

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ОТКРЫТЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**Кафедра охраны недр и рационального природопользования**



**УТВЕРЖДАЮ**  
**Проректор по учебной работе**

**А.К.Порцевский**

## **Безопасность жизнедеятельности**

### **Часть вторая**

**Учебное пособие  
для студентов специальностей:**

**080200 «Геологическая съёмка, поиски и разведка месторождений  
полезных ископаемых»**

**080700 «Технология и техника разведки месторождений  
полезных ископаемых»**

**090100 « Маркшейдерское дело»**

**090200 «Подземная разработка месторождений полезных ископаемых»**

**090400 «Шахтное и подземное строительство»**

**090500 «Открытые горные работы»**

**Москва 2006 г.**

## Раздел 1.

### Межличностные отношения в коллективе и в семье (соционика), на уровне народов и этносов (этногенез)

#### Соционика

**Соционика**<sup>1</sup> – наука, позволяющая прогнозировать поведение и взаимоотношения людей на основе анализа структуры их психики и законов информационного обмена. Основные черты личности закладываются с воспитанием и с родительскими генами. Учитывая слабые и сильные стороны психотипов окружающих, можно избежать многих проблем, сделать жизнь ярче и насыщеннее, отношения интереснее и комфортнее, а работу – эффективнее. Соционика открыла, что каждый человек имеет один из **16 психотипов**, который практически не меняется в течение жизни. Эти типы друг от друга не изолированы и между ними существуют переходные зоны. Представители одного и того же типа могут иметь разный уровень интеллектуального развития и воспитания, а также могут находиться в различных социальных условиях, что, естественно, накладывает отпечаток на восприятие окружающего мира.

Соционика различает два вида **изменений личности** в процессе жизни, с **годами**. Первый вид изменения человека представляет собой его продуктивное развитие в рамках своего типа. Оно сопровождается восходящим развитием личности, творческими успехами, гармонично прожитой жизнью, положительной и стабильной самооценкой. Второй вид изменения человека выражается в искажении типовых черт. Этот путь отмечен падением самооценки, возникновением комплексов и страхов, неудовлетворенностью в жизни, часто поломанной судьбой (не только своей, но и близких).

Соционика опирается на такие понятия, как логика и этика, интуиция и сенсорика, экстраверсия и интроверсия, рациональность и иррациональность, названные **функциями психики**. Для более наглядного изображения этих признаков были введены их **символьные изображения**, из которых образовали своеобразные информационные модели, сложив функции в разных сочетаниях.

	Рациональные		Иррациональные	
	логика	этика	интуиция	сенсорика
Экстравертные	■	▣	▲	●
Интровертные	□	▤	△	○

Функции, воспринимающие объективную внешнюю информацию о мире, обозначают **чёрным** цветом, а их субъективных «двойников» - функции, воспринимающие внутреннюю информацию человека, - **белым** цветом.

Различия в обработке информации психикой человека состоят в следую-

<sup>1</sup> а) Бескова Л.А., Удалова Е.А. Я и все остальные. Начала соционики. – М.: изд. ГроссМедиа, 2004. – 224 с.; б) [www.socionika.su](http://www.socionika.su), [www.garmoniya.org](http://www.garmoniya.org), [www.profaudit.ru](http://www.profaudit.ru).

щем.

**Логика** анализирует информацию (для них главное, ЧТО сказано), **этики** выражают к ней свое отношение (важно, КАК сказано). **Интуиты** воспринимают информацию на основе теоретических догадок (приходит идея и только после этого начинается её обдумывание), **сенсоры** на основе уже накопленных фактов делают теоретические выводы (сначала факты, потом гипотеза).

Создавать теоретическую базу способны **логики**, а накапливать и интерпретировать опыт наблюдения за людьми - **этики**. Выдвижение гипотез, новых идей, перспективных задач - дело **интуитов**, а в качестве экспертов по конкретным проявлениям представителей разных типов в жизни незаменимы **сенсоры**.

Известно, что некоторые люди воспринимают знания от целого к частностям, другие - от частного к целому. Первые без общей картины не могут собрать детали в осмысленный фрагмент. Другие не могут вместить слишком общую, не детализированную картину мира, в своё сознание, ориентированное на конкретику. Другие люди воспринимают реальность во всей совокупности возможных вариантов её развития. Они чувствуют все тенденции процессов, видят внезапно возникающие возможности и целостную картину окружающей действительности во всем многообразии связей. Конкретика может от них ускользнуть, но направление развития событий - никогда, это - **интуиты**.

**Экстраверты** относятся ко всем существующим в мире объектам как к равноценным, не выражая своего собственного отношения к ним, поэтому способны держать в поле зрения много разной информации. Для **интровертов** важно определить своё собственное субъективное отношение к каждому из объектов и явлений, поэтому удерживать внимание на большем их количестве сложнее. Экстраверт черпает энергию из общения с окружающим миром и сам склонен к ее большому расходованию, а интроверт старается сохранять энергию в себе, для собственных нужд.

Для **рационалов** сложно вести несколько дел одновременно, потому что каждое начатое и не завершенное дело доставляет внутренний дискомфорт. Планы, как правило, далеко идущие и их выполнение - доставляет удовольствие. **Иррационалы** склонны начинать несколько дел одновременно и с меньшими потерями для психики относятся к незавершенным проектам, их планы на жизнь более гибки и предусматривают множество мелких и крупных «но» в зависимости от того, как повернется ситуация. Строгие временные рамки и правила поведения рассматриваются как ограничение внутренней свободы.

Психика человека представляется в виде ёмкой модели из **8 функций**. Согласно концепции Фрейда 4 функции относятся к сознательным и 4 к подсознательным. А по теории Юнга о различии в объёме воспринимаемой информации разными психологическими типами, 4 функции относят к сильным (2 сознательных и 2 подсознательных) и 4 к слабым (в той же пропорции). Сложение функций в модели каждого типа приводит к образованию таких названий типов, как рациональный логико-интуитивный экстраверт, иррациональный сенсорно-этический интроверт и так далее, в разных сочетаниях.

Для **экстравертов**, которые больше внимания обращают на устройство

внешнего мира, этот образ в большей мере отражает мир с его внешней, предметной стороны. Для **интровертов** же, которые больше фиксируются на осмыслении своих отношений с внешним миром, оказываются важны не сами объекты и предметы, а то, что можно думать, чувствовать, ощущать по их поводу.

По своей самой сильной сознательной функции, «**базовой**» - человек использует разные подходы к одной ситуации, умеет понимать и принимать чужую точку зрения (часто непохожую на свою собственную), признавая равные права для всех. Замечает всё новое и необычное, сравнивает полученную информацию с разных позиций, способен получать и полноценно обрабатывать её на протяжении всей жизни без переутомления и раздражения, не прибегая к помощи других функций.

Вторая наиболее значимая сильная функция в психике – «**творческая**», характеризующая творческое мышление человека, полёт фантазии, ту область, где возникает желание разрушить существующие стереотипы, сделать неожиданные выводы, произвести перевороты в сознании и реализовать свои мечты. Но при этом творческая функция работает в созидательном направлении - это и есть персональный подход к переустройству мира. Работу творческой функции обеспечивает информация, полученная по каналам базовой функции.

Вместе эти две функции – базовая и творческая, образуют «**основу личности**», тот самый персональный талант, заложенный от рождения. То, что дано самой природой и считается «само собой разумеющимся».

При этом у каждого социотипа есть свои собственные представления о том, что требует общество от человека, свои социальные нормы поведения. Все это находит отражение в работе «**ролевой**» функции, которая характеризует состояние человека в момент первого появления в незнакомом обществе, когда есть желание создать положительное впечатление о себе, но неизвестно, чего от тебя ждут, какие в конкретном обществе существуют порядки. При этом человек демонстрирует несвойственные ему черты и не показывает своё истинное лицо. Ролевая функция относится к области слабых сознательных и определяет зону неуверенности человека.

Свои сильные стороны человек, как правило, не ценит, считая, что «у всех так», «что об этом говорить, это и так понятно», а вот по слабым всегда видит собственную некомпетентность и это доставляет нам психологический дискомфорт.

Самая слабая сознательная функция названа «**болевой**»: её ощущения можно сравнить с прикосновением к живой ране – даже комплименты, попадающие в область болевой точки, неприятны (поскольку информация воспринимается очень ограниченно и отсутствует чувство меры, невозможно понять, действительно ли тебя хвалят или же издеваются). Невозможно положительно оценить сделанное и применить его в других ситуациях.

Вторая самая слабая функция (уже из области подсознания, информацию по которой, в отличие от болевой, мы не можем сознательно обработать и продумать), называется **внушаемой**, по ней мы способны только выразить своё доверие или недоверие к получаемой информации. Как раз по аспектам этой

функции мы доступны для своего рода «программирования», именно здесь находится самое незащищенное место, открытое для воздействия любого, кто высказывает положительную информацию, попадающую в эту область.

Сильные и слабые стороны личности представляют в виде табл. 1.

Таблица 1

Сильные и слабые стороны личности

Ментальное кольцо		ЭГО		
	Базовая	4	3	Творческая
		СуперЭГО		
Витальное кольцо	Болевая	2	1	Ролевая
		СуперИД		
	Референтная	2	1	Суггестивная
		ИД		
	Ограничительная	3	4	Фоновая

Ментальное кольцо – **сознание**, витальное кольцо – **подсознание**, цифры – максимальное количество информации (в баллах), которую может обработать каждый психологический тип, используя свои сильные и слабые функции мозга.

Базовые функции – позволяют активно собирать информацию в большом объеме, улавливать все связи и тенденции развития.

**В чём силен**

Логика действия	Структурная логика	Этика эмоций	Этика отношений	Волевая сенсорика	Сенсорика ощущений	Интуиция возможностей	Интуиция времени
Джек, Штирлиц	Робеспьер, Максим	Гюго, Гамлет	Драйзер, Достоевский	Жуков, Наполеон	Дюма, Габен	Дон Кихот, Гексли	Есенин, Бальзак

Творческие функции – позволяют быстро усваивать информацию, новую генерировать самому, предлагать конструктивные решения, часто новые и нестандартные.

**В чём талантлив**

Логика действия	Структурная логика	Этика эмоций	Этика отношений	Волевая сенсорика	Сенсорика ощущений	Интуиция возможностей	Интуиция времени
Бальзак, Габен	Дон Кихот, Жуков	Дюма, Есенин	Наполеон, Гексли	Максим, Драйзер	Гюго, Штирлиц	Робеспьер, Достоевский	Гамлет, Джек

Ролевые функции – позволяют принимать на себя некую маску, роль, чтобы, для адаптации в незнакомой обстановке и чтобы выиграть время, - казаться лучше, чем есть на самом деле.

#### Какая роль к лицу

Логика действия	Структурная логика	Этика эмоций	Этика отношений	Волевая сенсорики	Сенсорика ощущений	Интуиция возможностей	Интуиция времени
Гюго, Гамлет	Драйзер, Достоевский	Джек, Штирлиц	Робеспьер, Максим	Дон Кихот, Гексли	Есенин, Бальзак	Жуков, Наполеон	Дюма, Габен

Болевые точки – область неуверенного, неприятного и болезненного восприятия информации.

#### В чём слабость

Логика действия	Структурная логика	Этика эмоций	Этика отношений	Волевая сенсорики	Сенсорика ощущений	Интуиция возможностей	Интуиция времени
Дюма, Есенин	Наполеон, Гексли	Бальзак, Габен	Дон Кихот, Жуков	Робеспьер, Достоевский	Гамлет, Джек	Максим, Драйзер	Гюго, Штирлиц

Суггестивные функции – позволяют воспринимать некую информацию восторженно, без критики, с энтузиазмом и радостью, с бессознательным доверием.

#### Что приносит радость

Логика действия	Структурная логика	Этика эмоций	Этика отношений	Волевая сенсорики	Сенсорика ощущений	Интуиция возможностей	Интуиция времени
Драйзер, Достоевский	Гюго, Гамлет	Робеспьер, Максим	Джек, Штирлиц	Есенин, Бальзак	Дон Кихот, Гексли	Дыма, Габен	Жуков, Наполеон

Референтные функции – позволяют бессознательно следовать неким указаниям, выполнять задания, подражать поведению группы людей, которым доверяет.

### Чему доверяет

Логика действия	Структурная логика	Этика эмоций	Этика отношений	Волевая сенсорика	Сенсорика ощущений	Интуиция возможностей	Интуиция времени
Наполеон, Гексли	Дюма, Есенин	Дон Кихот, Жуков	Бальзак, Габен	Гамлет, Джек	Робеспьер, Достоевский	Гюго, Штирлиц	Максим, Драйзер

Ограничительные функции – позволяют оградить себя от ненужной информации и ощущений, используя некие собственные стандартные фразы и действия

### Как защищается

Логика действия	Структурная логика	Этика эмоций	Этика отношений	Волевая сенсорика	Сенсорика ощущений	Интуиция возможностей	Интуиция времени
Робеспьер, Максим	Джек, Штирлиц	Драйзер, Достоевский	Гюго, Гамлет	Дюма, Габен	Жуков, Наполеон	Есенин, Бальзак	Дон Кихот, Гексли

Фоновые функции – позволяют воспринимать очевидную информацию автоматически, по шаблону, без лишних слов, и реагировать на неё, опираясь на собственный опыт.

### Что очевидно

Логика действия	Структурная логика	Этика эмоций	Этика отношений	Волевая сенсорика	Сенсорика ощущений	Интуиция возможностей	Интуиция времени
Дон Кихот, Жуков	Бальзак, Габен	Наполеон, Гесли	Дюма, Есенин	Гюго, Штирлиц	Максим, Драйзер	Гамлет, Джек	Робеспьер, Достоевский

Изучив свой психотип и научившись определять психотипы окружающих, можно понять многие различия между людьми, научиться правильно определять свою совместимость с другими людьми и избегать острых конфликтов при общении. Знание психотипов помогает понять, какие качества коллеги, родственника и знакомого следует использовать, а какие необходимо поберечь. Это особенно важно в семейных отношениях и при выборе спутника жизни. С учётом психотипа легко выбрать занятие или профессию, которые будут наиболее гармонично сочетаться с вашими способностями и характером. Известно, что наиболее устойчивые и гармоничные семьи создаются в том

случае, когда женщина выбирает себе мужчину в мужа, а не наоборот.

Однако нужно помнить, что деление людей на типы не подразумевает наличия "плохих" и "хороших" типов. **Психотип** - это только способ восприятия человеком окружающего мира. Как отнестись к полученной информации, какие решения принять, как поступить - каждый из нас решает сам, и к этому тип не имеет прямого отношения.

Информация, связанная с восприятием, обрабатывается различными долями полушарий мозга, поэтому кору головного мозга условно делят на четыре участка, примерно соответствующих четырём основным психофизическим функциям – интуиции (левое полушарие), сенсорике (правое полушарие), мышлению (лобная часть) и эмоциям (затылочная часть).

Чтобы избежать путаницы в сложных названиях, состоящих из сочетаний признаков (рациональный логико-интуитивный экстраверт, иррациональный сенсорно-этический интроверт и т.п.), приняты **псевдонимы** – каждому из 16 типов присвоен свой, в зависимости от «похожести» типа на какую-либо известную историческую личность или литературный персонаж.

Дон Кихот (Искатель) - Интуитивно-логический экстраверт
Бальзак (Критик) - Интуитивно-логический интроверт
Джек Лондон (Предприниматель) - Логико-интуитивный экстраверт
Робеспьер (Аналитик) - Логико-интуитивный интроверт
Гексли, Том Соьер (Психолог) - Интуитивно-этический экстраверт
Есенин (Лирик) - Интуитивно-этический интроверт
Гамлет (Наставник) - Этико-интуитивный экстраверт
Достоевский (Гуманист) - Этико-интуитивный интроверт
Наполеон, Цезарь (Политик) - Сенсорно-этический экстраверт
Дюма (Посредник) - Сенсорно-этический интроверт
Гюго (Жизнелюб) - Этико-сенсорный экстраверт
Драйзер (Хранитель) - Этико-сенсорный интроверт
Жуков (Маршал) - Сенсорно-логический экстраверт
Габен (Мастер) - Сенсорно-логический интроверт
Штирлиц, Холмс (Администратор) - Логико-сенсорный экстраверт
Максим Горький (Инспектор) - Логико-сенсорный интроверт

Известно, что все работники в процентном отношении делятся на 5 типов:

- денежников (только деньги давай) - 5%
- карьеристов (всегда на виду у начальства) – 10 %
- зарплатников (семейных) – 50%
- романтиков (идея – она и цель и стимул) – 30%
- неработников (от запоя до обеда) – 5%

Соционика выявила избыток в обществе интуитивных, а особенно логических типов (около 95%) и недостаток сенсорных, и главное - этических типов. А на исполнительских должностях чаще всего застревают интуитивные типы (до 80%).



## Выявление психотипа человека

Существует простая и надежная система, позволяющая узнавать характер человека - по внешности, по поведению, по поступкам человека, его высказываниям, моральным и этическим нормам, уровню культуры, интеллекта, например, трёхуровневая оценка<sup>2</sup>:

Уровень 1. Тело, внешность и физиология.

Уровень 2. Эмоции, движения и жесты.

Уровень 3. Поведение и поступки.

У каждого типа есть свой, отличный от других, индивидуальный целостный образ - замкнутая последовательность признаков и основой её служит система восприятия физического мира. В любых условиях и в любом состоянии человека - его тип проявляется в виде отдельных признаков.

Например, Штирлиц должен всех "строить", Дюма - создавать удобства, Жуков - "воевать" и т.д. Это стандартное условие и человек, каким бы он ни был, рано или поздно проявляет свое типичное поведение.

Точность оценки типа по уровням по количеству совпадений с настоящим типом такая:

Уровень 1. Тело, внешность и физиология - 80-100%

Уровень 2. Эмоции, движения и жесты - 50-100%

Уровень 3. Поведение и поступки - 30 -50%

К освоению соционических методов прибегают практикующие психологи, специалисты из области кадрового дела (новая специальность - **коучинг**) и управленческого консалтинга, семейные консультанты, социальные педагоги. На основе соционики разрабатываются и внедряются тренинги личностного роста и развития управленческих навыков, создаются службы знакомств. Соционика знает, какие стимулы в работе можно применить к конкретному человеку, каким руководителем он может быть (в том числе какую неформальную роль будет выполнять в коллективе), куда направить на обучение ребенка, какого спутника жизни выбрать, и какая эмоциональная атмосфера сложится в помещении, где собрались представители определенных типов. Но знание того, какого ты типа, не является гарантией успешного развития или неуспеха в жизни. Также и принадлежность к тому или иному типу ещё ничего не предопределяет. Дело в том, что человек во многом продукт социального развития. Потенциальные возможности психики должны быть реализованы, причём грамотно. В принципе любой человек способен ходить на двух ногах и овладеть членораздельной речью. Но история реальных «Маугли» показывает, что если человека этому не учить, то выжить он может, лишь бегая на четвереньках и воя на луну. Ничего человеческого в нём не будет, т.е. любые потенции можно свести на нет. То же в полной мере относится к соционическому типу. Нельзя не учитывать и такое явление, как история жизни человека. Понятно, что при одном и том же типе дети, выросшие в детдоме и в любящей семье, будут совершенно разными. Их способность к общению с другими людьми, уровень доверия, умение быть открытыми, сотрудничать, создавать семью и многое другое -

---

<sup>2</sup> [www.tipolog.narod.ru](http://www.tipolog.narod.ru)

не связаны непосредственно с соционикой. Но след на личности оставляют тяжелые условия жизни, недоедание, насилие, унижение, стрессы, военные конфликты, болезни, смерть близких и прочие обстоятельства, последствия которых в лучшем случае могут быть сняты психологами и психоаналитиками.

Взаимоотношения между различными психотипами людей приведены табл. 2 и 3 (взяты из двух независимых источников).

Обозначения в таблицах 2 и 3 межличностных отношений:

**Позитивные** отношения

Т – тождество      Зр - зеркальные      А - активатор      Д - дополняющие  
 Ро - родственные      Зк – передача социального заказа      Пз - приём социального заказа      Пд - полудополнение  
 отношения

**Негативные** отношения

Сэ - суперэго      Пп - полная противоположность      Кт - квазитожество      К – конфликтёр  
 Кн - контролёр      Пк – подконтрольный      Де - деловые      М - миражные отношения

Таблица 2

Взаимоотношения между различными психотипами людей

Я ..... ему	ДК	Дю	Гю	Рб	Гм	Гр	Жк	Ес	Нп	Ба	Дж	Др	Шт	Дс	Гк	Гб
<i>Дон Кихот</i>	Т	Д	А	Зр	Зк	Кн	Де	М	Сэ	Пп	Кт	К	Пз	Пк	Ро	Пд
<i>Дюма</i>	Д	Т	Зр	А	Кн	Зк	М	Де	Пп	Сэ	К	Кт	Пк	Пз	Пд	Ро
<i>Гюго</i>	А	Зр	Т	Д	Ро	Пд	Пз	Пк	Кт	К	Сэ	Пп	Де	М	Зк	Кн
<i>Робеспьер</i>	Зр	А	Д	Т	Пд	Ро	Пк	Пз	К	Кт	Пп	Сэ	М	Де	Кн	Зк
<i>Гамлет</i>	Пз	Пк	Ро	Пд	Т	Д	А	Зр	Зк	Кн	Де	М	Сэ	Пп	Кт	К
<i>Горький</i>	Пк	Пз	Пд	Ро	Д	Т	Зр	А	Кн	Зк	М	Ро	Пп	Сэ	К	Кт
<i>Жуков</i>	Де	М	Зк	Кн	А	Зр	Т	Д	Ро	Пд	Пз	Пк	Кт	К	Сэ	Пп
<i>Есенин</i>	М	Де	Кн	Зк	Зр	А	Д	Т	Пд	Ро	Пк	Пз	К	Кт	Пп	Сэ
<i>Наполеон</i>	Сэ	Пп	Кт	К	Пз	Пк	Ро	Пд	Т	Д	А	Зр	Зк	Кн	Де	М
<i>Бальзак</i>	Пп	Сэ	К	Кт	Пк	Пз	Пд	Ро	Д	Т	Зр	А	Кн	Зк	М	Де
<i>Джек</i>	Кт	К	Сэ	Пп	Де	М	Зк	Кн	А	Зр	Т	Д	Ро	Пд	Пз	Пк
<i>Драйзер</i>	К	Кт	Пп	Сэ	М	Де	Кн	Зк	Зр	А	Д	Т	Пд	Ро	Пк	Пз
<i>Штирлиц</i>	Зк	Кн	Дс	М	Сэ	Пп	Кт	К	Пз	Пк	Ро	Пд	Т	Д	А	Зр
<i>Достоевский</i>	Кн	Зк	М	Де	Пп	Сэ	К	Кт	Пк	Пз	Пд	Ро	Д	Т	Зр	А
<i>Гексли</i>	Ро	Пд	Пз	Пк	Кт	К	Сэ	Пп	Де	М	Зк	Кн	А	Зр	Т	Д
<i>Габен</i>	Пд	Ро	Пк	Пз	К	Кт	Пп	Сэ	М	Де	Кн	Зк	Зр	А	Д	Т

Таблица 3

## Взаимоотношения между различными психотипами людей

	Т	Д	А	Зр	Пз	Пк	Зк	Кн	Сэ	Пп	Кт	К	Де	М	Ро	Пд
иррационал-рационал	+	+	-	-	-	-	-	-	+	+	-	-	+	+	+	+
рассудительный-решительный	+	+	+	+	0	0	0	0	-	-	-	-	0	0	0	0
весёлый-серьёзный	+	+	+	+	0	0	0	0	-	-	-	-	0	0	0	0
демократ-аристократ	+	+	+	+	-	-	-	-	+	+	+	+	-	-	-	-
позитивист-негативист	+	-	+	-	-	+	-	+	+	-	+	-	-	+	-	+
уступчивый-упрямый	+	+	-	-	0	0	0	0	-	-	+	+	0	0	0	0
беспечный-предусмотрительный	+	+	-	-	0	0	0	0	-	-	+	+	0	0	0	0
интуит-сенсорик	+	-	-	+	0	0	0	0	-	+	+	-	0	0	0	0
логик-этик	+	-	-	+	0	0	0	0	-	+	+	-	0	0	0	0
процессор-результатор	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+	-	-	-	-	-	-
экстраверт-интроверт	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-
квестим-деклатим	+	-	-	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	+	-	+
конструктивист-эмотивист	+	-	+	-	0	0	0	0	-	+	-	+	0	0	0	0
тактик-стратег	+	-	+	-	0	0	0	0	-	+	-	+	0	0	0	0
статик-динамик	+	-	-	+	-	+	-	+	+	-	-	+	+	-	+	-

**Примечание:** знак «+» означает высокую вероятность таких взаимоотношений, знак «-» невероятность и число «0» нейтральность, равновероятность таких отношений

**Рассудительные.** Не любят и не умеют «давить» на других. Не требовательны по отношению к людям. Откровенны. Отходчивы, легко прощают, незлопамятны. Легко и бескорыстно оказывают услуги другим людям. Избегают власти и атмосферы конкуренции. Заботливы к родным и близким. Трудолюбивы. Склонны подолгу взвешивать решения - с точки зрения гармонии своих и чужих интересов.

**Решительные.** Любят и умеют оказывать давление на «слабые» точки

противника. Получают удовольствие от права командовать и давать приказания. Эгоцентричны, придирчивы и требовательны к окружающим. Собственным интересам отдают неизменный приоритет. В тенденции более злопамятны и мстительны. Склонны «продавливать» свой интерес любой ценой. Могут впасть в состояние ярости. Умеют ненавидеть. Склонны либо к явной агрессии (экстраверты), либо к агрессивным фантазиям (интроверты). Любят деятельность, сопряжённую с принятием решений – при этом умеют быть равнодушно-бесцеремонными в отношении чужих интересов.

**Конструктивисты.** Склонны к тревоге, напряжению и беспокойству. Ранимы. Имеют развитое чувство гармонии ощущений (причём не только конструктивисты-сенсорики, но и интуиты). Характерны увлечения дизайном, фотографией. Сильно развиты ощущения, «чувство тела», чувство контакта с окружающим пространством и иные функции большой коры височных долей (особенно правой доли). Отсюда происходит и характерная для конструктивистов способность к интегральному, целостному восприятию среды – без разбиения её на элементы.

**Эмотивисты.** В тенденции оптимистичны, беспечны и нетревожны. Уверены в себе. Равнодушны к бытовым вопросам и удобствам. Хорошо манипулируют чужими эмоциями.

**Весёлые.** Романтики – увлекающиеся, сомневающиеся, переживающие.

**Серьёзные.** Чуждые романтизма прагматики, поддерживающие хороший контакт с действительностью и уверенно чувствующие себя в жизни.

**Тактики.** Типичные зеваки, умеющие получать удовольствие от совершенно не касающихся их уличных происшествий. Ради удовольствия, приносимого им ориентировочно-исследовательской активностью, готовы пренебречь как биологическими, так и социальными потребностями (т.е. сексом, едой, деньгами и карьерой). Тактики более подвижны и пластичны, чем стратеги, более адекватны в ситуации «новизны» стимулов – в этих условиях типичное для тактиков ориентировочно-исследовательское поведение даёт им преимущества. Жизнь тактиков – это игра. Их жизнь посвящена изучению новых впечатлений и наполнена случайными делами и чужими заботами (от участия в которых тактик не получит конкретной осязаемой выгоды). Живут событиями и впечатлениями текущего дня и сравнительно мало думают о конечных целях. К тактикам относятся иррациональные интуиты и рациональные сенсорики.

**Стратеги.** Усиленная направленность на «пусковые» раздражители, т.е. усиление потребностно-мотивационных компонентов поведения и его безусловно-рефлекторных звеньев. У стратегов усилены биологические потребности: секс, еда. Социально-карьерные потребности у них также усилены. В целом стратеги отмечают у себя особенную силу всех желаний и влечений. У стратегов не возникает вопроса: «Чего я хочу?» - они всегда переполнены желаниями и стремлениями. Стратеги склонны идти к цели по самому короткому и быстрому пути. Удлинять или менять путь ради разнообразия и получения новых впечатлений – это не для них. По этой же причине стратеги берутся вначале не за сложное, а за самое простое и очевидное дело, которое наиболее быстро будет завершено и принесет скорейшее подкрепление в виде удовлетворения не-

костей потребности.

**Уступчивые.** Внушаемы, впечатлительны, возбудимы. Готовы «плясать под чужую дудку», даже не замечая этого – просто в силу своей внушаемости. Могут играть роль «усилителя» чужих эмоций и настроений. Способны внушать себе запахи, впадать в панику. Именно уступчивые часто отмечают у себя, что иногда «волосы поднимаются у них дыбом», а вся кожа «пронизывается иголками».

**Упрямые.** Маловнушаемы и маловозбудимы. Способны чётко различать свою и чужую волю. Плясать под чужую дудку не согласны ни при каких обстоятельствах – для них очень важно иметь право самостоятельно выбирать свой «маршрут». Эмоции не затрагивают их особенно глубоко. Для них характерны крепкие нервы и неизменное владение собой. Скорее флегматичны, чем возбудимы. Их внутренние мысленные представления (например, мысленное представление лиц или голосов людей, а также обонятельные и вкусовые ощущения и представления) лишены той яркости и живости, которая типична для «уступчивых». Снижена у них в тенденции и чувствительность к интонационной выразительности речи – как своей, так и чужой.

**Статики.** Склонны к фиксированному сосредоточению мыслей на одном объекте. Отсюда повышенная рассеянность статиков. На картине художника статика предметы кажутся более статичными и каменно-неподвижными, чем даже на фотографии. При «приходе» какой-либо мысли или идеи статики иногда склонны замирать в неподвижности. Решения принимают медленно, с колебаниями – из-за того, что долго и с трудом силятся «оторваться» от фиксированного взгляда на предмет и продумать динамические версии последствий принимаемого решения. Мало чувствительны и не наблюдательны по отношению к небольшим сдвигам в ситуации, в своём и чужом состоянии. Есть склонность к навязчивым мыслям и воспоминаниям, а также более выраженная (в сравнении с динамиками) склонность к навязчивым мышечным движениям (тикам) и ножным судорогам. Лучше понимают какой-то предмет или объект, если в своём мысленном представлении остановят его, «заморозят», лишат движения.

**Динамики.** Если верить анкете, они хорошо чувствуют изменения любых величин – например, изменения в эмоциональном состоянии другого человека, изменения физического состояния, рост утомления, изменения вкусовых ощущений и т.п. Это относится как к чужому, так и к собственному состоянию. Внешне более выразительны и подвижны, чем статики. Описывая своё мышление, динамики подмечают у себя как бы колебательное, «рыщущее» движение мыслей.

**Демократы.** В сравнении с другими признаками содержание признака «демократы-аристократы» выявляется менее чётко и однозначно. Демократы избегают вдаваться и вмешиваться в чужие дела, ценят свою и уважают чужую независимость.

**Аристократы.** Легко и охотно вмешиваются в отношения, получают удовлетворение от сознания того, что другие люди находятся в зависимости от них или чувствуют себя им обязанными.

**Квестимы.** Особенность квестимов - трудность переключения внимания: согласно самооценке квестимов, в начале дела им трудно войти в задание, а затем трудно переключаться с одного задания на другое. Не любят, когда их торопят и подгоняют или прерывают во время разговора. Способны держать сосредоточенное внимание лишь на одном деле, любые же переключения вызывают затруднения.

**Деклатимы.** Легко переключают внимание, могут распределять внимание одновременно между несколькими параллельно выполняемыми занятиями. Эмоционально более подвижны, чем квестимы. Отмечается также достоверно повышенная частота сновидений (в сравнении с квестимами).

**Беспечные.** Склонны «завышать планку»: результаты оказываются скромнее, чем прогнозы и обещания. Часто необдуманно увлекаются рискованными затеями, с трудом себя «притормаживают». Комфортно чувствуют себя в условиях цейтнота и стресса. Режим дня не соблюдают, часты перемены и отвлечения, непоседливость и неусидчивость.

**Предусмотрительные.** Они не сделают ни одного шага «наобум»: прежде чем сделать движение или принять решение, разберутся в ситуации. Избегают риска, избегают ставить на «темных лошадок», предпочитают ставки на проверенных лидеров. Подробны и обстоятельны в беседах. Соблюдают запланированные графики мероприятий и режим дня. Любят ответственную руководящую работу в большей мере, чем «беспечные». В разговоре не прыгают с темы на тему, всегда рассуждают последовательно. Склонны перестраховываться и "занижать планку" - результаты обычно оказываются лучше и выше первоначальных претензий и прогнозов.

**Процессоры.** Динамичные преобразователи. Им нравится «подстраивать действительность под свои цели». Окружающие объекты «видят» в процессе и в динамике: охотно обдумывают, что бы с ними можно было «этого» сделать. Их взгляд на мир состоит в том, что «всё течёт и всё изменяется». «Всегда делай первый шаг, даже если он окажется лишним» - это их принцип. Они больше результаторов способны к мгновенной смене эмоциональных состояний. Скорее возбудимы, чем флегматичны. Процессоры склонны вносить изменения в окружающую среду вне зависимости от эффективности ее функционирования - просто потому, что им приятен сам процесс преобразующих изменений.

