, – сказал я.

Не знаю, поверили ли мои попутчицы, но они улыбнулись. А ничто не поддерживает лучше, чем улыбки красивых девушек.

Я выжал ускорение, хотя оно и так было на пределе, обогнул по дуге планеты-хищницы,





мчащиеся нам навстречу, и повел буксир к Солнцу. Сзади разверзлись пять глоток размером с Африку!

Скорость у нас была сверхсветовая. На это я и рассчитывал. Планеты-хищницы могли бы еще свернуть в районе Урана, уйти в сторону и спастись. Но не сообразили и в угаре погони понеслись дальше. Одна из них сбила кольца Сатурна, другая, пролетая возле Марса, проглотила Фобос. Землю они, к счастью, не задели.

Нет, скорость была не просто сверхсветовая – скорость была сумасшедшая. Звезды в иллюминаторе перестали быть звездами и растянулись в лучи. Девушки визжали, но не от страха, а от восторга – им нравились приключения! Э-э-эх, смею надеяться, им даже нравился я... Но планеты нас все-таки нагнали. И наверняка нагнали бы, но на нашем пути оказалось Солнце. В последний момент я успел выбросить запасной гравитационный якорь и зацепиться за Меркурий. У планет такого якоря не было. Одна за другой они упали на Солнце – только взвились протуберанцы невиданной величины.

Так я стал героем. И не только Земли. Планеты-хищницы, как выяснилось, питались звездолетами и давно уже значились в галактическом розыске. Потому и перемещались таким странным способом. Но главное было не это. Главное... Вы представьте. Маленький звездолет-буксир с иллюминатором в половину борта. Я выпучив глаза сжимаю переключатель скоростей. Две очаровательные девушки у меня на коленях. И пять злобных монстров, преследующих нас по пятам. Звездолеты, монстры и красивые девушки. Мечты сбываются, даже самые сумасбродные. Надо только точно знать и всегда помнить, чего ты, собственно, хочешь.

Ну что вы, моя фамилия не Мюнхгаузен, вовсе нет!

Что значит не верите!? Что значит вру!? Что значит почему про это не писали в газетах!? Конечно, не писали. Сколько еще хищных планет рыскает по Вселенной! Зачем им знать, что существует надежный способ их уничтожения?

Какие тогда у меня есть доказательства? А что, честного слова космического мусорщика вам мало? Хорошо... Есть у меня доказательства. Слышали последнюю песню группы «Насморк»? Вот эту:

Капитан звездолета Арчибальд Тарабукин –  
Открыватель разумных белковых планет.  
Он одет в офицерские мятые брюки  
И оплавленный звездами бронежилет.

Он в вопросах контакта начитанный практик,  
Теоретик крутой по прыжкам в антимир.  
Он такой же как мы, но герой двух галактик,  
Трех туманностей и сорока черных дыр.

Слышали – отлично! Так вот, Арчибальд Тарабукин – это я! ■

## **МЕЧТЫ СБЫВАЮТСЯ, ДАЖЕ САМЫЕ СУМАСБРОДНЫЕ.**

**Надо только точно знать  
и всегда помнить, чего ты,  
собственно, хочешь**

## Машины, Которые Мы Создаем Механизмы, Которые Нами Руководят

*Мы пишем о технологиях, человеке, изобретениях, обществе  
Нас читают любознательные, думающие, внимательные,  
имеющие свое мнение  
Мы хотим познавать, открывать, испытывать, рассказывать  
Мы с вами можем развиваться, спорить, сотрудничать*

ИНИЦИАТОР ПРОЕКТА: Александр Новиков | УЧРЕДИТЕЛЬ: ООО «ПетроСити» | ИЗДАТЕЛЬ: Фонд научных исследований "XXI век"

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР: Людмила Андреева ([glavred@21mm.ru](mailto:glavred@21mm.ru)) | ВЫПУСКАЮЩИЙ РЕДАКТОР: Юлия Мешавкина ([editor3@21mm.ru](mailto:editor3@21mm.ru))