**Результаторы.** Скорее флегматичны, чем возбудимы. В сравнении с процессорами у них есть повышенная склонность к лени. Не любят «давить» на других. Их взгляд на мир состоит в том, что ничего вокруг не надо менять, если всё и так идёт вполне нормально и никакого вмешательства по этой причине не требует. Результаторы оценивают свою работу не по объёму, а по конечному продукту. Предпочитают такие виды деятельности, где возможна однозначная оценка не «количества сидения», а конечного продукта. Те же профессии, где однозначная оценка результатов не возможна, не вызывают у них симпатий. Результаторы оценивают окружающий мир по результату: если результат их устраивает, то никаких изменений в обстановке и не требуется.

**Позитивисты.** Они романтичны, прекраснодушны и оптимистичны в ожиданиях (не путать с «романтизмом» весёлых, где напряженный и подчас су-

ровый, волнующий романтизм является совершенно иным явлением и предстаёт как требование к предпочитаемым сферам деятельности). Мир позитивисты видят в розовом свете. Довольно часто ошибаются в людях, потому что изначально склонны их идеализировать. Отходчивы, незлопамятны, расслаблены. Как и беспечные, склонны завышать планку ожиданий («беспечные» однако отнюдь не отличаются прекраснородушием «позитивистов» по отношению к людям и ситуациям – у «беспечности» нет корреляций с оптимизмом, там речь идет о повышенной импульсивности и сознательном пренебрежении риском).

**Негативисты.** Во всём склонны видеть возможные неприятности. Скептики, настраивающие себя на готовность к худшему. Часто просчитывают в голове варианты на тему, как отвести от себя опасность. Много думают о возможных неприятностях, не умеют полностью расслабляться, скептическая направленность ума, в первую очередь обращающего внимание на дурную сторону предметов. Типичным негативистом был, например, гоголевский персонаж Собакевич.

Каждый может сам оценить свой психотип, расставив оценки (например, по пятибалльной системе) своему отношению к собственным качествам личности – см. табл. 4. А в заключении приведены психотипы известных личностей, выявленные профессиональными психологами. Как видим, нет плохих психотипов, есть плохое использование человеком собственных возможностей.

#### **Причины отказа в приёме работе:**

- 1) неряшливый внешний вид просителя;
- 2) завышенный уровень притязаний просителя;
- 3) неумение вести диалог (коротко о себе, больше слушать);
- 4) отсутствие здорового карьеризма;
- 5) недостаток искренности и уверенности;
- 6) отсутствие интереса и энтузиазма;
- 7) несогласие на ненормируемый рабочий день;
- 8) чрезмерное внимание к зарплате;
- 9) низкая успеваемость во время учёбы;
- 10) нежелание начать рост карьеры с низов;
- 11) стремление к самооправданию;
- 12) недостаток такта;
- 13) незрелость, невежливость;
- 14) презрительные отзывы о прошлых и будущих работодателях.

#### **Ошибки при ведении диалога:**

1. Увлечение монологом.
2. Прерывать собеседника.
3. Смотреть мимо собеседника.
4. Вертеть что-то в руках, брэнчать ключами.
5. Делать непроницаемое лицо.
6. Быть чересчур серьёзным, не улыбаться.
7. Менять смысл сказанного собеседником, навязывая ему собственное толкование.
8. Невпопад задавать вопросы.

9. Отклоняться от темы разговора.
10. Заканчивать предложение за собеседника – бестактно.
11. Слишком пристально разглядывать собеседника.
12. Окидывать собеседника взглядом с оттенком сексуальной заинтересованности.
13. Оценивать слова собеседника как правдоподобные или, наоборот, недостоверные.
14. Часто кивать, говорить: «Угу, ага».
15. Стоять слишком близко или слишком далеко от собеседника (норма 0,5...1,2 м).
16. Показывать, что Вам всё известно.
17. Давать характеристики людям, не дослушав их.
18. Слушать незаинтересованно.
19. Разговаривать излишне эмоционально.
20. Вести беседу скованно, надо – уважительно и доброжелательно.

### **Характеристики психологического портрета человека**

**Сензитивность** – особенность человека, выражающаяся: в повышенной чувствительности и ранимости; в неуверенности в себе; в повышенной совестливости и склонности к сомнениям; в фиксации на своих переживаниях.

**Реактивность** - способность изучаемых субъектов реагировать на те или иные обстоятельства, насколько эмоционально реагируют на внешнее раздражение.

**Активность** – с какой энергией личность взаимодействует с окружающей средой и преодолевает препятствия при достижении своих целей.

Соотношение реактивности и активности - от чего в большей степени зависит деятельность человека: от случайных обстоятельств и настроения человека или от более устойчивых факторов, цель, намерения, стремления.

**Темп реакции** – о нём судят по скорости протекания различных психологических реакций и процессов (быстрота движения, темп речи, находчивость, быстрота ума).

Пластичность и ригидность – о них судят по тому, насколько легко, гибко и быстро приспособливается индивид к изменяющимся внешним условиям или, наоборот, насколько его поведение носит инертный, костный и стереотипный характер.

### **Литература по соционике**

1. Бескова Л.А., Удалова Е.А. Я и все остальные. Начала соционики. – М.: изд. ГроссМедиа, 2004. – 224 с.
2. Прилепская Н.А. Ваш ребёнок: какой он? – М.: изд. Астрель, 2003. – 220 с.
2. [www.socionika.su](http://www.socionika.su), [www.garmoniya.org](http://www.garmoniya.org), [www.profaudit.ru](http://www.profaudit.ru).
3. [www.tipolog.narod.ru](http://www.tipolog.narod.ru)
4. [www.socioniko.net/ru/celebr/index-celebr.htm](http://www.socioniko.net/ru/celebr/index-celebr.htm)



## Отношение к качествам личности

пассионарность (самоотречение)	доверчивость	капризность	внушаемость	скрытность	работо- способность
усидчивость	эмоциональность	скромность	скепсис	целе- устремлённость	воля
честолюбие	самолюбие	самоуверенность	самолюбование	самооценка	отношение к оди- ночеству
застенчивость	лидерство	любовь к комфорту	аскетизм	сенти- ментальность	фатализм
спортивность	доброта	рассудительность	ответственность	мастеровитость	конфликтность
гурман отношение к еде	отношение к моде	стремление обратить на себя внимание	озорство	отношение к семье, детям	совестливость
внимательность	тактичность	вежливость	деликатность	общительность	традиционность
пунктуальность чувство времени	новаторство	пофигизм	дерзость	наглость	отношение к похвале
отношение к кри- тике	Отношение к грубому нажиму	карьеризм	критичность	юмор	логика

**Психотипы известных личностей** (кино, театр, телевидение, эстрада, наука, философия, писатели, политика, армия, бизнес, литературные герои<sup>3</sup>)

<p><b>ДОН КИХОТ</b> <b>Искатель</b></p>  <p>Интуитивно-логический экстраверт Самый талантливый мужчина, самая одарённая женщина</p>	<p><b>БАЛЬЗАК</b> <b>Критик</b></p>  <p>Интуитивно-логический интроверт Самый интеллектуальный мужчина, самая сообразительная женщина</p>
<p>Дастин Хоффман, Р.Гир, Г.Тараторкин, О.Даль, А.Демьяненко, И.Кваша, Ст.Любшин, Мирей Матье. Ю.Никулин, А.Нилов, Джеми Ли Кёртис, К.Маркс, Г.Явлинский, А.Эйнштейн, Нильс Бор, Георгий Гамов, Фредерик Жолио-Кюри, Софья Ковалевская, Сенека, К.Циолковский, Джимми Картер, Горацио Нельсон, Г.Греф, Н.Чернышевский, А.Починок, д'Артаньян, капитан Тушин («Война и мир»)</p>	<p>А.Ширвинд, Д.Банионис, О.Басилашвили, С.Бондарчук, А.Градский, Марк Захаров, Б.Гребенчиков, Е.Евстигнеев, И.Корнелюк, Джон Леннон, И.Николаев, Раймонд Паулс, Л.Парфёнов, И.Ньютон, Сократ, И.Крылов, М.Лермонтов, Ю.Андропов, Индира Ганда, В.Герашенко, Шарль де Голль, Раиса Горбачёва, Н.Крупская, Е.Примаков, М.Ходорковский, Э.Шеварнадзе, Пьер Безухов, Печорин</p>
<p><b>ДЖЕК Лондон</b> <b>Предприниматель</b></p>  <p>Логико-интуитивный экстраверт Самый предприимчивый мужчина, самая быстрая женщина</p>	<p><b>РОБЕСПЬЕР</b> <b>Аналитик</b></p>  <p>Логико-интуитивный интроверт Самый учёный мужчина, самая умная женщина</p>
<p>Брэд Питт, А.Баталов(?), Жан Поль Бельмондо, Г.Бурков, А.Вертинская, О.Волкова, О.Газманов, Томми Ли Джонс, А.Кончаловский, Джек Николсон, М.Пореченков, Земфира Рамазанова, Дж.Робертс, А.Ромашин, Ума Турман, А.Френдлих, М.Галкин, Дм.Харатьян, Том Хэнкс, Ефим Шифрин, Е.Яковлева, С.Юрский, Арк.Гайдар, Роберт Льюис Стивенсон, Тони Блэр, Билл Гейтс, принцесса Диана, Б.Ельцин, Дж.Кеннеди, С.Кириенко, А.Чубайс, Смок Белью, Остап Бендер, инженер Гарин</p>	<p>Кевин Костнер, Р.Адомайтис, Ю.Будрайтис, Вера Глаголева, А.Гордон, Патрисия Каас, Деми Мур, И.Купченко, Е.Майорова, В.Приёмыхов, Курт Рассел, Изабель Юппер, О.Янковский, Поль Гоген, С.Рахманинов, А.Сахаров, Ант.Макаренко, Антон Чехов, А.Гордон, А.Вешняков, А.Гор, Ф.Дзержинский, С.Иванов, В.Путин(?), И.Хакамада, Атос, Иван Карамазов, Малыш (и Карлсон), Вера Павловна (у Чернышевского)</p>

## **ГЕКСЛИ/ ТОМ СОЙЕР**

### **Психолог**



Интуитивно-этический экстраверт  
Самый обаятельный мужчина,  
самая оригинальная женщина

В.Басов, Лия Ахеджакова, М.Боярский,  
Б.Брондуков, Р.Быков, А.Домогаров,  
В.Золотухин, О.Меньшиков, О.Остроумова,  
А.Баталов(?), А.Буйнов(?), Пьер Ришар,  
Е.Шифрин, Михаил Леонтьев, Вл.Листьев,  
Тина Канделаки, Бьёрк, Шер,  
М.Хлебникова, Фани Ардан, А.Шарапова,  
Л.Ярмольник, Марк Твен, Б.Немцов, Хлестак

## **ЕСЕНИН**

### **Лирик**



Интуитивно-этический интроверт  
Самый загадочный мужчина,  
самая тонкая женщина

А.Миронов, Г.Вицин, Хью Грант, А.Губин,  
С.Крамаров, Валерий Леонтьев, Ирина Мазуркевич, И.Смоктунский, А.Филозов,  
Роман Виктюк, А.Лазарев-мл., Ч.Хаматова,  
Н.Румянцева, А.Камолов, Г.Хазанов,  
Н.Гоголь, Н.Бухарин, Ю.Гагарин, Н.Рыжков,  
принц Чарльз, Мастер (у Булгакова)

## **ГАМЛЕТ**

### **Наставник**



Этико-интуитивный экстраверт  
Самый сердцеедный мужчина,  
самая изысканная женщина

В.Сухоруков, Ж.Агузарова, Н.Бурляев,  
Е.Воробей, М.Галкин, А.Ковальчук,  
М.Козаков, А.Лыков, А.Малинин,  
В.Машков, К.Райкин, А.Свиридова,  
Э.Лимонов, Г.Сукачёв, Микки Рурк,  
Ф.Киркоров(?), Е.Миронов(?), А.Проханов,  
К.Кинчев, Э.Радзинский, Б.Березовский,  
Д.Копперфильд, Дж.Ормонд, Дж.Буш,  
А.Гитлер, В.Жириновский, И.Грозный,  
Л.Троцкий, Н.Кидман, Н.Кински, Луи де Фюнес,  
А.Филиппенко, Ч.Чаплин, Андрей Болконский

## **ДОСТОЕВСКИЙ**

### **Гуманист**



Этико-интуитивный интроверт  
Самый чуткий мужчина,  
самая милосердная женщина

Е.Миронов, Н.Белохвостикова, О.Борисов,  
Валерия, Т.Друбич, Дм.Крылов,  
А.Кайдановский, В.Конкин, Энди Макдауэлл,  
С.Маковецкий, А.Мягков, М.Неёлова,  
Дм.Певцов(?), Е.Симонова, В.Соломин,  
А.Солоницын, И.Тальков, Инна Чурикова,  
Дм.Лихачёв, А.Солженицын, А.Вешняков,  
Николай II, Гвинет Петроу, Винсент Ван Гог,  
доктор Ватсон, князь Мышкин, Соня Мармеладова (у Достоевского)

**НАПОЛЕОН** Бонапарт / **ЦЕЗАРЬ****Политик**

Сенсорно-этический экстраверт  
Самый яркий мужчина,  
самая престижная женщина

Максим Леонидов, С.Безруков, А.Буйнов(?),  
Н.Гундарева, Т.Догилева, Т.Доронина,  
Н.Королёва, С.Крючкова, В.Меладзе, Лоли-  
та Милявская, Инна Макарова,  
И.Муравьёва, В.Пелш, А.Пугачёва,  
М.Распутина, И.Скобцева, Бритни Спирс,  
Ю.Стойнов, Эл.Тейлор, М.Арбатова,  
А.Пушкин, В.Познер(?), М.Горбачёв(?), Ека-  
терина II, Валентина Матвиенко, Алексашка  
Меньшиков, Дм.Рогозин, М.Саакашвили,  
М.Тухачевский, В.Черномырдин, Буратино,  
Анна Каренина, Незнайка, Ноздрёв, Наташа  
Ростова

**ДЮМА****Посредник**

Сенсорно-этический интроверт  
Самый обходительный мужчина,  
самая очаровательная женщина

А.Макаревич, Б.Окуджава, Н.Басков,  
Л.Бронева, Ю.Гальцев, А.Калягин(?),  
Е.Коренева, Ю.Кузнецов, Л.Куравлёв, Ната-  
лья Дарьялова, Е.Миронов(?), А.Масляков,  
В.Пресняков-мл., М.Пуговкин, А.Ровикович,  
С.Сададьский, М.Жванецкий, Барбра  
Стрейзанд, С.Селин, О.Табаков,  
А.Цекало(?), А.Ильин, М.Шолохов. Алек-  
сандр I, Климент Ворошилов, Екатерина I,  
С.Миронов, Э.Памфилова, Андрэ Моруа,  
Мишель Монтень, Г.Селезнёв, М.Фрадков,  
Н.Хрущёв, Санчо Панса, Чичиков

**ГЮГО****Жизнелюб**

Этико-сенсорный экстраверт  
Самый импозантный мужчина,  
самая энергичная женщина

Дж.Клуни, Р.Дубовицкая, О.Аросева, Санд-  
ра Баллок, Е.Бероев, А.Булдаков, В.Гафт,  
Амалия Гольданская, Н.Дроздов, Лев Дуров,  
М.Зудина, Л.Каневский, Р.Карцев, Пол Мак-  
картни, В.Меньшов, С.Минаев, Лайза Ми-  
нелли, Кл.Новикова, Л.Полищук, Е.Соловей,  
С.Фарада, Н.Фоменко, В.Этуш, Жюль Верн,  
Фидель Кастро, Билл Клинтон, Карслон-на-  
крыше

**ДРАЙЗЕР****Хранитель**

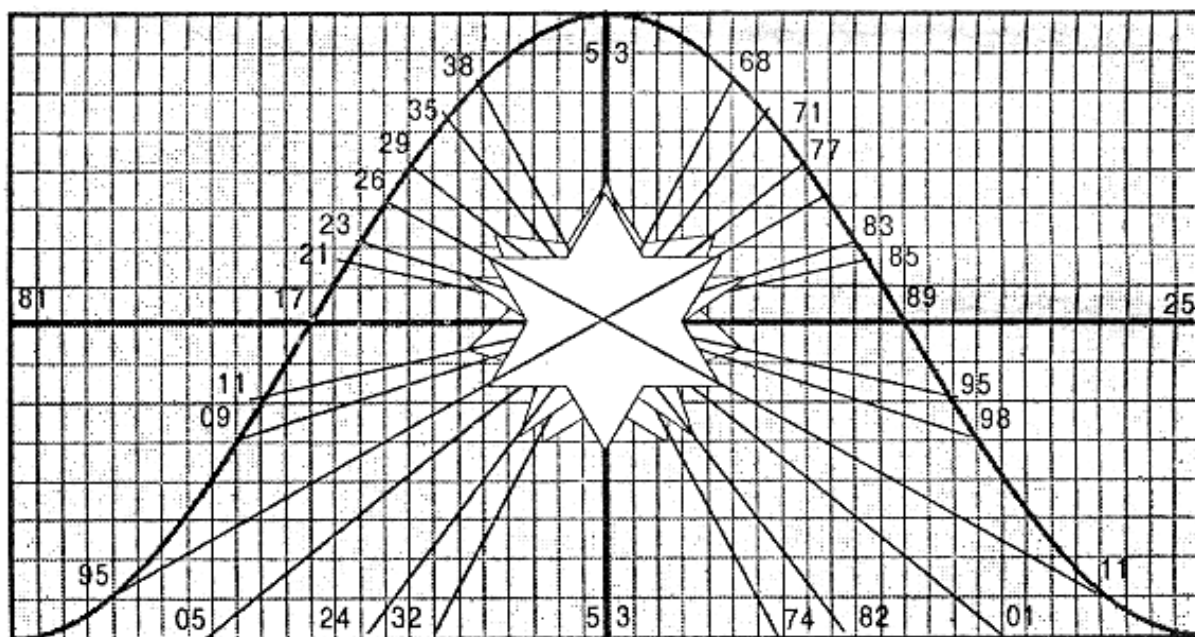
Этико-сенсорный интроверт  
Самый достопочтенный мужчина,  
самая правильная женщина

И.Калниньш, И.Алфёрова, Э.Быстрицкая,  
А.Варум, А.Демидова, Леонардо ди Каприо,  
И.Ильинский, О.Кабо, Н.Караченцов, Том  
Круз, Л.Лещенко, В.Невинный, Е.Петросян,  
Н.Расторгуев, С.Ротару, Дж.Траволта,  
Ю.Яковлев, С.Доренко, Лев Толстой,  
И.Тургенев, Л.И.Брежнев, С.Глазьев,  
Н.Сванидзе, Л.Нарусова, М.П.Хоботова (в  
«Покровских воротах»)

## Этногенез<sup>4</sup>

Цикличность хода истории была замечена уже давно, из россиян наиболее известны работы Н.А.Морозова, Л.Н.Гумилёва, Ильи Стогова. О повторяемости исторических событий писали С.И.Валянский и Д.В.Калужный, собственно эта повторяемость принята за наложение одних и тех же событий друг на друга создателями «Новой хронологии» Г.В.Носовским и А.Т.Фоменко.

По Н.Д.Морозову – график, отражающий современность, выглядит следующим образом – рис. 1.



На графике изображено симметричное расположение исторических дат относительно оси вращения (1953 г.).

Рис. 1.

А по Ф.М.Ройзенману мы живём во всё ускоряющемся мире: в геологической форме движения средний коэффициент ускорения равен  $K_{\text{уск}}=1,3$ , а биологическое развитие идёт с ускорением с  $K_{\text{уск}}=2,3$  и антропологическое - с  $K_{\text{уск}}=3$  и общественное – с  $K_{\text{уск}}=3,3$ .

### Основные понятия этногенеза

**Этногенез** - процесс становления новой этнической общности на базе различных этнических компонентов, существовавших ранее, формирование её этнографических, лингвистических и антропологических особенностей.

**Суперэтнос** - группа этносов, возникающих одновременно в одном регионе, и проявляющая себя в истории как мозаичная целостность.

<sup>4</sup> По Гумилёву Л.Н. и его последователям

**Этнос** - устойчивый, естественно сложившийся коллектив людей, противопоставляющих себя всем прочим аналогичным коллективам и отличающийся своеобразным стереотипом поведения, который закономерно меняется в историческом времени.

**Субэтнос** - элемент структуры этноса, взаимодействующий с прочими. При упрощении этносистемы в финальной фазе число субэтносов сокращается до одного, который становится реликтом.

Активная метисация, разъедающая этносы, вовлекает их в общий процесс распада. Известно, что у животных метисные формы часто нестойки и обычно лишены приобретённых способностей обоих родителей, восполняя это в первом поколении повышенным жизнелюбием, часто пропадающим уже в последующих поколениях. Потомки от смешанных браков либо возвращаются к одному из первоначальных типов (отцовскому или материнскому), либо вымирают, потому что адаптация к той или иной среде вырабатывается несколькими поколениями, она является традицией, смесь же двух традиций создает неустойчивость адаптации.

На Земле нет человека без этноса и этноса без родины, под которой следует понимать оригинальное и неповторимое сочетание ландшафтов и геобиоценозов. Этническое разнообразие объясняется адаптацией групп людей в разных ландшафтах: в разных климатических условиях географической среды образуются разные этносы и разные культурные традиции.

Структура этнического стереотипа поведения - это строго определенная норма отношений: между коллективом и индивидом; индивидов между собой; внутриэтнических групп между собой. Эти нормы, в каждом случае своеобразные, изменяясь, то быстро, то очень медленно, негласно существуют во всех областях жизни и быта, воспринимаясь (в каждом этносе и в каждую отдельную эпоху) как единственно возможный способ общежития, поэтому для членов этноса они отнюдь не тягостны. Соприкасаясь же с другой нормой поведения в другом этносе, человек удивляется, теряется, поскольку встречается с другой формой поступков и взаимоотношений. Нет человека вне этноса, кроме новорожденного младенца.

Итак, этнос - коллектив людей, выделяющий себя из всех прочих коллективов. Этнос более или менее устойчив, хотя возникает и исчезает в историческом времени. Нет ни одного реального признака для определения этноса, применимого ко всем известным нам случаям. Язык, происхождение, обычаи, материальная культура, идеология иногда являются определяющими моментами, а иногда - нет. Вынести за скобки мы можем только одно - признание каждой личностью: "Мы - такие-то, а все прочие - другие". Поскольку это явление универсально, можно предположить, что оно отражает некую физическую или биологическую реальность.

Прямые потомки древних римлян, эллинов, ассирийцев, видоизменившись до неузнаваемости, живут по сей день, но уже не являются ни римлянами, ни эллинами, ни ассирийцами, ибо заимствовали от предков только генофонд.

### **Ландшафт.**

На этнические процессы ландшафт влияет принудительно. Все народы, селившиеся когда-либо в Италии - этруски, латины, галлы, греки, сирийцы, ланго-

барды, арабы, норманны, швабы, французы, - постепенно, за два-три поколения, теряли прежний облик и сливались в массу итальянцев, своеобразный этнос со специфическими чертами характера и поведения. И так везде.

Известно различие между географической и техногенной средой, в которых люди живут одновременно. Географическая среда возникла без вмешательства человека и сохранила естественные элементы, обладающие способностью к саморазвитию. Техногенная же среда создана трудом и волей человека. Её элементы не имеют аналогов в девственной природе и к саморазвитию не способны, они могут только разрушаться. Техносфера и социосфера вообще не относятся к географической среде, хотя постоянно взаимодействуют с ней.

Эпохи, в которые земледельческие народы создают искусственные ландшафты, относительно кратковременны. Совпадение их по времени с жестокими войнами не случайно, но, разумеется, мелиорация земель не является поводом к кровопролитию. Когда способность к сверхнапряжению слабеет, то созданный ландшафт только поддерживается, а вот когда эта способность исчезает - восстанавливается этноландшафтное равновесие, т.е. биоценоз.

Это бывает всегда и везде, независимо от масштабов произведенных перемен и от характера деятельности, созидательного или хищнического. Т.е. изменение природы - не результат постоянного воздействия на нее народов, а следствие кратковременных периодов в развитии самих народов.

В XIX и начале XX в. достижения техники позволили хищнически уничтожать запасы природных богатств, и это казалось путем прогресса. Ныне уже не хватает пресной воды для нужд промышленности, флора угнетена, пылевые бури в США мстят за уничтожение биоценозов прерий, воздух в больших городах обеднен кислородом, с лица Земли за последние 300 лет исчезли 110 видов позвоночных животных и под угрозой находятся еще 600 видов. И этот процесс был назван **победой над природой**. Теперь стало ясно, что мы наблюдаем явление повышенной адаптивности и агрессивности вида *Homo sapiens*, **лишь одного** из компонентов биосферы планеты Земля.

Человеческое творчество вырывает из природы частицы вещества, и тогда камни превращаются в пирамиды, шерсть - в пиджаки, металл - в сабли и танки. А эти предметы лишены саморазвития; они могут только разрушаться. Но не все создания человека таковы: поле пшеницы, арык, стадо коров или домашняя кошка остаются в составе географической среды, несмотря на воздействие человека. А что дала нам победа над природой и творчество человека? От палеолита остались многочисленные кремневые случайно оброненные скребки да рубила; от неолита - мусорные кучи на местах поселений. Античность подарила нам развалины городов, а Средневековье - руины замков. Даже тогда, когда древние сооружения доживали до нашего времени, как, например, пирамиды или Акрополь, это всегда инертные структуры, разрушающиеся относительно медленно. И вряд ли в наше время найдется человек, который предпочел бы видеть на месте лесов и степей груды отходов и бетонированные площадки. А ведь техника и её продукты - это овеществление разума. Человечество, существующее на Земле совсем немного, каких-нибудь 30÷50 тысяч лет, успело произвести на её поверхности такие разрушительные перемены, которые В.И.Вернадский приравнивал к геологическим переворотам малого масштаба. Каким образом лишь один из видов млекопитаю-

щих, причём не самый крупный, сумел до такой степени видоизменить, и не в лучшую сторону, Землю, на которой живет?

Судьба всех этносов - постепенный переход к этноландшафтному равновесию, при котором этнический коллектив, например племя, входит в биоценоз того или иного региона и прирост населения, ограниченный возможностями биохора, прекращается, этносы находят свое место в геобиохимии. **Стабильное состояние этноса** - это тот случай, когда вся энергия, получаемая из природной среды, целиком расходуется на поддержание процессов внутри системы, и выход её близок к нулю. **Динамическое состояние** - это внезапно возникающая способность к большему захвату энергии и выходу её за пределы этнической системы - в виде работы.

В эпоху подъёма люди заняты оформлением своих этносов в небольшие, но резистентные социальные группы, и поэтому им не до того, чтобы уничтожать животных и леса. Природа отдыхает. Редкое население, которое осталось после всех солдатских мятежей, гибели римских провинций и единого управления, после походов, нападений варваров, которых тоже было очень немного - ограничено влияло на природу, и в Европе выросли леса. Так, 2/5 Франции заросли лесом за эти годы, расплодилось и дикие животные и перелетные и местные птицы, куропатки, цапли, т.е. страна, обеспокоенная цивилизацией, опять превратилась в земной рай. И тут оказалось возможным производить защиту этой страны и оказалось, что имеет смысл её защищать, потому что жить-то в ней хорошо, а враги всегда были повсюду.

### **Цивилизация и природа.**

Какую бы свирепость ни проявляли пассионарные завоеватели, природу портили они всё же ограниченно. Брели они то, что лежало на поверхности, то, за что надо было драться, но не нужно было трудиться. Поэтому после их победоносных походов оставались восстановимые биоценозы и сильно потрепанные, но не истребленные племена индейцев, негров, полинезийцев и папуасов. А ведь при этом захватчики ежеминутно рисковали жизнью.

Как бы ни бесчинствовали пассионарии, но в отношении к кормящей нас природе торжествующий обыватель - явление куда более губительное. В этой фазе риск никому не нужен, ибо необходимые победы одержаны и начинается расправа над беззащитными. А что беззащитнее благодатной биосферы?

Объявлено, что "человек - царь природы", и он стал брать с неё дань спокойно и планомерно. Хлопковые плантации покрыли некогда зеленые холмы южных штатов США и через довольно короткое время превратили их в песчаные дюны. Прерии распаханы, урожаи огромны; вот только частенько налетают пылевые бури, губящие сады и посевы восточных штатов вплоть до Атлантики. А в Европе промышленность бурно развивается и приносит громадные прибыли, но Рейн, Сена и Висла превратились в сточные каналы.

Это сейчас, но ведь и раньше было то же самое. За 15 тыс. лет до н.э. на Земле не было пустынь, а теперь куда ни глянь - пустыня. Не набеги тюркских и монгольских богатырей превратили в песчаные барханы южные степи. Это сделали планомерные работы земледельцев, думающих об урожае этого года, но не дальше. Такие же трудящиеся крестьяне взрыхлили почву Сахары и позволили ветрам-самумам развеять её. Они же засоряют окрестность своих поселков про-



мышленными отходами и бутылками, а ядовитые химикалии спускают в реки. Никакие пассионарии до такого не додумались бы никогда, а гармоничным людям ничего невозможно объяснить. Да и стоит ли? Ведь это - не последняя фаза этногенеза. И точно так же ведут себя этносы, имеющие за плечами огромный пласт накопленной предками культуры.

Египет Древнего царства и Шумер имели более высокую культуру земледелия, нежели Египет Нового царства и Ассирия, покорившая Месопотамию. Видимо, дело не в вещах, а в людях, вернее, в запасе их творческой энергии - пассионарности. Поэтому технику и искусство можно рассматривать как индикаторы этнических процессов, своего рода кристаллизацию пассионарности минувших поколений.

Но не следует думать, что любая мелиорация почв губительна. Она становится таковой лишь тогда, когда она не продумана, местность не изучена и последствия не учтены. А это в древности бывало тогда, когда за дело брались люди чужие, пришлые. Им было некогда изучать, надо было сразу действовать... Иначе действуют люди, принадлежащие к этносу, который составляет часть вмещающего ландшафта. Тем самым создается устойчивый биоценоз, где для растений, животных и людей находят свои экологические ниши. Обычно создание такой этноландшафтной системы приурочено к начальной фазе этногенеза, ибо этногенезы - природные процессы, вписывающиеся в естественное формирование ландшафтной оболочки Земли.

Безнравственность и беззаконие в городах - прелюдия расправы над лесами и полями, ибо причина того и другого - снижение уровня пассионарности этносоциальной системы. При повышении пассионарности характерной чертой является суровость и к себе и к соседям. При снижении пассионарности - характерно "человеколюбие", прощение слабостей, потом - небрежение к долгу, потом - преступления. А затем идёт перенесение "права на безобразия" с людей на ландшафты.

Как правило, для первой фазы этногенеза характерно стремление к благоустройству. Люди, живущие в начальных фазах, не представляют себе, что и их систему ждет конец; а если такая идея кому-либо и взбредет в голову, то его никто не захочет слушать. Поэтому всегда существует стремление строить навечно, не жалея сил. Богатства природы ещё представляются неограниченными, и задача заключается в том, чтобы наладить их беспрепятственное получение.

## **Пассионарность**

Пассионарность - это биологический признак, а первоначальный толчок, нарушающий инерцию покоя, - это появление поколения, включающего некоторое количество пассионарных личностей. Они самим фактом своего существования нарушают привычную обстановку, потому что не могут жить повседневными заботами, без увлекающей их цели. Необходимость сопротивляться окружению заставляет их объединиться и действовать согласно; так возникает первичная консорция, объединение.

Порождаемая пассионарным напряжением активность при благоприятном стечении обстоятельств ставит эту консорцию в наиболее выгодное положение, тогда как разрозненных пассионариев не только в древности либо изгоняли из

племён, либо просто убивали. Примерно так же обстоит дело в классовом обществе (примеры из литературы - Онегин, Чацкий, Печорин).

Пассионарность - это необоримое внутреннее стремление (осознанное или, чаще, неосознанное) к деятельности, направленной на осуществление какой-либо цели (часто иллюзорной). Но цель эта представляется пассионарной личности иногда ценнее даже собственной жизни, а тем более жизни и счастья современников и соплеменников.

Пассионарность отдельного человека может сопрягаться с любыми способностями: высокими, средними, малыми; она не зависит от внешних воздействий, являясь чертой психической конституции данного человека; она не имеет отношения к этике, одинаково легко порождая подвиги и преступления, творчество, разрушения, благо и зло, исключая только равнодушие; она не делает человека "героем", ведущим "толпу", ибо большинство пассионариев находятся в составе "толпы", определяя её потенциальные возможности в ту или иную эпоху развития этноса.

Проявления пассионарности разнообразны: тут и гордость, стимулирующая жажду власти и славы в веках; тщеславие, толкающее на демагогию и творчество; алчность, порождающая скупцов, стяжателей и учёных, копящих знания вместо денег; ревность, влекущая за собой жестокость и охрану очага, а применённая к идее - создающая фанатиков и мучеников. Поскольку речь идёт об энергии, то моральные оценки неприменимы: добрыми или злыми могут быть сознательные решения, а не импульсы.

Известно, что подавляющее число поступков, совершаемых людьми, диктуется инстинктом самосохранения либо личного, либо видового. Видовой инстинкт самосохранения проявляется в стремлении к размножению и воспитанию потомства.

Однако пассионарность имеет и обратный вектор, ибо заставляет людей жертвовать собой и своим потомством, которое либо не рождается, либо находится в полном пренебрежении ради иллюзорных вожделений: честолюбия, тщеславия, гордости, алчности, ревности и прочих страстей. Следовательно, можно рассматривать пассионарность как антиинстинкт, или инстинкт с обратным знаком.

Вспышки этногенеза связаны не с культурой и бытом народов, находящихся в развитии или застое, не с их расовым составом, не с уровнем экономики и техники, не с колебаниями климата, меняющими экологию этноса, а с определенными условиями пространства и времени. Сам по себе ландшафт не порождает новых этносов, потому что они, бывает, не возникают на том или ином, пусть очень удобном, месте целые тысячелетия. Регионы этногенеза все время меняются.

Формирование нового этноса всегда связано с наличием у некоторых индивидов необоримого внутреннего стремления к целенаправленной деятельности, всегда связанной с изменением окружения, общественного или природного, т.е. он становится «способен на поступок». Такое редко встречающееся явление - есть отклонение от видовой нормы поведения. Он может быть связан как с повышенными способностями (талантом), так и со средними способностями. Люди, обладающие этим признаком, при благоприятных для себя условиях совершают (и не могут не совершать) поступки, которые, суммируясь, ломают инерцию традиции и иницируют новые этносы, такие люди как закваска - вызывают брожение в

коллективе.

Деяния, продиктованные пассионарностью, легко отличимы от обыденных поступков. Не менее отличаются они от реактивных акций, вызываемых внешними раздражителями, например вторжением иноплеменников. Реакции, как правило, кратковременны и потому безрезультатны. Для пассионариев же характерно посвящение себя той или иной цели, преследуемой иной раз на протяжении всей жизни.

Творческое сгорание Гоголя и Достоевского, добровольный аскетизм Ньютона, надломы Врубеля и Мусоргского - это тоже примеры проявления пассионарности, т.к. подвиг науки или искусства требует жертвенности, как и подвиг "прямого действия". В процессах этногенеза учёные и артисты тоже играют важную роль, хотя и другую, нежели деятели политической истории. Они придают своему этносу специфическую окраску и таким образом либо выделяют его из числа прочих, либо способствуют межэтническому общению, благодаря чему возникают суперэтнические целостности и культуры.

Пассионарность обладает важным свойством: она заразительна. Это значит, что люди гармоничные (а в ещё большей степени - импульсивные), оказавшись в непосредственной близости от пассионариев, начинают вести себя так, как если бы они сами были пассионарны. Но как только достаточное расстояние отделяет их от пассионариев, они обретают свой природный психоэтнический поведенческий облик. Это обстоятельство без специального осмысления известно довольно широко и учитывается главным образом в военном деле. Там либо выбирают пассионариев, узнавая их интуитивно, и формируют из них отборные, ударные части, либо сознательно распыляют их в массе мобилизованных, чтобы поднять "воинский дух". Во втором случае считается, что два-три пассионария могут повысить боеспособность целой роты. В критических случаях воздействовать на сознание, т.е. на рассудок людей, как правило, бесполезно. И никакие доводы не помогают. Это явление объясняется пассионарной индукцией и резонансом. Без пассионариев, как только исчезает генератор пассионарной индукции и иссякает инерция резонанса – объединение рассыпается очень быстро.

Не только выгоды и материальные блага формируют стереотип поведения людей, их любовь и ненависть в значительной мере связаны с подсознательной стихией психики, психотипом личности (соционика), благодаря чему слова "свои" и "чужие" - не абстрактные понятия, а ощущения действительно существующих этнических полей и ритмов. Вот почему этносы и их скопления - суперэтносы существуют по полутора тысяче лет - и не рассыпаются, как карточные домики, от случайных дуновений или потрясений. Но когда исчезает пассионарность, т.е. сила, колеблющая этническое поле, этнос (или суперэтнос) рассыпается сам, от собственной тяжести и дряхлости.

### Стадии этногенеза

"Пусковой момент" этногенеза - это внезапное появление в популяции некоторого числа пассионариев и субпассионариев<sup>5</sup>; фаза подъема - быстрое увели-

---

<sup>5</sup> **Субпассионарии** - бродяги-солдаты, кондотьеры, вольные стрелки, ландскнехты, ценящие

чение числа пассионарных личностей; акматическая фаза - максимум числа пассионариев; фаза надлома - это резкое уменьшение их числа и вытеснение их субпассионариями; инерционная фаза - медленное уменьшение числа пассионарных личностей; фаза обскурации - почти полная замена пассионариев субпассионариями, которые в силу особенностей своего склада либо губят этнос целиком, либо не успевают погубить его до вторжения чужаков извне. Во втором случае остается реликт, состоящий из гармоничных особей и входящий в биоценоз населяемого им региона как верхнее, завершающее звено.

Для построения кривой пассионарного напряжения (рис. 2) Л.Н.Гумилёв выделил события этнического масштаба: столкновения двух или более субэтносов. Названия фаз этногенеза соответствуют отрезкам, отложенным по шкале времени. Эта кривая есть обобщение **40 индивидуальных кривых этногенеза**, построенных для различных суперэтносов, возникших вследствие различных толчков.

Ясно, что относительная длительность этногенеза различна. Вся фаза подъёма длится примерно **300 лет**; процесс роста идёт весьма интенсивно. Примерно такая же по длительности и акматическая фаза. Именно в этом периоде складывается комплексное своеобразие этноса, заканчивается его экспансия и создаются для формирования суперэтнических культурных образований. Надлом длится меньше и занимает по времени **от 150 до 200 лет**. Особенно сильно варьируют по своей длительности фазы инерции и обскурации. Это зависит как от интенсивности внутренних процессов разложения этноса, так и от исторической судьбы, определяемой степенью развития материального базиса, накопленного за предшествовавший период, физико-географическими условиями ареала и состоянием смежных этносов. Наконец, продолжительность фазы гомеостаза, в которой существуют исторические реликты, уже целиком зависит от историко-географических особенностей территории, вместившей остаток разбитого этноса. Если эти условия благоприятны, он становится изолятом и существует неопределенно долго, т.е. до тех пор, пока на его землю не позарятся соседи. Таким образом, весь цикл этногенеза занимает от момента оформления этносоциальной системы до превращения этноса в реликт **около 1200 лет**, конечно, при отсутствии внешнего смещения, которое может нарушить процесс этногенеза в любой фазе.



**ФАЗЫ** Подъём Акматическая Надлом Инерционная Обскурация Регенерация Реликт

Рис. 2.

**1. Фаза подъёма.** Развитие индивидуализма на фазе подъёма ведёт к столкновению активных индивидуумов, по большей части кровавому. Внутри этноса или на уровне суперэтнической общности (т.е. культуры) возникает ожесточенное соперничество, поглощающее силы, которые до сих пор направлялись на решение задач внешних. Чаще всего такой "расцвет" вызывает реакцию, т.е. стремление к ограничению распрей и убийств. Этому способствует и то обстоятельство, что представители поколений индивидуалистов столь интенсивно истребляют друг друга или гибнут во внешних войнах, манящих их богатой добычей, что процент их неуклонно снижается.

**2. Акматическая фаза.** В акматической фазе общее снижение пассионарности происходит волнообразно. Периоды подъёма чередуются с периодами пассионарной депрессии, когда уровень пассионарного напряжения резко снижается, а затем снова следует период роста. Но последующий подъём уже не достигает уровня предыдущего. Механизм таких чередований понятен: поскольку пассионариев в этой фазе достаточно много, разброс их генофонда велик. Их потомки выводят систему из того состояния развала, в которое она приходит после гибели отцов и старших братьев в междоусобной войне. Однако однажды запаса пассионарности в системе становится недостаточно, чтобы вывести её из очередной депрессии. Спад становится устойчивым, и его монотонность открывает двери новой фазе этногенеза.

Пассивное большинство членов этноса, вдоволь настрадавшееся от често-

любивых устремлений своих сограждан, дружно отказывает в поддержке соплеменникам, желающим быть героями. В этих условиях пассионарный спад ускоряется, социальная перестройка неизбежно отстает от потребностей, диктуемых этнической динамикой. Оставшиеся в живых пассионарии примыкают либо к одной, либо к другой соперничающей группировке и таким образом истребляют друг друга в гражданских войнах, являющихся неизбежным атрибутом фазы надлома. Здоровый "обывательский" цинизм следует за мятежной эпохой неизбежно.

**3. Фаза надлома.** Акматическая фаза этногенеза недолговечна. Пассионарность, как огонь, и греет, и сжигает. Перегревы в акматической фазе сменяются временными спадами, когда правительству удается навести кое-какой порядок. Но следующая вспышка пассионарности ломает установившиеся нормы, и регион событий опять становится ареной соперничества страстных и отчаянных персон, умеющих находить себе сторонников среди субпассионариев.

Хорошо еще, когда удается "сплавить" таких людей за пределы страны: в Палестину, в Мексику, в Сибирь; тогда пассионарный уровень снижается, народу становится легче, правительство может координировать ресурсы страны и с их помощью одерживать победы над соседями. Внешне этот спад пассионарного напряжения кажется прогрессом, так как успехи затемняют подлинное снижение энергетического уровня. При невысокой пассионарности, но достаточных способностях люди самопроявляются в областях, не связанных с риском: в искусстве, науке, в преподавании и в технических изобретениях.

**4. Инерционная стадия.** Для неё характерно отсутствие личной заинтересованности. Люди как будто любят своё дело больше самих себя. Как только количество пассионарных людей уменьшается, наступает время, которое мы привыкли называть "расцветом", но правильнее было бы сказать "разбазаривание".

В этот период рождается огромное количество писателей, художников, профессоров и т.п., совершавших подчас нечто грандиозное только для того, чтобы прославить свое имя. Таковы и веселые кутилы, прожигатели жизни, они тоже живут сегодняшним днем, хотя бы продолжительностью в целую, но свою жизнь. Когда процент людей этого склада в составе этноса увеличивается, то наследство, скопленное их жертвенными предками, быстро растрачивается, и это производит обманчивое впечатление изобилия, почему и считается "расцветом".

Для активной внешней политики этноса оказывается самым выгодным не высшая, а средняя степень распространения способности к сверхнапряжениям, потому что при ней возможна консолидация сил и координация действий. При дальнейшем ослаблении напряжения в этническом коллективе становится легким управление, но понижается сила сопротивления внешним воздействиям.

Преобразование ландшафта, открытие новых стран, изнурительная работа в лаборатории или библиотеке, не по обязанности, а по совести, отрывают людей от семьи, либо вообще мешают её созданию. Но ведь мы помним имена Колумба и Магеллана, Пржевальского и Ливингстона, сгоревших в работе. Таковы и художники Рембрандт и Ван Гог, Андрей Рублев и Михаил Врубель. А героев, сражавшихся за отечество, можно даже не перечислять, так как такие примеры известны каждому. Многие из них не оставили следа в генофонде, но этой жертвой оставили след в культуре.

Но всё же некоторые из этих людей имели семьи, а их дети вовсе не про-

явили талантов родителей. Способности сами по себе - еще не всё. **Для великих свершений нужен запал, толкающий людей на жертвенное служение идеалу,** реальному или мнимому. Именно этот запал можно рассматривать как рецессивный признак, т.к. он передается далеко не всегда.

Но однообразие унылого существования снижает жизненный тонус людей настолько, что возникает склонность к наркотикам и другим извращениям, дабы восполнить образовавшуюся душевную пустоту. А это всегда ослабляет этнос как систему. А, лишившись экстремальных генотипов, этнос упрощается за счёт снижения разнообразия. В спокойных условиях это малоощутимо, но при столкновениях с биологической средой, главным образом с агрессивными соседями, отсутствие активных специализированных и жертвенных элементов ощущается крайне болезненно.

В фазе этнической инерции способность к расширению ареала снижается, и наступает пора воздействий на ландшафты собственной страны. Растёт техносфера, т.е. количество нужных и ненужных зданий, изделий, памятников, утвари - за счёт уничтожения природных ресурсов. Часть таких изменений - относительно безвредные искажения природы: арыки, поля монокультур, огромные стада рогатого скота. Оставленные без внимания, они возвращаются в естественные геобиоценозы. Биосфера, способная прокормить людей, не в состоянии насытить их стремление покрыть поверхность планеты хламом, выведенным из цикла конверсии биоценозов. В этой фазе этнос, как Антей, теряет связь с почвой, т.е. с жизнью, и наступает неизбежный упадок.

Последняя фаза этногенеза деструктивна. Члены этноса, неспособные по закону необратимости эволюции вернуться к контакту с биосферой, переходят к хищничеству, но оно их не спасает. Идёт демографический спад, после которого остаются периферийные субэтносы, минимально связанные с главной линией этногенеза. Они либо прозябают как реликты, либо создают новые этносы с иными поведенческими доминантами. Тогда процесс возобновляется, конечно, лишь в том случае, если происходит очередной пассионарный толчок.

**5. Фаза обскурации.** Отличительной чертой такой "цивилизации" является сокращение активного элемента и полное довольство эмоционально пассивного и трудолюбивого населения. Однако живёт и достаточное количество людей и нетворческих, и нетрудолюбивых, но обладающих повышенными требованиями к жизни. В героические эпохи роста и самопроявления эти люди имеют мало шансов выжить. Они плохие солдаты, никакие рабочие, а путь преступности в строгие времена быстро приводил их на эшафот. Но в мягкое время цивилизации при общем материальном изобилии - для всех есть лишний кусок хлеба и женщина. Такие "жизнелюбы" начинают размножаться без ограничений и не стремятся ни к чему такому, чего нельзя было бы тут же съесть или выпить. Всякий рост активности становится неприятным, трудолюбие подвергается осмеянию, интеллектуальные радости вызывают ярость. В искусстве идёт снижение стиля, в науке оригинальные работы вытесняются компиляциями, в общественной жизни узаконивается коррупция, в армии солдаты держат в покорности офицеров и полководцев, угрожая им мятежами. Всё продажно, никому нельзя верить, ни на кого нельзя положиться, и для того чтобы властвовать, правитель должен применять тактику разбойничьего атамана: подозревать, выслеживать и убивать своих соратников.

Порядок, устанавливающийся в этой фазе никак нельзя считать демократическим. **Ценятся не способности, а их отсутствие, не образование, а невежество, не стойкость во мнении, а беспринципность.** Далеко не каждый обыватель способен удовлетворить этим требованиям, и поэтому большинство народа оказывается неполноценным и, следовательно, неравноправным. Но тут приходит возмездие: жизнелюбы умеют только паразитировать на жирном теле объевшегося за время "цивилизации" народа. Сами они не могут ничего ни создать, ни сохранить. Они разъедают тело народа, как клетки раковой опухоли организм человека, но, победив, т.е. умертвив соперника, они гибнут сами.

Казалось бы, описанная система должна быть предельно устойчива, но исторический опыт показывает как раз обратное. Именно "цивилизованное" царство Навуходоносора пророк Даниил уподобил металлическому колоссу на глиняных ногах, и этот образ сделался классическим. Все "цивилизованные" империи пали с потрясающей лёгкостью под ударами малочисленных и "отсталых" врагов.

**6. Фазы регенерации и реликта.** Инерция пассионарного толчка теряется за **1200 лет** при любом, даже самом благоприятном варианте, но лишь счастливые этносы доживают до естественного конца (рис. 3). В истории наблюдаем постоянные обрывы этногенезов в самом разном возрасте. Однако и тут есть статистическая закономерность. Этнос, находящийся в первых фазах этногенеза, практически неистребим и непокорим, так как для покорения его нужны такие затраты, которые не окупит любой успех. Но этнос, меняющий фазу развития, легкоуязвим и может стать жертвой соседа, если тот достаточно пассионарен. Система убийств лучших не по знатности и богатству, а по личным качествам всегда была закономерным итогом затухания процесса этногенеза, - так страшна потеря пассионарности, без которой невозможно даже успешно защищаться.

### **Пассионарные толчки**

Выявилась необъяснимая ритмичность прохождения пассионарных толчков - **промежутки между ними оказались кратными 250 годам.** Но, возможно, найден космический агент, период действия которого почти равен 250 годам. 248.55 лет - примерный период обращения вокруг Солнца самой далекой известной планеты - Плутона. То есть в моменты действия всех пассионарных толчков Плутон занимал примерно одно и то же положение на небосводе. Причём, важнейшая особенность этого положения - Плутон находился в эти моменты вблизи своего перигелия (ближайшей к Солнцу точки орбиты). Кстати, Плутон в последний раз достигал своего перигелия 5 сентября 1989 года. Какие события в мире в то время происходили?

Именно эта энергия - пассионарность и растрачивается в процессе этногенеза. Она уходит на создание культурных ценностей и на политическую деятельность; на управление государством и написание книг, на ваяние скульптур и территориальную экспансию, на синтез новых идеологических концепций и строительство городов. Любой такой труд требует усилий сверх тех, что необходимы для обеспечения нормального существования человека в равновесии с природой, а значит, без пассионарности её носителей, вкладывающих свою энергию в культурное и политическое развитие своей системы, никакой культуры и никакой политики просто не существовало бы. Не было бы ни храбрых воинов, ни жаждущих знания учёных, ни религиозных фанатиков, ни отважных путешественников.



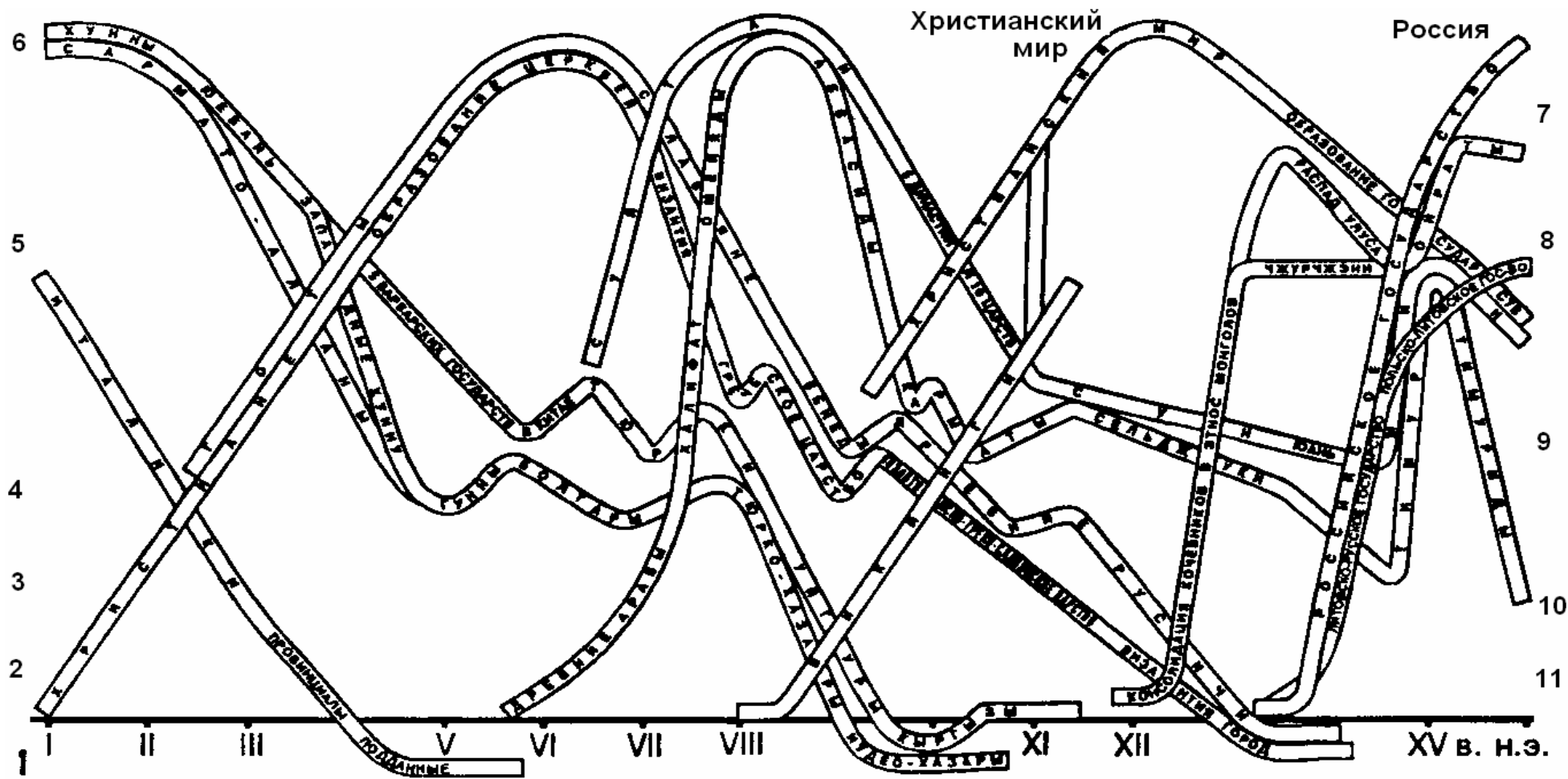
И ни один этнос в своём развитии не вышел бы за рамки гомеостаза, в котором жили бы в полном довольстве собой и окружением трудолюбивые обыватели. К счастью, дело обстоит иначе, и на наш век хватит и радостей и неприятностей, связанных с этногенезом и культурой.

Однако всякая энергия имеет два полюса, и пассионарная энергия (биогеохимическая – по В.И.Вернадскому) - не исключение. На этногенезе биполярность сказывается тем, что поведенческая доминанта может быть направлена как в сторону усложнения систем (т.е. созидания), так и в сторону упрощения её.

И эта форма энергии заставляет организмы размножаться до возможных пределов, подобно тому, как достаточно одного лепестка ряски, появившегося в пруду весной, чтобы к осени затянуло всю его поверхность до естественной границы - берегов. Тот же закон предельного распространения действителен для всех живых существ биосферы, а значит, и для людей. Завоевание - не единственная форма этнического распространения и приобщения к своей системе иноплеменников. Известна трансплантация культуры в форме проповеди религии и как внедрение предметов быта или искусства.

Подавляющее большинство этносов, без учёта их численности, обитает или обитало на определенных территориях, входя в биоценоз данного ландшафта и составляя вместе с ним своего рода "замкнутую систему". Другие, развиваясь и размножаясь, распространяются за пределы своего обитания, но это расширение оканчивается тем, что они находят новые схожие ландшафты, или исчезают в другом этносе.

Если рассматривать ареалы пассионарных взрывов, то создается впечатление, будто земной шар исполосован неким лучом, причём - с одной лишь стороны, а распространение пассионарного толчка ограничивалось кривизной планеты, т.е. не более 20 тыс. км. На месте "удара" появляются разнообразные мутанты, большая часть которых не жизнеспособна и исчезает в первом же поколении. Пассионарии также находятся вне нормы, но особенности пассионарности таковы, что, прежде чем её устранил естественный отбор, она оставляет след в этнической истории и в истории искусства и литературы.



Динамика этнокультурных систем Евразии I—XV вв.

Уровни: 1 — обскурации; 2 — гомеостаза; 3 — консорции; 4 — субэтноса; 5 — этноса; 6 — суперэтноса; 7 — надлома, раскола этнического поля; 8 — социозтнической целостности; 9 — социокультурной целостности; 10 — деструкции; 11 — реликта.

Пассионарии появляются не случайно и не в единичных случаях, а как популяции, которые образуются в результате пассионарного толчка. Особенность таких толчков - их кратковременность (от 1 до 5 лет, но не меньше года) и геометрия на поверхности Земли. За последние три тысячи лет достоверно зафиксировано пока девять пассионарных толчков: четыре до нашей эры и пять позже. Толчок проявляется в том, что в определенный момент времени на узкой, **шириной 200-300 км** при широтном направлении и несколько больше при меридиональном, **длиной примерно 20 тысяч км**, и вытянутой полосе поверхности Земли (полосы от толчка к толчку не совпадают), возникает серия пассионарных популяций, внутри которых начинаются бурные процессы этногенеза, приводящие **через 130-160 лет** к появлению группы новых этнических систем, проходящих синхронно все последовательные фазы этногенеза (если процесс этногенеза не обрывается извне: стихийные бедствия, истребление и т.п.). **А через 1500 лет** с момента толчка пассионарный признак полностью утрачивается, процесс этногенеза завершается, и этнос либо исчезает (как система, но не обязательно как люди), либо существует неограниченно долго в состоянии равновесия с биоценозом своего ландшафта, в гомеостазе.

Кроме того, пассионарный толчок генерирует не один этнос, а несколько, образующих суперэтнос. Происходит как бы перемешивание старых этносов и рождение новых, с оригинальной культурой и обновленным стереотипом поведения. Так, в Западной Европе (рис. 4) на месте "Римского мира" в IX в. образовался романо-германский суперэтнос, куда вошли испанцы и норвежцы, французы и немцы, англичане и итальянцы, но не кельты Ирландии, не греки, сербы и болгары и не восточные славяне.

### **Описание карты пассионарных толчков (без Средней Азии и Китая)**

**I толчок** (XVIII в. до н.э.). 1. Египтяне (Верхний Египет). Крушение Древнего царства. Завоевание гиксосами Египта в XVII в. Новое царство. Столица в Фивах (1580 г.) Смена религии. Культ Озириса. Прекращение строительства пирамид. Агрессия в Нумибию и Азию. 2) Гиксосы (Иордания. Северная Аравия). 3) Хетты (Восточная Анатолия). Образование хеттов из нескольких хатто-хуритских племен. Возвышение Хаттуссы. Расширение на Малую Азию. Взятие Вавилона.

**III толчок** (VIII в. до н.э.). 1) Римляне (центральная Италия). Появление на месте разнообразного италийского (латино-сабино-этрусского) населения римской общины-войска. Последующее расселение на среднюю Италию, завоевание Италии, закончившееся образованием Республики в 510 г. до н.э. Смена культа, организации войска и политической системы. Появление латинского алфавита. 2) Самниты (Италия). 3) Эквы (Италия). 4) Галлы (южная Франция). 5) Эллыны (средняя Греция). Упадок ахейской критомикенской культуры в XI-IX вв. до н.э. Забвение письменности. Образование дорийских государств Пелопоннеса (VIII в.). Колонизация эллинами Средиземноморья. Появление греческого алфавита. Реорганизация пантеона богов. Законодательства. Полисный образ жизни, 6) Лидийцы. 7) Киликийцы (Малая Азия). 9) Персы. Образование мидян и персов. Расширение Мидии. Раздел Ассирии. Возвышение Персиды на месте Элама, закончившееся созданием царства Ахеменидов на Ближнем Вос-

токе. Смена религии. Культ огня.

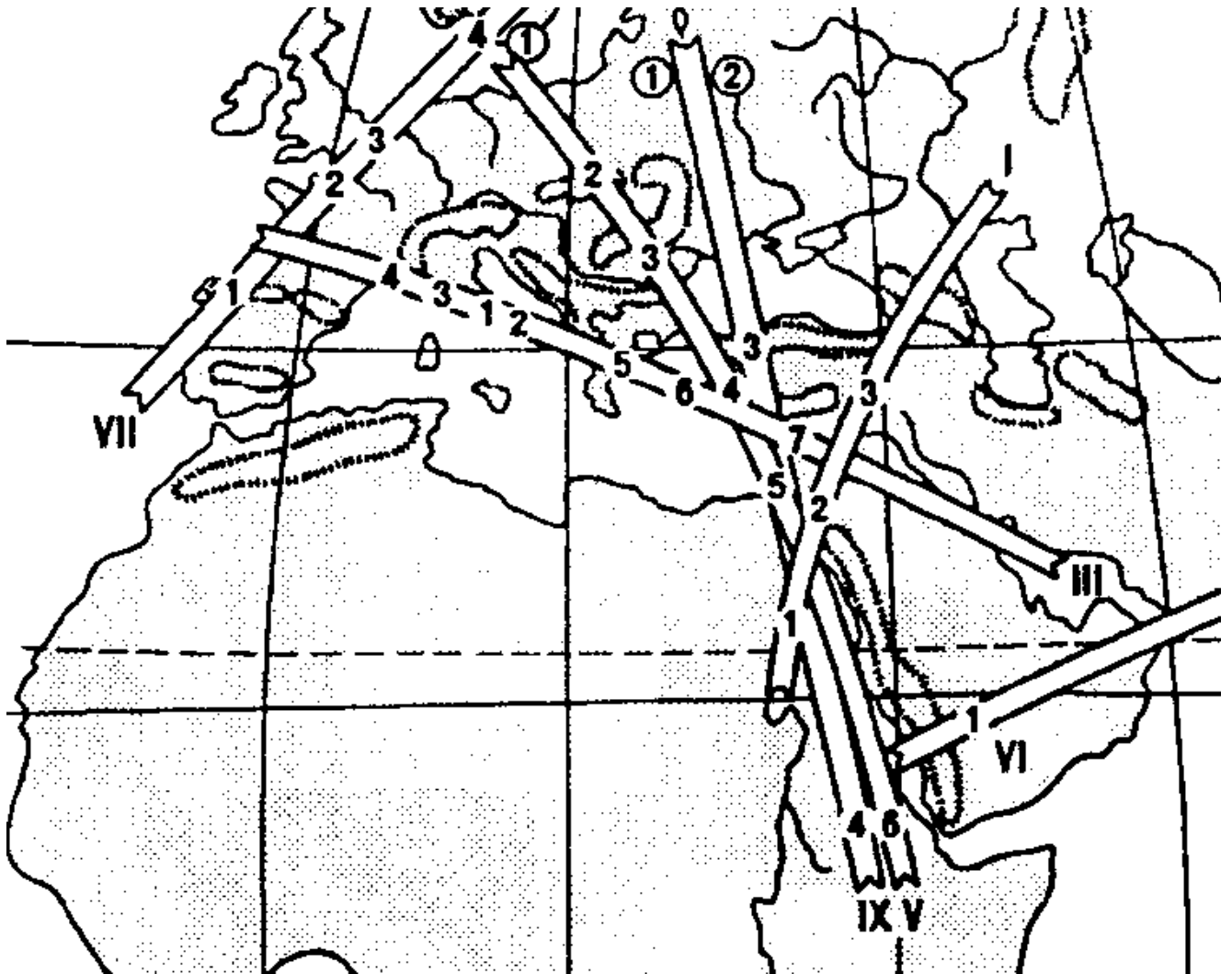


Рис. 4.

**V толчок** (I в. н.э.). 1) Готы (южная Швеция). Переселение готов от Балтийского моря к Чёрному (II в.). Широкое заимствование античной культуры, закончившееся принятием христианства. Создание готской империи в Восточной Европе. 2) Славяне. Широкое распространение из Прикарпатья до Балтийского, Средиземного и Чёрного морей. 3) Даки (современная Румыния). 4) Христиане (Малая Азия, Сирия, Палестина). Возникновение христианских общин. Разрыв с иудаизмом. Образование института церкви. Расширение за пределы Римской империи. 5) Иудеи. Обновление культа и мировоззрения. Появление Талмуда. Война с Римом. Широкая эмиграция за пределы Иудеи. 6) Аксумиты (Абиссиния). Широкая экспансия в Аравию, Нубию, выход к Красному морю. Позже (IV в.) - принятие христианства.

**VI толчок** (VI в. н.э.). 1) Арабы-мусульмане (Центральная Аравия). Объединение племен Аравийского полуострова. Смена религии. Ислам. Расширение до Испании и Памира. 2) Раджпуты (долина Инда). Низвержение империи. Уничтожение буддийской общины в Индии. Усложнение кастовой системы при политической раздробленности. Создание религиозной философии. Троичный монотеизм: Брами, Шива, Вишну.

**VII толчок** (VIII в. н.э.). 1) Испанцы (Астурия). Начало Реконквисты. Образование королевств: Астурия, Наварра, Леон и графства Португалия на базе смешения испано-римлян, готов, алан, лузитан и др. 2) Франки (французы). 3) Саксы (немцы). Раскол империи Карла Великого на национально-феодалные государства. Отражение викингов, арабов, венгров и славян. Раскол христианства на ортодоксальную и папистскую ветви. 4) Скандинавы (южная Норвегия, северная Дания). Начало движения викингов. Появление поэзии и рунической письменности.

**IX толчок** (XIII в. н.э.) 1) Литовцы. Создание жесткой княжеской власти. Расширение княжества Литовского от Балтийского до Черного моря. Принятие христианства. Слияние с Польшей. 2) **Великороссы**. Исчезновение Древней Руси, захваченной литовцами (кроме Новгорода). Возвышение Московского княжества. Рост служилого сословия. Широкая метисация славянского, тюркского и угорского населения Восточной Европы. 3) Турки-османы (запад Малой Азии). Консолидация османским бейликом активного мусульманского населения Ближнего Востока, пленных славянских детей (янычары) и морских бродяг Средиземноморья (флот). Султанат военного типа. Оттоманская Порта. Завоевание Балкан, Передней Азии и Северной Африки до Марокко. 4) Эфиопы. Исчезновение Древнего царства. Переворот Соломонидов. Экспансия эфиопского православия. Возвышение и расширение царства Абиссиния в Восточной Африке.

Западная Европа, лежавшая в развалинах после Великого переселения народов<sup>6</sup>, обновилась в IX в., а Восточная - в XIV в. Именно поэтому, Россия и Литва - не отсталые по сравнению с Францией и Германией, а более молодые этносы. Впрочем, Россию правильнее называть суперэтносом, ведь Москва объединила вокруг себя много этносов, не прибегая к завоеванию. Россия, Турция и Абиссиния **на 540 лет моложе Западной Европы**. Следовательно, у них многое впереди. Это не отсталость, это – молодость.