РЕДАКТОРЫ: Альмира Муратова ([muratova@21mm.ru](mailto:muratova@21mm.ru)), Любовь Ширманова ([editor1@21mm.ru](mailto:editor1@21mm.ru)), Алена Наумова ([editor1@21mm.ru](mailto:editor1@21mm.ru))

ВЕДУЩИЙ ДИЗАЙНЕР: Юлия Волжина ([design@21mm.ru](mailto:design@21mm.ru)) | ДИЗАЙНЕР: Алексей Яковлев ([design2@21mm.ru](mailto:design2@21mm.ru)) | ДИЗАЙН ОБЛОЖКИ: Юлия Волжина

КОРРЕКТОР: Вера Куликова | РЕДАКТОР САЙТА: Надежда Давыдова ([web@21mm.ru](mailto:web@21mm.ru)) | МЕНЕДЖЕР ПО РАСПРОСТРАНЕНИЮ: Борис Акулин ([sales@21mm.ru](mailto:sales@21mm.ru))

ПО ВОПРОСАМ СОТРУДНИЧЕСТВА И РАЗМЕЩЕНИЯ РЕКЛАМЫ КОММЕРЧЕСКИЙ ДИРЕКТОР И ДИРЕКТОР ПО МАРКЕТИНГУ: Олег Смирнов ([smirnov@petrocity.ru](mailto:smirnov@petrocity.ru))

ТИРАЖ: 30 000 экз. Цена свободная

ТИПОГРАФИЯ: «Премиум-Пресс» 197374, Санкт-Петербург, ул. Оптиков, д. 4, тел. (812) 324-18-15, заказ №24

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ: 197110, Санкт-Петербург, Большая Разночинная ул., 28, тел/факс: (812) 347-61-38

[www.21mm.ru](http://www.21mm.ru)

Свидетельство о регистрации

П/И № ФС77-37847 от 23.10.2009 г. Выдано Управлением по Северо-Западному федеральному округу Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охраны культурного наследия. Перепечатка материалов журнала «Машины и механизмы» невозможна без письменного разрешения редакции. При цитировании ссылка на журнал «Машины и механизмы» обязательна. Редакция не несет ответственности за достоверность информации, опубликованной в рекламных объявлениях. Мнение авторов может не совпадать с точкой зрения редакции. Подписано в печать 19.01.2011

### ГЕОГРАФИЯ

Санкт-Петербург ООО «Метропресс» (812) 275-29-01, ЗАО «Нева-пресс» (812) 324-67-40, ООО «Мир» (812) 470-61-08, ООО «СЗА-ПРЕССИНФОРМ» (812) 786-58-29, ООО «Агентство «Артос-Гал» (812) 331-89-44

Москва ЗАО «Наша пресса» (495) 660-13-87, ООО «К-Кардос» (495) 937-72-62, ООО «Селект-Медиа» (495) 788-33-54, ООО «ИНТЕР-ПОЧТА-2003» (495) 684-55-34, ООО «Информнаука» (495) 787-38-73, ОАО «Агентство Роспечать» (495) 786-99-93, ООО «Межрегиональное агентство подписки» (495) 648-03-04

Белгород ЗАОр (НП) «Роспечать Белгородской области» (4722) 32-17-83, УФПС Белгородской области - филиал, ФГУП «Почта России» (4722) 32-13-14

Казань ООО «Мир прессы» (843) 519-08-64

Краснодар УФПС Краснодарского края - филиал ФГУП «Почта России» (861) 253-34-73

Новосибирск ООО «АРПИ Сибирь» (383) 227-77-67

Петрозаводск ООО «Карелия Пресс» (8142) 72-56-67

Сочи ООО «Планета прессы «Адлер» (8622) 40-11-21

Ростов-на-Дону / Нижний Новгород / Екатеринбург / Хабаровск / Пятигорск / Воронеж / Тюльяти Продажа / Розница проект (2011)

### ПОДПИСКА

Оформить подписку  
можно с любого месяца  
по каталогам агентств  
«Роспечать», индекс  
20489 и «Почта России»,  
индекс 16655. Подробнее  
на сайте [www.21mm.ru](http://www.21mm.ru)