Можно сравнить этнический возраст прибалтов и русских. Возраст русских Гумилёв Л.Н. предположительно определяет от пассионарного толчка начала 13-го века. Возраст латышей меньше, они исчисляются с 17-го века, в крайнем случае, с 16-го.

**Сейчас просматривается линия пассионарного толчка**, вызвавшего пассионарность чеченцев. Если присмотреться к карте политических и военных конфликтов последних десятилетий: широкой полосой от Ближнего Востока, через Сирию и Курдистан на Закавказье и Кавказ, Ирак, Иран, Афганистан, южные границы республик Средней Азии. Начальная фаза всегда такая: бьют свой своего или ближних соседей. Причина конфликтов может быть различна - религиозная (Иран-Ирак), или "освободительная", а то и без видимых причин, вроде сегодняшнего положения в Афганистане. Вся эта "широкая полоса" идет

---

<sup>6</sup> **Великое переселение народов** - условное название совокупности этнических перемещений в Европе в 4-7 вв. германцев, славян, сарматских и др. племен на территории Римской империи. Непосредственным толчком к Великому переселению народов было массовое передвижение гуннов (с 70-х гг. 4 в. н.э.). Великое переселение народов способствовало крушению Римской империи.

вдоль южных границ бывшей Российской империи.

В конце 18 века по территории центральной Азии и Ближнему Востоку произошёл очередной пассионарный взрыв. Ваххабизм, исламский фундаментализм, китайский национализм - всё это звенья одной цепи. Сегодня Ирак, Иран, Китай, Афганистан вступают в пору пассионарного перегрева. Иначе как объяснить полный покой на Ближнем Востоке в средние века и сегодняшнее бурление. Палестинские боевики взрывают себя в городах Израиля, жертвуют собой ради идеи освобождения Палестины, иракцы ведут неравный бой с США. Во время ирано-иракской войны иранские фанатики шли в полный рост на убийственный огонь иракцев. Все эти факты убедительно свидетельствуют об одном - подъём пассионарности идёт в Центральной Азии.

### Энергия толчка

**Геологическая гипотеза.** Многими учеными, специализирующихся в естественных науках, предлагается геологическая гипотеза пассионарных толчков. Так, В.А.Рудник, профессор, доктор геолого-минералогических наук, из Института геологии и геохронологии докембрия РАН, утверждает, что с точки зрения геологии, корни этих движущих сил - в тектонических и геофизических процессах. При этом он приводит такой пример: все войны за последние 20 лет - Афганистан, Чечня, Югославия, Иран, Ирак, Камбоджа - сконцентрированы в зоне Альпийско-Гималайской складчатой системы, отличающейся быстрым поднятием. Другой доктор наук – С.Ф.Тимашов (Государственный научный центр РФ НИФХИ им. Л.Я. Карпова), в своей работе "Физико-химическая сущность пассионарных толчков" показывает, что она может состоять в относительно кратковременном (на фоне общеисторических процессов) усилении биоэнергетических процессов во всех экосистемах, принадлежащих территориально к разветвленной системе разломов земной коры в зоне глубинного разлома. Такая активность обуславливается возрастанием потоков эндогенных восстановительных флюидов, выходящих на поверхность Земли через данный глубинный разлом. При этом пространственно-временная привязка пассионарных толчков определяется особенностями динамики термодинамически открытой системы Земля-атмосфера при управляющих внешних воздействиях со стороны Солнца и планет Солнечной системы. Ф.М.Ройзенман<sup>7</sup>, как геолог, обнаружил зависимость уровня пассионарной активности от расстояния до геопатогенной зоны (рис. 5). Под геопатогенными зонами (рис. 6) понимаются участки Земли, где происходят активные геологические процессы с горообразованием, вулканизмом, землетрясениями, здесь резко изменяются параметры электромагнитного и гравитационного поля, уровень радиации, происходит эманация глубинных газов (водорода, радона, алкенов<sup>8</sup> и алканов<sup>9</sup>, гелия, углекислого газа, фре-

<sup>7</sup> Ройзенман Ф.М., Белов С.В. Земля и человек: загадки и закономерности. М., 2006. – 168 с.

<sup>8</sup> **Алкены** - гомологический ряд ненасыщенных углеводородов общей формулы  $C_nH_{2n}$  с открытой цепью и одной двойной углерод-углеродной связью, родоначальник ряда - этилен  $CH_2$ .

<sup>9</sup> **Алканы** - насыщенные углеводороды, предельные углеводороды, гомологический ряд уг-

онов<sup>10</sup>, фтора и др.), например, рифтовые<sup>11</sup> структуры.

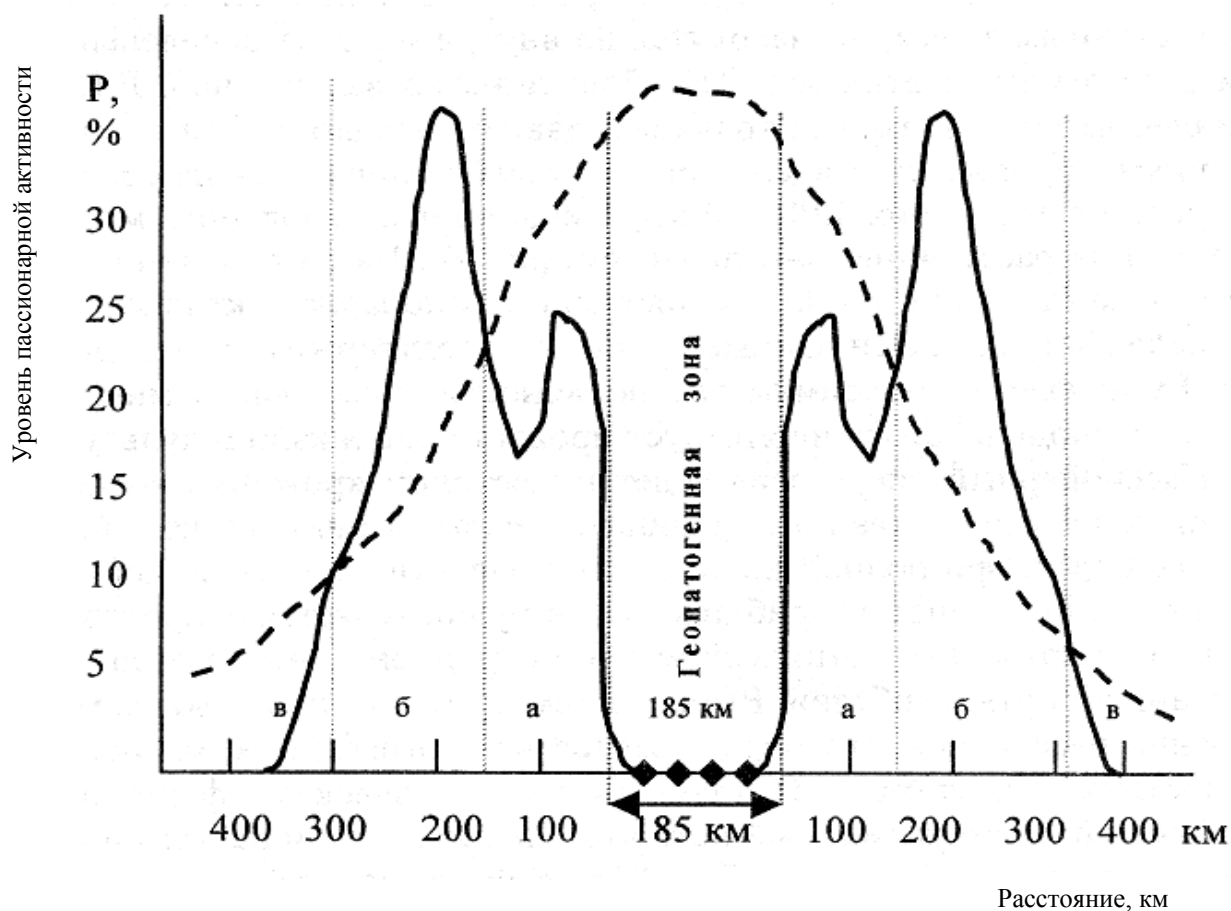


Рис. 5. Схема изменения общей (пунктирная линия) и продуктивной (сплошная линия) пассионарной активности по отношению к геопатогенной зоне – по Ф.М.Ройзенману:  
 а – пассионарный перегрев, психическая эпидемия; б – продуктивная (творческая, созидательная) активность населения;  
 в – пассинарное затухание

**Биологическая гипотеза.** Рассмотрим<sup>12</sup> восстановительную и очищающую роль водородсодержащих флюидов, выходящих из недр Земли в Мировой океан и в атмосферу. Эти потоки очищают атмосферу от вредных для экосистем примесей (то же обеззараживающее действие оказывают фото- и радиационно-химические, фотокаталитические процессы), при этом главную санитар-

леводородов общей формулы  $C_nH_{2n+2}$ , родоначальник ряда - метан  $CH_4$ .

<sup>10</sup> **Фреоны** - хладоны, фторсодержащие насыщенные углеводороды (главным образом производные метана и этана), используемые как хладагенты в холодильных машинах. Кроме атомов фтора, в молекулах фреонов содержатся обычно атомы хлора, реже - брома. Наиболее распространены  $CF_2Cl_2$ ,  $CFCl_3$  и  $CHF_2Cl$ .

<sup>11</sup> **Рифт** - крупные линейные тектонические структуры земной коры, протяжённостью в сотни-тысячи км, образованные при её горизонтальном растяжении на фоне обширного сводового поднятия. Он состоит из серии разрывов, среди которых преобладают сбросы с наклонной поверхностью и со смещением участка коры, лежащего выше этой поверхности, - вниз.

<sup>12</sup> Тимашов С.Ф. О физико-химической сущности пассионарных толчков. Статья в Интернет.

ную роль играют **гидроксил**<sup>13</sup> в тропосфере<sup>14</sup> и **озон** в стратосфере<sup>15</sup>. Кроме того, согласно существующим представлениям, запасенная живыми организмами энергия чаще всего находится в виде молекул аденозинтрифосфата (АТФ). Эти молекулы АТФ при гидролизе в водной среде, теряя одну из своих фосфатных групп, превращаются в молекулы аденозиндифосфата (АДФ) и фосфорную кислоту (неорганический фосфат) с выделением энергии около 50 кДж/моль. Выделяемая энергия используется в организме на поддержание весьма неравновесного солевого состава клеток, на функционирование всех многочисленных систем организма.

Энергоснабжение простейших организмов-прокариотов (бактерии, сине-зелёные водоросли) полностью обеспечивается дыхательными ферментами и системой синтеза АТФ, который происходит в поверхностной мембране. Во всех других живых организмах (животные, зелёные растения и водоросли, грибы и простейшие) синтез молекул АТФ происходит в субклеточных образованиях - митохондриях.

В результате, в местах выделения в водные системы или в атмосферу потока восстановительных флюидов можно ожидать возрастания биологической активности растительных и животных организмов. При этом могут инициироваться и мутации в геноме человека и других живых организмов. Ещё совсем недавно считались крайняя редкость и их совершенно случайный характер. Однако появилось много данных о неравномерной частоте мутаций в различных участках генома, обнаружена сверхизменчивость (гипервариабельность) геномной ДНК. Выяснилось, что геном насыщен нестабильными участками ДНК - кластерами коротких тандемно повторяющихся элементов, имеющих разный генетический код, причём химические агенты природной среды могут воздействовать на эти элементы.

**Космическая гипотеза.** Ещё в 1965 г. П.Жозе высказал идею о том, что изменение солнечной активности может быть связано с изменением траектории центра масс Солнца при его движении относительно барицентра солнечной системы. Солнце может удаляться от барицентра на расстояния, более чем вдвое превышающие радиус Солнца. П.Жозе обнаружил период в 178,5 лет обращения центра масс Солнца относительно барицентра и им описаны возмущения, вносимые в движения планет при полёте Солнечной системы в космическом пространстве.

---

<sup>13</sup> **Гидроксил**, *хим.*, иначе водный остаток ОН (вода, H<sub>2</sub>O без одного атома водорода), в формулах химических соединений характеризует состав спиртов и оснований.

<sup>14</sup> **Тропосфера** - нижняя, преобладающая по массе часть земной атмосферы, в которой температура понижается с высотой, она простирается в среднем до высот 8÷10 км.

<sup>15</sup> **Стратосфера** - слой атмосферы между тропосферой и мезосферой (от 8÷16 км до 45÷55 км).



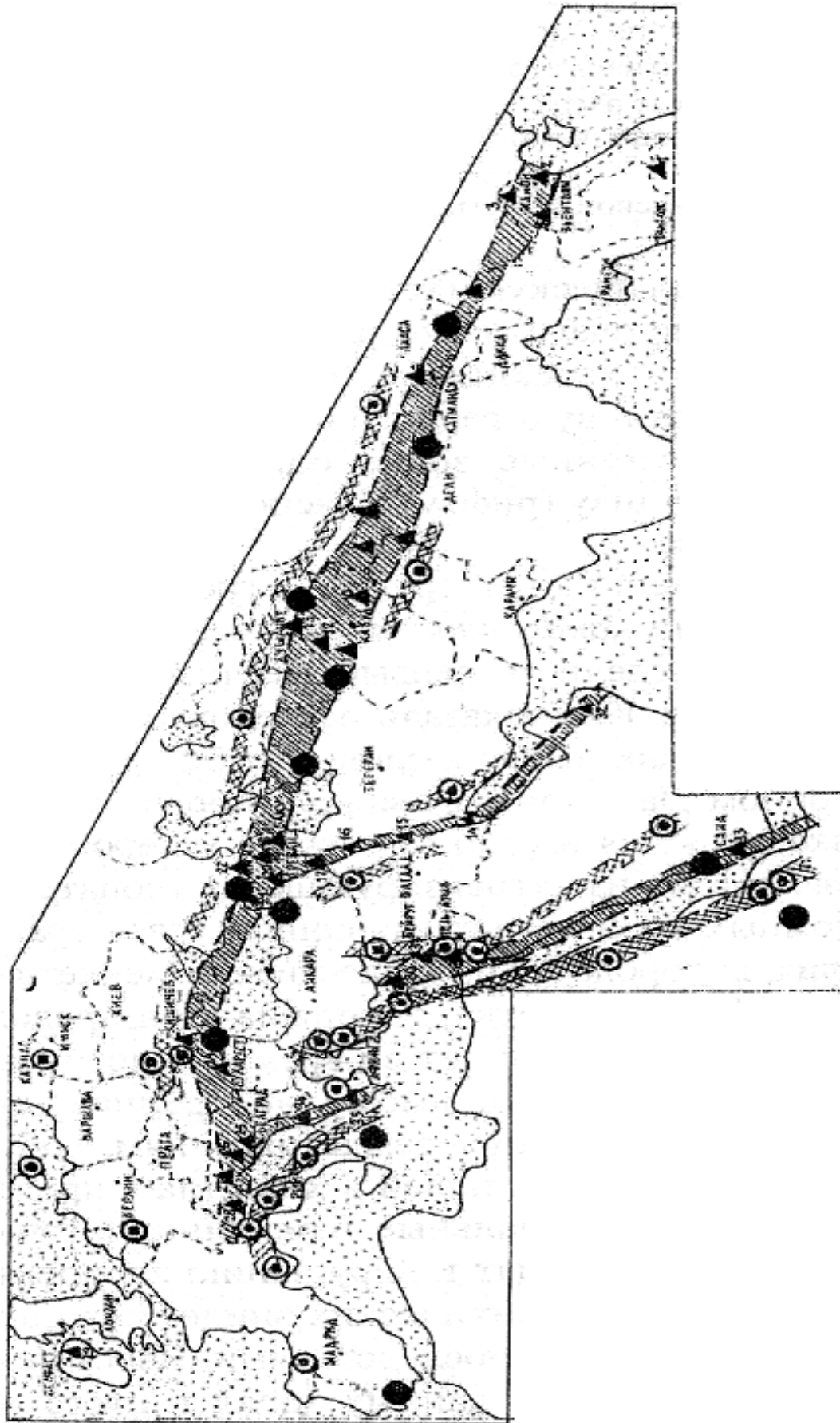


Рис. 6. Геотатогонные зоны в Евразии и связанные с ними районы вооружённых конфликтов, очагов землетрясений и пассивных толчков (по Ф.М.Ройзенману)

Всё же сам пассионарный толчок явно неземного происхождения, ведь все известные полосы зон толчков располагаются на поверхности планеты как сектора, ограниченные кривизной планеты. Американский астроном Джон Эдди составил график солнечной активности за 5 тыс. лет. И оказалось, что все датированные пассионарные толчки хронологически **совпадают с минимумами солнечной активности** либо с периодами её спада (рис. 7). При уменьшении солнечной активности защитные свойства ионосферы снижаются, и отдельные кванты или пучки излучения могут достигать земной поверхности. А жесткое излучение, как известно, вызывает мутации.

### Типы людей, градация пассионарности

Как ни велика роль пассионариев в этногенезе, число их в составе этноса всегда ничтожно. Ведь пассионариями в полном смысле слова мы называем людей, у которых этот импульс сильнее, чем инстинкт самосохранения, как индивидуального, так и видового. У подавляющего большинства нормальных особей оба эти импульса уравниваются, что создает гармоническую личность, интеллектуально полноценную, работоспособную, уживчивую, но не сверхактивную. Более того, безудержное сгорание другого человека, немислимое без пассионарного принесения себя в жертву, таким людям чуждо.

В зависимости от соотношения пассионарного импульса (**P**) и инстинкта самосохранения (**J**) Л. Н. Гумилевым описано **три характерных поведенческих типа**: а) пассионарии (**P > J**), б) гармоничные люди (**P = J**), в) субпассионарии (**P < J**).

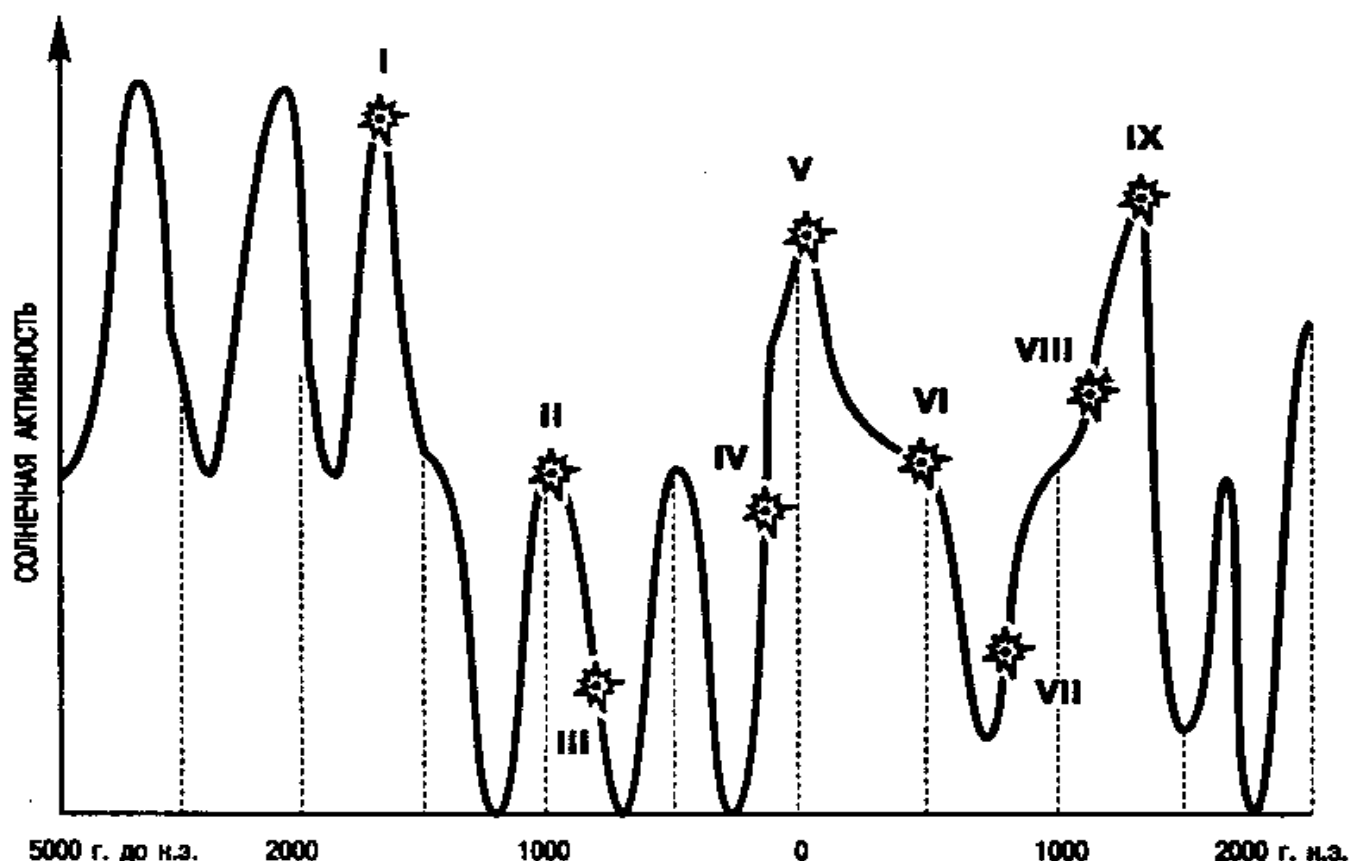


Рис. 7. Связь пассионарных толчков с солнечной активностью

Например, князь Андрей Волконский из «Войны и мира» - гармоничный человек  $P=J$ , у чеховских интеллигентов пассионарности мало  $P<J$ , но если пассионарности ещё меньше – то это просто обыватель, а за ним уже следует босяк-субпассионарий из ранних рассказов А. М. Горького. Ещё ниже пассионарности – это кретины и дегенераты.

А если  $P>J$ , то здесь будут находиться конкистадоры и землепроходцы, поэты и еретики, инициативные личности Цезаря и Наполеона. Как правило, их очень немного, но их энергия позволяет им развивать активную деятельность, фиксируемую везде, где есть написанная история.

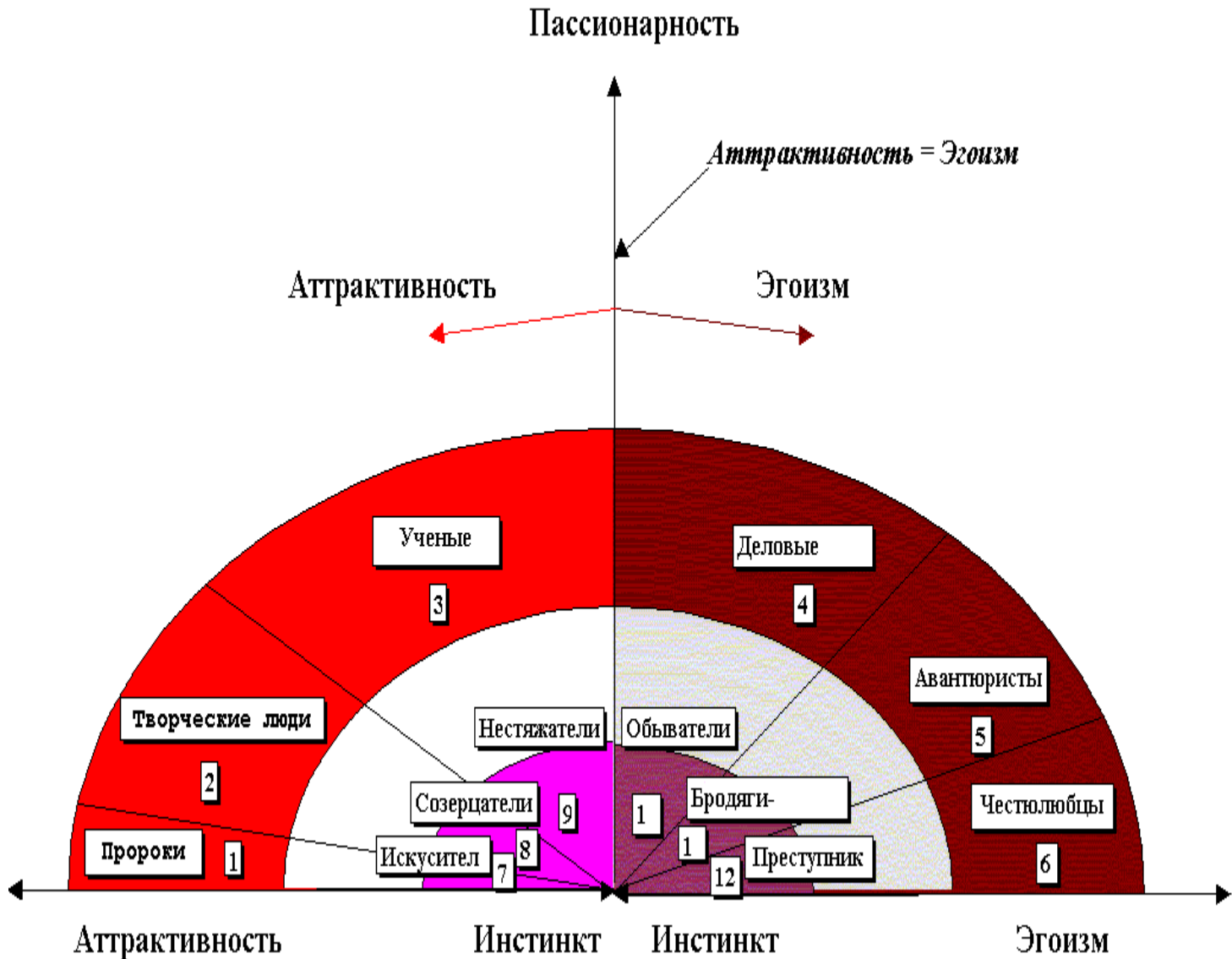


Рис. 8. Классификация людей по пассионарно-аттрактивному принципу

Соотношением этих групп определяется уровень пассионарного напряжения в этносе. Вслед за пассионарным толчком напряжение быстро возрастает, затем наступает "перегрев", после которого идёт медленный плавный спад, часто с задержками. Подавляющее число поступков, совершаемых людьми, диктуется инстинктом самосохранения либо личного, либо видового. Однако пассионарность имеет обратный вектор. Разница этнопсихологических стерео-

типов определяется климатом, рельефом, флорой и фауной этнических мест развития. Импульсы, возникающие из-за этих толчки, проявляются в стремлении: то к красоте - это искусство, то к истине – это наука, то к справедливости – это мораль, то к власти - так создаются государства, то к победе – это и завоевание чужой страны, и успех оперного тенора и т.д. Эти импульсы (рис. 8 и 9) могут быть **позитивными**, т.е. жизнеутверждающими, щадящими всё живое и ценящими всё созданное руками человека, и **негативными**. Вот почему так велики утраты в эпохах, насыщенных деяниями.

#### Примеры из истории и литературы

<b>П а с с и о н а р и и</b>	<b>С у б п а с с и о н а р и и</b>
1 - "Пророки": Пророк Мухаммед, христианские святые	7 - "Искушители": Фома Опискин из "Села Степанчико", Смердяков из «Преступления и наказания» Достоевского
2 - "Творческие люди": художник Винсент Ван Гог, Гоголь, Достоевский	8 - "Созерцатели": Попрыгунья, героиня Чехова
3 - "Ученые": Ньютон, Галилей, Дж.Бруно	9 - "Нестяжатели": интеллигенты Чехова, герои "Вишневого сада"
4 - "Деловые люди": Штольц из романа "Обломов", фарцовщики в СССР, олигархи	10-"Обыватели": Обломов, Манилов и др. из "Мертвых душ"
5 - "Авантюристы": Колумб, Васко да Гама, Кортес	11-"Бродяги-солдаты": босяки А.М.Горького, О.Бендер
6 - "Честолюбцы": Гобсек, Скупой рыцарь А.С.Пушкина	12 -"Преступники": Раскольников из «Преступления и наказания» Достоевского

Как инстинктивные, так и пассионарные импульсы лежат в эмоциональной сфере и могут быть направлены как к сохранению жизни, так и к принесению жизни в жертву иллюзии. Положительные жизнеутверждающие импульсы обозначены знаком плюс, а импульсы жертвенные - знаком минус (рис. 8). Причём положительные - не значит "хорошие или полезные", а отрицательные – значит "плохие"; так и в физике катионы и анионы, а в химии кислоты и щёлочи - не имеют качественных оценок. Итак, на оси абсцисс откладываются импульсы подсознания, а на ось ординат импульсы сознания.

Л.Н.Гумилёв отмечал, что есть проблема в оценке пассионариев: «Хорошие они или плохие? В принципе, они фактически движут историю. Вопрос только - куда? Когда их много и им тесно, они начинают либо друг дружку резать, либо сливать излишки пассионарности в окружающий мир. Приводит это всё к войнам и всяким заварушкам, типа завоевание Америки, покорения Сибири и т.п. Когда же пассионариев мало, они имеют возможность заняться более полезными вещами, чем выдавливание конкурента. С точки зрения субпассио-

нариев, пассионарии - несомненное зло, т. к. они вносят разлад в размеренное течение жизни. Всё им нейдет! Поэтому от них лучше избавляться или, по крайней мере, уменьшать их количество до определённых пределов, когда они могут заниматься продуктивной работой. Т. к. от этого жизнь будет только спокойнее».

"Любое сложившееся общество" как господство гармоничных людей, наблюдается лишь в двух фазах: инерции и гомеостаза.

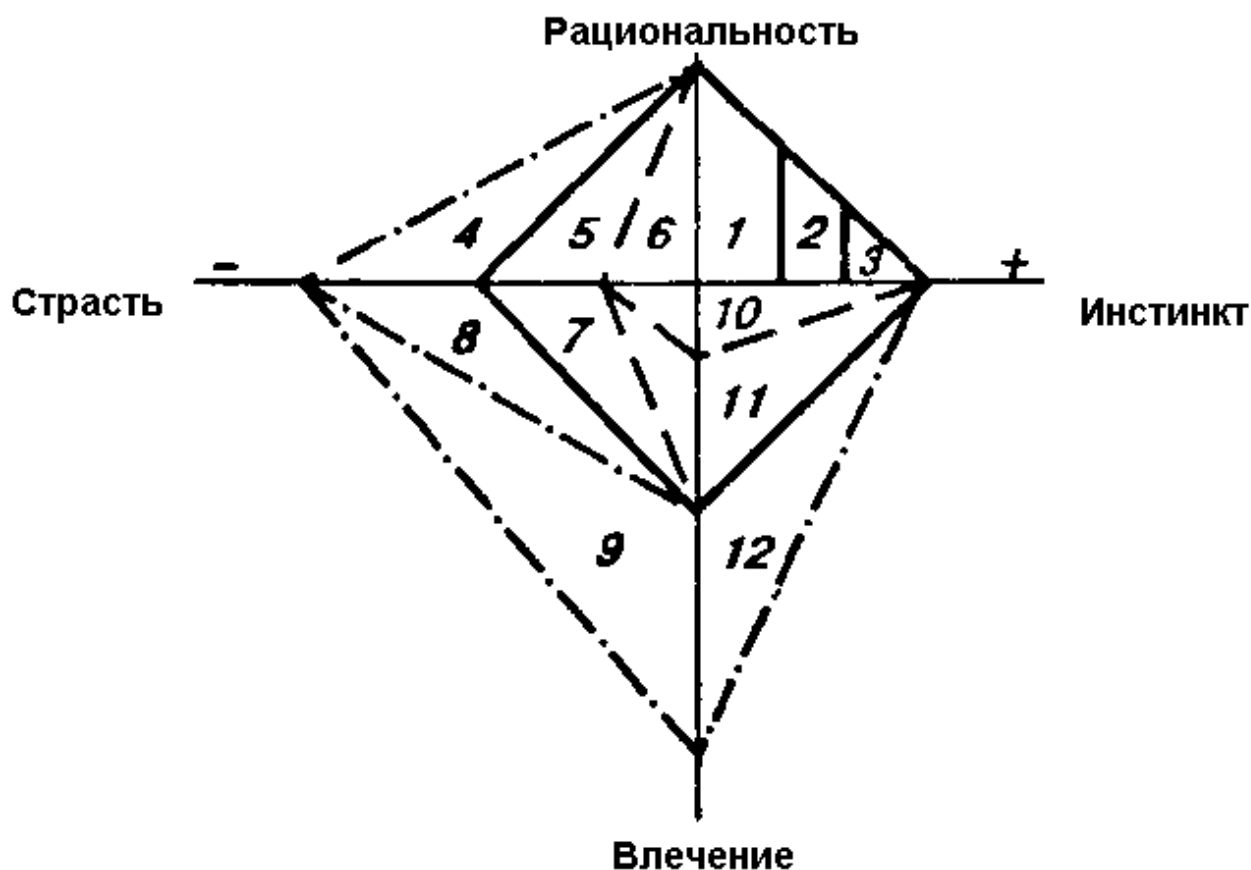


Рис. 9. Диаграмма векторов импульсов пассионарности

Люди объединяются по принципу комплиментарности. Комплиментарность - это неосознанная симпатия к одним людям и антипатия к другим, т.е. бывает положительная и отрицательная комплиментарность. Когда создаётся первоначальный этнос, то инициаторы этого возникающего движения подбирают себе активных людей именно по этому комплиментарному признаку - выбирают тех, кто им просто симпатичен.

Такая группа, консорция, может стать разбойничьей бандой викингов, религиозной сектой мормонов, орденом тамплиеров, буддийской общиной монахов, школой импрессионистов и т.п., но общее, что можно их объединяет - это подсознательное взаимовлечение, пусть даже для того, чтобы вести споры друг с другом. Не каждая из консорций выживает; большинство при жизни основателей рассыпается, но те, которым удаётся уцелеть, входят в историю общества и немедленно обрастают социальными формами, часто создавая новую традицию. Те немногие объединения, чья судьба не обрывается ударами извне, до-

живают до естественной утраты повышенной активности, но сохраняют инерцию тяги друг к другу, выражающуюся в общих привычках, мироощущении, вкусах и т.п.

Принцип комплиментарности известен и на уровне этноса, здесь он именуется патриотизмом и находится в компетенции истории, ибо нельзя любить народ, не уважая его предков. Внутриэтническая комплиментарность, как правило, полезна для этноса, являясь мощной охранительной силой. Но иногда она принимает уродливую, негативную форму ненависти ко всему чужому, тогда она именуется шовинизмом. Комплиментарность на уровне культурного типа обычно выражается в высокомерии, когда всех чужих и непохожих на себя людей называют "дикарями".

Если из страны едут крестьян, которые хотят своими руками работать на новой, захваченной ими земле, то это – мирная колонизация. Если едут солдаты, чиновники и купцы, стремящиеся получать доходы с подчиненной страны, то это – силовое колонизаторство. Здесь сказались последствия того раскола единого поля европейского суперэтноса, который проявился в религиозной войне **протестантов с католиками**. При колонизации Америки было замечено, что католики, испанцы и французы, относительно легко вступали в контакты с индейскими племенами, хотя и не со всеми, тогда как англосаксы-протестанты не сумели наладить мирные отношения и организовали охоту за скальпами, выдавая премии за убитого индейца. Можно полагать, что в ритмах психических полей "католических" этносов имелись "созвучия" с индейскими, а у тех, кто избрал протестантизм в Европе, их не оказалось. А ведь в XVI в. почти все нации Европы разделились на католиков и протестантов, причем каждый выбрал подходящий ему стереотип поведения.

Так и великорусы смешались с татарами и бурятами, в значительной степени воспринявшими русскую культуру, и сами легко растворялись среди якутов, но угорские народы Прибалтики хранят свою самобытность, несмотря на долгое, тесное и дружественное общение со славянами. Зато с индейцами на Аляске и в Калифорнии русские неладили и не могли там закрепиться, несмотря на поддержку алеутов и эскимосов. И не случайно, что во время Тридцатилетней войны **Россия поддержала Протестантскую унию** против Католической лиги, принимала на службу протестантов-немцев и торговала с Голландией. А ведь католичество по догмату веры и обряду куда ближе православию, нежели лютеранство. Очевидно, этнический момент преобладал над идейным.

Положительная комплиментарность - это безотчетная симпатия без попыток перестроить партнёра, принятие его таким, каков он есть. Отрицательная - это опять-таки безотчётная антипатия, инстинктивное стремление перестроить структуру партнёра либо уничтожить его. В экстремальных случаях возможен геноцид одного народа по отношению к другому. Нейтральная позиция - это терпимость, вызванная равнодушием. На характер этнического контакта помимо комплиментарности значительное влияние оказывает и его уровень: одно дело контакт этносов, принадлежащих к одному суперэтносу (французы и англичане), другое - контакт двух суперэтносов. У руусских с грузинами положи-

тельная комплиментарность, а с азербайджанцами (мусульманский суперэтнос) - нейтральная.

В то же время избыточная, «европейская» толерантность<sup>16</sup> – это смерть для самобытных этносов. Теоретически<sup>17</sup> при проживании нескольких народов в одном государстве события могут развиваться по следующим трем направлениям: слияние этносов в один новый, ассимиляция одного другим и сосуществование.

1) **Слияние** происходит стихийно и только в период пассионарного толчка, сами люди создать его не в состоянии. Последний раз такой толчок прошёл по нашей территории в XIII веке и вызвал к жизни великороссов, украинцев и литовцев.

2) **Ассимиляция** возможна лишь при очень высокой энергетике одного из этносов, когда он находится в фазе подъёма или перегрева. Великорусский этнос эти фазы уже прошел (сейчас - фаза надлома), и, следовательно, ставить эксперименты по ассимиляции каких-либо инородных включений - равносильно самоубийству.

3) **Формы сосуществования** и взаимной метизации Л. Н. Гумилев выделяет три: симбиоз, ксения и химера.

**Симбиоз** - сочетание этносов, при котором каждый занимает свою экологическую нишу, свой ландшафт, полностью сохраняя свое национальное своеобразие. При симбиозе этносы взаимодействуют, дополняют и обогащают друг друга. Он - наиболее оптимальная форма контакта, повышающая жизненные возможности каждого из народов. Симбиоз - источник силы и могущества многонациональных государств, дающий им огромные преимущества перед мононациональными странами.

**Ксения** (от греч. - гостя, гостеприимство) - сочетание, при котором один самобытный этнос - "гость", вкрапление в теле другого, - живет изолированно, не нарушая этнической системы "хозяина". Например, в Российской империи - колонии поволжских немцев, вообще же присутствие ксений нейтрально и безвредно для вмещающего этноса. Но когда "гость" начинает утрачивать свою изолированность, он может превратиться в химеру.

**Химера** (мифическое животное с головой льва, телом козы и хвостом дракона) - соединение несоединимого. Она возникает, если два этноса, принадлежащих к суперэтносам с отрицательной взаимной комплиментарностью, живут перемешавшись, пронизывая друг друга. В этих случаях неизбежны кровь и разрушения, аннигиляция и гибель одного или обоих этносов. Процесс распада порой бывает длителен - один, два века.

По Гумилеву Л.Н., вид национального сожительства (симбиоз, ксения, химера) определяется не возрастом народов, а уровнем комплиментарности, а не разумом или организацией. Поэтому мы сами не можем выбирать форму сожительства.

Большими потерями для Сербии и для России обернулась иллюзия ис-

---

<sup>16</sup> **Толерантность** – это терпимость к чужому образу жизни, поведению, обычаям, чувствам, мнениям, идеям, верованиям.

<sup>17</sup> По Шишкину И.С.

кренней дружбы с Западом. Несмотря на то, что стереотип поведения протестантов гармонирует с менталитетом большинства русских (за исключением южнорусов) и сербов, православные этносы находятся в самом низком положении в таблице о рангах у американских и европейских политиков. Как свидетельствует история, такое положение сохранялось и в прошлом. Западная Европа, будь то католическая или протестантская, за редким исключением, относилась к православию с нескрываемым пренебрежением. Крестоносцы грабили Византию, а впоследствии они предали войска восточных христиан-несториан, шедших на помощь европейским рыцарям освободить гроб Господень. Чтобы не допустить победы несторианского войска западноевропейцы вступили в союз с мусульманами, а те, разбив несториан, уничтожили затем и западноевропейских рыцарей. Так бесславно и быстро закончилась эпоха крестовых походов. Выходит, что ненависть европейцев к восточным христианам оказалась сильнее инстинкта самосохранения.

Протестантская Европа постоянно использовала Россию в своих корыстных целях, не платя взамен ничего. Мало того, Россия ещё оказывалась в неоплатном долгу перед Западной Европой и США. Причем Запад никогда не ограничивался полученными уступками со стороны православных. За первой серией уступок Запад требовал вторую, третью и т.д. При подчинении восточных христиан европейцы в обязательном порядке требовали полного отречения от своей культуры и замены её системой ценностей, принятых в Западной Европе. Поэтому неслучайно в прошлом (как сербы, так и русские) иллюзий в отношении к Западу не питали и предпочитали союзу с Западом серьёзные уступки мусульманам. Так сербы, потерпев поражение от турок на Косовом поле, впоследствии поддерживали мусульман в борьбе против крестоносцев, а русские использовали помощь татар для сдерживания западной агрессии. Идя на подобные союзы, как русские, так и сербы сохранили себя, свою культуру и православную веру, терпеливо ожидая нового пассионарного толчка.

## Химеры

Казалось бы, самоубийственные идеи не могут оказать воздействия на здоровые коллективы, на многочисленные популяции, крепко слаженные этносы. Однако это происходит в тех случаях, когда столкновение этносов с различной комплиментарностью насильственно связывает их в одну химерную целостность, которая всегда бывает неустойчивой. И в ареалах столкновений этносов, где поведенческие стереотипы неприемлемы для обеих сторон, а повседневная жизнь теряет свою обыденную обязательность, люди начинают метаться в поисках смысла жизни, которого они так и не находят. И вот тут-то возникают философские концепции, отрицающие благость человеческой жизни ради эфемерных целей, т.е. жизнеотрицающие системы, например, марксизм-ленинизм. Так и химеры бывают пассивные, безвредные и антисистемные.

Борьбой с антисистемными химерными образованиями в Испании занялась инквизиция. Инквизиция была учреждением, о котором ничего хорошего не скажешь. Но в её судилище можно было и не попасть, потому что, по идее, инквизиция была создана для обороны, а не для нападения. В 1529 г. турки ов-



ладели Алжиром. Береговая линия Испании стала открыта для высадки мусульман, а ведь внутри страны жило много морисков<sup>18</sup> и иудеев, мечтавших о такой возможности. Испанское правительство, справедливо сомневаясь в лояльности иноверцев, воспретило им занимать военные и гражданские должности, но оно не могло запретить им креститься. Поскольку крещёный мавр или иудей получал право делать карьеру наравне с испанцем, то многие принимали крещение лицемерно и продолжали соблюдать обряды старой веры. Вот этих-то выявляла инквизиция и карала за вероотступничество. Поэтому, чтобы не иметь дела с трибуналом инквизиции, можно было просто не принимать католицизма и не делать карьеру.

Совсем иначе сложились взаимоотношения степняков и русских. За короткий исторический срок, без кровопролитной войны (отдельные стычки не в счёт) Великая степь почти вся вошла в состав России. Объяснить это только продуманной национальной политикой русского правительства и особенностями русского национального характера нельзя. Ведь при той же национальной политике, те же русские люди, переправившись в Америку, с индейцами контакта установить не смогли.

В результате новой и "передовой" ленинской национальной политики произошло в Российской империи разрушение оптимальных форм этнического контакта - симбиозов и ксений, - и широкое распространение получили этнические химеры.

Особенно опасны химерные контакты в период смены фаз этногенеза и в фазе надлома (мы её сейчас и переживаем), то есть когда этнос болен. В эти исторически короткие отрезки времени системные связи в этносе разрушаются, идёт их перестройка, стереотип поведения модифицируется. Поэтому в такой момент возможно полное разрушение стереотипа поведения коренного этноса, распад его этнической системы, а значит, и гибель этноса.

Главная особенность контакта иудеев с любыми другими этносами заключается в том, что он всегда и везде шёл по линии химеры. Дело здесь не в дурных качествах этого народа, а в характере его суперэтноса. В условиях рассеяния иудейские колонии во всех странах предпочитали селиться в городах, заниматься торговлей и ростовщичеством, в результате они не стремились установить с ландшафтом страны проживания прямую связь и поэтому образование симбиоза становилось в принципе невозможно. Зато появилась мобильность, независимость от природного ландшафта и антропогенного окружения. Поэтому контакты с местными жителями поддерживались только химерные. Зато это позволило иудеям законсервировать свою пассионарность на достаточно высоком уровне и обеспечить долголетие своему этносу. Однако эта же причина сделала невозможным налаживание с коренными народами контакта не только в форме симбиоза, но даже и ксении (в форме изоляции). Ведь этнос, обладающий высокой энергетикой (пассионарностью), не сможет жить изолированно, он неизбежно начнёт действовать. При химерном контакте обычно

---

<sup>18</sup> **Мориски** (исп. moriscos, от того - мавр) - мусульманское население, оставшееся в Испании после падения эмирата Гранады (в 1492 г.), насильственно обращенное в христианство, но в своём большинстве продолжавшее тайно исповедовать ислам.

именно от этноса-пришельца исходит инициатива **перестройки под себя** сложившейся системы. Это объясняется естественным чувством самосохранения: для того чтобы полноценно жить, а не прозябать в чужой среде, необходимо её подогнать под себя. При химерном образовании этнос-паразит не только обирает жертву, заставляя её работать на себя, но и заставляет жертву защищать этнос-паразит от любых врагов.

В этом состоит **ключевая проблема этногенеза**: что лучше - **медленное** развитие народа на собственной этнокультурной основе, сохраняя гармоничность отношений человека с природой, или же **ускоренное** развитие, отрывая человека от природы, от других людей, от общества, от предыдущих поколений, от выработанной ими культурной традиции? Как утверждал Л.Н.Гумилёв, чрезмерное увлечение новациями размывает предохранительный принцип «не навреди», лишает этнос самобытности и даже самоуважения к собственной культуре. Более выгодное положение исторически принадлежит химерным образованиям. Благодаря своим чрезмерным революционным устремлениям и мессиански-репрессивным философским идеям по отношению к носителям наиболее древних традиций - они захватывают колеблющиеся умы, а затем и власть в стране (пример – у всех перед глазами).

## США<sup>19</sup>

По мнению учёных, последователей Л.Н.Гумилёва, сейчас в мире главным государством-паразитом, создавшим множество химер, является США. А вот суперэтном американский народ не является. В фазе надлома западноевропейского суперэтна новый этнос сложился из наиболее пассионарных представителей протестантских этносов Европы - англичан и голландцев, чья пассионарная активность, в первую очередь религиозная, не могла проявиться на родине. Освоение Северной Америки и появление там энергично расширяющихся западноевропейских этносов - последний всплеск пассионарности западноевропейского суперэтна. Их потомки уничтожили индейцев и образовали достаточно монолитный этнос американцев-**янки**, в большинстве своём ярых протестантов. Центром образования другого этноса американцев-**дикси**, другого осколка западноевропейского суперэтна, - был юг нынешних США, где наряду с протестантами проживало множество католиков: Луизиана, населенная французами; Флорида, населённая испанцами. С момента образования США каждый из них проживал в своей нише.

Завершившаяся победой янки Гражданская война (1861-1865 г.) отодвинула дикси на обочину общественной жизни, но они продолжают сохранять свойственные им стереотипы поведения, постепенно пытаясь завлечь на свою сторону латиносов. Причём латиносов следует рассматривать как представителей уже не западноевропейского суперэтна, а латиноамериканского, родившегося от пассионарного толчка XIII века, и имеющих с протестантами отрицательную комплиментарность, а с католиками - положительную. Постепенно приникают в США и представители азиатских суперэтнов: китайского, япон-

---

<sup>19</sup> По Шишкину И.С., Балашову Д.М., Шаповалу С.И. и др.

ского, вьетнамского и пр. Пока они занимают небольшие территории на западном побережье и в некоторых мегаполисах на востоке, составляя небольшую долю населения.

Особый колорит американцам придают афроамериканцы, большинство из них по-прежнему проживает в бывших рабовладельческих штатах. С середины XX века они пытаются всеми силами встроиться в американскую химеру на равных, проникая в экологические ниши, которые ранее они не занимали. При этом немалая их часть выбирает ислам.

США представляют собой классическую империю в фазе перехода от инерции к обскурации, это государство по сути не имеет границ, а лишь провинции, земли федератов (союзников) и варваров, которые борются с ним. И связывает все эти суперэтноссы в единое государственное образование исключительно сила доллара, а не американский образ жизни, поскольку далеко не все представители суперэтнотоссов отказались от своего менталитета и образа жизни. Всё это было бы не так страшно, если бы в ряде штатов США несколько чуждых друг другу суперэтнических этносов не были бы вынуждены сосуществовать в одной экологической нише. Это прямая дорога к **этнической химере**, но не к антисистеме, т.к. для создания и поддержания антисистемы нужна довольно высокая пассионарность, которой как раз здесь и не хватает.

Конгрессом США с 1991 года проводится программа, направленная на планомерное привлечение представителей иных суперэтнотоссов, попавших под обаяние американского образа жизни (ежегодно в США прибывает 55 тыс. семей победителей лотерей, т.е. около 200 тыс. человек). При этом нельзя не обратить внимание на уменьшающуюся из года в год долю иммигрантов из угасающей Европы и рост числа приезжающих из Африки и Азии.

По прогнозу этнического положения в США ситуация в скором времени будет следующей.

Таблица

Представители разных суперэтнотоссов	Доля населения, %	
	1998	2015
Темнокожие, англоговорящие	12	13
Индейцы, эскимосы, алеуты, англоговорящие	1	1
Азиаты, англоговорящие	4	5
Испаноговорящие	11	15
Белые, англоязычные	72	66

За ближайшие пятнадцать лет по самым скромным оценкам доля белых англоязычных снизится с 72% до 66%, причём практически весь прирост в новой структуре этнического состава США получит испаноязычная община. При этом общая численность постоянного населения США к 2015 году достигнет примерно 310 млн. человек.

Согласно Л.Н.Гумилёву, Россия в с XIX века по первую половину 20 века находилась в фазе надлома. Далее, как он полагал, Россия вступает в инерционную фазу, но, вероятно, мы всё же задержались **в фазе надлома**. И в фазе надломе обычно бывает короткий период депрессии. Мы вошли в депрессионный период в 1991 году, и он может продлиться лет десять-двадцать.

На территории России проживает более ста этносов. Россия - уникальное политическое образование, не имеющее аналогов в мире: единственное государство, границы которого шире суперэтнических. К примеру, США, Англия, Германия включают в себя лишь отдельные этносы романо-германского суперэтноса, на территории же России проживает не только российский суперэтнос (великороссы, украинцы, белорусы, казанские татары, мордва и т.д.), но и этносы, входящие ещё в шесть суперэтносов: западноевропейский (народы Прибалтики и западные украинцы), мусульманский (туркмены, узбеки, крымские татары и т.д.), осколки византийского суперэтноса (грузины, армяне), степной (казахи, буряты, калмыки и т. д.), реликты полярного суперэтноса (малые народы Севера), и "блуждающий суперэтнос" - иудеи.

Но различия между ними всё же меньше, чем между русскими и европейцами или между монголами и китайцами. И потому французские фамилии русского происхождения - редкость, а из русских тюркского происхождения состоит вся русская история. В словаре А.Баскакова "Русские фамилии тюркского происхождения" приведены: Аксаков, Алябьев, Апраксин, Арсеньев, Ахматов, Бабарыкин, Балашов, Булгаков, Бунин, Бухарин, Гоголь, Годунов, Державин, Епанчин, Ермолов, Карамзин, Карамазов, Киреевский, Курбатов, Милюков, Мичурин, Рахманинов, Танеев, Татищев, Тургенев, Тютчев, Чаадаев, Шаховской, Суворов, Кутузов и т.д. Генеалогия их восходит к выходцам из Орды.

Россия до революции была единым этническим полем, а СССР с национальными границами – уже химерное образование, и его распад был прогнозируем при снижении пассионарного напряжения. Революция, гражданская война – это классический надлом, эпоха 1920-1930 г. - попытка создания этнической химеры в совокупности с правящей антисистемой («весь мир насилья мы разрушим до основанья, а затем...»).

Россия взаимодействует, прежде всего, с тремя суперэтнотами: западноевропейскими, мусульманскими и китайскими. Наибольшее влияние на нашу жизнь оказывает контакт с западноевропейским, или романо-германским суперэтнотом под идеей строительства Общевропейского дома. Построение этого дома предполагает объединение россиян и западноевропейцев в одно неформальное целое - семью цивилизованных народов. Но российский и романо-германский суперэтноты по самой своей природе необъединяемы. Этноты могли слиться, например, на территории Франции - в результате длительного интеграционного процесса из нескольких этносов образовался один французский (теперь на наших глазах разъедаемый выходцами из Алжира и Марокко). Суперэтноты же не могут этого сделать в принципе.

---

<sup>20</sup> по Шишкину И.С. и Балашову Д.М.

Мы еще не старый этнос, прожили лишь 600 лет, т.е. половину нормального срока. Например, сравнительно недавно в сочетании с русскими сложились в единый этнос украинских казаков кыпчаки (они же куманы или половцы), канглы (печенег), карлуки (тюркюты), гузы.

По идее, для торжества общечеловеческих ценностей надо уничтожить этническое многообразие Земли и оставить на планете только один этнос. Однако если слияние двух суперэтносов нереально, то отрыв отдельных этносов и включение их в чуждую суперэтническую систему возможен. Современная западная политика, направленная на вхождение украинцев и русских в семью "цивилизованных народов", и является попыткой осуществить подобный вариант.

Будь мы такими размерами, как Латвия, нас и тогда не стали бы любить, а просто проглотили. Пример Сербии, методично удушаемой Западом, достаточно показателен (сербы - осколок византийского суперэтноса, имевшего с романо-германским отрицательную комплиментарность).

Именно в силу своей природы, говорил Л. Н. Гумилёв, англичане, французы и немцы не могут быть нашими искренними друзьями, а только хитроумными эксплуататорами. Учёный исследовал историю контактов России и Запада за много столетий и на основе огромного фактического материала сделал вывод: "Для всех неромано-германских народов практика европеизации вредна, как переливание крови несовместимых групп". Такой вывод никем пока не опровергнут. В книгах Л.Н.Гумилёва убедительно показано, что всякий раз когда в России приходили к власти западники, страна вступала в период потрясений и смут, совершенно независимо от степени гениальности и искренности самих политиков-западников.

Рассмотрим все три формы сосуществования этносов (симбиоз, ксения и химера) на конкретных примерах России. Русские создали великое государство, занимающее шестую часть суши и включающее в себя более сотни этносов. Сделать это без применения военной силы было невозможно. В то же время только сила не позволила бы удержать в единстве столь огромное разнообразие в течение веков, пережить периоды смут и войн. Кроме того, было немало случаев добровольного вхождения в состав России (казахи, грузины). За исторически обозримый период Евразия объединялась трижды. Сначала её объединили тюрки, на смену тюркам пришли монголы, затем Россия. Л.Н.Гумилев считал, что "если Россия будет спасена, то только как единая евразийская держава".

Русские в отличие от англичан не истребляли присоединяемые народы, не превращали их в людей второго сорта, а вовлекали на равных правах в процесс государственного строительства. Многовековое сосуществование множества народов на территории России стало возможным благодаря положительной комплиментарности русских и этносов Сибири, Великой степи, их природной совместимости. И любая деятельность, направленная на стравливание русских и тюрков объективно является антигосударственной и антинациональной, так как ведет к разрушению России и подрыву жизненных сил всех населяющих её коренных этносов.

Контакт этносов в России шёл в основном по линии симбиоза и иногда

ксений. Русские, продвигаясь на восток, заселяли речные долины, оставляя степные просторы казахам и калмыкам, а лесные массивы - финно-угорским этносам. Соответственно, не нарушался привычный уклад жизни быта аборигенов. Проникновение русских лишь усложняло культурную и хозяйственную жизнь регионов, что шло на пользу всем народам. И не случайно, что ни один этнос, вошедший в состав России, не исчез с этнической карты. Хотя конфликты естественно, случались, но и близкие родственники порой ссорятся.

Пока за каждым народом признавалось право быть самим собой, Россия оставалась прочным и устойчивым государством. Однако в XX веке мы отказались от этой здоровой и традиционной для нашей страны политики «жить порознь, но дружно» - и начали руководствоваться европейскими нормами, пытаясь всех сделать одинаковыми.

Если же при внешнем воздействии (военном, экономическом или идеологическом) разрушится стиль нашей жизни, наш стереотип поведения, и произойдет смена суперэтнической принадлежности - вхождение в общеевропейский дом, - тогда нас может постигнуть судьба Арабского халифата, которое именно в фазе надлома химеры разъели его тело, страна распалась, и все населявшие её народы вступили в многовековой период упадка и катаклизмов.

Ещё Александр III сказал перед смертью нашему последнему монарху, Николаю II: "Помни, что в Европе друзей у России нет". И в Америке – тоже.

Включение в состав Российской империи самых различных народов, в том числе славян-католиков и униатов, и одновременное проведение ассимиляционной политики привело к поляризации и расколу российского суперэтноса в фазе надлома. Начались революции, гражданские войны, массовые репрессии и образование внеэтнических формирований с жизнеотрицающей идеологией (антисистемы).

Первую революцию 1905-1907 г. Столыпину удалось "усмирить". Но к 1917 году Столыпина уже убрали. Интересно, что тогдашний министр внутренних дел Курлов, выдавший Богрову билет в театр, где находился Столыпин, будучи арестован после революции, был большевиками - явно в награду за помощь в устранении Столыпина - освобожден и выпущен за границу, хотя чиновников такого ранга и должности, большевики, не церемонясь, расстреливали.

Никакие - ни тайные, ни явные антипатриотические силы не сработали бы так успешно в нашей стране, не будь она в состоянии надлома. Столыпин углядел эту фазу, почему и говорил, что надо прожить хотя бы четверть века без потрясений и войн, чтобы выросло новое поколение крепких хозяев. А Ленин начал с призыва к поражению собственного правительства в войне. Русское государство и государственность предполагалось уничтожить. Россия интересовала его только как плацдарм для захвата мира.

Как считают многие политологи, спасение от развала для России в ближайшие десятилетия заключается в тесном оборонительном союзе с Китаем, включающем широкие военно-технические и экономические соглашения. А в Европе у России союзников нет и уже не будет. Видимо, близкими отношениями с Индией придётся пожертвовать ради союза с Китаем, т.к. ось Москва-

Дели-Пекин - это политический нонсенс. Только объединив потенциал России с ресурсами Китая, и не конфликтуя со странами исламского суперэтноса, - можно рассчитывать на сохранение суверенитета и территориальной целостности России.

В XXI веке Россия вступила в эпоху "золотой осени". России еще предстоит пережить инерционную фазу - 300 лет золотой осени, эпохи собирания плодов. Если этнос дожил до инерционной фазы, то его этногенез уже не может быть прерван. Даже обскурация со всеми своими ужасами губит не этносы, которые превращаются в реликты, а государства.

### **Проблема нежелательных мигрантов**

Каждые 10 лет в Москве обосновывается 1 миллион мигрантов<sup>21</sup>. Только **15%** мигрантов со временем (не менее 10 лет) меняют свою самоидентичность, этому помогает изменение образа жизни, утрата постоянной языковой среды, укоренение в Москве. Тогда человек любой национальности начинает ощущать себя в первую очередь москвичом, а потом уже представителем какой-либо национальности.

В настоящее время две трети руководителей национальных диаспор и культурных центров в Москве считают единственной своей целью развитие и пропаганду своего национального языка и обычаев. А проблемы приспособления, укоренения и включения мигрантов в среду москвичей их волнует мало.

В Византийской империи мигрантов (готы, авары, славяне и др.) в обязательном порядке принуждали **принять христианство**. А после этого мигрантам давали возможность опробовать блага развитой цивилизации и даже занимать государственные посты. В результате агрессивные мигранты становились управляемыми.

Подавляющее большинство выходцев с Кавказа – условные мусульмане, они живут не по законам шариата, а **по адату**, т.е. согласно племенным обычаям. Поселившись компактно, они не собираются включаться в жизнь москвичей и живут своей собственной жизнью внутри землячеств. Интеллигенция же стремится поселиться отдельно от своих «менее культурных собратьев». Поэтому другой вариант решения проблемы – **недопущение компактного проживания** мигрантов. Конфликтные ситуации возникают тогда, когда доля иноязычных мигрантов превысит **17%** числа жителей.

А вот введение виз и депортация дают во всём мире малый эффект и приводят к озлоблению мигрантов и их консолидации.

### **Будущее истории (по И.Стогову)**

Всем известно, как убого преподают в школе историю, никак не связывая её ни с географией, ни с литературой. До сих пор в ходу принцип косности в науке: учение верно, потому что правильно, и правильно, потому что истинно (у Ленина дословно «*Seid bereit! - immer bereit!*»), ну а раз оно верно, то и все-таки (так у М.С.Горбачёва).

Зная закон (см. таблицу ниже), описывающий прошлое человечества, -

<sup>21</sup> «Москва – котёл по переплавке мигрантов?» – Статья в «Аргументах и фактах», № 10, 2006 г.

можно представить себе и его будущее. Большинство страхов современного телезрителя беспочвенны. Например, совершенно напрасно переживают **экологи**. Оснований для разговоров о грядущей экологической катастрофе попросту нет. Сегодня, также как и 1500 лет назад, мир погружается в омут тёмных веков. Тогда, в прошлый раз, две трети территории Франции скрылись под покровом лесов. В Китае пахотные площади исчезли почти полностью. На Ватиканских холмах завелись волки. Города повсеместно зачахли. Начало точно такого же процесса можно видеть уже сегодня. На всей территории бывшего СССР сельское хозяйство умирает... почти совсем умерло. Повернуть сибирские реки вспять в голову никому больше не приходит. Правда, продолжается вырубка амазонских лесов. Но кто знает, не скроют ли ещё до конца XXI века эти самые леса улицы и площади бразильской столицы?

Точно так же не предвидится никакого кризиса **перенаселения**. Конечно, сегодняшние темпы роста населения поражают: миллиард душ каждые тридцать лет. Но долго ли может так продолжаться? Сегодня особенно активно рождают детей бедные страны третьего мира: китайцы, индусы, чернокожие африканцы... Это позволяет газетам утверждать, будто через столетие эти народы и станут единственными обитателями планеты. Не верьте газетам. Взгляните на ситуацию непредвзято. В Африке свирепствуют СПИД, малярия, проказа и прочее. Рожают детей здесь много, но многие ли из этих детей выживают? В Китае иметь более одного ребенка противозаконно. Хорошо одеть, накормить и дать образование одному ребенку всегда легче, чем дюжине. Кроме того, дети мешают карьере. Поэтому, **чем богаче общество, тем меньше сами родители хотят иметь много детей**. Да, сегодня планета населена гуще, чем триста лет назад. Но так уже было: полтора тысячелетия назад на Земле жило в два раза больше народу, чем тысячу лет назад. Региональные конфликты, в которых гибнут как раз те юноши, которым нужно ухаживать за девушками... Повсеместное узаконивание абортов (в России от рук собственных мамаш ежегодно гибнет больше людей, чем СССР потерял за всё время Второй мировой)... Реклама презервативов, контрацептивов и «систем планирования семьи» в развивающихся странах... Мы с вами станем свидетелями резкого изменения демографической ситуации на планете.

**Империи**, поделившие мир в начале XX столетия, уже распались. Все до единой. Сепаратные движения окраин невооруженным глазом видны и у двух выживших гигантов - Китая и США. Не за горами момент, когда Пекин окажется не в состоянии удержать уйгуров и тибетцев. В любом случае, даже при сохранении номинального единства страны тяга китайских окраин к самостоятельности будет расти с каждым десятилетием.



Закон истории культур<sup>22</sup>: древнейшей, древней, современной и будущей (по строчкам)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Тёмные века			Начало истории	Средневековье			Раздробленность	Классика			Смута	Империя		
XXV	XXIV	XXIII	XXII	XXI	XX	XIX	XVIII	XVII	XVI	XV	XIV	XIII	XII	XI
X	IX	VIII	VII	VI	V	IV	III	II	I	I	II	III	IV	V
VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV	XVI	XVII	XVIII	XIX	XX
XXI	XXII	XXIII	XXIV	XXV	XXVI	XXVII	XXVIII	XXIX	XXX	XXXI	XXXII	XXXIII	XXXIV	XXXV

<sup>22</sup> Стогов И. Грозная тень грядущего. - М.: изд. ЭКСМО, 2003. - 208 с.

№	Что тогда происходило
<b>Период «Тёмные века»</b>	
1	Культура предыдущего периода окончательно исчезает. Вместе с ней исчезают и последние грамотеи. Исторические хроники больше никто не пишет. Поскольку мы не знаем в точности, что в ту эпоху происходило, то весь период и назван тёмными веками.
2	«Героический век». Эпоха мифических героев и чародеев. По Земле скитаются дикие, примитивные племена.
3	Медленно, очень медленно культура начинает возрождаться. Первые писатели точат перья и садятся писать первые книжки.
<b>Период «Начало истории»</b>	
4	В одном из племен к власти приходит новая династия. Она объединяет соседей, укрепляет границу и основывает собственную столицу. С этого начинается ещё одна глава всемирной истории.
<b>Период «Средневековье»</b>	
5	Едва возникнув, блестящая империя тут же разваливается на части.
6	Осколки империи продолжают разваливаться на всё более и более мелкие части. Зато именно тогда начинает расцветать средневековая культура.
7	«Высокое» средневековье. Эпоха благородных воинов и их целомудренных дам.
<b>Период «Раздробленность»</b>	
8	Война всех против всех. Мир дробится на огромное количество карликовых, но до зубов вооруженных мирков. Впрочем, никакое оружие не может защитить от вторжений с диких, варварских окраин, типа татаро-монгольских нашествий.
<b>Период «Классика»</b>	
9	Народы наконец решают, где будет находиться их родина. Определиться с этим вопросом, они берутся за мечи и колья и идут отвоёвывать родную землю у врагов.
10	Власть постепенно сосредоточивается в одних руках. Сначала новые владыки прогоняют чужеземцев, потом усмиряют окраины, а под конец увлечённо рубят конечности собственным родственникам.
11	Никто больше не угрожает великим владыкам. В стране расцветает замечательное национальное искусство. Правда, заканчивается весь этот период тиранией, религиозным расколом, восстаниями и всеобщей резнёй.
<b>Период «Смута»</b>	
12	Страна опять распадается на кровоточащие куски. Бунты черни и религиозные войны.
<b>Период «Империя»</b>	
13	«Хватит думать о загробной жизни! Пора пожить в этом мире!» Когда этими лозунгами вдохновляются отдельные люди, то на свет появляются разнообразные Казановы и маркизы де Сады. Когда лозунг воодушевляет массы, то в истории появляются первые империи-хищницы, начинающие расширяться во все стороны и не знающие меры в своих аппетитах.

14	Расцвет «мировых держав». Практичность, атеизм, культ денег и науки.
15	Конец истории. Империи гибнут в огне революций, смут и иноземных вторжений. Культура окончательно вырождается. Умирают, не выдержав жизни на пособие по безработице, последние грамотеи. И наступают новые тёмные века.

С США сложнее. Скорее всего, ни нынешнее, ни следующее поколение так и не увидит падения этого колосса на глиняных ногах. Однако та Америка, которая известна нам по голливудским фильмам и в которую так верят сами янки, давно в прошлом. Уже сегодня негры составляют большинство населения некоторых штатов. Уже сегодня федеральный округ Колумбия предлагают сделать первым целиком «чёрным» штатом. Уже сегодня английский язык повсеместно теснит испанской речью... Так что, при сохранении внешнего фасада («Соединенные Штаты Америки, оплот демократии») реальное наполнение последней империи мира будет непрерывно меняться. И пусть во внешней политике американцы ощущают себя хозяевами положения.

Наступившая после Второй мировой войны эпоха - это эпоха маленьких войн между маленькими государствами. Людей, способных сплотить народы в громадную и величественную империю, в сегодняшнем мире просто не осталось. С одной стороны, это приводит к распаду громадных государственных образований. А с другой - людям иногда бывает просто лень связываться с агрессорами, претендующими на их земли и свободу. Иначе говоря, государства могут развалиться, а могут и ненадолго расширить свою территорию. В обоих случаях перед нами мелкая школьная потасовка, возможная лишь потому, что взрослые отлучились из класса.

В маленьких мирках нет места «большим» людям. Эпоха «**большого искусства**» также осталась позади. Все книги и картины давно написаны. Все симфонии сыграны. Уже сегодня ничего принципиально нового в этой области невозможно не то что создать, но хотя бы представить. И дело не в вырождении - дело в ориентации на определённые образцы. Было время, когда люди всерьёз верили, будто образование - это престижно. Будто человек обязан тянуться к знаниям и к высокому. В те мифические времена люди ходили в оперу или музей, даже если лично им это не казалось интересным. Теперь персонажи типа Бивиса и Бэтхеда демонстрируют всем желающим: каждый индивид ценен таким, какой он есть, со всеми его недостатками.

**Религиозная** ситуация изменится очень скоро. Она уже меняется. Сегодня слышится много разговоров об «исламской угрозе». Вряд ли люди, родившиеся через пару столетий, поймут, о чём идёт речь. Ислам больше, чем многие другие религии, приобрёл черты «предания», «национальной религии», «завещанной отцами». С исчезновением нынешних народов это создаст для ислама множество сложностей. Полтора тысячелетия назад на тех же землях, где сегодня живут мусульмане Передней Азии, горели сакральные огни зороастрийцев. Сегодня более или менее известные зороастрийцы - певец группы «Queen» Фредди Меркьюри и

целительница Джуна, чьи предки происходили из парсов Индии. Оказавшись в положении национальной религии народа, который исчез, зороастризм не пережил последовавшего кризиса. Наступающие сегодня тёмные века создадут такую же проблему для очень многих культов и национальных религий. А буддизм, дремучая азиатская доктрина, доказал свою живучесть. Жуткий жизнеотрицающий взгляд на мир, сформулированный древним индийским принцем, регулярно находит себе новых последователей. Скорее всего, под тем или иным обозначением буддизм выживет. Конечно же, большие испытания ждут и Церковь Христову. Центром её вряд ли останется Европа. Негр или этнический китаец может занять Римскую кафедру ещё на наших глазах.

### Стиль руководства

Как известно, для комфортной жизнедеятельности человека необходимо, чтобы он с удовольствием шёл на работу и с удовольствием возвращался домой, поэтому **взаимоотношения с начальством** значительно влияют на самочувствие трудящихся. Сам стиль руководства – это способ обращения руководителей с подчиненными в процессе исполнения служебных обязанностей, по К.Левину различают три типа стилей руководства: 1) демократический (коллегиальный); 2) директивный (авторитарный, единоличный); 3) попустительствующий (либеральный, анархический, пассивный).

А согласно **теории лидерства** существуют четыре стиля управления (четыре системы Лайкерта в менеджменте) – от плохого к хорошему:

- 1) диктаторски-авторитарный;
- 2) благосклонно-авторитарный;
- 3) консультативно-демократический;
- 4) вовлеченно-демократический.

Так и во **взаимоотношениях преподавателя-студента** (учителя-школьника), согласно теории живого классика современной педагогики Ш.А.Амонашвили, - различают гуманно-личностную педагогику и авторитарно-репрессивную.

Вот некоторые **рекомендации** преподавателю и руководителю коллектива:

- общайтесь с зависимым от вас человеком так, чтобы он ощущал взаимное доверие, уважение, понимание;
- говорите с людьми спокойно, располагающим к себе голосом, и с экспрессией лишь тогда, когда хотите усилить свою мысль;
- своё недовольство поведением выражайте лишь намёком на то, что вы от него такого не ожидали, что у вас о нём было более высокое представление;
- удивляйтесь, восхищайтесь, радуйтесь, когда тот или иной человек совершает достойный поступок, проявляет смекалку и сообразительность, мыслит сосредоточенно;
- извиняйтесь, если по какой-то причине не можете сразу ответить на вопрос, с которым он обращается к вам; объясните причину откровенно, скажите, что дадите ответ через несколько дней, и не забудьте выполнить обещание;

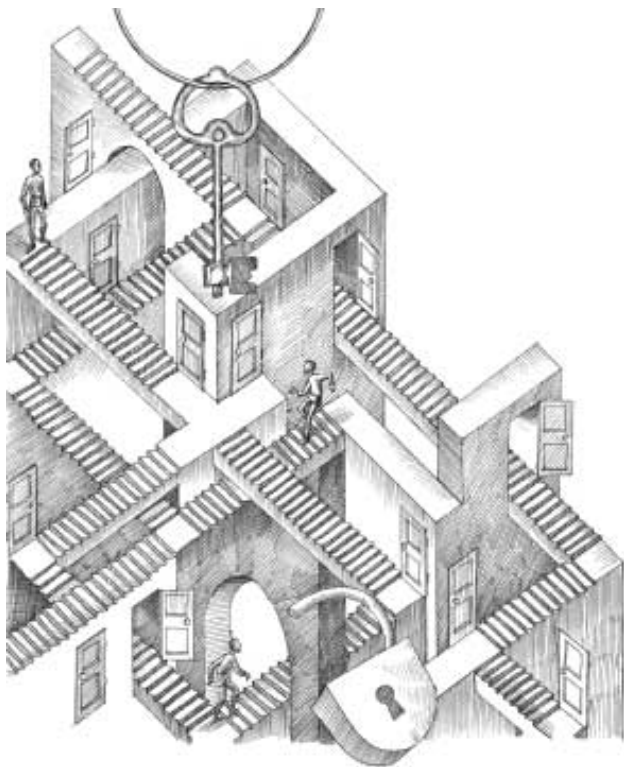
- приглашайте и поощряйте людей быть соучастниками мозговых штурмов, ставить вопросы, спрашивать, выражать собственное мнение, утверждать свою позицию;
- относитесь к мыслям, утверждениям, позициям, оценочным суждениям людей серьёзно, с достоинством;
- провоцируйте дискуссии людей с вами, давайте им возможность доказывать вам своё, объяснять ошибку, опровергать ваше утверждение, и тогда, признав их правоту, выражайте им благодарность за то, что не позволили вам остаться в своём заблуждении;
- поощряйте поисковую, исследовательскую деятельность, практикуйте обсуждение отдельных вопросов, научных докладов;
- размышляйте вслух сами, чтобы давать людям образец: как думать, как искать решение задачи, как обсуждать, как оценивать;
- поощряйте самооценочную и оценочную деятельность каждого человека, давайте ему возможность оценивать свою работу вслух, высказывать свою оценку о работе товарища, о своём руководителе и преподавателе;
- следует всеми силами искоренять грубость (она унижает человека) и жестокость.

### Литература по этногенезу

1. Гумилёв Л.Н. Этногенез и биосфера Земли. – СПб.: изд. Кристалл, 2002. – 640 с.
2. Гумилёв Л.Н. Конец и вновь начало. СПб.: изд. дом «Кристалл», 2003. - 416 с.
3. [www.gumilevica.kulichki.net/](http://www.gumilevica.kulichki.net/)
4. Стогов И. Пепел империй: в поисках законов истории. - СПб.: изд. Амфора, 2001. – 263 с.
5. Стогов И. Челюсть Адама. - М.: изд. ЭКСМО, 2003. - 208 с.
6. Стогов И. Грозная тень грядущего. - М.: изд. ЭКСМО, 2003. - 208 с.
7. Валянский С.И., Калюжный Д.В. Иное время истории: проект «Хронотрон». - М.: изд. ТЕРРА - книжный клуб, 202. - 432 с.
8. Валянский С.И., Калюжный Д.В., Жабинский А.М. Многомерное прошлое: культурологическое исследование. В 3 томах. - М.: изд. ТЕРРА – книжный клуб, 2003.
9. Морозов Н.Д. Ритмы истории: системный анализ прошлого и проектирование будущего. - М.: изд. Астрель, 2001. – 608 с.
10. Носовский Г.В., Фоменко А.Т. Новая хронология Руси, Англии и Рима. - М.: изд. АНВИК, 1999. – 544 с.
11. Ройзенман Ф.М., Белов С.В. Земля и человек: загадки и закономерности. - М., 2006. – 168 с.
12. Тимашов С.Ф. О физико-химической сущности пассионарных толчков. Статья в Интернет.
13. Шишкин И.С. Симбиоз, ксения и химера. Лев Гумилев об этносах России. Статья в Интернет.

14. Шишкин И.С. «Общеввропейский дом»: вот бог, а вот порог. Статья в Интернет.
15. Балашов Д.М. Анатомия антисистем. Статья в Интернет.
16. Шаповал С.И. Пассионарная депрессия. Статья в Интернет.

### Конкретная психология - трансерфинг реальности (по Вадиму Зеланду<sup>23</sup>)



Лихтенберг Георг Кристоф (1742-1799)  
**Из любимых афоризмов:**

«Книга оказала влияние, обычное для хороших книг: глупые стали глупее, умные – умнее, а тысячи прочих ни в чём не изменились».

«Люди, которым всегда некогда, обыкновенно ничего не делают».

«Человек был так умён, что стал почти ни к чему не пригоден».

«Есть люди, которые полагают, что всё, что делается с серьёзным видом, разумно».

Конечно, вопросы контроля своего сознания, эмоций и аутотренинга – в общих чертах известны каждому. Об этом можно прочесть множество книг (В.Леви<sup>24</sup>, Д.Карнеги<sup>25</sup>, А.Курпатов<sup>26</sup>, С.Гроф<sup>27</sup>, Н.Правдина<sup>28</sup>, К.Кастанеда<sup>29</sup>,

<sup>23</sup> Зеланд В. Трансерфинг реальности. I-V ступень. – С.-Пб.: изд. «Весь», 2006. – 864 с.

<sup>24</sup> Леви В.Л. Я и мы. Охота за мыслью. Искусство быть собой. Искусство быть другим. Везёт же людям. Нестандартный ребёнок. Азбука здравомыслия. Наёмный бог. Вагон любви. Травматология любви. Лекарство от лени. Приручение страха. Ближе к телу. Семейные войны. Первобытное мышление.

<sup>25</sup> Дейл Карнеги (1888-1955) Как завоёвывать друзей и оказывать влияние на людей. Как вырабатывать уверенность в себе и влиять на людей, выступая публично. Как перестать беспокоиться и начать жить. – М.: изд. Прогресс, 1990. – 720 с.

<sup>26</sup> Курпатов А.В. Счастлив по собственному желанию. Ключ к тайнам подсознания. Самоучитель по психологии и философии. Три главных открытия психологии: как управлять собой и своей жизнью.

<sup>27</sup> Гроф С. Путешествие в поисках себя. Измерения сознания. Новые перспективы в психотерапии и исследовании внутреннего мира. – М.: изд. АСТ, 2004. – 352 с.

<sup>28</sup> Наталья Правдина Серия книг – «Счастливый мир».

<sup>29</sup> Карлос Кастанеда (1926-1998) Учение дона Хуана, путь знаний индейцев Яки. Отдельная реальность. Второе кольцо силы. Огонь изнутри. Сила безмолвия. Искусство сновидения. Активная Сторона Бесконечности. Колесо Времени.

З.Фрейд<sup>30</sup> и др.), можно обратиться к психотерапевту, в религиозную секту, в конце концов. Трансерфинг<sup>31</sup> отличается тем, что не требует насилия над собой, а просит лишь впускать позитивную информацию и пропускать мимо негативную, никого не судить, не важничать и ко всем людям без исключения относиться доброжелательно, а к жизни в целом - со здоровым пофигизмом с элементами нигилизма. Вот и всё по большому счёту, и всё это - бесспорно. Но всегда интересны детали, приёмы, объяснения ([www.transurfing.newmail.ru](http://www.transurfing.newmail.ru), [www.psychology-online.net](http://www.psychology-online.net), [www.psychologies.ru](http://www.psychologies.ru)).

### Управляя своей судьбой

Кто-то убеждён, что судьба - это рок, нечто предопределённое заранее, но такая гипотеза угнетает своей безысходностью. По другой версии - страдающие получают щедрое возмещение, но либо на небесах, либо в следующей жизни. Если верить в это, тогда остаётся человеку лишь смирение. Конечно, находятся люди, которые не верят в то, что жизнь настолько скучна и примитивна, и что она сводится к одной-единственной предопределённой судьбе. Такие люди предпочитают бороться за своё счастье и получают часто шишки и колотушки.

А в Трансерфинге концепция судьбы базируется на принципиально иной модели мира. Например, материализм основан на утверждении, что материя первична, а сознание вторично. Идеализм утверждает прямо противоположное. Ни то, ни другое утверждение не доказуемо. Природа мира едина, хотя постоянно демонстрирует свои разнообразные обличья. Учёные делают попытки объединить различные проявления реальности, чтобы устранить противоречия, однако это пока удаётся с трудом. Имеется лишь один единственный, не подлежащий сомнению факт, который объединяет и примиряет все отрасли знания - это многообразие и многогранность форм проявления реальности. **Многовариантность нашего мира является его первейшим фундаментальным свойством, и реальность имеет бесконечное многообразие форм проявления.** Т.е. пространство вариантов представляет собой вполне материальную **информационную структуру** - это бесконечное поле информации, содержащее все возможные варианты любых событий, которые могут произойти. Можно сказать, в пространстве вариантов уже есть всё. А реальность проявляет себя во всём многообразии именно потому, что число вариантов бесконечно.

Любое событие активизирует **цепочку причинно-следственных связей**, и эти связи порождают течение вариантов. Течение идёт по пути наименьшего сопротивления, а потому содержит в себе наиболее эффективные и рациональные решения проблем. Сопротивление же течению, напротив, порождает массу новых проблем. Большинство из них, особенно мелких, решаются сами собой, если не мешать течению вариантов, и Ваш мощный интеллект не понадобится, ведь решение уже существует в пространстве вариантов. Разум не всегда может выбрать оптимальный вариант лишь потому, что течение вариантов не всегда совпадает с его логическими построениями; и нередко мы спохватываемся потом и с горечью

<sup>30</sup> Зигмунд Фрейд (1856–1939) Толкование сновидений. Психоаналитические этюды. Исследования истерии.

<sup>31</sup> **Трансерфинг** - трансформация потенциально возможного варианта в реальность.

вспоминаем, что можно было бы это сделать иначе. Если же не мешать течению вариантов, решение придёт само (например, во сне), причём самое оптимальное. Оптимальность уже заложена в структуре поля информации. В пространстве вариантов есть всё, но с бóльшей вероятностью **реализуются наименее энергоёмкие варианты**. Природа не тратит энергию впустую.

Как известно, все проявления материальной природы имеют под собой энергетическую основу. Поле энергии первично, все остальные физические проявления вторичны. Для удобства в качестве параметра мысленного излучения можно принять его частоту, подобно частоте радиоволн. Т.е. когда Вы думаете о чём-либо, частота энергии Ваших мыслей настроена на определённую область в пространстве вариантов.

Каждый получает то, что выбирает, бесконечность вариантов уже существует, всё управление судьбой сводится к одному простому действию - **сделать выбор**. Трансерфинг отвечает на вопрос, как это делать. Допущение лишь одно: **излучение мысленной энергии материализует потенциальный вариант**. Жизненные обстоятельства формируются не только конкретными поступками, но и характером мыслей человека. Если Вы настроены враждебно по отношению к миру, то он будет отвечать Вам тем же. И напротив, позитивное отношение будет менять Вашу жизнь к лучшему. Человек получает то, что выбирает, такова реальность.

Любой вариант развития событий в трансерфинге состоит из сценария и декораций<sup>32</sup>. Пространство вариантов состоит из секторов, в каждом из которых свой вариант, и чем больше расстояние между секторами (как между звёздами во Вселенной), тем сильнее различия в вариантах. А секторы с примерно однородными параметрами выстраиваются в линии жизни, при этом материальная реализация судьбы движется в пространстве как некий сгусток плотности. Когда параметры мысленного излучения меняются, происходит переход на другую линию судьбы. Вы не можете изменить сценарий, но вы способны выбрать другой; **не нужно бороться за счастье - можно просто выбрать себе вариант по душе**.

Поэтому отсекайте всякие мысли о том, что Вы способны контролировать окружающий мир. Попытки изменить обстоятельства нарушают равновесие и активное вмешательство в устройство мира, в той или иной степени, задевает интересы множества людей. Трансерфинг позволяет выбрать судьбу, не затрагивая при этом ничьих интересов. Это гораздо эффективней, чем действовать напролом, преодолевая препятствия. Судьба действительно в ваших руках, но лишь в том смысле, что Вам дано её выбирать, а не изменять.

### **Маятники в информационной структуре**

Нас всех с детства приучали подчиняться чужой воле, выполнять обязанности, служить отечеству, семье, политической партии, фирме, государству, идее... Кому угодно, но себе - лишь в последнюю очередь. У каждого в той или иной степени есть **чувство обязанности, ответственности, необходимости, вины**. Каждый человек участвует в различных группах и организациях: семья, клуб,

---

<sup>32</sup> **Декорации** - это внешний вид или форма проявления, а **сценарий** - последовательность, по которой сменяются события.



учебное заведение, предприятие, политическая партия, религиозная секта, государство и так далее.



Мысленная энергия отдельных людей соединяется в едином потоке и посреди океана энергии создается отдельная независимая энергоинформационная структура - **энергетический маятник** (в электродинамике и радиофизике – его чаще называют «колебательный контур»). Эта структура<sup>33</sup> начинает жить своей жизнью и заставляет людей следовать установленным правилам. На уровне материальной реализации структура состоит из людей, объединенных общими целями, и материальных предметов, таких как здания, сооружения, мебель, оборудование, техника и т.д.

Маятник раскачивается тем сильнее, чем больше людей-приверженцев, питает его своей энергией. У каждого маятника - своя характерная, **резонансная частота колебаний**. И если количество приверженцев маятника уменьшается, то его колебания угасают и как сущность он умирает. Вот примеры маятников в живой природе: колонии бактерий, популяции живых существ, стаи рыб, стада животных, лесные массивы, прерии, муравейники - любые более-менее упорядоченные и однородные структуры живых организмов.

Чтобы подпитывать маятники энергией человеку вовсе не обязательно сознательно направлять свои мысли, большая часть мыслей и поступков людей лежит в области бессознательного. Этим свойством человеческой психики и пользуются маятники, они умудряются получать энергию не только от своих приверженцев, но и от ярых противников. В самом деле, ведь **маятнику безразлично, с какой стороны Вы будете его раскачивать**. Для него подходит как положительная, так и отрицательная энергия. Главное, чтобы частота излучения была резонансной. Одним из самых действенных способов маятника получить доступ к Вашей энергии является **вывод Вас из равновесия**. Отклонившись от равновесия, Вы начинаете «раскачиваться» на частоте маятника и тем самым раскачиваете его.

<sup>33</sup> **Маятник**, по своей сути, является **эгрегором** (в эзотеризме) - 1) руководители душ; 2) резервуары энергии, формируемые мысленной связью сознаний членов тех или иных объединений людей.

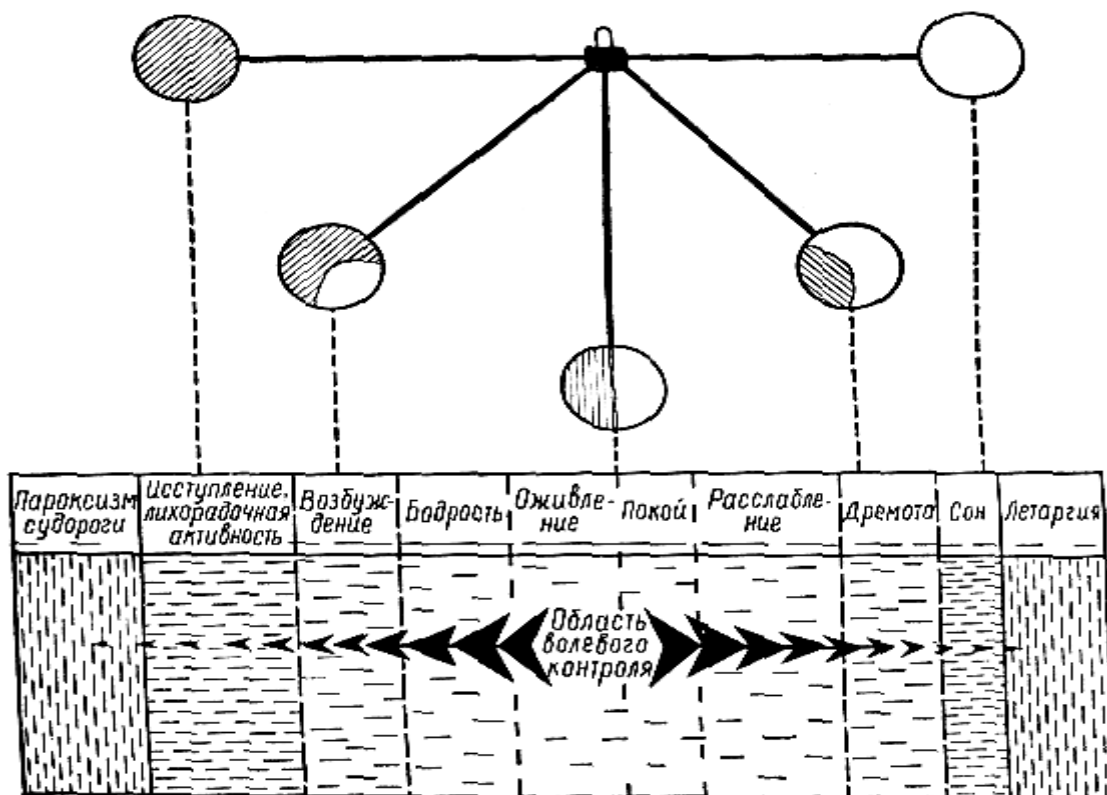


Рис. 1. Маятник активности  
из книги Леви В. Искусство быть собой

Любой маятник по своей природе является деструктивным, поскольку **отнимает энергию** у своих приверженцев и устанавливает над ними свою власть, ему нет дела до судьбы каждого отдельного приверженца; а пойдет это на пользу этому человеку или нет, не имеет значения. Если человеку повезло, он находит своё место в системе и чувствует себя там как рыба в воде. Он, будучи приверженцем, даёт энергию маятнику, а тот обеспечивает ему благоприятную среду для существования. Маятник противопоставляет группу своих приверженцев всем остальным группам и агрессивно обвиняет всякого, кто не захотел стать его приверженцем. Однако, как только приверженец начинает нарушать законы структуры, **частота его излучения уже не совпадает с резонансной частотой колебаний маятника**, и, не получая энергию, тот выбрасывает или уничтожает строптивного приверженца.

Если же человека занесло далеко от благоприятных для него линий судьбы, тогда жизнь в структуре чуждого маятника превращается для него в каторгу или в унылое существование. Человек, попавший под влияние такого деструктивного маятника, теряет свободу; он вынужден жить по навязанным законам и быть винтиком в чужом механизме - нравится ему это или нет. Даже такие организации как церкви, благотворительные организации, общества защиты природы, животных и другие - что в них деструктивного? Для Вас лично - то, что они питаются Вашей энергией, и им нет никакого дела до чужого счастья и благополучия. Они призывают быть милосердными для других, оставаясь равнодушными к Вам. Если Вас это устраивает, и Вы действительно чувствуете себя счастливым, занимаясь такой работой, значит, это можно считать призыванием, и Вы нашли **свой маятник**.

Маятники постоянно соперничают друг с другом: войны и революции, борьба за рынки сбыта, соперничество политических партий, конкуренция в экономике, всевозможные виды маркетинга, рекламные кампании, идеологическая пропаганда и т.д. Соперничество идёт на всех уровнях, начиная с государственных споров и кончая соревнованием между клубными командами и отдельными людьми.

Маятники управляют подсознательными мотивациями противостоящих друг другу людей. И управление это направлено исключительно **на увеличение энергии конфликта**. Человек не осознаёт, что его заставляет идти на конфронтацию. Он может действовать совершенно нелогично и неадекватно. Например, люди терпят лишения на войнах и умирают десятками, сотнями тысяч, миллионами - где же инстинкт самосохранения? Сражение за богатство и территории ещё можно понять. Но как объяснить войну за абстрактные религиозные или социальные убеждения? Всем всё понятно, однако здесь здравый смысл не работает, а побеждает зло<sup>34</sup>. Откуда же это зло берётся? Стоит немножко понаблюдать, и станет совершенно ясно: что бы ни делалось в любом противостоянии чего-либо с чем-то - всё движется в направлении увеличения энергии конфликта, пока маятники подпитываются мысленной энергией своих приверженцев.

Новое, необычное и непонятное всегда с трудом пробивает себе путь. Главная причина не в инертности мышления, а в том, что **старым маятникам невыгодно появление новичка**, который перетянет на свою сторону приверженцев. А если кто-то восстаёт и открыто выступает против поработившего его маятника, то в таком поединке человек всегда терпит поражение. **Маятник может быть побеждён только другим маятником**, один человек ничего не сможет сделать. Бороться с маятником - значит отдавать ему свою энергию. Единственным условием успеха является отказ от борьбы с ним, а чтобы отказаться, необходимо принять, признать право маятника на существование. Если Вы не хотите что-то иметь, просто не думайте об этом, **игнорируйте, равнодушно проходите мимо**, и оно исчезнет из Вашей жизни, маятник оставит Вас в покое и переключится на других, потому что он действует только на тех, кто принимает его игру, то есть начинает излучать на его частоте.

Если Вам кто-то досаждаёт, то есть создаёт для Вас проблему, постарайтесь определить, чего не хватает этому человеку, в чём он нуждается. Теперь представьте себе этого человека, уже **обладающего тем, чего ему не хватает**. Это может быть здоровье, уверенность, душевный комфорт. Визуализируйте себе картину (слайд<sup>35</sup>) удовлетворенности этого человека. Если Вам это удалось, считайте, что с проблемой покончено. Ведь маятник начал раскачиваться не просто так. Что-то вывело его из равновесия. Он, сознательно или бессознательно, ищет то, что вернёт ему равновесие. И вот энергия Ваших мыслей на определённой частоте даёт ему это, хоть и косвенным образом. Он сразу сменит агрессию на благосклонность. Такая практика провала и гашения маятника известны психологам и психотерапевтам - так включается Ваша психологическая защита. Чтобы не попасться в петлю захвата деструктивного маятника и не погружаться с головой в проблему, надо **сдать себя в аренду**. Действуйте так же, как и обычно в таких

<sup>34</sup> Хотя понятия зло и добро – относительны, об этом очень увлекательно сказано в книгах Лукьяненко С. Ночной дозор. Дневной дозор. Сумеречный дозор.

<sup>35</sup> Целевой слайд — это воображаемая картина действительности в Вашем сознании.

случаях, но не как участник игры, а как сторонний наблюдатель. Посмотрите на ситуацию отстранённо, не дайте проблеме испугать себя, захватить, беспокоить, озадачить. Решение любой задачи в информационном пространстве уже есть, поэтому расслабьтесь, отбросьте малейший страх и беспокойство, весьма вероятно, что решение сразу придет, причем очень простое. Такие упражнения (аутотренинг) хорошо развивают интуитивные способности.

Ваша свобода - это независимость от чужих маятников. Но существуют маятники, которые будут полезны именно Вам, необходимо распознавать навязанные цели, в погоне за которыми Вы все дальше уходите от линий своей счастливой жизни<sup>36</sup>. Задача состоит в том, чтобы, оставаясь свободными, выбрать себе линии жизни, на которых Вас ждёт подлинный успех и личное счастье. На маятниках можно, раскачиваясь, передвигаться к своей цели – как «Джордж из джунглей» и «Человек-паук». Полностью освободиться от влияния маятников невозможно, да и не нужно. Напротив, именно маятники в конечном итоге превращают мечту человека в реальность.

### **Трансляция позитивного излучения**

Не думайте о том, чего Вы не смогли бы достичь, - думайте о том, чего хотите добиться, и тогда получите это. В такие моменты Вы транслируете в окружающий мир позитивные колебания, и они обязательно к Вам вернуться. Наши мысли всегда возвращаются к нам бумерангом. Недостаточно не впускать в себя негативную энергию, нужно самому не излучать её. Находясь в добрых отношениях с собой и окружающим миром, Вы транслируете позитивное излучение и **создаёте вокруг себя область гармоничных колебаний**, где всё складывается удачно. Позитивный настрой всегда ведёт к успеху и созиданию.

Но настаивать на своём не стоит, если ребенка излишне восхвалять, он начнёт тут же «из вредности» капризничать. А если Вы будете перед ним заискивать, он станет Вас презирать или, по крайней мере, уважать уж точно не будет. Если всеми силами стремиться сделать из малыша благовоспитанного паиньку, он, скорее всего, свяжется с дурной компанией на улице. Если пытаться вылепить из него вундеркинда, он потеряет всякий интерес к учёбе. И **чем активней обрушивать на ребенка всевозможные кружки и школы, тем больше вероятность, что он вырастет серой личностью.**

### **Напряжённость в энергетическом поле**

Мы часто воспринимаем всякие неприятности, проблемы и препятствия как неотъемлемые свойства этого мира. На самом деле неприятность - это аномалия, а не нормальное явление. **Большинство неприятностей, так или иначе, вызвано действиями равновесных сил по устранению избыточных потенциалов<sup>37</sup>**, созданных Вами или людьми из Вашего окружения. Вы сами не отдаёте себе отчёта, что создаёте избыточные потенциалы, а затем принимаете свалившиеся неприят-

---

<sup>36</sup> У психологов есть такой приём – обязывают пациента формулировать свои цели, а затем отвечать на вопрос – зачем она Вам.

<sup>37</sup> **Избыточный потенциал** - это напряжённость, локальное возмущение в равномерном энергетическом поле, он создаётся мысленной энергией человека, когда какому-нибудь объекту он придает избыточно важное значение.

ности - как неизбежное зло. Но Вы можете избавиться от бóльшей части неприятностей, если освободите себя от титанических усилий, направленных на поддержание избыточных потенциалов. Поляризация искажает энергетическую картину и порождает вихри равновесных сил. Человек пытается бороться с окружающим миром - вместо того, чтобы устранить поляризацию. Равновесные силы устраняют эту неоднородность путём столкновения противоположностей (точно так же противоположные полюса магнитов притягиваются друг к другу).

Все мы плаваем в океане энергии, но получить эту энергию не так просто, потому что лишь определённая её часть усваивается человеком. Гораздо проще получить чужую, уже извлечённую энергию определенной частоты. Точно так же колебательный контур радиоприемника улавливает не все радиоволны, а только те, на которые он настроен. Этим пользуются **энергетические вампиры**, ведь чтобы получить чужую энергию, достаточно настроиться на эту частоту.

Встречается тип «вкрадчивого» вампира: он, как правило, хороший психолог, общителен, но не обаятелен, а вязко настойчив, и это сразу чувствуется. Другой тип вампиров относится к манипуляторам и играет на чувстве вины человека. Такой вампир подсознательно ищет людей, потенциально расположенных отдать себя на чужой суд или попросить совета в затруднительном положении. Человек с малейшим комплексом вины также подсознательно ищет, кто бы его осудил и тут же помиловал. Таким образом, вампир и донор находят друг друга и получают каждый то, в чём нуждается. Манипулятор с легкостью настраивается на частоту своей жертвы: требуется лишь вскользь затронуть проблему, волнующую человека, как тот сразу же раскрывается и сам выкладывает свою энергию. Третий тип вампира наиболее грубый и агрессивный - это «provokator». Такой, особо не задумываясь, сразу пытается вывести свою жертву из равновесия, здесь используются все средства, начиная с неявного издевательства и кончая грубым давлением. Главное, чтобы донор вышел из себя, а что будет его реакцией - ответная грубость, раздражение, негодование, страх, неприязнь - не важно, всё сгодится. В отличие от вампира, который действует короткое время, маятник может сосать энергию постоянно, пока человек транслирует своё излучение на частоте маятника. Мощность этого излучения пропорциональна важности.

Чем выше Ваша энергетика, тем лучше относятся к Вам люди, потому что они подсознательно чувствуют энергию и даже в какой-то мере её потребляют. Но обычные люди не подпитываются целенаправленно, подобно маятникам и вампирам. Предоставляя избыток энергии людям, Вы добиваетесь их расположения. Люди так привыкли отдавать свою энергию маятникам, что их всегда радует источник, сам дающий энергию. К таким людям относятся магнетические или харизматичные личности, обладающие каким-то необъяснимым обаянием, магнетизмом. Но больше всего ценят в людях – всё же надёжность и невозмутимость.

### **Исполнение желаний**

Исполнению подлежит только такая форма, когда желание превращается в чистое намерение<sup>38</sup>, свободное от избыточных потенциалов. Мы привыкли, что в

---

<sup>38</sup> **Чистое намерение** - это единство желания и действия при отсутствии значимости. Например, это - свободное намерение сходить в киоск за газетой.

этом мире за всё надо платить, ничто не даётся даром. На самом деле мы расплачиваемся только за избыточные потенциалы, которые сами же и создаём. В пространстве вариантов в этом смысле всё бесплатно, в качестве оплаты за исполнение желания выступает отсутствие значимости и отношений зависимости. Для перехода на линию жизни, где желаемое превращается в действительность, достаточно лишь энергии чистого намерения. Намерение можно определить как **решимость иметь и действовать**. Реализуется не желание, а намерение.

Намерение в трансерфинге разделяется на внутреннее и внешнее. **Внутреннее намерение** подразумевает активное воздействие на окружающий мир - это решимость действовать. **Внешнее намерение** - это решимость иметь, когда мир сам подчиняется воле человека. Внутреннее намерение - это концентрация внимания на процессе своего движения к цели. А внешнее - концентрация внимания на том, как цель реализуется сама. Внутренним намерением цель достигается, а внешним - выбирается.

**Реализуется не мысленное желание, а твёрдое намерение выбрать**, и если параметры Вашего излучения соответствуют Вашему выбору и при этом законы не нарушаются, тогда Вы получаете это, ведь выбор - не просьба. Намерение не создает избыточный потенциал, потому что **энергия потенциала желания расходуется на действие** («глаза боятся, а руки делают»), энергия рассасывается естественным образом, без участия равновесных сил.

**Желание - это концентрация внимания на самой цели** и не имеет никакой силы: можно сколь угодно думать о цели, желать её, но ничего от этого не изменится. **Внутреннее намерение - это концентрация внимания на процессе своего движения к цели**, это уже работает, но требует много усилий. **Внешнее намерение - это концентрация внимания на том, как цель реализуется сама**, т.е. внешнее намерение просто позволяет цели реализоваться самой, при этом подразумевается твёрдая убежденность в том, что вариант реализации цели уже существует и остаётся только его выбрать. Секрет исполнения желания состоит в том, что **от желания нужно отказаться, а взамен взять намерение, то есть решимость иметь и действовать**.

Жизненная и творческая сила атрофируются, энергия спадает, когда человек перестаёт к чему-либо стремиться. Энергия разжигается установкой на активное действие: активное действие порождает намерение, намерение разжигает жизненную силу. Если сидишь и ничего не хочется - сделай хоть что-нибудь, вот и появится энергия. Иногда нужен какой-то начальный толчок, чтобы сдвинуться с места. Высокий уровень энергетики приводит человека в состояние вдохновения, в таком состоянии появляются новые идеи, приходят гениальные решения, создаются шедевры. А скептицизм и апатия свидетельствуют о низком уровне энергетики. При энергетическом дефиците Вы всегда будете смотреть на мир с пессимизмом, что непременно отразится и в реальности. Когда же у Вас высокий жизненный тонус, Вы транслируете сильный образ преуспевающего человека, и тогда удача сама идёт к Вам навстречу.

### **Не надо важничать и мучаться угрызениями совести**

Важность возникает там, где человек чему-то придаёт излишне большое значение. Это избыточный потенциал в чистом виде, при устранении которого

равновесные силы формируют проблемы для того, кто этот потенциал создаёт. Негодование, недовольство, раздражение, беспокойство, волнение, подавленность, смятение, отчаяние, страх, жалость, привязанность, восхищение, умиление, идеализация, преклонение, восторг, разочарование, гордость, чванство, презрение, отвращение, обида и т.д. - все эти чувства и реакции есть не что иное, как проявления важности в той или иной форме. В трансерфинге различают два типа важности: внутренняя и внешняя.

Внутренняя, или **собственная важность**, проявляется как переоценка своих достоинств («я важная персона», «я выполняю важную работу») или собственных недостатков - принижение своих достоинств, самоуничижение. **Внешняя важность** также создаётся человеком, когда Вы придаёте слишком большое значение объекту или событию внешнего мира («для меня большое значение имеет то-то», «для меня очень важно сделать то-то»). Величина избыточного потенциала во всех случаях одинакова, разница только в знаках.

Как правило, равновесные силы не трогают людей, которых не мучают угрызения совести («наглость – второе счастье»). А ведь так хочется, чтобы Бог наказал бессовестных негодяев, казалось бы, справедливость должна восторжествовать, а зло должно быть наказано. Однако природе не ведомо чувство справедливости, наоборот, на порядочных людей с врождённым чувством вины постоянно обрушиваются всё новые беды, а бессовестным и циничным злодеям часто сопутствует не только безнаказанность, но и успех.

Всё просто: как только кто-то выразил готовность принять на себя чувство вины, манипуляторы<sup>39</sup> тут же приклеиваются и начинают сосать энергию. Они всегда говорят правильные слова, поэтому всегда правы, и все их поступки тоже безупречно правильные. Для того чтобы не попасть под их влияние, нужно всего лишь отказаться от чувства вины - **Вы не обязаны ни перед кем оправдываться и никому ничего не должны. Если действительно вина есть, можно понести наказание, но только не оставаться виноватым.** Кстати, изначальной причиной комплекса неполноценности является чувство вины, и эта неполноценность определяется Вами в сравнении с другими. Если Вы осознаёте себя виноватым в том, что хуже других, манипуляторы (и энергетические вампиры) это обязательно почувствуют. И наоборот, если Вы свободны от чувства вины, никому в голову не придёт самоутвердиться за Ваш счёт. Просьба о прощении, признание своих ошибок, замаливание грехов, исповедь - всё это давнишние методы избавления от потенциала вины - для начала смиритесь и довольствуйтесь тем, что имеете, помните, что всегда может быть и хуже<sup>40</sup>.

И чтобы войти в равновесие с окружающим миром и получить свободу от маятников, необходимо снизить важность и постоянно контролировать, насколько важно Вы воспринимаете себя и окружающий мир - всякий раз, как готовитесь к какому-то событию. Если событие для Вас действительно имеет большое значение, не грузите себя ещё больше. Ни в коем случае нельзя «готовиться серьёзно и тщательно» - это лишь усиливает важность, лучше - спонтанность, импровизация,

---

<sup>39</sup> **Манипуляторы** - это люди, которые действуют по формуле: «Ты должен делать то, что я говорю, потому что ты виновен» или «Я лучше тебя, поэтому ты не прав».

<sup>40</sup> **Карнеги:** «Мысленно подготовьте себя к принятию самого худшего - в случае необходимости».

лёгкое отношение. Потенциал важности рассеивается действием, **не думайте, а действуйте**, а если не можете действовать - тогда не думайте, переключите внимание на другой объект, бездеятельное переживание ещё больше нагнетает важность<sup>41</sup>.

Важность цели порождает стремление неистово добиваться своего, воздействуя на мир внутренним намерением. Разум, получив такое задание, бросается в битву; именно **важность заставляет разум так давить на мир**. Чтобы хоть на шаг приблизиться к внешнему намерению, необходимо снизить важность, внешнее намерение не имеет ничего общего с внутренним в его стремлении воздействовать на окружающий мир. Парадоксально: чтобы добиться цели, необходимо отказаться от горячего желания её достигнуть. Чтобы снизить важность, есть одно простое и действенное средство: **заранее смириться с поражением**<sup>42</sup>. Не придавайте ничему избыточно важное значение, просто - спокойно и не настаивая - берите своё.

### Доверяя подсознанию

Как это ни странно, в большинстве случаев людьми движут неосознанные мотивы; и движущая сила, формирующая бессознательные мотивы, находится не внутри психики человека, а вне неё. Этой силой являются невидимые, но реальные энергоинформационные сущности, порождаемые мысленной энергией живых существ, - маятники. Все люди, как правило, спят наяву в той или иной степени. Многие вещи человек выполняет машинально, расслабленно, не отдавая себе трезвого отчета - что делаю, зачем и почему именно так.

Не будем рассматривать извечную тему существования души у человека (фрейле<sup>43</sup>). Хотите - верьте в душу, а хотите - в подсознание. Можете соглашаться с концепцией бессмертия души, а можете - нет. Бесспорно лишь то, что психика человека включает в себя как сознательное, так и бессознательное.

Сознание не умеет читать информацию из пространства вариантов. Зато подсознание выходит на информационное поле напрямую (например, во сне). Именно оттуда берутся предчувствия, интуиция, предсказания, открытия, а также шедевры искусства. Если же Вам приходится себя убеждать и уговаривать совершить какое-то дело, сказать «Да», - значит, подсознание (душа) говорит «Нет». Приучите себя обращать внимание на душевный комфорт и если есть возможность отказаться от дискомфорта решения - отказывайтесь.

Попробуйте ослабить хватку своего контроля ситуации разумом и предоставьте больше свободы течению вариантов, перенесите центр тяжести с контроля на наблюдение. Стремитесь больше наблюдать, чем контролировать; не спешите отмахиваться, возражать, спорить, доказывать своё, вмешиваться, управлять, критиковать; дайте шанс ситуации разрешиться без Вашего активного пособничества или противодействия. Вы будете удивлены: **отказавшись от контроля, Вы по-**

---

<sup>41</sup> У Карнеги так: «Чтобы вытеснить беспокойство из своей жизни, будьте постоянно заняты. Загруженность деятельностью - одно из лучших лекарств, созданных когда-либо для изгнания духа уныния».

<sup>42</sup> Карнеги советует: «Вместо того чтобы переживать из-за неблагодарности, будьте к ней готовы. Помните, что единственный способ обрести счастье, - это не ожидать благодарности».

<sup>43</sup> Фрейле души человека – представляется в трансерфинге как его характерная резонансная частота.



лучите ещё больший контроль над ситуацией, чем имели раньше. Сторонний наблюдатель всегда имеет большее преимущество, чем непосредственный участник. Единственный контроль, которому стóит уделить внимание, - это контроль за уровнем внутренней и внешней важности, именно важность мешает разуму отпустить ситуацию. **Управляя ходом своих мыслей, вы подчиняете реальность своей воле.**

### **Сила воображения (аутотренинга)**

Те незначительные отрицательные штрихи, которые вследствие важности человек набросал на свой негативный слайд, проявляются со временем всё более резко и расцветают; так продолжается до тех пор, пока человек не перестанет придавать такому слайду большое значение или не переключится на создание позитивного слайда. Как только важность исчезла, негативный слайд теряет свою основу, растворяется и прекращает работать. Стоит Вам представить себе позитивный слайд, и Вы увидите, что он работает так же безотказно, как и негативный. Покажите себе самому положительные стороны своей личности, представьте себя в наилучшем свете, и люди будут воспринимать Вас так же. Внимание необходимо переключить с негативного на позитивное, перестаньте с собой бороться; **отвернитесь от своих недостатков и переключите внимание на достоинства**, которые у Вас есть или которые Вы хотите приобрести.

**Неуверенность в себе** порождается двумя группами причин. Первая группа - внутренние причины: излишняя обеспокоенность своими личными качествами, наличием недостатков и отсутствием достоинств, чувство неполноценности в сравнении с другими, застенчивость, боязнь потерпеть поражение, оказаться в смешном положении и т.д. Вторая группа - это внешние причины, связанные с завышенной оценкой внешних факторов, отсюда возникает необоснованная обеспокоенность по поводу несоответствия своих внутренних низких качеств и высоких внешних требований, ощущение себя маленьким человечком в большом городе, страх перед окружающей действительностью.

Но чтобы обрести подлинную уверенность, нужно от неё отказаться – ведь самоуверенность построена на избыточных потенциалах и отношениях зависимости. Но если у меня нет важности, мне нечего защищать и нечего завоевывать, мне нечего бояться и не о чём беспокоиться. **Если нет внутренней важности, не требуется никому ничего доказывать - отсюда и спокойствие.** Я отказываюсь от борьбы и двигаюсь по течению. Именно теперь, если пожелаю, я получаю свободу выбора. Это уже не зыбкая уверенность, а спокойная и осознанная **координация своих намерений и действий**. Координация должна быть направлена на то, чтобы двигаться по течению и осознанно **контролировать не сценарий, а уровень важности**. И тогда энергия, которая раньше шла на поддержание всевозможных избыточных потенциалов, пойдёт только на то, чтобы держать равновесие и слегка помогать течению веслом очищенного намерения, балансируя на волне удачи (в этом заключается основная суть трансерфинга). Не надо бороться с важностью, просто отпустите хватку и трансформируйте энергию своего переживания в энергию действия - начните действовать, хоть как-нибудь, не напрягаясь и не настаивая. Энергия избыточных потенциалов растворится в действии, энергия намерения освободится, и сложные проблемы превратятся в простые решения.

Давно известен в психологии метод визуализации желаемой цели, он за-

ключается в том, чтобы представить себе желаемое как можно подробнее во всех деталях и носить этот образ (слайд) у себя в голове. К цели Вас подвигает не созерцание самой цели, а **визуализация процесса движения к цели**, т.е. реализация намерения - это фокусирование на процессе движения к цели. Сделайте конкретную работу: осознанно и целенаправленно перестройте своё излучение на реализацию лучших ожиданий. Всякую важность, которую удаётся сбросить осознанно, - сбрасывайте. Всё, что не удаётся, - трансформируйте в действие. Крутите в мыслях целевой слайд, выполняйте визуализацию процесса и спокойно представляйте ноги в направлении к цели - это и будет Вашим действием. Отказ от битвы - тоже действие, дайте возможность себе и миру быть такими, как есть, не нужно изменять себя и бороться с миром. Как только Вы откажетесь от битвы, с каждым днём свобода будет становиться всё более ощутимой. Отсутствие важности - это отстраненность, а не безразличие.

### **Искусство быть собой и понимать других**

Все проблемы, так или иначе, рождаются в результате возникновения противоречий между внутренними намерениями людей. Один, руководствуясь своими интересами, хочет чего-то добиться от другого. Другой, в свою очередь, думает иначе и хочет добиться своего. Как сбалансировать разницу в интересах и удовлетворить потребности обоих? Для решения задачи требуется всего лишь определить то общее, что лежит в основе внутреннего намерения этих людей.

Так вот, **в основе внутреннего намерения человека всегда лежит его чувство собственной значимости**. Единственное, что движет человеком и в то же время ограничивает его свободу в мире маятников, - это внутренняя и внешняя важность. Чувство собственной значимости - относится к внутренней важности. Наибольшая часть мотиваций человека лежит в области реализации его собственной значимости. Оставшаяся малая часть относится к велениям души, но она слаба, поскольку заглушается сознанием постоянной необходимости поддерживать свою значимость в мире маятников.

**Не надо пытаться изменить других, но и себя менять - тоже не следует.** Что бы Вы ни делали с собой или с другими, всё это будет малоэффективной и вредоносной работой Вашего внутреннего намерения. Проблема решается иначе. **Надо позволить другим реализовать своё внутреннее намерение.** Тогда заработает внешнее намерение, а ваше внутреннее реализуется само собой.

Человек, как правило, всецело поглощен мыслями о том, чего он хочет добиться от других, но даже не пытается определить, чего же хотят они. Переключив внимание на желания и мотивы других, Вы легко получите то, в чём сами нуждаетесь. Для этого надо всего-навсего задаться вопросом: на что направлено внутреннее намерение партнера? Как только это сделано, остаётся лишь **перенаправить свое внутреннее намерение на реализацию внутреннего намерения партнера.**

Все люди, прежде всего, заняты собой и отношением других людей к своей персоне, а своим отношением к другим - в последнюю очередь. **Для того чтобы привлечь к себе внимание, достаточно всего лишь проявить интерес к окружающим.** Говорите с людьми не о том, что интересуется Вас, а о том, что интересуется их и о них самих. Окружающие заинтересуются таким ценным себе-

седником сразу же, им просто некуда будет деваться от Вашего внешнего намерения. Чтобы добиться своего - можете расслабиться, успокоиться и держаться свободно. Человек при общении с Вами интересуется, прежде всего, вниманием к собственной персоне. Переключите внимание с себя на людей, перестаньте играть в игру повышения своей значимости, а поиграйте в игру повышения значимости других. Интересуйтесь ими, слушайте их, наблюдайте. Настройтесь на частоту партнёра и внимательно слушайте, задавая вопросы и выказывая свою заинтересованность к теме и к его личности. Как только Вы это сделаете, избыточный потенциал собственной значимости пропадёт сам собой. Вот тогда самопроизвольно и получится вести себя непринужденно. Вы можете общаться в течение нескольких часов так, что говорить будет в основном он. К концу беседы ваш партнер будет абсолютно убежден, что встретил очень интересного собеседника и вообще замечательную личность (так учит и Дейл Карнеги). Отказавшись от выставления напоказ своей личности - Вы позволили раскрыться личности другому.

Бесполезно пытаться заинтересовать других своей особой - это внутреннее намерение, а вот интересоваться другими - внешнее. Отказавшись от внутреннего намерения и переключив внимание на других людей, Вы без усилий получите от них желанный результат, внешнее намерение сделает это за вас<sup>44</sup>.



В бытовом общении важно не то, насколько Вы интересны, а то, **насколько Вы подходите данному человеку для деловых, дружеских, семейных отношений**. Вот это он и оценивает. Думая о себе и находясь рядом, этот человек сознательно и бессознательно проводит оценку, насколько хорошо Вы вписываетесь в сценарий отношений, при которых он будет получать удовлетворение собственной персоной, т.е. когда подтверждается его значимость в той или иной форме: «я нравлюсь, мной интересуются, я не пустое место, меня уважают, я не хуже других, меня ценят».

Как побудить человека<sup>45</sup> что-нибудь сделать для Вас? Внутренним намере-

<sup>44</sup> Карнеги эти правила общения сформулировал так: «Искренне интересуйтесь другими людьми, улыбайтесь. Будьте хорошим слушателем. Поощряйте других говорить о самих себе. Говорите о том, что интересует Вашего собеседника. Внушайте Вашему собеседнику сознание его значительности и делайте это искренне».

<sup>45</sup> У Карнеги рекомендации такие: «Проявляйте уважение к мнению Вашего собеседника.

нием Вы можете заставить его, если обладаете такой властью, можно также убедить его в необходимости это сделать. Но самый эффективный способ предлагает внешнее намерение: устроить всё так, чтобы человек сам захотел помочь Вам. Для этого **необходимо согласовать своё дело с целями и устремлениями данного человека**. Вот и определите, каким образом сделанное дело повысит его чувство собственной важности. А потом преподнесите человеку задачу в свете повышения его значимости, позвольте человеку повысить её, и он сам захочет это сделать. **Откажитесь от намерения получить, замените его намерением дать, и Вы получите то, от чего отказались.**

Ещё более действенным средством воздействия на людей является попытка индуцировать у них внутреннее намерение, подчеркивая и повышая их значимость - нужно лишь придумать, каким образом они смогут повысить свою значимость, т.е. бросить вызов («А ну, кто лучше...», «Не ударим в грязь лицом!», «Покажем всем, чего мы стоим!»). **Если человек принял этот вызов для повышения собственной значимости, он будет выполнять Вашу волю как свою собственную.** Так будет именно потому, что Вы отказались от своего внутреннего намерения и обратили внимание на внутреннее намерение другого человека.

Известно, что поощрение является созидающей силой, а критика разрушающей, деструктивной. Именно поэтому желательно, чтобы руководители коллективов ориентировались не на критику плохой работы (это может делать любой головотяп), а были способны организовать атмосферу энтузиазма, при которой сотрудники сами хотят работать хорошо - когда люди, делая общее дело, **ощущают свою личную значимость.**

Если в **споре**<sup>46</sup> участвует несколько человек, спуститесь в зрительный зал и понаблюдайте за игрой оттуда: возьмите себе роль рассудительного зрителя - и получите огромное преимущество. В то время как каждый участник пытается реализовать своё внутреннее намерение, доказывая свою точку зрения, Вам придёт в голову решение, которое не видит никто из спорщиков. Только не надо это решение всем навязывать, главное - предложить, а копья пусть ломают другие. Есть один безошибочный способ настроить человека против себя - дать ему понять, насколько Вы хороши по сравнению с ним (В Библии: «Не сотвори себе кумира и не сотвори себе врага»). **Человека задевает большее всего не тогда, когда его игнорируют, оскорбляют, даже избивают, а когда - его унижают, особенно публично.**

Каждое событие на линии жизни имеет два ответвления в пространстве вариантов - в благоприятную и в неблагоприятную сторону. Всякий раз, сталкиваясь с тем или иным событием, **Вы сами делаете выбор, как к нему относиться:** если Вы рассматриваете событие как позитивное, то попадаете на благоприятное ответвление линии жизни. Однако склонность к негативизму заставляет Вас выражать недовольство и выбирать неблагоприятное ответвление. Принцип координа-

---

Пусть Ваш собеседник считает, что данная мысль принадлежит ему. Искренне старайтесь смотреть на вещи с точки зрения Вашего собеседника. Бросайте вызов, задевайте за живое».

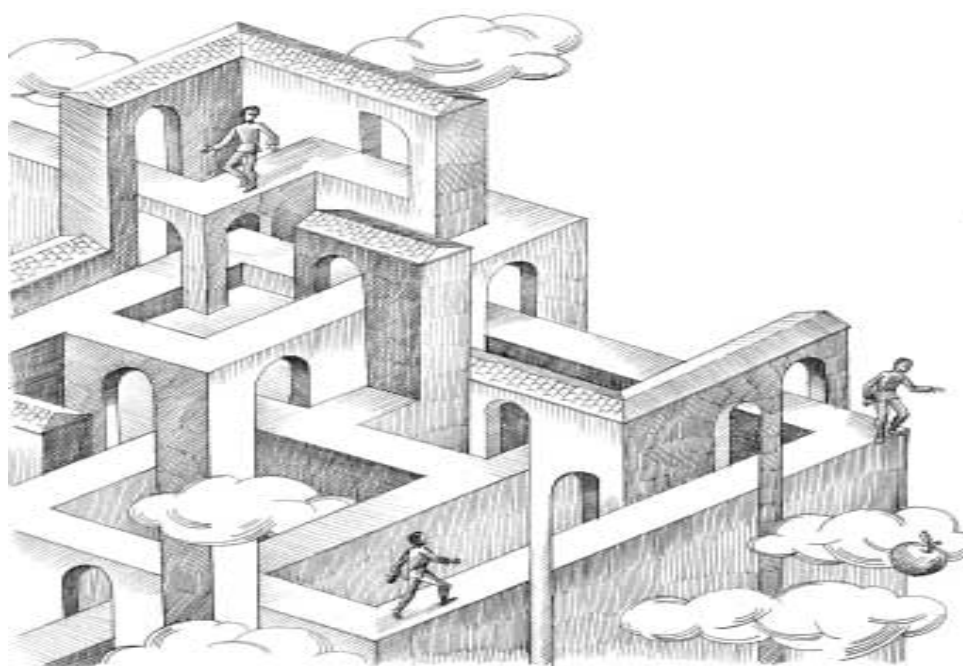
<sup>46</sup> У **Карнеги**: «Единственный способ одержать верх в споре - это уклониться от него. Задавайте собеседнику вопросы, вместо того чтобы ему что-то навязывать. Пусть Ваш собеседник считает, что данная мысль принадлежит ему. Дайте людям возможность поднять свой престиж».

ции намерения звучит следующим образом - если **Вы** **вознамеритесь** **рассматривать** **кажущееся негативным изменение в сценарии как позитивное**, тогда **всё именно так и будет**. Изменив свое отношение к миру, то есть свой мыслеобраз (слайд), Вы переходите на иную линию жизни, с другими вариантами развития событий, **параметры которых задаются именно Вашим мысленным излучением**.

Пропускайте мимо ушей любую негативную информацию. Постоянно задавайте себе вопросы: «Кому и зачем это нужно? А нужно ли это Вам?». Например, если Вы умеете что-то делать - значит, способны находить решения. А есть люди, которые умеют находить только проблемы. Они их выискивают и искренне убеждены в том, что другие просто обязаны предоставить им свои решения. И если Вы начинаете искать решения проблемы, вокруг Вас тут же собирается толпа бездельников: первые критикуют, вторые выискивают новые проблемы, третьи дают советы, а четвертые - командуют и требуют. Несмотря ни на что, настройтесь на позитивный лад (ведь недаром появились поговорки: «Нет худа без добра» и «Не было бы счастья, да несчастье помогло»).

Заведите себе привычку радоваться неудачам. Суть игры заключается в том, чтобы **перевернуть отношение к ситуации с ног на голову** (сделать инверсию). Ведь если человеку плохо, правило маятника заставляет его страдать, тревожиться, гнущая под грузом проблем. Относиться к этому психологи советуют так: «Я испытал очень радостное разочарование! Дело в том, что случилась необыкновенно счастливая беда!», «Произошло нечто непоправимое, отчего мои дела сразу пошли в гору!», «Какой-то симпатичный джентльмен на своей машине очаровательно облил меня грязью!», «Все мои попытки были напрасны, и это явилось залогом успеха!», «Она меня не любит! Нет, это слишком хорошо, чтобы быть правдой! Зараза искусно притворяется!», «Он меня бросил! Я ржала, как буденовская лошадь!» Ну и так далее, в том же стиле, со всевозможными изощрениями.

А если настроение настолько скверное, что инверсию делать просто невмоготу, тогда **надо сделать себе настроение ещё хуже, довести его до абсурда, тогда оно в какой-то момент перевернётся**, очень помогает английский юмор – серьёзность, доведённая до абсурда.



Теперь Вы знаете всё, что необходимо для управления реальностью. Вы не сможете изменить весь мир. Но отдельная реальность – в Вашем распоряжении. Те, кто испробовал Трансерфинг на своём опыте ([www.transurfing.ru](http://www.transurfing.ru)), с изумлением рассказывают, как их мысли непостижимым образом воплощаются в действительность, а реальность буквально на глазах меняет свой облик.

## Раздел 2.

### Природная среда, биологически-активные добавки

Климат влияет на человека и на животных, это научно установленный факт. Он определяет не только наше самочувствие на сегодняшний день - климат формирует ментальность населения, проживающего на определённой территории. **Чем непредсказуемее погода - тем флегматичнее коренной житель.** Природа таким образом оберегает его от нервных переживаний: температура скачет, давление прыгает, снег сменяет дождь, а ему хоть бы что. Носителями абсолютной флегматичности для нас являются прибалты, да и северяне вообще, однако всё идет к тому, что следующие поколения москвичей тоже не будут отличаться особой расторопностью. Капризы погоды приведут к тому, что наши потомки станут такими же медлительными и флегматичными, как и жители северных широт.

Географически Москва расположена в умеренных широтах. Биоклиматологи утверждают, что для ощущения полного физиологического комфорта жителям столичного региона необходимы следующие значения метеопараметров: **оптимальная температура - плюс 18÷22°C, влажность воздуха - от 40 до 60%, скорость ветра - не более 2 м/с.**

Относительная влажность воздуха в отрезке 80-100% - это предельный уровень в шкале влажности. Но самое неприятное, что столь высокая влажность при высокой же температуре приводит к пониженному содержанию кислорода в атмосфере - возникает духота. **Духота** наступает тогда, когда на протяжении трёх дней температура не опускается ниже 23°C, а давление водяного пара в атмосфере превышает 14,5 мм ртутного столба. Следует знать, что в мегаполисе температура всегда на 3÷5 °C выше, чем за пределами МКАД, причина тому - "остров тепла", поэтому жители города от духоты страдают сильнее, чем жители области.

Повышенную влажность в сочетании с высокой температурой даже здоровые люди переносят нелегко. Человеку тяжело дышать, у него возникает эффект набитого желудка, это дипоксия - недостаток кислорода. Повышенная влажность изменяет и тепловой баланс организма. Начинается избыточное потовыделение, но пот с кожи испаряется очень медленно. Выполнять физическую работу в таких условиях становится невыносимо, вместе с затруднениями дыхания наступает немотивированная слабость, учащается сердцебиение. При этом человек может испытывать не только физический дискомфорт, но и психологический: он чувствует, что ситуация безысходна, из своей квартиры или рабочего помещения никуда не денешься. Возникает дополнительный, так называемый экологический стресс, он сопровождается ощущениями беспокойства и тревоги.

В такой ситуации можно и нужно сбегать из мегаполиса за город, выбираться в выходные на природу. Стараться не есть жирную пищу, предпочитать от-

варное мясо жареному, а ещё лучше - делать выбор в пользу овощей и фруктов.

### Роль углекислого газа

Газированные напитки - напитки, насыщенные углекислым газом  $\text{CO}_2$ , отличаются приятным вкусом и освежающими свойствами. Но главное, что углекислый газ обладает обеззараживающими свойствами и способностью **очищать организм человека от шлаков**. С добавлением даже небольшого количества  $\text{CO}_2$  в водный раствор значительно (в разы и в десятки раз) повышается растворимость таких вредных веществ, как соли калия, натрия, кальция, железа, магния, никеля, олова и других элементов.

Ф.М.Ройзенманом<sup>47</sup> установлена взаимосвязь между содержанием углекислого газа  $\text{CO}_2$  в газовой-жидкостных включениях минералов гидротермально-го происхождения и содержанием в них полезных компонентов. В богатых рудах обнаружена «**углекислотная волна**», что говорит о том, что эти гидротермальные растворы неоднократно подвергались нагреванию и остыванию, соответственно содержание  $\text{CO}_2$  - то повышалось, то понижалось. А добавление даже небольшого количества  $\text{CO}_2$  в водный раствор сильно повышает растворимость различных компонентов, например: окислов магния, железа, олова, кальция - в десятки раз, никеля - в 2 раза, карбоната кальция - в 8 раз.

Т.е. при изменении температуры раствора изменялось содержание  $\text{CO}_2$ , что способствовало неоднократному растворению, кристаллизации и перекристаллизации минералов с образованием богатых руд при температуре  $280\div 220^\circ$  (основная масса руд) и при температуре  $140\div 100^\circ$ . В бедных рудах концентрация  $\text{CO}_2$  стабильно низкая и без каких-либо колебаний, т.е. кристаллизация в них не сопровождалась растворением и переотложением рудных минералов. Раз отложившиеся при высоких температурах минералы остались в рассеянном состоянии и образовали бедную руду.

«Углекислотная волна» содержания  $\text{CO}_2$  возможна лишь в закрытых гидротермальных системах (например, в экспериментальных лабораторных автоклавах). В открытых гидротермальных системах углекислотная волна не проявляется, и не возникают условия для переотложения и обогащения руды, в результате, здесь формируются только бедные, рассеянные руды. Так и крупные кристаллы растут только в условиях неоднократной кристаллизации. И в недрах Земли условия для такого роста появляются только в закрытых геологических структурах - «ловушках», которые формируются, как правило, **в зонах сжатия**.

На основе этого открытия уже разработаны **новые способы поисков** богатых месторождений и определения содержания в них полезного ископаемого. Установление закономерностей роста крупных кристаллов и формирования богатых руд позволяет более целенаправленно искать в недрах Земли такие закрытые геологические «ловушки».

### Шунгит

#### Геологическая родословная<sup>48</sup> шунгита

<sup>47</sup> Ройзенман Ф.М., Белов С.В. Земля и человек: загадки и закономерности. - М., 2006. - 168 с.

<sup>48</sup> Из книги Орлова А.Д. Шунгит - камень чистой воды. - СПб.: изд. «ДИЛЯ», 2004. - 112 с.

Шунгит (из статьи в БСЭ) — группа твёрдых углеродистых минеральных веществ, представляющих в главной массе аморфные разновидности углерода, близкие по составу графиту. Химический состав шунгита непостоянен: в среднем содержит 60-70% углерода и 30-40% золы. В золе содержится: 35-50% окиси кремния, 10-25% окиси алюминия, 4-6% окиси калия, 1-5 % окиси натрия, 1-4% окиси титана, а также примеси других элементов.

Шунгит представляет собой органическое вещество, концентрировавшееся в древних (допалеозойских) кремнисто-глинистых и карбонатных осадках, впоследствии превращённых процессами метаморфизма в кремнистые сланцы и доломиты (месторождение шунгита близ с. Шунга в Карелии).

В отличие от каменного угля, возникшего 300 миллионов лет назад, в каменноугольном периоде, шунгит принципиально старше - его возраст около 2 миллиардов лет. Напомним, что возраст наиболее древних из найденных на Земле минералов, найденных в Гренландии, - 3,8 миллиарда лет, что близко к возрасту Земли как планеты.

Хотя шунгит и вдвое моложе, минералов такого возраста на Земле осталось очень немного - за два миллиарда лет Земля успела не один раз сменить свою каменную кожу. Поэтому такие древние породы остались лишь на немногих каменных островах, уцелевших с той далекой эпохи, один из которых - Карельский щит.

Шунгиту (или нам) повезло дважды: во-первых, его единственное в мире месторождение не просто уцелело в «битве геологических плит», но благодаря действию ледника оказалось на поверхности Земли совсем «недавно» - 25-30 тысяч лет назад.

Ещё не так давно считалось, что жизнь на Земле существует не больше миллиарда лет. Однако сегодня общепризнанно, что, несмотря на двухмиллиардный возраст, шунгит имеет явно биогенное происхождение. В те времена Землю населяли простейшие одноклеточные и многоклеточные: жгутиковые водоросли и бактерии, которые тогда уже успели превратить в биомассу и кислород почти весь углекислый газ первичной атмосферы.

Единственным фактором, ограничивающим рост водорослей в первичном океане, была, как и сегодня, нехватка углекислого газа. Поэтому эпохи вулканической активности (3,7-3,5; 2,8-2,6; 2,1-1,7; 1,0-0,9; 0,75-0,5 млрд лет), когда выбросы углекислого газа активно перерабатывались биосферой в живое вещество, сопровождались мутациями организмов и повышенным накоплением органических донных осадков, которые позже стали углистыми сланцами, шунгитом, нефтью и газом.

Сначала шунгит был рыхлым донным осадком, весьма похожим на сапропель - богатый органикой жидкий озёрный ил, затем органические осадки, прикрываемые сверху всё новыми наслоениями, постепенно уплотнялись, обезвоживались и погружались все глубже и глубже.

По мере того как будущий шунгит, придавленный сверху сотнями метров более молодых осадочных пород, погружался в глубины земли, под влиянием сжатия и высокой температуры шел процесс превращения, т.е. «метаморфизации» будущего шунгита.

Под влиянием нагрева и давления бывшие одноклеточные водоросли образовали распыленный в минеральной матрице аморфный углерод в виде характерных именно для шунгита глобул (шариков), уникальную смесь нелетучих органических и элементоорганических веществ. И если углеродная часть шунгита отвечает



за его очистительные, сорбционные свойства, то его биологическое действие связано именно с органоминеральным комплексом, включающим фуллерены - молекулярный углерод в виде полых шаров.

В случае образования шунгита есть несколько принципиальных отличий, в которых и заключена причина его биологической активности.

Во-первых, шунгит прогревался не десятки минут, а десятки миллионов лет, благодаря чему смогли пройти до конца самые медленные химические реакции. Во-вторых, процесс шёл под большим давлением, что препятствует распаду больших молекул на простейшие фрагменты и способствует образованию более сложных молекул с большим молекулярным весом. В-третьих, температура, при которой шло образование шунгита, не превышала пятисот-шестисот градусов, иначе минеральная часть шунгита попросту расплавилась бы, не оставив никаких пор и пустот. А сравнительно низкая температура и высокое давление - также способствуют образованию более крупных и сложных молекул, обладающих высокой биологической активностью.

Учёные установили, что наличие пористого или мелкодисперсного минерального компонента, а особенно глины и цеолитов, - существенно ускоряет абиогенный (небиологический) синтез сложных веществ, «химическую эволюцию». Очевидно, что подобный процесс - химическая эволюция органического вещества с образованием все новых веществ - шла не только в «первичном бульоне» доисторического Океана, но и при длительном нагреве и окислении биологических отложений непосредственно в пласте, в том числе и при «созревании» шунгита.

На процесс воздействия естественной радиоактивности (урана, тория, радия, радиоактивного изотопа калия и др.) на эволюцию органической компоненты горных пород еще в 1930-х годах обратил внимание российский геолог В.А.Соколов. Сегодня это явление известно как органо-радиационно-химический генезис углеводородов.

### **Фуллерены**

В шунгите были обнаружены уникальные биологически активные вещества, причем совершенно не похожие на обычную органику, и на неорганику - тоже. Это были фуллерены — пустотелые шарообразные молекулы из нескольких десятков или сотен атомов углерода

Сначала фуллерены были открыты по расчётам ученых: пустотелые углеродные «мячики» из 60 и более атомов были вполне стабильны, но никто не знал, как их получить и где искать. Поэтому впервые фуллерены были обнаружены вне Земли: после того как химики-теоретики рассчитали спектры тогда ещё гипотетических фуллеренов, астрономы обнаружили заранее предсказанные характерные спектральные линии фуллеренов в космосе — в атмосферах углеродных звезд. Первооткрыватели фуллеренов получили за своё открытие Нобелевскую премию. Оказалось, что в водорастворимой части шунгита содержится чуть ли не процент фуллеренов — впервые обнаруженных лишь за десятки световых лет от Земли.

### **Микроэлементы: благо и зло**

Мало кто представляет, что целебное действие минеральных источников связано с «экологически грязными тяжёлыми элементами». Ведь тяжёлые металлы — это те же микроэлементы, но концентрация которых многократно превышает естественный природный фон, в котором человек сформировался как биологический вид.

Не секрет, что главный источник загрязнения среды тяжелыми металлами — деятельность человека. Ведь в естественных условиях такие элементы, как медь, свинец, кадмий, ртуть, цинк, давно уже были выведены за пределы биосферы и сконцентрированы в немногих компактных месторождениях. Но человек не только вытаскивал запасы этих металлов из недр, но и рассеял добытое, прежде всего, в местах собственного обитания, включив тем самым тяжёлые металлы в биологический оборот.

В итоге, зоны с наиболее высокой плотностью населения превратились в зоны искусственных геохимических аномалий, где концентрация тяжёлых элементов превышает безопасную дозу в десятки раз.

Так где же проходит граница между полезными микроэлементами и опасными концентрациями тяжелых металлов? Сколько человеку микроэлементов нужно? Ведь полезные микроэлементы и тяжелые металлы — это одни и те же вещества, достаточно условно разделенные границей ПДК — предельно допустимой концентрации.

Конечно, стандарты (ПДК и ПДВ) гарантируют отсутствие явного вреда для здоровья. Однако не гарантируют и максимальной пользы — ведь даже дорогие витаминные препараты не учитывают поступления тех же незаменимых веществ с водой и пищей, а также не учитывают индивидуальных особенностей организма, а это создаёт опасность передозировки.

Одним словом, оптимальная физиология организма требует, чтобы внутренняя среда организма содержала микроэлементы в достаточно узких рамках. Ведь в отличие от витаминов, излишки которых просто сжигаются организмом, ионы тяжёлых металлов склонны к накоплению и выводятся из организма с большим трудом. При этом тяжёлые металлы накапливаются именно в тех органах, которым они особенно нужны в микродозах. Ведь организм, «не зная» об избыточной концентрации металлов в окружающей среде, автоматически концентрирует их в тех органах и тканях, где они были нужны как микроэлементы.

Установлено, например, что соотношение в крови ряда микроэлементов связано с определенными заболеваниями. В частности, российские исследователи, изучая содержание микроэлементов в крови больных ишемической болезнью сердца и инфарктом миокарда, установили повышение концентрации марганца и никеля при снижении уровня меди, железа и бария. Венгерские медики, изучая пробы волос, взятых у больных, перенесших инфаркт, установили, что содержание в них кальция в несколько раз меньше, чем у здоровых людей. А американские врачи заметили отсутствие хрома в тканях умерших от атеросклероза.

Так что на сегодня единственное и естественное решение проблемы микроминерального обеспечения организма - это максимальное приближение состава окружающей среды (прежде всего питьевой воды) к естественному минеральному фону, наиболее благоприятному для человека. А для этого питьевая вода должна быть не только очищена от примесей, искусственные фильтры с этим тоже справляются, — но и приближена по своему микроминеральному составу к лучшим природным эталонам.

Просто очищенная от солей вода — это «мертвая» вода, не в смысле «ядовитая», а просто никакая. А нам нужна вода «живая». Эту разницу хорошо прочувствовали горные народы, потребляющие чистую, но «мертвую», лишённую микроэлементов талую ледниковую воду, поэтому горцы особо ценят минеральные подземные источ-

ники, называя их «кровью земли» и справедливо считая источником силы и здоровья. Микроминеральный голод, связанный с употреблением бессолевого ледниковой воды, народы Кавказа предотвращали регулярным употреблением сухого вина, впитавшего богатый и сбалансированный минеральный фон горной почвы. Кстати, именно богатый «микроэлементный букет» местных вин геронтологи считают одним из секретов кавказского долгожительства.

И наоборот, швейцарские горцы, минеральной воды и сухого вина не употребляющие, долгожительством не отличаются. Более того, именно швейцарцы чаще других европейцев болеют эндемическим зобом - болезнью щитовидной железы, связанной с нехваткой йода, скорее всего, альпийским жителям просто не хватает микроэлементов.

Если ранее все промышленные фильтры и очистные установки делали упор на получение химически чистой воды — за счёт фильтрации через активированный уголь, обессоливания с помощью ионообменных смол, а также вымораживания, дистилляции и обратного осмоса, то сегодня всё большее внимание уделяется нормализации микроминерального состава прошедшей очистку воды.

В отличие от фильтров искусственных, для естественных минеральных фильтров на основе шунгита и цеолита характерна уникальная способность корректировать микроэлементный состав воды. Эта способность шунгита и цеолита одни соли поглощать, а другие выделять в раствор, поддерживая оптимальный микроминеральный состав воды, - связана с их ионообменными свойствами.

Шунгит и цеолит - своего рода химическая губка, которая «заряжена» микроэлементами в их природном соотношении ещё в глубине земли. Подчиняясь законам химического равновесия, проходящая через фильтр вода приближается к составу древних подземных вод, омывавших шунгит в течение многих миллионов лет. Когда водопродонная вода проходит **шунгитовый фильтр**, недостающие примеси выходят в раствор, а вещества, которых в подземных водах не было — тяжелые металлы, аммиак, избыточное железо — прочно связываются фильтром.

## **Влияние некоторых биологически-активных добавок (БАД) и микроэлементов на самочувствие людей**

Известно, что многие химические элементы, их соединения, а также органические природные компоненты - значительно влияют на самочувствие людей, на их иммунитет к болезням, например (детали см. далее в таблице<sup>49</sup>):

**Магний**, его дефицит приводит к сердцебиению, раздражительности, мышечной слабости, нарушениям сна.

**Калий**, при его дефиците развиваются апатия, усталость, бессонница, проблемы с пищеварением и с работой сердца. Дефицит калия в клетках организма вызывают соль и сахар.

### **1. КАЛЬЦИЙ**

**Дефицит кальция** развивается в результате:

- недостаточного поступления кальция с пищей: при нехватке кальция в рационе

<sup>49</sup> Комсомольская правда. Толстушка на 19÷26 января 2006 г.

питания, при дефиците витамина D<sub>3</sub> и фосфора, из-за плохого усвоения кальция вследствие заболеваний пищеварительного тракта, печени, почек;

- гормональных изменений: после наступления климакса и преждевременной менопаузы, возрастных перестроек организма (у подростков в период интенсивного роста, у мужчин после 50 лет).

- длительного приёма лекарственных препаратов: гормональных, противосудорожных и др.;

- нездорового образа жизни: продолжительных стрессов, малой подвижности, курения, алкоголизма, наркомании.

### **К чему приводит дефицит кальция**

**Остеопороз** - тяжелое заболевание, поражающее людей, перешагнувших 50-летний рубеж. Происходит уменьшение массы костной ткани и разрушение костей. Кости становятся хрупкими, как бы "стеклянными", резко увеличивается риск переломов. Незаметно развиваясь годами, оно делает кости слабыми и хрупкими: нарушается их строение, уменьшаются плотность и прочность. Тогда даже незначительная физическая нагрузка начинает причинять боль, скелет постепенно деформируется: уменьшается рост, искривляются руки и ноги. Пустыковая травма может привести к "незарастающим" переломам, способным навсегда приковать человека к постели. Немошная, сгорбленная старость - вот портрет остеопороза.

Начальные стадии остеопороза совершенно бессимптомны - кости "болеют молча", и поставить диагноз на этом этапе без специального обследования крайне сложно. Недаром врачи называют остеопороз "безмолвной эпидемией". В тот момент, когда болезнь даёт о себе знать, остановить её развитие ещё реально, а вот обратить вспять деформацию костей и позвоночника намного сложнее.

Врачи настоятельно рекомендуют всем женщинам после наступления климакса и мужчинам после 50 лет постоянно принимать препараты кальция. Ведь дефицит кальция значительно ускоряет развитие остеопороза.

**Поражения зубов** - кариес, пародонтит. Лучше всего о том, что люди испытывают дефицит кальция, могут рассказать стоматологи. Как глаза - зеркало души, так зубы - зеркало скелета. Если у человека неуклонно разрушаются зубы, развивается пародонтит, то это очень серьезный повод задуматься о том, в каком состоянии его кости.

**Нарушения процесса роста.** Недостаток кальция приводит к замедлению роста и нарушению большинства функций организма.

**Нарушения в работе нервной системы.** Ухудшение памяти, депрессия, апатия.

**Нарушения в работе сердечно-сосудистой системы.** Нарушается сердечный ритм, возникает нестабильность артериального давления.

Дефицит кальция вызывает более **150 заболеваний**. Ведь кальций содержится в каждой клетке нашего организма, он играет основную роль в таких важных процессах как свертывание крови, передача нервных импульсов, обеспечение стабильной работы сердца, сосудов, нормального уровня артериального давления.

Часто испытывают дефицит кальция дети и подростки. Особенно остро эта проблема встаёт в период интенсивного роста. Оттого, какое количество кальция получает организм в это время, зависит здоровье и прочность костей в течение всей жизни,

а также нормальное развитие и работа многих органов и систем.

Наибольшая опасность состоит в том, что иногда, даже если организм не испытывает дефицит кальция, остеопороз может начаться и прогрессировать. Дело в том, что кости человека постоянно обновляются. Отвечают за этот процесс многие гормоны и среди них два основных: один - "разрушитель", он постоянно разрушает костную ткань, а второй - "строитель", который её так же постоянно отстраивает заново. Благодаря их работе каждые 9-12 месяцев скелет человека полностью перестраивается.

С возрастом, под влиянием гормональных изменений, происходящих в организме, деятельность гормона-"разрушителя" начинает преобладать над работой "строителя", который уже не в силах за ним угнаться. Это начало остеопороза. Даже если человек потребляет много кальция и тот хорошо усваивается - этого недостаточно, так как необходимо восстановить баланс между процессом разрушения и процессом строительства костной ткани.

### **Как лечить дефицит кальция**

В решении этой задачи помогла космическая медицина. Оказалось, что в условиях длительной невесомости процесс разрушения костей становится значительно активнее. А восстановление у космонавтов костной массы занимает больше времени, чем сам космический полет. Учёные многих институтов, в первую очередь Института медико-биологических проблем, занялись изучением путей предотвращения потери кальция в условиях космических полетов. Одним из важных результатов их поиска явился революционный препарат – «**Кальций-Актив**» - регулятор обмена кальция в костной ткани, способный приводить процессы разрушения и построения костей в здоровое равновесие. Для устранения острого дефицита кальция в состав препарата включен **органический**, легко усваиваемый кальций. Его получают из лекарственного растения амаранта, листья которого способны накапливать рекордное количество кальция. Кроме этого, препарат содержит витамин D<sub>3</sub> и фосфор, улучшающие усвоение и обмен кальция, который мы ежедневно получаем с пищей.

Дневная норма: от 0,8÷1 г для беременных и кормящих матерей, до 2 г - для людей, склонных к остеопорозу. Источники кальция: молоко, сыры, яичные желтки. Витамином Д богаты жирные сорта рыбы (сельдь, тунец, сёмга, скумбрия) и сливочное масло.

## **2. Йод**

Что такое йод - знают все. Мы используем его спиртовой раствор для обработки царапин и ран. Но есть другой йод. Йод для внутреннего употребления, который известен в основном врачам. Именно из него на 65% состоят гормоны щитовидной железы.

**Гормоны** щитовидной железы (дирижёры жизни), основу которых составляет йод, отвечают за обмен веществ во всём организме, управляя расходом белков, жиров и углеводов. Эти гормоны регулируют деятельность мозга, нервной системы, половых и молочных желез, рост и развитие ребенка.

Исследования, проведенные в последние годы Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) в разных странах мира, показали, что уровень **умственного развития** (коэффициент интеллекта IQ) напрямую связан с йодом.

Гормональные нарушения, возникающие из-за дефицита йода, не имеют

подчас внешне выраженного характера, и поэтому йоддефицит получил название "скрытый голод". Больше всего от этого голода страдают дети: им трудно учиться в школе, осваивать новые знания и навыки.

Нехватка йода, как "строительного элемента" гормонов щитовидной железы, часто является скрытой причиной многих заболеваний. **Проявления** йодной недостаточности:

- **эмоциональные:** раздражительность, подавленное настроение, сонливость, вялость, забывчивость, приступы необъяснимой тоски, ухудшение памяти и внимания, понижение интеллекта; появление частых головных болей из-за повышения внутричерепного давления;
- **кардиологические:** атеросклероз, аритмия, при которой применение специальных препаратов не дает ощутимого и длительного эффекта; повышение диастолического (нижнего) давления из-за отёчности сосудистых стенок;
- **анемические:** снижение уровня гемоглобина в крови, при котором лечение препаратами железа даёт лишь скромный результат;
- **иммунодефицитные:** частые инфекционные и простудные заболевания; ослабление иммунитета возникает даже при незначительном снижении функции щитовидной железы;
- **остеохондрозные:** слабость и мышечные боли в руках; грудной или поясничный радикулит, при которых традиционное лечение не эффективно;
- **отёчные:** отёки вокруг глаз или общие, при которых систематический приём мочегонных препаратов усугубляет состояние, формируя зависимость от них;
- **бронхо-лёгочные:** отёчность дыхательных путей, приводящая к хроническому бронхиту и ОРЗ;
- **гинекологические:** нарушение менструальной функции; нерегулярность месячных, иногда их отсутствие; бесплодие; мастопатия; раздражение и трещины сосков.

### Как устранить дефицит йода

Дефицит йода в организме испытывают более 1,5 млрд. жителей планеты. В нашей стране более **35% населения** страдает от йододефицита, часто не зная об этом.

Распространенным способом решения этой проблемы остаётся **йодирование соли**. Входящий в такую соль неорганический йод (йодид калия) полностью поглощается щитовидной железой и, при избытке, может вызывать её заболевание. Эпидемии **гипертиреоза**, вызванные избытком йода после применения йодированной соли, наблюдались во многих странах: Швейцарии, США, Голландии, Австрии и Сербии.

Для устранения йоддефицита лучше использовать препараты, содержащие йод, входящий в состав **белковых соединений**. Ведь именно такой йод находится в крови человека. Источником органического йода является **морская капуста** (ламинария). Но чтобы набрать суточную дозу йода, её надо съесть 100-200 г в день, что реально для жителей Японии, но сложно для большинства жителей России.

Распространены также йодные препараты, изготовленные из ламинарии, и продукты питания, содержащие йод: йодированное молоко, хлеб, яйца. К сожалению, в большинстве случаев содержание йода в таких продуктах точно не опреде-

лено, и сколько их надо употребить для устранения дефицита йода - практически не известно.

Для решения проблемы йоддефицита Медицинским радиологическим центром (г. Обнинск) разработан препарат «Йод-Актив». Эта биологически активная добавка к пище рекомендована Минздравом РФ как источник йода. Она создана на основе уникального многолетнего опыта лечения и профилактики заболеваний щитовидной железы, в том числе после аварии на Чернобыльской АЭС.

Йод-Актив - органическое соединение йода, встроенного в молекулу молочного белка. Это аналог природного соединения йода, которое мы начинаем получать уже с первыми каплями материнского молока. Уникальность препарата заключается в том, что это "**умный йод**": при дефиците йода - активно усваивается, а при избытке - выводится из организма, не поступая в щитовидную железу. Это происходит благодаря тому, что йод отщепляется от молочного белка под действием ферментов печени, которые вырабатываются при недостатке йода. Когда йода в организме достаточно, ферменты не вырабатываются и препарат выводится естественным путем, не всасываясь в кровь. В последнее время этот препарат широко применяется в эндокринологической практике.

Дневная норма  $0,1 \div 0,2$  мг.

### 3. СЕЛЕН

Ещё 20-30 лет назад не было такого количества сердечно-сосудистых, онкологических и многих других тяжелых заболеваний, учеными доказано, что причины кроются в **свободных радикалах**. Стрессы, плохая экология, неправильное питание, курение и даже воздействие бытовых химикатов приводят к избыточному образованию свободных радикалов - в организме происходит настоящий "свободно-радикальный взрыв".

Свободные радикалы - это агрессивные молекулы с не спаренным электроном. Они легко вступают в химические реакции и атакуют всё, что попадает им на пути. Неосозаемые, невидимые глазу, они как ржавчина разрушают клетки нашего организма. И если их воздействие на кожу вызывает ранние **морщины**, то в кровеносных сосудах они провоцируют **атеросклероз**, а уж если доберутся до ядра клетки - то это грозит развитием **рака**. Какие бы причины ни послужили толчком к развитию болезни, начало её всегда одно и то же - "свободно-радикальный взрыв".

Могут ли страшные заболевания объясняться всего лишь воздействием каких-то свободных радикалов? 100 лет назад людям также трудно было поверить, что смертоносная чума вызывается какими-то невидимыми микробами, как нам сегодня в то, что атеросклероз - свободными радикалами.

Но человек не беззащитен. В организме есть мощная линия обороны, "антикоррозийное покрытие" наших клеток - **система антиоксидантной защиты**. Она способна не только нейтрализовать избыток свободных радикалов, но и "починить" нанесенные ими повреждения. К сожалению, в тяжелых условиях современной жизни нашей защитной системе всё сложнее справляться со своей задачей - количество свободных радикалов давно превышает опасные уровни.

Селен - важнейший элемент антиоксидантной защиты организма. Витамины, флавоноиды, коэнзимы не могут заменить селен. Он входит в состав глутатионпероксидазы - фермента, обезвреживающего самые опасные и агрессивные свободные

радикалы, именно те, с которыми другие антиоксиданты справиться не в состоянии. Если селена недостаточно, то это важнейшее звено антиоксидантной защиты просто не работает.

Недостаток селена не только снижает иммунитет и работоспособность, но и приводит к развитию сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, накоплению тяжелых металлов и преждевременному старению, сахарному диабету и болезням суставов, мужскому бесплодию и родовой слабости у женщин.

Селен препятствует развитию болезней сердца и артерий, а его дефицит увеличивает риск коронарной болезни сердца на 70%. У принимавших селен пациентов Национального института онкологии США смертность от наиболее распространенных видов рака (легких, простаты, толстой и прямой кишки) снизилась на 49%.

Селен предохраняет от отравлений свинцом, кадмием, ртутью, табачным дымом и выхлопными газами. Он предотвращает разрушение и некроз печени, выводя из организма тяжёлые металлы. Аллергические заболевания и риск развития бронхиальной астмы тесно связаны с обменом селена.

В Финляндии, после введения селена в пищевой рацион населения, количество сердечно-сосудистых патологий уменьшилось в 2,5 раза, число онкозаболеваний сократилось в 1,8 раза, болезней эндокринной системы - на 77%, а общий уровень заболеваемости снизился на 47,4%.

По данным Института Питания РАМН и результатам клинических исследований **80% россиян** испытывают недостаток селена.

Устранение селенодефицита - непростая задача. Ведь избыток селена в организме нежелателен и может даже вызывать отравления. Поэтому раньше препараты селена необходимо было тщательно дозировать и принимать только под контролем врача. Сегодня эту проблему удалось решить специалистам Медицинского Радиологического Научного Центра РАМН. Они соединили **селен с биомолекулой** ксантеном - антиоксидантом, который является составной частью природных антиоксидантов - витамина Е и биофлавоноидов. Полученное соединение не вызывает никаких побочных эффектов, даже при концентрациях, в сотни раз превышающих предельно допустимые. Проведенные исследования показали, что полученный селен не только безопасен для организма, но и обладает беспрецедентной антиоксидантной активностью: добавленный селен многократно усиливает собственные антиоксидантные свойства биомолекулы. На основе этой уникальной разработки был создан препарат "**Селен-Актив**". Он обеспечивает оптимальную и постоянную антиоксидантную защиту. В зависимости от потребности организма этот препарат работает либо как источник селена, либо как самостоятельный антиоксидант. Если в организме недостаток селена, то из биомолекулы начинает высвобождаться селен, активизируя ферменты-антиоксиданты в организме. Когда же недостатка в селене нет, то биомолекула постоянно находится на чеку и моментально реагирует на любое вторжение свободных радикалов, уничтожая их.

#### **Приём селена необходим:**

- для профилактики развития онкологических заболеваний; а также во время и после прохождения курсов химио- и радиотерапии;
- при заболеваниях сердечно-сосудистой системы: ишемической болезни сердца, инфаркте миокарда, гипертонической болезни, аритмии; атеросклерозе для норма-



- лизации обмена холестерина и улучшения эластичности стенок сосудов; после инфаркта миокарда для ускорения восстановления сердечной мышцы;
- при болезнях суставов, остеохондрозе, травмах, переломах костей; после хирургических вмешательств;
  - для предупреждения накопления тяжелых металлов и связанных с ним повреждений печени; при холецистите и гепатите для улучшения работы печени и нормализации желчеобразования;
  - при заболеваниях пищеварительного тракта: гастрите, колите, панкреатите;
  - при бронхиальной астме, аллергиях;
  - при мужском бесплодии, особенно при олигоспермии.

#### **Дополнительное введение селена в рацион рекомендовано также:**

- при экологически неблагоприятных условиях, особенно в случаях загрязнения тяжелыми металлами, воздействия радиации;
- при состояниях переутомления или хронической усталости;
- курильщикам - для снижения вредного воздействия табачного дыма, смол и содержащихся в них тяжелых металлов;
- при острых и хронических заболеваниях - для повышения иммунных сил организма;
- беременным и кормящим женщинам - для обеспечения полноценного развития ребенка.

Дневная норма  $0,04 \div 0,07$  мг.

## **4. ДОЛГОЛЕТ**

**Солнечник Клубненосный** - уникальная культура, которую в 20-е годы открыл для России Н.И.Вавилов. Экзотическое растение, завезенное из Северной Америки, практически не требовало ухода и давало урожай 5-10 лет подряд.

Посещая резервации индейцев племени ирокезов, которых европейцы не могли покорить более 300 лет, ученый заметил, что они питали слабость к этим корнеплодам. Женщин племени ирокезов рожали много крепких, здоровых и красивых детей. Клубни этого подсолнечника давали ирокезам здоровье и спасали от голода.

В Новосибирском институте иммунологии создан препарат – концентрат этого растения - "**Долголет**". Проведя многолетние клинические исследования Солнечника Клубненосного, он открыл способность этого растения надежно укреплять иммунную систему, нести человеку здоровье, молодость и радость жизни. Целебные свойства этого растения обеспечиваются за счёт богатого комплекса легкоусвояемых полисахаридных и белковых соединений макро- и микроэлементов.

Уникальное растение обеспечивает питание клеток, стимулируя их обновление, омоложение, способствует синтезу белка. Выводит токсины, налаживает работу желудочно-кишечного тракта, обеспечивает физиологическую регенерацию и устраняет дистрофические изменения слизистых оболочек.

Клубненосный подсолнечник предохраняет от образования атеросклеротиче-

ских бляшек и обеспечивает устойчивое артериальное давление, снимая спазмы и расширяя сосуды, а благодаря легкоусвояемому **органическому кремнию** - улучшает состояние волос и ногтей.

Минздравом РФ препарат рекомендован в качестве средства:

- регулирующего углеводный обмен;
- нормализующего кишечную микрофлору;
- повышающего иммунозащитные силы организма;
- дополнительного источника аминокислот, инсулина, минеральных веществ и комплекса витаминов.

## 5. МИПРО-ВИТ

**Аллергия.** Распространение аллергии давно уже приняло масштабы всемирного бедствия. Учеными и врачами разных стран много лет ведутся активные поиски средств, способных решить эту проблему.

Неожиданное решение ученым "подсказали" грибы. Грибы - одни из древнейших организмов на Земле. Вслед за животными и растениями они выделены в **третье царство** живой природы, которое насчитывает более 100 тысяч видов. Среди огромного количества изученных фармакологами грибов выделен ряд видов, объединенных термином "лекарственные грибы". Еще 25 лет назад особое внимание ученых привлек лекарственный гриб «*Fusarium sambucinum* Fuckel var. *Ossicolum*». Его удивительно сбалансированный состав, включающий иммуномодулирующие полисахариды, эссенциальные жирные кислоты, коэнзим Q<sub>10</sub> и другие биологически активные соединения, а также полная безопасность - дали основание для создания препарата "**Мипро-ВИТ**". Многолетние клинические испытания доказали его эффективность в отношении всех типов аллергических реакций:

- при аллергиях немедленного типа этот препарат блокирует выработку иммуноглобулина Е и не даёт развиваться характерным проявлениям заболевания;

- при аллергиях замедленного типа способствует восстановлению поврежденных Т-лимфоцитов;

- снижая выброс противоорганных антител (особенно к тканям печени, почек, желудочно-кишечного тракта, щитовидной железы), приводит к стойкой ремиссии заболеваний этих органов и улучшению общего состояния больных.

Нормализуя работу иммунной системы, препарат решает проблему изнутри, помогая организму правильно реагировать на негативные факторы.

## 6. «ЧЕРНИКА-ФОРТЕ»

«**Черника-Форте**» является комплексным соединением элементов, наиболее важных для питательной поддержки функциональной активности органа зрения и обеспечивающих снижение риска заболеваний глаз. Биологически активные вещества черники (антоцианы, органические кислоты, каротины, пектиновые вещества, микроэлементы), действующие в комплексе с витаминами группы В, С, Р и цинком:

- предохраняют глаза от усталости, раздражения и ослабления зрения;

- улучшают адаптацию зрения в темноте;
- укрепляют стенки кровеносных сосудов, в том числе и глазного дна;
- оказывают положительное влияние при витаминно-дефиците и связанных с ними поражениях.

### **Свойства действующих компонентов препарата**

**Антоцианы** черники - способствуют регенерации светочувствительного пигмента сетчатки, повышая её чувствительность к изменениям интенсивности света, улучшая сумеречное зрение при пониженной освещенности. Активные вещества черники улучшают гибкость клеточных мембран и помогают увеличить приток крови к сетчатке глаза.

**Биологически активные вещества** черники с биофлавоноидами и витамином С - укрепляют сосудистую стенку, снижая риск кровоизлияний, стимулируют циркуляцию крови в органах зрения, нормализуют внутриглазное давление и обладают выраженными антиоксидантными свойствами, т.е. предотвращают повреждение тканей глаза свободными радикалами. Кроме того, они оказывают противомикробное действие и способствуют заживлению повреждений.

**Комплекс витаминов** группы В - необходим для поддержания нормального внутриклеточного метаболизма тканей глаза. Витамин В<sub>1</sub> повышает зрительную работоспособность; а при дефиците витамина В<sub>2</sub> (рибофлавина) наблюдается покраснение глаз (гиперемия), чувство жжения в глазах и веках, также дефицит рибофлавина приводит к катаракте; при дефиците В<sub>6</sub> (пиридоксина) - напряжение и подергивание глаз.

**Цинк** относится к содержащимся в организме микроэлементам - неорганическим элементам, составляющим менее 0,01 % массы тела. В организме взрослого человека содержится около 2 г цинка. Он содержится в разных органах и тканях и играет важную роль в физиологических процессах. Он накапливается в печени, предстательной железе, сетчатке глаза. Цинк защищает от вызванных ярким светом повреждений глаз, участвует в реакциях антиокисления, поддерживает нормальный уровень витамина А в крови. Дефицит цинка в организме связывают с отслоистой сетчаткой, развитием ретробульбарного неврита, блефарита, со снижением цвето различения, образованием катаракты. Дополнительное введение в рацион цинка может помочь при ухудшении зрения.

## **Оглавление**

**Раздел 1.** Межличностные отношения в коллективе и в семье (соционика), на уровне народов и этносов (этногенез)

### **Соционика**

Выявление психотипа человека ([www.coaching.su](http://www.coaching.su))

Литература по соционике

Психотипы известных личностей

### **Этногенез**

Основные понятия этногенеза

Ландшафт

Цивилизация и природа

Пассионарность  
Стадии этногенеза  
Пассионарные толчки  
Энергия толчка  
    Геологическая гипотеза  
    Биологическая гипотеза  
    Космическая гипотеза  
Типы людей, градация пассионарности  
Комплиментарность  
Химеры  
США  
Россия  
    Проблема нежелательных мигрантов  
Будущее истории  
    Стиль руководства  
Литература по этногенезу  
**Конкретная психология - трансерфинг реальности**  
    Управляя своей судьбой  
    Маятники в информационной структуре  
    Трансляция позитивного излучения  
    Напряжённость в энергетическом поле  
    Исполнение желаний  
    Не надо важничать и мучаться угрызениями совести  
    Доверяя подсознанию  
    Сила воображения (аутотренинга)  
    Искусство быть собой и понимать других  
**Раздел 2. Природная среда, биологически-активные добавки**  
    Роль углекислого газа  
    Шунгит  
    Микроэлементы: благо и зло  
    Влияние некоторых БАД и микроэлементов на  
    самочувствие людей  
    Степень опасности и нормативы  
    Кремлёвская диета  
Оглавление